

ชื่อสมุนไพร ย่านาง

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Tiliacora triandra* (Colebr.) Diels.

ชื่อสามัญ Bamboo grass

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้เถาเลื้อย เถากลมขนาดเล็ก มีเนื้อไม้ เลื้อยพันตามต้นไม้ หรือกิ่งไม้ เถาอ่อนสีเขียว เถาแก่มีสีคล้ำยาว 10-15 เมตร มีเหง้าใต้ดิน กิ่งก้านมีรอยแผลเป็นรูปจานที่ก้านใบหลุดไป มีขนประปราย หรือเกลี้ยง ใบเดี่ยว หนา สีเขียวเข้มเป็นมัน เรียงแบบสลับ รูปไข่ ยาวประมาณ 6-12

ที่มา : postsod. (2560)



เซนติเมตร กว้างประมาณ 4-6 เซนติเมตร ขอบใบเรียบ ปลายใบแหลม ฐานใบมน ผิวใบเป็นคลื่นเล็กน้อย ก้านใบยาวประมาณ 1.5 เซนติเมตร ผิวใบเรียบมัน ไม่มีหูใบ มีเส้นใบกิ่งออกจากโคนใบรูปฝ่ามือ 3-5 เส้น และมีเส้นแขนงใบ 2-6 คู่ เส้นเหล่านี้จะไปเชื่อมกันที่ขอบใบ ดอกเป็นช่อเล็กๆ แบบแยกแขนงตามข้อและซอกใบ มีสีเหลือง ก้านช่อดอกยาวประมาณ 0.5 เซนติเมตร แยกเป็นช่อดอกเพศผู้และช่อดอกเพศเมีย ดอกเพศผู้สีเหลือง กลีบเลี้ยงมี 6-12 กลีบ กลีบวงนอกสุดมีขนาดเล็กที่สุด กลีบวงในมีขนาดใหญ่กว่าและเรียงซ้อนกัน รูปรีกว้างยาว 2 มิลลิเมตร ค่อนข้างเกลี้ยง กลีบดอกมี 3 หรือ 6 กลีบ สอบแคบ ปลายเว้าตื้น ยาว 1 มิลลิเมตร เกลี้ยง เกสรเพศผู้มี 3 อัน เป็นรูปกระบอง ยาว 1.5-2 มิลลิเมตร ดอกเพศเมีย กลีบเลี้ยงวงในรูปกลม ยาว 2 มิลลิเมตร ด้านนอกมีขนประปราย กลีบดอกมี 6 กลีบ รูปรีแกมขอบขนาน ยาว 1 มิลลิเมตร เกสรเพศเมียมี 8-9 อัน แต่ละอันยาวไม่ถึง 1 มิลลิเมตร ติดอยู่บนก้านชูสั้นๆ ยอดเกสรเพศเมียไม่มีก้าน ผลเป็นผลกลุ่ม ผลกลมรูปไข่กลับ กว้าง 6-7 มิลลิเมตร ยาว 7-10 มิลลิเมตร ผิวเกลี้ยง เมล็ดแข็ง ผลสีเขียว ฉ่ำน้ำ ออกเป็นพวง ตามข้อและซอกใบ ติดบนก้านยาว 3-4 มิลลิเมตร เมื่อสุกจะเปลี่ยนเป็นสีส้มและแดงสด เมล็ดรูปเกือบกลม ผนังผลชั้นในมีสันไม่ เป็นระเบียบ พบตามป่าเต็งรัง ป่าดิบใกล้ทะเล ตามริมน้ำในป่าละเมาะ พบมากในที่รกร้าง ไร่ สวน ออกดอก ช่วงเดือนมีนาคมถึงเมษายน

การนำไปใช้ประโยชน์

นำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ เช่น ใบย่านางแคปซูล สบู่ใบย่านาง แชมพูใบย่านาง เครื่องดื่มสมุนไพร แชมพูสระผมจากใบย่านาง ช่วยให้ผมดกดำ ชะลอการเกิดผมหงอก และสามารถนำมาทำอาหารได้ เช่น แกงเลียงใบย่านาง แกงเห็ดใบย่านาง เป็นต้น

สรรพคุณทางยา

1. ช่วยลดและชะลอการเกิดริ้วและความชรา
2. ช่วยป้องกันและลดอัตราการเกิดโรคมะเร็ง
3. ช่วยแก้อาการเจ็บปลายลิ้น
4. ช่วยป้องกันและบำบัดรักษาโรคหัวใจ
5. ช่วยป้องกันและรักษาโรคหอบหืด

6. ช่วยรักษาโรคตับอักเสบ
7. ช่วยรักษาอาการท้องเสีย บรรเทาอาการอาการปวดท้องเฉียบพลัน แก้อาการแสบท้อง
8. ช่วยรักษาโรคกระเพาะอาหาร ลำไส้อักเสบลดอาการหดเกร็งตามลำไส้ รักษาอาการกรดไหลย้อน
9. ช่วยรักษาไทรอยด์เป็นพิษ
10. ช่วยรักษาโรคนี้้วนไต นี้วนในกระเพาะปัสสาวะ นี้วนในถุงน้ำดี รักษาอาการปัสสาวะแสบขัด
11. ช่วยรักษาอาการมดลูกโต อาการปวดมดลูก ตกเลือด
12. ช่วยบำบัดรักษาโรคต่อมลูกหมากโต ป้องกันโรคไส้เลื่อน
13. ช่วยในการรักษาโรคเรื้อรัง งูสวัด
14. ช่วยป้องกันการเกิดโรคริดสีดวงทวาร
15. ช่วยรักษาอาการตกขาว

#### เอกสารอ้างอิง

คณะเภสัชศาสตร์, มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2565). ข้อมูลพืชสมุนไพร. สืบค้น 16 มีนาคม 2565, จาก

[https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb\\_detail.php?herbID=189](https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=189)

เมตไทย. (2563). ย่านาง. สืบค้น 16 มีนาคม 2565, จาก <https://medthai.com/ย่านาง/>

postsod. (2560). แชร้เทคนิค วิธีการปลูกย่านาง พืชสารพัดประโยชน์. สืบค้น 16 มีนาคม 2565, จาก

<https://www.postsod.com/how-to-plant-yanang>