

กระชาย



1. ชื่อสมุนไพร กระชาย (KRA-CHAI)
2. ชื่อวิทยาศาสตร์ *Boesenbergia rotunda* (L.) Mansf. ชื่อวงศ์ Zingiberaceae
3. ชื่ออื่น ชิงทราย (มหาสารคาม), ละแอน (ภาคเหนือ), ว่านพระอาทิตย์ (กรุงเทพฯ), จี๊ปู ซีพู เป้าะซอแร่าะ (แม่ฮ่องสอน), Chinese ginger, Chinese key
4. ลักษณะทางพฤกษศาสตร์
ไม้ล้มลุกอายุหลายปี
เหง้าสั้น รากอวรูปทรงกระบอกปลายเรียว กว้าง 1-2 เซนติเมตร ยาว 4-10 เซนติเมตร ออกเป็นกระจุกผิวสีน้ำตาลอ่อน เนื้อในสีเหลือง มีกลิ่นเฉพาะตัว ลำต้นมีใบ 2-7 ใบ
ใบ เป็นใบเดี่ยวเรียงสลับรูปไข่กลับแกมรูปขอบขนานปลายเรียวแหลมโคนมนหรือแหลม
ดอก ช่อดอกแบบช่อเชิงลดออกที่ยอดระหว่างกาบใบโคนสุด ดอกสีขาวอมสีชมพูอ่อน กลีบเลี้ยงสีขาวหรือสีขาวอมสีชมพูอ่อน โคนติดกันเป็นหลอดยาว 1.5-2 เซนติเมตร ปลายแยกเป็น 3 แฉก กลีบดอกโคนติดกันเป็นหลอด กลีบข้างมี 2 กลีบ สีชมพูอ่อนรูปไข่กลับ ยาวประมาณ 1.5 เซนติเมตร
ผล แบบผลแห้งแตก เมล็ดสีดำ เยื่อหุ้มเมล็ดจักเป็นครุย
5. ส่วนที่ใช้ทำยา ใช้เหง้าแห้งรูปร่างและขนาดไม่แน่นอน ค่อนข้างแบน อาจพบในรูปเหง้าทั้งชิ้น หรือเหง้าที่หั่นเป็นชิ้นบาง ๆ ขนาดต่างกันไป
6. สรรพคุณของแต่ละส่วนที่ใช้ทำยา ตำราสรรพคุณยาไทยว่า เหง้ากระชายมีรสเผ็ดร้อนขม แก้ปวดมวนในท้อง แก้ซั๊ก แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ บำรุงกำลัง บำรุงกำหนด เป็นต้น
7. รายงานการวิจัยปัจจุบัน ข้อมูลจากการศึกษาทางพรีคลินิกพบว่าสารสกัดกระชายแสดงฤทธิ์ต้านแบคทีเรีย และเชื้อราบางชนิดโดยพบว่ามีสาร 5, 7-ไดเมทอกซีฟลาโวน แสดงฤทธิ์ต้านการอักเสบและฤทธิ์ลดไข้

8. สารสำคัญ

องค์ประกอบทางเคมีของกระชายมีน้ำมันระเหยง่าย (volatile oil) เล็กน้อยมีองค์ประกอบเคมีเป็นสารโบเซนเบอร์จินเอ (boesenbergin A) โบเซนเบอร์จินบี (boesenbergin B) แพนดูราทินเอ (panduratin A) แพนดูราทินบี (panduratin B) คาร์ตามอนิน (cardamomin) 2',6'-ไดไฮดรอกซี-4'-เมทอกซีซาลโคน (2',6'-dihydroxy-4'-methoxychalcone) 5,7-ไดเมทอกซีฟลาโวน (5,7-dimethoxyflavone) ตลอดจนอนุพันธ์ของฟลาโวนอยด์ (flavonoids) กลุ่มซาลโคน (chalcone) และฟลาโวน (flavone)

9. แหล่งกำเนิดและการกระจายพันธุ์

พืชชนิดนี้มีเขตการกระจายพันธุ์ในประเทศอินเดีย จีน และแถบเอเชียเขตร้อน ในประเทศไทยพบได้ทั่วไป ชอบขึ้นในดินปนทราย มีปลูกเป็นพืชสวนครัวและปลูกเป็นพืชเศรษฐกิจ

10. พื้นที่เหมาะสมในการปลูกในประเทศไทย

- ลักษณะพื้นที่ เป็นพื้นที่น้ำไม่ท่วมขังระบายน้ำได้ดี ดินลักษณะร่วนซุย ตามร่องสวนมีร่มไม้ใหญ่ก็ดี
- ภาค ทุกภาคของประเทศไทย
- จังหวัด นครปฐม นนทบุรี ปทุมธานี นครสวรรค์ ราชบุรี

11. การคัดเลือกพันธุ์ (พันธุ์ที่นิยมปลูกในประเทศไทย)

- พันธุ์ที่ใช้เป็นยา กระชายพันธุ์พื้นเมือง มีรากสั้น หรือเรียกว่า ขายบุ้ม นิยมปลูกไว้ทำยา หรือรับประทานตามบ้านทั่วไป
- พันธุ์ที่ใช้เป็นอาหาร กระชายพันธุ์เกษตรกร มีรากยาว มีขนมาก หรือเรียกว่า กระชายรากกล้วย มีน้ำหนักรากสูง เกษตรกรนิยมปลูกเพื่อการค้า

12. การขยายพันธุ์

กระชายนิยมขยายพันธุ์ด้วยหัว หรือเหง้าที่ติดกับลำต้น เมื่อผ่าดูจะพบสีเหลืองฉุนจะติดกันเป็นกลุ่มแยกออกได้ เมื่อเราใช้ประโยชน์จากรากแล้วก็เก็บไว้ที่ภาชนะโปร่ง ป้องกันการเน่าของ หัวกระชาย ทั้งไว้สัก 2 – 3 สัปดาห์ จะเห็นหน่อสีแดงงอกมาจากหัวกระชาย สามารถนำลงแปลงปลูกได้เลย

13. การปลูก/สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการปลูก

- **ฤดูกาลเพาะปลูก** ฤดูกาลที่ปลูกกระชายจะนิยมปลูกในเดือนพฤษภาคม – มิถุนายน เพราะช่วงฤดูฝนกระชายจะเจริญเติบโตงอกงามดี

- **การเตรียมดิน** เหมือนการปลูกพืชทั่วไป โดยการไถ หรือพรวนดิน 1 – 2 ครั้ง กำจัดวัชพืชออกแล้วใส่ขี้เถ้าแกลบผสมลงไป พร้อมด้วยปุ๋ยคอกจะเป็นมูลวัวหรือมูลไก่ก็ได้ แล้วพรวนให้ผสมเข้ากัน(ถ้าใส่มูลวัวจะมีปัญหาเรื่องวัชพืชตระกูลหญ้ามาก ถ้าใช้มูลไก่จะดีกว่า)

- **วิธีการปลูก** การปลูกกระชายมีวิธีปลูกได้ 2 วิธี คือ **ปลูกรากสด**

1. **การปลูกในแปลงแบบยกร่อง** โดยการเตรียมดินให้เรียบรื้อยผสมปุ๋ยและขี้เถ้าแกลบ แล้วขยกร่องใช้รด หรือแรงงานคนก็ได้ และนำพันธุ์เหง้ากระชายที่เตรียมไว้นำมาฝังดินเป็นแถวห่างกันประมาณ 20 เซนติเมตร แล้วคลุมด้วยฟางคवरรดน้ำสม่ำเสมอ ประมาณ 1 – 2 สัปดาห์ กระชายก็จะงอกออกมาโดยจะเจริญเติบโตได้ดีที่มีแสงแดดรำไร โดยตามร่มไม้หรือร่องสวนก็สามารถปลูกได้



2. การปลูกในถุงดำ โดยการนำถุงดำใส่ดินที่ผสมแล้ว ถุงจะเป็นขนาด 12x20 เซนติเมตร ใส่ดินให้เต็มถุง และพับปากถุงให้เรียบร้อย ตั้งเรียงกันตามร่มไม้ นำหัวกระชายฝังลงกลางถุงแล้วรดน้ำให้ชุ่ม 1 – 2 สัปดาห์ กระชายก็จะแทงหน่อออกมา วิธีนี้จะใช้แรงงานมาก ต้นทุนสูง แต่สะดวกในการเก็บเกี่ยว (ก่อนปลูกกระชาย ควรแช่ด้วยยาป้องกันเชื้อรา และยาฆ่าแมลง ประมาณ 30 นาที ก่อนปลูก แต่ถ้าจะปลูกเกษตรอินทรีย์ก็ไม่จำเป็นต้องใช้วิธีนี้)

14. การปฏิบัติดูแลรักษา

- การให้ปุ๋ย ให้ปุ๋ยหมักหรือปุ๋ยคอก เมื่อกระชายอายุประมาณ 1 เดือน
- การให้น้ำ กระชายเป็นพืชชอบน้ำ แต่ไม่ชอบน้ำขังเพราะจะเน่า ถ้าปลูกในฤดูฝนก็ไม่จำเป็นต้องให้น้ำ ถ้าฝนทิ้งช่วงก็ควรให้น้ำบ้างวันละ 1 ครั้ง
- การกำจัดวัชพืช ควรกำจัดวัชพืช 1 – 2 ครั้ง ตลอดอายุ โดยการพรวนดิน และถอนวัชพืชไปด้วย
- การป้องกันกำจัดโรคและแมลงศัตรู กระชายจะมีแมลงกัดกินใบในช่วงเติบโตระยะแรก ประมาณ 1 เดือน ให้ฉีดสารสะเดากำจัดแมลงกัดกินใบ ถ้าจะใช้สารเคมีก็ใช้มาลาไทออน หรือแลนเนท ฯลฯ โดยจะฉีดประมาณ 1 – 2 ครั้ง ตลอดอายุของกระชาย

15. การเก็บเกี่ยวและการปฏิบัติหลังเก็บเกี่ยว

- ฤดูกาลการเก็บเกี่ยว จะเก็บเกี่ยวในช่วงที่กระชายลำต้นเหลืองจนถึงลำต้นแห้ง ประมาณเดือนพฤศจิกายน – เดือนมกราคม หรือหลังจากนี้ก็ได้ ซึ่งเป็นเวลาต้นกระชายกำลังพักตัวลำต้นจะแห้งหมด
- วิธีการเก็บเกี่ยว จะเก็บเกี่ยวโดยใช้แรงงานชุดโดยใช้เสียมขุดตามโคนต้น จะเห็นโดยรอบของต้นกระชายต้องระวังจะโดนราก ถ้าปลูกในถุงจะขุดง่ายกว่าและการเทดินในถุงออกได้เลย จะไม่เกิดการเสียหายเหมือนการปลูกกับพื้นดินด้วย
- การแปรรูปหลังการเก็บเกี่ยว เมื่อขุดกระชายมาแล้ว เราจะใส่ภาชนะโปร่ง ๆ เช่น ข่งไม้ หรือตะกร้าที่อากาศถ่ายเทได้ ควรเก็บไว้ในที่ร่ม เมื่อจะใช้ก็นำมาล้างน้ำให้สะอาด ถ้าจะทำแห้งก็ให้แยกรากกับหัวออก นำรากไปขาย และนำหัวมาหั่นตากแดด จะมีสีเหลืองนวลมีกลิ่นฉุน แล้วนำไปอบอีกทีเพื่อจะให้แห้งสนิท และนำไปทำยา หรือจำหน่ายตามร้านขายยาต่อไป
- การบรรจุและการเก็บรักษา เมื่อหัวกระชายแห้งสนิทแล้วก็นำมาบรรจุถุงมัดปากให้เรียบร้อย อย่าโดนน้ำเด็ดขาด เพราะถ้าโดนน้ำจะเกิดเชื้อราทันที เก็บไว้ในที่ร่ม อุณหภูมิห้องปกติ
- การเก็บรักษาพันธุ์ กระชายดำที่แก่จัดจะมีอายุประมาณ 11 - 12 เดือน หัวจะต้องสมบูรณ์อวบใหญ่ปราศจากเชื้อโรค เก็บไว้ในที่แห้งและเย็นนาน ประมาณ 1 - 3 เดือน จึงจะนำไปปลูกต่อได้

16. การจำหน่าย

เหง้ากระชายสด ราคาประมาณกิโลกรัมละ 30 บาท

เหง้ากระชายแห้ง ราคา กิโลกรัมละ 50-100 บาท

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข