

## บทความน่ารู้ : เรื่องกะเพรา ช่วยย่อยไขมัน

นำเสนอเมื่อ : 21 พ.ค. 2552

### บทความน่ารู้ : เรื่องกะเพรา ช่วยย่อยไขมัน

กะเพราบางพื้นที่เรียกว่า กอมก้อ กอมก้อดง กะเพราขาว กะเพราแดง กะเพรา มี 3 พันธุ์ คือ กะเพราแดง กะเพรา ขาวและกะเพราลูกผสมระหว่างกะเพรา แดงและกะเพราขาว มีลักษณะทั่วไปคล้ายโหระพา ต่างกันที่กลิ่นและกิ่งก้านซึ่งมีขนปกคลุมมากกว่า ใบกะเพราขาวสีเขียวอ่อน ส่วนใบกะเพราแดงสีเขียวแกมม่วงแดง ดอกย่อยสีชมพูแกมม่วง ดอกกะเพราแดงสีเข้มกว่ากะเพราขาว ในตำรายาไทยจะใช้ใบหรือทั้งต้นของกะเพราเป็นยาขับลมแก้ปวดท้อง ท้องเสีย และคลื่นไส้ อาเจียน นิยมใช้กะเพราแดงมากกว่ากะเพราขาว โดยใช้ยอดสด 1 กำมือ ต้มพอเดือด ต้มเฉพาะส่วนน้ำ พบว่าฤทธิ์ขับลมเกิดจากน้ำมันหอมระเหย จากการทดลองในสัตว์ ซึ่งแสดงว่าน้ำสกัดทั้งต้นมีฤทธิ์ลดการบีบตัวของลำไส้ สามารถรักษาแผลในกระเพาะอาหาร ใบมีฤทธิ์ขับน้ำดี ช่วยย่อยไขมันและลดอาการจุกเสียด

ขอบคุณที่มา : เดลินิวส์ออนไลน์