

คู่มือการใช้

ยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ



ศูนย์บริการการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

คณะกรรมการแพทย์แผนไทยอภัยภูเบศร มหาวิทยาลัยบูรพา

คำนำ

คณะกรรมการแพทย์แผนไทยอภัยภูเบศรได้จัดโครงการ “ตู้ยาสมุนไพร” เพื่อใช้ดูแลตนเองจากการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวัน และสนับสนุนการใช้ยาสมุนไพร ตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข “เจ็บป่วยคราใด ใช้ยาไทยก่อนไปหาหมอ”

ด้วยภารกิจจัดทำคู่มือการใช้ยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ และจัดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากผู้เชี่ยวชาญด้านการใช้ยาสมุนไพร ซึ่งได้ผลสรุปออกมาเป็นแนวทางปฏิบัติที่ดี (best practice) จึงเห็นควรจัดใส่คู่มือไว้ในตู้ยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ เพื่อให้ใช้ยาสมุนไพรได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมกับอาการ ซึ่งมีรายละเอียด ข้อบ่งใช้ ข้อห้าม ข้อควรระวัง และอันตรายที่อาจเกิดเมื่อใช้ร่วมกับยาแผนปัจจุบันบางชนิด หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือนี้จะเกิดประโยชน์ต่อผู้ที่มีอาการเจ็บป่วย และผู้ที่สนใจเกี่ยวกับการใช้ยาสมุนไพร

ผู้จัดทำ

พทป.นุชชุตดา มารยาท

ศูนย์บริการการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

คณะกรรมการแพทย์แผนไทยอภัยภูเบศร มหาวิทยาลัยบูรพา

สารบัญ

หน้า

ยาใช้ภายใน

แก้อาการปวดท้อง ท้องอืด ท้องเฟ้อ	๑
แก้ท้องเสีย	๒
ยาระบาย	๓
ยาแก้ไอ	๔
ยาแก้ไอ	๖
ยาแก้วิงเวียน หน้ามืด	๘
ยาแก้คลื่นไส้ อาเจียน	๙
ยาแก้ปวดกล้ามเนื้อ	๑๐
ยากลุ่มอาการนารีเวชศาสตร์	๑๑
ยาแก้แพ้ ลดน้ำมูก	๑๓

ยาใช้ภายนอก

ยาใส่ล้างแผล ซ้ำเชื้อ	๑๖
ยาแก้ปวดกล้ามเนื้อ	๑๗
ยาแก้โรคผิวหนัง	๑๘

ยาใช้ภายใน

แก้อาการปวดท้อง ท้องอืด ท้องเฟ้อ

ยาแคปซูลขมิ้นชัน



ข้อบ่งใช้: ขับลม บรรเทาอาการแน่นท้อง จุกเสียด

ขนาดและวิธีใช้: รับประทานครั้งละ ๒ แคปซูล วันละ ๔ ครั้ง หลังอาหารและก่อนนอน

ข้อห้ามใช้: ห้ามใช้กับผู้ท้องน้ำดีอุดตันหรือผู้ที่แพ้ขมิ้นชัน

อาการไม่พึงประสงค์: ผิวน้ำอักเสบจากการแพ้

ผู้ป่วยที่มีอาการดังนี้ ควรปรึกษาแพทย์แผนไทย แพทย์ เภสัชกร ก่อนใช้ยา

- ผู้ป่วยโรคหัวใจในถุงน้ำดี/ หญิงตั้งครรภ์/ เด็กอายุต่ำกว่า 12 ปี
- ผู้ป่วยที่รับประทานยาต้านการแข็งตัวของเลือด เช่น ยาแอสไพริน (aspirin) และยาวาฟาริน (warfarin)
- ผู้ป่วยที่ใช้ยารักษาโรคมะเร็งบางชนิด เช่น doxorubicin, chlormethine, cyclophosphamide และ camptothecin

แก้อาการท้องเสีย

ยาแคปซูลฟ้าทะลายโจร

ข้อบ่งใช้: ท้องเสียที่ไม่ติดเชื้อ (ไม่มีมูกหรือเลือดปน)

ขนาดและวิธีใช้: รับประทานครั้งละ ๔ แคปซูล วันละ ๔ ครั้ง หลังอาหารและก่อนนอน

ข้อห้ามใช้: ผู้ที่แพ้ฟ้าทะลายโจร

หญิงตั้งครรภ์และหญิงให้นมบุตร

ผู้ป่วยที่มีอาการดังนี้ ควรปรึกษาแพทย์แผนไทย แพทย์ เกษัชกร ก่อนใช้ยา

- ผู้ป่วยที่รับประทานยาต้านการแข็งตัวของเลือด เช่น ยาแอสไพริน (aspirin) และยาวาฟาริน (warfarin)

- หากใช้ฟ้าทะลายโจรติดต่อกัน ๓ วัน ถ้าอาการไม่ดีขึ้นหรืออาการรุนแรงขึ้น ควรไปพบแพทย์

อาการไม่พึงประสงค์: อาจทำให้เกิดอาการผิดปกติของทางเดินอาหาร เช่น ปวดท้อง คลื่นไส้ เบื่ออาหาร วิงเวียนศีรษะ ใจสั่นและอาจเกิดลมพิษ



ยาระบาย

ยาแคปซูลธรณีสีนทะเล



ข้อบ่งใช้: ท้องผูก และ/หรือท้องผูกเรื้อรัง

ขนาดและวิธีใช้: รับประทานครั้งละ ๑-๒ แคปซูล วันละ ๑ ครั้ง
ก่อนอาหารเช้าหรือก่อนนอน

ข้อห้ามใช้ : ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์ ผู้ที่มีไข้ และเด็กอายุต่ำกว่า 12 ปี

ผู้ป่วยที่มีอาการดังนี้ควรปรึกษาแพทย์แผนไทย แพทย์ เภสัชกร ก่อนใช้ยา

- ผู้ป่วยที่รับประทานยาต้านการแข็งตัวของเลือด เช่น ยาแอสไพริน (aspirin) และยาวาฟาริน (warfarin)
- ผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของตับไต
- ผู้ป่วยที่รับประทานยา phenytoin, propranolol, theophylline และ rifampicin

ยาแก้ไข้

๑. ยาเซ็ยวหอม



ข้อบ่งใช้: แก้อาการไข้ ตัวร้อน ร้อนใน กระหายน้ำ แก้พิษหัด พิษสุกใส

ขนาดและวิธีใช้: เด็กอายุ ๖ - ๑๒ ปี รับประทานครั้งละ ๑ แคปซูล
ผู้ใหญ่รับประทานครั้งละ ๔ แคปซูล ทุก ๔-๖ ชั่วโมง หรือเมื่อมีอาการ

ข้อควรระวัง:

- ควรระวังในผู้ป่วยที่แพ้ละอองเกสรดอกไม้
- ไม่แนะนำให้ใช้ในผู้ที่สงสัยว่าเป็นไข้เลือดออก เนื่องจากอาจบดบังอาการไข้เลือดออก
- หากใช้ยาเป็นเวลานานเกิน ๓ วัน แล้วอาการไม่ดีขึ้น

ควรปรึกษาแพทย์

๒. ยาจินน์ลีลา



ข้อบ่งใช้: แก้อาการไข้ตัวร้อน ไข้เปลี่ยนฤดู ไข้ทับระดู

ขนาดและวิธีใช้: เด็กอายุ ๖ - ๑๒ ปี รับประทานครั้งละ ๑ - ๒ แคปซูล

ผู้ใหญ่รับประทานครั้งละ ๒ - ๔ แคปซูล ทุก ๓ - ๔ ชั่วโมง หรือเมื่อมีอาการ

ข้อควรระวัง:

- ไม่แนะนำให้ใช้ในผู้ที่สงสัยว่าเป็นไข้เลือดออก เนื่องจากอาจ
บดบังอาการของไข้เลือดออก

- หากใช้ยาเป็นเวลานานเกิน ๓ วัน แล้วอาการไม่ดีขึ้น
ควรปรึกษาแพทย์

ยาแก้ไอ

๑. ยาประสะมะแว้ง



ข้อบ่งใช้: แก้อาการไอมีเสมหะ

ขนาดและวิธีใช้: ผู้ใหญ่รับประทานครั้งละ ๒ - ๓ แคปซูล เมื่อมีอาการ
เด็กอายุ ๖ - ๑๒ ปี รับประทานครั้งละ ๑ แคปซูล เมื่อมีอาการ

ข้อควรระวัง: ไม่ควรใช้ติดต่อกันนานเกิน ๑๕ วัน หากอาการไม่ดีขึ้น
ควรปรึกษาแพทย์

๒. ยาอำมฤควาที



ข้อบ่งใช้: แก้อาการไอ ขับเสมหะ ช่วยให้ชุ่มคอ

ขนาดและวิธีใช้: เด็กอายุ ๖ - ๑๒ ปี รับประทานครั้งละ ๑ แคปซูล

ผู้ใหญ่รับประทานครั้งละ ๒ แคปซูล เมื่อมีอาการ

แก้อาการวิงเวียน หน้ามืด

ยาหอมนวโกฐ



ข้อบ่งใช้: แก้อาการคลื่นเหียน อาเจียน

ขนาดและวิธีใช้: รับประทานครั้งละ ๑/๒ - ๑ ช้อนชา

ข้อห้ามใช้: ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์ และผู้มีไข้

ผู้ป่วยที่มีอาการดังนี้ ควรปรึกษาแพทย์แผนไทย แพทย์ เภสัชกร ก่อนใช้ยา

- ผู้ป่วยที่รับประทานยาต้านการแข็งตัวของเลือด เช่น ยาแอสไพริน (aspirin) และยาวาฟาริน (warfarin)
- ระวังการใช้ยาในผู้ป่วยที่แพ้ละอองเกสรดอกไม้

แก้อาการคลื่นไส้ อาเจียน

ยาชิง



ข้อบ่งใช้: แก้อาการท้องอืด ขับลม แน่นจุกเสียด คลื่นไส้ อาเจียน

ขนาดและวิธีใช้:

- แก้ท้องอืด ขับลม รับประทานครั้งละ ๒ แคปซูล วันละ ๓ ครั้ง
หลังอาหาร
- แก้คลื่นไส้ อาเจียน รับประทานครั้งละ ๑ แคปซูล วันละ ๓ ครั้ง
หลังอาหาร

ผู้ป่วยที่มีอาการดังนี้ ควรปรึกษาแพทย์แผนไทย แพทย์ เภสัชกร ก่อนใช้ยา

- ผู้ป่วยที่รับประทานยาต้านการแข็งตัวของเลือด เช่น ยาแอสไพริน (aspirin) และยาวาฟาริน (warfarin)
- ผู้ป่วยโรคหัวใจ

อาการไม่พึงประสงค์: แสบร้อนบริเวณทางเดินอาหาร ระคายเคืองบริเวณปาก และคอ

แก้อาการปวดเมื่อย

ยาเถาวัลย์เปรียง



ข้อบ่งใช้: แก้อาการปวดกล้ามเนื้อ ลดการอักเสบของกล้ามเนื้อ

ขนาดและวิธีใช้: รับประทานครั้งละ ๑ - ๒ แคปซูล วันละ ๓ ครั้ง หลังอาหารทันที

ข้อห้ามใช้: ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์

ข้อควรระวัง: ควรระวังการใช้กับผู้ป่วยโรคแผลในกระเพาะอาหารและลำไส้ เนื่องจากอาจทำให้เกิดการระคายเคืองระบบทางเดินอาหาร

อาการไม่พึงประสงค์: ปวดท้อง ท้องผูก ปัสสาวะบ่อย คอแห้ง ใจสั่น

กลุ่มอาการนารีเวชศาสตร์

ยาประสะไพล



ข้อบ่งใช้: แก้อาการจุกเสียด ปวดประจำเดือน ประจำเดือนมาไม่ปกติ

ขับน้ำคาวปลา

ขนาดและวิธีใช้:

- ประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอหรือมาน้อยกว่าปกติ รับประทานครั้งละ ๑ แคปซูล วันละ ๓ ครั้ง ก่อนอาหาร เป็นเวลา ๓ - ๕ วัน เมื่อประจำเดือนมาให้หยุดรับประทาน

- ปวดประจำเดือน ให้รับประทานยาก่อนมีประจำเดือน ๒ - ๓ วัน ไปจนถึงวันแรกและวันที่สองที่มีประจำเดือน รับประทานครั้งละ ๑ แคปซูล วันละ ๓ ครั้ง ก่อนอาหาร

- ขับน้ำคาวปลาในหญิงหลังคลอดบุตร รับประทานครั้งละ ๑ แคปซูล วันละ ๓ ครั้ง ก่อนอาหาร รับประทานจนกว่า น้ำคาวปลาจะหมด แต่ไม่เกิน ๑๕ วัน

- ข้อห้ามใช้:
- ห้ามใช้ในหญิงตกเลือดหลังคลอด หญิงตั้งครรภ์
 - หญิงที่มีประจำเดือนมากกว่าปกติเพราะจะทำให้มีการขับประจำเดือนออกมามากขึ้น
 - ผู้ที่มีไข้

ผู้ป่วยที่มีอาการดังนี้ ควรปรึกษาแพทย์แผนไทย แพทย์ เกษัชกร ก่อนใช้ยา

- ผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของตับ ไต
- ประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ ไม่ควรใช้ติดต่อกันนานเกิน ๑ เดือน

ยาแก้แพ้ ลดน้ำมูก

๑. ยาปราบชมพูทวีป

ข้อบ่งใช้: แก้อาการหวัด แพ้อากาศ

ขนาดและวิธีใช้: รับประทานครั้งละ ๒ - ๔ แคปซูล วันละ ๔ ครั้ง ก่อนอาหาร และก่อนนอน

ข้อห้ามใช้:

- ห้ามใช้เมื่อพบภาวะแทรกซ้อนจากการแพ้อากาศ เช่น ไซนัสอักเสบ การติดเชื้อแบคทีเรียที่มีอาการเจ็บบริเวณไซนัส ไข้สูง น้ำมูกและเสมหะเขียว

- ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์/ ผู้ที่มีไข้/ เด็กอายุต่ำกว่า 12 ปี

ผู้ป่วยที่มีอาการดังนี้ ควรปรึกษาแพทย์แผนไทย แพทย์ เกษัชกร ก่อนใช้ยา

- ผู้ป่วยโรคความดันเลือดสูง โรคหัวใจ โรคแผลในกระเพาะอาหาร และลำไส้ โรคกรดไหลย้อน

- ผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของตับ ไต หรือทางเดินปัสสาวะ

- ผู้ป่วยที่เข้ายา phenytoin, propranolol, theophylline และ

rifampicin

อาการไม่พึงประสงค์: แสบร้อนยอดอก



๒. ยาแอสไพรินละลายใจ

ข้อบ่งใช้: แก้อาการหวัด เจ็บคอ

ขนาดและวิธีใช้: รับประทานครั้งละ ๓-๔ แคปซูล วันละ ๔ ครั้ง หลังอาหาร และก่อนนอน

ข้อห้ามใช้: ห้ามใช้ในผู้ที่มีอาการแพ้ฟ้าทะลายโจร

ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์และหญิงให้นมบุตร

ผู้ป่วยที่มีอาการดังนี้ ควรปรึกษาแพทย์แผนไทย แพทย์ เภสัชกร ก่อนใช้ยา

- ผู้ป่วยที่รับประทานยาต้านการแข็งตัวของเลือด เช่น

ยาแอสไพริน (aspirin) และยาวาฟาริน (warfarin)

- หากใช้ฟ้าทะลายโจรติดต่อกัน ๓ วัน ถ้าอาการไม่ดีขึ้นหรือ

อาการรุนแรงขึ้น ควรไปพบแพทย์

อาการไม่พึงประสงค์: อาจทำให้เกิดอาการผิดปกติของทางเดินอาหาร เช่น ปวดท้อง คลื่นไส้ เบื่ออาหารวิงเวียนศีรษะ ใจสั่นและอาจเกิดลมพิษ



ยาใช้ภายนอก

ยาใส่ล้างแผล ข่าเชื้อ

การชิตินเปลือกมังคุด



ข้อบ่งใช้: รักษาแผลสดและแผลเรื้อรัง

ขนาดและวิธีใช้: ใส่บริเวณที่เป็นแผล

ข้อห้ามใช้: ห้ามทาบริเวณขอบตาและเนื้อเยื่ออ่อน

ยาแก้ปวดกล้ามเนื้อ

ยาครีมไฟล



ข้อบ่งใช้: แก้อาการปวดเมื่อยตามร่างกาย

ขนาดและวิธีใช้: ทาและนวดเบาๆ บริเวณที่มีอาการวันละ ๒ - ๓ ครั้ง

ข้อห้ามใช้: ห้ามทาบริเวณขอบตาและเนื้อเยื่ออ่อน และผิวหนังที่มีบาดแผลหรือมีแผลเปิด

ยาสำหรับโรคผิวหนัง

ยาขี้ผึ้งพญาขอ



ข้อบ่งใช้: แก้อาการแฉลง สัตว์กัดต่อย

ขนาดและวิธีใช้: ทาบริเวณที่มีอาการ

อ้างอิง: ประกาศคณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ เรื่อง
บัญชียาหลักแห่งชาติ (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๖๐

