

ป่วยอ่านได้ ไม่ป่วยอ่านดี

รักษาโรคด้วย สมุนไพรใกล้ตัว

เล่ม 2



ตรวจฉบับลิขสิทธิ์
นำเสนอหนังสือ ปกิณกะ

e-BOOK ไซตือนันต์ และคณะ

รักษาโรคด้วยสมุนไพรใกล้ตัว

เล่ม ๒



โชติอนันต์ และคณะ

(กลุ่มอนุรักษ์รักษาแพทย์แผนไทย)

การดำเนินชีวิตในยุคปัจจุบันเป็นที่ทราบกันดีว่ามีความเสี่ยงและอันตรายอยู่รอบด้าน ไม่ว่าจะเป็นอาหารการกิน มลพิษต่างๆ ที่อยู่รอบตัวเรา เรื่องสุขภาพก็สำคัญเป็นอย่างมาก เพราะหากเกิดโรคร้ายอันตรายขึ้นแล้ว คงจะหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่จะต้องทำการรักษา และในการนำสมุนไพรที่อยู่รอบๆ ตัวเรามาใช้ในการรักษาโรคต่างๆ นั้นก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่ได้รับการยอมรับเป็นอย่างมาก

หนังสือเล่มนี้ จึงได้รวบรวมสมุนไพรไทยที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ทางการแพทย์ได้จริง ซึ่งเป็นภูมิปัญญาดั้งเดิมของคนไทย ที่ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญเหล่านี้ และถ่ายทอดให้คนรุ่นหลังสืบทอดต่อไป

ด้วยรักและปรารถนาดี
สำนักพิมพ์ดวงกมลพับลิชชิ่ง

คำนำ

สมุนไพรไทย เป็นทรัพยากรที่มีค่ายิ่งอย่างหนึ่งของประเทศ วิธีการเลือกใช้สมุนไพรในการรักษาโรคของบรรพบุรุษไทยนั้นถือได้ว่าเป็นศาสตร์ที่ล้ำลึกและเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่ทรงคุณค่ายิ่ง ซึ่งนักวิทยาศาสตร์ปัจจุบันเชื่อว่า การที่มนุษย์รู้ว่าต้นไม้ใดใช้รักษาโรคใด มีสรรพคุณอย่างไรนั้น ได้จากการเรียนรู้ด้วยประสบการณ์และการทดลองอันยาวนานสืบต่อกันมาตั้งแต่โบราณ บางครั้งอาจอาศัยจากรูปลักษณะของพืชว่ามีลักษณะเหมือนอวัยวะใด ก็ใช้รักษาอวัยวะนั้น หรือโดยอาศัยสี หรือรสชาติ เช่น สีแดงรักษาโรคเกี่ยวกับเลือด หรือรสขมรักษาเกี่ยวกับน้ำดี เป็นต้น

สังคมไทยในปัจจุบัน ประชาชนได้หันมาให้ความสนใจในภูมิปัญญาดั้งเดิมของบรรพบุรุษมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการดูแลสุขภาพแบบพึ่งพาตนเองโดยใช้สมุนไพรที่มีในประเทศ ดังนั้นหนังสือ **รักษาโรคด้วยสมุนไพรใกล้ตัว เล่มที่ ๒** เล่มนี้ เป็นเล่มที่ต่อเนื่องมาจากหนังสือ **รักษาโรคด้วยสมุนไพรใกล้ตัว เล่มที่ ๑** ซึ่งกล่าวถึงพืชสมุนไพรไทยที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ทางการแพทย์แผนไทย ถือว่ามีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตให้ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ เนื้อหาประกอบด้วย ชื่อวงศ์ ชื่อวิทยาศาสตร์ ชื่อสามัญ-ทางการค้า ชื่อพื้นเมือง ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ นิเวศวิทยา การปลูก และขยายพันธุ์ ประโยชน์หรือสรรพคุณทางตำรายา ตลอดจนวิธีการนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์จริง อันเป็นองค์ความรู้ดั้งเดิมที่มีมาตั้งแต่โบราณกาลของบรรพบุรุษไทย

คณะผู้เขียนต้องขอขอบคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดทำหนังสือเล่มนี้ ให้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดีทุกท่าน ตลอดจนสำนักพิมพ์ดวงกมลพับลิชชิง (The Knowledge Center) ที่ให้โอกาสในการเผยแพร่ข้อมูลที่จะเป็นประโยชน์ต่อสังคม และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จะเกิดประโยชน์สูงสุดกับผู้ที่ต้องการศึกษาเกี่ยวกับสมุนไพรไทย ตลอดจนผู้ที่มีความสนใจในเรื่องของเภสัชกรรมแผนไทยทั้งหลายได้เป็นอย่างดี ความดีที่เกิดจากหนังสือเล่มนี้ขอมอบให้ บิดา มารดา และครูอาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ ความชำนาญทั้งหลายให้กับคณะผู้เขียน คณะผู้เขียนยินดีรับฟังข้อเสนอแนะและคำติชมเพื่อการพัฒนาที่ก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับท่านผู้อ่าน

โทร. ๐๘-๙๕๕๒-๘๖๓๗



โชติอนันต์ และคณะ

หลักเบื้องต้นในการใช้สมุนไพร		๑
ลักษณะวิสัยของพืช		๑๐
๑. กระเจี๊ยบมอญ	<i>Abelmoschus esculentus</i> (L.) Moench	๑๑
๒. กระแจะ	<i>Naringi crenulata</i> (Roxb.) Nicolson	๑๔
๓. กระดังงาไทย	<i>Cananga odorata</i> (Lam.) Hook.f. & Thomson var. odorata	๑๖
๔. กระดาดเขียว	<i>Alocasia macorrhivos</i> (L.) G.Dom <i>Alocasia macrorrhizos</i> (L.) G.Don. var. metallica Schott <i>Alocasia indica</i> (Lour.) Schott	๒๐
๕. กระโดน	<i>Careya sphaerica</i> Roxb. <i>Careya arborea</i> Roxb.	๒๓
๖. กระท่อมเลือด	<i>Stephania venosa</i> (Blume) Spreng.	๒๖
๗. กระทิง	<i>Calophyllum inophyllum</i> L.	๒๙
๘. กระทุงลาย	<i>Celastrus paniculata</i> Willd.	๓๒
๙. กระทุ่ม	<i>Anthocephalus chinensis</i> (Lam.) A.Rich ex Walp. <i>Neolamarckia cadamba</i> (Roxb.) Bosser	๓๕
๑๐. กระบก	<i>Irvingia malayana</i> Oliv. ex A. W.Benn.	๓๘

๑๑. กระพี้เขาควาย	Dalbergia cultrata Graham ex Benth.	๔๑
๑๒. กิ่งกล่อม	Polyathia suberosa (Roxb.) Thwaites	๔๔
๑๓. กวาวเครือขาว	Pueraria candollei Wall. ex Benth. var. mirifica (Airy shaw & Suvat.) Niyomdham Pueraria mirifica Airy Shaw & Suvat.	๔๗
๑๔. กะเจียน	Polyalthia cerasoides (Roxb.) Benth. ex Bedd.	๕๐
๑๕. กะตังใบ	Leea indica (Burm.f.) Merr. Leea expansa Craib Leea gigantea Griff. Leea javanica King	๕๓
๑๖. กันเกรา	Fagraea fragrans Roxb.	๕๖
๑๗. กาแฟ	Coffea canephora Pierre ex A.Froehner Coffea robusta L.	๖๐
๑๘. ก้ามปูหลุด	Tradescantia zebrina Loudon Zebrina pendula Schnizl.	๖๓
๑๙. กำแพงเจ็ดชั้น	Salacia chinensis L. Salacia latifolia Wall. Salacia prinoidea DC. Salacia socia Craib	๖๖

๒๐. กำลั้งช้างเผือก	Hiptage benghalensis (L.) Kurz subsp. benghalensis	๖๙
๒๑. กุหลาบมอญ	Rosa damascena Mill.	๗๒
๒๒. เกด	Manilkara hexandra (Roxb.) Dubard	๗๕
๒๓. เก๊กฮวย	Chrysanthemum morifolium Ramat.	๗๘
๒๔. เก็ดปลาช่อน	Phyllodium pulchellum (L.) Desv.	๘๑
๒๕. เกาลัด	Sterculia monosperma Vent. Sterculia nobilis (Salisb) Sm.	๘๔
๒๖. แก้วแล	Maclura cochinchinensis (Lour.) Corner	๘๗
๒๗. แก้วเจ้าจอม	Guaiacum officinale L.	๙๐
๒๘. โกโก้	Theobroma cacao L.	๙๓
๒๙. ขจร	Telosma minor Craib	๙๖
๓๐. ขอบชะนาง	Pouzolzia Pentandra (Roxb.) Benn.	๙๙
๓๑. ขึ้นทองพญาบาท	Suregada multiflorum (A.Juss.) Baill.	๑๐๒
๓๒. ขี้เหล็กอเมริกัน	Senna spectabilis (DC.) Irwin & Barneby Cassia spectabilis DC.	๑๐๕
๓๓. เขยต่าย	Glycosmis pentaphylla (Retz.) DC.	๑๐๗

๓๔. ไข่น้ำ	<i>Vitex glabrata</i> R.Br.	๑๑๐
๓๕. คงคาเดือด	<i>Arfeuillea arborescens</i> Pierre	๑๑๓
๓๖. คนทา	<i>Harrisonia perforata</i> (Blanco) Merr.	๑๑๕
๓๗. คนทีสอ	<i>Vitex trifolia</i> L.	๑๑๗
๓๘. คนทีเขมา	<i>Vitex negundo</i> L.	๑๒๑
๓๙. คอนสวรรค์	<i>Ipomoea quamoclit</i> L.	๑๒๔
๔๐. คัดเค้า	<i>Oxyceros horridus</i> Lour. <i>Randia siamensis</i> Craib	๑๒๖
๔๑. คำฝอย	<i>Carthamus tinctorius</i> L.	๑๒๙
๔๒. คำมอกหลวง	<i>Gardenia sootepensis</i> Hutch.	๑๓๒
๔๓. เครือออน	<i>Congea tomentosa</i> Roxb.	๑๓๔
๔๔. แควหางช้าง	<i>Markhamia stipulata</i> Seem. var. <i>kerrii</i> Sprague	๑๓๗
๔๕. โศกกระออม	<i>Cardiospermum halicacabum</i> L.	๑๔๐
๔๖. โศกลาน	<i>Anamirta cocculus</i> (L.) Wight & Arn.	๑๔๓
๔๗. ไคร้ย้อย	<i>Elaeocarpus grandiflorus</i> Sm.	๑๔๖
๔๘. งา	<i>Sesamum orientale</i> L. <i>Sesamum indicum</i> L.	๑๔๗
๔๙. จีว	<i>Bombax ceiba</i> L. <i>Bombax malabaricum</i> DC.	๑๕๑
๕๐. จอก	<i>Pistia stratiotes</i> L.	๑๕๔
๕๑. จัน	<i>Diospyros decandra</i> Lour.	๑๕๗
๕๒. จันทน์กะพ้อ	<i>Vatica diospyroides</i> Symington	๑๖๐

๕๓. จันทน์ชะมด	Mansonia gagei J.R.Drumm. ex Prain	๑๖๒
๕๔. จิกนม	Barringtonia macrostachya Kurz	๑๖๕
๕๕. จิกนา	Barringtonia acutangula (L.) Gaertn.	๑๖๗
๕๖. จิกสวน	Barringtonia racemosa (L.) Spreng.	๑๗๐
๕๗. เจตมูลเพลิงขาว	Plumbago zeylanica L.	๑๗๓
๕๘. ช้อยช้างรำ	Codariocalyx motorius (Houtt.) Ohashi	๑๗๖
๕๙. ชะมดต้น	Abelmoschus moschatus Medik. subsp. moschatus Hibiscus abelmoschus (Medik.) Salisb.	๑๗๙
๖๐. ชะมวง	Garcinia cowa Roxb. ex DC.	๑๘๑
๖๑. ชะเอม	Myriopteron extensum (Wight) K.Schum.	๑๘๓
๖๒. ชะเอมไทย	Albizia myriophylla Benth.	๑๘๕
๖๓. ช้าแป้น	Callicarpa arborea Roxb.	๑๘๘
๖๔. ช้าเลือด	Caesalpinia mimosoides Lam.	๑๙๐
๖๕. ชำมะนาด	Vallaris glabra (L.) Kuntze	๑๙๓
๖๖. ชิงช้าชาลี	Tinospora baenzigeri Forman	๑๙๕
๖๗. ช้องแมว	Gmelina philippensis Cham.	๑๙๘
๖๘. แดง	Xylia xylocarpa (Roxb.) Taub. var. kerrii	๒๐๑

	(Craib & Hutch.) I.C. Nielsen	
	<i>Xylia kerrii</i> Craib & Hutch.	
๖๙. โตไม่รู้ล้ม	<i>Elephantopus scaber</i> L.	๒๐๔
๗๐. ตองแตก	<i>Baliospermum solanifolium</i>	๒๐๗
	(Burm.) Suresh	
	<i>Baliospermum montanum</i>	
	(Willd.) Mull.Arg.	
๗๑. ตะโกนา	<i>Diospyros rhodocalyx</i> Kurz.	๒๑๐
๗๒. ตะโกสวน	<i>Diospyros malabarica</i>	๒๑๓
	(Desr.) Kostel. var. <i>malabarica</i>	
๗๓. ตะขบป่า	<i>Flacourtia indica</i> (Burm.f.) Merr.	๒๑๖
	<i>Flacourtia sepiaria</i> Roxb.	
	<i>Flacourtia thorelii</i> Gagnep.	
๗๔. ตะคร้อ	<i>Schleichera oleosa</i> (Lour.) Oken	๒๑๙
๗๕. ตะเคียนทอง	<i>Hopea odorata</i> Roxb.	๒๒๒
๗๖. ตะแบกนา	<i>Lagerstroemia floribunda</i> Jack	๒๒๔
๗๗. ตะลิงปลิง	<i>Averrhoa bilimbi</i> L.	๒๒๗
๗๘. ต้างหลวง	<i>Trevesia palmata</i>	๒๓๐
	(Roxb. ex Lindl.) Vis.	
๗๙. ตานหม่อน	<i>Vernonia elliptica</i> DC.	๒๓๒
๘๐. ตาลปัตรฤๅษี	<i>Limnocharis flava</i> (L.) Buchenau	๒๓๔
๘๑. ตำแยแมว	<i>Acalypha indica</i> L.	๒๓๖
๘๒. ดีฉวน	<i>Cratoxylum formosum</i>	๒๓๙
	(Jack) Dyer subp.	
	<i>pruniflorum</i> (Kurz) Gogel.	

๘๓. เถาเอ็นอ่อน	Cryptolepis buchanani Roem. & Schult.	๒๔๒
๘๔. ทำม้ง	Litsea elliptica Blume Litsea petiolata Hook.f.	๒๔๕
๘๕. เทียนกิ่ง	Lawsonia inermis L.	๒๔๘
๘๖. นมแมว	Melodorum siamense (Scheff.) Ban	๒๕๑
๘๗. นางแย้ม	Clerodendrum chinense (Osbeck) Mabb. Clerodendrum fragrans (Vent.) Willd. Clerodendrum philippinum Schauer.	๒๕๓
๘๘. นางแลว	Aspidistra sutepensis K.Larsen	๒๕๖
๘๙. น้ำเต้าต้น	Crescentia cujete L.	๒๕๘
๙๐. บอน	Colocasia esculenta (L.) Schott Colocasia antiquorum Schott	๒๖๑
๙๑. ประคำไก่	Drypetes roxburghii (Wall.) Hurusawa	๒๖๔
๙๒. ประยงค์	Aglaia odorata Lour.	๒๖๗
๙๓. ปฐู	Alangium salviifolium (L.f.) Wangerin subsp. hexapetalum Wangerin Alangium lamarckii Thwaites	๒๗๐
๙๔. ปอกระสา	Broussonetia papyrifera (L.) Vent.	๒๗๓

๙๕. เปล้าน้อย	Croton stellatopilosus Ohba	๒๓๖
	Croton sublyratus auct. non Kurz	
๙๖. ผักกระสัง	Peperomia pellucida (L.) Humb., Bonpl. & Kunth	๒๓๙
๙๗. ผักขวง	Glinus oppositifolius (L.) A.DC.	๒๔๒
๙๘. ผักเชียงดา	Gymnema inodorum (Lour.) Decne.	๒๔๔
๙๙. ผักไผ่	Polygonum odoratum Lour.	๒๔๖
๑๐๐. ผักหนาม	Lasia spinosa (L.) Thwaites	๒๔๙
๑๐๑. ผักหวานบ้าน	Sauropus androgynus (L.) Merr.	๒๕๒
๑๐๒. พิลั่งกาสา	Ardisia polycephala Wall. ex A.DC. Ardisia arborescens auct. non Wall. ex A.DC.	๒๕๕
๑๐๓. มะตาด	Dillenia indica L.	๒๕๘
๑๐๔. โมกหลวง	Holarrhena pubescens Wall.ex G.Don Holarrhena antidysenterica (L.) Wall. ex A.DC.	๓๐๑
๑๐๕. ยมหอม	Toona ciliata M. Roem. Cedrela ciliata M. Roem.	๓๐๔
๑๐๖. รสสุคนธ์	Tetracera loureiri (Finet & Gagnep) Pierre ex Craib	๓๐๖

๑๐๗. ลูกใต้ใบ	Phyllanthus amarus Schumach. & Thonn.	๓๐๘
	Phyllanthus nanus Hook.f.	
๑๐๘. ส้มโง	Sterculia foetida L.	๓๑๑
๑๐๙. หนามแดง	Carissa carandas L.	๓๑๔
๑๑๐. หัสคุณ	Micromelum minutum (G.Forst.) Wight & Arn.	๓๑๖
	Micromelum pubescens Blume.	
๑๑๑. อ้อยช้าง	Lanea coromandelica (Houtt.) Merr.	๓๒๐
ดัชนีชื่อไทย		๓๔๖
ดัชนีชื่อวงศ์-ชื่อวิทยาศาสตร์		๓๖๓
บรรณานุกรม		๓๗๕

หลักเบื้องต้นในการใช้สมุนไพร



ในการนำสมุนไพรมาใช้ประโยชน์จะต้องคำนึงถึงหลักเกณฑ์ที่สำคัญหลายประการ ทั้งนี้เพื่อให้เกิดประโยชน์ที่ต้องการ และปราศจากพิษภัยที่อาจเกิดขึ้นได้

การศึกษาข้อมูล

ในประเทศไทยมีสมุนไพรที่ใช้สืบเนื่องกันมาเป็นจำนวนมาก การที่จะแนะนำให้ใช้สมุนไพรใดในชีวิตประจำวัน จำเป็นต้องผ่านการกลั่นกรองจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เมื่อพ.ศ. ๒๕๒๕ กระทรวงสาธารณสุขร่วมกับมหาวิทยาลัยมหิดล จัดการสัมมนาเรื่องสมุนไพรกับการสาธารณสุขมูลฐานขึ้น ประกอบด้วยแพทย์และเภสัชกรทั้งแผนปัจจุบันและแผนไทย ซึ่งร่วมกันทบทวนถึงคุณค่าและประโยชน์ของสมุนไพร

ดังนั้นถ้าจะเลือกใช้สมุนไพรในการรักษาโรคด้วยตนเอง ควรใช้สมุนไพรที่โครงการสาธารณสุขมูลฐานแนะนำไว้ หรือหากจะใช้ชนิดอื่นๆ ควรติดต่อสอบถามจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง หรือค้นคว้าจากเอกสารที่เชื่อถือได้ ควรเป็นสมุนไพรที่เคยมีรายงานว่าจะใช้ได้ผลโดยมีผลงานวิจัยสนับสนุนทั้งในด้านสรรพคุณและพิษวิทยา เพื่อประโยชน์และความปลอดภัยอย่างแท้จริง

การใช้ให้ถูกวิธี

การใช้สมุนไพรเพื่อรักษาตนเองนั้น ผู้ป่วยต้องมีความระมัดระวังเป็นอย่างมาก และมีข้อจำกัดให้กระทำเฉพาะโรคสามัญที่สามารถสังเกตอาการได้ด้วยตนเองเท่านั้น ได้แก่ อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด อาการ

ท้องผูก อาการท้องเดิน (ที่ไม่รุนแรงนัก) โรคพยาธิบางชนิด บิด อาการคลื่นไส้ อาเจียน อาการไอ ชัดเบา ปัสสาวะไม่สะดวก นอนไม่หลับ โรคผิวหนัง กลาก เกื้อื้อน ฝี พุพอง แผลงสัตว์กัดต่อย ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก รวมทั้งเหา และชันนะตุ ผู้ที่ใช้สมุนไพรควรจะเข้าใจถึงสาเหตุและอาการของโรคเหล่านี้ให้แน่ชัดเสียก่อน เพื่อป้องกันการใช้สมุนไพรผิดโรค ซึ่งอาการอาจกำเริบมากจนถึงขั้นเป็นอันตรายได้ นอกจากนี้ต้องรู้ถึงอาการที่ไม่ควรใช้สมุนไพรรักษาตนเองและต้องรีบไปโรงพยาบาลทันที

อาการที่ไม่ควรใช้สมุนไพรรักษา และควรรีบไปโรงพยาบาล พิจารณาได้ดังนี้

๑. ใช้สมุนไพรรักษามานานกว่า ๓-๔ วัน อาการยังไม่ดีขึ้นหรือทรุดลงกว่าเดิม

๒. เกิดอาการแพ้หลังรับประทานยาสมุนไพร เช่น คลื่นไส้ อาเจียน หรือมีตุ่มหรือผื่นเป็นปื้น คล้ายลมพิษขึ้นที่ผิวหนัง ริมฝีปาก ใจสั่น เป็นต้น

๓. มีไข้สูง ตาแดง ปวดเมื่อยตามตัว ชี้นและเพื่อ

๔. มีไข้สูง ตาเหลือง ตัวเหลือง อ่อนเพลีย และอาเจียน

๕. ปวดท้องอย่างแรงบริเวณสะดือหรือท้องด้านขวาล่าง อาจมีอาการท้องผูก และใช้ร่วมด้วยซึ่งเป็นอาการของไส้ติ่งอักเสบ อันอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

๖. ปวดท้องอย่างรุนแรงร่วมกับมีไข้ อาเจียนหรือท้องเสีย จนคนไข้อ่อนเพลีย ตาลึก ผิวหนังแห้ง หรือถ่ายอุจจาระเป็นมูกเลือด

๗. อาเจียนเป็นเลือด

๘. เป็นโรคบางอย่างที่รู้แน่ว่ามีอันตรายถึงชีวิต เช่น ภูเขา หรือสุนัขบ้ากัด มะเร็ง รวมทั้งโรคบางชนิดที่ต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์ประจำ และต้องมีผลการตรวจจากห้องปฏิบัติการประกอบการรักษา เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ เป็นต้น

การใช้ให้ถูกชนิด

เมื่อตัดสินใจว่าจะใช้สมุนไพรชนิดใด ต้องแน่ใจว่ารู้จักต้นที่ถูกต้อง เพราะชื่อสมุนไพรไทยมีการซ้ำซ้อนกันบ้าง หรือชื่อในแต่ละท้องถิ่นแตกต่างกันบ้าง ทำให้เกิดความสับสนอยู่เสมอ เช่น **เสลดพังพอน**ที่สามารถแก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อยได้นั้น มีปรากฏอยู่ ๒ ต้น ต้นแรกเป็นไม้พุ่มแกมเลื้อย ลำต้นและใบสีเขียวเข้ม ออกดอกยาก เรียกชื่ออื่นๆว่า **พญาอบ้าง พญาปล้องทองบ้าง** กับอีกต้นหนึ่งเป็นไม้พุ่มลำต้นมีหนามคม เส้นกลางใบมีสีแดง ช่อดอกออกง่ายเป็นสีเหลือง เรียกชื่ออื่นๆว่า **ขจรระอา**

ดังนั้นเพื่อป้องกันการสับสนจึงเรียกขจรระอาว่า เสลดพังพอนตัวผู้ และพญาอบ้างเสลดพังพอนตัวเมีย เป็นต้น ถ้ามีปัญหาในเรื่องนี้ควรค้นคว้าให้แน่ใจจากตำราสมุนไพรที่เชื่อถือได้ ซึ่งมักจะมีคำอธิบายลักษณะต้นและมีรูปสีหรือขาวดำประกอบ นอกจากนี้สวนสมุนไพร ซึ่งมีนักพฤกษศาสตร์ดูแลอยู่จะเป็นแหล่งค้นคว้าพันธุ์สมุนไพรที่ดีที่สุด

การใช้ให้ถูกวิธี

จากการวิจัยพบว่าส่วนต่างๆ ของพืช ได้แก่ ราก เหง้า ลำต้น เปลือก แก่น ใบ ดอก ผลและเมล็ดนั้น อาจจะมีสารสำคัญชนิดเดียวกันหรือต่างชนิดกันก็ได้ ซึ่งตรงกับตำราสมุนไพรไทยที่ต้องระบุส่วนที่ใช้ปรุงยาไว้เป็นชนิดๆ ไป เช่น ใช้ทั้งต้นหรือเรียกว่าใช้ทั้งห้า ได้แก่ ราก ต้น ใบ ดอก และผล สมุนไพรเหล่านี้มักจะเป็นพืชขนาดเล็ก หรืออาจจะบดใช้ทั้งต้นบนดินก็ได้ เช่น เหงือกปลาหมอทั้งห้า เป็นต้น ที่ใช้แยกเฉพาะส่วนก็มี เช่น เปลือกแคบ้าน แก่นขี้เหล็ก รากระย่อม เหง้าชิง ใบชุมเห็ดเทศ ดอกกานพลู ผลกล้วยดิบ สมุนไพรส่วนใหญ่จะเป็นสมุนไพรแห้ง แต่มีหลายชนิดที่ใช้ได้ทั้งสดและแห้ง เช่น ใบฟ้าทะลายโจร และบางครั้งการใช้สมุนไพรสดจะได้ผลดีกว่า เช่น เมื่ออกสด

จากใบว่านทางจรเข้ ใบเสลดพังพอน เป็นต้น ดังนั้นจะต้องเลือกใช้ให้ถูกส่วน มิฉะนั้นจะไม่ได้ผลทางการรักษาที่ต้องการ

สมุนไพรอาจมีสารสำคัญไม่เท่ากันในแต่ละฤดูกาล ช่วงเวลาที่เก็บสมุนไพรจึงมีความสำคัญมาก ซึ่งในตำราการแพทย์แผนไทยได้ระบุไว้ชัดเจนในเรื่องนี้ ซึ่งคงจะเป็นแนวคิดให้ยึดถือกันไปก่อนได้ดังนี้

๑. ประเภทรากหรือหัว เก็บในช่วงที่พืชหยุดเจริญเติบโต ใบ ดอก ร่วงหมดหรือในช่วงต้นฤดูหนาวถึงปลายฤดูร้อน เพราะเหตุว่าในช่วงนี้รากหัวมีการสะสมปริมาณของตัวยาไว้ค่อนข้างสูง วิธีการเก็บใช้วิธีขุดอย่างระมัดระวัง เช่น กระชาย กระเทียม ข่า เป็นต้น

๒. ประเภทใบหรือเก็บทั้งต้น ควรเก็บในช่วงที่พืชเจริญเติบโตเต็มที่หรือในช่วงที่ดอกตูมเริ่มบาน หรืออาจเก็บในช่วงที่ดอกบานหรือผลยังไม่สุกก็นได้ โดยใช้วิธีเด็ดด้วยมือ

๓. ประเภทเปลือกต้นและเปลือกราก โดยส่วนมากจะเก็บระหว่างช่วงฤดูฝนเหมาะสมที่สุด

๔. ประเภทดอก โดยทั่วไปเก็บในช่วงดอกเริ่มบาน แต่บางอย่างเก็บในช่วงดอกตูม เช่น กานพลู เป็นต้น

๕. ประเภทผลและเมล็ด พืชสมุนไพรบางอย่างเก็บในช่วงผลยังไม่สุก เช่น ผลฝรั่งอ่อนใช้แก้ท้องร่วง แต่โดยทั่วไปมักเก็บตอนผลแก่เต็มที่แล้ว เช่น มะแว้งต้น มะแว้งเครือ ดีปลี เมล็ดฟักทอง เมล็ดชุมเห็ดไทย เป็นต้น

นอกจากนี้ยังพบว่า **สมุนไพรที่มีกลิ่นหอม** ควรจะเก็บในเวลาเช้ามีดเพื่อให้สารที่เป็นยาซึ่งอยู่ในน้ำมันหอมระเหยไม่ระเหยหายไปกับแสงแดด เช่น ใบกะเพรา เป็นต้น และถ้ามีสมุนไพรสดจำนวนมากสามารถเก็บไว้ใช้นานๆ ได้โดยหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ผึ่งแดดให้แห้งสนิท (อุณหภูมิที่เหมาะสมคือ ๕๐-๖๐ องศาเซลเซียส) เก็บในภาชนะที่มิดชิดเพื่อป้องกันฝุ่นละอองและ

ความชื้น หากพบว่า มีเชื้อรา แผลง หรือสมุนไพรนั้นเปลี่ยนสภาพสี และกลิ่น
ไม่ควรนำมาใช้อีกต่อไป

การใช้ให้ถูกขนาด

วิธีชั่ง ตวง วัด ของตำราสมุนไพรไทยยังคงใช้ตามแบบเดิม ซึ่งมีผู้
ไม่เข้าใจอีกมาก แต่ปัจจุบันนี้นักวิทยาศาสตร์พยายามทำให้ง่ายขึ้นโดยนำขนาด
ที่ระบุในตำราแพทย์แผนไทยมาชั่ง ตวง วัด ด้วยระบบเมตริกและบันทึก
เป็นกรัม หรือ ซีซี เพื่อให้เข้าใจง่ายขึ้น ดังนี้

กอบมือ หมายถึง ปริมาณสมุนไพรที่ได้จากการใช้มือทั้งสองข้าง
กอบเข้าหากันให้ปลายนิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยแตะกัน

กำมือ หมายถึง ปริมาณสมุนไพรที่ได้จากการใช้มือข้างเดียวกำให้
ปลายนิ้วจรดอุ้งมือโฮ่งๆ

วิธีตวงสมุนไพรแห้งเป็นกำมือและกอบมือนี้ระบุไว้ชัดเจนว่าเป็น
มือของผู้ป่วย ซึ่งหมายความว่าผู้ป่วยเด็กที่มีกำมือเล็กจะมีขนาดรับประทาน
น้อยกว่าผู้ใหญ่

ถ้าจะใช้เครื่องชั่งแบบโบราณจะมีอัตราเทียบดังนี้

๑	ชั่ง	หนักเท่ากับ	๒๐	ตำลึง
๑	ตำลึง	หนักเท่ากับ	๔	บาท
๑	บาท	หนักเท่ากับ	๔	สลึง
๑	สลึง	หนักเท่ากับ	๒	เฟื้อง
๑	เฟื้อง	หนักเท่ากับ	๔	ไพ

พระราชบัญญัติ ชั่ง ตวง วัด บังคับให้ใช้มาตราเมตริก โดยเทียบน้ำหนักเครื่องยาแห้งไว้ว่า สมุนไพรรหนัก ๑ บาท จะเท่ากับ ๕ กรัม ส่วนยาน้ำอันได้แก่ ยาต้ม ยาขง จะมีขนาดดังนี้

๑	ช้อนกาแฟ	จุประมาณ	๔	ชืชี
๑	ช้อนหวาน	จุประมาณ	๘	ชืชี
๑	ช้อนคว	จุประมาณ	๑๕	ชืชี
๑	ถ้วยชา	จุประมาณ	๓๐	ชืชี

ขนาดของช้อนกาแฟนั้นอาจใช้ช้อนชงกาแฟแทนได้ ส่วนช้อนทานข้าวที่มีใช้กันตามบ้านนั้นมีความจุประมาณ ๘ ชืชี คือขนาดของช้อนควหวานในตำราแพทย์แผนไทย ส่วน ๑ ถ้วยปกติจะมีขนาดความจุประมาณ ๒๕๐ ชืชี และขนาดสำหรับยาน้ำที่ระบุไว้ในตำราแพทย์แผนไทยดั้งเดิมนั้นมักเป็นถ้วยหรือถ้วยชาและช้อนคว ซึ่งพบว่าภาชนะที่กล่าวนี้มีหลายขนาด เมื่อพยายามจะทำให้มีมาตรฐานจึงค่อนข้างจะมีปัญหา แพทย์แผนไทยในปัจจุบันจึงกำหนดเทียบคร่าวๆ ดังที่ระบุไว้ข้างต้น แต่สำหรับช้อนกาแฟนั้น ให้ใช้ เช่นเดียวกับช้อนชาของตำรายาแผนตะวันตก ซึ่งมีขนาดความจุเท่ากับ ๕ ชืชี และแนะนำให้ใช้ช้อนพลาสติกที่ติดมาพร้อมกับยาน้ำแผนตะวันตก จะเป็นขนาดที่ได้มาตรฐานกว่าช้อนคนกาแฟ

การใช้ให้ถูกต้อง

ประการนี้สำคัญมาก ขนาดยาที่ระบุไว้จะเป็นของผู้ใหญ่ ถ้าจะให้เด็กรับประทานจะต้องลดขนาดลง โดยทั่วไปเด็กอายุ ๖-๑๒ ขวบ ใช้ขนาดครึ่งหนึ่งของขนาดผู้ใหญ่ สำหรับคนชราหรือคนที่มีสุขภาพไม่แข็งแรง ควรลดขนาด

ลงเช่นกัน หลักสำคัญอีกประการหนึ่งของการใช้สมุนไพรคือ ความสะอาด ถ้าสามารถปลูกได้เอง หรือเก็บสมุนไพรสดเองจากแหล่งต่างๆ ควรล้างน้ำให้ สะอาดก่อนนำมาใช้ปรุงยา หรือก่อนทำเป็นสมุนไพรแห้งเก็บไว้ใช้นานๆ

ความหมายของคำที่ควรทราบในการศึกษาหรือเรียนรู้เกี่ยวกับสมุนไพร

ใบเพสลาด	หมายถึง	ใบที่มีความสมบูรณ์เต็มที่นั่นคือ ไม่แก่หรืออ่อนจนเกินไป
ทั้งห้า	หมายถึง	ทั้ง ๕ ส่วนของพืช ประกอบด้วย ใบ ต้น ราก ดอก และผล
สุรากลับ	หมายถึง	สุรากลับด้วยภูมิปัญญาชาวบ้าน หรือที่เรียกว่า เหล้าโรง
น้ำปูนใส	หมายถึง	การนำปูนที่ใช้ในการกินกับหมากมาละลายในน้ำสะอาด ปล่อยให้ทิ้งไว้ให้ตกตะกอนแล้วรินเอาเฉพาะน้ำใสมาใช้
ต้มดื่ม	หมายถึง	การนำสมุนไพรใส่น้ำในปริมาณ ๓ ส่วน แล้วต้มหรือเคี่ยวให้เหลือปริมาณน้ำเพียง ๑ ส่วน แล้วกรองเอาน้ำดื่ม
ชงดื่ม	หมายถึง	การใช้น้ำร้อนหรือน้ำที่ต้มเดือดเทลงในสมุนไพรทิ้งไว้สักครู่ แล้วกรองเอาน้ำดื่ม

รสต่างๆ ของสมุนไพร

การแพทย์แผนไทย ได้แบ่งตัวยาของสมุนไพร ด้วยการใช้รสต่างๆ เป็นตัวจำแนก สามารถแยกตัวยาดัวยรสได้ ๑๐ รส ดังนี้

- | | | |
|---------------|---------|--|
| ๑. รสฝาด | สรรพคุณ | มีฤทธิ์ทางสมาน เช่น สมานบาดแผล ทั้งภายในและภายนอก แผลสด แผล เปื่อย แกँโรคบิด มูกเลือด ท้องร่วง แกँอุจจาระ ธาตุพิการ คุมธาตุ แกँฟกบวม |
| ๒. รสหวาน | สรรพคุณ | มีฤทธิ์ซึมซาบไปตามเนื้อ เช่น ทำให้ ผิวหนังชุ่มชื้น บำรุงกล้ามเนื้อ บำรุง หัวใจ เจริญอาหาร แกँอ่อนเพลีย บำรุง กำลัง แกँไอ แกँเสมหะแห้ง แกँหอบ |
| ๓. รสเมาเบื่อ | สรรพคุณ | แกँพิษ เช่น พิษดี พิษเสมหะ พิษ โลหิต พิษไข้ พิษสัตว์กัดต่อย แกँพยาธิ ฝ่นคัน |
| ๔. รสขม | สรรพคุณ | แกँโรคทางโลหิตและดี แกँไข้เพื่อดี พิการ แกँโลหิตพิการ เจริญรสอาหาร แกँไข้ต่างๆ เช่น ไข้จับสั่น ไข้ตัวร้อน |
| ๕. รสเผ็ดร้อน | สรรพคุณ | แกँโรคลมจุกเสียด แน่นเฟ้อ ขับลมให้ ผายหรือเรอ ขับเหงื่อ ช่วยย่อยอาหาร |
| ๖. รสมัน | สรรพคุณ | มีฤทธิ์ซึมซาบไปตามเส้นเอ็น แกँเส้น เอ็นพิการ บำรุงเส้นเอ็น แกँปวดเมื่อย บำรุงไขข้อ บำรุงเยื่อกระดูก เป็นยา อายุวัฒนะให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย |
| ๗. รสหอมเย็น | สรรพคุณ | บำรุงหัวใจ ทำให้ชื่นใจ ดับ ปอด บำรุงครรภ์ แกँอ่อนเพลีย ชูกำลัง แกँ กระจายน้ำ ดับพิษร้อน |

๘. รสเค็ม สรรพคุณ มีฤทธิ์ซึมซาบไปตามผิวหนัง แก้โรคผิวหนัง โรคพรัตติก ถ่ายชำระน้ำเหลืองชำระเมือกในลำไส้ ฟอกโลหิต แก้เสมหะเหนียว รักษาเนื้อไม่ให้เน่า
๙. รสเปรี้ยว สรรพคุณ แก้เสมหะพิการ แก้เสมหะเหนียว แก้ไอ แก้ท้องผูก ระบายอุจจาระ ฟอกโลหิต แก้กระหายน้ำ
๑๐. รสจืด สรรพคุณ แก้เสมหะ ขับปัสสาวะ ดับพิษไข้ ดับพิษปวดร้อน



ลักษณะวิสัยของพืช

- AqH = Aquatic Herb ; หมายถึง ไม้ล้มลุกที่อาศัยอยู่ในน้ำ
- B = Bamboo ; หมายถึง ไม้ไผ่
- C = Climber ; หมายถึง ไม้เถา คือ พืชที่ต้องอาศัยสิ่งอื่นเป็นหลักในการเลื้อยพันเสมอ เพราะไม่สามารถทรงตัวอยู่ได้โดยลำพัง
- CrH = Creeping Herb ; หมายถึง ไม้ล้มลุกที่ลำต้นทอดคลานไปตามดิน หิน หรือลำต้นไม้
- EF = Epiphytic Fern ; หมายถึง ผักกูดที่เกาะอาศัยอยู่บนต้นไม้
- Ex = Exotic ; หมายถึง พันธุ์ไม้ที่มาจากต่างประเทศ
- F = Fern ; หมายถึง ผักกูดหรือเฟิน (เฟิร์น)
- G = Grass ; หมายถึง หญ้า รวมทั้งกกต่างๆ
- H = Herb ; หมายถึง ไม้ล้มลุก คือ พืชที่ไม่มีเนื้อไม้ ลำต้นไม่แข็งแรง ส่วนใหญ่มีอายุสั้น
- HC = Herbaceous Climber ; หมายถึง ไม้เถาล้มลุก
- P = Palm ; หมายถึง หมากหรือปาล์ม
- PaHC = Parasitic Herbaceous Climber ; หมายถึง กาฝากเถาล้มลุก
- S = Shrub ; หมายถึง ไม้พุ่ม คือ พืชที่มีเนื้อไม้ และแตกกิ่งก้านสาขาในระดับใกล้กับผิวดิน ทำให้ดูเป็นกอหรือพุ่ม
- S/ST = Shrub/Shrubby Tree ; หมายถึง ไม้พุ่มกิ่งไม้ต้นขนาดเล็ก
- ST = Shrubby Tree ; หมายถึง ไม้ต้นขนาดเล็ก
- ScanS = Scandent Shrub ; ไม้พุ่มที่เลื้อยทอดลำต้นเกาะเกี่ยวขึ้นไป
- T = Tree ; หมายถึง ไม้ต้น คือ พืชที่มีเนื้อไม้มาก มีลำต้นสูงชะลูดจากพื้นดินขึ้นมาระยะหนึ่งแล้วจึงแตกกิ่งก้านสาขา
- TerO = Terrestrial Orchid ; หมายถึง กล้วยไม้ที่อาศัยอยู่ตามพื้นดิน
- US = Undershrub ; หมายถึง ไม้พุ่มขนาดเล็ก

๑. กระเจี๊ยบมอญ



ชื่อวงศ์

MALVACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์

Abelmoschus esculentus (L.) Moench

ชื่อพ้อง

Hibiscus esculentus L.

Hibiscus longifolius Willd.

ชื่อสามัญ-ทางการค้า

Lady's finger, Okar.

ชื่อพื้นเมืองอื่น

มะเขือพม่า, มะเขือมัน, มะเขือละโว้ (ภาคเหนือ);
กระเจี๊ยบ, กระเจี๊ยบมอญ, มะเขือทะวาย, มะเขือ-
มอญ (ภาคกลาง)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้พุ่ม (ExS) ประเภทล้มลุก สูงประมาณ ๑-๒ เมตร ลักษณะลำต้นและกิ่ง มีขนแข็งสีขาว เปลือกต้นบางและเหนียว สีเขียว

ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงเวียนสลับ ลักษณะใบรูปไข่หรือค่อนข้างกลม ปลายใบหยัก โคนเว้ารูปหัวใจ ใบที่อยู่กลางลำต้นขึ้นไปมีขอบใบหยัก

เว้า ๓-๖ หยัก ส่วนใบใกล้โคนต้นขอบใบ
ไม่หยัก มีเส้นโคนใบ ๓-๖ เส้น หูใบเป็น
เส้นเรียวยาว แผ่นใบมีสีเขียวและทั้งสองด้านมี
ขนปกคลุม

ดอก ออกดอกเป็นดอกเดี่ยว ตาม
ซอกหรือง่ามใบ มีริ้วประดับเป็นเส้นสีเขียว
๘-๑๐ เส้น กลีบดอกมี ๕ กลีบ สีเหลือง
โคนกลีบด้านในสีม่วงแดง กลีบเลี้ยงเชื่อม
ติดกัน ปลายแยก ๕ แฉก เกสรเพศผู้จำนวนมาก
ก้านชูอับเรณูติดกันเป็นหลอดหุ้มเกสรเพศเมียไว้



ผล เป็นผลแห้งแตกได้ ลักษณะเป็นฝักรูปทรงกระบอกยาวปลายเรียว
แหลมสีเขียวคล้ำกับนิ้วมือของสตรี ฝักมีสันเป็นเหลี่ยมตามยาว ๕ เหลี่ยม
และมีขนอ่อนๆ ปกคลุมทั่วฝัก

เมล็ด มีเมล็ดกลมสีเขียว ผิวเรียบ เรียงกันอยู่ภายในฝัก ๕ แถว

นิเวศวิทยา

มีถิ่นกำเนิดแถบแอฟริกาตะวันตก ประเทศซูดาน ปลูกได้ในประเทศ
เขตร้อนทั่วไป สำหรับประเทศไทย ปลูกมากในจังหวัดแถบภาคกลางและภาค
ตะวันตก นิยมปลูกตามบ้านเรือนและสวนครัว เพื่อประโยชน์ทางอาหาร และ
สมุนไพร

การปลูก และขยายพันธุ์

ขยายพันธุ์ด้วยการเพาะเมล็ด หรือการแยกลำต้นที่เกิดขึ้นใหม่ เจริญ
เติบโตได้ดีในดินร่วนซุย ความชื้นปานกลาง และแสงแดดตลอดวัน นิยมปลูก
ลงแปลงแบบยกร่องเพื่อผลผลิตในปริมาณที่มาก

ประโยชน์ทางยา

สรรพคุณ ในตำรายา

ใบ รสเฝื่อน แก้ไอ

ดอก รสหวานเย็น ใช้แก้หวัด แก้ไอ รักษาโรคกระเพาะ โดยลดการอักเสบและรักษาแผล

ผลอ่อน รสหวานเย็น ช่วยเคลือบกระเพาะอาหารและลำไส้ กัดเสมหะ แก้ไอ บำรุงสมอง รักษาความดันโลหิตให้ปกติ เป็นยาระบาย และแก้โรคพยาธิตัวจิ๋ว

ผลแห้ง รสจืดเย็น แก้โรคกระเพาะอาหาร

เมล็ด รสมัน บำรุงธาตุ บำรุงกำลัง ขับปัสสาวะ

วิธี และปริมาณที่ใช้

๑. ช่วยให้เจริญอาหาร บำรุงธาตุ ลดอุณหภูมิในร่างกาย แก้กระหายน้ำ โดยใช้ดอกสดหุบแบ่งทอดรับประทานเป็นอาหารว่าง หรือใช้ดอกแห้งชงเป็นชาดื่มก็ได้

๒. ช่วยเคลือบและรักษาโรคกระเพาะอาหาร โดยใช้ผลแห้งบดละเอียดเป็นผงรับประทานครั้งละ ๑ ช้อนโต๊ะ แล้วดื่มน้ำตามวันละ ๓-๔ ครั้ง อาการของโรคจะทุเลาลงและหาย

๓. แก้โรคพยาธิตัวจิ๋ว และเป็นยาระบาย โดยรับประทานผลกระเจี๊ยบอ่อนสดหรือลวก วันละ ๓-๕ ผล ติดต่อกันเป็นเวลาอย่างน้อย ๒ สัปดาห์ นอกจากนี้ผลอ่อนยังใช้เป็นยาหล่อลื่นใช้ในการรักษาโรคหนองในได้อีกด้วย



๒. กระแจะ



ชื่อวงศ์

RUTACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์

Naringi crenulata (Roxb.) Nicolson

ชื่อพ้อง

Hesperethusa crenulata (Roxb.) Roem.

Limonia crenulata Roxb.

ชื่อพื้นเมืองอื่น

กระแจะ, ขะแจะ (ภาคเหนือ); พญายา (ภาคกลาง);
ตุ้มตัง (ภาคกลาง, ราชบุรี); คะนาว (มอญ);
พินียา (เขมร)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ต้นขนาดเล็ก (ST) หรือไม้ต้น ลักษณะผลัดใบ สูงประมาณ ๒-๑๐ เมตร เปลือกลำต้นสีน้ำตาลอ่อนออกเขียว แตกเป็นร่องตามยาวหรือเป็นสะเก็ดขนาดเล็ก ตามลำต้นและกิ่งก้านมีหนามแหลมยาว

ใบ เป็นใบประกอบแบบขนนกปลายคี่ ออกเรียงสลับ ออกเดี่ยวหรือเป็นกลุ่ม กลุ่มละ ๒-๓ ใบ ตามกิ่งมีปุ่มปมของกลุ่มใบประกอบปรากฏ

ชัดเจน มีใบย่อย ๑-๓ คู่ หรือประมาณ ๒ ใบ เรียงตรงข้ามลักษณะใบย่อย
รูปรี รูปไข่ หรือรูปรีแกมรูปไข่กลับ ปลายใบแหลมมนหรือเว้าเล็กน้อย
โคนใบสอบ ขอบใบจักมนห่างๆ แผ่นใบเรียบสีเขียว ผิวใบมีต่อมน้ำมันโปร่ง
แสงกระจายทั่วใบ แกนกลางใบและก้านใบแผ่เป็นปีกทั้งสองด้าน

ดอก ออกเป็นช่อแบบช่อกระจุก ตามซอกใบหรือตามกิ่งด้านข้างหรือ
ออกมาจากกลุ่มใบประกอบ ดอกเล็ก มีสีขาวอมเหลือง กลิ่นหอมเย็น
กลีบเลี้ยงมี ๔ กลีบ กลีบดอก ๔ กลีบ โคนกลีบดอกติดกันเมื่อบานเต็มที่
กลีบจะงอจุ่มลงไปด้านล่าง เกสรเพศผู้มี ๘ อัน เกสรตัวเมีย ๑ อัน

ผล เป็นผลมีเนื้อหนึ่งถึงหลายเมล็ด ลักษณะรูปทรงกลม ผิวเรียบ
มีต่อมน้ำมันทั่วไป ผลอ่อนสีเขียว พอแก่และสุกเป็นสีดำ รสเปรี้ยว

เมล็ด ขนาดเล็ก สีนํ้าตาลมี ๑-๔ เมล็ด

นิเวศวิทยา

มีเขตการกระจายพันธุ์ในประเทศไทยทางภาคเหนือและภาคตะวันตก
เฉียงใต้ พบขึ้นตามป่าเบญจพรรณที่แห้งแล้งทั่วไป ต่างประเทศพบที่มณฑล
ยูนนานของจีน ปากีสถาน อินเดีย ศรีลังกา บังคลาเทศ พม่า และภูมิภาค
อินโดจีน นิยมปลูกตามบ้านเรือน หรือสวนครัวเพื่อประโยชน์ทางด้านสมุนไพร

การปลูก และขยายพันธุ์

ขยายพันธุ์ด้วยการเพาะเมล็ด รากปักชำ หรือแยกต้นที่เกิดใหม่ เจริญ
เติบโตได้ดีในดินร่วนซุย ต้องการความชื้นปานกลาง แสงแดดตลอดวัน

ประโยชน์ทางยา

สรรพคุณ ในตำรายา

ใบ เป็นยาแก้ลมบ้าหมู

เปลือกต้น รสหอมสุขุม แก้ไข้ ขับผายลม

แก่น ดอกกับสุรา ต้มแก้กระษัย
โลหิตพิการ ดับพิษร้อน แก้ไข้ หรือบดเป็น
ผงทาผิว และอาจผสมขมิ้น เรียกว่า แป้ง
ทานาคา

ราก เป็นยาถ่าย ขับเหงื่อ รักษา
โรคลำไส้ หรือฝนทาผิวหน้าทำให้น่านวล
เหลือง

ผลแห้ง เป็นยาบำรุง แก้ไข้ แก้พิษ
แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ และอาหารไม่ย่อย



วิธี และปริมาณที่ใช้

๑. แก้กระษัย ดับพิษร้อน โลหิตพิการ โดยใช้แก่นที่ได้จากต้นที่โตเต็มที่
สับเป็นชิ้นเล็กพอประมาณ ๑ กำมือ ดอกในสุรากลั่น ๕๐๐ ซีซี ประมาณ
๗-๑๕ วัน กรองเอาน้ำดื่มหรือจิบวันละ ๑-๒ ครั้งก่อนอาหาร

๒. บำรุงผิวพรรณ โดยใช้เปลือกต้นสดตากแดดให้แห้ง นำมาฝนกับ
หินแม่น้ำหรือบดให้ละเอียดเป็นผงผสมน้ำเล็กน้อยใช้ทาหน้าวันละ ๒ เวลา
เช้า-เย็น จะทำให้ผิวหน้าเต่งตึงและนวลเหลือง



๓. กระดังงาไทย



ชื่อวงศ์

ANNONACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์

Cananga odorata (Lam.) Hook.f. & Thomson
var. *odorata*

ชื่อพ้อง

Canangium odoratum Bail. ex King.
Unona odorata Dunal
Uvaria odorata Lam.

ชื่อสามัญ-ทางการค้า

Cananga, Ilang-ilang, Perfume tree, Ylang-ylang tree.

ชื่อพื้นเมืองอื่น

สะบันงา, สะบันงาดัน (ภาคเหนือ); กระดังงาไทย, กระดังงาใบใหญ่, กระดังงาใหญ่ (ภาคกลาง); กระดังงา (ตรัง, ยะลา)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ต้น (ExT) ขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ สูงประมาณ ๑๐-๒๕ เมตร

ไม่ผลัดใบ เรือนยอดรูปกรวยค่อนข้างโปร่ง เปลือกลำต้นสีเทา มีรอยแผลขนาดใหญ่กระจายทั่วไป กิ่งก้านมักตั้งฉากกับลำต้น ปลายย่อยลู่ลง กิ่งอ่อนมีขน กิ่งแก่ค่อนข้างเรียบ

ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับ ลักษณะใบรูปไข่แกมรูปขอบขนาน หรือรูปรี ปลายใบแหลม โคนใบมนหรือเว้าและเบี้ยวเล็กน้อย ขอบใบเรียบ หรือเป็นคลื่นเล็กน้อย ใบอ่อนมีขนทั้ง ๒ ด้าน ใบแก่มักมีขนมากตามเส้นแขนงใบและเส้นกลางใบ แผ่นใบหนาและมีสีเขียว

ดอก ออกดอกเป็นช่อแบบช่อกระจุก ห้อยตามกิ่งเหนือรอยหลุมร่วงของใบ ๓-๖ ดอก กลีบดอกอ่อนนุ่ม เรียวยาวและบิด ๖ กลีบ ลักษณะดอก รูปขอบขนาน ปลายแหลม ขอบเรียบหรือเป็นคลื่นเล็กน้อย กลีบเรียงสลับกัน ๒ ชั้น ชั้นละ ๓ กลีบ ชั้นในเล็กกว่าชั้นนอกเล็กน้อย แรกบานเป็นสีเขียวแล้วเปลี่ยนเป็นเหลือง โคนกลีบด้านในสีม่วงอมน้ำตาล มีกลิ่นหอมมากโดยเฉพาะในตอนเช้า ออกดอกตลอดปี

ผล ผลกลุ่ม เรียงอยู่บนแกนตุ้มกลม ๔-๑๕ ผล ลักษณะรูปไข่ ผลอ่อนสีเขียว เมื่อแก่เป็นสีเหลืองคล้ำเกือบดำ

เมล็ด ลักษณะรูปไข่แบนประมาณ ๒-๑๒ เมล็ด สีน้ำตาลอ่อน

นิเวศวิทยา

มีถิ่นกำเนิดในมาเลเซีย อินโดนีเซีย และหมู่เกาะแปซิฟิก เขตร้อน พบขึ้นทั่วทุกภาคของประเทศไทย ตามป่าเบญจพรรณ นิยมปลูกเป็นไม้ประดับตามสวนสาธารณะ หรือบ้านเรือน เพื่อประโยชน์ทางด้านสมุนไพร และให้ความร่มเย็นแก่สถานที่เพราะดอกมีกลิ่นหอม

การปลูก และการขยายพันธุ์

ขยายพันธุ์ด้วยการเพาะเมล็ด หรือตอนกิ่ง เจริญเติบโตได้ดีในดินร่วนซุย ต้องการความชื้นปานกลาง และแสงแดดตลอดทั้งวัน โตเร็ว เหมาะ

จะปลูกในที่โล่ง ถ้าปลูกในที่ร่มรำไร ต้น
จะสูงอย่างรวดเร็ว แต่แตกกิ่งน้อย และ
ลำต้นไม่ค่อยแข็งแรง

ประโยชน์ทางยา

สรรพคุณในตำรายา

ใบ รักษาโรคผิวหนัง กลาก
เกลื้อน แก้คัน ขับปัสสาวะ

เปลือกต้น รสฝาดเผื่อน ขับ
ปัสสาวะ แก้ปัสสาวะพิการ แก้ท้องเสีย

เนื้อไม้ รสขมเผื่อน ขับปัสสาวะ
แก้ปัสสาวะพิการ

ราก คุมกำเนิด

ดอก รสหอมสุขุม บำรุงโลหิต บำรุงหัวใจ บำรุงธาตุ ใช้สกัดน้ำมัน
หอมระเหย ทำน้ำอบ หรือใช้อบน้ำทำน้ำเชื่อม และปรุงขนมหวานบางชนิด

เถสร แก้อ่อนในกระหายน้ำ แก้โรคตา ช่วยเจริญอาหาร

วิธี และปริมาณที่ใช้

๑. บำรุงหัวใจ แก้อ่อนวิงเวียน บำรุงโลหิต และบำรุงธาตุ โดยใช้
ดอกกระดังงาไทยนำมากลั่นเป็นน้ำมันหอมระเหยใช้แต่งกลิ่นน้ำหอมสุดดม
นอกจากนี้ยังพบว่าน้ำมันหอมระเหยจากดอกกระดังงาไทยมีคุณสมบัติในการ
ฆ่าเชื้อหรือต้านเชื้อรา แบคทีเรีย สงบประสาท ลดความดัน และลดไข้ได้
อีกด้วย



๔. กระดาดเขี้ยว



ชื่อวงศ์

ARACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์

Alocasia macrorrhizos (L.) G.Don

ชื่อพ้อง

Alocasia macrorrhizos (L.) G.Don. var.
metallica Schott

Alocasia indica (Lour.) Schott

Arum macrorrhizos L.

ชื่อสามัญ-ทางการค้า

Elephant ear , Giant taro.

ชื่อพื้นเมืองอื่น

คือ, โทปิยะ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน); เผือกกะลา,
มันโทปาด แม่ฮ่องสอน; เผือกโทปาด (เงี้ยว-
แม่ฮ่องสอน); บีมบี้ (เชียงใหม่); กระดาดแดง,
กระดาด (กรุงเทพฯ); กระดาดดำ (กาญจนบุรี);
บอนกาวิ (ยะลา); กลาดินูเก๊ะ (มลายู-ยะลา);
โหรา (สงขลา , ยะลา); เอาะลาย (ยะลา)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ล้มลุก (H) สูงประมาณ ๑-๒ เมตร ลำต้นไต่ดินเป็นเหง้าหัวขนาบกับพื้นดินเหมือนกับหัวเผือกและบอน ลำต้นเหนือดินตั้งตรง มีสีเขียวอ่อน

ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงเวียนสลับ จากหัวไต่ดิน ลักษณะใบรูปไข่แกมรูปหัวใจ ค่อนข้างกว้าง ปลายใบแหลม โคนใบเว้าลึก ขอบใบเรียบ และเป็นคลื่นเล็กน้อย ใบมีขนาดใหญ่ เส้นแขนงใบข้างละ ๘-๑๓ เส้น ก้านใบใหญ่มีสีเขียว แผ่นใบเรียบหนาสีเขียวเป็นมัน

ดอก ออกดอกเป็นช่อแบบช่อเชิงลดมีกาบ ลักษณะเป็นแท่งยาวคล้ายดอกบอนตรงกลางลำต้น มีกาบหุ้มดอกยาวกว่าช่อดอกสีเหลืองอมเขียว โอบหุ้มรอบโคนช่อดอก ปลายกาบแหลม ดอกแยกเพศอยู่ช่อเดียวกัน ดอกเพศผู้อยู่ตอนบน และดอกเพศเมียมีน้อยกว่าอยู่ตอนล่าง

ผล เป็นผลมีเนื้อหนึ่งถึงหลายเมล็ด ลักษณะรูปทรงกลมขนาดเล็ก เนื้อนุ่ม ผลสุกสีส้มหรือสีแดง มีเมล็ด ๑ เมล็ด

นิเวศวิทยา

มีถิ่นกำเนิดอยู่ในทวีปเอเชีย เช่น จีน อินเดีย พม่า เป็นไม้กลางแจ้ง ขึ้นตามป่าดงดิบชื้นทั่วไป หรือตามที่ลุ่มชื้นแฉะ รกร้าง ทนสภาพแห้งแล้งได้ดี สำหรับประเทศไทยพบขึ้นทั่วทุกภาค นิยมปลูกตามบ้านเรือนหรือสวนสาธารณะเพื่อเป็นไม้ประดับและประโยชน์ทางด้านสมุนไพร

การปลูก และขยายพันธุ์

ขยายพันธุ์ด้วยการแยกหน่อ หรือเหง้าหัวไต่ดิน เจริญเติบโตได้ดีในดินร่วนซุย และต้องการความชื้นปานกลาง แสงแดดรำไร

ประโยชน์ทางยา

สรรพคุณในตำรายา

ใบและราก รสเย็นเมา แก้
อาการอักเสบบวมแดงตามข้อ

ลำต้นและก้านใบ รสฝาด
เมา ต้มน้ำทั้งหลายๆ ครั้ง ใช้รับ
ประทานได้

ดอก รสขม เปรี๊ยะ แก้ไข้
เป็นยาระบาย

ราก รสเย็นเมา ใช้เป็นยา
ระบายอย่างอ่อน ขับปัสสาวะ แก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อย

เหง้าหัว รสเย็นเมา ใช้โขลกพอกแผลที่เป็นหนอง บางท้องถิ่นใช้
เป็นอาหารด้วยการต้มให้สุก

วิธี และปริมาณที่ใช้

๑. รักษาแผลมีหนอง โดยใช้เหง้าหัวได้ดิน ๑๕-๓๐ กรัม ล้างน้ำให้
สะอาด หั่นแล้วโขลกให้ละเอียดผสมเหล้าโรงเล็กน้อยแล้วใช้พอกแผลที่มี
มีหนอง เช้า-เย็น

๒. เป็นยาระบาย และขับปัสสาวะ โดยใช้รากสด ๓๐-๕๐ กรัม ตัด
เป็นท่อนใส่หม้อดินเติมน้ำสะอาด ๓ ส่วน ต้มและเคี่ยวให้เหลือน้ำเพียง ๑
ส่วน กรองเอาน้ำดื่มครั้งละ ๑ แก้ว (๒๕๐ ซีซี) วันละ ๒ เวลา หลังอาหาร



๕. กระโดน



ชื่อวงศ์

LECYTHIDACEAE

ชื่อวิทยาศาสตร์

Careya sphaerica Roxb.

ชื่อพ้อง

Careya arborea Roxb.

ชื่อสามัญ-ทางการค้า

Tummy-wood.

ชื่อพื้นเมืองอื่น

แซงจิแห่น, เส่เจือะปะ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน);
ปุยขาว, ผ้าฮาด (ภาคเหนือ); พุย (ละว้า-เชียงใหม่);
ปุย (ภาคเหนือ, ภาคใต้); กระโดน (ภาคกลาง,
ภาคใต้); หูกวาง (จันทบุรี); ขุย (กะเหรี่ยง-
กาญจนบุรี); กะนอน (เขมร); ปุยกระโดน (ภาคใต้)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ต้น (T) ผลัดใบ สูงประมาณ ๗-๒๕ เมตร ส่วนมากลำต้น
มักแตกกิ่งต่ำ มีกิ่งก้านสาขามาก เรือนยอดเป็นพุ่มกลม แน่นทึบ เปลือก
ลำต้นสีน้ำตาลอมเทาหนา แตกออกเป็นแผ่น ถูดึงจะทิ้งใบหมดแล้วผลิ
ใหม่พร้อมดอก

ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงเวียนถี่เป็นกระจุกตามปลายกิ่ง ลักษณะใบรูปไข่กลับ ปลายใบแหลมเป็นติ่งสั้น โคนใบยาวเรียว ดูล้ายครีบ ขอบใบหยักเล็กน้อย แผ่นใบค่อนข้างบางและเหนียวสีเขียว เส้นแขนงใบข้างละ ๑๐-๑๕ ใบมองเห็นชัดเจน



ดอก ออกดอกเป็นช่อแบบช่อกระจุก ขนาดใหญ่สีเขียวอ่อนหรือสีเหลือง ออกตามปลายกิ่งที่ไม่มีใบ แต่ละดอกมีใบประดับ ๓ ใบ กลีบเลี้ยง ๔ กลีบ ค่อนข้างมน โคนกลีบติดกันเป็นรูปประฆัง กลีบดอก ๔ กลีบ รูปขอบขนาน ปลายกลีบมน ร่วงง่าย เกสรเพศผู้จำนวนมาก เรียงเป็นชั้นๆ อย่างหนาแน่น ออกดอกช่วงเดือนมีนาคม

ผล ลักษณะรูปไข่หรือกลมรี แข็ง ผิวเรียบ เปลือกหนา ผิวสีเขียวเมื่อสุกเป็นสีน้ำตาล ที่ปลายผลมีกลีบเลี้ยงติดอยู่

เมล็ด ลักษณะแบน สีน้ำตาลอ่อน รูปขอบขนาน มีหลายเมล็ด

นิเวศวิทยา

พบทั่วทุกภาคของประเทศไทย ขึ้นตามป่าเบญจพรรณขึ้น ป่าแดง และป่าทุ่งตามหัวไร่ปลายนา ในต่างประเทศพบตั้งแต่ อัฟกานิสถาน อินเดีย ศรีลังกา พม่า ภูมิภาคอินโดจีน นิยมปลูกตามบ้านเรือนหรือสวนครัวเพื่อประโยชน์ทางสมุนไพร และใช้เป็นอาหาร

การปลูก และขยายพันธุ์

ขยายพันธุ์ด้วยการเพาะเมล็ด หรือแยกลำต้นที่เกิดขึ้นใหม่ เจริญเติบโตได้ดีในดินร่วนซุย ต้องการความชื้นปานกลาง และแสงแดดตลอดวัน

ประโยชน์ทางยา

สรรพคุณ ในตำรายา

ใบ รสฝาด แพทย์แผนไทยใช้ใบผสมกับเครื่องยาอื่นๆ ประุงเป็นน้ำมันสมานแผล

เปลือกต้นและผล เป็นยาฝาดสมาน แก้เคล็ดยอก ปวดเมื่อย แก้อักเสบจากงูกัด

ผล รสจืดเย็น เป็นยาช่วยย่อยอาหาร

เมล็ด รสฝาดเมา แก้พิษ

ดอก เป็นยาบำรุงหลังการคลอดบุตร แก้ไอ และแก้หวัด

ราก เปลือก และใบ เป็นยาเบื่อปลา

ยอดอ่อน ดอก และใบอ่อน ใช้เป็นผักสดจิ้มน้ำพริก รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับอาหาร

วิธี และปริมาณที่ใช้

๑. แก้ไอ และแก้หวัด โดยใช้ดอกและน้ำคั้นจากเปลือกต้นสด ผสมกับน้ำผึ้งใช้จิบ จะทำให้เกิดอาการชุ่มคอ

๒. แก้เคล็ดยอก ปวดเมื่อย แก้อักเสบ โดยใช้เปลือกต้นสดนำมาทุบและบดให้ละเอียดผสมสุรากลั่นใช้พอกและทาบริเวณที่มีอาการ

