

ป่วยอ่านได้ ไม่ป่วยอ่านดี

รักษาโรคด้วย สมุนไพรใกล้ตัว

เล่ม 2



ดวงกมลพับลิชชิ่ง
นำเสนอหนังสือดี มีคุณภาพ

e-BOOK

โซติออนไลน์ และคณะ

รักษาโรคด้วยสมุนไพรไทย

เล่ม ๓



โชติอนันต์ และคณะ

(กลุ่มอนุรักษ์แพทย์แผนไทย)

การดำเนินชีวิตในยุคปัจจุบันเป็นที่ทราบกันดีว่ามีความเสี่ยงและอันตรายอยู่รอบด้าน ไม่ว่าจะเป็นอาหารการกิน มลพิษต่างๆ ที่อยู่รอบตัวเรา เรื่องสุขภาพก็สำคัญเป็นอย่างมาก เพราะหากเกิดโรคภัยอันตรายขึ้นแล้ว คงจะหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่จะต้องทำการรักษา และในการนำสมุนไพรที่อยู่รอบๆ ตัวเรามาใช้ในการรักษาโรคต่างๆ นั้นก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่ได้รับการยอมรับเป็นอย่างมาก

หนังสือเล่มนี้ จึงได้รวบรวมสมุนไพรไทยที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ทางการแพทย์ได้จริง ซึ่งเป็นภูมิปัญญาดั้งเดิมของคนไทย ที่ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญเหล่านี้ และถ่ายทอดให้คนรุ่นหลังสืบทอดต่อไป

ด้วยรักและปรารถนาดี
สำนักพิมพ์ดวงกมลพับลิชชิง

สมุนไพรไทย เป็นทรัพยากรที่มีค่าอย่างหนึ่งของประเทศ วิธีการเลือกใช้สมุนไพรในการรักษาโรคของบรรพบุรุษไทยนั้นถือได้ว่าเป็นศาสตร์ที่ล้ำลึกและเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่ทรงคุณค่ายิ่ง ซึ่งนักวิทยาศาสตร์ปัจจุบันเชื่อว่า การที่มนุษย์รู้ว่าต้นไม้ใดใช้รักษาโรคใด มีสรรพคุณอย่างไรนั้น ได้จากการเรียนรู้ด้วยประสบการณ์และการทดลองอันยาวนานสืบทอดกันมาตั้งแต่โบราณ บางครั้งอาจอาศัยจากรูปลักษณะของพืชว่ามีลักษณะเหมือนอวัยวะใด ก็ใช้รักษาอวัยวะนั้น หรือโดยอาศัยสี หรือรสชาติ เช่น สีแดงรักษาโรคเกี่ยวกับเลือด หรือรสขมรักษาเกี่ยวกับน้ำดี เป็นต้น

สังคมไทยในปัจจุบัน ประชาชนได้หันมาให้ความสนใจในภูมิปัญญาดั้งเดิมของบรรพบุรุษมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการดูแลสุขภาพแบบพึ่งพาตนเองโดยใช้สมุนไพรที่มีในประเทศ ดังนั้นหนังสือ **รักษาโรคด้วยสมุนไพรใกล้ตัว เล่มที่ ๒** เล่มนี้ เป็นเล่มที่ต่อเนื่องมาจากหนังสือ **รักษาโรคด้วยสมุนไพรใกล้ตัว เล่มที่ ๑** ซึ่งกล่าวถึงพืชสมุนไพรไทยที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ทางการแพทย์แผนไทย ถือว่ามีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตให้ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ เนื้อหาประกอบด้วย ชื่อวงศ์ ชื่อวิทยาศาสตร์ ชื่อสามัญ-ทางการค้า ชื่อพื้นเมือง ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ นิเวศวิทยา การปลูก และขยายพันธุ์ ประโยชน์หรือสรรพคุณทางตำรายา ตลอดจนวิธีการนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์จริง อันเป็นองค์ความรู้ดั้งเดิมที่มีมาตั้งแต่โบราณกาลของบรรพบุรุษไทย

คณะผู้เขียนต้องขอขอบคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดทำหนังสือเล่มนี้ ให้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดีทุกท่าน ตลอดจนสำนักพิมพ์ดวงกมลพับลิชชิง (The Knowledge Center) ที่ให้โอกาสในการเผยแพร่ข้อมูลที่จะเป็นประโยชน์ต่อสังคม และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จะเกิดประโยชน์สูงสุดกับผู้ที่ต้องการศึกษาเกี่ยวกับสมุนไพรไทย ตลอดจนผู้ที่มีความสนใจในเรื่องของเภสัชกรรมแผนไทยทั้งหลายได้เป็นอย่างดี ความดีที่เกิดจากหนังสือเล่มนี้ขอมอบให้ บิดา มารดา และครูอาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ ความชำนาญทั้งหลายให้กับคณะผู้เขียน คณะผู้เขียนยินดีรับฟังข้อเสนอแนะและคำติชมเพื่อการพัฒนาที่ก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับท่านผู้อ่าน

โทร. ๐๘-๙๕๕๒-๘๓๓๓



โชติอนันต์ และคณะ

หลักเบื้องต้นในการใช้สมุนไพร		๑
ลักษณะวิสัยของพืช		๑๐
๑. กระเจี๊ยบมอญ	<i>Abelmoschus esculentus</i> (L.) Moench	๑๑
๒. กระแจะ	<i>Naringi crenulata</i> (Roxb.) Nicolson	๑๔
๓. กระดังงาไทย	<i>Cananga odorata</i> (Lam.) Hook.f. & Thomson var. <i>odorata</i>	๑๗
๔. กระดาดเขียว	<i>Alocasia macorrhivos</i> (L.) G.Dom <i>Alocasia macrorrhizos</i> (L.) G.Don. var. <i>metallica</i> Schott <i>Alocasia indica</i> (Lour.) Schott	๒๐
๕. กระโดน	<i>Careya sphaerica</i> Roxb. <i>Careya arborea</i> Roxb.	๒๓
๖. กระท่อมเลือด	<i>Stephania venosa</i> (Blume) Spreng.	๒๖
๗. กระทิง	<i>Calophyllum inophyllum</i> L.	๒๙
๘. กระทุงลาย	<i>Celastrus paniculata</i> Willd.	๓๒
๙. กระทุ่ม	<i>Anthocephalus chinensis</i> (Lam.) A.Rich ex Walp. <i>Neolamarckia cadamba</i> (Roxb.) Bosser	๓๕
๑๐. กระบก	<i>Irvingia malayana</i> Oliv. ex A. W.Benn.	๓๘

๑๑. กระพี้เขาควาย	Dalbergia cultrata Graham ex Benth.	๔๑
๑๒. กิ่งกล่อม	Polyathia suberosa (Roxb.) Thwaites	๔๔
๑๓. กวาวเครือขาว	Pueraria candollei Wall. ex Benth. var. mirifica (Airy shaw & Suvat.) Niyomdham Pueraria mirifica Airy Shaw & Suvat.	๔๗
๑๔. กะเจียน	Polyalthia cerasoides (Roxb.) Benth. ex Bedd.	๕๐
๑๕. กะตังใบ	Leea indica (Burm.f.) Merr. Leea expansa Craib Leea gigantea Griff. Leea javanica King	๕๓
๑๖. กันเกรา	Fagraea fragrans Roxb.	๕๖
๑๗. กาแฟ	Coffea canephora Pierre ex A.Froehner Coffea robusta L.	๖๐
๑๘. ก้ามปูหลุด	Tradescantia zebrina Loudon Zebrina pendula Schnizl.	๖๓
๑๙. กำแพงเจ็ดชั้น	Salacia chinensis L. Salacia latifolia Wall. Salacia prinoidea DC. Salacia socia Craib	๖๖

๒๐. กำลั้งช้างเผือก	Hiptage benghalensis (L.) Kurz subsp. benghalensis	๖๙
๒๑. กุหลาบมอญ	Rosa damascena Mill.	๗๒
๒๒. เกด	Manilkara hexandra (Roxb.) Dubard	๗๕
๒๓. เก๊กฮวย	Chrysanthemum morifolium Ramat.	๗๘
๒๔. เก็ดปลาช่อน	Phyllodium pulchellum (L.) Desv.	๘๑
๒๕. เกาลัด	Sterculia monosperma Vent. Sterculia nobilis (Salisb) Sm.	๘๔
๒๖. แก้วแล	Maclura cochinchinensis (Lour.) Corner	๘๗
๒๗. แก้วเจ้าจอม	Guaiacum officinale L.	๙๐
๒๘. โกโก้	Theobroma cacao L.	๙๓
๒๙. ขจร	Telosma minor Craib	๙๖
๓๐. ขอบชะนาง	Pouzolzia Pentandra (Roxb.) Benn.	๙๙
๓๑. ขึ้นทองพญาบาท	Suregada multiflorum (A.Juss.) Baill.	๑๐๒
๓๒. ขี้เหล็กอเมริกัน	Senna spectabilis (DC.) Irwin & Barneby Cassia spectabilis DC.	๑๐๕
๓๓. เขยต่าย	Glycosmis pentaphylla (Retz.) DC.	๑๐๗

๓๔. ไข่เน่า	<i>Vitex glabrata</i> R.Br.	๑๑๐
๓๕. คงคาเดือด	<i>Arfeuillea arborescens</i> Pierre	๑๑๓
๓๖. คนทา	<i>Harrisonia perforata</i> (Blanco) Merr.	๑๑๕
๓๗. คนทีสอ	<i>Vitex trifolia</i> L.	๑๑๘
๓๘. คนทีเขมา	<i>Vitex negundo</i> L.	๑๒๑
๓๙. คอนสวรรค์	<i>Ipomoea quamoclit</i> L.	๑๒๔
๔๐. คัดเค้า	<i>Oxyceros horridus</i> Lour. <i>Randia siamensis</i> Craib	๑๒๖
๔๑. คำฝอย	<i>Carthamus tinctorius</i> L.	๑๒๙
๔๒. คำมอกหลวง	<i>Gardenia sootepensis</i> Hutch.	๑๓๒
๔๓. เครือออน	<i>Congea tomentosa</i> Roxb.	๑๓๔
๔๔. แควหางคำ	<i>Markhamia stipulata</i> Seem. var. <i>kerrii</i> Sprague	๑๓๗
๔๕. โศกกระออม	<i>Cardiospermum halicacabum</i> L.	๑๔๐
๔๖. โศกลาน	<i>Anamirta cocculus</i> (L.) Wight & Arn.	๑๔๓
๔๗. ไคร้ย้อย	<i>Elaeocarpus grandiflorus</i> Sm.	๑๔๖
๔๘. งา	<i>Sesamum orientale</i> L. <i>Sesamum indicum</i> L.	๑๔๘
๔๙. จีว	<i>Bombax ceiba</i> L. <i>Bombax malabaricum</i> DC.	๑๕๑
๕๐. จอก	<i>Pistia stratiotes</i> L.	๑๕๔
๕๑. จัน	<i>Diospyros decandra</i> Lour.	๑๕๗
๕๒. จันทน์กะพ้อ	<i>Vatica diospyroides</i> Symington	๑๖๐

๕๓. จันทน์ชะมด	Mansonia gagei J.R.Drumm. ex Prain	๑๖๒
๕๔. จิกนม	Barringtonia macrostachya Kurz	๑๖๕
๕๕. จิกนา	Barringtonia acutangula (L.) Gaertn.	๑๖๗
๕๖. จิกสวน	Barringtonia racemosa (L.) Spreng.	๑๗๐
๕๗. เจตมูลเพลิงขาว	Plumbago zeylanica L.	๑๗๓
๕๘. ช้อยช้างรำ	Codariocalyx motorius (Houtt.) Ohashi	๑๗๖
๕๙. ชะมดต้น	Abelmoschus moschatus Medik. subsp. moschatus Hibiscus abelmoschus (Medik.) Salisb.	๑๗๙
๖๐. ชะมวง	Garcinia cowa Roxb. ex DC.	๑๘๑
๖๑. ชะเอม	Myriopteron extensum (Wight) K.Schum.	๑๘๓
๖๒. ชะเอมไทย	Albizia myriophylla Benth.	๑๘๕
๖๓. ช้าแป้น	Callicarpa arborea Roxb.	๑๘๘
๖๔. ช้าเลือด	Caesalpinia mimosoides Lam.	๑๙๐
๖๕. ชำมะนาด	Vallaris glabra (L.) Kuntze	๑๙๓
๖๖. ชิงช้าชาลี	Tinospora baenzigeri Forman	๑๙๕
๖๗. ช้องแมว	Gmelina philippensis Cham.	๑๙๘
๖๘. แดง	Xylia xylocarpa (Roxb.) Taub. var. kerrii	๒๐๑

	(Craib & Hutch.) I.C. Nielsen	
	<i>Xylia kerrii</i> Craib & Hutch.	
๖๙. โตไม่รู้ล้ม	<i>Elephantopus scaber</i> L.	๒๐๔
๗๐. ดอกแตก	<i>Baliospermum solanifolium</i>	๒๐๗
	(Burm.) Suresh	
	<i>Baliospermum montanum</i>	
	(Willd.) Mull.Arg.	
๗๑. ตะโกนา	<i>Diospyros rhodocalyx</i> Kurz.	๒๑๐
๗๒. ตะโกสวน	<i>Diospyros malabarica</i>	๒๑๓
	(Desr.) Kostel. var. <i>malabarica</i>	
๗๓. ตะขบป่า	<i>Flacourtia indica</i> (Burm.f.) Merr.	๒๑๖
	<i>Flacourtia sepiaria</i> Roxb.	
	<i>Flacourtia thorelii</i> Gagnep.	
๗๔. ตะคร้อ	<i>Schleichera oleosa</i> (Lour.) Oken	๒๑๙
๗๕. ตะเคียนทอง	<i>Hopea odorata</i> Roxb.	๒๒๒
๗๖. ตะแบกนา	<i>Lagerstroemia floribunda</i> Jack	๒๒๔
๗๗. ตะลิงปลิง	<i>Averrhoa bilimbi</i> L.	๒๒๗
๗๘. ต้างหลวง	<i>Trevesia palmata</i>	๒๓๐
	(Roxb. ex Lindl.) Vis.	
๗๙. ตานหม่อน	<i>Vernonia elliptica</i> DC.	๒๓๒
๘๐. ตาลปัตรฤๅษี	<i>Limnocharis flava</i> (L.) Buchenau	๒๓๔
๘๑. ตำแยแมว	<i>Acalypha indica</i> L.	๒๓๖
๘๒. ดีฉวน	<i>Cratogeomys formosum</i>	๒๓๙
	(Jack) Dyer subp.	
	<i>pruniflorum</i> (Kurz) Gogel.	

๘๓. เถาเอ็นอ่อน	Cryptolepis buchanani Roem. & Schult.	๒๔๒
๘๔. ทำม้ง	Litsea elliptica Blume Litsea petiolata Hook.f.	๒๔๕
๘๕. เทียนกิ่ง	Lawsonia inermis L.	๒๔๘
๘๖. นมแมว	Melodorum siamense (Scheff.) Ban	๒๕๑
๘๗. นางแย้ม	Clerodendrum chinense (Osbeck) Mabb. Clerodendrum fragrans (Vent.) Willd. Clerodendrum philippinum Schauer.	๒๕๓
๘๘. นางแลว	Aspidistra sutepensis K.Larsen	๒๕๖
๘๙. น้ำเต้าต้น	Crescentia cujete L.	๒๕๘
๙๐. บอน	Colocasia esculenta (L.) Schott Colocasia antiquorum Schott	๒๖๑
๙๑. ประคำไก่	Drypetes roxburghii (Wall.) Hurusawa	๒๖๔
๙๒. ประยงค์	Aglaia odorata Lour.	๒๖๗
๙๓. ปฐู	Alangium salviifolium (L.f.) Wangerin subsp. hexapetalum Wangerin Alangium lamarckii Thwaites	๒๗๐
๙๔. ปอกระสา	Broussonetia papyrifera (L.) Vent.	๒๗๓

๙๕. เปล้าน้อย	Croton stellatopilosus Ohba	๒๓๖
	Croton sublyratus auct. non Kurz	
๙๖. ผักกระสัง	Peperomia pellucida (L.) Humb., Bonpl. & Kunth	๒๓๙
๙๗. ผักขวง	Glinus oppositifolius (L.) A.DC.	๒๔๒
๙๘. ผักเชียงดา	Gymnema inodorum (Lour.) Decne.	๒๔๔
๙๙. ผักไผ่	Polygonum odoratum Lour.	๒๔๖
๑๐๐. ผักหนาม	Lasia spinosa (L.) Thwaites	๒๔๙
๑๐๑. ผักหวานบ้าน	Sauropus androgynus (L.) Merr.	๒๕๒
๑๐๒. พิลั่งกาสา	Ardisia polycephala Wall. ex A.DC. Ardisia arborescens auct. non Wall. ex A.DC.	๒๕๕
๑๐๓. มะตาด	Dillenia indica L.	๒๕๘
๑๐๔. โมกหลวง	Holarrhena pubescens Wall. ex G. Don Holarrhena antidysenterica (L.) Wall. ex A.DC.	๓๐๑
๑๐๕. ยมหอม	Toona ciliata M. Roem. Cedrela ciliata M. Roem.	๓๐๔
๑๐๖. รติสุคนธ์	Tetracera loureiri (Finet & Gagnep) Pierre ex Craib	๓๐๖

๑๐๗. ลูกใต้ใบ	Phyllanthus amarus Schumach. & Thonn. Phyllanthus nanus Hook.f.	๓๐๘
๑๐๘. ลำโพง	Sterculia foetida L.	๓๑๑
๑๐๙. หนามแดง	Carissa carandas L.	๓๑๔
๑๑๐. หัสศุณ	Micromelum minutum (G.Forst.) Wight & Arn. Micromelum pubescens Blume.	๓๑๖
๑๑๑. อ้อยช้าง	Lanea coromandelica (Houtt.) Merr.	๓๒๐
ดัชนีชื่อไทย		๓๔๖
ดัชนีชื่อวงศ์-ชื่อวิทยาศาสตร์		๓๖๓
บรรณานุกรม		๓๗๕

หลักเบื้องต้นในการใช้สมุนไพร



ในการนำสมุนไพรมาใช้ประโยชน์จะต้องคำนึงถึงหลักเกณฑ์ที่สำคัญหลายประการ ทั้งนี้เพื่อให้เกิดประโยชน์ที่ต้องการ และปราศจากพิษภัยที่อาจเกิดขึ้นได้

การศึกษาข้อมูล

ในประเทศไทยมีสมุนไพรที่ใช้สืบเนื่องกันมาเป็นจำนวนมาก การที่จะแนะนำให้ใช้สมุนไพรใดในชีวิตประจำวัน จำเป็นต้องผ่านการกลั่นกรองจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เมื่อพ.ศ. ๒๕๒๕ กระทรวงสาธารณสุขร่วมกับมหาวิทยาลัยมหิดล จัดการสัมมนาเรื่องสมุนไพรกับการสาธารณสุขมูลฐานขึ้น ประกอบด้วยแพทย์และเภสัชกรทั้งแผนปัจจุบันและแผนไทย ซึ่งร่วมกันทบทวนถึงคุณค่าและประโยชน์ของสมุนไพร

ดังนั้นถ้าจะเลือกใช้สมุนไพรในการรักษาโรคด้วยตนเอง ควรใช้สมุนไพรที่โครงการสาธารณสุขมูลฐานแนะนำไว้ หรือหากจะใช้ชนิดอื่นๆ ควรติดต่อสอบถามจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง หรือค้นคว้าจากเอกสารที่เชื่อถือได้ ควรเป็นสมุนไพรที่เคยมีรายงานว่าใช้ได้ผลโดยมีผลงานวิจัยสนับสนุนทั้งในด้านสรรพคุณและพิษวิทยา เพื่อประโยชน์และความปลอดภัยอย่างแท้จริง

การใช้ให้ถูกวิธี

การใช้สมุนไพรเพื่อรักษาตนเองนั้น ผู้ป่วยต้องมีความระมัดระวังเป็นอย่างมาก และมีข้อจำกัดให้กระทำเฉพาะโรคสามัญที่สามารถสังเกตอาการได้ด้วยตนเองเท่านั้น ได้แก่ อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด อาการ

ท้องผูก อาการท้องเดิน (ที่ไม่รุนแรงนัก) โรคพยาธิบางชนิด บิด อาการคลื่นไส้ อาเจียน อาการไอ ชัดเบา ปัสสาวะไม่สะดวก นอนไม่หลับ โรคผิวหนัง กลาก เกาต์ ฝี พุพอง แผลงสัตว์กัดต่อย ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก รวมทั้งเหา และชันนะตุ ผู้ที่ใช้สมุนไพรควรจะเข้าใจถึงสาเหตุและอาการของโรคเหล่านี้ให้แน่ชัดเสียก่อน เพื่อป้องกันการใช้สมุนไพรผิดโรค ซึ่งอาการอาจกำเริบมากจนถึงขั้นเป็นอันตรายได้ นอกจากนี้ต้องรู้ถึงอาการที่ไม่ควรใช้สมุนไพรรักษาตนเองและต้องรีบไปโรงพยาบาลทันที

อาการที่ไม่ควรใช้สมุนไพรรักษา และควรรีบไปโรงพยาบาล พิจารณาได้ดังนี้

๑. ใช้สมุนไพรรักษามานานกว่า ๓-๔ วัน อาการยังไม่ดีขึ้นหรือทรุดลงกว่าเดิม
๒. เกิดอาการแพ้หลังรับประทานยาสมุนไพร เช่น คลื่นไส้ อาเจียน หรือมีตุ่มหรือผื่นเป็นปื้น คล้ายลมพิษขึ้นที่ผิวหนัง ริมฝีปาก ใจสั่น เป็นต้น
๓. มีไข้สูง ตาแดง ปวดเมื่อยตามตัว ชีพและเพื่อ
๔. มีไข้สูง ตาเหลือง ตัวเหลือง อ่อนเพลีย และอาเจียน
๕. ปวดท้องอย่างแรงบริเวณสะดือหรือท้องด้านขวาล่าง อาจมีอาการท้องผูก และใช้ร่วมด้วยซึ่งเป็นอาการของไส้ติ่งอักเสบ อันอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้
๖. ปวดท้องอย่างรุนแรงร่วมกับมีไข้ อาเจียนหรือท้องเสีย จนคนไข้อ่อนเพลีย ตาลึก ผิวหนังแห้ง หรือถ่ายอุจจาระเป็นมูกเลือด
๗. อาเจียนเป็นเลือด
๘. เป็นโรคบางอย่างที่รู้ว่ามีอันตรายถึงชีวิต เช่น ภูเขา หรือสุนัขบ้ากัด มะเร็ง รวมทั้งโรคบางชนิดที่ต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์ประจำ และต้องมีผลการตรวจจากห้องปฏิบัติการประกอบการรักษา เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ เป็นต้น

การใช้ให้ถูกชนิด

เมื่อตัดสินใจว่าจะใช้สมุนไพรชนิดใด ต้องแน่ใจว่ารู้จักต้นที่ถูกต้อง เพราะชื่อสมุนไพรไทยมีการซ้ำซ้อนกันบ้าง หรือชื่อในแต่ละท้องถิ่นแตกต่างกันบ้าง ทำให้เกิดความสับสนอยู่เสมอ เช่น **เสลดพังพอน**ที่สามารถแก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อยได้นั้น มีปรากฏอยู่ ๒ ต้น ต้นแรกเป็นไม้พุ่มแกมเลื้อย ลำต้นและใบสีเขียวเข้ม ออกดอกยาก เรียกชื่ออื่นๆว่า **พญาอบ้าง พญาปล้องทองบ้าง** กับอีกต้นหนึ่งเป็นไม้พุ่มลำต้นมีหนามคม เส้นกลางใบมีสีแดง ช่อดอกออกง่ายเป็นสีเหลือง เรียกชื่ออื่นๆว่า **ขจรระอา**

ดังนั้นเพื่อป้องกันการสับสนจึงเรียกขจรระอาว่า เสลดพังพอนตัวผู้ และพญาอบ้างเสลดพังพอนตัวเมีย เป็นต้น ถ้ามีปัญหาในเรื่องนี้ควรค้นคว้าให้แน่ใจจากตำราสมุนไพรที่เชื่อถือได้ ซึ่งมักจะมีคำอธิบายลักษณะต้นและมีรูปสีหรือขาวดำประกอบ นอกจากนี้สวนสมุนไพร ซึ่งมีนักพฤกษศาสตร์ดูแลอยู่จะเป็นแหล่งค้นคว้าพันธุ์สมุนไพรที่ดีที่สุด

การใช้ให้ถูกวิธี

จากการวิจัยพบว่าส่วนต่างๆ ของพืช ได้แก่ ราก เหง้า ลำต้น เปลือก แก่น ใบ ดอก ผลและเมล็ดนั้น อาจจะมีสารสำคัญชนิดเดียวกันหรือต่างชนิดกันก็ได้ ซึ่งตรงกับตำราสมุนไพรไทยที่ต้องระบุส่วนที่ใช้ปรุงยาไว้เป็นชนิดๆ ไป เช่น ใช้ทั้งต้นหรือเรียกว่าใช้ทั้งห้า ได้แก่ ราก ต้น ใบ ดอก และผล สมุนไพรเหล่านี้มักจะเป็นพืชขนาดเล็ก หรืออาจจะบดใช้ทั้งต้นบนดินก็ได้ เช่น เหงือกปลาหมอทั้งห้า เป็นต้น ที่ใช้แยกเฉพาะส่วนก็มี เช่น เปลือกแคบ้าน แก่นขี้เหล็ก รากระย่อม เหง้าขิง ใบชุมเห็ดเทศ ดอกกานพลู ผลกล้วยดิบ สมุนไพรส่วนใหญ่จะเป็นสมุนไพรแห้ง แต่มีหลายชนิดที่ใช้ได้ทั้งสดและแห้ง เช่น ใบฟ้าทะลายโจร และบางครั้งการใช้สมุนไพรสดจะได้ผลดีกว่า เช่น เมื่ออกสด

จากใบว่านทางจรเข้ ใบเสลดพังพอน เป็นต้น ดังนั้นจะต้องเลือกใช้ให้ถูกส่วน มิฉะนั้นจะไม่ได้ผลทางการรักษาที่ต้องการ

สมุนไพรอาจมีสารสำคัญไม่เท่ากันในแต่ละฤดูกาล ช่วงเวลาที่เก็บสมุนไพรจึงมีความสำคัญมาก ซึ่งในตำราการแพทย์แผนไทยได้ระบุไว้ชัดเจนในเรื่องนี้ ซึ่งคงจะเป็นแนวคิดให้ยึดถือกันไปก่อนได้ดังนี้

๑. ประเภทรากหรือหัว เก็บในช่วงที่พืชหยุดเจริญเติบโต ใบ ดอก ร่วงหมดหรือในช่วงต้นฤดูหนาวถึงปลายฤดูร้อน เพราะเหตุว่าในช่วงนี้รากหัวมีการสะสมปริมาณของตัวยาไว้ค่อนข้างสูง วิธีการเก็บใช้วิธีขุดอย่างระมัดระวัง เช่น กระชาย กระเทียม ข่า เป็นต้น

๒. ประเภทใบหรือเก็บทั้งต้น ควรเก็บในช่วงที่พืชเจริญเติบโตเต็มที่ หรือในช่วงที่ดอกตูมเริ่มบาน หรืออาจเก็บในช่วงที่ดอกบานหรือผลยังไม่สุกก็ได้ โดยใช้วิธีเด็ดด้วยมือ

๓. ประเภทเปลือกต้นและเปลือกราก โดยส่วนมากจะเก็บระหว่างช่วงฤดูฝนเหมาะสมที่สุด

๔. ประเภทดอก โดยทั่วไปเก็บในช่วงดอกเริ่มบาน แต่บางอย่างเก็บในช่วงดอกตูม เช่น กานพลู เป็นต้น

๕. ประเภทผลและเมล็ด พืชสมุนไพรบางอย่างเก็บในช่วงผลยังไม่สุก เช่น ผลฝรั่งอ่อนใช้แก้ท้องร่วง แต่โดยทั่วไปมักเก็บตอนผลแก่เต็มที่แล้ว เช่น มะแว้งต้น มะแว้งเครือ ดีปลี เมล็ดฟักทอง เมล็ดชุมเห็ดไทย เป็นต้น

นอกจากนี้ยังพบว่า **สมุนไพรที่มีกลิ่นหอม** ควรจะเก็บในเวลาเช้ามืด เพื่อให้สารที่เป็นยาซึ่งอยู่ในน้ำมันหอมระเหยไม่ระเหยหายไปกับแสงแดด เช่น ใบกะเพรา เป็นต้น และถ้ามีสมุนไพรสดจำนวนมากสามารถเก็บไว้ใช้นานๆ ได้โดยหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ผึ่งแดดให้แห้งสนิท (อุณหภูมิที่เหมาะสมคือ ๕๐-๖๐ องศาเซลเซียส) เก็บในภาชนะที่มิดชิดเพื่อป้องกันฝุ่นละอองและ

ความชื้น หากพบว่า มีเชื้อรา แผลง หรือสมุนไพรนั้นเปลี่ยนสภาพสี และกลิ่น ไม่ควรนำมาใช้อีกต่อไป

การใช้ให้ถูกขนาด

วิธีชั่ง ตวง วัด ของตำราสมุนไพรไทยยังคงใช้ตามแบบเดิม ซึ่งมีผู้ ไม่เข้าใจอีกมาก แต่ปัจจุบันนี้นักวิทยาศาสตร์พยายามทำให้ง่ายขึ้นโดยนำขนาด ที่ระบุในตำราแพทย์แผนไทยมาชั่ง ตวง วัด ด้วยระบบเมตริกและบันทึก เป็นกรัม หรือ ซีซี เพื่อให้เข้าใจง่ายขึ้น ดังนี้

กอบมือ หมายถึง ปริมาณสมุนไพรที่ได้จากการใช้มือทั้งสองข้าง กอบเข้าหากันให้ปลายนิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยแตะกัน

กำมือ หมายถึง ปริมาณสมุนไพรที่ได้จากการใช้มือข้างเดียวกำให้ ปลายนิ้วจรดอุ้งมือโฮ่งๆ

วิธีตวงสมุนไพรแห้งเป็นกำมือและกอบมือนี้ระบุไว้ชัดเจนว่าเป็น มือของผู้ป่วย ซึ่งหมายความว่าผู้ป่วยเด็กที่มีกำมือเล็กจะมีขนาดรับประทาน น้อยกว่าผู้ใหญ่

ถ้าจะใช้เครื่องชั่งแบบโบราณจะมีอัตราเทียบดังนี้

๑	ชั่ง	หนักเท่ากับ	๒๐	ตำลึง
๑	ตำลึง	หนักเท่ากับ	๔	บาท
๑	บาท	หนักเท่ากับ	๔	สลึง
๑	สลึง	หนักเท่ากับ	๒	เฟื้อง
๑	เฟื้อง	หนักเท่ากับ	๔	ไพ

พระราชบัญญัติ ชั่ง ตวง วัด บังคับให้ใช้มาตราเมตริก โดยเทียบน้ำหนักเครื่องยาแห้งไว้ว่า สมุนไพรรหนัก ๑ บาท จะเท่ากับ ๕ กรัม ส่วนยาน้ำอันได้แก่ ยาต้ม ยาขง จะมีขนาดดังนี้

๑	ช้อนกาแฟ	จุประมาณ	๔	ชืชี
๑	ช้อนหวาน	จุประมาณ	๘	ชืชี
๑	ช้อนคว	จุประมาณ	๑๕	ชืชี
๑	ถ้วยชา	จุประมาณ	๓๐	ชืชี

ขนาดของช้อนกาแฟนั้นอาจใช้ช้อนชงกาแฟแทนได้ ส่วนช้อนทานข้าวที่มีใช้กันตามบ้านนั้นมีความจุประมาณ ๘ ชืชี คือขนาดของช้อนควหวานในตำราแพทย์แผนไทย ส่วน ๑ ถ้วยปกติจะมีขนาดความจุประมาณ ๒๕๐ ชืชี และขนาดสำหรับยาน้ำที่ระบุไว้ในตำราแพทย์แผนไทยดั้งเดิมนั้นมักเป็นถ้วยหรือถ้วยชาและช้อนคว ซึ่งพบว่าภาชนะที่กล่าวนี้มีหลายขนาด เมื่อพยายามจะทำให้มีมาตรฐานจึงค่อนข้างจะมีปัญหา แพทย์แผนไทยในปัจจุบันจึงกำหนดเทียบคร่าวๆ ดังที่ระบุไว้ข้างต้น แต่สำหรับช้อนกาแฟนั้น ให้ใช้ เช่นเดียวกับช้อนชาของตำรายาแผนตะวันตก ซึ่งมีขนาดความจุเท่ากับ ๕ ชืชี และแนะนำให้ใช้ช้อนพลาสติกที่ติดมาพร้อมกับยาน้ำแผนตะวันตก จะเป็นขนาดที่ได้มาตรฐานกว่าช้อนคนกาแฟ

การใช้ให้ถูกต้อง

ประการนี้สำคัญมาก ขนาดยาที่ระบุไว้จะเป็นของผู้ใหญ่ ถ้าจะให้เด็กรับประทานจะต้องลดขนาดลง โดยทั่วไปเด็กอายุ ๖-๑๒ ขวบ ใช้ขนาดครึ่งหนึ่งของขนาดผู้ใหญ่ สำหรับคนชราหรือคนที่มีสุขภาพไม่แข็งแรง ควรลดขนาด

สมุนไพรรักษาโรค เป็นทรัพยากรที่มีค่าอย่างยิ่งหนึ่งของประเทศไทย วิธีการเลือกใช้สมุนไพรรักษาโรคของบรรพบุรุษไทยนั้นถือได้ว่าเป็นศาสตร์ที่ล้ำลึกและเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่ทรงคุณค่ายิ่ง ซึ่งนักวิทยาศาสตร์ปัจจุบันเชื่อว่า การที่มนุษย์รู้ว่ามีสมุนไพรใดใช้รักษาโรคใด มีสรรพคุณอย่างไรนั้น ได้จากการเรียนรู้ด้วยประสบการณ์และการทดลองอันยาวนานสืบต่อกันมาตั้งแต่โบราณ บางครั้งอาจอาศัยจากรูปลักษณะของพืชว่ามีลักษณะเหมือนอวัยวะใด ก็ใช้รักษาอวัยวะนั้นหรือโดยอาศัยสี หรือรสชาติ เช่น สีแดงรักษาโรคเกี่ยวกับเลือด หรือ รสขมรักษาเกี่ยวกับน้ำดี เป็นต้น

สังคมไทยในปัจจุบัน ประชาชนได้หันมาให้ความสนใจในภูมิปัญญาดั้งเดิมของบรรพบุรุษมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการดูแลสุขภาพแบบพึ่งพาตนเอง โดยใช้สมุนไพรมีในประเทศ ดังนั้น หนังสือ รักษาโรคด้วยสมุนไพรใกล้ตัว เล่มที่ ๒ เล่มนี้ จึงเป็นเล่มที่ต่อเนื่องมาจากหนังสือ รักษาโรคด้วยสมุนไพรใกล้ตัว เล่มที่ ๑ ซึ่งกล่าวถึงพืชสมุนไพรที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในทางการแพทย์แผนไทย ซึ่งถือว่ามีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตให้ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ

