

ชิงช้าชาลี

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Tinospora baenzigeri* Forman

วงศ์ Menispermaceae

ส่วนที่ใช้ เถา

สรรพคุณ ยาบำรุงกำลัง แก้อ่อนเพลีย แก้ไข้ ใช้แทนบอระเพ็ด กรณีที่จำเป็น

ขนาดที่ใช้ เถา 1 กำมือ มาต้มกับน้ำ 3 แก้ว เคี้ยวานประมาณ 10-15 นาที แล้วนำมา

แบ่งดื่มเช้าและเย็น