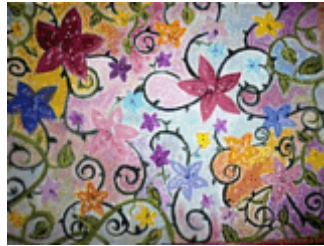


## เกร็ดความรู้แม่บ้าน

นำเสนอเมื่อ : 14 เม.ย. 2552



1. ไขขาวสามารถใช้รักษาแผลน้ำร้อนลวกได้ จริงหรือ

**จริง** โดย ไขขาว มาทาที่น้ำร้อนลวกให้ทั่วทั้งไว้จนแห้ง ไปเอง แล้วรอสักพักใหญ่ๆ  
จึงล้างออกจะไม่มีรอยแดง หรือพองเลย ขอสำคัญ ก่อนทาไขขาวอย่าให้ถูกน้ำเย็นหรือของอื่นเลย  
และอย่าไปแกะ หรือเกาตอนที่ใกล้จะแห้ง เพราะจะทำให้หนังถลอก

2. ยาหม่องสามารถใช้จัดหมากฝรั่งเบื่อนผ้าได้ จริงหรือ

**จริง** โดยการใช้ยาหม่องถูตรงยางเหนียวๆ ของหมากฝรั่งไปมา  
ไม่นานยางของหมากฝรั่งก็จะหลุดออกหมด แล้วจึงนำผ้าไปซักตามปกติ

3. ใส่หลอดในขวดซอสมะเขือเทศจะทำให้เทออกง่าย จริงหรือ

**จริง** โดยการใช้หลอดลงไปให้ลึกถึงก้นขวด เพื่อให้อากาศสามารถแทรกผ่าน เข้าไปในขวดได้  
แล้วเทซอสมะเขือเทศ ก็จะไหลออกมาง่ายขึ้น

4. ถูหนังแช่น้ำเกลือช่วยให้ถูงหนังไม่ขาดง่าย จริงหรือ

**จริง** โดย การนำเกลือ 2 ถ้วยผสมกับน้ำ 1 แกลอน แช่ถูงหนังใหม่ไว้นาน 3 ชั่วโมง

แล้วล้างด้วยน้ำเย็น ยกถุงห้องขึ้น มาตากให้แห้งจนแห้ง ก็จะทำให้ถุงห้องคงสภาพ และเหนียวทนนาน

#### 5. พริกแห้งใช้ไล่แมลงวันได้ จริงหรือ

**จริง** เวลาตากของแห้งไว้ จะมีแมลงวันมาตอม ให้เอาพริกแห้ง 5 - 6 เม็ด เสียบไว้รอบกระดังไอร้อนของพริก จะทำให้แมลงวันไม่กล้าเข้าใกล้

#### 6. เบียร์ช่วยคลายเกลียวขึ้นสนิมได้

**จริง** ให้ รินเบียร์ลงไปบนเกลียวขึ้นสนิมนิดหน่อย รอ 2-3 นาที ความเป็นกรดของเบียร์ จะช่วยขจัดสิ่งสกปรก และเศษสนิม ทำให้เกลียวหมุนเปิดได้ง่ายขึ้น

#### 7. เอาผ้าไหมแช่ช่องแข็งจะทำให้รีดง่าย จริงหรือ

**จริง** การ รีดผ้าไหม ควรใช้ไฟอ่อนๆ เพราะผ้าไหมจะไหม้เกลียม หรือเป็นสีเหลืองได้ง่าย แต่ถ้าผ้าไหมยับมาก ก่อนรีดควรฉีดพรมน้ำยาให้ทั่ว แล้วพับใส่ถุงพลาสติก นำไปแช่ในช่องแข็งของตู้เย็น ประมาณ 10 -15 นาที แล้วจึงนำออกมารีด จะทำให้รีดผ้าไหมได้ง่าย และเรียบยิ่งขึ้น

#### 8. นำเหรียญสลึงใส่แจกันช่วยให้ดอกไม้ไม่เหี่ยวเฉาได้ จริงหรือ

**จริง** โดยให้หย่อนเหรียญสลึงลงไปในแจกัน ส่วนผสมที่เป็นทองแดงในเหรียญ จะช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรีย ซึ่งเป็นสาเหตุให้ดอกไม้เหี่ยวเฉา

#### 9. ใบฝรั่งช่วยดูดกลิ่นได้ จริงหรือ

**จริง** โดยให้นำใบฝรั่งมาตำให้ละเอียดคั้นเอาแต่น้ำ แยกกากใบออก นำมันหอมระเหยที่ได้ จะทำหน้าที่ดับกลิ่น ส่วนกากใบที่ได้ให้นำไปวางไว้ตามจุดต่างๆ เพื่อช่วยดูดกลิ่นได้

#### 10. เมื่อเป็นไข้ไม่ควรกินฝรั่ง จริงหรือ

**จริง** เพราะในฝรั่งมีแร่โพแทสเซียมสูง เมื่อเวลาเป็นไข้ร่างกายจะมีอุณหภูมิสูงขึ้น การกินอาหารที่มีโพแทสเซียมสูงจะส่งผลให้เกิดอาการชักได้

#### 11. มันฝรั่งช่วยลดความดันโลหิตให้ต่ำลงได้ จริงหรือ

**จริง** เพราะ ในมันฝรั่งมีสารเคมีที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติที่ชื่อว่า คูควัวไมนส์

มีสรรพคุณในการควบคุมความดันโลหิตให้ต่ำลง และมันยังรักษาโรคที่สลับที่เรียกว่า โรคนอนหลับได้อีกด้วย

## 12. การกินเนยก่อนนอนทำให้นอนหลับสนิทขึ้น จริงหรือ

**จริง** เพราะในเนยมี กรดอะมิโน ที่มีชื่อว่า ทริปโตฟาน ซึ่งมีสรรพคุณช่วยให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย และสะกดให้หลับได้สนิทขึ้น

## 13. กินส้มช่วยแก้อาการแข็งได้ จริงหรือ

**จริง** การรับประทานส้มโดยเปลือกเองจะมีกลิ่นส้มที่ช่วยให้รู้สึกผ่อนคลาย และวิตามินซีที่ร่างกายได้รับในจำนวนที่เพียงพอ ช่วยให้สมองหลังฮอร์โมนที่ทำให้คลายความเครียดลงได้ดีออกมาด้วย

## 14. การกินช็อคโกแลตช่วยแก้อาการไอได้ จริงหรือ

**จริง** เพราะ โกโก้ที่ใช้ทำช็อคโกแลตมีสารที่ชื่อว่า ฮีโอบโรไมน์ จะไปออกฤทธิ์ที่เส้นประสาทชื่อ เวกซ์เนอร์ฟ ที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการไอ ทำให้สามารถหยุดอาการไอเรื้อรังอย่างได้ผล

## 15. การกินบ๊วยช่วยเพิ่มกำลังได้ จริงหรือ

**จริง** เพราะ การที่คนเรามีอาการเหนื่อย อ่อนเพลีย เพราะกรดในเลือดสูง ร่างกายไม่สามารถปรับดุลความเป็นด่างได้ทัน แต่บ๊วยมีความเป็นด่าง Ph 7.35 ใกล้เคียงกับเลือดคนเรา จึงช่วยถ่วงดุลความเป็นด่างได้ และยังมีโปรตีน เกลือแร่ และสารอาหารจำเป็นอยู่มากอีกด้วย

## 16. การกินอาหารมื้อเช้าช่วยป้องกันความจำเสื่อมได้ จริงหรือ (ข้อนี้..สำคัญมาก)

**จริง** เพราะ เลือดตอนเช้าจะแข็งตัวง่ายกว่าปกติ จึงมีโอกาที่หลอดเลือดอุดตันมากขึ้น สารอาหาร ไปเลี้ยงสมองได้น้อยลง สมองจึงค่อยๆ เสื่อม

