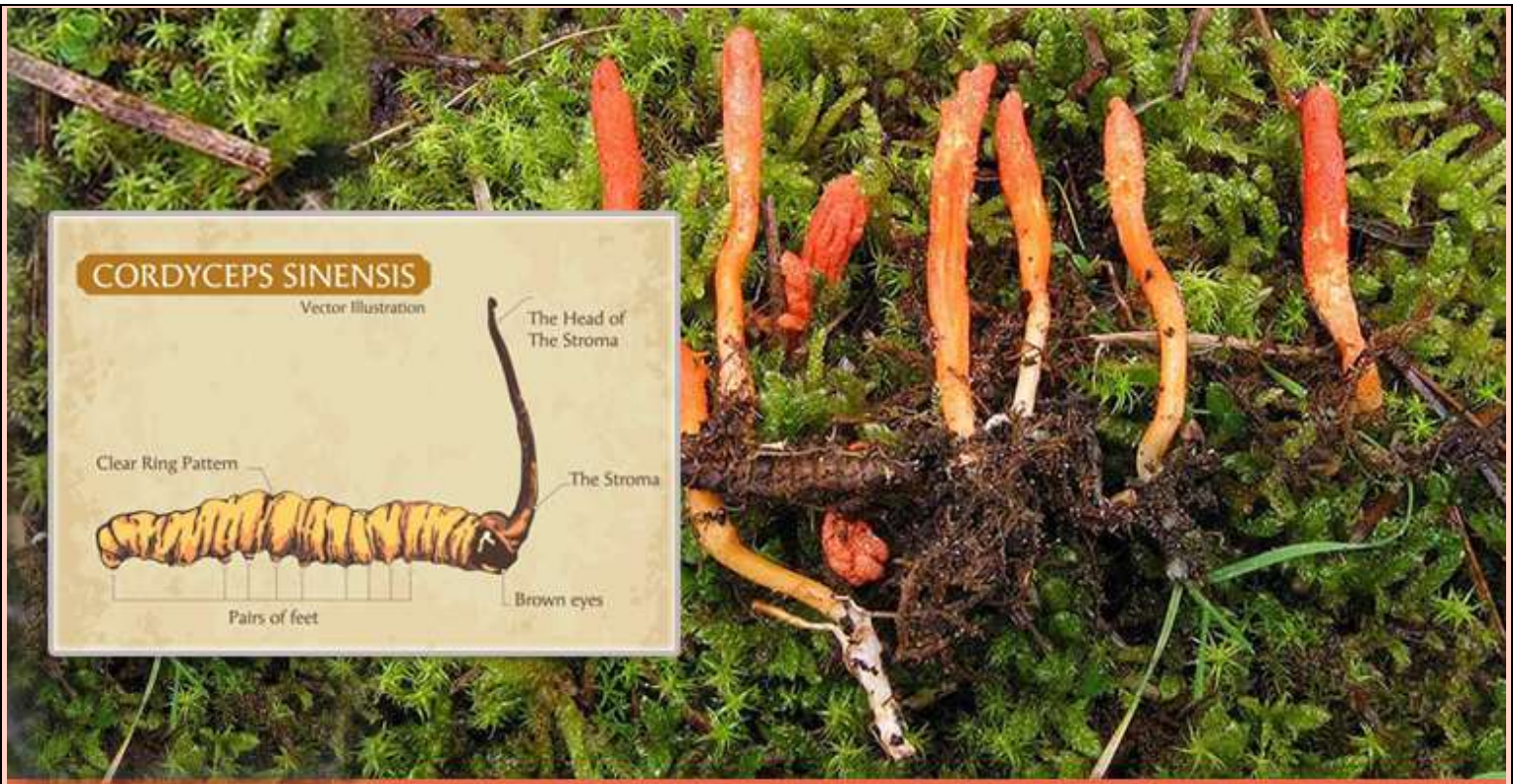




กิ้งเข้ (สมุนไพร ลำดับ ๒๑)

ผู้ประพันธ์ : KU 27

สมุนไพรชนิดหนึ่งซึ่งดูแปลก
ยากจำแนกพิขหรือสัตว์น้ำสองสั
ตั้งถั่งเข้หรือถั่งเข้น้ำสนใจ
เรียกเป็นไทยว่าหญ้าหนอนรู้จักกัน

แปลกเสียจริงฤดูหนาวนั้นเป็นหนอน
ฤดูร้อนเป็นหญ้าข้างน้ำขุ่น
จากเห็ดราหนอนผีเสื้อไ้ไ้ไ้ไ้ไ้
ประโยชน์นั้นดีมีคุณสมุนไพร

หนอนผีเสื้อกลางคืนเฉพาะเขต
ที่ราบสูงในทิเบตไม่สองสั
แหล่งจำศีลฤดูหนาวอันยาวไกล
ผ่านพ้นไปในแดนอันเนิ่นนาน

อยู่ใต้ดินถูกสปริงองเห็ดรา
อาศัยมาเป็นปฐพีสร้างสสาร
เกิดเส้นใยในหนอนไปตามกา
ถั่วอันตอกลานรอนานปี

พบในแถบเทือกเขาหิมาลัย
ที่แดนไกลหนาดเย็นเป็นวิถี
มณฑลชิงไห่ยูนนานภูพานมี
อีกพื้นที่อันเดียวและเนปาล

เห็ดถั่งเช่ามีสารอยู่หลากหลาย
สรรพคุณมากมายมหาศาล
คอรัติเซพินมีประโยชน์เหลือประมาณ
ที่ต่อวงการใช้ทำยารักษาภัย

แพทย์แผนจีนนำถั่งเช่ามาใช้
เนิ่นนานไปศึกษาพาชนหลาย
สรรพคุณของดีมีมากมาย
เป็นทางเลือกอันคลายสบายดี

นิยมใช้กับคนที่มีภูมิต่ำ
ประโยชน์ล้ำบำรุงรุงศรี
รักษาโรคหลากหลายมากมายมี
ปลอดไม่ตีโรคใดหลายอาการ

ทั้งโรคเสื่อมสมรรถภาพในทางเพศ
อีกสาเหตุโรคมะเร็งและเบาหวาน
ช่วยเพิ่มเติมเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน
ปรึกษาแพทย์ก่อนรับประทานจะปลอดภัย

กินถึงเช้าสมุนไพรรักษา
เพื่อหายมั่งสุขภาพให้แจ่มใส
มีฤทธิ์ช่วยบำรุงปอดและตับไต
นิยมใช้แม้ว่าราคาแพง

องค์ประกอบเคมีของถึงเช้า
มีรากเหง้าสารโพลีแซคคาไรด์ไม่หนึบเหนียว
นิโคตีไธไมด์ กรดอะมิโนช่วยสร้าง
เพิ่มภูมิคุ้มกันแข็งแรงให้ร่างกาย

งานวิจัยใช้ถึงเช้าศึกษา
ค้นพบว่าเซลล์มะเร็งลดทอนหาย
ต้านอนุมูลอิสระไม่กระจาย
ดูแลสุขภาพยั่งยืนขึ้น

ทั้งช่วยเสริมเสริมมีประสิทธิภาพ
เพิ่มฤทธิ์ปราบเชื้อโรคช่วยรักษา
ไอเรื้อรังมีเสมหะปนออกมา
ช่วยเพิ่มพลาภูมิคุ้มกันป้องกัน



ถั่งเช่า ให้ผลดีมีคุณค่า
ใช้รักษา ได้เร็ว รังดั่งขานไข
มีอายุการหนวดง่ายให้หมดไป
ประโยชน์ใช้มากมายเป็นเทนิยม

มีปัญหทางเพศจะชวยได้
เพิ่มพลังสมใจ ได้เสพย์สม
เสื่อสมรรถภาพทางเพศที่ดกอุดม
กินถั่งเช่าเร้าอารมณ์ขื่นบาน

มีข้อควรระวังถึงเจ้า
หากก๊นยาบรรเทาหลายขนาน
แก้ได้แบบนั้นแทบจะได้ยิ่งเอาการ
การทำงานขอได้จะลดลง

ควรใส่ใจพิจารณาถ้าหากใช้
ผลที่ได้อาจไม่เป็นตามประสงค์
ด้านหนึ่งดีมีคุณหนุนตำรง
อาจยังคงให้ผลเสียระเหยใจ

ธรรมชาติสร้างไว้ให้ประโยชน์
และมีโทษพร้อมกันนั้นไหน
พิจารณาถี่ถ้วนระวังระไว
ผลที่ได้อายุยืนถึงหมื่นปี



อัญชลี ณ เชียงใหม่

(๑) กังเข้าตีอะไร

ถั่งเช่าดี อย่างไร สดดีแท้
ที่รู้แน่ เป็นสมุนไพร ให้คุณค่า
เครือองเลื่อย จักรพรรดิ องค์จักรา
เป็นหญ้าหนอน เติรราคาแพง

เป็นยาจีน แผนโบราณ ทานรักษา
ใช้กินมา นานนัก ประสิทธิภาพ
ช่วยบำรุง ร่างกาย ให้แข็งแรง
ผลแสดง ฤทธิ์มาก หลากประการ

เป็นสมุนไพร ราคาแพง มีสามชื่อ
หนึ่งนั้นคือ "ถั่งเช่า" ใช้กล่าวนาน
"ดั่งถั่งเช่า" อีกหนึ่ง ซึ่งเรียกกัน
ชื่อเต็มนั้น "ดั่งถั่งเช่า" เข้าตำรา

Ophiocordyceps sinensis
เป็นชื่อวิทยาศาสตร์ ที่บ่งชี้ ตัดความว่า
"ถั่งเช่าเป็นหนอน ร็อนเป็นหญ้า"
คือเห็ดรา หญ้าหนอน วงจรสมุนไพร

(๒) วงจรกำเนิดถึงเช่า

ปรากฏการณ์ วงจรชีวิต คิดไม่ถึง
เป็นเรื่องจริง อัศจรรย์ บรรยายได้
เห็ดราผสม หนอนผีเสื้อ เอื้อเป็นไป
เกิดสมุนไพรร ถังเช่า บอกล้อมา

คือเห็ดรา ชนิดหนึ่ง ซึ่งพบเห็น
แถบบริเวณ ดินชื้น พื้นทุ่งหญ้า
ของประเทศทิเบต เขตพารา
ทั้งเทือกเขา หิมาลายา ภูผายา

ใต้พื้นดิน แล่งนี้ ที่ขั้วข้าง
มีดอกหนอน ผีเสื้อ เมื่อหน้าหนาว
เข้าไปนอน อยู่กิน จำศีลยา
จนย่างเข้าฤดูร้อน ขอนขึ้นมา

เป็นช่วงที่ เห็ดรา ขยายพันธุ์
โดยปล่อยพollen สปอร์ ออกทุ่งหญ้า
ลมพัดโบก สปอร์ปลิว ลอยลือมา
หนอนก็ละ กินสปอร์ ต่อดวง

ระยะแรก สปอร์เหิน เป็นเส้นใย
แล้วจะเริ่ม เจริญวัย ในตัวหนอน
จนเติบโตใหญ่ เส้นใย เริ่มไขว่คว้า
ตัวหนอน อนาคต ทำอันแรง

สุดจะต้าน หนอนน้อย ต้องปากอ้า
เพื่อให้อืด งอกโผล่มา ทารับแสง
เหิดเจริญ หนอนหลุด นอนหมดแรง
ด้วยเหิดแย่ง ธรรมชาติ พานสิ้นใจ

หนอนที่ตาย เป็นซาก มากด้วยสาร
เป็นอาหาร จานเด็ด เหิดเติบโตใหญ่
หนอนผสม เหิดแห้ง เป็นแก่งกลาง
คือ "อั้งเห็บ" สุนไพรรักษา

(๓) สรรพคุณของถั่งเช่า

ถั่งเช่าเป็น สมุนไพร ไม่มีโทษ
ให้ประโยชน์ มากมาย ใช้รักษา
บำรุงร่างกาย ก็ใช้ ให้นำมา
ต้มน้ำดื่ม แผนโบราณ ตำหนานไฉน

สรรพคุณของ ถั่งเช่า เข้าตำรา
ยารักษา หลายโรค ไช้หมดสิ้น
ยาบำรุง กำลังเพิ่ม เสริมโปรตีน
มีอินซูลิน ช่วยปรับ ระดับน้ำตาล

ระบบของ ร่างกาย ได้ปรับปรุง
ช่วยบำรุง สร้างเสริม เพิ่มภูมิคุ้มกัน
ช่วยกระตุ้น ระบบ ภูมิคุ้มกัน
ช่วยฟื้นฟ่อน โรคภัย หายกังวล

โรคมะเร็ง ตับไต หายใจดีขึ้น
เป็นความดัน หงุดหงิด จัดปรับ
ทั้งอ่อนแอ อ่อนเพลีย ระเหยจน
ใจหม่นหม่น โกรธง่าย ใช้บรรเทา

แผ่นหน้าอก ไช้ไฉ้ร้ง ห้งหอบหัด
หายใจฟัด เป็นฉัดโรค ไคกขิมเศร่า
สูงลมโป่ง ปอดอ้งเสบ เจ็บไม้เบา
กินถ้งเช่า ช่อยรักษา แก้อาการ

อึกหลายโรค รักษาได้ ใช้ถ้งเช่า
เม็ตเล็ดขาด มีปัญหา จะช่อยตำน
ร่างกายขาด ออกรัใจเนน เพิ่มเช้นกัน
โรคเบาหวาน ก็คลาย ได้ฉินชูลิน

สรรพคุณ ถ้งเช่า ตามกล่าอมา
เป็นทั้งยา รักษาโรค หายไคกฉิน
บำรุงร่างกาย ช่อยได้ดี นิยมกิน
สมุนไพรรฉิน ราคาแพง แ่่งอึอึกัน

๔) ผลข้างเคียง

กินถั่งเช่า อย่างไร ให้ประโยชน์
จะกินสด หรือนำมา ทำอาหาร
ทำต้มตุ๋น ไข่เป็ดกับ รับประทาน
บดทำยา ผลิตภัณฑ์ ด้านโรคภัย

กินถั่งเช่า เป็นทั้งยา และอาหาร
สรรพคุณนั้น มากมี ที่หลากหลาย
เหมาะสมกับ ทุกผู้ หมั่นดูแลสุขภาพ
ปรับร่างกาย ให้สมดุล หนุนวัยทอง

ผลข้างเคียง ขอย้ำ ทำคอแห้ง
อาเจียนแรง ออกรกขี้ สะกิดท้อง
หากกินมาก เกินไป ไม่ไตร่ตรอง
จะปวดท้อง ท้องเสีย ให้เปลี่ยน

ผู้ป่วยเป็น ไตเรื้อรัง พังให้ตี
ถั่งเช่านี้ อาจทำให้ ไตเสื่อมได้
ป่วยโรคเกาต์ เจ็บกัน อันตราย
กรดยูริก เพิ่มขึ้น ขัดกายแสบ

ภูมิต้านทาน ตนเอง เชิงโรคนี้
คุ้มกันดี ไข้หวัด คือโรคภูมิแพ้
รุมตอยด์ แอลแอลอี ไม่ดีแน่
กินถั่งเช่า จะมีแต่ อาการแพ้ลง



มีภาวะเลือด ออกง่าย ไซ้ไซ้นกัณ
 ดัถยถังเช่า มีถุทฐิต้าน ท่านละแย
 ทำเกสิตเลือด แจ้งตัถฐักั จะระอแร
 จะมีแต่ เลืยเลือด ใให้เห็อดหาย

ถังเช่าดี มีประโฮชน ไทษกัมี
 คจรรคักษา ขัอดี ที่ทถากทถาย
 ทังขัอเลืย มีบ้าง ตัถงขังใจ
 มีขัอเต็อน อย่างไร ใให้ไตรัตรอง



จตุพร สุวรรณปากแพรก

