สมุนไพรไทย

นำเสนอเมื่อ : 11 ก.ค. 2551

สมุนไพรมีสรรพคุณช่วยรักษาโรคต่าง ๆ มากมาย คนสมัยโบราณนำพืชสมุนไพรที่มีสรรพคุณต่าง ๆ มารักษาโรค ซึ่งถือเป็นภูมิปัญญาชาวบ้านที่สามารถคิดค้นหาพืชมารักษาอาการหรือโรคต่าง ๆ ที่เกิดกับมนุษย์ได้ อีกทั้งพืชสมุนไพรเป็น ประโยชน์ต่อร่างกาย และเมื่อใช้ยาสมุนไพรในการรักษาโรคจะมีอาการข้างเคียงจากการใช้ยาน้อยกว่ายาแผนปัจจุบัน ซึ่งยา แผนปัจจุบันเมื่อรับประทานเข้าไปในปริมาณมาก ๆ จะมีผลเสียต่อระบบในร่างกาย เช่น ตับ ไต หัวใจ ฯลฯ

ปัจจุบันคนไทยยังนิยมใช้ยาสมุนไพรเป็นอย่างมาก และยังมีสมุนไพรอีกหลายชนิดที่ไม่ค่อยมีใครรู้จัก จึงอยาก แนะนำสมุนไพร และสรรพคุณในการรักษาโรคให้ที่น้องเพชรในช่องพฤกษ์ได้ทราบ หลังจากอ่านจบแล้วอย่าลืมไปดูในครัว ของท่านนะครับ ผมเชื่อว่าต้องมีสมุนไพรอย่างแน่นอนครับ

กระเทียม (Allium Sativum Linn.)	ช่วยลดไขมันในเลือด
กระชาย,กระชายดำ (Gastrochilus pandurratus Linn.)	ได้ชื่อว่า "โสมไทย" บำรุงกำลังช่วยให้อารมณ์ดี แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ ขับลม
กระเจี๊ยบมอญ (Hibiscus esculentus Linn.)	เคลือบแผลกระเพาะอาหาร ยับยั้งพยาธิตัวจี๊ด
กระเจี๊ยบแดง (Hibiscus sabdariientus Linn.)	ขับนิ่ว แก้อาการทางเดินปัสสาวะอักเสบ ลดความดัน ลดไขมัน
กล้วยดิบ (Musa sapientum Linn.)	เคลือบแผลในกระเพาะ และทางเดินอาหาร แก้ท้องเสีย
เกสรบัว (Nelumbo nucifera Gaertn.)	บำรุงหัวใจ บำรุงสายตา เป็นยาอายุวัฒนะ ลดอาการตกใจง่าย ใจสั่น
เกสรเมล็ดข้าว,จมูกข้าว (Oryza sativa Linn.)	ลดอาการและป้องกันโรคเหน็บชา ป้องกันอัมพาต ประกอบด้วยวิตามินบีต่าง ๆ และอินโนซิทอลซึ่งเป็น ข้อดีกว่าจมูกข้าวสาลี
ขมิ้นชัน (Curcuma longa Linn.)	บำรุงตับ เพิ่มน้ำดี รักษาแผลในกระเพาะอาหาร ท้องเฟ้อ ท้องเสียป้องกันมะเร็ง ฆ่าไวรัส
ขิง (Zingiber officinale Rosc.)	ช่วยขับลม แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ จุกเสียดแน่นท้อง แก้ปวดเมื่อย
คำฝอย (Carthamus tinctorius Linn.)	บำรุงโลหิต บำรุงหัวใจ บำรุงประสาท ขับประจำเดือน ลดไขมันในเลือด
คื่นฉาย (Apium yraeolens Linn.)	ลดความดันโลหิต
งา (Sesamum indicum Linn.)	บำรุงกระดูก บำรุงกำลัง
ตนหรือกปลาหมอ (Acanthus ebracteatus Vahl.)	ขับน้ำเหลืองเสีย แก้ดีเค้น ฆ่าเชื้อในทางเดินปัสสาวะ
ลูกยอ (Morinda Citrifolia Linn.)	ลดอาการวัยทอง ขับระดู ขับลม เบาหวาน แก้ไข้
บอระเพ็ด (Tenospora crispa (L))	ลดไข้ แก้ลมใน ผมไม่หงอก ออนกาวัย ลดอาการ เบาหวานในกรณีอายุวัฒนะใช้วันละ 1 แคปซูล
บัวบก (Centella assiatica Urb)	แก้ช้ำใน แก้ไข้ บรรเทาอาการปวดศีรษะข้างเดียว และเส้นเลือดขอด
ใบชี้เหล็ก (Cassia siamea Lamk.)	คลายเครียด บำรุงโลหิต เป็นยาระบาย
แปะก๊วย (Ginkgo Biloba)	บำรุงสมอง ช่วยความจำ บำรุงสายตา
ผักทอดยอด (Ipomoea reptans Poir.)	มีวิตามินเอ บำรุงสายตา ช่วยระบาย
พริกไท (Piper nigrum Pior .)	ช่วยความจำ ช่วยในการบำรุงโลหิต แก้ปวดท้อง รอบเดือน
พริกไท:เหรือกปลาหมอ อัตราส่วน (1:2)	เป็นยาอายุวัฒนะ สรรพคุณเหมือนพริกไท
เพชรสังฆาต (Cissus quadrangularis Linn.)	ลดอาการวิงเวียน
โพล (Zingiber Purpureum Rose)	ลดอาการหอบหืดทั้งเรื้อรังและเฉียบพลัน ใช้เมื่อมีอาการ
ฟ้าทะลายโจร (Andrographis paniculata nees.)	แก้บิด แก้ท้องเสีย แก้เจ็บคอ แก้ไอ แก้ไซนัส ลดเบาหวาน ลดความดันโลหิต ลดอาการภูมิแพ้
มะขามแขก (Cassia angustifolia Vahl.)	เป็นยาระบาย วิบประพานกอนนอน
มะตูม (Aegle marmelos Corr.)	บำรุงกำลัง ช่วยปรับธาตุ
มะระขี้นก (Momordica charantia Linn.)	ลดอาการเบาหวาน กระตุ้นการหลั่งอินซูลิน ขับพยาธิ
กวาวเครือขาว	บำรุงผิวพรรณและทรวดทรง บำรุงร่างกาย
รางจืด (Thunbergia laurifolia Linn.)	ล้างสารพิษ แก้อาการเมาสุรา
ใบหม่อน (Moras alba Linn.)	ลดไข้ ระงับประสาท ลดน้ำตาล ลดความดัน
ส้มแขก (Garcinia atroviridis Griff.)	ยับยั้งการสร้างไขมันส่วนเกิน ยาระบาย
หญ้าปักกิ่ง (Murdannia Loriformis Hassk.)	บำรุงร่างกาย ต้านมะเร็ง และลดอาการเบาหวาน
หญ้าหนวดแมว (Orthosiphon Grandiflorus Bol.)	ใช้ขับปัสสาวะ ขับนิ่ว
หญ้าหวาน (Stevia rebaudiana Bertoni)	แทนน้ำตาลในคนที่เป็นเบาหวาน
กระเพรา (Ocimam Sanctum Linn.)	คลายเครียด ขับลม ขับเสมหะ ลดอาการหลอดลมอักเสบ
กะเม็ง (Eclipta alba (L.) Hassk.)	แก้ตับ รักษากระเพาะ ระบาย ลดน้ำหนัก
ว่านชักมดลูก (Curcama xanthorrhiza Roxb)	ลดอาการประจำเดือนขาดไม่มาปกติ กระชับมดลูก
แสม (Fibraurea tinctoria Lour.)	รักษาเบาหวาน ความดัน บำรุงสุขภาพ
ถั่วเหลือง (Glycine max Merr.)	บำรุงร่างกายวัยสูงอายุ
เถาวัลย์เปรียง (Dernis scandens Benth.)	แก้ปวดเมื่อย
ทุนมากประสานกาย (Scheffiera leucantha Vig.)	แก้ไอ หอบ ภูมิแพ้
ขา (alpinias nigra (Gaertn) B.LBurtt.)	แก้ปวดเมื่อยตามข้อ แก้ตกเลือด ขับน้ำคาวปลา
เอ็นมะขาม (Tarmarindus indica Linn.)	ขับพยาธิในเด็ก และผู้ใหญ่
ดำเย็ง (Crocinia grandis Voigt.)	บำรุงสายตา ลดอาการชื่นผ้า ลดอาการเบาหวาน
ช้าพลู (Piper rostratum Rorb)	ลดความดัน แก้ปวดท้อง
ลูกใต้ใบ (Phyllanthus amarus Schum & Thonn.)	ลดอาการโรคตับอักเสบ แก้ไข้ ดีซ่าน
หญ้าแห้วหมู (Cyperus rotundis Linn.)	บำรุงหัวใจ ลดความดัน ขับเหงื่อ ขับปัสสาวะ ป้องกันมาลาเรีย
ว่านแดง (Bonmar nalabaricee DC)	ลดอาการปัสสาวะผิดปกติ

แหล่งที่มา : เอกสารนุสนธิในงานกราฯ ตรองร้านกองทุพิพนก ณ บริเวณสวนอัมพร วันที่ 17 - 25 กุมภาพันธ์ 2545
สมุนไพร หมากสงบศึกกรรม ชีกุลาวจโรค
(ชั้น 1) โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า