

## มะขามป้อม



1. ชื่อสมุนไพร มะขามป้อม (MA-KHAM POM)
2. ชื่อวิทยาศาสตร์ *Phyllanthus emblica* L. ชื่อวงศ์ Euphorbiaceae
3. ชื่ออื่น กำทวด (ราชบุรี), กันโตด (จันทบุรี), amalaki, amritaphala, Indian gooseberry, malaka
4. ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ต้น สูงได้ถึง 25 เมตร ทุใบรูปสามเหลี่ยม มีขนาดเล็กมาก

ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกสลับถี่ในระนาบเดียวกันบนกิ่งสั้นๆ คูคล้ายเป็นใบประกอบ ใบรูปขอบขนาน กว้าง 1-5.5 มิลลิเมตร ยาว 0.4-2 เซนติเมตร โคนมนและเบี้ยว ปลายแหลมหรือมน มีติ่ง ขอบเรียบ ก้านใบสั้น

ดอก แยกเพศร่วมต้น ออกตามซอกใบบนกิ่งสั้น ดอกสีเขียวอ่อน มีกลีบรวม 6 กลีบ รูปขอบขนาน รูปแถบ หรือรูปไข่กลับ ดอกเพศผู้ มีเกสรเพศผู้ 3 อัน ก้านชูอับเรณูติดกัน แต่อับเรณูแยก ดอกเพศเมีย มีก้านดอกสั้นมากหรือไม่มี มีจานฐานดอก รั้งไข่เหนียวงกลีบ มี 3 ช่อง แต่ละช่องมีออวูล 3 เม็ด ก้านยอดเกสรเพศเมียสั้น ปลายแยกเป็นแฉกยาว 2 แฉก ปลายแฉกมีหยักตื้น

ผล แบบผลแห้งแตก ค่อนข้างกลม เส้นผ่านศูนย์กลาง 1.5-3 เซนติเมตร ก้านผลสั้น ผลแก่สีเขียวอ่อน แก่จัดสีเขียวอมสีเหลือง สีขาวอมสีเหลือง หรือสีเขียวอมสีน้ำตาล เมล็ด แข็ง

### 5. ส่วนที่ใช้ทำยา

มะขามป้อมเป็นผลแห้งรูปเกือบกลม มักพบส่วนของผลที่แตกเป็นชิ้น ผิวย่น ผงผลชั้นในแข็ง สีน้ำตาล แต่ละชิ้นปลายแหลม และมักมีรยางค์แข็งประมาณ 3-4 เส้น เมล็ดรูปสามเหลี่ยมด้านหลังโค้ง แข็ง

### 6. สรรพคุณของแต่ละส่วนที่ใช้ทำยา

ตำราสรรพคุณยาไทยว่ามะขามป้อมมีรสเปรี้ยวฝาดขม แก้ไข้เจือลม แก้ไอ แก้เสมหะ แก้บิด แก้ท้องเสีย ช่วยย่อยอาหาร จัดเป็นเครื่องยาสมุนไพรชนิดหนึ่งในพิภักตริผลา

### 7. รายงานการวิจัยปัจจุบัน

ข้อมูลจากการศึกษาวิจัยพรีคลินิกพบว่ามะขามป้อมมีฤทธิ์แก้ไอ ต้านออกซิเดชัน ลดไขมันและคอเลสเตอรอล ต้านเชื้อแบคทีเรีย รักษาแผลเปื่อยกระเพาะ ต้านมะเร็ง ป้องกันตับจากสารพิษ

## 8. สารสำคัญ

องค์ประกอบทางเคมีของมะขามป้อมประกอบด้วยมีกรดแอสคอร์บิก (ascorbic acid) หรือวิตามินซี (vitamin C) รุทีน (rutin) กรดมูซิก (mucic acid) กรดแกลลิก (gallic acid) กรดฟิลเลมบลิก (phylllemblic acid) สารกลุ่มแทนนิน (tannins) ได้แก่ กรดเชบูลาจิก (chebulagic acid) คอริลาจिन (corilagin) และ 1-โอ-แกลลอยล์-บีตา-ดี-กลูโคส (1-O-galloyl- $\beta$ -D-glucose) เป็นต้น

## 9. แหล่งกำเนิด และกระจายพันธุ์

พืชชนิดนี้เป็นพืชเขตร้อนถึงเขตอบอุ่น พบทั้งในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และเอเชียตะวันออก บริเวณตามที่ราบต่ำใกล้ระดับน้ำทะเลถึงที่สูงประมาณ 1,800 เมตร

## 10. พื้นที่เหมาะสมในการปลูกในประเทศไทย

- ลักษณะพื้นที่ พื้นที่สวนผลไม้ ป่าเบญจพรรณทั่วไป ห้วยไร่ปลายนา
- ภาค ทั่วทุกภาคของประเทศไทย
- จังหวัด ทุกจังหวัดของประเทศไทย

## 11. การคัดเลือกพันธุ์ (พันธุ์ที่นิยมปลูกในประเทศไทย)

- พันธุ์ที่ใช้เป็นยา พันธุ์พื้นบ้านทั่วไป
- พันธุ์ที่ใช้เป็นอาหาร พันธุ์พื้นบ้านทั่วไป

## 12. การขยายพันธุ์

ขยายพันธุ์ด้วยการเพาะเมล็ด และการทาบกิ่ง แต่นิยมเพาะเมล็ดเมื่อมะขามป้อมสุกเต็มที่และปล่อยให้เน่า จึงนำไปแช่น้ำล้างเนื้อเยื่อออก นำไปตากแดดจนแห้ง แล้วนำไปเพาะลงถุงเพาะชำถุงละ 1 – 2 เมล็ด ประมาณ 45 – 60 วัน จะงอกเป็นต้นกล้าต่อไป

## 13. การปลูก/สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการปลูก

- ฤดูกาลเพาะปลูก ปลูกได้ทุกฤดูกาล และต้องมีน้ำเพียงพอ นิยมปลูกในฤดูฝน ระหว่างเดือนพฤษภาคม – กรกฎาคม
- การเตรียมดิน โดยการขุดหลุมกว้าง 50 เซนติเมตร ยาว 50 เซนติเมตร ลึก 50 เซนติเมตร รองก้นหลุมด้วยปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมักคลุกเคล้ากับดินก้นหลุม ควรปลูกห่างกัน 4 – 5 เมตร
- วิธีการปลูก เมื่อมะขามป้อมอายุ 1 – 2 ปี เอาปลูกลงหลุมได้ กลบดินปักไม้ และผูกเชือก ควรรดน้ำให้ชุ่มชื้นอยู่เสมอ

## 14. การปฏิบัติดูแลรักษา

- การให้ปุ๋ย เมื่อปลูกได้ 6 เดือน ทำการพรวนดินและใส่ปุ๋ย จะใส่ปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยวิทยาศาสตร์สลับกันไป ควรใส่ปุ๋ยปีละ 1 – 2 ครั้ง
- การให้น้ำ มะขามป้อมเป็นพืชทนแล้ง ถ้าปลูกฤดูฝนปล่อยตามธรรมชาติ
- การกำจัดวัชพืช ควรทำพร้อมกับการพรวนดินและใส่ปุ๋ย
- การป้องกันกำจัดโรคและแมลงศัตรู มะขามป้อมไม่ค่อยมีโรคและแมลงรบกวน ไม่ต้องใช้สารเคมีฉีดพ่น นอกจากมีเพลี้ยแป้งลงเกาะที่กิ่ง หรือลำต้นอาจใช้สารจำพวกมาลาไรออนฉีดพ่นได้



## 15. การเก็บเกี่ยวและการปฏิบัติหลังเก็บเกี่ยว

- ฤดูกาลการเก็บเกี่ยว มะขามป้อมจะมีผลเมื่ออายุ 5 ปี ขึ้นไป จะเก็บเกี่ยวผลในช่วงเดือนมกราคม – เมษายน
- วิธีการเก็บเกี่ยว โดยการใช้ไม้สอยให้ร่วงหล่น เอาผ้าใบปูโคนต้นเพื่อสะดวกในการเก็บเกี่ยว เพื่อส่งแปรรูปต่อไป
- การแปรรูปหลังการเก็บเกี่ยว เมื่อได้ผลมะขามป้อมมาแล้ว นำมาล้างน้ำให้สะอาด ตากแดดที่ประมาณ 10 – 12 วัน จนแห้ง และนำไปอบอีกครั้งจนแห้งสนิท เพื่อส่งจำหน่ายต่อไป
- การบรรจุและการเก็บรักษา เมื่อได้มะขามป้อมแห้งมาแล้ว นำใส่กระสอบ เพื่อส่งจำหน่ายต่อไป หรือเก็บไว้ในกระสอบ โปรง ๆ หรือถุงปุ๋ยที่สะอาดเก็บไว้ในห้องที่มีอุณหภูมิปกติ มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก (ไม่ควรเก็บเกิน 2 ปี)

## 16. การจำหน่าย

- ผลมะขามป้อมสด ราคา กิโลกรัมละ 30-50 บาท
- ผลมะขามป้อมแห้ง ราคา กิโลกรัมละ 60-150 บาท



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก  
กระทรวงสาธารณสุข