



แพทย์หญิงรัตนเกล้า สุมานิก
ประธาน Service Plan การแพทย์แผนไทยฯ
รองผู้อำนวยการโรงพยาบาลอ่างทอง

การใช้ยาสมุนไพรในบัญชียาหลักแห่งชาติ กับกลุ่มอาการของโรคที่พบบ่อย (Common diseases)

กลุ่มอาการปวดกล้ามเนื้อและปวดข้อ

1. ครีมไพล ยาหม่องไพล น้ำมันไพล



สรรพคุณ: บรรเทาอาการปวดเมื่อย ฟกช้ำ เคล็ดยอก

สารสำคัญ: น้ำมันหอมระเหย, Butadiene

ขนาดและวิธีใช้: ทาและถูเบาๆ บริเวณที่มีอาการ
วันละ 2 - 3 ครั้ง

ข้อควรระวัง: ห้ามทาบริเวณขอบตา เนื้อเยื่ออ่อน
ห้ามทาบริเวณผิวหนังที่มีบาดแผล

ทดแทน: Analgesic balm

รหัสโรค: M791 (Myalgia), OA knee (M179) ,
M626 (Muscle strain), Low back pain (M545)
Back pain (M5496), U57

อ้างอิง: Effects of zingiber csumunar Plai cream) in
the treatment of delayed onset muscle soreness.
Journal of Integrative Medicine 2016.

2. ยาประคบ



สรรพคุณ: บรรเทาอาการปวด บวม คลายกล้ามเนื้อ

ขนาดและวิธีใช้: ประคบขณะยังอุ่น วันละ 1 - 2 ครั้ง

ลูกประคบสามารถใช้ซ้ำได้ 3-4 ครั้ง
ใช้แล้วผึ่งให้แห้ง ก่อนนำไปแช่ตู้เย็น

ข้อควรระวัง: ห้ามประคบบริเวณที่มีบาดแผล

ไม่ควรอาบน้ำทันทีหลังประคบ

ไม่ควรใช้ลูกประคบที่ร้อนเกินไป อาจเกิดแผลพุพอง

ทดแทน: Analgesic balm

รหัสโรค: M791 (Myalgia), OA knee (M179) ,
M626 (Muscle strain), Low back pain (M545)
Back pain (M5496), U57

อ้างอิง: The compression study between the
efficacy of fresh herbal compression and dried
herbal compression in patients with neck and
back pain: A randomized trial. Siriraj Medical 2022.

