

## ผักกระเจด

นำเสนอเมื่อ : 11 ส.ค. 2557

### ผักกระเจด - เรื่องน่ารู้

ผักกระเจด ถ้าขึ้นบนดิน ก็เป็นพืชคลุมดินที่ให้ประโยชน์ต่อดิน เป็นไม้เลื้อยเช่นเดียวกับผักบุ้ง เตียบโตได้ดีทั้งในน้ำและบนบก มีวิตามินซีสูง

ผักกระเจด ถ้าขึ้นบนดิน ก็เป็นพืชคลุมดินที่ให้ประโยชน์ต่อดิน เป็นไม้เลื้อยเช่นเดียวกับผักบุ้ง เตียบโตได้ดีทั้งในน้ำและบนบก



มีวิตามินซีสูง ช่วยในการมองเห็นโดยเฉพาะภาวะที่มีแสงน้อย มีแคลเซียม ป้องกันภาวะกระดูกพรุน ทำให้กล้ามเนื้อทำงานเป็นปกติ มีธาตุเหล็ก ป้องกันภาวะโลหิตจาง

คนไทยเมื่อครั้งอดีตใช้ประโยชน์ทางสมุนไพรช่วยดับพิษร้อน ถอนพิษไข้ ถอนพิษเบื่อเมาบางพื้นที่นำผักกระเจดมาตำผสมกับเหล้าโรงใช้หยอดบริเวณพื้นบรรเทาอาการปวดฟัน.

ขอบคุณที่มาจาก [เดลินิวส์](#)