

ชะอม

ชื่ออื่น	ผักชะ ผักหละ ผักละ ผักล่า ผักหา(ภาคเหนือ) ผักขา (อุตรธานี) ผักย่า (ร้อยเอ็ด) โพชยุโคะ ผักหมี (ไทยของ)
ลักษณะทางพฤกษศาสตร์	ต้น เป็นพรรณไม้พุ่มขนาดเล็กกิ่งเลื้อยลำต้น และกิ่งก้านมีหนามแหลมอยู่ทั่วไปลำต้นเลื้อย สีขาว ใบ เป็นใบประกอบ มีก้านใบจะแยกออกเป็นใบอยู่ 2 ทาง จะมีลักษณะคล้ายใบส้มป่อยหรือใบกระถิน ใบอ่อนมีกลิ่นฉุน ใบเรียงสลับ ใบย่อยอยู่ตรงข้ามกันมี 13-18 คู่ ดอก ลักษณะคล้ายดอกกระถินออกที่ซอกใบ สีขาวนวลหรือขาว ดอกขนาดเล็ก จะเห็นชัดเจนเฉพาะเกสรตัวผู้เป็นเส้นฝอย
การขยายพันธุ์	ตอน ปักชำ เพาะเมล็ด
ฤดูกาลเก็บส่วนขยายพันธุ์	ได้ทุกฤดู
สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการเจริญเติบโต	ขึ้นได้ในสภาพทั่วไปๆ ไป ทนแล้งได้ดี
การใช้ประโยชน์	ทางอาหาร กินยอดอ่อนได้ทั้งสดและลวก ยอดอ่อนแ่กับหน่อไม้ แ่ก่งเห็ด ทางยา <u>เปลือก</u>ชะอมผสม สะเดา ฟ้าทะลายโจร บดให้เข้ากันเป็นยาขับพยาธิ ดม่น้ำกินเป็นยาขับลม<u>เปลือก</u>ใช้แทนผลสุรส <u>ราก</u>ของชะอม สรรพคุณแก้ท้องเฟ้อ ขับลมในลำไส้ แก้อาการปวดเสียวในท้องได้ดี
ฤดูกาลที่ใช้ประโยชน์	ทุกฤดูกาล
ข้อควรระวัง	หญิงลูกอ่อนไม่ควรกิน ทำให้น้ำนมแห้ง