



ส้มแขก

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Garcinia atrovirens* Griff

วงศ์ : CLUSIACEAE

ชื่ออื่น : ส้มแขก ชะมวงช้าง มะขามแขก ส้มมะวน ส้มควาย ส้มพะงุน อะแซหะลูกโก (มาเลเซีย นราธิวาส)

ลักษณะทั่วไป : เป็นไม้ยืนต้นเนื้อแข็ง ทรงพุ่มกว้างสูงประมาณ 5-14 เมตร เป็นไม้เนื้อแข็ง ลักษณะของเปลือกต้นหากต้นอ่อนจะมีสีเขียว หากแก่แล้วจะมีสีน้ำตาลอมดำ เมื่อลำต้นเป็นแผลจะมียางสีเหลืองออกมา ใบ เป็นเดี่ยวออกตรงข้ามเป็นคู่ ใบใหญ่ผิวเรียบเป็นมัน ใบอ่อนมีสีน้ำตาลแดง ขอบใบเรียบ ปลายใบแหลม ยาวประมาณ 10-20 เซนติเมตร กว้างประมาณ 4-5 เซนติเมตร โดยใบแห้งจะมีสีน้ำตาล ดอก ออกตามปลายยอด ดอกเพศผู้มีกลีบเลี้ยง 4 กลีบ ด้านในสีแดง ด้านนอกสีเขียว มีเกสรเพศผู้เรียงอยู่บนฐานรองดอก ส่วนดอกเพศเมียเป็นดอกเดี่ยวแทงออกจากปลายกิ่ง มีขนาดเล็กกว่าดอกเพศผู้ รังไข่มีรูปทรงกระบอก ผล เป็นผลเดี่ยว ผิวเรียบสีเขียว เมื่อแก่จัดจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองแกมเขียวใกล้เคียงกับผลกระท้อน **เปลือกผล** เป็นร่องตามแนวข้อไปยังปลายผล มีประมาณ 8-10 ร่อง ที่ข้อมีกลีบเลี้ยงติดอยู่ 2 ชั้น ชั้นละ 4 กลีบ เนื้อแข็งมีรสเปรี้ยวจัด ในผลมีเมล็ดแข็ง 2-3 เมล็ด

การกระจายพันธุ์ : มีถิ่นกำเนิดอยู่ในอินเดียและศรีลังกา ซึ่งในบ้านเรานิยมปลูกมากในภาคใต้

ประโยชน์ : ส้มแขกตามตำรายพื้นบ้านช่วยบรรเทาอาการปวดท้องในสตรีมีครรภ์ เป็นยาระบายอ่อนๆ ซึ่งสารในส้มแขกจะถูกขับออกทางไตโดยไม่ถูกทำลาย (ไม่ผ่านตับ) และออกฤทธิ์เป็นยาขับปัสสาวะ ส้มแขกมีสารสำคัญคือ Hydroxycitric Acid หรือเรียกสั้นๆว่า “HCA” ซึ่งเป็นสารที่มีคุณสมบัติช่วยยับยั้งเอนไซม์ในกระบวนการสร้างไขมันจากการบริโภคอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตสูง ช่วยลดไขมันส่วนเกินนอกจากนี้ยังมีการค้นพบประโยชน์อื่นๆ ได้แก่ กรดซิตริก (Citric Acid) กรดโดเดคาโนอิก (Dodecanoic Acid) กรดออกตาดีคาโนอิก (Octadecanoic acid) และกรดเพนตาดีคาโนอิก (Pentadecanoic acid)



