

## ผักหวานป่า

ชื่อพื้นเมือง : ผักหวานป่า

ประเภท : ไม้ยืนต้นขนาดเล็ก หรือเป็นไม้พุ่ม

ชื่อวิทยาศาสตร์ : Melientha suavis Pierre

ชื่อวงศ์ : OPILIAACEAE

ชื่อสามัญ : Pak-wan Tree

**ลักษณะเด่น :** ต้นสูง ๕-๑๐ เมตร มีใบประดับขนาดเล็กสีน้ำตาลอ่อนผิวขรุขระ ใบเป็นใบเดี่ยวสีเขียวเข้มหนา ใบรูปร่างเป็นรูปไข่หรือรูปรี ขอบใบเรียบปลายเรียวแหลมหรือป้านกลมและมนรีรอยเว้าแหลมตื้นๆ หรือมีลักษณะเป็นติ่งเล็กๆ ยื่นออกไป ฐานใบเป็นรูปลิ้นใบยาว ๖-๑๒ ซม. กว้าง ๒.๕-๕ ซม. ก้านใบยาว ๑-๓ มม. ดอกเป็นกลุ่มมีดอกสีเขียวออกตรงซอกใบ กิ่งและที่ลำต้นมีใบประดับขนาดเล็ก ผลออกเป็นพวงลักษณะกลมรี สีเหลืองอมน้ำตาล ผลกว้างประมาณ ๑.๕-๑.๗ ซม. ยาวประมาณ ๒.๓-๓ ซม. เมล็ดลักษณะคล้ายผลพุทรา

**ข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น :** ช่วยแก้อาการของธาตุไฟได้ตามหลักแพทย์แผนไทย ใบและรากมีสรรพคุณแก้ อาการปวดศีรษะ รากมีรสเย็น เป็นยาแก้ไข้ สงบพิษไข้ ใช้แก้อาการปวดมดลูกของสตรี เป็นยาแก้ปวดฝีการ รักษาแผลช่วยแก้อาการปวดในข้อ ส่วนยอดใช้ปรุงเป็นยาเขียวลดไข้ ลดความร้อน สรรพคุณเป็นยาแก้อาการ ร้อนในกระหายน้ำ แก้กระสับกระส่าย รากใช้ต้มกับน้ำรับประทานเป็นยาเย็นแก้พิษร้อนใน ยางใช้กวาดคอเด็ก แก้กลิ้นเป็นฝ้าขาว แก่นของต้นผักหวาน นำมาต้มกับน้ำรับประทานเป็นยาแก้อาการปวดตามข้อหรือปวดงอใช้ ต้นผักหวานกับต้นนมสาวเป็นยาเพิ่มน้ำนมแม่หลังการคลอดบุตรได้ ผลสุกนำมาต้มให้สุกและรับประทานข้าง ใน นอกจากนี้ยังมีปัจจุบันมีน้ำผักหวานป่า ชาผักหวานป่า ช่วยรักษาโรคปากเปื่อย (ปากนกกระจอก) นอกจากนี้ผักหวานปายังมีสรรพคุณตามธรรมชาติในการป้องกันศัตรูพืชต่างๆ เนื่องจากมีฤทธิ์เช่นเดียวกับ สะเดาจึงไม่มีความจำเป็นต้องใช้สารเคมีใดๆ (แม้แต่หนอนที่ชอบกินยอดอ่อนของพืชก็จะไม่กินใบของผักหวาน ป่า) หากมีความจำเป็นจะเร่งให้เจริญเติบโตมักนิยมใช้ปุ๋ยคอกแทน

บริเวณที่พบ : อำเภอบ้านหมอ จังหวัดสระบุรี



แหล่งที่มา : เอกสารทางวิชาการ เรื่องการปลูกผักหวานป่าสระบุรี (สำนักงานเกษตรจังหวัดสระบุรี)