

๑.๑๙ น้ำใจใคร่

ชื่อท้องถิ่น	เครื่องตั้ง ตั้งอีซาด ตั้งอีทก ตั้งคยแ้ว
ชื่ออื่นๆ	เครื่องขนตาช้าง (ศรีสะเกษ) ควยเซี่ยง (นครราชสีมา) อีทก เขียวจัว (อุบลราชธานี) กระตอก (สุพรรณบุรี) กระตอกม้า (ราชบุรี) น้ำใจใคร่ (ราชบุรี กาญจนบุรี) กะหลั่นถอก (กาญจนบุรี) หล้าถลกบาตร (พิษณุโลก อุตรดิตถ์) ส้อท้อ (ทุ่งสง-นครศรีธรรมราช) กระตอก ชักกระตอก (ประจวบคีรีขันธ์) ควยถอก (ชุมพร) กะเตาะ กระเตาะ (สงขลา) ผักรูด (สุราษฎร์ธานี) เจาะเทาะ (พัทลุง สงขลา) เสาะเทาะ (สงขลาตอนใน เช่น หาดใหญ่ คลองหอยโข่ง) นางจุม นางชม (ภาคเหนือ) กะทกรก กระทกรก (ภาคกลาง) ลูกไข่แลน (ภาคใต้บางแห่ง) กระเตาะ อ่าจิง (มลายู-นราธิวาส) อังนก สอกทอก จากกรด ผักเขียวจัว เป็นต้น
ชื่อวิทยาศาสตร์	<i>Olax psittacorum</i> (Lam.) Vahl
ชื่อพ้อง	<i>Olax scandens</i> Roxb.
ชื่อวงศ์	OLACACEAE
ชื่อสามัญ	Olax

รหัสพรรณไม้ ๑-๖๓๑๑๙๐๖-๑๓-๐๑๙

จำนวนที่พบ ๓ ต้น

สถานภาพ (IUCN) พบทั่วไป (Least Concern: LC)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ต้นน้ำใจใคร่ จัดเป็นไม้เถาหรือไม้พุ่มรอเลื้อย มีความสูงได้ประมาณ ๒-๕ เมตร มีกิ่งก้านมาก เปลือกลำต้นเป็นสีเขียวเข้มหรือสีชาวน้ำตาล แตกเป็นแนวยาวห่าง ๆ กัน กิ่งมักห้อยลง ตามกิ่งอ่อนมีขนละเอียดสีขาวยาวขึ้นปกคลุม มักมีหนามแข็งเล็ก ๆ ทั่วไป ส่วนกิ่งแก่เกือบเกลี้ยง มีหนามโค้ง ส่วนเนื้อไม้เป็นสีชาวนวล ใบเป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับ ลักษณะของใบเป็นรูปรี รูปขอบขนานแกมใบหอก หรือรูปไข่แกมขอบขนาน ปลายใบแหลม โคนใบมนเว้าเล็กน้อย สองข้างไม่เท่ากัน ส่วนขอบใบเรียบ ใบมีขนาดกว้างประมาณ ๒-๓ เซนติเมตร และยาวประมาณ ๕-๗ เซนติเมตร แผ่นใบเรียบหนาคล้ายแผ่นหนัง หลังใบเป็นสีเขียวเข้ม ส่วนท้องใบมีสีอ่อนกว่า หลังใบและท้องใบมีขนนุ่ม ด้านบนเกลี้ยง ด้านล่างมีขนขึ้นประปราย เส้นแขนงใบมีข้างละประมาณ ๕-๘ เส้น เมื่ออ่อนจะมีขนสั้นนุ่มตามเส้นกลางใบ ก้านใบยาวประมาณ ๐.๕-๑ เซนติเมตร และมีขนสั้นนุ่ม ดอก ออกดอกเป็นช่อกระจุก โดยจะออกตามซอกใบ มี ๑-๓ ช่อ ต่อซอกใบ ดอกมีกลิ่นหอม มีขนสั้นหนาแน่น ดอกย่อยเป็นสีขาวมีขนาดเล็ก กลีบดอกมี ๓ กลีบ ลักษณะของกลีบเป็นรูปแถบแกมรูปขอบขนาน เกลี้ยง มีขนาดกว้างประมาณ ๑.๕ มิลลิเมตร และยาวประมาณ ๗-๘ มิลลิเมตร กลีบดอก ๒ ใน ๓ กลีบ มักจะมีแฉกย่อยที่ปลาย ทำให้ดูเหมือนว่ามีกลีบดอก ๕ กลีบ โคนกลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นหลอดสั้น ๆ ปลายดอกแหลม แยกออกเป็นแฉก ๕-๖ แฉก ส่วนกลีบเลี้ยงเป็นรูปถ้วยสีเขียว มี ๕ กลีบ ปลายตัด ยาวประมาณ ๑ มิลลิเมตร ก้านชูดอกสั้น เกสรเพศผู้มี ๓ อัน อับเรณูเป็นรูปขอบขนาน เกสรเพศผู้ที่เป็นหมันเป็นรูปไข่แคบ ปลายแยกเป็นแฉก ๒ แฉก รังไข่อยู่เหนือวงกลีบ ลักษณะเป็นรูปไข่หรือรูปรี เกลี้ยง ยอดเกสรเพศเมียแยกเป็นแฉก ๓ แฉก ไม่ชัดเจน มีใบประดับที่โคนก้านช่อดอกยาวประมาณ ๐.๕-๓.๕ เซนติเมตร และใบประดับย่อยร่วงได้ง่าย ยาวประมาณ ๒-๓ มิลลิเมตร ปลายมน มีสันตามยาว และมีขนสั้นนุ่ม ส่วนก้านดอกเกลี้ยงยาวประมาณ ๑-๕ มิลลิเมตร ออกดอกในช่วงประมาณเดือนมีนาคมถึงเดือนมิถุนายน ผลเป็นแบบผลผนังชั้นในแข็ง ลักษณะของผลเป็นรูปทรงกลมหรือรูปไข่ มีขนาดกว้างประมาณ ๐.๖-๑ เซนติเมตร และยาวประมาณ ๐.๘-๑.๕ เซนติเมตร โคนผลมีกลีบเลี้ยงติดอยู่เกินครึ่งผล หรือประมาณ ๒ ใน ๓ ส่วน ส่วนปลายผลมีสีเข้มกรอบเหมือนหมวกและมียอดเกสรเพศเมียที่ติดคงทน จะหลุดร่วงไปเมื่อผลแก่จัด ผิวผลเรียบและเป็นมัน ผลอ่อนเป็นสีเขียว เมื่อสุกแล้วจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองอมส้ม ภายในผลมีเมล็ด ๑ เมล็ด โดยเมล็ดมีลักษณะกลม

ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการเพาะเมล็ด เป็นพรรณไม้ที่ชอบขึ้นตามดินปนลูก มีเขตการกระจายพันธุ์ในอินเดีย ศรีลังกา พม่า จีน ภูมิภาคอินโดจีน ขวา คาบสมุทรมลายู และอินโดนีเซีย ส่วนในประเทศไทยพบได้ทุกภาค โดยเฉพาะใน จังหวัดสระบุรี จันทบุรี พิจิตรโลก ลำพูน และจังหวัดเชียงใหม่ โดยมักขึ้นตามป่าเบญจพรรณ ป่าเต็งรัง ป่าดิบแล้ง ป่าชายหาด ป่าละเมาะ ที่รกร้าง และป่าดิบเขาทั่วไป ที่ความสูงตั้งแต่ใกล้ระดับน้ำทะเลจนถึงประมาณ ๓๐๐ เมตร

การใช้ประโยชน์ในท้องถิ่น

- **อาหาร** – ยอดอ่อนและใบอ่อน (ใบเพสลาด) มีรสหวานมันและฝาดเล็กน้อย ใช้เป็นผักแกงส้ม แกงเลียง หรือใช้เป็นผักแนม (ผักเหนาะ) จิ้มกับน้ำพริกรับประทาน ส่วนผลสุกก็ใช้รับประทานได้เช่นกัน

- **สรรพคุณ**

- ๑) เปลือกต้นมีรสฝาดร้อน ใช้ต้มน้ำดื่มเป็นยาชูกำลังหรือบำรุงกำลัง (เปลือกต้น)
- ๒) เนื้อไม้มีรสฝาดเย็น ใช้ต้มน้ำดื่มเป็นยาคุมธาตุ ถอนพิษยาเมาเบื่อทั้งปวง (เนื้อไม้)
- ๓) ใบนำมาตำให้ละเอียดแล้วคั้นเอาน้ำดื่มเป็นยาเบื่อ (ใบ)
- ๔) รากมีรสสุขุม ใช้ต้มน้ำดื่มเป็นยาแก้ไข้ แก้เด็กตัวร้อน ส่วนเปลือกต้นก็มีสรรพคุณเป็นยาแก้ไข้เช่นกัน (ราก เปลือกต้น)

- ๕) ใบมีรสฝาดเมา นำมาตำให้ละเอียด เอากากผสมสีระแก้อาการปวดสีระ ใช้หัดคัดจุมก (ใบ)

- ๖) เนื้อของผลใช้เป็นยารักษาโรคตาแดง (เนื้อผล)

- ๗) เมล็ดมีรสฝาดร้อน นำมาบดให้ละเอียดผสมกับน้ำสับปะรด รมควันให้อุ่นใช้เป็นยาทาท้องเด็ก แก้ท้องอืดเพื่อ ช่วยทำให้ขับถ่ายลม (เมล็ด)

- ๘) รากนำมาต้มน้ำดื่มเป็นยาขับพยาธิ (ราก) ส่วนอีกตำราระบุว่า ให้ใช้ใบนำมาตำให้ละเอียดคั้นเอาน้ำดื่มเป็นยาขับพยาธิ (ใบ)

- ๙) เนื้อไม้นำมาต้มน้ำดื่มเป็นยาแก้กามโรค (เนื้อไม้) ส่วนอีกตำราระบุว่า ให้ใช้รากนำมาต้มน้ำดื่มเป็นยาแก้กามโรค (ราก)

- ๑๐) ลำต้นนำมาต้มน้ำดื่มเป็นยาแก้โรคไตพิการ (โรคที่เกี่ยวกับทางเดินปัสสาวะ เช่น ปัสสาวะขุ่นแดง หรือเหลือง มีอาการแน่นท้อง กินอาหารไม่ได้) (ต้น)

- ๑๑) เนื้อไม้ใช้ฝนทารักษาบาดแผล (เนื้อไม้)

- ๑๒) เปลือกต้นนำมาตำรมหรือทารักษาแผลเน่าเปื่อย ทำให้แผลแห้ง (เปลือกต้น)

- ๑๓) เนื้อไม้นำมาต้มน้ำดื่มเป็นยาแก้อาการปวดเมื่อย (เนื้อไม้)

- **การใช้ประโยชน์อื่นๆ** – ลักษณะของผลน้ำใจใคร่ ชาวบ้านจะใช้เป็นตัวตรวจสอบด้วยว่าปริมาณน้ำฝนในแต่ละปีจะมีมากน้อยเพียงใด กล่าวคือ ถ้าปีไหนผลน้ำใจใคร่มีกลีบเลี้ยงหุ้มมากจนเกือบมิดผล นั่นแสดงว่าปีนั้นน้ำท่าจะอุดมสมบูรณ์ แต่ถ้ากลีบเลี้ยงหุ้มผลสั้นหรือมีน้อย ผลโผล่ออกมามาก ก็แสดงว่าปีนั้นฝนจะตกน้อย

ภาพที่ ๑๙ แสดงลักษณะทางพฤกษศาสตร์ของ น้ำใจใคร่



ลักษณะวิสัย



ใบ



ดอก



ผลอ่อน



ผลแก่

แหล่งอ้างอิง :

๑. เมตไทย. (๑ ธันวาคม ๒๕๖๓). “น้ำใจใคร่ สรรพคุณและประโยชน์ของต้นน้ำใจใคร่ ๑๕ ข้อ!”. <https://medthai.com/น้ำใจใคร่/>
๒. ดิสไทย. (ม.ป.ป.). “น้ำใจใคร่ ประโยชน์ดีๆ สรรพคุณเด่นๆ และข้อมูลงานวิจัย”. <https://www.disthai.com/๑๗๔๗๒๕๕๐/น้ำใจใคร่#>