

แบบจัดเก็บองค์ความรู้ ประเด็น....พัฒนาเข้าสู่การเกษตรสมัยใหม่และเกษตรมูลค่าสูงด้วย BCG Model.....	
องค์ความรู้ เรื่องการผลิตกล้วยผง.....	
เจ้าของความรู้ หรือผู้ให้ข้อมูล.....นายศุภลักษณ์ บัวโรย.....	
วันที่บันทึกความรู้๑๘ /...เม.ย..../..๒๕๖๖..	
กระบวนการ/ขั้นตอน/วิธีปฏิบัติ ในการจัดการความรู้	ข้อแนะนำ / เอกสารอ้างอิง / คู่มือต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับองค์ความรู้
<u>การผลิตกล้วยผง</u> <u>วัสดุอุปกรณ์</u> - กล้วยน้ำว้าดิบ - มีด - ถังน้ำ - เครื่องสไลด์ - ตู้อบ - เครื่องบด - ตะแกรงร่อน <u>วิธีการทำ</u> - นำกล้วยดิบมาล้าง และปอกเปลือก - ล้างกล้วยที่ปอกแล้วอีกครั้ง - ทำการสไลด์กล้วยเป็นชิ้นบางๆ - อบด้วยอุณหภูมิ ๔๐-๕๐ องศาเซลเซียส อบ ๑๕ ชั่วโมง - นำกล้วยที่อบแล้วมาเข้าเครื่องบด - ทำการร่อนให้ละเอียด <u>วิธีการใช้</u> - ตักผงกล้วยลงแก้วประมาณ ๑๐ กรัม - เติมน้ำอุ่นหรือน้ำร้อนลงแก้วประมาณ ๑๖๐ ซีซี - คนให้เข้ากันรับประทานก่อนอาหาร <u>ประโยชน์</u> ดูแลและป้องกันกรดไหลย้อนปรับสมดุลลำไส้	<u>ข้อแนะนำ</u> กล้วยน้ำว้าดิบมี - สารแทนนิน มีฤทธิ์ฝาด ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรียได้ดี ช่วยเคลือบป้องกันผนังกระเพาะอาหารและลำไส้ไม่ให้ถูกทำลายจากกรด หรืออาหารเผ็ดร้อน - สารเซโรโทนิน มีฤทธิ์กระตุ้นให้ผนังกระเพาะอาหารสร้างเยื่อเมือกปกคลุมมากขึ้น จึงช่วยเคลือบแผลในกระเพาะอาหารไม่ให้ถูกกรดในกระเพาะอาหารย่อย - โพแทสเซียม ช่วยควบคุมสมดุลของอิเล็กโทรไลต์และสมดุลของกรด-เบสในร่างกาย ป้องกันภาวะกรดเกิน (hyperacidity) วิธีการทานง่ายๆเพียงแค่ชงดื่มก่อนอาหาร ๒-๓ เวลา หรือตอนท้องว่าง ก็ได้ประโยชน์จากกล้วยน้ำว้าเต็มๆ กล้วยดิบในบัญชียาหลักแห่งชาติ แนะนำให้ใช้สำหรับรักษาแผลในกระเพาะอาหารบรรเทาอาการท้องเสียชนิดที่ไม่เกิดจากการติดเชื้อ เช่น อุจจาระไม่เป็นมูกเลือดปน โดยขนาดที่แนะนำคือ รับประทานครั้งละ ๑๐ กรัม ชงน้ำร้อน ๑๒๐ - ๒๐๐ มก. วันละ ๓ ครั้ง ก่อนอาหาร คำเตือน คือไม่ควรใช้ในคนที่ท้องผูก และการรับประทานนานๆอาจทำให้ท้องอืดได้
ผู้บันทึกองค์ความรู้ ชื่อ...นายศิวะ พินิจจิตรสมุทร... ตำแหน่ง ...นักวิชาการส่งเสริมการเกษตรปฏิบัติการ...	
หน่วยงาน..สำนักงานเกษตรเมืองสมุทรสงคราม..... โทรศัพท์๐๘๐-๐๕๘๔๘๘๘.....	