

## กระเจี๊ยบเขียว

● นำเสนอเมื่อ 1 ก.พ. 2556

กระเจี๊ยบเขียวตามลำต้นจะมีขนหยาบ ต้นมีความสูงประมาณ 1-2 เมตร ใบเป็นใบเดี่ยว คล้ายฝ่ามือเรียงสลับกัน และมีขนหยาบ ดอกมีสีเหลือง ที่โคนกลีบदानในมีสีม่วงออกแดง ออกตามซอกใบ ก้านชูเรณูรวมกันเป็นลักษณะคล้ายหลอด ฝักคล้ายนิ้วมือผู้หญิง ตามฝักมีขนอ่อน ๆ ทั่วฝัก มีสันเป็นเหลี่ยมตามยาว 5 เหลี่ยม ฝักกระเจี๊ยบมีทรงยาวสีเขียว ฝักอ่อนมีรสชาติหวาน กรอบอร่อย ส่วนฝักแก่จะมีเนื้อเหนียว

ในประเทศไทยมีการปลูกกระเจี๊ยบเขียวมาก ส่วนใหญ่อยู่ในภาคกลาง มีหลายจังหวัด ได้แก่ นครปฐม ปทุมธานี นนทบุรี สุพรรณบุรี สมุทรสาคร พิจิตร กาญจนบุรี ราชบุรี ระยอง และนครนายก

กระเจี๊ยบเขียว เป็นพืชที่มีคุณสมบัติในการช่วยรักษาโรคกระเพาะอาหารและลำไส้ เพราะในฝักกระเจี๊ยบนั้นมีสารเมือกพวกเพกติน และกัม ช่วยเคลือบแผลในกระเพาะอาหารและลำไส้ไม่ให้ลุกลาม รักษาความดันให้เป็นปกติ เป็นยาบำรุงสมอง มีสรรพคุณเป็นยาระบายและสามารถแก้อาการปวดท้องได้ด้วย แต่ต้องรับประทานติดต่อกันเป็นเวลาอย่างน้อย 15 วัน.

ขอบคุณที่มาจาก [เดลินิวส์](#)