



## เรื่อง บอน



### รายละเอียด

**บอน** ชื่อสามัญ Elephant ear, Cocoyam, Dasheen, Eddoe, Japanese taro, Taro

**บอน** ชื่อวิทยาศาสตร์ Colocasia esculenta (L.) Schott<sup>[1]</sup> (ชื่อพ้องวิทยาศาสตร์ Colocasia esculenta var. aquatilis Hassk.)<sup>[6]</sup> จัดอยู่ในวงศ์บอน (ARACEAE)

**บอน** มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า **ตุน** (เชียงใหม่), **บอนหอม** (ภาคเหนือ), **บอนจืด** (ภาคอีสาน), **บอนเขี้ยว บอนจินดำ** (ภาคกลาง), **บอนท่า บอนน้ำ** (ภาคใต้), **คี** (กะเหรี่ยง-เชียงใหม่), **ชื่อที่พ้อ ชื่อท่อชู่ คีทีโป** (กู๋ชื้อบ๋อง กู๋ไทย ที่พ้อ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน), **กลาดี่ไอย์** (มาเลย์-นราธิวาส), **กลาดี่กุนเฮง** (มาเลย์-ยะลา), **เผือก บอน** (ทั่วไป), **บอนหวาน** เป็นต้น

### ลักษณะของต้นบอน



**ต้นบอน** มีถิ่นกำเนิดอยู่ในเขตที่ราบลุ่มของเอเชียอาคเนย์ ซึ่งรวมถึงพื้นที่ของประเทศไทยด้วย<sup>[1]</sup> โดยจัดเป็นไม้ล้มลุกมีอายุได้หลายปี มีเหง้าลักษณะเป็นรูปทรงกระบอกอยู่ใต้ดิน มักขึ้นเป็นกลุ่ม ๆ หลายต้นเรียงรายตามพื้นที่ลุ่มริมน้ำ มีความสูงของต้นประมาณ 0.7-1.2 เมตร ลำต้นประกอบไปด้วยหวักลางและห้วยย่อยอยู่รอบ ๆ หัวใหญ่ ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการแยกหน่อ ไหล และวิธีการปักชำหัว เจริญเติบโตได้ดีในดินที่มีความอุดมสมบูรณ์ อุ่มน้ำได้ดี เพาะปลูกได้ง่าย ในประเทศไทยสามารถพบได้ทุกภาค มักขึ้นเองตามที่ลุ่ม บนดินโคลน บริเวณริมน้ำลำธาร หรือบริเวณที่มีน้ำขังตื้น ๆ

**ใบบอน** ใบเป็นใบเดี่ยวเรียงสลับเวียนแผ่ออกรอบต้น ลักษณะของใบเป็นรูปไข่แกมสามเหลี่ยมหรือเป็นรูปหัวใจหรือรูปโล่ ปลายใบแหลม โคนใบเว้าแหลม ใบมีขนาดกว้างประมาณ 10-35 เซนติเมตรและยาวประมาณ 20-50 เซนติเมตร ก้านใบออกที่ตรงกลางแผ่นใบ โคนใบแยกเป็นแฉกสองแฉก ด้านหน้าใบเป็นสีเขียว เรียบไม่เยี่ยงน้ำเพราะผิวใบเคลือบไปด้วยไข (Wax) ส่วนด้านหลังใบเป็นสีเขียวอ่อนหรือม่วงหรือเป็นสีชาวนวล มองเห็นเส้นใบได้ชัดเจน ในแต่ละกอกจะมีประมาณ 7-9 ใบ ก้านใบยาวออกจากต้นใต้ดิน ก้านใบยึดกับด้านล่างของใบ ก้านใบเป็นสีเขียวแกมม่วงหรือสีเขียวแกมเหลือง ก้านใบยาวประมาณ 30-90 เซนติเมตร

**ดอกบอน** ออกดอกเป็นช่อเป็นแท่งเดี่ยว ๆ ออกจากลำต้นใต้ดิน มีกาบสีเหลืองอ่อนหรือสีเหลืองนวลหุ้มอยู่ยาวประมาณ 26 เซนติเมตร ดอกย่อยแยกเพศอยู่ในช่อเดียวกัน ช่ำน้ำ (รูปที่ 2 โคนดอกสีเขียวคือดอกเพศเมีย ส่วนสีเหลืองปลายยอดคือดอกเพศผู้) ดอกเป็นกระเปาะสีเขียวเป็นแท่งอยู่ตรงกลาง มีกลิ่นหอมและต่อมาจะกลายเป็นผลเล็ก ๆ จำนวนมากที่ประกอบไปด้วยหวักลางและห้วยย่อยอยู่รอบหัวใหญ่

**ผลบอน** ผลเป็นผลสดสีเขียว ภายในผลมีเมล็ดน้อย

## สรรพคุณของบอน

1. น้ำจากลำต้นใต้ดินเป็นยาแก้ไข้ (น้ำจากลำต้นใต้ดิน)
2. รากนำมาต้มกับน้ำดื่มเป็นยาแก้อาการเจ็บคอและเสียงแหบแห้ง (ราก)
3. รากนำมาต้มกับน้ำดื่มเป็นยาแก้ท้องเสีย (ราก)
4. หัวใช้เป็นยาระบาย (หัว)
5. ช่วยขับปัสสาวะ (หัว)
6. หัวมีรสเมาคัน ใช้เป็นยาแก้เถาตานในท้อง กัดฝ้าหนอง (หัว)
7. หัวและน้ำจากก้านใบใช้เป็นยาห้ามเลือด (หัว, น้ำจากก้านใบ)
8. ลำต้นนำมาบดใช้เป็นยาพอกรักษาแผล รวมทั้งแผลจากงูกัด (ลำต้น)
9. น้ำจากลำต้นใต้ดินใช้เป็นยาแก้พิษแมลงป่อง (น้ำจากลำต้นใต้ดิน)
10. ก้านใบมีรสเย็นคัน นำมาตัดหัวทำยอกแล้วนำไปลงไฟบิดเอาน้ำใช้หยอดแผลแก้พิษคางคก (ก้านใบ)



11. นำยางใช้เป็นยาถอนพิษจากแมลงสัตว์กัดต่อยได้ (น้ำยาง)
12. ยางใช้เป็นยาช่วยกำจัดหูด (ยาง)
13. ไหล หัว หรือ เหง้านำมาตำผสมกับเหง้าขมิ้น กะปิ ชีวัว และเหล้าโรงเล็กน้อย ใช้เป็นยาพอกรักษาฝีตะมอย (ไหล)
14. น้ำคั้นจากก้านใบใช้เป็นยานวดแก้อาการฟกช้ำ (น้ำคั้นจากก้านใบ)
15. หัวช่วยขับน้ำนมของสตรี (หัว)

### ข้อมูลทางเภสัชวิทยาของต้นบอน

1. ในหลอดทดลองพบว่าสารสกัดจากใบบอนแห้งด้วยแอลกอฮอล์มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อหนอง มีเส้นใยช่วยในการดูดซับสารก่อกลายพันธุ์
2. สารสกัดจากรากบอนด้วยเอทิลอะซิเตตมีฤทธิ์ในการยับยั้งการเจริญของเนื้องอก แต่ควรมีการทำการวิจัยต่อไป
3. หัวใต้ดินของต้นบอนมีฤทธิ์ช่วยลดความดันโลหิต
4. น้ำจากก้านใบมีฤทธิ์เป็นยากระตุ้นและทำให้เลือดมาเลี้ยงบริเวณนั้นมาก ทำให้บวมแดง

### ประโยชน์ของบอน

1. ไหลและหัวใต้ดินนำมาลวกหรือต้มรับประทานเป็นอาหารได้ ส่วนใบอ่อนและก้านใบอ่อน สามารถนำมาใช้ทำอาหารประเภทต้มได้ เช่น แกงส้ม แกงกะทิ แกงบอน เป็นต้น หรือจะนำมอลอกจิ้มน้ำพริกรับประทาน แต่ต้องทำให้สุกก่อนจึงจะไม่คัน โดยนำมาต้ม 2-3 ครั้ง แล้วคั้นเอาน้ำทิ้งหรือนำไปเผาไฟก่อนนำมาใช้ปรุงอาหาร (เวลาปอกเปลือกควรสวมถุงมือและสับเป็นท่อน ๆ ก่อนนำไปต้ม) นอกจากนี้ก้านบอนยังนำมาดองได้อีกด้วย
2. ชาวกระเหรี่ยงแม่ฮ่องสอนจะใช้ใบบอนมาต้มให้หมูกิน หรือจะใช้ก้านใบนำมาสับผสมเป็นอาหารหมู
3. ใบบอนมีคุณสมบัติพิเศษคือไม่เปียกน้ำ เพราะมีซี่ผึ้งเคลือบผิวใบอยู่ จึงนำมาใช้ประโยชน์ในด้านการห่อของได้ เช่น การห่อข้าวหมาก เป็นต้น นอกจากนี้ยังนำมาใช้ต้มน้ำดื่มยามไม่มีภาชนะได้อีกด้วย
4. ต้นบอนสามารถทำรายได้ให้กับชาวบ้านด้วยการตัดก้านบอนมาลอกเปลือกแล้วตากให้แห้ง ส่งขายเป็นสินค้าส่งออกอย่างหนึ่ง
5. ใบบอนดูแลแล้วมีความสวยงาม ใช้ปลูกเป็นไม้ประดับได้ อันนี้ก็แล้วแต่คนชอบนะครับ อีกทั้งต้นบอนยังช่วยรักษาผายซัง แม่น้ำลำคลอง ไม่ให้ถูกกัดเซาะจากคลื่นได้อีกด้วย



## ข้อควรระวังเกี่ยวกับบอน

1. วิธีการเลือกบอน ให้เลือกใช้ต้นอ่อนพันธุ์สีเขียวสดและไม่มีสีขาวนวลเคลือบอยู่ตามแผ่นใบและก้านใบ โดยบอนสีเขียวสดจะเรียกว่า "บอนหวาน" (ชนิดคั้นน้อย) ส่วนชนิดที่มีสีซีดกว่าและมีสีขาวนวลกว่าจะเรียกว่า "บอนคั้น" (ชนิดคั้นมาก) ส่วนที่นำมาใช้

แกงคือ หลับบอน เป็นยอดอ่อนหรือใบอ่อนของบอนที่อยู่ใกล้กับโคนต้น

2. ก่อนการปอกเปลือกก้านบอนถ้าไม่ใส่ถุงมือ ก็ให้ทำมือด้วยปูนแดงที่กินกับหมากให้ทั่วทั้งมือก่อน เวลาปอกควรล้างบอนให้สะอาดแล้วเช็ดให้แห้ง

3. ห้ามล้างด้วยน้ำเย็น แล้วนำไปต้มใส่น้ำเดือดและคั้นน้ำทิ้งประมาณ 2-3 ครั้งก่อนนำไปประกอบอาหาร แต่บางคนอาจนำไปเผาก่อนก็ได้ หรือจะนำไปปรุงกับเครื่องปรุงที่มีรสเปรี้ยว เช่น มะขามเปียก มะดัน ส้มป่อย น้ำมะกรูด เป็นต้น หรือจะนำมาขายยากับ

เกลือเพื่อให้ยางบอนออกมากที่สุดเพื่อช่วยดับพิษคันหรือช่วยทำลายผลึกของแคลเซียมออกซาเลต (Calcium oxalate) ที่มีอยู่มากในต้นบอน

4. การนึ่งบอนต้องนึ่งให้สุก จับดูแล้วมีลักษณะนิ่มจนละเอียด เพราะถ้าบอนไม่สุก เมื่อรับประทานแล้วจะทำให้เกิดอาการระคายคอได้

5. ในการปรุงแกงบอน หากไม่ใช้น้ำมะขามเปียก ก็ให้ใช้น้ำส้มป่อยแทนก็ได้

6. แม้ครัวสมัยก่อนจะถือเคล็ดด้วยว่า หากปรุงอาหารด้วยบอนอยู่นั้น ห้ามใครเอ่ยถึงคำที่เกี่ยวข้องกับความคันเด็ดขาด เพราะจะทำให้เกิดอาการคันขึ้นมาจริง ๆ ทั้งผู้ปรุงและผู้รับประทาน

## ความเป็นพิษของต้นบอน

น้ำยางและลำต้นหากสัมผัสผิวหนัง จะทำให้เกิดอาการคันและปวดแสบปวดร้อน แล้วต่อมาจะเกิดอาการอักเสบ บวมและพองเป็นตุ่มใส หากนำมาเคี้ยวหรือรับประทานสดจะทำให้เกิดอาการคันคออย่างรุนแรง เนื่องจากผลึกของแคลเซียมออกซาเลต (Calcium oxalate) ทำให้เกิดน้ำลายมาก ทำให้บวมบริเวณลิ้น ปาก เพดาน และไบหน้า ทำให้พูดจาลำบาก หากมีอาการเป็นพิษรุนแรงจะทำให้พูดไม่ได้ ลิ้นหนัก คั้นปาก ลำคอบวมและอักเสบอย่างรุนแรง

คำสำคัญ : สมุนไพร

ที่มา : กมลทิพย์ ประเทศ และคนอื่น ๆ. (2543). การสำรวจพรรณไม้ในอุทยานประวัติศาสตร์กำแพงเพชร อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร.

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์



ฐานข้อมูลท้องถิ่น จังหวัดกำแพงเพชร-ตาก

สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

---

วันที่ : 2017-02-17

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=21&code\\_db=610010&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=21&code_db=610010&code_type=01)

The Office Of Academic Resource Information And Technology