

## ว่านหางจระเข้ สมุนไพรสารพัดประโยชน์

🕒 นำเสนอเมื่อ 4 ก.ค. 2556

ว่านหางจระเข้ (Aloe Vera) คือ พืชชนิดหนึ่งที่ถูกจัดอยู่ในประเภทพืชล้มลุก สีเขียว มีลักษณะลำต้นเป็นข้อปล้อง ใบเดี่ยว ใบหนายาวและโคนใบใหญ่ ปลายแหลม ขอบใบมีหนามห่างกันเป็นระยะ เรียงเป็นชั้น ข้างในใบเป็นวุ้นใสสีเขียวอ่อน มีเมือกเหนียว สามารถออกดอกสีแดงอมเหลืองที่ปลายยอดได้ มีถิ่นกำเนิดมาจากแถบชายฝั่งทะเลเมดิเตอร์เรเนียนและตอนใต้ของทวีปแอฟริกา สามารถปลูกได้ง่ายในดินทรายหรือในกระถางก็ได้ เป็นพืชชอบน้ำ แต่ต้องมีทางระบายน้ำได้ดี ป้องกันไม่ให้มม่น้ำมากเกินไปจนรากเน่า

### สรรพคุณว่านหางจระเข้

ว่านหางจระเข้ นั้น จัดเป็นพืชที่มีสรรพคุณต่าง ๆ มากมาย สามารถใช้บรรเทาโรคทั้งภายนอกและภายในร่างกาย อีกทั้งยังใช้บำรุงผิวพรรณได้อีกด้วย ดังนี้

#### ประโยชน์ภายนอก

1. รักษาแผลไฟไหม้และน้ำร้อนลวก โดยปอกเปลือกนอก นำวุ้นสดภายในใบไปล้างยางออกให้สะอาด แล้วนำไปประคบแผลตลอด 2 วันแรก จะช่วยบรรเทาอาการปวดแสบปวดร้อน สมานแผลให้เร็วขึ้น และไม่ทิ้งร่องรอยแผลเป็นอีกด้วย

2. ป้องกันและบรรเทารอยไหม้จากการรูดแดด นำใบสด ๆ ของว่านหางจระเข้ผสมกับโลชั่นทาหลังบนผิวหนังก่อนออกแดด จะช่วยป้องกันแสงแดดได้ แต่หากหากเกิดรอยไหม้ขึ้นบนผิวหนังหลังออกแดดแล้ว ให้ใช้วุ้นที่ล้างสะอาดมาทาเพื่อลดอาการอักเสบ ภาวะให้ตีลอมผสมกับน้ำมันพืช หรือ น้ำมันมะกอก เพื่อลดอาการผิวแห้งตึงจนเกินไป

3. บรรเทาอาการไหม้จากการฉายรังสีของผู้ป่วย โดยใช้วิธีการนำวุ้นว่านหางจระเข้ที่ล้างสะอาดมาประคบที่รอยไหม้จากการทำคีโม จะช่วยบรรเทาอาการปวดแสบปวดร้อน และทำให้ฟื้นตัวเร็วขึ้น

4. สมานแผลจากของมีคมและแผลถลอก หากได้รับบาดเจ็บจากของมีคม ใช้น้ำจากวุ้นหางจระเข้ที่ยังมีเมือกอยู่ แปะลงไปบนแผล จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการสมานแผลให้เร็วขึ้นได้

5. รักษาฝีและโรคติดเชื้อผิวหนัง ทำความสะอาดบริเวณที่เกิดโรคให้แห้งแล้ว นำวุ้นไปแปะลงบนแผล หากเป็นทวารหนักให้ปกกวนให้เป็นแท่งแล้ววางให้สะอาด นำไปแช่เย็นให้แข็ง เพื่อสอดเหน็บในช่องทวารหนักวันละ 1-2 ครั้ง อาการติดเชื้อจะดีขึ้น

6. รักษาตาปลาและฮ่องกงฟุต นำเนื้อวุ้นที่ล้างทำความสะอาดแล้ว ไปแปะลงบริเวณที่เกิดโรค หมั่นเปลี่ยนเนื้อวุ้นบ่อย ๆ โดยหากเป็นตาปลาส่วนที่แห้งลงจะเกิดรูบวมขึ้น ให้ใช้น้ำจาวหางจระเข้ประคบต่อไปจนกว่ารูบวมจะสมานและเล็กลง ส่วนฮ่องกงฟุตให้ถวญวุ้นหางจระเข้เอาไว้นานกว่าแผลจะแห้งลงและอาการดีขึ้น

7. แก้วปวดศีรษะ ตัดใบสดจากต้นวุ้นหางจระเข้ แล้วนำปูนแดงทาบริเวณวุ้น ถูใบสดแล้วนำวุ้นผสมปูนแดงประคบบริเวณขมับหรือท้ายทอย ตามจุดที่ปวด จะช่วยบรรเทาอาการปวดศีรษะได้

8. บรรเทาอาการปวดฟัน ตัดเนื้อวุ้นหางจระเข้ขูดออกเป็นแท่งเล็ก ๆ ประมาณ 2-3 เซนติเมตร นำไปเหน็บไว้ตามซอกฟันที่มีอาการปวด หรือประคบไว้ก็ได้ ใช้เวลาประมาณ 30 นาที อาการปวดจะค่อย ๆ บรรเทาลง

### ประโยชน์ภายใน

1. บรรเทาอาการปวดข้อ นำวุ้นวุ้นหางจระเข้ที่ล้างทำความสะอาดแล้วไปแช่ตู้เย็น และรับประทานเพื่อบรรเทาอาการปวดตามข้อต่าง ๆ โดยสามารถใช้ได้ทั้งเนื้อวุ้น และน้ำวุ้น หากอยากให้ออกฤทธิ์ง่ายขึ้น สามารถนำไปปั่นเป็นน้ำวุ้นหางจระเข้ ก็ช่วยบรรเทาอาการได้เช่นกัน

2. ใช้เป็นยาถ่าย โดยเลือกตัดวุ้นหางจระเข้พันธุ์เฉพาะที่ใบใหญ่และมีน้ำยางสีเหลืองในปริมาณมาก อายุประมาณ 9 เดือนขึ้นไป รongน้ำยางที่ไหลออกมาจากใบ แล้วนำไปเคี้ยวให้ชน เทลงในพิมพ์ขนาดเล็กให้แข็งเป็นก้อนรับประทานเป็นยาได้ ซึ่งเมื่อยาจะมีสีแดงอมน้ำตาลไปจนถึงดำ เรียกว่า ยาตำแบงรับประทานครั้งละประมาณ 0.25 กรัม (250 มิลลิกรัม) จะเป็นขนาดที่เหมาะสมในการใช้เป็นยาถ่าย หากต้องการรับประทานแบบสด ๆ ก็สามารถทำได้ โดยการตัดวุ้นที่ล้างสะอาดแล้วออกเป็นขนาด 3-4 เซนติเมตร แบงรับประทานวันละ 3 ครั้งหลังอาหาร

3. แก้กะเพาะอักเสบและลำไส้อักเสบ ปอกเปลือกวุ้นหางจระเข้ นำวุ้นที่ได้ไปล้างให้สะอาด แล้วนำมารับประทานครั้งละ 2 ช้อนโต๊ะ วันละ 2 ครั้ง จะช่วยบรรเทาอาการอักเสบของทางเดินอาหารได้

4. ป้องกันโรคเบาหวาน ตัดเนื้อวุ้นหางจระเข้ความยาวประมาณ 3-4 เซนติเมตร นำไปรับประทานทุกวัน หรือจะปั่นเป็นน้ำวุ้นหางจระเข้ เพื่อรับประทานก็ได้ โดยอาการเบาหวานจะทุเลาลงสำหรับผู้ที่เป็นในระยะแรก ส่วนผู้ที่ต้องการรับประทานเพื่อป้องกัน สามารถรับประทานในปริมาณที่น้อยลงได้

5. แก่และป้องกันอาการเมารถเมาเรือ ท่านที่มีปัญหาในการเดินทาง เกิดอาการเมารถเมาเรืออยู่เป็นประจำ ให้ลองรับประทานเนื้อวุ้นจากวุ้นหางจระเข้ หรือน้ำวุ้นหางจระเข้ กอนอกเดินทางจะช่วยบรรเทาให้เกิดอาการดังกล่าวลงได้ แต่หากเกิดอาการเมารถเมาเรือขึ้นแล้ว ลองทานน้ำวุ้นหางจระเข้เย็น ๆ ให้ชื่นใจ แลวนั่งพักสักครู่ จะรู้สึกดีขึ้น

## ประโยชน์ด้านความงาม

1. บำรุงเส้นผมให้เงางามและช่วยขจัดรังแค ตัดไปสุดมาทาลงบนเส้นผม หรือถ้าไม่สะดวกให้น้ำวุ้นหางจระเข้ไปปั่นให้ละเอียดจะได้ใช้ง่ายขึ้น จากนั้นนำมาขโลมผมให้ทั่วเพื่อที่ผมสลวยเงางาม หากนวดบริเวณรากผมจะช่วยให้รากผมเย็นลง ช่วยบำรุงหนังศีรษะ รักษาแผลบนศีรษะ และขจัดรังแคได้ด้วย

2. รักษาสิวและรอยด่างดำ ประโยชน์ข้อนี้คนที่อยากหน้าใสตั้งใจอ่านให้ดี เพราะวุ้นหางจระเข้มีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการติดเชื้อ และมีกรดอ่อน ๆ ช่วยลดความมันบนใบหน้าได้ นำเนื้อวุ้นที่ล้างสะอาดทาบริเวณใบหน้าวันละ 2 ครั้ง ไซเวลาสัก 1-2 เดือน จะเริ่มเห็นผลวอยต่าง ๆ ดูจางลง

3. บำรุงผิวกาย เพียงแค่น้ำวุ้นหางจระเข้สด มาปอกเปลือกและล้างให้สะอาด จากนั้นหั่นเป็นชิ้นนำไปใส่ไว้ในถุงผ้าก๊อซขนาดเล็ก แลวนำไปหย่อนไว้ในอ่างอาบน้ำ หรือถ้าไม่มีถุงผ้าก๊อซ ให้นำวุ้นไปแช่ไว้ในอ่างอาบน้ำเลยก็ได้เหมือนกัน โดยระหว่างอาบน้ำให้ใช้น้ำวุ้นถูตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เน้นที่รอยแห้งกร้านอย่างข้อศอก หัวเข่า ส้นเท้า เป็นต้น จะช่วยให้ผิวพรรณเนียนนุ่ม และเต่งตึงขึ้น

4. เติมน้ำให้ผิว ความชุ่มชื้นในผิวหน้าและผิวกาย มักจะค่อย ๆ ลดลงตามวัย และไลฟ์สไตล์ของคุณ ซึ่งโดยส่วนใหญ่มักใช้ชีวิตกันอยู่ในห้องแอร์จนผิวขาดความชุ่มชื้น หากนำเนื้อวุ้นจากวุ้นหางจระเข้มาพอกหน้าก็เป็นอีกวิธีที่จะช่วยเติมน้ำให้ผิวของคุณได้ โดยล้างวุ้นให้สะอาด แล้วผ่าบาง ๆ มาโปะให้ทั่วหน้า หลังทาครีมรอสัก 15 นาที ก็ไปล้างหน้าให้สะอาดได้ ผิวของคุณจะรู้สึกชุ่มชื้น เต่งตึงขึ้น หากจะใช้กับผิวกายให้ลองนำเนื้อวุ้นไปปั่นหยาบ ๆ แลวนำมาพอกตัว ก็ใช้ง่ายดีเหมือนกัน

## สูตรพอกหน้าด้วยวุ้นหางจระเข้

นอกจากสรรพคุณทางยาต่าง ๆ แล้ว วุ้นหางจระเข้ก็ยังนำไปประยุกต์ใช้เพื่อความสวยความงามได้เช่นกัน สูตรวุ้นหางจระเข้พอกหน้า จึงขาดไม่ได้สำหรับคนรักสวยรักงาม เตรียมปากกาจดสูตรกันได้เลยจ้า

1.เนื้อวัวหนังหางจระเข้บด 1 ช้อนโต๊ะ, ดินสอพอง 2 ช้อนโต๊ะ, น้ำมันงา 1 ช้อนชา, น้ำมัน 1 ช้อนชา ผสมให้เข้ากันแล้วใช้พอกหน้าเพื่อลดความมัน และจุดด่างดำได้

2.เนื้อวัวหนังหางจระเข้บด 1 ช้อนโต๊ะ, ดินสอพอง 1.5 ช้อนโต๊ะ, ไข่ขาว 2 ช้อนโต๊ะ ผสมให้เข้ากันช่วยลดความมันบนใบหน้าได้ ทำให้เกิดสิวลดลง

3.เนื้อวัวหนังหางจระเข้บด 1 ช้อนโต๊ะ, ดินสอพอง 1.5 ช้อนโต๊ะ, น้ำแดงกวาสด 1-2 ช้อนโต๊ะ ผสมให้เข้ากันนำไปพอกหน้า จะช่วยลดความมันบนใบหน้า และช่วยเพิ่มความชุ่มชื้น ให้ผิวหน้าสดชื่นขึ้น

4.เนื้อวัวหนังหางจระเข้บด 1 ช้อนโต๊ะ, ดินสอพอง 1 ช้อนโต๊ะ, นมสด 1.5 ช้อนโต๊ะ ผสมให้เข้ากันแล้วนำไปพอกหน้า จะช่วยให้ใบหน้ากระจ่างใสขึ้น และลดความมันบนใบหน้าด้วย

5.เนื้อวัวหนังหางจระเข้ 1 ช้อนโต๊ะ, ขมิ้นผง 2 ช้อนชา, นมสด 1.5 ช้อนโต๊ะ ผสมให้เข้ากัน แล้วพอกหน้าเพื่อลดความมัน และเพิ่มความกระจ่างใส โดยสามารถผ่านแดงกว่าเป็นแว่นมาแปะไว้บริเวณรอบดวงตาก็ได้

## ผลิตภัณฑ์จากวัวหนังหางจระเข้

เมื่อสรรพคุณของวัวหนังหางจระเข้มีอยู่มากมายรอบด้านขนาดนี้ ผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ ที่เกิดจากวัวหนังหางจระเข้ก็ย่อมต้องทยอยออกมาเพื่ออำนวยความสะดวกให้ผู้บริโภคมากขึ้น ปัจจุบันจึงมีผลิตภัณฑ์ที่ถูกแปรรูปจากวัวหนังหางจระเข้อยู่หลากหลาย ดังนี้

1.เจลวัวหนังหางจระเข้ สรรพคุณ ใช้ทาเพื่อลดอาการบวม เป็นครีมทาได้ตา บำรุงผิวหน้า เพิ่มความชุ่มชื้น ใช้ผสมกับส่วนผสมต่าง ๆ พอกหน้าแทนวัวหนังหางจระเข้ได้ ทั้งยังใช้ทาแผลพุพอง แผลสด เพื่อบรรเทาอาการปวดแสบปวดร้อนได้อีกด้วย เหมาะสำหรับผู้ที่เพิ่งผ่านการยิงเลเซอร์ และมีรอยไหม้แดงบนใบหน้า จะทำให้บรรเทาอาการลงและฟื้นตัวเร็วขึ้น

2.ครีมวัวหนังหางจระเข้ ก็มีสรรพคุณเดียวกันกับเจลวัวหนังหางจระเข้ แตกต่างกันที่เนื้อผลิตภัณฑ์ ที่มีส่วนผสมของมอยเจอร์ไรเซอร์เข้มข้นกว่า อาจไม่เหมาะกับผู้ที่ผิวหน้ามัน เพราะเนื้อครีมจะให้ความรู้สึกหนักกว่าเนื้อเจล แต่ค่อนข้างเหมาะกับผู้ที่ผิวหน้าแห้ง เพราะจะให้ความชุ่มชื้นที่มากกว่า

ทั้งนี้นอกจากเจลวัวหนังหางจระเข้และครีมวัวหนังหางจระเข้แบบทั่วไปแล้ว ยังถูกต่อยอดออกไปเป็นเจลล้างหน้าวัวหนังหางจระเข้ เจลและครีมวัวหนังหางจระเข้แบบผสมสารกันแดด

นอกจากนี้ยังมีน้ำวนทางจรเข้สำหรับดื่มอีกด้วย โดยสรรพคุณไม่แตกต่างจากว่านทางจรเข้สดมากนัก

ขอบคุณที่มาจาก [กระปุก.คอม](#)