



ชื่อหนังสือพิมพ์ ไทยนิวส์	วันที่ 25 ธ.ค. 2557	ปีที่ 45	ฉบับที่ 16154	หน้า 3
-------------------------------------	-------------------------------	--------------------	-------------------------	------------------



สาบตุ่น ชื่อต้นไม้คนล้านนา ะหญาการนำมาทำสมุนไพร

เมื่อคราวหน้าฝนลาจาก เราจะเห็น
บรรดาต้นไม้หลายชนิดแทงดอกออกช่อ เพื่อเติบโต
เป็นฝักหรือเป็นผลสืบตระกูลต่อไปในอีกปีหน้า
บรรดาพรรณไม้มงคลดั่งกล่าวมีต้นหนึ่งชื่อว่าสาบตุ่น ที่
ผู้คนนิยมนำมาทำสมุนไพรล้างเท้าแก้กลิ่นเหม็น

ผู้เขียนเคยนำเสนอเรื่องต้นสาบตุ่นมา
แล้วคิดว่านานราวเกือบสิบมานี้กระมัง พอจำได้ว่า
การเรียนครั้งนั้นเสนอต้นสาบตุ่นในแง่ของนำมาต้ม
แล้วนวดเท้าเพื่อคลายหนาวคลายเครียด แต่มา
วันนี้จะขอนำเสนออีกแง่มุมหนึ่งที่ต้นสาบตุ่น

สามารถนำมาแช่น้ำ โดยไม่ต้องต้ม แล้วใช้ล้างเท้า
ให้เด็กๆทั้งหลาย ที่ไปโรงเรียนมาแล้วอุดรตรงเท้า
มีกลิ่น เนื่องจากพวกเขาเล่นมาจนเหงื่อตกนั่นเอง

ต้นสาบตุ่นมีกลิ่นคล้ายตัวตุ่น ที่อยู่ตามรู
ในดิน ชอบขุดหากินหัวเผือก หัวมันแกว รากไม้
ดิบๆทั่วไป คำว่าสาบสรุปแล้วก็คือ กลิ่น นั่นแหละ



ลักษณะต้นสาบตุ่นเป็นไม้ล้มลุกพุ่มเตี้ย
แทงยอดดอกพุ่งพวยขึ้นไป มีดอกแทงออกมาตาม
ซอกก้านเมื่อโตเต็มใบหรือดอกออกมาดู มีกลิ่นหอม
เอียนๆ ไอ้ที่หอมเอียนๆนี่เองทำให้ดับกลิ่นรองเท้า
ของเด็กบรรดาลูกหลานเราได้เป็นอย่างดี

วิธีการใช้เมื่อโตเต็มแล้วให้ล้างน้ำแล้วแช่
น้ำไว้ หากใจร้อนอาจบีบคั้นให้แตกในน้ำก็ได้ แล้ว
ปล่อยทิ้งไว้ น้ำจะออกสีเขียวๆ เมื่อเติกกมาก็เรียก
เขาว่าน้ำไก่ล้างเท้าแช่และเช็ดถูไปมา จะเห็นซี
โคลเท้าออกมาเป็นเปรอะชั้น ตามแต่ลักษณะของ
เท้าแต่ละคน เสร็จแล้วนำน้ำมาล้างเท้าเด็กอีกครั้ง
กลิ่นเท้าก็จะหายไป ไม่รบกวนจมูกพ่อแม่ผู้
ปกครองอีกต่อไป.

ภาพ ต้นสาบตุ่น แหล่งเรียนรู้พะญา
ล้านนา ม.6 ต.ดอนแก้ว อ.แมริม จ.เชียงใหม่

...นิคม พรหมมาเทพย์...