



ชื่ออื่นๆ: ตะไคร้แกง (ภาคกลาง) จะไคร้ (ภาคเหนือ) ไคร (ภาคใต้) ข้าหอม (แม่ฮ่องสอน) หัวสิงโต (ปราจีนบุรี)

ชื่อสามัญ: Lemon grass, Lapine, West Indian lemongrass, Sweet rush

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Cymbopogon citratus* Stapf.

วงศ์: POACEAE (GRAMINEAE)

ถิ่นกำเนิด: ตะไคร้เป็นพืชที่มีถิ่นกำเนิดในแถบเขตร้อนของทวีปเอเชีย เช่น ไทย พม่า ลาว มาเลเซีย อินโดนีเซีย อินเดีย ศรีลังกา เป็นต้น และยังสามารถพบได้ในประเทศเขตร้อนบางประเทศในแถบอเมริกาใต้เช่นกัน ตะไคร้จัดเป็นพืชล้มลุกตระกูลหญ้าและสามารถแบ่ง ออกเป็น 6 ชนิด ได้แก่ ตะไคร้หอม ตะไคร้กอ ตะไคร้ต้น ตะไคร้สั้น ตะไคร้หางนาค และ ตะไคร้หางสิงห์

ลักษณะพฤกษศาสตร์: เป็นพืชล้มลุก ในวงศ์หญ้า (POACEAE) ความสูงประมาณ 4-6 ฟุต ใบยาวเรียว ปลายใบมีขนหนาม ลำต้นรวมกันเป็นกอ มีกลิ่นหอม เป็นช่อยาวมีดอกเล็กฝอยเป็นจำนวนมาก ตะไคร้เป็นพืชที่สามารถนำส่วนต้นหัวไปประกอบอาหาร และจัดเป็นพืชสมุนไพรด้วย

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- บำรุงไตและขับปัสสาวะ ช่วยให้ไตทำงานได้ดี อีกทั้งยังช่วยในการชำระล้างและกำจัดของเสียที่เป็นอันตรายออกจากร่างกาย
- บรรเทาอาการปวดและการอักเสบ จากโรคไขข้อ ช่วยลดอาการบวมอักเสบ ลดอาการปวดเมื่อย แก้กลิ้งค์ขัดยอก
- แก้อาการนอนไม่หลับ ชาตะไคร้ช่วยทำให้รู้สึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อจากความเมื่อยล้าและยังช่วยบำรุงเส้นประสาทจึงทำให้นอนหลับสบายขึ้น
- ไล่แมลง ทูบตะไคร้หอมพวยหยาบๆ 4-5 ต้น แล้วนำไปวางตามมุมอับกลิ่นน้ำมันที่ระเหยออกของตะไคร้หอมจะช่วยไล่ยุง
- แก้หวัด มีประโยชน์ในการลดไข้ บรรเทาอาการหวัด โดยจะช่วยขับเหงื่อ
- รักษาโรคเบาหวาน ประเภทที่ 2 ช่วยรักษาระดับอินซูลิน และเพิ่มความทนทานต่อกลูโคสของร่างกาย
- บำรุงระบบประสาทและสมอง บรรเทาความเครียด ช่วยคลายความวิตกกังวลและความเหนื่อยล้า
- ลดคอเลสเตอรอล ป้องกันภาวะไขมันในเลือดสูง





ชื่ออื่นๆ: ภาคเหนือ (ข่าหยวก, ข่าหลวง) กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน (สะเออเคย, สะเอเชย)

ชื่อสามัญ: Greater Galangal, Galangal.

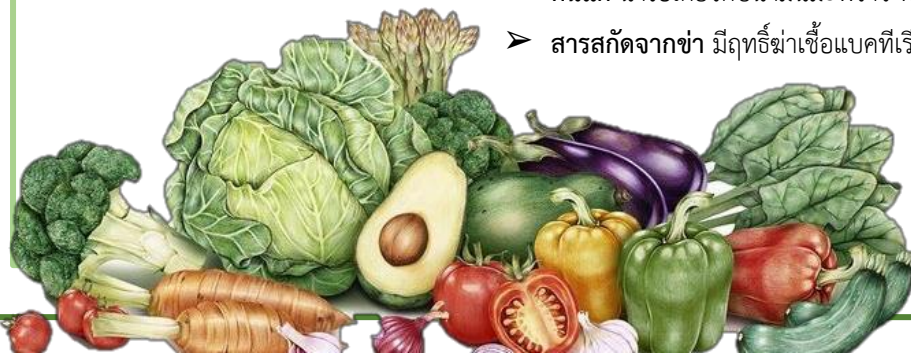
ชื่อวิทยาศาสตร์: *Alpinia galanga* (L.) Willd.

วงศ์: ZINGIBERACEAE

ถิ่นกำเนิด: -

ลักษณะพฤกษศาสตร์:

- **ไม้ล้มลุก** อายุหลายปี สูงประมาณ 1.5 – 2 เมตร มีลำต้นใต้ดินเรียกว่าเหง้า มีข้อและปล้องชัดเจน เลื้อยขนานพื้นดินและแตกแขนงเป็นแง่ง เหง้าหัวมีขนาดใหญ่ด้านสีขาว ลำต้นเทียมเหนือดินคือส่วนของกาบใบที่หุ้มซ้อนทับกันมีสีเขียวทรงกระบอกกลม เนื้อในสีเหลืองและมีกลิ่นหอมเฉพาะ
 - **ใบ** เป็นใบเดี่ยว แตกใบเวียนรอบต้น ลักษณะใบรูปขอบขนานหรือรูปขอบขนานแกมรูปไข่ ขอบใบเรียบและบางช่วงเป็นคลื่น ปลายใบเป็นติ่งแหลมหรือเรียวแหลม โคนใบเฉียงและสอบเรียวเข้าหาก้านใบ แผ่นใบสีเขียวเข้มเป็นมัน ก้านใบสั้น กว้าง 7-9 ซม. ยาว 20-40 ซม.
 - **ดอก** ออกดอกเป็นช่อแบบช่อกระจุก ตรงปลายยอด แกนกลางช่อมีขนและดอกช่อจะจัดอยู่ด้วยกันอย่างหลวมๆ ช่อที่ยังอ่อนจะมีใบประดับรูปไข่ลักษณะเป็นกาบสีเขียวอมเหลืองหุ้มมิด ดอกสีขาวขนาดเล็ก กลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นหลอดสั้นปลายแยกเป็น 3 กลีบ กลีบใหญ่มีริ้วสีแดง
 - **ผล** ลักษณะรูปทรงกระบอกหรือกลมรี ขนาดเท่าเม็ดบัว ผลอ่อนสีเขียวเมื่อแก่จะมีสีแดงอมส้ม และภายในมีเมล็ดเล็กๆ สีดำ มีรสขมและเผ็ด ผลแห้งแตกได้
- สรรพคุณด้านสมุนไพร:
- **เหง้าหรือลำต้น** แก้ฟกช้ำ แก้บวม แก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ จุกเสียด แน่น แก้กกลาง เกลิ้น ขับลมในลำไส้ แก้ปวดมวนในท้อง ขับลมในสตรีหลังคลอดบุตร ใช้ภายนอกรักษาอาการคันในโรคลมพิษ ช่วยย่อยอาหาร แก้บิด แก้ลมพิษ แก้โรคนิวโมเนีย บวมตามข้อ หลอดลมอักเสบ มีฤทธิ์กดหัวใจ กระตุ้นการหายใจ เป็นยาธาตุ
 - **ผล** รสเผ็ดร้อนฉุน ช่วยย่อยอาหาร แก้ปวดท้อง แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ แก้คลื่นไส้อาเจียน แก้บิด แก้แน่นหน้าอก
 - **ต้นแก่** นำไปเคี้ยวกับน้ำมันมะพร้าว ทาแก้ปวดเมื่อย เป็นตะคริว
 - **สารสกัดจากข่า** มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อแบคทีเรีย



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

ขิง



ชื่ออื่นๆ: ขิงแกลง, ขิงแดง (จันทบุรี), ขิงเผือก (เชียงใหม่), สะเอ (แม่ฮ่องสอน), ขิงบ้าน, ขิงแครง, ขิงป่า, ขิงเขา, ขิงดอกเดียว (ภาคกลาง), เกีย (จีนแต้จิ๋ว)

ชื่อสามัญ: Ginger |

ชื่อวิทยาศาสตร์: Zingiber officinale Roscoe

วงศ์: ZINGIBERACEAE

ถิ่นกำเนิด: -

ลักษณะพฤกษศาสตร์:

เป็นพืชล้มลุก มีเหง้าใต้ดิน เปลือกนอกสีน้ำตาลแกมเหลือง เนื้อในสีนวลมีกลิ่นหอมเฉพาะ แทงหน่อหรือลำต้นเทียมขึ้นเป็นกอประกอบด้วยกาบหรือโคนใบหุ้มซ้อนกัน ใบเป็นชนิดใบเดี่ยว ออกเรียงสลับกันเป็นสองแถว ใบรูปหอกเกลี้ยงๆ กว้าง 1.5-2 ซม. ยาว 12-20 ซม. หลังใบห่อจิบเป็นรูปร่างน้ำปลายใบสอบเรียวแหลม โคนใบสอบแคบ และจะเป็นกาบหุ้มลำต้นเทียม ตรงช่วงระหว่างกาบกับตัวใบจะหักโค้งเป็นข้อคอก ดอกสีขาว ออกรวมกันเป็นช่อรูปเห็ดหรือกระบองโบราณ แทงขึ้นมาจากเหง้า ชูก้านสูงขึ้นมา 15-25 ซม. ทุกๆ ดอกที่กาบสีเขียวปนแดงรูปโค้งๆ ห่อรองรับ กาบจะปิดแน่นเมื่อดอกยังอ่อน และจะขยายอ้าให้เห็นดอกในภายหลัง กลีบดอกและกลีบรองกลีบดอก มีอย่างละ 3 กลีบ อุ้มน้ำ และหลุดร่วงไว โคนกลีบดอกมีวนห่อ ส่วนปลายกลีบผายกว้างออก เกสรตัวผู้มี 6 อัน ผล กลม แข็ง โต วัดผ่าศูนย์กลางประมาณ 1 ซม.

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- **เหง้า** : รสหวานเผ็ดร้อน ขับลม แก้ท้องอืด จุกเสียด แน่นเฟ้อ คลื่นไส้อาเจียน แก้หอบไอ ขับเสมหะ แก้บิด เจริญอากาศธาตุ สารสำคัญในน้ำมันหอมระเหย จะออกฤทธิ์กระตุ้นการบีบตัวของกระเพาะอาหารและลำไส้ ใช้เหง้าแก่ทุบหรือบดเป็นผง ชงน้ำดื่ม แก้อาการคลื่นไส้อาเจียน แก้จุกเสียด แน่นเฟ้อ เหง้าสด ตำคั้นเอาน้ำผสมกับน้ำมะนาว เติมเกลือเล็กน้อย จิบแก้ไอ ขับเสมหะ
- **ต้น** : รสเผ็ดร้อน ขับลมให้ผายเรอ แก้จุกเสียด แก้ท้องร่วง
- **ใบ** : รสเผ็ดร้อน บำรุงกำลัง แก้ฟกช้ำ แก้เนื้องอก แก้ขัดปัสสาวะ แก้โรคตา ฆ่าพยาธิ
- **ดอก** : รสเผ็ดร้อน แก้โรคประสาทซึ่งทำให้ใจซุนมัว ช่วยย่อยอาหาร แก้ขัดปัสสาวะ



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

กระชาย



ชื่ออื่นๆ: กระชายดำ กะแอน ชิงทราย (มหาสารคาม) จีปู ซีฟู เปาซอเร้าะ เป้าสี่ระแอน (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน) ละแอน (ภาคเหนือ) ว่านพระอาทิตย์ (กรุงเทพฯ)

ชื่อสามัญ: Kaempfer

ชื่อวิทยาศาสตร์: Boesenbergia rotunda (L.) Mansf.

วงศ์: Zingiberaceae

ถิ่นกำเนิด: -

ลักษณะพฤกษศาสตร์: ไม้ล้มลุก มีเหง้าสั้น แตกหน่อได้ รากอวบ รูปทรงกระบอกหรือรูปไข่ค่อนข้างยาว ปลายเรียว กว้าง 1-2 ซม. ยาว 4-10 ซม. ออกเป็นกระจุก ผิวสีน้ำตาลอ่อน เนื้อในสีเหลือง มีกลิ่นเฉพาะตัว ส่วนที่อยู่เหนือดินเป็นใบ มี 2-7 ใบ ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปรี กว้าง 5-12 ซม. ยาว 12-50 ซม. ปลายเรียวแหลม โคนมนหรือแหลม ขอบเรียบ เส้นกลางใบ ก้านใบ และกาบใบด้านบนเป็นร่อง ด้านล่างนูนเป็นสัน ก้านใบเรียบ ยาว 7-25 ซม. กาบใบสีเขียว ยาว 7-25 ซม. ระหว่างก้านใบและกาบใบมีลิ้นใบ ข้อดอกแบบข้อเชิงลด ออกที่ยอดระหว่างกาบใบคู่ในสุด ยาวประมาณ 5 ซม. แต่ละดอกมีใบประดับ 2 ใบ สีขาวหรือขาวอมชมพูอ่อน รูปใบหอก กว้างประมาณ 8 มม. ยาว 3.5-4.5 ซม. กลีบเลี้ยงสีขาวหรือขาวอมชมพูอ่อน โคนติดกันเป็นหลอด ยาวประมาณ 1.7 ซม. ปลายแยกเป็น 3 แฉก กลีบดอกสีขาวหรือขาวอมชมพูอ่อน โคนติดกันเป็นหลอด ยาวประมาณ 6 ซม. ปลายแยกเป็น 3 กลีบ รูปใบหอก ขนาดไม่เท่ากัน กลีบใหญ่ 1 กลีบ กว้างประมาณ 7 มม. ยาวประมาณ 1.8 ซม. อีก 2 กลีบ ขนาดเท่ากัน กว้างประมาณ 5 มม. ยาวประมาณ 1.5 ซม. เกสรเพศผู้ 6 อัน แต่ 5 อัน เปลี่ยนไปมีลักษณะเหมือนกลีบดอก โดย 2 กลีบบนสีชมพู รูปไข่กลับ ขนาดเท่ากัน กว้างประมาณ 1.2 ซม. ยาวประมาณ 1.7 ซม. อีก 3 กลีบล่างสีชมพูติดกันเป็นกระพุ้ง กว้างประมาณ 2 ซม. ยาวประมาณ 2.7 ซม. ปลายแผ่กว้างประมาณ 2.5 ซม. มีสีชมพูหรือม่วงแดงเป็นเส้นๆ อยู่เกือบทั้งกลีบโดยเฉพาะอย่างยิ่งตรงกระเปาะและปลายกลีบ มีเกสรเพศผู้ที่สมบูรณ์ 1 อัน ก้านชูอับเรณูหุ้มก้านเกสรเพศเมีย ผลแก่แตกเป็น 3 เสี่ยง เมล็ดค่อนข้างใหญ่

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- เหง้าใต้ดิน - มีรสเผ็ดร้อนขม แก้ปวดท้อง มวนในท้อง ท้องอืดท้องเฟ้อ บำรุงกำลัง บำรุงกำหนด แก้กามตายด้าน เป็นยารักษาโรคผิวหนัง
- เหง้าและราก - แก้บิดมูกเลือด เป็นยาขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะพิการ





ชื่ออื่นๆ: -

ชื่อสามัญ: Chili, Pepper, Sweet pepper, Hot pepper, Bird pepper, Capsicum, Paprika

ชื่อวิทยาศาสตร์: Capsicum spp.

วงศ์: Solanaceae

ถิ่นกำเนิด: ในอเมริกาเขตร้อน

ลักษณะพฤกษศาสตร์:

- ราก ระบบรากของพริกมีรากแก้ว รากหากินลึกมาก ต้นพริกที่โตเต็มที่รากฝอยจะแผ่ออกไปหากินด้านข้างในรัศมีเกินกว่า 1 เมตร และหยั่งลึกลงไปดินเกินกว่า 1.20 เมตร รากฝอยหากินของพริกจะพบอยู่อย่างหนาแน่นมากในบริเวณรอบๆ ต้น ใต้ผิวดินลึกประมาณ 60 เซนติเมตร
- ลำต้นและกิ่ง ลำต้นพริกตั้งตรง สูงประมาณ 1-2.5 ฟุต
- เมล็ด เมล็ดพริกชี้หูนีมีขนาดค่อนข้างใหญ่กว่าเมล็ดมะเขือเทศแต่มีรูปร่างคล้ายๆกัน คือ มีรูปร่างกลมแบน มีสีเหลืองไปจนถึงสีน้ำตาล ผิวเรียบ

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- พริกมีสารต่อต้านอนุมูลอิสระ ช่วยชะลอวัย
- ช่วยให้อารมณ์ดี ทำให้ร่างกายสร้างสาร Endorphin (สารแห่งความสุข)
- ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้แข็งแรงมากยิ่งขึ้น วิตามินซีที่ช่วยเสริมสร้างคอลลาเจนในร่างกาย
- ช่วยในการบำรุงและรักษาสายตา
- ช่วยกระตุ้นให้เจริญอาหารยิ่งขึ้น สารแคปไซซินช่วยให้เกิดอาการตื่นตัวของร่างกาย
- ช่วยในการดีท็อกซ์ของร่างกาย
- ช่วยบรรเทาอาการไข้หวัด ลดน้ำมูก และลดเสมหะ บรรเทาอาการไอ
- ช่วยป้องกันการเกิดโรคหัวใจล้มเหลว
- ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของหลอดเลือดให้ดียิ่งขึ้น
- ช่วยลดความดันโลหิต
- ช่วยไม่ให้เมื่อกเสียๆ มาจับตัวกันภายในส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย
- ช่วยบรรเทาอาการเจ็บปวดต่าง ๆ เช่น อาการปวดฟัน เจ็บคอ การอักเสบของผิวหนัง อาการปวดศีรษะ ปวดเส้นเอ็น โรคเกาต์ ข้อต่ออักเสบ
- พริกช่วยกระตุ้นให้อยากอาหารมากขึ้น



1 อปท. 1 สวนสมุนไพร

ว่านหางจระเข้



ชื่ออื่นๆ: หางตะเข้ (ภาคกลาง) ว่านไฟไหม้ (ภาคเหนือ)

ชื่อสามัญ: Star cactus, Aloe, Aloin, Jafferabad, Barbados

ชื่อวิทยาศาสตร์: Aloe vera (L.) Burm.f.

วงศ์: Asphodelaceae

ถิ่นกำเนิด: -

ลักษณะพฤกษศาสตร์: ไม้ล้มลุกอายุหลายปี สูง 0.5-1 เมตร ลำต้นเป็นข้อปล้องสั้น ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงเวียนรอบต้น ใบหนาและยาว โคนใบใหญ่ ส่วนปลายใบแหลม ขอบใบเป็นหนามแหลมห่างกัน แผ่นใบหนาสีเขียว มีจุดยาวสีเขียวอ่อน อวบน้ำ ช้ำในเป็นวุ้นใสสีเขียวอ่อน ดอกออกเป็นช่อกระจุกที่ปลายยอด ก้านช่อดอกยาว ดอกสีแดงอมเหลือง โคนเชื่อมติดกันเป็นหลอด ปลายแยกเป็น 6 แฉก เรียงเป็น 2 ชั้น รูปแตร ผล เป็นผลแห้งรูปกระสวย

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- ใบ - รสเย็น ตำผสมสุรา พอกฝี
- ทั้งต้น - รสเย็น ดองสุราดื่มขับน้ำคาวปลา
- ราก - รสขม รับประทานถ่ายโรคหนองใน แก้มดกัด
- ยางในใบ - เป็นยาระบาย
- น้ำวุ้นจากใบ - ล้างด้วยน้ำสะอาด ผ่านบางๆ รักษาแผลสดภายนอก น้ำร้อนลวกไฟไหม้ ทำให้แผลเป็นจางลง ดับพิษร้อน ทาผิวป้องกันและรักษาอาการไหม้จากแสงแดด ทาผิวรักษาสิวฝ้า และขจัดรอยแผลเป็น
- เนื้อวุ้น - เหน็บทวาร รักษาริดสีดวงทวาร
- เหง้า - ต้มรับประทานแก้หนองใน โรคมดกัด



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

มะกรูด



ชื่ออื่นๆ: มะขูด , มะขุน (ภาคเหนือ) , ส้มมะผี , ส้มกรูด (ภาคใต้) , โกร้ยเซ็ด (เขมร) , มะขู (แม่ฮ่องสอน)

ชื่อสามัญ: Kaffir lime , Mauritius papeda , Leech lime

ชื่อวิทยาศาสตร์: Citrus hystrix DC.

วงศ์: RUTACEAE

ถิ่นกำเนิด: เป็นพืชพื้นเมืองในเขตร้อนชื้นแถบประเทศเอเชียตะวันออกเฉียงใต้

ลักษณะพฤกษศาสตร์: เป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก เนื้อไม้เป็นเนื้อแข็ง เปลือกเรียบมีสีน้ำตาลอ่อน ลำต้นแตกกิ่งก้านจำนวนมากตั้งแต่ระดับล่างของลำต้นทำให้มีลักษณะเป็นพุ่ม ตามลำต้น และกิ่งมีหนามแหลมยาวใบมะกรูด เป็นใบประกอบ ออกเป็นใบเดี่ยว มีก้านใบแผ่ออกเป็นครีบลายแผ่นใบ ใบมะกรูดมีลักษณะหนา เรียบ มีผิวมัน สีเขียว และเขียวเข้มตามอายุของใบ ใบมีคอดกึ่งที่กลางใบ ใบแบ่งออกเป็น 2 ตอน หรือ คล้ายใบไม้ 2 ใบ ใบมีกลิ่นหอมมากเพราะมีต่อมน้ำมันอยู่ ดอกออกเป็นช่อมีสีขาว แทนงออกบริเวณส่วนยอดหรือตามซอกใบ แต่ละช่อมีดอกประมาณ 1-5 ดอก กลีบดอกมีสีขาวครีม 5 กลีบ ผลมะกรูดหรือลูกมะกรูด มีลักษณะค่อนข้างกลม มีเส้นผ่านศูนย์กลาง 5-7 เซนติเมตร ผลคล้ายผลส้มซ่า ผลมีขนาดใหญ่กว่าลูกมะนาวเล็กน้อย เปลือกผลค่อนข้างหนา ผิวเปลือกมีสีเขียวเข้ม ผิวขรุขระเป็นลูกคลื่นหรือเป็นปุ่มนูน ภายในเปลือกมีต่อม้ำมันหอมระเหยเป็นจำนวนมาก มีจุดที่หัว และท้ายของผล เมื่อสุก ผลจะเปลี่ยนเป็นสีเหลือง ด้านในผลประกอบด้วยเนื้อฉ่ำน้ำ มีเมล็ดแทรกบริเวณกลางผล 5-10 เมล็ด เนื้อผลมีรสเปรี้ยวปนขมเล็กน้อย

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- ช่วยในการต่อต้านอนุมูลอิสระสูง ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกายแข็งแรง
- กระตุ้นพิษ แก้ฝีภายในและแก้เสมหะเป็นพิษ
- มีน้ำมันหอมระเหยผ่อนคลายความเครียด คลายความกังวล
- เป็นยาบำรุงหัวใจ
- แก้ลม หน้ามืด วิงเวียนศีรษะ
- แก้อาการไอ ขับเสมหะ
- ช่วยฟอกโลหิต
- แก้อาการเลือดออกตามไรฟัน
- ช่วยขับลมในลำไส้ แก้อาการจุกเสียด ท้องอืด แน่นท้อง
- ช่วยขับระดู ขับลม
- ช่วยบำรุงหนังศีรษะและบำรุงเส้นผมให้แข็งแรง
- แก้ปัญหากลิ่นเท้าเหม็น มีกลิ่นอับเชื้อรา



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

สะระแหน่



ชื่ออื่นๆ: สะระแหน่ไทย , สะระแหน่สวน , สะระแหน่ฝรั่ง , สะระแหน่ญวน , แมงลักน้ำ , สะระแหน่ต้น , ต้นน้ำมันหอม (ทั่วไป) , หอมด่วน, หอมเดือน (ภาคเหนือ), ขะเหยาะ , ขะแยะ (ภาคอีสาน) สะแน , มักเงาะ (ภาคใต้), แซบ่อท่อ , กอยโซว . กิมปึกห้วง (จีน)

ชื่อสามัญ: Mint , Kitchen Mint, Spearmint , pepper mint.

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Mentha x cordifolia* Opiz ex Fresen.

วงศ์: LABIATAE - LAMIACEAE

ถิ่นกำเนิด: มีถิ่นกำเนิดเดิมอยู่ในยุโรป และแพร่กระจายพันธุ์อยู่ทั่วไป ทั้งในยุโรปและอเมริกาเหนือ รวมทั้งในภูมิภาคอื่นๆ ของโลกโดยเฉพาะเขตร้อนและเขตอบอุ่น

ลักษณะพฤกษศาสตร์:

จัดเป็นไม้ล้มลุกมีลักษณะเป็นลำต้นพร้อมเลื้อย มีเฉพาะรากฝอย ขนาดเล็ก และสั้น ลำต้นสูงประมาณ 15-30 ซม. ลำต้นมีลักษณะเป็นเหลี่ยม ผิวลำต้นมีสีแดงอมม่วงจนถึงปลายยอด ลำต้นสามารถแตกเหง้าเป็นต้นใหม่จนขยายเป็นกอใหญ่ และลำต้นแตกกิ่งแขนงจำนวนมาก ใบ ออกเป็นใบเดี่ยว และออกเป็นคู่ๆ ตรงข้ามกันบนกิ่ง ลำต้นใบมีสีเขียว รูปทรงรี กว้างประมาณ 1.5 – 3.5 ซม. และยาวประมาณ 2 – 7 ซม. ผิวใบย่นเป็นลูกคลื่น ขอบใบหยัก ปลายใบมนหรือแหลม ดอก ออกเป็นช่อ เนื้อชอกใบบริเวณปลายยอด แต่ละช่อมีดอกจำนวนมาก ดอกมีสีชมพูอมม่วง ประกอบด้วยกลีบเลี้ยง 5 กลีบ และกลีบดอกที่เชื่อมติดกันเป็นกรวยตื้น 4 กลีบ ภายในดอกมีเกสรตัวผู้ 4 อัน ส่วนเกสรตัวเมียจะไม่ค่อยพบ ผล มีสีดำ ขนาดเล็ก มีรูปผลเป็นรูปกระสวย เปลือกผลเกลี้ยง มัน ทั้งนี้ ผลสะระแหน่มักไม่ติดผลให้เห็นบ่อยนัก เพราะดอกส่วนใหญ่มักจะเป็นหมัน

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- ช่วยขับเหงื่อ
- ช่วยลดอาการหืดหอบ
- แก้ปวดท้อง
- ช่วยขับลมในกระเพาะลำไส้
- แก้อาการเสียดแน่น ไข้ย่อยอาหาร
- แก้อาการเกร็งของกระเพาะอาหารและลำไส้
- แก้ปวดบวม
- ช่วยฆ่าเชื้อโรค
- ช่วยย่อยอาหาร



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

กะเพรา



ชื่ออื่นๆ: กำก้อขาว , กำก้อดำ , กำก้อดง (ภาคเหนือ) , กะเพราแดง , กะเพราขาว , กะเพราขน (ภาคกลาง) , อีตู่ไทย อีตู่ข้า (ภาคอีสาน) , ห่อแก้วชู , หังตุ้ปลู (กะเหรี่ยง - แม่ฮ่องสอน) , อิมคิมหล่า (เงี้ยว - แม่ฮ่องสอน)

ชื่อสามัญ: Holy basil, Sacred Basil, Tulsi, Tulası

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Ocimum sanctum* Linn.

วงศ์: Lamiaceae

ถิ่นกำเนิด: เป็นพืชพื้นเมืองของเขตร้อน ของทวีปเอเชียและแอฟริกาแต่พบมากในแถบเอเชียใต้และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เช่น ประเทศอินเดีย

ลักษณะพฤกษศาสตร์: กะเพราจะมีอยู่ 2 พันธุ์คือกะเพราขาวและกะเพราแดงอยู่ในวงศ์ของยี่หระ โดยมีจุดสังเกตคือ กะเพราขาวมีใบและกิ่งสีเขียวอ่อนส่วนกะเพราแดงมีใบและกิ่งสีเขียวอมม่วงแดง และกะเพราแดงมีกลิ่นแรงกว่ากะเพราขาว ส่วนลักษณะทางพฤกษศาสตร์อื่นๆ เหมือนกันเกือบทั้งหมด คือ จัดเป็นไม้พุ่ม สูง 30-60 ซม. โคนต้นค่อนข้างแข็ง กะเพราแดงลำต้นสีแดงอมเขียว ส่วนกะเพราขาวลำต้นสีเขียวอมขาว ยอดอ่อนมีขนสีขาว ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้ามกัน รูปรี กว้าง 1-3 ซม. ยาว 2.5-5 ซม. ปลายใบมนหรือแหลม โคนใบแหลม ขอบใบจักเป็นฟันเลื่อย แผ่นใบสีเขียว มีขนสีขาว ดอก ออกเป็นช่อที่ปลายยอด ดอกสีขาวแกมม่วงแดงมีจำนวนมาก กลีบเลี้ยงโคนเชื่อมติดกัน ปลายเรียวยแหลม ด้านนอกมีขน กลีบดอกแบ่งเป็น 2 ปาก ปากบนมี 4 แฉก ปากล่างมี 1 แฉก ปากล่างยาวกว่าปากบน มีขนประปราย เกสรเพศผู้มี 4 อัน ผล เป็นผลแห้ง เมื่อแตกออกจะมี เมล็ด สีดำ รูปไข่

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- ลดอาการท้องอืดเพื่อ ขับลม
- แก้ปวดท้อง บำรุงธาตุ แก้ท้องร่วง
- แก้อาการจุกเสียดในท้อง ทำให้เรอ แก้กลิ้นไส้อาเจียน
- ช่วยขับเสมหะ ขับเหงื่อ
- แก้โรควิวหนัง
- แก้อาการปวดท้องในเด็กทารก
- เป็นยาเพิ่มน้ำนมสตรีหลังคลอด ขับน้ำนม
- บรรเทาอาการไข้เรื้อรัง



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

ย่านาง



ชื่ออื่นๆ: จอยนาง , จ้อยนาง (ภาคเหนือ) , เถย่านาง , เถวัลย์เซีย , หล้าภคินี (ภาคกลาง) , ย่านาง , นางวันยอ , ชันยอยาด (ภาคใต้)

ชื่อสามัญ: -

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Tiliacora triandra* (Colebr.) Diels,

วงศ์: Menispermaceae

ถิ่นกำเนิด: ตอนกลางของเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เช่น ในประเทศ พม่า , ไทย , ลาว , กัมพูชา

ลักษณะพฤกษศาสตร์:

- เป็นไม้เถาเลื้อย เถากลมขนาดเล็ก มีเนื้อไม้ เลื้อยพันตามต้นไม้ หรือกิ่งไม้ เถามีสีเขียว ยาว 10-15 เมตร เถาอ่อนสีเขียว เมื่อเถาแก่จะมีสีคล้ำ แตกเป็นแนวถี่ เถาอ่อนมีขนนุ่มสีเทา มีเหง้าใต้ดิน กิ่งก้านมีรอยแผลเป็นรูปจานที่ก้านใบหลุดไป มีขนประปราย หรือเกลี้ยง
- ใบเดี่ยว หนา สีเขียวเข้มเป็นมัน เรียงแบบสลับ รูปไข่ ยาวประมาณ 6-12 เซนติเมตร กว้างประมาณ 4-6 เซนติเมตร ขอบใบเรียบ ปลายใบแหลม ฐานใบมน ผิวใบเป็นคลื่นเล็กน้อย
- ดอก สีเหลือง ก้านช่อดอกยาวประมาณ 0.5 เซนติเมตร
- เมล็ดแข็ง ผลสีเขียว ฉ่ำน้ำ ออกเป็นพวง ตามข้อและซอกใบ ติดบนก้านยาว 3-4 มิลลิเมตร เมื่อสุกจะเปลี่ยนเป็นสีส้มและแดงสด เมล็ดรูปเกือบกลม ผนังผลชั้นในมีสันไม่เป็นระเบียบ

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- แก้ไข้เบญจโลกวิเชียร แก้ไข้กลับ ไข้หัว ไข้พิษ ไข้สันนิบาต ไข้ป่าเรื้อรัง ไข้ทับระดู แก้ไข้จับสั่น แก้ไข้มาลาเลีย
- แก้พิษเมาเบื่อ กระทบพิษไข้
- แก้เมาสุรา ถอนพิษผิดสำแดง
- แก้ไข้ ขับพิษต่างๆ
- แก้ท้องผูก
- แก้ลิ้นเป็นฝ้าขาว แก้ลิ้นแข็งกระด้าง
- รักษาโรคปวดข้อ



1 อกท.
1 สวนสมุนไพร

ฟ้าทลายโจร



ชื่ออื่นๆ: น้ำลายพังพอน , ขุนโจรห้าร้อย (ภาคกลาง, กรุงเทพฯ), สามสิบดี (ร้อยเอ็ด) , ฟ้าสาง (สกลนคร) , เขยตายาคลุ่ม (ราชบุรี) , หล้าก้านงู (สงขลา) , ฟ้าสะท้าน (พัทลุง) , เมฆทะลาย (ยะลา) , ขวนชิน , แจกเกี้ยงฮี , โข้วเช่า , ซีปังฮี (จีน)

ชื่อสามัญ: Kariyat, Creat, Herba Andrographis, Indian Echinace

ชื่อวิทยาศาสตร์: Andrographis paniculata (Burm. f.) Nees

วงศ์: Acanthaceae

ถิ่นกำเนิด: ในทวีปเอเชีย ซึ่งจัดเป็นสมุนไพรท้องถิ่นในประเทศแถบเอเชียรวมถึงเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เช่น อินเดีย จีน ศรีลังกา ไทย

ลักษณะพฤกษศาสตร์:

เป็นไม้พุ่มเตี้ยสูง 40-80 ซม. ลำต้นลักษณะสี่เหลี่ยม แตกกิ่งก้านสาขามาก ทั้งต้นมีรส ขมมาก ใบออกตรงข้ามกัน ตัวใบยาวรูปปลายใบเรียวแหลม ขอบใบมีรอยหยักเล็กน้อย เกือบเรียบ ก้านใบสั้นจนแทบจะเรียกว่าไม่มีก้านใบ ดอกออกจากซอกใบหรือที่ปลายกิ่ง กลีบเลี้ยงมีสีเขียว ผลเป็นฝักทรงกระบอกแบนมีร่องลึกตรงกลาง ด้านแบนทั้งสองด้าน

ฝักยาวประมาณ 1.5 ซม. ฝักแก่แล้วแตกตามรอยข้าง ฝักแบ่งเป็น 2 ซีก โดยมีร่องลึก นั้นอยู่ที่ซีกละร่อง เมล็ดสีส้มแดงแข็ง คู่ค่อนข้างโปร่งแสง ฝักหนึ่งมีเมล็ดหลายเมล็ด

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- ใช้ดับร้อน แก้พิษ
- รักษาไข้ ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่
- ระงับอักเสบในอาการไอ เจ็บคอ คออักเสบ ต่อมทอนซิล หลอดลมอักเสบ ปอด
- แก้กระเพาะอาหารอักเสบ ลำไส้อักเสบ
- รักษาโรคผิวหนัง ผื่น
- รักษาอาการคางทูม หูชั้นกลางหรือปากอักเสบ
- ช่วยกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายให้ทำงานดีขึ้น
- ลดการแข็งตัวของเลือด
- ช่วยรักษาหรือบรรเทาอาการติดเชื้อในทางเดินหายใจ
- รักษาโรคข้อรูมาตอยด์
- รักษาโรคมะเร็งเต้านมหรือมะเร็งปากช่อง
- ช่วยลดการติดเชื้อหวัดตกโรคในอุจจาระ
- ช่วยยับยั้งเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของการเกิดหนอง



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

ชะพลู



ชื่ออื่นๆ: ผักปุงก (ลำปาง), ชำพลู (ภาคกลาง) ชะพลูเถา เฌอภูล (สุรินทร์) ผักปูนา ผักปูลิง ผักปุงริง ปูลิงนก ผักพลูนก ผักอีไร ผักอีเลิศ (ภาคอีสาน) พลูลิง (ภาคเหนือ) เย้เที้ย (แม่ฮ่องสอน) พลูนก ผักปุงก (พายัพ) พลูลิงนก (เชียงใหม่) นมวา (ใต้) ปู้,ปู้ (ไทยใหญ่)

ชื่อสามัญ: -

ชื่อวิทยาศาสตร์: Piper samentosum Roxb.

วงศ์: PIPERACEAE

ถิ่นกำเนิด: ที่หมู่เกาะมาเลย์ และหมู่เกาะชวา ซึ่งเป็นหมู่เกาะที่ค้าขายเครื่องเทศในอดีต

ลักษณะพฤกษศาสตร์:

- ลำต้นชะพลู ลำต้นมีลักษณะตั้งตรง สูงประมาณ 30-50 ซม. สีเขียวเข้ม มีข้อเป็นปม แตกกิ่งออกเป็นพุ่ม เติบโตได้ดีในพื้นที่ดินชุ่ม
 - ใบชะพลู ใบมีสีเขียวสดถึงเขียวแก่ ก้านใบยาว 1-3 ซม. ลักษณะใบเป็นใบเดี่ยว คล้ายรูปหัวใจ ใบกว้าง 5-10 เซนติเมตร ยาว 7-15 เซนติเมตร ปลายใบแหลม โคนใบเว้า ผิวออกมัน แทงใบออก 2 ใบตรงข้ามกัน มีเส้นใบประมาณ 7 เส้น แทงออกจากฐานใบ
 - ดอกชะพลู ดอกเป็นช่อ ทรงกระบอก ชูตั้งขึ้น ดอกอ่อนมีสีขาว เมื่อแก่จะออกสีเขียว รูปทรงกระบอก แทงดอกบริเวณปลายยอด และช่อใบ ก้านช่อดอกยาวประมาณ 1.5 ซม. ดอกเป็นดอกแยกเพศ
 - ผลชะพลู ผลเจริญบนช่อดอก มีลักษณะเป็นผลสีเขียว ผิวมัน มีลักษณะกลมเล็ก ฝังตัวในช่อดอกหลายเมล็ดมักออกดอกในฤดูฝน
- สรรพคุณด้านสมุนไพร:
- ช่วยทำให้ระบบหมุนเวียนโลหิตดี
 - ช่วยย่อยอาหาร
 - ช่วยขับลมในลำไส้
 - ช่วยขับเสมหะให้ตกทางทวารหนัก
 - ช่วยบำรุงธาตุ
 - แก้ปวดท้องแน่นจุกเสียด แก้ไข้ดีซ่าน ตีกระตุก บำรุงน้ำดี
 - รักษาโรคบิด



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

แมงลัก



ชื่ออื่นๆ : ก้อมก้อขาว (ภาคเหนือ) , อีตุ๋ (ภาคอีสาน) , มังลัก (ภาคกลาง) , ผักอีตุ๋ (ลาว)

ชื่อสามัญ : Hoary basil, Hairy basil, American basil, Lemon basil, Thai Lemon Basil.

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Ocimum basilicum* L. f.var.
citratum Back

วงศ์ : Labiatae

ถิ่นกำเนิด : ในเขตร้อนของทวีปเอเชีย เช่น อินเดีย, มังคลาเทศ, เนปาล, พม่า, ไทย, สวา, กัมพูชา, เวียดนาม

ลักษณะพฤกษศาสตร์ : > เป็นไม้ล้มลุกชนิดที่ขึ้นเดี่ยวหรือหลายปีขนาดเล็ก สูง 10-30 ซม. มีกลิ่นหอม ลำต้นกลมเป็นสี่เหลี่ยม ใบเป็นใบเดี่ยวเรียงตรงข้ามรูปรี รูปใบหอกแกมรูปไข่
> ช่อดอกโปร่งเป็นวงรอบได้ถึง 1 ซม. แกนมีขนนุ่มหนาแน่นหันลง ใบประดับรูปไข่ยาวได้ถึง 0.5 ซม. ระยะออกดอกจะยาว 0.4-0.55 ซม. เมื่อดิดผล กลีบปากหลังกลม หลอดดอก เป็นครีบขยายออกเล็กน้อยและคงอยู่เป็นติ่งแหลมอ่อนที่ปลาย

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- > ช่วยขับลม แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ
- > แก้ลมตานซาง
- > ช่วยสมานแผล ล้างแผลทุกชนิด
- > แก้จุดเสียด ขับลมในลำไส้
- > แก้พิษ ตานซาง
- > แก้ไอ แก้หวัด แก้อาเจียน
- > แก้หลอดลมอักเสบ
- > ช่วยขับเสมหะ
- > แก้กลาก เกื้ออื่น โรคผิวหนัง โรคเกลื้อนน้ำนม
- > แก้ลม วิงเวียน
- > แก้อาการเกร็งของหลอดลมช่วยย่อย
- > ใช้บดเอาน้ำหยอดหูแก้ปวด แก้หูตึง
- > ช่วยทำให้ประจำเดือนเป็นปกติ





ชื่ออื่นๆ: โหระพาไทย, โหระพาเทศ (ทั่วไป) , กอมก้อ (ภาคเหนือ, ภาคอีสาน) , อิมคิมขาว (ไทยใหญ่-แม่ฮ่องสอน) , ห่อวอซู, ห่อกายชวย (กะเหรี่ยง)

ชื่อสามัญ: Sweet Basil , Common Basil

ชื่อวิทยาศาสตร์: Ocimum basilicum Linn.

วงศ์: Labiatae

ถิ่นกำเนิด: ในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้คือแถบประเทศไทย ฟิลิปปินส์ อินโดนีเซีย ฯลฯ แต่ได้มีการกระจายพันธุ์ไปทั่วโลกหลายพันปีมาแล้ว โดยเฉพาะประเทศในแถบเอเชียและยุโรป

ลักษณะพฤกษศาสตร์:

- เป็นพืชล้มลุก มีระบบรากแก้ว และรากฝอย ลำต้นมีความสูงประมาณ 40-100 ซม. ลำต้นเป็นสี่เหลี่ยม แก่นด้านในเป็นไม้เนื้ออ่อน ผิวลำต้นอ่อนหรือกิ่งอ่อนมีสีม่วงแดง ลำต้นแตกกิ่งตั้งแต่ระดับต่ำของลำต้นจนแตกเป็นทรงพุ่ม
- ใบโหระพาออกเป็นใบเดี่ยว ทางออกบริเวณข้อของกิ่ง ใบมีรูปไข่ คล้ายใบกะเพรา ใบมีสีเขียวเข้มหรือม่วงแดงหรือเขียวอมม่วง กว้างประมาณ 3-4 ซม. ยาวประมาณ 6 ซม. โคนใบมน ใบปลายแหลม แผ่นใบเรียบ และค่อนข้างเป็นมัน ขอบใบหยักเป็นฟันเลื่อย มีเส้นใบมองเห็นชัดเจน ใบไม่มีขน ใบมีน้ำมันหอมระเหยทำให้มีกลิ่นหอม
- ดอกมีสีขาวหรือชมพูอ่อน ออกเป็นช่อที่ปลายกิ่ง ช่อดอกยาว 7-12 เซนติเมตร มีใบประดับสีเขียวอมม่วงซึ่งจะคงอยู่เมื่อเป็นผล กลีบดอกมีโคนเชื่อมกัน ปลายแยกเป็น 2 ส่วน เกสรตัวผู้ 4 อัน ผลเป็นสีน้ำตาล มีเมล็ด 4 เมล็ด ซึ่งเมล็ดเป็นรูปกลมรี ยาวประมาณ 2 มม.

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- แก้ปวดกระเพาะอาหาร จุกเสียดแน่น ท้องเสีย แก้ประจำเดือนผิดปกติ
- แก้ฟกช้ำ
- แก้ผดผื่นคัน มีน้ำเหลือง
- ไข้แก้ตาแดง มีขี้ตามาก ต้อตา
- แก้เด็กเป็นแผล มีหนองเรื้อรัง
- แก้อโรเกาต์ แก้อโรคผิวหนัง
- แก้อลิ้นปากหรือลมหายใจมีกลิ่นเหม็น
- ช่วยป้องกันโรคหัวใจขาดเลือดและมะเร็ง
- ช่วยต้านการเกิดภาวะเป็นพิษต่อไขกระดูกและระบบเลือด
- ใช้แต่งกลิ่นยาสีฟัน ยาที่ใช้กับปากและคอ ทำโลชั่น ครีม แชมพู สบู่





ชื่ออื่นๆ: มะเฒ่า , มะห้อย , ผักเฒ่า , ผักไซ (ภาคเหนือ) , มะระหนู , มะร้อยรู (ภาคกลาง) , ผักสะไล , ผักไล่ (ภาคอีสาน) , ระ (ภาคใต้) , ผักโท (นครศรีธรรมราช) , ผักเหย (สงขลา) , สุกะซุ , สุกะเด (กะเหรี่ยง - แม่ฮ่องสอน) , โกววยเกี้ยว , โคววย (จีน)

ชื่อสามัญ: Bitter cucumber, Balsam pear, Balsam apple, Bitter melon, Bitter gourd, Carilla fruit

ชื่อวิทยาศาสตร์: Momordica charantia Linn

วงศ์: Cucurbitaceae

ถิ่นกำเนิด: อยู่ในเขตร้อนของเอเชียและทางตอนเหนือของแอฟริกาเขตร้อน ซึ่งอาจรวมไปถึงเขตร้อนในอเมริกาใต้หรือแถบประเทศลาตินอเมริกา

ลักษณะพฤกษศาสตร์:

- ต้น เป็นไม้เถาเลื้อยพาดพันตามต้นไม้อายุเพียง 1 ปี มีมือเกาะ หรือหนวดเล็กยาวสำหรับยึดเกาะกับพืชอื่น ลำต้นเป็นเหลี่ยมมีขนปกคลุม ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับกัน ลักษณะคล้ายใบแตงโม แต่เล็กกว่า มีสีเขียวทั้งใบ ขอบหยักเว้า
- ดอก เป็นดอกเดี่ยวแยกเพศอยู่ในต้นเดียวกัน ขนาดประมาณ 2 – 3 เซนติเมตร มีสีเหลืองอ่อน มี 5 กลีบ เกสรสีเหลืองแก่ส้ม มีเกสรตัวผู้และอับเรณูอย่างละ 3 อัน ดอกตัวเมีย มีรังไข่ 1 อัน กลีบดอกบาง
- ผล เป็นผลเดี่ยว รูปกระสวย ผิวขรุขระ มีปุ่มยื่นออกมา ผลอ่อนสีเขียว ผลสุกสีเหลือง ผลแก่แตก้าออกภายในมีเมล็ดรูปร่างกลมแบนหรือรูปไข่ เปลือกหุ้มเมล็ดมีสีแดง

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- แก่ท่อน้ำดีอักเสบ
- ช่วยทำให้เจริญอาหาร
- ช่วยแก้ไข้ แก่ตัวร้อน ดับพิษร้อน แก่ปากเปื่อย เป็นขุม
- แก่พิษฝี
- บำรุงน้ำดี แก่ตับม้ามพิการ
- แก่อักเสบฟกบวม แก่ปวดเนื่องจากลมคั่งในข้อ
- แก่หอบหืด
- ช่วยบำรุงร่างกาย บำรุงโลหิตระดู
- แก่ตับม้ามอักเสบ





ชื่ออื่นๆ: ใบบัวบก (ภาคกลาง) ผักหนอก จำปาเครือ (ภาคเหนือ) ปะหะ เอชาเต๊ะ (กะเหรี่ยง) แฉ่นโคก (อีสาน) ผักแฉ่น (ภาคใต้) เตี้ยกำเช่า ฮมคัก (จีน)

ชื่อสามัญ: Asiatic pennywort, Gotu kola, Indian pennywort, Water pennywort

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Centella asiatica* (Linn.) Urban.

วงศ์: UMBELLIFERAE (APIACEAE)

ถิ่นกำเนิด: ในทวีปแอฟริกา ต่อมาถูกนำเข้ามาปลูกในทวีปเอเชียที่ประเทศอินเดียและประเทศในแถบอเมริกาใต้ อเมริกากลาง ประเทศในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และเอเชียเหนือ

- ลักษณะพฤกษศาสตร์:
- เป็นพืชล้มลุกอายุหลายปี มีลำต้นเป็นไหล (stolon) เลื้อยไปตามพื้นดินหรืออยู่ด้านล่างหน้าผิวดิน ไหลมีลักษณะทรงกลม ไหลอ่อนมีสีขาวย ไหลแก่มีสีน้ำตาล ยาวได้มากกว่า 1 เมตร ไหลมีลักษณะเป็นข้อปล้อง บริเวณข้อเป็นจุดแทงออกของก้านใบ ส่วนด้านล่างของข้อมีรากแขนงแทงลึกลงดิน
 - ใบประกอบด้วยก้านใบที่แทงตั้งตรงจากข้อ ก้านใบสูงประมาณ 10-15 เซนติเมตร มีลักษณะทรงกลม สีเขียวอ่อน ฐานใบโค้ง ขอบใบหยัก แผ่นใบเรียบ สีเขียวสด
 - ดอกบัวบกออกเป็นช่อที่ซอกใบของข้อ ช่อดอกมีรูปทรงช่อคล้ายร่ม กลีบดอกมีสีขาว
 - ผลมีขนาดเล็ก มีลักษณะกลมแบน ยาวประมาณ 3 มิลลิเมตร เปลือกเมล็ดแข็ง มีสีเขียวหรือม่วงน้ำตาล

สรรพคุณด้านสมุนไพร:

- การบำรุงประสาทและสมอง เพิ่มความสามารถในการจำ ลดความเสี่ยงอัลไซเมอร์ หรือสมองเสื่อม ฟื้นฟูความจำ รักษาสมดุลของจิตใจ ลดความกระวนกระวาย ช่วยให้จิตใจสงบและผ่อนคลาย

- ช่วยบำรุงหัวใจและหลอดเลือด ช่วยลดความดันโลหิตสูงและภาวะหลอดเลือดแข็งตัว
- บรรเทาอาการฟกช้ำ ห้อเลือด
- ช่วยลดการอักเสบ ลดอาการปวดแสบ ปวดร้อน จากแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก
- ช่วยรักษาแผลในกระเพาะอาหาร ยับยั้งสารที่ทำให้เกิดการอักเสบและกระตุ้นการสร้างเซลล์ใหม่ในกระเพาะอาหาร ที่จะช่วยทำให้แผลหายได้เร็วขึ้น
- ช่วยลดความร้อนในร่างกาย และดับกระหาย
- ลดความเครียด และคลายความกังวล ช่วยฟื้นฟูร่างกายจากความอ่อนเพลียได้
- บำรุงสายตา เนื่องจากเป็นสมุนไพรที่มีวิตามินเอสูง



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

ขมิ้นชัน



ชื่ออื่นๆ : ขมิ้น (ทั่วไป) ขมิ้นแกง ขมิ้นหยอก ขมิ้นหัว (ภาคใต้) ขี้มัน หมิ้น (ม.เชียงใหม่)

ชื่อสามัญ : Turmeric

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Curcuma longa* L.

วงศ์ : Zingiberaceae

ถิ่นกำเนิด : ประเทศแถบเอเชียใต้ และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้

ลักษณะพฤกษศาสตร์: ไม้ล้มลุกอายุหลายปี สูง 30 - 90 ซม. เหง้าใต้ดินรูปไข่มีแขนงรูปทรงกระบอก แตกออกด้านข้าง 2 ด้าน ตรงกันข้ามเนื้อในเหง้าสีเหลืองส้ม มีกลิ่นเฉพาะ ใบเดี่ยว แทงออกมา เหง้าเรียงเป็นวงซ้อนทับกัน รูปใบหอก กว้าง 12 - 15 ซม ยาว 30 - 40 ซม . ดอกช่อ แทงออกจากเหง้า แทรกขึ้นมาระหว่างก้านใบรูปทรงกระบอก กลีบดอก สีเหลืองอ่อน ใบประดับสีเขียวอ่อนหรือสีนวล บานครั้งละ 3 - 4 ดอก

สรรพคุณด้านสมุนไพร

- แก้ท้องอืด
- แก้ท้องร่วง
- แก้โรคกระเพาะ
- ทาแก้ผื่นคัน ผิวน้ำพุพอง
- รักษาชันนะตุและศีรษะเป็นผื่นคัน



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

อังกาบหนู



ชื่ออื่นๆ: เขี้ยวแก้ว, เขี้ยวเนื้อ (ภาคกลาง); มันไก่ (ภาคเหนือ)

ชื่อสามัญ: Porcupine flower

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Barleria prionitis* L.

วงศ์: Acanthaceae

ถิ่นกำเนิด: เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และมีนามแหลมแข็ง

ลักษณะพฤกษศาสตร์

ไม้พุ่ม สูง 1-1.5 ม. เกลี้ยง มีหนามรอบข้อ ยาว 1-2 ซม. ใบรูปรี รูปไข่ หรือรูปขอบขนาน ยาว 4-12 ซม. ปลายแหลม มีติ่งแหลม โคนสอบเรียว ขอบมีขนแข็ง แผ่นใบด้านล่างมีขนสั้นนุ่ม ก้านใบยาวได้ถึง 2.5 ซม. ช่อดอกออกตามซอกใบใกล้ปลายกิ่งคล้ายช่อเชิงลดสั้น ๆ ใบประดับรูปแถบ ยาวประมาณ 1 ซม. ใบประดับย่อยเป็นหนาม ติดทน ยาว 1-1.5 ซม. กลีบเลี้ยงคู่นอกยาวประมาณ 1.5 ซม. ปลายมีติ่งหนาม กลีบคู่ในรูปไข่ ปลายแหลมยาว ดอกสีเหลืองอมส้ม หลอดกลีบดอกยาว 2-2.5 ซม. กลีบบนยาวเท่า ๆ หลอดกลีบดอก กลีบล่างขนาดเล็กกว่าเล็กน้อย เกสรเพศผู้ 2 อัน ยื่นเลยปาก หลอดกลีบเล็กน้อย เป็นหมัน 2 อัน ก้านเกสรเพศเมียยาวกว่าเกสรเพศผู้ ผลรูปไข่แกมรูปขอบขนาน ยาว 1.5-2 ซม. ปลายมีจะงอย เมล็ดมี 2 เมล็ด แบน รูปไข่ ยาว 5-7 มม. มีขนคล้ายไหม

- สรรพคุณด้านสมุนไพร ➤ ราก บดใช้ประคบอาการบวมต่าง ๆ เช่นฝีหนองหรือต่อมน้ำเหลืองบวม
- เปลือก ต้มกินลดเสมหะ ขับเหงื่อ ใช้บ้วนปากแก้ปวดฟัน เลือดออกตามไรฟัน
 - ลำต้น ใช้ลดอาการอักเสบ และโรคระบบทางเดินอาหาร
 - ใบ คั้น ผสมน้ำผึ้งกินแก้ไข้ ลดน้ำมูกในเด็ก ใช้ประคบแผล สันเท้าแตก และสิ่ว ใบสดเคี้ยวแก้ปวดฟัน
 - ดอก ต้มกินแก้โรคมะเร็ง ฝีหนอง อาการบวม น้ำ อากาศไอเป็นเลือด ปัสสาวะและท่อสุจิขัด ทำให้เชื้อสุจิตจำนวนช่วยในการคุมกำเนิด
 - ทั้งต้นรวมราก ต้มกินมีสรรพคุณขับปัสสาวะ บำรุงกำลัง บำรุงตับ บรรเทาอาการดีซ่าน แก้โรคท้องมาน บรรเทาอาการแขนขาอ่อนแรง ไขข้ออักเสบ ให้อันตะขยายตัว ลดอาการปวดร้าวจากการกดทับรากประสาท ไซสันหลัง ผสมน้ำผึ้งกินแก้หอบหืด



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

ใบหูเสือ



ชื่ออื่นๆ: หอมด่วนหลวง (เหนือ), ผักหูเสือ, เนียมอีไหลหลัง, โฮ้วที่เช่า (จีน)

ชื่อสามัญ: Indian borage

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng.)

วงศ์: LAMIACEAE

ถิ่นกำเนิด: เอเชียตะวันออกเฉียงใต้

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

ไม้ล้มลุกอายุหลายปี สูง 0.3 - 1 เมตร ลำต้นอวบน้ำ มีขนหนาแน่น ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้ามสลับตั้งฉาก รูปไข่ค่อนข้างกลม กว้าง 4 - 6 ซม. ยาว 5 - 7 ซม. โคนใบมน ตัดมีครีดยาว ปลายใบมน ขอบใบจักมน แผ่นใบสีเขียว มีขนหนาแน่นทั้งสองด้าน เนื้อใบหนา มีกลิ่นเฉพาะ ก้านใบยาว 2 - 4.5 ซม. ดอก ออกเป็นช่อที่ปลายยอด ช่อดอก ยาว 10 - 20 ซม. มีใบประดับรูปไข่ ดอกสีฟ้า กลีบเลี้ยงโคนเชื่อมติดกันเป็นรูปประฆัง ด้านนอกมีขน ปลายแยกเป็น 5 แฉก กลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นหลอดปลายแยกเป็น 2 ปาก ปากบนตั้งตรง กลีบล่างยาวเว้า ออกดอกยาก ผล รูปทรงกลมแป้น กว้าง 0.5 มม. ยาว 0.7 มม. ผิวเรียบ สีน้ำตาลอ่อน

สรรพคุณด้านสมุนไพร :

ใบ มีกลิ่นหอมฉุน นำมาคั้นเอาน้ำหยอดแก้ฝีในหู หูน้ำหนวก ขี้ตาปิดห้ามเลือด รักษา แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก รักษาอาการบวม ขี้ตาท้องเด็กแก้ท้องอืด บรรเทาอาการอาหาร ไม่ย่อย ปวดท้อง ช่วยเจริญอาหาร แก้ไข้หวัดในเด็ก แก้ไอ หืด เจ็บคอ หลอดลมอักเสบ



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

ต้นหม่อน



ชื่ออื่นๆ: หม่อน (ทั่วไป)

ชื่อสามัญ: Mulberry Tree, White Mulberry

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Morus alba* L.

วงศ์: Moraceae

ถิ่นกำเนิด: -

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

ต้น ไม้พุ่ม สูง 2-5 เมตร แตกกิ่งก้านมาก ต้นแก่ สีน้ำตาล กิ่งอ่อนสีเขียวอมเหลือง ใบ ใบเดี่ยว เรียงสลับ ขอบใบหยักและเป็นริ้วเล็กน้อย ปลายใบแหลม ใบกว้าง 8-14 เซนติเมตร ยาว 12-16 เซนติเมตร ผิวใบเกลี้ยงแต่สาก

ดอก ดอกช่อ สีครีมอมเขียว ช่อดอกรูปทรงกระบอก ออกบริเวณซอกใบ ดอกย่อยมีขนาดเล็กมีกลีบดอก 4 กลีบ ดอกแยกเพศแต่อยู่บนต้นเดียวกัน

ผล ผลรวม รูปทรงกระบอกป้อม ๆ ขนาดกว้าง 0.5-1 เซนติเมตร ยาว 2-3 เซนติเมตร ผลนิ่มอวบน้ำเมื่อสุกสีแดงอมม่วง

สรรพคุณด้านสมุนไพร

- **ผลหม่อน** มีลักษณะสีแดง สีม่วงแดง และสุกจัดจะออกสีม่วงดำหรือสีดำ พบสารในกลุ่ม anthocyanin ที่มีฤทธิ์ต่อต้านอาการขาดเลือดในสมอง ต่อด้านอนุมูลอิสระ นอกจากนี้ยังพบวิตามินซี ในปริมาณสูง ช่วยป้องกันเลือดออกตามไรฟัน
- **ใบหม่อน** (ต้มน้ำหรือใบแห้งชงเป็นชาดื่ม) ช่วยในการผ่อนคลาย, แก้อ่อนใน ระบายน้ำ, ช่วยลดไข้หวัด และอาการปวดหัว, ช่วยแก้อาการวิงเวียนศีรษะ, แก้ไอ แก้เจ็บคอ แก้คอแห้ง, ต้านอนุมูลอิสระ ลดการเสื่อมสภาพของเซลล์, ช่วยลดน้ำตาลในเลือด และช่วยทุเลาอาการจากโรคเบาหวาน, ลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือด, ป้องกันโรคหัวใจ และหลอดเลือด, ช่วยลดความดันเลือด และต้านแบคทีเรีย ช่วยแก้อาการท้องเสีย





ชื่ออื่นๆ: สะเดาบ้าน (ภาคกลาง), สะเลียม (ภาคเหนือ), ต้นกะเดา (ภาคอีสาน), เดา, กระเดา (ภาคใต้), ตะหมาเหมาะ (กะเหรี่ยง), ผักสะเลม (ไทยลื้อ)

ชื่อสามัญ: Neem, Margosa, Neem tree, Indian margosa

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Azadirachta indica* A. Juss.

วงศ์: Meliaceae

ถิ่นกำเนิด: ประเทศอินเดีย

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

ต้น สูง 5-10 เมตร เปลือกต้นแตกเป็นร่องลึกตามยาว ยอดอ่อนสีน้ำตาลแดง

ใบ เป็นใบประกอบแบบขนนก ออกเรียงสลับรูปใบหอก กว้าง 3-4 ซม. ยาว 4-8 ซม. โคนใบมนไม่เท่ากัน ขอบใบจักเป็นฟันเลื่อย แผ่นใบเรียบ สีเขียวเป็นมัน

ดอก ออกเป็นช่อที่ปลายกิ่งขณะแตกใบอ่อน ดอกสีขาวนวล กลีบเลี้ยงมี 5 แฉก โคนติดกัน กลีบดอกโคนติดกัน ปลายแยกเป็น 5 แฉก

ผล รูปทรงรี ขนาด 0.8 - 1 ซม. ผิวเรียบ ผลอ่อนสีเขียว สุกเป็นสีเหลืองส้ม เมล็ดเดี่ยว

รูปรี

รูปรี

สรรพคุณด้านสมุนไพร :

- **ดอก** ยอดอ่อน แก้พิษโลหิต กำเดา แก่ริดสีดวงในลำคอ คั้นคูดมีตัวโตอยู่ บำรุงธาตุ ขับลม
- **เปลือกต้น** แก้ไข้ เจริญอาหาร แก้ท้องเดิน บิดมูกเลือด
- **แก่น** แก้อาเจียน ขับเสมหะ
- **ราก** แก่โรคผิวหนัง แก้เสมหะ ซึ่งเกาะแน่นอยู่ในทรวงอก
- **ใบ, ผล** ใช้เป็นยาฆ่าแมลง บำรุงธาตุ



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

รางจืด



ชื่ออื่นๆ: กำลั้งช้างเผือก ขอบชะนาง เครือเขาเขียว ยาเขียว (ภาคกลาง) คาย รางเย็น (ยะลา) จอสดิเออ ชั้งกะ บั้งกะละ พอหน่อเตอ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน) ดูเหว่า (ปัตตานี) ทิด พุด (นครศรีธรรมราช) น้านอง (สระบุรี) ย่ำแย้ แอดแอ (เพชรบูรณ์)

ชื่อสามัญ: -

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Thumbergia laurifolia* Lindl.

วงศ์: Acanthaceae

ถิ่นกำเนิด: ในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ อาทิตไทย และพม่า แต่เดิมมักพบรางจืดในเขตพื้นที่ป่า ดงดิบ หรือป่าดิบชื้นทั่วไปในประเทศไทย

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

ไม้เลื้อย/ไม้เถา เนื้อแข็ง ใบ ใบเดี่ยว ออกตรงข้าม รูปขอบขนานหรือรูปไข่ ปลายใบ เรียวแหลม โคนใบมนเว้า มีเส้น 3 เส้นออกจากโคนใบ ดอก มีสีม่วงอมฟ้า ออกเป็นช่อ ห้อยลงตามซอกใบ ใบประดับสีเขียวประแดง กลีบเลี้ยงรูปจาน ดอกรูปแตรสั้น โคนกลีบ ดอก สีเหลืองอ่อน เชื่อมติดกันเป็นหลอด ปลายแยกเป็น 5 กลีบ เกสรเพศผู้ 4 อัน ผล เป็นฝักกลม ปลายเป็นจระจอย เมื่อแก่แตกเป็น 2 ซีก

สรรพคุณด้านสมุนไพร :

- รากและเถา รับประทานแก้ร้อนใน กระจายน้ำ
- ใบและราก ใช้ปรุงเป็นยาถอนพิษไข้ เป็นยาพอกบาดแผล น้ำร้อนลวก ไฟไหม้ ทำลายพิษ ยาฆ่าแมลง พิษจากสตริกนินให้เป็นกลาง พิษจากดื่มเหล้ามากเกินไป หรือยาเบื่อชนิดต่างๆ เข้าสู่ร่างกายโดยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม เช่น ติดอยู่ในฝักผลไม้ที่รับประทาน เมื่ออยู่ใน สถานที่ห่างไกล การนำส่งแพทย์ต้องใช้เวลา อาจทำให้คนไข้ถึงแก่ชีวิตได้ ถ้ามีต้นรางจืดปลูก อยู่ในบ้าน ใ้ใบรางจืดไม่แก่ไม่อ่อนเกินไปนัก หรือรากที่มีอายุเกิน 1 ปีขึ้นไป และมีขนาด เท่านิ้วชี้ มาใช้เป็นยาบรรเทาพิษเฉพาะหน้าก่อนนำส่งโรงพยาบาล (รากรางจืดจะมีตัวยามากกว่าใบ 4-7 เท่า)



1 อปท.
1 สวนสมุนไพรมะละกอ

มะละกอ



ชื่ออื่นๆ: มะก้วยเทศ (ภาคเหนือ) หมักหุ้ง (ลาว, นครราชสีมา, เลย) ลอกอ (ภาคใต้) กล้วยลา (ยะลา) แต่งตัน (สตูล)

ชื่อสามัญ: Papaya, Pawpaw, Tree melon

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Carica papaya* L.

วงศ์: Caricaceae

ถิ่นกำเนิด: เม็กซิโกตอนใต้ถึงอเมริกากลาง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

ไม้ล้มลุก อายุหลายปี สูง 3-6 เมตร เปลือกต้นเรียบ สีน้ำตาลออกขาว ลำต้นตรง ไม่มีแก่น แตกกิ่งก้านน้อย มีรอยแผลใบชัดเจน มียางขาวข้น ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับรอบต้นหนาแน่นที่ปลายยอด ใบรูปฝ่ามือ ขนาด 80-120 ซม. ขอบใบเว้าเป็นแฉกลึกถึงแกนก้าน ก้านใบเป็นหลอด กลมกลวงยาว 25-100 ซม. ดอก ดอกแยกเพศอยู่คนละต้น ดอกเพศผู้ ออกเป็นช่อยาวห้อยลง ดอกสีขาว กลีบดอกมี 5 กลีบ มีกลิ่นหอม ดอกเพศเมียสีขาว ออกเป็นช่อกระจุกตามซอกใบ ดอกมีขนาดใหญ่ กว่าดอกเพศผู้ ผล รูปกระสวย ผิวเรียบ เปลือกบาง มียางสีขาว ผลสดสีเขียวเข้ม พอสุกเปลี่ยนเป็นสีส้ม รับประทานได้ มีเมล็ดมาก เมล็ดกลม สีดำ มีเยื่อหุ้มเมล็ดสีขาวใส

สรรพคุณด้านสมุนไพร :

- ผลสุก เป็นยาแก้ท้องเสียหรือแก้อาการคลื่นไส้อาเจียน เป็นยาระบาย
- ยางจากผลดิบ เป็นยาช่วยย่อย ฆ่าพยาธิ
- ราก ขับปัสสาวะ



1 อปท. 1 สวนสมุนไพร

มะรุม



ชื่ออื่นๆ: กาน้ำเตง ผักอีฮิม ผักอีฮุม มะ (แม่ฮ่องสอน-ฉาน) ผักเนื้อไก่ (กาญจนบุรี-กะเหรี่ยง)
(ภาคเหนือ) ค้อนก้อม เส่ช้อยะ (แม่ฮ่องสอน-กะเหรี่ยง)

ชื่อสามัญ: Horse radish tree, Drumstick

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Moringa oleifera* Lam.

วงศ์: Moringaceae

ถิ่นกำเนิด: ในทวีปแอฟริกา ต่อมาถูกนำเข้ามาปลูกในทวีปเอเชียที่ประเทศอินเดียและประเทศใน
แถบอเมริกาใต้ อเมริกากลาง ประเทศในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และเอเชียเหนือ



ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

- เป็นไม้ยืนต้นสูง 3 - 6 เมตร หรือใหญ่กว่าเปลือกสีขาว รากหนานุ่ม
- ใบสลับแบบขนนก 2 หรือ 3 ชั้น ยาว 20 - 60 ซม. ใบชั้นหนึ่งมีใบย่อย 8 - 10 คู่ ใบรูปไข่ห้วกลีบรูปคู่ขนาน ใต้ใบสีเขียวอ่อน ใบอ่อนมีขนสีเทาขนาด ใบยาว 1 - 3 ซม.
- ช่อดอกแบบช่อแยกแขนงออกตามซอกใบ กลีบดอก 5 กลีบ สีขาวหรือขาวอม เหลืองแต่มีสีแดงเข้าที่ใกล้ฐานด้านนอกยาว 1.4 - 1.9 เซนติเมตรกว้าง 0.4 เซนติเมตรปลายกลีบดอกกว้างกว่าโคน 4 กลีบ ตั้งตรง เกสรตัวผู้แยกจากกัน สมบูรณ์ 5 อันไม่สมบูรณ์ 5 อันเรียงสลับกันมีขนสีขาวที่โคนอับเกสรสีเหลืองเกสรตัวเมีย 1 อัน
- ผลยาวเป็นฝัก 3 เหลี่ยม เมล็ดมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 เซนติเมตร 3 ปีก

สรรพคุณด้านสมุนไพร

- ฝัก ประุงเป็นอาหารรับประทาน
- เปลือกต้น มีรสร้อน รับประทานเป็นยาขับลมในลำไส้ ทำให้ผายหรือเรอ คุมธาตุอ่อนๆ (ตัดต้นลมดีมาก)





ชื่ออื่นๆ: มะยม (ทั่วไป)

ชื่อสามัญ: Star Gooseberry

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Phyllanthus acidus* (L.) Skeels

วงศ์: Euphorbiaceae

ถิ่นกำเนิด: เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เช่น ไทย พม่า มาเลเซีย ลาว อินโดนีเซีย แล้วมีการกระจายพันธุ์ไปสู่อินเดีย , มอร์เชียส , อเมริกากลาง , อเมริกาใต้ รวมถึงฮาวาย

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

ไม้ต้นขนาดเล็กถึงขนาดกลาง สูงประมาณ 3 – 10 เมตร ลำต้นตั้งตรง แตกกิ่งก้านสาขาบริเวณปลายยอด กิ่งก้านจะเปราะและแตกง่าย เปลือกต้นขรุขระสีเทาปนน้ำตาล ใบ เป็นใบรวม มีใบย่อยออกเรียงแบบสลับกันเป็น 2 แถว แต่ละก้านมีใบย่อย 20 – 30 คู่ ใบรูปขอบขนานกลมหรือค่อนข้างเป็นสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนปลายใบแหลม ฐานใบกลมหรือมน ขอบใบเรียบ ดอก ออกเป็นช่อตามกิ่ง ดอกย่อยสีเหลืองอมน้ำตาลเรื่อๆ ผล เมื่ออ่อนสีเขียว เมื่อแก่เปลี่ยนเป็นสีเหลืองหรือขาวแกมเหลือง เนื้อฉ่ำน้ำ เมล็ดรูปร่างกลม แข็ง สีน้ำตาลอ่อน 1 เมล็ด

สรรพคุณด้านสมุนไพร :

- ราก รสจืด แก้โรคผิวหนัง แก้ผดผื่นคัน ช่วยขับน้ำเหลืองให้แห้ง แก้ประดง ดับพิษเสมหะ
- เปลือกต้น รสจืด แก้ไข้ทับระดู ระดูทับไข้ และแก้เม็ดผดผื่นคัน
- ใบ รสจืดมัน ประุงเป็นส่วนประของยาเขียว สรรพคุณแก้ไข้ ดับพิษไข้ บำรุงประสาท ต้มร่วมกับใบหมากผู้หมากเมียและใบมะเฟืองอาบแก้คัน ไข้หัด เหือด และสุกใส
- ดอก ดอกสดใช้ต้มนกรองเอาน้ำแก้โรคในตา ช้ำระล้างในตา ผล รสเปรี้ยวสุขุม ขับเสมหะ แก้ไอ บำรุงโลหิต และระบายท้อง



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

พลูคาว



ชื่ออื่นๆ: คาวตอง (ลำปาง,อุตร) คาวทอง (มุกดาหาร,อุตรดิตถ์) ผักก้านตอง (แม่ฮ่องสอน) ผักเข้าตอง ผักคาวตอง ผักคาวปลา (ภาคเหนือ) พลูคาว (ภาคกลาง)

ชื่อสามัญ: Plu Kaow

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Houttuynia cordata* Thunb.

วงศ์: Saururaceae

ถิ่นกำเนิด: -

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

ไม้ล้มลุกอายุหลายปี สูง 15-30 ซม. ลำต้นกลม สีเขียว รากแตกออกตามข้อ มีกลิ่นคาวทั้งต้น ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับ รูปหัวใจ กว้าง 4-6 ซม. ยาว 6-10 ซม. ปลายใบเรียวแหลม โคนใบเว้ารูปหัวใจ ขอบใบเรียบ แผ่นใบเรียบ สีเขียว ก้านใบยาวและโคนเป็นกาบหุ้มลำต้น ดอก ออกเป็นช่อที่ปลายยอด มีใบประดับสีขาว 4 ใบ ที่โคนช่อดอก ปลายมน ดอกเล็กจำนวนมาก สีขาวออกเหลือง ผล เป็นผลแห้ง แตกออกได้ เมล็ดรี

สรรพคุณด้านสมุนไพร :

- **ทั้งต้น** รสขม เย็นจัด ขับปัสสาวะ แก้บวม น้ำ ฝีบวมอักเสบ ปอดอักเสบ หลอดลมอักเสบ ไอ บิด โรคติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ หูชั้นกลางอักเสบ และริดสีดวงทวาร
- **ต้นสด** ใช้ภายนอก พอกฝี บวมอักเสบ บาดแผล โรคผิวหนัง ดากออก งูพิษกัด และช่วยทำให้กระดูกเชื่อมติดกันเร็วขึ้น
- **ใบสด** ผิงไฟพอนิ่ม ใช้พอกเนื้องอกต่างๆ ใบสดใช้ป้องกันปลาเน่าเสีย ต้มน้ำรดต้นฝ้าย ข้าวสาลี และข้าว ป้องกันพืชเป็นโรคเหี่ยวเฉาตาย





ชื่ออื่นๆ: ปาแนะวอจิง (มาเลเซีย-นราธิวาส)

ชื่อสามัญ: Pandanus Palm , Fragrant Pandan , Pandom wangi.

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Pandanus amaryllifolius* Roxb.

วงศ์: Pandanaceae

ถิ่นกำเนิด: เอเชียตะวันออกเฉียงใต้

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

เป็นพืชใบเลี้ยงเดี่ยวลักษณะแตกออกเป็นพุ่มขนาดเล็ก สูง 60 ซม. โคนลำต้นเป็นข้อ ต้นมีเนื้อไม้แข็ง ลำต้นแตกแขนงเป็นกอ ต้นใหญ่จะมีรากค้ำ ใบออกเป็นพุ่มบริเวณปลายยอด เมื่อโตจะมีรากค้ำจุนช่วยพยุงลำต้นไว้ ลักษณะใบยาวเรียวคล้ายใบหอก ปลายใบแหลม ขอบใบเรียบ ผิวใบเป็นมัน มีกลิ่นหอม เส้นกลางใบเว้าลึกเป็นแฉ่ง ถ้าดูด้านท้องใบจะเห็นเป็นรูปคล้ายกระดูกงูเรือ

สรรพคุณด้านสมุนไพร :

- ราก,ต้น มีรสหวานเย็นหอม แก้กระษัย ไตพิการ ขับปัสสาวะ แก้ไข้พิษร้อน แก้พิษตานซาง แก้ร้อนในกระหายน้ำ นำต้นและรากมาต้มกับเนื้อไม้หรือใบไม้สักช่วยแก้โรคเบาหวาน
- ใบ มีรสหวานเย็นหอม น้ำใบเตย ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจให้ชุ่มชื้น ดับพิษไข้ ชูกำลัง เนื่องจากใบมีกลิ่นหอมใช้ผสมอาหารหรือขนมให้มีสีเขียว



1 อปท.
1 สวนสมุนไพร

ชะอม



ชื่ออื่นๆ: ผักหละ (ภาคเหนือ), อม (ภาคใต้), ผักขา (ภาคอีสาน อุตรธานี), พูซุเตาะ (แม่ฮ่องสอน), โปซุยโตะ (กะเหรี่ยง)

ชื่อสามัญ: Climbing Wattle.

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Acacia pennata* (L.) Willd. subsp. *insuavis* (Lace) I.C. Nielsen

วงศ์: FABACEAE

ถิ่นกำเนิด: ในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และเอเชียใต้



ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

ต้น ไม้พุ่มเตี้ยขนาดย่อม ลำต้นสีขาวมีหนามกระจายอยู่ทั่วไป กิ่งชะอมจะเลื้อยตามลำต้น ใบ ใบประกอบแบบขนนก 2 ชั้น เรียงสลับ หูใบรูปหอก กว้าง 1.0-1.5 ซม. ยาว 3-5 ซม. ปลายมีติ่งหนาม ก้านใบยาว 1-5 ซม. ช่อใบย่อยมี 8-20 คู่ เรียงตรงข้าม ใบย่อยรูปไข่ ขอบขนานยาวรี กว้าง 0.5-1.0 มม. ยาว 2.5-5.0 มม. ปลายใบแหลม โคนใบโค้ง ดอก สีขาวหรือสีขาวขนาดเล็ก ดอกย่อยรวมกันเป็นช่อกระจุก ทรงกลม แต่ละดอก มีกลีบเลี้ยงและกลีบดอกอย่างละ 4-5 กลีบ เชื่อมติดกันที่โคนเป็นหลอด ปลายแหลมแยกเป็น แฉกรูปใบหอก จะเห็นชัดเจนเฉพาะเกสรเพศผู้เป็นเส้นฝอย ๆ ผล เป็นฝักแบน ยาว รูปขอบขนาน กว้าง 1.5-2.5 ซม. ยาว 5-13 ซม. มีขนาดเล็กกว่าฝัก

กระถิน

เมล็ด แบน กว้าง 4.0-6.5 ซม. ยาว 7.5-10.0 ซม. เมื่อแห้งมีสีน้ำตาลเข้ม

สรรพคุณด้านสมุนไพร :

- เปลือก เป็นยาขับพยาธิ ยาขับลม ใช้เปลือกแทนสบู่ ใช้เป็นสีย้อมแหจับปลา หรือย้อมหนังจะให้น้ำตาลอมแดง
- ราก ต้มน้ำดื่ม ช่วยแก้การปวดท้อง ท้องขึ้น ท้องอืด ท้องเฟ้อ และขับลมในลำไส้ในท้อง
- ใบ ช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระ เป็นยาอายุวัฒนะ ช่วยในการขับถ่าย ป้องกันโรคท้องผูก ช่วยบำรุงเส้นเอ็น แก้อาการลิ้นอักเสบเป็นผื่นแดง ช่วยฟื้นฟูผมแห้งเสีย ตกปลาย
- ยอดอ่อน รับประทานเป็นผัก ช่วยลดความร้อนในร่างกาย





ชื่ออื่นๆ: ผักไม้กวาด ผักแป้น
 ชื่อสามัญ: Chinese chives, Garlic chives
 ชื่อวิทยาศาสตร์: *Allium tuberosum* Rottler ex Spreng.
 วงศ์: AMARYLLIDACEAE
 ถิ่นกำเนิด: ประเทศแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ แถบเทือกเขาหิมาลัย ประเทศอินเดีย ประเทศจีน และ ประเทศญี่ปุ่น



ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

ไม้ล้มลุก สูง 30-45 ซม. มีเหง้าเล็กและแตกกอ ใบแบน เรียงสลับ รูปขอบขนาน ยาว 30-40 ซม. โคนเป็นกาบบางซ้อนสลับกัน ช่อดอกแบบซี่ร่ม ก้านช่อดอกกลมตัน ยาว 40-45 ซม. โดยปกติจะยาวกว่าใบ ดอกสีขาว กลิ่นหอม ออกในระดับเดียวกันที่ปลาย ก้านช่อดอก ก้านดอกยาวเท่ากัน มีใบประดับหุ้มช่อดอก เมื่อดอกเจริญขึ้นจะแตกออกเป็นริ้วสีขาว กลีบดอก 6 กลีบ สีขาว ยาวประมาณ 5 มม. โคนติดกัน ปลายแยก กลางกลีบดอกด้านนอก มีสันหรือเส้นสีเขียวอ่อนจากโคนกลีบไปหาปลาย ดอกบานกว้างประมาณ 1 ซม. เกสรเพศผู้ 6 อัน อยู่ตรงข้ามกับกลีบดอก เกสรเพศเมีย 1 อัน รังไข่อยู่เหนือวงกลีบ ผลกลม กว้างยาวประมาณ 4 มม. ภายในมี 3 ช่อง มีผนังกันตันๆ เมื่อแก่แตกตามตะเข็บ มีเมล็ดช่องละ 1-2 เมล็ด เมล็ดสีน้ำตาล แบน ขรุขระ

สรรพคุณด้านสมุนไพร :

- ใบ ช่วยบำรุงกระดูก เนื่องจากมีธาตุฟอสฟอรัสสูง ช่วยลดระดับความดัน รักษาโรคความดันโลหิตสูง ใช้เป็นยาแก้หวัด





ชื่ออื่นๆ: กะออม กะแยง(ตะวันออกเฉียงเหนือ) กะแยงแดง(อุบลราชธานี) ผักพา(เหนือ)

ชื่อสามัญ: -

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Limnophila geoffrayi* Bonati.

วงศ์: Scrophulariaceae

ถิ่นกำเนิด: ประเทศในแถบเอเชีย ไทย อินเดีย ลาว กัมพูชา ภูฏาน

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ :

ไม้ล้มลุกฤดูเดียว สูง 10 - 35 เซนติเมตร ลำต้นเรียวยาว ตั้งตรง กลมกลวง อวบน้ำ มีขนหนาแน่น ทั้งต้นมีกลิ่นหอมฉุน เผ็ดร้อน ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม ทุกข้อ ตลอดลำต้น รูปขอบขนานหรือรูปไข่แกมวงรี กว้าง 3-10 มิลลิเมตร ยาว 1-3 เซนติเมตร ขอบใบหยักมนแกมฟันเลื่อย ปลายใบแหลม โคนใบห่อติดลำต้น ไม่มีก้านใบ ดอกช่อจะออกที่ซอกใบและปลายกิ่ง ออกพร้อมกันทั้งต้น ดอกย่อย 2-10 ดอก ดอกเป็นรูปหลอดเล็กๆคล้ายถ้วย รูปกรวย ยาว 0.5 นิ้ว ปลายบานเล็กน้อย แยกออกเป็น 4 กลีบ กลีบดอกสีม่วง ผิวด้านนอกเรียบ ผิวด้านในตอนล่างของกลีบดอกมีขน ผลแห้งแตกได้ รูปกระสวย เมล็ดรูปร่างกลมรี สีน้ำตาลดำ ขนาดเล็กมาก ชอบขึ้นบริเวณที่มีน้ำขัง

สรรพคุณด้านสมุนไพร :

- **ทั้งต้น** เป็นยาขับน้ำนม ขับลม และเป็นยาระบายท้อง น้ำคั้นจากต้นใช้แก้ไข้ แก้คัน ฝี และกลาก แก้อาการบวม เป็นยาระบายอ่อนๆ ต้นแห้ง ที่เก็บไว้นาน 1 ปี ต้มน้ำดื่ม แก้พิษเบื่อเมา





ชื่ออื่นๆ: แค แคบ้านดอกแดง แคขาว (ภาคกลาง) แคแดง (เชียงใหม่)

ชื่อสามัญ: Agasta, Sesban, Vegetable humming bird

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Sesbania grandiflora* (L.) Desv.

วงศ์: Leguminosae – Papilionoideae

ถิ่นกำเนิด: ในทวีปแอฟริกา ต่อมาถูกนำเข้ามาปลูกในทวีปเอเชียที่ประเทศอินเดียและประเทศในแถบอเมริกาใต้ อเมริกากลาง ประเทศในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และเอเชียเหนือ

ลักษณะพฤกษศาสตร์

- ไม้ต้นขนาดเล็ก สูง 3 - 6 เมตร แตกกิ่งก้านสาขามาก เปลือกต้น สีน้ำตาลปนเทา ขรุขระ แตกเป็นสะเก็ด
- ใบ เป็นใบประกอบแบบขนนก ออกเรียงสลับ ใบย่อยรูปรีขอบขนาน กว้าง 1 - 1.5 ซม. ยาว 3 - 4 ซม. ปลายใบและโคนใบมน ขอบใบเรียบ แผ่นใบเรียบ สีเขียว
- ดอก ออกเป็นช่อตามซอกใบ 2 - 4 ดอก ดอกสีขาวหรือแดงมีกลิ่นหอม ก้านเกสรเพศผู้สีขาว 60 อัน
- ผล เป็นฝัก ยาว 8 - 15 ซม.
- ฝักแก่แตกเป็น 2 ซีก เมล็ดกลมแบน สีน้ำตาลมีหลายเมล็ด

สรรพคุณด้านสมุนไพร

เปลือก

- ต้มหรือฝนรับประทาน แก้โรคบิด
- แก้มูกเลือด แก้ท้องเดิน ท้องร่วง คุมธาตุ
- ภายนอก ใช้ชะล้างบาดแผล

ดอก ใบ รับประทานแก้ไข้เปลี่ยนอากาศ เปลี่ยนฤดู (แก้ไข้หัวลม)

ชาวอินเดีย ใช้สูตมน้ำที่คั้นได้จากดอกหรือใบแคเข้าจุมูกรักษาโรค ริดสีดวงในจุมูก และทำให้มีน้ำมูกออกมา แก้ปวดและหนักศีรษะ ลดความร้อน ลดไข้

ใบสด

- รับประทานใบแคทำให้ระบาย
- ตำละเอียด พอกแก้ช้ำชอก



