ประโยชน์จากฟักเขียว

นำเสนอเมื่อ : 4 พ.ค. 2556

ฟักเขียวเป็นผักสวนครัวที่ปลูกง่าย เป็นไม้เถาเลื้อยตระกูลแตง ใบมีสีเขียวเป็นหยักใบหยาบ ดอกมีสีเหลือง ผลเป็นรูปกลมยาวขนาดปานกลางถึงขนาดใหญ่ เปลือกสีเขียวมีขนอ่อนเล็กน้อย เนื้อในจะมีสีขาว เนื้อแน่น ฉ่ำน้ำ ตรงกลางมีเมล็ด ขยายพันธุ์ด้วยการเพาะเมล็ด ปลูกได้ในดินร่วนปนทรายระบายน้ำได้ดี เป็นผักที่มีอายุการปลูกสั้น ปลูกเพียง 3 เดือนก็สามารถเก็บผลผลิตได้แล้ว ทั่วโลกใช้ผลฟักเขียวกินทั้งดิบและสุก ทั้งผลอ่อนและผลแก่ ทางยาแผนไทยฟักเขียวมีมากมาย ใช้ใบ แก้ฟกช้ำ แก้พิษผึ้งต่อย ช่วยรักษาบาดแผล แก้โรคบิด แก้ร้อนในกระหายน้ำ แก้บวมอักเสบมีหนอง ผล ขับปัสสาวะ ขับเสมหะ แก้ไอ แก้ธาตุพิการ แก้โลหิตเป็นพิษ บวมน้ำ หลอดลมอักเสบ เมล็ด ใช้ลดไข้ แก้ริดสีดวงทวาร แก้โรคทางเดินปัสสาวะ แก้ไตอักเสบ บำรุงผิว ละลายเสมหะ ราก ต้มดื่มแก้ไข้ แก้กระหายน้ำ ถอนพิษ เถาสด รสขมเย็น ใช้รักษาริดสีดวงทวาร มีไขสูง เปลือก เป็นยาแก้บวม ขับปัสสาวะ แก้ท้องเสีย แผลบวมอักเสบ มีหนอง

ทั่วโลกใช้ประโยชน์จากฟักเขียวโดยนำ เปลือกผลกินขับปัสสาวะ เถ้าเปลือกใช้ใส่แผล เมล็ดขับพยาธิ ลดอักเสบ หลอลื่นอวัยวะ เมือก ลดไข้ ขับปัสสาวะ ขับเสมหะ ใช้เป็นยาระบาย และเพิ่มกำลังวังชา ในตำรายาอายุรเวทของประเทศอินเดียใช้เมล็ดฟักเขียวแก้ไอ แก้ไข้ กระหายน้ำ และขับพยาธิ น้ำมันจากเมล็ดใช้ขับพยาธิด้วย ผลมีฤทธิ์เพิ่มพลังเพศ ขับปัสสาวะ เป็นยาระบาย และเพิ่มกำลังวังชา ใช้รักษาโรคชัก โรคปอดและหอบหืด น้ำคั้นผลฟักใช้รักษาโรคชักและโรคเส้นประสาท.

ขอบคุณที่มาจาก เดลินิวส์