

ก 2664

ข่าวสารเภสัชพาณิชย์

ปีที่ 35 ฉบับที่ 11 พฤศจิกายน 2527

ยาอายุวัฒนะ

จากฝั่ง

**น้ำผึ้ง** ที่เราเคยเห็นกันนั้น จะมีสีต่างๆ เช่นสีเหลืองจัด, สีน้ำตาลอ่อน, สีน้ำตาลแก่ และสีค่อนข้างดำ ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะผึ้งแต่ละแห่งกินน้ำหวานจากดอกไม้ต่างชนิดกัน จึงทำให้สีต่างกันออกไป และรสกลิ่นก็ต่างกันไป

**น้ำผึ้งทางภาคเหนือ**นั้น ว่ากันว่าเป็นน้ำผึ้งชั้นหนึ่ง ผึ้งทางภาคเหนือดูดกินน้ำหวานจากดอกไม้บานาชนิด

ส่วน**ทางภาคใต้**อุดมไปด้วยดอกสะเดา, ชี้เหล็กและมะม่วงหิมพานต์ น้ำผึ้งที่ได้จะมีสีเหลืองจัดและมีรสขมเล็กน้อย ใช้เป็นยาอายุวัฒนะ จัดเป็นน้ำผึ้งชั้นหนึ่งในทางยารักษาโรค

น้ำผึ้งที่ได้จากผึ้งที่กินน้ำหวานจากดอกเงาะ ดอกทุเรียน, ลางสาด, มังคุด จะมีรสหวานจัด กลิ่นหอม มีสีเหลืองปนน้ำตาล

น้ำผึ้งที่ได้จากผึ้งที่กินน้ำหวานจากดอกมะพร้าว นั้น น้ำผึ้งจะมีกลิ่นหอมเหมือนมะพร้าว มีรสฝาดเล็กน้อย สีจะเป็นสีน้ำตาลเข้มออกดำ หากเก็บไว้นานจะมีสีดำเข้มขึ้น และมีกลิ่นหืนของน้ำมันมะพร้าวเล็กน้อย น้ำผึ้งชนิดนี้เหมาะสำหรับแช่กล้วยตาก ปรุงอาหาร, นวดผมที่กรอบแห้งเท่านั้น

น้ำผึ้งที่ได้จากผึ้งที่กินน้ำหวานจากดอกยาง จะมีกลิ่นหอมเหมือนดอกยางและกลิ่นขี้ชันมีสีเป็นสีน้ำตาลอ่อนใส ค่อนข้างเหลว

**น้ำผึ้งที่ได้จากป่าลึก** จัดว่าเป็นน้ำผึ้งที่ดีที่สุด เพราะในป่าอุดมไปด้วยไม้ยืนต้นและดอกไม้บานาพันธุ์ น้ำผึ้งชนิดนี้จะมีกลิ่นหอมไม่เหมือนชนิดอื่นๆ ลักษณะข้น สีน้ำตาลเข้มออกแดง ใสแจ๋ว ยิ่งเก็บไว้นานยิ่งมีกลิ่นหอม จะมีฟองหนาที่ปากขวดตลอดเวลา รสหวานอมเปรี้ยวเล็กน้อย มีประโยชน์มากทางยารักษาโรค เป็นน้ำผึ้งที่หาได้ยากที่สุด และราคาแพง

การเลือกซื้อหาน้ำผึ้งมาใช้จะให้นแน่ใจว่าเป็นน้ำผึ้งแท้ นั้น ท่านผู้รู้แนะไว้ว่า ให้ลองเอาไม้ขีดไฟตรงปุมที่ขีด

ไฟ จุ่มลงไปใต้น้ำผึ้ง จากนั้นให้นำมาขีดที่ข้างกล่องไม้ขีด หากขีดไฟติดได้ตามปกติก็แสดงว่าเป็นน้ำผึ้งแท้ หากจุดไม่ติดก็แสดงว่าหัวไม้ขีดไฟเปียกน้ำ น้ำผึ้งนั้นคงเป็นน้ำเชื่อมที่ปลอมปน เพราะน้ำผึ้งแท้ ๆ แล้วจะไม่มีส่วนผสมของน้ำให้เห็น

น้ำผึ้งนั้น คนโบราณไม่ว่าไทยจีน และแม้คนปัจจุบันต่างก็ถือว่าเป็นยาอายุวัฒนะ ทางกรแพทย์บอกว่าประโยชน์ของน้ำผึ้งคือ ให้พลังงานและความอบอุ่นแก่ร่างกาย ในด้านเป็นยารักษาโรคนั้น น้ำผึ้งใช้บำรุงโลหิต บำรุงผิวและอื่น ๆ อีกมาก ทางใต้หวันและประเทศจีนก็ใช้น้ำผึ้งผสมยา ใช้รักษาโรคระบบทางเดินอาหาร, แก้กิดแก้อิ, แก้กหวัด และใช้เป็นยาบำรุงร่างกายให้แข็งแรง นอกจากนี้ก็มีการนำน้ำผึ้งมาเป็นส่วนผสมของเครื่องสำอางเพื่อบำรุงผิว รักษาผิว ได้ผลมากกว่าร้อยปีแล้ว

เราดื่มน้ำผึ้งเพื่อให้สดชื่น อายุยืนและรักษาโรค ถ้าคุณมีน้ำผึ้ง ลองทำอย่างนี้ดูซิครับ

- ใช้ชงน้ำดื่มครั้งละ 2 ช้อนชา ต่อน้ำอุ่น 1 แก้ว **จะทำให้ผิวพรรณเปล่งปลั่งไม่แก่เกินวัย** ระบบขับถ่ายเป็นปกติ ท้องไม่ผูก

- **เมื่อเป็นบิด** ปวดท้อง ใช้น้ำผึ้ง 2 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำอุ่น 1 แก้ว ผสมมะนาวลงไป 1 ช้อน แล้วดื่มขณะอุ่น ๆ

- **เวลาไอ** ใช้น้ำผึ้งผสมเกลือเล็กน้อย มะนาว 1 ช้อน แล้วจิบเวลาไอ

- **รักษาธาตุให้ปกติ** แก้กท้องผูกอุจจาระแข็ง ให้ทานมันเทศหนึ่งจิม น้ำผึ้ง แล้วดื่มน้ำอุ่นตาม จะทำให้ถ่ายสบาย

- **บำรุงโลหิต** แก้กโรคเบื่ออาหาร ให้ดองน้ำผึ้งรวมกับสุรา ใช้ดื่มครั้งละ 1 ถ้วยเล็ก ๆ ก่อนนอน และก่อนอาหาร สำหรับการเสริมส่วยให้ส่วยสมนั้นเราใช้น้ำผึ้งดังนี้

- ใช้น้ำผึ้งทาถูนวด ก่อนอาบน้ำเช้า - เย็น ทิ้งไว้ 10 นาที แล้วล้างออกด้วยสบู่ จะทำให้ผิวหน้าสดใส เปล่งปลั่ง เกือบเกลสา หากเป็นสิวฝ้าไม่ซำก็จะหาย

- ใช้น้ำผึ้งผสมกับน้ำมันมะนาว  
นวดหน้า หลังจากทำความสะอาดใบ  
หน้าแล้ว ทิ้งไว้ 2 - 3 นาที ค่อยล้างออก  
ให้หมด แล้วซับให้แห้งด้วยผ้าสะอาด  
จะทำให้ผิวหน้าขาวนวล สม่ำเสมอ  
ให้กระชับและเต่งตึง

- ใช้ลบรอยแผลเป็น หลังจาก  
ที่แผลตกสะเก็ดแห้งแล้ว โดยทาน้ำผึ้ง  
รวงทิ้งไว้ 1 - 2 ชั่วโมง แล้วล้างออก  
ทุกวัน ก็จะไม่มียรอยแผลเป็นให้เห็น

- แก้อาการปวดแสบปวดร้อน  
หลังถูกน้ำร้อนลวก ไฟลวก โดยใช้  
น้ำผึ้งทาทิ้งไว้แผลจะไม่พอง

- ใช้น้ำผึ้งผสมน้ำมันมะกอก  
นวดผมแก้ผมแห้งกรอบแตกปลาย  
นวดผิวมิให้เหี่ยวแห้งย่นแก่เกินวัย โดย  
ใช้น้ำมันมะกอกกับมะเขือเทศ ผสม  
น้ำผึ้งนวดผิวทุกวันก่อนอาบน้ำ ทิ้งไว้  
1 - 2 ชั่วโมง

- ใช้ผสมนมสดนวดหน้า แก่  
ใบหน้ากร้าน ทำให้ใบหน้านุ่มเนียนสด  
ใส

**ธรรมชาติให้สิ่งที่มีคุณค่า  
แก่ชีวิตมนุษย์เสมอมา แต่ทำไมมนุษย์  
กลับทำลายธรรมชาติอย่างหน้าตา  
เฉย...จริงไหมครับ?**