



นวัตกรรมการใช้สมุนไพรในวัดเพื่อส่งเสริมสุขภาพะเชิงบูรณาการ

วิทยานิพนธ์

ของ

ประสิทธิ์ธรรมาภรณ์ บุญบุตร (ธมมวโร)

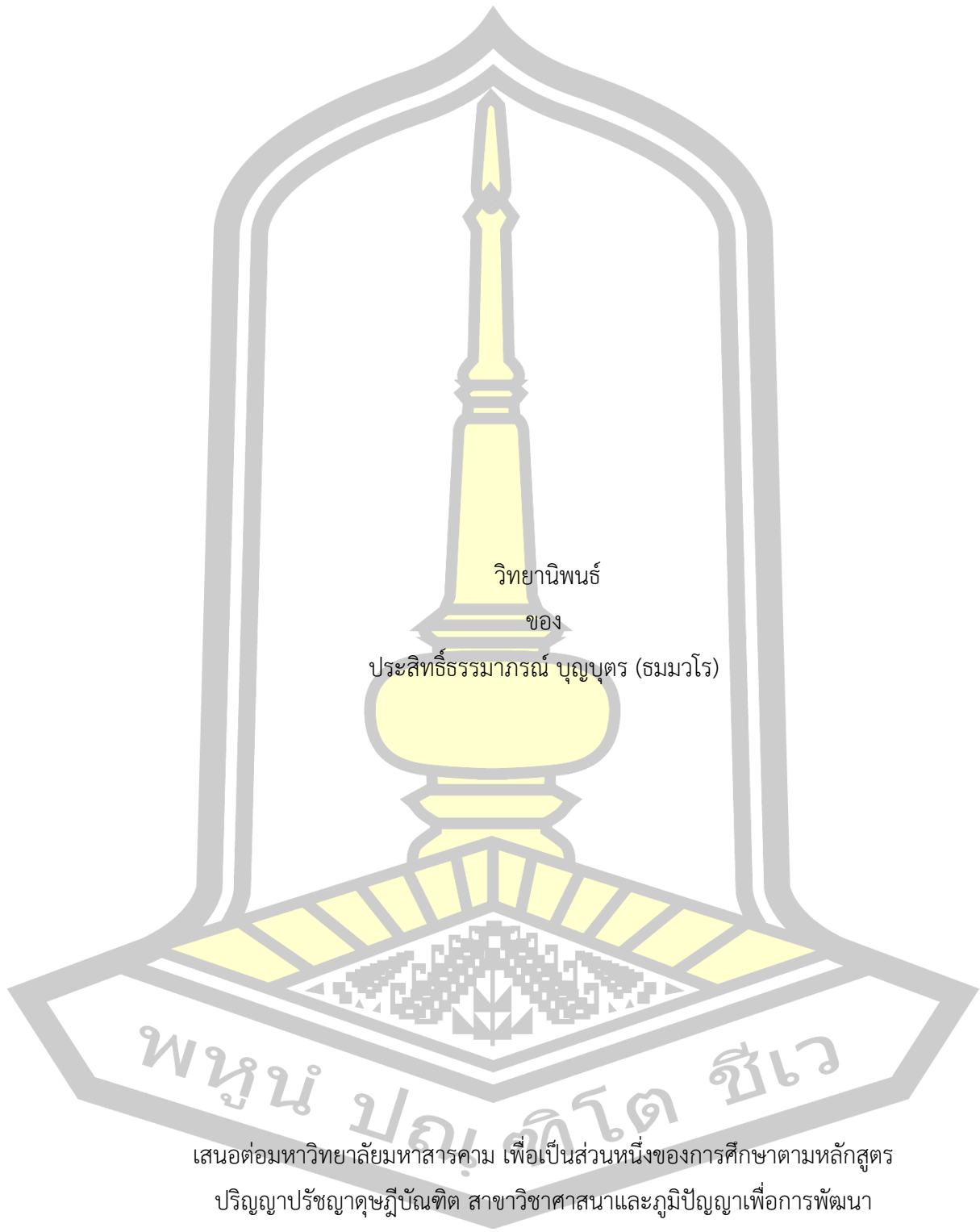
เสนอต่อมหาวิทยาลัยมหาสารคาม เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาและภูมิปัญญาเพื่อการพัฒนา

ธันวาคม 2566

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

นวัตกรรมการใช้สมุนไพรในวัดเพื่อส่งเสริมสุขภาพะเชิงบูรณาการ



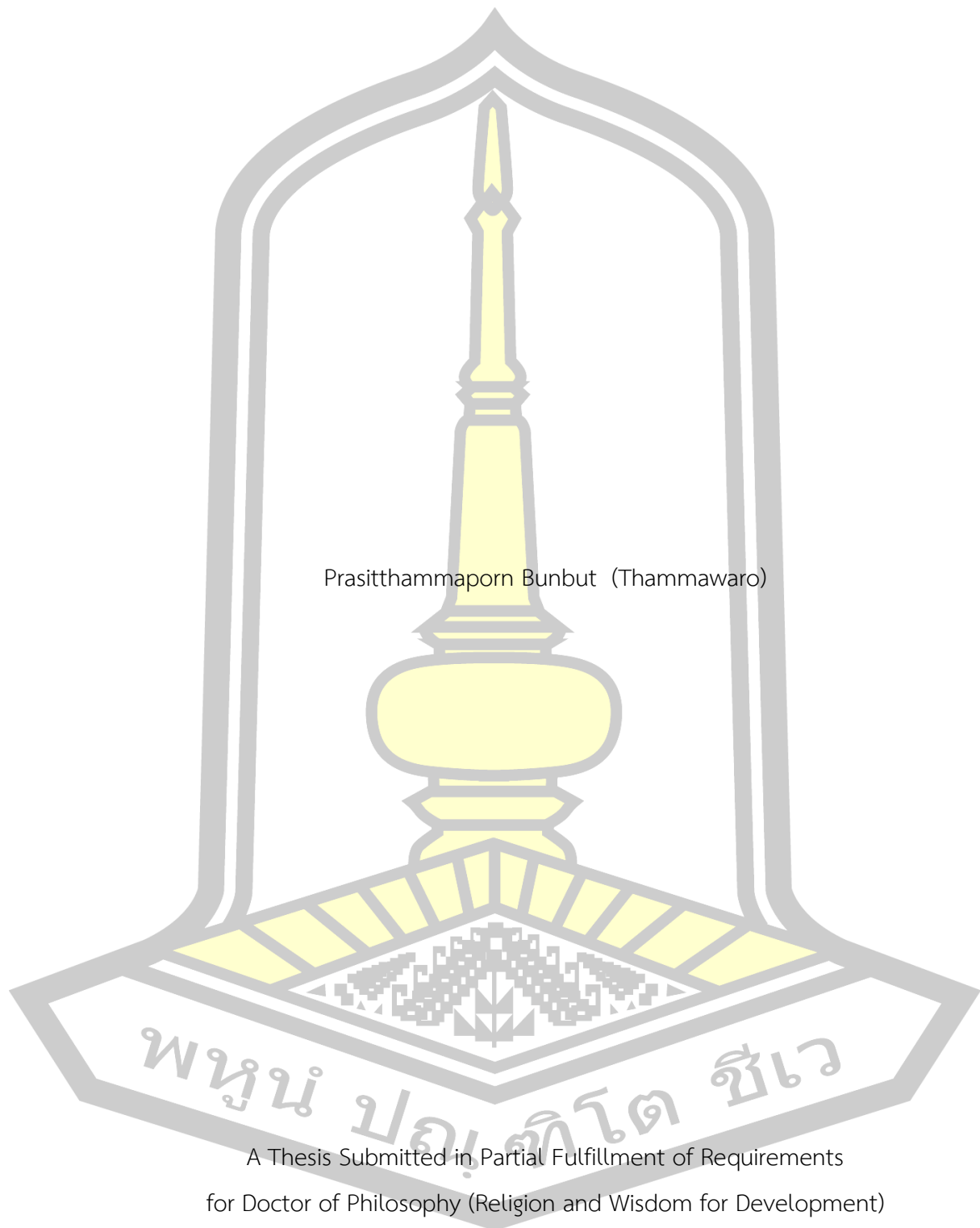
เสนอต่อมหาวิทยาลัยมหาสารคาม เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาและภูมิปัญญาเพื่อการพัฒนา

ธันวาคม 2566

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

The Innovation in Using Herbs in Monastery to Promote the Holistic Wellness



Prasitthammaporn Bunbut (Thammawaro)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of Requirements
for Doctor of Philosophy (Religion and Wisdom for Development)

December 2023

Copyright of Mahasarakham University



คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณาวิทยานิพนธ์ของพระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์
บุญบุตร (ธมมวโร) แล้วเห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาปรัชญาดุษฎี
บัณฑิต สาขาวิชาศาสนาและภูมิปัญญาเพื่อการพัฒนา ของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(รศ. ดร. ประเวศ อินทองปาน)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รศ. ดร. ฉลอง พันธุ์จันทร์)

กรรมการ

(รศ. ดร. เกียรติศักดิ์ บังเพลิง)

กรรมการ

(รศ. ดร. อภิภูวัฒน์ โพธิ์सान)

กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก

(ผศ. ดร. หอมหวล บัวระภา)

มหาวิทยาลัยยอนมุตให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญา ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาและภูมิปัญญาเพื่อการพัฒนา ของมหาวิทยาลัย
มหาสารคาม

(รศ. ดร. นิตยา วรรณกิตร์)

คณบดีคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

(รศ. ดร. กริสน์ ชัยมูล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ชื่อเรื่อง	นวัตกรรมการใช้สมุนไพรในวัดเพื่อส่งเสริมสุขภาพะเชิงบูรณาการ		
ผู้วิจัย	ประสิทธิ์ธรรมาภรณ์ บุญบุตร (ธมมวโร)		
อาจารย์ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ดร. ฉลอง พันธุ์จันทร์		
ปริญญา	ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต	สาขาวิชา	ศาสนาและภูมิปัญญาเพื่อการพัฒนา
มหาวิทยาลัย	มหาวิทยาลัยมหาสารคาม	ปีที่พิมพ์	2566

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาสมุนไพรที่ปรากฏในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่ อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม และการพัฒนานวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่กับการส่งเสริมสุขภาพะเชิงบูรณาการ เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ มีกลุ่มเป้าหมายคือ ผู้รู้ จำนวน 31 คน และกลุ่มผู้ใช้บริการ จำนวน 42 คน ด้วยการสังเกต การสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์และสังเคราะห์ตามแนวคิดทฤษฎี และนำเสนอข้อมูลเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า สมุนไพรในพื้นที่วัดป่าท่าแร่มี จำนวน 216 ชนิด ส่วนมากเป็นสมุนไพรที่เกิดโดยธรรมชาติ ส่วนหนึ่งเป็นการปลูกเสริมในภายหลัง เจ้าอาวาสร่วมกับผู้รู้และชุมชนได้นำสมุนไพร มาประกอบเป็นตำรับยาเพื่อใช้ในการรักษา โดยแบ่งเป็นกลุ่มภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรจำนวน 23 กลุ่ม ตามสรรพคุณของสมุนไพรที่มีอยู่ในพื้นที่วัด อาทิ สมุนไพรด้านระบบทางเดินอาหาร สมุนไพรด้านการรักษาโรคเบาหวาน และสมุนไพรด้านการอบเชยสุขภาพ เป็นต้น ซึ่งสมุนไพรเหล่านี้มีสรรพคุณที่หลากหลายที่ใช้ได้ทั้งชนิดสดและแห้ง ด้วยการกิน การอบ การต้ม และการนวด

สำหรับการพัฒนานวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพร แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ (1) การพัฒนาพื้นที่วัดป่าท่าแร่ให้เป็นพื้นที่การเรียนรู้ของชุมชนด้วยการจัดทำเป็นฐานการเรียนรู้เกี่ยวกับสมุนไพร จำนวน 10 ฐาน อาทิ ฐานเรียนรู้ด้านการรักษาโรคเบาหวาน ฐานเรียนรู้ด้วยการรักษาโรคมะเร็ง และฐานเรียนรู้ด้านการรักษาโรคจิตเสียดวง เป็นต้น (2) การใช้สมุนไพรกับการส่งเสริมสุขภาพะเชิงบูรณาการ ประกอบด้วย เตาอบสมุนไพร ผลิตภัณฑ์สมุนไพร และยาต้มสมุนไพร (3) การบูรณาการการใช้สมุนไพรกับหลักพุทธธรรม

คำสำคัญ : นวัตกรรม, ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพร, สุขภาพะเชิงบูรณาการ, สมุนไพรวัดป่าท่าแร่

TITLE	The Innovation in Using Herbs in Monastery to Promote the Holistic Wellness		
AUTHOR	Prasitthammaporn Bunbut (Thammawaro)		
ADVISORS	Associate Professor Chalong Phanchan , Ph.D.		
DEGREE	Doctor of Philosophy	MAJOR	Religion and Wisdom for Development
UNIVERSITY	Maharakham University	YEAR	2023

ABSTRACT

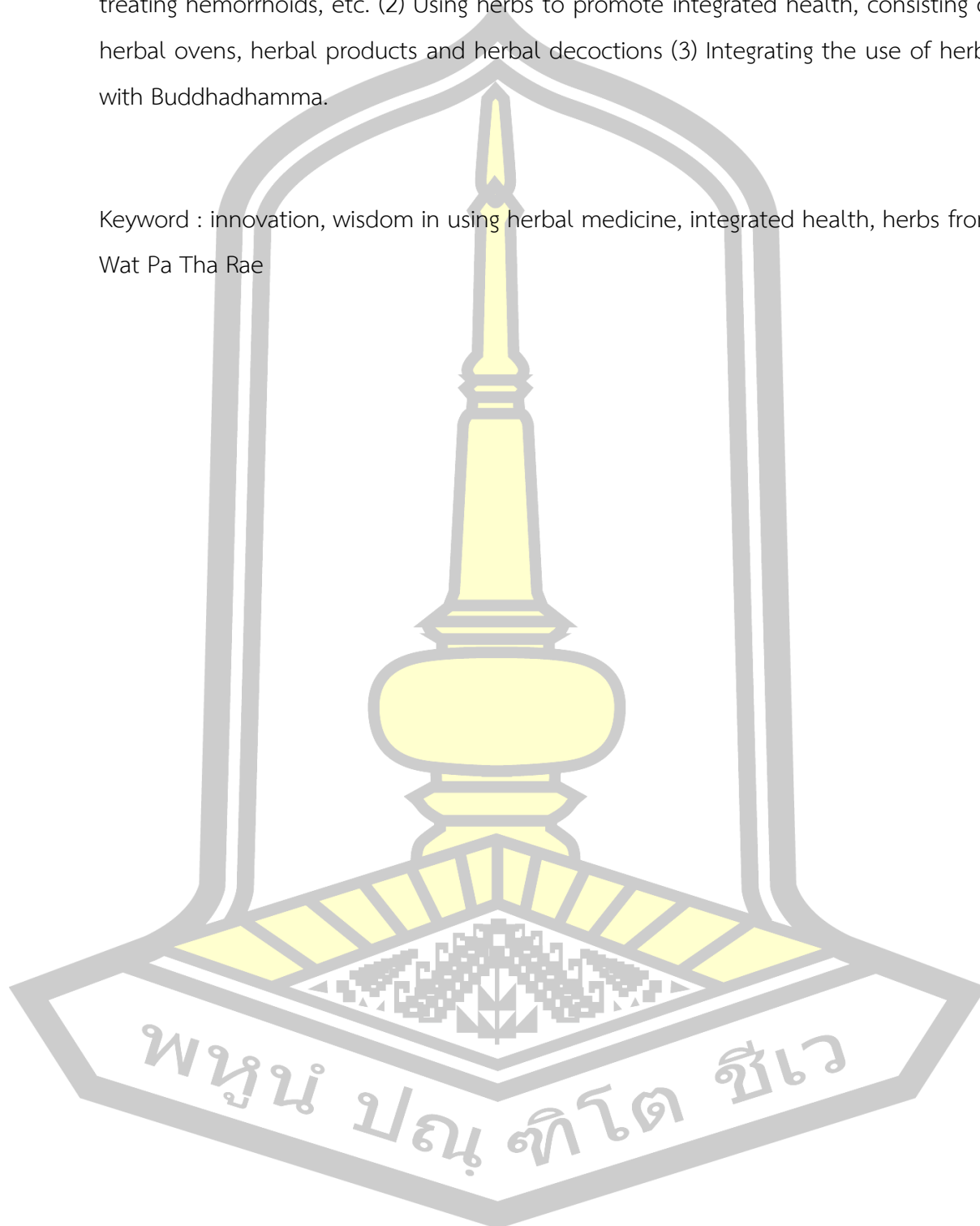
This research aims to study herbs that appear in the area of Wat Pa Tha Rae; Wisdom of using herbs from Wat Pa Tha Rae, Mueang District, Maha Sarakham Province; and the development of innovative wisdom in using herbs from Wat Pa Tha Rae and promoting integrated health. It is a qualitative study. The target group is 46 important informant and 30 service users through observation, interviews, and group discussions. Then the data is analyzed and synthesized; and present the results of the study by descriptive analysis based on concepts and theories used in research.

The research results found that There are 216 types of herbs in the area of Wat Pa Tha Rae. Most of them are naturally occurring herbs; Part of this is additional planting later. The abbot together with knowledgeable people and the community brought herbs to make medicines for use in treatment. It is divided into 23 groups of herbal wisdom according to the medicinal properties of herbs available in the temple area, such as herbs for the digestive system; Herbs for treating diabetes; and health baking herbs, etc. These herbs have various properties that can be used both fresh and dried by eating, baking, drinking and massaging.

For the development of innovation in the wisdom of using herbs, it is divided into 3 parts: (1) developing the area of Wat Pa Tha Rae into a learning area for the community by creating 10 learning bases about herbs, such as learning bases

Diabetes treatment; Knowledge base on cancer treatment; and a learning base for treating hemorrhoids, etc. (2) Using herbs to promote integrated health, consisting of herbal ovens, herbal products and herbal decoctions (3) Integrating the use of herbs with Buddhadhamma.

Keyword : innovation, wisdom in using herbal medicine, integrated health, herbs from Wat Pa Tha Rae



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้ถือว่าเป็นความพยายามในการศึกษารวบรวมข้อมูลด้านสมุนไพรที่มีอยู่ภายในวัดที่อ่าตมภาพอยู่อาศัยเพื่อนำมาใช้ประโยชน์แก่ชุมชนโดยส่วนรวม และงานวิจัยนี้ได้สำเร็จได้ด้วยการมีส่วนรวมหลายภาคส่วน อ่าตมภาพจึงขอขอบคุณรองศาสตราจารย์ ดร.ฉลอง พันธุ์จันทร์ อาจารย์ที่ปรึกษา ที่ให้คำแนะนำ ช่วยเหลือทั้งด้านวิชาการและการเข้าไปมีส่วนร่วมในการพัฒนาพื้นที่การเรียนรู้ภายในวัด ตลอดทั้งคณาจารย์สาขาวิชาศาสนาและภูมิปัญญาเพื่อการพัฒนา คือ รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระพงษ์ มีไธสง รองศาสตราจารย์ ดร.เกียรติศักดิ์ บังเพลิง และรองศาสตราจารย์ ดร.อภิญญวัฒน์ โพธิ์สาน ที่สนับสนุนให้คำแนะนำเชิงวิชาการและองค์ความรู้เกี่ยวกับการวิจัยตลอดระยะเวลาที่ศึกษาในหลักสูตรอย่างดียิ่ง

ขอขอบคุณคณาจารย์ และเจ้าหน้าที่ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา รวมทั้งเจ้าหน้าที่บัณฑิตศึกษาทุกท่าน คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคามที่คอยหนุนเสริมและช่วยเหลืออย่างสม่ำเสมอตลอดระยะเวลาการศึกษาปริญญาเอกในครั้งนี้ ขอขอบคุณคณะอุบาสกอุบาสิกาวัดป่าท่าแร่ คณะสงฆ์ตำบลแก่งเลิงจาน รวมถึงความเมตตาอนุเคราะห์จากพระเถรานุเถรภายในจังหวัดทุกท่านที่ให้ความสนใจในการศึกษาค้นคว้าด้วยดีเสมอมา

อีกอย่าง วิทยานิพนธ์นี้ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากงบประมาณเงินรายได้ ประจำปีงบประมาณ 2566 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม เพื่อหนุนเสริมการตีพิมพ์บทความวิจัยในวารสารระดับนานาชาติ สำหรับนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา (ปริญญาเอก) จึงขอเจริญพรขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ประสิทธิ์ธรรมาภรณ์ บุญบุตร (ธมมวโร)

พูน ปณ จิตโต ชีเว

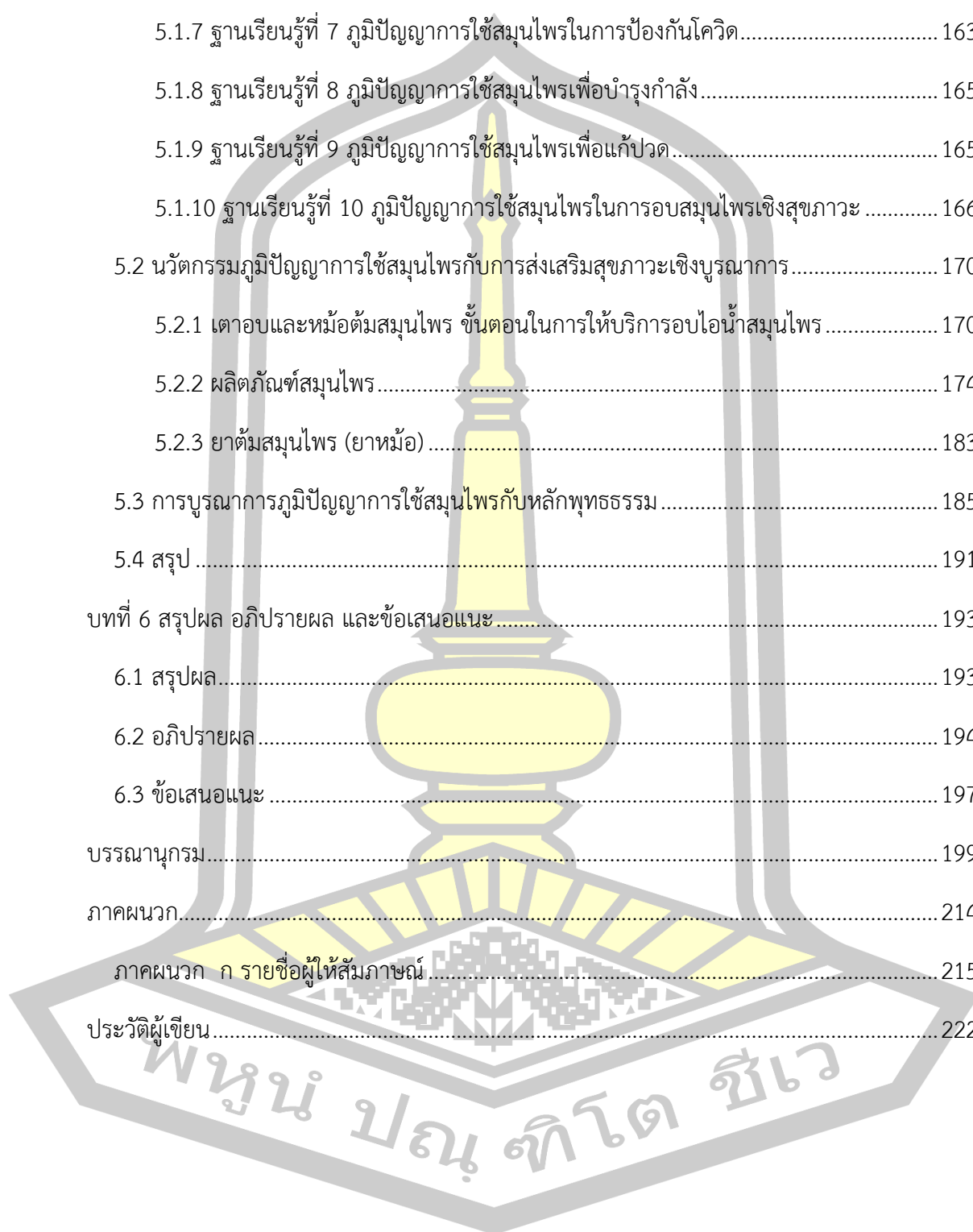
สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ช
สารบัญ.....	ช
สารบัญรูปภาพ.....	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ภูมิหลัง.....	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
1.3 ขอบเขตของการวิจัย.....	4
1.4 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	4
1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	5
1.6 นิยามศัพท์เฉพาะ	6
1.7 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	7
บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
2.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง.....	8
2.1.1 แนวคิดพุทธบูรณาการ.....	8
2.1.2 แนวคิดนวัตกรรมการใช้สมุนไพร.....	10
2.1.3 แนวคิดพหุลักษณะทางการแพทย์.....	18
2.1.4 ทฤษฎีสู่สภาวะแบบองค์รวม	20
2.2 เอกสารที่เกี่ยวข้อง	22
2.2.1 พัฒนาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพร.....	22

2.2.2 พัฒนาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในพระไตรปิฎก.....	22
2.2.3 ภูมิปัญญาสมุนไพรในคัมภีร์อายุรเวท.....	30
2.2.4 พัฒนาการของภูมิปัญญาสมุนไพรแพทย์แผนไทย.....	32
2.2.5 ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้าน.....	35
2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	38
บทที่ 3 บริบทพื้นที่ศึกษา.....	47
3.1 สภาพทั่วไปของภาคอีสาน.....	47
3.2 ลักษณะภูมิศาสตร์และภูมิประเทศของภาคอีสาน.....	48
3.3 จังหวัดมหาสารคาม.....	54
3.4 อำเภอเมืองมหาสารคาม.....	56
3.5 ตำบลแก่งเลิงจาน.....	57
3.6 ประวัติบ้านท่าแร่.....	57
3.7 สรุป.....	69
บทที่ 4 สมุนไพรและภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรที่ปรากฏในวัดป่าท่าแร่.....	70
4.1 สมุนไพรที่ปรากฏในวัดป่าท่าแร่.....	70
4.2 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่.....	138
4.2.1 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านระบบทางเดินอาหาร.....	138
4.2.2 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาระบบทางเดินหายใจ.....	139
4.2.3 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาระบบทางเดินปัสสาวะ.....	140
4.2.4 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคผิวหนัง.....	140
4.2.5 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคเบาหวาน.....	141
4.2.6 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโลหิต.....	142
4.2.7 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคมะเร็ง.....	142
4.2.8 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคไขมันในเส้นเลือด.....	143

4.2.9	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการสกัดน้ำมันหอมระเหย.....	143
4.2.10	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านเครื่องสำอาง.....	144
4.2.11	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านคุณค่าอาหาร.....	145
4.2.12	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาประสาทและกล้ามเนื้อ.....	145
4.2.13	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาอาการไข้และอาการปวด.....	146
4.2.14	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการช่วยไหลเวียนของโลหิต.....	147
4.2.15	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคติดเชื้อ.....	147
4.2.16	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการอบเชยสุขภาพ.....	148
4.2.17	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านอาหารเชิงสุขภาพ.....	149
4.2.18	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านอาหารเชิงสุขภาพสายตา.....	149
4.2.19	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคหัวใจ.....	150
4.2.20	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคกระดูก.....	150
4.2.21	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการเสริมภูมิคุ้มกัน.....	151
4.2.22	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการช่วยทำให้ผมดก.....	151
4.2.23	ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านภูมิคุ้มกันและต้านไวรัส.....	152
4.3	สรุป.....	153
บทที่ 5 การพัฒนานวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในวัด กับ การส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการ.....		154
5.1	ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรกับการพัฒนาฐานเรียนรู้.....	154
5.1.1	ฐานเรียนรู้ที่ 1 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคเบาหวาน.....	155
5.1.2	ฐานเรียนรู้ที่ 2 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคมะเร็ง.....	156
5.1.3	ฐานเรียนรู้ที่ 3 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคจิตเสียดวง.....	158
5.1.4	ฐานเรียนรู้ที่ 4 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการขับปัสสาวะ.....	159
5.1.5	ฐานเรียนรู้ที่ 5 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรด้านความสวย.....	161

5.1.6	ฐานเรียนรู้ที่ 6 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรบำรุงหัวใจ	162
5.1.7	ฐานเรียนรู้ที่ 7 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการป้องกันโควิด.....	163
5.1.8	ฐานเรียนรู้ที่ 8 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเพื่อบำรุงกำลัง.....	165
5.1.9	ฐานเรียนรู้ที่ 9 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเพื่อแก้ปวด.....	165
5.1.10	ฐานเรียนรู้ที่ 10 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการอบสมุนไพรเชิงสุขภาพะ	166
5.2	นวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรกับการส่งเสริมสุขภาพะเชิงบูรณาการ.....	170
5.2.1	เตาอบและหม้อต้มสมุนไพร ขั้นตอนในการให้บริการอบไอน้ำสมุนไพร	170
5.2.2	ผลิตภัณฑ์สมุนไพร.....	174
5.2.3	ยาต้มสมุนไพร (ยาหม้อ)	183
5.3	การบูรณาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรกับหลักพุทธธรรม	185
5.4	สรุป	191
บทที่ 6	สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	193
6.1	สรุปผล.....	193
6.2	อภิปรายผล	194
6.3	ข้อเสนอแนะ	197
บรรณานุกรม.....		199
ภาคผนวก.....		214
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์.....		215
ประวัติผู้เขียน.....		222



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
รูปภาพ 1 กรอบแนวคิดงานวิจัย	7
รูปภาพ 2 แผนที่จังหวัดภาคอีสาน	47
รูปภาพ 3 พื้นที่บ้านท่าแร่ หมู่ที่ 5.....	57
รูปภาพ 4 พุทธศักดิ์ลาเจดีย์	59
รูปภาพ 5 ศาลาการเปรียญ ทรงไทย	60
รูปภาพ 6 ชาวบ้านท่าแร่ทำพิธีสงฆ์น้ำอัฐิบรรพบุรุษในช่วงเทศกาลสงกรานต์	63
รูปภาพ 7 ชาวบ้านร่วมทำบุญข้าสະที่บริเวณดอนปู่ตา.....	64
รูปภาพ 8 อุบาสก อุบาสิการักษาศีล 8 ในเทศกาลเข้าพรรษา	65
รูปภาพ 9 ห่อข้าวน้อยบุญข้าวประดับดิน	66
รูปภาพ 10 อุบาสก อุบาสิกาและชาวบ้านร่วมกล่าวคำถวายฉลากภัตร	67
รูปภาพ 11 ชาวบ้านท่าแร่ร่วมทำบุญตักบาตรเทโวโรหณะ.....	68
รูปภาพ 12 ชาวบ้านร่วมทำบุญกฐินสามัคคี ณ วัดท่าแร่คงคาราม.....	69
รูปภาพ 13 ลักษณะต้นกระชาย	72
รูปภาพ 14 ลักษณะต้นเถาวัลย์เปรียง	73
รูปภาพ 15 ลักษณะต้นกำแพงเจ็ดชั้น	74
รูปภาพ 16 ลักษณะต้นชิง	75
รูปภาพ 17 ลักษณะต้นฟ้าทะลายโจร.....	76
รูปภาพ 18 ลักษณะต้นตะไคร้.....	78
รูปภาพ 19 ลักษณะต้นขมิ้น.....	79
รูปภาพ 20 ลักษณะต้นไพล.....	80
รูปภาพ 21 ลักษณะต้นมะกรูด.....	82

รูปภาพ 22 ลักษณะต้นมะขาม	83
รูปภาพ 23 ลักษณะต้นลูกใต้ใบ	84
รูปภาพ 24 ลักษณะต้นจันทน์	86
รูปภาพ 25 ลักษณะต้นดอกดาวเรือง	88
รูปภาพ 26 ลักษณะต้นสัปะรด	89
รูปภาพ 27 ลักษณะหญ้าหนวดแมว	90
รูปภาพ 28 ลักษณะหญ้าฮังกา	92
รูปภาพ 29 ลักษณะต้นสาบเสือ	93
รูปภาพ 30 ลักษณะหญ้ารีแพร์	94
รูปภาพ 31 ลักษณะต้นกำลังเสือโคร่ง	95
รูปภาพ 32 ลักษณะบอระเพ็ด	97
รูปภาพ 33 ลักษณะต้นย่านาง	99
รูปภาพ 34 ลักษณะต้นสะเดา	100
รูปภาพ 35 ลักษณะต้นคูณ	101
รูปภาพ 36 ลักษณะต้นขี้เหล็ก	102
รูปภาพ 37 ลักษณะต้นทองพันชั่ง	104
รูปภาพ 38 ลักษณะต้นมะรุม	105
รูปภาพ 39 ลักษณะต้นอัญชัน	107
รูปภาพ 40 ลักษณะต้นเตยหอม	110
รูปภาพ 41 ลักษณะต้นกะเพรา	111
รูปภาพ 42 ลักษณะต้นอ้อยแดง	112
รูปภาพ 43 ลักษณะต้นข่อย	113
รูปภาพ 44 ลักษณะต้นดุกใส	115
รูปภาพ 45 ลักษณะต้นอังกาบหนู	116

รูปภาพ 46 ลักษณะต้นชา.....	117
รูปภาพ 47 ลักษณะต้นโตไม่รู้ล้ม.....	119
รูปภาพ 48 ลักษณะต้นโปรงฟ้า.....	120
รูปภาพ 49 ลักษณะต้นเปล้าน้อย.....	121
รูปภาพ 50 ลักษณะต้นเปล้าใหญ่.....	122
รูปภาพ 51 ลักษณะว่านหางจระเข้.....	123
รูปภาพ 52 ลักษณะต้นปีบ.....	125
รูปภาพ 53 ลักษณะต้นตี่ขาว.....	126
รูปภาพ 54 ลักษณะต้นมะละกอ.....	128
รูปภาพ 55 ลักษณะต้นหญ้าคา.....	129
รูปภาพ 56 ลักษณะหญ้าวงช้าง.....	130
รูปภาพ 57 ลักษณะต้นน้อยน้ำ.....	131
รูปภาพ 58 ลักษณะต้นมะค่าแต้.....	132
รูปภาพ 59 ลักษณะต้นแพงพวย.....	133
รูปภาพ 60 ลักษณะต้นตุมตัง.....	134
รูปภาพ 61 ลักษณะต้นมะระขี้นก.....	136
รูปภาพ 62 ลักษณะต้นตำลึง.....	137
รูปภาพ 63 ลักษณะว่านงาช้าง.....	138
รูปภาพ 64 แผนผังฐานการเรียนรู้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่.....	154
รูปภาพ 65 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 1.....	155
รูปภาพ 66 ฐานการเรียนรู้ที่ 1.....	156
รูปภาพ 67 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 2.....	157
รูปภาพ 68 ฐานการเรียนรู้ที่ 2.....	158
รูปภาพ 69 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 3.....	158

รูปภาพ 70 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 4	160
รูปภาพ 71 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 5	161
รูปภาพ 72 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 6	162
รูปภาพ 73 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 7	163
รูปภาพ 74 ฐานการเรียนรู้ที่ 7	164
รูปภาพ 75 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 8	165
รูปภาพ 76 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 9	166
รูปภาพ 77 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 10	167
รูปภาพ 78 โรงอบสมุนไพร	169
รูปภาพ 79 ห้องอบสมุนไพรฝั่งผู้ชาย	169
รูปภาพ 80 ห้องอบสมุนไพรฝั่งผู้หญิง	170
รูปภาพ 81 หม้อต้มสมุนไพร	173
รูปภาพ 82 ผลิตภัณฑ์สมุนไพรแบบประคบ	175
รูปภาพ 83 ผลิตภัณฑ์สมุนไพรชากระชายขาว	176
รูปภาพ 84 ผลิตภัณฑ์ยาต้มสมุนไพร	177
รูปภาพ 85 ผลิตภัณฑ์ยาหม่องสมุนไพร	178
รูปภาพ 86 ผลิตภัณฑ์น้ำมันโพล	179
รูปภาพ 87 สบู่สมุนไพรขมิ้น	180
รูปภาพ 88 สบู่สมุนไพรแช่เท้า	181
รูปภาพ 89 ยาสระผมสมุนไพร	182
รูปภาพ 90 ยาต้มสมุนไพร (ยาหม้อ)	184
รูปภาพ 91 ชุมชนเข้าศึกษาเรียนรู้การต้มยาสมุนไพร	185

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ภูมิหลัง

ไทยมีทรัพยากรธรรมชาติที่อุดมสมบูรณ์ภายใต้ระบบนิเวศที่แตกต่างกัน สมุนไพรเป็นพืชที่คนไทยรู้จักนำมาใช้ประโยชน์ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน ซึ่งเป็นทั้งอาหารและยาและผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับสมุนไพรธรรมชาติได้ถูกนำมาใช้เป็นการรักษาสุขภาพทางเลือกรวมมากขึ้น (WHO, 2003) ตั้งแต่โบราณกาลจนกระทั่งในยุคปัจจุบัน สมุนไพรต่าง ๆ ก็ยังคงใช้กันอยู่และดูเหมือนว่ามีการค้นพบสมุนไพรที่มีสรรพคุณที่เหมาะสม และปัจจุบันสมุนไพรยังเป็นสารต้นกำเนิดของยาแผนปัจจุบันและยังใช้รักษาโรคบางชนิดได้ดีกว่ายาแผนปัจจุบัน (สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, 2549) ในอดีตวัดและพระสงฆ์มีบทบาทต่อชีวิตและความเป็นอยู่ของประชาชนทั่วไปในด้านการสาธารณสุขส่งเสริมสุขภาพและการสาธารณสุข โดยใช้สมุนไพรบำบัดรักษาโรค ซึ่งมีประวัติควบคู่กับความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันของมนุษย์และเป็นที่รู้จักเรื่องมาในครั้งพุทธกาล อาทิ พระพุทธพจน์ใน เกสัชขันธ์กะ เรื่องเกสัช 5 ประการ เช่น รากไม้ที่ใช้ขับ น้ำฝาดที่เป็นยา ใบไม้ที่เป็นยา ผลไม้ที่เป็นยา ยางไม้ที่เป็นยา เป็นต้น (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ความรู้ในการใช้สมุนไพรเกิดจากความรู้เชิงวัฒนธรรม การทดลองปฏิบัติ การคัดเลือก และการถ่ายทอด โดยชุมชนและสังคมเป็นเวลาค่อนข้างยาวนาน เป็นการเรียนรู้จากความจริงในการดำเนินชีวิต ซึ่งเรียกว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่น หรือ ภูมิปัญญาชาวบ้าน การใช้สมุนไพรในการรักษาโรคจึงเป็นส่วนหนึ่งของการแพทย์พื้นบ้านผ่านกลุ่มบุคคลที่เรียกว่า หมอพื้นบ้าน ซึ่งมีทั้งบุคคลทั่วไปและพระสงฆ์ที่เข้าวัดเป็นศูนย์กลางในการรักษาสุขภาพของผู้ป่วยทั้งทางกายและจิตใจควบคู่กันไป

พุทธศาสนาให้ความสำคัญของการเจ็บป่วย เมื่อความเจ็บป่วยเกิดขึ้นจะต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่โดยไม่แสดงความรังเกียจคนไข้ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) จะเห็นได้จากที่กระทรวงสาธารณสุขได้ดำเนินการแนวทางการดูแลสุขภาพที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยได้ปฏิบัติในการดูแลตนเอง เพื่อเสริมสร้างสุขภาพ ป้องกัน ควบคุมโรค และฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ป่วยโดยการบูรณาการหลักพุทธธรรม หลักการแพทย์ การสาธารณสุข ซึ่งถือว่าเป็นการผสมผสานหลายวิธี (อุทัย สุดสุข และคณะ, 2554) อาทิ การสวดมนต์ จะทำให้รู้สึกชุ่มชื้นเบิกบานใจส่งผลให้จิตใจสงบ ผ่อนคลายความวิตกกังวล (พรทิพย์ ปุกหุด และทิติยา พุฒิกามิน, 2555) การสวดมนต์ร่วมกับการทำสมาธิสามารถลดอาการซึมเศร้าจากความเครียดและเพิ่มคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกายได้ (จุฑามาศ วารีนะแสงทิพย์, 2552) และการใช้สมาธิบำบัด การฟังและพิจารณาธรรมมีผลทำให้เกิดความสงบผ่อนคลายทางกาย

และใจส่งผลให้โรคหายได้ ธรรมโอสธ จึงมีผลต่อการรักษาโรค (สิริรัตน์ จันทระโน และเจนระวี สว่างอารีรักษ์, 2554) แนวทางการรักษาดังกล่าว จึงก่อให้เกิดแนวคิดการรักษาแบบองค์รวมมากขึ้น

ในปัจจุบันการแพทย์แบบองค์รวม (Holistic Medicine) ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายในหลายประเทศ เปรียบเสมือนปรัชญาการสร้างสุขภาพและการรักษาโรค ซึ่งจะพิจารณาองค์ประกอบทุกอย่างของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นร่างกายและจิตใจ นอกจากนี้ยังมุ่งเน้นไปที่การให้ผู้เข้ารับการบำบัดเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการบำบัดรักษาหรือปฏิบัติตนเพื่อให้หายจากโรคภัยด้วยตนเอง จะเห็นได้ว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงบทบาทพฤติกรรมสุขภาพจาก เชิงรับ มาเป็นเชิงรุก ในบางครั้งเรียกการแพทย์แบบองค์รวมว่าเป็นการแพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine) โดยไม่ได้จำกัดอยู่ที่วิธีใดวิธีหนึ่ง หากแต่ครอบคลุมถึงการวินิจฉัยโรค การบำบัดรักษา และการส่งเสริมสุขภาพ องค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ได้ให้คำนิยามของสุขภาพ (Health) หมายถึง ความสมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ส่วนคำนิยามสุขภาวะ (Well-Being) คือ การที่สุขภาพทางกาย ทางจิตใจ ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ อยู่กันอย่างสมดุล (ดวงกมล ศักดิ์เลิศสกุล, 2549) และกระทรวงสาธารณสุขยังมีนโยบายการใช้สมุนไพร และการแพทย์แผนไทย หรือการแพทย์พื้นบ้าน ให้มีประโยชน์ต่อทางด้านสาธารณสุข โดยมีหมอ แพทย์พื้นบ้านเป็นคนรักษา (ปริญดา เทอดชูชีพ และคณะ, 2535) เนื่องจากความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นนั้นมีหลายสาเหตุเกิดขึ้นจากการใช้ชีวิต การกิน ความเสื่อมแห่งสังขารที่เป็นไปตามวัย อาทิ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ มะเร็ง เป็นต้น (ณัฐธา ม้วนสุธา, 2559)

จากผลการสำรวจสุขภาพของคนไทยโดยการตรวจร่างกายในช่วงปี พ.ศ. 2561 พบว่าสาเหตุการตายที่สำคัญ ได้แก่ มะเร็งทุกชนิด, โรคหลอดเลือดในสมอง, โรคหัวใจขาดเลือด (กระทรวงสาธารณสุข, 2561) หากวิเคราะห์ถึงสาเหตุของปัญหาเหล่านี้ ผู้วิจัยสรุปได้ว่า สังคมปัจจุบันเป็นสังคมที่ต้องดิ้นรนและมีการแข่งขันสูงทำให้ผู้คนส่วนมากไม่ใส่ใจในวิถีชีวิตประจำวันโดยเฉพาะการกิน จากพื้นฐานเดิมมีการพึ่งพาพระบวรธรรมชาติ แต่ปัจจุบันผู้คนอาศัยความสะดวกจากเทคโนโลยี เพื่อสร้างความสุขสบายแก่ตนเอง จนกระทั่งแยกตนเองออกจากธรรมชาติโดยเน้นวัตถุมากยิ่งขึ้น และพัฒนาไปสู่ระบบบริโภคนิยมจนเกิดปัญหาความเสื่อมถอย จากวิถีการใช้ชีวิตทั้งด้านกายและจิตใจจนทำให้เกิดสภาพปัญหาเกี่ยวกับสุขภาวะมากยิ่งขึ้น ซึ่งโรคเหล่านี้หากดูแลสุขภาวะของตนเองได้ความเจ็บป่วยก็จะน้อยลง ทว่ามีคนจำนวนไม่น้อยที่ใช้ชีวิตอย่างไม่สมดุล จนเกิดภาวะเสื่อมทรุดของร่างกายและเกิดโรคดังกล่าวขึ้น ปัจจุบันผู้คนจำนวนไม่น้อยหันมาสนใจการแพทย์ทางเลือกมากขึ้น การแพทย์พื้นบ้านที่ให้ความสำคัญกับภูมิปัญญาท้องถิ่นจึงเป็นทางเลือกหนึ่งของชุมชนในการดูแลสุขภาพ โดยการพึ่งพาทรัพยากรในชุมชน อาศัยความร่วมมือระหว่างบุคคลกับชุมชนและวัด ซึ่งปัจจุบันชุมชนให้ความสนใจ ในการใช้สมุนไพรในการรักษามากขึ้น โดยใช้พื้นที่ของวัดเป็นศูนย์การรักษารักษาสุขภาพด้วยสมุนไพร อย่างไรก็ตาม บทบาทเดิมของพระสงฆ์ในการใช้สมุนไพรรักษาโรค

ให้กับประชาชนที่ได้หายไประยะหนึ่ง ปัจจุบันพระสงฆ์ได้กลับมาส่งเสริมสุขภาพด้วยสมุนไพรมากขึ้น เนื่องจากภาครัฐได้ตระหนักถึงความสำคัญและความจำเป็นของยาสมุนไพร จึงเปิดโอกาสให้พระสงฆ์ได้ศึกษาเพิ่มเติมและพัฒนาตนเองผ่านการอบรมเสริมความรู้ด้านสมุนไพรทั้งจากภาครัฐและเอกชน และมีส่วนร่วมในการให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพแก่ประชาชน ซึ่งสอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (2561-2580) เกี่ยวกับการยกระดับมาตรฐานบริการด้านการแพทย์ทางเลือก โดยผสมองค์ความรู้จากเทคโนโลยีและวิทยาการสมัยใหม่เข้ากับองค์ความรู้และภูมิปัญญาดั้งเดิมของไทย ให้เป็นระบบบริการสุขภาพหลักของประเทศคู่ขนานกับการแพทย์แผนปัจจุบัน เพื่อเสริมการใช้ยาสมัยใหม่ และใช้ยาสมุนไพรรักษาโรคบางอย่างแทนยาสมัยใหม่ได้

บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม มีวัดจำนวน 2 แห่ง คือ วัดบ้านท่าแร่ และสำนักสงฆ์บ้านท่าแร่ โดยวัดบ้านท่าแร่ตั้งอยู่ภายในชุมชนบ้านท่าแร่ หมู่ที่ 5 เป็นวัดบ้านที่ชุมชนให้ความสำคัญในเรื่องของการทำบุญในวันสำคัญทางศาสนาและตามฮีตคอง และกิจกรรมการอบรมศีลธรรมแก่ประชาชน เยาวชน และนิสิตนักศึกษา ส่วนอีกแห่งหนึ่งคือ สำนักสงฆ์บ้านท่าแร่ ซึ่งตั้งอยู่ห่างจากชุมชนไปทางทิศตะวันออก ประมาณ 500 เมตร เดิมเป็นพื้นที่สาธารณะที่มีป่าไม้อุดมสมบูรณ์ และมีพืชสมุนไพรหลากหลายชนิดขึ้นอยู่ในบริเวณพื้นที่แห่งนี้ คณะสงฆ์จึงได้ร่วมกับชุมชนบ้านท่าแร่เข้าไปฟื้นฟู รักษาสภาพป่าให้คงเดิม โดยจัดตั้งเป็นสำนักสงฆ์เพื่อใช้สำหรับการปฏิบัติธรรม อบรมเยาวชน ประชาชนทั่วไปเนื่องในเทศกาลและวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาและพัฒนาให้เป็นศูนย์เรียนรู้เกี่ยวกับสมุนไพร ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2551 จากการสำรวจสมุนไพรภายในพื้นที่ เมื่อปี พ.ศ. 2562 พบว่า มีสมุนไพรมากกว่า 216 ชนิด โดยมีสรรพคุณใช้ทั้งภายนอกและภายในสำหรับคนและสัตว์ แยกตามกลุ่มสมุนไพร อาทิ 1) กลุ่มรักษาระบบทางเดินอาหาร 2) กลุ่มรักษาทางเดินหายใจ 3) กลุ่มรักษาระบบทางเดินปัสสาวะ 4) กลุ่มรักษาโรคผิวหนัง 5) กลุ่มรักษาโรคเบาหวาน 6) กลุ่มรักษาโลหิต 7) กลุ่มรักษามะเร็ง 8) กลุ่มลดไขมันในเลือด 9) กลุ่มสกัดน้ำมันหอมระเหย 10) กลุ่มทำเครื่องสำอาง 11) กลุ่มให้คุณค่าทางอาหาร 12) กลุ่มรักษาประสาทและกล้ามเนื้อ 13) กลุ่มไหลเวียนของเลือด 14) กลุ่มรักษาอาการไข้และอาการปวด 15) กลุ่มรักษาโรคติดเชื้อ 16) กลุ่มนำมาใช้ด้านพิธีกรรม ศาสนาและความเชื่อ 17) กลุ่มอบเพื่อสุขภาพ 18) กลุ่มใช้ดื่มเพื่อสุขภาพ 19) กลุ่มเครื่องใช้ไม้สอย 20) กลุ่มรักษาสัตว์และอาหารสัตว์ เป็นต้น ซึ่งสมุนไพรเหล่านี้มีสรรพคุณที่หลากหลายที่ใช้ได้ทั้งสดและแห้ง ปัจจุบันสำนักสงฆ์บ้านท่าแร่ได้เปิดพื้นที่วัดใช้เป็นศูนย์ในการบำบัดรักษาสุขภาพของผู้ป่วยทั่วไปทั้งทางกายและทางใจ โดยบูรณาการองค์ความรู้ทางการแพทย์ทางเลือกกับแพทย์แผนปัจจุบันและหลักพุทธธรรมเข้ามาช่วยในการรักษา อาทิ การรักษาด้วยการอบ การดื่มน้ำ การนวด และการปฏิบัติธรรมด้วยการเจริญสมาธิ ถาวนา เป็นต้น โดยมีพระครูประสิทธิ์ ธรรมาภรณ์ และคณะสงฆ์วัดบ้านท่าแร่พร้อมด้วยชาวบ้านจำนวนหนึ่ง เป็นผู้ดำเนินงาน จึงทำให้ผู้ป่วยหรือแม้แต่คนทั่วไปได้เข้ามาใช้บริการเป็นจำนวนมากขึ้น จะอย่างไรก็ตาม

พื้นที่ยังขาดการศึกษาภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในวัดอย่างทั่วถึงเชิงบูรณาการ จึงมีความจำเป็นต้องกำหนดแนวทางการพัฒนานวัตกรรมเกี่ยวกับภูมิปัญญา รวมทั้งการประยุกต์ใช้สมุนไพรภายในวัดอย่างเป็นระบบสำหรับการส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการ ต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 เพื่อศึกษาสมุนไพรที่ปรากฏในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ อำเภอมะนังมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

1.2.2 เพื่อศึกษาภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่ อำเภอมะนังมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

1.2.3 เพื่อพัฒนานวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่กับการส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการ

1.3 ขอบเขตของการวิจัย

1.3.1 ขอบเขตด้านเนื้อหาสาระ

ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตด้านเนื้อหาสาระเพื่อเป็นกรอบในการวิจัย โดยอิงจากวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยมีขอบเขตด้านเนื้อหาสาระดังนี้ แนวคิดและพัฒนาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในวัด การบูรณาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในวัดและแนวทางการพัฒนานวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในวัด เพื่อส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการในพื้นที่สำนักสงฆ์บ้านท่าแร่ อำเภอมะนังมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

1.3.2 ขอบเขตด้านพื้นที่

การวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่ในการวิจัย 2 แห่ง คือ วัดบ้านท่าแร่ และสำนักสงฆ์บ้านท่าแร่ โดยวัดบ้านท่าแร่ตั้งอยู่ภายในชุมชนบ้านท่าแร่ หมู่ที่ 5 โดยพื้นที่ทั้ง 2 แห่ง อยู่ในพื้นที่บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอมะนังมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

1.4 วิธีการดำเนินการวิจัย

1.4.1 ด้านกลุ่มเป้าหมาย

1.4.1.1 กลุ่มผู้รู้ ได้แก่ เจ้าหน้าที่ อสม. 4 คน แพทย์แผนไทย จำนวน 1 คน ปราชญ์ชาวบ้าน จำนวน 17 คน พระสงฆ์ จำนวน 4 รูป สมาชิกกลุ่มวิสาหกิจ 4 คน ผู้วิจัย จำนวน 1 คน รวมทั้งสิ้น จำนวน 31 คน

1.4.1.2 กลุ่มผู้ให้บริการทั้งจากภายในชุมชนและภายนอกชุมชน จำนวน 42 คน

1.4.2 ด้านเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1.4.2.1 แบบสำรวจ ใช้สำรวจข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพรและการใช้สมุนไพรในวัดป่าท่าแร่ ที่สามารถรักษาโรคด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่นที่เหมาะสม บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

1.4.2.2 แบบสังเกต ใช้สังเกตเพื่อหาข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ที่มาใช้สมุนไพรในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ เพื่อการรักษาโรค ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

1.4.2.3 แบบสัมภาษณ์ ใช้สัมภาษณ์กลุ่มผู้รู้ กลุ่มผู้ปฏิบัติ และกลุ่มผู้ให้บริการเกี่ยวกับการรักษาโรคเชิงบูรณาการ

1.4.2.4 การสนทนากลุ่ม เพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับการสนทนากันทางภูมิปัญญาด้านสมุนไพร การใช้สมุนไพรรวมถึงแนวทางในการพัฒนาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรค วัดป่าท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

1.4.2.5 แบบบันทึกข้อมูลเกี่ยวกับการประชุมเชิงปฏิบัติการ เพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรภายในวัด รวมถึงผู้ที่มาใช้บริการในการรักษาโรคเชิงบูรณาการ วัดป่าท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

1.4.3 ด้านการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ มีการเก็บข้อมูลตามขั้นตอน คือ การเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับภูมิปัญญาการใช้พืชสมุนไพรในวัด รวมทั้งการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามจากเครื่องมือวิจัย คือ แบบสำรวจ แบบสังเกต แบบสัมภาษณ์ แบบสนทนากลุ่ม แบบสอบถามและแบบบันทึกการประชุมเชิงปฏิบัติการ

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.5.1 ได้รับความรู้และฐานข้อมูลสมุนไพรที่ปรากฏในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

1.5.2 ได้รับความรู้ด้านภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่ อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

1.5.3 ได้นวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่กับการส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการ

1.6 นิยามศัพท์เฉพาะ

การพัฒนานวัตกรรม หมายถึง การศึกษาภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรภายในวัด โดยการบูรณาการกับองค์ความรู้อื่น ๆ แล้วนำมาสู่ภูมิปัญญาใหม่ทั้งที่เป็นองค์ความรู้และผลิตภัณฑ์ที่สามารถนำไปใช้ในการส่งเสริมสุขภาวะได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในวัด หมายถึง การศึกษาภูมิปัญญาสมุนไพรในวัดแล้วนำองค์ความรู้ ซึ่งอาจประกอบด้วยความเชื่อ วัฒนธรรมและศาสนาธรรมผ่านวิธีการอย่างหลากหลาย โดยพระสงฆ์หรือผู้รู้ แล้วนำมาประยุกต์ใช้ให้มีประโยชน์ต่อการพัฒนาทางทั้งสุขภาพกายและสุขภาพใจ

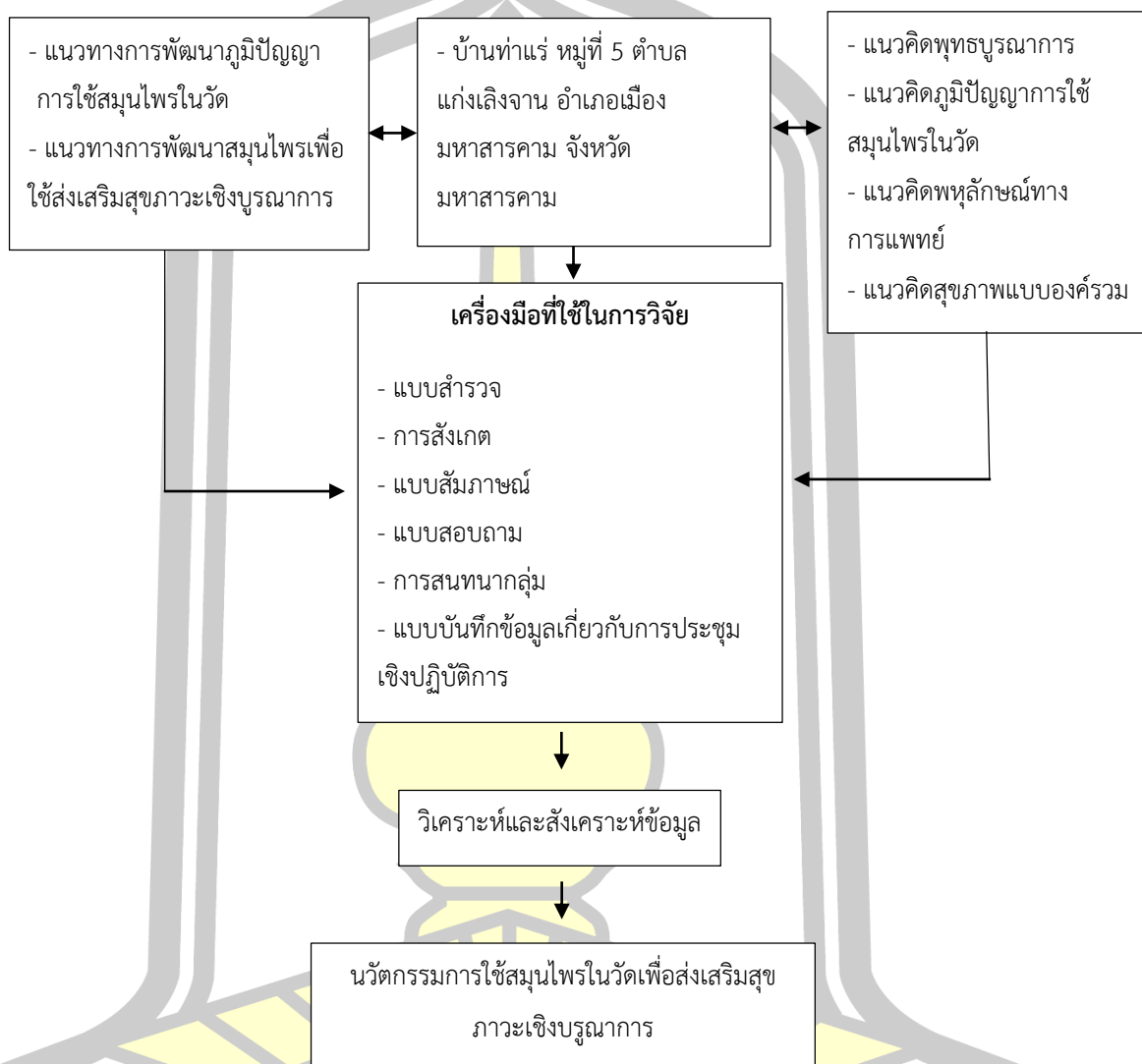
สุขภาวะเชิงบูรณาการ หมายถึง การมีสุขภาพดี มีความรู้สึกเป็นสุข ความสมดุล ความเป็นองค์รวมของ 4 มิติ คือ กาย จิต สังคม ปัญญาหรือจิตวิญญาณ ที่บูรณาการอยู่ในการพัฒนามนุษย์และสังคม เพื่อสร้าง ความอยู่เย็นเป็นสุข

พุทธบูรณาการ หมายถึง การนำเอาหลักพุทธธรรมมาบูรณาการหรือประยุกต์ใช้ศาสตร์สมัยใหม่ หรือศาสตร์ต่าง ๆ จนเกิดองค์ความรู้ใหม่แล้วนำมาพัฒนาสุขภาพกาย สุขภาพใจและสังคมให้สมบูรณ์ ในที่นี้เป็นการบูรณาการหลักพุทธธรรม ประกอบด้วย หลักสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน พุทธมนต์หรือบทสวดมนต์ รวมถึงคาถา สำหรับผู้เข้ารับบริการอบสมุนไพรที่วัดป่าท่าแร่



1.7 กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการตามระเบียบวิธีวิทยาการวิจัยตามกรอบแนวคิดในการวิจัย เกี่ยวกับแนวทางการพัฒนานวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในวัดเพื่อส่งเสริมสุขภาพะเชิงบูรณาการ ดังนี้



รูปภาพ 1 กรอบแนวคิดงานวิจัย

ที่มา: ผู้วิจัย (2563)

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง นวัตกรรมการใช้สมุนไพรในวัดเพื่อส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการมีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาสมุนไพรที่ปรากฏในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ อำเภอมะนัง จังหวัดน่าน 2) เพื่อศึกษาภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่ อำเภอมะนัง จังหวัดน่าน 3) เพื่อพัฒนานวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่กับการส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการ ได้รวบรวม ทบทวนแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเป็นประเด็นเอาไว้เพื่อใช้เป็นกรอบการดำเนินการวิจัย โดยแบ่งออกเป็น 4 ส่วน คือ 1) แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง 2) เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และ 3) สรุปแนวคิดและทฤษฎีเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดและทฤษฎีตลอดจนงานวิจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องมาสนับสนุน เพื่อให้เห็นว่าสิ่งที่ทำต่อไปมีที่มาอย่างไร มีทฤษฎีอะไรบ้าง ใครเคยศึกษาไว้แล้วได้ผลอย่างไร และผู้วิจัยจะศึกษาแตกต่างไปจากผู้ที่เคยศึกษาไว้อย่างไร ดังนี้

2.1.1 แนวคิดพุทธบูรณาการ

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต, 2553) ได้ให้คำนิยามคำว่า “บูรณาการ” (Integration) หมายถึง การนำสิ่งที่แยกมารวมเข้าเป็นอันเดียวกันจนเกิดองค์รวม (The whole) คำว่า “บูรณาการ” เป็นศัพท์บัญญัติทางการศึกษา เป็นการรวมหน่วยที่แยกกันเข้าเป็นหน่วยเดียวกัน เช่น หลักสูตรแบบบูรณาการรวมหน่วย (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546) นอกจากนี้ยังมีการใช้คำ “บูรณาการ” ในความหมายของคำว่า “องค์รวม” (Holistic) ที่หมายถึงทั้งหมดของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่สัมพันธ์อย่างแยกกันมิได้ การบูรณาการ จึงเป็นกระบวนการที่ทำให้เกิดความสัมพันธ์แบบองค์รวม เพื่อให้ส่วนต่าง ๆ รวมกันเป็นหนึ่ง ประสานสัมพันธ์สู่ความเป็นเอกภาพ ในความหมายนี้พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) (2542: 83-84) ได้ใช้คำว่า holistic view หรือ holism ในความหมายของแนวความคิดแบบองค์รวม ในการบูรณาการองค์ความรู้ทางพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่ ซึ่งในที่นี้พระธรรมปิฎก หมายถึงการแพทย์แนวพุทธ เช่นเดียวกับพระครูปลั่งธรรมธาดา (2563: 483) ที่ได้กล่าวว่า “การบูรณาการ” เป็นการใช้เพื่อให้การประสานงานในการดำเนินงานให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน อย่างกลมกลืนจนเกิดพลังแบบทวีคูณด้วยการสร้างความร่วมมือ ประสาน และความสอดคล้องกัน

จากคำนิยามดังกล่าว ได้ถูกนำมาใช้ในบริบทของพุทธศาสนาในนามของพุทธบูรณาการ ซึ่งมีนักคิดและวิชาการ ได้ให้ความหมายไว้อย่างสอดคล้องกัน คือ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2546: 270-271) ได้ให้ความหมายพุทธบูรณาการว่า เป็นการนำเอาหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสเอาไว้มาช่วยอธิบายหรือแก้ไขปัญหาลักษณะต่างๆ ของมนุษย์ที่กำลังเผชิญอยู่ พุทธบูรณาการ คือ การนำเอาหลักธรรมพระพุทธศาสนาเป็นฐานการตีความ อธิบาย ผ่านวิทยาการศาสตร์สมัยใหม่ เช่น หลักวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ มาประยุกต์เข้าเพื่อศึกษาเรื่องราว ประเด็นปัญหาที่มนุษย์โลกกำลังเผชิญอยู่ พุทธบูรณาการ จึงมีผลต่อการเปิดพื้นที่ของความรู้พร้อมทั้งสร้างคุณค่าในการพัฒนาทั้งในระดับชีวิต ระดับครอบครัว ระดับชุมชนและในระดับสังคมให้มีภูมิคุ้มกันอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขโดยสมบูรณ์ ส่วนพระราชปรีดีทิพย์ (2563: 11) ได้กล่าวถึงพุทธบูรณาการว่า การบูรณาการที่ถูกต้องจึงไม่ใช่การบูรณาการตัวเนื้อหาวิชา แต่เป็นการรับเนื้อหาวิชาศาสตร์สมัยใหม่เข้ามาในตัวคนแล้วเอาหลักปรีดีศีลธรรม ปฏิบัติศีลธรรมทางพระพุทธศาสนาพัฒนาตัวคน เพื่อให้โลกทัศน์เชิงบูรณาการในการดำรงชีวิต ซึ่งการบูรณาการเชิงพุทธ เป็นการนำองค์ความรู้เพื่อประยุกต์ใช้แบบองค์รวม

เช่นเดียวกันกับพระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) (2553) ที่ได้ให้ความหมายรวมทั้งวิธีการเกี่ยวกับพุทธบูรณาการไว้อย่างน่าสนใจว่า “บูรณาการ” (Integration) ค่อนข้างจะสอดคล้องกับราชบัณฑิตยสถานว่า หมายถึง การนำสิ่งที่แยกกันมารวมเข้าเป็นอันเดียวกันจนเกิดองค์รวม (The Hole) โดยท่านได้ยกประเด็นพระพุทธศาสนากับวิทยาศาสตร์ มาอธิบายเพิ่มเติมว่า “ถ้าศรัทธาในพระพุทธศาสนากับปัญญา ในทางวิทยาศาสตร์เป็นไปในทางเดียวกัน เกื้อหนุนซึ่งกันและกันก็จะก่อให้เกิดแนวคิดที่สมบูรณ์ แนวคิด นี้แหละคือ การบูรณาการ” และ “เนื่องจากวิทยาศาสตร์กล่าวรวมถึงศาสตร์สมัยใหม่ โดยใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์สร้างความรู้ใหม่ ๆ จึงเกิดการบูรณาการสองสิ่งด้วยกัน” การบูรณาการพระพุทธศาสนากับวิทยาการหรือศาสตร์สมัยใหม่ว่าวิธีการศึกษาแบบบูรณาการพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่จึงทำได้ 2 วิธี คือ วิธีที่ 1 พุทธวิทยา (Buddhology) หมายถึง การปรับศาสตร์เข้าหาพระพุทธศาสนา คือ ใช้พระพุทธศาสนาเป็นตัวตั้งและนำศาสตร์สมัยใหม่มาอธิบายเสริมพระพุทธศาสนา วิธีนี้ใช้องค์ความรู้ ในศาสตร์สมัยใหม่มาอธิบายสนับสนุนพระพุทธศาสนาให้ดูทันสมัยและมีเหตุผลเป็นที่ยอมรับได้ง่ายขึ้น วิธีที่ 2 ธรรมวิทยา (Dhammology) หมายถึง การปรับพระพุทธศาสนาเข้าหาศาสตร์ คือ ใช้ศาสตร์สมัยใหม่เป็นตัวตั้ง และนำหลักศีลธรรมในพระพุทธศาสนาเพิ่มเติมเข้าไป ในเนื้อหาของศาสตร์สมัยใหม่ ทั้งนี้เพราะศาสตร์สมัยใหม่มุ่งแสวงหาความจริงโดยไม่สนใจเรื่องศีลธรรม การนำหลัก ศีลธรรมในพระพุทธศาสนาเพิ่มเติมให้กับศาสตร์เหล่านั้น ย่อมจะช่วยให้เกิดองค์รวมที่สมบูรณ์

จากการศึกษาแนวคิดพุทธบูรณาการ ทำให้เห็นว่าการนำหลักพุทธธรรมไปบูรณาการใช้กับศาสตร์อื่นๆ อย่างหลากหลาย ซึ่งเป็นการนำหลักธรรมในพระพุทธศาสนาอธิบาย ตีความ เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินการแก้ปัญหาในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านการแก้ไขปัญหาคาความขัดแย้งทางสังคม ด้านศาสตร์ทางหลักวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และหลักการประยุกต์เข้ากับหลักการแพทย์ การรักษาสุขภาพอีกด้วย ซึ่งในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะนำแนวคิดพุทธบูรณาการไปใช้กับสมุนไพรมีอยู่ในวัด เพื่อส่งเสริมสุขภาพ

2.1.2 แนวคิดนวัตกรรมการใช้สมุนไพรมี

2.1.2.1 ความหมาย

สำนักงานนวัตกรรมแห่งชาติ (2554) ให้ความหมายของนวัตกรรม ว่า เป็นสิ่งใหม่ที่เกิดจากการใช้ความรู้และความคิดต่าง ๆ สร้างสรรค์สิ่งใหม่ขึ้นมา และสิ่งใหม่ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นประโยชน์ต่อเศรษฐกิจและสังคม ซึ่งนวัตกรรมไม่ได้มีความหมายเฉพาะการนำเทคโนโลยีทันสมัยมาใช้ อย่างเดียวเท่านั้น แต่ยังรวมไปถึงการปรับเปลี่ยนหรือเปลี่ยนแปลงวิธีคิด เพื่อหาข้อสรุปหรือแนวทางเชิงสร้างสรรค์ การเปลี่ยนแปลงด้านเทคโนโลยี สังคม เศรษฐกิจ ในลักษณะที่มีความสัมพันธ์กัน ซึ่งส่งผลไปสู่การพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ ส่วน Thomas Hughes (1987) ได้ให้ความหมายของนวัตกรรมไว้ว่า เป็นการนำเอาวิธีการใหม่ มาปฏิบัติหลังจากที่ได้ผ่านการทดลองและได้รับการพัฒนามาแล้ว และมีความแตกต่างจากการปฏิบัติเดิมที่เคยปฏิบัติมา เช่นเดียวกับ Everette M. Rogers (1983) ได้ให้ความหมายของคำว่า นวัตกรรม (Innovation) ว่า นวัตกรรมคือ ความคิด การกระทำ หรือวัตถุใหม่ ๆ ซึ่งถูกรับรู้ว่าเป็นสิ่งใหม่ ๆ ด้วยตัวบุคคลแต่ละคนหรือหน่วยอื่น ๆ ของการยอมรับในสังคม ดังนั้น นวัตกรรมจึงหมายถึงสิ่งใหม่ ๆ คือ สิ่งใหม่ที่ไม่เคยมีผู้ใดเคยทำมาก่อนเลย สิ่งใหม่ที่เคยทำมาแล้วในอดีตแต่ได้มีการรื้อฟื้นขึ้นมาใหม่ สิ่งใหม่ที่มีการพัฒนามาจากของเก่าที่มีอยู่เดิม

นวัตกรรมจึงเป็นการนำความคิดใหม่ ๆ วิธีการปฏิบัติใหม่ ๆ หรือสิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ หรืออาจจะได้รับการปรับปรุงจากสิ่งดั้งเดิมให้ดีขึ้นเหมาะสมกับสถานการณ์ซึ่งสิ่งเหล่านี้ได้รับการทดลองพิสูจน์ และพัฒนาเป็นขั้นเป็นตอนเป็นระบบ จนเชื่อถือได้ว่าให้ผลที่ดีกว่าเดิม นำมาปรับปรุงเปลี่ยนแปลงแนวปฏิบัติทางการศึกษา เป็นผลทำให้ประสิทธิภาพทางการศึกษาสูงขึ้น รวมถึงการกำหนดผลิตภัณฑ์ การบริการ กระบวนการใหม่ การปรับปรุงเทคโนโลยี การแพร่กระจายเทคโนโลยี และการใช้เทคโนโลยีให้เป็นประโยชน์และเกิดผลพวงทางเศรษฐกิจและสังคม

2.1.2.2 ประเภทของนวัตกรรม

นวัตกรรมสามารถแบ่งออกได้เป็นหลายประเภทตามวัตถุประสงค์ หรือตามเป้าหมายของการใช้งาน จารุณี วงศ์ลิ้มปิยะรัตน์ (2558) ได้แบ่งประเภทของนวัตกรรมออก ตามวัตถุประสงค์ของการนำไปใช้ 5 ประเภท กล่าวคือ

1. นวัตกรรมผลิตภัณฑ์ หมายถึง นวัตกรรมในรูปแบบของสินค้าหรือผลิตภัณฑ์ใหม่ที่ไม่เคยมีในตลาดมาก่อน หรือเป็นสินค้าหรือผลิตภัณฑ์ที่มีการพัฒนาเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้นกว่าเดิม ซึ่งพัฒนาเปลี่ยนแปลงขึ้นเพื่อให้มีคุณภาพสูงขึ้นหรือเพื่อให้มีจุดเด่นแตกต่างไปจากสิ่งที่มีอยู่เดิม
2. นวัตกรรมบริการ หมายถึง รูปแบบการนำเสนอบริการที่ให้แกลูกค้าหรือผู้บริโภคด้วยวิธีการใหม่ ๆ และวิธีการเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ
3. นวัตกรรมกระบวนการ หมายถึง นวัตกรรมในกระบวนการผลิต การค้นพบวิธีการผลิตใหม่ที่ทำให้มีประสิทธิภาพ ประสิทธิภาพมากขึ้น ทำให้ต้นทุนการผลิตลดลง หรือ ระยะเวลาการผลิตลดลง
4. นวัตกรรมการตลาด หมายถึง รูปแบบการทำการตลาดแบบใหม่
5. นวัตกรรมการเรียนรู้ หมายถึง การสร้างกับดักประสบการณ์ การสร้างมูลค่าเพิ่มประสบการณ์

นอกจากนี้นวัตกรรมยังสามารถแบ่งออกได้ตามการประยุกต์ใช้ในด้านต่าง ๆ เช่น

- 1) นวัตกรรมเกษตร เป็นการนำนวัตกรรมมาประยุกต์ใช้ทางการเกษตร สามารถสร้างเกษตรดิจิทัล ที่ใช้เทคโนโลยีเข้ามาช่วยทุ่นแรง ลดค่าใช้จ่าย และลดความเสี่ยงให้แก่เกษตรกร ไม่ว่าจะเป็นแอปพลิเคชันช่วยประเมินปริมาณน้ำฝน วันฝนตก เพื่อให้วางแผนเพาะปลูกได้สะดวก อีกทั้งในปัจจุบันมีเทคโนโลยีชีวภาพอีกมากมาย ที่สามารถช่วยแก้ปัญหาโรคระบาด ลดการใช้จ่ายฆ่าแมลง คำนวณความชื้นและอุณหภูมิในฟาร์มต่าง ๆ ก็ถือเป็นนวัตกรรมที่ช่วยเรื่องการเพาะปลูกนั่นเอง
- 2) นวัตกรรมสุขภาพ คือ ความก้าวหน้าของนวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการแพทย์มีส่วนช่วยแก้ไขปัญหาสุขภาพให้ผู้คนในยุคปัจจุบัน ทำให้ชีวิตผู้คนยืนยาวมากขึ้น ไม่เพียงเท่านั้น นวัตกรรมยังเข้ามามีบทบาทในการผลิตอุปกรณ์เทคโนโลยีต่าง ๆ ที่ช่วยให้หลายคนนำมาประยุกต์ใช้เพื่อจะได้รู้เท่าทันสัญญาณของโรคต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้น เพื่อจะได้หาทางรักษาสุขภาพของตนเองมากขึ้น เช่น เครื่องวัดออกซิเจนในอากาศ เครื่องวัดชีพจรในเลือด ชุดอุปกรณ์ฝึกออกกำลังกาย เป็นต้น
- 3) นวัตกรรมทางการศึกษา เป็นสิ่งประดิษฐ์ด้านการศึกษา ช่วยส่งเสริมให้การเรียนการสอนสะดวกและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ไม่ว่าจะเป็นแอปพลิเคชันที่ทำให้ไม่สามารถจัดการเรียนแบบปกติได้ แต่นวัตกรรมด้านการศึกษาจะเข้ามาช่วยแก้ปัญหาในส่วนนี้ได้ เช่น โปรแกรมสำหรับเรียนออนไลน์ทางไกล ช่วยให้นักเรียนในพื้นที่ห่างไกลได้เข้าถึงชุดข้อมูลความรู้ แอปพลิเคชันแปลภาษาตัวช่วยในการเรียนภาษาที่ 2 และ 3 รวมไปถึงการนำ AI และหุ่นยนต์มาประยุกต์ใช้ในการสอนเพื่อเสริมสร้างพัฒนาการและความคิดสร้างสรรค์ให้เด็ก ๆ เป็นต้น
- 4) นวัตกรรมผลิตภัณฑ์ (Product Innovation) คือ การปรับปรุงผลิตภัณฑ์ที่ผลิตขึ้นในเชิงพาณิชย์ที่ได้ให้ดีขึ้นหรือเป็นสิ่งใหม่ในตลาด นวัตกรรมนี้อาจจะเป็นของใหม่ต่อโลกต่อประเทศหรือแม้แต่ต่อองค์กร นวัตกรรมผลิตภัณฑ์ นั้นยังสามารถถูกแบ่งออกเป็นผลิตภัณฑ์ที่จับต้อง

ได้(tangible product) หรือสินค้าทั่วไป เช่น รถยนต์รุ่นใหม่ ที่ใช้เทคโนโลยีสูงหรือ ‘High Definition TV (HDTV)’ ดีวีดีหรือ‘Digital Video Disc(DVD)’ และผลิตภัณฑ์ที่จับต้องไม่ได้ (intangible product) อาทิ เช่น การบริการ (services) เช่น แพ็กเกจทัวร์อนุรักษ์ธรรมชาติ ธุรกิจการเงิน-ธนาคารโดยผ่านทางโทรศัพท์ (telephone finance banking) เป็นต้น

5) นวัตกรรมกระบวนการ (Process Innovation) เป็นการเปลี่ยนแนวทาง หรือวิธีการผลิตสินค้า หรือบริการ ให้การให้บริการในรูปแบบที่แตกต่างออกไปจากเดิม เช่น การผลิตแบบทันเวลาพอดี หรือ Just In Time (JIT) การบริหารงานคุณภาพองค์รวมหรือ Total Quality Management (TQM) และ การผลิตแบบกะทัดรัดหรือ Lean Production เป็นต้น

นวัตกรรม เป็นความคิดหรือการกระทำใหม่ๆ ซึ่งนักวิชาการหรือผู้เชี่ยวชาญ ผู้บริหาร พนักงาน หรือแม้แต่คนทุกคนในสังคมในแต่ละวงการจะมีการคิดและทำสิ่งใหม่ๆอยู่เสมอ ดังนั้น นวัตกรรมจึงเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นใหม่ได้เรื่อย ๆ トラบใดที่มนุษย์ยังมีความปรารถนาใหม่ หรือต้องการค้นคิดหาวิธีการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น โดยสิ่งใดที่คิดและทำมานานแล้ว ก็ถือว่าหมดความเป็นนวัตกรรมไป โดยจะมีสิ่งใหม่มาแทน ในวงการบริหารยุคปัจจุบันก็เช่นกัน

2.1.2.3 ความหมายของสมุนไพร

สำหรับพืชสมุนไพรตามความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (ราชบัณฑิตยสถาน, 2542) หมายถึง ผลผลิตทางธรรมชาติได้จากพืช สัตว์ และธาตุที่ใช้เป็นยา หรือผสมกับสารอื่นตามตำรับยา เพื่อบำบัดโรค บำรุงร่างกาย หรือใช้เป็นยาพิษ ส่วนพระราชบัญญัติยาฉบับที่ 3 พ.ศ. 2522 ได้ให้ความหมายไว้ว่า หมายถึง ยาที่ได้จากพืช สัตว์หรือแร่ ซึ่งยังมิได้มีการผสมปรุงหรือแปรสภาพ เช่น พืชสมุนไพร ก็ยังคงเป็นส่วนของราก ลำต้น ใบ ดอก เป็นต้น เช่นเดียวกับพระราชบัญญัติคุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2542 ที่ให้ความหมายของสมุนไพรไว้ว่า เป็นพืช สัตว์ ธาตุวัตถุ สารสกัดดั้งเดิมจากพืชหรือสัตว์ที่ใช้หรือแปรสภาพ หรือผสม ซึ่งความหมายนี้มีความสอดคล้องกับยุทธนา ทองบุญเกื้อ (2551) ที่กล่าวไว้ว่า สมุนไพร ครอบคลุมทั้งพืชและสัตว์ที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในด้านเป็นยาบำบัดรักษาโรค และบำรุงร่างกายให้แข็งแรง ส่วนพืชสมุนไพร คือส่วนต่าง ๆ ของพืชทั้งสดและแห้งที่มีประโยชน์ในการรักษาโรค และบำรุงร่างกายให้แข็งแรง ส่วนกระทรวงสาธารณสุข (2559: 17) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ครอบคลุมทุกมิติ คือ หมายถึงพืช สัตว์ ธาตุวัตถุ สารสกัด ที่มีการใช้อยู่ในประเทศไทย และให้รวมถึงผลิตภัณฑ์ยาและตำรับยาในคัมภีร์โบราณของไทย อาหาร เครื่องสำอาง ที่มีส่วนผสมของสิ่งดังกล่าว เพื่อการสร้างมูลค่าเพิ่ม สร้างเสริมสุขภาพ รักษาโรคและสร้างความยั่งยืนของเศรษฐกิจประเทศไทย

ส่วนแผ่นแม่บทแห่งชาติว่าด้วยการพัฒนาสมุนไพรไทย ฉบับที่ 1 พ.ศ. 2560-2564 (กระทรวงสาธารณสุข, 2559: 14) ได้ให้ความสำคัญเกี่ยวกับสมุนไพรไว้ว่า เป็นเอกลักษณ์ซึ่งสะท้อน

วัฒนธรรมความเป็นชาติไทยที่ได้สั่งสมมาแต่โบราณกาล ประเทศไทยมีองค์ความรู้เกี่ยวกับการใช้สมุนไพร เพื่อวัตถุประสงค์ที่หลากหลาย ทั้งเพื่อเป็นเครื่องประกอบในอาหารคาว-หวาน เป็นยารักษาโรค และการดูแลสุขภาพของประชาชนในชุมชนโดยอาศัยศาสตร์การแพทย์พื้นบ้าน เป็นผลิตภัณฑ์ดูแลรักษาความสวยงาม รักษาบาดแผลหรือแม้แต่ใช้เป็นยาอายุวัฒนะ ภูมิปัญญาเหล่านี้ได้รับการสืบทอดต่อกันมาอย่างยาวนานจากรุ่นสู่รุ่น

จากค่านิยมข้างต้นทำให้เห็นว่า พืชสมุนไพรหรือสมุนไพรนั้น มีความหมายครอบคลุมทั้งพืชและสัตว์และมีความจำเป็นในการรักษาโรคและบำรุงร่างกาย และมีความสำคัญต่อสุขภาพในเชิงการรักษาความสวยงาม เป็นยาอายุวัฒนะและยังสามารถนำไปพัฒนาในเชิงผลิตภัณฑ์หรือเป็นนวัตกรรมสมุนไพรอีกหลายอย่างอีกด้วย

2.1.2.4 สรรพคุณสมุนไพร

“สมุนไพร” ถือว่าเป็นภูมิปัญญาพื้นบ้านที่มีสรรพคุณที่หลากหลายใช้ได้ทั้งกินรักษาและเป็นยาอายุวัฒนะอีกด้วย แต่การจะนำสมุนไพรมาใช้รักษาโรคนั้น จำเป็นจะต้องรู้สรรพคุณอย่างถ่องแท้ ตามหลักในการวินิจฉัย 5 ประการ (พรรณเพ็ญ เครือไทย, 2543) ได้แก่ รูป สี กลิ่น รส และชื่อ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (2561) ได้กล่าวถึงการนำสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ อาจใช้ได้ ทั้งที่อยู่ในสภาพสดหรือแห้ง ซึ่งมี 3 แนวทาง คือ

แนวทางที่ 1 ใช้เป็นอาหาร เช่น ผักพื้นบ้าน และอาหารสมุนไพรต่าง ๆ

แนวทางที่ 2 ใช้เป็นยา เช่น ใบมะขามแขกใช้กินเป็นยาระบาย

แนวทางที่ 3 ใช้ประโยชน์อื่น ๆ เช่น ผลมะกรูดใช้สระผม ตะไคร้หอมใช้ไล่ยุง

การนำสมุนไพรมาใช้เป็นยา ควรคำนึงถึงธรรมชาติของสมุนไพรแต่ละชนิดพันธุ์สมุนไพร สภาพแวดล้อมในการปลูก ฤดูกาลและช่วงเวลาที่เก็บสมุนไพร ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ใช้กำหนดคุณภาพสมุนไพร ซึ่งสมุนไพรแต่ละชนิด ประกอบด้วยสารเคมีหลายอย่างโดยแบ่งสารเคมีในสมุนไพรที่ใช้เป็นตัวกำหนดสรรพคุณยาสมุนไพร ออกเป็นกลุ่มใหญ่ๆ ได้ 7 กลุ่ม ดังนี้ (กลุ่มงานพัฒนาวิชาการแพทย์แผนไทย สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2547)

กลุ่มที่ 1 คาร์โบไฮเดรต (Carbohydrates) เช่น แป้ง น้ำตาล ไขมัน น้ำผึ้ง เป็นต้น

กลุ่มที่ 2 ไขมัน (Lipids) เช่น ไขมันละหู่ ไขมันมะพร้าว เป็นต้น

กลุ่มที่ 3 ไขมันหอมระเหย (Volatile Oil หรือ Essential Oil) พืชสมุนไพรที่มีไขมันหอมระเหย คือ กระเทียม ขิง ขมิ้น ไพล ตะไคร้ กานพลู อบเชย เป็นต้น

กลุ่มที่ 4 เรซินและบาลซัม (Resins and Balsums) เช่น ชันสน กายาน เป็นต้น

กลุ่มที่ 5 แอลคาลอยด์ (Alkaloids) พืชสมุนไพรที่มีแอลคาลอยด์ เป็นส่วนมาก คือ หมากรูด ลำโพง ชิงโคนา ดอกตัง ระย่อม ยาสูบ กลอย ผื่น แสลงใจ เป็นต้น

กลุ่มที่ 6 กลัยโคไซด์ (Glycosides) เป็นสารประกอบอินทรีย์ที่เกิดจาก agycone (หรือ genin) จับกับส่วนที่เป็นน้ำตาล (glycone part) ละลายน้ำได้ดี โครงสร้างของ Agycone มีความแตกต่างกันหลายแบบ ทำให้ประเภทและสรรพคุณทางเภสัชวิทยาของกลัยโคไซด์มีหลายชนิด อาจใช้เป็นยาที่มีประโยชน์ หรือเป็นสารพิษที่มีโทษต่อร่างกาย

กลุ่มที่ 7 แทนนิน (Tannins) เป็นสารที่พบได้ในพืชหลายชนิด มีโมเลกุลใหญ่ และโครงสร้างซับซ้อน มีสถานะเป็นกรดอ่อน รสฝาด แทนนิน ถูกใช้เป็นยาฝาดสมาน ยาแก้ท้องเสีย ช่วยรักษาแผลไฟไหม้ และใช้ประโยชน์ในอุตสาหกรรมฟอกหนัง กรณีที่รับประทานแทนนินเป็นประจำ อาจเกิดมะเร็งได้ สมุนไพรที่มีแทนนิน คือ เปลือกทับทิม เปลือกอบเชย ใบฝรั่ง ใบ/เปลือก สีสเลียด ใบชา เป็นต้น

นอกจากสารเคมีทั้ง 7 กลุ่มดังกล่าว ในพืชสมุนไพร ยังมีสารประกอบอีกหลายชนิด เช่น ไขมัน สเตียรอยด์ (steroid) เป็นต้น ซึ่งสารเหล่านี้บางชนิดก็มีสรรพคุณทางยาเช่นกัน

พืชสมุนไพร มีมากมายหลายลักษณะ และหลายประเภท สามารถจำแนกได้หลายวิธี ในที่นี้ ขอนำเสนอการจำแนกพืชสมุนไพร ดังนี้ (รังสรรค์ ชุณหวรารกรณ์, 2545)

1. การจำแนกตามลักษณะการใช้ประโยชน์

1.1 น้ำมันหอมระเหย (Essential oil) พืชสมุนไพรหลายชนิดสามารถนำมาสกัด น้ำมันหอมระเหยได้โดยวิธีการกลั่น ซึ่งจะได้ น้ำมันหอมระเหยมีกลิ่นหอมแตกต่างกันไปตามชนิดของ พืชสมุนไพร น้ำมันหอมระเหยนี้มีสารสำคัญที่สกัดออกมา ซึ่งจะใช้ประโยชน์ได้ตรงตามวัตถุประสงค์ มากกว่า รวมทั้งการใช้ในปริมาณที่น้อยกว่าเมื่อเทียบกับการนำพืชสมุนไพรมาใช้ในรูปแบบอื่น ตัวอย่าง ของพืชสมุนไพรที่นำมาสกัดน้ำมันหอมระเหย

1.2 ยารับประทาน พืชสมุนไพรหลายชนิด สามารถนำมาใช้รับประทานเพื่อ รักษาอาการของโรคได้ อาจใช้สมุนไพรชนิดเดียว หรือหลายชนิดรวมกันก็ได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสารสำคัญที่ มีอยู่ในพืชสมุนไพรชนิดนั้น ๆ ที่ออกฤทธิ์เพื่อการบำบัดรักษา

1.3 ยาสำหรับใช้ภายนอก เป็นพืชสมุนไพรที่สามารถนำมาบำบัดโรคที่เกิดขึ้น ตามผิวหนัง แผลที่เกิดขึ้นตามร่างกายรวมทั้งแผลในปาก อาจใช้สมุนไพรชนิดเดียวหรือหลายชนิด รวมกันก็ได้ ลักษณะของการนำมาใช้มีหลายลักษณะมีทั้งใช้สด บดเป็นผง ครีမ် ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ สารสำคัญที่มีอยู่ในพืชสมุนไพร และความสะดวกในการนำมาใช้ ตัวอย่างของพืชสมุนไพรที่นำมาใช้ เป็นยาสำหรับใช้ภายนอก

1.4 ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารและเครื่องดื่ม พืชสมุนไพรหลายชนิดสามารถนำมาทำ เป็นผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ ผู้บริโภคจึงรู้สึกปลอดภัยในการนำมารับประทาน

1.5 เครื่องสำอาง เป็นการนำพืชสมุนไพรมาใช้อีกลักษณะหนึ่ง การนำพืช สมุนไพรมาใช้เป็นเครื่องสำอางมีมานานแล้ว และในปัจจุบันได้รับการยอมรับมากขึ้น เนื่องจาก

ปลอดภัยกว่าการใช้สารสังเคราะห์ทางเคมี ทำให้มีผลิตภัณฑ์ที่ผลิตขึ้นโดยมีส่วนผสมของพืชสมุนไพร เกิดขึ้นมากมาย เช่น แชมพู ครีมนวดผม สบู่ โลชั่น ตัวอย่างพืชสมุนไพรที่นำมาใช้เป็นเครื่องสำอาง เช่น อัญชันว่านหางจระเข้ มะค้ำดีควาย เห็ดหลินจือ เป็นต้น

1.6 ผลิตภัณฑ์ป้องกันกำจัดศัตรูพืช เป็นสมุนไพรที่มีฤทธิ์เบื่อเมา หรือมีรสขม ซึ่งมีคุณสมบัติในการปราบหรือควบคุมปริมาณการระบาดของแมลงศัตรูพืช โดยไม่มีพิษตกค้างในผลผลิต ไม่มีพิษต่อผู้ใช้และสภาพแวดล้อม ตัวอย่างพืชสมุนไพรที่ใช้ป้องกันกำจัดศัตรูพืช เช่น สะเดา ยาสูบ ตะไคร้หอม ฟ้ายะลวยโจร ไพล เป็นต้น

2. การจำแนกตามลักษณะภายนอกของพืช

พืชสมุนไพร ประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ได้แก่ ราก ลำต้น ใบ ดอก และผล แต่ละส่วนทำหน้าที่แตกต่างกัน เพื่อประโยชน์ในการดำรงชีวิต พืชชนิดเดียวกันมีลักษณะของส่วนเหล่านี้เหมือนกัน แต่อาจมีรูปร่าง ขนาด หรือสีแตกต่างกันบ้างขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ เช่น ภูมิภาค ประเภท และความอุดมสมบูรณ์ของดิน เป็นต้น ลักษณะของส่วนต่าง ๆ มีการจำแนกตามลักษณะภายนอกของพืชออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

1. ราก คือ ส่วนหนึ่งที่ยึดติดกับดิน ไม่แบ่งข้อ และไม่แบ่งปล้อง ไม่มีใบ ตา และดอก หน้าที่ของราก คือ สะสมและดูดซึมอาหารมาบำรุงเลี้ยงต้นพืช นอกจากนี้ยังยึดและค้ำจุนต้นพืช อีกด้วย รากของต้นพืชหลายชนิดก็ใช้เป็นยาสมุนไพรได้ เช่น กระชาย เป็นต้น

รูปร่างและลักษณะของราก แบ่งออกได้เป็น 2 ระบบ คือ 1. ระบบรากแก้ว ต้นพืชหลายชนิดเป็นแบบรากแก้ว คือ มีรากสำคัญงอกออกจากลำต้นส่วนปลายรูปร่างยาว ใหญ่ เป็นรูปกรวย ด้านข้างของรากแก้ว จะแตกแขนงออกได้ 2-3 ครั้ง ไปเรื่อย ๆ รากเล็กส่วนปลายจะมีรากฝอยเล็ก ๆ ออกมาเป็นจำนวนมาก เพื่อเพิ่มเนื้อที่ในการดูดซึมอาหารให้กับต้นพืช มักจะพบว่าพืชใบเลี้ยงคู่จะมีรากแบบรากแก้ว ตัวอย่างพืชที่มีลักษณะนี้คือ ขี้เหล็ก คุณ มะกา มะหาด เป็นต้น 2. ระบบรากฝอย เป็นรากที่งอกออกจากลำต้นส่วนปลายพร้อมกันหลายๆ ราก ลักษณะเป็นรากกลมยาว ขนาดเท่าๆ กันพบว่าพืชใบเลี้ยงเดี่ยวจะมีรากแบบรากฝอย ตัวอย่างพืชที่มีรากแบบนี้คือ ตะไคร้ หนุ่ย คา เป็นต้น

ตามปกติรากอยู่ใต้ดิน แต่มีบางชนิดที่รากจะเปลี่ยนลักษณะไป เนื่องจากได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมภายนอก รากที่เปลี่ยนลักษณะไปนี้มีหลายชนิด ได้แก่ รากสะสมอาหาร พบในรากแครอท รากไซเท้า รากค้ำจุน พบในต้นไทร ต้นเตย เป็นรากที่งอกออกจากกิ่งหรือลำต้น ช่วยพยุงลำต้นไม่ให้ล้ม รากอากาศ พบในพวกต้นกล้วยไม้ ช่วยดูดความชื้นจากอากาศ รากยึดเกาะ เช่น รากที่งอกตามข้อของต้นพลู ช่วยให้ต้นพลูสามารถเกาะกับวัสดุหรือต้นไม้อื่น ไต่ขึ้นไปที่สูง ๆ ได้ดี

2. ลำต้น เป็นโครงสร้างที่สำคัญของพืช ปกติอยู่เหนือผิวดิน หรืออาจบางที่มีบางส่วนอยู่ใต้ดิน มี ข้อ ปล้อง ใบ หน่อ และดอกหน้าที่ของลำต้น ลำเลียงอาหาร ค้ำจุนและสะสม

อาหารให้ต้นพืช ลำต้นของต้นไม้หลายชนิดเป็น ยาสมุนไพร เช่น ขี้เหล็ก แคบ้าน บอระเพ็ด ตะไคร้ มะขาม เป็นต้น รูปร่างและลักษณะของลำต้น แบ่งได้เป็น 4 ส่วน คือ ข้อ (Node) ปล้อง (Internode) ตาดอก (Flower Bud) และ กิ่งข้าง (Lateral branch) บริเวณเหล่านี้จะมีกิ่งก้าน ใบ ดอก เกิดขึ้นซึ่งทำให้ต้นพืชแต่ละชนิดมีลักษณะแตกต่างกันออกไป หากต้องการสังเกตส่วนที่เหนือดินของพืชสมุนไพร สิ่งแรกที่ต้องสังเกต คือ ลำต้นของต้นพืชนั้นมีลักษณะเป็นอย่างไร ลักษณะตา ข้อ และปล้องเป็นอย่างไร แตกต่างจากลำต้นของต้นพืชอย่างไร หน้าที่ของลำต้น คือ

- 1) ช่วยชูใบ ดอก ขึ้นสู่อากาศ
- 2) ช่วยสะสมอาหารให้กับต้นพืช เช่น เผือก ขิง
- 3) เป็นทางลำเลียงอาหารและวัตถุดิบจากรากผ่านไปยังใบสำหรับ

สังเคราะห์เป็นอาหารของพืช

- 4) ช่วยสร้างอาหาร คาร์โบไฮเดรต โดยวิธีสังเคราะห์แสง เช่น บอระเพ็ด

3. ใบ เป็นส่วนประกอบที่สำคัญกับต้นพืชมีหน้าที่ สังเคราะห์แสง ผลิตอาหาร และเป็นส่วนแลกเปลี่ยนน้ำและอากาศของต้นพืช ใบเกิดจากด้านนอกของกิ่งหรือตาทิ้ง ลักษณะที่พบโดยทั่วไปเป็นแผ่นที่มีสีเขียว (สีเขียวเกิดจากสารคลอโรฟิลล์อยู่ในใบของพืช) ใบของพืชหลายชนิดใช้เป็นยาสมุนไพรได้ เช่น มะก่า ฟ้าทะลายโจร กะเพรา ชุมเห็ดเทศ ฝรั่ง มะขามแขก เป็นต้น รูปร่างและลักษณะของใบ ใบที่สมบูรณ์มีส่วนประกอบ 3 ส่วน คือ ตัวใบ ก้านใบและหูใบ ใบที่มีส่วนประกอบครบทั้ง 3 ส่วน เรียกว่าใบสมบูรณ์ และใบที่มีส่วนประกอบไม่ครบ อาจมีเพียงหนึ่งหรือสองส่วน แผ่นใบ มีรูปร่างหลายอย่าง อาจเป็นรูปไข่ รูปวงรี รูปใบหอก รูปหัวใจ รูปขอบขนาน หรือสามเหลี่ยม ขอบใบอาจเรียบ หยักเว้าเป็นแฉก หยักเป็นซี่ฟัน หรือเป็นคลื่น ปลายใบและโคนใบ ก็มีลักษณะแตกต่างกันได้ เช่น ปลายมน ปลายแหลม ถ้าเราสามารถสังเกตและจดจำลักษณะเหล่านี้ของพืชแต่ละชนิดได้จะช่วยในการจำแนกพืชที่ดูเพียงผิวเผินว่ามีลักษณะคล้ายกัน ออกจากกันได้อย่างชัดเจน

4. ดอก เป็นส่วนที่สำคัญในการแพร่พันธุ์ของพืช เป็นลักษณะเด่นพิเศษของต้นไม้ แต่ละชนิดส่วนประกอบของดอกมีความแตกต่างกันตามชนิดของพันธุ์ไม้ และลักษณะที่แตกต่างกันนี้ใช้เป็นข้อมูลสำคัญในการจำแนกประเภทของต้นไม้ ดอกของต้นไม้หลายชนิดเป็นยาได้ เช่น กานพลู ชุมเห็ดเทศ พิกุล ลำโพง ดอกคำฝอย เป็นต้น รูปร่างและลักษณะของดอก ดอกมีส่วนประกอบสำคัญ 5 ส่วน คือ ก้านดอก กลีบรอง กลีบดอก เกสรตัวผู้ และเกสรตัวเมีย ดอกที่มีส่วนประกอบครบ 5 ส่วนเรียกว่า ดอกสมบูรณ์ การสังเกตลักษณะของดอกควรสังเกตทีละส่วนอย่างละเอียดเช่น กลีบดอก สังเกตจำนวนของกลีบดอก การเรียงตัวของกลีบดอก รูปร่างของกลีบดอก สี กลิ่น เป็นต้นลักษณะที่ดอกออกจากตาดอกนั้นมีทั้งแบบดอกเดี่ยว คือ ก้านดอกอันหนึ่งมีดอกเพียงดอกเดียว เช่นดอกกุหลาบ ดอกบัว กระทรก ขบา และแบบดอกช่อ คือ ก้านดอกอันหนึ่งมีมากกว่า

2 ดอกขึ้นไป เช่น กล้วย กล้วยา พลับพลึง ข้าวโพด เป็นต้น การเรียงตัวของช่อดอกนี้มีมากมายหลายอย่างขึ้นอยู่กับชนิดของพืช จึงควรสังเกตลักษณะพิเศษของดอกแต่ละชนิดให้ดี

5. ผล คือ ส่วนของพืชที่เกิดจากการผสมระหว่างเกสรตัวผู้และเกสรตัวเมียในดอกเดียวกัน หรือคนละดอกก็ได้ มีลักษณะรูปร่างแตกต่างกันออกไปตามชนิดของพืช มีผลของต้นไม้อย่างเป็นยาได้ เช่น มะเกลือ ดีปลี มะแว้งต้น กระวาน เป็นต้น การสังเกตลักษณะของผลทำได้ไม่ยาก ต้องสังเกตลักษณะผลทั้งลักษณะภายนอก และภายในจึงจะสามารถจำแนกผลไม้นั้นว่าแตกต่างกับต้นไม้อื่นอย่างไร นอกจากผลของต้นไม้นั้นเป็นยาได้ ยังมีเมล็ดภายในผลที่อาจเป็นยาได้อีก เช่น สะแก พักทอง เป็นต้น ฉะนั้นในการสังเกตลักษณะของผล ควรสังเกตลักษณะรูปร่างของเมล็ดไปพร้อมกันด้วย

หลักการนำยาสมุนไพรมาใช้ให้ถูกต้อง มีดังนี้ (เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ อ้างใน รุจิจันทร์ วิจิพานิเวศน์, 2554)

1. ใช้ให้ถูกต้อง สมุนไพรมักซื้อพ้องหรือซ้ำกันมาก และสมุนไพรเดียวกัน ในบางท้องถิ่น ก็เรียกชื่อไม่เหมือนกัน จึงต้องรู้จักสมุนไพร และใช้ให้ถูกต้อง
2. ใช้ให้ถูกส่วน ต้นสมุนไพรไม่ว่าจะเป็นราก ใบ ดอก เปลือก ผล และเมล็ดจะมีฤทธิ์ไม่เท่ากัน ผลแก่และผลอ่อน ก็จะมีฤทธิ์แตกต่างกัน ดังนั้น จึงต้องรู้ว่าส่วนใดใช้เป็นยาได้
3. ใช้ให้ถูกขนาด สมุนไพรถ้าใช้น้อยไป ก็รักษาไม่ได้ผล แต่ถ้าใช้มากเกินไป ก็อาจเป็นอันตรายหรือเกิดพิษต่อร่างกายได้
4. ใช้ให้ถูกวิธี สมุนไพรบางชนิดต้องใช้สด บางชนิดต้องใช้ปนกับเหล้า บางชนิดต้องใช้ต้ม จึงจำเป็นต้องรู้จักวิธีใช้ให้ถูกต้อง
5. ใช้ให้ถูกกับโรค เช่น ท้องผูก ต้องใช้ยาระบาย ถ้าใช้ยาที่มีฤทธิ์ฝาดสมานจะทำให้ท้องผูกมากยิ่งขึ้น

จากการศึกษาสรรพคุณสมุนไพรข้างต้นทำให้เห็นว่า สมุนไพรนั้นเป็นเรื่องใกล้ตัว เพราะเป็นทั้งอาหารและยาไปในตัว ซึ่งปัจจุบันได้ก่อให้เกิดการนำสมุนไพรหลากหลายชนิดมาจัดทำเป็นผลิตภัณฑ์เชิงนวัตกรรมทั้งด้านอาหารและสุขภาพ ซึ่งกระทรวงสาธารณสุข (2559: 17) ได้แบ่งผลิตภัณฑ์สมุนไพรออกเป็น 4 ประเภท คือ

1) ยาจากสมุนไพร หมายถึง ยาแผนไทยหรือยาตามองค์ความรู้การแพทย์ทางเลือกอื่นและให้ความหมายรวมถึงยาแผนโบราณที่กับมนุษย์ตามกฎหมายว่าด้วยยา เพื่อการรักษาบำบัด บรรเทา หรือป้องกันโรค ความเจ็บป่วยของมนุษย์

2) ผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร ที่ได้จากพืช สัตว์ จุลชีพหรือธาตุวัตถุหรือที่มีส่วนประกอบสำคัญที่เป็นหรือได้จากพืช สัตว์ หรือแร่หรือจุลชีพ ซึ่งพร้อมที่จะนำไปใช้แก่มนุษย์ได้ ที่มุ่งหมายสำหรับ

(ก) ให้เกิดผลต่อสุขภาพ หรือการทำงานของร่างกายดีขึ้นหรือเสริมสร้างโครงสร้างหรือการทำงานของร่างกาย (ข) ลดปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรค

3) วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับใช้เป็นส่วนผสมในการผลิตภัณฑ์สมุนไพร

4) วัตถุอื่นที่กำหนดให้เป็นผลิตภัณฑ์สมุนไพรตามที่รัฐมนตรีประกาศ

แต่วัตถุตามที่ระบุไว้ข้อ 1, 2 หรือ 3 ไม่หมายความรวมถึง (ก) วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับใช้ในการเกษตร การอุตสาหกรรมหรือการอื่นตามที่เลขาธิการกำหนดโดยประกาศในราชกิจจานุเบกษา (ข) วัตถุที่จัดเป็นยา อาหาร เครื่องกีฬา เครื่องมือเครื่องใช้ในการส่งเสริมสุขภาพ เครื่องสำอาง เครื่องมือแพทย์ วัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ยาเสพติดให้โทษหรือวัตถุอันตราย

ในงานวิจัยนี้จะใช้แนวคิดนวัตกรรมสมุนไพรเป็นกรอบในการศึกษาข้อมูลพืชสมุนไพรที่ปรากฏภายในวัดป่าท่าแร่ เพื่อนำสรรพคุณของพืชสมุนไพรเหล่านั้นมาบูรณาการกับองค์ความรู้อื่น ๆ ในมิติทั้งการรักษา บำบัดโรค ทั้งในรูปแบบอาหาร และผลิตภัณฑ์ รวมทั้งในเชิงเศรษฐกิจอีกด้วย

2.1.3 แนวคิดพหุลักษณะทางการแพทย์

แนวคิดพหุลักษณะทางการแพทย์ คือแนวคิดที่มาจากแนวคิดพหุลักษณะทางสังคม และวัฒนธรรม เรียกว่า “แนวคิดพหุนิยม” เป็นแนวคิดที่มองถึงความความหลากหลายของผู้คนในสังคม และความแตกต่างมากมายในแนวทางปฏิบัติที่หลากหลาย เช่น อาชีพ ความคิด อุดมคติ วิถีชีวิต พหุนิยมเป็นแนวคิดที่เป็นลักษณะทางสายกลางที่ยอมรับในความแตกต่าง ความหลากหลายที่มีอยู่ในสังคม สังคมพหุลักษณะหรือพหุสังคม (Plural Society) เป็นสังคมที่แยกย่อยออกมา เช่น กลุ่มภาษามีภาษาที่แตกต่างกัน กลุ่มชาติพันธุ์ กลุ่มศาสนาต่าง ๆ ดังที่ วลัยลักษณ์ ทรงศิริ (2556) ได้กล่าวไว้ว่า พหุสังคมและพหุวัฒนธรรม มีความแตกต่างกันอยู่ คือ พหุวัฒนธรรม เป็นสังคมที่มีการยอมรับในความหลากหลาย มีการเชื่อมโยงติดต่อสัมพันธ์กัน ในขณะที่พหุสังคมนั้นเป็นสังคมที่มีความหลากหลายแต่ไม่มีความสัมพันธ์ระหว่างชุมชนมากนัก ส่วนคำว่า “พหุลักษณะทางการแพทย์” ใช้แนวคิดพหุลักษณะทางสังคมมาใช้ในการอธิบายเกี่ยวกับความหลากหลายที่เกิดขึ้นในระบบการแพทย์และสาธารณสุข

ความแตกต่างหรือพหุลักษณะทางการแพทย์ คือ มีความแตกต่างในเรื่องระบบสุขภาพที่หลากหลายมากกว่าหนึ่งระบบอยู่ในสังคม อาจหมายถึงระบบที่เป็นการแพทย์แผนหลักหรือการแพทย์ทางเลือก รวมถึงการแพทย์เสริมที่มีอยู่ในระบบเดียวกัน รวมถึงระบบของสาธารณสุขด้วย สอดคล้องกับ โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ (2548) มองว่า พหุลักษณะทางการแพทย์เป็นเรื่องของการดำรงอยู่ของความหลากหลายทางวัฒนธรรมของเรื่องสุขภาพกล่าวคือ ในสังคมหนึ่งไม่ได้มีวัฒนธรรมทางสุขภาพแบบเดียวหากแต่มีวัฒนธรรมทางสุขภาพหลายแบบ และยอมรับเรื่องระบบทางการแพทย์ที่มีมากกว่าหนึ่งเสมอในสังคมนั้น สังคมทุกสังคมในโลกล้วนแล้วแต่มีระบบการแพทย์หลากหลายระบบแบบพหุลักษณะ ซึ่งในปัจจุบันระบบการแพทย์ตะวันตกจะมีเทคโนโลยีที่ทันสมัยกว่า

ระบบแพทย์แบบดั้งเดิม ในสังคมทุกสังคม ซึ่งได้รับการยอมรับในประสิทธิภาพในการรักษาแต่ในสังคมบางส่วนยังคงมีความเชื่อในการรักษาแบบระบบดั้งเดิม

เนื่องจากความเชื่อแบบพหุลักษณะทางการแพทย์ สะท้อนให้เห็นสุขภาพและความเจ็บป่วยเป็นปรากฏการณ์ที่มีหลายมิติ สลับซับซ้อนและเป็นพลวัต อาจกล่าวได้ว่า สุขภาพโดยแท้จริงแล้วเป็นปรากฏการณ์ทางชีวิตวัฒนธรรม ซึ่งในแต่ละวัฒนธรรมย่อมมีนิยามสุขภาพที่แตกต่างกันมีค่านิยม ความคิด ความเชื่อและแบบแผนการปฏิบัติตนเกี่ยวกับความเป็นอยู่ที่ดีหรือสุขภาพะที่แตกต่างกัน สุขภาพตามความหมายของพหุลักษณะการแพทย์ จึงผันแปรเปลี่ยนแปลงไปตามวัฒนธรรมของแต่ละสังคม

ระบบพหุลักษณะทางแพทย์หรือการแพทย์พหุลักษณะ สามารถแยกออกเป็นระบบได้ 3 ระบบ คือ ระบบแรกระบบการแพทย์ของสามัญชน (Popular sector) เรียกได้ว่าเป็นระบบที่ใหญ่ที่สุด รูปแบบนี้มีการรักษาเริ่มมาจากการดำเนินชีวิต หรือการเยียวยากันเองจากการพึ่งพิงผู้อื่น จุดเด่นคือผ่านการคิดเห็นของบุคคลต่าง ๆ ตั้งแต่ผู้ใกล้ชิดไปจนถึงชุมชนในสังคมที่อยู่อาศัย ตกลงร่วมกันแล้วจึงทำการรักษาตามแนวทางที่ตกลงกัน ระบบที่สองการแพทย์พื้นบ้าน (Folk sector) เป็นระบบที่ไม่ใช้การแพทย์แบบวิชาชีพแยกออกเป็น 2 อย่าง อย่างแรกคือ ไม่อาศัยอำนาจนอกเหนือธรรมชาติ อย่างที่สองคือการรักษาแบบแพทย์พื้นบ้านที่ใช้ควบคู่กันไป อานันท์ กาญจนพันธุ์ (2555) ที่ได้เสนอถึงการเรียกการรักษาพยาบาลว่าชาวบ้านไม่ได้ปักใจเรียกการรักษาแบบหนึ่งแบบใดเพียงวิธีเดียว แต่ชาวบ้านได้พยายามลองรักษาทุกวิถีทางทั้งการรักษาตามแบบแพทย์สมัยใหม่และแบบพื้นบ้าน ระบบที่สามระบบการแพทย์แบบตะวันตกหรือระบบการแพทย์สากล (Professional sector) เป็นการใช้เทคโนโลยี ศาสตร์ใหม่ๆ มาใช้วินิจฉัยโรคและรักษาเป็นรูปแบบที่ยอมรับมากที่สุด ยศ สันตสมบัติ (2542: 83-85) ได้กล่าวว่าการแพทย์สมัยใหม่มุ่งสนใจแต่เพียงสิ่งที่สามารถ พิสูจน์เชิงประจักษ์ได้เท่านั้น ในการค้นหาสาเหตุและวิธีการรักษาโรคจึงมุ่งหาแต่ความผิดปกติ ในสรีระร่างกาย และเชื้อโรคแปลกปลอมที่เข้ามาในร่างกายแต่ไม่ได้ให้ความสนใจมิติทางสังคม และวัฒนธรรมที่บุคคลเหล่านั้นดำเนินชีวิตอยู่

การแพทย์แบบพหุลักษณะนี้ ประชาชนสามารถเลือกใช้วิธีการดูแลสุขภาพของตัวเองได้ ซึ่งไม่ได้มีแบบแผนที่ตายตัว เมื่อมีอาการเจ็บป่วยขึ้นมาก็อาจจะไม่ไปหาหมอที่โรงพยาบาลโดยทันที แต่อาจจะไปให้หมอ เจ้าหมอทรงหรือหมอยาสมุนไพรรักษาให้ก่อน แล้วค่อยไปหาหมอที่โรงพยาบาลหรือไม่ก็อาจจะใช้วิธีการรักษาแบบควบคู่กันไป หรือบางคนอาจจะไปพบหมอที่โรงพยาบาลเลยก็ได้

จะเห็นว่าแนวคิดพหุลักษณะทางการแพทย์เป็นวัฒนธรรมสุขภาพ มีความหมายและเนื้อหาครอบคลุมทั้งการแพทย์พื้นบ้าน และพิธีกรรมเกี่ยวกับความเจ็บป่วย ซึ่งนักมานุษยวิทยา มองว่าเป็นการจัดการกับสุขภาพตามรูปแบบทางวัฒนธรรมของการใช้คาถาอาคม อำนาจศักดิ์สิทธิ์ พิธีกรรมทางศาสนา ซึ่งโกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ (2535: 14) ได้อธิบายปรากฏการณ์ในวัฒนธรรมสุขภาพ

พื้นบ้านในบริบทของสังคมอีสานกรณีการอยู่ไฟหลังคลอดในรูปแบบของการรักษาแบบพื้นบ้าน ฉะนั้นในงานวิจัยนี้จะใช้แนวคิดพหุลักษณะทางการแพทย์ในความหมายที่ครอบคลุมทั้งแพทย์พื้นบ้านที่เจือด้วยระบบความเชื่อ ภูมิปัญญาด้านสมุนไพร หลักศาสนา รวมถึงแพทย์สมัยใหม่ด้วย

2.1.4 ทฤษฎีสุขภาวะแบบองค์รวม

องค์การอนามัยโลก (WHO, 2001: 1) ได้นิยาม สุขภาพ ว่าเป็นสภาวะแห่งความสมบูรณ์ทางร่างกาย จิตใจและสภาวะทางสังคม ไม่ใช่เพียงการปราศจากโรคภัยไข้เจ็บเท่านั้น และอีกนัยหนึ่งว่า “สุขภาพ คือ สภาวะที่สมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจ และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุขและมีได้หมายความว่าเฉพาะเพียงแต่การปราศจากโรคและทุพพลภาพเท่านั้น” (WHO, 1998) ซึ่งความหมายโดยรวมนี้มีความสอดคล้องกับพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2550 (พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ, 2550) ที่ระบุไว้ว่า “สุขภาพคือสภาวะ หมายถึง ภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา ที่เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล

เช่นเดียวกับประเวศ วะสี (2550) ได้ให้ความหมายไว้ว่า สุขภาพ คือ “สภาวะที่สมบูรณ์ ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางปัญญา สุขภาวะทั้ง 4 ด้าน เชื่อมโยงกันเป็นบูรณาการเชื่อมโยงถึงกัน และอยู่ในกันและกัน ปัญญาเป็นศูนย์กลาง ถ้าปราศจากปัญญา สุขภาวะทางกาย ทางจิต และทางสังคมก็เป็นไปไม่ได้ การพัฒนาปัญญาต้องนำไปสู่การพัฒนา กาย จิต และสังคม การพัฒนากาย จิต และสังคม ต้องนำไปสู่การพัฒนาปัญญาทั้ง 4 ร่วมกัน จึงเกิดสภาวะที่สมบูรณ์” ส่วนดวงกมล ศักดิ์เลิศสกุล (2549) กล่าวว่า คำว่า “สุขภาวะ” (Well-Being) คือ การมีสุขภาพดี มีความรู้สึกเป็นสุข ความสมดุล ของ กาย จิต สังคม ปัญญาหรือจิตปัญญา ที่บูรณาการอยู่ในการพัฒนามนุษย์และสังคม เพื่อสร้าง “ความอยู่เย็นเป็นสุข”

จากความหมายของคำว่า สุขภาพหรือสุขภาวะนั้น ทำให้เห็นถึงนัยที่มีเนื้อหาครอบคลุมทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และสังคม โดยเฉพาะทางด้วยจิตใจนั้น ประเวศ วะสี (2543) ได้กล่าวว่า สุขภาวะทางจิตใจ (Mental Health) หมายถึง จิตใจที่สงบความสุข สดชื่น คล่องแคล่ว ไม่มีความเครียด มีสติสัมปชัญญะ และความคิดอ่านตามควรแก่อายุ สุขภาวะทางร่างกาย (Physical Health) หมายถึง ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง คล่องแคล่ว มีกำลัง ไม่เป็นโรค ไม่พิการ มีสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมสุขภาพ สุขภาวะทางสังคม (Social Health) หมายถึงความสามารถในการอยู่ร่วมกันในสังคมมีความสุข สันติภาพ มีระบบการบริการที่ดี และสุขภาวะทางจิตปัญญา (Spiritual Health) เป็นความสุขที่เกิดจากการเข้าใจธรรมชาติเข้าใจความจริงแห่งชีวิตและสรรพสิ่งจนเกิดความรู้ ซึ่งความหมายนี้สอดคล้องกับพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550 (ประเวศ วะสี, 2550) ที่ได้กำหนดไว้ว่า สุขภาวะทางจิตวิญญาณหรือปัญญา (Spiritual or Wisdom Wellbeing) พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550 ได้กำหนดไว้ว่า “สุขภาพทางปัญญา (Wisdom Wellbeing) หมายความว่า ความรู้ทั่วรู้เท่าทัน และความเข้าใจอย่างแยกได้ในเหตุผลแห่งความดี ความชั่ว ความมีประโยชน์

และความมีโทษ ซึ่งนำไปสู่ความมีจิตใจอันดีงาม และเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ สุขภาวะทางปัญญาช่วยให้ผู้คนบรรลุถึงความสุขที่แท้จริงคือความสุข ที่เกิดจากการมีทัศนคติที่ถูกต้อง รู้เท่าทันความจริงของชีวิต และโลก สามารถคิดถูก คิดชอบ และรู้จักแก้ทุกขได้ด้วยปัญญา รวมทั้งมีความสุขจากการดำเนินชีวิต ถูกต้องดีงาม จากการเป็นผู้ให้ และการทำความดีเพื่อคนอื่นหรือส่วนรวม” การพัฒนาปัญญาทั้ง 4 ร่วมกัน จึงเกิดสุขภาวะที่สมบูรณ์

จากการศึกษาดังกล่าวให้เห็นความหมายของสุขภาพหรือสุขภาวะในมิติแบบองค์รวม โดยไม่ได้แยกส่วนใดส่วนหนึ่งเป็นเอกเทศจากกัน ซึ่งพระไพศาล วิสาโล (2559) ได้ให้ความหมายคำว่า “องค์รวม” ว่า องค์รวม หมายถึง ความเป็นหนึ่งอันเกิดจากความเชื่อมโยงอย่างสอดคล้องของ องค์ประกอบต่าง ๆ สิ่งที่มาตามก็คือคุณภาพใหม่ที่พิเศษไปจากคุณภาพขององค์ประกอบย่อย ๆ ทั้งหลาย และยังให้กล่าวให้ความหมายของคำว่า “สุขภาพองค์รวม” นั้นหมายถึงสุขภาพที่ครอบคลุมทุกมิติของชีวิต เป็นสุขภาวะโดยรวมอันเกิดจากสุขภาวะทางกายจิต และสังคม ซึ่งต่างเชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ยากที่จะแยกออกจากกันเป็นส่วน ๆ หรืออย่างโดด ๆ ได้ซึ่งปรถ ปฐพีทอง (2547) ได้กล่าวถึงสุขภาพแบบองค์รวมว่า มีพื้นฐานอยู่บนกฎเกณฑ์ที่ว่า “ส่วนรวมทั้งหมดถูกสร้างขึ้นมาจากส่วนย่อย ๆ ที่สัมพันธ์เกี่ยวเนื่องและพึ่งพาต่อกัน” เช่น โลกประกอบด้วย อากาศ แผ่นดิน น้ำ พืช และสัตว์ ที่ต้องอาศัยและพึ่งพาซึ่งกันและกัน โดยที่ไม่สามารถแยกจากกันใด ถ้าหากส่วนใดส่วนหนึ่งสูญเสียหรือถูกทำลายไป จะทำให้ดุลยภาพความสัมพันธ์ระหว่างส่วนต่าง ๆ ก็เสียไปก็จะทำให้ส่วนอื่น ๆ ถูกทำลายไปด้วย เช่นเดียวกันกับชีวิตมนุษย์ซึ่งแต่ละคนจะประกอบขึ้นด้วยร่างกาย (Physical) จิตใจ (Mental) อารมณ์ (Emotional) และจิตปัญญา (Spiritual) ถ้าองค์ประกอบใดองค์ประกอบหนึ่งของชีวิตสูญเสียการทำงานไปก็จะส่งผลต่อองค์ประกอบอื่น ๆ ที่เหลือตามไปด้วย

เป็นที่สังเกตว่าสุขภาวะแบบองค์รวม เป็นแนวคิดของการมีสุขภาวะที่ดี โดยพิจารณาถึงทุก ๆ ในองค์ประกอบของร่างกาย เช่น ร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตปัญญา ซึ่งไม่ได้พิจารณาเฉพาะส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย แต่จะพิจารณาจากความสัมพันธ์ระหว่างกาย จิตใจ จิตปัญญา และสภาพแวดล้อมที่ไม่สามารถแยกส่วนออกจากกันใด

แนวคิดสุขภาวะแบบองค์รวมดังกล่าวข้างต้น ทำให้เห็นว่า แนวคิดดังกล่าวมีความสอดคล้องกับมุมมองของพุทธศาสนาเกี่ยวกับกายและใจต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ซึ่งพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2542: 111) ได้กล่าวว่า พุทธศาสนามองคนเป็นนามรูปและใช้นามรูปที่เป็น 2 อย่างนี้รวมกันเป็นเอกพจน์ คือ รวมกันหรือเนื่องกันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ไม่มองแยกเป็นสองหรือเป็นสองที่รวมอยู่ในความความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เพราะโยงสัมพันธ์กันเป็นอันหนึ่งอันเดียว ไม่แยกต่างหากจากกัน แต่เป็นระบบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่าง ๆ จึงเห็นได้ว่า พุทธศาสนามองชีวิตหรือระบบของการเป็นอยู่ว่าเป็นระบบแห่งความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่าง ๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้องอิงอาศัยกัน และพระธรรมปิฎก (2542: 126) ได้ให้ข้อสังเกตเกี่ยวกับการมีสุขภาวะที่ดี ไว้ว่า

พุทธศาสนามักจะใช้คำคำว่า “อัปปาพาโร อัปปาตังโก” แปลว่า มีอาพาธน้อย มีโรคน้อย ท่านไม่ใช้คำว่า “ไม่มีโรค” ถ้าพูดว่าไม่มีโรคเลย คือ อาโรคยะ หรือโรคภาวะ นั่นคือ นิพพานนั่นเอง

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่นำมาใช้ในงานวิจัยนี้ทำให้พบเนื้อหา เพื่อนำมาเป็นกรอบในการศึกษาวิจัยได้ และผู้วิจัยจะใช้แนวคิด ทฤษฎีเหล่านี้มาใช้เป็นเครื่องมือ กรอบแนวคิดในการศึกษาข้อมูลในพื้นที่ รวมทั้งใช้ในการอภิปรายผลการศึกษาในลำดับต่อไป

2.2 เอกสารที่เกี่ยวข้อง

2.2.1 พัฒนาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพร

การใช้สมุนไพรในการรักษาโรคมีหลักฐานปรากฏตั้งแต่สมัยก่อนพุทธกาลโดยคัมภีร์ที่เก่าแก่ที่สุด ที่ระบุความรู้ด้านการแพทย์การใช้สมุนไพร คือ คัมภีร์อายุรเวทซึ่งเป็นคัมภีร์ในศาสนาพราหมณ์-ฮินดู โดยยึดโยงความเชื่อจากเทพเวทดา ส่งผ่านความรู้ได้นำความรู้ถ่ายทอดสู่มนุษย์ โดยมีหลักฐานระบุชัด นอกจากนี้ทางการแพทย์นักบวช และฤๅษี นักบวชด้านการแพทย์ดังกล่าวยังถูกส่งสู่ฤๅษีต่อระหว่างศาสนาด้วยกัน โดยผ่านแพทย์ผู้มิเชื่อเสี่ยงในสมัยนั้นนามว่า "ชีวกโกมารภัจจ์" ซึ่งเป็นแพทย์ความรู้ผู้มีบทบาทสำคัญในสมัยพุทธกาลอีกทั้ง การใช้สมุนไพรยังมีระบุเอาไว้ในพระไตรปิฎก แสดงให้เห็นถึงภูมิปัญญาด้านสมุนไพร ในบทนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิดและ พัฒนาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรจากคัมภีร์ที่มีบทบาทสำคัญในระบบการแพทย์แผนไทยในปัจจุบัน คือ แนวคิดและ พัฒนาการใช้สมุนไพรในพระไตรปิฎก คัมภีร์อายุรเวทและแพทย์แผนไทย รวมถึงภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านหรือหมอพื้นบ้าน ซึ่งผู้วิจัยจะศึกษา วิเคราะห์แนวคิดที่สำคัญที่มีผลต่อการใช้สมุนไพรในส่งเสริมและรักษาสุขภาพในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ในปัจจุบัน

2.2.2 พัฒนาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในพระไตรปิฎก

พระไตรปิฎกถือว่าเป็นคัมภีร์หลักที่บันทึกคำสอนของพระพุทธเจ้า แบ่งออกเป็น 3 คัมภีร์หลัก คือ พระวินัยปิฎก พระสุตตรและพระอภิธรรมปิฎก พระวินัยปิฎกเป็นคัมภีร์ที่ใช้บันทึกวินัยข้อปฏิบัติสำหรับพระภิกษุ ภิกษุณี สามเณร รวมถึงอุบาสกอุบาสิกาหรือพุทธบริษัททั้งหมด พระสุตตรใช้สำหรับบันทึกหลักธรรมคำสอนร่วมถือชาดกหรือเรื่องเล่าในอดีตที่เกี่ยวกับพระพุทธเจ้า เหล่าสาวก และพุทธบริษัทที่สำคัญท่านอื่น ๆ รวมถึงพุทธประวัติของพระพุทธเจ้า เป็นต้น ส่วนพระอภิธรรมปิฎกนั้นใช้บันทึกคำสอนในส่วนที่เป็นปรมัตถธรรมหรือคำสอนในเชิงอภิปรัชญา รวมความคือพุทธศาสนามีหลักคำสอนที่ประกอบด้วยหลักปฏิบัติ ได้แก่ ทาน ศีล สมาธิและหลักภาวนานั่นเอง

จากการศึกษาภูมิปัญญาด้านสมุนไพรหรือยาหรือเภสัชที่พระพุทธเจ้าได้ทรงอนุญาตให้พุทธบริษัทโดยเฉพาะพระภิกษุใช้ในการรักษาโรค นั้นมีปรากฏอยู่ในคัมภีร์วินัยปิฎกเป็นหลัก เนื่องจากการใช้ชีวิตของพระสงฆ์ในพุทธศาสนาช่วงพุทธกาลนั้นต้องอาศัยป่า ภูเขา เป็นต้น เป็นที่

อาศัยในการบำเพ็ญสมณธรรม พระสงฆ์จึงต้องอาศัยปัจจัยเครื่องอาศัยที่เรียกว่า นิสสัย 4 เป็นที่พึ่งหลักในการปฏิบัติธรรมเพื่อละกิเลส นิสสัย 4 (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ประกอบด้วย

1) บรรพชาอาศัยโภชนะ คือ คำข้าวที่พึ่งได้ด้วยปัสัซึ่ง เธอพึ่งทำอุตสาหะในโภชนะ คือ คำข้าวที่พึ่งได้ด้วยปัสัซึ่งจนตลอดชีวิต อติเรกลาภ คือ สังฆภัต อุทเทศภัต นิมนตภัต สลากภัต ปักชิกภัต อุโปสถิกภัต ปาฏิปติกภัต

2) บรรพชาอาศัยผ้าบังสุกุล เธอพึ่งทำอุตสาหะในผ้าบังสุกุลนั้นจนตลอดชีวิต อติเรกลาภ คือ ผ้าเปลือกไม้ ผ้าฝ้าย ผ้าไหม ผ้าขนสัตว์ ผ้าปาน ผ้าเจือกัน

3) บรรพชาอาศัยเสนาสนะคือคางไม้ เธอพึ่งทำอุตสาหะในเสนาสนะคือคางไม้ นั้นจนตลอดชีวิต อติเรกลาภ คือ วิหาร เรือนมุงแถบเดียว ปราสาท เรือนโล้น ถ้ำ

4) บรรพชาอาศัยยาน้ำมนตรเนา เธอพึ่งทำอุตสาหะในยาน้ำมนตรเนานั้นจนตลอดชีวิต อติเรกลาภ คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย

จากแนวคิดเกี่ยวกับนิสสัย 4 ทำให้เห็นว่าชีวิตการเป็นพระสงฆ์ในพุทธศาสนานั้นต้องอาศัยปัจจัย 4 ที่เนื่องด้วยคนอื่นและต้องพึ่งตนเองเป็นหลัก โดยเฉพาะการรักษาโรคที่ต้องอาศัยยาหรือเภสัชที่ได้มาจากธรรมชาติหรือพืชสมุนไพรรวมทั้งเครื่องปรุงอื่น ๆ ที่ได้มาจากชาวบ้าน เช่น น้ำมันเหลว เป็นต้น ซึ่งยาหรือเภสัชเหล่านี้ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตมันเหลวที่เป็นยา คือ มันเหลวหมี มันเหลวปลา มันเหลวปลาฉลาม มันเหลวหมู มันเหลวลาที่รับประทานในกาล เจริญในกาล กรองในกาลแล้วฉันอย่างน้ำมัน ภิกษุทั้งหลาย ถ้าภิกษุรับประทานมันเหลวในเวลาวิกาล เจริญในเวลาวิกาล กรองในเวลาวิกาลแล้ว ถ้าภิกษุฉันมันเหลวนั้น ต้องอาบัติทุกกฏ 3 ตัว”

และมีพุทธพจน์ที่ตรัสเกี่ยวกับยาหรือเภสัชที่เป็นพืชสมุนไพรรวมทั้งอุปกรณ์อื่น ๆ สำหรับทำยาไว้ใช้ในเวลาพระภิกษุสงฆ์เจ็บไข้ไว้ว่า

สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายผู้เป็นไข้ ต้องการรากไม้ที่เป็นยา ภิกษุทั้งหลายจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ พระผู้มีพระภาครับสั่งว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตรากไม้ที่เป็นยา คือ ขมิ้น ขิงสด ว่านน้ำ ว่านเปราะ อดพิต ข่า แฝก แห้วหมู หรือรากไม้ที่เป็นยาชนิดอื่นที่มีอยู่ ซึ่งไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน รับประทานแล้วเก็บไว้ได้จนตลอดชีพ เมื่อมีเหตุจำเป็น ภิกษุจึงฉันได้ เมื่อไม่มีเหตุจำเป็น ภิกษุฉัน ต้องอาบัติทุกกฏ”

และพบว่าพระพุทธเจ้ายังอนุญาตหินสำหรับบดยา รวมถึงน้ำฝาดที่เป็นยาแก่ภิกษุอีกด้วย สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายผู้เป็นไข้ ต้องการรากไม้ที่บดเป็นยา

ภิกษุทั้งหลายจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ
 พระผู้มีพระภาครับสั่งว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตหินบด ลูกหินบด”
 สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายผู้เป็นไข้ ต้องการน้ำฝาดที่เป็นยา
 ภิกษุทั้งหลายจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ
 พระผู้มีพระภาครับสั่งว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตน้ำฝาดที่เป็นยา
 คือ น้ำ ฝาดสะเดา น้ำฝาดโมกมัน น้ำฝาดขี้กา น้ำฝาดบอระเพ็ด น้ำฝาดกระถิน
 พิมานหรือน้ำฝาดที่เป็นยาชนิดอื่นที่มีอยู่ ซึ่งไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน รับประเคน
 แล้วเก็บไว้ได้จนตลอดชีพ เมื่อมีเหตุจำเป็น ภิกษุจึงฉันได้ เมื่อไม่มีเหตุจำเป็น
 ภิกษุฉัน ต้องอาบัติทุกกฏ”

นอกจากนี้ยังมีการอนุญาตให้นำใบไม้ ผลไม้ และส่วนอื่น ๆ ของพืชสมุนไพรไปทำเป็น
 ยาสำหรับรักษาโรคแก่ภิกษุ ดังนี้

สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายผู้เป็นไข้ต้องการใบไม้ที่เป็นยา
 ภิกษุทั้งหลายจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ
 พระผู้มีพระภาครับสั่งว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตใบไม้ที่เป็นยา คือ ใบสะเดา
 ใบโมกมัน ใบขี้กา ใบแมงลัก ใบฝ้าย หรือใบไม้ที่เป็นยาชนิดอื่นที่มีอยู่ ซึ่งไม่ใช่ของ
 เคี้ยวของฉัน รับประเคนแล้วเก็บไว้ได้จนตลอดชีพ เมื่อมีเหตุจำเป็น ภิกษุจึงฉันได้
 เมื่อไม่มีเหตุจำเป็น ภิกษุฉัน ต้องอาบัติทุกกฏ”

สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายผู้เป็นไข้ต้องการผลไม้ที่เป็นยา
 ภิกษุทั้งหลายจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ
 พระผู้มีพระภาครับสั่งว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตผลไม้ที่เป็นยา คือ ลูกพิลังค
 ดิปลี พริก สมอไทย สมอพิเภก มะขามป้อม ผลโกฐ หรือผลไม้ที่เป็นยาชนิดอื่น
 ที่มีอยู่ ซึ่งไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน รับประเคนแล้วเก็บไว้ได้จนตลอดชีพ
 เมื่อมีเหตุจำเป็น ภิกษุจึงฉันได้ เมื่อไม่มีเหตุจำเป็น ภิกษุฉัน ต้องอาบัติทุกกฏ”

สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายผู้เป็นไข้ ต้องการยางไม้ที่เป็นยา
 ภิกษุทั้งหลายจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ
 พระผู้มีพระภาครับสั่งว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตยางไม้ที่เป็นยา คือ หิงคุ
 ยางเคียวจากหิงคุ ยางเคียวจากเปลือกหิงคุ ยางจากยอดต้นตกะ ยางจากใบ
 ต้นตกะ ยางเคียวจากก้านต้นตกะ กายาน หรือยางที่เป็นยาชนิดอื่นที่มีอยู่ ซึ่งไม่
 ใช่ของเคี้ยวของฉัน รับประเคนแล้วเก็บไว้ได้จนตลอดชีพ เมื่อมีเหตุจำเป็น ภิกษุ

จึงฉันได้ เมื่อไม่มีเหตุจำเป็น ภิกษุฉัน ต้องอาบัติทุกกฏ”
 ภิกษุทั้งหลายต้องการเครื่องบดยาผสมยาตา
 ภิกษุทั้งหลายจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ
 พระผู้มีพระภาครับสั่งว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตไม้จันทน์ กฤษณา
 กะลัมพิก ใบเหียง หัวหมู”

นอกจากพืชสมุนไพรแล้ว ยังพบว่า มีการนำเกลือชนิดต่างๆ มาเป็นส่วนผสมในการทำยาเพื่อรักษาโรคอีกด้วย ดังนี้

สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายผู้เป็นไข้ ต้องการเกลือที่เป็นยา
 ภิกษุทั้งหลายจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ
 พระผู้มีพระภาครับสั่งว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตเกลือที่เป็นยา คือ
 เกลือสมุทร เกลือดำ เกลือสินเธาว์ เกลือดินโป่ง เกลือหุงหรือเกลือที่เป็นยา
 ชนิดอื่นที่มีอยู่ ซึ่งไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน รับประเคนแล้วเก็บไว้ได้จนตลอดชีพ
 เมื่อมีเหตุจำเป็น ภิกษุจึงฉันได้ เมื่อไม่มีเหตุจำเป็น ภิกษุฉัน ต้องอาบัติทุกกฏ”

จากการศึกษาของอุษา กลิ่นหอม (2561) เกี่ยวกับสมุนไพรในพระไตรปิฎก พบว่ายาหรือเภสัชที่มีในพระไตรปิฎกนั้น มีข้อมูลเกี่ยวกับพืชที่นำมาใช้เป็นยาที่ปรากฏในพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ไม่น้อยกว่า 321 ชนิดสามารถจำแนกเป็นชื่อวิทยาศาสตร์ได้ 304 ชนิดเป็นพืชที่ไม่สามารถศึกษาถึงชื่อวิทยาศาสตร์ได้จำนวน 17 ชนิดทั้งนี้บางตอนกล่าวว่าเป็นพืชที่พบในสวรรค์ หรือเป็นพืชไม่สามารถเข้าถึงข้อมูลในปัจจุบัน แสดงให้เห็นถึงการให้ความสำคัญต่อการนำพืชสมุนไพรมาใช้ในการรักษาโรค และแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของพืชสมุนไพรในฐานะยารักษาโรค ดังนั้น การนำเสนอหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา ว่าด้วยสมุนไพรที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนา ในปัจจุบันการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคมีมาเป็นเวลานาน ไม่ว่าจะเป็นการใช้สมุนไพรเดี่ยวหรือในรูปตำรับยา

ดังนั้น ในการใช้สมุนไพรที่ใช้เป็นตัวยาคำสอนในพระพุทธศาสนา มีใช้ว่าทุกคนจะสามารถใช้รักษาโรคเดียวกันได้ เพราะตัวยาแต่ละชนิดหนึ่ง อาจจะรักษาบางคนได้ แต่อาจจะเป็นยาพิษสำหรับผู้อื่น แม้ยาที่เป็นพิษแก่บางคนก็อาจเป็นยารักษาโรคของคนบางคน ด้วยเหตุนี้เอง การใช้สมุนไพรจึงจำเป็นต้องพิจารณาถึงภาวะของร่างกายที่แตกต่างกัน

การใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนาถูกระบุไว้ในพระไตรปิฎก แสดงให้เห็นว่า การใช้ยาสมุนไพรเป็นวิธีการหนึ่งในการดูแลสุขภาพสมัยพุทธกาล เพื่อใช้ในการบำบัดรักษาโรคหรือความเจ็บป่วยทั่วไป โดยการเกิดโรคในพระไตรปิฎกนั้นมีสมมติฐานของการเกิดโรคคือความเจ็บไข้อันเป็นความบกพร่องผิดปกติของร่างกายที่มีสาเหตุมาจากสมุฏฐาน 8 ประการ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ดังนี้

1. ธาตุสมุฏฐาน หมายถึง สาเหตุของความเจ็บป่วยอันเนื่องมาจากความเกิดขึ้นและผิปกติ ของมหาภูตรูปทั้ง 4 ประการ ที่ประกอบเป็นร่างกาย ได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลมและธาตุไฟ ซึ่ง มหาภูตรูปทั้ง 4 นี้ต้องอาศัยซึ่งกันและกันไม่สามารถขาดธาตุหนึ่งธาตุใดไปได้หากมีการแปรปรวน เสียสมดุล หย่อน กำเริบ หรือพิการ ประการใดประการหนึ่งก็จะทำให้ร่างกายเกิดความเจ็บป่วย ขึ้นมาได้

2. อุตุสมุฏฐาน หมายถึง สาเหตุของการเจ็บป่วยอันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงของอากาศ ตามฤดูกาล ได้แก่ (1) อากาศร้อน (2) เดือนกึ่งท้ายฤดูร้อน เดือนต้นแห่งฤดูฝน และ (3) ฤดูสารท

3. อายุสมุฏฐาน หมายถึง ช่วงอายุที่เป็นสาเหตุของการเกิดโรคซึ่งมนุษย์มีโรคทุกวัย โดยเฉพาะอายุที่เป็นสาเหตุของโรค คือความชรา

4. สัตว์สมุฏฐาน หมายถึง สาเหตุที่ทำให้เกิดโรคอันเนื่องมาจากสัตว์ได้แก่ (1) ผีเข้า (2) งู กัด (3) ยักษ์เข้าสิง และ (4) สัตว์ที่เจาะกินมันสมอง

5. วิธีสมุฏฐาน หมายถึง สาเหตุที่ทำให้เกิดโรคอันเนื่องมาจากวิธีการรักษาที่ผิดพลาด หรือ การบำบัดรักษาผิดวิธีทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยหรือทำให้โรคกำเริบ ได้แก่ (1) นวดพื้นมากเกินไป (2) นึ่งตัวนานเกินไป (3) นัตถุยาเกินขนาด (4) เกสซ์ และ (5) เกสซ์ที่ทำให้ครรรค์ตกเป็นต้น

6. อาหารสมุฏฐาน หมายถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคหรือทำให้โรคกำเริบอันเนื่องมาจาก อาหาร คือ กินอาหารมากเกินไป หรือกินอาหารน้อยเกินไป ได้แก่ (1) ข้าว (2) น้ำ (3) เปรียง (น้ำมัน ที่ทำจากนมสัสมและไขหรือเนย) (4) สุรา (5) สุกรมัททวะ (อาหารชนิดหนึ่ง ซึ่งปรุงด้วยเห็ดอย่างหนึ่ง ซึ่งเห็ดชนิดนั้นหมูชอบกิน) และ (6) อาหารประณีต (การปรุง)

7. จิตสมุฏฐาน หมายถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคหรือทำให้โรคกำเริบอันเนื่องมาจากจิตใจ มี ดังนี้ (1) ขอบรรพชาแล้วไม่ได้บรรพชา ความกระสัน (ราคะ) (3) คิดเรื่องอจินไตย ทำให้มีส่วนแห่งความเป็นบ้า มี 4 เรื่อง ได้แก่ วิสัยของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ฌานวิสัยของผู้ได้ฌาน วิบากแห่งกรรม และความคิดเรื่องโลก (4) จิตฟุ้งซ่าน (5) จิตอาฆาต (6) สมุทัย ประกอบด้วย กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา (7) เวทนา (ความรู้สึก) เป็นอนัตตา ฉะนั้นเวทนาจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ (8) สัญญา (ความจำได้) เป็นอนัตตา ฉะนั้นสัญญาจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ (9) สังขาร (ความคิดปรุงแต่ง) ทั้งหลายเป็นอนัตตา ฉะนั้นสังขารจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ (10) วิญญาณ (การรับรู้) เป็นอนัตตา ฉะนั้นวิญญาณจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ (11) ลามสัการะและชื่อเสียงครอบงำ

8. กรรมสมุฏฐาน หมายถึง หลักของกรรมที่เป็นเหตุให้เกิดโรคนั้น จัดว่าเป็นเรื่องที่สำคัญ ที่สุดประการหนึ่งในพระพุทธศาสนา เพราะพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับกรรมหรือการกระทำ ทั้งทางกาย (กายกรรม) ทางวาจา (วจีกรรม) และทางใจ (มโนกรรม) กรรมหรือการกระทำทุก

อย่าง ย่อมส่งผลแก่ผู้กระทำ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทแห่ง กรรม มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ให้เลวและ ประณีต

พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึงผลอันเนื่องมาจากกรรมไว้ 7 ประการ คือ (1) มีอายุน้อย เพราะฆ่าสัตว์ (2) มีโรครุมเพราะเบียดเบียนสัตว์ (3) มีผิวพรรณทรามเพราะขี้โกรธ (4) มีศักดาน้อย เพราะมักริษยา (5) มีโรคภัยน้อยเพราะไม่ให้ทาน (6) เกิดในตระกูลต่ำเพราะกระด้างถือตัวไม่อ่อนน้อม (7) มีปัญญาทรามเพราะไม่เข้าไปหาสมณะพราหมณ์ไต่ถามเรื่องกุศลและอกุศล

เห็นได้ว่าสมุฏฐานในการเกิดโรค หมายถึง การรู้ที่ต้นตอของการเกิดโรคที่ปรากฏในพระไตรปิฎกนั้น จำแนกออกได้เป็น 8 สมุฏฐาน ประกอบด้วยธาตุสมุฏฐาน อุตุสมุฏฐาน อายุสมุฏฐาน สัตวสมุฏฐาน วิธสมุฏฐาน อาหารสมุฏฐาน จิตสมุฏฐาน และกรรมสมุฏฐาน นับเป็นพื้นฐานในการ วิเคราะห์สาเหตุในการเกิดโรคในปัจจุบัน ด้วยวิวัฒนาการทางการแพทย์สมัยใหม่ทำให้สามารถ วินิจฉัยโรคอย่างละเอียดได้ทำให้ทราบสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคนั้น ๆ อย่างชัดเจนสามารถทำการรักษา โรคได้อย่างถูกต้อง

นอกจากให้ความหมายของโรคตามที่กล่าวข้างต้นแล้ว พระไตรปิฎกยังได้กล่าวถึงชื่อของโรคชนิดต่าง ๆ ได้แก่ โรคทางตา โรคหูโรคจมูก โรคลิ้น โรค กาย โรคศีรษะ โรคใบหูโรคปาก โรคฟัน โรคไธ โรคหืด โรคไข้หวัด โรคไข้ทรพิษ โรคไข้เชื่องซึม โรค ท้อง โรคลงแดง โรคจุกเสียด โรคลงราก โรคเรื้อน โรคกลาก โรคมอคร่อ โรคลมบ้าหมูโรคหิดเปื่อย โรคหิดดำน โรคคุดทะราด โรคหูด โรคละอองบวม โรคอาเจียนโลหิต โรคเบาหวาน โรคเริม โรคพุพอง โรคริดสีดวง โรคคอลสกะ โรคอหิวาตกโรค โรคลม โรคลมขัดยอกตามข้อ โรคเท้าแตก เนื้องอก แผลไม่งอก โรคหิด โรคตุ่ม โรคกลืนตัวแรง โรคอมนุษย์เข้าสิง โรคลมในท้อง โรคร้อนในกายโรคเนื้องอกใน ลาไส้โรคท้องร่วง โรคฝีโรคปอด โรคพันธุกรรม โรคอัมพาต โรคพิษงูโรคโดนยาแฝด โรคท้องผูก โรคผอมเหลือง โรคผดผื่นคัน

โรค ร ค
หน่อที่เท้า โรคร้อนใน โรคดีซ่าน โรคปวดศีรษะ

เดิมโรคมีอยู่เพียง 3 ชนิดเท่านั้น คือ โรคความอยาก โรคความหิวและโรคชรา แต่เพราะการทำร้ายเบียดเบียนสัตว์จึงทำให้แพร่โรคร้ายเพิ่มขึ้นถึง 98 ชนิด โรคต่าง ๆ ที่ระบุชื่อไว้ในพระไตรปิฎกและอรรถกถาสามารถแบ่งได้เป็น 6 กลุ่ม ได้แก่ 1) โรคผิวหนัง หมายถึงโรคที่เกิดบนผิวหนังในบริเวณต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น โรคเรื้อน โรค ฝีโรคฝีดาษ โรคกลาก โรคเริม โรคพุพอง โรคหิดเปื่อย โรคหิดดำน โรคหูด โรคคุดทะราด 2) โรคลม หมายถึง โรคที่เกิดจากธาตุลมภายในร่างกายกำเริบ ทำให้มีอาการหลายอย่าง เช่น วิงเวียน หน้ามืด คลื่นไส้อาเจียน ถ้าอาการรุนแรงอาจถึงแก่สิ้นสติหรือตายได้เช่น โรคลมบ้าหมู 3) โรคในท้อง หมายถึง โรคที่เกิดขึ้นภายในท้อง เช่น โรคเนื้องอกที่ลำไส้โรคบิด โรค ท้องร่วง โรคลงราก อหิวาตกโรค โรคลงแดง โรคจุกเสียด และโรคคอลสกะ 4) โรค

เกี่ยวกับอวัยวะ หมายถึง โรคที่เกิดกับอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น โรคทางตา โรคทางหู โรคทางจมูก โรคทางลิ้น โรคทางศีรษะ เช่น ปวดศีรษะ โรคทางปาก โรคทางฟัน โรคอัมพาต โรคจิตสติ 5) โรคทางเดินหายใจ หมายถึง โรคที่เกิดกับระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคไอ โรคหืด โรคไข้หวัด โรคมือเท้าขาว 6) โรคเบ็ดเตล็ด หมายถึง โรคอื่น ๆ ที่ไม่จัดอยู่ในกลุ่มทั้ง 5 ข้างต้น เช่น โรคไข้พิษ โรคเบาหวาน โรคดีกำเริบ โรคร้อนใน และ โรคในฤดูสารท เป็นต้น

จากรายละเอียดดังกล่าวสรุปได้ว่า โรคต่าง ๆ ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก แบ่งได้เป็น 6 กลุ่ม คือ โรคผิวหนัง โรคลม โรคในท้อง โรคเกี่ยวกับอวัยวะ โรคเกี่ยวกับทางเดินหายใจ และโรคเบ็ดเตล็ดอื่น ๆ ซึ่งโรคเหล่านี้ยังสามารถแบ่งอย่างอื่นได้เช่น โรคที่เป็นแต่กำเนิด โรคทางด้านพันธุกรรม โรคที่เกิดตามฤดูกาล การถูกทำร้าย โรคติดต่อและไม่ติดต่อ ซึ่งโรคทุกอย่างล้วนทำให้เกิดความทุกข์ และอาจสรุปประเภทของสมุนไพรรักษาโรคที่ปรากฏในพระไตรปิฎกได้เป็น 7 กลุ่ม ซึ่งทั้ง 7 กลุ่มนี้ ถูกกล่าวไว้ในวินัยปิฎกเภสัชขันธกะ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ดังนี้

1) มูลเภสัชสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้รากทาสเป็นยาสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้รากนำมาประกอบยา เข้ากับเครื่องตำรับเพื่อบำบัดและรักษาโรคที่เกิดทางร่างกายและสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้รากเป็นยา เรียกว่า มูลเภสัช 9 ได้แก่ ขมิ้น ขิง เป็นต้น

2) กสาวเภสัชสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้เนื้อผัดเป็นยาสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้เนื้อผัดเป็นยา ได้แก่ น้ำผัดสะเดา น้ำผัดมูกมัน (น้ำผัดกระดอมหรือมูก) น้ำผัดบอระเพ็ดหรือพญามือเหล็ก น้ำผัด

3) กระถินพิมานเป็นยา เพื่อบำบัดรักษาโรคเรียกว่า “กสาวเภสัช”

4) โลณเภสัชสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้เกล็ดหรือประเภทเกล็ดสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้เป็นแร่ธาตุเป็นธาตุที่เกิดตามธรรมชาติที่สลายตัวง่ายเช่นประเภทเกล็ด ได้แก่ เกล็ดสมุทรเกล็ดดา เกล็ดสินเธาว์ เป็นต้น

5) ปณณเภสัชสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้ใบเป็นยาสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้ใบเป็นยาเพื่อประกอบเครื่องตำรับยา เรียกว่าปณณเภสัช

6) ผลเภสัชสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้ผล (ลูกไม้) ใช้ทาเป็นยาสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้ผลไม้ลูกไม้ที่นำมาประกอบเป็นยา เช่น ลูกพลับ ค่ะ ดิปลี พริก สมอไทย เป็นต้น

7) ธาตุวัตถุและสัตว์เภสัช ใช้เป็นส่วนประกอบผสมเครื่องตำรับยาในส่วนที่เป็นธาตุวัตถุคือ

สำหรับวิธีการใช้เภสัชสมุนไพรรักษาโรคเพื่อการดูแลสุขภาพในพระไตรปิฎก พบว่า มี 2 วิธี (เสนาะ ขาวขำ, 2558) ได้แก่

วิธีที่ 1 วิธีการรักษาโรคทางกาย โดยรักษาตามกลุ่มอาการที่เกิดขึ้น ทั้งที่เป็นโรคภายนอกในร่างกาย และโรคภายในร่างกาย ประกอบไปด้วย (1) กลุ่มโรคผิวหนัง ได้แก่ โรคฝีพุง อีสุกอีใส มีกลิ่นตัวแรง ผิวดาษ หิด เรื้อน คุดทะราด และโรคผดผื่นคัน รักษาด้วยการใช้สมุนไพรรักษาเรียกว่าจุนเภสัช การพอกยา การรมควัน และการใช้น้ำมัน (2) กลุ่มโรคลม ได้แก่ โรคลม รักษาด้วย

น้ำมันหุงผสมกับน้ำเมา โรคลมตามอวัยวะ รักษาตามอาการของโรค อาทิ การเข้ากระโجم การรุมด้วยใบไม้ การรุมใหญ่ อาบน้ำต้มสมุนไพร และการแช่น้ำอุ่น, โรคลมในท้อง รักษาด้วยยาตองโลนโสจิระกะ, โรคลมเสียดยอกตามข้อ รักษาด้วยการระบายเลือดที่คั่งออก โรคลมเสียดท้อง รักษาด้วยการรับประทานกระเทียม (3) กลุ่มโรคในระบบทางเดินอาหาร ได้แก่ โรคออสก รักษาด้วยให้รู้จักประมาณในอาหารการตมยาเพื่อให้ถ่าย, โรคพรรตัก รักษาด้วยการดื่มน้ำต่างดิบหรือน้ำต่างอามิส, โรคท้องร่วง รักษาด้วยการใช้นมส้ม น้ำผึ้ง เนยใส และน้ำอ้อย ผสมกันแล้วดื่ม (4) กลุ่มโรคเกี่ยวกับอวัยวะ ได้แก่ โรคจิตสิดวงทวาร ใช้สมุนไพรทา (ถ้าเป็นมากให้ผ่าตัดหรือรัดหัวริดสีดวง), โรคปวดศีรษะ รักษาด้วยการใช้วิธีนัตถุยา น้ำมันทาศีรษะและสูดควัน (ถ้าเป็นมากใช้การผ่าตัด), โรคทางตา รักษาด้วยการใช้ยาหยอดตา โรคทางปากและโรคทางฟัน รักษาด้วยให้ใช้ไม้ชำระฟัน, โรคหนองที่เท้าและโรคเท้าแตก รักษาด้วยการใช้ยาทาเท้าและน้ำมันทาเท้า (5) กลุ่มโรคอื่น ๆ ได้แก่ โรคในฤดูสารท (ไข้เหลืองหรือดีซ่าน) รักษาตามอาการ อาทิ ใช้เกสร 5 ใช้น้ำมันเหลว ดื่มน้ำสมอดองมูลโคและใช้เนยใส, อาการไข้ต่าง ๆ รักษาตามอาการ อาทิ ใช้ยาผงจากรากไม้ ใบไม้ ผลไม้ ยางไม้ และเกลือที่ผสมเข้าเครื่องยา ใช้เหง้าบัวและรากบัวและใช้น้ำมันจากพืช เป็นไข้เพราะผีเข้า รักษาด้วยใช้น้ำมันดิบและเลือด โรคที่เกิดจากยาแฝด รักษาด้วยดื่มน้ำที่ละลายจากดินตติผลาไล ถูยาพิษ รักษาด้วยดื่มน้ำเจือจืด ถูพิษ รักษาด้วยยามหาวิภู 4 อย่าง คือ คูณ มูลร ถั่ว และดิน

วิธีที่ 2 วิธีการรักษาโรคทางใจ รักษาด้วยการใช้เกสรยาสมุนไพรร่วมกับการใช้ธรรมโอสธได้แก่ การรักษาด้วยพิจารณาความเพียร พิจารณาโพชฌงค์ 7 สติปัฏฐาน 4 สัมมย 10 และการพิจารณาขันธ 5 ควบคู่กันไป เพราะชีวิตมนุษย์นั้นประกอบด้วยกายกับจิต เมื่อกายป่วยย่อมส่งผลถึงสภาพจิตใจตามไปด้วย การทบทวนหลักธรรม จึงเป็นการสร้างจิตวิญญาณที่ดีงามและส่งผลให้อาการไม่สบายต่าง ๆ ลดน้อยลงหรือหายขาดได้

การใช้สมุนไพรตามพุทธาณูญาติ บริบทการใช้สมุนไพรตามพุทธาณูญาติ ความหมายว่าของต้นไม้ (สมุนไพร) ตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาคำว่า “ไม้หรือต้นไม้” พระพุทธศาสนามีคำที่ใช้เรียกอยู่หลายคำ เช่น ต้นไม้ (รุกข) พืช (ภูตคาม-พืชคาม) หรือธรรมชาติ และตามนัยแห่งพระพุทธศาสนา คำว่า ต้นไม้ ไม่ว่าจะเป็นต้นไม้ขนาดเล็ก หรือขนาดใหญ่ รวมถึงพืชทุกชนิด หากมีความหมายรวมอยู่ในคำว่า “ภูตคาม” ทั้งสิ้น เพราะคำว่า “ภูตคาม” มีความหมายกว้าง ครอบคลุมถึงพืช 5 ชนิด (เสนาะ ขาวขำ, 2558) ดังนี้

1. พืชที่เกิดจากเหง้า คือ พืชที่ใช้เหง้าเพาะ หรือขยายพันธุ์ ได้แก่ ขมิ้น ขิง แฝก หญ้าแห้วหมู กล้าย หรือพืชชนิดอื่นใด ที่ใช้เหง้าเพาะได้
2. พืชที่เกิดจากต้น คือ พืชที่ขยายพันธุ์ได้ด้วยวิธีการตอน ได้แก่ ต้นโพธิ์ ต้นไทร ต้นมะเดื่อ ต้นมะขวิด หรือพืชชนิดอื่นใด ที่เกิดจากต้น

3. พืชที่เกิดจากข้อ คือ พืชที่ใช้ข้อปลูก ได้แก่ อ้อย ไม้อ้อ ไม้ไผ่ มันสำปะหลัง หรือ พืชชนิดอื่นใด ที่ใช้ข้อปลูก

4. พืชเกิดจากยอด คือ พืชที่ใช้ยอดปักกิ่งงอกได้ ได้แก่ ผักบุ้ง แมงลัก มันแกว หรือ พืชชนิดอื่นใด ที่เกิดจากยอด งอกได้จากยอด

5. พืชที่เกิดจากเมล็ด คือ พืชที่ใช้เมล็ดเพาะ ได้แก่ มะม่วง มะขาม มะละกอ ถั่ว ข้าว งาม หรือพืชชนิดอื่นใด ที่เกิดได้จากเมล็ด

นอกจากคำว่า ภูตคาม ดังกล่าวแล้ว ยังมีคำว่า พืชคาม ที่ใช้ร่วมกับคำว่า ภูตคาม ซึ่งหมายถึง พืชหรือของเขียว ที่ถูกพรากออกจากที่แล้วยังสามารถงอกได้อีก เช่น ผักบุ้ง มันแกว เป็นต้น ถึงกระนั้นก็ยังคงมีความหมายรวมอยู่ในคำว่า ภูตคาม ทั้งสิ้น

2.2.3 ภูมิปัญญาสมุนไพรในคัมภีร์อายุรเวท

อินเดียถือว่าเป็นอู่อารยธรรมตะวันออกที่สำคัญ ซึ่งเป็นแหล่งกำเนิดภูมิปัญญาที่หลากหลายทั้งศาสนา ปรัชญาและตำรายาสมุนไพร โดยเฉพาะคัมภีร์อายุรเวท คำว่า อายุรเวท มาจากภาษาสันสกฤตว่า อายุส แปลว่า ชีวิต และเวท แปลว่า ศาสตร์ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2557) รวมแปลว่าศาสตร์แห่งชีวิต อายุรเวทมีพื้นฐานจากศาสนาฮินดู เป็นองค์รวมของวิชาการ ศาสนา และปรัชญาเป็นสาขาหนึ่งของพระเวท ซึ่งมีมากกว่า 4000 ปีแล้ว โดยถือว่ามนุษย์เป็นจักรวาลย่อย (micro-cosmos) การมีอยู่เป็นอยู่ของแต่ละบุคคลไม่สามารถแยกได้จากจักรวาลใหญ่ (macro-cosmos) ที่อยู่รอบได้

ในคัมภีร์อายุรเวทมีการใช้พืชสมุนไพรเพื่อเป็นยารักษาโรคอย่างหลากหลาย และอายุรเวท มองว่ามนุษย์มีองค์ประกอบด้วยหลักมหาภูตหรือธาตุ 5 ประการ (Frawley, D. and Lad, V, 2000) คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ และอากาศหรือช่องว่าง ซึ่งในระบวรกายของมนุษย์ธาตุทั้ง 5 สามารถรวมกันได้เป็น 3 กลุ่มเรียกว่า โทษะ ได้แก่ (1) วาตะ คือ อากาศรวมกับลม (2) ปิตตะ คือ ไฟรวมกับน้ำ และ (3) กफะ คือ ดินรวมกับน้ำ และบุคคลสามารถแบ่งได้เป็น 3 ประเภทหลักตามหลักของโทษะที่เด่น ดังนี้

1). คนกลุ่มวาตะโทษะ จะมีรูปร่างผอม บางโปร่ง ผิวคล้ำ ผิวแห้งเหี่ยว หยาดเหงื่อ ร่ายกายสูงมากหรือเตี้ยมาก โครงร่างเบาบาง ปลายกระดูกนูนชัด กล้ามเนื้อเจริญไม่ดี ผมหยิกบาง เป็นต้น

2) คนกลุ่มปิตตะโทษะ จะมีรูปร่างสูงปานกลาง กล้ามเนื้อเจริญปานกลาง ผิวไหม้ ร้อน อดทนต่อความร้อนได้มาก ผมหยิกบาง ผมหยิกบาง เป็นต้น

3) คนกลุ่มกफะโทษะ ร่างกายจะสมบูรณ์ดี มีแนวโน้มน้ำหนักมากเกินไป ผิวหนังหนา กล้ามเนื้อเจริญสมบูรณ์ ผิวหนังสดใส นุ่ม ละเอียดเป็นมัน ผมหยิกหนา เป็นต้น

ในส่วนของคุณภาพ คุณภาพที่ดีได้แก่การปราศจากความเจ็บป่วย นอกจากนี้ มนุษย์ยังประกอบด้วยธาตุมัน (ชีวาตมัน) ธาตุมันคือจิตวิญญาณ เป็นจิตแท้ดั้งเดิมของแต่ละบุคคล ที่แยกมาจากวิญญาณดั้งเดิมสูงสุดในจักรวาลที่เรียกว่าปรมาตมัน และร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงของแนวคิด โทษะตลอด ตามช่วงวัน ฤดูกาล ตามวัย เป็นต้น เช่น วัยเด็กมีการเสริมสร้างกระดูกจะเด่น วัยหนุ่มสาว ปิตตะจะเด่น และวาตะเด่นในวัยชรา ไตรโทษะต้องอยู่ในสภาวะสมดุล จึงจะมีสุขภาพที่ดี สรรพสิ่งจะมีผลต่อสมดุลของโทษะ อย่างไรก็ตามตามหลักคัมภีร์อายุรเวทนั้น การเกิดโรคมียัจย 3 ประการ (Frawley, D. and Lad, V, 2000) คือ 1) โทษะ เกิดการไม่สมดุล 2) อัคนี เช่น ไฟน้ำย่อย ถ้าทำหน้าที่ไม่สมบูรณ์ เนื่องจากโทษะไม่สมดุล จะมีสิ่งตกค้างในลำไส้ใหญ่ สารที่เกิดจากการย่อยไม่ดี เรียกว่า อามะ ทำให้เกิดการอุดตัน เป็นพิษ ทำให้ภูมิคุ้มกันทางลดลง 3) โสรัตส คือช่องทางทุกชนิดในร่างกาย เช่นทางเดินอาหาร หลอดเลือด ต้องไม่ตีบตัน ถ้าการไหลเวียนไม่สะดวก จะก่อให้เกิดอามะ เมื่อมีการสะสมของอามะ ก็จะมีอาการของโรคตามมาในที่สุด ซึ่งคัมภีร์อายุรเวทได้กล่าวถึงลักษณะของอาการเจ็บป่วยตามชนิดของโทษะที่มีมากเกินไป จำนวน 3 กลุ่ม คือ

- 1) โรคกลุ่มวาตะ มีลักษณะเย็น แห้ง เบา เช่น ชูบผอม ปวดข้อ อาหารไม่ย่อย ท้องผูก
- 2) โรคกลุ่มปิตตะ มีลักษณะร้อน ชื้น เบา เช่น ไข้ อาการอักเสบร้อนแดงที่ผิวหนังติดเชื้อ เจ็บคอ มีแผลในกระเพาะอาหาร เหนือมาก ท้องเสีย เลือดออก อายากอาหาร
- 3) โรคกลุ่มกษะ มีลักษณะเย็น เปียก หนัก เช่น หัวใจ ไข้ หอบหืด หลอดลมอักเสบ มีเสมหะ เนื้องอก โรคหัวใจ

ในคัมภีร์อายุรเวทได้กล่าวถึงการรักษาโรคเหล่านี้ด้วยสมุนไพรที่หลากหลายตามลักษณะหรืออาการที่เกิดขึ้นกับร่างกายมนุษย์ที่ประกอบด้วยมหาธาตุรูป 5 ประการตามที่กล่าวแล้ว โดยใช้ส่วนที่เด่นของพืชสมุนไพรเหล่านั้นมาเป็นส่วนในการรักษา ซึ่งสามารถจำแนกได้ 3 กลุ่มตามโทษะเด่น ซึ่งพืชสมุนไพรจะแสดงผลต่อมนุษย์ตามโทษะของพืชชนิดนั้น ดังนี้

- 1) พืชกลุ่มวาตะ มีลักษณะใบน้อย เปลือกหยาบ เป็นร่อง กิ่งคด เป็นตะปุ่มตะป่ำ ต้นสูงเพรียว มียางน้อย
- 2) พืชกลุ่มปิตตะ มีลักษณะสดใส ดอกสีสดใส มียางปานกลาง อาจมีพิษ
- 3) พืชกลุ่มกษะ มีลักษณะโตไว ใบมาก มียาง เนื้อแน่น หนัก อวบน้ำ มีน้ำมาก

นอกจากนี้ พืชยังประกอบด้วยเนื้อเยื่อหรืออวัยวะ 7 อย่างเหมือนมนุษย์ ซึ่งจะมีผลต่อมนุษย์ คือ น้ำในส่วนต่างๆ มีผลต่อน้ำเหลือง resin มีผลต่อเลือด เนื้อไม้มีผลต่อเนื้อ gum มีผลต่อไขมันเปลือกต้น มีผลต่อกระดูก ใบมีผลต่อไขกระดูกดอกและผลมีผลต่ออวัยวะสืบพันธุ์ (Frawley, D.

and Lad, V, 2000) ซึ่งการรักษาโรคตามแนวทางของอารยเวทนั้นมี 23 แนวทาง คือ การรักษาทางกายและการรักษาทางจิตใจ ซึ่งการรักษาทางกายนั้นมี 3 แนวทาง คือ

1) โรคกลุ่มวาทะ มีลักษณะเย็น แห้ง เบา จึงใช้สมุนไพรสหวาน เปรี๊ยะ เค็ม ซึ่งมีคุณสมบัติตรงข้าม คือ อุ่น ชื้น และหนัก สามารถใช้สมุนไพรสเผ็ดซึ่งมีคุณสมบัติร้อน เพื่อลดความเย็น แต่เนื่องจากรสเผ็ดมีความแห้ง จะเพิ่มวาทะจึงให้ใช้ได้เฉพาะระยะสั้นๆ และห้ามใช้รสเผ็ดถ้ามีอาการขาดน้ำ ภูมิท้องผูก ไข้ยาระบาย การรักษาโดยทำให้อาเจียนจะเป็นการกำจัดวาทะที่แรงที่สุด

2) โรคกลุ่มปิตตะ มีลักษณะร้อน ชื้น เบา การทำให้เย็นเป็นการรักษาอันดับแรก จะใช้สมุนไพรสขม ผาต หวาน ซึ่งมีคุณสมบัติเย็น นอกจากนี้เนื่องจากมหาภูตพื้นฐานของปิตตะ คือ ไฟและน้ำ น้ำอาจลดไฟย่อยอาหารจนเกิด ama (จะทำให้มีอาการเบื่ออาหาร ลิ้นเหลือง ปัสสาวะอุจจาระสีเหลือง ลมหายใจเหม็น ปากมีรสขม เปรี๊ยะ) จึงสามารถใช้สมุนไพรสเผ็ดเพื่อเพิ่มไฟย่อยอาหาร แต่ต้องใช้ร่วมกับสมุนไพรสอื่น ๆ เพราะรสเผ็ดจะทำให้ปิตตะรุนแรงขึ้น หรือใช้สมุนไพรสขม โดยอาศัยคุณสมบัติแห้งของรสขมเพื่อเพิ่มไฟย่อยอาหาร โดยไม่ทำให้ปิตตะรุนแรงขึ้น การลดน้ำก็เป็นการรักษาอีกแนวทางหนึ่ง โดยการให้สมุนไพรสขมรสขมหรือระบาย

3) โรคกลุ่มกะมะ มีลักษณะเย็น เปียก หนัก จะใช้สมุนไพรสขม ผาตเผ็ด เนื่องจากรสขมและเผ็ดมีคุณสมบัติเบาและแห้ง รสผาตมีคุณสมบัติค่อนข้างแห้ง และรสเผ็ดมีคุณสมบัติร้อน นอกจากนี้ เนื่องจาก มหาภูตพื้นฐานของกะมะคือดินและน้ำ การรักษาแนวทางอื่นได้แก่การลดดิน โดยการอดอาหาร การลดน้ำ ขับน้ำออกจากร่างกาย โดยใช้สมุนไพรสขมรสขม ขับเหงื่อ ขับเสมหะ การทำให้อาเจียนเป็นการลดกะมะที่แรงที่สุด

จากการศึกษาแนวคิดสมุนไพรในคัมภีร์อายุเวททำให้เห็นความสำคัญกับการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคในสมัยโบราณ ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงภูมิปัญญาด้านสมุนไพรที่ถูกบันทึกไว้เป็นองค์ความรู้และได้รับการสืบทอดมาจากรุ่นต่อรุ่น รวมทั้งได้มีอิทธิพลต่อการพัฒนาระบบแพทย์ทางเลือกอื่น ๆ โดยเฉพาะแพทย์แผนไทย

2.2.4 พัฒนาการของภูมิปัญญาสมุนไพรแพทย์แผนไทย

การแพทย์แผนไทย ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายว่า กระบวนการทางการแพทย์เกี่ยวกับการตรวจ วินิจฉัย บำบัดรักษา หรือป้องกันโรค หรือการส่งเสริมและฟื้นฟูสุขภาพของมนุษย์หรือสัตว์ การผดุงครรภ์ การนวดไทย และให้หมายความรวมถึงการเตรียมการผลิตยาแผนไทย และการประดิษฐ์อุปกรณ์ และเครื่องมือทางการแพทย์ ทั้งนี้โดยอาศัยความรู้หรือตำราที่ได้ถ่ายทอด และพัฒนาสืบทอดกันมาจนถึงรุ่นต่อรุ่น เพื่อเป็นการรักษาโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวบ้าน และได้แบ่งภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย ออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ ตำรับยาแผนไทยของชาติหรือตำราการแพทย์แผนไทย ของชาติ ตำรับยาแผนไทยทั่วไปหรือตำราการแพทย์แผนไทยทั่วไป และตำรับยาแผนไทยส่วนบุคคลหรือตำรา

การแพทย์แผนไทยส่วนบุคคล (กระทรวงสาธารณสุข, 2564) การแพทย์แผนไทย เป็นระบบการแพทย์ที่อยู่คู่กับคนไทยมาช้านาน มีการจดจารึกตำรับยาที่มีศักยภาพในอดีตไว้ในตำราที่สำคัญของชาติหลายเล่ม อาทิ ตำราพระโอสถพระนารายณ์ ซึ่งเป็นตำราที่รวบรวมตำรับยาที่แพทย์หลวงใช้ในสมัยกรุงศรีอยุธยา หรือตำราแพทยศาสตร์สงเคราะห์ซึ่งเป็นตำราที่พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว มีพระราชดำริให้มีการรวบรวมตำรับยาในสมัยรัตนโกสินทร์ไว้ (ดวงแก้ว ปัญญาญ และคณะ, 2561) การแพทย์แผนไทยจึงเป็นวิถีการดูแลสุขภาพของคนไทยที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมประเพณีไทย มีการใช้สมุนไพรทั้งในรูปแบบอาหาร และยา ใช้ในการอบ การประคบ การนวด การแพทย์แผนไทยมีการวินิจฉัยโรคเป็นแบบความเชื่อแบบไทย มีองค์ความรู้เป็นทฤษฎี โดยพื้นฐานทางพุทธศาสนาผสมกลมกลืนกับความเชื่อทางพิธีกรรม มีการเรียนการสอนและการถ่ายทอดความรู้อย่างกว้างขวางสืบทอดมาช้านานหลายพันปี นับเป็นภูมิปัญญาไทยที่น่าสนใจ (สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2551)

กล่าวโดยรวมภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย ถือว่าเป็นระบบการแพทย์แบบองค์รวมระหว่าง กาย จิต สังคมและธรรมชาติ ซึ่งจะเห็นว่าการแพทย์แผนไทยไม่ได้มุ่งเน้นเป็นแต่เพียงการบำบัดโรคทางกาย หรือการรักษาเฉพาะส่วนอย่างการแพทย์ตะวันตก แต่เป็นการดูแลสุขภาพของคนทั้งร่างกาย และจิตในระดับปัจเจกบุคคล และยังสอดคล้องกับวิถีชีวิต วัฒนธรรมของชุมชนหรือสังคม และยังเอื้อประสานความสมดุลของระบบนิเวศน์ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

ดังนั้น ภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยจึงต้องเป็นองค์ความรู้ ระบบความคิด ความเชื่อของชุมชนได้จากประสบการณ์ที่สั่งสม ปรับตัว และดำรงชีพตามสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมทางสังคมวัฒนธรรมในแง่การจัดการป้องกัน การดูแล และการรักษาสุขภาพของคนไทยที่มีการพัฒนาสืบทอดกันมา รากฐานหรือองค์ความรู้การแพทย์แผนไทยนั้น เป็นผลจากการใช้สติปัญญาปรับตัวตามสภาวะการณ์ต่าง ๆ เป็นภูมิปัญญาอันเกิดจากประสบการณ์ของคนไทยเอง หรืออาจเป็นภูมิปัญญาจากภายนอกที่ได้มีการแลกเปลี่ยนและถ่ายทอด ซึ่งมีอิทธิพลต่อวิถีชีวิต และเกิดการแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรมกับกลุ่มชนชาติอื่น และรับเอามาปรับเปลี่ยนให้สอดคล้องกับบริบททางสังคม-วัฒนธรรม และวิถีชีวิตของคนไทย ภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยประกอบด้วยส่วนสำคัญ 3 ส่วน คือ (1) ตำราหรือคัมภีร์แพทย์แผนไทย (2) บุคลากรแพทย์แผนไทย (3) ป่าและสมุนไพร

ตำราและคัมภีร์การแพทย์แผนไทยที่มีความสำคัญ เป็นองค์ความรู้ เพื่อส่งต่อไปยังผู้ที่สนใจและบุคลากรทางการแพทย์ ในการรักษาโรค รวมทั้งเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการพัฒนาเพื่อนำสมุนไพรมาใช้ในการรักษาโรค กล่าวคือมีความสำคัญในด้านการแพทย์ โดยตำราและคัมภีร์การแพทย์แผนไทยที่สำคัญมี (กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข, 2546) ดังนี้

1) ตำราการแพทย์แผนไทย ซึ่งเป็นหลักวิชาการต่าง ๆ เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทย ทั้งที่บันทึกไว้ในสมุดไทย ใบลาน ศิลาจารึก หรือวัสดุอื่นหรือมิได้มีการบันทึกกันไว้ แต่เป็นการเรียนรู้ หรือถ่ายทอดสืบต่อกันมาไม่ว่าด้วยวิธีใด เช่น ตำราเวชศาสตร์ฉบับหลวง ตำราแพทย์ศาสตร์ สงเคราะห์ฉบับหลวง เป็นต้น

2) ตำรับยาแผนไทย คือสูตรซึ่งระบุกรรมวิธีการผลิตและส่วนประกอบสิ่งปรุงที่มี ยาแผนไทยรวมอยู่ด้วยไม่ว่า สิ่งปรุงนั้นจะมีรูปลักษณะใด เช่น ตำรับยาในตำราจักรวัดราชโอรสและ ตำราพระโอสถพระนารายณ์ เป็นต้น

3) คัมภีร์แพทย์ คือ องค์ความรู้ หรือทฤษฎีการแพทย์แผนไทย หรือทฤษฎีโรคของ การแพทย์แผนไทย อันเป็นความรู้ที่มีการบันทึก ถ่ายทอดสืบต่อกันมาโดยมากจะเป็นคัมภีร์โรคแผน โบราณหลายๆ คัมภีร์ มักถูกรวบรวมอยู่ในตำราการแพทย์แผนไทย เช่น คัมภีร์สมุฏฐานวินิจฉัย คัมภีร์ โรคนิทาน และคัมภีร์ธาตุวิภังค์ เป็นต้น

ส่วนบุคลากรการแพทย์แผนไทย แบ่งได้ 2 ประเภท ดังนี้

1) แพทย์แผนไทยที่ขึ้นทะเบียนของทางราชการ แพทย์ที่มีการเรียนการสอนอย่าง เป็นระบบ ตำราเปิดเผยมีแบบฉบับแน่นอน ต้องผ่านการขึ้นทะเบียนของกองประกอบโรคศิลปะ กระทรวงสาธารณสุข แบ่งออกเป็น 2 สาขาตามพระราชบัญญัติการประกอบโรคศิลปะ พ.ศ. 2542 ได้แก่ (1) สาขาแพทย์แผนไทย หมายถึง การประกอบโรคศิลปะตามความรู้หรือตำราแผนไทยที่ ถ่ายทอดและพัฒนาสืบต่อกันมา หรือตามการศึกษาจากสถานที่คณะกรรมการรับรอง ได้แก่ เวชกรรม ไทย เภสัชกรรมไทย การผดุงครรภ์ไทยและการนวดไทย (2) สาขาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ หมายถึง การประกอบโรคศิลปะตามการศึกษาจากสถานศึกษาที่คณะกรรมการรับรองและใช้เครื่องมือ ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ เพื่อการตรวจวินิจฉัยและการบำบัดโรคที่กำหนดในกฎกระทรวง

2) แพทย์แผนไทยที่ไม่ได้ขึ้นทะเบียนของทางราชการ ได้แก่ บุคคลที่เรียนรู้ด้วย ตนเอง หรือได้รับการสืบทอดจากบรรพบุรุษ หมอพื้นบ้าน การเรียนอาศัยทฤษฎีจากตำราเก่าที่สืบทอดกันมา เช่น สมุดข่อยใบลาน หรือจากประสบการณ์ตรง ให้การรักษาด้วยสมุนไพรหรือวิถี ธรรมชาติ ส่วนมากจะเป็นหมอพื้นบ้าน หมอพระ หมอนวด หมอดำแย หมอกระดูก หมอน้ำมันต์ เป็นต้น

3) ป่าไม้และสมุนไพร ป่าเป็นคลังยาประกอบไปด้วย สมุนไพรที่มีความหลากหลาย ทางชีวภาพ ได้แก่ พันธุ์พืชและพันธุ์สัตว์ชนิดต่าง ๆ หมอพื้นบ้านเรียนรู้จากป่า เรื่องยาสมุนไพร พืช วัตถุ สัตว์วัตถุ เป็นต้น

จากการศึกษาภูมิปัญญาแพทย์แผนไทยถือว่าเป็นภูมิปัญญาในการดูแลสุขภาพที่อยู่กับสังคมไทยมาอย่างยาวนานก่อนที่จะแพทย์แผนใหม่จะถูกนำมาใช้ในประเทศไทยในเวลาต่อมา อย่างไรก็ตามภูมิปัญญาแพทย์แผนไทยยังมีความสัมพันธ์กับภูมิปัญญาพื้นบ้าน ซึ่งมีบทบาทสำคัญในระบบการแพทย์แบบพหุลักษณะในสังคมไทย

2.2.5 ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้าน

การแพทย์พื้นบ้าน เป็นการดูแลสุขภาพที่มีมาแต่ดั้งเดิมพร้อม ๆ กับการกำเนิดของชาติไทย เกิดจากการเรียนรู้ธรรมชาติ ลองผิดลองถูกและจดจำบอกเล่าสืบทอดกันมา มีความแตกต่างกันไปตามสิ่งแวดล้อมทางภูมิศาสตร์ เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และความเชื่อต่าง ๆ สำหรับการแพทย์พื้นบ้านอีสานเป็นกระบวนการที่เกิดจากการผสมผสานกันระหว่างปัจจัยต่าง ๆ เช่น สภาพภูมิศาสตร์ ภูมิหลังทางประวัติศาสตร์ และกระบวนการทางวัฒนธรรมนำไปสู่การทดลองเรียนรู้ การถ่ายทอดในกลุ่มของตนเอง การแพทย์พื้นบ้านอีสานประกอบด้วย การป้องกัน (Prevention) และการรักษา (Cure) และใช้วิถีทางธรรมชาติ ไสยศาสตร์ และพุทธไสยศาสตร์ชาวอีสานเชื่อเรื่องผี เชื่อว่าผู้มีอิทธิฤทธิ์ยิ่งใหญ่คือ ผีแถน หรือผีฟ้าพญาแถน แถนเป็นผู้สร้างสรรพสิ่ง ให้กำเนิดดิน น้ำ ลม ไฟ โลก และมนุษย์ ผีที่ใกล้ชิดชาวบ้านอีสานมากที่สุดคือ ผีปู่ตา ซึ่งถือว่าเป็นผีบรรพบุรุษที่มาคอยปกป้องรักษา ลูกหลาน คอยช่วยเหลือชาวบ้านที่มีทุกข์ร้อน ชาวบ้านจะสร้างศาลปู่ตาไว้ที่ป่าไผ่บ้านเรียกว่า ป่าปู่ตาเป็นป่าที่ศักดิ์สิทธิ์ (สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2551) เช่นเดียวกับภัทร วาสนา และคณะ (2563) ที่กล่าวว่า ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านนับเป็นวัฒนธรรมการดูแลสุขภาพและความเจ็บป่วยของประชาชนในชุมชน ซึ่งมีความหลากหลายทั้งชาติพันธุ์และวัฒนธรรมย่อยในสังคมไทย องค์ความรู้และวิถีปฏิบัติของการแพทย์พื้นบ้าน จึงสัมพันธ์กับวัฒนธรรมท้องถิ่น มีอัตลักษณ์มีการผสมผสานกับการแพทย์แบบอื่น เป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่ตกผลึกจากการสังเกต ทดลองใช้ คัดเลือก กลั่นกรองและสั่งสมสืบทอดจากคนรุ่นก่อน สู่คนรุ่นหลังเป็นสิ่งที่สะท้อนระบบความคิด ความเชื่อและแนวทางการดูแลสุขภาพและสุขภาพ สถาบันการแพทย์แผนไทย (2551) ได้ให้ลักษณะเด่นของการแพทย์พื้นบ้านไว้ดังต่อไปนี้

1. เป็นระบบการแพทย์แบบองค์รวม
2. วินิจฉัยและรักษาโรคโดยบริบททางสังคมวัฒนธรรม
3. รักษาได้ผลดีในกลมอการทางโรคที่ไม่ชัดเจนระหว่างโรคทางกายและโรคทางจิต
4. สอดคล้องกับวิถีชุมชน
5. มีประสิทธิภาพในการรักษาโรคบางโรคได้แน่นอน เช่น งูสวัด
6. เสียค่าใช้จ่ายน้อย
7. ผู้ป่วยมีความพอใจในรูปแบบการบริการ เพราะไม่ยุ่งยากซับซ้อน

การแพทย์พื้นบ้านปรากฏอยู่ในทุกภูมิภาคของไทยทั้งภาคเหนือ กลาง อีสานและใต้ ในที่นี้จะกล่าวให้ความสำคัญถึงภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านภาคอีสานเป็นสำคัญ โดยภาพรวม การแพทย์พื้นบ้านภาคอีสาน เป็นกระบวนการรักษาที่เกิดจากการผสมผสานระหว่างปัจจัยต่าง ๆ เช่น สภาพภูมิศาสตร์กระบวนการทางวัฒนธรรม ซึ่งนำไปสู่การทดลอง การเรียนรู้และการถ่ายทอดในกลุ่มของตนใช้ทั้งวิธีการรักษาแบบธรรมชาติไสยศาสตร์และพุทธศาสตร์ร่วมกัน สาเหตุการเจ็บป่วยในโลกทัศน์ ของชาวอีสานมีความคล้ายคลึงกับทางภาคเหนือคือ 1) ความเจ็บป่วยเกิดจากขวัญ 2) ความเจ็บป่วยเกิดจากผี 3) ความเชื่อเรื่องความสมบูรณ์ของร่างกาย

เพ็ญภา ทรัพย์เจริญและคณะ (2543) ได้กล่าวถึงลักษณะเด่นของภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านว่าเป็นระบบการแพทย์แบบองค์รวม การแพทย์พื้นบ้านไม่ได้แยกระบบ การแพทย์ออกจากศาสนา ความเชื่อ กฎหมายและสังคม ศาสนาการแพทย์ ความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการเกิดโรค การควบคุมทางสังคมเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกัน และมีความเชื่อว่าร่างกายทุกส่วนมีความเชื่อมโยงกัน ร่างกายประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 นอกจากนั้นยังมีเรื่องจิตใจ หากส่วนใดส่วนหนึ่งผิดปกติก็เกิดความไม่สมดุลขึ้นในร่างกายอันทำให้เกิดความเจ็บป่วยได้ ดังนั้นการรักษาจึงต้องให้ความสำคัญทั้งระบบ เพื่อให้ร่างกายเกิดภาวะสมดุล นอกจากนี้การแพทย์พื้นบ้านยังสอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชนในแต่ละบริบทของสังคมวัฒนธรรมนั้น ๆ

จากบทบาทการแพทย์พื้นบ้านที่เกิดขึ้นในแต่ละท้องถิ่น ส่งผลให้เกิดองค์ความรู้ท้องถิ่น หรือ ภูมิปัญญาด้านการใช้สมุนไพรในการแพทย์ ซึ่งเป็นองค์ความรู้ที่มีคุณค่าในชุมชนแต่ละชุมชนแต่ละภาค นอกจากนี้ ในการแพทย์ได้มีการพัฒนา ปรับใช้ และทดลอง นอกจากนี้การแพทย์พื้นบ้านยังมีความเชื่อมโยงกับหมอพื้นบ้านหรือหมอสมุนไพรพื้นบ้านอีกด้วย

การใช้สมุนไพรของหมอพื้นบ้านถือเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นที่เกิดจากปรัชญาของหมอพื้นบ้านที่สามารถจำแนกแยกแยะฤทธิ์และสรรพคุณของสมุนไพรจากธรรมชาติเพื่อใช้ในการเยียวยา รักษาความเจ็บป่วย การรักษาโดยระบบการแพทย์พื้นบ้านจึงเป็นระบบการรักษาโรคแบบประสบการณ์ของชุมชน ที่ได้รับการส่งสืบทอดมาจากบรรพบุรุษ ได้มีการพัฒนาการใช้สมุนไพรในระบบการแพทย์พื้นบ้านมาอย่างต่อเนื่อง โดยถือว่าสมุนไพรเป็นรูปแบบการรักษาหลักของระบบการแพทย์พื้นบ้าน (ยุคล ละม้ายเงิน, 2550: 24) สมุนไพรจะมีความหลากหลายไปตามสภาพนิเวศวิทยาของแต่ละท้องถิ่น (ศิริบุญ จงวุฒิเวศย์และคณะ, 2549) ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านกับการใช้สมุนไพรบำบัดรักษาความเจ็บป่วย ได้มีค้นพบว่าวิธีบำบัดรักษาความเจ็บป่วยของหมอพื้นบ้านจะใช้สมุนไพรและเวทย์มนต์คาถา ซึ่งกลุ่มผู้ป่วยที่มารับการรักษาส่วนมากเคยได้รับการรักษาจากหมอแผนปัจจุบันมาก่อน เมื่อไม่หายจึงมารักษากับหมอพื้นบ้าน ดังนั้นหมอพื้นบ้าน จึงเป็นบุคคลที่มีความรู้ทางหมอและทางยาพอที่ให้การรักษาโรคพื้นๆ ได้มักเป็นคนพื้นบ้านในหมู่บ้านชนบทและสืบทอดความรู้จากบรรพบุรุษ (สุรเกียรติ์ อาชานานุภาพ, 2530) เช่นเดียวกับบรรพวิทย์ พูนสวัสดิ์กิติกุล

(2537) ที่กล่าวถึงหมอพื้นบ้านไว้ว่า เป็นระบบภูมิปัญญาที่สืบทอดกันมาจากรุ่นสู่รุ่นโดยใช้สมุนไพรที่มีอยู่ในพื้นที่ในการรักษาแก่สมาชิกในชุมชนแบบพึ่งพาอาศัยกัน รุ่งรังสี วิบูลชัย (2538) ได้จำแนกประเภทของหมอพื้นบ้านจากลักษณะวิธีการรักษาที่เนื่องมาจากสาเหตุของการป่วย ไว้ 3 ประเภท คือ

1. ประเภทของหมอที่รักษาอาการเจ็บเป็นอันเนื่องมาจากสาเหตุที่เป็นธรรมชาติ ได้แก่ หมอยาฮากไม้หมอนน้ำมัน (หมอรักษาโรคระดูก) หมอเอ็น หรือหมอจับเส้นจับเอ็น (หมอนวด)
2. ประเภทของหมอที่รักษาสาเหตุของการเจ็บเป็นที่เนื่องจากสิ่งเหนือธรรมชาติ ได้แก่ หมอลำผีฟ้า หมอธรรม (หมอส่ง) หมอสู่วัณหรือหมอดวง
3. ประเภทของหมอที่รักษาสาเหตุของการเจ็บเป็นที่ เนื่องจากสิ่งเหนือธรรมชาติ ได้แก่ หมอพระ หมอดำแย

ในขณะที่สถาบันการแพทย์แผนไทย (2551) ได้แบ่งหมอพื้นบ้านออกเป็น 3 ประเภทเช่นกัน แต่มีความแตกต่างในรายละเอียด ดังนี้

- 1) หมอที่รักษาผู้ป่วยอันเนื่องมาจากสาเหตุของโรคที่เป็น “ธรรมชาติ” หรือเนื่องมาจาก “พยาธิ” และความผิดปกติของธาตุทั้ง 4 ประกอบด้วย (1) หมอยาฮากไม้ (หมอรากไม้) (2) หมอเป่า มีวิธีการรักษาด้วยการเป่าต่างๆ กันไป (3) หมอน้ำมัน (4) หมอเอ็น (5) หมอนวดตอกเส้น การนวดตอกเส้นจัดกระดูก นวดตอกเส้นจัด กระดูกปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย หรือภูมิปัญญาหลาย ๆ อย่างของหมอพื้นบ้าน (หมอชาวบ้าน)

- 2) หมอที่รักษาด้วยพิธีกรรม สาเหตุของโรคเนื่องจากสิ่งที่เหนือธรรมชาติโรคที่เกิดเหนือธรรมชาติ ได้แก่ โรคเนื่องจากผีต่าง ๆ เจ้าที่หรือการปฏิบัติตนที่ละเมิดฝ่าฝืนทำนองคลองธรรมของครอบครัว หรือ ชุมชน การรักษาจะต้องมีพิธีกรรม หมอเหล่านี้ ประกอบด้วย (1) หมอพระ (2) หมอลำผีทรง (หมอลำผีฟ้า) ส่วนใหญ่เป็นผู้หญิงรักษาผู้ป่วย โดยการล่าและมีแคนประกอบ (3) หมอธรรม ส่วนใหญ่หมอธรรมจะเรียนวิชามาจากวัด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขณะที่บวชเรียน (4) หมอพร หรือ หมอสู่วัณ หรือพาม (พราหมณ์) ถ้ามีความรู้ทางโหราศาสตร์และดูฤกษ์ยามตลอดจนประกอบพิธีขึ้นบ้านใหม่ ทำพิธีก่อนลงเสาเอก (เสาแรก เสาเอก เสาขวัญ) เรียกว่าพรม และ (5) หมอดำแย ส่วนมากเป็นผู้หญิง ที่มีหน้าที่ทำการคลอดและทำความสะอาดเด็ก เป็นต้น

ส่วนการรักษาของหมอพื้นบ้านนั้นประกอบด้วยขั้นตอน 4 ขั้นตอน (ฉวีวรรณ ใจแก้ว, 2544) คือ 1) การตั้งกายหรือเครื่องบูชาครู 2) การวินิจฉัยโรค 3) การรักษา 4) การปลงกายหรือสมนาคุณ เช่นเดียวกับพิธีกรรม บุญไชย (2545) ที่กล่าวถึงขั้นตอนการรักษาของหมอพื้นบ้านไว้ 4 ประการ ประกอบด้วย 1) การซักถามอาการและการวินิจฉัยโรค 2) การรักษา ซึ่งการรักษานี้จะใช้ตัวยาย 3 ประเภทใหญ่ ๆ คือ ยากิน ยาประคบ และยาประสาน 3) งดของแสลง ซึ่งเป็นอาหารที่มี

ผลข้างเคียงที่อาจจะทำให้การรักษาโรคนั้นไม่ได้ผลหรือทำให้โรคกำเริบได้ และ 4) การติดตามผล เป็นการประเมินผลการรักษา เพื่อปรับเปลี่ยนยาหรือวิธีการรักษาให้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

จากการศึกษาแนวคิดและพัฒนากฎมณีนโยบายการใช้สมุนไพรในคัมภีร์ และเอกสารที่สำคัญ เช่น พระไตรปิฎก คัมภีร์อายุรเวท แพทย์แผนไทย และแพทย์พื้นบ้านหรือหมอพื้นบ้านแล้วทำให้พบว่าการใช้สมุนไพรในการรักษาสุขภาพนั้นมีปรากฏให้เห็นมาอย่างยาวนาน ทำให้เห็นถึงความหลากหลายของสมุนไพรและสรรพคุณของสมุนไพรที่มีการนำมาใช้ในการรักษาโรค และสิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การรักษาโรคในมิติของภูมิปัญญาสมุนไพรที่ปรากฏในคัมภีร์นั้นมีการบูรณาการการรักษาทั้งร่างกายคือธาตุ และจิตใจควบคู่กันไปด้วย ซึ่งต่างจากวิธีการรักษาแบบแพทย์แผนปัจจุบันอีกอย่างผู้ทำการรักษาโรคด้วยภูมิปัญญาสมุนไพรนั้นก็มีหลากหลายเช่นกัน กล่าวคือมีทั้งบุคคลทั่วไปที่มีองค์ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการสั่งสม ประสบการณ์ ร่วมทั้งการเรียนรู้จากคัมภีร์ เอกสารโบราณ ที่เรียกว่า หมอพื้นบ้าน หมอธรรม เป็นต้น และพระสงฆ์ที่มีองค์ความรู้หรือบางรูปมีพื้นที่ในการศึกษาเรียนรู้ของชุมชน ซึ่งในกรณีของพระสงฆ์มีการบูรณาการหลักธรรมเข้าไปร่วมด้วยในการรักษาอย่างชัดเจนและมีปรากฏให้เห็นในหลายพื้นที่ และหนึ่งในนั้นคือพื้นที่วัดป่าท่าแร่ ตำบลท่าแร่ อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม ที่จะกล่าวถึงในบทต่อไป

2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง นวัตกรรมการใช้สมุนไพรในวัดเพื่อส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการ สามารถจำแนกงานวิจัยที่นำแนวคิดที่เกี่ยวข้องหรือการศึกษาเรื่องที่มีความเชื่อมโยงเชิงแนวคิดได้

การศึกษาเกี่ยวกับสมุนไพรหรือประเด็นที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพรถือว่ามีความสำคัญในการวิจัยที่หลากหลาย ผู้วิจัยจึงจะพบทวนในส่วนที่เกี่ยวข้องที่สำคัญกับงานวิจัยนี้เป็นหลัก ในเบื้องต้นพบว่า จันทรทิรา เจริญ (2557) ได้ศึกษารวบรวมข้อมูลความหลากหลายของสมุนไพร รวมทั้งภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในพื้นที่จังหวัดสกลนคร ทำให้พบว่าสมุนไพรในพื้นที่สามารถจำแนกออกได้ เป็น 10 กลุ่ม คือ 1) สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคระบบทางเดินอาหาร 2) สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคไต 3) สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคหัวใจ 4) สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคทางเดินหายใจ 5) สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคกระดูก 6) สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคกระดูกและข้อ 7) สมุนไพรกลุ่มรักษาแมลงสัตว์กัดต่อย 8) สมุนไพรกลุ่มบำรุงกำลังรักษาอาการเหนื่อยอ่อนเพลีย 9) สมุนไพรกลุ่มสำหรับหญิงแม่ลูกอ่อนหลังอยู่ไฟและ 10) สมุนไพรแก้ไข้หรือผดผื่นต่าง ซึ่งสมุนไพรเหล่านี้สามารถนำไปใช้ได้ทั้งราก เม็ด เปลือก ลำต้น ใบ ดอก เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีการศึกษาการใช้สมุนไพรจากหมอสมุนไพรพื้นบ้านในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของ พิบูล กมลเพชรและคณะ (2541) ที่พบว่า มีการนำสมุนไพรไปจัดทำเป็น

ตำรับยาสมุนไพรไปใช้ในหลากหลายมิติที่มีความเชื่อมโยงกับประเภทของโรค เช่น โรคแผลในกระเพาะอาหาร ริสีดวงลำไส้ บำรุงไต ขับนิ่ว แก้ไอ แก้ปวดฟัน เป็นต้น ซึ่งตำรับเป็นทั้งตำรับยาสมุนไพรที่ใช้นำรองและตำรับยาสมุนไพรตำรับเดียว ซึ่งพบว่ากระจายอยู่ในพื้นที่ทุกจังหวัดของภาคอีสาน ส่วนเพ็ญภา ทิพย์สุราษฎร์ (2559) ได้ศึกษาเรื่อง พืชสมุนไพรท้องถิ่นและภูมิปัญญาด้านการใช้พืชสมุนไพรในพื้นที่อุทยานแห่งชาติแก่งกรุง จังหวัดสุราษฎร์ธานี พบว่าพืชสมุนไพรสามารถจำแนกได้ 32 ชนิด โดยแบ่งเป็นไม้เลื้อยเถาวัลย์ และไม้ล้มลุก 16 ชนิดพันธุ์ และมีการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการใช้สมุนไพรจากชนิดพันธุ์พืชสมุนไพรทั้งหมด 48 ชนิดและมีการนำไปใช้ในการรักษาโรคและบำรุงร่างกายทั้งหมด 12 ชนิด เช่น ขมิ้นเครือ เข้มแดง จันทน์แดง ชะมั่งช้าง เปล้าใหญ่ ม้ากระทืบโรง เป็นต้น เช่นเดียวกับมณฑิรา ตันต์เกตุและโสภิต ธรรมอารี (2525: 34) ที่นำเสนอผลการศึกษากเกี่ยวกับการพัฒนาสมุนไพรด้านสาธารณสุขสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ ไว้ว่า ประชาชนได้นำสมุนไพรมาใช้ในการรักษาโรคต่างๆ โดยเฉพาะในพื้นที่ชนบท ได้แก่ โรคทางเดินอาหาร เช่น ท้องผูก ท้องเสีย โรคระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคหัด ไอ และโรคขาดวิตามิน เป็นต้น และมีการพัฒนาสมุนไพรในเชิงนวัตกรรมด้านสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ชื่นนคร จันตะวงษ์และคณะ (2564) พบว่ามีการนำสมุนไพรไปใช้ เพื่อรักษาอาการเจ็บป่วยจากโรคระบบทางเดินอาหาร เช่น 1) อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ และแน่น จุกเสียด อาการท้องผูก โดยใช้ขิง ขมิ้นชัน กระชายขาว ชุมเห็ดเทศ 2) ระบบโครงสร้างกล้ามเนื้อ เช่น อาการปวดเมื่อยตามร่างกาย โดยใช้ไพล 3) ระบบโรคทางเดินหายใจ เช่น อาการหัด อาการไอ อาหารติดคอ โดยใช้ แคน หนุมานประสานกาย ฟ้าทะลายโจร เป็นต้น และ 4) ระบบผิวหนัง เช่น เริม งูสวัด กลากเกลื้อน โดยใช้เสลดพังพอนตัวเมีย ชุมเห็ดเทศ และข่า เป็นต้น

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาพืชสมุนไพรและภูมิปัญญาท้องถิ่นด้วยการใช้พืชสมุนไพรในระบบนิเวศป่าบุง ป่าทามในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์ โดยสมณฑา ก่อแก้ว (2551) พบว่า มีการใช้ประโยชน์พืชสมุนไพรจากที่สำรวจพบ 14 ชนิด จาก 30 สัตว์ป่า มีวิธีการรักษาโดยการทาหรือพอก การต้มพืชสมุนไพร การอบไอน้ำ และเป่าควบคู่กับการใช้พืชสมุนไพร ส่วนของพืชที่นำมาใช้ปรุงยามากที่สุด คือ ราก ลำต้น และกิ่งก้านที่มีความสัมพันธ์กับการใช้พืชสมุนไพร และที่สำคัญคือ ยังพบว่าความเชื่อในท้องถิ่นมีความสัมพันธ์กับการใช้พืชสมุนไพรอีกด้วย ส่วนปัทมา ศิริวรรณ (2559: 2) กล่าวว่า การใช้ยาสมุนไพรเป็นทางเลือกหนึ่งของการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการดูแลสุขภาพของประชาชน และการส่งเสริมการใช้ยาจากสมุนไพรซึ่งมีคุณค่าหลายด้าน เช่น การพึ่งตนเอง การสานต่อวิชาของบรรพชน ด้านภูมิปัญญา และด้านเศรษฐศาสตร์ เป็นต้น นอกจากนี้ยังพบงานวิจัยที่เกี่ยวกับการพัฒนาระบบฐานความรู้ด้านการรักษาโรคด้วยสมุนไพรของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (2554: 54-55) ที่กล่าวว่า ภาวะการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับบุคคลไม่ว่าจะเป็นวัยเด็กวัยหนุ่มสาวหรือผู้สูงอายุก็สามารถเกิดขึ้นได้ โดยอ้างอิงหลักทฤษฎีทางการแพทย์แผนไทยว่าด้วยเรื่อง ธาตุและองค์ประกอบอื่นๆ เช่น สิ่งแวดล้อม อายุ อิริยาบถ ตลอดจนอาหารการกิน เป็นต้น แต่เราสามารถดูแลสุขภาพร่างกายให้สมบูรณ์แข็งแรง

ได้ ทั้งในยามปกติหรือยามเจ็บป่วยซึ่งหากเริ่มต้นที่ตนเองคือรู้จักตนเอง รู้ว่าธาตุเจ้าเรือนของเราคือธาตุอะไร และนำความรู้ที่ได้รับมาปรับเปลี่ยนวิถีการดำรงชีวิตในแต่ละช่วงอายุของบุคคลใช้รสชาติอาหารและสมุนไพรเข้าช่วยในการปรับสมดุลร่างกายให้เข้าสู่ภาวะปกติ

งานวิจัยเกี่ยวกับสมุนไพรถือว่ามีความหลากหลาย เพราะยังพบว่ามี การนำสมุนไพรไปใช้เพื่อการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ ในพื้นที่จังหวัดศรีสะเกษของ สุตารัตน์ ต่ายธานีและคณะ (2563: 93) ซึ่งพบว่า มีการนำสมุนไพรไปใช้ในการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ในหลายมิติ คือ 1) การใช้สมุนไพรในภาวะเจ็บป่วย เพื่อเป็นการรักษาบำบัดโรคเบื้องต้นและเป็นการฟื้นฟูสมรรถภาพ 2) การใช้สมุนไพรในภาวะปกติ เพื่อเป็นการป้องกันโรค สร้างภูมิคุ้มกันโรคต่าง ๆ และเป็นการส่งเสริมสุขภาพให้สุขภาพดีแข็งแรงอยู่เสมอ โดยกลุ่มโรคที่ใช้สมุนไพรรักษา ได้แก่ 1) กลุ่มโรคทางเดินอาหาร เช่น โรคกระเพาะอาหาร 2) กลุ่มโรคทางเดินหายใจ เช่น โรคหอบหืด 3) กลุ่มโรคทางเดินปัสสาวะ เช่น โรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ 4) กลุ่มโรคผิวหนัง เช่น โรคกลากเกลื้อน และ 5) กลุ่มโรคอื่นๆ เช่น อาการร้อนในโรคจิตสัตวงทวาร เป็นต้น ส่วนวิธีการรักษาเป็นทั้งการนำมาใช้เป็นยารักษาบำบัดโรคโดยตรงในรูปของการปั้นเป็นลูกกลอน การต้ม การชงและยาพอก รวมถึงการบริโภคเป็นอาหาร เชิงโภชนาการ เช่นเดียวกับพระครูวิมลจิตตานุโยค (2558) ที่ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการใช้ยาสมุนไพรเชิงพุทธบูรณาการ ซึ่งพบว่าสมุนไพรได้มาจากธรรมชาติของต้นไม้ชนิดต่างๆ ยังคงปฏิบัติสืบต่อเนื่องมาแต่สมัยพุทธกาล ซึ่งมีพระพุทธานุญาตและกล่าวถึงสมุนไพรในพระวินัยปิฎกโดยเฉพาะเภสัชชกัณฑ์ เช่น ขมิ้น ขิง ดีปลี สมอ มะขามป้อม และมหาหิงคุ์ เป็นต้น สมุนไพรส่วนมากที่ใช้เป็นยา ยังคงเป็น รากไม้ ใบไม้ ผลไม้ ยางไม้ น้ำมัน เกลือแร่ ธาตุต่างๆ น้ำมันเหลวที่ได้จากสัตว์ และเภสัชทั้ง 5 ได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง และน้ำอ้อย เป็นต้น นอกจากนี้ในงานวิจัยดังกล่าวยังมีการนำเสนอในการรักษาโรคเชิงพุทธบูรณาการ โดยการใช้การสวดมนต์ภาวนา เช่น สังฆวชิรยาโพชฌงค์ 7 เป็นต้น

ส่วนวิริยญา เมืองช้าง (2559: 115-116) ที่ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพตนเองของประชาชนในอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยาเป็น การศึกษาทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพ ซึ่งพบว่า การใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพตนเอง กลุ่มตัวอย่าง 9 ใน 10 รับรู้ประโยชน์จากการใช้สมุนไพรอยู่ในระดับปานกลาง ประเด็นที่กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยมากที่สุดกับการรับรู้ประโยชน์จากการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพตนเอง ได้แก่ “การใช้สมุนไพรบรรเทาอาการและรักษาโรคมีความปลอดภัยมากกว่าการใช้ยาแผนปัจจุบัน ลดปัญหาเรื่องสารเคมีตกค้างในร่างกาย” ในทางกลับกันกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ก็ไม่รับรู้ประโยชน์มากที่สุด ด้วยเช่นกันในประเด็นที่ว่า “ลักษณะ สี กลิ่น และรสชาติของสมุนไพรไม่น่าใช้แต่สมุนไพรสามารถบรรเทาอาการและรักษาโรคได้” จึงอาจทำให้กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการใช้สมุนไพรอยู่ในระดับต่ำ งานวิจัยนี้ยังพบว่า ช่องทางการได้มาซึ่งสมุนไพร ค่าใช้จ่ายหรือราคาในการได้มาซึ่งสมุนไพร

รูปแบบสมุนไพร และการส่งเสริมการขาย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพตนเองของประชาชนในอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยาอีกด้วย

นอกจากนี้ยังมีการนำสมุนไพรไปใช้ประโยชน์ในด้านการอบสมุนไพรในบางพื้นที่ของจังหวัดขอนแก่น ซึ่งพบในงานวิทยานิพนธ์ของประณีต คมสาคร (2545) ที่ทำเรื่อง ความเชื่อและเหตุผลการอบสมุนไพรในเขตเทศบาลนครขอนแก่น ที่พบว่า การรักษาโรคด้วยการอบสมุนไพรมี 2 ประเภท คือ 1) การอบแห้งเป็นการใช้ความร้อนแห้งจากถ่านหินชนิดหนึ่ง นำมาเผาให้ร้อนโดยรดด้วยน้ำสมุนไพร ได้แก่ การบูร พิมเสน ตะไคร้ ยูคาลิปตัส เป็นต้น และ 2) การอบแบบพื้นบ้านหรือการอบเปียก เป็นการอบแบบโบราณ จะใช้สมุนไพรพื้นบ้านเป็นตัวยาลหลัก จะใช้ทั้งสมุนไพรสดและสมุนไพรแห้ง ส่วนตัวอย่างในการอบสมุนไพรนั้น พบว่า มีทั้งหมด 12 สูตร ทุกสูตรมีตัวยาสสมุนไพรรักษาโรคหลักที่ใช้ในการอบสมุนไพรเหมือน ๆ กัน จะแตกต่างกันตรงที่รักษาตามสภาพและอาการของโรคนั้น ๆ ส่วนความเชื่อกับข้อห้ามการรักษาโรค คือผู้เป็นโรคติดต่อกัน ความดันโลหิตสูงหรือความดันโลหิตต่ำ โรคหัวใจ สตรีหลังคลอด (โดยการผ่าตัด) สตรีมีครรภ์และผู้ป่วยโรคเอดส์ ห้ามอบสมุนไพร

ศุภเศรษฐ์ น้อยศรี (2530: 29) ได้ทำการศึกษาถึงความรู้ทัศนคติและพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคของประชาชนในเขตพัฒนาสมุนไพร จังหวัดนครราชสีมา พบว่าทางด้านความรู้ทัศนคติและพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรค ประชาชนส่วนใหญ่รู้จักสมุนไพร โดยตอบว่าเป็นพืชที่ใช้ในการรักษาโรค และในส่วนที่ตอบว่าเป็นยาพื้นบ้านหรือยาหมอความเชื่อในการใช้สมุนไพรรักษาโรคส่วนใหญ่ตอบว่ารักษาได้มากและมีความเชื่อว่าสมุนไพรรักษาโรคได้ส่วนการหาสมุนไพรในชุมชนส่วนใหญ่ตอบว่าหาได้ปานกลาง ส่วนเขาว์ กลสิพนธ์ (2523: 12) ได้กล่าวถึงไว้ในงานวิจัยว่าสมุนไพรหมายถึง พืช หรือส่วนของพืชสมุนไพรที่ยังไม่ได้แปรรูป ซึ่งอาจอยู่ในสภาพสมุนไพรสดหรือแห้ง ที่มีการนำมาใช้ประโยชน์ทั้งที่ใช้เป็นอาหารเช่น ผักพื้นบ้าน อาหาร สมุนไพรต่าง ๆ ใช้เป็นยา เช่น ใบมะขามแขก ใช้กันเป็นยาระบายหรือใช้ประโยชน์อื่น ๆ เช่น ผลมะกรูดใช้ สระผม ตะไคร้หอมใช้ไล่ยุง เป็นต้น

เอกวิทย์ ณ ถลาง (2540: 96-100) ได้กล่าวถึงกระบวนการสืบทอดความรู้เรื่องสมุนไพรไว้ว่าภายใต้การเกื้อกูลอันลึกซึ้งยิ่งใหญ่อของธรรมชาติมนุษย์พืชและสัตว์ย่อมมีวิวัฒนาการของการปรับตัวเพื่อความอยู่รอดของตนและเผ่าพันธุ์ในการปรับตัวของมนุษย์ย่อมมีการเรียนรู้ในลักษณะต่าง ๆ ตามธรรมชาติของมนุษย์ความรู้เกี่ยวกับการกินอยู่รวมทั้งการแสวงหาปัจจัยพื้นฐาน คืออาหารยารักษาโรค เครื่องนุ่งห่ม และที่อยู่อาศัย

อรทัย รวยอาจีน และกาญจนา แก้วเทพ (2523: 50) ได้ทำการศึกษาบทบาทของการแพทย์แผนโบราณในการพัฒนาสาธารณสุขไทย พบว่า ผู้ป่วยรักษาแพทย์แผนโบราณที่มีความเชื่อมั่น ในคุณภาพในการรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรหรือมีประสบการณ์มาก่อนการรักษาได้ผลดีหรือเคยได้ยินชื่อเสียงในผลการรักษาด้วยยาสมุนไพรจะทำให้ผู้ป่วยมีความเชื่อมั่น ในการรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรของการแพทย์แผนโบราณและเชื่อมั่นว่า จะต้องรักษาให้หายจากโรคได้

เพ็ญจันทร์ ประดับมุก (2532: 22) ศึกษามิติทางสังคมวัฒนธรรมของการใช้สมุนไพรในชุมชน ศึกษาเฉพาะกรณีหมู่บ้านในจังหวัดยโสธรอยู่ 3 เดือน โดยสังเกตแบบมีส่วนร่วมและสัมภาษณ์ระดับลึก โดยได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่กำหนดการใช้สมุนไพรของประชาชน โดยพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรลักษณะสังคม เศรษฐกิจและประเภทของความเจ็บป่วยกับการตัดสินใจเลือกใช้ยาสมุนไพร หรือยาแผนปัจจุบัน พบว่า ความเจ็บป่วยระดับรุนแรงปานกลางจนถึงรุนแรงมากมีการใช้สมุนไพรมากกว่าความเจ็บป่วยในกลุ่มอาการเจ็บป่วยเล็กน้อยสำหรับลักษณะครัวเรือนขยายและครัวเรือนที่มีผู้สูงอายุ พบว่า มีอัตราการใช้สมุนไพรสูงกว่า ครัวเรือนเดี่ยวและครัวเรือนที่ไม่มีผู้สูงอายุในด้านฐานะทางเศรษฐกิจ พบว่า การตัดสินใจใช้สมุนไพรรักษาโรค ส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มที่มีฐานะยากจน

ขณะที่ สถาบันวิจัยสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ (2553) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “มะขามป้อม” ป้องกันโรคตับ พบว่า มะขามป้อมมีวิตามินซีสูงกว่าแอปเปิ้ล ถึง 160 เท่า และวิตามินซีนี้ มีความคงสภาพอยู่ได้เมื่อถูกทำให้แห้งหรืออยู่ในสภาวะเย็นเป็นเวลานาน และยังมีรายงานว่า น้ำคั้นจากผลโตเต็มตัวของมะขามป้อมสด มีฤทธิ์ปกป้องการเกิดพิษต่อตับ ที่เกิดจากโลหะหนัก ในขณะที่คนไทยเป็นมะเร็งตับมากกว่ามะเร็งชนิดอื่น ยาแผนปัจจุบันที่รักษาโรคตับ ก็มีราคาแพง และก่อให้เกิดผลข้างเคียงสูง มะขามป้อม จึงเป็นสมุนไพรที่มีฤทธิ์น่าสนใจที่จะนำมาผลิตเป็นเครื่องดื่มอาหารและยา เพื่อฟื้นฟูสุขภาพตับของคนไทยได้

เบญจวรรณ เหมือนตาและรัฐพร บุญสุข (2553: 21) ได้ทำการวิจัยเรื่องการใช้สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐานเพื่อการดูแลสุขภาพของประชาชน ในชุมชนตำบลไม้เค็ด อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่นิยมใช้สมุนไพรในการดูแลตัวเองเบื้องต้น 67.9% และนิยมใช้สมุนไพรในการดูแลตนเองเบื้องต้น 32.1% ผลลัพธ์จากการใช้สมุนไพร พบว่าใช้แล้วอาการดีขึ้น 77.5% อาการหายขาดคิดเป็น 19% ส่วนอาการไม่ดีขึ้นคิดเป็น 2.5% ในส่วนเหตุผลของการไม่นิยมใช้สมุนไพร คือ ไม่ทราบถึงสรรพคุณสมุนไพร รูปแบบการใช้ไม่สะดวกและคนบางกลุ่มนิยมไปรักษาที่โรงพยาบาล และรับประทานยาแผนปัจจุบันอยู่ และในส่วนของผลของการนิยมใช้สมุนไพรสาธารณสุขมูลฐานในการดูแลตนเอง เพราะถือว่าสมุนไพรเป็นสิ่งใกล้ตัว หาได้ง่ายตามชุมชน และยังมีความรู้เกี่ยวกับสรรพคุณสมุนไพร เมื่อใช้แล้วอาการก็ดีขึ้น

ยงศักดิ์ ตันติปัญญและคณะ (2543) ได้ทำการศึกษาลำรวจ ทบพวนสถานการณ์การแพทย์พื้นบ้าน เพื่อทำความเข้าใจสถานะปัจจุบันของภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ อันจะนำไปสู่ข้อเสนอแนะในการ ผสมผสานระบบการแพทย์พื้นบ้านสู่ระบบสุขภาพไทยอย่างเหมาะสม และพิจารณาถึงความเป็นไปได้ที่ผนวก และพัฒนาเข้าสู่ระบบประกันสุขภาพในอนาคต ยงศักดิ์ได้จำแนกภูมิปัญญาพื้นบ้านไทยด้านสุขภาพ หรือ แนวคิด และวิธีปฏิบัติในการดูแลสุขภาพของคนไทย

เป็น 2 ส่วน คือ การดูแลสุขภาพแบบพื้นบ้าน (Indigenous Self-Care) และการแพทย์พื้นบ้าน (Traditional Medicine)

ในส่วนของเอกสารสำคัญที่เกี่ยวข้องนั้นพบว่า มีความนิยมในการใช้สมุนไพรธรรมชาติในการรักษาเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในฐานะที่เป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพเกี่ยวกับการทดแทนฮอร์โมนและการดูแลระบบประสาทที่มีต้นทุนในการดำเนินการที่ถูกและค่อยข้างปลอดภัยกว่า เมื่อเปรียบเทียบกับ การรักษาโดยแพทย์กระแสหลัก (กระทรวงสาธารณสุข, 2559: 23) และปัจจุบันรัฐบาลโดยกระทรวงสาธารณสุขและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้สนับสนุนให้มีการผลิตสมุนไพรในเชิงอุตสาหกรรมทั้งในระดับชุมชนและระดับประเทศอีกด้วย นอกจากนี้ยังพบเอกสารเรื่อง สมุนไพรในร้ววัด ของพระชาติรีอุปปลวัฒน์โณ (2554) ที่ศึกษาและรวบรวมสมุนไพรในพื้นที่รอยาศาล วัดป่ากุดฉนวนอุดมพร ตำบลบ้านเขว้า อำเภอบ้านเขว้า จังหวัดชัยภูมิ ซึ่งพบสมุนไพรในพื้นที่กว่า 100 ชนิด ส่วนกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข (2564) ได้นำเสนอรายการตำรับยาแผนไทยแห่งชาติ ฉบับ พ.ศ. 2564 ไว้ว่า รายการตำรับยาแผนไทยแห่งชาติ ประกอบด้วยตำรับยา 324 ตำรับสำหรับกลุ่มโรคหรืออาการ 15 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มโรคเด็ก กลุ่มโรคสตรี กลุ่มโรคลม กลุ่มยาบำรุงอายุวัฒนะ กลุ่มโรคกระษัย กล่อน กลุ่มโรคผิวหนัง แผล โรคเรื้อน กลุ่มโรคฝี กลุ่มโรคในปาก ในคอ กลุ่มโรคทางเดินปัสสาวะ กามโรค กลุ่มอาการท้องเสีย ท้องเดิน บิด ป่วง กลุ่มโรคจิตสติดวง กลุ่มโรคหอบ ไอ หอบหืด กลุ่มโรคท้องมาน กลุ่มไข้ และกลุ่มอื่น ๆ ซึ่งตำรับยาที่กลั่นกรอง หรือคัดเลือกลมานั้นยังไม่ใช่ว่ารายการยาทั้งหมดสำหรับแต่ละกลุ่มโรคหรืออาการเหล่านี้

ส่วนแนวคิดพุทธบูรณาการนั้น พบว่ามีการนำหลักพุทธธรรมไปบูรณาการในหลากหลายมิติเช่นกัน เช่น ด้วยการบริหาร การศึกษา สุขภาพ แม้แต่ด้านการเมืองการปกครอง เป็นต้น สำหรับด้านการเมืองการปกครองนั้นพบว่า สุดารัตน์ เกตุราพันธ์ (2561) ได้ศึกษาหลักธรรมของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ ที่ได้พระราชทานเนื่องในงานพระราชพิธีเฉลิมฉลองการครองสิริราชสมบัติ 60 ปี เมื่อวันที่ 9 มิถุนายน 2549 ท่ามกลางความขัดแย้งของบ้านเมืองในขณะนั้น ซึ่งศึกษาหลักสาราณียธรรม 6 ในคำสอนของพระพุทธศาสนา เป็นหลักธรรมที่สอนให้เกิดความสามัคคีในแต่ละชนชั้นและยังสามารถนำหลักธรรมอื่น ๆ มาบูรณาการขยายวิธีปฏิบัติตามหลักคุณธรรม 4 ประการนี้ได้อีกกล่าวคือ 1) คุณธรรมข้อที่หนึ่ง การที่ทุกคน คิด พูด ทำ ด้วยความเมตตา มุ่งดี มุ่งเจริญต่อกัน สอดคล้องกับหลักสาราณียกรรมข้อ 1,2,3, คือ เมตตา กายกรรม เมตตา วาจากรรม เมตตา มโนกรรม โดยอาศัยหลักพรหมวิหาร 4 มี “เมตตา กรุณา มุติตา อุเบกขา” เป็นตัวช่วยขยายการปฏิบัติตามหลักธรรมข้อที่หนึ่งนี้ 2) คุณธรรมข้อที่สอง การที่แต่ละคนช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ประสานงานประสานประโยชน์กัน ให้งานที่ทำสำเร็จผล ทั้งแก่ตนแก่ผู้อื่น และแก่ประเทศชาติ สอดคล้องกับหลักสาราณียธรรมข้อที่สี่คือ สาธณินโณศี คือ การมีสิ่งที่ประสานประโยชน์ร่วมกันช่วยเหลือเกื้อกูลกัน สามารถนำหลักสังคหวัตถุ 4 ประกอบด้วย “ทาน ปิยวาจา อัตถจริยา สมานัตต

ตา” นำมาขยายวิธีการปฏิบัติในคุณธรรมข้อที่สองได้ 3) คุณธรรมข้อที่สาม การที่ทุกคนประพฤติปฏิบัติอยู่ในความสุจริต ในกฎกติกา และในระเบียบแบบแผนโดยเท่าเทียมกัน ตรงกับหลักสารณียธรรมข้อที่ห้าคือ สีสสามัญญตา คือการที่ต่างคนต่างปฏิบัติตามกฎ ระเบียบแบบแผนที่มีการตกลงกันไว้ในสังคม ซึ่งสามารถนำหลักฆราวาส 4 ได้แก่ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ มาอธิบายขยายแนวทางการปฏิบัติของหลักธรรมข้อที่สามนี้ได้ 4) คุณธรรมข้อที่สี่ “การที่ต่างคนต่างพยายามทำความคิดเห็นของตนให้ถูกต้องเที่ยงตรงและมั่นคงอยู่ในเหตุผล” สอดคล้องกับหลักสารณียธรรมข้อที่หกคือ ทิฐิสามัญญตา สามารถนำหลักอภัยธรรม 7 ประการ เป็นแนวทางปฏิบัติตามคุณธรรมข้อที่สี่นี้ได้ จะเห็นได้ว่าคุณธรรมทั้งสี่หลักนี้เป็นการบูรณาการหลักธรรมของพระพุทธศาสนาเพื่อนำมาปฏิบัติให้ผู้คนได้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติสุขที่สุด

นอกจากนี้ยังพบว่ามีผู้นำหลักพุทธบูรณาการไปใช้กับหลักวิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์ (กัญญาภักดิ์ แมกกี้, 2561: 424-425) และพุทธบูรณาการยังสามารถประยุกต์ใช้กับระบบการสร้างเสริมสุขภาพดังที่คณะกรรมการสนับสนุนและประสานงานโครงการสุขภาพดีวิถีพุทธ (2554: 16-17) ได้กล่าวไว้ว่า การประยุกต์หลักพุทธบูรณาการกับการสร้างเสริมสุขภาพตามแนวทางดำเนินงานหมู่บ้านดีวิถีพุทธ พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า นั้นมีอานุภาพและคุณประโยชน์มากต่อผู้ปฏิบัติหลายๆ ด้านเช่นด้านการรักษาพยาบาลที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติการใช้สมุนไพร สำหรับการรักษาโรคในพระภิกษุผู้ป่วยไว้

ส่วนนิวัฒน์ คีตลักษณ์ และคณะ (2554: 16) ที่ได้กล่าวถึงหลักพุทธบูรณาการว่า หลักธรรมและพิธีกรรมทางพุทธศาสนาได้รับความสนใจและถูกนำมาประยุกต์ใช้กับผู้ป่วยมากขึ้น เห็นได้จากกระทรวงสาธารณสุขได้ดำเนินการแนวทางดูแลสุขภาพที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยได้ปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อเสริมสร้างสุขภาพโดยประยุกต์หลักพุทธธรรมและหลักการแพทย์การสาธารณสุขเข้ากับวิถีชีวิตประจำวันของประชาชน เพราะการบูรณาการเป็นการผสมผสานหลายวิธีที่สามารถช่วยเหลือชาวบ้านให้รู้วิธีการดูแลสุขภาพของตนเองอย่างคุ้มค่าและมีคุณภาพสูงสุด

เช่นเดียวกับพระราชนันท์ วิสาโร และพระมหานรากร วรเมธี (2556: 146-149) ได้ทำการวิจัยการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการแก้ไขปัญหาความยากจนของพระสงฆ์ในจังหวัดอุดรธานี พบว่า พระสงฆ์เป็นผู้นำชุมชนในลักษณะปราชญ์ชาวบ้านนำการแก้ไขปัญหาความยากจนด้วยวิธีการบูรณาการหลักพุทธธรรมหลายหมวดเข้ามามีบูรณาการใช้ในการเกษตรจนประสบความสำเร็จและมีชาวบ้านเข้ามาศึกษาเรียนรู้หลักบูรณาการหลายด้านกล่าวคือ

1) ด้านนำหลักพุทธธรรมกับการทำการเกษตรแก่จัน การนำหลักธรรมในพุทธศาสนา มาปรับใช้กับการทำการเกษตรนั้นมุ่งเน้นทางสายกลาง มีเหตุผลผลทำให้เกษตรกรรู้จักพึ่งตนเอง โดยมีหลักศีล 5 เป็นหลักเบื้องต้นรวมถึงหลักธรรมอื่นๆ ประกอบด้วยหลักคุณธรรมสู่ความสำเร็จ 4 อย่างฉันทะ คือความพอใจ, วิริยะ คือความเพียร, จิตตะ คือความมุ่งมั่นในสิ่งที่, วิมังสา คือความไตร่ตรอง

หลักธรรมาสารธรรม 4 คือ สัจจะ พุทฺธจริงทำจริง, ทมะ ผิกฝนแก้ไขข้อบกพร่อง, ขันติ ความอดทน ทำงานด้วยความขยัน, จาคะ ความเสียสละ, อบายมุข ไม่ประพฤตินทางเสื่อมเสีย รวมถึงการอดทน ซื่อสัตย์ มัธยัสถ์ ขยัน ถ่อมตนและกตัญญู

2) ด้านเศรษฐกิจแนวพุทธแก่จัน เกษตรกรสร้างรายได้จากผลผลิตจากสวนป่าเกษตรแนวพุทธด้วยการกำหนดราคาที่เป็นธรรมต่อผู้บริโภคส่งถึงตลาดรวมถึงจัดจำหน่ายเองด้วย ลดรายจ่ายจากการซื้อปุ๋ยเคมีโดยการนำเอาเศษวัสดุเหลือใช้ทางการเกษตรและขยะที่สามารถนำมาเป็นวัตถุดิบทำปุ๋ยหมักได้รวมถึงการปลูกในสิ่งที่กินและกินในสิ่งที่ปลูก อาหารและผลิตที่ได้ปลอดสารพิษการทำเกษตรแนวพุทธไม่ใช้สารเคมีทำให้ผลผลิตที่ได้ไม่มีสารพิษเจือปนตามความต้องการของผู้บริโภค ลดปัญหาความยากจนลงไปในระดับที่ดีขึ้น มีการออมเงินในครอบครัวรวมถึงทำให้ประหยัดค่ารักษาพยาบาลด้วย

3) ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ผลผลิตที่ได้เป็นอาหารที่ปลอดสารพิษเมื่อบริโภคเข้าไปแล้วทำให้มีสุขภาพกายที่ดี เมื่อสุขภาพกายดีสุขภาพจิตก็ดีขึ้นไปด้วย ก่อให้เกิดความจริงจัง มีความรักความขยันทำงาน ก่อเกิดสมาธิครอบรอบรอบอันมีความรักความสามัคคีเพิ่มมากขึ้นไม่ก่อให้เกิดหนี้สินเพิ่ม

4) ด้านเสริมสร้างความรักความสามัคคีของชุมชน ได้ส่งเสริมสร้างความรักความสามัคคีของสมาชิกในชุมชนมีส่วนร่วมแรงร่วมใจทำสวนป่าพุทธเกษตร เตรียมดิน เตรียมกล้า ลงมือปลูกและร่วมกันดูแลรักษา ก่อให้เกิดการพูดคุยและเปลี่ยนกันขณะทำงานเกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติจนเกิดความสำเร็โดยยึดตามแบบพระราชดำริเศรษฐกิจแบบพอเพียง

5) ด้านธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม จะเกิดจากการร่วมแรงร่วมใจของชุมชน เกิดความรักความผูกพันและรักธรรมชาติ เกษตรที่ยั่งยืนต้องยึดธรรมชาติเป็นหลักเน้นระบบนิเวศรอบตัว บำรุงรักษาสิ่งแวดล้อมไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม ไม่ใช้ยาฆ่าแมลงและไม่ใช้สารเคมีแต่ใช้สารสกัดจากธรรมชาติ ทำให้ดินอุดมสมบูรณ์สิ่งแวดล้อมไม่เป็นพิษ

6) ด้านบทบาทปราชญ์ สงฆ์ ผู้นำชุมชน เพื่อแก้ปัญหาความยากจน ส่งเสริมให้ชุมชนพัฒนาตนเองมีการฝึกฝนตนเองอยู่เสมอ โดยใช้พระธรรมเป็นเครื่องมือฝึกฝนให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงาน เกิดผลตามวัตถุประสงค์คือสร้างความพอเพียง จนเจือผู้อื่น พระสงฆ์จึงมีบทบาทที่สำคัญโดยการนำหลักธรรมสายกลาง คือ มัชฌิมาปฏิปทา เข้ามาพัฒนาการประกอบอาชีพในทางโลกอย่างสุดความสามารถจนสำเร็จในสิ่งที่ต้องการ จะเห็นได้ว่าแนวคิดการบูรณาการพุทธธรรมกับการเกษตรแนวพุทธแก่จัน หลายชุมชนในภาคอีสานจะมีพระสงฆ์เป็นศูนย์กลางของชุมชนได้พยายามรื้อฟื้นบทบาทการเป็นผู้นำชาวบ้านในยุคภาวะทางสังคมและเศรษฐกิจตกต่ำมีความซับซ้อน และได้พยายามค้นหาแก่นของพุทธธรรมนำมาประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาและพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่ของชาวบ้านในชุมชนให้ดียิ่งขึ้นไป

จากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องนั้นทำให้พบว่าการนำแนวคิดและทฤษฎีดังกล่าวไปใช้ในการศึกษาวิจัยในหลายบริบทโดยเฉพาะในด้านสุขภาวะหรือสุขภาพ ซึ่งแต่ละท้องถิ่นได้พบวิธีการในการใช้องค์ความรู้ เพื่อดูแลสุขภาพทั้งของตนเอง กลุ่มผู้สูงอายุ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีการจัดกลุ่มความรู้ด้านสมุนไพรในแต่ละด้านอย่างชัดเจน และมีการนำหลักพุทธธรรมไปบูรณาการกับภูมิปัญญาท้องถิ่นอีกด้วย ซึ่งในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะใช้ชุดความรู้ที่ได้จากการศึกษา งานวิจัยดังกล่าวมาเป็นกรอบในการศึกษาวิจัยในพื้นที่วัดท่าแร่ อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม เพื่อให้ได้ชุดความรู้ที่มีความสำคัญต่อการดูแลสุขภาพเชิงบูรณาการกับหลักพุทธธรรมให้เหมาะสมกับพื้นที่ ยุคสมัยและบริบททางสังคมต่อไป



บทที่ 3

บริบทพื้นที่ศึกษา

3.1 สภาพทั่วไปของภาคอีสาน

ภาคอีสานหรือตะวันออกเฉียงเหนือประกอบด้วย 20 จังหวัด ได้แก่ นครราชสีมา กาฬสินธุ์ ขอนแก่น ชัยภูมิ นครพนม บึงกาฬ บัรรัมย์ มหาสารคาม มุกดาหาร ยโสธร ร้อยเอ็ด ศรีสะเกษ เลย สกลนคร สุรินทร์ หนองคาย หนองบัวลำภู อุดรธานี อุบลราชธานี และอำนาจเจริญ มีอาณาเขตทิศเหนือและตะวันออกติดกับสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว ทิศใต้ติดกับกัมพูชาและภาคตะวันออกเฉียงใต้ติดกับภาคกลางและภาคเหนือตอนล่าง



รูปภาพ 2 แผนที่จังหวัดภาคอีสาน

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ลักษณะภูมิประเทศของภาคอีสานมีพื้นที่รวม 105.53 ล้านไร่ ลักษณะภูมิประเทศเป็นที่ราบสูง ซึ่งมีความลาดเอียงไปทางตะวันออก มีลักษณะคล้ายแอ่งกระทะ โดยแบ่งออกเป็น 2 เขตใหญ่ๆ ได้แก่ บริเวณแอ่งที่ราบโคราช อยู่บริเวณที่ราบลุ่มแม่น้ำมูลและชี ลักษณะเป็นที่ราบสูงสลับกับเนินเขา และบริเวณแอ่งสกลนครอยู่ทางตอนเหนือของภาค ตั้งแต่แนวเทือกเขาภูพานไปจนถึงแม่น้ำโขง เทือกเขาที่แบ่งระหว่างแอ่งโคราชและแอ่งสกลนคร ได้แก่ เทือกเขาภูพานภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีเนื้อที่มากที่สุดของประเทศไทย ประมาณ 168,854 ตารางกิโลเมตร หรือมีเนื้อที่ร้อยละ 33.17 เทียบได้กับหนึ่งในสามของพื้นที่ทั้งหมดของประเทศไทยโดยจัดว่าเป็นพื้นที่ที่ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย เทือกเขาที่

สูงที่สุดในภาคอีสานคือ ยอดภูมุลโล ภูหลวง และภูกระดึง เป็นต้นกำเนิดของแม่น้ำหลายสายของชาวอีสานในหลายจังหวัด เช่น แม่น้ำห้วยหลวง แม่น้ำชี ลำตะคอง แม่น้ำพอง แม่น้ำเลย แม่น้ำพรม แม่น้ำมูล แม่น้ำสงคราม

ภาษาหลักของภาคอีสาน คือ ภาษาลาว ซึ่งเป็นภาษาสำเนียงหนึ่งทางฝั่งขวาแม่น้ำโขง ส่วนภาษาไทยนิยมใช้กันทั่วไปโดยเฉพาะในเมืองใหญ่และจังหวัดนครราชสีมาแต่ไม่ถือเป็นภาษาหลัก ขณะเดียวกันยังมีภาษาเขมรที่ใช้กันมากในบริเวณอีสานใต้ นอกจากนี้ มีภาษาถิ่นอื่น ๆ อีกมาก เช่น ภาษาผู้ไท ภาษาใส ภาษาไทโคราช ภาษาทวย (ส่วย) ภาษาแสก ภาษาข่า ภาษากะเลิง ภาษาโย้ย ภาษาย้อ เป็นต้น ภาคอีสานยังมีเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่โดดเด่น เช่น อาหารอีสาน ภาษา อักษร เช่น อักษรไทน้อย ดนตรีหมอลำ ดนตรีกันตรึม ดนตรีเจริญ และศิลปะการฟ้อนรำ การแข่ง ที่ เป็นเอกลักษณ์เฉพาะ เป็นต้น

3.2 ลักษณะภูมิศาสตร์และภูมิประเทศของภาคอีสาน

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือครอบคลุมพื้นที่ 160,000 ตารางกิโลเมตร มีขนาดเท่ากับครึ่งหนึ่งของประเทศเยอรมนี ภาคตะวันออกเฉียงเหนือตั้งอยู่บนแอ่งโคราชและแอ่งสกลนคร โดยลาดเอียงมาจากทิวเขาเพชรบูรณ์ทางทิศตะวันตกของภูมิภาค ลงไปยังแม่น้ำโขง ซึ่งกั้นประเทศลาวทางทิศเหนือ และตะวันออกของภูมิภาค และทิศใต้กั้นประเทศกัมพูชาด้วยทิวเขาพนมดงรัก แอ่งโคราชจะอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง มีแม่น้ำสายหลัก คือ แม่น้ำมูล และแม่น้ำชี ทิศเหนือของแอ่งโคราชจรดแอ่งสกลนครโดยมีเทือกเขาภูพานกั้นไว้ แอ่งสกลนครมีแม่น้ำสายหลัก คือ แม่น้ำเลย และแม่น้ำสงคราม ดินในภาคตะวันออกเฉียงเหนือส่วนใหญ่เป็นทราย ประกอบด้วยแหล่งสะสมเกลือเป็นจำนวนมาก

ช่วงอุณหภูมิเฉลี่ยของภาคตะวันออกเฉียงเหนือคือ ตั้งแต่ 30.2 องศาเซลเซียส ถึง 19.6 องศาเซลเซียส อุณหภูมิสูงสุดที่บันทึกไว้ คือ 43.9 องศาเซลเซียส ในจังหวัดอุดรธานี อุณหภูมิต่ำสุดคือ -1.4 องศาเซลเซียส ในจังหวัดสกลนคร

ภูมิประเทศของภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นที่ราบ บางส่วนเป็นภูเขา โดยเฉพาะบริเวณตอนกลางของภูมิภาค เช่น จังหวัดกาฬสินธุ์ จังหวัดขอนแก่น จังหวัดชัยภูมิ จังหวัดนครพนม จังหวัดนครราชสีมา และจังหวัดบึงกาฬ โดยมีจุดสูงสุดของภาคตะวันออกเฉียงเหนืออยู่ที่ ยอดภูหลวง 1,835 เมตรเหนือระดับทะเลปานกลาง ตั้งอยู่ในเขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าภูหลวง (จังหวัดเลย)

1) เทือกเขาและแม่น้ำในภาคอีสาน ลำน้ำสาขาหลักของแม่น้ำโขงในประเทศไทย ได้แก่ แม่น้ำมูล และแม่น้ำชี แม่น้ำมูลไหลมาจากอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่ในจังหวัดนครราชสีมา และไหลไปทางทิศตะวันออก บรรจบกับแม่น้ำโขงในจังหวัดอุบลราชธานี แม่น้ำอีกสายหนึ่ง คือ แม่น้ำชี

ซึ่งไหลผ่านตอนกลางของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ก่อนที่จะไหลไปทางใต้เพื่อบรรจบกับแม่น้ำมูลใน จังหวัดศรีสะเกษ แม่น้ำเลย และแม่น้ำสงคราม ก็เป็นลำน้ำสาขาของแม่น้ำโขงเช่นเดียวกัน โดยแม่น้ำเลยไหลไปทางทิศเหนือผ่านจังหวัดเลย และแม่น้ำสงครามไหลไปทางตะวันออกผ่านจังหวัดอุดรธานี จังหวัดสกลนคร จังหวัดนครพนม และจังหวัดหนองคาย

2) ประชากร ประชากรรวมของภาคตะวันออกเฉียงเหนือในปี พ.ศ. 2563 มีจำนวนประมาณ 68,977,400 คน จำนวนประชากรของภาคมากที่สุดของประเทศ ปี 2559 มีจำนวนประชากร 21.95 ล้านคน หรือร้อยละ 33.3 ของประเทศ เพิ่มขึ้นจากปี 2555 ซึ่งมีประชากร 21.59 ล้านคน

3) อาหาร ภาคอีสานเป็นภูมิภาคที่มีวัฒนธรรมการกินหลากหลายที่สุดของประเทศไทย ดังตัวอย่างประเภทอาหารต่อไปนี้ ข้าวหอมมะลิ ผลิตภัณฑ์ข้าวหอมขึ้นชื่อที่มีชื่อเสียงติดอันดับโลก นิยมปลูกกันมากในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์ บุรีรัมย์ ร้อยเอ็ด ยโสธร ศรีสะเกษ อุบลราชธานี และ นครราชสีมา อาหารพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ได้แก่

ปลาแดก คืออาหารที่มีหลักฐานทางประวัติศาสตร์มากกว่า 5,000 ปี โดยการนำปลาหรือสัตว์ชนิดอื่น เช่น อีงอ่าง มาหมักกับเกลือและรำข้าวหรือข้าวคั่ว ใช้เป็นอาหารและเครื่องปรุงรส

ปลาร้าหลน หรือหลนปลาแดก คือการนำปลาร้าเป็นตัว ขนาดใหญ่พอประมาณนำไปทอดในกระทะให้สุก นิยมรับประทานกับข้าวเหนียว เครื่องเคียง เช่น พริกสด โหระพา กระเทียม

ข้าวจี คือนำข้าวเหนียวที่นึ่งสุกแล้วปั้นเป็นก้อนโรยเกลือเสียบไม้ นำไปย่างไฟ แล้วทาหับด้วยไข่ น้ำผึ้ง หรือน้ำตาล

ปลาร้าบอง หรือปลาแดกบอง คือ การนำปลาร้าเป็นตัวมาสับให้ละเอียดพร้อมกับใส่เครื่องปรุง เช่น ตะไคร้ พริก หอม กระเทียม ใบมะกรูด

ลาบ เช่น ลาบหมู, ลาบไก่, ลาบชิ้น, ลาบเนื้อ, ลาบควาย, ลาบไข่มดแดง, ลาบปลาตอง น้ำตก มีลักษณะเหมือนกับลาบทุกประการ ต่างกันเพียงแค่นำเนื้อสัตว์แต่ละชนิดมาหั่นเป็นชิ้น ๆ แทน โดยมากนิยมใช้เนื้อหมูย่างหรือเนื้อวัวย่าง

อาหารพื้นเมืองตามธรรมชาติอื่น ๆ อีกเช่น ไข่มดแดง แกงอ่อม หรืออ่อม แกงเห็ด ก้อย แกงผักหวานไข่มดแดง หม่าเนื้อ ข้าวเหนียวไก่ย่าง ส้มตำ หรือตำบักหุ่ง เลือดปลง

หมก คืออาหารประเภทหนึ่งที่ใช้ใบตองห่อนิยมใช้กับเนื้อปลา ไก่ แมลง กบ เขียด ผัก และหน่อไม้ หมกหรือห่อหมกของภาคอีสานจะไม่ใส่กะทิเนื้อหมูแห้งแดดเดียวเนื้อวัวแห้งแดดเดียวหรือชิ้นแห้งขนาดเล็กชิ้น เช่น ข้าวไก่เอาะ เช่น เอาะกะปุกเหนียน เช่น เหนียนบักเขีย เหนียนบักมีป่น เช่น ป่นปลา ป่นกบ มีทั้งป่นแห้งและป่นน้ำซุบ เช่น ซุบหน่อไม้แจ่ว คือน้ำพริกอีสาน เช่น แจ่วปลา แจ่วกุ่ม แจ่วหมากเผ็ด แจ่วบองแจ่วฮ้อน คือจิ้มจุ่มอีสาน ขึ้นดาด คือหมูกระทะอีสานเข้าหาลาม คือ ข้าวหาลาม ข้าวปุ้น คือ ขนมจีนอีสาน รับประทานกับน้ำยาประเภทต่าง ๆ เช่น น้ำนัว (น้ำปลาร้า)

น้ำยาป่า น้ำยาโคราช น้ำจ้ว (เนื้อวัว) หรือรับประทานกับส้มตำประเภทต่าง ๆ เช่น ตำข้าวปุ้น ตำป่า ตำข้าว (ตำซ่า) เป็นต้น ข้าวเปี้ยก คือกวยจั๊บอีสานเป็นอาหารที่ได้รับอิทธิพลเวียดนาม น้ำผัก ยำ สลัดลาว แหนมเนือง คืออาหารที่ได้รับอิทธิพลเวียดนาม รับประทานใส่กะปิ ซอสหวาน ซีอิ้วขาว และผักโหระพา ผอ คือกวยเตี๋ยวที่ได้รับอิทธิพลเวียดนาม บางท้องถิ่นรับประทานใส่ซอสพริก กะปิ ซีอิ้วดำ บางท้องถิ่นใส่มะเขือเทศลงในน้ำซุพหมาน้อยหรือหม้อน้อยต้ม เช่น ต้มส้ม ต้มไก่ ต้มแซบ ต้มยำซ่า หรือว่าแกงกล้วย เป็นอาหารพื้นบ้านอีสานใต้ อ้อหรือเอาะ ใช้น้ำน้อยกว่าอ่อม ใช้ผักและเนื้อสัตว์เคล้ากับน้ำพริกแกง แล้วตั้งไฟให้สุก จนน้ำในผักและเนื้อซึมออกมา นิยมใช้ปลาตัวเล็ก กุ้งฝอย ลูกออดและเขียด ตัวอย่างเช่น อ้อฮวก (ใช้ลูกออดของกบหรือเขียด) อ้อหน่อไม้

4) ลักษณะทางสังคมอีสาน ภาคอีสานเป็นภูมิภาคที่มีความหลากหลายทางเชื้อชาติและวัฒนธรรม เพราะในอดีตเคยเป็นพื้นที่ส่วนหนึ่งของอาณาจักรล้านช้างและอาณาจักรขอม พร้อมทั้งมีพรมแดนติดกับหลายชาติรวมไปถึงมีการอพยพของประชาชนจากท้องถิ่นอื่น ๆ มาตั้งรกรากอยู่ในภาคอีสานเป็นเวลานาน ร่วมกับประชากรที่อาศัยที่มีอยู่เดิมก็มีความหลากหลายอยู่แล้วตั้งแต่รุ่นบรรพบุรุษ จึงเกิดความหลากหลายมากยิ่งขึ้นไปยิ่งทำให้ประชากรของภาคอีสานมีหลายเผ่าพันธุ์ เช่น ชาวไทอีสาน ชาวผู้ไท และชาวอีสานเผ่าอื่น ๆ อีกมากมายที่พบในเขตภาคอีสาน โดยมีวิถีชีวิตขนบธรรมเนียมประเพณีที่มีเอกลักษณ์เป็นของตนเอง เช่น วัฒนธรรมอาหารการกิน การละเล่นหมอลำ หมอแคน การนับถือผี งานบุญประเพณีต่าง ๆ รวมถึงระบบการรักษาด้วยสมุนไพรด้วย สอดคล้องกับฉัตรทิพย์ นาถสุภา (2541: 112) ได้ศึกษาชุมชนในภาคอีสานที่สังเกตุดมการณ์ความเป็นพี่น้องแบบสังคมโคตร วงศ์ โดยความสัมพันธ์หลักในชุมชนเป็นความสัมพันธ์ในระบบเครือญาติ นับถือสายโลหิต ผู้อาวุโสได้รับการยอมรับสูงสุดในชุมชน ความสัมพันธ์ชนิดนี้ทำให้ชาวบ้านอยู่ร่วมกันอย่างพ้องพาน้อง พี่พาทอาศัยซึ่งกันและกัน ชุมชนยังคงรักษาความคิด ความเชื่อ การนับ ถือผีของชุมชน สอดคล้องกับสุภณ สมจิตศรีปัญญา (2536: 42-43) ได้ให้ความคิดเห็นว่า ชาวที่อีสานของประเทศไทยมีพิธีกรรมเกี่ยวกับความเชื่อหลายอย่างและเชื่อใน เรื่องผีสาปเทวดาเคารพเชื่อฟังผู้เฒ่าผู้แก่เชื่อในศาสนาพราหมณ์และ เชื่อในศาสนาพุทธดังนั้นภิกษุในศาสนาพุทธจึงได้จัดระเบียบความ เชื่อในศาสนาพุทธมากที่สุดสำหรับผลการประกอบพิธีที่หมุนเวียนกัน ไปภายใน 12 เดือนของแต่ละรอบปีของชาวอีสานเรียกว่า “ฮีตสิบสอง” ซึ่งมีลักษณะเป็นจารีตประเพณีประจำปีในแต่ละเดือนและได้กำหนดแนวทางหรือครรลองปฏิบัติต่อกันระหว่างชาวบ้านกับ ชาวบ้านและระหว่างชาวบ้านกับวัดมีสาระสำคัญ 14 ข้อเรียกว่า “คลองสิบสี่” และทั้งสองอย่างได้นำมารวมไว้ในหนังสือผูกฉบับเดียวกัน เชื่อ ว่า “ฮีตสิบสองคลองสิบสี่” แต่ในเนื้อหาจะมีชื่อเรียกย่อออกไปว่า ฮีตวัดคองวา คองสิขาท บ้างและสิขาทบ้างส่วนชาวบ้านบางครั้ง ก็เรียกตามภาษาปากว่าฮีตยี่คองเจียงบางที่ก็เรียกสั้น ๆ ว่าฮีตคองซึ่งเป็นคำที่มีความหมายกว้างออกไปอีกอย่างไรก็ตามหลักในฮีตสิบสอง คลองสิบสี่ส่วนมากชาวบ้านก็ยังถือปฏิบัติอยู่ในชีวิตประจำวันตั้งแต่ อดีตจนถึงปัจจุบันโดยแบ่งเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้

ก) **ด้านประเพณีวัฒนธรรม** นอกจากความเชื่อความสัมพันธ์แบบเครือญาติจะเป็นลักษณะเด่นของสังคมอีสานแล้ว สำลี รักสุทธี (2544: 98) กล่าวไว้ว่าชนบทรณนิยมประเพณีก็เป็นปัจจัยที่ช่วยรักษา สภาพสังคมให้เกาะเกี่ยวยึดแน่นกัน ในอดีตอำนาจการปกครองของ อาณาจักรรัฐสยามที่มีต่อภูมิภาคนี้เป็นไปแบบค่อนข้างหลวม รัฐจะ ดูแลอย่างใกล้ชิดเฉพาะการเรียกเก็บส่วยเท่านั้น ส่วนเรื่องการปกครองภายในและวิถีชีวิตความเป็นอยู่ยังคงปล่อยให้ เป็นไปอย่างที่เคยปฏิบัติกันมาตั้งแต่อดีต ดังนั้นชาวนาจิงยึดถือชนบทรณนิยม ประเพณีดังกล่าวจนถึงปัจจุบัน ชนบทรณนิยมประเพณีสำคัญในภาคอีสาน คือ ฮีตสิบสอง คลองสิบสี่

ฮีตสิบสองเป็นประเพณีรอบปีที่ชาวอีสานจะต้องปฏิบัติตามเพื่อความเป็นสิริมงคลแก่ตนเองและหมู่บ้าน ฮีตสิบสองถือว่าเป็นประเพณีที่เกี่ยวกับการทำบุญในแต่ละเดือนของภาคอีสาน หากสังเกตความหมายของ ประเพณีพบว่า งานบุญทั้ง 12 เดือนมีการผสมผสานแนวความคิด 6 ระหว่างศาสนาพุทธ พราหมณ์และการนับถือผี แต่การปฏิบัติจะ เน้นไปทางพราหมณ์และการนับถือผีเสียส่วนใหญ่ เนื่องจากชาวอีสาน เชื่อในเรื่องภูตผีหรือสิ่งที่ไม่มีความที่สถิตอยู่ในธรรมชาติซึ่งมนุษย์ต้องการพึ่งพาในการดำเนินชีวิตประจำวัน อย่างไรก็ตามเนื่องจากมี การรับพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำท้องถิ่นจึงทำให้งานบุญต่าง ๆ จะต้องมียุทธศาสตร์ทางพุทธศาสนาเสียก่อน ถึงแม้ว่าจะเป็นประเพณี เกี่ยวกับพราหมณ์และการนับถือผีก็ตาม ซึ่งก่อนจะทำพิธีดังกล่าว จะเริ่มด้วยการบูชาพระรัตนตรัย ฟังเทศน์ ถวายภัตตาหาร จากนั้น จึงเริ่มพิธีกรรมต่าง ๆ ตามประเพณีต่อไป

คลองสิบสี่เป็นข้อบังคับหรือกฎระเบียบสำหรับทุกคนใน หมู่บ้านปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัดเพื่อให้สังคมมีความสงบสุข ซึ่งได้จำแนกไว้ทุกคนปฏิบัติทั้งหมด 14 ข้อ ตามฐานะที่ต่างกันหลักของคลองสิบสี่เน้นให้คนในสังคมอยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุขไม่ว่าจะเป็น กษัตริย์ ขุนนาง เจ้าเมือง พระสงฆ์และประชาชน โดยใช้ หลักธรรมเป็นแนวทางในการกำหนดวิธีการดำเนินชีวิต นอกจากนี้ แล้วเนื่องจากภาคอีสานมีอิสระในการปกครองตนเองจึงไม่ได้นำวิธีการลงโทษแบบที่ส่วนกลางนำมาใช้กับบุคคลที่กระทำความผิด แต่ขณะเดียวกันกลับพบว่า จำนวนผู้ที่กระทำความผิดน้อยมาก เนื่องด้วยสังคมอีสานเป็นสังคมที่ยึดมั่นในหลักพุทธศาสนา ทำให้ประชาชนในภูมิภาคนี้กลัวบาปกรรมมากกว่าการลงโทษอย่างอื่น ดังนั้น คลองสิบสี่จึงเปรียบเสมือนกฎหมายที่อาศัยความสำนึกชั่วดี ของมนุษย์เป็นบทลงโทษนั่นเอง สอดคล้องกับ จารุบุตร เรื่องสุวรรณ (2527: 7) ได้กล่าวว่าคลองสิบสี่ ได้บรรจุเนื้อหาข้อกำหนดเรื่องหน้าที่ต่าง ๆ ตลอดจนสิ่งที่พึงกระทำ หรือละเว้นกระทำ หากผู้ใดทำตามก็จะมีความสุขความเจริญก้าวหน้าในทางตรงกันข้ามหากไม่ทำตามก็จะพบแต่ความทุกข์ ซึ่งก็ไม่เฉพาะแก่ตนเองเท่านั้นแต่จะส่งผลไปถึงคนทั้งหมู่บ้าน ดังนั้น นอกจากชาวอีสานจะประพฤติตนให้เป็นคนดีแล้วยังต้องสวดสวด ตักเตือนและห้ามปรามไม่ให้คนในหมู่บ้านประพฤติผิดผิดฮึดคอง ตัวอย่างของฮีตสิบสองคลองสิบสี่ที่แสดงให้เห็นถึงความรักใคร่กลมเกลียวของสังคมอีสาน เช่น วันเข้าพรรษาเป็นวันที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบัญญัติให้พระภิกษุสงฆ์จำพรรษาเป็นเวลา 3 เดือนในฤดูฝนระหว่างแรม 1

ค่าเดือน 8 ถึงวันขึ้น 15 ค่าเดือน 11 เพื่อไม่ให้พระสงฆ์ไปเหยียบย่ำข้าวกล้าของชาวนาให้ได้รับความเสียหายประเพณีแห่งเทียนพรรษานั้นเนื่องจากสมัยก่อนพระภิกษุ สงฆ์ไม่มีไฟฟ้าใช้ชาวบ้านจึงหล่อเทียนต้นใหญ่ขึ้นเพื่อถวายพระภิกษุ สงฆ์จุดให้แสงสว่างในการปฏิบัติกิจวัตรต่าง ๆ เป็นพุทธบูชา ตลอดเวลา 3 เดือนการนำเทียนไปถวายชาวบ้านมักจัดขบวนแห่กันอย่าง เอิกเกริกสนุกสนานและปฏิบัติสืบทอดกันมาจนกลายเป็นประเพณี การจัดให้มีการทำบุญข้าวสากในเดือน 10 เพื่อเป็นการอุทิศส่วนกุศลให้แก่ ปู่ย่าตายาย และญาติพี่น้องที่ล่วงลับไปแล้ว เป็นต้น พิธีกรรมดังกล่าวได้แสดงให้เห็นถึงความกตัญญูต่เวทีของ ชาวอีสานตลอดจนความรักใคร่กลมเกลียวกันในหมู่ญาติพี่น้อง ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของสังคมอีสาน

ข) ด้านอาหาร พัฒนาการทางอาหารอีสานจะอยู่กับธรรมชาติ ที่มีความหลากหลายของวัตถุดิบในการทำอาหาร ทั้งพืชผัก สัตว์ จนกระทั่งแมลงโดยวัฒนธรรมการกินอาหารแบบสุก ๆ ดิบ ๆ ก็มีมาช้านานแล้ว ส่วนอาหารต้องห้าม คืออาหารที่เป็นของเหลือเดนอีกทั้งผู้น้อยหนุ่มสาวจะไม่กินอาหารก่อนผู้ใหญ่ครูบาอาจารย์ ซึ่งแฝงคำสอนให้รู้จักเคารพผู้อาวุโสรู้จักการนอบน้อมถ่อมตน แต่เนื่องจากอีสานเป็น ภาคที่แห้งแล้ง ทำให้วัฒนธรรมการกิน การทำกับข้าวจะกินกันอย่างพอเพียง โดยมีกับข้าวไม่กี่อย่างแต่แบ่งกินกันหลายคนซึ่งก็มีนัยแฝงว่าทุกคนใน ครอบครัวจะได้พูดคุยกันแต่ปัจจุบันคนในครอบครัวต่าง ก็แยกย้ายกันไป ทำให้วิถีในอดีตหายตามไปด้วย ส่วนข้อห้ามต่าง ๆ ในส่วนของงานพิธีกรรมจะ ไม่นิยมนำสัตว์ใหญ่มาทำอาหาร และคนที่มิชอบมีวิชาอาคมจะไม่กินอาหารที่เลี้ยงในงานศพเชื่อว่าจะทำให้วิชาเสื่อม และยิ่งในหญิงตั้งครรภ์ก็จะมีความเข้มงวดอย่างมาก เช่น แม่ลูกอ่อนที่อยู่ไฟต้องกิน ปลา เลือ ไช และข้าว เพื่อช่วยสมานแผลแต่ห้ามกินของทะเล ของที่มีกลิ่นเหม็น เช่น ชะอม ของหมักต้องจนกระทั่งห้ามกินสัตว์ที่อยู่ใต้ดิน อย่าง ตุ่น เต่า และห้ามกินต่อแตนเพราะจะทำให้ลูกอารมณ์ร้าย เป็นต้น โดยความเชื่อบางความเชื่อนั้นต่างก็มากับหลักการดำเนินชีวิตของแต่ละคนนอกจากนั้นสภาพแวดล้อมลักษณะภูมิประเทศก็เป็นตัวกำหนดวัฒนธรรมชีวิตความเป็นอยู่ของประชากรในถิ่นนั้นให้ เข้ากับสภาพพื้นที่เพื่อความอยู่รอดได้เป็นอย่างดี นอกจากการอยู่ที่ยึดง่ายแล้วการกินของชาวอีสานก็มี ความเรียบง่ายเช่นกันอาหารในแต่ละมื้อของชาวอีสานไม่ค่อยแตกต่างกันนักและมักจะมีเพียงอย่างเดียวหรือสองอย่างต่อมื้อ บางมื้ออาจจะมีเพียงน้ำพริกหรือที่ชาวอีสานเรียกว่า “แจ่ว” (ส่วนใหญ่จะเป็นน้ำพริกปลาร้า) กับผักพื้นบ้านที่เก็บได้ริมรั้วบ้านและอาหารที่ ชาวอีสานนิยมรับประทานกันมากที่สุดนอกจากแจ่วแล้วก็คงจะเป็น ส้มตำที่นิยมกินกันทั่วภาคอีสานส้มตำของชาวอีสานจะใส่น้ำปลาร้า เป็นเครื่องปรุงหลักโดยรับประทานส้มตำกับข้าวเหนียว และผักพวกกระถินถั่วฝักยาวและผักอื่นที่หาได้ใกล้บ้านเวลามีงานเทศกาลงาน บุญหรืองานสังสรรค์ต่าง ๆ ชาวอีสานนิยมตำส้มตำเป็นอาหารหลักการ รับประทานส้มตำนั้นชาวอีสานเชื่อว่าต้องรับประทานหลาย ๆ คนถึงจะอร่อยนี้เป็นเคล็ดลับหนึ่งในการผูกมิตรของชาวอีสาน (โดยใช้ส้มตำ) อาหารอื่น ๆ ก็จะเป็นพวกแกงที่นิยมกันมากคือแกงหน่อไม้ และแกงปลาและอ่อมเนื้อหรือกบเขียด

ปลาไก่ (แล้วแต่ว่าจะมีอะไรในครัวมือนั้น) โดยชาวอีสานจะรับประทานข้าวเหนียวกับอาหารทุกชนิด และสิ่งที่ขาดไม่ได้เลยในการปรุงอาหารของชาวอีสานก็คือปลาร้าหรือที่ชาวอีสานเรียกว่า “ปลาแดก” เป็นเครื่องปรุงหลักอย่างหนึ่งในการ ประกอบอาหารพื้นบ้าน (นำใจ อุทรักษ์, 2553: 11-12)

ค) ด้านภาษาอีสาน ภาษาพูดของคนอีสานในแต่ละท้องถิ่นนั้นจะมีสำเนียงที่ แตกต่าง กันออกไปตามสภาพทางภูมิศาสตร์ที่มีอาณาเขตติดต่อกับถิ่น ไตรวมทั้งบรรพบุรุษของท้องถิ่นนั้น ๆ ด้วย เช่น แถบจังหวัดศรีสะเกษ สุรินทร์ บุรีรัมย์ มีชายแดนติด กับเขมรสำเนียงและรากเหง้าของ ภาษา ก็จะมีคำของภาษาเขมรปะปนอยู่ด้วยทางด้านจังหวัด สกลนคร นครพนม มุกดาหาร หนองคาย เลยที่ติดกับประเทศลาว และมีชาวเวียดนามเข้ามาอาศัยอยู่ค่อนข้างมากก็จะมีอีกสำเนียงหนึ่ง ชนเผ่า ดั้งเดิมที่อาศัยอยู่ในบริเวณนั้น ๆ ก็จะมีสำเนียงที่มีเอกลักษณ์ เป็นของตนเองและยังคงรักษา เอกลักษณ์นั้นไว้ตราบนานจนปัจจุบัน เช่น ชาวภูไทในจังหวัดมุกดาหารและนครพนมถึงแม้ชาวอีสานจะมี ภาษาพูดที่มีความแตกต่างกันในแต่ละท้องถิ่นแต่ในภาษาอีสานก็มีสิ่งหนึ่งที่ยังคงมีความคล้ายกันก็คือ ลักษณะของคำและความหมายต่าง ๆ ที่ยังคงสื่อความถึงกันได้ทั่วทั้งภาค ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ชาวอีสาน ต่างท้องถิ่นกันสามารถสื่อสารกันได้เป็นอย่างดีถ้าจะถามว่าภาษาถิ่นแท้จริงของชาวอีสานใช้กันอยู่ที่ ไດคงจะตอบไม่ได้ เพราะภาษาที่คนในท้องถิ่นต่าง ๆ ใช้กันก็ล้วนเป็นภาษาอีสานทั้งนั้น ถึงแม้จะเป็น ภาษาที่มีความแตกต่างกัน แต่ก็มีรากศัพท์ในการสื่อความหมายที่คล้ายคลึงกันในปัจจุบันชาวอีสาน ตามเมืองใหญ่ โดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นได้หันมาใช้ภาษาไทยกลางกันมากขึ้นเพราะวัยรุ่นเหล่านี้ส่วนใหญ่ ได้รับการศึกษาที่ดีเทียบเท่ากับคนในภาคกลางหรือกรุงเทพ มหานครทำให้ภาษาอีสานเริ่มลด ความสำคัญลง เช่นเดียวกันกับภาษาพื้นเมืองของภาคอื่น ๆ แต่ผู้คนตามชนบท และคนเฒ่าคนแก่ยัง ใช้ภาษาอีสานกันเป็นภาษาหลักอยู่ ทั้งนี้คน อีสานส่วนใหญ่จะสามารถสื่อสารได้ทั้งภาษาอีสานของ ท้องถิ่นตนเอง และภาษาไทยกลาง หากท่านเดินทางไปในชนบทของอีสาน จะพบการใช้ภาษาถิ่นที่ แตกต่างกันไปดังที่กล่าวมาแล้ว แต่คนอีสานเหล่านี้ โดยเฉพาะวัยรุ่นหนุ่มสาวก็จะสามารถสื่อสารกับท่าน เป็นภาษาไทย กลางได้อีกด้วย ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นชาวอีสานใหญ่จะเข้ามาหางานทำในกรุงเทพมหานครและ ปริมณฑล เมื่อก่อนจะไปหางานทำเฉพาะหลังฤดูทำนา แต่ในปัจจุบันวัยรุ่นส่วนใหญ่จะเข้ากรุงเทพและ ทำงานที่นั่นตลอดทั้งปีชาวอีสานที่ไปต่างถิ่นนอกจากจะหางานทำแล้วยังมีการเผยแพร่วัฒนธรรม รวมทั้งภาษาของตนเองไปใน ตัว จะเห็นได้จากในปัจจุบันชาวไทยจำนวนมากเริ่มเข้าใจภาษา อีสาน ทั้งจากเพลงลูกทุ่งภาษาอีสานที่ได้รับความนิยมกันทั่ว ประเทศและจากคนรอบตัวที่เป็นคนอีสาน ทำ ให้ภาษาอีสานยังคง สามารถสืบสานต่อไปได้อยู่ถึงแม้จะมีคนอีสานบางกลุ่มเลิกใช้

ง) ด้านสุขภาพ การดูแลสุขภาพของคนอีสานในอดีตมีลักษณะเป็นแบบบูรณาการโดย สอดคล้องกับธรรมชาติ ดังคำพูดที่ว่า “เฮ็ดอยู่เฮ็ดกิน” และ “กินข้าวเป็นหลัก กินผักเป็นยา กินปลา เป็นอาหาร” ทำให้เห็นว่าคนอีสานให้ความสำคัญกับการกิน เพื่อให้มีกำลังในการทำงานและเพื่อให้มี ชีวิตอยู่มากกว่ารูปลักษณ์ของอาหาร และการกินอยู่ของคนอีสานยังให้ความสำคัญกับฤดูกาลที่

เปลี่ยนไป เพื่อปรับสมดุลภายในให้สอดคล้องกับสิ่งแวดล้อมภายนอกเช่นฤดูหนาวจะทำกับดักสัตว์ จำพวกหนูนา นก รวมถึงจับปลาที่อยู่ในบ่อน้ำเล็ก ๆ ตามทุ่งนา ในฤดูร้อนช่วงเริ่มต้นฤดูร้อนจะมีพายุ ฤดูร้อนมาก่อนทำให้มีสัตว์เล็กสัตว์น้อยออกมาหากินและผสมพันธุ์เช่นแมลงท้าว แมงแค่ง แอ้ กิ้งก่า มดแดง ในฤดูฝนจะเป็นช่วงที่สัตว์น้ำและสัตว์ครึ่งบกครึ่งน้ำออกมาผสมพันธุ์เช่น ปลาต่าง ๆ กบ เขียด อึ่งอ่างและพืชพันธุ์ต่าง ๆ ที่ชาวอีสานสามารถนำมาทำเป็นอาหารได้

การดูแลสุขภาพจึงเป็นไปในลักษณะที่เป็นการพึ่งตนเองก่อน เมื่อไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้จึงหันไปพึ่งหมอยาภายในชุมชน หรือนอกชุมชน แนวปฏิบัติเช่นนี้ยังพบเห็นได้ในชุมชนชนบททั่วไป ดังนั้นกรอบในการดูแลสุขภาพจึงประกอบด้วยเรื่องของอาหาร การจัดภูมิทัศน์รอบบ้าน การบำบัดทางจิตซ้อคะล่า (ซ้อห้าม) ต่าง ๆ ที่จะทำให้สุขภาพเป็นปกติ สามารถจำแนกการดูแลสุขภาพของคนอีสานได้เป็น 2 ส่วน คือการดูแลแบบพึ่งพาตนเองและการพึ่งพาผู้อื่น ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งพาตนเองประกอบด้วย อาหารและการจัดภูมิทัศน์รอบบ้าน ซึ่งความรู้ทางด้านนี้เป็นการสืบทอดภายในครอบครัว จากรุ่นสู่รุ่น ส่วนการพึ่งพาผู้อื่น ได้แก่ การรักษาภัยพินบ้าน มีทั้งการใช้สมุนไพร และพิธีกรรมบำบัด และสถานพยาบาลของรัฐหากจะกล่าวถึงตำรับตำรายาอีสาน เมื่อมองย้อนดูสังคมอีสานแต่เดิมนั้นเป็นสังคมแบบมุขปาฐะ การถ่ายทอดองค์ความรู้จึงเป็นแบบบอกเล่า มากกว่าการจดบันทึก กล่าวกันว่าในอดีตดินแดนแถบอีสานและลาวเริ่มมีการใช้อักษรเขียนเป็นภาษาอีสานหรือภาษาไทย-ลาวเมื่อสมัยพุทธศตวรรษที่ 21 ถึงแม้ว่าในอดีตคนอีสานจะมีอักษรที่ใช้ในการบันทึกข้อมูลแต่การจดบันทึกองค์ความรู้ส่วนใหญ่เกิดขึ้นในชุมชนของพระสงฆ์เสียมากเนื่องจากการเรียนการสอนโดยใช้ตัวหนังสือมีปรากฏเฉพาะภายในวัดเท่านั้น การบันทึกอักษรในอดีต เป็นการบันทึกโดยใช้อักษรธรรมและอักษรไทยน้อย วัสดุที่ใช้ในการบันทึกคือใบลาน การจดบันทึกเพื่อจัดทำตำราทั้งหลายต้องเริ่มจากการเรียนรู้โดยที่การเรียนรู้อาจเกิดได้หลายช่องทาง เช่น การเรียนรู้จากผู้รู้ หรือครู การเรียนรู้ด้วยตนเองไม่ว่าจะเป็นการอ่านจากตำราหรือการทดลองเรียนรู้ด้วยตนเอง เมื่อนำผลจากการเรียนมาวิเคราะห์สังเคราะห์จนกลายเป็นองค์ความรู้ สามารถนำไปสู่การจดบันทึกหรือการจัดทำตำราทั้งเพื่อการใช้ประโยชน์ในอนาคตของผู้จดบันทึกเอง หรือเพื่อการสืบทอดองค์ความรู้เหล่านั้น

3.3 จังหวัดมหาสารคาม

มหาสารคามปรากฏตามพงศาวดารอีสาน ว่าตั้งขึ้นเมื่อปีฉลู จุลศักราช 1227 (พ.ศ.2408) ในสมัยรัชกาลที่ 4 โดยที่พระขัติยะวงศา (สาร) เจ้าเมืองร้อยเอ็ดได้กราบทูลขอตั้งบ้านลาดกุดยางใหญ่ เป็นเมืองมหาสารคาม เจ้าเมืองมหาสารคามคนแรก คือ ท้าวบัวทอง บุตรอุปฮาด (ภู) เป็นอัครหาต ครั้นต่อมาเมื่อพ.ศ. 2412 มีการโปรดเกล้า ให้เลื่อนฐานะเมืองมหาสารคามเป็นเมืองเอก แยกออกจาก

ในการเดินทางจากกรุงเทพมหานครฯ มายังจังหวัดมหาสารคามสามารถเดินทางมาได้หลายทางเช่นทางรถยนต์ส่วนตัวโดยใช้เส้นทางที่สะดวกและสั้นที่สุด คือใช้เส้นทางถนนพหลโยธินเข้าสู่จังหวัดสระบุรี และเลี้ยวขวาเข้าสู่ถนนมิตรภาพ ผ่านจังหวัดนครราชสีมา เข้าสู่จังหวัดขอนแก่น แล้วเลี้ยวขวาเข้าสู่ถนนแจ้งสนิท จนกระทั่งเข้าสู่จังหวัดมหาสารคาม หรือเดินทางโดยรถโดยสารประจำทางโดยสถานีขนส่งผู้โดยสารจังหวัดมหาสารคาม ตั้งอยู่บริเวณถนนเลียบคลองสมถวิล ผู้ให้บริการรถโดยสารจากกรุงเทพฯ อาทิ บริษัท ขนส่ง จำกัด, นครชัยแอร์, เชิดชัยทัวร์, รุ่งประเสริฐทัวร์ และชาญทัวร์ นอกจากนี้ยังมีผู้ให้บริการรถโดยสารไปยังจังหวัดข้างเคียง อาทิ สหพันธ์ร้อยเอ็ดทัวร์, แสงประทีปทัวร์ เป็นต้น การเดินทางจากอำเภอเมืองมหาสารคาม มีรถโดยสารประจำทางให้บริการไปยังอำเภอต่าง ๆ ได้แก่ พยัคฆภูมิพิสัย วาปีปทุม นาตุน นาเชือก บรบือ กุดรัง และเขียงยืน จังหวัดมหาสารคามมีสถานีขนส่งผู้โดยสารหลายแห่ง ได้แก่ที่เทศบาลเมืองมหาสารคาม, บรบือ, พยัคฆภูมิพิสัย, วาปีปทุม และโกสุมพิสัย

3.4 อำเภอเมืองมหาสารคาม

อำเภอเมืองมหาสารคามเป็นอำเภอหนึ่งของจังหวัดมหาสารคาม เป็นอำเภอที่มีประชากรมากที่สุดและที่มีพื้นที่ใหญ่เป็นอันดับ 4 ของจังหวัด รองจาก อำเภอโกสุมพิสัย อำเภอบรบือ และอำเภอวาปีปทุม เป็นอำเภอศูนย์กลางทางการปกครอง การคมนาคม การศึกษา การแพทย์ อุตสาหกรรม และเศรษฐกิจของจังหวัดมหาสารคาม

1) **ที่ตั้งและอาณาเขต** อำเภอเมืองมหาสารคามตั้งอยู่ทางตอนกลาง ค่อนไปทางทิศตะวันออกเฉียงเหนือ มีอาณาเขตติดต่อกับเขตการปกครองข้างเคียง ดังต่อไปนี้

ทิศเหนือ	ติดต่อกับอำเภอโกสุมพิสัยและอำเภอกันทรวิชัย
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับอำเภอฆ้องชัย (จังหวัดกาฬสินธุ์)
	อำเภอจังหาร อำเภอเมืองร้อยเอ็ด
	อำเภอศรีสมเด็จ (จังหวัดร้อยเอ็ด) และอำเภอแกดำ
ทิศใต้	ติดต่อกับอำเภอวาปีปทุมและอำเภอบรบือ
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับอำเภอบรบือและอำเภอโกสุมพิสัย

2) **เขตปกครอง** อำเภอเมืองมหาสารคามแบ่งเขตการปกครอง เป็น 14 ตำบล , 169 หมู่บ้านประกอบด้วยตำบล ตลาด เขวา ท่าตูม แวงนาง โคกก่อ ดอนหว้าน เกิ้ง แก่งเลิงจาน ท่าสองคอน ลาดพัฒนา หนองปลิง ห้วยแอ่ง หนองโน และบัวค้อ

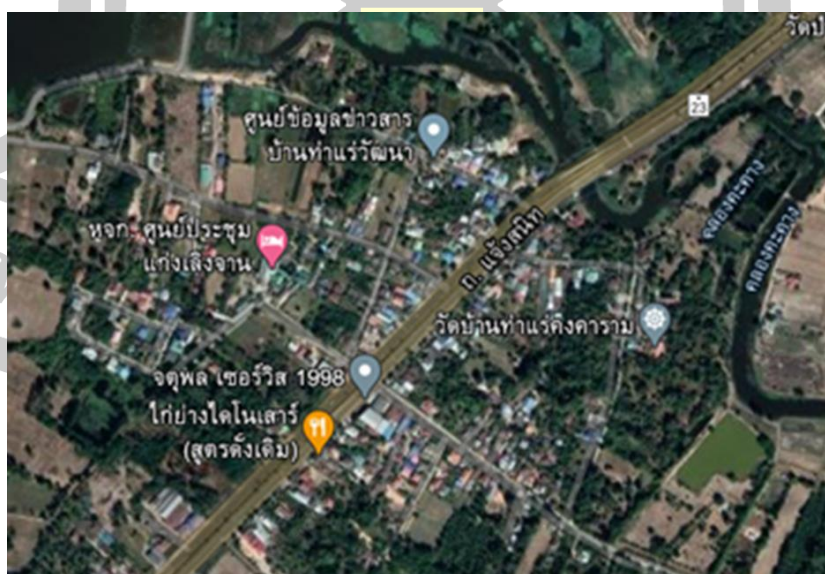
3.5 ตำบลแก่งเลิงจาน

ตำบลแก่งเลิงจานเป็นตำบลที่ขึ้นเขตปกครองกับอำเภอเมืองมหาสารคาม และแบ่งเขตการปกครองในระดับตำบลออกเป็น 17 หมู่บ้านประกอบด้วย หมู่ที่ 1 บ้านกุดเป่ง หมู่ที่ 2 บ้านหนองใหญ่ หมู่ที่ 3 บ้านเม่นใหญ่ หมู่ที่ 4 บ้านท่าแร่ หมู่ที่ 5 บ้านหนองจิก หมู่ที่ 6 บ้านเม่นน้อย หมู่ที่ 7 บ้านกลาง หมู่ที่ 8 บ้านดอนโต หมู่ที่ 9 บ้านหนองจิก หมู่ที่ 10 บ้านหัวช้าง หมู่ที่ 11 บ้านโนนหัวฝาย หมู่ที่ 12 บ้านแก่งเลิงจาน หมู่ที่ 13 บ้านเม่นใหญ่ หมู่ที่ 14 บ้านหนองจิกร่วมใจ หมู่ที่ 15 บ้านดอนตูมสามัคคี หมู่ที่ 15 บ้านดอนหันพัฒนา และหมู่ที่ 16 บ้านเขวา

ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลในหมู่บ้านท่าแร่และบริบทที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้มองเห็นภาพพื้นที่วิจัยได้ชัดเจนมากขึ้น ซึ่งจะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่จะทำให้มองเห็น การใช้พืชสมุนไพร โดยเริ่มจากประเด็นดังต่อไปนี้

3.6 ประวัติบ้านท่าแร่

การก่อตั้งชุมชนบ้านท่าแร่ หมู่ที่ 5 ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม ก่อตั้งโดยประมาณปี พ.ศ. 2350 (พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์, 2563: สัมภาษณ์) ด้านทิศเหนือติดบ้านบ้านโนนม่วง ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม ทิศใต้ติดกับบ้านหนองเส้ง ตำบลแวงน่าง อำเภอเมืองมหาสารคาม ทิศตะวันตกติดบ้านหนองจิก ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม ทิศตะวันออกติดกับบ้านหนองเส้ง ตำบลแวงน่าง อำเภอเมืองมหาสารคาม ลักษณะภูมิประเทศที่ตั้งเป็นฝั่งห้วยคะคาง เดิมทำนํ้าสำหรับร่อนหินกรวด ล้อมรอบไปด้วยป่าละเมาะ มีพื้นที่ประมาณ 100 ไร่ (ภาพที่ 3)



รูปภาพ 3 พื้นที่บ้านท่าแร่ หมู่ที่ 5

ภาพโดย <http://mahasarakham.kapook.com>

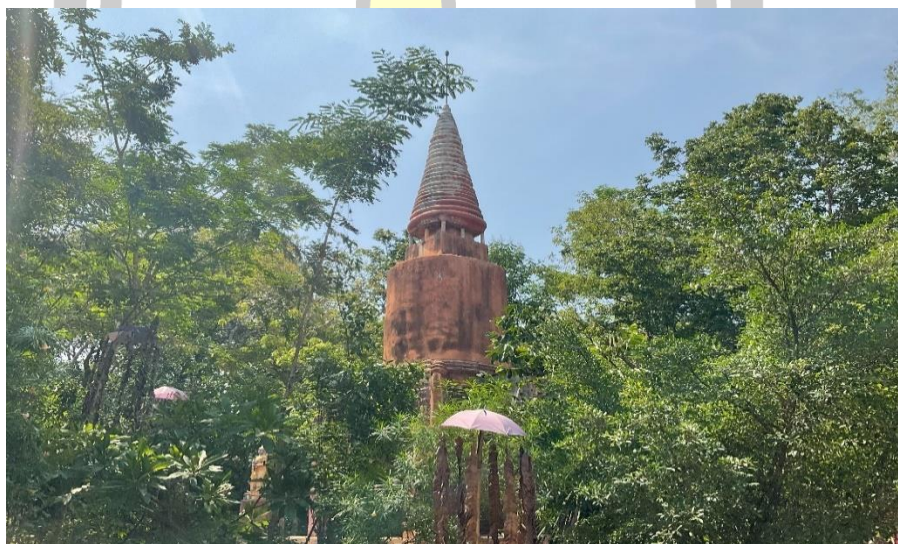
1) การก่อตั้งวัดท่าแร่สงคราม ตามที่ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่สอบถามผู้อาวุโสในชุมชนบ้านท่าแร่พบว่า การก่อตั้งวัดท่าแร่สงคราม ก่อตั้งเมื่อปี พ.ศ. 2458 โดยได้ตั้งชื่อวัดตามลักษณะของหมู่บ้านและบริเวณที่ตั้งวัดคือ ตั้งอยู่ฝั่งห้วยคเคางและเป็นที่ขุดทรายเพื่อเป็นทรายสำหรับจำหน่ายใช้ก่อสร้างจึงได้ชื่อวัดว่า วัดท่าแร่สงคราม จนถึงปัจจุบันและได้รับพระราชทานวิสุงคามสีมา เมื่อวันที่ 8 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 25256 (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2563: สัมภาษณ์) วัดท่าแร่สงคราม มีพื้นที่จำนวน 6 ไร่ มีพื้นที่ป่าช้าของชุมชนจำนวน 1 ฝั่งปัจจุบันได้จัดตั้งสำนักสงฆ์ชื่อว่า วัดป่าท่าแร่ วัดท่าแร่สงครามมีถาวรวัตถุคือ

1. อุโบสถ กว้าง 15 เมตร ยาว 25 เมตร จำนวน 1 หลัง
2. พระพุทธรูปขนาดใหญ่ หน้าตัก 4 เมตร สูง 6 เมตร จำนวน 1 องค์
3. ศาลาการเปรียญ ทรงไทย สูงหนึ่งชั้น ขนาดกว้าง 20 เมตร ยาว 30 เมตร จำนวน 1 หลัง
4. กุฏิ กว้าง 5 เมตร ยาว 10 เมตร จำนวน 3 หลัง
5. ห้องน้ำห้องสุขา ขนาด 10 ห้อง แยกห้องผู้ชาย ผู้หญิง จำนวน 1 หลัง
6. ห้องน้ำห้องสุขา ขนาด 3 ห้อง สำหรับพระสงฆ์ จำนวน 1 หลัง
7. หอพระ จำนวน 2 หลัง
8. ซุ้มประตูโขง จำนวน 2 ซุ้ม
9. หอระฆัง จำนวน 1 หลัง
10. เมรุ จำนวน 1 หลัง
11. ศาลาธรรมสังเวช จำนวน 1 หลัง

2) การก่อตั้งวัดป่าท่าแร่ วัดป่าท่าแร่นี้ ผู้วิจัยเป็นผู้ก่อตั้งเองโดยวัดป่าท่าแร่ เดิมทีเป็นพื้นที่สำหรับทำฌาปนกิจ (ป่าช้า) และเป็นสถานที่สำหรับปฏิบัติธรรม ประจำหมู่บ้านท่าแร่ เนื้อที่ประมาณ 20 ไร่ อาณาเขตทิศเหนือจดห้วยจคเคาง ทิศตะวันออกจดห้วยและทุ่งนา ทิศใต้จดหมู่บ้านท่าแร่ ทิศตะวันตกจดถนนสาธารณะ วัดป่าท่าแร่ยังเป็นป่าอนุรักษ์ของชาวบ้านท่าแร่ จึงเป็นสภาพป่าที่มีสมุนไพรนับกว่า 200 ชนิด ต่อมาวัดท่าแร่ (วัดบ้าน) และชาวบ้านท่าแร่ ได้สร้างฌาปนสถานภายในวัดท่าแร่สงคราม (วัดบ้าน) ชาวบ้านได้เลิกใช้ป่าช้า แต่ยังคงใช้ป่าช้าแห่งนี้เป็นสถานที่ปฏิบัติธรรม พร้อมอนุรักษ์ป่าไม้ทั้งเป็นไม้ป่าสมุนไพรและไม้ป่ายืนต้น โดยอนุรักษ์ของเดิมไว้และหาต้นไม้มาปลูกเพิ่ม ซึ่งมีพระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ เป็นผู้นำพาชาวบ้านท่าแร่ให้อนุรักษ์ป่าช้าแห่งนี้ไว้ และปัจจุบันป่าช้าแห่งนี้มีสภาพวัดที่เป็นที่พักสงฆ์ โดยมีชื่อเป็นเป็นทางการว่า “วัดป่าท่าแร่” สังกัดคณะสงฆ์มหานิกาย

วัดป่าท่าแร่ มีถาวรวัตถุ คือ

1. พุทธดักศิลาเจดีย์ ฐานเจดีย์ทรงแปดเหลี่ยม ฐานกว้าง 15 เมตร ยาว 15 เมตร เจดีย์ทรงระฆังคว่ำ กว้าง 9 เมตร ยาว 9 เมตร สูง 16 เมตร จำนวน 1 องค์
2. พระพุทธรูปขนาดใหญ่ หน้าตัก 4 เมตร สูง 6 เมตร จำนวน 1 องค์
3. ศาลาการเปรียญ ทรงไทย สูงหนึ่งชั้น ขนาดกว้าง 20 เมตร ยาว 20 เมตร จำนวน 1 หลัง
4. กุฏิ กว้าง 5 เมตร ยาว 10 เมตร จำนวน 3 หลัง
5. ห้องน้ำห้องสุขา ขนาด 10 ห้อง แยกห้องผู้ชาย ผู้หญิง จำนวน 1 หลัง
6. ห้องน้ำห้องสุขา ขนาด 3 ห้อง สำหรับพระสงฆ์ จำนวน 1 หลัง
7. โรงอบสมุนไพร ขนาด 2 ห้อง แยกห้องอบผู้ชาย ผู้หญิง จำนวน 1 หลัง



รูปภาพ 4 พุทธดักศิลาเจดีย์

รูปภาพโดยผู้วิจัย

พจนัน ปณ จิตโต ชีเว



รูปภาพ 5 ศาลาการเปรียญ ไทย

รูปภาพโดยผู้วิจัย

3) ลักษณะทางภูมิศาสตร์

(1) **พื้นที่ราบ** ชุมชนบ้านท่าแร่มีที่ราบอยู่ร้อยละ 70 ของพื้นที่ทั้งหมดหรือ 100 ไร่ ชาวบ้านใช้พื้นที่นี้เป็นแหล่งทำเกษตรหลัก คือ การทำนาปลูกข้าว ซึ่งเป็นอาชีพหลักและเป็นรายได้หลักของชุมชน โดยเฉลี่ยชุมชนมีพื้นที่ราบทำกินเพียงครอบครัวละ 10 ไร่ บ้างก็ปลูกข้าวหมดทั้งแปลง บ้างก็แบ่งทำเกษตรผสมผสาน ขุดบ่อเลี้ยงปลา เลี้ยงไก่ หรือปลูกผักสวนครัว เป็นต้น

(2) **พื้นที่ดอน** ชุมชนบ้านท่าแร่มีที่ราบอยู่ร้อยละ 30 ของพื้นที่ทั้งหมดหรือ 20 ไร่ ชาวบ้านใช้พื้นที่นี้เป็นแหล่งทำเกษตรเสริม คือการปลูกมันสำปะหลัง เป็นรายเสริมจากการทำนา และใช้สำหรับ เป็นแหล่งที่อยู่อาศัยของคนและสัตว์เลี้ยง

4) **สิ่งแวดล้อมในชุมชน** ในชุมชนบ้านท่าแร่ สภาพแวดล้อมเป็นชุมชนที่อยู่ในลักษณะชุมชนใหญ่อยู่นอกชานตัวเมืองมหาสารคาม มีพืชพันธุ์หลายชนิด มีทั้งกินได้ กินไม่ได้ พืชสมุนไพร ชาวบ้านท่าแร่และบ้านใกล้เคียงชอบหาอาหาร ได้แก่ ไข่มดแดง และเก็บพืชสมุนไพร เป็นต้น และชุมชนบ้านท่าแรียังมีลำห้วยอยู่ทางทิศเหนือของหมู่บ้าน เพื่อให้คนในชุมชนจับปลาเล็ก ปลาใหญ่ ไว้กินเป็นอาหาร ดังนั้นสภาพทั่วไปด้านสิ่งแวดล้อมของชุมชนบ้านท่าแร่จัดว่าอยู่ในสภาพที่สมบูรณ์

5) **ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้คนกับสิ่งแวดล้อม** ชุมชนบ้านท่าแร่มีความรัก สำนึกในถิ่นเกิดตัวเอง รักและหวงแหนสมบัติในท้องถิ่น ได้แก่ป่าไม้ในวัดป่าท่าแร่ ซึ่งชุมชนได้ช่วยกันอนุรักษ์สืบทอดรักษาปลูกต้นไม้ทั้งไม้ยืนต้นและพืชสมุนไพรต่าง ๆ จนสามารถเก็บรักษาทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมที่ดีไว้ได้จนถึงปัจจุบัน

6) ความเชื่อเกี่ยวกับผีปู้ตา ความเชื่อเกี่ยวกับผี ซึ่งเป็นความเชื่อท้องถิ่นเดิมร่วมของชุมชนในอุษาคเนย์ ซึ่งได้รับอิทธิพลจากความเชื่อในเรื่องวิญญาณของผีบรรพบุรุษ (Ancestor) ต่อมาได้แบ่งความเชื่อออกเป็นผีดี และผีไม่ดี ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ที่พบได้ทั่วไป ความเชื่อเกี่ยวกับผีปู้ตาเป็นความเชื่อที่เคยมีมาในอดีต ในรอบปี เมื่อถึงเดือน 5 ข้างแรมของทุกปีชุมชนบ้านตำแยต้องจัดงานเลี้ยงผีดอนปู้ตาทุก ๆ ปี โดยชุมชนมีความเชื่อเชื่อว่า เมื่อบวงสรวงแล้ว ผีดอนปู้ตาจะตามคุ้มครองอยู่เย็นเป็นสุข แคล้วคลาดปลอดภัยทำให้ชาวบ้านผลิตอุดมสมบูรณ์ การประกอบพิธีกรรมด้านความเชื่อนี้ ผู้นำด้านพิธีกรรมชาวบ้านเรียกว่า พ่อจ้ำ เป็นผู้นำพาชุมชนดำเนินพิธีตั้งแต่เริ่มต้นจนจบพิธี โดยเริ่มจากการเตรียมงาน ผู้นำชุมชนประกาศกำหนดวัน เวลา สถานที่ให้ชุมชนได้ทราบ และเตรียมข้าวปลาอาหาร ของเซ่นไหว้ เมื่อถึงวันพิธีชาวบ้านได้นำของเซ่นไหว้ บวงสรวง เซ่น เป็ดตัว ไก่ตัว เหล้าไห ดอกไม้ รูปเทียน ไปรวมกันที่ศาลปู้ตา เมื่อพร้อมกันแล้วพ่อจ้ำเป็นผู้นำกล่าวพิธี ต่อมาพระสงฆ์เจริญพุทธมนต์และฉันภัตตาหาร ท้ายที่สุดได้มีการจุดบังไฟเสี่ยงทายขอฟ้าขอฝนและร่วมรับประทานอาหารเป็นอันเสร็จพิธี

7) ความเชื่อเกี่ยวกับหลักบ้าน ความเชื่อเกี่ยวกับหลักบ้าน หรือชาวบ้านเรียกว่า “ป้อบ้าน” บางท้องถิ่นเรียกว่า หลักบ้าน หลักกลางบ้าน เป็นต้น มีความหมายถึงสายป้อ (สะดือ) ของมนุษย์ที่อยู่กึ่งกลางของร่างกาย หมู่บ้านก็มีลักษณะเป็นเหมือนร่างกายซึ่งมีบริเวณกึ่งกลางของหมู่บ้านเป็นสะดือหมู่บ้าน มีความเชื่อเกี่ยวกับการฝังหลักบ้านที่เรียกกันว่า “ป้อบ้าน” ให้เป็นที่สถิตของผีผู้มีอำนาจเหนือธรรมชาติเพื่อปกป้องคุ้มครองคนในบ้านเมือง โดยมักใช้เป็นไม้มงคลประเภท ไม้พะยุง ไม้คูณ (ต้นราชพฤกษ์) ไม้ยอป่า ไม้มะขามแก่น เป็นต้น ทำเป็นรูปคล้ายดอกบัวหรือรูปสี่เหลี่ยมตามเอกลักษณ์ของแต่ละท้องถิ่น ชาวอีสานจะมีการจัดประเพณีบุญเบิกบ้าน และมีการบวงสรวงที่เรียกว่า เลี้ยงปู้ตา หลักบ้านหรือหลักป้อบ้าน จึงเป็นศูนย์กลางความเชื่อของคนในชุมชนอีสานในฐานะเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางใจของชาวบ้าน และเป็นสัญลักษณ์เพื่อควบคุมพฤติกรรมของคนในหมู่บ้าน หลักบ้านชุมชนบ้านท่าแร่เกิดขึ้นพร้อมกับการตั้งชุมชนตามคติแบบชาวอีสาน เป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ซึ่งเป็นธรรมเนียมประเพณีศาสนาพราหมณ์ ก่อนที่ตึงบ้างตึงเมืองจำเป็นตึงทำพิธีนี้ในที่ อันเป็นชัยภูมิเพื่อเป็นสิริมงคล ดังนั้นการก่อตึงหมู่บ้านแต่ครั้งตึงแต่โบราณเป็นต้นมา มักทำพิธีกรรม เรียกว่าฝังเสาหลักบ้าน

8) ประเพณีฮีตสิบสอง ชุมชนบ้านท่าแร่มีประเพณีฮีตสิบสองคลองสิบสี่ที่สืบทอดกันมาจากรุ่นสู่รุ่นโดยมีลักษณะคล้ายคลึงกันโดยทั่วไปกับหมู่บ้านอื่น ๆ ในอำเภอเมืองมหาสารคามดังนี้

(1) บุญเข้ากรรม (บุญเดือนห้า) เป็นบุญที่เกี่ยวกับพระสงฆ์โดยตรง คือระเบียบที่ปฏิบัติเพื่อออกจากอาบัติสังฆาติเสส โดยการประกอบพิธีปรีวาสสมานัตตปฏิกัสนาและอัพภาณ เป็นการอยู่กรรมของพระที่ต้องจำกัตที่อยู่เพื่อทรมานร่างกายให้หายจากกรรม เป็นการชำระจิตใจให้

หายมัวหมอง แต่ชุมชนบ้านท่าแร่ได้จัดปฏิบัติธรรมในบุญเดือนอ้ายเป็นประเพณีปฏิบัติโดยมีฆราวาส ญาติโยม ทายกทายิกาชาวบ้านท่าแร่มาร่วมปฏิบัติธรรมโดยการนำของพระสงฆ์ภายในวัด

(2) **บุญคุณลาน** (เดือนยี่) เป็นบุญที่สร้างขึ้นเพื่อแสดงความเคารพต่อพืชพันธุ์ ธัญญาหารเชื้อเราใช้เป็นปัจจัยในการเลี้ยงชีพและการได้มาที่ยากลำบาก การทำบุญคุณลานนี้เป็นการทำให้เกิดความเป็นสิริมงคลแก่ชาวนารวมถึงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายที่ได้อำนวยให้ข้าวธัญญาหารออกอุดมสมบูรณ์ ชาวบ้านท่าแร่มีการปฏิบัติในงานบุญคุณลานนี้โดยการบริจาคข้าวเปลือกตามกำลัง ศรัทธานำมารวมกันที่วัดก่อนเป็นเจดีย์แล้วให้พราหมณ์ทำการสวดข้าวเพื่อเป็นสิริมงคล

(3) **บุญข้าวจี** (เดือนสาม) เป็นการนำข้าวเหนียวมาปั้นเป็นกลอนกรมเหมือนไขโรย กลือเสียบไม้ย่างไฟด้วยถ่านไฟไผ่เหลืองสุกพอดิด้วยไข่อีกครั้ง แล้วนำไปถวายพระที่วัด ชาวบ้านท่าแร่มีการปฏิบัติงานบุญเดือนสามโดยการจัดทำข้าวจี นำเข้าที่ได้จากการผลิตใหม่จากท้องทุ่งนาในปี นั้นนำมาปั้นเป็นก้อนรูปไขโรยกลือแล้วนำไปย่างไฟด้วยเตาถ่านให้สุกเหลืองหอมแล้วทาด้วยไคร้ รวมน้ำอ้อยหรือน้ำตาลให้มีรสชาติหวานหอม จากนั้นก็เดินทางไปที่วัดแล้วนำข้าวจีที่ได้มาร่วม ทำบุญกล่าวคำถวายแด่พระสงฆ์และเพื่อเป็นพุทธบูชาด้วย

(4) **บุญมหาชาติหรือบุญผะเหวด** (เดือนสี่) เป็นบุญเกี่ยวกับเรื่องของพระเวสสันดร โดยการจัดสถานที่ทำบุญคือที่วัดสมมุติเป็นป่าหิมพานต์มีการแสดงธรรมเกี่ยวกับเรื่องราวของพระเวสสันดร 13 กัณฑ์ ชาวบ้านท่าแร่มีการทำบุญพระเวสสันดรโดยการจัดเตรียมสถานที่ที่วัดนำดอกไม้ มาร้อยเป็นมาลัยทำรูปปลาดอกไม้จากต้นไม้ย้อมสี ทำเป็นใบแมงมุม จัดเตรียมธรรมาสน์ แล้วนำห้อย คามาถักร้อยเป็นเส้นรอบธรรมาสน์โดยสมมุติเป็นเขาศีรีวงกตและป่าหิมพานต์ มีการจัดเตรียมงาน โดยใช้เวลาเตรียมงานหลายวัน รวมถึงการบอกบุญไปยังหมู่บ้านต่าง ๆ ให้มาร่วมงานบุญด้วย โดยงานบุญนี้จะจัดขึ้น 2 วันคือวันเชิฐวันเชิฐพระเวสสันดรกลับเมือง (เรียกว่า วันโหม หรือว่ารวม) และวันแสดงธรรมเทศนาล้ามหาชาติเวสสันดรชาดก (เรียกว่ามันฟังเทศน์) ชาวบ้านจะจัดนิมนต์พระแต่ละวัด ขึ้นแสดงธรรมเทศนาตามกัณฑ์เทศน์ที่ได้แบ่งออกเป็นผูก ในระหว่างแสดงธรรมนั้นชาวบ้านจะทำการ หวานข้าวสารและเหรียญเพื่อเป็นทานรวมถึงการละเล่นที่เมื่อพระสงฆ์รูปใดเทศน์ล้ามหาชาติไม่เป็น ทำนองหรือสะดุดชาวบ้านก็จะโยนข้าวต้มมัดใส่ เมื่อแสดงธรรมจบแล้วบ้านก็ถวายกัณฑ์เทศน์ แต่พระรูปนั้น ภายในงานด้านนอกก็จะมีการตั้งโรงครัวหรือโรงทานเพื่อให้ญาติโยมที่มาร่วมงานได้ร่วม รับประทานอาหารอย่างเต็มอิ่ม

(5) **บุญสงกรานต์** (เดือนห้า) บุญมหาสงกรานต์นี้ เดิมทีนั้นเป็นวันขึ้นปีใหม่ของอีสานซึ่งจะมีอยู่ 3 วันคือตั้งแต่วันที่ 13 เมษายนถึงวันที่ 15 เมษายนของทุกปี โดยประเพณีนิยมนั้นเมื่อก่อนถึงวันสงกรานต์พระสงฆ์จะนำพระพุทธรูปลงมาตั้งเอาไว้ตามลานวัด เพื่อให้ญาติโยมได้มาสรง น้ำพระและธาตุเจดีย์ของบรรพบุรุษ ชาวบ้านท่าแร่ได้มีการปฏิบัติในงานบุญประเพณีสงกรานต์ คือ

เมื่อถึงวันสงกรานต์ทายกทายิกาชาวบ้านท่าแร่ร่วมกับพระภิกษุสงฆ์ได้นำพระพุทธรูปออกแห่รอบหมู่บ้านรดน้ำดำหัวคนเฒ่าคนแก่ภายในหมู่บ้าน เนื่องในวันมหาสงกรานต์เป็นประจำ



รูปภาพ 6 ชาวบ้านท่าแร่ทำพิธีสงฆ์น้ำอัฐิบรรพบุรุษในช่วงเทศกาลสงกรานต์
รูปภาพโดยผู้วิจัย

(6) บุญบั้งไฟ (เดือนหก) เป็นประเพณีที่มีความเชื่อว่าจะทำให้เกิดความอุดมสมบูรณ์ของฟ้าฝน ข้าวปลาอาหารรวมถึงธัญพืชก็เจริญเติบโตงอกงามดี โดยการละเล่นสนุกสนานจุดบั้งไฟถวายพญาแถนที่เป็นผู้บันดาลให้ฝนฟ้าตกต้องตามฤดูกาล ชาวบ้านท่าแร่ได้มีการจัดทำบุญเดือน 6 โดยการจัดหาหรือจัดทำบั้งไฟโดยช่างในหมู่บ้านจำนวน 8 บั้ง ภายในงานนั้นจะนิมนต์พระสงฆ์ไปร่วมเจริญพุทธมนต์บริเวณศาลปู่ตา หลังจากທີ່พระสงฆ์เจริญพุทธมนต์เสร็จชาวบ้านก็จะนำบั้งไฟที่เตรียมมานั้นจุดเสี่ยงทายโดยตั้งที่ 1 จะเป็นการจุดถวายพญาแถน เพื่อให้ชาวบ้านอยู่เย็นเป็นสุข บั้งไฟที่ 2 จะจุดถวายปู่ตา เพื่อให้ปกป้องรักษาชาวบ้านรวมถึงสัตว์เลี้ยงให้อยู่เย็นเป็นสุขปลอดภัย บั้งที่ 3 ถึง บั้งที่ 8 จะเป็นการจุดเสี่ยงทายถึงฝนฟ้าในเดือน 6 ถึง เดือน 12 รวมถึงการก่อเจดีย์ทรายและก่อเป็นรูปเต่า รูปปลา รูปจระเข้ รูปพญานาค เพื่อเป็นพุทธบูชาและสัญลักษณ์ของความอุดมสมบูรณ์

(7) บุญข้าชะ (เดือนเจ็ด) เป็นพิธีงานบุญที่จัดทำขึ้นเพื่อขับไล่ความเสนียดจัญไรภูตผีปีศาจออกจากหมู่บ้าน บางที่บางแห่งเรียกว่าบุญเบิกบ้าน ซึ่งแต่ละหมู่บ้านจะทำกันโดยไม่ขาด ซึ่งแต่ละหมู่บ้านจะจัดทำแต่ละท้องที่ไม่เหมือนกันขึ้นอยู่กับสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ของแต่ละหมู่บ้านนั้น

เช่น ดอนปู่ตา มเหศักดิ์หลักบ้าน โดยชาวบ้านจะนิมนต์พระสงฆ์มาเจริญพระพุทธมนต์ ชาวบ้านท่าแร่ได้จัดทำบุญข้าชะขึ้นเป็นประจำทุกปีในเดือน 7 โดยได้กำหนดเอาบริเวณหลักบ้านจะนิมนต์พระมาเจริญพระพุทธมนต์ถวายภัตตาหารเมื่อพระสงฆ์ฉันภัตตาหารเสร็จก็จะนิมนต์ประพรมน้ำมนต์เพื่อให้ชาวบ้านอยู่เย็นเป็นสุข



รูปภาพ 7 ชาวบ้านร่วมทำบุญข้าชะที่บริเวณดอนปู่ตา

รูปภาพโดยผู้วิจัย

(8) บุญเข้าพรรษา (เดือนแปด) ในช่วงเข้าพรรษาเป็นช่วงฤดูทำนาในพระวินัยจะกำหนดให้พระภิกษุสงฆ์หยุดการธุดงค์หรือเดินทางไปไหนเป็นระยะเวลา 3 เดือนที่ต้องอยู่จำพรรษาภายในวัด ชาวบ้านท่าแร่มีประเพณีปฏิบัติทำบุญเข้าพรรษาโดยการทำบุญตักบาตรในช่วงวันเข้าพรรษากวายเป็นน้ำฝน ในระหว่างเข้าพรรษานั้นจะมีวันพระตรงกับวันขึ้น 8 ค่ำ 15 ค่ำ ผู้เฒ่าผู้แก่ชาวบ้านก็จะพากันนั่งขานหมอลำกลอนโขนละคร 8 ในระหว่างเข้าพรรษา และได้ถือปฏิบัติกันมาเป็นทุก ๆ ปี

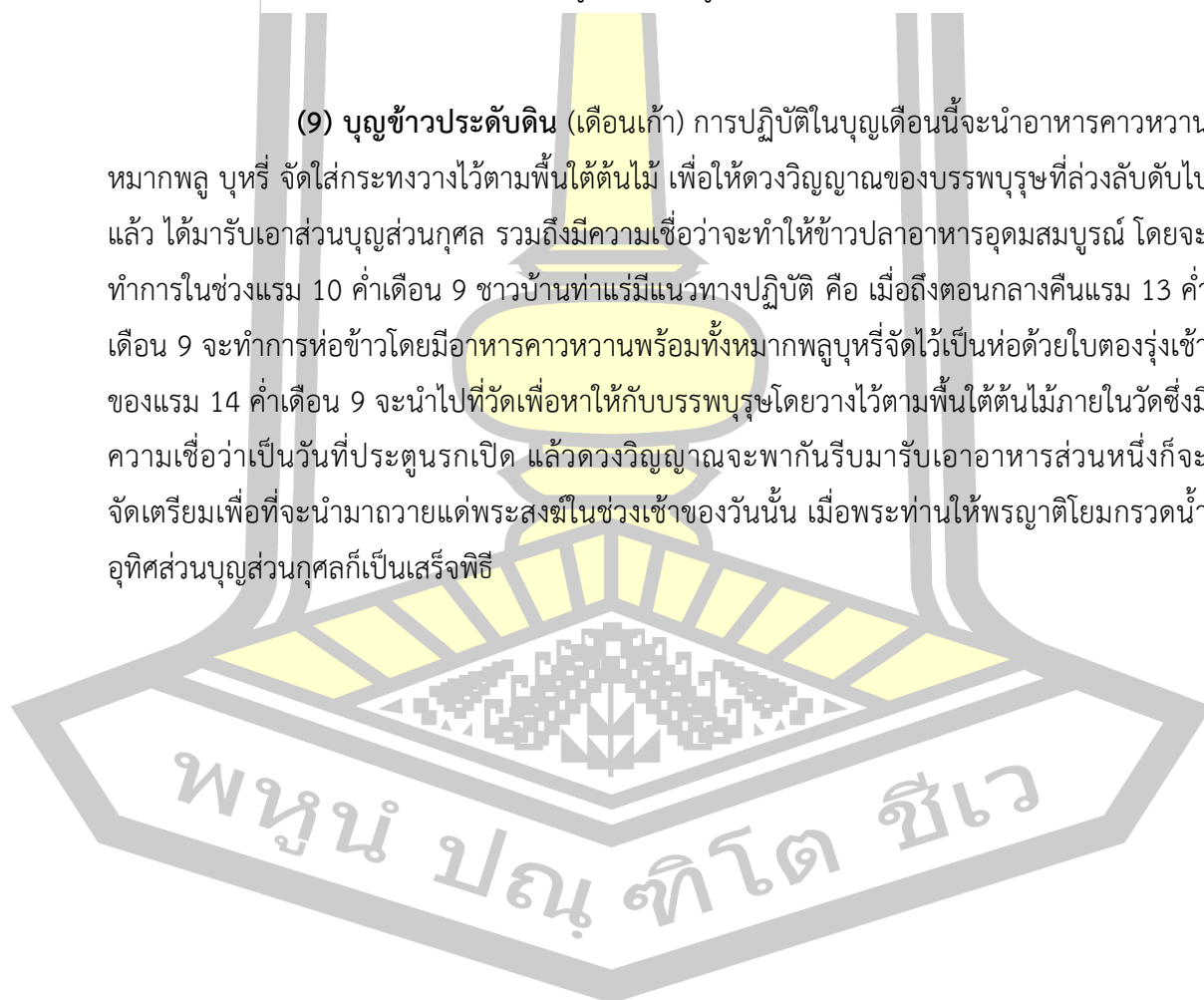
พูน ปณ จิตโต ชเว



รูปภาพ 8 อุบาสก อุบาสิการักษาศีล 8 ในเทศกาลเข้าพรรษา

รูปภาพโดยผู้วิจัย

(9) **บุญข้าวประดับดิน** (เดือนเก้า) การปฏิบัติในบุญเดือนนี้จะนำอาหารคาวหวานหมากพลู บุหรี่ จัดใส่กระทงวางไว้ตามพื้นใต้ต้นไม้ เพื่อให้ดวงวิญญาณของบรรพบุรุษที่ล่วงลับดับไปแล้ว ได้มารับเอาส่วนบุญส่วนกุศล รวมถึงมีความเชื่อว่าจะทำให้ข้าวปลาอาหารอุดมสมบูรณ์ โดยจะทำการในช่วงแรม 10 ค่ำเดือน 9 ชาวบ้านทำแรมมีแนวทางปฏิบัติ คือ เมื่อถึงตอนกลางคืนแรม 13 ค่ำเดือน 9 จะทำการห่อข้าวโดยมีอาหารคาวหวานพร้อมทั้งหมากพลูบุหรี่จัดไว้เป็นห่อด้วยใบตองรุ่งเช้าของแรม 14 ค่ำเดือน 9 จะนำไปที่วัดเพื่อหาให้กับบรรพบุรุษโดยวางไว้ตามพื้นใต้ต้นไม้ภายในวัดซึ่งมีความเชื่อว่าเป็นวันที่ประตูนรกเปิด แล้วดวงวิญญาณจะพากันรับมารับเอาอาหารส่วนหนึ่งก็จะจัดเตรียมเพื่อที่จะนำมาถวายแด่พระสงฆ์ในช่วงเช้าของวันนั้น เมื่อพระท่านให้พรญาติโยมกรวดน้ำอุทิศส่วนบุญส่วนกุศลก็เป็นเสร็จพิธี





รูปภาพ 9 ห่อข้าวน้อยบุญข้าวประดับดิน

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ข้าวสาก (เดือนสิบ) เป็นบุญที่ทำเพื่ออุทิศให้แก่ผู้ตายหรือเบสโดยมีเวลาห่างจากบุญข้าวประดับดินเพียง 15 วันโดยถือปฏิบัติจากคติความเชื่อที่ว่าเปรตที่ไม่มีญาติและมีญาติจะมารับเอาส่วนบุญส่วนกุศลเพราะอาจจะไม่มีญาติที่ไม่ได้รับในช่วงงานบุญข้าวประดับดินจึงอาจจะหิวอย่างมากจึงรอที่จะมารับเอาส่วนบุญในครั้งนี้ ชาวบ้านท่าแร่เองก็จัดปฏิบัติงานบุญข้าวสาก คือ จะทำการนำใบตองกล้วยมาห่อด้วยอาหารคาวหวานทำเป็นริ้วอีกหนึ่งริ้วห่อด้วยหมากพลูและบุหรีเย็บเข้าด้วยกัน ในเช้าของวันงานก็จะทำบุญตักบาตรตามปกติหลังจากนั้นก็กลับไปบ้านช่วงเวลาประมาณ 10:00 น ชาวบ้านจะนำเอาข้าวสากออกมาที่วัดกล่าวคำถวาย จากนั้นก็จะนำข้าวจากที่เย็บเอาไว้มาวางเอาไว้ตามต้นไม้กำแพงวัดที่ต่าง ๆ ในบริเวณวัดแล้วก็จะพากันมาถวายเพลพระ เมื่อถวายเพลพระเสร็จจะมีผู้ติกลงให้สัญญาณชาวบ้านก็จะพากันไปแย่งเอาข้าวสากที่วางไว้ตามบริเวณต่าง ๆ นั้นซึ่งเชื่อว่าวิญญาณกินอิ่มเรียบร้อยแล้ว และจะเก็บเอาข้าวสากนี้ไปไว้ตามท้องไร่ท้องนาเพื่อให้เข้าป่าอุดมสมบูรณ์พืชพันธุ์ธัญญาหารอุดมสมบูรณ์ไร้โรคไร้แมลง

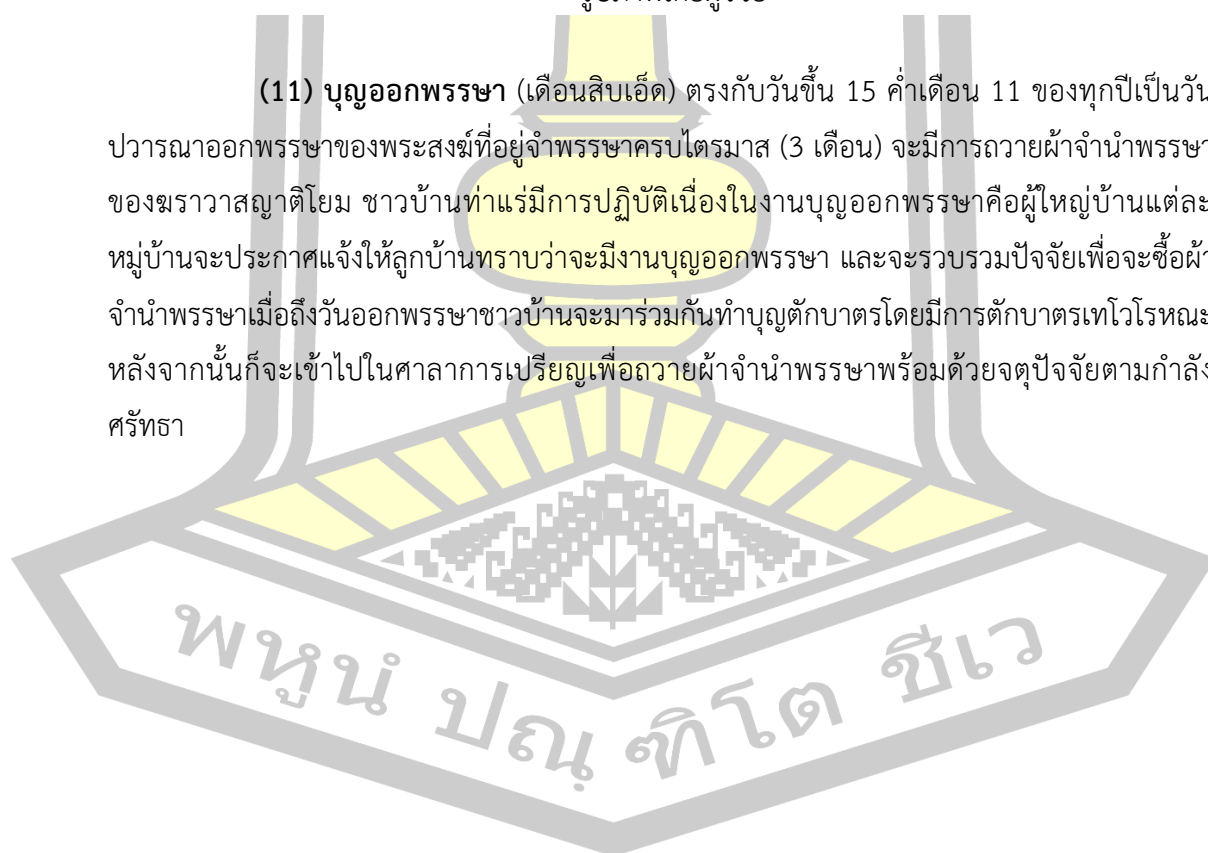
พูน ปณ จิต ชเว



รูปภาพ 10 อุบาสก อุบาสิกาและชาวบ้านร่วมกล่าวคำถวายฉลากภัต

รูปภาพโดยผู้วิจัย

(11) บุญออกพรรษา (เดือนสิบเอ็ด) ตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำเดือน 11 ของทุกปีเป็นวันปวารณาออกพรรษาของพระสงฆ์ที่อยู่จำพรรษาครบไตรมาส (3 เดือน) จะมีการถวายผ้าจ่านำพรรษาของฆราวาสญาติโยม ชาวบ้านทำแรมมีการปฏิบัติเนื่องในงานบุญออกพรรษาคือผู้ใหญ่บ้านแต่ละหมู่บ้านจะประกาศแจ้งให้ลูกบ้านทราบว่าจะมีงานบุญออกพรรษา และจะรวบรวมปัจจัยเพื่อจะซื้อผ้าจ่านำพรรษาเมื่อถึงวันออกพรรษาวัดบ้านจะมาร่วมกันทำบุญตักบาตรโดยมีการตักบาตรเทโวโรหณะหลังจากนั้นก็จะเข้าไปในศาลาการเปรียญเพื่อถวายผ้าจ่านำพรรษาพร้อมด้วยจตุปัจจัยตามกำลังศรัทธา





รูปภาพ 11 ชาวบ้านท่าแร่ร่วมทำบุญตักบาตรเทโวโรหณะ

รูปภาพโดยผู้วิจัย

(12) บุญกฐิน (เดือนสิบสอง) คำว่า กฐิน ในทางพุทธศาสนา หมายถึง ไม้สะดึงที่ใช้ ซึ่งสำหรับการเย็บผ้า ผ้าที่จะเย็บเรียกว่าผ้าไตร ประกอบไปด้วย จีวร สบง สังฆาฏิ และผ้านุ่งห่มที่จะนำไปถวายพระในกองบุญกฐิน บุญกฐินนี้มีความสำคัญต่อชาวอีสานมากโดยถือเป็นอานิสงส์แก่ผู้ทำเป็นอย่างมากเพราะการทำบุญกฐินมีเวลากำหนดภายใน 1 เดือนเท่านั้นโดยนับตั้งแต่แรม 1 ค่ำ เดือน 11 จนถึงวันเพ็ญ เดือน 12 ชาวบ้านท่าแร่มีแนวทางการปฏิบัติเนื่องในบุญกฐิน คือ ถ้าปีใดไม่มีเจ้าภาพกองกฐินชาวบ้านก็จะรวมตัวกันทำเป็นกฐินสามัคคีขึ้น คือชาวบ้านจะรวมตัวกันจัดตั้งกองกฐินขึ้นกลางหมู่บ้านโดยผู้เฒ่าผู้แก่และคนวัยต่าง ๆ จะมารวมกันจัดทำเครื่องกฐินรวมถึงผ้ากฐินด้วย เมื่อถึงวันงานก็จะนิมนต์พระมาเจริญพระพุทธมนต์รุ่งเช้าของวันทอดกฐินชาวบ้านก็จะทำกฐินแท้ไปทอด ณ ที่วัดประจำหมู่บ้าน ถ้าปีใดมีเจ้าภาพกฐินชาวบ้านก็จะไปช่วยเจ้าภาพนั้นประติมากรรมสิ่งของจัดสถานที่เตรียมงานเพื่อให้ได้รับอานิสงส์ในการร่วมทำบุญกฐินในปีนั้น ๆ

พูน ปณ จิต ชเว



รูปภาพ 12 ชาวบ้านร่วมทำบุญอุทิศนามัคคี ณ วัดท่าแร้งคาราม

รูปภาพโดยผู้วิจัย

3.7 สรุป

บริบทพื้นที่บ้านท่าแร่ ตั้งอยู่ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม มีจำนวนครัวเรือน 157 ครัวเรือน มีประชากรทั้งสิ้น 548 คน แยกเป็นชาย 251 คน หญิง 297 คน มีที่ทำกินจำนวน 2560 ไร่ ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ส่วนอาชีพรอง คือ การค้าขายและรับจ้างทั่วไปตามต่างจังหวัด ในส่วนของชาวบ้านนับถือศาสนาพุทธทั้งหมด และมีพุทธสถาน 2 แห่ง คือ วัดท่าแร้งคารามกับวัดป่าท่าแร่ ส่วนของสภาพแวดล้อมทั่วไปของชุมชนเป็นกึ่งชนบทกึ่งเมือง และมีสายน้ำที่สำคัญไหลผ่านชุมชน คือ ลำห้วยคะคางและมีลำน้ำสาขาต่าง ๆ ไหลลงห้วยคะคาง เป็นของสังคมเป็นแบบโครงสร้างเครือญาติที่อยู่ร่วมกันมาจนถึงปัจจุบัน เมื่อสังคมเริ่มมีการพัฒนาขึ้นสถานที่ก็เริ่มแออัดเพิ่มมากขึ้น ชาวบ้านเริ่มมีการขยายพื้นที่การปลูกบ้านสร้างเรือนออกไปตามพื้นที่นาหรือพื้นที่ไร่ของตัวเองและทำให้มีการขยายหมู่บ้านเพิ่มมากขึ้น

บทที่ 4

สมุนไพรและภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรที่ปรากฏในวัดป่าท่าแร่

4.1 สมุนไพรที่ปรากฏในวัดป่าท่าแร่

ความเชื่อและการใช้สมุนไพรนั้นมีมาตั้งแต่สมัยโบราณ ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรมีในตำราแพทย์ตั้งแต่สมัยกรีก อินเดีย จีน และโดยเฉพาะอย่างยิ่งการแพทย์ไทยแผนโบราณ นอกจากนี้ก็มีการศึกษาค้นคว้าต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน วัดป่าเองก็มีการศึกษาเกี่ยวกับสมุนไพรที่เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ชาวบ้านมีการใช้สมุนไพรในการรักษาและบำรุงร่างกายอยู่แล้ว และวัดป่าท่าแร่ อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม ได้มีประยุกต์การใช้สมุนไพรที่มีมาตั้งแต่สมัยโบราณแล้ว และการพัฒนาวัดกรรมการใช้สมุนไพรให้มีความทันสมัยและใช้ในชีวิตประจำวันให้มากขึ้น เพื่อเป็นการอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นไว้ เช่น การทำเตาอบ เพื่ออบสมุนไพร และการทำผลิตภัณฑ์ที่ได้จากสมุนไพร เช่น ลูกประคบ น้ำมันสกัดแบบหอมระเหย เป็นต้น สมุนไพรที่ปรากฏในวัดป่าท่าแร่มีความหลากหลาย และมีคุณสมบัติในการรักษาแตกต่างกัน โดยสมุนไพรที่ปรากฏและมีการใช้ในการรักษาในชุมชนวัดป่าท่าแร่ที่ใช้มีดังนี้

4.1.1 กระชาย

กระชายเป็นพืชสมุนไพร ตระกูลเดียวกับขิง มีกลิ่นหอมเฉพาะตัว มีลักษณะเป็นเหง้าเรียวยาว กระชายมี 3 ชนิด คือ กระชายดำ กระชายแดง และกระชายเหลือง สำหรับกระชายที่มีอยู่ในพื้นที่วัดป่าท่าแร่นั้น พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์ ซึ่งเป็นปราชญ์ด้านสมุนไพรและเป็นเจ้าอาวาสด้วย ได้กล่าวว่า ต้นกระชายเหลือง มีถิ่นกำเนิด ในเขตร้อนบริเวณเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยจัดเป็นไม้ล้มลุก มีเหง้าสั้น แตกหน่อได้ มีรากอวบ เป็นรูปทรงกระบอก หรือรูปทรงไข่ค่อนข้างยาว ปลายเรียวมีความยาว 4-10 เซนติเมตร และกว้างประมาณ 1-2 เซนติเมตร ออกเป็นกระจุก ผิวมีสีน้ำตาลอ่อน ส่วนเนื้อในมีสีเหลืองและมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว มักพบขึ้นในป่าดิบร้อนชื้นในกระชาย คือ ลักษณะของส่วนที่อยู่เหนือดิน มีประมาณ 2-7 ใบ ลักษณะของใบเป็นใบเดี่ยว เรียงสลับ ลักษณะเป็นรูปรี ใบยาวประมาณ 12-50 เซนติเมตรและกว้างประมาณ 5-12 เซนติเมตร โคนใบมนหรือแหลม ส่วนปลายใบเรียวแหลม มีขอบเรียบ เส้นกลางใบ ด้านใบ และกาบใบด้านบนจะเป็นร่อง ส่วนด้านล่างจะนูนเป็นสัน ด้านใบเรียบมีความยาวประมาณ 7-25 เซนติเมตร ส่วนกาบใบเป็นสีชมพูยาวประมาณ 7-25 เซนติเมตร ระหว่างก้านใบและกาบใบจะมีลิ้นใบ ใบมีรสร้อนเผ็ด แก่โรคในปาก บำรุงธาตุ ถอนพิษต่างๆ (พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ส่วนลำต้นใต้ดิน ประภาส เขตบุรี ซึ่งเป็นปราชญ์ชาวบ้านด้านสมุนไพร ได้กล่าวว่า เหง้ามีรสเผ็ดร้อนขม แก่โรคอันเกิดในปาก แก่มฤตกิด

แก้ลมอัมบังเกิดแก้กองหทัยวาท แก้โรคในปากเปื่อย ปากแตกเป็นแผล ปากแห้ง ขับระดูขาว แก้ใจสันหวีว บำรุงหัวใจ แก้ไอ แก้ปวดมวนในท้อง ท้องร่วง รักษาอาการแน่น จุกเสียด ท้องอืด ท้องเฟ้อ ขับปัสสาวะรักษาโรคบิด แก้บิดมูกเลือด ปวดเบ่ง แก้ลำไส้ใหญ่อักเสบ บำรุงกำลัง ใช้ภายนอกรักษาโรคกลากเกลื้อน ราก (นมกระชาย) มีรสเผ็ดร้อนขม มี สรรพคุณคล้ายโสม แก้กามตายด้าน บำรุงความรู้สึกทางเพศ ทำให้กระชุ่มกระชวย โดยใช้นมกระชายตำและหัวดองสุรา หรือใช้เป็นยาอายุวัฒนะโดยทำเป็นยาลูกกลอน (ประภาส เขตบุรี, 2566: สัมภาษณ์)

สมุนไพรรักษา มีสรรพคุณทางยานานับประการ จนได้ชื่อในการแพทย์แผนไทยว่าเป็น "โสมไทย" (พระครูประสิทธิธรรมารณ, 2566: สัมภาษณ์) เนื่องจากกระชายกับโสมมีความคล้ายคลึงกันหลายอย่าง เช่น สรรพคุณในการบำรุงกำลังและเสริมสมรรถภาพทางเพศ ซึ่งเป็นลักษณะเด่นของสมุนไพรรักษาทั้งสองชนิด ทั้งกระชายและโสมต่างก็เป็นพืชที่มีส่วนสะสมอาหารที่ใช้เป็นยาอยู่ใต้ดินเหมือนกัน แถมยังสามารถเรืองแสงในที่มืดได้เหมือนกันด้วย และในเรื่องของลักษณะที่คล้ายกับรูปร่างมนุษย์เหมือน ๆ กัน ซึ่งบางครั้งเรียกโสมว่า "โสมคน" และเรียกกระชายว่า "นมกระชาย" (อุทัย ช้ายยศ, 2566: สัมภาษณ์)

กระชายนั้นสรรพคุณ มีสรรพคุณหลายประการ เช่น แก้ไข้ทั่วๆ ไป เช่น ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ ระวังอาการอักเสบ ไอ เจ็บคอ คออักเสบ ต่อมทอนซิล หลอดลมอักเสบ ขับเสมหะ รักษาโรคผิวหนัง ฝี แก้ติดยาเสพติด ที่ทำให้ปวดท้อง ท้องเสีย บิด และแก้กระเพาะลำไส้อักเสบ เป็นยาขมเจริญอาหาร มีฤทธิ์ระงับการติดเชื้อหรือระงับการเจริญเติบโตของเชื้อโรคได้ ซึ่งควรใช้ให้ถูกต้องด้วยจะได้ผลดีมาก (พระครูวรกิจสุนทร ศรีบุญเรือง, 2566: สัมภาษณ์) มีการใช้ส่วนเหนือดินเก็บก่อนที่จะมีดอก เพื่อรักษาไข้ ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ ดับพิษร้อน ระวังอักเสบในอาการไอ เจ็บคอ คออักเสบ ต่อมทอนซิล หลอดลมอักเสบ ปอดอักเสบ ขับเสมหะ ลดบวม แก้บิด แก้กระเพาะอาหารอักเสบ ลำไส้อักเสบ รักษาโรคผิวหนัง ฝี การติดเชื้อ ที่ทำให้มีอาการปวดท้อง ท้องเสีย บิด ทำให้เจริญอาหาร (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553)

นอกจากนี้ยังใช้เป็นยาขับปัสสาวะ แก้อาการปัสสาวะพิการ (เหง้า, ราก) ช่วยบำรุงตับและไตให้แข็งแรง ช่วยรักษาโรคไต ช่วยทำให้ไตทำงานได้ดียิ่งขึ้นช่วยป้องกันไตวายได้เป็นพิษ ช่วยรักษาอาการกระเพาะปัสสาวะเกร็ง ซึ่งในกรณีนี้อาจจะต้องใช้เม็บบัวที่ต้มแล้วนำมารับประทานร่วมด้วย ช่วยแก้อาการไส้เลื่อนในเพศชายควบคุมไม่ให้ต่อมลูกหมากโต บำรุงมดลูกของสตรี ป้องกันไม่ให้มดลูกโต แก้อาการตกขาว ช่วยขับระดูขาวของสตรี (เหง้า) ช่วยขับน้ำคาวปลาของสตรีหลังคลอดบุตร ช่วยแก้อาการปวดเมื่อย ด้วยการใช้เหง้าหรือรากแก่ ๆ นำมาหั่นเป็นแว่นบาง ๆ แล้วนำไปตากแห้งและนำมาชงกับน้ำดื่ม (ราก, เหง้า) ช่วยบำรุงเส้นเอ็นให้แข็งแรง



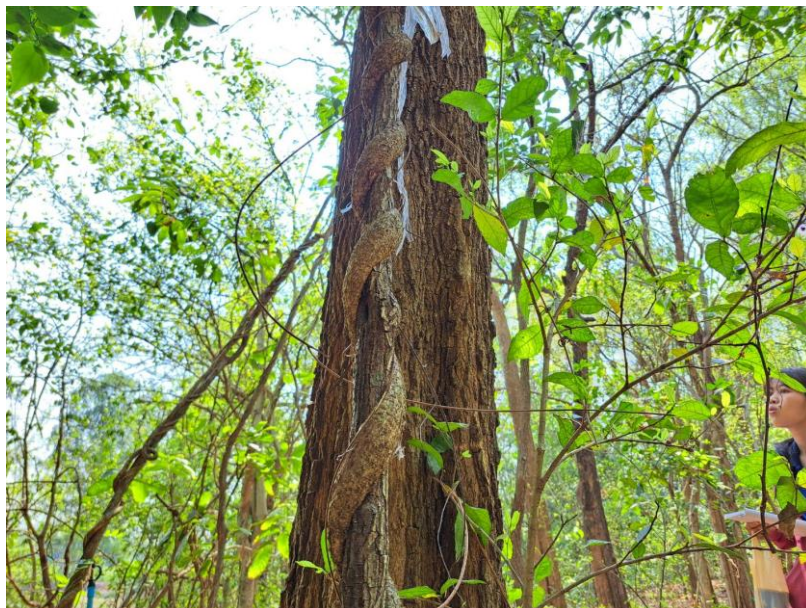
รูปภาพ 13 ลักษณะต้นกระชาย

รูปภาพโดยผู้วิจัย

4.1.2 เถาวัลย์เปรียง

เถาวัลย์เปรียง เป็นสมุนไพรที่พบได้ในทุกภาคของประเทศไทย จึงมีชื่อเรียกที่แตกต่างกันไปตามแต่ละท้องถิ่น ภาคกลางเรียกเถาวัลย์เปรียงแดง หรือ เถาวัลย์เปรียงขาว ตามสีของเนื้อไม้ ภาคเหนือเรียกเครือเขาหนัง หรือ เครือค้องแกบ ภาคอีสานเรียกเครือตับปลา หรือ เครือตาปลา ภาคใต้เรียกย่านเหมาะ หรือ ย่านเมราะะ ต้นเถาวัลย์เป็นไม้เถาขนาดใหญ่ พาดพันตามต้นไม้อื่น เถาใหญ่มักจะบิด ใบประกอบ ใบย่อยรูปไข่ ผิวเรียบมันเขียว ขอบเรียบ ปลายพวง เนื้อไม้มีวงสีเข้ม มีสองชนิดคือ ชนิดแดง เนื้อสีแดง วงสีเข้ม ชนิดขาวเนื้อออก ผลเป็นฝักแบนเล็ก ๆ ภายในจะมีเมล็ดอยู่ประมาณ 2-4 เมล็ดสีน้ำตาลอ่อนๆ วงสีน้ำตาลไหม้ (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 228)

พูน ปณ จิต ชีเว



รูปภาพ 14 ลักษณะต้นเถาวัลย์เปรียง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สำหรับสรรพคุณของเถาวัลย์ เถามี รสฝืดเย็น ต้มรับประทานถ่ายเส้น ถ่ายกษัย แก้กษัยเอ็นชอต ถ่ายเสมหะ ไม่ถ่ายอุจจาระ จึงเหมาะที่จะใช้ใน โรคบิด ไอ หวัด ใช้ในเด็กได้ดี ทำให้เส้นเอ็นอ่อนลง ขับปัสสาวะ แก้กษัยสภาวะพิการ คั่วให้หอม ชงกินแทนน้ำชา แก้กษัยเอ็นพิการ แก้กษัย ขบตามร่างกาย บางท่านกล่าวว่าทำให้มีกำลังดีแข็งแรงสู้ไม่ถอย แก้กษัยเหน็บชา (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

ส่วนราก รสฝืดเมา ใช้เบื่อปลา เป็นยาอายุวัฒนะ ขับปัสสาวะเป็นสมุนไพรที่มีการนำมาใช้ในสูตรยาอบสมุนไพรเพื่อสุขภาพ โดยใช้เป็นส่วนประกอบเพิ่มเติมจากสูตรยาอบสมุนไพรหลัก เมื่อต้องการอบเพื่อรักษาอาการปวดเมื่อย ปวดหลัง ปวดเอว เป็นต้น

4.1.3 กำแพง 7 ชั้น

กำแพงเจ็ดชั้น เป็นไม้พุ่มรอเลื้อยหรือไม้เลื้อยเนื้อแข็ง ตาไก่ (พิษณุโลก) น่านอง มะต๋อม ไก่อ (เหนือ) หลุมนก (ใต้) ขอบกระด้าง พรองนก (อ่างทอง) ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เรียกว่า ขาวไก่ เครือตากวาง ตากวาง ตาไก่กระดุมนก เปลือกลำต้นเรียบสีเทานวลหรือสีน้ำตาลอมขาว เปลือกอ่อน ง่าย เนื้อไม้มีวงปีสีน้ำตาลแดงเข้มจำนวนหลายชั้นเห็นชัดเจน เรียงซ้อนกันเป็นชั้น 7-9 ชั้น ใบเดี่ยว ผิวใบเรียบเป็นมัน แผ่นใบห่อเข้าเล็กน้อย ดอกเดี่ยว ออกตามง่ามใบหรือซอกกิ่ง สีเขียวอมเหลือง เนื้อผลสีขาว



รูปภาพ 15 ลักษณะต้นกำแพงเจ็ดชั้น

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ในประเทศไทยสามารถพบได้ทั่วทุกภาคของประเทศ แต่ส่วนมากจะพบได้ตามในป่า โดยเฉพาะป่าทางภาคอีสาน จะพบได้มากกว่าภาคอื่น ทั้งนี้กำแพงเจ็ดชั้นนับเป็นพันธุ์ไม้ที่มีความเสี่ยงต่อการสูญพันธุ์สูง เพราะอัตราการเกิดและการอยู่รอดมีความเสี่ยงต่อการถูกบุกรุกและทำลายมาก ในปัจจุบันมีการส่งเสริมให้เพาะและขยายพันธุ์เพื่อใช้ปลูกทดแทนในป่า และส่งเสริมให้มีการปลูกตามหัวไร่ปลายนาเพื่อใช้ประโยชน์ในชุมชน (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553)

สำหรับสรรพคุณนั้น พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ได้กล่าวว่า กำแพงเจ็ดชั้นเป็นพืชที่นำไปใช้เป็นพืชสมุนไพรอย่างแพร่หลาย โดยทั่วไปใช้ ดัน ต้มน้ำดื่ม หรือดองสุรา แก้ปวดเมื่อย บำรุงโลหิต ฟอกโลหิต แก้โลหิตเป็นพิษหรือเป็นส่วนผสมของยาระบาย รักษาโรคตับอักเสบ แก้หืด แก้เบาหวาน ราก ใช้ต้มน้ำดื่มหรือดองสุรา ต้มขับโลหิตระดู บำรุงโลหิต แก้ลมอัมพฤกษ์ รักษาโรคตา บำรุงน้ำเหลือง ใบ แก้มูกติด ขับระดู ดอก แก้บิดมูกเลือด แก่นและราก ต้มน้ำดื่มเป็นยาระบาย แก้เส้นเอ็นอักเสบ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.4 ชิง

ชิง ลักษณะทางพฤกษศาสตร์เป็นพืชไม้ล้มลุก มีเหง้าใต้ดินลักษณะเป็นเหง้า เปลือกนอกสีน้ำตาลแกมเหลือง เนื้อในสีนวล หรือเหลืองอ่อน มีกลิ่นเฉพาะ จะแทงหน่อหรือลำต้นเทียมขึ้นมาเหนือพื้นดิน ส่วนที่โผล่เหนือดิน คือกาบใบที่หุ้มซ้อนกัน มีสีเขียว ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับ รูปขอบขนาน แกมรูปใบหอกหรือรูปใบหอกแกมรูปไข่ ปลายใบเรียวแหลมหรือยาวคล้ายหาง กว้าง 1.5-2 ซม. ยาว 15-20 ซม. ขอบใบเรียบ โคนใบสอบเรียบ แผ่นใบสีเขียวเข้มเป็นมัน ท้องใบ

หรือใต้ใบมีขนสีขาวนวล ก้านใบสั้น ดอก ออกเป็นช่อแบบช่อเชิงลด แทงออกจากเหง้าใต้ดิน ช่อดอก ลักษณะเป็นกาบสีเขียว ใบประดับเรียงเวียนสลับสีเขียวอ่อน ดอกจะมีกลีบดอกเป็นสีเหลืองแกมเขียว ตรงปลายกลีบผายกว้างออก สีม่วงแดง ส่วนโคนกลีบดอกม้วนห่อ ผล (เมล็ด) เป็นผลแห้ง ทรงกลม และแข็ง ขนาดประมาณ 1 ซม. เป็น 3 พู ภายในมีเมล็ดสีดำหลายเมล็ด (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

สำหรับสรรพคุณ พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ได้กล่าวว่า เหง้า รสหวานเผ็ดร้อน ขับลม แก้ท้องอืด จุกเสียด แน่นเฟ้อ คลื่นไส้อาเจียน แก้กอบไอ ขับเสมหะ แก้บิด เจริญอากาศธาตุ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ส่วนสารสำคัญในน้ำมันหอมระเหยจะออกฤทธิ์กระตุ้นการบีบตัวของกระเพาะอาหารและลำไส้ ใช้เหง้าแก้ทุบหรืออบเป็นผงชงน้ำดื่ม แก้อาการคลื่นไส้อาเจียน แก้กุกเสียด แน่นเฟ้อ เหง้าสด ตำคั้นเอาน้ำผสมกับน้ำมะนาว เดิมเกลือเล็กน้อย จิบแก้ไอ ขับเสมหะ ข้อควรระวัง น้ำขิงที่เข้มข้นมากๆ จะออกฤทธิ์ตรงข้ามกัน คือ ระวังการบีบตัวของลำไส้ ควรใช้ในปริมาณที่พอดี ต้น มีรสเผ็ดร้อน ขับลมให้ผายเร็ว แก้กุกเสียด แก้ก้องร่ง ใบ มีรสเผ็ดร้อน บำรุงกำเดา แก้ฟกช้ำ แก้นิ่ว แก่ขัดปัสสาวะ แก่โรคตา ฆ่าพยาธิ ดอก มีรสเผ็ดร้อน แก่โรคประสาทซึ่งทำให้ขุ่นมัว ช่วยย่อยอาหาร แก่ขัดปัสสาวะ ราก มีรสหวานเผ็ดร้อนขม แก้แน่น แก้เสมหะ เจริญอาหาร แก่ลม แก่เสมหะ แก้บิด บำรุงเสียงให้เพราะ ผล มีรสหวานเผ็ด บำรุงน้ำนม แก้ไข้ แก่คอแห้ง เจ็บคอ แก่ตาฟาง เป็นยาอายุวัฒนะ (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 135)



รูปภาพ 16 ลักษณะต้นขิง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

4.1.5 ฟ้าทะลายโจร

ฟ้าทะลายโจร เป็นพืชล้มลุกฤดูเดียว มีถิ่นกำเนิดในอินเดียและศรีลังกา โดยในตำรายาโบราณของไทย จัดให้เป็นสมุนไพรพื้นบ้านที่สามารถหารับประทานแก้โรคได้เอง สูงประมาณ 30-70 ซม. ลำต้นเป็นสี่เหลี่ยม แตกกิ่งมาก ใบรียาว ปลายใบแหลม ดอกขนาดเล็กสีขาว มีรอยกระสีม่วงแดง ลักษณะเป็นหลอด ฝักคล้ายฝักต้อยติ่ง เมล็ดสีน้ำตาลอ่อน ใบมีสารประกอบแอลกอฮอล์ ซึ่งมีฤทธิ์เป็นยาแก้ไข้ โรคทางเดินหายใจ แก้เจ็บคอ

ส่วนใบฟ้าทะลายโจร ลักษณะเป็นใบเดี่ยว แผ่นใบสีเขียวเข้มเป็นมัน ลักษณะของใบรียาว ปลายใบแหลม ดอกฟ้าทะลายโจร ออกดอกเป็นช่อที่ปลายกิ่งและตามซอกใบ ดอกมีขนาดเล็กสีขาว มีดอกย่อย กลีบดอกมีสีขาวโคนกลีบติดกัน ปลายแยกเป็น 2 ปาก ปากบนมี 3 กลีบ (มีเส้นสีม่วงแดงพาดอยู่) ส่วนปากล่างมี 2 กลีบ ผลฟ้าทะลายโจร ลักษณะเป็นฝัก ฝักจะคล้ายกับฝักต้อยติ่ง (หรือเปี๊ยะแป๊ะ) ฝักอ่อนมีสีเขียว เมื่อแก่ฝักจะเป็นสีน้ำตาลและแตกได้ ภายในฝักมีเมล็ดสีน้ำตาลอ่อนจำนวนมาก

สำหรับฟ้าทะลายโจรมีสรรพคุณหลายประการ ซึ่งทอง อุปแสน ปรากฏชาวบ้านได้กล่าวว่า แก้ไข้ทั่วๆ ไป เช่น ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ ระวังอาการอักเสบ ไอ เจ็บคอ คออักเสบ ต่อมทอนซิล หลอดลมอักเสบ ขับเสมหะ รักษาโรคผิวหนัง ฝี แก้ติดเชื้ ที่ทำให้ปวดท้อง ท้องเสีย บิด (ทอง อุปแสน, 2566: สัมภาษณ์) และแก้กระเพาะลำไส้อักเสบ เป็นยาขมเจริญอาหาร มีฤทธิ์ระงับการติดเชื้อหรือระงับการเจริญเติบโตของเชื้อโรคได้ ซึ่งควรใช้ให้ถูกต้องด้วยจะได้ผลดีมาก (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553)



รูปภาพ 17 ลักษณะต้นฟ้าทะลายโจร

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ฟ้าทะลายโจรช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระในร่างกาย ช่วยกระตุ้นการสร้างภูมิคุ้มกันในร่างกาย ต่อต้านสิ่งแปลกปลอมที่เข้ามาในร่างกาย รวมไปถึงช่วยกระตุ้นการสร้างเม็ดเลือดขาวให้จับกินเชื้อโรคได้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย สรรพคุณฟ้าทะลายโจรมีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง สรรพคุณฟ้าทะลายโจร ใบใช้เป็นยาขับเสมหะทำให้เจริญอาหาร (ใบ) ช่วยรักษาโรคเบาหวาน ด้วยการใช้ต้นฟ้าทะลายโจร กระชาย และว่านเอ็นเหลือง นำมาทำเป็นยาเม็ดลูกกระป๋อง (ต้น) ช่วยป้องกันและแก้อาการหวัด คัดจมูก ด้วยการใช้ใบและกิ่งประมาณ 1 กำมือ (สดใช้ 25 กรัม แต่ถ้าแห้งใช้ 3 กรัม) นำมาต้มกับน้ำดื่ม รับประทานก่อนอาหารวันละ 2 ครั้ง เช้าและเย็น หรือในขณะที่มีอาการ (กิ่ง, ใบ)

4.1.6 ตะไคร้

ตะไคร้ เป็นพืชล้มลุก ความสูงประมาณ 4-6 ฟุต ใบยาวเรียวยาว ปลายใบมีขนหนาม ลำต้นรวมกันเป็นกอ มีกลิ่นหอม เป็นช่อยาวมีดอกเล็กฝอยเป็นจำนวนมาก ตะไคร้เป็นพืชที่สามารถนำส่วนต้นหัวไปประกอบอาหาร และจัดเป็นพืชสมุนไพรด้วย (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

สำหรับสรรพคุณของตะไคร้ โคนกาบใบและลำต้น ใช้เป็นยาขับลม แก้ท้องอืดเพื่อแน่น จุกเสียด ไบรสมหอมปราง ใบสดใช้เป็นยาช่วยลดความดันโลหิต และแก้ไข้ เป็นส่วนประกอบสำคัญในการทำลูกประคบลำต้น รสหอมปราง ซึ่งพระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ได้กล่าวถึงสรรพคุณของตะไคร้ว่า เป็นยาขับลม แก้โรคทางเดินปัสสาวะ แก้นิ่ว แก้ผมแตกปลาย แก้เบื่ออาหาร ทำให้เจริญอาหาร ขับเหงื่อ แก่ดื่บกลิ่นคาวในอาหาร ทั้งต้น รสหอมปราง แก้ปวดท้อง รักษาโรคหืด แก่หิวาตโรค แก่โรคระบบทางเดินปัสสาวะ หรือใช้ทำเป็นยานวด (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ใช้ร่วมกับสมุนไพรอื่นรักษาโรค เช่น เป็นยาบำรุงธาตุ ขับเหงื่อ เจริญอาหาร เหว่งรสหอมปราง แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ และแน่นจุกเสียด แก่กระษัย แก้เบื่ออาหาร แก่อาเจียนสำหรับหญิงที่ตั้งครรภ์ เป็นยานอนหลับ ยาบำรุง แก้ปวดท้อง ขับปัสสาวะและนิ่ว ขับลมในลำไส้ รากรสหอมปราง เป็นยาแก้ปวดท้อง แก้เสียดแน่น บำรุงไฟธาตุ ขับปัสสาวะ ขับนิ่ว รักษาเกลื้อน (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

พจน ปลูก ปลูก ชีว



รูปภาพ 18 ลักษณะต้นต๊ะไคร้

รูปภาพโดยผู้วิจัย

4.1.7 ขมิ้น

ขมิ้น เป็นพืชล้มลุกที่จัดอยู่ในตระกูลขิง มีเหง้าอยู่ใต้ดิน เนื้อในของเหง้าจะเป็นสีเหลือง มีกลิ่นหอมเฉพาะตัว มีตั้งแต่สีเหลืองเข้มจนถึงสีแสดจัด โดยถิ่นกำเนิดอยู่ในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และมีชื่ออื่น ๆ อีก เช่น ขมิ้นชัน ขมิ้นแกง ขมิ้นหยอก ขมิ้นหัว ขมิ้น หนึ้ม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแต่ละภาค และจังหวัดนั้น ๆ นิยมนำไปใช้ในการประกอบอาหาร แต่งสี แต่งกลิ่นอาหาร เช่น แกงไตปลา แกงกะหรี่ เป็นต้น ขมิ้นชันอุดมไปด้วยวิตามินและแร่ธาตุหลายชนิด เช่น วิตามินเอ วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 วิตามินบี 3 วิตามินซี วิตามินอี ธาตุแคลเซียม ธาตุฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก และเกลือแร่ต่าง ๆ รวมไปถึงเส้นใย คาร์โบไฮเดรต และโปรตีน เป็นต้น และขมิ้นชันมีสรรพคุณทางยาที่รักษาอาการและโรคต่าง ๆ ได้หลายชนิด มีประวัติในการนำมาใช้ในการรักษามากกว่า 5,000 ปี

สำหรับขมิ้นชันที่จะนำมาใช้ประโยชน์นั้น การเก็บเกี่ยวไม่ควรเก็บในระยะที่ขมิ้นเริ่มแตกหน่อ เพราะจะทำให้สารที่มีประโยชน์อย่างเคอร์คูมินในขมิ้นมีน้อย ส่วนเหง้าที่เก็บมาต้องมีอายุอย่างน้อย 9-12 เดือน และต้องไม่เก็บไว้นานเกินไป และไม่ให้ถูกแสงแดด เพราะน้ำมันหอมระเหยในขมิ้นจะหมดไปเสียก่อน เมื่อได้เหง้ามาแล้ว หากจะนำไปรับประทานเพื่อใช้ในการรักษาโรคต่าง ๆ ควรล้างให้สะอาดก่อน และไม่ต้องปอกเปลือก แต่หั่นเป็นแว่นชิ้นบาง ๆ แล้วนำไปตากแดดสัก 2 วัน แล้วนำมาบดให้ละเอียด ผสมกับน้ำผึ้งแล้วปั้นเป็นเม็ดเล็ก ๆ เท่าปลายนิ้วก้อย แล้วนำมารับประทานวันละ 3 ครั้ง ครั้งละ 2-3 เม็ด หลังอาหารและช่วงก่อนนอน หรือนำเหง้าแก่มาขูดเอาเปลือกออก แล้วนำไปล้างน้ำให้สะอาด นำมาบดให้ละเอียด เติมน้ำแล้วคั้นเอาแต่น้ำมารับประทานครั้งละ 2 ช้อน

โตะ วันละ 3 ครั้ง หากนำขมิ้นมาใช้เป็นยาทาภายนอก เพื่อรักษาอาการแพ้ ผื่นคัน ผิวน้ำอักเสบ แผลงสักรัดตื้อ ให้นำเหง้าขมิ้นมาผสมกับน้ำต้มสุก แล้วทาบริเวณที่เป็นวันละ 3 ครั้ง หรือนำเอาผงขมิ้นมาโรยก็ได้เช่นกัน (เมตไทย, 2563)



รูปภาพ 19 ลักษณะต้นขมิ้น

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สำหรับสรรพคุณนั้น พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ได้กล่าวไว้ว่า เหง้า รสฝาดหวานเย็น แก้ไข้เรื้อรัง ผอมเหลือง แก้โรคผิวหนัง แก้เสมหะและโลหิต แก้ท้องร่วง สมานแผล แก้ธาตุพิการ ขับผายลม แก้ผื่นคัน ขับกลิ่นและสิ่งสกปรกในร่างกาย คุมธาตุ หยอดตาแก้ตาบวมตาแดง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) น้ำคั้นจากเหง้าสดทาแก้แพ้ถลอก แก้โรคผิวหนังผื่นคัน ลดการอักเสบ ทำให้ผิวพรรณผุดผ่องนำมาอัดเม็ดทำเป็นยารักษาท้องอืดเฟ้อ ธาตุพิการ อาหารไม่ย่อย ภาวะอาหารอ่อนแอ รักษาแผลในกระเพาะอาหาร แก้ท้องร่วง แก้บิด ผงขมิ้น นำเหง้าแห้งมาบดเป็นผง นำมาเคี้ยวกับน้ำมันพืช ทำน้ำมันใส่แผลสด ขมิ้นสด ใช้เหง้าสดล้างให้สะอาดตำกับดินประสิวเล็กน้อยผสมน้ำปูนใสพอกบาดแผล และแก้เคล็ดขัดยอก เผลาไฟตำกับน้ำปูนใส รับประทาน แก้ท้องร่วง แก้บิด (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 124)

4.1.8 ไพล

ไพล หรือ ว่านไพล, ว่านปอบ ต้นไพล ลักษณะไพลเป็นไม้ล้มลุกมีความสูงประมาณ 0.7-1.5 เมตร มีเหง้าอยู่ใต้ดิน เปลือกมีสีน้ำตาลแกมเหลือง เนื้อด้านในมีสีเหลืองถึงสีเหลืองแกมเขียว แทงหน่อหรือลำต้นเทียมขึ้นเป็นกอ โดยจะประกอบไปด้วยกาบหรือโคนใบหุ้มซ้อนกันอยู่ เหง้าไพลสดฉ่ำน้ำ รสฝาด เย็น ร้อนซ่า มีกลิ่นเฉพาะ ส่วนเหง้าไพลแก่สดและแห้งจะมีรสเผ็ดเล็กน้อย ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการใช้เมล็ด แ่ง หรือเหง้า แต่โดยทั่วไปแล้วจะใช้ส่วนของเหง้าเป็นท่อนพันธุ์ในการเพาะปลูก ลักษณะของใบเป็นรูปขอบขนานแกมรูปหอก ใบเป็นใบเดี่ยวเรียงสลับ กว้างประมาณ 3.5-5.5 เซนติเมตรและยาวประมาณ 18-35 เซนติเมตร ดอกไพล ออกดอกเป็นช่อ แทงจากเหง้าใต้ดิน กลีบดอกมีสีนวล มีใบประดับสีม่วงผลไพล ลักษณะของผลเป็นผลแห้งรูปกลม (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553)

ส่วนสรรพคุณของไพล ช่วยรักษาอาการเคล็ดขัดยอก ฟกช้ำบวม ข้อเท้าแพลง ด้วยการใช้หัวไพลนำมาฝนแล้วทาบริเวณที่มีอาการฟกช้ำบวมหรือเคล็ดขัดยอก / หรือจะใช้เหง้าสด 1 แ่งนำมาผานเป็นชิ้นบาง ๆ แล้วต้มรวมกับสมุนไพรชนิดอื่น ๆ เนื่องจากไพลจะมีน้ำมันหอมระเหย (เหง้าสด) ช่วยแก้อาการเคล็ดขัดยอก ฟกช้ำบวม ข้อเท้าแพลง (ประภาส เขตบุรี, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 20 ลักษณะต้นไพล

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ช่วยแก้เมื่อย แก้อาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ปวดตามร่างกาย (ใบ)ประโยชน์ของไพล ช่วยทำให้ผิวหนังชุ่มชื้น ด้วยการใช้เหง้าสด 1 แ่ง นำมาผานเป็นชิ้นบาง ๆ แล้วต้มรวมกับสมุนไพรชนิดอื่น ๆ เนื่องจากไพลจะมีน้ำมันหอมระเหย (เหง้าสด) ช่วยไล่แมลง ฆ่าแมลง (เหง้า)ยุงและไล่ยุง น้ำมันจากหัวไพลผสมกับแอลกอฮอล์นำมาใช้ทาผิวสามารถช่วยกันยุงและไล่ยุงได้ (หัวไพล) สามารถนำมาทำเป็น ครีมไพล, น้ำมันไพล, ไพลผง, ไพลขัดผิว, ไพลทาหน้าได้ (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553)

4.1.9 มะกรูด

มะกรูด เป็นพืชในสกุลส้ม ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ นิยมใช้ใบมะกรูดและผิวมะกรูดเป็นส่วนหนึ่งของเครื่องปรุงอาหารหลายชนิด เพราะนิยมใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องแกงที่ ซึ่งโดยปกติแล้วมักจะนิยมใช้ใบมะกรูดและผิวมะกรูดมาเป็นส่วนหนึ่งของเครื่องปรุงอาหารหลายชนิด นอกจากมะกรูด จะใช้เป็นเครื่องประกอบในอาหารต่าง ๆ แล้ว ก็ยังมีประโยชน์ในด้านอื่น ๆ อีกมากมาย ไม่ว่าจะเป็นในด้านของความงามและในด้านของยาสมุนไพรนอกจากนี้ยังถือว่าเป็นไม้มงคลที่นิยมปลูกไว้บริเวณบ้านอีกด้วย เพราะเชื่อว่าจะทำให้ผู้อยู่อาศัยมีความสุข โดยจะปลูกไว้ทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือ สารเคมีที่สำคัญที่พบได้ในผลมะกรูดคือน้ำมันหอมระเหย ซึ่งมีทั้งในส่วนเปลือกผลหรือผิวมะกรูดและในส่วนของใบ โดยเปลือกผลจะมีน้ำมันหอมระเหยประมาณ 4% และในส่วนของใบนั้นจะมีน้ำมันหอมระเหยอยู่ประมาณ 0.08% และยิ่งสกัดยากกว่าน้ำมันในเปลือกผลอีกด้วย แต่ก็ยังมีจุดเด่นตรงที่น้ำมันจากใบจะมีกลิ่นมากกว่านั่นเอง จึงนิยมใช้ทั้งน้ำมันมะกรูดทั้งจากใบและเปลือกผล ซึ่งน้ำมันหอมระเหยนี้ก็สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้หลายอย่างและยังมีสรรพคุณเป็นยาอีกด้วย

ลักษณะทั่วไปเป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก เป็นไม้เนื้อแข็ง ลำต้นและกิ่งมีหนามยาวเล็กน้อย ใบเป็นใบประกอบชนิดดรูป มีใบย่อย 1 ใบ เรียงสลับ รูปไข่ คือมีลักษณะคล้ายกับใบไม้ 2 ใบ ต่อกันอยู่ คอดกึ่งที่กลางใบเป็นตอน ๆ มีก้านแผ่ออกใหญ่เท่ากับแผ่นใบ ทำให้เห็นใบเป็น 2 ตอน กว้าง 2.5 - 4 เซนติเมตร ยาว 4 - 7 เซนติเมตร ใบสีเขียวแก่พื้นผิวใบเรียบเกลี้ยง เป็นมัน ค่อนข้างหนา มีกลิ่นหอมมากเพราะมีต่อมน้ำมันอยู่ โดยใบด้านบนสีเข้ม ใต้ใบสีอ่อน ดอกออกเป็นกระจุก 3 - 5 ดอก กลีบดอกสีขาว เกสรสีเหลือง ร่วงง่าย มีกลิ่นหอม มีผลสีเขียวเข้มคล้ายมะนาวผิวเปลือกนอกขรุขระ ขั้วหัวท้ายของผลเป็นจุด ผลมีต่อมน้ำมันกระจายอยู่ที่ผิว ผลอ่อนมีเป็นสีเขียวแก่ เมื่อผลสุกจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองสด พันธุ์ที่มีผลเล็ก ผิวจะขรุขระน้อยกว่าและไม่มีจุดที่ขั้ว ภายในมีเมล็ดจำนวนมาก (เมตไทย, 2566)

สำหรับสรรพคุณมะกรูด มีสารต่อต้านอนุมูลอิสระสูง ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย แข็งแรงและต้านทานโรค ช่วยทำให้เจริญอาหาร น้ำมันหอมระเหยจากมะกรูดมีสรรพคุณช่วยผ่อนคลายความเครียด คลายความกังวล ทำให้จิตใจสงบนิ่ง ด้วยการสูดดมผิวมะกรูดหรือน้ำมันมะกรูดจะช่วยได้ระดับหนึ่ง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) แต่การใช้ไม่ควรจะใช้ความเข้มข้นมากกว่า 1% เพราะอาจจะทำให้เกิดการระคายเคืองได้ ช่วยแก้อาการนอนไม่หลับ ด้วยการใช้ผิวมะกรูด รากชะเอม ใพล เฝียงพร้าว ขมิ้นอ้อย ในปริมาณเท่ากัน นำมาบดเป็นผง นำมาชงละลายน้ำร้อนหรือต้มเป็นน้ำดื่ม ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ ด้วยการใช้ผิวมะกรูดสดผ่านเป็นชิ้นเล็ก ๆ ประมาณ 1 ซ่อนแกง เติมการบูรหรือพิมเสน 1 หยิบมือ ชงด้วยน้ำเดือด แช่ทิ้งไว้ แล้วนำน้ำที่ได้มาดื่ม 1-2 ครั้ง (เปลือกผล) ช่วยแก้ลม หน้ามืด วิงเวียนศีรษะ ด้วยการใช้เปลือกมะกรูดผ่านบาง ๆ ชงกับน้ำเดือดใส่การบูรเล็กน้อย แล้วนำมารับประทานแก้อาการ (เปลือกผล) ช่วยแก้อาการไอ ขับเสมหะ ด้วยการใช้ผลมะกรูดนำมาผ่าซีก เติมเกลือ นำไปลงไฟให้เปลือกนิ่ม แล้วบีบน้ำมะกรูดลงในคอทีละน้อย ๆ จะช่วยแก้อาการไอได้ สูตรนี้ก็สามารถใช้เป็นยาขับเสมหะได้ด้วยเช่นกัน ใช้แก้อาเจียนเป็นเลือด แก้ไข้ในได้อีกด้วย ช่วยฟอกโลหิต (ประภาส เขตบุรี, 2566: สัมภาษณ์) ด้วยการนำผลมะกรูดสดมาผ่าเป็น 2 ซีกแล้วนำไปดองกับเกลือหรือน้ำผึ้งประมาณ 1 เดือน แล้วรินเอาแต่น้ำดื่ม จะช่วยฟอกโลหิตได้เป็นอย่างดี

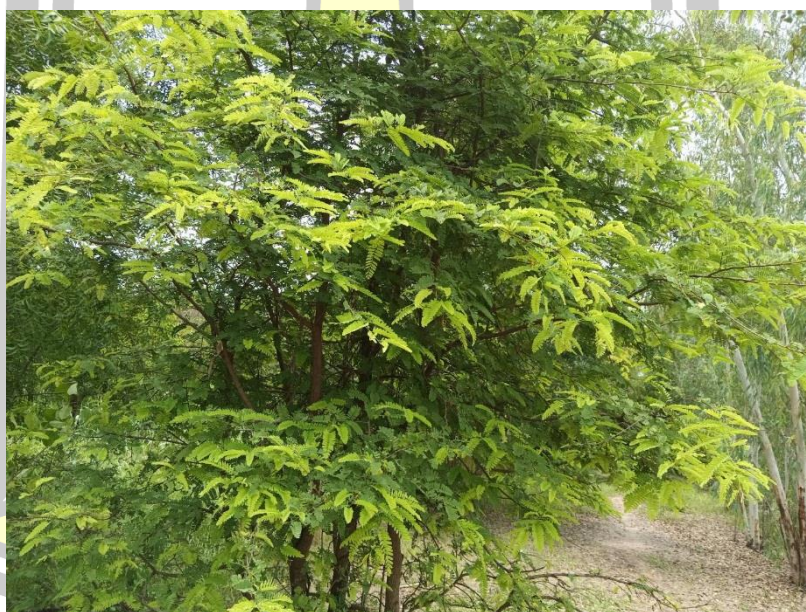


รูปภาพ 21 ลักษณะต้นมะกรูด

รูปภาพโดยผู้วิจัย

4.1.10 มะขาม

ต้นมะขาม ไม้ต้น มีลักษณะลำต้นขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ สูงประมาณ 10 - 30 เมตร แตกกิ่งก้านเป็นพุ่มกลม ลำต้นและกิ่งเหนียว ปลายกิ่งห้อยลู่ลง เปลือกต้นสีน้ำตาลอ่อนและแตกสะเก็ดเป็นร่องเล็กๆ เปลือกต้นด้านในมีสีแดงเรื่อๆ แก่นสีน้ำตาลเข้ม กระพี้สีขาว ใบเป็นใบประกอบแบบขนนก ขึ้นเดี่ยวออกเรียงสลับ ใบย่อยมีขนาดเล็ก ลักษณะใบรูปขอบขนาน ปลายใบเว้าบวมหรือมน โคนใบมน ออกใบเป็นคู่ๆ เรียงกันตามก้านใบแบบตรงข้ามประมาณ 10 - 18 คู่ แผ่นใบเรียบบาง สีเขียว ใบอ่อนสีออกแดงเรื่อๆ หรือชมพู ดอก ออกดอกเป็นช่อแบบช่อกระจุก ช่อหนึ่งมีประมาณ 10 - 15 ดอก ออกช่อตามปลายกิ่งและซอกใบ มีกลีบรองกลีบดอก 4 กลีบ สีเหลืองหรือเขียวอ่อน กลีบดอกมี 5 กลีบ สีเหลืองประแต้มสีแดงส้ม ผล เมื่อดอกร่วงแล้วจะติดผลเป็นฝักกลม แบนเล็กน้อย คอดเป็นข้อตามเมล็ด และมีก้าน เปลือกสีเทาอมน้ำตาล ข้างในผลมีเนื้อเยื่อ แรกๆ เป็นสีเหลืองอ่อน และค่อยๆ เปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลเมื่อผลแก่จัด ซึ่งจะหุ้มเมล็ดอยู่ เมล็ด เมล็ดเป็นรูปค่อนข้างกลมแบน เปลือกผิวเกลี้ยงมีสีน้ำตาลดำหรือสีน้ำตาลเข้ม (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 22 ลักษณะต้นมะขาม

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณของมะขามนั้น ใบ รสเปรี้ยวฝาดใช้เป็นยาแก้ไอ แก้โรคบิด ฟอกโลหิต ขับลมในลำไส้ รักษาหวัด ขับเหงื่อ เป็นยาถ่าย ยาระบาย แก้กามวั หยอดตา รักษาเยื่อตาอักเสบ ใบอ่อน นำมาต้มเอาน้ำโกรกศีรษะแก้หวัด คัดจุมูก (อุทัย ช้ายยศ, 2566: สัมภาษณ์) ใบยังเป็นส่วนประกอบสำคัญในลูกประคบอีกด้วย ผลหรือฝักดิบ รสเปรี้ยว ช่วยฟอกเลือดและลดความอ้วน

เป็นยาระบาย ช่วยลดอุณหภูมิในร่างกาย บรรเทาอาการไข้ เนื้อในฝัก รสเปรี้ยว เป็นยาระบาย แก้กึ่งผูก ขับเสมหะ แก้ไอ กระหายน้ำ ฟอกโลหิตสตรีหลังคลอด นอกจากนี้พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ยังได้กล่าวว่า เมล็ดใน รสมัน ขับพยาธิไส้เดือนในลำไส้ แก้กึ่งร่วง แก้อาเจียน บำรุงกำลัง เปลือกเมล็ด รสฝาด แก้กึ่งร่วง แก้กิดลมป่วง สมานแผลที่ปาก คอ ลิ้นและตามร่างกาย รักษาแผลสด (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) เปลือกต้น รสฝาดเมาร้อน แก้เหงือกบวม ฆ่าแมลงกินฟัน ฆ่าพยาธิผิวหนัง ต้มหรือฝนกับน้ำปูนใสชะล้างบาดแผลและทารักษาบาดแผลเรื้อรัง ทั้งต้น รสฝาดเมา แก้ไข้ตัวร้อน แก่น รสฝาดเมา กล่อมเสมหะและโลหิต รักษาฝีในมดลูก เป็นยาชักมดลูกให้เข้าอู่ ราก มีรสฝาดแก้กึ่งร่วง สมานแผล รักษาเริม และงูสวัด (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

4.1.11 ต้นลูกใต้ใบ

ลูกใต้ใบมีถิ่นกำเนิดในแถบเขตร้อนต่าง ๆ ของโลกทั้งในทวีป อเมริกาใต้ แอฟริกา และเอเชีย และมีการกระจายพันธุ์ไปอยู่ในหลาย ๆ ประเทศเขตร้อนของภูมิภาคดังกล่าว เช่น เปรู บราซิล ทางตอนใต้ของสหรัฐอเมริกา อินเดีย ไทย พม่า ลาว ฯลฯ ส่วนในประเทศไทยนั้น ต้นลูกใต้ใบสามารถพบได้ทั่วทุกจังหวัด ตั้งแต่ในอดีตจนถึงปัจจุบัน โดยมักพบในที่โล่งแจ้งหรือตามบริเวณเงาไม้ใหญ่ในที่โล่งทั่วไป หรือขึ้นแซมกับพืชที่เกษตรกรปลูก จนต้องถูกกำจัดเหมือนวัชพืชรื้ออื่น ๆ เลยทีเดียว ลูกใต้ใบเป็นพืชตระกูลเดียวกับมะขามป้อม เป็นพืชล้มลุกขนาดเล็ก



รูปภาพ 23 ลักษณะต้นลูกใต้ใบ

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ดังนี้ ต้นลูกใต้ใบ จัดเป็นพืชล้มลุก มีอายุเพียงปีเดียว มีความสูงประมาณ 10-50 เซนติเมตร แตกกิ่งก้านสาขามาก ลำต้นไม่มีขน และทุกส่วนของต้นมีรสขม ใบลูกใต้ใบ ใบเป็นใบเดี่ยวประกอบแบบขนนกเรียงสลับกันขึ้นเดี่ยวปลายคี่ มีใบย่อยประมาณ 23-25 ใบ ลักษณะของใบย่อยเป็นรูปขอบขนานแกมรูปไข่กลับ โคนใบมนแคบ ส่วนปลายใบมนกว้างของใบเรียบ ไม่มีขน ใบด้านล่างสีก่อนกว่าด้านบน ใบมีขนาดกว้างประมาณ 3-4 มิลลิเมตรและยาวประมาณ 5-10 มิลลิเมตร มีก้านใบสั้นมาก มีหูใบสีขาวนวล ลักษณะเป็นรูปสามเหลี่ยมปลายแหลมเกาะติดอยู่ 2 อัน ดอกลูกใต้ใบ ดอกเป็นแบบแยกเพศ มีขนาดเล็กสีขาว เส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 0.08 เซนติเมตร ดอกเพศเมียมักจะอยู่บริเวณโคนก้านใบ ส่วนดอกเพศผู้มักจะอยู่บริเวณส่วนปลายของก้านใบ มักออกเป็นกระจุกๆละ 2-3 ดอก โดยดอกตัวเมียจะมีขนาดใหญ่กว่าดอกตัวผู้ประมาณ 2 เท่า และดอกเดี่ยวๆ เกสรตัวผู้มี 3 ก้าน โคนก้านเกสรเชื่อมกันเล็กน้อย มีอับเรณูแตกอยู่ตามแนวราบ ส่วนกลีบรองและกลีบดอกเป็นรูปไข่ ขอบกลีบมีสีอ่อน ผลลูกใต้ใบ ลักษณะของผลเป็นรูปทรงกลมแป้น ผิวเรียบมีสีเขียวอ่อนนวล ผลมีขนาดประมาณ 0.15 เซนติเมตร โดยผลมักจะเกาะติดอยู่บริเวณใต้โคนของใบย่อย และอยู่ในบริเวณกลางก้านใบ ผลเมื่อแก่จะแตกเป็นพู 6 พู ในแต่ละพูจะมีเมล็ด 1 เมล็ด สีน้ำตาล มีลักษณะเป็นรูปเสี้ยว 1 ส่วน 6 ของรูปทรงกลม มีสันตามยาวทางด้านหลัง และมีขนาดเล็กมากประมาณ 0.1 เซนติเมตร (เมตไทย, 2563)

สำหรับสรรพคุณของต้นลูกใต้ใบ พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ได้กล่าวว่า ช่วยปกป้องตับจากพิษของสารเคมี ช่วยรักษาผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งตับให้มีอายุยาวขึ้น ใช้เป็นยาบำรุงร่างกาย บำรุงธาตุในร่างกาย เจริญอาหาร รักษาโรคตา ช่วยควบคุมและลดระดับน้ำตาลในเลือด ช่วยลดความดันโลหิต แก้ไข้ ลดความร้อน ช่วยลดไข้ทุกชนิด ช่วยรักษามาลาเรีย ช่วยแก้อาการไอ ช่วยแก้หืด ช่วยแก้อาการร้อนในกระหายน้ำ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ในขณะที่บัญญัติ นามบุตร ซึ่งเป็นปราชญ์ชาวบ้านด้านสมุนไพร ได้กล่าวว่า สรรพคุณต้นใต้ใบยังช่วยขับเหงื่อ ขับปัสสาวะ ช่วยขับเสมหะ แก้อท้องเสีย แก้ปวดท้อง ท้องมาน แก้บิด ขี้ระดูขาวใช้ประจำเดือนของสตรี รักษาไข้ทับระดู บำรุงสายตา ทำให้สายตาดี ช่วยแก้พิษตานซาง แก้น้ำเหลืองเสีย บำรุงตับ รักษาฝีชาน รักษาอาการปวดข้อ ปวดกระดูก ลดอาการอักเสบ (บัญญัติ นามบุตร, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.12 จันผา หรือ จันท์ผา

จันท์ผามีหลายชื่อ บ้างก็เรียกว่า "จันท์แดง" หรือ "ลักจั่น" ชอบขึ้นบริเวณหน้าผา ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ เป็นไม้พุ่มสูง 1.5 - 2 ม. ลำต้นตรงเป็นรูปบวม ๆ เรือนยอด อาจมียอดเดียวหรือหลายยอด เปลือกนอก เกลี้ยง สีเทา เปลือกในสีขาว ใบเดี่ยว ออกเวียนสลับถี่ ๆ ที่ปลายยอด ปลายแหลม สีเขียวเข้ม ก้านเป็นกาบหุ้มซ้อนทับกันรอบลำต้น ดอก ออกเป็นช่อใหญ่ตามซอกใบ กลีบดอก 6 กลีบ ตรงกลางดอกมีจุดสีแดง เมื่อบานเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 0.8 ซม. ดอกสีขาว

ผลกลมเล็ก ผลอ่อน มีสีเขียว ผลแก่ สีแดง และม่วงคล้ำ มีเมล็ดเดี่ยว ระยะเวลาในการออกดอกและ
เป็นผล ออกดอกระหว่างเดือน กรกฎาคม-สิงหาคม และผลแก่ระหว่างเดือน สิงหาคม-กันยายน
การขยายพันธุ์ เพาะกล้าจากเมล็ด หรือแยกกอประโยชน์ ทรงพุ่มสวย ดอกมีกลิ่นหอม



รูปภาพ 24 ลักษณะต้นจันทน์

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สำหรับสรรพคุณของจันทน์ อุทัย ช้ายยศ ได้กล่าวว่า แก่นมีรสขมเย็น ช่วยบำรุงหัวใจ (แก่น, ทั้งต้น) แก่นที่มีเชื้อราลงจนทำให้แก่นเป็นสีแดงและมีกลิ่นหอมมีสีแดง เรียกว่า จันทน์แดง มีรสขมและฝาดเล็กน้อย ใช้สำหรับเป็นยาเย็นดับพิษไข้ แก้ไข้ได้ทุกชนิด ทั้งต้นช่วยแก้อาการปวดศีรษะ (ทั้งต้น) ช่วยแก้ซาง (แก่น) ช่วยแก้อาการเหงื่อตก อาการกระสับกระส่าย (แก่น) ช่วยรักษาโรคเลือดออกตามไรฟัน (แก่น, ทั้งต้น) (อุทัย ช้ายยศ, 2566: สัมภาษณ์)

ช่วยแก้ตีพิการ แก่นน้ำตีพิการ (แก่น, เนื้อไม้) ช่วยแก้บาดแผล รักษาบาดแผล (แก่น, ราก) แก่นใช้ฝนทาช่วยแก้อาการฟกบวม ฟกช้ำ ฝี บวม (แก่น) ช่วยแก้พิษฝีที่มีอาการอักเสบและปวดบวม (แก่น, ทั้งต้น) จันทน์จัดอยู่ในตำรับยา “พิภักตเบญจโลธิกะ” ซึ่งประกอบไปด้วยตัวยาสมุนไพรที่มีสรรพคุณทำให้ชื่นใจ 5 อย่าง (แก่นจันทน์, แก่นจันทน์ขาว, แก่นจันทน์ชะมด, ต้นเนระพูสี, ต้นมหาสะดำ) ซึ่งเป็นตำรับยาที่มีสรรพคุณช่วยแก้ไข้เพื่อดี แก่ลมวิงเวียน กล่อมพิษทั้งปวง และช่วยแก้รัตตะปิตตะโรค (แก่น) จันทน์จัดอยู่ในตำรับยา “พิภักตจันทน์ทั้งห้า” (แก่นจันทน์) (แก่นจันทน์แดง), แก่นจันทน์ขาว, แก่นจันทน์, แก่นจันทน์เทศ, แก่นจันทน์ชะมด) ซึ่งเป็นตำรับที่มีสรรพคุณช่วยแก้ไข้เพื่อโลหิตและดี ช่วยแก้อาการร้อนในกระหายน้ำ ช่วยบำรุงตับปอดและหัวใจ และช่วยแก้พยาธิบาดแผล (แก่น) จันทน์ปรากฏอยู่ในตำรับยา “มโหสถิจันทน์” อันประกอบไปด้วยจันทน์ทั้งสอง ได้แก่จันทน์

แดง (จันทา) และจันทน์ขาว ร่วมกับสมุนไพรอื่น ๆ อีก 13 ชนิด ซึ่งเป็นตำรับยาที่มีสรรพคุณช่วยแก้ไข้ทั้งปวงที่มีอาการตัวร้อนและมีอาการอาเจียนร่วมด้วยก็ได้ (แก่น) จันทาปรากฏอยู่ในตำรับ “ยาจันทน์ลีลา” อันประกอบไปด้วยจันทน์แดง (จันทา) ร่วมกับสมุนไพรชนิดอื่น ๆ อีกในตำรับ ซึ่งเป็นตำรับที่ใช้บรรเทาอาการไข้ตัวร้อนและไข้เปลี่ยนฤดู (แก่น) จันทาปรากฏอยู่ใน “ตำรับยาเขียวหอม” ซึ่งเป็นตำรับยาที่มีสรรพคุณช่วยบรรเทาอาการไข้ แก้อาการร้อนในกระหายน้ำ แก้พิษสุกใส แก้พิษหัด บรรเทาอาการไข้จากหัดและสุกใส (แก่น) นอกจากนี้จันทาหรือจันทน์แดงยังปรากฏอยู่ในตำรับยารักษาภูมิอากาศทางระบบไหลเวียนโลหิต (แก้ลม) อันได้แก่ ตำรับยา “ยาหอมนวโกฐ” และตำรับ “ยาหอมเทพจิตร” โดยเป็น ตำรับยาที่มีส่วนประกอบของจันทาร่วมกับสมุนไพรชนิดอื่น ๆ อีกในตำรับ ซึ่งมีสรรพคุณช่วยแก้ลมวิงเวียน แก้อาการหน้ามืดตาลาย ใจสั่น มีอาการคลื่นไส้อาเจียน และช่วยแก้ลมจุกแน่นในท้อง (แก่น) จันทาจัดอยู่ในตำรับ “ยาประสะจันทน์แดง” ประกอบไปด้วยจันทน์แดง (จันทา) จำนวน 32 ส่วน (มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร, 2563) นอกจากนี้พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ยังได้กล่าวว่า รากมะนาว รากมะปรางหวาน รากเหมือนคน โกฐหัวบัว จันทน์เทศ ผางเสน เปราะหอม อย่างละ 4 ส่วน ดอกมะลิ ดอกบุนนาค ดอกสารภี และเกสรบัวหลวง อย่างละ 1 ส่วน นำมาบดเป็นผงสำหรับใช้เป็นยา ซึ่งตำรับยานี้มีสรรพคุณช่วยแก้ไข้ตัวร้อน และช่วยแก้กระหายน้ำ สำหรับวิธีใช้ให้นำผงยาที่ได้ (ผู้ใหญ่ให้รับประทานครั้งละ 1 ช้อนกาแฟ ส่วนเด็กให้ใช้ครึ่งช้อนครั้ง ช้อนกาแฟ) นำมาละลายในน้ำสุกหรือน้ำดอกมะลิ ใช้ดื่มทุก ๆ 3 ชั่วโมง (แก่น) (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.13 ดาวเรือง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ล้มลุก สูง 15-60 ซม. ลำต้นเป็นร่อง สีเขียว แตกกิ่งก้านที่โคน ใบ เป็นใบประกอบแบบขนนกปลายคี่ ออกเรียงตรงกันข้าม ใบย่อยมี 11-17 ใบ รูปรี กว้าง 0.5-1.5 ซม. ยาว 1.5- 5 ซม. ปลายใบแหลม โคนใบสอบ ขอบใบจักเป็นซี่ฟัน แผ่นใบสีเขียว เนื้อใบนิ่ม ดอก ออกเป็นช่อที่ปลายยอด ดอกสีเหลืองเข้ม รังประดับสีเขียว เชื่อมติดกันเป็นรูปประฆัง หุ้มโคนช่อดอก ดอกแบ่งออกเป็น 2 วง คือ ดอกวงนอก เป็นรูปเส้น บานแผ่ออกปลายม้วนลง เป็นดอกไม้สมบูรณ์ ดอกวงในเป็นหลอดเล็กอยู่ตรงกลาง ช่อดอกเป็นดอกสมบูรณ์เพศ ก้านช่อดอกยาว ผล เป็นผลแห้งไม่แตก สีดำ ดอกแห้งติดกับผล ส่วนที่ใช้ ใบ และช่อดอก เก็บตอนฤดูร้อน และฤดูหนาวตากแห้งเก็บไว้ใช้ หรืออาจใช้สด (เมตไทย, 2563)

ส่วนสรรพคุณนั้น พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ได้กล่าวว่า ดอกและรากมีรสขมเผ็ดเล็กน้อย มีฤทธิ์เป็นยาเย็น ออกฤทธิ์ต่อปอดและตับ (ดอก, ราก) ดอกใช้เป็นยาฟอกเลือด (ดอก) ในอินเดียจะใช้น้ำคั้นจากช่อดอกเป็นยาฟอกเลือด (ดอก) ใช้ใบแห้งประมาณ 5-10 กรัม นำมาต้มกับน้ำดื่มเป็นยาแก้เด็กเป็นตานขโมย (ใบ) ช่วยแก้อาการเวียนศีรษะ ด้วยการช่อดอกประมาณ 3-10 กรัม ต้ม

กับน้ำดื่ม (ดอก) ดอกช่วยบำรุงสายและถอนมลายตาได้ดี (พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ในตำรายาจีนจะนำดอกมาปรุงกับต้บไ้ใช้กินเป็นยาบำรุงสายตาได้ดี (ดอก) ช่วยแก้ตาเจ็บ ตาบวม ตาแดง ปวดตา ด้วยการใชดอกแห้งประมาณ 10-15 กรัม นำมาต้มกับน้ำรับประทาน (ดอก) ดอกใช้รักษาคางทูม ด้วยการใชดอกประมาณ 3-10 กรัม นำมาต้มกับน้ำดื่ม (ดอก) ส่วนตำรายาจีนจะใชดอกแห้ง ดอกสายน้าผึ้ง เต้งเล้า อย่างละเท่ากัน นำมาบดรวมกันเป็นผง ผสมกับน้ำส้มสายชูคนให้เข้ากัน แล้วนำมาใช้พอกบริเวณที่เป็น (ดอก) ดอกใช้เป็นยาแก้ไข้สูงในเด็กที่มีอาการชัก (ไม่ระบุส่วนที่ใช้) ช่วยแก้อาการร้อนใน (ดอก) ช่วยแก้อาการไอหืด ไอกรน ไอเรื้อรัง ด้วยการใชดอกสดประมาณ 10-15 ดอก นำมาต้มกับน้ำผสมกับน้ำตาลรับประทาน (ดอก)



รูปภาพ 25 ลักษณะต้นดอกดาวเรือง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

4.1.14 สับปะรด

สับปะรด มีต้นกำเนิดมาจากทวีปอเมริกาใต้ มีความทนทานต่อสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ได้ดี จัดเป็นผลไม้เพื่อสุขภาพอีกชนิดหนึ่ง โดยประโยชน์ของสับปะรดนั้นมีอยู่หลากหลาย เพราะอุดมไปด้วยแร่ธาตุและวิตามินต่าง ๆ จำนวนมาก ซึ่งได้แก่ คาร์โบไฮเดรต วิตามินซี วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 วิตามินบี 3 วิตามินบี 5 วิตามินบี 6 กรดโฟลิก ธาตุแคลเซียม ธาตุโพแทสเซียม ธาตุแมกนีเซียม ธาตุแมงกานีส ธาตุฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก ธาตุสังกะสี เป็นต้น ซึ่งเหล่านี้ถือว่ามีประโยชน์ต่อร่างกายและสุขภาพเราเป็นอย่างมาก



รูปภาพ 26 ลักษณะต้นสับปะรด

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณสับปะรดทางสมุนไพรนั้น ช่วยรักษาอาการต่าง ๆ ได้อย่างหลากหลายเช่นกัน เช่น โรคบิด โรคนี้ช่วยบรรเทาอาการแผลเป็นหนอง ขับปัสสาวะช่วยเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายให้แข็งแรง ช่วยลดอัตราความเสี่ยงจากการเกิดโรคมะเร็ง ช่วยบรรเทาและรักษาอาการหวัดได้ ช่วยให้เลือดลมไหลเวียนได้ดีมากขึ้น ช่วยให้สุขภาพในช่องปากแข็งแรง ป้องกันไม่ให้เกิดโรคเหงือก ช่วยบรรเทาอาการร้อน กระสับกระส่าย หิวน้ำ ช่วยแก้อาการท้องผูก ขับถ่ายไม่สะดวก ช่วยในการย่อยอาหารจำพวกโปรตีน ช่วยลดเสมหะในลำคอได้ นอกจากนี้ยังช่วยในการขับปัสสาวะ ปัสสาวะไม่ออก ช่วยรักษาโรคนี้ว ช่วยรักษาโรคไตอักเสบ ช่วยรักษาโรคความดันโลหิตสูง ช่วยรักษาโรคหลอดเลือดอักเสบ ช่วยบรรเทาอาการของโรคบิด (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) เชื่อว่าช่วยรักษาและบรรเทาอาการของโรคนี้วล็อก (Trigger finger) ช่วยรักษาอาการบวมน้ำ ช่วยรักษาอาการแผลเป็นหนอง ช่วยแก้ปัญหาเส้นเท้าแตก ช่วยลดการอักเสบจากบาดแผล เป็นยารักษาโรคผิวหนัง ใบสด นำมาใช้เป็นยาถ่ายหรือยาฆ่าพยาธิได้ ผลดิบสามารถนำมาใช้ห้ามเลือดได้ ผลดิบสับปะรดช่วยขับประจำเดือน ส่วนของรากสับปะรดนำมาใช้เป็นยาแก้กระษัย บำรุงไตได้ หนามของสับปะรดช่วยแก้พิษฝีต่างๆ ได้ ช่วยบำรุงผิวพรรณให้เปล่งปลั่งสดใสอยู่เสมอ ช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระในร่างกาย ช่วยชะลอการเกิดริ้วรอยและความแก่ชรา สับปะรดเป็นผลไม้ที่เมื่อรับประทานแล้วจะรู้สึกสบายท้อง ไม่รู้สึกอึดอัด ใช้นำมารับประทานเป็นผลไม้ หรือนำมาปรุงเป็นอาหาร เช่น แกงสับปะรด เป็นต้น นำมาใช้แปรรูปเป็นสับปะรดกระป๋อง ทำเป็นสับปะรดกวนก็ได้ การแปรรูปสับปะรดอื่น ๆ เช่น การทำไวน์สับปะรด แยมสับปะรด เป็นต้น (เมตไทย, 2566)

4.1.15 หน้้าหนดแมว

หน้้าหนดแมว พืชล้มลุกขนาดเล็ก ลำต้นกิ่งอ่อนเป็นสี่เหลี่ยม สูง 0.3-0.8 เมตร ใบเดี่ยวเรียงตรงข้าม แผ่นใบรูปสี่เหลี่ยมข้าวหลามตัด ขอบใบหยัก แผ่นใบสีเขียวเข้ม ดอกช่อ ออกตรงปลายยอด มี 2 พันธุ์ ชนิดดอกสีขาวอมม่วงอ่อน กับพันธุ์ดอกสีฟ้า บานจากล่างขึ้นข้างบน เกสรเพศผู้เป็นเส้นยาวยื่นออกมานอกกลีบดอก ผล เป็นผลแห้งไม่แตก ส่วนที่ใช้ ราก ทั้งต้น ใบและต้นขนาดกลางไม่แก่ไม่อ่อนจนเกินไป

หน้้าหนดแมว เป็นสมุนไพรพื้นบ้านแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ที่หลายคนเชื่อว่ามีประโยชน์ต่อสุขภาพ ทั้งขับปัสสาวะ รักษาไข้ในไต ช่วยควบคุมน้ำหนัก และรักษาโรคข้ออักเสบ เพราะสารชีวภาพในใบของหน้้าหนดแมว เช่น กรดโรสมารินิก กรดบิฟูลินิก กรดโอสลินโนลิก กรดเออร์โซลิก และสารประกอบฟีนอลิกอื่น ๆ อีกกว่า 20 ชนิด อาจมีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ต้านโรค และเป็นประโยชน์ต่อร่างกายในระบบต่าง ๆ หน้้าหนดแมวเป็นพืชล้มลุกขนาดเล็กที่มีลำต้นสูงประมาณ 30-60 เซนติเมตร ใบมีลักษณะเรียวยาว มีขน ขอบใบเป็นรอยหยักคล้ายฟันเลื่อย มีดอกสีขาวหรือสีม่วงเป็นช่อ ตรงกลางดอกมีเกสรสีขาวยาวโผล่ออกมา กลีบดอกลักษณะคล้ายหน้้าหนดแมว



รูปภาพ 27 ลักษณะหน้้าหนดแมว

รูปภาพโดยผู้วิจัย

พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ได้กล่าวถึงสรรพคุณของต้นหน้้าหนดแมว หน้้าหนดแมวกับการขับปัสสาวะ ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและผู้ที่มีการบวม น้ำหนักต้องใช้อย่างขับปัสสาวะ เพื่อระบายโซเดียมและน้ำส่วนเกินออกจากร่างกายผ่านทางปัสสาวะ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) นอกจากการรับประทานยาขับปัสสาวะแล้ว เชื่อกันว่าสมุนไพรพื้นบ้านบางชนิดรวมถึง

หญ้าหนวดเมื่อนั้นช่วยขับปัสสาวะได้เช่นกัน โดยมีการศึกษาในหนูทดลองแสดงให้เห็นว่า สารสกัดจากหญ้าหนวดเมื่อนั้นมีคุณสมบัติช่วยขับปัสสาวะได้ โดยการศึกษาชิ้นหนึ่งที่ค้นคว้าในห้องทดลองพบว่า สารสกัดจากหญ้าหนวดเมื่อนั้นมีฤทธิ์ยับยั้งการก่อตัวของนิ่วแคลเซียมออกซาเลตในปัสสาวะได้ นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาประสิทธิภาพของหญ้าหนวดเมื่อนั้นในการลดนิ่วไตจากกรดยูริก โดยให้ผู้ป่วยรับประทานยาที่ต้มจากใบของหญ้าหนวดเมื่อนั้นในความเข้มข้น 0.5 เปอร์เซ็นต์ ปริมาณ 300 มิลลิตร เป็นเวลา 10 เดือน พบว่าปัสสาวะของผู้ป่วยมีแนวโน้มเป็นด่างมากขึ้น ซึ่งอาจลดการเกิดนิ่วจากกรดยูริกได้ แม้การศึกษาข้างต้นจะแสดงให้เห็นถึงแนวโน้มที่ดีของการรักษานิ่วในไตด้วยหญ้าหนวดเมื่อนั้น แต่ยังคงจำเป็นต้องศึกษาเพิ่มเติม เพื่อยืนยันประสิทธิภาพที่ชัดเจนในด้านนี้มากยิ่งขึ้นก่อนนำหญ้าหนวดเมื่อนั้นไปใช้รักษาต่อไป หญ้าหนวดเมื่อนั้นกับการลดไขมันและควบคุมน้ำหนัก โรคอ้วน รวมถึงการมีน้ำหนักตัวมากเกินไป อาจทำให้เสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพอื่น ๆ ตามมา แต่โดยทั่วไปการมีน้ำหนักในเกณฑ์ที่ดีต่อสุขภาพทำได้โดยการควบคุมน้ำหนัก เช่น ออกกำลังกายเป็นประจำ เลือกดื่มน้ำเปล่า แทนน้ำอัดลม หรือรับประทานอาหารแคลอรีต่ำที่เป็นประโยชน์ ซึ่งหญ้าหนวดเมื่อนั้นเป็นสมุนไพรชนิดหนึ่งที่เชื่อกันว่ามีสารอาหารที่อาจเป็นประโยชน์ต่อการควบคุมน้ำหนัก (พบแพทย์, 2565)

4.1.16 หญ้ารงกาหรือหญ้ายังกา

หญ้ายังกา เป็นพืชพวกเดียวกับกก ลำต้นเป็นสามเหลี่ยม มีลักษณะเป็นกอคล้ายหญ้า สูงประมาณ 20-50 ซม. เป็นวัชพืชหลายฤดู มีระบบรากฝอย ไม่มีไหลเหมือนหญ้าเหหัวหมู ใบสีเขียว สดเป็นมัน แผ่นใบแคบเรียวยาว ขอบใบเรียบ ใบยาวประมาณ 20-30 ซม. ดอก เป็นช่อแบบอัมเบล (umbel) ช่อดอกแน่นมีสีน้ำตาลอมแดง มีกลีบรองช่อดอก 3 อัน ยาวไม่เท่ากัน ก้านช่อดอกเป็นสามเหลี่ยมตั้งตรงสูงกว่าพุ่มต้น ประกอบด้วยดอกย่อยขนาดเล็กจำนวนมาก ดอกย่อยมีรูปร่างรี ปลายแหลมข้างหนึ่ง หญ้ารงกามีรากสีแดงอมเหลือง ลำต้นสามเหลี่ยม ออกเป็นกระจุก เกลี้ยง สูง 15-30 ซม. ใบเป็นใบเดี่ยว ออกที่โคนต้น แบนหรือเป็นร่อง ค่อนข้างอ่อน รูปยาวแคบ ปลายมน ขอบเรียบ ยาว 4-18 ซม. ปลายใบเรียวแหลม ขอบใบส่วนที่ค่อนข้างมนไปทางปลายใบสาก ช่อดอกมีขนาดต่างกัน得多 ดอกเรียงห่างกัน มีใบประดับช่อดอก 3-5 ใบ ตั้งขึ้นหรือกางออก ใบประดับช่อดอกที่มีขนาดใหญ่มี 1-3 ใบ ยาวกว่าช่อดอก แกนกลางดอกตรง ไม่มีครีบ ใบประดับช่อดอกย่อยรูปกลม หรือรูปไข่ป้อม โค้งเป็นรูปเรือ ปลายมนหรือเว้าเล็กน้อย ปลายสุดมีติ่งแหลมเล็กๆ มีเส้นสีเขียวโค้ง 3-5 เส้น ดอกมีขนาดเล็ก สีน้ำตาลแก่ มีเกสรตัวผู้ 2-3 อัน ผลรูปไข่กลับแกมรูปรี ขนาดกว้าง 0.5-0.7 มม. ยาว 1-1.5 มม. หน้าตัดเป็นรูปสามเหลี่ยม ด้านข้างเว้าเล็กน้อย ผิวเกลี้ยง เป็นมัน สีน้ำตาลเข้มถึงดำ (วิชาการเกษตร, 2558)



รูปภาพ 28 ลักษณะหญ้ารังกา

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณทางสมุนไพรของต้นหญ้ารังกา ทั้งต้น รสเผ็ดหอมร้อน ต้มดื่มบำรุงธาตุ บำรุงร่างกาย สมานแผลหวั รสเผ็ดหอม ลดไข้ ขับลม บำรุงธาตุ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.17 สาบเสือ

สาบเสือ เป็นวัชพืชที่มีถิ่นกำเนิดอยู่ในอเมริกากลาง มีเขตแพร่กระจายตั้งแต่ทางตอนใต้ของฟลอริดาจนถึงพื้นที่ตอนเหนือของอาร์เจนตินา ระบาดไปทั่วเขตร้อนของโลกทุกทวีป ยกเว้นการระบาดเข้าไปในทวีปออสเตรเลียซึ่งเพิ่งจะพบเพียงเล็กน้อยในช่วงเวลาภายใน 10 ปีที่ผ่านมา สาบเสือเป็นไม้ล้มลุก แตกกิ่งก้านสาขามากมายจนดูเป็นทรงพุ่ม ลำต้นและกิ่งก้านปกคลุม ด้วยขนอ่อนนุ่ม ก้านและใบเมื่อขยี้จะมีกลิ่นแรงคล้ายสาบเสือ มีลำต้น สูง 1-2 เมตร ใบเดี่ยวออกจากลำต้น ที่ข้อแบบตรงกันข้าม รูปรีค่อนข้างเป็นสามเหลี่ยมขอบใบ หยัก ปลายใบแหลม ฐานใบกว้าง เรียวสอบเข้าหากัน สีเขียวอ่อน เส้นใบเห็นชัดเจน 3 เส้น มีขนปกคลุม ผิวใบทั้งสองด้าน ดอกเป็นช่อ สีขาวหรือฟ้าอมม่วง ดอกย่อย 10-35 ดอก ดอกวงนอกบานก่อน กลีบดอก หลอมรวมกันเป็นหลอด ผลขนาดเล็ก รูปร่างเป็น ห้า เหลี่ยมสีน้ำตาลหรือดำ มีหนามแข็งบนเส้นของผล ส่วน ปลายผลมีขนสีขาว ช่วยพยุงให้ผลและเมล็ดปลิวตามลม (เมตไทย, 2559)



รูปภาพ 29 ลักษณะต้นสบเสื่อ

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณ ลำต้น เป็นยาแก้ปวดท้อง ท้องขึ้น ท้องเฟ้อ แก้กวม ดูดหนอง แล้วนอกจากนี้ ใบสบเสื่อ ยังมีฤทธิ์ พิฆิตปลวกได้อีกด้วย (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ใบมีสารสำคัญ คือ กรดอะนิลิกและฟลาโวนอยด์หลายชนิด เช่น ไอโซชากูรานิดิน และโอโดราติน นอกจากนี้ยังมีสารพวกน้ำมันหอมระเหย ซึ่งประกอบไปด้วยสารยูพาทอล คูมาริน โดยสารสำคัญเหล่านี้จะไปออกฤทธิ์ที่ผนังเส้นเลือดทำให้เส้นเลือดหดตัว และนอกจากนี้ยังมีฤทธิ์ไปกระตุ้นสารที่ทำให้เลือดแข็งตัวได้เร็วขึ้น ทำให้สามารถห้ามเลือดได้ ซึ่งอุทัย ช้ายยศ ได้กล่าวว่า ใช้เป็นยารักษาแผลสด สมานแผล ถอนพิษแก้อักเสบ แก้พิษน้ำเหลือง แก้ตาฟาง แก่ตาแฉะ แก่ริดสีดวงทวารหนัก รักษาแผลเปื่อย ชาวโอรังอัสลีในประเทศมาเลเซียใช้ยาต้มที่ใส่ใบใช้เป็นยาขับปัสสาวะ ดอกเป็นยาแก้ร้อนใน กระหายน้ำ ชูกำลัง แก้อ่อนเพลีย บำรุงหัวใจ แก้ไข้ (อุทัย ช้ายยศ, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.18 หนัารี่แพร่

ต้นหนัารี่แพร่ หรือหนัารี่แพร่ เป็นพืชตระกูลไม้ที่พบได้ทุกภาค พบได้มากในป่าเบญจพรรณ และป่าดิบชื้น พบได้มากบริเวณที่ราบเชิงเขา เชิงเขา หรือภูเขาสูง ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ลำต้น หนัารี่แพร่ เป็นพืชล้มลุกตระกูลไม้ อายุหลายปี ลำต้นมีลักษณะเป็นข้อปล้องทรงกลม ขนาดเล็ก สูงประมาณ 30 – 70 เซนติเมตร ลำต้นถูกหุ้มด้วยกาบใบ สีเขียวอมม่วง ลำต้นไม่มีแก่น อ่อนและหักง่าย แต่เหนียวเด็ดด้วยมือขาดได้ยาก โคนลำต้นแตกหน่อแยกเป็นต้นใหม่ และกลายเป็นกอใหญ่ได้ใบ หนัารี่แพร่เป็นพืชใบเลี้ยงเดี่ยว แขนงใบออกเป็นใบเดี่ยวๆ เรียงเยื้องสลับกันตามความสูงของลำต้น มีกาบใบสีเขียวอมม่วงหุ้มลำต้นตั้งแต่บริเวณเหนือข้อขึ้นมา ก้านใบสันติดกับกาบใบ ลื่นใบ

(Ligule) เป็นแผ่นบางๆ สีน้ำตาลติดกับโคนก้านใบ แผ่นใบมีรูปหอก กว้างประมาณ 1.5-3 เซนติเมตร ยาวประมาณ 5-20 เซนติเมตร โคนใบสอบ ปลายใบแหลม แผ่นใบเรียบ มีสีเขียวเข้ม ขอบใบโค้งเป็น ลูกคลื่นขวางเข้าหากลางใบ แผ่นใบมีเส้นใบเป็นริ้วเล็กจำนวนมากตามแนวยาวของใบ ดอกหุ้ญรีแพร์ ออกดอกเป็นช่อแขนง คล้ายช่อของดอกกล้วยาทั่วไป ช่อดอกแทงออกบริเวณปลายยอดของลำต้น มีก้านช่อดอกยาวประมาณ 15 – 45 เซนติเมตร ประกอบด้วยช่อดอกย่อย ที่ประกอบด้วยดอกย่อย 10-30 ดอก ดอกย่อยมีก้านดอกสั้นๆ เมล็ด เมล็ดหุ้ญรีแพร์มีลักษณะรียาว กว้างประมาณ 2-3 มิลลิเมตร ยาวประมาณ 4-6 มิลลิเมตร เมล็ดอ่อนมีสีเขียว เมล็ดแก่มีสีเหลือง บริเวณกาบหุ้มเมล็ดด้านล่างมีติ่งแหลมคล้ายหนาม ที่ทำหน้าที่ปักยึดขนสัตว์หรือเสื่อผ้า เพื่อให้เมล็ดติดไปหล่นห่างจากลำต้น (มหาวิทยาลัยมหิดล, 2559)



รูปภาพ 30 ลักษณะหุ้ญรีแพร์

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณของหุ้ญรีแพร์ สามารถใช้ได้ทั้งการกินและใช้ภายนอก การกินก็สามารถนำยอดมาลวกจิ้มน้ำพริก นำใบช้กับน้ำร้อน หรือต้มแล้วคั้นแต่น้ำดื่ม มีฤทธิ์ช่วยขับปัสสาวะ ช่วยสมานแผล ทำให้ผิวเก็บกักน้ำได้ดีขึ้น ผิวพรรณจึงชุ่มชื้น เปล่งปลั่งเต่งตึง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ , 2566: สัมภาษณ์) ส่วนการใช้ภายนอก คนโบราณการนำมาตำหรือช้แล้วโปะแผล ต้มน้ำอาบ หรือน้ำชะ(น้ำจากการชะล้างหลาย ๆ รอบ) อาบ ช่วยให้แผลหายไว ที่สำคัญคือใช้ในการอยู่ไฟสำหรับหญิงหลังคลอด โดยให้น้ำหุ้ญรีชุ่มตากแห้งมาก่อไฟ ใช้ไม้ผุเป็นเชื้อไฟพอให้ไฟคุนิต ๆ (ใช้ไม้ผุไฟจะไต้ไม่ให้ความร้อนมากเกินไป) แล้วนั่งเอาไอรรม รมครั้งละ 10-15 นาที ทำเช้า-เย็นเป็นเวลา 7-10 วัน

ช่วยให้เมล็ดงอกง่ายขึ้น ลดอาการบวม ช่วยลดน้ำหนัก ซึ่งทางวิทยาศาสตร์ความร้อนช่วยลดบวมได้ หญิงหลังคลอดที่มีปัญหาเรื่องหย่อนยานและบวมจึงทำได้ผลดี ชิลิกาก็มีส่วนช่วยเรื่องการสมานแผล เสริมสร้างเนื้อเยื่อ ทำให้แผลหายไวไม่ติดเชื้อ

นอกจากนี้อุทัย ช้ายยศ ยังได้กล่าวว่า ผู้หญิงทั่วไปที่ต้องการทำเพื่อสรรพคุณกระชับช่องคลอด ให้ทำในลักษณะอบไอน้ำ คือนำหญ้าไปต้มแล้วนั่งเอาไอน้ำรมแทน สำหรับในผู้ชายก็สามารถใช้ประโยชน์จากหญ้ารีแพร์ได้เช่นกัน ทั้งเรื่องช่วยบำรุงผิวให้ชุ่มชื้น ใช้ในการรักษาบาดแผล และสามารถทำในลักษณะอบไอน้ำเพื่อบรรเทาอาการริดสีดวงด้วย (อุทัย ช้ายยศ, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.19 กำลั้งเสือโคร่ง

ต้นกำลั้งเสือโคร่ง จัดเป็นไม้พุ่มรอเลื้อยหรือไม้เถาขนาดใหญ่ มีลำต้นสีเขียวอมเทาถึงสีน้ำตาล หรือสีน้ำตาลอมดำ ลำต้นกลมหรือเป็นเหลี่ยม ไม่มีช่องอากาศ ลำต้นมีหนามตามง่ามใบ มีมือจับอันเดียวและมีขน สามารถพบขึ้นได้ทั่วไปตามป่าดงดิบแล้ง ป่าละเมาะ และป่าโปร่งทั่ว ๆ ไป ใบกำลั้งเสือโคร่ง มีใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้ามกัน แผ่นใบมีลักษณะเป็นรูปรีเหลี่ยมข้าวหลามตัดถึงค่อนข้างกลม รูปใบหอกถึงรูปไข่ โคนใบแหลมถึงตัดหรือเว้าเล็กน้อยคล้ายรูปหัวใจ ส่วนปลายใบแหลมหรือมนเป็นติ่ง ใบมีความกว้างประมาณ 1-5.8 เซนติเมตร และยาวประมาณ 1.5-11 เซนติเมตร แผ่นใบหนาเกลี้ยง หรือมีขนสั้นตามเส้นกลางใบและตามโคนเส้นแขนงใบ มีเส้นตามยาวของใบ 3-5 เส้น ส่วนเส้นกลางใบด้านบนจะเป็นร่อง ด้านล่างนูน หูใบเป็นแฉนวนเกลี้ยง หรืออาจมีขน และก้านใบมีความประมาณ 1-10 มิลลิเมตร



รูปภาพ 31 ลักษณะต้นกำลั้งเสือโคร่ง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ดอกกำลังเสื่อโคร่ง ออกดอกเป็นช่อกระจุกแยกแขนงตามง่ามใบหรือปลายกิ่ง ยาวประมาณ 5-20 มิลลิเมตร ก้านช่อดอกสั้นหรือยาวได้ถึง 9 มิลลิเมตร ดอกมีจำนวนมาก ส่วนก้านดอกยาว 0-2.5 มิลลิเมตร มีกลีบเลี้ยง 5 กลีบ ลักษณะคล้ายรูปไข่ถึงกลม มีความยาวประมาณ 0.9-1.7 มิลลิเมตร ด้านนอกเกลี้ยงหรือมีขน ส่วนด้านในเกลี้ยง กลีบดอกมีสีเขียวถึงสีขาว มีกลีบ 5 กลีบ ยาวประมาณ 2.3-3.6 มิลลิเมตร โคนติดกันเป็นหลอด ปลายแยกเป็น 5 แฉก หลอดยาวกว่าแฉก 2 เท่า ด้านนอกเกลี้ยงมีขนหรือเป็นตุ่ม ๆ ส่วนด้านในมักมีขนเป็นวงอยู่ตรงปากหลอด นอกนั้นเกลี้ยง แฉกหนา มีเกสรตัวผู้อยู่ 5 ก้าน ติดอยู่ใกล้ปากหลอด ยาวยื่นออกมาพ้นปากหลอด ก้านเกสรมีความยาวประมาณ 0.2-0.6 มิลลิเมตร ส่วนอับเรณูเป็นรูปไข่ มีความยาวประมาณ 0.6-0.9 มิลลิเมตร มีขนแผง และมักมีติ่งแหลมอ่อน รังไข่อยู่เหนือวงกลีบ มีอยู่ 2 ช่อง แต่ละช่องจะมีไข่อ่อนจำนวนมาก และยอดเกสรตัวเมียเป็นตุ่ม ผลกำลังเสื่อโคร่ง ลักษณะของผลเป็นรูปทรงกลมหรือรูปไข่ มีเส้นผ่านศูนย์กลาง 0.5-1.5 เซนติเมตร ผลมีสีเขียว เมื่อสุกแล้วจะเป็นสีส้มหรือแดง เปลือกผลบางเรียบ ในผลมีเมล็ด 1-2 เมล็ด (เมตไทย, 2563)

ส่วนสรรพคุณของต้นกำลังเสื่อโคร่งนั้น พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ได้กล่าวว่า แก่น กำลังเสื่อโคร่งใช้ต้มน้ำดื่ม มีสรรพคุณช่วยบำรุงกำลัง (แก่น) ช่วยบำรุงร่างกาย ด้วยการใช้ลำต้นผสมกับผลพริกไทยและหัวกระเทียม แล้วนำมาต้มดื่ม (ลำต้น) ช่วยบำรุงโลหิตในร่างกาย (แก่น) แก่นช่วยแก้กระษัย หรือจะใช้เปลือกต้น แก่น และใบ นำมาต้มดื่ม (เปลือกต้น, แก่น, ใบ) ช่วยแก้โลหิตเป็นพิษ ในการคลอดบุตร บาดทะยักปากมดลูก และสันนิบาตหน้าเพลิง (ลำต้น) ช่วยรักษาอาการปวดฟกการ (ลำต้น) ช่วยแก้พิษตานซาง (ลำต้น) แก่นช่วยดับพิษไข้ (แก่น) ช่วยแก้อาการไอ (ลำต้น) ผลใช้เป็นยาถ่ายสำหรับเด็ก (ผล) ช่วยขับพยาธิในท้อง (ลำต้น) ช่วยแก้เถาตานในท้อง (ลำต้น) ช่วยแก้ริดสีดวงในลำไส้ (ราก) ช่วยแก้กามโรค (ลำต้น) (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้ยังช่วยแก้ปัสสาวะพิการ (แก่น) ช่วยแก้ไตพิการ (แก่น) ใบช่วยรักษาโรคผิวหนัง (ใบ) รากใช้ตำพอกแก้ฝี (ราก) ช่วยดับพิษในข้อกระดูกและเส้นเอ็น (ลำต้น) ช่วยแก้ลมพาต (ใบ) ช่วยแก้เส้นเอ็นพิการโดยใช้เปลือกต้น แก่น และใบ นำมาต้มดื่ม (เปลือกต้น, แก่น, ใบ) ช่วยแก้เหน็บชา แก้เข้าข้อ โดยใช้เปลือกต้น แก่น และลำต้น นำมาต้มดื่มแก้อาการ (เปลือกต้น, แก่น, ใบ) ช่วยแก้อาการปวดเมื่อยตามร่างกาย โดยใช้แก่นนำมาต้มเป็นน้ำดื่ม หรือจะใช้เปลือกต้น แก่น และใบ นำมาต้มดื่ม (เปลือกต้น, แก่น, ใบ) (พระครูวรกิจสุนทร, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.20 บอระเพ็ด

บอระเพ็ด ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้เถา ลำต้นเนื้ออ่อน เลื้อยพาดพันไปตามต้นไม้ อื่น ลักษณะเถากลมโตขนาดนิ้วมือ มีไส้เป็นเส้นยาว มีเปลือกหุ้มเถาเป็นตุ่มเล็กๆ กลมๆ ตลอดเถาสีเทาอมดำ เปลือกสามารถลอกออกได้ ยางมีรสขมจัด ใบ เป็นใบเดี่ยว ลักษณะใบรูปไข่หรือรูป

สีเหลี่ยมข้าวหลามตัด ขอบใบเรียบ ปลายใบแหลมมีลักษณะคล้ายใบพลู หรือใบโพธิ์ หรือบอระเพ็ด พงชี้ข้างโตขนาดเท่าฝ่ามือ โคนเว้าเป็นใบรูปหัวใจ เส้นแขนงใบมองเห็นชัดเจน แผ่นใบสีเขียว ดอกออกเป็นช่อขนาดเล็กมาก ตามซอกใบ สีเขียวอมเหลือง ดอกแยกเพศอยู่คนละช่อ ผล ลักษณะรูปทรงค่อนข้างกลม สีเหลืองหรือสีแดง (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 32 ลักษณะบอระเพ็ด

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ เถาหรือลำต้น มีรสขมเย็น ต้มเคี้ยวกับน้ำใช้เป็นยาแก้ไข้ ขับเหงื่อ แก้กระหายน้ำ แก้ร้อนใน เป็นยาขมเจริญอาหาร เป็นยาอายุวัฒนะ บำรุงธาตุ บำรุงกำลัง ส่วนใบ มีรสขมเมา เป็นยาขมเจริญอาหาร ช่วยขับน้ำย่อยในกระเพาะอาหาร รักษาโลหิตพิการ ช่วยระงับอาการระส่ำ ระคายเคือง รักษาโรคพิษฝีดาษ ใช้พิษทุกชนิด เป็นยาบำรุงกำลัง บำรุงธาตุไฟ แก้โรคพยาธิ แก้รำมะนาด ปวดฟัน แก้ไข้ โรคผิวหนัง ทำให้ผิวพรรณผ่องใส รักษาโรคผิวหนัง ผลของบอระเพ็ดผล มีรสขม เป็นยารักษาโรคไข้พิษอย่างแรง และเสมหะเป็นพิษ ราก มีรสขมเย็น ดับพิษร้อน แก้ไข้ขึ้นสูงที่มีอาการเพ้อคลั่ง ถอนพิษไข้ ช่วยเจริญอาหาร ทั้งห้า มีรสขม เป็นยาอายุวัฒนะ แก้ปวดเมื่อย ช่วยเจริญอาหาร รักษาโรคผิวหนัง แก้ปวดฟัน แก้ร้อนใน รักษาโรคเบาหวาน แก้ดีพิการ แก้เสมหะ (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552) นอกจากนี้บอระเพ็ดยังสามารถนำมาใช้ป้องกันศัตรูพืชได้อีกด้วย โดยการนำเถามาทุบและแช่น้ำไว้ 2 ชั่วโมง แล้วกรองเอาแต่น้ำไปฉีดพ่น สามารถป้องกันศัตรูพืช เช่น หนอนกอ เพลี้ยกระโดด

เปลี้ยจักจั่น เป็นต้น เป็นวิธีการป้องกันศัตรูพืชโดยไม่ใช้สารเคมีปลอดภัยทั้งผู้ปลูกและผู้บริโภคด้วย (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.21 ย่านาง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้เถาเลื้อย เถากลมขนาดเล็ก มีเนื้อไม้ เลื้อยพันตามต้นไม้ หรือกิ่งไม้ เถาอ่อนสีเขียว เมื่อเถาแก่จะมีสีคล้ำยาว 10-15 เมตร มีเหง้าใต้ดิน กิ่งก้านมีรอยแผลเป็น รูปงานที่ก้านใบหลุดไป มีขนประปราย หรือเกลี้ยง ใบเดี่ยว หนา สีเขียวเข้มเป็นมัน เรียงแบบสลับ รูปไข่ ยาวประมาณ 6-12 เซนติเมตร กว้างประมาณ 4-6 เซนติเมตร ขอบใบเรียบ ปลายใบแหลม ฐานใบมน ผิวใบเป็นคลื่นเล็กน้อย ก้านใบยาวประมาณ 1.5 เซนติเมตร ผิวใบเรียบมัน ไม่มีหูใบ มีเส้นใบกึ่งออกจากโคนใบรูปฝ่ามือ 3-5 เส้น และมีเส้นแขนงใบ 2-6 คู่ เส้นเหล่านี้จะไปเชื่อมกันที่ขอบใบ ดอกเป็นช่อเล็กๆ แบบแยกแขนงตามข้อและซอกใบ มีสีเหลือง ก้านช่อดอกยาวประมาณ 0.5 เซนติเมตร แยกเป็นช่อดอกเพศผู้และช่อดอกเพศเมีย ดอกเพศผู้สีเหลือง กลีบเลี้ยงมี 6-12 กลีบ กลีบวงนอกสุดมีขนาดเล็กที่สุด กลีบวงในมีขนาดใหญ่กว่าและเรียงซ้อนกัน รูปรีกว้าง ยาว 2 มิลลิเมตร ค่อนข้างเกลี้ยง กลีบดอกมี 3 หรือ 6 กลีบ สอบแคบ ปลายเว้าตื้น ยาว 1 มิลลิเมตร เกลี้ยง เกสรเพศผู้มี 3 อัน เป็นรูปกระบอง ยาว 1.5-2 มิลลิเมตร ดอกเพศเมีย กลีบเลี้ยงวงในรูปกลม ยาว 2 มิลลิเมตร ด้านนอกมีขนประปราย กลีบดอกมี 6 กลีบ รูปรีแกมขอบขนาน ยาว 1 มิลลิเมตร เกสรเพศเมียมี 8-9 อัน แต่ละอันยาวไม่ถึง 1 มิลลิเมตร ติดอยู่บนก้านชูสั้นๆ ยอดเกสรเพศเมียไม่มีก้าน ผลเป็นผลกลุ่ม ผลกลมรูปไข่กลับ กว้าง 6-7 มิลลิเมตร ยาว 7-10 มิลลิเมตร ผิวเกลี้ยง มีเมล็ดแข็ง ผลสีเขียว ฉ่ำน้ำ ออกเป็นพวง ตามข้อและซอกใบ ติดบนก้านยาว 3-4 มิลลิเมตร เมื่อสุกจะเปลี่ยนเป็นสีส้มและแดงสด เมล็ดรูปเกือบกลม ผนังผลชั้นในมีสันไม่เป็นระเบียบ พบตามป่าเต็งรัง ป่าดิบไผ่ทะเล ตามริมน้ำในป่าละเมาะ พบมากในที่รกร้าง ไร่ สวน ออกดอกช่วงเดือนมีนาคมถึงเมษายน (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

พจน. ปณ. จิตโต ชีเว



รูปภาพ 33 ลักษณะต้นย่านาง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ต้น มีรสจืดขม ถอนพิษผิดสำแดง รักษาพิษไข้ แก้ไข้ตัวร้อน แก้ไข้กลับ และรักษาโรคปวดข้อ ราก มีรสจืดขม ใช้แก้ไข้ทุกชนิด ขับพิษต่างๆ แก้ท้องผูก บำรุงหัวใจ บำรุงธาตุ แก้โรคหัวใจววม แก้กำเดาไหล และแก้ลม ใบ มีรสจืดขม ใช้ถอนพิษไข้ แก้ไข้ แก้เลือดตก แก้กำเดา แก้ผดผื่นคัน แก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ แก้ลม แก้ปวดหัวตัวร้อน อีสุกอีใส หัด และใช้เป็นยากวาดคอเถา แก้ไข้ ลดความร้อนในร่างกาย ต้านโรคมะเร็ง และยับยั้งการหดเกร็งของลำไส้ (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552) นอกจากนี้มีสรรพคุณทางการรักษาโรคแล้ว ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือยังนิยมมาใช้เป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารอีกด้วย เช่น แกงหน่อไม้ หมกหน่อไม้ เป็นต้น เนื่องจากหน่อไม้มีฤทธิ์ร้อน กินมาก ๆ จะทำให้ท้องอืด จึงต้องแก้ด้วยน้ำใบย่านางซึ่งมีฤทธิ์เย็น (พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.22 สะเดา

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ต้น ขนาดกลาง สูงประมาณ 5 - 15 เมตร เปลือกต้นสีน้ำตาลเทาหรือเทาปนดำ ลักษณะแตกเป็นร่องตามยาว แตกกิ่งก้านสาขามากมาย บางต้นก็เป็นทรงพุ่ม ใบ เป็นใบประกอบแบบขนนก ออกเรียงแบบสลับ ลักษณะใบรูปใบหอกแกมรูปไข่ โคนใบเฉียง ขอบใบเป็นจักฟันเลื่อย ปลายใบแหลมหรือเรียวแหลม ยอดอ่อนหรือใบที่แตกใหม่มีสีน้ำตาลแดง เส้นกลางใบและเส้นแขนงใบสีเขียวปนขาว มองเห็นได้ชัด แผ่นใบสีเขียวเข้ม เป็นมัน ดอก ออกดอกเป็นช่อแบบช่อแยกแขนงตามปลายกิ่งตรงซอกกระหว่างก้านใบกับกิ่ง ออกดอกพร้อมใบอ่อน ดอกมี

ขนาดเล็กแบบสมมาตรตามรัศมี รูปกรวย มีกลีบดอก 5 กลีบสีขาวนวล ก้านชูเกสรตัวผู้รวมกับเป็น
เกสร ผล ลักษณะผลสดรูปทรงกลมรี ผิวเรียบสีเขียวอ่อน ผลแก่สีเหลืองส้ม เมล็ดแข็ง และมีเมล็ด
เดี่ยว รูปวงรี (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 34 ลักษณะต้นสะเดา

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ใบอ่อนหรือยอด มีรสขม แก้โรคผิวหนัง แก้ น้ำเหลืองเสีย พุพอง เป็นยาขับ
ปัสสาวะ รักษาไข้มาลาเรีย บำรุงธาตุ ช่วยย่อยอาหาร ส่วนใบแก่ มีรสขม มีฤทธิ์ยับยั้งการเจริญเติบโต
ของเชื้อแบคทีเรีย และฆ่าแมลงศัตรูพืช ใช้ใบสด 2 - 3 กำมือ โขลกผสมน้ำทาให้ทั่วศีรษะรักษาเหา
ก้านใบ รสขม แก้ไข้ป่า แก้ไข้ทุกชนิด แก้ร้อนใน กระหายน้ำ บำรุงน้ำดี เปลือกต้น รสขมฝาดเย็น เป็น
ยาขมเจริญอาหาร ต้มดื่มแก้บิดมูกเลือด แก้ท้องร่วง แก้ไข้ แก้กระษัย กระพี้หรือส่วนของเนื้อไม้ที่หุ้ม
แก่น มีรสขม แก้ปวดคลั่ง บำรุงน้ำดี แก่ติพิการ แก่น มีรสขมฝาดเย็น แก้ไข้จับสั่น แก้ไข้ตัวร้อน
แก้คลื่นไส้ อาเจียน บำรุงโลหิต (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552) ดอกมีรสขม แก้ริดสีดวง บำรุงธาตุ
แก้พิษโลหิต พิษกำเดา ผล รสขมเย็น บำรุงหัวใจให้เต้นเป็นปกติ ฆ่าแมลงศัตรูพืช ผลอ่อน รสขมปร่า
ฆ่าพยาธิ แก้ริดสีดวง แก้ปัสสาวะผิดปกติ เมล็ด รักษาโรคผิวหนัง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์,
2566: สัมภาษณ์) ขับพยาธิ เป็นยาฆ่าแมลง เป็นยาถ่ายพยาธิและยาระบาย ราก มีรสขมฝาดเย็น
แก้เสมหะที่เกาะแน่นในอก แก้เสมหะจุกคอ เปลือกราก มีรสขมฝาด แก้โรคผิวหนัง แก้ไข้ ทำให้
อาเจียน น้ำลาย มีรสขมเย็น ดับพิษร้อน ถอนพิษไข้ น้ำมันจากเมล็ด รักษาโรคผิวหนัง และยาฆ่าแมลง
(สาย ทองอด, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.23 คุณ

เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง สูงประมาณ 10-15 เมตร เปลือกต้นเรียบเกลี้ยง สีเทาอ่อน ใบประกอบแบบขนนก ใบย่อย 7-12 คู่ คอกสีเหลืองสด มี 5 กลีบ ออกเป็นช่อห้อยระย้า ออกตามกิ่ง แล้วห้อยลงยาว 20-55 ซม. ฝักทรงกลม ยาว 20-60 ซม. ผิวเกลี้ยง สีน้ำตาลเข้มเกือบดำ เนื้อหุ้ม เมล็ดนิ่มๆสีน้ำตาลไหม้ มีแผ่นสีน้ำตาลแบนๆกันเป็นช่องๆระหว่างเมล็ด เมล็ดกลมมนแบน สีน้ำตาล เป็นมัน ออกดอกในเดือน กุมภาพันธ์-พฤษภาคม ใช้เป็นไม้ลงเสาหลักเมือง จึงเรียกว่า "ชัยพฤกษ์" ในปัจจุบันนิยมเรียกว่า ราชพฤกษ์ (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 155)



รูปภาพ 35 ลักษณะต้นคุณ

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ใบ มีรสเมา ระบายท้อง ฆ่าพยาธิผิวหนัง ฆ่าเชื้อโรคทั้งปวง พอกแก้ปวดข้อ แก้ลมตามข้อ แก้อัมพาต รักษาอัมพาตของกล้ามเนื้อบนใบหน้า ต้มรับประทาน แก้เส้นพิการ แก้โรคเกี่ยวกับสมอง ใบอ่อน แก้ไข้รูมาติก ดอก มีรสขมเปรี้ยว ต้มดื่ม แก้ไข้ ระบายท้อง แก้พรรดิก แก้แผลเรื้อรัง ช่วยหล่อลื่นในลำไส้ รักษาโรคกระเพาะอาหาร ราก มีรสเมา แก้กกลาก เคลื่อน ฆ่าเชื้อดุดะ ราด ระบายพิษไข้ ถ่ายสิ่งโสโครก ออกจากร่างกาย แก้อาการเซื่องซึมหนักศีรษะ ทำให้ชุ่มชื้นทรวงอก แก้อาการหายใจขัด แก้ไข้ รักษาโรคเกี่ยวกับหัวใจ เกี่ยวกับถุงน้ำดี มีฤทธิ์ถ่าย-แรงกว่าเนื้อในฝัก ไม่มีผลข้างเคียง ใช้กับเด็ก ๆ หรือสตรีมีครรภ์ได้ดี (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 155) แก่น มีรสเมา ขับพยาธิไส้เดือน กระพี้หรือส่วนของเนื้อไม้ที่หุ้มแก่น มีรสเมา แก้กษามะนาต เนื้อในฝัก มีรสหวานเย็น ถ่ายเสมหะ และ แก้วพรรดิก (แก้วท้องผูก) ระบายพิษไข้ เป็นยาระบายที่ไม่ปวดมวน หรือ ใช้ท้อง ใช้ในเด็ก หรือสตรีระหว่างมีครรภ์ ผู้ที่ท้องผูกเรื้อรัง แก้ไข้มาลาเรีย แก้บิด ถ่ายพยาธิ แก้กษามะนาต ใช้พอก

แก้ปวดข้อ นำเนื้อในฝัก มาละลายน้ำร้อน แล้วกรองให้สะอาด นำมาทำให้แห้ง โดยหม้อลดความดัน จะได้เนื้อชิ้นๆสีดำ นำมาใช้ หรือใช้เนื้อในฝักที่เอาเมล็ดออกแล้ว เอามารับประทานเลยก็ได้ เปลือกฝัก มีรสฝืดเ็นมา ทำให้อาเจียน ทำให้แท้งลูก ขับรกที่ค้าง เมล็ด ทำให้อาเจียน เปลือกต้น มีรสฝาดเมา แก้ท้องร่วง ใช้ฝนผสมกับหญ้าฝรั่น, น้ำตาล, น้ำดอกไม้เทศ รับประทานทำให้เกิดลมแบ่งในการคลอดบุตร เปลือกกราก มีรสฝาด ต้มดื่ม ระบายพิษไข้ แก้ไข้มาลาเรีย (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.24 ขี้เหล็ก

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ต้น ขนาดกลาง ผลัดใบ สูงประมาณ 10 – 15 เมตร เรือนยอดเป็นพุ่มแคบๆ ทึบสีเขียวเข้ม ลำต้นมักคดงอเป็นปุ่ม เปลือกต้นสีน้ำตาล หรือสีเทาปนน้ำตาล เนื้อไม้มีสีน้ำตาลแก่เกือบดำ มีรอยแตกตามยาวของลำต้นเป็นร่องตื้น ๆ ยอดอ่อนสีแดงเรื่อ ๆ ใบ เป็นใบประกอบแบบขนนก ออกเรียงตรงข้าม ลักษณะใบรูปขอบขนาน ด้านบนเกลี้ยง ขอบใบเรียบ ปลายใบมน โคนใบมน แผ่นใบเรียบสีเขียวเข้ม ใบอ่อนมีสีน้ำตาลอมเขียว มีใบย่อยประมาณ 7 – 16 คู่ ปลายสุดมีใบเดี่ยว ก้านใบสีน้ำตาลแดง ดอก ออกดอกเป็นช่อแบบช่อแยกแขนง ออกช่อที่ปลายกิ่ง ดอกจะบานจากโคนช่อไปยังปลายช่อ มีดอกย่อยประมาณ 10 – 20 ดอก กลีบเลี้ยงกลม 3 – 4 กลีบ ปลายมน มีกลีบดอก 5 กลีบ ปลายมน โคนเรียว เกสรตัวผู้ 10 อัน หลุดร่วงง่าย ดอกมีสีเหลือง มีเกสรยาวยื่นออกมาภายนอก ผล ลักษณะฝักแบนอวบ ยาวและหนาสีน้ำตาล ฝักแห้งจะแตกออกเป็น 2 ซีก คล้ายกับฝักแค เมล็ด รูปไข่ยาวแบนเรียงตามขวาง มีเมล็ดประมาณ 10 – 30 เมล็ดต่อฝัก สีน้ำตาลแก่ (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 36 ลักษณะต้นขี้เหล็ก

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สำหรับสรรพคุณ ดอกมีรสขม เป็นยาระบาย ต้มรับประทานเป็นยาทำให้นอนหลับ ลดความดันโลหิต รักษาโรคเส้นประสาท รักษาหิด ล้างฝีระรักษารังแค โรคโลหิตพิการ ผายธาตุ ขับพยาธิ ดอกตูมเป็นยาทำให้นอนหลับสบายหรือใช้ดอกตูมร่วมกับใบไม้แก่จัดรักษาอาการนอนไม่หลับ ช่วยเจริญอาหาร ลดอาการตื่นเต้นทางประสาท ราก มีรสขม แก้ไข้กลับ ไข้ซ้ำ แก้ไข้ รักษาแผลกามโรค โรคเหน็บชา ทาแก้เส้นอัมพฤกษ์ให้หายอ่อน แก้ฟกช้ำ บำรุงธาตุ ใช้ผิวดำแดง ผสมในยาขับพยาธิและช่วยระงับอาการชักได้ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ลำต้นและกิ่ง เป็นยาระบาย รักษาโรคผิวหนัง แก้โรคกระษัย แก้นิว ขับปัสสาวะ ขับระดูขาว ทั้งต้น แก้กระษัย ดับพิษไข้ แก้พิษเสมหะ รักษาโรคหนองใน รักษาอาการตัวเหลือง เป็นยาระบาย บำรุงน้ำดี ทำให้เส้นเอ็นหย่อน เปลือกต้น มีรสขม รักษาโรคริดสีดวงทวาร โรคหิด แก้กระษัย ใช้เป็นยาระบาย แก่น มีรสขม แก้กามโรค หนองในเข้าข้อออกดอก แผลฝี ขับน้ำคาวปลา ถ่ายพิษ แก้กระษัย ถ่ายเส้น ขับโลหิต แก้เหน็บชา แก้อาการท้องผูก รักษาโรคเบาหวาน โรคหนองใน ใช้เป็นยาระบายชนิดกระตุ้นลำไส้ใหญ่ให้บีบตัว แก้ไฟธาตุพิการ รักษาวัณโรคมะเร็งปอด ปอดอักเสบ มะเร็งลำไส้ มะเร็งกระเพาะอาหาร (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552) ส่วนใบมีรสขม ขับระดูขาว แก้นิว ขับปัสสาวะ รักษาอาการท้องผูก รักษาโรคบิด โรคเบาหวาน แก้อ่อนใน รักษาฝีมะม่วง รักษาโรคเหน็บชา ลดความดันโลหิตสูง ขับพยาธิ เป็นยาระบาย รักษาอาการนอนไม่หลับ ผัก มีรสขม เป็นยาระบาย แก้พิษไข้เพื่อให้น้ำดี พิษไข้เพื่อเสมหะ แก้ไข้พิษเพื่อเอ็นตึง แก้ลมขึ้นเบื้องสูง เบื้องบน โลหิตขึ้นเบื้องบน ทำให้ระส่ำระสายในท้อง เปลือกผลหรือเปลือกผัก มีรสขมเผื่อน แก้เส้นเอ็นพิการ แก้เส้นเอ็นตึง แก้กระษัย กระพี้หรือส่วนของเนื้อไม้ที่หุ้มแก่น มีรสขมเผื่อน แก้กระษัยเส้นเอ็น ถอนพิษไข้ แก้อ่อนใน กระสับกระส่าย ทั้งห้า คือ ใบ ดอก ผล เมล็ด ราก รสขม ถ่ายพิษกระษัย พิษเสมหะพิษไข้ แก้พิษทั้งปวง ถ่ายเส้น (สุรพล แสนสุข, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.25 ทองพันชั่ง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้พุ่ม ขนาดเล็ก สูงประมาณ 50 – 120 เซนติเมตร มักแตกหน่อและแผ่กิ่งก้านออกเป็นกอ ส่วนโคนของลำต้นเนื้อเป็นแกนแข็งลำต้นและกิ่งก้านมีขนประปรายทั่วไป บริเวณข้อ พองเล็กน้อย กิ่งอ่อนมักเป็นสันสี่เหลี่ยมตามยาว ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงตรงข้ามกันเป็นคู่ๆ ลักษณะใบรูปไข่หรือรูปรี โคนและปลายใบสอบเรียว ยาวประมาณ 4-6 เซนติเมตร และกว้างประมาณ 2-3 เซนติเมตร ขอบใบเรียบหรือเป็นคลื่นเล็กน้อย และแต่ละคู่ออกสลับทิศทางกัน เนื้อใบบางและเกลี้ยง แผ่นใบมีสีเขียวเป็นมัน ดอก ออกดอกเป็นช่อสั้นๆ ตามซอกมุมใบ กลีบดอกมีสีขาว กลีบรองดอกมี 5 กลีบและมีขน กลีบดอกรวมกันเป็นหลอดรูปแฉกนทรางสูง มีความยาวประมาณ 2 เซนติเมตร ปลายแยกเป็น 2 กลีบ กลีบมีขนยาวประมาณ 0.8 เซนติเมตรและกว้างประมาณ 0.1 เซนติเมตร ปลายแยกเป็น 2 แฉกแหลมสั้น ๆ ปลายกลีบล่างห้อยย้อยลง กว้างประมาณ 1.5

เซนติเมตร และหยักเป็นสามลอน กลีบบนชี้ตั้งขึ้นปลายแยกเป็นสองลอน ส่วนก้านเกสรจะสั้นติดอยู่ที่ปากท่อดอก เกสรเพศผู้สีน้ำตาลอ่อนยื่นพ้นปากหลอดออกมา ผล เป็นฝักที่มีขนสั้นๆ คลุม ภายในมี 4 เมล็ด พอแห้งแตกออกได้ (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 37 ลักษณะต้นทองพันชั่ง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ราก มีรสเมาเบื่อ แก้กลากเกลื้อน รักษาโรคมะเร็ง รักษาโรคผิวหนัง ดับพิษไข้ แก้พิษงู แก้พยาธิวงแหวนตามผิวหนัง หัว มีรสเมาเบื่อ รักษาโรคผิวหนัง แก้ น้ำเหลืองเสีย ผื่นคัน รักษาโรคมะเร็ง คุดทะราด แก้ไส้เลื่อน ขับพยาธิตามผิวหนัง ตามบาดแผล ต้น มีรสเมาเบื่อ บำรุงร่างกาย รักษาโรคผมร่วง ใบ รสเมาเบื่อ ดับพิษไข้ แก้กลากเกลื้อน ผื่นคัน แก้โรคไขข้ออักเสบ รักษาโรคผิวหนัง รักษาโรคมะเร็ง รักษาโรคความดันโลหิตสูง แก้ผมร่วง บำรุงร่างกาย แก้พิษงู แก้อักเสบทั้งต้น มีรสเมาเบื่อ รักษาโรคผิวหนัง แก้ น้ำเหลืองเสีย ผื่นคัน รักษาโรคมะเร็ง คุดทะราด แก้ไส้เลื่อน ขับพยาธิตามผิวหนัง ตามบาดแผล (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

4.1.26 มะรุม

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ต้น เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง ใบประกอบ ใบย่อยรูปไข่ขนาดเล็ก คล้ายใบหางนกยูงไทย ดอกเล็กสีขาว เป็นช่อโต ฝักกลมยาว ปลายเรียว ผิวเป็นพู่ตามยาว ยาวราว 1 ฟุต สีเขียว ปลูกได้ทั่วไปในเขตร้อน ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 365)



รูปภาพ 38 ลักษณะต้นมะรุม

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ใบ มีรสเผื่อน รักษาโรคเลือดออกตามไรฟัน ตำพอกรักษาบาดแผล ดอก มีรสจืด ขับปัสสาวะ บำรุงกำลัง ผัก มีรสหวานเย็น ขับพิษร้อน ถอนพิษไข้ แก้ปัสสาวะพิการ เมล็ด มีรสจืดมัน แก้ไข้ ตำพอกแก้ปวดตามข้อ แก้กษุม เปลือกต้น มีรสร้อนเผื่อน ขับลมในลำไส้ ทำให้ผาย เรอ แก้อลมขึ้นปेटสูง กุมธาต้อ่อนๆ แก้กษุม แก้กษุมยาธิ เป็นยาอายุวัฒนะ ต้มเป็นกระสายยาแก้หอบหืด (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 365) นอกจากนี้พระครูประสิทธิธรรมภรณ์ยังได้กล่าวว่าเสริมถึงสรรพคุณของมะรุมไว้ว่า เปลือกสดตำอมไฉ่ข้างแก้ม ต้มสุราไม่เมา แต่ถ้าดื่มมาก ๆ ก็ไม่แน้นัก กระพี้หรือส่วนของเนื้อไม้ที่หุ้มแก่น มีรสร้อนเผื่อน แก้ไข้สันนิบาตเพื่อลม ราก มีรสเผ็ดหวานขม กระตุ้นหัวใจ บำรุงหัวใจ แก้กษุม บำรุงไฟธาตุ มีคุณสมบัติคุมกุ่มบ (พระครูประสิทธิธรรมภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.27 กระเทียม

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ล้มลุก ลำต้นสูงประมาณ 30 – 50 เซนติเมตร มีหัวอยู่ใต้ดิน แต่ละหัวประกอบด้วยกลีบหลายกลีบเรียงซ้อนกันเป็นชั้น ๆ แต่ละกลีบจะมีเปลือกหรือกาบสีขาวหรือม่วงอมชมพูหุ้มอยู่ 2 - 4 ชั้นโดยรอบ ลอกออกได้และสามารถแยกออกจากหัวเป็นอิสระได้ บางพันธุ์แต่ละหัวมีเพียงกลีบเดียว เรียกว่า กระเทียมโทน ใบ เป็นใบเดี่ยว ลักษณะใบรูปขอบขนาน แบนและแคบยาว ปลายใบแหลม โคนของใบแผ่เป็นแผ่นและเชื่อมติดกันหุ้มรอบใบอ่อนกว่าด้านใน ลักษณะคล้ายลำต้นเทียม ขอบใบเรียบ ท้องใบมีรอยพับเป็นสันตลอดความยาว ใบมีสีเขียวแก่ ดอกออกดอกเป็นช่อ ก้านช่อดอกยาว เล็ก ติดกันเป็นกระจุกที่ปลายก้านช่อ มีลักษณะกลม ประกอบด้วยดอกหลายดอก มีกาบหุ้มเป็นจางยาว กลีบดอกมี 6 กลีบ รูปรียาวแหลม สีขาวแต้มสีม่วงหรือ

ขาวอมชมพู ผลขนาดเล็กเป็นกระเปาะสั้นๆ รูปไข่หรือค่อนข้างกลม มี 3 พู เมล็ด เมล็ดเล็ก สีดำ สามารถขยายพันธุ์ได้เช่นเดียวกับกลีบกระเทียม ซึ่งการปลูกกระเทียมในประเทศไม่ค่อยออกดอกหรือติดผลหรือเมล็ด (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

ส่วนสรรพคุณ หัว มีรสร้อนฉุน มีน้ำมันหอมระเหยใช้เป็นยาขับเหงื่อ ขับปัสสาวะและขับเสมหะ น้ำกระเทียมผสมน้ำ 4 เท่า ใช้ใส่แผลที่เป็นหนอง น้ำคั้นจากกระเทียมหยอดใส่หูแก้หูอักเสบ หูตึง ทาแผลแก้กลากเกลื้อน ขับลมในลำไส้ แก้อท้องขึ้น แน่นท้องจุกเสียด ท้องเฟ้อ ขับพยาธิในลำไส้ (แก้หืด อัมพาต โคลงสระผมป้องกันผมหงอก ทาถูนวดแก้อาการชักกระตุกของเด็ก โคลงพอกหัวเหาน้ำแก้ขัดเบา โคลงกับน้ำส้มกวาดคอแก้ไอเสบเสียงแหบแห้ง แก้อาการไขมันอุดตันในเส้นเลือด แก้อาการคันโลหิตสูง (พิชาติ ภพไตร, 2566: สัมภาษณ์) และยังใช้พอกตรงที่ถูกแมลง ตะขาบ และแมลงป่องต่อย เพื่อบรรเทาอาการเจ็บปวด ส่วนสรรพคุณของใบ มีรสร้อนฉุน ทำให้เสมหะแห้งกระจายโลหิต แก้ลมปวดมวนในท้อง (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

4.1.28 อัญชัน

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ล้มลุกเลื้อยพัน นิยมปลูกเป็นไม้ประดับตามรั้วหรือซุ้ม เถากลมเล็กเรียว สีเขียวอ่อน เถาอ่อน กิ่งอ่อน หูใบ ก้านใบ แกนใบประกอบ แผ่นใบด้านล่าง ก้านดอก ใบประดับ และกลีบเลี้ยง มีขนนุ่ม แตกกิ่งก้านตามข้อใบ เถายาว 1-5 เมตร ใบประกอบแบบขนนกปลายคี่ เรียงสลับ ใบย่อย 2-3 คู่ ใบบาง สีเขียว แต่ละใบมี ใบย่อย 5-9 ใบ ใบย่อยรูปวงรีแกมขอบขนานหรือรูปวงรีแกมไข่กลับ กว้าง 1-3 เซนติเมตร ยาว 2-5 เซนติเมตร แกนกลางใบประกอบยาว 3-7 เซนติเมตร รวมก้านที่ยาว 1-3 เซนติเมตร ผิวใบมีขนปกคลุมทั้งสองด้าน หรือบางครั้งมีขนด้านบนเกลี้ยง ขอบใบเรียบ โคนใบสอบ ปลายใบมน ปลายเป็นติ่งแหลมสั้น ๆ แผ่นใบเรียบ แผ่นใบค่อนข้างบาง เส้นแขนงใบ ชำละ 4-5 เส้น หูใบรูปใบหอก ขนาดเล็ก ปลายแหลมยาว ยาว 2-5 มิลลิเมตร ดอกเดี่ยว ออกที่ซอกใบ มี 1-2 ดอก กลีบดอก รูปดอกถั่ว มี 5 กลีบ แบ่งเป็น 2 ปาก ปากล่างขนาดใหญ่ ขอบมน กลีบดอกย่นบาง ตรงกลางดอกมีแถบสีเหลืองขาว กลีบเลี้ยงสีเขียวมี 5 กลีบ โคนติดกัน ยาว 1.5-2 เซนติเมตร แผ่นกลีบบาง ปลายแยกเป็น 5 แฉก แฉกลึกประมาณกึ่งหนึ่งหรือน้อยกว่า ปลายแฉกแหลมยาว ดอกมีสีสีน้ำเงิน ม่วง หรือขาว ตรงกลางกลีบสีเหลืองหม่นขอบสีขาว รูปดอกถั่ว แต่ละกลีบมีขนาดไม่เท่ากัน มีกลีบใหญ่ที่สุด 1 กลีบ ซึ่งจะมีจุดแต้มสีเหลืองกลางกลีบ ชนิดนี้เรียกว่า พันธุ์ดอกลา บางครั้งกลีบดอก 5 กลีบมีกลีบใหญ่มากกว่า 1 กลีบ ทำให้ดูเหมือนมีกลีบดอกหลายชั้น เรียกว่าพันธุ์ดอกซ้อน กลีบกลางรูปรีกว้างเกือบกลม ยาวประมาณ 3.5 เซนติเมตร ก้านกลีบสั้น ๆ ในดอกสีน้ำเงินหรือชมพูมีป็นสีขาวช่วงกลางกลีบด้านโคน กลีบปีกและกลีบคู่ล่าง ขนาดเล็กกว่ากลีบกลางประมาณ กึ่งหนึ่ง มีก้านกลีบเรียวยาวเท่าแผ่นกลีบ กลีบข้างรูปไข่กลับแกมรูปขอบขนาน กลีบคู่ล่างรูปรี เกสรเพศผู้ติดสองกลุ่ม 9 อัน ติดกันประมาณ 2 ใน 3 ส่วน เกี้ยง ยาวเท่ากลีบปีกและกลีบคู่

ล่าง รังไข่รูปทรงกระบอก ยาวประมาณ 5 มิลลิเมตร มีขนยาว ก้านเกสรเพศเมียเรียวยาว มีขนยาวหนาแน่นช่วงปลายด้านใน ก้านช่อยาวประมาณ 5 มิลลิเมตร ใบประดับขนาดเล็กออกเป็นคู่ ยาว 2-3 มิลลิเมตร ใบประดับย่อยมีขนาดใหญ่กว่าใบประดับ มี 1 คู่ รูปไข่กว้างเกือบกลม ขนาดประมาณ 5 มิลลิเมตร มีเส้นใบชัดเจน ก้านดอกสั้นๆ ยาว 2-3 มิลลิเมตร ผลเป็นฝัก รูปดาบ แบนยาว ขนาดกว้าง 1-1.5 เซนติเมตร ยาว 5-12 เซนติเมตร มีขนสั้นนุ่ม ปลายเป็นจะงอยสั้นๆ ฝักอ่อนมีสีเขียว พอแก่มีสีน้ำตาลอ่อน แตกเป็น 2 ฝา เมล็ดรูปไต สีดำ ยาวได้ประมาณ 5 มิลลิเมตร จำนวน 6-10 เมล็ด พบตามแนวชายป่า ป่าละเมาะ ที่ทิ้งร้าง ชอบที่แห้ง ใช้ดอกแต่งสีอาหาร และขนมหหลายชนิดสีน้ำเงินจากดอกเป็นสีที่ละลายน้ำได้ (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2552)



รูปภาพ 39 ลักษณะต้นอัญชัน

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณ ยาพื้นบ้านอีสาน ใช้ ราก ฝนกับรากสะอึกและน้ำซาวข้าว กินหรือทา แก้งูสวัด ส่วนตำรายาไทย ใช้เมล็ด มีรสมัน เป็นยาระบาย แต่มักทำให้คลื่นไส้อาเจียน เมล็ด มีรสมัน เป็นยาระบาย แต่มักทำให้คลื่นไส้อาเจียน (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ส่วนราก มีรสขมเย็น (นิยมใช้รากของต้นอัญชันดอกขาว) ขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะพิการ เป็นยาระบาย รากยังสามารถนำมาถูพื้นทำให้พื้นทนและแข็งแรง แก้ปวดฟัน ในสมัยโบราณใช้ดอกอัญชันในการปลูกผม และคิ้วเด็กอ่อน เป็นสมุนไพรบำรุงผมทำให้ผมดกดำเงางาม และยังสามารถแก้ปัญหาผมร่วงได้อีกด้วย (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2552)

4.1.29 กระเจี๊ยบแดง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ล้มลุก ลักษณะลำต้นเป็นทรงพุ่ม อายุปีเดียว สูงประมาณ 1 - 2 เมตร ขนาดลำต้นประมาณ 1 - 2 ซม. แตกกิ่งก้านมากมายตั้งแต่โคนต้น เปลือกต้นเรียบ ต้นอ่อนมีสีเขียว เมื่อแก่ลำต้นและกิ่งก้านสีแดงเข้มหรือสีแดงอมม่วง เปลือกลำต้นบางเรียบ สามารถลอกเป็นเส้นได้ ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับตามความสูงของกิ่ง ลักษณะใบรูปไข่เหลี่ยมข้าวหลามตัด ยาวประมาณ 7 - 13 ซม. มีขนปกคลุมทั้งด้านบนด้านล่าง ขอบใบเป็นแฉกคล้ายนิ้วมือ 3 นิ้ว หรือเป็น 5 แฉก ระยะห่างระหว่างแฉก 0.5 - 3 ซม. ลึกประมาณ 3 - 8 ซม. มีหูใบเป็นเส้นเรียวยาว 0.8 - 1.5 ซม. โคนใบสอบเรียว ปลายใบแหลมหรือเรียวแหลม โคนใบมน แต่ละแฉกมีรูปใบหอก ขอบใบเป็นจักฟันเลื่อย มีเส้นใบ 3 - 7 เส้น สีแดง ใบด้านล่างนูนเด่น โคนเส้นกลางใบด้านท้องใบมีต่อม 1 ต่อมน แผ่นใบสีเขียวเกลี้ยง ก้านใบยาว 4 - 15 ซม. มีขนรูปดาวปกคลุม ใบที่มีอายุน้อย และใบใกล้ดอกจะมีขนาดเล็กรูปไข่ ดอกเป็นดอกเดี่ยว ดอกแทงออกตามซอกใบตั้งแต่โคนกิ่งถึงปลายกิ่ง (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

ส่วนดอกมีก้านดอกสั้น สีแดงม่วง ดอกมีกลีบเลี้ยง ประมาณ 5 กลีบ หุ้มดอกบนสุด มีขนาดใหญ่ มีลักษณะอวบหนา มีสีแดงเข้มหุ้มดอก และกลีบรองดอก ที่เป็นกลีบด้านล่างสุด มีขนาดเล็ก 8 - 12 กลีบ มีสีแดงเข้ม กลีบทั้ง 2 ชนิดนี้ จะติดอยู่กับดอกจนถึงติดผล และผลแก่ ไม่มีร่วง ดอกเมื่อบานจะมีกลีบดอกสีเหลืองหรือสีชมพูอ่อนหรือสีขาวแกมชมพู บริเวณกลางดอกมีสีเข้ม ส่วนของดอกมีสีจางลง เมื่อดอกแก่กลีบดอกจะร่วง ทำให้กลีบรองดอก และกลีบเลี้ยงเจริญขึ้นมาหุ้ม เกสรเพศผู้จำนวนมาก ผล เจริญจากดอก เป็นผลแห้งแตกได้ ลักษณะรูปรีปลายแหลมหรือรูปไข่ ยาวประมาณ 2.5 ซม. มีจะงอยสั้นๆ มีจีบตามยาว และถูกหุ้มด้วยกลีบเลี้ยงสีแดงเข้ม ติดทนขนาดใหญ่รองรับอยู่จนผลแก่ มีขนหยากๆ สีเหลืองปกคลุม เมล็ด ส่วนในของเมล็ดรูปไตสีน้ำตาลเกลี้ยงจำนวนมาก (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

สำหรับสรรพคุณ ดอก ขับปัสสาวะ แก้ขัดเบา ใบ มีรสเปรี้ยว ขับเสมหะ ช่วยย่อยอาหาร ทำให้โลหิตไหลเวียนดี ขับปัสสาวะ ขับเมือกในลำไส้ลงสู่ทวารหนัก แก้อาการพิษตัวจืด ยอดและใบ มีรสเปรี้ยว เป็นยาบำรุงธาตุ ยาระบาย ละลายเสมหะ ขับปัสสาวะ ช่วยย่อยอาหาร หรือต้มชะล้างบาดแผล หรือนำใบมาโขลกให้ละเอียดใบประคบฝี กลีบเลี้ยง มีรสเปรี้ยว ขับนิ่วในไต ขับนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ ขับเมือกมันให้ลงสู่ทวารหนัก แก้อาการ ขับปัสสาวะ ลดไข้ แก้ไอ แก้น้ำ แก้อาการเหน็บชา ละลายไขมันในเส้นเลือด ชงกับน้ำรับประทานเพื่อลดความดัน ลดไขมันในเลือด (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ทำแยม ผล มีรสจืด ลดไขมันในเส้นเลือด รักษาแผลในกระเพาะ แก้อาการเหน็บชา บำรุงธาตุ บำรุงร่างกาย และแก้อ่อนเพลีย เมล็ด รสเมา ยาแก้อ่อนเพลีย บำรุงกำลัง บำรุงธาตุ แก้อาการ แก้อาการเดินปัสสาวะอักเสบ ขับปัสสาวะ ขับน้ำดี ลดไขมันในเส้นเลือด (พิชาติ ภพไตร, 2566: สัมภาษณ์) ขับเหงื่อ เป็นยาระบาย และกระตุ้นความรู้สึกทางเพศ ทั้งห้า

มีรสเปรี้ยว เป็นยาขับเมือกมันให้ลงสู่ทวารหนัก แก้อาการท้องอืด ท้องแน่น เป็นยาฆ่าตัวจิต นำมาใส่หม้อต้ม น้ำ 3 ส่วน เคี่ยวไฟให้งวดเหลือ 1 ส่วน ผสมกับน้ำผึ้งครึ่งหนึ่ง รับประทานวันละ 3 เวลา หรือรับประทานน้ำยาเปล่าๆ จนหมดน้ำยา

4.1.30 เติยหอม

เป็นไม้จำพวกต้น ใบขนานรียาวขอบเรียบผิวมัน ปลายแหลม สีเขียวเข้ม งอกจากต้นซึ่งเป็นลำกลมเป็นข้อถี่ๆ ขึ้นตามทีละกิ่งสูง 2-3 ฟุต ใบมีกลิ่นหอม ปลุกไว้ใช้โดยทั่วไปตามบ้าน ขยายพันธุ์ด้วยการแยกหน่อ สรรพคุณ ใบ มีรสหวานเย็นหอม บำรุงหัวใจ ดับพิษไข้ ชูกำลัง ราก, ต้น มีรสหวานเย็นหอม แก้กษัยไตพิการ ขับปัสสาวะ แก้ไข้ที่มี พิษร้อน แก้พิษตานซาง แก้อ่อนในกระหายน้ำ (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 217)

ประโยชน์ของใบเตย ใบเตยมีประโยชน์มากมายหลายอย่างดังที่กล่าวมาข้างต้นซึ่ง ได้แก่ ช่วยแก้อาการอ่อนเพลียดับกระหายคลายร้อน เพียงคุณต้มน้ำใบเตยวันละ 2 แก้วเช้าและกลางวันมันจะทำให้คุณหายจากอาการอ่อนเพลียได้อย่างปลิดทิ้ง อีกทั้งยังช่วยลดความกระหายคลายร้อนได้เป็นอย่างดี เพราะใบเตยมีกลิ่นหอมเย็นเมื่อดื่มแล้วจึงสดชื่นเกิดอาการผ่อนคลาย ช่วยปรับสมดุลในร่างกาย (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) สำหรับใครที่มีธาตุเจ้าเรือนเป็นธาตุไฟการรับประทานน้ำใบเตยหรือขนมที่มีส่วนผสมจากใบเตยจะช่วยทำให้คุณมีความรู้สึกสบายและสดชื่นได้ ช่วยบำรุงหัวใจช่วยลดความดันโลหิต ใบเตยสามารถที่จะบำรุงหัวใจและหลอดเลือดได้ ยิ่งหากเป็นโรคความดันโลหิตสูงการต้มน้ำใบเตยเช้าและเย็นจะช่วยให้คุณลดกลับมาอยู่ทีเกณฑ์ปกติได้ ช่วยรักษาโรคเบาหวาน ใบเตยช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ซึ่งจากตำราไทยให้น้ำใบเตย 32 ใบ ใบของต้นสัก 9 ใบ นำมาสับแล้วตากแดดไว้จากนั้นนำมาชงเป็นชาดื่มอย่างน้อย 1 เดือน หรือหากเป็นรากก็ประมาณ 1 กำมือแล้วมาต้มน้ำดื่มเช้า-เย็นทำแบบนี้อาการเบาหวานจะดีขึ้น ช่วยรักษาโรคหัด หากคุณกำลังเป็นหัด หรือเป็นโรคผิวหนัง สามารถนำเอาใบเตยมาตำพอหยาบ ๆ แล้วพอกลงบนผิว ใบเตยจะช่วยล้างพิษและเชื้อโรคไวรัสที่อยู่บนผิวหนังได้ ช่วยบรรเทาโรคข้อและโรครูมาตอยด์ ใครที่เป็นโรครูมาตอยด์หรือมีอาการปวดของข้อและกระดูก ให้นำใบเตยสด 3 ใบมาล้างน้ำให้สะอาด จากนั้นสับให้ละเอียดผสมน้ำมันมะพร้าวเล็กน้อยคนให้เข้ากัน แค่นี้ก็ได้เป็นยาบรรเทาอาการปวดและอักเสบของข้อแล้ว ใช้เป็นยาขับปัสสาวะได้ หากมีอาการปัสสาวะขัด ปัสสาวะไม่ค่อยออกลองใช้ใบเตย 1 ต้นหรือจะใช้รากครึ่งกำมือมาต้มน้ำแล้วดื่มก็จะช่วยแก้ไขปัญหานี้ได้เช่นกัน (มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา วิทยาเขตสมุทรสงคราม, 2564)



รูปภาพ 40 ลักษณะต้นเตยหอม

รูปภาพโดยผู้วิจัย

4.1.31 กะเพรา

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้พุ่ม ขนาดเล็ก สูงประมาณ 0.3 – 1.0 เมตร ลำต้นตั้งตรง ลักษณะเป็นรูปสี่เหลี่ยม โคนต้นแข็ง มีขนคลุมทั่ว แตกกิ่งก้านสาขามาก และมีกลิ่นหอมแรง กะเพรา มี 3 พันธุ์ คือ กะเพราแดง กะเพราขาว และกะเพราลูกผสมระหว่างกะเพราแดงและกะเพราขาว มีลักษณะทั่วไปคล้ายโหระพา ต่างกันที่กลิ่นและกิ่งก้านซึ่งมีขนปกคลุมมากกว่า กะเพราขาว มีใบและลำต้นสีเขียว และกะเพราแดง มีใบและลำต้นสีแดงอมเขียว ใบ เป็นใบเดี่ยว แตกใบออกตรงข้ามใน แต่ละข้อของลำต้นและกิ่ง ลักษณะใบรูปรีหรือรูปไข่ค่อนข้างยาว ปลายใบแหลม โคนใบรูปปลีหรือมน ขอบใบจักฟันเลื่อยและเป็นคลื่น แผ่นใบบางสีเขียวหรือสีแดง และมีขนปกคลุมทั้งสองด้าน ก้านใบสีเขียวหรือสีแดงแล้วแต่พันธุ์ ดอก ออกดอกเป็นช่อแบบช่อฉัตร ออกช่อที่ยอดหรือปลายกิ่ง รวบรวมได้รูปไข่หรือรูปหัวใจ ปลายแหลม ขอบมีขน ดอกย่อยแบบสมมาตรด้านข้าง ก้านดอกโค้งยาวมีขน มีกลีบเลี้ยงเชื่อมติดกันเป็นหลอดปลายแยกเป็นปาก กลีบดอกสีขาวอมม่วงหรือสีม่วงเชื่อมติดกันเป็นรูปประฆังปลายแยกเป็นปาก ปากบนมีแฉกมนๆ 4 แฉก ปากล่างโค้งลงแบน ขอบเรียบ ดอกกะเพราแดงสีเข้มกว่ากะเพราขาว ผล เป็นแบบผลเปลือกแห้งเมล็ดเดี่ยว มีขนาดเล็ก ปลายมน เกือบกลม เมล็ดมีขนาดเล็ก รูปไข่ สีน้ำตาลมีจุดสีเข้ม หุ้มด้วยกลีบเลี้ยงของเมล็ด (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 41 ลักษณะต้นกะเพรา

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณ ใบหรือทั้งต้น ใช้เป็นยาขับลมแก้ปวดท้อง ท้องเสีย และคลื่นไส้อาเจียน นิยมใช้กะเพราแดงมากกว่ากะเพราขาว ใบ มีรสเผ็ดร้อน ต้มเอาน้ำดื่มเป็นยาขับลม แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ แก้ปวดท้อง บำรุงธาตุ แก้อักเสบ แก้ลมตานซาง แก้คลื่นเหียนอาเจียน น้ำคั้นจากใบใช้เป็น ยาขับเสมหะ ขับเหงื่อ ขับน้ำดี ช่วยย่อยไขมัน น้ำคั้นจากใบใช้ทาภายนอกแก้โรคผิวหนัง กลากเกลื้อน รักษาหูด หยอดหูแก้อาการปวดหู (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) นอกจากนี้ ใบแห้งใช้ชงดื่มกับน้ำแก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ และน้ำมันจากใบใช้เป็นยาฆ่ายุงได้ซึ่งมีฤทธิ์ได้นาน 2 ชั่วโมง หรือไล่แมลงวันทอง บดเป็นยานัตถ์ แก้กัดจุมูก ยาขงหรือน้ำต้มใบใช้แก้ตับอักเสบและบำรุงธาตุ สำหรับเด็ก ดอก มีรสเผ็ดร้อน ผสมกับน้ำผึ้งรับประทานแก้หลอดลมอักเสบ เมล็ด มีรสเผ็ดร้อน เป็น ยาขับลม แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แก้อาการทางเดินปัสสาวะ และไตอักเสบ เมื่อนำเมล็ดไปแช่น้ำจะพองตัว เป็นเมือกขาวใช้พอกบริเวณตาเมื่อฝุ่นละอองเข้าตาหรือตามีผอง และจะไม่ทำให้ตาอักเสบ ราก มีรสเผ็ด ร้อน ต้มน้ำดื่มเป็นยาขับเหงื่อในคนไข้โรคมะลาเรีย แก้อาการพิษไข้ ทั้งห้า หรือทุกส่วนของต้น เป็นยา เพิ่มน้ำนมในสตรีหลังคลอดบุตร ขับน้ำนม บรรเทาอาการไข้เรื้อรัง (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

4.1.32 อ้อยดำหรืออ้อยแดง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้จำพวกหญ้าหรือกก ลักษณะล้มลุกขึ้นเป็นกอ แทงหน่อ ออกทางด้านข้างของต้นเดิม สูงประมาณ 2 - 5 เมตร ลำต้นเป็นปล้องๆ ผิวนอกแข็งสีแดงเป็นมัน รูปทรงกระบอก เนื้อในสีขาวฉ่ำน้ำ มีรสหวาน ตามข้อมีตาพร้อมที่จะเป็นต้นใหม่ ตามข้อแต่ละข้อมักมี รากอากาศประปราย ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับ ลักษณะใบรูปใบหอกหรือรูปขอบขนานแคบๆ

แต่ยาว ปลายใบเรียวแหลม โคนใบจะเป็นกาบหุ้มลำต้นติดแน่นอยู่บริเวณข้อแต่ละข้อ และออกสลับเวียนกันขึ้นไป เนื้อใบมีขนสาก ขอบใบจักถี่เป็นหนามคม เส้นกลางใบใหญ่เป็นสีขาวมีขน มีกระดูกก้านและห่อเป็นรูปร่างน้ำ ดอก ออกดอกรวมกันเป็นช่อใหญ่ยาวสีขาว ออกที่ปลายสุดของลำต้น จะออกดอกเมื่อต้นแก่เต็มที่ มีเมล็ดแหลมมาก รอบโคนเมล็ดจะมีปุยสีขาวเป็นมันหุ้มและปุยนี้จะช่วยพยุงให้เมล็ดปลิวไปได้ไกลๆ มักจะออกดอกในฤดูหนาว ผล เป็นผลแห้งขนาดเล็ก (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 42 ลักษณะต้นอ้อยแดง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณ ทั้งต้น มีรสหวานขม แก้ปัสสาวะพิการ แก้ขัดเบา แก้ไข้รุ่ม แก้โรคนิว แก้วไธ(พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ส่วนลำต้นมีรสหวานขม แก้ไข้ตัวร้อน แก้พิษตานซาง บำรุงธาตุน้ำ แก้อ่อนในกระหายน้ำ ทำให้ชุ่มชื้นในลำคอ เปลือกมีรสหวานขมใช้สำหรับภายนอกโดยการเผาให้เป็นเถ้าแล้วบดเป็นผงให้ละเอียด ใช้ทารักษาโรคปากเป็นแผลเนื่องจากขาดธาตุอาหาร แผลบวมเป็นตุ่มและแผลกดทับ ราก มีรสหวานจืด ใช้รักษาไข้ใหญ่แตกพิการ ทำให้วิ่งเวียนหน้ามืดตาลาย ทำให้เจ็บหลัง เจ็บเอว ทำให้หาวเรอ ตาอ้อย มีรสขมหวาน แก้พิษตานซาง แก้ตัวร้อน ชานอ้อย มีรสหวานจืด แก้แผลเรื้อรัง แก้ฝีอักเสบบวม น้ำอ้อย มีรสหวาน รักษาโรคนี้ บำรุงหัวใจ ทำให้ชุ่มชื้นในลำคอ แก้เสมหะ แก้หืด ขับปัสสาวะ เจริญอาหาร (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

4.1.33 ข่อย

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ต้น ขนาดกลาง สูงประมาณ 10 - 20 เมตร ลำต้นค่อนข้างคดงอ เป็นปุ่มปมหรือผิวขรุขระเล็กน้อย เรือนยอดเป็นรูปทรงกลมหรือรูปทรงกระบอกทึบ ลำต้นสีเทาอมเขียว มียางสีขาวข้น ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเวียนสลับ ลักษณะใบรูปวงรีหรือรูปขอบขนาน แผ่นใบสีเขียวเล็กและหนากรอบ ปลายใบแหลม ขอบใบหยัก แผ่นใบจะสากระคายคล้ายกับกระดาดขจร ดอก ออกดอกเป็นช่อสั้นตามซอกใบ ดอกย่อยเล็กมาก ดอกเพศผู้จะรวมกันเป็นช่อดอกแบบหัวกลม และมีก้านดอกที่สั้น มีสีเหลืองอมเขียวหรือเกือบขาว ส่วนดอกเพศเมียนั้นก้านดอกจะยาวและมักออกเป็นคู่สีเขียว ผล ลักษณะรูปทรงกลมคล้ายกับเมล็ดพริกไทย สีขาวเรียบหรือค่อนข้างเรียบ เปลือกในเป็นเส้นใยสีขาวและมียางสีขาวซึมออกมาเมื่อถูกตัด เมื่อผลสุกจะมีสีเหลืองอ่อนใส เมล็ดเป็นเมล็ดเดี่ยว กลมและแข็ง (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 43 ลักษณะต้นข่อย

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สำหรับสรรพคุณ ใบ มีรสเมาเผื่อน ตำผสมข้าวสารคั้นเอาน้ำดื่มครั้งถ้วยชา ทำให้อาเจียนถอนพิษยาเบื่อเมา หรืออาหารแสลง ชงกับน้ำร้อนดื่มระบายท้อง แก้วปวดท้องประจำเดือน แก้วปวดเมื่อย บำรุงธาตุ ขับผายลม แก้วท้องอืดท้องเฟ้อ เปลือกต้น มีรสเมาฝาดขม ดับพิษในกระตักในเส้น แก้วพยาธิผิวหนัง เรือน มะเร็ง ดับพิษทั้งปวงแก้โรครพิษ รักษาฟันให้แข็งแรง แก้วปวดฟัน แก้วรำมะนาด (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) และยังสามารถหุงเป็นน้ำมันทาหัวริดสีดวง กระพี้หรือส่วนของเนื้อไม้ที่หุ้มแก่น มีรสเมาฝาดขม แก้วพยาธิ แก้วมะเร็ง ฝนกับน้ำปูนใสทาแก้

ผื่นคัน เยื่อหุ้มกระพี้ มีรสเมาฝาดเย็น ชูดเอามาใช้ทำยาสูบแก้ริดสีดวงจมูก ราก มีรสเมาฝาดขม รักษาบาดแผล เปลือกราก มีรสเมาฝาดขม บำรุงหัวใจ พบว่ามีสารที่มีฤทธิ์บำรุงหัวใจกว่า 30 ชนิด ลูก มีรสเมาหวานร้อน บำรุงธาตุ แก้กลม แก้กษัย ขับลมจุกเสียด เป็นยาอายุวัฒนะ เมล็ด รสเฝื่อนร้อน เป็นยาอายุวัฒนะ บำรุงธาตุเจริญอาหาร ขับผายลมแก้ท้องอืดเฟ้อ แก้อาการท้องอืดเฟ้อและลมขับลมในลำไส้ (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 127)

4.1.34 ยอบ้าน

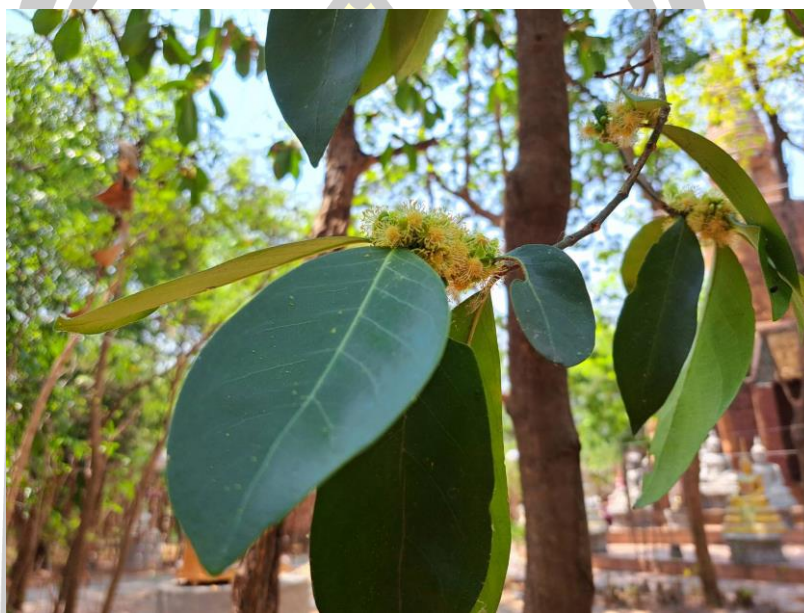
ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ต้น ขนาดเล็ก สูงประมาณ 2 – 6 เมตร แตกกิ่งก้านสาขาไม่มากนัก เปลือกลำต้นมีสีน้ำตาลเทา แตกเป็นสะเก็ดแล้วหลุด กิ่งอ่อนเป็นรูปสี่เหลี่ยม ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกใบตรงข้ามกันเป็นคู่ตามข้อต้น ลักษณะใบรูปวงรี ปลายใบเป็นติ่งแหลม ขอบใบเป็นคลื่นเล็กน้อย โคนใบสอบเรียว แผ่นใบหนาสีเขียวเข้มเป็นมัน เส้นกลางใบและเส้นแขนงใบสีเขียวอ่อนปนขาว มองเห็นชัดเจน ก้านใบสั้นเป็นรูปสี่เหลี่ยม ดอก ออกดอกเป็นช่อแบบช่อกระจุก ตามซอกใบ ดอกมีขนาดเล็กแบบสมมาตรตามรัศมี เป็นรูปดอกเข็ม มีกลีบดอก 5 กลีบ สีขาว โคนกลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นรูปท่อ มีกลิ่นหอม ผล เป็นผลรวม คือผลที่เกิดจากช่อดอกซึ่งเบียดกันแน่น ลักษณะรูปทรงกลมหรือรี มีตาหรือตุ่มรอบๆ ผล ผลอ่อนมีสีเขียว พอแก่จะมีสีเหลืองหรือขาวนวล มีกลิ่นฉุน เมล็ดมีเมล็ดสีน้ำตาลไหม้ จำนวนมาก (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

สรรพคุณ ใบ มีรสขมฝื่อน คั้นเอาน้ำสระผมแก้เหา ทาแก้ปวดตามข้อของนิ้วมือนิ้วเท้า ทาแก้โรคเก๊าท์ ใช้เป็นยาแก้ไอเจ็บ, ใบสดย่างไฟ หรือปรุงเป็นยาประคบ แก้ปวดบวม อักเสบ หรือต้มดื่มบำรุงธาตุ และแก้ไข้ แก้กระษัย ต้น มีรสฝื่อน ใช้ร่วมกับสมุนไพรอื่น หรือปรุงเป็นยารักษาวัณโรค ดอก มีรสฝื่อน ใช้ร่วมกับสมุนไพรอื่น หรือปรุงเป็นยารักษาวัณโรค ผลหรือลูก มีรสเผ็ดร้อน ใช้ผลยอบดบดที่โตเต็มที่ตากแห้ง บดเป็นผง 20 กรัม ชงในน้ำเดือด 1 ลิตร ทิ้งไว้ 15 นาที กรองใส่กระติกไว้ดื่มแทนน้ำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ป่วยที่เป็นโรคมาลาเรีย ครั้งละ 30 ซีซี ทุก 2 ชั่วโมง (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

ส่วนผลดิบหรือผลห่ามใช้ระงับหรือแก้อาการคลื่นไส้ อาเจียนได้ผลดี แก้กลมจุกเสียด ขับลม บำรุงธาตุ เจริญอาหาร ผสมยาแก้สะอึก อมแก้เหงือกเปื่อย ฟอกเลือด ขับน้ำคาวปลา แก้เสียงแหบแห้ง แก้อาเจียน ช่วยขับลม ขับโลหิตระดู แก้กระษัย แก่ตัวเย็น แก่ร้อนในอก ราก มีรสฝื่อน เป็นยาระบาย ผสมกับตัวยาอื่น รักษาวัณโรค แก้กระษัย ใช้ลูกยอสุกงอม จิ้มเกลือกับน้ำตาลใช้ลูกยอแก้จืด สีขาวขุ่น (แต่ยังไม่สุกงอม) หมักฝังในขวดเกลือ 1-2 วัน ลูกยอจะสุกงอม แล้วนำมาจิ้มเกลือ น้ำตาลทรายแดงหรือน้ำผึ้ง กินทั้งเนื้อและเมล็ด (เมล็ดยอเคี้ยวพอแหลกก็กินได้) ลูกยอบดบดทำเป็นสั้มตำ ใบยอ ปรุงเป็นอาหาร ช่วยแก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อได้ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.35 ดอกใสหรือขันทองพญาบาท

เป็นไม้ยืนต้น ขนาดกลาง กิ่งก้านกลม เปลือกเกลี้ยง สีเทา ใบเดี่ยวแข็งขนาดกทิบ ออกตรงข้ามกันเป็นคู่ๆ รูปหอกยาวราว 6 นิ้ว ขอบจัก โคนใบแหลมเส้นใบขนานกันเป็นคู่ๆ ก้านใบยาวครึ่งนิ้ว เป็นร่องลึก ดอกเล็กๆ เป็นช่อแผ่ออก ผลกลมเท่าลูกพุทรา ยาวประมาณ 4 นิ้ว มี 3 พู สีแดง ออกส้มเมื่อแก่จะแตกออก ขึ้นตามป่าโปร่งทั่วไป ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 129)



รูปภาพ 44 ลักษณะต้นดอกใส

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณเปลือกต้น มีรสเมาเบื่อ แก้ลมเป็นพิษ แก้ประดง แก้พิษในกระดุก ฆ่าพยาธิ แก้โรคเรื้อน มะเร็ง คุดทะราด กลาก เกื้อน โรคผิวหนังทุกชนิด แก้กามโรค แก้โรคตับพิการ ทำให้ฟันทน ถ่าน้ำเหลือง (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 129) นอกจากนี้เนื้อไม้ มีรสเมาเบื่อ แก้ลมพิษ แก้ไข้ แก้กามโรค ราก มีรสเมาเบื่อร้อน แก้ลม แก้ประดง แก้พิษในกระดุก แก้โรคผิวหนัง รักษาแผลเลือดเสีย(พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.36 อังกาบหนู

เป็นไม้พุ่มกิ่งเลื้อยขนาดเล็ก สูง 2-4 ฟุต ลำต้นเล็กเรียว มีหนามเล็กแบนแหลมคมสีแดงกับใบ ออกตามข้อ ใบรูปไข่ปลายและโคนแหลม ผิวและขอบเรียบ คล้ายต้นทองพันชั่งมาก แต่ใบเล็กกว่าเล็กน้อย ดอกเดี่ยวรูปปากแตร 5 กลีบสีเหลืองออกตามง่ามใบที่ปลายกิ่ง ไม่มีใบประกอบ ฝักกลมเรียวยาวราว 1 นิ้ว (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 505)



รูปภาพ 45 ลักษณะต้นอังกาบหนู

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณ ใบ ต้ม มีรสเผื่อนเมา แก้พิษงู แก้หวัด แก้ไข้ แก้อัมพาต แก้ปวดข้อ แก้ก้น แก้บวม เคี้ยว แก้ปวดฟัน พอกทา แก้ปวดหลัง ขับปัสสาวะ พอกโลหิตระดู เข้ายาแก้มะเร็ง ราก มีรสขมเผื่อน แก้ไข้ แก้อาหารไม่ย่อย แก้กกลางเกลื่อน (พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.37 ข่า

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ล้มลุก อายุหลายปี สูงประมาณ 1.5 – 2 เมตร มีลำต้นใต้ดินเรียกว่าเหง้า มีข้อและปล้องชัดเจน เลื้อยขนานพื้นดินและแตกแขนงเป็นแง่ง เหง้าหัวมีขนาดใหญ่ ต้วนสีขาว ลำต้นเทียมเหนือดินคือส่วนของกาบใบที่หุ้มซ้อนทับกันมีสีเขียวทรงกระบอกกลม เนื้อในสีเหลืองและมีกลิ่นหอมเฉพาะ ใบ เป็นใบเดี่ยว แตกใบเวียนรอบต้น ลักษณะใบรูปขอบขนานหรือรูปขอบขนานแกมรูปไข่ ขอบใบเรียบและบางช่วงเป็นคลื่น ปลายใบเป็นติ่งแหลมหรือเรียวแหลม โคนใบเฉียงและสอบเรียวเข้าหาก้านใบ แผ่นใบสีเขียวเข้มเป็นมัน ก้านใบสั้น กว้าง 7-9 ซม. ยาว 20-40 ซม. ดอก ออกดอกเป็นช่อแบบช่อกระจุก ตรงปลายยอด แกนกลางช่อมีขนและดอก ช่อจะจัดอยู่ด้วยกันอย่างหลวมๆ ช่อที่ยังอ่อนจะมีใบประดับรูปไข่ลักษณะเป็นกาบสีเขียวอมเหลืองหุ้มมิด ดอกสีขาวขนาดเล็ก กลีบดอกเชื่อมติดกันเป็นหลอดสั้นปลายแยกเป็น 3 กลีบ กลีบใหญ่มีริ้วสีแดง ผล ลักษณะรูปทรงกระบอกหรือกลมรี ขนาดเท่าเม็ดบัว ผลอ่อนสีเขียวเมื่อแก่จะมีสีแดงอมส้ม และภายในมีเมล็ดเล็กๆ สีดำ มีรสขมและเผ็ด ผลแห้งแตกได้ ถิ่นที่พบในประเทศไทย (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 46 ลักษณะต้นชำ

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สำหรับสรรพคุณ เหง้าหรือลำต้นใต้ดิน มีรสเผ็ดร้อนขม แก้ฟกช้ำ แก้บวม แก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ จุกเสียด แน่น แก้กกลาก เคลื่อน ขับลมในลำไส้ แก้ปวดมวนในท้อง ขับลมในสตรีหลังคลอดบุตร ใช้ภายนอกรักษาอาการคันในโรคลมพิษ ช่วยย่อยอาหาร แก้บิด แก้ลมพิษ แก้โรคววดบวมตามข้อ หลอดลมอักเสบ มีฤทธิ์กดหัวใจ กระตุ้นการหายใจ กดการหายใจ กระตุ้นการหายใจในเด็ก เป็นยาธาตุ ผล มีรสเผ็ดร้อนขม ช่วยย่อยอาหาร แก้ปวดท้อง แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ แก้คลื่นไส้ อาเจียน แก้บิด แก้แน่นหน้าอก ต้นแก่นำไปเคี้ยวกับน้ำมันมะพร้าว ทาแก้ปวดเมื่อย เป็นตะคริว ใบมีรสเผ็ดร้อน แก้พยาธิ สารสกัดจากชำ มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อแบคทีเรีย น้ำมันหอมระเหย น้ำมันหอมระเหยจากชำมีฤทธิ์ทำให้ไข่แมลงฝ่อ กำจัดเชื้อราบางชนิดได้ ใช้ผสมกับสะเดาเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการกำจัดแมลงชำ ลดการบีบตัวของลำไส้ ขับน้ำดี ขับลม ลดการอักเสบ ยับยั้งแผลในกระเพาะอาหาร ฆ่าเชื้อแบคทีเรีย ฆ่าเชื้อราใช้รักษากลากเกลื้อน (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552) ส่วนใบมีรสเผ็ดร้อน แก้กกลากเกลื้อน ฆ่าพยาธิ ต้มอาบแก้ปวดเมื่อยตามข้อ ต้น มีรสเผ็ดร้อนชำ ต้นแก้ไขโลกผสมน้ำมันมะพร้าวทาแก้ตะคริว แก้ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ ตามข้อ ดอก มีรสเผ็ดร้อน เป็นยาแก้กลากเกลื้อน หน่อ มีรสเผ็ดร้อนหวาน บำรุงไฟธาตุ แก้ลมแน่นหน้าอก เหง้าและราก มีรสร้อนปร่า ขับลม แก้ปวดท้อง ท้องเสีย จุกเสียด แน่นท้อง อาหารไม่ย่อย ราก มีรสร้อนปร่า ขับเสมหะ ขับโลหิต แก้เหน็บชา ขับหลอดลม (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.38 โดไม่รู้ล้ม

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ พืชล้มลุก ลำต้นสั้น กลม ขึ้นตรง สูง 10-30 เซนติเมตร ตามผิวลำต้น และใบมีขนสีขาวตรงละเอียด ห่าง สาก ทอดขนานกับผิวใบ ใบเป็นชนิดใบเดี่ยว อยู่บริเวณเหนือเหง้า ติดเป็นวงกลมเรียงสลับชิดกัน คล้ายแบบกระจุกกุหลาบซ้อนที่โคนต้น ใบรูปหอกกลับหรือรูปไข่แกมใบหอกกลับ แผ่นใบยาว 8-20 เซนติเมตร กว้าง 3-5 เซนติเมตร ส่วนที่ค่อนไปทางปลายใบ ผายกว้าง แล้วสอบแหลมทู่ๆ ส่วนโคนใบสอบแคบจนถึงก้านใบ ผิวใบมีขนสากทั้งสองด้าน ท้องใบมีขนมากกว่าหลังใบ ขนตรงห่างสีขาว และขนต่อม ห่าง ขอบใบหยักมน หรือจักฟันเลื่อยห่างๆ เส้นแขนงใบมี 12-15 คู่ ใบมักแผ่ราบไปกับพื้นดิน เนื้อใบหนาสาก ก้านใบยาว 0.5-2 เซนติเมตร หรือไม่มีก้านใบ ดอกช่อแทงออกจากกลางต้น ช่อดอกรูปขอบขนาน มี 4 ดอกย่อย ยาว 8-10 มิลลิเมตร เส้นผ่านศูนย์กลาง 2-3 มิลลิเมตร ดอกย่อยขนาดเล็ก ดอกรูปหลอดสีม่วง หลอดกลีบดอกยาว 3-3.5 มิลลิเมตร เกสรเพศผู้สั้น เกสรเพศผู้สั้นเหลือ มีอับเรณูยาว 2.2-2.3 มิลลิเมตร ปลายแหลม ฐานเป็นติ่งแหลม ก้านชูอับเรณูยาว 1.5-1.7 มิลลิเมตร เกสรเพศเมียมีก้านเกสรยาว 7-8 มิลลิเมตร ยอดเกสรยาว 0.5-0.6 มิลลิเมตร มีขนที่ปลายยอดและสิ้นสุดที่รอยแยก แต่ละช่อย่อยมาอยู่รวมกันเป็นช่อกระจุกกลมที่ปลายก้านดอก บริเวณโคนกระจุกดอกมีใบประดับแข็งรูปสามเหลี่ยม แบนอยู่ 3 ใบ ยาว 1-2 เซนติเมตร กว้าง 0.5-1.5 เซนติเมตร ขอบเรียบ ปลายเรียวแหลม ผิวใบทั้งสองด้านมีขนตรงสีขาว ออกที่ปลายยอดแบบช่อแยกแขนง ก้านช่อดอกยาวถึง 8 เซนติเมตรมีขนสากๆทั่วไป ฐานรองดอก แบน เกสรเพศผู้ เส้นผ่านศูนย์กลาง 0.5-0.7 มิลลิเมตร วงใบประดับรูปขอบขนาน มี 2 ชั้น สูง 7-10 มิลลิเมตร เส้นผ่านศูนย์กลาง 2-3 มิลลิเมตร ใบประดับรูปใบหอก ผิวด้านนอกมีขนตรง และที่ขอบมีขนครุย ชั้นนอกรูปใบหอก ยาว 4-6 มิลลิเมตร กว้าง 0.5-1.5 มิลลิเมตร ปลายแหลม ชั้นที่ 2 รูปขอบขนานยาว 8-10 มิลลิเมตร กว้าง 1-2 มิลลิเมตร ปลายแหลม แพนพัส สีขาวเป็นเส้นตรงแข็งมี 5 เส้น เรียง 1 ชั้น ยาว 5-6 มิลลิเมตร ผลเป็นผลแห้ง ไม่แตก ผลเล็กเรียว รูปกรวยแคบ ผิวด้านนอกมีขนหนาแน่น ยาว 2.5-3 มิลลิเมตร กว้าง 0.4-0.5 มิลลิเมตร ไม่มีสัน พบขึ้นตามป่าโปร่งที่ดินค่อนข้างเป็นทรายทั่วๆ ไปในป่าเต็งรัง ป่าดิบ และป่าสนเขาทุกภาคของประเทศไทย และประเทศเขตร้อนทั่วโลก ขยายพันธุ์โดยใช้เมล็ด ออกดอกช่วงเดือนสิงหาคม-มกราคม (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553)



รูปภาพ 47 ลักษณะต้นโดไม่รู้ล้ม

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สำหรับสรรพคุณ ใช้ทั้งต้น รสกร่อยขึ้น เป็นยาขับปัสสาวะ แก้ไข้ แก้ไข้จับสั่น ขับน้ำเหลืองเสีย แก้บิด แก้ท้องเสีย แก้ไอ แก้วัณโรค บำรุงหัวใจ ขับเหงื่อ ขับระดู ขับพยาธิตัวกลม แก้ปัสสาวะพิการ บำรุงความกำหนัด แก้กระษัย ขับไล่เดือน แก้กามโรค แก้บวมน้ำ แก้ฝี แก้ไข้หวัด แก้เจ็บคอ แก้ตาแดง แก้ตีชาน แก้เลือดกำเดาออกง่าย แก้ฝี แก้แผลมีหนอง แก้แผลงู แก้แมลงมีพิษ กัดต่อย แก้อักเสบ แก้แผลในกระเพาะอาหาร แก้แผลเปื่อยในปาก แก้เหน็บชา ราก รสกร่อยขึ้น ขับปัสสาวะ แก้ไข้ตัวร้อน แก้ไข้หวัด แก้ไอเรื้อรัง แก้ท้องเสีย แก้บิด ขับพยาธิ ขับระดู บิบบมดลูก ต้มเอาน้ำอมแก้ปวดฟัน แก้ฝี แผลมีหนอง บวมอักเสบทั้งหลาย เป็นยาคุมสำหรับหญิงที่คลอดบุตรใหม่ เป็นยาบำรุง เป็นยาขับไล่เดือน รักษาโรคบุรุษ ต้มดื่มแก้อาเจียน ใบ รสกร่อยขึ้น รักษาบาดแผล แก้โรคผิวหนัง (ใช้ใบสดประมาณ 2 กำมือ เคี้ยวกับน้ำมันมะพร้าว ทาแผล แก้โรคผิวหนังผื่นคัน) แก้ไข้ ขับปัสสาวะ แก้อ่อนเพลีย รักษาการโรค รักษาโรคบุรุษ เป็นยาคุมสำหรับหญิงที่คลอดบุตรใหม่ เป็นยาบำรุง เป็นยาขับไล่เดือน แก้ไอ ทำให้เกิดความกำหนัด (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553) ส่วนรากและใบ รสกร่อยขึ้น ขับปัสสาวะ แก้ท้องร่วง แก้โรคแผลในกระเพาะอาหาร แก้บิด แก้กามโรคในสตรี ใช้สดหรือแห้งประมาณ 2 กำมือ ต้มดื่ม ขับปัสสาวะ แก้ท้องร่วง แก้กระเพาะอาหาร เป็นแผล ต้มอาบหลังคลอด ไม่ระบุส่วนที่ใช้ บำรุงกำลัง ชูกำลัง ตัดกษัย บำรุงกษัยไม่ให้เกิด แก้ปัสสาวะพิการ บำรุงความกำหนัด ขับปัสสาวะ แก้ไข้จับสั่น แก้ไอ แก้ไข้ ขับพยาธิไล่เดือน แก้กามโรค แก้โรคหลอดลมอักเสบ แก้ปวดบวม แก้ตับอักเสบ แก้บิด รักษาตัวบวม รักษาไตอักเสบ (พระครูประสิทธิธรรมารักษ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.39 โปรงฟ้า

เป็นไม้พุ่มขนาดเล็ก สูง 2-4 ฟุต ใบรูปไข่ปลายแหลม สีเขียวออกเหลือง ขอบจักแบบฟันเลื่อย มีต่อมน้ำมันกระจายทั่วทั้งใบส่องดูจะเห็นเป็นจุดๆ ดอกเล็กๆ สีขาวอมเขียว ออกเป็นช่อตั้งที่ปลายกิ่ง เกิดตามป่าคิงดิบแล้ง ป่าละเมาะทั่วประเทศ ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 270)



รูปภาพ 48 ลักษณะต้นโปรงฟ้า

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ใบ มีรสเผ็ดร้อน แก้ท้องอืดเฟ้อ ขับลม ราก มีรสเฝื่อนเย็น แก้กามัว ตาฝ้า ตาฟาง ฝนกับน้ำทั้งกินและ ทาแก้พิษงู แก้วัณโรคชนิดบวม (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 270)

4.1.40 เปล้าน้อย

เปล้าน้อยตัวผู้ เป็นไม้ยืนต้นขนาดย่อม ใบเดี่ยวรูปหอกเรียว โคนใบสอบแคบมน ปลายแหลม ขอบจักเล็กน้อย ก้านใบยาว 1-1.5 ซม. ดอกช่อ คล้ายดอกมะม่วง สีขาว ผลรูป ไข่ปลายแหลม ผิวเรียบ เปล้าน้อยมีอยู่สองชนิด ชนิดนี้พบขึ้นตามป่าเบญจพรรณทั่วไป ป่าเชิงเขาทางภาคเหนือและมีประปรายในป่าคิงดิบแล้งทุกภาค (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 279)

สรรพคุณ ใบ มีรสร้อน ต้มดื่มบำรุงธาตุ แก้ก้นตามตัว แก้ท้องเสีย รักษาโรคกระเพาะอาหาร เปลือกต้น มีรสร้อน ต้มดื่มทำอาหารให้วัวควาย ช่วยย่อยอาหาร แก้ท้องเสีย ดอก มีรสร้อน รับประทานขับพยาธิ ผล มีรสร้อน ต้มดื่มขับหนองให้กระจาย (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 279.) แก่น

มีรสร้อน ต้มดื่มขับโลหิตให้ตก แก้ไข้ใน บำรุงโลหิต ขับระดู ส่วนราก มีรสร้อน ต้มดื่มแก้ลมขึ้นเบื้องบนให้เป็นปกติ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

เปล้าน้อยตัวผู้ เป็นไม้พุ่มผลัดใบ สูง 2-4 ม.ยอดอ่อนปกคลุมด้วยสะเก็ดสีสนิม ใบเดี่ยว รูปหอก โคนและปลายแหลม คล้ายใบมะม่วง กว้าง 4-6 ซม. ยาว 10-15 ซม. โคนใบมีต่อม 2 ต่อม ขอบจักเล็กไม่เสมอ ก้านใบยาว 6-12 มม. ดอกเล็กออกเป็นช่อที่ปลายกิ่ง เมล็ดเล็กยาว 2-3 มม. มีลายตามยาวสีขาว พบในป่าเบญจพรรณทั่วไป แต่ที่มีสรรพคุณดีที่สุด ต้องปลูกในจังหวัด ประจวบคีรีขันธ์ และปราจีนบุรี (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 279)



รูปภาพ 49 ลักษณะต้นเปล้าน้อย

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณ เหมือนกับเปล้าน้อยชนิดแรก แต่ใน ใบ ดอก เมล็ด ต้น มีสารที่รักษาโรคแผลในกระเพาะอาหารมากกว่า และมีมากในใบอ่อน ซึ่งประเทศญี่ปุ่น ได้นำเอาไปวิเคราะห์ทดลอง แล้วสกัดทำเป็นยารักษาโรคกระเพาะอาหารจำหน่ายซึ่งเป็นสาร ชื่อ Plaunotol มีชื่อทางการค้าว่า Kelnac โดยมาทำการเพาะปลูกและทำโรงงานแยกสารขึ้นต้น ที่ประจวบคีรีขันธ์ แล้วส่งไปทำสำเร็จรูป การใช้ ใช้ใบเปล้าน้อยต้มดื่ม รักษาโรคแผลกระเพาะอาหารลำไส้: ไม่มีฤทธิ์ข้างเคียง (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 279.)

4.1.41 เปล้าใหญ่

เปล้าใหญ่ เป็นไม้ผลัดใบขนาดย่อม สูงประมาณ 8 ม.กิ่งก้านค่อนข้างโต ยอดอ่อนมีเกล็ดสีเทาปกคลุมทั่ว ใบเดี่ยวรูปหอก ปลายและโคนแหลม ใบกว้างกว่าเปล้าน้อย ยาว 9-30 ซม. ฐานใบมีต่อม 2 ต่อม ใบแก่เกลี้ยง สีเปลี่ยนเป็นสีส้มก่อนร่วงหล่น ดอกเล็กๆ ออกเป็นช่อหลายช่อที่ปลายกิ่ง ผลกลมแบนขนาด 1 ซม. มี 3 พู เกิดตามป่าเบญจพรรณ ป่าดิบแล้ง ป่าละเมาะ ทั่วไป ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด



รูปภาพ 50 ลักษณะต้นเปล้าใหญ่

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สำหรับสรรพคุณ ใบ มีรสร้อน บำรุงธาตุ แก้กันตามตัว แก้ลมจุกเสียด บำรุงกำลัง แก้กระหาย แก้เสมหะและลม (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ดอก มีรสร้อน แก้พยาธิ ลูก มีรสร้อน ดองสุราดื่ม ขับโลหิตในเรือนไฟ เปลือก มีรสร้อน แก้เสมหะให้ตก แก้เลือดร้อน เปลือกกระพี้หรือส่วนของเนื้อไม้ที่หุ้มแก่น มีรสร้อน ช่วยย่อยอาหาร แก้เลือดร้อน เนื้อไม้ มีรสร้อน แก่ริดสีดวงลำไส้ และริดสีดวงทวารหนัก แก่น มีรสร้อน ทำอาหารให้จืด แก้ลมอันผูกเป็นก้อนให้กระจาย ขับไส้เดือน ราก มีรสร้อนเมา แก่น้ำเหลืองเสีย แก่โรคผิวหนัง ผื่นคัน แก่โรคเรื้อน มะเร็ง คุดทะราด กระจายลม ทำน้ำเหลืองให้แห้ง (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 280)

4.1.42 ว่านหางจระเข้

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ล้มลุก อายุหลายปี สูงประมาณ 0.5 – 1 เมตร ลำต้นเป็นข้อปล้องสั้น เนื้ออ่อน อวบน้ำ ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงเวียนรอบต้น ใบหนาและรูปร่างยาว โคนใบใหญ่ ปลายใบแหลม ริมใบหยักและมีหนาม ขอบใบเป็นหนามแหลมห่างกัน แผ่นใบสีเขียวใสและมีรอยกระสีขาว ใบจะอ้วนน้ำได้ดี ภายในมีวุ้นและเมือกใสสีเขียวอ่อนๆ ดอก ออกดอกเป็นช่อกระจายที่ปลายยอด ก้านช่อดอกยาวมากชูตั้งตรง ดอกเป็นหลอดปลายแยกสีส้มแดงอมเหลืองเล็กน้อย บานจากข้างล่างขึ้นข้างบน คล้ายดอกช่อกลีบตูมๆ โคนเชื่อมติดกันเป็นหลอด ปลายแยกเป็น 6 แฉก เรียงเป็น 2 ชั้น รูปแตร ผล เป็นผลแห้ง รูปกระสวย (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 51 ลักษณะว่านหางจระเข้

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ใบ รสเย็น โขลกผสมสุราพอกฝี วุ้นจากใบล้างด้วยน้ำสะอาดทาหรือผานบางๆ ปิดหรือทาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ดับพิษร้อน ทาผิวป้องกันและรักษาอาการไหม้จากแสงแดด วุ้นรับประทานแก้โรคกระเพาะ บำรุงร่างกาย แก้อ่อนใน ดูดพิษร้อนภายในร่างกาย (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552) ทั้งต้น มีรสเย็นเย็น ดองสุราดื่มขับน้ำคาวปลา ราก มีรสขมเย็น รับประทานถ่ายโรคหนองใน แก้มุตกิต ข้ำร้ว ยางในใบ เป็นยาระบาย น้ำวุ้นจากใบ ล้างด้วยน้ำสะอาด ผานบางๆ รักษาแผลสดภายนอก น้ำร้อนลวก ไฟไหม้ ทำให้แผลเป็นจางลง (อุทัย ชำยยศ, 2566: สัมภาษณ์) ดับพิษร้อน ทาผิวป้องกันและรักษาอาการไหม้จากแสงแดด ทาผิวรักษาผิวหนัง และขจัดรอยแผลเป็น เนื้อวุ้น

เหินบัวหลวง รักษาจิตสวดทวาร เห่ง้า ตัมรับประทานแก้หนองใน โรคมุตกิด (พระครูประสิทธิธรรมา
ภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.43 ปีบ

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม่ยืนต้นขนาดเล็กถึงขนาดกลาง ผลัดใบ ลำต้นตรง สูงได้ถึง 25 เมตร เปลือกต้นหนาสีน้ำตาลอ่อนปนเทา แตกเป็นร่องลึก มีช่องอากาศ ยอดอ่อนมีขนนุ่ม ใบ ประกอบแบบขน 2-3 ชั้น ออกเรียงตรงข้าม มีใบย่อย 4-6 คู่ ใบรูปใบหอกแกมรูปไข่ ปลายใบแหลม โคนใบมน ขอบหยักเป็นซี่หยาบ กว้าง 1.5-2.5 เซนติเมตร ยาว 3-5 เซนติเมตร ก้านใบยาว 3.5-6 เซนติเมตร แกนกลางใบประกอบยาว 13-19 เซนติเมตร แผ่นใบเรียบทั้งสองด้าน เนื้อใบบางคล้าย กระดาษ มองเห็นเส้นใบชัดที่ด้านท้องใบ ดอกออกเป็นช่อกระจุกแยกแขนงที่ปลายกิ่ง ยาว 10-25 เซนติเมตร ดอกย่อยจำนวนมาก กลีบดอกสีขาว มีกลิ่นหอม กลีบดอกมี 5 กลีบ โคนเชื่อมติดกันเป็นหลอด หลอดกว้างประมาณ 0.5 เซนติเมตร ยาว 5-8 เซนติเมตร ปลายกลีบแหลมแยกเป็นหลอด ปากแตร 5 แฉก สามแฉกบนรูปขอบขนานปลายแยกจากกัน สองแฉกล่างค่อนข้างแหลม แยกจากกัน ที่ส่วนปลายแฉกเล็กน้อย ขนาดกลีบดอก 6.5-12.5 x 5.6- 6.5 มิลลิเมตร กลีบเลี้ยงสีเขียว โคนเชื่อมติดกัน วงกลีบเลี้ยงรูปถ้วย ปลายแยกเป็น 5 แฉก กว้างประมาณ 0.5 เซนติเมตร ยาวประมาณ 0.5 เซนติเมตร ติดคงทน เกสรเพศผู้อยู่ชิดกับกลีบดอก มีจำนวน 4 อัน แบ่งเป็นสองคู่ ยาวไม่เท่ากัน ก้านชูเกสรเพศผู้คู่ที่ยาวกว่า ยาวประมาณ 10.5 มิลลิเมตร อับเรณูที่ไม่เป็นหมันรูปขอบขนาน ยาว 4 มิลลิเมตร อับเรณูที่ฝ่อรูปแถบโค้ง ยาว 1.2 มิลลิเมตร เกสรเพศผู้ที่เป็นหมันรูปเส้นด้าย เกสรเพศเมีย มีจำนวน 1 อัน อยู่เหนือวงกลีบ รังไข่รูปขอบขนานถึงรูปแถบ ยาว 4.5 มิลลิเมตร ภายในแบ่งเป็น 2 ห้อง ก้านชูรูปเส้นด้าย ปลายแยกเป็น 2 พู รูปกึ่งรูปไข่ ยาว 1.2 มิลลิเมตร ผลเป็นฝักแบน ยาวแคบ รูปขอบขนาน ยาว 30-40 เซนติเมตร ปลายฝักแหลม ฝักอ่อนสีเขียว มีเนื้อ พอแห้งแข็ง แตกออกได้ เป็น 2 ซีก เมล็ดแบน จำนวนมาก รูปหยดน้ำ มีปีกสีขาว ค่อนข้างบางใสอยู่โดยรอบเมล็ด ยกเว้น บริเวณส่วนปลายเมล็ดด้านแหลม ออกดอกราวเดือนกันยายนถึงธันวาคม ติดผลราวเดือนพฤศจิกายน ถึงกุมภาพันธ์ (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553)

พูน ปณ จิตโต ชีเว



รูปภาพ 52 ลักษณะต้นปีบ

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ตำรายาไทย ดอก มีรสหวานหอม ขยายหลอดลม มวนเป็นบุหรืสูบรักษา หืด สุกแก้ริดสีดวงจมูก ไซนัสอักเสบ บำรุงน้ำดี เพิ่มการหลั่งน้ำดี บำรุงโลหิต บำรุงกำลัง แก้ลม ดอก ใส่ปนกับยาไทย มวนสูบทำให้ปากหอม ราก มีรสเฝื่อน บำรุงปอด แก้หอบ แก้วัณโรคและโรคปอด แก้อา แก้น้ำน้อยหอบ เปลือก แก้อา ขั้วเสมหะ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

ส่วนประเทศแถบเอเชียใต้ (อินเดีย จีน พม่า) ใบและราก ใช้แก้หืด ชำเชื้อแบคทีเรีย ใบ ชำเชื้อแบคทีเรีย แก้ไอ แก้ไซนัสอักเสบ เพิ่มการหลั่งน้ำดี เป็นยาบำรุง ลำต้น บำรุงปอด และแก้อา เปลือกต้น ใช้เป็นสีย้อม ให้สีเหลือง ดอก ใช้รักษาหืด ไซนัสอักเสบ เพิ่มการหลั่งน้ำดี เป็นยาบำรุง ใช้ ใส่ในยาสูบเพื่อรักษาโรคที่ลำคอ (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553)

4.1.44 ตั้วขาว

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ยืนต้นขนาดกลาง สูง 3-12 เมตร อาจสูงได้ถึง 35 เมตร ผลัดใบ โคนต้นมีหนามเรียวเป็นพุ่มกลม ลำต้นมีน้ำยางเหลือง กิ่งก้านเล็กเรียว กิ่งอ่อนมีขนนุ่ม ทั่วไป เปลือกสีน้ำตาลแดง แตกออกเป็นสะเก็ด เปลือกในสีน้ำตาลแกมเหลือง และมีน้ำยางสีเหลือง ปนแดงซึมออกมา ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปวงรีแกมไข่กลับ หรือรูปขอบขนาน กว้าง 2.5-4.5 เซนติเมตร ยาว 3-13 เซนติเมตร โคนใบสอบเรียบ ปลายใบมนหรือแหลม ขอบใบโค้งเรียบ ผิวใบมี ขนละเอียดทั้งสองด้าน ใบอ่อนสีชมพูอ่อนถึงแดง เรียบ เป็นมันวาว ในฤดูหนาวจะเห็นเรณูปุ่ม ทั้งหมดเป็นสีชมพูอ่อน ใบแก่สีเขียวสด เรียบ เกลี้ยง ผิวใบด้านบนเป็นมัน ด้านล่างมีต่อมกระจาย

ทั่วไปใบแก่สีแดงหรือสีแดง เส้นใบข้าง 7-10 คู่ ซึ่งจะโค้งจรดกันใกล้ขอบใบ ก้านใบยาว 0.6-1.6 เซนติเมตร ดอกช่อ ออกเป็นกระจุกตามกิ่งเหนือรอยแผลใบ กลีบดอกสีขาวอมชมพูอ่อนถึงแดง กลีบดอกบาง มี 5 กลีบ มีกลิ่นหอมอ่อนๆ ออกตามซอกใบ ร่วงง่าย ดอกบานขยายออกราว 1.2 เซนติเมตร มีก้านเรียว เล็ก และกาบเล็กๆ ที่ฐานกลีบด้านใน เกสรเพศผู้มีจำนวนมาก สั้น สีเหลือง ก้านเกสรเชื่อมติดกันเป็น 3 กลุ่ม เกสรเพศเมีย มีก้านเกสรตัวเมียสีเขียวอ่อนมี 3 อัน มีรังไข่อยู่เหนือวงกลีบ กลีบเลี้ยง มี 5 กลีบ สีเขียวอ่อนปนแดง ผลแห้ง แตกได้ รูปไข่แกมกระสวย กว้าง 1 เซนติเมตร ยาว 2 เซนติเมตร ผลมีนวลขาวติดตามผิว เมื่อแก่มีสีน้ำตาลหรือน้ำตาลดำ ผลแบบแคปซูล ปลายแหลม ผิวเรียบและแข็ง ขนาด กว้าง 0.4-0.6 เซนติเมตร ยาว 1.3-1.8 เซนติเมตร แตกออกเป็น 3 แฉก มีเมล็ดสีน้ำตาล ที่ฐานมีกลีบเลี้ยงยังคงอยู่ พบตามป่าเต็งรัง ป่าดิบแล้ง และป่าเบญจพรรณ ออกดอกช่วงเดือน มกราคมถึงพฤษภาคม ยอดอ่อนใช้รับประทานเป็นผักสด (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553)



รูปภาพ 53 ลักษณะต้นตัวขาว
รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ยาสมุนไพรพื้นบ้าน ใช้แก่นและลำต้น แขน้ำดื่ม แก้ปวดเลือด (เลือดไหลไม่หยุด) ราก ต้มน้ำดื่มแก้ปัสสาวะขัด ยาสมุนไพรพื้นบ้านจังหวัดอำนาจเจริญ ใช้ ยอด ดอก และใบอ่อน เถา รสเบื่อเมาฝาด บำรุงโลหิต ฟอกโลหิต แก้ปวดตามข้อ แก้ไขข้อพิการ แก้ประดง ขับลม ยางใช้รักษาสันเท้าแตก ตำรายาไทย ใช้ ราก ผสมกับหัวเหว้าหมู และรากปลาไหลเผือก ต้มน้ำดื่ม วันละ 3 ครั้ง ขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะขัด (มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2553) ส่วนน้ำยางทารอยแตกของ

สันเท้า รากและใบ น้ำต้มกินเป็นยาแก้ปวดท้อง ตัน ยางจากเปลือกต้นทาแก้คัน น้ำต้มเปลือกต้น กิน แก้ธาตุพิการ เปลือกและใบ ตำผสมกับน้ำมันมะพร้าว ทาแก้โรคผิวหนังบางชนิด (พระครูประสิทธิธรรม วิจารณ์, 2566: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้ยอด, ใบอ่อน, ดอก ช่วยบำรุงโลหิต ฟอกโลหิต เปลือกต้นนำมาต้มกับน้ำกิน แก้ธาตุพิการ ยอด, ใบอ่อน, ดอก ช่วยแก้ประดง ผักตบเป็นผักที่มีวิตามินเอสูง จึงมีสรรพคุณช่วย ป้องกันไม่ให้เด็กเป็นตาบอดกลางคืน และโรคตาไก่ ยอด, ใบอ่อน, ดอก ช่วยขับลม รากและใบ ใช้ต้ม กับน้ำกินเป็นยาแก้อาการปวดท้อง ราก ใช้รากผสมกับรากปลาไหลและหัวเหว้าหมู นำมาต้มกับน้ำ ต้มวันละ 3 ครั้งเป็นยาขับปัสสาวะ แก้อาการปัสสาวะขัดแค้นและลำตัน ใช้แช่กับน้ำดื่ม แค้นและลำ ตัน ช่วยแก้ปวดเลือด หรืออาการเลือดไหลไม่หยุด ตันและยางจากเปลือกต้น ใช้ทาแก้อาการคัน เปลือกและใบ นำมาตำผสมกับน้ำมันมะพร้าว ใช้ทารักษาโรคผิวหนังบางชนิด (อุทัย ช้ายยศ, 2566: สัมภาษณ์) น้ำยางจากต้น ใช้ทารักษารอยแตกของสันเท้าได้ ยอด, ใบอ่อน, ดอก ช่วยแก้อาการปวด ตามข้อ แก้ไขข้อพิการ มีงานวิจัยเรื่องการทดลองสารที่พบจากใบผิวตัวขน โดยพบว่ามีฤทธิ์ในการ ต้านมะเร็งระดับได้ และยังไม่ทำลายเซลล์ปกติอีกด้วย แต่งานวิจัยดังกล่าวยังไม่เสร็จสิ้นพอที่จะเอาไปใช้ ต่อยอดในเชิงพาณิชย์ได้ จึงสรุปได้แต่เพียงว่า การรับประทานผักตบเป็นประจำจะช่วยยับยั้ง เซลล์มะเร็งระดับได้ (เมตไทย, 2563)

4.1.45 มะละกอ

เป็นไม้ล้มลุกอายุหลายปีขนาดย่อม ลำต้นกลมตั้งตรง ใ้กลวง เนื้ออ่อน ใบเดี่ยวทรง กลมโต ขอบจักโตเว้าแฉกลึกรูปนิ้วมือ ก้านกลมกลวยยาว งอกออกจากลำต้น โดยตรง ดอกเล็กสีเนื้อ ออกเป็นช่อตามง่ามใบ ผลกลมยาวห้อยลงข้างต้น ขนาดและรูปร่างมีหลายแบบแล้วแต่พันธุ์ สีเขียว เมื่อสุกสีเหลืองส้ม เมล็ดกลมเล็ก สีดำ ดอกตัวผู้เป็นช่อพวงแต่ไม่ติดผล ปลุกได้ทั่วไปในเขตร้อน ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 366)

พจนน ปณ จิตโต ชีเว



รูปภาพ 54 ลักษณะต้นมะละกอ

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณของมะละกอนั้น พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ได้กล่าวว่า ใบมีรสเย็น ต้มดื่มบำรุงหัวใจ ขับพยาธิ แก้ไข้ แก้บิด แก้ปวดบวม แก้ไขข้ออักเสบ แก้โรคเท้าช้าง ตำพอกแผล รื้อรัง ฝีหนอง ผลดิบ มีรสจืด ขับลม ขับปัสสาวะ แก้ขัดปัสสาวะ ขับพยาธิ ผลสุก มีรสหวาน เจริญอาหาร บำรุงน้ำนม ระบายท้อง ยางจากผลดิบ มีรสเมากัด กัดหูด ฝี ฝ้า ต้มดื่มฆ่าแมลงพยาธิทั้งปวง แก้กระเพาะอักเสบ แก้ตับม้ามโต ตันอ่อน มีรสฉุนเย็น ต้มดื่มแก้มูกตริดระดูขาว ราก มีรสขื่นฉุน เย็น ต้มดื่มแก้ทางเดินปัสสาวะอักเสบ แก้หนองใน ขับปัสสาวะ บำรุงน้ำนม เจริญอาหาร แก้มูกตริดระดูขาว (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.46 หล้าคา

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ หล้า เป็นลักษณะไม้ล้มลุก มีอายุได้หลายปี มีเหง้าใต้ดินกลม สีขาว แข็ง และเป็นไหลยาวมาก ที่ข้อมีขน ลำต้นที่ตั้งตรงอยู่เหนือดินสูงประมาณ 30 - 180 เซนติเมตร แตกเป็นกอ ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับ เป็นกระจุกอยู่โคนต้น ลักษณะใบรูปใบหอก เล็กเรียวยาวและแคบ ริมขอบใบคม กาบใบโอบหุ้มลำต้น เรียบขอบมีขนเป็นกระจุกอยู่ระหว่างรอยต่อของตัวใบและกาบใบ ขนมีมากตามข้อ เส้นกลางใบสีขาว ใบอ่อนมีปลอกแข็งและแหลม ดอก ออกดอกเป็นช่อหรือเป็นพู่ ขึ้นอยู่บริเวณกลางกอที่ปลายยอดแตกแขนงสั้นๆ ในแนวตั้ง ดอกมีขนาดเล็กเรียงสลับรอบๆ แกนกลางช่อมีลักษณะคล้ายกับหางกระรอก รูปทรงกระบอก ดอกมีสีขาวอมเหลืองหรือสีม่วง (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 55 ลักษณะต้นหญ้าคา

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สำหรับสรรพคุณ ใบมีรสจืด ต้มอาบแก้ลมพิษ ผื่นคัน แก้ปวดเมื่อย ปวดหลัง ดอกแก้ มีรสจืด ขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะ อูจจาระเป็นเลือด แก้เลือดกำเดาไหล ห้ามเลือด โขลกพอกแผล อักเสบบวม ผื่นมีหนอง ทั้งต้น ใช้ตำต้นสดหรือแห้ง ประุงเป็นยาแก้โรคไต แก้โรคมะเร็งคอและแก้ฝี ประค้ำรอย เหง้า ใช้รักษาโรคเอดส์ (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552) ส่วนรากมีรสจืดเย็น ขับปัสสาวะ แก้กระเพาะปัสสาวะอักเสบ แก้ปัสสาวะแดงขุ่นข้น บำรุงไต แก้อ่อนในกระหายน้ำ แก้อาการคันโลหิตสูง แก้อาหาร เปื้ออาหาร ขับระดูขาว แก้ประจำเดือนมาไม่ปกติ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.47 หญ้าวงช้าง

เป็นไม้ล้มลุกขนาดเล็ก สูง 1-2 ฟุต ลำต้นอวบเขียวอ่อนมีขนสีขาวปกคลุมหนาแน่นทั้งต้นและใบ ใบเดี่ยวรูปไข่ปลายแหลม ผิวสากขรุขระ ดอกเล็กสีขาวเป็นช่อโค้งเหมือนงวงช้าง ออกที่ปลายกิ่ง ผลด้ารูปไข่เล็ก เกิดตามที่รกร้างว่างเปล่าทั่วไป ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 459)



รูปภาพ 56 ลักษณะหญ้าวงช้าง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณ ใบรสเย็นเพื่อน ตำคั้นเอาน้ำ หยอดหูแก้ฝีในหู ปวดหู หยอดตาแก้ตาฟาง อดมกั่วคอ แก้กึ่งคอ แก้กะหายน้ำ ต้มลดน้ำตาลในเลือด ทาแก้สัว ดอก, ราก รสเย็นเพื่อน ต้มดื่ม พอเหมาะ ขับระดู ใช้มากอาจทำให้แท้งได้ ราก มีรสเย็นเพื่อน คั้นเอาน้ำหยอดตา แก้กึ่งคอ ตามัว ทั้งต้น มีรสเย็นเพื่อน ต้มดื่ม ดับพิษร้อน แก้ปวดอีกเสบ แก้กึ่งคอ ขับน้ำในกระเพาะปัสสาวะ ขับปัสสาวะ แก้ไข้ แก้ปากเปื่อย แผลบวม มีหนอง แก้กึ่งตาฟาง แก้พิษตานซาง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.48 น้อยหน่า

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้พุ่มกึ่งไม้ต้น ขนาดเล็ก ลำต้นสูงประมาณ 3 – 5 เมตร เรือนยอดเป็นพุ่มกลม เปลือกต้นเรียบเกลี้ยง สีเทาอมน้ำตาลเข้ม แตกกิ่งก้านสาขาออกเป็นก้านเล็กๆ สีน้ำตาลแดง ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับกัน ลักษณะใบรูปไข่หรือรูปรี ขอบใบเรียบ ปลายใบแหลม โคนใบรูปลิ้น กว้าง 3-6 ซม. ยาว 7-13 ซม. ก้านใบสั้น แผ่นใบบางสีเขียวเข้ม ท้องใบหรือใต้ใบสีเขียวอ่อน ดอก ออกดอกเดี่ยวตามซอกใบ ลักษณะเป็นดอกสมมาตรตามรัศมี มีสองเพศ มีกลีบดอก จัดเรียงเป็นวงๆ ละ 3 กลีบ สีเหลืองอมเขียวห้อยลง กลีบเลี้ยงมี 3 กลีบ กลีบดอก 6 กลีบ กลีบดอกมี 2 ชั้น ชั้นละ 3 กลีบ ชั้นในกลีบดอกสั้นกว่าชั้นนอก หนาอวบน้ำ มีเกสรเพศผู้และรังไข่จำนวนมาก ผลเป็นผลกลุ่มอยู่อัดกันแน่น ดูกลายเป็นผลใหญ่ผลเดียว ลักษณะรูปทรงค่อนข้างกลมหรือป้อม โคนผลรูปหัวใจ เปลือกผลสีเขียวอมเทา ผิวขรุขระเป็นช่องกลมนูนหรือเป็นตา มีร่องตามแนวเนื้อหุ้มเมล็ด แต่ละช่องจะมีเนื้อสีขาวหุ้มเมล็ด เนื้อในทานได้มีรสหวาน เมื่อผลแก่ตรงขอบ ช่องนูนนั้นจะออกสีขาว

เปลือกจะอ่อนนุ่ม เมล็ด ลักษณะรูปรี สีดำหรือน้ำตาลเข้ม เป็นมัน เนื้อในเมล็ดสีขาว (มหาวิทยาลัย
ศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 57 ลักษณะต้นน้อยนา

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ผลดิบ มีรสเผื่อน เป็นยาฝากสมานแผล ห้ามเลือด แก้โรคมืด โรคท้องร่วง และบำรุงธาตุ เป็นยาแก้พิษงู แก้ฝีในคอ กลากเกลื่อน ข่าพยาธิ ผิวหนัง ผลแห้ง มีรสเผื่อน แก้งูสวัด เริ่ม แก้ฝีในหู ส่วนเมล็ด มีรสเฝื่อน ข่าพยาธิตัวจืด ข่าเหา และแก้บวม เนื้อในเมล็ดใช้รับประทานขับ เสมหะ เมล็ดโขลกผสมน้ำมันมะพร้าวทาข่าพยาธิผิวหนัง ข่าหิด ข่าเหา ราก มีรสเผื่อน เป็นยาระบาย ทำให้อาเจียน ถอนพิษเบื่อเมา รักษาโรคมืด (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552) ส่วนใบ มีรสเผื่อนเมา โขลกพอกเป็นยาแก้ฟกบวม พอกฝี แผลพุพอง แก้กลากเกลื้อน ขับพยาธิลำไส้ หรือรับประทานข่า เชื่อโรคร้ายในร่างกาย เป็นยาแก้หัด ข่าเหา เปลือกต้น มีรสฝาดเผื่อน เป็นยาสมานลำไส้ เป็นยา สมานแผล เป็นยาห้ามเลือด แก้ท้องร่วง แก้รำมะนาด แก้พิษงู เป็นยาบำรุงกำลัง ใบ, ผลดิบ, เมล็ด มี รสเผื่อน เฝื่อนมัน เป็นยาเบื่อปลา ยาข่าเหา และหิด เป็นยาฆ่าแมลง ผลสุก มีรสหวาน เป็นอาหารที่มี คุณค่าสำหรับคนหลังฟื้นไข้เนื่องจากเนื้อของผลอุดมไปด้วยวิตามินซี เปลือกผลดิบ มีรสเผื่อนเมา ฝน กับสุรากลั่นทาแผลแก้งูกัด (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.49 มะค่าแต้

ลักษณะของมะค่าแต้ ต้นมะค่าแต้ มีเขตการกระจายพันธุ์จากภูมิภาคอินโดจีนจนถึงมาเลเซีย ในประเทศไทยสามารถพบได้ตามป่าเต็งรัง ป่าเบญจพรรณแล้ง ป่าโคกข้าว ป่าผลัดใบ ป่าดิบแล้ง และป่าชายหาดที่ระดับใกล้กับน้ำทะเลไปจนถึงที่ระดับความสูง 400 เมตร โดยจัดเป็นไม้ยืนต้น มีความสูงของต้นประมาณ 10-15 เมตร แตกกิ่งก้านแผ่กว้าง มีเรือนยอดเป็นรูปร่มหรือเป็นทรงเจดีย์ต่ำ กิ่งอ่อนและยอดอ่อนมีขนสีน้ำตาล เปลือกต้นเรียบเป็นสีเทาคล้ำ ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการเพาะเมล็ดและวิธีการตอนกิ่ง ใบมะค่าแต้ ใบเป็นใบประกอบแบบขนนกออกเรียงสลับ มีใบย่อยประมาณ 3-4 ใบ แกนข้อใบยาวประมาณ 2-4 เซนติเมตร ลักษณะของใบเป็นรูปรีหรือรูปไข่ ปลายใบเว้าตื้น โคนใบเป็นรูปลิ้น ส่วนขอบใบเป็นคลื่น ใบมีขนาดกว้างประมาณ 3-8 เซนติเมตรและยาวประมาณ 6-15 เซนติเมตร แผ่นใบหนา แผ่นใบด้านบนมีขนหยาก ส่วนด้านท้องใบมีขนนุ่ม ดอกมะค่าแต้ ออกดอกเป็นช่อตามซอกใบหรือตามปลายกิ่ง ช่อดอกยาวประมาณ 10-25 เซนติเมตร ดอกเป็นสีเหลืองแกมเขียว มีกลีบเลี้ยงหนา 4 กลีบ ลักษณะเป็นรูปไข่กว้าง ปลายกลีบมีหนามขนาดเล็ก ส่วนกลีบดอกยาวประมาณ 7 มิลลิเมตร ดอกมีเกสรเพศผู้ 10 ก้าน และมี 2 ก้านใหญ่กว่าก้านอื่น ๆ ด้านนอกดอกมีขนสีน้ำตาล ก้านดอกยาวประมาณ 0.2-0.4 เซนติเมตร โดยจะออกดอกในช่วงเดือนมีนาคมถึงเดือนพฤษภาคม ผลมะค่าแต้ ออกผลเป็นฝักเดี่ยวแบนค่อนข้างกลม ที่ผิวเปลือกมีหนามแหลมอยู่ทั่วไป ผลเป็นรูปไข่กว้างหรือเป็นรูปโล่ โคนเบี้ยวและมีติ่งแหลม มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 4.5-10 เซนติเมตร พอแก่จะแตกออกเป็น 2 ซีก ภายในมีเมล็ดสีดำประมาณ 1-3 เมล็ด โดยผลจะแก่ในช่วงเดือนกรกฎาคมถึงเดือนกันยายน (ศูนย์การศึกษาอนุรักษ์และจัดการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอวังค้อ ห้างสมุดประชาชนอำเภอวังค้อ, 2562)



รูปภาพ 58 ลักษณะต้นมะค่าแต้

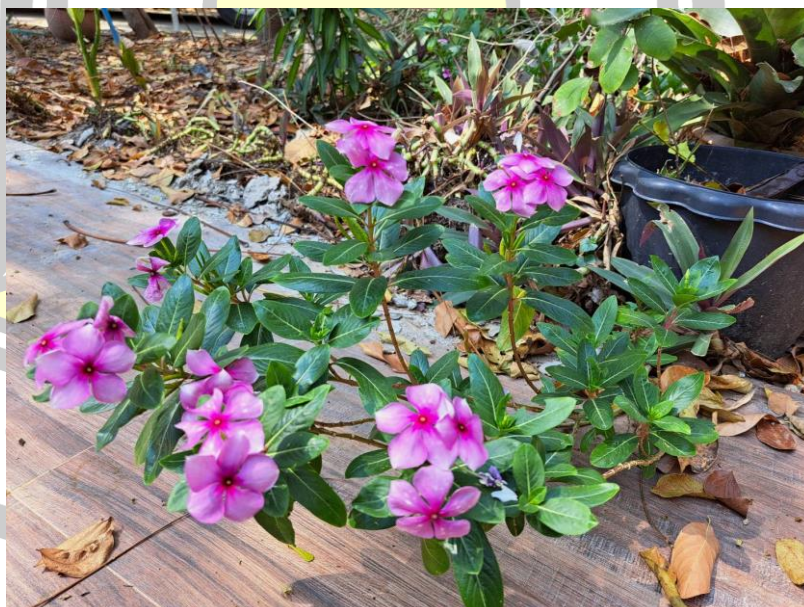
รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนสรรพคุณ เปลือกใช้ต้มแก้ซาง แก่ลั่นเป็นฝ้า ปุ่มที่เปลือกมีรสเมาเบื่อ ใช้ต้มกับน้ำดื่มเป็นยาแก้พยาธิ ส่วนเมล็ดมีรสเมาเบื่อสุกเป็นยาขับพยาธิเช่นกัน ปุ่มที่เปลือกนำมาต้มทำให้หัวริดสีดวงทวารหนักฝ่อได้ ส่วนเมล็ดมีรสเบื่อเมา ทำให้ริดสีดวงทวารแห้ง เปลือกต้นมะค่าแต่ใช้ผสมกับเปลือกต้นมะกอกเหลื่อม เปลือกต้นหนามหัน เปลือกต้นยางยา และรากถั่วแปบซ่าง นำมาต้มกับน้ำดื่มเป็นยาแก้ฮิสสุกฮิส ฝล, ปุ่มเปลือก, เมล็ดใช้เป็นยาแก้โรคผิวหนัง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.50 แพงพวย

เป็นไม้ต้นขนาดเล็กสูง 1-3 ฟุต แตกกิ่งก้านสาขามาก ใบเดี่ยวรูปไข่กลับ สีเขียว เส้นใบออกขาว ออกเป็นคู่ตามข้อ ดอกออกตามง่ามใบและยอด เป็นท่อนเล็ก ๆ กลมกลีบแผ่แบนเรียบทรงกลม 5 กลีบ มีพันธุ์สีขาว และสีชมพูอมม่วง ฝักกลมยาว ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 327)

สำหรับสรรพคุณ ทั้งต้น มีรสเอียน ต้มดื่ม แก้โรคเบาหวาน ลดความดันโลหิต ใบ มีรสเอียน แก้โรคเบาหวาน บำรุงหัวใจ แก้มะเร็งในเม็ดเลือดของเด็ก แก้มะเร็งต่างๆ แก่ท้องผูกเรื้อรัง ราก มีรสเอียน แก้บิด ขับระดู ขับพยาธิ ห้ามเลือด รักษา มะเร็งในเม็ดเลือด ทำให้แห้ง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 59 ลักษณะต้นแพงพวย

รูปภาพโดยผู้วิจัย

4.1.51 กระเจาะหรือตุ้มตัง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้ต้นผลัดใบ สูง 2 - 10 ม. เปลือกต้นสีน้ำตาลอ่อนออกเขียว แตกเป็นร่องตามยาวหรือเป็นสะเก็ดขนาดเล็ก ตามกิ่งมีหนามแหลมยาว ใบประกอบแบบขนนกปลายคี่ ออกเรียงสลับ ใบย่อยมี 1 - 3 คู่ รูปรีหรือรูปไข่ กว้าง 1.3 - 3.4 ซม. ยาว 1 - 9 ซม. ปลายใบแหลมหรือมน โคนใบสอบ ขอบใบจักมน แผ่นใบเรียบ สีเขียว ผิวใบมีต่อมน้ำมัน แกนกลางใบและก้านใบแผ่เป็นปีกทั้งสองด้าน ก้านใบยาว 1 - 6 ซม. ดอกออกเป็นช่อตามซอกใบหรือตามกิ่งด้านข้าง ดอกสีขาวอมเหลือง กลีบเลี้ยงมี 4 กลีบ กลีบดอก 4 กลีบ มีต่อมน้ำมัน เกสรเพศผู้มี 8 อัน ผลรูปทรงกลม ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 0.7 - 1.2 ซม. ผิวเรียบ มีต่อมน้ำมัน เมล็ดเล็กสีน้ำตาลมี 1 - 4 เมล็ด (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 60 ลักษณะต้นตุ้มตัง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สำหรับสรรพคุณนั้น ใบเป็นยาแก้ลมบ้าหมู ราก ยาถ่าย ขับเหงื่อ รักษาโรคลำไส้ ฝนทาทำให้หน้าขาวเหลือง แก่น ดอกกับสุรากินแก้กระษัย โลหิตพิการ ดับพิษร้อน แก้ไข้ บดเป็นผง ทาผิวอาจผสมขมิ้น เรียก แป้งทานาคา (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ผลแห้ง ยาบำรุง แก้ไข้ แก้พิษ แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ อาหารไม่ย่อย เปลือกต้น รสหอมสุขุม แก้ไข้ ขับผายลม (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

4.1.52 มะระขึ้นก

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้เถาเลื้อย เป็นเถาเลื้อยหรือทอดเลื้อยไปตามพื้นดิน เถาหรือลำต้นเป็นเส้นเล็กๆ ยาวได้ถึง 5 เมตร มีขนนุ่มๆ ขึ้นประปราย เป็นไม้เนื้ออ่อน มีสัน 5 เหลี่ยม เรียบหรือมีขน และมีร่องตื้นๆ ตามแนวยาว มีมือเกาะสำหรับยึด แบบเดี่ยว เถาหรือลำต้นอ่อนสีเขียว ใบ เดี่ยวเรียงสลับแผ่นใบกว้างรูปไข่ถึงรูปไตหรือคล้ายทรงกลม เรียบมีขนนุ่มเล็กน้อย โดยเฉพาะที่เส้นใบทั้ง 2 ด้าน โคนใบเว้ารูปหัวใจ ใบหยักลึกรูปมือ 5-9 หยัก แต่ละหยักรูปไข่กลับรูปไข่เรียวยาว หรือรูปเหลี่ยมข้าวแหลมตัดแคบไปหาโคนปลายแหลมมีติ่งขอบใบเว้าเป็นคลื่นซี่ฟัน 5-7 หยัก หรือเป็นคลื่นเล็กๆ ก้านใบยาว 1-7 ซม. ดอก ออกดอกเป็นดอกเดี่ยวหรือเป็นช่อ ตามบริเวณซอกใบและปลายยอด ช่อหนึ่งมี 5 – 8 ดอก ดอกเพศผู้และดอกเพศเมียอยู่คนละดอก กลีบบางกลีบง่ายง่าย กลีบเลี้ยงมี 5 กลีบ รูปไข่ปลาแหลมสีเขียวอ่อนแยกใกล้ฐาน ปลายกลีบสั้น กลีบดอกสีเหลืองรูปประฆังมี 5 แฉก ผิวขรุขระมาก ห้อยลงรูปไข่กว้างสอบเรียวยาวเป็นจะงอย มีเส้นใบแฉกไม่เรียบตามยาว 8-9 แฉก ระหว่างแฉกมีตุ่มเล็กๆ ขนาดไม่เท่ากันมากมาย โคนเชื่อมติดกันเป็นหลอดสั้น ปลายกลีบดอกอาจจะมนหรือเว้าเข้าเล็กน้อย ผล เป็นผลเดี่ยว ลักษณะผลป้อมเล็กรูปกระสวยหรือรูปรี ผิวภายนอกผล ขรุขระเป็นคลื่นทั่วทั้งผล โคนและปลายแหลม ผลอ่อนสีเขียวสด เมื่อสุกจะสีส้มหรือสีเหลืองอมแดง และผลนั้นก็จะแตกที่ปลายแยกออกเป็น 3 ส่วน เมล็ด ลักษณะรูปกลมแบน สีขาวหรือน้ำตาลรูปคู่ขนาน มีเนื้อสีแดงหุ้ม ผิวมีลวดลายขอบเป็นร่อง เมล็ดสุกจะมีสีแดงสด (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)

ส่วนสรรพคุณ ใบ มีรสขม คั้นเอาน้ำดื่มแก้ท้องน้ำดีอักเสบ ช่วยให้เจริญอาหาร แก้ไข้ แก้ตัวร้อน ดับพิษร้อน แก้ตับม้ามพิการ แก้ปากเปื่อย ใบสด มีรสขมเล็กน้อยหรือดื่มกินเป็นยาพอกโลหิต ยาระบาย ยาถ่ายพยาธิเข็มหมุด เจริญอาหาร หรือใช้ใบแห้งนำมาบด ให้ละเอียดผสมน้ำกินเป็นยาขับพยาธิ ขับลม และบำรุงธาตุ เป็นต้น ใบและผลสด มีรสขม ทำให้ละเอียด คั้นเอาน้ำกินเป็นยาแก้จุกเสียดแน่นท้อง ขับลม เจริญอาหาร บำรุงธาตุ เป็นยาช่วยถ่ายพยาธิ แก้ท้องน้ำดีอักเสบ ดอก มีรสขม ร้อน ชงน้ำดื่มแก้หอบหืด แก้พิษ แก้บิด ผล, ผลดิบ มีรสขมจัด รับประทานบำรุงน้ำดี ทำให้เจริญอาหาร บำรุงร่างกาย แก้ตับม้ามอักเสบ ขับพยาธิ แก้เจ็บปวดอักเสบจากพิษต่างๆ เป็นยาระบายอ่อนๆ คั้นเอาน้ำอมแก้ปากเปื่อย, หันตากแห้งชงกับน้ำดื่ม แก้เบาหวาน ผลสด มีรสขมจัด ผลอ่อนมีวิตามินซีสูงมาก นำมาต้มหรือประกอบอาหาร ต้มน้ำดื่มแก้ไข้ ลดการเกิดต่อกระจก มีคุณค่าในการช่วยบำบัดโรคเบาหวาน บำรุงธาตุ แก้ปากเป็นฝ้า บำรุงน้ำดี เจริญอาหาร บำรุงโลหิตระดู แก้ตับม้ามอักเสบ ขับพยาธิ แก้ลมเข้าข้อ เป็นยาระบายอ่อนๆ หรือใช้ผลแห้งบดให้ละเอียด โรยบริเวณที่เป็นแผล ทาแก้คัน แก้พิษฝี แก้บวม ต้านเชื้อไวรัสและมะเร็ง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ผลสุก เป็นพิษมี saponin มากทำให้ท้องร่วงและอาเจียน หิด โรคผิวหนัง เมล็ด มีรสขม แก้พิษ เป็นยากระตุ้นความรู้สึกทางเพศ เพิ่มพูนลมปราณ บำรุงธาตุ บำรุงกำลัง ขับพยาธิตัวกลม ราก

มีรสขม ใช้ปรุงเป็นยาบำรุง ฝาดสมาน แก้ริดสีดวงทวาร เป็นยาธาตุ แก้ไข้ แก้พิษร้อน แก้บิด ถ่ายอุจจาระเป็นเลือด แก้ริดสีดวงทวาร แผลฝีบวมอักเสบ ปวดฟันที่เกิดจากลมร้อน สมานแผล คุมธาตุ บำรุงธาตุ เถา บำรุงน้ำดี ยาระบายอ่อนๆ ดับพิษดีและโลหิต แก้ไขเพื่อดีพิการ แก้พิษทั้งปวง เจริญอาหาร แก้โรคลมเข้าข้อ เหน็บวม แก้ปวดตามข้อนิ้วมือและนิ้วเท้า แก้โรคม้าม แก้โรคตับ ขับพยาธิในท้อง แก้พิษน้ำดีพิการ กัดเสมหะ แก้บิด แก้ฝีอักเสบ แก้ปวดฟัน แก้ไข้ ใบและราก มีรสขม แก้โรคเบาหวาน (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 61 ลักษณะต้นมะระขี้นก

รูปภาพโดยผู้วิจัย

4.1.53 ตำลึง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ไม้เถาเลื้อย ลำต้นเล็ก เกลี้ยง เลื้อยพาดพันไม้อื่นโดยมีมือเกาะ มือเกาะไม่แยกแขนง แตกกิ่งก้านสาขากว้างขวาง เถามีสีเขียวอมขาว พอเถาแก่มีสีเทา ขรุขระเล็กน้อย ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับกัน ลักษณะใบรูปค่อนข้างกลมมี 3 - 5 แฉก ผิวเรียบเป็นมัน ก้านใบสั้น โคนใบเว้าเป็นรูปหัวใจ ขอบใบจักแบบฟันเลื่อยเล็กๆ หักเป็นมุม 5 มุม หรือเว้าลึกเป็นแฉก 5 แฉก ปลายใบเป็นติ่งแหลม มีเส้นใบออกจากจุดเดียวกันที่โคนใบ 5 - 7 เส้น ดอก ออกดอกเดี่ยว หรือออกเป็นคู่ที่ซอกใบ ดอกใหญ่สีขาวทรงกระบอกหัวแฉก ดอกเพศผู้และดอกเพศเมียอยู่คนละต้นกัน แต่ลักษณะคล้ายคลึงกัน ก้านดอกสั้น ดอกมีสีขาว กลีบดอกโคนเชื่อมติดกันเป็นรูปกรวย ผล มีรูปร่างคล้ายแตงกวา ลักษณะรูปไข่กลับหรือขอบขนาน มีจะงอยแหลม เมื่ออ่อนมีสีเขียว เมื่อแก่จัดผิวและเนื้อมีสีแดงสด เมล็ด มีจำนวนมาก รูปไข่กลับแกมขอบขนานแบน เปลือกแข็ง (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552)



รูปภาพ 62 ลักษณะต้นตำลึง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สรรพคุณ ใบ มีรสเย็น ใบของต้นเทศผู้ใช้ผสมเย็นยาเขียว ช่วยลดไข้ ทาถอนพิษ ขับเสมหะ แก้ก้น และปวดแสบปวดร้อน ดอก มีรสเย็น โขลกเป็นยาทาแก้คัน แก้ไข้ทั้งปวง หยอดตา แก่ริดสีดวงตา ผล มีรสเย็น แก้ไข้หอบ ไข้ฮีเสา และแก้ฝีดาษ (มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2552) ต้นหรือเถา รสเย็น น้ำยางจากต้นเป็นยาเย็น ช่วยดับพิษ ไข้หยอดตา แก้อักเสบ ผสมกับน้ำคั้นจากว่านน้ำใช้ดื่มแก้อาการวิงเวียนมึนงงศีรษะ และลดไข้ ทั้งต้น (เถา ราก ใบ) มีรสเย็น นำมาใช้เป็นยารักษาโรคผิวหนัง โรคเบาหวาน แก้หลอดลมอักเสบ และลดระดับน้ำตาลในเลือด ราก มีรสเย็น น้ำต้มรากกินเป็นยาเย็น ลดไข้ ถอนพิษ และแก้ไอเจ็บ เผลเป็นเถาใช้ทาแผล ผงของเปลือกกรากรับประทานเป็นยาระบาย (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.1.54 ว่านงาช้าง (ริดสีดวงทวาร)

เป็นไม้ที่เหง้าใต้ดิน ใบรูปงาช้างแทงขึ้นจากดิน ไม่มีกิ่ง ก้านสาขา มีอยู่ 2 ชนิด คือ ชนิดสีเขียว เรียกว่า หอกสุระกาฬ และ ชนิด สีเขียว มีลายสีเขียวเข้มอมดำ เป็นปล้องๆ เรียกว่า หอกสุระโกฬ ปลูกเป็นไม้ประดับทั่วไป (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540: 406)

สรรพคุณ ใบ (ส่วนที่เหมือนงาช้างงอกพื้นดินขึ้นมา) มีรสเย็น ตำกับสุรา รับประทาน แก้เลือดคั่งขึ้น แก่สันนิบาตหน้าเพลิง ราก มีรสเย็น ตำคั้นเอาน้ำดื่มถ่ายพยาธิ แก่ริดสีดวงทวารหนัก (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 63 ลักษณะว่านงาช้าง

รูปภาพโดยผู้วิจัย

4.2 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่

ภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคมามีมาตั้งแต่สมัยโบราณและมีการสืบทอดการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคกันมาอย่างยาวนานและต่อเนื่อง แต่ในอดีตนั้นยังไม่มีเทคโนโลยีในการรักษาโรคภัยไข้เจ็บเหมือนในยุคปัจจุบัน ดังนั้นการเจ็บไข้ได้ป่วยในอดีตจึงมีการรักษาโดยการใช้สมุนไพรที่มีอยู่รอบตัวมาใช้ในการรักษาโรค และมีการสืบทอดการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคจนเป็นภูมิปัญญามาจนถึงปัจจุบัน และวัดป่าท่าแร่เองก็มีการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคที่เป็นภูมิปัญญาของคนในชุมชน ซึ่งสามารถจัดเป็นตำรับหรือสูตรยาสมุนไพรตามประเภทของโรคได้ดังนี้

4.2.1 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านระบบทางเดินอาหาร

สำหรับสมุนไพรที่ใช้สำหรับระบบทางเดินอาหารนั้นมีสมุนไพรหลากหลายชนิดที่ปรากฏในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ เช่น ขมิ้น หรือขมิ้นชัน ข่อย ตะไคร้ กระเพราและกระเจี๊ยบแดง เป็นต้น มีสรรพคุณทางยาที่รักษาอาการและโรคต่าง ๆ ได้หลายชนิด โดยใช้สมุนไพรในวัดเพื่อประกอบยาเป็นสูตรได้ 2 สูตร (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) คือ

(1) สูตร 1 สมุนไพรที่ใช้ประกอบด้วย 1) ขมิ้นชัน 2) กลั้วน้ำว่าดิบ และ 3) ขิง โดยมีวิธีการประกอบยา ดังนี้ 1) กลั้วน้ำว่าดิบหั่นเป็นแว่นนำไปตากแดดจนแห้งสนิทบดให้ละเอียดเป็นแป้ง 10-20 กรัม 2) ขมิ้นชัน 40 กรัม 3) ขิง 20 กรัม และมีวิธีการใช้/สัดส่วนตัวยา คือ 1) นำตัวยาทั้งสามมาผสมกับน้ำผึ้งรับประทานครั้งละ 1-2 ช้อนโต๊ะ วันละ 3-4 ครั้ง หลังอาหาร 2) หากมีอาการ

ห้องอืดให้ลดประมาณการกินลง โดยให้สรรพคุณ ดังนี้ 1) สมานแผลป้องกันการเกิดแผล 2) แก้อาตุพิษ การ ขับผายลม 3) ขับกลืนและสิ่งสกปรกในระบบทางเดินอาหาร 4) ลำไส้ชุ่มชื้น (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) นอกจากนี้พิชาติ ภพไตร ซึ่งเป็นปราชญ์ชาวบ้านด้านสมุนไพร ยังได้กล่าวว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านระบบทางเดินอาหาร มีตัวยาสุมไพร คือ กล้วยน้ำหว่าดิบ วิธีการใช้ คือ กล้วยดิบไม่สามารถรับประทานสดได้ วิธีรับประทานให้นำกล้วยมาฝานเป็นแว่นๆ แล้วตากแดดจนแห้ง จากนั้นนำมาบดเป็นผง รับประทานครั้งละ 1 ช้อนชา 3 ครั้ง ก่อนรับประทานอาหาร สรรพคุณ กล้วยน้ำหว่าดิบ ช่วยแก้โรคกระเพาะอาหารได้ดี ป้องกันการติดเชื้อ (พิชาติ ภพไตร, 2566: สัมภาษณ์)

(2) สูตร 2 สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา 1) ข่อย 2) ข่า โดยมีวิธีการประกอบยา ดังนี้ 1) ข่อย 9 ใบ 2) ข่า 3-5 แผ่นฝานบาง และมีวิธีการใช้ คือ 1) นำมาตำผสมกับข้าวสารรวมกับแผ่นข่า คั้นเอาน้ำมาดื่มครั้งถ้วยชา หรือชงกับน้ำร้อนดื่ม วันละ 3-4 ครั้ง หลังอาหาร โดยให้สรรพคุณ คือ 1) ขับผายลมแก้อืดท้องเฟ้อและขับลมในลำไส้ 2) ช่วยย่อยอาหารกระตุ้นการหายใจ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ซึ่งสรุปผล แสนสุขปราชญ์ชาวบ้านอีกท่านหนึ่งที่ได้กล่าวว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านระบบทางเดินอาหาร มีตัวยาสุมไพร คือ ข่า วิธีการใช้ คือ นำเหง้าข่า มาล้างทำความสะอาดและฝานเป็นแว่นๆ แล้วนำไปต้มกับน้ำใช้รับประทาน อาจใส่น้ำผึ้งผสม เพื่อช่วยให้รับประทานง่าย รับประทานก่อนอาหาร หรือนำไปใช้ประกอบอาหาร เพื่อดับคาวได้ สรรพคุณ เป็นยาขับลม บำรุงธาตุ เป็นยาระบายอ่อนๆช่วยย่อยอาหาร แก้บิด แก้ปวดท้องจุกเสียดแน่น (สรุปผล แสนสุข, 2566: สัมภาษณ์)

เช่นเดียวกันกับสมาท มณีวงษ์ ที่ได้กล่าวเสริมไว้ว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านระบบทางเดินอาหารมีตัวยาสุมไพร คือ ใบของต้นฝรั่ง วิธีการใช้ คือ ใช้ใบฝรั่ง ล้างทำความสะอาด ประมาณ 4-5 ใบต่อน้ำ 1 ลิตร แล้วนำมาต้มดื่ม รับประทานก่อนอาหาร หรือใช้ใบฝรั่ง ล้างทำความสะอาดใบสด 4 ใบ เคี้ยวใบสดแล้วคายกากทิ้ง ทำตอนเช้า สรรพคุณ ใบฝรั่ง ช่วยขับลมในกระเพาะอาหาร และช่วยดับกลิ่นปาก (สมาท มณีวงษ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.2 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาระบบทางเดินหายใจ

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) กะเพรา 2) ตะไคร้ 3) กระจับแดง มีการประกอบยา ดังนี้ 1) ใช้ใบกะเพรา 15-20 ใบ 2) ตะไคร้ 1 ต้น 3) กระจับแดง 3-5 ดอก มีวิธีการใช้ คือ ใช้ใบกะเพรา ตะไคร้ และดอกกระจับแดงต้มน้ำมาดื่มครั้งละ 1 ถ้วยกาแฟ วันละ 3-4 ครั้ง/เวลา ส่วนสรรพคุณ ได้แก่ 1) แก้อักเสบ 2) ขับเสมหะ 3) ขับลมแก้ปวดท้อง 3) รักษาโรคหืด แก้ไอ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ซึ่งพระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ได้กล่าวไว้ว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านการรักษาระบบทางเดินหายใจมีต้น ใบเตย อัญชัน วิธีการใช้ ในส่วน

ระบบทางเดินหายใจ คือ อัญชันและใบเตยนำมาต้มน้ำดื่มแทนชา กาแฟ หรือใช้จิบ ปริมาณที่ใช้ อัญชัน 10 ดอก ใบเตย 4 ใบ ต่อน้ำ 2 ลิตร สรรพคุณ ใบเตยช่วยบำรุงหัวใจและหลอดเลือด อัญชัน ช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดหัวใจอุดตัน (พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.3 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาระบบทางเดินปัสสาวะ

สมุนไพรที่ใช้ประกอบด้วย 1) ตะไคร้ 2) เตยหอม 3) หญ้าคา มีการประกอบยา 1) ตะไคร้แห้งเอาโคนกาบและลำต้น 40 กรัม 2) เตยหอมแห้งเอาใบ 40 กรัม 3) หญ้าคาแห้งเอาโคนใบและใบ 40 กรัม มีวิธีใช้ คือการนำส่วนประกอบทั้ง 3 อย่างต้มน้ำ 1 ลิตร นาน 30 นาที ให้น้ำเหลือครึ่งลิตร ตักดื่มเช้า, กลางวัน, เย็น, หรือก่อนนอนหลังอาหาร ครั้งละ 1 แก้ว และให้สรรพคุณ ดังนี้ 1) แก่โรคทางเดินปัสสาวะ 2) แก่ปัสสาวะ ทำให้เจริญอาหาร 3) ดับกระหาย คลายร้อน 4) แก่กระเพาะปัสสาวะอักเสบ, และปัสสาวะขุ่นข้น (พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) ซึ่งสมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านระบบทางเดินปัสสาวะ มีตัวยาสมุนไพร คือ ตะไคร้ และใบเตย วิธีการใช้ คือ นำตะไคร้ 1 หัว และใบเตย 1 ต้น มาต้มน้ำแล้วดื่ม รับประทานหลังอาหาร สรรพคุณ ตะไคร้ช่วยล้างพิษในร่างกาย เพราะตะไคร้มีคุณสมบัติขับปัสสาวะ ทำให้เราปัสสาวะบ่อยขึ้น สารพิษและจะถูกขับออกจากร่างกาย ใบเตยช่วยแก้อาการปัสสาวะขัด ปัสสาวะไม่ค่อยออกได้ (บัญญัติ นามบุตร, 2566: สัมภาษณ์)

ส่วนสมร เทพทร ซึ่งเป็นปราชญ์ชาวบ้านได้กล่าวว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านการรักษาระบบทางเดินปัสสาวะ มีตัวยาสมุนไพร คือ กระเจี๊ยบแดง วิธีการใช้ คือ นำกระเจี๊ยบดอกสีม่วงแดง ตากแห้งและบดเป็นผง ใช้ครั้งละ 1 ช้อนชา (หนัก 3 กรัม) ชงกับน้ำเดือด 1 ถ้วย (250 มิลลิลิตร) ดื่มเฉพาะน้ำสีแดงใส ดื่มวันละ 3 ครั้ง ติดต่อกันทุกวันจนกว่าอาการขัดเบาและอาการอื่นๆ จะหายไป สรรพคุณ กระเจี๊ยบแดง ช่วยขับปัสสาวะที่ติดขัด (สมร เทพทร, 2566: สัมภาษณ์)

เช่นเดียวกับพระครูโกศลสุทธาจารย์ ซึ่งเป็นผู้รู้ด้านสมุนไพรอีกท่านหนึ่งได้กล่าวว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านการรักษาระบบทางเดินปัสสาวะ ต้นหนวดแมวใช้กับระบบทางเดินปัสสาวะ วิธีการใช้นำต้นหนวดแมวมาล้างทำความสะอาดแล้วนำมาต้มน้ำดื่มกับน้ำสะอาด โดยไม่ต้องนำสมุนไพรตัวอื่นอีก สรรพคุณต้นหนวดแมวช่วยทำให้ระบบทางเดินปัสสาวะทำงานเป็นปกติ ปัสสาวะไม่ติดขัด ไม่ปัสสาวะบ่อย (พระครูโกศลสุทธาจารย์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.4 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคผิวหนัง

สมุนไพรที่ใช้ประกอบด้วย คือ 1. สะเดา 2. ข่อย 3. ข่า มีการประกอบยา ดังนี้ 1) สะเดา ใช้ใบสด 2-3 กำมือ 2) ข่อย ใช้ใบสด 2-3 กำมือ 3) ข่า ใช้หัวสดผาน 2-5 แผ่น มีวิธีการใช้

คือ 1) นำตัวยาทั้ง 3 ตัว โขลกผสมกับน้ำทาบริเวณผิวหนังช่วยรักษาผื่นคัน ทาวันละ 4 ครั้ง หรือมีอาการคัน และให้สรรพคุณ ดังนี้ 1) ลดอาการจากโรคผื่นคัน 2) มีฤทธิ์ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อรา, เชื้อแบคทีเรีย 3) แก้อาการผื่นคัน 4) แก้กกลากเกลื้อน (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้ สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับการรักษาโรคผื่นคัน มีตัวยาสุมไพร คือ กระเทียม วิธีการใช้ คือ ผานกลีบกระเทียมเป็นชิ้นบาง หรือนำกระเทียมมาตำคั้นเอาเฉพาะน้ำกระเทียมนำมาทาบริเวณที่เป็นกลากเกลื้อน ทาวันละ 3-4 ครั้ง สรรพคุณ กระเทียมใช้รักษา กลากเกลื้อน โรคผื่นคัน (สมาท มณีวงศ์, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับประภาส เขตบุรีที่ได้กล่าวว่า มีตัวยาสุมไพร คือ ทองพันชั่ง ซึ่งมีวิธีการใช้ คือ ใช้รากทองพันชั่งนำมาบดให้ละเอียด ผสมกับน้ำมะนาว และน้ำมะขาม แล้วนำมาชโลมทาบริเวณที่เป็นโรคผื่นคัน สรรพคุณคือ ช่วยรักษาโรคผื่นคัน กลากเกลื้อน เรื้อน ผดผื่นคันเรื้อรัง (ประภาส เขตบุรี, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.5 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคเบาหวาน

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) ย่านาง 2) แพงพวย 3) มะระขี้นก มีการประกอบยา ดังนี้ 1) ย่านาง ใช้ทั้งใบและราก 2-3 กำมือ 2) แพงพวย ใช้ทั้งต้น 1 กำมือ 3) ผลมะระขี้นก 1 ผล 4) ใบมะระขี้นก 5 ใบ โดยมีวิธีการใช้ ดังนี้ 1) ตำให้ละเอียดทั้ง 3 อย่าง คั้นน้ำกินครั้งละ 1 ช้อนโต๊ะ วันละ 3 ครั้ง หลังอาหาร 2) นำตัวยาทั้ง 3 อย่างไปต้มน้ำดื่มวันละ 3 เวลา เช้า, กลางวัน, เย็น ครั้งละ 1 แก้ว หลังอาหาร และให้สรรพคุณ คือ 1) มีรสออกขมและรสเฝื่อน แก้อาการเบาหวานได้ดี 2) ช่วยปรับสมดุลในร่างกาย 3) ช่วยบำรุงหัวใจ ลดความดันโลหิต 4) ใช้เป็นยาขับปัสสาวะได้ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

ส่วนสรรพคุณและวิธีใช้นั้น นิภาพร สุขสด ปราชญ์ชาวบ้านด้านสมุนไพร ได้กล่าวว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับการรักษาโรคเบาหวานมีตัวยาสุมไพร คือ ลูกใต้ใบ วิธีการใช้ คือ นำต้นลูกใต้ใบมาล้างทำความสะอาด แล้วมาต้มกับน้ำดื่ม จิบระหว่างวัน สรรพคุณลูกใต้ใบ รักษาโรคเบาหวาน ความดันโลหิต (นิภาพร สุขสด, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับพระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ที่ได้กล่าวสรรพคุณและวิธีการใช้ไว้ว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับการรักษาโรคเบาหวานมีต้นโปรงฟ้า บอระเพ็ด วิธีการใช้ นำใบโปรงฟ้า จำนวน 9 ใบ ไปต้มกับน้ำในปริมาณ 3 ลิตร ทานก่อนรับประทานอาหาร เช้า กลางวัน เย็น หรือใช้บอระเพ็ด เอาเถามาสับเป็นชิ้นเล็กๆ แล้วนำตากแดด จากนั้นนำไปคั่วด้วยไฟอ่อนๆ แล้วนำไปต้มเป็นชงให้ละเอียด จากนั้นนำผงบอระเพ็ดมาชงกับน้ำร้อนดื่มตอนเช้าก่อนอาหาร สรรพคุณ ต้นโปรงฟ้าช่วยลดน้ำตาลในกระแสเลือดที่ก่อให้เกิดโรคเบาหวาน และต้นบอระเพ็ดช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและช่วยรักษาหรือควบคุมอาการของโรคเบาหวาน แก้อาการพิษ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้พระครูสังวรสิริรักษ์ ซึ่งเป็นผู้รู้ด้านสมุนไพรในท้องถิ่น ยังได้กล่าวเสริมไว้ว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับการรักษาโรคเบาหวานมีต้นฟ้าทะลายโจร วิธีการใช้ คือ นำต้นฟ้าทะลายโจรทำความสะอาดแล้วนำมาต้มกับน้ำสะอาด โดยไม่ต้องนำสมุนไพรตัวอื่นอีก หรือจะใช้วิธีนำไปตากแดดให้แห้งแล้วนำมาต้มก็ได้ช่วยในการรักษาโรคเบาหวานโดยอัตราการใช้ ฟ้าทะลายโจรใบสดหรือใบแห้ง 1 กำมือ ต่อน้ำ 5 ลิตร สรรพคุณ ต้นฟ้าทะลายโจรช่วยในเรื่องการรักษาโรคเบาหวานทำให้ค่าน้ำตาลในเลือดคงที่ ทั้งนี้ยังช่วยรักษาภูมิคุ้มกันในร่างกายให้เกิดความสมดุลทำให้ร่างกายแข็งแรงไม่เจ็บป่วย (พระครูสังวรสิริรักษ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.6 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโลหิต

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) กำแพงเจ็ดชั้น 2) ขี้เหล็ก 3) ปิบ มีการประกอบยา คือ 1. กำแพงเจ็ดชั้น ใช้น้ำ 1 ลิตร, ลำต้น 3-5 ท่อนนิ้วมือ 2) ขี้เหล็ก ใช้น้ำ 3-5 ท่อนนิ้วมือ 3) ปิบ ใช้น้ำ 3-5 ท่อนนิ้วมือ โดยมีวิธีการใช้/การทำ 1. ต้มน้ำดื่ม วันละ 1-2 ช้อนชา ก่อนอาหารเช้า-เย็น หรือนำไปดองสุราดื่มวันละ 1 ครั้ง ก่อนอาหารเย็น ส่วนสรรพคุณ ได้แก่ 1) แก้โลหิตจาง, เบาหวาน 2) ฟอกและขับโลหิตระดู ขับตกขาว 3) แก้กามโรค 4) รักษาโรคจิตสติดวงทวาร 5) ขับโลหิต (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

สำหรับสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพรในการรักษาโลหิต (สมานแผล) นั้น พระครูโกศลสุทธานุรักษ์ ได้กล่าวว่า มีต้นบอระเพ็ด และต้นสาบเสือ ใช้กับการรักษาโลหิต (สมานแผล) วิธีการใช้ ต้นลำช้างหรือต้นสาบเสือ มาใช้ในการรักษาแผล นำต้นสาบเสือมาล้างทำความสะอาดแล้วนำส่วนใบตำให้ละเอียดแล้วนำมาพอกตามบาดแผล ต้นบอระเพ็ดนำต้นสดมาล้างทำความสะอาดแล้วนำส่วนที่เป็นยางมาพอกตามบาดแผลเช่นกันกับต้นสาบเสือ (พระครูโกศลสุทธานุรักษ์, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับพระทวี ชินวงศ์โส ที่ได้กล่าวถึงวิธีการใช้สมุนไพรในการรักษาโลหิต (สมานแผล) ว่า ต้นสาบเสือสามารถนำเอาใบสดมาตำละเอียด แล้วนำมาพอกแผลได้เลย สรรพคุณ ต้นสาบเสือช่วยในเรื่องการห้ามเลือด สมานแผล ป้องกันแผลติดเชื้อได้ดี (พระทวี ชินวงศ์โส, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.7 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคมะเร็ง

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) ทองพันชั่ง 2) เปล้าใหญ่ 3) อังกาบหนู มีการประกอบตัวยา 1) ทองพันชั่ง ใช้น้ำ 5-9 ใบ 2) เปล้าใหญ่ ใช้น้ำ 5-9 ใบ 3) อังกาบหนู ใช้น้ำ 5-9 ใบ โดยวิธีการใช้/การทำ 1) ต้มน้ำดื่มในน้ำ 1 ลิตร จนเป็นสีเข้มๆ รับประทานครั้งละ 1 แก้ว 3-4 เวลา ก่อนอาหาร และมีสรรพคุณ ดังนี้ 1) รักษา มะเร็ง 2) รักษาโรคความดันโลหิตสูง 3) บำรุงหัวใจ 4) รักษาโรคมะเร็งในเม็ดเลือด 5) หากมีการเข้ายาแก้มะเร็งดียิ่งขึ้น (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้พระครูวรภิกษุสุนทร ศรีบุญเรือง ผู้รู้เกี่ยวกับสมุนไพรดังกล่าว ได้กล่าวถึงสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพร คือ ใบย่านางว่า มีวิธีการใช้ คือ นำใบย่านางมาล้างทำความสะอาดและนำไปคั้นเอาแต่น้ำ จากนั้นก็รับประทานก่อนอาหาร 1 มื้อ สรรพคุณ ใบย่านางช่วยป้องกันการเกิดมะเร็งได้ดี เพราะมีสารต้านอนุมูลอิสระสูง (พระครูวรภิกษุสุนทร ศรีบุญเรือง, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.8 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคไขมันในเส้นเลือด

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) กระเจี๊ยบแดง 2) ผักต้วขาว มีการประกอบยา 1) กระเจี๊ยบแดง ใช้ดอก 3-5 ดอก 2) ผักต้วขาว ใช้แก่นหรือลำต้น 3-5 ขนาดเท่านิ้วมือ ส่วนวิธีการใช้ คือ 1) นำมาใส่หม้อต้มน้ำ 3 ส่วน เคี่ยวไฟให้งวดเหลือ 1 ส่วน รับประทานวันละ 3 เวลา ขนาดรับประทาน 1-2 ช้อนโต๊ะ และมีสรรพคุณ ดังนี้ 1) ละลายไขมันในเส้นเลือด 2) กระตุ้นความรู้สึกทางเพศ 3) แก้ทางเดินปัสสาวะอักเสบ 4) ฟอกโลหิต บำรุงโลหิต ซึ่งพระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ได้กล่าวถึงวิธีการใช้สมุนไพรบางอย่างไว้คือ กระเจี๊ยบแดง สามารถนำมาต้มทำเป็นน้ำดื่มได้เลย ส่วนสมุนไพรบางตัว คือ กระเทียม สามารถทานสดหรือทำเป็นแคปซูล รับประทานก็ได้ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.9 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการสกัดน้ำมันหอมระเหย

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1. ข่า 2. ขิง 3. ขมิ้น มีการประกอบยา 1) ข่า ใช้เหง้า 5-9 แผ่นฝาน 2) ขิง ใช้เหง้า 5-9 แผ่นฝาน 3) ขมิ้น ใช้เหง้า 5-9 ห้ว โดยมีวิธีการใช้/การทำ คั้นน้ำจากเหง้าสดหรือเหง้าแก่ทุบหรือบดคั้นเอาน้ำทำน้ำมันหอมระเหยซึ่งมีฤทธิ์ขี้ผึ้ง ใช้ทาหรือขงน้ำดื่มผสมกับน้ำผึ้ง ต้มวันละ 1 แก้ว เวลาเย็น ส่วนสรรพคุณ ดังนี้ 1) สารในน้ำมันหอมระเหย จะออกฤทธิ์กระตุ้นปิต्तของกระเพาะอาหารและลำไส้ 2) แก้กลิ่นเสื่ออาเจียน, จุกเสียด แน่นเฟ้อ 3) ขับเสมหะ, แก้อท้องร่วง 4) เจริญอาหาร (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

สำหรับสรรพคุณและวิธีการใช้ จุไรรัตน์ บุญสถาพร ได้กล่าวว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านการสกัดน้ำมันหอมระเหยมีตัวยาสมุนไพร คือ ตะไคร้หอม โพล ใบมะขาม ขมิ้น ใบมะกรูด ใบหนาด พิมเสน วิธีทำ คือ การสกัดน้ำมันหอมระเหย คือจะนำสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหยลงไปเคี่ยว เช่น โพล ตะไคร้ขมิ้น ใบหนาด เป็นต้น โดยใช้น้ำมันมะพร้าว ในการเคี่ยวสมุนไพร โดยใช้ไฟอ่อน เคี่ยวจนได้กลิ่นหอมของสมุนไพร จากนั้นก็นำมากรองใส่บรรจุภัณฑ์ สรรพคุณ คือ น้ำมันที่สกัดจากสมุนไพรช่วยในเรื่อง บรรเทาปวดเมื่อยตามร่างกาย แก้วเวียนศีรษะ แก้วพิษแมลง สัตว์กัดต่อย ทำให้ผ่อนคลาย (จุไรรัตน์ บุญสถาพร, 2566: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้ยังสามารถนำไปแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ดังเช่นทองใส ทองอด ที่ได้กล่าวถึงวิธีการและขั้นตอนการทำรวมถึงสรรพคุณไว้ว่า การแปรรูปสมุนไพร คือการทำลูกประคบ สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับทำลูกประคบมีตัวยาสุนทร คือ ใบเป่า ใบมะขาม ตะไคร้หอม ผิวมะกรูด ไพล ใบหนาด วิธีทำ นำสมุนไพรที่ตากแห้งแล้ว มีใบเป่า ใบมะขาม ตะไคร้หอม ผิวมะกรูด ไพล ใบหนาด พิมเสน เกลือ และการบูร นำมาห่อรวมกัน จากนั้นนำไปนึ่งให้ร้อน ประคบบริเวณที่ปวดหรือเคล็ดขัดยอก สรรพคุณของลูกประคบ คือ ใบเป่า ช่วยแก้ฟกช้ำ ช้ำใน ใบมะขาม ช่วยให้สดชื่น ตะไคร้ ช่วยขับของเสีย เป็ดรุมขม ผิวมะกรูด ช่วยให้ระบบทางเดินหายใจคล่อง ไพล ช่วยแก้ปวดเมื่อย ใบหนาด แก้ปวดเมื่อย เมื่อนำมาทำเป็นลูกประคบ ก็จะช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิตได้ดี ผ่อนคลาย หายปวดเมื่อย (ทองใส ทองอด, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับอมรพันธ์ โสโพรธิ ซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มวิสาหกิจชุมชนสมุนไพรเพื่อชุมชนของกลุ่มสมุนไพรบ้านท่าแร่ ที่ได้กล่าวเสริมไว้ว่า สำหรับด้านการสกัดน้ำมันหอมระเหยมีตัวยาสุนทร คือ ตะไคร้หอม ไพล ใบมะขาม ขมิ้น ใบมะกรูด ใบหนาด พิมเสน วิธีการสกัดน้ำมันหอมระเหย คือ จะนำสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหยลงไปเคี้ยว เช่น ไพล ตะไคร้ขมิ้น ใบหนาด เป็นต้น โดยใช้น้ำมันมะพร้าว ในการเคี้ยวสมุนไพร โดยใช้ไฟอ่อน เคี้ยวจนได้กลิ่นหอมของสมุนไพร จากนั้นก็นำมากรองใส่บรรจุภัณฑ์ หรือนำสมุนไพรมาตากแห้งแล้วมาห่อผ้าเป็นลูกประคบ แล้วสามารถมานึ่งให้ร้อนแล้วประคบตามร่างกาย สรรพคุณ น้ำมันที่สกัดจากสมุนไพรช่วยในเรื่อง บรรเทาปวดเมื่อยตามร่างกาย แก้วเวียนศีรษะ แก้วพิษแมลงสัตว์กัดต่อย ทำให้ผ่อนคลาย ส่วนลูกประคบ ช่วยแก้ฟกช้ำ ปวดเมื่อยตามร่างกาย (อมรพันธ์ โสโพรธิ, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.10 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านเครื่องสำอาง

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยาคือ 1) ไพล 2) กานพลู 3) การบูร มีการประกอบตัวยาคือ 1) ไพล หนัก 2 กิโลกรัม 2) กานพลูผง 40 กรัม 3) การบูร 40 กรัม โดยมีวิธีการใช้/การทำ 1) นำไพล 2 กิโลกรัม มาทอดในน้ำมันพืช ทอดจนเหลืองแล้วนำไพลออก แล้วใส่กานพลูผง 40 กรัม ทอดต่อไปด้วยไฟอ่อนๆประมาณ 10 นาที จากนั้นนำมารองรอน้ำมันอุ่นๆและใส่การบูรลงไป 40 กรัม จนการบูรละลายจนหมด ใช้ทาถูวันละ 2 ครั้ง เวลาเมื่อการปวด เข้า-เย็น และให้สรรพคุณ ดังนี้ 1) ช่วยไล่แมลง 2) แก้อาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ 3) ผิวหนังชุ่มชื้น 4) ทำเป็นสรีไพล น้ำมันไพล, ขัดผิว (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

ประกาย โยธากิติ สมาชิกกลุ่มวิสาหกิจชุมชนสมุนไพรเพื่อชุมชนของกลุ่มสมุนไพรบ้านท่าแร่ ได้กล่าวถึงสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านเครื่องสำอางว่า มีตัวยาสุนทร คือ ว่านหางจระเข้ วิธีการใช้ คือ นำว่านหางจระเข้มาล้างทำความสะอาดเอาเยื่อออกให้หมด นำมาพอกหน้า และต้นสบเสื่อ นำมาตำแล้วพอกตามแผลสด สรรพคุณ คือ ว่านหางจระเข้ช่วยรักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก รักษาฝ้า ฝ้าจากแดด ต้นสบเสื่อ ช่วยรักษาแผลรักษาผิว

(ประกาย โยธากิติ, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับพระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ ที่ปรึกษากลุ่มวิสาหกิจชุมชนสมุนไพรเพื่อชุมชนของกลุ่มสมุนไพรบ้านท่าแร่ ที่ได้กล่าวว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านเครื่องสำอางมีมะขามเปียก ขมิ้น ไพล ซึ่งมีวิธีการใช้ คือนำหัวขมิ้น หัวไพล ไปล้างทำความสะอาด แล้วนำมาบดหรือตำให้ละเอียด แล้วนำมาผสมกับน้ำผสมเข้าด้วยกันตามปริมาณที่ต้อง จากนั้นนำมาขัดผิวตามร่างกาย สัปดาห์ละ 1-2 วัน สรรพคุณ ขมิ้น ช่วยให้ผิวชุ่มชื้นกับผิวต้านอนุมูลอิสระฟื้นฟูผิวให้ดูเปล่งประกาย มะขามเปียก ช่วยขจัดเซลล์ผิวที่เสื่อมป้องกันความแห้งกร้าน ช่วยลดรอยคล้ำจากแสงแดด ไพลช่วยขัดผิวให้ดูนุ่มนวล และป้องกันอนุมูลอิสระต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดสิว สิวอักเสบ ริวรอยและจุดต่างด่าง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.11 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านคุณค่าอาหาร

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) ขมิ้น 2) ข่า 3) ขิง มีการประกอบยา 1) ขมิ้นหั่นเป็นแว่น 5-9 แว่น 2) ข่าหั่นเป็นแว่น 5-9 แว่น 3) ขิงหั่นเป็นแว่น 5-9 แว่น โดยมีวิธีการใช้/การทำ 1) นำทั้ง 3 ตัวยา มาต้มในน้ำ 2 ลิตร ต้มจนเหลือน้ำ 1 ลิตร หรือคูลี่ของน้ำ ถ้ามีสีเหลืองเข้มเป็นใช้ได้รับประทานวันละ 3 ครั้ง ขนาดรับประทาน 1 แก้วกาแฟ หลังอาหารและช่วงก่อนนอน และมีสรรพคุณ ดังนี้ 1) แก้ไข้, ท้องร่วง, ท้องอืดท้องเฟ้อ 2) ขับลมในลำไส้ ช่วยย่อยอาหาร 3) แก้ก้อแห้งเจ็บคอ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

สำหรับสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านคุณค่าอาหาร นิภา เทพพร ผู้รู้เกี่ยวกับสมุนไพรดังกล่าว ได้กล่าวไว้ว่า มีตัวยาสมุนไพร คือ อัญชัน มะนาว ต้นแคบ้าน วิธีการใช้คือ นำดอกอัญชัน 4 ดอก มะนาว 1 ลูก นำไปต้มในน้ำปริมาณ 1 ลิตร แล้วก็ดื่มทุกวันถือเป็นน้ำสมุนไพรที่ใช้ในปัจจุบัน และภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรอีกอย่างหนึ่ง คือ ใช้ต้นแคบ้านในด้านคุณค่าอาหาร นำแก่นแค ประมาณ 1 กำมือ มาต้มกับน้ำดื่ม สรรพคุณ คืออัญชัน ช่วยบำรุงหัวใจ มะนาวช่วยให้สดชื่น ต้นแคบ้าน ช่วยลดไข้ แก้ไข้ (นิภา เทพพร, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.12 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาประสาทและกล้ามเนื้อ

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) กระชาย 2) เถาวัลย์เปรียง 3) สุนัขขาว มีการประกอบยา 1) กระชายผง 40 กรัม 2) เถาวัลย์เปรียงผง 50 กรัม 3) สุนัขขาว 1 ขวด โดยมีวิธีการใช้/สัดส่วนรับประทาน 1) นำกระชายผง เถาวัลย์เปรียงผง มาใส่ขวดโหลขนาด 1 ลิตร จากนั้นเทเหล้าขาวลงไปในโหลแล้วปิดฝาตองไว้ 10-15 วัน ขนาดรับประทานวันละ 1-2 ช้อนชา ก่อนอาหาร เข้า-เย็น และมีสรรพคุณ ดังนี้ 1) แก้เส้นเอ็นอักเสบ 2) บำรุงโลหิต 3) แก้ปัสสาวะพิการ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

สำหรับสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับการรักษาประสาทและกล้ามเนื้อต้น เป้า วิธีการใช้ นำต้นเป้าส่วนใบมาต้มใส่หม้อจากนั้นจะเอาเตาที่ต้มหม้อยาสมุนไพรไปไว้ใต้แคร่ไม้ ให้ผู้อยู่ไฟนอนที่แคร่ไม้ ประมาณ 5-10 นาที ทำติดต่อกัน 2 วัน สรรพคุณ ต้นเป้าช่วยรักษาอาการอักเสบของร่างกายและทำให้รู้สึกสบายตัวผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ยกตัวอย่างเช่นการอยู่ไฟในกรณีเกิดอุบัติเหตุก็จะใช้เป้าเป็นตัวหลักในการอยู่ไฟ (พระทวี ชินวงศ์โส, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.13 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาอาการไข้และอาการปวด

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) ฟ้าทะลายโจร 2) กระชาย 3) วานเียนเหลียง มีการประกอบยา 1) ฟ้าทะลายโจร ใช้ใบและกิ่ง 1 กำมือ 2) หัวกระชาย หัวทุบ 3-5 หัว 3) ใบกระชาย 1 กำมือ 4) วานเียนเหลียงใช้ต้น 1 กำมือ โดยมีวิธีการใช้/สัดส่วน 1) นำมาต้มกับน้ำ 3 ลิตร จนออกสีเข้มดำ ขนาดรับประทาน 1 แก้ว ก่อนอาหาร วันละ 2 ครั้ง เช้าและเย็น ส่วนสรรพคุณ ได้แก่ 1) ระวังอาการปวดอักเสบ 2) แก้ไอ เจ็บคอ คออักเสบ 3) รักษาไข้ ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

ส่วนสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับการรักษาอาการไข้และอาการปวด เพียรณา แก้วหานาม ได้กล่าวว่า มีตัวยาสมุนไพร คือ ขิง หอมแดง วิธีการใช้ คือ วิธีใช้ขิง นำขิงไปต้มกับน้ำดื่มสามารถใส่น้ำผึ้งผสมได้ รับประทานตอนเช้า หรือตอนที่รู้สึกไม่สบาย และวิธีใช้หอมแดง คือ หอมแดงสามารถนำมาประกอบอาหารได้หลากหลาย เช่น นำหอมแดงมาตำในส่วนผสมของน้ำพริกโดยการ ปอกเปลือกหอมแดงล้างทำความสะอาดจากนั้นนำไปจี่ไฟให้สุกแล้วนำไปโขลกกับส่วนผสมอื่นๆ ตามต้องการ สรรพคุณ ขิง มีส่วนช่วยให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายและช่วยป้องกันไข้หวัด หอมแดง ช่วยบรรเทาอาการหวัดภายนอกได้แล้ว ยังสามารถบริโภคเพื่อเพิ่มภูมิคุ้มกันให้กับร่างกายต้านทานโรคและไข้หวัด (เพียรณา แก้วหานาม, 2566: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้พุทธา โสโฬี ซึ่งเป็นผู้รู้เกี่ยวกับสมุนไพรดังกล่าว ยังได้กล่าวถึงสมุนไพรที่เกี่ยวข้องและวิธีการใช้ไว้ว่า ไพล ตะไคร้หอม ใบเป่า ใบหนาด ใบมะขาม ผิวมะกรูด วิธีการใช้ คือ นำเอาสมุนไพร เช่น ไพล ตะไคร้หอม ใบเป่า ใบหนาด ใบมะขาม ผิวมะกรูด ไปตากให้แห้ง แล้วนำมาห่อใส่ผ้าเป็นลูกประคบ แล้วนำลูกประคบไปนึ่งเมื่อต้องการใช้งาน สรรพคุณแก้อาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ทำให้ร่างกายผ่อนคลาย (พุทธา โสโฬี, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับสุวรรณี อารยะมนตรี ที่ได้กล่าวไว้ว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับการรักษาอาการไข้และอาการปวดมีตัวยาสมุนไพร คือ จันทน์แดง (จันทน์ผา) วิธีการใช้ คือ นำแก่นมาฝน ละลายน้ำดื่ม ทานที่ที่ป่วย สรรพคุณ จันทน์แดง แก้พิษไข้ แก้วเวียน แก้วไอ (สุวรรณี อารยะมนตรี, 2566: สัมภาษณ์) และสิงห์ทอง สุขจันทร์ ก็ได้กล่าวถึงสมุนไพรอีกหลายชนิดที่ใช้รักษาอาการไข้และอาการปวดมีตัวยาสมุนไพรไว้ว่า ต้นบอระเพ็ด หนุ้าแห้วหมู วิธีการใช้ ต้นบอระเพ็ด วิธีใช้ ล้างเอาทำความสะอาดเลือกเอาส่วนที่ไม่แก่เกินไป มาตำ

หรือคั้น แล้วนำมาดื่ม รับประทานหลังอาหาร หย้าเห้วหมู วิธีใช้ นำส่วนหัวสดของต้นเห้วหมูมาทุบปั่นผสมกับน้ำผึ้งเป็นยาลูกกลอน สรรพคุณ ตันบอระเพ็ด สรรพคุณแก้ไข้ และอาการปวด หย้าเห้วหมู สรรพคุณ แก้อาการปวดศีรษะ รวมไปถึงอาการกินไม่ได้นอนไม่หลับ (สิงห์ทอง สุขจันทร์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.14 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการช่วยไหลเวียนของโลหิต

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) รากอัญชัน 2) รากสะอึก 3) น้ำชาขาว มีการประกอบยา 1) รากอัญชัน 1-2 ท่อนนิ้วมือ 2) รากสะอึก 1-2 ท่อนนิ้วมือ 3) น้ำชาขาว 1 ลิตร โดยมีวิธีการใช้/สัดส่วน 1) ใช้รากอัญชันกับรากสะอึก ผนในน้ำชาขาวจนได้ตัวยาใช้ดื่มวันละ 3 ครั้ง ครั้งละครึ่งแก้ว เช้า, กลางวัน, เย็น หลังอาหาร และสรรพคุณ ได้แก่ 1) ช่วยให้โลหิตไหลเวียนดีขึ้น 2) แก้กลิ้นไส้อาเจียน 3) เป็นยาระบาย (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

พระครูสังวรสิริรักษ์ ได้กล่าวถึงสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านการรักษาระบบไหลเวียนโลหิตไว้หลายชนิด คือ ต้นหญ้าหนวดแมว ต้นสะเดา วิธีใช้สมุนไพรในการรักษาระบบไหลเวียนโลหิต นำต้นหญ้าหนวดแมวมาล้างความสะอาดแล้วนำส่วนใบไปต้มน้ำสะอาดโดยใช้อัตราส่วนหญ้าหนวดแมว 1 กำมือผสมกับเปลือกต้นสะเดา ต่อน้ำ 5 ลิตร ช่วยในเรื่องระบบไหลเวียนโลหิต หรือเรื่องของความดันโลหิต สรรพคุณ ต้นหนวดแมวและต้นสะเดาช่วยทำให้ระบบไหลเวียนโลหิตเป็นปกติคงที่รักษาระบบทางเดินหายใจ เช่นโรคหอบหืด รักษาโรคผิวหนังในไต จากที่ลองใช้กับตนเอง (พระครูสังวรสิริรักษ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.15 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคติดเชื้อ

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) ต้นสาบเสือ 2) มะระขี้นก 3) ต้นไต้ใบ มีการประกอบยา 1) ต้นสาบเสือ 1 กำมือ 2) มะระขี้นก 3-5 ผล 3) ต้นไต้ใบ 1 กำมือ โดยมีวิธีการใช้/สัดส่วนน้ำทั้ง 3 ตัวยา มาต้มน้ำให้ออกสีเข้มก่อนนำไปรับประทานรับประทานครั้งละ 1 แก้ว/หรือครึ่งแก้ว เช้า, กลางวัน, เย็น, หลังอาหาร และมีสรรพคุณ ดังนี้ 1) ช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกัน 2) ยับยั้งการเกิดและการแพร่กระจายของเชื้อไวรัส 3) ต้านไวรัสจากการติดเชื้อ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.16 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการอบเชิงสุขภาพ

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) ตะไคร้ 2) ใบมะกรูด 3) ข่า 4) ผิวมะกรูด 5) ใบมะขาม 6) การบูร 7) หอมแดง มีการประกอบยา 1) ตะไคร้ต้นและใบ 1 กำมือ 2) ใบมะกรูด 1 กำมือ 3) เหง้าข่า 1 เหง้า 4) ต้นข่า 1 กำมือ 5) ใบมะขาม 1 กำมือ 6) การบูร 20 กรัม 7) หอมแดง 3-5 หัว 8) ผิวมะกรูด 40 กรัม โดยมีวิธีการ/สัดส่วน 1) นำตัวยาทั้งหมดไปใส่ครกตำให้หยาบๆ นำลงไปต้มกับหม้อหรือในหม้อหุงข้าวที่เตรียมไว้ทิ้งไว้ 1-2 นาที จึงต้มให้เดือดอีก 5 นาที จึงนำตัวยาเข้าไปอบ ใช้เวลาอบประมาณ 10-15 นาที ส่วนสรรพคุณ ดังนี้ 1) ลดอาการหวัด/คัดจมูก/น้ำมูกไหล 2) โรคหอบหืดในระยะแรก 3) อบในมารดกหลังคลอดได้ (พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

วินิจ โสโพธิ์ ซึ่งเป็นผู้ดูแลตัวยาสมุนไพรและเตาอบสมุนไพรวัดป่าท่าแร่ ได้กล่าวถึงสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับการอบเชิงสุขภาพมีตัวยาสมุนไพรไว้ว่า ต้นเป่า ใบหนาด ใบมะขาม ใบมะกรูด และสมุนไพรอื่นๆ ตามฤดูกาล วิธีการใช้ คือ ล้างทำความสะอาดสมุนไพร จากนั้นนำไปต้มในหม้อจนเกินน้ำเดือดสมุนไพรจากนั้นเราก็เข้าไปอบในห้องที่ได้เตรียมไว้ได้เลย ข้อห้ามสำหรับการอบสมุนไพรคือ หากมีแผลห้ามอบ สรรพคุณของการอบสมุนไพร คือช่วยทำให้เลือดไหลเวียนเป็นปกติ ทำให้ร่างกายไม่อึดอัด ปลอดภัย ไม่แสบร้อน ช่วยบรรเทาอาการไอ (วินิจ โสโพธิ์, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับพระเจ้า ธีรปัญญาที่ได้กล่าวถึงสมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับการอบว่า มีการใช้ใบหนาด ใบเป่า ตะไคร้หอม มะกรูด พิมเสน และสมุนไพรที่หาได้ตามช่วงฤดูกาล วิธีการและขั้นตอนในการเตรียมเตาอบสมุนไพร ขั้นตอนคือการก่อไฟ ตั้งหม้อยาอบสมุนไพรรอหม้อเดือดแล้วเอาตัวยาที่เราเตรียมไว้ลงไปต้มในหม้อ ปริมาณตัวยาที่ใช้สำหรับหม้อยาต้ม ตัวยาทั้งหมดรวมกัน 1 มัด ต่อปริมาณน้ำ 50 ลิตร สรรพคุณ การอบสมุนไพรทำให้ร่างกายผ่อนคลายสบายตัวช่วยบรรเทาอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ทำให้ร่างกายสดชื่น ช่วยให้ระบบทางเดินหายใจสะดวกขึ้น สร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกายไม่เจ็บป่วยผิวพรรณผ่องใสขึ้น (พระเจ้า ธีรปัญญา, 2566: สัมภาษณ์)

อย่างไรก็ตาม พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์ ซึ่งเป็นผู้ประกอบยาสมุนไพรหลังจากการดูคุณสมบัติของผู้เข้าอบสมุนไพรว่า มีความเหมาะสมและเป็นไปตามข้อตกลงในเบื้องต้น แล้วจึงจะประกอบยาสมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับการอบเชิงสุขภาพให้เหมาะสมกับผู้เข้ารับการอบสมุนไพรนั้น ได้กล่าวสรุปถึงสมุนไพรและสรรพคุณ รวมถึงวิธีการ ขั้นตอนการอบไว้ว่า มีสมุนไพรที่สำคัญ คือ ต้นตะไคร้หอม เป่า ใบหนาด พิมเสน ขมิ้น ใบมะกรูด กระชาย ข่า วิธีการใช้ นำตัวยาที่ใช้อบคือ ตะไคร้หอม ข่า กระชาย ใบมะกรูด ขมิ้น เป่า ใบหนาด พิมเสนไปอบต้มให้เกิดไอน้ำขึ้นมาโดยการอบสมุนไพร เราจะมีห้องอบสมุนไพรที่ควบคุมอุณหภูมิภายในห้องอบได้ โดยห้องอบสมุนไพรแบ่งเป็น 2 ห้องสำหรับผู้ชายและผู้หญิงอย่างชัดเจน โดยภายในห้องอบจะมีที่นั่งห้องอบสมุนไพรจะมีที่ก่อไฟใส่ตัวยาสมุนไพรก่อนการอบ ผู้มาใช้บริการจะต้องวัดอุณหภูมิร่างกายก่อนเข้าห้องอบสมุนไพร สรรพคุณ ตะไคร้หอม กำจัดพิษออกจากร่างกายได้ ช่วยในการผ่อนคลาย ข่า ช่วยบรรเทาอาการไอ แก้ตะคริว

และเหน็บชา กระชาย แก้วปุดเหมื่อยและอาการลำ ช่วยขับลม ใบมะกรูด ขับสารพิษที่อยู่ในร่างกาย ให้ออกมาทางผิวหนังและช่วยแก้ไอ ขมิ้น แก้วฝิ่นคัน โรคผิวหนัง อาการไข้เรื้อรัง เปล้า บำรุงผิวพรรณ แก้วปุดเหมื่อย เพิ่มการไหลเวียนของโลหิต ใบหนาด แก้อาการเกร็งของกล้ามเนื้อ การอบสมุนไพรช่วย ผ่อนคลายความตึงเครียดปวดเมื่อยตามร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งช่วยต้านโรคโควิด 19 ทำให้ ร่างกายมีภูมิคุ้มกันต้านไวรัส (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.17 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านอาหารเชิงสุขภาพ

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) เตยหอม 2) กระชาย มีการประกอบยา 1) เตยหอม 5-9 ใบ 2) กระชาย 5-9 ใบ โดยมีวิธีการใช้/สัดส่วน นำใบเตยหอมและใบกระชายมาต้มในน้ำ นำน้ำ มาดื่มวันละ 2 แก้ว เช้าและกลางวัน ก่อนหรือหลังก็ได้ และมีสรรพคุณ ได้แก่ 1) แก้อ่อนในกระหาย น้ำ 2) เสริมสมรรถภาพทางเพศ 3) ช่วยบำรุงร่างกาย (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

สุมาลี เวียงจันทร์ สมาชิกกลุ่มวิสาหกิจชุมชนสมุนไพรเพื่อชุมชนของกลุ่มสมุนไพรบ้านท่าแร่ ได้กล่าวถึงสมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านอาหารเชิงสุขภาพมีตัวยาสมุนไพร คือ ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด วิธีการใช้ คือ ใช้ในการประกอบอาหาร เช่น ต้ม ผัด แกง ทอด ตามเมนูที่ต้องใช้สมุนไพร สรรพคุณ ข่า ช่วยขับลม ช่วยย่อยอาหาร ดับกลิ่นคาวในอาหาร ตะไคร้ ช่วยกำจัดของเสียที่เป็นอันตราย ดับกลิ่นคาวในอาหาร ใบมะกรูด ช่วยแก้ไอ แก้อาเจียน ดับกลิ่นคาวในอาหาร (สุมาลี เวียงจันทร์, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับพระครูประสิทธิธรรมาภรณ์ที่ได้กล่าวถึง สมุนไพรที่ใช้รักษา สำหรับด้านอาหารเชิงสุขภาพมีต้น ใบเตย กระชาย ขิง ตะไคร้ เถาวัลย์เปรียง วิธีการใช้ นำ ใบเตย กระชาย ขิง ตะไคร้ เถาวัลย์เปรียง ปริมาณ สมุนไพรปริมาณทุกชนิดปริมาณ 500 กรัมไปต้มกับ น้ำเปล่าปริมาณ 10 ลิตร ต่อก่อน ใช้ดื่มหรือจิบระหว่างวัน สรรพคุณ กระชายบำรุงร่างกายกระตุ้น ระบบการไหลเวียนโลหิต และระบบการย่อยอาหาร ขิงแก้อาการท้องอืด และย่อยอาหาร ตะไคร้ กำจัดของเสียที่เป็นอันตรายออกจากร่างกาย บรรเทาอาการปวดและการอักเสบ เถาวัลย์เปรียงแก้อาการปวด ปวดเมื่อย ปวดหลัง ปวดเอว ปวดข้อ ข้ออักเสบ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.18 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านอาหารเชิงสุขภาพสายตา

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) ดอกอัญชัน 2) ดอกดาวเรือง 3) ดอกสายน้ำผึ้งแห้ง เล้า มีการประกอบยา 1) ดอกอัญชันแห้ง 3-10 กรัม 2) ดอกดาวเรืองแห้ง 10-15 กรัม 3) ดอกสายน้ำผึ้งแห้ง 3-10 กรัม โดยมีวิธีทำและวิธีใช้ตัวยา คือ 1) นำส่วนผสมยาทั้ง 3 ตัว มาต้มกับน้ำ รับประทาน หรือ ผสมกับน้ำตาลก็ได้ ขนาดรับประทาน 1 แก้ว 3 เวลา เช้า, กลางวัน, เย็น ก่อนอาหาร และมีสรรพคุณ ดังนี้ 1) ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของดวงตาและการมองเห็น, แก้อาการตาฟาง 2)

ลด ความเครียดที่อาจทำลายจอประสาทตา 3) ป้องกันการเกิดโรคต่อกระจก บำรุงจอประสาทตาตา (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.19 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคผิวหนัง

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) หัวหญ้าหนวดแมว 2) มะเฟือง 3) หัวหญ้าแพรก 4) แก่นแก้วโพด มีการประกอบยา 1) หัวหญ้าหนวดแมว 40 กรัม 2) มะเฟือง 40 กรัม 3) หัวหญ้าแพรก 40 กรัม 4) แก่นข้าวโพด 10 กรัม โดยมีวิธีทำ/วิธีใช้ 1) นำตัวยามาหั่นเป็นท่อนๆ สั้นๆ ตากแดดให้แห้งแล้วใช้ 1 หยิบมือ (40กรัม) ชงกับน้ำเดือด 1 แก้ว รับประทานขณะร้อนๆ วันละ 3 ครั้ง ก่อนอาหาร และต้องดื่มน้ำตามมากๆ และมีสรรพคุณ ดังนี้ 1) มีฤทธิ์ละลายนิ่ว และช่วยดันเม็ดนิ่วเล็ก ๆ ให้หลุดออกมา 2) ขับปัสสาวะ 3) ช่วยป้องกันไม่ให้แคลเซียมตกค้างในไต (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

ส่วนสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านการรักษาโรคผิวหนัง สมามณีนวษ์ ได้กล่าวว่า มีตัวยาสสมุนไพรร คือ ลูกใต้ใบ วิธีการใช้ คือ นำต้นลูกใต้ใบไปล้างให้สะอาด แล้วนำไปต้มกับน้ำดื่มตามปริมาณที่ต้องการ ต้นลูกใต้ใบมีรสขม สามารถใส่น้ำผึ้งเพื่อให้ดื่มได้ง่ายก็ได้ สรรพคุณ ลูกใต้ใบ แก้นิ่ว ขับปัสสาวะ (สมามณีนวษ์, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับพระครูสังวรสิริรักษ์ ที่ได้กล่าวว่า สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านรักษาโรคผิวหนัง คือต้น หญ้าหนวดแมว วิธีใช้สมุนไพรในการรักษาใช้กึ่งกับใบหญ้าหนวดแมวแห้งประมาณ 4 หยิบมือ ชงกับน้ำเดือด 1ลิตร จิบดื่มเหมือนน้ำชาระหว่างวัน สรรพคุณ หญ้าหนวดแมวช่วยขับปัสสาวะ รักษาโรคปวดตามสันหลัง และบั้นเอว รักษาโรคผิวหนัง (พระครูสังวรสิริรักษ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.20 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการรักษาโรคกระดูก

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) ยอบ้าน 2) ข้าวพุลู 3) มะขาม มีการประกอบยา 1) ยอบ้าน 4-6 ใบ 2) ข้าวพุลู 4-9 ใบ 3) มะขาม 1-2 กำมือ โดยมีวิธีการ/วิธีใช้ นำตัวยาทั้ง 3 ตำรวมกันพอน้ำออกมา นำมาต้มกับน้ำดื่มวันละแก้ว จะเป็นเวลาไหนก็ได้แต่ต้องดื่มน้ำก่อนรับประทานอาหาร มีสรรพคุณ ดังนี้ 1) ลดความร้อนในร่างกาย 2) แก้เหงือกปวด บวม ปวดข้อ 3) บำรุงธาตุคุดเสมหะให้ปกติ 4) บำรุงกระดูก 5) ป้องกันเลือดออกตามไรฟัน (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.21 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการเสริมภูมิคุ้มกัน

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) มะขามป้อม 2) ขมิ้นชัน 3) ขิง 4) ใบเตย 5) ชะเอมเทศ มีการประกอบยา คือ 1) มะขามป้อม 30 กรัม 2) ขมิ้นชัน 30 กรัม 3) ขิง 20 กรัม 4) ใบเตย 10 กรัม 5) ชะเอมเทศ 15 กรัม โดยมีวิธีทำ/วิธีใช้ คือ ใส่สมุนไพรทั้งหมดในหม้อต้ม น้ำ 3 ลิตร ต้มจนเดือดแล้วต้มต่อไปอีก 15 นาที ปั่นรสด้วยน้ำผึ้งและเกลือเล็กน้อยขนาดรับประทาน ควรดื่มตอนอุ่นๆ ครั้งละ 1 แก้วกาแฟ ก่อนอาหาร เช้า, กลางวัน, เย็น ส่วนสรรพคุณ ประกอบด้วย 1) มีฤทธิ์เพิ่มภูมิคุ้มกันของร่างกาย 2) แก้ไอ ขับเสมหะ 3) มีฤทธิ์ด้านการอักเสบขอบปอดและต้านมะเร็ง 4) มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ 5) เสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกันในร่างกาย (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

ทองเหรียญ อาธิ์รอบ ได้กล่าวถึงสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพรไว้ว่า ตัวยาสมุนไพร คือ ฟ้าทะลายโจร บอระเพ็ด ตะไคร้ วิธีการใช้ คือ นำฟ้าทะลายโจร ตะไคร้ จำนวน 100 กรัม ต้มในน้ำสะอาดจำนวน 1 ลิตร ต้มก่อนอาหารทุกวัน หรือ บอระเพ็ดนำมาหั่นแล้วต้มกับน้ำปริมาณ 1 ลิตร ผสมน้ำผึ้งก็ได้ สรรพคุณ คือ ฟ้าทะลายโจรกับตะไคร้ ช่วยแก้ไอ ขับสารพิษ สร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย บอระเพ็ด แก้ไข้ ลดไข้ ทำให้เจริญอาหารด้วย (ทองเหรียญ อาธิ์รอบ, 2566: สัมภาษณ์)

เช่นเดียวกับสันติวุฒิ ไชยชมภูที่ได้กล่าวว่า ฟ้าทะลายโจร วิธีการใช้ คือ นำฟ้าทะลายโจรแบบต้นสดหรือแห้งมาต้มใส่กาน้ำดื่ม ตามความต้องการโดยสามารถดื่มซ้ำได้ 3-4 แล้วค่อยเปลี่ยนตัวใหม่ สรรพคุณฟ้าทะลายโจร ช่วยเสริมภูมิคุ้มกันให้กับร่างกายทำให้ร่างกายไม่ป่วยง่าย ไม่เป็นหวัด บรรเทาอาการไอ (สันติวุฒิ ไชยชมภู, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.22 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านการช่วยให้ผมหงอก

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) น้ำข้าวข้าว 2) ดอกอัญชัน 3) ผลมะกรูด มีการประกอบยา 1) น้ำข้าวข้าว 1.5-2 ลิตร 2) ดอกอัญชัน 10-15 ดอก 3) ผลมะกรูด 1 ลูกใหญ่ โดยมีวิธีทำ/วิธีใช้ คือนำผลมะกรูดผ่าเป็นแฉกแล้วนำมาบดผสมกับน้ำข้าวข้าว 1.5-2 ลิตร ในน้ำมะกรูดมีน้ำมันหอมระเหย จึงทำให้มีความหอมมากส่วนดอกอัญชันให้นำไปละลายกับน้ำอุ่นก่อนจะได้สีออกมาได้ดีมากๆ โดยใช้ดอกอัญชัน 10-15 ดอก เมื่อได้น้ำจากดอกอัญชันแล้วจึงนำไปผสมกับน้ำข้าวข้าวและน้ำมะกรูด นำไปกรองและจึงนำไปหมักผมให้ทั่วประมาณ 15 นาที หลังจากนั้นค่อยล้างออกและมีสรรพคุณ ดังนี้ 1) ผมนุ่มสลวย ผมหงอกดำ เงางามมากยิ่งขึ้น 2) ลดอาการผมหงอก และรังแคได้ดี 3) ป้องกันและแก้ปัญหามผมหงอกผมหงอกได้ดี (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

4.2.23 ภูมิปัญญาสมุนไพรด้านภูมิคุ้มกันและต้านไวรัส

สมุนไพรที่ใช้ประกอบตัวยา คือ 1) มะขามป้อม 2) ขมิ้นชัน 3) ขิง 4) หอมหัวใหญ่ มีการประกอบยา 1) มะขามป้อม 5-8 ผล 2) ขมิ้นชัน ใช้เหง้า 3 เหง้า 3) ขิง ใช้เหง้า 2 เหง้า 4) หอมหัวใหญ่ 1 หัว โดยมีวิธีทำและวิธีใช้ คือ นำตัวยาทุบพอแตก นำไปต้มในน้ำ 2-3 ลิตร ต้มให้เดือดเป็นเวลา 15-20 นาที ตักรับประทานตอนน้ำอุ่นๆ ครั้งละ 1 แก้วกาแฟ หลังอาหาร 3 เวลา เช้า, กลางวัน, เย็น หรือก่อนนอนก็ได้ ส่วนสรรพคุณ ได้แก่ 1) แก้กะเพาะลำไส้อักเสบ 2) ต้านการอักเสบยับยั้งเซลล์มะเร็ง 3) ต้านจุลินทรีย์และต้านไวรัสและแบคทีเรีย 4) เสริมการทำงานของภูมิคุ้มกันในร่างกายให้แข็งแรงและทำงานได้ปกติ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

สำหรับสรรพคุณและวิธีการใช้สมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านภูมิคุ้มกันและต้านไวรัส อุทัย ชัยยศ ได้กล่าวไว้ว่า สมุนไพร คือ กระเทียม ขิง หอมแดง ตะไคร้ วิธีการใช้ คือ นำกระเทียม ขิง หอมแดง ตะไคร้ มาทำความสะอาด แล้วตำให้หยาบๆ เพราะสมุนไพรทั้งหมดสามารถนำไปเป็นส่วนผสมของการประกอบอาหารได้ เช่น เครื่องแกง เพราะช่วยให้แกงที่ทำมีกลิ่นหอม ดับคาวได้ สรรพคุณ ขิง มีส่วนช่วยให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายและช่วยป้องกันไข้หวัด, หอมแดง ช่วยบรรเทาอาการหวัดภายนอกได้แล้ว ยังสามารถบริโภคเพื่อเพิ่มภูมิต้านทานให้กับร่างกายต้านทานโรคและไข้หวัด, กระเทียม ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันในร่างกาย, ตะไคร้ ช่วยแก้หวัด ขับเหงื่อ (อุทัย ชัยยศ, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับ จุริยวรรณ ธนุสา ที่ได้กล่าวถึงฟ้าทะลายโจร วิธีการ คือ นำฟ้าทะลายโจรแบบต้นสดหรือแห้งมาต้มใส่กาน้ำต้ม 5 ยอดต่อน้ำ 1 ลิตร ใช้ดื่มเป็นชา วันละ 1-2 แก้ว สรรพคุณของ ฟ้าทะลายโจร ช่วยเสริมภูมิต้านทานให้กับร่างกายทำให้ร่างกายไม่เป็นหวัด บรรเทาอาการไอ ต้านโรคโควิด-19 ได้อีกด้วย (จุริยวรรณ ธนุสา, 2566: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้ยังมีสมุนไพรที่ใช้รักษาสำหรับด้านภูมิคุ้มกันและต้านไวรัส ซึ่งมีตัวยาสมุนไพร คือ ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด กระชาย ฟ้าทะลายโจร วิธีการใช้ กระชาย วิธีใช้คือนำกระชายมาล้างทำความสะอาดแล้ว นำไปประกอบใส่อาหารได้ เช่น ทำนํ้ายาขมจิ้น ฟ้าทะลายโจร วิธีการใช้ นำต้นฟ้าทะลายโจรไปล้างทำความสะอาด แล้วนำส่วนใบประมาณ 1 กำมือ ต้มกับน้ำเปล่า 2 ลิตร อาจผสมน้ำผึ้ง จิบแทนกาแฟตอนเช้า ใบมะกรูด ตะไคร้ ข่า วิธีการใช้ คือการนำมาประกอบอาหาร เช่น การนำมาทำเป็นเครื่องต้มยำ โดยการตำเอา ใบมะกรูด ตะไคร้ ข่า เหล่านี้มาล้างทำความสะอาดก่อนนำไปประกอบอาหาร สรรพคุณ กระชาย ช่วยต้านอาการหวัด แก้วเวียนศีรษะ ฟ้าทะลายโจร ช่วยสร้างภูมิคุ้มกัน แก้หวัด แก้ไข้ บรรเทาอาการเจ็บคอ ตะไคร้ ช่วยล้างพิษในร่างกาย ใบมะกรูด ช่วยแก้ไอ แก้วเสมหะ ข่า ช่วยแก้ไอ ช่วยย่อยอาหาร (ทอง ทองอด, 2566: สัมภาษณ์) เช่นเดียวกับพระสามารถอรรถทิโป ที่ได้กล่าวถึงสมุนไพรฟ้าทะลายโจร กระชาย ใบเตย วิธีการใช้ คือ นำต้นฟ้าทะลายโจร กระชาย และใบเตยมาทำความสะอาดแล้วมาต้มกับน้ำสะอาด โดยไม่ต้องนำสมุนไพรตัวอื่นอีก หรือจะใช้วิธีนำไปตากแดดให้แห้งแล้วนำมาต้มก็ได้ช่วยในด้านภูมิคุ้มกันและต้านไวรัส โดยอัตรา

การใช้ ด้วยยาสมุนไพรทุกตัวรวมกัน 1 กำมือ ต่อน้ำ 5-10 ลิตร รับประทานทุกเช้าก่อนรับประทาน
อาหาร สรรพคุณ ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกายต่อต้านไวรัส เช่น โควิด ทำให้ร่างกายแข็งแรง
และช่วยบำรุงหัวใจด้วยเพราะใบเตย สรรพคุณช่วยบำรุงหัวใจ (พระสามารถ อัดตทีโป, 2566:
สัมภาษณ์)

4.3 สรุป

ภูมิปัญญาสมุนไพรที่ปรากฏในวัดป่าท่าแร่ นั้น ซึ่งในปัจจุบันได้มีการศึกษาเกี่ยวกับสมุนไพร
ว่ามีสรรพคุณและคุณสมบัติอย่างไรบ้าง ที่จะช่วยในการรักษาอาการหรือโรคต่าง ๆ โดยทั่วไปนั้น
ชาวบ้านมีการใช้สมุนไพรในการรักษาและบำรุงร่างกายอยู่แล้ว ต่อมาได้มีการต่อยอดสมุนไพรและ
ประยุกต์ใช้สมุนไพรที่มีมาตั้งแต่สมัยโบราณ ได้มีการพัฒนานวัตกรรมการใช้สมุนไพรให้มีความ
ทันสมัยและใช้ในชีวิตประจำวันให้มากขึ้น เพื่อเป็นการอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นไว้ไม่ให้เป็น การ
ทำเตาอบ เพื่ออบสมุนไพร และการทำผลิตภัณฑ์ที่ได้จากสมุนไพร เช่น ลูกประคบ น้ำมันสกัดแบบ
หอมระเหย เป็นต้น ดังนั้น สมุนไพรที่ปรากฏในวัดป่าท่าแร่ นั้นล้วนมีความหลากหลายและมีสรรพคุณ
หรือคุณสมบัติในการรักษาแตกต่างกันไป และภูมิปัญญาสมุนไพรที่ปรากฏในวัดป่าท่าแร่ นั้นมีการใช้
ในการรักษาในชุมชนวัดป่าท่าแร่จริง



บทที่ 5

การพัฒนานวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในวัด กับการส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการ

5.1 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรกับการพัฒนาฐานเรียนรู้

จากการศึกษาสมุนไพรในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ ซึ่งพบว่ามีสมุนไพรทั้งสิ้น จำนวน 216 ชนิด และมีการนำสมุนไพรเหล่านั้นมาประกอบเป็นตำรับหรือสูตรยาได้หลายชนิด นอกจากนี้ ยังได้จัดพื้นที่ดังกล่าวให้เป็นศูนย์เรียนรู้เกี่ยวกับสมุนไพร แบ่งออกเป็นฐานเรียนรู้ภูมิปัญญาด้านสมุนไพรประเภทต่างๆ ภายในพื้นที่ โดยกำหนดพืชสมุนไพรเป็นตำแหน่งในการจัดเป็นฐานเรียนรู้ และสามารถแบ่งพืชสมุนไพรที่มีสรรพคุณคล้ายกันได้เป็น 10 ฐานการเรียนรู้ ดังนี้

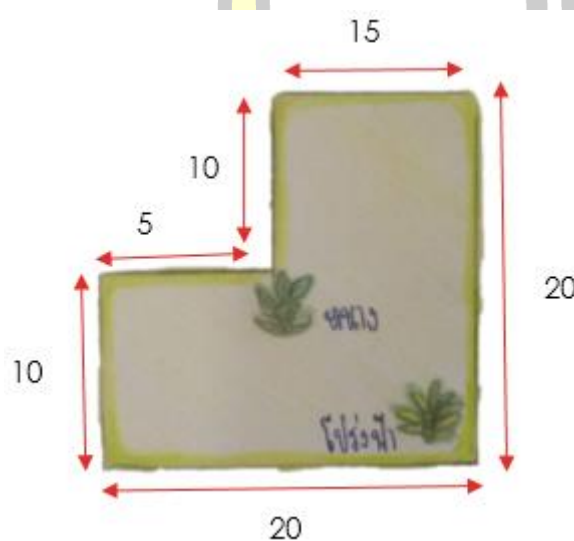


รูปภาพ 64 แผนผังฐานการเรียนรู้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่

รูปภาพโดยผู้วิจัย

5.1.1 ฐานเรียนรู้ที่ 1 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคเบาหวาน

ฐานที่ 1 อยู่ตรงข้ามกับศาลาใหญ่ ด้านซ้ายติดกับศาลาการเรียนรู้ฐานสมุนไพรวัดป่าท่าแร่ ด้านขวาติดกับฐานพระพุทธรูป ฐานการเรียนรู้ที่ 1 มีรูปร่างลักษณะคล้ายกับตัว L มีพื้นที่ขนาดประมาณ 200 ตารางเมตร โดยฐานที่ 1 เป็นฐานการเรียนรู้ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคเบาหวาน จะมีสมุนไพรที่มีสรรพคุณในการรักษาโรคเบาหวานในฐานที่ 1 ดังนี้ ย่านาง โปรงฟ้า แพงพวย บอระเพ็ด มะระขี้นก ตำลึง ใบเตย ขี้เหล็ก เป็นต้น แต่สมุนไพร ประจําฐานที่มีในปัจจุบันมี ต้นโปรงฟ้า ย่านาง บอระเพ็ด เป็นต้น



รูปภาพ 65 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 1

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สมุนไพรที่กล่าวมาข้างต้นนั้นล้วนมีสรรพคุณรักษาเบาหวานทั้งสิ้น เช่น ต้นย่านาง มีไฟเบอร์ชนิดละลายน้ำ และยังมีและยังมีโพลีแซคคาไรด์ ที่ช่วยยับยั้งการดูดซึมน้ำตาลเข้ากระแสเลือด จึงมีผลดีต่อการลดน้ำตาลในเลือดได้ ส่วนการกินใบย่านางสามารถกินแบบที่เป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารได้ เช่น แกงหน่อไม้ หมกหน่อไม้ เป็นต้น หรือกินแบบน้ำก็ได้ โดยให้นำใบย่านาง 10-20 ใบ มาคั้นกับน้ำ 1-3 แก้ว แล้วกรองเอาแต่น้ำมาดื่มก็ได้ ส่วนต้นแพงพวยก็มีสรรพคุณรักษาเบาหวานเช่นกัน โดยนำทั้งต้นมาต้มดื่ม นอกจากมีสรรพคุณรักษาเบาหวานแล้วยังมี สรรพคุณลดความดันโลหิตได้อีกด้วย ส่วนสมุนไพรที่มีรสขมอย่าง มะระขี้นก บอระเพ็ด ขี้เหล็ก และตำลึง นำมารับประทานเป็นผัก มีสรรพคุณรักษาเบาหวานได้ดีอีกด้วย ใบเตยช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ซึ่งจากตำราไทยให้นำใบเตย 32 ใบ ใบของต้นสัก 9 ใบ นำมาสับแล้วตากแดดไว้จากนั้นนำมาชงเป็นชาดื่มอย่างน้อย 1 เดือน หรือหากเป็นรากก็ประมาณ 1 กำมือแล้วมาต้มดื่มเช้า-เย็นทำแบบนี้การ

เบาหวานจะดีขึ้น ใบของต้นหญ้าวงช้างนำมาต้มดื่ม แก้กระหายน้ำ และดื่มลดน้ำตาลในเลือด ต้นโปรงฟ้าเองก็มีสรรพคุณรักษาเบาหวานด้วยเช่นกัน

วิธีใช้สมุนไพรในการรักษาเบาหวาน

เก็บใบสมุนไพรใบโปรงฟ้า 7-9 ใบ จะเป็นใบสดหรือใบแห้งก็ได้ ต้มในปริมาณน้ำ 1 ลิตร ใช้เวลาในการต้ม 10-15 นาที ทานหลังอาหาร เช้า กลางวัน เย็น ในการทานสมุนไพรใช้เวลา 30 วัน ช่วยให้น้ำตาลในเลือดลดลง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 66 ฐานการเรียนรู้ที่ 1

รูปภาพโดยผู้วิจัย

5.1.2 ฐานเรียนรู้ที่ 2 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคมะเร็ง

ฐานที่ 2 อยู่ถัดจากฐานที่ 1 ตั้งอยู่ตรงหน้าพระพุทธรูป ฐานที่ 2 มีรูปทรงเป็นสี่เหลี่ยมพื้นผ้า มีพื้นที่ขนาดประมาณ 300 ตารางเมตร โดยฐานเรียนรู้ที่ 2 เป็นฐานภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคมะเร็ง จะมีสมุนไพรที่มีสรรพคุณในการรักษาโรคมะเร็งในฐานที่ 2 ดังนี้ ต้นอังกาบหนู ต้นดีขาว ต้นขี้เหล็ก ขมิ้น ข่อย ดอกไผ่ ทองพันชั่ง เปราะใหญ่ แพงพวย มะระขี้นก เป็นต้น แต่สมุนไพรประจำฐานที่มีในปัจจุบันมีต้นข่อย ต้นอังกาบหนู เป็นต้น



รูปภาพ 67 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 2

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สมุนไพรที่กล่าวมาข้างต้นนั้นล้วนมีสรรพคุณรักษาโรคมะเร็งทั้งสิ้น อย่างต้นอังกาบหนูมีสารที่สามารถยับยั้งเซลล์มะเร็งได้ ต้นตัวเองก็มีงานวิจัยเรื่องการทดลองสารที่พบจากใบผิวดำชน โดยพบว่ามีความสามารถในการต้านมะเร็งได้ และยังไม่ได้ทำลายเซลล์ปกติอีกด้วย แต่งานวิจัยดังกล่าวยังไม่เสร็จสิ้นพอที่จะเอาไปใช้ต่อยอดในเชิงพาณิชย์ได้ จึงสรุปได้แต่เพียงว่า การรับประทานผักตัวเป็นประจำจะช่วยยับยั้งเซลล์มะเร็งได้ แก่นของต้นขี้เหล็ก มีรสขม ใช้เป็นยาระบายชนิดกระตุ้นลำไส้ใหญ่ให้บีบตัว แก้วไพฑูริการ รักษาวัณโรคมะเร็งปอด ปอดอักเสบ มะเร็งลำไส้ มะเร็งกระเพาะอาหาร ขมิ้นเองก็เป็นอีกหนึ่งสมุนไพรที่มีสรรพคุณในการยับยั้งและขัดขวางการแบ่งตัวของเซลล์มะเร็ง ต้นข่อยเปลือกต้นและกระพี้หรือส่วนของเนื้อไม้ที่หุ้มแก่น มีรสเมาฝาดขม ป้องกันมะเร็งได้ นอกจากนั้นเปลือกของต้นทุกลี แก้วพิษในกระดุก ฆ่าพยาธิ ป้องกันมะเร็งได้ มะเร็ง รากของต้นทองพันชั่ง แก้วกลากเกลื้อน รักษาโรคมะเร็ง รากต้นเปล้าใหญ่มีรสร้อนเมา แก้วน้ำเหลืองเสีย แก้วโรคผิวหนัง ผื่นคัน แก้วโรคเรื้อน มะเร็ง ใบต้นแพงพวย มีรสเย็น แก้วมะเร็งในเม็ดเลือดของเด็ก แก้วมะเร็งต่างๆ ผลมะระขี้นก ผลสดมีรสขมจัด ผลอ่อนมีวิตามินซีสูงมาก นำมาต้มหรือประกอบอาหาร ต้านเชื้อไวรัสและมะเร็งได้

วิธีการใช้สมุนไพรในการรักษามะเร็ง คือ นำสมุนไพร ต้นอังกาบหนู ต้นขี้เหล็ก ขมิ้น ข่อย ทุกลี ทองพันชั่ง เปล้าใหญ่ แพงพวย มะระขี้นก มาตากแดดให้แห้ง อย่างละ 1 กำมือ นำสมุนไพรที่ตากแห้งแล้ว เช่น ใบ แก่น ราก มาต้ม 10-15 นาที ผู้ป่วยทานไปเรื่อย ๆ จนมีอาการดีขึ้น (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

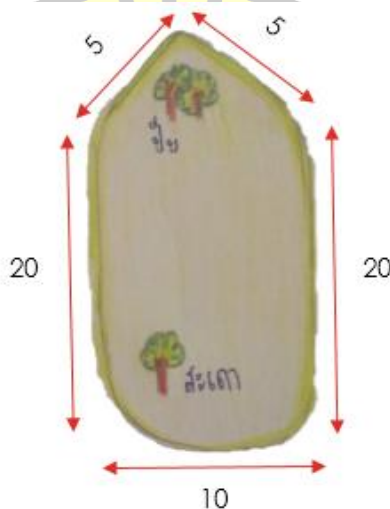


รูปภาพ 68 ฐานการเรียนรู้ที่ 2

รูปภาพโดยผู้วิจัย

5.1.3 ฐานการเรียนรู้ที่ 3 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคจิตสืดวง

ฐานที่ 3 อยู่ติดกับประตูฝั่งทางทิศตะวันออกของวัด ฐานที่ 3 มีรูปทรงเป็นทรงคล้ายรูปเรขาคณิตทรง 5 เหลี่ยม มีพื้นที่ขนาดประมาณ 200 ตารางเมตร โดยฐานที่ 3 เป็นฐานการเรียนรู้ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคจิตสืดวง จะมีสมุนไพรที่มีสรรพคุณในการรักษาโรคจิตสืดวงในฐานที่ 3 ดังนี้ ต้นปืบ (ริดสีดวงจุมก) ต้นว่านงาช้าง (ริดสีดวงทวาร) ต้นสะเดา (ริดสีดวงทวาร, ฆ่าพยาธิ) ต้นว่านหาง จระเข้ (ริดสีดวงทวาร) และต้นกำแพง 7 ชั้น (ริดสีดวงทวาร) เป็นต้น แต่สมุนไพรประจำฐานที่มีในปัจจุบันมีต้นปืบ และต้นสะเดา เป็นต้น



รูปภาพ 69 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 3

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สมุนไพรที่กล่าวมาข้างต้นนั้นล้วนมีสรรพคุณรักษาโรคริดสีดวงทั้งสิ้น เช่น ต้นปีบ มีสรรพคุณรักษาโรคริดสีดวงจุก โดยใช้ดอกตากแห้ง มีรสหวานหอม มีสรรพคุณขยายหลอดเลือด ม้วน เป็นบุหรี่สูบรักษาหิด สูบแก้ริดสีดวงจุก ใช้น้ำสกัด อบ ตื่นว่านางข้าง ใช้ส่วนราก ที่มีรสเย็น ตำคั้น เอน้ำดื่มถ่ายพยาธิ แก้ริดสีดวงทวารหนัก ต้นสะเดา ใช้ดอกและผลอ่อน มีรสขม ฆ่าพยาธิ แก้ริดสีดวง ตื่นว่านางข้างจะเข้ ใช้ส่วนเนื้ออุ่น เหน็บทวาร มีสรรพคุณรักษาโรคริดสีดวงทวาร และต้นกำแพง 7 ชั้น มีสรรพคุณแก้ริดสีดวงทวาร เข้ายากับ ว่านงวงข้าง แก่นกระถิน ปูนขาว แล้วต้ม เป็นต้น

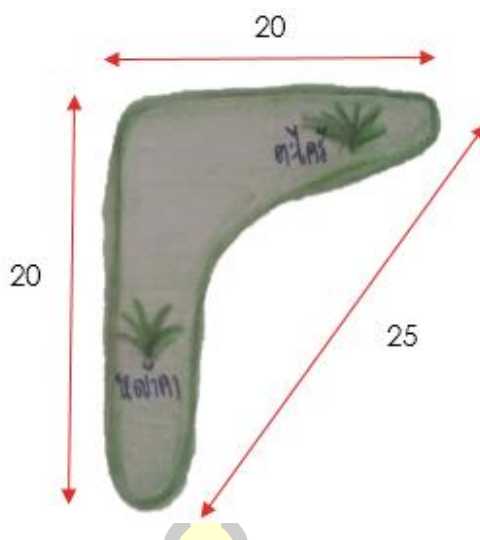
วิธีการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคริดสีดวงจุก คือ ใช้ดอกของต้นปีบมาตากแดดให้แห้ง แล้วม้วนใส่ใบตอง ใช้วิธีการสูบรมควัน แล้วสูดดมรักษาโรคริดสีดวงจุกได้ (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

ส่วนวิธีการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคริดสีดวงทวาร คือ ใช้ผิวมะกรูดใส่เข้าไปในรูทวาร รักษาโรคริดสีดวงทวารได้ หรือจะใช้ต้นว่านางข้าง ใช้ส่วนราก ตำคั้นเอน้ำดื่มแก้ริดสีดวงทวารหนัก หรือใช้ต้นว่านางข้างจะเข้ ใช้ส่วนเนื้ออุ่น เหน็บทวาร มีสรรพคุณรักษาโรคริดสีดวงทวารเช่นกัน และต้นกำแพง 7 ชั้น มีสรรพคุณแก้ริดสีดวงทวาร เข้ายากับ ว่านงวงข้าง แก่นกระถิน ปูนขาว แล้วต้ม 10-15 นาที ทาน เข้า กลางวัน เย็น หลังอาหาร ให้ผู้ป่วยทานไปเรื่อยๆ จนมีอาการดีขึ้น อาการปวดลดลง อาการเจ็บลดลง

5.1.4 ฐานเรียนรู้ที่ 4 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการขับปัสสาวะ

ฐานที่ 4 อยู่ติดกับมุมกำแพงด้านทิศตะวันออกและทิศใต้ ฐานที่ 4 มีรูปทรงคล้ายกับ บุมเมอแรง มีพื้นที่ขนาดประมาณ 195 ตารางเมตร โดยฐานที่ 4 เป็นฐานการเรียนรู้ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการขับปัสสาวะ จะมีสมุนไพรที่มีสรรพคุณในการขับปัสสาวะในฐานที่ 4 ดังนี้ ต้นตะไคร้ ต้นหญ้าคาต้นกระเจียวแดง ต้นขิง ต้นขี้เหล็ก ต้นโศมน้ำไม่รู้ลืม ต้นเตยหอม ต้นอัญชัน ต้นมะรุม ต้นมะละกอ ต้นสะเดา ต้นอังกาบหนู ต้นหญ้าางวงข้าง และต้นอ้อยแดง เป็นต้น แต่สมุนไพรประจำฐานที่มีในปัจจุบันมีต้นตะไคร้ และต้นหญ้าคา เป็นต้น

พูน ปณ จิต ชีเว



รูปภาพ 70 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 4

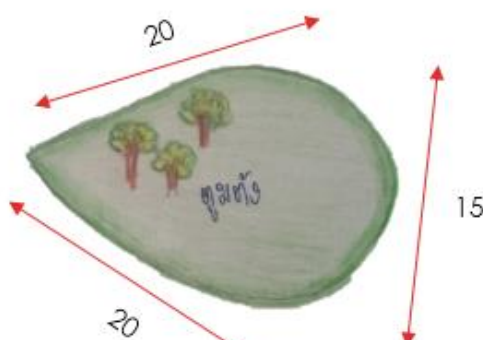
รูปภาพโดยผู้วิจัย

สมุนไพรที่กล่าวมาข้างต้นนั้นล้วนมีสรรพคุณรักษาโรคติดต่อทั้งสิ้น เช่น ต้นตะไคร้ทั้งต้น มีรสหอมปร่า แก้โรกระบบทางเดินปัสสาวะและนิ่ว ตันกระเจี๊ยบแดงส่วนดอก ใบและยอด มีสรรพคุณขับนิ่วในไต ขับนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ แก้โรคทางเดินปัสสาวะอักเสบ ขับปัสสาวะ ตันขิง ก็มีสรรพคุณ แก้นิ่ว แก้ขัดปัสสาวะ ช่วยย่อยอาหาร ตันขี้เหล็กในส่วนของรากและใบ มีสรรพคุณ แก้นิ่ว ขับปัสสาวะ ตันโศไม่รู้อุ้มใช้ทั้งต้น เป็นยาขับปัสสาวะ ตันเตยหอมใช้รากและต้น มีสรรพคุณแก้กระษัย ไตพิการ ขับปัสสาวะ ตันอัญชันใช้ส่วนราก (นิยมใช้รากของตันอัญชันดอกขาว) มีสรรพคุณขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะพิการ ตันมะรุม ดอกของตันมะรุม มีสรรพคุณขับปัสสาวะ ส่วนฝักของตันมะรุม ก็มีสรรพคุณแก้ปัสสาวะพิการ ตันมะละกอ ใช้ราก มีรสขื่นฉุนเย็น ต้มดื่มแก้ทางเดินปัสสาวะอักเสบ ขับปัสสาวะ ตันองคใบหนูในส่วนของใบและต้น ก็มีสรรพคุณขับปัสสาวะ ตันสะเดาในส่วนของใบอ่อนหรือยอด มีสรรพคุณเป็นยาขับปัสสาวะ ตันหญ้าคาใช้ราก รสจืดเย็น มีสรรพคุณขับปัสสาวะ แก้กระเพาะปัสสาวะอักเสบ แก้ปัสสาวะแฉ่งขุ่นข้น บำรุงไต แก้อ่อนในกระหายน้ำ ตันหญ้างวงช้างใช้ทั้งต้น ต้มดื่ม มีสรรพคุณขับพิษร้อน ขับนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ ขับปัสสาวะ และตันอ้อยแดงทั้งต้น มีรสหวานขม สรรพคุณแก้ปัสสาวะพิการ แก้ขัดเบา แก้โรคนิ่ว เป็นต้น

วิธีการใช้สมุนไพรในการรักษาการขับปัสสาวะ คือนำดอกกระเจี๊ยบแดงมาต้มกับน้ำ 10-15 นาที และให้ดื่มวันละ 3 ครั้งติดต่อกัน 7 วันจะช่วยขับปัสสาวะได้ดี และยังช่วยรักษาโรคทางเดินปัสสาวะ นิ่วในไตได้เป็นอย่างดีอีกด้วย หรือจะใช้ตะไคร้มาต้มกับน้ำ 10-15 นาที ใช้ดื่มแทนน้ำทุกวัน จะช่วยให้ปัสสาวะใสสะอาด หรือจะใช้รากและตันเตยหอมประมาณ 1 กำมือ มาต้มน้ำ 10-15 นาที ใช้ดื่มทุกวันจะช่วยขับปัสสาวะได้ดีทีเดียว (พระครูประสิทธิธรรมารักษ์, 2566: สัมภาษณ์)

5.1.5 ฐานเรียนรู้ที่ 5 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรด้านความสวย

ฐานที่ 5 อยู่ติดกับฐานที่ 3,4 ซึ่งลักษณะทางกายภาพของฐานเรียนรู้สมุนไพรด้านความงามนั้น มีลักษณะฐานเป็นรูปทรงเป็นรูปหยดน้ำลักษณะทางภูมิศาสตร์ มีต้นไม้ยืนต้นขึ้นเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งมีต้นสมุนไพรที่ปรากฏเด่นชัดในฐานเรียนรู้ที่ 5 ได้แก่ ต้นตูมต้ง หรือต้นทานาคา ว่านหางจระเข้ และขมิ้น เป็นต้น



รูปภาพ 71 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 5

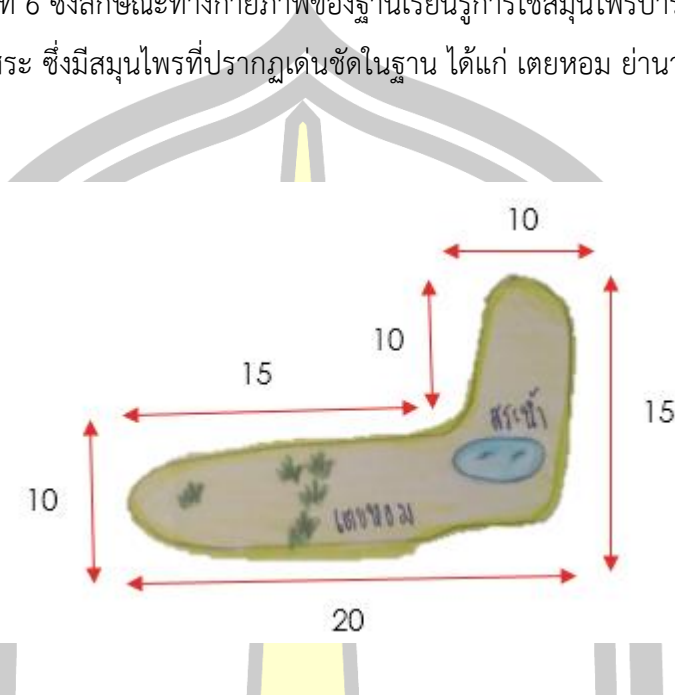
รูปภาพโดยผู้วิจัย

สมุนไพรเหล่านี้ล้วนมีสรรพคุณที่ช่วยเสริมสร้างความงาม เช่นมีสารต่อต้านอนุมูลอิสระ ต่อต้านความเสื่อมโทรมของเซลล์ ลดผดผื่น ลดจุดด่างดำ ลดฝ้า เพราะในทานาคา (ตูมต้ง) มีสาร OPC และ Curcuminoid ส่วนว่านหางจระเข้นั้น สามารถใช้สมานแผลและห้ามเลือดได้ทำให้แผลหายไว ให้ความชุ่มชื้นแก่ผิว ทำให้ผิวอมน้ำดูสุขภาพดี ขมิ้นมีส่วนช่วยบำรุงผิวพรรณไม่ว่าจะเป็นชะลอวัย ลดริ้วรอย ทำให้ผิวพรรณนุ่มนวลขาวผ่องใส แต่งตั้ง ช่วยแก้ผื่นคัน รักษาสิวเสี้ยน สิวอุดตัน รักษาแผลพุพอง แผลของแมลงสัตว์กัดต่อย

วิธีการใช้สมุนไพรด้านความสวย คือ นำแก่นของต้นตูมต้งมาตากแดดให้แห้ง และนำมาบดหรือฝนกับหินให้เป็นผงคล้ายแป้ง นำมาทาที่หน้าหรือผิวกาย หลังอาบน้ำล้างหน้าเรียบร้อยแล้ว ให้ซับหน้าพอหมาดๆ ด้วยทาด้วยผงทานาคาให้ทั่วใบหน้า ยกเว้นรอบดวงตาและริมฝีปาก ทิ้งไว้ประมาณ 15-30 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด ทำให้หน้าเนียน นุ่ม ล้างออกมาหน้าไม่แห้งตึง สามารถนำมาแต้มหัวสิวได้ ช่วยลดการอักเสบของสิวลิวจะยุบและแห้งเร็ว ควบคุมความมัน ส่วนว่านหางจระเข้และขมิ้นสามารถนำมาพอกหน้าหรือมาร์คหน้าเพื่อลดสิวลดริ้วรอยได้เนื่องจากมีสารต่อต้านอนุมูลอิสระ ทำให้ผิวพรรณนุ่มนวลขาวผ่องใส แต่งตั้ง (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

5.1.6 ฐานเรียนรู้ที่ 6 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรบำรุงหัวใจ

ฐานที่ 6 ซึ่งลักษณะทางกายภาพของฐานการเรียนรู้การใช้สมุนไพรบำรุงหัวใจนั้น มีลักษณะฐานเป็นรูปทรงอิสระ ซึ่งมีสมุนไพรที่ปรากฏเด่นชัดในฐาน ได้แก่ เตยหอม ย่านาง กระเทียม ชิง เป็นต้น



รูปภาพ 72 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 6

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สมุนไพรในฐานนี้ล้วนมีสรรพคุณที่ช่วยบำรุงหัวใจ ไม่ว่าจะเป็นเตยหอม เพราะมีฤทธิ์ทางยา ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ เพราะใบเตยมีฤทธิ์ลดอัตราการเต้นของหัวใจ จึงช่วยบำรุงหัวใจได้อย่างดี วิธีรับประทานคือ ใช้ใบสดผสมในอาหาร แล้วรับประทาน หรือนำใบสดมาคั้นน้ำรับประทาน ครั้งละ 2-4 ช้อนแกง ช่วยดับกระหาย เนื่องจากใบเตยมีกลิ่นหอมเย็น หากนำมาผสมน้ำรับประทาน จะช่วยดับกระหาย คลายร้อน ทานแล้วรู้สึกชื่นใจ และชุ่มคอได้เป็นอย่างดี และย่านางนั้นก็เป็นสมุนไพรที่มีสรรพคุณบำรุงหัวใจ เพราะย่านางนั้นมีฤทธิ์ เป็นยาเย็น ส่วนที่บำรุงหัวใจใช้ส่วนรากของต้นย่านางนำไปตากแห้ง แล้วนำมาต้มเท่ากำมือ ส่วนกระเทียม สมุนไพรที่ทุกคนต้องมีติดบ้าน อย่างกระเทียมถือเป็นสมุนไพรที่มีสรรพคุณมากมายทีเดียว โดยเฉพาะประโยชน์ๆ ที่มีต่อสุขภาพหัวใจ เพราะในกระเทียมมีสารอัลลิซินที่ช่วยลดไขมันเลวในเลือดและลดระดับไตรกลีเซอไรด์ ซึ่งเป็นศัตรูตัวร้ายของหัวใจเลย กระเทียมจึงช่วยลดโอกาสการอุดตันไขมันในหลอดเลือด อันทำให้เกิดโรคหัวใจได้ ส่วนชิงช่วยกระตุ้นการไหลเวียนเลือด ช่วยลดโอกาสการก่อตัวของ fibrin โปรตีนชนิดหนึ่งที่ทำให้โลหิตแข็งตัวหรือจับตัวเป็นลิ่มเลือดซึ่งจะไปอุดตันหลอดเลือดช่วยให้หัวใจแข็งแรง และยังมีสมุนไพรอีกตัวคือ กระชาย(เหง้าใต้ดิน) ช่วยบำรุงหัวใจ ด้วยการใช้น้ำและรากของกระชายนำมาปอกเปลือก ล้างน้ำให้สะอาด นำมาหั่นตากแห้งแล้วบดจนเป็นผง และให้ใช้ผงแห้งที่เตรียมไว้ประมาณ 1 ช้อนชา นำมาชงกับน้ำร้อนครึ่งถ้วยชา แล้วรับประทานเพียงครั้งเดียว

วิธีการใช้สมุนไพรในการบำรุงหัวใจ คือ กระเทียมสดวันละ 2-3 กลีบ จะช่วยบำรุงหัวใจให้แข็งแรงขึ้นได้ หรือใช้ใบเตยนำใบสดมาคั้นดื่ม ครั้งละประมาณ 2-4 ช้อนแกง (4-8 ช้อนโต๊ะ) หรือต้มใบเตยกับน้ำเปล่าแล้วดื่ม จะช่วยให้ร่างกายสดชื่นกระปรี้กระเปร่า เพราะใบเตยมีฤทธิ์บำรุงกำลังและระบบประสาท พร้อมกับช่วยบำรุงหัวใจด้วย (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

5.1.7 ฐานเรียนรู้ที่ 7 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการป้องกันโควิด

ฐานที่ 7 มีลักษณะทางกายภาพของฐานการใช้สมุนไพรในการป้องกันโควิด มีรูปทรงเป็นรูปสี่เหลี่ยม ซึ่งมีสมุนไพรที่ปรากฏเด่นชัดได้แก่ ฟ้าทะลายโจร กระชาย จิง บอระเพ็ด เป็นต้น สมุนไพรในฐานนี้ล้วนมีสรรพคุณที่ช่วยในการป้องกันเชื้อไวรัสโควิดได้ เพราะฟ้าทะลายโจรมีสารที่ชื่อว่า “แอนโดรกราโฟไลด์ (Andrographolide)” ที่สามารถยับยั้งการแพร่เชื้อโควิด-19 ได้ ทำให้ผู้ป่วยอาการไม่รุนแรงมีอาการดีขึ้น และมีส่วนช่วยในการป้องกันปอดอักเสบ และกระชายมีสรรพคุณช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย ลดไข้ แก้ไอ เจ็บคอ หรือแก้ท้องอืดจุกเสียดได้ โดยเฉพาะช่วงที่เราฉีดวัคซีนซึ่งหลายคนมีอาการไข้ขึ้น รู้สึกร้อนๆ หนาวๆ กระชายก็มีฤทธิ์ช่วยลดไข้ ส่วนความเผ็ดร้อนของกระชายก็ช่วยให้สดชื่น กระปรี้กระเปร่าขึ้น หรือรู้สึกเหนื่อยน้อยลง



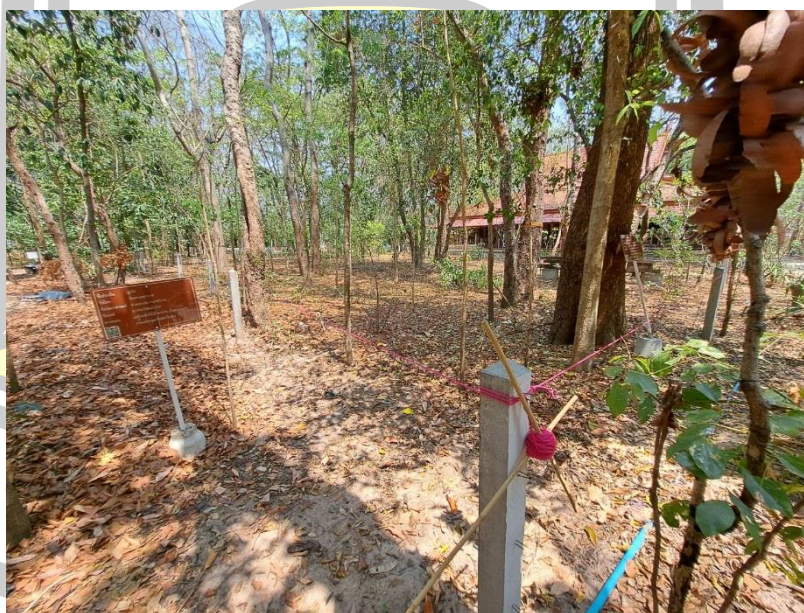
รูปภาพ 73 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 7

รูปภาพโดยผู้วิจัย

จึงสามารถนำมาทำเป็นน้ำจิง เพราะเหมาะสำหรับการป้องกันโควิด - 19 ในช่วงนี้มาก หากมีอาหารระคายคอ หรือเจ็บคอขึ้นมา หากทานน้ำจิงผสมมะนาวจะช่วยกระตุ้นน้ำลาย และจะช่วยลดการติดเชื้อในลำคอ ซึ่งมีสารต่อการสร้างภูมิคุ้มกันในช่วงนี้เช่นกัน เพราะในน้ำจิงมีวิตามินซีสูง ช่วยลดการสะสมเชื้อโรคในระบบทางเดินหายใจ ความเผ็ดร้อนจากขิงช่วงให้ร่างกายขับเหงื่อมากขึ้น

บรรเทาอุณหภูมิความร้อนในร่างกายให้ลดลง หากเป็นหวัดนอกจากการดูแลสุขภาพแล้ว การที่ดื่มน้ำ ชิงมะนาวช่วยให้ร่างกายแข็งแรง และบอระเพ็ด เถาบอระเพ็ดมีรสขมจัด สรรพคุณช่วยแก้ไข้ทุกชนิด โดยใช้เถาแก่สดหรือต้นสด 2 คืบครึ่ง (30-40 กรัม) ตำผสมน้ำเล็กน้อย แล้วคั้นเอาแต่น้ำมาดื่ม หรือ ต้มกับน้ำโดยใช้น้ำ 3 ส่วน เคี้ยวให้เหลือ 1 ส่วน ดื่มเป็นยาขมวันละ 2 ครั้ง ก่อนอาหารเช้า-เย็น หรือ เวลามีอาการ จะเห็นได้ว่าสมุนไพรทุกชนิดที่กล่าวล้วนแต่มีสรรพคุณช่วยป้องกันโควิดอาจจะไม่มาก แต่ช่วยสร้างภูมิกันในร่างกายได้มีภูมิต้านทานต่อเชื้อไวรัสโควิดได้

วิธีใช้สมุนไพรในการป้องกันโควิด คือ กระจายสามารถเสริมภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย ได้ และมีผลวิจัยในหลอดทดลองว่า กระจายขาวมีสารฟิโนสโตบิน และแพนดราทินเอ ที่สามารถ ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อไวรัสโควิด - 19 ได้วิธีการทำน้ำกระจายดื่ม คือ เตรียมกระจาย 3 - 4 แห่ง ,มะนาว 1 - 2 ซีก , น้ำผึ้ง 1 ช้อนโต๊ะ, เกลือ ¼ ช้อนชา, น้ำเปล่า 500 มล.,โซดา ล้างกระจาย ให้สะอาด และหั่นกระจายเป็นชิ้นแว่นๆ และชิ้นเล็กลงในเครื่องปั่น ใส่ น้ำลงไปแล้วปั่น และตักฟอง ออก แล้วกรองน้ำกระจายปั่นโดยผ่านกระชอน ใส่ น้ำผึ้งมะนาว และเติมโซดาเพื่อความสดชื่น ส่วน วิธีทานฟ้าทะลายโจรเพิ่มภูมิคุ้มกัน ด้านโควิด - 19 ใช้รักษาเมื่อมีอาการ หากรู้สึกเป็นไข้ ไม่สบาย หากอยากทานฟ้าทะลายโจรเพื่อป้องกันไม่ให้ร่างกายอ่อนแอหรือไม่สบาย สามารถทานใบสด วันละ 2 -3 ใบ ช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกันได้ดี (พระครูประสิทธิธรรมารักษ์, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 74 ฐานการเรียนรู้ที่ 7

รูปภาพโดยผู้วิจัย

5.1.8 ฐานเรียนรู้ที่ 8 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเพื่อบำรุงกำลัง

ฐานที่ 8 มีลักษณะทางกายภาพคล้ายรูปสามเหลี่ยมมีต้นไม้ยืนต้นขึ้นเป็นจำนวนมาก สมุนไพรที่ปรากฏในฐานเด่นชัดได้แก่ ต้นโตไม่รู้ล้ม ต้นกำลังเสือโคร่ง ขมิ้น ขิง และกระชาย เป็นต้น



รูปภาพ 75 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 8

รูปภาพโดยผู้วิจัย

สมุนไพรในฐานนี้ล้วนมีสรรพคุณที่ช่วยบำรุงกำลัง เช่น ต้นโตไม่รู้ล้ม ใช้เป็นยาบำรุงกำลังร่างกาย ต้มน้ำดื่ม แก้ไอ และบำรุงกำลัง บำรุงสมรรถภาพทางเพศ ต้นกำลังเสือโคร่งซึ่งมีสรรพคุณช่วยบำรุงร่างกายและบำรุงกำลังทางเพศเป็นหลัก ขมิ้นมีสรรพคุณช่วยขับพิษที่สะสมในตับเนื่องจากมีฤทธิ์ป้องกันตับอักเสบ ช่วยบำรุงตับ และฟื้นฟูตับใช้เป็นสมุนไพรที่บำรุงกำลังและช่วยฟื้นฟูสุขภาพ ลำ้งพิษออกจากตับซึ่งขมิ้นเป็นพืชล้มลุกที่จัดอยู่ในตระกูลเดียวกับขิง และประโยชน์ทางยาของขิงคือ เป็นยาขมทำให้เจริญ บำรุงกำลังได้ดี บำรุงธาตุ ต่อมาคือกระชายนั้นจัดเป็นตระกูลพืชล้มลุกเดียวกับขิงขมิ้น กระชายนั้นสรรพคุณ ช่วยบำรุงร่างกาย เป็นยาอายุวัฒนะช่วยบำรุงธาตุในร่างกาย (ใบ) ช่วยแก้ลมวิงเวียน แน่นหน้าอก ช่วยบำรุงกำลัง เสริมสมรรถภาพทางเพศ บำบัดโรคเนกเขาไม่ขึ้นหรือโรคอีดี (Erectile Dysfunctional หรือ ED) อีกด้วย

วิธีการใช้สมุนไพรเพื่อบำรุงกำลัง คือ ต้นโตไม่รู้ล้มใช้ ราก ต้มน้ำดื่ม หรือดองเหล้าดื่ม เข้ากับยากำลังเสือโคร่ง ม้ากระเทียมบำรุงร่างกายแก้ปวดเมื่อย ส่วนต้นกำลังเสือโคร่งใช้แก่น ต้มน้ำดื่ม ช่วยบำรุงกำลัง แก้ปวดเมื่อย (พระครูประสิทธิธรรมารักษ์, 2566: สัมภาษณ์)

5.1.9 ฐานเรียนรู้ที่ 9 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเพื่อแก้ปวด

ฐานที่ 9 มีลักษณะทางกายภาพเป็นรูปทรงอิสระ มีต้นไม้ใหญ่เป็นจำนวนมาก ในฐานนี้มีต้นสมุนไพรที่ใช้แก้ปวดเด่นชัดที่ปรากฏได้แก่ เถาวัลย์เปรียง ต้นกำแพง 7 ชั้น กระชาย สะเดา ขิง เป็นต้น



รูปภาพ 76 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 9

รูปภาพโดยผู้วิจัย

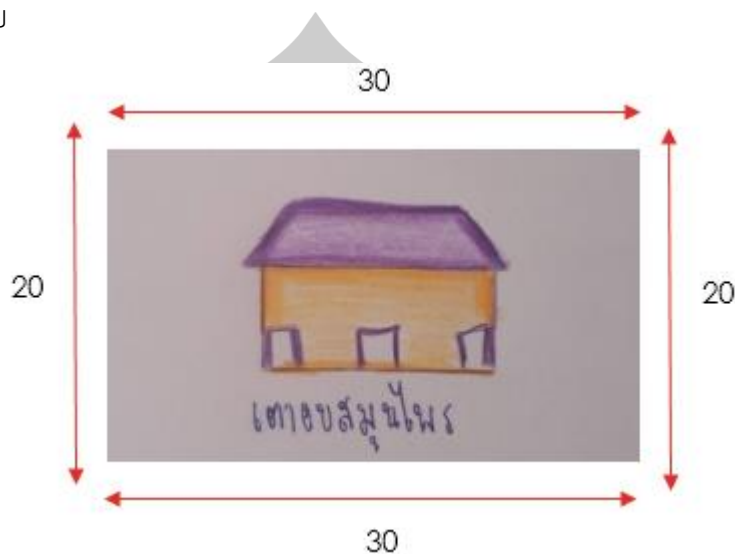
สมุนไพรในฐานนี้ล้วนมีสรรพคุณที่ช่วยแก้ปวด ไม่ว่าจะเป็นเถาวัลย์เปรียงสรรพคุณแก้ปวดเมื่อย แก้เส้นเอ็นพิการ แก้เมื่อยขบในร่างกาย แก้กระษัยเหน็บชา ถ่ายเส้น ถ่ายกระษัย แก้เส้นเอ็นชืด แก้ปวด ทำให้เส้นเอ็นอ่อนลง เป็นสมุนไพรที่มีการนำมาใช้ในสูตรยาอบสมุนไพรเพื่อสุขภาพ โดยใช้เป็นส่วนประกอบเพิ่มเติมจากสูตรยาอบสมุนไพรหลัก เมื่อต้องการอบเพื่อรักษาอาการปวดเมื่อย ปวดหลัง ปวดเอว เป็นต้น และกำแพง 7 ชั้นนั้น แก้ปวดตามข้อ แก้ไขข้อพิการ เข้าข้อ แก้ประดง ลำต้น แก้ปวดเมื่อย คลายเส้นเอ็น ส่วนกระชาย ช่วยแก้การปวดเมื่อย (ราก, เหง้า) ช่วยบำรุงเส้นเอ็นให้แข็งแรง ส่วนสะเดานั้น เปลือกต้น รสขมฝาดเย็น แก้กระษัย และขิงนั้น มีสรรพคุณช่วยลดอาการปวดไมเกรนได้ถึง 60% ซึ่งการที่ขิงสามารถบรรเทาอาการปวดไมเกรน มาจากการที่ขิงมีฤทธิ์ในการลดกระบวนการอักเสบ ลดอาการปวดในร่างกาย ลดการสร้างสารพรอสตาแกลนดิน (prostaglandins) ที่ทำให้ปวดและอักเสบ

วิธีการใช้สมุนไพรเพื่อแก้ปวด คือ ใช้สมุนไพรเถาวัลย์เปรียงและต้นกำแพง 7 ชั้น ใช้ลำต้นมาตากแดดให้แห้ง แล้วนำสมุนไพรที่ตากแห้งแล้วมาต้ม 10-15 นาที ผู้ป่วย มีอาการปวดลดลง และมีอาการดีขึ้นเรื่อย ๆ ตามลำดับ (พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

5.1.10 ฐานเรียนรู้ที่ 10 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการอบสมุนไพรเชิงสุขภาพ

ฐานที่ 10 อยู่ใกล้ๆ ประตูฝั่งทางทิศตะวันออก ฝั่งซ้ายมือถัดจากฐานที่ 2 ฐานที่ 10 มีรูปทรงเป็นทรงสี่เหลี่ยมผืนผ้า มีศาลาอบสมุนไพรอยู่ในฐานที่ 10 มีพื้นที่รอบเตาอบสมุนไพรขนาดประมาณ 600 ตารางเมตร โดยฐานที่ 10 ฐานการเรียนรู้ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการอบสมุนไพรเชิงสุขภาพ และใช้สมุนไพรที่อยู่ในพื้นที่วัดป่าท่าแร่มาใช้อบสมุนไพรในฐานที่ 10 การอบสมุนไพรใน

วัดป่าท่าแร่เป็นเป็นการใช้สมุนไพรที่มีอยู่ในวัดและใช้สมุนไพรที่ขึ้นตามฤดูกาลของแต่ละช่วงของฤดูกาลนั้น ๆ ด้วย



รูปภาพ 77 ลักษณะฐานการเรียนรู้ที่ 10

รูปภาพโดยผู้วิจัย

การอบสมุนไพร เป็นวิธีการบำบัดรักษาและส่งเสริมสุขภาพ ตามหลักของการแพทย์แผนไทย โดยใช้หลักการอบสมุนไพร คือ ต้มสมุนไพรหลาย ๆ ชนิดรวมกัน ซึ่งประกอบด้วยสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหยและสมุนไพรรักษาตามอาการ สมุนไพรที่มีรสเปรี้ยวนำมาต้มจนเดือด ใส่น้ำมันหอมระเหย และสารระเหยต่าง ๆ ซึ่งมีอยู่ในสมุนไพรจะออกสัมผัสผิวหนังทำให้มีผลเฉพาะที่และดูดซึมเข้าไปกับลมหายใจ มีผลต่อระบบทางเดินหายใจ และผลทั่วร่างกาย ดังนั้นผลการรักษาด้วยการอบสมุนไพรที่ซึมผ่านผิวหนัง และเข้าไปกับลมหายใจ ซึ่งมีประโยชน์ต่อสุขภาพดังนี้ (พระครูประสิทธิธรรมารักษ์, 2566: สัมภาษณ์)

1. ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของโลหิตในร่างกายดีขึ้น คลายความตึงเครียด
2. ช่วยชำระล้างและขับของเสียออกจากร่างกาย
3. ช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อและเส้นเอ็นบรรเทาอาการปวดเมื่อย
4. ช่วยทำให้ระบบการหายใจดีขึ้น
5. ช่วยบำรุงผิวพรรณ บรรเทาอาการผดผื่นคัน
6. ช่วยให้น้ำหนักร่างกายลดลงได้ชั่วคราว
7. ช่วยให้มีกลิ่นตัวเร็วในหญิงหลังคลอด
8. ช่วยให้สบายตัว ลดอาการปวดศีรษะ

สมุนไพรที่ใช้ในการอบสมุนไพร อาจใช้สมุนไพรสดหรือสมุนไพรแห้ง ขึ้นอยู่กับความสะดวกในการหาได้ในแต่ละท้องถิ่น และเป็นสมุนไพรที่หาได้ตามฤดูกาลของแต่ละช่วงด้วย แต่สมุนไพรสดจะมีคุณภาพดีกว่าสมุนไพรแห้ง เพราะคุณภาพสมุนไพรสดจะลดน้อยลงจนทำให้แห้ง การซื้อสมุนไพรแห้งอาจเก่าและเสื่อมคุณภาพได้

การใช้สมุนไพรสดมักไม่จำกัดชนิด อาจเพิ่มหรือลดชนิดตามความต้องการในการใช้ประโยชน์ และยากง่ายในการจัดหา แต่ถือหลักว่าควรมีสมุนไพรครบทั้ง 4 กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มที่ 1 สมุนไพรที่มีกลิ่นหอม กลุ่มนี้มีฤทธิ์สำคัญที่ออกฤทธิ์เป็นน้ำมันหอมระเหย ซึ่งช่วยรักษาโรคต่าง ๆ เช่น โรคผิวหนัง ปวดเมื่อย หัววัด คัดจมูก ตัวอย่างเช่น ไพล ขมิ้นชัน ตะไคร้ มะกรูด การใช้สมุนไพรสดควรเปลี่ยนถ่ายทุกวัน มิฉะนั้นอาจเน่าเกิดกลิ่นเหม็น แต่สมุนไพรแห้งอาจใช้ต่อเนื่องได้ 3-5 วัน

กลุ่มที่ 2 สมุนไพรที่มีรสเปรี้ยว กลุ่มนี้มีฤทธิ์เป็นกรดอ่อนๆ ซึ่งช่วยชะล้างสิ่งสกปรก และเพิ่มความต้านทานโรคให้กับผิวหนัง ตัวอย่างเช่น ใบมะขาม และฝักส้มป่อย

กลุ่มที่ 3 เป็นสารประกอบที่ระเหิดได้เมื่อถูกความร้อนและมีกลิ่นหอม เช่น การบูร พิมเสน

กลุ่มที่ 4 สมุนไพรที่ใช้รักษาเฉพาะโรค เช่น ต้องการรักษาโรคผิวหนัง ผื่นคัน ใช้เหงือกปลาหมอ เป็นต้น (พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

ตัวอย่าง สูตรสมุนไพรที่ใช้อย่างมีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย

1. ขอดผักบุ้ง จำนวน 5 ยอด
2. ใบมะกรูด จำนวน 3 - 5 ใบ
3. ใบมะขาม จำนวน 1 กำมือ
4. ใบส้มป่อย จำนวน 1 กำมือ
5. ต้นตะไคร้ จำนวน 3 ต้น
6. หัวไพล จำนวน 2 - 3 หัว
7. ใบพลับพลึง จำนวน 1 - 2 ใบ
8. ใบหนาด จำนวน 3 - 5 ใบ
9. ขมิ้น จำนวน 2 - 3 หัว
10. การบูร จำนวน 15 กรัม



รูปภาพ 78 โรงอบสมุนไพรร
รูปภาพโดยผู้วิจัย



รูปภาพ 79 ห้องอบสมุนไพรร ผังผู้ชาย
รูปภาพโดยผู้วิจัย



รูปภาพ 80 ห้องอบสมุนไพรผิงผู้หญิง
รูปภาพโดยผู้วิจัย

5.2 นวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรกับการส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการ

นอกจากการจัดการพื้นที่ภายในวัดให้เป็นฐานเรียนรู้ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในด้านต่าง ๆ แล้ว ยังมีการนำสมุนไพรบางส่วนหรือบางชนิดมาเป็นพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์เชิงนวัตกรรม และมีการสร้างเตาอบสมุนไพรขึ้นมาภายในวัด เพื่อประโยชน์ในการอบสมุนไพรเชิงสุขภาพ โดยใช้สมุนไพรที่มีอยู่ภายในวัด ซึ่งถือว่าเป็นนวัตกรรมอย่างหนึ่ง โดยมีขั้นตอนในการบริหารจัดการเพื่อการบริการแก่ผู้เข้ามาอบสมุนไพร ดังนี้

5.2.1 เตาอบและหม้อต้มสมุนไพร ขั้นตอนในการให้บริการอบไอน้ำสมุนไพร

1. ให้ผู้ที่เข้าอบสมุนไพรอาบน้ำ เพื่อชำระสิ่งสกปรกที่อาจติดอยู่ตามรูขุมขน และเพื่อเป็นการเตรียมเส้นเลือดให้พร้อมต่อการยืดขยายและหดตัว แล้วแต่งกายด้วยเสื้อผ้าให้น้อยชิ้น
2. ให้ผู้รับบริการเข้าอบตัวในห้องอบสมุนไพร ซึ่งมีการควบคุมอุณหภูมิให้อยู่ระหว่าง 42-45 องศา ใช้เวลาในอบสมุนไพรรวม 30 นาที โดยอบ 2 ครั้ง ครั้งละ 15 นาที และออกมานั่งพัก 3-5 นาที หลังการอบครั้งแรก ควรดื่มน้ำทดแทนแต่ไม่ควรเป็นน้ำเย็นจัด ในรายที่ไม่คุ้นเคยกับการอบอาจใช้เวลาอบนาน 10 นาที 3 ครั้ง

3. หลังการอบครบตามเวลา ไม่ควรอาบน้ำทันที ให้นั่งพัก 3-5 นาที หรือรอจนเหงื่อแห้งแล้วจึงอาบน้ำอีกครั้ง เพื่อชำระคราบเหงื่อไคลและสมุนไพรรอกจากร่างกายและช่วยให้เส้นเลือดหดตัวเป็นปกติ

4. การนัดหมายให้มารับบริการอบ อย่างน้อย 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ หรือ วันเว้นวัน ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของแต่ละราย

5. ประเมินผลการรักษา ประเมินผลจากการตรวจร่างกาย โดยการชั่งน้ำหนัก วัดความดันโลหิต และซักประวัติอาการของผู้ป่วยว่าดีขึ้นหรือไม่

บันทึกประวัติการเจ็บป่วยโดยสังเขปและการบำบัดรักษาไว้ที่บัตรประจำตัวผู้ป่วย (OPD Card) ทุกครั้ง และทุกราย เพื่อประโยชน์ในการรักษาต่อเนื่องต่อไป (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

สำหรับโรคหรืออาการที่สามารถบำบัดรักษาด้วยการอบสมุนไพรมี คือ

1. โรคภูมิแพ้
2. โรคหอบหืด ในระยะที่ไม่มีอาการรุนแรง
3. เป็นหวัด น้ำมูกไหลแต่ไม่มีการแห้งตันของน้ำมูก
4. โรคที่ไม่ได้เป็นการเจ็บป่วยเฉพะที่ หรือเป็นเฉพะที่ แต่มีหลายตำแหน่ง เช่น อัมพาต ปวดเมื่อยตามร่างกาย
5. โรคหรืออาการบางอย่าง เช่น ยก โรคเรื้อรังต่าง ๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคเกาต์ อาจต้องใช้การอบสมุนไพรร่วมกับการรักษาอื่น ๆ ตามความเหมาะสม เช่น หัตถเวชกรรม ประคบสมุนไพรมุ และการฝังเข็ม เป็นต้น

ส่วนข้อห้ามสำหรับการอบสมุนไพรมี

1. ขณะมีไข้สูง (มากกว่า 38 องศาเซลเซียส) เพราะอาจมีการติดเชื้อโรคต่างๆ
2. โรคติดต่อร้ายแรงทุกชนิด
3. มีโรคประจำตัว ได้แก่ โรคไต โรคหัวใจ โรคลมชัก โรคหอบหืด ระยะรุนแรง โรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจที่รุนแรง ในรายที่มีความดันโลหิตสูงไม่เกิน 180 มิลลิเมตรปรอท อาจให้อบได้ตามดุลยพินิจของแพทย์ แต่ควรได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด
4. สตรีขณะมีประจำเดือนร่วมกับอาการมีไข้ และปวดศีรษะร่วมด้วย ไม่ควรเข้าอบสมุนไพรมุ
5. มีการอักเสบจากบาดแผลต่าง ๆ
6. อ่อนเพลีย อดนอน อดอาหาร หรือหลังรับประทานอาหารใหม่ ๆ
7. ปวดศีรษะชนิดเวียนศีรษะ คลื่นไส้

ระยะเวลาในการบำบัด ในการบำบัดขึ้นอยู่กับอาการและดุลยพินิจของแพทย์ โดยเฉลี่ย สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ควรบำบัดและรักษาให้ต่อเนื่องกันจนกว่าอาการเจ็บป่วยจะบรรเทาหรืออาการเจ็บป่วยหายแล้วจึงหยุด (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

สำหรับผลลัพธ์ที่เกิดจากการเข้าอบสมุนไพรนั้น ผู้รับการอบมีอาการที่หลากหลาย และบางคนเข้ารับบริการการอบเพื่อสุขภาพ บางคนเข้ารับการอบเพื่อบำบัด รักษา ทำให้พบว่า ผู้เข้ามา รับบริการอบสมุนไพรที่วัดป่าท่าแร่ มีอาการคลื่นเนื้อครั่นตัว ปวดเมื่อยตามร่างกาย ความรู้สึกหลังเข้า รับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกโล่งและสบายตัว หายใจปลอดโปร่ง หายปวดเมื่อย (พระเจ้า ธีรปัญญา, 2566: สัมภาษณ์) เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเพื่อผ่อนคลายไม่ได้มีปัญหาด้านสุขภาพแต่ต้องการอบเพื่อ สุขภาพที่ดี ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกเมื่อยล้า เพราะเหงื่อออกเยอะหลังจาก ออกจากห้องอบครั้งแรก แต่หลังจากนั่งพักสักครู่จะรู้สึกผ่อนคลายหายใจปลอดโปร่ง (พระทวี ชิน วังโส, 2566: สัมภาษณ์)

บางคนเข้าใช้บริการอบสมุนไพรเนื่องจากมีอาการปวดเมื่อยตามตัว ความรู้สึกหลังเข้า รับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกเบาตัวสบายตัวปลอดโปร่ง หายปวดหัว (พระครูสังวรสิริรักษ์, 2566: สัมภาษณ์) เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเนื่องจากมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ปวดหัว ความรู้สึกหลัง เข้ารับการอบสมุนไพร พบว่าหลังจากอบสมุนไพรแล้วรู้สึกสบายตัวผ่อนคลายกล้ามเนื้อ หายใจ สะดวก และปลอดโปร่งผิวเต่งตึงมีภูมิต้านทานแข็งแรงไม่เป็นหวัดง่าย หายปวดหัวผ่อนคลาย ความเครียดได้ดี (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์) และเข้าใช้บริการอบสมุนไพรเพื่อ สุขภาพ และมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกดีสบาย ตัว ผ่อนคลายความเครียดได้ดี ทางเดินหายใจปลอดโปร่ง มีภูมิต้านทานโรคที่แข็งแรง (ประกาย โยธา ภัคดี, 2566: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้ยังมีการอบเชิงสุขภาพโดยไม่ได้มีโรคอะไร และพบว่า ความรู้สึกหลังเข้ารับ การอบสมุนไพร พบว่าร่างกายผ่อนคลายและรู้สึกสบายตัว และสดชื่น (สมาท มณีวงษ์, 2566: สัมภาษณ์) และเข้าใช้บริการอบสมุนไพรไม่ได้มีโรคประจำตัวอะไร เข้ามาอบเพื่อสุขภาพให้ดีขึ้น ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่าร่างกายผ่อนคลายสดชื่น หายใจโล่ง (วินิจ โสโพธิ์, 2566: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้ผู้เข้ารับบริการอบสมุนไพรเนื่องจากมีอาการไอ ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบ สมุนไพร พบว่ารู้สึกสบายตัวผ่อนคลาย ลดอาการไอ หายปวดเมื่อย (ทอง ทองอด, 2566: สัมภาษณ์) เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเนื่องจากมีอาการไอ ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่าอาการไอ หายลง สบายเนื้อตัว ผ่อนคลาย หายใจโล่งสบาย (อมรพันธ์ โสโพธิ์, 2566: สัมภาษณ์) และบางคน เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกผ่อนคลาย ความเครียด สบายตัว (สันติวุฒิ ไชยชมภู, 2566: สัมภาษณ์) เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเพื่อสุขภาพ

ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกดี สบายตัว ผ่อนคลายความเครียดได้ดี (ทองใส ทองอด. สัมภาษณ์. 2566) เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเพื่อสุขภาพ และมีอาการปวดเมื่อย ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกสบายตัว ผิวพรรณเปล่งปลั่ง ผ่อนคลายความเครียด (นิภา เทพทร, 2566: สัมภาษณ์)

บางคนเข้าใช้บริการอบสมุนไพรเพื่อสุขภาพที่ดี ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกสบายตัว การหายใจสะดวก ผ่อนคลายอาการเมื่อยล้า (พุทธา โสโพร, 2566: สัมภาษณ์) เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกสบายตัว ผ่อนคลายร่างกาย ปลอดภัย (ทองเหรียญ อาริรอบ, 2566: สัมภาษณ์) เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเนื่องจากปวดเมื่อยตามร่างกาย ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกหายปวดเมื่อยและ ผ่อนคลาย หายใจสะดวกปลอดภัย (จุไรรัตน์ บุญสถาพร, 2566: สัมภาษณ์) เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกดี สบายตัว ผ่อนคลาย ความเครียดได้ดี บรรเทาอาการปวดเมื่อย (สมาลี เวียงจันทร์, 2566: สัมภาษณ์) เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเพื่อสุขภาพ และมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกดี สบายตัว ผ่อนคลายความเครียดได้ดี บรรเทาอาการปวดเมื่อยปวดขา (นิภาพร สุขสด, 2566: สัมภาษณ์) และยังมีผู้เข้าใช้บริการอบสมุนไพรเพื่อสุขภาพและมีอาการวิงเวียนศีรษะ ความรู้สึกหลังเข้ารับการอบสมุนไพร พบว่ารู้สึกดี สบายตัว ผ่อนคลายความเครียดได้ดี หายวิงเวียนศีรษะ บรรเทาอาการปวดเมื่อยปวดขา ผิวพรรณเปล่งปลั่งขึ้น (สุวรรณณี อารยะมนตรี, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 81 หม้อต้มสมุนไพร

รูปภาพโดยผู้วิจัย

5.2.2 ผลิตภัณฑ์สมุนไพร

นอกจากเตาอบสมุนไพรแล้ว ทางวัดยังได้จัดทำผลิตภัณฑ์สมุนไพรขึ้นมาเพื่อใช้และจำหน่ายสำหรับผู้มาใช้บริการ และผลิตภัณฑ์ดังกล่าวเกิดขึ้นจากกลุ่มวิสาหกิจชุมชนสมุนไพรเพื่อชุมชนของกลุ่มสมุนไพรบ้านท่าแร่ หมู่ที่ 5 จัดตั้งกลุ่มเมื่อ วันที่ 13 ธันวาคม 2559 มีฐานการปฏิบัติงานอยู่ที่วัดป่าท่าแร่ โดยผ่านการทำประชาคมในการใช้พื้นที่ เพื่อให้เกิดประโยชน์ และเป็นการอนุรักษ์พันธุ์พืชสมุนไพรพื้นบ้านไม่ให้สูญหาย เพื่อให้เป็นศูนย์การเรียนรู้เชิงอนุรักษ์อย่างยั่งยืน และเป็นการใช้ทรัพยากรที่มีในธรรมชาติให้เกิดประโยชน์และเป็นการสร้างรายได้ให้กับชุมชน เริ่มแรกเป็นการรวมกลุ่มของชาวบ้านท่าแร่หมู่ 5 ตั้งเป็นกลุ่มสมุนไพร โดยกลุ่มแม่บ้านจิตอาสาสมัครเดิมมี 13 คน มีพระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์ และนายสาย ทองอด เป็นที่ปรึกษาประสานงานกับหน่วยงานองค์การบริหารส่วนตำบลแก่งเลิงจาน และองค์การบริหารส่วนตำบลแก่งเลิงจานได้เห็นความตั้งใจของกลุ่ม จึงได้นำองค์กรต่างๆ ลงพื้นที่เพื่อมาให้ความรู้และให้คำแนะนำกับทางชุมชน เช่น คณะอาจารย์จากมหาวิทยาลัยมหาสารคามแนะนำให้จดทะเบียนเป็นวิสาหกิจชุมชนเพื่อจะขอรับงบประมาณสนับสนุนจากองค์กรของรัฐได้ เพื่อจัดทำโครงการธนาคารพันธุ์พืชสมุนไพร เพื่อใช้ในการอบสมุนไพรและเพื่อการแปรรูปต่างๆ เพื่อให้เกิดรายได้ในชุมชน ดังนั้น กลุ่มจึงได้จดทะเบียนเป็นวิสาหกิจชุมชนในชื่อวิสาหกิจชุมชนกลุ่มเกษตรสมุนไพรเพื่อชุมชนแก่งเลิงจาน ปัจจุบันมีสมาชิกทั้งหมด 25 คน โดยมีนายสุรพล แสนสุขและคณะเป็นที่ปรึกษาโครงการ ทางกลุ่มวิสาหกิจชุมชนกลุ่มเกษตรสมุนไพรเพื่อชุมชนแก่งเลิงจาน ก็ได้มีหลายหน่วยงานเข้ามาให้ความรู้และให้คำปรึกษา คือ หน่วยงานองค์การบริหารส่วนตำบลแก่งเลิงจาน และอาจารย์จากมหาวิทยาลัยมหาสารคาม และที่สำคัญคือได้รับการสนับสนุนงบประมาณในการผลิตจากสำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจจากฐานชีวภาพ (องค์การมหาชน) หรือ BEDO โดยมีผลิตภัณฑ์ที่ผลิตจากกลุ่มวิสาหกิจชุมชนกลุ่มเกษตรสมุนไพรเพื่อชุมชนแก่งเลิงจาน ดังนี้

5.2.2.1 ผลิตภัณฑ์สมุนไพรแบบประคบ

ลูกประคบสมุนไพร คือ ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากการนำสมุนไพรหลายชนิดที่มีในวัดป่าท่าแร่ มาทำความสะอาดแล้วนำมาหั่นหรือสับให้เป็นชิ้นตามขนาดที่ต้องการแล้วนำมาตากให้แห้ง นำมาห่อหรือบรรจุรวมกันในผ้าให้ได้รูปทรงกลม เหมาะสำหรับใช้นาบหรือกดประคบส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เพื่อทำให้กล้ามเนื้อผ่อนคลาย ลดอาการปวดตึงของกล้ามเนื้อ วิธีใช้คือ ก่อนใช้ต้องนำมาพรมน้ำ แล้วทำให้ร้อนโดยนึ่งประมาณ 10-15 นาที แล้วนำมาประคบในส่วนที่ต้องการผ่อนคลายกล้ามเนื้อหรือตรงที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อ หากลูกประคบร้อนเกินไปให้ใช้ผ้ารองก่อนที่จะใช้ลูกประคบนาบกับผิว ลูกประคบที่ใช้แล้วสามารถนำมาตากให้แห้ง เก็บใส่ถุงหรือจะใส่ตู้เย็นก็ได้ (จรรย์วรรณ ธนุสา, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 82 ผลิตภัณฑ์สมุนไพรแบบประคบ
รูปภาพโดยผู้วิจัย

สมุนไพรที่ใช้ประกอบลูกประคบ

1. ไพลแห้ง 500 กรัม
2. ผิวมะกรูดแห้งถ้าไม่มีใช้ใบแทนได้ 200 กรัม
3. ตะไคร้แห้ง 200 กรัม
4. ใบเปล้าน้อยหรือเปล้าใหญ่ตากแห้ง 200 กรัม
5. ใบหนาดแห้ง 200 กรัม
6. ใบมะขาม 200 กรัม
7. ขมิ้นชัน 200 กรัม
8. การบูร 2 ช้อนโต๊ะ
9. พิมเสน 2 ช้อนโต๊ะ
10. เกลือ 1 ช้อนโต๊ะ

สูตรนี้ทำได้ 2 ลูก และอุปกรณ์การทำลูกประคบที่ขาดไม่ได้ คือ ผ้าดิบสำหรับห่อลูกประคบ ขนาด กว้าง 35 x ยาว 35 เซนติเมตร 2 ผืน และเชือกไว้สำหรับมัดผ้าที่บรรจุสมุนไพรไว้ไม่ให้แตกออกมา และทำเป็นที่จับเพื่อสะดวกในการใช้ลูกประคบ

วิธีทำ นำเหง้าไพลผานตากแห้ง และผิวมะกรูดแห้ง นำมาตำพอหยาบ (เวลาประคบจะได้ไม่ระคายเคืองผิว) แล้วนำสมุนไพรทั้งหมดคลุกเคล้าให้เข้ากัน แล้วใส่เกลือ การบูร และพิมเสน คลุกเคล้าให้เข้ากัน แล้วชั่งตัวยาใส่ผ้าดิบห่อเป็นลูกประคบ (จूरียรรณ ธนุสา, 2566: สัมภาษณ์)

5.2.2.2 ผลิตภัณฑ์สมุนไพรชากระชายขาว

กระชาย เป็นสมุนไพรอย่างหนึ่งที่มีสรรพคุณหลายอย่าง เช่น สร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกายแข็งแรง ห่างไกลจากเชื้อไวรัส โดยมีผลวิจัยในหลอดทดลองออกมาแล้วว่า กระชายขาว มีสารฟิโนสโตบิน และ แพนดูราทินเอ ที่สามารถทำหน้าที่ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อไวรัสโควิด - 19 ได้ นอกจากนี้กระชายขาวยังมีสรรพคุณอีกมากมายที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายทั้งช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต้านอาการหวัด แก้วเวียน ลดไขมันในเลือด มีสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยบำรุงหัวใจ มีฤทธิ์ในการต่อต้านเจริญเติบโตของแบคทีเรียในลำไส้ อันเป็นสาเหตุหนึ่งของโรคกระเพาะอาหารและประโยชน์อื่น ๆ (ทองใส ทองอด, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 83 ผลิตภัณฑ์สมุนไพรชากระชายขาว
รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนประกอบของชากระชายขาว คือ กระชายทั้งรากและเหง้า นำมาล้างทำความสะอาดให้ดี ผึ่งไว้ให้แห้ง

วิธีทำ นำกระชายที่ล้างสะอาดแล้วมาหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ เพื่อง่ายต่อการบ่น แล้วนำมาบ่นให้ละเอียด เสร็จแล้วนำไปคั่วด้วยกระทะ ตั้งไฟให้ร้อน 75-80 องศาเซลเซียส คั่วจนน้ำในกระชายแห้งหมดๆ จากนั้นนำมาอบด้วยเตาอบไฟฟ้า ด้วยไฟ 120 องศาเซลเซียส อบจนกระชายแห้งและ

5.2.2.3 ผลิตภัณฑ์ยาตมสมุนไพร

ยาตมสมุนไพร คือ คีอยาประเภทใช้ภายนอก ใช้สำหรับสูดดม เพื่อบรรเทาอาการหวัด คัดจมูก แก้วงเวียนศีรษะ แต่ถ้าหากบุคคลใดที่ไม่ได้มีอาการเป็นหวัด คัดจมูก หรือวงเวียนศีรษะ (นิกา เทพทร, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 84 ผลิตภัณฑ์ยาตมสมุนไพร

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนประกอบของยาตมสมุนไพร

1. การบูร 100 กรัม
2. พิมเสน 100 กรัม
3. เมลทอล 300 กรัม
4. กานพลู 100 กรัม
5. ลูกจันทน์เทศ 100 กรัม
6. กระวาน 100 กรัม
7. โป๊ยกั๊ก 100 กรัม
8. โกลฐหัวบัว 100 กรัม
9. พริกไทยดำ 100 กรัม

วิธีทำ นำเมลทอล การบูร พิมเสน ผสมกันในภาชนะแก้ว แล้วคนให้ละลายจนเป็นน้ำ แล้วนำสมุนไพรรวมมาตำพอหยาบเทใส่ภาชนะคลุกเคล้าให้เข้ากัน แล้วเติมเมลทอล การบูร พิมเสนที่ละลายไว้ คลุกเคล้ากับสมุนไพรรวมให้เข้ากัน หมักไว้ 1-2 ชั่วโมง แล้วบรรจุขวดที่เตรียมไว้ ตามความต้องการ (นิภา เทพพร, 2566: สัมภาษณ์)

5.2.2.4 ผลิตภัณฑ์ยาหม่องสมุนไพร

ยาหม่องสมุนไพร คือยาใช้ทาภายนอก ช่วยแก้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ รักษาอาการบวมแดง ถอนพิษแมลงสัตว์กัดต่อย และใช้ดมเพื่อแก้อาการเวียนศีรษะหน้ามืด ทั้งนี้แต่ละสรรพคุณของยาหม่องจะขึ้นอยู่กับสมุนไพรหลักที่ใช้ยาหม่องโพล ใช้ทาภายนอก เพื่อบรรเทาอาการปวดเมื่อย คลายกล้ามเนื้อ เคล็ด ขัด ยอก ใช้น้ำมันโพลแท้ 100% มีกลิ่นหอม แก้เวียนศีรษะ ใช้ทาแก้แมลงสัตว์กัดต่อย (ประกาย โยธาทักดี, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 85 ผลิตภัณฑ์ยาหม่องสมุนไพร

รูปภาพโดยผู้วิจัย

วิธีการทำยาหม่องสมุนไพร

1. นำพาราฟิน 10 กรัม ใส่ภาชนะ อุ่นให้ร้อนที่อุณหภูมิ 70-80 องศาเซลเซียส
2. เติมปิโตรลาทัม 20 กรัม อุ่นต่อจนละลายเป็นเนื้อเดียวกัน
3. ผสมการบูร 5 กรัม พิมเสน 5 กรัม เกล็ดสะระแหน่ 10 กรัม คนจนละลายบางส่วน

4. เติมน้ำมันไพล 20 กรัม คนจนละลายและ เข้าเป็นเนื้อเดียวกัน

5. บรรจุลงภาชนะบรรจุ

5.2.2.5 ผลิตภัณฑ์น้ำมันไพล

น้ำมันไพล มีสรรพคุณ ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดได้ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ช่วยบรรเทาอาการเจ็บป่วยและรักษาโรค ช่วยเสริมสร้างสุขภาพ สำหรับไพลนั้นเป็นพืชที่หาได้ง่ายในชุมชน เขตชุมชน ทางชุมชนวัดป่าท่าแร่ได้มองเห็นถึงประโยชน์จึงได้นำมาพัฒนาต่อยอดเพื่อนำมาสกัดน้ำมันหอมระเหยเพื่อผลิตเป็นผลิตภัณฑ์น้ำมันนวด ที่มีสรรพคุณ ช่วยคลายความอ่อนล้าของร่างกาย บรรเทาอาการปวดเมื่อย การอักเสบของเอ็น กล้ามเนื้อและข้อต่อ (ประกาย โยธากักดี, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 86 ผลิตภัณฑ์น้ำมันไพล

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนประกอบของน้ำมันไพล

1. ไพลแห้ง 500 กรัม
2. ขมิ้นชัน 500 กรัม
3. กานพลู 200 กรัม

4. น้ำมันปาล์มหรือน้ำมันมะพร้าว

5. การบูร 200 กรัม

วิธีทำ ตั้งกระทะเทน้ำมันปาล์มหรือน้ำมันมะพร้าว ½ กิโลกรัม ตั้งไฟร้อนปานกลาง นำไฟลและขมิ้นชันลงไปทอดจนกรอบเป็นสีน้ำตาล อย่าให้ไหม้ ทอดจนน้ำมันเป็นสีเหลืองเข้มแล้วตักไฟลและขมิ้นชันออก ตักานพลูให้ปน จากนั้นนำลงไปทอด ไฟอ่อน ๆ เพื่อป้องกันการระเหยของกานพลู ทอดประมาณ 5-7 นาที แล้วปิดไฟยกหม้อลงจากเตา กรองด้วยผ้าขาวบาง พอน้ำมันไฟลที่ได้เย็น ๆ ผสมการบูรลงในน้ำมัน แล้วบรรจุปิดฝาให้สนิท (ประกาย โยธากัฏฐิ, 2566: สัมภาษณ์)

5.2.2.6 สบู่สมุนไพรขมิ้น

ผลิตภัณฑ์สบู่สมุนไพรขมิ้นความสะอาดผิว ที่มีส่วนผสมของผงขมิ้นชัน ช่วยลดอาการแพ้ ผดผื่นคัน ลดการอักเสบของผิวหนัง และยังต้านอนุมูลอิสระ ชะลอการเกิดริ้วรอย ช่วยบำรุงผิว เหมาะกับทุกสภาพผิว เนื่องจากขมิ้นมีสรรพคุณหลายอย่าง เช่น แก้อักเสบผิวหนังผื่นคัน ลดการอักเสบ ทำให้ผิวพรรณผุดผ่อง เป็นต้น (พุทธา โสโทธิ, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 87 สบู่สมุนไพรขมิ้น

ส่วน

รูปภาพโดยผู้วิจัย

1. กลเซอริน 100 กรัม

2. ผงขมิ้น 20 กรัม

3. หัวน้ำหอมกลิ่นที่ชอบ

วิธีทำ ตัดกลีเซอรีนเป็นชิ้นเล็ก ๆ ตุ่นในหม้อต้มให้ละลายจนหมด พักให้อุ่นแล้วเติมสมุนไพรผงขึ้นตามอัตราส่วน คนให้เข้ากันระหว่างคนจะมีการเกิดฟอง ให้ใช้แอลกอฮอล์ 80% ฉีดเหนือฟองบาง ๆ จากนั้นเทลงแม่พิมพ์รอให้แห้งแล้วแกะออก ห่อใส่บรรจุภัณฑ์ (พุทธา โสโพนธ์, 2566: สัมภาษณ์)

5.2.2.7 สบู่สมุนไพรแช่เท้า



รูปภาพ 88 สบู่สมุนไพรแช่เท้า

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนประกอบของสบู่สมุนไพรแช่เท้า

1. เบกกิ้งโซดา 150 กรัม
2. กรดมะนาว 90 กรัม
3. แป้งข้าวโพด 25 กรัม
4. น้ำมันสกัคมะพร้าว ½ ซ่อนโต๊ะ

วิธีทำ นำเบกกิ้งโซดามานวดให้ละเอียด แล้วนำกรดมะนาวลงมานวดให้เข้ากัน ตามด้วยแป้งข้าวโพด แล้วนวดให้เข้ากันดี แล้วค่อย ๆ หยอดน้ำมันมะพร้าวแล้วนวดไปเรื่อย ๆ จนเป็นเนื้อ

เดียวกัน จากนั้นเทลงแม่พิมพ์รอให้แห้งแล้วแกะออก ห่อใส่บรรจุภัณฑ์ (พุทธา โสโพนี, 2566: สัมภาษณ์)

5.2.2.8 ยาสระผมสมุนไพร

ประโยชน์ของดอกอัญชัน ช่วยให้เส้นผมดกดำลดอาการอักเสบของหนังศีรษะ เสริมสร้างรากผมที่ขึ้นใหม่ให้สมบูรณ์แข็งแรง เนื่องด้วยสรรพคุณของดอกอัญชันมีสรรพคุณในการ ปกป้องและคิ้วเด็กอ่อน เป็นสมุนไพรบำรุงผมทำให้ผมดกดำ เงางาม และยังสามารถแก้ปัญหาผมร่วง ได้อีกด้วย (พุทธา โสโพนี, 2566: สัมภาษณ์)



รูปภาพ 89 ยาสระผมสมุนไพร

รูปภาพโดยผู้วิจัย

วิธีการทำยาสระผมสมุนไพรดอกอัญชัน

1. นำดอกอัญชันมาปั่นให้ละเอียด โดยเจือน้ำลงไปเล็กน้อย แล้วกรองเอากากทิ้ง
2. นำน้ำกลั่น 1 ลิตร เทลงในกะละมัง นำผงฟองเทลงผสมใช้ไม้พายคนให้ละลายเข้ากัน ใส่หัวแชมพูลงไปแล้วคนให้เข้ากัน หลังจากนั้นนำลาโนลีนละลายกับน้ำร้อนเล็กน้อยเทผสมลงไป แล้วคนให้เข้ากันอีกครั้ง
3. เติมน้ำกลั่นลงผสมอีก 1 ลิตร ใส่กลีเซอรีน และน้ำดอกอัญชันที่เตรียมไว้ลงไป แล้วคนส่วนผสมให้เข้ากัน

4. นำผงขี้เถ้าผสมลงไป โดยทยอยเติมทีละน้อยสลับกับการคนไปเรื่อยๆ จนใส่ผงทั้งหมด 100 กรัม

5. เติมน้ำกลั่นลงไปผสมอีก 1 ลิตร คนจนแน่ใจว่าส่วนผสมทุกอย่างละลายเข้ากันดีและมีความข้นพอเหมาะจึงหยุดคน แล้วจึงปิดกะละมังตั้งทิ้งไว้ 1 คืน

6. นำแชมพูสระผมสมุนไพรมาบรรจุขวด สามารถทำแชมพูได้ 5 ลิตร

5.2.3 ยาต้มสมุนไพร (ยาหม้อ)

วิธีใช้ยาสมุนไพรยาต้ม เป็นวิธีที่นิยมใช้ในสมัยก่อนมากและสะดวกมากที่สุด สามารถใช้ได้ทั้งสมุนไพรสดหรือสมุนไพรแห้ง โดยการนำสมุนไพรที่จะใช้ต้มมาทำความสะอาด สับให้เป็นท่อนขนาดพอเหมาะ และให้ย่อยต่อการทำละลายของน้ำกับตัวยาในสมุนไพร นำใส่ลงในหม้อ แล้วเติมน้ำให้ท่วมยาสมุนไพร แล้วใช้มือกดลงบนยาสมุนไพรเบา ๆ ให้ตัวยาอยู่ใต้น้ำ นำไปตั้งไฟ ต้มให้เดือดตามที่ กำหนดในตำรับยา หรือถ้าไม่มีกำหนดไว้ ให้กำหนด ดังนี้

ถ้าเป็นตัวยาที่มีน้ำมันหอมระเหย เช่น ขิง, กระวาน, กานพลู, โป๊ยะ, ใบกะเพรา ฯลฯ ให้ต้มน้ำให้เดือดเสียก่อน จึงนำตัวยาใส่ลงไปปิดฝา ทิ้งไว้ให้เดือดนานประมาณ 2-5 นาที จึงรินเอาน้ำยามารับประทาน ครั้งละ ครั้งถึง 1 ถ้วยกาแฟ ก่อนอาหาร หรือ เมื่อมีอาการถ้าเป็นตัวยาที่ให้ต้มน้ำรับประทานทั่วไป ให้นำตัวยาใส่ในหม้อเติมน้ำท่วมยา แล้วจึงนำไปตั้งบนเตา ต้มให้เดือดนานประมาณ 15 นาที จึงรินเอาน้ำยามารับประทาน ถ้าเป็นการต้มเดี่ยว เช่น เเคียวให้เหลือ 1 ใน 3 หรือครึ่งหนึ่ง ให้เอาตัวยาใส่หม้อ เติมน้ำท่วมยา ตั้งไฟต้มเคียวไปจนกว่าจะเหลือปริมาณน้ำประมาณ 1 ส่วน หรือ ครึ่งหนึ่ง ตามกำหนด เช่น ใส่ก่อนต้ม 3 ชัน ให้ต้มเคียวจนเหลือน้ำประมาณ 1 ชัน หรือ 1.5 ชัน ยาต้มที่ปรุงจาก ใบไม้ นิยมต้มรับประทานเพียงวันเดียวแล้วทิ้งไป ยาต้มที่ปรุงจาก แก่นไม้ เครื่องเทศ โกฐ เทียน ถ้าต้มอุ่นทุกวันมีอายุได้ 7-10 วัน ยาต้มที่ปรุงจาก แก่นไม้ เครื่องเทศ โกฐ เทียน หัวของพืชแห้ง ถ้าต้มอุ่น เช้า-เย็น ทุกวัน มีอายุได้ 7-15 วัน (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)

พจน ปลูก ปลูก ชีว



รูปภาพ 90 ยาต้มสมุนไพร (ยาหม้อ)

รูปภาพโดยผู้วิจัย

ส่วนยาสมุนไพรต้มของวัดป่าท่าแร่ที่นิยม คือ ยาต้มที่ปรุงจาก ใบไม้ นิยมต้มรับประทานเพียงวันเดียวแล้วทิ้งไป ในส่วนของตัวยาสมุนไพรที่ใช้ต้มนั้นอาจแตกต่างกันไปในแต่ละครั้ง ขึ้นอยู่กับสมุนไพรที่หาได้ตามฤดูกาลของแต่ละช่วงด้วย และขึ้นอยู่กับว่าผู้ที่เข้ารับการอบสมุนไพรนั้น มาเข้าอบด้วยความเจ็บป่วยด้วยโรคอะไร ก็จะจัดยาสมุนไพรต้มตามความเหมาะสมและตามสรรพคุณในการรักษาโรคนั้นๆ ด้วย ซึ่งสรรพคุณของสมุนไพรในการรักษาโรคแต่ละชนิดนั้นได้กล่าวมาในข้อความข้างต้นในข้อ 5.1 (พระครูประสิทธิธรรมาภรณ์, 2566: สัมภาษณ์)





รูปภาพ 91 ชุมชนเข้าศึกษาเรียนรู้การต้มยาสมุนไพร

รูปภาพโดยผู้วิจัย

5.3 การบูรณาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรกับหลักพุทธธรรม

5.3.1 การบูรณาการการรักษาโรคหลักพุทธธรรม

สำหรับการบูรณาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรกับหลักพุทธธรรม อาจกล่าวได้ว่า เป็นการเสริมสุขภาพทางด้านจิตใจให้แก่ผู้เข้ามาใช้บริการตามความเหมาะสมของแต่ละคน ซึ่งได้แบ่งขั้นตอนของการนำหลักพุทธธรรมหรือหลักปฏิบัติอื่น ๆ ที่สอดคล้องกับการรักษา โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

5.3.1.1 การบูรณาการกับหลักปฏิบัติ

เป็นการนำหลักปฏิบัติในพุทธศาสนา คือ หลักกรรมฐาน แบ่งออก 2 ส่วน ได้แก่ สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งหลักสมถกรรมฐานนั้นมี 40 ข้อ (พระพรหมคุณาภรณ์, 2545) คือ กสิณ 10 อสุภกรรมฐาน 10 อนุสสติกรรมฐาน 10 อาหาเรปฏิกูลสัญญา 1 จตฐานตุรวฏฐาน 1 พรหมวิหาร 4 และอรุณาน 4 ซึ่งหมวดกรรมฐานที่เหมาะสมสำหรับผู้เข้ามารับการบำบัดหรือรักษานั้น คือ อนุสสติกรรมฐาน 10 ประการ อสุภกรรมฐาน 10 และพรหมวิหาร 4 ประการ ผู้เข้ามารับการรักษาหรือบำบัดส่วนมากจะเกิดจากร่างกายเจ็บป่วย หรือมีทุกข์เวทนาจากร่างกายที่ทรุดโทรมเป็นหลัก สอดคล้องกับคำกล่าวของผู้เข้ามาใช้บริการที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวนมาก เช่น อาการปวดแขน ขาและเข่า (ดำริห์ อุ่นตา, จารุณัน นันทะเสน, นกเอี้ยง นาคำ, สาวิตรี นาคำ, นคร เกษสีแก้ว,

อมรพันธ์ ไส้โพธิ์, วิมลรัตน์ ปิยะกิจ, ภัทรา ปิยะกิจ, ปกร ปิยะกิจ, ผลิดา ทรัพย์ปัสสา, แสงจันทร์ ฉายสิน, วิมลวรรณ ฤทธิจำรัส, คำพวง ผิวยุ, 2562: สัมภาษณ์)

อาการปวดหัว (พระวุฒิสักดิ์ ทิปวโร, พระสายัณห์ จนทสาโร, ดำริห์ อุ่นดา, สาวิตรีนาคำ, 2562: สัมภาษณ์) และปวดตามร่างกายทั่วไป (สาวิตรี นาคำ, ทองเหรียญ จำเริญเจือ, ลัดดา พลทอน, บุญชู ภารวิจิตร, บุญเต็ม จำเริญเจือ, 2565: สัมภาษณ์)

การอบสมุนไพรเชิงสุขภาพ (แซ่ไข ตุ่มพงษ์, ทองใส ทองรอด, อ้วน อุ่นดา, สำรวย ไชยแสน, พวงเพ็ชร ไส้โพธิ์, ยุพิน บุญบุตร, สุดชาติ จำเริญเจือ, ชูถิ่น จำเริญเจือ, ชัยพล จำเริญเจือ, นภาพรณ อัมปะมะโน, ภัณฑอเนก ศรีระพล, ลัดดา พลทอน, ทองเหรียญ ศรีรวย, ไพฑูรย์ เวียงจันทร์, ลำไย สีหนะณ, อุทัย รักษาพล, พุทธา ไส้โพธิ์, นิตยา ภักดีนรินทร์, ดาวไส้โพธิ์, 2565: สัมภาษณ์) และความดัน (แดง โมสะรัน, ดำริ อุ่นดา, 2565: สัมภาษณ์)

นอกจากนี้ยังมีไทรอยด์ (นิดาพร สุขสด, 2562: สัมภาษณ์) และภูมิแพ้ (นิรุช ทองรอด, 2562: สัมภาษณ์) ซึ่งผู้ดูแลกระบวนการรักษาหรือบำบัด ได้แนะนำวิธีการนำหลักธรรมหรือหลักปฏิบัติดังกล่าวให้ผู้ใช้บริการปฏิบัติและเสริมความเข้าใจเกี่ยวกับร่างกาย (รูป) และจิตใจ (นาม) สำหรับผู้มารับบริการมากขึ้น โดยการแนะนำให้ฝึกสมาธิแบบง่าย ๆ โดยใช้คำภาวนา อาทิ “พุทโธ” “พอง-ยุบ” หรือแม้แต่การจับลมหายใจ เป็นต้น และผลจากการปฏิบัติดังกล่าวทำให้เห็นว่า ผู้เข้ารับการรักษาหรือบำบัดอาการเจ็บไข้ข้างต้นพร้อมทั้งนำหลักธรรมไปปฏิบัติมีความรู้สึกผ่อนคลาย และทำให้สุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจดีขึ้น โดยเฉพาะผู้ที่เข้ามารับรักษาหรือบำบัด (เตาอบสมุนไพร) ตั้งแต่ 3 ครั้งขึ้นไป

5.3.1.2 การบูรณาการกับพุทธมนต์หรือบทสวดมนต์

การใช้บทสวดพุทธมนต์หรือบทสวดมนต์ในการบำบัดโรค ถือว่าเป็นศาสตร์การแพทย์ทางเลือกที่ไม่จำเป็นต้องใช้ยาเคมี โดยเฉพาะโรคทางใจ แต่ยังมีส่งผลต่อการรักษาโรคทางกายอีกด้วย ซึ่งประเด็นนี้อธิปไตยกรมพัฒนาแพทย์แผนไทยฯ ได้กล่าวว่า “การสวดมนต์บำบัด คือ หลักการหนึ่งของ Vibrational Therapy คือการใช้คุณสมบัติของคลื่นบางคลื่นมาบำบัดความเจ็บป่วย สำหรับการสวดมนต์ด้วยตัวเอง เป็นการเหนี่ยวนำตัวเอง ถือเป็นวิธีการที่ดีที่สุด เพราะหากใครสักคนคิดที่จะสวดมนต์ นั้นหมายความว่าเขากำลังมีความปรารถนาดีต่อตนเอง โดยวิธีการสวดมนต์ด้วยตนเองควรปฏิบัติ ดังนี้ 1. ไม่ควรสวดมนต์หลังกินอาหารทันที ควรทิ้งช่วงให้ร่างกายเริ่มผ่อนคลาย อาจเป็นเวลาก่อนเข้านอน หาสถานที่ที่เงียบสงบ 2. สวดบทสั้น ๆ 3 - 4 พยางค์ โดยใช้เวลาประมาณ 10 -15 นาทีขึ้นไป จะทำให้ร่างกายได้หลังสารซีโรโทนิน ซึ่งเป็นสารสื่อประสาท ช่วย

ควบคุมความหิว อารมณ์ และความโกรธ โดยหากสวดมนต์ด้วยบทยาวๆ จะให้ความผ่อนคลายและความศรัทธา” (ธวัชชัย กมลธรรม, 2557: 1)

วัดป่าท่าแร่ ได้นำทั้งหลักพุทธมนต์และบทสวดมนต์แบบสั้น ๆ ไปใช้ประกอบเป็นส่วนหนึ่งสำหรับผู้เข้ารับการบริการการอบสมุนไพร โดยความสมัครใจ ซึ่งมีทั้งพุทธมนต์และบทสวดสั้นตามความเหมาะสมของแต่ละคน อาทิ

1) บทสวดรัตนสูตร เป็นพุทธมนต์สำหรับปิดเป่าโรคระบาด โดยมีใจความโดยย่อ ดังนี้

“ยานีระ ภูตานิ สะมาคะตานิ ภูมมานิ วา ยานิวะ อันตะลิกเข สัพเพ ะ ภูตา สุมะนา ะ วัณตุ อะโณปิ สักกัจจะ สุนันตุ ภาสิตัง ตัสมา หิ ภูตา นิสาเมละ สัพเพ เมตตัง ะโรละ มานุสสิยา ปะชา ยะ ทิวา จะ รัตโต จะ ะหรันติ เย พะลิง ตัสมา หิ เน รักขะละ อัมปะมัตตา....” เป็นต้น

2) บทสวดโพชฌังคปริตร เป็นพุทธมนต์สำหรับขจัดโรคร้าย โดยมีใจความโดยย่อ คือ

“โพชฌังคโศคติสังขาโต ัมมานัง วิจะโย ตะธา วิริยัมปติปปัสสทธิ โพชฌังคา จะตะถาปะเร สะมาธูปะกะโพชฌังคา สัตเต เต สัพพะทัสสีนา มุนินา สัมมะทักขาตา ภาวิตา พะหุลิกะตา”... เป็นต้น

3) บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย เป็นพุทธมนต์ที่สามารถใช้ได้ทั่วไป และส่วนมากผู้เข้ารับการรักษาจะคุ้นเคยและสามารถสวดพุทธมนต์บทนี้ได้ คือ

“อิติปิ โส ะกะวะวา ะระหัง สัมมาสัมพุทโธ

วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู ะนุตตะโร

ปุริสะทมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสาณัง

พุทโธ ะกะวะวาติ.

สัวากขาโต ะกะวะวะตา ัมโม สันทิภูทักโก

อะกาลิกะ เอหิปปัสสีโก โอบะนะยิกะ

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิตี.

สุปะฏิปันโน ะกะวะวะโต สาวะกะสังโฆ

อุชุปะฏิปันโน ะกะวะวะโต สาวะกะสังโฆ

ญายะปะฏิปันโน ะกะวะวะโต สาวะกะสังโฆ

สามีจิปะฏิปันโน ะกะวะวะโต สาวะกะสังโฆ

ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา

เอสะ ะกะวะวะโต สาวะกะสังโฆ อาหุเนยโย ปาหุเนยโย

ทักขิณะเนยโย อัญชะลิกะระณิโย ะนุตตะรัง

ปุณณักเขตตัง โลกัสสาติ.

4) บทสัพพมงคลคาถา เป็นพุทธมนต์สำหรับสวดเพื่อให้เทวดารักษา โดยการขอ
อานุภาพพระพุทธ พระธรรมและพระสงฆ์ในการบำบัดและขอให้มีความสุขแก่ชีวิต คือ

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สัพพะพุทธานุภาเวนะ สะทา โสตถี ภะวันตุ เต.
ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สัพพะธัมมานุภาเวนะ สะทา โสตถี ภะวันตุ เต.
ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สัพพะสังฆานุภาเวนะ สะทา โสตถี ภะวันตุ เต.

5) พระคาถาสักกัตวา (ระงับโรคภัยไข้เจ็บ)

สักกัตวา พุทธะรัตตะนัง โอสะถัง อุตตะมังวะรัง
หิตัง เทวะมะนุสสานัง พุทฺธะเตชะนะ
โสติถินา นัสสันตุ ปัททะวา สัพเพ ทูกขา วูปะสะเมนตุ เม
สักกัตวา ธัมมะรัตตะนัง โอสะถัง อุตตะมังวะรัง
ปะริฬาหูปะสะมะนัง ธัมมะเตชะนะ โสติถินา
นัสสันตุ ปัททะวา สัพเพ ภะยา วูปะสะเมนตุ เม
สักกัตวา สังฆะรัตตะนัง โอสะถัง อุตตะมังวะรัง
อาหุเนยยัง ปาหุเนยยัง สังฆะเตชะนะโสติถินา
นัสสันตุ ปัททะวา สัพเพ โรคา วูปะสะเมนตุ เม

6) บทแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ เป็นบทสวดมนต์ที่ทำให้ผู้ใช้มีความเมตตา ซึ่งจะเกิดความ
เบาใจในการบำบัดรักษาโรค คือ

สัพเพ สัตตา,
สัตว์ทั้งหลาย ที่เป็นเพื่อนทุกข์
เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น
อะเวรา โหนตุ,
จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด
อย่าได้มีเวรต่อกันและกันเลย,
อภัยปาปัชฌา โหนตุ,

จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด
อย่าได้พยาบาทเบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย,

อะนีมา โหนตุ,
จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด
อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย,
สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ.
จงมีความสุขกายสุขใจ รักษาตนให้รอดพ้น
จากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด

7) บทอธิฐานขอโหสิกรรม

บทนี้จะเหมาะสำหรับผู้เข้ามาใช้บริการที่มีความเชื่อเกี่ยวกับความเจ็บป่วยที่เป็นผลสืบเนื่องมาจากวิบากกรรมในอดีต หรือเกี่ยวกับเจ้ากรรมนายเวร ซึ่งต้องกล่าวคำอธิฐานขอโหสิกรรมเป็นการบอกกล่าวให้เจ้ากรรมนายเวรได้รับรู้ถึงความสำนึกผิดของตนเองเพื่อให้อภัย ดังนี้

“ข้าพเจ้า ขอโหสิกรรม กรรมใดๆ ที่ข้าพเจ้า (ถ้ากล่าวแทนผู้อื่นให้ระบุชื่อผู้นั้น) ได้ทำแก่ผู้ใด ทั้งในอดีตชาติ ปัจจุบันชาติ หรือในชาติใดๆ ก็ตาม ด้วยกายวาจาใจก็ดี ทั้งเจตนาหรือไม่เจตนาก็ดี ทั้งที่ระลึกได้ก็ดี ระลึกไม่ได้ก็ดี ขอท่านทั้งหลาย ได้โปรดโหสิกรรมแก่ข้าพเจ้า (ถ้ากล่าวแทนผู้อื่นให้ระบุชื่อผู้นั้น) ด้วยเถิด เพื่อก่อเกิดเป็นอภัยทานบารมีและเมตตาบารมีส่งผลให้ท่านมีสุขยิ่งขึ้นไป และกรรมอันใดที่ใคร ๆ เคยทำแก่ข้าพเจ้า (ถ้ากล่าวแทนผู้อื่นให้ระบุชื่อผู้นั้น) ในทุกภพทุกชาติ ข้าพเจ้า (ถ้ากล่าวแทนผู้อื่นให้ระบุชื่อผู้นั้น) ขอโหสิกรรมให้ทั้งหมดทั้งสิ้น ถวายเป็นพุทธบูชา สละมอบอภัยทานบารมีและเมตตาบารมีแก่ตน ด้วยอานิสงส์แห่งผลบุญนี้ ขอให้ข้าพเจ้า (ถ้ากล่าวแทนผู้อื่นให้ระบุชื่อผู้นั้น) หายจากโรคภัยไข้เจ็บ มีสุขที่แข็งแรง มีความสุขสวัสดิ์ นับตั้งแต่บัดนี้ด้วยเถิด”

5.3.1.3 การบูรณาการการรักษาโรคกับคาถา

คาถา คือคำประพันธ์ประเภทร้อยกรองในภาษาบาลี (พระพรหมคุณาภรณ์, 2546) แต่งครบ 4 บาทหรือ 4 วรรค ซึ่ง 1 คาถามี 4 บาท แต่ละบาทมีจำนวนคำต่างกันไปตามชื่อฉันท์ อย่างไรก็ตามคำว่า คาถาในที่นี้อาจอยู่เนื่องคำนิยามดังกล่าว ซึ่งบางคาถาในความเข้าใจของคนทั่วไป หรือของผู้เข้ามาใช้บริการที่วัดป่าท่าแร่ นั้น ไม่ได้อยู่ในกฎเกณฑ์ตามคำนิยามข้างต้น เพราะคาถาบางบท เป็นเพียงคำสั้นๆ แค่มกัคำ ซึ่งอาจกล่าวได้ดังนี้

1) พระคาถาป้องกันโรค ใช้ภาวนารักษาได้ทุกโรค
 “ทุกขา ทุกขัง ปะติฏฐิตัง สัมปะฏิจฉามิ” หรือ
 “สัพพะโรคา วินาสสันติ โสตถิ ลาภัง ภะวันตุ เม”

2) คาถาพระพุทเจ้าชนะมาร (ป้องกันอันตรายทั้งปวง)
 ปัญจะมาระชินาโก ปัตโตสัมโพธิมุตตะมัง จตุสัจจังกาเสสิ ธัมมจักกัปปวัตตะยิ
 เอเต นะสัจจะวัชเชนะ โหตุเมขยมังคะลัง

3) คาถารักษาโรค โดยหลวงพ่อกาฬ วัดท่าซุง
 พุทธัง มัตถิจิต ธัมมัง มัตถิจิ ศัตรูทั้งหลาย วินาศสันติ
 พุทธัง มัตถิจิต ธัมมัง มัตถิจิ โรคทั้งหลาย วินาศสันติ
 ฆะเตสิ ฆะเตสิ กิงกะระณัง ฆะเตสิ
 อะหังปัตติง ชานามิ ชานามิ

4) คาถามหาจักรพรรดิ
 นะโมพุทธานะ พระพุทธะ ไตรรัตน์ญาณ
 มณีนพรัตน์ สีสะหัสสะ สุธรรมา
 พุทธโธ ธัมโม สังโฆ ยะธาพุทโมนะ
 พุทธะบูชา ธัมมะบูชา สังฆะบูชา
 อัคคีทานัง วะรังคันธัง สีวลี จะมहाเถรัง
 อะหังวันทามิ ทูระโต อะหังวันทามิ ธาตุโย
 อะหังวันทามิ สัพพะโส พุทธะ ธัมมะ สังฆะ ปุเชมิ

5) คาถามงกุฎพระพุทธเจ้า

อิติปิโส วิเสเสอิ
 อิเสเส พุทธะนาเมอิ
 อิเมนา พุทธะตังโสอิ
 อิโสตัง พุทธะปิติอิ

6) คาทามงกุฎพระพุทธรเจ้า (วัดท่าซุง)

อิติปิโส วิเสเสอิ

อิเสเส พุทธะนาเมอิ

อิเมนา พุทธะตังโสอิ

อิโสตัง พุทธะปิติอิ

พุททะมะอะอุ ทุกขัง

อนัตตา สัมปจิตตานิ

(สวด 3 จบ)

จากการศึกษาการบูรณาการกับรักษาโรคกับหลักพุทธธรรม พุทธมนต์หรือบทสวดมนต์ และคาถา ทำให้เห็นว่า การรักษาดังกล่าวเป็นการบูรณาการทั้งทางกายและทางใจ โดยเฉพาะการรักษาทางใจ ถือว่ามีความสำคัญไม่น้อยไปกว่าการรักษาทางกาย และผู้มาใช้บริการในการรักษาที่วัดป่าท่าแร่ นั้น หลายคนที่ใช้การรักษาโรคโดยใช้ยาทั้งแผนปัจจุบันและแพทย์ทางเลือกควบคู่กันไปด้วย บางท่านก็รักษาแบบแพทย์ทางเลือกเพียงอย่างเดียว แต่ก็มีไม่มากนัก อย่างไรก็ตาม การรักษาหรือบำบัดโรคในวัดป่าท่าแร่ นั้น ถือว่าเป็นกระบวนการรักษาแบบบูรณาการ โดยการประยุกต์หลักพุทธธรรม บทสวดมนต์ และคาถาต่าง ๆ ตามคติความเชื่อหรือความเหมาะสมของผู้เข้ามารับบริการ หรือ บางครั้งก็มีการแนะนำให้ผู้เข้ามาใช้บริการนำบทสวดหรือวิธีปฏิบัติไปใช้ประกอบในการรักษาที่บ้าน

5.4 สรุป

การพัฒนานวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในวัดกับการส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ ทำให้เห็นว่า พื้นที่ดังกล่าวได้รับการพัฒนาโดยใช้ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเป็นแก่นแกนในการพัฒนาฐานเรียนรู้ โดยได้จัดทำฐานเรียนรู้ขึ้นมาทั้งหมด 10 ฐาน ซึ่งฐานเรียนรู้ที่ 1 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคเบาหวาน ต่อมาฐานเรียนรู้ที่ 2 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคมะเร็ง ฐานเรียนรู้ที่ 3 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคจิตเสียดง ฐานเรียนรู้ที่ 4 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการขับปัสสาวะ ฐานเรียนรู้ที่ 5 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรด้านความงาม ฐานเรียนรู้ที่ 6 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรบำรุงหัวใจ ฐานเรียนรู้ที่ 7 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการป้องกันโควิด ฐานเรียนรู้ที่ 8 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเพื่อบำรุงกำลัง ฐานเรียนรู้ที่ 9 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเพื่อแก้ปวด และฐานเรียนรู้ที่ 10 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในการอบสมุนไพรเชิงสุขภาพ

สมุนไพรในแต่ละฐานเรียนรู้นั้นล้วนมีสรรพคุณช่วยรักษาอาการ และช่วยบรรเทาโรคต่าง ๆ ได้มากมาย รวมถึงการนำสมุนไพรมาประยุกต์หรือและพัฒนาให้เกิดมูลค่า โดยมีผลิตภัณฑ์สมุนไพรที่เกิดจากรัฐวิสาหกิจชุมชน เกิดเป็นผลิตภัณฑ์สมุนไพรแบบประคบ ชากระชาย ยาต้มสมุนไพร ยาหม่องสมุนไพร น้ำมันไพร สบู่ เป็นต้น นอกจากนี้วัดป่าท่าแร้งยังเปิดให้บริการแก่คนทั่วไปได้เข้ารับการรักษาหรือบำบัดโรคด้วยการอบสมุนไพร และมีการบูรณาการการรักษาดังกล่าวหลักหลักพุทธธรรม พุทธมนต์ และบทสวดอีกด้วย



บทที่ 6

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

6.1 สรุปผล

การวิจัยเรื่อง นวัตกรรมการใช้สมุนไพรในวัดเพื่อส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการ มีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อศึกษาสมุนไพรที่ปรากฏในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ อำเภอมะนังมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม รวมถึงเพื่อศึกษาภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่ อำเภอมะนังมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม และเพื่อพัฒนานวัตกรรมภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่กับการส่งเสริมสุขภาพเชิงบูรณาการ โดยมีพื้นที่วิจัยหลักที่วัดป่าท่าแร่หรือสำนักสงฆ์ท่าแร่ ซึ่งเป็นพื้นที่สาธารณะและพื้นที่วัดบ้านท่าแร่ ซึ่งใช้เป็นพื้นที่ทำกิจกรรมการผลิตสินค้าหรือผลิตภัณฑ์จากภูมิปัญญาสมุนไพรจากวัดป่าท่าแร่ การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ที่ศึกษาจากกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้รู้ทั้งภายในชุมชนและนอกชุมชน รวมทั้งผู้มาใช้บริการในการรักษาทั้งสิ้น 73 คน โดยผู้วิจัยได้ใช้แบบสัมภาษณ์ แบบสังเกต การสนทนากลุ่ม เป็นเครื่องมือในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทบทวนแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สำหรับแนวคิด ทฤษฎีนั้นได้ทบทวนแนวคิดพุทธบูรณาการ แนวคิดนวัตกรรมการใช้สมุนไพร แนวคิดพหุลักษณะทางการแพทย์ ทฤษฎีสุขภาพแบบองค์รวม นอกจากนี้ยังได้ศึกษาเอกสารที่สำคัญที่เกี่ยวข้อง คือ พัฒนาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพร ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในพระไตรปิฎก ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในคัมภีร์อายุรเวท และพัฒนาการของภูมิปัญญาสมุนไพรแพทย์แผนไทย รวมถึงภูมิปัญญาแพทย์พื้นบ้านอีกด้วย

ผลจากการศึกษาเชิงพื้นที่วัดป่าท่าแร่ทำให้พบว่า วัดป่าท่าแร่ เป็นพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ด้วยสมุนไพรที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติเป็นส่วนใหญ่ แต่ส่วนหนึ่งมีการปลูกเสริมเข้ามาในภายหลัง ซึ่งจากการสำรวจปรากฏว่าในพื้นที่วัดป่าท่าแร่มีสมุนไพรมากกว่า 200 ชนิด และในจำนวนนี้ วัดได้พัฒนาเป็นฐานเรียนรู้สมุนไพรออกอย่างน้อย 10 ฐาน โดยจัดตามแนวคิดภูมิปัญญาการใช้สมุนไพร ซึ่งฐานเรียนรู้ทั้ง 10 ฐานนี้ได้รับการพัฒนาร่วมกับชุมชนบ้านท่าแร่และหน่วยงานภายนอกชุมชน อาทิ องค์การบริหารส่วนตำบล คณะสงฆ์ โรงพยาบาลมหาสารคาม รวมทั้งสถาบันการศึกษาภายในมหาสารคาม อาทิ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม มหาวิทยาลัยราชภัฏ เป็นต้น ปัจจุบันวัดป่าท่าแร่ได้ยกระดับเป็นศูนย์เรียนรู้สมุนไพรในระดับจังหวัด

นอกจากนี้ วัดและชุมชนบ้านท่าแร่ยังมีการนำภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรไปพัฒนานวัตกรรมเชิงผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับสมุนไพรในรูปแบบต่าง ๆ โดยได้รับการหนุนเสริมจากหน่วยงานของมหาวิทยาลัยมหาสารคามและองค์การบริหารส่วนตำบลแก่งเลิงจาน อาทิ ผลิตภัณฑ์แบบประคบ

ผลิตภัณฑ์ชากระบายขาว ผลิตภัณฑ์ยาตมสมุนไพร ผลิตภัณฑ์ยาหม่องสมุนไพร เป็นต้น และผลจากการวิจัยนี้ยังได้ส่งผลให้เกิดการก่อตั้งวิสาหกิจชุมชนกลุ่มเกษตรสมุนไพรเพื่อชุมชนแอ่งลิงจานอีกด้วย

อีกประการหนึ่งภายในพื้นที่วัดป่าท่าแร่ยังได้มีการจัดทำเตาอบสมุนไพร เพื่อให้บริการสำหรับกลุ่มบุคคลทั่วไปได้เข้ามาอบสมุนไพรเพื่อรักษาหรือบำบัดโรค อาทิ อาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ภูมิแพ้ และการนวดเชิงสุขภาพ ทั้งนี้วัดได้บูรณาการการรักษาดังกล่าวด้วยหลักพุทธธรรม พุทธมนต์และบทสวดมนต์ตามความเหมาะสมสำหรับผู้เข้ารับรักษาภายใต้คำแนะนำของเจ้าอาวาสหรือผู้ดูแลวัดอีกด้วย

6.2 อภิปรายผล

การวิจัยนี้ ได้ใช้แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องในการวิเคราะห์และสังเคราะห์ จำนวน 4 ประการ คือ แนวคิดพุทธบูรณาการ แนวคิดนวัตกรรมการใช้สมุนไพร แนวคิดพหุลักษณะทาง การแพทย์ และทฤษฎีสุขภาวะแบบองค์รวม รวมทั้งการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จาก ผลการศึกษาสามารถนำมาอภิปรายผล ได้ดังนี้

วัดป่าท่าแร่จัดเป็นพื้นที่หนึ่งที่มีความสำคัญเกี่ยวกับภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรของ จังหวัดมหาสารคาม และเป็นศูนย์รวมของสมุนไพรที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตามสรรพคุณของ สมุนไพรนั้น ซึ่งเบื้องต้นพระสงฆ์ที่อยู่ภายในวัดได้นำมาใช้ในการรักษาโรคหรือบำรุงร่างกายตามหลัก พระวินัยที่ต้องอาศัยปัจจัย 4 อย่าง ซึ่งหนึ่งในนั้นคือการอาศัยยาหรือน้ำสมุนไพร เธอพึงทำอุตสาหะใน ยาหรือน้ำสมุนไพรนั้น จนตลอดชีวิต อติเรกลาภ คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย (มหาจุฬาลง กรณราชวิทยาลัย, 2539) ประเด็นนี้อุษา กลิ่นหอม (2561) ได้กล่าวไว้ว่า สมุนไพรในพระไตรปิฎก พบว่า ยาหรือเภสัชที่มีในพระไตรปิฎกนั้น มีข้อมูลไม่น้อยกว่า 321 ชนิดสามารถจำแนกเป็นชื่อ วิทยาศาสตร์ได้ 304 ชนิดเป็นพืชที่ไม่สามารถศึกษาถึงชื่อวิทยาศาสตร์ได้จำนวน 17 ชนิด ทั้งนี้ แสดงให้เห็นถึงการให้ความสำคัญต่อการนำพืชสมุนไพรมาใช้ในการรักษาโรค และแสดงให้เห็นถึง ความสำคัญของพืชสมุนไพรในฐานะยารักษาโรค ดังนั้น การนำเสนอหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา ว่าด้วยสมุนไพรที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนา ในปัจจุบันการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคมามีมาเป็น เวลานาน ไม่ว่าจะเป็นการใช้สมุนไพรเดี่ยวหรือในรูปตำรับยา ซึ่งการใช้สมุนไพรในวัดมีความ สอดคล้องกับประเภทของสมุนไพรที่ปรากฏในพระไตรปิฎก (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) หลายกลุ่ม อาทิ (1) มูลเภสัชสมุนไพร ที่ใช้รากทาเป็นยาสมุนไพรประเภทที่ใช้รากนำมาประกอบยา เข้ากับเครื่องตำรับเพื่อบำบัดและรักษาโรคที่เกิดทางร่างกายและสมุนไพรที่ใช้รากเป็นยา เรียกว่ามูล เภสัช 9 ได้แก่ ขมิ้น ขิง เป็นต้น (2) ปณณเภสัชสมุนไพร ที่ใช้ใบเป็นยาสมุนไพรประเภทใบที่นำมาทำ เป็นยาเพื่อประกอบเครื่องตำรับยา เรียกว่าปณณเภสัช และ (3) ผลเภสัชสมุนไพร ที่ใช้ผล (ลูกไม้) ใช้

ทาเป็นยาสมุนไพรผลไม้ที่นำมาประกอบเป็นยา เช่น ลูกพลับ มะขามป้อม ฝรั่ง สมอไทย เป็นต้น จึงทำให้เห็นว่า การใช้สมุนไพรในพื้นที่วัดป่าท่าแร่มีพัฒนาการและตั้งอยู่บนพื้นฐานของแนวคิดและหลักธรรมทางพุทธศาสนานั้นเอง

ตามภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรวัดป่าท่าแร่ ยังสอดคล้องกับสมุนฐานของการรักษาโรคใน คัมภีร์อายุรเวท (Frawley, D. and Lad, V, 2000: 1) ที่ได้กล่าวถึงการรักษาโรคเหล่านี้ด้วยสมุนไพรที่หลากหลายตามลักษณะหรืออาการที่เกิดขึ้นกับร่างกายมนุษย์ที่ประกอบด้วยมหาธาตุรูป 5 ประการ ตามที่กล่าวแล้ว โดยใช้ส่วนที่เด่นของพืชสมุนไพรเหล่านั้นมาเป็นส่วนในการรักษา ซึ่งสามารถจำแนกได้ 3 กลุ่มตามโทษเด่น ซึ่งพืชสมุนไพรจะแสดงผลต่อมนุษย์ตามโทษของพืชชนิดนั้น คือ (1) พืชกลุ่มวาตะ มีลักษณะใบน้อย เปลือกหยาบ เป็นร่อง กิ่งคด เป็นตะปุ่มตะป่ำ ต้นสูงเพรียว มียางน้อย (2) พืชกลุ่มปิตตะ มีลักษณะสดใสดอกสีสดใส มียางปานกลาง อาจมีพิษ (3) พืชกลุ่มกะฬะ มีลักษณะโตไว ใบมาก มียาง เนื้อแน่น หนัก อวบน้ำ มีน้ำมาก และการใช้สมุนไพรดังกล่าวยังมีอิทธิพลต่อระบบภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรในประเทศไทย อาทิ แพทย์แผนไทย และภูมิปัญญาพื้นบ้านหรือกลุ่มหมอชาวบ้านอีกด้วย ซึ่งแนวคิดสะท้อนให้เห็นได้จากภูมิปัญญาแพทย์แผนไทยที่ว่า การแพทย์แผนไทย ถือว่าเป็นระบบการแพทย์แบบองค์รวมระหว่าง กาย จิต สังคมและธรรมชาติ ซึ่งจะเห็นว่าการแพทย์แผนไทยไม่ได้มุ่งเน้นเป็นแต่เพียงการบำบัดโรคทางกาย หรือการรักษาเฉพาะส่วนอย่าง การแพทย์ตะวันตก แต่เป็นการดูแลสุขภาพของคนทั้งร่างกาย และจิตในระดับปัจเจกบุคคล และยังสอดคล้องกับวิถีชีวิต วัฒนธรรมของชุมชนหรือสังคม และยังเอื้อประสานความสมดุลของระบบนิเวศน์ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2551) และสอดคล้องกับดวงแก้ว ปัญญา (2561) คือ การแพทย์แผนไทย เป็นระบบการแพทย์ที่อยู่คู่กับคนไทยมายาวนาน มีการจดจารึกตำรายาที่มีศักยภาพในอดีตไว้ในตำราที่สำคัญของชาติหลายเล่ม อาทิ ตำราพระโอสถพระนารายณ์ซึ่งเป็นตำราที่รวบรวมตำรายาที่แพทย์หลวง ใช้ในสมัยกรุงศรีอยุธยา หรือตำราแพทยศาสตร์สงเคราะห์ซึ่งเป็นตำราที่พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เป็นต้น

นอกจากนี้ ในด้านการแพทย์พื้นบ้านยังพบว่า วัดป่าท่าแร่ยังมีลักษณะการผสมผสานการรักษาและการเก็บตัวอย่างโดยใช้ภูมิปัญญาแบบพื้นบ้าน อาทิ การเลือกเวลา ฤกษ์ยามและการใช้คาถาอาคมประกอบในการเก็บตัวอย่าง ซึ่งสอดคล้องกับเพ็ญภา ทรัพย์เจริญ (2543) ที่ว่า ลักษณะเด่นของภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านว่าเป็นระบบการแพทย์แบบองค์รวม การแพทย์พื้นบ้านไม่ได้แยก ระบบ การแพทย์ออกจากศาสนา ความเชื่อ กฎหมายและสังคม ศาสนากับการแพทย์ ความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการเกิดโรค การควบคุมทางสังคมเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกัน และมีความเชื่อว่าร่างกายทุกส่วนมีความเชื่อมโยงกัน ร่างกายประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 นอกจากนั้นยังมีเรื่องจิตใจ หากส่วนใดส่วนหนึ่งผิดปกติก็จะเกิดความไม่สมดุลขึ้นในร่างกายอันทำให้เกิดความเจ็บป่วยได้ ดังนั้นการ

รักษาจึงต้องให้ความสำคัญทั้งระบบเพื่อให้ร่างกายเกิดภาวะสมดุล นอกจากนี้การแพทย์พื้นบ้านยังสอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชนในแต่ละบริบทของสังคมวัฒนธรรมนั้น ๆ

อย่างไรก็ตามในกรณีการรักษาหรือบำบัดโรคของวัดป่าท่าแร่นั้น ตั้งอยู่บนหลักการทางพุทธศาสนาเป็นหลัก เพราะได้มีการบูรณาการหลักพุทธธรรม รวมทั้งพุทธมนต์และบทสวดมนต์อื่นๆ เข้าไปประยุกต์ใช้สำหรับผู้เข้ามารับบริการการอบสมุนไพร ซึ่งกระบวนการรักษาดังกล่าวสอดคล้องกับพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2546) ที่ว่า เป็นการนำเอาหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสเอาไว้มาช่วยอธิบายหรือแก้ไขปัญหาดังต่าง ๆ ของมนุษย์ที่กำลังเผชิญอยู่ พุทธบูรณาการ คือ การนำเอาหลักธรรมพระพุทธศาสนามาเป็นฐานการตีความ อธิบาย ผ่านวิทยาการศาสตร์สมัยใหม่เช่น หลักวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ มาประยุกต์เข้าเพื่อศึกษาเรื่องราว ประเด็นปัญหาที่มนุษย์โลกกำลังเผชิญอยู่ และสอดคล้องกับแนวคิดของพระราชปรีดีทิพย์ (2563: 11) คือ การบูรณาการเชิงพุทธ เป็นการนำองค์ความรู้เพื่อประยุกต์ใช้แบบองค์รวม เช่นเดียวกับพระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) (2553) ที่ได้อธิบายเพิ่มเติมไว้ว่า ถ้าศรัทธาในพระพุทธศาสนากับปัญญาในทางวิทยาศาสตร์เป็นไปในทางเดียวกัน เกื้อหนุนซึ่งกันและกันก็จะก่อให้เกิดแนวคิดที่สมบูรณ์ แนวคิดนี้แหละคือ การบูรณาการและการศึกษาแบบบูรณาการพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่จึงทำได้ 2 วิธี คือ วิธีที่ 1 พุทธวิทยา (Buddhology) หมายถึง การปรับศาสตร์เข้าหาพระพุทธศาสนา คือ ใช้พระพุทธศาสนาเป็นตัวตั้งและนำศาสตร์สมัยใหม่มาอธิบายเสริมพระพุทธศาสนา วิธีนี้ใช้องค์ความรู้ในศาสตร์สมัยใหม่มาอธิบายสนับสนุนพระพุทธศาสนาให้ดูทันสมัยและมีเหตุผลเป็นที่ยอมรับได้ง่ายขึ้น วิธีที่ 2 ธรรมวิทยา (Dhammology) หมายถึง การปรับพระพุทธศาสนาเข้าหาศาสตร์ คือ ใช้ศาสตร์สมัยใหม่เป็นตัวตั้ง และนำหลักศีลธรรมในพระพุทธศาสนาเพิ่มเติมเข้าไป ในเนื้อหาของศาสตร์สมัยใหม่ ทั้งนี้เพราะศาสตร์สมัยใหม่มุ่งแสวงหาความจริงโดยไม่สนใจเรื่องศีลธรรม การนำหลักศีลธรรมในพระพุทธศาสนาเพิ่มเติมให้กับศาสตร์เหล่านั้น ย่อมจะช่วยให้เกิดองค์รวมที่สมบูรณ์

และจากผลการดำเนินการดังกล่าวทำให้วัดป่าท่าแร่นำได้พัฒนาเข้าสู่กระบวนการการบูรณาการภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรกับวิทยาการสมัยใหม่ที่ได้รับการหนุนเสริมจากหน่วยงานภายนอกหลายหน่วยงาน อาทิ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม องค์การบริหารส่วนตำบลแก่งเลิงจาน เป็นต้น จนเกิดนวัตกรรมการใช้สมุนไพรในรูปแบบต่าง ๆ ในรูปแบบผลิตภัณฑ์ ฐานเรียนรู้ด้านสมุนไพร ซึ่งสอดคล้องกับจารุณี วงศ์ลิ้มปิยะรัตน์ (2558) ที่ว่า นวัตกรรมผลิตภัณฑ์ หมายถึง นวัตกรรมในรูปแบบของสินค้าหรือผลิตภัณฑ์ใหม่ที่ไม่เคยมีในตลาดมาก่อน หรือเป็นสินค้าหรือผลิตภัณฑ์ที่มีการพัฒนาเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้นกว่าเดิม ซึ่งพัฒนาเปลี่ยนแปลงขึ้นเพื่อให้มีคุณภาพสูงขึ้นหรือเพื่อให้มีจุดเด่นแตกต่างไปจากสิ่งที่มีอยู่เดิม เช่นเดียวกับเพ็ญญา ทรัพย์เจริญ (2554) ที่ได้กล่าวถึงหลักการนำยาสมุนไพรมาใช้ให้ถูกต้องจนสามารถพัฒนาให้เกิดนวัตกรรมได้ คือ (1) ใช้ให้ถูกต้อง สมุนไพรมักมีชื่อพ้องหรือซ้ำกันมาก และสมุนไพรเดียวกัน ในบางท้องถิ่น ก็เรียกชื่อไม่เหมือนกัน จึงต้องรู้จักสมุนไพร และ

ใช้ให้ถูกต้น (2) ใช้ให้ถูกส่วน ต้นสมุนไพรไม่ว่าจะเป็นราก ใบ ดอก เปลือก ผล และเมล็ดจะมีฤทธิ์ไม่เท่ากัน ผลแก่และผลอ่อน ก็จะมีฤทธิ์แตกต่างกัน ดังนั้น จึงต้องรู้ว่าส่วนใดใช้เป็นยาได้ (3) ใช้ให้ถูกขนาด สมุนไพรถ้าใช้น้อยไป ก็รักษาไม่ได้ผล แต่ถ้าใช้มากเกินไป ก็อาจเป็นอันตรายหรือเกิดพิษต่อร่างกายได้ (4) ใช้ให้ถูกวิธี สมุนไพรบางชนิดต้องใช้สด บางชนิดต้องใช้ปนกับเหล้า บางชนิดต้องใช้ต้ม จึงจำเป็นต้องรู้จักวิธีใช้ให้ถูกต้อง (5) ใช้ให้ถูกกับโรค เช่น ท้องผูก ต้องใช้ยาระบาย ถ้าใช้ยาที่มีฤทธิ์ฝาดสมานจะทำให้ท้องผูกมากยิ่งขึ้น

อย่างไรก็ตาม การรักษาหรือบำบัดโรคในวัดป่าท่าแร่ ถือว่าเป็นทางเลือกหนึ่งสำหรับผู้ป่วยหรือผู้เข้ารับบริการเท่านั้น และถือว่าการบรรเทาหรือเสริมให้เกิดสุขภาวะที่สมบูรณ์มากขึ้นตามหลักการของแนวคิดพหุลักษณะทางการแพทย์ ซึ่งสอดคล้องกับโกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ (2548) ที่ว่า พหุลักษณะทางการแพทย์เป็นเรื่องของการดำรงอยู่ของความหลากหลายทางวัฒนธรรมของเรื่องสุขภาพกล่าวคือ ในสังคมหนึ่งไม่ได้มีวัฒนธรรมทางสุขภาพแบบเดียว หากแต่มีวัฒนธรรมทางสุขภาพหลายแบบ และยอมรับเรื่องระบบทางการแพทย์ที่มีมากกว่าหนึ่งเสมอในสังคมนั้น และกระบวนการรักษาหรือบำบัดดังกล่าวสามารถสอดคล้องกับทฤษฎีสุขภาวะแบบองค์รวมซึ่งประเวศ วสี (2550) ได้กล่าวไว้ว่า สุขภาวะที่สมบูรณ์ ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางปัญญา สุขภาวะทั้ง 4 ด้าน เชื่อมโยงกันเป็นบูรณาการเชื่อมโยงถึงกัน และอยู่ในกันและกัน ปัญญาเป็นศูนย์กลาง ถ้าปราศจากปัญญา สุขภาวะทางกาย ทางจิต และทางสังคมก็เป็นไปไม่ได้ การพัฒนาปัญญาต้องนำไปสู่การพัฒนา กาย จิต และสังคม การพัฒนากาย จิต และสังคม ต้องนำไปสู่การพัฒนาปัญญาทั้ง 4 ร่วมกัน จึงเกิดสุขภาวะที่สมบูรณ์ เช่นเดียวกับพระไพศาล วิสาโล (2559) ที่กล่าวไว้เช่นเดียวกันว่า สุขภาพองค์รวม” นั้นหมายถึงสุขภาพที่ครอบคลุมทุกมิติของชีวิต เป็นสุขภาวะโดยรวมอันเกิดจากสุขภาวะทางกายจิต และสังคม ซึ่งต่างเชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ยากที่จะแยกออกจากกันเป็นส่วน ๆ หรืออย่างโดด ๆ ได้

6.3 ข้อเสนอแนะ

6.3.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) เนื่องจากกลุ่มจังหวัดร้อยแก่นสารสินธุ์ มีเป้าหมายในการพัฒนาให้เป็นเมืองสมุนไพร หน่วยงานที่เกี่ยวข้องตั้งแต่ระดับท้องถิ่นถึงระดับจังหวัด สามารถหนุนเสริมในเชิงนโยบายด้านงบประมาณ และการจัดการภูมิทัศน์ รวมทั้งการใช้พื้นที่วัดป่าท่าแร่ได้เป็นศูนย์เรียนรู้และแหล่งผลิตสมุนไพรได้ทั้งในระดับชุมชน และกลุ่มจังหวัดร้อยแก่นสารสินธุ์

2) สถาบันการศึกษาในพื้นที่จังหวัดมหาสารคาม อาทิ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม โรงพยาบาลมหาสารคาม เป็นต้น สามารถนำพื้นที่วัดป่าท่าแร่ไป

เป็นส่วนหนึ่งสำหรับเป็นพื้นที่การเรียนการสอน การรักษาหรือบำบัดโรค และการจัดทำผลิตภัณฑ์สมุนไพร โดยหน่วยดังกล่าวอาจกำหนดเชิงนโยบายและแผนงานเพื่อหนุนเสริมอย่างเป็นระบบและชัดเจน

6.3.2 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1) วัดและชุมชนควรมีการปรับพื้นที่ภายในวัดให้เหมาะสมและเป็นสัดส่วนโดยใช้ตามข้อค้นพบในงานวิจัยนี้ อาทิ การปรับฐานเรียนรู้ให้เป็นสัดส่วน และการปรับพื้นที่เฝ้ารอบสมุนไพรให้เหมาะสม

2) หน่วยงานท้องถิ่นควรปรับภูมิทัศน์ภายในวัดป่าท่าแร่และส่งเสริมการปลูกเพิ่มสมุนไพรให้มีความหลากหลายและสมบูรณ์มากขึ้นตามแนวคิด “เมืองสมุนไพร”

3) ควรมีการประชาสัมพันธ์ให้ผู้สนใจทั่วไปเข้ามาใช้บริการรอบสมุนไพร และควรให้มีหมอนวดแผนไทยสำหรับการนวดหลังจากอบสมุนไพร รวมทั้งอุปกรณ์อื่นๆ ในการดำเนินงาน เช่น โต๊ะเก้าอี้ สำหรับนั่งจืดหรือเขียนในแต่ละฐานเรียนรู้

4) ควรมีแพทย์หรือ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) หรือโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล มาให้คำแนะนำเบื้องต้นก่อนการให้บริการการอบสมุนไพร เช่น การวัดความดันและคำแนะนำหรือข้อจำกัดในการเข้าอบสมุนไพรที่เหมาะสมกับโรคประจำตัวของผู้ใช้บริการ เพื่อให้มีการปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมทั้งก่อนอบและหลังอบสมุนไพร

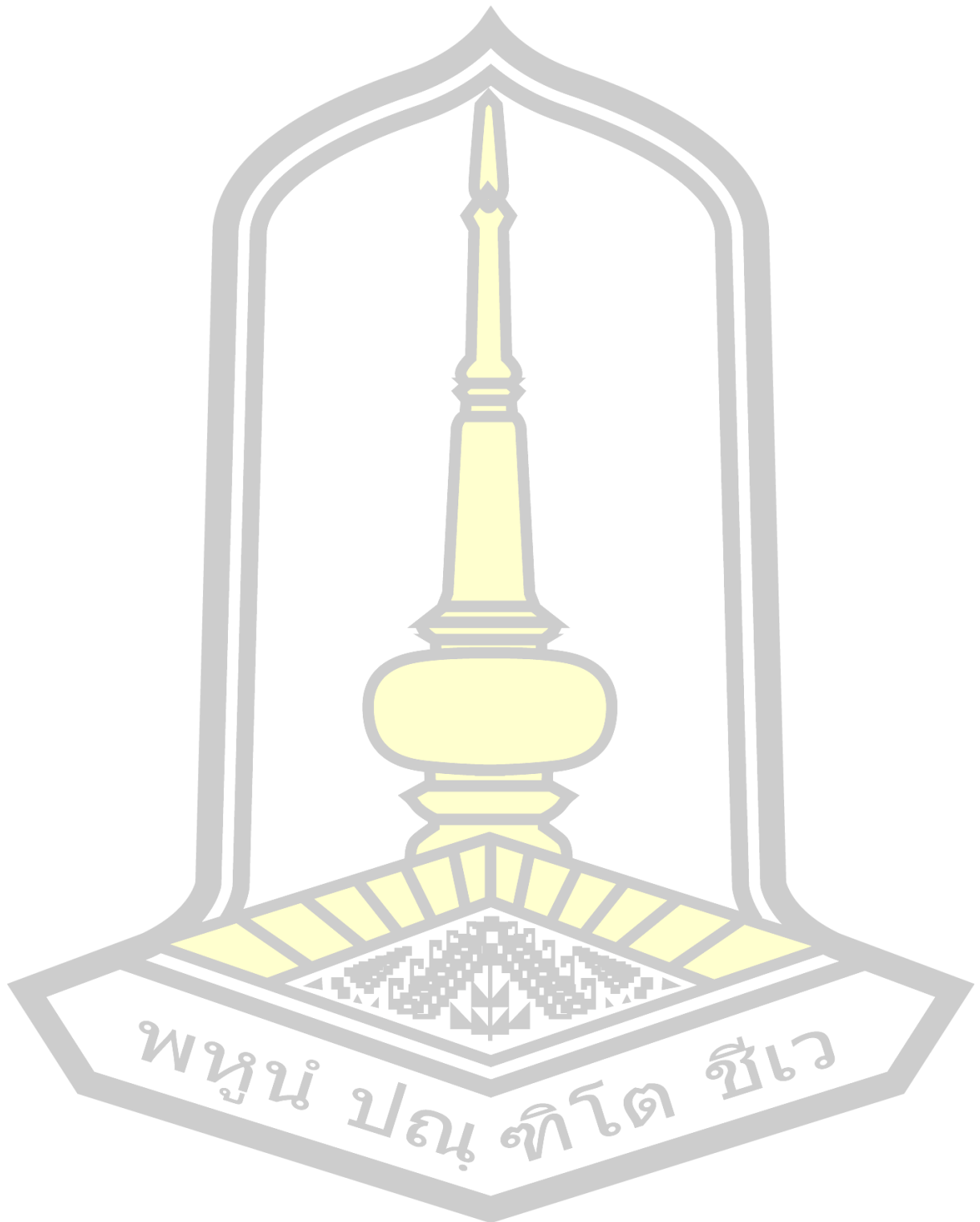
5) ควรมีการพัฒนาผลิตภัณฑ์สมุนไพรจากแต่ละฐานการเรียนรู้ที่ได้รับมาตรฐาน รวมทั้งแสวงหาภาคีเครือข่ายภายนอกเข้ามาช่วยเหลือด้านวัสดุอุปกรณ์ที่ได้มาตรฐาน องค์ความรู้ด้านเทคโนโลยี เช่น เตาที่ใช้ในตากหรืออบสมุนไพรที่สามารถควบคุมอุณหภูมิได้ การทำผลิตภัณฑ์บรรจุภัณฑ์ เป็นต้น ให้สามารถจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสร้างรายได้ให้กับชุมชนและกลุ่มวิสาหกิจชุมชนสมุนไพรเพื่อชุมชนของกลุ่มสมุนไพรบ้านท่าแร่

6.3.3 ข้อเสนอแนะเชิงการวิจัย

1) วิจัยเรื่อง การพัฒนาและยกระดับมาตรฐานผลิตภัณฑ์หรือมาตรฐานอื่นๆ ที่ สามารถสร้างรายได้ให้แก่ชุมชน โดยใช้ฐานเรียนรู้ภูมิปัญญาสมุนไพรภายในวัดเป็นแกนแกนของการวิจัย

พูน ปณ จิต ชีเว

บรรณานุกรม



บรรณานุกรม

- กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข. (2564). *รายการตำรับยาแผนไทยแห่งชาติฉบับ พ.ศ. 2564*. กรุงเทพฯ: สามเจริญพาณิชย์.
- กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข (2546). *พระราชบัญญัติการประกอบโรคศิลปะ พ.ศ.2542*. กรุงเทพฯ: สำนักเลขาธิการคณะรัฐมนตรี.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2559). *แผนแม่บทแห่งชาติว่าด้วยการพัฒนาสมุนไพร ฉบับที่ 1 พ.ศ. 2560 – 2564*. จากเว็บไซต์: <https://www.opsmoac.go.th>. สืบค้นเมื่อ 15 ตุลาคม 2565.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2561). “*วิพากษ์แผนยุทธศาสตร์ด้านสาธารณสุขเพื่อรองรับเขตพัฒนาเศรษฐกิจพิเศษ พ.ศ. 2561-2565*”. เอกสารประกอบการประชุมเพื่อรับฟังความคิดเห็นต่อร่างแผนยุทธศาสตร์ด้านสาธารณสุข. ม.ป.ท. : ม.ป.พ.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2564). *หนังสือรายการตำรับยาแพทย์แผนไทยแห่งชาติ ฉบับที่ พ.ศ. 2564*. จากเว็บไซต์: <https://www.dtam.moph.go.th>. สืบค้นเมื่อวันที่ 18 ตุลาคม 2565.
- กลุ่มงานพัฒนาวิชาการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร สถาบันแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข. (2547). *คู่มือประชาชนในการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์.
- กัญญาภัค แมกกี. (2561). *การบูรณาการหลักพุทธธรรมกับประโยชน์นิยมต่อการแก้ปัญหาการทำแท้ง: วารสารศึกษาศาสตร์ มมร. คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย*.
- โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์. (2548). *พหุลักษณะทางการแพทย์ มุมมองมานุษยวิทยากับความหลากหลายของวัฒนธรรมสุขภาพในพหุลักษณะทางการแพทย์กับสุขภาพในมิติสังคมวัฒนธรรม*. กรุงเทพฯ: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร.
- โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์. (2535). *การแพทย์พื้นบ้านในชนบท*. ในทวีทอง หงษ์วิวัฒน์, เพ็ญจันทร์ ประมุขทอง และจรรยา สุทธิสุนนท์ (บรรณาธิการ). *พฤติกรรมสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศิริบุญ จงวุฒิเวศย์ และคณะ. (2549). *พฤติกรรมการดูแลสุขภาพและสมุนไพร*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนวิจัย ชุดโครงการวิจัยด้านการศึกษากับชุมชน.
- โครงการสุขภาพวิถีพุทธ. (2554). *หลักพุทธธรรมกับการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ*. จากเว็บไซต์: <https://ethesisarchive.library.tu.ac.th>. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 ตุลาคม 2565.

จันทร์ทิรา เจริญชัย, ณัฐธิดา เพชรประไพ, นริศลักษณ์ สุวรรณโนบล, ศรัญญา จุฬาริ, จันทกานต์

กาญจนเวทวงศ์, นฤมล สิงห์ตง, วาสิธร ประวิติวงศ์ และ กชกร เพี้ยชัย. (2557).

การศึกษารวบรวมข้อมูลความหลากหลายของสมุนไพรภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรรวมทั้ง
ตำรับยาโบราณของหมอพื้นบ้านที่อาศัยอยู่บริเวณในพื้นที่เขื่อนน้ำพุง จังหวัดสกลนคร และ
ชุมชนใกล้เคียงภายใต้โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระ
เทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี. (รายงานการ
วิจัย). มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี.

จารุณี วงศ์ลิ้มปิยะรัตน์. (2558). การเงินและการบัญชีเพื่อการบริหารเทคโนโลยีและนวัตกรรม.

พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

จารุบุตร เรืองสุวรรณ. (2527). เชิดชูเกียรตินายจารุบุตร เรืองสุวรรณ. กรุงเทพฯ: ครูสภา.

จุฑามาศ วาริแสงทิพย์. (2552). การฟื้นฟูคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายด้วยธรรม
ปฏิบัติ. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย.

ฉวีวรรณ ใจแก้ว. (2544). การเข้าสู่ความเป็นหมอพื้นบ้านและทักษะต่อการเป็นหมอพื้นบ้าน ศึกษา
จากจังหวัดอุบลราชธานี. ภาคนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม) คณะพัฒนา
สังคม: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (2541) ทฤษฎีและแนวคิดเศรษฐกิจชุมชนชาวนา. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้ง
แอนด์พับลิชชิ่ง.

เชาว์ กสิพันธ์. (2523). ตำราเภสัชศึกษา สำหรับผู้ที่ศึกษาวิชาเภสัชกรรมแผนโบราณเพื่อเข้าสอบรับ
ใบประกอบโรคศิลปะ. สาขาเภสัชกรรม จากกระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพฯ: สมชาย.

ณัฐชา ม้วนสุธา. (2559). การใช้หลักสังคหวัตถุ 4 ในการให้บริการประชาชนของศูนย์สุขภาพชุมชน
เมืองโพธาราม อำเภอมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี. สังคมวิทยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย.

ดวงกมล ศักดิ์เลิศสกุล. (2549). แผนธุรกิจของสถานบริการสุขภาพแบบองค์รวม. ขอนแก่น:
มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ดวงแก้ว ปัญญา และคณะ. (2561). การสร้างสรรค์นวัตกรรมด้านการแพทย์แผนไทยการแพทย์พื้น
บ้าน และการแพทย์ทางเลือก. ครั้งที่ 1. นนทบุรี: กลุ่มงานวิชาการและคลังความรู้กอง
วิชาการและแผนงานกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวง
สาธารณสุข.

ธวัชชัย กมลธรรม. (2557). *การสวดมนต์รักษาโรค*. จาก

เว็บไซต์: <https://mgronline.com/qol/detail/9570000073976>. สืบค้นเมื่อ 5 มิถุนายน 2566.

นคร จันทะวงษ์, รุสณี มามะ, โชคชัย แซ่ว่าง, ศิวพงศ์ ต้นสุวรรณวงศ์ และชัยนรินทร์ เรือนเจริญ.

(2564). *การพัฒนานวัตกรรมการพึ่งพาตนเองด้านสุขภาพ ด้วยสมุนไพรใกล้มือสำหรับผู้สูงอายุ*. วารสาร มจร: สังคมศาสตร์ปริทรรศน์.

นำใจ อุทรัช. (2553). *การศึกษาและแนวทางการพัฒนาหมอลำเรื่องตอกกลอนในภาคอีสาน*.

ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวัฒนธรรมศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

นิวัฒน์ ศิตลักษณ์ และคณะ. (2554). *การแพทย์บูรณาการ ฉบับหมอมวลชน*. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี: หมอมวลชน.

เบญจวรรณ เหมือนตา และรัฐพร บุญสุข. (2553). *การใช้สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐานเพื่อการดูแลรักษาสุขภาพของประชาชนในชุมชนตำบลไม้เค็ด อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี*. รายงานวิจัยทางการแพทย์แผนไทยประยุกต์: มหาวิทยาลัยบูรพา.

ปรถ ปรุฬหิทอง. (2547). *สุขภาพแบบองค์รวม*. จากเว็บไซต์: <https://webportal.bangkok.go.th>. สืบค้นเมื่อ 13 ตุลาคม 2565.

ประณีต คมสาคร. (2545). *ความเชื่อและเหตุผลการอบสมุนไพรในเขตเทศบาลนครขอนแก่น*.

วิทยานิพนธ์ หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาไทยศึกษาเพื่อการพัฒนา สำนักงานบัณฑิตศึกษา สถาบันราชภัฏเลย.

ประเวศ วะสี. (2543). *สุขภาพในฐานะอุดมการณ์ของมนุษย์*. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี: สำนักงานปฏิรูปสุขภาพ สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.

ประเวศ วะสี. (2550). *สุขภาพ สุขภาวะ ปัจจัยกำหนดสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพ*. จากเว็บไซต์: <https://mehealthpromotion.com>. สืบค้นเมื่อ 16 ตุลาคม 2565.

ปริญดา เทิดชูชีพ และคณะ. (2535). *ศักยภาพหมอพื้นบ้านกับการสาธารณสุขมูลฐาน*. กรณีศึกษา จังหวัดนครพนม, สำนักงานสาธารณสุขมูลฐาน, สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

ปัทมา ศิริวรรณ. (2559). *ความรู้ ทักษะ การรับรู้ และการใช้ยาสมุนไพรของผู้ให้บริการ และผู้รับบริการในโรงพยาบาลแม่ทา อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน*. จากเว็บไซต์: <http://ethesisarchive.library.tu.ac.th>. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 มีนาคม 2563.

พบแพทย์. (2565). *หญ้าหนวดแมว*. จากเว็บไซต์: <https://www.pobpad.com>. สืบค้นเมื่อ 3 มีนาคม 2566.

พรทิพย์ ปุกหุด และทิตยา พุฒิกามิน. (2555). ผลของการสวดมนต์บำบัดต่อความวิตกกังวลและความผาสุกทางจิตวิญญาณในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมระยะรับการรักษา: วารสารสมาคมพยาบาลฯ สาขาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ.

พรรณเพ็ญ เครือไทย. (2543). มหาพนตำรายา / พรรณเพ็ญ เครือไทย. เชียงใหม่: สถาบันวิจัยสังคมมหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

พระครูปฐมธีรวัฒน์. (2563). การบูรณาการเชิงพุทธกับการบริหาร. วารสารศิลปศาสตร์: ราชมงคลสุวรรณภูมิ ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (พฤษภาคม-สิงหาคม 2563).

พระครูวิมลจิตตานุโยค. (2558). วิธีการใช้ยาสมุนไพรเชิงพุทธบูรณาการ. วิทยานิพนธ์ หลักสูตรปริญญาพุทธ ศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระชาติรี อุปปลวัฒน์. (2554). สมุนไพรในรั้ววัด. พิมพ์ครั้งที่ 1. ม.ป.ท.: ม.ป.พ.

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตโต). (2553). วิธีบูรณาการพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2546). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2542). การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์. กรุงเทพฯ: ธรรมสารจำกัด.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2546). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระราชบัญญัติการประกอบโรคศิลปะ. (2542). สมุนไพร. จากเว็บไซต์: <https://www.dms.go.th>. สืบค้นเมื่อ 11 ตุลาคม 2565.

พระราชบัญญัติคุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย. (2542). สมุนไพร. จากเว็บไซต์: <https://www.ratchakitcha.soc.go.th>. สืบค้นเมื่อ 14 ตุลาคม 2565.

พระราชบัญญัติยาฉบับที่ 3. (2522). ยา. จากเว็บไซต์: <https://dl.parliament.go.th>. สืบค้นเมื่อ 19 ตุลาคม 2565.

พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ. (2550). สุขภาพทางปัญญา. จากเว็บไซต์: <https://infocenter.nationalhealth.or.th>. สืบค้นเมื่อ 17 ตุลาคม 2565.

พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร. (2663). พุทธบูรณาการกับศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อพัฒนาจิตใจและสังคม. ได้จาก: https://www.mcu.ac.th/directory_uploads/administrator/file_. เข้าถึงเมื่อ 3 ตุลาคม 2565.

พิบูล กมลเพชรและคณะ. (2541). ศึกษาการใช้สมุนไพรจากหมอสอนไพร่พื้นบ้านในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.

- พิสิษฐ์ บุญไชย. (2545). การใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการดูแลสุขภาพของชาวกะเลิง จังหวัดสกลนคร: คณะกรรมการวิจัยการศึกษาการศาสนา และการวัฒนธรรมของกระทรวงศึกษาธิการ.
- เพ็ญจันทร์ ประดับมุก. (2532). *มติทางสังคมวัฒนธรรมการใช้สมุนไพรในชุมชน เฉพาะกรณี หมู่บ้านหนึ่งในจังหวัดยโสธร*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (ภาษาและวัฒนธรรมเพื่อการสื่อสารและการพัฒนา). นครปฐม : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เพ็ญภา ทรัพย์เจริญและคณะ. (2543). *บทบาทสถานภาพและทิศทางการพัฒนาองค์ความรู้และพื้นบ้านชาวไทยภูเขา*. นนทบุรี: สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์กระทรวงสาธารณสุข.
- เพ็ญภา ทิพย์ราษฎร์. (2559). *การศึกษาพืชสมุนไพรท้องถิ่นและภูมิปัญญาด้านการใช้พืชสมุนไพรกรณีศึกษา อุทยานแห่งชาติแก่งกรุง จังหวัดสุราษฎร์ธานี*. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการสิ่งแวดล้อม). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ไพศาล วิสาโล(พระ). (2559). *เครือข่ายจิตอาสา คู่มือจิตอาสาโครงการจิตอาสาเพื่อในหลวง*. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมมิก.
- ภัทร วาสนา และ จิราภรณ์ บุญมาก. (2563). *บันทึกภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน กรณีหมอสมยศ สุริยฉาย หมอพื้นบ้านรักษามะเร็ง: วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก: ม.ป.พ.*
- มณฑิรา ตันต์เกตุร, โสภิต ธรรมอารี. (2525). *การพัฒนาสมุนไพรไทยด้านสาธารณสุขสมัยกรุงรัตนโกสินทร์*. เล่ม 2. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2549). *พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. เล่ม 4. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2549). *พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. เล่ม 4. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (2561). *Herbal studies การวิจัยสมุนไพร*. จากเว็บไซต์: https://w1.med.cmu.ac.th/research/ethics/doc/ethic_guide/4.Herbal%20studies_Aug2018.pdf. สืบค้นเมื่อ 23 กุมภาพันธ์ 2566.
- มหาวิทยาลัยมหิดล. (2559). *หญ้าไร่แพร่*. จากเว็บไซต์: <https://www.rama.mahidol.ac.th/ramachannel/article/>. สืบค้นเมื่อ 23 กุมภาพันธ์ 2566.

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา วิทยาเขตสมุทรสงคราม. (2564). *เตยหอม*. จากเว็บไซต์:

<https://skm.ssru.ac.th/news/view/a273>. สืบค้นเมื่อ 3 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). *กระเจียวแดง*. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=1.

สืบค้น เมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). *กระเจียวแดง*. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=1.

สืบค้นเมื่อ 11 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). *กระแจะ*. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=445.

สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). *กระเทียม*. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=2.

สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). *กระเทียม*. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=2.

สืบค้นเมื่อ 14 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). *กะเพรา*. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=20.

สืบค้นเมื่อ 18 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). *กะเพรา*. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=20.

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). *ข่อย*. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=274.

สืบค้นเมื่อ 17 มีนาคม 2566

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). *ข่า*. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=56.

สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). ชิง. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=59.

สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). ชิง. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=59.

สืบค้นเมื่อ 5 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). ชี้เหล็ก. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=60.

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). ตะไคร้. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=96.

สืบค้นเมื่อ 1 กุมภาพันธ์ 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). ตะไคร้. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=96.

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). ตำลึง. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=284.

สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). ทองพันชั่ง. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=103.

สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). น้อยหน่า. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=118.

สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). บอระเพ็ด. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=126.

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). บอระเพ็ด. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=126.

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). มะขาม. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=174.

สืบค้นเมื่อ 9 กุมภาพันธ์ 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). มะระขี้นก. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=182.

สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). ยอ. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=268.

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). ย่านาง. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=189.

สืบค้นเมื่อ 5 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). ว่านหางจระเข้. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=202.

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). สะเดา. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=276.

สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). หนุ่ยขาว. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=279.

สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2552). อ้อยแดง. จากเว็บไซต์:

https://pharmacy.su.ac.th/herbmed/herb/text/herb_detail.php?herbID=280.

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. (2552). ัญชัน. จากเว็บไซต์:

<https://apps.phar.ubu.ac.th/phargarden/main.php?action=viewpage&pid=139>.

สืบค้นเมื่อ 10 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. (2553). กระชาย. จากเว็บไซต์:

<https://apps.phar.ubu.ac.th/thaicrudedrug/main.php?action=viewpage&pid=3>

. สืบค้นเมื่อ 3 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. (2553). *กำแพงเจ็ดชั้น*. จากเว็บไซต์:

<https://apps.phar.ubu.ac.th/phargarden/main.php?action=viewpage&pid=4>.

สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. (2553). *โตไม่รู้ลืม*. จากเว็บไซต์:

<https://apps.phar.ubu.ac.th/phargarden/main.php?action=viewpage&pid=143>.

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. (2553). *ต้นปีบ*. จาก เว็บไซต์:

<https://apps.phar.ubu.ac.th/phargarden/main.php?action=viewpage&pid=237>.

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. (2553). *ตัวขาว*. จากเว็บไซต์:

<https://apps.phar.ubu.ac.th/phargarden/main.php?action=viewpage&pid=52>.

สืบค้นเมื่อ 13 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. (2553). *ไพล*. จากเว็บไซต์:

<https://apps.phar.ubu.ac.th/thaicrudedrug/main.php?action=viewpage&pid=9>

6. สืบค้นเมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2566.

มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. (2553). *ฟ้าทะลายโจร*. จากเว็บไซต์:

<https://apps.phar.ubu.ac.th/thaicrudedrug/main.php?action=viewpage&pid=9>

7. สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร. (2563). *จันทน์*. จากเว็บไซต์:

<https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/>. สืบค้นเมื่อ 11 มีนาคม 2566.

เมตไทย. (2563). *ขมิ้น*. จากเว็บไซต์: <https://medthai.com/>. สืบค้นเมื่อ 24 กุมภาพันธ์ 2566.

เมตไทย. (2563). *ขมิ้น*. จากเว็บไซต์: <https://medthai.com/>. สืบค้นเมื่อ 1 กุมภาพันธ์ 2566.

เมตไทย. (2563). *ต้นลูกใต้ใบ*. จากเว็บไซต์: <https://medthai.com/>. สืบค้นเมื่อ 13 มกราคม 2566.

เมตไทย. (2563). *ผักตัวขาว*. จากเว็บไซต์: <https://medthai.com/>. สืบค้นเมื่อ 14 มีนาคม 2566.

เมตไทย.(2559). *สาบเสือ*. จากเว็บไซต์: <https://medthai.com/>. สืบค้นเมื่อ 14 กุมภาพันธ์ 2566.

เมตไทย.(2563). *กำลังเสือโคร่ง*. จากเว็บไซต์: <https://medthai.com/>. สืบค้นเมื่อ 14 มกราคม 2566.

เมตไทย.(2563). *ดาวเรือง*. จากเว็บไซต์: <https://medthai.com/>. สืบค้นเมื่อ 12 มีนาคม 2566.

เมตไทย.(2566). *มะกรูด*. จากเว็บไซต์: <https://medthai.com/>. สืบค้นเมื่อ 9 กุมภาพันธ์ 2566.

เมตไทย.(2566). *สับปะรด*. จากเว็บไซต์: <https://medthai.com/>. สืบค้นเมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2566.

ยงค์ดี ต้นติปิฎก และคณะ (2543). การพัฒนาระบบสุขภาพทางเลือกในระบบสุขภาพไทย. นนทบุรี: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.

ยศ สันตสมบัติ. (2542). ความหลากหลายทางชีวภาพและภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่: เชียงใหม่.

ยุคล ละม้ายเงิน. (2550). ความหลากหลายของพืชสมุนไพรและการใช้ประโยชน์อย่างยั่งยืนตามภูมิปัญญาท้องถิ่นในจังหวัดอุบลราชธานี. อุบลราชธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.

ยุทธนา ทองบุญเกื้อ. (2551). ความหลากหลายและการใช้ประโยชน์พืชสมุนไพรในวนอุทยานถ้ำเพชร-ถ้ำทองอำเภอตาคลี จังหวัดนครสวรรค์. สำนักบริหารพื้นที่อนุรักษ์ที่ 12 (นครสวรรค์): กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช.

รังสรรค์ ชุนทวารกรณ์. (2545). ลักษณะและประเภทของพืชสมุนไพร. จากเว็บไซต์:

<https://www.angelfire.com/ri2/rangsan/charac.html>. สืบค้นเมื่อ 14 มีนาคม 2566.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2542). พืชสมุนไพร. จากเว็บไซต์: <https://kb.psu.ac.th/>. สืบค้นเมื่อ 19 ตุลาคม 2565.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2557). อายุรเวท-อายุรแพทย์-อายุรกรรม-อายุรศาสตร์. สืบคำจาก: <http://legacy.orst.go.th/?knowledges>. สืบค้นเมื่อ 30 กันยายน 2565).

ราชบัณฑิตยสถาน. (2563). พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554. จากเว็บไซต์: <https://dictionary.orst.go.th>. สืบค้นเมื่อวันที่ 17 ตุลาคม 2565.

ราเชนทร์ วิสารโร(พระ) และนรากร วรเมธี (พระมหา). (2556). การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการแก้ไขปัญหาความยากจนของพระสงฆ์ในจังหวัดอุดรธานี. สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

รุ่งรังสี วิบูลชัย. (2538). การดำรงอยู่ของการแพทย์พื้นบ้าน กรณีศึกษาหมู่บ้านนาสีดา ตำบลข้าวปุ้น อำเภอข้าวปุ้น จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวัฒนธรรมศึกษาบัณฑิต: วิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหิดล.

รุจิจันทร์ วิชวานิเวศน์. (2554). การพัฒนาระบบฐานความรู้ด้านการรักษาโรคด้วยสมุนไพร: ทฤษฎีจากมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ปีงบประมาณ 2554.

รุจิจันทร์ วิชวานิเวศน์. (2554). รายงานการวิจัยเรื่อง การพัฒนาระบบฐานความรู้ด้านการรักษาโรคด้วยสมุนไพร. คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.

วรวิทย์ พูนสวัสดิ์กิตติกุล. (2537). ศักยภาพหมอพื้นบ้านกับการสาธารณสุขมูลฐาน กรณีศึกษา จังหวัดพิจิตร. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

วลัยลักษณ์ ทรงศิริ. (2556). *นิเวศวัฒนธรรมในความเปลี่ยนแปลง*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิเล็ก-ประไพ
วริยะพันธุ์.

วิชาการเกษตร. (2558). *หญ้าร้างกา*. จากเว็บไซต์: <https://www.vichakaset.com/>. สืบค้นเมื่อ 14
กุมภาพันธ์ 2566.

วิริญญา เมืองช้าง. (2559). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพ
ตนเองของประชาชนในอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา*. วิทยานิพนธ์หลักสูตรสาธารณสุข
ศาสตรมหาบัณฑิต คณะสาธารณสุขศาสตร์: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *เกววัลย์เปรียง*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *ขมิ้น*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *ชิง*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *คูน*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *คูกใส*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *เตยหอม*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *เปล้าน้อย*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *เปล้าใหญ่*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *โป่งฟ้า*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *แพงพวย*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *มะรุม*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *มะละกอ*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *ว่านงาช้าง*. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร. กรุงเทพฯ:
โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *หญ้างวงช้าง. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *อังกาบหนู. ร่วมอนุรักษ์มรดกไทย สารานุกรมสมุนไพร*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

ศุภเศรษฐ์ น้อยศรี. (2530). *ความรู้ทัศนคติและพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคของประชาชน เขตพัฒนาสมุนไพร อำเภอลำปางสะแกแสง จังหวัดนครราชสีมา. ปรินญาณินพนธ์ ศศ.ม. (ภาษาและวัฒนธรรมเพื่อการสื่อสารและการพัฒนา). นครปฐม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.*

ศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอลำปาง ห้องสมุดประชาชนอำเภอลำปาง.

(2562). *มะค่าแต้*. จากเว็บไซต์:

<http://yaso.nfe.go.th/khowang/library/?name=knowledge&file=readknowledge&id=43>. สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2566.

สถาบันการแพทย์แผนไทย. (2551). *พิพิธภัณฑ์การแพทย์แผนไทย*. จากเว็บไซต์:

<http://ittm.dtam.moph.go.th/Service/WebMuseum/ThaiDev/>. สืบค้นเมื่อ 3 ตุลาคม 2565.

สถาบันการแพทย์แผนไทย. (2553). *แนวคิดและปรัชญาทางการแพทย์ไทย*. จากเว็บไซต์:

<http://ittm.dtam.moph.go.th>. สืบค้นเมื่อวันที่ 19 ตุลาคม 2565.

สถาบันวิจัยสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์. (2553). *สมุนไพรน้ำรู้ 1. ผักคาวตอง ฉบับปรับปรุงเพิ่มเติม พ.ศ. 2553*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.

สำลี รักสุทธี. (2544). *สืบสานตำนานงานบุญประเพณีอีสาน*. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.

สำนักงานวัฒนธรรมแห่งชาติ. (2554). *การจัดการวัฒนธรรมสำหรับผู้บริหาร*. พิมพ์ครั้งที่ 3.

กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.

สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ. (2549). *การประเมินผลโครงการด้านการพัฒนาวัดและศาสนสถาน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรมการศาสนา.

สิริรัตน์ จันทรมะโน และ เจนระวี สว่างอารีรักษ์. (2554). *แบบแผนการดำเนินชีวิต และพฤติกรรมสุขภาพของผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ที่มีคุณภาพชีวิตดี: วารสารสภาการพยาบาล*.

สุดาร์ตน์ เกยุราพันธุ์. (2561). *พุทธวิธีเชิงบูรณาการแก้ปัญหาความขัดแย้งในเมืองไทยปัจจุบัน*.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

สุดาร์ตน์ ต่ายธานี, พระกัญจน์ กนตมโม, พระมหาขุนทอง เขมสิริ, อำนวย มีราคา. (2563).

การศึกษาการใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์: กรณีศึกษาอำเภอบางบาล

จังหวัดศรีสะเกษ. วารสาร มจร. อุบลปริทรรศน์ ปีที่ 5 ฉบับที่ 1 (มกราคม-เมษายน 2563).

- สุภณ สมจิตศรีปัญญา. (2536). *อีตลีสอง คองลีสี่ จากต้นฉบับใบลาน*. ในเอกสารประกอบการสัมมนาทางวิชาการไทยคดีวิชาการ. ภาพลัทธิ: ประสานการพิมพ์.
- สุมนหา ก่อแก้ว. (2551). *การศึกษาสังคมพืชสมุนไพรและภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านการใช้พืชสมุนไพรในระบบนิเวศป่าบุ่ง ป่าทาม ป่าอาลอ-โดนแบน ตำบลนาดี อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์*. สถาบันบัณฑิต พัฒนบริหารศาสตร์/กรุงเทพฯ. จากเว็บไซต์: https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve_DOI=10.14457/NIDA.the.2008.90. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 มีนาคม 2563.
- สุรเกียรติ อาชานานุภาพ. (2530). *สถานการณ์การแพทย์แผนไทยในปัจจุบัน ในสวทวิบูลผล ประเสริฐ และโก มาตรฐาน จึงเสถียรทรัพย์ (บรรณาธิการ). การแพทย์แผนไทยภูมิปัญญาแห่งการพึ่งตนเอง*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เอช. เอน. สเตชั่นนารีและการพิมพ์.
- เสนาะ ขาวขำ. (2558). *การใช้สมุนไพรตามพหุฐานยาตเพื่องานสาธารณสุขมูลฐาน*. ปรียญาพุทธศาสตร์ดุสิตบัณฑิต: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- อรทัย รวยอาจีน และกาญจนา แก้วเทพ. (2523). *วจ. บทบาทของแพทย์แผนโบราณในการพัฒนาสาธารณสุขไทย: คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล*.
- อานันท์ กาญจนพันธุ์. (2555). *จินตนาการทางมานุษยวิทยาแล้วย้อนมองสังคมไทย*. เชียงใหม่: ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อุทัย สุดสุข และคณะ. (2554). *แนวทางการดำเนินงานหมู่บ้านสุขภาพดีวิถีพุทธ*. อุบลราชธานี: ศิริธรรมออฟเซต.
- อุษา กลิ่นหอม. (2561). *สมุนไพรในพระไตรปิฎก*. กรุงเทพมหานคร: อุษากการพิมพ์.
- เอกวิทย์ ณ ถลาง. (2540). *ภูมิปัญญาชาวบ้าน 4 ภูมิภาค วิถีชีวิตและกระบวนการเรียนรู้ของชาวบ้านไทย*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- Health Organization. Frawley, D. and Lad, V. (2000). *The Yoga of Herbs. An Ayurvedic guide to herbal medicine*. (Reprint). Delhi. Motilal Banarsidass publishers.
- Hoareau, L & DaSilva, E. (1999). *Medicinal plants: a re-emerging health aid*. Chile: Universidad Católica de Valparaíso.
- Hughes, Thomas P. 1987. *The evolution of large technological systems*. In *The social construction of technological systems. New directions in the sociology and history of technology*, edited by W. E. Bijker, T. P. Hughes and T. Pinch. Cambridge, Massachusetts & London, England: MIT Press.
- Rogers, Everette M. (1983). *Diffusion OF Innovations*. (Fourth Edition) . New York: The Free Press.

World Health Organization. (1998). The World health report 2003 shaping the future.

World.

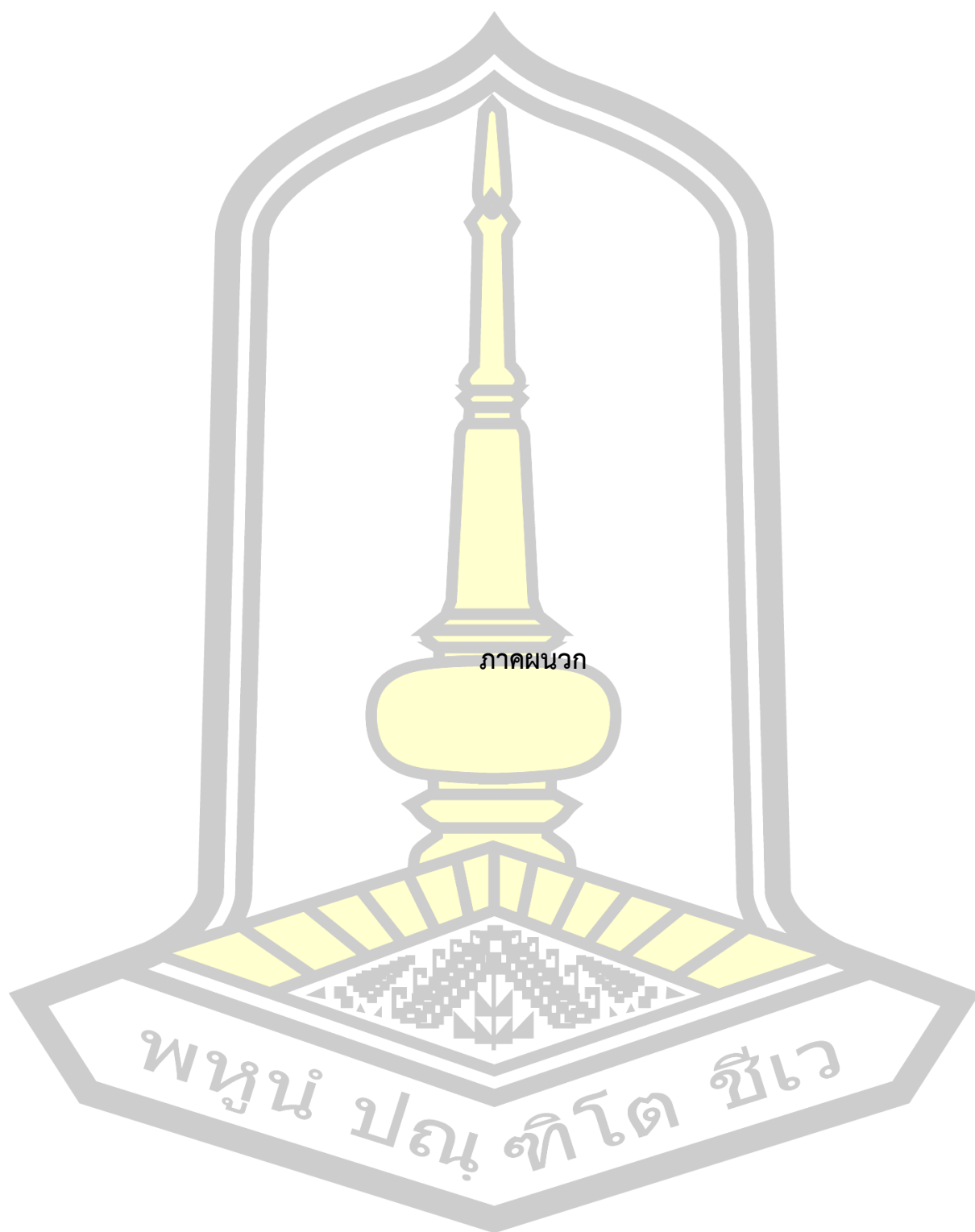
World Health Organization. (2001). The World health report 2003 shaping the future.

World.

World Health Organization. (2003). The World health report 2003 shaping the future.

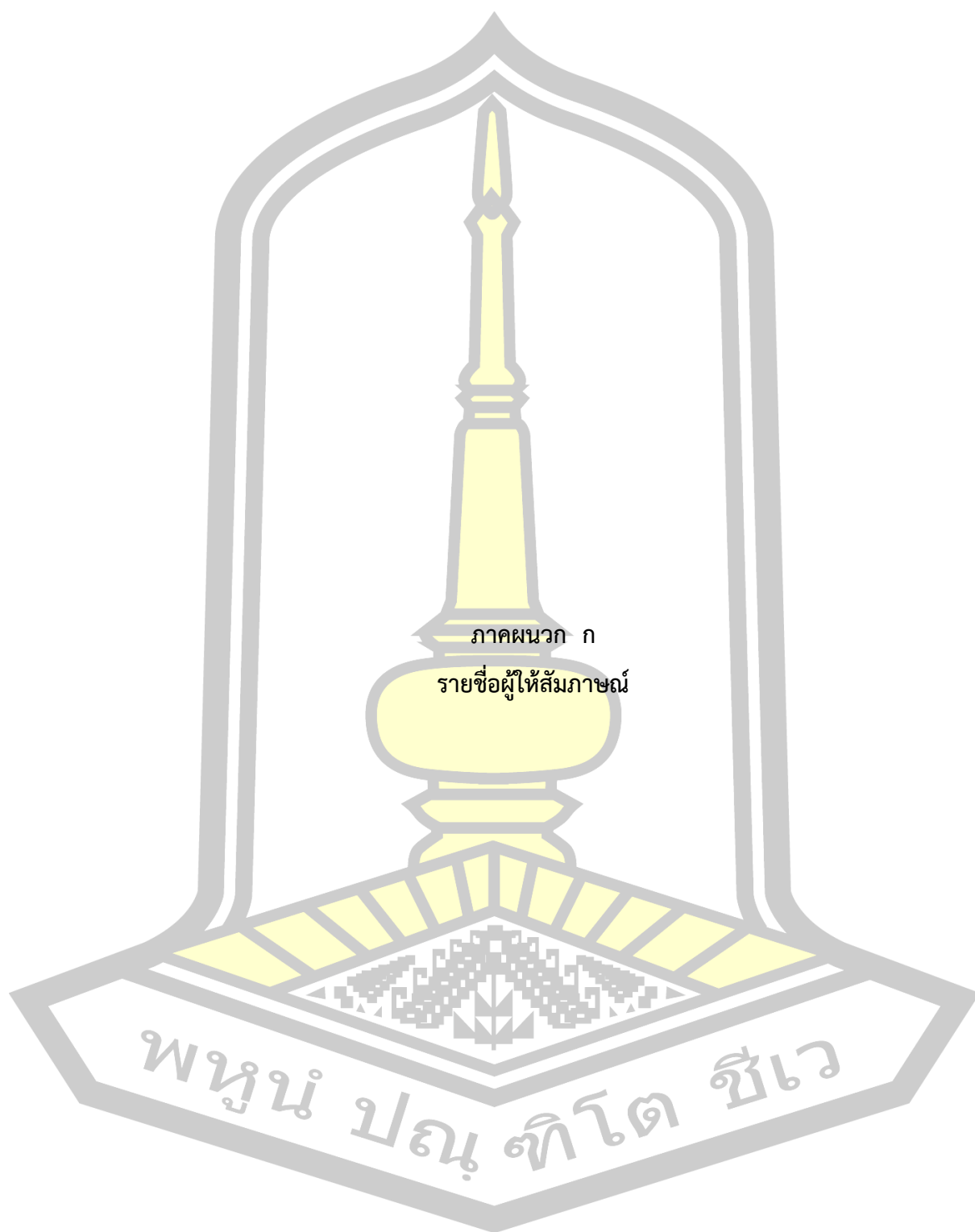
World.





ภาคผนวก

พูนํ ปณํ จิต ชีเว



รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์

- แซ่ไข ตุ่มพงษ์. (18 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพรร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- คำพวง ผิวยุ. (26 พฤษภาคม 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพรร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- จารุณัน นันทะเสน. (27 พฤษภาคม 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพรร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- จรรย์วรรณ ธนุสา. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. สมาชิกกลุ่มวิสาหกิจชุมชนแปรรูปสมุนไพรร.
ที่อยู่ เลขที่ 87 หมู่ 5 บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัด
มหาสารคาม
- จุไรรัตน์ บุญสถาพร. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. แพทย์แผนไทย. ที่อยู่ เลขที่ 100 หมู่ 5
บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- ชัยพล จำเริญเจือ. (2 มิถุนายน 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพรร. ที่อยู่ บ้านห้วย
ตำบลลูกป่อ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์
- ชูถิ่น จำเริญเจือ. (2 มิถุนายน 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพรร. ที่อยู่ บ้านห้วย
ตำบลลูกป่อ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์
- ดาว โสโฬธี. (25 พฤษภาคม 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพรร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- คำรห์ อุ่นดา. (23 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพรร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- แดง โมะระรัน. (23 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพรร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- ทอง ทองอด. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 52 หมู่ 5 บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- ทอง อุปแสน. (24 กันยายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 1 หมู่ 17
บ้านท่าแร่วัฒนา ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- ทองใส ทองรอด. (22 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพรร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

ทองใส ทองอด. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. สมาชิกกลุ่มวิสาหกิจชุมชนแปรรูปสมุนไพร.

ที่อยู่ เลขที่ 52 หมู่ 5 บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม
จังหวัดมหาสารคาม

ทองเหรียญ จำเริญเจือ. (17 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่บ้าน
ท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

ทองเหรียญ ศรีรวย. (19 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

ทองเหรียญ อาธิรอบ. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน
(อสม). ที่อยู่ เลขที่ 9 หมู่ 5 บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม
จังหวัดมหาสารคาม

นกเอี้ยง นา. (30 พฤษภาคม 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

นคร เกษสีแก้ว. (18 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

นภาพรณ อัมปะมะโน. (17 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่
บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

นิตาพร สุขสด. (28 พฤษภาคม 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

นิตยา รักดีนรินทร์. (25 พฤษภาคม 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

นิภา เทพพร. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. สมาชิกกลุ่มวิสาหกิจชุมชนแปรรูปสมุนไพร.
ที่อยู่ เลขที่ 95 หมู่ 5 บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัด
มหาสารคาม

นิภาพร สุขสด. (28 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. ประชาชนชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 26 หมู่ 5
บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

นรินทร์ ทองรอด. (31 ธันวาคม 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

บัญญัติ นามบุตร. (26 กันยายน 2566). สัมภาษณ์. ประชาชนชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 108 หมู่ 11
บ้านหัวช้าง ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

บุญเต็ม จำเริญเจือ. (22 มิถุนายน 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านหัว
ตำบลภูโป อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์

บุญอยู่ ภารวิจิตร. (22 มิถุนายน 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านห้วย

ตำบลภูป้อ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์

ปกร ปิยะกิจ. (24 พฤษภาคม 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่

ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

ประกาย โยธากักดี. (28 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. สมาชิกกลุ่มวิสาหกิจชุมชนแปรรูปสมุนไพรที่

อยู่ เลขที่ 19 หมู่ 5 บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

ประภาส เขตบุรี. (23 กันยายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 108 บ้านค้อใหญ่

ตำบลตลาด อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

ผลิตา ทรัพย์ปัสสา. (24 มิถุนายน 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านห้วย

ตำบลภูป้อ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์

พระครูโกศลสุทธธานุรักษ์. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. พระสงฆ์. ที่อยู่ วัดเครือวัลย์

บ้านค้อใหญ่ ตำบลตลาด อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์ บุญบุตร. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. ผู้วิจัยและปราชญ์

ชาวบ้าน. ที่อยู่ วัดป่าท่าแร่ บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์. (31 ธันวาคม 2562). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการบริการอบสมุนไพร. วัดท่าแร่

คงคาราม บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

พระครูวรกิจสุนทร ศรีบุญเรือง. (26 กันยายน 2566). สัมภาษณ์. พระสงฆ์. ที่อยู่ วัดอภิสิทธิ์

ตำบลตลาด อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

พระครูสังวรสิริรักษ์. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. พระสงฆ์. ที่อยู่ วัดเครือวัลย์สุทธาวรรณ

บ้านค้อใหญ่ ตำบลตลาด อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

พระทวี ชินวงศ์. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. พระสงฆ์. ที่อยู่ วัดเครือวัลย์ บ้านค้อ

ตลาด อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

พระวุฒิศักดิ์ ที่ปวโร. (28 พฤษภาคม 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. วัดป่าเนรัญชรา

ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

พระสามารถ อัดตที่โป. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. พระสงฆ์. ที่อยู่ วัดบ้านกุดเป่ง

บ้านกุดเป่ง ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

พระสายัณห์ จนทสาโร. (19 สิงหาคม 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร.

วัดสุวรรณาราม ตำบลภูป้อ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์

- พระเจ้า ธีรปัญญา. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ เลขที่
วัดป่าท่าแร่ บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- พวงเพชร ไส้โพธิ์. (22 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- พิชาติ ภพไตร. (24 กันยายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 8 หมู่ 12 บ้านท่าแร่
พัฒนา ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- พุทธา ไส้โพธิ์. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม).
ที่อยู่ เลขที่ 44 หมู่ 5 บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัด
มหาสารคาม
- พุทธา ไส้โพธิ์. (25 พฤษภาคม 2565). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- เพียรนิภา แก้วหานาม. (27 กันยายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 11/12 หมู่ 10
บ้านหนองจิก ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- ไพฑูรย์ เวียงจันทร์. (19 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- ภัณฑิลา ศรีระพล. (17 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- ภัทรา ปิยะกิจ. (24 พฤษภาคม 2565). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- ยุพิน บุญบุตร. (2 มิถุนายน 2562). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านห้วย
ตำบลภูป้อ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์
- ลัดดา พลทอน. (18 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- ลำไย สีหนะนถ. (20 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- วินิจ ไส้โพธิ์. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 44 หมู่ 5 บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- วิมลรัตน์ ปิยะกิจ. (24 พฤษภาคม 2565). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- วิมลวรรณ ฤทธิ์จำรัส. (24 มิถุนายน 2562). สัมภาษณ์. ผู้ให้บริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านห้วย
ตำบลภูป้อ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์

- สมร เทพพร. (25 กันยายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 95 หมู่ 17 บ้านท่าแร่
วัฒนา ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- สมาท มณีวงษ์. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 58 หมู่ 5
บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- สันติวุฒิ ไชยชมภู. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 55 หมู่ 5
บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- สาวิตรี นาคำ. (26 พฤษภาคม 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- สำรวย ไชยแสน. (22 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- สิงห์ทอง สุขจันทร์. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 145 หมู่ 5
บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- สุดชาติ จำเริญเจือ. (2 มิถุนายน 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านห้วย
ตำบลภูป้อ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์
- สุมาลี เวียงจันทร์. (28 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม).
ที่อยู่ เลขที่ 45 หมู่ 5 บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัด
มหาสารคาม
- สุรพล แสนสุข. (25 กันยายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 187 หมู่ 20
บ้านอัครฉัตรธานี ตำบลขามเรียง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม
- สุวรรณี อารยะมนตรี. (28 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 41 หมู่ 17
บ้านท่าแร่วัฒนา ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- แสงจันทร์ ฉายสิน. (24 มิถุนายน 2562). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านห้วย
ตำบลภูป้อ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์
- หอมสิน อุปแสน. (25 กันยายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 11 หมู่ 5 บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
- อมรพันธ์ โสโพรี. (24 พฤศจิกายน 2566). สัมภาษณ์. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม).
ที่อยู่ เลขที่ 30 หมู่ 5 บ้านท่าแร่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม
จังหวัดมหาสารคาม
- อมรพันธ์ โสโพรี. (26 พฤษภาคม 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

อ้วน อุ่นดา. (22 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่

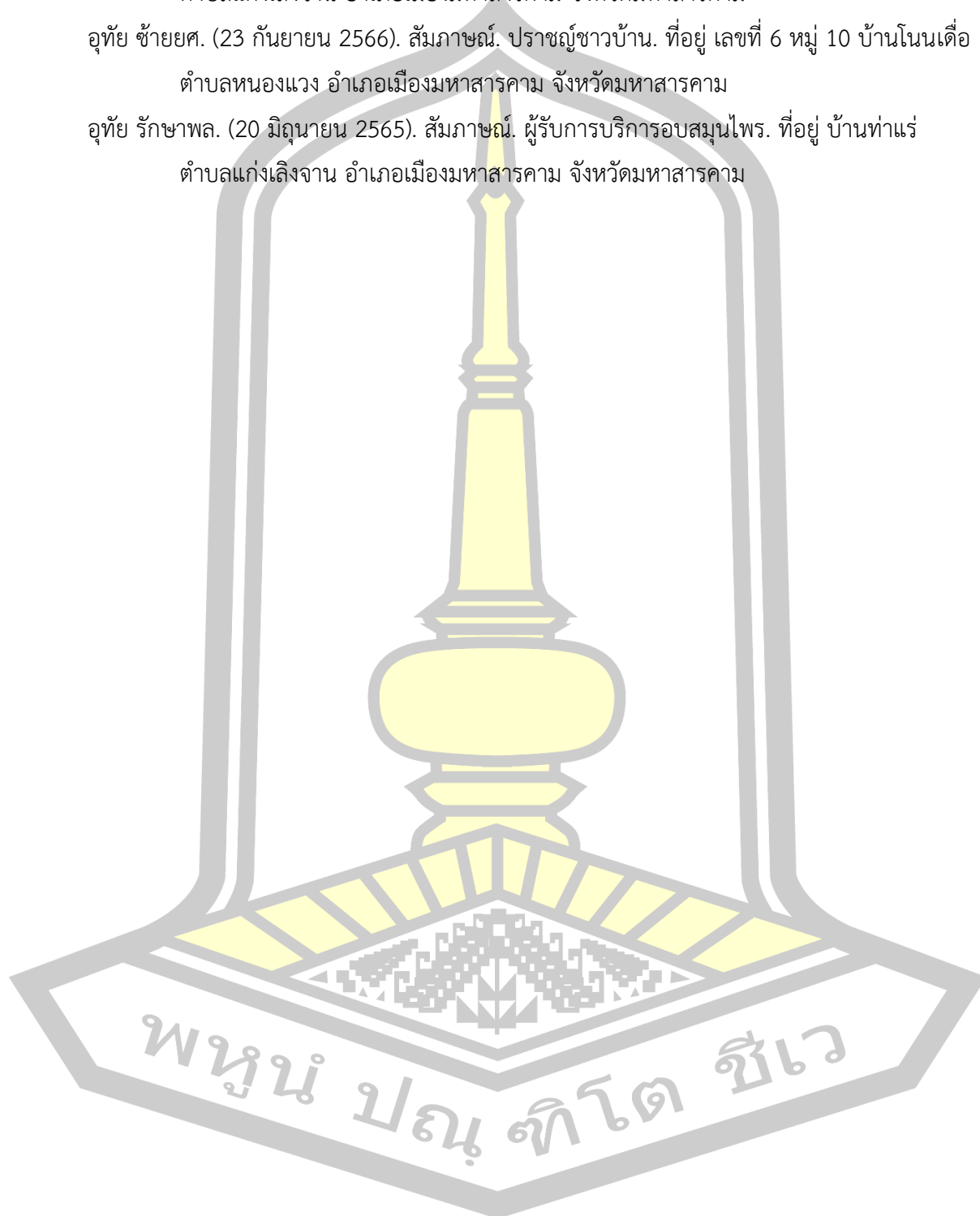
ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

อุทัย ช้ายยศ. (23 กันยายน 2566). สัมภาษณ์. ปราชญ์ชาวบ้าน. ที่อยู่ เลขที่ 6 หมู่ 10 บ้านโนนเตี๋ย

ตำบลหนองแวง อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม

อุทัย รักษาพล. (20 มิถุนายน 2565). สัมภาษณ์. ผู้รับบริการบริการอบสมุนไพร. ที่อยู่ บ้านท่าแร่

ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม



ประวัติผู้เขียน

ชื่อ	พระครูประสิทธิ์ธรรมาภรณ์ บุญบุตร (ธมมวโร)
วันเกิด	วันที่ 11 สิงหาคม พ.ศ. 2499
สถานที่เกิด	อำเภอสหัสขันธ์ จังหวัดกาฬสินธุ์
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	วัดท่าแร่สงคราม เลขที่ 140/5 ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม รหัสไปรษณีย์ 44000
ตำแหน่งหน้าที่การงาน	เจ้าคณะตำบลแก่งเลิงจาน
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	วัดท่าแร่สงคราม เลขที่ 140/5 ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม รหัสไปรษณีย์ 44000
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2524 มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบาลีสาธิตศึกษา ตั้งอยู่เลขที่ 1561 ถนนนครสวรรค์ ตำบลตลาด อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จังหวัดมหาสารคาม พ.ศ. 2528 มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบาลีสาธิตศึกษา ตั้งอยู่เลขที่ 1561 ถนนนครสวรรค์ ตำบลตลาด อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม พ.ศ. 2558 ปริญญาพุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) วิชาเอกพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ- ราชวิทยาลัย ตั้งอยู่เลขที่ 1561 ถนนนครสวรรค์ ตำบลตลาด อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม พ.ศ. 2561 ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ศศ.ม.) สาขาวิชาศาสนาและภูมิปัญญาเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยมหาสารคาม พ.ศ. 2566 ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (ปร.ด.) สาขาวิชาศาสนาและภูมิปัญญาเพื่อการพัฒนา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม