



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

การศึกษารวบรวมและวิเคราะห์ตำรับยา ที่มีสรรพคุณช่วยการนอนหลับในตำราการแพทย์แผนไทย



นางสาวกรรณิกา นาทัน
แพทย์แผนไทย

ศูนย์การแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก สาขาเขตสุขภาพที่ 8 จ.อุดรธานี

ปัญหาและความสำคัญ

โรคนอนไม่หลับ

1. เริ่มต้นนอนหลับยาก ใช้เวลามากกว่า 30 นาที
2. สะดุ้งตื่นกลางดึกหลายครั้ง
3. ตื่นเช้ากว่าปกติ ไม่สามารถหลับต่อได้ รู้สึกไม่สดชื่น

สาเหตุของการนอนไม่หลับ

1. อุปนิสัยส่วนบุคคล
2. ยาที่ใช้สำหรับโรคประจำตัว
3. โรคนอนไม่หลับที่เกิดร่วมกับโรคทางจิต
4. นอนไม่หลับจากความผิดปกติเกี่ยวกับการนอนไม่หลับโดยตรง

พบในผู้สูงอายุมากถึง

ประมาณ
44.7 %



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

ผู้สูงอายุในประเทศไทยในปี พ.ศ. 2564 ประชากรผู้สูงอายุมีมากกว่าร้อยละ 20 ของประชากร และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี ปี พ.ศ. 2560



โรคนอนไม่หลับส่งผลอย่างไรต่อผู้สูงอายุ

ด้านร่างกาย เช่น อ่อนเพลีย อาการวิงเวียน เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ
ด้านจิตใจ เช่น ไม่มีสมาธิ อารมณ์ฉุนเฉียว อารมณ์ไม่ดี โรคทางจิตเวช
ด้านสังคม เช่น แยกตัวออกจากสังคม การทำงาน



Borcelle

ปัญหาและความสำคัญ



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine



แพทย์แผนไทยมีการใช้ยา
รักษาอาการนอนไม่หลับ



ตำรับยาถูกบันทึกไว้ตาม
ต่างๆ มีความลำบากต่อ
การใช้งาน



ขาดการรวบรวม เอาไว้อย่าง
เป็นระบบ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อรวบรวมและวิเคราะห์ตำรับยาที่มีสรรพคุณช่วยการนอนหลับที่ปรากฏ
ในตำราการแพทย์แผนไทย



กรอบแนวคิดการวิจัย

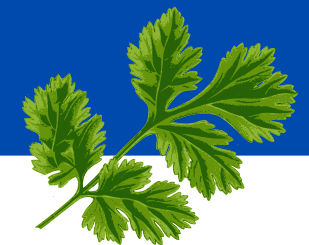
1 ตำราการแพทย์แผนไทย ประกอบด้วย

1. ตำราเวชศาสตร์ฉบับหลวง รัชกาลที่ 5 เล่มที่ 1-3
2. ตำราแพทย์ศาสตร์สงเคราะห์โดยพระยาพิชณุประสาทเวช เล่มที่ 1-2
3. ตำราเวชกรรมไทยเล่มที่ 1-3
4. ตำราการผดุงครรภ์ไทย
5. ตำราเภสัชกรรมไทย
6. หนังสือตำรับยาแผนโบราณ

2 ตำรับยา

ตำรับยา หมายถึง กลุ่มสมุนไพรที่มีตั้งแต่ 2 ชนิดขึ้นไป โดยมีรายละเอียดของตำรับยา

1. ชื่อตำรับยา
2. ส่วนประกอบ
3. วิธีการปรุง
4. วิธีการใช้
- 5.สรรพคุณ



3

ตรวจสอบความซ้ำซ้อนของตำรับยา

4

จัดกลุ่มตำรับยา

ผลการวิจัย



ตำราเวชศาสตร์ฉบับหลวง รัชกาลที่ 5 จำนวน 3 เล่ม (15 คัมภีร์)

- พบตำรับยาจำนวน 15 รายการ
 - คัมภีร์ปฐมจินดา
 - คัมภีร์ชวदार
 - คัมภีร์อภัยสังสาร
 - คัมภีร์สรรพลักษณะสรรพคุณ

ตำราเวชศาสตร์ฉบับหลวง รัชกาลที่ 5 จำนวน 3 เล่ม (15 คัมภีร์)

- พบตำรับยาจำนวน 20 รายการ
 - คัมภีร์ปฐมจินดา
 - คัมภีร์สรรพคุณ
 - คัมภีร์ชวदार
 - คัมภีร์ธาตุบรรจบ
 - คัมภีร์ธาตุวิวรรณ

ตำราแพทย์แผนโบราณทั่วไปโดยกองการประกอบโรคศิลปะ

- พบจำนวนตำรับยา 19 รายการ



Borcelle



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai (Traditional) and Alternative Medicine



ตำรับยาที่มีสรรพคุณช่วยการนอนหลับ
ในตำราการแพทย์แผนไทย
มีจำนวน 38 ตำรับ

ตรวจคุณภาพซ้ำซ้อน
ของตำรับยา

สามารถแบ่งกลุ่มออกไปเป็น 2 กลุ่ม

1.ตำรับยาที่มีสรรพคุณช่วยการนอนหลับโดยตรง 4 ตำรับ

- 1.ยาแก้อนมึหลับแก้ให้ชื่นใจให้นอนหลับ แลแก้กระหายน้ำดีนัก
- 2.ยาแก้อนไม่หลับแก้อนไม่หลับ
- 3.ยาทากระหม่อมแก้อนมึหลับดีนัก
- 4.ไม่ระบุชื่อตำรับเจริญโลหิตนอนหลับแล, แก้อนมึหลับให้ระส่ำระสาย

2.ตำรับยาที่มีสรรพคุณรักษาโรค/อาการอื่นๆ ร่วมกับช่วยการนอนหลับ 34 ตำรับ

ยาชโลม,ยาแทงทอง,ยาผายพิศม์ตานทรายทั้งปวง,ยาจันทรรัชนี , ยาแก้ลม, ยาแก้
บวมทั่วทั้งสาระพวงค์, ยาหอมสรรพคุณ, ยาแก้ต้อต่างๆ, ยาต้มแก้สันนิบาตโลหิต,
ยาสารภีทิคณะ, ยาเตโชสมุฏฐาน, ยาวาโยสมุฏฐาน, ยาอาโปสมุฏฐานใหญ่ ,ยา
อายุวัฒนะ, ยาไพศาลี, ยาแดงมโหสถ, ยาผงดองสุรา, ยาทาท้องเด็ก, ยาหอมอินท
จักร์ ,ยาแก้ลมวิงเวียน ,ยาหอมหมอรอด, ยาหอมมหาศรีสว่าง ,ยาแก้ฝีปลวก ,ยา
หอมสว่างอารมณ์, ยาหอมกำจัดลม ,ยาประสะพิมเสน, ยานัตถุ์กล่อมนางนอน ,ไม่
ระบุชื่อตำรับยา 7 ตำรับ

สรุปและข้อเสนอแนะ

ผลการศึกษานี้จะเป็นฐานข้อมูลที่สามารถนำไปพัฒนาต่อยอดการรักษาอาการนอนไม่หลับที่เกิดขึ้นได้อีกทั้งยังช่วยให้แพทย์แผนไทยสามารถเลือกตำรับยาไปใช้ให้ถูกต้องต่ออาการ/โรคที่เกิดขึ้นต่อผู้ป่วย

สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับผลการใช้ยาที่มีสรรพคุณช่วยการนอนหลับที่มีการทดลองใช้กับผู้ป่วย เพื่อให้แพทย์แผนไทยมีตำรับยาที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยบางอาการ/โรค