



กองการแพทย์ทางเลือก

DIVISION OF COMPLEMENTARY AND ALTERNATIVE MEDICINE

I-2019-004

# สுகนธบำบัด กับ โหระพา

ชื่อสามัญ – Sweet basil

ชื่อวิทยาศาสตร์ – *Ocimum basilicum* L., Lamiaceae

## ข้อบ่งใช้



### ระบบประสาทและอารมณ์

ช่วยกระตุ้นให้สดชื่น ลดอาการเพ็ญอ่อนล้า ทำให้สมองปลอดโปร่ง โล่ง  
ลดอาการปวดศีรษะ ไมเกรน ช่วยให้นอนหลับ ถือเป็นน้ำมันที่ดีมากสำหรับสมอง

### ระบบทางเดินหายใจ

ทำให้หายใจโล่ง หายใจสะดวก เหมาะกับการรักษาอาการไซนัสอักเสบ  
หอบ หืด ไอ ช่วยขับเหงื่อลดไข้

### ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ

รักษาเก๊าท์ ปวดข้อรูมาตอยด์ ปวดกล้ามเนื้อ กล้ามเนื้ออักเสบ



### ระบบสืบพันธุ์

เหมาะสำหรับผู้ที่มีประจำเดือนมาน้อยหรือมาไม่ปกติ และช่วยลดอาการปวดประจำเดือน

### ระบบทางเดินอาหาร

แก้ปวดท้อง อาหารไม่ย่อย บรรเทาอาการสะอึกรับประทานลดอาการคลื่นไส้อาเจียน

### การบำรุงผิวพรรณ

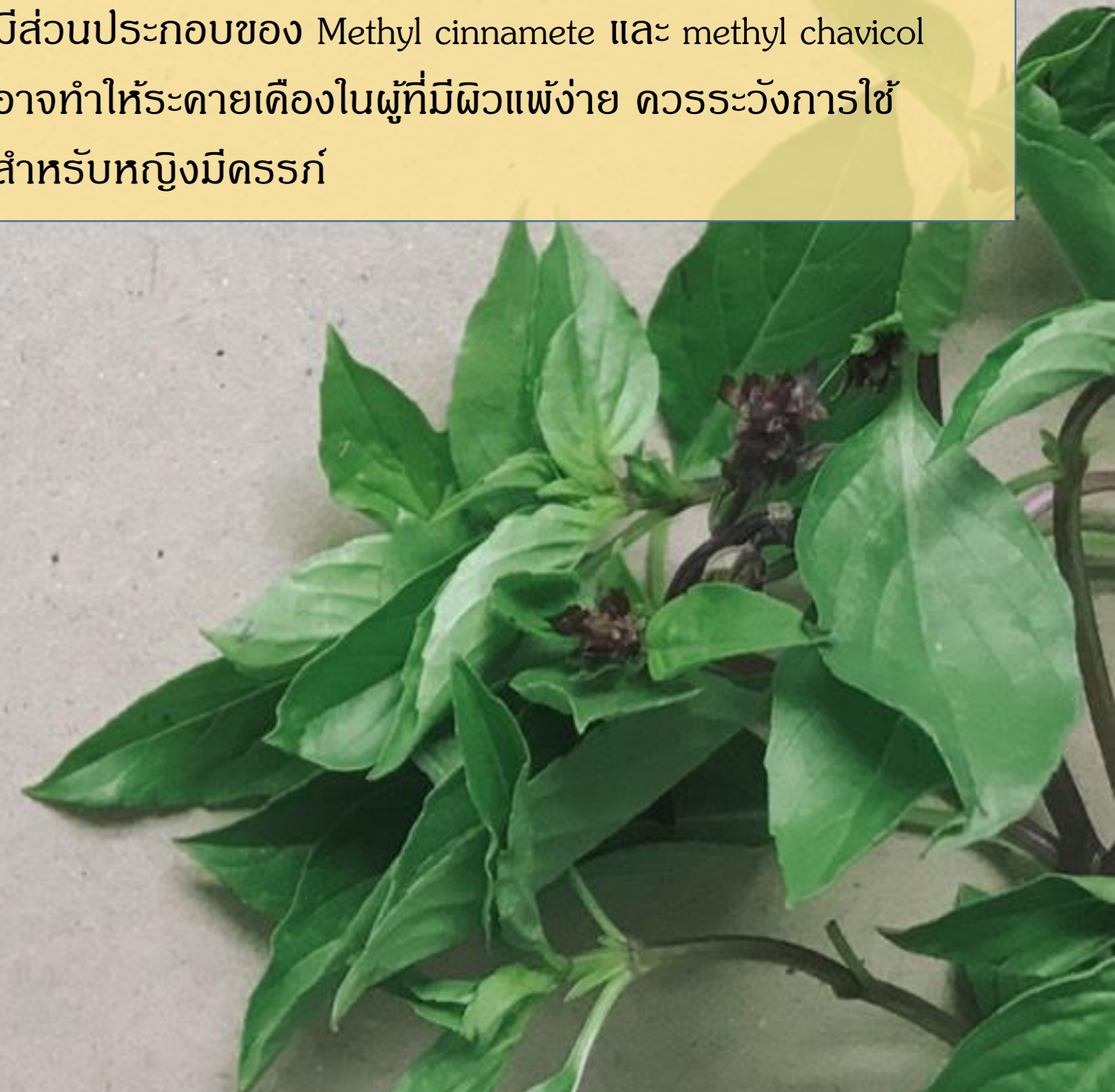
แก้แมลงกัดต่อย เมื่อใช้ความเข้มข้นต่ำจะช่วยเพิ่มความกระชับของผิว ทำให้ผิวสดใส

## สรรพคุณของน้ำมันหอมระเหย

แก้ปวด ลดอาการซึมเศร้า ข่าเชื้อโรค ตลายกล้ามเนื้อ  
ขับลม ช่วยย่อยอาหาร ปรับสมดุลของประจำเดือน  
แก้อาเจียน ลดไข้ ช่วยขับเหงื่อ บำรุงร่างกาย

## ข้อมูลด้านความปลอดภัย

ไม่พบข้อมูลความเป็นพิษและการระคายเคือง แต่น้ำมันที่มี  
มีส่วนประกอบของ Methyl cinnamete และ methyl chavicol  
อาจทำให้ระคายเคืองในผู้ที่มีผิวแพ้ง่าย ควรระวังการใช้  
สำหรับหญิงมีครรภ์



ที่มา : กองการแพทย์ทางเลือก. (2550, น.199-201). ตำราวิชาการ สுகนธบำบัด

ข้อมูลเพิ่มเติม : <https://thaicam.go.th>

จัดทำโดย : กลุ่มงานคุ้มครองผู้บริโภค



กองการแพทย์ทางเลือก



[www.thaicam.go.th](http://www.thaicam.go.th)



0 2591 7007