



กทม

# ข่าวสาร

## ด้านยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพ

ปีที่ ๑๔ ฉบับที่ ๓๕๔ ประจำเดือน เมษายน พ.ศ.๒๕๖๗



## มะขามแขก สมุนไพรบรรเทาอาการท้องผูก



**ส่วนที่ใช้และวิธีใช้ :** ใบแห้ง 1-2 หยิบมือ หรือ ใช้ฝัก 4-5 ฝัก หักเป็นชิ้นเล็กๆ ต้มกับน้ำ 1 ถ้วย นาน 15 นาที ต้มก่อนนอน ถ้ามีอาการแน่นจุกเสียดให้ใช้ร่วมกับยาขับถ่าย เช่น ขิงแก่ กระจวาน หรือกานพลู เหมาะสำหรับผู้สูงอายุที่มีอาการท้องผูก ควรใช้มะขามแขกเพื่อแก้อาการท้องผูกเป็นครั้งคราว



**คำเตือนและข้อควรระวัง :** ไม่ควรรับประทานมะขามแขกติดต่อกันนานเพราะจะทำให้ขาดธาตุโพแทสเซียม และทำลายระบบประสาทที่ควบคุมการบีบตัวของลำไส้ หากมีอาการท้องผูกเป็นประจำ ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกร

เอกสารอ้างอิง

- กองเภสัชกรรม สำนักอนามัย. สมุนไพร ยาใกล้ตัว. พิมพ์ครั้งที่ 1, นนทบุรี, 2565.

ผู้ตั้งบทความ : กลุ่มงานวิชาการและแผนงาน กองเภสัชกรรม E-mail : vck.rx.news@gmail.com

ดาวน์โหลดข่าวสารนี้  
ที่ QR CODE ด้านล่างค่ะ



กองเภสัชกรรม สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

๓๒๐ ม.๖ ซ.เคหะชุมชนท่าทราย แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐ โทร. ๐ ๒๕๘๐ ๘๗๘๒

