

## ประสบการณ์ผู้ใช้สมุนไพร พอ่ป่บอภัยดี

### “น้ำมะพร้าว-เหล้าขาวรักษาโรค”

จำรัส เซ็นนิล รวบรวม/เรียบเรียง

ศุกร์ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๕๘ ตรงกับวันคริสต์มาส ขณะที่ผมกำลังนอนหลับได้ฝันเห็นคนแก่คนหนึ่งแต่งชุดขาวมาบอกผมว่าให้น้ำมะพร้าวมาผสมกับเหล้าขาวใช้ดื่มรักษาโรคได้สารพัดโรคในร่างกาย ไม่นานได้ถามไถ่ก็สะดุ้งตื่น มองดูนาฬิกาเวลา ๐๕.๐๕ นาฬิกาด้วยความกลัวว่าจะลืมจึงได้รับเข้าห้องทำงานจดบันทึกไว้ หลังจากนั้นก็คิดตลอดว่า น้ำมะพร้าวเมื่อผสมเหล้าขาวเหล้าขาวผลออกมาจะเป็นอย่างไร

ขณะขับรถไปหาซื้อวัตถุดิบมาทำการวิจัยต่างๆ ก็ยังไม่หายสงสัยว่าเกิดอะไรขึ้น สูตรนี้มีใครเคยลองมาแล้วหรือยัง น้ำมะพร้าวอยู่บนที่สูงเกิดจากการกลั่นโดยพืชแบบธรรมชาติ ส่วนเหล้าขาวหรือเหล้าโรง เกิดจากฝีมือการกลั่นของมนุษย์กลั่นเจกกลั่น ง่ายๆ ได้สนุกแน่

แล้วใครจะมาเป็นหนูลองยา สงสัยต้องตัวผมเอง เมื่อลองแล้ว ผมจะเมาพึ่นหรือเปล่าแต่ก็ไม่เคยเห็นใครกินเหล้าขาวแ้วเดียวแล้วตาย เราทดลองเดี่ยวเอาแค่ครึ่งแก้วพอ ง่ายๆ ส่วนน้ำมะพร้าวก็มีประโยชน์มากสรรพคุณในการบำรุงร่างกาย



เหล้าขาวขวดเล็ก ๕๔ บาท มะพร้าวลูกละ ๒๐ บาท

จากการวิจัยพบว่าคุณค่าทางโภชนาการของน้ำมะพร้าวต่อ ๑๐๐ กรัม ให้พลังงาน ๗๕ กิโลแคลอรี คาร์โบไฮเดรต ๓.๗๑ กรัม น้ำตาล ๒.๖๑ กรัม เกลือ ๑.๑ กรัม ไขมัน ๐.๒ กรัม โปรตีน ๐.๗๒ กรัม วิตามินบีหนึ่ง ๐.๐๓ มิลลิกรัม ๓% วิตามินบีสอง ๐.๐๕๗ มิลลิกรัม ๕% วิตามินบีสาม ๐.๐๘ มิลลิกรัม ๑% วิตามินบีหก ๐.๐๓๒ มิลลิกรัม ๒%

วิตามินซี ๒.๔ มิลลิกรัม ๓% ธาตุแคลเซียม ๒๔ มิลลิกรัม ๒% ธาตุเหล็ก ๐.๒๕ มิลลิกรัม ๒% ธาตุแมกนีเซียม ๒๕ มิลลิกรัม ๗% ธาตุฟอสฟอรัส ๒๐ มิลลิกรัม ๓% ธาตุโพแทสเซียม ๒๕๐ มิลลิกรัม ๕% ธาตุสังกะสี ๐.๑ มิลลิกรัม ๑%

ส่วนสรรพคุณทางยาของน้ำมะพร้าวช่วยสร้างคอลลาเจนและอีลาสติน ซึ่งทำให้ผิวมีความยืดหยุ่น กระชับ ช่วยชะลอการเกิดริ้วรอยแห่งวัย ช่วยกระตุ้นการเจริญโตและการแบ่งเซลล์ได้เป็นอย่างดี น้ำมะพร้าวยังมีคุณสมบัติเป็นธาตุเย็น ช่วยล้างพิษขับพิษของเสียออกจากร่างกาย หรือช่วยดีท็อกซ์นั่นเอง

ในช่วงที่ร่างกายมีความเป็นกรดสูง ถ้าดื่มน้ำมะพร้าวซึ่งมีความเป็นด่าง จะช่วยปรับสมดุลร่างกายทำให้กลไกการ

ทำงานของระบบต่าง ๆ ภายในร่างกายเป็นปกติส่งผลให้มีสุขภาพดีและแข็งแรง น้ำมะพร้าวลดบวม ช่วยแก้อาการบวม น้ำ น้ำมะพร้าวมีคุณสมบัติปลอดเชื้อโรค จึงสามารถนำไปใช้ฉีดเข้าเส้นเลือดได้สำหรับผู้ป่วยที่มีอาการขาดน้ำหรือปริมาณเลือดลดแบบผิดปกติได้

ที่สำคัญน้ำมะพร้าวยังช่วยป้องกันหรือชะลอการเกิดโรคอัลไซเมอร์ ภาวะความจำเสื่อมในสตรีวัยทอง เนื่องจากมีปริมาณของฮอร์โมนเอสโตรเจนสูง ช่วยป้องกันการเกิดโรคหัวใจ และช่วยรักษาผู้ป่วยโรคหัวใจ

ภูมิปัญญาไทยที่สืบทอดกันมาแนะนำให้ใช้น้ำมะพร้าวอ่อน ๑ ถ้วย นามผสมกับน้ำตาลทรายแดงไว้ดื่มเช้าและเย็น แก้อาการตาอักเสบ ช่วยลดอาการไข้สูง ตัวร้อน เพราะมีฤทธิ์เป็นยาเย็นจึงช่วยทุเลาอาการไข้ได้ใช้รักษาคันไ้ที่มีภาวะความเป็นกรดในเลือดสูง ช่วยแก้อาการคลื่นไส้ อาเจียน ด้วยการใช้น้ำมะพร้าว ๑ ชักบีบผสมกับน้ำมะพร้าวอ่อนแล้วดื่ม

สำหรับผู้สูงอายุและท้องร่วงในเวลาเดียวกันให้ดื่มน้ำมะพร้าว จะช่วยทำให้ร่างกายดูดซึมกลูโคสไปใช้ได้เร็ว ทำให้ร่างกายกลับมาเป็นปกติได้ ช่วยแก้อาการอาเจียนเป็นเลือด รักษาโรคกระเพาะ ช่วยแก้โรคบิด ด้วยการดื่มน้ำมะพร้าวอ่อน เช้า กลางวัน เย็น อาการจะดีขึ้น น้ำมะพร้าวยังช่วยรักษาโรคทางเดินปัสสาวะอักเสบ ช่วยขับนิ่ว ด้วยการดื่มน้ำมะพร้าวอ่อน เช้า กลางวัน เย็น ช่วยรักษาโรคผิวหนัง ช่วยแก้อาการเม็ดผดผื่นคันตามตัว ด้วยการดื่มน้ำมะพร้าวอ่อนเป็นประจำ

จะเห็นว่าน้ำมะพร้าวมีประโยชน์มากมายส่วนเหล่าชาวหรือเหล่าโรงใครไม่รู้รวบรวมไว้บอกว่าทำให้กล้าแสดงออก กล้าพูดกล้าทำต่างๆ ทำให้ทุกคนเท่าเทียมกันคุยกันได้ทุกชนชั้น ทำให้ผู้ผลิตน้ำชาดามีรายได้มากขึ้นเพราะคนเอาไปผสมเหล้า ทำให้ตำรวจมีงานมากขึ้น เพราะต้องออกเฝ้าด่านตรวจคนเมาแล้วขับต่างๆ ทำให้คุณหลับสนิท ในยามที่คุณเมาสุดๆ ทำให้คุณทำอะไรบ้าๆบอๆ โดยไม่ต้องกลัวขายหน้า เพราะตื่นขึ้นมาคุณจะทำยังปได้ต่างๆ เอ. มันไม่น่าเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพเลยฮ่าๆ

ทางด้านพระพิศาลธรรมพาที (พระพยอม กัลยาโณ) ท่านบอกว่า เหล้ามันผสมด้วยเลือดสัตว์ ๕ ชนิดคือ...เลือดเสือ...กินเข้าไปแล้วคุณ...มีงช่วยหมางูไปติดกับมันหน่อย... เลือดงู... ..กินแล้วเดินไม่ตรงทาง...คลไปคลมา.... เลือดคนก็.....กินแล้วคุยทั้งวันทั้งคืน...ไม่รู้เอาเรื่องอะไรมาพูด.... เลือดหมู..... กินแล้วนอนตรงไหนก็นอนได้....หมาเลียปากก็รู้สึก.... เลือดสุนัขก็เลียหมา....กินแล้วเห่าตะพึด...กระทั้งลูกเมียตัวเองมันก็จะกัดฮ่าๆ

เหล่าชาวมีฤทธิ์ฆ่าเชื้อโรคได้จริงแต่ไม่สามารถทำลายไข่หรือตัวอ่อนของพยาธิที่ปะปนมากับกับเกล็ดดิบ ๆ สุก ๆ ได้ ถ้าเรางดอาหารสุกๆดิบๆสุขภาพจะดี ทราบไหมครับเหล่าชาวมีฤทธิ์ทำให้หลอดเลือดขยายตัว เราจึงมักได้ยินคนดื่มเหล้าพูดกันติดปากว่าดื่มเหล้าให้เลือดลมไหลดีฮ่าๆ เพราะแอลกอฮอล์ในเหล้าขาวเมื่อเข้าร่างกายเราแล้ว มันจะถูกดูดซึมเร็วมากถ้าจะเปรียบเหมือนยานพาหนะนำน้ำมะพร้าวเข้าสู่ร่างกายทุกอนุเซลล์ได้เร็วขึ้น

มีงานวิจัยหลายชิ้นบ่งบอกว่า แอลกอฮอล์พอประมาณ ลดความเสี่ยงต่ออาการหัวใจวายและเส้นเลือดในสมองแตก (เพราะช่วยการหมุนเวียนโลหิต) ลดความเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน (มีฤทธิ์ลดน้ำตาลในกระแสเลือด) แลลดความเสี่ยงต่อโรคอัลไซเมอร์ได้ด้วย นอกจากนี้ยังช่วยลดคอเลสเตอรอลชนิดร้าย (พวก VLDL, LDL) และเพิ่มปริมาณคอเลสเตอรอลชนิดดี (HDL) อีกต่างหาก

รู้สรรพคุณของน้ำมะพร้าวและเหล่าชาวแล้ว ผมเริ่มงานวิจัยทันทีเพื่อความไม่ประมาทเริ่มจากน้ำมะพร้าวครึ่งแก้ว เหล้าขาว ครึ่งช้อน ใ้ผสมเข้าปลองจิบดู ทำให้ไม่มีกลิ่นเหล้าเลย ง่ายๆรสชาติน้ำมะพร้าวยังน่าอยู่ เติมเพิ่มไปอีกครึ่งช้อน ใ้ลองจิบใหม่ ทำให้ไม่มีรสชาติเหล้าขาวเลย ปกติถ้าเหล่าชาวพริียวๆ ๑ ช้อน ใ้ปะปานนี้ ถ้าออร้อนผ่าไปแล้ว

ลองหยุดแค่น้ำมะพร้าวครึ่งแก้ว เหล้าขาว ๑ ช้อน ใ้เอน่าจะดีลองดูอาการก่อน เพราะเราดื่มเพื่อสุขภาพผ่านไป ๑๐ นาที ๒๐ นาที เริ่มมีอาการร้อนร่างกายนิดๆ คอเริ่มแห้งเหมือนฤทธิ์เหล้าบาดคอ มองซ้ายมองขวาเดินไปเดินมาว่าเซหรือเปล่า โลกหมุนหรือเปล่า รู้สึกปกติ สักพักเริ่มหิวข้าว กินข้าวอร่อย เกิดความรู้สึกว่าถ้ากินน้อยๆแบบนี้ สุขภาพน่าจะดีถ้า

ไม่คิดเหล้าขาวเสียก่อนฮ่าๆ

แต่หากท่านผู้อ่านจะทำสูตรเข้มข้น เติมเหล้าขาวเยอะๆ ได้ผลเป็นประการใด สร้างเมื่อไหร่โทรมาบอกบ้างก็แล้วกัน  
ฮ่าๆ ๐๘-๒๗๙๖-๙๕๒๗ ลองดื่มสักอาทิตย์ดูว่าสุขภาพเราเป็นอย่างไร มาวิจัยร่วมกันครับ