

ยาตองสมุนไพรรักษาสุขภาพในน้ำส้มพั้น

ยาตองสมุนไพรรักษาสุขภาพ

เป็นภูมิปัญญาของบรรพบุรุษไทยที่นำสมุนไพรมาดองในน้ำสุรา เพื่อช่วยในสารสกัดสาระสำคัญ ผนวกกับสรรพคุณที่เสริมให้พืชสมุนไพรรักษาสุขภาพ ออกฤทธิ์ในร่างกายได้อย่างรวดเร็วและช่วยในการเก็บรักษาสมุนไพรรักษาสุขภาพ ให้ได้นานขึ้น ยาตองสมุนไพรมักใช้พืชวัตถุที่มีสรรพคุณด้านการบำรุงกำลัง แก้ปวดเมื่อย ปวดหลัง ปวดเอว บางตำรับมีสรรพคุณที่ใช้บำรุงโลหิต สามารถใช้บำรุงกำหนดแก้ปัญหาย่อยนสมรรถภาพทางเพศได้



วิธีการใช้ยาตองสมุนไพรรักษาสุขภาพ

1. นำสุรามาดองใช้ในการช่วยสกัดสารสำคัญสมุนไพรรักษาสุขภาพ โดยการนำมอดองตามสูตรที่กำหนด
2. บริโภคครั้งละไม่เกิน 30 มิลลิลิตร จำนวนไม่เกินวันละ 2 ครั้ง
3. สมุนไพรรักษาสุขภาพที่ใส่สุราดอง สามารถเก็บไว้ใช้ได้นานประมาณ 1 – 2 ปี

กรรมวิธีการดองเหล้า

เตรียมสมุนไพรรักษาสุขภาพให้ครบตามตำรับ ถ้าเป็นสมุนไพรรักษาสุขภาพสดก่อนเอามาดองต้องทำให้แห้งโดยการล้างให้สะอาด เอาไปอบหรือตากให้แห้งสับให้ได้ขนาดตามโหลที่ใส่แล้วเติมสุราตามสูตรที่กำหนด เก็บไว้ประมาณ 15-30 วัน ค่อยนำมาใช้ สำหรับตำรับโบราณจะใส่สุราแค่ท่วมยา หมั่นคนทุกวัน ถ้าตัวยาวองตัวทำให้สุราแห้งหรือพร่องไปก็เติมสุราให้ท่วมยาอยู่เสมอ ใช้เวลาตั้งแต่ 15 วัน – 1 เดือน



ข้อห้ามสำหรับการใช้ยาตองสมุนไพรรักษาสุขภาพ

1. การบริโภคยาตองสมุนไพรรักษาสุขภาพในปริมาณที่มากเกินไปส่งผลเสียต่อสุขภาพทำให้เป็นโรคตับแข็งพิษสุราเรื้อรังได้
2. ยาตองสมุนไพรรักษาสุขภาพไม่เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคตับ หญิงมีครรภ์ คนที่แพ้แอลกอฮอล์
3. สำหรับหญิงหลังคลอดบุตร หากยังอยู่ในระยะให้นมบุตรการใช้สุราดองสมุนไพรรักษาสุขภาพอาจส่งผลกระทบต่อเด็กทารกได้



ยาบำรุงร่างกาย สูตร 1

สรรพคุณ คลายกล้ามเนื้อ แก้ปวดเมื่อย บำรุงกำลัง บำรุงร่างกาย ทำให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์
ประกอบด้วยตัวยา ไม้กระที่บโรง เถาวัลย์เปรียง เถาเอ็นอ่อน เถาโคคลาน กำแพง 7 ชั้น 5 บาท ดอกคำฝอย
 ฝางเสน ลูกจันทน์ ดอกจันทน์ ชะเอมไทย 2 บาท

ยาบำรุงร่างกาย สูตร 2

สรรพคุณ บำรุงโลหิต บำรุงกำลัง บำรุงร่างกาย บำรุงเส้นเอ็น กล้ามเนื้อ
ประกอบด้วยตัวยา ได้แก่ กำลิ่งข้างสาร กำลิ่งวัวเถลิง
 เถาวัลย์เหล็ก เถาเอ็นอ่อน โดไม้รู้ลัม แส้มาทะลายโรง
 5 บาท คำฝอย ฝางเสน ชะเอมไทย 2 บาท

ยาบำรุงร่างกาย สูตร 3

สรรพคุณ บำรุงกำลัง บำรุงร่างกาย บำรุงโลหิต บำรุงเส้นเอ็น
 กล้ามเนื้อ
ประกอบด้วยตัวยา ได้แก่ กำลิ่งเสือโคร่ง ฮ่อสะพายควาย
 กำลิ่งวัวเถลิง กำลิ่งข้างสาร กำแพง 7 ชั้น เทพธำโร 5 บาท
 ชะเอมไทย ฝาง 2 บาท



ยาบำรุงร่างกาย สูตร 4 (สำหรับสตรี)

สรรพคุณ บำรุงกำลัง บำรุงร่างกาย บำรุงโลหิต บำรุงเส้นเอ็น กล้ามเนื้อ
ประกอบด้วยตัวยา ว่านชั้กมดลูก ดอกกระเจี๊ยบ 2 บาท ฝางเสน ชะเอมไทย 3 บาท ว่านมหาเมฆ ว่านทรหด
 1 บาท

ยาบำรุงร่างกาย สูตร 5

สรรพคุณ บำรุงกำลัง บำรุงกำหนด บำรุงธาตุ
ประกอบด้วยตัวยา เปลือกมะพลับ เปลือกทิ้งถ่อน เปลือกตะโกนา 4 บาท ชะเอมไทย บอระเพ็ด เม็ดข่อย
 พริกไทย หัวหมู 1 บาท

ข้อมูลโดย : สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก