

## เรื่อง จันทน์เทศ



### รายละเอียด

จันทน์เทศ (Nutmeg Tree, Myristica) เป็นพืชสมุนไพรจำพวกต้นขนาดกลาง ที่มีชื่อเรียกตามท้องถิ่นต่างๆ เช่น ฉาน-แม่ฮ่องสอนเรียก จันทน์บ้าน เป็นต้น ซึ่งมีถิ่นกำเนิดอยู่ในหมู่เกาะโมลุกกะ ประเทศอินโดนีเซีย และสามารถปลูกขึ้นได้ดีในดินแทบทุกชนิด แต่ดินที่เหมาะสมแก่การเจริญเติบโตมากที่สุดคือดินร่วนปนทรายที่มีอินทรีย์วัตถุสูง และเจริญเติบโตได้ดีในเขตร้อนชื้นโดยเฉพาะภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคใต้ของไทย มักนิยมขยายพันธุ์ด้วยการเพาะเมล็ด

### ลักษณะทั่วไปของจันทน์เทศ

สำหรับต้นจันทน์เทศนั้นเป็นไม้พุ่มยืนต้นขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ที่ไม่ผลัดใบ มีความสูงของลำต้นประมาณ 5 – 18 เมตร ลำต้นเรียบมีสีเทาแกมดำ ส่วนเนื้อไม้มีกลิ่นหอม เนื่องจากมีน้ำมันหอมระเหยอยู่ เป็นใบเดี่ยว ออกแบบเรียงสลับ รูปทรงรี ปลายแหลม โคนสอบ ขอบใบเรียบ ออกดอกเป็นช่อ ช่อละประมาณ 2 – 3 ดอก หรือบางครั้งอาจออกเป็นดอกเดี่ยว จะออกตามซอก สีเหลือง ส่วนผลเป็นรูปทรงกลม คล้ายลูกสาส์ เปลือกผลเรียบสี

เหลืองนวล หรือแดงอ่อน เมื่อผลแก่จะแตกปริออกเป็น 2 ซีก ภายในผลมีเมล็ดกลมๆ สีน้ำตาล

### ประโยชน์และสรรพคุณของจันทน์เทศ

**เนื้อไม้, แก่น** – ช่วยในการบำรุงปอด หัวใจ และน้ำดี รวมทั้งแก้อาการตับพิษดีพิษโลหิต และแก้ไข้เพื่อดี ให้รสขมหอมสุขุม

**ลูก** – ช่วยแก้ธาตุพิการ แก้กำเดา แก้อาการท้องร่วง รวมทั้งแก้อาการจุกเสียด แก้อ่อนใน กระจายน้ำ ตลอดจนช่วยบำรุงโลหิต ขับลม และแก้อาการปวดมดลูก ให้รสฝาดร้อนหอม

**รากหุ้มเมล็ด** – (ดอกจันทน์เทศ, จันทน์ปาน) ช่วยในการบำรุงโลหิต ช่วยขับลม และบำรุงธาตุ ให้รสเผ็ดร้อน

**เมล็ด** – (ลูกจันทน์เทศ, หน่วยसान) ช่วยในการบำรุงกำลัง บำรุงธาตุ ช่วยขับลม แก้อาการปวดมดลูก รวมทั้งแก้ธาตุพิการ บำรุงโลหิต และแก้อาการท้องร่วง ให้สร้อนหอมติดจะฝาด

**เปลือกเมล็ด** – ช่วยในการแก้อาการปวดท้อง รวมทั้งช่วยสมานบาดแผลภายใน และแก้ท้องขึ้น

ซึ่งจะเห็นได้ว่าต้นจันทน์เทศนี้มีประโยชน์มากมายเลยทีเดียว แต่อย่างไรก็ตาม ไม่เหมาะสำหรับในหญิงตั้งครรภ์โดยห้ามรับประทานเลย ทั้งนี้การรับประทานลูกจันทน์เทศไม่ควรรับประทานเกินกว่า 5 กรัม เพราะอาจทำให้คลื่นไส้ อาเจียน หัวใจทำงานผิดปกติ และอาจเสียชีวิตได้

คำสำคัญ : จันทน์เทศ

ที่มา : เกร็ดความรู้.net/จันทน์เทศ/

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทน์สิงห์

วันที่ : 2020-04-30

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=1486&code\\_db=610010&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1486&code_db=610010&code_type=01)