

## ประโยชน์และสรรพคุณของกระถิน

กระถิน หรือกระถินดอกขาว, กระถินไทย, สะตอบ้าน, สะตอเทศ (Wild Tamarind) นั้นเป็นพืชจำพวกต้นชนิดหนึ่ง อยู่ในหมู่เกาะมหาสมุทรแปซิฟิกและอเมริกาเขตร้อน ส่วนในประเทศไทยนั้นเริ่มนำสมุนไพรชนิดนี้เข้ามาปลูกตั้งแต่ช่วงสมัยสุโขทัยเลยทีเดียว และเพราะต้นกระถินนั้นปลูกง่ายขยายพันธุ์ได้ดีจึงทำให้สามารถพบเห็นได้ง่าย

### ลักษณะของกระถิน

สำหรับต้นกระถินนั้นเป็นไม้พุ่มหรือไม้ต้นขนาดเล็ก ไม้ผลัดใบ สูงประมาณ ๓ - ๑๐ เมตร เปลือกลำต้นมีสีเทา ส่วนใบนั้นคล้ายขนนกสองชั้น เรียงสลับ ยาวประมาณ ๑๒.๕ - ๒๕.๐ เซนติเมตร โดยแยกแขนงออกประมาณ ๓ - ๑๙ คู่ แกนกลางใบมีขน โคนใบเบี้ยว ปลายแหลม และดอกกระถินนั้นจะมีสีขาว โดยออกดอกเป็นช่อประมาณ ๑ - ๓ ช่อ แบบกระจุกแน่นตามง่ามใบรวมทั้งปลายกิ่ง กลีบเลี้ยงโคนคล้ายรูปประฆังติดกัน มีกลีบดอกอยู่ ๕ กลีบ ปลายเป็นรูปสามเหลี่ยม ๕ แฉก เมื่อดอกกระถินบานเจริญเต็มที่แล้วกว้างประมาณ ๒.๐ - ๒.๕ เซนติเมตร และเมล็ดเป็นมันมีสีน้ำตาลรูปไข่แบนกว้าง

### ฝักกระถิน

#### ประโยชน์และสรรพคุณของกระถิน

สำหรับประโยชน์และสรรพคุณทางยาของกระถินนั้นได้มาจาก ๒ ส่วนหลักๆ ดังนี้

**ดอก** - ช่วยแก้เกล็ดกระดี่ขึ้นตา และบำรุงตับให้รสมัน

**ราก** - นับได้ว่าเป็นยาอายุวัฒนะเลยทีเดียว ช่วยในการขับลม ขับระดูขาว ให้รสมืดและฝื่อน



### ดอกกระถิน

สำหรับใครที่กำลังมองหากระถินอยู่ละก็ ควรเลือกซื้อยอดกระถินที่มีความสดใหม่เสมอ โดยไม่ร่วงโรยหรือเหี่ยวเฉา เมื่อซื้อมาแล้วควรนำมาห่อไว้ด้วยกระดาษอาจเป็นกระดาษหนังสือพิมพ์ก็ได้ จากนั้นก็ใส่กล่องพลาสติกไว้แล้วปิดฝาให้มิดชิดเก็บไว้ในตู้เย็นช่องผัก เพียงเท่านี้ก็

สามารถช่วยยืดอายุของกระถินในมือได้เพิ่มขึ้น แต่อย่างไรก็ตาม แม้กระถินจะมีประโยชน์มาก แต่โทษของมันก็มีอยู่เช่นกันคือในกระถินจะช่วยดูดซับธาตุซีลีเนียมจากดินมาสะสมไว้เป็นจำนวนมากทำให้อาจเกิดพิษขึ้นได้ และในใบกระถินจะมีสารลิควินินที่ทดลองในสัตว์พบว่าทำให้ขนร่วงและเป็นหมัน แต่ทั้งนี้ยังไม่มียาจนถึงอันตรายข้อนี้ในมนุษย์

