

ชื่อสมุนไพรร ชะมวง

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Garcinia cowa* Roxb. ex

Choisy

ชื่อสามัญ Cowa

ชื่อท้องถิ่น ส้มป่อง มะป่อง (คนเมือง), หมาก  
โหมก (อุตรธานี), มวงส้ม (นครศรีธรรมราช),  
กะมวง มวง ส้มมวง (ภาคใต้), กานี (มลายู  
นราธิวาส), ตระมวง (เขมร), ยอดมวง ส้มม่วง ส้ม  
โหมง ส้มป่อง



### ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ต้น ไม้ยืนต้นขนาดเล็กถึงขนาดกลางไม่ผลัดใบ เรือนยอดเป็นทรงพุ่มรูปกรวยคว่ำทรงสูง มีความสูงของต้นประมาณ 5-10 เมตร หรืออาจสูงถึง 15-30 เมตร ลำต้นเกลี้ยงและแตกกิ่งไอบทอนบนของลำต้น กิ่งย่อยผิวเรียบ เปลือกลำต้นเป็นสีน้ำตาลมีลักษณะขรุขระ แตกเป็นสะเก็ด ส่วนเปลือกด้านในเป็นสีชมพูถึงแดง น้ำยางสีเหลืองข้นไหลเยิ้มออกมาจากเปลือกต้น ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการใช้เมล็ดและการตอนกิ่ง

ใบ ใบเดี่ยว ออกเรียงสลับตรงข้ามกัน ลักษณะของใบเป็นรูปรีแกมใบหอกหรือแกมขอบขนาน โคนใบสอบแหลม ปลายใบป้านหรือแหลมเล็กน้อย ส่วนขอบใบเรียบ ใบมีความกว้างประมาณ 2.5-5 เซนติเมตร ยาวประมาณ 8-13 เซนติเมตร ใบอ่อนมีสีเขียวอ่อนหรือเขียวอมสีม่วงแดง ส่วนใบแก่มีสีเขียวเข้ม (สีน้ำเงินเข้ม) บริเวณปลายกิ่งมักแตก 1-3 ยอด หลังใบเรียบสิ้นเป็นมัน ท้องใบเรียบ เนื้อใบมีลักษณะค่อนข้างหนาและเปราะ เส้นใบเห็นได้ไม่ชัด แต่ด้านหลังใบจะเห็นเส้นกลาง ส่วนก้านใบเป็นสีแดงมีความยาวประมาณ 0.5-1 เซนติเมตร

ดอก แยกเพศอยู่กันคนละต้น ออกดอกตามซอกใบและกิ่ง ดอกตัวผู้จะออกตามกิ่งเป็นกระจุก มีดอกย่อยประมาณ 3-8 ดอก ดอกมีเกสรตัวผู้จำนวนมากเรียงกันเป็นรูปสี่เหลี่ยม กลีบดอกมีสีเหลืองนวลและมีกลิ่นหอม กลีบดอกแข็งแรงหนา 4 กลีบ และกลีบเลี้ยง 4 กลีบ ลักษณะเป็นรูปรีแกมรูปขอบขนาน ปลายกลีบกลม ดอกมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 2-2.5 เซนติเมตร ส่วนดอกตัวเมียออกเป็นดอกเดี่ยวตามปลายกิ่ง ดอกมีเกสรตัวผู้เทียมเรียงอยู่รอบรังไข่ มีก้านเกสรติดกันเป็นกลุ่ม ที่ปลายก้านมีต่อม 1 ต่อม ออกดอกในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ถึงเดือนเมษายน

ผล ลักษณะของผลเป็นรูปทรงกลมแป้น ผิวเรียบเป็นมัน มีขนาดประมาณ 2.5-6 เซนติเมตร ผลอ่อนมีสีเขียว เมื่อสุกแล้วจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองถึงส้มหม่น และมีร่องสั้น ประมาณ 5-8 ร่อง ด้านบนปลายบวม และมีชั้นกลีบเลี้ยงประมาณ 4-8 แฉกติดอยู่ เนื้อหนา สีเหลือง ภายในผลมีเมล็ดขนาดใหญ่ประมาณ 4-6 เมล็ด ลักษณะของเมล็ดเป็นรูปรีหนา เรียงตัวกันเป็นวงรอบผล ผลสุกมีรสเปรี้ยวใช้รับประทานได้ แต่มียางมากและทำให้ติดฟัน โดยจะติดผลในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนมิถุนายน

### การนำไปใช้ประโยชน์

ผลชะมวงสุกมีสีเหลือง รสเปรี้ยวอมหวานรับประทานเป็นผลไม้ได้หรือผลชะมวงนำมาหั่นเป็นแว่นตากแดดใส่ปลาร้าเพื่อเพิ่มรสชาติ ยอดอ่อนหรือใบอ่อนรับประทานเป็นผักจิ้มน้ำพริก รับประทานเป็นผักสดร่วมกับน้ำพริก หรือนำไปใช้ปรุงอาหาร เช่น ต้มส้ม ต้มส้มปลาไหล ต้มส้มปลาแห้ง ทำแกงชะมวง ต้มซี่โครงหมู ใบชะมวง ใช้แกงกับหมู หมูชะมวง หรือนำมาใส่ในแกงอ่อม เป็นต้น ผลและใบอ่อนใช้ปรุงอาหาร โดยจะมีรสเปรี้ยวคล้ายกับมะดัน ผลและใบแก่เมื่อนำมาหมักจะให้กรด ซึ่งนำมาใช้สำหรับการฟอกหนังวัวหรือหนังควายที่ใช้แกะสลักรูปหนังตะลุง ลำต้นหรือเนื้อไม้ชะมวงสามารถนำมาแปรรูปใช้ในงานก่อสร้าง หรือใช้ทำเฟอร์นิเจอร์ได้ เช่น โต๊ะ ตู้ เตียง เปลือกต้นและยางของต้นชะมวงให้สีเหลืองที่เหมาะสมสำหรับการนำมาใช้สกัดทำสีย้อมผ้า ยอดอ่อนชะมวงเมื่อนำไปหมักกับจุลินทรีย์จะทำให้เกิดรสเปรี้ยว ใช้เป็นยาปราบศัตรูพืชได้ เช่น เพลี้ย

#### สรรพคุณทางยา

1. ใบช่วยฟอกโลหิต
2. ใบใช้ปรุงเป็นยาขับเลือดเสีย ช่วยขับโลหิตระดูของสตรี
3. ผลอ่อน ใบ ดอกและราก เป็นยาแก้ไข้ แก้ไข้ตัวร้อน ช่วยถอนพิษไข้
4. ผลและใบช่วยแก้อาการร้อนในกระหายน้ำ
5. ผลและใบช่วยแก้อาการไอ
6. ดอก ช่วยในการย่อยอาหาร

#### เอกสารอ้างอิง

เมตไทย. (2563)ชะมวง. สืบค้น 18 เมษายน 2565, จาก <https://medthai.com/ชะมวง/>