



# ฟ้าทะลายโจร

“ฟ้าทะลายโจร” สมุนไพรในบัญชียาหลักแห่งชาติ และเป็นยาพัฒนาจากสมุนไพร 1 ใน 2 ลำดับแรก (First Line Drug) ของกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กำหนดให้ใช้สำหรับบรรเทาอาการเจ็บคอ และบรรเทาอาการของโรคหวัด (Common Cold) เช่น เจ็บคอ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ แทนการใช้ยาแผนปัจจุบันที่มีราคาแพง



## ลักษณะทั่วไป

ฟ้าทะลายโจร อยู่ในตระกูล Acanthaceae มีชื่อวิทยาศาสตร์ : *Andrographis paniculata* (Burm.f.) Wall ex Nees.) มีถิ่นกำเนิดในอินเดียและศรีลังกา เป็นพืชล้มลุกที่ชอบอากาศร้อนชื้น พบมากในประเทศจีน อินเดีย และไทย เป็นพืชที่ปลูกง่าย เจริญเติบโตได้ดีในดินร่วนซุย ระบายน้ำดี ชอบแดดปานกลาง หากแดดร้อนไปจะโตช้า ถ้าแดดจัดเกินไปจะทำให้ใบเล็กและเป็นสีม่วง ต้นสูงประมาณ 30 - 70 เซนติเมตร ลำต้นเป็นสี่เหลี่ยม แตกกิ่งแขนงจำนวนมาก

ใบสีเขียวเข้ม มีรูปร่างเรียวยาวแหลม ดอกขนาดเล็กสีขาวมีรอยกระ สีม่วงแดง ฝักคล้ายฝักต้อยติ่ง เมล็ดสีน้ำตาลอ่อน ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ดจะดีกว่าการใช้กิ่งปักชำ โดยใช้เมล็ดจากฝักแก่จัด มีสีน้ำตาลแดง ลักษณะสมบูรณ์ ปราศจากโรคและแมลง ก่อนปลูกนำเมล็ดแช่น้ำที่อุณหภูมิห้อง 6 - 12 ชั่วโมง ควรปลูกในหน้าฝนเพราะเมล็ดจะงอกดีมาก ถ้าปลูกหน้าแล้งต้นจะเล็กไม่ค่อยมีใบ ดังนั้น การเลือกสายพันธุ์ที่จะใช้ ในการปลูกช่วงฤดูแล้งเป็นสิ่งสำคัญ ควรเลือกสายพันธุ์ที่ให้ผลผลิตดี และมีอายุการเก็บเกี่ยวสั้นเพื่อช่วยลดปริมาณการใช้น้ำลง เช่น พันธุ์พิษณุโลก 5 - 4 ให้ผลผลิตสด 2,378 กิโลกรัม/ไร่ อายุการเก็บเกี่ยว 77 วัน

## การปลูก

พื้นที่ต้องไม่มีน้ำท่วมขัง หากพื้นที่ลุ่มต้องทำแปลงยกร่อง กว้าง 1 - 2 เมตร ไถพรวนดินใส่ปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมักพอประมาณไม่ต้องมาก ถ้าดินร่วนซุยอุดมสมบูรณ์อยู่แล้วก็แทบไม่จำเป็น ควรมีการตรวจวิเคราะห์คุณภาพดินก่อนการปลูก





### วิธีปลูกทำได้ 4 วิธี

1. **วิธีหว่านเมล็ด** นำเมล็ดมาผสมทรายหยาบ อัตรา 1 : 1 – 2 แล้วทำการหว่านในแปลง
2. **วิธีโรยเมล็ดเป็นแถว** ขุดร่องตื้น ๆ เป็นแถวยาวระยะห่างระหว่างแถวประมาณ 40 เซนติเมตร โรยเมล็ดแล้วกลบดินบาง ๆ
3. **วิธีเพาะกล้า** โดยการนำเมล็ดเพาะในวัสดุปลูกที่สะอาด (มูลวัวแห้งผสมแกลบดำ) ประมาณ 7 วัน ต้นกล้าจะทยอยงอก ควรคัดขนาดต้นกล้าให้เท่า ๆ กัน และไม่ควรรใช้ต้นกล้าที่อายุเกิน 30 วัน (ต้นกล้ามีใบ 6 ใบ) จากนั้น นำต้นกล้าไปปลูกในหลุมกว้างประมาณ 15 เซนติเมตร ลึกประมาณ 8 - 12 เซนติเมตร เป็นแถวระยะห่างระหว่างต้น 20 - 30 เซนติเมตร และระหว่างแถว 40 เซนติเมตร โดยเฉพาะในช่วงฤดูแล้ง เพราะการปลูกระยะชิดจะช่วยรักษาความชื้นในดินได้นานขึ้น ในช่วงฤดูฝนอาจเพิ่มระยะระหว่างแถวเป็น 60 เซนติเมตร ซึ่งการปลูกวิธีนี้จะเป็นการลดต้นทุนค่าเมล็ดพันธุ์ และจะได้ต้นที่สม่ำเสมอ
4. **วิธีปักชำ** ตัดกิ่งที่แข็งแรงยาวประมาณ 10 เซนติเมตร เด็ดใบออกทั้งหมด แช่น้ำยาเร่งรากเป็นเวลา 10 นาที ผึ่งให้แห้ง นำมาปักชำในกระบะเพาะ ให้มีระยะห่าง 15 x 15 เซนติเมตร รดน้ำให้ชุ่ม รักษาความชุ่มชื้น และพรางแสงด้วยสแลนสีดำ ประมาณ 1 สัปดาห์ เมื่อมีการแตกใบ และรากงอกแล้ว จึงย้ายลงปลูกในแปลง

### ข้อแนะนำ :

1. การปลูกควรคำนึงถึงเรื่องของความสะอาด ปลอดภัย และได้มาตรฐาน GAP หรือเกษตรอินทรีย์
2. ควรมีการวางแผนทั้งการเพาะกล้า และการปลูก (เมล็ดพันธุ์ 100 กรัม ย้ายกล้าได้ 8 ไร่) เพื่อให้ได้ปริมาณผลผลิตเพียงพอ และสม่ำเสมอ ตรงตามต้องการของตลาด
3. เมล็ดฟ้าทะลายโจรจะมีการพักตัวเมื่อเก็บไว้นาน ๆ จึงต้องแก้การพักตัวก่อนปลูก หรือเพาะเมล็ด โดยเก็บเมล็ดไว้ที่อุณหภูมิต่ำประมาณ 10 องศาเซลเซียส เป็นเวลา 1 เดือน หรือเก็บเมล็ดไว้ที่อุณหภูมิ 45 องศาเซลเซียส เป็นเวลา 48 ชั่วโมง

### การให้น้ำ

ฟ้าทะลายโจรเป็นพืชที่ไม่ควรขาดน้ำ และน้ำที่ใช้ต้องสะอาด จึงควรมีการตรวจวิเคราะห์คุณภาพของน้ำ การให้น้ำถ้าเด็ดจัดให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า - เย็น ถ้าแดดไม่จัดให้น้ำวันละครั้ง หลังจาก 2 เดือนให้น้ำตามความเหมาะสม การให้น้ำปริมาณ 48 ลิตร/พื้นที่ 1 ตารางเมตร จะให้ผลผลิต และสารสำคัญสูงสุด ในช่วงฤดูแล้งควรคลุมแปลงด้วยฟางข้าว หรือหญ้าแห้งให้หนาขึ้น เพื่อช่วยรักษาความชื้นให้นานขึ้น



### การกำจัดวัชพืช

ถอนหรือใช้เครื่องมือช่วยในการกำจัด ทุกครั้งเดือนจนต้นฟ้าทะลายโจรคลุมแปลง

### การใส่ปุ๋ย

เมื่อลงปลูกใส่ปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมัก โดยปริมาณการใส่ขึ้นอยู่กับคุณภาพของดิน หลังปลูก 60 วัน ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ 480 - 640 กิโลกรัม/ไร่ และหลังปลูก 90 - 110 วัน ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ 480 - 800 กิโลกรัม/ไร่

### ศัตรูที่สำคัญและการป้องกันกำจัด

ไม่พบการระบาดของโรคแมลงที่ทำความเสียหายรุนแรง โรคที่พบบ้าง ได้แก่ โรคโคนเน่าและรากเน่าจากเชื้อรา หากพบให้ถอนทำลายทันที

### การเก็บเกี่ยวให้ได้สารสำคัญออกฤทธิ์สูงสุด

1. การเก็บผลผลิตฟ้าทะลายโจรแบบแยกส่วน ได้แก่ ตัดส่วนยอด 25 เซนติเมตร ในระยะออกดอก 25 - 50 % จะได้สารสำคัญออกฤทธิ์ Andrographolide สูงสุด และตัดส่วนที่เหลือเหนือดินห่างโคนต้น 4 ซ้อย เหลือต่อไว้ 10 - 15 เซนติเมตร เพื่อให้แตกยอดและกอใหม่ เก็บได้ปีละ 2 ครั้ง แยกผลผลิตจำหน่ายตามคุณภาพ ในขณะเดียวกันควรเก็บต่อไว้ส่วนหนึ่ง เพื่อไว้เก็บเมล็ดพันธุ์ (ต้นอายุ 5 เดือน ถึง 5 เดือนครึ่ง เก็บเมล็ดได้)



2. เก็บเกี่ยวถูกระยะโดยเป็นระยะเริ่มออกดอกถึงดอกบาน 25 - 50 % คือ ใน 100 ต้น มีดอกครบ 25 - 50 ต้น จะเก็บทั้งแปลง ซึ่งฟ้าทะลายโจรมีใบมาก และไม่ควรเกินระยะดังกล่าว เพื่อให้มีสารสำคัญสูง ใบฟ้าทะลายโจรจะมีปริมาณสารสำคัญสูงกว่ากิ่งก้าน และไม่ควรรีบอายุการเก็บเกี่ยวเพียงอย่างเดียว เนื่องจากในแต่ละช่วงการผลิต อายุการออกดอกอาจจะแตกต่างกัน หากเก็บเกี่ยวช้าในระยะที่ติดเมล็ดแล้วใบจะลดลงเหลือแต่กิ่งก้านทำให้มีปริมาณสารสำคัญต่ำ

#### ข้อเสนอแนะ

1. ควรเก็บผลผลิตในช่วงเช้า
2. ปริมาณสารสำคัญมีความผันแปรไปตามสภาพแวดล้อม
3. ผลผลิตสดเฉลี่ย 3,000 กิโลกรัม/ไร่
4. วัตถุดิบแห้ง 1 กิโลกรัม มาจากผลผลิตสด 3 กิโลกรัม
5. ต้นทุนเฉลี่ยต่อไร่ประมาณ 8,000 - 10,000 บาท



### สรรพคุณทางยา

ฟ้าทะลายโจรที่สามารถนำมาใช้ในตำรับยา ต้องมีสารสำคัญ (Andrographolide) ไม่น้อยกว่า 6 % ซึ่งมีงานวิจัยในมนุษย์ว่า ฟ้าทะลายโจรสามารถบรรเทาอาการหวัดและไข้หวัดใหญ่ได้ผลดี จึงถูกบรรจุอยู่ในบัญชียาหลักแห่งชาติ ด้วยข้อบ่งใช้ บรรเทา อาการเจ็บคอ และบรรเทาอาการหวัด โดยโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร ได้แนะนำตำรับยาและวิธีการใช้ ดังนี้

1. ยาขง นำใบสด 5 - 7 ใบ ใส่แก้ว เติมน้ำเดือดลงไปเกือบเต็มแก้ว ปิดฝาทิ้งไว้ประมาณครึ่งชั่วโมง พออุ่น รินแต่น้ำดื่ม ครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3 - 4 ครั้ง หลังอาหาร
2. ยาต้ม ใช้ทั้งต้นและใบ 1 กำมือ ต้มกับน้ำ 3 - 4 แก้ว ให้เดือด 10 - 15 นาที ทิ้งให้อุ่น รินน้ำดื่ม ครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3 - 4 ครั้ง หลังอาหาร
3. ยาเม็ด นำใบสดมาล้างให้สะอาด ตากแดด 1 - 2 วัน จนแห้งกรอบ บดเป็นผงให้ละเอียด ปั่นกับน้ำผึ้ง หรือน้ำเชื่อม ให้เป็นเม็ด ขนาดเท่าเม็ดถั่วเหลือง ผึ่งลมให้แห้ง รับประทานครั้งละ 5 - 10 เม็ด วันละ 3 - 4 ครั้ง หลังอาหาร
4. ยาแคปซูล นำใบสดมาล้างให้สะอาด ตากแดด 1 - 2 วัน จนแห้งกรอบ บดเป็นผงให้ละเอียด นำใส่แคปซูล ขนาดเบอร์ 0 รับประทานครั้งละ 2 - 4 แคปซูล วันละ 3 - 4 ครั้ง หลังอาหาร

การใช้ฟ้าทะลายโจรให้ได้ผลดีและออกฤทธิ์เร็วที่สุดในการแก้ไข้หวัด คือ ถ้าเริ่มรู้สึกว่ครั่นเนื้อครั่นตัว เหมือนจะเป็นไข้ ให้รีบรับประทานทันที ถ้าเป็นมาแล้ว 2 - 3 วัน จะไม่ค่อยได้ผล

### ข้อควรระวัง

1. ห้ามหญิงมีครรภ์ หรือให้นมบุตรรับประทาน
2. หากรับประทานแล้วมีอาการหน้ามืด วิงเวียน มึนงง ท้องอืด ควรหยุดยา
3. ไม่ควรรับประทานติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน
4. หากเป็นไข้และมีอาการหนาวเย็น หรือหนาวสั่น หากรับประทาน ฟ้าทะลายโจรจะทำให้มีอาการมากขึ้น เพราะเป็นยาเย็นจัด
5. ระวังการใช้ยาฟ้าทะลายโจรร่วมกับยาแผนปัจจุบัน เช่น วาร์ฟาริน แอสไพริน โคลพิโดเกรล ยาลดความดันโลหิต ควรปรึกษาแพทย์ หรือเภสัชกร

