

แม่ไขปลา

ชื่ออื่น	แม่ทุ้ง (ชุมพร, สงขลา) มะแม่ข้าวเบาแม่จั่ง (จันทบุรี) จะแม่ผา (ชลบุรี)
ลักษณะทางพฤกษศาสตร์	ต้น ใบ ดอก ผล เป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก สูง 2-6 เมตรกิ่งอ่อนและยอดอ่อนมีขน ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปไข่ถึงรูปวงรี กว้าง 3.5-4.5 ซม. 5-7 ซม. ผิวด้านบนเกลี้ยงหรือมีขนประปราย ด้านล่างมีขนสั้น ๆ ออกเป็นช่อที่ซอกใบและปลายกิ่ง ดอกย่อยจำนวนมาก สีเขียวอ่อน รูปทรงกลมเบี้ยว เมื่อสุกสีแดงคล้ำถึงดำมีเมล็ดเดี่ยว
การขยายพันธุ์	เมล็ด
ฤดูกาลเก็บส่วนขยายพันธุ์	พฤศจิกายน-มกราคม
สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการเจริญเติบโต	ขึ้นตามป่าโปร่ง ป่าเบญจพรรณ
การใช้ประโยชน์	ทางอาหาร ทางยา ใบอ่อนและดอกอ่อน มาแกงร่วมกับเห็ดดอกหรือเห็ดไข่ห่านสีขาว และเห็ดไข่ห่านสีเหลือง เพื่อให้มีรสเปรี้ยว <u>ใบและผล</u> ใช้ต้มอาบ แก้อาการโลหิตจางชนิดเลือดไหลเวียนไม่ดี ลำต้น ราก ขับปัสสาวะ แก้กษัย แก้กษางเด็ก บำรุงไต แก้ปวดเมื่อยตามร่างกาย แก้มดลูกพิการ
ฤดูกาลที่ใช้ประโยชน์	ฤดูฝน