



แบบรายงานผลโครงการ ๑ อปท. ๑ สวนสมุนไพร เถลิงพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๖

ณ พื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลหนองบัว อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัดมหาสารคาม

ชื่อพืชสมุนไพร	ประโยชน์	หมายเหตุ
 <p><b>๑. ตะไคร้ ชื่อวิทยาศาสตร์ Cymbopogon citratus</b></p> <p>- เป็นพืชตระกูลหญ้า ตะไคร้เป็นพืชที่เจริญเติบโตง่าย อาจมีทรงพุ่มสูงถึง ๑ เมตร มีลำต้นที่แท้จริงประมาณ ๔-๗ เซนติเมตร ลำของต้นจะ ถูกห่อหุ้มไปด้วยกาบใบโดยรอบ ใบยาวแคบเส้นใบขนานกับก้านใบ ใบของตะไคร้อุดมไปด้วยน้ำมันหอมระเหย ที่นิยมนำมาปลูกเป็นพันธุ์ พื้นเมืองที่ปลูกกันโดยทั่วไป</p>	<p>- ทั้งต้น ใช้เป็นยารักษาโรคหืด แก้ ปวดท้อง ขับปัสสาวะและแก้ อหิวาตกโรค หรือทำเป็นยาทา นวดก็ได้ และยังใช้รวม กับสมุนไพรชนิดอื่นรักษาโรคได้เช่น บำรุงธาตุ เจริญอาหาร และขับ เหงื่อ และมีกลิ่นฉุนสามารถไล่ แมลงได้หัว เป็นยารักษาเกลืออื่น แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แก้ปัสสาวะ พิการ แก้นิว บำรุงไฟธาตุ แก้ อาการชืดเบา ถ้าใช้ร่วมกับสมุนไพรชนิด</p>	
 <p><b>๒. ชื่อวิทยาศาสตร์ Alpinia galan</b></p> <p>ข่าเป็นไม้ล้มลุก สูง 1.5-2 เมตรอยู่เหนือพื้นดิน เหง้ามีข้อและปล้อง ชัดเจน เนื้อในสีเหลืองและมีกลิ่นหอมเฉพาะ ใบเดี่ยวเรียงสลับ รูปใบ หอก รูปวงรีหรือเกือบขอบขนาน กว้าง 7-9 ซม. ยาว 20-40 ซม. ดอก ช่อ ออกที่ยอด ดอกย่อยขนาดเล็ก กลีบดอกสีขาว โคนติดกันเป็น หลอดสั้นๆ ปลายแยกเป็น 3 กลีบ กลีบใหญ่ที่สุดมีริ้วสีแดง ใบประดับ รูปไข่ผล เป็นผลแห้งแตกได้ทรงกลม</p>	<p>- ข่ายยังมีฤทธิ์ทางยา เหง้าแก้แก้ ปวดท้อง จุกเสียด แน่นท้อง ดอก ใช้ทาแก้ กลากเกลืออื่น ผลช่วยย่อย อาหาร แก้ คลื่นเหียน อาเจียน ต้น แก่น้ำไปเคี้ยวกับน้ำมันมะพร้าว ทาแก้ปวดเมื่อย เป็น ตะคริว ใบมี รสเผ็ดร้อน แก้พยาธิสารสกัดจากข่ามีฤทธิ์ฆ่าเชื้อแบคทีเรีย น้ำมันหอมระเหยจากข่ามีฤทธิ์ทำให้ไข่แมลงฝ่อ กำจัดเชื้อราบาง ชนิดได้ใช้ผสมกับสะเดาเพื่อเพิ่ม ประสิทธิภาพในการกำจัดแมลง</p>	
 <p><b>๓. ชื่อวิทยาศาสตร์ Carica papaya</b></p> <p>ผลดิบมีสีเขียว เมื่อสุกแล้วเนื้อในจะมีสีเหลืองถึงส้ม นิยมนำมา รับประทานทั้งสดและนำไปปรุงอาหาร หรือนำไปแปรรูปเป็น ผลิตภัณฑ์อื่น ๆ</p>	<p>- ผลมะละกอดิบที่เรานำมาตำ ส้มตำหรือนำไปแกงส้ม มีฤทธิ์เป็น ยาระบายอ่อน ๆ ช่วยขับลม และ ขับปัสสาวะได้ - ผลสุกกินเป็นผลไม้แก้ท้องผูก เนื่องจากมีฤทธิ์เป็นยาระบายอ่อน ๆ และมีไฟเบอร์สูง บำรุงธาตุ แก้ กระเพาะอาหารอักเสบ บำรุงน้ำนม และช่วยย่อย</p>	

ชื่อพืชสมุนไพร	ประโยชน์	หมายเหตุ
 <p style="text-align: center;"><b>๔ ต้นย่านาง</b> <i>Tiliacora triandra</i> Diels</p> <p>ไม้เถาเลื้อย เถากลมขนาดเล็ก มีเนื้อไม้เลื้อยพันตามต้นไม้ หรือกิ่งไม้เถามีสีเขียว ยาว 10-15 เมตร เถาอ่อนสีเขียว เมื่อเถาแก่จะมีสีคล้ำ แตกเป็นแนวถี่ เถาอ่อนมีขนนุ่มสีเทา มีเหง้าใต้ดิน กิ่งก้านมีรอยแผลเป็นรูปจานที่ก้านใบหลุดไป มีขนประปราย หรือเกลี้ยง ใบเดี่ยว หนา สีเขียวเข้มเป็นมัน เรียงแบบสลับ รูปไข่ยาวประมาณ 6-12 เซนติเมตร กว้าง ประมาณ 4-6 เซน</p>	<p>- ลำต้น รสจืดขม ถอนพิษผิดสำแดง รักษาพิษไข้แก้ไข้ตัวร้อน แก้ไข้พิษ แก้ไข้รากสาด ไข้ตาแดง ไข้ฝีดาษ ไข้เชื่องซึม ไข้กลับไข้ซัก แก้คลื่นเป็นฝ้าขาว แก้คลื่นแข็งกระด้าง รักษาโรคปวดข้อ ก้านที่มีใบผสมกับพืชอื่นใช้เป็นยาแก้ท้องเสีย ใบ รสจืดขม รับประทานถอนพิษ แก้ไข้แก้ไข้รากสาด ไข้พิษ ไข้เชื่องซึม ไข้หัว ไข้พิษ ปวดหัวตัวร้อน อีสุกอีใส หัด ลื่นกระด้างคางแข็ง เป็นยากวาดคอ แก้ไข้ดำแดง</p>	
 <p style="text-align: center;"><b>๕ ชื่อวิทยาศาสตร์ Boesenbergia rotunda</b></p> <p>ต้นกระชายนับว่าเป็นพืชล้มลุกชนิดหนึ่งที่มีความสูงประมาณ 2-3ฟุต มีลำต้นใต้ดินเรียกว่า "เหง้า" เป็นเหง้าสั้นแตกหน่อได้ เช่นเดียวกับขิง ข่า และขมิ้น จากอวรูปทรงกระบอก หรือรูปไข่ค่อนข้างยาวปลายเรียวแหลมออกเป็นกระจุก มีผิวสีน้ำตาลอ่อนเนื้อใบสีเขียวมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว ส่วนที่อยู่เหนือดินเป็นกาบใบที่หุ้มซ้อนกันเป็นชั้น ๆ สีแดงใบเดี่ยว</p>	<p>- ช่วยต้านอาการหวัด แก้วเวียนศีรษะ และลดไขมันในเลือด ได้ สารสกัดจาก กระชายขาว ช่วยต้านอนุมูลอิสระ และ กระตุ้นการไหลเวียนของเลือด สารสกัดจากกระชายขาว ช่วยเพิ่มสมรรถนะทางเพศชาย</p>	

ชื่อพืชสมุนไพร	ประโยชน์	หมายเหตุ
 <p>๖. ชื่อวิทยาศาสตร์ : <b>Andrographis paniculata (Burm.f.) Nees (วงศ์ Acanthaceae)</b></p> <p>ชื่ออื่น : ฟ้าทะลาย หญ้าก้านงู น้ำลายพังพอน เมฆทะลาย ฟ้าสะท้าน</p> <p>ฟ้าทะลาย หญ้าก้านงู น้ำลายพังพอน เมฆทะลาย ฟ้าสะท้าน ลักษณะพืช: ฟ้าทะลายโจร เป็นพืชล้มลุก สูงประมาณ ๓๐-๖๐ ซม. ลำต้นตั้งตรงกิ่งก้านเป็นสันสี่เหลี่ยม ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปใบหอก กว้าง ๑-๒.๕ ซม. ยาว ๔-๑๐ ซม. โคนใบและปลายใบแหลม ขอบใบ</p>	<p>- ฟ้าทะลายโจร ประโยชน์ ช่วยบรรเทาอาการไข้หวัด อาการไอ และ เจ็บคอ ช่วยแก้อาการปวดหัว ตัวร้อน ฟ้าทะลายโจร มีประโยชน์ ช่วยลดเสมหะ โดยใช้ใบฟ้าทะลายโจรมาบดเป็นยาขมและสูดดม ช่วยลดอาการอักเสบ เช่น แก้วคออักเสบ หรือ ต่อทอนซิลอักเสบ โดยใช้ใบฟ้าทะลายโจรมาบดเป็นยาขมและสูดดม</p>	
 <p>ต้นพลูคาว</p> <p>๗. วิทยาศาสตร์ <i>Houttuynia cordata</i> Thunb. พืชล้มลุกขนาดเล็ก ทอดเลื้อยไปตามพื้นดิน มีรากแตกออก ตามข้อ สูง 30-50 เซนติเมตร ลำต้นตั้งตรง กลม สีเขียว เรียบมัน อาจพบสีม่วงแดงอ่อน ทั้งต้นถ้านำมาขี้นคมจะได้ กลิ่นคล้ายคาวปลา ใบ เป็นใบเดี่ยว เรียงสลับ แผ่นใบแผ่ บาง เกือบกลม โคนใบเว้าเข้าหากัน คล้ายรูปหัวใจหรือรูปไต ปลายใบเรียวแหลม</p>	<p>- ต้น รสเผ็ด มีกลิ่นคาวปลา เป็นยา เย็น แก้กามโรค เข้าข้อ แก่น้ำเหลือง เสีย ทำให้แผลแห้ง ออกฤทธิ์ต่อปอด และตับ ใช้เป็นยาขับพิษร้อน ถอนพิษ ไข้แก้พิษ ขับปัสสาวะ แก้บวม น้ำ รักษาปอดอักเสบเป็นหนอง หลอดลม อักเสบ ต่อทอนซิลอักเสบ แก้ไอ</p>	

ชื่อพืชสมุนไพร	ประโยชน์	หมายเหตุ
 <p>๘. ว่านหางจระเข้ ชื่อวิทยาศาสตร์ Aloe vera (L.) Burm.f.</p> <p>ไม้ล้มลุกอายุหลายปีสูง ๐.๕-๑ เมตร ลำต้นเป็นข้อปล้อง สั้น ใบเป็นใบเดี่ยว ออกเรียงเวียนรอบต้น ใบหนาและยาว โคนใบใหญ่ ส่วนปลายใบแหลม ขอบใบเป็นหนามแหลมห่าง กัน แผ่นใบหนา สีเขียว มีจุดยาวสีเขียวอ่อน อวบน้ำ ข้างใน เป็นวุ้นใสสีเขียวอ่อน ดอก ออกเป็นช่อกระจุกที่ปลายยอด ก้านช่อดอกยาว ดอกสีแดงอมเหลือง โคมเชื่อมติดกันเป็นหลอด ปลายแยกเป็น ๖ แฉก เรียงเป็น ๒ ชั้น รูปแตร ผล เป็นฝอบแห้งรูปกระสวย</p>	<p>- เป็นยาฆ่าเชื้อ ฝาดสมานแผล ห้าม เลือด ในขณะเดียวกันก็เป็นตัวกระตุ้น เซลล์ เนื้อเยื่อให้เจริญเติบโต ทำให้แผล หายเร็ว ขึ้น ประเทศสหรัฐอเมริกา รัสเซีย ญี่ปุ่น ออสเตรเลีย ได้ทดลอง พบว่า ว่านหางจระเข้ สามารถนำมาใช้ รักษาแผล แผลไฟไหม้น้ำร้อนลวก แผลที่เกิดจากเชื้อโรค</p>	
 <p>๙. ใบชะพลู (ชื่อวิทยาศาสตร์: <i>Piper sarmentosum</i> Roxb. หรือ <i>Piper lolot</i> C.DC.)</p> <p>ใบมีลักษณะคล้ายรูปหัวใจตรงคล้ายกับใบพลู แต่มีขนาดเล็กกว่า มีสีเขียวเข้มเป็นใบเดี่ยว รสชาติเผ็ดอ่อน ๆ ดอก ออกบริเวณปลายยอด มีสีขาวอัดแน่นกันเป็นทรงกระบอกขนาดเล็ก ลักษณะคล้ายติปส์แต่สั้นกว่าชะพลูพบในเขตร้อนของเอเชียตะวันออกเฉียงใต้</p>	<p>- ใบในชะพลูมีสาร <b>ปีตา-แคโรทีน</b> สูงมาก ใบนำมารับประทานกับเมี่ยงคำ นำมาแกงใส่กะทิ <b>ข้าวยา ห่อหมก</b> หรือเป็นผักจิ้มน้ำพริก ทางภาคใต้ใส่ในแกงกะทิ <b>หอยขม</b> แกงคั่วปู <a href="#">[๕]</a> ในจังหวัดจันทบุรีใส่ในแกงป่าปลา <a href="#">[๔]</a> ใบนี้มี <b>ออกซาเลต</b> สูง จึงไม่ควรรับประทานมากเป็นประจำ</p> <p>ชะพลูเป็นพืชที่มีสรรพคุณทางยา ดอกทำให้เสมหะแห้ง ช่วยขับลมในลำไส้ รากขับเสมหะให้ออกมาทางระบบขับถ่าย ขับลมในลำไส้ ทำให้เสมหะแห้ง ต้นขับเสมหะในทรวงอก ใบมีรสเผ็ดร้อน ทำให้เจริญอาหาร ขับเสมหะ ใบ ต้น และดอกใช้ขับเสมหะ รากใช้ขับลม น้ำต้มทั้งต้นช่วยลดน้ำตาลในเลือดของกระต่ายที่เป็นเบาหวานได้</p>	
 <p>๑๐. กระเทียม</p> <p>ชื่อวิทยาศาสตร์ Allium sativum เป็นพืชสมุนไพรไทยชนิดหนึ่ง มักถูกจัดอยู่ใน ประเภทเครื่องเทศ มีลักษณะกลมแบน ประกอบด้วยกลีบที่ห่อหุ้มด้วยเปลือกสีขาว คนไทย นิยมนำมาใช้ทำอาหาร เนื่องจากช่วยดับกลิ่นคาว และเพิ่มรสชาติให้เมนูอาหารมีความเข้มข้นยิ่งขึ้น</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- รักษาโรคหวัด</li> <li>- ลดไขมันในเลือด</li> <li>- ลดความเสี่ยงจากมะเร็ง</li> <li>- แก้อาการปวดข้อ</li> <li>- แก้อาการปวดเมลงกัดต่อ</li> </ul>	