

คุณค่าสมุนไพร...มะนาว

นำเสนอเมื่อ : 14 เม.ย. 2552

ประโยชน์ของมะนาวในแง่การนำมาใช้เป็นสมุนไพร มีดังนี้

1. แก้ออกเลือด (ไม่มีเลือดปน) - ใช้น้ำผึ้ง 1 ช้อนชา มะนาว 4 ลูก เกลือ 1 ช้อน หรือประมาณ 3-4 เม็ด ผสมให้เข้ากันดี ให้มีรสเปรี้ยวเค็มหวาน ใช้น้ำจิบทุกครั้งที่ไอ - ไซมะนาว 108 ใบ เบี้ยจ๊กจัน 11 ตัว ปูนขาวหนักประมาณ 4 บาท วิธีทำ คั้นน้ำมะนาว ใสเบี้ยจ๊กจันและปูนขาวปนกัน ตองประมาณ 3 คืน รับประทานครั้งละจอกชา แก้ออกเลือดดี

2. ต่อมทอนซิลอักเสบ เอาน้ำมะนาว น้ำผึ้งและปูนขาวผสมดื่ม แก้อ่อนซิลอักเสบ

3. แก้อาการเจ็บคอในคอเด็ก, เสมหะ - เมล็ดมะนาวขับเสมหะแก้อาการเจ็บคอของเด็ก แก้อ่อนคอในปากโดยเอาเมล็ดมะนาวเผาไฟ บดให้ละเอียด ใช้น้ำมะนาวหรือรากของมะนาวฝนกันน้ำเป็นกระสาย ผสมเขาด้วยกัน แล้วกวาดคอเด็ก - ให้เอาน้ำมะนาว 1 ช้อนชา แล้วเอารากมะนาวฝนให้ชนิด แล้วจึงเอาไปล้างคอเด็กสัก 2-3 ครั้งก็หาย - ไซเม็ดมะนาวเคี้ยวกิน ขับเสมหะ ไซติดต่อกัน 7 วัน ได้ผลดี

4. แก้อาการเสียงแหบแห้ง - มะนาวทำให้เสียงไม่แหบแห้ง ตื่นตอนตอนเช้าทุกครั้งให้ผ่ามะนาวครึ่งหนึ่ง จิ้มเกลือป่นนำลงคอกลิ้นกิน ทำทุกเช้าทุกวัน ทำให้เสียงไม่แหบแห้ง

5. แก้อาการคัดคอง - เมื่อก้างปลาติดคอ เอามะนาว 1 ลูกคั้น เอาแต่น้ำ เติมเกลือ น้ำตาลนิดหน่อยกรอกลงไปให้ตรงก้างที่ติดคอ อมไว้สักครู่ แล้วจึงค่อยกลืน ก้างจะอ่อนตัวหลุดลงไปโดยง่าย - ก้างปลาติดคอซึ่งเป็นชิ้นเล็กๆ เมื่อกลิ้นนำลงคอกลิ้นจะทำให้รำคาญเท่านั้น ให้ผ่ามะนาวแล้วนำมาอมไว้ในปาก อมจนรู้สึกรสเปรี้ยวของมะนาวเจือจางสัก 2-3 วัน จะทำให้ก้างหลุดออกไปได้

6. แก้อาการไข้ - นำใบมะนาวมาหั่นฝอยๆ ชงด้วยน้ำเดือด ดื่มแบบน้ำชาจะช่วยลดไข้และไซอมกลั้วคอมาเชื้อโรคได้อีกด้วย - ประเทศในทวีปอาฟริกาตะวันตกนิยมใช้เปลือกกรากมะนาวต้มเป็นยาแก้อาการไข้ และใช้ใบทำเป็นยาชงกินแก้อาการที่มีอาการตัวเหลืองเล็กน้อย นอกจากนี้ยังใช้น้ำมะนาวดื่มแก้อาการหายน้ำ แก้อาการไอ - ที่ประเทศอินเดีย ถ้าเป็นไข้หวัดใหญ่ นิยมรักษาโดยต้มน้ำมะนาวแล้วพอกผอน ถ้าเป็นไข้หวัดธรรมดา จะรับประทานผลอินทผลัมและต้มน้ำมะนาวรักษา

7. แก้อาการไข้หวัด เอาน้ำมะนาว 100 ใบ มาต้มกินแล้วหาย

8. แก้วปวดศีรษะ - เอามะนาวมาผ่านเป็นซี่บางๆ แล้วเอาปูนที่กินกับหมาก
ละลายตามหน้าของซี่มะนาวนั้นบางๆ แล้วปิดตรงซุ้ม ทำอยู่ประมาณ 2 อาทิตย์ อาการปวดก็ค่อยหายดีขึ้นทุกวัน
- ใช้น้ำมะนาวผสมกับน้ำตาลสัก 1 แก้ว ต้มตอนเช้า ช่วยให้หายจากโรควิงเวียนและปวดหัว - ชาวมะเลเชีย
ใช้ใบมะนาวผสมกับน้ำมะนาว บดทำเป็นยาใส่ผมแก้ปวดศีรษะ - ประเทศในทวีปอาฟริกาตะวันตก
ใช้ใบมะนาวตำให้ละเอียดถูศีรษะหรือเคี้ยวรากมะนาวแก้ปวดศีรษะ

9. แก้วเลือดออกตามไรฟัน - เกิดจากการขาดวิตามินซี
ทำให้เหงือกบวมและมีเลือดออกตามไรฟันเป็นประจำ หรือมีเลือดออกได้ง่าย เช่น มีเลือดกำเดาไหล
มีจุดพรายฝ้าขึ้นตามผิวหนัง อาจมีเลือดออกจันซี้ดได้ ถ้าอาการรุนแรง จะมีอาการปวดบวม ขอบทาบวม
การรักษาให้กินมะนาวหรือผลไม้เปรี้ยวๆ เช่น ส้ม จะแก้ได้ - แก้วโรคลักปิดลักเปิดหรือเลือดออกตามไรฟัน
ใช้มะนาวถูฟันสักพักเลือดก็จะหยุด

10. แก้วเหงือกบวม ใช้ลำสีชมพูมะนาวเช็ดที่เหงือกวันละ 2 ครั้ง เช้าและเย็น

11. แก้วลิ้นเป็นฝ้า ใช้ลำสีชมพูมะนาวเช็ดที่ลิ้นวันละ 3 ครั้ง

12. ขจัดคราบบุหรี ใช้มะนาวถูฟันที่มีคราบบุหรีจับ เมื่อใช้มะนาวถู คราบนั้นจะหลุด
ถ้าฟันผู้รับประทานหมากต้องถูกบอยๆ ถ้าจับมากหลายวันแล้วต้องถอดฟันเข้าน้ำมะนาวไวค่างคืน
(หมายถึงผู้ใส่ฟันปลอมนะ) ฟันจะขาวสะอาดเงางาม

13. ยาบ้วนปาก บีบน้ำมะนาวลงในแก้วสัก 2-3 หยดเท่านั้น บ้วนปากได้สะอาดยอดเยี่ยม

14. แก้วเป็นลมวิงเวียน อายากาเจียน - ใช้มะนาวผ่าซีก โรยเกลือป่น
เหยาะน้ำตาลทรายขาวสักนิดบีบกินลงไปพักเดียวหายเป็นปลิดทิ้ง ไม่ว่าจะเป็นอย่างอื่นไ้จากการตั้งครรภ
เมารถ แพ้อากาศ มะนาวช่วยคุณได้ - ใช้มะนาวจิมเกลืออมไว้ในปากสักครู่จะรู้สึกสดชื่นจากการเป็นลมวิงเวียน
หน้ามืดได้ - ใช้เปลือกมะนาวแกะออกแล้วบีบหรือดมใกล้จมูก แก้วเป็นลม วิงเวียน หน้ามืดตาลาย -
ดานประเทศฟิลิปปินส์และประเทศจีน ใช้เปลือกลูกมะนาวขยี้ไคดมแก้คลื่นไส้หรือเป็นลม หมอพื้นเมืองชาวอินเดีย
นิยมใช้น้ำมะนาวแก้อาเจียน

15. แก้ววิงเวียนเมื่อคลอดบุตร - เอามะนาวปอกใส่ภาชนะ 2-3 ลูก
เพื่อให้คนที่คลอดบุตรนั้นกินแก้ววิงเวียน หน้ามืด ตาลาย - เอามะนาว 3 ผล เกลือป่นและพริกไทยป่นพอควร
ละลายด้วยน้ำร้อน แทรกเหล้าโรงประทุกันให้ได้สักครึ่งถ้วยชา เวลาตกฟากรับประทาน 1 ครั้ง
หรือรับประทานต่อไปอีกก็ได้ 16. แก้วเมาเหล้า เมายา - ตีมน้ำมะนาวหรืออมกับเกลือ
สำหรับคนเมาเหล้าหรือวิงเวียนจะเป็นลม

17. แก้วลมเจี๊ยบ เอาใบมะนาวมาต้มกินกับยาหอมประมาณ 1 อาทิตย์

18. แก้วตาแดง เอามะนาวผ่า แล้วเอาเมล็ดในออกให้หมด แล้วก็บีบน้ำมะนาวหยดลงในตักทั้ง 2
ข้างหลายๆหยด สัก 1-2 นาที พุ่หายแสบแล้วล้างหน้าด้วยน้ำสะอาด เช็ดหน้าเรียบรอยแล้วก็สบาย
และใช้มะนาวต่อไปเรื่อยๆจนกว่าจะหายตาแดง

19. บำรุงตา ใช้มะนาวสดทั้งลูกฝานตาม que เห็นสมควร แล้วบีบใส่ตาประจำ ประมาณเดือนหรือสองเดือนครั้งก็ใช้ได้ (เนื่องจากตาเป็นอวัยวะที่บอบบางมาก และน้ำมะนาวนั้นหยดลงไปแล้วจะรู้สึกแสบตา ดังนั้น เพื่อป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นจึงไม่ควรใช้น้ำมะนาวนี้หยดตา)

20. บำรุงผิว เอาเปลือกที่บีบเอาน้ำออกแล้ว นำมาทาบริเวณข้อศอก คาง เข่า ฝ่าเท้า ส้นเท้า ช่วยให้สว่นเหล่านนั้นนุ่มนวลได้อย่างดี

21. แก้วผิวดก ใช้มะนาวทาผิวหนึ่งทำให้ชุ่มชื้น ไม่แตกกร้านในช่วงอากาศแห้ง

22. แก้วผิว - ในกรณีที่ผิวไม่มีการอักเสบติดเชื้อเป็นหนอง การรักษาอย่างง่ายที่ถูกวิธี คือ การทำความสะอาดใบหน้า เพื่อลดไขมันและกำจัดสิ่งอุดตันตามรูขุมขนบนใบหน้า หรือบริเวณอก คอ ที่มีสิวขึ้น ฉะนั้นมะนาวจะช่วยรักษาสิ่งให้ลดน้อยลงได้ เพราะน้ำมะนาวมีสภาวะเป็นกรดอ่อนๆจะทำให้เนื้อเยื่อที่ตามแล้วหลุดออกไป ทำให้ลดการอุดตันของรูขุมขน กรดอ่อนๆจะช่วยกำจัดเชื้อโรคและช่วยกำจัดไขมันได้บาง วิธีใช้ คือ ล้างหน้าด้วยสบู่ธรรมดาให้สะอาดแล้วพามะนาวทาบริเวณที่มีสิวขึ้นให้เปียกชุ่มจนทั่ว ทิ้งไว้ประมาณ 15 นาที จึงล้างออกด้วยสบู่อีกครั้ง ทำเช่นนี้วันละ 1-2 ครั้ง เช้าและเย็น - ใช้แปรงดินสอพองกับน้ำมะนาวทาบริเวณที่เป็นสิวก่อนนอนทุกวัน สิวจะค่อยๆยุบหายไปมากที่สุด - ใช้น้ำมะนาว 1 ช้อนชา ไข่ขาว 1 ช้อนชา ผสมกันให้เป็นเนื้อเดียวกัน แล้วเอาไปแต้มที่ตุ่มสิว หรือผู้ที่ไม่มีสิว ใช้ทาบางๆทั่วไปประมาณ 30 นาที แล้วจึงล้างออกด้วยน้ำสบู หน้าจะนิ่มนวลอยู่เสมอ

23. ลบรอยแผลเป็น รอยแผลเป็นจากอุบัติเหตุ ใช้น้ำมะนาวผสมดินสอพองทาบริเวณที่เป็น ทำให้หน้าไม่ดำ หรืออาจใช้ใบมะลิสดตำผสมเพิ่มเข้าไปอีกก็ได้

24. แก้วขาลาย คนที่มีขาลายเป็นจุดต่างด้าเม็ดเล็กๆนั้น แก้วได้โดยเอาน้ำมะนาวบีบใส่ดินสอพองหมาดๆ แล้วทาทุกๆคืนก่อนนอน พอรุ่งเช้าก็ล้างออก ทำอย่างนี้ทุกวัน ไม่นานวันรอยด่างด้าก็ลบหายไปเอง

25. แก้วน้ำเหลืองเสีย ใช้ใบมะนาว 108 ใบกับเกลือหรือดีเกลือ 2 บาท หรือประมาณ 3 ช้อนควารวมกัน ตำรับประทานเป็นยาระบายถ่ายน้ำเหลืองเสีย รับประทานครั้งละครึ่งถ้วยแก้วกลาง วันละ 1 ครั้งก่อนเขานอน

26. แก้วส้นเท้าแตก เอามะนาวสดผ่าซีกแล้วบีบมะนาวให้หยดลงบนบริเวณที่เป็นแผลนั้น เพียงวันละ 2-3 ครั้ง ภายใน 7 วัน โรคส้นเท้าแตกจะหายไปเอง

27. ดับกลิ่นเต่า ใช้น้ำมะนาวทารักแร้ป้องกันกลิ่นเต่า

28. แก้วโรคผิวหนัง ประเทศแถบทวีปอาฟริกาตะวันตกและประเทศอินเดีย ใช้น้ำมะนาวทาแก้วโรคผิวหนัง แดงของอินเดีย เวลาอาบน้ำ ห้ามฟอกสบู่บริเวณที่เป็น

29. แก้วกลาก เกลื้อน หิด - นำกำมะถันตำให้ละเอียดบีบมะนาวใส่พอสมควร

ทาบบริเวณที่เป็นเกลื้อนหลังอาบน้ำและก่อนนอน เคยใช้กับญาติโยมหลายราย ผลออกมาแล้วหายเกือบ 90 เปอร์เซ็นต์ - ไขมันขาวผื่นก้นและผื่นกำมะถันแล้วมาทาบบริเวณที่เป็นหิด กลากเกลื้อนจะภายในเร็ววัน

30. แก้มหู เอาเปลือกมะนาวหมักกับน้ำส้มสายชู 2 วัน ตัดเปลือกมะนาวมาปิดที่หู ปิดทับด้วยพลาสติกคางคินไว้ รุ่งเช้าจึงเอาออก ให้ทำเช่นนั้นนาน 2 อาทิตย์

31. แก้มหู ฟอง ใช้รากมะนาวฝนกับน้ำข้าวข้าว ทาแก้มหู ฟอง แสบร้อน

32. แก้มน้ำกัดเท้า ใช้มะนาวทาที่เป็นตุ่มคัน น้ำกัดเท้า ทาแล้วทิ้งให้แห้ง ล้างออกด้วยน้ำสบู่ ให้ผ้าเช็ดให้แห้ง แล้วเอาแป้งทา ตุ่มคันก็จะหาย

33. แก้มปูนซีเมนต์กัด เวลาถูกปูนซีเมนต์กัดตามมือ เท้า เอามะนาวมาตัดกลางลูก แล้วบีบน้ำมะนาวตรงที่ปูนกัดก็จะหาย

34. แก้มคัน - ใช้มะนาวตัดกลางลูก รุมไฟพออุ่น ถูตามที่คันภายใน 2-3 วัน จะหาย - เรื่องแก้มคันนี้ในประเทศอินเดีย ใช้มะนาวผสมน้ำผึ้ง ทาบบริเวณที่คันและเวลาอาบน้ำ อย่าฟอกสบู่บริเวณที่คัน ใช้ทาทุกครั้งเมื่อรู้สึกคัน

35. แก้มหนองคัน แถวชนบที่มีตัวหนอนหลายชนิด เมื่อเราไปถูกมันเขาจะทำให้อันตรงบริเวณนั้นคันมาถึงกับเนาเปื่อยก็มี ถ้าไปถูกตัวหนอนแล้วคันแต่ยังไม่เปื่อยเป็นแผล ให้เอามะนาวผ่าซีกถูตรงที่คันนั้น แต่ถ้าเปื่อยเป็นแผลแล้ว ให้เอาบานไม่รู้โรยมาตำกับปูนที่กินกับหมากผสมน้ำเล็กน้อย ทาตรงแผลเปื่อยรับรองหาย

36. แก้มพิษแมลงสัตว์กัดต่อย - ใช้ระงับความเจ็บปวดจากพิษแมลงได้ โดยใช้มะนาวพอกบริเวณปากแผลทิ้งไว้ 2-3 นาทีแล้วเปลี่ยนใหม่ทำดูจะหายปวด - ในประเทศจีน ใช้ผลสดคั้นเอาน้ำ ทาบบริเวณที่ถูกตะขาบกัด แมลงป่องต่อยทันทีจะแก้ได้

37. แก้มคัน ใช้มะนาวผ่าซีก ทาก่อนนอนและหลังตื่นนอน เพียงไม่กี่วันก็หาย

38. ใช้สระผม แก้มคันศีรษะ - ใช้น้ำมะนาวสระผมทำให้ผมสะอาด หอม - ถ้าคันศีรษะบ่อย ใช้น้ำมะนาววดศีรษะให้ทั่วสักครู่ก่อนสระผมจะแก้ได้

39. แก้มหัวโน ใช้แป้งดินสอพองผสมน้ำมะนาว ทาตรงที่ซ้าบวมสักพักใหญ่ๆ อาการปวดบวม ฟู ก็ยุบ หมดหัวโนละ 1-2 ครั้ง ภายใน 2 วันก็จะหายไปเอง

40. แก้มผิวหนังฟกช้ำ ผสมน้ำมะนาวกับดินสอพองชั้นๆ ทาบบริเวณที่มีอาการผิวหนังถูกกระแทกเขี้ยวฟกช้ำ หรือบวมโน จะหายเป็นปกติ

41. แก้วหนามปัก แก้วหนามปักคา ไข่มะนาวกับน้ำมันดับปลา ใสที่แผลจะดูดหนามออกมาได้

42. แก้วเล็บขบ เอามะนาวมาผ่าตรงส่วนหัวออกขนาดพอสอดนิ้วเข้าไปได้ ไข่มืดคว้านเอาเนื้อข้างในออกเล็กน้อย เสร็จแล้วเอาปูนทาบางๆ แล้วเอานิ้วสอดเข้าไป แล้วทิ้งไว้ ทำดังนี้ 2-3 ครั้ง อาการเล็บขบจะหายไป

43. แก้วปลาตุ๊กกั๊ก ไข่มะนาวผ่าซีกแล้วกดหรือถูตรงรอยปลาตุ๊กกั๊กสักพักหนึ่ง จะหายปวดภายใน 4-5 นาที

44. แก้วงูกัด แก้วงูกัดให้ปฏิบัติดังนี้ 1. ให้คนเจ็บนอนราบๆ เพื่อช่วยให้เลือดไหลเวียนทั่วร่างกายข้าง และพิษงูจะได้แผ่ซ่านซาลงด้วย 2. ถ้าถูกงูพิษกัดที่แขนและขา ให้เอาเชือกรัดเหนือแผลหน่อย กะให้รัดอยู่ในระหว่างแผลกับหัวใจของคนเจ็บ การรัดให้รัดพอให้เลือดตรงผิวหนังนั้นหยุดไหลเพื่อกันไม่ให้พิษผ่านเข้าเส้นโลหิตดำเท่านั้น ไม่ต้องรัดแน่นมากจนหลอกเลือดที่อยู่ลึกลงไปพลอยหยุดไหลไปด้วย ถารัดพอดีจะสังเกตเห็นนำเหลืองไหลซึมออกจากแผลอยู่เรื่อยๆ 3. ใช้ใบมีดโกนที่สะอาดและฆ่าเชื้อแล้ว กรีดลงบนแผลเป็นรูปกากบาท ลึกสัก 1 ใน 8 นิ้ว ยาว ลึก 1 ใน 4 นิ้ว ทั้ง 2 ข้าง อยาดกใจว่าจะเสียเลือด เพราะมันจะช่วยล้างพิษออกด้วย ให้ใช้ปากดูดพิษออกมาจากแผลที่กรีด พิษงูจะไม่เป็นอันตรายเมื่อเขาไปอยู่ในปาก นอกจากจะมีแผลในปากหรือฟันผุเท่านั้น เมื่อดูดพิษออกมาให้รีบบ้วนทิ้ง แล้ววางน้ำแข็งที่แผลสลับกับการดูดช่วยด้วย และระวังให้แขน ขาที่ถูกรัดให้อยู่ต่ำๆไว้ หมายถึง ถ้าฟันผุหรือมีแผลในปาก ใช้ขวดอุ่นไทร้อน (ระวังแตก) เอาปากขวดทาบกับแผล เพื่อช่วยดูดเลือดออกจากแผลแทน 4. ให้กินน้ำมะนาว ขนาดผลโตๆสัก 1 ผล น้ำมะนาวจะไปทำปฏิกิริยากับพิษงูที่แลนเขาสูกระเพาะอาหาร สักครู่ก็จะอาเจียนออกมา มีเลือดปนเล็กน้อย ซึ่งแสดงว่าพิษงูได้หมดฤทธิ์แล้ว 5. คนเจ็บจะเกิดความมั่นใจและคอยหายกลัว ให้เขาตีหมาแพะหรือเครื่องตีมรอนๆได้ แต่อย่าให้กินเหล้า พิษงูมันเดินเข้าหัวใจอย่างช้าๆ แต่หลังจากที่ถูกรัด อาจปวดมากจนถึงกับช็อค ให้คนเจ็บอยู่เฉยๆ เพราะถ้าไปทำอะไรเขา จะเป็นการเร่งพิษเดินทางเข้าสู่หัวใจเร็วเข้าอีก ให้ใช้น้ำแข็งหรือผ้าชุบน้ำแข็งวางที่แผล จะช่วยบรรเทาอาการปวดลงได้ และรีบนำส่งรักษาที่โรงพยาบาล

45. บ้องกันงู เมื่อใช้มะนาวคั้นเอาน้ำหมดแล้ว เอาเปลือกวางท้อมเอาไว้ใกล้ๆที่นอน จะทำให้งูไม่มารบกวน เพราะไต่กลิ่นมะนาว

46. แก้วแมงคาเรืองเข้าหู นำน้ำมะนาวอย่างเดียว กรองด้วยผ้า ใช้หยอดหู แก้วแมงคาเรืองเข้าหู ถ้าตัวยังไม่ตายจะหนีออกมา ถ้าไม่หนีออกมาตัวจะตายในหู

47. แก้วผี - แก้วปวดฝีใช้รากสดฝนกับเหล้าทา - ขูดเอาผิวมะนาว ผสมกับปูนแดงปิด ผีจะหาย

48. แก้วมีมะตอย เอามะนาวทั้งลูก มาคว้านใส่น้ำออกให้เอานิ้วเข้าไปได้ แล้วเอาปูน(กินหมาก)ทาเข้าไปในลูกมะนาวเล็กน้อย แล้วสวมเขานิ้วที่มีผีขึ้น

49. แก้วแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ให้เอาน้ำมะนาวมาชะโลมบริเวณที่ถูกไฟไหม้หรือถูกน้ำร้อนลวก มีสรรพคุณดับพิษปวดแสบแวนวดร้อนได้ผล

50. แก้วบาดทะยัก เมื่อตฤตะปุตำ หนามเกี่ยว หรือถูกของที่มีคม เอาน้ำมะนาวบีบใส่แผลที่เป็น จะป้องกันบาดทะยักได้

51. แก้วปวดท้อง ท้องอืด ท้องเฟ้อ - แก้อาการปวดท้อง แน่นท้อง เอาผลมะนาวครึ่งผล บีบเอาน้ำมะนาวใช้กินกับน้ำอ้อย หรือน้ำตาล แก้อาการนี้ได้ - เด็กท้องอืดรองกวนในเวลากลางคืน เอาปูนเคี้ยวหมากขยี้ลงบนฝ่ามือ บีบน้ำมะนาวคลุกให้ทั่ว แล้วทาท้องเด็ก สักครู่เด็กจะผายลม 2-3 ครั้ง แล้วหยุดร้องไห้ หลับสบายตลอดคืน เพราะน้ำมะนาวทำปฏิกิริยากับปูน ให้ความร้อนเกิดความอบอุ่น

52. รักษาโรคกระเพาะ เปลือกผลมะนาว ใช้ชงกับน้ำอุ่น ดื่มเป็นยาขับลมและแก้โรคกระเพาะได้

53. แก้วท้องผูก ใช้มะนาว ประมาณก่อนแก้วกาแฟ ใส่เกลือเล็กน้อย ให้เค็มพอประมาณ ดื่มทุกวันเป็นยาระบายได้ดี ทำให้เจริญอาหาร

54. แก้วท้องร่วง ประเทศอินเดีย ใช้น้ำมะนาวกับน้ำสะอาดดื่มแก้ท้องร่วง

55. แก้อาหารเป็นพิษ น้ำมะนาว น้ำปูนใส เดิมเกลือให้มีรสเค็ม กินครั้งละ 1 ช้อนโต๊ะ แก้อาหารเป็นพิษ

56. แก้วผิตุส่าแลง - รากมะนาว ผนกับน้ำซาวข้าวรับประทานแก้ผิตุส่าแลง ถ้าได้รากมะนาวหวานยิ่งดี - เออมะนาวบีบเอาน้ำใส่ถ้วย แล้วเอาปูนกินหมากมาแช่น้ำ แล้วเอาน้ำใส่ถ้วยของปูนมาผสมน้ำมะนาว แล้วรับประทานแก้ผิตุส่าแลงเป็นอยางดี

57. แก้วบิต - ใช้มะนาวกับน้ำผึ้งเอาเท่าๆกัน กินครั้งละ 1 ถ้วยตะไล สัก 2-3 ถ้วย แก้วบิตได้ หรือจะผสมน้ำปูนใส อย่างละเท่าๆกัน ก็ได้ผลเช่นกัน - ชาวมาเลเซียใช้รากมะนาวต้มกินแก้บิต

58. ขับพยาธิไส้เดือน ชาวอินเดียใช้น้ำมะนาวผสมน้ำผึ้งดื่มขับพยาธิไส้เดือน

59. แก้วนิ่ว เอามะนาวมา บีบมะนาวแช่หินปูน หากหินปูนละลาย ก็เอารากมะนาวนั้นมาต้มกิน แล้วน้ำก็คือหินปูนในกระเพาะปัสสาวะจะอยู่ได้อย่างไรก็ต้องละลายออกมาหมดอย่างแน่นอน หากนิ่วก้อนใหญ่ก็ต้องใช้เวลาหน่อย

60. แก้วปัสสาวะกระปริบกระปรอย ใช้ใบมะนาวสดต้มกินกับน้ำตาลแดง ประมาณ 2-3 วันก็หาย

61. แก้วระดูขาว น้ำมะนาว 2 ช้อน เกลือ น้ำตาลนิดหน่อย ผสมน้ำสุก ใส่น้ำแข็งรับประทานแก้และรักษาสตรีมีระดูขาวมากๆ

62. ฟอกโลหิต ใช้ใบมะนาว 7 ใบ ต้มผสมกับน้ำ กินครั้งละ 3 ถ้วยชา วันละ 3 เวลา ได้ผลดี

63. แก้วโลหิตจาง ให้เอาผลมะนาวผ่าซีก บีบเอาเฉพาะน้ำ ผสมกับน้ำหวานแล้วปรุงด้วยเกลือทะเลพอสมควร ใส่น้ำแข็ง ใส้รับประทานบ่อยๆ เป็นยาบำรุงโลหิต แก้วโลหิตจาง และทำให้มีผิวพรรณผุดผ่องมีน้ำมีนวล

64. แก้วเห็บขา ให้เอาลูกมะนาวเท่าอายุคนป่วย ใช้มีดบางคมๆ ผ่าสองเอาหนึ่ง ส่วนที่ไม่เอาแล้วแต่เราจะเอาไปทำอะไร ให้เอาน้ำตาลทรายขาว 1 ลิตร เกลือ 1 ลิตร เอาน้ำ 4 ลิตร ต้มให้เดือด ยกกลาง พอเย็นหนอยก็เทใส่ไห แล้วจึงเอามะนาวส่วนที่เอาเทลงตองไว้ในไห ปิดปากไห ไปฝังไว้ในขามเปลือก 7 วัน แล้วเอาน้ำมากินให้หมด แล้วเอากากไปตำตากแดดให้แห้ง เอามากินให้หมด โรคเห็บขาจะหายไป

65. แก้วร้อนในกระหายน้ำ มะนาวสามารถแก้ความกระหายได้ดี กินน้ำมะนาวใส่น้ำแข็งแล้ว จะรู้สึกชุ่มคอ

66. แก้วอ่อนเพลีย - ใช้มะนาว 1 ผลครึ่ง บีบเอาแต่น้ำใส่แก้ว แล้วใส่น้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ เติมน้ำให้ได้ประมาณครึ่งแก้ว กะให้หวานพอดี ดื่มให้หมด จะรู้สึกกระชุ่มกระชวยดี - เวลาพักผ่อนจากไขทานอาหารไม่ร่อยหรือไม่อยากทานอะไรเลยต้องแก้ด้วยอาหารที่มีรสเปรี้ยว ใส่มะนาวหรือซังน้ำมะนาวดื่ม หรือกินมะนาวจิ้มยาหอม หรือกินมะนาวจิ้มเกลือ

67. เป็นยาอายุวัฒนะ - ใช้มะนาว 1 ลูกผ่าออกเอาเม็ดทิ้ง แล้วคั้นเอาน้ำซังกับน้ำตาล 2 ช้อน และน้ำร้อนพอควร ทำให้แข็งแรงและชุ่มชื่นในลำคอ - ใช้มะนาว 50 ผล น้ำผึ้ง 1 ขวดขาว พริกไทยร้อนครึ่งลิตรเล็ก ตำพริกไทยใหม่ ใส่ผ้าขาวบางห่อ ใส่โหลตองรวมกันประมาณ 3 วัน นำมากินได้เป็นยาอายุวัฒนะ

68. ยาเจริญอาหาร เอามะนาว 30 ลูกผ่าซีกทั้งเปลือกแล้วเอายาดำหนัก 5 บาท ใส่ดีเกลือเล็กน้อย ร้อมกับเกลือแกงอีกพอประมาณจนรู้สึกว่ามีรสเค็ม เอายาดำทั้งหมดใส่ขวดโหลตองไว้ประมาณ 3 คืน รับประทานมีสรรพคุณทำให้เป็นยาระบายถ่ายพยาธิ และเจริญอาหาร

69. แก้วความดัน เอาใบมะนาว 108 ใบ ต้มรับประทานแก้โรคความดันต่ำและสูง

70. แก้วปวดข้อ ปวดกล้ามเนื้อ (โรครูมาติซึม) ให้ต้มน้ำมะนาว ดังนี้ วันที่ 1 ให้ต้มน้ำมะนาว 2 ผล วันที่ 2 ให้ต้มน้ำมะนาว 4 ผล แบ่งให้วันละ 2 ครั้ง วันที่ 3 ให้ต้มน้ำมะนาว 6 ผล แบ่งให้วันละ 3 ครั้ง ให้เพิ่มมะนาวเรื่อยๆจนถึงวันที่ 10 ซึ่งใช้มะนาว 20 ผล แบ่งให้วันละ 5 ครั้ง วันที่ 11 ให้ต้มน้ำมะนาวใหม่ 2 ผล วันที่ 12 ให้ต้มน้ำมะนาวใหม่ 4 ผล แบ่งให้วันละ 2 ครั้ง ให้เพิ่มมะนาวเรื่อยๆจนถึงวันที่ 20 ซึ่งใช้มะนาว 20 ผล แบ่งให้วันละ 5 ครั้ง

71. ลดความอ้วน การดื่มเครื่องดื่มต้องใส่น้ำตาลน้อยที่สุด และควรดื่มวันละ 8-10 แก้วทุกวัน ดื่นเช้าควรต้มน้ำมะนาว 1 ผล ในน้ำอุ่นและขนมปังไม่เกิน 1 แผ่น ก่อนอาหารทุกมื้อควรต้มน้ำมะนาวครึ่งผลผสมน้ำเย็น ก่อนอาหารกลางวันและอาหารเย็นจะช่วยให้อิ่ม อุดมให้ดื่มขณะที่ทานอาหาร ถ้าวรสึกหิวก่อนเวลาอาหารไม่ว่ามือใด ให้รับประทานอาหารที่มีรสเปรี้ยว หรือน้ำส้ม น้ำมะนาวสักแก้ว

