

ผักหวานป่า

ชื่อสามัญ : ผักหวาน Pak-wan Tree

ชื่อวิทยาศาสตร์ : Melientha suavis Pierre

วงศ์ : Opiliaceae



ลักษณะ เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง มีความสูง 5-15 เมตร เนื้อไม้แข็ง

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด การตอนกิ่ง การชำไหล การสกัดราก

การใช้ประโยชน์ ยอด เป็นอาหาร ช่วยแก้ร้อนในกระหายน้ำ และระบายความร้อนหรือใช้ปรุงเป็นยาเขียว เพื่อลดไข้ ลดความร้อน ปัจจุบันนำมาพัฒนาเป็นชาผักหวานป่าเป็นเครื่องดื่มต้านอนุมูลอิสระ

ราก ทำยา แก้ไข้ แก้ตีพิการ แก้ร้อนในกระหายน้ำ แก้กระสับกระส่าย

อ้างอิง

ผักหวานป่า ดอกดอชม. การขยายพันธุ์ (ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<https://www.pakwanpa.com/kankayaipun.html>. 7 เมษายน 2560

Medthai. ผักหวานป่า สรรพคุณและประโยชน์ของผักหวานป่า 21 ข้อ(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<https://medthai.com/ผักหวานป่า>. 7 เมษายน 2560

กลุ่มงานพัฒนาและถ่ายทอดเทคโนโลยี สำนักวิจัยและพัฒนาการป่าไม้ กรมป่าไม้. โครงการส่งเสริมและพัฒนาการใช้ประโยชน์ไม้ขนาดเล็กและของป่า(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

http://forprod.forest.go.th/forprod/ebook/for_admin/for_admin.pdf. 11 เมษายน 2560

ไผ่ชางนวล

ชื่อสามัญ : ไผ่ชางนวล ไผ่ชางดอย (ภาคเหนือ) ไผ่ชาง (น่าน)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Dendrocalamus membranaceus* Munro.C.M.A. Stapleton & N.H.Xia

วงศ์ : Gramineae

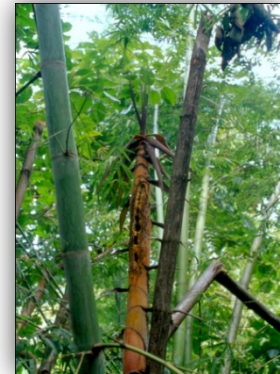
ลักษณะ เป็นไผ่ขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ สูงประมาณ 8-20 เมตร

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด การแยกเหง้า การชำลำ

การใช้ประโยชน์ ลำ ใช้ในการก่อสร้าง นิยมนำมาจักตอก สานเข่ง ตะกร้า

กะบุง บุงกี เครื่องจักสาน ใช้ทำเครื่องเรือน ทำไม้เสียบอาหาร ไม้ตะเกียบ

ไม้ก้านธูป ไม้จิ้มฟัน เยื่อกระดาษ และไม้ไผ่อัด



อ้างอิง

กลุ่มงานพัฒนาและถ่ายทอดเทคโนโลยี สำนักวิจัยและพัฒนาการป่าไม้ กรมป่าไม้. โครงการส่งเสริมและพัฒนาการใช้ประโยชน์ไม้ขนาดเล็กและของป่า(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

http://forprod.forest.go.th/forprod/ebook/for_admin/for_admin.pdf. 11 เมษายน 2560

สุทัศน์ เล้าสกุล และ ญัฐกร เสมสันทด. 2556. การขยายพันธุ์ การปลูกและการจัดการสวนไม้เศรษฐกิจ. โครงการฟื้นฟูด้านป่าไม้ในพื้นที่ประสบภัยสึนามิ. กรมป่าไม้. 12 หน้า

มะขามป้อม

ชื่อสามัญ : มะขามป้อม กันโตด (เขมร) กำหวด (ราชบุรี) มั่งลู๋ สันยาซ่า (กะเหรี่ยง แม่ฮ่องสอน)

Emblc myrabolan, Malacca tree

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Phyllanthus emblica* L.

วงศ์ : Phyllanthaceae

ลักษณะ ไม้ยืนต้นขนาดกลาง สูง 10-12 เมตร

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด การตอน



การใช้ประโยชน์ ผล อุดมไปด้วยวิตามินซีใช้รับประทานเพื่อบรรเทาหวัด แก้ไอ ละลายเสมหะ บำรุงเส้นผม ช่วยบำรุงสายตา และมีสารต้านอนุมูลอิสระ (Antioxidant) ชาวกะเหรี่ยงใช้ย้อมผ้าให้สีเทา

อ้างอิง

Medthai. มะขามป้อม สรรพคุณและประโยชน์ของมะขามป้อม 47 ข้อ (ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<https://medthai.com/มะขามป้อม>. 7 เมษายน 2560

กลุ่มงานพัฒนาและถ่ายทอดเทคโนโลยี สำนักวิจัยและพัฒนาการป่าไม้ กรมป่าไม้. โครงการส่งเสริมและพัฒนาการใช้ประโยชน์ไม้ขนาดเล็กและของป่า(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

http://forprod.forest.go.th/forprod/ebook/for_admin/for_admin.pdf. 11 เมษายน 2560

สะเดา

ชื่อสามัญ : สะเดา สะเลียม (ภาคเหนือ) กะเดา (ภาคใต้) Siamese neem tree, Margosa, Quinine

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Azadirachta indica* A. Juss. var. *siamensis* Valetton

วงศ์ : Meliaceae

ลักษณะ เป็นไม้ขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ มีความสูง 20-25 เมตร

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด

การใช้ประโยชน์ ลำต้น ทำเสาโรงเรือน รั้ว เนื้อไม้แปรรูปเป็นไม้ฝาประตูบ้าน ไม้วงกบ และเฟอร์นิเจอร์ต่างๆ

ใบ เมล็ด สกัดหรือต้มน้ำ ใช้เป็นยาป้องกัน และกำจัดศัตรูพืช

ดอก เป็นอาหาร



อ้างอิง

Medthai. สะเดา สรรพคุณและประโยชน์ของสะเดาไทย 86 ข้อ (ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<https://medthai.com/สะเดา>. 7 เมษายน 2560

Puechkaset.com. สะเดา สรรพคุณ และการปลูกสะเดา(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<http://puechkaset.com/การปลูกสะเดา>. 7 เมษายน 2560

หวายดง

ชื่อสามัญ : หวายดง หวายใหญ่ หวายนึ่ง เลือครอง (ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ) หวายขม

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Calamus viminalis* Willd.

วงศ์ : Arecaceae

ลักษณะ เป็นไม้เถา ขนาดปานกลาง

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด



การใช้ประโยชน์ ลำต้น

ใช้ทำจักสาน ใช้ทำเครื่องเรือน และงานฝีมือต่างๆ

หน่อหวาย

เป็นอาหาร

เนื้อหุ้มเมล็ด

รับประทานได้

รากและยอดหวาย

ใช้ปรุงยาгинดับพิษร้อน พิษไข้ แก้ท้องซึ่ม แก้พิษ ตับปอด
พิการ แก้ไอ บำรุงน้ำดี แก้อ่อนในกระหายน้ำ



อ้างอิง

phargarden.com. หวายดง(ออนไลน์). แหล่งที่มา : <http://www.phargarden.com>. 7 เมษายน 2560

กลุ่มงานพัฒนาและถ่ายทอดเทคโนโลยี สำนักวิจัยและพัฒนาการป่าไม้ กรมป่าไม้. โครงการส่งเสริม
และพัฒนการใช้ประโยชน์ไม้ขนาดเล็กและของป่า(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

http://forprod.forest.go.th/forprod/ebook/for_admin/for_admin.pdf. 11 เมษายน 2560

ศูนย์นวัตกรรมเทคโนโลยีหลังการเก็บเกี่ยว. วิธีการขยายพันธุ์หวายดง (ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<http://www.phtnet.org/news52>. 7 เมษายน 2560

ไผ่รวก

ชื่อสามัญ : ตีโย ไผ่รวก ไผ่รวก รวก (ภาคกลาง) ฮวก (ภาคเหนือ) สะลอม (ชาน-แม่ฮ่องสอน)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Thysostachys siamensis* Gamble.

วงศ์ : Gramineae

ลักษณะ ไผ่รวกเป็นไผ่ขนาดเล็ก-กลาง ลำมีเส้นผ่านศูนย์กลาง 2-4 ซม.

ความสูงประมาณ 7-15 ซม.

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด การแยกเหง้า

การใช้ประโยชน์ ต้น ปลูกลงเป็นแนวรั้วบ้าน

ลำ ใช้ก่อสร้าง ทำไม้ค้ำยัน ไม้ค้ำผักผลไม้ ไม้ปักหลักเลี้ยงหอย เครื่องจักสาน
ในด้านอุตสาหกรรมเหมาะสำหรับใช้ทำเยื่อกระดาษมีเยื่อขาวเหมาะสำหรับ
ทำกระดาษห่อของ กระดาษพิมพ์และการดาษเขียนหนังสือ

หน่อ เป็นอาหารใช้ต้มจิ้มน้ำพริกใส่ในแกงและชุบหน่อไม้



อ้างอิง

กลุ่มงานพัฒนาและถ่ายทอดเทคโนโลยี สำนักวิจัยและพัฒนาการป่าไม้ กรมป่าไม้. โครงการส่งเสริม
และพัฒนาการใช้ประโยชน์ไม้ขนาดเล็กและของป่า(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

http://forprod.forest.go.th/forprod/ebook/for_admin/for_admin.pdf. 11 เมษายน 2560

สุทัศน์ เล้าสกุล และ ณีฐากร เสมสันทด. 2556. การขยายพันธุ์ การปลูกและการจัดการสวนไผ่
เศรษฐกิจ. โครงการฟื้นฟูด้านป่าไม้ในพื้นที่ประสบภัยสึนามิ. กรมป่าไม้. 14 หน้า

เพกา

ชื่อสามัญ : มะลิตไม้ มะลื่นไม้ ลิตไม้ (เหนือ) ลิ่นฟ้า (เลย) หมากลิ่นก้าง หมากลิ่นช้าง (ฉาน-เหนือ)
กาโต้โต้ง(กะเหรี่ยง-กาญจนบุรี) ดอกกะ ต้อกกะ ดูแก (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน)
เบโก (มาเล-นราธิวาส) Broken Bones Tree

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Oroxylum indicum* (Linn.) Kurz

วงศ์ : Bignoniaceae

ลักษณะ เป็นไม้ยืนต้น ความสูงประมาณ 3-12 เมตร

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด



การใช้ประโยชน์ ฝักอ่อน ดอก รับประทานเป็นผัก ช่วยในการขับถ่ายลม บำรุงธาตุ



อ้างอิง

Phargarden.com. เพกา (ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<http://www.phargarden.com/main.php?action=viewpage&pid=84>. 7 เมษายน 2560

Puechkaset.com. เพกา/ลิ่นฟ้า สรรพคุณ และการปลูกเพกา(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<http://puechkaset.com>. 7 เมษายน 2560

กลุ่มงานพัฒนาและถ่ายทอดเทคโนโลยี สำนักวิจัยและพัฒนาการป่าไม้ กรมป่าไม้. โครงการส่งเสริมและพัฒนาการใช้ประโยชน์ไม้ขนาดเล็กและของป่า(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

http://forprod.forest.go.th/forprod/ebook/for_admin/for_admin.pdf. 11 เมษายน 2560

มะรุม

ชื่อสามัญ : กาเหว่าเต็ง (กะเหรี่ยง-กาญจนบุรี) ผักเนื้อไก่ (ฉาน-แม่ฮ่องสอน) เส่ซ้อยะ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน) ผักอีฮีม ผักอีฮุม มะค้อนก้อม (ภาคเหนือ) Horse radish tree, Drumstick

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Moringa oleifera* Lam.

วงศ์ : Moringaceae

ลักษณะ มะรุมเป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง สูงประมาณ 15-20 เมตร

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด การปักชำ

การใช้ประโยชน์ ผลและยอด เป็นอาหาร

ใบแก่ ตากแดด แล้วนำมาบดเป็นผง ชงดื่ม ช่วยลดพิษไข้ในร่างกาย ลดความดันโลหิต



อ้างอิง

Medthai. มะรุม สรรพคุณและประโยชน์ของมะรุม 78 ข้อ(ออนไลน์). แหล่งที่มา : <https://medthai.com/>

มะรุม. 7 เมษายน 2560

Puechkaset.com. มะรุม(Horse Radish Tree) สรรพคุณ และการปลูกมะรุม(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<http://puechkaset.com./มะรุม>. 7 เมษายน

มะนาวโห่

ชื่อสามัญ : หนามขี้แฮด (เชียงใหม่) หนามแดง (กรุงเทพฯ) มะนาวไม่รู้โห่ (ภาคกลาง) มะนาวโห่ (ภาคใต้) Karanda, Carunda, Christ ' s Thom

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Carissa carandas* L.

วงศ์: Apocynaceae

ลักษณะ ไม้ต้นขนาดเล็ก สูงถึง 2-5 เมตร

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด



การใช้ประโยชน์ ผล มีสารต้านอนุมูลอิสระ ป้องกันมะเร็ง ชะลอวัยและริ้วรอย ช่วยให้เจริญอาหาร ช่วยบำรุงโลหิต ช่วยขยายหลอดเลือด ป้องกันโรคหัวใจ รักษาโรคปอด และ ถูกลมโป่งพอง ทำน้ำมะนาวโห่ ทำแยม น้ำหมัก เป็นส่วนผสมในผลิตภัณฑ์เพื่อความงามทั้งสบู่ แชมพู โลชั่น และสามารถปลูกเป็นไม้ประดับได้

อ้างอิง

กลุ่มงานพัฒนาและถ่ายทอดเทคโนโลยี สำนักวิจัยและพัฒนาการป่าไม้ กรมป่าไม้. โครงการส่งเสริมและพัฒนาการใช้ประโยชน์ไม้ขนาดเล็กและของป่า(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

http://forprod.forest.go.th/forprod/ebook/for_admin/for_admin.pdf. 11 เมษายน 2560

ผู้จัดการออนไลน์. "มะม่วงหาว มะนาวโห่" มหัศจรรย์สมุนไพร แบบไม้ประดับ (มุขเกษตร) (ออนไลน์).

แหล่งที่มา : <http://www.manager.co.th/iBizChannel/ViewNews.aspx?> 7 เมษายน 2560

เพชรสังฆาต

ชื่อสามัญ : สันชะฆาต ชันช้อ(ราชบุรี) สามร้อยต่อ (ประจวบคีรีขันธ์) สันชะควด (กรุงเทพฯ)

Edible – Stemed Vine

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cissus quadrangularis* L

วงศ์ : Vitaceae

ลักษณะ เป็นไม้เถา

การขยายพันธุ์ การปักชำ



การใช้ประโยชน์ ดิน แก้น้ำหนวก แก้ประจำเดือนไม่ปกติ ช่วยเจริญอาหาร ช่วยขับน้ำเหลืองเสีย

ใบ รักษากระดูกแตกหัก รักษาโรคลำไส้ แก้วริดสีดวงทวารหนัก **ราก** รักษาอาการกระดูกแตกหัก

เถา แก้กกระดูกหักชั้น ขับลมในลำไส้ ขับผายลม แก้อุจจาระเสียด แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แก้วริดสีดวงทวารหนัก และปลูกเป็นไม้ประดับบริเวณรั้ว บ้าน ชุ่มไม้หรือบริเวณโคนต้นไม้ใหญ่เพื่อให้เถาเจริญเลื้อยพันขึ้น



อ้างอิง

Matchon online. เพชรสังฆาตเพิ่มมวลกระดูกให้ชาววัยทอง(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

http://www.matchon.co.th/news_detail.php. 7 เมษายน 2560

Medthai. เพชรสังฆาต สรรพคุณและประโยชน์ของเพชรสังฆาต 11 ข้อ(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<https://medthai.com/เพชรสังฆาต>. 7 เมษายน 2560

ขี้เหล็ก

ชื่อสามัญ : ขี้เหล็กใหญ่ (ภาคกลาง) ขี้เหล็กแก่น (ราชบุรี) ขี้เหล็กหลวง (ภาคเหนือ) ยะหา (มลายู-ปัตตานี) ขี้เหล็กบ้าน (ลำปาง, สุราษฎร์ธานี) ผักจี้ลี้ (เงี้ยว-แม่ฮ่องสอน) Cassod tree, Siamese senna, Thai opperpod, Siamese cassia

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cassia siamea* (Lamk.) Irwin et Barneby

วงศ์ : Fabaceae (Leguminosae)

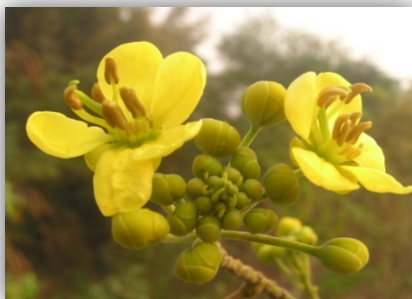
ลักษณะ ไม้ยืนต้นขนาดเล็กถึงปานกลาง ผลัดใบ สูง 10-15 เมตร

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด

การใช้ประโยชน์ ดิน ปลูกเป็นพันธุ์ไม้ปรับปรุงดิน เนื่องจากใบมีธาตุไนโตรเจนสูง ช่วยปกคลุมดินและความชื้นได้ดี

เนื้อไม้ ใช้ในการก่อสร้าง เช่น เสา รอด ตง เครื่องเรือน

ใบอ่อน ยอดอ่อน และดอกตูม เป็นอาหาร



อ้างอิง

Puechkaset.com. ขี้เหล็ก สรรพคุณ และประโยชน์ขี้เหล็ก(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<http://puechkaset.com/> ขี้เหล็ก. 7 เมษายน 2560

ไทยเกษตรศาสตร์. การปลูกและการขยายพันธุ์พืช:ขี้เหล็ก(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<http://www.thaikaesetsart.com/การปลูกและการขยายพันธุ์>. 7 เมษายน 2560