



กระชาย

กระชาย (กระชายขาว, กระชายเหลือง) ชื่อสามัญ Fingerroot, Chinese ginger, Chinese keys, Galingale

กระชาย ชื่อวิทยาศาสตร์ Boesenbergia rotunda (L.) Mansf. จัดอยู่ในวงศ์ขิง ([ZINGIBERACEAE](#))

สมุนไพรกระชาย มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า ว่านพระอาทิตย์ (กรุงเทพมหานคร), กระชายดำ กะแอน ขิงทราย (มหาสารคาม), จี๊ปู ซี๊ปู เปา ซอแร่าะ เป้าสี่ เป้าะสี่ ระแอน เป้าะซอแร่าะ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน), ละแอน (ภาคเหนือ), ขิงจีน เป็นต้น

ไม้ล้มลุก มีลำต้นใต้ดินเรียกว่าเหง้า มีรากติดเป็นกระจุก เป็นที่สะสมอาหาร อวบน้ำ รูปทรงกระบอกปลายเรียวแหลม ผิวสีน้ำตาลอ่อน เนื้อสีเหลือง มีกลิ่นหอมเฉพาะ

ใบเดี่ยว ออกเรียงสลับ รูปรียาว กว้าง 4.5 – 10 ซม. ยาว 15 – 30 ซม. ปลายใบแหลม โคนใบสอบ ขอบใบเรียบ แผ่นใบเรียบ ก้านใบยาว 7 – 25 ซม. กาบใบสีชมพู

ดอก ออกเป็นช่อ ออกแทรกกระหว่างกาบใบ ช่อดอกยาวประมาณ 5 ซม. มีใบประดับสีม่วงแดงเรียงทแยงกัน กลีบเลี้ยงเชื่อมติดกันเป็นหลอด ปลายแยกเป็น 3 แฉก กลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นหลอด ปลายแยกเป็น 3 แฉก ดอกที่ปลายช่อจะบานสวย กลีบดอกสีขาว หรือขาวอมชมพู ดอกบานทีละดอก มีลักษณะเป็นถุงแยกเป็น 2 กลีบ เกสรตัวผู้หุ้มด้านข้าง 2 อัน รูปรี สีขาวอมชมพู เกสรเพศผู้หุ้มที่มีลักษณะคล้ายกลีบปากขนาดใหญ่ สีชมพู ผล รูปรี เมื่อแก่แตกออกเป็น 3 ซีก

สรรพคุณกระชาย

เหง้า แก้บิดมูกเลือด แก้ท้องเดิน แก้ปวดมวนท้อง

ตำรายาไทย: เหง้า ลดอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด แก้ปวดมวนท้อง ขับลม ช่วยให้กระเพาะ และลำไส้เคลื่อนไหวดีขึ้น แก้โรคอันเกิดในปาก แก้มุตกิด แก้มันอันบังเกิดแต่กองหทัย วาต แก้ปากเปื่อย ปากแห้ง ปากแตกเป็นแผล แก้ปวดมวนในท้อง แก้บิดมูกเลือด แก้ปวดเบ่ง รักษาลำไส้ใหญ่อักเสบ บำรุงกำลัง ช่วยเจริญอาหาร ขับระดูขาว แก้ใจสั้น ราก(นมกระชาย) แก้กามตายด้าน ทำให้กระชุ่มกระชวย บำรุงความกำหนัด มีสรรพคุณคล้ายโสม หมอโบราณเรียกว่า “โสมไทย” หัวและราก ขับปัสสาวะ แก้กะษัย เบาเหลือง แดง เจ็บปวดบั้นเอว บำรุงกำหนัด บำรุงหัวใจ บำรุงกำลัง แก้ใจสั้นหิว ขับปัสสาวะ หัวใช้เผาไฟฝนรับประทานกับน้ำปูนใส เป็นยาแก้บิด แก้โรคบังเกิดในปาก แก้มุตกิด

บัญชียาจากสมุนไพร: ที่มีการใช้ตามองค์ความรู้ดั้งเดิม ตามประกาศคณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ ในบัญชียาหลักแห่งชาติ ระบุตำรับ "**ยาเลือดงาม**" มีส่วนประกอบของเหง้ากระชายร่วมกับสมุนไพรชนิดอื่นๆ ในตำรับ มีสรรพคุณบรรเทาอาการปวดประจำเดือน ช่วยให้ประจำเดือนมาเป็นปกติ แก้มุตกิด

ตำรายาแผนโบราณของไทย: มีการใช้กระชายใน “**พิกัตตรีกาลพิช**” คือการจำกัดจำนวนตัวยาแก้พิษตามกาลเวลา 3 อย่าง มีรากกะเพราแดง เหง้าข่า และหัวกระชาย สรรพคุณ บำรุงธาตุ บำรุงความกำหนัด แก้ไข้สันนิบาต แก้เลือด เสมหะ แก้กามตายด้าน

ตำรายาพื้นบ้านนครราชสีมา: ใช้เหง้า แก้โรคบิด โดยนำเหง้าย่างไฟให้สุกแล้วโขลกให้ละเอียดผสมกับน้ำปูนใส รับประทานทั้งน้ำและเนื้อ ครั้งละครึ่งแก้ว เช้า เย็น และใช้เหง้าแก้กลากเกลื้อน โดยนำเหง้ามาโขลกให้ละเอียดผสมกับเหล้าโรงทาบริเวณที่เป็นแผล

ตำรายาพื้นบ้านล้านนา: ใช้เหง้า รักษาโรคทางเดินปัสสาวะ อักเสบ กลากเกลื้อน ท้องอืดเฟ้อ

วิธีใช้ยา:

1. แก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด และปวดท้อง ใช้เหง้า หรือรากประมาณครึ่งกำมือ(น้ำหนักสด 5-10 กรัมแห้ง 3-5 กรัม) ทูบพอแตกต้มกับน้ำพอเดือด ต้มแต่น้ำ หรือปรุงอาหารรับประทาน

2. แก้บิด (ปวดเบ่งและมีมูกหรืออาจมีเลือดด้วย) ใช้เหง้าหรือหัวสดครึ่งละ 2 หัว (ประมาณ 15 กรัม) ย่างไฟพอสุกตำกับน้ำปูนใส คั้นเอาน้ำดื่ม