



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Pandanus amaryllifolius* Roxb.

ชื่อสามัญ : Pandanus Palm , Fragrant Pandan , Pandom wangi.

วงศ์ : Pandanaceae

ชื่ออื่น : ปาแนะวอชิง (มาเลเซีย-นราธิวาส)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : เป็นพืชใบเลี้ยงเดี่ยวลักษณะแตกออกเป็นพุ่มขนาดเล็ก ลำต้นเป็นข้อ ใบออกเป็นพุ่มบริเวณปลายยอด เมื่อโตจะมีรากค้ำจุนช่วยพยุงลำต้นไว้ ใบเป็นใบเดี่ยวเรียงสลับเวียนเป็นเกลียวขึ้นไปจนถึงยอด ลักษณะใบยาวเรียวคล้ายใบหอก ปลายใบแหลม ขอบใบเรียบ ผิวใบเป็นมัน เส้นกลางใบเว้าลึกเป็นแฉ่ง ถ้าดูด้านท้องใบจะเห็นเป็นรูปคล้ายกระดูกงูเรือ ใบมีกลิ่นหอม

สรรพคุณทางยาของเตยหอม

ใบ แก้ไข้ แก้อ่อนในกระหายน้ำ แก้อ่อนเพลีย ขับปัสสาวะ บำรุงหัวใจ ชูกำลัง รักษาโรคหืด อีสุกอีใส และโรคผิวหนัง ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือดได้ บรรเทาอาการอาหารไม่ย่อย แก้อาการท้องอืด ลดความดันเลือด ช่วยกระตุ้นให้หัวใจเต้นปกติ น้ำมันหอมระเหยช่วยแก้อาการหน้าท้องเกร็ง แก้ปวดตามข้อ และกระดูก ช่วยให้ผ่อนคลาย ลดอาการปวดหัว แก้โรคลมชัก ลดอาการเจ็บคอ ลดอาการอักเสบในลำคอ

ราก-ต้น รักษาเบาหวาน บำรุงหัวใจให้ชุ่มชื้น แก้กษัย ขับปัสสาวะ แก้อ่อนในกระหายน้ำ ช่วยละลายก้อนนิ่วในไต แก้อหองใน แก้พิษโลหิต แก้กล้ามเนื้ออ่อนเพลีย แก้ตานขางในเด็ก **ไม่ระบุส่วนที่ใช้** บำรุงหัวใจให้ชุ่มชื้น

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

ใช้เป็นยาขับปัสสาวะ

ใช้ต้น 1 ต้น หรือราก ครึ่งกำมือ ต้มกับน้ำดื่ม

ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ

ใช้ใบสดไม่จำกัดผสมในอาหาร ทำให้อาหารมีรสเย็น

หอม รับประทานแล้วทำให้หัวใจชุ่มชื้น หรือเอาใบสดมาคั้นน้ำ

รับประทาน ครั้งละ 2-4 ช้อนแกง

ใช้เป็นยาแก้เบาหวาน

ใช้ราก 1 กำมือ ต้มน้ำดื่ม เข้าเย็น

ส่วนของใบ ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ เพราะใบเตยมีฤทธิ์ลด

อัตราการเต้นของหัวใจ จึงช่วยบำรุงหัวใจได้อย่างดี ขณะที่ การศึกษาวิจัย แพทย์ได้นำใบเตยหอมมาผลิตในรูปแบบชาชง บรรจุซองละ 6 กรัม ให้คนปกติรับประทานวันละ 1 ครั้ง เป็น เวลา 7 วัน ผลปรากฏว่า ระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทาน ชาชงใบเตยลดลงอย่างมีนัยสำคัญจึงเป็นสมุนไพรอีกชนิดหนึ่งที่สามารถนำมาใช้ในผู้ป่วยโรคเบาหวานได้ หากนำมาผสมน้ำ รับประทาน จะช่วยดับกระหาย คลายร้อน ทานแล้วรู้สึกชื่นใจ ช่วยแก้อ่อนเพลีย ดับพิษไข้ และชูกำลังได้ ทั้งนี้หากนำใบเตยมา บดผสมน้ำแล้วมาพอกบนผิวหนังรักษาโรคหืด หรือ โรคผิวหนังได้

รากและลำต้น ใช้รักษาโรคเบาหวาน เพราะรากและลำ

ต้นของเตยหอมนั้น มีฤทธิ์ลดระดับน้ำตาลในเลือด วิธี รับประทานก็คือ ใช้ราก 1 กำมือนำไปต้มเป็นน้ำดื่ม ทุกเช้า-เย็น ใช้เป็นยาขับปัสสาวะ โดยการนำต้นเตยหอม 1 ต้น หรือราก ครึ่ง กำมือ ไปต้มกับน้ำดื่ม