



ทองหลางน้ำ



เมื่อวันที่ ๑๒-๑๖ มิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๗ อพ.สธ. จัดงานประชุมวิชาการและนิทรรศการ "งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนระดับภูมิภาคครั้งที่ ๓" ที่โรงเรียนนนทบุรีวิทยาลัย จังหวัดนนทบุรี ซึ่งเป็นแหล่งการเรียนรู้ชั้นซ้อและแห่งที่สุดของประเทศไทย คือ ทุเรียนนนท์ จากงานนี้จึงมีโอกาสรับความรู้ในเรื่องภูมิปัญญาการปลูกทุเรียนที่แพงที่สุดในประเทศไทย

ภูมิปัญญาในการปลูกทุเรียนของชาวสวนจังหวัดนนทบุรีคือ การปลูกต้นทองหลางน้ำคู่กับสวนทุเรียนนนท์เพื่อเอาไว้ล่อหนอนเจาะต้นทุเรียน เพราะเนื้อไม้จะนิ่มกว่าทุเรียน หนอนจะชอบมากกว่า ใบทองหลางมีกำมะถันมากเมื่อย่อยสลายในท้องร่องแล้วนำมาใช้เป็นปุ๋ยทุเรียนได้ดี ชาวสวนทราบดีว่าทองหลางเป็นไม้อุ้มน้ำสร้างความชุ่มชื้นได้ดี ทุเรียนก็เป็นไม้ชอบความชุ่มชื้น ดังนั้นเมื่อชาวสวนปลูกทุเรียนไว้ที่กลางร่องสวน ทั้ง ๒ พากร่องก็จะปลูกทองหลางสลบไว้

ทองหลางน้ำเรียกได้หลายชื่อ เช่น ทองหลางหนาม ทองโหลง จัดเป็นไม้ยืนต้นขนาดใหญ่ กิ่งก้านมีหนามเรียงสลบ มี ๓ ใบย่อย มีหูใบ ใบย่อยรูปไข่หรือโค้ง ใบมีขน ดอกออกเป็นช่อ เป็นแบบสลบออกดอกที่ยอด มีดอกย่อยออกเป็นกระจุก กระจายกันตามก้านดอก ดอกสีแดงอิฐ มีใบประดับรูปไข่ ผลเป็นฝัก เปลือกแข็ง มีขนปกคลุม เมล็ดรูปโค้ง แก้มขอบหนา สีน้ำตาลดำหรือดำ

ต้นทองหลางน้ำสามารถดูดน้ำมาเก็บไว้ในลำต้นได้มากกว่าต้นไม้ชนิดอื่น สามารถทำให้พื้นดินมีความชุ่มชื้น การขยายพันธุ์สามารถนำกิ่งมาปักชำง่าย เจริญเติบโตเร็วขึ้นได้ง่ายในดินทั่วไป จึงเห็นต้นทองหลางน้ำในที่ต่าง ๆ เสมอ นอกจากเป็นพืชเพื่อการเกษตรที่สำคัญแล้ว ยังมีสรรพคุณเป็นสมุนไพรอีกด้วย เช่น ถ้าต้องการกำจัดเสมหะให้นำเปลือกทองหลางมาต้ม ในการต้มจะนำใบมาต้มด้วยก็ได้ นอกจากนี้ยังแก้ลมพิษ และใช้หยอดตาแก้ตาแดง ใบทองหลางน้ำอุดมไปด้วยโปรตีนเหมาะที่จะใช้เป็นอาหารสัตว์ ไม่ว่าจะเป็น วัว ควาย แพะ แกะ ส่วนใบอ่อนใช้กินกับเมี่ยงคำ กินกับส้มตำ จิ้มน้ำพริก เป็นผักสดเคียงกับอาหารรสจัดได้ทุกประเภท มีคุณค่าโภชนาการคือมีคาร์โบไฮเดรต เส้นใยอาหาร โปรตีน แคลเซียม ฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก วิตามินเอ วิตามินบี ๑ วิตามินบี ๒ ไนอาซิน วิตามินซี เบต้าแคโรทีน

อย่างไรก็ตาม ห้ามกินเมล็ด เพราะมีสารพิษอยู่ ถ้ากินเมล็ดเข้าไป จะทำให้คลื่นคลั่งคล้ายวิกลจริต ทองหลางน้ำนับเป็นพรรณไม้ที่มีประโยชน์และคุ้มค่าแก่การอนุรักษ์จริง ๆ

ดัดแปลงจาก: หมอชาวบ้าน ปีที่ ๓๖ ฉบับที่ ๔๒๔ สิงหาคม ๒๕๕๗