

เกียงพางโย ผักป่ายาดีมีมานาน



ตัวรับธาตุเหล็กหลายชนิด เกียงจะเป็น ส่วนใหญ่ด้วย ที่ในตำรับยามีส่วนประกอบ ด้วย พืชผัก และสมุนไพร ที่มีตัวยาสำคัญแฝง อยู่ และมีพืชผักสมุนไพร นักร้อยชนิดที่เป็น พืชในพื้นที่ประเทศไทย เมื่อสมัยกรุงสุโขทัย เป็นราชธานี ยังปรากฏในศิลาจารึกว่า การ รักษาโรคภัยไข้เจ็บ โดยหมอชาวไทยใช้ยาพื้น บ้านที่มีอยู่ตามป่าเขา มีทั้งวันต่างๆ รากไม้ ใบหญ้าสารพัด ที่นำมาใช้รักษาโรคภัย ตั้งแต่ ภายนอกที่ปรากฏให้เห็น และภายในที่มองไม่ เห็น ตลอดจนไสยศาสตร์ เวทมนตร์ ลวด เครื่องรางของขลัง ก็ยังมีการสืบทอดศาสตร์ เคสัตรีชาวมอญไทย และไสยศาสตร์จวบ จนถึงปัจจุบัน

พืชป่าที่นำมาเป็นอาหารรับประทาน เรียกกันว่าผัก ที่นำมาเป็นยารักษาโรค บำรุง ร่างกาย เรียกสมุนไพร มีหลากหลายชนิด หลายประเภท หลายพวก หลายเหล่า พืชป่า ชนิดหนึ่ง ทางภาคเหนือเรียกว่า "เกียงพางโย" เป็นไม้พุ่มเลื้อยขนาดเล็ก มักพบขึ้นอยู่ริม ลำห้วยในป่า นำมาเป็นผักแกงส้ม ลาบ ข้างเรียก เกียงพาลาบ บางที่ที่ขึ้นที่แห้งแคระแกรม เรียก

เกียงพางโยพองเป็นเพราะลิ้นใบกัน มีลวด ลายและสีเขียวแดงคล้ายกระรอก กระแต ทางภาคเหนือเรียก ตัวใหม่ เกียงพางโย เป็น ผักที่พบมากทางภาคเหนือ กับอีสาน และนิยม นำมาเป็นผักแกงส้ม กินกับลาบ ส้า ปลา ก้อย หรือถวักจิ้มน้ำพริก อร่อย และมีคุณค่ามากแล

เกียงพางโย มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า EupatoriumStoechochodumHanceจัดอยู่ใน วงศ์ Compositaeเป็นไม้พุ่มขนาดเล็ก เจริญ เติบโตได้ดีในที่ชื้น ดินมีอินทรีย์วัตถุมาก แสง แดดรำไร แต่ถ้าปลูกขึ้นในที่แดดจัด จะแตก ยอด และใบที่เล็ก แกรม ก้านดำใบ เล่มใบ ออกสีแดง ถึงม่วงเข้ม แผ่นใบสีเขียวอมน้ำตาล เล็กน้อย แข็ง กรอบ เป็นพืชที่เจริญเติบโต แทร่ขยายเร็วพอสมควร ใบรูปหอก โคนสอบ ปลายใบเรียวแหลม ขอบใบเรียบนั้ง แบบหยัก มีหนามเล็กๆก็มี ยอดอ่อน อาจมีขนขึ้นเล็ก น้อย แต่เมื่อมีอายุมากขึ้น จะเป็นใบเรียบ มีดอกออกเป็นช่อที่ปลายยอด สีขาวอม เหลือง ติดผลหรือเมล็ดสีน้ำตาลอ่อน เมล็ด ทรงกระบอกโค้งเล็กน้อย มีขนนุ่มละเอียดหุ้ม แต่ไม่ค่อยเจอดอก เพราะส่วนใหญ่จะถูกเด็ด ยอดไปกินกับแกงส้มลาบขม เลี้ยงก่อน ส่วน กลิ่น รสชาติ หิสุจน์แล้วตามความรู้สึกของ ตนเอง เห็นว่า มีกลิ่นเฉพาะไม่เหมือนผักชนิด



โหนด ส่วนรสชาติ กรอบมัน มีฝาดเปรี้ยวแซ่บ นิดๆ อร่อยมากเมื่อกินคู่กับลาบเนื้อ ลาบไก่ บ้า ปลา ที่เผ็ด โดยเฉพาะ ลาบขม ช่วยเพิ่มรสชาติ และบรรยากาศการกินขึ้นได้มากทีเดียว เห็นว่าทางภาคกลางมีพืชชนิดเดียวกัน ลักษณะและคุณสมบัติด้านกลิ่น รสชาติ คล้ายกัน หรืออาจเป็นพืชชนิดเดียวกัน คือ "สันพร้าวหอม" มีความแตกต่างกันที่ ขอบใบมี หยัก เป็นหนามแหลมเล็ก ใบมีขนละเอียดขึ้น บ้าง ผู้รู้หลายคน ยืนยันว่าเป็นพืชชนิดเดียวกัน เพียงแต่ขึ้นในสภาพภูมิอากาศ และดินที่ต่างกัน การเจริญเติบโตต่างกัน เขาเป็นว่าเป็นอีกชื่อ หนึ่งของ เกียงพางใบ ที่ภาคกลางเรียก สันพร้าว หอม และยังมีชื่อเรียกอื่นๆอีกหลายอย่าง ภาค ตะวันตกเรียก พญาเลื่อมหอม ชาวกะเหรี่ยง แม่ฮ่องสอนเรียก พอกี้ ชาวเงี้ยวเรียก ระเบิดมอ กพา หญ้าลั้งหึ่ง จีนกลางเรียก หนามเจ้าแพ้ย หวาน เป็นต้น ให้ผู้อ่านดูรูปประกอบแล้วตรวจ สอดดูอีกทีว่า พื้นที่ที่ท่านอยู่เขาเรียกว่าอะไร? กระซิบบอกให้รู้ตัวนะ

ทางการแพทย์แผนไทย มีการนำพืช ชนิดนี้มาใช้ประโยชน์ เป็นองค์ประกอบ หรือ เป็นส่วนผสมของยาใช้รักษาโรคภัยไข้เจ็บต่าง ที่ รู้กันสำหรับคนรุ่นเก่าๆ เช่น ยาแสลงหมึก ที่เป็น ยาที่ใช้ประโยชน์ ป้ายลิ้น ใช้ในการแก้ไข้พิษ

ถอนพิษไข้ แก้ไข้ตัวร้อน บรรเทาพิษหัด พิษ อีสุกอีใส เป็นส่วนผสมยาเขียว ก็เช่นเดียวกัน เป็นยาแก้ไข้ ร้อนใน กระหายน้ำ ขับเหงื่อ แก้ ท้องอืดท้องเฟ้อ ปรุงเป็นยาหอมบำรุงร่างกาย ชูกำลัง บำรุงหัวใจ ส่วนใบสดนอกจากกินเป็น ผักแล้ว ยังใช้ขับตหรือขี้คั้นน้ำ หรือคั้นเอา น้ำ รพค้ำก็้อหรือฝาดี้ ปิดห้ามเลือด สมานแผล หรือใช้ต้มน้ำคั้นใบสดหยอดหูรักษาหูเป็นน้ำหนวก หรือใช้ใบสดตำผสมกับเมล็ดส้มป่อย ผสม น้ำมันหมู ทาแก้ตุ่มคันต่างๆได้ แต่ก็มีข้อควร ระวัง มีสารออกฤทธิ์ที่มีผลต่อม้าม และ กระเพาะอาหาร

ทุกวันนี้ พืชป่าต่างๆ ที่ผู้คนนำมาปรับ เปลี่ยนเป็นพืชบ้าน เพื่ออำนวยความสะดวกการใช้ประโยชน์ ในกรยังชีพ พืชบางอย่างถูกปรับโฉมเป็นพืช เศรษฐกิจ พืชการค้าไปก็มีหลายชนิด ก็ขออย่า ได้ลืมว่า รากเหง้าที่เป็นความจริง เกิดมาจากป่า ไพรหมายถึงป่า ป่าให้อะไรที่มากมายน่าชีวิตเรา แม้แต่ชีวิตความเป็นอยู่ของเรา แต่ดั้งเดิม เชื่อ ว่ามีจุดเริ่มต้นของคนป่าอยู่มาก จึงไม่อยากให้ เราหลงลืมชาติกำเนิดของเรา และไม่ควรร ทำลายชาติกำเนิดเรา ซ้ำยิ่งสมควรที่จะดำรง รักษาของดีดีเหล่านีไว้ให้อยู่เป็นคู่ชีวิตเรา ตลอดไป รักษาป่าคือรักษาชีวิต

อดุลย์ศักดิ์ ไชยราช

