

ผักคราด

ชื่ออื่น	ผักเผ็ด ผักคาคหัวแหวน (เหนือ) ผักตุ้มหู หญ้าตุ้มหู อึ้งฮวยเกีย (จีนแต้จิ๋ว)	
ลักษณะทางพฤกษศาสตร์	ต้น	เป็นไม้ล้มลุก ลำต้นตรง สูงประมาณ 20-30 ซม. หรือทอดไปตามดินเล็กน้อยแต่ปลายชูขึ้น ลำต้นกลมอวบน้ำมีสีเขียวม่วงแดงปนเข้ม ลำต้นอ่อนมีขนปกคลุมเล็กน้อยสามารถออกจากตามข้อของต้น
	ใบ	ใบเดี่ยวออกตรงข้าม รูปสามเหลี่ยมขอบใบหยักพับ ก้านใบยาว ผิวใบสากมีขนใบกว้าง 3-4 ซม. ยาว 3-6 ซม.
	ดอก	ออกดอกเป็นช่อตามซอกใบและปลายกิ่ง เป็นประจุสี่เหลี่ยม ลักษณะกลม ปลายแหลมคล้ายหัวแหวน ดอกย่อยมี 2 วง วงนอกเป็นตัวเมีย วงในเป็นดอกสมบูรณ์เพศ
	ผล	เป็นผลแห้งรูปไข่
การขยายพันธุ์	เมล็ด ปักชำมีรากออกตามข้อ	
ฤดูกาลเก็บส่วนขยายพันธุ์	ตลอดปี	
สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการเจริญเติบโต	ขึ้นทั่วไปที่ลุ่ม ชื้นแฉะ พบตามป่าละเมาะ	
การใช้ประโยชน์	ทางอาหาร	ใบ ต้น กินสดกับป่น แก้ว ชุบใส่แกงหน่อไม้ แกงอ่อม ดับกลิ่นคาวดีมาก รสชาติของดอก รดเผ็ดชาลิ้น ใบหวานๆ ขมๆ ชาลิ้น ขมเย็นๆ เลี้ยวแก้ปวดฟัน เป็นยาชา
	ทางยา	จีนใช้สกัดเป็นยาชาสรรพคุณแก้พิษตามทวาร แก้วริดสีดวง แก้วพอมเหลือง แก้วเด็กตัวร้อน <u>ต้นสด</u> ตำผสมเหล้า หรือ น้ำส้มสายชู อมแก้ฝีในคอต่อมน้ำลาย

การใช้ประโยชน์	ทางยา	อักเสบ แก้ไขแก้ปวดฟัน ประโยชน์ต่อ สุขภาพ รสเผ็ดร้อน ช่วยเจริญอาหาร ช่วย ขับลมช่วยย่อยอาหารได้
ฤดูกาลที่ใช้ประโยชน์	ตลอดปี	
ความสัมพันธ์กับระบบนิเวศน์	พืชคลุมดิน พบขึ้นปะปนกับไม้อื่น หรืออยู่ตามสวนริม คลองหรือร่องน้ำได้ร่มไม้กาใช้ประโยชน์	

กัญญา คิวิเศษ และคนอื่นๆ. 2542. ผักพื้นบ้านภาคเหนือ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.