

การรักษาโควิด 19 โดยการบริหารจัดการจากการใช้สมุนไพรธรรมชาติ

Treatment of COVID-19 by Management from the use of Natural Herbs

ดวงนภา ธรรมขันคำ¹ ปานูวัฒน์ ม่วงทุ่ง² สหสวรรณ เทพจันทร์³

สามารถ ส่วนบุญ⁴ ธนัสถา โรจนตรกุล⁵

Duangnapha Thammakhankham, Panuwat Muangthung, Sahasawat Tepchan, Samart
Suanbun, Tanastha Rojanatrakul

บทคัดย่อ (Abstract)

ในสถานการณ์ทั่วโลกในปัจจุบันนั้นเกิดการแพร่ระบาดของไวรัส โควิด-19 ที่ส่งผลให้ทั่วโลกนั้นได้รับผลกระทบจากโรคระบาดนี้รวมถึงประเทศไทยเช่นกันและด้วยสถานการณ์แบบนี้ทำให้ทั่วโลกและรวมไปถึงประเทศไทยต้องทำการปรับตัวปรับตัวและต้องป้องกันตัวและต้องคอยระวังจากโรคระบาด โควิด-19 ในขณะเดียวกันทั่วโลกนั้นมีผู้ติดเชื้อมากมายแล้วสืบล้านคนขึ้นไป และต้องทำให้มีการจัดสรรหาวัคซีนเพื่อนำมาฉีดรักษาผู้ติดเชื้อโควิดและผู้ที่ไม่ได้ติดเชื้อไปด้วยในขณะเดียวกันประเทศไทยนั้นได้คิดค้นการรักษา โควิด-19 ด้วยสมุนไพรธรรมชาติเช่นฟ้าทะลายโจร ชิง มะขามป้อม กระชาย ฯลฯ ดังนั้นจุดประสงค์ที่ท่าบทความเรื่องนี้ คือ ต้องการบริหารและการจัดการคุณสมบัติของสมุนไพรไทยรักษาอาการ โควิด-19 เพื่อให้ประชาชนได้ใช้สมุนไพรได้อย่างคุ้มค่าและปลอดภัย ได้ตระหนักถึงการใช้ทรัพยากรได้อย่างเหมาะสม ทำให้ประชาชนรู้จักสมุนไพรธรรมชาติที่สามารถรักษาโควิดได้ บทความนี้ทำให้มีการบริหารและจัดการสมุนไพรธรรมชาติได้มากยิ่งขึ้นและหวังว่าความรู้สมุนไพรที่มีอยู่นั้นสามารถนำมาประยุกต์ จัดการใช้ได้อย่างเหมาะสมและรู้จัก

Received: 2021-10-12 Revised: 2021-11-06 Accepted: 2021-11-08

¹ หลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ วิทยาลัยการจัดการและพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม Bachelor of Public Administration in Program Public Administration, College of Local Management and Development, Pibulsongkram Rajabhat University. Corresponding Author e-mail: Panuwat.mu@psru.ac.th

² วิทยาลัยการจัดการและพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม College of Local Management and Development, Pibulsongkram Rajabhat University. E-mail:

³ วิทยาลัยการจัดการและพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม College of Local Management and Development, Pibulsongkram Rajabhat University. E-mail:

⁴ วิทยาลัยการจัดการและพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม College of Local Management and Development, Pibulsongkram Rajabhat University. E-mail:

⁵ วิทยาลัยการจัดการและพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม College of Local Management and Development, Pibulsongkram Rajabhat University. E-mail:

การใช้สมุนไพรได้มากยิ่งขึ้นต่อไป จึงสรุปได้ว่า สถานการณ์แบบนี้ ควรจำเป็นต้องดูแลรักษาตัวเอง ให้ดีที่สุดเป็นสิ่งสำคัญ ไม่ว่าจะฉีดวัคซีนหรือใช้สมุนไพรควรดำเนินให้ถูกต้อง เพราะมีทั้งผลดีและผลเสียตามมาเหมือนกัน ทั้งนี้จะช่วยให้พัฒนาสังคมประเทศ และดำเนินใช้ชีวิตให้ถูกต้องเพื่อเป็นผลลัพธ์ที่ดีของสังคมไทยและประเทศ

คำสำคัญ (Keywords): การบริหารจัดการ; สมุนไพรธรรมชาติ; โควิด19

Abstract

In this current situation throughout the world, there has been a COVID-19 pandemic that has affected people in all countries throughout the world, as well as Thailand. With this situation, people in all countries throughout the world, including Thailand, have to adjust and protect themselves from the COVID-19 pandemic. Currently, the number of infected people throughout the world is higher than 10 million. Therefore, vaccination is required for treating infected people and vaccinating non-infected people. Simultaneously, Thailand also invented a new COVID-19 treatment based on natural herbs, for example, Kariyat, ginger, gooseberry, finger root, etc. As a result, this article aims to manage the properties of Thai herbs for treating COVID-19 infection in order to enable Thai people to use herbs safely and worthily, as well as enable them to know natural herbs that can cure COVID-19 infection. This article may improve natural herb management, and the author highly hopes that existing knowledge of herbs will be able to be used for compounding medicines appropriately and more people will know how to use herbs. Therefore, it could be concluded that self-care was very important in this situation. In addition, vaccination or the use of herbs should be performed correctly because it could give both adverse effects and usefulness. Consequently, this article would help to develop society and the country, as well as enable Thai people to live their lives correctly for the benefit of Thai society and the nation.

Keyword: Management; Natural Herbs; COVID-19

บทนำ (Introduction)

ประเทศไทยมาถึงวิกฤติทางตัน ผู้ป่วยล้มระบบสาธารณสุข ขาดแคลนทั้งเตียง วัคซีน และยารักษาโรค จากจำนวนผู้ติดเชื้อเพิ่มสูงขึ้นทะลุหลักหมื่นหลายวัน ทำให้มีคนนอนรอเตียงอยู่บ้าน บางคนทนไม่ไหวเสียชีวิตก่อนได้รับการรักษา สมุนไพรจึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่แบ่งเบาภาระของบุคลากรทางการแพทย์ได้ เพราะสมุนไพรหาได้ง่าย ราคาถูก สมุนไพรแต่ละชนิดมีสรรพคุณในการบรรเทาและรักษาโรคได้

สมุนไพรเป็นพืชผลผลิตจากธรรมชาติที่มนุษย์นำมาใช้ประโยชน์ในการรักษาโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ บางชนิดก็มีราคาแพง บางชนิดก็มีราคาถูก ในท้องถิ่นยังอาจหาซื้อยาก ต่างจากสมุนไพรในท้องถิ่นที่หาง่ายเพราะได้จากพืชทั่วไปที่มีอยู่ในทั้งตัวเมืองและตัวชนบท สามารถนำมาใช้เป็นยารักษาโรค และรักษาร่างกายให้มีสุขภาพแข็งแรง ภูมิปัญญาพื้นบ้านมั่งคั่ง ใช้ปรุง กลิ่น สี รสชาติ ของยาและอาหาร ยังเป็นการอนุรักษ์มรดกไทยให้กับประชาชนในแต่ละท้องถิ่น ที่รู้จักช่วยเหลือตนเองในการใช้สมุนไพรในท้องถิ่นมาใช้ให้เป็นประโยชน์ และทำให้เห็นคุณค่าการดำเนินชีวิตวิถีไทยวิถีชีวิตวิถีไทย ทำให้มีความภูมิใจในความเป็นไทย โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร โดยสถาบันการแพทย์แผนไทยอภัยภูเบศร ประชุมวิชาการออนไลน์ ถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์การใช้สมุนไพรไทยในสถานการณ์การณโควิด -19 ของโรงพยาบาลฯ เพื่อแนะแนวทางการดูแลภาคประชาชนด้วยสมุนไพรที่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ และมีการใช้สมุนไพร การแพทย์แผนไทยบูรณาการร่วมกับการรักษามาตรฐานทางการแพทย์ ร่วมกับการพัฒนางานด้านวิชาการการวิจัยควบคู่กันไปด้วย

ในปัจจุบันได้มีการศึกษาวิจัยต่อยอดสมุนไพรไทยจนเป็นที่ยอมรับกันอย่างกว้างขวางยิ่งในช่วงสถานการณ์ โควิด-19 สมุนไพรไทยนับเป็นอีกหนึ่งที่สามารถใช้บรรเทาอาการเบื้องต้นของไข้หวัดได้ สมุนไพรไทยนั้นเป็นจุดแข็งของประเทศไทยมีการใช้กันมา อย่างยาวนาน และเป็นภูมิปัญญาที่ส่งต่อรุ่นสู่รุ่น ดร.ภญ.สุภาภรณ์ ปิติพร ผู้ช่วยผู้อำนวยการด้านการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร กล่าวว่า สถานการณ์โควิด-19 ทำให้คนหันมาให้ความสำคัญกับสมุนไพรมากขึ้น ถือเป็นโอกาสดีในการพัฒนาสมุนไพรในประเทศไทย เพื่อเตรียมการรองรับการแพร่ระบาดของ โรคอุบัติใหม่ อุตุนิบัติซ้ำ ที่ไม่มีใครคาดเดาได้ สมุนไพรที่จะมีการศึกษาวิจัยต่อยอด ได้แก่ ฟ้ายะลวยโจร กระชาย ขมิ้นชัน ขิง มะขามป้อม กระเทียม สันฟราห์หอม และสายน้ำผึ้ง เพื่อเป็นโปรดักต์ของประเทศไทยในอนาคต

การรักษาโควิด 19 โดยการบริหารจัดการจากการใช้สมุนไพรธรรมชาติ

ในเวลาที่สถานการณ์ โควิด-19 ที่กำลังระบาดหนักแบบนี้เราทุกคนต่างมองหาตัวช่วยในการปกป้องตัวเองสร้างภูมิคุ้มกันไม่ให้เจ็บป่วยอยู่หลายวิธีล้างการเลือกทานอาหารที่มีประโยชน์การทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ พักผ่อนให้เพียงพอและตัวช่วยที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งคือการทานสมุนไพรพื้นบ้านที่สามารถทานได้ด้วยตนเองแบบง่ายๆเป็นอีกช่องทางหนึ่งในการสร้างภูมิคุ้มกันที่หลายๆ กำลังหันมาสนใจ

ประเทศไทยมีพืชสมุนไพรหลายชนิด ตำรับยาไทยที่กล่าวถึงสรรพคุณพืชสมุนไพรมากมาย คนไทยมีวิถีชีวิตคุ้นเคยกับการใช้ยาสมุนไพรหลายตัว เช่น ฟ้ายะลวยโจร กระชายขาวและตำ ว่านชักมดลูก เป็นต้น แต่ขาดการต่อยอดพัฒนาภูมิปัญญาให้เป็นยาแผนปัจจุบัน

สมุนไพร หมายถึง เกสรตัวผู้ที่ใช้นำมาทำยารักษาโรค หรือ บำรุงร่างกาย ซึ่งได้จากธรรมชาติ คือ พืช สัตว์ และ แร่ธาตุ จากนั้นนำวัตถุดิบต่าง ๆ มาแปรรูปให้อยู่ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น ของเหลว ของแข็ง กึ่งของเหลวของแข็ง และ รูปแบบไอน้ำหรือรมควัน เป็นต้น

การบริหารจัดการสมุนไพรคือ กระบวนการของการวางแผนในการใช้สมุนไพร การใช้สมุนไพรอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะหมายถึงการใช้ทรัพยากรได้อย่างฉลาดและคุ้มค่า ส่วนการใช้ทรัพยากรอย่างมีประสิทธิภาพ หมายถึง การตัดสินใจได้ อย่างถูกต้อง และมีการปฏิบัติการสำเร็จตามแผนที่กำหนดไว้ ดังนั้นผลสำเร็จของการบริหาร จัดการจึงจำเป็นต้องมีทั้งประสิทธิภาพและประสิทธิผล ควบคู่กันและการควบคุมปริมาณของสมุนไพรให้พอใช้ในการบริโภค หรือการผลิต รวมไปถึงความสัมพันธ์ เงิน เครื่องจักร และวิธีการ เพื่อนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดการใช้สมุนไพรในการใช้ผลิตและรักษาโรคนั้นต้องทำให้เป็นไปตามขั้นตอน เพื่อให้เพียงพอกับจำนวนผู้ผลิตและผู้บริโภค การบริหารจัดการให้ได้ผลดีจะต้องมีการวางแผน ซึ่งหมายถึงเป็นการตั้งเป้าหมายและวางแผนการทำงานในการผลิต ซึ่งรวมถึงการวิเคราะห์และการตัดสินใจเลือกแผนการทำงานที่ดีที่สุด รองลงมาคือการจัดการ หมายถึงการจัดการให้ใช้สมุนไพรหรือทรัพยากรให้เพียงพอต่อการผลิตสุดท้ายคือการควบคุม หมายถึงการเปรียบเทียบผลประกอบการกับมาตรฐาน กับแผนที่วางไว้และกับเป้าหมายการทำงาน เพื่อให้แผนการสามารถดำเนินการไปได้อย่างราบรื่น รวมไปถึงการควบคุมดูแลในการใช้สมุนไพรให้ปลอดภัยข้อมูลของพืชต่าง ๆ ที่สามารถใช้ในการรักษาโรค รวบรวมข้อมูล เช่น ข้อมูลทั่วไป ลักษณะของพืช คุณค่าทางโภชนาการ สรรพคุณและโทษของพืช นั้น ๆ

อาจารย์ กิตติคุณ วังกานนท์ อธิบายว่า สมุนไพรโดยทั่วไปมีสารประกอบหลายชนิด บางชนิดอาจจะก่อให้เกิดผลข้างเคียง (side effect) กับร่างกาย หรือมีความเป็นพิษได้ แต่การวิจัยสมุนไพรเพื่อใช้เป็นยาเป็นเรื่องที่ต่างออกไป นักวิจัยจะดึงเอาสารที่ออกฤทธิ์เฉพาะ แล้วตัดสารประกอบอื่น ๆ ที่ไม่ต้องการออกไป แล้วดัดแปลงโครงสร้างมันให้ดีที่สุดจนกระทั่งเป็นยา

สมุนไพรไทยยั้งโควิดนี้ **เภสัชกรหญิง ผกากรอง ขวัญข้าว** หัวหน้าศูนย์หลักฐานเชิงประจักษ์ด้านการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร รพ.เจ้าพระยาอภัยภูเบศร บอกว่า สมุนไพรไทยหลายชนิดมีคุณค่าสำคัญสร้างกลไกให้ร่างกายป้องกันตัวเองจาก “โรคหลายชนิดต่างกัน” ถูกใช้พึ่งตนเองมาตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน อีกทั้ง “สมุนไพรบางชนิด” มีฤทธิ์ด้านเชื้อไวรัสได้ผลดี จึงมีการศึกษาวิจัยในหลอดทดลองกันต่อเนื่อง กระทั่งพบว่า “ฟ้าทะลายโจรมีสารแอนโดร-กราโฟไลด์ (Andrographolide)” อันเป็นส่วนช่วยยับยั้งการแบ่งตัวเชื้อโควิด เข้าไปสู่เซลล์ร่างกาย และนำมาทดลองคลินิกยืนยันผล “ช่วยยับยั้งเชื้อโควิด” ได้เป็นอย่างดี

พืชสมุนไพรไทยมีหลายชนิด หลายประเภทหลายแขนง สมุนไพรอยู่คู่ครัวเรือน ชุมชนไทยมาหลายร้อยปี สำหรับคนบ้านนอกช่วง 40-60 ปีที่ผ่านมา จำความได้จากผู้เฒ่าผู้แก่เคยใช้สมุนไพรในท้องถิ่น ด้วยคุณเมื่อนำมาใช้บำบัดรักษาโรคละเอียดใช้เจ็บต่าง ๆ ของคนในครอบครัวและในชุมชน พืชสมุนไพรที่จำได้คือ ใบกะเพราให้ความร้อนแรงฆ่าเชื้อโรคในลำไส้ในกระเพาะอาหาร หอม, ชিং, ข่า, ตะไคร้, มะนาว มีประโยชน์ช่วยเพิ่มวิตามินซี ใช้ปรุงในอาหารต้มยำต่าง ๆ มีสรรพคุณช่วยในเรื่องเหน็บชา แก้อ่อนใน พลุกับเหล้าขาวบดผสมให้ละเอียดช่วยแก้ผดผื่นและงูสวัด ใบขี้เหล็กใช้มาทำยาทำอาหารทำแกงขี้เหล็กมีความขมเป็นยา ตันหางจระเข้ใช้ทาสมานแผล ตันใบหมามุ่ยใช้ทำยาเป็นเม็ดยาลูกกลอนเพิ่มสมรรถภาพทางเพศ พืชสมุนไพรฟ้าทะลายโจร กระชาย กัญชา และใบกระท่อมเพื่อ

สรรพคุณประโยชน์ ที่นักวิทยาศาสตร์ นักวิจัย วงการแพทย์ ทดลองแล้วผู้คนรู้จักกันโดยทั่วไปว่าเป็นพืชสมุนไพรในการบำบัดรักษาโรคโควิด-19 แต่ก่อนคนบ้านนอกจะมีการสูมโปงยา - ยาสูม (รมไอน้ำ) สูมไพร่ต่าง ๆ ด้วยวิธี “สูมยาหรือโปงยา”

การใช้สมุนไพรดูแลสุขภาพ ในช่วงการแพร่ระบาดโควิด19

การใช้สมุนไพรดูแลสุขภาพ เป็นส่วนหนึ่งของแผนการรักษา มีส่วนช่วยในการเสริมภูมิคุ้มกัน และมีส่วนช่วยลดโอกาสการติดเชื้อ บรรเทาอาการของโรคที่ต้องใช้กับผู้ป่วยอาการที่ยังไม่รุนแรงและมีส่วนช่วยลดโอกาสที่โรคจะพัฒนารุนแรง ลดระยะการเจ็บป่วยให้สั้นลง ลดโอกาสเกิดผลกระทบต่อสุขภาพภายหลังจากการติดเชื้อได้

ทั้งนี้ผู้ใช้ควรศึกษารายละเอียดการใช้อย่างรอบคอบจากผู้เชี่ยวชาญ เช่น แพทย์ เกษัชกร แพทย์แผนไทย ทราบวิธีการใช้ที่ถูกต้อง ข้อห้ามใช้ ข้อควรระวังก่อนพิจารณาตัดสินใจใช้

ช่วงเวลาก่อนติดเชื้อ ติดเชื้อ และหลังติดเชื้อ

ช่วงเวลาก่อนติดเชื้อ หากมีอาการรุนแรง ควรรีบไปพบแพทย์หรือไปสถานที่พยาบาล และด่านแรกในการป้องกันเชื้อไวรัสที่จะเข้าสู่ร่างกายคือทางเม็ดเลือดขาว แต่ไม่สามารถฉีดวัคซีนแทนได้ ซึ่งเป็นภูมิคุ้มกันแบบจำเพาะ การที่จะลดปริมาณไวรัสลงได้ จะต้องช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและเลือกใช้สมุนไพรที่สามารถยับยั้งการออกฤทธิ์ของการแบ่งตัวของไวรัสได้ และถ้าหากติดเชื้อทางเดินหายใจจะต้องระดมภูมิคุ้มกันให้เร็วที่สุดเท่าที่ทำได้ แต่ถ้าหากมีไวรัสจำนวนมากในร่างกายจะต้องปรับตัวให้ภูมิคุ้มกันทำงานอย่างเหมาะสมกับร่างกายเพื่อจะได้ช่วยลดการอักเสบของปอดได้

ในระยะเวลาการติดเชื้อที่จะลดปริมาณไวรัสลงได้ จะต้องช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและเลือกใช้สมุนไพรที่สามารถยับยั้งการออกฤทธิ์ของการแบ่งตัวของไวรัสได้ และถ้าหากติดเชื้อทางเดินหายใจจะต้องระดมภูมิคุ้มกันให้เร็วที่สุดเท่าที่ทำได้ แต่ถ้าหากมีไวรัสจำนวนมากในร่างกายจะต้องปรับตัวให้ภูมิคุ้มกันทำงานอย่างเหมาะสมกับร่างกายเพื่อจะได้ช่วยลดการอักเสบของปอดได้

ในช่วงที่อาการดีขึ้นแล้วให้ร่างกายฝึกการหายใจ และถ้าหากมีอาการ เช่น ไอ อ่อนเพลีย หายใจลำบาก จมูกจะไม่รับกลิ่น และกลิ่นจะไม่รับรสเป็นต้น และสมุนไพรสามารถรักษาโรคบางชนิดได้ โดยไม่ต้องใช้ยาแผนปัจจุบัน ซึ่งบางชนิดอาจมีราคาแพง และต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก อีกทั้งอาจหาซื้อได้ยากในท้องถิ่นและที่ชนบท และสมุนไพรความปลอดภัยแก่ผู้ใช้มากกว่าใช้ยาปกติ

ประโยชน์ของสมุนไพร

สามารถรักษาโรคบางชนิดได้ โดยไม่ต้องใช้ยาแผนปัจจุบัน ซึ่งบางชนิดอาจมีราคาแพงและต้องเสีย ค่าใช้จ่ายมาก อีกทั้งอาจหาซื้อได้ยากในท้องถิ่นนั้น ในสมุนไพรบางชนิดให้ผลการรักษาได้ดีใกล้เคียงกับยาแผนปัจจุบันและให้ความปลอดภัยแก่ผู้ใช้มากกว่าแผนปัจจุบัน และสมุนไพรสามารถหาได้ง่ายในท้องถิ่น ส่วนใหญ่จะได้จากพืชซึ่งมีอยู่ทั่วไปทั้งในเมืองและชนบท อีกทั้งยังสามารถปลูกเองได้โดยที่เสียค่าใช้จ่ายไม่มาก

สมุนไพรที่จะช่วยรักษาหรือต้านเชื้อไวรัสโควิดได้ ได้แก่

1. ขมิ้นชัน

ช่วยขับลม บรรเทาอาการท้องอืดท้องเฟ้อ รักษาแผลในกระเพาะอาหาร บรรเทาอาการท้องเสียชนิดไม่ติดเชื้อ ลดการอักเสบ บรรเทาปวดบวมบริเวณข้อ ขนาดรับประทาน แคปซูลผง ขมิ้นชัน 250 มิลลิกรัม วันละ 2-4 ครั้ง หลังอาหารและก่อนนอน หากต้องการทานสดใช้เหง้าแก่ยาวประมาณ 2 นิ้ว ชูดเปลือก ล้างน้ำให้สะอาดทำให้ละเอียด เติมน้ำ คั้นเอาแต่น้ำ รับประทานครั้งละ 2 ช้อนโต๊ะ วันละ 3-4 ครั้ง

2. ฟาโทะลายโจร

มีฤทธิ์ต้านไวรัส, ต้านการอักเสบ, เพิ่มภูมิคุ้มกัน โดยมีฤทธิ์ในการลดการเกิดพายุไซโตไคน์ดังกล่าวข้างต้นด้วย ส่วนวิธีใช้ง่าย ๆ หากเตรียมไว้รับประทานเองก็เพียงใช้ใบฟาโทะลายโจร 5-7 ใบ ชงน้ำร้อนจัด หรือทำเป็นผงแล้วปั้นเป็นลูกกลอนขนาดเท่าเม็ดถั่วเหลืองรับประทานครั้งละ 5-10 เม็ด วันละ 3-4 ครั้ง หรือบรรจุแคปซูลเบอร์ศูนย์ รับประทานครั้งละ 2 แคปซูล วันละ 3-4 ครั้ง มีข้อควรระวังคือ ไม่ควรรับประทานร่วมกับยาต้านเกล็ดเลือด ไม่ควรใช้ในสตรีมีครรภ์และให้นมบุตร ดังนั้น การใช้ฟาโทะลายโจรน่าจะเป็นทางเลือกในการยุติโรคและลดการใช้ ฟาวิพิราเวียร์ ลดอัตราการเสียชีวิต รอคอยเข้า ICU ซึ่งต้องใช้มูลค่าหลักล้านต่อรายอย่างไรก็ตามต้องใช้ภายใต้การดูแลของแพทย์และใช้เพียง 5 วันเท่านั้น

3. กระเพรา

มีฤทธิ์ในการเพิ่มภูมิคุ้มกัน ต้านอนุมูลอิสระ ปรับสมดุลของจิตใจ คลายเครียด เราสามารถนำมาทำเป็นเครื่องดื่มทำเป็นชาสมุนไพร เช่น ใช้กระเพราแห้ง 2-3 ช้อนชา ชงน้ำร้อนแบบชงชา ก่อนนอนทำให้หลับสบายหรือนำมาใส่ในอาหารกินเป็นประจำทุกวันก็ได้

4. มะขามป้อม และ ลูกใต้ใบ

สามารถนำมาใช้ได้เช่นกัน เพราะเมื่อไม่นานมานี้ จีนได้นำสารจากพืช 1,800 ชนิดมาทดสอบ พบว่า สาร Corilagin สามารถขัดขวางการจับกันของ เชื้อไวรัสกับ ACE2 receptor เป็นการป้องกันไม่ให้ไวรัสเข้าเซลล์ได้ดีที่สุด สาร Corilagin นี้ พบได้ในลูกใต้ใบและมะขามป้อม นอกจากนี้ มะขามป้อมยังมีฤทธิ์เพิ่มภูมิคุ้มกันและเป็นสารต้านอนุมูลอิสระ เป็นยาอายุวัฒนะ จากการศึกษาวิจัย พบว่า นำมะขามป้อมมาต้มรับประทาน 3 ผลต่อวัน สามารถช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันได้

5. กระชาย

ช่วยขับลม แก้อาการเสียดปวดมวนในท้อง ท้องอืดเฟ้อ แก้อาการกระเพาะ เป็นยาอายุวัฒนะ บำรุงกำลัง ขนาดรับประทาน ใช้ผงแห้งของเหง้า 2 กรัม วันละ 3 เวลา หรือเหง้ากระชายสด รับประทานครั้งละ 1/4 ชีด วันละ 3 เวลา

6. สารสกัดจากกระชายขาว

มีในการฤทธิ์ต้านไวรัสซาร์ส ในระยะหลังการติดเชื้อได้ นอกจากนี้ยังสามารถยับยั้งการทำงานของเชื้อเอดส์ ต้านไวรัสไข้เลือดออกในกลุ่ม Flaviviridae family ยับยั้งเชื้อไวรัส picornavirus ซึ่งก่อโรคมือเท้าปาก ได้อีกด้วย และล่าสุดนี้ทางมหาวิทยาลัยมหิดล และศูนย์ความ

เป็นเลิศด้านชีววิทยาศาสตร์ (องค์การมหาชน) หรือ TCELS ยังพบว่าสารในกระชายขาว 2 ชนิด คือ Pandulatin A และ Pinostrobin มีฤทธิ์ในการยับยั้งเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้ 100% ในหลอดทดลอง

7.พลูคาว

หรือผักคาวตอง พระคุณของพลูคาว สมุนไพรช่วยเสริมภูมิคุ้มกันให้ร่างกายได้เป็นอย่างดี ช่วยต้านอาการหวัดไข้หวัดใหญ่ได้ต้นของพลูคาว สามารถใช้รักษาอาการไอได้มีฤทธิ์ช่วยลดการอักเสบของแผลมีฤทธิ์ช่วยต่อต้านเชื้อไวรัสเชื้อแบคทีเรียเชื้อราต่าง ๆ ได้

8.กระเทียม

ช่วยควบคุมระดับโคเลสเตอรอลและไขมันในเลือด -ช่วยต่อต้านเชื้อแบคทีเรียและลดอาการอักเสบ -มีคุณสมบัติเป็นสารปฏิชีวนะ – ควบคุมการทำงานของร่างกายให้อยู่ในภาวะปกติ

9.สารสกัดจากกระชายขาว

มีในการฤทธิ์ต้านไวรัสซาร์ส ในระยะหลังการติดเชื้อได้ นอกจากนี้ยังสามารถยับยั้งการทำงานของเชื้อเอดส์ ต้านไวรัสไข้เลือดออกในกลุ่ม Flaviviridae family ยับยั้งเชื้อไวรัส picornavirus ซึ่งก่อโรคมือเท้าปาก ได้อีกด้วย และล่าสุดนี้ทางมหาวิทยาลัยมหิดล และศูนย์ความเป็นเลิศด้านชีววิทยาศาสตร์ (องค์การมหาชน) หรือ TCELS ยังพบว่าสารในกระชายขาว 2 ชนิด คือ Pandulatin A และ Pinostrobin มีฤทธิ์ในการยับยั้งเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้ 100% ในหลอดทดลอง

10.ขิง

เป็นพืชสมุนไพรที่ทุกคนรู้จักกันดี มีติดครัวไว้แทบทุกบ้าน เพราะสามารถนำมาประกอบอาหารได้หลากหลายชนิด และยังสามารถนำมาต้มเป็นน้ำสมุนไพรดื่มได้อีกด้วย มีคุณสมบัติอุ่น รสชาติเผ็ดร้อน ช่วยแก้อาการท้องอืด เพื่อ เสียดท้อง อาหารไม่ย่อยได้ดี และยังมีฤทธิ์ในด้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ แก้ไข้ ขับเสมหะ ได้อีกด้วย เนื่องจากในขิงพบว่ามีสารต้านอนุมูลอิสระ (anti-oxidant) และสารต้านการอักเสบ (anti-inflammatory) หลายชนิด โดยจากงานวิจัยจำลองภาพสามมิติ พบว่า สารสำคัญ Zingerol และ Gingerol สามารถแย่งจับกับตำแหน่ง main protease ที่ช่วยยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้

11.ตะไคร้

รสหอมปร่า ขับลมในลำไส้ แก้ท้องอืดท้องเฟ้อแน่นจุกเสียด แก้อาการเกร็ง ขับเหงื่อ แก้โรคทางเดินปัสสาวะ แก้อาการขัดเบา ทำให้เจริญอาหาร ลดความดันโลหิต แก้เบื่ออาหาร บำรุงไฟฟ้าตุ แก้กษัย

12.หอมแดง

มีสรรพคุณช่วยให้หายใจสะดวกและโล่งขึ้น เป็นสมุนไพรที่ผู้เฒ่าผู้แก่นิยมนำมาทุบให้แตก แล้ววางไว้ใกล้ๆ ศีรษะ เพื่อให้เด็กสูดดมตามความเชื่อ ว่า ช่วยรักษาหวัดได้ทางวิทยาศาสตร์หอมแดง มีสารประกอบกลุ่มออร์กาโนซิลเฟอร์สมุนไพรกลุ่ม Adaptogens คือ สารจากสมุนไพรธรรมชาติที่ให้ฤทธิ์ในการควบคุมกระบวนการทางสรีรวิทยา ช่วยให้เกิดความสมดุลของร่างกาย เช่น ช่วยลดการเกิดสภาวะเครียดในร่างกาย เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ต่อต้านไวรัส จึงสามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อ

ป้องกัน สร้างเสริมและดูแลสุขภาพสำหรับยุคโควิด-19 ได้ ตัวอย่างสมุนไพรในกลุ่มนี้ ได้แก่ ฟ้าทะเลลายโจร, กระชาย, หญ้าไต้ใบ, กระเพรา, ยอ, ขมิ้นชัน, มะขามป้อม, ตะไคร้ เป็นต้น

ปัจจุบันมีสมุนไพรที่ได้รับความนิยมเป็นอันดับ 1 คือ ฟ้าทะเลลายโจร

ตามศาสตร์การแพทย์แผนไทย “ฟ้าทะเลลายโจร” จัดเป็นสมุนไพรที่มีรสขม อยู่ในกลุ่มยาเย็น มีสรรพคุณทางการแพทย์แผนไทย ใช้บรรเทาอาการไข้หวัด แก้อาการไอและเจ็บคอ เป็นสมุนไพรที่ได้ถูกบรรจุอยู่ในบัญชียาหลักแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (บัญชียาจากสมุนไพร) กระทรวงสาธารณสุขในรูปแบบยาเดี่ยวตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ได้มีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับสมุนไพรฟ้าทะเลลายโจรกันอย่างแพร่หลาย มีข้อมูลสนับสนุนจากงานวิจัยทางคลินิกพบว่า สมุนไพรฟ้าทะเลลายโจรมีส่วนช่วยรักษาอาการของโรคติดเชื้อเฉียบพลันของระบบทางเดินหายใจ (acute respiratory tract infection) เช่น อาการไอ อาการเจ็บคอได้ดีในปี พ.ศ.2555 ได้มีข้อมูลงานวิจัย จากผู้ป่วยจำนวน 807 คน พบว่าผลิตภัณฑ์สารสกัดจากฟ้าทะเลลายโจรร่วมกับสมุนไพรอื่น ๆ ขนาดรับประทาน 31.5-200 มิลลิกรัม/วัน รับประทานเป็นเวลา 3-10 วัน มีผลช่วยลดความถี่และความรุนแรงของอาการไอเนื่องจากไข้หวัด (common cold) และอาการอักเสบของระบบทางเดินหายใจส่วนบนได้

ในมุมมองการเกิดโรคหรืออาการตามศาสตร์การแพทย์แผนไทยนั้น อาการไข้ ไอ เจ็บคอ เป็นอิทธิพลของธาตุไฟที่เพิ่มปริมาณสูงขึ้น ทำให้เกิดอาการดังกล่าว เราจึงสามารถใช้สมุนไพรฤทธิ์เย็น (สมุนไพรฟ้าทะเลลายโจร) เพื่อใช้ในการรักษาอาการที่ส่งผลมาจากอิทธิพลของไฟที่เพิ่มขึ้นได้ พูดง่ายๆคือ ใช้ความเย็น ปรับหรือลดปริมาณความร้อนในร่างกายให้สมดุลนั่นเอง แต่หากใช้ในปริมาณเกินความจำเป็นก็อาจส่งผลทำให้ ร่างกายมีปริมาณความเย็นเกินไป ส่งผลทำให้เกิดอาการไม่พึงประสงค์ตามมาได้ เช่น อาการชาต้งร่างกาย แขน-ขาอ่อนแรง ท้องอืดท้องเฟ้อ ท้องเสีย หรือผื่นแพ้ตามร่างกาย เป็นต้น

รูปแบบของยาฟ้าทะเลลายโจรที่มีในท้องตลาด แบ่งออกเป็น

1. ยาจากผงฟ้าทะเลลายโจร เป็นฟ้าทะเลลายโจรที่ตากแห้ง และนำมาบดเป็นผง และนำมาบรรจุแคปซูล หรือทำเป็นยาเม็ด ซึ่งจะมียังไฟเบอร์จากใบไม้และสารสำคัญที่ออกฤทธิ์ที่เรียกว่า Andrographolide โดยองค์การอาหารและยา ระบุว่า ยาจากผงฟ้าทะเลลายโจร ควรมีความเข้มข้นของ Andrographolide ไม่ต่ำกว่า 1%

2. ยาจากสารสกัดฟ้าทะเลลายโจร คือการสกัดสาร Andrographolide ล้วน ๆ ไม่มีการเจือปนใบหรือไฟเบอร์อ้างอิงจาก: โรงพยาบาลวิชัยเวชอินเตอร์เนชั่นแนลหนองแขม.//(2564)

ส่วนฤทธิ์ทางยาของฟ้าทะเลลายโจรที่ทำให้หลายคนสนใจและหยิบมาเป็นทางเลือกเพื่อช่วยรักษาผู้ป่วยโควิด-19 ที่มีอาการไม่รุนแรง ได้แก่

- ลดไข้
- ต้านการอักเสบ

- ด้านไวรัสบางชนิด เช่น หวัด และข้อมูลสิทธิบัตรของจีน ที่ระบุว่า สามารถต้าน SARS-CoV-2 ที่เป็นที่มาของโควิด-19 ได้

- กระตุ้นภูมิคุ้มกัน

ยาฟ้าทะลายโจรป้องกันโควิด-19 ได้หรือไม่

ยาฟ้าทะลายโจร ไม่สามารถป้องกันไวรัสเข้าสู่เซลล์ได้ แต่ช่วยบรรเทาอาการในกลุ่มผู้ติดเชื้อที่ไม่รุนแรงได้ เช่น คัดจมูก มีน้ำมูก ลดโอกาสที่โรคจะลุกลามลงปอด ดังนั้นจึงจำเป็นต้องฉีดวัคซีน และปฏิบัติตัวตามคำแนะนำของกระทรวงสาธารณสุขเพื่อป้องกันการติดเชื้ออย่างเคร่งครัด

ยาฟ้าทะลายโจรสำหรับรักษาผู้ป่วยโควิด-19

สำหรับผู้ป่วยโควิด-19 กลุ่มที่มีอาการเล็กน้อย เมื่อได้รับฟ้าทะลายโจร (Andrographolide) ตามขนาดที่กำหนด คือ 180 มิลลิกรัมต่อวัน คือมากกว่าขนาดที่ใช้ในการรักษาหวัด 3 เท่า แต่ก็ยังเป็นขนาดที่มีความปลอดภัย และใช้ภายใต้คำแนะนำของแพทย์ พบว่าช่วยให้อาการเกิดปอดอักเสบลดลง

วิธีการใช้งานสำหรับผู้ป่วยโควิด-19

- ใช้เมื่อใกล้ชิดกับผู้ป่วย และเริ่มมีอาการป่วยเล็กน้อย เช่น คัดจมูก มีน้ำมูก
- ควรทานไม่เกินวันละ 180 มิลลิกรัม แบ่งทานวันละ 3-4 ครั้ง แล้วแต่ขนาด Andrographolide ที่ระบุในแต่ละแคปซูล ไม่ควรทานติดต่อกันเกิน 5 วัน
- หลังทานยาฟ้าทะลายโจรได้ 3 วัน หากอาการไม่ดีขึ้น ควรพบแพทย์

ข้อห้ามในการใช้ยาฟ้าทะลายโจร

- ผู้แพ้ยาฟ้าทะลายโจร
 - หญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตรไม่ควรใช้
 - ผู้ที่มีอาการไข้สูง
 - ข้อควรระวังในการใช้ยาฟ้าทะลายโจร
 - ผู้ป่วยโรคตับ ไต โรคหัวใจและหลอดเลือด และโรคประจำตัวอื่น ๆ ห้ามใช้ยานี้ร่วมกับยาต้านการแข็งตัวของเลือด ยาวาร์ฟาริน แอสไพริน โคลพิโดเกรล ยาลดความดันโลหิต
 - ห้ามใช้ยาฟ้าทะลายโจรติดต่อกันเกิน 5 วัน อาจเกิดปัญหาต่อร่างกายได้
- อาการไม่พึงประสงค์ที่อาจเกิดขึ้นได้จากการทานยาฟ้าทะลายโจร สามารถเกิดขึ้นได้ แต่จะเป็นอาการที่ไม่รุนแรง เช่น

- คลื่นไส้ อาเจียน
- รู้สึกขมๆ ในคอ
- มีอาการถ่ายเหลว ถ่ายบ่อย

สำหรับผู้สูงอายุ ที่มีโรคประจำตัว หากทานยาฟ้าทะลายโจร อาจพบการขยายของหลอดเลือด ทำให้ความดันลดลง เวียนศีรษะ มือเย็น อ่อนแรง ใจเต้นเร็ว แน่นหน้าอก ซึ่งต้องใช้ด้วยความระมัดระวังและอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์ ซึ่งอาการต่าง ๆ เหล่านี้ หากทานยาฟ้าทะลายโจร

อย่างถูกวิธีจะเป็นอาการที่เกิดขึ้นชั่วคราว และสามารถหายได้เอง มีฤทธิ์ที่ส่งผลต่อดับและโตโดยผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัวเกี่ยวกับตับหรือไตจะไม่แนะนำให้ใช้ยาฟ้าทะลายโจร

ข้อควรระวัง : ยาฟ้าทะลายโจร ที่เก็บไว้ระยะเวลานาน มีโอกาสเกิดผลข้างเคียงที่ไม่พึงประสงค์มากขึ้น เพราะฉะนั้นควรดูวันที่ผลิตก่อนซื้อ ไม่ควรซื้อยาฟ้าทะลายโจรที่ผลิตมาเกิน 6 เดือน หากผลิตเกิน 2 ปีไม่ควรซื้อมาใช้

สำหรับข้อแนะนำในการป้องกัน โควิด-19 คือ

1. กินร้อนช้อนตัวเอง
2. ใส่หน้ากากอนามัย
3. มั่นล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์
4. เลี่ยงชุมชนสถานที่แออัด
5. ทำความสะอาดพื้นผิวที่สัมผัสบ่อย ๆ

ผลของการใช้สมุนไพร การใช้สมุนไพรได้ผลในผู้ป่วยไม่รุนแรง “กรมการแพทย์” ได้นำฟ้าทะลายโจรมาใช้ใน “ผู้ป่วยไม่รุนแรง” ให้รับยาใน 72 ชม. เพื่อชะลอยับยั้งไม่ให้เชื้อลงปอดต้นเหตุการพัฒนาให้อาการรุนแรงยิ่งขึ้น ยกเว้นกลุ่มเสี่ยงมีโรคประจำตัว อ้วน และผู้สูงอายุ เบื้องต้นต้องกินแอนโดรกราโฟไลด์ที่มีอยู่ในฟ้าทะลายโจรให้ได้วันละ 180 มิลลิกรัม 3-4 ครั้งต่อวันติดต่อกัน 5 วัน แต่ก็ยังมีบางคนที่ใช้ยาเกินนี้ที่ขึ้นอยู่กับ “แพทย์” เป็นผู้วินิจฉัยอาการแต่ละคน กรมการแพทย์แนะนำต่อว่า “ถ้าปลูกฟ้าทะลายโจรกินใบสดได้ยิ่งดี” กินยอดใบในระยะบานที่มีสารแอนโดรกราโฟไลด์สูง 4% เปรียบเทียบกับแคปซูลฟ้าทะลายโจรสกัดสารแอนโดรกราโฟไลด์วางขายในตลาดทั่วไป 6-10% ดังนั้น ผู้ป่วยติดเชื้อโควิดสามารถพึ่งพาตัวเองได้ด้วยการกิน 5-10 ใบต่อมือ 3-4 ครั้งต่อวันก็ได้

แพทย์หญิง อัมพร เบญจพลพิทักษ์ อธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ให้ข้อมูลว่า ฟ้าทะลายโจร มีสารแอนโดรกราโฟไลด์ การวิจัยในระดับเซลล์และการทดสอบการใช้กับผู้ติดเชื้อโควิด-19 ในระยะอาการไม่รุนแรง พบว่า ป้องกันเชื้อลงปอดในกลุ่มผู้ป่วยอาการเบาได้ผล ช่วยลดโอกาสดำเนินโรคไปเป็นปอดอักเสบได้

และอีกเคสตัวอย่างที่ใช้สมุนไพรในการผลิตรักษา คือ จุฬาฯ เร่งวิจัย “รูติน” สารสกัดสมุนไพรต้านโควิด-19 นักวิจัยจุฬาฯ พบ “รูติน” สารสกัดจากเปลือกส้มฆ่าเชื้อโควิด-19 ได้ อยู่ในช่วงพัฒนาเป็นยา ซึ่งงานวิจัยยังจำเป็นคู่กับการวิจัยวัคซีน เน้นคนไทยปรับมุมมองสมุนไพรเพื่อสร้างมูลค่า

รูติน (Rutin) เป็นสารฟลาโวนอยด์ (Flavonoid) ชนิดหนึ่ง มีสมบัติเด่นในการต้านอนุมูลอิสระ การอักเสบ เชื้อไวรัส และเชื้อจุลินทรีย์ และเป็นสารสกัดที่นักวิจัยหลายกลุ่มในต่างประเทศให้ความสนใจ นับตั้งแต่โรคโควิด-19 เริ่มระบาดว่าน่าจะสามารถยับยั้งเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้ “รูติน” อยู่ภายในพืชเกือบทุกชนิด โดยเฉพาะในผิวเปลือกของพืชตระกูลส้ม เพียงแต่ในเปลือกส้มพบสารรูตินในปริมาณที่สูง อีกชนิดที่มีสมบัติเช่นเดียวกับสารรูตินคือไบคาลเอนิน (Baicalein) พบมากในเปลือกต้นแพทซึ่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วรินทร์ ขวศิริ จากภาควิชาเคมี ได้ดัดแปลงโครงสร้างทางเคมีของ

สารทั้งสองชนิดให้แตกต่างกันไปจากองค์ประกอบของสารตามธรรมชาติก่อนนำไปทดสอบ” กิตติคุณกล่าวต่อกลุ่มวิจัยภาควิชาชีวเคมี คณะวิทยาศาสตร์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยถือเป็นกลุ่มแรกที่สามารถพิสูจน์ประสิทธิภาพของรูตินว่าได้ผลจริงในการต้านไวรัสโควิด-19 ในหลอดทดลอง และกำลังอยู่ในขั้นตอนของการตีพิมพ์งานวิจัยดังกล่าว

ข้อดี คือ การบริหารจัดการสมุนไพรทำให้มีการใช้สมุนไพรได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากที่สุด เกิดการใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า

ข้อเสีย คือ เนื่องจากการบริหารจัดการสมุนไพรมีความสัมพันธ์กับเงิน เครื่องจักร อาจจะทำให้การสนับสนุนในด้านนี้บกร่องเพราะหน่วยงานดูแลไม่ทั่วถึง

บทสรุป

จะเห็นได้ว่าพืชผักสมุนไพรใกล้ตัวหลายชนิดที่เราอาจมองข้าม ภูมิปัญญาไทยที่ส่งต่อมารุ่นสู่รุ่นกลับมีคุณสมบัติช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานช่วยในการป้องกันเชื้อโควิด-19 ได้ นับว่าสมุนไพรไทยผลิตผลจากธรรมชาติที่อยู่คู่บ้านคู่มืองคนไทยมีสรรพคุณเป็นประโยชน์สามารถนำมาปรับใช้ช่วยเสริมระบบภูมิคุ้มกันกับร่างกายเราให้แข็งแรง แต่ทั้งนี้ต้องคำนึงอยู่เสมอว่าสมุนไพรแต่ละชนิดนอกจากจะมีผลดีต่อสุขภาพแล้วบางชนิดมีข้อจำกัดในการใช้โดยเฉพาะผู้ที่มีโรคประจำตัวต้องศึกษาอย่างละเอียดหรือได้รับคำแนะนำจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ นอกจากนี้แล้วการศึกษาข้อมูลสรรพคุณของสมุนไพรแต่ละชนิดให้ละเอียดก็ถือว่าเป็นเรื่องที่สำคัญเช่นกัน

นอกจากสมุนไพรไทยจะให้ผลดีในการรักษาโควิด-19 แล้ว ในเชิงเศรษฐกิจก็น่าสนใจอยู่ไม่น้อย นอกจากการใช้ยาแพทย์แผนไทยรักษาอาการจากโควิด-19 แล้ว รัฐบาลยังสามารถสร้างความมั่งคั่งทางเศรษฐกิจจากยาสมุนไพรไทย ซึ่งจะช่วยทดแทนรายได้จากการท่องเที่ยวที่ขาดหายไปจากผลกระทบของโควิด-19 อีกด้วย

สรุปได้ว่าการศึกษาเรื่องการรักษาโควิด 19 โดยการบริหารจัดการจากการใช้สมุนไพรธรรมชาติ มีการบริหารที่เป็นไปตามลำดับขั้นตอน ส่วนการนำสมุนไพรมาใช้ร่วมกับยาแผนปัจจุบันใช้ได้ผลดี ในการศึกษาข้อมูลการใช้สมุนไพรทำให้เราใช้สมุนไพรได้อย่างคุ้มค่า เหมาะสมเหมาะสมในที่นี้คือเหมาะสมกับโรค เหมาะสมปัจจัยที่ใช้ในการผลิต และได้ใช้สมุนไพรได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล รวมไปถึงการนำสมุนไพรมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

เอกสารอ้างอิง (References)

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดลหน่วยแพทย์ทางเลือก. (2564).

สรรพคุณฟ้าทะลายโจร. สืบค้น 5 ตุลาคม 2564, จาก

https://med.mahidol.ac.th/altern_med/th/km/19jun2020-1729

ชาติสยาม หม่อมแก้ว. (2564). จุฬาฯ เร่งวิจัย “รูติน” สารสกัดสมุนไพรต้านโควิด-19. สืบค้น 5

ตุลาคม 2564, จาก <https://www.chula.ac.th/highlight/45224/>

- ไทยรัฐ. (2564). สมุนไพรไทยสู้โควิด ทางรอดรักษายู่บ้าน. สืบค้นเมื่อ 5 ตุลาคม 2564, จาก <https://www.thairath.co.th/news/society/2152508>
- โรงพยาบาลวิชัยเวชอินเตอร์เนชั่นแนลหนองแขม. (2564). วิธีใช้ยาฟ้าทะลายโจรสำหรับผู้ป่วยโควิด-19. สืบค้น 6 ตุลาคม 2564, จาก <https://vichaivej-nongkhaem.com/health-info/>
- โรงพยาบาลสินแพทย์. (2564). ฟ้าทะลายโจร. สืบค้น 6 ตุลาคม 2564, จาก <https://www.synphaet.co.th/>
- โรงพยาบาลเพชรเวช. (2564). ยาฟ้าทะลายโจรป้องกันโควิด-19 ได้หรือไม่. สืบค้น 6 ตุลาคม 2564, จาก https://www.petcharavejhospital.com/th/Article/article_detail/Andrographolide-with-covid-19
- ศรียา ธรรมรักษ์. (2564). คู่มือการดูแลสุขภาพสำหรับประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด-19 ระลอก3 ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยและสมุนไพร. สืบค้น 6 ตุลาคม 2564, จาก <http://afdc.rtarf.mi.th/afdcintra/afdc/healthy64.pdf>
- Beezab. (2564). สมุนไพร. สืบค้น 5 ตุลาคม 2564, จาก <https://beezab.com>