

## สารพัดวิธี.....แก้ ? คัน?

นำเสนอเมื่อ : 17 พ.ค. 2552

### “ยิ่งคันยิ่งเกา” ยิ่งเกาก็ยิ่งคัน เกาจนมือแทบหักแล้วก็ยังไม่หายคัน”

ทันทูที่ที่รู้สึกคัน ก็มักจะเกาบริเวณนั้นทันที  
แถมว่าจะหายคันได้เพียงชั่วคราวแต่สิ่งเราอันได้แก่ แผลง ผุพัง  
หรือละอองเกสรดอกไม้ ยังคงอยู่บนผิวหนัง  
ซึ่งอาจจะ

เสียดสีกับผิวหนังและก่อให้เกิดความรู้สึกคันมากกว่าเดิมได้  
เรามีสารพัดวิธีบรรเทาอาการคันที่คุณทำเองได้ง่าย ๆ มาฝาก...

\* **ข้าวโอ๊ต** เพื่อบรรเทาอาการผดผื่นคันหรือแ  
รอน้ำที่อ่อนพอประมาณในอ่างอาบน้ำ เดิมข้าวโอ๊ตบดละเอียด  
2-3 ช้อนโต๊ะลงไป แล้วจึงลงไปแช่สักพักและอาบน้ำตามปกติ

#### \* **น้ำสมสายชู**

ช่วยบรรเทาอาการคันจากการแพ้แดดหรือโรคสะเก็ดเงินให้เติม  
น้ำสมสายชูสัก 2 ถ้วยในอ่างน้ำเย็นก่อนลงอาบ

\* **เบกกิ้งโซดา** เป็นตัวยาที่รักษาอาการคันผิวหนังได้ดีเยี่ยม  
โดยเฉพาะอย่างยิ่งอัสกุอัส ลองเติมเบกกิ้งโซดา ½ -1  
ถ้วยลงในอ่างอาบน้ำ

นอกจากนี้ยังมีสมุนไพรพื้นบ้านของไทย  
ซึ่งมีราคาถูกและหาง่ายที่ใช้บรรเทาอาการคันได้เช่นกัน  
ในตำรายาไทยระบุไว้ ดังนี้

\* พลุ ใช้ใบสดตำแล้วทาหรือขยี้ใบสดบริเวณ  
ช่วยระงับอาการคันจากลมพิษหรือแมลงกัดต่อยได้  
อีกทั้งยังช่วยรักษาโรคเชื้อรา เช่น โรคกลากและน้ำกัดเท้า

\* มะระขี้นก ผลมะระขี้นกตากให้แห้งแล้วบดเป็น  
ใช้โรยแก้คันแผล

\* ขมิ้นชัน เหง้าสดหรือแห้ง บดให้ละเอียด  
ผสมน้ำปูนใส ทาบริเวณที่คัน

\* ผักชี ใช้ต้นสดมาตำ  
คั้นน้ำทาบริเวณที่เป็นผื่นแดงและคัน

วิธีเหล่านี้จะช่วยให้อาการคันของคุณทุเลาลงได้ แต่อาการ  
“คันปาก” แก้ไม่ได้