



#### References :

1. ชยันต์ พิเชียรสุนทร และวิเชียร จีรวงศ์. คู่มือเภสัชกรรมแผนไทย เล่ม 5 คณาเภสัช. พิมพ์ครั้งที่ 2. กทม. อัมรินทร์พรินต์ติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง. 2548. หน้า 168
2. ฐานข้อมูลสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี
3. สำนักงานข้อมูลสมุนไพร มหาวิทยาลัยมหิดล
4. Complementary and Alternative Healing University (Chinese Herbology)
5. Akram M, Uddin S, Ahmed A, Usmanghani K, Hannan A, Mohiuddin E and Asif M. Curcuma longa and curcumin: a review article. Rom J Biol – Plant Biol 2010, 55(2):65-70



## ตำรับแผนไทยโบราณ สำหรับสตรี เพื่อความกระชับ



**Thaidham Alliance Ltd.**  
The Innovation of Health & Beauty

ผู้นำนวัตกรรมสุขภาพ และความงาม

จัดจำหน่ายโดย : บริษัท ไทยธม อัลไลแอนซ์ จำกัด  
โครงการพรีเมียมเพลส เลขที่ 21/281-284  
ช.นวลจันทร์ 50 แขวงนวลจันทร์ เขตบึงกุ่ม กทม. 10230  
โทร. 02-363-7699 แฟกซ์ 02-363-4422  
ID Line : @thaidham www.thaidham.com

สนใจสอบถามปัญหาสุขภาพ และความงามที่  
thaidhamalliance@hotmail.com

# ตำรับแผนไทยโบราณ สำหรับสตรี เพื่อความกระชับ



ปัญหาการปวดประจำเดือนในสตรี รวมถึงปัญหาประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ และอาการไม่สบายต่างๆ ทั้งก่อน และหลังมีประจำเดือน เป็นปัญหาที่สร้างความเจ็บปวด สร้างความรำคาญ และความไม่สบายทั้งร่างกาย และจิตใจ ให้กับสตรีเป็นจำนวนมาก เมื่อสตรีย่างเข้าสู่วัยกลางคน หรือสตรีที่ผ่านการคลอดบุตร ปัญหาที่ตามมาจะเป็นมดลูก และช่องคลอดเกิดความหย่อนยาน มีลมในช่องคลอด ทำให้เป็นปัญหาสำหรับทั้งตัวเอง และชีวิตคู่ เมื่อสตรีถึงวัยหมดประจำเดือน ปัญหาที่หลายคนประสบคือ การกลับปีศาจจะไม่อยู่ ยาแผนโบราณจากสมุนไพรไทยในตำรับที่ออกแบบเพื่อความกระชับสำหรับสตรีทุกวัย อาจจะเป็นคำตอบสำหรับท่านได้

• **อุมลुकहुन्ङ (Morinda elliptica)** หรือยอป่า สลักป่า สลักหลวง กะมุด ตำรับไทยใช้แก่น ขับเลือด และน้ำคาวปลาให้แห้ง ขับประจำเดือน แก้จุกเสียด แน่นเฟ้อ ขับผายลม แก้ปวดเมื่อยต่างๆ ป้องกันการติดเชื้อโรคของมดลูกในระยะหลังคลอด ป้องกันหลุดอาหารอักเสบจากกรดไหลย้อน ช่วยเร่งการสมานแผลของกระเพาะอาหารในหนูทดลอง และลดการหลังกรดที่มากเกินไปในกระเพาะอาหาร มีฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรียหลายชนิด ต้านกระบวนการอักเสบ และลดปวด ต้านอนุมูลอิสระ ป้องกันตับเป็นอันตรายจากสารก่อมะเร็ง และป้องกันเซลล์ดีจากสารก่อมะเร็ง ช่วยให้ผิวขาวกระจ่าง

• **ว่านชักมดลูก (Curcuma xanthorrhiza)** ตำรับไทยใช้เหง้า รักษาอาการประจำเดือนไม่ปกติ ปวดท้องระหว่างมีประจำเดือน ตกขาว ขับน้ำคาวปลา แก้อาการอักเสบ อาหารไม่ย่อย และริดสีดวงทวาร ให้สารไฟโตเอสโตรเจน ช่วยกระชับกล้ามเนื้อมดลูก และช่องคลอด บำรุงผิวพรรณให้เปล่งปลั่ง ต้านอนุมูลอิสระ ต้านการอักเสบ ให้ผลดีกับระบบประสาท โรคหัวใจ และหลอดเลือด ปรับสมดุลโคเลสเตอรอล กระตุ้นการหลั่งน้ำดีจากตับ พบทั้งฤทธิ์ป้องกัน และรักษาโรคกระดูกพรุนที่ทดลองในหนูที่ถูกตัดรังไข่ ป้องกันการสูญเสียแคลเซียม รักษาระดับความหนาแน่นของมวลกระดูก กระตุ้นกลไกการล้างพิษตับ และลดการสร้างสารเคมีที่เป็นพิษในร่างกาย

• **โหว (Plai)** ตำรับไทยใช้เหง้า ขับประจำเดือนในสตรี ลดระดูขาว ช่วยปรับประจำเดือนให้เป็นปกติ ช่วยขับน้ำคาวปลาหลังคลอดบุตร ลดปวด ลดอักเสบ คลายกล้ามเนื้อเรียบ ลดการบีบตัวของมดลูก และลำไส้ ต้านอาการภูมิแพ้ ต้านฮีปตามีน ต้านเชื้อแบคทีเรีย และเชื้อรา

• **แสมทะเล (Olive mangrove)** ตำรับไทยใช้แก่น ขับระดูหน้าเสีย แก้บัสสวะพิการ บำรุงโลหิต

• **ฝาง (Caesalpinia sappan)** ตำรับไทยใช้แก่น บำรุงเลือด แก้ไข้ ขับระดู รักษาอาการประจำเดือนไม่ปกติ ลดอาการปวดมดลูกของสตรีหลังคลอดบุตร ต้านอาการอักเสบ ลดอาการปวดเมื่อยทั่วร่างกาย

• **เทียนดำ (Black cumin powder)** ตำรับไทยใช้เมล็ด บำรุงเลือด รักษาอาการประจำเดือนมาไม่ปกติ ช่วยขับน้ำนมในสตรีหลังคลอดบุตร

• **ดอกคำฝอย (Carthamus tinctorius)** ตำรับไทยใช้ดอก แก้อาการไข้หลังคลอดของสตรี ช่วยบำรุงโลหิตประจำเดือนของสตรี ช่วยขับประจำเดือน ช่วยกระจายเลือด แก้ประจำเดือนค้างตามไม่เป็นปกติ ช่วยระงับอาการปวดประจำเดือนของสตรี แก้อาการตกเลือด อาการปวดท้องหลังคลอด น้ำคาวปลาไม่หมด แก้อาการจุกแน่นบริเวณท้องน้อย

