

ชำพลู

Piper sarmentosum Roxb.

วงศ์ PIPERACEAE

ชื่ออื่น : ผักพลูนก พูลูลิง ปูลิง ปูลิงนก ผักปูนา (ภาคเหนือ), ผักแค ผักอีเล็ด ผักนางเล็ด (ภาคอีสาน), ชำพลู (ภาคกลาง), นมวา (ภาคใต้)

ไม้ล้มลุก ขนาดเล็ก ลำต้นมีลักษณะตั้งตรง สูงประมาณ 30-50 ซม. สีเขียวเข้ม มีข้อเป็นปม แตกกิ่งออกเป็นพุ่ม เติบโตได้ดีในพื้นที่ดินชุ่ม



ใบ : ใบมีสีเขียวสดถึงเขียวแก่ ก้านใบยาว 1-3 ซม. ลักษณะใบเป็นใบเดี่ยว คล้ายรูปหัวใจ ใบกว้าง 5-10 ซม. ยาว 7-15 ซม. ปลายใบแหลม โคนใบเว้า ผิวมันออกมัน ทางใบออก 2 ใบ ตรงข้ามกัน มีเส้นใบประมาณ 7 เส้น ทางออกจากฐานใบ



ดอก : เป็นช่อ ทรงกระบอก ชูตั้งขึ้น ดอกอ่อนมีสีขาว เมื่อแก่จะออกสีเขียว รูปทรงกระบอก ทางดอกบริเวณปลายยอด และช่อใบ ก้านช่อดอกยาวประมาณ 1.5 ซม. ดอกเป็นดอกแยกเพศ





ผล : ผลเจริญบนช่อดอก มีลักษณะเป็นผลสีเขียว ผิวมัน มีลักษณะกลมเล็กฝังตัวในช่อดอกหลายเมล็ด มักออกดอกมากในฤดูฝน



ประโยชน์

- ราก : แก้ธาตุพิการ บรรเทาเบาหวาน ชัดเบา ปวดเจ็บ ช่วยเจริญอาหาร บำรุงธาตุ แก้เมื่อยขบ ขับลม แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แก้ลมในกระเพาะอาหาร และลำไส้ แก้ปวดท้อง ท้องเสีย แก้เสมหะ แก้ปัสสาวะรดที่นอน ขับเสมหะให้ตกทางทวารหนัก และแก้สะอึก
- ต้น : ขับลม แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แก้ลมจุกแน่นท้อง แก้มูกออกในอุจจาระ
- ใบ : ใช้เป็นยาลดเสมหะ ทำให้ชุ่มคอ แก้ธาตุพิการ ต้านเชื้อแบคทีเรีย และบำรุงธาตุร่างกาย
- ดอก : แก้เสมหะในลำคอ ทำให้ชุ่มคอ ขับลมในลำไส้ แก้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ต้านเชื้อแบคทีเรีย
- ผล : ขับลม แก้เสมหะในลำคอ ช่วยย่อยอาหาร ต้านเชื้อแบคทีเรีย

อ้างอิงข้อมูล : <http://puechkaset.com/%E0%B8%8A%E0%B8%B0%E0%B8%9E%E0%B8%A5%E0%B8%B9/>

ภาพประกอบ : Flickr by (Ahmad Fuad Morad, budak, CANTIQ UNIQUE, Kai Yan, Joseph Wong, Simmy Sachart, SierraSunrise)