

## "อัญชัน"..ผมงามและช่วยในการมองเห็น - ดินดีสม เป็นนาสวน

นำเสนอเมื่อ : 1 ธ.ค. 2555

ที่บ้านปลูกดอกอัญชันไว้ ะให้มันเลื้อยตามโครงลวดที่ซื้อมา แต่มันก็เลื้อยไปเกาะบนกันสาดของบ้านไปเรื่อยเปื่อย เพราะไม่ได้ควบคุมมันไว้ แต่ไม่เป็นไร สวยดี บ้านก็ร่มรื่น อีกไม่นานมันก็คงตาย ถึงเวลานั้นคอยรื้อมันออก คงไม่ยากนัก เพราะเถาวัลย์ไม่ได้ใหญ่โตเลย แค่ ดิ่ง ๆ ๆ...ก็น่าจะหลุดลงมาได้ การที่ปลูกอัญชันที่บ้านเหตุหนึ่งก็เนื่องมาจาก เสนผมเริ่มหลุดร่วง..โดยไม่ทราบสาเหตุ และอัญชันนี้แหละ ที่มีคุณสมบัติที่ดีในการดูแลรักษาผมผม

อัญชัน เป็นไม้เถา ไม้เลื้อย อายุสั้น ลำต้นมีขนนุ่ม มีถิ่นกำเนิดในอเมริกาใต้ ปลูกได้ทั่วไปในเขตร้อน ดอกอัญชันสีสวยมาก ถ้าคนชอบสีนี้ละ ถ้าไม่ชอบสีนี้แล้ว ดูยังงี้ก็คงไม่สวย เอาเป็นว่า มันจะสวยไม่สวยก็แล้วแต่รสนิยม ความชื่นชอบส่วนตัวของแต่ละบุคคลก็แล้วกัน ดอกอัญชันที่บ้านเป็นสีน้ำเงิน มีสีขาวด้วย บางที่มันก็ออกไปทางสีม่วงๆก็มี ก็สีคล้ายๆกันแหละ ออกดอกเกือบทั้งปี

ทุกวันนี้คนนำเอาอัญชัน มาผลิตเป็นผลิตภัณฑ์มากมายหลายเจ้า ส่วนใหญ่จะออกไปทางนำไปทำยาสระผม เพราะทำให้ผมดกดำเป็นเงางาม ไม่ใช่เฉพาะเส้นผมเท่านั้น ขนคิ้วนี้ก็สามารถใช้อัญชันได้ สตรีโบราณใช้อัญชันนี้แหละทาผิวเพื่อให้ผิวดกดำเป็นธรรมชาติ เพราะสมัยก่อนไม่มีเขียนคิ้วถาวร ไม่มีดินสอเขียนคิ้ว...ส่วนผู้ชายก็ใช้ทาหนวด ทาเคราเพื่อให้งองงามขึ้น

บางคนก็นำเอาน้ำที่คั้นได้จากดอกอัญชันไปเป็นสีผสมอาหาร เช่น ขนมดอกอัญชันงีละ หรือบางคนก็นำไปหุงข้าว ทำให้ข้าวสีสวยเขียว บางคนก็นำไปทำน้ำอัญชันพรมตุ้ม หรือทำชาอัญชันก็ได้ เขาบอกว่า มีฤทธิ์เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ เสริมภูมิคุ้มกันต้านสรรพคุณไม่ได้มีแค่นี้ ส่วนอื่นๆของอัญชันก็มีสรรพคุณที่แตกต่างกันออกไป เช่น เมล็ด เป็นยาระบาย ราก บำรุงตาแก้ตาฟาง ตาเม็ดดำทำให้ตาสว่าง ฤพินแก้ปวดฟัน ตาแฉะ และปรุงเป็นยาขับปัสสาวะ

ผู้รู้บอกว่า ....ดอกอัญชันยังมีสารแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ซึ่งมีคุณสมบัติเพิ่มการไหลเวียนของเลือดในหลอดเลือดเล็กๆ ทำให้เลือดไปเลี้ยงรากผมและหนังศีรษะมากขึ้น นี่ไง.. ที่ส่งผลให้ผมดกดำ และทำให้ผมมองเห็นได้ชัดเจนขึ้น

อัญชัน...ปลูกง่ายไม่ยากไม่เย็น เพียงแค่รดน้ำให้สม่ำเสมอทุกวันเท่านั้น ใส่ปุ๋ยคอกปุ๋ยอินทรีย์บ้าง เพื่อเป็นการบำรุงดินให้สมบูรณ์มากขึ้น อัญชันจะโตเติบโตแข็งแรง มีดอกให้ชื่นชมและนำมาใช้ประโยชน์ได้ด้วย.

**เชียรพัฒน์ ทรัพย์**

ขอบคุณที่มาจาก [เดลินิวส์](#)