

กิจกรรมที่ ๑

สมุนไพรท้องถิ่นเรา

โครงการ ๑ อบท. ๑ สวนสมุนไพร เฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

เนื่องในโอกาส วันเฉลิมพระชนมพรรษา ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๖

สังกัด องค์การบริหารส่วนตำบลนาบินหลา อำเภอเมืองตรัง จังหวัดตรัง

-
- ➡ ผู้รับผิดชอบโครงการ.....สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลนาบินหลา.....
- ➡ สถานที่จัดสวนสมุนไพร..... ☒ พื้นที่ของ อบท. ☐ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ☐ โรงเรียนในสังกัด
- ☐ อื่นๆ ระบุ.....
- ➡ พื้นที่ในการปลูก.....๔๐๐.....(ตารางเมตร)
- ➡ รายชื่อชนิดสมุนไพรที่จะทำการปลูกในแปลง ดังนี้

ลำดับที่	ชื่อสมุนไพร	หมายเหตุ
๑.	มะนาว	
๒.	ขมิ้น	
๓.	ยี่ห่วย	
๔.	เตยหอม	
๕.	ผักบุ้งแดง	
๖.	ตะไคร้	
๗.	กล้วยน้ำว้า	
๘.	กะเพรา	
๙.	พริกขี้หนู	
๑๐.	แก้วมังกร	
๑๑.	หม่อน	
๑๒.	ข้าว	
๑๓.	ดีปลี	

๑. มะนาว



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Citrus aurantifolia* (Christm.) Swingle

ส่วนที่ใช้ : น้ำมะนาว (น้ำคั้นจากผล) ราก ใบ ดอก ผล เมล็ด

สรรพคุณ :

น้ำมะนาว - แก้โรคลักปิดลักเปิด (เลือดออกตามไรฟัน) ทำอาหาร ขับเสมหะ ฟอกโลหิต ทำให้ผิวหนังนุ่มนวล แก้ซาง บำรุงเสียง บำรุงโลหิต ขับระดู แก้เจ็บขบ แก้ขาลาย จิบแก้ไอ ดับกลิ่นเหล้า ฆ่าพยาธิในท้อง รักษาผม ขับลม รักษาลมพิษ แก่ริดสีดวง แก่ระดูขาว แก้พิษยางน่อง แก้ไข้ แก้ไข้กาฬ แก้ฝี แก้ปวด แก่อกเสบ

ราก - กระทุ้งพิษไข้ ถอนพิษสำแดง แก่สติหลงลืม แก้ไข้ แก้ไข้กาฬ แก้ฝี แก้ปวด แก่อกเสบ ถอนพิษไข้ กลับไข้ซ้ำ

ใบ - ฟอกโลหิต แก้ตับทรุด

ดอก - แก่อาการท้องอืด ท้องเฟ้อและปวดท้อง แก่อาการคลื่นไส้ อาเจียน (เกิดจากราตุไม่ปกติ) แก้ไอ ขับเสมหะ

ผล - แก่อาการท้องอืด ท้องเฟ้อและปวดท้อง ทาแก้ผิวหนังตึงตึงสะเก็ด แก้ผิวหนังคัน แก้คันเท้าแตก แก้ไอ รักษาแผลจากแมลงมีพิษ

เมล็ด - แก้พิษตานซาง แก้หทัยจืด แก้ไข้ขับเสมหะ แก้พิษฝีภายใน

๒. ขมิ้น



ขมิ้น ชื่อวิทยาศาสตร์ *Curcuma longa* L.

ขมิ้น เป็นพืชล้มลุกที่จัดอยู่ในตระกูลขิง มีเหง้าอยู่ใต้ดิน เนื้อในของเหง้าจะเป็นสีเหลือง มีกลิ่นหอมเฉพาะตัว มีตั้งแต่สีเหลืองเข้มจนถึงสีแสดจัด โดยถิ่นกำเนิดอยู่ในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และมีชื่ออื่น ๆ อีก เช่น ขมิ้นชัน ขมิ้นแกง ขมิ้นหยอก ขมิ้นหัว ขมิ้น หมิ้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแต่ละภาคและจังหวัดนั้น ๆ นิยมนำไปใช้ในการประกอบอาหาร แต่งสี แต่งกลิ่นอาหาร เช่น แกงไตปลา แกงกะหรี่ เป็นต้น

ขมิ้นชันอุดมไปด้วยวิตามินและแร่ธาตุหลายชนิด เช่น วิตามินเอ วิตามินบี ๑ วิตามินบี ๒ วิตามินบี ๓ วิตามินซี วิตามินอี ธาตุแคลเซียม ธาตุฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก และเกลือแร่ต่าง ๆ รวมไปถึงเส้นใย คาร์โบไฮเดรต และโปรตีน เป็นต้น และขมิ้นชันมีสรรพคุณทางยาที่รักษาอาการและโรคต่าง ๆ ได้หลายชนิด มีประวัติในการนำมาใช้ในการรักษามากกว่า ๕,๐๐๐ ปี สำหรับขมิ้นชันที่จะนำมาใช้ประโยชน์นั้น การเก็บเกี่ยวไม่ควรเก็บในระยะที่ขมิ้นเริ่มแตกหน่อ เพราะจะทำให้สารที่มีประโยชน์อย่างเคอร์คูมินในขมิ้นมีน้อย ส่วนเหง้าที่เก็บมาต้องมีอายุอย่างน้อย ๙-๑๒ เดือน และต้องไม่เก็บไว้นานเกินไป และไม่ให้ถูกแสงแดด เพราะน้ำมันหอมระเหยในขมิ้นจะหมดไปเสียก่อน

๓. ยี่หระ



ยี่หระ ชื่อวิทยาศาสตร์ *Ocimum gratissimum* L.

ใบยี่หระ

เป็นใบเดี่ยวออกตรงข้ามกันเป็นคู่ ๆ ลักษณะของเป็นรูปกลมรี โคนใบสอบ ปลายใบแหลม ขอบใบหยักเป็นฟันเลื่อย ใบสีเขียวสด ผิวใบสากมือ ใบยี่หระมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว มีรสร้อน จึงช่วยดับกลิ่นคาวจากอาหารจำพวกเนื้อสัตว์เนื้อปลาได้เป็นอย่างดี

ดอกยี่หระ

ออกดอกเป็นช่อที่บริเวณปลายยอด ช่อดอกนั้นจัดเป็นแบบ Spike-like raceme ดอกจะบานจากล่างไปหาปลายช่อ โดยแต่ละช่อจะประกอบไปด้วยดอกย่อยขนาดเล็กประมาณ ๕๐-๑๐๐ ดอก

ผลยี่หระ หรือ เมล็ดยี่หระ

มีลักษณะเป็นรูปกลมรี แต่ละผลมีขนาดประมาณ ๑ มิลลิเมตร เมื่อยังอ่อนจะเป็นสีเขียว แต่พอสุกหรือแก่แล้วจะกลายเป็นสีดำหรือสีน้ำตาลอ่อน ภายในผลมีเมล็ดขนาดเล็กจำนวนมาก ซึ่งผลจะนิยมนำมาตากแห้งหรือนำไปอบแห้ง เพื่อใช้ทำเป็นเครื่องเทศที่ใช้ประกอบอาหารเพื่อช่วยเพิ่มกลิ่นหอมให้อาหารนำรับประทานมากยิ่งขึ้น และยังช่วยดับกลิ่นคาวได้ดีเหมือนกับใบ

๔. เตยหอม



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Pandanus amaryllifolius* Roxb.

ส่วนที่ใช้ : ต้นและราก, ใบสด

สรรพคุณ :

ต้นและราก

- ใช้เป็นยาขับปัสสาวะ แก้กระษัย

ใบสด

- ตำพอกโรคผิวหนัง
- รักษาโรคหิด
- น้ำใบเตย ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจให้ชุ่มชื้น
- ใช้ผสมอาหาร แต่งกลิ่น ให้สีเขียวแต่งสีขนม

๕. ผักบุ้งแดง



ส่วนที่ใช้ : ราก, ต้นใบ

สรรพคุณ :

รากผักบุ้ง

คุณรู้หรือไม่ว่า รากผักบุ้งที่คนส่วนมากมักจะตัดทิ้งก่อนจะรับประทานนั้นก็มียสรรพคุณทางยาไม่ต่างกัน ใช้แก้โรคหอบหืด บรรเทาอาการไอเรื้อรัง และยังช่วยลดอาการตกขาวในสตรีอีกด้วย นำรากผสมน้ำส้มสายชู คั้นมาบ้วนปากจะช่วยบรรเทาอาการปวดจากฟันผุได้อีกด้วย

ต้นผักบุ้งสด

มีสรรพคุณเป็นยาเย็น ช่วยในการขับร้อน แก้อาการร้อนใน และยังช่วยบำรุงโลหิตอีกด้วย หากคุณต้องการใช้ผักบุ้งในการรักษาแผลร้อนในภายในปากให้นำผักบุ้งสดกับเกลืออมไว้ในปาก ๒ นาที วันละ ๒ ครั้ง และถ้าเป็นผักบุ้งไทยสามารถช่วยลดอาการบวมพุพองได้ รักษาแผลน้ำร้อนลวก และแก้แสบได้อีกด้วย

๖. ตะไคร้



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cymbopogon citratus* Stapf.

ส่วนที่ใช้ :

ทั้งต้น เก็บได้ตลอดปี ล้างให้สะอาด ใช้สดหรือผึ่งให้แห้งในที่ร่ม เก็บไว้ใช้

ราก เก็บได้ตลอดปี ล้างให้สะอาด ใช้สด ใบสด

สรรพคุณ :

ทั้งต้น

๑. รสฉุน สุมขม แก้หวัด ปวดศีรษะ ไอ
๒. แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด ขับลมในลำไส้ บำรุงไฟธาตุ
๓. ทำให้เจริญอาหาร แก้ปวดกระเพาะอาหาร แก้ท้องเสีย
๔. แก้ปวดข้อ ปวดเมื่อย ฟกช้ำจากหกล้ม ขาบวม น้ำ
๕. แก้โรคทางเดินปัสสาวะ นิ่ว ขับปัสสาวะ ประจำเดือนมาผิดปกติ
๖. แก้ปัสสาวะเป็นเลือด แก้โรคหืด

ราก

๑. แก้เสียดแน่น แสบบริเวณหน้าอก ปวดกระเพาะอาหารและขับปัสสาวะ
๒. บำรุงไฟธาตุ ขับปัสสาวะ แก้นิ่ว แก้ปัสสาวะพิการ
๓. รักษาเกลื้อน แก้อาการขัดเบา

ใบสด - มีสรรพคุณช่วยลดความดันโลหิตสูง แก้ไข้

ต้น - มีสรรพคุณเป็นยาขับลม แก้ผมหุดผาย เป็นยาช่วยให้ลมแบ่งขณะคลอดลูก ใช้ดับกลิ่นคาว
แก้เบื่ออาหาร บำรุงไฟธาตุให้เจริญ แก้โรคทางเดินปัสสาวะ นิ่วปัสสาวะพิการ แก้หนองใน

๗. กล้วยน้ำว้า



สรรพคุณ :

๑. สารต้านอนุมูลอิสระสูง โดยเฉพาะสารฟลาโวนอยด์ ที่มีสรรพคุณต้านอนุมูลอิสระ ลดการแบ่งตัวของเซลล์มะเร็ง ด้านการอักเสบ และลดอาการปวดข้อเข่า เป็นต้น ซึ่งสารฟลาโวนอยด์ในกลุ่มผลไม้ที่มีเนื้อสีขาวอย่างกล้วย ก็มีอยู่หลายชนิดเลยทีเดียว

๒. แก้กท้องผูก กล้วยน้ำว้าเป็นผลไม้ที่มีกากใยเยื่อหุ้มสมควร และยังเป็นผลไม้ น้ำตาลต่ำ สามารถกินครั้งละ ๒ ผลได้โดยไม่ต้องกลัวอ้วน และหากจะกินกล้วยน้ำว้าแก้กท้องผูก ให้กินกล้วยน้ำว้าสุกกกลาง ๆ ไม่มอมเกินไป ไม่ห่ามเกินไป ก่อนอาหารครึ่งชั่วโมง หรือก่อนนอนทุกวัน

๓. บรรเทาอาการริดสีดวง อย่างที่บอกว่ากล้วยน้ำว้าจะช่วยกระตุ้นการขับถ่าย ซึ่งไม่เพียงแต่แก้กท้องผูกได้เท่านั้น แต่ไฟเบอร์ในกล้วยน้ำว้ายังเป็นไฟเบอร์ชนิดละลายน้ำ (เพกติน) ซึ่งจะช่วยเพิ่มเมือกในลำไส้ ทำให้อุจจาระอ่อนนุ่ม ขับถ่ายง่าย ไม่บาดก่อนริดสีดวงทวาร ด้วยเหตุนี้จึงช่วยบรรเทาอาการริดสีดวงทวารไม่ให้เป็นหนักไปกว่าเดิม และอาจจะช่วยบรรเทาอาการที่เป็นอยู่ได้ด้วย

๔. แก้กโรคกระเพาะ ถ้าอยากได้สรรพคุณกล้วยน้ำว้าในเรื่องรักษาโรคกระเพาะ ต้องเลือกกล้วยน้ำว้าดิบ เพราะในกล้วยน้ำว้าดิบจะมีแทนนิน กรดอะมิโนชนิดหนึ่งที่มีฤทธิ์ฝาดสมาน ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย และป้องกันผนังลำไส้ไม่ให้ถูกทำลายโดยเชื้อโรคหรือเอนไซม์ที่มีรสเผ็ดร้อน (จากพริก) จึงช่วยให้อาการแสบท้องของโรคกระเพาะ และแผลในกระเพาะลดน้อยลง

๕. แก้กท้องร่วง สารแทนนินในกล้วยน้ำว้าดิบมีฤทธิ์ยับยั้งเชื้อแบคทีเรียอันเป็นสาเหตุของอาการท้องร่วงได้ด้วยเช่นกัน โดยให้นำกล้วยน้ำว้าดิบมาหั่นแล้วตากแห้ง จากนั้นบดเป็นผงแบ่ง ชงในน้ำร้อนครั้งละ ๑๐ กรัม ต่อน้ำ ๑ แก้ว ดื่มรักษาอาการท้องร่วงได้เลย

๖. ป้องกันโรคโลหิตจาง กล้วยน้ำว้าเป็นผลไม้ที่มีธาตุเหล็กอยู่ในตัว ช่วยกระตุ้นการสร้างฮีโมโกลบิน ป้องกันภาวะโลหิตจาง ทั้งยังช่วยให้พลังงานกับผู้อ่อนแรงได้ด้วย

๘. กะเพรา



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Ocimum sanctum* L.

ส่วนที่ใช้ : ใบ และยอดกะเพราแดง ทั้งสดและแห้ง ทั้งต้น

สรรพคุณ :

๑. แก้อาการคลื่นไส้ อาเจียน (เกิดจากธาตุไม่ปกติ)
๒. ใช้แก้อาการท้องอืดเฟ้อ แน่จุกเสียดและปวดท้อง
๓. แก้ไอและขับเหงื่อ
๔. ขับพยาธิ
๕. ขับน้ำนมในสตรีหลังคลอด
๖. ลดไข้
๗. เป็นยาอายุวัฒนะ
๘. เป็นยารักษาหูด กลากเกลื้อน ต้านเชื้อรา
๙. เป็นยาสมุนไพร ใช้ไล่ หรือฆ่ายุง
๑๐. เป็นสมุนไพร ไล่แมลงวันทอง

๙. พริกชี้หนู



สรรพคุณ :

๑. ช่วยลดน้ำหนัก

ในพริกชี้หนูมีสาร thermogenic ที่ทำให้เกิดความร้อนภายในร่างกาย ส่งผลให้ระบบการเผาผลาญทำงานได้ดีขึ้น นอกจากนี้ ก็ยังมีสารแอสคอร์บิก ที่ช่วยเปลี่ยนไขมันในร่างกาย ให้เป็นพลังงาน จึงมีส่วนช่วยในการลดน้ำหนัก

๒. ทำให้แจ่มใส อารมณ์ดี

สาร Capsaicin ในพริกชี้หนู นอกจากให้รสเผ็ดจัดจ้านแล้ว ยังเข้าไปกระตุ้นสมองให้หลั่งสารเอ็นดอร์ฟิน ซึ่งเป็นสารแห่งความสุข ทำให้รู้สึกสดชื่น แจ่มใส อารมณ์ดี ช่วยลดความเครียดได้

๓. ช่วยให้เจริญอาหาร

เพราะมีรสเผ็ด จึงช่วยกระตุ้นต่อมน้ำลาย และ ปลายประสาท ทำให้สมองส่วนกลางรับรู้ถึงความอยากทานอาหาร จนทำให้เราเจริญอาหาร กินข้าวได้อย่างเอร็ดอร่อยมากขึ้น

๔. บำรุงเลือดและหัวใจ

อีกหนึ่งคุณสมบัติของสาร Capsaicin คือ สามารถสลายลิ่มเลือด และ ลดการจับตัวของเกล็ดเลือดได้ดี ทำให้เพิ่มการไหลเวียนโลหิต ลดความดันโลหิต ตลอดจน ลดความเสี่ยงในการเกิดโรคหลอดเลือดอุดตัน หรือโรคหัวใจ

๕. ลดระดับไขมันในเลือด

กินพริกชี้หนูเป็นประจำ ช่วยลดระดับไขมันในเลือดได้ เนื่องจากสาร Capsaicin จะช่วยป้องกันไม่ให้ตับสร้างไขมันเลว (LDL) แต่จะส่งเสริมให้มีสร้างไขมันดี (HDL) ทดแทน ทำให้ปริมาณของไตรกลีเซอไรด์ในเลือดต่ำลง ส่งผลดีต่อสุขภาพ

๑๐. แก้วมังกร



ชื่อสามัญว่า Dragon Fruit, Pitahaya, Pitaya, Strawberry Pear

สรรพคุณ :

๑. ช่วยบำรุงผิวพรรณให้เปล่งปลั่งสดใส ชุ่มชื้น
๒. ช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระในร่างกาย ซึ่งมีส่วนช่วยในการชะลอวัยความแก่ชรา และริ้วรอยต่างๆ
๓. ช่วยดับร้อน ดับกระหายได้เป็นอย่างดี
๔. ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้แข็งแรง
๕. ช่วยควบคุมน้ำหนักได้ดี เนื่องจากมีแคลอรีต่ำ
๖. มีส่วนช่วยป้องกันการเกิดโรคหัวใจ และช่วยป้องกันการอุดตันของหลอดเลือดหัวใจ
๗. มีส่วนในการช่วยรักษาโรคเบาหวาน
๘. ช่วยบรรเทาอาการโรคความดันโลหิตได้
๙. มีส่วนช่วยบรรเทาอาการของโรคโลหิตจาง
๑๐. ช่วยบำรุงกระดูกและฟันให้แข็งแรง
๑๑. มีส่วนช่วยลดอัตราการเกิดโรคมะเร็ง
๑๒. มีส่วนช่วยป้องกันโรคมะเร็งต่อมลูกหมาก
๑๓. ช่วยดูดซับสารพิษต่างๆ ออกจากร่างกาย
๑๔. ช่วยแก้อาการท้องผูก ขับถ่ายสะดวก ปรับสมดุลของแบคทีเรียในลำไส้
๑๕. ช่วยป้องกันการเกิดโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่
๑๖. ช่วยเสริมสร้างการทำงานของระบบกำจัดของเสียในร่างกายให้ดียิ่งขึ้น

๑๑. หม่อน



ชื่อสามัญ : Mulberry Tree, White Mulberry

ประโยชน์ : การศึกษาในสัตว์ทดลองหรือในหลอดทดลอง พบว่า สารสกัดหรือสารสำคัญของหม่อนมีฤทธิ์ทางยาหลายประการ ดังนี้

๑. ฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ น้ำคั้นและสารสกัดจากใบมีสารต้านอนุมูลอิสระหลายชนิด และมีสารสำคัญที่ยับยั้ง oxidation ของ LDL ได้

๒. ฤทธิ์ยับยั้งการสร้างเมลานิน (melanin) สาร ๒-oxyresveratrol จากกิ่งหม่อน และสาร mulberroside F จากใบและสารสกัดจากเปลือกกราก มีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ tyrosinase ซึ่งเกี่ยวข้องในกระบวนการสร้างเม็ดสีที่ผิวหนัง จึงมีการนำสารสกัดรากหม่อนมาใช้เป็น whitening agent ในเครื่องสำอาง

๓. ฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือด สารสกัดด้วยน้ำและสาร ๒-O-?-D-galactopyranosyl-๑-deoxynojirimycin (GAL-DNJ) จากใบหม่อน มีฤทธิ์ลดน้ำตาลในสัตว์ทดลองที่เป็นเบาหวาน และสาร ๑-deoxynojirimycin ,ฤทธิ์แรงในการยับยั้งเอนไซม์ ?-glucosidase ของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม จึงช่วยยับยั้งการย่อยแป้งในอาหารช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด ทำให้ใบหม่อนมีศักยภาพในการนำมาใช้ในผู้ป่วยเบาหวาน หรือใช้ควบคุมน้ำหนัก

๔. ฤทธิ์ลดความดันโลหิต สารสกัดเอธานอลจากใบและบิวทานอลจากเปลือกกราก มีสารฟลาโวนอยด์ ที่มีฤทธิ์ลดความดันโลหิตในหนู

๕. ฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาอื่น ๆ เมื่อศึกษาในหลอดทดลองสารสกัดและสารสำคัญจากเปลือกกรากหม่อน มีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ของเชื้อเอชไอวี ฤทธิ์ต้านเชื้อรา และต้านเชื้อไวรัสที่ก่อโรคเริ่มที่อวัยวะเพศ ส่วนการศึกษาในสัตว์ทดลอง พบฤทธิ์แก้ไอ ขับปัสสาวะ ลดอาการบวม และฤทธิ์สงบประสาท

๑๒. ข่า



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Alpinia galanga* (L.) Willd.

สรรพคุณ :

เป็นยาแก้ท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อ ขับลม

แก้อาหารเป็นพิษ

เป็นยาแก้ลมพิษ

เป็นยารักษากลากเกลื้อน โรคผิวหนัง ตืดเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

รักษาท้องขึ้น ท้องอืด ท้องเฟ้อ ขับลม แก้ท้องเดิน (ที่เรียกโรคป่วง) แก้บิด อาเจียน ปวดท้อง ใช้เหง้าข่าแก่สด ยาวประมาณ ๑-๑ ½ นิ้วฟุต (หรือประมาณ ๒ องคุลี) ตำให้ละเอียด เติมน้ำปูนใส ใช้น้ำยาต้ม ครั้งละ ½ ถ้วยแก้ว วันละ ๓ เวลา หลังอาหาร

รักษาลมพิษ ใช้เหง้าข่าแก่ๆ ที่สด ๑ แฉ่ง ตำให้ละเอียด เติมห่อผ้าโรงพอให้แฉะๆ ใช้ทั้งเนื้อและน้ำ ทาบริเวณที่เป็นลมพิษบ่อยๆ จนกว่าจะดีขึ้น

รักษา กลากเกลื้อน โรคผิวหนัง ใช้เหง้าข่าแก่ เทาหั่วแม่มือ ตำให้ละเอียดผสมเหล้าโรง ทาที่เป็นโรค ผื่นหนัง หลายๆ ครั้งจนกว่าจะหาย

๑๓. ดีปลี



ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Piper retrofractum* Vahl

ส่วนที่ใช้ : ราก เถา ใบ ดอก ผลแก่จัด แต่ยังไม่สุก หรือตากแดดให้แห้ง

สรรพคุณ :

ราก - แก้กษัมพฤษ์ อัมพาต พิษปัดคาค แก้วร้อน แก้วพิษคุดทะราดให้ปิดธาตุ แก้วท้องร่วง ขับลมในลำไส้ แก้วคุดทะราด

เถา - แก้วพิษงู ขับเสมหะ แก้วปวดฟัน ปวดท้อง จุกเสียด แก้วเสมหะพิการ แก้วลมอัมพฤษ์ แก้วมุตฆาต

ใบ - แก้วปวดเมื่อย แก้วเส้นเอ็น

ดอก - แก้วอาการคลื่นไส้อาเจียน แก้วจุกเสียดแน่นท้อง ขับลมในลำไส้ให้ผายและเรอ แก้วหืด ไอ แก้วริดสีดวง คุดทะราด แก้วลมวิงเวียน แก้วเสมหะ น้ำลายเหนียว แก้วไอ บำรุงธาตุ แก้วท้องเสีย แก้วปถวีธาตุ ๒๐ ประการ แก้วอัมพาต และเส้นปัดคาค

ผลแก่จัด - รสเผ็ดร้อน แก้วลม บำรุงธาตุไฟ แก้วหืดไอ แก้วเสมหะ(หลังเป็นหวัด) แก้วหลอดลมอักเสบ ยาขับระดู ยาธาตุ ทาแก้วปวดเมื่อยและอักเสบของกล้ามเนื้อ แก้วอาการท้องขึ้น ท้องอืดเพื่อแน่นจุกเสียด ขับลม บำรุงธาตุ ใช้ประกอบตำรายาที่ใช้รักษาโรคเกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร ธาตุไม่ปกติ (ใช้เป็นยาขับลม แต่ไม่นิยมใช้ โดยมากนำมาเป็นเครื่องเทศ)

วิธีและปริมาณที่ใช้

อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ และปวดท้อง และแก้วอาการคลื่นไส้อาเจียนที่เกิดจากธาตุไม่ปกติ โดยใช้ผลดีปลีแก่แห้ง ๑ กำมือ (ประมาณ ๑๐-๑๕ ผล) ต้มเอาน้ำดื่ม ถ้าไม่มีผลใช้เถาต้มแทนได้

อาการไอ และขับเสมหะ ใช้ผลแห้งแก่ ประมาณครึ่งผล ฝนกับน้ำมะนาวแทรกเกลือเล็กน้อย กวาดคอหรือจิบบ่อยๆ

ผลดีปลีแห้งใช้เป็นเครื่องเทศ ประกอบอาหาร มีรสเผ็ดร้อน ขม