

กระเพราแดง



คำอธิบาย :

กระเพราแดง หรือ Red Holy Basil เป็นพืชในวงศ์ LAMIACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์ Ocimum tenuiflorum L.

ชื่อเรียกอื่น ๆ เช่น เชียงใหม่ เรียก กอมก้อดง ภาคกลาง เรียก กระเพราชน กระเพราแดง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เรียก อีตูไทย

กระเพราแดง เป็นพืชล้มลุก แต่มีอายุยืนยาวกว่าพืชผักทั่วไป มีอายุหลายปี แพร่ขยายพันธุ์ได้โดยเมล็ด เป็นสมุนไพรในตำรายาไทย ใช้รักษาโรคต่างๆ ได้มากกว่า 10 โรค เป็นผักที่มีกลิ่นหอมฉุน รสเผ็ด ต้ม ใบ กิ่ง มีสีคล้ำ สีเขียวอมแดง หรือเขียวอมม่วงแดง ใช้ใบเป็นอาหาร ใช้ทุกส่วนของลำต้นเป็นยารักษาโรคสารพัด มีคุณค่าทางอาหาร

กระเพราแดง เป็นที่รู้จักกันว่า นิยมนำมาทำยาสมุนไพร แต่มีหลายคนที่นิยมนำมาประกอบอาหาร เพราะได้รสชาติที่เรียกว่า แรงกว่า ผัดกระเพราหมู กระเพราไก่ กระเพราเนื้อ ใส่ต้มโคล้งหัวปลา แกงเลียง แกงป่า ต้มยำปลา ต้มยำไก่ ผัดฉ่าปลาหมึก ผัดฉ่าปลาตุ๋น ไข่เจียวใบกระเพรา ข้าวต้มทะเล ใบกระเพราทอดกรอบ ส่วนของใบที่นำมาทำอาหาร เป็นลักษณะใบเดี่ยว ออกตรงข้ามกัน ใบยอดมีขนอ่อน เนื้อใบบาง ใบเล็กกว่ากระเพราขาว รูปร่างใบรูปรี หรือรีขอบขนาน กว้างยาวประมาณ 1-2.5 เซนติเมตร ปลายใบโคนใบแหลม หรือมน ขอบใบหยัก กลิ่นกระเพราหอมแรงกว่า และกลิ่นชัดเจนกว่า มีระบบรากแก้วที่แข็งแรง ลำต้นแข็งแรง

สรรพคุณทางยาของกะเพราแดง รักษาอาการวิตกกังวล เครียด ซึมเศร้า ช่วยป้องกันรักษาดวงตา ป้องกันแก้วตา
ขุ่น ฟันฟูจอบุคประสาทตา บำรุงสายตาช่วยในการมองเห็น ลดอาการบวมของเส้นประสาทตาจากการป่วย
โรคเบาหวาน รักษาอาการกรดไหลย้อน แก้อืดท้องเฟ้อ จุกเสียด แน่นหน้าอก แก้อคลื่นเหียนอาเจียน รักษา
แผลในกระเพาะ ช่วยให้เจริญอาหาร แก้อาการท้องอืด ท้องเสีย ท้องผูก ท้องเสีย ท้องอืด ท้องเฟ้อ ช่วยเพิ่มน้ำนม
สตรีหลังคลอด รักษากลาก เกลื้อน รักษาโรคหูด น้ำคั้นจากใบกะเพราแดงช่วยขับเหงื่อ ขับเสมหะ แก้ไข้ ขับลม
แก้ปวดหลัง หยอดแก้ปวดหู กะเพราผงขงต้มบำรุงธาตุ และลดน้ำตาลในเลือดในปัสสาวะ เมล็ดแช่น้ำพองเป็น
เมือกใช้พอกตาเมื่อมีขี้ผึ้งฝุ่นเข้าตาไม่ให้ขอบตาอักเสบ น้ำมันกะเพราใช้ป้องกันและไถ่ยุงได้

กะเพรา เป็นคำภาษากลาง ถ้าเป็นคำภาษาใต้เรียกว่า ใบเพรา