



โครงการวิจัยทางเภสัชศาสตร์

เรื่อง

การสำรวจพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในครัวเรือนของคนในชุมชน
ตำบลซับมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว

(A survey of traditional Thai herbal medicinal usages of villagers at community of
Sabmanao subdistrict, Khaochakan district, Srakaew province)

โดย

นสภ.กาญจนา นันท์ แย้มสัจจา รหัส 58210229

โครงการวิจัยทางเภสัชศาสตร์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาบัณฑิต ปีการศึกษา 2561

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

โครงการวิจัยทางเภสัชศาสตร์

เรื่อง

การสำรวจพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในครัวเรือนของคนในชุมชน

ตำบลห้วยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว

(A survey of traditional Thai herbal medicinal usages of villagers at community of
Sabmanao subdistrict, Khaochakan district, Srakaew province)

โดย

นสภ.กาญจน์นันทน์ แยมส์จจา รหัส 58210229

โครงการวิจัยทางเภสัชศาสตร์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาบัณฑิต ปีการศึกษา 2561

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

คำนำ

ในปัจจุบันประเทศไทยกำลังประสบกับปัญหาโรคภัยไข้เจ็บที่เพิ่มมากขึ้น ทำให้ประชาชนบางส่วนได้พยายามหาหนทางการรักษา การใช้สมุนไพรเป็นหนึ่งในทางเลือกของประชาชน แต่หากมีการนำสมุนไพรมาใช้อย่างไม่ถูกต้อง สมุนไพรก็อาจจะก่อให้เกิดโทษต่อผู้ใช้ได้

จากข้อมูลเบื้องต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของการใช้สมุนไพรต้นเดี่ยวในครัวเรือนของคนในชุมชน โดยคาดหวังว่าข้อมูลที่ได้จะเป็นแนวทางการแก้ปัญหาการใช้สมุนไพรต้นเดี่ยวในทางที่ผิดต่อไป

สุดท้าย ทางคณะผู้วิจัยหวังว่าการศึกษานี้จะเป็นประโยชน์หรือแนวทางในการศึกษาต่อสำหรับผู้สนใจเรื่องการใช้สมุนไพรต้นเดี่ยวในครัวเรือน

คณะผู้วิจัย

10 พฤษภาคม 2562

โครงการวิจัยทางเภสัชศาสตร์ปีการศึกษา 2561

เรื่อง การสำรวจพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในครัวเรือนของคนในชุมชน ตำบลชัยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว

ผู้จัดทำโครงการวิจัยทางเภสัชศาสตร์

นสภ.กาญจนา นันท์ แยมส์จจา รหัส 58210229

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการวิจัยทางเภสัชศาสตร์

ภญ.อ.ดร.ภัทรวดี ศรีคุณ

บทคัดย่อ

สมุนไพรเป็นหนึ่งในแพทย์ทางเลือกที่ประชาชนเลือกใช้ในการรักษาโรค อีกทั้งปัจจุบันภาครัฐยังให้การสนับสนุนการใช้สมุนไพร แต่ทั้งนี้การใช้สมุนไพร หากมีการใช้ไม่เหมาะสมก็อาจเกิดโทษต่อผู้ใช้ได้ ดังนั้นงานวิจัยนี้จึงทำการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของการใช้สมุนไพรต้นเดียวในครัวเรือนของคนในชุมชนตำบลชัยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการแก้ปัญหาการใช้สมุนไพรต้นเดียวในทางที่ผิดต่อไป เป็นการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ โดยเป็นการเก็บข้อมูลย้อนหลังจากแบบเก็บข้อมูลและแบบสอบถาม ภายใต้โครงการค่ายหมอยาอาสาพัฒนาชุมชนครั้งที่ 1 ประจำปี 2560 ระหว่างวันที่ 17 – 21 ธันวาคม พ.ศ.2560 และครั้งที่ 2 ประจำปี 2561 ระหว่างวันที่ 15 – 19 ธันวาคม พ.ศ.2561 ที่ถูกเก็บโดยผู้เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว ผลการศึกษาพบ กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 20 ครัวเรือน ส่วนมากผู้ให้ข้อมูลเป็นเพศหญิง อายุมากกว่า 60 ปี ไม่ระบุหรือไม่มีโรคประจำตัว แต่ละครัวเรือนนิยมปลูกสมุนไพรมากกว่า 1 ชนิด สมุนไพรที่นิยมปลูกมากที่สุด คือ ข่า ส่วนใหญ่ มีการใช้สมุนไพรตามสรรพคุณ และส่วนที่ใช้ ที่มีหลักฐานอ้างอิง แต่วิธีการใช้ส่วนมากไม่มีหลักฐานอ้างอิง และพบว่าปัจจัยด้านเพศ อายุ และโรคประจำตัว ไม่มีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มที่ใช้สมุนไพรแบบมีหลักฐานอ้างอิง และกลุ่มที่ใช้สมุนไพรแบบไม่มีหลักฐานอ้างอิง จากวัตถุประสงค์ของงานวิจัย เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของการใช้สมุนไพรต้นเดียวในครัวเรือนของคนในชุมชน ตำบลชัยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว พบว่าไม่มีข้อมูลอ้างอิงด้านการใช้สมุนไพรที่เพียงพอ สำหรับสมุนไพรที่มีการใช้จริงในครัวเรือนที่หลากหลาย โดยเฉพาะวิธีการใช้ที่ยังพบว่ามีการใช้จริงแต่ไม่ตรงกับหลักฐานอ้างอิงการใช้สมุนไพรที่มีในปัจจุบัน ทั้งนี้ อาจเกิดจากการขาดข้อมูลอ้างอิง หรือเกิดจากการใช้ที่ผิดวิธีได้ ดังนั้นภาครัฐควรจะมีการให้ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรตามชุมชน และอาจจะมีการเก็บรวบรวมข้อมูลการใช้สมุนไพรอย่างเป็นระบบ รวมถึงการศึกษาค้นคว้าจัดทำฐานข้อมูลให้ครอบคลุม และเผยแพร่ไว้ในแหล่งที่ประชาชนทั่วไปสามารถเข้าถึงได้

อาจารย์ที่ปรึกษา.....

Senior Project Academic Year 2018

: A survey of traditional Thai herbal medicinal usages of villagers at community of Sabmanao subdistrict, Khaochakan district, Srakaew province

By

Miss.Kanjanan Yamsajja ID 58210229

Advisor:

Dr.Pattaravadee Srikoon

Abstract

Herbs are one of the alternative medicines that people choose to use to cure diseases. In addition, the government currently supports the use of herbs. However, If the herbs are used improperly, they may be harmful to users. Therefore, this research was to analyze preliminary information on the use of single herb in the household of the community in Sub Manow Subdistrict, Khao Chakan District, Srakaew Province in order to be used as information to solve the problem of the use of single herb in the wrong way. It was a quantitative and qualitative research by collecting retrospective data after data collection and questionnaires under the event of project of the 1st Doctor's Volunteer Community Development Camp 2017 during December 17-21, 2017 and the 2nd event of the year 2018 from December 15-19, 2018 collected by respondents. The findings indicated that the sample consisted of 20 households. Most of them were female who over 60 years old were, and they were unspecified or had no underlying disease. Each household liked to grow more than 1 type of herbs. The most popular herbs were galangal. Most of them used herbs according to their properties and parts used with references, but most of methods were used without references. In addition, the result found that gender, age, and medical conditions was no significant difference between the groups using herbs with references and using herbs without references. From the purpose of the research to analyze preliminary information on the use of single herb in the households of the community in Sub Manow Subdistrict, Khao Chakan District, Srakaew Province, it showed that there were not enough references of the use of herbs. For herbs used in various households especially in the methods, the result still found that herbs were actually used, but they were not meet the references of the use of current herbs. This may be due to lack of references or be caused using herbs in the wrong ways. Therefore, the government should provide knowledge about herbs in the community, and

it may collect data on the use of herbs systematically, as well as the study and development of a comprehensive database. Moreover, the government should publish the knowledge about herbs in a place that the general public could access.

Advisor.....

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยชิ้นนี้ ได้รับการสนับสนุนจากคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา โดยขอขอบพระคุณ เกสัชกรหญิง ดร.ภัทรวดี ศรีคุณ อาจารย์ที่ปรึกษาที่ช่วยชี้แนะในการศึกษาในครั้งนี้ พร้อมทั้ง เกสัชกร รองศาสตราจารย์ ดร.ฐิตินันท์ เอื้ออำนวย ที่ให้คำปรึกษาด้านสถิติ เกสัชกร ดร.ธัญชนก ศิริรักษ์ และ ดร.ณิชา กานต์ ภิระคำ ในการให้คำปรึกษาด้านข้อมูลสมุนไพร นิสิต คณาจารย์ และเจ้าหน้าที่ในโครงการค่ายหมอยาอาสาพัฒนาชุมชน ครั้งที่ 1 และ ครั้งที่ 2 ประจำปี พ.ศ. 2560 - 2561 ทุกคน ที่เอื้อเฟื้อข้อมูลทั้งหมด ที่ใช้ในโครงการนี้

คณะผู้วิจัย

10 พฤษภาคม 2562

สารบัญ

หัวข้อ	หน้า
คำนำ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญและที่มาของปัญหา	1
วัตถุประสงค์	2
กรอบแนวคิด	3
สมมติฐาน	3
นิยามศัพท์	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	4
1. สถานการณ์ปัจจุบันเกี่ยวกับนโยบายด้านยาสมุนไพร	4
1.1 นโยบายระดับนานาชาติ: ยุทธศาสตร์การแพทย์ดั้งเดิมขององค์การอนามัยโลก พ.ศ.2557-2566	4
1.2 นโยบายระดับประเทศ: นโยบายแห่งชาติด้านยาและยุทธศาสตร์การพัฒนาระบบยาแห่งชาติ พ.ศ.2560-2564	4
2. ข้อมูลสมุนไพร	5
2.1 กระเทียม	5
2.2 กระเทียม	6
2.3 กลัวย่น้ำว่า	7
2.4 กะเพรา	8
2.5 กาบหนู (อังกาบหนู)	10
2.6 การบูร	10
2.7 แกะฝาง (ฝาง)	11
2.8 ขมิ้น	13
2.9 ข่า	15

สารบัญ (ต่อ)

หัวข้อ	หน้า
2.10 จิง	17
2.11 ขี้เหล็ก	18
2.12 ชะพลู (ข้าพลู)	20
2.13 ดีปลาช่อน (ดีปลากั้ง)	21
2.14 ต้นแค	21
2.15 ต้นหอม	22
2.16 ตะไคร้	22
2.17 ตะไคร้หอม	23
2.18 ตีนนก	24
2.19 ตีนเป็ด	25
2.20 ถังเช่า	25
2.21 ทองพันชั่ง	25
2.22 เทียนบ้าน	26
2.23 นางหวาน (ตานนม)	27
2.24 ใบบัวบก	27
2.25 ใบหม่อน	28
2.26 ผักกาดขาว	29
2.27 ผักชี	29
2.28 ผักชีลาว	31
2.29 ผักบุ้ง	32
2.30 พริก	32
2.31 ไพล	33
2.32 ฟ้าทะลายโจร	35
2.33 มะกรูด	36
2.34 มะขาม	37
2.35 มะเขือ	38
2.36 มะนาว	39
2.37 มะม่วง	40
2.38 มะรุม	40
2.39 มะละกอ	41

สารบัญ (ต่อ)

หัวข้อ	หน้า
2.40 มะแว้ง	42
2.41 ย่านาง	43
2.42 ย่านางแดง	44
2.43 รางจืด	45
2.44 ลำไย	45
2.45 ว่านชักมดลูก	46
2.46 ว่านหางจระเข้	46
2.47 ส้ม	49
2.48 ส้มแมว	49
2.49 เสลดพังพอน	49
2.50 หนาด	51
2.52 หอมแดง	53
2.53 หัวปลี (กล้วย)	54
2.54 โหระพา	54
2.55 อินคา	56
3. งานวิจัยที่ศึกษาค้นคว้าพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในชุมชน	56
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	60
1. ประชากร	60
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	60
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล	60
4. การวิเคราะห์ข้อมูล	60
บทที่ 4 ผลการวิจัยและอภิปรายผล	61
1. ข้อมูลเบื้องต้น ความถี่ และการกระจาย การใช้สมุนไพรต้นเดียวในครัวเรือน	61
2. ความสัมพันธ์เบื้องต้น ระหว่างเพศ อายุ และโรคประจำตัว ต่อการใช้สมุนไพรในครัวเรือน	82
บทที่ 5 สรุปผลการทดลองและข้อเสนอแนะ	95
เอกสารอ้างอิง	96

สารบัญ (ต่อ)

หัวข้อ	หน้า
ภาคผนวก	99
ภาคผนวก ก	100
แบบสอบถามการศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและการเข้าถึงบริการสาธารณสุขของชาวบ้าน ชุมชนบ้านซั้มมะนาว ต.หนองหว้า อ.เขาฉกรรจ์ จ.สระแก้ว ภายใต้โครงการค่ายหมอยา อาสาพัฒนาชุมชน	
ภาคผนวก ข	111
แบบสอบถามการศึกษาพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน ชุมชนบ้านซั้มมะนาว และ บ้านทรัพย์สมบูรณ์ ต.หนองหว้า อ.เขาฉกรรจ์ จ.สระแก้ว ภายใต้โครงการค่ายหมอยา อาสาพัฒนาชุมชน	
ภาคผนวก ค	115
แบบฟอร์มรายงานการเงิน	
ภาคผนวก ง	117
อักขรวิธี	
ภาคผนวก จ	119
ใบรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย	

		หน้า
ตารางที่ 1	คุณลักษณะทางประชากรของคนในชุมชนตำบลชัยมะนาอ อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดสระแก้ว	62
ตารางที่ 2	การกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน	64
ตารางที่ 3	แสดงสรรพคุณสมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง	69
ตารางที่ 4	แสดงส่วนที่ใช้ของสมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง	76
ตารางที่ 5	แสดงวิธีการใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง	84
ตารางที่ 6	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างเพศต่อการใช้สมุนไพร	91
ตารางที่ 7	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างอายุต่อการใช้สมุนไพร	92
ตารางที่ 8	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างโรคประจำตัวต่อการใช้สมุนไพร	94

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหา

ในปัจจุบันประเทศไทยกำลังประสบกับปัญหาโรคภัยไข้เจ็บที่เพิ่มมากขึ้น โดยข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ (1) พบว่า จำนวนผู้ป่วยใน จำแนกตามกลุ่มสาเหตุป่วย 75 โรค จากสถานบริการสาธารณสุข ของกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ.2546 – 2555 และจำนวนผู้ป่วยนอก จำแนกตามกลุ่มสาเหตุป่วย 21 โรค จากสถานบริการสาธารณสุข ของกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2548 - 2557 มีจำนวนผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้นในทุกๆปี ทำให้ประชาชนบางส่วนได้พยายามหาหนทางรักษา โดยข้อมูลจากรายงานของ ดร.ไอเซนเบิร์กและคณะ (2) พบว่าการแพทย์ทางเลือกเป็นทางเลือกหนึ่งที่ประชาชนให้ความสนใจทำการสำรวจการใช้ประโยชน์การแพทย์ทางเลือกของประชาชนชาวอเมริกันในปี ค.ศ. 1990-1997 พบว่าประชาชนใช้บริการการแพทย์ทางเลือกสูงเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 47 (629 ล้านครั้ง) และเป็นตัวเลขที่สูงมากเมื่อเปรียบเทียบกับการใช้บริการการแพทย์แบบปฐมภูมิในปีเดียวกัน (386 ล้านครั้ง) และ จากการศึกษาและเก็บรวบรวมสถิติการใช้ประโยชน์การแพทย์ทางเลือก / การแพทย์แบบผสมผสาน ของ National Center for Complementary and Alternative Medicine (National Institution of Health) ในปี ค.ศ. 2002 ร่วมกับสำนักงานสถิติแห่งชาติของอเมริกา (2) โดยสำรวจจากประชากรอายุ 18 ปีขึ้นไปทั้งสิ้นจำนวน 31,044 คน พบว่า ปัจจุบันประชาชนชาวอเมริกันประมาณร้อยละ 62 มีการใช้ประโยชน์จากการแพทย์ทางเลือก ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา เพิ่มขึ้นร้อยละ 74.6 เมื่อถามว่าเคยมีการใช้ประโยชน์หรือไม่ และจากการสำรวจพบว่าประชากรที่ใช้ประโยชน์จากการรักษาในรูปแบบนี้เป็นประชากรที่มีการศึกษาสูง (ยกเว้น การสวดมนต์) โดยมีเหตุผลหลัก 5 ประการคือการแพทย์ทางเลือก จะช่วยให้การรักษาดีขึ้นเมื่อใช้ร่วมกับการแพทย์แผนปัจจุบัน (ร้อยละ 55) น่าสนใจที่จะลองดู (ร้อยละ 50) การรักษาแบบแผนปัจจุบันใช้ไม่ได้ผล (ร้อยละ 28) แพทย์แผนปัจจุบันแนะนำให้ทดลองใช้ (ร้อยละ 26) และยาแผนปัจจุบันราคาแพงเกินไป (ร้อยละ 13)

โดยกระแสความตื่นตัวเรื่องการแพทย์ทางเลือกในสังคมไทยนั้นเริ่มก่อตัวอย่างเด่นชัดเมื่อประมาณปี พ.ศ. 2530 โดยเริ่มต้นจากการนำสมุนไพรมาใช้ การรื้อฟื้นภูมิปัญญาการแพทย์แบบ (2) จากรายงานการวิจัยของ สมพร เจริญชัยศรี และคณะ (2) เรื่อง การสำรวจข้อมูลและการดูแลสุขภาพทางเลือกในคนไทย ปี พ.ศ. 2543 เป็นการสำรวจตัวอย่างจำนวน 400 คน มีการศึกษาสูงกว่าอุดมศึกษา 268 คน (80%) ต่ำกว่าอุดมศึกษา 65 คน (20%) มีวิธีการรักษาโรค ดังนี้ พบแพทย์แผนปัจจุบัน 62.1% ใช้แผนโบราณและแผน

ปัจจุบัน 23.8% ซ้อยาเอง 5.1% ใช้น้ำมันโบราณและยาสมุนไพร 3.2% ที่เหลือใช้วิธีอื่น ๆ โดยพบว่าการใช้สมุนไพรเป็นการแพทย์ทางเลือกหนึ่งที่คนไทยสนใจ จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจแห่งชาติฉบับที่ 5 (3) ได้มีการกำหนดให้มีการพัฒนายาสมุนไพร โดยส่งเสริมให้มีการใช้ยาสมุนไพรที่เหมาะสม เพราะมีราคาถูกหรือสามารถจัดหาได้โดยไม่เสียเงิน มีประสิทธิภาพ ได้มีการยอมรับอยู่แล้วจากตัวประชาชนในชนบทเอง ตลอดจนสามารถแก้ปัญหาโรคง่าย ๆ ได้ด้วย อีกทั้ง ในปี พ.ศ.2560 กระทรวงสาธารณสุข ยังมีโครงการส่งเสริมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน (4) และมีนโยบายส่งเสริมให้สถานพยาบาลในสังกัดทั่วประเทศ ใช้น้ำมันสมุนไพรบำบัดรักษาโรคควบคู่กับยาแผนปัจจุบัน (4) โดยให้มีมากกว่า 19 รายการบรรจุในบัญชียาหลักแห่งชาติ จนถึงขั้นใช้ทดแทนเพื่อลดการนำเข้ายาแผนปัจจุบันที่นำเข้าจากต่างประเทศ โดยจะเพิ่มยาสมุนไพรที่สถานพยาบาลผลิตและใช้ในโรงพยาบาล ซึ่งยังไม่มีในบัญชียาหลักแห่งชาติ อีก 22 รายการ นำร่องในสถานพยาบาลของ 8 จังหวัดภาคกลาง คือ กาญจนบุรี สุพรรณบุรี ราชบุรี นครปฐม ประจวบคีรีขันธ์ เพชรบุรี สมุทรสาคร และสมุทรสงคราม รวม 66 แห่ง และจากรายงานการวิจัยเรื่องการใช้น้ำมันสมุนไพรทดแทนยาแผนปัจจุบันในโรงพยาบาลศูนย์ลำปาง และโรงพยาบาลชุมชนจังหวัดลำปาง (5) ศึกษา 5 กลุ่มอาการคือกลุ่มอาการแน่นจุกเสียด อาการไม่ย่อย กลุ่มอาการไข้ เจ็บคอ ท้องเสีย กลุ่มอาการท้องผูก กลุ่มอาการแผลเรื้อรัง และกลุ่มอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เคล็ดขัดยอก พบว่ามูลค่าการใช้ยาสมุนไพรเปรียบเทียบกับยาแผนปัจจุบัน ทั้ง 5 รายการของจังหวัดลำปาง มีมูลค่าเพิ่มขึ้นทั้งหมด ในชุมชนชัยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว พบว่ามีการตอบสนองนโยบายดังกล่าวโดยการนำของ รพ.สต.ชัยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว และองค์กรในท้องถิ่น เช่น โรงเรียน วัด รวมทั้งหมู่บ้านในเขตความรับผิดชอบ ในการให้ความรู้ สนับสนุนกล้ายาสมุนไพรที่สามารถปลูกในครัวเรือนได้ และชาวบ้านก็นิยมปลูกสมุนไพรในครัวเรือนมากโดยสังเกตได้จากการพบเห็นสวนสมุนไพรในครัวเรือนได้โดยทั่วไป

ทั้งนี้ในการใช้สมุนไพรเพื่อการรักษาโรคจำเป็นจะต้องคำนึงถึง หลักการใช้สมุนไพรทั้ง 5 องค์ประกอบคือใช้ให้ถูกต้น ใช้ให้ถูกส่วน ใช้ให้ถูกขนาด ใช้ให้ถูกวิธี และใช้ให้ถูกโรค (6) และหลักการใช้สมุนไพรอย่างเหมาะสมตามสาธารณสุขมูลฐาน (7) แต่หากมีการนำสมุนไพรมาใช้อย่างไม่ถูกต้อง สมุนไพรก็อาจจะก่อให้เกิดโทษต่อผู้ใช้ได้ ดังจะเห็นได้จากรายงานทางคลินิกเกี่ยวกับอาการไม่พึงประสงค์ที่เกิดจากการใช้สมุนไพรมากขึ้น ที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาของสหรัฐอเมริกา ประกาศเตือนให้ระวังถึงความปลอดภัยจากการใช้สมุนไพร 9 ชนิดในปี ค.ศ.1993 (8) และจากรายงานข่าวของ SpringNew (9) พบว่า มีผู้เสียชีวิตจากการทานสมุนไพรป่าช้าเหงาหรือหนานเฉาเหว่ย โดยผู้เสียชีวิตได้รับคำแนะนำจากเพื่อนให้ทานสมุนไพรชนิดนี้เพื่อรักษาความดัน เบาหวาน

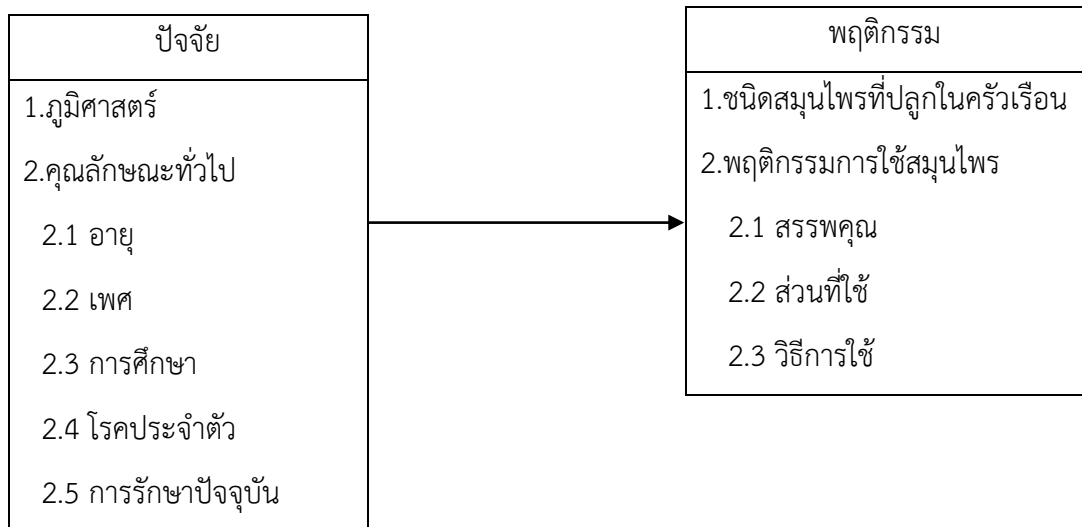
ดังนั้นผู้วิจัย จึงได้ทำการศึกษาการใช้สมุนไพรต้นเดียวในครัวเรือนของคนในชุมชน ตำบลชัยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว เพื่อใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการสืบค้นปัญหาการใช้สมุนไพรต้นเดียวในครัวเรือนของชุมชนในภาคตะวันออกของประเทศไทย

วัตถุประสงค์

เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของการใช้สมุนไพรต้นเดี่ยวในครัวเรือนของคนในชุมชน ตำบลชัยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว จากค่ายหมอยาอาสาพัฒนาชุมชน

กรอบแนวคิด

เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของการใช้สมุนไพรต้นเดี่ยวในครัวเรือนของคนในชุมชนว่ามีความเหมาะสมหรือไม่ ของคนในชุมชน ตำบลชัยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว ในช่วงเวลาที่ผ่านมา



สมมติฐาน

พบการใช้สมุนไพรต้นเดี่ยวในครัวเรือนที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม ของคนในชุมชน ตำบลชัยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว ในช่วงเวลาที่ผ่านมา

นิยามศัพท์

คนในชุมชน หมายถึง ผู้ที่มีชื่อตามทะเบียนบ้าน และ/หรือ ผู้ที่อยู่อาศัยภายในพื้นที่ตำบลชัยมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการแก้ปัญหาการใช้สมุนไพรต้นเดี่ยวในทางที่ผิดต่อไป

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาการใช้สมุนไพรต้นเดี่ยวในครัวเรือนของคนในชุมชน ตำบลชะมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามหัวข้อต่อไปนี้

1. สถานการณ์ปัจจุบันเกี่ยวกับนโยบายด้านยาสมุนไพร

1.1 นโยบายระดับนานาชาติ: ยุทธศาสตร์การแพทย์ดั้งเดิมขององค์การอนามัยโลก พ.ศ.2557-2566

ยุทธศาสตร์ฉบับนี้มีเป้าหมายสำคัญ 2 ประการ คือ สนับสนุนให้ประเทศสมาชิกนำศักยภาพของการแพทย์ดั้งเดิมและการแพทย์เสริมมาใช้ ให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพ ความอยู่ดีมีสุข และการบริการสุขภาพที่เน้นคนเป็นศูนย์กลาง และส่งเสริม การใช้การแพทย์ดั้งเดิมและการแพทย์เสริม อย่างปลอดภัยและมีประสิทธิภาพ โดยมีการควบคุมและ กำกับดูแลผลิตภัณฑ์เวชปฏิบัติและผู้ประกอบวิชาชีพ การที่จะบรรลุเป้าหมายทั้งสองประการนี้จำเป็น จะต้องมีการดำเนินงานตามวัตถุประสงค์เชิงยุทธศาสตร์ 3 ข้อ ได้แก่ 1) สร้างฐานความรู้และกำหนด นโยบายระดับชาติขึ้น 2) สร้างเสริมความปลอดภัย คุณภาพ และประสิทธิภาพ โดยพัฒนากระบวนการ ในการกำกับดูแล 3) ส่งเสริมระบบหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า โดยการบูรณาการ บริการการแพทย์ดั้งเดิมและการแพทย์เสริม และการดูแลสุขภาพด้วยตนเองเข้าในระบบสุขภาพแห่งชาติ (10)

1.2 นโยบายระดับประเทศ: นโยบายแห่งชาติด้านยาและยุทธศาสตร์การพัฒนาระบบยาแห่งชาติ พ.ศ.2560-2564

รัฐมียุทธศาสตร์การสนับสนุนการใช้ยาจากสมุนไพรตามนโยบายแห่งชาติด้านยาและยุทธศาสตร์การพัฒนาระบบยาแห่งชาติ พ.ศ.2560-2564 ยุทธศาสตร์ข้อ 2 ส่งเสริมการวิจัยและพัฒนาการผลิตยาสมุนไพร และชีววัตถุเพื่อความมั่นคงทางยาและเพิ่มขีดความสามารถใน การแข่งขัน และมีนโยบายการสนับสนุนการใช้ยาสมุนไพรตามนโยบายแห่งชาติด้านยา พ.ศ. ๒๕๓๖ นโยบายข้อ 5 สนับสนุนการศึกษาและวิจัยเพื่อให้ทราบศักยภาพด้านการป้องกันส่งเสริมสุขภาพ และบำบัดรักษาของ สมุนไพร ยาสมุนไพร ยาแผนโบราณ ตลอดจนส่งเสริมให้มีการใช้อย่างปลอดภัย และมีประสิทธิภาพ (11)

2. ข้อมูลสมุนไพร

2.1 กระเทียม

ชื่อสามัญ: Champoo ginger

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Zingiber zerumbet* Roscoe ex (L.) Sm.

ชื่อวงศ์ Zingiberaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ล้มลุกที่ลำต้นทอดคานไปตามดิน หิน หรือ ลำต้นไม้

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

- (1) แก้ปวดท้อง แก้บิด และขับลม (12-14)
- (2) แก้แน่นจุกเสียด (12, 14, 15)
- (3) แก้ท้องอืดเฟ้อ แก้ปวดเบ่ง และขับน้ำย่อยให้ลงสู่ลำไส้ (12, 14)
- (4) แก้ผอมเหลือง (14)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ

- (1) ขับปัสสาวะ (12-14)
- (2) แก้ปัสสาวะเป็นเลือด (12)

ฤทธิ์ทางการขับน้ำนม บำรุงน้ำนม (12-14)

ฤทธิ์ทางการต้านมะเร็ง ยับยั้งการเกิดมะเร็งที่ลำไส้ใหญ่และปอด (13)

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้เบื่ออาหาร (14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้เสมหะเป็นพิษ และขับเสมหะ (12, 14)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์

- (1) ขับเลือดเสียในมดลูก (12, 14)
- (2) ขับน้ำคาวปลา (14)

ฤทธิ์ทางผิวหนัง

- (1) แก้ร้อนใน (14)
- (2) แก้ฝี (12)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้ (12, 14)

ฤทธิ์ทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ แก้เคล็ดขัดยอก (12)

อื่นๆ บำรุงธาตุ และบำรุงกำลัง (12, 14)

ส่วนที่ใช้

- (1) เหง้า (12, 14, 15)
- (2) ราก ใบ ดอกและต้น (12, 14)

วิธีการใช้

- (1) เหง้าแช่น้ำดื่ม (14)
- (2) เหง้าผสมเหง้าไพล เผาไฟคั้นเอาน้ำดื่ม (14)
- (3) เหง้าหมกไฟฝนกับน้ำปูนใส คั้นเอาน้ำดื่มเวลามีอาการทางระบบย่อยอาหาร (12, 14, 15)
- (4) ประกอบอาหารโดยหั่นแล้วชงยากับเกลือนานๆก่อนเนื่องจากมีรสขมเล็กน้อย (12)

2.2 กระเทียม

ชื่อสามัญ Garlic

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Allium sativum* L.

ชื่อวงศ์ Amaryllidaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

- (1) แก่ริดสีดวง ขับลม แก่ริดตะปิตตะโรค แก่ปวดมวนในท้อง แก่สะอึก แก่น้ำลายเหนียว และแก้ท้องอืดท้องเฟ้อ (13)
- (2) แก่แน่นจุกเสียด (15)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ ขับปัสสาวะ และแก้ขัดปัสสาวะ (13)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ป้องกันการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดตามวัย ลดปริมาณไขมันในเลือด ลดความดันโลหิตสูง ต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด และสลายไฟบริน (13)

ฤทธิ์ทางการต้านมะเร็ง ขับเนื้อร้าย ยับยั้งเซลล์มะเร็ง และลดความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งกระเพาะอาหารและมะเร็งผิวหนังชนิดเบซัล (13)

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก่โรคเส้นประสาท (13)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก่ไอ แก่เสมหะ แก่โรคในปากคอ และแก้หืด (13)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ ขับระดู (13)

ฤทธิ์ทางผิวหนัง

- (1) แก่โรคผิวหนังบางอย่าง และแก้ฟกช้ำ (13)

(2) รักษากลากเกลื้อน (13, 15)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้ (13)

ฤทธิ์ทางระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ แก้อัมพาต และกล้ามเนื้อแข็ง (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ ขับพยาธิในท้อง ฆ่าเชื้อโรคในปาก สามารถยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรียและเชื้อรา และมีฤทธิ์ในการขับพยาธิ (13)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม ลดน้ำตาลในเลือด (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับหู แก้ปวดหูและหูอื้อ (13)

อื่นๆ บำรุงธาตุ (13)

ส่วนที่ใช้ หัว (13, 15)

วิธีการใช้

(1) กรณีรักษาอาการแน่นจุกเสียด นำกระเทียม 5-7 กลีบ บดให้ละเอียด เติมน้ำส้มสายชู 2 ช้อนโต๊ะ เกลือและน้ำตาลนิดหน่อย ผสมให้เข้ากัน กรองเอาเฉพาะน้ำดื่ม หรือนำกระเทียมมาปอกเปลือก นำเฉพาะเนื้อใน 5 กลีบมาซอยให้ละเอียด รับประทานหลังอาหารกับน้ำทุกมื้อ แก้ปวดท้องอาหารไม่ย่อย (15)

(2) กรณีรักษากลากเกลื้อน นำกระเทียมมาขูดให้เป็นชิ้นเล็กๆหรือบดให้แหลก พอกที่ผิวหนัง แล้วปิดด้วยผ้าพันแผลไว้นานอย่างน้อย 20 นาที จึงล้างออกด้วยน้ำสะอาด ทำซ้ำเข้าเย็นเป็นประจำทุกวัน หรือขูดผิวหนังส่วนที่เป็นเกลื้อนให้พอเลือดซึมด้วยใบมีด แล้วใช้กระเทียมสดทาทำเช่นนี้ทุกวัน 10 วันก็จะหาย (15)

(3) ต้ม บ้วนปาก รับประทานสด ยาหยอดหู โดยคั้นเอาน้ำจากหัวกระเทียม (13)

2.3 กล้วยน้ำว้า

ชื่อสามัญ Banana, Cultivated banana

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Musa sapientum* L.

ชื่อวงศ์ Musaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ล้มลุก

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร แก้โรคไส้เลื่อน รักษาโรคกระเพาะ แก้อาการท้องเสีย แก้โรคบิด แก้ริดสีดวง ฝาดสมาน แก้อาการท้องเดิน แก้โรคกระเพาะ แก้อาหารไม่ย่อย และเป็นยาระบายสำหรับผู้ที่มีอาการท้องแข็ง หรือเป็นริดสีดวงทวารชั้นแรกจนกระทั่งถ่ายเป็นเลือด (12)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ แก้ขัดเบา (12)

ฤทธิ์ทางการขับน้ำนม ขับน้ำนม (12)

ฤทธิ์ทางผิวหนัง ห้ามเลือด สมานแผล รักษาแผลสุ่มกัด และรักษาแผลไฟไหม้ (12)

ส่วนที่ใช้ หัวปัส ผล ราก ต้น ใบ และยางจากใบ (12)

วิธีการใช้

- (1) กรณีขับน้ำนม ใช้หัวปัสแกงเลียงรับประทานบ่อยๆ หลังคลอดใหม่ๆ (12)
- (2) กรณีแก้ท้องเดินท้องเสีย ใช้กล้วยน้ำว้าดิบหรือห่ามมาปอกเปลือก หั่นเป็นชิ้นบางๆ ใส่ น้ำพอท่วม ต้มนานครึ่งชั่วโมง ต้มครั้งละครึ่งถ้วยถึงหนึ่งถ้วยแก้ว ให้ดื่มทุกครั้งที่ถ่าย หรือทุกๆ 1-2 ชั่วโมง ใน 4-5 ชั่วโมงแรก หลังจากนั้นให้ดื่มทุกๆ 3-4 ชั่วโมง หรือวันละ 3-4 ครั้ง (12)
- (3) กรณีแก้โรคระเคาะ ท้องผูก ใช้กล้วยน้ำว้าดิบมาปอกเปลือก แล้วนำเนื้อมาฝานเป็น แผ่นบางๆ ตากแดด 2 วันให้แห้งกรอบ บดเป็นผงให้ละเอียด ใช้รับประทานครั้งละ 1-2 ช้อนโต๊ะ ละลาย น้ำข้าว น้ำผึ้งหรือน้ำธรรมดา รับประทานก่อนอาหารครึ่งชั่วโมง และก่อนนอนทุกวัน (12)
- (4) กรณีแก้ท้องผูก ให้รับประทานกล้วยน้ำว้าสุกงอม ครั้งละ 2 ผล วันละ 3 ครั้ง ก่อน อาหารครึ่งชั่วโมง เวลารับประทานควรเคี้ยวให้ละเอียดที่สุด (12)
- (5) กรณีแก้ท้องเดิน ใช้เนื้อกล้วยน้ำว้าห่ามรับประทาน หรือใช้กล้วยน้ำว้าดิบ ฝานเป็นแว่น ตากแห้งรับประทาน (12)

2.4 กะเพรา

ชื่อสามัญ Holy basil, Thai basil

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Ocimum tenuiflorum* L.

ชื่อวงศ์ Lamiaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้พุ่มขนาดเล็ก

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

- (1) ขับลม (13, 15)
- (2) แก้น้ำจุกเสียด แก้ปวดท้อง และแก้อาการคลื่นไส้อาเจียน (12, 13)
- (3) แก้อาการท้องอืดเฟ้อ (12)
- (4) แก้มานขาง ต้านการหดเกร็งของลำไส้ และต้านการเกิดแผลเปื่อยกระเพาะอาหาร (13)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ลดระดับน้ำตาลในเลือด (13)

ฤทธิ์ทางการขับน้ำนม ขับน้ำนมในสตรีหลังคลอด (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้ไอ (12)

ฤทธิ์ทางผิวหนัง

(1) ป้องกันพิษจากการฉายรังสี และสมานแผล (13)

(2) รักษาหูด และรักษากากเกลื้อน (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ

(1) ต้านเชื้อแบคทีเรีย (13)

(2) ขับพยาธิ และต้านเชื้อรา (12)

ฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ต้านอนุมูลอิสระ (13)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม ลดไขมันและคอเลสเตอรอล (13)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน ลดไข้ (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย ขับเหงื่อ (12)

อื่นๆ ไส้หรือฆ่ายุง ไส้แมลงวันทอง (12)

ส่วนที่ใช้

(1) ใบ (12, 13, 15)

(2) ยอดกระเพราะแดง และทั้งต้น (12)

วิธีการใช้

(1) ใช้ใบและยอดหนึ่งกำมือ (น้ำหนักสดประมาณ 25 กรัมแห้ง) ประมาณ 4 กรัม ต้มเอาน้ำดื่ม เหมาะสำหรับเป็นยาขับลมสำหรับเด็ก ใช้ใบสด 3 ใบ ผสมเกลือบดให้ละเอียด แล้วละลายในน้ำสุก หรือน้ำผึ้ง หยอดให้เด็กก่อนที่คลอดได้ราว 2-3 วัน เป็นยาขับลม หรือกินใบกระเพราะสดทุกวันแก้โรคกระเพาะได้ (15)

(2) กรณีแก้คลื่นไส้อาเจียน ท้องอืดเฟ้อ แน่นจุกเสียด ปวดท้อง ใช้กระเพราะทั้ง 5 ทั้งสดหรือแห้ง ชงน้ำดื่ม (12)

(3) กรณีเพิ่มนมในสตรีหลังคลอด ใช้ใบกระเพราะสด 1 กำมือ แกงเลียงรับประทานบ่อยๆ หลังคลอดใหม่ๆ (12)

(4) กรณีเป็นยารักษากลากเกลื้อน ใช้ใบสด 15-20 ใบ ตำหรือขยี้ให้น้ำออกมา ใช้ทาถูตรงบริเวณที่เป็นกลาก ทาวันละ 2-3 ครั้ง จนกว่าจะหาย (12)

(5) กรณีเป็นยารักษาหูด ใช้ใบกระเพราะแดงสด ขยี้ทาตรงหัวหูด เข้า-เย็น จนกว่าหัวหูดจะหลุด (12)

2.5 กาบหนู (อังกาบหนู)

ชื่อสามัญ Porcupine flower

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Barleria prionitis* L.

ชื่อวงศ์ Acanthaceae

ลักษณะทั่วไป –

2.6 การบูร

ชื่อสามัญ Camphor tree, Camphor laurel

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Cinnamomum camphora* (L.) J. Presl

ชื่อวงศ์ Lauraceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้น

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท

- (1) แก้ปวดเส้นประสาท (13, 14)
- (2) แก้ปวดฟัน เหงือกบวม แก้เส้นกระดูก (13)
- (3) เป็นยาชาเฉพาะที่ เป็นยาระงับประสาท แก้อาการชักบางประเภท (14)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด

- (1) กระตุ้นหัวใจ ขับน้ำเหลือง และแก้เลือดลม (13, 14)
- (2) บำรุงหัวใจ (14)
- (3) แก้อาการหน้ามืด ทำให้เลือดมาเลี้ยงมาก (13)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก

- (1) แก้เคล็ดขัดยอก และแก้ปวดข้อ (13, 14)
- (2) แก้ปวดเมื่อย แก้ปวดหลัง และข้อบวมเป็นพิษ (13)
- (3) แก้แผลง และแก้กระดูก (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

- (1) ขับลม แก้อท้องเสีย และปวดท้อง (13, 14)
- (2) แก้จุกเสียด แก้อหิวาต์ แก้อคลื่นไส้ อาเจียน ช่วยย่อยอาหาร กระจายลม (13)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ

- (1) ขับเสมหะ (13, 14)
- (2) แก้ไอ (13)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ บำรุงกำหนด (13, 14)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ ขับปัสสาวะ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ ถอนพิษอักเสบเรื้อรัง และแก้ไข้หวัด (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ

(1) ฆ่าเชื้อ (13)

(2) เป็นยาระงับเชื้ออย่างอ่อน (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับตา แก้วโรคตา (13, 14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

(1) เกื้อยผื่น และแก้คัน (13)

(2) แก้วรอยผิวหนังแตก แก้พิษแมลงต่อย และแก้โรคผิวหนังเรื้อรัง (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมตุร่างกาย

(1) บำรุงธาตุและบำรุงกำลัง (13)

(2) ขับเหงื่อ (14)

อื่นๆ

(1) ใช้ผสมเป็นยาเพื่อป้องกันแมลงบางชนิด (14)

(2) ปลุกเป็นไม้ประดับ (12)

ส่วนที่ใช้

(1) เนื้อไม้ (การบูร) (13, 14)

(2) ใบ ลูก เมล็ด รากและแก่น (13)

วิธีการใช้ เป็นยาสมุนไพร (13, 14)

2.7 แกะฝาง (ฝาง)

ชื่อสามัญ Sappan tree, Sappan wood

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Caesalpinia sappan* L.

ชื่อวงศ์ Leguminosae

ลักษณะทั่วไป ไม้พุ่ม

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท ช่วยให้เย็นศีรษะ (14)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด

(1) บำรุงโลหิต (13)

(2) แก้อาการเหน็ดเหนื่อย แก้เลือดอุดตัน ทำให้เลือดไหลเวียนสะดวกและแก้อาการหัวใจขาดเลือด (14)

(3) แก้เลือดกำเดา (12)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ใช้เป็นยาแก้ปวด แก้บวมและแก้ปวดเมื่อยร่างกาย (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) ฝาดสมานแก้ท้องเสีย (12-14)

(2) ยาระบาย (13)

(3) แก้บิด (14)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์

(1) ขับระดูและเป็นยาบำรุงโลหิตสตรี (12-14)

(2) รักษาประจำเดือนมาไม่ปกติ ลดอาการปวดมดลูกในสตรีหลังคลอด ลดอาการเจ็บปวดหลังคลอดบุตร (14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ

(1) ขับเสมหะ (12-14)

(2) แก้ปอดพิการ (12, 13)

(3) แก้ไอ (13)

(4) แก้ปอดบวม (12)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ แก้อาการขัดขวางทางทวารหนักและทวารเบา (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ ขับหนองในฝีอักเสบ แก้ไข้ตัวร้อน (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ

(1) รักษาวัณโรค (13)

(2) ขับหนอง (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

(1) แก้อาการคัน (13, 14)

(2) แก้ผดผื่นคัน (14)

(3) รักษาฝีหนอง (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุร่างกาย

(1) ช่วยลดความร้อนในร่างกายและกระหายน้ำ (13)

(2) แก้อาการพิการ (12)

ส่วนที่ใช้

(1) เนื้อไม้ (13, 14)

(2) แก่น (12, 14)

(3) เปลือกลำต้น เมล็ด กิ่งและแก่น (13)

วิธีการใช้

(1) ต้ม (13)

(2) เป็นส่วนผสมหลักในยาบำรุงหลังคลอดบุตร ผสมกับปูนขาว บดทาหน้าผาก หลังคลอดบุตร ช่วยให้เย็นศีรษะ และลดอาการเจ็บปวด (14)

(3) รับประทาน (12)

(4) แต่งสี ย้อมสี นำแก่นฝางเสนหรือฝางส้ม มาแช่น้ำหรือต้มเคี่ยวจะได้สีชมพูเข้ม นำมาใช้ตามต้องการ (12)

(5) ยาขับประจำเดือน ใช้แก่น 5-15 กรัม หรือ 5-8 ชั้ว ต้มกับน้ำ 2 ถ้วยแก้ว เติมน้ำมันมะขาม 4-5 ฝัก เคี่ยวให้เหลือ 1 แก้ว รับประทาน เข้า-เย็น (12)

(6) เป็นยารักษาน้ำกัดเท้า ใช้แก่น 2 ชั้ว ฝนแก่นฝางกับน้ำปูนใสขุ่นๆ ทาบริเวณที่น้ำกัดเท้า (12)

(7) ยาผดสมาณ แก้มท้องร่วง ท้องเดิน ใช้แก่น หนัก 3-9 กรัม 4-6 ชั้ว ต้มกับน้ำ 2 ถ้วยแก้ว เคี่ยวให้เหลือ 1 ถ้วยแก้ว รับประทานครั้งละครั้งถ้วยแก้ว หรือใช้ฝาง 1 ส่วน น้ำ 20 ส่วน ต้มเคี่ยว 15 นาที รับประทาน ครั้งละ 2-4 ช้อนโต๊ะ หรือ 4-8 ช้อนแกง (12)

2.8 ขมิ้น

ชื่อสามัญ Turmeric

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Curcuma longa* L.

ชื่อวงศ์ Zingiberaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ล้มลุก

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ฟอกโลหิตและลดคอเลสเตอรอลในเลือดและฟอกโลหิต (13)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

- (1) รักษาอาการท้องเสีย (13, 15)
- (2) ลดการบีบตัวของลำไส้ ลดอาการจุกเสียด แน่นท้องและขับน้ำดี (13)
- (3) ป้องกันและรักษาแผลในกระเพาะอาหาร (15)
- (4) ขับลม แก้อาการท้องอืดและแก้อาการท้องผูก (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ บำรุงธาตุและแก้เสมหะ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ ลดการอักเสบและแก้ไข้ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ

- (1) ด้านเชื้อแบคทีเรีย ด้านเชื้อรา (13)
- (2) ฆ่าแม่พยาธิ (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

- (1) แก้กกลากเกลื้อน (12, 15)
- (2) รักษาแผล (13, 15)
- (3) แก้มดผื่นคัน แก้อโรคผิวหนัง ทำให้พอกบวมยุบลงและรักษาสิว (13)
- (4) แก้มลงกัตุต้อย (15)

ฤทธิ์ด้านมะเร็ง ด้านมะเร็ง (13)

ส่วนที่ใช้

- (1) เหง้า (13, 15)

วิธีการใช้

- (1) ใช้รักษาแผล แผลลงกัตุต้อย โดยใช้ผงขมิ้นชัน 1 ช้อนโต๊ะ ผสมน้ำมันมะพร้าว หรือน้ำมันหมู 2-3 ช้อนโต๊ะ เคี่ยวด้วยไฟอ่อนๆ คนจนน้ำมันกลายเป็นสีเหลือง ใช้น้ำมันที่ได้ใส่แผล หรืออาจตำจนละเอียดคั้นเอาน้ำใส่แผล โดยก่อนใส่แผลอาจผสมน้ำปูนใส สารส้มหรือดินประสิวเล็กน้อย ก่อนพอกบริเวณที่เป็นแผล (15)
- (2) ใช้รักษากลาก เกลื้อน โดยผสมผงขมิ้นกับน้ำ แล้วทาบริเวณที่เป็นกลากเกลื้อน 2 ครั้งต่อวัน (15)

(3) ใช้รักษาอาการท้องเสีย นำผงขมิ้นชันผสมน้ำผึ้งเล็กน้อยพอให้ผงยาจับเป็นก้อนได้ ปั่นเป็นยาลูกกลอนรับประทานหลังอาหารและก่อนนอน ครั้งละ 3-5 เม็ด วันละ 3 เวลา ให้ได้ปริมาณผงขมิ้นชัน 1 กรัมต่อวัน (15)

2.9 ข่า

ชื่อสามัญ Galangal, Greater galangal

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Alpinia galanga* (L.) Willd.

ชื่อวงศ์ Zingiberaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ขับเลือดลมให้เดินสะดวก แก้เหน็บชาและกล้ามเนื้อหน้าอก (14)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก แก้โรคปวดข้อและแก้ปวดเมื่อยตามข้อ (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

- (1) รักษาอาการแน่นจุกเสียด (13-15)
- (2) ขับลมและแก้ท้องอืดท้องเฟ้อ (12-14)
- (3) เป็นยาระบายอย่างอ่อนและแก้บิด (13, 14)
- (4) ด้านการเกิดแผลในกระเพาะอาหาร (13)
- (5) ช่วยย่อยอาหาร แก้ปวดท้องและแก้คลื่นเหียนอาเจียน (15)
- (6) แก้อาหารเป็นพิษอาหาร (12)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ ขับน้ำคาวปลาและขับรก (14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้ไอ แก้โรคหลอดลมอักเสบและแก้เสมหะ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ ด้านอักเสบ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ

- (1) ด้านเชื้อราที่ก่อโรคกลาก (13)
- (2) ฆ่าพยาธิ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

- (1) แก้กกลากเกลื้อน (12-14)
- (2) แก้ฟกบวม (13, 14)

(3) แก๊ไฟไหม้ น้ำร้อนลวกและแก๊วโรคน้ำกัดเท้า (14)

(4) แก๊วลมพิษและแก๊วโรคผิวหนังที่ติดเชื้อแบคทีเรียเชื้อรา (12)

อื่นๆ บำรุงไฟฟ้า (14)

ส่วนที่ใช้

(1) เหง้า (14, 15)

(2) ราก หน่อ ใบ ดอกและผล (14)

วิธีการใช้

(1) รักษาอาการแน่นจุกเสียด ใช้เหง้าสด 5 กรัม หรือเหง้าแห้ง 2 กรัม ต้มกับน้ำจนเดือด รินน้ำดื่ม (15)

(2) รักษาอาการแน่นจุกเสียด ใช้หัวข่าตำละเอียดผสมน้ำปูนใส 2 แก้ว นำมาดื่ม (15)

(3) รักษาอาการ กลืน ใช้เหง้าสดโขลกกับเหล้าโรง หรือน้ำส้มสายชู หรือเหง้าสดตำแช่ แอลกอฮอล์ (15)

(4) รักษาอาการ กลืน ใช้เหง้าข่าปอกเปลือก จุ่มเหล้าแล้วเอามาทาบริเวณที่เป็นกลืน ทาแรงๆ ทำเช่นนี้ 4-5 วัน ก็จะหาย (15)

(5) รักษาอาการ กลืน ใช้เหง้าข่าแก่ๆ ล้างให้สะอาดผ่านเป็นแว่นบางๆ หรือทุบพอแตก นำไปแช่เหล้าขาวทิ้งไว้สัก 1 คืน ทำความสะอาดชุดอุปกรณ์ที่เป็นกลืนจนพอแดงและสับ แล้วเอา ข่าที่แช่ไว้มาทาเฉพาะบริเวณที่เป็นกลืน จะรู้สึกสบายๆ เย็นๆ ทาเช้าและเย็นหลังอาบน้ำทุกวัน ประมาณ 2 สัปดาห์ กลืนจะจางลง และหายไปในที่สุด (15)

(6) รักษาอาการ กลืน ใช้เหง้าข่าล้างให้สะอาด ผ่านเป็นแผ่นบางๆ นำไปแช่เหล้า 35 ดีกรี ประมาณ 5 นาที แล้วทาที่มีผื่นคัน อาการจะหายไป และถ้าแช่ค้างคืนจะใช้รักษาเกลื้อนได้ดี (15)

(7) รักษาอาการ กลืน ใช้เหง้าข่าสดตัดท่อนละ 1 นิ้ว ทุบให้แตกพอข่าอย่าถึงกับละเอียด ใส่ถ้วยแช่เหล้าโรงประมาณ 1/4 ถ้วยชา ใช้สำลิจับทวารวันละครั้ง (15)

(8) รักษาอาการ กลืน ใช้เหง้าข่าแก่ๆ นำมาตำพอแหลก แล้วผสมเหล้าหรือแอลกอฮอล์ แช่ไว้ 1 คืน ใช้ทาแก้เกลื้อน หรือกลาก (15)

(9) รับประทาน ตำกับน้ำมะขามเปียกและเกลือให้สตรีกินหลังคลอดเพื่อขับน้ำคาวปลา (14)

(10) แก๊วโรคน้ำกัดเท้าโดยใช้ 1-2 หัวแม่มือ ตำให้ละเอียด เติมเหล้าโรงพอท่วม ทิ้งไว้ 2 วัน ใช้สำลิจับทวารวันละ 3-4 ครั้ง (14)

(11) ข่าแก่ผ่านเป็นขึ้นบางๆ ชุบเหล้าโรงทา ทารักษากลากเกลื้อน (14)

(12) รักษาลมพิษ ใช้เหง้าข่าแก่ๆ ที่สด 1 แ่ง ตำให้ละเอียด เติมเหล้าโรงพอให้แฉะๆ ใช้ทั้งเนื้อและน้ำ ทาบริเวณที่เป็นลมพิษบ่อยๆ จนกว่าจะดีขึ้น (12)

(13) รักษากลากเกลื้อน โรคผิวหนัง ใช้เหง้าข่าแก่ เท้าหัวแม่มือ ตำให้ละเอียดผสมเหล้าโรงทาที่เป็นโรคผิวหนัง หลายๆ ครั้งจนกว่าจะหาย (12)

2.10 ขิง

ชื่อสามัญ Ginger

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Zingiber officinale* Roscoe

ชื่อวงศ์ Zingiberaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ล้มลุก

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ลดความดันโลหิตและแก้โรคกำเืด (12)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) แก้น้ำจุกเสียดและแก้คลื่นไส้ อาเจียน (12, 13, 15)

(2) แก้อาการท้องอืด แก้อาการท้องผูก (12, 13)

(3) ป้องกันและบรรเทาอาการคลื่นไส้และอาเจียนเหตุเมาเรือ ป้องกันและบรรเทาอาการคลื่นไส้ อาเจียนในผู้ป่วยหลังการผ่าตัด บรรเทาอาการคลื่นไส้ อาเจียนเหตุตั้งครรภ์ บรรเทาอาการคลื่นไส้ อาเจียนในผู้ป่วยที่ได้รับเคมีบำบัดได้เฉพาะในช่วงท้ายของการบำบัด (13)

(4) ยาขมเจริญอาหาร ยาแก้ท้องขึ้น สามารถต้านการเกิดแผลในกระเพาะอาหาร มีฤทธิ์ในการขับน้ำดี เพื่อย่อยอาหาร แก้อาการท้องอืด ขับผายลม แก้อาการท้องอืดอย่างแรง (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้อาการไอ ขับเสมหะ (12, 13)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ แก้อาการปัสสาวะขัด (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก้ไข้ (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ แก้หวัด (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับตา แก้โรคตา แก้โรคตาแดง (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง แก้ปากคอเปื่อย (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย บำรุงไฟธาตุ ทำให้ชุ่มชื้น (12)

ส่วนที่ใช้

(1) เหง้า (12, 15)

(2) ต้น ใบ ดอก ผล (12)

วิธีการใช้

- (1) ใช้รักษาแผล แผลงัดต๋อย โดยใช้ผงขมิ้นชัน 1 ช้อนโต๊ะ ผสมน้ำมันมะพร้าว หรือน้ำมันหมู 2-3 ช้อนโต๊ะ เคี่ยวด้วยไฟอ่อนๆ คนจนน้ำมันกลายเป็นสีเหลือง ใช้น้ำมันที่ได้ใส่แผล หรืออาจตำจนละเอียดคั้นเอาน้ำใส่แผล โดยก่อนใส่แผลอาจผสมน้ำปูนใส สารส้มหรือดินประสิวเล็กน้อย ก่อนพอกบริเวณที่เป็นแผล (15)
- (2) ใช้รักษากลาก เคลื้อน โดยผสมผงขมิ้นกับน้ำ แล้วทาบริเวณที่เป็นกลากเคลื้อน 2 ครั้งต่อวัน (15)
- (3) ใช้รักษาอาการท้องเสีย นำผงขมิ้นชันผสมน้ำผึ้งเล็กน้อยพอให้ผงยาจับเป็นก้อนได้ ปั้นเป็นยาลูกกลอนรับประทานหลังอาหารและก่อนนอน ครั้งละ 3-5 เม็ด วันละ 3 เวลา ให้ได้ปริมาณผงขมิ้นชัน 1 กรัมต่อวัน (15)
- (4) ยาแก้ไอเจียน ใช้ชิงแก่สด หรือแห้ง ชิงสดขนาดหัวแม่มือ ต้มกับน้ำดื่ม (15)
- (5) ยาขมเจริญอาหาร ใช้เหง้าสดประมาณ 1 อกุลี ถ้าผงแห้งใช้ 1/2 ช้อนโต๊ะ หรือประมาณ 0.6 กรัม ผงแห้งชงกับน้ำดื่ม เหง้าสดต้มน้ำ หรือปรุงอาหาร เช่น ผัด หรือรับประทานสดๆ เช่น กับลาบ แหนม และอื่นๆ (15)
- (6) แก้อาการท้องอืดเฟ้อ จุกเสียดและปวดท้อง ใช้น้ำกระสายชิง น้ำชิง 30 กรัม มาชงด้วยน้ำเดือด 500 ซีซี ชงแช่ไว้นาน 1 ชั่วโมง กรองรับประทานครั้งละ 2 ช้อนโต๊ะ หรือใช้ชิงแก่ต้มน้ำ รินน้ำดื่มแก้โรคจุกเสียด ทำให้หลับสบาย หรือชิงแก่ยาว 2 นิ้ว ทูบพอแหลก เทน้ำเดือดลงไปครึ่งแก้ว ปิดฝา ตั้งทิ้งไว้นาน 5 นาที รินเอาแต่น้ำมาดื่มระหว่างอาหารแต่ละมื้อหรือใช้ผงชิงแห้ง 1 ช้อนโต๊ะ ปาดๆ หรือ 0.6 กรัม ถ้าชิงแก่สดยาวประมาณ 1 อกุลี หรือประมาณ 5 กรัม ต้มกับน้ำ เติมน้ำตาลดื่มทุกๆ วัน ถ้าเป็นผงชิงแห้งให้ชงน้ำร้อน เติมน้ำตาลดื่ม (15)
- (7) แก้อาการและขับเสมหะใช้ชิงสดฝนกับน้ำมันมะนาว แทรกเกลือ ใช้กวาดคอหรือจิบบ่อยๆ ลดความคันโลहितใช้ชิงสดเอามาฝานต้มน้ำรับประทาน (15)

2.11 ขี้เหล็ก

ชื่อสามัญ Cassod tree, Thai copper pod

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Senna siamea* (Lam.) H. S. Irwin & Barneby

ชื่อวงศ์ Fabaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้น

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท

- (1) รักษาอาการนอนไม่หลับ (12, 13)

(2) รักษาโรคเส้นประสาทและรักษาโรคเหน็บชา (12)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด

(1) ฟอกโลหิต และขับโลหิต (13)

(2) รักษาโรคโลหิตพิการ ลดความดันโลหิตสูง และโลหิตขึ้นเบื้องบน (12)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก

(1) เป็นยาระบาย (12, 13)

(2) ทาแก้เส้นอัมพฤกษ์ให้หายอ่อน แก่ฟกช้ำ ทำให้เส้นเอ็นหย่อน และแก้เส้นเอ็นพิการ

(12)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) เป็นยาระบาย (12, 13, 15)

(2) บำรุงน้ำดี รักษาโรคริดสีดวงทวาร และรักษาโรคบิด (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ รักษาหืด แก้พิษเสมหะ รักษาวัณโรค และรักษาปอดอักเสบ (12)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ แก้นิ่ว และขับปัสสาวะ (12)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์

(1) แก่ระดูขาว (12, 13)

(2) ขับน้ำคาวปลา และแก้กามโรค (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ

(1) รักษาหนองใน (12, 13)

(2) ขับพยาธิ (12)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน รักษาไข้ (12)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม รักษาอาการตัวเหลือง และรักษาโรคเบาหวาน (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง รักษารังแค รักษาโรคผิวหนัง แก่ร้อนใน รักษาฝีมะม่วง และรักษาโรค

หิด (12)

ฤทธิ์ต้านมะเร็ง รักษามะเร็งปอด มะเร็งลำไส้ และมะเร็งกระเพาะอาหาร (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย แก้โรคกระษัย (12, 13)

อื่นๆ ใช้ทำปุ๋ยหมัก (12)

ส่วนที่ใช้

(1) ใบ (12, 13, 15)

(2) แก่น (12, 13)

(3) ยอด (13)

(4) ดอก ราก ลำต้น กิ่ง เปลือกต้น ฝัก และเปลือกฝัก (12)

วิธีการใช้

(1) แก้อาการนอนไม่หลับ กังวล เบื่ออาหาร ใช้ใบแห้งหนัก 30 กรัม หรือใบสดหนัก 50 กรัม ต้มเอาน้ำดื่มก่อนนอน (12)

(2) แก้อาการท้องผูก เป็นยาระบาย ยาถ่ายใช้ใบอ่อน 2-3 กำมือ หรือแก่นขนาดประมาณ 2 องคุลี ใช้ 3-4 ชิ้น ใช้ใบอ่อนหรือแก้้ต้มน้ำ 1-1½ ถ้วยแก้ว เติมเกลือเล็กน้อย ดื่มเมื่อตื่นนอนเช้า หรือก่อนอาหารเช้าครั้งเดียว (12)

2.12 ชะพลู (ข้าพลู)

ชื่อสามัญ Javanese pepper, Balinese pepper

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Piper sarmentosum* Roxb.

ชื่อวงศ์ Piperaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้พุ่ม

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก แก้ปวดฟัน ปวดกระดูกเนื่องจากลมชื้นติดเกาะ (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) แก้อาการท้องอืดเฟ้อ ขับลม (12, 14)

(2) แก้บิด (12)

(3) ช่วยเจริญอาหาร ทำให้เลือดลมข่าน และรักษาอาการปวดกระเพาะเนื่องจากความเย็นพร่องในธาตุ (14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ

(1) ขับเสมหะ (12, 14)

(2) แก้ไอและแก้หวัด (14)

(3) เป็นส่วนผสมของยารักษาโรคหืด (12)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม แก้เบาหวาน (12, 14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง แก้ฟกช้ำ ใช้ภายนอก และรักษาเนื้องอก (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย แก้ธาตุพิการ และบำรุงธาตุ (14)

ส่วนที่ใช้ ต้น ใบ ราก และผล (12, 14)

วิธีการใช้

(1) รักษาโรคเบาหวาน ใช้ชะพลูสดทั้ง 5 จำนวน 7 ต้น ล้างน้ำให้สะอาด ใส่น้ำพอท่วม ต้มให้เดือดสักพัก นำมาดื่ม เหมือนดื่มน้ำชา (12)

(2) แก้วท้องอืดเพื่อ ขับลม ใช้ราก 1 กำมือ ต้มกับน้ำ 2 ถ้วยแก้ว เคี้ยวให้เหลือ 1 1/2 ถ้วย
แก้ว รับประทานครั้งละ 1/2 ถ้วยแก้ว (12)

(3) แก้วบิด ใช้รากครึ่งกำมือ ผล 2-3 หยิบมือ ต้มกับน้ำ 2 ถ้วยแก้ว เคี้ยวให้เหลือ 1 ถ้วย
แก้ว รับประทานครั้งละ 1/4 ถ้วยแก้ว (12)

2.13 ดีปลาก่อน (ดีปลากิ่ง)

ชื่อสามัญ Di pla kang

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Phlogacanthus pulcherrimus* T.Anderson

ชื่อวงศ์ Acanthaceae

ลักษณะทั่วไป –

2.14 ต้นแค

ชื่อสามัญ Kaepa

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Dolichandrone serrulata* (Wall. ex DC.) Seem.

ชื่อวงศ์ Bignoniaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้น

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้อาการปวดประสาทและแก้โรคชัก (14)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด บำรุงโลหิต (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) ขับลมและแก้ท้องอืดท้องเฟ้อ (14)

(2) แก้มูกเลือด แก้วท้องเดิน ท้องร่วง คุมธาตุ และยาระบาย (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ แก้วโรคบิดมีตัว (12)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน รับประทานแก้วใช้เปลี่ยนอากาศ เปลี่ยนฤดู แก้วปวดและหนักศีรษะ
ลดความร้อน และลดไข้ (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง ใช้ชะล้างบาดแผล พอกแก้วซ้ำซอก และริดสีดวงในจมูก (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ ขับเสมหะ (14)

ส่วนที่ใช้

(1) เปลือกต้น ใบ และดอก (12, 14)

(2) รากและเมล็ด (14)

(3) ยอด (12)

วิธีการใช้

- (1) ตำพอกแผล (12)5)
- (2) ต้มน้ำบ้วนปาก (14)
- (3) แก้มูกเลือด บิดมีตัว แก้ก้องเดิน ท้องร่วง คุมธาตุ ใช้เปลือกต้นบึงไฟ 1 ส่วน ต้มกับน้ำหรือน้ำปูนใส 10 ส่วน รับประทานครั้งละ 1-2 ช้อนแกง (12)
- (4) แก้กษัย ลดความร้อน แก้กษัยหวลม ใช้ใบสด ต้มกับน้ำรับประทานลดไข้ ใช้ยอดอ่อนจำนวนไม่จำกัด ลวกจิ้มกับน้ำพริก รับประทานแก้ปวดศีรษะข้างเดียว หรือใช้ดอกที่โตเต็มที่ล้างน้ำ ต้มกับหมูทำบะช่อ 1 ชาม รับประทาน 1 มื้อ รับประทานติดต่อกัน 3-7 วัน จะได้ผล (12)
- (5) ยาระบาย รับประทาน (12)
- (6) แก้กษัยชอก ตำละเอียดแล้วพอก (12)

2.15 ต้นหอม

ชื่อสามัญ Green Shallo

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Alliumcepa* var. *aggregatum*.

ชื่อวงศ์ Alliaceae

ลักษณะทั่วไป -

2.16 ตะไคร้

ชื่อสามัญ Lapine, Lemon grass

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf

ชื่อวงศ์ Poaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

- ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้กษัย (12)
- ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ลดความดันโลหิตสูง (12)
- ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก แก้กษัยข้อ ปวดเมื่อย ฟกช้ำจากหกล้ม ขาบวม (12)
- ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร
 - (1) แก้กษัยท้องเฟ้อ (12, 14)
 - (2) แน่นจุกเสียด ขับลมในลำไส้ ทำให้เจริญอาหาร แก้กษัยกระเพาะอาหาร แก้กษัยเสีย แก้กษัยบริเวณหน้าอก และแก้กษัยอาหาร (14)
- ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้กษัย แก้กษัย แก้กษัย (12)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ แก้โรคทางเดินปัสสาวะ ขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะเป็นเลือด
แก้เนื้ว แก้ปัสสาวะพิการ แก้อาการขัดเบา (12)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ แก้ประจำเดือนมาผิดปกติ เป็นยาช่วยให้ลมแบ่งขณะคลอดลูก (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ แก้นองใน (12)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้ (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง รักษาเกลื้อน และแก้ผื่นแตกปลาย (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย บำรุงไฟฟ้าตุ (12)

อื่นๆ ใช้ดับกลิ่นคาว (12)

ส่วนที่ใช้ ทั้งต้น

วิธีการใช้

(1) แก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด ปวดท้อง นำตะไคร้ทั้งต้นรวมทั้งรากจำนวน 5
ต้น สับเป็นท่อน ต้มกับเกลือ ต้ม 3 ส่วน ให้เหลือ 1 ส่วน รับประทานครั้งละ 1 ถ้วยแก้ว รับประทาน
3 วัน จะหายปวดท้อง (12)

(2) แก้อาการขัดเบา ผู้ที่ปัสสาวะขัดไม่คล่อง ใช้ต้นแก่สด วันละ 1 กำมือ ใช้เหง้าแก่ที่อยู่
ใต้ดิน ผานเป็นแว่นบางๆ คั่วไปอ่อนๆ พอเหลือง ชงเป็นชาดื่ม ครั้งละ 1 ถ้วยชา วันละ 3 ครั้ง ก่อน
อาหาร (12)

2.17 ตะไคร้หอม

ชื่อสามัญ Citronella grass

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Cymbopogon nardus* (L.) Rendle

ชื่อวงศ์ Poaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ลดอาการเกร็งของกล้ามเนื้อเรียบ (13)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด แก้ธาตุ และแก้เลือดลมไม่ปกติ (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) ขับลมและแก้แน่น (12-14)

(2) แก้อาเจียน (13, 14)

(3) แก่ริดสีดวง (13)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ ขับปัสสาวะ (13, 14)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์

(1) ทำให้แท้งและทำให้มดลูกบีบตัว (12-14)

(2) ขับประจำเดือน และขับระดู (13, 14)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้ (13, 14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับตา แก้วริดสีดวงตา (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

(1) แก้วริดสีดวงในปาก (12-14)

(2) แก้ปากเปื่อยเหม็นและแก้ปากแตกกระแหว (13)

(3) แก้แผลในปากและแก้ตานซางในลิ้นและปาก (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุร่างกาย

(1) ขับเหงื่อ (13)

(2) บำรุงไฟธาตุ (14)

อื่นๆ ช่วยไล่ยุง (10, 12-14)

ส่วนที่ใช้

(1) ต้น (10, 12-14)

(2) รากและเหง้า (13, 14)

(3) น้ำมัน (12, 13)

(4) ใบ (12, 14)

วิธีการใช้ นำน้ำมันหอมระเหยตะไคร้หอมทาตามตัว โล้แมลง ยุง ใช้ตะไคร้หอม 4-5 ต้น นำมาทั้งต้นทุบๆ วางทิ้งไว้ในห้องมืดๆ กลิ่นน้ำมันหอมระเหยออกมา ยุง แมลงจะหนี (12)

2.18 ตีนนก

ชื่อสามัญ Malayan teak

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Vitex pinnata* L.

ชื่อวงศ์ Lamiaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้นขนาดเล็ก

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร ช่วยขับลม (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก้ไข้ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง ตำพอกแผล (14)

ส่วนที่ใช้ เปลือกต้น แก่น และราก (14)

วิธีการใช้ บดเป็นผงละลายน้ำดื่ม ตำพอกแผล (14)

2.19 ตีนเป็ด

ชื่อสามัญ White Cheesewood

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Alstonia scholaris* (L.) R. Br.

ชื่อวงศ์ APOCYNACEAE

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้น

2.20 ถังเช่า

ชื่อสามัญ -

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Ophiocordyceps sinensis*

ชื่อวงศ์ -

ลักษณะทั่วไป -

2.21 ทองพันชั่ง

ชื่อสามัญ Snake jasmine

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Rhinacanthus nasutus* (L.) Kurz

ชื่อวงศ์ Acanthaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร ยาระบาย (14)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ ยาขับปัสสาวะ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ ดับพิษไข้ แก้ไข้ตัวร้อน (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

(1) ใช้รักษาโรคผิวหนัง กลากเกลื้อน และผื่นคัน (12, 14)

(2) แก้กษัยผิวหนัง แก้โรคผิวหนังที่เป็นน้ำเหลืองบางชนิด (14)

ส่วนที่ใช้ ใบและราก (14)

วิธีการใช้

- (1) รักษากลาก เกื้อน ผื่นคัน โดยใช้ใบสด และรากโขลกให้ละเอียด แช่เหล้าโรง 1 สัปดาห์ เอาน้ำเหล้าทาบริเวณที่มีอาการ วันละ 2-3 ครั้ง (14)
- (2) นำใบสดหรือคั่วแห้ง มาชงในน้ำดื่ม เป็นยาขับปัสสาวะ ยาระบาย บดเป็นผงละลายน้ำดื่ม ตำพอกแผล (14)
- (3) ใช้ใบสด หรือราก ตำแช่เหล้า หรือแอลกอฮอล์ ทาบ่อยๆ (12)
- (4) ใช้ใบสด ตำให้ละเอียด ผสมน้ำมันก๊าด ทาบริเวณที่เป็นกลาก วันละ 1 ครั้ง เพียง 3 วัน โรคกลากหายขาด (12)
- (5) ใช้รากของทองพันชั่ง บดละเอียดผสมน้ำมันมะขามและน้ำมันาว ชโลมทาบริเวณที่เป็น (12)

2.22 เทียนบ้าน

ชื่อสามัญ Garden balsam

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Impatiens balsamina* L.

ชื่อวงศ์ BALSAMINACEAE

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

- ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก แก้ปวดข้อ (12)
- ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ แก้ประจำเดือนไม่มา ขับประจำเดือน (12)
- ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้อักเสบ บวมแดง (12)
- ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง ยารักษากลากเกื้อน แก้ฝีและแผลพุพอง ยากันเล็บถอด แก้แผลอักเสบ แผลเน่าเปื่อย รักษาแผลเรื้อรัง แก้แผลงูสวัด แก้บวม น้ำ ตำพอกแผลที่ถูกเสี้ยนหรือแก้วตำ (12)

ส่วนที่ใช้ ใบ ยอดสด ต้น ราก และเมล็ด (12)

วิธีการใช้

- (1) แก้ปวดข้อ ใช้ใบสดตำกับน้ำผสมเหล้าดื่ม (12)
- (2) ยารักษากลากเกื้อน ใช้ใบสด 1 กำมือ ตำให้ละเอียด ตำทั้งน้ำและเนื้อบริเวณที่เป็น ทาบ่อยๆ จนกว่าจะหาย (12)
- (3) แก้ฝีและแผลพุพอง ใช้ใบสด 5-10 ใบ ล้างให้สะอาด ตำให้ละเอียด นำมาพอกที่เป็นแผล วันละ 3 ครั้ง จนกว่าจะหาย (12)
- (4) ยากันเล็บถอด ใช้ใบ ยอดสด 1 กำมือ ล้างให้สะอาด ตำให้ละเอียด เติมน้ำตาลทรายแดง 1/2 ช้อนชา พอกตรงเล็บ (12)

- (5) แก้วผลอักเสบ ฝีนอง ผลเน่าเปื่อย ใช้ใบแห้ง 10- 15 กรัม ต้มกับน้ำดื่ม เข้าเย็น-รักษาแผลเรื้อรัง ใช้ใบแห้งบดเป็นผงผสมพิมเสนใส่แผล (12)
- (6) แก้วจุมอกอักเสบ บวมแดง ใช้ยอดสดตำกับน้ำตาลแดง พอกบริเวณที่เป็น (12)
- (7) แก้วผลงูสวัด ใช้ต้นสดตำ คั้นเอาน้ำดื่ม เอากากพอกแผล (12)
- (8) แก้วบวมน้ำ ใช้รากสด 4-5 ราก ต้มกับเนื้อรับประทาน 3-4 ครั้ง (12)
- (9) แก้วประจำเดือนไม่มา ขับประจำเดือน ใช้เมล็ดแห้งของต้นเทียนบ้านชนิดดอกสีขาว 60 กรัม บดเป็นผงรวมกับตังกุย 10 กรัม ผสมกับน้ำผึ้ง ปั้นเป็นยาเม็ด รับประทานครั้งละ 3 กรัม วันละ 3 เวลา หลังอาหาร (12)

2.23 นางหวาน (ตานนม)

ชื่อสามัญ Tan nom

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Xantolis cambodiana* (Pierre ex Dubard) P.Royen

ชื่อวงศ์ Sapotaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ล้มลุกที่ลำต้นทอดคลานไปตามดิน หิน หรือ ลำต้นไม้

2.24 ใบบัวบก

ชื่อสามัญ Asiatic pennywort

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Centella asiatica* (L.) Urb.

ชื่อวงศ์ Umbelliferae

ลักษณะทั่วไป ไม้ล้มลุก

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้วปวดศีรษะข้างเดียว

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ลดความดัน บำรุงหัวใจ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร แก้วบิด

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้วเจ็บคอ

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ ขับปัสสาวะ

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้วไข้

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง แก้วแผลโรคเรื้อรัง รักษาแผลไฟไหม้น้ำร้อนลวก หรือมีการชอกช้ำจาก

การกระแทก แก้วพิษงูกัด เป็นยาห้ามเลือด แก้วโรคผิวหนัง แก้วไข้ใน

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมตุร่างกาย เป็นยาบำรุงกำลัง แก้วอ่อนเพลีย เมื่อยล้า

ส่วนที่ใช้ ต้น และเมล็ด (12)

วิธีการใช้

- (1) ใช้เป็นยาแก้ปวดศีรษะข้างเดียว ใช้ต้นสดไม่จำกัด รับประทาน หรือคั้นน้ำจากต้นสดรับประทาน ควรรับประทานติดต่อกัน 2-3 วัน (12)
- (2) ใช้เป็นยาแก้เจ็บคอ ใช้ทั้งต้นสด 10-20 กรัม หรือ 1 กำมือ ตำคั้นน้ำเติมน้ำส้มสายชู 1-3 ช้อนแกง จิบบ่อยๆ (12)
- (3) ยาแก้ไข้ใน ใช้ต้นสด 1 กำมือ ล้างให้สะอาด ตำคั้นน้ำ เติมน้ำตาลเล็กน้อย ดื่ม 1 ครั้ง รับประทานติดต่อกัน 5-6 วัน (12)
- (4) เป็นยาถอนพิษรักษาแผลน้ำร้อนลวก ใช้ทั้งต้นสด 2-3 ต้น ล้างให้สะอาด ตำให้ละเอียด พอกแผลไฟไหม้ ช่วยลดอาการปวดแสบปวดร้อน (12)
- (5) เป็นยาห้ามเลือด ใส่แผลสด ใช้ใบสด 20-30 ใบ ล้างให้สะอาด ตำพอกแผลสด ช่วยห้ามเลือดและรักษาแผลให้หายเร็ว (12)

2.25 ใบหม่อน

ชื่อสามัญ Mulberry tree, White mulberry

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Morus alba* L.

ชื่อวงศ์ Moraceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท ใช้ทำชา ระงับประสาท (14)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด แก้โรคความดันโลหิตสูง เป็นยาบำรุง แก้โรคเกี่ยวกับทรวงอก (14)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก แก้โรคปวดข้อ (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร ขับพยาธิ ยาสมาน ยาระบายอ่อนๆ เพิ่มกากใยอาหาร (14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้เจ็บคอ แก้ไอ แก่ริดสีดวงจมูก วัณโรคปอด (14)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ บำรุงไต ขับปัสสาวะ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ แก้อาการติดเชื้อ (14)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้ แก่ตัวร้อน แก่ร้อนในกระหายน้ำ (14)

ฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับตา แก่ตาอักเสบ แก่ตาแดง แฉะ ฝ้าฟาง (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง แก้แมลงกัด รักษาแผลจากการนอนกดทับ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย ยาขับเหงื่อ บรรเทาอาการกระหายน้ำ ดับร้อน (14)

อื่น ยาหล่อลื่นภายนอก (14)

ส่วนที่ใช้ ต้น และเมล็ด (14)

วิธีการใช้

- (1) น้ำต้มและยาขง มีฤทธิ์เป็นยาชะล้าง ใช้ล้างตาแก้ตาอักเสบ (14)
- (2) ทำยาต้มใช้อมแก้เจ็บคอ และทำให้เนื้อเยื่อชุ่มชื้น (14)
- (3) ใบอังไฟและทาด้วยน้ำมันมะพร้าวใช้วางบนแผล หรือตำใช้ทาแก้แมลงกัด (14)
- (4) น้ำต้มใบใช้กลั้วคอแก้เจ็บคอ (14)
- (5) ผสมกับหอมหัวใหญ่เป็นยาพอก รักษาแผลจากการนอนกดทับ (14)
- (6) ผล รสเปรี้ยวหวานเย็น ต้มน้ำหรือเชื่อมกิน (14)
- (7) ตากแห้งมวนสูบเหมือนบุหรี่ แก่ริดสีดวงจมูก (14)
- (8) รากตากแห้งต้มน้ำดื่ม ยานี้จะมีรสหวานเย็น ใช้มากในโรคทางเดินหายใจ (14)

2.26 ผักกาดขาว

ชื่อสามัญ Chinese White Cabbage

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Brassica chinensis* (L.) Just.

ชื่อวงศ์ Brassicaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร แก่ท้องผูก (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก่หวัด (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง แก่ผิวหนังอักเสบจากการแพ้ (12)

อื่นๆ แก่พิษจากรับประทานมันสำปะหลังดิบ (12)

ส่วนที่ใช้ รากและต้น (12)

วิธีการใช้

- (1) ใช้ราก แก่หวัด แก่ท้องผูก ใช้รากผักกาดขาว 1 กำมือ ต้มน้ำดื่ม (12)
- (2) ใช้ต้น ต้มน้ำดื่ม แก่พิษจากรับประทานมันสำปะหลังดิบ (12)
- (3) ผิวหนังอักเสบ จากการแพ้ ใช้ผักกาดขาวสด ตำพอก (12)

2.27 ผักชี

ชื่อสามัญ Chinese parsley, Coriander

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Coriandrum sativum* L.

ชื่อวงศ์ Apiaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท

(1) แก่ลมวิงเวียน (13)

(2) แก่ปวดฟัน (12)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด แก่โรคในอก (13)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก บำรุงกระดูก กระตุ้นกล้ามเนื้อลาย กระตุ้นกล้ามเนื้อเรียบ คลายกล้ามเนื้อเรียบ ยับยั้งการหดเกร็งของกล้ามเนื้อเรียบ (13)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) ขับลมในลำไส้ แก่คลื่นเหียน อาเจียน แก่สะอึก บำรุงกระเพาะอาหาร แก่บิด แก่ริดสีดวงทวาร (13)

(2) อาหาร แก่บิด ถ่ายเป็นเลือด ถ่ายเป็นมูก แก่ริดสีดวงทวาร มีเลือดออก แก่ท้องอืดเฟ้อ (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก่หอบ บำรุงปอด แก่ไอ แก่คาวคอ (13)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ แก่โรคไตพิการ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก่ร้ามะนาด ด้านการอักเสบ ลดอาการบวม (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ แก่หัด ด้านเชื้อแบคทีเรีย ด้านเชื้อรา ด้านเชื้อราพิษ ด้านยีสต์ (13)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก่ไข้ (13)

ฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ด้านออกซิเดชัน (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับตา แก่โรคเกี่ยวกับตา (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

(1) แก่ลมพิษ แก่ร้อนใน (13)

(2) แก่ปากเจ็บ ช่วยให้ผื่นหัดออกเร็วขึ้น แก่เด็กเป็นผื่นแดงไฟลามทุ่ง (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย แก่ธาตุพิการ บำรุงธาตุ แก่กระหายน้ำ (13)

อื่นๆ แก่พิษตานซาง (13)

ส่วนที่ใช้ ต้น และเมล็ด (12)

วิธีการใช้

- (1) แก้วบิตถ่ายเป็นเลือด ใช้ผล 1 ถ้วยชา ตำผสมน้ำตาลทราย ผสมน้ำตาลดื่ม (12)
- (2) แก้วบิต ถ่ายเป็นมูก ใช้ น้ำจากผลสดอ่อน ผสมเหล้าดื่ม (12)
- (3) แก้วริดสีดวงทวาร มีเลือดออก ใช้ผลสดบดให้แตก ผสมเหล้าดื่มวันละ 5 ครั้ง หรือใช้ต้นสด 120 กรัม ใส่นม 2 แก้ว ผสมน้ำตาล ดื่ม (12)
- (4) แก้วท้องอืดเฟ้อ ใช้ผล 2 ซ่อนชา ต้ม น้ำดื่ม (12)
- (5) แก้วเด็กเป็นผื่นแดงไฟลามทุ่ง ช่วยให้ผื่นหัดออกเร็วขึ้น ใช้ต้นสด หั่นเป็นฝอย ใส่เหล้าต้มให้เดือด ใช้ทา (12)
- (6) แก้วปวดฟัน ปากเจ็บ ใช้เมล็ดต้มน้ำ ใช้อมบ้วนปากบ่อยๆ (12)

2.28 ผักชีลาว

ชื่อสามัญ -

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Anethum graveolens* L.

ชื่อวงศ์ Apiaceae (Umbelliferae)

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้วเหน็บชา แก้วนอนสะดุ้ง คลุ้มคลั่ง (14)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ลดความดันโลหิต ลดไขมันและน้ำตาลในเลือด แก้วลมวิงเวียน (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร แก้วสะอึก แก้วคลื่นไส้อาเจียน แก้วปวดท้องในเด็ก ขับลมในลำไส้ แก้วท้องอืดเฟ้อ แก้วคลื่นไส้ เจริญอาหาร ฆ่าเชื้อบิดและเชื้อที่ทำให้ท้องเสีย ช่วยในการทำงานของกระเพาะอาหาร ม้าม และตับ (14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้วไอ แก้วหอบหืด แก้วเสมหะพิการ แก้วหอบ บำรุงปอด แก้วไอ แก้วลมที่ ทำให้สะอึก แก้วระคายคอ (14)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ ขับปัสสาวะ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก้วบวม (14)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้วไข้ (14)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม ช่วยในการทำงานของกระเพาะอาหาร ม้าม และตับ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับตา แก้วเจ็บตา (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง ฆ่าเชื้อกลากเกลื้อน (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย ใช้บำรุงธาตุ แก้วร้อนในกระหายน้ำ บำรุงธาตุ (14)

ส่วนที่ใช้ ต้น ผล เมล็ด ใบ ราก (14)

วิธีการใช้ –

2.29 ผักบุ้ง

ชื่อสามัญ Swamp morning glory, Water spinach

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Ipomoea aquatica* Forssk.

ชื่อวงศ์ Convolvulaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ล้มลุกที่ลำต้นทอดคานไปตามดิน หิน หรือ ลำต้นไม้

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก แก้ปวดฟัน ฟันเป็นรู (13)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร รักษาโรคบิดลงทวาร ยาถ่าย (13)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้ไอเรื้อรัง (13)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ แก้อาการมีตกขาวมาก (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก้ปวด อักเสบ แก้บวม (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับตา แก้อาการตาฟาง แก้อาการตาแดง (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง รักษากลากเกลื้อน แก้พิษของผักบุ้ง แก้พิษฝี (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุร่างกาย แก้เหงื่อออกมาก (13)

อื่นๆ ถอนพิษยาเบื่อเมา แก้พิษสำแดง แก้พิษงูเห่า (13)

ส่วนที่ใช้ ดอก ใบ ราก เถา ยางหรือชัน (13)

วิธีการใช้ –

2.30 พริก

ชื่อสามัญ Bird pepper, Hot pepper, Spur pepper

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Capsicum annuum* L.

ชื่อวงศ์ Solanaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้พุ่ม

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ลดน้ำตาลในเลือด (13)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ลดอาการปวดกล้ามเนื้อ (13)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร ขับลม ทำให้เจริญอาหาร (13)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ กัดเสมหะ ทำให้น้ำลายใส แก้ไอ (13)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม ลดน้ำตาลในเลือด กระตุ้นการหลั่งอินซูลิน (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย บำรุงธาตุ ขับเหงื่อ (13)

ส่วนที่ใช้ -

วิธีการใช้ -

2.31 ไพล

ชื่อสามัญ Phlai

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Zingiber montanum* Koenig Link ex A. Dietr.

ชื่อวงศ์ Zingiberaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้พุ่มขนาดเล็ก

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้ปวดฟัน (14)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด เลือดลมไหลดีในสตรีหลังคลอด โรคอันบังเกิดแต่โลหิต

อันออกทางปากและจมูก กระจายเลือดที่เป็นลิ่มก้อน กระจายโลหิตอันเกิดแต่อภินิหารธาตุ ขับ

โลหิต แก้เลือดกำเดาออกทางจมูก (14)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก

(1) แก้เคล็ดขัดยอก แก้ปวดเมื่อย (12-15)

(2) แก้ครั่นเนื้อครั่นตัว (12, 14)

(3) แก้ฟกช้ำ เคล็ดบวม แก้เหน็บชา เส้นตึง เมื่อยขบ (14, 15)

(4) แก้ฟกบวม แผลงข้อเมื่อย (12)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) ขับลม (12, 13)

(2) แก้อาเจียน (13)

(3) แก้อาการท้องอืดเฟ้อ แก้บิด แก้ท้องเสีย แก้อาเจียน แก้อุจจาระพิการ (12, 14)

(4) แก้อาการผูก (14)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์

(1) ขับระดู (12-14)

(2) แก้วระดูขาว (12, 13)

(3) ทำให้ประจำเดือนมาตามปกติ (14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ เป็นยารักษาหืด (12, 14)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้วไข (12, 14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ ด้านการอักเสบ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

(1) สมานแผล (13, 14)

(2) แก้วเล็บถอด (12, 14)

(3) บรรเทาอาการผื่นคันจากการแพ้ รักษาโรคผิวหนัง (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย แก้วธาตุพิการ (12, 14)

อื่นๆ แก้วไขใน (14)

ส่วนที่ใช้

(1) เหง้า (12, 14, 15)

(2) ดอก ต้น ใบ (12, 14)

(3) ราก (14)

(4) น้ำคั้นจากเหง้า หัว (12)

(5) น้ำมัน (15)

วิธีการใช้

(1) แก้วท้องขึ้น ท้องอืดท้องเฟ้อ ขับลมใช้เหง้าแห้งบดเป็นผง รับประทานครั้งละ ½ ถึง 1

ช้อนชา ชงน้ำร้อน ผสมเกลือเล็กน้อย ต้มดอก ต้น ใบ (12)

(2) รักษาอาการเคล็ดขัดยอก ฟกช้ำบวม ข้อเท้าแพลง ใช้หัวไพลฝนทาแก้ฟกบวม เคล็ด ขัดยอก หรือใช้เหง้าไพล ประมาณ 1 เหง้า ตำแล้วคั้นเอาน้ำทาถูบริเวณที่มีอาการ หรือตำให้ละเอียด ผสมเกลือเล็กน้อยคลุกเคล้า แล้วนำมาห่อเป็นลูกประคบ อังไอน้ำให้ความร้อน ประคบบริเวณปวดเมื่อยและบวมฟกช้ำ หรือเอาไพล หนัก 2 กิโลกรัม ทอดในน้ำมันพืชร้อนๆ 1 กิโลกรัม ทอดจนเหลืองแล้วเอาไพลออก ใส่กานพลูผงประมาณ 4 ช้อนชา ทอดต่อไปด้วยไฟอ่อนๆ ประมาณ 10 นาที กรองแล้วร่อนน้ำมันอุ่นๆ ใส่การบูรลงไป 4 ช้อนชา ใส่ภาชนะปิดฝาปิดสนิท ร่อนเย็น จึงเขย่าการบูรให้ละลาย น้ำมันไพลนี้ใช้ทาถูวันละ 2 ครั้ง (12)

(3) แก้วบิด ท้องเสีย ใช้เหง้าไพลสด 4-5 แวน ตำให้ละเอียด คั้นเอาแต่น้ำดื่มเกลือครึ่งช้อนชา รับประทาน หรือฝนกับน้ำปูนใส รับประทาน (12)

- (4) เป็นยารักษาหิด ใช้เหง้าไหลแห้ง 5 ส่วน พริกไทย ตีปูลี อย่างละ 2 ส่วน กานพลู พิมเสน อย่างละ 1/2 ส่วน บดผสมรวมกัน ใช้ผงยา 1 ช้อนชา ชงน้ำร้อนรับประทาน หรือปั้นเป็นลูกกลอนด้วยน้ำผึ้ง ขนาดเท่าเม็ดพุทรา รับประทานครั้งละ 2 ลูก ต้องรับประทานติดต่อกันเวลานาน จนกว่าอาการจะดีขึ้น (12)
- (5) เป็นยาแก้เล็บถอด ใช้เหง้าไหลสด 1 แ่ง ขนาดเท่าหัวแม่มือ ตำให้ละเอียดผสมเกลือ และการบูร อย่างละประมาณครึ่งช้อนชา แล้วนำมาพอกบริเวณที่เป็นหนอง ควรเปลี่ยนยาวันละครั้ง (12)
- (6) ช่วยทำให้ผิวหนังชุ่มชื้น และเป็นยาช่วยสมานแผลด้วย ใช้เหง้าสด 1 แ่ง ผานเป็นชิ้นบางๆ ใช้ตำรวมกับสมุนไพรอื่นๆ เนื่องจากไหลมีน้ำมันหอมระเหย (12)
- (7) ประคบหรือฝนทา แก้ฟกช้ำ เคล็ดบวม (12, 13, 15)
- (8) เป็นส่วนประกอบหลักในการทำลูกประคบ (12, 13, 15)
- (9) ใช้อาบและประคบเพื่อให้เลือดลมไหลดีในสตรีหลังคลอด (12, 13, 15)
- (10) ทาบรรเทาอาการผื่นคันจากการแพ้ (12, 13, 15)

2.32 ฟ้าทะลายโจร

ชื่อสามัญ Indian snake grass, King of bitters

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Andrographis paniculata* (Burm. f.) Wall. ex Nees

ชื่อวงศ์ Acanthaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ล้มลุก

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร (14) (15)

- (1) รักษาท้องเสีย (14)
- (2) แก้กะเพาะลำไส้อักเสบ 34

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ

- (1) แก้ไอ เจ็บคอ (14)
- (2) แก้อักเสบ ต่อมทอนซิล หลอดลมอักเสบ ขับเสมหะ 4

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง รักษาฝี (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ ระวังการติดเชื้อหรือระงับการเจริญเติบโตของเชื้อโรคได้ 4

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้ทั่ว ๆ ไป เช่น ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ 4

ส่วนที่ใช้ ใบ (14)

วิธีการใช้

- (1) ใช้ฟ้าทะลายโจรรักษาอาการท้องเสีย โดยใช้แคปซูลของผงใบฟ้าทะลายโจรขนาด 250 มิลลิกรัม จำนวน 2 แคปซูล รับประทาน 4 ครั้งต่อวัน (14)
- (2) ใช้ฟ้าทะลายโจรรักษาอาการไอและเจ็บคอ โดยนำใบฟ้าทะลายโจรสดตากแห้งในร่ม บดเป็นผงละเอียด นำมาปั้นเป็นยาลูกกลอน ขนาดปลายนิ้วก้อย ผึ่งลมให้แห้ง รับประทาน 3-6 เม็ด วันละ 4 ครั้ง 3 เวลา หลังอาหารและก่อนนอน หรือใช้แคปซูลของผงใบฟ้าทะลายโจร ขนาด 250 มิลลิกรัม จำนวน 2 แคปซูล รับประทานวันละ 4 ครั้งหลังอาหาร และก่อนนอน (14)
- (3) ใช้ฟ้าทะลายโจรรักษาฝี โดยนำใบค่อนช้างแก่ประมาณ 1 กำมือ แล้วเอาเกลือ 3 เม็ด ใส่ผสมตำรวมกันในครกพอละเอียดดี เอาสุรารั้งถ้วยชา น้ำครึ่งช้อนชา ใส่รวมลงไปคนให้เข้ากันดี เทน้ำกินค่อนถ้วยชา กากที่เหลือพอกแผลฝี แล้วเอาผ้าสะอาดพันไว้ พอกใหม่ๆ จะรู้สึกปวดนิดหน่อย (14)

2.33 มะกรูด

ชื่อสามัญ Leech lime, Makrut lime, Mauritius papeda

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Citrus hystrix* DC.

ชื่อวงศ์ Rutaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้นขนาดเล็ก

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้มวิงเวียน แก้วปวดศีรษะ แก้วเป็นลม หน้ามึนวิงเวียน (13)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด

(1) แก้วโลหิตพิการ แก้วเลือดออกตามไรฟัน บำรุงโลหิต แก้วกำเืด ลดความดันโลหิต (13)

(2) เป็นยาบำรุงหัวใจ (12)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) ขับลมในลำไส้ (12, 13)

(2) แก้วลมท้องอืดท้องเฟ้อ แก้วปวดกระเพาะ แก้วปวดท้อง ยาขับขี้เทา แก้วสะอึก กระตุ้นให้

เจริญอาหาร แก้วสะอึก แก้วลมจุกเสียด ด้านบิด (13)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ

(1) แก้วเสมหะเป็นพิษ (12)

(2) แก้วเสมหะในลำคอ แก้วน้ำลายเหนียว แก้วไอ แก้วหวัด กัดพอกเสมหะ (13)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ ขับระดู ฟอกโลหิตระดู ทำให้แห้ง ด้านการฝังตัวของตัวอ่อนที่ผนังมดลูก ส่วนผสมในยาคลายกล้ามเนื้อมดลูก และกระตุ้นมดลูก (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ ด้านเชื้อแบคทีเรีย ฆ่าเห็บ ด้านเชื้อรา (13)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้ แก้ไข้พิษ แก้ไข้กาฬ (เปลือก) แก้ไข้ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง แก้ฝี แก้รังแค (12, 13)

ฤทธิ์ด้านมะเร็ง ด้านมะเร็ง (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย แก้ไขร้อนในกระหายน้ำ แก้คอแห้ง (13)

อื่นๆ

(1) ใช้แต่งกลิ่น (12)

(2) ถอนพิษสำแดง ทำให้ผิวงาม กำจัดเหา แก้กระษัย กระทุ้งพิษ ไล่แมลง ฆ่าด้วง ไสยุง ฆ่าเหา ด้านการก่อกลายพันธุ์ (13)

ส่วนที่ใช้ เปลือก ใบ ผล ราก (12, 13)

วิธีการใช้

(1) ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ ขับลมในลำไส้ แก้แน่น แก้เสมหะ ผ่านผิวมะกรูดสดเป็นชั้นเล็กๆ 1 ชั้น แฉก เดิมการบูร หรือ พิมเสน 1 หยิบมือ ชงด้วยน้ำเดือด แช่ทิ้งไว้ ต้มแต่น้ำรับประทาน 1 ถึง 2 ครั้ง แต่ถ้ายังไม่ค่อยทุเลา จะรับประทานติดต่อกัน 2-3 สัปดาห์ได้ (12)

(2) ใช้สระผมทำให้ผมสะอาดชุ่มชื้น เป็นเงางาม ดกดำ ผมลื่นด้วย โดยผ่ามะกรูดเป็น 2 ชั้น เมื่อสระผมเสร็จแล้ว เอามะกรูดสระซ้ำ ใช้มะกรูดยีไปบนผม น้ำมะกรูดเป็นกรด จะทำให้ผมสะอาด แล้วล้างผมให้สมบูรณ์ไปให้หมด หรือใช้มะกรูดเผาไฟ นำมาผ่าซีกใช้สระผม จะรักษาชันนะตุ ทำให้ผมสะอาดเป็นมัน (12)

(3) ทาแผลสด (13)

2.34 มะขาม

ชื่อสามัญ Indian date, Tamarind

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Tamarindus indica* L.

ชื่อวงศ์ Leguminosae-caesalpinioideae

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้น

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ฟอกโลหิต (13)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

- (1) แก่ท้องผูก (12, 13)
- (2) สำหรับการถ่ายพยาธิตัวกลม พยาธิเส้นด้าย (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ

- (1) ขับเสมหะ (12, 13)
- (2) แก้ไอ เส้นด้าย (12)

ฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ต้านออกซิเดชัน (13)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม ลดไขมันและคอเลสเตอรอล (13)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ ขับโลหิต (12)

ส่วนที่ใช้

- (1) เนื้อหุ้มเมล็ด (12, 13)
- (2) เมล็ดในที่กะเทาะเปลือกออกแล้ว (12)

วิธีการใช้

- (1) ถ่ายพยาธิ ใช้เมล็ดในที่มีสีขาว 20-25 เมล็ดต้มกับน้ำใส่เกลือเล็กน้อย รับประทานเนื้อทั้งหมด 1 ครั้ง หรือคั่วให้เนื้อในเหลือง กะเทาะเปลือก แขน้ำให้นิ่ม เคี้ยวรับประทาน เช่นถั่ว (12)
- (2) แก่ท้องผูก ใช้เนื้อหุ้มเมล็ดคลุกเกลือรับประทาน ระบายท้อง (12)
- (3) แก้ไอ ขับเสมหะ ใช้เนื้อในฝักแก่หรือมะขามเปียก จิ้มเกลือรับประทาน (12)

2.35 มะเขือ

ชื่อสามัญ Cockroach berry, Devil's apple, Soda apple, Yellow berried nightshade

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Solanum capsicoides* All.

ชื่อวงศ์ Solanaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้พุ่ม

สรรพคุณ

- ฤทธิ์ทางระบบหายใจ ขับเสมหะ แก่น้ำลายเหนียว แก้ไอ ทำให้น้ำลายน้อยลง (13)
- ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้สันนิบาต (13)
- ฤทธิ์ต้านมะเร็ง รักษามะเร็ง (13)
- ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย แก้อ่อนในกระหายน้ำ (13)

ส่วนที่ใช้ ผล ราก เมล็ด (13)

วิธีการใช้ –

2.36 มะนาว

ชื่อสามัญ Lime, Common lime, West indian lime

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Citrus aurantiifolia* (Christm.) Swingle

ชื่อวงศ์ Rutaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้น

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

- (1) ขับลม แก้อืดท้องเฟ้อ (12, 13)
- (2) แก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ ท้องผูก (12)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด

- (1) แก้อาการหัวใจเต้นเร็ว (12, 13)
- (2) ฟอกโลหิต บำรุงโลหิต (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ

- (1) แก้อาการไอ ขับเสมหะ (12, 13)
- (2) แก้อาการหอบ (12)

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้อาการหงุดหงิด (12)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ ขับระดู แก้อาการปวด (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก้อาการปวด แก้อาการอักเสบ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ ฆ่าพยาธิในท้อง (13)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้อาการแพ้ แก้อาการแพ้ ทุเลาพิษไข้ (13)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม แก้อาการขาด (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง ทำให้ผิวหนังนุ่มนวล แก้คัน แก้กลาก รักษาผื่น รักษาแผลพุพอง แก้ฝี (ทา)
แก้ผิวหนังอักเสบ แก้ผิวหนังคัน แก้ผิวหนังแตก (13)

อื่นๆ บำรุงเสียง ดับกลิ่นเหม็น แก้พิษยางน่อง แก้พิษงู รักษาแผลจากแมลงมีพิษ แก้พิษตานซาง (13)

ส่วนที่ใช้

- (1) ผิวเปลือกของมะนาว (13)

(2) น้ำมะนาว (12)

วิธีการใช้

- (1) ยาแก้ไอขับเสมหะ น้ำในผลที่โตเต็มที่ น้ำมะนาว 2-3 ช้อนแกง, เมล็ดมะนาว 10-20 เมล็ด นำน้ำมะนาวเติมเกลือเล็กน้อย จิบ จะช่วยทำให้เสมหะถูกขับออก และเสียงดี ถ้าเป็นเมล็ดมะนาวนำไปคั่วให้เหลือง บดให้ละเอียด เติมน้ำ 2-5 แก้ว ชงน้ำร้อนรับประทาน เป็นยาขับเสมหะ (12)
- (2) ยาป้องกันหรือแก้โรคเลือดออกตามไรฟัน (ลักปิดลักเปิด) ใช้ น้ำจากผลที่แก่จัดไม่จำกัด เติมเกลือ น้ำตาล น้ำแข็ง ใช้เป็นเครื่องดื่ม หรือจะใสในอาหาร ก็ได้ผลเช่นกัน (12)
- (3) ยาห้ามเลือด ใส่แผลสด ใช้ น้ำจากผล ครึ่งช้อนชา หรือ 1/4 ช้อนแกง แผลถูกมีดบาด เลือดไม่หยุด บีบน้ำมะนาวลงไป 3-4 หยด เลือดจะหยุด (12)
- (4) น้ำมะนาว ใช้ทำอาหาร (12)

2.37 มะม่วง

ชื่อสามัญ Mango tree

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Mangifera indica* L.

ชื่อวงศ์ Anacardiaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้น

2.38 มะรุม

ชื่อสามัญ Drumstick tree, Horse radish tree, Moringa

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Moringa oleifera* Lam.

ชื่อวงศ์ Moringaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้น

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางการขับน้ำนม เพิ่มน้ำนม (13)

ฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ต้านออกซิเดชัน (13)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด แก้โรคเลือดออกตามไรฟัน ช่วยกระตุ้นหัวใจ บำรุงหัวใจ (14)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก แก้ปวดตามข้อ แก้ปวดเมื่อย (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร ใช้ขับลมในลำไส้ ทำให้ผายลมเร็ว (12, 14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้หอบหืด (13)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ แก้ปัสสาวะไม่ปกติ ขับปัสสาวะ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก้บวม แก้ปวดลดไข้ (12, 14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ แก้พยาธิ (13)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ใช้สันนิบาตเพื่อลม แก้ไข้ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับตา ขับน้ำตา (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง แก้ฝี (12, 14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมตุลร่างกาย คุณธาดูอ่อนๆ (13)

อื่นๆ แก้โรคเยื่อเมือกอักเสบ เป็นยาอายุวัฒนะ ถอนพิษเมาสุรา บำรุงไฟธาตุ บำบัดโรค
ท้องมาน ใช้ทำเครื่องสำอาง น้ำหอม (13)

ส่วนที่ใช้

(1) เปลือกต้น ราก ฝัก (12, 14)

(2) ใบสด เปลือกสด กระพี้ ดอก เมล็ด น้ำมันจากเมล็ด (14)

วิธีการใช้

(1) ฝักปรุงเป็นอาหารรับประทาน (12, 14)

(2) ยากินแก้โรคเลือดออกตามไรฟัน (14)

(3) ใช้ใบสดนำมาตำให้ละเอียด ใช้พอกบริเวณที่เป็นแผล (14)

(4) ต้มเป็นกระสายยาแก้หอบหืด (14)

(5) ตำอม เปลือกสด ถอนพิษสุรา (14)

(6) นำรากทุบพอแตกอมไว้ข้างแก้ม ดื่มสุราจะไม่เมา (14)

(7) ตำพอกแก้ปวดตามข้อ (14)

(8) น้ำมันจากเมล็ด ใช้ทำยาขี้ผึ้งทาถูขนาด (14)

(9) เปลือกมะรุมสดๆ ตำบุบพอแตกๆ อมไว้ข้างแก้ม แล้วรับประทานสุราจะไม่รู้สึกเมา (12)

2.39 มะละกอ

ชื่อสามัญ Papaya, Pawpaw, Tree melon

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Carica papaya* L.

ชื่อวงศ์ Caricaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด เป็นยากัน หรือแก้โรคเลือดออกตามไรฟัน (12)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร เป็นยาระบาย ยาช่วยย่อย (12)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ ขับปัสสาวะ (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ ฆ่าพยาธิ (12)

ส่วนที่ใช้ ผลสุก ผลดิบ ยางจากผลหรือจากก้านใบ ราก (12)

วิธีการใช้

- (1) เป็นยาระบาย ใช้ผลสุกไม่จำกัดจำนวน รับประทานเป็นผลไม้ (12)
- (2) เป็นยาช่วยย่อย ใช้เนื้อมะละกอดิบไม่จำกัด ประกอบอาหาร หรือยางจากผล หรือจากก้านใบ ใช้ 10-15 เกรน หรือถ้าเป็นตัวยาช่วยย่อยอื่นๆ (12)
- (3) เป็นยากัน หรือแก้โรคลักปิดลักเปิด โรคเลือดออกตามไรฟัน (12)
- (4) ใช้มะละกอสุกไม่จำกัด รับประทานเป็นผลไม้ ให้วิตามินซี (12)
- (5) รากเป็นยาขับปัสสาวะ (12)

2.40 มะแว้ง

ชื่อสามัญ African eggplant, Bush tomato

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Solanum anguivi* Lam. (*Solanum indicum* L.)

ชื่อวงศ์ Solanaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้ปวดฟัน แก้ปวดหัว (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) บำรุงน้ำดี (12, 14)

(2) ขับลม แก้ปวดกระเพาะ ยาบำรุงธาตุ ช่วยเจริญอาหาร แก้แน่น แก้จุกเสียด แก้

ท้องอืดเฟ้อ (14)

(3) แก้โลหิตออกทางทวารหนัก ทวารเบา (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ ยาแก้ไอ ขับเสมหะ แก้ไซนัส แก้น้ำลายเหนียว รักษาวัณโรค (12, 14)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ

(1) ขับปัสสาวะ (12, 14)

(2) รักษาโรคทางไต และกระเพาะปัสสาวะ แก้โลหิตออกทางทวารหนัก ทวารเบา (12)

(3) ละลายก้อนนิ่ว (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ รักษาปวดบวมอักเสบ รักษาต่อมทอนซิลอักเสบ ต่อม้ำเหลือง
อักเสบ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ ขับพยาธิ (14)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน

(1) แก่ไขสันุนิบาด (12, 14)

(2) แก่ไขสารพัดพิษ (14)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม แก่โรคเบาหวาน ลดน้ำตาลในเลือดได้บ้าง (12, 14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง แก่ฟกช้ำดำเขียว แก่คัน (14)

ฤทธิ์ต้านมะเร็ง รักษามะเร็งเพลิง (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย บำรุงธาตุ (12, 14)

อื่นๆ แก่กินผิดสำแดง (14)

ส่วนที่ใช้ ราก ทั้งต้น ใบ ผล (12, 14)

วิธีการใช้

- (1) ตำรายาไทยใช้แก่อ ขับเสมหะ ใช้ ผลแห้งและสด ประมาณ 5-10 ผล ตำให้แหลก คั้น
เอาแต่น้ำ ผสมเกลือเล็กน้อย รับประทาน (14)
- (2) ใช้เป็นยาขมเจริญอาหาร แก่อ และแก่วโรคหอบหืด ใช้มะแว้งต้น ผลแก่
ในเด็ก ใช้ 2-3 ผล ใช้เป็นน้ำกระสายยา กวาดแก่อ ขับเสมหะ ผู้ใหญ่ ใช้ 10-20 ผล
รับประทาน เคี้ยว แล้วกลืนทั้งน้ำและเนื้อ รับประทานบ่อยๆ จนกว่าอาการจะดีขึ้น
ใช้มะแว้งต้นโตเต็มที่ 10-20 ผล รับประทานเป็นอาหารกับน้ำพริก (12)

2.41 ย่านาง

ชื่อสามัญ YA NANG

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Tiliacora triandra* (Colebr.) Diels

ชื่อวงศ์ Menispermaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ ต้านเชื้อไข้ป่า (13, 14)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก่ไข กระทุ้งพิษไข้ (12-14)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด บำรุงหัวใจ แก่โรคหัวใจบวม แก่กำเฒ่า (12, 13)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก รักษาโรคปวดข้อ (12, 13)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร แก้อท้องผูก ผสมกับพืชอื่นใช้เป็นยาแก้ท้องเสีย (12, 13)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ แก้ไข้ทั้บระดู (12, 13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก้ปวดหัวตัวร้อน (12, 13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง ยาแก้ฮ้สุกฮ้ใส ตุ่มผื่น (12, 13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุร่างกาย บำรุงธาตุ (12, 13)

อื่นๆ ถอนพิษ แก้พิษเมาเบื้อ ถอนพิษผิดสำแดง (13, 14)

ส่วนที่ใช้

(1) ราก (12-14)

(2) ใบ ลำต้น (14)

วิธีการใช้

(1) แก้ไข้ใช้รากแห้งครั้งละ 1 กำมือ หรือประมาณ 15 กรัม ต้มกับน้ำดื่มก่อนอาหารเช้า กลางวัน เย็น (14)

(2) นำมาต้มกินเป็นยาแก้ฮ้สุกฮ้ใส (14)

(3) รากผสมกับรากหมาน้อย ต้มกินแก้ไข้มาลาเรีย (14)

ก้านที่มีใบ ผสมกับพืชอื่นใช้เป็นยาแก้ท้องเสีย (14)

2.42 ย่านางแดง

ชื่อสามัญ -

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Bauhinia strychnifolia* Craib.

ชื่อวงศ์ Leguminosae (Fabaceae)-Caesalpinioideae

ลักษณะทั่วไป ไม้พุ่ม

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ขับพิษโลหิตและน้ำเหลือง (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร แก้อท้องผูกไม่ถ่าย (14)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ ยาบำรุงโลหิต สำหรับสตรีหลังคลอด ขณะอยู่ไฟ ช่วยให้มีดลูกเข้าอู่ เร็วขึ้น (14)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้ (14)

อื่นๆ แก้พิษเบื้อเมา ยาเบื้อ ยาสั่ง ถอนพิษผิดสำแดง ถอนพิษและแก้พิษทั้งปวง (14)

ส่วนที่ใช้ ราก ลำต้น ใบเถา (14)

วิธีการใช้ ฝนกับน้ำ หรือน้ำขาวข้าว หรือต้มน้ำดื่ม (14)

2.43 รางจืด

ชื่อสามัญ Laurel clock vine, Blue trumpet vine

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Thunbergia laurifolia* Lindl.

ชื่อวงศ์ Acanthaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้อาการปวดหัวมึนหัวอึนเนื่องจากพิษสุรา (14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ รักษาโรคอักเสบและปอดบวม (14)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ แก้ประจำเดือนไม่ปกติ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก้ปวดบวม แก้อักเสบ (14)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับหู แก้ปวดหู (14)

ฤทธิ์ต้านมะเร็ง แก้มะเร็ง (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุลร่างกาย แก้อ่อนในกระหายน้ำ (14)

อื่นๆ ถอนพิษ ถอนพิษยาเบื่อเมา แก้เมาค้าง พิษตกค้างในร่างกาย (14)

ส่วนที่ใช้ ใบ รากเถา ต้น (14)

วิธีการใช้

(1) ใบ แก้อาการปวดหัวมึน โดยใช้ใบประมาณ 58 ใบ มาโขลกให้ละเอียดผสมกับน้ำซาวข้าว

รับประทานครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3 เวลา (14)

(2) ตำคั้นหรือเอารากฝนกับน้ำหรือต้มเอาน้ำยาต้มถอนพิษ (14)

(3) ตำพอกแก้ปวดบวม (14)

(4) รับประทานแก้อ่อนในกระหายน้ำ (14)

2.44 ลำไย

ชื่อสามัญ Longan

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Dimocarpus longan* Lour. subsp. *longan* var. *longan*

ชื่อวงศ์ Sapindaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ต้น

2.45 ว่านชักมดลูก

ชื่อสามัญ Wan chak motluk

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Curcuma comosa* Roxb.

ชื่อวงศ์ Zingiberaceae

ลักษณะทั่วไป ไม้ล้มลุก

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร แก้อืดท้องเฟ้อ แก้อาการท้องอืด แน่นท้อง รักษาอาการอาหารไม่ย่อย ขับลม (12)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ เป็นยาบีบมดลูก ทำให้มดลูกเข้าอู่เร็วหลังจากการคลอดบุตร ทำให้ประจำเดือนมาปกติ ขับประจำเดือนในกรณีที่ประจำเดือนมาไม่ปกติ รักษาโรคมดลูกพิการปวดบวม แก้อาการปวดมดลูก ขับน้ำคาวปลา (12)

ส่วนที่ใช้ เหง้า ราก (12)

วิธีการใช้ -

2.46 ว่านหางจระเข้

ชื่อสามัญ Star cactus, Jafferabad, Barbados, Common Aloe

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Aloe vera* (L.) Burm.f

ชื่อวงศ์ Xanthorrhoeaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้อาการปวดศีรษะ (13, 14)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด รักษาหลอดเลือดทำให้หลอดเลือดแข็งแรง (13)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก

(1) รักษาอาการปวดข้อ (13, 14)

(2) ปวดกล้ามเนื้อ (13)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) ยาระบาย (12-14)

(2) รักษาแผลในกระเพาะอาหาร (13)

(3) เน้นบहारรักษาริดสีดวงบวร (12, 14)

(2) รักษาโรคกระเพาะอาหาร (14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้หืด (13)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ ขับปัสสาวะ แก้ทางเดินปัสสาวะอักเสบ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ ลดอาการอักเสบ ลดอาการอักเสบจากอาการเริ่มและงูสวัด (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ

(1) ต่อด้านเชื้อแบคทีเรีย (13)

(2) รักษาโรคหนองใน (14)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม ลดน้ำตาลในเลือด (13, 14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

(1) แผล รักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก รักษาสิ่ว ป้องกันการเกิดฝ้า รักษาแผล (12-14)

(2) บำรุงผม (13, 14)

(3) ลดรอยเหี่ยวย่น (13)

(4) ทำให้แผลเป็นจางลง ทาผิวป้องกันและรักษาอาการไหม้จากแสงแดด (12, 14)

(5) รักษาแผลบนหนังศีรษะ (14)

(6) พอกฝีรักษาแผลสดภายนอก (12)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์

(1) ขับน้ำคาวปลา (12, 14)

(2) รักษาโรคหนองใน (12)

ส่วนที่ใช้

(1) ราก (13, 14)

(2) เหง้า (12, 13)

(3) ยาง วั่นจากใบ (12-14)

วิธีการใช้

(1) ฝานวั่นให้กลมทาปูนแดงนำมาปิดขมับทำให้เย็นดูพิษแก้ปวดศีรษะ (14)

(2) เป็นยาถ่าย ใช้น้ำยางสีเหลืองที่มีรสขม คลื่นไส้ อาเจียน น้ำยางสีเหลืองที่ไหลออกมา
ระหว่างผิวนอกของใบกับตัววั่น จะให้ยาที่เรียกว่า ยาดำ (12)

(3) แก้กระเพาะ ลำไส้อักเสบ โดยเอาใบมาปอกเปลือกออก เหลือแต่วั่น แล้วใช้รับประทาน
วันละ 2 เวลา ครั้งละ 2 ช้อนโต๊ะ (12)

- (4) แก้อาการปวดตามข้อ โดยการดื่มว่านหางจระเข้ทั้งน้ำ วุ้น หรืออาจจะใช้วิธีปอกส่วนนอกของใบออก เหลือแต่วุ้น นำไปแช่ตู้เย็นให้เย็นๆ จะช่วยให้รับประทานได้ง่าย รับประทานวันละ 2-3 ครั้งๆ ละ 1-2 ช้อนโต๊ะ เท่ากับ 2 ช้อนแกง บางคนบอกว่า เมื่อรับประทานวุ้นหางจระเข้ อาการปวดตามข้อจะทุเลาทันที แต่หลายๆ คนบอกว่า อาการจะดีขึ้นหลังจากรับประทานติดต่อกันสองเดือนขึ้นไป สำหรับใช้รักษาอาการนี้ ยังไม่ได้ทำการวิจัย (12)
- (5) รักษาแผลไฟไหม้ และน้ำร้อนลวก ใช้วุ้นในใบสดทา หรือแปะที่แผลให้เปียกอยู่ตลอดเวลา 2 วันแรก แผลจะหายเร็วมาก จะบรรเทาปวดแสบ ปวดร้อน หรืออาการปวดจะไม่เกิดขึ้น แผลอาจไม่มีแผลเป็น (12)
- (6) ผิวไหม้เนื่องจากถูกแดดเผา และแก้แผลเรื้อรังจากการฉายรังสี ป้องกันการถูกแดดเผา ใช้ทาาก่อนออกแดด อาจใช้ใบสดก็ได้ แต่การใช้ใบสดอาจทำให้ผิวหนังแห้ง เนื่องจากใบว่านหางจระเข้มีฤทธิ์ฝาดสมาน ถ้าจะลดการทำให้ผิวหนังแห้ง อาจจะใช้ร่วมกับน้ำมันพืช หรืออาจจะเตรียมเป็นโลชั่นให้สะดวกในการใช้ขึ้น รักษาผิวหนังที่ถูกแดดเผา หรือไหม้เกรียมจากการฉายแสง โดยการทาด้วยวุ้นของว่านหางจระเข้บ่อยๆ จะลดการอักเสบลง แต่ถ้าใช้วุ้นนานๆ จะทำให้ผิวแห้ง ต้องผสมกับน้ำมันพืช ยกเว้นแต่ จะทำให้เปียกชุ่มอยู่เสมอ (12)
- (7) แผลจากของมีคม แก๊ว แก้ว ตะมอย และแผลที่ริมฝีปาก เป็นการรักษาแบบพื้นบ้าน ล้างใบว่านหางจระเข้ให้สะอาด บาดแผลก็ต้องทำความสะอาดเช่นกัน นำวุ้นจากใบแปะตรงแผลให้มิด ใช้ผ้าปิด หยอดน้ำเมือกโดยตรงแผลให้เปียกอยู่เสมอ หรือจะเตรียมเป็นขี้ผึ้งก็ได้ (12)
- (8) แผลจากการถูกครูด หรือถลอก แผลพวกนี้จะเจ็บปวดมาก ใช้ใบว่านหางจระเข้ล้างให้สะอาด ผ่าเป็นซีก ใช้ด้านที่เป็นวุ้นทาแผลเบาๆ ในวันแรกควรทาบ่อยๆ จะทำให้แผลไม่ค่อยเจ็บ และแผลหายเร็วขึ้น (12)
- (9) รักษาโรคผิวหนังทวาร นอกจากจะช่วยรักษาแล้ว ยังช่วยบรรเทาอาการปวด อาการคันได้ด้วย โดยทำความสะอาดทวารหนักให้สะอาดและแห้ง ควรปฏิบัติหลังจากการอุจจาระ หรือหลังอาบน้ำ หรือก่อนนอน เอาว่านหางจระเข้ปอกส่วนนอกของใบ แล้วเหลาให้ปลายแหลมเล็กน้อย เพื่อใช้เหน็บในช่องทวารหนัก ถ้าจะให้เหน็บง่าย นำไปแช่ตู้เย็น หรือน้ำแข็งให้แข็ง จะทำให้สอดได้ง่าย ต้องหมั่นเหน็บวันละ 1-2 ครั้ง จนกว่าจะหาย (12)

- (10) แก้วปุดศีรชะ ตัดใบสดของว่านหางจระเข้ ทาปูนแดงด้านหนึ่ง เอาด้านที่ทาปูนปิดตรง
ขมับ จะช่วยบรรเทาอาการปวดศีรชะ (12)
- (11) เป็นเครื่องสำอาง วุ้นจากใบสดขมิ้นบนเส้นผม ทำให้ผมดก เป็นเงางาม และเส้นผม
สลวย เพราะวุ้นของว่านหางจระเข้ทำให้รากผมเย็น เป็นการช่วยบำรุงต่อมที่รากผมให้มี
สุขภาพดี ผมจึงดกดำเป็นเงางาม นอกจากนั้นแล้ว ยังช่วยรักษาแผลบนหนังศีรษะด้วย
(12)
- (12) รักษาผิวเป็นจุดต่างดำ ผิวต่างดำนี้อาจเกิดขึ้นเนื่องจากอายุมาก หรือถูกแสงแดด หรือ
เป็นความไวของผิวหนังแต่ละบุคคล ใช้วันทาวันละ 2 ครั้ง หลังจากได้ทำความสะอาดผิว
ด้วยน้ำสะอาด ต้องมีความอดทนมาก เพราะต้องใช้เวลาเป็นเดือนๆ จึงจะหายจากจุด
ต่างดำ แต่ถึงอย่างไรก็ดี ควรใช้วุ้นจากว่านหางจระเข้ทา จะทำให้ผิวหนังมีน้ำ มีนวลขึ้น
(12)
- (13) รักษาสิว ยับยั้งการติดเชื้อ ช่วยเรียกเนื้อ ช่วยลดความมันบนใบหน้า เพราะในใบว่าน
หางจระเข้มีฤทธิ์เป็นกรดอ่อนๆ (12)

2.47 ส้มเขียวหวาน

ชื่อสามัญ tangerine, mandarin orange

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Citrus reticulata* Blanco

ชื่อวงศ์ Rutaceae

ลักษณะทั่วไป –

2.48 ส้มแมว (ซ้องแมว)

ชื่อสามัญ Parrot's beak, Hedgehog, Wild sedge, Ching-chai

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Gmelina philippensis* Cham.

ชื่อวงศ์ LAMIACEAE

ลักษณะทั่วไป -

2.49 เสดดพังพอน

ชื่อสามัญ Hop-headed Barleria

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Barleria lupulina* Lindl.

ชื่อวงศ์ Acanthaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้ปวดฟัน (12)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก แก้เมื่อยตัว (12)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร แก้กินข้าวไม่ได้ แก้เจ็บท้อง แก้ผัดอาหาร แก้ริดสีดวงทวาร (12)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ แก้โรครีม งามัวด (12, 14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ ลดอาการอักเสบ (14)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน ถอนพิษไข้ พิษไข้ทรพิษ (12)

ฤทธิ์ทางเมตาบอลิซึม แก้ตาเหลือง หน้าเหลือง แก้โรคเบาหวาน (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

(1) แก้ฝีที่ฝ่ามือ แก้ลมพิษ แก้ไฟลามทุ่ง แก้แผลกลาย แก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อย แผลฟกช้ำจากการกระทบกระแทก แผลมีเลือดออก แก้พิษงู แมลงสัตว์กัดต่อย ถอนพิษตะขาบ แมลงป่อง (14)

(2) ถอนพิษงู พิษแมลงสัตว์กัดต่อย ถอนพิษแมลงสัตว์กัดต่อย แก้ลมพิษ รักษาเม็ดผื่นคันตามผิวหนัง แก้ปวดแผล แผลจากของมีคมบาด แก้โรคฝีต่างๆ แก้โรคไฟลามทุ่ง แก้ขยุ้มตีนหมา ถอนพิษจากเม็ดตุ่มฝีดาษ รักษาโรคฝีดาษ แก้ฟกช้ำ แก้ช้ำบวมเนื่องจากถูกของแข็ง แก้กึ่งกัด แก้พิษไฟลวกน้ำร้อนลวก แก้ปวดจากปลาตุกแทง (12)

อื่นๆ รักษาโรคคางทูม (12)

ส่วนที่ใช้

(1) ใบ (12, 14)

(2) รากและส่วนทั้ง 5 (12)

วิธีการใช้

(1) ใช้ใบสดครั้งละ 1 กำมือ ตำให้ละเอียดแทรกพิมเสนเล็กน้อย นำมาทา หรือนำผสมสุรา แล้วพอกบ่อยๆ บริเวณที่เป็นเริ่ม งามัวด (14)

(2) ตำกับสุรา คั้นเอาน้ำดื่ม เอากากพอก แก้ฝีที่ฝ่ามือ (14)

(3) นำใบสด 2-10 ใบ ขยี้หรือตำให้แหลก นำมาทาหรือพอก แก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อย แผลฟกช้ำจากการกระทบกระแทก แผลมีเลือดออก (14)

(4) ราก มีรสจืดเย็น ฝนกับสุราดื่ม ทาแก้พิษงู แมลงสัตว์กัดต่อย ถอนพิษตะขาบ แมลงป่อง (14)

- (5) ทาบริเวณที่แมลงสัตว์กัดต่อยเป็นผื่นคัน ใช้ใบสด 5-10 ใบ ตำขยี้ทาบริเวณที่เป็นแผลที่แพ้ จะยุบหายได้ผลดี (12)
- (6) แก้ม้วนน้ำร้อนลวก ใช้ใบตำเคี้ยวกับน้ำมะพร้าวหรือน้ำมันงา เอากากพอกแผลที่ถูกน้ำร้อนลวกหรือไฟไหม้ แผลจะแห้ง นำใบมาตำให้ละเอียดผสมกับสุรา ใช้พอกบริเวณที่ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก มีสรรพคุณดับพิษร้อนได้ดี (12)

2.50 หนาด

ชื่อสามัญ -

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Blumea balsamifera* (L.) DC.

ชื่อวงศ์ Compositae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท ระงับประสาท ใช้ในเมื่อมีอาการตื่นเต้น นอนไม่หลับ แก้มแตก (14)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ยาห้ามเลือด เป็นยาบำรุงหลังคลอด ลดความดันโลหิต ทำให้ความดันโลหิตต่ำ ขยายเส้นเลือด ทำให้การหมุนเวียนโลหิตดี แก้มเจ็บหน้าอก (14)

ฤทธิ์ทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก แก้อาการเกร็งของกล้ามเนื้อ แก้อาการปวดข้ออักเสบ แก้มปวดหลังเอว ปวดข้อ ลดการเกร็งของกล้ามเนื้อเรียบ เช่น กล้ามเนื้อหลอดลม แก้มปวดเมื่อยหลังคลอด (14)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร ยาเจริญอาหาร ขับลม แก้มจุกเสียดแน่นเฟ้อ แก้มปวดท้อง ท้องเสีย แก้มหวัด โรค ขับพยาธิ (14)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ ขับเสมหะ แก้มริดสีดวงจมูก แก้มหวัด (14)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ ขับปัสสาวะ (14)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ ขับระดู (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก้มบวม (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ ขับพยาธิ (14)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้มไข้ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง แก้มคัน แก้มแพ้แสงแดด แก้มกลากเกลื้อน และแผลฟกช้ำ (14)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุร่างกาย ขับเหงื่อ (14)

ส่วนที่ใช้ ใบ ราก ต้น (14)

วิธีการใช้

- (1) ใบและยอดอ่อน กลั่นด้วยไอน้ำ จะได้พืชมะสมตกลีออกมา นำมาทำเป็นยากิน แก้ปวดท้อง ท้องร่วง หรือใช้ขับลม (14)
- (2) ใช้ภายนอกเป็นผงใส่บาดแผล แก้แผลอักเสบ แก้กลากเกลื้อน และแผลฟกช้ำ (14)
- (3) ต้มกินเป็นยาแก้ไข้ ขับเหงื่อ แก้จุกเสียด แน่นเฟ้อ ปวดท้อง ขับเสมหะ แก้ริดสีดวงจมูก ขับลมในลำไส้ ขับพยาธิ แก้บิด บำรุงกำลัง (14)
- (4) ใช้ภายนอก บดเป็นผงผสมสุรา ใช้พอกหรือทาแผลฟกช้ำ ฝีบวมอักเสบ แผลฝีหนอง บาดแผลสด ห้ามเลือด แก้ปวดหลังเอว ปวดข้อ และแก้กลากเกลื้อน (14)
- (5) หั่นเป็นฝอยเหมือนยาเส้น ตากแดดพองหมาดๆ มวนกับยาสูบ สูบ แก้ริดสีดวงจมูก (14)
- (6) ใช้ผสมในน้ำอาบสมุนไพรหลังคลอด บำรุงผิวหนังให้ชุ่มชื้น (14)
- (7) ตำใบให้ละเอียด ใส่ต่างทับทิมและน้ำพอประมาณ นำมาปิดบริเวณที่เป็นแผล (14)

2.51 หนานเฉาเหว่ย

ชื่อสามัญ -

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Gymnanthemum extensum*

ชื่อวงศ์ Asteraceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้ปวดศีรษะ กระตุ้นความอยากอาหาร กื่นซึก (16)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร รักษาโรคกระเพาะ ท้องเสีย แก้ปวดท้องจากการมีพยาธิ แก้ท้องผูก แก้ปวดท้อง แก้ริดสีดวงทวาร แก้อาการท้องอืด แก้บิด แก้โรคลำไส้ ขับพยาธิ (16)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก้อาการหลอดอักเสบ แก้การติดเชื้อทางเดินหายใจส่วนบน แก้ไอ แก้ไข้หวัดใหญ่ แก้ไอ (16)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ แก้การติดเชื้อแบคทีเรียและเชื้อรา ขับพยาธิตัวตืด รักษาแผลเรื้อรัง (16)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก้ไข้ แก้ไข้ไทฟอยด์ (16)

ฤทธิ์ทางเกี่ยวกับเมตาบอลิซึม รักษาเบาหวาน รักษาตับอักเสบ (16)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ ทำให้แท้ง ทำให้เป็นหมัน แก้ประจำเดือนมา รักษาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ทำให้มดลูกบีบตัว ช่วยขับรกหลังคลอด (16)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง รักษาแผล แก้หิด แก้ผิวหนังอักเสบ แก้คัน แก้หูด แก้งูกัด (16)

อื่นๆ แก้กินเนื้อสัตว์เป็นพิษ แก่ร่างกายชুবผอมเหลือง (16)

ส่วนที่ใช้ ใบ ราก กิ่ง ต้น ผล (16)

วิธีการใช้ -

2.52 หอมแดง

ชื่อสามัญ Shallot

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Allium ascalonicum* L.

ชื่อวงศ์ Amaryllidaceae

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท แก้อาการชักในเด็ก (13)

ฤทธิ์ทางระบบหัวใจและหลอดเลือด แก้กาเดา ลดความดันโลหิต ลดไขมันในเลือด บำรุงโลหิต บำรุงหัวใจ แก่เลือดออกตามไรฟัน (13)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร แก่ท้องผูกเจริญไฟธาตุ เจริญอาหาร แก้อาเจียนเป็นเลือด แก่ท้องผูก ขับลมในลำไส้ แก่สะอึก แก่ท้องเสีย เป็นยาถ่าย ทำให้อาเจียน (13)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก่หวัคคัดจมูก แก่ไข้เพื่อเสมหะ (13)

ฤทธิ์ทางระบบขับถ่ายปัสสาวะ ขับปัสสาวะ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการอักเสบ แก้อาการอักเสบต่างๆ แก่อักเสบเพราะตะปู และหนามตำ (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ ฆ่าพยาธิ (13)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก่ไข้ แก่ไข้สันนิบาต (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับตา แก่โรคตา (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง แก่ฟกบวม รักษาแผลสด แก่พิษแมลงกัดต่อย แก่ผดผื่นคัน บำรุงเส้นผม แก่พิษปวดแสบปวดร้อนจากไฟลวก น้ำร้อนลวก แก่พิษสัตว์กัดต่อย (13)

อื่นๆ แก้กินเนื้อสัตว์เป็นพิษ แก่ร่างกายชুবผอมเหลือง แก่โรคในปาก แก่อการเมาค้างจากเหล้า แก่บวมน้ำ ทำให้ร่างกายอบอุ่น (13)

ส่วนที่ใช้ ใบ เมล็ด หัว (13)

วิธีการใช้ -

ลักษณะทั่วไป -

สรรพคุณ

ฤทธิ์ทางระบบประสาท

(1) แก่ปวดหัว (12, 13)

(2) แก่ลมวิงเวียน แก่นอนสะดุ้งผวาในเด็ก (13)

ฤทธิ์ทางระบบย่อยอาหาร

(1) ขับลม เป็นยาระบาย (12, 13)

(2) แก่สะอึก แก่อาการเกร็งของหลอดอาหาร ช่วยย่อย แก่บิด ทำให้อุจจาระไม่เกาะลำไส้

ถ่ายสะดวก ด้านการเกิดแผลในกระเพาะอาหาร ยับยั้งการหลั่งในกระเพาะอาหาร (13)

(3) ทำให้เจริญอาหาร แก่ปวดกระเพาะอาหาร แก่ จุกเสียดแน่น แก่ท้องเสีย (12)

ฤทธิ์ทางระบบหายใจ แก่ไอ แก่ระคายเคืองในคอ (13)

ฤทธิ์ทางระบบสืบพันธุ์ ทำให้ประจำเดือนมาปกติ (12, 13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับการติดเชื้อ ต้านแบคทีเรีย ต้านเชื้อรา ฆ่าเชื้อมัยโคแบคทีเรีย (13)

ฤทธิ์ทางระบบภูมิคุ้มกัน แก่หวัด (12)

ฤทธิ์เกี่ยวกับตา แก่ตาแดง มีขี้ตามาก แก่ต้อตา (12, 13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับหู หยอดหู แก่ปวด แก่หูตึง (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับผิวหนัง

(1) แก่ฟกช้ำจากหกล้มหรือกระแทก แก่งูกัด แก่ผดผื่นคันมีน้ำเหลือง (12, 13)

(2) รักษากลากเกลื้อน รักษาแผลมีหนอง (13)

(3) แก่เด็กเป็นแผล มีหนองเรื้อรัง (12)

ฤทธิ์ต้านมะเร็ง ยับยั้งมะเร็ง เป็นพิษต่อเซลล์มะเร็ง (13)

ฤทธิ์เกี่ยวกับสมดุร่างกาย ขับเหงื่อ (13)

อื่นๆ ดับพิษ แก่พิษตานซาง ไส่ยุ่ง ฆ่ายุ่ง ฆ่าลูกน้ำ ไส่แมลง ไม่มีฤทธิ์ก่อกลายพันธุ์ ด้านการก่อกลายพันธุ์ ฆ่าพยาธิไส้เดือน (13)

ส่วนที่ใช้

(1) ต้น เมล็ด ราก (12, 13)

(2) ใบ (13)

วิธีการใช้

(1) หยอดหู แก่ปวด แก่หูตึง (13)

(2) รับประทานแก้บิด (13)

(3) ทั้งต้น ต้มน้ำดื่ม หรือใช้สดคั้นเอาน้ำดื่ม ใช้ภายนอก ตำพอก หรือต้มน้ำชะล้าง หรือเผา เป็นเถ้า บดเป็นผง ผสมทา (12)

(4) ใบ ใช้ใบคั้นเอาน้ำ 2-4 กรัม ผสมน้ำผึ้ง จิบแก้ไอและหลอดลมอักเสบ หรือใช้สาลิก้อน เล็กๆ ชุบน้ำคั้นจากใบอุดโพรงฟันที่ปวด แก้ปวดฟัน (12)

2.55 อินคา (ถั่วดาวอินคา)

ชื่อสามัญ Sacha inchi

ชื่อวิทยาศาสตร์ Plukenetia volubilis

ชื่อวงศ์ Euphorbiaceae

ลักษณะทั่วไป -

3. งานวิจัยที่ศึกษาค้นคว้าพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในชุมชน

ปิยะวัน วงษ์บุญหนัก (2559) ได้สำรวจปัญหาและพฤติกรรมการใช้ยา ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารและสมุนไพรของผู้สูงอายุในชุมชนศิระจรเข้ข้อย จังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยและผู้นำชุมชนร่วมกันสร้างขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาและพฤติกรรมรวมทั้งทัศนคติของผู้สูงอายุในชุมชนศิระจรเข้ข้อยที่มีต่อยา ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารและสมุนไพร โดยมีกลุ่มตัวอย่างคือผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยในตำบลศิระจรเข้ข้อย โดยการสุ่มแบบตามสะดวกจำนวน 325 ราย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ได้แก่ ร้อยละ โดยจากผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้สมุนไพรในการรักษาโรค การใช้สมุนไพรเป็นการใช้ตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่อนามัย และพยาบาล มีผู้สูงอายุเพียงส่วนน้อยที่แจ้งให้แพทย์ที่ทำการรักษาทราบว่าได้ใช้สมุนไพรร่วมกับยาแผนปัจจุบัน (17)

สุกิจ ไชยชมภู (2555) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคของประชาชนในเขต 11 กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงสำรวจแบบภาคตัดขวาง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรค ของประชาชนในเขต 11 กระทรวงสาธารณสุข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามที่ผ่านการหาความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรคูเดอร์ ริชาร์ดสัน (KR-21) คือ ความรู้เกี่ยวกับการใช้สมุนไพรรักษาโรค ($R=0.864$) ส่วนทัศนคติต่อการใช้สมุนไพรรักษาโรค การใช้สมุนไพรในชีวิตประจำวัน แหล่งสมุนไพรที่นำมาใช้ได้สะดวก การสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรค หาความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟ่าของครอนบาค มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.835, 0.897, 0.772, 0.802 และ 0.874 ตามลำดับ เก็บข้อมูลโดยใช้วิธีสัมภาษณ์จากกลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่มอย่างแบบเป็นระบบจำนวน 414 คน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน โดยจากผลการศึกษาพบว่าพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคทั้ง 5 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่ม

โรคทางเดินอาหาร กลุ่มโรคทางเดินหายใจ กลุ่มโรคทางเดินปัสสาวะ กลุ่มโรคผิวหนังและการเจ็บป่วยอื่นๆ โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีเพียงกลุ่มเดียวและชนิดเดียวเท่านั้นที่กลุ่มตัวอย่างมีการใช้ในระดับมาก คือ กลุ่มโรคผิวหนัง ที่เคยใช้ว่านหางจระเข้รักษาแผลไฟไหม้น้ำร้อนลวก รายได้มีความสัมพันธ์ทางลบกับ พฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรค ($p\text{-value} < 0.05$) แหล่งสมุนไพรที่นำมาใช้ได้สะดวกทัศนคติต่อการ ใช้สมุนไพรรักษาโรค การใช้สมุนไพรในชีวิตประจำวัน และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ พฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.01$) ส่วน ตัวแปรด้านอายุ เพศ การศึกษา และ ความรู้เกี่ยวกับการรักษาโรคไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรค (18)

กรุณา จันทุม (2560) ได้ศึกษาการรักษาโรคด้วยสมุนไพรในพื้นที่ตำบลนาฝาย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรักษาโรคด้วยสมุนไพรของหมอพื้นบ้านในพื้นที่ตำบลนาฝาย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ ทั้งหมด 19 หมู่บ้าน จำนวน 12 คน เก็บข้อมูล ด้วยแบบสอบถาม การสัมภาษณ์ระดับลึก และการสังเกต วิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารที่ค้นเพิ่มเติมตามการ อ้างอิงของหมอพื้นบ้านอีสาน รายงานผลการศึกษาด้วยการพรรณนาข้อมูล โดยจากผลการศึกษาพบสมุนไพร ในท้องถิ่นไม่ต่ำกว่า 40 ชนิดหมอยาสมุนไพรมีการรักษาด้วยสมุนไพรหลายรูปแบบด้วยกัน โดยใช้สมุนไพร อย่างเดียวมากที่สุด รองลงมาคือใช้สมุนไพรร่วมกับบรายเวทมนต์ และใช้สมุนไพรร่วมกับไสยศาสตร์ โหราศาสตร์ หมอพื้นบ้านใช้ตัวยาสมุนไพรที่มีในชุมชน วิธีการรักษาด้วยสมุนไพร มีทั้งการต้มดื่ม การฝนทา การอบสมุนไพรโดยใช้สมุนไพรหลายชนิดรวมกัน (19)

บุญญพัฒน์ ไชยเมล์ (2554) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเบื้องต้น เป็น การวิจัยเชิงวิเคราะห์แบบภาคตัดขวาง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเบื้องต้นของประชาชน ตำบลแหลมโดนด อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง จำนวน 190 คน โดยใช้การ สุ่มตัวอย่างแบบเป็นระบบ (Systematic Random Sample) เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และสถิติการถดถอยลอจิสติกพหุตัวแปร โดยจากผลการศึกษาพบว่า ผู้ที่มีโรค ประจำตัวมีโอกาสในการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเบื้องต้นประมาณ 2 เท่า (OR: 2.05, 95% CI: 1.05 – 3.99) ในส่วนผู้ที่ปลูกพืชสมุนไพรในครัวเรือนมีโอกาสในการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเบื้องต้นประมาณ 2 เท่า (OR: 2.29, 95% CI: 1.23 – 4.29) และผู้ที่มีอาชีพค้าขาย/ รับจ้างมีโอกาสในการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเบื้องต้นประมาณ 5 เท่า (OR: 5.14, 95% CI: 1.43 – 18.57) นอกจากนี้ผู้ที่ป็นพ่อบ้าน/แม่บ้านมี โอกาสในการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเบื้องต้นประมาณ 8 เท่า (OR: 8.13, 95% CI: 1.76 – 37.62) ตามลำดับ (20)

สินีนานู วิทยพิเชฐสกุล (2557) ได้ศึกษาพฤติกรรมการใช้ยาของอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน ตำบลบ่อ กวางทอง อำเภอบ่อทอง จังหวัดชลบุรี เป็นวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้ยา ของอาสาสมัครประจำหมู่บ้านตำบลบ่อกวางทอง อำเภอบ่อทองจังหวัดชลบุรี จำนวน 42 ราย คัดเลือกกลุ่ม ผู้ให้ข้อมูลโดยใช้หลักการคัดเลือกตัวอย่างเชิงทฤษฎี เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกต การ บันทึกลีเสียง และการบันทึกภาคสนาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา โดยจากผลการศึกษา พบว่า อาสาสมัครประจำหมู่บ้านส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว คือ โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง เลือก

การรักษาแบบแผนปัจจุบัน และภูมิปัญญาท้องถิ่นควบคู่กัน บางรายเลือกรักษาแบบแผนปัจจุบันก่อนการตัดสินใจใช้วิธีอื่น เหตุผลหลักๆ เช่น อยากรู้ อยากเห็น อยากรลอง เพื่อนแนะนำ ใช้ตามบทความ หนังสือพิมพ์ วารสาร นิตยสาร โฆษณาต่างๆ และการประชุม ประจำเดือนของอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน หลังจากได้รับการรักษาจะมีอาการที่ดีขึ้น ถ้าไม่ดีขึ้น ก็จะเปลี่ยนสถานที่หรือเปลี่ยนตัวยาหรือสมุนไพรที่ใช้รักษา แต่จะไม่เข้าใจในเรื่องผลข้างเคียง การแพ้ยา อาการไม่พึงประสงค์จากการใช้ยา ปัญหาส่วนใหญ่คือมีการใช้ยาโดยไม่ได้อ่านหนังสือ อันตราย ขาดความรู้ ขาดความเข้าใจในอันตรายที่จะเกิดขึ้นจากความเชื่อผิด (21)

ฤทธิชัย พิมพ์ (2557) ได้ศึกษาพฤติกรรมการใช้ยาสมุนไพรของผู้ป่วยโรคเบาหวาน จังหวัดกาญจนบุรี เป็นการวิจัยเชิงสำรวจภาคตัดขวาง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัย ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ยาสมุนไพรของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 จังหวัดกาญจนบุรี จำนวน 331 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายโดยสุ่มจากทะเบียนรายชื่อผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มาใช้บริการที่ โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนาและยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย เก็บข้อมูล โดยการสัมภาษณ์ตามแบบสัมภาษณ์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ การทดสอบ ไคสแควร์ (Chi-Square test) โดยจากผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงร้อยละ 61 เพศชายร้อยละ 39 ระยะเวลาการป่วยเป็นโรค เบาหวานเฉลี่ย 9.51 ปี มีพฤติกรรมการรับประทานยาสมุนไพรร่วมกับยาที่โรงพยาบาลจัดให้ ร้อยละ 42 ปัจจัยด้านคุณลักษณะทางประชากรและสังคม พบว่า เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ และ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ยาสมุนไพรของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ($p\text{-value} > 0.05$) ปัจจัยด้านความรู้และความเชื่อ พบว่า มีเพียงความเชื่อในการใช้ยาสมุนไพรลดน้ำตาล ในเลือดที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ยาสมุนไพรของผู้ป่วยโรคเบาหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) และปัจจัยสนับสนุน พบว่า ระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน และประสบการณ์การใช้ยา สมุนไพรรักษาโรคอื่นๆ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ยาสมุนไพรของผู้ป่วยโรคเบาหวาน ($p\text{-value} > 0.05$) (22)

ชฎาธาร สระถึง (2561) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการรักษาบาดแผล ของประชาชน ตำบลกระดังงา อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลา เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาพฤติกรรมการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการรักษาบาดแผลของประชาชน ตำบลกระดังงา อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลา 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการรักษาบาดแผลของ ประชาชน ตำบลกระดังงา อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลา 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติ ความรู้ และ แรงสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการรักษาบาดแผลของประชาชน ตำบลกระดังงา อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือประชาชนที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป ตำบลกระดังงา อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลา จำนวน 345 คน ได้มาด้วยวิธีการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด ใช้ แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลโดย การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบสมมติฐานใช้สถิติ (Chi - Square) จากผลการศึกษา พบว่า 1) ค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการรักษาบาดแผลของประชาชน ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายชื่อที่

ปฏิบัติเป็นประจำคือ ใช้วันจากว่่านทางจะเซ้รักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก และที่ไม่เคยปฏิบัติมากที่สุด คือ นำเปลือกมังคุดมาฝนกับน้ำปูนใส ใช้ในการรักษาบาดแผล ปัจจัยส่วนบุคคล ด้านเพศ อายุ อาชีพ รายได้เฉลี่ย ต่อเดือน ระดับการศึกษา ความรู้เกี่ยวกับ บาดแผลและการใช้สมุนไพรพื้นบ้านรักษาบาดแผล ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการ รักษาบาดแผลของประชาชน 3) ปัจจัยด้านทัศนคติ ต่อการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการรักษาบาดแผล การได้รับข้อมูล ข่าวสารเรื่องการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการ รักษาบาดแผล และแรงสนับสนุนทางสังคมในการใช้สมุนไพรพื้นบ้าน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการรักษาบาดแผลของประชาชน ตำบลกระดังงา อำเภอสีหิงพระ จังหวัดสงขลา (23)

สมเกียรติยศ วรเดช (2556) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุข ประจำหมู่บ้าน อำเภอองหระ จังหวัดพัทลุง โดยวัตถุประสงค์คือ เพื่อศึกษา ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลตนเองของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำ หมู่บ้านอำเภอองหระ จังหวัดพัทลุง เก็บข้อมูลในเดือนพฤศจิกายนถึง ธันวาคม พ.ศ.2556 กลุ่มตัวอย่างคือ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จำนวน 220 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่ได้รับการ ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาด้วยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของแอลฟาด้านความรู้ เจตคติ การรับรู้ประโยชน์ การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมและข้อมูลข่าวสาร การเข้าถึงบริการสาธารณสุข และพฤติกรรมการใช้สมุนไพร เท่ากับ 0.755, 0.811, 0.901, 0.811, 0.950 และ 0.946 ตามลำดับ วิเคราะห์ ข้อมูลด้วยสถิติถอยพหุคูณ ผลการศึกษาพบว่า การมีปัญหาสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ และการได้รับแรง สนับสนุนทางสังคมและข้อมูลข่าวสาร มีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (24)

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

1. ประชากร

ข้อมูลพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในครัวเรือนของคนในชุมชน ตำบลชัยมะนาอ อำเภอลือชัย จังหวัดสระแก้ว ที่อาศัยอยู่และให้ความร่วมมือการสัมภาษณ์ ณ ช่วงเวลาระหว่างวันที่ 15 ธันวาคม พ.ศ. 2561 ถึง 20 ธันวาคม พ.ศ. 2561 จำนวน 60 ครัวเรือน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

5.1 ข้อมูลจากแบบเก็บข้อมูลแบบสอบถาม การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและการเข้าถึงบริการสาธารณสุขของชาวบ้าน ชุมชนบ้านชัยมะนาอ ต.ชัยมะนาอ อ.ลือชัย จ.สระแก้ว ภายใต้โครงการค่ายหมอยาอาสาพัฒนาชุมชนครั้งที่ 1 ประจำปี 2560 ระหว่างวันที่ 17 – 21 ธันวาคม พ.ศ.2560 และครั้งที่ 2 ประจำปี 2561 ระหว่างวันที่ 15 – 19 ธันวาคม พ.ศ.2561

5.2 ข้อมูลจากแบบสอบถามพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน ชุมชนบ้านชัยมะนาอ และบ้านทรัพย์สมบูรณ์ ต.หนองบัว อ.ลือชัย จ.สระแก้ว ภายใต้โครงการค่ายหมอยาอาสาพัฒนาชุมชน ครั้งที่ 2 ประจำปี 2561 ระหว่างวันที่ 15 – 19 ธันวาคม พ.ศ.2561

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

เก็บข้อมูลจากข้อมูลเดิมของข้อมูลจากแบบเก็บข้อมูลแบบสอบถาม การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและการเข้าถึงบริการสาธารณสุขของชาวบ้านฯ และแบบสอบถามพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในครัวเรือนฯ

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้จากชุดข้อมูลที่ถูกรวบรวมได้ มาวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ด้วยโปรแกรม Microsoft office excel เพื่ออธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา แสดงผลด้วยตารางค่าความถี่ ค่าร้อยละ

บทที่ 4

ผลการวิจัยและอภิปรายผล

เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของการใช้สมุนไพรต้นเดียวในครัวเรือนของคนในชุมชน ตำบลขี้มะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว คณะผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสำรวจจากโครงการค่ายหมอยาอาสาพัฒนาชุมชน คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ระหว่างปี พ.ศ. 2560-2561 พบว่า ตัวอย่างของประชากรที่ศึกษา จำนวน 20 ราย จาก 20 ครัวเรือน ซึ่งเป็นข้อมูลที่สามารถวิเคราะห์ได้ ประกอบไปด้วย เพศหญิงร้อยละ 75 ซึ่งส่วนใหญ่มีอายุมากกว่า 60 ปี (ร้อยละ 55) โดยพบว่ามีคนที่ไม่ได้ระบุหรือไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 35 มีโรคประจำตัวเป็นโรคทางกระดูก ร้อยละ 35 มีโรคประจำตัวเป็นโรคทางเมตาบอลิซึมร้อยละ 25 มีโรคประจำตัวเป็นโรคทางระบบหัวใจและหลอดเลือด ร้อยละ 20 มีโรคประจำตัวเป็นโรคทางระบบย่อยอาหาร ร้อยละ 10 และมีโรคประจำตัวเป็นโรคทางระบบประสาทร้อยละ 5 ดังแสดงในตารางที่ 1

คุณลักษณะของตัวอย่างประชากร พบว่าข้อมูลที่ได้คล้ายกับงานวิจัยในลักษณะเดียวกัน โดยส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (20, 21, 24) ไม่มีโรคประจำตัว (20, 21, 24) ทั้งนี้ส่วนใหญ่งานวิจัยอื่นไม่ได้เก็บข้อมูลโรคประจำตัว (25) แต่ข้อมูลด้านอายุ พบว่าข้อมูลที่ได้ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยในลักษณะเดียวกัน ซึ่งงานวิจัยส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างของประชากรมีอายุระหว่าง 13-59 ปี (20, 21, 25) ซึ่งอาจเกิดจากชุมชนที่ไปเก็บข้อมูลส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไปในภาคการเกษตร (ข้อมูลไม่เปิดเผย) และช่วงเวลาการเก็บข้อมูลเป็นช่วงเวลาการทำงาน ทำให้ส่วนใหญ่ผู้ที่ให้ข้อมูลเป็นเพศหญิง อายุมากกว่า 60 ปี และพบว่าในคนที่มีโรคประจำตัวส่วนมากจะเป็นโรคประจำตัวทางกระดูก

เมื่อวิเคราะห์การกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน พบว่าส่วนใหญ่นิยมปลูกสมุนไพรมากกว่า 1 ต้น (ร้อยละ 70) โดยสมุนไพรที่นิยมปลูกมากที่สุดคือข่า จำนวน 5 ครัวเรือนจากตัวอย่างประชากร 20 ครัวเรือน คิดเป็น ร้อยละ 9 ของชนิดสมุนไพรทั้งหมด (ร้อยละ 25 ของตัวอย่างประชากรทั้งหมด) รองลงมาคือขิง, ตะไคร้ และมะนาว จำนวน 4 ครัวเรือนจากตัวอย่างประชากร 20 ครัวเรือน คิดเป็น ร้อยละ 7 ของชนิดสมุนไพรทั้งหมด (ร้อยละ 20 ของตัวอย่างประชากรทั้งหมด) ลำดับต่อมาคือ ขะพลู, ว่านชักมดลูกและหนานเฉาเหว่ย จำนวน 3 ครัวเรือนจากตัวอย่างประชากร 20 ครัวเรือน คิดเป็น ร้อยละ 5 ของชนิดสมุนไพรทั้งหมด (ร้อยละ 15 ของตัวอย่างประชากรทั้งหมด) ดังแสดงในตารางที่ 2

จากข้อมูลการกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน พบว่ามีการปลูกสมุนไพรที่หลากหลายซึ่งมีระดับความปลอดภัยของสมุนไพรเหล่านั้นแตกต่างกัน โดยพบว่า ข่า ขิง ตะไคร้ และมะนาวที่นิยมปลูกอาจเนื่องมาจากใช้เป็นส่วนประกอบในการทำอาหาร ส่วนว่านชักมดลูกซึ่งเป็นสมุนไพรที่มีรายงานการเกิดพิษ(26) โดยเดิมทีนิยมปลูกในรั้วบ้าน แต่ปัจจุบันนิยมปลูกมากขึ้น อาจเนื่องจากการปลูกเพื่อทางพาณิชย์ ส่วนหนานเฉาเหว่ยที่เป็นที่นิยมซึ่งมีรายงานการเกิดพิษเช่นกัน อาจเป็นเพราะในช่วงที่ผ่านมามีกระแสว่าหนานเฉาเหว่ยสามารถรักษาเบาหวาน, เกาต์และมะเร็งได้ แต่ยังไม่มีการวิจัยรองรับว่ารักษาได้จริง (27)

ตารางที่ 1 คุณลักษณะทางประชากรของคนในชุมชนตำบลซับมะนาว อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว

	จำนวน (n=20)	ร้อยละ
เพศ		
ไม่ระบุ	1	5
ชาย	4	20
หญิง	15	75
อายุ		
ไม่ระบุ	1	5
น้อยกว่า 12 ปี	0	0
13-59 ปี	8	40
มากกว่า 60 ปี	11	55
ระดับการศึกษา		
ไม่ระบุ	14	70
ประถม	0	0
มัธยม	4	20
ปวช./ปวส.	2	10
ปริญญาตรี	0	0
ปริญญาโท	0	0
ปริญญาเอก	0	0

ตารางที่ 1 คุณลักษณะทางประชากรของคนในชุมชนตำบลชัยมะนาอ อำเภอลำดวน จังหวัดสุรินทร์
(ต่อ)

	จำนวน (n=20)	ร้อยละ
โรคประจำตัว		
ไม่ระบุไม่มีโรคประจำตัว/	7	35
โรคทางเมตาบอลิซึม	5	25
โรคทางระบบหัวใจและหลอดเลือด	4	20
โรคทางกระดูก	7	35
โรคทางระบบย่อยอาหาร	2	10
โรคทางระบบประสาท	1	5

ตารางที่ 2 การกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน

ชนิดสมุนไพร	การกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	รวม
1.กะทือ				✓																	1
2.กระเทียม													✓								1
3.กล้วยน้ำว้า													✓								1
4.กะเพรา	✓							✓													2
5.กาบหนู								✓													1
6.การบูร										✓											1
7.แคะฝาง							✓														1
8.ขมิ้น					✓																1
9.ข่า	✓								✓						✓			✓	✓		5
10.ขิง	✓														✓			✓	✓		4
11.ขี้เหล็ก	✓																				1
12.ชะพลู											✓				✓				✓		3
13.ดีปลาร้อน											✓										1
14.ต้นแค												✓									1
15.ต้นหอม									✓												1
16.ตะไคร้	✓								✓			✓							✓		4
17.ตะไคร้หอม										✓											1

ตารางที่ 2 การกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน (ต่อ)

ชนิดสมุนไพร	การกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน																				รวม
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
18.ตีนนก										✓											1
19.ตีนเป็ด										✓											1
20.ถั่งเช่า																				✓	1
21.ทองพันชั่ง			✓																		1
22.เทียนบ้าน									✓												1
23.นางหวาน										✓											1
24.ใบบัวบก											✓										1
25.ใบม่อน						✓															1
26.ผักกาดขาว													✓								1
27.ผักชี																		✓			1
28.ผักชีลาว													✓								1
29.ผักบุ้ง													✓								1
30.พริก									✓												1
31.ไพล																			✓		1

ตารางที่ 2 การกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน(ต่อ)

ชนิดสมุนไพร	การกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน																				รวม
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
32.ฟ้าทะลายโจร											✓	✓									2
33.มะกรูด			✓									✓									2
34.มะขาม	✓																				1
35.มะเขือ									✓												1
36.มะนาว		✓							✓			✓		✓							4
37.มะม่วง									✓												1
38.มะรุม												✓									1
39.มะละกอ									✓			✓									2
40.มะแว้ง											✓										1
41.ย่านาง																	✓				1
42.ย่านางแดง										✓											1
43.รางจืด			✓																		1
44.ลำไย		✓																			1
45.ว่านชักมดลูก						✓		✓		✓											3

ตารางที่ 2 การกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน(ต่อ)

ชนิดสมุนไพร	การกระจายตัวของชนิดสมุนไพรในแต่ละครัวเรือน																				รวม
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
46.ว่านหาง จระเข้																✓					1
47.ส้ม						✓															1
48.ส้มแมว										✓											1
49.เสลดพังพอน											✓			✓							2
50.หนาด												✓									1
51.หนานเฉา เหว่ย			✓					✓						✓							3
52.หอมแดง													✓								1
53.หัวปลี													✓								1
54.โหระพา											✓										1
55.อินคา													✓								1
รวม	6	2	4	1	1	3	1	4	9	8	7	8	8	3	3	1	1	3	6	1	

จากการเก็บข้อมูลการใช้สมุนไพรตามสรรพคุณ พบสรรพคุณสมุนไพรทั้งหมด 14 ระบบ สรรพคุณทางระบบประสาทได้แก่ ช่วยเจริญอาหาร แก้อาการหิว กระปรี้กระเปร่า และทำให้สดชื่น สรรพคุณทางด้านการนอนหลับได้แก่ ด้านอนมูลิสระได้แก่ ด้านอนมูลิสระ สรรพคุณทางระบบหัวใจและหลอดเลือดได้แก่ ลดไขมันและความเสี่ยงโรคหัวใจ บำรุงเลือด ลดคอเลสเตอรอล ลดความดัน ห้ามเลือดและบำรุงเลือด สรรพคุณทางเมตาบอลิซึมได้แก่ รักษาเบาหวานและลดระดับน้ำตาลในเลือด สรรพคุณเกี่ยวกับตาได้แก่ บำรุงสายตา สรรพคุณเกี่ยวกับระบบย่อยอาหารได้แก่ แก้อาการท้องอืด ท้องเสีย แก้อาการจุกเสียด ขับลม รักษาโรคท้องร่วง แก้อาการท้องผูก แก้น้ำหนักเกิน และแก้อาการท้องผูก สรรพคุณทางการติดเชื้อได้แก่ แก้อาการอักเสบ รักษาไวรัสตับ แก้อาการร้อนใน แก้อาการไอและแก้เจ็บคอ สรรพคุณเกี่ยวกับน้ำนมได้แก่ ขับน้ำนม สรรพคุณเกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อและกระดูกได้แก่ แก้อาการปวดและแก้อาการอักเสบ สรรพคุณเกี่ยวกับระบบหายใจได้แก่ ละลายเสมหะ ขับเสมหะ และทำให้ชุ่มคอ สรรพคุณเกี่ยวกับระบบผิวหนังได้แก่ ขับเหงื่อ บำรุงผม แก้น้ำร้อนลวก และแก้อาการคัน สรรพคุณเกี่ยวกับมะเร็งได้แก่ ลดความเสี่ยงโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ และป้องกันการเกิดมะเร็ง สรรพคุณทางระบบขับถ่ายปัสสาวะได้แก่ ขับปัสสาวะและรักษาอาการขัดเบา และสรรพคุณทางระบบสืบพันธุ์ได้แก่ รักษาสมดุลและรักษาเกี่ยวกับผู้หญิง

เมื่อวิเคราะห์การใช้สมุนไพรตามสรรพคุณพบว่า ส่วนใหญ่มีการใช้สรรพคุณตามหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 54.45 และพบการใช้สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิงร้อยละ 21.78 ได้แก่ การใช้กาบหนู ชิง และหนานเฉาเหว่ย ในสรรพคุณเกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อและกระดูก การใช้ชะพลู ฟ้าทะลายโจร หนานเฉาเหว่ย และอินคา ในสรรพคุณเกี่ยวกับระบบประสาท การใช้ตะไคร้หอม ตีนนก หัวปลี และใบบัวบก ในสรรพคุณเกี่ยวกับการติดเชื้อ การใช้ทองพันชั่ง รากจืด และส้มแมว ในสรรพคุณเกี่ยวกับเมตาบอลิซึม การใช้ผักบุ้งในสรรพคุณเกี่ยวกับการนอนหลับและมะเร็ง การใช้ฟ้าทะลายโจร หนานเฉาเหว่ย และหัวปลี ในสรรพคุณเกี่ยวกับระบบหัวใจและหลอดเลือด การใช้ย่านางในสรรพคุณเกี่ยวกับระบบขับถ่ายปัสสาวะ จากข้อมูลดังกล่าวกาบหนู ส้มแมวและอินคาไม่พบหลักฐานอ้างอิงที่บ่งบอกสรรพคุณ ส่วนชิง ชะพลู ตะไคร้ ทองพันชั่ง ตีนนก ใบบัวบก ผักบุ้ง ฟ้าทะลายโจร ย่านาง รากจืด และหัวปลี พบการใช้ในสรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง โดยส่วนที่เหลือเป็นการใช้ที่ไม่ระบุสรรพคุณ ดังแสดงในตารางที่ 3

จากการเก็บข้อมูลการใช้สมุนไพรตามส่วนที่ใช้ พบว่าสรรพคุณสมุนไพรทั้งหมด 10 ส่วนได้แก่ กิ่ง แก่น ดอก ต้น เมล็ด ใบ ผล หัว เหง้าและอื่นๆ เมื่อวิเคราะห์การใช้สมุนไพรตามสรรพคุณ พบว่า ส่วนใหญ่มีการใช้ส่วนที่ใช้ตามหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 67.82) และพบการใช้ส่วนที่ใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิงร้อยละ 18.79 ได้แก่ การใช้ใบกาบหนู ดีปลาส่อน และถั่งเช่า การใช้เหง้าตะไคร้ การใช้ต้นผักบุ้ง การใช้หัวว่านชั่งมดลูก การใช้กิงหนานเฉาเหว่ย การใช้เมล็ดและใบอินคา เนื่องจากกาบหนู ดีปลาส่อน ถั่งเช่าและอินคา ไม่พบหลักฐานอ้างอิงที่บ่งบอกส่วนที่ใช้ ส่วนตะไคร้ ผักบุ้ง ว่านชั่งมดลูก และหนานเฉาเหว่ย โดยส่วนที่เหลือ เป็นการใช้ที่ไม่ระบุสรรพคุณ ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 3 แสดงสรรพคุณสมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ตาม	สรรพคุณที่พบการใช้เพื่อการรักษาในครัวเรือน															สรรพคุณที่มีหลักฐานอ้างอิง		สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		ระบบประสาท	ต้านอนุมูลอิสระ	ระบบหัวใจและหลอดเลือด	เมตาบอลิซึม	ตา	ระบบย่อยอาหาร	ฮอร์โมน	การติดเชื้อ	น้ำนม	ระบบกล้ามเนื้อ	ระบบหายใจ	ผิวหนัง	มะเร็ง	ระบบขับถ่ายปัสสาวะ	ระบบสืบพันธุ์	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
1.กะทือ	1						1 ⁽¹²⁻¹⁵⁾										1	100				
2.กระเทียม	4			1 ⁽¹³⁾			1 ^(12, 13, 15)		1 ⁽¹³⁾					1 ⁽¹³⁾			4	100				
3.กล้วยน้ำว้า	1						1 ⁽¹²⁾										1	100				
4.กะเพรา	2						1 ^(12, 13, 15)										1	50			1	50
5.กาบหนู	1										1								1	100		
6.การบูร	1																				1	100
7.แคะฝาง	1			1 ⁽¹²⁻¹⁴⁾													1	100				

ตารางที่ 3 แสดงการสรรพคุณสมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ชื่อตาม สรรพคุณ	สรรพคุณที่พบการใช้เพื่อการรักษาในครัวเรือน															สรรพคุณที่มี หลักฐาน อ้างอิง		สรรพคุณที่ ไม่มี หลักฐาน อ้างอิง		ไม่ระบุ	
		ระบบประสาท	ด้านอนุโลมอิสระ	ระบบหัวใจและหลอดเลือด	เมตาบอลิซึม	ตา	ระบบย่อยอาหาร	ฮอร์โมน	การติดเชื้อ	น้ำนม	ระบบกล้ามเนื้อ	ระบบหายใจ	ผิวหนัง	มะเร็ง	ระบบขับถ่ายปัสสาวะ	ระบบสืบพันธุ์	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
8.ขมิ้น	1						1 ^(12, 13, 15)										1	100				
9.ข่า	6						4 ⁽¹²⁻¹⁴⁾				1 ⁽¹⁴⁾						5	83			1	17
10.ขิง	6						4 ^(12, 13)				2						4	67	2	33		
11.ขี้เหล็ก	1						1 ^(12, 13)										1	100				
12.ชะพลู	7	2					3 ^(12, 14)				2 ⁽¹⁴⁾						5	71	2	29		
13.ดีปลาช่อน	1																				1	100
14.ต้นแค	1																				1	100

ตารางที่ 3 แสดงการสรรพคุณสมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ติดตาม	สรรพคุณที่พบการใช้เพื่อการรักษาในครัวเรือน															สรรพคุณที่มีหลักฐานอ้างอิง		สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		ระบบประสาท	ต้านอนุมูลอิสระ	ระบบหัวใจและหลอดเลือด	เมตาบอลิซึม	ตา	ระบบย่อยอาหาร	ฮอร์โมน	การติดเชื้อ	น้ำนม	ระบบกล้ามเนื้อ	ระบบหายใจ	ผิวหนัง	มะเร็ง	ระบบขับถ่ายปัสสาวะ	ระบบสืบพันธุ์	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
15.ต้นหอม	1																				1	100
16.ตะไคร้	7									2 ⁽¹²⁾					3 ⁽¹²⁾		5	71			2	29
17.ตะไคร้หอม	1																				1	100
18.ตีนนก	1							1											1	100		
19.ตีนเป็ด	1																				1	100
20.ถั่งเช่า	1																				1	100
21.ทองพันชั่ง	1				1														1	100		
15.ต้นหอม	1																				1	100
23.นางหวาน	1																				1	100
24.ใบบัวบก	1							1											1	100		
25.ใบม่อน	1						1 ⁽¹⁴⁾										1	100				

ตารางที่ 3 แสดงการสรรพคุณสมุนไพรรักษาโรคแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ติดตาม	สรรพคุณที่พบการใช้เพื่อการรักษาในครัวเรือน															สรรพคุณที่มีหลักฐานอ้างอิง		สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		ระบบประสาท	ด้านภูมิคุ้มกัน	ระบบหัวใจและหลอดเลือด	เมตาบอลิซึม	ตา	ระบบย่อยอาหาร	ฮอร์โมน	การติดเชื้อ	น้ำนม	ระบบกล้ามเนื้อ	ระบบหายใจ	ผิวหนัง	มะเร็ง	ระบบขับถ่ายปัสสาวะ	ระบบสืบพันธุ์	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
26.ผักกาดขาว	1						1 ⁽¹²⁾										1	100				
27.ผักชี	5	1 ^(12, 13)					1 ^(12, 13)		1 ⁽¹³⁾			1 ⁽¹³⁾	1 ^(12, 13)				5	100				
28.ผักชีลาว	1			1 ⁽¹⁴⁾													1	100				
29.ผักบุ้ง	3		1			1 ⁽¹³⁾								1			1	33	2	67		
30.พริก	1																				1	100
31.ไพล	1										1 ⁽¹²⁻¹⁴⁾						1	100				
32.ฟ้าทะลายโจร	2	1		1															2	100		
33.มะกรูด	2												1 ^(12, 13)				1	50			1	50

ตารางที่ 3 แสดงการสรรพคุณสมุนไพรรักษาโรคที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ตาม	สรรพคุณที่พบการใช้เพื่อการรักษาในครัวเรือน															สรรพคุณที่มีหลักฐานอ้างอิง		สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		ระบบประสาท	ต้านอนุมูลอิสระ	ระบบหัวใจและหลอดเลือด	เมตาบอลิซึม	ตา	ระบบย่อยอาหาร	ฮอร์โมน	การติดเชื้อ	น้ำนม	ระบบกล้ามเนื้อ	ระบบหายใจ	ผิวหนัง	มะเร็ง	ระบบขับถ่ายปัสสาวะ	ระบบสืบพันธุ์	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
34.มะขาม	1						1 ^(12, 13)										1	100				
35.มะเขือ	1																				1	100
36.มะนาว	4								1 ⁽¹²⁾			1 ^(12, 13)					2	50			2	50
37.มะม่วง	1																				1	100
38.มะรุม	1																				1	100
39.มะละกอ	2																				2	100
40.มะแว้ง	1								1 ⁽¹⁴⁾								1	100				
41.ย่านาง	1														1				1	100		
42.ย่านางแดง	1																				1	100

ตารางที่ 3 แสดงการสรรพคุณสมุนไพรรักษาโรคแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้จริงตาม	สรรพคุณที่พบการใช้เพื่อการรักษาในครัวเรือน															สรรพคุณที่มีหลักฐานอ้างอิง		สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		ระบบประสาท	ด้านภูมิคุ้มกัน	ระบบหัวใจและหลอดเลือด	เมตาบอลิซึม	ตา	ระบบย่อยอาหาร	ฮอร์โมน	การติดเชื้อ	น้ำนม	ระบบกล้ามเนื้อ	ระบบหายใจ	ผิวหนัง	มะเร็ง	ระบบขับถ่ายปัสสาวะ	ระบบสืบพันธุ์	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
43.รางจืด	1				1														1	100		
44.ลำไย	1																				1	100
45.ว่านชักมดลูก	3						1 ⁽¹²⁾									2 ⁽¹²⁾	3	100				
46.ว่านหางจระเข้	1												1 ⁽¹²⁻¹⁴⁾				1	100				
47.ส้ม	1						1												1	100		
48.ส้มแมว	1				1														1	100		
49.เสลดพังพอน	2										1 ⁽¹²⁾		1 ^(12, 14)				2	100				
50.หนาด	1			1 ⁽¹⁴⁾													1	100				

ตารางที่ 3 แสดงการสรรพคุณสมุนไพรรักษาโรคแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ตาม	สรรพคุณที่พบการใช้เพื่อการรักษาในครัวเรือน															สรรพคุณที่มีหลักฐานอ้างอิง		สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		ระบบประสาท	ด้านภูมิคุ้มกัน	ระบบหัวใจและหลอดเลือด	เมตาบอลิซึม	ตา	ระบบย่อยอาหาร	ฮอร์โมน	การติดเชื้อ	น้ำนม	ระบบกล้ามเนื้อ	ระบบหายใจ	ผิวหนัง	มะเร็ง	ระบบขับถ่ายปัสสาวะ	ระบบสืบพันธุ์	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
51.หนานเฉาเหว่ย	4	1		1	1 ⁽¹⁶⁾						1						1	25	3	75		
52.หอมแดง	1	1 ⁽¹³⁾															1	100				
53.หัวปลี	3			1	1					1 ⁽¹²⁾							1	33	2	67		
54.โหระพา	1						1 ^(12, 13)										1	100				
55.อินคา	1	1																	1	100		
รวม	101	7	1	7	5	1	24	0	6	1	11	2	4	2	4	1	56	54.45	21	21.78	24	23.76

ตารางที่ 4 แสดงส่วนที่ใช้ของสมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้จริงตาม ส่วนที่ใช้	ส่วนที่ใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง										ส่วนที่ใช้ที่มี หลักฐานอ้างอิง		ส่วนที่ใช้ที่ไม่มี หลักฐาน อ้างอิง		ไม่ระบุ	
		กิ่ง	แก่น	ดอก	ต้น	เมล็ด	ใบ	ผล	หัว	เหง้า	อื่นๆ						
												ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
1.กะทือ	1									1 ^(12, 15)		1	100				
2.กระเทียม	1								1 ^(12, 15)			1	100				
3.กล้วยน้ำว้า	1							1 ⁽¹²⁾				1	100				
4.กะเพรา	3				1 ⁽¹²⁾		2 ⁽¹²⁻¹⁴⁾					3	100				
5.กาบหนู	1						1							1	100		
6.การบูร	1															1	100
7.แกะฝาง	1		1 ⁽¹²⁻¹⁴⁾									1	100				
8.ขมิ้น	1									1 ^(13, 15)		1	100				
9.ข่า	5									5 ⁽¹⁴⁾		5	100				
10.ขิง	4									4 ⁽¹²⁾		4	100				
11.ขี้เหล็ก	2			1 ^(12, 13)			1 ^(12, 13)					2	100				

ตารางที่ 4 แสดงส่วนที่ใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้จริงตามส่วนที่ใช้	ส่วนที่ใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง										ส่วนที่ใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง		ส่วนที่ใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		กิ่ง	แก่น	ดอก	ต้น	เมล็ด	ใบ	ผล	หัว	เหง้า	อื่นๆ						
												ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
12.ชะพลู	3						3 ^(12, 13)					3	100				
13.ตีปลาช่อน	1						1							1	100		
14.ต้นแค	1			1 ^(12, 13)								1	100				
15.ต้นหอม	1				1									1	100		
16.ตะไคร้	6				5 ⁽¹²⁾					1		5	83	1	17		
17. ตะไคร้หอม	1															1	100
18.ตีนนก	1															1	100
19.ตีนเป็ด	1															1	100
20.ถั่งเช่า	1						1							1	100		
21.ทองพันชั่ง	1						1 ^(12, 13)					1	100				
22.เทียนบ้าน	1															1	100

ตารางที่ 4 แสดงส่วนที่ใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้จริงตาม ส่วนที่ใช้	ส่วนที่ใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง										ส่วนที่ใช้ที่มี หลักฐานอ้างอิง		ส่วนที่ใช้ที่ไม่มี หลักฐาน อ้างอิง		ไม่ระบุ	
		กิ่ง	แก่น	ดอก	ต้น	เมล็ด	ใบ	ผล	หัว	เหง้า	อื่นๆ						
23.นางหวาน	1															1	100
24.ใบบัวบก	1						1 ⁽¹²⁾					1	100				
25.ใบมะอึน	1						1 ⁽¹⁴⁾					1	100				
26.ผักกาดขาว	1						1 ⁽¹²⁾					1	100				
27. ผักชี	2				1 ⁽¹²⁾		1 ⁽¹³⁾					2	100				
28.ผักชีลาว	1						1 ⁽¹⁴⁾					1	100				
29.ผักบุ้ง	1				1									1	100		
30.พริก	1							1						1	100		
31.ไพล	1									1 ^(12, 13)		1	100				
32.ฟ้าทะลายโจร	1						1 ⁽¹⁵⁾					1	100				
33.มะกรูด	3						1 ^(12, 14)	2 ^(12, 14)				3	100				

ตารางที่ 4 แสดงส่วนที่ใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้จริงตาม ส่วนที่ใช้	ส่วนที่ใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง										ส่วนที่ใช้ที่มี หลักฐานอ้างอิง		ส่วนที่ใช้ที่ไม่มี หลักฐาน อ้างอิง		ไม่ระบุ	
		กิ่ง	แก่น	ดอก	ต้น	เมล็ด	ใบ	ผล	หัว	เหง้า	อื่นๆ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
34.มะขาม	1					1 ^(12, 14)						1	100				
35.มะเขือ	1							1 ⁽¹³⁾				1	100				
36.มะนาว	5						1 ⁽¹²⁾	4 ^(12, 14)				5	100				
37.มะม่วง	1															1	100
38.มะรุม	1															1	100
39.มะละกอ	2															2	100
40.มะแว้ง	1							1 ^(12, 13)				1	100				
41.ย่านาง	1						1 ⁽¹⁴⁾					1	100				
42.ย่านางแดง	1															1	100
43.รางจืด	1						1 ⁽¹⁴⁾					1	100				
44.ลำไย	1															1	100

ตารางที่ 4 แสดงส่วนที่ใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้จริงตาม ส่วนที่ใช้	ส่วนที่ใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง										ส่วนที่ใช้ที่มี หลักฐานอ้างอิง		ส่วนที่ใช้ที่ไม่มี หลักฐาน อ้างอิง		ไม่ระบุ	
		กิ่ง	แก่น	ดอก	ต้น	เมล็ด	ใบ	ผล	หัว	เหง้า	อื่นๆ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
45.ว่านชักมดลูก	3								2					2		1	
46.ว่านหางจระเข้	1						1 ⁽¹²⁻¹⁴⁾					1	100				
47.ส้ม	1													1	100	1	100
48.ส้มแมว	1															1	100
49.เสลดพังพอน	2						1 ⁽¹⁴⁾				1	1	50	1	50		
50.หนาด	1						1 ⁽¹⁴⁾					1	100				
51.หนานเฉา เหว่ย	4	1					3 ⁽¹⁶⁾					3	75	1	25		
52.หอมแดง	1								1 ⁽¹⁴⁾			1	100				
53.หัวปลี	1								1 ⁽¹²⁾			1	100				
54.โหระพา	1						1 ⁽¹³⁾					1	100				

ตารางที่ 4 แสดงส่วนที่ใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้จริงตาม ส่วนที่ใช้	ส่วนที่ใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง										ส่วนที่ใช้ที่มี หลักฐานอ้างอิง		ส่วนที่ใช้ที่ไม่มี หลักฐาน อ้างอิง		ไม่ระบุ	
		กิ่ง	แก่น	ดอก	ต้น	เมล็ด	ใบ	ผล	หัว	เหง้า	อื่นๆ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
55.อินคา	2					1	1							2	100		
รวม	87	1	1	2	9	2	28	13	5	13	1	59	67.8 2	13 9	18.3	15	13.7 9

จากการเก็บข้อมูลการใช้สมุนไพรตามวิธีการใช้ใช้ พบวิธีการใช้ทั้งหมด 9 วิธีได้แก่ ต้ม สรรพมหา นวด ประคบอาหาร ประคบ พอก รับประทานสด และอื่นๆ เมื่อวิเคราะห์การใช้สมุนไพรตามวิธีการใช้พบว่า มีการใช้ส่วนที่ใช้ตามหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 30.39 และส่วนใหญ่พบการใช้ส่วนที่ใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิงร้อยละ 53.92 ซึ่งแบ่งเป็นประคบอาหาร ร้อยละ 60.37 และอื่นๆ ร้อยละ 39.62 โดยการใช้ที่เป็นประคบอาหารโดยที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิงได้แก่ กระเทียม กะเพรา ข่า ขิง ขี้เหล็กชะพลู ต้นแค ต้นหอม ตะไคร้ ผักชี ผักชีลาว ผักบั้ง พริก มะกรูด มะเขือ มะรุม และหอมแดง ซึ่งส่วนใหญ่เป็นสมุนไพรที่ไว้ประกอบอาหารโดยปกติ ส่วนสมุนไพรที่มีวิธีการใช้อื่นๆ ที่ไม่ใช่ประคบอาหารและไม่มีหลักฐานอ้างอิง ได้แก่ การใช้กระทือ ใบหม่อน มะขามและถั่งเช่า โดยการรับประทานสด การใช้กาบหนู วานชักมดลูก นานาฉาเหว่ย อินคา และถั่งเช่าโดยการต้ม การใช้ข่า ขิง และชะพลู ในการประคบ และการใช้เสลดพังพอนในการนวด โดยส่วนที่เหลือ เป็นการใช้ที่ไม่ระบุสรรพคุณ ดังแสดงในตารางที่ 5

การรับประทานวานชักมดลูก อาจมีตกขาวปริมาณมากกว่าปกติ แต่หากตกขาวมีกลิ่นเหม็น หรือมีสีเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เช่น มีสีเขียว สีเหลือง สีน้ำตาล หากมีอาการเช่นนี้ถือว่าผิดปกติ อาจมีอาการวิงเวียนศีรษะ ปวดศีรษะ ตัวร้อน มีอาการไอเหมือนจะเป็นไข้ ซึ่งมักจะเกิดขึ้นได้สตรีที่ร่างกายไม่แข็งแรง สำหรับสตรีวัยทองหรือวัยหมดประจำเดือน หลังจากรับประทานอาจจะมีประจำเดือนใหม่เกิดขึ้นได้ สามารถรับประทานต่อไปได้ ประจำเดือนก็จะค่อยๆ หดไปเอง (28)

ในส่วนของฟ้าทะลายโจร หญิงมีครรภ์และคุณแม่ที่อยู่ในช่วงให้นมบุตรควรหลีกเลี่ยงที่จะรับประทาน เนื่องจากอาจเป็นสาเหตุให้เกิดภาวะแท้งและยังไม่มีหลักฐานยืนยันความปลอดภัยต่อทารกที่ดื่มนมแม่ ฟ้าทะลายโจรอาจกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกันให้ไวต่อการทำงานมากขึ้น ผู้ป่วยในกลุ่มโรคภูมิคุ้มกันตนเอง เช่น โรคปลอกประสาทเสื่อมแข็ง โรคตับหรือโรคเอสแอลอี โรคข้อรูมาตอยด์ หรือสภาวะอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ไม่ควรรับประทานสมุนไพรชนิดนี้ ฟ้าทะลายโจรอาจเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะเลือดออกผิดปกติหรือรอยฟกช้ำได้ง่าย ผู้ที่มีภาวะเลือดออกผิดปกติจึงควรหลีกเลี่ยงที่จะรับประทาน รวมถึงผู้ที่ต้องเข้ารับการผ่าตัดควรหยุดใช้สมุนไพรอย่างน้อย 2 สัปดาห์ ผู้ที่รับประทานยาเป็นประจำควรปรึกษาแพทย์ก่อนการรับประทานฟ้าทะลายโจรทุกครั้ง เนื่องจากยาบางชนิดอาจเกิดปฏิกิริยาต่อกันของยาและสมุนไพร เช่น ยารักษาโรคความดันโลหิตสูง ยาคุมกำเนิด ยาต้านการแข็งตัวของเลือด ยาต้านเกล็ดเลือด (29)

ในส่วนของตะไคร้ ควรระวังในผู้ป่วยที่เป็นต่อหิน เพราะทำให้ความดันในลูกตาเพิ่มขึ้น ในผู้ป่วยด้วยโรคประจำตัวบางชนิดก็อาจเป็นอันตรายจากการรับประทานตะไคร้ได้ ในคนที่กำลังตั้งครรภ์ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานตะไคร้ เนื่องจากจะทำให้กล้ามเนื้อดลูกบีบตัวอย่างรุนแรงจนเสี่ยงต่อการแท้งได้ ในที่สุด โดยเฉพาะในคนที่ตั้งครรภ์อ่อน ๆ และท้องแก่ใกล้คลอด นอกจากนี้ น้ำมันหอมระเหยจากตะไคร้ก็ไม่ควรใช้เช่นกัน (30)

ในส่วนของหนานเฉาเหว่ย “จากรายงานการสำรวจการใช้พืชนี้ทางพฤกษศาสตร์พื้นบ้านของเอธิโอเปียพบว่าร้อยละ 84.6 ของหมอพื้นบ้านรายงานว่าไม่มีผลข้างเคียงในการใช้สมุนไพรนี้ ส่วนร้อยละ 15.4 ระบุว่าทำให้เกิดการคลื่นไส้และตัวร้อน การทดสอบความเป็นพิษโดยให้หนูขาวกินผงของใบพืชนี้ในขนาด 75% โดยน้ำหนักของอาหารที่ได้รับต่อเนื่อง 65 วันไม่พบความผิดปกติของตับและไต สารสกัดเมธานอลเมื่อให้กับหนูที่ถูกเหนี่ยวนำให้เกิดเบาหวานเป็นเวลา 4 สัปดาห์ไม่ทำให้เกิดความผิดปกติของอวัยวะภายในหนูทดลองเช่นกันการทดลองของ Njan et al. 2008 ในหนูทดลองพบว่าการลดลงของเม็ดเลือดแดงอย่างมีนัยสำคัญ” (16)

ตารางที่ 5 แสดงวิธีการใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ตามวิธีกรใช้	วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง									วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง		วิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		สูตร	ส่วนผสม	ทา	นวด	ปรุงอาหาร	ประคบ	พอก	รับประทานสด	อื่นๆ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
1.กะทือ	1								1				1	100		
2.กระเทียม	1					1							1	100		
3.กล้วยน้ำว้า	1								1 ⁽¹²⁾		1	100				
4.กะเพรา	3					3							3	100		
5.กาบหนู	1	1									1	100				
6.การบูร	1														1	100
7.แกะฝาง	1	1 ^(12, 13)									1	100				
8.ขมิ้น	1			1 ^(12, 15)							1	100				
9.ข่า	8	2 ^(12, 13)				4	2				2	25	6	75		
10.ขิง	8	3 ⁽¹²⁾				3	2				3	37.5	5	62.5		
11.ขี้เหล็ก	2					2							2	100		

ตารางที่ 5 แสดงวิธีการใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ตามวิธีการใช้		วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง								วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง		วิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
			สมุนไพร	ทา	นวด	ปรุงอาหาร	ประคบ	พอก	รับประทานสด	อื่นๆ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
12.ชะพลู	7	2 ⁽¹²⁾				2	2				2	28.57	4	57.14	1	14.28
13.ดีปลาช่อน	1														1	100
14.ต้นแค	1					1							1	100		
15.ต้นหอม	1					1							1	100		
16.ตะไคร้	10	2 ⁽¹²⁾				6	2				2	20	8	80		
17.ตะไคร้หอม	1														1	100
18.ตีนนก	1														1	100
19.ตีนเป็ด	1														1	100
20.ถั่งเช่า	2	1							1				2	100		
21.ทองพันชั่ง	1	1 ⁽¹⁴⁾									1	100				
22.เทียนบ้าน	1									1			1	100		

ตารางที่ 5 แสดงวิธีการใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ วิธีการใช้	วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง									วิธีการใช้ที่มี หลักฐานอ้างอิง		วิธีการใช้ที่ไม่มี หลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		ดื่ม	ผสม	ทา	นวด	ปรุงอาหาร	ประคบ	พอก	รับประทานสด	อื่นๆ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
23.นางหวาน	1														1	100
24.ใบบัวบก	1														1	100
25.ใบมะอึน	1								1				1	100		
26.ผักกาดขาว	1														1	100
27.ผักชี	2					2							2	100		
28.ผักชีลาว	1					1							1	100		
29.ผักบุ้ง	1					1							1	100		
30.พริก	1					1							1	100		
31.ไพล	1	1 ⁽¹²⁾									1	100				
32.ฟ้าทะลายโจร	2	1 ⁽¹²⁾									1	50			1	50
33.มะกรูด	2		1 ⁽¹²⁾			1					1	50	1	50		

ตารางที่ 5 แสดงวิธีการใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ตามวิธีการใช้	วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง									วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง		วิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		ดื่ม	สระผม	ทา	นวด	ปรุงอาหาร	ประคบ	พอก	รับประทานสด	อื่นๆ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
34.มะขาม	1								1				1	100		
35.มะเขือ	1					1							1	100		
36.มะนาว	6					6 ⁽¹²⁾					6	100				
37.มะม่วง	1														1	100
38.มะรุม	1					1							1	100		
39.มะละกอ	2								2 ⁽¹²⁾		2	100				
40.มะแว้ง	1														1	100
41.ย่านาง	1	1 ^(12, 14)									1	100				
42.ย่านางแดง	1														1	100
43.รางจืด	1	1 ⁽¹⁴⁾									1	100				
44.ลำไย	1														1	100

ตารางที่ 5 แสดงวิธีการใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้ตามวิธีที่ใช้	วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง									วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง		วิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		สูตร	ส่วนผสม	ทา	นวด	ปรุงอาหาร	ประคบ	พอก	รับประทานสด	อื่นๆ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
45.ว่านชักมดลูก	3	2											2	66.67	1	33.33
46.ว่านหางจระเข้	1			1 ⁽¹²⁾							1	100				
47.ส้ม	1														1	100
48.ส้มแมว	1														1	100
49.เสลดพังพอน	1				1						1	100				
50.หนาด	1							1 ⁽¹⁴⁾			1	100				
51.หนานเฉาเหว่ย	3	3											3	100		
52.หอมแดง	1					1							1	100		
53.หัวปลี	1					1 ⁽¹²⁾					1	100				
54.โหระพา	1														1	100
55.อินคา	2	2											2	100		

ตารางที่ 5 แสดงวิธีการใช้สมุนไพรแต่ละชนิดที่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ต่อ)

	ความถี่ทั้งหมดในการใช้จริงตามวิธีการใช้	วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง									วิธีการใช้ที่มีหลักฐานอ้างอิง		วิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง		ไม่ระบุ	
		ต้ม	ผสม	ทา	นวด	ปรุงอาหาร	ประคบ	พอก	รับประทานสด	อื่นๆ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
รวม	102	25	1	2	1	40	8	1	7	1	31	30.39	53	53.92	18	15.68

จากตารางที่ 6 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างเพศต่อการใช้สมุนไพรพบว่า เพศชายส่วนใหญ่มีการใช้สรรพคุณและส่วนที่ใช้ตามหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 73.33, ร้อยละ 80.00) มีการใช้สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 46.67 มีการใช้ส่วนที่ใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 20.00 และส่วนใหญ่มีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 60) มีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 40.00 เพศหญิงส่วนใหญ่มีการใช้สรรพคุณและส่วนที่ใช้ตามหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 74.63, ร้อยละ 80.39) มีการใช้สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 35.37 มีการใช้ส่วนที่ใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 19.60 และส่วนใหญ่มีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 62.96) มีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 37.04

ในเพศชายและเพศหญิงพบการใช้สมุนไพรเหมือนกันคือ ส่วนใหญ่มีการใช้สรรพคุณและส่วนที่ใช้ตามหลักฐานอ้างอิง และมีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ดังนั้นอาจสรุปได้ว่าเพศไม่มีผลต่อการใช้สมุนไพร

จากตารางที่ 7 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างอายุต่อการใช้สมุนไพรพบว่าคนที่อายุ 13-59 ปี ส่วนใหญ่มีการใช้สรรพคุณและส่วนที่ใช้ตามหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 75, ร้อยละ 88.89) มีการใช้สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 25 มีการใช้ส่วนที่ใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 11.11 ส่วนมีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิงและไม่มีหลักฐานอ้างอิงพบเท่ากันคือ ร้อยละ 50 คนที่อายุมากกว่า 60 ปี ส่วนใหญ่มีการใช้สรรพคุณและส่วนที่ใช้ตามหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 70.00, ร้อยละ 65.31) มีการใช้สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 30.00 มีการใช้ส่วนที่ใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 34.69 และส่วนใหญ่มีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 69.05) มีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ร้อยละ 30.95

ในคนที่อายุ 13-59 ปีและคนที่อายุมากกว่า 60 ปีพบการใช้สมุนไพรเหมือนกันคือ ส่วนใหญ่มีการใช้สรรพคุณและส่วนที่ใช้ตามหลักฐานอ้างอิง และมีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ดังนั้นอาจสรุปได้ว่าอายุไม่มีผลต่อการใช้สมุนไพร

ตารางที่ 6 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างเพศต่อการใช้สมุนไพร

	หลักฐานอ้างอิง	สรรพคุณ (n=82)	ส่วนที่ใช้ (n=79)	วิธีการใช้ (n=88)
ไม่ระบุ	มี	-	5 (62.50%)	2 (22.22%)
	ไม่มี	-	3 (37.50%)	7 (77.78%)
ชาย	มี	11 (73.33%)	16 (80.00%)	10 (40.00%)
	ไม่มี	4 (26.67%)	4 (20.00%)	15 (60.00%)
หญิง	มี	50 (74.63%)	41 (80.39%)	20 (37.04%)
	ไม่มี	17 (25.37%)	10 (19.60%)	34 (62.96%)

ตารางที่ 7 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างอายุต่อการใช้สมุนไพร

ช่วงอายุ	หลักฐานอ้างอิง	สรรพคุณ (n=74)	ส่วนที่ใช้ (n=84)	วิธีการใช้ (n=75)
ไม่ระบุ	มี	-	5 (ร้อยละ 62.5)	2 (ร้อยละ 22.22)
	ไม่มี	-	3 (ร้อยละ 37.5)	7 (ร้อยละ 77.78)
น้อยกว่า 12 ปี	มี	-	-	-
	ไม่มี	-	-	-
13-59 ปี	มี	18 (75.00%)	24 (88.89%)	12 (50.00%)
	ไม่มี	6 (25.00%)	3 (11.11%)	12 (50.00%)
มากกว่า 60 ปี	มี	35 (70.00%)	32 (65.31%)	13 (30.95%)
	ไม่มี	15 (30.00%)	17 (34.69%)	29 (69.05%)

จากตารางที่ 8 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างโรคประจำตัวต่อการใช้สมุนไพรพบว่าคนที่ไม่มีโรคประจำตัว มีโรคประจำตัวเกี่ยวกับเมตาบอลิซึม โรคเกี่ยวกับระบบหัวใจและหลอดเลือด โรคทางกระดูก และโรคทางระบบย่อยอาหาร ส่วนใหญ่มีการใช้สรรพคุณและส่วนที่ใช้ตามหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 83.33, ร้อยละ 73.33, ร้อยละ 84.61, ร้อยละ 100, ร้อยละ 100) (ร้อยละ 73.07, ร้อยละ 78.95, ร้อยละ 82.60, ร้อยละ 92.30, ร้อยละ 0) มีการใช้สรรพคุณที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 44.44, ร้อยละ 26.67, ร้อยละ 15.38, ร้อยละ 0, ร้อยละ 0) มีการใช้ส่วนที่ใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 26.92, ร้อยละ 21.05, ร้อยละ 19.05, ร้อยละ 7.65, ร้อยละ 100) และส่วนใหญ่มีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 36.00, ร้อยละ 35.29, ร้อยละ 46.67, ร้อยละ 11.11, ร้อยละ 0) มีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง (ร้อยละ 64.00, ร้อยละ 67.06, ร้อยละ 53.33, ร้อยละ 88.89, ร้อยละ 100)

ในคนที่ไม่มีโรคประจำตัวและไม่มีโรคประจำตัวพบการใช้สมุนไพรเหมือนกันคือ ส่วนใหญ่มีการใช้สรรพคุณและส่วนที่ใช้ตามหลักฐานอ้างอิง และมีวิธีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิง ดังนั้นอาจสรุปได้ว่าโรคประจำตัวไม่มีผลต่อการใช้สมุนไพร

ตารางที่ 8 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างโรคประจำตัวต่อการใช้สมุนไพร

โรคประจำตัว	หลักฐานอ้างอิง	สรรพคุณ (n=101)	ส่วนที่ใช้ (n=108)	วิธีการใช้ (n=89)
ไม่ระบุ	มี	30 (83.33%)	38 (73.07%)	18 (36.00%)
	ไม่มี	16 (44.44%)	14 (26.92%)	32 (64.00%)
เมตาบอลิซึม	มี	11 (73.33%)	15 (78.95%)	6 (35.29%)
	ไม่มี	4 (26.67%)	4 (21.05%)	8 (47.06%)
ระบบหัวใจและหลอดเลือด	มี	22 (84.61%)	19 (82.60%)	7 (46.67%)
	ไม่มี	4 (15.38%)	4 (19.05%)	8 (53.33%)
กระดูก	มี	13 (100%)	12 (92.30%)	1 (11.11%)
	ไม่มี	0 (0%)	1 (7.69%)	8 (88.89%)
ระบบย่อยอาหาร	มี	1 (100%)	0 (0%)	0 (0%)
	ไม่มี	0 (0%)	1 (100%)	1 (100%)
ระบบประสาท	มี	0	0	0
	ไม่มี	0	0	0

บทที่ 5

สรุปผลการทดลองและข้อเสนอแนะ

จากข้อมูลที่ได้ในงานวิจัยในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 20 ครีวเรือน ส่วนมากเป็นเพศหญิง อายุมากกว่า 60 ปี ไม่ระบุโรคประจำตัว แต่ละครีวเรือนนิยมปลูกสมุนไพรมากกว่า 1 ชนิด สมุนไพรที่นิยมปลูกมากที่สุด คือ ข่า ส่วนใหญ่ มีการใช้สมุนไพรตามสรรพคุณและส่วนที่ใช้ ซึ่งมีหลักฐานอ้างอิง แต่วิธีการใช้ส่วนมากไม่มีหลักฐานอ้างอิง และพบว่าปัจจัยด้านเพศ อายุ และโรคประจำตัว ไม่มีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มที่ใช้สมุนไพรแบบมีหลักฐานอ้างอิง และกลุ่มที่ใช้สมุนไพรแบบไม่มีหลักฐานอ้างอิง

จากข้อมูลที่ได้จากงานวิจัยเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของการใช้สมุนไพรต้นเดียวในครีวเรือนของคนในชุมชน ตำบลชัยมะนาอ อำเภอลำดวน จังหวัดสุรินทร์ อาจแสดงให้เห็นถึงข้อมูลอ้างอิงด้านการใช้สมุนไพร ซึ่งรวมไปถึง สรรพคุณ (indication) ส่วนที่ใช้ (plant part) และวิธีการใช้ (administrative rout) ที่ยังไม่มีข้อมูลเพียงพอ สำหรับสมุนไพรที่มีการใช้จริงในครีวเรือนที่หลากหลาย โดยเฉพาะวิธีการใช้ที่ยังพบว่ามีการใช้จริงแต่ไม่ตรงกับหลักฐานอ้างอิงการใช้สมุนไพรที่มีในปัจจุบัน ทั้งนี้ อาจเกิดจากการขาดข้อมูลอ้างอิงหรือเกิดจากการใช้ที่ผิดวิธีได้ ดังนั้นภาครัฐควรจะมีการให้ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรตามชุมชน และอาจจะมีการเก็บรวบรวมข้อมูลการใช้สมุนไพรอย่างเป็นระบบ รวมถึงการศึกษาค้นคว้าจัดทำฐานข้อมูลให้ครอบคลุม และเผยแพร่ไว้ในแหล่งที่ประชาชนทั่วไปสามารถเข้าถึงได้

อย่างไรก็ตาม จากงานวิจัยนี้ยังมีจำนวนกลุ่มตัวอย่างไม่มากพอ ที่จะสรุปข้อมูลด้านการใช้สมุนไพรได้อย่างแน่ชัด และยังไม่มีการกำหนดปัจจัยที่มีผลต่อการใช้สมุนไพร ทำให้ไม่ทราบว่าสมุนไพรชนิดที่มีการใช้ที่ไม่มีหลักฐานอ้างอิงเกิดจากปัจจัยใด อีกทั้งยังไม่ได้ลงไปเก็บข้อมูลและออกแบบกรอบข้อมูลที่ต้องการจะเก็บด้วยตนเอง ทำให้ข้อมูลบางส่วนขาดหายไป

เอกสารอ้างอิง

1. สำนักงานสถิติแห่งชาติ จำนวนผู้ป่วยใน จำแนกตามกลุ่มสาเหตุป่วย .75 โรค จากสถานบริการสาธารณสุข 2557 [Available from: <http://www.nso.go.th/sites/2014/>].
2. กองการแพทย์ทางเลือก .2552 [Available from: <http://www.thaicam.go.th/index.php>].
3. สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติแผนพัฒนาเศรษฐกิจแห่งชาติฉบับที่ 5 2525-2529 [
4. สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ .2559 [Available from: <https://localfund.happynetwork.org/project/5694>].
5. หริณวรรณ ไทยาแผนปัจจุบันในโรงพยาบาลศูนย์ลำปางและการใช้ยาสมุนไพรทดแทน .โรงพยาบาลชุมชนจังหวัดลำปาง .วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข .2552:412-8.
6. ชატะเวที บ ข้อควรระวังในการใช้สมุนไพร .2556 [Available from: <https://ttmed.psu.ac.th>].
7. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ค ใช้สมุนไพรอย่างไรให้ปลอดภัย .2560 [Available from: <https://ittm.dtam.mopg.go.th/home.html>].
8. วงษ์กระจ่าง ย ข้อควรระวังในการใช้สมุนไพร .2556 [Available from: <https://www.pharmacy.mahidol.ac.th/th/index.php>].
9. SpringNew. ตายแล้ว 1 คนป่วยเบาหวานกินป่าช้าเหงา หมอเตือนอันตรายมาก 2561 [Available from: <https://www.springnews.co.th/thailand/central/353857>].
10. สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ .ศ.ยุทธศาสตร์การแพทย์ดั้งเดิมขององค์การอนามัยโลกพ . 2557-2566 2553. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/92455/9786167697581-tha.pdf>.
11. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา . http://ndi.fda.moph.go.th/uploads/policy_file//20170801145933.pdf [Available from: http://ndi.fda.moph.go.th/uploads/policy_file//20170801145933.pdf].
12. โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืช [สรรพคุณสมุนไพรแบ่งตามกลุ่มอาการ] .Available from: http://www.rspg.or.th/plants_data/herbs/index.html.
13. กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ข้อมูลสมุนไพรพืช .2558 [Available from: http://ttinkl.dtam.moph.go.th/Module1/frmc_herb.aspx].
14. มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ค ฐานข้อมูลสมุนไพร .2552 [Available from: <http://www.phargarden.com/main.php?action=search-advance>].
15. มหาวิทยาลัยมหิดล สดข้อมูล .สมุนไพร [Available from: http://www.medplant.mahidol.ac.th/pubhealth/?fbclid=IwAR3bTkquHDN4uKLuy7cQzslRLz_Klt1D-4PmmB0xIRzpGSy7uPTd6lksGA].

16. ปรีเปรม ศ] การศึกษาด้านเภสัชเวชของหนานเฉาเหว่ย .
17. วงษ์บุญหนัก ปการศึกษาปัญหาและพฤติกรรมการใช้ยา ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารและสมุนไพรของ .
.ารผู้สูงอายุในชุมชนศิระจรเข้้อย จังหวัดสมุทรปราการ วารสาร มฉกวิชาค2559:97-108.
18. ไชยชมภู ส ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคของประชาชน ในเขต .11
กระทรวงสาธารณสุข .วารสารเกื้อการุณย์ .2555:60-74.
19. จันทุม ก .การรักษาโรคด้วยสมุนไพรและตำรับยาโบราณของหมอพื้นบ้าน .J Med Health Sci.
2560:45-57.
20. ไชยเมล์ ปวารสารสาธารณสุข .ปัจจัยที่มีผลต่อการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเบื้องต้น .
.มหาวิทยาลัยบูรพา2554:25-37.
21. วิทย์พิเชฐสกุล สพฤติกรรมการใช้ยาของอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน ตำบลบ่อขวางทอง อำเภอบ่อ .
.วารสารสาธารณสุขมหาวิทยาลัยบูรพา .ทอง จังหวัดชลบุรี2557:117-28.
22. พิมพ์ ฤพฤติกรรมการใช้ยาสมุนไพรของผู้ป่วยโรคเบาหวาน จังหวัดกาญจนบุรี .. วารสารวิทยาลัย
พระบรมราชชนนี กรุงเทพ .2557:14-25.
23. สระถึง ขปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการรักษาบาดแผล ของ .
ประชาชน ตำบลกระดังงา อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลาการประชุมวิชาการระดับชาติด้านวิทยาศาสตร์และ .
เทคโนโลยีเครือข่ายภาคใต้. 2561:976-84.
24. วรเดช สปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลตนเองของอาสาสมัคร .
.สาธารณสุข ประจำหมู่บ้าน อำเภอกงหรา จังหวัดพัทลุง วารสารวิชาการสาธารณสุข2556.
25. ไชยชมภู ส ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคของประชาชนในเขต .11
กระทรวงสาธารณสุข .วารสารเกื้อการุณย์ .2555:60-74.
26. ว่านชักมดลูกปลูกไม่ยาก]Available from:
<https://www.disthai.com/16562467/%E0%B8%A7%E0%B9%88%E0%B8%B2%E0%B8%99%E0%B8%8A%E0%B8%B1%E0%B8%81%E0%B8%A1%E0%B8%94%E0%B8%A5%E0%B8%B9%E0%B8%81-%E0%B8%9B%E0%B8%A5%E0%B8%B9%E0%B8%81%E0%B9%84%E0%B8%A1%E0%B9%88%E0%B8%A2%E0%B8%B2%E0%B8%81>
27. HONESTDOCS ท] ว่านชักมดลูก .
28. HONESTDOCS ท ว่านชักมดลูก .2561 [Available from:
https://www.honestdocs.co/curcuma-comosa?fbclid=IwAR3ZXxhdVYrUCPMgnlkY8BVYQ6Vzq5ZnnMpt-V9M9dBvzGyjHUXd1x_SDzU
29. พบแพทย์พรฟ้าทะเลลายโจร สมุนไพร .ใกล้ตัวกับข้อเท็จจริงทางการแพทย์ 2559 [Available from:
<https://www.pobpad.com/%E0%B8%9F%E0%B9%89%E0%B8%B2%E0%B8%97%E0%B8%B0%E0%B8%A5%E0%B8%B2%E0%B8%A2%E0%B9%82%E0%B8%88%E0%B8%A3->

%E0%B8%AA%E0%B8%A1%E0%B8%B8%E0%B8%99%E0%B9%84%E0%B8%9E%E0%B8%A3
 %E0%B9%83%E0%B8%81%E0%B8%A5%E0%B9%89?fbclid=IwAR3TqixbhKiCldh5zJ8oCh01268
 iiPKMhIvRuSRiV4Kml0XWC_qAJmIPh1o.

30. HONESTDOCS ก ตะไ่รู้ .2561 [Available from: <https://www.honestdocs.co/what-is-lemon-grass?fbclid=IwAR2VtoMJXydzexHuHOMd6x-BarrokOfpqbctareH1dis0IDowvr4mEJyTsU>].

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามการศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและการเข้าถึงบริการสาธารณสุขของชาวบ้าน
ชุมชนบ้านชัยมะนาว ต.หนองหว้า อ.เขาค้อ จ.สระแก้ว
ภายใต้โครงการค่ายหมอยาอาสาพัฒนาชุมชน

โดย เกษิตกร วท.ศร. ฐิตินันท์ เสืออานวย และ ภญ.ศร. ศัทพร ศิริคุณ

คำชี้แจงการเก็บข้อมูลแบบสอบถาม

การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและการเข้าถึงบริการสาธารณสุขของชาวบ้าน ชุมชนบ้านจันทะนาว
ต.จันทะนาว อ.เขาคอรัส จ.สระแก้ว ภายใต้โครงการถ่ายทอดอาสาพัฒนาชุมชน ครั้งที่ 1 ประจำปี 2560
ระหว่างวันที่ 17 - 21 ธันวาคม พ.ศ. 2560

แบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 เป็นส่วนชี้แจงรายละเอียดการกรอกข้อมูลจากการสัมภาษณ์ของนิสิตเภสัชศาสตร์ผู้เก็บข้อมูล โดยประกอบด้วย รหัสและคำอธิบายในแต่ละข้อมูลที่ต้องการเก็บ
- ส่วนที่ 2 เป็นส่วนข้อมูลทั่วไป ที่ได้จากการสัมภาษณ์
- ส่วนที่ 3 เป็นส่วนข้อมูลรายบุคคล ที่ได้จากการสัมภาษณ์
- ส่วนที่ 4 เป็นส่วนข้อมูลเชิงครอบครัว ที่ได้จากการสัมภาษณ์

ส่วนที่ 1 ชี้แจงรายละเอียดการกรอกข้อมูลจากการสัมภาษณ์ของนิสิตเภสัชศาสตร์ผู้เก็บข้อมูล โดยประกอบด้วย รหัสและคำอธิบายในแต่ละข้อมูลที่ต้องการเก็บ

ให้ใช้ระบบการกรอกรหัสคำตอบด้านล่าง เพื่อกรอกข้อมูลในแบบสอบถามในส่วนที่ระบุ

4. เพศ 1 - ชาย 2 - หญิง

5. อายุ 1 - เด็ก อายุต่ำกว่า 12 ปี 2 - ผู้ใหญ่ อายุระหว่าง 13 - 59 ปี 3 - ผู้สูงอายุ อายุเกิน 60 ปี

6. น้ำหนักkg

7. ส่วนสูงcm

8. การศึกษา 1 - ไม่มี 2 - ประถม 3 - มัธยม 4 - ปวช./ปวส.

5 - ป.ตรี 6 - ป.โท 7 - ป.เอก 8 - อื่นๆ ระบุ.....

9. อาชีพ 1 - ไม่ได้ทำงาน 2 - รับจ้างทั่วไป 3 - พนักงานบริษัท

4 - รับราชการ 5 - ค้าขาย 6 - เกษตรกร

7 - อื่นๆ ระบุ.....

10. ลักษณะงานที่ทำ เช่น แยกปูน ทำนาทั้งวัน (ให้กรอกรายละเอียด)

11. รายได้ต่อเดือน 1 - 0 - 5,000 2 - 5,001 - 15,000

3 - 15,001 - 25,000 4 - 25,001 - 35,000

5 - 35,001 - 45,000 6 - 45,001 - 50,000

7 - มากกว่า 50,000

12. สถานะสมรส 1 - โสด 2 - อยู่ด้วยกัน ไม่ได้แต่งงาน

3 - แต่งงาน ยังอยู่ด้วยกัน 4 - หย่าร้าง

โดย เกษมกร วัฒนศิริพันธ์ เอื้ออำนวย และ ศศุ.ศร.คัทวารศิริ ศึกษ

5 - คู่สมรสเสียชีวิต

6 - อื่นๆ ระบุ.....

13. มีบุตรกี่คน คน

14. โรคประจำตัว

1 - ไม่มี

2 - เบาหวาน

3 - ความดันโลหิตสูง

4 - ระดับไขมันในเลือดสูง

5 - โรคหัวใจและหลอดเลือด

6 - โรคเกี่ยวกับกระดูก

7. โรคระบบทางเดินอาหาร

8. ไมเกรน

9. อื่นๆ ระบุ.....

15. สูบบุหรี่

1 - ไม่สูบ

2 - ตามโอกาส

3 - เลิกแล้ว (ให้ตอบข้อ 16)

4 - สูบ วันละมวน

16. เลิกสูบบุหรี่มาแล้วปีเดือน สมัยที่สูบ วันละมวน

17. ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

1 - ไม่ดื่ม

2 - ตามโอกาส

3 - เลิกแล้ว (ให้ตอบข้อ 18)

4 - ดื่ม น้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์

5 - ดื่ม น้อยกว่า 3-5 ครั้ง/สัปดาห์

6 - ดื่ม มากกว่า 5 ครั้ง/สัปดาห์

18. เลิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาแล้วปีเดือน สมัยที่ดื่ม

1 - ดื่ม น้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์

2 - ดื่ม น้อยกว่า 3-5 ครั้ง/สัปดาห์

3 - ดื่ม มากกว่า 5 ครั้ง/สัปดาห์

19. ดื่มน้ำชา/ชา

1 - ไม่ดื่ม

2 - ตามโอกาส

3 - ดื่ม ปริมาณ.....ml/วัน

20. ดื่มเครื่องดื่มร้อนหวาน

1 - ไม่ดื่ม

2 - ตามโอกาส

3 - ดื่ม ปริมาณ.....แก้ว/วัน

21. ดื่มน้ำกาแฟ

1 - ไม่ดื่ม

2 - ตามโอกาส

3 - ดื่ม ปริมาณ.....แก้ว/วัน (ให้ตอบข้อ 22)

22. ใส่น้ำตาล.....ช้อนชา

23. งานอดิเรก (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)

1 - อ่านหนังสือ

2 - ฟังเพลง

3 - เล่น internet

4 - เล่นกีฬา

5 - อื่นๆ ระบุ.....

โดย เกษีกร วร.ศร. ภูมิตันท์ เขียวขาว และ ญ.ร. ศีพรวิ ศรีสุข

แบบสอบถาม

การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและการเข้าถึงบริการสาธารณสุขของชาวบ้าน ชุมชนบ้านจันทะนาว
ต.จันทะนาว อ.เขาฉกรรจ์ จ.สระแก้ว ภายใต้โครงการถ่ายทอดขยายอาสาพัฒนาชุมชน ครั้งที่ 1 ประจำปี 2560
ระหว่างวันที่ 17 - 21 ธันวาคม พ.ศ. 2560

ส่วนที่ 2 ข้อมูลทั่วไป

1. บ้านเลขที่..... หมู่.....
2. ผู้ให้ข้อมูล ชื่อ-สกุล..... เบอร์โทรศัพท์.....
(สำรอง) ชื่อ-สกุล..... เบอร์โทรศัพท์.....
3. จำนวนสมาชิกในครอบครัว.....คน ☐☐☐ เล็ก อายุต่ำกว่า 12 ปี จำนวน..... คน
☐ ผู้ใหญ่ อายุระหว่าง 13 - 59 ปี จำนวน..... คน
☐ ผู้สูงอายุ อายุเกิน 60 ปี จำนวน..... คน

ผู้เก็บข้อมูล โทรศัพท์..... (ตัวแทน)

โดย เกษิตกร วรศร.ภูติบัณฑิต อี้อำนวย และ ภญ.ดร.ภัทรวดี ศรีสุข

ส่วนที่ 4

ข้อมูลเชิงครอบครัว (วงกลมรอบชื่อ)

24. ใช้บริการ รพต./โรงพยาบาล/คลินิก ในระยะเวลา 3 เดือน จำนวน.....ครั้ง

25. ขณะที่บ้านมียาอะไรบ้าง (ระบุได้มากกว่า 1 ชื่อ)

1 = ชุดทำแผล

2 = ยาแก้ปวด Paracetamol

3 = ยาแก้แพ้เม็ดเหลือง Chlorpheniramine

4 = ยาลดกรด Antacid

5 = น้ำตาลเกลือแร่ O.R.S.

6 = อื่นๆ ระบุ.....

26. ภายในระยะเวลา 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ได้ซื้อ/รับ ยาหรือเภสัชภัณฑ์ใดจาก รพต./โรงพยาบาล หรือไม่

1 = ไม่ได้ซื้อ 2 = ซื้อ ระบุ...../ถ้าไม่รู้ ตามอาการและโรค ถ่ายรูปยามา)

		5 = ดีมาก	4 = ดี	3 = ปานกลาง	2 = พอใช้	1 = ต้องปรับปรุง
27.	ความพึงพอใจโดยรวมที่ใช้บริการ					
28.	ความสะดวกในการเดินทางไปยัง รพต./รพ. ที่ใช้บริการประจำ					
29.	ความรวดเร็วในการให้บริการ					
30.	มีอาสาสมัครบริการ					
31.	บริการสี สุภาพ					
32.	ยาที่ได้มา กินแล้วอาการดีขึ้น/หาย					

33. ท่านเคยไปรับบริการ รพต./รพ. ในยามวิกาล (18:00 – 6:00 น.) หรือไม่

1 = ไม่เคย

2 = เคย (ให้ตอบข้อ 34)

		5 = ดีมาก	4 = ดี	3 = ปานกลาง	2 = พอใช้	1 = ต้องปรับปรุง
34.	ความสะดวกรวดเร็วในการให้บริการในยามวิกาล					

35. ในเดือนที่ผ่านมา ซื้อยาที่ร้านขายยา.....ครั้ง

36. ในปีที่ผ่านมา มีสมาชิกในครอบครัวเสียชีวิต.....คน ระบุสาเหตุ.....

สิ้นสุดแบบสอบถาม

ส่วนที่ 3

ข้อมูลรายบุคคล

ชื่อ-สกุล	4. เพศ	5. อายุ	6. น้ำหนัก	7. ส่วนสูง	8. การศึกษา	9. อาชีพ	10. ลักษณะงานที่ทำ	11. รายได้ต่อเดือน	12. สถานะสมรส	13. มีบุตรกี่คน
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										

ชื่อ-สกุล	14. โรคประจำตัว	15. สูบบุหรี่	16. เลิกสูบบุหรี่มาแล้ว	17. ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	18. เลิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาแล้ว	19. ดื่มน้ำอัดลม	20. ดื่มเครื่องดื่มรสหวาน	21. ดื่มกาแฟ	22. ใส่น้ำตาล	23. งานอดิเรก
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										

โดย เกษียร วร.ศ. วัชรินทร์ เชื้ออานวย และ ภญ.ดร.ภัทรวดี ศรีคุณ

คำชี้แจงการเก็บข้อมูลแบบสอบถาม

การศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพและการเข้าถึงบริการสาธารณสุขของชาวบ้าน ชุมชนบ้านจันทน์
ต.จันทน์ อ.เขาฉกรรจ์ จ.สระแก้ว ภายใต้โครงการค่ายหมอยาอาสาพัฒนาชุมชน ครั้งที่ 2 ประจำปี 2561
ระหว่างวันที่ 15 - 19 ธันวาคม พ.ศ. 2561

แบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 เป็นส่วนชี้แจงรายละเอียดการกรอกข้อมูลจากการสัมภาษณ์ของนิสิตเภสัชศาสตร์ผู้เก็บข้อมูล โดยประกอบด้วย รหัสและคำอธิบายในแต่ละข้อมูลที่ต้องการเก็บ
- ส่วนที่ 2 เป็นส่วนข้อมูลทั่วไป ที่ได้จากการสัมภาษณ์
- ส่วนที่ 3 เป็นส่วนข้อมูลรายบุคคล ที่ได้จากการสัมภาษณ์
- ส่วนที่ 4 เป็นส่วนข้อมูลเชิงครอบครัว ที่ได้จากการสัมภาษณ์

ส่วนที่ 1 ชี้แจงรายละเอียดการกรอกข้อมูลจากการสัมภาษณ์ของนิสิตเภสัชศาสตร์ผู้เก็บข้อมูล โดยประกอบด้วย รหัสและคำอธิบายในแต่ละข้อมูลที่ต้องการเก็บ

ให้ใช้ระบบการกรอกรหัสคำตอบด้านล่าง เพื่อกรอกข้อมูลในแบบสอบถามในส่วนที่ระบุ

4. เพศ 1 - ชาย 2 - หญิง
5. อายุ 1 - เด็ก อายุต่ำกว่า 12 ปี 2 - ผู้ใหญ่ อายุระหว่าง 13 - 59 ปี 3 - ผู้สูงอายุ อายุเกิน 60 ปี
6. น้ำหนักkg
7. ส่วนสูงcm
8. การศึกษา 1 - ไม่มี 2 - ประถม 3 - มัธยม 4 - ปวช./ปวส.
 5 - ป.ตรี 6 - ป.โท 7 - ป.เอก 8 - อื่นๆ ระบุ.....
9. อาชีพ 1 - ไม่ได้ทำงาน 2 - รับจ้างทั่วไป 3 - พนักงานบริษัท
 4 - รับราชการ 5 - ค้าขาย 6 - เกษตรกร
 7 - อื่นๆ ระบุ.....
10. ลักษณะงานที่ทำ เช่น แบกปูน ทำนาทั้งวัน (ให้กรอกรายละเอียด)
11. รายได้ต่อเดือน 1 - 0 - 5,000 2 - 5,001 - 15,000
 3 - 15,001 - 25,000 4 - 25,001 - 35,000
 5 - 35,001 - 45,000 6 - 45,001 - 50,000
 7 - มากกว่า 50,000
12. สถานะสมรส 1 - โสด 2 - อยู่ด้วยกัน ไม่ได้แต่งงาน
 3 - แต่งงาน อยู่ด้วยกัน 4 - หย่าร้าง
 5 - คู่สมรสเสียชีวิต 6 - อื่นๆ ระบุ.....
13. มีบุตรกี่คน คน
14. โรคประจำตัว 1 - ไม่มี 2 - เบาหวาน
 3 - ความดันโลหิตสูง 4 - ระดับไขมันในเลือดสูง
 5 - โรคหัวใจและหลอดเลือด 6 - โรคเกี่ยวกับกระดูก

โดย เกษัชกร วศ.ศ. ฐิตินันท์ เชื้ออำพน และ ภญ.ดร.คัทรวดี ศรีสุข

7. โรคระบบทางเดินอาหาร

8. ไม่ทราบ

9. อื่นๆ ระบุ.....

15. สุขบุพบที่ 1 - ไม่สุข 2 - ตามโอกาส 3 - เสียแล้ว (ให้ตอบข้อ 16) 4 - สุข วันละมวน

16. เบิกสุขบุพบที่เริ่มแล้วปีเดือน สมัยที่สุข วันละมวน

17. ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

1 - ไม่ดื่ม

2 - ตามโอกาส

3 - เสียแล้ว (ให้ตอบข้อ 18)

4 - ดื่ม น้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์

5 - ดื่ม น้อยกว่า 3-5 ครั้ง/สัปดาห์

6 - ดื่ม มากกว่า 5 ครั้ง/สัปดาห์

18. เบิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาแล้วปีเดือน สมัยที่ดื่ม

1 - ดื่ม น้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์

2 - ดื่ม น้อยกว่า 3-5 ครั้ง/สัปดาห์

3 - ดื่ม มากกว่า 5 ครั้ง/สัปดาห์

19. ดื่มน้ำอัดลม

1 - ไม่ดื่ม

2 - ตามโอกาส

3 - ดื่ม ปริมาณ.....ml/วัน

20. ดื่มเครื่องดื่มรสหวาน

1 - ไม่ดื่ม

2 - ตามโอกาส

3 - ดื่ม ปริมาณ.....แก้ว/วัน

21. ดื่มน้ำกาแฟ

1 - ไม่ดื่ม

2 - ตามโอกาส

3 - ดื่ม ปริมาณ.....แก้ว/วัน (ให้ตอบข้อ 22)

22. ใส่น้ำตาล.....ช้อนชา

23. งานอดิเรก (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)

1 - อ่านหนังสือ

2 - ฟังเพลง

3 - เล่น internet

4 - เล่นกีฬา

5 - อื่นๆ ระบุ.....

โดยเภสัชกร รศ.ดร.จิตินันท์ เชื้ออำนาจ และ ญ.ดร.ศิวภาณี ศรีคุณ

แบบสอบถาม

การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและการเข้าถึงบริการสาธารณสุขของชาวบ้าน ชุมชนบ้านจันทะนาว
ต.จันทะนาว อ.เขาฉกรรจ์ จ.สระแก้ว ภายใต้โครงการค้ำหมอยาอาสาพัฒนาชุมชน ครั้งที่ 1 ประจำปี 2560
ระหว่างวันที่ 17 - 21 ธันวาคม พ.ศ. 2560

ส่วนที่ 2

ข้อมูลทั่วไป

1. บ้านเลขที่..... หมู่.....
 2. ผู้ให้ข้อมูล ชื่อ-สกุล..... เบอร์โทรศัพท์.....
(ถ้ามี) ชื่อ-สกุล..... เบอร์โทรศัพท์.....
 3. จำนวนสมาชิกในครอบครัว.....คน

☐ เด็ก	อายุต่ำกว่า 12 ปี	จำนวน.....คน
☐ ผู้ใหญ่	อายุระหว่าง 13 - 59 ปี	จำนวน.....คน
☐ ผู้สูงอายุ	อายุเกิน 60 ปี	จำนวน.....คน
- ผู้เก็บข้อมูล โทรศัพท์..... (ตัวแทน)

ส่วนที่ 4

ข้อมูลเชิงครอบครัว (วงกลมรอบข้อ)

24. ได้รับการ รพสต./โรงพยาบาล/คลินิก ในระยะเวลา 3 เดือน จำนวน.....ครั้ง
25. ขณะนี้ที่บ้านมียาอะไรบ้าง (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)

1 - ชุดห้ามเลือด	2 - ยาลดไข้ Paracetamol
3 - ยาแก้แพ้มีดเหลือง Chlopheniramine	4 - ยาลดกรด Antacid

โดย เกษียร วัฒนกิจนันท์ เจริญอำนวย และ ภญ.ดร.ภัทรวดี ศรีสุข

5 - บ้ำตาลเกลือแร่ O.R.S.

6 - อื่นๆ ระบุ.....

26. ภายในระยะเวลา 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ได้ขอ/รับ ยาหรือเภสัชภัณฑ์ใดจาก รพสต./โรงพยาบาล หรือไม่

1 - ไม่ได้ขอ 2 - ขอ ระบุ.....(ถ้าไม่รู้ ตามอาการและโรค ถ่ายรูปยามา)

		5 - ดีมาก	4 - ดี	3 - ปานกลาง	2 - พอใช้	1 - ต้องปรับปรุง
27.	ความพึงพอใจโดยรวมที่ไปใช้บริการ					
28.	ความสะดวกในการเดินทางไปถึง รพสต./รพ. ที่ให้บริการประจำ					
29.	ความรวดเร็วในการให้บริการ					
30.	มีไปตามต้องการ					
31.	บริการดี สุภาพ					
32.	ยาที่ได้มา กินแล้วอาการดีขึ้น/หาย					

33. ท่านเคยไปรับบริการ รพสต./รพ. ในยามวิกาล (18:00 – 6:00 น.) หรือไม่

1 - ไม่เคย

2 - เคย (ให้ตอบข้อ 34)

		5 - ดีมาก	4 - ดี	3 - ปานกลาง	2 - พอใช้	1 - ต้องปรับปรุง
34.	ความสะดวกรวดเร็วในการให้บริการในยามวิกาล					

35. ในเดือนที่ผ่านมา ซื้อยาที่ร้านขายยา.....ครั้ง

36. ในปีที่ผ่านมา มีสมาชิกในครอบครัวเสียชีวิต.....คน ระบุสาเหตุ.....

สิ้นสุดแบบสอบถาม

ส่วนที่ 3 ข้อมูลรายบุคคล

ชื่อ-สกุล	4. เพศ	5. อายุ	6. น้ำหนัก	7. ส่วนสูง	8. การศึกษา	9. อาชีพ	10. ลักษณะงานที่ทำ	11. รายได้ต่อเดือน	12. สถานะสมรส	13. มีบุตรกี่คน
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										

ชื่อ-สกุล	14. โรคประจำตัว	15. สูบบุหรี่	16. เลิกสูบบุหรี่มาแล้ว	17. ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	18. เลิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาแล้ว	19. ดื่มน้ำอัดลม	20. ดื่มเครื่องดื่มรสหวาน	21. ดื่มกาแฟ	22. ใส่น้ำตาล	23. งานอดิเรก
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										

ภาคผนวก ข

แบบสอบถามการศึกษาพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในครัวเรือน ชุมชนบ้านชัยมะนาว
และบ้านทรัพย์สมบูรณ์ ต.หนองหว่า อ.เขาฉกรรจ์ จ.สระแก้ว
ภายใต้โครงการค่ายหมอยาอาสาพัฒนาชุมชน

แบบสอบถาม

การศึกษาดูการพัฒนาระบบสารสนเทศในครัวเรือน ชุมชนบ้านชะมะนาว และบ้านทรัพย์สมบูรณ์ ต.หนองหว้า อ.เขาฉกรรจ์ จ.สระแก้ว

ภายใต้โครงการคำขอหมายฯ พัฒนาชุมชน ครั้งที่ 2 ประจำปี 2561

ระหว่างวันที่ 15-19 ธันวาคม พ.ศ. 2561

วัตถุประสงค์ เพื่อเก็บข้อมูลการพัฒนาระบบสารสนเทศในครัวเรือนที่ใช้จริงของชุมชนที่มี หรือปลุกในครัวเรือน หรือ ชื้อหามา

คำชี้แจงการเก็บข้อมูลแบบสอบถาม

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ส่วนของข้อมูลทั่วไปในครัวเรือน ที่ได้จากการสัมภาษณ์

ส่วนที่ 2 ส่วนของข้อมูลสารสนเทศ ที่ได้จากการสัมภาษณ์

ส่วนที่ 3 ส่วนอ้างอิงของข้อมูลสารสนเทศในงานสาธารณสุขมูลฐาน

- ส่วนนี้ใช้เพื่อประกอบองค์ความรู้ของผู้เก็บแบบสอบถาม ซึ่งหากพบสารสนเทศนอกเหนือจากรายการที่มี ให้ทำการเก็บข้อมูลปกติ -

ส่วนที่ 1 ส่วนของข้อมูลทั่วไปในครัวเรือน ที่ได้จากการสัมภาษณ์

1. บ้านเลขที่ หมู่ที่
2. ผู้ให้ข้อมูล ชื่อ-สกุล..... เบอร์โทรศัพท์.....
3. ผู้เก็บข้อมูล โทรศัพท์..... (ตัวแทนกลุ่ม)

ส่วนที่ 2 ส่วนของข้อมูลสมุนไพร ที่ได้จากการสัมภาษณ์

	ชื่อพืช	ส่วนที่ใช้	สรรพคุณ	วิธีใช้
ตัวอย่าง				
1	กะเพรา	ใบ	ขับลม	คั้นสด ผสมน้ำร้อน ดื่ม
2	กะเพรา	ทั้งต้น	ขับลม	ต้มเอาน้ำดื่ม
ให้จำแนกชนิดสมุนไพรและเจาะจงวิธีการใช้ ส่วนที่ใช้ สรรพคุณ และวิธีการใช้อย่างแม่นยำของสมุนไพรแต่ละชนิด				
1				
2				

	ชื่อพืช	ส่วนที่ใช้	สรรพคุณ	วิธีใช้
3				
4				
5				
6				
7				

ภาคผนวก ค
แบบฟอร์มรายงานการเงิน

รายงานสรุปการเงิน

โครงการวิจัยประเภทงบประมาณเงินรายได้คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2562 มหาวิทยาลัยบูรพา

ชื่อโครงการ การสำรวจพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในครัวเรือนของคนในชุมชน ตำบลซับมะนาว

อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัยและผู้รับทุน

นสภ. กาญจนันท์.....แยมสัจจา.....รหัส 58210229 (หัวหน้าโครงการวิจัย)

รายงานในช่วงตั้งแต่วันที่ (วัน/เดือน/ปี) 1/1/62 ถึงวันที่ (วัน/เดือน/ปี) 8/11/62

ระยะเวลาดำเนินการ..... - ปี 10 เดือน ตั้งแต่วันที่ (วัน/เดือน/ปี) 1/1/62

รายรับ

จำนวนเงินที่ได้รับ (100%)..... 3000 บาท เมื่อวันที่ เดือน ปี 24/9/62

รายจ่าย

รายการ	งบประมาณที่ตั้งไว้	งบประมาณที่ใช้จริง	จำนวนเงินคงเหลือ/เกิน
1.ค่าวัสดุ	1,000	1,000	0
2.ค่าใช้สอย	2,000	2,000	0
รวม	3,000	3,000	0

(.....)

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการงานวิจัย

ภาคผนวก ง
อักขรวิธีสุทธิ

Plagiarism Checking Report

Created on Nov 24, 2019 at 23:10 PM

[View Full Document](#)
[Print Report](#)

Submission Information

ID	SUBMISSION DATE	SUBMITTED BY	ORGANIZATION	FILENAME	STATUS	SIMILARITY INDEX
1449412	Nov 24, 2019 at 23:10 PM	58210027@go.buu.ac.th	มหาวิทยาลัยบูรพา	ลำดับที่ 20 A survey of traditional Thai herbal medicinal usages of villagers at community of Sabmanao subdistrict, Khaochakan district, Srakaew province.pdf	Completed	0.14 %

Match Overview

Show entries

Search:

NO.	TITLE	AUTHOR(S)	SOURCE	SIMILARITY INDEX
1	ปัจจัยจูงใจที่มีผลต่อขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการโรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ 17, Motivation factors affecting affecting morale for working of Somdejprasangkharach XVII hospital officers	ฉันทิชา เจริญศิลป์	มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	0.14 %

NO.	TITLE	AUTHOR(S)	SOURCE	SIMILARITY INDEX
-----	-------	-----------	--------	------------------

Showing 1 to 1 of 1 entries

First Previous 1 Next Last

Match Details

TEXT FROM SUBMITTED DOCUMENT	TEXT FROM SOURCE DOCUMENT(S)
การสุ่มอย่างเป็นระบบจำนวน 414 คนสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ร้อยละค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทดสอบค่าทีวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวและสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน โดยจากผลการศึกษาพบว่าพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคทั้ง 5 กลุ่มได้แก่กลุ่ม	ย้าบาลสมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ 17 4) เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยจูงใจกับขวัญและกำลังใจของข้าราชการโรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ 17 กลุ่มตัวอย่างคือข้าราชการของโรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ 17 จำนวน 170 คนเครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นซึ่งหาค่าความเชื่อมั่นได้ 0.980 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าร้อยละค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการทดสอบค่าทีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน โดยมีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผลการวิจัยพบว่า 1) ปัจจัยจูงใจของข้าราชการโรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ 17

ภาคผนวก จ

ใบรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย



ใบรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและยินยอม

หมายเลขข้อเสนอการวิจัย ๒๘/๒๕๖๒
 (งบประมาณประจำปี ๒๕๖๒)

ข้อเสนอการวิจัยนี้และเอกสารประกอบของข้อเสนอการวิจัยตามรายการแสดงด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพาแล้ว คณะกรรมการฯ มีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยที่จะดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับ

ชื่อข้อเสนอโครงการวิจัย : การสำรวจพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในครัวเรือนของคนในชุมชน ตำบลชะบะนา
 อำเภอเขาฉกรรจ์ จังหวัดสระแก้ว

สถาบันที่สังกัด : คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ผู้วิจัย : นสภ.กาญจนา นันท์ แย้มสัจจา

ลงนาม

(ศาสตราจารย์ ดร.ณัฐณี ธีรกุลกิตติพงศ์)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

หมายเลขรับรอง : ๒๘/๒๕๖๒

วันที่ให้การรับรอง : วันที่ ๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๒

วันหมดอายุรับรอง : วันที่ ๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๓