

ยาสีฟันสมุนไพรสูตรผสมเกลือ

ยาสีฟัน

ยาสีฟันเป็นของใช้จำเป็นอย่างหนึ่งในชีวิตประจำวัน สมัยก่อนคนไทยมีการใช้วัตถุดิบธรรมชาติที่มีภายในประเทศทำเป็นยาสีฟัน เช่น เปลือกข่อย เกลือ สารส้ม สูตรตำรับยาสีฟันก็มีอยู่มากมายหลายสูตร บางสูตรตำรับก็เป็นที่นิยมและมีขายตามท้องตลาดมาถึงปัจจุบัน อย่างไรก็ตามหากบ้านของท่านมีวัตถุดิบเหล่านี้ก็ลองนำมาทำเป็นยาสีฟันไว้ใช้กัน ตามสูตรด้านล่างนี้



ส่วนประกอบยาสีฟันสมุนไพรสูตรเกลือ

- | | |
|----------------|--------|
| 1. เกลือสะอาด | 2 ส่วน |
| 2. สารส้มสะอาด | 1 ส่วน |
| 3. พิมเสน | 1 ส่วน |



เกลือ

เกลือ ในทางเคมีเป็นเกลือโซเดียมคลอไรด์ (sodium chloride, NaCl) เกลือมีหลายชนิด แต่ที่รู้จักกันทั่วไป คือเกลือแกง ถ้าได้จากทะเลเรียกว่าเกลือทะเล หรือเกลือสมุทร หรือเกลือธาร ส่วนที่ได้จากน้ำใต้ดินเรียกว่าเกลือสินเธาว์



เกลือ

รสและสรรพคุณยาไทย

เกลือสมุทร มีรสเค็ม ช่วยบำรุงธาตุทั้ง 4 แก้น้ำดีพิการ แก้โรคท้องมาน รักษาเนื้อไม้ให้เน่า
เกลือสินเธาว์ แก้พรรดิก ล้างเมือกในลำไส้ ขับพยาธิในท้อง ละลายนิ่ว แก้ตรีโทษ



สารส้ม

สารส้ม

สารส้ม เป็นแร่ธาตุที่มีลักษณะเป็นก้อนสีขาวขุ่น เพราะ ไม่มีกลิ่น มีรสฝาดมาก ในทางเคมีเป็นเกลือซัลเฟตของอลูมิเนียมที่มีน้ำอยู่ด้วย มีทั้งชนิดที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ และชนิดที่สังเคราะห์ขึ้น

รสและสรรพคุณยาไทย

สารส้ม มีรสเปรี้ยวฝาดเผื่อน สมานทั้งภายนอกภายใน แก้ระดูขาว แก้หนองใน และหนองเรื้อรัง เป็นยาขับปัสสาวะ ขับนิ่ว ขับ ฟอก โลหิตระดู แก้รำมะนาดเห็งอกเป็นแผลบวม ทำให้ฟันมั่งคง แก้แผลในปาก คอสมานแผลห้ามเลือดในแผลเล็กน้อย

ชาวชนบทเอาก้อนสารส้มมาทาร์กแร่ดับกลิ่นรักแร้ และเอามาแกว่งน้ำ (ขุ่น) ให้ตกตะกอนกันได้น้ำใสสำหรับดื่มและใช้ทั่วไป

การใช้สารส้มในทางยา หากเป็นยาต้มหรือใช้สดๆ มักใช้ก้อนสารส้ม แต่ถ้าเป็นยาผงหรือยาที่ทำเป็นเม็ด มักใช้สารส้มสละ (โดยนำก้อนสารส้มมาตำหรือบดให้ละเอียด โรยบางๆ ใส่หม้อดินหรือกระทะที่ตั้งไฟจนร้อน จะได้สารส้มที่มีลักษณะขาวฟู เมื่อเย็นลงนำมาบดให้ละเอียดเก็บใส่ภาชนะที่สะอาดและแห้งปิดฝาให้มิดชิด)



พิมเสน

พืชมเสน

พืชมเสน เป็นเกล็ดเล็กๆ สีขาวขุ่นหรือใสไม่มีสี กลิ่นหอมเย็นเฉพาะตัว ฉุนเล็กน้อย รสเผ็ดปร่า เย็น ปัจจุบันที่ขายตามท้องตลาดมักได้จากการสังเคราะห์ ส่วนที่เป็นพืชมเสนธรรมชาติก็อาจจะมีแต่ราคาแพงกว่าแบบสังเคราะห์มาก

ตำราสรรพคุณยาไทยว่า พืชมเสนมีรสเผ็ดปร่าเย็น ช่วยกระจายลมทั้งปวง ทำให้เรอและผายลม แก้อาการจุกเสียดแน่นเพื่อ แก้อาการปวดท้อง ใช้เป็นยาขับเสมหะ ขับเหงื่อ แก้ลมวิงเวียน หน้ามืด บำรุงหัวใจ ใช้ภายนอกเป็นยารักษาแผลสดหรือแผลเรื้อรัง

วิธีทำ

1. การทำ เกลือสุตะ และสารส้มสะตุ

- **เกลือสุตะ** ใช้เกลือสุตะ หรือถ้าไม่มีก็ใช้เกลือสินเธาว์ได้ นำมาใส่หม้อดินปิดฝาให้สนิทนำไปตั้งไฟให้เกลือสุก (ในเม็ดเกลือจะมีน้ำอยู่ การตั้งไฟที่ร้อนน้ำจะถูกไล่ออกทำให้เกลือแห้งลงก็ยกหม้อเกลือลงจากเตาปล่อยให้เย็นให้เย็น แล้วเอาออกจะได้เป็นเกลือสุตะ (การสะตุเกลือจะช่วยไล่โมเลกุลน้ำออกจากเกลือ ซึ่งจะช่วยลดความชื้นเมื่อทำเป็นยาผง)



- **สารส้มสะตุ** ใช้สารส้มที่เป็นก้อนๆ ที่มีขายอยู่ทั่วไป นำสารส้มก้อนมาทุบให้แตกละเอียด เอากระทะ หม้อดินตั้งไฟให้ร้อนแล้วเอาผงสารส้มโรยบางๆ บนกระทะสารส้มจะฟู เมื่อฟูหมดแล้วยกกระทะลงจากเตา ปล่อยให้เย็นแล้วชูดเอาสารส้มนั้นมาใช้ (ต้องตำให้ก้อนสารส้มแตกละเอียด ถ้าเป็นก้อนๆ จะทำให้สารส้มฟูและแห้งช้า การสะตุสารส้มจะช่วยไล่โมเลกุลน้ำออกจากสารส้ม ซึ่งจะช่วยลดความชื้นเมื่อทำเป็นยาผง)



2. นำเกลือสุตะ และสารส้มสะตุ มาบดรวมกันให้ละเอียด แล้วใส่พืชมเสน บดต่อไปอีก นำออกมาร่อนเอาเฉพาะผงละเอียด ส่วนกากยาให้บดต่อไปอีกจนละเอียดแล้วร่อนรวมกัน

3. เก็บใส่ภาชนะที่มีฝาปิดสนิท เก็บไว้ใช้ได้นาน

ประโยชน์ของยาสีฟันสมุนไพรสูตรเกลือ

รักษาโรครำมะนาด ปวดฟัน ใช้สีฟัน หรืออมตอนตื่นนอนทุกเช้า และก่อนนอน หากไม่มีพืชมเสนก็อาจจะใช้เพียงเกลือสุตะกับสารส้มสะตุก็ได้ อดเวลาก่อนนอนและเวลาเช้า เป็นยารักษาฟันให้สะอาดและทน แก่รำมะนาด ทำให้เหงือกกระชับกับฟันแน่น (เกลือจะช่วยให้ดับกลิ่นปากที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย บริเวณช่องปาก สารส้มมีรสเปรี้ยวฝาด จะช่วยให้โคนฟันแน่นกระชับ ส่วนพืชมเสนมีกลิ่นหอมช่วยให้ลมหายใจหอมสดชื่น)



เอกสารอ้างอิง

1. ชุมนิเทศสุขกิจ, อายุรเวทศึกษา.พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ:2516 หน้า 141.
2. คณะอนุกรรมการจัดทำตำราอ้างอิงยาสมุนไพรไทย. ตำราอ้างอิงยาสมุนไพร เล่ม 1 เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเนื่องในมหามงคลสมัยที่ทรงครองสิริราชสมบัติครบรอบ 60 ปี. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด, 2551.
3. ชยันต์ พิเชียรสุนทร, วิเชียร จีรวงส์, คู่มือเภสัชกรรมแผนไทยเล่ม 4 เครื่องยาธาตุวัตถุ. กรุงเทพฯ : อมรินทร์, 2546. หน้า 128-30.
4. ชยันต์ พิเชียรสุนทร, แม้นมาส ชวลิต และ วิเชียร จีรวงส์. คำอธิบาย ตำราพระโอสถพระนารายณ์. กรุงเทพฯ : อมรินทร์ และมูลนิธิภูมิปัญญา, 2544. หน้า 640-641.
5. อลงกรณ์ เล็กอุทัย. สำนักงานปลัดกระทรวง. ศูนย์บริการข้อมูลคลินิกเทคโนโลยี.

อ้างอิงข้อมูลจาก : หนังสือภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยไทยใกล้ตัว

จัดทำโดย : กลุ่มงานวิชาการเภสัชกรรมแผนไทย สถาบันการแพทย์แผนไทย
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

