



ขิง สมุนไพรมหากสรรพคุณ



ขิง สมุนไพรที่อยู่คู่คนไทยมานานแสนนาน ด้วยสรรพคุณที่มีมากมาย ทำให้ขิงถูกนำไปเป็นวัตถุดิบในการผลิตทั้งอาหาร เครื่องดื่ม ผลิตภัณฑ์สุขภาพและความงาม สมุนไพรใกล้ตัว ฉบับนี้ จึงขอนำประโยชน์บางส่วน of ขิงมาฝาก ทั้งขิงอ่อน-ขิงแก่ กับตำรับยาจีนอย่างง่าย

ขิงอ่อน : สรรพคุณหลักคือ แก้คลื่นไส้ อาเจียน

1. คลื่นไส้ อาเจียน มีน้ำลายมาก ไม่กระหายน้ำ ตำรับยาอย่างง่าย ขิงสด 3 แว่น ป่านเซีย 12 กรัม
2. คลื่นไส้ อาเจียน หรือเรอ สะอึก ตำรับยาอย่างง่าย ขิงสด 3 แว่น เปลือกส้มจีน 10 กรัม
3. คลื่นไส้ อาเจียน กลัวหนาว เบื่ออาหาร ระบบย่อยไม่ดี ตำรับยาอย่างง่าย ขิง 5 แว่น พุทธาจีน 10 ลูก
4. อาเจียนไม่หยุด เบื่ออาหาร คนแพ้ท้อง ตำรับยาอย่างง่าย ขิงสด 5 แว่น หน้าผิง 5 ซ่อนโต๊ะ โสมคน 10 กรัม (ขนาดของขิงแต่ละแวนประมาณ 2 เซนติเมตร หน้า 1 เซนติเมตร)

ขิงแก่ : สรรพคุณหลักคือ รักษาภาวะน้ำลายมาก แก้อาเจียน มือเท้าเย็น แก้ไอ แก้ปวดเอว (มีความเย็นมาก) แก้ท้องอืด

1. น้ำลายมาก อาเจียนเป็นน้ำใส ไอ ตำรับยาอย่างง่าย ขิงแห้ง 10 กรัม ชะเอม 3 กรัม ป่านเซีย 12 กรัม
2. มือ เท้าเย็น คล้ำซีพจรไม่ได้ ซ็อก โรคหัวใจ ตำรับยาอย่างง่าย ขิงแห้ง 10 กรัม ฟู่จื่อ 5 กรัม
3. ไอ หอบ เสมหะขาวเหลวปริมาณมาก มีฟอง ตำรับยาอย่างง่าย ขิงแห้ง 10 กรัม ซีซิง 6 กรัม หู เว่ย จื่อ 10 กรัม
4. ท้องอืด ปวดท้อง เย็นท้อง กลัวหนาว ปัสสาวะไม่คล่อง ตำรับยาอย่างง่าย ขิงแห้ง 10 กรัม ไปจี้ 10 กรัม ฟู่หลิง 12 กรัม ชะเอม 3 กรัม

แหล่งข้อมูล : นิตยสารหมอชาวบ้าน