

สมุนไพรรพพื้นบ้าน “พลูคาว”



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Houttuyniacordata* Thunb.

ชื่อเรียกอื่นๆ : ผักก้านตอง ผักเข้าตอง ผักคาวทอง พลุแก คาวตอง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

พลูคาวเป็นพืชล้มลุก มีกลิ่นคาว ลำต้นเป็นปล้องสั้นๆ ตามข้อมีรากออกโดยรอบ ใบเป็นรูปไข่ปลายแหลมมาก โคนใบเป็นรูปหัวใจ ขอบใบเรียบ เส้นใบออกที่โคนใบ 5-7 เส้น แผ่นใบด้านบนมีสีเขียวเข้มกว่าด้านใต้ใบ ช่อดอกออกตามยอดหรือซอกใบใกล้ยอด ช่อดอกมีรูปทรงกระบอก มีกลีบประดับสีขาว 4 กลีบ รูปรี ที่ช่อดอกนั้นประกอบด้วยดอกเล็กๆจำนวนมาก เรียงตัวแน่นตามยาวของแกนช่อ ดอกแต่ละดอกไม่มีก้านดอก ไม่มีกลีบดอก ผลของพลูคาวจะเล็กมาก พลูคาวเป็นพืชที่ต้องการร่มเงาและความชื้นสูง สามารถเติบโตได้ในดินต่างๆ ตั้งแต่ดินร่วนที่อุดมสมบูรณ์ จนถึงดินทรายที่มีปริมาณธาตุอาหารบางชนิดค่อนข้างต่ำ และเติบโตได้ในสภาพน้ำท่วมขังด้วย

สรรพคุณ

สามารถเป็นได้ทั้งอาหารและยา ใช้ได้ทั้งสดและแห้ง ส่วนที่ใช้ทำยา ได้แก่ ทั้งต้น ใบและราก หากจะใช้พลูคาวให้ได้ผลการรักษาตรงตามต้องการนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำให้ถูกส่วนและถูกวิธีเนื่องจากส่วนต่างๆ ของพลูคาวนั้นมีองค์ประกอบทางเคมีที่สามารถรักษาโรคได้ต่างกัน

สรรพคุณส่วนต่างๆ

ต้นสด

- สามารถนำมารับประทานเป็นผักจิ้มน้ำพริก มีรายงานการวิจัยว่าสารอัลคาลอยด์ที่ได้จากส่วนเหนือดินของพลูคาว มีฤทธิ์ทำลายเซลล์มะเร็ง รับประทานพลูคาวทั้งต้น (ไม่รวมราก) เป็นประจำสามารถช่วยในเรื่องการทำลายเซลล์มะเร็งได้

- นำมาโขลกละเอียดใช้เป็นยาภายนอกนำมาพอกฝีบวมอักเสบ บาดแผล โรคผิวหนัง ุงพิษกัด และช่วยให้กระดูกเชื่อมติดกันเร็วขึ้น
- ต้ม 25-30 กรัม ต้มแก้ตกขาวหรือหนองใน
- ต้ม 25-30 กรัม ต้มแก้โรคนิว ระบุขาว
- โขลกให้ละเอียด คั้นน้ำ แล้วหยอดจุ่มวันละ 5-6 ครั้ง และใช้ต้นสด 25 กรัม ต้มกับน้ำดื่มแก้โรคไขข้อเรื้อรัง
- ใช้ต้นสด 30-60 กรัม ตมน้ำใส่เหล้าเล็กน้อยต้ม 3 วันติดต่อกัน และใช้ต้นสดต้มน้ำนำมาชะล้างแก้ริดสีดวงทวาร
- ใช้รักษาโรคฝีแผลเปื่อย โดยโขลกให้ละเอียดพอกบริเวณที่เป็น เช้า-เย็น

ต้นแห้ง

- นำมาชงเป็นชาดื่ม ใช้เป็นยาขับปัสสาวะ แก้บวม น้ำ ฝีบวมอักเสบ ปอดอักเสบ ไอ บิด โรคติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ หูชั้นกลางอักเสบ
- ใช้รักษาโรคริดสีดวงทวารโดยใช้ต้นแห้ง 10-15 กรัม แช่น้ำ 1-3 นาที ก่อนนำไปต้มในน้ำใส่เหล้าเล็กน้อยติดต่อกัน 3 วัน และต้นแห้งอีกส่วนหนึ่งต้มแล้วเอาน้ำมาชะล้าง
- ใช้รักษาฝีฝีกบัว โดยใช้ทั้งต้นบดเป็นผง ผสมน้ำผึ้งแล้วพอกบริเวณฝี

ราก

- นำรากของพลูความาล้างให้สะอาด ต้มกับน้ำดื่มใช้เป็นยาขับปัสสาวะได้

ท่านผู้อ่านเห็นไหมคะว่าพืชสมุนไพรพื้นบ้านของเราอย่าง “พลูควา” ที่นอกจากจะใช้เป็นอาหารได้แล้วยังสามารถใช้เป็นยารักษาโรคต่างๆ ได้มากมายอย่างน่าอัศจรรย์ เห็นอย่างนี้แล้วเราไม่ต้องไปแสวงหายาหรือเทคโนโลยีใหม่ๆ ที่ไหนไกลเพื่อใช้ดูแลสุขภาพของเราและคนรอบข้างอีกแล้วละค่ะ ลองหันกลับมาหาภูมิปัญญาไทย ภูมิปัญญาพื้นบ้านของเรา หันกลับมาใช้พืชสมุนไพรพื้นอย่าง “พลูควา” เพื่อสุขภาพที่ดีของคุณและคนที่คุณรัก แล้วคุณจะพบว่าสุขภาพดีอยู่ใกล้แค่เอื้อม

คำแนะนำ

ห้ามใช้ในผู้ที่มีอาการกลั้วหนาว แขนขาเย็น ไม่กระหายน้ำ ชอบดื่มของร้อน ปวดท้อง ท้องร่วง ปัสสาวะใสและมาก ฝ้าบนลิ้นขาว (จีนเรียกอาการพร่อง)

เรียบเรียงโดย พัชริน

อ้างอิง

www.doctor.or.th , www.thaicam.go.th

ยกมือขึ้น
ก็งานใครไม่ป่วย