

มะขามป้อม

ชื่อสามัญ : มะขามป้อม กันโตด (เขมร) กำหวด (ราชบุรี) มั่งลู๋ สันยาล่า (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