

## ๑๒. ต้นข่า



ชื่อสมุนไพร : ข่า

ชื่อสามัญ (ชื่อภาษาอังกฤษ) : Galanga

ชื่ออื่น : สะเอเซย สะเออเคย (แม่ฮ่องสอน), ข่าหยวก (ภาคเหนือ), ข่าหลวง (ภาคเหนือ-ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ), กัญจกโรหิณี (ภาคกลาง)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Alpinia galanga* (L.) Willd.

ชื่อวงศ์ : Zingiberaceae

ส่วนที่ใช้ : เนื้อไม้ ราก

#### สรรพคุณข่า

- ต้านเชื้อราที่เป็นสาเหตุของโรคผิวหนังหลายชนิด เช่น กลาก เกลื้อน
- เชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุของอาหารเป็นพิษ เช่น *Streptococcus cerevisiae*, *Streptococcus epidermidis*, *Bacillus cereus* และ *Bacillus megaterium*
- น้ำมันหอมระเหยมีคุณสมบัติช่วยขับลม แก้ท้องอืดเฟ้อ และลดอาการจุกเสียด
- น้ำมันหอมระเหยมีฤทธิ์กระตุ้นการทำงานของระบบทางเดินอาหาร ช่วยกระตุ้นการขับถ่าย
- น้ำมันหอมระเหยในราก และเหง้าข่ามีฤทธิ์ยับยั้งการเกิดเซลล์มะเร็ง
- สารประกอบฟีนอล ACA เป็นสารให้รสเผ็ดร้อนที่พบในเหง้าข่า มีคุณสมบัติยับยั้งการเกิดเนื้องอก และเซลล์มะเร็งได้

#### ประโยชน์ของข่า

๑. ช่วยให้เจริญอาหาร (ข่าหลวง)
๒. ช่วยบำรุงร่างกาย (เหง้า)
๓. ช่วยบำรุงธาตุไฟ (หน่อ)
๔. ข่ามีสาร ๑-acetoxychavicol acetate (ACA) ซึ่งมีฤทธิ์ยับยั้งการเกิดโรคมะเร็งจากการเหนี่ยวนำของสารก่อมะเร็ง จึงช่วยป้องกันการเกิดโรคมะเร็งไปด้วยในตัว (เหง้า)
๕. มีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง (สารสกัดจากเหง้า)
๖. สารสกัดจากเหง้ามีฤทธิ์ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด (สารสกัดจากเหง้า)
๗. ช่วยรักษาโรคหลอดลมอักเสบ (เหง้าแก่, สารสกัดจากเหง้า)



สรรพคุณ พืชข้า สมุนไพร  
ยาแผนไทย ประโยชน์ มีดังนี้  
ขับเลือดพิษ แก้ไข ให้หายดี  
ทั้งแก้ฝี ลมชัก จากโรคร้าย

