



ชื่อหนังสือพิมพ์	วันที่	ปีที่	ฉบับที่	หน้า
ไทยนิวส์	29 ม.ค. 2552	39	13999	3



เหล็มนั่น ชื่อไม้คนล้านนา พระยาการนำมาทำสมุนไพร

เกี่ยวกับเรื่องเม่นที่อยู่ในป่า มัน เป็นสัตว์ที่มีขนแหลมทั้งขนสั้นขนยาว ขนเม่น ที่แข็งผู้คนทั่วไปมักเรียกกันว่า "เหล็มนั่น" หมายถึงสิ่งที่แข็งและแหลม ด้วยลักษณะ นี้เองเมื่อมีต้นพืชชนิดหนึ่งออกดอกชูผลเมื่อ แก่จัด ผลมันเป็นช่อพวงเรียงกันและแข็ง เหมือนเหล็มนั่นสัตว์ป่า ผู้คนจึงเรียกต้นไม้ ชนิดนี้ว่า เหล็มนั่นเช่นกัน

ต้นเหล็มนั่นหากดูผาดๆผ่านๆ มัน เหมือนกับต้นหิงเม่นจริงๆ หากแต่ต้นหิงเม่น เมื่อออกดอกมันมีสีเหลือง ลูกของมันคล้าย ถั่วเมื่อสั่นเสียงจะดังซวๆ.. เหมือนตัวเม่น ส่ายขนกระทบกัน เขาจึงเรียกต้นไม้ชนิดนั้น ว่า หิงเม่น แต่ต้นเหล็มนั่นมีดอกสี อ่อน(ชมพู) เป็นพวงยาวแทงช่อออกไปทาง ด้านข้าง เมื่อดอกแก่ลงเปลี่ยนเป็นผล ช่อ กลายเป็นพวงผลหรือลูกของมันติดกันเป็น พวงยาว ยิ่งแก่ยิ่งแข็ง แข็งเอาจากๆ หาก เราลองจับและเอามือแตะที่ยอดปลายลูก ของมันจะรู้สึกถูกแทงด้วยเข็มแหลมๆ

ลักษณะต้นเหล็มนั่น เป็นไม้ล้มลุกขนาดเล็ก สูงราวๆ 1 เมตร ใบคล้ายกับต้นขี้ เหล็ก และใบต้นหิงเม่น ขยายพันธุ์ด้วย เมล็ดในฝัก เมื่อแก่เมล็ดจะกระเด็นตกตาม พื้นดิน รอวันแตกผลิใหม่ต่อไป

ดังนั้นหากท่านใดที่ต้องการจะนำ เอาเมล็ดไปปลูกแพร่พันธุ์ก็ต้องรอเก็บเอา เมล็ดแก่ของต้นเหล็มนั่น ไปเพาะ ทำนี้ ก็จะได้ต้นเหล็มนั่นตามสมใจอยาก

คนสมัยโบราณหรือพ่อหมอ แม่ หมอสมัยก่อน จะใช้ต้นเหล็มนั่น ไปรวม กับตัวยาอื่นๆ เช่น กำมะถันขมิ้นชันเต้านสาย มารวมกับใบต้นเหล็มนั่นตำเข้ารวมกัน แล้วใช้น้ำหม้อหนึ่ง เป็น กระสายนำไปทางนวด อาการเหน็บชาที่มีมือหรือ ชาติเท้า อย่างที่หมอ คนล้านนาเรียกกันว่า "เป็น เหน็ดตีน เหน็ดมือ" นั้น เอง

ทุกวันนี้คนเรา มักมีอาการเป็นเหน็บที่ มือ ที่เท้ากันมากมาย



ชื่อหนังสือพิมพ์	วันที่	ปีที่	ฉบับที่	หน้า
ไทยนิวส์	129 อ.ก. 2552	39	13999	3

และต้นเหลื้มนก็กำลังขึ้นอยู่ตามพื้นที่ทั่วไป
เพียงแต่เราออกแรงไปเก็บเอาใบต้นเหลื้มนมา
ใช้ ผู้เขียนคิดว่า ผู้ที่มีอาการเป็นเหน็ดมือ
เหน็ดตีน หรือชาที่มือที่เท้า ก็จะมีผลลง
บ้างกระมัง

หากเราทำได้ก็จะทำให้พวกเราไม่ต้องเสียเงินไป
ซื้อยาต่างประเทศมาใช้ จะทำให้สมุนไพรพื้น
บ้านมีประโยชน์ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงอย่าง
แท้จริงแต่เน่อหมูเฮา

แหล่งข้อมูล ภาพต้นเหลื้มน
แหล่งเรียนรู้พะยูนล้านนา-สวนชาปึงหินไฟ
ถนนหน้าศาลากลางเชียงใหม่ เหนือหัวสะพาน
ข้ามแม่ปึงทิศตะวันตกกราบิคม00พรมมาเทพย์

