

เรื่อง ไช้เน่า



รายละเอียด

ໄໝ້เน້າ ชื่อวิทยาศาสตร์ *Vitex glabrata* R.Br. ปัจจุบันจัดอยู่ในวงศ์กะเพรา (LAMIACEAE หรือ LABIATAE) สมุนไพรໄໝ້เน້າ มีชื่อท้องถิ่นอื่นๆ ว่า **ขี้เหิน** (เลย, อุบลราชธานี), **ปลู** (เขมร-สุรินทร์), **คมหวาน ผรั่งโคก** (ภาคกลาง) เป็นต้น

ลักษณะของໄໝ້เน້າ

ต้นໄໝ້เน້າ เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ มีความสูงประมาณ 10-25 เมตร ผิวลำต้นเกลี้ยงเป็นสีห่มและมีด่างเป็นดวงสีขาว ๆ ส่วนอีกข้อมูลระบุว่าเปลือกมีสีเทาหรือสีน้ำตาลแกมสีเหลือง ลักษณะผิวเรียบหรือแตกเป็นสะเก็ด หรือเป็นร่องตื้นตามความยาวของลำต้น ส่วนกิ่งอ่อนและยอดอ่อนจะมีขนนุ่ม กิ่งอ่อนมีลักษณะเป็นสีเหลี่ยม ส่วนต้นเป็นทรงเรียวยอดรูปกรวยแตกกิ่งต่ำ เจริญเติบโตได้ดีในที่แห้งแล้ง โดยจะเริ่มให้ผลผลิตเมื่อมีอายุประมาณ 3-4 ปีหลังการปลูก^[7] โดยสามารถพบได้ตามป่าเบญจพรรณและป่าดิบทั่วไป และขยายพันธุ์ด้วยวิธีการใช้เมล็ด

ใบไช้เน่า มีใบเป็นใบประกอบแบบนิ้วมือ อยู่เรียงตรงข้ามสลัดตั้งฉาก ใบย่อยมี 3-5 ใบ ใบมีสีเขียวเข้ม (คล้ายใบจิว) ลักษณะคล้ายรูปไข่กลับ หรือเป็นรูปรีแกมรูปไข่กลับ ใบมีขนาดไม่เท่ากัน ปลายใบแหลมเป็นติ่ง ส่วนโคนใบสอบแหลมหรือมน ขนาดของใบกว้างประมาณ 3-10 เซนติเมตรและยาวประมาณ 9-22 เซนติเมตร ผิวใบด้านบนเกลี้ยงมีสีเขียวเข้มและเป็นมัน ส่วนท้องใบมีสีอ่อนกว่า และมีขนสั้นอยู่ประปราย ก้านใบย่อยยาวประมาณ 1-7 เซนติเมตร ส่วนก้านช่อใบจะยาวประมาณ 7-20 เซนติเมตร

ดอกไช้เน่า ออกดอกเป็นช่อตามซอกใบใกล้ปลายกิ่ง ดอกมีขนาดเล็กและมีกลิ่นหอม กลีบดอกมีสีม่วงอ่อน (หรือสีม่วงอมชมพู สีขาวมีแดงเรื่อๆ) กลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นหลอดกว้าง และมีขนละเอียดที่ดอก ดอกเมื่อบานเต็มที่จะมีความกว้างประมาณ 0.8-1 เซนติเมตร โดยดอกจะเป็นดอกแบบสมบูรณ์เพศผสมตัวเองหรือต่างต้นต่างดอกก็ได้ และจะออกดอกในช่วงเดือนมกราคมถึงเดือนกุมภาพันธ์

ผลไช้เน่า หรือ **ลูกไช้เน่า** ผลมีลักษณะเป็นรูปไข่หรือรูปไข่กลับ ผลมีขนาดกว้างประมาณ 1.5-2 เซนติเมตรและยาวประมาณ 1.5-3 เซนติเมตร ขั้วผลเป็นรูปกรวยกว้าง ผลอ่อนมีสีเขียว ส่วนผลสุกจะเป็นสีม่วงดำ ผลมีเนื้ออ่อนนุ่ม และมีรสหวานอมเปรี้ยวและเหม็น ส่วนเมล็ดไช้เน่าจะมีขนาดเท่าปลายนิ้วก้อย และยังสามารถสันนิษฐานว่า ชื่อไช้เน่านี้คงมาจากลักษณะและสีของผลนั่นเอง โดยผลแก่จะเก็บเกี่ยวในช่วงเดือนมิถุนายนถึงเดือนกรกฎาคม

สรรพคุณของไช้เน่า

1. ผลใช้รับประทาน กินแล้วห้วดี ช่วยบำรุงสมองได้ (ผล)
2. ผลอุดมไปด้วยแคลเซียม จึงช่วยบำรุงกระดูก แก้กะดูกผุสำหรับผู้สูงอายุได้ดี (ผล)
3. รากไช้เน่าช่วยทำให้เจริญอาหาร (ราก, เปลือกต้น)
4. ผลสุกใช้รับประทานช่วยรักษาโรคเบาหวาน (ผล, เปลือกต้น)
5. ช่วยแก้ตานขโมย (โรคพยาธิในเด็กที่มีอาการเบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ผอมแห้ง ชูบชืด มีอาการท้องเดิน ก้นปอด) (ราก, เปลือกต้น, ผล)
6. ช่วยรักษาพิษตานซาง (เปลือกต้น)
7. เปลือกต้นช่วยแก้ไข้ (เปลือกต้น)
8. ช่วยแก้โรคเกล็ดกระดี่ขึ้นนัยน์ตา (ผล, เปลือกผล)
9. เปลือกต้นมีรสฝาด ช่วยแก้อาการท้องเสียได้ (ราก, เปลือกต้น)
10. รากและเปลือกต้นช่วยแก้บิด (ราก, เปลือกต้น)
11. ช่วยรักษาอาการท้องร่วง (ราก)
12. ช่วยแก้เด็กถ่ายเป็นฟอง (เปลือกต้น)

13. เปลือกต้นไช้เฝ้าช่วยขับพยาธิในเด็กที่มีอาการเบื่ออาหาร (เปลือกต้น) รากใช้ขับพยาธิไส้เดือน (ราก)
14. ช่วยรักษาโรคกระเพาะหรือโรคลำไส้อักเสบของเด็กทารก (เปลือกผล)
15. ช่วยในระบบขับถ่าย (ผล)
16. ช่วยบำรุงระบบเพศ (ผล)
17. ช่วยบำรุงไต (ผล)
18. ช่วยแก้เลือดตกค้าง (เนื้อไม้)
19. นอกจากนี้หมอยาโบราณยังนิยมใช้เปลือกของต้นไช้เฝ้ามาต้มรวมกับรากเต่าให้ เพื่อปรุงเป็นยารักษาโรคซางในเด็กและเป็นยาขับพยาธิ (เปลือกต้น)

ข้อมูลไช้เฝ้า : เปลือกต้นไช้เฝ้า จะมีสารจำพวกสเตียรอยด์ (Steroid) ที่มีชื่อว่า -sitosterol และ ecdysterone และ anguside (p-hydroxybenzoic ester of aucubin)

ประโยชน์ของไช้เฝ้า

1. ผลสุกใช้รับประทานสดเป็นผลไม้ไม่ได้ แต่จะมีรสหวานเยียน ไม่อร่อยนัก หากใส่เกลือป่นหรือจิ้มเกลือก็จะทำให้มีรสชาติดีขึ้น หรือจะคลุกเคล้ากับเกลือแล้วนำไปผึ่งแดดเก็บไว้รับประทาน หรือจะรับประทานแบบสดๆ หรือนำไปดองน้ำเกลือก็ได้เช่นกัน
2. ผลไช้เฝ้ายังสามารถนำไปทำเป็นขนมที่เรียกว่า "ขนมไช้เฝ้า" ได้ด้วย โดยวิธีการทำก็คล้ายกับการทำขนมกล้วย แต่เปลี่ยนจากกล้วยเป็นไช้เฝ้า ด้วยการหยอดใส่ใบตองทรงกรวยแหลม แล้วเอามะพร้าวขูดโรยหน้าก่อนจะนำไปนึ่ง
3. ต้นไช้เฝ้าเป็นไม้ยืนต้นที่มีอายุยืนยาวนับร้อยปี เป็นไม้ที่นำปลูกสะสม เพราะในปัจจุบันเริ่มหายากลงทุกที โดยจะนิยมปลูกไว้เพื่อเป็นร่มเงาเนื่องจากไม่ผลัดใบ
4. เนื้อไม้ของต้นไช้เฝ้ามีความแข็งแรง สามารถนำมาใช้ทำเป็นเครื่องมือ เครื่องใช้ เครื่องเรือน หรือเฟอร์นิเจอร์ต่างๆ ได้

คำสำคัญ : ไช้เฝ้า

ที่มา : <https://medthai.com/>

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-05-25

https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1582&code_db=610010&code_type=01