

ชื่อ น้ำย่านาง

ส่วนผสม

ใบย่านาง 150 กรัม

ใบเตย 7 ใบ

น้ำเปล่า 300 กรัม

น้ำเชื่อม 80 กรัม



วิธีการทำ

ที่มา : จิต (2562)

- ต้มน้ำเปล่ากับใบเตย จนเดือด

- นำใบย่านางหั่นชิ้นเล็กๆ ใส่เครื่องปั่น ตามด้วยน้ำใบเตย ปั่นจนใบย่านางละเอียด

- กรองกากออก เติมน้ำเชื่อม และต้มให้เดือด

สรรพคุณทางยาจากสมุนไพรในส่วนผสม

1. มีสารต่อต้านอนุมูลอิสระจำนวนมาก จึงช่วยลดและชะลอการเกิดริ้วและความแก่ชราอย่างได้ผล
2. ช่วยป้องกันและลดอัตราการเกิดโรคมะเร็งชนิดต่าง ๆ
3. ช่วยแก้อาการเจ็บปลายลิ้น
4. ช่วยป้องกันและบำบัดรักษาโรคหัวใจ
5. ช่วยป้องกันและรักษาโรคหอบหืด
6. ช่วยรักษาโรคตับอักเสบ
7. ช่วยรักษาอาการท้องเสีย บรรเทาอาการอาการปวดท้องเฉียบพลัน แก้อาการแสบท้อง
8. ช่วยรักษาโรคกระเพาะอาหาร ลำไส้อักเสบลดอาการหดเกร็งตามลำไส้ รักษาอาการกรดไหลย้อน
9. ช่วยรักษาไทรอยด์เป็นพิษ
10. ช่วยรักษาโรคนิ้วโนไต นิ้วในกระเพาะปัสสาวะ นิ้วในถุงน้ำดี รักษาอาการปัสสาวะแสบขัด
11. ช่วยรักษาอาการมดลูกโต อาการปวดมดลูก ตกเลือดได้
12. ช่วยบำบัดรักษาโรคต่อมลูกหมากโต ป้องกันโรคไส้เลื่อน
13. ช่วยในการรักษาโรคเรื้อรัง งูสวัด
14. ช่วยป้องกันการเกิดโรคจิตเสีดวงทวาร

15. ช่วยรักษาอาการตกขาว

เอกสารอ้างอิง

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

<https://pharmacy.su.ac.th>

จิต. (2562). ชื่นใจน้ำใบบัวบกแก้ร้อนใน. สืบค้น 25 กรกฎาคม 2565, จาก [https://c.mi.com/thread-](https://c.mi.com/thread-2573554-1-0.html?mobile=no)

[2573554-1-0.html?mobile=no](https://c.mi.com/thread-2573554-1-0.html?mobile=no)

รัชนี สันติกุล. (น่าย่านาง, 25 กรกฎาคม 2565)