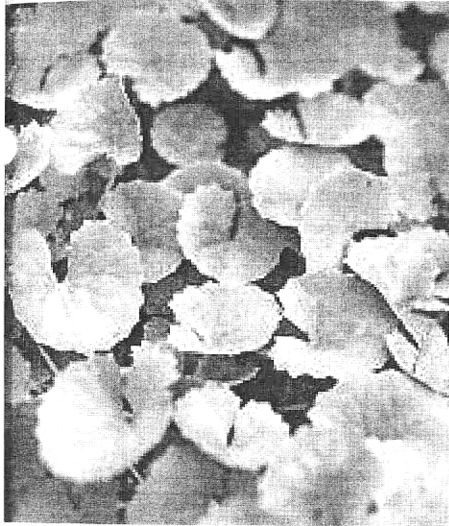




บัวบก TIGER HERBAL

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Centella asiatica*
(L.) Urban.
วงศ์ UMBELLIFERAE

ส่วนที่ใช้เป็นยา ใบสด มีรสหอมหวาน
ขมเล็กน้อย



ขนาดและวิธีใช้ ใช้ใบบดผสม ๑ กำมือ
หรือ ๓-๕ กรัม ล้างให้สะอาด ทำให้
ละเอียด เติมน้ำเล็กน้อย คั้นน้ำขจัด
ทาบบริเวณที่เป็นแผลให้ชุ่มตลอดเวลาใน
ระยะแรก หรือจะใช้พอกแผลก็ได้ ต่อจาก
นั้นทาวันละ ๓-๔ ครั้ง จนกว่าจะหาย.

สรรพคุณ รักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก
การที่ใบบัวบกสามารถรักษาแผลไฟไหม้
น้ำร้อนลวกได้เพราะในใบบัวบกมีกรด
MADECASSIC กรด ASIATIC และ
สาร ASIATICOSIDE ซึ่งเป็นสารกลัยโค
ไซด์ ออกฤทธิ์ช่วยสมานแผล เร่งการสร้าง
เนื้อเยื่อ ระวังการเจริญเติบโตของเชื้อ
แบคทีเรีย และยังลดการอักเสบได้ด้วย.

ข้อเสอนแนะ -ไม่ควรใช้สมุนไพรมันกับแผล
ที่มีขนาดใหญ่ และแผลที่หนังแท้ หรือเนื้อ
ถูกทำลายเพราะแผลที่ใหญ่และลึกอาจติด
เชื้อได้ง่าย -ต้องล้างสมุนไพรมันให้สะอาด
และแช่ต่างทับทิม เพราะถ้าไม่สะอาด แผล
อาจติดเชื้อได้ง่าย ●

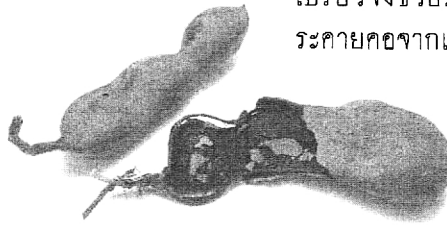
มะขาม TAMARIND

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Tamarindus indica* Linn.
CAESALPINIACEAE, LAGUMINOSAE

ส่วนที่ใช้เป็นยา เนื้อฝักแก่
(มะขามเปียก) มีรสเปรี้ยวจัด
ขนาดและวิธีใช้ สำหรับอาการท้องผูก
เนื้อมะขามเปียก ๗๐-๑๕๐ กรัม
ประมาณ ๑๐-๒๐ ฝัก จิ้ม เกลือรับ
ประทาน คั้นน้ำตามมาก ๆ หรือจะนำ
มาคั้นกับน้ำเติมเกลือเล็กน้อยดื่ม
สำหรับอาการไอ ระคายคอกจากเสมหะ
ใช้เนื้อมะขามเปียก ๗๐-๑๐๐ กรัม
คั้นด้วยน้ำเติมเกลือเล็กน้อย ใช้จิบบ่อย ๆ



สรรพคุณ แก้อาการท้องผูก การที่มะขามเปียก ช่วยถ่ายได้ เพราะในเนื้อ
มะขามมีกรดอินทรีย์ หลายชนิด เช่น กรดทาร์ทาริก ซิตริก เป็นต้น มีรส
เปรี้ยวจึงช่วยระบายได้ ช่วยบรรเทาอาการไอ
ระคายคอกจากเสมหะ การที่เนื้อมะขามเปียกคั้น
ด้วยน้ำ ช่วยลดอาการไอ เพราะ
เนื้อมะขามเปียกมีกรดอินทรีย์
หลายชนิด มีรสเปรี้ยว จะช่วย
กัดเสมหะให้หลุดออก จึงทำให้
ระงับอาการไอได้ ●

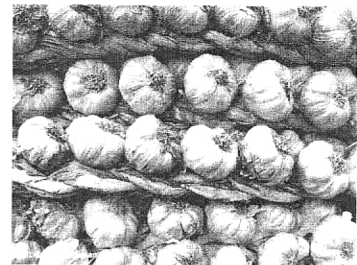


กระเทียม GARLIC

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Allium sativum* Linn.

วงศ์ ALLIACEAE

ส่วนที่ใช้เป็นยา หัวใต้ดินมีรสเผ็ดร้อน.
ขนาดและวิธีใช้ สำหรับอาการท้องอืด
ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด ใช้กระเทียม
๕-๑๐ กลีบ รับประทานสด หลังหรือ
พร้อมอาหาร สำหรับรักษากลาก
เกลื้อน ผ่านกระเทียมบดบดๆ บริเวณ
ที่เป็นหรือตำแล้วขยี้ทาบบริเวณที่เป็น
ก่อนจะทายาใช้ไม้บางๆ เล็กๆ ที่ได้ฆ่าเชื้อโรคแล้ว (โดยการแช่ในแอลกอฮอล์
ร้อยละ ๗๐ หรือต้มในน้ำเดือด ๑๐-๑๕ นาที) ขูดบริเวณที่เป็น ให้
ผิวหนึ่งแดงๆ.



สรรพคุณ ลดอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด การที่
กระเทียมสด ช่วยลดอาการท้องอืดท้องเฟ้อได้ เพราะมีน้ำมัน
หอมระเหย ช่วยขับลม รักษาโรคผิวหนัง กลาก เกลื้อน
การที่กระเทียมรักษากลาก เกลื้อนได้ เพราะใน
กระเทียมมีสารที่ออกฤทธิ์ในการฆ่าเชื้อรา ที่
ชื่อว่า "อัลลิซิน" (ALLICIN).

ข้อเสอนแนะ ห้ามรับประทานกระเทียม
ขณะท้องว่าง ●

