

เตลีพิวส์

ฉบับที่ 24,703 วันพฤหัสบดีที่ 1 มิถุนายน พ.ศ. 2560 หน้า 22



กระท้อน

กระท้อน มีถิ่นกำเนิดแถวอินโดจีนและ
มาเลเซียตะวันตก ก่อนจะแพร่ขยายไปในอินเดีย



อินโดนีเซีย มอริเชียส ฟิลิปปินส์ และไทยจนกลายเป็นพืชท้องถิ่นของแต่ละประเทศไป เป็น
ไม้ยืนต้น สูงประมาณ 15-30 เมตร เปลือกต้นเป็นสีเทา นับเป็นผลไม้ที่มีธาตุโพแทสเซียมสูง
จึงไม่ค่อยเหมาะสำหรับผู้ที่ป่วยเป็นโรคไต เพราะผู้ป่วยบางรายอาจจะมีภาวะโพแทสเซียมสูง
อยู่แล้ว ส่วนคนไทยในอดีตนิยมนำมาใช้ประโยชน์ทางสมุนไพรเพื่อป้องกันฟันผุ เพราะการ
กินกระท้อนจะช่วยเพิ่มการหลั่งของน้ำลาย ซึ่งน้ำลายมีฤทธิ์ในการยับยั้งเชื้อแบคทีเรียที่อยู่
ในช่องปาก และขจัดเชื้อแบคทีเรียต่าง ๆ ที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดฟันผุ.

