

ชื่อสมุนไพร กระชาย

ชื่อวิทยาศาสตร์ Boesenbergia rotunda (Linn.)
Mansf.

ชื่อสามัญ Fingerroot, Chinese ginger, Chinese
keys

ชื่อท้องถิ่น หัวละแอน ละแอน กะแอน ระแอน
(ภาคเหนือ), กระชาย (ภาคกลาง) ชิงกระชาย (ภาค
อีสาน ภาคเหนือ),

ว่านพระอาทิตย์ (กรุงเทพฯ) กระชายดำ กะแอน

ที่มา : สุกัลยา (2565) ชิงทราย (มหาสารคาม

แม่ฮ่องสอน), เปาขอไร่ เป้าสี่เป้าสี่ ระแอน เป้าขอไร่ (กะเหรี่ยง แม่ฮ่องสอน), จีปู ซีฟู (เงี้ยว กะเหรี่ยง
แม่ฮ่องสอน)



ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ล้มลุก ลำต้นใต้ดินเรียกว่าเหง้า รากติดเป็นกระจุก ที่สะสมอาหาร อวบน้ำ รูปทรงกระบอกปลาย
เรียวแหลม ผิวสีน้ำตาลอ่อน เนื้อสีเหลือง มีกลิ่นหอมเฉพาะ

ใบเดี่ยว ออกเรียงสลับ รูปรียาว กว้าง 4.5 – 10 ซม. ยาว 15 – 30 ซม. ปลายใบแหลม โคนใบสอบ
ขอบใบเรียบ แผ่นใบเรียบ ก้านใบยาว 7 – 25 ซม. กาบใบสีชมพู

ดอก ออกเป็นช่อ ออกแทรกระหว่างกาบใบ ช่อดอกยาวประมาณ 5 ซม. มีใบประดับสีม่วงแดงเรียง
ทแยงกัน กลีบเลี้ยงเชื่อมติดกันเป็นหลอด ปลายแยกเป็น 3 แฉก กลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นหลอด ปลายแยก
เป็น 3 แฉก กลีบดอกสีขาว หรือขาวอมชมพู ดอกบานที่ละดอก มีลักษณะเป็นถุงแยกเป็น 2 กลีบ เกสรตัวผู้
หมั่นด้านข้าง 2 อัน รูปรี สีขาวอมชมพู เกสรเพศผู้หมั่นที่มีลักษณะคล้ายกลีบปากขนาดใหญ่ สีชมพู

ผล รูปรี เมื่อแก่แตกออกเป็น 3 ซีก

การนำไปใช้ประโยชน์

น้ำกระชายปั่น เพิ่มความสดชื่น บำรุงร่างกาย ทำให้ร่างกายกระปรี้กระเปร่า เส้นผมแข็งแรง ช่วยทำ
ให้ผมหนาขึ้น และแก้ปัญหามผมหงอก ผมร่วง รากนำมาใช้เป็นเครื่องแกงในการประกอบอาหาร ช่วยดับกลิ่น
คาวของเนื้อและปลา โดยเฉพาะปลาตุ๋ก ปลาไหล ปลาอุก เป็นต้น ทำให้อาหารมีกลิ่นและรสที่หอมแบบมี
เอกลักษณ์ ช่วยไล่แมลง ด้วยการนำตะไคร้ ข่า หอมแดง ใบสะเดาแก่ มาตำผสมกันแล้วผสมกับน้ำฉีดใน
บริเวณที่มีแมลงรบกวน

สรรพคุณทางยา

1. ช่วยต้านอาการหวัด แก้เวียนศีรษะ ช่วยลดไขมันในเลือดและกระตุ้นการไหลเวียนของเลือด
2. ช่วยต้านอนุมูลอิสระ ช่วยเพิ่มสมรรถนะทางเพศชาย
3. ช่วยลดการอักเสบของกระเพาะอาหาร

4. ช่วยลดอาการเหงื่ออึกเสบ หรือแผลในช่องปาก
5. ช่วยในการขับสารพิษออกจากตับ
6. ช่วยแก้อาการท้องร่วง ท้องเสีย ช่วยแก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ
7. ช่วยบำรุงหัวใจ
8. ช่วยรักษาไซนัสอักเสบ

เอกสารอ้างอิง

คณะเภสัชศาสตร์, มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2565). ข้อมูลพืชสมุนไพร. สืบค้น 15 มีนาคม 2565, จาก

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

สำนักงานเกษตรและสหกรณ์, จังหวัดสุรินทร์. (2563). การนำกระชายไปใช้ประโยชน์. สืบค้น 30 มีนาคม 2565, จาก <https://www.opsmoac.go.th>

สุกัลยา, จังหวัดเชียงใหม่. (2565). รูปภาพสมุนไพรกระชาย. สืบค้น 30 มีนาคม 2565, จาก

<https://www.charmingfresh.com>