

ตำรับยาให้ความอบอุ่นภายในร่างกาย: หลี่จงหวาน

## หลี่จงหวาน (理中丸)

### ตำราต้นตำรับ

伤寒论 ซางหาลู่่น (Treatise on Febrile Diseases)<sup>1</sup>

« ค.ศ. 219 Zhang Zhongjing (张仲景 จางจิ่งจิง) »<sup>2</sup>

### ส่วนประกอบ

干姜	Rhizoma Zingiberis	กันเจียง	90 กรัม
人参	Radix Ginseng	เทรินเซิน	90 กรัม
白术	Rhizoma Atractylodis Macrocephalae	ไป่จู่	90 กรัม
甘草(炙)	Radix Glycyrrhizae Praeparata	กันเฉ่า (จี้)	90 กรัม

### วิธีใช้

นำตัวยาทิ้งให้แห้งเป็นผง ผสมเข้ากับน้ำผึ้งแล้วปั้นเป็นลูกกลอน รับประทานวันละ 2-3 ครั้ง ครั้งละ 9 กรัม รับประทานกับน้ำต้มสุก หรือใช้ต้มเอาน้ำดื่มโดยปรับลดน้ำหนักลงจากตำรับยาข้างต้น 10 เท่า<sup>1,3</sup>

### การออกฤทธิ์

เสริมความอบอุ่น ขับความเย็นที่ส่วนกลาง เสริมชีและพลัง บำรุงม้ามและกระเพาะอาหาร<sup>1,3</sup>

### สรรพคุณ

รักษาโรคม้ามและกระเพาะอาหารอ่อนแอ ซึ่งมีอาการปวดท้องน้อย ชอบความอบอุ่น หรือคนหนาวที่หน้าท้องแล้วรู้สึกสบาย อุจจาระใสเหลว ท้องอืด รับประทานอาหารได้น้อย คลื่นไส้ อาเจียน ลิ้นซีด มีฝ้าขาว สีพจรม เล็ก หรือหยางพร่องและเสียเลือด หรืออาการชัก หรือสะดุ้งผวาในเด็กที่เกิดจากโรคเรื้อรัง หรือหลังป่วยซอบมีน้ำลายและเสมหะไหล หรือหยางของส่วนกลางพร่อง ทำให้เจ็บทรวงอก<sup>1,3</sup>

ตำรับยานี้สามารถเพิ่มหรือลดขนาดยาให้เหมาะสมในผู้ป่วยโรคกระเพาะอาหารและลำไส้อักเสบเรื้อรัง ลำไส้เป็นแผล การย่อยอาหารไม่ดี กระเพาะอาหารขยายตัว บวม หรือย่อยต่ำลง ม้ามและกระเพาะอาหารพร่องเย็น กระเพาะอาหารและลำไส้อักเสบเฉียบพลัน<sup>1,3</sup>



ตำรับยา **หลี่จงหวาน** (理中丸)



ก้านเจียง (干姜) 2 เซนติเมตร



เหรินเซิน (人參) 2 เซนติเมตร



ไปจู้ (白朮) 3 เซนติเมตร



ก้านจ้าว(จื่อ) [甘草(炙)] 2 เซนติเมตร

ตำรับยาให้ความอบอุ่นภายในร่างกาย: หลี่จิ้งหวน

## คำอธิบายตำรับ

สมุนไพร	ทำหน้าที่	รส	คุณสมบัติ	สรรพคุณ
干姜 กั้นเจียง (ชิงแห้ง)	ตัวยาหลัก	เผ็ด	ร้อน	เสริมความอบอุ่น ขับความเย็น และฟื้นฟูหยางซี่ของม้ามและ กระเพาะอาหาร สมานระบบ กระเพาะอาหารทำให้ซี่ลงต่ำ ระงับอาการคลื่นไส้อาเจียน
人參 เทรินเซิน (โสมคน)	ตัวยาเสริม	หวานอมขม เล็กน้อย	อุ่น เล็กน้อย	เสริมซี่ บำรุงม้ามและกระเพาะ อาหาร
白朮 ไป๋จู่	ตัวยาช่วย	ขมอมหวาน	อุ่น	ให้ความอบอุ่นกับระบบม้าม บำรุงม้าม ขับความชื้น
甘草 (炙) กั้นเฉ่า (จ้อ) (ชะเอมเทศผัดน้ำผึ้ง)	ตัวยานำพา	หวาน	อุ่น	เสริมซี่ บำรุงส่วนกลาง ปรับ ประสานตัวยาทั้งหมดให้เข้ากัน

## รูปแบบยาในปัจจุบัน

ยาลูกกลอนน้ำผึ้ง ยาลูกกลอนน้ำ ยาต้ม<sup>4</sup>

## ข้อควรระวังในการใช้

ตำรับยานี้มีฤทธิ์ให้ความอบอุ่นและแห้ง จึงไม่เหมาะที่จะใช้กับผู้ป่วยโรคไข้หวัด ตัวย้อน หรือ  
ธาตุน้ำน้อย ร้อนใน<sup>1,3</sup>

## ข้อมูลวิชาการที่เกี่ยวข้อง

**ตำรับยาหลี่จิ้งหวน** มีรายงานการศึกษาวิจัยด้านต่าง ๆ ดังนี้

**การศึกษาทางเภสัชวิทยา:** สารสกัดน้ำมีฤทธิ์ในการรักษาแผลในกระเพาะอาหารของหนูขาว<sup>4</sup>

**การศึกษาทางคลินิก:** ตำรับยาหลี่จิ้งหวนมีสรรพคุณช่วยให้ระบบการทำงานของกระเพาะ  
อาหารและลำไส้ และการไหลเวียนของเลือดดีขึ้น เสริมพลังการขับพิษและของเสีย บรรเทาอาการเกร็ง  
แก้ปวด แก้อาเจียน แก่ท้องเสีย และขับปัสสาวะ<sup>1,3,4</sup>

**กันเจียง [ชิงแห้ง (Rhizoma Zingiberis)]** คือ เหง้าแห้งของพืชที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Zingiber officinale* (Willd.) Rosc. วงศ์ Zingiberaceae<sup>5</sup> มีรายงานการศึกษาวิจัยด้านต่าง ๆ ดังนี้

**การศึกษาทางเภสัชวิทยา:** เมื่อให้สารสกัด 50% เอทานอลทางปากหนูถีบจักรในขนาด 25 มิลลิกรัม/กิโลกรัม เป็นเวลาติดต่อกัน 7 วัน พบว่ามีฤทธิ์กระตุ้นภูมิคุ้มกัน เมื่อให้ในขนาด 200 มิลลิกรัม/กิโลกรัม พบว่ามีฤทธิ์ระงับปวดได้อย่างมีนัยสำคัญ และเมื่อให้สารสกัดดังกล่าวทางปากกระต่ายในขนาด 500 มิลลิกรัม/กิโลกรัม พบว่ามีฤทธิ์ลดไขมันในเลือดและมีฤทธิ์ต้านการเกิดภาวะหลอดเลือดแข็ง สารสกัดอะซีโตนหรือ 50% เอทานอล เมื่อให้แก่สุนัขทางปากในขนาด 25, 50, 100 และ 200 มิลลิกรัม/กิโลกรัม สามารถลดจำนวนครั้งของการอาเจียนที่เกิดจากยาต้านมะเร็งได้ ส่วนผลต่อการชะลอการเริ่มเกิดการอาเจียนครั้งแรกนั้น เฉพาะสารสกัดอะซีโตนขนาด 100 มิลลิกรัม/กิโลกรัม หรือสารสกัด 50% เอทานอลขนาด 25, 50 และ 100 มิลลิกรัม/กิโลกรัม เท่านั้นที่สามารถชะลอการเริ่มเกิดการอาเจียนได้อย่างมีนัยสำคัญ<sup>6</sup>

**การศึกษาทางคลินิก:** ผงชิงในขนาด 940 มิลลิกรัม มีประสิทธิภาพในการป้องกันและลดอาการเมาเรือได้ดี<sup>7</sup> เมื่อให้หญิงมีครรภ์รับประทานชิงผงบรรจุแคปซูลขนาด 1 กรัม นาน 4 วัน ให้ผลในการต้านการอาเจียนเนื่องจากตั้งครรภ์ และไม่พบอาการข้างเคียงแต่ประการใด<sup>6</sup> นอกจากนี้ยังพบว่าชิงช่วยบรรเทาอาการปวด และลดการบวมของข้อ และยังทำให้การทำงานของข้อพื้นตัวดีขึ้นในผู้ป่วยโรคปวดข้อรูมาตอยด์ และผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังเรื้อรัง<sup>7</sup>

**การศึกษาความปลอดภัย:** ยังไม่พบรายงานเกี่ยวกับการเกิดพิษจากการใช้ชิงแห้งเพียงอย่างเดียว และผลจากการศึกษาทางคลินิกในผู้ป่วยกลุ่มต่าง ๆ ไม่พบว่าชิงก่อให้เกิดอาการพิษแต่อย่างใด เมื่อให้สารสกัดชิงด้วยน้ำมันงาในขนาดสูงถึง 1 กรัม/กิโลกรัม แก่หนูขาวที่ตั้งท้องในช่วงที่ตัวอ่อนมีการสร้างอวัยวะ ไม่พบพิษต่อตัวแม่และตัวอ่อนในท้อง<sup>6</sup>

**เหรินเซิน [โสมคน (Radix Ginseng)]** คือ รากแห้งของพืชที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Panax ginseng* C.A. Mey วงศ์ Araliaceae<sup>5</sup> มีรายงานการศึกษาวิจัยด้านต่าง ๆ ดังนี้

**การศึกษาทางเภสัชวิทยา:** เมื่อให้สารสกัดน้ำทางปากและฉีดเข้าช่องท้องหนูถีบจักรในขนาดเทียบเท่าผงยา 1-3 กรัม/กิโลกรัม มีผลช่วยให้หนูถีบจักรมีความจำดีขึ้น และมีรายงานว่าโสมคนมีฤทธิ์เพิ่มประสิทธิภาพของระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย โดยกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายแบบไม่เฉพาะเจาะจง นอกจากนี้โสมคนยังช่วยปรับการเต้นของหัวใจให้กลับสู่ภาวะปกติเร็วขึ้น ทำให้เหนื่อยช้าลง และสามารถทำงานได้นานขึ้น<sup>8</sup>

ตำรับยาให้ความอบอุ่นภายในร่างกาย: หลี่จิงหวาน

---

**การศึกษาทางคลินิก:** เมื่อให้ผู้ป่วยที่มีอาการเครียดและอ่อนเพลีย รับประทานยาเตรียม หิงเจอร์จากรากโสมคนความเข้มข้น 3% วันละ 3 ครั้ง ครั้งละ 5 มิลลิกรัม รับประทานติดต่อกันทุกวัน เป็นเวลา 5-7 วัน พบว่าอาการปวดศีรษะ นอนไม่หลับ เบื่ออาหารดีขึ้นอย่างชัดเจน เมื่อให้ผู้ป่วยโรค โลหิตจางรับประทานสารสกัดทุกวัน วันละ 60-120 มิลลิกรัม พบว่านอกจากประสิทธิภาพการทำงานของ ไช้กระดูกเพิ่มขึ้นแล้ว ยังช่วยบรรเทาอาการอ่อนเพลียหรือเมื่อยล้า เบื่ออาหาร เวียนศีรษะ หัวใจเต้นเร็ว ของผู้ป่วยให้ดีขึ้นด้วย นอกจากนี้โสมคนยังมีสรรพคุณช่วยเพิ่มสมรรถนะในการทำงานของร่างกายให้ สูงขึ้น ต้านความเมื่อยล้า และเพิ่มประสิทธิภาพของระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย<sup>8,10</sup>

**การศึกษาความปลอดภัย:** มีรายงานการศึกษาพิษเฉียบพลันในหนูถีบจักร พบว่าขนาดของ ผงยาและสารสกัดน้ำเมื่อให้ทางปากที่ทำให้หนูถีบจักรตายร้อยละ 50 (LD<sub>50</sub>) มีค่าเท่ากับ 5 และ 1.65 กรัม/กิโลกรัม ตามลำดับ<sup>8</sup>

**ไป๋จู้ (Rhizoma Atractylodis Macrocephalae)** คือ ลำต้นใต้ดินแห้งของพืชที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ ว่า *Atractylodes macrocephala* Koidz. วงศ์ Compositae<sup>5</sup> มีรายงานการศึกษาวิจัยด้านต่าง ๆ ดังนี้

**การศึกษาทางเภสัชวิทยา:** ผงยามีฤทธิ์ป้องกันตับและเพิ่มการทำงานของระบบภูมิคุ้มกันในหนู ถีบจักร<sup>11</sup> สารสกัดน้ำเมื่อให้หนูถีบจักรทางปากขนาดเทียบเท่าผงยา 6 กรัม/กิโลกรัม มีผลเพิ่มน้ำหนัก ตัวและความทนทานของหนูถีบจักร<sup>12</sup>

**การศึกษาทางคลินิก:** ผงยามีฤทธิ์ขับปัสสาวะ รักษาอาการตับแข็ง และโรคท้องมาน (มีน้ำขัง ในช่องท้อง)<sup>13</sup>

**การศึกษาความปลอดภัย:** มีรายงานการศึกษาพิษเฉียบพลันในหนูขาวโดยฉีดสารสกัดน้ำเข้า ช่องท้อง พบว่าขนาดของสารสกัดน้ำเทียบเท่าผงยาที่ทำให้หนูขาวตายร้อยละ 50 (LD<sub>50</sub>) มีค่ามากกว่า 13.3 กรัม/กิโลกรัม และเมื่อให้สารสกัดน้ำทางปากหนูขาวในขนาด 0.5 กรัม/กิโลกรัม ทุกวันติดต่อกัน นาน 30-60 วัน ไม่ทำให้เกิดอาการพิษใด ๆ<sup>12</sup>

**กันเฉ่า (จื่อ) [ชะเอมเทศผัดน้ำผึ้ง (Radix Glycyrrhizae Praeparata)]** คือ รากแห้งของพืช ที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Glycyrrhiza uralensis* Fischer หรือ *G. inflata* Bat. หรือ *G. glabra* L. วงศ์ Leguminosae-Papilionoideae เตรียมโดยนำน้ำผึ้งบริสุทธิ์มาเจือจางด้วยน้ำต้มในปริมาณที่เหมาะสม ใส่ชะเอมเทศที่หั่นเป็นแว่น ๆ หรือเป็นชิ้น ๆ ตามต้องการ (อัตราส่วนของสมุนไพร:น้ำผึ้ง เท่ากับ 4:1) แล้วคลุกให้เข้ากัน หมกไว้สักครู่เพื่อให้น้ำผึ้งซึมเข้าในตัวยา จากนั้นนำไปผัดในภาชนะที่เหมาะสมโดยใช้ ระดับไฟปานกลาง ผัดจนกระทั่งมีสีเหลืองเข้มและไม่เหนียวติดมือ นำออกจากเตา แล้วตั้งทิ้งไว้ให้เย็น<sup>14</sup>

ชะเอมเทศมีคุณสมบัติเป็นกลางค่อนข้างเย็นเล็กน้อย มีรสอมหวาน มีสรรพคุณระบายความร้อน ขับพิษ แก้ไอ ขับเสมหะ โดยทั่วไปมักใช้เข้าในตำรับยารักษาอาการไอมีเสมหะมาก พิษจากผีเสื้อคอบวมอักเสบ หรือพิษจากยาและอาหาร โดยสามารถช่วยระบายความร้อนและขับพิษได้ หากนำมาผัดน้ำผึ้งจะทำให้มีคุณสมบัติอุ่น มีรสหวาน มีสรรพคุณบำรุงม้ามและกระเพาะอาหาร เสริมซี่ ทำให้การเดินของชีพจรมีแรงและกลับคืนสภาพปกติ โดยทั่วไปมักใช้เข้าในตำรับยารักษาอาการม้ามและกระเพาะอาหารอ่อนเพลียไม่มีแรง ซี่ของหัวใจพร่อง ปวดท้อง เส้นเอ็นและชีพจรตึงแข็ง ชีพจรเต้นไม่สม่ำเสมอ และชีพจรเต้นหยุดอย่างมีจังหวะ มีรายงานผลการศึกษาเปรียบเทียบปริมาณกรดกลีไซร์โรซิก (glycyrrhizic acid) ในชะเอมเทศที่ผัดและไม่ได้ผัดน้ำผึ้ง พบว่าชะเอมเทศผัดน้ำผึ้งจะมีปริมาณสารดังกล่าวน้อยกว่าชะเอมเทศที่ไม่ได้ผัดร้อยละ 47-60 ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับคุณภาพของเครื่องยา<sup>14</sup> การศึกษาวิจัยของชะเอมเทศผัดน้ำผึ้ง มีดังนี้

**การศึกษาทางเภสัชวิทยา:** มีรายงานการศึกษาเปรียบเทียบฤทธิ์เสริมภูมิคุ้มกันของชะเอมเทศที่ผัดน้ำผึ้งและไม่ได้ผัด พบว่าฤทธิ์เสริมภูมิคุ้มกันของชะเอมเทศผัดน้ำผึ้งจะแรงกว่าชะเอมเทศที่ไม่ได้ผัดมาก ดังนั้นชะเอมเทศผัดน้ำผึ้งจึงนับเป็นตัวยามีสรรพคุณบำรุงซี่ที่ดีที่สุดเ็นทางคลินิก<sup>14</sup>

### เอกสารอ้างอิง

1. Zhang E. Prescriptions of traditional Chinese medicine: A practical English-Chinese library of traditional Chinese medicine. 6<sup>th</sup> ed. Shanghai: Publishing House of Shanghai College of Traditional Chinese Medicine, 1999.
2. Ou M, Lu X, Li Y, Lai SL, Chen XQ, Huang YZ, Chen JF, Shen C, Zhen WW. Chinese-English glossary of common terms in traditional Chinese medicine. 1<sup>st</sup> ed. Hong Kong: Joint Publishing Co., 1982.
3. มานพ เลิศสุทธิรักษ์. ตำรับยาหลังจันทวน. [เอกสารแปลเพื่อการจัดทำฐานข้อมูลยาสมุนไพรจีน]. นนทบุรี: สถาบันการแพทย์ไทย-จีน เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข, 2549.
4. Ou YJH, Lizhong Wan. In: Xia M (ed.). Modern study of the medical formulae in traditional Chinese medicine. Vol.1. 1<sup>st</sup> ed. Beijing: Xue Yuan Press, 1997.
5. The State Pharmacopoeia Commission of P.R. China. Pharmacopoeia of the People's Republic of China. Vol. 1. English edition. Beijing: Chemical Industry Press, 2000.
6. นงลักษณ์ สุขวานิชย์ศิลป์. ชิง. ใน: บพิตร กลางกัลยา นงลักษณ์ สุขวานิชย์ศิลป์.(บรรณาธิการ). รายงานผลการศึกษาโครงการการประเมินประสิทธิภาพและความปลอดภัยของยาสมุนไพร. นนทบุรี: บริษัท เอส อาร์ ฟรินติ้ง แมสโปรดักส์ จำกัด, 2544.
7. สถาบันวิจัยสมุนไพร. เอกสารวิชาการสมุนไพร. นนทบุรี: กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2543.
8. Zhou QM, Wang Y, Wang BX. Radix Ginseng: ren sheng. In: Wang BX, Ma JK, Zheng WL, Qu SY, Li R, Li YK (eds.). Modern study of pharmacology in traditional Chinese medicine. 2<sup>nd</sup> ed. Tianjin: Tianjin Science & Technology Press, 1999.

9. Wang N, Minatogushi S, Arai M, Uno Y, Nishida Y, Hashimoto K, Xue HC, Fukuda K, Akao S, Takemoto G, Fujiwara H. Sheng-Mai-San is protective against post-ischemic myocardial dysfunction in rats through its opening of the mitochondrial KATP channels. *Am J Chin Med* 2001; 29(2): 367-75.
10. World Health Organization. WHO monographs on selected medicinal plants. Vol.1. Geneva: World Health Organization, 1999.
11. Poon PM, Wang CK, Fung KP, Fong CY, Wong EL, Lau JT, Leung PC, Tsui SK, Wan DC, Waye MM, Au SW, Lau CB, Lam CW. Immunomodulatory effects of a traditional Chinese medicine with potential antiviral activity: a self-control study. *Am J Chin Med.* 2006; 34(1): 13-21.
12. Bensky D, Gamble A. Chinese herbal medicine: Materia medica. Revised edition. Washington: Eastland Press, 1993.
13. Zhou ZC. Rhizoma Atractylodis Macrocephalae: bai zhu. In: Wang BX, Ma JK, Zheng WL, Qu SY, Li R, Li YK (eds.). *Modern study of pharmacology in traditional Chinese medicine.* 2<sup>nd</sup> ed. Tianjin: Tianjin Science & Technology Press, 1999.
14. Ye DJ, Zhang SC, Huang WL, Pan SH, Gong QF, Chen Q. *Processing of traditional Chinese medicine.* 7<sup>th</sup> ed. Shanghai: Publishing House of Shanghai College of Traditional Chinese Medicine, 2001.