ข่า

1. **ชื่อสมุนไพร** ข่า (KHA)
2. **ชื่อวิทยาศาสตร์** *Alpinia galanga* (L.) Willd. **ชื่อวงศ์** Zingiberaceae
3. **ชื่อท้องถิ่น** ข่าหยวก ข่าหลวง (ภาคเหนือ), สะเอเชย เสะเออเคย (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน), Galangal, Greater galangal
4. **ลักษณะทางพฤกษศาสตร์**

ไม้ล้มลุก

เหง้า เป็นเหง้าใต้ดินมีลักษณะเป็นข้อสีขาว

ใบ เป็นใบเดี่ยว รูปไข่ยาวขอบขนาน ขอบใบเรียบ แผ่นใบบาง เรียบ สีเขียว ก้านใบเป็นกาบหุ้มลำต้น ดอกออกเป็นช่อตั้งที่ปลายยอด ใบประดับรูปไข่

ดอก มีสีขาว กลีบใหญ่ มีริ้วสีแดง

ผล เป็นผลแห้ง รูปทรงกลม ผลแก่สีดำ

5. **ส่วนที่ใช้ทำยา**

เหง้า

6. **สรรพคุณของแต่ละส่วนที่ใช้ทำยา**

เหง้า มีสรรพคุณขับลมในลำไส้ เป็นยาระบายอย่างอ่อน แก้ปวดท้อง แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แก้บิดจุกเสียดแน่น แก้ฟกบวม แก้ตกโลหิต แก้ลมป่วง ใช้ภายนอก แก้กลากเกลื้อน แก้บวม แก้ฟกช้ำ และแก้ลมพิษ

7. **รายงานการวิจัย**

รายงานการวิจัยพรีคลินิกพบว่า สาร 1′-แอซีทอกซีชาวิคอลแอซีเทต (1′-acetoxychavicol acetate) และ 1′-แอซีทอกซียูจีนอลแอซีเทต (1′-acetoxyeugenol acetate) ในข่า มีฤทธิ์ต้านเชื้อราที่ก่อโรคกลาก ฤทธิ์ต้านอักเสบ ฤทธิ์ยับยั้งการเกิดแผลในกระเพาะอาหาร น้ำมันระเหยง่ายจากข่ามีฤทธิ์ขับลม ฤทธิ์ลดการบีบตัวของลำไส้ ฤทธิ์ขับน้ำดี ฤทธิ์ฆ่าเชื้อแบคทีเรีย นอกจากนี้ สารสกัดข่าด้วยคลอโรฟอร์มมีฤทธิ์ต้านเชื้อโพรโทซัวที่ทำให้เกิดอาการท้องเสีย ต้านเชื้อราบางชนิดที่ทำให้เกิดโรคติดเชื้อฉวยโอกาสในผู้ป่วยเอดส์

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข

รายงานการวิจัยทางคลินิก มีการศึกษาการรักษากลากโดยใช้ข่าเปรียบเทียบกับ tolnaftate พบว่าได้ผลที่ดี และการรักษาในผู้ป่วยโรคข้อเข่าอักเสบ พบว่ายาที่เตรียมจากส่วนผสมของสารสกัดขิงและข่าสามารถบรรเทาอาการปวดเข่าเมื่อยืนหรือเดินได้ แต่อาจทำให้เกิดอาการข้างเคียงในระบบทางเดินอาหารเล็กน้อย

8. สารสำคัญ

ข่าประกอบด้วยสาร 1′-แอซีทอกซีชาวิคอลแอซีเทต (1′-acetoxychavicol acetate) และ 1′-แอซีทอกซียูจีนอลแอซีเทต (1′-acetoxyeugenol acetate) 1′-ไฮดรอกซีชาวิคอล (1′-hydroxychavicol) 1′-ไฮดรอกซีชาวิคอลแอซีเทต (1′- hydroxychavicol acetate) แทรนส์-พารา-คูมาริลไดแอซีเทต (trans-p-coumaryldiacetate), และมีน้ำมันระเหยง่าย (volatile oil) ประกอบด้วยเมทิลซินนาเมต (methyl cinnamate) จินีออล (gineol) ยูจีนอล (eugenol) การบูร (camphor) และสารกลุ่มไพนีน (pinenes) เป็นต้น

9. แหล่งกำเนิด และกระจายพันธุ์

พืชชนิดนี้มีพบได้ทั่วทุกภาคของประเทศไทย ที่ความสูงตั้งแต่ระดับน้ำทะเลจนถึง 1,300 เมตร ออกดอกตลอดปี ในต่างประเทศพบที่จีน อินเดีย ฟิลิปปินส์ ชวา และเกาะบอร์เนียว

10. พื้นที่เหมาะสมในการปลูกในประเทศไทย

- **ลักษณะพื้นที่** พื้นที่ดอนน้ำไม่ท่วมขัง สวนผลไม้ หัวไร่ปลายนา
- **ภาค** ทั่วทุกภาคของประเทศไทย
- **จังหวัด** ทุกจังหวัดของประเทศไทย

11. การคัดเลือกพันธุ์ (พันธุ์ที่นิยมปลูกในประเทศไทย)

- **พันธุ์ที่ใช้เป็นยา** ข่าตาแดง ข่าใหญ่
- **พันธุ์ที่ใช้เป็นอาหาร** ข่าตาแดง ข่าใหญ่

12. การขยายพันธุ์

ขยายพันธุ์ด้วยการแยกหน่อปลูก และจะขยายพันธุ์โดยการขุดหน่อข่าที่แก่พอสมควรตัดต้นและใบออกเหลือ 30 เซนติเมตร ปลูกลงถุงเพาะชำที่มีดินผสมอยู่ถุงละ 1 – 2 หน่อ รดน้ำให้ชุ่มชื้นอยู่เสมอประมาณ 30 – 45 วัน จะเริ่มแทงหน่อใหม่ เพื่อรอการปลูกต่อไป

13. การปลูก/สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการปลูก

- **ฤดูกาลเพาะปลูก** ปลูกได้ทุกฤดูกาล แต่ต้องมีน้ำรด นิยมปลูกฤดูฝนจะเจริญเติบโตได้ดี
- **การเตรียมดิน** โดยการขุดเป็นหลุมกว้าง 30 เซนติเมตร ยาว 30 เซนติเมตร ลึก 30 เซนติเมตร รองก้นหลุมด้วยปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมัก ควรปลูกห่างกัน 1 เมตร
- **วิธีการปลูก** เมื่อเตรียมหลุมเรียบร้อยแล้ว นำต้นข่าที่ชำอยู่ในถุงเพาะชำ อายุประมาณ 6 – 10 เดือน ลงปลูกในหลุมที่เตรียมไว้กลบดินแล้วรดน้ำให้ชุ่มชื้นอยู่เสมอ

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข

14. การปฏิบัติดูแลรักษา

- **การให้ปุ๋ย** ควรใส่ปุ๋ยหลังจากปลูกได้ 3 เดือน ควรใส่ปุ๋ยสูตร 15-15-15 ปริมาณ 200 กรัม ต่อ 1 หลุม และพรวนดิน กำจัดวัชพืช ควรใส่ปุ๋ยทุก ๆ 3 เดือน

- การให้น้ำ ข่าเป็นพืชชอบน้ำ ควรใช้ระบบสปริงเกอร์ จะได้ผลดี

- การกำจัดวัชพืช ควรทำพร้อมกับการพรวนดินและใส่ปุ๋ย

- การป้องกันกำจัดโรคและแมลงศัตรู ข่าเป็นพืชไม่ค่อยจะมีแมลงรบกวน จึงไม่ควรใช้สารเคมีฉีดพ่น อาจใช้สารสะเดาหรือสารชีวภาพฉีดพ่น

15. การเก็บเกี่ยวและการปฏิบัติหลังเก็บเกี่ยว

- ฤดูกาลการเก็บเกี่ยว เก็บเกี่ยวได้ทุกฤดูกาล ข่าอายุประมาณ 1 – 2 ปี เริ่มเก็บเกี่ยวได้

- วิธีการเก็บเกี่ยว โดยการขุดจะใช้เสียมคม ๆ แทงรอบกอข่าแล้วงัดขึ้นมาตัดต้นออก แล้วนำไปแช่น้ำประมาณ 1- 2 ชั่วโมง แล้วล้างออกให้หมด เพื่อส่งแปรรูปต่อไป

- การแปรรูปหลังการเก็บเกี่ยว เมื่อได้หัวข่ามาแล้ว นำมาหั่นบาง ๆ และนำไปตากแดดทันที ประมาณ 4 – 5 วัน จนแห้ง แล้วนำไปอบอีกครั้งจนแห้งสนิท

- การบรรจุและการเก็บรักษา เมื่อได้ข่าแห้ง บรรจุถุงเพื่อส่งจำหน่ายต่อไป หรือใส่กระสอบโปร่ง ๆ เก็บไว้ในห้องที่มีอุณหภูมิปกติ

16. การจำหน่าย

- เหง้าข่าแก่สด ราคากิโลกรัมละ 35-50 บาท
- เหง้าข่าแก่แห้ง ราคากิโลกรัมละ 20-40 บาท

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข