

ละมุด Sapodilla

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Manilkara zapota* (L.) P.Royen

วงศ์ Sapotaceae

ส่วนที่ใช้ ผล

สรรพคุณ กระตุ้นการขับถ่าย ป้องกันอาการท้องผูก

ขนาดที่ใช้ -

ข้อควรระวัง ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ควรบริโภคเพียงเล็กน้อยและนาน ๆ ครั้ง