



ฟ้าทะลายโจร

ฟ้าทะลายโจร ชื่อสามัญ Kariyat ฟ้าทะลายโจร

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Andrographis paniculata* (Burm.f.) Nees จัดอยู่ในวงศ์
เหงือกปลาหมอ (ACANTHACEAE)

สมุนไพรฟ้าทะลายโจร (มักเขียนผิดเป็น ฟ้ายลายโจร, ฟ้ายะลายโจร) มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า
ฟ้ายะลาย ฟ้ายะลายโจร น้ำลายพังพอน (กรุงเทพมหานคร), สามสิบดี เขตตายยายคลุม (ร้อยเอ็ด), หญ้าก้นงู
(สงขลา), ฟ้ายะท้าน (พัทลุง), เมฆทะลาย (ยะลา), ฟ้ายาง (พนัสนิคม), ขุนโจรห้าร้อย (ภาคกลาง), ชวนชิน
เหลียง เจ๊กเกียงสี่ คีปังฮี โช่วเช่า (จีน) เป็นต้น

ข้อมูลอ้างอิง (Source) :

<https://medthai.com/%e0%b8%9f%e0%b9%89%e0%b8%b2%e0%b8%97%e0%b8%b0%e0%b8%a5%e0%b8%b2%e0%b8%a2%e0%b9%82%e0%b8%88%e0%b8%a3/> |

Medthai

ลักษณะของฟ้าทะลายโจร

ต้นฟ้าทะลายโจร จัดเป็นพืชล้มลุกที่มีความสูงประมาณ 30-70 เซนติเมตร หรือประมาณ 1-2 ศอก ลำต้นเป็นสี่เหลี่ยม แตกกิ่งมาก ทุกส่วนของต้นมีรสขม กิ่งเป็นใบสี่เหลี่ยม สามารถพบได้ทั่วไปในประเทศไทย ลาว กัมพูชา มาเลเซีย อินโดนีเซีย เวียดนาม จีน และหมู่เกาะในทะเลแคริบเบียน



ใบฟ้าทะลายโจร ลักษณะเป็นใบเดี่ยว แผ่นใบสีเขียวเข้มเป็นมัน ลักษณะของใบรียาว ปลายใบแหลม



ดอกฟ้าทะเลลายใจ ออกดอกเป็นช่อที่ปลายกิ่งและตามซอกใบ ดอกมีขนาดเล็กสีขาว มีดอกย่อย กลีบดอกมีสีขาวโคนกลีบติดกัน ปลายแยกเป็น 2 ปาก ปากบนมี 3 กลีบ (มีเส้นสีม่วงแดงพาดอยู่) ส่วนปากล่างมี 2 กลีบ

ผลฟ้าทะเลลายใจ ลักษณะเป็นฝัก ฝักจะคล้ายกับฝักต้อยติ่ง (หรือเป๊าะเป๊าะ) ฝักอ่อนมีสีเขียว เมื่อแก่ฝักจะเป็นสีน้ำตาลและแตกได้ ภายในฝักมีเมล็ดสีน้ำตาลอ่อนจำนวนมาก



สมุนไพรฟ้าทะลายโจร มีสารสำคัญที่ออกฤทธิ์ทางยาสมุนไพรอยู่ 3 สารด้วยกัน โดยเป็นสารในกลุ่ม **Lactone** ซึ่งก็คือ สารแอนโดรกราโฟไลด์ (**Andrographolide**), สารนีโอแอนโดรกราโฟไลด์ (**Neo-Andrographolide**), และสาร 14-ดีออกซีแอนโดรกราโฟไลด์ (**14-deoxy-andrographolide**) โดยส่วนที่นำมาใช้เป็นยาสมุนไพรได้แก่ ใบสด ใบแห้ง และทั้งต้น โดยใบจะเก็บมาใช้ได้เมื่อต้นมีอายุได้ราว 3-5 เดือน



สรรพคุณของฟ้าทะลายโจร

1. สรรพคุณฟ้าทะลายโจรช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระในร่างกาย ช่วยกระตุ้นการสร้างภูมิคุ้มกัน
ในร่างกาย ต่อต้านสิ่งแปลกปลอมที่เข้ามาในร่างกาย รวมไปถึงช่วยกระตุ้นการสร้างเม็ดเลือดขาว
ให้จับกินเชื้อโรคได้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

2. สรรพคุณฟ้าทะลายโจรมีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง

3. สรรพคุณฟ้าทะลายโจร ใบใช้เป็นยาชมช่วยทำให้เจริญอาหาร (ใบ)

4. ช่วยรักษาโรคเบาหวาน ด้วยการใช้ต้นฟ้าทะลายโจร กระจาย และว่านเอ็นเหลือง นำมา
ทำเป็นยาเม็ดลูกประทาน (ต้น)

5. ช่วยป้องกันและแก้อาการหวัด คัดจมูก ด้วยการใช้ใบและกิ่งประมาณ 1 กำมือ (สดใช้
25 กรัม แต่ถ้าแห้งใช้ 3 กรัม) นำมาต้มกับน้ำดื่ม รับประทานก่อนอาหารวันละ 2 ครั้ง เข้าและเย็น
หรือในขณะที่มีอาการ (กิ่ง, ใบ)

6. ช่วยแก้อาการปวดหัวตัวร้อน อาการปวดหัวแบบไม่มีสาเหตุ ด้วยการใช้ใบและกิ่ง
ประมาณ 1 กำมือ (สดใช้ 25 กรัม แต่ถ้าแห้งใช้ 3 กรัม) นำมาต้มกับน้ำดื่มก่อนอาหารวันละ 2 ครั้ง
เช้าและเย็น หรือในขณะที่มีอาการ (กิ่ง, ใบ)

7. ฟ้าทะลายโจร สรรพคุณช่วยแก้ไข้ทั่ว ๆ ไป อาการปวดหัวตัวร้อน เช่น ไข้หวัด ไข้หวัด
ใหญ่ เป็นต้น (ใบ, กิ่ง)

8. ช่วยรักษาไข้ไทฟอยด์ ด้วยการรับประทานฟ้าทะลายโจรก่อนอาหารครั้งละ 2 เม็ด วันละ
3 ครั้ง เป็นเวลา 3 สัปดาห์ หลังจากนั้นให้กินยาบำรุงเพื่อฟื้นฟูกำลังของผู้ป่วยร่วมด้วย

9. ช่วยแก้อาการไอ ลดน้ำมูก และช่วยฆ่าเชื้อที่จมูก ด้วยการใช้ใบนำมาทำเป็นยาผงแล้ว
นำมาใช้สูดดม (ใบ)

10. ช่วยลดและขับเสมหะ ด้วยการไ้ใบนำมาทำเป็นยาผงแล้วนำมาใช้สูดดม (ใบ)
11. ช่วยระงับอาการอักเสบ แก้อาการเจ็บคอ คออักเสบ ต่อมทอนซิลอักเสบ หลอดลมอักเสบ ด้วยการไ้ใบนำมาทำเป็นยาผงแล้วนำมาใช้สูดดม (ใบ)
12. ช่วยแก้อาการติดเชื้อ ระวังการเจริญเติบโตของเชื้อโรคที่เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการปวดท้อง ท้องเสีย ท้องร่วง ท้องเดิน เป็นบิด ด้วยการไ้ทั้งต้น (ส่วนทั้ง 5 ของฟ้าทะลายโจร) นำมาผึ่งลมให้แห้งแล้วหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ประมาณ 1 กำมือ (น้ำหนักประมาณ 3-9 กรัม) แล้วนำมาต้มกับน้ำดื่มตลอดวัน (ทั้งต้น)
13. ช่วยแก้อาการร้อนใน ด้วยการไ้ใบฟ้าทะลายโจรตากแห้ง 15 กรัมและเตยหอมสดหั่นแล้ว 15 กรัม นำมาต้มกับน้ำพอท่วมยาจนเดือด ใช้ดื่มก่อนอาหารเช้า กลางวัน เย็น จะช่วยทำให้อาการร้อนในดีขึ้น แต่ถ้าอยากใหหายขาด แนะนำว่าไม่ต้องดื่มน้ำหลังอาหารมากเกินไป รับประทานอาหารให้ตรงเวลา และออกกำลังกายทุกวัน อาการร้อนในก็จะหายไปมากที่สุด (ใบ)
14. ฟ้าทะลายโจรมีรสขมมาก โดยความขมจะเหนียวนำช่วยทำให้ขับน้ำลายออกมามากขึ้น จึงทำให้อุ้มคอ
15. ฟ้าทะลายโจรมีฤทธิ์ช่วยฆ่าเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของการเกิดโรคระบบทางเดินหายใจ
16. ฟ้าทะลายโจรมีฤทธิ์ในการช่วยลดการบีบตัวของกล้ามเนื้อเรียบ ช่วยคลายกล้ามเนื้อหลอดลม
17. ฟ้าทะลายโจรมีส่วนช่วยลดการติดเชื้ออหิวาตกโรคในอุจจาระ แต่อาจจะไม่ดีเท่าการไ้ยาเตตราไซคลีนในการรักษา แต่ก็สามารถใช้ทดแทนได้
18. ช่วยรักษากระเพาะลำไส้อักเสบ (ใบ)
19. ฟ้าทะลายโจรมีสรรพคุณช่วยในการย่อยอาหารและช่วยเร่งให้ตับสร้างน้ำดี

20. ช่วยบรรเทาอาการของโรคริดสีดวง ด้วยการรับประทานฟ้าทะลายโจรก่อนอาหารและก่อนนอน ครั้งละ 2-3 เม็ด วันละ 3-4 ครั้ง จะช่วยทำให้อาการเลือดออกหรืออาการปวดดวงหายไป ทำให้ขับถ่ายได้สะดวกยิ่งขึ้น

21. ช่วยรักษาโรคตับ ด้วยการรับประทานฟ้าทะลายโจรก่อนอาหารวันละ 2-3 เม็ด วันละ 3 ครั้ง (และควรใช้ยาบำรุงชนิดอื่นด้วย)

22. ช่วยรักษาโรคผิวหนัง ฝี แผลฝี ด้วยการรับประทานฟ้าทะลายโจรก่อนอาหารวันละ 1 กำมือ แล้วเอาเกลือ 3 เม็ด นำมาตำผสมรวมกันในครกจนละเอียด แล้วเอาสุราครึ่งถ้วยชา น้ำครึ่งช้อนชาใส่รวมลงไป คนให้เข้ากันแล้วเทกินก่อนถ้วยชา ส่วนกากที่เหลือนำมาพอกแผลฝี แล้วใช้ผ้าสะอาดพันไว้ ตอนพอกเสร็จใจใหม่ ๆ อาจจะมีรู้สึกปวดบ้างเล็กน้อย (ใบ)

23. ช่วยรักษาแผลอักเสบที่เกิดจากโรคเบาหวาน ด้วยการรับประทานเป็นยาฟ้าทะลายโจรแบบเม็ด และการใช้ทาเพื่อรักษาอาการ

24. ช่วยยับยั้งเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของการเกิดหนองได้ (ใบ)

25. ช่วยรักษาโรคกุสวัต ด้วยการรับประทานยาฟ้าทะลายโจรก่อนอาหาร 2-3 เม็ด วันละ 3 ครั้ง เป็นระยะเวลา 3 สัปดาห์ เนื่องจากกุสวัตคือเชื้อไวรัสที่จะอยู่นาน 3 สัปดาห์ ถ้าใช้รักษาให้ครบตามเวลา ก็จะทำให้ไม่กลับมาเป็นอีก

ประโยชน์ของฟ้าทะลายโจร

ช่วยแก้ปัญหามมร่วง ด้วยการรับประทานฟ้าทะลายโจรแคปซูล โดยรับประทานครั้งละ 1 แคปซูลด้วยการนำผงดังกล่าวไปละลายในน้ำอุ่น แล้วนำมาชโลมให้ทั่วหนังศีรษะ ทั้งไว้สักพักแล้วล้างออก

ปัจจุบันได้มีการนำสมุนไพรฟ้าทะลายโจรมาผลิตเป็น แคปซูลฟ้าทะลายโจร ซึ่งหาซื้อมารับประทานได้ง่ายและสะดวกในการรับประทานมากยิ่งขึ้น

วิธีใช้ฟ้าทะลายโจร

ทำเป็นยาชง ด้วยการใส่ใบสดหรือใบแห้ง (ใบสดจะมีสรรพคุณที่ดีกว่า) ประมาณ 5-7 ใบ แล้วนำมาต้มกับน้ำเดือดลงจนเกือบเต็มแก้ว แล้วปิดฝาทิ้งไว้ประมาณครึ่งชั่วโมง เมื่ออุ่นแล้วก็ นำมารินดื่ม โดยให้รับประทานก่อนอาหารและก่อนนอนครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3-4 ครั้ง

ทำเป็นยาลูกกลอน หรือ ยาเม็ดฟ้าทะลายโจร ด้วยการใส่ใบสดนำมาล้างให้สะอาด แล้ว ผึ่งในที่ร่มที่มีลมโกรกให้แห้ง (ห้ามตากแดด) นำมาบดจนเป็นผงละเอียด แล้วนำมาปั้นผสมกับ น้ำผึ้ง (หรือน้ำเชื่อมก็ได้เช่นกัน) ให้เป็นเม็ดขนาดเท่ากับเม็ดถั่วเหลือง (หนักประมาณ 250 มิลลิกรัม) เมื่อบั่นเสร็จแล้วให้ฝึกลมจนแห้ง (ถ้าไม่แห้งแล้วนำมารับประทานจะขมมาก) โดย รับประทานก่อนอาหารและก่อนนอนครั้งละ 4-10 เม็ด วันละ 3-4 ครั้ง

ทำเป็นยาแคปซูล ด้วยการใส่ผงยาที่ปั้นเป็นยาลูกกลอน ก็ให้นำมาใส่ในแคปซูล เพื่อที่จะ ช่วยกลบรสขมของยา ทำให้รับประทานได้ง่าย โดยขนาดแคปซูลที่ใช้คือ ขนาดเบอร์ 2 (250 มิลลิกรัม) รับประทานก่อนอาหารและก่อนนอนวันละ 3-4 แคปซูล วันละ 3-4 ครั้ง

ทำเป็นยาผงสำหรับใช้สูดดม โดยใช้ยาผงที่บดละเอียดนำมาใส่ขวด ปิดฝาเขย่าแล้วเปิด ฝาออก ผงควันก็จะลอยออกมา ก็ให้สูดดมควันนั้นเข้าไป โดยผงยาจะติดที่คอช่วยให้ยาออก ฤทธิ์ที่ลำคอโดยตรง จึงช่วยลดเสมหะ แก้อาการเจ็บคอ ช่วยลดน้ำมูก และช่วยฆ่าเชื้อในจมูกได้ เป็นอย่างดี (ซึ่งวิธีนี้จะดีกว่าวิธีกวาดคอ วิธีเป่าคอ และวิธีการชง เพราะจะรู้สึกขมน้อย ไม่รู้สึก ขยาดเวลาใช้ ใช้งานง่ายและสะดวก) โดยนำมาสูดดมบ่อย ๆ วันละหลาย ๆ ครั้ง แต่ถ้ารู้สึกคลื่นไส้ ให้หยุดใช้สักพัก เมื่อหายแล้วก็นำมาสูดใหม่จนกว่าอาการจะดีขึ้น

ทำเป็นยาดองเหล้า หรือทำเป็นยาทิงเจอร์ ด้วยการใส่ผงแห้งที่ได้นำมาแช่กับสุราโรง 40 ดีกรี (แต่ถ้าใช้แอลกอฮอล์ที่สามารถรับประทานได้ หรือ Ethyl alcohol ก็จะได้ดีกว่าเหล้า) โดย แช่พอท่วมยาผงขึ้นมาเล็กน้อย หลังจากนั้นปิดฝาขวดให้แน่น ทิ้งไว้ 7 วัน และให้เขย่าขวดทุก ๆ วัน

วันละ 1 ครั้ง เมื่อครบตามกำหนดก็ให้กรองเอาแต่น้ำนำมาดื่มก่อนอาหารครั้งละ 1-2 ช้อนโต๊ะ (รสชาติจะขมมาก) วันละ 3-4 ครั้ง (ส่วนที่เหลือก็ให้เก็บไว้ในขวดที่สะอาดและปิดให้สนิท)



ผู้ที่ไม่ควรใช้สมุนไพรฟ้าทะลายโจร

- สตรีมีครรภ์
- ผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตต่ำ
- ผู้ที่เคยมีประวัติเป็นโรคหัวใจรั่วหัวใจมาติก (Rheumatic heart disease)
- ผู้ที่มีอาการเจ็บคอเนื่องมาจากการติดเชื้อ Streptococcus group A
- ผู้ที่มีประวัติเคยเป็นโรคไตอักเสบ เนื่องมาจากการติดเชื้อ Streptococcus group A

- ผู้ที่มีอาการเจ็บคอเนื่องจากติดเชื้อแบคทีเรียและมีอาการรุนแรง เช่น มีไข้สูง มีอาการหนาวสั่น มีหนองในลำคอ

คำแนะนำในการใช้ฟ้าทะลายโจร

- ในต้นฟ้าทะลายโจรมีสารแอนโดรกราโฟไลด์ (Andrographolide) ซึ่งละลายได้ดีในแอลกอฮอล์ แต่ละลายน้ำได้น้อย ดังนั้นตำรับยาสมุนไพรฟ้าทะลายโจรสูตรยาของเหล้าหรือยาทิงเจอร์จึงมีฤทธิ์แรงที่สุด ส่วนชนิดขงจะมีฤทธิ์รองลงมา และแบบยาเม็ดจะมีฤทธิ์อ่อนที่สุด
- ฟ้าทะลายโจรเป็นสมุนไพรที่เหมาะสมสำหรับใช้รักษา “หวัดร้อน” (อาการเหงื่อออก กระจายน้ำ เจ็บ ท้องผูก ปัสสาวะสีเข้ม) **แต่ฟ้าทะลายโจรจะไม่เหมาะกับการนำมาใช้รักษาผู้ที่มีอาการ “หวัดเย็น” (ไม่มีเหงื่อ ปัสสาวะบ่อย รู้สึกหนาวสะท้านบ่อย อุ่นมืออุ่นเท้าเย็น) เพราะอาจจะเกิดอาการกำเริบขึ้นได้** เช่น มีอาการหนาวสั่น คลื่นไส้ เป็นต้น
- ข้อควรระวังในการใช้ ผู้ที่มีความดันโลหิตต่ำไม่ควรใช้ฟ้าทะลายโจร เพราะฟ้าทะลายโจรมีสรรพคุณในการลดความดันโลหิตอยู่แล้ว ซึ่งถ้าหากใช้ฟ้าทะลายโจร อาจจะทำให้เกิดอาการหน้ามืด วิงเวียนศีรษะ หรือมีอาการมึนงง วิธีการแก้ก็คือให้หยุดใช้ทันที หลังจากนั้น 3-4 ชั่วโมงอาการก็จะดีขึ้นเอง เพราะตัวยาสสามารถถูกขับออกไปได้และไม่ตกค้างในร่างกาย
- **ผลข้างเคียงของฟ้าทะลายโจร** สำหรับบางรายที่ใช้สมุนไพรฟ้าทะลายโจรแล้วเกิดอาการปวดท้อง ท้องเสีย มีอาการปวดแหว หรือมีอาการวิงเวียนศีรษะ แสดงว่าคุณแพ้สมุนไพรชนิดนี้ หากมีอาการดังกล่าวให้หยุดการใช้ยา และเปลี่ยนไปใช้ยา

สมุนไพรชนิดอื่นแทน แต่ถ้ามีอาการแพ้ไม่มากก็อาจจะลดขนาดในการรับประทาน
ลงตามความเหมาะสม

- การใช้สมุนไพรฟ้าทะลายโจรในการรักษาอาการต่าง ๆ หากใช้ติดต่อกัน 3 วันแล้ว
อาการไม่ดีขึ้นหรือมีอาการรุนแรงมากขึ้น ควรหยุดใช้และให้ไปพบแพทย์ทันที
- **ไม่ควรรับประทานสมุนไพรฟ้าทะลายโจรติดต่อกันนานเกินกว่า 1 สัปดาห์ เพราะ
อาจจะส่งผลทำให้ร่างกายไม่มีเรี่ยวแรงได้** โดยเฉพาะอย่างยิ่งแขนและขา และยัง
รวมไปถึงอาการท้องอืด หน้ามืดตามัว และมือเท้าชา (แต่จากงานวิจัยก็ไม่พบว่า
เป็นอันตรายรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตหรือมีผลต่อระบบภายในแต่อย่างใด) เพราะ
สมุนไพรชนิดนี้ตำราเวชศาสตร์การแพทย์แผนโบราณระบุว่า เป็นยาเย็น ช่วย
ลดธาตุไฟในร่างกาย เมื่อรับประทานเข้าไปร่างกายที่ร้อนจากอาการไข้ก็จะเย็นลง
 แต่ถ้าหากร่างกายอยู่ในสภาพปกติ การรับประทานติดต่อกันนาน ๆ ก็จะทำให้
ร่างกายไม่มีแรง แต่ถ้าหากคุณจำเป็นต้องใช้สมุนไพรชนิดนี้ติดต่อกันเกินกว่า 1
สัปดาห์ ก็ควรจะรับประทานคู่กับน้ำขิง เพื่อช่วยเพิ่มความอบอุ่นให้กับร่างกาย
(นพ.วิชัย ชัตติยวิทยากุล สาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา, พญ.ดร.อัญชลี จุฑา รอง
ผู้อำนวยการสถาบันการแพทย์แผนไทย กระทรวงสาธารณสุข)

แหล่งอ้างอิง : เว็บไซต์สำนักงานโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจาก

พระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี, เว็บไซต์

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), เว็บไซต์

กระทรวงสาธารณสุข, สำนักงานข้อมูลสมุนไพร มหาวิทยาลัยมหิดล, องค์การเภสัชกรรม,

ฐานข้อมูลพันธุ์ไม้ องค์การสวนพฤกษศาสตร์