

## รู้หรือไม่ว่า "ชมพู่" เป็นยาชูกำลัง บำรุงหัวใจ

นำเสนอเมื่อ : 17 พ.ค. 2557



**ชมพู่** ในทางการแพทย์แผนไทย ถือว่าเป็นผลไม้ที่มีสรรพคุณบำรุงหัวใจ เป็นยาชูกำลัง ทำให้กระชุ่มกระชวย มีวิตามินเอสูงช่วยบำรุงสายตา มีวิตามินซีช่วยต้านอนุมูลอิสระเป็นสารแอนตี้ออกซิแดนซ์

ชมพู่ ในทางการแพทย์แผนไทย ถือว่าเป็นผลไม้ที่มีสรรพคุณบำรุงหัวใจ เป็นยาชูกำลัง ทำให้กระชุ่มกระชวย มีวิตามินเอสูงช่วยบำรุงสายตา มีวิตามินซีช่วยต้านอนุมูลอิสระเป็นสารแอนตี้ออกซิแดนซ์ ผลชมพู่ตากแห้งบดเป็นผงกินเป็นยาบำรุงกำลัง ดานในของผลอุดมด้วยวิตามิน เอ เมล็ดแก่เบาหวาน แก่ทองเสียว แก้อาการอักเสบ และช่วยขับปัสสาวะ

เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง ทรงพุ่ม ใบหนาเป็นมัน ดอกบานเป็นฝอยฟูคล้ายกับดอกกระถิน มีสีขาวซีเขียว ใบไม้สีเขียวอ่อน ๆ ผสมผสานกันอยู่ ผลชมพู่ลักษณะกลม แบน ขั้วเล็ก เมล็ดในเป็นสีน้ำตาลอ่อน มีเยื่อใยพูนี้อยู่ภายนอก

ขอบคุณที่มาจาก [เดลินิวส์](#)