

เรื่อง ฟ้าทะลายโจร



รายละเอียด

ฟ้าทะลายโจร ชื่อสามัญ Kariyat

ฟ้าทะลายโจร ชื่อวิทยาศาสตร์ *Andrographis paniculata* (Burm.f.) Nees จัดอยู่ในวงศ์เหงือกปลาหมอ ([ACANTHACEAE](#))

สมุนไพรฟ้าทะลายโจร (มักเขียนผิดเป็น ฟ้าทลายโจร, ฟ้าทะลายโจน) มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า ฟ้าทะลาย ฟ้าทะลายโจร น้ำลายพังพอน (กรุงเทพมหานคร), สามสิบดี เขตตายยายคลุม (ร้อยเอ็ด), หญ้าก้านงู (สงขลา), ฟ้าสะท้าน (พัทลุง), เมฆทะลาย (ยะลา), ฟ้าสาบ (พนัสนิคม), ขุนโจรห้าร้อย (ภาคกลาง), ชวนชิน เหลียง แจ็กเกียงสี่ คีปังฮี ไช้วเซ้า (จีน) เป็นต้น

ลักษณะของฟ้าทะลายโจร

- **ต้นฟ้าทะลายโจร** จัดเป็นพืชล้มลุกที่มีความสูงประมาณ 30-70 เซนติเมตร หรือประมาณ 1-2 ศอก ลำต้นเป็นสีเขียว แตกกิ่งมาก ทุกส่วนของต้นมีรสขม กิ่งเป็นใบสีเขียว สามารถพบได้ทั่วไปในประเทศไทย ลาว กัมพูชา มาเลเซีย อินโดนีเซีย เวียดนาม จีน และหมู่เกาะในทะเลแคริบเบียน
- **ใบฟ้าทะลายโจร** ลักษณะเป็นใบเดี่ยว แผ่นใบสีเขียวเข้มเป็นมัน ลักษณะของใบรียาว ปลายใบแหลม
- **ดอกฟ้าทะลายโจร** ออกดอกเป็นช่อที่ปลายกิ่งและตามซอกใบ ดอกมีขนาดเล็กสีขาว มีดอกย่อย กลีบดอกมีสีขาวโคนกลีบติดกัน ปลายแยกเป็น 2 ปาก ปากบนมี 3 กลีบ (มีเส้นสีม่วงแดงพาดอยู่) ส่วนปากล่างมี 2 กลีบ
- **ผลฟ้าทะลายโจร** ลักษณะเป็นฝัก ฝักจะคล้ายกับฝักต้อยติ่ง (หรือเปาะเปี๊ยะ) ฝักอ่อนมีสีเขียว เมื่อแก่ฝักจะเป็นสีน้ำตาลและแตกได้ ภายในฝักมีเมล็ดสีน้ำตาลอ่อนจำนวนมาก
- **สมุนไพร์ฟ้าทะลายโจร** มีสารสำคัญที่ออกฤทธิ์ทางยาสมุนไพร์อยู่ 3 สารด้วยกัน โดยเป็นสารในกลุ่ม Lactone ซึ่งก็คือ สารแอนโดรกราโฟไลด์ (Andrographolide), สารนีโอแอนโดรกราโฟไลด์ (Neo-Andrographolide), และสาร 14-ดีออกซีแอนโดรกราโฟไลด์ (14-deoxy-andrographolide) โดยส่วนที่นำมาใช้เป็นยาสมุนไพร์ได้แก่ ใบสด ใบแห้ง และทั้งต้น โดยใบจะเก็บมาใช้ได้เมื่อต้นมีอายุได้ราว 3-5 เดือน

สรรพคุณของฟ้าทะลายโจร

1. สรรพคุณฟ้าทะลายโจรช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระในร่างกาย ช่วยกระตุ้นการสร้างภูมิคุ้มกันในร่างกาย ต่อต้านสิ่งแปลกปลอมที่เข้ามาในร่างกาย รวมไปถึงช่วยกระตุ้นการสร้างเม็ดเลือดขาวให้จับกินเชื้อโรคได้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย
2. สรรพคุณฟ้าทะลายโจรมีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง
3. สรรพคุณฟ้าทะลายโจร ใบใช้เป็นยาชงช่วยทำให้เจริญอาหาร (ใบ)
4. ช่วยรักษาโรคเบาหวาน ด้วยการใช้ต้นฟ้าทะลายโจร กระจาย และว่านเอ็นเหลือง นำมาทำเป็นยาเม็ดลูกรับประทาน (ต้น)
5. ช่วยป้องกันและแก้อาการหวัด คัดจมูก ด้วยการใช้ใบและกิ่งประมาณ 1 กำมือ (สดใช้ 25 กรัม แต่ถ้าแห้งใช้ 3 กรัม) นำมาต้มกับน้ำดื่ม รับประทานก่อนอาหารวันละ 2 ครั้ง เช้าและเย็น หรือในขณะที่มีอาการ (กิ่ง, ใบ)
6. ช่วยแก้อาการปวดหัวตัวร้อน อาการปวดหัวแบบไม่มีสาเหตุ ด้วยการใช้ใบและกิ่งประมาณ 1 กำมือ (สดใช้ 25 กรัม แต่ถ้าแห้งใช้ 3 กรัม) นำมาต้มกับน้ำดื่มก่อนอาหารวันละ 2 ครั้ง เช้าและเย็น หรือในขณะที่มีอาการ

- การ (กึ่ง, ไบ)
7. ฟัาทะลายโจร สรรพคุณช่วยแก้้ไข้ทั่ว ๆ ไป อากการปวดหัวตัวร้อน เช่น ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ เป็นต้น (ไบ, กึ่ง)
 8. ช่วยรักษาไข้ไทฟอยด์ ด้วยการรับประทานฟัาทะลายโจรก่อนอาหารครั้งละ 2 เม็ด วันละ 3 ครั้ง เป็นเวลา 3 สัปดาห์ หลังจากนั้นให้กินยาบำรุงเพื่อฟื้นฟูกำลังของผู้ป่วยร่วมด้วย
 9. ช่วยแก้อากการไอ ลดน้ำมูก และช่วยฆ่าเชื้อที่จุมูก ด้วยการใ้ไบนำมาทำเป็นยาผงแล้วนำมาใ้สูดดม (ไบ)
 10. ช่วยลดและขับเสมหะ ด้วยการใ้ไบนำมาทำเป็นยาผงแล้วนำมาใ้สูดดม (ไบ)
 11. ช่วยระงับอากการอักเสบ แก้อากการเจ็บคอ คออักเสบ ต่อมทอนซิลอักเสบ หลอดลมอักเสบ ด้วยการใ้ไบนำมาทำเป็นยาผงแล้วนำมาใ้สูดดม (ไบ)
 12. ช่วยแก้อากการติดเชื้อ ระงับการเจริญเติบโตของเชื้อโรคที่เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอากการปวดท้อง ท้องเสีย ท้องร่วง ท้องเดิน เป็นบิด ด้วยการใ้ทั้งต้น (ส่วนทั้ง 5 ของฟัาทะลายโจร) นำมาผึ่งลมให้แห้งแล้วหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ประมาณ 1 กำมือ (น้ำหนักประมาณ 3-9 กรัม) แล้วนำมาต้มกับน้ำดื่มตลอดวัน (ทั้งต้น)
 13. ช่วยแก้อากการร้อนใน ด้วยการใ้ไบฟัาทะลายโจรตากแห้ง 15 กรัมและเตยหอมสดหั่นแล้ว 15 กรัม นำมาต้มกับน้ำพอท่วมยาจนเดือด ใ้ดื่มก่อนอาหารเช้า กลางวัน เย็น จะช่วยทำให้อากการร้อนในดีขึ้น แต่ถ้าอยากให้อากการหายขาด แนะนำว่าไม่ต้องดื่มน้ำหลังอาหารมากเกินไป รับประทานอาหารให้ตรงเวลา และออกกำลังกายทุกวัน อากการร้อนในก็จะหายไปใ้ที่สุด (ไบ)
 14. ฟัาทะลายโจรมีรสขมมาก โดยความขมจะเหนียวน่าช่วยทำให้อากการขับน้ำลายออกมามากขึ้น จึงทำให้อากการชุ่มคอ
 15. ฟัาทะลายโจรมีฤทธิ์ช่วยฆ่าเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของอากการเกิดโรคระบบทางเดินหายใจ
 16. ฟัาทะลายโจรมีฤทธิ์ใ้การช่วยลดการบีบตัวของกล้ามเนื้อเรียบ ช่วยคลายกล้ามเนื้อมดลูก
 17. ฟัาทะลายโจรมีส่วนช่วยลดการติดเชื้ออหิวาตกโรคในอุจจาระ แต่อากการจะไม่ดีเท่าการใ้ยาเตตราไซคลินใ้การรักษา แต่ก็สามารถใ้ทดแทนได้
 18. ช่วยรักษากระเพาะลำไส้อักเสบ (ไบ)
 19. ฟัาทะลายโจรมีสรรพคุณช่วยใ้การย่อยอาหารและช่วยเร่งใ้ตับสร้างน้ำดี
 20. ช่วยบรรเทาอากการของโรคจิตเสีดวง ด้วยการรับประทานฟัาทะลายโจรก่อนอาหารและก่อนนอนครั้งละ 2-3 เม็ด วันละ 3-4 ครั้ง จะช่วยทำให้อากการเสี้ออกหรืออากการปวดถ่วงหายไป ทำให้อากการถ่ายได้สะดวกยิ่งขึ้น
 21. ช่วยรักษาโรคตับ ด้วยการรับประทานฟัาทะลายโจรก่อนอาหารวันละ 2-3 เม็ด วันละ 3 ครั้ง (และควรใ้ยาบำรุงชนิดอื่นด้วย)
 22. ช่วยรักษาโรคผิวหนัง ผี แผลผี ด้วยการใ้ไบค่อนข้างแก่ประมาณ 1 กำมือ แล้วเอาเกลือ 3 เม็ด นำมาตำผสมรวมกันใ้ครกจนละเอียด แล้วเอาสุรารึ่งถ้วยชา น้ำครึ่งช้อนชาใ้รวมลงไป คนใ้เข้ากันแล้วเท

กินก่อนถ้วยชา ส่วนกากที่เหลือนำมาพอกแผลฝี แล้วใช้ผ้าสะอาดพันไว้ ตอนพอกเสร็จใหม่ ๆ อาจจะรู้สึกปวดบ้างเล็กน้อย (ใบ)

23. ช่วยรักษาแผลอักเสบที่เกิดจากโรคเบาหวาน ด้วยการรับประทานเป็นยาฟ้าทะลายโจรแบบเม็ดและการใช้ทาเพื่อรักษาอาการ
24. ช่วยยับยั้งเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของการเกิดหนองได้ (ใบ)
25. ช่วยรักษาโรคงูสวัด ด้วยการรับประทานยาฟ้าทะลายโจรก่อนอาหาร 2-3 เม็ด วันละ 3 ครั้ง เป็นระยะเวลา 3 สัปดาห์ เนื่องจากงูสวัดคือเชื้อไวรัสที่จะอยู่นาน 3 สัปดาห์ ถ้าใช้รักษาให้ครบตามเวลา ก็จะทำให้ไม่กลับมาเป็นอีก

ประโยชน์ของฟ้าทะลายโจร

- ช่วยแก้ปัญหามรุ่ม ด้วยการใช้ฟ้าทะลายโจรแคปซูล โดยใช้ครั้งละ 1 แคปซูลด้วยการนำผงดังกล่าวไปละลายในน้ำอุ่น แล้วนำมาชโลมให้ทั่วหนังศีรษะ ทิ้งไว้สักพักแล้วล้างออก
- ปัจจุบันได้มีการนำสมุนไพรฟ้าทะลายโจรมาผลิตเป็น **แคปซูลฟ้าทะลายโจร** ซึ่งหาซื้อมารับประทานได้ง่ายและสะดวกในการรับประทานมากยิ่งขึ้น

วิธีใช้ฟ้าทะลายโจร

- ทำเป็นยาชง ด้วยการใช้ใบสดหรือใบแห้ง (ใบสดจะมีสรรพคุณที่ดีกว่า) ประมาณ 5-7 ใบ แล้วนำมาต้มกับน้ำเดือดลงจนเกือบเต็มแก้ว แล้วปิดฝาทิ้งไว้ประมาณครึ่งชั่วโมง เมื่ออุ่นแล้วก็นำมารินดื่ม โดยให้รับประทานก่อนอาหารและก่อนนอนครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3-4 ครั้ง
- ทำเป็นยาลูกกลอน หรือ **ยาเม็ดฟ้าทะลายโจร** ด้วยการใช้ใบสดนำมาล้างให้สะอาด แล้วผึ่งในที่ร่มที่มีลมโกรกให้แห้ง (ห้ามตากแดด) นำมาบดจนเป็นผงละเอียด แล้วนำมาบดผสมกับน้ำผึ้ง (หรือน้ำเชื่อมก็ได้เช่นกัน) ให้เป็นเม็ดขนาดเท่ากับเม็ดถั่วเหลือง (หนักประมาณ 250 มิลลิกรัม) เมื่อปั้นเสร็จแล้วให้ฝึกลงจนแห้ง (ถ้าไม่แห้งแล้วนำมารับประทานจะขมมาก) โดยรับประทานก่อนอาหารและก่อนนอนครั้งละ 4-10 เม็ด วันละ 3-4 ครั้ง
- ทำเป็นยาแคปซูล ด้วยการใส่ผงยาที่ปั้นเป็นยาลูกกลอน ก็ให้นำมาใส่ในแคปซูล เพื่อที่จะช่วยกลบรสขมของยา ทำให้รับประทานได้ง่าย โดยขนาดแคปซูลที่ใช้คือ ขนาดเบอร์ 2 (250 มิลลิกรัม) ใช้รับประทานก่อนอาหารและก่อนนอนวันละ 3-4 แคปซูล วันละ 3-4 ครั้ง
- ทำเป็นยาผงสำหรับใช้สูดดม โดยใช้ยาผงที่บดละเอียดนำมาใส่ขวด ปิดฝาเขย่าแล้วเปิดฝาดูดดมผงควันก็จะลอยออกมา ก็ให้สูดดมควันนั้นเข้าไป โดยผงยาจะติดที่คอช่วยทำให้ยาออกฤทธิ์ที่ลำคอโดยตรง จึงช่วยลด

เสมหะ แก้อาการเจ็บคอ ช่วยลดน้ำมูก และช่วยฆ่าเชื้อในจมูกได้เป็นอย่างดี (ซึ่งวิธีนี้จะดีกว่าวิธีกวาดคอ วิธีเป่าคอ และวิธีการขง เพราะจะรู้สึกขมน้อย ไม่รู้สึกขยาดเวลาใช้ ใช้งานง่ายและสะดวก) โดยนำมาสูดดมบ่อย ๆ วันละหลาย ๆ ครั้ง แต่ถ้ารู้สึกคลื่นไส้ให้หยุดใช้สักพัก เมื่อหายแล้วก็นำมาสูดใหม่จนกว่าอาการจะดีขึ้น

- ทำเป็นยาตองเหล้า หรือทำเป็นยาทิงเจอร์ ด้วยการใส่ผงแห้งที่ได้นำมาแช่กับสุราโรง 40 ดีกรี (แต่ถ้าใช้แอลกอฮอล์ที่สามารถรับประทานได้ หรือ Ethyl alcohol ก็จะได้ดีกว่าเหล้า) โดยแช่พอท่วมยาผงขึ้นมาเล็กน้อย หลังจากนั้นปิดฝาขวดให้แน่น ทิ้งไว้ 7 วัน และให้เขย่าขวดทุก ๆ วัน วันละ 1 ครั้ง เมื่อครบตามกำหนดก็ให้กรองเอาแต่น้ำนำมาดื่มก่อนอาหารครั้งละ 1-2 ช้อนโต๊ะ (รสชาติจะขมมาก) วันละ 3-4 ครั้ง (ส่วนที่เหลือก็ให้เก็บไว้ในขวดที่สะอาดและปิดให้สนิท)

ผู้ที่ไม่ควรใช้สมุนไพรฟ้าทะลายโจร

- สตรีมีครรภ์
- ผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตต่ำ
- ผู้ที่เคยมีประวัติเป็นโรคหัวใจรูห์มาติก (Rheumatic heart disease)
- ผู้ที่มีอาการเจ็บคอเนื่องมาจากการติดเชื้อ Streptococcus group A
- ผู้ที่มีประวัติเคยเป็นโรคไตอักเสบ เนื่องมาจากการติดเชื้อ Streptococcus group A
- ผู้ที่มีอาการเจ็บคอเนื่องจากติดเชื้อแบคทีเรียและมีอาการรุนแรง เช่น มีไข้สูง มีอาการหนาวสั่น มีหนองในลำคอ

คำแนะนำในการใช้ฟ้าทะลายโจร

- ในต้นฟ้าทะลายโจรมีสารแอนโดรกราโฟไลด์ (Andrographolide) ซึ่งละลายได้ดีในแอลกอฮอล์ แต่ละลายน้ำได้น้อย ดังนั้นตำรับยาสมุนไพรฟ้าทะลายโจรสูตรยาตองเหล้าหรือยาทิงเจอร์จึงมีฤทธิ์แรงที่สุด ส่วนชนิดขงจะมีฤทธิ์รองลงมา และแบบยาเม็ดจะมีฤทธิ์อ่อนที่สุด
- ฟ้าทะลายโจรเป็นสมุนไพรที่เหมาะสมสำหรับใช้รักษา "หวัดร้อน" (อาการเหงื่อออก กระจายน้ำ เจ็บ ท้องผูก ปัสสาวะสีเข้ม) แต่ฟ้าทะลายโจรจะไม่เหมาะกับการนำมาใช้รักษาผู้ที่มีอาการ "หวัดเย็น" (ไม่มีเหงื่อ ปัสสาวะบ่อย รู้สึกหนาวสะท้านบ่อย อู้งมืออู้งเท้าเย็น) เพราะอาจจะเกิดอาการกำเริบขึ้นได้ เช่น มีอาการหนาวสั่น คลื่นไส้ เป็นต้น
- ข้อควรระวังในการใช้ ผู้ที่มีความดันโลหิตต่ำไม่ควรใช้ฟ้าทะลายโจร เพราะฟ้าทะลายโจรมีสรรพคุณในการลดความดันโลหิตอยู่แล้ว ซึ่งถ้าหากใช้ฟ้าทะลายโจรอาจจะทำให้เกิดอาการหน้ามืด วิงเวียนศีรษะ หรือมี

อาการมีนงง วิธีการแก้ก็คือให้หยุดใช้ทันที หลังจากนั้น 3-4 ชั่วโมงอาการก็จะดีขึ้นเอง เพราะตัวยาสามารถถูกขับออกไปได้และไม่ตกค้างในร่างกาย

- ผลข้างเคียงของฟ้าทะลายโจร สำหรับบางรายที่ใช้สมุนไพรฟ้าทะลายโจรแล้วเกิดอาการปวดท้อง ท้องเสีย มีอาการปวดเอว หรือมีอาการวิงเวียนศีรษะ แสดงว่าคุณแพ้สมุนไพรชนิดนี้ หากมีอาการดังกล่าวให้หยุดการใช้ยา และเปลี่ยนไปใช้ยาสมุนไพรชนิดอื่นแทน แต่ถ้ามีอาการแพ้ไม่มากก็อาจจะลดขนาดในการรับประทานลงตามความเหมาะสม
- การใช้สมุนไพรฟ้าทะลายโจรในการรักษาอาการต่าง ๆ หากใช้ติดต่อกัน 3 วันแล้วอาการไม่ดีขึ้นหรือมีอาการรุนแรงมากขึ้น คุณควรหยุดใช้และให้ไปพบแพทย์ทันที
- ไม่ควรรับประทานสมุนไพรฟ้าทะลายโจรติดต่อกันนานเกินกว่า 1 สัปดาห์ เพราะอาจจะส่งผลทำให้ร่างกายไม่มีเรี่ยวแรงได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งแขนและขา และยังรวมไปถึงอาการท้องอืด หน้ามืดตามัว และมีมือเท้าชา (แต่จากงานวิจัยก็ไม่พบว่าจะเป็นอันตรายรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตหรือมีผลต่อระบบภายในแต่อย่างใด) เพราะสมุนไพรชนิดนี้ตามตำราเวชศาสตร์การแพทย์แผนโบราณระบุไว้ว่าเป็นยาเย็น ช่วยลดธาตุไฟในร่างกาย เมื่อรับประทานเข้าไปร่างกายที่ร้อนจากอาการไข้ก็จะเย็นลง แต่ถ้าหากร่างกายอยู่ในสภาพปกติ การรับประทานติดต่อกันนาน ๆ ก็จะทำให้ร่างกายไม่มีแรง แต่ถ้าหากคุณจำเป็นต้องใช้สมุนไพรชนิดนี้ติดต่อกันเกินกว่า 1 สัปดาห์ ก็ควรจะรับประทานคู่กับน้ำขิง เพื่อช่วยเพิ่มความอบอุ่นให้กับร่างกาย (นพ.วิชัย ชัดดีวิทยากุล สาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา, พญ.ดร.อัญชลี จุฑา รองผู้อำนวยการสถาบันการแพทย์แผนไทย กระทรวงสาธารณสุข)

คำสำคัญ : ฟ้าทะลายโจร

ที่มา : <https://medthai.com/>

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-07-17

https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1772&code_db=610010&code_type=01