

ชื่อสมุนไพร ข่า

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Alpinia galanga* (L.) Willd.

ชื่อสามัญ Galanga

ชื่อท้องถิ่น ข่าหยวก (ภาคเหนือ), ข่า
หลวง (ภาคเหนือ-ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ),
กฏุกโรหินี (ภาคกลาง)



ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ล้มลุก สูง 1.5-2 เมตร ลำต้นใต้ดิน
เรียกว่าเหง้ามีข้อและปล้องชัดเจนเล็กน้อย
พื้นดินและแตกแขนงเป็นแง่ง ลำต้นเทียมเหนือดินคือส่วนของกาบใบที่หุ้มซ้อนทับกันมีสีเขียวทรงกระบอกกลม
เนื้อในสีเหลืองและมีกลิ่นหอมเฉพาะ

ใบ ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปใบหอก รูปวงรีหรือเกือบขอบขนาน กว้าง 7-9 ซม. ยาว 20-40 ซม.

ดอก ช่อ ออกที่ยอด ดอกย่อยขนาดเล็ก กลีบดอกสีขาว เชื่อมติดกันเป็นหลอดสั้นๆ ปลายแยก
เป็น 3 กลีบ กลีบใหญ่ที่สุดมีริ้วสีแดง

ผล ลักษณะรูปทรงกระบอกหรือกลมรี ขนาดเท่าเม็ดบัว ผลอ่อนสีเขียวเมื่อแก่จะมีสีแดงอมส้ม และ
ภายในมีเมล็ดเล็กๆ สีดำ มีรสขมและเผ็ด ผลแห้งแตกได้

การนำไปใช้ประโยชน์

เครื่องเทศช่วยแต่งกลิ่นอาหาร ดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ ใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องแกงหรือน้ำพริก ใช้
ปรุงรสในอาหาร เช่น ต้มข่า ต้มยำ ผัดเผ็ด นอกจากนี้ดอกและลำต้นอ่อนใช้รับประทานในรูปแบบผักสดได้

สรรพคุณทางยา

1. เหง้าช่วยแก้อาการคลื่นไส้อาเจียน
2. เหง้าใช้เป็นยาแก้ ท้องอืดท้องเฟ้อ จุกเสียดแน่นท้อง ท้องเดิน
3. เหง้าช่วยแก้อาการอาหารเป็นพิษ
4. เหง้าช่วยยับยั้งผลในกระเพาะอาหาร
5. เหง้าช่วยลดอาการอักเสบ
6. เหง้าใช้รักษาโรคผิวหนัง
7. เหง้าใช้เป็นยาแก้ลมพิษ ช่วยแก้ฟกช้ำ ข้อเท้าแพลง เคล็ดขัดยอก
8. เหง้าช่วยแก้เหน็บชา ตะคริว
9. สารสกัดจากเหง้ามีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง
10. สารสกัดจากเหง้ามีฤทธิ์ช่วยช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด
11. สารสกัดจากเหง้าช่วยทำลายสารพิษที่ตกค้างในลำไส้และลดการบีบตัวของลำไส้
12. สารสกัดจากเหง้ามีฤทธิ์ช่วยต้านอาการแพ้ต่าง ๆ
13. สารสกัดจากเหง้าช่วยแก้พิษจากแมลงสัตว์กัดต่อย ช่วยฆ่าเชื้อแบคทีเรียและเชื้อรา

14. รากช่วยขับเลือดลมให้เดินสะดวก ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของเลือดและเพิ่มการเผาผลาญของร่างกายให้ดีขึ้น

เอกสารอ้างอิง

คณะเภสัชศาสตร์, มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2565). ข้อมูลพืชสมุนไพร. สืบค้น 21 มีนาคม 2565, จาก https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=56

โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. กลุ่มยารักษาโรคผิวหนัง ผื่นคัน กลากเกลื้อน : ข่า. สืบค้น 21 มีนาคม 2565, จาก http://www.rspg.or.th/plants_data/herbs/herbs_02_1.htm

เมดไทย. (2563) ข่า. สืบค้น 21 มีนาคม 2565, จาก <https://medthai.com/ข่า/>