

๒. ต้นขนุน



ขนุน ชื่อสามัญ Jackfruit, Jakfruit

ขนุน ชื่อวิทยาศาสตร์ Artocarpus heterophyllus Lam. จัดอยู่ในวงศ์ขนุน (MORACEAE)

ผลไม้ขนุน มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า ขะนู (จันทบุรี), นะยวยชะ (กาญจนบุรี), เนน (นครราชสีมา), ซี้คีย ปะหน้อย หมากกลาง(แม่ฮ่องสอน), นากอ (ปัตตานี), มะหนุน (ภาคเหนือ ภาคใต้), ลาน ล้าง (ภาคเหนือ), หมักหมี่ (ตะวันออกเฉียงเหนือ) และชื่ออื่น ๆ เช่น ขะเนอ, ขนู, นากอ, มะยวยชะ,

สรรพคุณของขนุน

๑. ช่วยบำรุงโลหิต ทำให้เลือดเย็น (แก่นขนุนแห้งหรือขนุนละมุด, ราก, แก่น)
๒. ขนุนมีสรรพคุณช่วยบำรุงกำลัง ชูหัวใจให้สดชื่น (เนื้อหุ้มเมล็ดสุก, เนื้อในเมล็ด, ผลสุก, เมล็ด)
๓. ช่วยบำรุงร่างกาย (เมล็ด)
๔. ขนุนแห้งเป็นผลไม้ที่มีวิตามินอีสูงติด ๑๐ อันดับแรกของผลไม้ และยังมีวิตามินซีสูงช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระ และช่วยป้องกันการเกิดโรคมะเร็ง
๕. ช่วยแก้อาการกระหายน้ำ (ผลสุก)
๖. ขนุนมีประโยชน์ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือดในผู้ป่วยเบาหวานได้
๗. ช่วยระงับประสาท (ใบ)

ประโยชน์ของขนุน

๑. **เมล็ดขนุน** ช่วยบำรุงน้ำมัน ขับน้ำมัน ทำให้น้ำมันของแม่เพิ่มมากขึ้น (**เมล็ดขนุน**)
๒. ใช้หมักทำเหล้า (เนื้อหุ้มเมล็ดสุก)
๓. ช่วยแก้อาการเมาสุรา (ผลสุก)
๔. แก่นของต้นขนุน นำมาใช้ทำสีย้อมผ้าได้ โดยจะให้สีน้ำตาลแก่ นิยมนำมาใช้ย้อมสีจีวรพระ
๕. ลำตัวของขนุนนำมาใช้ทำเป็นชุดจุดไฟได้
๖. เนื้อไม้ของต้นขนุนสามารถนำมาใช้ทำเฟอร์นิเจอร์และเครื่องดนตรีได้



ฉันทชื่อขนุน สรรพคุณระบาย
ช่วยแก้กระหาย และโรคผิวหนัง
รักษาลมชัก จากเสริมกำลัง
อีกช่วยยับยั้ง การเกิดมะเร็ง

