



พืชสมุนไพร กับ PM 2.5

ระบบนิเวศสมุนไพรเศรษฐกิจ ลดมลพิษ ตูยารักษาภูมิแพ้ประจำบ้าน
พืชสมุนไพร ช่วยบรรเทาและรักษาอาการภูมิแพ้



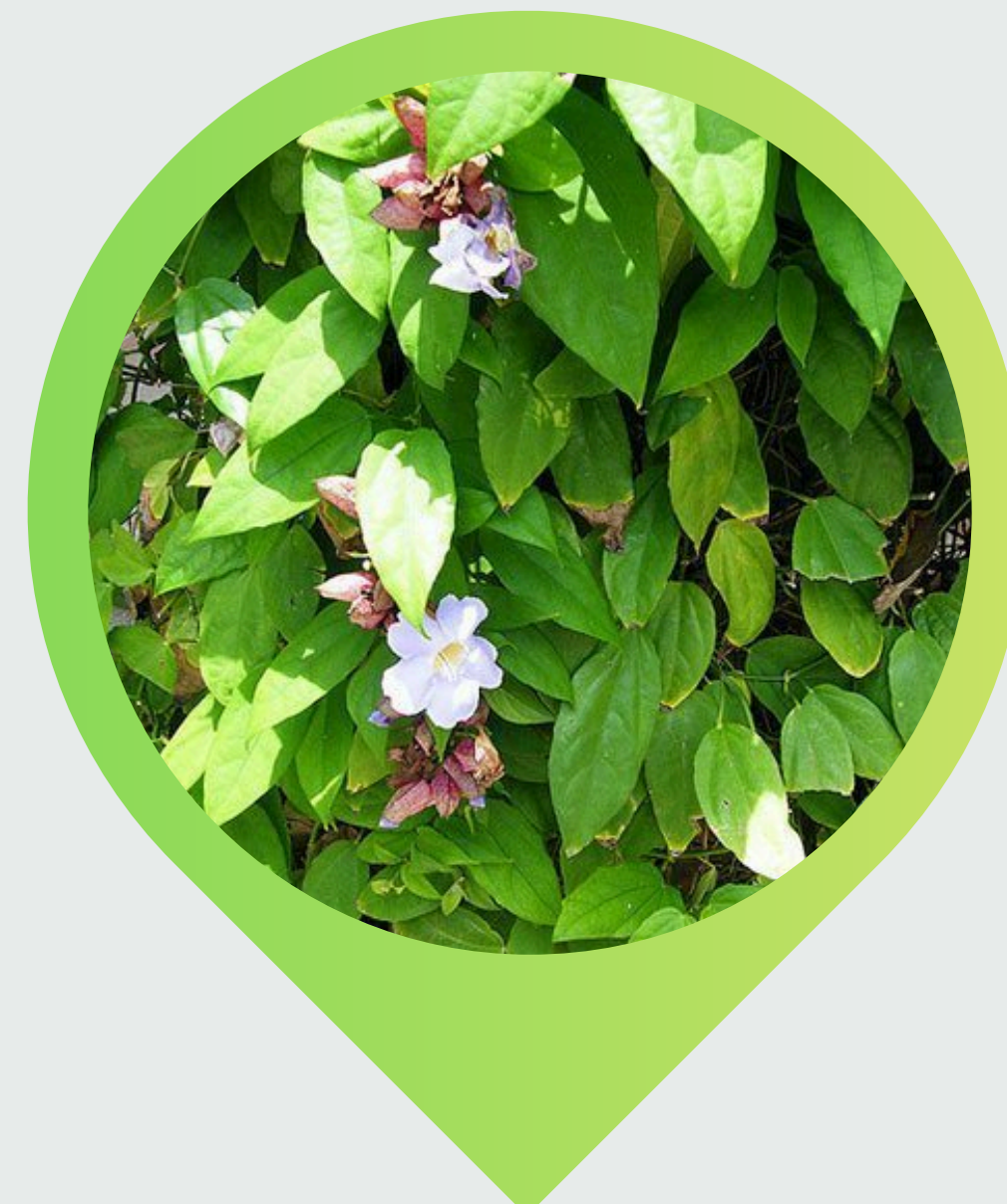
สมุนไพรที่ช่วยดูแล/ป้องกันปอด



มันชัน
ป้องกันฝุ่น อนุมูลอิสระ
ที่ทำลายปอด
และหลอดเลือด



ขิง
แก้หวัด บรรเทาอาการ
ไอ จาม คัดจมูก
น้ำมูกไหล



รางจืด
ช่วยล้างพิษ
ป้องกันโลหะหนัก
ทำลายเซลล์

มะขามป้อม
แก้ไอ ขับเสมหะ
รักษาหลอดลมอักเสบ



หนวดดอกขาว
ลดก๊าซพิษในปอด
แก้ไอ หลอดลมอักเสบ



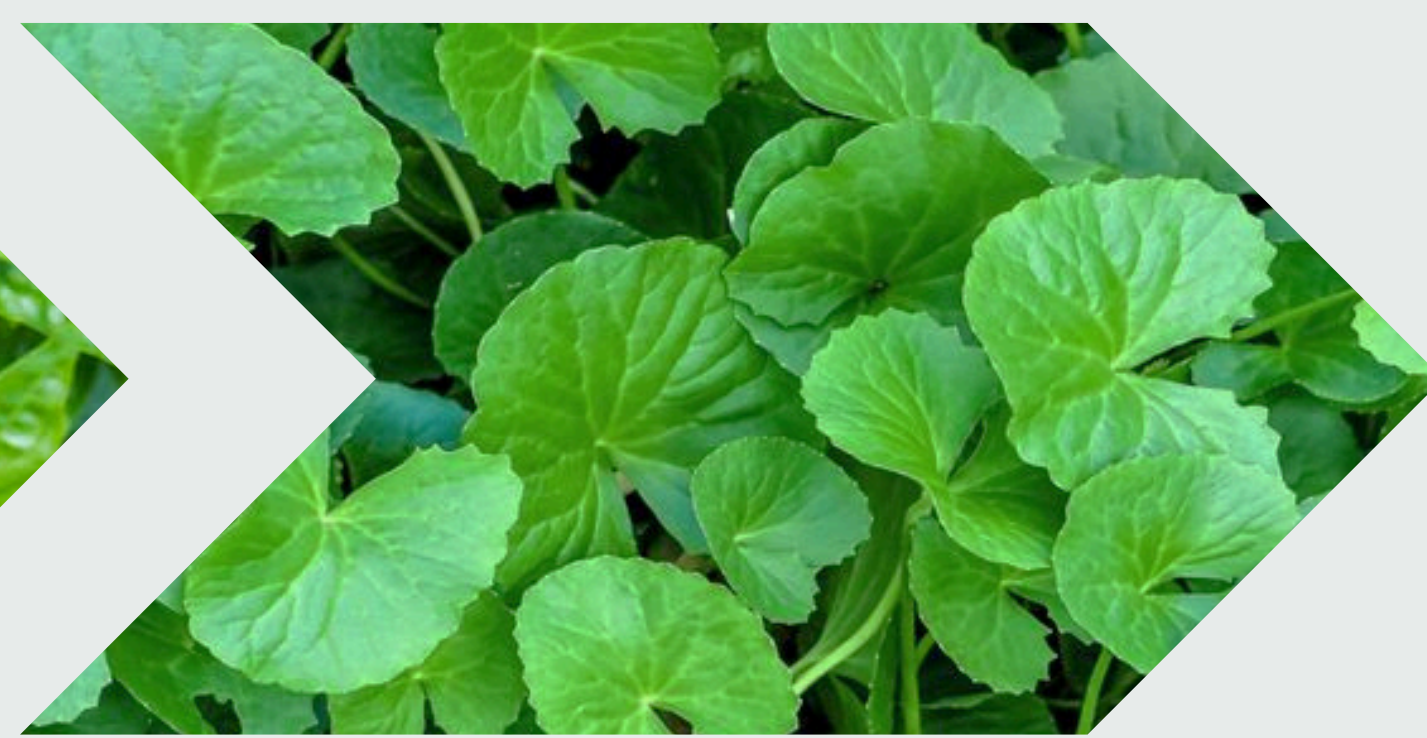
กุเล็
แก้หวัด บรรเทาอาการไอ แก้เจ็บ
คอ แก้หอบ ทำให้หายใจโล่ง



หนุมานประสานกาย
ขยายหลอดลม หลอดลม
อักเสบ แก้หอบหืด แก้ไอ



ฟ้าทะลายโจร
แก้หวัด แก้ไข หลอดลมอักเสบ
หรือผสมวิตามินเพื่อบำรุงปอด



บัวบก
ฟื้นฟูเนื้อเยื่อทางเดินหายใจ
และต้านพิษในปอด

ผักสมุนไพรวิตามินซีสูง ต้านอนุมูลอิสระ กระตุ้นภูมิคุ้มกัน

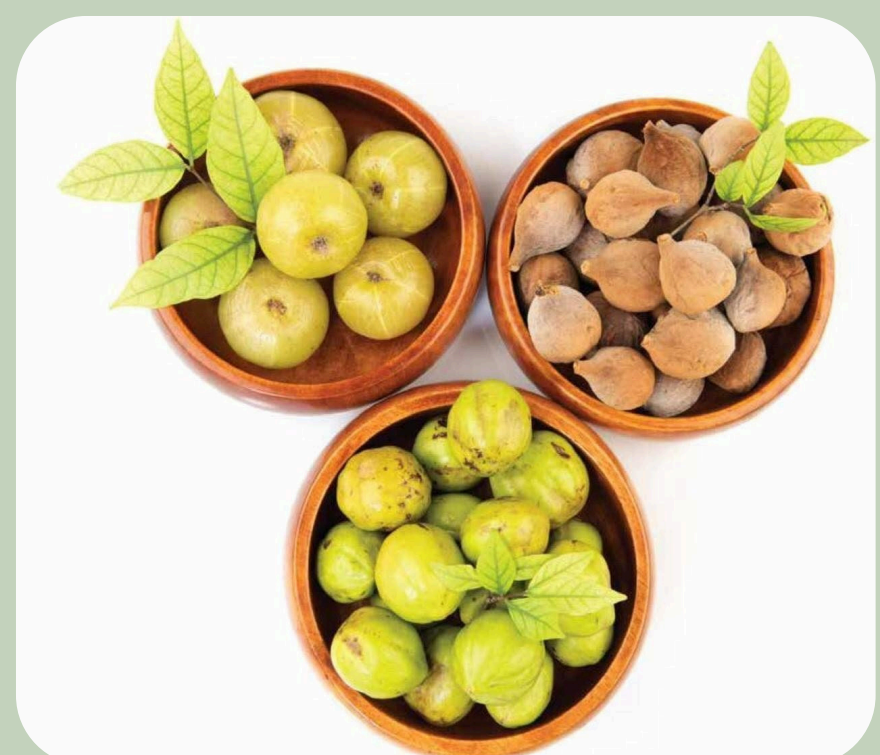


- ดอกขี้เหล็ก
- ยอดมะยม
- ฟักข้าว
- ฝักมะขาม
- ฝักเซียงดา
- คื่นช่าย
- ใบเหลียง
- ยอดสะเดา
- ฝักแพว
- ฝักหวาน
- มะระขี้นก
- พร็อกซี่ฟ้าเขียว

ตำรับยาสมุนไพรสำหรับบรรเทา/รักษาอาการภูมิแพ้

ตรีผลา (Triphala)

ปรับสมดุลธาตุในร่างกาย ช่วย
การขับถ่าย ระบายสารพิษ
เสริมภูมิคุ้มกัน



ปราบชมพุกวี่ป

ช่วยลดอาการภูมิแพ้



ยาประสะมะแว้ง

บรรเทาอาการไอ มีเสมหะ
ทำให้ชุ่มคอ ช่วยขับเสมหะ

ที่มา: กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร



สถาบันวิจัยพืชสวน 50 ถนนพหลโยธิน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900

โทรศัพท์: 02-579-0583, 02-940-5484-5 Email: hort@doa.in.th เว็บไซต์: www.doa.go.th/hort