249 สื่อออนไลน์
249online.com
10 บาท
เชิญประชุมผู้ถือหุ้น วัตถุประสงค์ อนุมัติงบการเงิน เพิ่มทุน ลดทุน เลิกบริษัทจำกัด แจ้งเจ้าหนี้ลูกหนี้ แปรสภาพเป็นบริษัทจำกัด
ปีที่ 8 ฉบับที่ 2540 ประจำวันที่ 04 พฤศจิกายน พ.ศ. 2569 ใบอนุญาตพิมพ์ เลขที่ สสช 12/2562 ISSN 2672-9318

ใบยอ คืออะไร ทำความรู้จัก ใบยอ พืชสมุนไพรพื้นบ้านพร้อมสรรพคุณ



ใบยอ เป็นพืชสมุนไพรพื้นบ้านที่พบได้ทั่วไปในประเทศไทย โดยเฉพาะในภาคใต้ มักถูกใช้ประกอบอาหาร เช่น แกงไตปลา หรือแกงคั่วต่าง ๆ นอกจากรสชาติที่โดดเด่นแล้ว ใบยอ ยังมีคุณค่าทางยาที่น่าสนใจมากมาย ซึ่งได้รับความสนใจในวงการแพทย์แผนไทยมาอย่างยาวนาน

ใบยอ คืออะไร

ใบยอ คือ ใบของต้นยอ (Morinda citrifolia) พืชสมุนไพรที่นิยมใช้ทั้งในอาหารและการแพทย์แผนไทย โดยเฉพาะใบสดที่มีรสชาติและกลิ่นเฉพาะตัว ลักษณะของใบจะเป็นใบเดี่ยว สีเขียวเข้ม ขอบเรียบ ขนาดใหญ่ สามารถนำไปประกอบอาหารหรือต้มเป็นน้ำสมุนไพรได้

สรรพคุณของใบยอที่ดีต่อสุขภาพ

1.ช่วยบำรุงระบบย่อยอาหาร

ในตำรายาไทย ใบยอมีฤทธิ์ช่วยกระตุ้นการหลั่งน้ำย่อย ทำให้ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น เหมาะสำหรับผู้ที่มีอาการแน่นท้อง หรืออาหารไม่ย่อย

2.ลดการอักเสบในร่างกาย

มีการศึกษาพบว่าใบยอมีสารฟลาโวนอยด์ (flavonoid) และสารต้านอนุมูลอิสระ ซึ่งช่วยลดการอักเสบในระดับเซลล์ และช่วยป้องกันโรคเรื้อรัง เช่น เบาหวาน หรือโรคหัวใจ

3.แก้อาการปวดเมื่อย

แพทย์แผนไทยมักใช้ใบยอ อบหรือนึ่งเพื่อประคบแก้อาการปวดเมื่อยตามร่างกาย หรือใช้พอกบรรเทาอาการฟกช้ำได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4.ขับลม แก้ท้องอืด

การต้มใบยอดื่มช่วยขับลม แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ และลดอาการแน่นจุกได้ดี เหมาะสำหรับผู้ที่มีระบบทางเดินอาหารไม่ปกติ

5.บำรุงผิวพรรณจากภายใน

สารต้านอนุมูลอิสระในใบยอช่วยชะลอวัย ลดความหมองคล้ำ และเสริมการสร้างคอลลาเจนให้ผิวดูสดใสขึ้นจากภายใน

วิธีใช้ใบยอ อย่างปลอดภัย

-ควรใช้ใบยอ สดจากแหล่งที่สะอาด และไม่ผ่านสารเคมี

-หากใช้เป็นสมุนไพรต้มดื่ม ควรต้มให้เดือดและดื่มในปริมาณที่เหมาะสม

-ผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือหญิงตั้งครรภ์ ควรปรึกษาแพทย์ก่อนใช้

เมนูจากใบยอ

-แกงคั่วใบยอกุ้งสด – เมนูเข้มข้นหอมกะทิ เสริมความหวานมันด้วยใบยออ่อน

-แกงเลียงใบยอ – แกงน้ำใสใส่ผักรวมและใบยอ รสเผ็ดร้อนสมุนไพร

-ไข่เจียวใบยอ – ไข่เจียวหอมฟูมีใยอาหารจากใบยอ สุดง่ายและอร่อย

-ใบยอชุบแป้งทอด – เมนูกรอบ ๆ เคี้ยวเพลิน กินเล่นหรือจิ้มซอสก็เข้ากัน

-ใบยอลวกจิ้มน้ำพริกกะปิ – กินคลีนแต่อร่อย จิ้มกับน้ำพริกเผ็ดจัดจ้าน

-ห่อหมกใบยอ – ห่อหมกรสกลมกล่อม ใส่ใบยอรองด้านล่างแทนใบตอง

-ผัดใบยอกับไข่ – เมนูประหยัด ทำง่ายเหมาะสำหรับมื้อเร่งด่วน

-ต้มจืดหมูสับใบยอ – ซุปใสรสอ่อน ดับเลี่ยน มีสรรพคุณช่วยย่อย

-น้ำพริกใบยอ – โขลกใบยอกับพริกและเครื่องปรุง เป็นน้ำพริกรสเฉพาะตัว

-แกงอ่อมใบยอกับเนื้อวัว – แกงพื้นบ้านอีสานหอมเครื่องสมุนไพร ใส่ใบยอเพิ่มรสกลมกล่อม

ใบยอ ไม่ได้เป็นเพียงแค่พืชประกอบอาหารพื้นบ้าน แต่ยังเต็มไปด้วยคุณค่าทางยาที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพทั้งภายในและภายนอก ไม่ว่าจะเป็นการบำรุงระบบย่อยอาหาร บรรเทาอาการปวดเมื่อย หรือแม้แต่ดูแลผิวพรรณ หากนำมาใช้ให้ถูกวิธี ใบยอจะเป็นสมุนไพรใกล้ตัวที่เปี่ยมด้วยประโยชน์อย่างแท้จริง

เจ้าของ/ผู้พิมพ์โฆษณา : บริษัท 249 สื่อออนไลน์ จำกัด เลขที่ใบอนุญาต : สสช 12/2562 ISSN : 2672-9318 บรรณาธิการ : ส.ต.ศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล
ที่ตั้ง : 10/1287 ซอยนวมินทร์ 93 แขวงนวมินทร์ เขตบึงกุ่ม กรุงเทพมหานคร 10240 โทรศัพท์ : 065-492-6324

4 พฤศจิกายน 2569

เรื่อง เชิญประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้น ครั้งที่ 1/2569

เรียน ท่านผู้ถือหุ้น บริษัท บิสซิเนส แพรเวล แมเนจเม้นท์ จำกัด

ด้วยที่ประชุมคณะกรรมการของ บริษัท บิสซิเนส แพรเวล แมเนจเม้นท์ จำกัด มีมติให้เรียกประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้นครั้งที่ 1/2569 ในวันที่ 19 พฤศจิกายน 2569 เวลา 9.00 น. ณ สำนักงานใหญ่ของบริษัทฯ เลขที่ 50 อาคารสันสัน ชั้น 5 ห้องเลขที่ 501-502 ซอยสันสัน ถนนเพลินจิต เขตวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร เพื่อพิจารณาเรื่องต่าง ๆ ตามระเบียบวาระการประชุม ดังต่อไปนี้

วาระที่ 1 พิจารณาลงมติพิเศษเพื่อเพิ่มทุนของบริษัท

วาระที่ 2 พิจารณาลงมติพิเศษเพื่อแก้ไขเพิ่มเติมหนังสือบริคณห์สนธิ ข้อ 5. ทุน

วาระที่ 3 พิจารณาแก้ไขเปลี่ยนแปลงบัญชีรายชื่อผู้ถือหุ้น

วาระที่ 4 พิจารณาเรื่องอื่นๆ (ถ้ามี)

จึงเรียนมาเพื่อทราบและขอเรียนเชิญท่านผู้ถือหุ้น โปรดเข้าร่วมประชุมตาม วัน เวลา และสถานที่ดังกล่าวข้างต้น

ขอแสดงความนับถือ

นายธีระชัย ไชยทิพย์อาสน์

เลขานุการบริษัทฯ

เจ้าของ/ผู้พิมพ์โฆษณา : บริษัท 249 สื่อออนไลน์ จำกัด เลขที่ใบอนุญาต : สสช 12/2562 ISSN : 2672-9318 บรรณาธิการ : ส.ต.ศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล
ที่ตั้ง : 10/1287 ซอยนวมินทร์ 93 แขวงนวมินทร์ เขตบึงกุ่ม กรุงเทพมหานคร 10240 โทรศัพท์ : 065-492-6324



ที่มา:ขอขอบคุณ: https://www.sanook.com/

เจ้าของ/ผู้พิมพ์โฆษณา : บริษัท 249 สื่อออนไลน์ จำกัด เลขที่ใบอนุญาต : สสช 12/2562 ISSN : 2672-9318 บรรณาธิการ : ส.ต.ศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล
ที่ตั้ง : 10/1287 ซอยนวมินทร์ 93 แขวงนวมินทร์ เขตบึงกุ่ม กรุงเทพมหานคร 10240 โทรศัพท์ : 065-492-6324

แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดแจ้งการพิมพ์
ตามพระราชบัญญัติจดแจ้งการพิมพ์ พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน สสช ๑๒/๒๕๖๒

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า สิบตรีศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล

เลขประจำตัวประชาชน ๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๓๗ ปี อาชีพ นักธุรกิจ

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๗๔๓/๓๗ หมู่ที่ - ซอย ไชยสิทธิ์ ๒ ถนน เลียบฯฝั่งเหนือ

แขวง / ตำบล หนองแขม เขต / อำเภอ หนองแขม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ 249 สื่อออนไลน์

มีวัตถุประสงค์ เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายวัน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้ สิบตรีศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล เป็นผู้พิมพ์

สิบตรีศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล เป็นผู้โฆษณา

สิบตรีศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล เป็นบรรณาธิการ

สิบตรีศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์



ออกให้ตั้งแต่ วันที่ ๗ เดือน กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๖๒

(ลงชื่อ)

(นางสาวกนกอร ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดแจ้งการพิมพ์สำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร

เจ้าของ/ผู้พิมพ์โฆษณา : บริษัท 249 สื่อออนไลน์ จำกัด เลขที่ใบอนุญาต : สสช 12/2562 ISSN : 2672-9318 บรรณาธิการ : ส.ต.ศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล
ที่ตั้ง : 10/1287 ซอยนวมินทร์ 93 แขวงนวมินทร์ เขตบึงกุ่ม กรุงเทพมหานคร 10240 โทรศัพท์ : 065-492-6324