

ວາຫານີ

ນໍາເສນອເມື່ອ : 30 ຕ.ຕ. 2551

ກລ່າງກັນວ່າ "ວາຫານີ" ເປັນອາຫານປະຈຳຈາດຄູ່ປຸ່ນ ຖ້ານໂຕເວັດອຳນວຍມີເກລືອກັບພຣິກໄທຍ ບນໂຕເວັດອຳນວຍມີເກລືອກັບພຣິກໄທຍ ດີເຫັນກັນ ຄນຄູ່ປຸ່ນນີ້ມີກິນວາຫານີກັບປລາດິນ ຂ້າວບັນຄູ່ປຸ່ນທີ່ໄດ້ໃຫ້ມີວາຫານີລົງໃນຫຼັງກັນປລາດິນ ແລ້ວຈຸມເນື້ອປລາດິນດານທີ່ໄດ້ມີວາຫານີລົງໃນຫຼັງກັນປລາດິນ ທັງນີ້ວາຫານີຈະໄດ້ໄໝລົງໄປປະເປົ້ອນຍູ້ໃນຄວຍຫືວ່າ

ວາຫານີທີ່ດີຈະຕ້ອງໄໝໄໝແຕ່ຮັບເຜີດເຫັນ
ແຕ່ຈະຕ້ອງມີກລິນທີ່ຫົ່ວຍທາໃຫ້ປລາດິນຄຳນັ້ນມີຮ່າຕິກລມກລ່ອມຍຶ່ງຂຶ້ນເຊົ່ວຍ
ອຍ່າງໄຮກຕາມຄົນທ່າວ່າໄປນີ້ມີຜສນວາຫານີລົງໃນຫຼັງຫື່ງເຮັດວຽກວ່າ "ວາຫານີໂຂໍ້ຍ" ແລ້ວໃຊ້ຈິ້ນປລາດິນ
ຫຼືອບາງຄົນນີ້ມີຜສນໄສລົງໄປໃນໜຳໂຈບະໜຶ່ງກົງຮອຍໄປອົກແບນ

ວາຫານີ ທຳມາຈາກອະໄຮ?

ວາຫານີ ເປັນເຄື່ອງປຽງທີ່ທຳມາຈາກດັນ canola ໂດຍຈະນຳສ່ວນໂຄນລຳດັນທີ່ມີຄວາມຫຸນາອອກມາໃຫ້ ແລະຫລາຍ ຖ້າມັກຈະເຂົ້າໃຈຜິດວູ້ເປັນສ່ວນຮາກຂອງມັນ ເມື່ອນຳມາເສີຮັບນໂຕເວັດອຳນວຍ ຈະມາໃນຮູບຂອງເຄື່ອງປຽງຮສທີ່ມີກລິນຈຸນ ຮັບປະກາດເຂົ້າໃຈໄປທ່ານໄປແສບຈຸກໃນຮະບະສັນ ຖ້າກອນທີ່ຮ່າຕິຈະປັບປຸງໄປເປັນຄວາມກຸລມກລ່ອມ ທັງໝາຍທັງຫວານຜສນພສານກັນໄປ ການປຸງລູກວາຫານີນີ້ໄມ້ໃຊ້ເຮັດວຽກ ແລ້ວຕອງລົງທຸນຄອນຫຼັງສູງ ພື້ນິດນີ້ມັກຈະປຸກໃນທີ່ໂລ່ງ ແຕ່ຈະຕອງມີການຈຳກັດປົກມາແສງແດດ ໄນໄຫ້ສົງລົງມາຖຸກຕຸນພື້ນໂດຍຕຽບໃນຫ່ວງຄຸວ່ອນ



ຕັນ canola

ເມື່ອໄມ້ນານມານີ້ເກະຕຽກຫາຄູ່ປຸ່ນຖຸກແຍ້ງຕລາດ
ດ້ວຍການສັ່ງນຳເຂາຕຸນພື້ນທີ່ມີກຣຸມວິທີການປຸກສໍາຍໄໝມແລະຮາຄາຖຸກກວ່າຈາກໄຕ້ຫວັນແລະພື້ນປິບປິບ
ແມວາຜົດຜລຈະມີສັບເກີນກວ່າທີ່ຈະນຳມາຮັບປະກາດເດືອຍວ່າ ແຕກີໄດ້ຮັບການສັ່ງນຳເຂາຈຳນວນມາກຈາກບຣິຫຼັກໃຫຍ່ ໃຫ້
ໃນຄູ່ປຸ່ນ ເພື່ອທີ່ຈະນຳມາຜສນພສານກັບເຄື່ອງປຽງອື່ນ ຖ້າໃຫ້ໃຫ້ເຫັນວ່າ "ເນົວວາຫານີ"
ແລະຕລາດຂອງເຄື່ອງປຽງເນົວວາຫານີ ມີມູລຄາຖື່ງ 16 ລານດອລລູກຮວ້ວັດຕອບ
ໃນຂະໜາດທີ່ວາຫານີແບບດັ່ງເດີມມີມູລຄາໃນຕລາດ 36 ລານດອລລູກຮວ້ວັດຕອບ

สรุปคุณทางยาที่นำเสนอ

ในการรับประทานอาหารญี่ปุ่นครั้งหน้า เมื่อจะเด้มเครื่องปรุงรสสีเขียว ๆ ลงไปในปลาดิบที่คุณชอบ ลองนึกถึงประโยชน์ต่อร่างกายที่กำลังจะได้รับเข้าไปด้วย เพราะจากการศึกษาวิจัย พบว่า วัวชาบี เครื่องปรุงรสเผ็ดสีเขียวของชាតี่ญี่ปุ่นนั้น มีคุณประโยชน์ทางยาอย่างหลากหลาย อาทิเช่น

- (1) ฤทธิ์ฆ่าเชื้อโรค พบร่วมกับวัวชาบีมีผลในการฆ่าเชื้อโรค และสามารถต่อต้านการติดเชื้อแบคทีเรียบางชนิด
- (2) กำจัดพยาธิที่อาศัยอยู่ในปลาได้ เมื่อผ่านเข้าสู่ระบบทางเดินอาหารของมนุษย์
- (3) ฤทธิ์ต่อต้านสารก่อมะเร็ง โดยเฉพาะมะเร็งของกระเพาะอาหาร
- (4) ป้องกันเส้นเลือดอุดตัน ฤทธิต้านการเกapseตัวของเกล็ดเลือด
- (5) ป้องกันพันผุ ในอนาคตอาจนำไปประยุกต์เป็นส่วนผสมในยาสีฟัน

ข้อมูลจาก :

http://www.bangkokhealth.com/consumer_htdoc/consumer_health_detail.asp?Number=9303