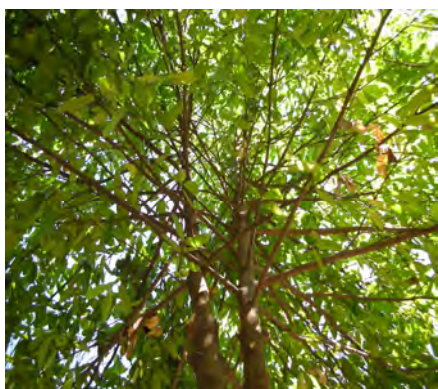


รายงานการศึกษาชนิดพันธุ์ไม้
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2553

เรื่อง

มะปูด

(*Garcinia dulcis* Kurz)



ศูนย์ศึกษาและพัฒนาวนศาสตร์ชุมชนที่ 10

Community Forestry Research and Development Centre No. 10

สำนักจัดการทรัพยากรป่าไม้ที่ 10 (ราชบุรี)

คำนำ

ความเชื่อของชนชาวไทยตั้งแต่ครั้งโบราณกาลเกี่ยวกับการปลูกต้นไม้ในบริเวณบ้านนั้น ได้มีการถ่ายทอดสืบต่อกันมาถึงเรื่องราวของการคัดเลือกชนิดพันธุ์ไม้ที่จะนำมาปลูกได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้บ้านเรือนมีความร่มรื่น และไม่เกิดอันตรายต่อตัวบ้านและผู้อยู่อาศัย เช่น การห้ามปลูกต้นไทรในบ้านด้วยเกรงว่ารากของต้นไทรจะเป็นอันตรายต่อบ้าน หรือห้ามปลูกไม้ใหญ่ในทิศที่จะบังช่องลม เป็นต้น แต่ในปัจจุบันคนไทยกลับคำนึงถึงการปลูกชนิดพันธุ์ไม้ที่มีชื่อสื่อความหมายในทางที่เป็นสิริมงคล และเสริมบารมีให้กับตนเองและคนในครอบครัวเป็นหลัก เช่น วาสนา นางคุ้ม พุด เป็นต้น

มะพูด เป็นพันธุ์ไม้พื้นเมืองชนิดหนึ่งที่ศูนย์ศึกษาและพัฒนาวนศาสตร์ชุมชนที่ 10 สนใจศึกษาเพื่อเผยแพร่ให้ประชาชนทั่วไปได้รู้จัก มิใช่ในแง่ที่คนนิยมปลูกเอาเคล็ดด้วยความเชื่อที่ว่า เมื่อปลูกในบริเวณบ้านเรือนแล้วจะทำให้ลูกหลานพูดจาไพเราะ ช่างเจรจาในสิ่งที่ดีงาม แต่ศูนย์ฯ สนใจในแง่ที่มะพูด เป็นผลไม้พื้นเมืองที่ในอดีตคนไทยมักนิยมปลูกและมักพบเห็นได้ทั่วไป ซึ่งในปัจจุบันนี้กลับพบว่าน้อยคนนักที่จะรู้จักผลไม้ชนิดนี้ และหาพบไม่ได้ง่ายนัก

ดังนั้น เพื่อเป็นการอนุรักษ์พันธุ์ไม้พื้นเมืองโบราณ ศูนย์ศึกษาและพัฒนาวนศาสตร์ชุมชนที่ 10 จึงได้หยิบประเด็นต่างๆ ของมะพูดมาทำการศึกษาค้นคว้าเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้สนใจพันธุ์ไม้นี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่า จากข้อมูลต่างๆ ที่ได้ทำการศึกษาค้นคว้ามานี้จะช่วยเผยแพร่ให้ต้นมะพูดเป็นที่รู้จักมากยิ่งขึ้น

ศูนย์ศึกษาและพัฒนาวนศาสตร์ชุมชนที่ 10

2553

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
มะปูด	1
ชื่อพื้นเมือง	1
ชื่อวิทยาศาสตร์	1
ชื่อวงศ์	1
ลักษณะทางนิเวศวิทยา	1
ลักษณะทางพฤกษศาสตร์	2
การขยายพันธุ์	3
ส่วนที่นำมาเป็นอาหาร	3
ประโยชน์ทางยา	3
คุณค่าทางโภชนาการ	4
การใช้ประโยชน์อื่น	4
คติความเชื่อ	5
การตลาด	5
เอกสารอ้างอิง	6



มะพุด

“มะพุด” เป็นผลไม้พื้นเมืองชนิดหนึ่งในสมัยก่อนมักพบได้โดยทั่วไป แต่ในปัจจุบันนี้หารับประทานยากมาก เนื่องจากไม่เป็นที่นิยมสำหรับคนรุ่นใหม่ จึงไม่ค่อยมีใครรู้จักมักคุ้นกับ



ต้นมะพุดกันมากนัก ลักษณะผลและเนื้อข้างในมีสีเหลืองคล้ายลูกพลับ แต่มีเมล็ด รสชาติหวานอมเปรี้ยวเล็กน้อย ถ้าผลยังไม่สุกมากนักเนื้อจะแข็ง ออกและผลจะออกช่วงเดือน เมษายน ถึง กรกฎาคมของทุกปี ช่วงที่ออกลูก ต้น

มะพุดจะสวยมากเนื่องจากผลของ

มะพุดมีสีเหลืองมองแล้วจะเหลืองไปทั้งต้นดูเป็นธรรมชาติ **“มะพุด”** ถือได้ว่าเป็นผลไม้พื้นเมืองที่มีสารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายหลายชนิด เช่น โปรตีน ไขมัน คาร์โบไฮเดรต แคลเซียม เหล็ก และวิตามิน เป็นต้น นอกจากนี้เนื้อไม้ของต้นมะพุดยังสามารถทำเป็นเสาปลูกบ้าน ผลสามารถนำมาประกอบอาหารได้ เช่น ผลห่ามนำมาต้มกับเนื้อเปื่อย หรือปลาทุ ฯลฯ เนื่องจากผลห่ามของมะพุดจะมีรสเปรี้ยวสามารถนำมาใช้แทนมะดัน หรือตะลิงปลิงได้



ชื่อพื้นเมือง

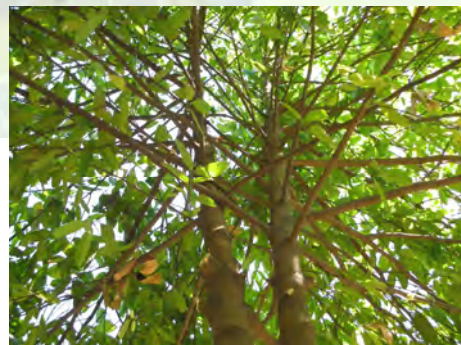
ปะพุด มะพุด (อีสาน) ประโสด (เขมร) มะนุ ตะพุด จำพุด พะวาโบใหญ่ สัมปอง สัมม่วง มะพุด (ปัตตานี)

ชื่อวิทยาศาสตร์

Garcinia dulcis Kurz

ชื่อวงศ์

GUTTIFERAE



ลักษณะทางนิเวศวิทยา

“มะพุด” เป็นพืชที่มีการกระจายพันธุ์ในป่าดิบชื้น และตามชายห้วยในป่าเบญจพรรณ ทางภาคตะวันออกเฉียงใต้และภาคใต้ ในต่างประเทศพบที่ฟิลิปปินส์ บอร์เนียว ชวา และอินโดนีเซีย

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

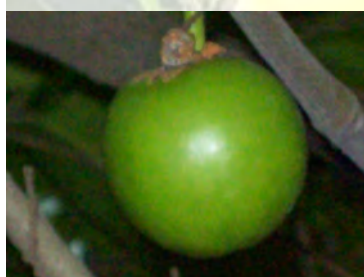


ลำต้น มะพูดเป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง ต้นสูงประมาณ 5-20 เมตร ทรงพุ่มกลม กิ่งก้านเป็นเหลี่ยม ลำต้นเมื่อมีบาดแผลจะมียางสีขาวไหลออกมาแล้วค่อยๆ เปลี่ยนเป็นสีเหลือง

ใบ ใบเป็นแบบใบเดี่ยว ออกตรงกันข้าม ใบมีขนาดใหญ่ แผ่นใบหนาเป็นมัน แผ่นใบรูปขอบขนาน หรือรูปไข่ยาวรีคล้ายใบมังคุด แต่ปลายใบจะแหลมกว่า ขนาดใบกว้างประมาณ 9–12 เซนติเมตร ยาว 17–25 เซนติเมตร โคนใบตัดตรงและเว้าเล็กน้อย คล้ายรูปหัวใจ เนื้อใบหนาคลายแผ่นหนัง เมื่อแห้งสีเหลืองอมเทา ผิวใบด้านล่างมีขนละเอียด บางครั้งเกลี้ยง ก้านใบสั้น



ดอก กลีบดอกจะมีสีขาวแกมเหลือง หรือสีขาวแกมเขียว หรือสีเขียวยอมเหลือง ดอกแยกเพศในต้นเดียวกัน ออกเป็นกระจุกตามง่ามใบ ยาวประมาณ 10 เซนติเมตร



ผล ผลมีลักษณะกลมหรือรูปไข่ มีขนาดใหญ่ คล้ายส้มเขียวหวาน ผลดก ออกตามกิ่ง ผลมีขนาดยาวประมาณ 6.5 เซนติเมตร ผลดิบจะเป็นสีเขียว ผลแก่จะมีสีเหลือง และเมื่อผลสุกจะเป็นสีเหลืองสดหรือสีส้ม เนื้อในผลจะมีสีเหลืองจางๆ เนื้อนุ่มและฉ่ำน้ำ รสชาติจะมีรสเปรี้ยวอมหวาน ใ้รับประทานเป็นอาหารได้



เมล็ด เมล็ดมีลักษณะแข็ง ในหนึ่งผลจะมีเมล็ดอยู่ประมาณ 2–5 เมล็ด



การขยายพันธุ์



มะปูดขยายพันธุ์ได้โดยการการเพาะเมล็ด โดยทำการนำเมล็ดของผลมะปูดที่สุกเต็มที่มาชำในถุงเพาะชำ ซึ่งภายในถุงเพาะชำประกอบด้วย ดิน จี๋เถ้าแกลบ ขุยมะพร้าว และปุ๋ยหมักหรือปุ๋ยคอกเล็กน้อย นำเมล็ดที่เตรียมไว้ใส่ถุงเพาะชำ คอยดูแลและรดน้ำอย่างสม่ำเสมอ ต้นกล้าจะใช้ระยะเวลาในการงอกประมาณ 30 – 45 วัน เมล็ดมะปูด 1 เมล็ดสามารถให้ต้นกล้ามะปูดได้ 1 – 2



ต้นขึ้นอยู่กับความสมบูรณ์ของเมล็ดมะปูด

ส่วนที่นำมาเป็นอาหาร



ผลสุกของมะปูดจะมีรสเปรี้ยวอมหวาน สามารถรับประทานได้ โดยอาจนำมาจิ้มพริกกับเกลือ ชาวบ้านบางคนจะเก็บผลที่กำลังห่ามมาต้มกับเนื้อเปื่อยเพื่อให้ออกรสเปรี้ยวแทนมะดันนำไปดอง หรือนำมาเชื่อมก็ได้

ประโยชน์ทางยา

ส่วนที่ใช้เป็นยา น้ำคั้นจากลูก ราก และเปลือก

รสและสรรพคุณในตำรายาไทย น้ำคั้นจากลูก จะมีรสเปรี้ยวอมหวาน แก้ไอ ขับเสมหะ แก้เจ็บคอ แก้เลือดออกตามไรฟัน ราก จะมีรสจืด แก้ไข้ แก้ร้อนใน และถอนพิษผิดตำแดง เปลือก จะมีรสฝาด ใช้ชำระบาดแผล

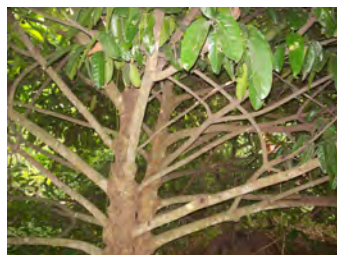


ขนาดและวิธีใช้

1. แก้ไอ ขับเสมหะ แก้เจ็บคอ แก้เลือดออกตามไรฟัน ใช้ผลมะปูดคั้นเอาแต่น้ำ จิบหรือดื่มพอประมาณ

2. แก้ไข้ แก้ร้อนใน ใช้รากต้มน้ำดื่ม

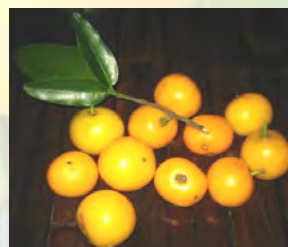
3. ชำระบาดแผล ใช้เปลือกต้มน้ำ กรองเอาน้ำชำระบาดแผล



คุณค่าทางโภชนาการ

คุณค่าของสารอาหารของผลมะปูดในส่วนของกินได้ 100 กรัม ให้พลังงาน 49 กิโลแคลอรี และสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ประกอบด้วย

สารอาหาร	ผล	หน่วย
คาร์โบไฮเดรต	12.2	กรัม
ไขมัน	0.5	กรัม
โปรตีน	0.4	กรัม
เส้นใยอาหาร	1.0	กรัม
แคลเซียม	5	มิลลิกรัม
ฟอสฟอรัส	13	มิลลิกรัม
เหล็ก	0.4	มิลลิกรัม
วิตามิน เอ	42	หน่วยสากล(I.U.)
วิตามิน บี1	0.06	มิลลิกรัม
วิตามิน บี2	0.04	มิลลิกรัม
วิตามิน ซี	5	มิลลิกรัม
ไนอะซิน	0.3	มิลลิกรัม



การใช้ประโยชน์อื่นๆ

เนื้อไม้ใช้ทำเสาอาคารบ้านเรือนได้ แต่โบราณมานิยมปลูกมะปูดเพื่อเป็นไม้ผลมากกว่า



คติความเชื่อ



มะปูดเป็นต้นไม้ที่ควรปลูกไว้ในบริเวณบ้าน โดยปลูกไว้ทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือ (ทิศพายัพ) ในทิศนะของศูนย์ฯ เชื่อว่าเป็นภูมิปัญญาของคนโบราณที่ต้องการลดปริมาณแสงแดดในช่วงบ่าย เนื่องจากมะปูดมีทรงพุ่มกลมและหนา แต่คนทั่วไปมักปลูกเอาเคล็ดเพื่อหวังให้ลูกหลานเป็นคนช่างพูดช่างเจรจาในสิ่งที่ดีงาม และพุดจาไพละเป็นที่ชื่นชอบของคนทั่วไป



การตลาด

ปัจจุบันมีการส่งเสริมการจำหน่ายผลมะปูดในตลาดชุมชนพื้นบ้านที่จัดขึ้นเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวจากชุมชนเมือง ซึ่งได้รับความนิยมมากขึ้นเรื่อยๆ เนื่องจากเป็นผลไม้ที่สวยงามแปลกตา เป็นที่สนใจแก่ผู้พบเห็น ทั้งในแง่พุ่มหลังและคุณค่าทางวัฒนธรรม โดยราคาจำหน่ายอยู่ที่ กิโลกรัมละ 30 – 50 บาท



เอกสารอ้างอิง

คณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติ สาขาเกษตรศาสตร์และชีววิทยา. 2551. ไม้โอเนกประสงค์กินได้.
โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด. กรุงเทพฯ. หน้า 352 – 353.

<http://www.biogang.net>

<http://www.dnp.go.th>

<http://www.dtam.moph.go.th>

<http://www.school.net.th>

<http://www.gotoknow.org>

<http://www.panmai.com>

<http://www.wangtakrai.com>



คณะผู้จัดทำ

นายนิศ อาจัญกรณ์

นักวิชาการป่าไม้ชำนาญการ

นายชนดล อาสน์สุวรรณ

เจ้าหน้าที่ฝึกอบรม

นางรุ่งอรุณ กล้าเสือ

นักวิชาการเผยแพร่

นางสาวประภัสสร คำไวย

ผู้ช่วยเจ้าหน้าที่การเกษตร

นางคำพร น้ำหอม

พนักงานเพาะชำ

