ช้าพลู

หมายเหตุ: ภาพทั้งหมดเป็นลิขสิทธิ์ของอุทยานธรรมชาติวิทยาสิรีรุกขชาติ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ห้ามนำไปใช้ในเชิงพาณิชย์ก่อนได้รับอนุญาติ

Scientific Name : Piper sarmentosum Roxb. ex Hunter.

Common Name : นมวา ผักปูนา ผักพลูนก พลูลิง

Family Name : PIPERACEAE

Habit Desc. : ไม้ล้มลุก มีไหลงอกเป็นต้นใหม่

Leaf Desc. : ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปหัวใจ

Flower Desc. : ดอกช่อ ออกที่ซอกใบ รูปทรงกระบอก ดอกย่อยแยกเพศ

Fruit Desc. : ผลเป็นผลสด

Used Desc. :
ทั้งต้น ขับเสมหะ ใบ ยาขับลมใบช้าพลู ใช้ปรุงอาหารได้หลากหลาย มีรสเผ็ดร้อน
พบสารสำคัญหลายชนิด เช่น แซนโทฟิลล์ แทนนิน แอลคาลอยด์ เบต้า-ซิโตสเตอรอล
ซึ่งต้านอนุมูลอิสระ มีน้ำมันหอมระเหยที่มีกลิ่นเฉพาะ
นอกจากนั้นยังพบมีเกลือแร่ที่มีประโยชน์ เช่นแคลเซียม เหล็ก วิตามิน บี 1 ละ 2 วิตามินซีและอี
รวมทั้ง เบต้า-แคโรทีนด้วย ที่สำคัญคือมีกรดออกซาลิคสูง หากกินมากไป
สารชนิดนี้จะไปจับกับแคลเซียมในลำไส้
เกิดเป็นสารประกอบซับซ้อนที่จะขัดขวางการดูดซึมสารอาหารต่าง ๆ
และก่อให้เกิดนิ่วในกระเพาะปัสสาวะด้วย แต่การกินในขนาดปกติกับเครื่องปรุงอาหารอื่น
เช่น ในเมี่ยงคำ หรือ แกงคั่วหอยกับใบช้าพลู ไม่มีอันตรายต่อร่างกาย ทั้งยังช่วยขับลม
และย่อยอาหารด้วย จากการวิจัยในหนูทดลองที่ทำให้เป็นเบาหวานติดต่อกัน 28 วัน พบว่า
น้ำต้มใบช้าพลูสามารถลดน้ำตาลในเลือด ลดความดันโลหิต และ ปกป้องเซลล์ตับด้วย

This file was generated on 2017/06/02 23:19:58 .Please visit our website again at http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/siri