



ความเครียด การทำงานหนักจนทำให้นึกนอนไม่เพียงพอ การเปลี่ยนแปลงของสภาวะอากาศ ฝุ่น PM 2.5 แสงแดด และโดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคติดต่ออุบัติใหม่ที่ยังไม่มีทางป้องกันและรักษาแล้วเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้สุขภาพ การดูแล ฟื้นฟูสุขภาพและการเสริมภูมิคุ้มกันให้กับร่างกายด้วยการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ร่วมกับการออกกำลังกายและ นึกนอนให้เพียงพอจะทำให้ร่างกายของเราแข็งแรงอยู่เสมอ ทฤษฎีทางการแพทย์แผนไทยเชื่อว่า ร่างกายมนุษย์ประกอบด้วย ธาตุทั้ง 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ เมื่อธาตุทั้ง 4 มีความสมดุลหรือประสานความร่วมมือกันทำงานอย่าง กลมกลืนในการทำหน้าที่ ร่างกายก็จะแข็งแรง ไม่มีความเจ็บป่วย แต่ถ้าหากธาตุทั้ง 4 ขาดความสมดุล ก็จะทำให้ร่างกาย ทำงานผิดปกติ เกิดโรคต่างๆได้ ในทางการแพทย์แผนไทยมีการกำหนดนิโคตยา (กลุ่มยาสมุนไพร) เพื่อใช้ปรับสมดุลธาตุใน ร่างกายเสริมภูมิคุ้มกัน และช่วยให้ร่างกายแข็งแรง ห่างไกลจากการเกิดโรค โดยนิโคตยาที่ช่วยเสริมภูมิคุ้มกันและปรับสภาวะ ร่างกายให้แข็งแรงในสภาวะภูมิอากาศหรือฤดูต่างๆ คือ นิโคตตรีผลา นิโคตตรีภูก และนิโคตตรีสาร

ตรีผลา | เน้มภูมิคุ้มกัน ต้านทานไวรัส



ตรีผลา อ่านว่า ตี-มะ-ผลา คำว่าตรีมาจากคำว่าสาม ส่วนคำว่าผลานั้นหมายถึงผลไม้ จึงหมายถึงผลไม้ 3 อย่าง ซึ่งประกอบไปด้วยสมอนิเวก สมอไทย และมะขามป้อม เป็นยาปรับสมดุลประจำฤดูร้อน มีสรรพคุณช่วยปรับสมดุล ธาตุทั้ง 4 ของร่างกาย ช่วยล้างพิษออกจากระบบต่างๆ ภายในร่างกาย โดยเฉพาะระบบทางเดินอาหาร ระบบ เลือดและระบบน้ำเหลือง มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ แก้อักเสบ ต้านเซลล์มะเร็ง กระตุ้นการทำงานของ ระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายและลดระดับไขมันในเลือด

ตรีภูก เป็นยาปรับสมดุลประจำฤดูฝน ประกอบด้วยขิง ขมิ้นไทย ดัปลี รวมเรียกว่า ตรีภูก ซึ่งมาจาก ตรี คือ สาม และ ภูก อ่านว่า กะตุก หรือ กะตุกะ แปลว่า เม็ดร้อน มีฤทธิ์ในการขับลม ช่วยให้ความชื้นและน้ำมูกแห้ง ตรีภูกยังช่วยในการกระตุ้น ระบบเผาผลาญของร่างกาย อาจใช้ร่วมกับการดูแลสุขภาพ และออกกำลังกายได้ นอกจากนี้ยังมีฤทธิ์ในการต้านไวรัส อาจใช้ร่วมกับการดูแลสุขภาพอย่างองค์รวมได้ ควรปรึกษา ผู้เชี่ยวชาญถึงปริมาณการใช้ที่เหมาะสม หญิงตั้งครรภ์ไม่ควร รับประทานในปริมาณสูง เนื่องจากยามีฤทธิ์ร้อน ผู้ใช้ยาละลาย ลิ่มเลือดควรระวังเนื่องจากมีฤทธิ์เสริมฤทธิ์ยาละลายลิ่มเลือดและ ยาต้านการแข็งตัวของเลือด ไม่ควรใช้ในผู้ที่ มีไข้ตัวร้อน ห้ามใช้ในผู้ที่ มีประวัติแพ้สมุนไพรในตำรับ

ตรีภูก | กระตุ้นระบบเผาผลาญของร่างกาย ต้านทานไวรัส ขับลม ช่วยย่อยอาหาร



ตรีสาร | เน้มการไหลเวียนเลือด ขับเสมหะ บำรุงปอด ลดน้ำตาลในเลือด



ตรีสารเป็นยาปรับสมดุลประจำฤดูหนาว ประกอบด้วยรากเจตมูลเพลิงแดง เถาสะเดานและรากชานฉลุ สมุนไพรชนิดนี้มีรสร้อน ช่วยกระจายเลือดลม ทำให้ร่างกายอบอุ่น ลดการหดเกร็งของกล้ามเนื้อจึงช่วยลดอาการ ตะคริวได้ดี มีฤทธิ์ ช่วยให้เลือดไหลเวียนดีและละลายลิ่มเลือด จึงควรระวังเมื่อใช้กับยาละลายลิ่มเลือดหรือผู้มีปัญหาไขมันอุดตัน เส้นเลือด ห้ามใช้กับหญิงมีครรภ์หรือผู้ป่วยที่ตัวร้อน ในตำรับยานี้ เถาสะเดานจะทำให้การไหลเวียนในร่างกายดีขึ้น รากชานฉลุช่วยขับเสมหะ ออกจากปอด ทำให้ระบบการหายใจดีขึ้น มีฤทธิ์ต้านมะเร็งปอด มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อ ในปอด นอกจากนี้ยังมีพบว่ามีฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือดลงได้ จึงส่งเสริมให้ นำไปใช้กับผู้ป่วยโรคเบาหวานอย่างกว้างขวาง

ติดต่อสอบถาม

หน่วยการใช้ประโยชน์จากผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ ศูนย์ปฏิบัติการวิจัยและเรือนปลูกพืชทดลอง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน โทร. (034) 351399