

เรียนรู้แพทย์แผนจีน

พว.โสรัจ นิโรธสมบัติ

คณะกรรมการแพทย์แผนจีน มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

กับ ม.หัวเจียวฯ

‘หม่อน’

สมุนไพรบำบัดสารพัดโรค

**ท**ันหม่อน (Mulberry tree) นอกจากใบจะเป็นอาหารให้กับตัวไหม หรือทำเป็นชาใบหม่อนแล้ว ส่วนอื่นๆ ของต้นหม่อนก็ยังมีประโยชน์อีกมากมาย สำหรับทางการแพทย์แผนจีนนั้น ได้นำทั้งใบหม่อน กิ่งหม่อน เปลือกของรากต้นหม่อน และผลหม่อนมาทำเป็นสมุนไพรจีน ใช้รักษาอาการต่างๆ มากมาย โดยแต่ละส่วนของต้นหม่อนจะมีสรรพคุณแตกต่างกันไป

● **ใบหม่อน** ใช้แก้ไข้หวัดและไอได้ดี มีรสขมหวาน ฤทธิ์เย็น ออกฤทธิ์ที่ปอด และตับ

**สรรพคุณ** ช่วยขับลมร้อน รักษาไข้หวัดร้อน ขับความร้อนที่ปอดและตับ แก้ไอ แก้อาการเวียนศีรษะที่เกิดจากตับหยางแกร่งเกินไป รักษาอาการตาแดง แสบตาที่เกิดจากไฟตับ หรือตาฟัวตามัวที่เกิดจากตับและไตพร่อง ช่วยให้เลือดเย็นลงและห้ามเลือด รักษาอาการเลือดกำเดาไหลที่เกิดจากเลือดร้อน

**ปริมาณที่ใช้** ต้มน้ำดื่ม ใบแห้งวันละ 5-10 กรัม ใบสดวันละ 15-30 กรัม หรือบดเป็นผง หรือต้มน้ำล้างตา

● **กิ่งหม่อน** ใช้รักษาอาการปวดเมื่อยได้ดี มีรสขม ฤทธิ์เป็นกลาง ออกฤทธิ์ที่ตับ

**สรรพคุณ** ช่วยขับลม ทะลวงเส้นลมปราณ ช่วยให้ข้อกระดูกเคลื่อนไหวได้คล่อง รักษาอาการปวดเมื่อยที่เกิดจากลมและความชื้น แขนขาเกร็งชา เคลื่อนไหวไม่คล่อง โดยเฉพาะบริเวณแขนทั้งสองข้าง นอกจากนี้

กิ่งหม่อนยังสามารถขับน้ำ ลดอาการบวม รักษาอาการบวมหน้า และยังรักษาโรคต่างชาวจีน ค้นตามฉิวหนิงได้อีกด้วย

**ปริมาณที่ใช้** ต้มน้ำดื่มวันละ 15-30 กรัม

● **เปลือกของรากหม่อน** แก้ไอหอบและขับปัสสาวะ มีรสหวาน ฤทธิ์เย็น ออกฤทธิ์ที่ปอด

**สรรพคุณ** ระบายความร้อนและน้ำที่ปอด สลายอาการหอบ ใช้รักษาอาการไอหอบที่เกิดจากปอดร้อน หรือมีน้ำคั่งในปอด ทำให้เกิดอาการหอบและแน่น ช่วยขับน้ำ ลดอาการบวม ใช้รักษาอาการบวมหน้า ปัสสาวะน้อย นอกจากนี้ ยังสามารถห้ามเลือด ใช้รักษาเลือดกำเดาไหล

ชากเป็นเลือด และลดความดันโลหิต รักษาความดันโลหิตสูง

**ปริมาณที่ใช้** ต้มดื่มวันละ 5-15 กรัม

● **ผลหม่อน** บำรุงร่างกายมีรสหวาน ฤทธิ์เย็น ออกฤทธิ์ที่ตับและไต

**สรรพคุณ** บำรุงอินและเลือด ใช้รักษาอาการที่เกิดจากอินและเลือดพร่อง เช่น เวียนศีรษะ หูอื้อ ตาฟัวตามัว นอนไม่หลับ ผมหงอกก่อนวัย น้ำอสุจikelื่อน นอกจากนี้ ยังช่วยสร้างสารน้ำในร่างกายน ใช้รักษาอาการคอแห้งกระหายน้ำ ท้องผูกเนื่องจากลำไส้ขาดความชุ่มชื้น

**ปริมาณที่ใช้** ต้มน้ำดื่ม ผลหม่อนชนิดแห้งวันละ 10-15 กรัม หรือรับประทานผลสดก็ได้

การวิจัยทางเภสัชวิทยาพบว่า ใบหม่อนสามารถต้านเชื้อมัยโคแบคทีเรีย ต้านไวรัส ต้านเชื้อรา ยับยั้งเบาหวาน ลดระดับน้ำตาลในเลือด ช่วยขับคอเลสเตอรอลในร่างกายน ลดระดับไขมันในเลือด กิ่งหม่อนมีฤทธิ์ต้านการอักเสบ กระตุ้นภูมิคุ้มกัน เปลือกกิ่งหม่อนช่วยลดความดันโลหิต เปลือกของรากหม่อนสามารถต้านเชื้อแบคทีเรีย แก้ไอ ขับปัสสาวะ ลดความดันโลหิต ต้านมะเร็งปากมดลูก (JTC28) มะเร็งปอด ต้านเชื้อ HIV สำหรับผลหม่อนช่วยเสริมระบบภูมิคุ้มกัน

รู้คุณค่ามากมายของต้นหม่อนกันแล้ว อย่าลืมชวนเพื่อนๆ มาปลูกต้นหม่อนกันนะคะ

