

# "กล้วยต๊อบ"

๒๑/๑๘1

## สบุณไพสควารอนุรักษย์



ดร.เทิดศักดิ์ โทณลักษณ  
อาจารย์.  
คณะผลิตกรรมการเกษตร, มหาวิทยาลัยแม่โจ้

หลายคนคงรู้จัก “กล้วย” กันเป็นอย่างดี เนื่องจากกล้วยเป็นพืชที่ปลูกไว้กินเกือบทุกบ้าน และยังเป็นไม้ผลเศรษฐกิจที่มีความสำคัญเป็นอันดับต้นๆ ของโลก สำหรับประเทศไทยนั้นมีการปลูกกล้วยเพื่อการค้าด้วยเช่นกัน ซึ่งมีการจำหน่ายทั้งภายในประเทศและมีการส่งออกไปยังต่างประเทศบ้าง แต่ไม่มากนักเมื่อเปรียบเทียบกับผลไม้ชนิดอื่นๆ โดยกล้วยที่มีการปลูกเพื่อการค้าเป็นส่วนใหญ่ได้แก่กล้วยไข่ กล้วยหอม และกล้วยน้ำว้า นอกจากนี้ยังมีกล้วยชนิดอื่นๆ ที่ปลูกเพื่อการค้าอีกหลายชนิด แต่ยังไม่แพร่หลายมากนัก เช่น กล้วยหิน กล้วยเล็บมือนาง เป็นต้น สำหรับกล้วยต๊อบนั้น ในอดีตเป็นกล้วยอีกชนิดหนึ่งที่มีการปลูกกันตามบ้าน โดยปลูกแซมกับกล้วยชนิดอื่นๆ แต่ในปัจจุบัน กล้วยต๊อบเป็นพืชที่พบหาได้ยาก มีการปลูกเพียงในแหล่งรวบรวมพันธุ์กรรมกล้วยหรือตามสวนสบุณไพสเท่านั้น ไม่มีปลูกตามบ้านทั่วไปเหมือนกับในอดีต เนื่องจากกล้วยต๊อบไม่ได้เป็นกล้วยที่มีรสชาติถูกปากคนไทยมากนัก จึงไม่นิยมปลูก ทำให้กล้วยต๊อบไม่เป็นที่รู้จักสำหรับเด็กรุ่นใหม่ๆ ส่วนมากผู้ที่รู้จักกล้วยต๊อบเป็นอย่างดีนั้นจะเป็นรุ่นปู่ ย่า ตา ยาย เนื่องจากคนรุ่นเก๋าก่อนทราบดีว่า กล้วยต๊อบเป็นกล้วยที่มีสรรพคุณทางยาสบุณไพส ดังนั้นในปัจจุบันที่คนหันมาสนใจสุขภาพ ควบคู่ไปกับการพัฒนาทางด้านการแพทย์แผนไทยมากยิ่งขึ้น การเผยแพร่ให้คนรุ่นใหม่ๆ ได้รู้จักกล้วยต๊อบ ก็จะเป็นอีกช่องทางหนึ่งที่จะช่วยช่วยอนุรักษ์กล้วยต๊อบไม่ให้สูญหายไป

ปัจจุบันนักวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับกล้วยเชื่อว่า “กล้วยต๊อบ” เป็นกล้วยลูกผสมระหว่างกล้วยป่า (*Musa acuminata*) และกล้วยตานี (*Musa balbisiana*) จัดเป็นกล้วยกินได้ในกลุ่มจีโนม ABB (เบญจมาศ, 2554) มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า (*Musa x paradisiaca* ‘Kluai Tip’) บางถิ่นอาจเรียกว่า “กล้วยต๊อบคำ” หรือ “กล้วยต๊อบใหญ่” มีถิ่นอาศัยอยู่ทางภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย พบว่าการปลูกที่จังหวัดแพร่ เชียงราย และอุบลราชธานี กล้วยต๊อบมีลำต้นเทียมสูงไม่เกิน 3.5 ถึง 4 เมตร เส้นผ่านศูนย์กลางลำต้นเทียมมากกว่า 15 เซนติเมตร กาบลำต้นด้านนอกสีชมพู มีประสีน้ำตาลหนาปานกลาง กาบลำต้นด้านในสีขาวปนชมพู ก้านใบเปิด มีครีบเล็กน้อยมีสีเขียว เส้น

กลางใบสีเขียว ขอบใบสีชมพู ก้านดอกมีขน ใบประดับรูปไข่ค่อนข้างยาว ปลายแหลม และมันวาวขึ้น ด้านบนสีม่วงอมเทา มีขนมาก ด้านล่างสีแดง เครือห้อยลง เครือหนึ่งมีประมาณ 7 ถึง 8 หวีขึ้นไป หวีหนึ่งมีประมาณ 16 ผล ผลมีขนาดใหญ่ เคียงกับกล้วยหักมุกและกล้วยส้ม มีเหลี่ยม มีจุกใหญ่แต่สั้นกว่ากล้วยหักมุก ผลสุกมีสีเหลืองอมส้ม เนื้อสีเหลืองอมส้ม มีรสหวาน ไม่มีเมล็ด เหมาะที่จะรับประทานผลสด มากกว่านำไปผ่านความร้อน เช่น ต้ม ย่าง หรือเชื่อม เพราะจะเกิดรสฝาด (เบญจมาศ และ กัลยาณี, 2554)

หากใครต้องการปลูกกล้วยดิบ ก็ปลูกไว้ตามบริเวณบ้านหรือตามสวนก็ได้ เพราะกล้วยดิบสามารถปลูกได้ดีในดินทั่วไป แต่ต้องไม่มีน้ำท่วมขัง โดยขุดหลุมขนาด 30x30x30 เซนติเมตร วางหน่อลงปลูกกลางหลุม กลบดินโดยรอบให้แน่น หลังจากปลูกไปแล้ว 1 เดือน ให้ใส่ปุ๋ยยูเรีย (ปุ๋ยสูตร 46-0-0) จากนั้นใส่ปุ๋ยสูตร 15-15-15 สลับกับปุ๋ยอินทรีย์ทุก 3 เดือน ซึ่งกล้วยดิบจะให้ดอกผลได้หลังจากปลูกประมาณ 12 ถึง 15 เดือน

ในตำรายาสมุนไพรนั้น กล้วยดิบจัดเป็น **พืชวัตถุ** ในกลุ่ม **พืชจำพวกต้น** ซึ่งได้แก่ พืชพรรณไม้ เป็นต้นเล็กต้นใหญ่ เป็นกอ เป็นพุ่ม มีแก่นบ้าง ไม่มีแก่นบ้าง ซึ่งนิยมเรียกกันว่า ต้น ส่วนมากใช้ราก แก่น เปลือก ใบ ฝักหรือลูกสรรพคุณในตำรายาโบราณของกล้วยดิบนั้นมีหลากหลาย ได้แก่ เอารากต้มน้ำ ต้มเป็นยาแก้ร้อนในกระหายน้ำ ใบสดกะจำนวนตามต้องการ ต้มน้ำอาบแก้ผื่นคันตามผิวหนังได้ ใบตากแห้ง มวนยาสูบแก้ริดสีดวงจุก ใช้เหง้า (ลำต้นใต้ดิน) ผ่าเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมขนาด 3x3 นิ้ว ย่างไฟให้ร้อนห่อด้วยผ้าประคบบริเวณที่ปวด โดยเฉพาะอาการปวดศีรษะข้างเดียวใช้ต้น (ลำต้นเทียม) เผาไฟแล้วบิบบีบน้ำผสมน้ำนึ่งข้าว นำมาประคบแก้ปวดแขนปวดขา ใช้ใบเข้าตำรับยา อยู่ไฟ ออกไฟ และใช้ปิดฝาหม้อต้มยาแก้ผัดเดือน (อาการเลือดลม

ไม่ปกติในสตรี) ตามตำรายาสมุนไพรรากกล้วยดิบอยู่ในพิภดตรีอมฤต คือจำนวนตัวยาที่ไม่ตาย 3 อย่าง คือ รากมะกอก รากกล้วยดิบ รากกระดอม มีสรรพคุณแก้ไข้ แก้ร้อนใน กระหายน้ำ ขับปัสสาวะ บำรุงธาตุ เจริญอาหาร

กล้วยดิบเป็นพืชสมุนไพรที่พบข้อมูลอยู่ในบัญชียาหลักแห่งชาติ (National List of Essential Medicines; NLEM) โดยจัดอยู่ในบัญชียาสมุนไพรไทย กลุ่มยาแผนไทยหรือยาแผนโบราณ ยารักษาอาการทางระบบทางเดินอาหาร กลุ่มยาบรรเทาอาการแก้ท้องเสีย ซึ่งก็คือ ยาเหลืองปิดสมุทร (บัญชียาหลักแห่งชาติ, 2556) และยาเหลืองปิดสมุทรนี้เองยังเป็นหนึ่งในตำรับยาสามัญประจำบ้าน ซึ่งเป็นหนึ่งในตำรับยาแผนโบราณซึ่งมี ชื่อ ส่วนประกอบ วิธีทำ สรรพคุณ ขนาดรับประทาน ค่าเดือน และขนาดบรรจุ ตามประกาศของกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง ยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ พ.ศ. 2556 โดยประกาศเมื่อวันที่ 16 มกราคม 2556 (รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข, 2556) ซึ่งมีเนื้อหาดังนี้

**“ยาเหลืองปิดสมุทร”**

**วัตถุดิบประกอบ** หัวหมู ขมิ้นอ้อย เปลือกเพกา รากกล้วยดิบ กระเทียมคั่ว ดีปลี ชันย้อย ครั่ง สีเสียดเทศ สีเสียดไทย ใบเทียน ใบทับทิม หนักสิ่งละ 1 ส่วน ขมิ้นชันหนัก 6 ส่วน

**วิธีทำ** บดเป็นผง ทำเป็นเม็ด หนักเม็ดละ 0.1 กรัม

**สรรพคุณ** แก้ท้องเสีย ใช้น้ำเปลือกลูกทับทิมหรือเปลือกแค ต้มกับน้ำปูนใสเป็นกระสาย ถ้าหาน้ำกระสายไม่ได้ให้ใช้น้ำสุกแทน และให้รับประทานร่วมกับน้ำละลายเกลือแกงด้วย

**ขนาดรับประทาน** รับประทานวันละ 3 ครั้ง ก่อนอาหาร เด็กอายุ 3 – 5 เดือน ครั้งละ 2 เม็ด เด็กอายุ 6 – 12 เดือน ครั้งละ 3 – 4 เม็ด



รากกล้วย (ซ้าย) และเหง้ากล้วย (ขวา)  
(ที่มา: Storing our banana trees for cold weather, 2010)



## "กล้วยดิบ" สมุนไพรครอบครัวยักษ์

เด็กอายุ 1 – 5 ปี ครั้งละ 4 – 7 เม็ด

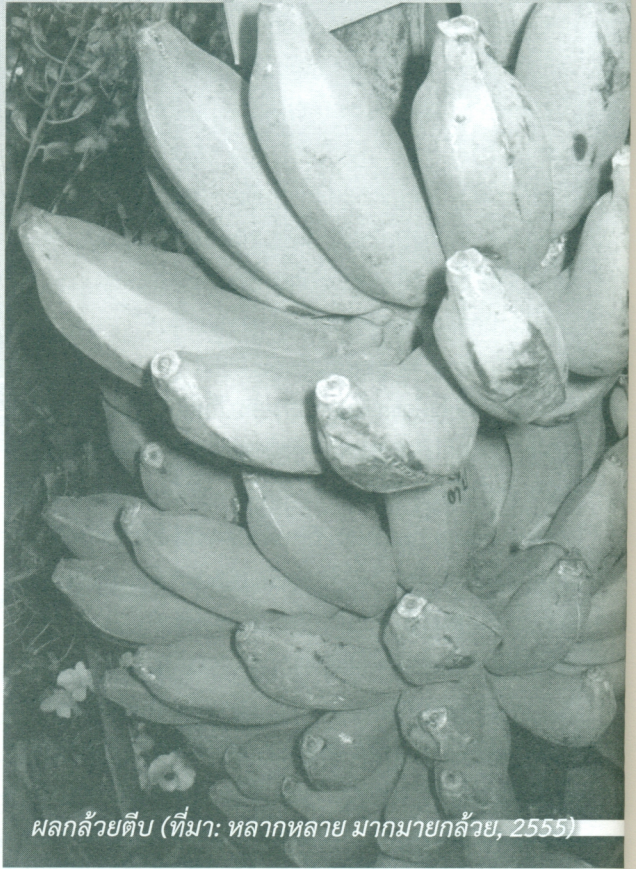
เด็กอายุ 6 – 12 ปี ครั้งละ 8 – 10 เม็ด

ขนาดบรรจุ ไม่เกิน 30 เม็ด

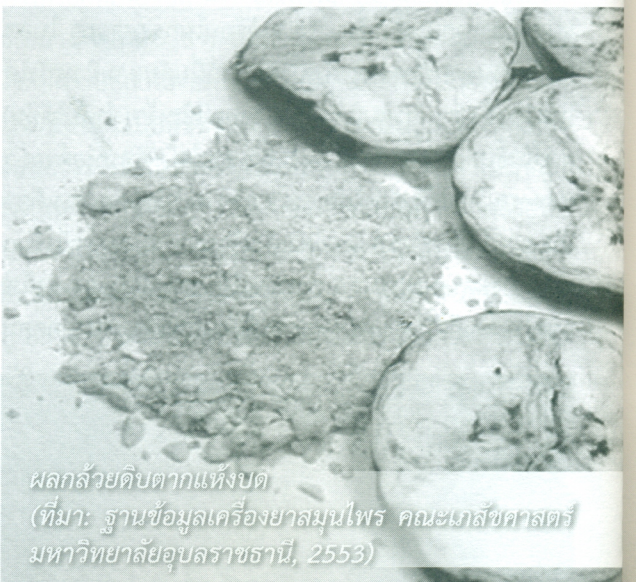
ตำรายาสมุนไพรพื้นบ้านอีสาน ก็มีการกล่าวถึงกล้วยดิบด้วยเช่นกัน โดยกล่าวไว้ในยาอายุวัฒนะ (อายุยืน) ว่า “ให้เอาหมากกล้วยดิบสุก 3 หน่วย ปอกเปลือกออกแล้วหมักใส่โคนกกโกอดไว้ให้ติดถัวน 3 เดือน จึงเอามาผานแช่น้ำเหล้าเต็ดกินดีแล” ซึ่งเชื่อว่าทำให้คนโบราณมีสุขภาพแข็งแรง อายุยืนนาน กระชุ่มกระชวย มีชีวิตเป็นอมตะ (ตำรายาสมุนไพรพื้นบ้านอีสาน, 2555) ส่วนอีกหนึ่งตำรายาโบราณ ที่คัดลอกจากหนังสือโบลานของหมอยาอีสานในจังหวัดอุดรธานี กล่าวถึงกล้วยดิบเอาไว้ว่า “ยาเจ็บจุกเจ็บหมุน: ถ้ามั่นขัดเลือดให้เอาแก่นฝาง เปลือกกอก หัวกะท่อมเลือด ผนกิน อีกอย่างหนึ่งเอายอดขนาด ยอดเป้า ยอดสีดา ยอดกระจาย ยอดหมากแค ขี้ชันหมาก ครั้งดิบ กล้วยดิบผ่าเอาครึ่งหนึ่ง แล้วผนเอาน้ำยาข้างต้นมาหยอดใส่กล้วยดิบบั้งไฟ แล้วเอามาแช่น้ำกิน ดีนักแล” (ตำรายาแผนโบราณ, 2553)

สำหรับสรรพคุณทางยาสมุนไพรของกล้วยดิบ หรืออาจเป็นกล้วยชนิดอื่นๆ เช่น กล้วยน้ำว้า กล้วยหักมุก หรือกล้วยไข่ ที่นิยมใช้กันอย่างแพร่หลาย และมีรายงานการวิจัยอ้างอิงหลายชิ้น คือ **ผลดิบของกล้วยดิบตากแดดให้แห้งแล้ว** บดเป็นผง ใช้ปริมาณ 3 ถึง 4 ช้อนชา หรือ 5 ถึง 7 กรัม ผสมน้ำหรือน้ำผึ้ง 1 ถึง 2 ช้อนโต๊ะ ต้มวันละ 4 ครั้ง ก่อนอาหาร และก่อนนอน ใช้ป้องกัน บำบัดโรคแผลในกระเพาะอาหาร โดยจะไปกระตุ้นให้เซลล์ในเยื่อบุกระเพาะหลั่งสารมิวซินออกมาช่วยเคลือบกระเพาะ ที่เปลือกและเนื้อมีสารโซโรโทนิน ช่วยยับยั้งการหลั่งน้ำย่อยในกระเพาะอาหาร ผลดิบยังใช้รักษาอาการท้องเสีย บิดมูกเลือด การที่กล้วยสามารถแก้อาการท้องเสียได้ เพราะมีสารแทนนิน หากรับประทานกล้วยดิบแล้ว ถ้ามีอาการท้องอืดท้องเฟ้อ แก้โดยต้มน้ำต้มขิงหรือสมุนไพรขับลมอื่นๆ นอกจากนี้ผงกล้วยดิบทั้งเปลือกใช้โรยรักษาแผลเรื้อรัง แผลเน่าเปื่อย แผลติดเชือกต่างๆ เปลือกผลดิบ รสฝาด สมานแผล

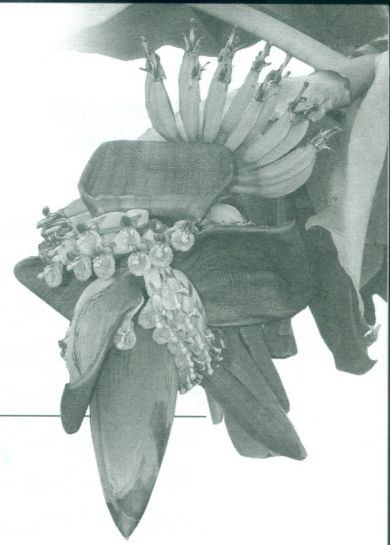
จากที่กล่าวถึงเรื่องสรรพคุณทางยาสมุนไพรของกล้วยดิบไปทั้งหมด เป็นเพียงบางส่วนเท่านั้นที่ผู้เขียนได้รวบรวมองค์ความรู้เอาไว้ ซึ่งจะเห็นได้ว่ากล้วยดิบเป็นพืชสมุนไพรที่มีคุณประโยชน์ทางยามากมาย นำมาใช้ได้หลายส่วนตั้งแต่ราก เหง้าหรือต้น ลำต้นเทียม ใบ ไปจนถึงผล จึงเป็นพืชที่น่าสนใจอีกชนิดหนึ่งที่ควรมีการศึกษาวิจัยขั้นสูง เพื่อพัฒนาผลิตภัณฑ์ยาสมุนไพรจากกล้วยดิบ รวมทั้งส่งเสริมให้มีการปลูกอนุรักษ์กล้วยดิบเพื่อให้ยังคงอยู่ ไม่สูญหายไป



ผลกล้วยดิบ (ที่มา: หลากหลาย มากมายกล้วย, 2555)



ผลกล้วยดิบตากแห้งบด (ที่มา: ฐานข้อมูลเครื่องยาสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553)



เอกสารอ้างอิง

- ฐานข้อมูลเครื่องยาสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. (2553). [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.thaicrudedrug.com> (8 สิงหาคม 2556)
- ตำรายาแผนโบราณ. (2553). [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://damrongthai.igetweb.com/articles/366479/igetweb-ตำรายาแผนโบราณ.html> (8 สิงหาคม 2556)
- ตำรายาสมุนไพรพื้นบ้านอีสาน. (2555). [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา: [http://www.isangate.com/local/ya\\_omta.html](http://www.isangate.com/local/ya_omta.html) (8 สิงหาคม 2556)
- บัญชียาหลักแห่งชาติ. (2556). [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.nlem.in.th/medicine/herbal/list> (8 สิงหาคม 2556)
- เบญจมาศ ศิลาชัย. (2554). การจำแนกชนิดของกล้วย. ใน บัญชีรายการทรัพย์สินชีวภาพกล้วย. สำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจจากฐานชีวภาพ (องค์การมหาชน). น. 27-40.
- เบญจมาศ ศิลาชัย และ กัลยาณี สุวิหิต. (2554). กล้วยพันธุ์ปลู๊ก. ใน บัญชีรายการทรัพย์สินชีวภาพกล้วย. สำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจจากฐานชีวภาพ (องค์การมหาชน). หน้า 171-291.
- รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข. (2556). ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง ยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ พ.ศ. 2556. ราชกิจจานุเบกษา. เล่ม 130 ตอนพิเศษ 21 ง. หน้า 30-49.
- หลากหลาย มากมายกล้วย. (2555). [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา: [http://bangkrod.blogspot.com/2012/01/blog-post\\_05.html](http://bangkrod.blogspot.com/2012/01/blog-post_05.html) (8 สิงหาคม 2556)
- Storing our banana trees for cold weather. (2010). [Online]. Available: <http://jellykiss.com/2010/11/19/storing-our-banana-trees-for-cold-weather/> (8 August 2013)