



มะเดื่อฝรั่ง (สมุนไพรร ลำดับ ๒๐)

ผู้ประพันธ์ : KU 27

มะเดื่อฝรั่ง ยี่งูยี่ มีรสชาติ
สมุนไพรร รสฝาด สมานแผล
เป็นผักเหนาะ แรกได้ ใ้ห้ร่ดแท้
มีฤทธิ์แก้ พิษไข้ ได้ผลดี

ชื่อละติน *Ficus botryocarpa*
จัดไว้ใน วงศ์ Moraceae
ผลอ่อนสด เพิ่มรสชาติ ทานแก้โรค
เบื่ออกตันมี รสฝาด ขจัดท้องร่วง

มะเตี๋อฉิ่ง ข๑งน๑น เป็นฝักเงาะ
เคี๋ยดต๑งเปาะ กร๑บน๑ง ฝักพ๑น๑น
มะเขี๋ยพ๑ง เที๋ยบได้ ค๑ล๑ยก๑นดี
อ๑ร๑ยที ร๑ช๑าติ ฝ๑ด๑น๑น

เป็นฝักแก๑ล๑ม ฝักเคี๋ยง เลี๋ยงร๑ด๑ด
เพี๋ยร๑ช๑าติ ได้ติ๑น๑ง ฝักพ๑น๑น
ทางใต้เรี๋ยก "ล๑ก๑ฉิ่ง" ลี๋ยงเดี๋ยดก๑น
ผล๑ด๑ทา๑น ก๑บแก๑งเสี๋ยด เตี๋ยด๑น๑ง

เป็นล๑ม๑นไฟ๑ร กี๋ยไฟให้ค๑นค๑า
มีล๑ร๑รพ๑ค๑น ทาง๑ง ร๑ก๑ษาแก๑
เปลี๋ย๑ก ล๑ด๑น ร๑ากกี๋ย เที๋ยมา๑ด๑แ๑
๑งแก๑แพ๑ ไข่กี๋ยได้ ห๑ย๑จ๑ริงเลี๋ยด

(๑) ล๑ก๑ษ๑ณ๑ล๑ด๑น ใบ ดอก ผล

มะเตี๋อฉิ่ง ไม๑ย๑น๑น ร๑บ๑น๑นพ๑
ล๑ก๑ษ๑ณ๑ ห๑รงพ๑ม ค๑ล๑ม๑น๑งเลี๋ยด
ห๑รงร๑บไฟ๑ กี๋ยมีได้ ไข่ห๑รงเดี๋ยด
ไม๑ค๑ดเคี๋ยด ล๑ด๑ด๑ง ค๑งลี๋ยด

ใบหูจิ้ง เป็นใบเตยด สีเขียวใส
มีแผ่นใบ เป็นลอน ค่อนข้างหนา
ขอบใบเรียบ เป็นคลื่น ตูรินตา
ปลายใบจะ แหวมคม โคนกลมมน

ดอกสีเขียว อมเหลือง ใ้่องรวม
ดอกเล็กงาม อยู่เป็นช่อ สดดม芬
เจริญแผ่ ขยายดอก ออกเต็มต้น
กลายเป็นผล พองดูจิ้ง ยิ่งสวยดี

ผลดูจิ้ง ออกเป็นช่อ ๑๑เป็นพุ่ม
รวมเป็นกลุ่ม รอบต้น ผลพองนี้
สามสิบดู สดเขียว เขียวขจี
ออกทั้งปี มากล้น ผลตกครัน

มีรูปทรง กลมแบน แผ่นผ่าดู
เมล็ดเล็กเล็ก สีชมพู อยู่ในนั้น
คล้ายเกรวี่ ตัวผู้ อยู่เบียดกัน
ผลดูนั้น เหลืองอ่อน ดูอ่อนคลาย

(๒) ประโยชน์ของมะเดื่อจืด

ตามตำราโบราณ ท่านบอกไว้
เปลือกเป็นยา ทั้งรากต้น ผลก็ใช้
เป็นสมุนไพร มีคุณค่า อย่างดูดยา
สามารถ ใช้ รักษา แก้อาการ

ต้น เปลือก ราก ของดี มีรสฝาด
ที่สามารถ ทำยา ได้ หลายนาน
ต้มเอาน้ำ ล้างแผล แก้ไม้นาน
แผลสดมาน ใช้น้ำอมติด สนิทใจ

สรรพคุณ นอกจากนี้ มีอีกมาก
น้ำต้มราก ใช้รักษา กระหูด ไข้
ทั้งไข้กาฬ ไข้พิษ ฤทธิ์ลดความ
อาการหาย ไข้ลด หมดพิษคัน

เปลือกต้นราก มะเดื่อจืด ดีจริงแท้
เป็นยาแก้ ท้องเสีย ระเหี่ย้น
ก็ยังใช้ แก้ประดง งูตีมหาน
มีพิษคัน ตามร่างกาย หายทันที

พลอดนั้น ก็นั่น เป็นสักเนาะ
เคียดดั่งเปาะ กรอบนั้ ผักพั่นนี้
รตผัดมัน ทางใต้ถี่ คือของดี
ก็ตรงที่ ข่อยลุดเผ็ด เต็ดนั้แฉ

ทั้งน้ำพริก แกง ไตปลา อะว่าไป
ถ้าหากได้ "ลูกจิ้ง" เหมะจริงแท้
แกงเห็ดองก็ ไม่น้อย อร่อยแน่
ไม่ว่าแม่ ขนมนั้นน้ำยา ทำให้ล่อง

พลลูกจิ้ง เป็นสักที่ มีเส้นใย
ช่วยในการ ขับถ่าย ระบายท้อง
ถ่ายลำบาก มีปัญหา น้ำตานอง
อย่าลืมมอง หาลูกจิ้ง มากินดู

(๓) ข้อควรระวัง

มะเดื่อจิ้ง มีประโยชน์ โทษมีบ้าง
มีข้อเตือน ควรระวัง ทั้งต่อรู้
โทษอย่างไร มากไหม ใช่ว่าใคร
เมื่อรู้ บอกทุก จักต้องฟัง



ผอ้อ่อนนั้น ประโยชน์ที่ มีเส้นใย
 กินมาก ไป จ่อเสียก็ พอมีบ้าง
 อาจทำให้ ท้องผูก ทุกข์ประดัง
 จ่อระดัง อย่างกินเพลิน เกินพอดี



จตุพร จุวรรณปากแพรก

มะเดื่อลิงของดิฉันประโยชน์
ทำอาหารจานโปรด ได้หลากหลาย
พืชยืนต้นนิยมปลูกขึ้นง่ายตาย
พันธุ์ขยายจาก ใต้ขึ้นเหนือมา

จัดเป็นพืชกลุ่มมะเดื่อชนิดหนึ่ง
เป็นพืชอิงกินได้ไม่ก่งขา
ขึ้นได้ดีตามป่าโปร่ง ไพรพนม
มีคุณค่าบำรุงกายสบายดี

มะเดื่อลิงปลูกได้ไม่ยืนต้น
คุณมากล้นกินให้กายสุขศรี
เปลือกลำต้นสีน้ำตาลอมเขียว
ผิวเปลือกตีเก็บไว้ใช้เป็นยา

พืชใบเตยเขียวเข้มขนาดใหญ่
มีหน่อ ใบขอบใบเรียบตีหนา
เปลือกลำต้นมีประโยชน์ทางโภชนา
เก็บเอามากินได้บำรุงกาย

ดอกเป็นช่อดอกละติลียีวเหลือง
ดูเรื่อเรืองสามกลีบแผ่ขยาย
เป็นกระเปาะมีรูเปิดที่ปลาย
ดอกรูปไข่มากมายกระจายพันธุ์

มะเดื่อจึงให้พลเอกเป็นขอ
ตามตั้นเอกกิจกำหนดสร้างสรรพ
พลทรงกลมตีไชยวัดเป็นมัน
ทรงกลมแป้นคล้ายกันรูปหัวใจ

พลสุกเหตี่องด้านบนมีรอยบุ่ม
มีเนื้อนุ่มลิ้นชมพูสดใ
เมล็ดทรงกลมสีน้ำตาลอยู่ภายใน
เอกพลให้ตลอดปีได้มีกิน

ขยายพันธุ์ปักชำหรือตอนกิ่ง
ได้ผลจริงปลูกง่ายสมถะดี
เพาะเมล็ดทำได้ข้างดิน
ปลูกหนึ่งปีมีผลกินไปได้นาน

คุณประโยชน์สมุนไพรมะเดื่อจึง
ประโยชน์ยิ่งมากมายหลายสถาน
พลเอกมีเล่ห์ใยเหตี่ประมาณ
อดน้ำตาลในเลือดคุมความดัน

ขอระบบจับถ่ายสลายห้อง
ทั้งปวงห้องห้องร้อง ไม่ห้องไหน
กินผล่ออันมีรสชาติที่ผัดมัน
ขอปิ่นกันเป็นฝักแกลุ่มแนมกับแกง

เปลื้องของอันมะเต๋อชิงอิงร สผาด
แผ่ผัดบาดชะล้าง ไม่แอบแฝง
ใช้ส่อนรากแก้ว ใช้พิษผิต ส้าแดง
ใช้ร่อนแรงทงชนิด ไส้หิตติ

เปลื้องลำต้นและรากมะเต๋อชิง
สรรพคุณดียิ่งกินสุขศรี
ต้มน้ำดื่มเป็นยาตามวิธี
ประโยชน์มิแก่ประดงผดผื่นคัน

ผัดกินได้นำ ไปปรุงอาหาร
รับประทานเป็นฝักสดที่คัตสุร
ดื่มน้ำพริกกินได้สุรพัน
ขอทำกันแกงกะทิแกงพุงปลา



มีใจครองจนให้ระงับบ้าง
 ผู้ที่แพ้ภัยจนครองงา
 ต่องใสใจการใช้หากนำมา
 ได้อกผลอันดีกว่าจะปลดปล่อย

มะเดื่อจึงเป็นพืชที่ควรปลูก
 เก็บกินดูเบได้อกต้นไม่สงัด
 ประโยชน์ดีปลูกได้ในเมืองไทย
 พืชสมุนไพรให้ประโยชน์ทางโภชนา



อัญชิตี ณ เชียงใหม่

มะเดื่อจิ้งกิ้งต้นท้นผลดก
ในขั้วรกรกทงเหนือใต้ได้พบเห็น
คือผักแหม่มแถมอาหารให้รสเด่น
ทั้งยังเป็นพืชน้ำสมุนไพร

เป็นไม้พุ่มกลุ่มกุ่มผลมีรูปไข่
ไม่ผลัดใบสูงไปเจ็ดเมตรได้
สีน้ำตาลเปื้อนออกดำบนเทา ไซริ
พบอยู่ต่างชาดภาคไปเป็นร่องต้น

ใบเดี่ยวสีเขียวขอบเป็นคลื่นพริ้ว
แผ่นใบหนาหยาบเป็นลอนคลื่น
โคนใบมนด้านบนปลายแหลมย่น
เห็นขั้วมีหัวมีร้นคราเมียงมอง

ดอกเป็นช่อคดอยู่คู่กิ่งต้น
สีเขียวเหลืองปนประสีที่ไม่หอม
มีสามกลีบก่อกระเปาะเกาะคล่อง
ใครเลาะลองมองรอบขอบขมจริง

ผลดกตลอดปีสีเขียวเด่น
รอบต้นเร้นเรียงรายเลอคู่กิ่ง
ภายในคล้ายเกร็ดสีชมพูพริ้ง
ครั้นแก่จริงเจ็ดเหลืองสีผลกลาย



แกงเหลืองหวานมะเดื่อ

มีรสมันปนเผ็ดมาดหมายชิม
 ขบถองลิ้มลิ้นปะเปรมสมหมาย
 แกง ไตปลาขมลิ้นน้ำพริกได้
 มีหยุด ได้ให้ไฟลิ้มชิมต่อไป

มีสรรพคุณสมุนไพรรักษาโรค
 เบื่ออกตันมีรสเผ็ดพิฆาตไข้
 อ่างบาดแผลแก้ท้องร่วงอุจจาระ
 สมานแผลได้ดีแก้แสบคัน

รากกระทุ้งพิษใช้ได้หลายหลาก
 ขจัดเสมหะพรากพิษโลหิตหาย
 ยอดเย็บเมเปี่ยมคุณหนุนน้ำให้
 ฝักแฉกสมุนไพรรักษาโรค



กุศล คำเพราะ

