

มะกรูด



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Citrus hystrix* DC.

ชื่อภาษาอังกฤษ : Leech Lime, Kaffir Lime, Porcupine orange

ชื่ออื่น ๆ : ส้มกรูด, ส้มมั่วผี (ภาคใต้) มะหูด (หนองคาย) ส้มมะกรูด (ภาคกลาง) มะซูด, มะซุน(ภาคเหนือ) มะซู (กะเหรี่ยง แม่ฮ่องสอน) โกร๊ยเขียว(เขมร)

วงศ์ : RUTACEAE

ลักษณะพืช

มะกรูดเป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก เป็นไม้เนื้อแข็ง ผิวเปลือกคันเรียบ

ลำต้น แตกกิ่งก้าน ตามกิ่งมีหนามแข็ง

ใบ เป็นใบประกอบชนิดดัดรูป มีใบย่อย 1 ใบ เรียงสลับ รูปไข่ คือมีลักษณะคล้ายกับ ใบไม้ 2 ใบ ต่อกันอยู่ คอดกึ่งที่กลางใบเป็นตอนๆ มีก้านแผ่ออกใหญ่เท่ากับแผ่นใบ ทำให้เห็นใบเป็น 2 ตอน กว้าง 2.5-4 เซนติเมตร ยาว 4-7 เซนติเมตร ใบสีเขียวแก่พื้นผิวใบเรียบเกลี้ยง เป็นมัน ก่อนข้างหนา มีกลิ่นหอมมากเพราะมีต่อมน้ำมันอยู่

ดอก ออกเป็นกระจุก 3 – 5 ดอก กลีบดอกสีขาว ร่วงง่าย มีกลิ่นหอม

ผล ผิวเปลือกนอกขรุขระ ขั้วหัวท้ายของผลเป็นจุก ผลอ่อนมีสีเขียวแก่ เมื่อผลสุกก็จะ เปลี่ยนเป็นสีเหลืองสด พันธุ์ที่มีผลเล็ก ผิวจะขรุขระน้อยกว่าและไม่มีการขั้ว ภายในมีเมล็ดจำนวนมาก

การปลูกและขยายพันธุ์

การขยายพันธุ์ สามารถทำได้โดยการเพาะเมล็ด ตอนกิ่งหรือทาบกิ่ง

การเตรียมดิน มะกรูด จัดอยู่ในพืชวงศ์เดียวกับส้มและมะนาว สามารถปลูกได้ในดินทุกชนิด แต่จะเจริญเติบโตได้ดี ในดินร่วนปนทรายที่มีความอุดมสมบูรณ์สูง และระบายน้ำได้ดี เป็นพรรณไม้กลางแจ้ง มีความต้องการน้ำ และความชื้นในปริมาณปานกลาง จึงควรมีแหล่งน้ำไว้ใช้ให้พอเพียงตลอดปี ขุดหลุมปลูกขนาด 50x50x50 เซนติเมตร ระยะห่าง 4x6 เมตร หรือ 5x5 เมตร รองก้นหลุมด้วยปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก คลุกดินกับปุ๋ยคอกเก่า หนึ่งปุ้งกี พร้อมกับปุ๋ยสูตร 15-15-15 อัตรา 2 ช้อนโต๊ะ แต่หากดินอุดมสมบูรณ์อยู่แล้วก็ไม่จำเป็นต้องใช้ปุ๋ยเคมี คลุกเคล้าจนเข้ากันดีจึงเกลี่ยกลับลงหลุมให้เต็ม

การปลูก ปลูกโดยนำต้นกล้าที่มีอายุไม่น้อยกว่า 8 เดือน ลงปลูก ก่อนนำลงหลุมปลูกให้ฉีกถุงเพาะชำออก ระวังอย่าให้รากฉีกขาด เปิดปากหลุมและวางต้นกล้าลง เกลี่ยดินกลบให้เป็นหลังเต่าอัดดินพอแน่นปักหลักด้วยไม้ ผูกเชือกป้องกันลมพัดโยกแล้วจึงรดน้ำตามให้ชุ่ม ควรพรางแสงให้ต้นกล้าในระยะแรก แหล่งที่มีลมพัดแรงจำเป็นต้องปลูกต้นไม้กั้นลม อาจปลูกสนประดิพัทธ์ ไผ่รวก หรือไม้ชนิดอื่น ๆ อย่างใดอย่างหนึ่ง หมั่นตัดแต่งกิ่ง เพื่อที่จะได้กิ่งที่แตกออกมาใหม่ และเมื่อต้องการให้ออกดอกติดผล ให้ใส่ปุ๋ยสูตร 8-24-24 โดยงดการให้น้ำก่อนใส่ปุ๋ยเร่งดอกประมาณ 1 เดือน การเก็บใบมักตัดทั้งยอดเมื่อใบคลี่กางเต็มที่ ส่วนผลจะเก็บเกี่ยวเมื่อผลโตเต็มที่

การดูแลรักษา ในฤดูแล้งต้องให้น้ำเป็นครั้งคราวจนครบ 6 เดือน ใส่ปุ๋ยคอก อัตรา 1 ปุ้งกี ด้วยวิธีโรยรอบทรงพุ่ม ห่างจากโคนต้นประมาณ 1 ฟุต แล้วรดน้ำตาม ตัดแต่งทรงพุ่มให้สวยงามและสมดุล ครบปีหากต้นไม้งาม ควรใส่ปุ๋ยเคมี สูตร 15-15-15 อัตรา 4 ช้อนโต๊ะ ด้วยวิธีเจาะร่องลึก และกว้าง 2 นิ้ว เท่ากัน เป็นวงรอบทรงพุ่มห่างจากโคนต้น 1-2 ฟุต โรยปุ๋ยตามร่องให้เสมอกัน พร้อมกลบดินและรดน้ำตาม ต้นมะกรูดอายุครบ 4 ปี จะเริ่มให้ผล

การใช้ประโยชน์

การใช้ประโยชน์ทางยา

1. ผิวผลสดและผลแห้ง รสปร่า หอมร้อน สรรพคุณแก้ลมหน้ามืด แก้วิงเวียน บำรุงหัวใจ ขับลมลำไส้ ขับระดู
2. ผล รสเปรี้ยว มีสรรพคุณเป็นยาขับเสมหะ แก้ไอ แก้น้ำลายเหนียว กัดเถาดานในท้อง แก้ระดูเสีย ฟอกโลหิต ขับระดู ใช้สระผมทำให้ผมดกดำ ขจัดรังแค
3. ผลสด นำมาผิงไฟให้เกรียมแล้ว ละลายให้เข้ากับน้ำผึ้ง ใช้ทาเส้นให้เด็กที่เกิดใหม่ขับลมในลำไส้
4. ราก รสจืดเย็น แก้ไข้ ถอนพิษสำแดง แก้ลมจุกเสียด กระทุ้งพิษ ไข้ แก้พิษฝิภายใน แก้เสมหะเป็นโทษ
5. น้ำมันมะกรูด รสเปรี้ยว กัดเสมหะ นำมาดองใช้เป็นยาฟอกเลือดในสตรี ขับลมในลำไส้ ขับระดู แก้ลมจุกเสียด แก้โรคลักปิดลักเปิด และใช้บำรุงประจำเดือน

6. ใบ รสปร่าหอม แก้ไอ แก้อาเจียนเป็นโลหิต แก้ไข้ใน และดับกลิ่นคาว

ตำรับยา

1. บำรุงหัวใจ เอาผิวมะกรูดมาโขลกละเอียด ชงกับน้ำเดือด ใส้ พิมเสน 2-3 เกล็ด ละลายเข้าด้วยกัน จิบดื่ม ทำให้สดชื่น ใครที่เกิดมีอาการเหน็ดเหนื่อย อ่อน เพลีย อ่อนล้า จิตใจ ไม่ชุ่มชื้น ไม่สบายใจขึ้นมา ลองทำกินดู

2. พอกโลหิตสตรี โลหิตเสีย โลหิตน้อย ไม่บริสุทธิ์ อ่อนล้า สามวันคี่สี่ วันป่วย อ่อนแอ ใช้ผลมะกรูดมาดองกับเกลือ นาน 1 เดือน เอาน้ำมาดื่มรับประทาน เป็นยาดี รักษาโรค สตรี ท่านเรียกยา ดองมะกรูด

3. ขับลมในลำไส้ เจือนเอาผิวมะกรูดสดๆ มาบดให้แหลก ชงกับน้ำร้อน คนให้ด้วยยา ละลาย ออกมามากๆ ดื่มระบาย แก๊ส ขับลมในลำไส้

4. ขับประจำเดือน เอามะกรูด 5-6 ผล ผ่าซีกต้มกับน้ำ เคี่ยวให้เดือด อ่อนๆ จนน้ำยา ละลายออกมามากพอ ยกลงปล่อยให้ เย็น ดื่มครั้งละ 1 ถ้วยชา เข้า-เย็น ทุกวัน สัก 5-7 วัน สามารถเป็นยา ขับระดูได้ดีมาก ทั้งยังบำรุงร่างกายอีกด้วย

5. แก้โรคลึกลับปิดลักเปิด เป็นอาการที่ร่างกายขาดวิตามินซี ขาดสาร อาหารอื่นๆ ทำให้ เลือดออกตามไรฟัน ใช้ ผลมะกรูดต้มน้ำดื่มเช่นกัน ครั้งละ 1 ถ้วยชา เข้า-เย็น

6. ใช้ทาผิวหนังเด็กเกิดใหม่ เอาผลมะกรูดย่างไฟให้เกรียม บดผสมน้ำผึ้ง เดือน 5 แล้วเอามา ป้ายผิวหนังเด็กเกิดใหม่ เพื่อ ให้เด็กมีความต้านทาน โรคได้ดี ไม่เจ็บไม่ ป่วยง่าย

7. แก้เสมหะเป็นพิษ หรือเสมหะมาก ใช้รากมะกรูดฝนกับน้ำ รับประทาน ครั้งละ 1 ช้อน โตะ หรือช้อนแกงก็ได้ เสมหะจะ ค่อยๆหมดไป และเป็นปกติ

8. แก้พิษภายใน ใช้รากมะกรูดฝนกับน้ำดื่มครั้งละ 1 ถ้วย ตะไล สามารถรักษา อาการเป็น พิษขึ้นภายใน ร่างกายได้

9. ขาดม้ามมือ ใช้คมแก้วเวียน หน้าม็ด ตาลาย

ส่วนผสม		
1. เปลือกส้มโอมีโอ	หนึ่งบดและตากแห้ง	0.25 กรัม
2. ผิวมะกรูด	หนึ่งตากแห้ง บดละเอียด	3 ลูก
3. ยาหอมชนะเลิศหรือหอม ๕ เจดีย์		25 กรัม
4. ยาหอมบำรุงหัวใจ		50 กรัม
5. พิมเสนน้ำ		25 ซี.ซี.

วิธีทำ

1. ปอกเปลือกส้มโอมีโอ เอาเฉพาะผิวหนึ่งจนสุก นำมาบดแล้วตากแห้ง
2. ปอกเปลือกเอาผิวมะกรูด ตากให้แห้ง นำมาบดเป็นยา
3. ผสมเปลือกส้มโอมีโอ และเปลือกมะกรูดเข้าด้วยกัน
4. เอายาหอมชนะเลิศหรือยาหอม 5 เจดีย์ ผสมลงไป ตามด้วยยาหอม บำรุงหัวใจ

5. ห่อด้วย ผ้าทำเป็นลูกๆ นำไปจุ่มในพิมเสนน้ำ

6. บรรจุลงในตลับยาคุม

การใช้ประโยชน์อื่นๆ

บำรุงเส้นผมดำเป็นเงางาม แก่รังแค

- ใช้ลูกมะกรูดปิ้งไฟให้สุก ผ่าครึ่งซีก ถูฟอก สระผม ทิ้งไว้ 10 นาทีจึงสระออก ทำให้ผมนุ่มสลวย เงางาม แก่คัน แก่รังแค

- ใช้ผิวมะกรูดตำให้ละเอียด แล้วบีบน้ำมะกรูดลงไปเติมน้ำอุ่นพอประมาณ คนให้เข้ากันทิ้งไว้ 5-10 นาที กรองคั้นเอาแต่น้ำไปสระผม ช่วยกระตุ้นให้ผมดำและเพิ่มความเงางามแก่เส้นผม (หนังสือ “สมุนไพรเพื่อสุขภาพ” เล่มที่ 2 ของโครงการสมุนไพรเพื่อการพึ่งตนเอง ได้แนะนำการทำแชมพูมะกรูดใช้เอง)

- ใช้ผลมะกรูด 1 ผล บีบเอาน้ำ ผสมกับหัวกะทิ กวนให้เข้ากัน ขยี้ทั่วศีรษะ ทิ้งไว้โดยใช้ผ้าอบ ล้างออกด้วยน้ำสะอาด ทำวันละ 1 ครั้ง ติดต่อกัน 7 วัน <http://www.medplant.mahidol.ac.th>

- ประโยชน์ในการประกอบอาหาร ใบสดช่วยดับกลิ่นคาว ผลใช้ผลสด เป็นเครื่องปรุงรสน้ำพริกแกงมีกลิ่นหอม

สารสำคัญ

สารที่พบ กรดซิตริก (Citric) อยู่ในน้ำของผลมะกรูด และ ซีโตรเนลลา (Citronella) จะอยู่ในส่วนของน้ำมันหอมระเหย ซึ่งมีทั้งในส่วนใบและเปลือกของผลที่เรียกว่าผิวมะกรูด โดยที่ผิวมะกรูดจะมีน้ำมันหอมระเหย 4 เปอร์เซ็นต์ และใบจะมีน้ำมันหอมระเหย 0.08 เปอร์เซ็นต์

ประสิทธิภาพต่อจุลินทรีย์ของผิวมะกรูดอยู่ที่ส่วนน้ำมันหอมระเหย ซึ่งผิวมะกรูดจะมีประสิทธิภาพในการยับยั้งการเจริญของจุลินทรีย์ต่าง ๆ ได้ดีกว่าใบมะกรูด จุลินทรีย์ที่ถูกยับยั้งได้ง่ายคือ รา ดังนั้นให้นำน้ำมันหอมระเหยไปเป็นส่วนผสมในแชมพูสระผมเพื่อกำจัดรังแคที่มาจากสาเหตุจากเชื้อรา

การตลาด

- มะกรูดใช้เป็นเครื่องเทศ ปรุงอาหาร

- มะกรูดเป็นส่วนผสมในผลิตภัณฑ์ต่างๆ เช่น ยาหม่องน้ำ และน้ำมันไพลมะกรูด

แชมพูครีมขนาดผมและแฮร์ทรีตเมนต์ต่างๆ ตลอดจนเป็นส่วนผสมในผลิตภัณฑ์ในครัวเรือน เช่น น้ำยาอเนกประสงค์

- น้ำมันมะกรูดใช้ในสปา และผลิตภัณฑ์อโรมาเทอราปี ป้องกันอาการติดเชื้อ บำบัดอาการผื่นแดงของผิวหนัง ทำให้จิตใจสงบ ช่วยให้อ่อนหลับ ราคาน้ำมันมะกรูด 10 มิลลิลิตร ประมาณ 200 บาท