



ฐานข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น
สมุนไพรพื้นบ้าน(หมอเมือง)

ด้านสาขาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและ
สิ่งแวดล้อม

ตำบลเวียงห้า

อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย

ฐานข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสืบสานและอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สำคัญ และมีประโยชน์ไว้ไม่ให้สูญหายไปจากชุมชน
2. เพื่อให้ผู้รับการถ่ายทอดตระหนักถึงความสำคัญของภูมิปัญญาในท้องถิ่นของตนเอง อันจะนำไปสู่การอนุรักษ์และพัฒนาภูมิปัญญานั้นๆ ต่อไป

ความหมายของภูมิปัญญาท้องถิ่น

ภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นคำที่มีความหมายเช่นเดียวกับคำว่าภูมิปัญญาท้องถิ่นและ ภูมิปัญญาไทย เป็นองค์ ความรู้ที่มีอยู่ในท้องถิ่นซึ่งได้รับการถ่ายทอดจากผู้รู้หรือผู้มีประสบการณ์ ซึ่งเรียกว่าปราชญ์ชาวบ้าน หรือปราชญ์ ท้องถิ่น ซึ่งมีผู้ให้คำจำกัดความของภูมิปัญญาท้องถิ่นในลักษณะต่างๆ กันดังนี้

สามารถ จันทรสุริย์ (๒๕๓๖) กล่าวว่าภูมิปัญญาท้องถิ่นหมายถึงทุกสิ่งทุกอย่างที่ชาวบ้านคิดได้เองที่ นำมาใช้ในการ แก้ไขปัญหา เป็นสติปัญญา เป็นองค์ความรู้ทั้งหมดของชาวบ้านทั้งกว้าง ทั้งลึก ที่ชาวบ้าน สามารถคิดเองทำเอง โดยอาศัยศักยภาพที่มีอยู่แก้ปัญหาการดำรงชีวิตในท้องถิ่นอย่างสมสมัย

กรมวิชาการ (๒๕๓๘) ให้ความหมายของภูมิปัญญาท้องถิ่นว่า คือความรู้ที่เกิดจากประสบการณ์ใน ชีวิตของเรา ผ่านกระบวนการศึกษา สังเกต วิเคราะห์จนเกิดปัญญาและตกผลึกมาเป็นองค์ความรู้ที่ ประกอบกันขึ้นมาจากความรู้ เฉพาะเรื่อง ความรู้ดังกล่าวไม่ได้แยกย่อยออกมาให้เห็นเป็นศาสตร์เฉพาะ สาขาวิชาต่างๆ อาจกล่าวว่าภูมิปัญญา ท้องถิ่นจัดเป็นพื้นฐานขององค์ความรู้สมัยใหม่ที่จะช่วยในการเรียนรู้การ แก้ปัญหา การจัดการปรับตัวในการดำเนินชีวิต ของคนเรา

รัตนะ บัวสนธ์ (๒๕๓๕) กล่าวว่าภูมิปัญญาท้องถิ่น หมายถึง กระบวนทัศน์ของบุคคลที่มีต่อตนเอง ต่อ โลกและ สิ่งแวดล้อม ซึ่งกระบวนทัศน์ดังกล่าวจะมีรากฐานจากคสอนทางศาสนา คติจารีต ประเพณี ที่ได้รับการ ถ่ายทอด สืบสอนและปฏิบัติสืบเนื่องกันมาปรับปรุงเข้ากับบริบททางสังคมที่เปลี่ยนแปลงแต่ละสมัย ทั้งนี้ โดยมีเป้าหมายเพื่อ ความสุขของในส่วนตัวที่เป็นชุมชน และปัจเจกบุคคล

ฉลาดชาย สมิตานนท์ (อ้างอิงถึงในพิสิฐ นาครำไพ. ๒๕๓๗) ให้ความหมายว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่น คือ สติปัญญา อันเกิดจากการเรียนรู้สะสมถ่ายทอดประสบการณ์ที่ยาวนานของผู้คนในท้องถิ่นซึ่งได้ทำหน้าที่ชี้แนะ ว่าการใช้ชีวิตอย่าง ยั่งยืนและถาวรกับธรรมชาติรอบตัวนั้นทำอย่างไรซึ่งในที่สุด ภูมิปัญญาท้องถิ่นอาจถูก ยกย่องให้หมายถึงอุดมการณ์ ของการใช้ชีวิตที่เรียบง่าย บนพื้นฐานของการไม่เบียดเบียนสรรพสิ่งทั้งหลาย ทั้งปวง ที่มีชีวิต สัตว์ พืช และมนุษย์ ด้วยตัวเองตลอดจนสิ่งไม่มีชีวิตรอบข้าง

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (ม.ป.ป.) กล่าวถึงภูมิปัญญาท้องถิ่นไทยว่า เป็นองค์ ความรู้ ความสามารถ และทักษะของคนไทยที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ที่ผ่านกระบวนการเลือกสรร เรียนรู้ ปรับปรุงแต่ง และถ่ายทอดสืบต่อกันมา เพื่อใช้แก้ปัญหาและพัฒนาวิถีชีวิตของคนไทยให้สมดุลกับ สภาพแวดล้อมและเหมาะสมกับ ยุคสมัย

ประเวศ วะสี(๒๕๓๖) กล่าวว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่นสะสมขึ้นจากประสบการณ์หรือความชัดเจนจากชีวิต และสังคมใน ท้องถิ่นหนึ่งๆ เพราะฉะนั้นจึงมีความสอดคล้องกับเรื่องของท้องถิ่นมากกว่าภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่มาจากข้างนอก ลักษณะสำคัญของภูมิปัญญาท้องถิ่นคือ มีวัฒนธรรมเป็นพื้นฐาน มีความเป็นบูรณาการสูงทั้ง ในเรื่องของกายใจ สังคม และสิ่งแวดล้อมและเชื่อมโยงไปสู่นามธรรมที่ลึกซึ้งสูงส่ง อีกทั้งยังเน้นความสำคัญ ของจริยธรรมมากกว่าค่า วัตถุธรรม เพราะภูมิปัญญาท้องถิ่นให้ความสำคัญแก่ประสบการณ์ จึงมีความเคารพผู้ อาวุโส ซึ่งเป็นผู้ที่มีประสบการณ์มากกว่า

จากความหมายดังกล่าว อาจสรุปว่าภูมิปัญญา หมายถึง องค์ความรู้หรือสิ่งที่สั่งสมกันมาตั้งแต่อดีต ซึ่ง เป็นประสบการณ์ในการดำเนินชีวิตของคนในท้องถิ่น ซึ่งได้ผ่านการคิดค้นและปรับปรุงเปลี่ยนแปลง จนได้ แนวทาง ที่เหมาะสม สอดคล้องกับสภาพสังคม เป็นที่ยอมรับนับถือจากบุคคลทั่วไป ถือเป็นแบบอย่างในการ ดำรงชีวิตที่ ถ่ายทอดสืบต่อกันมา

ประเภทของภูมิปัญญาท้องถิ่น

ภูมิปัญญาท้องถิ่นหมายรวมถึง ทุกสิ่งทุกอย่างที่ชาวบ้านคิดค้นขึ้น แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขพัฒนา แก้ปัญหา เป็นที่สติปัญญาและองค์ความรู้ทั้งหมดของชาวบ้าน ดังนั้น จึงมีความครอบคลุมเนื้อหาสาระและ แนวทางดำเนิน ชีวิตในวงกว้าง ภูมิปัญญาท้องถิ่นประกอบไปด้วยองค์ความรู้ในหลายวิชา สาขา ดังที่ สำนักงานคณะกรรมการ การศึกษาแห่งชาติ(๒๕๔๑) ได้จำแนกไว้รวม ๑๐ สาขา คือ

๑. สาขาเกษตรกรรม หมายถึง ความสามารถในการผสมผสานองค์ความรู้ทักษะ และเทคนิคด้านการเกษตร กับ เทคโนโลยีโดยการพัฒนาบนพื้นฐานคุณค่าดั้งเดิม ซึ่งคนสามารถพึ่งพาตนเองในสภาวะการณ์ต่างๆ ได้ เช่น การทำ การเกษตรแบบผสมผสาน การแก้ปัญหาการเกษตร เป็นต้น

๒. สาขาอุตสาหกรรมและหัตถกรรม (ด้านการผลิตและการบริโภค) หมายถึง การรู้จักประยุกต์ใช้เทคโนโลยี สมัยใหม่ในการแปรรูปผลผลิต เพื่อชะลอการนำเข้าตลาด เพื่อแก้ปัญหาด้านการบริโภคอย่างปลอดภัย ประหยัด และเป็นธรรมอันเป็นกระบวนการให้ชุมชนท้องถิ่นสามารถพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจได้ตลอดทั้งการ ผลิตและการจัด จำหน่ายผลผลิตทางหัตถกรรม เช่น การรวมกลุ่มของกลุ่มโรงงานยางพารา กลุ่มโรงสีกลุ่ม หัตถกรรม เป็นต้น

๓. สาขาการแพทย์ไทย หมายถึง ความสามารถในการจัดการป้องกันและรักษาสุขภาพของคนในชุมชน โดย เน้นให้ ชุมชนสามารถพึ่งพาตนเองทางด้านสุขภาพและอนามัยได้

๔. สาขาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หมายถึง ความสามารถเกี่ยวกับการจัดการ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ทั้งอนุรักษ์ การพัฒนา และใช้ประโยชน์จากคุณค่าของ ทรัพยากรธรรมชาติและ สิ่งแวดล้อมอย่างสมดุลและยั่งยืน

๕. สาขากองทุนและธุรกิจชุมชน หมายถึง ความสามารถในด้านการบริหารจัดการค้าการสะสมและบริการ กองทุน และธุรกิจชุมชน ทั้งที่เป็นเงินตราและโภคทรัพย์เพื่อเสริมชีวิตความเป็นอยู่ของสมาชิกในชุมชน

๖. สาขาสวัสดิการ หมายถึง ความสามารถในการจัดสวัสดิการในการประกันคุณภาพชีวิตของคนให้เกิดความมั่นคง ทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม

๗. สาขาศิลปกรรม หมายถึง ความสามารถในการผลิตผลงานทางด้านศิลปะสาขาต่างๆ เช่น กิจกรรม ประติมากรรม วรรณกรรม ทัศนศิลป์ คีตศิลป์ เป็นต้น

๘. สาขาจัดการ หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการดำเนินงานด้านต่างๆ ทั้งขององค์กรชุมชน องค์กรทางสังคมอื่นๆ ในสังคมไทย เช่น การจัดการองค์กรของกลุ่มแม่บ้านระบบผู้เฒ่าผู้แก่ในชุมชน เป็นต้น กรณีของการจัดการศึกษาเรียนรู้ นับได้ว่าเป็นภูมิปัญญาสาขาการจัดการที่มีความสำคัญ เพราะการจัดการศึกษาเรียนรู้ดี หมายถึง กระบวนการเรียนรู้ นับได้ว่าเป็นภูมิปัญญาสาขาการจัดการที่มีความสำคัญ เพราะการจัดการศึกษาเรียนรู้ดี หมายถึง กระบวนการเรียนรู้ พัฒนาและถ่ายทอดความรู้ภูมิปัญญาไทยที่มีประสิทธิผล

๙. สาขาภาษาและวรรณกรรม หมายถึง ความสามารถผลิตผลงานเกี่ยวกับด้านภาษา ทั้งภาษาถิ่น ภาษาโบราณ ภาษาไทย และการใช้ภาษาตลอดทั้งด้านวรรณกรรมทุกประเภท

๑๐. สาขาศาสนาและประเพณี หมายถึง ความสามารถประยุกต์และปรับใช้หลักธรรมคำสอนทางศาสนา ความเชื่อและประเพณีดั้งเดิมที่มีคุณค่าให้เหมาะสมต่อการประพฤติปฏิบัติให้บังเกิดผลดีต่อบุคคลและสิ่งแวดล้อม

ความรู้ทั่วไป

ประวัติและที่มาของศูนย์การเรียนรู้ “กลุ่มสมุนไพรพื้นบ้าน”

เริ่มก่อตั้งเมื่อประมาณ ปี 2550 มีการรวมกลุ่มผู้พิการเกิดขึ้น โดยมีพ่ออ้าย ตาสาย เป็นประธานกลุ่ม และทางกลุ่มจึงมีการปรึกษาว่าทางกลุ่มสามารถทำอาชีพอะไรได้บ้าง และพ่อหน้อยตีบ ตาสาย ได้ออกความคิดให้กลุ่มคนพิการหารายได้จากการทำยาสมุนไพรพื้นบ้านที่มีอยู่ในท้องถิ่นบ้านเรา ซึ่ง พ่อหน้อยตีบ ตาสาย พอมีความรู้เรื่องสมุนไพรพื้นบ้าน จึงคิดหาทางกับกลุ่มและชวนคนพิการทำยาสมุนไพรพื้นบ้านขึ้น โดยมีผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเวียงห้า นายกิติ เรือนน้อย เป็นที่ปรึกษาและแนะนำ

คำว่า สมุนไพร ตาม พระราชบัญญัติยา หมายถึง "ยาที่ได้จากพืช สัตว์ หรือแร่ ซึ่งยังไม่ได้ผสมปรุง หรือเปลี่ยนแปลง" เช่น พืชก็ยังเป็นส่วนของ ราก ลำต้น ใบ ดอก ผล ฯลฯ ซึ่งยังไม่ได้ผ่านขั้นตอนการแปรรูปใด ๆ แต่ในทางการค้าสมุนไพรมักจะถูกดัดแปลงในรูปต่าง ๆ เช่น ถูกหั่นให้เป็นชิ้นเล็กลง บดเป็นผงละเอียด หรืออัดเป็นแท่ง อย่างไรก็ตามในความรู้อีกของคนที่ไป เมื่อกกล่าวถึงสมุนไพร มักจะนึกถึงเฉพาะต้นไม้ที่นำมาใช้เป็นยาเท่านั้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าสัตว์ หรือแร่ มีการนำมาใช้น้อย และใช้ในโรคบางชนิดเท่านั้น

พืชสมุนไพร หมายถึงพันธุ์ไม้ต่าง ๆ ที่สามารถนำมาใช้ปรุงหรือประกอบเป็นยารักษาโรคต่าง ๆ ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพร่างกายได้

ความสำคัญของพืชสมุนไพร

ความสำคัญในด้านสาธารณสุข

พืชสมุนไพร เป็นผลผลิตจากธรรมชาติ ที่มนุษย์รู้จักนำมาใช้เป็นประโยชน์ เพื่อการรักษาโรคร้ายไข้เจ็บตั้งแต่โบราณกาลแล้ว เช่นในเอเชียก็มีหลักฐานแสดงว่ามนุษย์รู้จักใช้พืชสมุนไพรมากกว่า 6,000 ปี แต่หลังจากที่ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์ มีการพัฒนาเจริญก้าวหน้ามากขึ้น มีการสังเคราะห์ และผลิตยาจากสารเคมี ในรูปที่ใช้ประโยชน์ได้ง่าย สะดวกสบายในการใช้มากกว่าสมุนไพร ทำให้ความนิยมใช้ยาสมุนไพรลดลงมาเป็นอันมาก เป็นเหตุให้ความรู้วิชาการด้านสมุนไพรขาดการพัฒนา ไม่เจริญก้าวหน้าเท่าที่ควร ในปัจจุบันทั่วโลกได้ยอมรับแล้วว่าผลที่ได้จากการสกัดสมุนไพร ให้คุณประโยชน์ดีกว่ายา ที่ได้จากการสังเคราะห์ทางวิทยาศาสตร์ประกอบกับในประเทศไทยเป็นแหล่งทรัพยากรธรรมชาติ อันอุดมสมบูรณ์ มีพืชต่าง ๆ ที่ใช้เป็นสมุนไพรได้อย่างมากมายนับหมื่นชนิด ยังขาดก็แต่เพียงการค้นคว้าวิจัยในทางที่เป็นวิทยาศาสตร์มากขึ้นเท่านั้น ความตื่นตัวที่จะพัฒนาความรู้ด้านพืชสมุนไพร จึงเริ่มขึ้นอีกครั้งหนึ่ง มีการเริ่มต้นนโยบายสาธารณสุขขั้นมูลฐานอย่างเป็นทางการของประเทศไทยในปี พ.ศ. 2522 โดยเพิ่มโครงการสาธารณสุขขั้นมูลฐานเข้าในแผนพัฒนาการสาธารณสุข ตามแผนพัฒนา การเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 4 (พ.ศ. 2520-2524) ต่อเนื่องจนถึงแผนพัฒนาการเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535-2539) โดยมี กลวิธีการพัฒนาสมุนไพรและการแพทย์แผนไทยในงานสาธารณสุขมูลฐาน คือ

- (1) สนับสนุนและพัฒนาวิชาการและเทคโนโลยีพื้นบ้านอันได้แก่ การแพทย์แผนไทย เภสัช กรรมแผนไทย การนวดไทย สมุนไพร และเทคโนโลยีพื้นบ้าน เพื่อใช้ประโยชน์ในการแก้ไขปัญหา สุขภาพของชุมชน
- (2) สนับสนุนและส่งเสริมการดูแลสุขภาพของตนเอง โดยใช้ สมุนไพร การแพทย์พื้นบ้าน การนวดไทย ในระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน ให้เป็นไปอย่างถูกต้องเป็นระบบสามารถปรับประสานการดูแลสุขภาพแผนปัจจุบันได้ อาจกล่าวได้ว่าสมุนไพรสำหรับสาธารณสุขมูลฐานคือสมุนไพรที่ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพ และการรักษาโรค/อาการเจ็บป่วยเบื้องต้น เพื่อให้ประชาชนสามารถพึ่งตนเองได้มากขึ้น

ความสำคัญในด้านเศรษฐกิจ

ในปัจจุบันพืชสมุนไพรจัดเป็นพืชเศรษฐกิจชนิดหนึ่งที่ต่างประเทศกำลังหาทางลงทุนและคัดเลือกสมุนไพรไทยไปสกัดหาตัวยาเพื่อรักษาโรคบางโรคและมีหลายประเทศที่นำสมุนไพรไทยไปปลูกและทำการค้าขายแข่งกับประเทศไทย สมุนไพรหลายชนิดที่เราส่งออกเป็นรูปของวัตถุดิบคือ กระวาน ขมิ้นชัน เร่ว เปล้าน้อยและมะขามเปียก เป็นต้น ซึ่งสมุนไพรเหล่านี้ตลาดต่างประเทศยังคงมีความต้องการอีกมาก และในปัจจุบันกรมวิชาการเกษตร กรมส่งเสริมการเกษตร กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ได้ให้ความสนใจในการศึกษาเพิ่มขึ้นและมีโครงการวิจัยบรรจุไว้ในแผนพัฒนาระบบการผลิต การตลาดและการสร้างงานในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2530-2534) เพื่อหาความเป็นไปได้ในการพัฒนาคุณภาพและแหล่งปลูกสมุนไพรเพื่อส่งออก โดยกำหนดชนิดของสมุนไพรที่มีศักยภาพ 13 ชนิด คือ มะขามแขก กานพลู เทียนเกล็ดหอย ดอกดั่ง เร่ว กระวาน ชะเอมเทศ ขมิ้น จันทร์เทศ ใบพลู พริกไทย ดีปลี และน้ำผึ้ง

วัตถุประสงค์ในการร่วมกลุ่ม...

1. เพื่อส่งเสริมรายได้ให้แก่กลุ่มผู้พิการ
2. เพื่อเป็นการส่งเสริมด้านสุขภาพของกลุ่ม (พัฒนาศักยภาพของร่างกาย)
3. เพื่อให้ผู้ศึกษาได้ทราบถึง ยาสมุนไพรพื้นบ้าน

คณะกรรมการแหล่งการเรียนรู้ยาสมุนไพรพื้นบ้าน



นายอ้าย ตาสาย
ประธาน



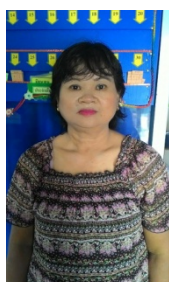
นายตีบ ตาสาย
คณะกรรมการ



นายบุญตา ตาสาย
คณะกรรมการ



นายบุญมา ตาสาย
คณะกรรมการ



นางมาลัย ปินตาแก้ว
คณะกรรมการ



นายศรี ตาสาย
คณะกรรมการ

การดำเนินการของกลุ่ม

การดำเนินงานของกลุ่มจะทำกันประมาณ เดือนละ 1 ครั้ง/เดือน ที่ วัดตอยงาม ในกรณีพิเศษเช่น มีกิจกรรมทางองค์การบริหารส่วนตำบลเวียงห้า , กิจกรรมทางโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล หรือมีกิจกรรมบริเวณตำบลใกล้เคียง ถึงจะผลิตยาสมุนไพรกันขึ้น เพื่อฝากขายในกิจกรรมต่างๆ

การแบ่งหน้าที่/หาอุปกรณ์

- | | |
|-------------------------|--|
| 1. พ่ออ้าย ตาสาย | ฝ่ายการเงินบัญชี รับ-จ่าย ค่าใช้จ่ายต่างๆทั้งหมด |
| 2. พ่อหน้อยดีบ ตาสาย | จัดหาสมุนไพร การจัดซื้ออุปกรณ์ต่างๆ |
| 3. นายบุญมา ตาสาย | อาสาออกไปซื้ออุปกรณ์ต่างๆที่ตลาด |
| 4. สมาชิกในกลุ่มทั้งหมด | บรรจุกยา และช่วยการทำยาสมุนไพรพื้นบ้าน |

เงินทุนของกลุ่ม...

โครงการ สปสช. จากองค์การบริหารส่วนตำบลเวียงห้า

รายรับ-รายจ่ายของกลุ่มยาสมุนไพรพื้นบ้าน

- งบประมาณ 10,000 บาท จากเงิน สปสช. ขององค์การบริหารส่วนตำบลเวียงห้า

- | | |
|----------------------|-----------|
| - ค่าสมุนไพร | 2,571 บาท |
| - ค่าน้ำมันรถ | 200 บาท |
| - ค่าทำกิจกรรมต่างๆ | 2,000 บาท |
| - งบบรรจุ/และแคปซูล | 1,600 บาท |
| - ค่าอาหารและเบรก | 2,535 บาท |
| - ค่าสมุดบันทึก | 660 บาท |
| - ค่าอุปกรณ์ (ไฟฟ้า) | 434 บาท |

สมุนไพรพื้นบ้านพร้อมสรรพคุณ

1. ยาแก้ปวดและขับลม ฯลฯ

วัตถุดิบ

1. หัวกุก
2. หัวก้า
3. ช่า
4. ปูเลย
5. พืชผีเสื้อใหญ่-เล็ก
6. ปังจี
7. ปังสามา
8. ข้าวสาร

วิธีทำ นำวัตถุดิบต่างๆมาบดให้ละเอียด บรรจุแคปซูล

วิธีรับประทาน รับประทานครั้ง 3/ครั้ง ก่อนหรือหลังอาหารก็ได้ ครั้งละ 2 เม็ด



2. ยาแก้ 5 ต้น (แก้ไข้ป่า)

- วัตถุดิบ
1. เครื่องแต่งเถื่อน
 2. เครื่องหมูปอย
 3. หนาดำ
 4. เครื่องบอระเพชร
 5. ต้นคิงว่า

วิธีทำ นำวัตถุดิบต่างๆมาบดให้ละเอียด บรรจุแคปซูล

วิธีรับประทาน รับประทานครั้ง 3/ครั้ง ก่อนหรือหลังอาหารก็ได้ ครั้งละ 2 เม็ด



3. ยาสมุนไพรแก้ริดสีดวงทวารหนัก

วัตถุดิบ

1. รากหวายหนามขาว
2. ไม้ซี้เหล็ก
3. ไม้ลมแล้ง
4. หญ้าหลบมื่นใหญ่
5. แก่นฟาง
6. เครื่องมะเขือแจ้
7. ข้าวเจ้าเปลือก

วิธีทำ ทำเป็นหมัดๆ ต้มกับข้าวเจ้าเปลือก

วิธีรับประทาน รับประทานได้ตลอดเวลา



4. ยาบำรุงร่างกาย (ยาต้มๆทำเป็นหมัดๆ) สำหรับผู้ชาย

วัตถุดิบ

1. รากเหงือกปลาหมอ
2. ไม้เป่าห้วย
3. เครื่องบอระเพชร
4. รากกว้าวเครือ
5. ข้าวเจ้าเปลือก

วิธีทำ ทำเป็นหมัดๆ ต้มกับข้าวเจ้าเปลือก

วิธีรับประทาน รับประทานได้ตลอดเวลา



5. ยาบำรุงร่างกาย สำหรับหญิง

<u>วัตถุดิบ</u>	1. งูเห่า (ตากแห้ง)	1 ตัว
	2. มะเขือแจ้	19 ลูก
	3. พริกไทย	3 ชีด
	4. พริกน้อยแห้ง	
	5. ดีปลี	
	6. เทียนแกลบ	
	7. หอมขาว/หอมแดง	
	8. ใบผีเสื้อน้อย	
	9. ใบปึกปลิวขาว-แดง	

วิธีทำ นำวัตถุดิบทุกอย่างมาตากแห้งประมาณ 15 วัน แล้วนำมาคั่วและบดให้ละเอียด บรรจุแคปซูล

วิธีรับประทาน รับประทานครั้งละ 1 เม็ด หลังอาหารเย็น 1 ครั้ง



6. ยาหม่องน้ำมันระกำ สีเหลือง

<u>วัตถุดิบ</u>	1. เมนทอล	100 กรัม
	2. การบูร	100 กรัม
	3. สระระแน	30 มิลลิกรัม
	4. น้ำมันระกำ	80 มิลลิกรัม
	5. ยูคาลิปตัส	60 มิลลิกรัม
	6. วาสลีน	1 กิโลกรัม
	7. พาราฟิน	1 กิโลกรัม

- วิธีทำ
1. นำพาราฟินขาว วาสลีนแข็ง มาหลอมละลายให้เป็นเนื้อเดียวกัน
 2. ชั่งเมนทอล 20 กรัม การบูร 20 กรัม น้ำมันระกำ 30 กรัม นำเมนทอลและการบูรผสมกันรอจนละลายเป็นเนื้อเดียวกันแล้ว นำมาผสมกับน้ำมันระกำที่เตรียมไว้
 3. จากนั้นนำส่วนผสมในข้อที่ 2 มาผสมลงไปในส่วนผสมที่ข้อ 1 จนเป็นเนื้อเดียวกัน
 4. เติมน้ำมันระกำ น้ำมันสระระแน คนให้เข้ากันแล้วเทใส่ขวด

สรรพคุณ ใช้ทาถูบรรเทาพิษแมลงกัดต่อย



7. ยาหม่องสมุนไพรร

<u>วัตถุดิบ</u>	1. เมนทอล	100 กรัม
	2. การบูร	100 กรัม
	3. สระระแน	30 มิลลิลิตร
	4. น้ำมันระกำ	80 มิลลิลิตร
	5. ยูคาลิปตัส	60 มิลลิลิตร
	6. วาสลีน	1 กิโลกรัม
	7. พาราฟิน	1 กิโลกรัม
	8. น้ำมันไพล	250 มิลลิลิตร

- วิธีทำ
1. นำพาราฟินขาว วาสลีนแข็ง มาหลอมละลายให้เป็นเนื้อเดียวกัน
 2. ชั่งเมนทอล 20 กรัม การบูร 20 กรัม น้ำมันระกำ 30 กรัม นำเมนทอลและการบูรผสมกันรอจนละลายเป็นเนื้อเดียวกันแล้ว นำมาผสมกับน้ำมันระกำที่เตรียมไว้
 3. จากนั้นนำส่วนผสมในข้อที่ 2 มาผสมลงไปในส่วนผสมที่ข้อ 1 จนเป็นเนื้อเดียวกัน
 4. เติมน้ำมันไพล น้ำมันสระระแน คนให้เข้ากันแล้วเทใส่ขวด

สรรพคุณ ใช้ทาถูแก้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ



8. ยาหม่องน้ำมันงา

<u>วัตถุดิบ</u>	1. เมนทอล	100 กรัม
	2. การบูร	100 กรัม
	3. สระระแน	30 มิลลิกรัม
	4. น้ำมันระกำ	80 มิลลิกรัม
	5. ยูคาลิปตัส	60 มิลลิกรัม
	6. วาสลีน	1 กิโลกรัม
	7. พาราฟิน	1 กิโลกรัม
	8. น้ำมันงา	250 มิลลิกรัม

- วิธีทำ
1. นำพาราฟินขาว วาสลีนแข็ง มาหลอมละลายให้เป็นเนื้อเดียวกัน
 2. ชั่งเมนทอล 20 กรัม การบูร 20 กรัม น้ำมันระกำ 30 กรัม นำเมนทอลและการบูรผสมกันรอจนละลายเป็นเนื้อเดียวกันแล้ว นำมาผสมกับน้ำมันระกำที่เตรียมไว้
 3. จากนั้นนำส่วนผสมในข้อที่ 2 มาผสมลงไปในส่วนผสมที่ข้อ 1 จนเป็นเนื้อเดียวกัน
 4. เติมน้ำมันงา น้ำมันสระระแน คนให้เข้ากันแล้วเทใส่ขวด

สรรพคุณ ใช้ทาถูขนาดพิชแมลงกัดต่อย



9. ยาหม่องงูเห่าสิขา

<u>วัตถุดิบ</u>	1. เมนทอล	100 กรัม
	2. การบูร	100 กรัม
	3. สระระแน	30 มิลลิกรัม
	4. น้ำมันระกำ	80 มิลลิกรัม
	5. ยูคาลิปตัส	60 มิลลิกรัม
	6. วาสลีน	1 กิโลกรัม
	7. พาราฟิน	1 กิโลกรัม
	8. ดิงูเห่า	250 มิลลิกรัม

- วิธีทำ
1. นำพาราฟินขาว วาสลีนแข็ง มาหลอมละลายให้เป็นเนื้อเดียวกัน
 2. ชั่งเมนทอล 20 กรัม การบูร 20 กรัม น้ำมันระกำ 30 กรัม นำเมนทอลและการบูรผสมกันรอจนละลายเป็นเนื้อเดียวกันแล้ว นำมาผสมกับน้ำมันระกำที่เตรียมไว้
 3. จากนั้นนำส่วนผสมในข้อที่ 2 มาผสมลงไปในส่วนผสมที่ข้อ 1 จนเป็นเนื้อเดียวกัน
 4. เติมดิงูเห่า น้ำมันสระระแน คนให้เข้ากันแล้วเทใส่ขวด

สรรพคุณ ใช้ทาถูขนาดพิษแมลงกัดต่อย



10. ยารธาตุ 4

วัตถุดิบ

1. มะนิะ
2. มะแหน
3. ผีเสี้ยนน้อย
4. ผีเสี้ยนหลวง
5. ชิง
6. เตือนตั้ง 5
7. พรกน้อย
8. ดีปลี
9. น้ำอ้อยดำ
10. น้ำผึ้ง

วิธีทำ คลุกให้เข้ากัน บรรจุภัณฑ์

สรรพคุณ บำรุงธาตุ 4 กินกับน้ำร้อน บำรุงร่างกาย



11. ยาแก้ลมบิด

- วัตถุดิบ
1. หัวกุก
 2. หัวกำ
 3. ช่า
 4. ปูเลย
 5. กล้วยตีบ
 6. ผีเสื้อตั้สอง
 7. อ้อยดำ
 8. จันท์ขาว
 9. จันท์แดง
 10. ข้าวเจ้า

วิธีทำ นำไปตากแห้ง แล้วนำมาบดละเอียด บรรจุภัณฑ์

สรรพคุณ แก้ลมบิด แก้ได้ทุกอย่าง



12. ยาดม

วัตถุดิบ

1. พิมเสน
2. การบูร
3. เมนทอล
4. การบูร
5. ดอกจันทร์
6. พริกไทยดำ
7. ดอกพิกุล

วิธีทำ นำมาคลุกเข้ากัน

สรรพคุณ บรรเทาอาการวิงเวียน หน้ามืด ตาลาย เป็นหวัด คัดจมูก มีกลิ่นหอมทำให้รู้สึกผ่อนคลาย



13. ยาลี้ม

วัตถุดิบ

1. ข้าวเย็นคั่ว
2. มะหาหัว
3. เปลือกสมเห็ด
4. เปลือกกุก
5. โปงหญ้าตัดหมา
6. หัวलगคาว
7. หัวปุเลย

วิธีทำ เอาข้าวเย็นคั่วให้หมักก่อน พร้อมทุกอย่าง บดให้ละเอียดแล้ว นำผสมกับน้ำร้อน ปั้นเป็นก้อน

สรรพคุณ แก้ปวดท้อง แก้โรคกระเพาะ ปากเป็นแผล เด็กเป็นขาง



ประโยชน์ของพืชสมุนไพร

1. สามารถรักษาโรคบางชนิดได้ โดยไม่ต้องใช้ยาแผนปัจจุบัน ซึ่งบางชนิดอาจมีราคาแพง และต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก อีกทั้งอาจหาซื้อได้ยากในท้องถิ่นนั้น
2. ให้ผลการรักษาได้ดีใกล้เคียงกับยาแผนปัจจุบัน และให้ความปลอดภัยแก่ผู้ใช้มากกว่าแผนปัจจุบัน
3. สามารถหาได้ง่ายในท้องถิ่นเพราะส่วนใหญ่ได้จากพืชซึ่งมีอยู่ทั่วไปทั้งในเมืองและชนบท
4. มีราคาถูก สามารถประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อยาแผนปัจจุบัน ที่ต้องสั่งซื้อจากต่างประเทศเป็นการลดการขาดดุลทางการค้า
5. ใช้เป็นยาบำรุงรักษาให้ร่างกายมีสุขภาพแข็งแรง
6. ใช้เป็นอาหารและปลูกเป็นพืชผักสวนครัวได้ เช่น กะเพรา โหระพา ชিং ข่า ตำลึง
7. ใช้ในการถนอมอาหารเช่น ลูกจันทร์ ดอกจันทร์และกานพลู
8. ใช้ปรุงแต่ง กลิ่น สี รส ของอาหาร เช่น ลูกจันทร์ ใช้ปรุงแต่งกลิ่นอาหารพวก ขนมปัง เนย ไส้กรอก แยม เบคอน
9. สามารถปลูกเป็นไม้ประดับอาคารสถานที่ต่าง ๆ ให้สวยงาม เช่น คุน ชุมเห็ดเทศ
10. ใช้ปรุงเป็นเครื่องสำอางเพื่อเสริมความงาม เช่น ว่านหางจระเข้ ปรนระคำดีควาย
11. ใช้เป็นยาฆ่าแมลงในสวนผัก, ผลไม้ เช่น สะเดา ตะไคร้ หอม ยาสูบ
12. เป็นพืชที่สามารถส่งออกทำรายได้ให้กับประเทศ เช่น กระจวาน ขมิ้นชัน เร่ว
13. เป็นการอนุรักษ์มรดกไทยให้ประชาชนในแต่ละท้องถิ่น รู้จักช่วยตนเองในการ นำพืชสมุนไพรในท้องถิ่นของตนมาใช้ให้เกิดประโยชน์ตามแบบแผนโบราณ
14. ทำให้คนเห็นคุณค่าและกลับมาดำเนินชีวิตใกล้ชีวิตธรรมชาติยิ่งขึ้น
15. ทำให้เกิดความภูมิใจในวัฒนธรรม และคุณค่าของความเป็นไทย

คุณประโยชน์ของพืชสมุนไพรที่ควรรู้

1. บอระเพ็ด

ส่วนที่ใช้ประโยชน์ : เถาแก่ ใบ ผล

สรรพคุณ : ใบ ตำพอกฝี แก้ฟกช้ำ ปวดแสบปวดร้อน ขับพยาธิ เถามีรสขมจัด ใช้แก้ไข้ แก้ร้อนในกระหายน้ำ ขับเหงื่อ บำรุงกำลัง บำรุงไฟธาตุ ช่วยเจริญอาหาร รักษาโรคฝีดาษ โรคไข้เหนือ โรคไข้พิษทุกชนิด ใบ รักษาพยาธิในท้อง รักษาฟัน ผล เป็นยารักษาโรคไข้พิษอย่างแรงและเสมหะเป็นพิษ รักษาโรคทางเดินปัสสาวะ โรคโลหิตพิการ ในทางการเกษตร มีการนำบอระเพ็ดมาใช้ในการป้องกันกำจัดศัตรูพืช เช่น หนอนกอ เพลี้ยกระโดด เพลี้ยจักจั่น

2. รากเหงือกปลาหมอ

ส่วนที่ใช้ประโยชน์ : ต้น และใบ ทั้งสดและแห้ง ราก เมล็ด

สรรพคุณ : ต้นทั้งสดและแห้ง - แก้แผลพุพอง น้ำเหลืองเสีย เป็นฝีบ่อยๆ
ใบ - เป็นยาประคบแก้ไข้ซ้ออักเสบ แก้ปวดต่าง ๆ รักษาโรคผิวหนัง ขับน้ำเหลืองเสีย
ราก - ขับเสมหะ บำรุงประสาท แก้ไอ แก้หืดรักษาภูมิแพ้หวัด
เมล็ด - ปิดพอกฝี ต้มดื่มแก้ไอ ขับพยาธิ ขับน้ำเหลืองเสีย

3. ปุเลย

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ล้มลุกสูง 0.7-1.5 เมตร มีเหง้าใต้ดิน เปลือกสีน้ำตาลแกมเหลือง เนื้อในสีเหลืองถึงเหลืองแกมเขียว แตงหน่อหรือลำต้นเทียมขึ้นเป็นกอ ซึ่งประกอบด้วยกาบหรือโคนใบหุ้มซ้อนกัน ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปขอบขนานแกมใบหอก กว้าง 3.5-5.5 เซนติเมตร ยาว 18-35 เซนติเมตร ดอกช่อ แทงจากเหง้าใต้ดิน กลีบดอกสีนวล ใบประดับสีม่วง ผลเป็นผลแห้งรูปกลม

ส่วนที่ใช้ : เหง้าแก่จัด เก็บหลังจากต้นโพลลงหัวแล้ว

สรรพคุณ :

- เหง้า
 - เป็นยาแก้ท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อ ขับลม
 - แก้บิด ท้องเดิน ขับประจำเดือนสตรี ทาแก้ฟกบวม แก้ผื่นคัน
 - เป็นยารักษาหืด
 - เป็นยากันเล็บถอด
 - ใช้ต้มน้ำอาบหลังคลอด
- น้ำคั้นจากเหง้า - รักษาอาการเคล็ดขัดยอก ฟกบวม แผลง้ำขี้เมื่อย
- หัว - ช่วยขับระดู ประจำเดือนสตรี เลือดร้าย แก้ภูมิแพ้หวัด แก้ไอ แก้ปวดฟัน
- ดอก - ขับโลหิตกระจายเลือดเสีย
- ต้น - แก้ธาตุพิการ แก้อุจจาระพิการ



4. ดีปลี

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้เถารากฝอยออกบริเวณข้อเพื่อใช้ยึดเกาะ ใบ เดี่ยวรูปไข่แกมขอบขนาน กว้าง 3-5 ซม. ยาว 7-10 ซม. สีเขียวเข้มเป็นมัน ดอก ช่อ ออกที่ซอกใบ ดอกย่อยอัดกันแน่น แยกเพศ ผล เป็นผลสด มีสีเขียว เมื่อสุกจะเปลี่ยนเป็นสีแดง รสเผ็ดร้อน

ส่วนที่ใช้ : ราก เถา ใบ ดอก ผลแก่จัด แต่ยังไม่สุก หรือตากแดดให้แห้ง

สรรพคุณ :

- ราก - แก้พิษอัมพฤกษ์ อัมพาต พิษปัดคาคด แก้ตัวร้อน แก้พิษคุดทะราดให้ปิดธาตุ แก้ท้องร่วง ขับลมในลำไส้ แก้คุดทะราด
- เถา - แก้พิษงู ขับเสมหะ แก้ปวดฟัน ปวดท้อง จุกเสียด แก้เสมหะพิการ แก้ลมอัมพฤกษ์ แก้มุตฆาต
- ใบ - แก้ปวดเมื่อย แก้เส้นเอ็น
- ดอก - แก้อาการคลื่นไส้อาเจียน แก้จุกเสียดแน่นท้อง ขับลมในลำไส้ให้ผายและเรอ แก้หืด ไอ แก้ริดสีดวง คุดทะราด แก้ลมวิงเวียน แก้เสมหะ น้ำลายเหนียว แก้ไอ บำรุงธาตุ แก้ท้องเสีย แก้ปถวีธาตุ 20 ประการ แก้อัมพาต และเส้นปัดคาคด

ผลแก่จัด - รสเผ็ดร้อน แก้ลม บำรุงธาตุไฟ แก้หืดไอ แก้เสมหะ(หลังเป็นหวัด) แก้หลอดลมอักเสบ ยาขับระดู ยาธาตุ ทาแก้ปวดเมื่อยและอักเสบของกล้ามเนื้อ แก้อาการท้องขึ้น ท้องอืดเพื่อแน่นจุกเสียด ขับลม บำรุงธาตุ ใช้ประกอบตำรายาที่ใช้รักษาโรคเกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร ธาตุไม่ปกติ (ใช้เป็นยาขับลม แต่ไม่นิยมใช้โดยมาก)



5. ข่า

พืชสมุนไพรจำพวกเหง้า จัดอยู่ในตระกูลเดียวกับขิง ที่มีชื่อเรียกตามท้องถิ่นต่างๆ เช่น ภาคกลางเรียกข่าตาแดง ภาคเหนือเรียกข่าหยวก, ข่าหลวง, ข่าใหญ่ หรือกุ๊กกโรหิณี ส่วนชาวกะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอนเรียกสะเออเคย เป็นต้น ซึ่งข่าที่นิยมในปัจจุบันมีอยู่หลายสายพันธุ์ เช่น ข่าหยวก, ข่าป่า และข่าตาแดง มีอยู่ด้วยกันหลายชนิด แต่มักนิยมนำข่าตาแดงมาทำเป็นยา

ประโยชน์และสรรพคุณของข่า

ใบ – ใช้สำหรับแก้โรคกลากเกลื้อน แก้ปวดเมื่อยบริเวณข้อต่างๆ และช่วยในการฆ่าพยาธิ ให้รสเผ็ดร้อน

ดอก – ใช้สำหรับแก้โรคกลากเกลื้อน ให้รสเผ็ดร้อน

ผล – ช่วยแก้อาการปวดท้อง คลื่นไส้อาเจียน แก้บิด หรือท้องอืดท้องเฟ้อ และช่วยให้กระเพาะย่อยอาหารได้ดีขึ้น ให้รสเผ็ดร้อนฉุน

หน่อ – ช่วยในการบำรุงธาตุไฟ และแก้ลมแน่นหน้าอก ให้รสเผ็ดร้อนหวาน

เหง้า – ใช้ตำกับมะขามเปียกและเกลือให้สตรีรับประทานหลังคลอด ช่วยขับเลือดคาวปลา แก้อาการตกเลือดหรือซักรก นอกจากนี้ยังช่วยแก้อาการปวดท้อง หรือจุกเสียดแน่น ช่วยขับลมให้กระจาย แก้พิษ แก้บิด แก้อาการฟกช้ำ แก้ลมป่วง แก้สันนิบาตหน้าเพลิง และแก้โรคกลากเกลื้อน ให้รสเผ็ดร้อนขม

ต้นแก่ – ใช้ตำผสมกับน้ำมันมะพร้าว ช่วยในการแก้อาการปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อต่างๆ หรือข้อ และแก้ตะคริว ให้รสเผ็ดร้อนซ่า

ราก – ช่วยแก้อาการเหน็บชา แก้เสมหะและโลหิต และช่วยขับเลือดลมให้เดินสะดวก ให้รสเผ็ดร้อนปร่า



6.ต้นตุง

ใบ: ใบประกอบแบบขนนก เรียงสลับกัน ใบย่อยรูปหอกขอบขนาน ปลายและโคนแหลม ขอบใบเรียบ เป็นคลื่น กว้าง 1-2 นิ้ว ยาว 3-4 นิ้ว สีเขียวแก่

ดอก: ดอกช่อแบนสีขาว แยกเพศอยู่บนต้นเดียวกัน

ผล: ผลกลมมีกลีบเลี้ยงติดอยู่ที่ขั้วคล้ายลูกมะเกลือหรือตะโกแต่เล็กกว่า

เปลือก: เปลือกต้นสีหม่น มีกระขาวตลอดต้น

สรรพคุณทางสมุนไพร:

- เนื้อไม้ รสขมแก้ไข้จับสั่น แก้ไข้ตัวร้อน
- เปลือกต้น รสขมจัด แก้ไข้จับสั่น ไข้ป่า ไข้ทุกชนิด มีฤทธิ์กดประสาทส่วนกลาง

การขยายพันธุ์: ด้วยเมล็ด

นิเวศวิทยา: เกิดอยู่ตามป่าดงดิบและป่าเบญจพรรณทั่วไป



7. ไม้ซีเหล็ก

ไม้ซีเหล็ก เดิมเป็นไม้ในบริเวณเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ นับจากหมู่เกาะต่างๆ ของประเทศอินโดนีเซียไปจนกระทั่งถึงประเทศศรีลังกา ต่อมาผู้นำเอาไม้ซีเหล็กไปปลูกในบริเวณต่างๆ สำหรับในประเทศไทยเราจะพบไม้ซีเหล็กในแทบทุกจังหวัด ไม่ว่าจะเป็น ภาคเหนือ, ภาคกลาง, ภาคใต้ ชาวบ้านนิยมปลูกไม้ซีเหล็กเป็นไม้ให้ร่มและเป็นไม้ประดับ ขึ้นได้ในดินร่วนปนทรายที่มีการระบายน้ำดี ประโยชน์ของไม้ซีเหล็ก

- การใช้ประโยชน์ทางด้านเนื้อไม้ แปรรูปใช้ในการก่อสร้างอาคารบ้านเรือน เช่น เสา รอด ตง เครื่องเรือน อดี, เป็นพื้นให้ความร้อน 4,441 แคลอรี/กรัม ถ้าเป็นถ่านให้ความร้อนสูง 6,713 – 7,036 แคลอรี/กรัม
- การใช้ประโยชน์ทางด้านนิเวศน์ ปลูกเป็นพรรณไม้ปรับปรุงดินเนื่องจากใบมีธาตุไนโตรเจนสูง ช่วยปกคลุมดินและความชื้นได้ดี เป็นพรรณไม้ที่นิยมปลูกเป็นป่าอนุรักษ์ในพื้นที่ที่มีความชื้นปานกลาง – สูง
- การใช้ประโยชน์ทางด้านโภชนาการ ดอกและดอกอ่อนใช้รับประทานได้ ใช้ทำแกงไม้ซีเหล็กได้
- การใช้ประโยชน์ทางด้านสมุนไพร
 - ดอก รักษาโรคเส้นประสาท นอนไม่หลับ ทำให้หลับสบาย รักษาโรคหืด รักษาโรคโลหิตพิการ ผายธาตุ รักษารังแค ขับพยาธิ
 - ราก รักษาไข้ รักษาโรคเหน็บชา ทาแก้เส้นอัมพฤกษ์ให้หายอ่อน แก้ฟกช้ำ แก้ไข้บำรุงธาตุ ไข้ผัดสำแดง
 - ลำต้นและกิ่ง เป็นยาระบาย รักษาโรคผิวหนัง แก้โรคกระษัย แก้นิว ขับปัสสาวะ ขับระดูขาว
 - ทั้งต้น แก้กระษัย ดับพิษไข้ แก้พิษเสมหะ รักษาโรคหนองใน รักษาอาการตัวเหลือง เป็นยาระบายบำรุงน้ำดี ทำให้เส้นเอ็นหย่อน
 - เปลือกต้น รักษาโรคริดสีดวงทวาร โรคหืด แก้กระษัยใช้เป็นยาระบาย
 - กระพี้ รสขมฝืด แก้ร้อนกระสับกระส่าย บำรุงโลหิต คุมกำเนิด
 - ใบ รักษาโรคบิด รักษาโรคเบาหวาน แก้ร้อนใน รักษาฝีมะม่วง รักษาโรคเหน็บชา ลดความดันโลหิตสูง ขับพยาธิ เป็นยาระบาย รักษาอาการ นอนไม่หลับ
 - ฝัก แก้พิษไข้เพื่อน้ำดี พิษไข้เพื่อเสมหะ แก้ลมขึ้นเบื้องสูง เบื้องบน โลหิตขึ้นเบื้องบน ทำให้ระส่ำระสายในท้อง
 - เปลือกฝัก แก้เส้นเอ็นพิการ
 - ใบแก่ ใช้ทำปุ๋ยหมัก



8. มะเขือแจ้เครือ

ไม้เถาเลื้อย ใบ เป็นใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปรีแกมรูปไข่ ขนาดกว้าง 5-8 ซม. ยาว 10-12 ซม. โคนสอบ ปลายแหลม ขอบใบเป็นคลื่นเล็กน้อย เนื้อใบคล้ายแผ่นหนัง ผิวเกลี้ยง

ดอก สีชมพูแกมแดง ออกเป็นช่อ ดอกย่อยขนาด 1 ซม. กลีบรองดอกมี 5 กลีบ สามกลีบนอกขนาดเล็ก สองกลีบในมีสีสดคล้ายกลีบดอก ลักษณะแผ่เป็นกลีบรูปไข่ กลีบดอกมี 3 กลีบ สองกลีบบนรูปขอบขนานโค้ง กลีบล่างรูปเรือ ปลายแผ่ เกสรผู้มี 8 อัน เชื่อมกันเป็นมัด

การกระจายพันธุ์

ผล มีเมล็ดเดี่ยว มีปีก ขนาดกว้าง 1.5 ซม. ยาว 6 ซม. พบตั้งแต่อินเดียตอนเหนือ จนถึงเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ในประเทศไทยพบตามชายป่าและริมธารน้ำ ที่ระดับความสูง 200-400 ม. ออกดอกประมาณเดือนสิงหาคม ประโยชน์ทั้งต้น ใช้ต้มเป็นยาแก้ปวดหลัง และบั้นเอว

9. กระเทียม

หนึ่งในสมุนไพรที่เป็นที่นิยมทั่วโลก ช่วยลดอาการจุกเสียดแน่นท้อง ควบคุมระดับไขมันในเส้นเลือด ช่วยรักษาแผลทั้งแผลสดและแผลเรื้อรัง ลดการเกิดลิ้มเลือด ช่วยป้องกันโรคหัวใจ และช่วยยับยั้งการเกิดมะเร็ง

10. กวาวเครือขาว

ช่วยบำรุงฮอร์โมนเพศหญิง ช่วยกระชับช่องคลอด บำรุงเลือดและสมอง ช่วยทำให้ผิวพรรณดี ระบบขับถ่ายทำงานปกติ และช่วยบำรุงสายตา



11. กวาวเครือแดง

ช่วยบำรุงฮอร์โมนเพศชาย บำรุงร่างกาย บำรุงผิวพรรณให้ดีขึ้น ช่วยชะลอความแก่ ช่วยบำรุงกระดูกและฟัน ลดอาการปวดเมื่อยและป้องกันโรคอัลไซเมอร์



12. เทียนกิ่ง

ใช้เป็นยาขับประจำเดือน รักษาโรคตีชาน ช่วยขับปัสสาวะ และรักษาโรคลมบ้าหมู แก้อาการปวดตามนิ้วมือ นิ้วเท้าและรักษาเส้นขบ ช่วยรักษาอาการโรค และแก้อาการท้องเสีย ท้องร่วง



13. เปราะหอมขาว

ใช้เป็นยาขับประจำเดือน ช่วยแก้อาการเป็นหวัดคัดจมูก และช่วยขับลมในลำไส้

14. เปราะหอมแดง

แก้ท้องขึ้นเฟ้อ ขับลม รักษาโรคเกี่ยวกับตาและเกลื้อน [ซำง](#) แก้มพิษ ช่วยรักษาผื่นคัน ลดอาการไอ และช่วยรักษาบาดแผล

กิจกรรมที่ร่วมจำหน่าย/ออกบูท...

- จำหน่ายที่ร้านมินิมาร์ทต้นข้าว บ้านร่มโพธิ์งาม
- งานดำหัวผู้สูงอายุ วันที่ 9 เมษายน 2558 ณ องค์การบริหารส่วนตำบลเวียงห้า
- งานตลาดนัดสีเขียว วันที่ 9 เมษายน 2558 ณ องค์การบริหารส่วนตำบลเวียงห้า
- กิจกรรมที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจัดให้ออกบูท
- งานทั่วไปทั้งบริเวณภายในตำบล และนอกตำบลที่ใกล้เคียง

กิจกรรมของศูนย์การเรียนรู้กลุ่มผู้พิการ

ภาพการประชุมคณะกรรมการ



ภาพกิจกรรมช่วยกันทำยาสมุนไพรพื้นบ้าน









