

เตยหอม



ชื่ออื่นๆ : เตยหอมใหญ่ (Toei-hom-yai) (ภาคกลาง) เตยหอมเล็ก (Toei-hom-lek) ปาณะะวอจิง (Pa-nae-wo-nging) (มลายู) หวานข้าวไหม้ (เหนื่อ) ปาณะะออริง (ใต้) ปาแนก้อจี (ไทยมุสลิม) ปานหนัน (นราธิวาส-ปัตตานี) พั้งลั้ง (จีน)

ชื่อสามัญ : Pandanus palm

ชื่อวิทยาศาสตร์ : Pandanus amaryllifolius Roxb.

วงศ์ : PANDACEAE

ข้อมูลอื่นๆ:

ประกอบด้วยน้ำมันหอมระเหย และมีสีเขียวของคลอโรฟิลล์ ซึ่งในน้ำมันหอมระเหยประกอบด้วยสารหลายชนิด เช่น ไลนาลิลอะซิเตท (Linalyl acetate) เบนซิลอะซิเตท (Benzyl acetate) ไลนาโลอล (Linalool) เจอราเนียมอล (geraniol) และ เอทิลวานิลลิน (Ethylvanillin)

ต้น ราก ยาขับปัสสาวะ ใบสด น้ำใบเตย บำรุงหัวใจ

วิธีใช้: ยาขับปัสสาวะ ใช้ต้น ๑ ต้น หรือ ราก ๑ กำมือ ต้มกับน้ำดื่ม

ยาบำรุงหัวใจ ใบสดไม่จำกัด ผสมในอาหาร หรือนำมาคั้นน้ำรับประทาน ครั้งละ ๒ - ๔ ช้อนแกง

ใบเตยหอมใช้แต่งสีและกลิ่นเครื่องดื่ม ขนมหวาน และอาหารหลายชนิด

คุณค่าทางโภชนาการ ใบเตยสด มีน้ำมันหอมระเหย รสหวาน หอม มัน และมีสีเขียวนิยมนำมาใช้แต่งสีอาหาร เป็นสารคอโรฟิลด์

ใช้เป็นยา ใบสดต้มกับน้ำดื่ม ลดอาการกระหายน้ำ บำรุงหัวใจ ทำให้ชุ่มชื้น ต้นและรากเป็นยาขับปัสสาวะ รักษาโรคเบาหวาน และแก้กระษัยน้ำเบาพิการ

น้ำใบเตยหอม ส่วนผสม ใบเตย ๓ ถ้วย น้ำสะอาด ๘ ถ้วย น้ำตาลทราย ๒ ถ้วย น้ำแข็ง

วิธีทำ: ใบเตยสดที่ไม่แก่มาก เก็บมาใหม่ๆ ล้างที่สะอาดให้สะอาด แช่น้ำต่างหับทิม ๑๐ - ๑๕ นาที นำมาปั่นตามขวางเป็นชิ้นเล็กๆ แบ่งเป็น ๒ ส่วน ส่วนที่หนึ่งใส่ลงในหม้อที่มีน้ำกำลังเดือด ต้มเคี่ยว ๕ - ๑๐ นาที เติมน้ำตาลทรายให้รสหวานจัด กรองเอากากออก ใบเตยที่หั่นแล้วอีกส่วนหนึ่งปั่นให้ละเอียดโดยเติมน้ำ กรองเอากากออก เติมน้ำที่คั้นได้ซึ่งมีสีเขียวน้ำและกลิ่นหอมลงในหม้อใบเตยที่เติมน้ำตาลและกำลังเดือด ชิมให้มีรสหวานพอเดือดรีบยกลง เมื่อจะดื่มใส่น้ำแข็งบดละเอียด

สรรพคุณทางยาและวิธีใช้

โรคหัด โรคผิวหนัง : ใช้ใบสดตำพอก

ยาบำรุงหัวใจ : ใช้ใบสดตำ คั้นเอาน้ำ จะได้น้ำสีเขียวมมาผสมอาหาร แต่งกลิ่น แต่งสีขนม หรือใช้ในรูปของใบชา ชงกับน้ำร้อน หรือใช้ใบสดต้มกับน้ำจนเดือด เติมน้ำตาลเล็กน้อยใช้ดื่มเป็นประจำ

โรคเบาหวาน : นำส่วนต้นและราก ต้มกับเนื้อหรือใบไม้สักจะช่วยรักษาโรคเบาหวาน

อ้างอิง : ศูนย์ปฏิบัติการวิจัยและเรือนปลูกพืชทดลอง