

ลาน สรรพคุณและประโยชน์ของต้นลาน 15 ข้อ ! (ลานวัด, ลานป่า, ลานพรุ)

By MedThai | POSTED: 2 พฤศจิกายน 2013, UPDATED: 4 สิงหาคม 2017

ลาน

ชื่อสามัญ Fan palm, Lontar palm, Talipot palm

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Corypha umbraculifera* L.

ชื่อพ้องวิทยาศาสตร์ *Bessia sanguinolenta* Raf., *Corypha guineensis* L. จัดอยู่ในวงศ์ปาล์ม (ARECACEAE)

ซึ่งแต่เดิมใช้ชื่อว่า PALMAE หรือ PALMACEAE

สมุนไพรลาน มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า ลานบ้าน, ลานวัด, ลานหมื่นเถิดเทิง, ปาล์มพัด เป็นต้น

ต้นลาน เป็นพืชใบเลี้ยงเดี่ยวที่อยู่ในตระกูลปาล์ม มีถิ่นกำเนิดอยู่ในอเมริกาและในแถบเมดิเตอร์เรเนียน โดยส่วนใหญ่แล้วต้นลานมักจะขึ้นในที่ที่มีอากาศชื้นเย็นและมีฝนตกมาก มีความทนทานต่อภัยธรรมชาติได้ดี ต้นเล็กแม้ว่าจะถูกไฟไหม้แต่ก็สามารถงอกขึ้นมาใหม่ได้ เนื่องจากมีรากที่ลึกมาก โดยพรรณไม้ในสกุลลานจะมีอยู่ด้วยกัน 6 ชนิดทั่วโลก แต่สำหรับในประเทศไทยจะพบต้นลานเพียงแค่ 3 ชนิดเท่านั้น ได้แก่

ลานพรุ (gehang palm, ebang Palm) มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Corypha utan* Lam. มีเขตการกระจายพันธุ์ตั้งแต่อินเดียไปจนถึงฟิลิปปินส์ และรวมไปถึงทางตอนเหนือของออสเตรเลียและประเทศไทย พบได้มากในแถบภาคใต้แถว ๆ จังหวัดนครศรีธรรมราช สงขลา กระบี่ และพังงา ปาล์มชนิดนี้มักขึ้นตามแนวชายฝั่งแม่น้ำหรือในพื้นที่ที่ชุ่มน้ำ มีลักษณะของลำต้นที่สูงคล้ายกับต้นตาล โดยมีความสูงประมาณ 30 เมตร ขนาดของลำต้นไม่รวมกาบใบมีเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 40-60 เซนติเมตร และมักขึ้นรวมกันเป็นจำนวนมากในที่ราบท้องทุ่ง แม้ในบริเวณที่มีน้ำขัง[1],[3],[4]

ลานป่า หรือ ลานทุ่ง (Indochinese fan palm) มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Corypha lecomtei* Becc. ex Lecomte สามารถพบได้ในประเทศไทยและเวียดนาม จัดเป็นพันธุ์ไม้ดั้งเดิมของไทย โดยพบได้มากที่ปราจีนบุรี ชอนแก่น และสระบุรี และยังพบได้ทั่วไปในจังหวัดลพบุรี ตาก นครปฐม และพิษณุโลก และต้นลานป่านี้นี้จะมีขนาดใหญ่ไม่เท่าลานวัด โดยมีความสูงประมาณ 15 เมตร และมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางของต้นไม่รวบกาบใบประมาณ 45-75 เซนติเมตร

ลานวัด หรือ ลานบ้าน หรือ ลานหมื่นเถิดเทิง (ทั่วไปเรียกว่า "ลาน" หรือ "ต้นลาน") (Fan palm, Lontar palm, Talipot palm) มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Corypha umbraculifera* L. เป็นปาล์มชนิดที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในโลก โดยมีถิ่นกำเนิดในประเทศศรีลังกาและอินเดีย และยังเป็นต้นไม้ประจำชาติของศรีลังกาอีกด้วย สำหรับในประเทศไทยจะไม่พบตามธรรมชาติ แต่มีการนำมาเพาะปลูกในภาคเหนือ

ต้นลาน

ลักษณะของต้นลานวัด

ต้นลาน จัดเป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง มีลำต้นตรงและแข็ง เป็นไม้ต้นเดี่ยวไม่แตกหน่อหรือกอ ส่วนเนื้อไม้เป็นเส้นใย ไม่มีกิ่ง ลำต้นมีกาบใบติดคงทน เรียงเวียนอยู่โดยรอบ และมีหนามคล้ายฟันเลื่อยสั้น ๆ อยู่ทั้งสองข้างริมขอบกาบใบ ลำต้นมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 80 เซนติเมตร ต้นลานเมื่อแก่แล้วหรือมีอายุราว 20-80 ปี เมื่ออายุ 20-30 ปี ลำต้นจะมีความสูงถึง 25 เมตร ในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนมิถุนายนต้นลานจะออกดอกและผล ซึ่งนั่นหมายถึงชีวิตช่วงสุดท้ายของต้นลาน โดยผลเมื่อแก่แล้วจะร่วงหล่นลงสู่พื้นดิน เมล็ดในผลจะงอกเป็นต้นลานขึ้นมาใหม่มากมาย



ต้นลานบ้าน



ต้นลานวัด



ลูกลานวัด

ใบลาน ใบมีขนาดใหญ่ ลักษณะคล้ายรูปฝ่ามือหรือรูปพัด ค่อนข้างกลมคล้ายกับใบตาล จนบางครั้งอาจเรียกว่า "ปาล์มพัด" ใบมีสีเขียวอมเทา แผ่นใบมีขนาดประมาณ 2.5-3 x 2.5-3 เมตร ส่วนก้านใบออกสีเขียวอ้วน สั้น ยาวประมาณ 2.5-3 เมตร และขอบก้านใบมีหนามแน่นเป็นฟันคมสีดำยาวประมาณ 1 เซนติเมตร และมีเส้น โค้งกลางใบยาวประมาณ 1 เมตร แผ่นใบหักเป็นคลื่น มีร่องแฉกแยกแผ่นใบ 110 แฉก แต่ละแฉกมีขนาด ประมาณ 75-150 x 4.6-5 เซนติเมตร (เป็นพันธุ์ไม้ที่มีใบใหญ่ที่สุดในโลก) เป็นไม้ทิ้งใบได้เองตามธรรมชาติ



ใบลาน



กาบใบลาน

ดอกลาน หรือ ดอกต้นลาน ออกดอกเป็นช่อใหญ่คล้ายรูปพีระมิดตรงส่วนยอดของลำต้น มีความยาวประมาณ 6 เมตร ก้านช่อดอกสั้นหรือไม่มี ส่วนแกนช่อดอกยาวประมาณ 6 เมตร มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 35 เซนติเมตร โดยแกนช่อดอกจะมีถึง 30 ก้าน แขนงของก้านช่อดอกย่อยมีถึง 40 ก้าน ในแต่ละก้านจะยาวประมาณ 5-25 เซนติเมตร ในช่อดอกหนึ่งจะมีดอกลานอยู่เป็นจำนวนมากเป็นล้าน ๆ ดอก โดยดอกจะมีสีเหลืองอ่อนและมีกลิ่นหอม (บ้างก็ว่าดอกมีสีขาวครีม) นับตั้งแต่เมื่อเริ่มออกช่อดอกและบานกลายเป็นผลสำหรับรับประทาน จะใช้เวลาประมาณ 1 ปีขึ้นไป



ดอกต้นลาน



ดอกลานดอกลานวัด

ผลลาน หรือ ลูกลาน หรือ ลูกต้นลาน ผลมีลักษณะกลมรี มีสีเขียว มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 3.5-4.5 เซนติเมตร หนึ่งผลมีหนึ่งเมล็ด เมล็ดมีลักษณะกลมสีดำ ส่วนเนื้อในของผลจะคล้ายกับลูกจากหรือลูกชิด สามารถนำมารับประทานได้ ผลเมื่อแก่แล้วจะร่วงหล่นลงพื้นดิน แล้วจะงอกเป็นต้นลานเล็ก ๆ มากมายส่วนเนื้อของลูกลานจะคล้ายกับลูกชิดแต่จะมีลักษณะกลม มีรสชาติจี๊ดและเหนียวหนืด



ลูกต้นลาน



ผลลานลูกลาน

สรรพคุณของลาน

- ช่วยรักษาไข้หวัด ด้วยการใช้น้ำคั้นมาฝนแล้วรับประทาน (ราก)
- รากนำมาฝนใช้รับประทานเป็นยาแก้ร้อนในและช่วยขับเหงื่อ (ราก)
- ลูกใช้รับประทานเป็นยารักษาโรคกระเพาะ ช่วยฆ่าเชื้อในลำไส้ และช่วยระบาย (ลูกลาน)
- เปลือกของผลสามารถรับประทานเป็นยาขับระบายได้ดี (เปลือกผล)
- ต้นมีสรรพคุณเป็นยาแก้พิษต่าง ๆ (ต้น)
- บางแห่งมีการนำใบลานเผาไฟมาใช้เป็นยาเพื่อช่วยดับพิษอักเสบ แก้อาการฟกช้ำบวมได้ดี ซึ่งโดยทั่วไปจะเรียกว่า "ยามหานิล" (ใบแก่)

ประโยชน์ต้นลาน

เนื้อในของผลนิยมนำมารับประทานได้เช่นเดียวกับลูกจากหรือลูกชิด ใช้ทำเป็น ลูกลานเชื่อม ลูกลานลอยแก้ว ลูกลานเมื่อนำมาทุบทั้งเปลือกแล้วโยนลงน้ำจะช่วยทำให้ปลาเมา (แต่ไม่ถึงตาย) ทำให้สะดวกในการจับปลา

ในส่วนของลำต้นเมื่อนำมาตัดเป็นท่อน ๆ สามารถนำมาใช้ทำเป็นที่นั่งเล่น หรือนำไปใช้เพื่อตกแต่งหรือประดับสวนได้ และยังใช้ทำฟืนเป็นเชื้อเพลิงสำหรับการหุงต้ม ส่วนทางภาคใต้บางแห่งอาจมีการนำมาใช้ทำเป็นครกและสาก นอกจากนี้ลำต้นยังสามารถนำมาใช้เลี้ยงด้วงได้เป็นอย่างดี ส่วนต้นลานที่แก่จัดยังสามารถนำมาเลื่อยเอากาบมาใช้ทำเป็นโรงเรือนสำหรับเลี้ยงสัตว์ หรือใช้ทำเป็นที่อยู่อาศัยได้

สำหรับต้นลานป่านั้น เนื่องจากมีลำต้นและใบที่สวยงาม จึงมีผู้นำมาใช้สำหรับตกแต่งเป็นไม้ประดับตามสวนเพื่อใช้ประดับทัศนียภาพให้ดูสวยงาม

ใบลานอ่อนหรือยอดลานอ่อน นิยมใช้เป็นที่เขียนจารึกตัวอักษรในหนังสือพระธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา ด้วยการใช้น้ำขี้เถ้าผสมจารบดใบลานแล้วใช้ยางรักทา แล้วเอาทรายมาลบ ยางรักจะแทรกอยู่ในตัวหนังสือที่จารเป็นเส้นดำ หรือจะใช้เขม่าไฟแทนก็ได้ โดยเราจะเรียกหนังสือจากใบลานนี้ว่า "คัมภีร์ใบลาน" (ใบลานปากก็ใช้ได้เช่นกัน) นอกจากนี้ยังสามารถนำมาพิมพ์เป็นการ์ด หรือนามบัตร ที่คั่นหนังสือ หรือนำไปใช้ในงานจักสานต่าง ๆ เพื่อใช้ทำเป็น พัด หมวก กระเป๋า เสื้อ กอบ ภาชนะต่าง ๆ ในครัวเรือน รวมไปถึงทำเป็นเครื่องประดับสำหรับตกแต่งบ้าน เช่น การทำเป็นโมบายรูปสัตว์ อย่างเช่น ปลาตะเพียน

ใบลานแก่ สามารถนำมาใช้สำหรับมุงหลังคา ทำเป็นผนังหรือฝาบ้านได้

ก้านใบสามารถนำมาใช้ทำเป็นโครงสร้าง ไม้ซื่อ ไม้แปะ รวมไปถึงผนัง หรือนำมาใช้แทนเชือกเพื่อบindingของได้ดีเพราะมีความเหนียวมาก

กระดุกลาน (ส่วนที่ใกล้กับบริเวณหนามแหลม) จะมีความแข็งและเหนียวมากกว่าก้านใบ สามารถนำมาใช้ทำเป็นคันกลดพระธุดงค์ได้ หรือนำไปใช้ทำเป็นขอบภาชนะจักสานทั่ว ๆ ไป เช่น ขอบตะกร้า ขอบกระดัง กระบุง ตะแกรง ฯลฯ

ทางภาคใต้จะนำยอดของลานพรมมาฉีกเป็นใบ แล้วสาวออกเป็นเส้น ๆ ปั่นเป็นเส้นยาวคล้ายกับด้าย สามารถนำไปใช้ทอเป็นแผ่น หรือที่เรียกว่า "ห่มอวน" หรือ "หางอวน" ทำเป็นถึงรูปสามเหลี่ยมใช้สำหรับไว้ต่อปลายอวน ใช้เป็นถุงจับกุ้ง หรือสานเป็นถุงใส่เกลือ ซองใส่ยาเส้น ซองใส่แว่นตา หรือใช้ทำเป็นเคยสำหรับทำกะปิ ฯลฯ

เอกสารอ้างอิง

เทรกกิ้งไทยดอตคอม. "เรื่องของ ต้นลาน ใบลาน". [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: www.trekkingthai.com. [2 พ.ย. 2013].

สำนักงานโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: www.rspg.or.th. [2 พ.ย. 2013].

สำนักพิพิธภัณฑสถานและวัฒนธรรมการเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. "ลาน พืชสืบสานวิถีชีวิตไทย". [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: oamc.ku.ac.th. [2 พ.ย. 2013].

หนังสือชื่อพรรณไม้แห่งประเทศไทย. สวนพฤกษศาสตร์ป่าไม้ สำนักวิชาการป่าไม้ กรมป่าไม้. (เต็ม สมิตินันทน์).

GotoKnow. "ลูกลาน หาทานยาก (60 ปีมีทานหนึ่งครั้ง ?)". (เจษฎา). [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: www.gotoknow.org. [2 พ.ย. 2013].

โรงเรียนเชียงใหม่. "ต้นลาน". (สุนันท์ รักช้าง). [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: www.cy.ac.th. [2 พ.ย. 2013].

ภาพประกอบ : www.flickr.com (by tranquilometro, slurp, LIS Atelier, Russell Cumming, KarlGercens.com, The University of the West Indies, swazilander)

เรียบเรียงข้อมูลโดยเว็บไซต์เมดไทย (Medthai)

แหล่งที่มาของข้อมูล

<https://medthai.com/%E0%B8%95%E0%B9%89%E0%B8%99%E0%B8%A5%E0%B8%B2%E0%B8%99/>