เปราะหอม

1. **ชื่อสมุนไพร** เปราะหอม (PRO HOM)
2. **ชื่อวิทยาศาสตร์** *Kaempferia galanga* L. **ชื่อวงศ์** Zingiberaceae
3. **ชื่อท้องถิ่น** เปราะบ้าน เปราะหอมแดง เปราะหอมขาว หอมเปราะ (ภาคกลาง), ว่านแผ่นดินเย็น ว่านตีนดิน ว่านหอมซู (ภาคเหนือ), ว่านตูบหมูบ (ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ), Chengkur
4. **ลักษณะทางพฤกษศาสตร์**

ไม้ล้มลุกอายุหลายปี เหง้าอวบหนา มีกลิ่นเฉพาะสูง 2-5 เซนติเมตร มีเหง้าใต้ดินที่มีรากสะสมอาหารอยู่หลายราก

ใบ กาบใบเรียงสลับโอบกันแน่นชูเหนือดินเป็นลำต้นเทียม แตกกอใบเป็นใบเดี่ยว ไม่มีก้านใบ ส่วนมากมี 2 ใบ แผ่นใบรูปไข่ถึงรูปค่อนข้างกลม ขนาดกว้าง 5-10 เซนติเมตร ยาว 6-14 เซนติเมตร ปลายใบเป็นติ่งหรือแหลม โคนใบมนถึงรูปลิ่ม หลังใบเรียบ ท้องใบมีขน ช่อดอกแทงออกตรงกลางระหว่างกาบใบทั้งสอง

ดอก ไม่มีก้านช่อดอก ดอกออกเป็นช่อ มีดอกย่อยได้ตั้งแต่ 6-10 ดอก แต่ดอกจะทยอยบานครั้งละ 1-2 ดอก ลักษณะดอกมี 4 กลีบ 2 กลีบ บนมีสีขาว 2 กลีบ ล่างแต้มด้วยสีม่วงเหลือง เปราะหอมจะผลิดอกในเดือนเมษายน-พฤษภาคม

ผลแบบผลแห้งแตกได้ ภายในมีเมล็ดกลม 12 เมล็ด

5. **ส่วนที่ใช้ทำยา**

เหง้าแห้ง

6. **สรรพคุณของแต่ละส่วนที่ใช้ทำยา**

เหง้า รสเผ็ด ขม ใช้เป็นยาขับลมในลำไส้ แก้ท้องเฟ้อ ทำยาสุมกระหม่อมเด็กแก้หวัด แก้เสมหะ เจริญไฟธาตุ

7. **รายงานการวิจัยปัจจุบัน**

ข้อมูลจากการศึกษาวิจัยพรีคลินิกพบว่าสารเอทิล-พารา-เมทอกซีซินนาเมต สกัดจากเปราะหอม แสดงฤทธิ์ขยายหลอดเลือดแดงเออร์ตาในหนูทดลอง

8. **สารสำคัญ**

เปราะหอมมีองค์ประกอบเคมีเป็นน้ำมันระเหยง่าย (volatile oil) น้ำมันเปราะหอมมีสารกลุ่มเอสเทอร์ (esters) ได้แก่ เอทิล-พารา-เมทอกซีซินนาเมต (ethyl-p-methoxycinnamate) เมทิลซินนาเมต (methyl cinnamate) คาร์โวน (carvone) ยูคาลิปทอล (eucalyptol) และเพนทาเดกเคน (pentadecane)

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข

9. แหล่งกำเนิด และกระจายพันธุ์

พืชชนิดนี้มีเขตการกระจายพันธุ์ตั้งแต่ประเทศอินเดีย เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ คาบสมุทรมลายู และชวา มักพบในป่าไผ่ ป่าดิบ และป่าผลัดใบ ในประเทศไทยพบได้ทุกภาค

10. พื้นที่เหมาะสมในการปลูกในประเทศไทย

- **ลักษณะพื้นที่** พื้นที่ดอนน้ำท่วมไม่ถึง สวนผลไม้ สวนป่าเบญจพรรณ
- **ภาค** ทุกภาคของประเทศไทย
- **จังหวัด** เชียงใหม่ แม่ฮ่องสอน พิษณุโลก ปราจีนบุรี นครนายก

11. การคัดเลือกพันธุ์ (พันธุ์ที่นิยมปลูกในประเทศไทย)

- **พันธุ์ที่ใช้เป็นยา** พันธุ์พื้นบ้านทั่วไป (ชนิดขาว)
- **พันธุ์ที่ใช้เป็นอาหาร** พันธุ์พื้นบ้านทั่วไป (ชนิดขาว)

12. การขยายพันธุ์

ขยายพันธุ์โดยการใช้เหง้า หรือหัว เปราะหอมขยายพันธุ์คล้ายกับกระชาย โดยการนำหัวที่มีอายุ 1 – 2 ปี ขุดมาประมาณเดือนมกราคม แล้วนำมาใส่ภาชนะโปร่ง ๆ ไว้ในที่ร่ม ไม่ต้องล้างน้ำ ช่วงประมาณปลายเดือนเมษายน เปราะจะเริ่มแตกตาขึ้นมาบ้าง จึงเตรียมปลูกต่อไป

13. การปลูก/สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการปลูก

- **ฤดูกาลเพาะปลูก** นิยมปลูกในฤดูฝนในช่วงเดือนพฤษภาคม – กรกฎาคม
- **การเตรียมดิน** เปราะหอมเป็นพืชชอบแสงแดดน้อย จึงปลูกตามสวนผลไม้, สวนกล้วย และสวนยางพารา เป็นต้น โดยการทำแปลงเล็ก ๆ เราจะฟันดินขึ้นยกเป็นแปลง ขนาดกว้าง 1 เมตร ความยาว แล้วแต่พื้นที่ และหว่านปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมักก็ได้ แล้วสับรวมผสมกันคลุกเคล้าให้ทั่วแปลง
- **วิธีการปลูก** นำหัวเปราะหอมที่เตรียมไว้ที่หัวติดกัน แยกออกให้เป็นหัวเดียว นำไปฝังบนแปลงที่เตรียมไว้ห่างกัน 15 – 20 เซนติเมตร แล้วกลบดินนำฟาง หรือหญ้าแห้งมาคลุมไว้ รดน้ำให้ชุ่มชื้นอยู่เสมอ

14. การปฏิบัติดูแลรักษา

- **การให้ปุ๋ย** เปราะหอมจะใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักเมื่อตอนเตรียมดินและใส่ปุ๋ยอีกครั้งเมื่อเปราะหอมอายุ 3 เดือน พร้อมกับพรวนดินและกำจัดวัชพืช
- **การให้น้ำ** เปราะหอมเมื่อปลูกในฤดูฝน การให้น้ำจะน้อยลง เมื่อฝนจะทิ้งช่วงควรให้น้ำบ้างตามความเหมาะสม
- **การกำจัดวัชพืช** ควรทำพร้อมกับการพรวนดินและใส่ปุ๋ย ประมาณ 3 เดือน ต่อ 1 ครั้ง
- **การป้องกันกำจัดโรคและแมลงศัตรู** เปราะหอมจะมีแมลงกัดกินใบในระยะแรก ควรฉีดสารชีวภาพฉีดพ่นบ้าง

15. การเก็บเกี่ยวและการปฏิบัติหลังเก็บเกี่ยว

- **ฤดูกาลการเก็บเกี่ยว** นิยมเก็บเกี่ยวในฤดูแล้ง เมื่อเปราะหอมใบเหลือง หรือแห้งเริ่มขุดได้ ประมาณเดือนธันวาคม – เมษายน (จะขุดเมื่ออายุ 1 ปี ขึ้นไป)
- **วิธีการเก็บเกี่ยว** โดยการใช้เสียมขุดช่วงโคนต้นเปราะหอม พยายามอย่าให้เปราะหอมเป็นแผลจะเกิดเชื้อราได้ เมื่อได้หัวเปราะหอมเอาดินออกให้หมด แล้วใส่ภาชนะโปร่ง ๆ เช่น ตะกร้า กระสอบตาข่าย เพื่อนำไปแปรรูปต่อไป
- **การแปรรูปหลังการเก็บเกี่ยว** เมื่อได้เปราะหอมมาแล้ว นำมาล้างน้ำให้สะอาดแล้วผึ่งให้แห้ง แล้วนำมาหั่นบาง ๆ นำไปตากแดดทันทีประมาณ 4 – 5 วัน และนำไปอบอีกครั้งจนแห้งสนิท
- **การบรรจุและการเก็บรักษา** เมื่อได้เปราะหอมแห้งสนิท นำมาใส่ถุงพลาสติกมัดปากให้แน่น เพื่อส่งจำหน่ายต่อไป ควรเก็บไว้ในห้องอุณหภูมิปกติ (เปราะหอมไม่ควรเก็บเกิน 2 ปี)

16. การจำหน่าย

เหง้าเปราะหอมแห้ง ราคากิโลกรัมละ 180-300 บาท

สมาคมแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข