

## กระเจียบแดง (*Hibiscus sabdariffa* Linn.)

กระเจียบแดง มีชื่อทางพฤกษศาสตร์ว่า *Hibiscus sabdariffa* Linn. และมีชื่อภาษาอังกฤษว่า Roselle กระเจียบแดงเป็นพืชเส้นใยเรียกว่า กระเจียบเปรี้ยว หรือกระเจียบแดง กระเจียบแดงเป็นพืชพันธุ์พื้นเมืองของหมู่เกาะเวสต์อินดีส หรือทวีปอเมริกา แต่นำมาปลูกและสามารถเจริญเติบโตได้ดีในทวีปเอเชียมานานแล้ว หลังจากนั้นจึงแพร่หลายเข้าไปสู่ยุโรปในปี พ.ศ. 2119 ต่อมาจึงมีผู้นำไปปลูกในชวา สหรัฐอเมริกาแถบรัฐฟลอริดา และทวีปออสเตรเลีย

กระเจียบแดงในส่วนของดอก มีคุณค่าทางอาหารต่อน้ำหนักดอกกระเจียบ 100 กรัม ดังนี้ ให้ความร้อน 460.0 แคลอรี ปริมาณความชื้น 89.60 กรัม ไขมัน 0.30 กรัม คาร์โบไฮเดรต 9.40 กรัม เส้นใย 1.30 กรัม โปรตีน 1.40 กรัม แคลเซียม 151.0 มิลลิกรัม ฟอสฟอรัส 59.0 มิลลิกรัม เหล็ก 1.0 มิลลิกรัม วิตามินบี 1 0.01 มิลลิกรัม วิตามินบี 2 0.24 มิลลิกรัม ไนอาซิน

1.80 มิลลิกรัม วิตามินซี 18.0 มิลลิกรัม วิตามิน เอ 10833 หน่วยสากล จะเห็นว่างอกกระเจียบแดง เป็นแหล่งของธาตุแคลเซียม และวิตามิน เอ นอกจากนี้ดอกกระเจียบยังมีสรรพคุณทางเภสัชวิทยา ได้แก่ สามารถลดความดันโลหิต ลดคอเลสเตอรอลในเลือด ด้านเชื้อรา และจับปัสสาวะ เป็นต้น ดอกกระเจียบแดง ยังมีสารสีแดง ซึ่งเป็นสารจำพวกแอนโทไซยานิน (anthocyanin) และสารสำคัญได้แก่ วิตามิน ซี และกรดอินทรีย์อื่น ๆ รวมถึงสารฮิบิซีน (hibiscin) เป็นต้น ที่ทำให้ส่วนของดอกกระเจียบแดงมีสรรพคุณทางเภสัชวิทยา ดอกกระเจียบแดงยังประกอบด้วยเมดิซีนแอนโทไซยานินจำนวนมาก โดยพบว่าปริมาณแอนโทไซยานินอยู่ร้อยละ 1.5 ของน้ำหนัก ดอกกระเจียบแห้ง 100 กรัม เมดิซีนแอนโทไซยานิน จากดอกกระเจียบแดงยังจัดเป็นสารให้สีแดงพารเมทราติ ใช้เป็นสีผสมอาหารได้ดี กระเจียบแดงจึงมีประโยชน์เป็นของค้ำจุนไพร่พื้นบ้านของไทย.

โครงการเผยแพร่ความรู้และผลงานทางวิชาการผ่านสื่อหนังสือพิมพ์  
คณะอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์