

## เรื่อง นุ่น



### รายละเอียด

**นุ่น** ชื่อสามัญ White silk cotton tree, Ceiba, Kapok, Java cotton, Java kapok, Silk-cotton

**นุ่น** ชื่อวิทยาศาสตร์ Ceiba pentandra (L.) Gaertn. ปัจจุบันจัดอยู่ในวงศ์ชบา (MALVACEAE)

**สมุนไพรนุ่น** มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า จ้าว จิวสาย จิวสร้อย จิวน้อย (ภาคกลาง), จิว (คนเมือง), บั้งพะวะ (ม้ง), นุ่น (ไทลื้อ), ต่อเหมาะ (กะเหรี่ยงแดง) เป็นต้น

### ลักษณะของต้นนุ่น

**ต้นนุ่น** จัดเป็นไม้ยืนต้นผลัดใบในช่วงฤดูแล้ง ประมาณเดือนกุมภาพันธ์ถึงเดือนเมษายน ลำต้นสูงใหญ่เปลาตรง สูงได้ประมาณ 10-30 เมตร ตรงยอดแผ่เป็นพุ่มกว้าง ลำต้นเป็นสีเขียวและมีหนามขึ้นอยู่ทั่วไปบริเวณโคนต้น ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการเพาะเมล็ด เป็นพรรณไม้กลางแจ้งที่มีถิ่นดั้งเดิมอยู่ในแถบอันดามัน และมีปลูกมากในเขตร้อนทั่วไปเพื่อใช้ปุยจากผลนำมาทำหมอนและที่นอน ชอบขึ้นตามริมลำธาร พบได้ทั่วไปตามป่าเบญจพรรณและป่าดิบเขา

**ใบหูก** ใบเป็นใบประกอบแบบนิ้วมือ ออกเรียงสลับ มีใบย่อยประมาณ 5-11 ใบ ก้านใบย่อยยาวประมาณ 0.3-0.5 เซนติเมตร ส่วนก้านใบรวมยาวประมาณ 8-20 เซนติเมตร ลักษณะของใบย่อยเป็นรูปขอบขนานแกมใบหอกหรือรูปหอกเรียวแหลม ปลายใบและโคนใบเรียวแหลม ส่วนขอบใบเรียบ ใบมีขนาดกว้างประมาณ 1-1.5 นิ้ว และยาวประมาณ 2-5 นิ้ว แผ่นใบเป็นสีเขียว ก้านใบและเส้นก้านใบเป็นสีแดงอมน้ำตาล

**ดอกหูก** ออกดอกเป็นช่อกระจับบริเวณซอกใบ ขนาดประมาณ 2-3.5 เซนติเมตร ดอกย่อยมีจำนวนมากหรือช่อหนึ่งมีดอกประมาณ 1-5 ดอก ลักษณะของดอกเป็นรูปถ้วย ปลายดอกแยกออกเป็นกลีบ 5 กลีบ ยาวประมาณ 1-1.5 นิ้ว กลีบดอกเป็นสีขาวแกมเหลือง กลีบดอกติดกันที่ฐาน กลีบด้านนอกเป็นสีขาวนวลและมีขน ส่วนด้านในกลีบเป็นสีเหลือง กลางดอกมีเกสรเพศผู้ประมาณ 5-6 อัน ก้านเกสรเพศเมียไม่แยก ออกดอกในช่วงประมาณเดือนมกราคมถึงเดือนมีนาคม

**ผลหูก** ลักษณะของผลเป็นรูปยาวรี ปลายและโคนผลแหลม เปลือกแข็ง ผลมีขนาดกว้างประมาณ 2 นิ้ว และยาวประมาณ 4-5 นิ้ว เมื่อแห้งจะแตกออกได้เป็น 5 พู ภายในผลจะมีหุ่นสีขาวเป็นปุยอยู่ และมีเมล็ดจำนวนมาก

**เมล็ดหูก** เมล็ดเป็นสีดำ มีเส้นใยสีขาวคล้ายเส้นไหมยาวหุ้มเมล็ดเป็นปุยหูกอยู่

### สรรพคุณของหูก

1. รากนำมาต้มกับน้ำดื่มเป็นยาบำรุงกำลัง ส่วนยางไม่มีรสฝาดเมา ก็มีสรรพคุณเป็นยาบำรุงกำลังเช่นกัน (ราก, ยางไม้)
2. รากสดนำมาคั้นเอาน้ำกินเป็นยาแก้โรคเบาหวาน (ราก)
3. เปลือกต้นมีรสเย็นเย็น มีสรรพคุณเป็นยาแก้ร้อนใน (เปลือก)
4. ต้น เปลือกต้น หรือทั้งต้นใช้ต้มกับน้ำดื่มเป็นยาแก้ไข้ หรือจะใช้เปลือกต้นผสมกับยาอื่นปรุงเป็นยาแก้ไข้ก็ได้ ส่วนชาวมาเลย์จะใช้ใบนำมาต้มกับน้ำดื่มเป็นยาแก้ไข้ (ต้น, เปลือก, ใบ, ดอกแห้ง, ทั้งต้น)
5. ต้นมีสรรพคุณเป็นยาแก้ไข้ (ต้น, ทั้งต้น)
6. เปลือกต้นมีสรรพคุณเป็นยาแก้หวัดในเด็ก (เปลือก)
7. ชาวสิงคโปร์จะใช้ใบนำมาตำผสมกับหัวหอม ขมิ้น และน้ำ ใช้ดื่มวันละ 3 ครั้งเป็นยาแก้ไข้ แก้หวัดลงคอ แก้เสียงแหบห้าว (ใบ)
8. ช่วยทำให้อาเจียน (เปลือก, ราก)
9. ชาวฟิลิปปินส์จะใช้เปลือกต้นเป็นยาไป ต้มดื่มแก้หืด (เปลือก)
10. ยางไม้มีสรรพคุณเป็นยาแก้ท้องร่วง (ยางไม้)
11. รากมีรสจืดเย็น มีสรรพคุณเป็นยาแก้ท้องเสีย แก้บิด บิดเรื้อรัง ลำไส้อักเสบ (ราก)

12. ตำรายาพื้นบ้านอีสานจะใช้เปลือกต้นนำมาต้มกับน้ำดื่มเป็นยาแก้บิด แก้อาหารเป็นพิษ (เปลือก)
13. น้ำมันจากเมล็ดมีสร้อย มีสรรพคุณเป็นยาระบาย (น้ำมันจากเมล็ด)
14. เปลือกต้นและรากมีสรรพคุณเป็นยาขับปัสสาวะ ชาวเขาจะใช้เปลือกต้นนำมาผสมกับหมาก ลูกจันทน์เทศ และน้ำตาลทำเป็นยาขับปัสสาวะ (ใช้ได้ดีในรายที่เป็นนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ) ส่วนเมล็ดและน้ำมันจากเมล็ดก็มีสรรพคุณเป็นยาขับปัสสาวะเช่นกัน  
(เปลือก, ราก, เมล็ด, น้ำมันจากเมล็ด)
15. โใบนำมาตำผสมกับหัวหอม และขมิ้น ผสมกับน้ำดื่มเป็นยาแก้ท้องปัสสาวะอักเสบ (ใบ)
16. ช่วยแก้ระดูขาวที่มากเกินไปของสตรี (ยางไม้)
17. ใช้เป็นยาบำรุงกำหนด (เปลือก)
18. ผลอ่อนใช้กินเป็นยาฝาดสมาน ส่วนยางไม้ก็มีสรรพคุณเป็นยาฝาดสมานเช่นกัน (ผลอ่อน, ยางไม้)
19. ใช้เป็นยาแก้โรคเรื้อน (ใบ)
20. รากใช้เป็นยาแก้พิษแมลงป่อง (ราก)
21. โใบนำมาเผาไฟผสมกับขมิ้นน้อยและข้าวสุกใช้เป็นยาพอกฝีให้แตกหนอง (ใบ)
22. โใบมีรสเย็นเอียน ใช้ตำพอกแก้ฟกช้ำ (ใบ)
23. โใบอ่อนใช้กินเป็นยาแก้เคล็ดบวม (ใบอ่อน)
24. ดอกแห้งมีสรรพคุณเป็นยาแก้ปวด (ดอกแห้ง)

หมายเหตุ : ภายในเมล็ดหนุ่มจะมีน้ำมันอยู่ประมาณ 20-25%

## ประโยชน์ของหนุ่ม

1. ฝักที่ยังอ่อนมาก ๆ (เนื้อในผลยังไม่เป็นปุยหนุ่ม) ใช้เป็นอาหารได้ โดยนำมารับประทานสด ๆ หรือใส่ในแกง
2. เมล็ดใช้สกัดทำเป็นน้ำมันพืช ส่วนกากที่เหลือจะถูกนำไปใช้เป็นวัตถุดิบในอุตสาหกรรมอาหารสัตว์
3. ใสนุ่นสามารถนำมาใช้เพาะเห็ดฟางได้
4. ขนที่ติดอยู่ที่เมล็ดซึ่งเรียกว่า "หนุ่ม" หรือ "เส้นใยหนุ่ม" สามารถนำมาใช้ยัดหมอน พูก และที่นอนได้
5. เนื้อไม้ใช้ทำกระสวยทอผ้า เยื่อกระดาษ สันรองเท้า และนำมาบดทำใส่ในไม้อัด
6. นิยมนำมาปลูกเป็นพืชสวนเพื่อเก็บผลมาใช้ประโยชน์

คำสำคัญ : หนุ่ม

ที่มา : <https://medthai.com/>

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์



วันที่ : 2020-06-02

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=1641&code\\_db=610010&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1641&code_db=610010&code_type=01)

The Office Of Academic Resource Information And Technology