

## พืชสมุนไพรกับการใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ

**สมุนไพร** คำว่า สมุนไพร ตาม พระราชบัญญัติยา หมายถึง "ยาที่ได้จากพืช สัตว์ หรือแร่ ซึ่งยังไม่ได้ผสม ประจุ หรือเปลี่ยนแปลง" เช่น พืชก็ยังเป็นส่วนของ ราก ลำต้น ใบ ดอก ผล ฯลฯ ซึ่งยังไม่ได้ผ่านขั้นตอนการแปรรูปใด ๆ แต่ในทางการค้าสมุนไพรมักจะถูกดัดแปลงในรูปต่าง ๆ เช่น ถูกหั่นให้เป็นชิ้นเล็กกลบ บดเป็นผงละเอียด หรืออัดเป็นแท่ง อย่างไรก็ตามในความรู้สึกของคนทั่วไป เมื่อกล่าวถึงสมุนไพร มักจะนึกถึงเฉพาะต้นไม้ที่นำมาใช้เป็นยาเท่านั้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าสัตว์ หรือแร่ มีการนำมาใช้น้อย และใช้ในการรักษาโรคบางชนิดเท่านั้น

**พืชสมุนไพร** หมายถึงพันธุ์ไม้ต่าง ๆ ที่สามารถนำมาใช้ปรุงหรือประกอบเป็นยารักษาโรคต่าง ๆ ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพร่างกายได้

### การแบ่งประเภทของพืชสมุนไพรไทย

พืชสมุนไพร มีมากมายหลายลักษณะและหลายประเภท สามารถจำแนกได้หลายวิธี ซึ่งพอจะทำการจำแนกพืชสมุนไพรพอสังเขปได้ ดังนี้

#### ๑. จำแนกตามลักษณะการใช้ประโยชน์

##### ๑.๑ ประเภทน้ำมันหอมระเหย (Essential oil)

พืชสมุนไพรหลายชนิดสามารถนำมาสกัด น้ำมันหอมระเหยได้โดยวิธีการกลั่น ซึ่งจะได้ น้ำมันหอมระเหยที่มีกลิ่นหอมแตกต่างกันไปตามชนิดของพืชสมุนไพร น้ำมันหอมระเหยนี้มีสารสำคัญที่สกัดออกมาซึ่งจะใช้ประโยชน์ได้ตรงตามวัตถุประสงค์มากกว่า รวมทั้งการใช้ในปริมาณที่น้อยกว่าเมื่อเทียบกับการนำพืชสมุนไพรมาใช้ในรูปแบบอื่น ตัวอย่างของพืชสมุนไพรที่นำมาสกัดน้ำมันหอมระเหย เช่น

| พืชสมุนไพร         | การใช้ประโยชน์   |
|--------------------|--|
| ๑. น้ำมันตะไคร้หอม | ใช้ในอุตสาหกรรมผลิตสบู่ แชมพู น้ำหอมหรือใช้ทำสารไล่แมลง          |
| ๒. น้ำมันไพล       | ใช้ในผลิตภัณฑ์ครีมทาภายนอก ลดอาการอักเสบจากการฟกช้ำ              |
| ๓. น้ำมันกระวาน    | ใช้แต่งกลิ่นเหล้า เครื่องดื่มต่าง ๆ รวมทั้งใช้ในอุตสาหกรรมน้ำหอม |
| ๔. น้ำมันพลู       | ใช้ในอุตสาหกรรมเครื่องสำอางหรือใช้เป็นเจลทาภายนอกแก้คัน          |



ไพล



ตะไคร้หอม



กระวาน

๑.๒ ยารับประทาน พืชสมุนไพรหลายชนิด สามารถนำมาใช้รับประทานเพื่อรักษาอาการของโรคได้ อาจใช้สมุนไพรชนิดเดียว หรือหลายชนิดรวมกันก็ได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสารสำคัญที่มีอยู่ในพืชสมุนไพรชนิดนั้น ๆ ที่ออกฤทธิ์เพื่อการบำบัดรักษา เช่น

| พืชสมุนไพร                         | การใช้ประโยชน์      |
|------------------------------------|---------------------|
| ๑.บอระเพ็ด, ฟ้าทะลายโจร            | แก้ไข้              |
| ๒.กะเพรา, ไพล, ขิง, กระชาย, ขมิ้น  | แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ |
| ๓.ไมยราพ, ขี้เหล็ก                 | ระงับประสาท         |
| ๔.กระเทียม, ดอกคำฝอย, กระเจี๊ยบแดง | ลดไขมันในเส้นเลือด  |



บอระเพ็ด



ฟ้าทะลายโจร



ขมิ้น



กะเพรา



กระเทียม



กระเจี๊ยบแดง



ขี้เหล็กบ้าน



โมยราพ

๑.๓ ยาสำหรับใช้ภายนอก เป็นพืชสมุนไพรที่สามารถนำมาบำบัดโรคที่เกิดขึ้นตามผิวหนัง แผลที่เกิดขึ้นตามร่างกาย รวมทั้งแผลในปาก อาจใช้สมุนไพรชนิดเดียวหรือหลายชนิดรวมกันก็ได้ ลักษณะของการนำมาใช้มีหลายลักษณะมีทั้งใช้สด บด เป็นผง ครีม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสารสำคัญที่มีอยู่ในพืชสมุนไพร และความสะดวกในการนำมาใช้ ตัวอย่างของพืชสมุนไพรที่นำมาใช้เป็นยาสำหรับใช้ภายนอก เช่น



| พืชสมุนไพร             | การใช้ประโยชน์                              |
|------------------------|---|
| ๑. บัวบก, หว้า, โทงเทง | รักษาแผลในปาก                               |
| ๒. ระวังกลิ่นปาก       | ฝรั่ง, กานพลู                               |
| ๓. แก้แพ้              | ผักบุ้งทะเล, เค้ายายม่อม, เสลดพังพอน, ตำลึง |
| ๔. รักษาแผลน้ำร้อนลวก  | ว่านหางจระเข้, ยาสูบ, บัวบก                 |
| ๕. แก้งูสวัด           | เสลดพังพอน, ตำลึง, ว่านมหากาฬ, พุดตาล       |



เสลดพังพอนตัวผู้



เสลดพังพอนตัวเมีย



ว่านมหากาฬ

๑.๔ ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารและเครื่องดื่ม พืชสมุนไพรหลายชนิดสามารถนำมาทำเป็นผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ ผู้บริโภคจึงรู้สึกปลอดภัยในการนำมารับประทาน เช่น

| พืชสมุนไพร   | การใช้ประโยชน์                    |
|--|-----------------------------------|
| ๑. บุก   | ดูดจับไขมันและลดน้ำหนัก           |
| ๒. ส้มแขก  | เปลี่ยนไขมันเป็นพลังงาน ลดน้ำหนัก |
| ๓. หญ้าหนวดแมว, หญ้าหวาน, ดอกคำฝอย, ดอกเก๊กฮวย, ไบโหม่อน, ม่วงทาวมะนาวโห่, สำรอง, มะตูม, จันทน์ผา, ตะไคร้, ว่านหางจระเข้ ฯลฯ | เครื่องดื่มบำรุงสุขภาพ            |



บุกคางคก



ส้มแขก



ดอกคำฝอย



๑.๕ เครื่องสำอาง การนำพืชสมุนไพรมาใช้เป็นเครื่องสำอางมีมานานแล้ว และในปัจจุบันได้รับการยอมรับมากขึ้น เนื่องจากปลอดภัยกว่าการใช้สารสังเคราะห์ทางเคมี ทำให้มีผลิตภัณฑ์ที่ผลิตขึ้นโดยมีส่วนผสมของพืชสมุนไพรเกิดขึ้นมากมาย เช่น แชมพู ครีมนวดผม สบู่ โลชั่น ฯลฯ ตัวอย่างพืชสมุนไพรที่นำมาใช้เป็นเครื่องสำอางเช่น อัญชัน ว่านหางจระเข้ มะค้ำดีควาย เห็ดหลินจือ, มะกรูด เป็นต้น



เห็ดหลินจือ



มะกรูด



มะค้ำดีควาย



ว่านหางจระเข้

๑.๖ ผลิตภัณฑ์ป้องกันกำจัดศัตรูพืช เป็นสมุนไพรที่มีฤทธิ์เบื่อเมาหรือมีรสขม ซึ่งมีคุณสมบัติในการปราบหรือควบคุมปริมาณการระบาดของแมลงศัตรูพืช โดยไม่มีพิษตกค้างในผลผลิต ไม่มีพิษต่อผู้ใช้และสภาพแวดล้อม ตัวอย่างพืชสมุนไพรที่ใช้ป้องกันกำจัดศัตรูพืช เช่น รากหนอนตายหยาก สะเดา ยาสูบ ตะไคร้หอม ฟ้ายะลวยโจร ไพล ทางไหล (โล่ตีน) เป็นต้น



ทางไหล (โล่ตีน)



หนอนตายหยาก



สะเดา

## ๒.จำแนกตามลักษณะภายนอก

| ประเภท      | ชนิดของพืชสมุนไพร   |
|-------------|---|
| ๑.ไม้ต้น    | สะเดา, สำโรง, ขี้เหล็ก, กานพลู, มะขามแขก, ฝรั่ง, หว่า, ชันทองพยับบาท, มะตูม, มะหาด, เฌียงพ้านางแอ, จำปี, พิกุล, ลำดวน, กำจัดต้น, มะค้ำดีควาย, ยอ, มะเฟือง, กระติง ฯลฯ |
| ๒.ไม้พุ่ม   | ทับทิม, เขยตาย, มะลิ, เพกา, ชะเอมไทย, ชิงชี, ปลาไหลเผือก, นางแย้มป่า, มะคังแดง, กระบือเจ็ดตัว, เจตพังคี ฯลฯ   |
| ๓.ไม้ล้มลุก | เร่ว, กระชาย, ชิง, ข้า, ตะไคร้, ตำลึง, โต้ไม่รู้ลืม, บุก, เปราะหอม  |
| ๔.ไม้เถา    | ผักบุ้งทะเล, ฟักทอง, ตำลึง, เพชรสังฆาต, บวบ, สะค้าน, เถาเอ็นอ่อน, บัวบก, พลู ฯลฯ  |

### ๓.จำแนกตามลักษณะรสชาติ

สมุนไพร ที่มีรสชาติต่างกัน ให้สรรพคุณในการรักษาโรคที่ต่างกัน รสชาติจึงสามารถบ่งบอกประโยชน์ด้านการรักษาโรคได้ด้วย ซึ่งรายละเอียดของสมุนไพรรสชาติ ต่างๆ สามารถแบ่งได้ มี ๑๐ รสชาติ ประกอบด้วย รสฝาด รสหวาน รสเมา รสขม รสเผ็ด รสมัน รสหอม รสเค็ม และรสเปรี้ยว รายละเอียดดังนี้

| รสชาติสมุนไพร | การใช้ประโยชน์   | ชนิดของพืชสมุนไพร  |
|---------------|--|--|
| ๑.รสเปรี้ยว   | แก้เสมหะ แก้ไอ ระบายท้อง บำรุงโลหิต แก้โลหิต ออกตามไรฟัน หรือลักปิดลักเปิด | มะขาม, มะนาว, ส้ม, มะขามป้อม, มะม่วงหาวมะนาวโห่ มะเฟือง มะไฟ ดอกกระเจี๊ยบแดง ฯลฯ |



มะม่วงหาวมะนาวโห่



มะขามป้อม



มะนาว



มะม่วง

|          |   |  |
|----------|---|--|
| ๒.รสหวาน | แก้อ่อนเพลีย แก้ไอ แก้หอบ ทำให้ชุ่มคอ บำรุงกำลัง เจริญอาหาร | ดอกคำฝอย, ชะเอมเทศ, รากสามสิบ ผักหวานป่า, แก่นขนุน น้ำผึ้ง ทางไหลขาว แตงโม ฯลฯ |
|----------|---|--|



ดอกคำฝอย



ชะเอมเทศ



รากสามสิบ

|              |   |  |
|--------------|---|--|
| ๓.รสเบื่อเมา | แก้พิษ แก้ปวดบาดแผล แก้เสมหะ แก้พิษสัตว์กัดต่อย แก้พิษ น้ำร้อนลวก | รากทับทิม, เปลือกข่อย, ทองพันชั่ง, ใบกระท่อม ฯลฯ |
|--------------|---|--|



ทองพันชั่ง



ทับทิม



กระท่อม

|        |   |  |
|--------|---|--|
| ๔.รสขม | แก้ดีซ่าน แก้ไข้ตัวร้อน ดับพิษโลหิต แก้ดีพิการ เจริญอาหาร แก้อ่อนใน | บอระเพ็ด, ฟ้าทะลายโจร, สะเดา, มะระ ใบยอ เพกา ฯลฯ |
|--------|---|--|



สะเดา



บอระเพ็ด



มะระขี้นก

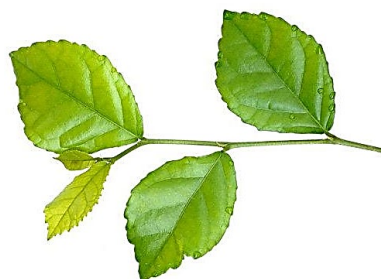


มะระจีน

|         |   |  |
|---------|---|--|
| ๕.รสฝาด | เป็นยาสมานแผล แก้บิด คุมธาตุ แก้ท้องเสีย แก้ลงแดง หรือบิดมีตัว มูกเลือด | เปลือกคูน, เปลือกข่อย, เปลือกมังคุด, กระทกรก, นมแมว, ต้อยติ่งไทย, ว่านชักมดลูก, หนุ่มานประสานกาย, ทับทิม ใบฝรั่ง |
|---------|---|--|



เปลือกมังคุด



เปลือกข่อย



เปลือกคูน



|          |   |   |
|----------|---|---|
| ๖.รสเค็ม | แก้โรคผิวหนัง แก้ท้องเฟ้อ ช่วยย่อยอาหาร กัดเมือก<br>ในลำไส้ รักษาบาดแผล | เหงือกปลาหมอ, ลำพู, โกงกาง, ผักชะคราม,<br>กระป๋อเจ็ดตัว |
|----------|---|---|



ผักชะคราม



เหงือกปลาหมอ



กระป๋อเจ็ดตัว

|         |                          |  |
|---------|--------------------------|--|
| ๗.รสจืด | ขับปัสสาวะ แก้ไข้พิษ ฯลฯ | ตำลึง รางจืด ผักแว่น อัญชัญ โดไม่รู้ล้ม หญ้า<br>หนวดแมว มะลิวัลย์ หญ้าถอดปล้อง ฯลฯ |
|---------|--------------------------|--|



โดไม่รู้ล้ม



ตำลึง



รางจืด

|         |  |  |
|---------|--|--|
| ๘.รสมัน | แก้เส้นเอ็น บำรุงเส้นเอ็น แก้ไขข้อพิการ แก้ปวดเมื่อย<br>ตามร่างกาย ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย | งา, ถั่วต่างๆ, มะพร้าว, เมล็ดบัว, ฟักข้าว,<br>ฟักทอง |
|---------|--|--|



มะพร้าว



ฟักข้าว



เมล็ดบัว



เมล็ดถั่วต่างๆ

|             |  |   |
|-------------|--|---|
| ๙.รสหอมเย็น | ทำให้ชื่นใจ บำรุงหัวใจ แก้อ่อนเพลีย แก่ร้อนใน<br>กระหายน้ำ | ดอกลำดวน, จำปี, มะลิ, กระจ่าง, พิกุล, ใบ<br>บัวบก, เตยหอม |
|-------------|--|---|



ใบบัวบก



กระจ่าง



จำปี



ดอกลำดวน

|               |  |   |
|---------------|--|---|
| ๑๐.รสเผ็ดร้อน | แก้ลมในลำไส้ บำรุงธาตุ ขับลมลงเบื้องล่าง ทำให้ผาย<br>ลม ช่วยย่อยอาหาร แก่ตะคิง | กระเทียม, พริกไทย, ข่า, ตะไคร้, กระจ่าง,<br>ขิง, ดอกดีปลี, พริก, เพชรสังฆาต ฯลฯ |
|---------------|--|---|



กระเทียม



ขิง



เพชรสังฆาต



ดีปลี

**การใช้สมุนไพร ให้ได้ประโยชน์สูงสุด ต้องคำนึงถึงอะไรบ้าง**

**สิ่งที่ต้องคำนึงในการใช้พืชสมุนไพร**

๑.การใช้สมุนไพรเพื่อเป็นยา และเป็นผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สิ่งที่ต้องคำนึงถึงก็คือเรื่องของความปลอดภัย ดังที่ได้กล่าวไปแล้วก็คือ ถึงแม้จะเป็นสิ่งที่มาจากธรรมชาติ ก็เชื่อว่ารับรองได้ถึงความปลอดภัย โดยเฉพาะผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่มีการนำมาแปรรูป ซึ่งอาจมีการผสมสิ่งเติมแต่งที่ไม่ใช่สารออกฤทธิ์เข้าไป แต่ก็สามารถส่งผลกระทบต่อร่างกายได้ทั้งสิ้น

๒.การนำมาใช้เป็นยารักษาโรค หากนำมาใช้ผิดไปจากตำรับยาที่มีการศึกษากันมาแล้ว ก็อาจทำให้ไม่ได้ประสิทธิภาพตามที่ต้องการ รวมไปถึงอาจเกิดอันตรายได้ เนื่องจากสมุนไพรต่างๆ อาจออกฤทธิ์ส่งเสริม หรือหักล้างกันก็ได้ การจะใช้สมุนไพรในฐานะของยา จึงควรต้องปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านสมุนไพร หรือแพทย์แผนไทยที่ได้รับการรับรอง รวมทั้งหากจะใช้สมุนไพรเพื่อการรักษาโรคเรื้อรังร่วมกับยากแผนปัจจุบัน ก็ควรต้องปรึกษากับหมอทุกครั้ง เพื่อประเมินประโยชน์และความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นได้

## การเก็บรักษาสมุนไพร

๑. ควรเก็บยาสมุนไพรไว้ในที่แห้งและเย็น สถานที่เก็บต้องมีอากาศถ่ายเทสะดวกเพื่อขจัดความอับชื้นที่อาจจะก่อให้เกิดเชื้อราในสมุนไพรได้

๒. สมุนไพรที่จะเก็บรักษานั้นต้องแห้งไม่เปียกชื้น หากเสี่ยงต่อการขึ้นราได้ ควรนำสมุนไพรนั้นออกมาตากแดดอย่างสม่ำเสมอ

๓. ในการเก็บสมุนไพรนั้นควรแยกประเภทของสมุนไพรในการรักษาโรค เพื่อป้องกันการหยาบยาผิดซึ่งอาจจะก่อให้เกิดอันตรายได้

๔. ควรตรวจดูความเรียบร้อยในการเก็บสมุนไพรบ่อย ๆ ว่ามีสัตว์หรือแมลงต่าง ๆ เข้าไปทำลายหรือก่อความเสียหายกับสมุนไพรที่เก็บรักษาหรือไม่ ถ้ามีควรหาทางป้องกันเพื่อรักษาคุณภาพของสมุนไพร

### รายชื่อพืชสมุนไพรที่อาจสูญพันธุ์ ต้องเร่งปลูกทดแทน

| ลำดับ | ชื่อพื้นเมือง | ชื่อพฤกษศาสตร์  | ชื่อวงศ์         |
|-------|---------------|---|------------------|
| ๑     | ถั่วดินโคก    | <i>Sophora exigua</i> Craib   | FABACEAE         |
| ๒     | เทพทาโร       | <i>Cinnamomum parthenoxylon</i> (Jack) Meisn.   | LAURACEAE        |
| ๓     | มะตูมนิม      | <i>Aegle marmelos</i> (L.) Correa ex Roxb.  | RUTACEAE         |
| ๔     | มะหาด         | <i>Artocarpus lacucha</i> Roxb. ex Buch-Ham.  | MORACEAE         |
| ๕     | เร่ว          | <i>Amomum villosum</i> Lour. var. <i>xanthioides</i> (Wall. ex Baker) T. L. Wu & S. J. Chen | ZINGIBERACEAE    |
| ๖     | หัวร้อยรู     | <i>Hydnophytum formicarum</i> Jack  | RUBIACEAE        |
| ๗     | กระทุ้งนา     | <i>Mitragyna diversifolia</i> (Wall. ex G. Don) Havil.                                      | RUBIACEAE        |
| ๘     | ชันทองพญาบาท  | <i>Suregada multiflora</i> (A. Juss.) Baill.  | EUPHORBIACEAE    |
| ๙     | จุกโรหิณี     | <i>Dischidia major</i> (Vahl) Merr.   | APOCYNACEAE      |
| ๑๐    | ชะเอมไทย      | <i>Albizia myriophylla</i> Benth.   | FABACEAE         |
| ๑๑    | ชิงชี         | <i>Capparis micracantha</i> DC.   | CAPPARACEAE      |
| ๑๒    | ตับเต่า       | <i>Trivalvaria costata</i> (Hook. f. & Thomson) I. M.                                       | ANNONACEAE       |
| ๑๓    | นางแย้มป่า    | <i>Clerodendrum infortunatum</i> L.   | LAMIACEAE        |
| ๑๔    | ปลาไหลเผือก   | <i>Eurycoma longifolia</i> Jack   | SIMAROUBACEAE    |
| ๑๕    | พังคี่        | <i>Cladogynos orientalis</i> Zipp. ex Span.   | EUPHORBIACEAE    |
| ๑๖    | มะคังแดง      | <i>Dioerescis erythroclada</i> (Kurz) Tirveng.  | RUBIACEAE        |
| ๑๗    | สะค้าน        | <i>Piper wallichii</i> (Miq.) Hand.-Mazz.   | PIPERACEAE       |
| ๑๘    | สารภีป่า      | <i>Anneslea fragrans</i> Wall.  | PENTAPHYLACACEAE |



|    |               |  |                |
|----|---------------|--|----------------|
| ๑๙ | อบเชยไทย      | <i>Cinnamomum bejolghota</i> (Buch.-Ham.)<br>Sweet | LAURACEAE      |
| ๒๐ | เจียงพ้านางแอ | <i>Carallia brachiata</i> (Lour.) Merr.            | RHIZOPHORACEAE |
| ๒๑ | เถาเอ็นอ่อน   | <i>Cryptolepis dubia</i> (Burm. f.) M. R. Almeida  | APOCYNACEAE    |
| ๒๒ | เปราะหอม      | <i>Kaempferia galanga</i> L.                       | ZINGIBERACEAE  |

หมายเหตุ ที่มาของข้อมูล : กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข

### รูปภาพพืชสมุนไพรที่อาจสูญพันธุ์



ถั่วดินโคก



เจียงพ้านางแอ



หัวร้อยรู



เปราะหอม





สารภีป่า



เถาเอ็นอ่อน



มะคังแดง



กระทุมนา



สะค่าน







มะหาด



ปลาไหลเผือก



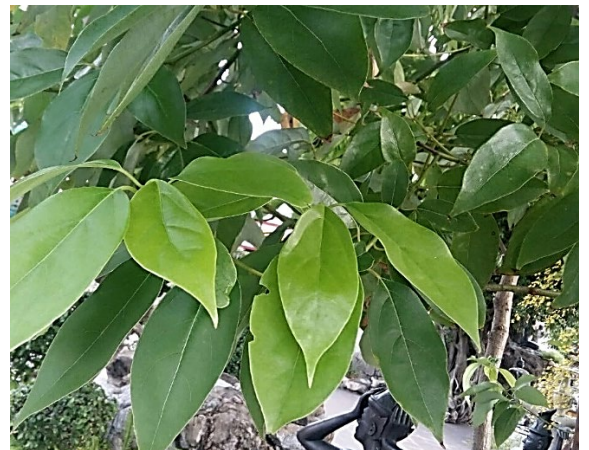
ชะเอมไทย



อบเชยไทย



ตบเต่า



เทพทาโร





จุกโรหิณี



นางแย้มป่า



เร่ว



เจตพังคี



มะตูมน้ำ



ชันทองพญาบาท

## เอกสารอ้างอิง

จำลอง เพ็งคล้าย.2552.พันธุ์พืชขนานาพรรณณในสวนสัตว์เปิดเขาเขียว.พิมพ์ครั้งที่ 1.บริษัทเวิร์ค สแควร์ จำกัด, กรุงเทพฯ.271หน้า

เต็ม สมิตินันท์.2544.ชื่อพรรณไม้แห่งประเทศไทย.พิมพ์ครั้งที่ 2. (ฉบับแก้ไขเพิ่มเติม) บริษัทประชาชน จำกัด, กรุงเทพฯ.810 หน้า

วงศ์สฤติย์ ฉั่วกุล, สมภพ ประธานธรรารักษ์, ทยา เจนจิตติกุล, และคณะ. สมุนไพรพื้นบ้านอีสาน. ใน: สมภพ ประธานธรรารักษ์, ทยา เจนจิตติกุล, ธนุชา บุญจรัส, บรรณาธิการวิชาการ. สารานุกรมสมุนไพร เล่ม 5 สมุนไพรพื้นบ้านอีสาน. กรุงเทพมหานคร, อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), 2548. 192 หน้า.

[www.th.Wikipedia.org](http://www.th.Wikipedia.org)

---