

สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน และ สรรพคุณเภสัชที่เกี่ยวข้อง

<p>กลุ่มโรค ทางเดินอาหาร</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด - กานพลู กระเทียม กระเทียม กระเทียม กระเทียม กระเทียม ข่า ขมิ้น ขิง ตะไคร้ พริกไทย ดีปลี หัวหอม เหว้าหมู เรว้า มะนาว ○ โรคกระเพาะอาหาร - กลัวย่น้ำว่า ขมิ้นชัน ○ อาการท้องผูก - ขี้เหล็ก คุณ ชุมเห็ดเทศ มะขาม มะขามแขก แมงลัก ○ อาการท้องเสีย - กลัวย่น้ำว่า ฝรั่ง ฟ้าทะลายโจร ทับทิม มังคุด สีเสียดเหนือ ○ อาการคลื่นไส้อาเจียน - ขิง ยอ ○ โรคพยาธิลำไส้ - พักทอง มะเกลือ มะหาด เล็บมีอนาง ○ อาการปวดฟัน - แก้ว ข่อย ผักคราดหัวแหวน แก้ว ปวด แก้ว ตอนขุด คราด หินปูน ○ อาการเบื่ออาหาร - ขี้เหล็ก บอระเพ็ด มะระ สะเดาบ้าน
<p>กลุ่มโรค ทางเดินหายใจ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ อาการไอ ระคายคอกจากเสมหะ - ขิง ดีปลี เพกา มะขามป้อม มะขาม มะนาว มะแว้งเครือ มะแว้งต้น
<p>กลุ่มโรค ทางเดินปัสสาวะ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ อาการขัดเบา - กระเจี๊ยบแดง ขลุ่ ตะไคร้ สับปะรด หล้าคา อ้อยแดง
<p>กลุ่มโรค ผิวหนัง</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ กลากเกลื้อน - กระเทียม ข่า ชุมเห็ดเทศ ทองพันชั่ง พลู ○ ขันนะตุ - มะคำดีควาย ○ แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก - บัวบก น้ำมันมะพร้าว ว่านหางจระเข้ น้ำแข็ง ○ ผิ แผลพุพอง - ขมิ้น ชุมเห็ดเทศ เทียนบ้าน ว่านหางจระเข้ ว่านมหากาฬ ฟ้าทะลายโจร ○ แพ้ อักเสบจากแมลงสัตว์กัดต่อย - ขมิ้นชัน ตำลึง ผักบู่ทะเล พญาขอ เสดดพังพอน ○ ลมพิษ - พลู ○ งูสวัด - พญาขอ
<p>กลุ่มโรคอื่นๆ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ อาการ เคล็ด ชัด ยอก- ไพล ○ นอนไม่หลับ - ขี้เหล็ก ○ ไข้ - ฟ้าทะลายโจร บอระเพ็ด ○ ทิดเทา - น้อยหน่า

อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
กระเทียม	หัวใต้ดิน	หัวแก่ อายุ 100 วันขึ้นไป	<p>ท้องอืด ท้องเฟ้อ และ แน่นจุกเสียด</p> <ul style="list-style-type: none"> ใช้กลีบเปลือกเปลือก ทานดิบๆ ครั้งละ 5-7 กลีบ หลังอาหารหรือเวลามีอาการ กลากเกลื่อน ฝานกลีบกระเทียมแล้วนำมาถูบ่อยๆ ตำน้ำคั้นเอาน้ำทาบริเวณที่เป็น โดยใช้ไม้เล็กๆ หรือ ไม้ไผ่ ขูดบริเวณที่เป็น พอให้ผิวแดงๆ แล้วเอากะเทียมทาบ่อยๆ หรือวันละ 3-4 ครั้ง หายแล้วทาต่อ 7 วัน
กระวาน	เมล็ดแก่แห้ง	เก็บช่วงสิงหาคม - มีนาคม	<p>ท้องอืด ท้องเฟ้อ และ แน่นจุกเสียด</p> <p>ผลแก่จัดตากแห้ง บดผงทาน ครั้งละ 1 ½ - 3 ชช (หนัก 1-2g) ชงกับน้ำอุ่น ช่วยขับลม</p> <p>บรรเทาอาการไอรั้ท้อง - ผลผสมกับยาถ่าย เช่น มะขามแขก</p>
กานพลู	ดอกตูมที่โตเต็มที่แล้ว	เก็บดอกตูมช่วงที่เปลี่ยนจากสีเขียวเป็นสีแดง ช่วงเดือนมิถุนายนจนถึงเดือนกุมภาพันธ์	<p>ท้องอืด ท้องเฟ้อ และแน่นจุกเสียด</p> <p>ดอกแห้ง 5-8 ดอก (0.12-0.16 กรัม) ต้มน้ำดื่ม หรือ บดเป็นผง ชงเป็นน้ำชาดื่ม</p> <p>ป้องกันเด็กอ่อนท้องขึ้น ท้องเฟ้อ</p> <p>ดอกแห้ง 1 ดอก ใส่ไว้ในกระดิกน้ำร้อนที่ใช้ชงนมให้เด็กอ่อน</p>
กระชาย	เหง้าและราก สด แห้ง	เหง้าราก แก่เต็มที่ 5-6 เดือน	<p>ท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด</p> <p>เหง้าและราก ½ กำมือ (สด 5-10g แห้ง 3-5g) ทูบพอแหลก ต้มเอาน้ำดื่มเวลามีอาการ หรือ ปรงเป็นอาหาร</p>
ข่า	เหง้าแก่ สด หรือ แห้ง	เหง้าแก่	<p>ท้องอืด ท้องเฟ้อ และแน่นจุกเสียด</p> <p>เหง้าแก่ สด หรือ แห้ง เท้าหัวแม่มือ (สด 5g แห้ง 2g) ต้มน้ำดื่ม</p> <p>กลากเกลื่อน</p> <p>หัวแก่ ฝานเป็นแว่นบางๆ หรือ ทูบให้แตก แช่เหล้าขาวทิ้งไว้ 1 คืน หรือ ใช้ไม้เขี่ยผิวแดงๆ 3 ครั้ง หายทาต่อ 7 วัน</p>
เร่ว	เมล็ดใน	เก็บช่วงผลแก่	<p>ท้องอืด ท้องเฟ้อ และแน่นจุกเสียด - บดเป็นผง กินครั้งละ 3-9 ผล (หนัก 1-3 กรัม) วันละ 3 ครั้ง</p>

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
มะนาว	เปลือกและน้ำของลูกมะนาว	ช่วงผลสุก	ท้องอืด ท้องเฟ้อ และแน่นจุกเสียด (เปลือกมะนาว) เปลือกของผลสดประมาณครึ่งผล คลึง หรือ ทูบเล็กน้อยพอให้น้ำมันออก ชงน้ำร้อนดื่มเวลามีอาการ ไอ และขับเสมหะ (น้ำมะนาว) ผลสดคั้นน้ำจะได้น้ำมะนาวเข้มข้น และใส่เกลือเล็กน้อย จิบบ่อยๆ หรือจะทำเป็นน้ำมะนาว ใส่เกลือและน้ำตาล ปรุงให้รสจืดสักหน่อยดื่มบ่อยๆก็ได้
แห้วหมู	หัว	เก็บหัวแก่	ท้องอืด ท้องเฟ้อ และแน่นจุกเสียด หัวหญ้าแห้วหมู 1 กำมือ (60-70 หัว หรือหนัก 15 กรัม) ทูบให้แตก ต้มเอาน้ำดื่ม หรือใช้หัวสดครึ่งละ 5 หัว โขลกให้ละเอียดผสมกับน้ำผึ้งรับประทาน
ตะไคร้	ลำต้นและเหง้าแก่สดหรือแห้ง	เก็บเหง้าและลำต้นแก่	ท้องอืด ท้องเฟ้อ และแน่นจุกเสียด ลำต้นแก่สดๆ ทูบพอแหลก 1 กำมือ (40-60g) ต้มเอาน้ำดื่ม หรือประกอบเป็นอาหาร ขัดเบา ผู้ที่ปัสสาวะขัด ไม่คล่อง (แต่ต้องไม่มีอาการบวม) ○ ต้นแก่สด วันละ 1 กำมือ (สด 40-60g แห้ง 20-30g) ต้มกับน้ำดื่มวันละ 3 ครั้งๆละ 1 ถ้วยชา (75ml) ก่อนอาหาร ○ เหง้าแก่ที่อยู่ใต้ดิน ฝานเป็นแว่นบางๆคั่วไฟอ่อนๆพอเหลือง ชงเป็นชาดื่มวันละ 3 ครั้งๆละ 1 ถ้วยชา ปัสสาวะสะดวกแล้วหยุดยา
กะทือ	หัว และ ราก	ฤดูแล้ง	ท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด และ ปวดท้อง ○ หัว หรือ เหง้าสด ขนาดเท่าหัวแม่มือ 2 หัว (20g) ○ ย่างไฟพอสุก ตำกับน้ำปูนใสคั้นเอาน้ำดื่มเวลามีอาการ
ขมิ้นชัน	เหง้าสดและแห้ง	อายุ 9-10 เดือน	ท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด และ อาหารไม่ย่อย ○ รักษาโรคกระเพาะอาหาร – ท้องอืด - ล้างขมิ้นให้สะอาด (ไม่ต้องปอกเปลือก) หั่นเป็นชิ้นบางๆ ตากแดดจัดสัก 1-2 วัน บดให้ละเอียดผสมกับน้ำผึ้งปั้นเป็นเม็ดขนาดปลายนิ้วก้อย เก็บในขวดสะอาด กินครั้งละ 2-3 เม็ด วันละ 3-4 ครั้ง หลังอาหารและก่อนนอน ○ กินขมิ้นแห้งแล้ว คลื่นไส้ ท้องเสีย ปวดหัว นอนไม่หลับให้หยุดยาทันที ฝี แผลพุพองและแก้อาการแพ้อักเสบ แผลลงสัตว์กัดต่อย เหง้ายาวประมาณ 2 นิ้วฝนกับน้ำต้มสุกทาบริเวณที่เป็น หรือ ใช้ผงขมิ้นโรยทาบริเวณที่มีอาการแพ้ คัน อักเสบ แผลพุพอง

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
กะเพรา	ใบสด หรือ แห้ง	-ใบสมบูรณ์เต็มที่ ไม่แก่ อ่อนเกินไป	ท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด และ ปวดท้อง / คลื่นเหียนอาเจียนที่เกิดจากราตุไม่ปกติได้ ใบและยอดกะเพรา 1 กำมือ (สด 25g แห้ง 4g) ต้มเอาน้ำดื่ม เหมาะสำหรับเด็กท้องอืด หรือปรุงอาหารทา
ชิง	เหง้าแก่สด	อายุ 11-12เดือน	ท้องอืดท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด คลื่นไส้อาเจียนเนื่องจากราตุไม่ปกติ เมารถ เมาเรือ ○ เหง้าแก่สด เท้าห้วแม่มือ ทุบให้แตก ต้มเอาน้ำดื่ม ไอ มีเสมหะ ○ ฝนกับน้ำมะนาว / เหง้าสดตำผสมน้ำเล็กน้อย คั้นเอาน้ำดื่มเกลือเล็กน้อย กวาดคอหรือจิบบ่อยๆ
ดีปลี	ผลแก่แห้ง	ผลแก่จัด แต่ยังไม่ สุก ตากแดดให้แห้ง	ท้องอืด ท้องเฟ้อ และปวดท้อง และแก้อาการคลื่นไส้อาเจียน ที่เกิดจากราตุไม่ปกติ ○ ผลแก่แห้ง 1 กำมือ (10 – 15 ดอก) น้ำ ½ ลิตร ต้มน้ำดื่ม ○ ถ้าไม่มีดอกใช้เถาต้มแทนได้ ไอ ขับเสมหะ ○ ใช้ผลแก่แห้ง ประมาณครึ่งผล ฝนกับน้ำมะนาวแทรกเกลือ กวาดคอ หรือ จิบบ่อยๆ (ไม่ควรใช้กับหญิงมีครรภ์)
พริกไทย	ผลแก่จัด	ผลแก่จัดแต่ไม่สุก	ขับลม แก้อืด ○ ผลแก่แห้ง บดเป็นผง ปั้นเป็นลูกกลอน ทาน 0.5-1กรัม (15-20ผล) ○ หรือ บดผงชงทาน ไม่ใช้กับสตรีมีครรภ์
อาการคลื่นไส้อาเจียน – ยอ ชิง			
ยอ	ผลดิบ หรือ ผล ห่ามสด	ผลดิบ หรือ ผลห่าม สด	กระสายยา แก้อาการคลื่นไส้อาเจียน ผลยอหั่นปิ้งไฟพอเหลืองกรอบ ต้มเอาน้ำเป็นกระสายยาใช้ร่วมกับยาอื่น แก้อาการคลื่นไส้ อาเจียน ที่ไม่รุนแรง ผลดิบหรือผลห่ามสด ฝานเป็นชิ้นบางๆ อย่างหรือคั่วไฟอ่อนๆ ให้เหลืองกรอบ ต้มหรือชงน้ำดื่ม ใช้ครั้งละประมาณ 2 กำมือ (11-15กรัม) เอาน้ำที่ได้จิบทีละน้อยและบ่อยๆครั้ง จะได้ผลดีกว่าต้มทีเดียว

กลุ่มอาการท้องเสีย - ทับทิม ฝรั่ง สีสียดเหนือ มังคุด ฟ้าทะลายโจร กลัวยน้ำว่า			
ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
ทับทิม	เปลือกผลแห้ง	-ผลแก่ ใช้เปลือก ผลตากแดดให้แห้ง	ท้องเดิน เปลือกผลแห้ง 1 ใน 4 ของผล ฝนกับน้ำฝน หรือ น้ำปูนใสให้ข้นๆ ทานครั้งละ 1-2 ช้อนแกง หรือ ต้มกับน้ำปูนใส แล้วตมน้ำดื่ม บิต (อาการปวดเบ่งและมีมูก หรืออาจมีเลือดด้วย) เปลือกผลแห้งของทับทิม 1 กำมือ (3-5g) ต้มกับน้ำดื่มวันละ 2 ครั้ง อาจใช้ กานพลู หรือ อบเชย แต่งกลิ่นให้น้ำดื่ม
ฝรั่ง	ใบแก่สด หรือ ลูกอ่อน	เก็บใบในช่วงแก่เต็มที่ หรือ ลูกขณะยังอ่อน	ท้องเดินแบบไม่รุนแรง ที่ไม่ใช่บิตหรืออหิวาตกโรค ใบแก่ 10-15ใบ ปิ้งไฟแล้วชงน้ำรับประทาน หรือ ใช้ผลอ่อนๆ 1 ผล ฝนกับน้ำปูนใส รับประทานเมื่อมีอาการท้องเสีย ระงับกลิ่นปาก - ใบสด 2-3 ใบ เคี้ยว และ คายทิ้งหลังกินอาหาร
สีเสียดเหนือ	ก้านสีเสียด	ก้านสีเสียดเป็นสิ่งสกัดที่ได้จากการนำเนื้อไม้มา ตัดให้เป็นชิ้นเล็กๆต้มกับน้ำกรองและเคี้ยวให้งวด จะเหลือก้านแข็งสีดำ และเป็นเงา	ช่วยผดสमान แก้อาการท้องเดิน ใช้ผงประมาณ 1/3-1/2 ช้อนชา (หนัก 0.3 -1 กรัม) ต้มเอาน้ำดื่ม
มังคุด	เปลือกผลแห้ง	ผลแก่ที่รับประทานเนื้อแล้ว เก็บเปลือกตากแห้งไว้ทำยา	ท้องเสีย ใช้เปลือกผลตากแห้ง ต้มกับน้ำปูนใส หรือ ฝนกับน้ำดื่ม บิต (ปวดเบ่ง มีมูก และอาจมีเลือดด้วย) ใช้เปลือกผลแห้งประมาณ 1/2 ผล (4 กรัม) ย่างไฟให้เกรียม ฝนกับน้ำปูนใสประมาณครึ่งแก้ว หรือ บดเป็นผงละลายน้ำข้าว (น้ำข้าวเช็ด) หรือน้ำสุกดื่มทุก 2 ชั่วโมง
กลัวยน้ำว่า	ผลดิบ หรือ ท่วม	ลูกช่วงเปลือกสีเขียว ตันให้ผลอายุ 8-12เดือน	ท้องเสียที่ไม่รุนแรง แผลในกระเพาะ ○ กลัวยน้ำว่าห้ามทาน 1/2-1ผล ○ กลัวยน้ำว่าดิบฝานเป็นแว่นตากแดดให้แห้ง หรือ อบที่ 50องศา บดผง ชงน้ำดื่มครั้งละ 1/2-1 ผล ○ ปั่นเป็นยาลูกกลอน ครั้งละ 4 เม็ด วันละ 4 ครั้ง ก่อนอาหาร และ ก่อนนอน อาจมีอาการท้องอืดเพื่อ ป้องกันโดยใช้ร่วมยาขับลม เช่น น้ำขิง พริกไทย

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
ฟ้าทลายโจร	ใบ	-เก็บใบในช่วงเริ่มออกดอก ใช้เวลาปลูกประมาณ 3 เดือน	ท้องเสีย และ เจ็บคอ มี 3 วิธี (แพ้แล้ว ปวดท้อง ท้องเสีย ปวดแหว เวียนหัว ให้หยุดยา) (แก้พุพอง ตำพอก หรือ คั้นน้ำทา) 1. ยาต้ม ใบสด 1-3 กำมือ (แก้อาการเจ็บคอใช้ 1 กำมือ ต้มกับน้ำนาน 10-15 นาที ตีมาก่อนอาหารวันละ 3 ครั้ง หรือเวลามีอาการ มีรสขมมาก) 2. ยาลูกกลอน ล้างให้สะอาด ผึ่งลมให้แห้ง (ควรผึ่งในที่ที่มีอากาศโปร่งห้ามตากแดด) บดเป็นผงให้ละเอียด ปั่นกับน้ำผึ้งเป็นเม็ลต์ยาลูกกลอน ขนาดเท่าปลายนิ้วก้อย หรือ ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ประมาณ 0.8 เซนติเมตร ผึ่งลมให้แห้ง เก็บไว้ในขวดแห้งและมิดชิด ทานครั้งละ 3-6 เม็ลต์ วันละ 3-4 ครั้ง ก่อนอาหารและก่อนนอน (ไม่เก็บนานเกิน 3 เดือน) 3. ยาดองเหล้า ใบแห้ง อย่าให้เป็นชิ้นเล็กๆ ใส่ในขวดแก้วใช้เหล้าโรง 40 ดีกรี แช่พอให้ท่วมยาเล็กน้อย ปิดฝาให้แน่น เขย่าขวด หรือคนยาวันละ 1 ครั้ง พอรครบ 7 วัน กรองเอาแต่น้ำ เก็บไว้ในขวดที่มิดชิดและสะอาด ทานครั้งละ 1-2 ช้อนโต๊ะ (รสขมมาก) วันละ 3-4 ครั้งก่อนอาหาร

กลุ่มอาการท้องผูก – ชุมเห็ดเทศ มะขาม มะขามแขก แมงลัก ขี้เหล็ก คุณ

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
ชุมเห็ดเทศ	ดอกสด ใบสด หรือแห้ง	-ใบขนาดกลาง ไม่แก่หรืออ่อนไป -ต้องเก็บก่อนออกดอก -ดอกสดเป็นยา	ท้องผูก ○ ดอกสด 1 ช่อ ต้มทานกับน้ำพริก ○ ใบสด หั่นตากแห้ง ต้ม หรือ ชงน้ำดื่ม ครั้งละ 12 ใบ ○ ใบแห้งบดเป็นผง ผสมน้ำผึ้งปั้นเป็นลูกกลอนเท่าปลายนิ้วก้อยครั้งละ 3 เม็ลต์ ทานก่อนนอนหรือเมื่อท้องผูก กลาก ○ ใบสด ขยี้หรือตำในครกให้ละเอียด เติมน้ำเล็กน้อย ○ ใบกับหัวกระเทียมเท่าๆกัน ผสมปูนแดงที่กินกับหมากเล็กน้อย ตำผสมกัน ทาบริเวณที่เป็นกลาก โดยใช้ไม้ไผ่ขูดผิวให้แดงก่อน ทาบ่อยๆ วันละ 3-4 ครั้ง จนหายแล้วทาต่ออีก 7 วัน ฝีและแผลพุพอง ใบและก้านสด 1 กำมือ ต้มกับน้ำพอท่วมยา แล้วเคี่ยวให้เหลือ 1 ใน 3 ชะล้างบริเวณที่เป็น 2 ครั้ง เช้า-เย็น เป็นมากใช้ 10 กำมือต้มอาบ

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
แมงลัก	เมล็ดแมงลักแก่	เมล็ดแก่สีดำ	ทำให้ถ่ายอุจจาระสะดวก เมล็ดแมงลัก 1-2 ช้อนชา ล้างน้ำให้สะอาด แช่น้ำอุ่น 1 แก้ว (250ซีซี) จนพองตัวเต็มที่ ก่อนนอน เมล็ดแมงลักพองตัวไม่เต็มที่ จะทำให้ท้องอืดและอุจจาระแข็ง
มะขาม	เนื้อฝักแก่, เนื้อเมล็ดมะขามแก่	ฝักแก่ เปลือกเป็นสีน้ำตาล	ท้องผูก ใช้มะขามเปียกรสเปรี้ยว 10 - 20 ฝัก (หนัก 70 - 150 กรัม) จิ้มเกลือ รับประทานแล้วดื่มน้ำตามมากๆ หรือ เติมน้ำคั้นใส่เกลือเล็กน้อยดื่มเป็นน้ำมะขาม (ห้ามใส่น้ำแข็ง) พยาธิไส้เดือน เอาเมล็ดแก่มาคั่วแล้วกะเทาะเปลือกออกเอาเนื้อในเมล็ดแช่น้ำเกลือจนนุ่ม รับประทานครั้งละ 20 - 30 เมล็ด ไอมีเสมหะ เนื้อในฝักแก่ หรือ มะขามเปียกจิ้มเกลือรับประทานพอสมควร หรือ คั้นใส่เกลือเล็กน้อยดื่มเป็นน้ำมะขาม (ห้ามใส่น้ำแข็ง)
มะขามแขก	เนื้อฝักแก่, เนื้อเมล็ดมะขามแก่	ฝักแก่ เปลือกเป็นสีน้ำตาล	ท้องผูก ○ ใบแห้ง 1-2 กำมือ (หนัก 3-10 กรัม) ต้มกับน้ำดื่ม หรือ ใช้วิธีบดเป็นผงชงกับน้ำดื่ม ○ ใช้ฝัก 4-5 ฝัก ต้มกับน้ำดื่ม ○ บางคนดื่มแล้วเกิดอาการไข้ท้อง แก้ไขได้โดยใช้ร่วมกับยาขับลมจำนวนเล็กน้อย (เช่น กระจวาน กานพลู) ○ มะขามแขกเหมาะกับคนที่ท้องผูกเป็นประจำ แต่ควรใช้เป็นครั้งคราว ○ ผู้หญิงมีครรภ์ หรือ มีประจำเดือนห้ามรับประทาน
ขี้เหล็ก	ใบอ่อนและดอก	ช่วงมีใบอ่อน และดอกขี้เหล็กออกเดือน กรกฎาคม - สิงหาคม	ท้องผูก ใบขี้เหล็ก (ทั้งใบอ่อนและใบแก่) 4-5 กำมือ ต้มเอาน้ำดื่มก่อนอาหาร หรือ เวลามีอาการ นอนไม่หลับ กังวล เบื่ออาหาร ใบแห้ง 30g ใบสด 50g ต้มน้ำทานก่อนนอน ใช้ใบอ่อนทำยาตองเหล้า (ใส่เหล้าขาวพอท่วมยา แช่ไว้ 7 วัน คนทุกวันให้น้ำยาสม่ำเสมอ กรองกากยาออก ได้ยาตองเหล้าขี้เหล็ก) ดื่มครั้งละ 1-2 ชช ก่อนนอน

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
คูณ	เนื้อในฝักแก่	ฝักแก่ เปลือกเป็นสีน้ำตาลเข้ม	ท้องผูก เนื้อในฝักแก่ก่อนเท่าหัวแม่มือ 4g ต้มกับน้ำใส่เกลือเล็กน้อย ต้มก่อนนอน หรือ ตอนเช้าก่อนอาหาร ยาระบายสำหรับคนที่ท้องผูกเป็นประจำ สตรีมีครรภ์ไม่ควรใช้
กลุ่มอาการ พยาธิลำไส้ - ฟักทอง มะเกลือ มะหาด เล็บมือนาง			
ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
ฟักทอง	เมล็ดฟักทองแก่	ฟักทองแก่อายุ3เดือนขึ้นไป กินเนื้อ เก็บเม็ดเป็นยา	ถ่ายพยาธิลำไส้ เหมาะกับการถ่ายพยาธิตัวติด ใช้เมล็ดฟักทอง 60g ทูบให้แตกผสมกับน้ำตาลและนม หรือน้ำที่เติมลงไปจนได้ปริมาณ 500 มิลลิลิตร / แบ่งรับประทาน 3 ครั้ง ห่างกันทุก 2 ชั่วโมง หลังจากให้ยาแล้วประมาณ 2 ชั่วโมง ก็ให้รับประทานน้ำมันละหุ่งระบายตาม
มะเกลือ	ผลดิบสด (ผลแก่ที่มีสีเขียว) (ห้ามใช้) ผลสุกสีเหลือง หรือ ผลสีดำ	-ผลดิบสด	ถ่ายพยาธิ ได้ผลดีกับ พยาธิปากขอ และ พยาธิเส้นด้าย (พยาธิเข็มหมุด) ใช้ผลสดสีเขียวไม่ซ้ำไม่ดำ จำนวนเท่ากับอายุของคนไข้ (1ปี ต่อ 1ผล) แต่ไม่เกิน 25 ผล นำมาโขลกพอแหลกแล้วผสมกับหัวกะทิสด (2ช้อนชา ต่อมะเกลือ 1 ผล) คั้นเอาแต่น้ำดื่มให้หมด ก่อนรับประทาน อาหารเช้า ถ้า 3 ชั่วโมงแล้วยังไม่ถ่าย ให้ใช้ยาระบาย เช่น ดีเกลือ 2 ช้อนโต๊ะ ละลายน้ำดื่มตามลงไป ห้ามใช้ : อายุ <10ปี ท้อง คลอดบุตร มีโรคกระเพาะ ใช้ ปวดท้อง ถ่ายอุจจาระผิดปกติบ่อยๆ แพ้: ท้องเดิน แบนหน้าอก เวียนหัว อาเจียน ตามัว ตาบอด
เล็บมือนาง	เมล็ด	เก็บเมล็ดแก่ช่วงที่เป็นสีน้ำตาล	ถ่ายพยาธิไส้เดือน เด็กใช้ 2-3 เมล็ด (หนัก 4-6 กรัม) ผู้ใหญ่ใช้ 5-7 เมล็ด (หนัก 10-15 กรัม) ทูบพอแตก ต้มเอาน้ำดื่ม หรือ หั่นทอดกับไข่รับประทาน (อาการข้างเคียง สะอึก เวียนหัว คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเดิน)
มะหาด	แก่นต้นมะหาด ผงปวกหาด	ต้น กิ่ง มะหาด 5 ปีขึ้นไป	ถ่ายพยาธิตัวติดและพยาธิไส้เดือน นำผงปวกหาดมาบดให้ละเอียด รับประทานกับน้ำสุกเย็น ครั้งละ 1-2 ช้อนชา (ประมาณ 3-5 กรัม) ก่อนอาหารเช้า หลังจากรับประทานผงปวกหาดแล้วประมาณ 2 ชั่วโมง ให้รับประทานดีเกลือหรือยาถ่ายตาม ระวัง ห้ามทานผงปวกหาดกับน้ำร้อน จะทำให้คลื่นไส้ อาเจียนได้ ผงปวกหาด เตรียมได้โดยการเอาแก่นมะหาดมาต้มเคี่ยวด้วยน้ำ จะมีฟอง ฝ้าขาวบางกรองบีบเอากาก มาตากแห้ง ได้ ผงสีเหลือง

กลุ่มอาการ ฟัน - แก้ว ข่อย ผักคราดหัวแหวน			
ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
แก้ว	ใบสด	ใบสดสมบูรณ์ เต็มที่	แก้อาการปวดฟัน ใบสดตำพอแหลกแช่เหล้าโรงในอัตราส่วน 15 ใบย่อย หรือ 1 กรัม ต่อ เหล้า 1 ซอนซา หรือ 5 มิลลิลิตร เอาน้ำยาทาบริเวณที่ปวด
ข่อย	เปลือกต้นสด	เมื่อต้นเจริญ เต็มที่	แก้อาการปวดฟัน เปลือกต้นสด ขนาด 1 ฝ่ามือสับเป็นชิ้น ต้มกับน้ำพอควร และใส่เกลือให้มีรสเค็ม ต้มนาน 10-15 นาที น้ำขมขื่นๆ อมบอ่อยๆ
ผักคราดหัวแหวน	ดอกสด	ดอกสดสมบูรณ์ เต็มที่	แก้อาการปวดฟัน ดอกสดปริมาณพอเหมาะ ตำกับเกลือ อมหรือกัดไว้บริเวณที่ปวด
กลุ่มอาการ เบื่ออาหาร - บอระเพ็ด ขี้เหล็ก มะระขี้นก สะเดา			
มะระขี้นก	ผลมะระอ่อน	เก็บเมื่อยังเป็นสีเขียว	เป็นยาเจริญอาหาร ต้มให้สุกรับประทานร่วมกับ น้ำพริก ผลมะระสุก ห้ามทาน เพราะจะทำให้มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน
สะเดา	ยอด ดอก	ช่วงมียอดอ่อน และดอกอ่อน	ช่วยเจริญอาหาร ยอด หรือ ดอก ลวก หรือ ต้ม ทานกับ น้ำปลาหวาน ช่วย เจริญอาหาร
กลุ่มอาการ ขัดเบา - กระจับแดง ขลุ่ ตะไคร้ สับปะรด หล้าคา อ้อยแดง			
กระจับแดง	กลีบเลี้ยงและร็ว ประดับ	-ตั้งแต่เริ่มปลุก 4-5 เดือนครึ่ง	ขัดเบา กลีบเลี้ยง หรือ ร็วประดับสีม่วงแดง ตากแห้ง บดเป็นผง ครั้งละ 1 ชช (3g) ชงกับน้ำเดือด 1 ถ้วย (250ml) ดื่มเฉพาะ น้ำสีแดง วันละ 3 ครั้ง จนอาการขัดเบาหายไป
ขลุ่	ใบสด หรือ แห้ง	ใบที่เจริญเต็มที่	ขัดเบา วันละ 1 กำมือ (สดหนัก 40-50 กรัม แห้งหนัก 15-20 กรัม) หั่นเป็นชิ้นๆ ต้มกับน้ำดื่ม วันละ 3 ครั้ง ก่อนอาหารครั้ง ละ 1 ถ้วยชา (หรือ 75 มิลลิลิตร) ไม่ควรใช้มากเกินไปเพราะอาจเป็นตะคริว

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
ลัปประรด	เหง้าทั้งสดและแห้ง	เก็บผลแล้วขูดต้นขึ้นมาตัดเหง้าไปทำ ความสะอาด ผานเป็นแว่นตากแดดให้ แห้ง	ขัดเบา ช่วยขับปัสสาวะ ใช้เหง้าสดหรือแห้ง วันละ 1 กอบมือ (สดหนัก 200-250 กรัม แห้งหนัก 90-100 กรัม) ต้มกับน้ำดื่มวันละ 3 ครั้ง ก่อนอาหารครั้งละ 1 ถ้วยชา (ประมาณ 75 มิลลิลิตร)
หญ้าคา	รากสดหรือแห้ง	รากทำความสะอาด หั่นขึ้น ตากแดด แห้ง	ขัดเบา รากสดหรือแห้ง ใช้วันละ 1 กำมือ (สดหนัก 40-50 กรัม แห้ง 10-15 กรัม) หั่นเป็นชิ้นๆ ต้มกับน้ำ รับประทานวันละ 3 ครั้ง ก่อนอาหารครั้งละ 1 ถ้วยชา (75 มิลลิลิตร)
อ้อยแดง	ลำต้นทั้งสดหรือ แห้ง	เก็บลำต้นที่สมบูรณ์เต็มที่	ขัดเบา ใช้ลำต้นสดวันละ 1 กำมือ (สดหนัก 70 - 90 กรัม แห้งหนัก 30-40 กรัม) หั่นเป็นชิ้นๆ ต้มกับน้ำ รับประทานวันละ 2-3 ครั้ง ก่อนอาหาร ครั้งละ 1 ถ้วยชา (75 มิลลิลิตร)
กลุ่มอาการไข้ - ฟ้าทะลายโจร บอระเพ็ด			
บอระเพ็ด	เถาหรือลำต้นสด	เก็บเถาแก่	ใช้ / เบื่ออาหาร เป็นยาช่วยเจริญอาหาร เถา หรือ ต้นสด ครั้งละ 2 คืบครึ่ง (30-40g) ตำคั้นเอาน้ำดื่ม ต้มกับน้ำ 3 ส่วน เหลือ 1 ส่วน ดื่มน้ำก่อนอาหาร 2 ครั้ง เช้า - เย็น หรือดองน้ำผึ้ง หรือ บั่นลูกกลอน
กลุ่มอาการไอ และระคายคอกจากเสมหะ - ชิง ตีป्ली เพกา มะขามป้อม มะขาม มะนาว มะแว้งเครือ มะแว้งต้น			
เพกา	เมล็ด	เพกา	ไอและขับเสมหะ -เมล็ดเพกา เป็นส่วนประกอบใน “น้ำจับเลี้ยง” คนจีนต้มดื่มแก้ร้อนใน เมล็ด ½ - 1 กำมือ (1 ½-3g) น้ำ 300ml ต้มไฟอ่อนพอเดือดนาน 1 ชั่วโมง ทานวันละ 3 ครั้ง
มะขามป้อม	ผลแก่สด	ผลสด	ไอและขับเสมหะ เนื้อ 2-3ผล โขลกพอแหลกแทรกเกลือ อม เคี้ยว วันละ 3-4 ครั้ง
มะแว้งต้น	ผลแก่สด	ผลสุก	ไอและขับเสมหะ ผลแก่สด 5-10 ผล โขลกพอแหลก คั้นเอาแต่น้ำ ใส่เกลือ จิบบ่อยๆ หรือ ใช้ผลสดเคี้ยวแล้วกลืนทั้งน้ำและเนื้อจนกว่าอาการจะดีขึ้น
มะแว้ง เครือ	ผลแก่สด	ผลสุก	ไอและขับเสมหะ ผลแก่สด 5-10 ผล โขลกพอแหลก คั้นเอาแต่น้ำ ใส่เกลือ รับประทานบ่อยๆ หรือ ใช้ผลสดเคี้ยวแล้วกลืนทั้งน้ำและเนื้อจนกว่าอาการจะดีขึ้น

กลุ่มอาการผิวหนัง

- กลากเกลื้อน - กระจีเยม ขำ ชุมเห็ดเทศ ทองพันชั่ง พลู
- ชั้นนตะ - มะคำดีควาย
- แผลไฟไหม้น้ำร้อนลวก - บัวบก น้ำมันมะพร้าว ว่านหางจระเข้ น้ำแข็ง
- ผี แผลพุพอง - ขมิ้น ชุมเห็ดเทศ เทียนบ้าน ว่านหางจระเข้ ว่านมหากาฬ ฟ้าทะลายโจร
- ลมพิษ - พลู
- งูสวัด - พญาขอ

กลุ่มอาการแพ้ อักเสบจากแมลงสัตว์กัดต่อย - ขมิ้นชัน ตำลึง ผักบุงทะเล พญาขอ เสดดพังพอน

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
ตำลึง	ใบสด	ใบที่สดและสมบูรณ์	แพ้ อักเสบ แมลงสัตว์กัดต่อย (ยุ้งกัด บุงกัด ใบตำแย แพ้ละอองข้าว) ใบสด 1 กำมือ ล้างให้สะอาด ตำให้ละเอียดผสมน้ำเล็กน้อย แล้วคั้นน้ำจากใบทา น้ำแห้งแล้วทาซ้ำบ่อยๆจนกว่าจะหาย
เสดดพังพอน	ใบสด	เก็บใบขนาดกลาง ไม่แก่หรืออ่อนเกินไป	แพ้ อักเสบ แมลงสัตว์กัดต่อย ใบสด 1 กำมือ ตำให้ละเอียดคั้นเอาน้ำทาบริเวณที่เป็น หรือ ตำผสมเหล้า หรือ แอลกอฮอล์ เล็กน้อยก็ได้
พญาขอ	ใบ	ใบขนาดกลางที่สมบูรณ์ ไม่แก่หรืออ่อนจนเกินไป	อักเสบเฉพาะที่ (ปวด บวม แดง ร้อน แต่ไม่มีไข้) จากแมลงมีพิษกัดต่อย เช่น ตะขาบ แมลงป่อง ผึ้งต่อย ต่อ แตน เริ่ม งูสวัด ใบสด 10-15 ใบ (มากน้อยตามบริเวณที่เป็น) ล้างให้สะอาด ตำให้ละเอียด เติมเหล้าขาวพอชุ่มยา ใช้น้ำและกากทาพอกบริเวณที่เป็น บวมหรือถูกแมลงสัตว์กัดต่อย
พลู	ใบสด	-ใบช่วงสมบูรณ์เต็มที่	แพ้ อักเสบ แมลงสัตว์กัดต่อย ได้ผลดี กับอาการแพ้ลักษณะลมพิษ ใบ 1-2 ใบ ตำให้ละเอียดผสมกับเหล้าขาว ทาบริเวณที่เป็น ห้ามใช้กับแผลเปิด จะทำให้แสบมาก กลากเกลื้อน ใบสด ล้าง ตำละเอียด ผสมแอลกอฮอล์ หรือ เหล้าขาว คั้นน้ำทาตรงที่เป็น วันละ 4 – 5 ครั้ง
ผักบุงทะเล	ใบและเถาสด	-ใบขนาดกลางที่สมบูรณ์เต็มที่	แพ้ อักเสบ แมลงสัตว์กัดต่อย (โดยเฉพาะพิษของแมงกะพรุน) ○ ใบและเถา 1 กำมือ ล้าง ตำให้ละเอียด คั้นเอาน้ำทาบริเวณที่บวมแดงบ่อยๆ ○ กลากเกลื้อน - ใบตำผสมแอลฯ หรือ เหล้าโรงทา คั้นน้ำทา

กลุ่มอาการโรคผิวหนัง

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
ทองพันชั่ง	ใบสด หรือ ราก (สดหรือแห้ง)	-ใบเก็บช่วงที่ สมบูรณ์เต็มที่	กลากเกลื้อน ใบ 5-8 ใบ หรือ ราก 2-3 ราก (เพิ่มลดได้ตามอาการ) ตำให้ละเอียด แช่เหล้าหรือแอลกอฮอล์ 7 วัน ทาบริเวณที่เป็นบ่อยๆ 3-4 ครั้ง หายแล้วทาต่อ 7 วัน
เทียนบ้าน	ใบสด ดอกสด	-ใบขนาดกลางที่ สมบูรณ์	ฝีและแผลพุพอง ใบสดและดอกสด 1 กำมือ ตำละเอียดและพอก ทาบริเวณที่เป็นฝีและแผลพุพอง วันละ 3 ครั้ง สีจากน้ำคั้นจะติดอยู่นาน ระวังการเปราะเป็นเส้นผ้าและร่างกายส่วนอื่นๆ
บัวบก	ต้นสดและใบสด	เก็บใบที่สมบูรณ์ เต็มที่	แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก บัวบกทั้งต้นสด 1 กำมือ ล้างให้สะอาดและตำให้ละเอียดคั้นน้ำและเอาน้ำทาบริเวณที่เป็นแผลบ่อยๆ วันละ 3-4 ครั้ง ใช้กากพอกด้วยก็ได้
ว่านหาง จระเข้	วุ้นจากใบ	เก็บในช่วงอายุ 1 ปี	แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ช่วยระงับความเจ็บปวดช่วยให้แผลหายเร็วและไม่เกิดแผลเป็น ใช้รักษาผิวไหม้ที่เกิดจากแดดเผาได้ วุ้นจากใบ เลือกใบที่อยู่ส่วนล่างของต้น เพราะใบใหญ่ได้วุ้นมากกว่าใบเล็ก ปอกเปลือกออกด้วยมีดที่สะอาด ล้างยางให้สะอาดด้วยน้ำต้มสุก หรือน้ำต่างทับทิม / ชูดเอาวุ้นใสมาพอกบริเวณแผล ทา 2 ครั้ง เช้า - เย็น จนกว่าแผลจะหาย ข้อควรระวัง -ทดสอบว่าแพ้หรือไม่ โดยนำวุ้นทาบริเวณท้องแขนด้านใน ถ้าผิวไม่คันหรือแดงก็ใช้ได้ / ล้างยางสีเหลืองติดกับวุ้นออกให้หมด เพราะระคายเคืองต่อผิวหนังได้
มะพร้าว	น้ำมันมะพร้าว	เก็บในช่วงผลแก่ และนำมาเคี้ยว เป็นน้ำมัน	แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก น้ำมันมะพร้าว 1 ส่วน ใส่ภาชนะคนพร้อมๆ กับเติมน้ำปูนใส 1 ส่วน โดยเติมทีละส่วนพร้อมกับคนไปด้วย คนจนเข้ากันดี แล้วใช้ทาที่แผลบ่อยๆ
น้ำแข็ง			บรรเทาอาการแสบร้อน และ รักษาแผล ปฐมพยาบาลเบื้องต้น ใช้ก้อนน้ำแข็งประคบบริเวณบาดแผลที่ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวกทันที จนกว่าจะหายแสบร้อน ถ้าไม่มีน้ำแข็งให้แช่แผลในน้ำเย็นตลอดเวลา

ชื่อ	ส่วนที่ใช้	เวลาที่เก็บ	วิธีใช้
ว่านมหากาฬ	หัวใต้ดิน		พอก ฝี หรือ แผลพุพอง หัวว่านมหากาฬมาตำพอก หรือ ฝนกับน้ำปูนใส ทาบริเวณที่เป็นฝี และ แผลพุพอง วันละ 3 - 4 ครั้ง
มะคำดีควาย	ผลแก่	เก็บช่วงผลแก่ และตากแดดจนแห้ง	ขันตุที่หัวเด็กได้ ผลมาประมาณ 5 ผล แล้วทุบพอแตก ต้มกับน้ำประมาณ 1 ถ้วย 250 ml ทาที่หนังศีรษะ บริเวณที่เป็นวันละ 2 ครั้ง เช้า - เย็น จนกว่าจะหาย 1 ผล ผ่าเมล็ดออก แกะเนื้อติดกับน้ำจนเกิดฟองสระผม ระวังอย่าให้เข้าตาจะทำให้แสบตา
กลุ่มอาการรักษาโรคอื่นๆ			
เคล็ด ขัด ยอก - ไพล / โครก หิด เหา - น้อยหน้า / นอนไม่หลับ - ชีเหล็ก / ไข้ - บอระเพ็ด ฟ้าทะลายโจร			
น้อยหน้า	ใบสดและเมล็ด	เก็บใบสดและเมล็ด	ฆ่าเหา เมล็ดน้อยหน้า 10 เมล็ด หรือ ใบสด 1 กำมือ (15g) ตำให้ละเอียด ผสมกับน้ำมันมะพร้าว 1-2 ช้อนโต๊ะ ขยี้ให้ทั่วศีรษะแล้วใช้ผ้าคลุมโปกไว้ประมาณ 1/2 ชม และ สระผมให้สะอาด ระวังอย่าให้เข้าตาจะทำให้แสบตา ตาอักเสบได้
ไพล	เหง้าแก่จัด	เก็บเหง้าแก่จัด หลังจากต้นไพล ลงหัวแล้ว	เคล็ดขัดยอก ฟกซ้ำ เหง้าประมาณ 1 เหง้า ตำแล้วคั้นเอาน้ำทาถูบริเวณที่มีอาการ หรือตำให้ละเอียดผสมเกลือเล็กน้อยคลุกเคล้ากัน นำมาห่อเป็นลูกประคบอังไอน้ำให้ความร้อน ประคบบริเวณปวดเมื่อยและฟกซ้ำ เช้า-เย็น จนกว่าจะหาย หรือทำเป็นน้ำมันไพล ไพล 2 โลกรัม ทอดในน้ำมันพืช 1 กิโลกรัม ทอดเหลืองเอาไพลออก ใส่กานพูนผง 4 ช้อนชา ทอดต่อด้วยไฟอ่อน 10 นาที กรองรอน้ำมันอุ่นใส่การบูร 4 ช้อนชา ปิดฝา รอเย็นเขย่าการบูรให้ละลายทาถูวันละ 2 ครั้ง หรือ เวลาปวด