

ชื่อสมุนไพร กระบก

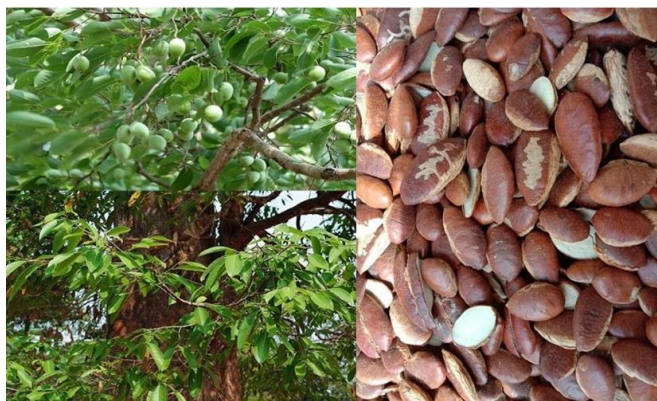
ชื่อวิทยาศาสตร์ *Irvingia malayana* Oliv. ex  
A.W.Benn.

ชื่อสามัญ Barking deer's mango, Wild  
almond

ชื่อท้องถิ่น มะลิ้น หมักลิ้น (สุโขทัย นครราชสีมา),  
ชะอ้ง (ตราด), หลักกาย (สุรินทร์),

ที่มา : กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม

มีน มะมีน (ภาคเหนือ), บก หมากบก หมากกระบก (ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ), กระบก กระบก จะบก ตรีบก  
(ภาคกลาง), จำเาะ (เขมร) ไม้มีน (ขมุ), เปรี๊ยะต้องเตียง (เมียน), ส้อมั่วลื้อ (ม้ง)



### ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ต้น เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ ไม้ผลัดใบ ทรงเรือนยอดเป็นพุ่มแน่นทึบ สูงประมาณ 10-30 เมตร ลำต้นเปลือ เปลือกต้นมีสีเทาอ่อนปนสีน้ำตาลค่อนข้างเรียบ โคนต้นมักขึ้นเป็นพูพอน เจริญเติบโตได้ดีในสภาพดินทุกชนิด ในที่กลางแจ้ง ต้องการน้ำและความชื้นปานกลาง ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการเพาะเมล็ด

ใบ ใบเดี่ยวติดเรียงสลับกัน ลักษณะใบเป็นรูปไข่หรือรูปรีแกมรูปขอบขนานจนถึงรูปใบหอก ใบกว้างประมาณ 2-9 เซนติเมตรยาวประมาณ 8-20 เซนติเมตร เนื้อใบหนาเกลี้ยงทั้งสองด้าน ขอบใบเรียบ โคนใบมนแหลมหรือเว้าเล็กน้อย สอบเรียวไปทางปลายใบ ปลายใบแหลมทู่ ขอบใบเรียบ มีเส้นแขนงใบประมาณ 8-14 คู่ และมักมีเส้นแขนงปลอมแซมระหว่างกลาง เส้นใบย่อยเป็นแบบขั้นบันได เห็นได้ชัดจากด้านท้องใบ เมื่อใบแห้งจะเห็นเส้นร่างแหชัดทั้งสองด้าน ปลายใบเป็นติ่งมน มีหูใบ หูใบมีลักษณะพิเศษคือ ม้วนหุ้มยอด เรียวแหลม โคนเล็กน้อยลักษณะเป็นรูปดาบ ยาวประมาณ 3 เซนติเมตร

ดอก ออกดอกเป็นช่อตามซอกใบและปลายกิ่ง ดอกมีสีเขียวยอมเขียวอ่อน มีกลีบเลี้ยง 5 กลีบ กลีบดอก 5 กลีบ มีเกสรตัวผู้อยู่ 10 อัน

ผล หรือ ลูก ลักษณะของผลเป็นรูปกลมรี หรือค่อนข้างเป็นรูปไข่ ลักษณะแบนเล็กน้อย คล้ายกับผลมะม่วงขนาดเล็ก โดยผลอ่อนจะมีสีเขียว แต่เมื่อแก่แล้วจะเปลี่ยนเป็นสีเหลือง ในผลมีเมล็ดและมีเนื้อหุ้มเมล็ดและ ๆ เหมือนมะม่วง ในผลกระบกมีเมล็ด

เมล็ด ลักษณะเป็นรูปไข่ เมล็ดใหญ่ เป็นเมล็ดเดี่ยว มีเปลือกแข็ง เนื้อในเมล็ดมีเนื้อแบ่งสีขาว และมีน้ำมัน

### การนำไปใช้ประโยชน์

เนื้อในเมล็ดมีรสหวานมัน นิยมนำมาคั่วรับประทานเป็นของว่าง มีรสคล้ายกับถั่วลิสง หรือที่เรียกว่า "กระบกคั่ว" เนื้อในเมล็ดเป็นแหล่งอุดมของแคลเซียมและเหล็กชั้นดี จึงช่วยบำรุงกระดูกและฟันได้เป็นอย่างดี น้ำมันจากเนื้อในเมล็ดสามารถนำมาใช้เป็นสบู่และเทียนไขได้ ไม้กระบกเป็นไม้เนื้อแข็งและหนัก มีเสี้ยนตรง

แข็งมาก ไม่แตกแยกเมื่อแห้ง เลื่อยผ่าตัดแต่งได้ง่าย สามารถนำมาใช้ทำเป็นเครื่องมือกลกรรม เช่น ครก ไม้ตีพริก เครื่องสีข้าว รวมถึงสิ่งปลูกสร้างที่อยู่ใต้น้ำ และยังสามารถนำมาทำเป็นฟืน หรือถ่านที่ให้ความร้อนสูงได้

#### สรรพคุณทางยา

1. ผลใช้เป็นยาระบาย ช่วยฆ่าพยาธิในท้อง
2. เนื้อในเมล็ดช่วยบำรุงไต
3. เนื้อในเมล็ดมีรสร้อน ช่วยบำรุงเส้นเอ็น แก้เส้นเอ็นพิการ บำรุงไขข้อกระดูก แก้ข้อขัดได้
4. เนื้อไม้ช่วยทำให้เจริญอาหาร บำรุงหัวใจ
5. น้ำมันจากเมล็ดช่วยบำรุงสมอง
6. น้ำมันเมล็ดรักษาโรคผิวหนัง บรรเทาอาการหอบหืด
7. ใบช่วยแก้อาการคันตามผิวหนัง

#### เอกสารอ้างอิง

กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม, จังหวัดกรุงเทพฯ. (2560). รูปภาพกระบก. สืบค้น 22 มีนาคม 2565, จาก

<http://greenarea.deqp.go.th>

เมตไทย. (2563) กระบก. สืบค้น 22 มีนาคม 2565, จาก <https://medthai.com/กระบก/>