



ข่า
Galangal



ดอก ออกดอกเป็นช่อแบบช่อกระจะ สีขาวขนาดเล็ก กลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นหลอดสั้นปลายแยกเป็น 3 กลีบ กลีบใหญ่มีริ้วสีแดง **ผล** ลักษณะรูปทรงกระบอกหรือกลมรี ขนาดเท่าเม็ดบัว ผลอ่อนสีเขียวเมื่อแก่จะมีสีแดงอมส้ม และภายในมีเมล็ดเล็กๆ สีดำ มีรสขมและเผ็ด ผลแห้งแตกได้

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ล้มลุก อายุหลายปี สูงประมาณ 1.5 – 2 เมตร มีลำต้นใต้ดินเรียกว่าเหง้า มีข้อและปล้องชัดเจน เลื้อยขนานพื้นดินและแตกแขนงเป็นแง่ง เหง้าหัวมีขนาดใหญ่ตัวนสีขาว ลำต้นเทียมเหนือดินคือส่วนของกาบใบที่หุ้มซ้อนทับกันมีสีเขียวทรงกระบอกกลม เนื้อในสีเหลืองและมีกลิ่นหอมเฉพาะ **ใบ** เป็นใบเดี่ยว รูปขอบขนานหรือรูปขอบขนานแกมรูปไข่ ขอบใบเรียบและบางช่วงเป็นคลื่น ปลายใบเป็นติ่งแหลมหรือเรียวแหลม โคนใบเฉียงและสอบเรียวเข้าหาก้านใบ แผ่นใบสีเขียวเข้มเป็นมัน ก้านใบสั้น

ประโยชน์/ การนำไปใช้

1. ใช้รับประทานหรือเป็นส่วนประกอบในการทำอาหาร คนไทยนิยมนำเหง้าข่า มาเป็นส่วนประกอบในการทำอาหาร พริกแกงต่าง ๆ เพื่อแต่งกลิ่นและดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ หรือนำมารับประทานเป็นผักสด ลวกกินคู่กับน้ำพริก

2. เป็นยารักษาโรค คนโบราณนิยมนำ ข่า มาทำเป็นยาตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน

3. ใช้กำจัดแมลงและเชื้อราบางชนิดได้ น้ำมันหอมระเหยของข่า สามารถใช้กำจัดแมลงได้ และยังมีฤทธิ์ช่วยกำจัดเชื้อราบางชนิดได้อีกด้วย

4. แปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ได้หลากหลาย ด้วยคุณสมบัติที่หลากหลาย จึงมีการนำข่าไปแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ มากมาย ไม่ว่าจะเป็นเครื่องดื่มหรือชา ลูกประคบ สเปรย์ดับกลิ่น ฯลฯ

สรรพคุณ

ช่วยขับลม แก้อาการไอ เจ็บคอ ขับเสมหะ ช่วยย่อยอาหาร ลดการบีบตัวของลำไส้ ใช้รักษาโรคกลากเกลื้อนมีคุณค่าทางโภชนาการ ช่วยรักษาอาการข้ออักเสบได้ มีฤทธิ์ยับยั้งแผลในกระเพาะอาหาร และสารสกัดจากเหง้าข่าสามารถต้านเซลล์มะเร็งได้

