



พระราชโอรส  
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี  
ในการประชุมสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน  
ณ อาคารสารนิเทศ 50 ปี มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์  
วันที่ 12 ตุลาคม 2543



โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ ได้เริ่มต้นขึ้นราวปีพุทธศักราช 2535 เพื่อเป็นการส่งเสริมให้สถาบันต่างๆ ที่มีอยู่จำนวนมากในประเทศไทย ได้ศึกษาวิธีการวิทยาศาสตร์ ได้รวบรวมเป็นหลักฐานไว้ และเพื่อเป็นสื่อในระหว่างสถาบันต่างๆ บุคคลต่างๆ ที่ทำการศึกษาให้สามารถร่วมใช้ฐานข้อมูลเดียวกัน เพื่อให้การศึกษาไม่ซ้ำซ้อน สามารถที่จะดำเนินการก้าวหน้าเป็นประโยชน์ในทางวิชาการได้ ส่วนโครงการสวนพฤกษศาสตร์นั้นก็เป็นงานที่สืบเนื่องต่อจากงานอนุรักษ์พันธุกรรมพืช เพิ่งจะได้เดินทางไปเยี่ยมชมโรงเรียนทั้งในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาในภาคต่างๆ ทั่วประเทศ ได้เห็นว่าโรงเรียนบางแห่งนั้นมีภูมิทัศน์ที่ร่มรื่น มีพืชพรรณหลายชนิด ใบไม้เขียวของนักเรียน ที่จริงตั้งแต่เด็กๆ ขึ้นอนุบาลถึงชั้นประถม

ทางครูอาจารย์ก็มักจะสอนให้นักเรียนศึกษาถึงโลกของเรา เรื่องของธรรมชาติ ฉะนั้น การที่ศึกษาของใกล้ตัว ได้แก่ พืชพรรณที่มีอยู่ในธรรมชาตินั้น ก็เป็นสิ่งที่ง่าย ไม่เสียค่าใช้จ่ายสูง และมีประโยชน์ เพิ่มประสบการณ์แก่นักเรียนในด้านต่างๆ ได้ จึงเห็นว่างานที่คนในระดับที่เป็นผู้ใหญ่ได้ทำ ได้ศึกษาในพืชพรรณต่างๆ นั้น แม้แต่เด็กระดับเล็กก็น่าจะได้ประโยชน์ด้วย โรงเรียนบางแห่งก็ตั้งอยู่ในที่ทุรกันดาร แต่ก็ยังมีพืชพรรณต่างๆ ขึ้นอยู่ ที่คนอื่น ๆ นอกพื้นที่จะเข้าไปศึกษาได้ยาก ทั้งนี้ก็นักเรียนและผู้ปกครองก็อาจจะมีความรู้ที่มากกว่าคนอื่น ๆ นักเรียนก็อาจจะเรียนจากผู้ปกครองของนักเรียน เป็นเรื่องของภูมิปัญญาท้องถิ่นว่าพืชชนิดนี้คืออะไร แล้วก็ไปศึกษาเปรียบเทียบกับวิทยาการสมัยใหม่ที่ครูบาอาจารย์สั่งสอน หรือมีปรากฏในหนังสือ

(อ่านต่อหน้า 2)

(ต่อจากหน้า 1)

นอกจากนี้การศึกษาเรื่องพืชพรรณน่าจะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียนในแง่ต่างๆได้ คนที่ศึกษาเรื่องพืชพรรณนั้นก็ได้รับความสุขสบายใจ มีความคิดในด้านสุนทรีย์ ด้านศิลปะในแง่ต่างๆ อาจจะศึกษาหรือใช้เป็นอุปกรณ์การศึกษาในหมวดต่างๆ ทั้งในเรื่องของวิทยาศาสตร์และมนุษยศาสตร์ ซึ่งครูและนักเรียนโรงเรียนได้นำมาปฏิบัติ แต่ละโรงเรียนก็มีความคิดแตกต่างกันไป หรือว่าบางอย่างก็เหมือนกัน บางอย่างก็แตกต่างกัน ก็เป็นเรื่องที่ดีถ้าทุกโรงเรียนสามารถที่จะแลกเปลี่ยนความคิดเห็น โดยการมาเสนอผลงาน หรือนำผลงานมาบันทึกลงในสื่อต่างๆ ที่จะสามารถนำมาแลกเปลี่ยนกันได้ จึงเห็นว่าในการจัดงานในลักษณะนี้ น่าจะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการ และนักเรียนในโรงเรียนอื่นๆที่ยังไม่ได้เข้าร่วมโครงการ

ขอแสดงความยินดีด้วยกับโรงเรียนที่ได้รับรางวัล และโรงเรียนที่สามารถรักษามาตรฐานของสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนเอาไว้ได้ พวกที่รักษามาตรฐานไว้ไม่ได้ ก็ไม่ต้องเสียอกเสียใจไป เพราะการที่จะจัดกิจกรรมต่างๆ ให้เป็นไปตามมาตรฐานก็ไม่ใช่งานที่ง่าย และโรงเรียนที่อยู่ในลักษณะต่างๆ ก็อาจจะไม่สามารถ



ที่จะปฏิบัติงานในด้านนี้ได้เต็มที่ทุกแห่ง ก็ถ้ามีความพยายามได้ก็ขอให้พยายามต่อไป แต่ว่าถ้ามีกิจกรรมในด้านอื่นที่เร่งด่วนกว่าทำไม่ได้ก็ไม่ต้องเสียใจที่ไม่ได้รางวัล

หวังว่าการศึกษาเท่าที่ปฏิบัติมา ก็จะปฏิบัติต่อไปในอนาคต มีประโยชน์ในการที่จะได้เพิ่มพูนความรู้ทางวิชาการที่นักเรียนจะต้องศึกษาต่อไปในระดับสูง หรือว่าเพิ่มพูนความรู้ต่างๆ ในด้านวิชาชีพ ซึ่งนักเรียนก็อาจจะนำไปประกอบอาชีพได้ต่อไป ยกตัวอย่างเช่น มีนักเรียนบางโรงเรียนที่ศึกษาในด้านของการเขียนภาพทางวิทยาศาสตร์ นั่นก็จะใช้เป็นอาชีพในอนาคตเป็นต้น หวังว่าทุกคนคงได้รับประโยชน์ในการมาร่วมประชุมในครั้งนี้ ทั้งครู นักเรียน และผู้เกี่ยวข้อง มีความสุขสวัสดิ์ด้วยกัน

### ก้อยแกลง

สวัสดิ์สมาชิก ทุกท่านคะ ช่วงนี้เราจะได้รับข่าวสารเกี่ยวกับค่ายวิทยากรไทย เขาวชนไทย ภูมิภาคไทย สปีคส์แห่งการเขียนรู อนุรักษ์และพัฒนาบนฐานคุณธรรม กับบอยๆ นะคะ น่าสนใจใช่ไหมคะ อดใจรออีกนิด เราจะนำเนื้อหาและวัตถุประสงค์มาลงให้สมาชิก ได้อ่านกัน และขณะนี้ในหลายพื้นที่ที่มีโอกาสเข้ารับการอบรมไปบ้างแล้ว ประมาณเดือนตุลาคมที่จะถึงนี้ก็จะจัดกันที่เขตการศึกษา 7 และเขตการศึกษา 8 รายละเอียดจะนำเสนอต่อไป

สำหรับในฉบับนี้ ปกแรกเราเชิญพระราชาวิชาทสมเด็จพะเทพรัตนราชสุดาฯ สยามมรมาราชกุมารี มาลงให้สมาชิก ที่ไม่มีโอกาสเข้ารับฟังในงานประชุมสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน เมื่อ 12 ตุลาคม 2543 ได้มีโอกาสรับทราบในพระราชาวิชาทร่วมกัน ฉบับนี้ ใครที่ติดตามเรื่องการอบรมสวนไพรอยู่ ก็จะทราบถึงการนำสวนไพรมาสะสม สะระแล้วจะคืออะไร ต้องติดตามอ่านกันเองนะคะ *พรรณไม้แก้ว* ก็ยังมีเรื่องของบัวชนิดต่างๆ ที่น่าสนใจ ส่วน*เทคโนโลยี* ก็มีเรื่องน่าสนใจมาให้อ่านอีกเช่นเคย และขอขอบคุณโรงเรียนชลบุรี "สุขบท" ที่ส่งเรียงความของนักเรียนที่ใช้สวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนเป็นสื่อในการเขียนเรียงความมาให้ หากสมาชิก จากโรงเรียนอื่นๆ ที่มีผลงานน่าสนใจและอยากรจะให้เราเผยแพร่ผลงานก็ส่งมาได้นะคะ แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้า สวัสดิ์คะ

## ชาวสมาชิก



### อบรมเชิงปฏิบัติการเทคนิคการเก็บตัวอย่าง พรรณไม้แห้ง

ระหว่างวันที่ 19-20 ก.ค. คณะเจ้าหน้าที่จากโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ จัดอบรมเชิงปฏิบัติการทำตัวอย่างพรรณไม้แห้ง ตัวอย่างพรรณไม้ตอง และห้องสมุดสัญจร ที่โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม จ.ชัยนาท คุณพรชัย จุฑามาศ รองผู้อำนวยการโครงการส่วนพระองค์ฯ และเลขานุการโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ ได้บรรยายแนวดำเนินการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน ให้กับผู้บริหารคณะครู อาจารย์ ได้รับทราบแนวทาง ในงานนี้โรงเรียนสมาชิก ที่เข้าร่วมประชุม ได้ทำการจัดกลุ่มสมาชิกฯ เขตการศึกษา 6 โดยมีมติให้โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม เป็นประธานกลุ่ม

และในวันที่ 16-17 ส.ค. คณะเจ้าหน้าที่จากโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ ก็ได้ดำเนินการอบรมเชิงปฏิบัติการทำตัวอย่างพรรณไม้แห้งฯ ที่สถาบันราชภัฏอุดรดิตถ์ จ.อุดรดิตถ์ เช่นกัน มีการประชุมจัดกลุ่มโรงเรียนสมาชิกฯ ในจ.อุดรดิตถ์ และมีมติให้โรงเรียนสาธิตสถาบันราชภัฏอุดรดิตถ์ เป็นประธานกลุ่ม

### ประชุมจัดค่ายวิทยากรไทย เยาวชนไทย ภูมิปัญญาไทย สัปดาห์แห่งการเรียนรู้อนุรักษ์และพัฒนาบนฐาน คุณธรรม

วันที่ 21 ก.ค. คุณพรชัย จุฑามาศเดินทางไปบรรยายแนวดำเนินการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนที่โรงเรียนพินานวิทยาคารจ.นราธิวาส และได้มีการประชุมหารือการจัดทำค่ายวิทยากรไทย เยาวชนไทย ภูมิปัญญาไทย สัปดาห์แห่งการเรียนรู้พัฒนาบนฐานคุณธรรม กับโรงเรียนสมาชิกฯ 3 แห่ง คือ โรงเรียนพินานวิทยาคารจ.นราธิวาส โรงเรียนบ้านหัวเสา โรงเรียนบ้านโคกศิลา จ.นราธิวาส



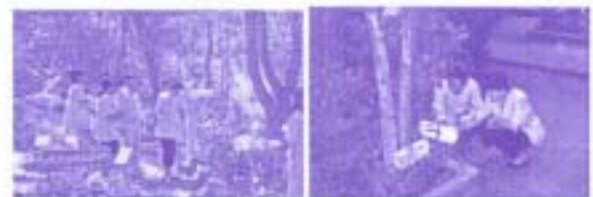
### ค่ายวิทยากรไทย เยาวชนไทย ภูมิปัญญาไทย สัปดาห์แห่งการเรียนรู้ อนุรักษ์และพัฒนาบนฐาน คุณธรรม

วันที่ 11-15 ก.ค. ที่ผ่านมา โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ ได้จัดค่ายวิทยากรไทย เยาวชนไทย ภูมิปัญญาไทย สัปดาห์แห่งการเรียนรู้พัฒนาบนฐานคุณธรรม โดย ดร.พิศิษฐ์ วรอุไร ผู้อำนวยการโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ จัดอบรมที่ศูนย์ฝึกภาคสนามหนองระเวียง อ.เมือง จ.นครราชสีมา มีเยาวชนผู้สนใจเข้ารับการอบรมจำนวน 99 คน

### ตรวจพรรณไม้ให้กับโรงเรียนสมาชิกฯ

ศ.ดร. พเยาว์ เหมือนวงษ์ญาติ ผู้เชี่ยวชาญและที่ปรึกษาโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ พร้อมคณะปฏิบัติงานจากโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ ได้ไปเยี่ยมเยียนและตรวจพรรณไม้โรงเรียนสมาชิกฯ ดังนี้

- 23 ก.ค. ที่โรงเรียนชลบุรี "สุขบท" จ. ชลบุรี
- 10 ส.ค. ที่โรงเรียนอัมพรไพศาล จ.นนทบุรี
- 24 ส.ค. ที่โรงเรียนพระหฤทัยคอนแวนต์ กรุงเทพฯ



### สวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนกับการปฏิรูปการศึกษา

ดร.พิศิษฐ์ วรอุไร ผู้อำนวยการโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ ได้บรรยายเรื่อง "สวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนกับการปฏิรูปการศึกษา" ในงานนิทรรศการที่โรงเรียนพินานวิทยา เมื่อวันที่ 25 ส.ค. ซึ่งในงานมีการสาธิตการทำตัวอย่างพรรณไม้แห้ง พรรณไม้ตอง โดยเจ้าหน้าที่จากโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ ให้กับผู้เข้าชมนิทรรศการด้วย

### ก้าวไกลไปกับเทคโนโลยีชีวภาพ (21)

เขียนเรื่องโดย ปิยรัตน์ ปิยฤฎาพงษ์

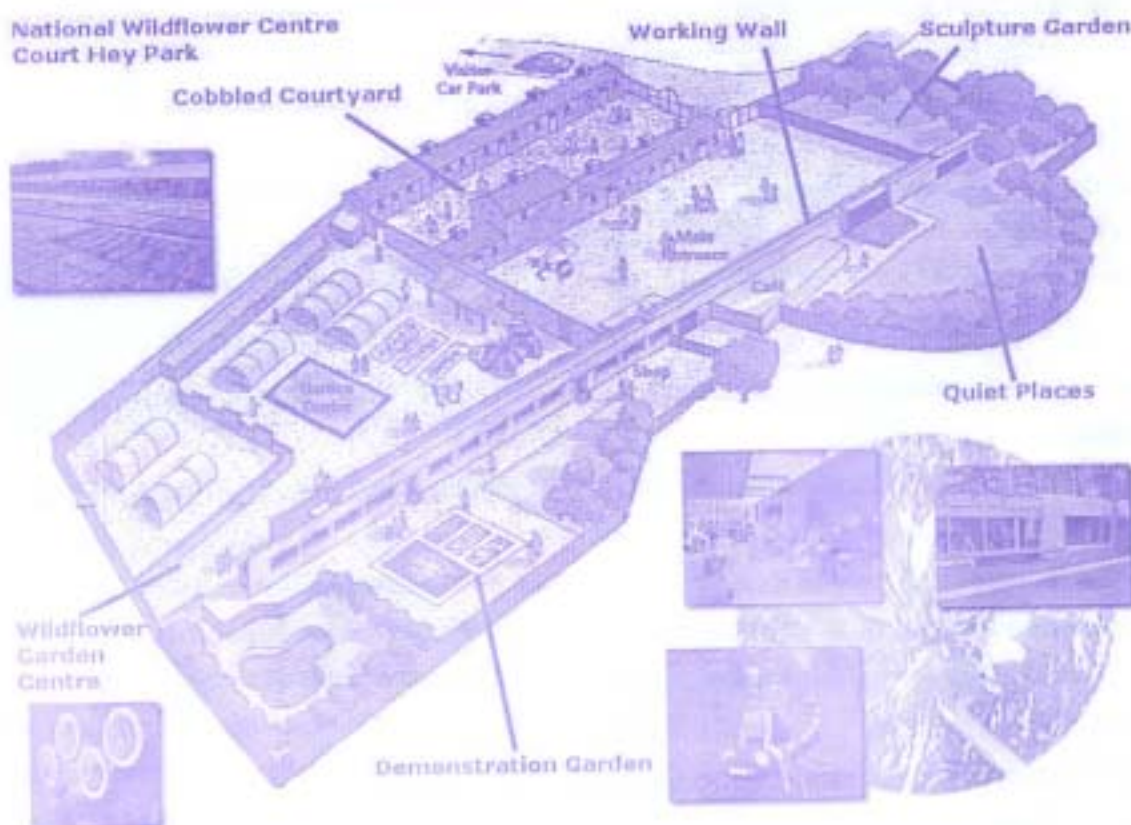
piyarat@liv.ac.uk



ก้าวไกลไปกับเทคโนโลยีชีวภาพฉบับนี้ อยากคุยถึงเรื่องใกล้ตัวผู้เขียน แถวๆ บ้านที่พักอยู่ มีศูนย์ดอกไมป่า Nation Wildflower ([www.nwc.org](http://www.nwc.org)) ศูนย์แห่งนี้เพิ่งเปิดให้เข้าชมเมื่อเดือนเมษายนที่ผ่านมา ศูนย์แห่งนี้ได้รับทุนสนับสนุนจาก A Millennium Commission Lottery Project

วัตถุประสงค์ก็เพื่อสร้างสถานที่รวบรวมพันธุ์ดอกไม้ที่อยู่ในประเทศอังกฤษ แล้วรวมกันไว้ที่นี่ ที่น่าสนใจก็คือวัตถุประสงค์ของศูนย์ไม่ต้องการพูดถึงว่าดอกไม้หายไปไหน (CREATIVE CONSERVATION) หรือเปิดศึกทะเลาะกับใคร หรือหาตัวผู้กระทำความผิด ในเรื่องพันธุ์ดอกไม้ที่สูญพันธุ์ไปหรือหาไม่ได้อีกแล้ว อาจเนื่องจากสิ่งปลูกสร้างใหม่ที่น่าความเจริญอีกด้านหนึ่ง เข้ามาในเมือง เกิดการทำลายสภาพแวดล้อมธรรมชาติ โดยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจ (แต่ต้องทำ) แต่กำลังสร้างศูนย์รวบรวมพันธุ์แห่งใหม่ซึ่งหมายถึงที่นี่ นอกจากมีการเปิดให้เข้าชม แล้วยังมีการขายดอกไม้ เมล็ด สำหรับผู้เข้าชมที่สนใจนำไปปลูกที่บ้านหรือนำไปปลูกในที่ที่อยากจะปลูก เพื่อเป็นรางวัลแก่ศูนย์ นอกจากรายได้หลักที่มาจากถ่านหินที่เปิดศูนย์ให้เข้าชมที่น่าสนใจก็คือ นอกจากขายเมล็ดพันธุ์แล้ว ยังมีการเปิดอบรมการเพาะกล้าไม้ ระยะเวลาสั้นๆ สำหรับผู้ที่สนใจ และต้องการเรียนรู้ การเพาะต้นไม้ที่ถูกต้อง และยังส่งเสริมให้ผู้เข้ารับการอบรมเข้าใจในการอนุรักษ์พันธุ์กรรมไม้ป่าพวกนี้ ช่วยสร้างจิตสำนึกในการอนุรักษ์พันธุ์กรรมพืช ไม่ใช่เฉพาะดอกไม้ป่าเท่านั้น แต่ยังรวมไปถึงสภาพแวดล้อมของป่าที่มีสิ่งมีชีวิตหลากหลาย อาศัยอยู่ด้วยกันจำนวนมาก ซึ่งจุดมุ่งหมายของศูนย์ คล้ายคลึงกับสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนของโครงการอนุรักษ์พันธุ์กรรมพืช

นอกจากนี้ยังมีเจ้าหน้าที่แนะนำวิธีการปลูกอยู่ที่ศูนย์แห่งนี้ตลอดเวลา หมุนเวียนเปลี่ยนกันไป เนื่องจากศูนย์นี้อยู่ใกล้บ้าน ผู้เขียนก็เลยสมัครเข้าร่วมการอบรมด้วย คงจะมีอะไรมาคุยให้ท่านผู้อ่านในคราวหน้า





## สับปะรด



เปิดกรรูกศรบ้านฉบับนี้ ขอนำเรื่องราวของพืชที่ผลมีพารอบควมำฝำกสมำชิกณะคะ เป็นพืชอะไร เพื่อน สมำชิกคงเตำออกกันแถ้วณะคะ

สับปะรด เป็นพืชที่ให้ผลทุกฤดูกลด จึงมีให้รับประกำนกันตลอดปี และยังมีให้เลือกรับประกำนกันหลำยพันธุ์ด้วย เช่น พันธุ์ปัตตำเวรหรือพันธุ์ศรีรำรำ เนื่องำนำหำวนเอร่อย พันธุ์สับปะรดภูเบศร์ เนื้อสีเหลืองเข้ม เนื้อแห้ง กรอบร่อย มีกลิ่นหอมพิเศษ ไครชอบแบบโหนกก็เลือกรับประกำนกันณะคะ เพราะสับปะรดมีสารที่มีประโยชน์ จำนวนมำก เช่น มีสารจำพวกรครคอินหรือหลำยชนิด น้ำค้ำล วิตามินซี เกลือแระและกำกไออำหำร (Fiber) ในเนื้อส่วนต่งรำๆ ของสับปะรด เช่นสอค้ออ่อน ผลอ่อน และผลแก่หรือผลสุก สำนมำรนำมำประกอบอำหำรได้หลำยชนิด

นอกจำกนี้ยังมีเอนไซมชื่อ bromelain ซึ่งใช้เป็นอำลคกำรอำกเสมและบวม จำกกำรถูกระแกำก ำคแผล หรือกำรจำค้ด โดยผลัดเป็นอำเม็คชื่อ Ananase Forte Tablet บำงชนิดนิยมรับประกำนกับเนื้อย่ำง (บำบิคว) เพื่อใหเอนไซมในผลช่วยย่อยเนื้อเมื่อรับประกำนแล้วจะไม่แ่นำงอ้ง (ค่นไม้เพื่อชีวิต สมุนไพรรและอำโภย รค.สุนทร ฟูณโณภค)

เมื่อผล เป็นอำเม็คไอซัสมะหะ รับเหรือ ช่วยย่อยอำหำร บำรุงกำล้ง

ใบสด เป็นอำมำย

ผลดิบ ใช้หำมเลื่อค รับระดู รับพยำธิ

เปลือก แก้กะษัย ทำใหโตมีสมำภำพติ

ผลอ่อน แก่น้ำ แก่น้ำเลื่อค

รำก แก่น้ำ แก้กะษัยและอ่ำงกำงเดินบัสสำระ

แกำนในผล แก้วโรคโต

ยอค้ออ่อน ใส่ในแกำงกะทิ แกำงเม็ค ผัดเม็ค ผัด แกำงเลียง อำกจิมน้ำพริก ผลอ่อน ใส่แกำงเม็ค แกำงกะทิ

ผลสุก รับประกำนสด และปรุงรำหำรเช่น แกำงสับปะรดกับเนื้อหมู ผัดเปร็รำหำวน ค่นจิดใส่กระสุกหมู รับประกำนกับนมจิมขำวนำ โดยสับเนื้อของผลใส่ในนมจิมขำวนำ หรือใช้กวน ทำอูลอสม แยม เอลี่ หรือทำน้ำผลไม้ ำนหรือรับประกำนเป็นผัก ร่วมกับสลัดผักก็ได้ ทำสับปะรดกระป๋องส่งขำยเป็นอูลศำหกรรม

นอกจำกนี้เส้นใยในสับปะรดยังนำมำทำกำรค้ำขำคอีกด้วย แกำนสับปะรดมำกด้วยเส้นใย ทำเป็นอำหำรเสริมไฟเบอร์ เปลือกแกำนเป็นอำหำรเล็ยงรำว

เมื่อเรำกรำบสรรพคณและประโยชน์ของสับปะรดกันแถ้ว เรำมำทำควำมรู้จำกกับสับปะรดกันณะคะ

### สับปะรด

สับปะรด มีชื่อสมำญรำ Pineapple จัดอู่ในวงศ์ BROMELIACEAE ชื่อวิทยศำสตร์ คือ *Ananas comosus* Merr. ชื่อพื้นเมือง สับปะรดถำย (กรรเทพำ) มะระนัต มะนัต (เหมือ) หมำกนัต (คะวันออกเจียงเหมือ) ขำนัต ขำนัต ขนุนทอง (โต) เนคะ (กะเหร็ยง-ตำก) มะะ (กะเหร็ยง-แม่ฮ่องสอน) บ่อนัต (เส็ยงโหน้) มำเชื่อ (สมร) ล้งทอง (ขำวบน-เพชรบูรณ์) หมำกนั้ง (เจ็ยง-แม่ฮ่องสอน)

ไม้ถ่มถูกลำยฤดู สูง 6-12 ซม. ถ้ำค่นสั้น สักค้ำลแห้ง อู่ใต้ดิน ใบ เด็ชว ออกเว็ยงเป็นเกลิยว (spiral) รอนแกำน แ่มนใบเป็นแถบขำว ปล่อยแถลม ขอบใบมีหนำมหรือไม่มีหนำมในบำงพันธุ์ ษนค้ำขำว 1.3-1.5 ซม. กวำง 6.5 ซม. ช่อคอกแบบช่อเจ็งถด spike ขำวประมำณ 1.5 ซม. กติบคอกติสมพูค่งหรือมวง 3 กติบ ไม้มีก้ำน มีใบประคับ (bract) และใบประคับย่อย (bractioles) ทุ้ม ใบประคับติสมพู มีหนำมตำมขอบ ผล เป็นผลรวม (Multiple fruit) มีก้ำนกลอม ขำวและแ่ง ปล่อยผลมีใบเป็นกระจุก สีเส็ชวเข้ม ผลษนค้ำขำวใหญ่ มีตำอู่รอบผล เนื้ออ่อนสีเส็ชว พอแ่มมีสีเหลืองสด และจำน้ำ



## บทความจากคุณกรกฎวดี

ศ.ดร. เพียว เหมือนวงษ์ญาติ

# การอบ

### ค. ผลมะกรูดผ่าซีก *Citrus hystrix* DC.

วงศ์ RUTACEAE

ชื่อสามัญ Mauritius Papeda, Leech Lime

ชื่ออื่นๆ มูซุน มะขูด(เหนือ) ส้มกรูด ส้มซ่า(ใต้)

ลักษณะ ไม้ต้น มีหนามประปราย ใบ เป็นใบประกอบชนิดที่มีใบย่อยหนึ่งใบ มีก้านใบที่แผ่ไปเป็นปีก มีขนาดใหญ่เท่ากับแผ่นใบสีเขียวแก่ ใบสดจะมีน้ำมันหอมระเหยมาก ดอก ออกเป็นกระจุก ที่ซอกใบตอนปลายกิ่ง ดอกย่อย กลีบดอกสีขาว ร่วงง่าย เมื่อบานมีกลิ่นหอม ผล ขนาดใหญ่ ผิวผลขรุขระ ผิวนอกมีต่อมน้ำมันทั่วไป ผลสุกสีเหลืองอมเขียว ผ่าผลภายในมีน้ำรสเปรี้ยวจัด

สารสำคัญ ผิวผล มีสาร cineol, geraniol, camphene น้ำมันผลมีฤทธิ์เป็นกรด

ประโยชน์ ผล ผ่าซีกทำยาตองเปรี้ยวเค็ม รับประทานเป็นยาฟอกเลือดสตรี ผิวผล ขับลม แก้จุกเสียด ไซ้ต้มเมื่อเวลาเป็นลม

นิยม ใช้ผลแก่ผ่าซีก ใส่ในหม้อต้มอบอบสมุนไพร จะได้น้ำคั้นมีฤทธิ์เป็นกรด และได้น้ำมันหอมระเหยจากผิวผลด้วย

### ง. ใบส้มเสี้ยว *Bauhinia variegata* L.

วงศ์ CAESALPINIACEAE

ชื่อสามัญ Mountain Ebony Tree, St.Thomas Tree

ชื่ออื่นๆ เนียงพะโก โทะเพ้(สุโขทัย) เสี้ยวดอกขาว(เหนือ)

ลักษณะ ไม้ต้นขนาดเล็ก ผลัดใบ ใบ เดี่ยว ออกสลับ รูปไข่ ปลายใบเว้าลึกรูปหัวใจ โคนใบเว้ารูปหัวใจ ใบมีรสเปรี้ยว ดอก ช่อสั้นๆ บานจากล่างขึ้นข้างบน กลีบดอกสีขาว กลีบในสุดมีเส้นเป็นริ้วสีแดงเหลือง ดอกมีกลิ่นหอม ผล เป็นฝักแบน แก่แตกได้

ประโยชน์ เปลือกต้น มีรสฝาด เพราะมีสารแทนนิน ไซ้ต้มแห อวน ไล่คางคก ใบอ่อน ฝักอ่อน เป็นอาหาร

นิยม ใช้ใบสด ใส่ในหม้อต้มอบอบสมุนไพร เพราะใบมีรสเปรี้ยว

การระเหยด้วยผลมะกรูดผ่าซีก หรือน้ำคั้นฝักส้มป่อย เป็นที่นิยมกันมาก และจะเป็นผลดีแก่เส้นผมและหนังศีรษะ เพราะว่าสมุนไพรทั้งสองชนิดเมื่อต้มกับน้ำ น้ำที่ต้มจะเป็นกรดอ่อนๆ ช่วยทำให้เส้นผมสะอาด และดูสวยงาม โดยเฉพาะมะกรูดจะช่วยป้องกันการเกิดรังแคได้ด้วย นอกจากนี้โบราณยังถือว่าการระเหยด้วยฝักส้มป่อย จะเกิดสิริมงคลแก่ผู้สระ(ทางเหนือ) ประเพณีสงกรานต์ใช้ในการรดน้ำค้ำหัว ใช้น้ำคั้นฝักส้มป่อยเป็นหลัก เพราะถือว่าน้ำนี้ใช้แล้วจะเกิดสิริมงคลแก่ทั้งสองฝ่าย

### กลุ่ม 3 เป็นสารประกอบที่ระเหิดได้เมื่อถูกความร้อน และให้กลิ่นหอม ได้แก่ การบูร พิมเสน

การบูรและพิมเสนที่ขายในท้องตลาดเป็นสารสังเคราะห์ซึ่งจะมีราคาถูกกว่าที่ได้จากสมุนไพรตามธรรมชาติ สำหรับการบูรและพิมเสน จะไม่นำไปต้มรวมกับสมุนไพรอื่นๆ เพราะถ้าต้มลงไปสารสำคัญจะระเหยออกไปหมด ดังนั้นจะใส่เมื่อจัด

## พร (4)

ที่นึ่งของคนที่จะอาบสมุนไพรเรียบร้อยแล้ว นำหม้อต้มสมุนไพรที่ยกมาจากเตาเข้าไปในกระโจม แล้วจึงเปิดฝาทันที ค่อยๆ โรยพิมเสนหรือการบูรลงไป ผู้อาบอบกัมที่ระงูศุดม กลิ่นของพิมเสนหรือการบูรที่ระเหยออกมา มีสรรพคุณช่วยบำรุงหัวใจ สำหรับการบูรใช้รักษาโรคผิวหนังและช่วยลดอาการหวัดคัดจมูกได้ด้วย

### พืชที่ให้พิมเสนและการบูรจากธรรมชาติคือ

#### พิมเสน ได้จาก

ก. พิมเสน *Dryobalanops aromatica* Gaertn.

วงศ์ DIPTEROCARPACEAE

ชื่อสามัญ Borneo Camphor

ลักษณะ ไม้ต้นขนาดใหญ่ โคนต้นเป็นพูพอน เปลือกต้นมีกลิ่นหอม ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปไข่ป้อม ดอกช่อ ออกที่ซอกใบและปลายกิ่ง กลีบดอกสีขาวนวล ผลแห้งไม่แตก มีปีกที่เจริญมาจากกลีบเลี้ยง เป็นรูปช้อน

ประโยชน์ ไม้ แกะใช้ทุกชนิด เนื้อไม้ ขับลม กระตุ้นหัวใจ เนื้อไม้กลั่นด้วยไอน้ำได้ "Natural Borneo Camphor"

ข. ไบหนาด *Blumea balsamifera* DC. (ดูที่ ญ. กลุ่มที่1)

#### การบูร ได้จาก

*Cinnamomum camphora* Th. Fries

วงศ์ LAURACEAE

ชื่อสามัญ Gum Camphor, Laurel Camphor, Camphor Tree.

ชื่ออื่นๆ พรมเส็ง (จาม-เหนือ)

ลักษณะ ไม้ต้นขนาดใหญ่ แตกกิ่งก้าน ยอดอ่อนมีใบเกล็ดสีน้ำตาลอ่อนหุ้ม ใบ เป็นใบเดี่ยวเรียงตรงข้าม รูปไข่ ใบมีกลิ่นหอม ดอก ช่อออกเป็นกระจุกที่ซอกใบ ดอกย่อยขนาดเล็ก กลีบดอกสีขาวนวล ผล ผลสดขนาดเล็ก

ประโยชน์ เนื้อไม้ เป็นยาขับลม บำรุงธาตุ แก้ปวดท้อง ท้องร่วง ขับเสมหะ นำเนื้อไม้มากลั่นด้วยไอน้ำ จะได้ "การบูรธรรมชาติ" สำหรับแก้เคล็ดขัดยอก รักษาโรคผิวหนัง ฯลฯ



พิมเสน

อ่านต่อฉบับหน้า



## พรรณไม้น้ำ

เรียบเรียงโดย พืฉ้วน

pratchata@hotmail.com



ส่วนบัวสายหรืออุบลชาติ ลักษณะจะมีเหง้าสั้นอยู่ในตม ใบเป็นแผ่นกลม ขอบเรียบหรือจัก อยู่ชิดกันเป็นกระจุก ก้านใบและก้านดอกอ่อน ไม่มีหนาม ใบลอยบนผิวน้ำ ดอกโผล่พ้นน้ำ ผลจมอยู่ใต้น้ำ เรียกว่าโคนต บัวสายแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มหลัก คือ บัวสายบานกลางวัน บัวสายบานกลางคืน และบัวสายบานตลอดเวลา บัวสายอยู่ในวงศ์ NYPHAEACEAE ครับ

### 1. บัวสายบานกลางวัน มีแบบดอกเล็กและดอกใหญ่ ได้แก่

บัวสายบานกลางวันชนิดดอกเล็ก ได้แก่ บัวเผื่อน ชื่อวิทยาศาสตร์ *Nymphaea stellata* Willd. (*N. nouchali* Burm.) จะมีใบสีม่วงเป็นมัน ขอบหยักเป็นคลื่นโค้ง ไม่จักแหลม โดใบสีแดง ดอกขนาดเล็ก เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 5-7 ซม. ชูดอกเหนือผิวน้ำเล็กน้อย ดอกชั้นนอก 4 กลีบ สีเขียว มักมีกระสีม่วง กลีบชั้นในซ้อนกันเป็น 2 ชั้น กลีบดอกสีขาว ยาว ปลายกลีบสีม่วงครามอ่อนๆ เกสรตัวผู้สีเหลือง ปลายแหลม ดอกมีกลิ่นหอมอ่อนๆ

บัวสายบานกลางวันชนิดดอกใหญ่ มี 2 พันธุ์ครับ คือบัวผัน และบัวขาบ ทั้งคู่มีชื่อวิทยาศาสตร์คือ *Nymphaea capensis* Thunberg บัวผัน จะมีใบสีเขียวเป็นมัน ขอบหยักเป็นคลื่นโค้ง โดใบสีแดง ดอกสีครามอ่อน ค่อมาเปลี่ยนเป็นสีม่วงเมื่อดมะปรางอ่อนถึงเข้ม บัวขาบ บัวพันธุ์นี้ภาคเหนือเรียก ป้านคำหรือป้านสังกอน มีชื่อในวรรณคดีว่า นิลอุบล นิลโศบล ลักษณะดอกจะมีสีม่วงคราม กลีบดอกชั้นนอกสีม่วงเข้ม เกสรสีเหลือง ปลายสีม่วงคราม ไม่ค่อยหอม ดอกมีเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 15 ซม. นับว่าใหญ่ๆครับ

2. บัวสายบานกลางคืน ในกลุ่มบานกลางคืนนี้มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Nymphaea louts* L. ครับ ดอกจะบานตอนเย็น และหุบเวลาเช้าหรือเที่ยงของวันรุ่งขึ้น ได้แก่ สัตตบรรณ หรือรัตนอุบล หรือบัวแดง ใบสีเขียวเป็นมัน ขอบจัก ท้องใบสีแดงเลือดหมู เห็นเส้นใบชัดเจน ดอกสีแดงอมชมพู เกสรสีน้ำตาลแดง เส้นผ่าศูนย์กลางดอกประมาณ 16-22 ซม. ดอกบานสูงกว่าผิวน้ำและกลิ่นหอมอ่อนๆ ครับ มักจะมีขนที่ก้านชูดอกให้สังเกตง่ายๆ เสวตุบล โคมุท หรือบัวขาว ใบสีเขียวเป็นมัน ขอบจักแหลมลึก ก้านใบสีเขียวสันสี่เหลี่ยม มีขนสั้น นุ่ม ดอกสีขาว ดอกมี 19-21 กลีบ เกสรสีเหลือง ชูเหนือผิวน้ำเล็กน้อย มีกลิ่นหอมอ่อนๆ ครับ อีกพันธุ์หนึ่งคือ บัวสาย หรือบัวกินสาย ใบสีเขียวเข้ม ขอบจักแหลมคล้ายฟันเลื่อย ดอกสีขาว กลีบดอกด้านนอกสีชมพูอ่อน ปลายกลีบมน เมื่อบานเส้นผ่าศูนย์กลาง 15-20 ซม.

3. บัวสายบานตลอดเวลา กลุ่มนี้ได้แก่บัวจงกลนี้ ชนิดนี้ยังไม่มีชื่อวิทยาศาสตร์ที่แน่นอน ใบสีเขียวอ่อน ขอบจักกว้าง ดอกสีชมพูอ่อน กลีบดอกซ้อนกันจำนวนมาก เกสรสีชมพูเข้มกลิ่นหอม ดอกบานลอยปริ่มผิวน้ำ และอีกชนิดคือ *Nymphaea nouchale* Burm. มีปรากฏในวรรณคดีต่างๆ เรียกชื่อว่า ลินจง หรือ เสนจง ครับ ดอกสีชมพู

นอกจากบัวหลวงและบัวสายที่นิยมปลูกกันในประเทศแล้วยังมีบัวอีกชนิดหนึ่งที่น่าสนใจมาปลูกกัน เพราะมีลักษณะที่แปลกคือ บัวกระดัง หรือบัววิกตอเรีย ชื่อวิทยาศาสตร์ คือ *Victoria amazonica* Sowerby วงศ์ EURYALACEAE ครับ คนละวงศ์กับบัวหลวงและบัวสายเลยนะครับ บัวชนิดนี้มีถิ่นกำเนิดในแถบอเมริกาใต้ มีเหง้าสั้น ใบกลมขนาดใหญ่ ขอบยกขึ้นคล้ายกระดัง โดใบ ก้านดอก และด้านนอกของดอกจะมีหนามแหลม ดอกมีขนาดใหญ่ สีขาว กลิ่นหอมมากครับ





## พรรณไม้ น้ำจืด (ต่อจากหน้า 8)

นอกเหนือจากที่เกี่ยวข้องในทางศาสนาแล้ว บัวยังมีอิทธิพลต่อศิลปะไทยในแง่ต่างๆ ที่เห็นได้ชัดเช่น เจดีย์ พระพุทธรูป อาคาร และลวดลายต่างๆ จะมีลักษณะของดอกบัว หรือกลีบดอกบัวอยู่เสมอ ในวรรณคดีต่างๆ ก็เช่นกัน มีดอกบัวเข้าไปเกี่ยวข้องกับตัวละครในหลายๆ เรื่องและหลายๆ ตอนเช่น

**อิเหนา ตอน นุชมาทรวงน้ำจะไข่มุก** (พระราชนิพนธ์ในสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย)

น้ำใสไหลเย็นเห็นตัวปลา	ว่าแหวกประทุมมาอยู่ไหวไหว
มีอุบถพันน้ำขึ้นรำไร	ดูมดั่งบังใบอรชร
ดอกขาวเหล่าแดงสลบสี	บานคลี่ขยายแย้มเกษร
บัวเดือนเกลื่อนกลาดในสาคร	บังอรเก็บเล่นกับภริ
นางทรงหักห้อยเป็นสร้อยบัว	สวมตัวกำนัลสาวศรี
แล้วปลิดกลีบประทุมมาลย์มากมี	เทวีถอยเล่นเป็นนาวา

**ตอน มະเดหวีตาทาขวนราษฏรวินิสงส์ในถ้ำธาร**

มะเดหวีซัดสีจวีวรรณ	ระเด่นทั้งนั้นลงสระสง
พระพี่เลี้ยงเคียงข้างสีงค์	ผู้องงค์แหวกว่ายเล่นไล่กัน
บ้างดำน้ำค้นคว้านาวรี	ทยอกันซิกซ์แล้วสรรลสันต์
บ้างเก็บดอกโกมุท นุชบัน	บัวเดือน บัวมัน ถินจง
เห็นบัวหลวงช่วงชิงกันเก็บมา	ถวายเป็นบูชาบานวลง

**อุณรุท พระราชนิพนธ์ในพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช**

ประกอบสรรพโกสุมปทุมมาลย์	ชูกำนัลบานผกาเกษร
แดงขาวดอกเขียวอรชร	จงกลแถมแนกกอเดือนผัน
โกมุทตัดนุชย์ตัดตบรรณ	ประทุมขึ้นอุบลดวงบาน



บัวเดือน

*Nymphaea stellata* Willd.



บัวสาบานกลางคืน

*Nymphaea louts* L.



บัววิกตอเรีย

*Victoria amazonica* Sowerby

### เอกสารอ้างอิง

กองวรรณกรรมและประวัติศาสตร์, กรมศิลปากร. 2540. บัว. องค์ประกอบประวัติศาสตร์ศิลปวัฒนธรรมไทย. ชมรมเด็ก. กรุงเทพฯ.  
 พเยาว์ เหมือนวงศ์ญาติ. ศาสตราจารย์. 2541. ไม้พุ่มประดับ. อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง. กรุงเทพฯ  
 วิจิต สุวรรณปรีชา. 2535. พฤษกษในวรรณคดี. ทีพริ้นท์. กรุงเทพฯ.

สวัสดิ์คะ สมาชิกฯทุกท่าน พุทธทวารวดีฉบับนี้ พี่ขอนำเอาเรื่องความเรื่อง “ถ้าป่าไม้ถูกทำลายหมด จะเกิดอะไรขึ้น” จากน้องวันวิสาห์ หาญเชิงชัย ชั้น ม1/2 โรงเรียนชลบุรีสุขบท จ.ชลบุรี มาฝากกันนะคะ (มีทั้งภาพประกอบและกลอนแปดแถมมาให้ด้วย) ถ้าน้องๆ คนไหนมีผลงานดีๆ อยากนำมาลงในจุลสารสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนละก็ส่งมาได้ตามที่อยู่ที่ขลุ่ยทราง (หน้า 12) นะคะ แล้วพี่จะนำมาลงให้เพื่อนๆ ได้อ่านกัน

### เรื่อง “ถ้าป่าไม้ถูกทำลายหมด จะเกิดอะไรขึ้น”

ต้นไม้ ป่าไม้ให้คุณค่าอัน  
ทั้งผู้คนทั้งสัตว์ป่าได้อาศัย  
มีต้นไม้ ป่าไม้ ไรโรคร้าย  
ชีวิตเราอยู่ได้ สุขร่มเย็น  
เมื่อขาดป่า ขาดไม้ ใครอยู่ได้  
ชีวิตไม่สุขสบายเหมือนมีป่า  
เพราะป่าไม้ให้ร่มเงาตลอดมา  
ถ้าขาดไปใครจะหามาทดแทน  
ในฐานะเป็นคนไทยจงช่วยชาติ  
อย่าให้ขาดป่าไม้และสัตว์ป่า  
ชีวิตเราอยู่ได้ด้วยการพึ่งพา  
อย่าให้ค่าของต้นไม้สลายไป



- ถ้าป่าไม้ถูกทำลายหมด ก็จะทำให้เกิดผลกระทบและปัญหาอื่นๆ ตามมา คือ
1. ทำให้อากาศเป็นพิษ และปัญหาที่ตามมาคือทำให้มนุษย์และสัตว์ป่าล้มตายหมด
  2. ทำให้ฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล ทำให้เกษตรกรไม่มีน้ำใช้ในการดูแลพืชผัก
  3. ทำให้สัตว์ป่าไม่มีที่อยู่อาศัย และแหล่งอาหารของสัตว์ป่า
  4. ทำลายสิ่งมีชีวิตเล็กๆ น้อยๆ ซึ่งทำหน้าที่ย่อยสลายอินทรีย์วัตถุเป็นอาหารของพืช
  5. ทำให้ประเทศไทยไม่มีสีส้ม เพราะขาดต้นไม้ ดอกไม้ และสัตว์ป่า ที่สามารถประดับประดาให้ประเทศไทยสวยงามสมบูรณ์ประกอบไปด้วยทรัพยากรธรรมชาติที่สำคัญ คือ ป่าไม้ และสัตว์ป่า

และเมื่อเรารู้ว่าต้นไม้ ป่าไม้ถูกทำลายไปมาก ข้าพเจ้าจึงขอเชิญชวนชาวไทยทุกคน มาร่วมมือกันปลูกต้นไม้กันคนละต้น 60 ล้านคน ก็ได้ 60 ล้านต้น เพียงแต่เราร่วมมือกัน มีความสามัคคี เพียงเท่านั้นแหละ ประเทศไทยก็จะประกอบไปด้วยทรัพยากรป่าไม้ และสัตว์ป่า อยู่คู่ชาติไทยตลอดไป

ด.ญ. วันวิสาห์ หาญเชิงชัย  
ชั้น ม1/2 โรงเรียนชลบุรีสุขบท จ.ชลบุรี

**สรรหา มาฝาก**

โดยที่ผู้

 จับได้อาหารความมาฝากสำหรับคนที่ชอบอาหารรสอ่อนๆ นี้อิ่มไม่เผ็ดกะ รสชาตินุ่มน่ารับประทาน  
ข้าวสวยร้อนๆ สักจาน อิ่มไปสิ้อหนึ่งอิ่ม

**ผักกาดขาวม้วนไส้กุ้งน้ำแดง****ส่วนผสม**

ผักกาดขาว

(ตัดโคนหัวออกเล็กน้อย เลือกใบใหญ่)

2 หัว

หมูบด

200 กรัม

เนื้อกุ้ง (สับละเอียด)

150 กรัม

แครอท

20 กรัม

เห็ดหอม (หั่นเส้นเล็กๆ)

50 กรัม

แตงกวา (หั่นเส้นเล็กๆ)

50 กรัม

น้ำมันงา

2

ช้อนชา

น้ำมันพืช

1 ช้อนโต๊ะ

เกลือ

1 1/4

ช้อนชา

เหล้าจีน

เล็กน้อย

น้ำตาลทราย

2

ช้อนชา

น้ำซุปล

2 ถ้วย

แป้งมัน

1

ช้อนโต๊ะ

น้ำมันหอย

6 ช้อนโต๊ะ

พริกไทย

1

ช้อนชา

น้ำตาลทราย

1 ช้อนชา

ซีอิ้วขาว

2

ช้อนชา

ซีอิ้วดำ

เล็กน้อย

ซีอิ้วขาว

2 ช้อนชา

พริกไทย

1/2 ช้อนชา

แป้งมัน

เล็กน้อย

แป้งข้าวโพด

เล็กน้อย

**ส่วนผสมน้ำแดง****วิธีทำ**

1. ลวกผักกาดขาวในน้ำเดือด ใส่เกลือเล็กน้อย พอสุกนุ่ม ตักขึ้นแช่น้ำเย็น
2. ผสมหมูบด กุ้งสับ แครอท เห็ดหอม แตงกวา เติมน้ำตาลทราย ผงชูรสด้วยน้ำมันงา เกลือ น้ำตาลทราย แป้งมัน พริกไทย ซีอิ้วขาว คนผสมให้เข้ากัน
3. นำใบผักกาดขาววางบนจาน ตักไส้ใส่ แล้วเกลี่ยให้ทั่วทั้งใบผัก แล้วนำมาม้วนให้แน่น
4. นำไปนึ่งในลังถึงที่มีน้ำเดือด ใ้ปานกลาง นาน 15 นาที จนสุก
5. ใส่น้ำมันลงในกระทะ ตั้งไฟให้ร้อน ใส่เหล้าจีน เติมน้ำซุปล ผงชูรสด้วยน้ำมันหอย น้ำตาลทราย ซีอิ้วดำ ซีอิ้วขาว พริกไทย คนให้เข้ากัน
6. รอให้เดือด ค่อยๆ ใส่น้ำตาลทราย น้ำ คนเร็วๆ พอขึ้น รอให้เดือดอีกครั้ง ยกลง เตรียมราดผักที่นึ่งไว้
7. หั่นผักกาดขาวที่นึ่งไว้เป็นท่อนขนาดพอดีคำ เรียงใส่จานราดด้วยน้ำแดงให้ทั่ว

