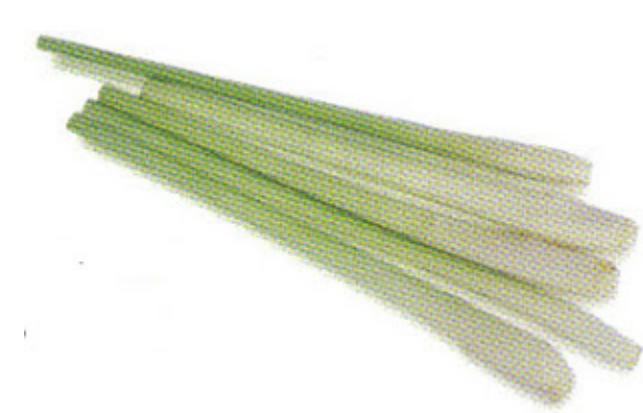


## สรรพคุณสมุนไพรพื้นบ้าน

### ตะไคร้



ชื่อวิทยาศาสตร์ Cymbopogon citratus Stapf.

วงศ์ GRAMINEAE

ชื่ออื่นๆ

ภาคเหนือ : จะไค (Cha-khai) จะไค้ (Cha-khai)

ภาคใต้ : ไคร (Khrai)

ชวา : ซีเร (Sere)

ถิ่นกำเนิด อินโดนีเซีย ศรีลังกา พม่า อินเดีย อเมริกาใต้ ไทย

รูปลักษณะ : ไม้ล้มลุกที่มีอายุได้หลายปี ชอบดินร่วนซุย ปลูกได้ตลอดปี ใบสีเขียวยาวแหลม ดอกฟูสีขาว หัวโตขึ้น จากดินเป็นกอๆ กลิ่นหอมฉุนค่อนข้างร้อน

การปลูก : ไถพรวนดินและตากดินไว้ประมาณ 7 - 10 วัน ย่อยดินให้ละเอียด ใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักคลุกเคล้าให้เข้ากับดินขุดหลุมปลูกระยะ 30 x 30 เซนติเมตร ก่อนนำตะไคร้ไปปลูก นำพันธุ์ที่เตรียมไว้ตัดใบออกให้เหลือต้นยาว ประมาณ 30 - 40 เซนติเมตร มาแช่น้ำประมาณ 5 - 7 วัน เพื่อให้รากงอก รากที่แก่เต็มที่จะมีสีเหลืองเข้ม นำไปปลูกในแปลงวางต้นพันธุ์ ให้เอียง 45 องศา ไปด้วยด้านหนึ่งแล้วกลบดิน จากนั้นรดน้ำให้ชุ่ม หลังปลูกได้ประมาณ 30 วัน ก็ควรใส่ปุ๋ยสูตร 15 - 15 - 15 หรือ 46 - 0 - 0 อัตรา 50 กิโลกรัม/ไร่

สรรพคุณและส่วนที่นำมาใช้เป็นยา

น้ำมันจากใบและต้น – แต่งกลิ่นอาหาร เครื่องดื่ม สบู่

ลำต้นแก่หรือเหง้า – แก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ ขับปัสสาวะ แก้หนาว ขับประจำเดือน

## ขิง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Zingiber officinale* Roscoe.

ชื่อวงศ์ : ZINGIBERACEAE

ชื่อพื้นเมือง: ขิงแกลง, ขิงแดง (จันทบุรี) ขิงเผือก (เชียงใหม่) สะเอ (แม่ฮ่องสอน) ขิงบ้าน ขิงแครง ขิงป่า ขิงเขา ขิงดอกเดี่ยว (ภาคกลาง) เกีย (จีนแต้จิ๋ว)

ลักษณะทั่วไป : ไม้ล้มลุก สูง 0.3-1 เมตร มีเหง้าใต้ดิน เปลือกนอกสีน้ำตาลแกมเหลือง เนื้อในสีนวลแกมเขียว มีกลิ่นเฉพาะ แตกสาขา คล้ายนิ้วมือ ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปขอบขนาน แกมใบหอก กว้าง 1.5-2 ซม. ยาว 15-20 ซม. ดอกช่อแทงออกจากเหง้า กลีบดอกสีเหลืองแกมเขียว ใบประดับสีเขียวอ่อน ผลแห้ง มี 3 พูสรรพคุณ  
เหง้าแก่ทั้งสดและแห้งใช้เป็นยาขับลม ช่วยให้อาหารย่อย แก้อาเจียน แก้ไอ ขับเสมหะและขับเหงื่อ ผงขิงแห้งมีฤทธิ์ขับน้ำดี ช่วยย่อยไขมัน ลดการบีบตัวของลำไส้ บรรเทาอาการปวดท้องเกร

## บัวบก



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Centella asiatica* Urban

วงศ์ : Umbelliferae

ชื่อสามัญ : Asiatic Pennywort/Tiger Herbal ชื่ออื่น : ผักแว่น ผักหนอก

รูปลักษณะ : ไม้ล้มลุก อายุหลายปี เลื้อยแผ่ไปตามพื้นดิน ชอบที่ชื้นแฉะ แตกรากฝอยตามข้อ ไหลที่แผ่ไปจะงอกใบจากข้อ ชูขึ้น 3-5 ใบ ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปไต เส้นผ่าศูนย์กลาง 2-5 ซม. ขอบใบหยัก ก้านใบยาว ดอกช่อ ออกที่ซอกใบ ขนาดเล็ก 2-3 ดอก กลีบดอกสีม่วง ผลแห้ง แตกได้สรรพคุณและส่วนที่นำมาใช้เป็นยาใบสด - ใช้เป็นยาภายนอกรักษาแผลเปื่อย แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก โดยใช้ใบสด 1 กำมือ ล้างให้สะอาด ตำละเอียด คั้นเอาน้ำทาบริเวณแผลบ่อย ๆ ใช้กากพอกด้วยก็ได้ แผลจะสนิทและเกิดแผลเป็นชนิดนูน (keloid) น้อยลง สารที่ออกฤทธิ์คือ กรด madecassic, กรด asiatic และ asiaticoside ซึ่งช่วยสมานแผลและเร่งการสร้างเนื้อเยื่อ ระวังการเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรีย ที่ทำให้เกิดหนองและลดการอักเสบ มีรายงานการค้นพบฤทธิ์ฆ่าเชื้อรา อันเป็นสาเหตุของโรคกลาก ปัจจุบัน มีการพัฒนายาเตรียมชนิดครีม ให้ทารักษาแผลอักเสบจากการผ่าตัด น้ำต้มใบสด - ดื่มลดไข้ รักษาโรคปากเปื่อย ปากเหม็น เจ็บคอ ร้อนใน กระจายน้ำ ขับปัสสาวะ แก้ท้องเสีย

ข่า



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Zingiber officinale* (Linn.) Stuntz

ชื่อวงศ์: ZINGIBERACEAE

ชื่อพื้นเมือง: ข่า ข่าใหญ่ ข่าหลวง ข่าหยวก (ภาคเหนือ) กูฏกโรหิณี เสะเออเคย (แม่ฮ่องสอน) สะเขย (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน)

ลักษณะทั่วไป : ไม้ล้มลุก สูง 1.5-2 เมตร เหง้ามีข้อและปล้องชัดเจน ใบเดี่ยว ใบสีเขียวอ่อนสลับกัน รูปร่างรียาว ปลายแหลม ดอกออกเป็นช่อที่นอ ดอกย่อยขนาดเล็ก กลีบดอกสีขาว โคนติดกันเป็นหลอดสั้นๆ ปลายแยก เป็น 3 กลีบ กลีบใหญ่ที่สุดมีริ้วสีแดง ใบประดับรูปไข่ ผลแห้ง แตกได้ รูปกลมสรรพคุณเหง้าสดตำผสมกับ เหล้าโรง ใช้ทารักษาโรคผิวหนังที่เกิดจากเชื้อรา เช่น กลาก เกลื้อน เหง้าอ่อนต้มน้ำดื่ม บรรเทาอาการ ท้องอืด ท้องเฟ้อ และขับลม ข่าไม่มีฤทธิ์ก่อกลายพันธุ์และไม่เป็นพิษ

## กระชาย



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Boesenbergia rotunda* (Linn.) Mansf.

ชื่อวงศ์ : ZINGIBERACEAE

ชื่อพื้นเมือง: จิง กระชาย กะชาย ว่านพระอาทิตย์ (กรุงเทพฯ) กระแอม ระแอน (ภาคเหนือ) จิงทราย (มหาสารคาม) จี๊ปู ซีฟู (ฉาน-แม่ฮ่องสอน) เป้าสี่ เป้าชอแร่ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน)

ลักษณะทั่วไป : ไม้ล้มลุก ไม่มีลำต้นบนดิน มีเหง้าใต้ดิน ซึ่งแตกรากออกไป เป็นกระจุกจำนวนมาก อวบน้ำ ตรงกลางพองกว้างกว่าส่วนหัวและท้าย ใบเดี่ยว เรียงสลับในระนาบเดียวกัน รูปขอบขนานแกมรูปไข่ ตรงกลางค้ำในของก้านใบมีร่องลึก ดอกช่อ ออกแทรกอยู่ระหว่างกาบใบที่โคนต้น กลีบดอกสีขาวหรือชมพูอ่อน ใบประดับรูปใบหอก สีม่วงแดง ดอกย่อยบานครั้งละ 1 ดอก ผลของกระชายเป็นผลแห้งสรรพคุณเหง้า ใช้แก้โรคในปาก ขับปัสสาวะ รักษาโรคบิด แก้ปวดมวนท้อง ขับระดูขาว

## มะกรูด



ชื่อวิทยาศาสตร์ *Citrus hystrix* DC.

ชื่อวงศ์ Rutaceae

ชื่อสามัญ Leech Lime, Mauritius Papeda, Kaffir Lime, Porcupine Orange

ชื่อท้องถิ่น

ภาคเหนือ เรียก มะขูด, มะขูน

ภาคใต้ เรียก ส้มกรูด, ส้มมั่วผี

เขมร เรียก โกร๋ยเจียด

กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน เรียก มะขู

ลักษณะทั่วไป : มะกรูดเป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก แตกกิ่งก้าน ลำต้นและกิ่งมีหนามแข็ง ใบ เป็นใบประกอบที่มีใบย่อยใบเดี่ยว สีเขียวหนา มีลักษณะคอดกึ่งที่กลางใบเป็นตอนๆ มีก้านแผ่ออกใหญ่เท่ากับแผ่นใบ ทำให้เห็นใบเป็น 2 ตอน ใบสีเขียวแก่ค่อนข้างหนา มีกลิ่นหอมมากเพราะมีต่อมน้ำมันอยู่ ดอก ออกเป็นกระจุก 3-5 ดอก กลีบดอกสีขาว ร่วงง่าย ผล มีหลายแบบแล้วแต่พันธุ์ผลเล็กเท่ามะนาว ผิวขรุขระน้อยกว่าและไม่มีจุดที่หัว การปลูก มะกรูดปลูกได้ดีในดินทุกชนิด ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ด

สรรพคุณทางยา :

ผิวผลสดและผลแห้ง รสปร่า หอมร้อน สรรพคุณแก้ลมหน้ามืด แก้วเวียน บำรุงหัวใจ ขับลมลำไส้ ขับระดู ผล รสเปรี้ยว มีสรรพคุณเป็นยาขับเสมหะ แก้ไอ แก้ น้ำลายเหนียว ฟอกโลหิต ใช้สระผมทำให้ผมดกดำ ขจัดรังแค

ราก รสเย็นจืด แก้พิษฝิภายใน แก้เสมหะ แก้ลมจุกเสียด

น้ำมะกรูด รสเปรี้ยว กัดเสมหะ ใช้ดองยา มีสรรพคุณเป็นยาฟอกโลหิตสำหรับสตรี

ใบ รสปร่าหอม แก้ไอ แก้อาเจียนเป็นโลหิต แก้จ้ำใน และดับกลิ่นคาว

คติความเชื่อ : มะกรูดเป็นไม้มงคลชนิดหนึ่งที่ควรปลูกไว้ในบริเวณบ้าน โดยกำหนดปลูกทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือ (พายัพ) เพื่อผู้อยู่อาศัย จะ ได้มีความสุข และในบางตำราว่าเป็นความเชื่อของคนบ้านป่า ที่เดินทางด้วยเกวียนเทียม โคหรือกระบือเมื่อได้กลิ่นสาบเสื่อ จะหยุดเดิน เจ้าของจะต้องขูดผิวมะนาวหรือมะกรูด ป้ายจุ่มให้ดับกลิ่นสาบเสื่อก่อน โค กระบือจึงจะเดินต่อไป ดังนั้นการเดินทางสมัยก่อนผ่านป่า ผู้เดินทางจึงมักจะพกพามะนาว และมะกรูดติดตัวไปด้วยเสมอ ในพิธีกรรมการทำน้ำมนต์เพื่อสะเดาะเคราะห์ สำหรับพรหมหรืออาบผู้ป่วยใบมะกรูดเป็นส่วนประกอบสำคัญที่จะขาดไม่ได้ โดยใช้ร่วมกับใบส้มป่อย ใบเงินใบทอง ใบมะตูม หญ้าแพรก หนามผู้หมากเมีย ใบราชพฤกษ์ เชื่อกันว่าใบจากต้นไม้มงคลเหล่านี้จะช่วยปิดเป่าและบรรเทาเคราะห์โสกลงไปได้

## ว่านหางจระเข้



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Aloe barbadensis* Mill.

ชื่อวงศ์: ALOACEAE

ชื่อพื้นเมือง: ว่านไฟไหม้ (ภาคเหนือ) หางตะเข้ (ภาคกลาง)

ลักษณะทั่วไป : ไม้ล้มลุกอายุหลายปี สูง 0.5-1 เมตร ข้อและปล้องสั้น ใบเดี่ยว เรียงรอบต้น กว้าง 5-12 ซม. ยาว 0.3-0.8 เมตร อวบน้ำมาก สีเขียวอ่อนหรือสีเขียวเข้ม ภายในมีวุ้นใส ได้ผิวสีเขียวมีน้ำยางสีเหลือง ใบอ่อนมีประสีขาว ดอกช่อออกจากกลางต้น ดอกย่อย เป็นหลอดห้อยลง สีส้ม บานจากล่างขึ้นบน ผลแห้ง แตกได้สรรพคุณ วุ้นสดภายในใบที่ฝานออกใช้ปิดพอกรักษาแผลสด แผลเรื้อรัง แผลไฟไหม้น้ำร้อนลวก แผลไหม้เกรียม กินรักษาแผลในกระเพาะอาหาร และใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องสำอาง น้ำยางสีเหลืองจากใบเคี้ยวให้แห้ง เรียกว่า ยาดำ เป็นยาระบายชนิดเพิ่มการบีบตัวของลำไส้ใหญ่

## กานพลู



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Eugenia caryophyllum* Bullock & Harrison

วงศ์ : Myrtaceae

ชื่อสามัญ : Clove

ลักษณะ : ไม้ยืนต้น สูง 5-10 เมตร ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปวงรีหรือรูปใบหอก กว้าง 2.5-4 ซม. ยาว 6-10 ซม. ขอบเป็นคลื่น ใบอ่อนสีแดงหรือน้ำตาลแดง เนื้อใบบางค่อนข้างเหนียว ผิวมัน ดอกช่อ ออกที่ซอกใบ กลีบดอกสีขาวและร่วงง่าย กลีบเลี้ยงและฐานดอกสีแดงหนาแข็ง ผลเป็นผลสด รูปไข่

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทย ใช้ดอกตูมแห้งแก้ปวดฟัน โดยใช้ดอกแช่เหล้าเอาตำลึงชุบอุดรูฟัน และใช้ขนาด 5-8 ดอก ชงน้ำเดือด คั้นเฉพาะส่วนน้ำหรือใช้เคี้ยวแก้ท้องเสีย ขับลม แก้ท้องอืดเฟ้อ นอกจากนี้ใช้ผสมในยาอมบ้วนปากดับกลิ่นปาก พบว่าในน้ำมันหอมระเหยที่กลั่นจากดอกมีสาร eugenol ซึ่งมีฤทธิ์เป็นยาชาเฉพาะที่ จึงใช้แก้ปวดฟัน และมีฤทธิ์ลดการบีบตัวของลำไส้ ทำให้เกิดอาการปวดท้องลดลง ช่วยขับน้ำดี ลดอาการจุกเสียดที่เกิดจากการย่อยไม่สมบูรณ์ และสามารถฆ่าเชื้อแบคทีเรียหลายชนิดเช่น เชื้อโรคไทฟอยด์ บิด ชนิดไม่มีตัว เชื้อหนองเป็นต้น นอกจากนี้ยังกระตุ้นให้มีการหลั่งเมือก และลดการเป็นกรดในกระเพาะอาหารด้วย

### กล้วยน้ำว้า



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Musa sapientum* L.

]วงศ์ : Musaceae

ชื่อสามัญ ; Banana

ลักษณะ : ไม้ล้มลุก สูง 2-4.5 เมตร มีลำต้นใต้ดิน ลำต้นเหนือดินเกิดจากกาบใบหุ้มซ้อนกัน ใบ เดี่ยว เรียงสลับซ้อนกันรอบต้นที่ปลายยอด รูปขอบขนาน กว้าง 25-40 ซม. ยาว 1-2 เมตร ผิวใบเรียบมัน ท้องใบสีอ่อนกว่า มีนวล ดอก ช่อเรียกว่า หั้วปลีออกที่ปลายยอด ใบประดับหุ้มช่อดอกสีแดงหรือม่วง กลีบดอกสีขาว บาง ผล เป็นผลสด



ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ผลดิบซึ่งมีสารแทนนินมาก รักษาอาการท้องเสียและบิด โดยกินครั้งละครึ่งหรือหนึ่งผล มีรายงานว่า มีฤทธิ์ป้องกันการเกิดแผลในกระเพาะอาหารของหนูขาวที่ถูกกระตุ้นด้วยยาแอสไพริน เชื่อว่าฤทธิ์ดังกล่าวเกิดจากการถูกกระตุ้นผนังกระเพาะอาหารให้หลั่งสารเมือกออกมามากขึ้น จึงนำมาทดลองรักษาโรคกระเพาะอาหารของคน โดยใช้กลีบขี้ด หั่นเป็นแว่น ตากแห้งบดเป็นผง กินวันละ 4 ครั้งๆ ละ 1-2 ช้อนแกง ก่อนอาหารและก่อนนอน อาจทำให้เกิดอาการท้องอืด ซึ่งป้องกันได้โดยกินร่วมกับยาขับลม เช่น จิง

### กระเทียม



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Allium sativum* L.

วงศ์ : Alliaceae

ชื่อสามัญ : Common Garlic , Allium , Garlic ,

ชื่ออื่น : กระเทียม (ภาคกลาง) หอมเทียม (ภาคเหนือ) หอมขาว (ภาคอีสาน) เทียม, หอมเทียม (ภาคใต้)

ลักษณะ : ไม้พุ่ม สูง 2-4 เมตร กิ่งอ่อนมีหนาม ใบประกอบชนิดมีใบย่อยใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปไข่ รูปวงรีหรือรูปไข่แกมขอบขนานกว้าง 3-5 ซม. ยาว 4-8 ซม. เนื้อใบมีจุดน้ำมันกระจาย ก้านใบมีครีบริบเล็ก ๆ ดอกเดี่ยวหรือช่อ ออกที่ปลายกิ่งและที่ซอกใบ กลีบดอกสีขาว กลิ่นหอม ร่วงง่าย ผลเป็นผลสด กลมเกลี้ยง ฉ่ำน้ำ

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้น้ำมะนาวและผลดองแห้งเป็นยาขับเสมหะแก้ไอ แก้โรคเลือดออกตามไรฟัน เพราะมีวิตามินซี น้ำมะนาวเป็นกระสายยาสำหรับสมุนไพรที่ใช้ขับเสมหะเช่นดีปลีขี้ดกินร่วมกับยาขับลม เช่น จิง

## จี้เหล็ก



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cassia siamea* Britt.

วงศ์ : Leguminosae

ชื่อสามัญ : Cassod Tree / Thai Copper Pod ชื่ออื่น จี้เหล็กแก่น จี้เหล็กบาน จี้เหล็กหลวง จี้เหล็กใหญ่ลักษณะ : ไม้ยืนต้น สูง 10-15 เมตร ใบประกอบแบบขนนก เรียงสลับใบย่อยรูปขอบขนาน กว้างประมาณ 1.5 ซม. ยาว 4 ซม. ใบอ่อนมีขนสีน้ำตาลแกมเขียว ดอกช่อ ออกที่ปลายกิ่ง กลีบดอกสีเหลือง ผลเป็นฝักแบนยาวและหนา

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ดอกเป็นยานอนหลับ ลดความดันโลหิตดอกตูมและใบอ่อนเป็นยาระบาย ใบแก้ระดูขาว แก้นิ่ว ขับปัสสาวะ แก่นแก้ไข้ ทำให้นอนหลับ รักษาแกมโรค ใบอ่อนและแก่นมีสารกลุ่มแอนทราควิโนนหลายชนิด จึงมีฤทธิ์เป็นยาระบายใช้ใบอ่อนครั้งละ 2-3 กำมือ ต้มกับน้ำ 1-1.5 ถ้วย เติมน้ำเกลือเล็กน้อย ดื่มน้ำก่อนอาหารเช้าครั้งเดียว นอกจากนี้ในใบอ่อนและดอกตูมยังพบสารซึ่งมีฤทธิ์กดประสาท ส่วนกลางทำให้นอนหลับโดยใช้วิธีดองเหล้าดื่มก่อนนอน

## กฤษ



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cassia fistula* L.

วงศ์ : Leguminosae

ชื่อสามัญ : Golden Shower Tree/ Purging Cassia

ชื่ออื่น : ราชพฤกษ์ ลมแล้ง

ลักษณะ : ไม้ยืนต้น สูง 5-15 เมตร ใบประกอบแบบขนนกเรียงสลับ ใบย่อยรูปไข่หรือรูปวงรี กว้าง 4-8 ซม. ยาว 7-12 ซม. ดอกช่อออกที่ปลายกิ่ง ห้อยเป็นโคมระย้า กลีบดอกสีเหลือง ผลเป็นฝักกลม สีน้ำตาลเข้มหรือดำ เปลือกแข็ง ผิวเรียบ ภายในมีผนังกันเป็นห้อง แต่ละห้องมีเมล็ด 1 เมล็ด หุ้มด้วยเนื้อสีดำเหนียว

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้เนื้อหุ้มเมล็ดแก้ท้องผูก ขับเสมหะ ดอกแก้ไข้ เป็นยาระบาย แก่นขับพยาธิไส้เดือน พบว่าเนื้อหุ้มเมล็ดมีสารกลุ่มแอนทราควิโนน จึงมีสรรพคุณเป็นยาระบาย โดยนำเนื้อหุ้มเมล็ด ซึ่งมีสีดำเหนียว ขนาดก้อนเท่าหัวแม่มือ (ประมาณ 4 กรัม) ต้มกับน้ำ ใสเกลือเล็กน้อย ดื่มก่อนน้ำ ดื่มก่อนนอน มีข้อควรระวังเช่นเดียวกับชุมเห็ดเทศ

## ชุมเห็ดเทศ



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Senna alata* L.

วงศ์ : Leguminosae

ชื่อสามัญ Ringworm Bush

ชื่ออื่น : จีคาก ลับมิ้นหลวง หมากกะลิงเทศ ชุมเห็ดใหญ่

ลักษณะ : ไม้พุ่ม สูง 1 - 3 เมตร แตกกิ่งออกค้ำชันข้าง ในแนวนานกับพื้น ใบประกอบ แบบขนนก เรียงสลับ ใบย่อยรูปขอบขนาน รูปวงรีแกมขอบขนาน หรือรูปไข่กลับ กว้าง 3-7 ซม. ยาว 6-15 ซม. หูใบเป็นรูปสามเหลี่ยม ดอกช่อ ออกที่ซอกใบตอนปลายกิ่ง กลีบดอกสีเหลืองทอง ใบประดับ สีน้ำตาลแกมเหลืองหุ้มดอกย่อยเห็นชัดเจน ผลเป็นฝัก มีครีบ 4 ครีบ เมล็ดแบน รูปสามเหลี่ยม

ประโยชน์ทางสมุนไพร : รสเบื่อเย็น ใบตำทาแก้กลากเกลื้อน โรคผิวหนัง ดอกและใบต้มรับประทานแก้อาการท้องผูก มีสาร แอนทราควิโนน กลัยโคไซด์ หลายชนิด ได้แก่ emodin, aloe - emodin และ rhein ใช้เป็นยาระบายกระตุ้นลำไส้ใหญ่ให้บีบตัว การทดลองในสัตว์ และคน พบว่า ใบแก่มีฤทธิ์ น้อยกว่าใบอ่อน นอกจากนี้ น้ำจากใบ ยังมีฤทธิ์ฆ่าเชื้อแบคทีเรียด้วย

## มะขาม



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Tamarindus indica* L.

วงศ์ : Leguminosae

ชื่อสามัญ : Tamarind

ชื่ออื่น : Tamarind

ลักษณะ : มะขามเป็นไม้ยืนต้นขนาดกลางจนถึงขนาดใหญ่แตกกิ่งก้านสาขามาก เปลือกต้นขรุขระและหนา สีน้ำตาลอ่อน ใบ เป็นใบประกอบ ใบเล็กออกตามกิ่งก้านใบเป็นคู่ ใบย่อยเป็นรูปขอบขนาน ปลายใบและโคนใบมน ดอก ออกเป็นช่อเล็กๆ ตามปลายกิ่ง ช่อหนึ่งมี 10-15 ดอก ดอกย่อยขนาดเล็ก กลีบดอกสีเหลืองและมีจุดประสีแดงอยู่กลางดอก ผล เป็นฝักยาว รูปร่างยาวหรือโค้ง ยาว 3-20 ซม. ฝักอ่อนมีเปลือกสีเขียวอมเทา สีน้ำตาลเกรียม เนื้อในติดกับเปลือก เมื่อแก่ฝักเปลี่ยนเป็นเปลือกแข็งกรอบหักง่าย สีน้ำตาล เนื้อในกลายเป็นสีน้ำตาลหุ้มเมล็ด เนื้อมีรสเปรี้ยว และหวาน

ประโยชน์ทางสมุนไพร : สรรพคุณทางยา

- ยาระบาย แก้อาการท้องผูก ใช้มะขามเปียกรสเปรี้ยว 10-20 ฝัก (หนัก 70-150 กรัม) จิ้มเกลือรับประทาน แล้วดื่มน้ำตามมากๆ หรือดื่มน้ำใส่เกลือเล็กน้อยดื่มเป็นน้ำมะขาม
- ขับพยาธิไส้เดือน นำเอาเมล็ดแก่มาคั่ว แล้วกะเทาะเปลือกออก เอาเนื้อในเมล็ดไปแช่น้ำเกลือจนนุ่ม รับประทานครั้งละ 20-30 เม็ด
- ขับเสมหะ ใช้เนื้อในฝักแก่หรือมะขามเปียกจิ้มเกลือรับประทานพอสมควร

คุณค่าทางโภชนาการ ยอดอ่อนและฝักอ่อนมีวิตามิน เอ มาก มะขามเปียกรสเปรี้ยว ทำให้ชุ่มคอ ลดความร้อนของร่างกายได้ดี เนื้อในฝักมะขามที่แก่จัด เรียกว่า "มะขามเปียก" ประกอบด้วยกรดอินทรีย์หลายตัว เช่น กรดทาร์ทาริก กรดซิตริก เป็นต้น ทำให้ออกฤทธิ์ ระบายและลดความร้อนของร่างกายลงได้ แพทย์ไทยเชื่อว่า

รสเปรี้ยวนี้จะกัดเสมหะให้ละลายได้ด้วย

## แมงลัก



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Ocimum basilicum* L.f. var. *citratum* Back.

วงศ์ : Labiatae

ชื่อสามัญ : Hairy Basil

ชื่ออื่น : ก่อมก้อขาว มังลัก

ลักษณะ : แมงลักมีลักษณะทรงต้น ใบ ดอก และผลคล้ายโหระพา ต่างกันที่กลิ่น ใบสีเขียวอ่อนกว่า กลีบดอกสีขาวและใบประดับสีเขียว

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยมักเรียกผลแมงลักว่าเม็ดแมงลัก ใช้เป็นยาระบายชนิดเพิ่มกาก เพราะเปลือกผลมีสารเมือกซึ่งสามารถพองตัวในน้ำได้ 45 เท่า เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่ชอบกินอาหารที่มีกากเช่น ผักผลไม้ ใช้ผลแมงลัก 1-2 ช้อนชา แช่น้ำ 1 แก้ว จนพองตัวเต็มที่ กินก่อนนอน ถ้าผลแมงลักพองตัวไม่เต็มที่จะทำให้ท้องอืดและอุจจาระแข็ง จากการทดลองพบว่าแมงลักทำให้จำนวนครั้งในการถ่ายและปริมาณอุจจาระเพิ่มขึ้น รวมทั้งทำให้อุจจาระอ่อนตัวกว่าปกติ นอกจากนี้ใบและต้นสดมีฤทธิ์ขับลม เนื่องจากมีน้ำมันหอมระเหย

## ไพล



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Zingiber purpureum* Roscoe

วงศ์ : Zingiberaceae

ชื่ออื่น : ปุลอย ปุเลย ว่านไฟ

ลักษณะ : ไม้ล้มลุก สูง 0.7-1.5 เมตร มีเหง้าใต้ดิน เปลือกนอกสีน้ำตาลแกมเหลือง เนื้อในสีเหลืองแกมเขียว มีกลิ่นเฉพาะ ทางเหนือหรือลำต้นเทียมขึ้นเป็นกอประกอบด้วยกาบหรือโคน ใบหุ้มซ้อนกัน ใบ เดี่ยว เรียงสลับ รูปขอบขนานแกมใบหอก กว้าง 3.5-5.5 ซม. ยาว 18-35 ซม. ดอก ช่อ แทงจากเหง้าใต้ดิน กลีบดอกสีนวล ใบประดับสีม่วง ผล เป็นผลแห้ง รูปกลม

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้เหง้าเป็นยาขับลม ขับประจำเดือน มีฤทธิ์ระบายอ่อน ๆ แก้บิด สมานลำไส้ ยาภายนอกใช้เหง้าสดฝนทาแก้เคล็ดขัดยอก ฟกบวม เส้นตึง เมื่อยขบ เหน็บชา สมานแผล จากการวิจัยพบว่าในเหง้ามีน้ำมันหอมระเหยซึ่งมีคุณสมบัติลดอาการอักเสบและบวม จึงมีการผลิตยาขี้ผึ้งผสมน้ำมันไพล เพื่อใช้เป็นยาทาแก้อาการเคล็ดขัดยอก น้ำมันไพลผสมแอลกอฮอล์สามารถทาแก้นูนได้ นอกจากนี้พบว่าในเหง้ามีสาร 4-(4-hydroxy-1-butenyl) veratrole ซึ่งมีฤทธิ์ขยายหลอดเลือด ได้ทดลองใช้ผงไพล กับผู้ป่วยเด็กที่เป็นหืด สรุปว่าให้ผลดีทั้งในรายที่มีอาการหอบหืดเฉียบพลันและเรื้อรัง

## เทียนบ้าน



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Impatiens balsamina* L.

วงศ์ : Balsaminaceae

ชื่อสามัญ : Garden Balsam

ชื่ออื่น : เทียนดอก เทียนสวน

ลักษณะ : พรรณไม้พวกคลุมดิน ลำต้นจะอูมน้ำ ลำต้นจะไม่ตั้งตรงขึ้นไป จะเอียงเล็กน้อย เปรื่อง่าย ใบมีลักษณะมนรี ปลายแหลม ดอกนั้นจะมีหลายสี เช่น สีชมพู สีแดง ส้ม และขาว เป็นดอกเดี่ยว จะออกติดกันช่อหนึ่ง อาจจะจะมี 2-3 ดอก กลีบดอกจะซ้อน ๆ กันเป็นวงกลม มีกลีบเลี้ยง 3 กลีบ กลีบดอก 5 กลีบ กลีบด้านต่างงอเพราะ มีจะงอยยื่นออกมาเป็นหลอดเล็ก-ยาว ปลายโค้งขึ้น ขนาดดอก 3-6 ซม.

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ใช้รักษาฝี แผลพุพอง ใช้ใบสดและดอกสดประมาณ 1 กำมือ ตำละเอียดพอกฝี หรือกั้นน้ำทาบริเวณที่เป็นฝีและแผลพุพองวันละ 3 ครั้ง (สีจากน้ำกั้นจะติดอยู่นาน จึงควรระวังการเปื้อนเสื้อผ้าและร่างกายส่วนอื่น ๆ )



## กะเพา



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Ocimum sanctum* L.

วงศ์ : Labiatae

ชื่ออื่น : กอมก้อ กอมก้อดง กะเพราขาว กะเพราแดง

ลักษณะ : กะเพรมี 3 พันธุ์ คือ กะเพราแดง กะเพราขาวและกะเพราลูกผสมระหว่างกะเพราแดงและกะเพราขาว มีลักษณะทั่วไปคล้ายโหระพา ต่างกันที่กลิ่นและกิ่งก้านซึ่งมีขนปกคลุมมากกว่าใบกะเพราขาวสีเขียวอ่อน ส่วนใบกะเพราแดงสีเขียวแกมม่วงแดง ดอกย่อยสีชมพูแกมม่วง ดอกกะเพราแดงสีเข้มกว่ากะเพราขาว

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ใบหรือทั้งต้นเป็นยาขับลมแก้ปวดท้อง ท้องเสีย และคลื่นไส้ อาเจียน นิยมใช้กะเพราแดงมากกว่ากะเพราขาว โดยใช้ยอดสด 1 กำมือ ต้มพอเดือด ต้มเฉพาะส่วนน้ำ พบว่าฤทธิ์ขับลมเกิดจากน้ำมันหอมระเหย การทดลองในสัตว์ แสดงว่าน้ำสกัดทั้งต้นมีฤทธิ์ลดการบีบตัวของลำไส้ สารสกัดแอลกอฮอล์สามารถรักษาแผลในกระเพาะอาหาร สาร eugenol ในใบมีฤทธิ์ขับน้ำดี ช่วยย่อยไขมันและลดอาการจุกเสียด

## ยอ



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Morinda citrifolia* L.

วงศ์ : Rubiaceae

ชื่อสามัญ : Indian Mulberry

ชื่ออื่น : มะตาเสือ ขอบ้าน

ลักษณะ : ไม้ยืนต้น สูง 2-6 เมตร ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปวงรี กว้าง 8-15 ซม. ยาว 10-20 ซม. หูใบอยู่ระหว่างโคนก้านใบ ดอกช่อ ออกที่ซอกใบ รฐานดอกอัดกันแน่นเป็นรูปทรงกลม กลีบดอกสีขาว ผลเป็นผลสด เชื่อมติดกันเป็นผลรวม ผิวเป็นตุ่มพอง

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ผลสดคิบหรือห่าม ฝานเป็นชิ้นบาง ย่างหรือคั่วไฟอ่อน ๆ ให้เหลือง ต้มหรือชงกับน้ำ ดื่มแก้คลื่นไส้ อาเจียน สารที่

## ฟักทอง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cucurbita moschata* Decne.

วงศ์ : Cucurbitaceae

ชื่อสามัญ : Pumpkin

ชื่ออื่น : หมากอี (ภาคอีสาน) มะฟักแก้ว ฟักแก้ว (ภาคเหนือ) มะน้ำแก้ว หมักอ้อ (เลย) หมากฟักเหลือง (แม่ฮ่องสอน) น้ำเต้า ภาคใต้

ลักษณะ : เป็นพืชล้มลุก มีเถายาวเลื้อยปกคลุมดิน ลำต้นมีลักษณะกลมหรือเป็นเหลี่ยมมน ผิวเป็นร่องตามความยาว มีขนอ่อน ๆ มีหนวดสำหรับยึด เกาะยึดบริเวณข้อ ใบเป็นใบเดี่ยว มีขนาดใหญ่ ออกเรียงสลับกัน โคนใบเว้าคล้ายรูปหัวใจ ขอบใบหยักเป็นเหลี่ยม 5 เหลี่ยม มีขนทั้ง 2 ด้านของตัวใบดอกเป็นดอกเดี่ยวสีเหลือง มีขนาดใหญ่ ลักษณะคล้ายระฆังหรือกระดิ่งออกบริเวณง่ามใบผลมีขนาดใหญ่ มีลักษณะเป็นพูเล็ก ๆ โดยรอบเปลือกนอกขรุขระและแข็ง มีสีเขียวและจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองอ่อนและ สีเหลืองเข้ม และสีเหลืองตามลำดับ เนื้อภายในมีสีเหลืองอมเขียว สีเหลือง และสีส้ม เมล็ดมีจำนวนมากซึ่งอยู่ตรงกลางผลระหว่างเนื้อพู ๆ มีรูปร่างคล้ายไข่แบน มีขอบนูนอยู่โดยรอบ

ประโยชน์ทางสมุนไพร : เนื้อฟักทองประกอบด้วยแป้ง โปรตีน ไขมัน ฟอสฟอรัส แคลเซียม เหล็ก และ สารเบต้า - แคโรทีน ซึ่งเป็นสารที่ร่างกายนำไปสร้างวิตามิน เอ เมล็ดมีฟอสฟอรัสในปริมาณสูง รวมทั้งแป้ง โปรตีน และน้ำประมาณร้อยละ 40 ส่วนเมล็ดแห้งมีสารคิวเคอร์บิทิน (*Cucurbitine*) เป็นสารสำคัญ ซึ่งมีฤทธิ์ฆ่าพยาธิได้ผลดี นอกจากนั้น ฟักทองสามารถกระตุ้นการหลั่งอินซูลิน ซึ่งช่วยป้องกันโรคเบาหวาน ความดันโลหิต ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด บำรุงนัยน์ตา ตับและไต เมล็ดใช้เป็นยาขับพยาธิตัวดี ป้องกันการเกิดนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ และช่วยขับพิษปอดบวม รากช่วยแก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อย อยางช่วยแก้พิษฝิ่นคัน เริม และ งูสวัด ออกฤทธิ์คือ *asperuloside*

## มะเกลือ



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Diospyros mollis* Griff.

วงศ์ : Ebenaceae

ชื่อสามัญ : Ebony tree

ชื่ออื่น : ฝิเผา (ฉาน-ภาคเหนือ) มักเกลือ (เขมร-ตราด)

ลักษณะ : ไม้ต้นขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ สูง 10-30 เมตร เรือนยอดเป็นพุ่มกลม ลำต้นเปลา โคนต้นมักเป็นพูพอน ผิวเปลือกเป็นรอยแตกสะเก็ดเล็กๆ สีดำ เปลือกในสีเหลือง กระพี้สีขาว กิ่งอ่อนมีขนนุ่มขึ้นประปราย ใบ เป็นใบเดี่ยวขนาดเล็กรูปไข่หรือรีเรียงตัวแบบสลับ ปลายใบสอบเข้าหากัน โคนใบกลม หรือมน ผิวใบเกลี้ยง ใบกว้าง 3.5-4.0 ซม. ยาว 9-10 ซม. ใบที่ยังอ่อนจะมีขนปกคลุมทั้งสองด้าน ดอก ออกเป็นช่อตามซอกใบ ดอกแยกเพศต่างต้น ดอกตัวผู้มีขนาดเล็ก สีเหลืองอ่อน หนึ่งช่อมี 3 ดอก ดอกตัวเมียเป็นดอกเดี่ยว ลักษณะดอกเหมือนกัน คือ กลีบรองดอกยาว 0.1-0.2 ซม. โคนกลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นรูปถ้วย ปลายกลีบดอกแยกเป็น 4 กลีบ สีเหลืองเรียวเว้ามนซ้อนทับกัน ตรงกลางดอกมีเกสร ผล กลม ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 2 ซม. ผิวเกลี้ยง ผลอ่อนสีเขียว ผลแก่สีดำ ผลแก่จัดจะแห้ง มีกลีบเลี้ยงติดบนผล 4 กลีบ ผลแก่ราวเดือนมิถุนายน-สิงหาคม เมล็ด แบน สีเหลือง 4-5 เมล็ด ขนาดกว้าง 0.5-0.7 ซม. ยาว 1-2 ซม. ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ด

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ผลดิบสด-ใช้เป็นยาถ่ายพยาธิได้หลายชนิด ถ่ายพยาธิปากขอได้ดีที่สุด เด็กอายุ 10 ปี ใช้ 10 ผล ผู้ที่อายุมากกว่า 10 ปี ให้เพิ่มจำนวนขึ้น 1 ผลต่อ 1 ปี แต่สูงสุดไม่เกิน 25 ผล คือผู้ที่อายุ 25 ปีขึ้นไป กิน 25 ผลเท่านั้น ล้างให้สะอาด ตำพอแหลก กรองเอาเฉพาะน้ำผสมหัวกะทิ 2 ช้อนชาต่อมะเกลือ 1 ผล กินครั้งเดียวให้หมดตอนเช้ามีด ก่อนอาหาร 3 ชั่วโมง หลังจากนั้น 3 ชั่วโมง ถ้าไม่ถ่ายให้กินยาระบายดีเกลือ โดยใช้ผงดีเกลือ 2 ช้อนโต๊ะ ละลายน้ำ ประมาณครึ่งแก้ว เพื่อถ่ายพยาธิ และตัวยาที่เหลือออกมา สารที่มีฤทธิ์คือ

diospyrol diglucoside ข้อควรระวัง 1: ผู้ที่ห้ามใช้มะเกลือได้แก่ เด็กอายุต่ำกว่า 10 ปี หญิงมีครรภ์ หรือหลังคลอดไม่เกิน 6 สัปดาห์ ผู้ที่เป็นโรคกระเพาะอาหาร หรือมีอาการปวดท้อง ถ้ามีอาการผิดปกติบ่อยๆ และผู้ที่กำลังเป็นไข้ ในการเตรียมยาต้องใช้ผลดิบสด เตรียมแล้วกินทันที ไม่ควรเตรียมยาล้างละหลายๆ ใช้เครื่องบดไฟฟ้า จะทำให้ละเอียดมาก มีตัวยาออกมามากเกินไป ข้อควรระวัง 2 : เคยมีรายงานว่าถ้ากินยามะเกลือขนาดสูงกว่าที่ระบุไว้ หรือเตรียมไว้นาน สารสำคัญจะเปลี่ยนเป็นสารพิษชื่อ diospyrol ทำให้จอร์รับภาพ และประสาทตาอักเสบ อาจตาบอดได้ ประโยชน์ด้านอื่นๆ เนื้อไม้ใช้ทำเฟอร์นิเจอร์ประดับมุก ผล ให้สีดำ ใช้ย้อมผ้าและแพรได้

### เล็บมือนาง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Quisqualis indica* L.

วงศ์ : Combretaceae

ชื่อสามัญ : Rangoon Creeper

ชื่ออื่น : จะมั่ง จ้ามั่ง มะจิมั่ง

ลักษณะ : ไม้เถาเนื้อแข็ง ต้นแก่มีกิ่งที่เปลี่ยนเป็นหนาม ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปวงรี หรือรูปไข่แกมขอบขนาน กว้าง 5-8 ซม. ยาว 10-16 ซม. ดอกช่อ ออกที่ปลายกิ่งและซอกใบบริเวณปลายกิ่ง กลีบดอกสีแดงโคนกลีบเลี้ยงเป็นหลอดเรียวยาว สีเขียว ผลเป็นผลแห้ง รูปกระสวย มีเปลือกแข็งสีน้ำตาลเข้ม มีสันตามยาว 5 สัน

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้เนื้อไม้แห้งเป็นยาขับพยาธิไส้เดือน สำหรับเด็กกินครั้งละ 2-3 เมล็ด และผู้ใหญ่ครั้งละ 4-5 เมล็ด โดยนำมาปั่นเป็นผง ผสมกับน้ำผึ้ง ปั่นเป็นยาลูกกลอน หรือต้มเอาน้ำดื่ม หรือทอดกับไข่กินก็ได้ สารที่มีฤทธิ์ขับพยาธิได้แก่กรด quiqualic ซึ่งเป็นกรดอะมิโนชนิดหนึ่ง

## ฟ้าทะลายโจร



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Andrographis paniculata* (Burm.) Wall. ex Nees

วงศ์ : Acanthaceae

ชื่ออื่น : คีปิงฮี (จีน) ฟ้าทะลายโจร หญ้าก้านงู น้ำลายพังพอน

ลักษณะ : ไม้ล้มลุก สูง 30-60 ซม. ทั้งต้นมีรสขม ลำต้นเป็นสี่เหลี่ยม แตกกิ่งออกเป็นพุ่มเล็ก ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปไข่หรือรูปใบหอก กว้าง 2-3 ซม. ยาว 4-8 ซม. สีเขียวเข้มเป็นมัน ดอกช่อ ออกที่ปลายกิ่งและซอกใบ ดอกย่อยขนาดเล็กกลีบดอกสีขาว โคนกลีบดอกติดกัน ปลายแยกออกเป็น 2 ปาก ปากบนมี 3 กลีบ มีเส้นสีแดงเข้มพาดตามยาว ปากล่างมี 2 กลีบ ผลเป็นฝักสีเขียวอมน้ำตาล ปลายแหลม เมื่อผลแก่จะแตกเป็นสองซีก ดัดเมล็ดออกมา

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ชาวจีนใช้ฟ้าทะลายเป็นยามาแต่โบราณ และมาเป็นที่นิยมใช้ในประเทศไทยเมื่อไม่นานมานี้ โดยใช้เฉพาะใบหรือทั้งต้นบนดินซึ่งเก็บก่อนที่จะมีดอกเป็นยาแก้เจ็บคอ แก้ท้องเสีย แก้ไข้ เป็นยาขมเจริญอาหาร การศึกษาฤทธิ์ลดไข้ในสัตว์ทดลองพบว่าสารสกัดแอลกอฮอล์มีแนวโน้มลดไข้ได้ รายงานการใช้รักษาโรคอุจจาระร่วงและบิดไม่มีตัว แสดงว่าฟ้าทะลายมีประสิทธิภาพในการรักษาเท่ากับเตตราซัยคลินแต่ในการรักษาอาการเจ็บคอนั้นมีรายงานทั้งที่ได้ผลและไม่ได้ผลขนาดที่ใช้คือพืชสด 1-3 กำมือ ต้มน้ำดื่มก่อนอาหารวันละ 3 ครั้ง หรือใช้พืชแห้งบดเป็นผงละเอียดปั้นเป็นยาลูกกลอนขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 0.8 ซม. กินครั้งละ 3-6 เม็ด วันละ 3-4 ครั้ง ก่อนอาหารและก่อนนอน สำหรับผงฟ้าทะลายที่บรรจุแคปซูล ๆ ละ 500 มิลลิกรัม ให้กินครั้งละ 2 เม็ด วันละ 2 ครั้ง ก่อนอาหารเช้าและเย็น อาการข้างเคียงที่อาจพบคือ คลื่นไส้

## กระเจี๊ยบแดง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Hibiscus sabdariffa* L.

วงศ์ : Malvaceae

ชื่อสามัญ : Roselle

ชื่ออื่น : กระเจี๊ยบ กระเจี๊ยบเปรี้ยว ผักกึ่งเค็ง ส้มกึ่งเค็ง ส้มตะเลงเครง

ลักษณะ : ไม้พุ่ม สูง 50-180 ซม. มีหลายพันธุ์ ลำต้นสีม่วงแดง ใบเดี่ยว รูปฝ่ามือ 3 หรือ 5 แฉก กว้างและยาว โคนคล้ายกัน 8-15 ซม. ดอกเดี่ยว ออกที่ซอกใบ กลีบดอกสีชมพูหรือเหลืองบริเวณกลางดอกสีม่วงแดง เกสรตัวผู้เชื่อมกันเป็นหลอด ผลเป็นผลแห้ง แตกได้ มีกลีบเลี้ยงสีแดงฉ่ำน้ำหุ้มไว้

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ใบและยอดอ่อนซึ่งมีรสเปรี้ยวแก้ไอ เมล็ดบำรุงธาตุ ขับปัสสาวะ มีรายงานการทดลองในผู้ป่วยโรคนี้วในท่อไต ซึ่งดื่มยาชงกลีบเลี้ยงแห้งของผล 3 กรัมในน้ำ 300 ซีซี วันละ 3 ครั้ง ทำให้ถ่ายปัสสาวะสะดวกขึ้น บางรายนี้หลุดได้เอง นอกจากนี้ทำให้ผู้ป่วยกระเพาะปัสสาวะอักเสบมีอาการปวดแสบเวลาปัสสาวะน้อยลง

## หญ้าหนวดแมว



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Orthosiphon grandiflorus* Bolding

วงศ์ : Labiatae

ชื่อสามัญ : Cat's Whisker

ชื่ออื่น : พยับแมว

ลักษณะ : ไม้พุ่ม สูง 0.5-1 เมตร กิ่งและก้านสีเขียวมีขนสีม่วงแดง ใบ เดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปไข่แกมสี่เหลี่ยมข้าวหลามตัด กว้าง 2-4 ซม. ยาว 4-7 ซม. ขอบใบหยักฟันเลื่อย ดอก ช่อ ออกที่ปลายกิ่ง มี 2 พันธุ์คือพันธุ์ดอกสีขาวและพันธุ์ดอกสีม่วงน้ำเงิน เกสรตัวผู้ยื่นพ้นกลีบดอกออกมายาวมาก ผล เป็นผลแห้งไม่แตก รูปรีขนาดเล็ก

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ทั้งต้นเป็นยาขับปัสสาวะ แก้โรคปวดตามสันหลังและบั้นเอว ใบเป็นยารักษาโรคเบาหวานและลดความดันโลหิต มีการทดลองใช้ใบแห้งเป็นยาขับปัสสาวะ ขับกรดยูริกซึ่งเป็นสาเหตุของโรคเกาต์และรักษาโรคนิ่วในไตกับผู้ป่วยโรงพยาบาลรามาริบัติ โดยใช้ใบแห้งประมาณ 4 กรัม ชงกับน้ำเดือด 750 ซีซี ดื่มต่างน้ำตลอดวัน ได้ผลเป็นที่น่าพอใจของแพทย์ พบว่าในใบมีเกลือโปแตสเซียมสูง ผู้ป่วยโรคหัวใจไม่ควรใช้



## หญ้าคา



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Imperata cylindrica* Beauv.

วงศ์ : Gramineae

ชื่อสามัญ :

ลักษณะ : ไม้ล้มลุก สูง 0.3-0.9 เมตร มีเหง้าใต้ดิน รูปร่างยาวและแข็ง ใบ เดี่ยว แทงออกจากเหง้า กว้าง 1-2 ซม. ยาวได้ถึง 1 เมตรขอบใบคม ดอก ช่อ แทงออกจากเหง้า ดอกย่อยอยู่รวมกันแน่น สีเงินอมเทาจน ผลเป็นผลแห้ง ไม่แตก

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้รากและเหง้าเป็นยาขับปัสสาวะ แก้อาการกระเพาะปัสสาวะอักเสบ ปัสสาวะแดง บำรุงไต ขับระดูขาว มีการศึกษาฤทธิ์ขับปัสสาวะในสัตว์ทดลอง พบว่าได้ผลเฉพาะน้ำต้มส่วนราก

## อ้อยแดง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Saccharum officinarum* L.

วงศ์ : Gramineae

ชื่อสามัญ : Sugar-cane

ชื่ออื่น : อ้อย อ้อยขม อ้อยดำ

ลักษณะ :

ไม้ล้มลุก สูง 2-5 เมตร ลำต้นสีม่วงแดง มีไขสีขาวปกคลุม ไม้แตกกิ่งก้าน ใบเดี่ยว เรียงสลับ กว้าง 2.5-5 ซม. ยาว 0.5-1 เมตร ดอกช่อ ออกที่ปลายยอด สีขาว ผลเป็นผลแห้ง ขนาดเล็ก อ้อยมีหลายพันธุ์ แตกต่างกันที่ความสูงความยาวของข้อและสีของลำต้น

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ลำต้นเป็นยาขับปัสสาวะ โดยใช้ลำต้นสด 70-90 กรัม หรือแห้ง 30-40 กรัม หั่นเป็นชิ้น ต้มน้ำแบ่งดื่ม วันละ 2 ครั้ง ก่อนอาหาร แก้ไตพิการ หนองในและขับนิ่ว แพทย์พื้นบ้านใช้ขับเสมหะ มีรายงานว่าอ้อยแดงมีฤทธิ์ขับปัสสาวะในสัตว์ทดลอง

## ขลุ่



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Pluchea indica* Less

วงศ์ : Compositae

ชื่อสามัญ : Indian Marsh Fleabane

ชื่ออื่น : ขลุ่ หนวดงั่ว หนวดงั่ว หนวดงั่ว หนวดงั่ว

ลักษณะ : ไม้พุ่ม สูง 1-2.5 เมตร ชอบขึ้นในที่ชื้นแฉะ ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปไข่กลับ กว้าง 1-5 ซม. ยาว 2.5-10 ซม. ขอบใบหยักซี่ฟันห่าง ๆ ดอกช่อ ออกที่ยอดและซอกพุ่ม กลีบดอกสีม่วง ผลเป็นผลแห้ง ไม่แตก

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ทั้งต้นต้มกินเป็นยาขับปัสสาวะ แก้เบาหวาน ต้มน้ำอาบแก้คันคัน น้ำคั้นใบสกัดยารักษาโรคผิวหนัง การทดลองในสัตว์และคนปกติ พบว่ายาชงทั้งต้นมีฤทธิ์ขับปัสสาวะมากกว่ายาขับปัสสาวะแผนปัจจุบัน (hydrochlorothiazide) และมีข้อดีคือสูญเสียเกลือแร่น้อยกว่า

## ทับปะรด



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Ananas comosus* Merr.

วงศ์ : Bromeliaceae

ชื่อสามัญ : Pineapple

ชื่ออื่น : ขนนทอง ขานัด ข่านัด บ่อนัด มะชะนัด มะนัด ลิงทอง หมากเก็ง

ลักษณะ : ไม้ล้มลุกอายุหลายปี สูง 90-100 ซม. มีลำต้นอยู่ใต้ดิน ใบ เดี่ยว เรียงสลับซ้อนกันถี่มากรอบต้น กว้าง 6.5 ซม. ยาวได้ถึง 1 เมตร ไม่มีก้านใบ ดอก ช่อ ออกจากกลางต้น มีดอกย่อยจำนวนมาก ผล เป็นผลรวม รูปทรงกระบอก มีใบเป็นกระจุกที่ปลายผล

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้เนื้อผลเป็นยาแก้ไอ ขับเสมหะ เหง้าเป็นยาขับปัสสาวะ แก้ไข้ พบว่าลำต้น และผลมีเอนไซม์ย่อยโปรตีน ชื่อ bromelain ใช้เป็นยาลดการอักเสบและบวมจากการถูกกระแทกบาดแผล หรือการผ่าตัด โดยผลิตเป็นยาเม็ดชื่อ Ananase Forte Tablet

## สะแก



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Combretum quadrangulare* Kurz

วงศ์ : Combretaceae

ชื่อสามัญ :

ชื่ออื่น : แก ขอนแ้ง จองแ้ง แพ่ง สะแก

ลักษณะ : ไม้ยืนต้น สูง 5-10 เมตร กิ่งอ่อนเป็นรูปเหลี่ยม ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปวงรี หรือรูปไข่กลับ กว้าง 3-8 ซม. ยาว 6-15 ซม. ดอกช่อ ออกที่ซอกใบ และปลายยอด ดอกย่อยมีขนาดเล็ก กลีบดอกสีขาว ผลแห้ง มี 4 ครีบ เมล็ดสีน้ำตาลแดง รูปกระสวย มี 4 สันตามยาว

ประโยชน์ทางสมุนไพร : เมล็ดแก้-ไข้จับพยาธิได้เดือน และพยาธิเส้นด้ายในเด็ก โดยใช้ขนาด 1 ช้อนควว หรือ 3 กรัม ตำผสมกับไข่ทอดกินครั้งเดียว ขณะท้องว่าง

## พลู



ชื่อวิทยาศาสตร์ : Piper betle L.

วงศ์ : Piperaceae

ชื่อสามัญ : Betel Vine

ลักษณะ :

ไม้เถาเนื้อแข็ง รากฝอยออกบริเวณข้อ ใช้ยึดเกาะ ข้อ โป่งนูน ใบ เดี่ยว เรียงสลับ รูปหัวใจ กว้าง 8-12 ซม. ยาว 12-16 ซม. มีกลิ่นเฉพาะและมีรสเผ็ด ดอก ช่อ ออกที่ซอกใบ ดอกย่อยขนาดเล็กอัดแน่นเป็นรูปทรงกระบอก แยกเพศ สีขาว ผล เป็นผลสด กลมเล็กเบียดอยู่บนแกน พลูมีหลายพันธุ์ เช่นพลูเหลือง พลูทองกลาง

ประโยชน์ทางสมุนไพร :

ตำรายาไทยใช้น้ำคั้นใบสดกินเป็นยาขับลมและทาแก้ลมพิษ โดยใช้ 3-4 ใบ ขยี้หรือตำให้ละเอียด ผสมเหล้าโรงเล็กน้อย ทาบริเวณที่เป็น ใบมีน้ำมันหอมระเหย ประกอบด้วยสาร chavicol และ eugenol ซึ่งมีฤทธิ์ทำให้ชาเฉพาะที่ สามารถบรรเทาอาการคันและฆ่าเชื้อโรคบางชนิดด้วย จึงมีการพัฒนาตำรับยาขี้ผึ้งผสมสารสกัดใบพลูขึ้นเพื่อใช้เป็นยาทารักษาโรคผิวหนังบางชนิด

## ทองพันชั่ง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Rhinacanthus nasutus* Kurz

วงศ์ : Acanthaceae

ชื่ออื่น : ทองคันชั่ง หญ้ามันไก่

ลักษณะ : ไม้พุ่มสูง 1-2 เมตร กิ่งอ่อนมักเป็นสันสี่เหลี่ยม ใบเดี่ยวเรียงตรงข้ามรูปไข่หรือรูปวงรี กว้าง 2-4 ซม. ยาว 4-8 ซม. ดอกช่อ ออกที่ซอกใบกลีบดอกสีขาว โคนกลีบติดกันเป็นหลอดปลายแยกเป็น 2 ปาก ปากล่างมีจุดประสีม่วงแดง ผลเป็นผลแห้ง แตกได้

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ใบสดและรากโขลกละเอียด แช่เหล้าโรง 1 สัปดาห์เอาน้ำทาแก้กลากเกลื้อน สารสำคัญคือ rhinacanthin และ oxymethylantraquinone

## มะหาด



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Artocarpus lakoocha* Roxb.

วงศ์ : Moraceae

ชื่ออื่น : หาด ขุนป่า มะหาดใบใหญ่

ลักษณะ : ไม้ยืนต้น สูงประมาณ 30 เมตร ทรงพุ่มแผ่กว้าง ใบ คีเขว เรียงสลับ รูปขอบขนานหรือรูปวงรี กว้าง 8-10 ซม. ยาว 10-20 ซม. หลังใบเป็นมันสีเขียวเข้ม ท้องใบสาก ดอก ช่อ ออกที่ซอกใบ ก่อนข้างกลม ก้านสั้น แยกเพศ อยู่บนต้นเดียวกัน ผล เป็นผลรวม สีเหลือง ผิวขรุขระ มีขนนุ่ม

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้เปลือกเป็นยาถ่ายพยาธิเส้นด้าย พยาธิไส้เดือนและพยาธิตัวตืด สำหรับเด็ก สารที่ออกฤทธิ์คือ 2, 4, 3, 5-tetrahydroxystillbene จากการศึกษาไม่พบความเป็นพิษ ขนาดที่ใช้ คือ ผงเปลือก 3 กรัม ละลายน้ำเย็นดื่มตอนเช้ามีดหลังจากนั้นประมาณ 2 ชั่วโมงให้กินยาถ่าย (ดีเกลือ) นอกจากนี้ยังใช้ละลายน้ำทาแก้คัน “ปวดหาด” เตรียมโดยการเคี้ยวเนื้อไม้กับน้ำ กรองเนื้อไม้ออก บีบน้ำออก ให้แห้ง จะได้ผงสีน้ำตาลจับกันเป็นก้อน ฆ่าไฟจนเหลือง เรียกก้อนนี้ได้ว่า ปวดหาด



## พญาปล้องทอง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Clinacanthus nutans* (Burm.) Lindau

วงศ์ : Acanthaceae

ชื่ออื่น : ผักมันไก่ ผักลิ้นเจียด พญาปล้องคำ พญาปล้องคำ พญาขอ เสดดพังพอน เสดดพังพอนตัวเมีย

ลักษณะ : ไม้พุ่มรอเลื้อย สูง 1-3 เมตร ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปใบหอก กว้าง 1-3 ซม. ยาว 4-12 ซม. สีเขียวเข้ม ดอกช่อ ออกเป็นกระจุกที่ปลายกิ่ง กลีบดอกสีแดงส้ม โคนกลีบ สีเขียว ติดกันเป็นหลอดยาว ปลายแยกเป็น 2 ปาก ไม้ค้ำยออกดอก ผลเป็นผลแห้ง แตกได้

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ใบสดรักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก แผลงัดต่อย ฝื่นคัน โดยนำใบสด 5-10 ใบ ตำหรือขยี้ทา การทดลองในสัตว์พบว่าสารสกัดใบสดด้วย n-butanol สามารถลดการอักเสบได้ มีการเตรียมเป็นทิงเจอร์เพื่อใช้ทารักษาอาการอักเสบจากเริ่มในปาก โดยใช้ใบสด 1 กก. ปั่นละเอียด เติมแอลกอฮอล์ 70% 1 ลิตร หมัก 7 วัน กรอง ระเหยบนเครื่องอังไอน้ำให้ปริมาตรลดลงครึ่งหนึ่ง เติมน้ำกลีเซอรินเท่าตัว

## มะนาว



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Citrus aurantifolia* Swing.

วงศ์ : Rutaceae

ชื่อสามัญ : Common Lime

ชื่ออื่น : ส้มมะนาว มะลิ้ว (ภาคเหนือ)

ลักษณะ : ไม้พุ่ม สูง 2-4 เมตร กิ่งอ่อนมีหนาม ใบประกอบชนิดมีใบย่อยใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปไข่ รูปวงรีหรือรูปไข่แกมขอบขนานกว้าง 3-5 ซม. ยาว 4-8 ซม. เนื้อใบมีจุดน้ำมันกระจาย ก้านใบมีครีบเล็ก ๆ ดอกเดี่ยวหรือช่อ ออกที่ปลายกิ่งและที่ซอกใบ กลีบดอกสีขาว กลิ่นหอม ร่วงง่าย ผลเป็นผลสด กลมเกลี้ยง ฉ่ำน้ำ

ประโยชน์ทางสมุนไพร : รสชาติไทยใช้น้ำมะนาวและผลดองแห้งเป็นยาขับเสมหะแก้ไอ แก้โรคเลือดออกตามไรฟัน เพราะมีวิตามินซี น้ำมะนาวเป็นกระสายยาสำหรับสมุนไพรที่ใช้ขับเสมหะเช่นดีปลี

## มะแว้งเครือ



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Solanum trilobatum* L.

วงศ์ : Solanaceae

ชื่ออื่น : แข้วเครือ

ลักษณะ : ไม้เลื้อย มีหนามตามกิ่งก้าน ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปไข่กว้าง 4-5 ซม. ยาว 5-8 ซม. ขอบใบเว้า มีหนามตามเส้นใบ ดอกช่อ ออกที่ปลายกิ่งและซอกใบ กลีบดอกสีม่วง ผลเป็นผลสด รูปกลม ผลดิบสีเขียวมีลายตามยาว เมื่อสุกสีแดง

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ผลสดแก้ไข้ ขับเสมหะ โดยใช้ขนาด 4-10 ผล โขลกพอแหลกคั้นเอาน้ำใส่เกลือเล็กน้อย จิบบ่อยๆ หรือเคี้ยวกลืนเฉพาะน้ำจนหมดรสขมฝื่อน มะแว้งเครือเป็นส่วนผสมหลักในยาประสะมะแว้งเช่นกัน นอกจากนี้ใช้ขับปัสสาวะแก้ไข้และเป็นยาขมเจริญอาหารด้วย

## มะแว้งต้น



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Solanum indicum* L.

วงศ์ : Solanaceae

ชื่ออื่น :

ลักษณะ : ไม้พุ่ม สูง 1-1.5 เมตร ลำต้นมีขนนุ่ม ใบเดี่ยว เรียงสลับรูปไข่หรือรูปขอบขนาน กว้าง 4-10 ซม. ยาว 6-12 ซม. ขอบใบเว้า ผิวใบมีขนนุ่มทั้งสองด้าน ดอกช่อ ออกตามกิ่งหรือที่ซอกใบ กลีบดอกสีม่วง ผลเป็นผลสด รูปกลม ผลดิบสีเขียวอ่อน ไม่มีลาย เมื่อสุกสีส้ม

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ผลสดแก้ไอ ขับเสมหะ รักษาเบาหวาน ขับปัสสาวะ มีการทดลองในสัตว์ พบว่าน้ำสกัดผลมีฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือด แต่มีฤทธิ์น้อยและระยะเวลาการออกฤทธิ์สั้น พบสเตอรอยด์ปริมาณค่อนข้างสูง จึงไม่ควรใช้ติดต่อกันเป็นเวลานาน มะแว้งต้นเป็นส่วนผสมหลัก ในยาประสะมะแว้ง ซึ่งองค์การเภสัชกรรมผลิตขึ้นตามตำรับยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ

## แห้วหมู



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cyperus rotundus* L.

วงศ์ : Cyperaceae

ชื่อสามัญ : Nutgrass

ชื่ออื่น : หญ้าขนหมู

ลักษณะ : ไม้ล้มลุก อายุหลายปี สูง 20-40 ซม. มีลำต้นใต้ดินเป็นหัวคล้ายหัวแห้วไทย แตกแขนงลำต้นเป็นเส้นแข็งเหนียวอยู่ใต้ดินและงอกเป็นหัวใหม่ได้ ใบเดี่ยว จำนวนมาก แทงออกจากหัวกว้าง 2-6 มม. ยาว 5-20 ซม. ดอกช่อ คล้ายดอกหญ้า สีน้ำตาลแดง แตกแขนงเป็น 4-10 กิ่ง ก้านช่อดอกเป็นสามเหลี่ยมตรง ผลเป็นผลแห้ง

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้หัวใต้ดินเป็นยาบำรุงหัวใจ ขับเหงื่อและขับปัสสาวะ การทดลองในสัตว์พบฤทธิ์ขับปัสสาวะ ลดไข้ ลดความดันโลหิตและลดการอักเสบ ซึ่งเชื่อว่าเกิดจาก  $\alpha$ -cyperone นอกจากนี้พบฤทธิ์ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อมาลาเรียชนิดพลาสโมเดียมในหลอดทดลองด้วย

## เร่ว



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Amomum xanthioides* Wall.

วงศ์ : Zingiberaceae

ชื่อสามัญ : Bustard cardamom, Tavoy cardamom

ชื่ออื่น : หมากแห้ง (สระบุรี) หมากเนิง (อีสาน) มะอึ หมากอึ มะหมากอึ (เชียงใหม่) หน่อเนง (ชัยภูมิ)

ลักษณะ :

เร่วเป็นพืชล้มลุก มีเหง้าหรือลำต้นอยู่ในดิน จัดเป็นพืชสกุลเดียวกับ กระวาน ข่า ขิง ใบมีลักษณะยาวเรียวยาว ปลายใบแหลมและห้อยโค้งลง ก้านใบมีขนาดสั้น ออกดอกเป็นช่อจากยอดที่แทงขึ้นมาจากเหง้า ดอกมีสีขาว ก้านช่อดอกสั้น ผลมีขนสีแดงปกคลุม เมล็ดมีสีน้ำตาล เร่วมีหลายชนิด เช่น เร่วหอม เร่วช้าง เร่วกอ ซึ่งเร่วเหล่านี้มีลักษณะต้นแตกต่างกันไป

ประโยชน์ทางสมุนไพร :

น้ำมันหอมระเหยในเมล็ดเร่วมีฤทธิ์เป็นยาขับลม ช่วยแก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ แน่น จุกเสียด โดยใช้เมล็ดประมาณ 3 กรัม บดให้เป็นผงรับประทานวันละ 3 ครั้ง และช่วยขับเสมหะ แก้ก้อนเหนียวอาเจียนได้ดีอีกด้วย

## ดีปลี



ชื่อวิทยาศาสตร์ : Piper chaba Hunt

วงศ์ : Piperaceae

ชื่อสามัญ : Long Pepper

ลักษณะ : ไม้เถา รากฝอยออกบริเวณข้อเพื่อใช้ยึดเกาะ ใบ เดี่ยวรูปไข่แกมขอบขนาน กว้าง 3-5 ซม. ยาว 7-10 ซม. สีเขียวเข้มเป็นมัน ดอก ช่อ ออกที่ซอกใบ ดอกย่อยอัดกันแน่น แยกเพศ ผล เป็นผลสด มีสีเขียว เมื่อสุกจะเปลี่ยนเป็นสีแดง รสเผ็ดร้อน

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ผลแก่จัดแต่ยังไม่สุกตากแห้งเป็นยาขับลม บำรุงธาตุ แก้ท้องเสีย ขับรกหลังคลอด โดยใช้ผล 1 กำมือ (ประมาณ 10-15 ผล) ต้มเอาน้ำดื่ม นอกจากนี้ใช้เป็นยาแก้ไอ โดยเอาผลแห้งครึ่งผลฝนกับมะนาวแทรกเกลือใช้กวาดคอหรือจิบบ่อยๆ ฤทธิ์ขับลมและแก้ไอ เกิดจากน้ำมันหอมระเหยและสาร piperine พบว่าสารสกัดเมทานอลมีผลยับยั้งการบีบตัวของลำไส้เล็กและสารสกัดปิโตรเลียมอีเทอร์ ทำให้สัตว์ทดลองแท้ง จึงควรระวังการใช้ในสตรีมีครรภ์

## น้อยหน้า



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Annona squamosa* L.

วงศ์ : Annonaceae

ชื่อสามัญ : Sugar Apple

ชื่ออื่น : น้อยแน่ นะนอแน่ หมักเขียบ

ลักษณะ : ไม้ยืนต้น สูง 3-5 เมตร ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปใบหอกหรือรูปใบหอกแกมขอบขนาน กว้าง 3-6 ซม. ยาว 7-13 ซม. ดอกเดี่ยว ออกที่ซอกใบ ห้อยลง กลีบดอกสีเหลืองแกมเขียว 6 กลีบ เรียง 2 ชั้นๆ ละ 3 กลีบ หน่อวน้ำ มีเกสรตัวผู้และรังไข่จำนวนมาก ผลเป็นผลกลุ่ม ค่อนข้างกลม

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ใบสดและเมล็ดฆ่าเหา โดยใช้เมล็ดประมาณ 10 เมล็ด หรือใบสดประมาณ 1 กำมือ (15 กรัม) ตำให้ละเอียด ผสมกับน้ำมันมะพร้าวพอแฉะ ขยี้ให้ทั่วศีรษะ ใช้ผ้าคลุมโพกไว้ประมาณ 10 นาทีถึงครึ่งชั่วโมง ใช้หวีสางเหาออก สระผมให้สะอาด (ระวังอย่าให้เข้าตา เพราะจะทำให้ตาอักเสบและแสบได้) มีรายงานยืนยันว่าน้ำยาที่คั้นจากเมล็ดคบกับน้ำมันมะพร้าวในอัตราส่วน 1:2 สามารถฆ่าเหาได้ดีที่สุด คือฆ่าได้ถึง 98% ใน 2 ชั่วโมง ใช้รักษาหิด กลากและเกลื้อนด้วย



## ย่านาง



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Tiliacora triandra* Diels

วงศ์ : Menispermaceae

ลักษณะ : ไม้เถา ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปไข่แกมใบหอก กว้าง 2-4 ซม. ยาว 5-12 ซม. ดอกช่อ ออกตามเถาและที่ซอกใบ แยกเพศอยู่คนละต้น ไม่มีกลีบดอก ผลเป็นผลกลุ่ม ผลย่อย รูปวงรีประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้รากต้มน้ำดื่มเป็นยาแก้ไข้ทุกชนิด การทดลองพบว่าสารสกัดรากมีฤทธิ์ต้านเชื้อมาลาเรีย ชนิดพลาสโมเดียมในหลอดทดลอง

## ปลาไหลเผือก



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Eurycoma longifolia* Jack

วงศ์ : Simaroubaceae

ชื่ออื่น : กรุงบาดาล คะนาง ชะนาง ตรึงบาดาล ตุงสอ แสพันชั้น เพี้ยก หยิกบ่อทอง หยิกไม่ถึง เอียนคอน ไหลเผือกลักษณะ : ไม้ยืนต้น สูง 4-6 เมตร ลำต้นตรง ไม่ค่อยแตกกิ่งก้าน ใบประกอบแบบขนนก เรียงสลับ ออกเป็นกระจุกบริเวณปลายกิ่ง ใบย่อยรูปไข่แกมวงรี กว้าง 2-3 ซม. ยาว 5-7 ซม. สีเขียวเข้ม ยอดและใบอ่อนมีขนสีน้ำตาลแดง ดอกช่อ ออกที่ซอกใบ ดอกย่อยขนาดเล็ก กลีบดอกสีม่วงแดง ผลเป็นผลสด รูปยาวรี

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้รากเป็นยาแก้ไข้ทุกชนิดรวมทั้งไข้จับสั่น พบว่าสารที่ออกฤทธิ์เป็นสารที่มีรสขมได้แก่ eurycomalactone eurycomanol และ eurycomanone สารทั้งสามมีฤทธิ์ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อมาเลเรียชนิดพลาสโมดิซึมในหลอดทดลองได้ จัดเป็นสมุนไพรที่มีศักยภาพ ควรศึกษาวิจัยต่อไป

## บอระเพ็ด



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Tinospora crispa* (L.) Miers ex Hook.f. & Thoms

วงศ์ : Menispermaceae

ชื่ออื่น : เครือเขาสอ จุ่งจิง เจตมูลหนาม เจตมุลยาน เกาหัวด้วน หางหนู

ลักษณะ : ไม้เถาเลื้อยพัน มีลักษณะคล้ายชิงช้ามาก ต่างกันที่เถามีขนาดใหญ่กว่า มีปุ่มปมมากกว่า มีรสขมกว่า และไม่มีปุ่มใกล้ฐานใบ

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้เถาเป็นยาแก้ไข้ ขับเหงื่อ แก้กระหายน้ำ แก้ร้อนใน โดยนำเถาสด ขนาดยาว 2 คืบครึ่ง (30-40 กรัม) ต้มคั้นเอาน้ำดื่ม หรือต้มเคี่ยวกับน้ำ 3 ส่วนจนเหลือ 1 ส่วน ดื่มก่อนอาหาร วันละ 2 ครั้งเช้าเย็น หรือเมื่อมีไข้ นอกจากนี้ใช้เป็นยาขมเจริญอาหารด้วย ปัจจุบันองค์การเภสัชกรรมผลิต ติงเจอร์บอระเพ็ด เพื่อใช้แทน Tincture Gentian ซึ่งเป็นส่วนผสมของยาธาตุที่ต้องนำเข้าจากต่างประเทศ การทดลองในสัตว์พบว่าน้ำสกัดเถาสามารถลดไข้ได้

## มังคุด



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Garcinia mangostana* L.

วงศ์ : Guttiferae

ชื่อสามัญ : Mangosteen

ลักษณะ : ไม้ยืนต้น สูง 10-12 เมตร ทุกส่วนมียางสีเหลือง ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปไข่หรือรูปวงรีแกมขอบขนาน กว้าง 6-11 ซม. ยาว 15-25 ซม. เนื้อใบหนาและค่อนข้างเหนียวคล้ายหนัง หลังใบสีเขียวเข้มเป็นมัน ท้องใบสีอ่อนกว่า ดอกเดี่ยวหรือเป็นคู่ออกที่ซอกใบใกล้ปลายกิ่ง สมบูรณ์เพศหรือแยกเพศ กลีบเลี้ยงสีเขียวอมเหลือง กลีบดอกสีแดง น้ำน้ำ ผลเป็นผลสด ค่อนข้างกลม

ประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้เปลือกผลแห้งซึ่งมีสารแทนนินเป็นยาฝาดสมาน แก้โรคท้องร่วง ท้องเสียเรื้อรังและโรคเกี่ยวกับลำไส้ พบสาร xanthone ในเปลือกผลมีฤทธิ์ฆ่าเชื้อแบคทีเรียซึ่งทำให้เกิดหนอง โดยสามารถฆ่าได้ทั้งสายพันธุ์ปกติและสายพันธุ์ที่ดื้อต่อยาเพนนิซิลิน มีฤทธิ์ต้านเชื้อราที่เป็นสาเหตุของโรคผิวหนังหลายชนิดและลดอาการอักเสบด้วย จึงมีการพัฒนายาในรูปแบบผสมสารบริสุทธิ์ที่แยกได้จากเปลือกผล เพื่อใช้รักษาแผลที่เป็นหนองและผิวหนังซึ่งเกิดจากการติดเชื้อ ตลอดจนใช้ช่วยลดร่องรอยต่างดำนบนใบหน้าด้วย

## กระวาน



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Amomum krervanh* Pierre

วงศ์ : Zingiberaceae

ชื่อสามัญ : Siam Cardamom, Camphor Seed

ชื่ออื่น : กระวานดำ กระวานแดง กระวานขาว (ภาคกลาง, ภาคตะวันออก) กระวานจันทร์ กระวานโพธิ์สัตว์

ลักษณะ : ไม้ล้มลุกสูง 1-3 เมตร ขึ้นในป่าชื้น บริเวณไหล่เขาสูง มีเหง้าใต้ดิน ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปขอบขนาน กว้าง 8-15 ซม. ยาว 40-50 ซม. ไม่มีก้านใบ ดอกช่อแทงจากเหง้า กลีบดอกสีขาว เป็นหลอดและพองเป็นกระเปาะ ออกดอกเมื่อต้นอายุ 2-3 ปี ผลกลมเกลี้ยง ขนาด 6-15 มม. เมื่อแก่เปลือกผลจะแห้งและแข็ง เมล็ดขนาดเล็ก 12-18 เมล็ด รวมกลุ่มเป็น 3 กลุ่ม โดยมีเยื่อบาง ๆ กัน มีกลิ่นหอมและรสเผ็ดประโยชน์ทางสมุนไพร : ตำรายาไทยใช้ผลเป็นยาขับลม รักษาโรคท้องอืดเฟ้อแน่นจุกเสียด โดยใช้ขนาด 1-2 กรัม ชงน้ำดื่มและใช้เป็นเครื่องเทศแต่งกลิ่นอาหาร

