



# กระดานข่าวงานวิจัยใช้ได้จริง :

## พืชอาหาร พืชสมุนไพร

# ผักเบี้ยใหญ่ (Purslane)

กลุ่มวิจัยพฤกษศาสตร์และพืชไร่  
สำนักคุ้มครองพันธุ์พืช กรมวิชาการเกษตร  
ประจำเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๔

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Potulaca oleracea* L. (Portulacaceae)

**ลักษณะทางพฤกษศาสตร์:** พืชล้มลุก อายุปีเดียว ลำต้นอวบน้ำ สีแดงหรือม่วงแดง ปลายตั้งชูขึ้น มักแผ่เป็นผืนใหญ่ สูง 5-20 เซนติเมตร ใบเดี่ยว เรียงสลับหรือเกือบตรงกันข้าม ก้านใบสั้นมาก แผ่นใบแบน รูปไข่กลับ ขนาด 10-30 x 5-15 มิลลิเมตร ปลายใบมน หรือรูปตัด หรือเว้าบวม ขอบใบเรียบ โคนใบรูปลิ้ม ซอกใบมีขน 2-3 เส้น ยาวประมาณ 1 มิลลิเมตร เห็นได้ไม่ชัด ดอก ออกที่ปลายยอด เป็นกระจุก 3-7 ดอก เส้นผ่านศูนย์กลางดอก 4-5 มิลลิเมตร ล้อมรอบด้วยวงใบประดับ 2-6 ใบประดับ กลีบเลี้ยง 2 กลีบ ปลายกลีบแหลม ยาวประมาณ 4 มิลลิเมตร สีเขียว กลีบดอก 5 กลีบ รูปไข่กลับ ยาว 3-5 มิลลิเมตร เชื่อมติดกันที่ฐานเล็กน้อย ปลายกลีบเว้าบวม สีเหลือง เกสรเพศผู้ จำนวน 10-12 อัน ก้านชูอับเรณู ยาวประมาณ 12 มิลลิเมตร อับเรณูสีเหลือง รั้งไข่งัดไต้หวันกลีบ ผิวเกลี้ยง ปลายเกสรเพศเมีย 4-6 แฉก ผล แบบแห้งแตกตามขวาง รูปทรงไข่ ยาวประมาณ 5 มิลลิเมตร เมล็ด รูปกลมหรือรูปไต ขนาด 0.6-1.2 มิลลิเมตร เมื่อแก่สีดำเป็นเงา มีจำนวนมาก เปลือกเมล็ดชั้นนอกรูปดาว ปกติมีตุ่มตรงกลางคล้ายหมุด หรืออาจไม่มี ผิวเมล็ดเป็นตุ่มเล็ก ๆ

**การกระจายพันธุ์:** พบทั่วไปในเขตอบอุ่นและเขตร้อนของโลก

**สภาพนิเวศ:** ขึ้นในทุ่งหญ้า ป่ารก เป็นวัชพืชในแปลงปลูก หรือพื้นที่ที่ถูกรบกวน พบในทุกสภาพดิน แต่เจริญดีในดินร่วนปนทราย ทนต่ออุณหภูมิต่ำ จึงพบได้ในที่สูงถึง 1,800 เมตร



ลำต้นอวบน้ำสีแดง



ผลแตกตามขวาง

**คุณสมบัติทางอาหารและสมุนไพร:** ประโยชน์ทางอาหาร ใบและยอดอ่อนรับประทานดิบเป็นผัก หรือปรุงสุก เมล็ดทำเป็นแป้งหรือทำไอ้ก นอกจากนี้ ยังใช้เป็นอาหารเลี้ยงหมุ่ไก่ หรือนกได้อย่างดี ประโยชน์ทางสมุนไพร พบว่าผักเบี้ยใหญ่ถูกจัดรวมไว้ในรายการพืชสมุนไพรที่ถูกใช้มากที่สุดขององค์การอนามัยโลก มีรายงานการใช้เป็นยาขับปัสสาวะ รักษาโรคไขข้อ โรคทางนรีเวช แก้ปวด ลดไข้ เป็นต้น หรือใช้ภายนอกรักษาแผลพุพอง หรือผิวหนังอักเสบ

**แนวทางในอนาคต:** ผักเบี้ยใหญ่เป็นผักใบที่มีคุณค่าทางโภชนาการ จึงควรให้ความสำคัญกับการปรับปรุงแนวทางการผลิตและการตลาด ปัจจุบันความนิยมใช้ประโยชน์จากผักเบี้ยใหญ่เริ่มแพร่หลายมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในอุตสาหกรรมการผลิตเครื่องสำอาง การพัฒนาสายพันธุ์ผักเบี้ยใหญ่ที่ให้ผลผลิตสูงจึงยังเป็นที่ต้องการในท้องตลาด รวมถึงควรให้ความสนใจกับการรวบรวมเชื้อพันธุ์ของพืชชนิดนี้ด้วย