



โครงการ ตันหนามขี้แฮต ชื่อกลุ่ม หนามแดง

- | | |
|---------------------|--------------|
| 1. นายธีรภัทร์ | ตามศักดิ์ |
| 2. นางสาวปริยรัตน์ | ตาเป้ง |
| 3. นางสาวศิตราภัทร์ | ป๋องสม |
| 4. นางสาวตรีทิพย์ | ทุมตาลเดี่ยว |
| 5. นางสาวปาริชาติ | มหาวรรณ |
| 6. นางสาววรัญญา | โกวฤทธิ์ |
| 7. นางสาววรวรรณนา | นิสลา |
| 8. นางสาวอรินทิพย์ | จิตตา |

พี่เลี้ยง ว่าที่ร้อยตรีวรัญญา เรือนคำ

โรงเรียนทุ่งกว้าววิทยาคม

ตำบลทุ่งกว้าว อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาลำปาง ลำพูน



หนามขี้แฮต มะม่วงหาวมะนาวโห่ หนามแดง มะม่วงหาวมะนาวโห่ ชื่อสามัญ Bengal-Currants, Carandas-plum, Karanda มะม่วงหาวมะนาวโห่ ชื่อวิทยาศาสตร์ Carissa carandas L. จัดอยู่ในวงศ์ตีนเป็ด (APOCYNACEAE) และอยู่ในวงศ์ย่อยระย้อย (RAUVOLFIACEAE) สมุนไพรมะม่วงหาวมะนาวโห่ เป็นชื่อที่เพี้ยนมาจากชื่อ “มะม่วงไม่รู้หาวมะนาวไม่รู้โห่” พันธุ์ไม้ชนิดนี้มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า หนามขี้แฮต (เชียงใหม่), หนามแดง (กรุงเทพฯ), มะนาวไม่รู้โห่ (ภาคกลาง), มะนาวโห่ (ภาคใต้) เป็นต้น มะม่วงหาวมะนาวโห่จัดเป็นผลไม้สมุนไพรชนิดหนึ่ง ลักษณะของผลจะมีสีแดงเรื่อวเล็กคล้ายกับมะเขือเทศราชินี สำหรับรสชาติของผลสุกจะออกหวานนุ่มลิ้น แต่ถ้ายังไม่สุกจะมีรสเปรี้ยวจัดเข็ดฟัน มีธาตุเหล็กและวิตามินซีสูง เมื่อกัดไปแล้วจะมียางเหนียว ๆ ฝาดคอ มะม่วงหาวมะนาวโห่ เป็นผลไม้ในวรรณคดีเรื่องพระรถเมรี (นางสีดาสอง) มะนาวไม่รู้โห่ หรือหนามแดง เป็นผลไม้ที่หลาย ๆ คนมองข้าม เนื่องจากเป็นพันธุ์ไม้มีหนาม หลายคนไม่รู้สรรพคุณก็ฟันทิ้งกันไปส่วนใหญ่ จึงทำให้ปัจจุบันค่อนข้างหามารับประทานได้ยาก นอกจากคนที่รู้เท่านั้นที่นำมาปลูกไว้ สำหรับคนโบราณแล้วผลไม้ชนิดนี้ถือว่ามีคุณประโยชน์อย่างยิ่ง เพราะเป็นมีฤทธิ์เป็นยาสมุนไพรซึ่งมีสรรพคุณที่หลากหลายในการช่วยซ่อมแซมร่างกายและช่วยรักษาโรคได้แทบทุกชนิด สำหรับวิธีกินก็นำมาล้างให้สะอาดแล้วรับประทานกันสด ๆ ได้เลย นอกจากผลแล้ว ส่วนอื่น ๆ ก็ยังมีประโยชน์อีกด้วย ไม่ว่าจะเป็นราก ใบ ยอดอ่อน เมล็ด เนื้อไม้ และแก่น ก็ล้วนแต่มีสรรพคุณทางยาทั้งสิ้น ไม่เว้นแม้กระทั่งยางก็ช่วยในการสมานแผลได้ เรียกได้ว่าแทบจะทุกส่วนจริง ๆ หนามแดงว่าเป็นสมุนไพรที่ช่วยซ่อมแซมร่างกายได้ ประโยชน์ของมะม่วงหาวมะนาวโห่ น้ำของผลสามารถนำมาใช้ปรุงอาหารแทนมะนาวได้ ใช้ทำเป็นผลไม้หมักดอง นำมาประกอบอาหารได้หลายเมนู เช่น ผัดไทยเต้าหู้มะนาวโห่ น้ำพริกเผมะนาวโห่ ฟรุ๊ตตี้ลิ้มหา



มหิงสาสายสืบ

มะม่วงหาวมะนาวโห่

ชื่อท้องถิ่น หนามขี้แฮด หนามแดง มะนาวไม่รู้โห่ มะนาวโห่

ชื่อสามัญ Bengal-currants, Carandas-plum, Karanda

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Carissa carandas* L.

ชื่อวงศ์ APOCYNACEAE

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ลักษณะทั่วไป ไม้พุ่มรอเลื้อยหรือไม้ยืนต้นขนาดเล็ก สูงได้ถึง 5 เมตร ทุกส่วนมีน้ำยางขาว ตามกิ่งก้านมีหนาม **ลักษณะใบ** ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปไข่กลับ กว้าง 1.5-4 เซนติเมตร ยาว 3-7 เซนติเมตร ปลายมนหรือเว้าเข้าเล็กน้อย โคนกลม ผิวใบสีเขียวเข้มเป็นมัน **ลักษณะดอก** ออกดอกเป็นช่อ ตามปลายกิ่ง ช่อดอกยาว 3.5-5.5 เซนติเมตร ดอกสีขาว กลีบเลี้ยง 5 กลีบ มีขน กลีบดอกโคนกลีบเชื่อมติดกันเป็นหลอดยาวสีชมพูแกมแดง ปลายแยก 5 แฉก ดอกมีกลิ่นหอมอ่อน ๆ ออกดอกเกือบตลอดทั้งปี **ลักษณะผล** ผลเดี่ยว ออกรวมกันเป็นช่อ รูปกลมรี มนรี หรือรูปไข่ ผลอ่อนมีสีขาวอมชมพู ผลดิบมีน้ำยางมาก ผลจะค่อย ๆ เข้มขึ้นเป็นสีแดง กระทั่งสุกจึงกลายเป็นสีดำ **เขตการกระจายพันธุ์** พบในประเทศอินเดีย อินโดนีเซีย มาเลเซีย ศรีลังกา พม่า จีน และไทย **การใช้ประโยชน์** ผลสุกสามารถรับประทานได้ มีสารต่อต้านอนุมูลอิสระ และนำมาใช้ประโยชน์ได้เกือบทุกส่วนของต้น ดังนั้นต้นหนามขี้แฮด จึงเป็นต้นไม้ที่ควรค่าต่อการดูแลรักษาของโรงเรียนทุ่งกว่าวิทยาคมเพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้ของนักเรียนโรงเรียนทุ่งกว่าวิทยาคมสืบไป



หนามขี้แฮด หรือมะนาวหาวมะนาวโห่หรือหนามแดง ที่มีในอาคารสหกรณ์ร้านค้าของโรงเรียนทุ่งกว่าวิทยาคม ตำบลทุ่งกว่า อำเภอมืองปาน จังหวัดลำปาง ที่มีสองต้นเพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้นอกห้องเรียน เป็นพื้นที่ที่กลุ่มจะเข้าไปดำเนินตามโครงการหิงสาสายสืบได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้เนื่องจากเป็นพื้นที่ที่มีความปลอดภัยในการดำเนินการ มีความโดดเด่นของพืชเฉพาะถิ่น ที่ควรค่าต่อการดูแลรักษาต่อไป ดังนั้นกลุ่มหนามแดงจึงมีความสนใจในการเรียนรู้ต้นหนามขี้แฮดหรือมะนาวหาวมะนาวโห่หรือหนามแดง ในพื้นที่ตามโครงการต้นหนามขี้แฮดขึ้น



โครงการ
หิงสาสายสืบ