

เหมาะสำหรับเป็นหนังสือประจำครอบครัว

รักษาโรคด้วย สมุนไพร 96 ชนิด



สมุนไพรกินแล้วอายุยืน

สมุนไพรทำให้ผิวพรรณสวยงาม

สมุนไพรรักษาสุขภาพ

สมุนไพรนำมาทำเพื่อการค้าได้

เพื่อเป็นหนังสืออ้างอิง

เหมาะสำหรับห้องสมุด

รักษาโรค ด้วยสมุนไพรใกล้ตัว



...กลุ่มงานแผนไทย...

โชติอนันต์ และคณะ

คำนำสำนักพิมพ์

การใช้สมุนไพรเป็นยารักษาโรคนั้น มีมาช้านาน ตั้งแต่รุ่นปู่ย่าตาทวด แต่ได้เริ่มเปลี่ยนมาใช้การรักษาแบบแพทย์แผนปัจจุบัน นับตั้งแต่สังคมไทยได้รับเอาวัฒนธรรมและความเจริญจากต่างชาติเข้ามา จนค่อยๆ ลืมภูมิปัญญาดั้งเดิมของบรรพบุรุษที่ได้สั่งสมองค์ความรู้ต่างๆ มาเป็นเวลานาน

ในยุคปัจจุบัน ได้มีโรคภัยใหม่ๆ เกิดขึ้นมากมาย จนทำให้ผู้คนเริ่มหันมาใส่ใจในการดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น โดยเฉพาะการใช้วิธีที่เป็นธรรมชาติ อย่างเช่นสมุนไพรไทย

ดังนั้น คุณโชติอนันต์และคณะ จึงได้รวบรวมเอาสมุนไพรไทยที่เป็นประโยชน์และมีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์เรา มานำเสนอให้กับผู้ที่รักและสนใจในการดูแลสุขภาพของตนเองและคนรอบข้างได้นำไปศึกษาค้นคว้า ตลอดจนให้นักเรียน นักศึกษา สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในทางการศึกษาต่อไป

ด้วยความปรารถนาดี
สำนักพิมพ์ ดวงกลมพิบลีซิ่ง

คำนำ

สมุนไพรไทย เป็นทรัพยากรที่มีค่าอย่างหนึ่งของประเทศ วิธีการเลือกใช้สมุนไพรในการรักษาโรคของบรรพบุรุษไทยนั้นถือได้ว่าเป็นศาสตร์ที่ล้ำลึกและเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่ทรงคุณค่ายิ่ง ซึ่งนักวิทยาศาสตร์ปัจจุบันเชื่อว่า การที่มนุษย์รู้ว่าต้นไม้ใดใช้รักษาโรคใด หรือมีสรรพคุณอย่างไรมัน ได้จากการเรียนรู้ด้วยประสบการณ์และการทดลองอันยาวนานสืบต่อกันมาตั้งแต่โบราณ บางครั้งอาจอาศัยจากรูปลักษณะของพืชว่ามีลักษณะเหมือนอวัยวะใด ก็ใช้รักษาอวัยวะนั้น หรือโดยอาศัยสี หรือรสชาติ เช่น สีแดงรักษาโรคเกี่ยวกับเลือด หรือรสขมรักษาเกี่ยวกับน้ำดี เป็นต้น

สังคมไทยในปัจจุบัน ประชาชนได้หันมาให้ความสนใจในภูมิปัญญาดั้งเดิมของบรรพบุรุษมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการดูแลรักษาสุขภาพแบบพึ่งพาตนเอง โดยใช้สมุนไพรที่มีในประเทศ ดังนั้นหนังสือ รักษาโรคด้วยสมุนไพรใกล้ตัว เล่มนี้ จะกล่าวถึงพืชสมุนไพรไทยที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในทางการแพทย์แผนไทย ซึ่งถือว่ามีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตให้ปราศจากโรคภัย เนื้อหาประกอบด้วย ชื่อวงศ์ ชื่อวิทยาศาสตร์ ชื่อพื้นเมือง ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ การปลูกและขยายพันธุ์ ประโยชน์หรือคุณค่าทางยา ตลอดจนวิธีการนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์จริง อันเป็นองค์ความรู้ดั้งเดิมที่มีมาตั้งแต่โบราณกาลของบรรพบุรุษไทย

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้จะให้ความรู้ในเชิงวิชาการและสามารถนำไปใช้ปฏิบัติจริงได้ คณะผู้เขียนต้องขอขอบคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดทำหนังสือเล่มนี้ให้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดีทุกท่าน

ความดีที่เกิดจากหนังสือเล่มนี้ขอมอบให้ บิดา มารดา และครูอาจารย์
ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ ความชำนาญทั้งหลายให้กับคณะผู้เขียน หาก
มีข้อติชมเกี่ยวกับหนังสือเล่มนี้ประการใด ยินดีน้อมรับฟังด้วยความเต็มใจ
ยิ่ง เพื่อประโยชน์สูงสุดกับท่านผู้อ่านทั้งหลาย



คณะผู้เขียนและเรียบเรียง

กลุ่มงานแผนไทย

โชติอนันต์ และคณะ

ลักษณะวิสัยของสมุนไพร

- C = Climber ; หมายถึง ไม้เถา คือ พืชที่ต้องอาศัยสิ่งอื่นเป็นหลักในการเลื้อยพันเสมอ เพราะไม่สามารถทรงตัวอยู่ได้โดยลำพัง
- CrH = Creeping Herb ; หมายถึง ไม้ล้มลุกที่ลำต้นทอดคดลงไปตามดิน หิน หรือลำต้นไม้
- Ex = Exotic ; หมายถึง พันธุ์ไม้ที่มาจากต่างประเทศ
- F = Fern ; หมายถึง ผักกูดหรือเฟิน (เฟิร์น)
- G = Grass ; หมายถึง หญ้า รวมทั้งกกต่างๆ
- H = Herb ; หมายถึง ไม้ล้มลุก คือ พืชที่ไม่มีเนื้อไม้ ลำต้นไม่แข็งแรง ส่วนใหญ่มีอายุสั้น
- HC = Herbaceous Climber ; หมายถึง ไม้เถาล้มลุก
- P = Palm ; หมายถึง หมากหรือปาล์ม
- S = Shrub ; หมายถึง ไม้พุ่ม คือ พืชที่มีเนื้อไม้ และแตกกิ่งก้านสาขาในระดับใกล้กับผิวดิน ทำให้ดูเป็นกอหรือพุ่ม
- S/ST = Shrub/Shrubby Tree ; หมายถึง ไม้พุ่มกิ่งไม้ต้นขนาดเล็ก
- ST = Shrubby Tree ; หมายถึง ไม้ต้นขนาดเล็ก
- ScanS = Scandent Shrub ; ไม้พุ่มที่เลื้อยทอดลำต้นเกาะเกี่ยวขึ้นไป
- T = Tree ; หมายถึง ไม้ต้น คือ พืชที่มีเนื้อไม้มาก มีลำต้นสูงชะลูดจากพื้นดินขึ้นมาระยะหนึ่งแล้วจึงแตกกิ่งก้านสาขา
- US = Undershrub ; หมายถึง ไม้พุ่มขนาดเล็ก

ความรู้เบื้องต้น เกี่ยวกับการใช้สมุนไพรรักษาโรค

กระแสของการใช้สมุนไพร เพื่อการรักษาโรคและบำรุงร่างกาย กำลังได้รับความนิยมอย่างมาก ทั้งคนไทยและคนต่างชาติ ไม่ว่าชาติไหนในโลก ต่างก็มีความรู้ความเข้าใจ และวิธีการนำสมุนไพรในท้องถิ่นของตนมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการรักษาโรคภัยไข้เจ็บ และบำรุงร่างกาย ผู้เขียนเคยคุยกับอาจารย์ท่านหนึ่งที่มีความเชี่ยวชาญด้านสมุนไพร ท่านบอกกับผู้เขียนว่า สมุนไพรดี มีประโยชน์ แต่ต้องรู้จักใช้ และข้อสำคัญก็คือ สมุนไพรที่ดีมีประโยชน์ของคนท้องถิ่นหนึ่งหรือประเทศหนึ่ง อาจจะไม่มีความจำเป็นสำหรับอีกท้องถิ่นหนึ่ง เพราะภูมิอากาศ ถิ่นที่ปลูก สภาพแวดล้อม ความเป็นอยู่ ย่อมจะเป็นตัวกำหนดสรรพคุณของสมุนไพรนั้น เพื่อความเหมาะสมของคนอาศัยอยู่ในท้องถิ่นนั้น

ดังนั้น ผู้เขียนจึงอยากจะบอกว่า สมุนไพรนั้นเป็นเสมือนดาบสองคม ถ้าใช้เป็นจะเป็นประโยชน์ ถ้าใช้ไม่ถูกก็เป็นโทษ

สำหรับคนไทย เราก็คงทราบกันดีอยู่แล้วว่า บ้านเรานั้นมีสมุนไพรมากมาย มากเสียจนต่างชาติก็ให้ความสนใจ ที่จะได้มาเป็นเจ้าของ ถึงกับมีการจดลิขสิทธิ์พืชสมุนไพรหลายชนิดเป็นของตัวเอง ทั้งๆ ที่ประเทศนั้นหรือชาตินั้น หาริมีต้นสมุนไพรเหล่านั้นขึ้นอยู่ในประเทศของตน

ก่อนที่จะเรามาทำความรู้จักพืชสมุนไพร เราจะต้องทำความเข้าใจเสียก่อนว่า สมุนไพรนั้นเป็นพืช เติบโตขึ้นในป่า เมื่อบรรพบุรุษพวกเราได้มีการประสบการณ์จากการใช้สมุนไพร เห็นคุณค่าและประโยชน์ จึงได้นำมาปลูกไว้ใกล้ถิ่นที่อยู่อาศัย เพื่อสะดวกในการเก็บใช้ในยามจำเป็น จากการสังเกต

ของคนโบราณ ก็ได้เรียนรู้ว่า คุณค่าของสมุนไพรนั้น ย่อมแตกต่างกันตาม ฤดูกาลและตามอายุของความเจริญเติบโต แต่โรคภัยไข้เจ็บย่อมเกิดขึ้นได้ โดยไม่จำกัดฤดูกาลหรือเวลา จึงได้เกิดการเรียนรู้ของการใช้สมุนไพรแบบสด และการเก็บรักษาเพื่อใช้ในกรณีจำเป็น โดยการนำมาตากให้แห้ง และก็ได้เรียนรู้ถึงปริมาณการใช้ระหว่างแบบสดกับแบบตากแห้งว่า ควรมีปริมาณเท่าไร เพื่อให้ได้ผลเท่ากันหรือใกล้เคียงกัน และนี่ก็คือบทเรียนที่เราได้เรียนรู้ จากคนสมัยโบราณถึงความเป็นคนช่างสังเกต จดจำ ในการนำเอาสมุนไพร มาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ดังนั้นถ้าเราจะนำสมุนไพรมาใช้รักษาโรคให้กับ ตัวเรา เราก็ต้องเป็นคนช่างสังเกตที่ตัวเราว่า เมื่อใช้ไปแล้ว มีอาการเป็น อย่างไรบ้างและต้องจำไว้ว่า สมุนไพรถ้าใช้ถูกก็จะได้ประโยชน์ ถ้าใช้ไม่ถูกก็ อาจให้โทษได้

เราต้องเรียนรู้อะไรบ้างในการนำสมุนไพรมาเป็นยารักษาโรค

สมุนไพรดีจะนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด มีสิ่งที่จะต้องจำไว้คือ

1. ระยะเวลาปลูก ต้นสมุนไพรที่อ่อนและแก่ ย่อมมีสรรพคุณแตกต่างกันไป จึงอ่อนกับชิงแก่รสชาติก็ต้องแตกต่างกัน เช่นเดียวกับสรรพคุณทางสมุนไพร ย่อมมีระยะเวลาการปลูก เราจะได้รู้ได้ด้วยการสังเกต จากราก ต้น ใบ ดอก และผล ซึ่งทั้ง 5 อย่างนี้ ทางสมุนไพรเรียกว่า “ทั้งห้า” ซึ่งสมุนไพรแต่ละชนิด ย่อมมีระยะเวลาเจริญเติบโตที่แตกต่างกัน

2. ฤดูกาล ฤดูกาลก็เป็นอีกตัวที่กำหนดสรรพคุณ และความอุดมสมบูรณ์ของสมุนไพร ยกตัวอย่างเช่น น้ำผึ้งที่เป็นตัวประกอบสำคัญตัวหนึ่ง ในการเข้าลูกกลอน น้ำผึ้งเดือนห้าย่อมมีคุณค่าหรือสรรพคุณดีกว่าน้ำผึ้งเดือนอื่นๆ เพราะเดือนห้าเป็นเดือนที่แล้งไม่มีฝน ทำให้น้ำผึ้งมีคุณค่ามากกว่าและสิ่งสำคัญอีกข้อที่จะลืมไม่ได้ เช่น สมุนไพรบางตัวถ้าเก็บนอกฤดูกาลแล้ว อาจจะเป็นพิษก็ได้ ซึ่งผู้ที่สนใจต้นสมุนไพรจะต้องศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมเอาเอง

ผู้เชี่ยวชาญสมุนไพรบางท่านยังพิถีพิถัน กระทั่งวันเวลาที่เก็บ และ ถิ่นอาศัยมากกว่านั้น ก็เอาทิศมาเป็นตัวกำหนดในการเก็บยาอีกด้วย ฉะนั้น จึงอย่าแปลกใจ ที่เห็นสมุนไพรบางตัวมีราคาแพงมาก เพราะเขาเอาทิศ วัน เวลา ที่เก็บมาเป็นตัวกำหนด ใบชาบางชนิดที่มีราคาแพงมาก ก็เอา วิธีการเก็บโดยเอาเดือน เวลาที่เก็บมาเป็นตัวกำหนด เช่น เก็บตอนเช้าใน ฤดูใบไม้ผลิ ก่อนน้ำค้างแห้งหรือก่อนดวงอาทิตย์ขึ้น และต้องผ่านขั้นตอน ประุงให้แล้วก่อนเที่ยงวัน เป็นต้น

คำที่ควรจะทราบในการเรียนรู้เกี่ยวกับสมุนไพร

ใบพลูลาด	หมายถึง ใบไม้ที่จวนแก่
ทั้งห้า	หมายถึง ส่วนราก ต้น ใบ ดอก และผล
ยาทั้งห้า	หมายถึง การเก็บยา พืชชนิดเดียวกัน แต่เอาของ 5 อย่าง ในต้น คือ ราก แก่น เปลือก ใบ ดอก และผล มาประกอบ เข้าเป็นตัวยา
เหล้า	หมายถึง เหล้าโรง (28 ดีกรี) ไม่ใช่วิสกี้ หรือบรันดี
น้ำปูนใส	หมายถึง การนำปูนที่ติดกับหมากมาละลายในน้ำสะอาด ทิ้งไว้ให้ตกตะกอนและรินเอาน้ำใสมาใช้
ต้มดื่ม	หมายถึง เอาตัวยาใส่น้ำพอประมาณ โดยทั่วไป 3 ถ้วยตวง และต้มเคี่ยวให้เหลือ 1 ถ้วยตวง และเอามาดื่ม
ชงน้ำดื่ม	หมายถึง ใช้น้ำเดือดเทลงในยาหรือสมุนไพร ทิ้งไว้สักครู่แล้ว จึงนำมาดื่ม
1 กำมือ	คือ ปริมาณที่ใช้หนึ่งมือหยิบ
1 กอบมือ	คือ ปริมาณที่ใช้สองมือกอบ
1 ถ้วยแก้ว	มีปริมาณเท่ากับ 250 มิลลิกรัม
1 ถ้วยชา	มีปริมาณเท่ากับ 75 มิลลิกรัม
1 ช้อนโต๊ะ	มีปริมาณเท่ากับ 15 มิลลิกรัม

1 ช้อนคว่ำ มีปริมาณเท่ากับ 8 มิลลิกรัม

1 ช้อนชา มีปริมาณเท่ากับ 5 มิลลิกรัม

การเก็บสมุนไพร

ทุกคนที่สนใจสมุนไพร จะต้องมีการปลูกสมุนไพรไว้ที่บ้านหรือในสวน ดังนั้น เราควรจะต้องทราบว่า สมุนไพรที่ปลูกนั้นจะเก็บนำมาใช้ได้เมื่อไหร่ ผู้เขียนอยากจะให้แนวทางไว้ดังนี้

ผลหรือเมล็ด ผู้ที่สนใจจะต้องรู้ว่า ผลหรือเมล็ดของสมุนไพร จะมีสรรพคุณต่างกัน ในช่วงผลสุกหรือยังไม่สุก หรือแก่จัดหรือยังอ่อนอยู่ ซึ่งสามารถเรียนรู้ได้จากสมุนไพรชนิดต่างๆ

ดอก สมุนไพรบางชนิดจะต้องเก็บตอนดอกบาน บางชนิดก็เก็บตอนดอกตูม

สารบัญ

1. กกเรียงกา	Cyperus involucratus Rottb.	1
	Cyperus alternifolius L.subsp. flabelliformis (Rottb.) Kuk.	
2. กระชาย	Boesenbergia rotunda (L.) Mansf.	4
	Boesenbergia pandurata (Roxb.) Schltr.	
	Kaempferia pandurata Roxb.	
3. กระดังงาสงขลา	Cananga odorata (Lam.) Hook.f. & Thomson var. fruticosa (Craib) Corner	8
4. กระดาดดำ	Alocasia macrorrhizos (L.) G.Don	12
	Alocasia macrorrhizos (L.) G.Don. var. metallica Schott	
	Alocasia indica (Lour.) Schott	
5. กระตู่ไก่ดำ	Justicia gendarussa Burm. f.	15
	Justicia vulgaris Nees	
6. กระถินไทย	Leucaena leucocephala (Lam.) de Wit	18
	Leucaena glauca (Willd.) Benth.	

7. กระท้อน	Sandoricum koetjape (Burm.f.) Merr.	22
	Sandoricum indicum Cav.	
8. กระทุงหมาบ้า	Dregea volubilis (L.f.) Hook.f.	25
9. กระบือเจ็ดตัว	Excoecaria cochinchinensis	28
	Lour. var. cochinchinensis	
	Excoecaria bicolor (Hassk.)	
	Zoll. ex Hassk.	
10. กระวาน	Amomum testaceum Ridl.	31
	Amomum krevanh Pierre	
	ex Gagnep.	
11. กฤษณา	Aquilaria malaccensis Lam.	34
	Aquilaria agallocha Roxb.	
12. กลอย	Dioscorea hispida	37
	Dennst. var. hispida	
13. กะทกรก	Passiflora foetida L.	40
14. กานพลู	Syzygium aromaticum (L.)	43
	Merr. & L.M.Perry	
15. การบูร	Cinnamomum camphora	46
	(L.) J. Presl	
16. การเวก	Artabotrys siamensis Miq.	49
17. กาลหลง	Bauhinia acuminata L.	51
18. กำจัด	Zanthoxylum limonella	54
	(Dennst.) Alston	
19. กำลังเสือโคร่ง	Betula almoides	57
	Buch.-Ham. ex G.Don.	

20. กุ่มน้ำ	<i>Crateva magna</i> (Lour.) DC.	60
	<i>Crateva hygrophila</i> Kurz	
	<i>Crateva nurvala</i> Buch.-Ham.	
21. กุยช่าย	<i>Allium tuberosum</i> Roxb.	64
22. โกรฐจุฬาลัมพา	<i>Artemisia vulgaris</i> L. var.	67
	<i>indica</i> Maxim.	
	<i>Artemisia dubia</i> Wall. ex Besser	
23. โกสน	<i>Codiaeum variegatum</i> Blume	70
24. ขมิ้นชัน	<i>Curcuma longa</i> L.	73
25. ขมิ้นดำ	<i>Curcuma amarissima</i> Roscoe	76
26. ช่อย	<i>Streblus asper</i> Lour.	78
27. ชัดมอน	<i>Sida rhombifolia</i> L.	81
28. ช่า	<i>Alpinia galanga</i> (L.) Wild.	83
29. ชิง	<i>Zigiber officinale</i> Roscoe.	86
30. ขึ้นฉ่าย	<i>Apium graveolens</i> L.	90
31. เข็ม	<i>Ixora finlaysoniana</i> Wall. ex G. Don	93
32. คำตายหงายเป็น	<i>Kalanchoe pinnata</i> (Lam.) Pers.	96
33. คันทรง	<i>Colubrina asiatica</i> L. ex Brongn.	99
34. คำไทย	<i>Bixa orellana</i> L.	101
35. แค	<i>Sesbania grandiflora</i> (L.) Desv.	104
36. จันทน์แดง	<i>Dracaena loureiri</i> Gagnep.	108
37. จามจุรี	<i>Samanea saman</i> (Jacq.) Merr.	111
38. จำปา	<i>Michelia champaca</i> L.	114
39. เจตมูลเพลิงแดง	<i>Plumbago indica</i> L.	118
	<i>Plumbago rosea</i> L.	

40. ชบา	<i>Hibiscus rosa-sinensis</i> L.	121
41. ดาหลา	<i>Etlingera elatior</i> (Jack) R.M.Sm.	124
	<i>Nicolaia elatior</i> (Jack) R.M.Sm.	
42. ดาวเรือง	<i>Tagetes erecta</i> L.	126
43. เด็อย	<i>Coix lachryma-jobi</i> L. var.	129
	<i>lachry-jobi</i>	
44. ดรีชวา	<i>Clerodendrum serratum</i>	131
	(L.) Moon var <i>wallichii</i> C.B.Clarke	
45. ตะขบ	<i>Muntingia calabura</i> L.	134
46. ตะขบหิน	<i>Muehlenbeckia platyclada</i>	137
	(F.Muell.) Meisn.	
47. ตะไคร้หอม	<i>Cymbopogon nardus</i> Rendle	140
48. ตีนเป็ด	<i>Alstonia scholaris</i> (L.) R.Br.	142
49. เตยหอม	<i>Pandanus amaryllifolius</i> Roxb.	146
50. เต่าเกียด	<i>Homalomena aromatica</i> Schott.	149
51. ถั่วฝักยาว	<i>Vigna unguiculata</i> (L.)	152
	Walp. subsp. <i>sesquipedalis</i>	
	(L.) Verdc.	
52. ถั่วพู	<i>Psophocarpus tetragonolobus</i>	155
	(L.) DC.	
53. ทองกวาว	<i>Butea monosperma</i> (Lam.) Taub.	158
	<i>Butea frondosa</i> Willd.	
54. ทองพันชั่ง	<i>Rhinacanthus nasutus</i> (L.) Kurz	161
	<i>Rhinacanthus communis</i> Nees	
55. ทานตะวัน	<i>Helianthus annuus</i> L.	164

56. โทงเทง	Physalis angulata L.	167
57. ธรณีสาร	Phyllanthus pulcher Wall. ex Muell.Arg. Phyllanthodendron pulcher Wall. Ex Mull.Arg.	170
58. น้ำมันราชสีห์	Euphorbia hirta L.	173
59. เนระพูสีไทย	Tacca chantrieri Andre'	176
60. บอระเพ็ด	Tinospora crispa (L.) Hook.f. et Thomson	179
61. บานบุรี	Allamanda cathartica L.	182
62. บานไม่รู้โรย	Gomphrena globosa L.	184
63. บานเย็น	Mirabilis jalapa L.	187
64. บุ๊ก	Amorphophallus paeoniifolius (Dennst.) Nicolson Amorphophallus campanulatus (Roxb.) Blume ex Decne Amorphophallus rex Prain ex Hook.f.	190
65. ใบเงิน	Graptophyllum pictum (L.) Griff. Pseuderanthemum atropurpureum Radlk.	193
66. ใบระบาท	Argyreia nervosa (Burm.f.) Bojer Argyreia speciosa (L.f.) Sweet	196
67. ป๊อบ	Millingtonia hortensis L.f.	199
68. ผักกาดกวาดตั้ง	Brassica chinensis L. var. parachinensis Tsen & Lee	202
69. ผักกาดน้ำ	Plantago major L.	204

70. ผักกูด	<i>Diplazium esculentum</i> (Retz.) Sw.	207
71. ผักขมหนาม	<i>Amaranthus spinosus</i> L.	210
72. ผักชีล้อม	<i>Oenanthe javanica</i> (Blume) DC.	213
	<i>Oenanthe stolonifera</i> (Roxb.) DC.	
73. ผักปลั่ง	<i>Basella rubra</i> L.	215
	<i>Basella alba</i> L.	
74. ผักแปม	<i>Eleutherococcus trifolius</i> (L.) S.Y.Hu	219
75. ผักแว่น	<i>Marsilea crenata</i> C.Presl	221
76. ฝาง	<i>Caesalpinia sappan</i> L.	223
77. ฝิ่นต้น	<i>Jatropha multifida</i> L.	226
78. พญาไร้ใบ	<i>Euphorbia tirucalli</i> L.	229
79. พยับเมฆ	<i>Orthosiphon aristatus</i> Miq.	232
	<i>Orthosiphon grandiflorus</i> Bold.	
80. พลับพลึง	<i>Crinum amabile</i> Don (พลับพลึงดอกแดง)	235
	<i>Crinum asisticum</i> L. (พลับพลึงดอกขาว)	
81. พลุ	<i>Piper betle</i> L.	239
82. พลุขาว	<i>Houttuynia cordata</i> Thumb.	242
83. พิกุล	<i>Minusops elengi</i> L.	245
	<i>Minusops elengi</i> L. var	
	<i>parvifolia</i> (R.Br.) H.J.Lam.	
84. พิมเสนต้น	<i>Pogostemon cablin</i> (Blanco) Benth.	248
85. พุด	<i>Tabernaemontana divaricata</i> (L.)	251
	R.Br.ex Roem.& Schult.	
86. พุดซ้อน	<i>Gardenia augusta</i> (L.) Merr.	254
	<i>Gardenia jasminoides</i> J.Ellis	
87. พุดตาน	<i>Hibiscus mutabilis</i> L.	257

88. พุทธรักษา	<i>Canna indica</i> L.	260
	<i>Canna orientalis</i> Roscoe.	
89. พุทรา	<i>Ziziphus mauritiana</i> Lam.	263
90. เพชรสังฆาต	<i>Cissus quadrangularis</i> L.	266
91. แพงพวย	<i>Catharanthus roseus</i> (L.) G.Don	269
92. มหาหงส์	<i>Hedychium coronarium</i> J.Konig	272
93. มะกอก	<i>Spondias pinnata</i> (L.f.) Kurz	275
94. มะเขือพวง	<i>Solanum torvum</i> Sw.	278
95. มะเขือยาว	<i>Solanum melongena</i> L.	281
96. มะเดื่ออุทุมพร	<i>Ficus racemosa</i> L.	284
97. มะปราง	<i>Bouea macrophylla</i> Griff.	287
98. มะเฟือง	<i>Averrhoa carambola</i> L.	290
99. มะม่วง	<i>Mangifera indica</i> L.	293
100. มะยม	<i>Phyllanthus acidus</i> (L.) Skeels	296
	<i>Phyllanthodendron acidus</i> (L.) Skeels	
101. มะรุม	<i>Moringa oleifera</i> Lam.	300
102. มะละกอ	<i>Carica papaya</i> L.	303
103. มะแว้งเครือ	<i>Solanum trilobatum</i> L.	307
104. มะหาด	<i>Artocarpus lacucha</i> Roxb.	310
	<i>Artocarpus lakoocha</i> Roxb.	
105. มันเทศ	<i>Ipomoea batatas</i> (L.) Lam.	313
106. ไมก้าน	<i>Wrightia religiosa</i> Benth. ex Kurz	316
107. รัก	<i>Calotropis gigantea</i> (L.)	318
	<i>Dryaner</i> ex W.T.Aiton	
108. ราชพฤกษ์	<i>Cassia fistula</i> L.	321

109. ราชวาวี	<i>Buddleja paniculata</i> Wall.	324
110. ราตรี	<i>Cestrum nocturnum</i> L.	326
111. เร่ว	<i>Amomum villosum</i> Lour. var. <i>xanthioides</i> (Wall. ex Baker) T.L. Wu & S.Chen <i>Amomum xanthioides</i> Wall. ex Baker	328
112. ละหุ่ง	<i>Ricinus communis</i> L.	331
113. ลั่นทม	<i>Plumeria obtusa</i> L.	334
114. ลิ้นมังกร	<i>Sansevieria trifasciata</i> Prain var. <i>trifasciata</i>	337
115. เล็บมือนาง	<i>Quisqualis indica</i> L.	340
116. ว่านกีบแรด	<i>Angiopteris evecta</i> (G.Forst) Hoffm.	342
117. ว่านงาช้าง	<i>Sansevieria cylindrica</i> Bojer	344
118. ว่านนางคำ	<i>Curcuma aromatica</i> Salisb.	347
119. ว่านไพล	<i>Zingiber montanum</i> (Koeing) Link ex Dietr. <i>Zingiber purpureum</i> Roscoe.	350
120. ว่านสิงหโมรา	<i>Cyrtosperma johnstoni</i> N.E.Br.	353
121. ว่านหอมแดง	<i>Eleutherine americana</i> (Aubl.) Merr.	356
122. ว่านหอยแครง	<i>Tradescantia spathacea</i> Stearn <i>Rhoeo spathacea</i> Stearn	359
123. สนสามใบ	<i>Pinus kesiya</i> Royle ex Gordon <i>Pinus khasya</i> Royle	362
124. ส้มเช้า	<i>Euphorbia nerifolia</i> L. <i>Euphorbia ligularia</i> Roxb.	364

125. ส้มป่อย	<i>Acacia concinna</i> (Willd.) DC.	367
126. ส้มโอ	<i>Citrus maxima</i> (Burm.f.) Merr.	370
127. สลอบด	<i>Elaeagnus latifolia</i> L.	373
128. สะค้าน	<i>Piper interruptum</i> Opiz	375
129. สัก	<i>Tectona grandis</i> L.f.	378
130. สันขว้าหอม	<i>Eupatorium stoechadosmum</i> Hance	380
131. สาบเสือ	<i>Chromolaena odoratum</i> (L.) R.M.King & H.Rob.	383
132. สายน้ำผึ้ง	<i>Lonicera japonica</i> Thunb.	386
133. สายหยุด	<i>Desmos chinensis</i> Lour.	388
134. เสลดพังพอน	<i>Barleria lupulina</i> Lindl.	390
135. เสี้ยวดอกแดง	<i>Bauhinia purpurea</i> L.	393
136. แสยก	<i>Pedilanthus tithymaloides</i> (L.) Polt.	396
137. โสน	<i>Sesbania javanica</i> Miq. <i>Sesbania roxburghii</i> Merr.	399
138. หงอนไก่	<i>Celosia argentea</i> L.	402
139. หญ้าวงช้าง	<i>Heliotropium indicum</i> L. R. Br.	406
140. หญ้าพันงูเขียว	<i>Stachytarpheta jamaicensis</i> (L.) Vahl <i>Stachytarpheta indica</i> (L.) Vahl	409
141. หมากผู้หมากเมีย	<i>Cordyline fruticosa</i> (L.) Gopp. <i>Cordyline terminalis</i> Kunth	412
142. หว้า	<i>Syzygium cumini</i> (L.) Skeels	415
143. หางนกยูง	<i>Caesalpinia pulcherrima</i> (L.) Sw.	418

144. หูเสือ	Plectranthus amoinicus (Lour.) Spreng.	421
	Coleus amoinicus (Lour.) Spreng.	
145. เหงือกปลาหมอ	Acanthus ebracteatus Vahl	424
	Acanthus ilicifolius L.	
	Acanthus ilicifolius L. var intergrifolia T.Anderson	
146. โหระพา	Ocimum basilicum L.	427
147. โหระพาช้าง	Ocimum gratissimum L.	431
148. อ้อยแดง	Saccharum sinense Roxb	434
149. อัญชัน	Clitoria ternatea L.	437
150. เอื้องหมายนา	Costus speciosus (Koen.) Sm.	440
ภาพประกอบสมุนไพร		443-483

เหมาะสำหรับเป็นหนังสือประจำครอบครัว

กระแสของการใช้สมุนไพร ปัจจุบันได้รับความนิยมมาก

แต่หนังสือเล่มนี้ได้บอกถึงสมุนไพรดี และสมุนไพรให้โทษ

เพื่อจะได้เลือกใช้ให้ถูกต้อง

และเพื่อเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย

