

ปอสา พืชมากประโยชน์เป็นยาดี

ที่ไม่ควรมองข้าม



สกุ๊ปพิเศษ



พรรณไม้ชนิดหนึ่งที่พบเห็นอยู่ทั่วไป

ชอบขึ้นกันหนาแน่นเป็นป่ารก ดินแม่ตุงใหญ่
พอสสมควร ใบกว้างแก่เต็มพุ่มสวย ผลเป็น
ประเภทผลรวมเป็นช่อทวงสีแดงอมส้มนำกิน
แต่ไม่รู้กินได้หรือเปล่า ป่าจะกินได้ เห็นมี
ร่องรอยคนทุบกิน เหลือเมล็ดในร่วงเต็มพื้น
ฝนมากก็งอกเป็นต้นใหม่ กำลั้งนิทานถึงพรรณ
ไม้ที่ชื่อ "ปอสา" คนทางเหนือรู้จักดี ก็ที่นำมา
ทำกระดาษสา ทำของใช้สิ่งประดิษฐ์ งาน
ฝีมืออย่าง ร่มกระดาษ โคมไฟ และที่สำคัญ
ส่วนของต้น ผล ใบ เป็นยาดีที่เราไม่ควรมอง
ข้าม

"ปอสา" หรือชื่อภาษาอังกฤษว่า
Paper Mulberry ชื่อวิทยาศาสตร์ว่า
Broussonetiapapyriferaเป็นพืชในวงศ์

MORACEAE ชื่อเรียกชื่อทางภาคเหนือว่า
ปอสา ทางอีสานว่า ปอกระสา หรือปอสา ภาค
ตะวันตกเรียก หมอที หรือ หมกที แถบ
นครสวรรค์เรียก จำปา หรือ ซ่าสา ภาคใต้เรียก
ปอฝ้าย คนประเทศลาวเรียก หมอมี หรือ หมูที
มีถิ่นกำเนิดมาจากทางประเทศจีน
หรือญี่ปุ่น เข้ามาทางตอนเหนือของมา ไทย
เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง ชอบพื้นที่ที่ชุ่มชื้น ริม
น้ำ ที่ชื้น ป่าโปร่ง เปลือกต้นผิวเรียบสีน้ำตาล
เป็นเส้นใย ใบเป็นใบเดี่ยวเรียงสลับ แผ่นใบ
บางมีมึน หลังใบเรียบสีเขียวแก่สวระลายมือ
เล็กน้อย ท้องใบสีเขียวอ่อน มีขนขึ้นปกคลุม
ใบรูปทรงรีกว้าง หรือรูปไข่กว้าง ปลายใบแหลม
โคนใบมนเว้าเล็กน้อย หรือเว้ามากเป็นรูปหัวใจ
ขอบใบจักเป็นซี่ฟัน แตกเป็น 3-5 แฉก กว้าง
5-15 เซนติเมตร ยาว 7-20 เซนติเมตร ใบมี
2 ชนิด คือใบหยัก กับใบมน ส่วนใหญ่จะแยก
ต้นกัน มีบ้างที่พบทั้ง 2 อย่างอยู่ต้นเดียวกัน
แต่มักจะเจอใบมนมากกว่ากับปอสาต้นแก่อายุ
มากแล้ว ก้านใบยาว 3-10 เซนติเมตรมีขนอ่อน

ขึ้นคลุม ดอกปอสา ดอกตัวผู้เป็นช่อสั้นๆ
ประมาณ 6-8 เซนติเมตร ช่อห้อยลง มีดอก
ย่อยเรียงอัดกันแน่น สีขาวมีกลีบรองดอกเป็น
กาบ ออกบริเวณปลายยอดหรือตามซอกใบ
ดอกตัวเมียออกเป็นช่อกลมเล็กๆ เส้นผ่าศูนย์กลางดอก 1.2-1.8 เซนติเมตร ผลปอสา เป็น
ผลรวม ผลกลมสีส้มอมแดง ขนาดประมาณ 3
เซนติเมตร ฉ่ำน้ำ เนื้อผลนุ่ม มีเมล็ดแบนๆอยู่
ติดกันหรือใส่ผล

ประโยชน์มากมายที่ได้จากปอสา โดย
เฉพาะเปลือก ที่มีเส้นใย ทางภาคเหนือ
นำเปลือกต้นสามาทำกระดาษ ใช้ทำร่มกันแดด
กันฝน ที่รู้จักกันดีคือ ร่มปอสร้าง เชียงใหม่ มี
คำพูดติดหูว่า ปอสร้างกางจ้อง(กางร่ม) เขา
นำเอาเปลือกสดหุยให้อ่อน แขน้ำปูนขาว แล้ว
ต้ม จะได้เส้นใยเหนียวๆ แล้วล้างตากออก ตาก
แดดให้แห้ง จะได้กระดาษที่เหนียว นานาริดเรียบ
จะได้กระดาษที่มีคุณสมบัติที่ต้องการ ทากันมัน
ให้กันน้ำ ประกอบเข้าโครงทำร่ม ระบายสี



ดอกแต่งลวดลาย เป็น "ร่วมปอสร้าง" สีน้าไอ้ท้อ
ประดับ 5 ดาวของเชียงใหม่

อีกหลายแหล่ง ที่ทำกระดาษสา
ทอเป็นผ้า ฟันเป็นเชือก กระดาษห่อของขวัญ
กระดาษห่อรองเท้าของแตก พัด ดอกไม้ โคม
ไฟ ตุ๊กตา การ์ดหรือบัตรอวยพร ฯลฯ ปอสา
เป็นพืชเส้นใยที่ปลูกง่ายโตไวมาก แต่ส่วนใหญ่
แพรวขายกันเองไปทั่ว จนกลายเป็นพืชรกที่
แหล่งน้ำต่างๆมักจะขึ้นเต็ม จนเสียสายที่เห็นต่าง
พื้นที่ ประโยชน์อีกมากมายที่ ต้นปอสาให้กับ
เราได้ แกนต้นที่ลอกเปลือกแล้ว ยังใช้ทำเยื่อ
กระดาษ ไม้ใช้ทำตะเกียบ ทำไม้จิ้มฟัน ใบยอด
อ่อน เป็นผักกินต้มผสมร่วปลายข้าวให้เป็น
อาหารหมู สกัดสีจากใบได้สีเหลือง ผลสุกเป็น
นกก กระรอก น้ามันจากเมล็ดใช้ทำสีเครื่องเขียน
ชั้นสูง

สรรพคุณเป็นยาดีมีมากมายกว่า 20
ชนิด เช่น ผลแห้งปอสาต้มน้ำดื่ม หรือบดเป็น
ผงชงน้ำดื่ม เม็นยาชูกำลังแก้อ่อนเพลีย ผลสุก
เป็นยาเย็นออกฤทธิ์ต่อตับ ม้าม ไต บำรุงสาย

ตา ตำพอกฝีหนอง บำรุงเส้นเอ็น กระดูก
ผลแห้งรากเปลือกต้ม หรือผสมเหล้า ทำเป็น
เม็ดยาบำรุงตับ ไต รากเปลือกเป็นยาขับ
ลมในร่างกาย แก้บิด แก้บวมหน้า ยาแก้อาเจียน
เปลือกต้มน้ำเอาเอาเข้าบดแต้มน้ำแก้ตาต้อ ใบ
บดทำเป็นเม็ดยาแก้หูอักเสบ ตาเม็ว ใบเป็นยาแก้
ร้อนในดับ ในกระเพาะ ใบสดยังแก้ เลือด
กำเดาไหลไม่หยุด แก้อาเจียนเป็นเลือด กระอัก
เลือด ตกเลือด ขับปัสสาวะเป็นหนอง ตำคั้น
น้ำพอกแผลห้ามเลือด รักษาแผลสด แผล
ฟกช้ำ ตำพอกรักษาแผลจากตะขบ แมงป่อง
แมลงมีพิษกัดต่อย รักษากลากเกลื้อน ผิวหนัง
อักเสบ ผื่นคัน รากต้มน้ำดื่มรักษาโรคผิวหนัง
รากเปลือก ต้มกินแก้ไอ แก้ไข้ได้ เขาว่าผลแห้ง
ของปอสา ออกฤทธิ์ด้านระบบทางเดินปัสสาวะ
ได้ดี รวมถึงพวกที่ชอบมีอาการผื่นเปียก หรือ
น้ำอสุจิออกตอนนอนหลับ ปากขม ท้องผูก
กระหายน้ำ ปวดหัว วิงเวียนศีรษะ ใช้ส่วนผสม

ปรงยา ถั่วดำต้มเอาน้ำ แช่ผลปอสาแห้ง ตาก
แดดให้น้ำแห้งสนิท ใส่เมล็ดแก้วแล้วคั่วให้
เกรียม บดเป็นผงร่วประทาน และอีกหลายๆ
สูตรยา รักษาอีกหลายโรค สรรพคุณมากมาย
เกินคาดจริงๆ

ต้นปอสาขึ้นอยู่ทั่วไป จากการเฝ้า
มองดูลักษณะของต้น ใบ ดอก ผล และคั้น
คว่าดูคุณสมบัติต่างๆแล้ว มีความเชื่อว่า สามารถ
ใช้เป็นผัก มาปรุงแต่งเป็นอาหารได้ มีแต่ข้อมูล
เล็กน้อยว่า ยางของปอสา ที่มีอยู่ทั่วทั้งราก ใบ
เปลือกต้น มีพิษกับคนที่แพ้กินแล้วท้องร่วง ซึ่ง
ต้องพิสูจน์กันต่อไปว่า ถ้ากินเอาใบ หรือยอด
อ่อน มาเป็นผักทำกิน ไม่ว่าเป็นผักคัมจันทร์หรือ
ผักขบแปงทอด ผัดจมน้ำมันราดกะทิ ผัด
น้ามันหอย หรือน้ำมันงใส่ปลาช่าง หรือปรับ
จากการทำยา เป็นใบตากแห้งทำเป็น "ชาปอสา"
คงจะดีไม่น้อย.

อดุลย์ศักดิ์ ไซยราช