



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

ชุดความรู้

การใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อม

ทางการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้านไทย
และการใช้ในวิถีชุมชน ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน

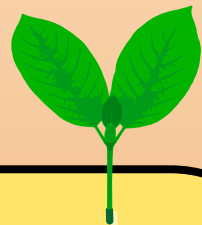


สถาบันการแพทย์แผนไทย
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

ชุดความรู้



การใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อม

ทางการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้านไทย
และการใช้ในวิถีชุมชน ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน

สถาบันการแพทย์แผนไทย
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก



ชุดความรู้การใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อมทางการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้านไทย และการใช้ในวิถีชุมชน ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน

ที่ปรึกษา

นายแพทย์ธงชัย	เลิศวิไลรัตนพงศ์	อธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
นายแพทย์ขวัญชัย	วิศิษฐานนท์	รองอธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
นายแพทย์เทวัญ	ธานีรัตน์	รองอธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

บรรณาธิการ

นายสมศักดิ์	กรีชัย	ผู้อำนวยการสถาบันการแพทย์แผนไทย
พท.ป.มาลา	สร้อยสำโรง	รองผู้อำนวยการสถาบันการแพทย์แผนไทย

กองบรรณาธิการ

พท.ป. วรรณวิชา	นิลละ ออ	น.ส.เจียรวิภา	กลิ่นบุบผา
พท.ป. วิชชุศักดิ์	จันครุฑ	พท.ป. กัลยาณี	กฤษณกาฬ
ภญ. ณัชชา	สาส์วรรณ์	พท.ป. เบญญาภา	รอดจิตต์

ข้อมูลทางบรรณานุกรม

สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข ชุดความรู้การใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อมทางการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้านไทยและการใช้ในวิถีชุมชน ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน; 2566. 30 หน้า

จัดทำโดย กลุ่มงานวิชาการสมุนไพรไทย
สถาบันการแพทย์แผนไทย
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

โทรศัพท์ 02-591-7007 ต่อ 3513

Website [https:// ockt.moph.go.th/](https://ockt.moph.go.th/)

คำนำ

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ได้จัดทำชุดความรู้การใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อมทางการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้านไทย และการใช้ในวิถีชุมชน ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน โดยการถอดองค์ความรู้จากหมอพื้นบ้าน ผู้เชี่ยวชาญ และผู้มีประสบการณ์การใช้พืชกระท่อมในรูปแบบต่างๆ เพื่อใช้ในการรักษาโรคเบาหวาน มุ่งหวังให้ประชาชน และผู้สนใจได้ทราบถึงภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน รวมถึงข้อมูลทั่วไปของโรคเบาหวาน อาการเบื้องต้น และอาการแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน โรคเบาหวานทางการแพทย์แผนไทย และข้อห้ามข้อควรระวังการใช้พืชกระท่อม เพื่อเป็นการส่งเสริมให้เกิดการนำภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยมาใช้ให้เกิดประโยชน์สำหรับการดูแลสุขภาพได้อย่างเหมาะสมและปลอดภัย

สถาบันการแพทย์แผนไทย
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

กิตติกรรมประกาศ

สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญ แพทย์แผนไทย หมอพื้นบ้าน ผู้มีประสบการณ์ในการใช้กระท่อมและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องของทุกภาคส่วน ซึ่งกรุณาถ่ายทอดองค์ความรู้ รวบรวม และสังเคราะห์ข้อมูล เพื่อจัดทำชุดความรู้การใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อมทางการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้านไทย และการใช้ในวิถีชุมชน ในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน คณะผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่าชุดความรู้เล่มนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านในการเข้าถึงองค์ความรู้ ภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้านไทย และวิถีชุมชน เพื่อเป็นข้อมูลในการดูแลสุขภาพได้อย่างเหมาะสม



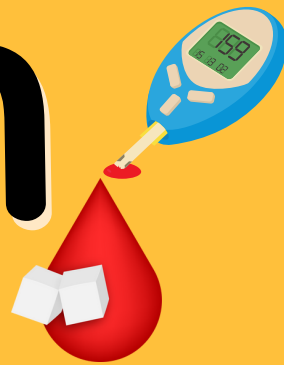
สารบัญ

	หน้า
● รู้จักโรคเบาหวาน	1
● โรคเบาหวานทางการแพทย์แผนไทย	5
● ภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน	10
● ข้อมูลเพิ่มเติมการใช้พืชกระท่อม	19
● ภาคผนวก	21





รู้จัก



โรคเบาหวาน



รู้จัก "โรคเบาหวาน"

โรคเบาหวาน

ภาวะปกติของร่างกาย หมายถึง เมื่อรับประทานอาหารเช้าสู่ร่างกาย จะทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น หลังจากนั้นร่างกายจะหลั่งฮอร์โมนอินซูลินเพื่อนำน้ำตาลเข้าสู่เซลล์ โรคเบาหวาน หมายถึง โรคที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเกินกว่าปกติอย่างต่อเนื่องและเรื้อรัง เกิดจากความผิดปกติของตับอ่อน ทำให้เกิดการหลั่งฮอร์โมนอินซูลินได้น้อยกว่าปกติ หรือภาวะดื้อต่ออินซูลิน ทำให้อินซูลินออกฤทธิ์ได้ไม่เต็มที่

- 1 เบาหวานชนิดที่ 1** เกิดจากร่างกายขาดฮอร์โมนอินซูลิน ส่วนใหญ่พบในเด็ก จำเป็นต้องได้รับการรักษาด้วยยาอินซูลิน
- 2 เบาหวานชนิดที่ 2** เป็นโรคเบาหวานที่พบบ่อยที่สุด เกิดจากร่างกายมีภาวะดื้ออินซูลิน ส่วนใหญ่พบในผู้สูงอายุ มักมีประวัติคนในครอบครัวเป็นเบาหวาน
- 3 เบาหวานผสมชนิดที่ 1 และชนิดที่ 2**
- 4 เบาหวานขณะตั้งครรภ์** วินิจฉัยขณะตั้งครรภ์ และภาวะนี้มักหายไปหลังจากคลอด
- 5 เบาหวานที่มีสาเหตุจำเพาะ** เช่น ตับอ่อนอักเสบเรื้อรัง โรคที่มีความผิดปกติของต่อมไร้ท่อบางชนิด หรือการรับประทานยาที่มีสารสเตียรอยด์
- 6 เบาหวานที่ไม่สามารถแยกชนิดได้เมื่อได้รับการวินิจฉัย**

ชนิดของเบาหวาน "6 ชนิด"



การตรวจระดับน้ำตาลในเลือด

ปกติ

HbA1c

น้อยกว่า 5.7%

FBS/FPG

น้อยกว่า 100 มก./ดล.

เสี่ยงเป็นเบาหวาน

5.7% - 6.4%

100 - 125 มก./ดล.

เป็นเบาหวาน

ตั้งแต่ 6.5%

ตั้งแต่ 126 มก./ดล.



HbA1c คือ

การตรวจค่าน้ำตาลสะสมในเลือด (2-3 เดือนที่ผ่านมา)



FBS/FPG คือ

การตรวจค่าน้ำตาลในเลือดขณะอดอาหารและเครื่องดื่มอย่างน้อย 8 ชั่วโมง



รู้จัก "โรคเบาหวาน"



เบื่ออาหาร
หิวบ่อย

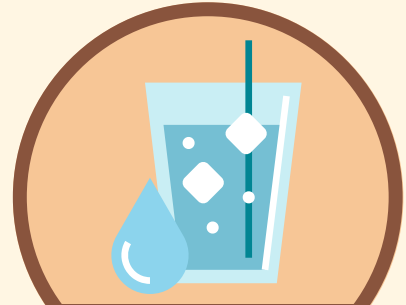


ปัสสาวะกลางคืนมากกว่า 2 ครั้ง



สายตารำมัว
มองไม่ชัด

อาการ เบื้องต้นของ โรคเบาหวาน



กระหายน้ำ



น้ำหนักลด
โดยไม่ทราบสาเหตุ



อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย



เป็นแผลง่าย
แผลหายยาก
คันตามผิวหนัง

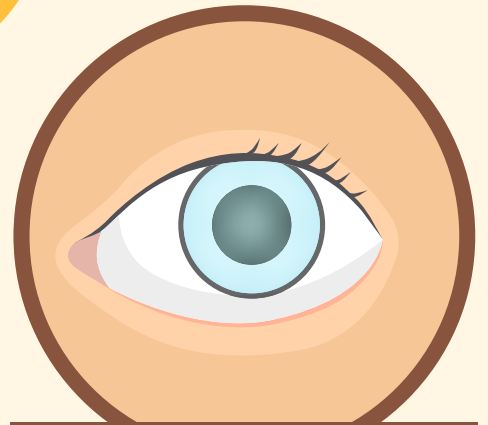


ชาปลายมือปลายเท้า

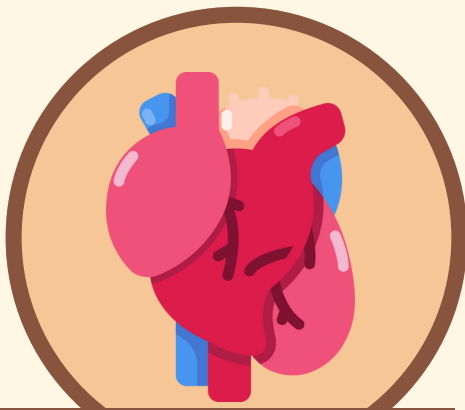
ภาวะแทรกซ้อน ของโรคเบาหวาน



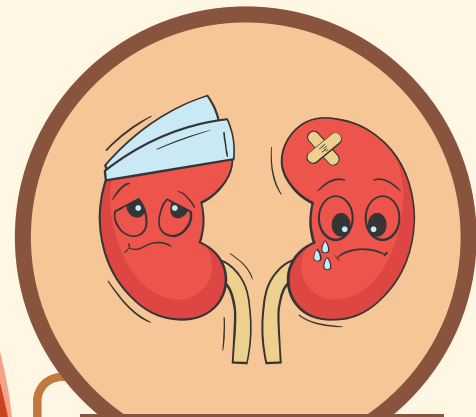
โรคหลอดเลือดสมอง



เบาหวาน
ชั้นจอประสาทตา



โรคหลอดเลือดหัวใจ



ไตวาย
จากเบาหวาน



เส้นประสาทเสื่อม
ชาปลายมือปลายเท้า



เป็นแผลง่าย หายยาก
อาจต้องตัดเท้า



โรคเบาหวาน
ทางการแพทย์แผนไทย

โรคเบาหวาน

ทางการแพทย์แผนไทย

นิยามโรคเบาหวานทางการแพทย์แผนไทย

เบาหวาน หมายถึง ภาวะที่ปัสสาวะมีรสหวาน (รสหวานอย่างน้ำผึ้ง) เป็นโรคที่รักษายาก (อสาธียะโรค)

ทางการแพทย์พื้นบ้านภาคใต้ เบาหวานหรือมูลระระ หมายถึง น้ำมูตรเสียเหตุเกิดจากตับอ่อนพิการหรือเสีย หรือควบคุมพลังไม่ได้ ทำให้พลังงานใช้ไม่หมด จึงเกิดน้ำตาลตกค้าง ทำให้เกิดเป็นโรคเบาหวาน

(คัมภีร์ลังกาสุกะ : นิยม แก้วแสงเรือง)



มูลเหตุการเกิดโรคทางการแพทย์แผนไทย

เบาหวานเกิดจากปิตตะสมุฏฐานอาหารแล้วส่งผลถึงเสมหะสมุฏฐานและวาตะสมุฏฐาน โดยพิจารณาสาเหตุของโรคจากสมุฏฐานของโรคและปัจจัยส่งเสริมในการเกิดโรค ดังนี้



เกิดจากชาติสัมพันธ์ตระกูล
(กรรมพันธุ์)



มีความผิดปกติแต่กำเนิด

- การสับสายโลหิตหากพ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย เป็นเบาหวาน ลูกจะมีโอกาสเป็นเบาหวานตามมา

- เกิดความพิการของไพธาดู หรือธาตุดิน ที่เป็นที่ตั้งของไพธาดูแต่กำเนิด อาจมีสาเหตุจากพันธุกรรม หรือการเกิดของทารกในครรภ์มารดา



มูลเหตุการเกิดโรคทางการแพทย์แพนไทย



การรับประทานอาหาร

- อาหารที่มีรสหวานและไขมัน
- รับประทานอาหารในปริมาณที่มากกว่ากำลังไฟย่อย (เกินอิ่ม)
- รับประทานอาหารที่เหนียวทำให้ไฟย่อยในร่างกายเพิ่มมากขึ้น (รับประทานอาหารที่ย่อยยากและต้องใช้กำลังไฟย่อยสูง เช่น เนื้อสัตว์ ของมัน ของทอด)
- พิจารณาความมากน้อยของไฟย่อยขึ้นอยู่กับปัจจัยบุคคล ชาติเจ้าเรือน ช่วงอายุ หรือปัจจัยแวดล้อมต่างๆ



อุปาทิกระโรค (ไม่ทราบสาเหตุ)

- เกิดขึ้นโดยไม่ทราบสาเหตุ อาจเกิดจากโรคในเด็ก หรือโรคซางที่รักษาไม่หายแล้ว พัฒนากลายเป็นกษัย ทำให้ร่างกายมีความเสื่อมและเกิดอาการของโรคเบาหวาน



พฤติกรรมสุขภาพ

- ตามมูลเหตุการณเกิดโรค 8 ประการ ที่มีผลเหนียวทำให้ไฟธาตุเกิดความผิดปกติ เป็นสาเหตุ และปัจจัยส่งเสริมที่ทำให้เกิดโรคได้ เช่น อยู่ในอิริยาบถ เดิมๆ นานๆ ไม่ค่อยเคลื่อนไหวร่างกาย การอดนอน หรือนอนดึก เป็นต้น

สมุฏฐานของโรค/ปัจจัยการก่อโรค



อุตสุมภูฐาน

- อุตหรือฤดูกาลไม่ได้มีผลในเชิงสาเหตุการเกิดโรคแต่เป็นปัจจัยเสริมนำมาวิเคราะห์ว่า ฤดูที่อากาศกำเริบสอดคล้องกับการทำงานของธาตุใด หรือช่วยพยากรณ์ว่า ผู้ป่วยเบาหวานมีธาตุใดในร่างกายที่ทำงานผิดปกติ เช่น ฤดูร้อนจะพยากรณ์ได้ว่าอาการที่เกิดเพราะความร้อนจะกำเริบ เช่น ร้อนใน ปากแห้ง คอแห้ง แล้วยังส่งผลให้ร่างกายผู้ป่วยต้องการของหวานมากขึ้น

สมุฏฐานของโรค/ปัจจัยการก่อโรค



อายุสมุฏฐาน

- ช่วงอายุอยู่ในช่วง**ปัจฉิมวัย**กำลังไฟธาตุจะหย่อนลง ทำให้ไม่สามารถย่อยอาหารได้สมบูรณ์ อีกทั้งยังเป็นช่วงที่ร่างกายมีความเสื่อมตามอายุขัยส่งผลกระทบต่อกรย่อย การดูดซึม การขับออกของร่างกาย



กาลสมุฏฐาน

- ช่วงเวลาไม่ได้มีผลในเชิงสาเหตุของการเกิดโรค **แต่เป็นปัจจัยเสริมที่นำมาวิเคราะห์ช่วงเวลา**
- ซึ่งช่วงเวลาที่น่าจะส่งผลให้ผู้ป่วยเบาหวานมีอาการกำเริบได้ง่ายคือ เวลา 10.00-14.00 น. และ 22.00-02.00 น. ช่วงเวลาดังกล่าวเป็นช่วงที่สมุฏฐานปิดตะกระทำโทษต่อร่างกาย จึงอาจส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวานมีอาการและความรุนแรงมากยิ่งขึ้นช่วงเวลาจะมีอิทธิพลในเชิงกลไกการทำงานของร่างกายและมวลอากาศ



ประเทศสมุฏฐาน

- ที่อยู่อาศัย สภาพแวดล้อม และภูมิประเทศ มองได้ถึงวัฒนธรรม การดำเนินชีวิต สภาพอากาศ และอาหารการกิน ที่ทำให้ผู้ที่อยู่อาศัยมีแนวโน้มในการเกิดโรค เช่น จังหวัดเพชรบุรีเป็นจังหวัดที่ขึ้นชื่อเรื่องน้ำตาล และขนมหวานต่างๆ ทำให้พฤติกรรมการรับประทานของคนแถบนั้นนิยมรับประทานรสหวานกันมาก เป็นต้น หากไม่ควบคุมปริมาณการรับประทานก็อาจเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมนำไปให้เกิดโรคเบาหวานได้



ธาตุสมุฏฐาน

- ตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทยร่างกายมนุษย์ ประกอบด้วยธาตุทั้งหมด 4 ธาตุ ซึ่งแต่ละบุคคลจะมีธาตุหลักเป็นธาตุประจำตัว เรียกว่า **ธาตุเจ้าเรือน** โดยธาตุเจ้าเรือนที่ติดตัวมาแต่กำเนิด เรียกว่าธาตุเจ้าเรือนกำเนิด (คัมภีร์ประถมจินดา) โดยธาตุเจ้าเรือนอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามอิทธิพลของ อายุ ฤดูกาล กาลเวลา ถิ่นที่อยู่อาศัยและมูลเหตุที่เกิดจากพฤติกรรมของบุคคลนั้นๆ ร่วมด้วยได้

กลไกการเกิดโรค

อุทริยง (อาหารหวาน , ไขมัน หรืออาหารที่เหนียวทำให้ไฟย่อยทำงานเพิ่มขึ้น)

เข้าสู่ร่างกาย

กรีสัง หวานชุ่ม

ไฟปริณามัคคีวิสมารธาตุ
(ไม่ปกติ)

ระยะเวลานาน

ไฟอ่อนกำลังลง

น้ำดีทำงานได้ไม่ดี

ปัจจัยส่งเสริม

- อาหาร
- อุตุสมุฏฐาน
- อายุสมุฏฐาน
- กาลสมุฏฐาน

เกิดตะกัณฑ์แทรกเข้าระบบโลหิต
ทำให้เลือดข้นหนืดตั้งน้ำเชื่อม

น้ำกำเริบ

ตกลูกบ่อบต่ำ

อาการ

- ปากแห้ง
- คอแห้ง
- ปัสสาวะบ่อย

ลมพัดทั่วร่างกายไม่สะดวก

สรุปกลไกการเกิดโรค

โดยสรุป กลไกการเกิดโรคเบาหวานทางการแพทย์แผนไทย เกิดจากอาหารและความร้อนหรือไฟธาตุในร่างกายเป็นเหตุและเหนียวทำให้ธาตุอื่นๆ นั้นผิดปกติตามมา ซึ่งความผิดปกติของธาตุนี้จะกำเริบ หย่อนหรือพิการก็ขึ้นอยู่กับปัจจัยส่งเสริมร่วมด้วย สุดท้ายหากผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมการดำเนินโรคนี้ได้ ธาตุไฟจะเสื่อมลง ทำให้ธาตุน้ำกำเริบขึ้น ยิ่งส่งผลให้ธาตุดลมและธาตุไฟอ่อนกำลังลงเรื่อยๆ กระทั่งถึงธาตุดินทำให้เสียสมดุลและธาตุแตกได้



ภูมิปัญญา การใช้พืชกระท่อม กับโรคเบาหวาน



ภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน

แบบแผนการใช้พืชกระท่อมในการรักษาโรคเบาหวาน ตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านภาคใต้



นายจิตร บุญเลื่อง

- อายุ 82 ปี
- ได้รับการสืบทอดความรู้มาจากบรรพบุรุษ และศึกษาเพิ่มเติมจากตำรา
- ที่อยู่ : 49 หมู่ที่ 1 ตำบลวังมะปรางเหนือ อำเภอวังวิเศษ จังหวัดตรัง

ตำรับยาที่มีกระท่อมรักษาโรคเบาหวาน

ที่มาของตำรับยา : ศึกษา/จดจำ/คัดลอก จากตำรายาโบราณ

ส่วนประกอบ



ใบกระท่อม 3 ใบ



หญ้าไต้ใบ 1 ต้น(ทั้งห้า)



กรตน้ำ 1 ต้น (ทั้งห้า)

รูปแบบยาและวิธีปรุงยา

รูปแบบยา : ยาต้ม

วิธีปรุงยา : ใส่น้ำท่วมยา ต้มเดือด 15-20 นาที

วิธีใช้ยา

รับประทานครั้งละ 1 ถ้วยชา ก่อนอาหาร วันละ 3 ครั้ง เช้า กลางวัน เย็น

หมายเหตุ : ใช้สมุนไพรสดในการปรุงยา

ภาพแสดงหญ้าไต้ใบและกรตน้ำ ภาพโดย : <https://medthai.com>

ภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน

แบบแผนการใช้พืชกระท่อมในการรักษาโรคเบาหวาน ตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านภาคใต้



นายนวย รอดรัตน์

- อายุ 71 ปี
- ที่อยู่ : 96 หมู่ที่ 2 ตำบลวังมะปราง อำเภอวังวิเศษ จังหวัดตรัง

ตำรับยาที่มีกระท่อมรักษาโรคเบาหวาน

ที่มาของตำรับยา : ตั้งตำรับยา โดยปรับแต่งจากตำรายาโบราณที่มีอยู่เดิม

ส่วนประกอบ

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. ใบกระท่อม 1 กำมือ | 5. หัวข้าวเย็นเหนือ 2 บาท (30 กรัม) |
| 2. หัวเต่าเกียด 2 บาท (30 กรัม) | 6. หัวข้าวเย็นใต้ 2 บาท (30 กรัม) |
| 3. หัวเต่าร้าง 2 บาท (30 กรัม) | 7. เทียนทั้ง 5 |
| 4. เครื่องหมายน้อย 2 บาท (30 กรัม) | 8. โกฐทั้ง 9 |

หมายเหตุ : ใช้สมุนไพรแห้งในการปรุงยา



รูปแบบยาและวิธีปรุงยา

รูปแบบยา : ยาต้ม

วิธีปรุงยา : ใส่ส่วนผสมยา ต้มไฟอ่อนประมาณ 30 นาที

วิธีใช้ยา

รับประทานครั้งละ 1 ถ้วยชา วันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น ก่อนอาหาร รับประทานติดต่อกัน 15 วัน

ภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน

แบบแผนการใช้พืชกระท่อมในการรักษาโรคเบาหวาน ตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านภาคใต้



นายมวก ดงตรี

- อายุ 87 ปี
- ได้รับรางวัลหมอไทยดีเด่นแห่งชาติ พ.ศ. 2563
- ที่อยู่ : 304 หมู่ที่ 2 ตำบลจะแนะ อำเภोजะแนะ จังหวัดนราธิวาส (ปัจจุบันย้ายมาอาศัยกับบุตรสาวที่จังหวัดสุราษฎร์ธานี)

ตำรับยาที่มีกระท่อมรักษาโรคเบาหวาน

ที่มาของตำรับยา : ตั้งตำรับยา โดยปรับแต่งจากความรู้ที่ได้รับการถ่ายทอดจากหมอพื้นบ้าน/ผู้รู้/ปราชญ์ ที่ไม่ใช่คนในครอบครัว

ส่วนประกอบ



รูปแบบยาและวิธีปรุงยา

บดผงบรรจุแคปซูล

วิธีใช้ยา

รับประทานครั้งละ 2 แคปซูล วันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น ก่อนอาหาร

ข้อห้าม

ห้ามรับประทานผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น ทุเรียน เงาะ จำปาตะขุน ลำไย เป็นต้น

หมายเหตุ : ใช้สมุนไพรแห้งในการปรุงยา

ภาพแสดงเถาวัลย์เปรียง ใบหม่อน ภาพโดย : <https://apps.phar.ubu.ac.th>
ภาพแสดงใบแมงลักคา ภาพโดย : <https://medthai.com>

ภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน

แบบแผนการใช้พืชกระท่อมในการรักษาโรคเบาหวาน ตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านภาคใต้



นายบพดล มากสุข

- อายุ 57 ปี
- ที่อยู่: 6 หมู่ที่ 3 ตำบลปากทรง อำเภอพะโต๊ะ จังหวัดชุมพร

ตำรับยาที่มีกระท่อมรักษาโรคเบาหวาน

ตำรับที่ 1

ที่มาของตำรับยา: ได้รับถ่ายทอดจากหมอพื้นบ้าน/ผู้รู้/ปราชญ์ ที่ไม่ใช่คนในครอบครัว

ส่วนประกอบ



หมายเหตุ: ใช้สมุนไพรแห้งในการปรุงยา

รูปแบบยาและวิธีปรุงยา

ตำเป็นผง แล้วปั้นเม็ดหรือปั้นลูกกลอน

วิธีใช้ยา

รับประทานครั้งละ 3 เม็ด วันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น ก่อนอาหาร

น้ำกระสายยา

น้ำส้มซ่า/น้ำมะกรูด/น้ำมะนาว/น้ำอ้อยแดง

ภาพแสดงใบชู ใบเหงือกปลาหมอ หัวแห้วหมู
ภาพโดย: <https://apps.phar.ubu.ac.th>

ภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน

แบบแผนการใช้พืชกระท่อมในการรักษาโรคเบาหวาน ตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านภาคใต้

ตำรับยาที่มีกระท่อมรักษาโรคเบาหวาน

ตำรับที่ 2

ที่มาของตำรับยา : ได้รับถ่ายทอดจากหมอพื้นบ้าน/ผู้รู้/ปราชญ์
ที่ไม่ใช่คนในครอบครัว



นายบพดล มากสุข

ส่วนประกอบ



ใบกระท่อม 5 ใบ



หญ้าคอกี้ว 1 กำมือ

หมายเหตุ : ใช้สมุนไพรสดในการปรุงยา

รูปแบบยาและวิธีปรุงยา

รูปแบบยา : ยาต้ม

วิธีปรุงยา : ใส่น้ำท่วมยา ต้มเดือด 15-20 นาที

วิธีใช้ยา

รับประทานครั้งละ 250 มิลลิลิตร วันละ 1 ครั้ง ก่อนอาหาร

รับประทานติดต่อกัน 7 วัน

ข้อควรระวัง

ผู้ป่วยภาวะระดับน้ำตาลในเลือดต่ำกว่าปกติ

ภาพแสดง หญ้าคอกี้ว ภาพโดย : <https://medthai.com>

ภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน

แบบแผนการใช้พืชกระท่อมในการรักษาโรคเบาหวาน ตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านภาคใต้

ตำรับยาที่มีกระท่อมรักษาโรคเบาหวาน

ตำรับที่ 3

ที่มาของตำรับยา: ได้รับถ่ายทอดจากหมอพื้นบ้าน/ผู้รู้/ปราชญ์
ที่ไม่ใช่คนในครอบครัว



นายนพดล มากสุข

ส่วนประกอบ



ใบกระท่อม 1 ส่วน



ใบเหงือกปลาหมอ 2 ส่วน



พริกไทยดำ 1/2 ส่วน

หมายเหตุ: ใช้สมุนไพรแห้งในการปรุงยา

รูปแบบยาและวิธีปรุงยา

ตำเป็นผง แล้วปั้นเม็ดหรือปั้นลูกกลอน

วิธีใช้ยา

รับประทานครั้งละ 3 เม็ด วันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น ก่อนอาหาร

น้ำกระสายยา

น้ำส้มซ่า/น้ำมะกรูด/น้ำมะนาว/น้ำอ้อยแดง

ภาพแสดงใบเหงือกปลาหมอและพริกไทยดำ
ภาพโดย : <https://apps.phar.ubu.ac.th>

ภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน

แบบแผนการใช้พืชกระท่อมในการรักษาโรคเบาหวาน ตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านภาคใต้

ตำรับยาที่มีกระท่อมรักษาโรคเบาหวาน



นายนพดล มากสุข

ตำรับที่ 4

ที่มาของตำรับยา: ได้รับถ่ายทอดจากหมอพื้นบ้าน/ผู้รู้/ปราชญ์
ที่ไม่ใช่คนในครอบครัว

ส่วนประกอบ



หมายเหตุ : ใช้สมุนไพรแห้งในการปรุงยา

รูปแบบยาและวิธีปรุงยา

ตำเป็นผง แล้วปั้นเม็ดหรือปั้นลูกกลอน

วิธีใช้ยา

รับประทานครั้งละ 3 เม็ด วันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น ก่อนอาหาร

น้ำกระสายยา

น้ำส้มซ่า/น้ำมะกรูด/น้ำมะนาว/น้ำอ้อยแดง

ภาพแสดงใบเหม็งอกปลาหมอ หญ้าหนวดแมว โตไม่รู้ล้ม
ภาพโดย : <https://apps.phar.ubu.ac.th>
ภาพแสดงฐานรองดอกสะตอ ภาพโดย <https://kasetgo.com>

ภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน

แบบแผนการใช้พืชกระท่อมในการรักษาโรคเบาหวาน ตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านภาคใต้



นายเสรีฐ ขาวอรุณ

- อายุ 86 ปี
- ได้รับการสืบทอดความรู้มาจากปู่
- ได้รับรางวัลหมอไทยดีเด่นแห่งชาติ พ.ศ. 2562
- ที่อยู่ : 7 หมู่ที่ 3 ตำบลนาขา อำเภอหลังสวน จังหวัดชุมพร

ตำรับยาที่มีกระท่อมรักษาโรคเบาหวาน

ตำรับที่ 1

ที่มาของตำรับยา : -

ส่วนประกอบ

- | | | |
|------------------------------|---------------------------|--------------------------------------|
| 1. ขมิ้นเครือ (เถาหรือลำต้น) | 15. รากมะเดื่อชุมพร | 28. ดีเกลือ 2 บาท |
| 2. เถาวัลย์เปรียง | 16. รากย่านาง | 29. ยาดำ 2 บาท |
| 3. ใบมะกา | 17. รากคนทา | 30. เกลือแกง 2 สลึง |
| 4. ขมิ้นอ้อย | 18. ลูกจันทน์ | 31. ใบกระท่อม 3 สลึง (ไม่เกิน 20 ใบ) |
| 5. เถาสะค้าน | 19. ดอกจันทน์ | |
| 6. รากเจตมูลเพลิง | 20. ลูกพิลังกาสา | |
| 7. หัวแห้วหมู | 21. เถาบอระเพ็ด | |
| 8. โกงฉั่วบัว | 22. ฝักราชพฤกษ์ | |
| 9. โกงฉั่ว | 23. ลั่นทมแดง | |
| 10. โกงฉั่ว | 24. หัวเอ็นแดง (ภาษาถิ่น) | |
| 11. โกงฉั่วฟ้าลัมพา | 25. ต้นสังวาลพระอินทร์ | |
| 12. โกงฉั่วเชียง | 26. ต้นกำจัด | |
| 13. รากชิงชี่ | 27. ต้นกำจาย | |
| 14. รากเท้ายายม่อม | | |

ลำดับที่ 1 - 27 นำหน้ายกยาเสมอภาค

หมายเหตุ : ใช้สมุนไพรแห้งในการปรุงยา



ภูมิปัญญาการใช้พืชกระท่อมกับโรคเบาหวาน

แบบแผนการใช้พืชกระท่อมในการรักษาโรคเบาหวาน ตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านภาคใต้

ตำรับยาที่มีกระท่อมรักษาโรคเบาหวาน

ตำรับที่ 1 (ต่อ)

รูปแบบยาและวิธีปรุงยา

ดองเหล้าหรือบดผง

วิธีใช้ยา

-



นายเสริฐ ชาวอรุณ

ตำรับที่ 2

ที่มาของตำรับยา: -

ส่วนประกอบ

1. รากขี้ดม่อน

2. ตานเสี้ยน

3. ตานหม่อน

4. ตานดำ

5. ตานช่อ (ภาษาถิ่น)

6. ไมยราบ

7. ผักกระฉืด (ภาษาถิ่น)

8. หญ้าคอกวัว

9. ใบยอเถื่อน

10. เปลือกต้นกระท่อม

ที่มาของตำรับยา: -

น้ำหนังกยาเสมอภาค

รูปแบบยาและวิธีปรุงยา

รูปแบบยา: ยาต้ม

วิธีปรุงยา: ใส่น้ำท่วมยา ต้มเดือด 15-20 นาที

วิธีใช้ยา

รับประทานครั้งละ 250 มิลลิลิตร

วันละ 1 ครั้ง ก่อนอาหาร

หมายเหตุ: ใช้สมุนไพรแห้งในการปรุงยา





ข้อมูลเพิ่มเติม การใช้พืชกระท่อม

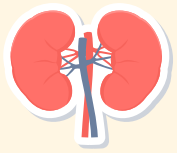


ข้อห้าม-ข้อควรระวังในการใช้พืชกระท่อม



ห้ามใช้ในเยาวชน
อายุต่ำกว่า 18 ปี

ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์
หรือวางแผนตั้งครรภ์
และหญิงให้นมบุตร



ควรระวังในผู้ที่มีการ
ทำงานของตับและไต
บกพร่อง



อาจเกิดอาการท้องผูก
ในกลุ่มผู้ใช้ที่เคี้ยว
ใบกระท่อมสด
วิธีการป้องกัน คือ
ดื่มน้ำตามมากๆ



การใช้ใบกระท่อมสด
โดยไม่ลอกก้านใบออก
จากตัวใบและกลืนกาก
กระท่อมอาจทำให้เกิด
อาการที่เรียกว่า
"ถุงท่อม" ในลำไส้ได้

อาจทำให้เกิดอาการ
เมากระท่อมในผู้ใช้
ครั้งแรกหรือใช้ใน
ปริมาณมาก



อาจเกิดการติดกระท่อมได้
ขึ้นอยู่กับระยะเวลา ปริมาณ
และความถี่ในการใช้
กระท่อมของแต่ละบุคคล



ธาตุพบนวก



ภาพการลงพื้นที่ที่ถอดองค์ความรู้



เอกสารอ้างอิง

1. โรงพยาบาลศิริราชปิยมหาราชการุณย์. เบาหวาน รู้ทัน ป้องกันได้ [อินเทอร์เน็ต].; สืบค้นเมื่อวันที่ 10 พฤษภาคม 2566. สืบค้นจาก <https://www.siphospital.com/th/news/article/share/diabetes-2>
2. โรงพยาบาลจุฬารัตน์. การรักษาผู้ป่วยโรคเบาหวาน [อินเทอร์เน็ต].; สืบค้นเมื่อวันที่ 10 พฤษภาคม 2566. สืบค้นจาก <https://www.chulabhornhospital.com/page.php?name=1454>
3. โรงพยาบาลจุฬารัตน์. โรคเบาหวาน Diabetes mellitus [อินเทอร์เน็ต].; สืบค้นเมื่อวันที่ 18 พฤษภาคม 2566. สืบค้นจาก <https://www.chulabhornhospital.com/page.php?name=1458>
4. โรงพยาบาลจุฬารัตน์. อาการแทรกซ้อนของเบาหวาน [อินเทอร์เน็ต].; สืบค้นเมื่อวันที่ 18 พฤษภาคม 2566. สืบค้นจาก <https://chulalongkornhospital.go.th/kcmh/line/>
5. สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทย. รู้จักโรคเบาหวาน [อินเทอร์เน็ต].; สืบค้นเมื่อวันที่ 18 พฤษภาคม 2566. สืบค้นจาก <https://www.dmthai.org/new/indexphp/sara-khwam-ru/understand-diabetes/understand-diabetes-2>
6. กลุ่มงานวิชาการเวชกรรมไทย สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. แนวทางการส่งเสริมและป้องกันโรคเบาหวาน (มธรรพเมหะ) ในระบบการแพทย์ปฐมภูมิ, นนทบุรี
7. สำนักงานจัดการกัญชาและกระท่อมทางการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. สรุปเนื้อหา การประชุมเชิงปฏิบัติการด้านวิชาการ "กระท่อม พืชยาทางการแพทย์แผนไทย". 2565
8. กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. แนวทางการใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อม พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: บริษัท บียอนด์ ฟับลิสซิ่ง จำกัด; 2565.
9. สำนักงานบริหารกองทุนภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. โครงการพัฒนาองค์ความรู้กัญชาและกระท่อมทางการแพทย์แผนไทยจากภูมิปัญญาของชาติสู่การใช้ประโยชน์ในระบบบริการสุขภาพอย่างยั่งยืน. ถอดองค์ความรู้ตำรับยาที่มีกระท่อมเป็นส่วนประกอบของหมอยาพื้นบ้านและการใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อมในวิถีชุมชน ณ จังหวัดระนอง จังหวัดชุมพร และจังหวัดสุราษฎร์ธานี; 2565.
10. สำนักงานจัดการกัญชาและกระท่อมทางการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. โครงการพัฒนาแนวทางการให้บริการกัญชา กัญชง กระท่อม ทางกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก เพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยโรคติดต่อเรื้อรัง ผู้ป่วยระยะกลางและผู้ป่วยระยะประคับประคอง. ติดตามการใช้ตำรับยาที่มีกระท่อมตามภูมิปัญญาในวิถีชุมชนในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ณ จังหวัดตรัง; 2566
11. สำนักงานจัดการกัญชาและกระท่อมทางการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. โครงการพัฒนาแนวทางการให้บริการกัญชา กัญชง กระท่อม ทางกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก เพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยโรคติดต่อเรื้อรัง ผู้ป่วยระยะกลางและผู้ป่วยระยะประคับประคอง. เก็บรวบรวมข้อมูลองค์ความรู้การใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อมทางการแพทย์แผนไทย และตามภูมิปัญญาในวิถีชุมชนในการดูแลผู้ป่วยเบาหวาน ณ จังหวัดชุมพร และจังหวัดสุราษฎร์ธานี; 2566
12. สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. สมาคมต่อมไร้ท่อแห่งประเทศไทย. กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. แนวทางเวชปฏิบัติสำหรับโรคเบาหวาน 2566 [อินเทอร์เน็ต].; สืบค้นเมื่อวันที่ 4 สิงหาคม 2566. สืบค้นจาก https://drive.google.com/file/d/10AIDiCyGsJYA1-wTAXoOu6yL_YL9c7fG/view?pli=1



สถาบันการแพทย์แผนไทย
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข





กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

สถาบันการแพทย์แผนไทย
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
88/23 หมู่ 4 ถนนติวานนท์ ตำบลตลาดขวัญ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000

