



มะกรูด

สรรพคุณ

1. ช่วยทำให้เจริญอาหาร
2. ช่วยผ่อนคลายความเครียด คลายความกังวล
3. ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกายแข็งแรง
4. ช่วยแก้อาการนอนไม่หลับ
5. ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ

พริกขี้หนู

สรรพคุณ

1. ช่วยกระตุ้นให้อยากอาหาร
2. ช่วยบรรเทาอาการปวดต่างๆ
3. ช่วยสลายลิ่มเลือดให้คืนสู่ปกติ
4. ช่วยกระตุ้นสมองส่วนกลางให้หลังสารเอ็นดอร์ฟิน
5. ช่วยป้องกันโรคมะเร็งเพราะมีวิตามิน เอ ซี และโปรตีน



ข่า

สรรพคุณ

1. ช่วยแก้ลมพิษ ผดผื่นคัน แมลงสัตว์กัดต่อย (เฉพาะข่าแก่เท่านั้น)
2. ช่วยให้เลือดไหลเวียนได้ดี ช่วยขับเหงื่อ
3. ช่วยแก้จุกเสียดแน่นท้อง แก้บิด ขับน้ำดี



สะระแหน่

สรรพคุณ

1. ช่วยให้ผิวชุ่มชื้น
2. ช่วยกำจัดอนุมูลอิสระออกจากร่างกาย
3. ใช้เป็นยาเย็น ดับร้อน และขับเหงื่อในร่างกาย
4. ช่วยบำรุงและรักษาสายตา
5. ช่วยบรรเทาอาการเครียด

กะเพรา

สรรพคุณ

1. ช่วยให้ร่างกายอบอุ่น ป้องกันไข้หวัด
2. ช่วยบรรเทาอาการคลื่นไส้ อาเจียน
3. ช่วยขับลมในกระเพาะอาหาร แก้อาการเสียดแน่นท้อง
4. ช่วยลดระดับไขมันในร่างกาย ลดน้ำตาลในเลือด ป้องกันเบาหวาน



โหระพา

สรรพคุณ

1. ช่วยทำให้เจริญอาหาร ขับลมในลำไส้
2. แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ ท้องร่วง
3. แก้อาการคลื่นไส้ อาเจียน
4. แก้อาการประจำเดือนมาไม่ปกติ



1 อกท. 1 สวนสมุนไพร

เฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
28 กรกฎาคม 2566



จัดทำโดย
นางสาวเครือมาศ มิ่งไชย
ผู้ช่วยนักวิชาการเกษตร

งานส่งเสริมการเกษตร
สำนักปลัด อบต.ระเว
จ.พิจิตร มังสาหาร จ.อุบลราชธานี

อบต.ระเว เลขที่ 205 ม.1 ต.ระเว
จ.พิจิตร มังสาหาร จ.อุบลราชธานี 34110



ใบเตย

สรรพคุณ

1. ช่วยบำรุงหัวใจให้ชุ่มชื้น
2. ช่วยลดอัตราการเต้นของหัวใจ
3. รสหวานเย็นของใบเตยช่วยชูกำลังได้
4. ช่วยลดความดันโลหิต (สารสกัดจากน้ำใบเตย)
5. ช่วยดับพิษร้อนภายในได้เป็นอย่างดี



ขมิ้นชัน

สรรพคุณ

1. ช่วยรักษาโรคกระเพาะอาหาร
2. ช่วยในการขับลม
3. ช่วยบรรเทาอาการนี้ในอุจจาระ
4. มีฤทธิ์ในการช่วยขับน้ำดี
5. ช่วยสมานแผลในกระเพาะอาหาร



แคบ้าน

สรรพคุณ

1. เปลือกต้น แก้โรคบิด แก้บูกเลือด แก้ท้องเดิน ท้องร่วง คุมธาตุ ใช้ชะล้างบาดแผล
2. ใบสด เป็นยาระบาย แก้ไข้ชอก
3. ยอดอ่อน แก้ไข้หัวลม เป็นยาระบาย ช่วยถอนพิษไข้และกาแก้ไข้บวม
4. ดอก แก้ไข้หัวลม รักษาโรคริดสีดวงในจมูก แก้ปวดและหนักศีรษะ ลดความร้อน ลดไข้
5. ราก เป็นยาขับเสมหะ ลดอาการอักเสบ

ย่านาง

สรรพคุณ

1. ขับพิษ ล้างสารพิษตกค้างในร่างกาย
2. ดับร้อน ลดไข้
3. มีสารต้านอนุมูลอิสระสูง
4. ช่วยรักษาโรคความดันโลหิต โรคตับอักเสบ โรคกระเพาะ



แมงลัก

สรรพคุณ

1. ขับลมในลำไส้ อาหารไม่ย่อย
2. บรรเทาอาการหวัด
3. ช่วยบรรเทาอาการผื่นคัน พิษจากพืช พิษจากสัตว์กัดต่อย หรืออาการคันจากเชื้อรา
4. เม็ดแมงลักเป็นยาระบายชนิดเพิ่มการชะล้างลำไส้ได้ดี



ว่านหางจระเข้

สรรพคุณ

1. ช่วยป้องกันโรคเบาหวาน
2. ช่วยแก้อาการปวดศีรษะ
3. ช่วยรักษาแผลในกระเพาะอาหาร
4. แก้กระเพาะลำไส้อักเสบ
5. รักษาอาการท้องผูก



ใบบัวบก

สรรพคุณ

1. ใบบัวบกช่วยคืนความอ่อนเยาว์
2. ใช้เป็นยาอายุวัฒนะ
3. มีสารต่อต้านอนุมูลอิสระ
4. ช่วยบำรุงประสาทและสมองเหมือนใบแปะก๊วย
5. ช่วยชะลออาการของโรคสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ



ตะไคร้

สรรพคุณ

1. ช่วยแก้อาการเบื่ออาหาร
2. ช่วยป้องกันโรคเมะเร็งลำไส้ใหญ่
3. ช่วยล้างพิษในร่างกาย
4. ช่วยแก้และบรรเทาอาการหวัด
5. ช่วยรักษาโรคความดันโลหิตสูง