



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา Fact Sheet

ทนายชยา



ความรู้เบื้องต้นและข้อแนะนำในการใช้สมุนไพร

ในปัจจุบันนี้กระแสความนิยมในการใช้สมุนไพร นับวันยิ่งได้รับความนิยมมากขึ้นเรื่อยๆ ดังจะเห็นได้จากที่มีผลิตภัณฑ์สมุนไพรออกสู่ท้องตลาดเป็นจำนวนมาก ดังนั้นผู้บริโภคควรจะศึกษาและหาข้อมูลต่างๆ ของผลิตภัณฑ์สมุนไพรนั้นๆ ก่อนที่จะเลือกซื้อหามาใช้ ซึ่งความรู้เบื้องต้นและข้อแนะนำในการใช้สมุนไพรนั้น มีดังนี้

การใช้สมุนไพรที่ถูกต้อง ควรปฏิบัติดังนี้

1. ใช้ให้ถูกต้อง สมุนไพรนั้นมีชื่อพ้องหรือชื่อเรียกซ้ำกันมากและพบว่าบางท้องถื่นก็เรียกไม่เหมือนกันจึงจำเป็นต้องรู้จักสมุนไพร และมีการใช้ให้ถูกต้อง
2. ใช้ให้ถูกส่วน ต้นสมุนไพรไม่ว่าจะเป็นราก ใบ ดอก เปลือก ผล เมล็ด จะมีฤทธิ์ไม่เท่ากัน บางทีผลแก่ ผลอ่อนก็มีฤทธิ์ต่างกันด้วย จะต้องรู้ว่าส่วนใดใช้เป็นยาได้
3. ใช้ให้ถูกขนาด สมุนไพรถ้าใช้น้อยไป ก็รักษาไม่ได้ผล แต่หากถ้ามากเกินไปก็อาจเป็นอันตรายหรือเกิดพิษต่อร่างกายได้
4. ใช้ให้ถูกวิธี สมุนไพรบางชนิดต้องใช้สด บางชนิดต้องป่นกับเหล้า บางชนิดใช้ต้ม ดังนั้นจะต้องรู้วิธีใช้ให้ถูกต้อง
5. ใช้ให้ถูกกับโรค เช่น ท้องผูกต้องใช้ยาระบาย ถ้าใช้ยาที่มีฤทธิ์ฝาดสมานจะทำให้ท้องผูกยิ่งขึ้น



อาการแพ้ที่เกิดจากสมุนไพร

สมุนไพรมีคุณสมบัติเช่นเดียวกับยาทั่วไป คือมีทั้งคุณและโทษ บางคนใช้แล้วเกิดอาการแพ้ได้ แต่เกิดขึ้นได้น้อยเพราะสมุนไพรมีใช้สารเคมีชนิดเดียวเช่นยาแผนปัจจุบันฤทธิ์จึงไม่รุนแรง (ยกเว้นพวกพืชมีพิษบางชนิด) แต่ถ้าเกิดอาการแพ้ขึ้นควรหยุดยาเสียก่อน ถ้าหยุดแล้วอาการหายไป อาจทดลองใช้ยาอีกครั้งโดยความระมัดระวัง ถ้าอาการเช่นเดิมเกิดขึ้นอีก แสดงว่าเป็นพิษของยาสมุนไพรแน่ ควรหยุดยาและเปลี่ยนไปใช้ยาอื่น หรือถ้าอาการแพ้รุนแรงควรรีบไปพบแพทย์

อาการที่อาจเกิดจากการแพ้ยาสมุนไพร มีดังนี้

1. มีผื่นขึ้นตามผิวหนังอาจเป็นตุ่มเล็กๆ ตุ่มโตๆ เป็นปื้นหรือเป็นเม็ดแบนคล้ายลมพิษ อาจบวมที่ตา (ตาปิด) หรือริมฝีปาก (ปากเฝ่อ) หรือมีเพียงดวงสีแดงที่ผิวหนัง
2. เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน (หรืออย่างใดอย่างหนึ่ง) ถ้ามีอยู่ก่อนกินยาอาจเป็นเพราะโรค ไม่ใช่เพราะยา
3. หูอื้อ ตามัว ชาที่ลิ้น ชาที่ผิวหนัง
4. ประสาทรับความรู้สึกทำงานไวเกินปกติ เช่น เพียงแตะผิวหนังก็รู้สึกเจ็บ ลูบผมก็เสบหนังศีรษะ
5. ใจสั่น ใจเต้น หรือรู้สึกวูบวาบคล้ายหัวใจจะหยุดเต้น และเป็นบ่อยๆ

6. ตัวเหลือง ตาเหลือง ปัสสาวะเหลืองและเมื่อเขย่าจะเกิดฟองสีเหลือง (เป็นอาการของดีซ่าน)
หากผู้ป่วยเป็นโรคร้ายแรง โรคเรื้อรัง หรือโรคที่ยังพิสูจน์ไม่ได้แน่ชัดว่ารักษาด้วยสมุนไพรได้ เช่น ภูมิแพ้รุนแรง สุนัขบ้ากัด
บาดทะยัก กระดูกหัก มะเร็ง วัณโรค กามโรค ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคเรื้อรัง ดีซ่าน หลอดลมอักเสบเรื้อรัง
ปอดบวม (ปอดอักเสบ) อากาบวม ไทฟอยด์ โรคตาทุกชนิด ไม่ควรใช้สมุนไพร
