

## หม่อน



1. ชื่อสมุนไพร หม่อน (Mon)
2. ชื่อวิทยาศาสตร์ *Morus alba* L. ชื่อวงศ์ Moraceae
3. ชื่ออื่น Mulberry tree, White mulberry
4. ลักษณะทางพฤกษศาสตร์  
หม่อนเป็นไม้พุ่ม ลำต้นตั้งตรง มีหลายพันธุ์ ใบ ใบเดี่ยวเรียงสลับ รูปไข่ขอบเรียบหรือหยักเว้าเป็นพู ขึ้นกับพันธุ์ กว้าง 8-14 เซนติเมตร ยาว 12-16 เซนติเมตร ผิวใบสากคาย ดอกช่อดอกรูปทรงกระบอกออกที่ซอกใบ ดอกแยกเพศอยู่บนต้นเดียวกันกลีบรวมสีขาวหม่นหรือสีขาวแกมเขียว ผล เป็นผลรวม รูปทรงกระบอก เมื่อสุกสีม่วงแดง
5. ส่วนที่ใช้ทำยา ใบหม่อนมีรสจืดเย็น ต้มดื่ม แก้ไข้ ตัวร้อน ร้อนในกระหายน้ำ แก้ไอ ระงับประสาท แก้เจ็บคอ ทำให้ชุ่มชื้น ขับเหงื่อ
6. สรรพคุณของแต่ละส่วนที่ใช้ทำยา ตำราสรรพคุณยาไทยกล่าวไว้ว่า ใบหม่อนมีรสจืดเย็น ต้มดื่ม แก้ไข้ ตัวร้อน ร้อนในกระหายน้ำ แก้ไอ ระงับประสาท แก้เจ็บคอ ทำให้ชุ่มชื้น ขับเหงื่อ
7. รายงานการวิจัยปัจจุบัน ข้อมูลการศึกษาวิจัยพรีคลินิกพบว่า ใบหม่อนมีฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือดลดความดันโลหิต และลดไขมันในหลอดเลือด ข้อมูลการศึกษาวิจัยทางคลินิกพบว่า ใบหม่อนมีฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือดจากการศึกษาในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่รับยาไกลเบนคลาไมด์ (glibenclamide) พบว่าเมื่อให้แคปซูลใบหม่อนร่วมด้วยในขนาด 20 กรัม ต่อวัน นาน 8 สัปดาห์ มีผลช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือดก่อนอาหารเช้า และระดับฮีโมโกลบิน เอวันซี (HbA1c) เมื่อเทียบกับเมื่อก่อนรับประทานหม่อนอย่างมีนัยสำคัญ

## 8. สารสำคัญ

องค์ประกอบทางเคมีของใบหม่อน มีสารจำพวก ฟลาโวนอยด์ (flavonoids) ไฟโตสเตอรอล (phytosterols) ไทรเทอร์ปีน (triterpenes) แอลคาลอยด์ (alkaloids) เซราไมด์ (ceramides) น้ำมันหอมระเหย และมีสารอาหารต่าง ๆ ในปริมาณสูง เช่น คาร์โบไฮเดรตเพคติน (pectin) โปรตีน เส้นใยอาหาร วิตามินบี ซี และแคโรทีน (carotene) เป็นต้น

## 9. แหล่งกำเนิด และกระจายพันธุ์

หม่อนเจริญเติบโตได้ทั้งในเขตอากาศหนาว อุณหภูมิต่ำกว่า 0 องศาเซลเซียส จนถึงเขตอากาศร้อน ซึ่งอุณหภูมิที่เหมาะสมต่อการเจริญของหม่อนอยู่ระหว่าง 25-30 องศาเซลเซียส เนื่องจากหม่อนเป็นพืชที่ทนแล้ง สามารถปลูกได้ทุกสภาพพื้นที่ ประเทศไทยมีแหล่งปลูกหม่อนกระจายอยู่ทั่วทุกภาค ซึ่งร้อยละ 80 อยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

## 10. พื้นที่ที่เหมาะสมในการปลูกในประเทศไทย

- ลักษณะพื้นที่ พื้นที่ดอนน้ำไม่ท่วม ป่าละเมาะ ไร่ร้าง ไร่ร้าง
- ภาค ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
- จังหวัด เชียงใหม่ เชียงราย อุบลราชธานี อุดรธานี ขอนแก่น

## 11. การคัดเลือกพันธุ์ (พันธุ์ที่นิยมปลูกในประเทศไทย)

- พันธุ์ที่ใช้เป็นยา พันธุ์พื้นบ้านทั่วไป พันธุ์เกษตร
- พันธุ์ที่ใช้เป็นอาหาร พันธุ์พื้นบ้านทั่วไป

## 12. การขยายพันธุ์

ขยายพันธุ์ด้วยการปักชำ หม่อนนิยมปลูกกัน 2 รูปแบบ โดยการปักชำลงแปลง หรือปักชำลงถุงเพาะชำก่อน แต่การปักชำลงแปลง นิยมทำในฤดูฝนช่วงเดือนพฤษภาคม – กรกฎาคม

## 13. การปลูก/สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการปลูก

- ฤดูกาลเพาะปลูก ปลูกได้ทุกฤดูกาล แต่ต้องมีน้ำรดให้ชุ่มชื้น แต่นิยมปลูกกันในฤดูฝนช่วงเดือนพฤษภาคม – กรกฎาคม

- การเตรียมดิน โดยการไถตะ ไถแปร และไถพรวน ยกร่องกว้างประมาณ 30 เซนติเมตร เว้นระหว่างร่อง 50 เซนติเมตร ขุดหลุมกว้างประมาณ 30 เซนติเมตร ลึก 20 เซนติเมตร ร่องกันหลุมด้วยปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมัก จะปลูกเป็นแถวเดี่ยว ยาวตลอดแปลง ระหว่างต้นห่างกัน 50 เซนติเมตร

- วิธีการปลูก เมื่อต้นกล้าที่ชำไว้อายุ 5 – 6 เดือน เอาลงแปลงได้ โดยปลูกหลุมที่กลบดินปักไม้พุงต้นผูกเชือกให้เรียบร้อย รดน้ำให้ชุ่มชื้นอยู่เสมอ

## 14. การปฏิบัติดูแลรักษา

- การให้ปุ๋ย เมื่อปลูกได้ 3 เดือน ทำการพรวนดินและใส่ปุ๋ย จะใส่ปุ๋ยวิทยาศาสตร์สูตร 15-15-15 ต้นละ 100 กรัม เดือนละครั้ง หรือใส่ปุ๋ยคอกสลับกับปุ๋ยวิทยาศาสตร์ก็ได้

- การให้น้ำ หม่อนต้องได้รับน้ำชุ่มชื้นอยู่เสมอ จะเจริญเติบโตงามดีมาก แต่เป็นพืชทนแล้งได้ดี ถ้าปลูกฤดูฝนก็ปล่อยตามธรรมชาติได้



- การกำจัดวัชพืช ควรกำจัดวัชพืชพร้อมกับการพรวนดินและใส่ปุ๋ย
- การป้องกันกำจัดโรคและแมลงศัตรู หม่อนจะมีแมลงกัดกินในระยะแรก ควรใช้สารจำพวกสะเดา หรือสารชีวภาพ

ฉีดพ่นบ้างตามความเหมาะสม

#### 14. การเก็บเกี่ยวและการปฏิบัติหลังเก็บเกี่ยว

- ฤดูกาลการเก็บเกี่ยว เก็บเกี่ยวได้ทุกฤดูกาล หม่อนจะเริ่มเก็บเกี่ยวได้เมื่ออายุ 1 – 2 ปี
- วิธีการเก็บเกี่ยว โดยการใช้แรงงานคนเก็บใบหม่อน เลือกใบไม่อ่อน และไม่แก่จนเกินไป เก็บใส่ภาชนะแล้วส่งแปรรูป

ต่อไป

- การแปรรูปหลังการเก็บเกี่ยว เมื่อได้ใบหม่อนมาแล้ว ล้างน้ำให้สะอาด แล้งผึ่งให้แห้ง แล้วนำมาหั่นเปียฝอย แล้วนำไปคั่วในกระทะเหล็กโดยใช้ไฟอ่อน ๆ จนแห้ง จนเป็นชาใบหม่อน

- การบรรจุและการเก็บรักษา เมื่อได้ชาใบหม่อนมาแล้ว บรรจุถุง ปิดปากถุงให้สนิท นำส่งจำหน่ายต่อไป ควรเก็บไว้ในห้องที่มีอุณหภูมิปกติ

#### 15. การจำหน่าย

ใบหม่อนสด ราคา กิโลกรัมละ 10-15 บาท

ใบหม่อนแห้ง ราคา กิโลกรัมละ 50-100 บาท



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก  
กระทรวงสาธารณสุข