



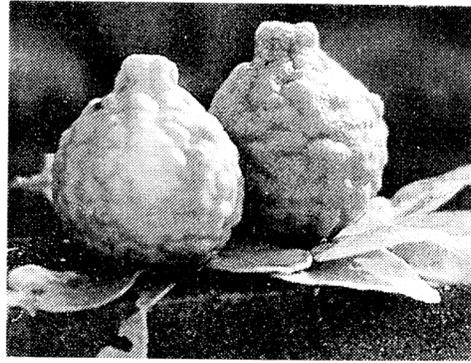
“มะกรูด” สรรพคุณยาไทย

สุกัญญา พัวพันธ์ ฝ่ายประชาสัมพันธ์
 กองเกษตรสัมพันธ์ กรมส่งเสริมการเกษตร
 ข้อมูล/ภาพจากหนังสือสมุนไพรในวิถีชีวิตไทย
 สมาคมสร้างสรรค์ไทย

เมื่อสัปดาห์ก่อนเป็นชาวกรีกโครมเกี่ยวกับ "ส้มย่ำกุ้ง" ที่สามารถยับยั้ง โรคมะเร็งได้ โดยเฉพาะ "มะกรูด" หนึ่งในเครื่องปรุงส้มย่ำ มีสรรพคุณเป็นยา ไม่เฉพาะแค่อยับยั้งโรคมะเร็งได้เท่านั้น "มะกรูด" ยังสามารถรักษาโรคต่าง ๆ ได้หลายชนิด

"มะกรูด" มีชื่อพื้นเมืองเรียกกันหลายชื่อ ทางภาคเหนือเรียกว่า "มะพูด หรือมะขุน" ภาคใต้ เรียกว่า "ส้มกรูด ส้มส้มม่วง" ส่วนภาคอีสาน โดยเฉพาะที่จังหวัดหนองคาย จะเรียก "มะพูด" ลักษณะเป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก กิ่งมีหนามแข็ง ใบจะเป็นใบย่อยใบเดี่ยว สีเขียวหนาลักษณะคอดกึ่งกึ่งกลางใบ มีกลิ่นหอมเนื่องจากมีต่อมน้ำมันอยู่สำหรับดอก จะเป็นกระจุกละ 3-5 ดอกสีขาวร่วงง่าย ผลมีหลายแบบแล้วแต่พันธุ์ บางพันธุ์ผลใหญ่ ขรุขระมาก ที่หัวมีจุก บางพันธุ์เล็กเท่ามะนาว ผิวขรุขระน้อย และไม่มีจุก

ประโยชน์ทางยา สามารถนำทุกส่วนของมะกรูด มาทำยาได้ไม่ว่าจะเป็น ผิว ผล ราก ใบ และน้ำมะกรูด สำหรับรสและสรรพคุณนั้น ในตำรายาไทย ผิวผลสดและแห้ง มีรสเปรี้ยว หอมร้อน แก้ลมหน้ามืด แก้ลมวิงเวียน บำรุงหัวใจ ขับลมในลำไส้ ขับระดู ขับผายลม ผล มีรสเปรี้ยว เป็นยาขับเสมหะ แก้ไอ แก้น้ำลายเหนียว ฟอกโลหิต ใช้



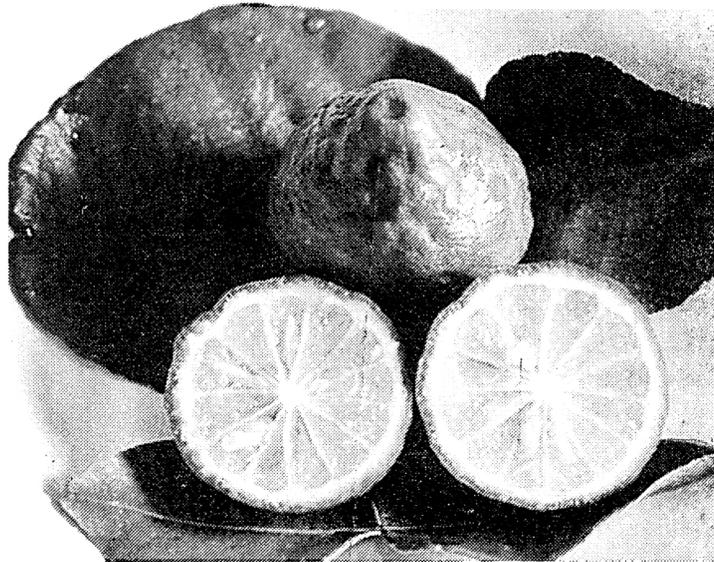
สระผม จะทำให้ผมดกดำเป็นเงางาม ไม่มีรังแค นอกจากนี้ยังใช้เป็นยาขับลมแก้ปวดท้องในเด็ก ราก มีรสเย็นจืด แก้พิษฝีภายใน แก้เสมหะเป็นโทษ ประสมกับยาอื่น เป็นยาแก้ลมจุกเสียด และถอนพิษผิดสำแดง

วิธีการใช้ สำหรับแก้เป็น ลม หน้ามืด ใช้ผิวผลสดสดุดม ผิวผลแห้งใช้หั่นใส่น้ำหอมผสมกับของหอมอื่น ๆ คมแก้อาการเป็นลมหน้ามืดได้เช่นกัน แก้ลมวิงเวียน บำรุงหัวใจ ใช้ผิวสดหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ 1-2 หยิบมือผสมกับการนวดหนึ่ง หยิบมือ ชงกับน้ำเดือดคนให้ละลายปิดฝาทิ้งไว้ 3-5 นาที ดื่มแต่น้ำ ขับเสมหะ แก้ไอ ใช้ผลผ่าซีกเติมเกลือป่นเล็กน้อย ใส่น้ำไฟให้เปลือกนุ่มค่อย ๆ บีบ น้ำมะกรูดลงคอทีละน้อย ขับผายลม แก้ ปวดท้อง

ในเด็กอ่อน ใช้มะกรูด 1 ผล ตัดจุกคว้านเอาไส้กลางออกใส่มหาหิงค์ กลางผลแล้วบิดจุก ผสมไฟให้เกรียมกรอบ บดให้เป็นผงละลายกับน้ำผึ้ง ป้ายลิ้นเล็กอ่อน ยาสระผม คั้นน้ำอาบ ผ่าซีกใส่หม้อต้มร่วมกับสมุนไพร

อื่น ๆ อาบเนื้อตัวจะสะอาด หากใช้สระผมจะทำให้ผมดกดำ ใช้เป็นยาฟอกโลหิตสำหรับสตรี (ตำรายาพื้นบ้าน) ใช้มะกรูดคองยาเรียกว่า "ขาดอกเปรี้ยวเค็ม" แก้ไข้หวัด ปวดศีรษะ ใช้ใบมะกรูดและใบมะนาวคั้นรับประทาน

ข้อควรระวัง น้ำมะกรูดมีฤทธิ์เป็นกรด อาจทำลายเคลือบฟันได้ ดังนั้นเมื่อจิบน้ำมะกรูดให้ถูกฟันน้อยที่สุด และควรบ้วนปาก หากใช้เป็นยาสระผม ควรทำให้ผมเปียกชุ่มทั้งศีรษะ และเมื่อนำใบมะกรูดมากลั่นด้วยไอน้ำ จะให้น้ำหอมระเหยประมาณ 6-7% และน้ำในมะกรูดจะมีกรดซิตริก วิตามินซี และกรดอินทรีย์อื่น ๆ คิดความเชื่อตามตำราพรหมชาติฉบับหลวง กล่าวว่า มะกรูด



เป็นไม้มงคลชนิดหนึ่ง ควรปลูกไว้บริเวณบ้าน ปลูกทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือ เพื่อให้ผู้อยู่อาศัยมีความสวัสดิ์ด้วยหน้า สำหรับพิธีกรรมต่าง ๆ จะใช้ทำน้ำมันดีเพื่อสะเดาะเคราะห์หรืออาบผู้ป่วย อย่างไรก็ตามการใช้ มะกรูด มาทำเป็นยารักษาโรค ควรดูอาการของผู้ป่วย หากหนักหนาสาหัสรีบนำส่งโรงพยาบาลให้แพทย์รักษาจะดีกว่า นะครับ.