กล้วยน้ำว้า

นำเสนอเมื่อ : 21 พ.ค. 2552

กล้วยน้ำว้า 'ต้นไม้เพื่อชีวิต'

บทความน่ารู้ : เรื่องกล้วยน้ำว้า 'ต้นไม้เพื่อชีวิต'

ที่นี่คือศูนย์รวมบทความที่น่าสนใจและให้ความรู้จากทุกมุมโลก
เพื่อเป็นแหล่งความรู้สำหรับคนไทยทุกคน

ปัจจุบันการทำการเกษตรของประเทศไทย เกษตรกรมีการประยุกต์ใช้แนวทางทฤษฎีใหม่ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ตามปรัชญา “เศรษฐกิจพอเพียง” เพื่อแก้ปัญหาราคาสินค้าเกษตรตกต่ำ โดยนำภูมิปัญญาชาวบ้านมาพัฒนาสินค้าทางการเกษตรในพื้นที่ให้มีราคาและเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกาย เพิ่มรายได้สร้างงานสร้างเงินในชุมชน

กล้วยน้ำว้า จึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่เกษตรกรหลายคนนำมาก่อเกิดอาชีพ หารายได้สร้างงานสร้างเงินให้ครอบครัว ในสภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ กล้วยน้ำว้า ซึ่งเป็นกล้วยพันธุ์หนึ่ง พัฒนามาจากลูกผสมระหว่างกล้วยป่ากับกล้วยตานี บริโภคกันอย่างแพร่หลาย ปลูกง่าย รสชาติดี มีความอร่อย ซึ่งกล้วยน้ำว้ามีชื่อพื้นเมืองอื่นเช่น กล้วยน้ำว้าเหลือง กล้วยใต หรือกล้วยออง มีคุณค่าทางอาหารและยา ซึ่งเป็น “ต้นไม้เพื่อชีวิต” ที่มีคุณค่านานัปการ

นางธัญดา พัชรมนตรี เจ้าของบ้านกล้วยน้ำว้า อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา เป็นบุคคลหนึ่งที่เล็งเห็นความสำคัญของกล้วยน้ำว้า จึงนำมาคิดค้นประยุกต์ใช้ทุกส่วนของกล้วยน้ำว้า สร้างรายได้ให้ครอบครัว ทำผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ จากกล้วยน้ำว้า ทั้งกล้วยน้ำว้าแผ่น กรอบ แป้งกล้วยน้ำว้า กล้วยตาก กล้วยคืนรูป กล้วยแผ่นหนาหรือแผ่นบาง น้ำกล้วยน้ำว้าหวาน กล้วยฉาบ กล้วยน้ำว้าอบเนย กล้วยน้ำว้ากวน อาหารเสริมสำหรับเด็ก แยมกล้วยน้ำว้า และข้าวเกรียบกล้วยน้ำว้า พร้อมทั้งเปิดร้านอาหาร บ้านกล้วยน้ำว้า นำผลิตภัณฑ์ที่ ซื้อมาจากชาวบ้านและผลิตเอง มาจัดจำหน่ายและนำมาปรุงอาหารหลากหลายเมนูให้ลูกค้าที่มาใช้บริการได้รับประทานเป็นเมนูเด็ดของร้าน

โดยนางธัญดา กล่าวว่า กล้วยน้ำว้าเมื่อเทียบกับกล้วยอื่น ๆ กล้วยน้ำว้าจะให้พลังงานมากที่สุด กล้วยน้ำว้าห่ามและสุกมีธาตุเหล็กในปริมาณสูง ช่วยสร้างเม็ดเลือดแดง ป้องกันโรคโลหิตจาง มีแคลเซียม ฟอสฟอรัส และวิตามินซีช่วยบำรุงกระดูก ฟัน และเหงือกให้แข็งแรง ช่วยให้ ผิวพรรณดี มีเบต้าแคโรทีน ไนอาซีนและใยอาหาร ช่วยให้ระบบขับถ่ายคล่องขึ้น กินกล้วยน้ำว้าสุกจะช่วยระบายท้องและสามารถรักษาโรคเลือดออกตามไรฟันในเด็กเล็กได้ ช่วย ลดอาการเจ็บคอ

เจ็บหน้าอกที่มีอาการไอแห้งร่วมด้วย โดยกินวันละ 4-6 ลูก แบ่งกินกี่ครั้ง ก็ได้ กินกล้วยก่อนแปรงฟันทุกวันจะทำให้ไม่ มีกลิ่นปาก และผิวพรรณดี เห็นผลได้ใน 1 สัปดาห์

นางธัญดา กล่าวต่อว่า กล้วยน้ำว้าใช้ทำยาได้ทั้ง ดิบและสุก มีประโยชน์ มากมายมหาศาล อย่างเช่น กล้วยดิบมีสารฝาดสมาน (Astringent) จึงช่วยในการสมานรักษาอาการท้องเสียที่ไม่รุนแรงได้ เป็นการยับยั้งการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย
นอกจากนี้ยังช่วยป้องกันผนังกระเพาะลำไส้ไม่ให้เชื้อโรคและอาหารที่มีรสเผ็ดจัด เช่น พริก เข้าไปทำลายผนังกระเพาะ ลำไส้ โดยกินครั้งละครึ่งลูกหรือ 1 ลูก อาการท้องเสียจะทุเลาลง และยังช่วยรักษาโรคกระเพาะได้อีกด้วย.

ขอบคุณที่มา : เดลินิวส์ออนไลน์