

มะนาว Lime

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Citrus aurantifolia* (Christm. et Panz.) Swing

วงศ์: Rutaceae

ชื่ออื่น: โกรยชะม้, ปะนอเกล, ปะโห่งกลยาน, มะนอเกละ, มะเน้าดเล, ลีมานีปีห์, ส้มมะนาว, หมากฟ้า



ไม้พุ่มสูง 0.50-3.50 เมตร มีหนาม ใบประกอบชนิดลดรูป เหลือใบย่อยใบเดียว รูปไข่ หรือรูปรี ฐานใบกลม ปลายใบแหลมสั้น ขอบใบเรียบ ก้านใบแผ่เป็นปีกแคบๆ ผลกลม เปลือกบาง เรียบ สีเขียว เมื่อสุกเปลี่ยนเป็นสีเหลือง มะนาวมีหลายสายพันธุ์ เช่น พันธุ์แป้น พวง ควาย เป็นต้น

ส่วนที่ใช้: น้ำคั้นจากผล ผิวผล เมล็ด ใบ ราก ^{1, 2}

สรรพคุณ: น้ำคั้นจากผล รสเปรี้ยว แก้ไอ ขับเสมหะ โดยผสมกับเกลือและน้ำตาลทรายแดง จิบเมื่อมีอาการ น้ำมะนาว เป็นน้ำกระสาย ร่วมกับการใช้ยาประสะมะแว้ง และยาอำมฤควาที โดยให้ละลายยาด้วยน้ำมะนาวแล้วดื่มเกลือรับประทาน ซึ่งไม่ควรใช้ในผู้ป่วยที่จำกัดการบริโภคเกลือ เช่น ผู้ป่วยที่เป็นความดันโลหิตสูง³

ผิวผล บรรเทาอาการท้องขึ้นท้องเฟ้อ แก้ปวดท้อง จุกเสียดแน่น ขับเสมหะ แก้เบื่ออาหาร^{1, 2} ผสมในยาสูดดม หรือยาหอม แก้ลมวิงเวียน เช่น ยาหอมเทพจิตร

เมล็ดมะนาว รสขม ขับเสมหะ แก้ไข้ แก้อาเจียน คั่วแล้วบดเป็นผงหรือต้มน้ำดื่มแก้ซางเด็ก แก้เมื่อยอดในปาก

มะนาวดองแห้ง บรรเทาอาการไอ มีเสมหะ ทำให้ชุ่มคอ เป็นตัวยาหนึ่งใน ยาบรรเทาอาการไอและยาแก้ไอผสมมะนาวดอง

ราก รสจืดเย็น แก้ไข้ แก้ ไข้กลับ ไข้ซ้่า แก้ถอนพิษไข้กลับ ผสมในตำรับยาประสะจันทน์แดง และ นำมาฝนกับเหล้าใช้แก้ปวดฝีและแก้พิษอักเสบ

ใบ รสปร่า 108 ใบ ต้มน้ำดื่ม กัดเสมหะ ฟอกโลหิตระดูสำหรับสตรี เป็นส่วนผสมในยาเลือดงาม

ข้อมูลเพิ่มเติม: น้ำมันหอมระเหยจากผิวมะนาวประกอบด้วยสารพฤกษเคมีกลุ่มเทอร์ปีนอยด์ ได้แก่ สาร *d*-Limonene, สาร β -Pinene, สาร γ -Terpinene มีรายงานถึงฤทธิ์ด้านการอักเสบ ฤทธิ์ยับยั้ง เอนไซม์อะซิติลโคลีนเอสเตอเรส และน้ำมันหอมระเหยจากผิวมะนาวใช้แต่งกลิ่นในอาหารและยา⁴

เอกสารอ้างอิง

- ¹ เสี่ยม พงษ์บุญรอด. ไม้เทศเมืองไทย. กรุงเทพมหานคร: เกษมบรรณกิจ
- ² ชยันต์ พิเชียรสุนทร, แม้นมาส ชวลิต และวิเชียร จีรวงส์. คำอธิบาย ตำราพระโอสถพระนารายณ์ฉบับเฉลิมพระเกียรติ 72 พรรษามหาราชา 5 ธันวาคม พุทธศักราช 2542. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์ และมูลนิธิภูมิปัญญา; 2548.
- ³ ประกาศคณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ เรื่อง บัญชียาหลักแห่งชาติ. (2563, 29 ตุลาคม). ราชกิจจานุเบกษา. เล่ม 137 ตอนพิเศษ 254ง.
- ⁴ Dosoky NS, Setzer WN. Biological Activities and Safety of Citrus spp. Essential Oils. Int J Mol Sci. 2018 Jul 5;19(7):1966. doi: 10.3390/ijms19071966. PMID: 29976894; PMCID: PMC6073409.