



## มะนาว

มะนาว ชื่อสามัญ Lime

มะนาว ชื่อวิทยาศาสตร์ *Citrus aurantiifolia* (Christm.) Swingle จัดอยู่ในวงศ์ส้ม ([RUTACEAE](#))

หลายคนสงสัยว่า แล้วคำว่า Lemon ที่ในบ้านเราเข้าใจว่ามันคือมะนาว แล้วตกลงมันคืออะไร จริง ๆ แล้วเลมอน (Lemon) ความหมายที่ถูกต้องของมันก็คือ ผลส้มชนิดหนึ่งที่มีหัวท้ายมนหรือมะนาวที่มีผลเป็นลูกออกสีเหลืองใหญ่ ไม่ใช่ผลกลม ๆ สีเขียวลูกเล็ก ๆ อย่างมะนาวที่เราคุ้นเคย

การปลูกมะนาว เดิมแล้วมะนาวเป็นพืชพื้นเมืองในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ผู้ที่อยู่ในภูมิภาคนี้จึงรู้จักการใช้ประโยชน์จากมะนาวกันเป็นอย่างดี ซึ่งหนึ่งในนั้นก็คือประเทศไทยนี่เอง เรามาดูประโยชน์และสรรพคุณของมะนาวกันดีกว่า

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้พุ่ม สูง 2-4 เมตร กิ่งอ่อนมีหนามแหลม เปลือกต้นเรียบ สีน้ำตาลปนเทา ใบ เป็นใบประกอบ ออกเรียงสลับ มีใบย่อยใบเดี่ยว รูปไข่หรือรูปรียาว กว้าง 3-5 ซม. ยาว 4-8 ซม. ปลายใบแหลม โคนใบมนมีปีกแคบๆ ขอบใบหยัก แผ่นใบมีต่อมน้ำมันกระจายอยู่ตามผิวใบ ดอก ออกเป็นช่อสั้น 5-7 ดอก หรือออกดอกเดี่ยวตามซอกใบ ที่ปลายกิ่ง ดอกสีขาว กลีบดอกมี 4-5 กลีบ หลุดร่วงง่าย ผล รูปทรงกลม ผิวเรียบเกลี้ยง ผลอ่อนสีเขียวเข้ม พอแก่เป็นสีเหลือง ข้างในแบ่งเป็นห้องแบบรัศมี มีรสเปรี้ยว เมล็ดกลมรี สีขาว มี 10-15 เมล็ด

ส่วนที่ใช้ : น้ำมะนาว (น้ำคั้นจากผล) ราก ใบ ดอก ผล เมล็ด

## สรรพคุณของมะนาว

- **น้ำมะนาว** - แก่โรคคลักปิดลักเปิด (เลือดออกตามไรฟัน) ทำอาหาร ขับเสมหะ ฟอกโลหิต ทำให้ผิวหนังนุ่มนวล แก้ซาง บำรุงเสียง บำรุงโลหิต ขับระดู แก้เจ็บขบ แก้ขาลาย จิบแก้ไอ ดับกลิ่นเหม็น ข่าพยาธิในท้อง รักษาผม ขับลม รักษาลมพิษ แก้ริดสีดวง แก่ระดูขาว แก้พิษยางหนอง แก้ไข้ แก้ไข้กาฬ แก้ฝี แก้ปวด แก้อักเสบ
- **ราก** - กระทุ้งพิษไข้ ถอนพิษสำแดง แก่สติหลงลืม แก้ไข้ แก้ไข้กาฬ แก้ฝี แก้ปวด แก้อักเสบ ถอนพิษไข้ กลับไขซ้
- **ใบ** - ฟอกโลหิต แก้ตับทรุด
- **ดอก** - แก่อาการท้องอืด ท้องเฟ้อและปวดท้อง แก่อาการคลื่นไส้ อาเจียน (เกิดจากธาตุไม่ปกติ ) แก้ไอ ขับเสมหะ
- **ผล** - แก่อาการท้องอืด ท้องเฟ้อและปวดท้อง ทาแก้ผิวแห้งตกรสเค็ด แก้สิ่วฝ้า แก้ส้นเท้าแตก แก้ไอ รักษาแผลจากแมลงมีพิษ
- **เมล็ด** - แก้พิษตานซาง แก้หายใจขัด แก้ไข้ขับเสมหะ แก้พิษฝีภายใน

## วิธีและปริมาณที่ใช้

1. **ยาแก้ไข้ขับเสมหะ**  
น้ำในผลที่โตเต็มที่ น้ำมะนาว 2-3 ช้อนแกง, เมล็ดมะนาว 10-20 เมล็ด นำน้ำมะนาวเติมเกลือเล็กน้อย จิบ จะช่วยทำให้เสมหะถูกขับออก และเสียงดี ถ้าเป็นเมล็ดมะนาวนำไปคั่วให้เหลือง บดให้ละเอียด เติมพิมเสน 2-5 เกล็ด ชงน้ำร้อนรับประทาน เป็นยาขับเสมหะ
2. **ยาป้องกันหรือแก่โรคเลือดออกตามไรฟัน (ลักปิดลักเปิด)**  
ใช้น้ำจากผลที่แก่จัดไม่จำกัด เติมเกลือ น้ำตาล น้ำแข็ง ใช้เป็นเครื่องดื่ม หรือจะใสในอาหาร ก็ได้ผลเช่นกัน
3. **ยาห้ามเลือด ไล่แผลสด**  
ใช้น้ำจากผล ครึ่งช้อนชา หรือ 1/4 ช้อนแกง แผลถูกมีดบาด เลือดไม่หยุด บีบน้ำมะนาวลงไป 3-4 หยด เลือดจะหยุด