



‘บัว’ สมุนไพรมหัศจรรย์จากท้องน้ำ

บัว เป็นพรรณไม้ที่งดงามและมีประโยชน์มากมาย จนได้รับการขนานนามให้เป็น “ราชินีในน้ำ” บัวมีหลากหลายสายพันธุ์ ถ้านำมาทำอาหารก็จะนิยมใช้บัวสาย ถ้านำมาใช้เป็นยาจะนิยมใช้บัวหลวง ซึ่งมีทั้งบัวหลวงขาวและบัวหลวงแดง ทุกส่วนของบัวสามารถนำมาทำอาหารคาวหวานได้ตั้งหลายอย่าง อาทิ ผัดสายบัว แกงกะทิสายบัว แกงส้ม เมี่ยงใบบัว น้ำรากบัว รากบัวเชื่อม ข้าวเหนียวเปียกเม็ดบัว และในองค์ความรู้เกี่ยวกับการรักษาโรค หมอแผนไทยสามารถนำทุกส่วนของบัวเข้ายารักษาโรคต่างๆ เช่น เกสรดอกไม้ทั้ง 5 เป็นยาบำรุงหัวใจ

ในตำรายาไทยมีการนำบัวมาใช้ปรุงยารักษาโรคต่างๆ อาทิ **พิกัดเกสรทั้ง 5 เกสรทั้ง 7 เกสรทั้ง 9** จะมีเกสรดอกไม้เข้ายากับเกสรดอกไม้อื่นๆ มีสรรพคุณเป็นยาบำรุงหัวใจ เช่น พิกัดเกสรทั้ง 5 ประกอบด้วย เกสรดอกไม้ ดอกบุนนาค ดอกพิกุล ดอกมะลิ ดอกสารภี สำหรับพิกัดเกสรทั้ง 7 เพิ่มดอกจำปา และดอกกระดังงา ส่วนพิกัดเกสรทั้ง 9 เพิ่มดอกลำเจียกและดอกลำดวน (พิกัดเกสรทั้งนั้น มีส่วนประกอบของเกสรมีเพียงดอกบัว นอกนั้นเป็นกลีบดอกหรือดอกไม้ทั้งดอก)

พิกัดบัวทั้ง 5 ประกอบด้วย บัวสัตตบุษย์ บัวสัตตบรรณ บัวลินจง บัวจงกลนี และบัว

นิลบล มีสรรพคุณเป็นยาบำรุงหัวใจ ชูกำลัง แก้ลมพานไส้ แก้อุจจาระธาตุ แก้ไข้เพื่อลมและโลหิต แก้ไข้รากสาด และ **พิกัดบัวพิเศษทั้ง 6** ประกอบด้วย บัวหลวงแดง บัวหลวงขาว บัวสัตตบงกชแดง บัวสัตตบงกชขาว บัวเฟื่อน และบัวขม สรรพคุณชูกำลัง บำรุงหัวใจ แก้ลมพานในแก้อุจจาระธาตุ แก้ไข้ แก้โลหิต แก้ไข้รากสาด แก้ไขอันบังเกิดเพื่อธาตุทั้ง 4 (ดิน น้ำ ลม ไฟ) แก่ร้อนในกระหายน้ำ

ส่วนอื่นๆ ของบัวหลวงที่มีการนำมาใช้เป็นยา ดังนี้ **ดอกบัว** รสฝาดหอม สรรพคุณบำรุงครรภ์ ช่วยให้คลอดบุตรง่าย หรือมีความเชื่อว่าเอาดอกบัวไปบูชาพระก่อนแล้วจึงนำมาต้มน้ำดื่ม จะช่วยให้คลอดบุตรง่าย แก้ไข้รากสาดและไข้มีพิษร้อน แก้เสมหะและโลหิต บำรุงหัวใจ ขับลม **กลีบดอกบัว** บำรุงร่างกาย ห้ามเลือด มีเส้นใยอาหารสูง ช่วยบรรเทาอาการอ่อนเพลีย ช่วยให้สดชื่นขึ้น และนิยมนำไปทำเมี่ยงดอกบัว หรือกลีบบัวชุบแป้งทอด หรือยำดอกไม้ นอกจากนี้ยังใช้มวนบุหรี่ยาบ **ใบบัว** รสฝาดเปรี้ยวเมาเล็กน้อย แก้ไข้ บำรุงโลหิต ใช้สูบแก้ริดสีดวงจมูก ใช้ใบบัวต้มน้ำดื่มติดต่อกัน 20 วันจะช่วยให้ความดันโลหิตและไขมันในเส้นเลือดลดลง โบราณใช้ใบแก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ บิดให้ละเอียดผสมพิมเสนแทรกยาหอม กินเพื่อให้มีลมเบ่งในการคลอดลูก ระงับอาการหวัด และช่วยลดเสมหะ ในสมัยโบราณได้มีการนำใบบัวมาหั่นเป็นฝอยใส่เตาให้แห้งทำเป็นมวนสูบบรรเทาอาการหวัดคัดจมูก **ใบบัวอ่อน** นำไปปรุงอาหารได้ **ประเทศไทยส่งกัน**

บัวไปขายที่ประเทศจีน เนื่องจากคนจีนนิยมใช้ใบบัวในการเตรียมอาหาร

เปลือกฝัก รสฝาดหอม แก้ท้องเดิน สมานแผลในมดลูก **ฝัก** รสฝาดหอม แก้ท้องเสีย แก้พิษเห็ดเมา ขับรกให้ออกเร็วขึ้น **เปลือกหุ้มเมล็ด** รสฝาด แก้ท้องร่วง สมานแผล คุมธาตุ **เมล็ด** รสหวานมันเย็น รับประทานบำรุงกำลัง บำรุงไขข้อ เส้นเอ็น บำรุงประสาท ทำให้กระชุ่มกระชวย แก่ร้อนในกระหายน้ำ แก้เสมหะ แก้ตีพิการ แก้กษัย แก่ลำไส้อักเสบ แก่อาเจียน แก่อ่อนเพลีย ใช้เป็นอาหารได้ทั้งเมล็ดอ่อนและเมล็ดแก่ มีสารพวกไขมัน และมีคุณค่าทางอาหารสูง เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่หายป่วยใหม่ๆ ที่ยังมีอาการอ่อนเพลีย ใช้เป็นอาหารบำรุงกำลังในหญิงตั้งครรภ์ที่มีอาการแพ้ท้อง อาเจียน อ่อนเพลีย ช่วยบำรุงร่างกาย

ก้านดอก รสเย็นเมา ตากแห้งแก้ริดสีดวงจมูก **ก้านใบ** ใช้ห้ามเลือด **ราก** บำรุงกำลัง บำรุงเพลิงธาตุ แก้เสมหะ แก่กระหายน้ำ **เหง้า** รสหวานเย็นมัน บำรุงกำลัง แก่ร้อนในกระหายน้ำ แก้ตีพิการ แก่อาเจียน **บัวทั้งต้น** ใช้แก้พิษจากการรับประทานเห็ดพิษ และอาการพิษจากพิษสุราเรื้อรัง โดยใช้ทั้งต้นประมาณ 10-15 กรัม นำไปต้มน้ำรับประทาน **เกสรดอกไม้** มีน้ำมันหอมระเหย นิยมนำไปเข้ายาหอมตำรับบำรุงหัวใจ มีสรรพคุณช่วยบำรุงหัวใจ บำรุงประสาทแก้ลม ทำให้จิตใจชุ่มชื้น วิธีเตรียม นำเกสรใส่เตาให้แห้งนำมาชงกับน้ำร้อน 1 แก้ว ปิดฝาทิ้งไว้ 10-15 นาที ตีมีขณะที่น้ำยังอุ่น ครึ่งละ 1 แก้ว วันละ 3 ครั้ง **ชันทสาร** ที่ได้จากเกสรดอกไม้หลวงใช้เป็น

เครื่องยาและน้ำกระสายยา มีสรรพคุณ บำรุงกำลัง แก้เสมหะจุกคอก ทำให้ชุ่มคอและขับปัสสาวะ

ติบัว เป็นส่วนที่อยู่ในเม็ดบัว เมื่อแกะออกมาดูจะมีลักษณะเหมือนใบบัวอ่อนขนาดเล็กที่ชูอยู่กลางเม็ดบัว ปัจจุบันกำลังได้รับความสนใจนำมาดูแลรักษาผู้ป่วยโรคหัวใจในกลุ่มที่เส้นเลือดตีบ สรรพคุณ ช่วยขยายหลอดเลือดหัวใจ แก้กระหายน้ำ แก้น้ำกามเคลื่อนไหวขณะหลับ แก้อาเจียนเป็นพิษ การศึกษาวิจัยพบว่าติบัวมีสารอัลคาลอยด์ มีฤทธิ์ลดความดันโลหิต ยับยั้งการเต้นผิดปกติของหัวใจ ลดการบีบตัวของกล้ามเนื้อหัวใจ ฤทธิ์ขยายหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงหัวใจ สำหรับคนที่เป็นโรคหลอดเลือดไปเลี้ยงหัวใจตีบตันเนื่องจากมีไขมันไปเกาะที่ผนังหลอดเลือด นอกจากนี้ยังมีสรรพคุณแก้หวัดตกโรค แก้อ่อนใน กระหายน้ำ ลดไข้ โดยชงติบัวในน้ำร้อน ต้มในขณะที่ยังอ่อนอยู่ครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3 ครั้ง

ดอกบัวนำมาทำเป็นชาชงดื่มเป็นประจำช่วยบำรุงหัวใจ และถ้าเห็นฝักบัวที่ขายอยู่ตามตลาดก็อย่าลืมอุดหนุนสักนิด คนขายได้สแตงค์คนซื้อได้ยาดีกลับบ้าน ปัจจุบันการปลูกบัวได้ขยายวงกว้างมากขึ้นตามความต้องการของตลาด แต่ก็มีการใช้สารเคมีมากตามด้วย นาบัวธรรมชาติก็หายไป จึงอยากฝากผู้ทำนาบัวควรทำนาบัวธรรมชาติ หรือใช้สารธรรมชาติในกระบวนการปลูกเลี้ยงดีกว่า เพราะคนที่ซื้อไปใช้จะได้เอาทำยาใช้ดูแลสุขภาพของตนเองได้.