สมุนไพร''บัวบก''คุณค่าที่มากกว่าแก้ช้ำใน

นำเสนอเมื่อ : 6 ส.ค. 2554

เอ่ยชื่อสมุนไพร “บัวบก” ขึ้นมาทีไร คุณสมบัติแก้ช้ำในขึ้นมาเป็นอันดับหนึ่ง แต่ความจริงแล้วยังมีสรรพคุณที่น่าสนใจอื่นอีกมากมาย

ภญ.ผกากรอง ขวัญข้าว เภสัชกร รพ.เจ้าพระยาอภัยภูเบศร ส่งข้อมูลเกี่ยวกับการใช้สมุนไพรบัวบกทั้งแบบพื้นบ้านดั้งเดิม ไม่ว่าตำรายาไทย ยาจีน และงานวิจัยสมัยใหม่มาให้ทำให้ทราบว่า

บัวบกหรือผักหนอก เป็นสมุนไพรบำรุงสมองที่คนเฒ่าคนแก่รู้จักกันเป็นอย่างดี หมอยาทุกภาคใช้บำรุงร่างกาย บำรุงประสาท บำรุงความจำ บำรุงสายตา บำรุงผม บำรุงเอ็น เป็นยาอายุวัฒนะ ซึ่งสรรพคุณดีที่สุดต้องใช้ผักหนอกขมซึ่งมักขึ้นตามธรรมชาติ ใช้ได้ทั้งเด็กและคนแก

ใน คัมภีร์อายุรเวทของอินเดีย กล่าวว่า บัวบกทั้งต้นมีกลิ่นฉุน มีรสขมหวาน ย่อยได้ง่าย เป็นยาเย็น ยาระบาย ยาบำรุง ช่วยฟื้นฟูสุขภาพ บำรุงเสียง ช่วยทำให้ความจำดีขึ้น เป็นยาเจริญอาหาร แก้ไข้ แก้อักเสบ ผิวหนังเป็นด่างขาว โลหิตจาง มีหนองออกจากปัสสาวะ หลอดลมอักเสบ น้ำดีในร่างกายมากไป ม้ามโต หืด กระหายน้ำ แก้คนเป็นบ้า โรคเกี่ยวกับเลือดและโรคที่มีสมุฏฐานจากเสมหะ

ในอินเดียบางแคว้นกินใบบัวบกกับนมวันละ 1-2 ใบ เป็นประจำทุกวัน เชื่อว่าจะช่วยทำให้จิตใจสดชื่นแจ่มใส ช่วยให้ความจำดีขึ้น บำรุงร่างกาย บำรุงประสาทและโลหิต ส่วนการแพทย์จีนถือว่าบัวบกคือสมุนไพรของความเป็นหนุ่มสาว

งานศึกษาวิจัยยังพบว่าบัวบกมีฤทธิ์เช่นเดียวกับแปะก๊วย ในการบำรุงสมองคือเพิ่มความสามารถความจำและการเรียนรู้ มีการจดสิทธิบัตรสารสกัดในบัวบกกันแล้ว

ประโยชน์ของบัวบกยังพูดกันได้อีกยาว ผู้สนใจข้อมูลเพิ่มเติม สามารถเข้าร่วมเสวนาวิชาการ บัวบกสมุนไพรมหัศจรรย์ เด็กใช้ได้ ผู้ใหญ่ใช้ดี ที่ห้องประชุม 302 อาคารเทพรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล วันที่ 11 สิงหาคมนี้ เวลา 08.00-16.00 น. งานนี้มีน้ำมันบัวบก สูตรอายุรเวท ที่ทำให้ผมดกดำ เงางาม แจกฟรี พร้อมสาธิตวิธีใช้ เพื่อนำไปมอบให้แม่เนื่องในโอกาสวันแม่ที่กำลังจะมาถึงอีกด้วย.

ขอบคุณที่มาจาก ไทยรัฐ