

มหัศจรรย์ พันธุ์มะนาว ปลูกกินได้ ปลูกขายรวย

มนุษย์สร้างคำพูดขึ้นมา ชีตเขียนถ้อยคำลงบนแผ่นดินเหนียว
ผืนหนัง ไม้ไผ่ และ กระดองเต่า

การค้นพบกระดาษและการพิมพ์ ทำให้หนังสือมีรูปลักษณะที่พกพา
ได้สะดวก และเผยแพร่ไปในวงกว้างอย่างที่ไม่เคยปรากฏมาก่อนในประวัติ-
ศาสตร์ การพิมพ์ช่วยสถาปนาภาษาของแต่ละชาติให้มั่นคง ช่วยให้ภาษา
ของสามัญชนแพร่หลาย ทำให้คนอ่านออกเขียนได้เพิ่มสูงขึ้น และขยาย
วงกว้างออกไปนอกวงผู้นำและนักบวช

และแท้จริงแล้ว การพิมพ์หนังสือคือการเปลี่ยนแปลงอย่างถึงราก
ถึงโคน ทั้งทางความคิดและสังคม





สำนักพิมพ์สถาพรบุ๊คส์

ลำดับที่ 1,040

มหัศจรรย์พันธุ์มะนาว ปลุกกินได้ ปลุกขายรวย

ดร. เกริก ท่วมกลาง

พิมพ์ครั้งแรก : มิถุนายน 2558

พิมพ์โฆษณาครั้งนี้ได้รับอนุญาตจากเจ้าของลิขสิทธิ์ตามกฎหมายแล้ว

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537

ไม่อนุญาตให้สแกนหนังสือ หรือคัดลอกเนื้อหาส่วนหนึ่งส่วนใดเพื่อสร้างฐานข้อมูล
อิเล็กทรอนิกส์ เว้นแต่ได้รับอนุญาตจากสำนักพิมพ์และเจ้าของลิขสิทธิ์แล้วเท่านั้น

ISBN 978-616-00-2084-3

ราคา 130 บาท

บรรณาธิการเล่ม : ศราวุธ เอี่ยมเยี่ยม

พิสูจน์อักษร : ยลชนก โยธีจรัสศรี กันติกร ธีระบุญ

ออกแบบปก : กฤษดา รอดหลง รูปเล่ม : นิพนธ์ เลิศชัยศิริสกุล

พิมพ์ที่ : บริษัทวี. พรินท์ (1991) จำกัด

เจ้าของ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา : บริษัทสถาพรบุ๊คส์ จำกัด

กรรมการผู้จัดการ/บรรณาธิการบริหาร : วรพันธ์ โลกิตสถาพร

รองกรรมการผู้จัดการ : สุภัคชญา โลกิตสถาพร

ผู้จัดการฝ่ายผลิต/หัวหน้ากองบรรณาธิการจัดสรรต้นฉบับ : ธิญาภัทร์ พองไชย์

ผู้จัดการฝ่ายขาย : กิ่งแก้ว ลิกะไชย

ผู้จัดการฝ่ายสื่อสารองค์กรและกิจกรรม : นฤเบศ สมฤทธิ์

ผู้จัดการฝ่ายลิขสิทธิ์ต่างประเทศ : เจติยา โลกิตสถาพร

ที่ปรึกษาทางกฎหมาย : ธนกร กองเพ็ง

หัวหน้าหน่วยประชาสัมพันธ์ : อารีนา ศิริบุญ



สถาพรบุ๊คส์

จัดจำหน่ายทั่วประเทศโดย บริษัทสถาพรบุ๊คส์ จำกัด

18 ซอยลาดปลาเค้า 63 ถนนลาดปลาเค้า แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพฯ 10220

โทร. 0 2940 3855-6 โทรสาร 0 2940 3970

กองบรรณาธิการ : spbbooks@hotmail.com ฝ่ายสำนักงาน : info@satapornbooks.com

กองบรรณาธิการจัดสรรต้นฉบับ : satapornbooks.editor@gmail.com

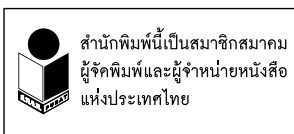
www.satapornbooks.com

หากท่านผู้อ่านพบหนังสือไม่ได้มาตรฐาน เช่น หน้ากระดาษสลับกัน หน้าขาดหาย

การเข้าเล่มไม่สมบูรณ์ สำนักพิมพ์ยินดีรับผิดชอบเปลี่ยนหนังสือใหม่ให้ท่าน

โปรดติดต่อและส่งหนังสือคืนพร้อมรายละเอียดการตำรา

ไปตามที่อยู่ด้านบน หรือ โทร. 0 2940 3855-6 ต่อ 21, 54

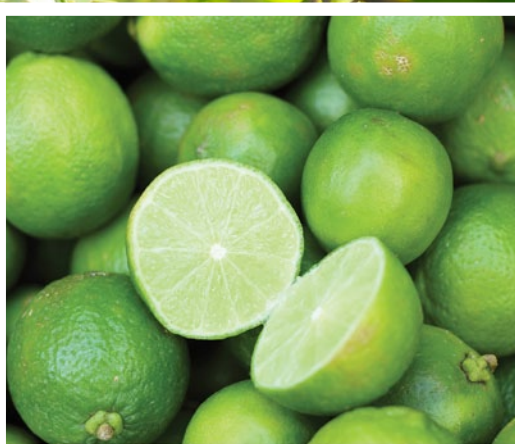


สำนักพิมพ์นี้เป็นสมาชิกสมาคม
ผู้จัดพิมพ์และผู้จำหน่ายหนังสือ
แห่งประเทศไทย













คำแนะนำฉบับพิมพ์

หากจะกล่าวถึงการปลูกมะนาวให้ได้เงิน เป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่า การปลูกที่ให้ผลผลิตช่วงนอกฤดูคือปัจจัยหลักที่สร้างรายได้**เป็นกอบเป็นกำ** ที่ผ่านมาระแสการปลูกพืชชนิดนี้จึงได้รับความสนใจในวงกว้าง ทำให้มะนาวกลายเป็นพืชเศรษฐกิจที่มาแรง โดยผู้ปลูกแต่ละรายพยายามหาวิธีทำให้ผลผลิตออกมามากที่สุดในช่วงเวลาดังกล่าว อันเนื่องมาจากราคาต่อผลที่สูงมาก

แต่ถ้ามองภาพรวมตลอดทั้งปี จะดีกว่าหรือไม่...ถ้าปลูกมะนาวแล้วสามารถทำเงินได้ทุก ๆ ฤดู!

มหัศจรรย์พันธุ์มะนาว ปลูกกินได้ ปลูกขายรวย นอกจากจะให้ข้อมูลและกลเม็ดเด็ดพรายในการปลูกมะนาวนอกฤดูที่ให้ผลผลิตสูงทั้งปริมาณและคุณภาพแล้ว ยังนำเสนอหนทางทำเงินจากพืชชนิดนี้อีกหลากหลายและมากมาย ที่จะจุบประกายให้เห็นว่า...

คุณสามารถปลูกมะนาวให้รวยและรวยได้ทุก ๆ ฤดู

สำนักพิมพ์สภาพืชมงคล

คำนำ

กระแสดความสนใจบริโภคมะนาวนับวันจะเพิ่มมากขึ้น เพราะมะนาวเป็นพืชมีศจรรยที่มีคุณประโยชน์แทบทุกส่ว ไม่ว่าจะเป็รราก ใบ ดอก ผล เมล็ด เปลือก หรือแม้แต่น้ำ ที่มีสรรพคุณช่วยดูแลผิวพรรณให้ผุดผ่อง บำรุงร่างกาย ที่สำคัญ ยังเป็นยาอายุวัฒนะ จึงเป็นพืชที่มีคุณค่าต่อสุขภาพอย่างแท้จริง

ในการศึกษาังพบอีกว่ามะนาวช่วยรักษาและบรรเทาอาการต่างๆ มากมาย เช่น วิงเวียนศีรษะ อาเจียนอันเนื่องมาจากความผิดปกติของธาตุในร่ากาย ลมเจี๊ยบ ตาแดง ไข้หวัด เลือดออกตามไรฟันหรือโรคลักปิดลักเปิด ต่อมทอนซิลอักเสบ เหงือกบวม ไอ ขับเสมหะ ท้องผูก ท้องอืด ท้องแน่น ท้องเฟ้อ โรคกระเพาะ ท้องร่วง บิด บั๊สสาวะกะบริบกะปรอย โลหิตจาง โรคเหน็บชา ปวดข้อ ช่วยฟอกบำรุงโลหิต และขับพยาธิ

คงถึงเวลาที่จะต้องเรียนรู้ความมหัศจรรย์ของมะนาวและหันกลับมาปลูกให้เป็นพืชประจำครอบครัว ครัว ปลูกเพื่อการจำหน่าย โดยเฉพาะการทำมะนาวนอกฤดูที่สร้างรายได้อย่างเป็นกอบเป็นกำ มะนาวจึงเป็นพืชมีศจรรยที่ควรปลูกไว้ประจำบ้านและใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

ดร. เกริก ท่วมกลาง

“หนังสือและการอ่านคือชุมพลแห่งความคิดสร้างสรรค์”

สารบัญ

บทที่ 1 มหัศจรรย์พันธุ์มะนาว

- พันธุ์มะนาวในประเทศไทย 16
- คุณประโยชน์ของมะนาว 31
- ภูมิปัญญาในด้านยาสมุนไพร 35
- ภูมิปัญญาในด้านบำรุงร่างกาย 44
- ภูมิปัญญาในด้านเสริมความงาม 50
- ภูมิปัญญาในด้านอื่นๆ 57

บทที่ 2 การปลูกมะนาว

- การขยายพันธุ์ด้วยการตอนกิ่ง 66
- การขยายพันธุ์ด้วยการเพาะเมล็ด 73
- การปลูกในวงบ่อซีเมนต์ 77
- การปลูกลงแปลง 83
- โรคของมะนาว 89
- แมลงศัตรูของมะนาว 98
- การบังคับให้ออกผลนอกฤดู 105
- มะนาวปลอดโรคด้วยน้ำส้มควันไม้ 113
- ปฏิทินการใช้สารเคมีดูแลสวนมะนาว 118

บทที่ 3 การแปรรูปและสร้างมูลค่าเพิ่ม

- การแปรรูปมะนาว 122
- สูตรเครื่องดื่มน้ำมะนาวโซดา 152
- สูตรเครื่องดื่มชามะนาว 164
- วิธีการเก็บมะนาวให้นาน
และการเลือกซื้อมะนาว 170

บรรณานุกรม 173

ประวัติผู้เขียน 175



บทที่ 1

มหัศจรรย์
พันธุ์มะนาว

พันธุ์มะนาว ในประเทศไทย



มะนาว พืชสมุนไพรประจำครัวที่ทำหน้าที่เพิ่มรสชาติอาหารในแต่ละมื้อให้อร่อย เป็นส่วนสำคัญของอาหารไทยหลากหลายชนิด เช่น น้ำพริก ต้มยำ และยำชนิดต่างๆ ที่หลายคนรู้ซึ่งถึงรสเปรี้ยวเป็นอย่างดี จึงเป็นเพื่อนคู่ครัวไทยมาช้านาน มีต้นกำเนิดในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ นอกจากใช้ปรุงอาหารแล้ว ยังนิยมนำมาทำเป็นเครื่องดื่มและเป็นส่วนผสมของยา ปัจจุบันมีทั้งการปลูกเพื่อบริโภคและจำหน่ายอย่างกว้างขวาง

มะนาวมีชื่อสามัญว่า *Common Lime, Lime* ชื่อวิทยาศาสตร์คือ *Citrus aurantifolia* (Christm.) Swingle อยู่ในวงศ์ *RUTACEAE* ชื่ออื่นๆ เช่น โกรยชะม้ ปะนอเกล ปะโหน่งกลยาน มะนอเกล มะน้ำดีเล มะลิ้ว ส้มมะนาว ลิมานี่ปี่ห์ มากฟ้า ฯลฯ สาเหตุที่มีหลายชื่ออาจเพราะเป็นพืชที่นำเข้ามาปลูก ไม่มีชื่อดั้งเดิม จึงเรียกตามสำเนียงภาษาของแต่ละถิ่น

อยู่ในสกุลเดียวกับส้ม (Citrus) ผลมีสีเขียว เมื่อสุกหรือแก่จัดจะเป็นสีเหลือง เปลือกบาง เนื้อแบ่งกลีบ ชุ่มน้ำมาก โดยทั่วไปมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 4-5 เซนติเมตร เป็นไม้พุ่มเตี้ย สูงเต็มที่ราว 5 เมตร กิ่งมีหนามเล็กน้อย มักมีใบดก ใบยาวเรียวเล็กน้อยคล้ายใบส้ม ดอกสีขาวอมเหลือง ออกดอกผลตลอดทั้งปี แต่ในช่วงหน้าแล้งจะออกผลน้อย

มีการปลูกมะนาวในประเทศมานานจนกลายเป็นพืชเศรษฐกิจที่สำคัญของไทย แต่ละสายพันธุ์ก็มีข้อดีข้อเสียแตกต่างกันไป หลักสำคัญของมะนาวคือต้องเปรี้ยว น้ำเยอะ ออกลูกได้ทั้งปี หรือให้ผลผลิตสูงในช่วงที่มีราคาสูง จึงจะเป็นที่ต้องการของตลาด

มะนาวที่นิยมปลูกในประเทศไทยมีหลายสายพันธุ์ มีทั้งพันธุ์พื้นเมือง นำเข้าจากต่างประเทศ และผสมพันธุ์ขึ้นใหม่เพื่อให้ทนต่อโรคและแมลง ให้ผลผลิตสูง ทุกสายพันธุ์ล้วนมีข้อดีข้อด้อยแตกต่างกัน พันธุ์ที่ปลูกในประเทศไทยมีดังนี้

มะนาวไข่

มะนาวไข่เรียกอีกชื่อว่า *มะนาวไข่น้ำหอม* ทางภาคอีสานเรียกว่า *มะนาวบ้าน* ผลอ่อนมีลักษณะกลมยาวหัวท้ายแหลม (จะค่อยๆ มน) เมื่อโตเต็มที่แล้วผลจะกลม มีสีอ่อนคล้ายไข่เป็ด เป็นไม้พุ่มหรือไม้ยืนต้นขนาดเล็กสูง 2-5 เมตร มีหนาม ใบประกอบชนิดมีใบย่อยเพียงใบเดียว ออกเรียงสลับ ใบเป็นรูปไข่ เนื้อใบมีจุดน้ำมันกระจายทั่ว ดอกเป็นช่อสีขาวมีกลิ่นหอม ติดผลเป็นพวง 5-6 ผล ขยายพันธุ์ด้วยการตอนกิ่งและเสียบยอด

จุดเด่นคือเมล็ดน้อย บางผลไม่มีเมล็ดเลย ปีบหรือคั้นน้ำง่าย เพราะเปลือกบาง ให้น้ำเยอะ รสเปรี้ยวจัด มีกลิ่นหอมแรง เหมาะสำหรับทำ

มะนาวดอง ติดผลดกเกือบตลอดทั้งปี ทนต่อโรคและแมลงได้ดี เป็นสายพันธุ์ที่มีอายุยืน และมีผลดกต่อเนื่อง แต่ก็มีจุดด้อยที่ขนาดของผลเล็ก ให้ผลผลิตไม่สม่ำเสมอ

มะนาวหนัง

มะนาวหนังมีผลใหญ่ ผลอ่อนมีลักษณะกลมรี หัวท้ายแหลม โตขึ้นหัวท้ายจะมน เมื่อโตเต็มที่มีลักษณะค่อนข้างกลม ด้านหัวมีจุดเล็กๆ ผิวเรียบ เปลือกค่อนข้างหนา จึงเก็บผลไว้ได้นาน เป็นไม้พุ่มหรือไม้ยืนต้นขนาดเล็กสูงประมาณ 2-5 เมตร การแตกกิ่งไม่เป็นระเบียบ กิ่งอ่อนเป็นเหลี่ยมสีเขียวจาง เมื่อโตขึ้นจะกลมและมีหนาม โคนหนามสีเขียวปลายหนามสีน้ำตาล มักมีรอยต่อเห็นได้ชัด เมื่อกิ่งแก่หนามจะแห้งและตาย เป็นพันธุ์ที่มีรสเปรี้ยวจัดเพราะมีฤทธิ์เป็นกรดสูง จุดเด่นคือเปลือกหนา เก็บไว้ได้นาน เหมาะสำหรับทำเครื่องดื่ม

มะนาวตาฮิติ

มะนาวตาฮิติเป็นสายพันธุ์ที่มีถิ่นกำเนิดจากเกาะตาฮิติ รัฐฮาวาย ประเทศสหรัฐอเมริกา กรมวิชาการเกษตรนำเข้ามาเพื่อศึกษา ปลุก และขยายพันธุ์ พบว่ามะนาวพันธุ์นี้เติบโตได้ดีในทุกภูมิภาคของไทย ผลมีขนาดใหญ่มาก เปลือกหนา เมื่อแก่จัดก็ยังมีสีเขียวเข้มเหมือนเดิม มีน้ำมากกว่ามะนาวชนิดอื่นจึงได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย

จุดเด่นคือผลใหญ่กว่ามะนาวทั่วไป ให้น้ำมาก เปลือกหนา ปลุกง่าย โตเร็ว ต้นสูงใหญ่ มีหนามน้อยหรือไม่มีหนามเลย ติดผลดก รสเปรี้ยว



มะนาวหนัง



มะนาวตาฮิติ

อยู่ในกลุ่มเดียวกับส้มจี๊ด แต่ลักษณะต้นและผลต่างกัน เป็นไม้พุ่มสูง 1.5–3.0 เมตร ใบเป็นใบประกอบชนิดลดรูปที่มีใบย่อยใบเดียวเป็นรูปไข่ ปลายและโคนแหลม ผิวเรียบ สีเขียวสดเป็นมัน ออกดอกเป็นช่อสั้นๆ ตามซอกใบและปลายกิ่ง มีกลีบเลี้ยงเป็นรูปถ้วยปลายแยก 5 แฉก กลีบดอก 5 กลีบ สีขาวมีกลิ่นหอม ร่วงง่าย มีเกสรตัวผู้จำนวนมาก ผลกลมรี คล้ายหยดน้ำ เมื่อโตเต็มที่มีน้ำหนักเฉลี่ย 3–4 ผลต่อ 1 กิโลกรัม แต่ไม่หอมเท่ามะนาวน้ำหอม ใช้ปรุงอาหารได้เหมือนกับมะนาวทั่วไป นิยมคั้นทำน้ำมะนาวปั่นหรือปั่นน้ำราดปลานึ่ง เปลือกมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว นิยมชุดผิวหรือหั่นเปลือกบางๆ เป็นฝอยๆ โรยหน้าอาหารคาว เช่น ปลา กุ้ง ไก่ และเนื้อ ก่อนนำไปนึ่งเพื่อดับกลิ่นคาว ร้านอาหารบางแห่งผสมผิวชุดใส่ข้าวผัดกุ้งเพื่อให้มีกลิ่นหอมมารับประทาน

มะนาวพันธุ์นี้ไม่มีเมล็ด การขยายพันธุ์จึงต้องใช้วิธีตอน ติดตา ต่อยอด ต่อกิ่ง หรือวิธีอื่นๆ ที่เป็นการขยายพันธุ์โดยไม่ใช้เพศ เป็นมะนาวที่ได้รับความนิยมมาก ทั้งปลูกเป็นไม้ประดับ ไม้ผล และเพื่อการค้า



มะนาวปีนัง

มะนาวปีนังมีผลกลมยาวขนาดใหญ่ โตกว่ามะนาวหนัง ก้นแหลม คล้ายไข่เต่า เปลือกหนา มีกลิ่นหอม ลักษณะใบเหมือนมะนาวทั่วไป ต้นเป็นทรงพุ่มสวยงาม ส่วนใหญ่ปลูกเป็นไม้ประดับ ไม่นิยมปลูกเพื่อบริโภค และการค้า

มะนาวโมพี

มะนาวโมพีเป็นอีกสายพันธุ์ที่นิยมปลูกในประเทศไทย ลักษณะ ผลกลมโต ก้นกลมแป้น มีเปลือกหนาแข็ง ผิวค่อนข้างเรียบ เมล็ดมีลายเส้นเห็นได้ชัดเจน รสเปรี้ยวมีกลิ่นหอมน้อย ลักษณะต้นเป็นไม้พุ่มหรือไม้ยืนต้นขนาดเล็กสูงประมาณ 1-2 เมตร กิ่งอ่อนเป็นเหลี่ยมๆ มีสีเขียวจางและอาจมีสีม่วงจางๆ ปนเล็กน้อย เมื่อกิ่งโตเต็มที่จะกลมและมีสีเขียว กิ่งแก่จะเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลหรือเทา มีหนามแข็งอยู่ทุกซอกทุกมุม โคนกิ่งมีหนามยาว ส่วนปลายกิ่งมักมีหนามสั้น ลักษณะใบอ่อนมีสีม่วง ผิวใบค่อนข้างหยาบ ปลายใบมน ขอบใบตื้นฐานใบใหญ่มากคล้ายรูปหัวใจคว่ำ ใบกว้างประมาณ 4 เซนติเมตร ยาวประมาณ 6.5 เซนติเมตร

ขณะที่ดอกยังตูมเล็ก กลีบนอกมีสีชมพูม่วง แต่จะค่อยๆ จางไปเมื่อดอกโตขึ้นจนกระทั่งกลายเป็นสีขาวในที่สุด เมื่อดอกบานจะเห็นปลายกลีบในมน ดอกที่ได้รับการผสมแล้วจะเห็นเป็นสีแดงเรื่อๆ ตรงกลางรังไข่กลม มีก้านมนและหัวแหลมเล็กน้อย ขนาดของดอกเมื่อบานจะกว้างประมาณ 2.5 เซนติเมตร จุดเด่นของมะนาวพันธุ์นี้คือมีลำต้นใหญ่แข็งแรงเหมาะสำหรับใช้ทำเป็นต้นตอ แล้วเอาพันธุ์อื่นที่ดีกว่ามาทาบกิ่ง ติดตาหรือต่อยอดได้

มะนาวเตี้ย

มะนาวเตี้ยมีต้นเป็นทรงพุ่มเตี้ยๆ สูงประมาณ 0.5-1 เมตร นิยมปลูกใส่กระถางหรือภาชนะต่างๆ จึงมักเรียกว่า มะนาวกระถาง ให้ผลผลิตเร็วกว่าพันธุ์อื่นๆ ถ้าปลูกด้วยเมล็ดและบำรุงรักษาดี ประมาณครึ่งปีก็จะเริ่มให้ผลแล้ว ชาวบ้านเรียกว่า มะนาวตอแหล

ลักษณะทั่วไปของลำต้นและกิ่งเหมือนมะนาวหนัง มีหนามสั้น รอยต่อระหว่างสีเขียวกับสีน้ำตาลจะมีสีขาวเล็กน้อยหรือเกือบไม่มีเลย รูปใบยาวมน ใบมีสีเขียว ผิวละเอียดมาก แผ่นใบแคบ ดอกตูมมีสีเขียวจากตูมเต็มที่จะมีสีขาว เมื่อดอกบานจะกว้างประมาณ 2 เซนติเมตร ตรงกลางมีจุกแหลมยาวเล็กๆ ของเกสรตัวผู้ ผลมนหรือยาวเล็กน้อย ด้านหัวมีจุกก้นแป้น เปลือกค่อนข้างหยาบ เมล็ดมีสีเหลือง เป็นพันธุ์ที่มีรสเปรี้ยวและกลิ่นหอม เหมาะแก่การปลูกเป็นไม้ผลและไม่ประดับ



มะนาวอิมัน

มะนาวอิมันเป็นมะนาวที่ปลูกมากใน อ. ท่ายาง จ. เพชรบุรี ผลกลม นุ่ม เปลือกบาง น้ำมาก ลักษณะเด่นคือผลใหญ่ ดก เปลือกบาง ติดผลไว เก็บขายได้เร็ว 4-6 เดือนก็ติดผลแล้ว



มะนาวพันธุ์ด่านเกวียน

มะนาวพันธุ์ด่านเกวียนเป็นสายพันธุ์ที่มีผลใหญ่ เนื้อมีสีเหลือง คล้ายส้ม เปลือกบาง มีกลิ่นเฉพาะ รสชาติเปรี้ยวจัด สันนิษฐานว่า อาจเป็นส้มสายพันธุ์หนึ่งเพราะลักษณะใบคล้ายกับส้มซ่า แต่รสเปรี้ยวแบบมะนาว ไม่ทราบที่มา เพียงรู้กันทั่วไปว่าเริ่มมีต้นพันธุ์ขายที่ ต. ด่านเกวียน อ. โชคชัย จ. นครราชสีมา เป็นสายพันธุ์ที่ทนแล้ง ทนต่อโรคและแมลงได้ดี เป็นมะนาวพันธุ์ใหม่ที่ขึ้นทะเบียนโดยกรมวิชาการเกษตรเมื่อ พ.ศ. 2538

ลักษณะต้นเป็นทรงพุ่มขนาดเล็กถึงปานกลาง กว้างประมาณ 2-3 เมตร มีระบบรากลึก สูงราว 4 เมตร แตกกิ่งก้านสาขาคือ มีหนามตามกิ่งก้านแต่หนามเล็ก ใบสีเขียวกว้างประมาณ 3.5 เซนติเมตร ยาวประมาณ 6 เซนติเมตร กลิ่นฉุน ดอกมีสีขาว ออกดอกตั้งแต่โคนกิ่งถึงปลายกิ่ง ผลอ่อนมีสีเขียว ขนาดเส้นผ่านศูนย์กลาง 1.0-1.5 เซนติเมตร เมื่อผลแก่เต็มที่จะมีสีเหลือง ขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 8 เซนติเมตร เปลือกบางไม่ขม มีรสเปรี้ยว ให้ผลดกตลอดปี มีน้ำมาก เก็บผลผลิตได้เร็วกว่ามะนาวสายพันธุ์อื่น คือหลังติดผลอายุระหว่าง 3 เดือนกว่าๆ ก็เก็บได้เลย ส่วนสายพันธุ์อื่นต้องมีอายุ 4-6 เดือนขึ้นไป มีน้ำเต็มผลไม่ว่าจะติดผลในช่วงฤดูไหนก็ตาม ปลูกง่าย โตเร็ว จึงมักนำมาปลูกเพื่อใช้ในการทาบกิ่งกับมะนาวสายพันธุ์ที่นิยมในปัจจุบัน



มะนาวพันธุ์ด่านเกวียน

มะนาวพม่า

คนไทยเรียกว่า มะนาวยักษ์ เพราะมีผลโต มองผิวเผินคล้ายส้มโอ ให้รสเปรี้ยวเหมือนมะนาวทั่วไป แต่น้ำไม่มีกลิ่นหอมเหมือนมะนาวของไทย น้ำหนักเฉลี่ยประมาณลูกละครึ่งกิโลกรัม สามารถนำมาคั้นเพื่อรับประทานสดๆ หรือใช้ปรุงอาหารได้ทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นแกงส้ม ยำ น้ำพริก แต่ไม่ค่อยมีกลิ่นจึงไม่เป็นที่นิยมนัก ลักษณะต้นเป็นไม้พุ่มหรือไม้ยืนต้นสูงประมาณ 3-5 เมตร การแตกกิ่งไม่ค่อยเป็นระเบียบ กิ่งอ่อนจะเป็นสีม่วงอ่อนๆ และจะเปลี่ยนเป็นสีเขียวจาง เมื่อเติบโตเต็มที่จะมีสีเขียวเข้ม ก่อนเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลหรือเทา พอกิ่งแก่จะมีหนามสั้นๆ และมีหนามยาวตามกิ่งกระโดง

ใบอ่อนมีสีม่วง ผิวใบหยาบเห็นเส้นใบที่แตกออกจากเส้นกลางชัดเจน ใบค่อนข้างยาวมน กว้างประมาณ 5 เซนติเมตร ยาวประมาณ 10 เซนติเมตร ใหญ่กว่ามะนาวทั่วไป ดอกมีเกสรตัวผู้มาก ผลอ่อนรูปทรงกระบอกและก้นแหลม เมื่อโตจะโป่งออก หัวและก้นแหลมน้อยลง เมื่อยังเล็กผลจะมีร่องตามยาวและขรุขระ พอโตร่องจะหายไป มีจุดแหลมเล็กเปลือกผิวหยาบและมีปุ่มมาก นิยมปลูกเพื่อบริโภคและเป็นไม้ประดับ



มะนาวพม่า
(ที่มา : pantip.com/topic/31243650)

● มะนาวแป้นทวาย

มะนาวแป้นทวายเป็นมะนาวพื้นเมืองของไทยที่ได้รับความนิยมสูง มีผู้ปลูกเพื่อการค้ามากที่สุดเพราะเป็นการคัดลักษณะที่ดีจากหลายสายพันธุ์ ให้ผลตลอดทั้งปี มีขนาดใหญ่ แต่เล็กกว่ามะนาวหนัง มีผลทรงกลมแป้นสวย ผลอ่อนมีสีเขียว ผลแก่จัดมีสีเหลือง เปลือกบางไม่เรียบ มีกิลีบผลประมาณ 10-13 กิลีบ เนื้อมีขนาดเล็กบีบติดกันแน่น รสเปรี้ยวจัด มีน้ำมาก น้ำมีกลิ่นหอม เป็นที่นิยมของผู้บริโภค

มีเมล็ดน้อยประมาณ 10 เมล็ดต่อผล เมล็ดสีน้ำตาลขนาดเล็ก ลักษณะรี หัวป้าน ท้ายแหลม ลำต้นสูงถึง 3 เมตร แตกกิ่งไม่เป็นระเบียบ กิ่งมีหนามมาก ต้นที่ปลูกจากกิ่งตอนจะให้ผลตั้งแต่ปีแรก แต่จะให้ผลมากในปีที่ 3-5 เป็นพันธุ์ที่ออกดอกติดผลง่าย ประมาณ 500 ผล/ต้น/ปี เมื่ออายุ 5 ปี เก็บเกี่ยวผลได้ตลอดทั้งปี แต่จะให้ผลมากที่สุดในช่วงเดือนพฤษภาคม



มะนาวแป้นทวาย

มะนาวแป้นรำไพ

มะนาวแป้นรำไพเป็นพันธุ์ลูกผสมระหว่างมะนาวพันธุ์แป้นทวายกับพันธุ์ต่างประเทศ สามารถผลิตมะนาวนอกฤดูได้ดีเพราะออกดอกติดผลง่าย อายุการเก็บเกี่ยวสั้น คือตั้งแต่ออกดอกจนเก็บเกี่ยวได้ใช้เวลาประมาณ 4 เดือนครั้ง ขนาดผลค่อนข้างโต กลม เปลือกบาง มีปริมาณน้ำมาก

มะนาวแป้นพิจิตร

มะนาวแป้นพิจิตรเป็นมะนาวที่ผสมพันธุ์ขึ้นใหม่โดยนักวิชาการไทย จากศูนย์วิจัยพืชสวนพิจิตร ใช้มะนาวแป้นรำไพเป็นแม่พันธุ์ผสมกับมะนาวน้ำหอม ลักษณะเด่นคือทนต่อโรคแคงเกอร์ได้ดี ปลูกง่าย ต้นเตี้ย ติดดอกติดผลตลอดปี ติดผลเป็นพวง พวงละ 3-5 ผล ผลดกประมาณ 100 ลูก ในปีแรก และเพิ่มขึ้นถึง 300-400 ลูกต่อต้น (ขึ้นอยู่กับวิธีการบำรุงรักษา) ผลใหญ่ ผิวสวย น้ำมาก น้ำมีกลิ่นหอม รสเปรี้ยวจัด จึงนิยมปลูกอย่างแพร่หลาย

ลักษณะต้นเป็นไม้พุ่มสูง 2 เมตร กิ่งอ่อนมีหนาม ใบประกอบแบบขนนกชนิดมีใบย่อยใบเดี่ยวออกเรียงสลับ เป็นรูปรีหรือรูปไข่แกมขอบขนาน เนื้อใบมีจุดน้ำมันกระจายทั่ว ก้านใบมีครีบเล็กๆ สีเขียวเข้ม เมื่อขยี้ใบจะมีกลิ่นหอม ออกดอกเดี่ยวๆ หรือเป็นช่อตามซอกใบและปลายยอด กลีบดอกเป็นสีขาว มีกลิ่นหอมสะอาด กลีบดอกร่วงง่าย ผลทรงกลมกึ่งแป้น ฉ่ำน้ำ เปลือกค่อนข้างบาง เมล็ดน้อย ขนาดผลเฉลี่ยโตกว่ามะนาวสายพันธุ์ทั่วไป ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด ตอนกิ่ง และเสียบยอด

มะนาวแป้นพิจิตร มีอีกชื่อเรียกคือ มะนาวแป้นพิจิตร 1 เป็นสายพันธุ์ที่ปลูกง่าย โตเร็ว ให้ผลผลิตสูง แต่มีจุดด้อยคือเปลือกหนา จึงเหมาะปลูกในวงซีเมนต์แล้วเปลือกจะบางโดยอัตโนมัติ ถ้าเพิ่มปุ๋ยช่วย

อีกแรงเปลือกจะเงาสวยและบางยิ่งขึ้น เหมาะสำหรับทำมะนาวนอกฤดู มะนาวในบ่อซีเมนต์

มะนาวแป้นดกพิเศษ

มะนาวแป้นดกพิเศษเป็นสายพันธุ์ที่พัฒนาขึ้นมาใหม่ มีทั้งวิธีแยก เกสรผสมกันระหว่างมะนาวที่ได้รับความนิยมหลายสายพันธุ์ และด้วยการ เอาเมล็ดไปเพาะทำให้กลายพันธุ์เป็นมะนาวพันธุ์ใหม่แบบถาวร โดยเกิด จากการเพาะเมล็ดของมะนาวแป้นที่นิยมปลูกทั่วไป

จุดเด่นคือทนต่อโรคและแมลง ผลมีขนาดใหญ่ ติดผลเป็นพวง (ต่างจากมะนาวแป้นพันธุ์แม่ที่จะติดผลเดี่ยวๆ) เปลือกบาง มีเมล็ดน้อย ให้น้ำเยอะ รสชาติเปรี้ยวจัด น้ำมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว กำลังเป็นที่นิยมปลูก ในเวลานี้

ลักษณะต้นเป็นไม้พุ่มสูง 2 เมตร กิ่งอ่อนมีหนาม ใบประกอบชนิด มีใบเดี่ยว ออกเรียงสลับรูปไข่ ปลายแหลม โคนมน ใบค่อนข้างใหญ่กว่า ใบมะนาวทั่วไป เนื้อใบหนา มีจุดน้ำมันกระจายทั่ว สีเขียวสด ดอกสีขาว มีกลิ่นหอม ออกเป็นช่อตามซอกใบและปลายยอด ผลกลมแป้นเล็กน้อย มีขนาดใหญ่กว่ามะนาวแป้นอย่างชัดเจน น้ำหนักผลประมาณ 10-12 ผล/ 1 กิโลกรัม เปลือกบาง ติดผลได้ตลอดโดยไม่ต้องใช้วิธีบังคับ ผลดกมาก จึงถูกตั้งชื่อว่า มะนาวแป้นดกพิเศษ ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด ตอนกิ่ง เสียบ ยอด และทาบกิ่ง

● มะนาวพันธุ์จ้ำรัส 28 และพันธุ์จ้ำรัส 29

มะนาวพันธุ์จ้ำรัส 28 และจ้ำรัส 29 เป็นการปรับปรุงสายพันธุ์โดย คุณจ้ำรัส คุณเจริญ เริ่มจากปรับปรุงพันธุ์มะนาวจ้ำรัส 9 ซึ่งเป็นลูกผสมระหว่างแม่พันธุ์มะนาวแป้นพวงผสมกับมะนาวหอมด้านเกวียน มีจุดเด่นคือให้ผลดก ลูกโต น้ำมาก เปลือกบาง น้ำหนัก 70-100 กรัม/ลูก ใบใหญ่ ต้านทานโรคได้ดี มาผสมกับมะนาวแป้นจรียาเบอร์ 1 เพื่อเพาะเมล็ดจนได้พันธุ์จ้ำรัส 28

ส่วนพันธุ์จ้ำรัส 29 เป็นผลจากการผสมระหว่างแม่พันธุ์จ้ำรัส 9 กับพ่อพันธุ์ส้มโชกุน ลักษณะผลแบนเหมือนมะนาวแป้นทั่วไป เปลือกบาง น้ำมาก ต้านทานโรคได้ดี เหมาะปลูกในแหล่งที่มีการระบาดของโรคของโรคแคงเกอร์ และเหมาะปลูกนอกฤดูเพื่อขายในช่วงมะนาวแพง

● มะนาวพันธุ์ทูลเกล้า

ผลใหญ่ไร้เมล็ด ชาวบ้านเรียก มะนาวสเปน ต่อมาเมื่อมีการในกระทรวงเกษตรและสหกรณ์นำมาปลูกและนำขึ้นทูลเกล้าถวายสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี จึงเรียก มะนาวพันธุ์ทูลเกล้า นับจากนั้นมา



ลักษณะต้นเป็นไม้พุ่ม ถ้าปลูกลงดินสามารถสูงได้ถึง 2-3 เมตร กิ่งก้านมีหนามแต่น้อยมาก กิ่งมักโค้งงอและยาวเกือบทอดเลื้อยตามหน้าดิน ใบหนากว่าใบมะนาวสายพันธุ์อื่นทำให้แมลงไม่ลงเกาะกิน ดอกสีขาวมี 4 กลีบ ร่วงง่าย มีกลิ่นหอม ผลมีรูปทรงกลม หากโตเต็มที่มีขนาดใหญ่

เกือบเท่าลูกเทนนิส ช่วงฤดูฝนเปลือกจะค่อนข้างหนา พอเริ่มเข้าสู่ฤดูแล้ง
เปลือกผลจะบางลงเอง ให้น้ำเยอะ รสชาติเปรี้ยวจัดอมหวาน ไม่มีเมล็ด

ลักษณะเด่นคือติดผลดกเป็นพิเศษในช่วงฤดูแล้ง ติดผลเป็นพวง 5-7 ผล ซึ่งเป็นช่วงที่มะนาวสายพันธุ์อื่นไม่ติดผลหรือติดผลน้อย จึงมีราคาแพง และติดผลดกมากขึ้นเรื่อยๆ ยิ่งอายุมากยิ่งติดผลดกเป็นทวีคูณ สามารถติดผลไม่ขาดต้นเกือบทั้งปี ขยายพันธุ์ด้วยการตอนกิ่งและเสียบยอด เป็นมะนาวอีกชนิดหนึ่งที่เหมาะปลูกเพราะทนต่อโรค โดยเฉพาะโรคแคงเกอร์ และแมลงได้ดี



มะนาวคาเวียร์ หรือมะนาวนิ้วมือ
เป็นพันธุ์พื้นเมืองของประเทศออสเตรเลีย
มีชื่อภาษาอังกฤษว่า Finger Lime ชื่อทาง
วิทยาศาสตร์ *Citrus australasica* เป็นพืช
ในสกุล Genus เช่นเดียวกับผลไม้รสเปรี้ยว



ทั่วไป ผลมีรูปทรงกระบอกยาว 4-8 เซนติเมตร ลักษณะภายในคล้ายไข่ปลา
คาเวียร์ มีหลายสี เช่น แดงเข้มเป้ญ พิงก์ ไช้ จาลิเรด เอมเมอร์ล และ
เทสดีกรีน แต่ละสีมีกลิ่นที่เป็นเอกลักษณ์ ขนาดของต้นสูงประมาณ 5-6
เมตร ใบมีขนาดเล็กยาว 1-6 เซนติเมตร ผิวใบเกลี้ยงและปลายใบหยัก
กลม ดอกสีขาว กลีบดอกยาว 6-9 มิลลิเมตร

มะนาวสายพันธุ์นี้กำลังเป็นที่นิยมในบ้านเรา ปัจจุบันมีการนำเข้ามาปลูกอย่างแพร่หลาย สามารถเติบโตได้ดีในบริเวณที่ฝนตกชุก ทุนน้ำค้าง และแดดจัด หากปลูกในพื้นที่ที่มีอุณหภูมิ 15-29 องศาเซลเซียสจะให้ผลดี ติดดอกออกผลตลอดทั้งปีในภูมิอากาศแบบบ้านเรา ให้ผลดกช่วงฤดูฝน แต่ในช่วงฤดูแล้งจะติดผลน้อย



คุณประโยชน์ของ มะนาว



เมื่อเอ่ยถึงมะนาว หลายท่านคงรู้ซึ่งถึงรสชาติที่เปรี้ยวจัดจนทำให้น้ำลายสอ ซึ่งในความเปรี้ยวก็แฝงไว้ด้วยประโยชน์และคุณค่าอย่างไม่น่าเชื่อ

คุณค่าทางโภชนาการ

มะนาวมีปริมาณน้ำมากและมีรสเปรี้ยวกว่าพืชชนิดอื่น จึงมีผู้นำมาใช้ประโยชน์ในหลายรูปแบบ จากการศึกษาข้อมูลพบว่าในน้ำมะนาวดิบ 1 ผล ปริมาณ 100 กรัม มีประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการมากมาย ดังนี้

น้ำ 88.26 กรัม	พลังงาน 30 กิโลแคลอรี	โปรตีน 0.70 กรัม
ไขมัน 0.20 กรัม	คาร์โบไฮเดรต 10.54 กรัม	ไฟเบอร์ 2.8 กรัม
น้ำตาล 1.69 กรัม	แคลเซียม 33 มิลลิกรัม	แมกนีเซียม 6 มิลลิกรัม
ฟอสฟอรัส 18 มิลลิกรัม	โพแทสเซียม 102 มิลลิกรัม	โซเดียม 2 มิลลิกรัม
วิตามินซี 29.1 มิลลิกรัม	วิตามินเอ 50 I.U.	

นอกจากคุณค่าทางโภชนาการแล้ว ยังมีสรรพคุณทางยา ช่วยบำรุงร่างกาย เสริมสุขภาพและเสริมความงาม จึงถือว่าเป็นพืชสารพัดประโยชน์ที่สร้างมูลค่ามหาศาล สมควรปลูกหรือมีไว้ประจำบ้านเป็นอย่างยิ่ง

สรรพคุณทางยา

มะนาวมีกรดอินทรีย์หลายชนิดที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย เช่น กรดซิตริก (Citric Acid) กรดมาลิก (Malic Acid) และกรดแอสคอร์บิก (Ascorbic Acid) กรดซิตริกนั้นช่วยในการขจัดแคลเซียมที่สะสมอยู่ในหลอดเลือดแดง ตับอ่อน ช่วยในการสลายนิ่วในไต และช่วยล้างสารพิษโดยการกระตุ้นด้วยเอนไซม์ธรรมชาติซึ่งช่วยบำรุงให้ผิวพรรณดีขึ้น และมีการค้นพบสรรพคุณทางยาจากทุกส่วนของมะนาวที่นำมาใช้ประโยชน์เป็นเวลายาวนาน



การนำมะนาวมาใช้ทางยาสมุนไพร

สมุนไพร หมายถึง ยาที่ได้จากส่วนของพืช สัตว์ และแร่ธาตุ อาจนำมาหั่นให้มีขนาดเล็กลง หรือนำมาบดเป็นผง มีพืชเพียงชนิดเดียวหรือหลายชนิดรวมกัน พืชชนิดต่างๆ มีสรรพคุณทางยาด้วยกันทั้งสิ้น แต่จะมีมากหรือน้อยเท่านั้น โดยการเลือกใช้ส่วนต่างๆ เพื่อให้มีประสิทธิภาพควรเลือกในช่วงที่ผลมะนาวแก่จัด ซึ่งสามารถนำส่วนต่างๆ มาใช้ประโยชน์ได้ดังนี้

น้ำมะนาว มีรสเปรี้ยว นำมาผสมกับเกลือและน้ำตาลทรายแดงจิบเป็นยาแก้ไอ ดื่มน้ำยาฟอกเลือด ขับเสมหะ เพราะกรดอินทรีย์หลายชนิดในน้ำมะนาวจะกระตุ้นให้ร่างกายขับน้ำลายออกมากทำให้ชุ่มคอ

เมล็ดมะนาว มีรสขม นำมาคั่วแล้วบดเป็นผงหรือต้มน้ำดื่มแก้ซางเด็ก แก้เมื่อยอดในปาก (มีเม็ดพิษผุดขึ้นในปาก) เป็นยาขับเสมหะ แก้ไข้ แก้อาเจียน และแก้พิษฝีภายใน

รากมะนาว รสจืดเย็น นำรากมาฝนกับน้ำหรือเหล้า มีสรรพคุณเป็นยาแก้ไข้ แก้ไข้กลับไข้ซ้ำ ถอนพิษผิดลำแดง ฝนกับเหล้าทาแก้ปวดฝี แก้พิษอักเสบ



ใบมะนาว มีรสปร่า แพทย์ตามชนบทใช้ใบมะนาว ต้มน้ำดื่มเป็นยาแก้ฟอกเสมหะ ฟอกโลหิตระดูสำหรับสตรี (ภูมิปัญญาชาวบ้าน)

เปลือกมะนาว ขับเสมหะ แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ แก้ลมวิงเวียน แก้ปวดท้อง จุกเสียด แน่น แก้เบื่ออาหาร



มะนาวอุดมไปด้วยสารฟลาโวนอยด์ (Flavonoid) ที่ไม่เพียงแต่ช่วยในการเพิ่มประสิทธิภาพของวิตามินซี แต่ยังช่วยในการควบคุมระบบความดันโลหิตและช่วยลดอาการอักเสบได้อีกด้วย นอกจากนี้ยังมีสารลิโมนอยด์ (Limonoid) และโมดิฟายด์ซิตรัสเพกติน (Modied Citrus Pectin)

นอกจากนี้ยังมีวิตามินซีสูง ช่วยรักษาอาการเลือดออกตามไรฟัน ช่วยฟอกและบำรุงโลหิต บรรเทาอาการไอและขับเสมหะ ต่อมทอนซิลอักเสบ ลดอาการเหงือกบวม ช่วยขับพยาธิ บรรเทาอาการท้องผูก ท้องอืด ปวดท้อง แน่นท้อง ท้องเฟ้อ อาการที่เกิดจากโรคกระเพาะ ท้องร่วง บิด ปัสสาวะกะปริบะปรอย โลหิตจาง โรคเหน็บชา และปวดตามข้อ



ภูมิปัญญาในด้าน ยาสมุนไพร



ภูมิปัญญา หมายถึง องค์ความรู้ ความสามารถ และทักษะอันเกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้ เลือกรร ปรุงแต่ง พัฒนา และถ่ายทอดสืบต่อกันมาเพื่อใช้แก้ปัญหาและพัฒนาวิถีชีวิต ซึ่งจากการนำมะนาวมาใช้ประโยชน์ต่างๆ มากมาย ทำให้เกิดการค้นพบความมหัศจรรย์ที่สั่งสมและถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นกลายมาเป็นภูมิปัญญาไทยที่หลากหลาย ทั้งสรรพคุณทางยา ส่งเสริมสุขภาพ เสริมความงาม และประโยชน์อื่นๆ อีกหลายประการ ล้วนเกิดจากการลองผิดลองถูกครั้งแล้ว ครั้งเล่าจนค้นพบสูตรสำเร็จ ซึ่งนอกจากในประเทศไทยแล้ว ยังพบว่ามีการใช้ประโยชน์จากมะนาวในอีกหลายประเทศ

ภูมิปัญญาการใช้ประโยชน์ของมะนาวในด้านยาสมุนไพร

แก๊โอเป็นเลือด

วิธีการรักษา : นำน้ำฝิ่ง 1 ช้อนชา มะนาว 4 ลูก และเกลือ 1 ช้อนชา ผสมเข้ากันให้มีรสเปรี้ยวเค็มหวาน ใช้จิบทุกครั้งที่ไอ จะแก้อาการไอ เป็นเลือดได้

แก้ต่อมทอนซิลอักเสบ (มีอาการบวมของต่อมทอนซิล)

วิธีการรักษา : นำน้ำมะนาวผสมน้ำฝิ่งกับปูนขาวแล้วดื่ม จะช่วย รักษาอาการอักเสบของต่อมทอนซิลได้

แก้ซาง ตุ่มในคอเด็ก และจับเสมหะ

วิธีการรักษา : นำเมล็ดมะนาวเผาไฟแล้วบดให้ละเอียด นำมา กวาดซางเด็ก (แก้ซางเด็ก) หรือใช้น้ำมะนาว 1 ช้อนชา หรือรากมะนาวฝน กับน้ำให้ข้น แล้วนำไปล้างคอเด็ก 2-3 ครั้ง ตุ่มในคอก็จะหาย นอกจากนั้น เมล็ดมะนาวยังสามารถเคี้ยวรับประทานเพื่อขับเสมหะได้อีกด้วย หากใช้ ติดต่อกัน 7 วันจะได้ผลดีมาก

แก้ไ้

วิธีการรักษา : นำใบมะนาวมาหั่นเป็นฝอย ชงกับน้ำเดือดแล้ว ดื่ม (แบบน้ำชา) จะช่วยลดไข้ได้ หรือนำใบมะนาวมาทำเป็นยาชงดื่มแก้ไข้ ที่มีอาการตัวเหลือง (เล็กน้อย) พบว่าที่ประเทศอินเดียถ้าเป็นไข้หวัดใหญ่ นิยมรักษาโดยให้ดื่มน้ำมะนาวแล้วพักผ่อน ถ้าเป็นไข้หวัดธรรมดา หาก รับประทานผลอินทผลัมและดื่มน้ำมะนาว อาการก็จะดีขึ้น

แก้ไ้กับระดู

วิธีการรักษา : นำใบมะนาว 100 ใบมาต้มแล้วดื่ม จะแก้ไ้
ทั้ระดูได้ (ภูมิปัญญาชาวบ้าน)

แก้ปวดศีรษะ

วิธีการรักษา : ฝานมะนาวแล้วนำปูนกินหมากละเลงบางๆ
ด้านหน้าของซีกมะนาว นำไปปิดตรงขมับ ทำติดต่อกัน 2 สัปดาห์ อาการ
ปวดก็จะค่อยๆ หาย หรือใช้น้ำมะนาวผสมกับน้ำตาล 1 แก้วดื่มตอนเช้า จะ
ช่วยให้หายวิ้งเวียนศีรษะ พบว่าชาวมาเลเซียใ้ใบมะนาวผสมกับน้ำมะนาว
บดทำเป็นยาใส่ผมแก้ปวดศีรษะ หรือประเทศในทวีปแอฟริกาตะวันตกจะตำ
ใบมะนาวให้ละเอียดถูศีรษะ หรือเคี้ยวรากมะนาวแก้ปวดศีรษะ

แก้เลือดออกตามไรฟัน (สาเหตุเกิดจากการขาดวิตามินซี ทำให้
เหงือกบวมและมีเลือดออกตามไรฟันเป็นประจำ หรือมีเลือดออกได้ง่าย)

วิธีการรักษา : ใ้ดื่มน้ำมะนาวหรือกินผลไม้รสเปรี้ยวเช่นส้ม ช่วย
แก้โรคเลือดออกตามไรฟันได้ หรือใ้มะนาวถูฟันสักพักเลือดจะหยุดไหล

แก้เหงือกบวม (เกิดจากโรคฟันหรือขาดวิตามินซี)

วิธีการรักษา : นำสำลีชุบน้ำมะนาวเช็ดที่เหงือกเข้าเย็น อาการ
บวมก็จะหาย

แก้ลิ้นเป็นฝ้าหรือลิ้นขาว

วิธีการรักษา : นำสำลีชุบน้ำมะนาวเช็ดหรือกวาดที่ลิ้นวันละ 3 ครั้ง
ลิ้นก็จะหายเป็นฝ้า

แก้เป็นลมวิงเวียน อยากอาเจียน

วิธีการรักษา : นำมะนาวมาผ่าซีกโรยเกลือป่น และหยอดน้ำตาลทรายขาวลงไป บีบใส่ปากสักพักอาการก็จะดีขึ้น ไม่ว่าจะป็นอาการคลื่นไส้จากการตั้งครรภ์ เมารถ แพ้อากาศ หรือใช้มะนาวจิ้มเกลืออมไว้ในปากสักครู่ จะทำให้รู้สึกสดชื่นขึ้น พบว่าในประเทศฟิลิปปินส์และจีนใช้เปลือกมะนาวขี้แล้วดมแก้คลื่นไส้เป็นลม ส่วนหมอพื้นเมืองชาวอินเดียนิยมใช้น้ำมะนาวแก้อาเจียนให้ผู้ป่วย

แก้วิงเวียนเมื่อคลอดบุตร

วิธีการรักษา : ปอกมะนาว 2-3 ลูกแล้วหั่นเป็นชิ้นพอดีคำ เพื่อให้ผู้ที่คลอดบุตรรับประทานแก้วิงเวียน หน้ามืด ตาลาย สำหรับคนเมาเหล้าหรือจะเป็นลม หากดื่มน้ำมะนาวหรืออมมะนาวกับเกลือ อาการก็จะดีขึ้น

แก้ลมเจิบ

วิธีการรักษา : นำใบมะนาวมาต้มน้ำดื่มกับยาหอมติดต่อกันประมาณ 1 สัปดาห์ จะทำให้อาการดีขึ้น

แก้ตาแดง

วิธีการรักษา : ล้างมะนาวให้สะอาด ผ่าเอาเมล็ดออก แล้วบีบบริเวณที่เป็นตาแดงหลายๆ หยด สัก 1-2 นาที พอหายแสบให้ล้างตาด้วยน้ำสะอาด อาการจะดีขึ้น

แก้น้ำเหลืองเสีย

วิธีการรักษา : นำใบมะนาว 108 ใบกับเกลือหรือดีเกลือประมาณ

3 ช้อนโต๊ะมาต้มรวมกัน ต้มครั้งละครึ่งแก้ว วันละหนึ่งครั้งก่อนนอน
(ภูมิปัญญาพื้นบ้าน)

แก้โรคผิวหนัง

วิธีการรักษา : แปะทวีปแอฟริกาตะวันตกกับอินเดียใช้น้ำมะนาว
ทาแก้โรคผิวหนัง

แก้กลาก เกื้อน หิด

วิธีการรักษา : นำกำมะถันมาตำให้ละเอียดแล้วบีบมะนาวใส่อย่าง
พอเหมาะ ทาบริเวณที่เป็นเกลื้อนหลังอาบน้ำและก่อนนอน หรือใช้มะนาว
ผ่าซีกแตะผงกำมะถันถูบริเวณที่เป็นหิด กลาก เกื้อน

แก้หูด

วิธีการรักษา : นำเปลือกมะนาวหมักกับน้ำส้มสายชู 2 วัน แล้ว
นำมาปิดที่หูด ปิดทับด้วยพลาสติกค้างคืนไว้ รุ่งเช้าจึงเอาออก ทำติดต่
กัน 2 สัปดาห์ก็จะหาย

แก้พุพอง

วิธีการรักษา : นำรากมะนาวฝนกับน้ำข้าวขาวทาแก้พุพอง แสบ
ร้อน

แก้ น้ำกัดเท้า

วิธีการรักษา : นำมะนาวทาบริเวณที่เป็นตุ่มคัน ทิ้งให้แห้ง ล้าง
ออกด้วยน้ำสบู่นี้แล้วทาแป้ง ตุ่มคันจากน้ำกัดเท้าก็จะหาย

แก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อย

วิธีการรักษา : นำมะนาวพอกหรือปิดบริเวณปากแผลที่แมลงสัตว์กัดต่อยทิ้งไว้ 2-3 นาทีแล้วเปลี่ยนใหม่ จะแก้พิษและบรรเทาอาการปวดได้ พบว่าในประเทศจีนใช้ผลสดคั้นน้ำแล้วทาบริเวณที่ถูกตะขาบกัดหรือแมลงป่องต่อยทันที

แก้อาการคันในร่มผ้า (เกิดจากความชื้นหรือความสกปรก)

วิธีการรักษา : นำมะนาวผ่าซีกทาบริเวณที่คันก่อนนอนและหลังตื่นนอน

แก้ฝี แก้ปวดฝี

วิธีการรักษา : นำรากสดฝนกับเหล้าทาบริเวณที่เป็นฝี หรือชูดเอาผิวมะนาวผสมกับปูนแดงปิดฝีก็ได้เช่นกัน

แก้ฝี มะตอย

วิธีการรักษา : นำมะนาวทั้งลูกมาคว้านไส้ในออก เอาปูนกินหมากทาภายในเล็กน้อย แล้วสวมนิ้วที่เป็นฝีเข้าไป อาการก็จะดีขึ้น

แก้แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

วิธีการรักษา : นำน้ำมะนาวมาซโลมบริเวณที่ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก จะช่วยดับพิษปวดแสบปวดร้อนได้

แก้บาดทะยัก (เมื่อถูกตะปูตำ หนามเกี่ยว หรือถูกของมีคม อาจติดเชื้อเป็นบาดทะยักได้)

วิธีการรักษา : บีบน้ำมะนาวใส่แผล จะช่วยป้องกันบาดทะยักได้

แก้ปวดท้อง ท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นท้อง

วิธีการรักษา : บีบน้ำมะนาวดื่มกับน้ำอ้อยหรือน้ำตาลจะแก้อาการเหล่านี้ได้ หรือเด็กท้องอืดร้องกวนในเวลากลางคืน ให้เอาปูนกินหมากขยี้บนฝ่ามือ บีบน้ำมะนาวคลุกให้เข้ากันแล้วทาท้องเด็ก สักครู่เด็กจะผายลม 2-3 ครั้งและหยุดร้องให้ หลับสบายตลอดคืน เพราะน้ำมะนาวทำปฏิกิริยากับปูนช่วยบรรเทาความร้อนได้

รักษาโรคกระเพาะ

วิธีการรักษา : นำเปลือกมะนาวชงกับน้ำอุ่น ดื่มเป็นยาขับลมและแก้โรคกระเพาะได้

แก้ท้องผูก

วิธีการรักษา : นำน้ำมะนาวประมาณค่อนแก้วกาแฟ ใสเกล็ดลงไปเล็กน้อยให้เค็มพอประมาณ ดื่มทุกวันเป็นยาระบาย ทำให้เจริญอาหาร

แก้ท้องร่วง

วิธีการรักษา : นำน้ำมะนาวผสมกับน้ำสะอาดดื่มแก้ท้องร่วงได้

บรรเทาอาการอาหารเป็นพิษ

วิธีการรักษา : นำน้ำมะนาวผสมน้ำปูนใส เติมเกล็ดให้มีรสเค็ม

รับประทานครั้งละ 1 ช้อนโต๊ะ จะบรรเทาอาการอาหารเป็นพิษได้

แก้อาการอาหารผิดสำแดง

วิธีการรักษา : นำรากมะนาวฝนกับน้ำซาวข้าว (ถ้าได้รากมะนาวหวานยิ่งดี) หรือนำปูนกินหมากมาแช่น้ำ และเอาน้ำใสๆ มาผสมกับน้ำมะนาว ดื่มแก้อาการได้

แก้บิด

วิธีการรักษา : ผสมน้ำมะนาวกับน้ำผึ้งในอัตราส่วนเท่ากัน รับประทานครั้งละ 1 ถ้วยตะไล ประมาณ 2-3 ถ้วย หรือผสมน้ำปูนใส กับน้ำมะนาวอย่างละเท่าๆ กัน ดื่มแก้อาการได้ โดยชาวมาเลเซียใช้ รากมะนาวต้มดื่มแก้บิด

ขับพยาธิไส้เดือน

วิธีการรักษา : ชาวอินเดียใช้น้ำมะนาวผสมน้ำผึ้งดื่มขับพยาธิไส้เดือน

แก้นิ่ว

วิธีการรักษา : นำรากมะนาวมาต้มดื่มแล้วนิ่ว (หินปูนในกระเพาะปัสสาวะ) จะละลายออกมาหมด หากนิ่วมีขนาดใหญ่ก็ต้องใช้เวลา

แก้โรคเหน็บชา

วิธีการรักษา : นำน้ำตาลทรายขาว 1 ลิตร เกลือ 1 ลิตร และน้ำ 4 ลิตร ต้มรวมกันจนเดือด พอเย็นให้เทใส่ไหหรือภาชนะ แล้วผ่าลูก

มะนาวจำนวนเท่าอายุคนป่วยออกเป็นสองส่วน ให้นำมะนาวเพียงส่วนเดียว
ใส่ลงไปในภาชนะแล้วปิดปากนำไปฝังไว้ในข้าวเปลือก หลังจากนั้น 7 วัน
ให้ดื่มจนหมด นำกากไปตำและตากแดดให้แห้ง แล้วดื่มให้หมด โรค
เหน็บชาก็จะหาย (ภูมิปัญญาพื้นบ้าน)



ภูมิปัญญาในด้าน บำรุง ร่างกาย



รักษาปากให้สะอาด

วิธีการรักษา : ป้อน้ำมะนาวลงในแก้วสัปดาห์ 2-3 หยด ใช้บ้วนปากเป็นประจำ จะช่วยขจัดกลิ่นและทำให้ปากสะอาดขึ้น

รักษาเสียงแหบแห้ง

วิธีการรักษา : ฝานมะนาวครึ่งลูกจิ้มเกลือป่นลงคอ ทำเป็นประจำทุกเช้า จะช่วยบำรุงเสียงหรือรักษาเสียงที่แหบแห้งได้

แก้กระหาย

วิธีการรักษา : ดื่มน้ำมะนาวในขณะที่เหนื่อยหรือกระหายน้ำ

บำรุงผิว

วิธีการรักษา : นำผลมะนาวที่ปีบเอาน้ำออกหมดแล้ว มาทาบริเวณข้อศอก คาง เข่า ฝ่าเท้า ส้นเท้า จะทำให้ผิวนุ่มนวล



บำรุงผิวแตกเนื่องจากขาดความชุ่มชื้น

วิธีการรักษา : นำน้ำมะนาวมาทาผิว ทำให้ผิวชุ่มชื้นไม่แตกกร้าน ในช่วงอากาศหนาวหรือแห้ง

รักษากลาก

วิธีการรักษา : นำน้ำมะนาวบีบใส่ดินสอพองหมาดๆ แล้วทาทุกๆ คืนก่อนนอน พอรุ่งเช้าก็ล้างออก ทำอย่างนี้ทุกวัน ไม่นานรอยดำก็เลือนหาย



รักษาเส้นก้ำแตก (เกิดจากเท้าแห้งหรือขาดการดูแล)

วิธีการรักษา : บีบมะนาวลงบนบริเวณที่เป็นแผลวันละ 2-3 ครั้ง ภายใน 7 วันผิวหนังบริเวณนั้นก็นุ่มนวลขึ้น

สระผม แก่คันศีรษะ

วิธีการรักษา : ใช้น้ำมะนาวสระผม จะทำให้ผมหอมและสะอาด (เช่นเดียวกับมะกรูด) หรือถ้าคันศีรษะบ่อยๆ ให้ใช้น้ำมะนาวนวดศีรษะให้ทั่ว ทั้งไว้สักครู่ก่อนสระผม จะแก้อาการคันศีรษะได้

หัวโบน (ถูกของแข็งกระแทก)

วิธีการรักษา : นำแป้งดินสอพองผสมน้ำมะนาวทาตรงบริเวณที่ซ้ำสักพัก อาการบวมปวดจะยุบ หันมาวันละ 1-2 ครั้ง ภายใน 2 วันจะหายเป็นปกติ

ใช้รักษาผิวหนังฟกช้ำ

วิธีการรักษา : นำน้ำมะนาวผสมกับดินสอพองข้นๆ ทาบริเวณที่ฟกช้ำทุกวันเช้าเย็น เลือดที่คั่งอยู่จะค่อยๆ จางและหายเป็นปกติ

แก้ปัสสาวะกะปริดกะปรอย

วิธีการรักษา : นำใบมะนาวต้มน้ำตาลแดง ดื่มประมาณ 2-3 วันอาการจะดีขึ้น

รักษาระดูขาว

วิธีการรักษา : นำน้ำมะนาว 2 ช้อน เกลือและน้ำตาลนิดหน่อย

ผสมน้ำใส่น้ำแข็งดื่ม จะช่วยให้อาการดีขึ้น

ใช้พอกโลหิต

วิธีการรักษา : นำใบมะนาว 7 ใบตำกับน้ำพอประมาณ ดื่ม
ครั้งละ 3 ถ้วยชาวันละ 3 เวลา (ภูมิปัญญาพื้นบ้าน)

รักษาโลหิตจาง

วิธีการรักษา : นำน้ำมะนาวผสมกับน้ำหวานและเกลือทะเล (พอสมควร) ใส่น้ำแข็ง จะช่วยบำรุงโลหิต แก้โลหิตจาง และทำให้ผิวพรรณ
ผุดผ่องมีน้ำมีนวลขึ้น

รักษาอาการอ่อนเพลีย

วิธีการรักษา : ปีบมะนาว 1 ลูกใส่แก้ว ผสมด้วยน้ำตาลทราย 2
ช้อนโต๊ะ เติมน้ำครึ่งแก้วแล้วดื่มให้หมด จะรู้สึกกระชุ่มกระชวยขึ้น สำหรับ
ผู้เพิ่งฟื้นจากไข้ รับประทานอาหารไม่อร่อยหรือไม่อยากรับประทานอาหารอะไร
ต้องแก้ด้วยอาหารที่มีรสเปรี้ยว หรือชงน้ำมะนาวดื่ม มะนาวจิ้มยาหอม
มะนาวจิ้มเกลือก็จะช่วยได้

บำรุงร่างกายเป็นยาอายุวัฒนะ

วิธีการรักษา : นำมะนาว 1 ลูกผ่าเอาเมล็ดออก แล้วคั้นชงกับ
น้ำอุ่นและน้ำตาล 2 ช้อน จะทำให้แข็งแรงและชุ่มคอ หรือใช้มะนาว 50 ผล
น้ำผึ้ง 1 ขวด พริกไทยล่อนครึ่งลิตร ตำพริกไทยให้ป่น ใส่ผ้าขาวบางห่อตอ
รวมกันในโหล 3 วันเพื่อดื่มเป็นยาอายุวัฒนะ

ช่วยให้เจริญอาหาร

วิธีการรักษา : สำหรับผู้ที่รับประทานอาหารได้น้อย ให้นำมะนาว 30 ลูกผ่าซีกทั้งเปลือก แล้วเอายาดำใส่ดีเกลือเล็กน้อย พร้อมกับเกลือแกงพอประมาณ (จนรู้สึกร่าเค็ม) มาดองใส่ขวดโหลไว้ประมาณ 3 คืน มีสรรพคุณช่วยให้เจริญอาหารและเป็นยาระบาย ยาถ่ายพยาธิอีกด้วย

ความดันต่ำ-สูง

วิธีการรักษา : นำใบมะนาว 108 ใบต้มน้ำรักษาอาการโรคความดันต่ำและสูงได้ (ภูมิปัญญาพื้นบ้าน)

