

## หนานเฉาเหว่ย



ชื่อสมุนไพร หนานเฉาเหว่ย

ชื่ออื่นๆ/ชื่อท้องถิ่น ป่าช้าเหงา, ป่าช้าหมอง (ทั่วไป), ป่าเห่วหมอง (ภาคเหนือ), หนานเพยเฉา, หนานเพยซู (จีน)

ชื่อวิทยาศาสตร์ Vernonia amygdalina Delile

ชื่อพ้องวิทยาศาสตร์ Gymnanthemum extensum

ชื่อสามัญ Bitter leaf tree

วงศ์ ASTERACEAE

ถิ่นกำเนิดหนานเฉาเหว่ย

หนานเฉาเหว่ย จัดเป็นพืชที่มีถิ่นกำเนิดดั้งเดิมในประเทศจีน จากนั้นจึงได้มีการแพร่กระจายพันธุ์โดยการถูกนำไปปลูกในเขตร้อนต่างๆ ทั่วโลกทั้งใน เอเชีย และแอฟริกา สำหรับในประเทศไทยในปัจจุบันสามารถพบได้ทั่วทุกภาคของประเทศ แต่จะพบในภาคเหนือมากที่สุดเนื่องจากการใช้ประโยชน์อย่างกว้างขวาง โดยนิยมปลูกไว้ที่บ้านเรือนเพื่อใช้ประโยชน์ทางยา

รูปแบบและขนาดวิธีใช้

ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ใช้รักษาโรคความดันโลหิตสูง โดยใช้ใบสด (ขนาดใหญ่) ให้กินวันละ ๑ ใบ วันเว้นวัน หรือ ๒-๓ วัน/ครั้ง ติดต่อกันไม่เกิน ๑ เดือน ใช้แก้ไข้ แก้ไอ รักษาอาการปวดศีรษะ บำรุงร่างกาย แก้คลื่นไส้ แก้ความผิดปกติของกระเพาะอาหาร แก้ท้องเสีย แก้ต่อมทอลซินอักเสบ ต้านพยาธิ แก้ท้องผูก รักษาตับ แก้ตับอักเสบ แก้โรคทาง โรคสาร แก้มาลาเรีย โดยการนำใบตำพ่นมือ ๓ ใบ ต้มกับน้ำ ๑ ลิตร ต้มพอเดือด ต้ม ๒๕๐ มิลลิลิตร ก่อนอาหารเช้า วันละ ๑ ครั้ง ถ้าดื่มเป็นถ้วยชา ครั้งละ ๑/๒ แก้วน้ำชา หลังอาหาร

๓ มื้อ แต่รับประทานต่อเนื่องให้รับประทานบ้างหยุดบ้าง หรือนำใบสดมาเคี้ยวครั้งละ ๑ ใบ ก่อนอาหารเช้า กินวันเว้นวัน หรือ ๒-๓ วัน รับประทาน ๑ ครั้ง หรือนำใบสดครั้งละประมาณ ๔-๕ ใบ นำมาตำให้ละเอียด แล้วคั้นผสมน้ำต้มสุกเล็กน้อยให้ได้ประมาณ ½ แก้วน้ำชา แล้วนำมาดื่มทุกเช้าก่อนอาหาร

### ลักษณะทั่วไปของหนานเฉาเหว่ย

หนานเฉาเหว่ย จัดเป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก มีความสูงตั้งแต่ ๓-๘ เมตร ลำต้นมีสีน้ำตาล ผิวขรุขระ เล็กน้อย มีตาสีขาวตรงข้อของลำต้นเปราะหักง่าย ใบเป็นใบเดี่ยวออกแบบเรียงสลับ ใบรูปขอบขนานโคนใบมน หรือ แหลมเล็กน้อย ปลายใบแหลม ใบมีขนาดกว้าง ๓-๘ เซนติเมตร ยาว ๙-๒๒ เซนติเมตร ใบมีสีเขียวเข้ม รสขมจัด ดอกออกเป็นช่อสั้นๆ บริเวณปลายยอด และซอกใบจะออกเป็นกระจุกเล็กๆ ดอกตัวผู้ดอกย่อยมีขนาดเล็กสีเขียวอ่อน หรือ เหลืองอ่อน มีกลิ่นหอมกว้างประมาณ ๑๒ มิลลิเมตร มีกลีบรองดอก ๕ กลีบ ไม่มีกลีบดอก ส่วนดอกตัวเมียมีลักษณะคล้ายกับดอกตัวผู้ แต่จะมีรังไข่ที่เหนือวงกลีบ และมีขนขึ้นดอกหนาแน่น ผลมีลักษณะกลม ผิวเกลี้ยง เป็นพู่เล็กๆ ๓ พู มีขนาดผลประมาณ ๒ เซนติเมตร ผลอ่อนจะมีเนื้อสีเขียว ส่วนผลแก่จะมีเนื้อสีเหลืองสด ด้านในมีเมล็ดขนาด ๗-๘ มิลลิเมตร โดย ๑ ผล จะมี ๓ เมล็ด อยู่ในแต่ละพูของผล และมีเนื้อเยื่อขาวๆ หุ้มอยู่

### ข้อแนะนำและข้อควรระวัง

ผู้ที่มีระดับน้ำตาลในเลือดต่ำ ความดันโลหิตต่ำ หญิงตั้งครรภ์หญิงให้นมบุตร หญิงที่วางแผนจะตั้งครรภ์ รวมไปถึงผู้ป่วยที่มีปัญหาเกี่ยวกับตับและไต ไม่ควรใช้หนานเฉาเหว่ย ในรูปแบบการรับประทาน เนื่องจากอาจทำให้น้ำตาลในเลือดลดลงอย่างรวดเร็วเกินไป จนเป็นอันตรายได้ ส่วนผู้ที่มีร่างกายแข็งแรงเป็นปกติ นั้นควรใช้ด้วยความระมัดระวังโดยไม่ควรรับประทานติดต่อกันทุกวัน หรือ ติดต่อกันเป็นเวลานาน เพราะการรับประทานติดต่อกันอาจมีผลกระทบต่อร่างกายได้ และหากรับประทานหนานเฉาเหว่ยแล้วมีอาการผิดปกติ เช่น ความดันตก น้ำตาลตก วิงเวียน หน้ามืด ใจสั่น เหนื่อยออก ต้องหยุดทันที

อ้างอิง : การศึกษาด้านเภสัชเวทของหนานเฉาเหว่ย. คณะเภสัชศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น