



ชื่อ - สกุล : นางแสงวรรณ ช่มแก้ว

ที่อยู่ 71 ม.5 ตำบลน้ำเกียน อำเภอภูเพียง จังหวัดน่าน

เบอร์โทร : 080-1266853

ชื่อแปลง : ผักเชียงดา + ดอกอัญชัน

ชนิดพืชที่ปลูก

1. ผักเชียงดา (ชื่อวิทยาศาสตร์: *Gymnema inodorum*)

ผักเชียงดา (Gurmar) จัดเป็นราชินีแห่งผักพื้นบ้านทางภาคเหนือ เนื่องจากมีรสชาตอร่อยและมีคุณค่าทางโภชนาการสูง นอกจากนี้ยังเป็นยาสมุนไพรพื้นบ้าน โบราณว่าเป็นยาเย็น ใช้เป็นยาลดไข้ มีรายงานว่าผักชนิดนี้มีสารต้านอนุมูลอิสระ พบสารสำคัญเป็นสารคือ gymnemic acid ซึ่งมีฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือด สามารถลดระดับน้ำตาลในเลือดได้ มีบริษัทยาในประเทศญี่ปุ่นได้ผลิตยาจากผักเชียงดาออกมาจำหน่าย



2.ดอกอัญชัน (ชื่อวิทยาศาสตร์: Clitoria ternatea)

ดอกอัญชัน (Butterfly pea) มีคุณสมบัติในการเป็นสารต้านอนุมูลอิสระ โดยในดอกอัญชันนั้นมีสารตัวหนึ่งที่ชื่อว่าแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ซึ่งสารชนิดนี้สามารถช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของดวงตา เพิ่มความสามารถในการมองเห็น แก้อาการตาฟาง ตาฝ้า หรือภาวะการเสื่อมของดวงตาที่มาจากโรคเบาหวาน โรคต้อหิน โรคต้อกระจก และมีหน้าที่ไปช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต ทำให้เลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ได้ดีมาก ขึ้น นอกจากนี้ยังมีฤทธิ์ด้านการออกซิเดชั่นของไขมัน ชะลอการเกิดโรคที่เกิดจากคอเลสเตอรอลชนิดที่ไม่ดี (LDL) อุดตันในหลอดเลือด และโรคหลอดเลือดหัวใจแข็งตัวอีกด้วย และคุณสมบัติที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งก็คือ ดอกอัญชัน ช่วยยับยั้งการรวมตัวของเกล็ดเลือด ช่วยขับปัสสาวะ และช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อ



สถานที่จำหน่าย : วิสาหกิจชุมชนชีววิถีตำบลน้ำเกี๋ยน