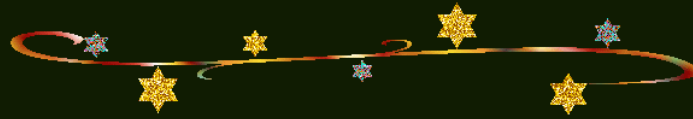


# ดอกไม้ใบพรรณพฤกษชาติไทย ๑๗

โดย บัณฑลอบ หุ่น 27



## ๘๕ มะเดื่อ

ชอง ไคตะ โทตะซบหว่า      ต้นตุ้มกาภาพากอง  
ชอบกอดต้นมหาหงส์      มะเดื่อตฤกตุกนมแมง

วรรณคดี : ภาพย์ท้อไคอง "นราศรารทองแดง"

พระนิพนธ์ : เจ้าฟ้าธรรมธิเบศร์ ไชยเชษฐ์สุริยวงค์(เจ้าฟ้ากุ้ง)



ต้นมะเดื่อ Ficus carica ไม้ทรงค่า แห่งวงศ์ Meraceae

ถิ่นกำเนิด ตะวันออกกลาง กรีซตุรกี ชื่ออื่นมี มะเดื่อฝรั่ง มะเดื่อญี่ปุ่น

เป็นพรรณไม้ ยืนต้น ขนาดกลาง มีน้ำยาง ในต้น ขึ้นขาวขุ่น  
ใบเดี่ยวหนา ค่อนข้างแข็ง ใบหยักหย่น สรรพคุณ ทางยา ค่านามากมาย

ผลมะเดื่อ เมื่อมีดอก ออกเป็นกระจุก กระจุกปึก ลูกกลมแป้น แม้นรูปไข่  
ผลอ่อนเขียว เปลือกบางแท้ แก่เปลี่ยนไป สุกกลับกลายเป็น ค่ำยเหลืองแดง แฝงชมพู

เนื้อในผล ยลแดงเข้ม และเล็มหอม เป็นพะยอม พร้อมสิ่งศักดิ์สิทธิ์ สถิตยอยู่  
อิตาลี อียิปต์กรีซ จิตเซิดชู แม้นไม่เชื่อ เมื่อลบลเหตุ คุไม่งาม

ทรงคุณค่า กล้าต้าน มะเร็งร้าย ชะลอวัย ให้พลังงาน ไขมันต่ำ  
พลาสมา ให้กล้ามเนื้อ แรงมากล้ำ อาหารชั้นนำ ซ้ำรักษา กระดูกพรุน

แก้เบาหวาน น้ำตาลในเลือด เหือดแรงดัน ย่อยอาหาร ฟันแข็งแรงแรงเกื้อหนุน  
ไม้Top Ten เต็มโลกา มหาคุณ หลวงให้ทุน ปลุกแทนฝัน สิ้นแดนไทย



สถิตยพันธ์ ธรรมสถิตย

มะเดื่อนี้ พบมาก ในตุรกี อียิปต์ กรีซ อิตาลี กียกยอง  
เป็นผลไม้ ศักดิ์สิทธิ์ ตามครรลอง ไทยเราลอง มะเดื่อแห้ง นำเข้ามา

ไทยลองปลูก ครั้งแรก โครงการหลวง ดอยอ่างขาง นั้นช่วง แทนฝันหนา  
ปี2524 เกษตรมา ร่วมพัฒนา เป็นผลไม้ มีค่า นับอนันต์

ผลมะเดื่อ จะออก เป็นกระจุก ผลเมื่อสุก มีกลิ่นหอม หลากสีสัน  
เหลือง แดงหรือ ชมพู อยู่ที่พันธุ์ มะเดื่อนั้น ลดความดัน ได้ผลดี



ช่วยยับยั้ง เซลล์มะเร็ง โรคหัวใจ      ปรับสมดุล ของร่างกาย ให้คงที่  
โรคเบาหวาน แผลในปาก คุณงามะดี      ลดริ้วรอย ได้ด้วยชี บำรุงตา  
ใบก็สวย ผลก็มี คุณประโยชน์      สิ่งให้โทษ ช่วยกำจัด จากร่างหนา  
ให้สดชื่น ได้รื่นรมย์ สมอูรา      มะเดื่อพา ให้สุขสันต์ ทุกวันจริง



ศกุนตลา ณ หนองคาย

โบราณบอก นอกสุกใส ในเป็นโพรง      ไม่ตะตั้งโหน่ง ดูโล่งใจ คงเขลา ยิ่ง  
หน้าตาดี ราศีร่าเริง แอร่มจริง      โหลยโท่ยแท้ แย่ทุกสิ่ง น่าทิ้งนั้ก  
คนเขาเทียบ เปรียบเช่น ผลมะเดื่อ      ผิวนอกหรุ ดูอะเคื้อ เรือเรือประจักษ์  
สวยแต่รูป จุบไม่หอม พร้อมพริ้งพักตร์      แต่จิตใจ ไม่ไฝ่ฝัก ผลักดีไกล  
แสนตกใจ ไม่น้อยหนา ผินหน้าหนี      ข้างในนี้ ดีไม่เห็น เป็นโฉน  
หนอนยุบยับ นับไม่หมด หดหู่ใจ      เหตุอันใด โฉนมะเดื่อ เปื้อเกินทน  
คำพังเพย เคยกล่าวไว้ ในอดีต      น่าจะผิด คิดพิจารณา พาสับสน  
พฤษ์สดใส ในวันนี้ ดีมากล้น      พี่ชมงคล ชนชื่นชอบ คำตอบนั้น





มะเดื่อนี้ มีมากมาย หลายชนิด ผลประสิทธิ์ สัมฤทธิ์หลาย ไม้รังสรรค์  
ประโยชน์มากมี ดีเกื้อกูล จำรูญครัน เกินจ้านรจรจ์ หาอ่านได้ ถ้าใครรู้

กินผลสด รสชาติอร่อย ไม่น้อยหนา อีกนำมา แปรรูปนี้ ดีเลิศหู  
เคັก แยม พาย ไอศกรีม ลองลิ้มดู ท่านจะต้อง ร้องอุ้ฮู ตุโชคดี

ผลแห้งคั้ว หามั่วไม้ นำไปบด สดสุขสันต์ ท่านชด ทดแทนโกปี  
เป็นยาระบาย ถ่ายคล่อง ลองดูที่ แสนสุขเกษม เปรมปรีดี ทุกวี่วัน

สารอาหาร บานตะไท ในผลนี้ ปี แล ซี วิตามินมี ที่รังสรรค์  
คาร์โบไฮเดรต ไนอาซีน ถ้ากินกัน ดือนันต์ ท่านได้รับ เหลื่อนับคณา

ไม้ค้ำคุณ จำรูญผล ดลบันดาล มิเสื่อมคลาย ได้สืบสาน มานานช้า  
พฤษชาติดี ที่ผันผ่าน กาลเวลา ตรึงใจเรา เหล่าพารา พาเพลิตเพลิน



โกวิท ธีรวีโรจน์

ไม้ยืนต้นขนาดกลางมียางขาว สูงถึงราวหกเมตรเจ็ดมีบ้าง  
คือมะเดื่อพบในแถบตะวันออกเฉียงใต้ เปลือกผลบางสีเขียวอ่อนก่อนสุกงอม



พวงผลเขียวเรียวยาวรูปไข่อยู่เป็นจุก  
หรือเหลืองแดงแดงชมพูดูน่าดอม

พอเริ่มสุกเป็นสีเหลืองเรืองไม่หอม  
เนื้อแดงเข้มเมื่อสุกงอมหอมชื่นใจ

ผลมะเดื่อมีคุณค่าทางอาหาร  
ฟอสฟอรัสแคลเซียมเย็บมกระไร

เพียบด้วยสารให้ประโยชน์โทษหาไม่  
อีกยังได้ในอาชิน วิตามินเอ บี ซี

เป็นผลไม้ใช้ทานช่วยต้านมะเร็ง  
ปรับสมดุลของร่างกายได้อย่างดี

บำรุงฟันให้เข้มแข็งแกร่งเข้าที่  
มะเดื่อนี้มีเส้นใยให้พลังงาน

มีสารช่วยลดรอยย่นบนใบหน้า  
ยังสามารถนำมาใช้แทนน้ำตาล

ช่วยบำรุงสายตาย่อยอาหาร  
นิยมนทานผลมะเดื่อเพื่อบำรุงร่างกาย

สามารถใช้ผลมะเดื่อเจือผสม  
พุดดิ้ง เค้ก ไอศกรีมแยมแกลมด้วยพาย

ทำขนมได้หลายรู้อู๋ใช้ไหม  
ผลแห้งคั่วป่นให้ผงชงแทนกาแฟ

สรรพคุณมากหลายไม้มะเดื่อ  
ปีสองสี่ที่อ้างข้างข้างดีแท้

ไทยปลูกเพื่อทดแทนฝิ่นกินแล้วแย  
ม.เกษตรโครงการหลวงเห็นดีแน่เป็นแม่งาน



จตุพร สุวรรณปากแพร



มะเดื่อไทยขจีไกลในไพรส์นซ์  
ทะมึนเด่นเห็นได้อยู่เนืองนิตย์

กระจุกช่อคลอต้นและกิ่งแก่  
คราแก่พื้นแปรแลแฝงแดงสลอน

เป็นไม้ใหญ่ทำแอกไถใช้งานเด่น  
ทำไม้จิ้มฟันอันแหลมแกมอร่าม

มะเดื่อฝรั่งสะพรั่งไม้ขนาดกลาง  
ลำต้นท้นยางพรางปุ่มสุมแทรกซ้อน

อุดมต้นล้นโภชนะตระการก่อ  
แปรรูปได้หลากหลายวิธีเก็บรักษา

ปรับสมดุลกรดต่างในร่างกาย  
บำรุงฟันกระดูกรูग्มะเร็งให้หายไป

ร่มเย็นอนันต์ครั้นสบอบอุ้นจิต  
ดุษฎีมิตรชิดแนบแอบอิงนอน

ไฟชะงัดแลเหลียวสีเขียวอ่อน  
ซ่อนเกสรภายในวิไลงาม

ทำของเล่นหีบไม้ไ้ร่มอดลาม  
อุทุมพรวามนามมะเดื่อเพื่อนำวอน

ใบเดี่ยวพรางล่างหยาบบนมีขนอ่อน  
ผลกระจุกชุกซ้อนผิวอ่อนละลานตา

มากเพียงพอวิตามินล้ำน้ำตาลค่า  
ถูกนำมาปลูกแทนฝืนในถิ่นไทย

ป้องกันไตวายช่วยสายตาพาแจ่มใส  
ล้ำเกินใดมะเดื่อไทยแลเทศวิเศษเลอ



กุศล คำเพราะ





คำโบราณนานมาช่างน่าคิด	จำจนติดใจไว้สั่งสอน
ผลมะเดื่อเปลือกใสให้อาหาร	แมลงหนอนเจาะไซข้างในกลวง
มะเดื่อใหญ่ใบหนาพาร่มรื่น	ผลดาษตีนนกกาพากันหวง
ดูตกตื่นมองเห็นลูกเป็นพวง	ขึ้นในทรงดินเลนเย็นอุรา
สองสายพันธุ์มะเดื่อนี้ที่แตกต่าง	พืชพื้นเมืองตะวันออกกลางอย่างกังขา
อีกสายพันธุ์จากอินเดียศรีลังกา	อุทุมพรปลุกมาน่าสนใจ
ต้นมะเดื่อเป็นปุ่มแตกกิ่งก้าน	ใบสองด้านต่างกันนั้นไฉน
ด้านหนึ่งหยาบเขียวแก่น่าแปลกใจ	อีกด้านไซร์ขนอ่อนเมื่อย่อนดู
ผลกลมแป้นหรือรูปไข่เป็นกระจุก	ลูกออกซุกเปลือกบางรสเลิศหรู
ยามผลแก่สีแดงแฝงชมพู	ลองชิมดูหวานลิ้นกลืนกระจาย
เป็นพืชแนวพระราชดำริตรล่องหน้า	โครงการหลวงนำมาแพร่ขยาย
ทดแทนการปลูกฝิ่นชอบดินทราย	ผลมากมายปลูกทั่วไปได้ผลดี

# ผลิตภัณฑ์แปรรูปจากผล Figs



ไม้โบราณตำนานเก่าเรื่องเล่าว่า      ปลุกกันมาบำรุงกายให้ผ่องศรี  
คุณประโยชน์กล่าวไว้ให้มากมี      เป็นพืชที่มากค่าน่าสนใจ

สารอาหารมากมายในพืชนี้      แร่ธาตุดีบำรุงให้สดใส  
วิตามินอีกโพรตีนกินทั่วไป      ช่วยโรคไตลบรอย่นบนหน้าตา

กินผลสดทำขนมได้หลายอย่าง      อบแห้งบ้างแสนอร่อยเป็นน้กหนา  
ผลนั้นมีเยื่อใยใช้เป็นยา      ใช้รักษาโรคด้วยช่วยระบาย

มะเดื่อไม้พันธุ์นี้ดีอย่างยิ่ง      ช่างดีจริงปลูกไว้ได้เก็บขาย  
ทั้งแปรรูปเก็บไว้ได้มากมาย      สุขสบายรายได้เสริมเพิ่มกำลัง



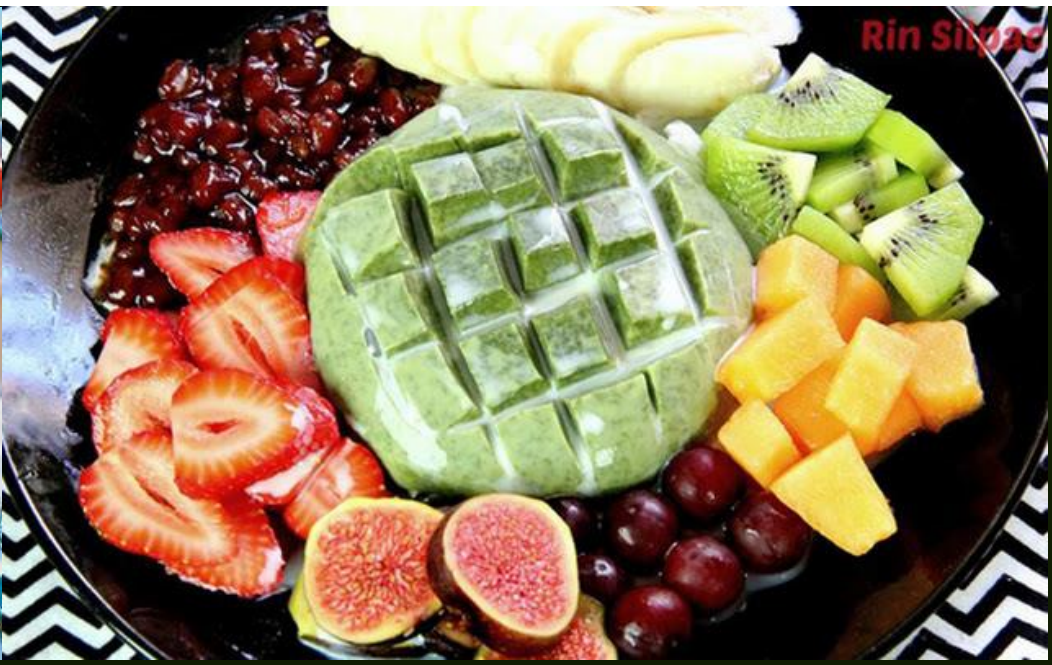
อัญชลี ณ เชียงใหม่

มะเดื่อ มะเดื่อฝรั่ง มะเดื่อญี่ปุ่น      ชื่อก็คุ้นอยู่วงศ์ MORACEAE นี้  
ชื่อวิทย์เรียกFicus carica ซี      เมืองไทยก็มีแต่คนละสปีซีกัน

มะเดื่อนี้มีมากในตุรกีและกรีก      ซึ่งอยู่ซีกแถบตะวันตกนั้น  
ไม้ยืนต้นขนาดกลางต้นไม่มัน      เป็นตุ่มแตกกิ่งก้านกันออกไป

ลำต้นมียางสีขาวใบเดี่ยวหนา      ผิวด้านหน้าหยาบอีกด้านมีขนอ่อนไหว  
ขอบใบหยักลึก 3-5 หยักใบ      ผลนั้นไซร์ออกเป็นกระจุกดี





ผลกลมแป้นรูปไข่ได้เปลือกบาง

ผลอ่อนสีเขียวบ้างแก่สุกมีเหลืองสี

อีกสีแดงชมพูอ่อนส้มก็มี

นอกจากนี้เป็นไม้ศักดิ์สิทธิ์ของกรีซมา

ประโยชน์ของมะเดื่อฝรั่งนั้นมากมี

ชะลอการเกิดริ้วรอยดีด้วยหนา

ต่อต้านอนุมูลอิสระให้ไม่มรณา

และช่วยถ่วงเวลาเซลล์ต่างๆ

เหมาะสำหรับผู้ป่วยเป็นเบาหวาน

ลดปริมาณการใช้อินซูลินได้สดใส

บำรุงสายตารักษาโลหิตจางได้

อีกทั้งใช้บำรุงกระดูกและฟัน

เป็นผลไม้ที่มีเส้นใยอาหารสูง

ช่วยขับจุงขับถ่ายของเสียดี

บรรเทาอาการเจ็บคอได้ทันควัน

และสร้างสรรค์ขับสมดุลในร่างกาย

ประเทศไทยนำเข้ามะเดื่อพันธุ์นี้

เพราะว่ามีโภชนาการสูงนะสหาย

โดยนำเข้ามะเดื่อแห้งมาขาย

ทดลองปลูกครั้งแรกได้ที่ดอยอ่างขางดู

หลังจากทราบประโยชน์ของมะเดื่อแล้ว

โปรดวางแผนแถวปลูกให้ดู

จะได้ช่วยเศรษฐกิจช่วยค้า

ประเทศไทยให้อยู่อย่างสบาย



อานนท์ สรวีสูตร