

ยาห้าราก

อรุณรัตน์ ทองคำ

“ยาห้าราก” “เบญจโลกวิเชียร” “ยาแก้วห้าดวง” หรือ “ยาเพชรสว่าง” คงจะได้ยินคุ้นๆ เคยกันสักชื่อนะ ทั้ง ๔ ชื่อนี้เป็นยาชนิดเดียวกัน ยาตำรับนี้ได้ขึ้นทะเบียนเป็นตำรับยาไทยแล้ว มีสรรพคุณ แก้ไข้ร้อนใน แก้ไข้พิษไข้ที่ทำให้มือเท้าเย็น แต่ตัวร้อน ตาแดง ปวดศีรษะ มีผื่นขึ้น และกระหุ้งพิษไข้ เพื่อมิให้ไข้หลบใน

ชื่อยาขึ้นต้นว่าเบญจ ก็มีความหมายอยู่ในตัวว่า มีส่วนประกอบยาสมุนไพรอยู่ ๕ ชนิด คือ รากมะเดื่อชุมพร รากชิงชัน รากเห้ายายม่อม รากคนทา และรากย่านาง ตำรับ โบราณปรุงยาจะใช้รากทั้งห้าในอัตราส่วนที่เสมอภาคหรือเท่ากัน ต้มรับประทานน้ำ หรือบดเป็นผงละเอียด บรรจุแคปซูล หรือปั้นเป็นยาลูกกลอน หรือยาพิมพ์เม็ด ใช้รักษาได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ มาดูรายละเอียดของตัวยาทั้งห้าชนิด ว่าทำไมจึงรักษาไข้ได้

สรรพคุณ ตามตำรายาแผนไทย คือ ใช้กระหุ้งพิษต่างๆ หรือถอนพิษต่างๆ แก้ไข้ต้นมือ แก้ไข้พิษ ใช้กาฬไข้หัว แก้ไข้เพื่อดีและโลหิต

ในคัมภีร์ตักศิลา ซึ่งเป็นคัมภีร์แพทย์แผนโบราณของไทย กล่าวถึงการใช้เบญจโลกวิเชียรเพื่อกระหุ้งพิษในไข้ออกผื่น



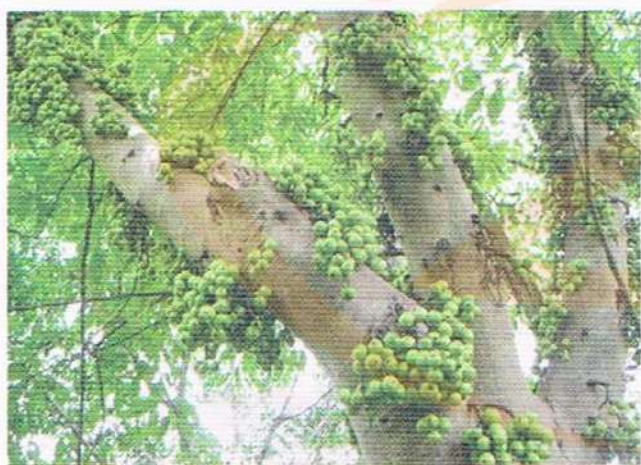
วิธีการรักษาโรคไข้หวัดใหญ่ตามทีระบุในคัมภีร์ตักศิลา แบ่งเป็นยา ๓ ตำรับ

ตำรับที่ ๑ เป็นยากระทุ้งพิษ ใช้ขับพิษออกจากร่างกายหรือฆ่าเชื้อไวรัส โดยใช้หำราก (ยาเบญจโลกวิเชียร) ที่ประกอบด้วยรากของพืชสมุนไพร ๕ ชนิด ได้แก่ ขิงขี, เท้ายายม่อม, มะเดื่อชุมพร, คนทา และย่านาง ซึ่งเป็นพืชสมุนไพรไทยที่หาได้ไม่ยาก และยานี้ยังได้รับการบรรจุไว้ในบัญชียาหลักแห่งชาติด้วย

หลังจากรักษาด้วยยากระทุ้งพิษแล้วจึงรักษาตามด้วยตำรับยาแปรรใช้ ได้แก่ ยาจันทลีลา ช่วยลดอาการไข้ จากนั้นรักษาด้วยตำรับยาครอบไข้ ได้แก่ ยาจันทฤทธิ์ ช่วยบำรุงร่างกาย ป้องกันไม่ให้เชื้อโรคแทรกเข้าสู่ร่างกาย และไม่กลับมาเป็นซ้ำอีก

๑. มะเดื่อชุมพร

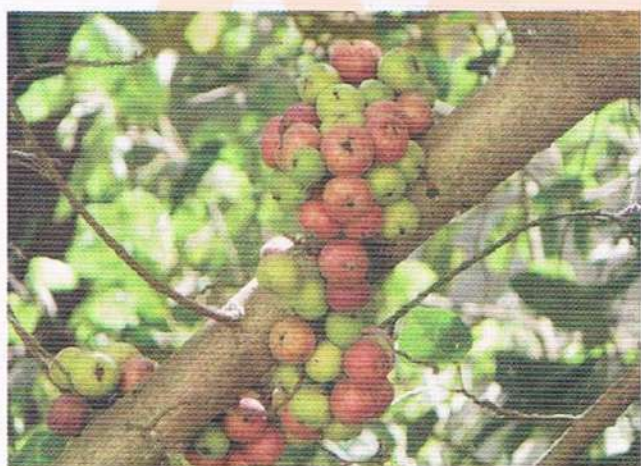
มะเดื่อชุมพรหรือมะเดื่ออุทุมพร ไม้ยืนต้นขนาดกลางถึงใหญ่ ลำต้นเกลี้ยง ใบยาวใหญ่ มักจะมีรังหนอนในเนื้อใบ ผลออกเป็นกระจุกตามกิ่งและลำต้น ในผลมีเกสรเล็กๆ ผลสุกสีแดงจัด มะเดื่อชุมพรเป็นไม้รสฝาด ใช้รากมะเดื่อชุมพรจึงใช้แก้ไข้ท้องร่วงได้ดี รากใช้แก้ไข้ กระทุ้งพิษไข้ แก้ท้องร่วง



มะเดื่อชุมพร



ลักษณะใบของมะเดื่อชุมพร



ผลมะเดื่อชุมพรเมื่อสุก



รากมะเดื่อชุมพร

๒. ชิงชี

ชิงชี เป็นไม้พุ่มขนาดย่อม สูง ๒-๓ เมตร กิ่งคดไปมา ผิวต้นเป็นกระขาวแตกสะเก็ด ใบเขียวแข็ง ปลายเรียวแหลม มีหนามที่สองข้างขอบใบ ดอกเป็นเส้นเล็กๆสีขาว ผลกลมเท่าผลมะนาว ผลสุกสีแดง รากใช้แก้ไข้ ร้อนใน แก้ไข้พิษ ขับลม ต้นใช้ตำพอกแก้ฟกช้ำ ใบใช้เข้ายาอาบและกินแก้โรคผิวหนัง แก้ไข้มีเม็ดมีหัว



ชิงชี

๓. เท้ายายม่อม

เท้ายายม่อม จัดเป็นพืชล้มลุกลงหัว ใบออกที่ยอดรอบข้อ ดอกแทงจากหัวใต้ดิน อาจสูงจนเลยยอด ในฤดูหนาว ต้นจะตาย ทิ้งหัวไว้ใต้ดิน พอถึงฤดูฝนลำต้นจะงอกออกมาใหม่ แบ่งเท้ายายม่อมที่ใช้ทำขนม หรืออาหาร ก็ได้มาจากหัวเท้ายายม่อมชนิดนี้ รากและต้นใช้ถอนพิษไข้ แก้อ่อนในกระหายน้ำ ตัดไข้ แก้ไข้พิษ แก้อาเจียน



เท้ายายม่อม

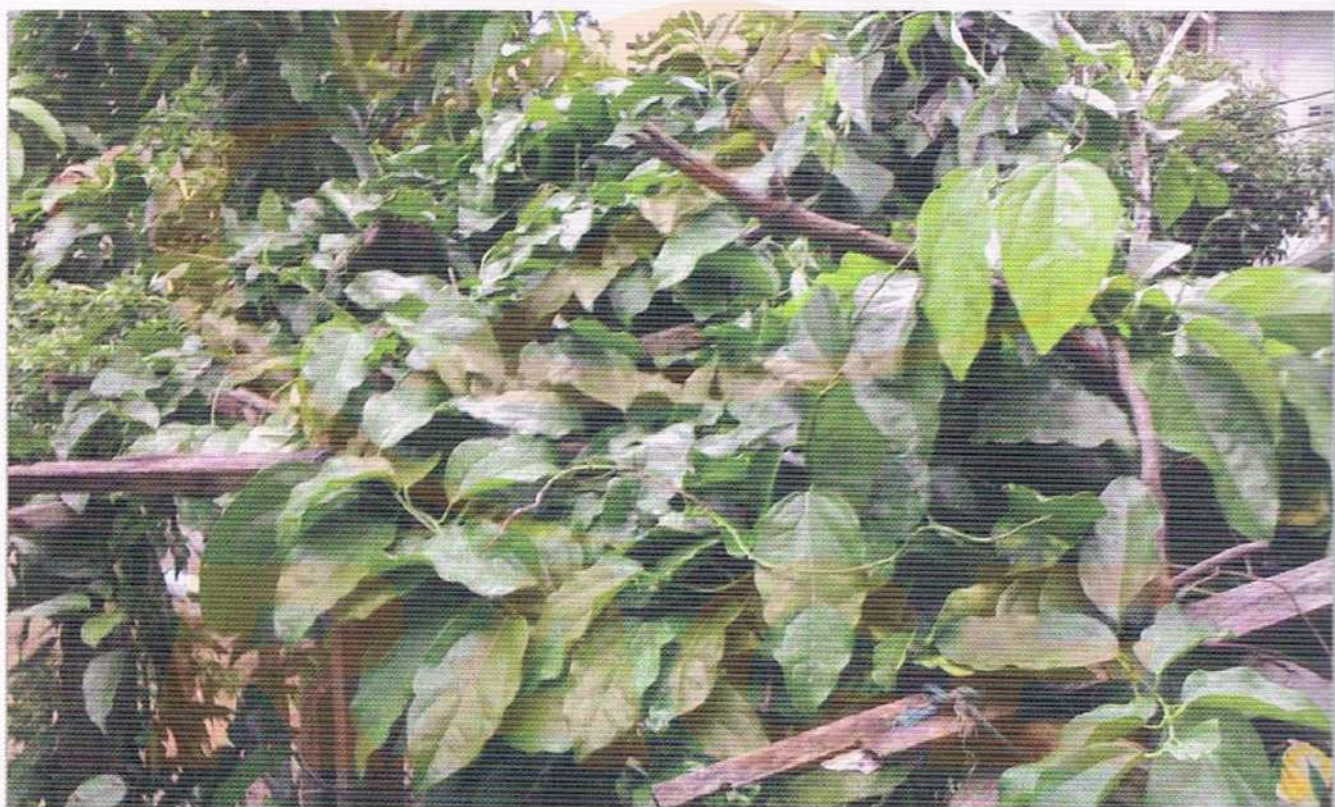
๔. คนทา

คนทา เป็นไม้พุ่ม ในป่าโปร่ง สูงได้ถึง ๘ เมตร ลำต้นสีเทา มีหนามทั้งต้น ก้านใบมีครีบ ใบอ่อนสีแดง สวย ดอกสีขาว ผลกลมฉ่ำน้ำ ทั้งต้นและราก ใช้กระทุ้งพิษไข้ แก้ไข้ทุกชนิด แก้ท้องร่วง ส่วนกิ่งก้านใช้สฟันทิ้ง รักษาฟัน

๕. ย่านาง

ย่านาง ไม้เถาเลื้อย รากใหญ่ เถาสีเขียวสด เหนียวมาก และมีน้ำเมือกเหนียว ใบคล้ายรางจืด ผลขนาดมะแว้ง ออกติดกันเป็นพวง คนอีสานใช้ใบย่านางตำคั้นน้ำต้มรวมกับหน่อไม้ แก้วสขึ้นขม ช่วยลดกรดยูริก ในหน่อไม้

(ภูมิปัญญาพื้นบ้าน) น้ำคั้นจากใบยังช่วยลดความขมในแกงขี้เหล็ก ทางใต้เอายอดอ่อนมาใส่แกงเลียง ช่วยให้แกงเลียง หวานกลมกล่อม รากใช้ แก้ไข้ทุกชนิด กระทุ้งพิษไข้ แก้เมาเรื่อ เมาสุรา



ย่านาง

ในปัจจุบันสมุนไพรที่นำมาทำยา รากแก้หาได้ยาก เวลาจะปรุงยาส่วนใหญ่จะใช้ลำต้นซึ่งมีสรรพคุณยาน้อยกว่าราก ดังนั้น ถ้าตัวยาใดหารากไม่ได้ จำ เป็นต้องใช้ เถา ใบ ต้น แทน ก็ให้เพิ่มตัวยานั้นเป็นสองเท่า ถ้าผลิตเป็นยาผง เอาตัวยาที่เพิ่มนั้นเพื่อให้ได้สรรพคุณเทียบเท่ากับราก

สำหรับผู้ขึ้นในสรรพคุณยาแผนโบราณ เพื่อทดแทนสารสังเคราะห์ ภูมิปัญญาโบราณของแพทย์แผนไทย มียาสามัญประจำบ้าน ที่ใช้แก้ปวด แก้ไข้ ด้วยตำรับยาโบราณ เช่น ยาจันทลีลา ยาประสะจันทน์แดง ยาเขียวหอม ประสะเปราะใหญ่ มหานิลแห่งทอง

ซึ่งในบัญชียาหลักแห่งชาติ แนะนำวิธีใช้ยาห้าาราก ดังนี้

ผู้ใหญ่ รับประทานครั้งละ ๒ - ๒.๕ กรัม วันละ ๓ ครั้ง ก่อนอาหาร เมื่อมีอาการ **เด็ก** อายุ ๖ - ๑๒ ปี
รับประทานครั้งละ ๕๐๐ มิลลิกรัม - ๒ กรัม วันละ ๓ ครั้ง ก่อนอาหาร เมื่อมีอาการ

- ข้อควรระวัง :** - ไม่แนะนำให้ใช้ในผู้ที่สงสัยว่าเป็นไข้เลือดออก เนื่องจากอาจบดบังอาการของไข้เลือดออก
- หากใช้ยาเป็นเวลานานเกิน ๓ วัน แล้วอาการไม่ดีขึ้น ควรปรึกษาแพทย์
- ไม่แนะนำให้ใช้ในหญิงที่มีไข้หรือตั้งครรภ์หรือใช้ระหว่างมีประจำเดือน

เอกสารอ้างอิง

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา. บัญชียาจากสมุนไพร ใน บัญชียาหลักแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๕๕.
นนทบุรี : กระทรวงสาธารณสุข ; ๒๕๕๕.

ขอขอบคุณ

สมาคมแพทย์แผนไทยจังหวัดนครศรีธรรมราช (วัดโคกสะอาด) อาจารย์อุรา หอมอ่อน, อาจารย์สออด จารุชัย,
อาจารย์พนรัตน์ พลภักดี
อาจารย์ละออง ฤกษ์มงคล นายกสมาคมแพทย์แผนไทย จังหวัดนครศรีธรรมราช

๕

เหนื่อยกาย... ต้องอดทน

เหนื่อยกับคน... ต้องทำใจ

เหนื่อยกับงาน... ต้องสู้ไหว

เหนื่อยหัวใจ... ต้องปล่อยวาง

จาก F.B