

สฤตยชต

ถำรียสำมัญประชำบำน

ภูมิปัญญาท้องถิ่นไทยแบบ OTOP

Thai Herbal Remedies

สรรพคุณสมุนไพรไทย
เป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้รับการยอมรับ
และสามารถครองใจผู้บริโภค
ทั้งคนไทยและชาวต่างชาติ

- แนะนำสรรพคุณสมุนไพรไทย
- วิธีการแปรรูปสมุนไพรให้เป็นผลิตภัณฑ์ที่หลากหลายและเป็นที่นิยม

พินิจ ชันทร และคณะ
รวบรวมและเรียบเรียง

สุดยอด
ตำรับ
ยาสามัญประจำบ้าน
ภูมิปัญญาท้องถิ่นไทย
แบบ



พินิจ จันทร และคณะ
รวบรวมและเรียบเรียง

สวดอดตำรับยาสามัญประจำบ้าน ภูมิปัญญาท้องถิ่นไทยแบบ OTOP

พินิจ จันทร และคณะ

ราคา 215 บาท

๑ได้รับอนุญาตจัดพิมพ์จากเจ้าของลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม พ.ศ.2558) ห้ามลอกเลียนส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้ มิเช่นนั้นจะถือว่าละเมิดลิขสิทธิ์และมีความผิดทางอาญา

จัดพิมพ์โดย



สำนักพิมพ์ เพชรพินิจ

ในเครือบริษัท เพชรประกาย จำกัด

81 อาคารเพชรประกาย ถนนเสรีไทย

แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510

โทรศัพท์ 0 2540 5535 # 103 โทรสาร 0 2540 5568

Homepage : <http://www.phetpraguy.com>

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พินิจ จันทร

สวดอดตำรับยาสามัญประจำบ้าน ภูมิปัญญาท้องถิ่นไทยแบบ OTOP.

--กรุงเทพฯ. : เพชรพินิจ, 2566.

208 หน้า.

1. สมุนไพร. 2. ยาสมุนไพร. 3. ตำรับยาแผนโบราณ. I. ชื่อเรื่อง.

615.321

ISBN 978-616-578-485-6

บรรณาธิการ

พินิจ จันทร

ออกแบบปก

มะจ้ง

ศิลปกรรม

มะจ้ง

พิมพ์ที่

ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซี แอนด์ เอ็น

199 หมู่ที่ 5 ซอยพุทธบูชา 44 ถนนพุทธบูชา

แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพฯ 10140

จัดจำหน่ายโดย



บริษัท เพชรประกาย จำกัด

81 อาคารเพชรประกาย ถนนเสรีไทย

แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510

โทรศัพท์ 0 2540 5535# 103 โทรสาร 0 2540 5568

Homepage : <http://www.phetpraguy.com>



สุดยอดของตำรับยาสมุนไพรพื้นบ้านแบบโบราณ
ตำรับยาสามัญประจำบ้านแบบโบราณ
และสูตรวิธีการผลิตยาสามัญประจำบ้าน
แบบ OTOP

เพื่อเป็นสินค้าออกจำหน่าย
ทั้งในและต่างประเทศในปัจจุบัน

คำนำ

สำนักพิมพ์



การนำสมุนไพรมาเป็นยาบำบัดรักษาโรคนั้นมีมานานหลายพันปี
อย่างประเทศจีนมีการบันทึกว่าบางชนิดใช้มาแล้วถึง 5,000 ปี

ในประเทศไทยมีหลักฐานตามคัมภีร์อายุรเวทของอินเดียว่า
อินเดียได้แพร่ขยายมาทางด้านศาสนา วัฒนธรรม และประเพณี โดย
นำสมุนไพรเข้ามาใช้บำบัดรักษาโรคมากมาย ซึ่งจะปรากฏชื่อยาเป็น
ภาษาบาลีหรือสันสกฤตอยู่ในปัจจุบัน

สำหรับสมุนไพรที่นำมาใช้จะได้มาจากพืชเป็นส่วนใหญ่ โดย
ส่วนต่างๆ ของพืชที่นำมาใช้ ได้แก่ ใบ ดอก ผล เมล็ด เปลือก ราก
และเนื้อไม้ และที่สำคัญคือก่อนที่จะเรานำสมุนไพรมาใช้ จะต้องรู้ชื่อ
รู้ลักษณะด้านพฤกษศาสตร์และสรรพคุณของสมุนไพรแต่ละประเภท
เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นสมุนไพรรสรเย็น รสร้อน รสมัน รสจืด รสฝาด
รสเปรี้ยว รสขม หรือรสหวาน เป็นต้น

สำหรับหนังสือเล่มนี้ นอกจากจะมีเนื้อหาสาระสำคัญซึ่งเป็น
องค์ความรู้เกี่ยวกับตำรับยาสมุนไพรพื้นบ้านแบบโบราณและตำรับ
ยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ ซึ่งได้บรรจุเอาไว้เป็นบัญชียาหลัก

แห่งชาติแล้ว ยังมีสูตรวิธีการทำยาสมุนไพรพื้นบ้านแบบภูมิปัญญาท้องถิ่นไทย หรือจะเรียกว่าเป็นสูตรและตำรับยาสมุนไพรพื้นบ้านที่บรรดาชาว OTOP หรือหมู่บ้านหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์นิยมนำมาผลิตเป็นยาสามัญประจำบ้านเพื่อเป็นสินค้าออกจำหน่ายทั้งในและต่างประเทศในปัจจุบัน

ทั้งหมดที่กล่าวมาได้รวบรวมไว้อย่างครบถ้วนในหนังสือเล่มนี้ เพื่อให้ทุกท่านที่สนใจได้นำไปใช้ประโยชน์สร้างผลิตภัณฑ์ให้กับตนเอง หรือชุมชนสังคมต่อไป

บรรณาธิการ

คำนำผู้เขียน



หนังสือเล่มนี้ มีขึ้นเป็นตำราทางวิชาการหรือเป็นตำรับยาสามัญประจำบ้าน หากแต่เป็นสูตรและตำรับยาสมุนไพรพื้นบ้านที่บรรดาชาว OTOP หรือหมู่บ้านหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์นิยมนำมาผลิตเป็นยาสามัญประจำบ้านเพื่อเป็นสินค้าออกจำหน่ายทั้งในและต่างประเทศในปัจจุบัน

เป็นตำราหรือภูมิปัญญาท้องถิ่นที่คณะผู้จัดทำได้ทำการรวบรวมจากบรรดาหมอพื้นบ้านตามภูมิภาคต่าง ๆ รวมทั้งแหล่งที่เป็นองค์ความรู้ทั้งภาครัฐและเอกชน เพื่อให้เป็นอีกทางเลือกหนึ่งสำหรับผู้สนใจจะนำไปปรับใช้ให้เป็นประโยชน์และพัฒนาให้เข้ากับสังคมในยุคปัจจุบัน รวมถึงการจัดการด้านข้อมูลองค์ความรู้สู่ระบบสากลเพื่อเป็นประโยชน์ในการศึกษาเพิ่มเติมและสำหรับคนรุ่นหลังสืบต่อไป

หวังว่าหนังสือเล่มนี้จะก่อประโยชน์แก่ผู้ที่สนใจได้มากพอสมควร และต้องขอขอบคุณทุกท่าน ทุกหน่วยงาน ทุกองค์กร ที่เอื้อเฟื้อข้อมูล หากกุศลใดที่เกิดขึ้น ขอจงส่งถึงท่านผู้เป็นเจ้าของความรู้และผู้ที่มีส่วนร่วมทุกท่าน หากมีสิ่งใดบกพร่องหรือผิดพลาด คณะผู้จัดทำขอน้อมรับแต่โดยดี

ด้วยความปรารถนาดี

พินิจ จันทร

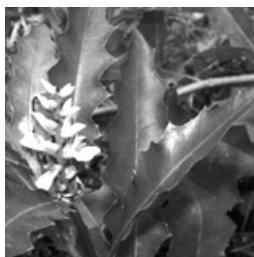
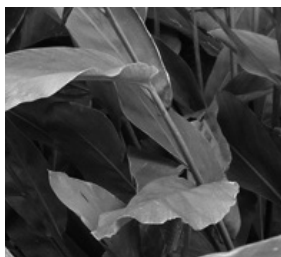


สารบัญ

บทที่ 1

องค์ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสรรพคุณสมุนไพร	12
---	----

สรรพคุณสมุนไพรเย็น	14
สรรพคุณสมุนไพรร้อน	16
สรรพคุณสมุนไพรสุขุม	19
สรรพคุณสมุนไพรฝาด	21
สรรพคุณสมุนไพรหวาน	24
สรรพคุณสมุนไพรขม	26
สรรพคุณสมุนไพรเผ็ดร้อน	30
สรรพคุณสมุนไพรมัน	33
สรรพคุณสมุนไพรหอมเย็น	34
สรรพคุณสมุนไพรเค็ม	35
สรรพคุณสมุนไพรเปรี้ยว	36
สรรพคุณสมุนไพรจืด	38



บทที่ 2

การใช้พืชสมุนไพรทำยา

40

บทบาทของพืชสมุนไพร

42

ลักษณะของพืชสมุนไพร

43

วิธีการเก็บสมุนไพรส่วนที่ใช้เป็นยา

46

คุณภาพและการเก็บรักษา

48

การทำยาพื้นบ้านแบบไทยโบราณ

51

บทที่ 3

ตำรับยาแพทย์แผนโบราณ

58

บทที่ 4

ตำรับยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ

66

บทที่ 5

สุดยอดสูตรยาสมุนไพรภูมิปัญญาท้องถิ่นไทย

แบบ OTOP

98

การทำยาดอกเหล้า	101
การทำยาอดเหล้า	107
การทำยาผงเหลือง	107
การทำยาเพิ่มภูมิคุ้มกันทั่วไป	108
การทำน้ำด่าง	109
การทำน้ำมันเมล็ดพื้งพอน	110
การทำปฐจากเปลือกหอย	112
การทำยาธาตุ	113
การทำยาหม่อง	114
การทำยาต้ม ตำรับที่ 1	117
การทำยาต้ม ตำรับที่ 2	117
การทำไฮโปเกิร์	118
การทำวาเปิร์ก	119
การทำน้ำมันเขียวหรือยาเขียว	119
การทำน้ำมันมวอย	120
การทำน้ำมันดอกจำปี	121
การทำน้ำยาอุทัย	121
การทำพิมเสนน้ำ	122

การทำน้ำมันไพล	123
การทำครีมνωดผมอัญชัน	124
การทำน้ำยาล้างสุขภัณฑ์	125
การทำน้ำยาดับกลิ่นห้องน้ำ	125
การทำครีมล้างมือ	126
การทำน้ำยาล้างจาน	127
การทำแชมพูสระผม	128
การทำสบู่เหลวพื้นฐาน	129
การทำสบู่ก้อนใส	129
การทำน้ำยาซักแห้ง	130
การทำน้ำโอเดอโคโลญ	131

บทที่ 6

สูตรยาสมุนไพรโบราณสารพัดโรค 132

สูตรยากระดูก ข้อ เอ็น	133
สูตรยาแก้เปื้อ แก้ว แก้ว แก้ว แก้ว	137
สูตรยาแก้ปวด แก้ไข้ แก้หวัด แก้ไอ	
แก้ปวดเมื่อย แก้ปวดประจำเดือน แก้ปวดฟัน แก้ร้อนใน	141
สูตรยาขับปัสสาวะ แก้น้ำ	147
สูตรยาบำรุงร่างกาย บำรุงกำลัง	149
สูตรยาโรคกระเพาะ ท้องอืด ท้องเฟ้อ ปวดท้อง	150
สูตรยาโรคผิวหนัง เกล็ดขี้ดขี้ลอก	151

สูตรยาสำหรับสตรี	152
สูตรยาระบบหัวใจและเส้นเลือด ความดันโลหิตสูง	156
สูตรยารักษาโรคตับ	159
สูตรยารักษาโรคเบาหวาน	160
สูตรยาริดสีดวง	162
สูตรยาโรคช่องปากและฟัน	166
สูตรยาโรคตา หู คอ จมูก	170
สูตรยาโรกระบบประสาท	175
สูตรยาสำหรับเด็ก	178
สูตรยอดสูตรยาหลวงปู่ศุข วัดปากคลองมะขามเฒ่า	179
• ยารักษาโรคหัวใจ	181
• ยารักษาความดันโลหิตสูง	188
• ยารักษาความดันโลหิตต่ำ	196
• ยารักษาโรคเบาหวาน	197
• ยารักษาอาการปวดเมื่อย	201
สูตรยาโรคติดเชื้อ หนองใน เอ็ดส์	204



บทที่

1



องค์ความรู้
เบื้องต้น
เกี่ยวกับ
สรรพคุณ
สมุนไพร





การนำสมุนไพรมาเป็นยาบำบัดรักษาโรคนั้นมีมานานมาก
อย่างประเทศจีนมีบันทึกว่าบางชนิดใช้มาถึง 5,000 ปี ส่วน
ในประเทศไทยมีหลักฐานตามคัมภีร์อายุรเวทของอินเดียว่านอกจาก
อินเดียจะแพร่ขยายมาทางด้านศาสนา วัฒนธรรม และประเพณีแล้ว
ยังนำยารักษาโรคเข้ามาด้วย เพราะชื่อสมุนไพรที่ใช้ประกอบการ
บำบัดรักษาโรคมีเค้าชื่อเป็นภาษาบาลีหรือสันสกฤตอยู่ไม่น้อย



สมุนไพรที่นำมาใช้ได้มาจากพืชเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งส่วนต่างๆ ของพืชที่เรานำมาประกอบเพื่อใช้บำบัดรักษาโรค ได้แก่ ใบ ดอก ผล เมล็ด เปลือก ราก เนื้อไม้ เป็นต้น และก่อนที่จะนำสมุนไพรมาใช้ ประกอบในการบรรเทาหรือรักษาโรคนั้น เราควรทราบสรรพคุณของ สมุนไพรประเภทต่างๆ ซึ่งแยกตามรสชาติของตัวยา เช่น รสเย็น รสร้อน รสมัน รสจืด รสฝาด รสเปรี้ยว รสขม หรือรสหวาน ดังต่อไปนี้

สรรพคุณสมุนไพรเย็น

ส่วนมากมีสรรพคุณทางแก้พิษไข้ บำรุงจิตใจให้ชุ่มชื้น ลด ความร้อน ตัวอย่างได้แก่

เถารางจืด	ถอนพิษ ถอนพิษของเบื่อเมาต่างๆ
รากมะลิวัลย์	ถอนยาเบื่อเมา ถอนพิษไข้ทั้งปวง
รากสามสิบ	บำรุงโลหิต บำรุงตับปอด ให้เกิดกำลัง
ดอกสารภี	บำรุงหัวใจ ชูกำลัง
เนื้อหุ้มเมล็ดสำรอง	แก้ร้อนใน ทำให้ใจคอชุ่มชื้น แก้กระหายน้ำ
ใบหมากผู้ ใบหมากเมีย	แก้ปากเหม็น แก้รำมะนาดกินฟัน ล้อมดับ ดับพิษ
หมากดิบน้ำค้าง	ดับพิษตานซาง แก้ร้อนใน กระหายน้ำ
ใบพิมเสน	ถอนพิษร้อน แก้ไข้ทุกชนิด ทำให้ความร้อน ในร่างกายลดลง

รากลำเจียก	หวานเล็กน้อย แก้พิษไข้ แก้พิษเสมหะและ โลหิต ขับปัสสาวะ
รากคัตคำ	แก้รัตตะปิตตะโรค ขับและแก้ไข้เพื่อโลหิต
มหาศดำ	แก้กาฬ แก้พิษในกระดู
เถาตำลึง	แก้โรคตา ถอนพิษ
ใบตำลึง	ดับพิษร้อน ถอนพิษทั้งปวง
รากตำลึง	แก้ดวงตาขึ้นฝ้า ดับพิษทั้งปวง
เถาหนามไก่ให้	ดับพิษร้อน ถอนพิษไข้ทุกชนิด แก้อาการ ชักและคลั่งเพ้อ (ใช้จับสั่นขึ้นสมอง) กระทุ้ง พิษ ขับพิษไข้หัวให้ชานออกมา
เถาโพงพวย	ดับพิษไข้ แก้กษัยไตพิการ ขับปัสสาวะ แก้บวมตามตัว
รากชะลูดแดง	แก้ภัยอันตรายโรค แก้รัตตะปิตตะโรค
รากฟักข้าว	รสเย็น ถอนพิษทั้งปวง
รากกระชับ	ระงับความร้อน ขับปัสสาวะ ขับเหงื่อ
ใบเงิน ใบทอง ใบนา	แก้ไข้ แก้ตัวร้อน ล้อมดับดับพิษ
ใบจามจุรีหรือกำมปู	ดับพิษ
ช้อยนางรำ	แก้ฝักภายใน แก้ฝีในท้อง
ต้นฝอยทอง	แก้ร้อนใน กระหายน้ำ
รากพริกป่า	ดับพิษไข้ แก้ร้อนภายใน แก้ลม
รากฟักแฟง	ถอนพิษไข้ ถอนพิษสำแดง
รากมะเฟือง	ระงับพิษร้อน ถอนพิษไข้
ใบฟักข้าว	ถอนพิษดับทั้งปวง

เมล็ดผักข้าว	บำรุงปอด
รากสลอดน้ำ	แก้ไข้เหนือ แก้ไข้พิษ แก้ลมสันดาน
รากอัญชันดอกขาว	บำรุงแก้วตา ขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะพิการ แก้ปวดฟัน

สรรพคุณสมุนไพรสร้อย

มีสรรพคุณทางผายลม แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ แก้จุกเสียดแน่น
ขับเลือดลมให้วิ่งทั่วกาย ตัวอย่างได้แก่

กะเพราแดง	แก้ปวดท้อง ท้องขึ้น แก้ลมตานซาง ขับ ผายลม ทำให้เรอ แก้จุกเสียดในท้อง
ใบกะเพราป่า	บำรุงธาตุ ขับโลหิตให้เดินทั่วสรรพางค์กาย แก้อาเจียน แก้เสมหะ แก้ลมพิษ
ใบกระวาน	ขับผายลม แก้ไข้เชื่องซึม ขับเสมหะ
ลูกกระวาน	ขับเสมหะ โลหิต ลม
ใบดีปลี	แก้เส้นสุมนา
เถาดีปลี	แก้ปวดฟัน ปวดท้อง จุกเสียด แก้เสมหะ พิการ
ดอกดีปลี	แก้ปถวีธาตุ 20 พิการ แก้หืดไอ แก้ลม วิงเวียน แก้วริดสีดวงทวาร แก้คุดทะราด
ใบพลูทองหลาง	รักษาแผลสด แก้ท้องขึ้นอืด ขับผายลม



พริกไทย



ข่า