

ผักชีลาว

DILL





ลักษณะทางพฤกษศาสตร์



- **พืช**ล้มลุก อายุ 1–2 ปี ลำต้นเรียบและตั้งตรง สีเขียวอ่อน แตกกิ่ง ทั้งต้นมีกลิ่นหอม
- **ใบ** เป็นใบเดี่ยว ออกตรงกันข้าม ใบรูปขอบขนานถึงรูปไข่กลับ สีเขียวสด ขอบใบหยักลึกเป็นแฉกแบบขนนกหลายชั้น
- **ดอก** สีเหลือง ออกเป็นช่อ
- **ผล** แก่แห้งไม่แตก รูปร่างรี สีนํ้าตาลอมเหลือง คล้ายตาตุ่มเตน ขนาดกว้างราว 2 มิลลิเมตร ยาวราว 4 มิลลิเมตร ผิวเรียบ ผลแก่แห้งเรียกตามตำรายาไทยว่า “เทียนตาตุ่มเตน” เป็นตัวยาหนึ่งในพิภดเทียนทั้งเจ็ด



ประโยชน์/ การนำไปใช้

โดยปกติแล้ว ผักชีลาว มักจะถูกเก็บ
ต้นและใบสดก่อนออกดอก เพื่อ
นำมาใช้ทำอาหาร ใช้ปรุงยา และเป็น
เครื่องเทศ หรือ เป็นผักจิ้มลวกกินกับ
น้ำพริกต่าง ๆ ผักชีลาวมีประโยชน์
มากมาย เช่น

- ให้พลังงานและสารอาหารที่มี
ประโยชน์
- เสริมสร้างภูมิคุ้มกันในร่างกายให้
แข็งแรง
- ช่วยบำรุงกระดูกและฟัน
- ช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานปกติ
- ช่วยเพิ่มน้ำนมและส่งผลดีต่อ
ทารกในครรภ์



สรรพคุณ

ตำรายาไทย ต้น ใช้บำรุง
ธาตุ แก้ไข้ แก้สะอึก แก้
ร้อนในกระหายน้ำ แก้
คลื่นไส้อาเจียน แก้เจ็บตา
แก้ปวดท้องในเด็ก แก้
บวม แก้เหน็บชา



ต้นสด มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อ
กลากเกลื้อน ผล มีรสขม
เผ็ดเล็กน้อย ใช้ขับลมใน
ลำไส้ แก้ท้องอืดเฟ้อ แก้
ไอ แก้หอบหืด แก้คลื่นไส้
บำรุงธาตุ บำรุงกำลัง แก้
เสมหะพิการ เจริญ
อาหาร แก้นอนสะดุ้ง
คลุ้มคลั่ง ขับปัสสาวะ ลด
ความดันโลหิต ลดไขมัน
และน้ำตาลในเลือด ฆ่า
เชื้อบิดและเชื้อที่ทำให้
ท้องเสีย

เมล็ด ช่วยขับลม แก้หอบ
บำรุงปอด แก้ไอ แก้ลมที่
ทำให้สะอึก แก้ลมวิงเวียน
แก้อาเจียน ใบ ช่วยในการ
ทำงานของกระเพาะ
อาหาร ม้าม และ
ตับ ราก แก้อะคายนค

