

สารบัญ



คำนำสำนักพิมพ์	(8)
คำนำผู้เขียน	(10)
มหัศจรรย์มะกรูด สมุนไพรคู่ (ครัว) ไทย	1
รู้จักลูกมะกรูดสีเขียว	4
รูปไม่สวย “มะกรูด” จวบหอม	7
มะกรูดอุดมด้วยคุณประโยชน์	10
มาปลูกมะกรูดกันเถอะ	13
มะกรูดบำรุงสุขภาพ	21
สูตรแก้อาการลมจับ	23
สูตรพอกโลหิตและขับเสมหะ	24
สูตรบำรุงเลือด	25
สูตรแก้วิงเวียนศีรษะ	25
สูตรยาพ่นแก้ปวด แก้อาการเส้นเอ็นอักเสบ	27
สูตรแก้ปวดท้อง	28
สูตรยาต้มสั้มโอมือและมะกรูด	28
สวยด้วยมะกรูด สูตรธรรมชาติ	31
สูตรบำรุงผมเงางาม (สำหรับผมปกติ)	33
สูตรบำรุงผมเงางาม (สำหรับผมร่วงง่าย)	34

สูตรขจัดรังแค	35
สูตรแก้อาการคันหนังศีรษะ สูตร 1	36
สูตรแก้อาการคันหนังศีรษะ สูตร 2	38
สูตรหมักผมช่วยเร่งให้ผมยาว	39
สูตรหมักผมบำรุงผมแห้ง	40
สูตรมาสก์หน้ากำจัดสิว	41
สูตรมาสก์หน้าลดรอยต่างด้า	42
สูตรแก้ศอก/เข่าด้าน	43
สูตรขัดเท้า	44
สูตรดับกลิ่นเท้า	44
สูตรดับกลิ่นตู้เหม็นอับ	45
เมนูมะกรูดเสริมสุขภาพ	47
ภูมิปัญญาไทย มะกรูดปราบแมลงร้าย	71
มะกรูดปราบมอด	72
ยาพ่นมะกรูดปราบมด แมลง หนอน	73
มะกรูดปราบยุงลาย สูตร 1	74
มะกรูดปราบยุงลาย สูตร 2	74
แปรรูปมะกรูดเสริมรายได้	77

๕
ขอ

ประโยชน์มหาศจรรย์ : มะกรูด

เลขหมู่ 615.32377
ร136
2559
เลขทะเบียน 20395
วันที่ 27 ก.ค. 2560
116939

การอ่าน คือ อร่ากรฐานที่ล้ำคณ

การอ่าน คือ การต่อยอดแสงสว่างทางปัญญา

-รติชา ปภานุพัทธ์

สำนักหอสมุดและศูนย์สารสนเทศวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

1

3