



1. ชื่อสมุนไพร โตไม่รู้ล้ม (DO MAI RU LOM)
2. ชื่อวิทยาศาสตร์ *Elephantopus scaber* L. ชื่อวงศ์ Asteraceae (Compositae)
3. ชื่ออื่น ขี้ไพนกุ่ม (เลย), หญ้าไคนกุ่ม หญ้าปราบ หญ้าไพนกุ่ม หญ้าสามสิบสองทาบ หนาดผา (เหนือ), หนาดมีแคลน (สุราษฎร์ธานี), Prickly leaved elephant's foot
4. ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ล้มลุก สูง 10-80 เซนติเมตร ลำต้นแข็ง ตั้งตรง มีขนยาวเอนราบ

ใบ เป็นใบเดี่ยว เรียงเวียน ใบที่โคนต้นเรียงถี่คล้ายกระจุกรอบใกล้ผิวดิน แผ่นใบรูปไข่กลับแกมรูปขอบขนาน กว้าง 1-6 เซนติเมตร ยาว 5-35 เซนติเมตร ปลายแหลม โคนสอบ ขอบจักฟันเลื่อยหรือเรียบ มีขนยาวประปรายทั้งสองด้านหรือด้านบนค่อนข้างเกลี้ยง ใบที่อยู่เหนือโคนต้นขึ้นไปจะมีขนาดเล็กลงเป็นลำดับ

ดอก ช่อดอกแบบช่อกระจุกแน่นแยกแขนง ช่อยาวได้ถึง 30 เซนติเมตร ช่อกระจุกแน่น มีเฉพาะดอกย่อยกลาง (disc floret) แต่ละช่อกระจุกแน่นมีใบประดับ 3-4 ใบ รูปไข่กว้าง ปลายแหลม และมีวงรีประดับรูปใบหอกแกมรูปขอบขนาน ปลายแหลม ประมาณ 8 อัน เรียงเป็นวง 2 วง ดอกสมบูรณ์เพศ ไม่มีก้านดอก กลีบเลี้ยงเป็นขนหรือแพปพิส กลีบดอกโคนเชื่อมติดกันเป็นหลอด สีขาว ปลายแยกเป็น 5 แฉก รูปใบหอกแคบ สีม่วงหรือสีม่วงแกมแดง เกสรเพศผู้ 5 อัน ติดในหลอดกลีบดอก รังไข่ใต้วงกลีบ มี 1 ช่อง มีออวุล 1 เม็ด ก้านยอดเกสรเพศเมียเรียวยาว ยอดเกสรเพศเมียมี 2 พู

ผล แบบผลแห้งเมล็ดล่อน รูปทรงกระบอกแคบ ยาวประมาณ 4 มิลลิเมตร มีสันตามยาว 10 สัน มีขนนุ่ม และมีรยางค์คล้ายขนแข็ง สีขาว ยาว 4-6 มิลลิเมตร

เมล็ด เล็ก รูปทรงรีแกมรูปไข่
5. ส่วนที่ใช้ทำยา

ต้นแห้ง ใช้ทั้งต้นที่สมบูรณ์และชิ้นส่วนของต้นและราก

6. สรรพคุณของแต่ละส่วนที่ใช้ทำยา

ตำราสรรพคุณยาไทยว่า โดไม่รู้ล้มมีรสกร่อยจืด ขับปัสสาวะและกระตุ้นกำหนด ใบต้มน้ำกินเป็นยาขับพยาธิไส้เดือน ไบบดกับพริกไทยแก้อาเจียนและแก้ปวดฟัน ทั้งต้นมีรสกร่อยขึ้น บำรุงความกำหนด เป็นยาขับปัสสาวะ ขับน้ำเหลืองเสีย แก้ไข้ แก้บิด แก้ดีซ่าน แก้ไอ บำรุงหัวใจ แก้วัวโรค แก้เหน็บชา และแก้กามโรคในสตรี

7. รายงาน-การวิจัยปัจจุบัน

ข้อมูลจากการศึกษาวิจัยพรีคลินิกพบว่าสารสกัดแอลกอฮอล์ของโดไม่รู้ล้มมีฤทธิ์ยับยั้งเชื้อแบคทีเรีย *Staphylococcus aureus* ต้านมะเร็ง ปกป้องตับ ต้านการอักเสบในหนูทดลอง และลดระดับน้ำตาลกลูโคสในเลือดของหนูที่ถูกเหนี่ยวนำให้เกิดเบาหวานด้วยสเตรปโตโทซิน (streptozotocin) นอกจากนี้ ยังพบว่าโดไม่รู้ล้มสามารถเพิ่มกำหนดในหนูทดลองเพศผู้

8. สารสำคัญ

โดไม่รู้ล้มมีองค์ประกอบทางเคมีที่สำคัญเป็นสารในกลุ่มเซสควิเทอร์พีนแลคโตน (sesquiterpene lactones) หลายชนิด เช่น สคาร์เบอร์โทพิน (scarbertopin) ไอโซสคาร์เบอร์โทพิน (isoscabertopin) ดีออกซีอีลีแฟนโทพิน (deoxyelephantopin) สารในกลุ่มเซสควิเทอร์พีนไกลโคไซด์ (sesquiterpeneglycosides) เช่น ครีพีไซด์ อี (crepside E) สารในกลุ่มไตรเทอร์พีน (triterpenes) เช่น แอลฟา เคอร์คิวมิน (alpha-curcumene) บีตา อะไมริน (beta-amyrin) สารกลุ่มสเตียรอยด์ (steroids) ที่สำคัญ เช่น สติกมาสเตอร์อล (stigmasterol) และวิทานอลิด (withanolide) รวมถึงสารกลุ่มแอลคาลอยด์ (alkaloids) และฟลาโวนอยด์ (flavonoids)

9. แหล่งกำเนิด และกระจายพันธุ์

พืชชนิดนี้มีเขตการกระจายพันธุ์ในเขตร้อนในประเทศไทยพบทั่วทุกภาค ตามป่าละเมาะ ชายป่าโปร่ง ในต่างประเทศพบที่อินเดีย ศรีลังกา ภูมิภาคอินโดจีน และภูมิภาคมาเลเซีย

10. พื้นที่เหมาะสมในการปลูกในประเทศไทย

- ลักษณะพื้นที่ พื้นที่ดอนน้ำไม่ท่วมขัง ป่าเบญจพรรณ ป่าละเมาะ สวนผลไม้ ไร่ร้าง
- ภาค ทั่วทุกภาคของประเทศไทย
- จังหวัด ลพบุรี สระบุรี กาญจนบุรี เพชรบุรี ราชบุรี

11. การคัดเลือกพันธุ์ (พันธุ์ที่นิยมปลูกในประเทศไทย)

- พันธุ์ที่ใช้เป็นยา พันธุ์พื้นบ้านทั่วไป
- พันธุ์ที่ใช้เป็นอาหาร ไม่ใช่ทำเป็นอาหาร

12. การขยายพันธุ์ *กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก*

ใช้การแยกหน่อ โดไม่รู้ล้มเป็นพืชปลูกง่ายโตเร็ว ทนต่อสภาพดินฟ้าอากาศได้ดี จึงสามารถขยายพันธุ์แยกหน่อลงแปลงปลูก หรือจะปลูกชำไว้ในถุงเพาะชำก่อนก็ได้

13. การปลูก/สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการปลูก

- ฤดูกาลเพาะปลูก นิยมปลูกในฤดูฝนช่วงเดือนพฤษภาคม – กรกฎาคม



- การเตรียมดิน ทำเป็นแปลงด้วยการไถตะกับไถแปรและไถพรวน ยกร่องผสมปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก หว่านให้ทั่วแปลง แปลงปลูกกว้าง 1 เมตร ระหว่างแปลง 50 เซนติเมตร เป็นทางเดินหรือร่องระบายน้ำ ความยาวของแปลงไม่กำหนดตามระยะพื้นที่
- วิธีการปลูก เมื่อเตรียมแปลงเรียบร้อยแล้ว นำต้นโตไม้รัฐล้มปลูก ระหว่างแถว 30 เซนติเมตร ระหว่างต้น 20 เซนติเมตร โดยแยกหน่อปลูกหรือนำต้นเพาะชำในถุงเพาะชำ และรดน้ำให้ชุ่มชื้นอยู่เสมอ (ถ้าแยกหน่อปลูกควรปลูกฤดูฝน)

14. การปฏิบัติดูแลรักษา

- การให้ปุ๋ย ควรให้ปุ๋ยเมื่อโตไม้รัฐล้มจะมีอายุ 30 วัน พร้อมกับการพรวนดินกำจัดวัชพืช ควรใส่ปุ๋ยประมาณ 2 ครั้ง ตลอดอายุของโตไม้รัฐล้ม
- การให้น้ำ โตไม้รัฐล้มชอบน้ำปานกลาง ไม่มาก หรือน้อยเกินไป และทนแล้งได้ดี ถ้าปลูกฤดูฝนควรงดการให้น้ำ
- การกำจัดวัชพืช ควรทำพร้อมการใส่ปุ๋ยและพรวนดิน
- การป้องกันกำจัดโรคและแมลงศัตรู โตไม้รัฐล้มไม่ค่อยมีโรคและแมลงรบกวน

15. การเก็บเกี่ยวและการปฏิบัติหลังเก็บเกี่ยว

- ฤดูกาลการเก็บเกี่ยว เก็บเกี่ยวได้ทุกฤดู โดยเก็บเกี่ยวเมื่อโตไม้รัฐล้มโตเต็มที่หรือเมื่อเริ่มออกดอก
- วิธีการเก็บเกี่ยว ถอนต้นโตไม้รัฐล้มแล้วสลัดต้นออกจากรากให้หมด
- การแปรรูปหลังการเก็บเกี่ยว หลังจากได้ต้นโตไม้รัฐล้มแล้ว นำมาล้างน้ำให้สะอาดแล้วนำไปตากแห้ง ตากแดด 4 – 5 ครั้ง จนแห้ง หรือนำไปอบจนแห้งสนิท
- การบรรจุและการเก็บรักษา นำโตไม้รัฐล้มที่แห้งสนิทแล้วบรรจุถุงส่งจำหน่ายต่อไป ควรเก็บไว้ในถุงมัดปากให้แน่น หรือเก็บไว้ในห้องอุณหภูมิปกติ

16. การจำหน่าย

- ต้นโตไม้รัฐล้มสด ราคา กิโลกรัมละ 15 บาท
- ต้นโตไม้รัฐล้มแห้ง ราคา กิโลกรัมละ 55-90 บาท



กรมแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข