



ชื่อพฤกษศาสตร์ : *Thunbergia laurifolia* Lindl. วงศ์ : Acanthaceae

ชื่อสามัญ : รางจืด

ชื่ออื่น : กำล้างขี้เฒ่า, ขอบชะนาง, รางเย็น (หรือเขาเขียวเทา), เครือเขาเขียว, ยาเขียว (ภาคกลาง), รางเย็น คาย (ยะลา), หูเหว้า (ปัตตานี), ทิดทูล (นครศรีธรรมราช), น้ำนอง (สระบุรี), แดกแอ, ข้าแอ (เพชรบูรณ์), จอต่อติเออ ซึ่งกะ บั้งกะ สะ - พอหม้อเคอ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน)

ลักษณะของพืช : รางจืดเป็นไม้เถาขนาดกลาง ไม้มีเนื้อไม้ เถาอ่อนสีเขียวเป็นมัน ลำต้นจะเลื้อยพันกับต้นไม้อื่น

ใบ : เป็นใบเดี่ยวแยกออกจากลำต้นเป็นคู่ตรงบริเวณข้อ มีสีเขียวเข้ม รูปหัวใจ หรือรูปไข่ ขอบขนานกว้าง ๔-๗ เซนติเมตร ยาว ๔-๑๕ เซนติเมตร ปลายเรียวแหลม โคนเว้าหรือหยักรูปหัวใจ ขอบเรียบหรือหยักตื้น ใบมี ๕ เส้น ออกจากฐานใบสีเขียวแกม

ดอก : ดอกย่อย ๒๐๔ ๓-๔ ดอก มีม่วงอมฟ้าหรือม่วงเข้ม ออกเป็นช่อตามซอกใบใกล้ปลายยอด กิ่งจะมีใบประดับสีเขียวประกบกับของดอกมีลักษณะเป็นถ้วยรูปจานแยกเป็น ๕ แฉก มีเกสรตัวผู้ ๔ อัน

ผล : รูปทรงกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางยาว ๑ เซนติเมตร ส่วนปลายสอบแหลมเป็นจอย ยาว ๒-๓ เซนติเมตร เนื้อแก่แตกเป็น ๒ ซีกจากจอยส่วนบน

สรรพคุณตามตำรายาไทย

สรรพคุณตามตำรายาไทย : จัดเป็นยารสเย็นใช้ปรุงเป็นยาเขียวลดไข้ ถอนพิษผดผื่นคัน และพิษอื่นๆ ใช้แก้ร้อนใน กระหายน้ำ รักษาโรค ท้องทืดเรื้อรัง และแก้ผื่นคันจากอาการแพ้ต่างๆ ใช้แก้พิษเหือดเมา เนื่องจากเห็ดพิษ สารหนู หรือยารักษาแมลง

การศึกษาทางพฤกษเคมี

สารสำคัญที่พบในรางจืดเมื่อทำการสกัด คือ กลุ่ม *flavonoid phenolic, apigenin, cosmosin, delphinidin-3,5-di-O-β-D-glucoside, chlorogenic acid, caffeic acid* การสกัดด้วยการต้ม พบว่าให้ปริมาณ สารสำคัญ และทำให้ได้สารที่มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระสูงสุด

คุณสมบัติทางเภสัชวิทยาอื่น ที่น่าสนใจของรางจืด คือ

๑. ด้านแบคทีเรีย
๒. ด้านเชื้อไวรัสเริ่ม
๓. ด้านการอักเสบ
๔. รักษาระดับน้ำตาลในเลือด

ข้อควรระวัง

ในกรณีของผู้ที่มีความดันโลหิตต่ำ โรคท้องทืด และหญิงตั้งครรภ์

การใช้ประโยชน์จากสมุนไพรรางจืด

สามารถนำทั้งใบและรากของรางจืดมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน เช่น ส่วนใบ นำใบรางจืดมาต้ม ต้มขณะอุ่น หรือนำใบมาคั้นดื่ม รวมทั้งสามารถแปรรูปในรูปของยาชง หรือชาของรางจืด และส่วนราก ใช้รากที่มีอายุเกิน ๑ ปีและมีขนาดเท่านิ้วชี้ (ซึ่งรากมีตัวยามากกว่าใบ ๔-๗ เท่า) นำมาฝนกับน้ำ แล้วดื่มเพื่อเป็นการล้างพิษในร่างกายรวมทั้ง บรรเทาพิษเฉพะหน้า ก่อนนำส่งโรงพยาบาล

น้ำคั้นสดจากใบสมุนไพรรางจืด

๑. น้ำคั้นสดจากใบสมุนไพรรางจืด

๑. นำใบรางจืดที่ไม่อ่อนหรือแก่เกินไปจำนวน ๕-๗ ใบล้างให้สะอาด
๒. โขลกให้ละเอียดผสมกับน้ำดื่ม หรือน้ำชาขาว
๓. คั้นเอาแต่น้ำ รับประทานครั้งละ ๑ แก้ว วันละ ๑ ครั้ง



ยาฝนจากรากสมุนไพรรางจืด

๒. ยาฝนจากรากสมุนไพรรางจืด

๑. นำรากรางจืดที่มีอายุ ๑ ปีขึ้นไป ขนาดเท่านิ้วชี้ มาล้างให้สะอาด
๒. โขลกหรือฝน ผสมกับน้ำสะอาด หรือน้ำขาวข้าว
๓. รับประทานครั้งละ ๑ แก้ว วันละ ๑ ครั้ง



น้ำต้มสมุนไพรรางจืด

๓. น้ำต้มสมุนไพรรางจืด

๑. นำใบรางจืดแบบสด จำนวน ๕-๗ ใบ ล้างให้สะอาด
๒. นำลงไปต้มกับน้ำดื่มกาต้มน้ำร้อน
๓. ต้มครั้งละ ๑ แก้ว วันละ ๔-๕ ครั้ง



ชาชงสมุนไพรรางจืด

๔. ชาชงสมุนไพรรางจืด

๑. นำใบรางจืดมาล้างให้สะอาด
๒. หั่นใบรางจืดให้เป็นฝอย
๓. นำไปผึ่งลมให้แห้ง
๔. ใช้ขนาด ๖ กรัม นำมาชงในน้ำร้อนดื่ม

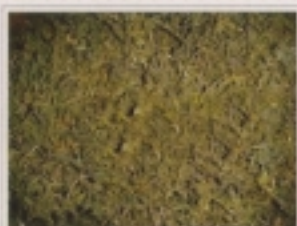
วิธีรับประทาน

๑. เกษตรกรกลุ่มเสี่ยง

- รับประทานครั้งละ ๖ กรัม ชงกับน้ำร้อน ๑ แก้ว (๓๕ มิลลิลิตร)
วันละ ๑ ครั้ง ติดต่อกันอย่างน้อย ๗ วัน

๒. เพื่อส่งเสริมสุขภาพ

- รับประทานครั้งละ ๒ กรัม ชงกับน้ำร้อน ๑ แก้ว (๓๕ มิลลิลิตร)
วันละ ๑ ครั้ง



ชาชงสมุนไพรรางจืด
สถาบันวิจัยการแพทย์แผนไทย



ยาขงสมุนไพรรางจืด

๕. ยาขงสมุนไพรรางจืด

๑. นำใบสมุนไพรรางจืด มาล้างให้สะอาด
๒. นำไปอบที่อุณหภูมิ ๕๐ องศาเซลเซียส จนแห้ง
๓. นำไปบด แล้วบรรจุในซองขนาด ๕ x ๕ เซนติเมตร จำนวน ๒ กรัม

วิธีรับประทาน

๑. เกษตรกรกลุ่มเสี่ยง
 - รับประทานครั้งละ ๖ กรัม ชงกับน้ำร้อน ๑ แก้ว (๗๕ มิลลิลิตร)
 - วันละ ๑ ครั้ง ติดต่อกันอย่างน้อย ๗ วัน
๒. เพื่อส่งเสริมสุขภาพ
 - รับประทานครั้งละ ๒ กรัม ชงกับน้ำร้อน ๑ แก้ว (๗๕ มิลลิลิตร)
 - วันละ ๑ ครั้ง

