

สมุนไพรเพื่อสุขภาพ

นำเสนอเมื่อ : 24 ม.ค. 2552

มะเขือเทศ

เป็นพรรณไม้ล้มลุก ลำต้นสูงประมาณ 1 - 2 เมตร
ลำต้นลงยาแต่ส่วนที่แตะลงดินจะแตกรากได้ ลำต้นมีขนอ่อนนุ่มปกคลุมอยู่ทั่ว
ใบออกเป็นใบรวม มีใบย่อยเรียงสลับกันเป็นรูปคล้ายขนนก ดอกออกเป็นช่อ
ช่อหนึ่งประมาณ 3 - 7 ดอก ออกตามง่ามใบ ผลมีลักษณะต่างกันแต่ละพันธุ์
บางพันธุ์เป็นรูปกลมรี กลมแบน หรือกลมใหญ่
ผลมีเนื้อเกลี้ยงเป็นมันผลอ่อนมีสีเขียว พอแก่ผลสุกเต็มที่จะเป็นสีเหลือง
หรือสีแดงสด ข้างในผลมีเมล็ดเป็นเมล็ดเล็กๆ จำนวนมาก ส่วนที่ใช้
ใบ ราก ผล

สรรพคุณ

ใบ - ใช้ใบสด นำมาตำให้ละเอียด

ใช้เป็นยาทาหรือพอกแก้อาการคันหรือถูกแดดเผา

ผล - ใช้ผลสด

นำมารับประทานสดหรือนำมาต้มเอาน้ำแกงกิน

เป็นยาแก้กระหายน้ำเป็นอย่างดี เป็นยาระบายอ่อนๆ

ทำให้เจริญอาหาร ช่วยขับพิษ และสิ่งทึบคั่งค้างในร่างกาย

ช่วยบำรุงและกระตุ้นกระเพาะอาหาร ลำไส้และไต

ราก - ใช้รากสด นำมาต้ม ใช้น้ำกินเป็นยาแก้ปวดฟัน

หรือใช้น้ำที่ต้มล้างบาดแผล



มะนาว
เป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก ใบเดี่ยวสีเขียวสด หนาแข็งออกดอกสีขาวเหลือง
มีกลิ่นหอมอ่อนๆ ผลกลม ผิวมีน้ำมัน

สวนที่ไซ

ใบ ราก ผล เปลือก

สรรพคุณ

ใบ - ไซสด นำมาต้มเอาน้ำกิน ไซเป็นยาแก้ไข
ละลายเสมหะ แกทแงอืด ท้องเสีย ช่วยขับลม
และทำให้เจริญอาหาร

ผล - ไซผลสด นำมาคั้นเอาน้ำกิน หรือกินสด
เป็นยาแก้กระหาย แกรอนใน บำรุงธาตุ เจริญอาหาร
แก้เลือดออกตามไรฟัน และถวายพยาธิ
หรือไซผลดองเกลือจนเป็นสีน้ำตาล ไซเป็นยาขับเสมหะ
ทำให้ชุ่มคอ

เปลือกผล - ไซเปลือกผลแห้ง ต้มเอาน้ำกิน
เป็นยาแก้จุกเสียด แน่น แกปวดท้อง ขับเสมหะ
บำรุงกระเพาะอาหาร ขับลม

ราก - ไซรากสด นำมาต้มเอาน้ำกิน
เป็นยาแก้การฟุ้งจากการถูกระแทก
หรือจากการหกล้ม แกปวด และแกพิษสุนัขบ้า



ดาวเรือง

ดาวเรือง

เป็นไม้มลลук ลำต้นตั้งตรง ทั้งต้นมีกลิ่นฉุน
ใบเป็นใบไม้ใบรวมแบบใบขนนก ขอบใบหยักเป็นฟันเลื่อย ดอกเป็นดอกเดี่ยว
หรือออกเป็นช่อมีสีเหลือง สีส้ม ผลมีสีดำและแห้ง สวนที่ใช้

ดอก ใบ และต้น

สรรพคุณ

ดอก เป็นยาบำรุงสายตา เป็นยาฟอกเลือด ละลายเสมหะ
ขับลม แก้อาการท้องอืด ไอหืด ไอกรน เตาหน้าอกเสบ คางทูม
แก้หลอดลมอักเสบ

ใบ ถ้านำมาคั้นน้ำจะแก้หืด
ถ้านำมาทาก็แก้แผลเปื่อยเน่าได้ แก้ฝีต่างๆ

ต้น นำมาทาเป็นยารักษาโรคผิวหนังอักเสบ
หรือมีอาการปวดท่อนกระดูกคลายกับไส้ติ่ง
และเป็นยารักษาแก้ฝีลมด้วย

ชบา

เป็นไม้พุ่มขนาดกลาง ใบมีสีเขียวเข้ม ดอกเป็นมันคล้ายใบกุระหงส์
ดอกเกิดตรงปลายยอด มีทั้งดอกชั้นเดียว 5 กลีบ และดอกช่อหลายกลีบคล้ายดอกพุทธรักษา
หรือกุหลาบ มีมากมายหลายสี แต่ชนิดที่ทำยาจะเป็นชนิดดอกกลีบ (กลีบดอกชั้นเดียว) สีแดง
สวนที่ใช้

ต้น ใบ ราก

สรรพคุณ

ใบ นำมาล้างและตำรวมกับใบพุทธรักษา ผสมกับน้ำผึ้ง เคี้ยวให้ขึ้น
ใช้ทาบริเวณที่เป็นคางทูม นำมาทาผิวหนังทำให้ผิวหนังชุ่มชื้น

ดอก ชงกับน้ำดื่มเพื่อลดไข้ ทำให้ผิวหนังชุ่มชื้น
ดอกแดงนำมาแกงเป็นแกงเลียงกินบำรุงนํ้านม ถ้าไม่มีดอกให้ใช้ใบอ่อนแทน
นอกจากนี้ดอกชบายังทำให้เป็นหมันได้

รากสด ใช้ 1 กำมือ นำมาโขลกให้ละเอียด พอกรักษาฝี อาการฟกช้ำบวม
ใช้ต้มกินกับน้ำ จะช่วยขับถ่ายอาหาร เป็นยาเจริญอาหาร

ถั่วฝักยาว

ถั่วฝักยาว

เป็นไมพรรณเถา ตามลำต้นจะมีขนเล็กน้อย หรืออาจไม่มีเลยก็ได้
ใบจะเป็นใบประกอบ มี 3 ใบ ในใบมีเส้นเล็กน้อย ออกดอกเป็นช่อ
ดอกจะมีดอกย่อยประมาณ 2-3 ดอก กลีบดอกเป็นสีม่วงอ่อนหรือสีขาวออกเหลือง
เมล็ด (ผล) จะออกเป็นฝักมีความยาวประมาณ 20-60 เซนติเมตร
เมล็ดมีลักษณะคล้ายไตหรือออกกลมเล็กน้อย

สวนที่ไซ

ใบ เนื้อ ฝัก เมล็ด ราก

สรรพคุณ

ใบ ไซสด 60-100 กรัม ต้มกับน้ำ

เป็นยารักษาโรคหนองในและปัสสาวะเป็นหนอง

เปลือกฝัก ไซสด 100-150 กรัม ต้มกิน

ใช้ภายนอกโดยการพอกตำ จะเป็นยารักษาอาการปวดบวม
ปวดตามเอว และแผลที่เต้านม

เมล็ด ไซแห้งหรือสดต้มกินกับน้ำหรือคั้นสด
จะมีรสขมขึ้น เป็นยาบำรุงม้ามและไต แก่กระหายน้ำ
อาเจียน ปัสสาวะกระปริบปรอย และตกขาว

ราก ไซสดต้มกับน้ำหรือตุ๋นกินเนื้อ

ใช้รักษาภายนอกโดยการพอก

หรือนำมาเผาแล้วบดให้เป็นผงละเอียดผสมกับน้ำทา

ไซเป็นยารักษาโรคหนองในที่มีหนองไหล บำรุงม้าม

สวนการใช้ภายนอกนั้น

ใช้รักษาฝีเนื้อร้ายและช่วยให้เนื้อเจริญเร็วขึ้น

