

คู่มือ

มณฑิศจรรยพรรณไม้หอม



WKM e-library



000944

คู่มือ มณฑิศจรรยพรรณไม้หอม



สำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน)

สำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติ

The Golden Jubilee Museum of Agriculture

ความเป็นมา

สำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน) "พวก." จัดตั้งขึ้นตามพระราชกฤษฎีกาจัดตั้งสำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน) พ.ศ.2552 มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 23 มิถุนายน 2552

วัตถุประสงค์

- เพื่อเผยแพร่พระเกียรติคุณ และพระอัจฉริยภาพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวด้านการเกษตร
- เพื่อเป็นศูนย์กลางขับเคลื่อนเชื่อมโยงปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงภาคการเกษตร เพื่อศึกษา ค้นคว้า รวบรวมเกี่ยวกับวิวัฒนาการและการพัฒนาด้านการเกษตรไทย
- เพื่อจัดการแสดง กิจกรรม ผลงาน นิทรรศการ การประชุมสัมมนา การแสดงสินค้า การเผยแพร่และประชาสัมพันธ์แนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
- เพื่อส่งเสริม สนับสนุน ประสานความร่วมมือ แลกเปลี่ยน และถ่ายทอดข้อมูลองค์ความรู้

การจัดการแสดง

ภายในบริเวณพื้นที่ของสำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน) ได้แบ่งการจัดแสดงเป็น 2 ลักษณะ คือ **การจัดแสดงนอกอาคาร** นำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับ

- พระอัจฉริยภาพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวด้านการเกษตร
- ผลงานอันเนื่องมาจากพระอัจฉริยภาพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวด้านการเกษตร

● วิวัฒนาการ ภูมิปัญญา นวัตกรรม และการพัฒนาการเกษตรไทย

● ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงภาคการเกษตร การจัดแสดงนอกอาคาร แสดงต้นแบบ และฐานการเรียนรู้นวัตกรรมเกษตรเศรษฐกิจพอเพียง

- เกษตรเศรษฐกิจพอเพียง
- เกษตรพอเพียงเมือง
- นวัตกรรมด้านการเกษตร
 - : มหัศจรรย์เกษตรไทย
 - : สมุนไพรเศรษฐกิจพอเพียง
 - : ข้าว/พืช/ผัก/เห็ด
 - : นวัตกรรมชีวภาพ
- นวัตกรรมด้านพลังงานทดแทน
 - : พลังงานแสงอาทิตย์
 - : พลังงานลม พลังงานชีวมวล
- นวัตกรรมที่อยู่อาศัย

การถ่ายทอดองค์ความรู้

- องค์ความรู้เกษตรเศรษฐกิจพอเพียง นวัตกรรม การเกษตร พลังงาน ที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม

ขับเคลื่อนปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ภาคการเกษตร

- ประสานเครือข่ายเชื่อมโยง เพื่อพัฒนาระดับ และขยายผลเศรษฐกิจพอเพียงภาคการเกษตร
- ถ่ายทอดองค์ความรู้เศรษฐกิจพอเพียงภาคการเกษตร

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน) Agriculture Office (Public Organization)

ตลาดนัดเศรษฐกิจพอเพียง

แหล่งความรู้ด้านการเกษตรเศรษฐกิจพอเพียงและ
นวัตกรรมทางการเกษตร ที่ผู้สนใจสามารถแลกเปลี่ยนเรียนรู้
ผ่านกิจกรรมการอบรม นิทรรศการและสาธิตงานหัตถ์ การจัด
จำหน่ายผลผลิตและผลิตภัณฑ์ของภาคีความร่วมมือและ
เครือข่ายผู้นำเกษตรเฉลิมพระเกียรติฯ เพื่อตอบสนองความ
ต้องการสินค้าคุณภาพ ทุกวันเสาร์และวันอาทิตย์ต้นเดือน

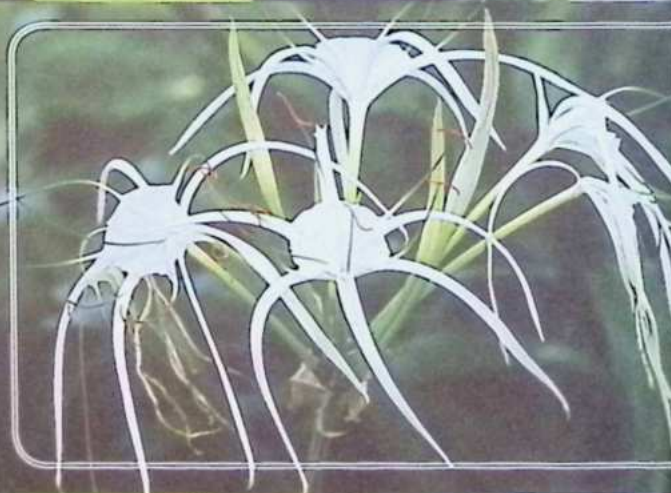
บริการ

- ห้องพัก จำนวน 60 ห้อง ห้องละ 2 คน
(เสริมได้ห้องละ 1 คน)
- ห้องพักรวม ชาย-หญิง ห้องละ 20 คน
- ห้องประชุม อบรม สัมมนา สำหรับ 30 คน/50 คน/
100 คน/200 คน/300 คน และ 400 คน
- ลานจัดกิจกรรมและลานจัดมหรหรรรม
- การจัดฝึกอบรม
ฝึกปฏิบัติและการถ่ายทอดองค์ความรู้ต่างๆ
- จำหน่ายของที่ระลึก ผลิตภัณฑ์เกษตร
และผลิตภัณฑ์เศรษฐกิจพอเพียง

เปิดบริการให้เข้าชม

วันอังคาร-วันอาทิตย์ เวลา 09.30-15.30 น.
เปิดบริการเข้าชมวันจันทร์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
ติดต่อเข้าชม โทรศัพท์ 02-529-2212-3
โทรสาร 02-529-2214
ติดต่อสำนักงาน (วันจันทร์-วันศุกร์)
โทรศัพท์ 02-529-2212-3 / 086-901-8809
โทรสาร 02-529-2214
ฝ่ายประชาสัมพันธ์ 02-529-2212-13
www.wisdomking.or.th

สำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติ
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน)
หมู่ 13 ถนนพหลโยธิน ต.คลองหนึ่ง
อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี 12120





อบกลิ่นดอกกระดังงา

อบกลิ่นน้ำดอกขมนาด

บุหงาดอกไม้แห้ง

น้ำอบดอกจำปีและดอกเกตุ

สบู่ออกบุษบอด

แป้งหอมดอกมะลิ จำปี
และกุหลาบ

ดอกลิ้นทมขาวชุบแป้งทอด



สารบัญ

คำนำผู้จัดพิมพ์			6
คำนำ มหัศจรรย์พรรณไม้หอม			7
กระดังงา	8	มะลิ	28
แก้ว	10	ลั่นทมขาว	30
กุหลาบมอญ	12	นางแย้ม	32
กาหลง	14	บุรณาค	34
จำปี	16	พลับพลึง	36
จำปา	18	ประยงค์	38
ชมนาด	20	ปีบ	40
พะยอม	22	รสสุคนธ์ขาว	42
พุดซ้อน	24	พิกุล	44
โมก	26	จันทน์เทศ	46

คู่มือ มหัศจรรย์พรรณไม้หอม



บรรณาธิการ	คมสัน หุตะแพทย์
สงวนลิขสิทธิ์	ISBN 978-974-403-903-3
พิมพ์ครั้งที่ 1	กุมภาพันธ์ 2556
พิมพ์ที่	บริษัท ออฟเซ็ทพลัส จำกัด
	โทร. (02) 4612161-4
จัดพิมพ์	สำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน)
	หมู่ 13 ถ.พหลโยธิน ต.คลองหนึ่ง อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี 12120
	โทร. (02) 5292212-13 www.wisdomking.or.th
ราคา	50 บาท

คำนำผู้จัดพิมพ์



สำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน) พกจ. จัดตั้งขึ้นตามพระราชกฤษฎีกาจัดตั้งสำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน) พ.ศ.2552 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่พระเกียรติคุณและพระอัจฉริยภาพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวด้านการเกษตร เป็นศูนย์กลางขับเคลื่อนและเผยแพร่ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงภาคการเกษตร รวมทั้งการถ่ายทอดองค์ความรู้นวัตกรรมด้านการเกษตรที่สอดคล้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง การดำเนินงานมีการจัดแสดงนิทรรศการภายในและภายนอกอาคาร เป็นการจัดแสดงเพื่อเผยแพร่พระเกียรติคุณพระอัจฉริยภาพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ผลงานอันเนื่องมาจากการน้อมนำพระอัจฉริยภาพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวไปประยุกต์ใช้สำหรับการจัดแสดงภายนอกอาคารเป็นพิพิธภัณฑ์กลางแจ้งที่จัดให้เป็นนิทรรศการที่มีชีวิต เป็นต้นแบบและฐานเรียนรู้นวัตกรรมเกษตรตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงที่เชื่อมโยงกับการจัดแสดงในอาคาร เช่น ชุมชนพอเพียง 1 ไร่พึ่งตนเอง เกษตรพอเพียงเมือง นวัตกรรมปลูกข้าวแบบอินทรีย์ ปลูกผักแบบอินทรีย์ การเพาะเห็ดสวนครัว นวัตกรรมด้านพลังงานทดแทน เช่น เซลล์แสงอาทิตย์ กังหันลม ก๊าซชีวภาพ พลังงานชีวมวล จักรยานประดิษฐ์ นวัตกรรมด้านที่อยู่อาศัย เช่น บ้านดิน บ้านฟาง สวนไม้หอม สวนสมุนไพรเพื่อสุขภาพ แปลงพืชผักพื้นบ้าน ซึ่งนอกจากการเข้าเยี่ยมชมนิทรรศการทั้งในและนอกอาคารแล้ว ประชาชนยังสามารถเข้ารับการฝึกอบรมและการถ่ายทอดองค์ความรู้ที่สำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติฯ จัดขึ้นในประเด็นต่าง ๆ เช่น การทำนาโยนกกล้า การทำนา 1 ไร่ได้เงิน 1 แสนบาท การปลูกผักและปลูกข้าวบนพื้นปูน การปลูกผักพื้นบ้านแบบผสมผสาน การเพาะเห็ดฟางตะกร้า การผลิตกังหันลม ต้นทุนต่ำ การผลิตโซลาร์เซลล์แบบประหยัด การทำเตาชีวมวล การสร้างบ้านดินบ้านฟาง การทำผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ เช่น สบู่ แชมพู การแปรรูปสมุนไพร ผักพื้นบ้าน และไม้หอม เป็นอาหาร ยาและเครื่องสำอาง เป็นต้น

ประเทศไทยเป็นประเทศในเขตร้อนชื้นที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยพันธุ์ไม้หอมนานาชนิด เรามีพันธุ์ไม้หอมมากที่สุดประเทศหนึ่ง มีความเป็นเอกลักษณ์ ไม้หอมบางชนิดมีความหอมที่ดีที่สุดในโลก เราสามารถนำไม้หอมมาใช้ประโยชน์ได้มากมายทั้งในชีวิตประจำวัน และในเชิงพาณิชย์ เช่น ปลูกไว้ในบริเวณบ้าน ในสวน เพื่อความเพลิดเพลินให้กลิ่นหอมชื่นใจทั้งในยามเช้าและยามเย็น เรายังสามารถนำส่วนต่าง ๆ ของไม้หอมมาปรุงแต่งเป็นเครื่องหอมที่ใช้กับร่างกาย ใช้ลอยน้ำดื่ม ใช้ปรุงแต่งอาหาร ใช้อบเสื้อผ้าและของใช้ให้กลิ่นหอม ใช้สร้างบรรยากาศในบ้านเรือน ไม้หอมยังเป็นส่วนประกอบที่สำคัญของยาแผนไทย เช่น ยาหอม ยาต้ม ใช้เป็นเครื่องสำอางและประพินฉวีในเครื่องหอมไทย เช่น แป้งร่ำ น้ำอบ น้ำปรุง ที่สำคัญในไม้หอมยังมีสารหอมและน้ำมันหอมระเหยซึ่งเป็นสารสำคัญที่มีคุณค่าและมูลค่าสูงที่เราสามารถสกัดออกมาจากส่วนต่าง ๆ ของไม้หอม เพื่อนำไปใช้ทำผลิตภัณฑ์สปาและผลิตภัณฑ์น้ำมันหอมระเหย เช่น น้ำหอม สบู่หอม ครีม โลชั่น ซึ่งเป็นผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพที่เป็นที่นิยมใช้กันในปัจจุบัน พันธุ์ไม้หอมไทยจึงมีคุณค่ามากมายกว่าที่เราคิด ที่เราควรหันกลับมาให้ความสำคัญและนำมาใช้ประโยชน์เพื่อการพึ่งพาตนเอง ช่วยลดการใช้สารเคมีสังเคราะห์ หรือจะนำไปประยุกต์ใช้เพื่อการทำผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพสำหรับจำหน่าย

สำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน) จึงได้จัดทำคู่มือ "มหัศจรรย์พรรณไม้หอม" ขึ้นเพื่อให้ความรู้พื้นฐานและประโยชน์ของพันธุ์ไม้หอมไทยที่เราคุ้นเคยกันดี ที่มักจะมีปลูกไว้ในบริเวณบ้านเรือนและในชุมชน เพื่อเป็นการส่งเสริมให้คนไทยหันกลับมาให้ความสนใจ ลงมือปลูกไม้หอมกันมากขึ้น รู้จักนำไม้หอมมาใช้ประโยชน์ในการดำรงชีวิตหรือประกอบอาชีพที่สอดคล้องกับแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง

นางจารุรัฐ จงพุดศิริ

ผู้อำนวยการสำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตร

เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

มหัศจรรย์พรรณไม้หอม



เมืองไทยมีพันธุ์ไม้หอมมากมายหลายชนิด มีทั้งพืชที่ให้ออกหอม ใบ หอม เปลือกหอม ผลหอม เมล็ดหอม รากหอม อย่างหอม และต้นหอม ความหอมจากส่วนต่าง ๆ ของพืชพรรณไม้ไทยเหล่านี้มีคุณค่าและประโยชน์มากมาย มหาศาล ที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้โดยตรง เช่น ปลูกไว้ในบริเวณบ้านเรือนเพื่อส่งกลิ่นหอม หรือเก็บส่วนต่าง ๆ ที่มีกลิ่นหอมมาใช้ประกอบอาหาร ทำเครื่องดื่ม ประยาสมนไพร หรือนำไปทำเป็นเครื่องหอมไทย เช่น น้ำอบ น้ำปรุง แป้งร่ำ แป้งหอม ฯลฯ ที่สำคัญคือการนำไปสกัดเป็นสารสกัดและน้ำมันหอมระเหยซึ่งเป็นสารหอมที่มีอยู่ในไม้หอมซึ่งมีสรรพคุณในการบำบัดรักษาโรคทางกาย อารมณ์และจิตใจ รวมทั้งเป็นส่วนประกอบสำคัญในการทำเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์สปา

ความมหัศจรรย์ของพรรณไม้หอมอยู่ที่กลิ่นหอมที่มีอิทธิพลต่ออารมณ์ ความรู้สึก และจิตใจ ของผู้ที่ได้สูดดม เช่น ทำให้เรารู้สึกปลอดโปร่งโล่งสบาย ทำให้รู้สึกสดชื่นแจ่มใส เบิกบานใจ สงบเย็น เป็นต้น อันเป็นผลเบื้องต้นที่เกิดขึ้นหลังจากที่เราได้รับกลิ่นหอม แต่ความมหัศจรรย์ของกลิ่นหอมมิได้มีอยู่เพียงผลต่ออารมณ์ ความรู้สึก และจิตใจเท่านั้น เพราะกลิ่นหอมยังส่งผลกระทบต่อไปถึงสภาพร่างกายและระบบการทำงานของภายในร่างกายของเราอีกด้วย เช่น ทำให้เราเจริญอาหาร นอนหลับสบาย ขับถ่ายสะดวก มีกำลังวังชา หรือหากเรามีปัญหาสุขภาพทางกายหรือทางใจ กลิ่นหอมก็ช่วยแก้ไขและบรรเทาเบาบางลงได้ เช่น ทำให้หายปวดหัว ปวดหลัง ปวดประจำเดือน คลายเครียด คลายวิตกกังวล หรือแม้กระทั่งช่วยให้หายไข้ หายหวัด และอื่น ๆ อีกมากมาย

คำตอบของความมหัศจรรย์ของกลิ่นหอมเหล่านี้ อยู่ในสารหอมและน้ำมันหอมระเหยที่มีอยู่ในส่วนต่าง ๆ ของพืชหอม ในสารหอมและน้ำมันหอมระเหยมีสารประกอบทางเคมีมากมายหลายร้อยชนิดที่พืชสร้างขึ้น เมื่อสารหอมและน้ำมันหอมระเหยเข้าสู่ร่างกายทางการหายใจหรือทางผิวหนัง สารประกอบทางเคมีเหล่านี้จะมีผลต่อการทำงานในระบบต่าง ๆ ของร่างกาย ตั้งแต่ระบบประสาท ต่อมฮอรโมน และอวัยวะต่าง ๆ บางครั้งส่งผลในทางกระตุ้น บางครั้งส่งผลในการระงับ หรือบางครั้งส่งผลในทางการปรับสมดุล

จากสรรพคุณของกลิ่นหอมที่มีผลในการบำบัดรักษาอาการทางกายและใจนี้ ปัจจุบันการใช้กลิ่นหอมจึงได้รับการยอมรับและถูกยกระดับขึ้นเป็นสาขาหนึ่งของการแพทย์ทางเลือก ซึ่งเป็นการรักษาแบบองค์รวมที่ไม่ได้มุ่งเน้นไปที่การรักษาตัวโรคหรืออาการป่วยไข้เพียงอย่างเดียว การบำบัดรักษาโรคด้วยกลิ่นหอม หรือที่เรียกว่า “สุนทรบำบัด” (Aromatherapy) จึงได้รับความนิยมมากขึ้นเรื่อย ๆ ในยุคที่คนหันมาสนใจเรื่องสุขภาพในแนวธรรมชาติบำบัด

พรรณไม้หอมของไทยมีมากมายหลายร้อยชนิด แต่ละชนิดก็ยังมีส่วนต่าง ๆ ที่ให้กลิ่นหอมที่แตกต่างกันไป และมีสรรพคุณที่แตกต่างกันไป ที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้มากมายหลายวิธี ตั้งแต่ปลูกไว้ในสวน บริเวณบ้าน นำมาขงเป็นเครื่องดื่ม นำมาใช้ประกอบอาหาร นำมาทำเป็นเครื่องหอมไทยใช้ประพินผิว และสร้างบรรยากาศภายในบ้าน หรือนำไปสกัดเป็นสารหอมและน้ำมันหอมระเหยก่อน แล้วจึงนำไปทำเป็นผลิตภัณฑ์ทำความสะอาด เช่น สบู่ แชมพู ยาสีฟัน หรือ ผลิตภัณฑ์เครื่องสำอาง ครีม โลชั่นบำรุงผิวพรรณ คุณค่าและความมหัศจรรย์ของพรรณไม้หอมไทยจึงมีมากมายมหาศาล ลองเริ่มค้นหาความมหัศจรรย์เหล่านี้จากพรรณไม้หอมไทยที่ปลูกอยู่ในบ้านของคุณดู

กระดังงา เป็นชื่อรวมที่ใช้เรียกไม้ยืนต้นหรือไม้เถาที่ให้ดอกสีเหลืองอ่อนหรือเหลืองอมเขียว ดอกเป็นช่อยาว ออกดอกตลอดปี ดอกมีกลิ่นหอมและจะยิ่งหอมแรงขึ้นเมื่อถูกความร้อน อย่างที่คนไทยคุ้นเคยกับสำนวน "กระดังงาหลนไฟ"

คนไทยเชื่อกันว่าบ้านที่ปลูกต้นกระดังงาไว้ทางทิศตะวันออก จะทำให้คนในบ้านเป็นผู้มีชื่อเสียงโด่งดังไปไกล คล้ายเสียงของนกการเวกในสมัยพุทธกาล ที่มีเสียงไพเราะดังก้องไกลไปทั่วทั้งสวรรค์ จึงไม่แปลกที่ความเชื่อนี้จะทำให้มีคนเรียกกระดังงาป่าว่า "การเวก"

กระดังงามีถิ่นกำเนิดอยู่ในเอเชียเขตร้อน เป็นไม้ในวงศ์เดียวกับน้อยหน่า น้อยโหน่ง สายหยุด เป็นต้น กระดังงาที่ปลูกในบ้านเราได้แก่ กระดังงาไทย กระดังงาสงขลา กระดังงाप้า (การเวก) และกระดังงาจีน

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

กระดังงาไทย และกระดังงาสงขลา เป็นไม้พุ่มยืนต้น กระดังงาสงขลาเกิดจากการกลายพันธุ์ของการเพาะเมล็ดจากต้นกระดังงาไทย ถือกำเนิดขึ้นที่บ้านจะโหนด อ.จะนะ จ.สงขลา คนภาคใต้เรียกอีกชื่อหนึ่งว่ากระดังงาเบา กระดังงาไทยมีขนาดทรงพุ่มหนาแน่น ใบดกหนาทึบและลำต้นสูงใหญ่ สูงประมาณ 15-20 เมตร ส่วนกระดังงาสงขลามีขนาดเล็กและทรงพุ่มโปร่ง สูงเพียง 1-4 เมตร ดอกกระดังงาไทยออกเป็นช่อใหญ่ 3-6 ดอก แต่ละดอกมี 6 กลีบ ชั้นนอก 3 กลีบ ชั้นใน 3 กลีบ ส่วนดอกกระดังงาสงขลาออกเป็นดอกเดี่ยว มีกลีบดอก 15-24 กลีบ ทั้งสองชนิดมีกลีบดอกยาว มี 2 ชั้น กลีบดอกชั้นนอกจะยาวและใหญ่กว่ากลีบดอกชั้นใน ลักษณะกลีบบิดม้วนขอบกลีบหยักเป็นคลื่น แต่กระดังงาสงขลาจะบิดม้วนมากกว่า มีเกสรตัวผู้จำนวนมากเป็นตุ่มแป้นทรงกลมตรงกลางดอก มีกลีบเลี้ยง 3 กลีบ รูปสามเหลี่ยมมีขน ผลรูปไข่อยู่เป็นกลุ่ม 5-15 ผล ภายในมีเมล็ดสีน้ำตาลอ่อน

กระดังงाप้า (การเวก) และกระดังงาจีนที่คนภาคเหนือเรียกว่าสะบันนาเครือ เป็นไม้เถาเลื้อยขนาดใหญ่ กระดังงाप้ามีหนามแข็งและยาวตามลำต้น กลีบดอกทั้งสองชนิดมีขนาดใหญ่



กระดังงา

Ylang-Ylang

ชื่อวงศ์ : ANNONACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : กระดังงาไทย *Cananga odorata*(Lamk.) Hook. f & thomson
กระดังงาสงขลา *Cananga odorata*(Lamk.)
Hook.f & thomson var. *fruticosa*
(Ora) J. Sincl. กระดังงาป่า *Artabotrys*
siamensis Miq. กระดังงาจีน *Artabotrys*
hexapetalus(L.f.) Bhandari

และหนากว่ากระดังงาไทยและกระดังงาสงขลา

ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ดหรือตอนกิ่ง เป็นไม้กลางแจ้ง ชอบดินร่วนซุยหรือดินเหนียวที่อุ้มน้ำได้ดี

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ดอกกระดังงาใช้ทำเครื่องหอม น้ำอบ น้ำปรุง หรืออบกลิ่นขนมไทยให้มีกลิ่นหอม น้ำมันหอมระเหยที่เรียกว่า "Ylang-Ylang Oil" ใช้ในอุตสาหกรรมเครื่องสำอาง ทำน้ำหอม หรือใช้เป็นเครื่องหอมบำบัดที่เรียกว่า "Aromatherapy"

คุณสมบัติของดอกกระดังงา มีรสหอมสุขุม ใช้เป็นยาหอมบำรุงหัวใจ บำรุง

โลหิต บำรุงธาตุ แก่ลมวิงเวียน ชูกำลังให้ชุ่มชื้น น้ำมันหอมระเหยที่สกัดจากดอกมีคุณสมบัติลดความเครียด สร้างอารมณ์สงบ ลดความดันโลหิต ด้านเชื้อรา แบคทีเรีย และยีสต์ ช่วยไล่แมลง

เกสรดอก ใช้เป็นยาแก้ร้อนใน กระหายน้ำ แก้อาเจียน ช่วยเจริญอาหาร เปลือกต้น รสฝาด ช่วยขับปัสสาวะ แก้อ่อนเพลีย เนื้อไม้ รสขมฝาด ใช้ขับปัสสาวะ ราก ใช้คุมกำเนิด ใบรักษาโรคผิวหนัง กลาก เกลื้อน แก้ก้น และขับปัสสาวะ

วิธีอบกลิ่นดอกกระดังงา

เก็บดอกแก่จัดในเวลากลางวัน ซึ่งเป็นช่วงที่ดอกกระดังงาจะส่งกลิ่นหอมแรงที่สุดของวัน วันรุ่งขึ้นนำดอกไม้ไปรมควันเทียนหรือเปลวไฟจากเทียน ความร้อนจะช่วยกระตุ้นให้ต่อมน้ำมันหอมระเหยออกมามากกว่าปกติ จากนั้นนำไปเสียบไม้ล่อน้ำในภาชนะปิดสนิททิ้งไว้ 1 คืน เก็บดอกทิ้ง นำน้ำที่ได้ไปใช้คั้นกะทิ หรือทำน้ำเชื่อมปรุงกลิ่นขนมหวานที่ต้องการต่อไป

ชากลีบดอกกระดังงา

นำดอกไม้แก่จัดไปอบควันเทียนหรือเปลวไฟจากเทียน แล้วนำไปชงน้ำดื่มเป็นชา ช่วยบำรุงหัวใจ ให้กลิ่นหอมสดชื่น





แก้ว

Orange Jessamine

ชื่อวงศ์ : *RUTACEAE*

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Murraya paniculata*
Jack.

ชื่ออื่นๆ : แก้วขาว (ภาคกลาง) แก้วลาย
(สระบุรี) แก้วพริก ตะโหลแก้ว (เหนือ)
จำพริก (ลำปาง) แก้วขี้ไก่ (ยะลา)

แก้ว เป็นไม้ดอกหอมสีขาวที่ช่วยไล่
ยุง ผลิบานเวลากลางคืน ไซยกลิ่นหอม
ยามเช้า และมักร่วงโรยจากต้นเมื่อถูกแตะ
ต้อง

คนไทยโบราณเชื่อว่า บ้านที่ปลูกต้น
แก้วไว้ทิศตะวันออก จะทำให้คนในบ้านมี
ความดี มีจิตใจบริสุทธิ์ เบิกบาน มีคุณค่า
สูงเสมียดังดวงแก้ว และดอกแก้วที่
สะอาดสดใส ส่งกลิ่นหอมอบอวลไปไกล
คนสมัยก่อนยังนิยมนำดอกแก้วไปใช้ในพิธี
บูชาพระในโอกาสวันสำคัญทางศาสนาเพื่อ
ความเป็นสิริมงคลแก่ตนเองและครอบครัว

แก้ว มีถิ่นกำเนิดในป่าดิบของไทย อินเดีย และมาเลเซีย เป็นดอกไม้ประจำจังหวัด
สระแก้ว เป็นไม้วงศ์เดียวกับพืชจำพวกส้มต่างๆ

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

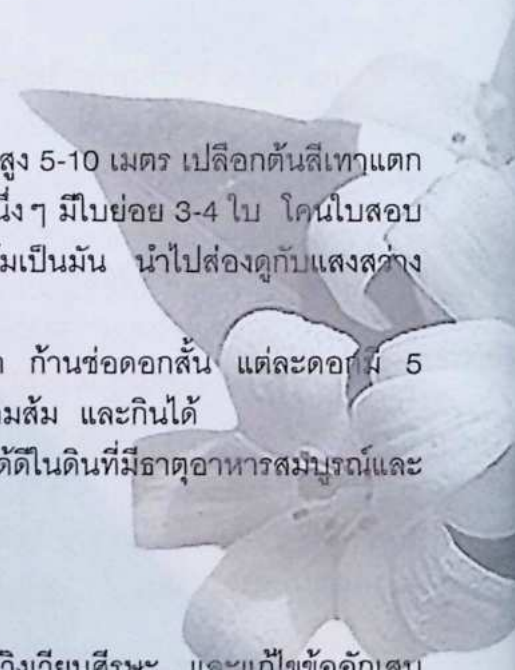
แก้ว เป็นไม้พุ่มยืนต้นเนื้อแข็งไม่ผลัดใบขนาดกลาง สูง 5-10 เมตร เปลือกต้นสีเทาแตก
เป็นร่องตามยาว ใบเป็นช่อ ออกตติเรียงเวียนสลับ ช่อหนึ่งๆ มีใบย่อย 3-4 ใบ โคนใบสอบ
ปลายใบแหลม ขอบใบเป็นคลื่นหยักมนตื้นๆ ใบสีเขียวเข้มเป็นมัน นำไปส่องดูกับแสงสว่าง
พบจุดต่อมน้ำมันเมื่อขยี้ดมมีกลิ่นฉุน

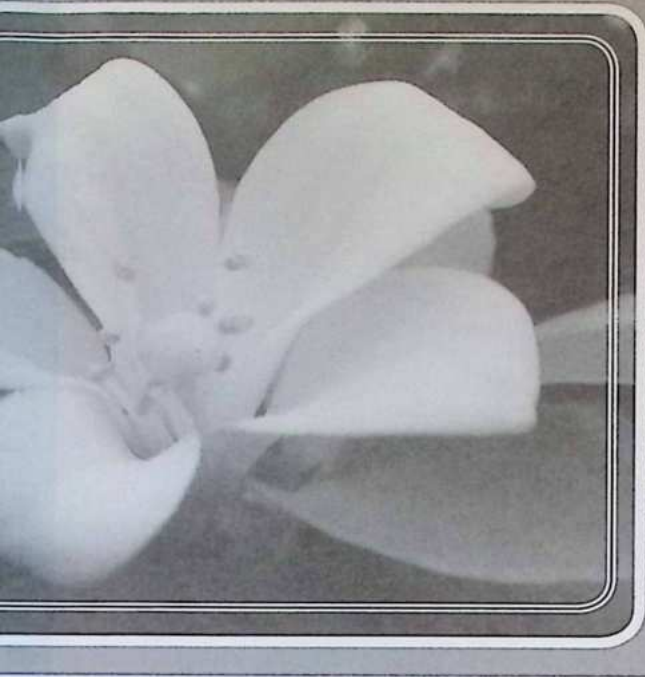
ดอกสีขาวมีกลิ่นหอม ออกเป็นช่อใหญ่ 3-18 ดอก ก้านช่อดอกสั้น แต่ละดอกมี 5
กลีบ เป็นดอกสมบูรณ์เพศ ผลรูปรีหรือไข่ เมื่อแก่สีแดงอมส้ม และกินได้

ขยายพันธุ์โดยการตอนกิ่ง เป็นพืชกลางแจ้ง ปลูกได้ดีในดินที่มีธาตุอาหารสมบูรณ์และ
อุ้มน้ำได้ดี

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ด้านยาสมุนไพรไทย ช่วยย่อยอาหาร แก้ไอ แก้วเวียนศีรษะ และแก้ไข้ข้ออักเสบ
ดอกแก้วยังนิยมนำไปสกัดน้ำมันหอมระเหยทั้งโดยตรงหรือสกัดเคราะห์กลั่น โดยใช้น้ำมันหอม





ระเหยจากดอกแก้วเป็นต้นแบบ ใช้ผสมใน
ยากันยุงหลายชนิด

ด้านสมุนไพรจากส่วนอื่นๆ ใบ มีรส
เผ็ดร้อน ขับโลหิตระดูสตรี แก้กษัยเสียด
แน่นท้อง ขับผายลม บำรุงธาตุ แก่ปวด
ฟัน และบำรุงเลือด ราก รสเผ็ดสุขุม แก่
ปวดเอว แก่พิษแมลงสัตว์กัดต่อย ผื่นคัน
ที่เกิดจากความชื้น แก่ฝีฝักบัวที่เต้านม ฝี
ในมดลูก

ตำรับยา

ใบแก้ว

ยาแก้ปวดฟัน : ใช้ใบสด 1 กรัม ต่อ
เหล้าโรง 1 ช้อนชา ตำพอแหลก คั้นเอา
น้ำยาป้ายฟันที่ปวด

ยาแก้ผื่นคันที่เกิดจากความชื้น : ใช้ใบสดนำไปต้มกับน้ำอาบ หรือชะล้างบริเวณที่คัน
รากแก้ว

ยาแก้แผลฟกช้ำจากการกระแทก : ใช้รากสด 30 กรัม ใส่ในน้ำและเหล้าโรงอย่างละเท่าๆ
กัน ต้มทานหรือพอกแผล

ยาแก้ปวดเมื่อยเอว : ใช้รากแห้ง 15-30 กรัม หั่นเป็นฝอย ใส่รวมกับหางหมู ใส่ในน้ำ
และเหล้าโรงอย่างละเท่าๆ กัน ต้มน้ำรับประทาน

ชาดอกแก้ว

นำดอกแก้วไปตากแห้ง ใช้ชงน้ำดื่มเป็นชา

ไม้เนื้อละเอียดจากต้นแก้ว

เป็นไม้แข็ง เหนียว เนื้อละเอียด ลวดลายงดงาม
สีเหลืองอ่อนแกมเทาเป็นมัน สามารถตกแต่งได้ง่าย มีชื่อ
ทางการค้าว่า Andaman Satin Wood นิยมนำไปใช้ทำเครื่องเรือน เครื่องแกะ
สลัก เครื่องดนตรี หวี กระสวย กรอบรูป ด้ามมีด ด้ามปากกา ด้ามร่ม ไม้บรรทัด ฯลฯ





กุหลาบมอญ *Damask Rose*

ชื่อวงศ์ : ROSACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Rosa damascena* Mill.

ชื่ออื่นๆ : กุหลาบอบ (เจียว-แม่ฮ่องสอน)

ยี่สุ่น (กรุงเทพฯ)

กลิ่นหอมของกุหลาบมอญให้ความหอมเย็นนุ่มนวลชวนเคลิ้มฝัน ในทางยา มีฤทธิ์บำรุงหัวใจได้อย่างดี คุณสมบัติทางกลิ่นที่มีผลต่อจิตใจ มีทั้งทำให้จิตใจสงบ หรือจะกระตุ้นให้ใจกระเจิงด้วยอารมณ์รื่นเริงก็ได้ กุหลาบถูกหยิบให้เป็นสัญลักษณ์แทนคำบอกรัก ที่คู่รักหรือคนที่แอบรักจะมอบให้คนพิเศษในโอกาสต่างๆ โดยเฉพาะช่วงเทศกาลแห่งความรักอย่างวันวาเลนไทน์

ดอกกุหลาบถูกนำไปสกัดทำน้ำหอม แต่งกลิ่นขนมไทย ทำน้ำอบ น้ำปรุง นำไปคั้นน้ำใช้เป็นสีผสมอาหารคาวหวาน หรือนำกลีบดอกไปรับประทานสดๆ ใส่สลัด ชุบแป้งทอด ใส่ในยำต่างๆ

มีบันทึกอ้างอิงว่า ในสมัยกรุงศรีอยุธยาในปี 2112-2133 สมเด็จพระนเรศวรมหาราช ได้นำเข้ามาปลูกจากหัวเมืองมอญเมื่อครั้งเข้าตีได้ชัยชนะ จึงได้ชื่อว่า "กุหลาบมอญ" และเนื่องจากอยู่เมืองไทยมานานจึงสามารถปรับตัวจนกระทั่งกระจายพันธุ์ได้เองตามธรรมชาติ

ถิ่นกำเนิดดั้งเดิมของกุหลาบมอญนั้นปรากฏหลักฐานไม่แน่ชัด แต่มีการกระจายพันธุ์ที่แคว้นอะนาโตเลียประเทศตุรกี และที่คอเคซัส ซีเรีย และโมร็อกโก การแพร่ขยายเริ่มเมื่อตุรกีนำไปปลูกยังประเทศยุโรปและตะวันออกกลาง โดยมีอิหร่านเป็นศูนย์กลางการปลูกเพื่อผลิตน้ำมันดอกกุหลาบมาหลายศตวรรษ ส่วนแหล่งที่ปลูกเพื่อผลิตน้ำมันหอมระเหยได้แก่บัลกาเรีย ตุรกี รัสเซียตอนใต้ และโมร็อกโก

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

กุหลาบมอญ เป็นไม้พุ่ม อายุยืนหลายปี สูงประมาณ 2 เมตร ตามลำต้นและกิ่งมีหนามแหลม ใบเป็นใบประกอบขอบใบหยักรูปรีหรือไข่ ใต้ใบมีขนเล็กน้อย ดอกมีกลิ่นหอมเย็น มีหลายสี เช่น ขาว ล้ม เหลือง แดง ชมพูอ่อน ชมพูแก่ ดอกออกเป็นช่อที่ปลายกิ่ง



ช่อละ 3-5 ดอก กลีบดอกมน เรียงซ้อนกันหลายชั้น มีขนาดลดหลั่นกันไป โดยชั้นนอกจะมีกลีบขนาดใหญ่กว่าชั้นใน

ขยายพันธุ์โดยการปักชำ ตอนกิ่ง หรือเสียบยอด เป็นพืชกลางแจ้ง ปลูกได้ดีในดินร่วนซุยที่มีธาตุอาหารสมบูรณ์และระบายน้ำได้ดี ในช่วงฤดูฝนให้ตัดแต่งกิ่งเหลือแต่ต้นตอ แล้วใส่ปุ๋ยบำรุงดิน ต้นจะแตกกิ่งใหม่ที่สมบูรณ์ขึ้นมาแทน

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ดอกกุหลาบมอญ มีสรรพคุณบำรุงหัวใจ แก้อ่อนเพลีย และเป็นยาระบายอ่อนๆ ในเมล็ดมีวิตามินซีสูง ในต่างประเทศใช้แก้ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ แก่ติด

เชื้อ ท้องเสีย กระเพาะอักเสบ เป็นยาสมานแผลให้แผลหายเร็ว เมล็ดยังเป็นแหล่งสกัดวิตามินอี

น้ำมันหอมระเหยที่สกัดได้จากดอกกุหลาบ "rose oil" ใช้ทำหัวน้ำหอม แต่งกลิ่นน้ำมันหอมอื่นๆ ใช้ในผลิตภัณฑ์เครื่องสำอาง กลิ่นหอมหวานละมุนละไมของน้ำมันกุหลาบ ให้ความรู้สึกถึงความรักและความเป็นผู้หญิง ช่วยกระตุ้นความรู้สึกเสนาหา ทำให้จิตใจสงบ ผ่อนคลายความเครียด และช่วยบรรเทาอาการอักเสบ

ครีมบำรุงผิวน้ำมันกุหลาบ

ส่วนผสม ซีฟ้าง 7 กรัม น้ำมันรำข้าว (แบบบีบเย็น) 60 ซีซี น้ำดอกกุหลาบ (หรือน้ำกลั่น) 30 ซีซี น้ำมันหอมระเหยกุหลาบ 4-6 หยด

วิธีทำ เทน้ำมันรำข้าวและซีฟ้างลงในหม้อต้มสองชั้น นำขึ้นตั้งไฟอ่อนๆ คนให้เข้ากัน เติมน้ำดอกกุหลาบ คนให้เข้ากัน ยกออกจากเตา เติมน้ำมันหอมระเหย คนให้เข้ากัน เทใส่กระปุก ตั้งทิ้งไว้ให้เย็น ส่วนผสมจะจับตัวเป็นครีมปิดฝาเก็บไว้ใช้ทาบำรุงผิวหน้า

ชาดอกกุหลาบ

นำดอกกุหลาบมอญไปตากแห้ง ใช้ชงน้ำดื่มเป็นชา ช่วยบำรุงหัวใจและเป็นยาระบายอ่อนๆ



กาหลง เป็นไม้ดอกหอมเย็นสีขาว ออกดอกได้ยาวนานตลอดปี มีถิ่นกำเนิดในป่าเขตร้อนรวมทั้งในป่าเบญจพรรณของเมืองไทยทุกภาค เป็นต้นไม้ประจำจังหวัดสตูล และเป็นดอกไม้ประจำจังหวัดน่าน และตาก อยู่ในวงศ์เดียวกับพืชตระกูลถั่วทั้งหลาย เช่น จามจุรี ทองกวาว ฯลฯ

กาหลงเป็นต้นไม้มงคลที่นิยมปลูกไว้ในบ้านโดยเชื่อว่าจะทำให้เกิดสิ่งที่เป็นมงคลแก่ชีวิต พืชในสกุลเดียวกับกาหลงในเมืองไทยมีมากกว่า 30 ชนิด นับว่าเป็นพืชดั้งเดิมที่มีอยู่อย่างแพร่หลายชนิดหนึ่ง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

กาหลงเป็นไม้พุ่มผลัดใบขนาดเล็ก สูง 2-4 เมตร ผลัดใบช่วงเดือนพฤศจิกายน-ธันวาคม และแตกใบใหม่ช่วงเดือนเมษายน-พฤษภาคม เริ่มออกดอกในช่วงฤดูฝน กิ่งอ่อนมีขนปกคลุม กิ่งแก่ค่อนข้างเกลี้ยง ใบเป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับตามลำข้อต้น ตัวใบรูปไข่เกือบกลม โคนใบรูปหัวใจ ปลายเว้าเข้าตามเส้นกลางใบลึกเกือบครึ่งแผ่นใบ มองดูคล้ายเป็นใบแผ่หรือเป็นใบ 2 ใบอยู่ติดกันบนก้านเดียว แต่จริง ๆ แล้วเป็นใบเดี่ยว ขอบใบและหน้าใบเรียบ ท้องใบมีขนละเอียด จับดูจะระคายมือคล้ายใบชงโค

ดอกสีขาวมีกลิ่นหอมเย็น ออกเป็นช่อใหญ่ 5-8 ดอก แต่ละดอกมี 5 กลีบ เรียงซ้อนเหลื่อมกัน ดอกทยอยกันบานครั้งละ 2-3 ดอก เกสรตัวผู้สีขาว 5 อัน เกสรตัวเมียสีเขียวอ่อนอยู่ตรงกลาง ดอก มีขนาดใหญ่และยาวกว่าเกสรตัวผู้ ผล ออกเป็นฝักแบน ยาว ภายในแบ่งเป็น 10 ช่อง มีเมล็ดช่องละ 1 เมล็ด ฝักอ่อนสีเขียวเมื่อแก่เปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล

กาหลง

Snowy Orchid Tree

ชื่อวงศ์ : CAESALPINOIDEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Bauhinia acuminata*

Linn.

ชื่ออื่นๆ : สับเสี้ยวดอกขาว (ภาคกลาง)

เสี้ยวน้อย (เชียงใหม่) กาเอื้องโค

(มลายู-นราธิวาส)



เมล็ดแข็งคล้ายเมล็ดกระดิน

ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ดหรือตอนกิ่ง ปลูกง่าย ขึ้นง่าย ดูแลรักษาง่าย รูปร่างใบและทรงพุ่มงดงามจัดแต่งง่าย เป็นไม้กลางแจ้ง ขึ้นได้ในดินทุกชนิด ไม่ต้องใส่ปุ๋ยมากเพราะเป็นพืชตระกูลถั่ว สามารถจับปุ๋ยจากอากาศได้เอง

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ดอกหอมของกาหลง ใช้เป็นยาแก้ปวดศีรษะ ลดความดันโลหิต แก้เลือดออกตามไรฟัน แก้อาเจียนเป็นเลือด แก้เสมหะ

ด้านสมุนไพรจากส่วนอื่น ๆ ของกาหลง ใบ รักษาแผลในจมูก ต้น แก้โรค

สตรี แก้เสมหะ แก้เลือดออกตามไรฟัน ราก แก้ไอ ขับเสมหะ แก้ปวดศีรษะ แก้บิด

กาหลงชุบแป้งทอด

นำดอกกาหลงไปชุบแป้งทอดรับประทานเป็นอาหาร

บุหงาดอกไม้แห้ง

บุหงาดอกไม้แห้ง สามารถใช้ดอกไม้ตากแห้งจากดอกไม้ที่มีกลิ่นหอมได้หลายชนิด เช่น มะลิ พิกุล กุหลาบ ดอกรัก บานไม่รู้โรย นำไปตากให้แห้งใส่ในโถกระเบื้อง โรยด้วยพืชมะลอบดละเอียด คลุกเคล้าให้เข้ากับดอกไม้แล้วพรมด้วยน้ำปรุงหรือน้ำหอมหลาย ๆ ครั้ง บรรจุในถุงบุหงาหรือเครื่องจักรสาน เก็บไว้ใช้ให้กลิ่นหอม





จำปี

White Champaka

ชื่อวงศ์ : MAGNOLIACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Michelia alba* DC.

ต้นจำปีมีถิ่นกำเนิดมาจากประเทศอินโดนีเซีย หรือในแถบเขตร้อนของทวีปเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ อาจครอบคลุมถึงประเทศมาเลเซียและภาคใต้ของเรด้วย ต้นจำปีที่ปลูกในเกาะชวาของอินโดนีเซียและทางภาคใต้ของไยนั้น ส่วนใหญ่ปลูกจากเมล็ด ต้นสูงใหญ่และติดผลมาก ส่วนที่ปลูกทางภาคเหนือภาคกลาง และภาคอีสานนั้นจะมีขนาดต้น

เล็กกว่าและไม่ติดผล แต่จะออกดอกตลอดปี ซึ่งเป็นลักษณะของการคัดเลือกพันธุ์มาแล้ว

จากข้อสันนิษฐานถึงถิ่นเดิมของจำปีและตำราสมุนไพรที่กล่าวถึงสรรพคุณทางยาของจำปีมากกว่าจำปี อาจระบุได้ว่าจำปีคงเข้ามาแพร่หลายในไทยหลังต้นจำปา เพราะไทยและอินโดนีเซียนั้นมีการติดต่อค้าขายเชื่อมสัมพันธ์กันหลังอินเดียซึ่งเป็นถิ่นกำเนิดของจำปีหลายร้อยปี แต่ปัจจุบันนี้เราไม่ค่อยพบเห็นต้นหรือดอกจำปีเท่าใดนัก ที่คุ้นชินคือดอกจำปีที่มักถูกร้อยห้อยท้ายพวงมาลัย ภาพหญิงสาวใช้ดอกจำปีหนีบไว้ข้างหู เสียบไว้ที่มวยผม หรือผูกเส้นผมไว้ข้างแก้ม อย่างแม่หญิงเรไร ในละครขุนศึกทางช่อง 3 หากดูไม่ได้อีกแล้วในชีวิตของคนรุ่นนี้

จำปีมีดอกสีขาวถึงเหลืองอ่อน กลิ่นหอม เริ่มบานและถึงกลิ่นหอมราว 2-3 พุ่ม รุ่งเช้ากลิ่นจะเริ่มจางแล้วหลุดร่วงลาจากต้นไปเหมือนดอกจำปา จำปีออกดอกตลอดปีแต่มีมากช่วงฤดูฝน

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

จำปีเป็นไม้พุ่มยืนต้น อายุยืนนานกว่าจำปาคือ 10-15 ปี หากปลูกจากเมล็ดต้นสูงได้ 10-20 เมตร เปลือกต้นสีน้ำตาลอ่อน แตกออกเป็นร่องถี่เล็กๆ คล้ายร่างแหเป็นแนวยาวไปตามลำต้น กิ่งก้านเปราะหักง่าย ใบมนรีปลายใบแหลม ริมใบเกลี้ยง สีเขียวเข้มเป็นมัน ขนาด



ใหญ่กว่าจำปาเล็กน้อย ยาวประมาณ 25 ซม. ออกแบบสลีบ

ดอกสีขาวถึงเหลืองอ่อนมีกลิ่นหอม ออกตามโคนก้านใบบริเวณยอดของลำต้น เริ่มออกดอกเมื่ออายุ 1-1.5 ปี และให้ดอกมากที่สุดเมื่ออายุเข้าปีที่ 3-5 ออกดอกตลอดปีแต่มีมากช่วงฤดูฝน ดอกจะเริ่มบานและเริ่มหอมช่วง 2-3 ทุ่ม รุ่งเช้ากลิ่นจะจางและร่วงโรย ดอกตูมรูปกระสวย มีแผ่นสีเขียวคลุมอยู่ และหลุดร่วงเมื่อดอกบาน กลีบเลี้ยงและกลีบดอกมีลักษณะเหมือนกัน มี 8-12 กลีบ แต่ละกลีบค่อนข้างแข็งแรงรูปยาวรีแกมรูปหอกกว้าง พันธุ์ที่ปลูกโดยทั่วไปไม่ค่อยติดผล

ขยายพันธุ์โดยการตอนกิ่งหรือเสียบ

ยอดจากต้นดอกจำปาช่วงหน้าฝน เพราะจะออกรากง่าย จำปีเป็นพืชกลางแจ้ง ชอบดินร่วนที่มีการระบายน้ำดี ต้องการน้ำปานกลาง หากขาดน้ำต้นจะไม่ออกดอกหรือออกดอกน้อย

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

กลิ่นหอมของดอกจำปี ใช้ปรุงเป็นยาบำรุงหัวใจ บำรุงเลือด แก้กัม ไช้ ขับน้ำดี ดอกสดใช้ทำบุหงา ร้อยพวงมาลัย ทำน้ำอบ น้ำลอยดอกไม้ หรือเข้าเครื่องหอมอื่น ๆ

ใบมีน้ำมันหอมระเหย มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา ระงับอาการไอ ขับเสมหะ มีการทดลองของประเทศจีนนำไปสกัดใช้รักษาผู้ป่วยหลอดลมอักเสบได้ผลดีขึ้นและได้ผลดีชั่วคราว 75%

ตำราไทย ใบที่ตากแห้งแล้ว หรือนำใบสดไปผิงไฟให้แห้ง ใช้ 10-15 กรัม ตมน้ำดื่มแก้ไอ และหลอดลมอักเสบเรื้อรัง แต่มีฤทธิ์เพียงชั่วคราวไม่สามารถรักษาให้หายได้

ชาดอกจำปี

นำดอกจำปีไปตากแห้ง ใช้ชงน้ำดื่มเป็นชา ช่วยบำรุงหัวใจ บำรุงเลือด

เชื่อกันว่าจำปานั้นคงมีถิ่นกำเนิดมาจากประเทศอินเดีย โดยนิยามจากชื่อวิทยาศาสตร์ของจำปาที่ลงท้ายว่า champaca ซึ่งเป็นชื่อที่พ้องกับชื่อเรียกของคนอินเดียที่เรียกจำปาว่า “จัมปา” ในประเทศอินเดียถือว่าจำปา เป็นต้นไม้ศักดิ์สิทธิ์ มักปลูกในสถานที่เคารพ และนิยมนำดอกไปบูชาเทวดาสังศักดิ์สิทธิ์และพระสงฆ์ หรือนำไปร้อยพวงมาลัย หัตถ์ ห้อยผม สมัยกรุงศรีอยุธยาคนไทยยกย่องดอกจำปาเป็น “พระยาแห่งดอกไม้” และยังมีประเพณีนำดอกจำปาให้คณะทูตเป็นการต้อนรับ ในหนังสือเรื่องอนาคตพระพุทธเจ้ากล่าวว่า “พระเทวเทโว จะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าที่โคนต้นจำปา” จะเห็นว่าต้นจำปานั้นได้รับการยกย่องให้อยู่ระดับสูงสุดไม่แพ้ต้นโพธิ์ ต้นไทร และลั่นทม (จำปาหอม) ของผู้ที่นับถือศาสนาทั้งพราหมณ์ (ฮินดู) และพุทธ

ดอกสดยังใช้ทำบุหงา ใช้คั้นน้ำแต่งสีอาหารซึ่งเป็นสีเฉพาะมีชื่อเรียกว่า “สีดอกจำปาหรือสีจำปา” น้ำมันหอมระเหยที่สกัดจากดอกมีชื่อว่า champa oil หรือ champaca oil ใช้เป็นเครื่องหอมบำบัดและแต่งกลิ่นเครื่องสำอาง เนื้อไม้ใช้ทำเฟอร์นิเจอร์ เครื่องเรือน เครื่องใช้ต่างๆ ถือเป็นไม้ที่มีมูลค่าทางเศรษฐกิจชนิดหนึ่ง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ต้นจำปาเดิม เป็นไม้พุ่มยืนต้นขนาดกลางถึงใหญ่ สูง 15-30 เมตร แต่ที่พบเห็นปลูกในปัจจุบันเป็นพันธุ์ที่คัดเลือกต้นแม่ในธรรมชาติที่มีต้นเล็กแต่ให้ดอกดกมาเป็นแม่พันธุ์เพื่อเพาะขาย จำปาจึงกลายเป็นไม้พุ่มขนาดเล็ก สูงเฉลี่ยราว 6 เมตร อายุ 5-6 ปี

เปลือกต้นจำปาสีน้ำตาลอมขาว ใบเดี่ยวรูปรีแกมรูปขอบขนาน สีเขียวอ่อน ออกเรียงเวียนตามรอบกิ่ง กิ่งและใบอ่อนมีขนบางๆ ลำต้นและกิ่งมีตุ่มละเอียดกระจายอยู่ทั่ว ขนาดใบเล็กและบางกว่าจำปี กว้าง 4-9 ซม. ยาว 10-22 ซม. ก้านใบยาว 2-4 ซม. โคนก้านใบป่อง ขอบใบเป็นคลื่น

ดอกสีเหลืองอมส้มกลิ่นหอมแรง ออกดอกตลอดปีแต่มีมากช่วงฤดูฝน ดอกจะเริ่มบานตอนช่วงตี 2-3 ส่งกลิ่นหอมช่วงเวลาเย็น และเช้าจะร่วงโรย ดอกตูมรูปกระสวยมีแผ่นสีเขียว

จำปา

Champak

ชื่อวงศ์ : MAGNOLIACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Michelia champaca* Linn.

ชื่ออื่นๆ : จำปากอง (นครศรีธรรมราช)

จำปาเขา (ตรัง) จำปากอ (มลายู)



คลุมอยู่ และหลุดร่วงเมื่อดอกบาน กลีบเลี้ยงและกลีบดอกมีลักษณะเหมือนกัน มี 12-15 กลีบ แต่ละกลีบรูปยาวรีแกมรูปหอกกว้าง ผลเป็นกลุ่ม 8-40 ผล ผลย่อยค่อนข้างกลม มีหลายเมล็ด เปลือกหุ้มเมล็ดสีแดง เมล็ดจะแก่ในช่วงฤดูแล้ง

ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ดมากกว่าวิธีอื่น ซึ่งไม่ค่อยออกรากหรือออกรากยาก ลำต้นจากการเพาะเมล็ดจะตั้งตรง มีระบบรากดี เจริญเติบโตได้รวดเร็ว โดยหลังเพาะเมล็ดจนงอกแล้ว ให้ย้ายไปชำไว้ในกระถางจนอายุได้ 3-6 เดือน จึงย้ายปลูกลงดิน จำปาเป็นพืชกลางแจ้ง ชอบดินร่วนที่มีการระบายน้ำดี ต้องการน้ำปานกลาง หากขาดน้ำต้นจะไม่ออกดอกหรือออกดอกน้อย

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

กลิ่นหอมของดอกจำปา เป็นยาบำรุงหัวใจ บำรุงประสาท บำรุงเลือด น้ำมันหอมระเหยที่สกัดได้จากดอกยังมีฤทธิ์กระตุ้นอารมณ์ทางเพศ แก้อาการอ่อนเพลีย วิงเวียนศีรษะ ลดไข้ รักษาหิด ฝี ขับปัสสาวะ แก้โรคไต และใช้ในการแต่งกลิ่นเครื่องสำอาง

ดอกสด ทำบุหงา หรือนำไปคั้นน้ำให้สีเฉพาะที่เรียกว่าสีดอกจำปา ใช้แต่งสีอาหาร หรือใช้สำหรับย้อมผ้า

ด้านสมุนไพรจากส่วนอื่นๆ ใบ มีรสเฝื่อนขมตำคั้นน้ำ แก้โรคลำไส้ใหญ่อักเสบ เส้นประสาทพิการ ผล รสขม แก้แผลที่เท้า แก้เท้าแตก น้ำมันที่สกัดจากเมล็ด ใช้ทาหน้าท้อง แก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ เปลือก รสฝาด เฝื่อน ขม เป็นยาแก้ไข้ ผิดสีดวง ขับปัสสาวะ ขับเสมหะในลำคอ บำรุงหัวใจ แก้โรคเรื้อน ราก รสเฝื่อนขม ช่วยขับประจำเดือน ถ่ายพยาธิ หรือใช้พอกแผลฝีให้หายเร็ว ช่วยระงับการอักเสบ

ชาดอกจำปา

นำดอกจำปาไปตากแห้ง ใช้ชงน้ำดื่มเป็นชา ช่วยบำรุงหัวใจ บำรุงประสาท บำรุงเลือด



ชมนาด

Bread Flower

ชื่อวงศ์ : APOCYNACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Vallis glabra* Kuntze.

ชื่ออื่นๆ : ชมนาดใหญ่ ชมนาดกลาง

ชมนาดฝรั่ง ดอกขาวใหญ่ (ภาคกลาง)

อับสาย (ภาคเหนือ)

ชมนาดมีถิ่นกำเนิดอยู่ในเอเชียเขตร้อน โดยเฉพาะที่เกาะชวาประเทศอินโดนีเซียและมาเลเซีย ตำราบางฉบับระบุว่าพบที่อินเดียและพม่า เป็นไม้ในวงศ์ไม้ดอกหอมเดียวกับดอกกลิ่นทม โกง หิรัญญิการ์ ชมนาดมีกลิ่นหอมแรง ดอกบานทนอยู่นานหลายวัน เริ่มส่งกลิ่นเวลาหัวค่ำ และแรงขึ้นเรื่อย ๆ ยามค่ำคืน

ชื่อเรียกดอกขาวใหม่ อาจจะมาจากการที่ดอกชมนาดมีกลิ่นคล้ายกลิ่นหอมของข้าวหอมที่หุงสุกใหม่ๆ บ้างก็ว่าเหมือนกลิ่นใบเตยหอม กลิ่นมะพร้าว น้ำหอม หรือกลิ่นดอกข้าวสาร ทางฝรั่งเรียกดอกชมนาดว่า Bread Flower หรือ Smoked Sweet Coconut เพราะมีกลิ่นคล้ายขนมปังที่อบใหม่ หรือกลิ่นหอมของมะพร้าวเผา เป็นการเปรียบเทียบแตกต่างกันของแต่ละชนชาติ

ดอกชมนาดมีกลิ่นคล้ายข้าวหอมและเตยหอม เป็นเพราะมีสารชนิดเดียวกันที่พบในข้าวหอมมะลิและเตยหอมของไทย สารนี้พบมากในกลีบดอกชมนาดตากแห้ง ใบเตยหอมสด และข้าวหอมมะลิตามลำดับ มีการสกัดกลิ่นของกลีบดอกชมนาดไปใช้ประโยชน์หลายอย่าง ทั้งอุตสาหกรรมอาหารและเครื่องสำอาง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ชมนาดเป็นไม้เถาเลื้อย เถาเนื้อแข็งมีจุดกระ อายุหลายปี แตกกิ่งชูตั้งขึ้น กิ่งเปราะตัดแต่ง่ายเถาอาจยาวได้กว่า 8 เมตร ใบใหญ่เป็นมันสีเขียวสด ใบรูปไข่แกมรูปรี มีน้ำยางเป็นสีขาว ออกเป็นคู่ตรงข้ามกัน ดอกสีขาวอมเขียว มีกลิ่นหอมแรง ออกเป็นช่อตามกิ่งข้างหรือปลายยอด ช่อละ 10-30 ดอก แต่ละดอกมี 5 กลีบ เชื่อมติดกันเป็นทรงถ้วย แต่ละกลีบมีปลายแหลม มีเกสรอยู่กลางดอกรูป 5 แฉก ออกดอกมากช่วงเดือนมีนาคมถึงมิถุนายน



ผลออกเป็นฝักคู่ ต่อมาจะแยกกันตามความยาวของผล เมื่อแก่จัดแตกออกเป็นสองส่วน เมล็ดรูปไข่ปลายแหลม ส่วนปลายมีขนติดเป็นกระจุก

ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ด ปักชำ หรือตอนกิ่ง เป็นไม้กลางแจ้ง ชอบดินร่วนซุยระบายน้ำดี ต้องการน้ำมาก

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

กลิ่นหอมจากดอกขนาดเล็ก นิยมนำไปอบแป้งร่ำ ทำน้ำอบ น้ำปรุง บูหงา ใช้อบกลิ่นทำน้ำลอยข้าวแช่ สรรพคุณทางสมุนไพร ใช้น้ำยางสีขาว รักษาแผล เป็นยาถ่าย เพิ่มความดันเลือดและกระตุ้นมดลูก

วิธีอบกลิ่นน้ำดอกขมนาด

อุปกรณ์

หม้อเคลือบหรือหม้อดินที่มีฝาปิดมิดชิด แต่หม้อดินจะดูดกลิ่นได้ดีกว่า หม้อดินที่ซื้อใหม่ให้แช่น้ำไว้ 1 คืนแล้วล้างให้สะอาด หญาฝรั่ง พิมเสนชนิดกินได้ น้ำดอกไม้เทศ และดอกขมนาด

วิธีทำ

เก็บดอกขมนาดช่วงประมาณ 1 พุ่ม เป็นช่วงที่ดอกขมนาดส่งกลิ่นหอมแรง นำไปใส่ขันหรือจอกเล็ก ๆ ไว้ลอยน้ำ เพราะถ้าถูกน้ำจะช้ำ และมีกลิ่นเหม็นเขียวแทนกลิ่นหอม เมื่อเตรียมดอกไม้พร้อมแล้วใส่น้ำลงในหม้อประมาณ 1 ใน 3 ของหม้อ ใช้น้ำฝนดีที่สุด ถ้าหาไม่ได้ใช้น้ำกรองต้มสุกที่เย็นดีแล้ว วางขันใส่ดอกไม้ลงไปให้เบาที่สุด ระวังอย่าให้น้ำสะท้อนกระเด็นเข้าขันดอกไม้ รุ่งเช้าเก็บขันดอกไม้ ออก ปิดฝาทิ้งไว้ วันที่ 2 และ 3 ทำซ้ำแบบเดียวกัน โดยก่อนลอยขันดอกไม้ให้คนน้ำเพื่อให้กลิ่นซึมลงน้ำอย่างทั่วถึง ropy หญาฝรั่ง วันสุดท้ายบดพิมเสนใส่ลงไปพร้อมหยดน้ำดอกไม้เทศ 2-3 หยด ถ้าน้ำมีกลิ่นฉุนมากให้เติมน้ำเปล่าลงไปผสมได้





พะยอม

White Meranti

ชื่อวงศ์ : DIPTEROCARPACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Shorea roxburghii*

G. Don (*S. floribunda* kurz.)

ชื่ออื่นๆ : ขะยอมดง พะยอมดง (ภาคเหนือ)

กะยอม (เชียงใหม่) เป่าใบ (แปะฮองฮอง)

ยางหยวก (บ้าน) ขะยอม (หนองคาย) ยอม

พะยอมทอง (สุราษฎร์ธานี-ปราจีนบุรี-ปาดังเบซาร์)

พะยอมมีถิ่นกำเนิดกระจายอยู่ในทวีปเอเชียใต้และตะวันออกเฉียงใต้ ในไทยพบขึ้นตามป่าเบญจพรรณแล้งทั่วทุกภาคของประเทศ รวมถึงยังพบขึ้นบริเวณป่าพรุที่มีน้ำแช่ขังได้ด้วย ช่อดอกมีกลิ่นหอมขนาดใหญ่ทอดยาวราว 30 ซม. ในช่วงเดือนธันวาคมถึงมีนาคมจะเห็นช่อดอกพะยอมสีขาวนวลแกมเหลืองนี้ อดะร่าอ่วมอยู่เต็มต้น (มองแทบไม่เห็นใบ เพราะใบใหม่เพิ่งเริ่มผลัดได้ไม่นาน) ดอกพะยอมเป็นดอกไม้ประจำจังหวัดกาฬสินธุ์ และพัทลุง

คนไทยเชื่อว่าหากบ้านใดปลูกต้นพะยอมไว้ทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือ จะทำให้เป็นผู้มีอุปนิสัยอ่อนน้อม เพราะพะยอมคือการยินยอม ประณีประนอมผ่อนผัน ผู้คนทั่วไปยินยอมให้ในสิ่งที่ดีงาม นอกจากนี้ยังเป็นผู้ไม่ขัดสนเงินทอง จากลักษณะช่อดอกพะยอมที่มีสีเหลืองทองและมีกลิ่นหอมอบอวลไปไกล

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

พะยอมเป็นไม้ยืนต้นทรงพุ่มโปร่งผลัดใบขนาดกลาง-ใหญ่ สูง 15-30 เมตร ลำต้นตรง มีกิ่งเป็นชั้นๆ ผิวเปลือกสีน้ำตาลหรือเทา เป็นสะเก็ดหนาแตกเป็นร่องตามยาว ใบเดี่ยวสีเขียวเข้มเป็นมันขนาดใหญ่ กว้าง 7-9 ซม. ยาว 8-15 ซม. ออกเรียงสลับ ผลัดใบช่วงฤดูร้อน

ดอกสีขาวนวลแกมเหลืองอ่อนมีกลิ่นหอมแรง ออกเป็นช่อใหญ่ตามกิ่งและปลายกิ่งเกือบทุกกิ่ง ขนาดช่อยาวราว 30 ซม. ดอกย่อยกว้างประมาณ 1 ซม. ยาวประมาณ 2 ซม. กลีบดอก 5 กลีบ บิดเวียนตามเข็มนาฬิกา เกสรตัวผู้สีเหลือง 15 อัน ออกดอกเดือนธันวาคมถึงมีนาคม ผลกระสวยมีปีก 5 ปีก ปลิวลมไปได้ไกล



ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ด เป็นไม้กลางแจ้ง ขึ้นได้ดีในดินทุกชนิด แต่ชอบดินทรายเป็นพิเศษ ไม่ต้องการการดูแลรักษามาก สามารถเติบโตได้เองตามธรรมชาติ

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ดอกกลิ่นหอม รสหวาน ใช้ผสมยาแก้ไข้ ทำยาหอม แก้ลม บำรุงหัวใจ นอกจากนี้ยังใช้ดอกตูมหรือดอกอ่อนไปประกอบอาหารแทนผัก เช่น ต้มจืดน้ำพริก ผัดกับไข่หรือเนื้อสัตว์ นำไปแกง ยำ หรือพล่า เป็นต้น

ด้านสมุนไพรจากส่วนอื่นๆ เปลือกสมานลำไส้ แก้ท้องเดิน

ชาดอกพะยอม

นำดอกพะยอมไปตากแห้ง ใช้ชงน้ำดื่มเป็นชา บำรุงหัวใจ แก้ลม

เปลือกพะยอม มีรสฝาด มีสารแทนนินมาก นำไปใส่กระบอกน้ำตาลสดจากรวงตาลหรือมะพร้าว ใช้เป็นยาแก้ปวดตามธรรมชาติได้ ความฝาดของเปลือกพะยอมนี้คนเฒ่าคนแก่ที่เคี้ยวหมากรู้จักดี เพราะทุกตะกร้าหมากจะต้องมีเปลือกพะยอมติดเอาไว้ เพื่อลูกหมากในตะกร้าหมากก็หุบเปลือกพะยอมนี้มาใช้แทนกันได้

นอกจากนี้ยังนำเปลือกไปใช้ฟอกหนัง หรือนำไปต้มน้ำ ได้สีน้ำตาล ใช้แต่งสีอาหาร เช่น เนื้อแห้ง หรือกุนเชียง เป็นต้น

เนื้อไม้สีเหลืองอ่อนแกมเขียว

พะยอมมีเนื้อไม้เหนียว แข็งแรงทนทาน ตกแต่งง่าย คล้ายไม้ตะเคียนทอง เนื้อไม้สีเหลืองอ่อนแกมเขียว หากทิ้งเอาไว้นานๆ จะเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล นิยมนำไปใช้ในการก่อสร้างและทำเครื่องเรือนต่างๆ หรือใช้ในการทำหมอนรถไฟ เป็นต้น ชิ้นที่ได้จากต้นพะยอมยังนำไปผสมน้ำมันใช้ทาไม้ หรือทำยาแนวได้

พุดซ้อนมีถิ่นกำเนิดอยู่ในประเทศจีนตอนใต้และญี่ปุ่น ชาวจีนและญี่ปุ่นถือว่าดอกพุดซ้อนเป็นสัญลักษณ์ของความสง่างามและความอ่อนโยนละเมียดละไมของหญิงสาว เช่นเดียวกับความงามของกลีบดอกและกลิ่นหอม ฝรั่งทั่วไปเรียกว่าดอกการ์ดีเนีย (gardenia) นิยมนำไปทำช่อดอกไม้ในพิธีแต่งงาน ในประเทศไทยพบมากทางภาคเหนือ คนเผ่าคนแก่ทางเหนือนิยมนำไปเสียบมวยผมเวลาออกงานบุญต่างๆ

พุดซ้อนเป็นไม้ในวงศ์ไม้ดอกหอมวงศ์เดียวกับเข็มพวงขาว กระทุ้ม

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

พุดซ้อนเป็นไม้พุ่มไม่ผลัดใบ ใบดกหนาทึบ แตกกิ่งก้านสาขามาก สูงไม่เกิน 5 เมตร ใบเดี่ยวสีเขียวเข้มเป็นมัน รูปหอกหรือรูปไข่กลับ ออกแบบตรงข้ามกัน

ดอกเดี่ยวสีขาว มีกลิ่นหอม ออกตามซอกใบหรือปลายกิ่ง กลีบดอกโคนติดกันแต่ปลายแยกเรียงซ้อนกัน 5-15 กลีบ แต่บางพันธุ์มีชั้นเดียว ออกดอกตลอดปี เริ่มส่งกลิ่นหอมเวลาเย็นถึงรุ่งเช้า ผลออกเป็นฝักมักแตกออกเป็น 2 ซีกเมื่อแก่จัด แต่ละฝักมีเมล็ด 3-6 เมล็ด

ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ด หรือตอนกิ่ง เป็นไม้กลางแจ้ง หากปลูกในที่ร่มมักไม่ออกดอก ชอบดินร่วนซุยระบายน้ำดี ต้องการน้ำพอควร

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

กลิ่นหอมของดอกพุดซ้อนมีสารประกอบผสมผสานกลมกลิ่นหลากหลาย ทั้งความหอมหวานที่พบในดอกมะลิ กลิ่นเ้ายวนแบบช่อนกลิ่น กลิ่นหอมสดชื่น

พุดซ้อน

Cape Jasmine

ชื่อวงศ์ : RUBIACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Gardenia jasminoides* Ellis

ชื่ออื่นๆ : พุดจีน พุดใหญ่ (ภาคกลาง)

พุธรักษา (ราชบุรี) เค็ดควา (ภาคเหนือ)

แคควา (เชียงใหม่) พุดป่า (ลำปาง) พุดใหญ่

และอินกะหวา (ภาคอีสาน)





ของดอกไม้และผลไม้ ดอกนิยมนำไปร้อย พวงมาลัยไหว้พระ สกัदनํ้ามันหอมระเหย ใช้ทำนํ้าหอมและแต่งกลิ่นเครื่องสำอาง ต่างประเทศนิยมนำไปจัดช่อดอกไม้ในพิธี แต่งงาน

ดอกพุทธรักษาขึ้นชื่อว่าเป็นดอกไม้ที่ สกัตกลิ้นได้ยากมาก เพราะกลีบดอกไม้ ทนความร้อนจากการกลั่นด้วยไอนํ้า แม้ การสกัด้วยวิธีที่ไม่ใช้ความร้อนอย่าง การนำดอกไปแช่ในแอลกอฮอล์หรือสกั ด้วยไขมันเย็นก็ยังไม่สามารถดึงเอาความ หอมออกมาได้อย่างเต็มที่ ดังนั้นผู้ผลิต มักใช้วิธีสกัสารสังเคราะห์แล้วนำไปผสม กับหัวนํ้ามันดอกไม้และสมุนไพรต่าง ๆ เพื่อเลียนกลั่นดอกพุทธรักษาแทน

สรรพคุณทางยาสมุนไพรของพุทธรักษา มีตั้งแต่ใบ ดอก ผล เมล็ด เนื้อไม้และราก คน จีนใช้เป็นยาลดอาการบวม ช่วยให้เลือดไหลเวียนดี ลดความร้อนในกระเสเลือด ใช้เป็นยา ห้ามเลือดและรักษาบาดแผลบริเวณกล้ามเนื้อ ข้อต่อและเส้นเอ็น แก้กการติดเชื้อในกระเพาะ ปัสสาวะ ฝี ดีซ่าน ละลายเสมหะ บรรเทาอาการเครียด นอนไม่หลับ ปวดศีรษะ และ คลื่นไส้

ตำรายาไทย ใบ ตำพอกแก้ปวดศีรษะ เคล็ดขัดยอก หรือตำผสมเหล้าโรงพอกแก้เจ็บ เส้นเท้า ดอก ตำคั้นนํ้าทาแก้โรคผิวหนัง ผล ใช้ขับพยาธิ ขับปัสสาวะ เมล็ด นำไปคั่วให้ ดำเกรียมแล้วบดใช้ห้ามเลือด เนื้อไม้ ไล่ลัดไข้ ราก ใช้แก้ไข้ ขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะเป็น เลือด ทำให้เลือดเย็น แก้เลือดกำเดา เลือดออกตามไรฟัน แก้ปวดฟัน แก้อ่อนใน นอกจากนี้เนื้อไม้ ยังใช้สำหรับทำรูปบูชาพระ หรือนำไปสกัการทำหัวนํ้าหอม

สีผสมอาหารและสีย้อมจากเมล็ด

เมล็ดแก่ นำไปบดเป็นผงละเอียดใช้แต่งสีอาหารและทำสีย้อม ให้สีเหลืองทอง



โมก

Moke

ชื่อวงศ์ : APOCYNACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Wrightia religiosa* Benth

ชื่ออื่นๆ : โมกซ้อน (ภาคกลาง) ปาหลัก

(ระยอง) โมกหลวง มุกบันน้อย มุกบันหลวง

มุกหลวง โมกเขา โมกทุ่ง (ภาคเหนือ)

ยางมุด (เลย) มุด (กาญจนบุรี) มุกธรรษา

(เพชรบุรี)

โมกมีถิ่นกำเนิดอยู่ในพม่า เวียดนาม
เขมร มาเลเซีย ฟิลิปปินส์ พบขึ้นในป่าดงดิบของไทย เป็นไม้ดอกหอมเย็นๆ ส่งกลิ่นหอมแรง
ขึ้นในช่วงเย็น ที่พบปลูกในบ้านเรามี 2 ชนิดคือ โมกบ้านและโมกใหญ่

คนไทยเชื่อว่าบ้านใดปลูกต้นโมกไว้ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ จะทำให้เกิดความสุข ความ
บริสุทธิ์ ชื่อโมกมีเสียงพ้องกับคำว่า “โมกซ์” ในภาษาบาลี หรือ “โมกษ” ในภาษาสันสกฤต
ซึ่งเป็นศัพท์ในพุทธศาสนา หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ทั้งปวง โมกจึงเป็นไม้
มงคลนามที่พบการปลูกทั้งภายในบ้านและวัดหรือศาสนสถานต่างๆ รวมไปถึงสวนโมกข์หรือ
โมกขพลาราม อ.ไชยา จ.สุราษฎร์ธานี ที่มีชื่อเสียงไปทั่วโลกไม่แพ้นามพุทธทาสภิกขุผู้ก่อตั้ง
ซึ่งแม้จะลาโลกไปนานแล้ว แต่ธรรมทานอันบริสุทธิ์ของท่านยังคงอยู่เป็นนิรันดร์

ชื่อสวนโมกขพลารามนี้มาจากการนำสิ่ง 3 สิ่งมารวมกัน ได้แก่ ต้นไม้เดิมที่มีอยู่ในวัด
ร้างแห่งนั้น คือ ต้นโมก ต้นพลา และคำว่าอาราม ซึ่งเมื่อรวมกันแล้วแปลความหมายออก
มาได้ว่า “สวนป่าอันเป็นกำลังแห่งความหลุดพ้น” เป็นความหมายที่เหมาะสมพอดีกับความ
ตั้งมั่นของพระมหาเจี๊ยม (นามเดิมของท่านพุทธทาสภิกขุในขณะนั้น) ว่า “...เราเดินตามโลก
ตั้งแต่นาทีที่เกิดมา จนถึงนาทีที่มีความรู้สึกนี้ ต่อไปนี้ เราจะไม่เดินตามโลก และลาโลกไป
ค้นหาสิ่งที่บริสุทธิ์ ตามรอยพระอริยะที่ค้นแล้วจนพบ...”

ดอกโมกสีขาวสะอาด งดงาม มีกลิ่นหอมรยรินชื่นใจ แต่กลับน้อมช่อดอกลงคารวะ
ต่อผืนดินผู้ให้กำเนิด



ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

โมกใหญ่เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง สูง 5-12 เมตร ส่วนโมกบ้านสูงเพียง 1-3 เมตร แตกกิ่งก้านสาขาออกรอบลำต้นไม่เป็นระเบียบ ใบเดี่ยวออกเรียงกันเป็นคู่ตรงข้ามไปตามกิ่งแขนง ทุกส่วนมีน้ำยางสีขาว ใบรูปไข่ แต่โมกใหญ่มีขนาดใบหนาและใหญ่กว่าโมกบ้านค่อนข้างมาก โดยโมกใหญ่มีใบกว้างประมาณ 2-10 ซม. ยาวประมาณ 4-20 ซม. แต่โมกบ้านมีใบกว้างเพียง 0.8-2 ซม. และยาวเพียง 1.5-5 ซม. เท่านั้น

โมกทั้งสองชนิดมีดอกออกเป็นช่อสีขาวกลิ่นหอมเย็น ดอกและฝักของโมกใหญ่มีขนาดใหญ่กว่าโมกบ้านเล็กน้อย

ดอกออกตามปลายกิ่ง มีดอกย่อย 5-7 ดอก แต่ละดอกมี 5 กลีบก้านดอกเล็กเรียวยาว ไม่สามารถรับน้ำหนักดอกได้เราจึงเห็นช่อดอกโมกคว่ำหัวลงพื้น ผลเป็นฝักคู่ โคนฝักเชื่อมติดกันตรงหัวแล้วแยกออกจากกัน กลางฝักโค้งงอแล้วสอบเข้าหากันตอนปลาย ภายในมีเมล็ดรูปกระสวยจำนวนมาก มีขนสีขาวเป็นกระจุกติดอยู่ที่ปลายเมล็ด ปลิวตามลมไปได้ไกล

ขยายพันธุ์โดยการปักชำและเพาะเมล็ด เป็นไม้กลางแจ้ง แข็งแรงทนทาน ปลูกง่าย ชอบดินร่วนซุย ต้องการความชื้นปานกลาง

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ดอกหอมเย็นใช้เป็นยาระบาย ประโยชน์ด้านสมุนไพรจากส่วนอื่น ๆ ราก (โมกบ้าน) รักษาโรคผิวหนัง แก้พิษสัตว์กัดต่อย เปลือกต้น (โมกใหญ่) แก้บิดมูกเลือด แก้เสมหะเป็นพิษ บำรุงธาตุทั้ง 4 ประจุเป็นยาแก้โรคเบาหวาน แก้ไข้จับสั่น แต่ใช้มากอาจเกิดอาการทางประสาทนอนไม่หลับและเกิดอาการปั่นป่วนในท้อง

ไม้กระถางบอนไซ

โมกบ้าน เป็นไม้ที่แข็งแรงทนทาน ปลูกง่าย ตัดแต่งเป็นรูปทรงต่างๆ ได้ดี จึงได้รับความนิยมระดับต้นๆ ในการนำไปทำไม้บอนไซ (ไม้แคระในกระถาง)

มะลิมีถิ่นกำเนิดอยู่ทางภาคตะวันตกของประเทศอินเดีย ชื่อมะลิที่คนไทยใช้เรียกสันนิษฐานว่ามาจากภาษาอินเดียว่า มลลิจ หรือ มลลิกา ถือเป็นดอกไม้ประจำชาติของอินเดีย ในศาสนาพราหมณ์หรือฮินดูนั้นเชื่อว่ามะลิเป็นดอกไม้ประจำพระนารายณ์ คนไทยนิยมนำไปร้อยมาลัยไหว้พระหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ต่างๆ หรือนำไปไหว้ผู้ใหญ่ที่เคารพนับถือ มะลิดอกตูมมีรูปลักษณ์คล้ายการพนมมือไหว้ ยังสีขาวนวลที่แลดูบริสุทธิ์อ่อนโยน กลิ่นหอมเย็นสดชื่นระรินใจ ทำให้สภาวะวัฒนธรรมแห่งชาติ ได้กำหนดให้ดอกมะลิเป็นสัญลักษณ์ของแม่ เป็นดอกไม้ที่ลูกมอบให้แม่แทนความรัก ความกตัญญูที่ลูกมีต่อแม่

คนไทยเชื่อว่าหากบ้านใดปลูกต้นมะลิไว้ทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือ จะทำให้เกิดความรักความคิดถึงแก่บุคคลทั่วไป และทำให้คนในบ้านมีความบริสุทธิ์ เช่นเดียวกับความขาวและมิกลิ่นหอมบริสุทธิ์ของดอกมะลิที่คนไทยนิยมใช้เป็นเครื่องสักการบูชา

น้ำมันหอมระเหยที่สกัดได้จากดอกมะลิ เป็นน้ำมันหอมที่มีราคาแพงที่สุดอีกชนิดหนึ่ง ด้วยความหอมที่ให้ความรู้สึกสดชื่น ร่าเริง และบ่งบอกความเป็นชาย น้ำมันหอมระเหยจากดอกมะลิจึงได้รับการขนานนามว่า “ราชาแห่งน้ำมันหอมระเหย” หรือ “king of essential oils”

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

มะลิเป็นไม้ยืนต้นประเภทพุ่มแกมเถา สูง 1-2 เมตร ลำต้นเป็นเถากลม แตกกิ่งก้านสาขาไปรอบ ลำต้น กิ่งอ่อนมีขนสั้นๆ สีขาว ใบเดี่ยวออกตรงข้ามเป็นคู่หรือ 3 ใบ มะลิซ้อนใบสีเขียวเข้มกว่ามะลิลา

ดอกออกเป็นช่อใหญ่ตามซอกใบหรือปลายกิ่ง กลีบดอกสีขาว มีทั้งซ้อนและไม่ซ้อน กลีบดอกซ้อนเรียกมะลิซ้อน กลีบดอกชั้นเดียวเรียกมะลิลา ดอกมะลิลาจะมีกลิ่นหอมแรงกว่ามะลิซ้อน ออกดอกตลอดปี มีมากในช่วงฤดูร้อนและฤดูฝน ปกติไม่ติดผล

ขยายพันธุ์โดยการปักชำหรือตอนกิ่ง เป็นไม้กลางแจ้ง ต้องการน้ำปานกลาง ควรปลูกในดินที่มีการระบายน้ำดี และควรหมั่นตัดแต่งกิ่ง พรุนดิน รดน้ำ และให้ปุ๋ยอย่างสม่ำเสมอ จึงจะให้ดอกตลอดปี

มะลิ

Jasmins

ชื่อวงศ์ : OLEACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Jasminum sambac* Ait.

ชื่ออื่นๆ : มะลิขี้ไก่ (ภาคเหนือ) มะลิทอง (แปะองซอน) มะลิลา มะลิซ้อน (ภาคกลาง)

ทางของ (ภาคอีสาน)



สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ความหอมเย็นนุ่มนวลชื่นใจของดอกมะลิถูกนำไปใช้ประโยชน์มากมาย ทั้งเป็นเครื่องหอม ดอกสตรีย่อมมาลัย ทำบุหงา ทำน้ำลอยดอกไม้แต่งกลิ่นอาหาร ทำน้ำอบ น้ำปรุง อบแป้งร่ำ หรือนำไปสกัดเอาน้ำมันหอมระเหยที่เรียกว่า "jasmine oil" มีคุณสมบัติในการช่วยผ่อนคลายความเครียด ทำให้รู้สึกสบายใจ บรรเทาอาการท้องอืดท้องผู้อ่อนล้า รวมทั้งใช้ผสมในครีม โลชั่นบำรุงผิว

ตำรายาไทยจัดความหอมจากดอกมะลิเข้าอยู่ในเกสรทั้ง 5 ทั้ง 7 และทั้ง 9 สรรพคุณโดดเด่นเรื่อง ชูกำลัง บำรุงหัวใจ ทำให้จิตใจแจ่มชื่น แก่ปอดศีรษะ

ตำรับยา

ดอกมะลิ ยาแก้บิด ปวดท้อง : ใช้ดอกสด 1.5-3 กรัม ต้มน้ำดื่ม **ยาแก้ปวดศีรษะ :** ใช้ดอกสดตำให้ละเอียดแล้วพอกขมับ **ยาแก้ฝีหนอง แผลเรื้อรัง หรือทำให้น้ำนมหยุดไหล :** ใช้ดอกสดตำให้ละเอียดพอกหรือคั้นน้ำทา

ใบมะลิ ยาแก้ไข้ ท้องเสีย ปวดท้อง แน่นท้อง : ใช้ใบสด 3-6 กรัม ต้มน้ำดื่ม **ยาแก้ฟกช้ำ แผลสด แผลเรื้อรัง โรคผิวหนัง :** ใช้ใบสดนำไปตำพอกหรือคั้นน้ำทา

รากมะลิ ยาแก้ปวดศีรษะ : ใช้รากสดตำผสมเหล้าโรงพอกขมับ **ยาแก้ปวดฟกช้ำ :** ใช้รากสดตำผสมเหล้าอุ่นให้ร้อน พอกบริเวณที่ปวดแล้วใช้ผ้าพันไว้ **ยาแก้เยื่อตาอักเสบ :** ใช้รากสดต้มน้ำใช้ล้างตา

ชาดอกมะลิ

นำดอกมะลิไปตากแห้ง ชงกับน้ำร้อนดื่มเป็นชา บำรุงหัวใจให้ชุ่มชื่น

โด้ชั้นน้ำมันมะลิ

ใช้น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์ 98 ซีซี ผสมกับน้ำมันหอมระเหยมะลิ 2 ซีซี หรือ 36 หยด คนให้เข้ากันใส่ขวดแก้วที่มีฝาปิด เก็บไว้ใช้ทาบำรุงผิวหน้า



ลั่นทมมีถิ่นกำเนิดอยู่ในเม็กซิโก อเมริกากลางและใต้ ออกดอกตลอดปี มีกลิ่นหอมตลอดทั้งวันทั้งคืน การนำเข้ามาปลูกในไทยนำมาจากเขมร (คนภาคใต้เรียกต้นลั่นทมว่าต้นขอม) เมื่อครั้งไปตีนครธม ได้ชัยชนะ นำต้นนี้เข้ามาปลูก เรียกชื่อว่า "ลั่นทม" โดยคำว่า "ลั่น" แปลว่า ตี เช่น ลั่นฆ้อง ลั่นกลอง และ "ทม" ก็หมายถึง "นครธม" ที่ไทยตีชนะนั่นเอง ต้นลั่นทมนี้ภายหลังเพี้ยนเป็นลั่นทม พ้องกับคำว่า "ระทม" จึงไม่นิยมนำไปปลูกไว้ที่บ้าน เพราะคำเรียกที่ถือว่าไม่เป็นมงคล เป็นความโศกเศร้า ทุกๆระทมนั้นเราจึงพบต้นลั่นทมปลูกได้ตามวัดวาอารามมากกว่า

ต่อมามีการเรียกชื่อต้นลั่นทมใหม่ว่า "ลีลาวดี" แปลความหมายได้ว่า ต้นดอกไม้ที่มีท่วงท่าสวยงาม อ่อนช้อย จึงนิยมนำมาปลูกเป็นไม้ประดับ และยังเป็นดอกไม้ประจำจังหวัดสรวงคาม

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ลั่นทมขาวเป็นไม้พุ่มขนาดกลาง กลางแจ้ง ผิวขรุขระซึ่งเกิดจากรอย ขาวมีใบสวยที่สุด และกิ่งก้าน

ลั่นทมขาว

Singapore Plumeria

ชื่อวงศ์ : APOCYNACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Plumeria obtusa* Linn.

ชื่ออื่นๆ : ลีลาวดี ลีลาวดีขาวพวง (ทั่วไป)

จำปาขาว (ภาคเหนือ) จำปาขาว (ภาคอีสาน)

จำปาขอม (ภาคใต้)

สูง 3-6 เมตร ทรงพุ่มกลมเมื่อปลูก
ของใบที่ร่วงหล่นไป ลั่นทม
ในตระกูลลั่นทม ลำต้น
อวบ น้ำ เปราะแตกหัก
ง่าย ทุกส่วนของต้น
มีน้ำยางสีขาว
ใบเดี่ยว สี
เขียวเข้ม
เป็นมัน
ท้องใบสีเขียว
อ่อน มีขน ออก
เรียงสลับแบบขึ้น

บันได รูปไข่กลับแกมขอบขนาน โคนใบ



แหลม ปลายใบมนหรือเว้าบวม

ดอกออกเป็นช่อสีขาวตรงกลางดอก สีเหลืองมีกลิ่นหอม ออกตามซอกใบ บริเวณปลายกิ่ง มีดอกย่อย 8-16 ดอก ดอกย่อยมีโคนกลีบดอกเชื่อมกันเป็นหลอด ภายในมีขน ปลายดอกแยกเป็น 5 กลีบซ้อนเหลื่อมกัน ผลเป็นฝักคู่ เมื่อแก่แตกออกเป็น 2 ซีก ภายในมีเมล็ดจำนวนมาก เมล็ดแบนมีปีก

ขยายพันธุ์โดยการปักชำ ตอนกิ่ง หรือเพาะเมล็ด เป็นไม้กลางแจ้ง ขึ้นได้ตั้งแต่ชายทะเลถึงชายเขา ปลูกได้ดีในพื้นที่ที่มีน้ำน้อย แห้งแล้ง และดินเค็ม เป็นไม้ที่มีน้ำหนักรากมากและระบบรากไม่ค่อยแข็งแรง การปลูกระยะใหญ่ควรมีการทำไม้

ค้ำยันไม่ให้ต้นล้ม และตัดแต่งกิ่งก้านเพื่อควบคุมขนาดต้นไม้ให้ใหญ่เกินไป ช่วงหน้าร้อนไม่ควรให้น้ำ รอกระทั่งใบร่วงจากต้นจนหมดและเก็บกวาดใบให้เรียบร้อย

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ด้านสมุนไพร ดอก ตากแห้ง 5-12 กรัม ต้มน้ำกิน ใช้แก้ไอ บำรุงปอด แก้อ่อนใน แก้อ่อนผูกและบิด ใบสด นำไปลนไฟให้ร้อนพอกบริเวณที่มีอาการปวด บวม ใบแห้ง ชงน้ำร้อนรักษาโรคหืด เมล็ด ใช้เป็นยาห้ามเลือด (ภายใน) น้ำยาง ใช้ทาแก้งูสวัด ใส่แผลหรือทาแก้หิด เปลือกต้นแห้ง บดเป็นผง 60 กรัม ชงกับน้ำร้อน 4 ลิตร ต้มครั้งละ 250 มิลลิลิตร ร่วมกับน้ำมะขามเปียก วันละ 4-5 ครั้ง ติดต่อกัน ช่วยขับปัสสาวะ เปลือกราก ใช้รักษาหนองในและกามโรค

ดอกหอมทานได้

นำดอกกลิ่นหอมขาวที่ร่วงจากต้นแล้ว ตัดก้าน สีเขียวที่ติดกับดอกออก แล้วนำไปชุบแป้งทอด หรือใส่ในสลัดดอกไม้



นางแย้มมีถิ่นกำเนิดแถวเกาะชวา และเกาะสุมาตราประเทศอินโดนีเซีย ถูกนำเข้ามาปลูกในไทยเมื่อ 500-600 ปีก่อน มีช่อดอกกลมขนาดเท่าฝ่ามือ สีขาวแซมชมพูดงามตามธรรมชาติ ช่อนอยู่ท่ามกลางใบใหญ่ที่ดูคล้ายรูปหัวใจคอยปกป้องแทนหวงไว้ กระนั้นดอกเจ้าก็กำจายกลิ่นหอมชวนภรรยาผู้ฝันมาดมดม อิกยังหอมนานทั้งวันและคืนจนกว่าดอกจะร่วงโรย ชาวไทยสมัยก่อนนิยมนำดอกไปบูชาพระ และใช้ประโยชน์ทางด้านสมุนไพรรักษาโรค เนื้อไม้ใช้ทำเครื่องเรือน และเครื่องดนตรี

นางแย้มที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศไทยคือ นางแย้มป่า พบตามป่า

เบญจพรรณ บริเวณที่มีความชื้นสูงอย่างริมห้วยเป็นต้น นางแย้มป่ามีใบและดอกที่เล็กกว่ารูปร่างใบหยักเว้าเป็น 2 หยัก ปลายใบมีมุมแหลม 3 มุม มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Clerodendrum in for tunatum* Gaertn.

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

นางแย้ม เป็นไม้พุ่มยืนต้นเนื้ออ่อนขนาดเล็ก สูง 1-2 เมตร ลำต้นตั้งตรงมีขนปกคลุม ใบเดี่ยวออกเป็นคู่ตรงข้ามกันตามข้อต้น ใบมีขน กว้างประมาณ 14 ซม. ยาวประมาณ 17 ซม. รูปใบคล้ายรูปหัวใจหรือใบโพธิ์แต่ไม่มีติ่ง ขอบใบหยักเป็นฟันเลื่อยห่างๆ จับดูสากมือ เมื่อขยี้ดมมีกลิ่นเหม็น

ดอกสีขาวกลิ่นหอมแรงตลอดวัน ดอกออกเป็นช่อแน่น เส้นผ่าศูนย์กลางแต่ละช่อประมาณ 10 ซม. แต่ละดอกเมื่อบานแล้วกว้างประมาณ 1 นิ้ว กลีบดอกออกเรียงซ้อนกันคล้ายมะลิซ้อน มีกลีบดอกชั้นนอกสีม่วงอ่อน ดอกทยอยบานจากด้านบนช่อออกไป ออกดอกตลอดปีแต่มีมากในช่วงฤดูฝน เกสรตัวผู้มี 4 ก้าน

นางแย้ม

Glory Bower

ชื่อวงศ์ : LABIATAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Clerodendrum chinense* (Osbeck) Mabb.

ชื่ออื่นๆ : ปิงชะบด ปิงซ้อน (ภาคเหนือ)

ปิงสุมกร (เชียงใหม่) สออบใหญ่ (โคราช)





เกสรตัวเมียมีก้านเดียว ผลอ่อนมีเปลือก
หุ้ม เมื่อแก่แตกเป็น 4 กลีบ

ขยายพันธุ์โดยการปักชำหรือตอนกิ่ง
และการขุดต้นอ่อนที่เกิดจากราก (ไหล)
ใกล้ผิวดินไปปลูก ซึ่งจะเริ่มเกิดต้นอ่อน
มากขึ้นหลังปลูกไปแล้วประมาณ 2 ปี
ปลูกเพียงต้นเดียวไม่นานจะขยายออกเป็น
กอใหญ่ เหมาะกับดินที่มีความชุ่มชื้นสูง
เป็นไม้กลางแจ้งหรือควรได้รับแดดอย่าง
น้อยครึ่งวัน

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ช่อดอกหอมทนทานนานได้นาน
หลายวัน เหมาะนำไปปักแจกันหรือบูชา
พระ

ด้านสมุนไพร ใบ ตำพอกแก้โรคผิวหนัง ราก แก้วปวดข้อ เหน็บชา ริดสีดวง ขับระดู
ขาว ขับปัสสาวะ หลอดลมอักเสบ ทั้งต้น ใช้แก้กระดูกสันหลังอักเสบเรื้อรัง แก้วปวดเอว
ปวดข้อ แก้วพิษฝี ขับปัสสาวะ แก้วไตพิการ

ตำรับยา

ใบนางแย้ม ยาแก้ผื่นคัน : ใช้ใบสดนำไปต้มกับน้ำอาบ หรือชะล้างบริเวณที่คัน ยา
ขับระดูขาว แก้วหลอดลมอักเสบ ลดความดันโลหิตสูง : ใช้ใบแห้งและราก อย่างละ 15-30
กรัม ต้มน้ำรับประทาน

รากนางแย้ม ยาแก้เหน็บชา ปวดชา : ใช้ราก 15-30 กรัม ต้नรวมกับไข่ ทาน 2-3
วันติดต่อกัน ยาแก้เหน็บชาที่มีอาการบวม น้ำ ปวดเอว ปวดข้อ : ใช้รากแห้ง 30-60 กรัม
ต้มน้ำทาน ยาแก้ริดสีดวงทวาร : ใช้รากแห้งขนาดพอประมาณต้มน้ำแล้วนั่งแช่

ไม้เนื้ออ่อนลายงามจากนางแย้ม

เนื้อไม้จากนางแย้ม มีลวดลายงดงามตามธรรมชาติ นิยมนำไปใช้ทำเครื่องเรือน เครื่อง
ดนตรี เครื่องกลึง กระสวย หวี กรอบรูป ด้ามมีด ด้ามปากกา ด้ามร่ม ขอบู๊ ขอบ้าง
 เป็นต้น

บุนนาคเป็นพืชดั้งเดิมของไทยพบ
ขึ้นในป่าขึ้นตั้งแต่ภาคเหนือไปถึงภาคใต้ มี
ถิ่นกำเนิดอยู่ในบริเวณเทือกเขาหิมาลัย
จนถึงประเทศมาเลเซีย เป็นไม้ดอกหอมที่
มีเนื้อแข็งคุณภาพดี มีสรรพคุณด้าน
สมุนไพรเกือบทุกส่วนของต้น

คนไทยเชื่อกันว่าบ้านที่ปลูกต้น
บุนนาคไว้ทางทิศตะวันตก จะทำให้คนใน
บ้านเป็นผู้มีบุญอันประเสริฐ และช่วย
ปกป้องภัยอันตรายจากภายนอกได้ ดังเช่น
สรรพคุณของใบที่ช่วยรักษาพิษของสัตว์
ร้ายอย่างพิษงู นอกจากนี้คำว่า “นาค”
ยังหมายถึงพญานาคที่มีแสนยานุภาพ
ปกป้องคุ้มครองพิชภัยได้ ความเป็นมงคล
ของบุนนาคนี้คนไทยนำไปใช้สำหรับตั้งชื่อ
บุตรหลาน รวมถึงชื่อสกุลบุนนาคก็สืบเชื้อสายราชินิกุลมายาวนาน

บุนนาค เป็นไม้วงศ์เดียวกับต้นชะมวง มังคุดป่า ตั้วแดงและตั้วขน และเป็นต้นไม้ประจำ
จังหวัดพิจิตร

บุนนาค

Iron Wood

ชื่อวงศ์ : GUTTIFERAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Mesua ferrea* Linn.

ชื่ออื่นๆ : สารภีคดอย (เชียงใหม่) นาคบุตร
(ภาคใต้)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

บุนนาคเป็นไม้ยืนต้นไม่ผลัดใบเนื้อ
แข็งขนาดใหญ่ สูง 25-30 เมตร ลำต้น
สีน้ำตาลโคนต้นกว้างปลายแหลมคล้ายรูป
สามเหลี่ยม ใบเดี่ยวหนาออกเรียง
สลับ รูปไข่ยาวเรียวแคบ ใบอ่อน
สีชมพูถึงแดง เมื่อโตขึ้นหน้า
ใบสีเขียวเข้มเป็นมัน ท้องใบ
สีเขียวอมขาว

ดอกออกเดี่ยวหรือเป็น
ช่อ 2-3 ดอก สีขาวนวลถึง
เหลืองอ่อน กลิ่นหอมตลอดทั้งวัน ออก
ตามปลายกิ่ง ขนาดดอกค่อนข้างใหญ่



5-10 ซม. มีดอกย่อยมี 5 กลีบ มีเกสรตัวผู้สีเหลืองตรงกลางดอก จำนวนมาก ออกดอกและบานเกือบพร้อมกันทั้งต้น บานได้นาน 1-2 วันแล้วร่วงโรย ผลรูปไข่ เมื่อแก่แตกออกเป็น 2 ซีก เมล็ดสีน้ำมันตาลเป็นมัน มี 2-3 เมล็ด

ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ดหรือ ตอนกิ่ง เป็นไม้กลางแจ้ง ขึ้นได้ดีในดินร่วน ชอบน้ำแต่ไม่ชอบที่ชื้นแฉะ

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ดอกรสหอมเย็น ชม ฝาด มีกลิ่นหอม นิยมนำไปผสมในเกสรทั้ง 5 ทั้ง 7 และทั้ง 8 ประจุเป็นยาหอม ยาลม บำรุงหัวใจ แก้ไข้ แก้ไอ ขับเสมหะ ขับลม แก้

ร้อนกระสับกระส่าย ชูกำลังแก้อ่อนเพลียเกสรดอกรสหอมเย็น ทำให้ชื่นใจ เป็นยาแก้ไข้ บำรุงครรภ์

ด้านสมุนไพรจากส่วนอื่น ใบ รสฝาดสมาน ใช้รักษาแผลสดและแก้พิษงู เปลือกต้น รสฝาดร้อน ช่วยกระจายหนอง แก่น รสเผื่อน แก้เลือดออกตามไรฟัน กระพี้ รสเผื่อน แก้เสมหะในลำคอ ราก เป็นยาขับลมในลำไส้ ผล ฝาดสมานช่วยขับเหงื่อ เมล็ด นำไปสกัดน้ำมัน ใช้รักษาอาการปวดตามข้อ ทาแก้โรคผิวหนัง

น้ำมันหอมที่สกัดได้จากดอก นำไปใช้แต่งกลิ่นสบู่ เครื่องสำอาง นิยมใช้ร่วมกับน้ำมันจันทน์ (sandalwood oil) หรือใช้จุดน้ำมันตะเกียงให้กลิ่นหอม

ไม้เนื้อแข็งสีแดงคล้ำเป็นมัน

เนื้อไม้ของบุนนาคเป็นไม้เนื้อแข็งคุณภาพดี เนื้อไม้สีแดงคล้ำเป็นมัน แก่นสีแดงเข้ม ขัดเงาได้ดี มีชื่อทางการค้าคือ "Iron wood" ใช้ในการก่อสร้างบ้านเรือน ทำพื้น ราว ตงและเครื่องบน ความแข็งแรงทนทานของไม้บุนนาคเห็นได้จากนิยมนำไปทำหมอนรถไฟ ทำเสาสะพาน ต่อเรือ เกลวียน ด้ามร่ม ไม้เท้า ทำพานท้ายปืน เป็นต้น

พลับพลึงมีถิ่นกำเนิดอยู่บริเวณชายฝั่งทะเลแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้และหมู่เกาะโปลินีเซีย รวมถึงประเทศไทย ด้วยความคุ้นเคยกับพลับพลึงนี้เท่าที่มีบันทึกในหนังสืออักขราภิธานศรับท์ของหมอปรัดเล สืบย้อนไปได้ 139 ปีมาแล้ว ความคุ้นเคยที่พบเห็นต้นพลับพลึงอยู่ทั่วไปนี้ ถึงขั้นที่ชาวนาไทยนำไปใช้เรียกระยะเวลาเก็บเกี่ยวข้าว ซึ่งเป็นระยะที่เมื่อเกี่ยวแล้วนำไปตากและสี จะได้เมล็ดข้าวสวยงามไม่แตกหักมากนักเมื่อเทียบกับการเกี่ยวระยะอื่น ระยะนี้เป็นช่วงที่ต้นข้าวยังมีใบเขียวอยู่ เมล็ดกำลังเปลี่ยนสีจากสีเขียวเป็นสีครีมแต่ยังไม่เป็นสีเหลือง ชาวนาจะเรียกระยะเกี่ยวข้าวช่วงนี้ว่า “ระยะพลับพลึง”

พลับพลึงให้ช่อดอกใหญ่ ส่งกลิ่นหอมตั้งแต่ช่วงเย็นจนถึงเช้ามืดที่แดดจะแรง ก้านดอกค่อนข้างยาว เหมาะจะนำไปจัดแจกัน พลับพลึงมีหลายชนิด เช่น พลับพลึงแดง พลับพลึงดอกแดง พลับพลึงเดือนดา พลับพลึงแมงมุม พลับพลึงดินเปิด พลับพลึงสีทอง พลับพลึงต่าง ฯลฯ กลีบดอกมีทั้งสีขาว สีแดง สีม่วงอ่อนหรือชมพู แต่ที่นำมาปลูกถึงนี้เป็นพันธุ์ดั้งเดิมที่พบขึ้นอยู่ทั่วไปในประเทศไทย เป็นไม้หอมวงศ์เดียวกับช่อนกลิ่น จึงมีลักษณะหลายอย่างคล้ายกันมาก นอกจากนี้ช่อดอกของพลับพลึงยังมีดอกรวมอยู่ด้วยกันคล้ายลิลลี่จึงมีชื่อเรียกภาษาอังกฤษว่า “crinum lily” หรือ “cape lily”

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

พลับพลึงเป็นไม้ล้มลุกหลายฤดู สูง 90-120 ซม. ลำต้นเป็นหัวอยู่ใต้ดิน มีกาบใบหุ้มซ้อนกันเป็นชั้นๆ กาบใบอวบน้ำสีขาว ใบหนาอวบน้ำสีเขียวรูปหอกปลายแหลม แผลออกไปรอบลำต้น ใบกว้าง 10-12 ซม. ยาว 60-90 ซม.

ดอกออกเป็นช่อใหญ่สีขาวมีกลิ่นหอม ก้านดอกชูขึ้นมาจากส่วนกลางของลำต้น ยาวประมาณ 90 ซม. มีดอกย่อย 15-40 ดอก กลีบดอกส่วนโคนเชื่อมกันเป็นหลอดยาว 7-10 ซม. ปลาย

พลับพลึง

Crinum Lily

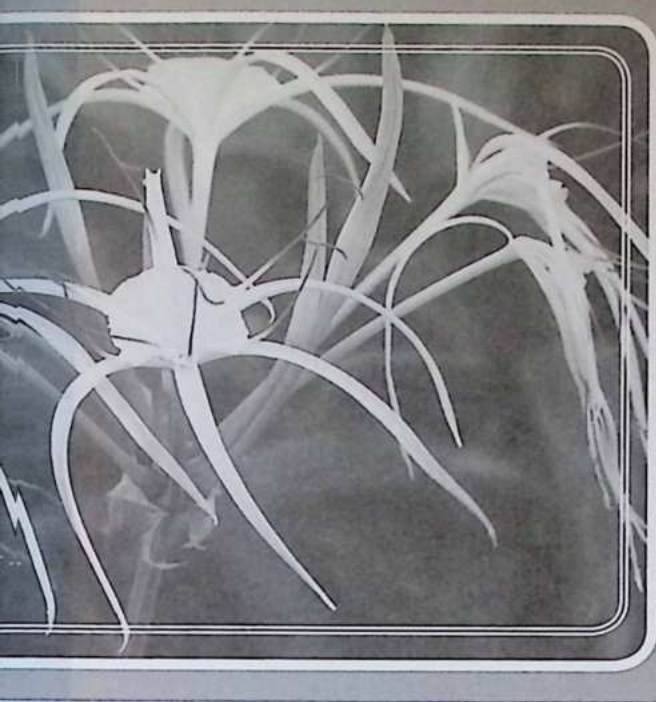
ชื่อวงศ์ : AMARYLLIDACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Crinum asiaticum*

Linn.

ชื่ออื่นๆ : ลิ้ว (ภาคเหนือ)





แยกเป็น 6 กลีบสีขาว กลีบดอกแคบเรียว ยาวประมาณ 15 ซม. มีเกสรตัวผู้สีขาว 6 ก้าน ชูสูงขึ้นมาจากดอก ปลายเกสรมีสีแดง ดอกตูมมีกาบสีเขียวอ่อนหุ้มอยู่ 2 กาบ เมื่อบานเต็มที่กลีบดอกจะโค้งลง เข้าหาก้านดอก หยอยออกดอกบานได้ เรื่อยๆ ผลสีเขียว ค่อนข้างกลม

ขยายพันธุ์โดยการแยกหน่อ แยก หัว ชอบความชุ่มชื้น ชอบที่ร่มหรือแสงรำไร หากน้ำไม่พอจะแสดงอาการใบเหี่ยว ปลุกได้ในดินที่ชื้นแฉะ หนานานไม่มีโรคแมลงรบกวนมากนัก ควรหมั่นลอกกาบใบที่แห้งเหี่ยวทิ้งจะทำให้ต้นใหญ่สวยงามโตเร็ว และหากต้องการให้ต้นออกดอกสม่ำเสมอควรแยกหน่อหรือต้นเล็กๆ ที่มักจะงอกตามโคนต้นออกไป

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

กลีบดอกกลิ่นหอมเย็นชื่นใจ ใช้ทำเครื่องหอมไทย น้ำอบและบุหงา ชาวตะวันตกเชื่อว่า ดอกพลับพลึงสื่อถึงความรัก ใช้เป็นเครื่องหมายบอกความนัยว่า “หนีไปกันเถอะ” บ้านเราก็คงว่า “วิวาทเหาะ” แต่คงไม่เหมาะสมนักกับสังคมตะวันตกอย่างบ้านเรา

ด้านสมุนไพร ใบ นำไปรนไฟพอนิ่ม พอกแก้เคล็ด ขัด บวม กล้ามเนื้ออักเสบ หรือนำไปตำ ใช้สำหรับ ฟอกศีรษะลดไข้ ใช้ต้มน้ำดื่มให้อาเจียนเป็นเสมหะแก้พิษ ในสมัยโบราณสตรีที่อยู่ไฟหลังคลอด นำไปประคบหน้าท้อง ทำให้มดลูกอยู่ตัว ขจัดเกิน ขับของเสียต่างๆ ให้ออกจากร่างกาย

บุหงาดอกพลับพลึง

การทำบุหงาดอกพลับพลึง ก็เหมือนกับการทำบุหงาสดจากดอกไม้ชนิดอื่น ๆ เช่น มะลิ กุหลาบ กระดังงา จำปา จำปี พิกุล โดยมีส่วนประกอบอื่น ๆ คือ น้ำอบไทย พิมเสน น้ำปรุง หรือน้ำหอม

วิธีทำให้นำดอกพลับพลึงสด ปลิดขั้วใส่ลงในโถกระเบื้อง พร้อมด้วยน้ำอบเล็กน้อย โรยพิมเสนเล็กน้อย บรรจุลงในถุงผ้า พรมน้ำปรุงหรือน้ำหอมลงบนถุงเล็กน้อย

ประยงค์มีถิ่นกำเนิดทางตอนใต้ของ
ประเทศจีนและในแถบประเทศอินโดจีน
สันนิษฐานว่าถูกนำเข้ามาในประเทศไทย
นานแล้ว ดอกประยงค์นั้นมองดูเผินๆ
เหมือนช่อตุ้มดอกอ่อนที่ไม่ยอมบาน หาก
แม็กลิบรองดอกของประยงค์ไม่ใช่สีเขียวที่
ต่างจากกลีบดอกที่มีสีเหลืองแล้วคงสรุปได้
เช่นนั้น

ดอกไม้ส่วนใหญ่จะค่อยๆ คลี่กลีบ
ออกมาทีละน้อยจนบานเต็มดอกแล้วร่วง
โรย ทว่ากลีบดอกประยงค์คล้ายเหนียว
อวย เพียงแย้มกลีบออกมาให้เห็นเกสรที่
อยู่ภายในเล็กน้อย ประหนึ่งเปิดโอกาสให้
เกสรได้ส่งกลิ่นหอม รับแรงลมให้ละออง
เกสรตัวผู้ร่วงหล่นผสมกับเกสรตัวเมียที่อยู่ใน
ดอกเดียวกัน หรือเพื่อให้ผึ้งตัวน้อยได้ดื่มกินความหอมหวานจากช่อดอก แม้แย้มกลีบออก
มาเพียงนิดก็ยิ่งส่งกลิ่นหอมไปไกลจนมีชื่อเรียกอีกอย่างว่า “หอมไกล” กลิ่นหอมของดอก
ประยงค์นี้ยังหอมนานแม้ว่าดอกจะเหี่ยวเฉาโรยราจากต้นไปแล้ว

คนไทยเชื่อว่าบ้านใดปลูกต้นประยงค์ไว้ทางทิศตะวันตก จะมีความยั่งยืน มั่นคง เพราะ
ประยงค์หรือกระยงฟ้าดูคล้ายความยั่งยืน ความมั่นคง หรือความอยู่ยงคงกระพัน

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ประยงค์เป็นไม้พุ่มยืนต้นขนาดเล็ก เรือนยอดกลมค่อนข้างทึบ แตกกิ่งก้าน
สาขามาก สูงไม่เกิน 5 เมตร ใบหนาสีเขียวเข้มเป็นมัน ตัวใบยาวประมาณ 5

ซม. รวมก้านแล้วยาวประมาณ 12

ซม. ใบเป็นใบรวมมีใบย่อย 3-5 ใบ

ดอกออกเป็นช่อสีเหลืองมี
กลิ่นหอมทนทาน ส่งกลิ่นหอมไปได้

ไกล คนทางใต้จึงเรียกว่า “หอม

ไกล” ออกตามซอกใบ ดอก

ย่อยขนาดเล็กทรงกลม มี

กลีบดอกสีเหลือง 5 กลีบ

ประยงค์

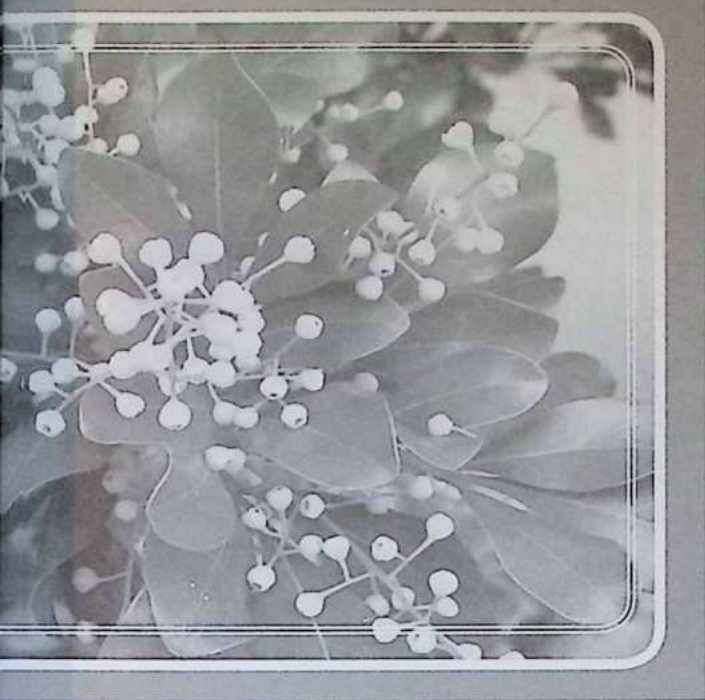
Chinese Rice Flower

ชื่อวงศ์ : MELIACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Aglaia odorata* Lonr.

ชื่ออื่นๆ : ขะยบ ขะยง ยบ มะยงคี่

(ภาคเหนือ) หอมไกล (ภาคใต้-ปัตตานี)



เรียงซ้อนกันแน่น กลีบรองดอกสีเขียว 5 กลีบ ผลกลมรี ผลแก่สีส้มแกมชมพู ภายในมีเมล็ด 1 เมล็ด เยื่อหุ้มเมล็ดรสเปรี้ยว เนื้อนุ่มสีชมพูแกมเหลือง รับประทานได้

ขยายพันธุ์โดยการตอนกิ่งและเพาะเมล็ด ออกรากง่ายแต่โตช้า เป็นไม้กลางแจ้ง ต้องการความชื้นปานกลาง ทนความแห้งแล้งได้

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ดอกประยงค์นั้นเป็นดอกไม้ชนิดหนึ่งที่แมื่อดอกจะแห้งแล้วก็ยังคงกลิ่นหอม จึงนิยมนำไปใช้อบเสื้อผ้า หรือแต่งกลิ่นใบชาเช่นเดียวกับมะลิ

ด้านสมุนไพรใช้สำหรับเร่งการคลอด แก้อาการเมาค้าง ฟอกปอด แก้อ่อน ดับกระหาย แก้อึดอัดแน่นหน้าอก ไอ วิงเวียนศีรษะ ช่วยให้จิตใจปลอดโปร่ง

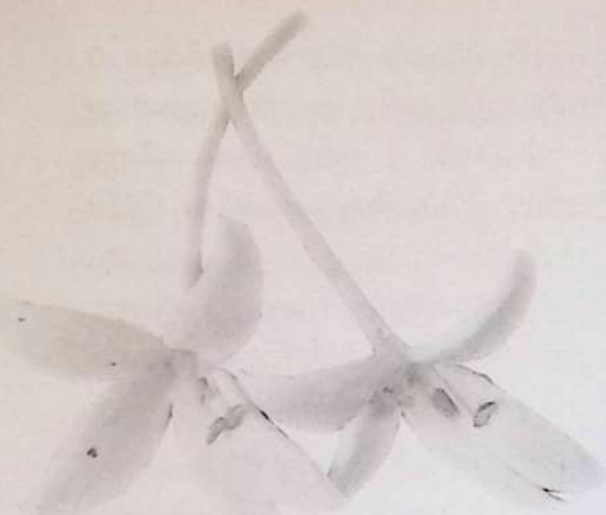
ด้านสมุนไพรจากส่วนอื่นๆ *ก้านและใบ* แก่แผลบวมฟกช้ำจากการกระแทก มีมีหนองทั้งหลาย โดยนำไปต้มน้ำและเคี้ยวให้ข้นทา *ราก* ช่วยให้อาเจียน

ชาดอกประยงค์

นำดอกประยงค์ไปตากแห้ง ใช้ชงน้ำดื่มแบบชา เป็นยาเย็นแก้ไข้ พุพอง แต่มีข้อห้ามสำหรับหญิงมีครรภ์เพราะอาจแท้งได้ เนื่องจากดอกมีฤทธิ์เร่งการคลอด

ผลไม้ให้รสเปรี้ยว

ประยงค์มีผลกลมรี เมื่อแก่จะมีสีส้มแกมชมพู เยื่อหุ้มเมล็ดรสเปรี้ยว เนื้อนุ่มสีชมพูแกมเหลือง รับประทานเป็นผลไม้ ให้วิตามินซีสูง



ปีบ

Indian Cork Tree

ชื่อวงศ์ : BIGNONIACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Millingtonia hortensis*

Linn. f.

ชื่ออื่นๆ : กาซะลอง ภาคสะลอง (ภาคเหนือ)

ก่องกลางดง (ภาคกลาง) กางของ

(ภาคอีสาน)

ปีบมีถิ่นกำเนิดกระจายอยู่ในพื้นป่าเบญจพรรณตะวันตก รอยต่อระหว่างประเทศไทยกับประเทศพม่า และประเทศอินเดีย ออกดอกได้ปีละ 2 ครั้ง ช่วงเดือนมกราคมถึงมีนาคม และเดือนสิงหาคมถึงพฤศจิกายนของทุกปี ส่งกลิ่นหอมตั้งแต่ช่วงเย็นถึงรุ่งเช้า บานตอนกลางคืนแล้วโรยในตอนเช้า

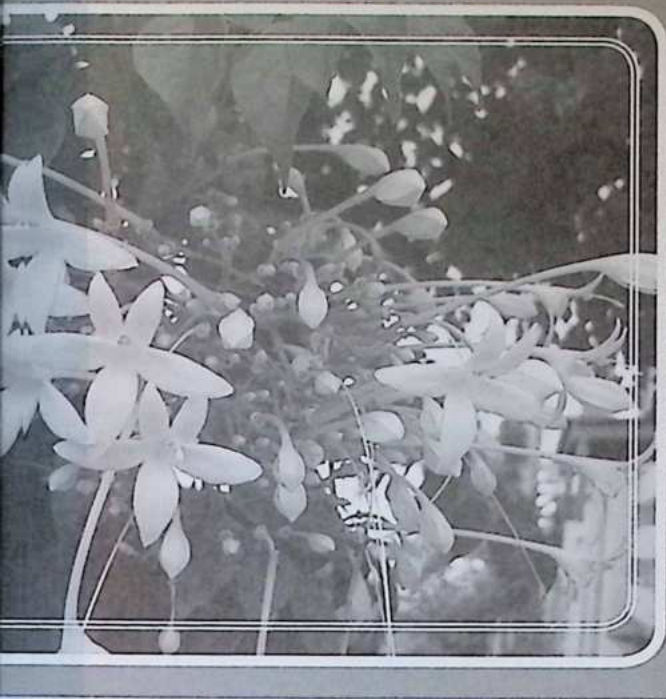
คนไทยเชื่อว่าหากบ้านใดปลูกต้นปีบไว้ทางทิศตะวันตก จะทำให้สามารถเก็บเงินเก็บทองไว้ได้มาก ดังที่คนในสมัยก่อนจะเรียกภาชนะเก็บสิ่งของมีคำว่า “ปีบเงิน ปีบทอง” นอกจากนี้ยังเชื่อว่าจะทำให้เป็นผู้มีชื่อเสียงโด่งดัง เหมือนการเคาะหรือตีปีบที่มีเสียงดังไปไกล

ปีบ เป็นดอกไม้ประจำจังหวัดปราจีนบุรี

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ปีบเป็นไม้ยืนต้นขนาดใหญ่ สูง 10-25 เมตร ลำต้นตรง เรือนยอดแผ่กว้าง กิ่งมักห้อยลงด้านล่าง ผิวเปลือกสีเทา เป็นสะเก็ดหนาแตกเป็นร่องขรุขระ ใบเป็นใบประกอบแบบขนนก ใบย่อยรูปไข่แผ่นใบบางเรียบ

ดอกออกเป็นช่อใหญ่ตามปลายกิ่ง ส่วนโคนของดอกย่อยเชื่อมติดกันเป็นหลอดยาวประมาณ 5 ซม. ปลายแยกออกเป็น 5 กลีบสีขาวนวลมีกลิ่นหอม มีเกสรตัวผู้ 4 อัน เกสรตัวเมีย 1 อัน ออกดอกได้ปีละ 2 ครั้ง ช่วงเดือนมกราคมถึงมีนาคม และเดือนสิงหาคมถึงพฤศจิกายนของทุกปี เมื่อติดผลเป็นฝัก ฝักแก่มีแตกภายในมีเมล็ดจำนวนมาก มีแผ่นปีกบางใสลอยตามลมไปได้ไกล



ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ดหรือ
แยกหน่อที่แตกจากราก เป็นไม้กลางแจ้ง
ขึ้นง่าย โตเร็วในดินทุกชนิด ชอบความชุ่ม
ชื้น ไม่ต้องการการดูแลรักษามาก ทน
สภาพความแห้งแล้งได้

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา ดอกปีบมีฤทธิ์
ขยายหลอดลมได้ดี ตำรายาไทยใช้ดอก
แห้ง กลิ่นหอม รสหวานแกมขมเล็กน้อย
นำไปมวนเป็นยาสูบแก้หอบหืด แก้
ริดสีดวงจมูก ช่วยขยายหลอดลม บำรุง
น้ำดี บำรุงกำลัง บำรุงโลหิต

ดอกสด นำไปปักแจกันหรือใส่แก้ว
น้ำ วางไว้ตามห้องต่างๆ เหมาะสำหรับ

บ้านที่มีคนเป็นโรคภูมิแพ้ หอบหืด หรือจะใช้ดอกแห้งใส่ในขวดแก้วเล็กๆ ขนาดพอเหมาะ ใช้
ดมเหมือนยาขยายหลอดลม

ด้านสมุนไพรจากส่วนอื่นๆ ราก รสเฝื่อน ประโยชน์ยาบำรุงปอด รักษาวัณโรคและปอด
พิการ แก้เหนื่อยหอบ

ชาดอกปีบ

นำดอกปีบไปตากแห้ง ชงกับน้ำร้อนดื่มเป็นชา บำรุงปอด บำรุงโลหิต ช่วยขยาย
หลอดลม

ลูกไม้ก๊อกจากเปลือก

เปลือกของต้นปีบมีลักษณะเป็นเนื้อหยุ่นๆ นิยมนำไปทำลูกก๊อก จึงมีชื่อเรียกภาษา
อังกฤษว่า "Indian cork tree"

เนื้อไม้สีเหลืองอ่อน

ปีบเป็นไม้เนื้ออ่อน สีเหลืองอ่อน นิยมนำไปใช้ทำเครื่องเรือนต่างๆ ของใช้ตกแต่งบ้าน
หรือใช้สำหรับก่อสร้างในร่ม

รสสุคนธ์ขาวเป็นไม้ที่ขึ้นตามป่าเบญจพรรณ ป่าดงดิบแล้งทั่วทุกภาคของประเทศไทย ขึ้นง่ายโตเร็ว เป็นไม้ดอกหอมที่ส่งกลิ่นฟุ้งกระจายไปทั่วบริเวณ แต่ที่เห็นดอกบานขาวฟูสะพรั่งทั่วทั้งต้นนั้น แท้จริงคือส่วนของเกสรตัวผู้สีขาวซึ่งบานกระจายเป็นทรงกลม ส่วนกลีบดอกที่แท้จริงนั้นร่วงโรยไปแล้วนับแต่บานได้เต็มที่ ช่วงรุ่งเช้า เกสรตัวผู้ชูช่อเต็มดอกเพียงหนึ่งวันแล้วร่วงโรย พอตกคำดอกตูมดอกใหม่เริ่มบานอีกครั้ง ดอกบานได้ตลอดปี แต่มีมากในช่วงเดือนพฤศจิกายนถึงกุมภาพันธ์ เป็นไม้ดอกหอมที่พิเศษกว่าไม้หอมทั่วไปคือ ส่งกลิ่นหอมเวลากลางวันมากกว่าเวลากลางคืน อีกทั้งไม้ดอกที่

ออกดอกมากในช่วงเดียวกันนี้ส่วนใหญ่มีสีสด ทั้งแดง ม่วง เหลือง ชมพู ฯลฯ แต่มักไม่ค่อยมีกลิ่นหอม

ยังมีรสสุคนธ์อีกชนิดหนึ่งชื่อว่า รสสุคนธ์แดง ลักษณะคล้ายรสสุคนธ์ขาวแต่มีดอกสีแดง และมีถิ่นกำเนิดอยู่ที่ประเทศอินเดีย มีชื่อวิทยาศาสตร์ *Tetracera indica* (Christm. & Panz.) Merr.

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

รสสุคนธ์ขาวเป็นไม้เถาเลื้อย เนื้อแข็ง

กิ่งเหนียว แตกกิ่งก้านสาขามาก ใบ

ดกหนาทึบ ใบเป็นใบ

เดี่ยวออกเรียงสลับ

เนื้อใบสากสีเขียว

เข้มเป็นมัน รูปรี

ขอบเป็นจักตื้น ใบ

กว้าง 4-7 ซม. ยาว

7-16 ซม. ดอกออกเป็น

ช่อสีขาวมีกลิ่นหอม ออก

ตามซอกใบและปลายกิ่ง ดอก

รสสุคนธ์ขาว

ชื่อวงศ์ : DILLENIACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Tetracera loureiri*
Pierre

ชื่ออื่นๆ : รสสุคนธ์ สุคนธ์รส เสาอรส

(ภาคกลาง) มะตาดเครือ เถาทะปดใบ

เลื้อย (ประจวบคีรีขันธ์) ปดคาย ปดเลื้อย

(สุราษฎร์ธานี) ย่านปด (นครศรีธรรมราช)

บอระคน อรคนธ์ (ตรัง) ปดน้ำบัน (ปัตตานี)





ย้อยดอกขนาดเล็กทรงกลม มีกลีบเลี้ยง 5 กลีบ กลีบดอก 5 กลีบ แต่บางหลอดร่วงง่าย เหลือเพียงเกสรตัวผู้สีขาวบานกระจายฟูเต็มดอก ส่งกลิ่นหอมทั้งกลางวันและกลางคืน ผลค่อนข้างกลมสีแดง ภายในมีเมล็ดรูปไข่ 1-2 เมล็ด

ขยายพันธุ์โดยการตอนกิ่งและเพาะเมล็ด เป็นไม้กลางแจ้ง แต่ขึ้นได้ทั้งในที่ร่มและที่มีแสงรำไร เป็นไม้แข็งแรงทนทาน ปลูกง่าย ต้องการความชื้นปานกลาง ทนต่อความแห้งแล้งได้ เหมาะที่จะปลูกเป็นไม้ประดับให้เลื้อยพันซุ้มหรือพันรั้ว

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

ตำรายาพื้นบ้านอีสานและตำรายา

ไทย ใช้ดอกเข้ายาหอมบำรุงหัวใจ แก้อ่อนเพลีย แก่ลมวิงเวียน

นอกจากนี้ยังนิยมนำไปทำยาต้ม ผสมเครื่องร่ำ ดอกสดนำไปทำบุหงา น้ำลอยดอกไม้ ใช้ทำน้ำอบ น้ำปรุง

ด้านสมุนไพรจากส่วนอื่น ๆ ยาพื้นบ้านอีสาน ใบและราก ตำพอกแก้ผื่นคัน ต้มน้ำดื่มเป็นยาแก้ตกเลือดในปอด หรืออมแก้แผลในปาก ลำต้นและราก ต้มน้ำดื่มแก้ฝี แก้ววม ยาพื้นบ้านภาคใต้ ใบ ต้มน้ำดื่มแก้สะอึก

พิกุลมีถิ่นกำเนิดกระจายอยู่ในเขต
ป่าดงดิบของทวีปเอเชียใต้และตะวันออก
เฉียงใต้ ตั้งแต่อินเดียจนถึงภาคตะวันออก
ของไทย ชื่อพิกุลนี้เป็นชื่อที่เพี้ยนมาจาก
คำว่า พกุล หรือ วกุล ที่คนไทยเรียกชื่อ
ตามคนอินเดีย อยู่ในวงศ์เดียวกับละมุด
จึงมีลักษณะหลายประการคล้ายต้นละมุด

พิกุลเป็นไม้มงคลที่ควรปลูกในทิศ
หิรดีหรือทิศตะวันตกเฉียงใต้ เพื่อป้องกัน
โทษร้ายต่างๆ ส่วนคนไทยโบราณเชื่อ
ว่าการปลูกต้นพิกุลไว้ในบ้านจะทำให้มีอายุ
ยืน เหมือนต้นพิกุลที่มีความแข็งแรง
ทนทานและอายุยาวนาน แต่ไม่เป็นที่นิยม
นักจะพบต้นพิกุลในวัดมากกว่าตามบ้าน
ในราชพิธีโบราณ ถือว่าดอกพิกุล เป็น

มงคลอย่างหนึ่งจึงมักใช้เงินและทองจำลองเป็นรูปดอกพิกุล ใช้พระราชทานแก่ข้าราชการบริพาร
ในราชพิธีฯ เป็นดอกไม้ประจำจังหวัดกำแพงเพชร ยะลา และลพบุรี

พิกุล

Bullet Wood

ชื่อวงศ์ : SAPOTACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Mimusops elengi* Linn.

ชื่ออื่นๆ : แก้ว มะเขือ (ภาคเหนือ) ชาง

ดง (ลำปาง) กุญ (ภาคใต้) พิกุลป่า (สตูล)

พิกุลเขา พิกุลเดือน (นครศรีธรรมราช)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

พิกุลเป็นไม้พุ่มยืนต้นไม่ผลัดใบ แตกกิ่งก้านสาขาทรงพุ่ม
สวยงาม สูง 8-15 เมตร ผิวเปลือกสีน้ำตาลเข้ม มีรอยแตกบางๆ ตาม
ยาว ใบเดี่ยวสีเขียวเข้มเป็นมันรูปไข่ออกเรียงสลับ ขอบใบโค้งเป็นคลื่น
เล็กน้อย ดอกขาวมีกลิ่นหอมทน บานวันเดียวแล้วร่วง เมื่อใกล้โรยเปลี่ยน

เป็นสีขาวอมน้ำตาล ดอกเป็นดอกเดี่ยวออกเป็นกระจุกตามง่ามใบหรือยอด มีกลีบ
เลี้ยง 8 กลีบ สีน้ำตาลอ่อน กลีบดอกสีขาวนวลขอบกลีบเป็นจักรแหลมๆ มีประมาณ 24
กลีบ เรียงซ้อนกัน ผลรูปไข่หรือกลมรี ผลอ่อนสีเขียวแล้วค่อยเปลี่ยนเป็นน้ำตาลจนถึงส้มอม
แดงเมื่อแก่ เนื้อในค่อนข้างร่วน สีเหลือง รสหวานอมฝาดนิดหน่อย รับประทานได้ ภายใน
มีเมล็ด 1-2 เมล็ด ปกติออกดอกเดือนตุลาคมถึงธันวาคม และติดผลเดือนธันวาคมถึงมกราคม

ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ด เป็นไม้กลางแจ้ง ขึ้นได้ดีในดินทุกชนิด ไม่ต้องการการ
ดูแลรักษามาก สามารถเติบโตได้เองตามธรรมชาติ

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

พิกุลเป็นไม้ดอกหอมจัดอยู่ในเกสรทั้ง 5 ตามตำรายาไทย ซึ่งได้แก่ เกสรดอกสารภี



ดอกบุณนาค ดอกบัวหลวง ดอกมะลิ และ ดอกพิกุล สรรพคุณโดดเด่นเรื่อง ชูกำลัง บำรุงหัวใจ

ดอกสด นิยมเข้าเครื่องยาหอม ยานัตถุ์ ใช้อบกลิ่นขนม อบเสื้อผ้า ร้อย พวงมาลัยไหว้พระ หรือนำไปสกัดน้ำมัน หอมระเหย ใช้ทาแก้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ หรือปรุงรากลิ่นเครื่องสำอาง ทำน้ำหอม ดอกแห้ง เป็นยาบำรุงหัวใจ แก้ปวดหัว เจ็บคอ ขับเสมหะ

ด้านสมุนไพรจากส่วนอื่นๆ ใบ ฆ่า เชื้อกามโรค เมล็ด รักษาอาการท้องผูก เปลือก รักษาโรคเหงือกอักเสบ ช่วยให้ ฟันแข็งแรงทนทาน แก่น บำรุงเลือด กระพี้ รักษากลากเกลื้อน รากและดอก

แก้ลม แก้เสมหะ เนื้อไม้ ที่มีเชื้อราลงซึ่งโดยมากเป็นต้นที่มีอายุมาก มีสีน้ำตาลเข้มประขาว มีกลิ่นหอมเรียกว่า “ขอนดอก” ใช้บำรุงตับ ปอด หัวใจ และบำรุงครรภ์

ชาดอกพิกุล

นำดอกพิกุลไปตากแห้ง ใช้ชงน้ำดื่มเป็นชา บำรุงหัวใจ แก้ไอ แก้ไข้ ร้อนใน เจ็บคอ

แป้งหอมดอกพิกุล

ดอกไม้หอม เช่น พิกุล มะลิ กุหลาบ กระดังงา สามารถนำมาทำแป้งหอมด้วยวิธีง่ายๆ ดังนี้

นำแป้งหินหรือแป้งนวล ใส่ กระทะทองเหลืองตั้งไฟอ่อนๆ คนจนเนื้อแป้งยุ่ย นำไปร่อนด้วย ตะแกรง 2 ครั้ง ใส่ในโถกระเบื้อง นำไป อบกับดอกไม้หอมในเวลากลางวัน จากนั้นอบด้วยควันเทียน เก็บไว้ใช้ได้นาน



ต้นจันทน์เทศเป็นไม้ใหญ่อายุยืน เป็นร้อยปี เนื้อไม้และผลมีกลิ่นหอม คนไทยนิยมนำเนื้อไม้ไปทำเครื่องร่ำ น้ำอบ หรือเข้าเครื่องหอมต่างๆ ผลสดนำไปแปรรูป ผลแห้ง (ส่วนรกหรือเยื่อหุ้มสีแดง คล้ายร่างแหที่เรียกว่า ดอกจันทน์ และเนื้อในเมล็ดที่เรียกว่าลูกจันทน์) นิยมนำไปเป็นเครื่องเทศแต่งกลิ่นและรสอาหาร หรือสกัดน้ำมันหอมระเหยมีสรรพคุณทางยาใช้ผสมยารักษาโรคต่างๆ (ใช้มากในประเทศแถบเอเชีย โดยเฉพาะจีนและอินเดีย) และอุตสาหกรรมเครื่องสำอาง

ต่างประเทศ รู้จักอย่างแพร่หลายในฐานะเครื่องเทศ มีชื่อเรียกว่า นัทเม็ก (nutmeg) หรือลูกจันทน์และเมส (mace)

หรือดอกจันทน์ ที่มีราคาแพง ใช้มากในครัวทั้งอาหารคาว หวาน แต่ที่พบมีการใช้มากเป็นอันดับหนึ่งของโลกคือประเทศอเมริกาในอุตสาหกรรมอาหารกระป๋อง เครื่องหอม เครื่องสำอาง สบู่ ยาสระผม สุรา ลูกอม ลูกกวาด

ตำนานจันทน์เทศนั้นจากหมู่เกาะบันดา ซึ่งอยู่ในหมู่เกาะเครื่องเทศโมลุกกะ ของประเทศอินโดนีเซีย ประวัติทางการค้าเริ่มต้นย้อนหลังไปราว 6 ศตวรรษ เป็นหนึ่งในสินค้าของกองคาราวานที่เดินทางไปค้าขายกับเมืองอเล็กซานเดรีย ต่อมาเมื่อเกิดสงครามแย่งชิงผืนดินอันอุดมไปด้วยเครื่องเทศ หมู่เกาะโมลุกกะถูกยึดครองจากหลายชนชาติ เริ่มจากชาติโปรตุเกส ต่อมาคือ ชาวดัตช์ (กลุ่มชาติพันธุ์ ดั้งเดิมของประชากรในประเทศเนเธอร์แลนด์) และอังกฤษ ซึ่งไม่ว่าจะถูกยึดครองโดยชาติใดการค้าเครื่องเทศที่ทำเงินมหาศาลนี้ก็ถูกผูกขาดอย่างเข้มงวด

ช่วงที่อังกฤษยึดครองอยู่นั้นได้นำเมล็ดจันทน์เทศไปแพร่ที่สิงคโปร์ ปีนัง ศรีลังกา สุมาตรา และเกาะเกรเนดา (ซึ่งปัจจุบันประเทศเกรเนดาเป็นประเทศที่มีการผลิตลูกจันทน์และดอกจันทน์ส่งออกตลาดโลกเป็นอันดับหนึ่ง มีสินค้ามากจำนวน 1 ใน 3 ของโลก) ก่อนหน้านั้นก็เคยมีความพยายามลักลอบนำออกไปปลูกที่อื่น แต่ไม่สำเร็จ จนกระทั่งชาวฝรั่งเศสลักลอบนำไปปลูกสำเร็จที่เกาะมอริเชียส ก่อนที่หมู่เกาะโมลุกกะจะถูกยึดครองโดยชาวอังกฤษ

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

จันทน์เทศเป็นไม้ยืนต้นสูงใหญ่อายุเป็น 100 ปี เรือนยอดไม่กว้างนัก แต่แตกกิ่งก้านสาขา

จันทน์เทศ

Nutmeg

ชื่อวงศ์ : Myristicaceae

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Myristica fragrans*

Houtt.

ชื่ออื่น : จันทน์บ้าน



มาก มีปลูกทางภาคใต้ที่ อ.ร่อนพิบูลย์ จ.นครศรีธรรมราช และ อ.หลังสวน จ.ชุมพร

จันทน์เทศ มีใบดกหนาทึบ สีเขียวเข้มเป็นมัน ออกเดี่ยวแบบเรียงสลับ แผ่นใบรูปกลมรีหรือขอบขนาน ดอกสีเหลืองอ่อน มีกลิ่นหอม ออกบริเวณซอกใบหรือปลายกิ่ง เป็นดอกแยกเพศ เริ่มให้ผลหลังปลูก 6 ปี

ผลรูปกลมรี ฉ่ำน้ำ มีกลิ่นหอม ขนาดประมาณผลส้ม เปลือกบางสีเหลืองปนส้ม มีขนปกคลุม เนื้อในสีครีม เนื้อผลแน่นกรอบ รสเปรี้ยวฝาดและเผ็ดธรรมชาติ เมื่อแก่จัดผลจะแตกออกตามยาวเป็น 2 ซีก

ด้านในผลแก่จะพบรกหรือเยื่อหุ้มเมล็ดเป็น

ริ้วคล้ายร่างแห สีแดงเข้มปนชมพูหุ้มเมล็ดอยู่ ส่วนนี้เรียกว่า "ดอกจันทน์เทศ" หรือ เมส (mace) เมล็ดที่อยู่ด้านในเยื่อหุ้มรูปทรงรีสีน้ำตาล เรียกว่า "ลูกจันทน์" หรือ นัทเม็ก (nutmeg) ทั้งดอกและลูกจันทน์เทศมีกลิ่นหอมเฉพาะ

ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ด ชอบดินร่วนปนทรายที่มีอินทรีย์วัตถุสูง เติบโตได้ดีในเขตร้อนชื้น สูงจากระดับน้ำทะเลประมาณ 900 เมตร พบปลูกทางภาคใต้และภาคตะวันออกของไทย ต้องการร่มเงาและความชุ่มชื้นในการเจริญเติบโตมาก ต้นตัวผู้ 1 ต้นปลูกไว้เหนीलมสามารถผสมเกสรตัวเมียได้ 10 ต้น

สรรพประโยชน์จากกลิ่นหอม

สรรพคุณทางยา เนื้อไม้และแก่น รสขม หอม แก้ไข้ ดับพิษดี พิษโลหิต บำรุงตับ ปอด หัวใจ และน้ำดี มีข้อห้ามสำหรับผู้ที่เป็นริดสีดวงทวาร มีอาการปวดฟัน ท้องเสีย ซึ่งเกิดจากความร้อน ไม่ควรทานแก่นจันทน์เทศ ราก ใช้แก้จุกเสียดแน่นท้อง ขับลมในลำไส้ บำรุงธาตุ เกสรดอกตัวผู้ตากแห้ง เป็นส่วนผสมในเครื่องยาจีน ช่วยขับลม แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ ชงน้ำดื่มช่วยย่อยอาหาร

ดอกจันทน์และลูกจันทน์ ช่วยเจริญอาหาร ขับลม จุกเสียด ท้องอืดเฟ้อ ช่วยย่อยอาหาร



บำรุงหัวใจ ใช้ผสมในยาต่าง ๆ เช่น ยาแก้ไอ แก้ปวดศีรษะ ขับเสมหะ บำรุงโลหิต แก้บิด ท้องร่วง โรคกระเพาะอาหารและลำไส้ หอบ หืด

การใช้ประโยชน์จากน้ำมันหอมระเหย

ดอกจันทน์มีน้ำมันหอมที่เรียกว่า oil of mace ให้น้ำมันที่มีส่วนประกอบคล้ายลูกจันทน์ แต่มี myristicin มากกว่า ซึ่งสารนี้หากรับประทานมากเกินไปจะทำให้เกิดอาการคลื่นไส้ ในลูกจันทน์มีน้ำมันชื่อ nutmeg oil หรือ myristicin oil 2-6% ไม่ควรทานเกิน 5 กรัม เพราะจะทำให้เกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน ปากแห้ง มึนงง ระบบการเดินของหัวใจผิดปกติและอาจเสียชีวิตได้

น้ำมันหอมระเหย ใช้ผสมในขี้ผึ้งที่ทาระงับอาการปวด ใช้ทำยาดมแก้หวัด ใช้ผสมในยารักษาโรค ใช้แต่งกลิ่นเครื่องสำอาง เครื่องหอม สบู่ ยาทาผิว ยาชะล้าง ใช้ในอุตสาหกรรมอาหาร กระป๋อง สุรา ลูกอม ลูกกวาด

ชาเกสรดอกจันทน์เทศ

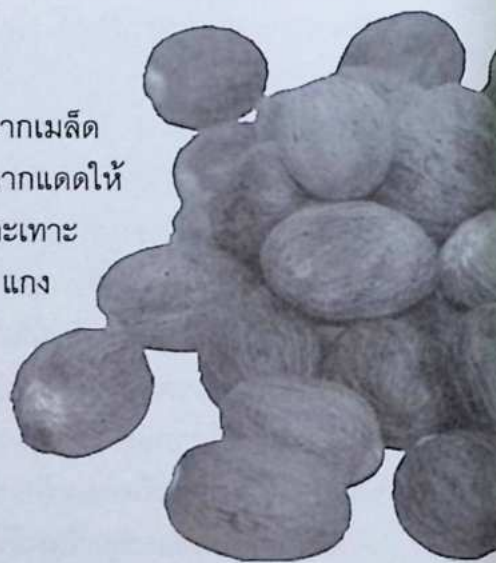
นำเกสรดอกจันทน์เทศตัวผู้ไปตากแห้ง ใช้ชงน้ำดื่มเป็นชา ช่วยย่อยอาหาร ขับลม แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ

เนื้อผลจันทน์เทศแปรรูป

ผลจันทน์เทศสีเหลืองปนส้ม แม้จะมีเปลือกบาง แต่เนื้อในแน่น แม้มักหล่นจากต้นสู่พื้นก็ไม่ห้ำ ผลทานสด ๆ มีกลิ่นหอม รสจะออกเปรี้ยว และเผ็ดธรรมชาติ ไม่เป็นที่นิยมทานสดนัก นิยมนำมาแปรรูปมากกว่า ผลจันทน์เทศแปรรูปนอกจากจะมีรสอร่อย ยังมีสรรพคุณทางสมุนไพรทานแล้วชุ่มคอ แก้อ่อนใน กระหายน้ำ ช่วยขับเสมหะ ขับลม แก้อืดเสียด บำรุงโลหิต

การใช้ดอกจันทน์และลูกจันทน์แต่งกลิ่นและรสอาหาร

คนใต้จะลอกส่วนเยื่อหุ้มแดงที่เรียกว่าดอกจันทน์ออกจากเมล็ด แล้วบีบส่วนที่คล้ายร่างแหสีแดงนี้เข้ากันอย่างเบามือ นำไปตากแดดให้แห้งเก็บไว้ใช้ เมล็ดที่เหลือก็จะนำไปตากแดดให้แห้ง เมื่อจะใช้ก็กะทะาะเปลือกนอกออก นำเนื้อในไปทุบให้แตก คั่วให้หอมใส่แกงคั่ว แกงกะหรี่ แกงมัสมั่น ข้าวหมกไก่





คู่มือการสร้างบ้านดินแบบป้ออาจีฟ

โดย สุวิทย์ สารวัตร ๕๖๔ + ๕๕ ๖๓๖ ๕๐ บาท

เป็นคู่มือสำหรับผู้ที่ต้องการจะสร้างบ้านดินด้วยตนเอง นำเสนอเทคนิควิธีการสร้างบ้านดินอย่างเป็นขั้นเป็นตอน ตั้งแต่การเตรียมฐานราก การทำก้อนดิน ก่อผนัง ไปจนถึงการทำหลังคาดิน รวมทั้งการทำเฟอร์นิเจอร์ดิน ที่อ่านเข้าใจง่าย นำไปปฏิบัติได้จริง

คู่มือการทำนาเงินกล้า

โดย เรณูวิทย์ สมุททอง ๕๖๔ + ๕๕ ๖๓๖ ๕๐ บาท

คู่มือการทำนาแนวใหม่ที่ดีเป็นการปฏิวัติวิธีการทำนาอย่างที่ทำกันอยู่ โดยใช้วิธีเพาะกล้าในถาดเพาะกล้า แล้วไปโยนในแปลงนา ทำให้ประหยัดเมล็ดพันธุ์ ประหยัดเวลา แรงงาน ย่นระยะเวลาในการปลูกข้าว ทำให้การทำน่ายาง่ายอย่างที่ไม่มีใครคาดคิดมาก่อน

คู่มือการเพาะเมล็ดฟางในตะกร้าและการเพาะเมล็ดในโรงเรือนแบบหอดาวหัว

โดย สันติภาพ ฤกษ์สุระ ๕๖๔ + ๕๕ ๖๓๖ ๕๐ บาท

คู่มือการเพาะเมล็ดฟางแนวใหม่ โดยใช้ตะกร้าเป็นภาชนะบรรจุวัสดุเพาะ ขึ้นตอนการเพาะทำได้ง่าย เคลื่อนย้ายสะดวก ต้นทุนต่ำ โดยใช้ก้อนเห็ดเก่า และวัสดุเหลือใช้ทางการเกษตรเป็นวัสดุเพาะ ให้ผลผลิตสูง ได้เมล็ดคุณภาพดี รสชาติอร่อย เพาะได้ตลอดทั้งปี

คู่มือเกษตรพอเพียงเมือง

โดย ณัฐณิชา สุทธินันท์ ๕๖๔ + ๕๕ ๖๓๖ ๕๐ บาท

คู่มือการทำเกษตรสำหรับคนเมืองหรือคนทั่วไปที่มีพื้นที่จำกัด ที่ต้องการปลูกข้าว ปลูกผัก ปลูกผลไม้กินเองบนพื้นที่ปูน บนดาดฟ้า บนหลังคา ก็ทำเกษตรได้ ใช้เทคนิคที่เหมาะสม มีการจัดการที่ดี ทำให้มีอาหารบริโภคอย่างพอเพียงตลอดทั้งปี

คู่มือการทำเตาแก๊สชีววมวลและถ่านอัดแท่ง

โดย เว็ด พันธ์เมือง ณัฐณิชา สุทธินันท์ ๕๖๔ + ๕๕ ๖๓๖ ๕๐ บาท

เป็นคู่มือที่แนะนำวิธีการสร้างเตาชีววมวล ที่ใช้เศษไม้เศษฟืนเป็นเชื้อเพลิง แต่ให้ไฟแรงเท่ากับแก๊ส หุงต้ม รวมทั้งเทคนิค วิธีการทำถ่านอัดแท่งจากเศษไม้เหลือใช้ให้เป็นถ่านคุณภาพดี

คู่มือการทำสบู่ธรรมชาติ แร่พุทธรักษา จาสินีธรรมชาติ

โดย ณัฐณิชา สุทธินันท์ ณัฐณิชา สุทธินันท์ ๕๖๔ + ๕๕ ๖๓๖ ๕๐ บาท

เป็นคู่มือการผลิตสบู่ธรรมชาติ สบู่สมุนไพรจากน้ำมันพืช วิธีการผลิตธรรมชาติจากสมุนไพรที่ไม่มีการเคมี รวมทั้งวิธีการผลิตยาสีฟันสมุนไพรจากสารธรรมชาติและสมุนไพร ทำง่าย ประหยัด และคุณภาพดี

คู่มือปลูกจาสุนัขไฟสวนสุขภาพประจำบ้าน

๕๖๔ + ๕๕ ๖๓๖ ๕๐ บาท

เป็นคู่มือที่ให้ความรู้พื้นฐานในการใช้สมุนไพรไทยในการดูแลสุขภาพ ป้องกันรักษาโรค สาเหตุทั่วไป โดยใช้สมุนไพรที่บ้านที่หาได้ง่ายได้ในครัวเรือนและชุมชน นำมาปรุงเป็นยาด้วยวิธีต่างๆ เพื่อใช้ในการรักษาโรคด้วยตนเอง

คู่มือผักพื้นบ้าน อาหารต้านโรค

๕๖๔ + ๕๕ ๖๓๖ ๕๐ บาท

เป็นคู่มือที่ให้ความรู้พื้นฐานในเรื่องคุณประโยชน์และสรรพคุณของผักพื้นบ้านไทย ซึ่งได้รวบรวมไว้ถึง 18 ชนิด รวมทั้งเมนูตำรับอาหารผักพื้นบ้านที่สามารถนำไปปรุงเป็นอาหารไว้รับประทานด้วยวิธีต่างๆ และไม่ยุ่งยาก

คู่มือการทำบ้านก้อนฟาง

โดย สมบูรณ์ วิจิตรวิจิตร ๕๖๔ + ๕๕ ๖๓๖ ๕๐ บาท

เป็นคู่มือสำหรับผู้ที่ต้องการจะสร้างบ้านก้อนฟางด้วยตนเอง นำเสนอเทคนิควิธีการสร้างบ้านก้อนฟางอย่างเป็นขั้นเป็นตอน ตั้งแต่การเตรียมฐานราก การติดตั้งวงกบประตู หน้าต่าง การก่อก้อนฟาง การฉาบผนัง รวมทั้งการทำเฟอร์นิเจอร์จากก้อนฟาง ที่อ่านเข้าใจง่าย นำไปปฏิบัติได้จริง



สนใจติดต่อได้ที่ สำนักงานพิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (องค์การมหาชน)

หมู่ 13 ถนนพหลโยธิน ต.คลองหนึ่ง อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี 12120

โทร. 02-521-2212-3, 056-101-8801 โทรสาร 02-521-2214

ฝ่ายประชาสัมพันธ์ 02-521-2212-13 www.wisdomking.or.th

พรรณไม้นิยมของไทยมีมากมายหลายร้อยชนิด
แต่ละชนิดก็ยังมีส่วนต่างๆ ที่ใช้กลิ่นหอมที่แตกต่างกันไป
และมีสรรพคุณที่แตกต่างกันไป ที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้มากมายหลายวิธี
ตั้งแต่ปลูกไว้ในสวนบริเวณบ้าน นำมาชงเป็นเครื่องดื่ม
นำมาใช้ประกอบอาหาร นำมาทำเป็นเครื่องหอมไทยใช้ประพรมผิว
และสร้างบรรยากาศภายในบ้าน
หรือนำไปสกัดเป็นสารหอมและน้ำหอมระเหยก่อน
แล้วจึงนำไปทำเป็นผลิตภัณฑ์ทำความสะอาด เช่น สบู่ แชมพู งามีผิว
หรือผลิตภัณฑ์เครื่องสำอาง ครีม โลชั่นบำรุงผิวพรรณ



ISBN 978-974-403-861-6



9 789744 038616

ราคา 50 บาท