



**ฟ้าทะลายโจร** เป็นพืชล้มลุก สูงประมาณ ๓๐-๖๐ ซม. ลำต้นตั้งตรงกิ่งก้านเป็นสัน สีเหลี่ยม ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปใบหอก กว้าง ๑-๒.๕ ซม. ยาว ๔-๑๐ ซม. โคนใบและปลายใบแหลม ขอบใบ เรียบหรือเป็นคลื่นเล็กน้อย เนื้อใบสีเขียวเข้ม เป็นมัน ก้านใบยาว ๒-๘ มม. ดอกออกเป็นช่อใหญ่ที่ปลายกิ่งและ ชอกใบ ช่อโปร่งยาว ๕-๓๐ ซม. ดอกย่อยขนาดเล็ก ดอกสีขาวแกมม่วง มีขน กลีบเลี้ยงโคนติดกัน ผลเป็นฝัก รูปทรงกระบอก สีเขียวอมน้ำตาล ปลายแหลม เมื่อผลแก่จะแตกติดเมล็ดออกมา มีเมล็ด ๘-๑๔ เมล็ด ขนาด เล็ก สีน้ำตาลแดง ใช้เมล็ดขยายพันธุ์เนื่องจากเมล็ดฟ้าทะลายโจรมีเปลือกหุ้มหนาและแข็ง ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อ การงอก นอกจากนี้เมล็ดยังมีการพักตัว จึงควรแก้การพักตัวของเมล็ดก่อนนำไปเพาะหรือก่อนการปลูก

**สมุนไพรฟ้าทะลายโจร** มีสารสำคัญที่ออกฤทธิ์ทางยาสมุนไพรอยู่ ๓ สารด้วยกัน โดยเป็นสารในกลุ่ม Lactone ซึ่งก็คือ สารแอนโดรกราโฟไลด์ (Andrographolide), สารนีโอแอนโดรกราโฟไลด์ (NeoAndrographolide), และสาร ๑๔-ดีออกซีแอนโดรกราโฟไลด์ (๑๔-deoxy-andrographolide) เป็น ต้น โดยส่วนที่นำมาใช้เป็นยาสมุนไพรได้แก่ ใบสด ใบแห้ง และทั้งต้น โดยใบจะเก็บมาใช้ได้เมื่อต้นมี อายุได้ราว ๓-๕ เดือนซึ่งมีสูตรโครงสร้างทางเคมี

## สรรพคุณของฟ้าทะลายโจร

สรรพคุณฟ้าทะลายโจรช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระในร่างกาย ช่วยกระตุ้นการสร้างภูมิคุ้มกันในร่างกาย ต่อต้านสิ่งแปลกปลอมที่เข้ามาในร่างกาย รวมไปถึงช่วยกระตุ้นการสร้างเม็ดเลือดขาวให้จับกินเชื้อโรคได้ดี ยิ่งขึ้นอีกด้วย

- สรรพคุณฟ้าทะลายโจรมีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง
- สรรพคุณฟ้าทะลายโจร ใบใช้เป็นยาชงช่วยทำให้เจริญอาหาร (ใบ)
- ช่วยรักษาโรคเบาหวาน ด้วยการใช้ต้นฟ้าทะลายโจร กระชาย และ ว่านเอ็นเหลือง นำมาทำเป็นยา เม็ดลูกรับประทาน (ต้น)
- ช่วยป้องกันและแก้อาการหวัด คัดจมูก ด้วยการใช้ใบและกิ่งประมาณ ๑ กำมือ (สดใช้ ๒๕ กรัม แต่ ถ้าแห้งใช้ ๓ กรัม) นำมาต้มกับน้ำดื่ม รับประทานก่อนอาหารวันละ ๒ ครั้ง เช้าและเย็น หรือ ในขณะที่มีอาการ (กิ่ง, ใบ)
- ช่วยแก้อาการปวดหัวตัวร้อน อาการปวดหัวแบบไม่มีสาเหตุด้วยการใช้ ใบและกิ่งประมาณ ๑ กำมือ (สดใช้ ๒๕ กรัม แต่ถ้าแห้งใช้ ๓ กรัม) นำมาต้มกับน้ำดื่มก่อนอาหารวันละ ๒ ครั้ง เช้าและเย็น หรือในขณะที่มีอาการ (กิ่ง, ใบ)
- ฟ้าทะลายโจร สรรพคุณช่วยแก้ไข้ทั่ว ๆ ไป อาการปวดหัวตัวร้อน เช่น ใช้หวัด ใช้หวัดใหญ่ เป็นต้น (ใบ, กิ่ง)
- ช่วยรักษาไข้ไทฟอยด์ด้วยการรับประทานฟ้าทะลายโจรก่อนอาหาร ครั้งละ ๒ เม็ด วันละ ๓ ครั้ง เป็นเวลา ๓ สัปดาห์หลังจากนั้นให้กินยาบำรุงเพื่อฟื้นฟูกำลังของผู้ป่วยร่วมด้วย
- ช่วยแก้อาการไอ ลดน้ำมูก และช่วยฆ่าเชื้อที่จมูก ด้วยการใช้ใบนำมาทำเป็นยาผงแล้วนำมาใช้สูดดม (ใบ)
- ช่วยลดและขับเสมหะ ด้วยการใช้ใบนำมาทำเป็นยาผงแล้วนำมาใช้สูดดม (ใบ)

- ช่วยระงับอาการอักเสบ แก้อาการเจ็บคอ คออักเสบ ต่อมนทอนซิลอักเสบ หลอดลมอักเสบ ด้วย การใช้ใบนำมาทำเป็นยาผงแล้วนำมาใช้สูดดม (ใบ)
- ช่วยแก้อาการติดเชื้อ ระงับการเจริญเติบโตของเชื้อโรคที่เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการปวดท้อง ท้องเสีย ท้องร่วง ท้องเดิน เป็นบิด ด้วยการใช้ทั้งต้น (ส่วนทั้ง ๕ ของฟ้าทะลายโจร) นำมาผึ่งลมให้แห้งแล้วหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ประมาณ ๑ กำมือ (น้ำหนักประมาณ ๓-๔ กรัม) แล้วนำมาต้มกับน้ำดื่ม ตลอดวัน (ทั้งต้น)
- ช่วยแก้อาการร้อนใน ด้วยการใช้ใบฟ้าทะลายโจรตากแห้ง ๑๕ กรัม และเตยหอมสดหั่นแล้ว ๑๕ กรัม นำมาต้มกับน้ำพอท่วมยาจนเดือด ใช้ดื่มก่อนอาหารเช้า กลางวัน เย็น จะช่วยทำให้อาการร้อนในดีขึ้น แต่ถ้าอยากให้หายขาด แนะนำว่าไม่ต้องดื่มน้ำหลังอาหารมากเกินไป รับประทาน อาหารให้ตรงเวลา และออกกำลังกายทุกวัน อาการร้อนในก็จะหายไปในที่สุด (ใบ)
- ฟ้าทะลายโจรมีรสขมมาก โดยความขมจะเหนียวน่าช่วยทำให้ขับน้ำลายออกมามากขึ้น จึงทำให้ ชุ่มคอ
- ฟ้าทะลายโจรมีฤทธิ์ช่วยฆ่าเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของการเกิดโรคระบบทางเดินหายใจ
- ฟ้าทะลายโจรมีฤทธิ์ในการช่วยลดการบีบตัวของกล้ามเนื้อเรียบ ช่วยคลายกล้ามเนื้อหลอดลม
- ฟ้าทะลายโจรมีส่วนช่วยลดการติดเชื้ออหิวาตกโรคในอุจจาระ แต่อาจจะไม่ดีเท่าการใช้ยาเตตราไซคลินในการรักษา แต่ก็สามารถใช้ทดแทนได้
- ช่วยรักษากระเพาะลำไส้อักเสบ (ใบ)
- ฟ้าทะลายโจรมีสรรพคุณช่วยในการย่อยอาหารและช่วยเร่งให้ตับสร้างน้ำดี

- ช่วยบรรเทาอาการของโรคกรดไหลย้อน ด้วยการรับประทานฟ้าทะลายโจรก่อนอาหารและก่อนนอน ครั้งละ ๒-๓ เม็ด วันละ ๓-๔ ครั้ง จะช่วยทำให้อาการเลือดออกหรืออาการปวดท้องหายไป ทำให้ ขับถ่ายได้สะดวกยิ่งขึ้น

- ช่วยรักษาโรคตับ ด้วยการรับประทานฟ้าทะลายโจรก่อนอาหารวันละ ๒-๓ เม็ด วันละ ๓ ครั้ง (และ ควรใช้ยาบำรุงชนิดอื่นด้วย)

- ช่วยรักษาโรคผิวหนัง ผื่นแพ้ผื่นคันด้วยการใช้ใบค่อนช้างแก่ประมาณ ๑ กำมือ แล้วเอาเกลือ ๓ เม็ด นำมาตำผสมรวมกันในครกจนละเอียด แล้วเอาสุราครึ่งถ้วยชา น้ำครึ่งช้อนชาใส่รวมลงไป คนให้ เข้ากันแล้วเทกินค่อนถ้วยชา ส่วนกากที่เหลือนำมาพอกแผลผื่นแล้วใช้ผ้าสะอาดพันไว้ตอนพอก เสร็จใหม่ๆ อาจจะมีรู้สึกปวดบ้างเล็กน้อย (ใบ)

- ช่วยรักษาแผลอักเสบที่เกิดจากโรคเบาหวาน ด้วยการรับประทานเป็นยาฟ้าทะลายโจรแบบเม็ด และการใช้ทาเพื่อรักษาอาการ

- ช่วยยับยั้งเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของการเกิดหนองได้ (ใบ)

- ช่วยรักษาโรคถุงส่ว ด้วยการรับประทานยาฟ้าทะลายโจรก่อนอาหาร ๒-๓ เม็ด วันละ ๓ ครั้ง เป็น ระยะเวลา ๓ สัปดาห์เนื่องจากงูส่วคือเชื้อไวรัสที่จะอยู่นาน ๓ สัปดาห์ถ้าใช้รักษาให้ครบตาม เวลา ก็จะทำให้ไม่กลับมาเป็นอีก

## ประโยชน์ดี ๆ ของ “ฟ้าทะลายโจร

(๑) ช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระในร่างกาย ช่วยกระตุ้นการสร้างภูมิคุ้มกันในร่างกาย ต่อต้านสิ่งแปลกปลอมที่เข้ามาในร่างกาย รวมไปถึงช่วยกระตุ้นการสร้างเม็ดเลือดขาวให้จับกินเชื้อโรคได้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

(๒) มีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง

(๓) เป็นยาขมที่ช่วยทำให้เจริญอาหาร

(๔) ช่วยแก้ไข้ทั่ว ๆ ไป อาการหวัด คัดจมูก รวมถึงอาการปวดหัวตัวร้อน เช่น ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ เป็นต้น

(๕) ช่วยแก้อาการปวดหัวตัวร้อน อาการปวดหัวแบบไม่มีสาเหตุ

(๖) ช่วยแก้อาการไอ ลดน้ำมูก และช่วยฆ่าเชื้อที่จมูก

(๗) ช่วยลดและขับเสมหะ

(๘) ช่วยระงับอาการอักเสบ แก้อาการเจ็บคอ คออักเสบ ต่อมทอนซิลอักเสบ หลอดลมอักเสบ

(๙) ช่วยแก้อาการติดเชื้อ ระงับการเจริญเติบโตของเชื้อโรคที่เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการปวดท้อง ท้องเสีย ท้องร่วง ท้องเดิน เป็นบิด

(๑๐) ช่วยแก้อาการร้อนใน

(๑๑) มีฤทธิ์ช่วยฆ่าเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของการเกิดโรคระบบทางเดินหายใจ

(๑๒) ช่วยยับยั้งเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของการเกิดหนอง

(๑๓) มีสรรพคุณช่วยในการย่อยอาหารและช่วยเร่งให้ตับสร้างน้ำดี

(๑๔) ช่วยควบคุมและป้องกันมิให้เชื้อไวรัสชนิดต่าง ๆ เข้าสู่ร่างกาย

(๑๕) ส่งเสริมการไหลเวียนของโลหิตให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

(๑๖) ช่วยบรรเทาอาการของโรคกรดไหลย้อน

(๑๗) บรรเทาอาการกระเพาะอาหารอักเสบจากเชื้อไวรัส ฯลฯ