

PAiLiN



สมุนไพร มีคุณค่า รักษา, ตามกลุ่มอาการ



ไม่ว่าจะอาการไหนๆ โรคอะไรถ้ารู้จักรักษาให้ตรงตามอาการ
โรคนั้นก็จะทุเลาและหายได้

มีงษ์ขวัญ ลิขิตประภากร





สมุนไพร PWS มีคุณค่า รักษา, ตามกลุ่มอาการ

มีงขวัณ ลิธูประภากร

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

มิ่งขวัญ ลิขจุฬประภากร.

สมุนไพรมีคุณค่า รักษาตามกลุ่มอาการ. --กรุงเทพฯ : ไพลิน, 2555.

128 หน้า.

1. สมุนไพร. I. ชื่อเรื่อง.

615.321

ISBN 978-616-15-0878-4

© สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามลอกเลียนไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือ
นอกจากจะได้รับอนุญาตจาก บริษัท ไพลินบุ๊กเน็ต จำกัด (มหาชน)

ประธานกรรมการ

ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร

ที่ปรึกษากฎหมาย

ผู้จัดการสำนักพิมพ์

บรรณาธิการบริหาร

บรรณาธิการต้นฉบับ

กองบรรณาธิการ

พิสูจน์อักษร

ออกแบบปก

ศิลปกรรม

พิมพ์

พล.อ.วิชา ศิริธรรม

ฉัตรเฉลิม เฉลิมชัยวัฒน์

อนันต์ แยมเกษร น.บ., นศ.ม.

สมบัติ สุทธิจิตร

ลาวัณย์ เฉลิมชัยวัฒน์

มิ่งขวัญ ลิขจุฬประภากร

สุรรัตน์ เข็นหลวง สุพรรณษา อินวงศ์ ศิริพร พงศ์สันต์วิภา

วัลลัญญา บางมด อรกานต์ ตั้งรัตน์โกศลสิน

Evolution art

Evolution art

บริษัท โรงพิมพ์มิตรสัมพันธ์กราฟฟิค จำกัด

จัดพิมพ์/จัดจำหน่าย

บริษัท ไพลินบุ๊กเน็ต จำกัด (มหาชน)

81 ถนนเสรีไทย แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510

โทรศัพท์ 0 2540 1919 โทรสาร 0 2540 1818

Website : www.pailinbooknet.com

E-mail : info@pailinbooknet.com

ISBN 978-616-15-0878-4



9 786161 508784

ราคา 119 บาท

คำนำสำนักพิมพ์

สมุนไพรไทยมีหลากหลายชนิด แต่ละชนิดก็มีสรรพคุณมากมาย แล้วแต่เราจะนำมาใช้ในทางใด รักษาโรคอะไร นั่นก็ขึ้นอยู่กับอาการของแต่ละคน

สมุนไพร หมายถึง ผลิตผลจากธรรมชาติที่ได้จากพืช สัตว์ และแร่ธาตุ ที่ใช้เป็นยา และยาสมุนไพร คือยาที่ได้จากพืชชาติ ได้จากสัตว์ หรือได้จากแร่ธาตุ ซึ่งไม่ได้ผสม ประจุ หรือแปรรูปภาพ จะเห็นได้ว่าความหมายของสมุนไพร นั้นบ่งบอกว่าสมุนไพรเป็นสิ่งมหัศจรรย์ที่ธรรมชาติสร้างมาเพื่อมนุษย์เราจริงๆ

ดังนั้น จึงเห็นได้ทั่วไปว่าสมุนไพรมีอยู่รอบตัวเรา โดยเฉพาะประเทศไทยของเรานี้เอง มีสมุนไพรมากกว่าร้อยชนิด ซึ่งได้มีหมอพื้นบ้านในแต่ละยุคสมัยคิดค้นขึ้นมาและตกทอดมาจนถึงปัจจุบัน จึงทำให้เรามีการรักษาโรคที่ได้ผลชงดอย่างนี้ไว้เป็นภูมิปัญญาต่อไป

ปรารธนาดี
บรรณาธิการ

คำนำ

สมุนไพรกับคนไทยเป็นสิ่งที่คู่กันมาช้านาน มีการนำพืชสมุนไพรมาประกอบอาหารหรือนำมาทำเป็นยา ซึ่งถือว่าเป็นภูมิปัญญาชาวบ้านที่มีคุณค่าอเนกอนันต์ โดยการนำพืชพรรณไม้ใกล้ตัวนำมาสร้างคุณค่าให้เพิ่มมากขึ้น ประเทศไทยนับว่าเป็นประเทศที่อุดมไปด้วยสมุนไพรนานาพันธุ์ มีสรรพคุณในการรักษาโรคได้หลากหลายกลุ่มอาการ ตั้งแต่ปวดหัวตัวร้อนไปจนถึงโรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคกระเพาะและโรคอื่นอีกมากมาย ซึ่งทางการแพทย์แผนปัจจุบันเรียกการรักษาด้วยสมุนไพรว่า การรักษาโรคแผนใหม่ และเข้ามามีบทบาทสำคัญในการรักษาโรคมากขึ้น จนเมื่อวันที่ 21 ตุลาคม พ.ศ. 2535 รัฐบาลได้ประกาศเป็นนโยบายต่อรัฐสภาว่า ให้มีการผสมผสานการแพทย์แผนไทยและสมุนไพรเข้ากับระบบบริการสาธารณสุขของชุมชนอย่างเหมาะสม

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น จึงเป็นที่ยืนยันได้ว่าพืชสมุนไพรเป็นพืชที่ได้รับการยอมรับในการรักษาโรคอย่างแท้จริง ดังนั้น หนังสือเล่มนี้จึงได้รวบรวมและเรียบเรียงข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพรในแง่มุมต่างๆ รวมถึงสรรพคุณในการรักษาโรคตามกลุ่มอาการเพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้สนใจศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรไทย และนำไปใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อไป

มิ่งขวัญ ลิขจุฬประภากร

สารบัญ

ความรู้เกี่ยวกับพืชสมุนไพร	11
การปลูก ขยายพันธุ์และการบำรุงรักษาพืชสมุนไพร	15
สารเคมีในพืชสมุนไพร	21
การกำหนดมาตรฐานสมุนไพร	25
วิธีการเก็บส่วนที่เป็นยา	29
ข้อแนะนำเกี่ยวกับการใช้ยาสมุนไพร	33
ประโยชน์ของยาสมุนไพร	39
กลุ่มอาการรักษาโรคผิวหนัง	43
- ขมิ้นชัน	44
- ทองพันชั่ง	45
- นางแย้ม	46
- ขมิ้น	47
- เหงือกปลาหมอ	48
- มะยม	49
- เปล้าน้อย	50
- ใบระบาท	51



สมุนไพรกลุ่มอาการขับเสมหะ แก้ไอ 53

- ชะเอมไทย 54
- มะนาว 55
- มะแว้งเครือ 56
- มะแว้งต้น 57
- มะกรูด 58
- มะดัน 59
- มะขามป้อม 60
- มะอึก 61
- ลำโพงดอกขาว 62



สมุนไพรกลุ่มยาละลาย ขับร้อน 65

- แคตดอกขาว แคตดอกแดง 66
- บอระเพ็ด 67
- ประคำดีควาย 68
- ผ้ายแดง 70
- ปลาไหลเผือก 71
- พืมนั่น 72
- ฟ้ายะลวยใจ 73
- มะปราง 74
- สะเดา 75

สมุนไพรกลุ่มยาขับปัสสาวะ 77

- กระเจี๊ยบแดง 78
- ตะไคร้ 79
- ทานตะวัน 80
- สับปะรด 81
- หญ้าหนวดแมว 82
- อ้อยแดง 83

สมุนไพรกลุ่มยาช่วยป้องกันเลือดออกตามไรฟัน 85

- มะกอก 86
- มะขามป้อม 87
- มะนาว 88
- มะละกอ 89

สมุนไพรกลุ่มยาแก้อ่อนเพลีย บำรุงกำลัง 91

- กฤษณา 92
- จันทน์เทศ 93
- จันทน์สุกหอม 94
- มะตูม 95
- มะพร้าว 97



สมุนไพรกลุ่มยาลดความดันโลหิตสูง 99

- กาหลง	100
- ระย้อมน้อย	101
- บัวบก	102
- มะขาม	103

สมุนไพรกลุ่มยาแก้ปวดฟัน 105

- กานพลู	106
- ช่อย	107
- ดาวเรือง	108
- ผักชี	109
- มะอึก	110
- ลำโพงดอกขาว	111



สมุนไพรรักษาโรคผิวหนัง 113

- ขมิ้น	114
- ครอบฟันสี	115
- เพชรสังฆาต	116
- ว่านหางจระเข้	117
- อัศศิหาว	118

สมุนไพรขับประจำเดือน 121

- แก้ว 122
- คัดเค้า 123
- ว่านชักมดลูก 124
- เปราะหอมขาว เปราะหอมแดง 125
- ส้มเสี้ยว 126

unสรุป 127





ความรู้ เกี่ยวกับพืชสมุนไพร

“สมุนไพรไทยนี้มีค่ามาก
พระเจ้าอยู่หัวทรงฝากให้รักษา
แต่ปู่ย่าตายายใช้กันมา
ควรลูกหลานรู้ค่าใช้สืไป
เป็นเอกลักษณ์ของชีวิตควรรักษา
วิจัยยาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสม
รู้ประโยชน์รู้คุณโทษสมุนไพร
เพื่อคนไทยอยู่รอดตลอดกาล...”

พระราชทานิพนธ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

จากบทพระราชนิพนธ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี จะเห็นได้ว่าแม้พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งพระองค์ทรงเล็งเห็นถึงความสำคัญและให้ช่วยกันรักษาพืชพรรณสมุนไพรที่มีมาแต่ครั้งปู่ ย่า ตา ยายของเรานั้นให้คงอยู่ เพื่อลูกหลานจะได้นำไปใช้ประโยชน์ได้ต่อไป

กล่าวได้ว่า มนุษย์ตั้งแต่ยุคสมัยโบราณเรียนรู้จากธรรมชาติสิ่งแวดล้อมรอบตัว ทั้งต้นไม้ พืช ผัก สัตว์ว่ามีคุณค่ามากมาย เมื่อเกิดการเจ็บป่วยจึงเกิดการเรียนรู้ที่จะนำพืชผักจากธรรมชาติมาทดลองรักษา ลองผิด ลองถูก จนบางครั้งถึงตายก็มีเพราะอาจไปเจอเอาพิษร้ายของพืชพรรณเหล่านั้นเข้า การเรียนรู้เรื่องการนำพืชผักมาเป็นยาเกิดการเรียนรู้และสืบทอดต่อกันมาจากรุ่นสู่รุ่น จากโรคทั่วไป เริ่มพัฒนาตัวยาไปรักษาโรคที่ร้ายแรงขึ้น

ประเทศไทยของเรานั้น มีตัวยาและตำรับยาสมุนไพรที่ตกทอดมาจากหมอพื้นบ้านของไทยเรียกได้ว่าทุกยุคทุกสมัยตั้งแต่แผ่นดินน่านเจ้า เชียงแสน ล้านนา สุโขทัย มาอยุธยาเรื่อยมาจนถึงสมัยแผ่นดินรัตนโกสินทร์ในปัจจุบัน แต่หมอยาก็ยังมีการค้นคว้ายาตัวใหม่ขึ้นเรื่อยๆ แม้แต่วงการแพทย์แผนปัจจุบันก็ตามเริ่มนำพืชสมุนไพรมาประกอบเป็นตัวยาเพื่อใช้ในการรักษาโรคที่นับวันจะมีโรคแปลกๆ ใหม่ๆ เพิ่มมากขึ้นและรักษายากขึ้นทุกที หรือการเกิดขึ้นของแพทย์ทางเลือกที่นำสมุนไพรพื้นบ้านมาสกัดเป็นยารักษาโรค ซึ่งในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 ได้มีการสนับสนุนการพัฒนาเภสัชกรรมไทยและการแพทย์แผนไทยอย่างจริงจัง ทำให้ในปี พ.ศ. 2532 กระทรวงสาธารณสุขได้จัดตั้ง “ศูนย์ประสานงานการแพทย์และเภสัชกรรมไทย” ซึ่งได้มีการคิดค้นวิจัยตัวยาสมุนไพรไทยที่ใช้ในการรักษาโรค เช่น ขมิ้นชัน ฟ้าทะลายโจร กวาวเครือ ใบบัวบก เตยหอม บอระเพ็ด เป็นต้น นี่เป็นเพียงตัวอย่างเล็กๆ น้อยๆ ของสมุนไพรอันทรงคุณค่าที่นำมาใช้ในการสกัดเป็นยารักษาโรค