

การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแล
สมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

วิทยานิพนธ์
ของ
สัมพันธ์ กล้าโกลม

เสนอต่อมหาวิทยาลัยมหาสารคาม เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวัฒนธรรมศาสตร์
กันยายน 2559
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

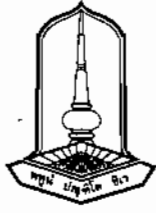


การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแล
สมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

วิทยานิพนธ์
ของ
สัมพันธ์ กล้าโกลม

เสนอต่อมหาวิทยาลัยมหาสารคาม เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวัฒนธรรมศาสตร์
กันยายน 2559
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม





คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณาวิทยานิพนธ์ของนายสัมพันธ์ กล้าโกมล
แล้วเห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชาวัฒนธรรมศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....
(ผศ.ดร.ไมสิด แพงสร้อย)

ประธานกรรมการ
(อาจารย์บัณฑิตศึกษาประจำคณะ)

.....
(รศ.ดร.ทรงคุณ จันทจร)

กรรมการ
(อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก)

.....
(ผศ.ดร.ประสงค์ สีหนาม)

กรรมการ
(อาจารย์บัณฑิตศึกษาภายนอกคณะ)

.....
(อาจารย์ ดร.ทักษิณาร์ ไกรราช)

กรรมการ
(ผู้ทรงคุณวุฒิ)

มหาวิทยาลัยอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวัฒนธรรมศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

.....
(ผศ.ดร.ชิสิกกา วรรณจันทร์)
คณบดีคณะวัฒนธรรมศาสตร์

.....
(ศ.ดร.ประดิษฐ์ เทอดทูล)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ 30 เดือน ก.ย. พ.ศ. 2554



ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความกรุณาช่วยเหลืออย่างสูงยิ่งจากท่าน รองศาสตราจารย์ ดร.ทรงคุณ จันทจร ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ที่ท่านได้ให้ความเมตตาประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ ตลอดจนคำแนะนำ วิธีคิด หลักการเขียนอย่างถูกต้อง ควบคุมดูแลอย่างใกล้ชิด กำหนดหลักเกณฑ์ต่างๆ เพื่อง่ายและสะดวกรวดเร็ว ครอบคลุมเนื้อหาอย่างกระชับ ถูกต้องตามหลักของการทำวิทยานิพนธ์ บางครั้งก็เร่งรัด กัดดันเพื่อให้ทันกับระยะเวลาจนทำให้ผู้วิจัยเกิดความเครียดและท้อแท้ เปื่อหน่าย แต่ก็ได้รับกำลังใจจากท่านให้ต่อสู้ เกิดความมุมานะที่จะฟันฝ่าอุปสรรคนานัปการ จนในที่สุดวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ก็สำเร็จสมบูรณ์แบบอย่างป็นรูปธรรม สมตั้งใจที่ตั้งความหวังเอาไว้ บุญคุณอันใหญ่หลวงนี้ยากที่จะลืมเลือน ผู้วิจัยจะขอตราไว้ในดวงจิตตลอดไป และขอถือโอกาสนี้ กราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โฆษิต แพงสร้อย ประธานกรรมการสอบ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประสงค์ สีหนาม กรรมการสอบ อาจารย์ ดร.ทักษิณาร์ ไกรราช กรรมการสอบ ที่กรุณาได้ให้คำแนะนำ เสนอแนะและตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่อง จนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ผู้วิจัยขอถือโอกาสนี้กราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศาสตรา เหล่าอรระคะ ประธานกรรมการสอบ และอาจารย์ ดร.ควันเทียน พรยาศรี กรรมการคุมสอบวิทยานิพนธ์เมื่อครั้งที่ผู้วิจัยสอบเค้าโครงสอบสามบท ท่านทั้งสองได้ให้คำแนะนำ แก้ไขและชี้แนะหลักการเขียน และการวางรูปแบบที่ถูกต้อง จนทำให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี แม้ในเวลาต่อมาท่านทั้งสองจะมีได้มีโอกาสเข้ามาเป็นกรรมการสอบ และควบคุมวิทยานิพนธ์ โดยไม่ทราบเหตุผลแต่ท่านทั้งสองยังให้ความเมตตา คอยติดตามดูแลให้คำปรึกษา ช่วยเหลืองานวิจัยในครั้งนี้ตลอดมา ผู้วิจัยยังระลึกถึงบุญคุณท่านทั้งสองตลอดเวลาไม่รู้ลืม

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.ยิ่ง กิริติบุรณะ ที่ให้ความอนุเคราะห์แนะนำข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับเอกสารและการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม รวมทั้งหลักการและแง่คิดในการทำวิทยานิพนธ์เชิงปฏิบัติการของผู้วิจัย แบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) การวิจัยและพัฒนา (Research and Development : R&D) และการวิจัยเชิงประเมินผล (Evaluation Research) มาผสมกลมกลืนอย่างน่าอัศจรรย์ ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์แบบอย่างครบถ้วน ด้วยกระบวนการและวิธีการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยขอถือโอกาสนี้กราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอขอบพระคุณ ท่านบุญจันทร์ ทิพชัย นายกเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด เจ้าหน้าที่พนักงานเทศบาลรวมทั้งขอบพระคุณบุคลากร หมอพื้นบ้าน แพทย์แผนไทย ผู้นำชุมชน ผู้ที่เกี่ยวข้องทุกท่านที่ให้ข้อมูล ให้การช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามและการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการและให้คำแนะนำตลอดจนอนุเคราะห์สถานที่ แปลงทดลองปลูกพืชสมุนไพร ในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ อาจารย์นันทภพ เมธาเวชวิชิต ผู้อำนวยการสถาบันการแพทย์แผนไทย อัจฉราที่ได้อบรมสั่งสอนและถ่ายทอดความรู้วิชาการด้านแพทย์แผนไทย และให้ความช่วยเหลือให้คำแนะนำอันทรงคุณค่า จนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี



ขอขอบพระคุณ คุณหมอแดง ดร.นงลักษณ์ ศรีขจรเกียรติ ผู้อำนวยการสถาบันการแพทย์
แผนไทยขจรเกียรติ ที่ได้ส่งเสริมให้การสนับสนุน เป็นกำลังใจและอยู่เคียงข้างตลอดมา

คุณค่าและประโยชน์จากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบให้เป็นเครื่องบูชาดวงวิญญาณ
บุพการี คุณพ่อเกียรติ คุณแม่สงวน กล้าโกมล บิดาและมารดาบังเกิดเกล้า ผู้ล่วงลับไปแล้วด้วย
ความกตัญญู และระลึกถึงพระคุณที่ให้ชีวิต เลี้ยงดู และให้ความอบอุ่น ตลอดจนบูรพาจารย์ทุกท่าน
ที่ให้พื้นฐานทางการศึกษาแก่ผู้วิจัย จนได้ประสบความสำเร็จในชีวิต หน้าที่การงานและยิ่งไปกว่า
นั้น ผู้วิจัยขอมอบวิทยานิพนธ์นี้ให้กับวงการแพทย์แผนไทย เพื่อนำไปใช้ให้ก่อเกิดประโยชน์ในการ
พัฒนาการแพทย์แผนไทย ชุมชน สังคม และประเทศชาติต่อไป

สัมพันธ์ กล้าโกมล



ชื่อเรื่อง	การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
ผู้วิจัย	นายสัมพันธ์ กล้าโกมล
อาจารย์ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ดร.ทรงคุณ จันทจร
ปริญญา	ปร.ด. สาขาวิชา วัฒนธรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัย	มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ปีที่พิมพ์ 2559

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผสมผสานกับการทดลองในภาคสนาม มีจุดมุ่งหมายของการวิจัยประการที่ 1) เพื่อศึกษาภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ประการที่ 2) เพื่อศึกษาปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ประการที่ 3) เพื่อศึกษารูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัยในพื้นที่เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสังเกต แบบสัมภาษณ์แบบสนทนากลุ่ม และแบบบันทึกการประชุมเชิงปฏิบัติการ จากกลุ่มผู้รู้ 21 คน กลุ่มผู้ปฏิบัติ 41 คน กลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป 20 คน ระหว่างเดือนมีนาคม 2558 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ 2559 การตรวจสอบข้อมูลใช้เทคนิคการตรวจสอบแบบสาม (Triangulation Techniquc) และนำเสนอผลการวิจัยโดยวิธีพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis)

ผลการวิจัยพบว่า ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ได้รับการสืบทอดจากบรรพบุรุษ โดยการท่องจำและการสืบทอดจากตำรา ที่มีการบันทึกไว้อย่างรอบคอบ เพื่อกันการลอกเลียนแบบ หมอพื้นบ้านสมุนไพรรักษาโรคได้แปลความหมายจากหลักฐาน ตลอดจนความรู้และประสบการณ์ตรงของตนเอง มีการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคอย่างเป็นขั้นตอน โดยการปลูกในแปลงทดลอง ให้มีความสำคัญกับการปลูกที่ปราศจากสารเคมี ให้ได้สมุนไพรมีฤทธิ์ทางโอสถสารทางยาอย่างเต็มที่

การอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การลดลงและการสูญพันธุ์ สาเหตุเนื่องจากการบุกรุกทำลายป่า แต่ปัจจุบันความต้องการใช้สมุนไพรรักษาโรคมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น ทำให้สมุนไพรรักษาโรคขาดแคลน แต่ไม่มีการปลูกทดแทน สมุนไพรรักษาโรคส่วนหนึ่งสามารถนำมาประกอบอาหารหรือที่เรียกว่าอาหารเป็นยา เช่น พริกไทย หัว้าเห้วหมูบอระเพ็ดกระชายขิงกระเทียมดีปลี โถไม้รู้ลิม ชะพลูมะแว้งต้นมะแว้งเครือมะเขือขึ้นปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ ปัญหาหลายประการเนื่องจากขาดหน่วยงานกลางในระดับพื้นที่ในการอนุรักษ์การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านที่มีอยู่ เป็นหลักสำคัญ และก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด ต้องใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ ทุกด้าน ทั้งด้านการคัดพันธุ์ การเตรียมดิน การปลูก การให้น้ำการให้ปุ๋ย การกำจัดวัชพืช และการขยายพันธุ์การอนุรักษ์ต้องให้เกิดการพัฒนาและได้ผลจริง



รูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษยพบว่าเป็นรูปแบบที่เกี่ยวกับการสัมฤทธิ์ผลของการทดลองปลูกพืชสมุนไพรรอายุวัฒนะจะได้ผลจริงในแปลงทดลองปลูก โดยมีขั้นตอนและวิธีการดังนี้ การคัดพันธุ์ การเตรียมดิน การปลูก การให้น้ำการให้ปุ๋ย การกำจัดวัชพืช และการขยายพันธุ์ ทำให้สมุนไพรรอายุวัฒนะเจริญเติบโตได้ดีและได้ผลจริง ทั้งๆ ที่พื้นที่ในแปลงทดลองปลูกอยู่ในสภาพแห้งแล้ง ดินเป็นดินทรายสภาพเสื่อมโทรม จากผลการตรวจสอบสภาพของดิน พบว่าดินขาดธาตุอาหารหลายอย่าง จึงต้องทำการบำรุงดินด้วยปุ๋ยพืชสด เช่น ปอเทือง และใส่ปุ๋ยอินทรีย์ที่ผลิตขึ้นในชุมชน จนทำให้ชุมชนได้พบการศึกษาและการเรียนรู้ ด้านการอนุรักษ์สมุนไพรรอย่างมีประสิทธิภาพ

ผลการวิจัยพบว่า มีหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน ให้ความสนใจเกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรรอายุวัฒนะ หน่วยงานภาครัฐ เช่นสวนสมุนไพรรกรมวิทยาศาสตร์การแพทย จังหวัดจันทบุรี ,สวนสมุนไพรรสมเด็จพระเพทรัตนราชสุตาฯ สยามบรมราชกุมารี จังหวัดระยอง, อุทยานธรรมชาติวิทยาสิริรุกขชาติ จังหวัดนครปฐม รวมทั้งหน่วยงานภาคเอกชนประกอบด้วยกลุ่มสมุนไพรรบ้านดงบัง จังหวัดปราจีนบุรี, มูลนิธิโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์ จังหวัดปราจีนบุรี, โรงพยาบาลแพทยแผนไทยสังฆทานโอสถ 999 จังหวัดนนทบุรี, สถานพยาบาลโรคยศาลวัดคำประมง จังหวัดสกลนคร, สวนสมุนไพรรพรอดม จังหวัดชลบุรี,สวนสมุนไพรรหมอโรจน์ จังหวัดระยอง แต่ละแห่งมีหน้าที่ให้การศึกษาและสนับสนุนในเรื่องนี้ สิ่งที่สำคัญที่สุดคือการค้นพบการขยายพันธุ์สมุนไพรร ด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ที่เรียกว่าการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ (Tissue Culture) เช่นสมุนไพรรหายากและกำลังจะสูญพันธุ์ การขยายพันธุ์สมุนไพรรโดยวิธีนี้เป็นกรเพิ่มจำนวนสมุนไพรรให้มากขึ้น และมีประสิทธิภาพอย่างถูกต้องตรงตามสายพันธุ์ ไม่มีขีดจำกัดในเวลารวดเร็ว องค์ความรู้ี้จำเป็นอย่างยั้งที่เกษตรกร หมอพื้นบ้าน หรือประชาชนที่สนใจ จะต้องได้รับการถ่ายทอดองค์ความรู้ี้้อย่างเร่งด่วน เพื่อเป็นการขยายพันธุ์สมุนไพรรของชาติอย่างยั่งยืนต่อไป



TITLE Operations Research for Preserving Thai Longevity Tonic herbs with Properties of Treating a Syndrome Concerning Sexual Potency and Impotency According to the Pharmacopeias of Wasting Disease.

AUTHOR Mr. Sumpun Klamkomal

ADVISORS Assoc. Prof. Dr. Songkoon Chantachon

DEGREE Ph.D. **MAJOR** Cultural Science

UNIVERSITY Maharakham University **DATE** 2016

ABSTRACT

Operations research for preserving Thai longevity tonic herbs with properties of treating a syndrome concerning sexual potency and impotency according to the pharmacopeias of wasting disease is the qualitative research mixed with the field experimental research. Research purposes were these : 1) to study indigenous knowledge of preserving Thai longevity tonic herbs with properties of treating a syndrome concerning sexual potency and impotency according to the pharmacopeias of wasting disease, 2) to study the difficulties and the ways of preserving Thai longevity tonic herbs with properties of treating a syndrome concerning sexual potency and impotency according to the pharmacopeias of wasting disease, and 3) to study the patterns of preserving Thai longevity Tonic herbs with properties of treating a syndrome concerning sexual potency and impotency according to the pharmacopeias of wasting disease in the municipal area of Chiangmai Sub-District, Phochai District, Roi Ed Province. The research was conducted during March 2015 – February 2013. Research instruments were an observation form, an interview form, a focus group discussion form, and a workshop-note taking form. Research data were derived form, and a workshop – note taking form. Research data were derived from 19 key Informants, 42 casual informants, and 20 general informants. The data were examined by means of a triangulation technique, analyzed according to the research purposes, and presented by means of a descriptive analysis.

Research results revealed that the indigenous knowledge of preserving Thai longevity tonic herbs with properties of treating a syndrome concerning sexual potency and impotency according to the pharmacopeias of wasting disease was inherited from ancestors through a recitation and a note-taking book. The note-taking book was recorded carefully in order to prevent form



someone's copying. Each folk herbalist interpreted meanings from Evidence and his direct experience. Thai longevity tonic herbs were systematically preserved by planting them in experimental patches. A grower gave priority to growing by organic method in order to gain perfect properties of herbs.

The situation of difficulty has indicated that a problem of decreasing and a risk to be extinct of Thai longevity tonic herbs resulted from the destruction of forests and no Reforestation. Some herbs can be brought to cook or they are called medicinal food such as pepper, nut grass, bitter vine, lesser ginger, ginger, shampoo ginger, long pepper, elephant's fool, pepper vine, sparrow's brinjal, solanum trilobatum Linn., and cock roach berry. Indigenous knowledge is mainly used for preserving them. Growing them in experimental patches' is an efficient pattern of preserving Thai longevity tonic herbs by using the processes and methods like these : 1. Plant selection, using the processes and methods like these : 1. Plant selection, 2. Soil preparation, 3. Planting, 4. Watering, 5. fertilizing, 6. Weeding, and 7. Plant propagation.

In conclusion, the use of indigenous knowledge and the pattern for preserving Thai longevity tonic herbs should be practiced in real situations and should be conducted Research and development in this field in order to preserve and develop them to practical Benefits. In terms of plant propagation, both state and private agencies should support for Knowledge of preservation especially the plant propagation by using a scientific method Called tissue culture ; for example a tissue culture of rare herbs and the herbs are nearly extinct. This method encourages an increase in the spread of herbs and no limitations on time and genes. This body of knowledge is necessary for farmers, folk herbalists, or people concerned. It should be urgently transmitted in order to propagate national herbs in a sustainable way from now on.



สารบัญ

บทที่	หน้า
1	1
บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	7
คำถามการวิจัย	7
ความสำคัญของการวิจัย	7
นิยามศัพท์เฉพาะ	8
กรอบแนวคิดในการวิจัย	9
2	11
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
องค์ความรู้เกี่ยวกับงานวิจัย	12
นโยบายของรัฐและหน่วยราชการด้านสุขภาพและการฟื้นฟูสมรรถภาพคนไทย	65
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	68
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	84
งานวิจัยในประเทศ	84
งานวิจัยต่างประเทศ	90
3	96
วิธีดำเนินการวิจัย	96
ขอบเขตของการวิจัย	97
เนื้อหา	97
วิธีวิจัย	97
ขอบเขตในการวิจัย	98
พื้นที่ในการวิจัย	99
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	99
วิธีดำเนินการวิจัย	101
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	101
การเก็บรวบรวมข้อมูล	102
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล	103
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	104
4	105
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	105
ตอนที่ 1 ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับ	
การดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภิกษัย	105



บทที่	หน้า
ตอนที่ 2 ปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับ การดูแลสมรรถภาพ ทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย	122
ตอนที่ 3 ศึกษารูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแล สมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย	201
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	219
ตอนที่ 1 ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับ การดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย	219
ตอนที่ 2 ปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับ การดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย	222
อภิปรายผล	229
ข้อเสนอแนะ	235
บรรณานุกรม	237
ภาคผนวก	244
ภาคผนวก ก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	245
ภาคผนวก ข ตัวอย่างภาพประกอบการศึกษาภาคสนาม	260
ภาคผนวก ค รายนามผู้ให้สัมภาษณ์	269
ภาคผนวก ง หนังสือรายงานผลการวิเคราะห์ดิน ปุ๋ย ใบประกาศนียบัตร ที่เข้ารับการอบรม	273
ประวัติย่อของผู้วิจัย	279



บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 การออกแบบขั้นตอนการอนุรักษ์	98
3 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	100
3 แผนการดำเนินการวิจัยเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษา อายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อม ตามคัมภีร์กษัย	104
4 สรุบบัญญัติปัญหาพื้นฐาน ในการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษา อายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เทศบาลตำบล เชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัยจังหวัดร้อยเอ็ด	120
5 ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย และความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย	149
6 แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย และความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย	179
7 ปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย	201



บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework)	10
2 แผนที่แสดงตำแหน่งเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด	106
3 โครงการศูนย์เรียนรู้วัฒนธรรมสมุนไพรเพื่อสุขภาพ เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด	107
4 ผู้วิจัยได้เข้าไปแปลงปลูกกระชายที่ จังหวัดนครปฐม เพื่อขอคัดพันธุ์เตรียมนำไปปลูก ในแปลงทดลองที่โครงการศูนย์เรียนรู้วัฒนธรรมสมุนไพรเพื่อสุขภาพ จังหวัดร้อยเอ็ด	107
5 การคัดพันธุ์มะแว้งต้น	108
6 การคัดพันธุ์โตไม่รู้ล้ม	108
7 การไถพรวนดินก่อนปลูกสมุนไพรในแปลงทดลองปลูกสมุนไพร	109
8 การเตรียมดินปลูกสมุนไพรแบบยกร่องในแปลงทดลองปลูกสมุนไพร	109
9 การปลูกบ่อเทืองในแปลงก่อนปลูกสมุนไพร	110
10 การเตรียมดินเพื่อปลูกสมุนไพรในแปลงทดลองปลูกสมุนไพรในแปลงทดลอง ปลูกสมุนไพร	110
11 การปลูกสมุนไพรในแปลงทดลองปลูกสมุนไพร	111
12 แปลงปลูกสมุนไพรกระชาย	112
13 แปลงปลูกสมุนไพรชะพลู	112
14 การเจาะบ่อบาดาลเพื่อนำน้ำมาใช้ในพื้นที่ทดลอง	113
15 การให้น้ำในแปลงปลูกสมุนไพร	114
16 ตัวอย่างปุ๋ยหมักที่ใช้ในแปลงปลูกสมุนไพร	114
17 การใส่ปุ๋ยหมักในแปลงปลูกสมุนไพร	115
18 การให้ปุ๋ยสมุนไพรไทยแบบธรรมชาติใบไม้แห้งที่แปลงทดลอง	115
19 การให้ปุ๋ยสมุนไพรไทยแบบธรรมชาติขี้เถ้ากลับที่แปลงทดลอง	116
20 การกำจัดวัชพืชในแปลงปลูกสมุนไพรโดยการถอนหรือถางออกจากแปลง	117
21 การขยายพันธุ์สมุนไพรแบบปักชำ	117
22 การขยายพันธุ์สมุนไพรแบบเพาะเมล็ด	118
23 การขยายพันธุ์สมุนไพรแบบใช้หัว	118
24 การขยายพันธุ์สมุนไพรแบบเพาะเนื้อเยื่อ	118
25 การสนทนากลุ่มเกษตรกร	122
26 การคัดพันธุ์สมุนไพรที่เตรียมนำไปปลูกในแปลงทดลอง	124
27 การเตรียมดินปลูกสมุนไพร	124
28 พื้นที่วิจัยแต่เดิมเป็นแปลงปลูกมันสำปะหลังของเกษตรกร ที่เทศบาลเชียงใหม่ แบ่งให้ดำเนินการในแต่ละปี	125



29 สภาพของพื้นดินแห้งแล้งในแปลงทดลองปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ	126
30 การเก็บตัวอย่างดินเพื่อนำไปวิเคราะห์คุณภาพของดินในแปลงปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ	126
31 การเก็บตัวอย่างดินเพื่อนำไปวิเคราะห์คุณภาพของดิน	127
32 การปลูกปอเทืองเป็นปุ๋ยพืชสดบำรุงดิน	128
33 โรงงานผลิตปุ๋ยอินทรีย์หมู่ม 8 ชุมชนเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอบึงสามพัน จังหวัดร้อยเอ็ด	128
34 การเข้าอบรมหลักสูตร “ดิน-ปุ๋ย-น้ำ” เพื่อการเกษตร	129
35 การเข้าอบรมหลักการจัดดินในแปลงปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ	129
36 การเข้าอบรมหลักการประเมินธาตุอาหารในดิน	130
37 การเข้าอบรมหลักการใช้ปุ๋ยในแปลงปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ	130
38 การเข้าอบรมหลักการใช้ปุ๋ยน้ำในแปลงปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ	131
39 การสนทนากลุ่มเกษตรกร	132
40 การอนุบาลสมุนไพรมะเขือเทศให้แข็งแรงก่อนนำไปปลูก	133
41 การปลูกสมุนไพรมะเขือเทศแบบเพาะเมล็ดสมุนไพรมะเขือเทศในแปลง	133
42 การปลูกสมุนไพรมะเขือเทศแบบต้นกล้าหรือกิ่งชำ	134
43 การปลูกสมุนไพรมะเขือเทศแบบใช้หัว	135
44 การปลูกสมุนไพรมะเขือเทศแบบใช้ไหล	135
45 การพรางแสงให้แปลงปลูกสมุนไพรมะเขือเทศด้วยร่มไม้ใหญ่	136
46 วิธีการให้น้ำในแปลงทดลองปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ	137
47 แม้อากาศแห้งแล้งจัดแต่มีบึงน้ำตามธรรมชาติในลุ่มน้ำชีแต่ค่อนข้างอยู่ห่างจากแปลงทดลอง	138
48 การติดตั้งเครื่องสูบน้ำในบ่อบาดาลเพื่อส่งน้ำไปยังแปลงปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ	138
49 ตัวอย่างการให้น้ำสมุนไพรมะเขือเทศแบบระบบสปริงเกอร์จากบ่อบาดาลของชุมชนอื่นที่จังหวัดนครปฐม	139
50 การใช้ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมักในแปลงปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ	140
51 การทำปุ๋ยอินทรีย์และปุ๋ยหมัก	141
52 การกำจัดวัชพืชขึ้นด้วยการถอนออกจากแปลงปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ	141
53 ตัวอย่างการกำจัดวัชพืชโดยใช้วัสดุคลุมดินของชุมชนอื่น	142
54 แมลงศัตรูพืช	143
55 การขยายพันธุ์สมุนไพรมะเขือเทศต้องคำนึงถึงคุณสมบัติและคุณภาพคงเดิมไว้	143
56 การขยายพันธุ์สมุนไพรมะเขือเทศแบบเพาะเมล็ด การแตกหน่อ กิ่งชำ แยกหน่อ	144
57 การขยายพันธุ์สมุนไพรมะเขือเทศแบบการเก็บเมล็ดหรือท่อนพันธุ์	144
58 การอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง เทคโนโลยีการขยายพันธุ์พืชสมุนไพรมะเขือเทศแบบเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ	145



ภาพประกอบ

หน้า

59	ผู้วิจัยได้เข้าอบรมการขยายพันธุ์สมุนไพรแบบการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ	146
60	สมุนไพรที่ได้จากการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ	146
61	สวนสมุนไพรบ้านดงบัง จังหวัดปราจีนบุรี	185
62	โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์ จังหวัดปราจีนบุรี	186
63	สวนสมุนไพรพรอุดม จังหวัดชลบุรี	187
64	สมุนไพรทองพันชั่งในแปลงปลูกสวนสมุนไพรพรอุดม	188
65	สวนสมุนไพรหมอโรจน์ สุทธิทน จังหวัดระยอง	189
66	โรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999 จังหวัดนนทบุรี	190
67	โรงทำยาของโรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999	190
68	บ้านดินสำหรับคนป่วย ณ สถานพยาบาลอโรคยศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร	192
69	พระภิกษุพนพพัชร จิรธัมโม เจ้าอาวาสวัดคำประมง ใช้ภูมิปัญญาในการอนุรักษ์ สมุนไพร ณ สถานพยาบาลอโรคยศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร	192
70	สวนสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ อำเภอมะขาม จังหวัดจันทบุรี	194
71	แปลงปลูกสมุนไพรในสวนสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ จังหวัดจันทบุรี	194
72	สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี จังหวัดระยอง 1	196
73	สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี จังหวัดระยอง 2	196
74	อุทยานธรรมชาติวิทยาสีรูกษชาติ ศาลายา จังหวัดนครปฐม	198
75	แปลงเพาะต้นกล้าในอุทยานธรรมชาติวิทยาสีรูกษชาติ	199
76	การอบรมการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ ณ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	200
77	การขยายพันธุ์แบบการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ	200
78	รูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพ ทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์เกษัย	215



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

สมุนไพรหรือสมุนไพรของโลกนี้มีอยู่เป็นจำนวนมากหลายพันชนิด ที่ใดมีสมุนไพรอยู่ย่อมเป็นเครื่องบ่งบอกถึงความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติมนุษย์เรานำสมุนไพรมาเป็นยารักษาความผิดปกติที่ก่อให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บมาตั้งแต่ก่อนสมัยประวัติศาสตร์หลายร้อยหลายพันปีมาแล้ว นักบรียิปต์โบราณ ชื่อ GearegEbers ค้นพบตำราของอาหรับ กล่าวถึงสมุนไพรมากกว่า 800 ชนิด เช่นเฮนเบนเปปเปอร์มินต์ ว่านหางจระเข้ เป็นต้น ในแถบทวีปเอเชียประเทศจีน เมื่อ 2000 ปีมาแล้วชาวจีนได้นำโกฐน้ำเต้าหรือรูบาร์บพืชผักที่มีออกซาเลตสูง มาเป็นยารักษาอาการที่เกิดจากระบบย่อยอาหารทำงานไม่ปกติ และใช้เป็นยาบำรุงเสริมกำลังให้กระปรี้กระเปร่า (สมุนไพรนานาชาติ โครงการวิจัยปลูกและรวบรวมพันธุ์พืชสมุนไพร) อินเดียมีสูตรยาอายุรเวทของชาวฮินดูที่ใช้ในการรักษา เช่น การอดอาหาร การอาบน้ำ และพิธีกรรมทางศาสนาก็นำสมุนไพรมาเป็นส่วนประกอบ (วีณา จิรัชฌริยากุล. 2542 : 14) ช่วงระยะเวลาระหว่างปี ค.ศ. 476 ถึง ค.ศ. 1450 พวกชาวคริสเตียนที่ไปรบในสงครามครูเสด ได้ใช้ต้นซิลเวอร์เบิร์ช (Silver Bivch) ในการรักษาบาดแผลที่เกิดจากการสู้รบ และมีการสกัดน้ำมันออกมาใช้เป็นยาแก้อาการเสียดท้อง ขับพยาธิ แก้หืด รักษาโรคนอนไม่หลับสังคมไทยส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรมสืบทอดกันมา ตั้งแต่บรรพบุรุษจนถึงปัจจุบันต้องพึ่งพาธรรมชาติ จึงต้องปรับตัวตามสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ยึดถือตามบรรพบุรุษต่อกันมาความรู้เรื่องสมุนไพรยังมีบทบาทต่อชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นอาหาร ยารักษาโรค และการรักษาระบบนิเวศ (เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ. 2548 : 13)

สมุนไพรไทยอยู่คู่กับสังคมไทย จากหลักฐานทางโบราณคดีประมาณปี พ.ศ. 1725-1729 ได้มีการค้นพบศิลาจารึกของขอม สมัยพระเจ้าชัยวรมันที่ 7 ทรงสร้างสถานพยาบาลเรียกว่า อโรคยาศาลา เพื่อรักษาดูแลคนเจ็บไข้ได้ป่วย มีพิธีกรรมบวงสรวงพระไภสัชคุรุไวฑูรย์ ด้วยอาหารและยาสมุนไพรที่ใช้ในการรักษา เช่น การบูร กระวาน กานพลู จิง ดีปลี พริกไทย ในปัจจุบันยังเป็นสมุนไพรที่ใช้มากในตำรับยาแผนโบราณ (พิรพล พิสนุพงศ์ และสุภาพร ปิติพร. 2537 : 119-120) ในสมัยสุโขทัย พ.ศ. 1800-1900 จากศิลาจารึกของพ่อขุนรามคำแหงมหาราชบันทึกไว้ว่า มีการสร้างสวนสมุนไพรขนาดใหญ่ต่อมาในสมัยกรุงศรีอยุธยา ระหว่าง พ.ศ. 1893-2310 สมเด็จพระนารายณ์มหาราช ทรงจัดระบบสมุนไพร มีแหล่งจำหน่ายสมุนไพร ทรงรวบรวมตำรับยาต่างๆ ชื่อว่า “ตำราพระโอสถพระนารายณ์” (ประทีป ชุมพล. 2545 : 69)

สมัยกรุงรัตนโกสินทร์ตอนต้นรัชกาลที่1 พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราชได้ทรงปฏิสังขรณ์วัดโพธารามหรือวัดโพธิ์ ขึ้นเป็นอารามหลวงให้ชื่อว่าวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ทรงรวบรวมและจารึกตำรายาหล่อรูปปั้นดินเผาฤๅษีตัดตนตำราการนวดไว้ตามศาลารายรอบอุโบสถ มีการจัดตั้งกรมหมอและโรงพระโอสถ คล้ายในสมัยอยุธยา แพทย์ที่รับราชการเรียกว่า หมอหลวง หมอที่รักษาราษฎร์เรียกว่า หมอราษฎร์หรือหมอเคลยศักดิ์ หมอหลวงจะได้รับสิทธิพิเศษเหนือกว่าหมอเคลยศักดิ์คือสามารถเก็บสมุนไพรตามบ้านราษฎรหรือในที่ต่างๆ ได้ โดยมีกระบอกแดงเป็น



สัญลักษณ์รัชกาลที่ 2 พระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัยในปี พ.ศ. 2359 มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าฯ ให้เหล่าผู้ชำนาญโรคและสรรพคุณยา รวมทั้งที่มีตำรายาดีๆ นำเข้ามาทูลเกล้าถวายรัชกาลที่ 3 พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว (จารึกตำรายา วดราชโอรสารามราชวรวิหาร) โปรดเกล้าให้มีการจัดตั้งวิทยาลัยแพทย์ไทยแห่งแรก คือวิทยาลัยการแพทย์แผนโบราณวัดโพธิ์ มีการจารึกเป็นตำราบอกสมุฏฐานโรคและวิธีการรักษา ไว้บนหินอ่อน ประดับไว้บนผนังพระอุโบสถศาลา-ราย เสา กำแพง วิหารคด รอบพระเจดีย์ และตามศาลาต่างๆมีการจัดหาสมุนไพรที่ใช้ปรุงยาและหายากปลูกไว้ในวัดโพธิ์ รัชกาลที่ 4 พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวได้นำแพทย์แผนตะวันตกมาใช้มากขึ้น รัชกาลที่ 5 พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงจัดตั้งศิริราชพยาบาลในปี พ.ศ. 2431 มีการเรียนการสอนและให้การรักษาทั้งการแพทย์แผนโบราณและแผนตะวันตกร่วมกัน หลักสูตร 3 ปี รัชกาลที่ 6 พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ปี พ.ศ. 2456 มีการยกเลิกวิชาการแพทย์แผนไทย โรงเรียนราชแพทยวิทยาลัย ในปี พ.ศ. 2466 มีการประกาศให้ใช้พ.ร.บ.การแพทย์เป็นการควบคุมการประกอบโรคศิลปะเพื่อป้องกันอันตรายที่อาจจะเกิดกับประชาชนจากการประกอบโรคฯ ของผู้ที่ไม่มีความรู้และมีได้ฝึกหัดถือว่าการแพทย์แผนไทยตกต่ำมากที่สุด รัชกาลที่ 7 พระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัวได้ตรากฎหมายเสนาบติแบ่งการประกอบโรคศิลปะออกเป็นแผนปัจจุบันและแผนโบราณรัชกาลที่ 8 พระอานันทมหิดลฯ ประกาศใช้พระราชบัญญัติ ควบคุมการประกอบโรคศิลปะ พ.ศ. 2479 รัชกาลที่9พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช ในปี พ.ศ. 2500 มีการจัดตั้งสมาคมของโรงเรียนแพทย์แผนโบราณ ได้ก่อตั้งขึ้นที่วัดโพธิ์ กรุงเทพมหานคร ในปี พ.ศ. 2525 ได้ก่อตั้งโรงเรียนอายุรเวทวิทยาลัยฯ โดยศาสตราจารย์พิเศษนายแพทย์อวย เกตุสิงห์ และคณะเป็นผู้ก่อตั้งขึ้น และอยู่ในพระสังฆราชูปถัมภ์ของสมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายกกับพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารีให้การอบรมศึกษาด้านการแพทย์แผนโบราณแบบประยุกต์จนกระทั่งถึงปัจจุบันนี้ (กองประกอบโรคศิลปะ. 2549 : 1-4)

จากที่กล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนถึงวิวัฒนาการทางภูมิปัญญาไทย-ภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่นำสมุนไพรมาใช้ในอาหารและเป็นยารักษาโรค และกษัตริย์และราชวงศ์ไทยทุกยุคทุกสมัยก็ให้ความสำคัญกับภูมิปัญญาไทย ดังโคลงสมุนไพรรพระราชนิพนธ์ในสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

โคลงสมุนไพรร

พระราชนิพนธ์ในสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

สมุนไพรร	ไทยนี้	มีค่ามาก
พระเจ้าอยู่หัว	ทรงฝาก	ให้รักษา
แต่ปู่ย่า	ตายาย	ใช้กันมา
ควรลูกหลาน	รู้รักษา	ใช้สืบไป
เป็นเอกลักษณ์	ของชาติ	ควรศึกษา
วิจัยยา	ประยุกต์ใช้	ให้เหมาะสม
รู้ประโยชน์	รู้คุณโทษ	สมุนไพรร
เพื่อคนไทย	อยู่รอด	ตลอดกาล



ประเทศไทยตั้งอยู่ในเขตร้อนชื้น มีลมมรสุมพัดผ่านทำให้เกิดฝน เป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดป่าดง ที่มีพืชพันธุ์ไม้ และสัตว์ป่านานาชนิด เป็นแหล่งที่อุดมสมบูรณ์ด้วยทรัพยากรธรรมชาติและสมุนไพร พื้นที่ป่าทั้งสิ้นประมาณ 245,000 ตารางกิโลเมตรคิดเป็นร้อยละ 26 ของพื้นที่ประเทศ มีสมุนไพร ประมาณ 1,200 ชนิดที่ขึ้นทะเบียนใช้ ซึ่งกระจายกันอยู่ทั่วประเทศ จากระดับน้ำทะเลจนถึงความสูง 2,100 เมตร จึงเกิดความแตกต่างของพันธุ์ไม้แต่ละประเภท สามารถนำมาใช้ประโยชน์ต่อมนุษย์ เช่นนำมาเป็นอาหาร ที่อยู่อาศัยเครื่องนุ่งห่มและยารักษาโรค (นิจศิริ เรื่องรังษี และธวัชชัย มงคลละคุปต์. 2547 : 8)

ภูมิปัญญาด้านการแพทย์แผนไทย คนไทยถ้ามีอาการป่วยไข้ไม่สบาย จะใช้วิธีการรักษาแบบ Home Medicineคือระบบดูแลรักษาสุขภาพในครอบครัวกันเองจากผู้ใหญ่ ปู่ย่า ตายาย ที่มีประสบการณ์ แนะนำให้คำปรึกษาโดยใช้องค์ความรู้ที่สืบทอดต่อกันมา จนกลายเป็นทฤษฎีการแพทย์แผนไทย (เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ. 2548 : 10-12)

จากอดีตวัดเป็นศูนย์รวมของนักปราชญ์ผู้มีความรู้ทุกอย่าง พระสงฆ์มีบทบาทสูงมาก ให้ความรู้ทั้งด้านการศึกษาและที่พึ่งทางใจของประชาชน จะรู้เรื่องชีวิต ธรรมะ แม้กระทั่งยา หมอยาพระสงฆ์เป็นผู้รู้ทั้งสิ้น ในปัจจุบันวัดบางแห่งจัดให้มีสถานพยาบาลหรือโรงพยาบาล รักษาผู้ป่วยด้วยกรรมวิธีทางการแพทย์แผนไทย หลวงพ่อสนอง กตปุญโญเจ้าอาวาสวัดสังฆทาน อำเภอมะเมือง จังหวัดนนทบุรี สร้างโรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโฮสเทล 999 เพื่อให้การรักษาแก่พระภิกษุ แม่ชี ฆราวาส โดยใช้ศาสตร์แพทย์แผนไทยรักษา และสมุนไพรในการรักษาให้กับผู้ป่วย โดยไม่คิดค่ารักษาพยาบาลแต่อย่างใด ทางวัดมีแหล่งปลูกสมุนไพรบางส่วน มีโรงผลิตยาเพื่อใช้ในโรงพยาบาลเอง (เดเลนวิสต์. 2558 : 4) หลวงตาปพนพัทธ์เจ้าอาวาสวัดคำประมง เป็นผู้สร้างอโรคยาศาลา วัดคำประมงรักษาผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งด้วยการแพทย์แผนไทย ใช้สมุนไพรตามธรรมชาติให้คนไข้กินยาสมุนไพรเพื่อช่วยให้ภูมิต้านทานแข็งแรง และระบบน้ำเหลืองดีขึ้นถ้าสองระบบนี้ดีมะเร็งก็จะทำอะไรไม่ได้ และการใช้การรักษาแผนปัจจุบัน และแผนรักษาผสมผสาน รักษาแบบองค์รวมทั้งด้านธรรมะ จะมีการสวดมนต์ ทำบุญใส่บาตร ทำสมาธิสมุนไพรบำบัด การออกกำลังกาย จิตเวชบำบัด ดนตรีบำบัด เป็นองค์รวมคนไข้จะถูกรักษาทั้งกายและจิตใจไปพร้อมกัน การปลูกสมุนไพรในวัด แบบเกษตรธรรมชาติคือ ไม่มีการใช้สารเคมีใดๆ ให้เจริญเติบโตตามธรรมชาติ อาศัยหลักพึ่งพิงธรรมชาติค่านึงถึงสิ่งแวดล้อม (จรัส เช่นนิล. “รักษามะเร็งด้วยสมุนไพรและสมาธิบำบัด วัดคำประมงจังหวัดสกลนคร”. เล่มเดียวคุ้มโรคภัย. 2553 : 150-156)

สมุนไพรไทยมีคุณค่ามากมาย สามารถส่งออกต่างประเทศเพิ่มมูลค่า เศรษฐกิจสร้างสรร รายได้จากการส่งออกสมุนไพรวันละหลายแสนบาท นางเสงี่ยม ไม้แป้น ปราชญ์พื้นบ้าน บ้านป่าโมก อ.ป่าโมก จ.อ่างทอง ส่งสมุนไพรลูกทั้งคืนขายต่างประเทศได้เงินวันละหลายแสนบาท สมุนไพรไทยแท้สูตรลูกทั้งคืน เป็นยาล้างไตกินแล้วจะลูกทั้งคืน เพื่อเข้าห้องน้ำจะหายจากอาการปวดหลังปวดเอว มีสมุนไพรไมยราบ ดอกคำฝอย ทองพันชั่ง ใบเตย ต้มกินต่างน้ำ (จรัส เช่นนิล. 2553 : 91-95)



โครงการเยาวชนไทยในสหรัฐอเมริกาเยือนแผ่นดินแม่ พล.อ.ประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรีและหัวหน้าคณะรักษาความสงบแห่งชาติ (คส.ช.) กล่าวตอนหนึ่งในการให้โอวาทกับ คณะเยาวชน โครงการเยาวชนไทยในสหรัฐอเมริกาเยือนแผ่นดินแม่ เมื่อวันที่ 8 กรกฎาคม พ.ศ. 2558 ที่ทำเนียบรัฐบาลว่า รัฐบาลได้สนับสนุนการปลูกพืชสมุนไพร ในเมื่อเราไม่สามารถปลูกข้าวได้ ก็จะทำให้กระทรวงสาธารณสุข เข้าไปดูแล้วจะปลูกสมุนไพรได้หรือไม่ โดยจะนำภาคเอกชนเข้ามาร่วมลงทุน ขณะเดียวกันวันนี้เราขายหมามูยได้ก็โลกรั้มละกว่า 800 บาท และเมื่อส่งไปประเทศอินเดีย แล้ว มีการแปรรูปกลับมาเป็นยา เป็นอะไรต่างๆ ราคาได้กลายเป็นกิโลกรัมละ 80,000 บาท รัฐบาลต้องทำให้เกษตรกรเข้มแข็ง เข้าถึงนวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการเกษตรใหม่ให้มากขึ้น กว่าเดิม เพื่อเพิ่มพูนรายได้ของตนเอง (เดลินิวส์. 8 กรกฎาคม 2558 : 1)

การรักษาด้วยแพทย์แผนไทย ใช้ยาสมุนไพรตำรับไทยเป็นทางเลือกของการดูแลสุขภาพทางเพศและได้รับการยอมรับจากประชาชนทั่วไป ซึ่งอยู่ในภาวะการดูแลสุขภาพทางเพศ ด้วยการแพทย์แผนไทย โดยใช้ยาสมุนไพรตำรับไทย บูรณาการตามหลักการและกรรมวิธีแบบไทย และยาสมุนไพรตำรับไทย ที่ใช้ในการดูแลสุขภาพทางเพศสามารถปลูก หรือหาได้ภายในประเทศ เป็นการลดการสูญเสียเงินตราให้ต่างประเทศได้ การรักษาโรคต่าง ๆ ด้วยวิธีการแพทย์แผนไทยโดยใช้ ยาสมุนไพรตำรับไทยได้ผลเป็นอย่างดี ในคลินิกแพทย์แผนไทยในกรุงเทพมหานคร ปี 2549-2554 มีโรคที่รักษาได้ผลดี 24 โรค ซึ่งรวมภาวะการดูแลสุขภาพทางเพศด้วย (กระทรวงสาธารณสุข, สำนักงานปลัด. กองการประกอบโรคศิลป์. ม.ป.ป.) การรักษาโรคด้วยพืชสมุนไพร ตามหลักการ แพทย์แผนไทย เป็นการประกอบโรคศิลป์ โดยใช้ธรรมชาติในการบำบัดรักษา

การพัฒนาของประเทศไทย ทำให้ผืนป่าที่เคยอุดมสมบูรณ์ ปกคลุมประเทศร้อยละ 72 ในปี พ.ศ. 2453 ได้ถูกทำลายลงผลจากการทำการเกษตรแผนใหม่ การตัดถนน การสร้างเขื่อน การให้สัมปทานป่าไม้ การบุกกรุกทำลายป่าอย่างต่อเนื่อง ป่าไม้แทบทุกพื้นที่เข้าสู่ภาวะเสื่อมโทรม ระบบนิเวศป่าขาดสมดุล จากการสำรวจเดิมในปี พ.ศ. 2551 มีอยู่ 108 ล้านไร่ ปัจจุบันจากการสำรวจของเจ้าหน้าที่ป่าไม้ และคณะวนศาสตร์ พบว่าพื้นที่ป่าไม้ของประเทศล่าสุดเหลือเพียง 102,120,417.98 ไร่ (ประลอง ดำรงค์ไทย. 2558 : 4)

การสูญเสียทรัพยากรป่าไม้ ทำให้สมุนไพรสูญหายไปอย่างไม่มีวันหวนกลับคืนมา ค่าใช้จ่าย ในการดูแลสุขภาพ เทคโนโลยี เครื่องมือแพทย์และยามามีมูลค่าเพิ่มอย่างรวดเร็วในปี พ.ศ. 2521 องค์การอนามัยโลกได้ออกคำแถลงการณ์ ว่าด้วยการสาธารณสุขมูลฐาน ให้สมาชิกรักษาแบบพื้นบ้าน และสมุนไพร โครงการสาธารณสุขมูลฐานแห่งประเทศไทย ต้องใช้งบประมาณในการจัดซื้อเครื่องมือ แพทย์ ที่ใช้ตรวจรักษา สารเคมี เวชภัณฑ์ และยาต่างๆ จากต่างประเทศทั้งสิ้นเพิ่มขึ้นทุกปี ในปี พ.ศ. 2550 มูลค่า 99,155.65 ล้านบาท, พ.ศ. 2551 มูลค่า 125,811.21 ล้านบาท, พ.ศ. 2552 มูลค่า 162,346.52 ล้านบาท จากตัวเลขล่าสุดปี พ.ศ. 2555 ประเทศไทยนำเข้ายาแผนปัจจุบัน อย่างเดียว มูลค่า 111,113 ล้านบาท เป็นมูลค่ามหาศาลหากยังไม่ได้รับการแก้ไข จะเป็นส่วนหนึ่งของปัญหาทางเศรษฐกิจของชาติต่อไป แสดงให้เห็นถึงความล้มเหลวของการสาธารณสุขแผนปัจจุบัน ประชาชนหันกลับมาหาทางเลือกใหม่ด้วย

การรักษาด้วยสมุนไพร อันเป็นภูมิปัญญาที่สืบทอดกันมาในปัจจุบัน จากการบอกเล่าของผู้ขายสมุนไพร เช่นร้านเจ้ากรมเบ้อ และร้านชื่อย่านจักรวรรดิ ว่าสมุนไพรลดน้อยลงต้องสั่งซื้อจากต่างประเทศ เพื่อนบ้าน (กระทรวงสาธารณสุข, สำนักงานปลัด. กองการประกอบโรคศิลป์. ม.ป.ป. : 1)



ความสำคัญของคัมภีร์กษัย ตามหลักทฤษฎีการแพทย์แผนไทย เป็นโรคที่ทำให้อาการแห่ง ความเสื่อมโทรมซบพอม สุขภาพไม่สมบูรณ์ ทั้งนี้เนื่องจากเป็นโรคหรือใช้อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งทำลาย สุขภาพให้เสื่อมโทรมไปที่ละน้อย เป็นเวลาต่อเนื่องกันโดยไม่ได้รับการรักษา หรือรักษาแต่ไม่ถูกกับโรค หรือใช้นั้นโดยตรง กษัยมีประมาณ 500 จำพวก ตามหลักการแพทย์แผนไทย ความเสื่อมของ สมรรถภาพทางเพศชาย โดยหลักการแล้วผู้มีปัญหาทางเพศอวัยวะเพศไม่แข็งตัว เกิดจากธาตุดินที่ เรียกว่าเส้นเอ็นพิการ และเส้นหลักคือเส้นประธานที่มาบริเวณทวารหนัก-ทวารเบาและอวัยวะเพศหรือ เส้นสิขินและสุขุมัง โบราณเรียกโรคที่เกิดความเสื่อมของเส้นว่ากษัยกล่อนเส้น การรักษาแบบองค์รวม คือปรับธาตุทั้ง 4 ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ไปพร้อมกับการนวด การรักษาประกอบกัน จะทำให้ แก้ปัญหาได้ ปัญหาความเสื่อมสมรรถภาพทางเพศตามภูมิปัญญามอพื้นบ้าน แบ่งออกเป็นสาเหตุ ใหญ่ๆ ดังนี้

1. ปัญหาทางกายและพฤติกรรม ซึ่งมีสาเหตุมาจาก

1.1 พฤติกรรมสิ่งเสพติด เช่น เหล้า บุหรี่

1.2 ขาดอาหาร ทำให้ร่างกายเสื่อมตามอายุขัย เช่นมีโรคประจำตัว ได้แก่

เบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคตับ โรคไต

2. ปัญหาทางจิตใจ เกิดจากเศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม ปัญหาเฉพาะที่ร่างกายสมบูรณ์

ฐานะเศรษฐกิจครอบครัวดี แต่มีปัญหาเช่น กามโรค ติดเชื้อ หรือปัญหาอวัยวะเพศไม่แข็งตัวหรือ คลายตัวเร็วเกินไป การรักษาต้องแก้ปัญหาทางจิตใจ และทางกายโดยการใช้จ่ายบำรุงให้สมบูรณ์

ความสำคัญของสมุนไพรอายุวัฒนะที่แก้อาการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย มีหลาย ชนิดที่โบราณระบุมีสรรพคุณบำรุงกำหนดตามตำรายาไทยแผนโบราณ ของ ร.ต.อ.เปี่ยม บุญยะโชติ ประกอบด้วย 1) พริกไทย เป็นยาที่เจริญธาตุทุกส่วนของร่างกาย ให้ความร้อนบำรุงผิวหนัง บำรุงอวัยวะภายใน บำรุงประสาท ช่วยย่อยอาหาร 2) หนุ้าแห้วหมู เป็นยาบำรุงธาตุขับลมในลำไส้ แก้ปวดท้อง บำรุงกำลัง เป็นยาอายุวัฒนะ มีรสเผ็ดหอมปร่า 3) บอระเพ็ด เป็นยาแก้โรคแทรกทุก ชนิดของไข้ทรพิษ ช่วยเจริญอาหาร ดับพิษร้อนถอนพิษไข้ แก้ไข้ร้อนใน แก้ดีพิการ แก้โรคผิวหนัง 4) กระชาย เป็นยาแก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แก้โรคลม แก้กามตายด้าน แก้ปัสสาวะพิการ ช่วยกระตุ้น หัวใจ 5) ขิง เป็นยาช่วยเจริญอาหาร แก้ลมป่วงทุกชนิด แก้ท้องร่วง บำรุงธาตุไฟ บำรุงหัวใจ แก้บิด 6) กระเทียมเป็นยาช่วยบำรุงและขับน้ำนม ขับปัสสาวะ แก้ท้องอืด บิด ปวดมวนในท้อง 7) ดีปลี เป็นยาที่มีรสเผ็ดร้อนขม บำรุงธาตุขับลมในลำไส้ ช่วยเจริญอาหาร แก้กระษัยลม แก้ปวด หัว แก้สตรีที่เลือดลมไม่ปกติ 8) โดไม่รู้ล้ม เป็นยาเม็รสขื่น แก้ปัสสาวะพิการ ช่วยบำรุงความกำหนัด แก้กษัย บำรุงกำลัง แก้กามโรค 9) ขะพลุม มีรสเผ็ดร้อน ช่วยขับเสมหะ ช่วยเจริญอาหาร แก้ไอ แก้เบาหวาน บำรุงธาตุ แก้ท้องอืดเฟ้อ ช่วยย่อยอาหาร 10) มะแว้งต้น เป็นยาเย็นมีรสขมเปรี้ยว มีพิษเล็กน้อย ยาแก้ไอขับเสมหะ แก้ปวดฟัน แก้ปวดหัว แก้ต่อมน้ำเหลืองอักเสบ ปวดกระเพาะ บำรุงธาตุ ช่วยเจริญอาหาร แก้โรคเบาหวาน 11) มะแว้งเครือ เป็นยาเม็รสขมมีฤทธิ์เป็นยาบำรุงธาตุ ช่วยบำรุงโลหิตช่วยเจริญอาหารแก้เบาหวาน ช่วยขับเสมหะ 12) มะเขือขื่น เป็นยาเม็รสขื่นเปรี้ยว เล็กน้อย ช่วยขับเสมหะ แก้กษัย แก้ปัสสาวะพิการ แก้กามตายด้าน แก้ใช้สันนิบาต



ปัจจุบันปัญหาเรื่องความบกพร่องในการแข็งตัวขององคชาติเพิ่มมากขึ้น ซึ่งเป็นปัญหาความบกพร่องในการแข็งตัวขององคชาติไม่ได้เป็นปัญหาเฉพาะตัวบุคคลเท่านั้น แต่มีผลกระทบต่อครอบครัวและสังคมอีกด้วย ซึ่งจากการสำรวจพบว่าชายทั่วโลก ที่มีอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศนั้นสูงถึง 55 ล้านคน โดยพบได้ตั้งแต่วัยหนุ่มจนถึงมากกว่า 60 ปี ในประเทศไทย พบว่าชายไทยที่มีอายุ 40-70 ปี จากจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 1,250 คนเมื่อปี 1998 ในเขตกรุงเทพมหานคร และเขตเมืองอีก 8 จังหวัด ทั้ง 4 ภาคทั่วประเทศ พบว่าชายไทยที่มีอายุระหว่าง 40-70 ปี มีโรคอีดี้ (ED : Erectile Dysfunction) ในระดับความรุนแรงต่างจากกันคิดเป็นร้อยละ 37.5 และมีแนวทางในการเกิด ED เพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ทุกปี สาเหตุหลักที่ทำให้เกิดอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศแบ่งออกเป็น 2 สาเหตุคือ สาเหตุทางด้านร่างกาย และสาเหตุทางด้านจิตใจ สาเหตุทางด้านร่างกายเช่น ผู้ป่วยเป็นโรคเบาหวานมีอัตราเสี่ยงต่อการเกิดอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศได้ถึงร้อยละ 75 ขณะที่ผู้ป่วยที่เป็นโรคหัวใจ และโรคความดันโลหิตสูงมีความเสี่ยงร้อยละ 64 ส่วนสาเหตุทางด้านจิตใจเช่น ความเครียด ความกังวล รวมไปถึงภาวะซึมเศร้า ซึ่งบุคคลที่มีภาวะซึมเศร้ามีความเสี่ยงที่จะเกิดอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศสูงถึงร้อยละ 50-90 อาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศส่งผลกระทบต่อจิตใจของชายที่หย่อนสมรรถภาพทางเพศและคู่สมรสเป็นอย่างมาก ซึ่งส่งผลต่อความมั่นคงของครอบครัว และอาจนำไปสู่การหย่าร้างในที่สุด (อนุพันธ์ ตันติวงศ์. 2544 : 11)

ปัญหาการหย่าของคู่สมรสในประเทศไทย นับวันจะทวีความรุนแรงอย่างมาก สาเหตุหนึ่งที่เป็นปัญหา คือเรื่องความเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย แพทย์หญิงพรรณพิมล วิบุลากร โฆษกกระทรวงสาธารณสุข กล่าวว่าในปี 2555มีผู้จดทะเบียนสมรสใหม่ทั่วประเทศ จำนวน 314,338 คู่ และมีคู่สมรสจดทะเบียนหย่า จำนวน 111,377 คู่ คิดเป็นร้อยละ 35 ของคู่ที่จดทะเบียนสมรสใหม่ โดยการจดทะเบียนหย่าเพิ่มสูงกว่าช่วง 9 ปีที่ผ่านมาถึงร้อยละ 27 โดยในปี 2546 มีผู้จดทะเบียนสมรส จำนวน 328,356 คู่ แต่มีคู่สมรสจดทะเบียนหย่า จำนวน 80,836 คู่ ปัญหาเรื่องการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย ก็เป็นปัญหาหนึ่งที่ทำให้ครอบครัวแตกแยก และเกิดการหย่าร้างของคู่สามีภรรยาเช่นกัน

การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ประกอบด้วยสมุนไพรรักษาโรค พริกไทย หนุ่ย หัวหมู บอระเพ็ด กระชาย ขิงแห้ง กระเทียม ดีปลี โด่ไม่รู้ล้ม ชะพลู มะแว้งต้น มะแว้งเครือ มะเขือขื่น การปลูกพืชสมุนไพรรักษาโรคเป็นสิ่งจำเป็น เนื่องจากในอดีตการใช้สมุนไพรรักษาโรคเป็นการเก็บจากธรรมชาติ แต่ไม่ได้มีการปลูกทดแทน ทำให้พืชสมุนไพรมีจำนวนลดลง ปัจจุบันเริ่มมีการนำพืชสมุนไพรรักษาโรคมาใช้ประโยชน์ ซึ่งจำเป็นต้องมีการปลูกให้ได้จำนวนมากขึ้น ให้เพียงพอกับความต้องการและให้ได้ผลผลิตที่มีคุณภาพ ต้องประกอบด้วย พื้นที่ การเลือกสภาพพื้นที่ ให้เหมาะสมกับการปลูกพืชสมุนไพรรักษาโรคแต่ละชนิดเป็นสิ่งจำเป็นเนื่องจากการเลือกพื้นที่ที่เหมาะสมจะช่วยให้พืชขึ้นๆ เจริญเติบโตดี ผลผลิตสูงและมีคุณภาพ ทั้งยังลดค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษา

จากสภาพปัญหาการขาดแคลนสมุนไพรรักษาโรค ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษา การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย การปลูกพืชสมุนไพรรักษาโรคเป็นสิ่งจำเป็น เนื่องจากอดีตการใช้สมุนไพรรักษาโรคเป็นการเก็บจากธรรมชาติ



ในป่าเขา ปัจจุบันมีการตัดไม้ทำลายป่าอย่างมากมาย และไม่มีมีการปลูกทดแทน ทำให้พืชสมุนไพรที่มีจำนวนลดลง ป่าไม้ที่เคยปกคลุมประเทศร้อยละ 72 ในปี พ.ศ. 2453 ได้ถูกทำลายอย่างต่อเนื่องจากระบบเกษตรแผนใหม่ การให้สัมปทานป่าไม้ การตัดถนน การสร้างเขื่อน จนขณะนี้ประเทศไทยมีป่าไม่ถึงร้อยละ 26 ของประเทศ ทำให้สมุนไพรขาดแคลน ไม่มีการส่งเสริมให้มีการปลูกพืชสมุนไพรอย่างจริงจัง ทำให้ภาครัฐและเอกชนที่ทำงานรณรงค์เรื่องความหลากหลายทางชีวภาพ โครงการสมุนไพรเพื่อการพึ่งตนเอง กลุ่มเกษตรกรทางเลือก ตลาดทางเลือกที่ส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรชีวภาพ การพัฒนาความรู้เรื่องสมุนไพร การพึ่งตนเองของชาวบ้าน และการเชื่อมต่อนระหว่างผู้ผลิตกับผู้บริโภค หน่วยงานของกระทรวงสาธารณสุข หรือองค์การเภสัชกรรมก็เริ่มหันมาศึกษาค้นคว้าวิจัยองค์ความรู้หมอยาพื้นบ้าน ซึ่งจะช่วยแก้ปัญหาสาธารณสุขมูลฐานได้ ตามโรงพยาบาลบางแห่ง เช่น โรงพยาบาลปราจีนบุรี โรงพยาบาลโสธร โรงพยาบาลเชียงราย รักษาด้วยกรรมวิธีแพทย์แผนไทย ซึ่งใช้ยาสมุนไพรในการรักษา เช่น ฟ้าทลายโจร มะแว้ง พญาขอ กระเทียม ขมิ้นชัน ไพล จึงมีความจำเป็นต้องมีการอนุรักษ์สมุนไพรไทยให้ได้จำนวนมากขึ้น ให้เพียงพอกับความ ต้องการและผลผลิตที่มีคุณภาพ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
2. เพื่อศึกษาปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
3. เพื่อศึกษารูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

คำถามการวิจัย

1. ภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัยเป็นอย่างไร
2. ปัญหาและแนวทางการปลูกสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัยที่สำคัญอะไรบ้าง
3. รูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัยเป็นอย่างไร

ความสำคัญของการวิจัย

1. ผลจากการศึกษาวิจัยจะทำให้ได้ข้อมูลและปัญหาการปลูกสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ไปใช้ประโยชน์กับหมอยาพื้นบ้านแพทย์แผนไทยตามโรงพยาบาลต่างๆ



2. ผลจากการศึกษาวิจัย จะทำให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหา และแนวทางการปลูกสมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เพื่อปรับปรุงแก้ไข การปลูกสมุนไพรรักษาโรคให้สอดคล้องกับเกษตรกรผู้ปลูกสมุนไพรรักษาโรค สถานศึกษาของรัฐและเอกชนที่มีการเรียน การสอนแพทย์แผนไทย

3. ผลจากการศึกษาวิจัยจะทำให้ได้รูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ที่เหมาะสมกับสภาพสังคมในปัจจุบันและอนาคตโดยหน่วยงานที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้คือ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการใช้สมุนไพรรักษาโรคทั้งภาครัฐ ชุมชน และภาคเอกชน บริษัทผลิทยาหรือวิสาหกิจชุมชนที่ผลิตยาสมุนไพรรักษาโรค โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล องค์การเภสัชกรรม กระทรวงสาธารณสุข กรมการแพทย์แผนไทย เพื่อพัฒนาการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายตามคัมภีร์กษัย เกิดประโยชน์ในด้านการอนุรักษ์และเผยแพร่สมุนไพรรักษาโรค ไปสู่กลุ่มเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

นิยามศัพท์เฉพาะ

การวิจัยเชิงปฏิบัติการ หมายถึง การลงมือปฏิบัติทดลองภาคสนามเพื่อสนับสนุนส่งเสริมเกษตรกรเกี่ยวกับการปลูกพืชสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ทั้งนี้เพื่อนำผลการวิจัยไปใช้แก้ปัญหาค่ารักษาสมุนไพรรักษาโรคที่ศูนย์เรียนรู้วัฒนธรรมสมุนไพรรักษาโรคเทศบาลตำบลเชียงใหม่อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด

การอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคไทยอายุวัฒนะ หมายถึง การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการรักษาพันธุ์สมุนไพรรักษาโรค และการสนับสนุนส่งเสริมเกษตรกรให้มีการขยายพันธุ์ของสมุนไพรรักษาโรคไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ประกอบด้วยขั้นตอนต่อไปนี้

- 1) การคัดพันธุ์
- 2) การเตรียมดิน
- 3) การปลูก
- 4) การให้น้ำ
- 5) การให้ปุ๋ย
- 6) การกำจัดวัชพืช
- 7) การขยายพันธุ์

สมุนไพรรักษาโรคไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศ หมายถึง พืชสมุนไพรที่มีสรรพคุณ ในการส่งเสริมสุขภาพทางเพศชายตามตำรับแพทย์แผนไทย ชื่อว่ายาอายุวัฒนะตามตำรายาไทยแผนโบราณของ ร.ต.อ. เปี่ยม บุญยะโชติ (2514 : 21-22) ประกอบด้วยสมุนไพรรักษาโรค 12 ชนิด ได้แก่ พริกไทย หนุ่ยหัวหมู บอระเพ็ด กระชาย ขิง กระเทียม ดีปลี โดไม่รู้ล้ม ชะพลู มะแว้งต้น มะแว้งเครือ มะเขือขื่น จำนวน 3 ตำรับดังนี้

ตำรับที่ 1 ประกอบด้วยสมุนไพรรักษาโรคหลัก เช่น พริกไทย (เมล็ด) หนุ่ยหัวหมู (หัวใต้ดิน) บอระเพ็ด (เถา) กระชาย (เหง้าใต้ดิน)

ตำรับที่ 2 ประกอบด้วยสมุนไพรรักษาโรคหลัก เช่น กระชาย (เหง้าใต้ดิน) ขิง (เหง้าใต้ดิน) กระเทียม (หัวใต้ดิน) ดีปลี (ดอก) โดไม่รู้ล้ม (ต้น)

ตำรับที่ 3 ประกอบด้วยสมุนไพรรักษาโรคหลัก เช่น ชะพลู (ราก) มะแว้งต้น (ราก) มะแว้งเครือ (ราก) มะเขือขื่น (ราก) บอระเพ็ด (เถา)

สุขภาพทางเพศชาย หมายถึงความสามารถในการมีเพศสัมพันธ์ของผู้ชายในภาวะที่ปกติ ซึ่งจะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับความเสื่อมลงไปตามวัยหรือสภาพร่างกายและจิตใจ อันจะส่งผลต่อการดำรงชีวิตของผู้ชาย



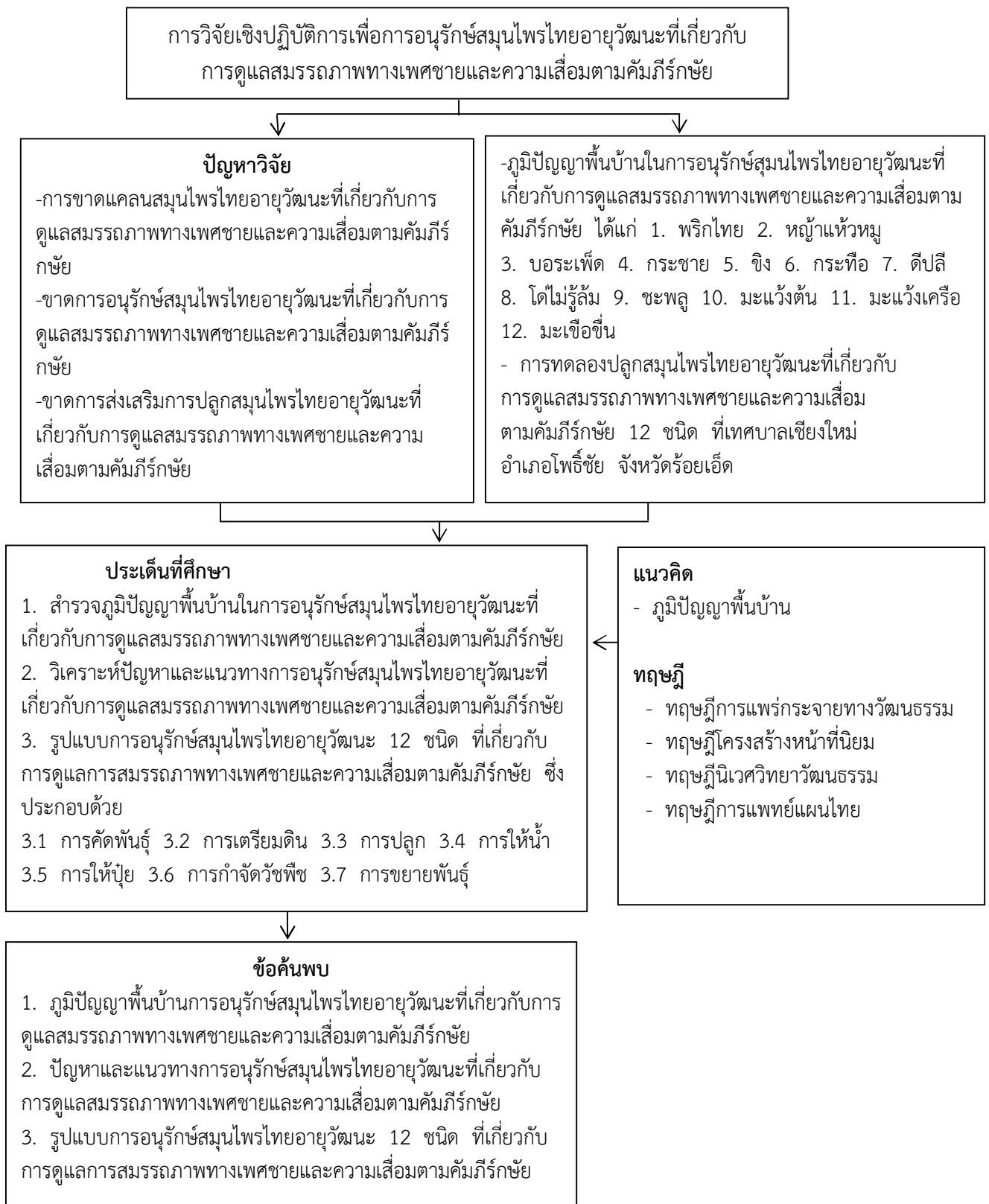
ความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย หมายถึง โรคหรือไข้ที่ทำให้มีอาการแห่งความเสื่อมโทรม ชูบผอม สุขภาพไม่สมบูรณ์สืบเนื่องจากโรคหรือไข้บางอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งมีผลทำให้สุขภาพของร่างกายเกี่ยวกับสมรรถภาพทางเพศชาย ส่งซึ่งมีผลทำให้สุขภาพเสื่อมโทรมไปที่ละน้อย เป็นเวลาต่อเนื่องกัน โดยมีได้มีการบำบัดรักษาหรือรักษาแต่ไม่ถูกกับโรคหรือไข่นั้นโดยตรง

รูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะ หมายถึง แบบหรือโครงสร้างเกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะ ที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ซึ่งประกอบด้วย วิธีการอนุรักษ์ดังนี้ การคัดพันธุ์ที่แข็งแรงมีคุณภาพ เตรียมดินให้เหมาะสมกับการปลูก การปลูกถูกต้องตามฤดูกาล การให้น้ำที่เหมาะสมพอเพียง การให้ปุ๋ยชีวภาพ กำจัดวัชพืชไม่ใช้สารเคมี และการขยายพันธุ์ด้วยการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ เพื่อจำหน่ายแจกแก่ประชาชนต่อไป กระบวนการที่เกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะทั้งภาครัฐและเอกชน

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มีกรอบแนวคิดในการวิจัยดังภาพประกอบ 1





ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework)



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเอาแนวคิด ทฤษฎี บริบทพื้นที่วิจัย และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มาเป็นแนวทางในการวิจัยและพัฒนาเพื่อกำหนดกรอบแนวความคิดในการวิจัย ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

1. องค์ความรู้เกี่ยวกับงานวิจัย
 - 1.1 แนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีทางวัฒนธรรม
 - 1.1.1 วัฒนธรรม และ ภูมิปัญญา
 - 1.1.2 ภูมิปัญญา และความเชื่อเกี่ยวกับการแพทย์แผนไทย
 - 1.1.3 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรไทย
 - 1.2 ที่มาและภาวะการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย
 - 1.2.1 สภาพของการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย
 - 1.2.2 สาเหตุของการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย
 - 1.2.3 แนวทางการป้องกันและรักษาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย
 - 1.3 ภูมิปัญญาไทยในการดูแลสมรรถภาพทางเพศชาย
 - 1.3.1 ภูมิปัญญาในการดูแลรักษาสมรรถภาพทางเพศชาย
 - 1.3.2 สมุนไพรไทยที่ใช้ในการบำบัดภาวะสมรรถภาพทางเพศชาย
 - 1.4 ความรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรไทย
 - 1.4.1 การจำแนกพืชสมุนไพร
 - 1.4.2 เทคนิคการปลูกและบำรุงรักษาสมุนไพร
 - 1.4.3 การอนุรักษ์สมุนไพร
 - 1.5 องค์ความรู้เกี่ยวกับคัมภีร์ภษย
 - 1.6 อายุวัฒนะและสมรรถภาพทางเพศ
2. นโยบายของรัฐและหน่วยราชการด้านสุขภาพและการฟื้นฟูสมุนไพรไทย
 - 2.1 แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ
 - 2.1.1 แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ.2555-2559)
 - 2.1.2 แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2564)
 - 2.2 แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ
 - 2.2.1 แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ.2555-2559)
 - 2.2.2 แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2564)
3. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง
 - 3.1 แนวคิดด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น
 - 3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย



- 3.2.1 ทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม
- 3.2.2 ทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่นิยม
- 3.2.3 ทฤษฎีนิเวศวิทยาวัฒนธรรม
- 3.2.4 ทฤษฎีการแพทย์แผนไทย
- 4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 4.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 4.2 งานวิจัยต่างประเทศ

องค์ความรู้เกี่ยวกับงานวิจัย

1. แนวคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรมและภูมิปัญญา

1.1 วัฒนธรรมและภูมิปัญญา

ความหมายของวัฒนธรรม (ตรงกับศัพท์ภาษาอังกฤษว่า Culture) มีหลากหลาย ดังนี้

วัฒนธรรม เป็นสิ่งที่บ่งบอกวิถีการดำเนินชีวิตของประชาชนส่วนใหญ่ในสังคมนั้นๆ โดยยึดหลักการ ความเชื่อ ความคิดเป็นแนวทางในการปฏิบัติและมีการสืบทอดกันมาตั้งแต่บรรพบุรุษ

วัฒนธรรมเป็นชื่อรวมสำหรับแบบอย่างของพฤติกรรมทั้งหลายที่ได้มาทางสังคม และถ่ายทอดกันไปทางสังคม โดยอาศัยสัญลักษณ์ เช่น การทำเครื่องมือ ศิลปะ วิทยาศาสตร์ กฎหมาย การปกครอง ศีลธรรมและศาสนารวมทั้งอุปกรณ์ที่เป็นวัตถุหรือสิ่งประดิษฐ์ ซึ่งแสดงรูปแบบแห่งสัมฤทธิผลทางวัฒนธรรม เช่น อาคาร เครื่องมือ เครื่องจักร ศิลปวัตถุ ฯลฯ (ราชบัณฑิตยสถาน. 2554 : 101)

วัฒนธรรม คือ สิ่งที่มีมนุษย์เปลี่ยนแปลง ปรับปรุง หรือผลิตขึ้นเพื่อความเจริญงอกงามของชีวิตในส่วนรวม ที่ถ่ายทอดกันได้ เรียนกันได้ เอาอย่างกันได้ วัฒนธรรม คือ สิ่งอันเป็นผลผลิตของส่วนรวมที่มีมนุษย์เรียนรู้มาจากคนรุ่นก่อนสืบทอดเป็นประเพณีกันมา วัฒนธรรม คือ ความรู้สึก ความประพฤติ และกริยาอาการ หรือการกระทำใดๆ ของมนุษย์ในส่วนรวมลงรูปเป็นพิมพ์เดียวกัน คือ มรดกแห่งสังคม ซึ่งปัจจุบันปรับปรุงให้เจริญงอกงาม (ยศ สันตสมบัติ. 2556 : 45)

วัฒนธรรม หมายถึง ความเจริญงอกงาม ซึ่งเป็นผลจากระบบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ หรือมนุษย์กับสังคม และมนุษย์กับธรรมชาติ จำแนกออกเป็น 3 ด้าน คือ จิตใจ สังคม และวัตถุ มีการส่งสมและสืบทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง จากสังคมหนึ่งไปสู่อีกสังคมหนึ่ง จนกลายเป็นแบบแผนที่สามารถเรียนรู้และก่อให้เกิดพฤติกรรม และผลิตผล ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม อันควรค่าแก่การวิจัย อนุรักษ์ ฟื้นฟู ถ่ายทอด เสริมสร้าง เอกเทศนะ และแลกเปลี่ยนเพื่อสร้างคุณภาพแห่งความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ สังคม และธรรมชาติ ซึ่งจะช่วยให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอย่างมีสุข สันติสุข และอิสรภาพ อันเป็นพื้นฐานแห่งอารยธรรมของมนุษยชาติ (ยศ สันตสมบัติ. 2537 : 32)



วัฒนธรรม หมายถึง แบบแผนพฤติกรรมของคนในสังคมใดสังคมหนึ่ง ที่มีการสั่งสมสืบทอด เปลี่ยนแปลง ปรับปรุง ผิดหรือสร้างขึ้น จากปฏิสัมพันธ์ระหว่างคนกับสิ่งแวดล้อมและระหว่างคนในสังคมด้วยกันเอง จนอาจกล่าวได้ว่า อะไรก็ตามที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับมนุษย์ แล้วย่อมถือเป็นวัฒนธรรมได้ทั้งสิ้น ประกอบด้วย ความรู้ ความเชื่อ ศิลปะ ประเพณี กฎหมาย และจริยธรรม (บุปผชาติ อุปถัมภ์นรากร. 2552 : 14)

วัฒนธรรม หมายถึง วิธีการดำเนินชีวิตของคนที่มีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มสังคม และสิ่งแวดล้อมทางกายภาพและชีวภาพที่สืบทอดจากรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่ง โดยปรับเปลี่ยนไปตามสภาพแวดล้อมทางสังคม วัฒนธรรม เศรษฐกิจ การเมือง และปัจจัยสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ โดยมีเงื่อนไขเวลาเป็นตัวกำหนดให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุข

วัฒนธรรม หมายถึง แบบแผนการดำเนินชีวิตทั้งหมดของมนุษย์ที่สร้าง หรือประดิษฐ์ขึ้นมาเพื่อประโยชน์ในการดำรงชีวิต (ไพฑูริย์ มีกุล. 2548 : 7)

สรุปได้ว่า วัฒนธรรม คือ ระบบความคิด ค่านิยม ความเชื่อ ความรู้ บรรทัดฐาน ประเพณี และเทคโนโลยี ที่ทุกๆ คนในสังคมใช้ร่วมกัน คิดร่วมกัน รับรู้ร่วมกัน และเป็นระบบที่ถ่ายทอดสืบทอดกันมาจากบรรพบุรุษ

ความสำคัญของวัฒนธรรมจากการศึกษาเอกสาร และผู้รู้ที่กล่าวถึงความสำคัญของวัฒนธรรมหลายมุมมอง เป็นต้นว่า

ศรีศักดิ์ วัลลิโกดม ได้อธิบายความสำคัญของวัฒนธรรมว่า เป็นมรดกทางวัฒนธรรมอย่างมาก เพราะวัฒนธรรมแต่ละท้องถิ่น แต่ละสังคมนั้น จะมีผลทำให้เกิดความเข้าใจ พฤติกรรมทางสังคมและเศรษฐกิจ ตลอดจนวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของชุมชนได้เป็นอย่างดี เป็นพื้นฐานที่จะวางแผนให้มีการพัฒนาวัฒนธรรมไปใช้ในทางที่ถูกที่ควรในอนาคต สำหรับแนวคิดเกี่ยวกับความสำคัญของวัฒนธรรมพบว่า วัฒนธรรมเป็นกรอบให้คนในชาติมีจิตวิญญาณของตนเอง ไม่ตกเป็นทาสทางปัญญาและทางวัฒนธรรมของคนชาติอื่น การบริหารและจัดการของวัฒนธรรมไทยที่มุ่งเน้น “ความทันสมัย” จะทำให้ประชาชนอยู่เย็นเป็นสุข การนำรูปแบบการดำเนินชีวิตที่บรรพบุรุษสร้างสมกันมาในอดีตนั้น จะเป็นตัวถ่วงความทันสมัยของประเทศ เพราะในอนาคตมีแนวโน้มที่จะมีการใช้วัฒนธรรม เป็นเครื่องมือทางการเมืองระหว่างประเทศ เป็นสื่อในการสร้างระหว่างประเทศมากขึ้น การแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรมจะดำเนินการหลากหลายรูปแบบมากขึ้นฉะนั้นความสำคัญของวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นมาในยุคปัจจุบัน ไม่ได้จำกัดอยู่แต่เพียงโครงสร้าง แนวคิดแบบดั้งเดิมที่พัวพันอยู่กับเรื่องราวของรูปแบบวิถีชีวิต ขนบธรรมเนียมประเพณีเท่านั้น แต่กินความไกลไปถึงวัฒนธรรมทางการเมือง วัฒนธรรมทางการค้า วัฒนธรรมทางการแพทย์ วัฒนธรรมในการทำงาน

ส่วนคำที่แพร่หลายที่สุดคือ วัฒนธรรมสาธารณะซึ่งเป็นกลไกการแก้ไขความอยุติธรรมในสังคมของนักการเมือง และในวงการเมืองระหว่างประเทศ จะพบกับคำว่า สิทธิมนุษยชน หรือปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน คำนี้เป็นเป้าหมายของวัฒนธรรมโลก (World Culture) ในยุคโลกาภิวัตน์ เป็นปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชนที่ประกอบด้วยสิทธิพื้นฐาน มนุษย์ที่เป็นสมาชิกในประชาคมโลกล้วนแต่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตคนทุกเผ่าพันธุ์ที่แตกต่างทางชนชาติ ศาสนาความเชื่อทั้งสิ้น วัฒนธรรม (National Culture) มิใช่การติดสีตีเป่า และนาฏลีลา การเรียงระบำ



ที่เป็นเอกลักษณ์ของคนเผ่าใดเผ่าหนึ่ง ชนชาติใดชนชาติหนึ่ง หากเป็นความหลากหลายของเผ่าชนที่แตกต่างกันทางสีผิว หน้าตา ความเชื่อ ประเพณี และวิถีชีวิต เป็นการผสมผสานรูปแบบในการดำรงชีวิตที่อยู่ร่วมกันในสังคม แต่ต้องประพฤติปฏิบัติในบางอย่างร่วมกัน โดยมีกฎหมาย กฎกระทรวง ระเบียบที่พึงปฏิบัติร่วมกัน และมีองค์กรของรัฐเป็นกำลังดูแลเผ่าละวางให้สมาชิกในชนชาติต้องปฏิบัติร่วมกัน

ความสำคัญของวัฒนธรรมไว้ดังนี้ (สุนัย จุลพงศธร. 2550 : 17-19)

1. วัฒนธรรมเป็นความคิดร่วม (Shared Ideas) และค่านิยมทางสังคม ซึ่งเป็นตัวกำหนดมาตรฐานของพฤติกรรมคนในวัฒนธรรมเดียวกันจะสามารถคาดคะเนพฤติกรรมของผู้อื่นในสถานการณ์ต่างๆได้ ซึ่งทำให้พฤติกรรมของเขามีความสอดคล้องต้องกันกับผู้อื่นเป็นต้นว่า ค่านิยมอย่างหนึ่งในสังคมไทย ได้แก่การเคารพนับถือผู้ใหญ่ เมื่อเด็กพบผู้ใหญ่ที่ตนรู้จัก เด็กทราบดีว่าตนควรยกมือไหว้ เพื่อทักทายและแสดงความเคารพ

2. วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่มนุษย์เรียนรู้ (Culture Is Learned) ทีละเล็กทีละน้อยจากการเกิดและเติบโตมาในสังคมแห่งหนึ่งวัฒนธรรมจึงเปรียบเสมือน “มรดกทางสังคม” ได้รับการถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง โดยผ่านกระบวนการถ่ายทอดทางวัฒนธรรม หรือกระบวนการเรียนรู้ทางวัฒนธรรม (Enculturation) ซึ่งรวมทั้งการอบรมสั่งสอนของพ่อ แม่ ครู อาจารย์ และประสบการณ์ต่างๆ ที่มนุษย์ได้รับสั่งสมมาจากการเป็นสมาชิกสังคม จากกระบวนการเรียนรู้ทางวัฒนธรรมนี้เอง มนุษย์จึงเข้าใจได้ว่าตนเองควรมีพฤติกรรมเช่นไรในสถานการณ์ต่างๆ พฤติกรรมเช่นไรที่คนยอมรับว่าดีงามและถูกต้อง มนุษย์จะรับเอาทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อที่สังคมยอมรับมาเป็นของตน

3. วัฒนธรรมมีพื้นฐานมาจากการใช้สัญลักษณ์ (Symbol) พฤติกรรมของมนุษย์มีต้นกำเนิดมาจากการใช้สัญลักษณ์ ชีวิตประจำวันของเราเกี่ยวข้องกับสัญลักษณ์ต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเงินตรา สัญลักษณ์ไฟจราจร หรือสัญลักษณ์ทางศาสนา เช่น พระพุทธรูป เป็นต้น ดังนั้นสัญลักษณ์สำคัญที่มนุษย์ใช้ก็คือภาษา ซึ่งเป็นเครื่องมือสื่อความหมายระหว่างกันและกัน ภาษาและระบบสัญลักษณ์ ช่วยให้มนุษย์สามารถเก็บรวบรวมความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติอย่างเป็นระบบและสามารถถ่ายทอดความรู้นั้นไปยังคนรุ่นหลังต่อไป

4. วัฒนธรรมเป็นองค์รวมของความรู้ และภูมิปัญญาในลักษณะเช่นนี้ วัฒนธรรมจึงทำหน้าที่สนองตอบความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ เช่น สอนให้มนุษย์รู้จักหาอาหารอย่างมีประสิทธิภาพ วางกฎเกณฑ์ให้มนุษย์ดำเนินชีวิตอย่างมีระเบียบแบบแผน เพื่อให้สังคมทำงานไปได้อย่างมีระบบนอกจากนั้น วัฒนธรรมยังช่วยให้มนุษย์ปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม เป็นพื้นฐานของการพัฒนาทางด้านเทคโนโลยีเพื่อความเจริญและความอยู่รอดของมนุษย์

5. วัฒนธรรมเป็นกระบวนการที่มนุษย์กำหนดนิยามความหมายให้กับชีวิต และสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัว มนุษย์ทุกแห่งหนทั่วโลกพยายามกำหนดนิยามความหมายของชีวิต และกระบวนการกำหนดนิยามความหมายให้กับชีวิต ซึ่งอาจจะอยู่ในรูปของความเชื่อทางศาสนา พิธีกรรม เป็นต้น ดังนั้น เมื่อมนุษย์ในสังคมแห่งหนึ่ง พยายามกำหนดนิยามความหมายของอำนาจ กระบวนการกำหนดความหมายดังกล่าว ก็ย่อมกลายเป็นการสร้าง “แนวความคิด” พื้นฐานของระบบ



การเมืองการปกครองของสังคมนั้น ในกระบวนการกำหนดนิยามความหมายให้กับชีวิตและสิ่งต่างๆ นี้เอง มนุษย์ได้สร้าง “สถาบัน” หรือ “องค์กร” ขึ้นมาเพื่อทำหน้าที่รองรับการตีความดังกล่าวข้างต้น ดังนั้น เมื่อมีการกำหนดนิยามความหมายของอำนาจก็ย่อมมีการจัดตั้งองค์กรหรือสถาบันทางการเมืองขึ้นมาตามการตีความดังกล่าว การตีความในทุกๆ ด้าน ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงหรือมีการตีความใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิม และส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในรูปแบบและเนื้อหาของสถาบันสังคมตามไปด้วย

6. วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่ไม่หยุดนิ่ง หากแต่มีการเปลี่ยนแปลงปรับตัวอยู่ตลอดเวลาการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมนั้น มีสาเหตุหลายประการเป็นต้นว่า ผลมาจากการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม (Diffusion) อันเป็นความคิดและค่านิยมที่มาจากวัฒนธรรมอื่น และมีอิทธิพลก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและการยอมรับในวัฒนธรรมของเรา การเปลี่ยนแปลงทางด้านเทคโนโลยี เป็นความพยายามของมนุษย์ในการควบคุมธรรมชาติและใช้พลังงานอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น เมื่อการผลิตเปลี่ยนแปลงไป วัฒนธรรมก็จะเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย ดังนั้น หากเทคโนโลยีเปลี่ยนแปลงรวดเร็วเกินไป จนกระทั่งวัฒนธรรม และประเพณีปฏิบัติที่เคยดำเนินการมาไม่อาจเปลี่ยนแปลงตามได้ทัน ก็อาจส่งผลให้เกิดปรากฏการณ์ที่เรียกว่า “วัฒนธรรมล่า” (Culture Lag) และทำให้มนุษย์ในสังคมนั้นเกิดความรู้สึกแตกแยก (Alienation) ซึ่งอาจมีผลกระทบรุนแรงถึงขั้นทำให้วัฒนธรรมเกิดการแปลกแยก

จากความสำคัญของวัฒนธรรมตามที่กล่าวมาแล้วนั้น สรุปได้ว่าวัฒนธรรมเป็นความคิดร่วมเป็นสิ่งที่มนุษย์เรียนรู้ มีพื้นฐานมาจากการใช้สัญลักษณ์เป็นองค์รวมของความรู้ และภูมิปัญญาเป็นสิ่งที่ไม่หยุดยั้ง รวมทั้งเป็นกระบวนการที่มนุษย์กำหนดนิยามความหมายให้กับชีวิตและสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวเรา จึงเป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงความเป็นวัฒนธรรม ซึ่งสืบทอดกันมาในวิถีชีวิตของชาวบ้าน ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน และยังเป็นหลักฐานเพื่อการศึกษาค้นคว้าถึงความเป็นอยู่ของชาวบ้านในสังคม หรือท้องถิ่นนั้นๆ อีกด้วย

นักสังคมวิทยาส่วนใหญ่ มักจะแบ่งวัฒนธรรมออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ กล่าวคือ

1. วัฒนธรรมด้านวัตถุ (Material Culture) เป็นวัฒนธรรมที่เน้นสิ่งที่เป็นรูปธรรม ได้แก่ สิ่งของหรือวัตถุที่มนุษย์ได้ประดิษฐ์คิดค้นและสร้างขึ้นมา เช่น เครื่องมือเครื่องใช้ต่างๆ เครื่องบิน เครื่องยนต์ สิ่งก่อสร้าง อาคารบ้านเรือน เป็นต้น

2. วัฒนธรรมที่ไม่ใช่ด้านวัตถุ (Non-Material Culture) เป็นวัฒนธรรมที่เน้นนามธรรม ได้แก่ ภาษา ความคิด ความเชื่อ ค่านิยม ลัทธิประเพณีต่างๆ เป็นวัฒนธรรมทุกอย่าง นอกเหนือจากที่เป็นวัตถุมาอยู่ในวัฒนธรรมประเพณี ซึ่งมีผลต่อการดำรงชีพของมนุษย์

นักสังคมวิทยาและมานุษยวิทยาบางท่าน ได้แบ่งวัฒนธรรมเป็น 7 ประเภท ดังนี้ (สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2544 : 17-18)

1. ภาษา (Language) เป็นวัฒนธรรมประเภทหนึ่งซึ่งประเทศต่างๆ ในโลกต้องมีภาษาถ้าไม่มีภาษาเขียนก็ต้องมีภาษาพูด

2. ศาสนาและอุดมการณ์ (Religion and Ideology) เป็นวัฒนธรรมที่กำหนดจุดหมายในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ และจุดหมายปลายทางของมนุษย์ด้วย



3. ระบบเศรษฐกิจ (Economic System) เป็นวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับการผลิต การแลกเปลี่ยน และการบริโภคของประชากรในสังคม เพื่อให้รู้จักจัดการสิ่งต่างๆ เหล่านั้นให้ดีที่สุดตามทรัพยากรที่มีอยู่

4. จริยธรรม (Ethic) เป็นวัฒนธรรมที่ได้วางระเบียบกฎเกณฑ์ในสังคมที่สมาชิกได้ปฏิบัติตามเพื่อความสงบสุขภายในสังคม เช่น บุตรจะปฏิบัติต่อบิดามารดาและครูอาจารย์อย่างไรบ้าง เป็นต้น

5. ค่านิยม (Value) เป็นวัฒนธรรมที่แสดงให้เห็นถึงค่านิยมที่กำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ ค่านิยมแต่ละสังคมอาจจะแตกต่างกันไป เช่น สังคมไทยมีค่านิยมยกย่องผู้มีอาวุโสมากกว่าสังคมอเมริกา

6. อำนาจ (Authority) เป็นวัฒนธรรมที่ได้กำหนดวิธีการจัดการปกครองและการใช้อำนาจให้เหมาะสมในสังคม

7. ศิลปะและสุนทรียศาสตร์ (Art and Esthetics) เป็นวัฒนธรรมแบบหนึ่ง que แสดงถึงศิลปะและสุนทรียศาสตร์ของสมาชิกภายในสังคมและสังคมส่วนรวม เช่น ศิลปะในการฟ้อนรำจะมีความอ่อนช้อยและงดงาม เป็นต้น

นอกจากนี้ ประเภทของวัฒนธรรมซึ่งสามารถแบ่งตามเนื้อหาได้ 4 ประเภท ดังนี้

1. คติธรรม คือ วัฒนธรรมที่เกี่ยวกับหลักในการดำเนินชีวิตส่วนใหญ่เป็นเรื่องของจิตใจ คุณธรรม จริยธรรม ศีลธรรม ที่ได้แนวทางการปฏิบัติจากศาสนา

2. เนติธรรม คือ วัฒนธรรมทางด้านกฎหมาย กฎเกณฑ์ ระเบียบวินัย กติกาทางสังคมในการควบคุมความประพฤติ เป็นที่ยอมรับของคนในสังคม ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ไม่ให้คนในสังคมกระทำความผิด

3. วัตถุธรรม คือ วัฒนธรรมทางวัตถุที่เป็นสิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ ซึ่งวัตถุแต่ละชนิดสามารถบ่งบอกถึงกลุ่มชาติพันธุ์นั้นได้ด้วย และบอกฐานะทางสังคม

4. สหธรรม คือ วัฒนธรรมทางสังคมซึ่งเป็นระเบียบมารยาทที่พึงปฏิบัติต่อกันในสังคมทุกสังคมที่ทำให้คนอยู่ร่วมกันเป็นผาสุกถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน และทำให้รู้จักกาลเทศะ รู้จักแก้ปัญหาเฉพาะหน้าด้วยปฏิภาณไหวพริบ

วัฒนธรรม เป็นสิ่งสำคัญของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย มนุษย์มีความสัมพันธ์กับวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตอยู่อย่างต่อเนื่อง เพราะวัฒนธรรมนั้นมนุษย์เป็นผู้สร้างขึ้นมา เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติ ซึ่งวัฒนธรรมอันแท้จริงแล้วเป็นผลการกระทำ หรือผลกิจกรรมของมนุษย์ที่มีการกระทำร่วมกันในชีวิตประจำวัน และเป็นการที่มนุษย์แสดงออกทางพฤติกรรมต่อกันที่ผ่านกระบวนการทางความคิดว่า สิ่งที่น่ามาปฏิบัติและกำหนดเป็นแบบแผนนั้น จะต้องเป็นสิ่งที่ถูกต้องดีงามเหมาะสมกับวิถีชีวิตทางสังคมของตน ซึ่งลักษณะของวัฒนธรรมสรุปได้ดังนี้

1. วัฒนธรรม เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตของคนในสังคม หรือกล่าวได้ว่ามนุษย์จะอยู่โดยปราศจากวัฒนธรรมไม่ได้

2. วัฒนธรรมไม่ใช่สิ่งที่ติดตัวมนุษย์โดยกำเนิด และวัฒนธรรมก็ไม่สามารถถ่ายทอดทางพันธุกรรมได้ นิสัยและความสามารถต่างๆ ของมนุษย์นั้นส่วนใหญ่เกิดจากพฤติกรรมแห่งการเรียนรู้



3. วัฒนธรรมของแต่ละสังคมมีความแตกต่างกัน ไม่สามารถนำมาเปรียบเทียบได้ว่าวัฒนธรรมของใครดีหรือด้อยกว่ากัน เพราะแต่ละวัฒนธรรมนั้นก็มีความเหมาะสมถูกต้องตามสภาพแวดล้อมของแต่ละสังคมนั้น

4. วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่อาจเปลี่ยนแปลงได้ ไม่คงที่ขึ้นอยู่กับสภาพทางสังคมที่กำลังปรับเปลี่ยนตามยุคกระแส และการรับวัฒนธรรมของชาติอื่นเข้ามาผสมผสาน ในการดำรงชีวิตประจำวัน

หน้าที่ของวัฒนธรรมต่อสังคมสังคมนุชย์ในด้านต่างๆ มีดังนี้

1. เป็นตัวกำหนดรูปแบบของสถาบันต่างๆ ทางสังคม เพื่อเราสามารถอาศัยสถาบันต่างๆ เหล่านั้น ในการจัดระเบียบทางพฤติกรรมของคนในสังคม ให้แสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม โดยมีวัฒนธรรมเป็นตัวกำหนดรูปแบบของสถาบันนั้นๆ เช่น สถาบันครอบครัว สถาบันศาสนา สถาบันการเมืองการปกครอง เป็นต้น

2. เป็นตัวกำหนดหน้าที่ควบคุมทางสังคม โดยผ่านกระบวนการให้เรียนรู้ระเบียบสังคมในการควบคุมสังคม และการเคารพสิทธิของบุคคลอื่น โดยอาศัยกฎเกณฑ์ข้อบังคับที่วางไว้หรือการตรากฎหมายขึ้นเพื่อตัดสินพฤติกรรมของตนในสังคม

3. การแสดงถึงความแตกต่างของวัฒนธรรมของสังคมหนึ่ง เพื่อให้เห็นถึงความ เป็นสัญลักษณ์ทางวัฒนธรรมของสังคมนั้นๆ เช่น ทางด้านบุคลิกภาพของแต่ละสังคมที่ไม่เหมือนกัน และในส่วนของความคิด ความเชื่อ ความรู้ ความสามารถก็ย่อมแตกต่างกันออกไปด้วย

4. วัฒนธรรมเป็นการสร้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันทางสังคม ทำให้เกิดความเข้าใจต่อกัน ความสามัคคี ความเป็นปึกแผ่น ทำให้เกิดความรักมิตรไมตรีต่อกัน อันเกิดจากการหล่อหลอมด้วยแบบแผนทางวัฒนธรรม เพราะทั้งนี้ การมีวัฒนธรรมเดียวกันของกลุ่มคนในสังคมก็ย่อมทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกเป็นพวกพ้องเดียวกัน

5. เป็นการสร้างความประเพณีเพื่อให้บุคคลได้ปฏิบัติตามเพื่อเป็นวิถีชีวิตประจำวันของกลุ่มคนในสังคมโดยผ่านกระบวนการถ่ายทอด อบรม เลี้ยงดู จากสถาบันครอบครัว ให้รู้ถึงระเบียบ จารีตประเพณี หรือบรรทัดฐานของสังคม เป็นต้น

ภูมิปัญญา (ตรงกับศัพท์ภาษาอังกฤษว่า Wisdom) มีความหมายว่าความรู้ ความสามารถทางพฤติกรรม และความสามารถในการแก้ไขปัญหาของมนุษย์ ซึ่งเป็นคำที่มีความหมายกว้างและลึก ได้มีผู้ให้คำจำกัดความของภูมิปัญญาไว้ดังนี้

ภูมิปัญญา เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นและดำรงอยู่กับสังคมมนุษย์มาช้านาน เป็นการดำรงอยู่ในชีวิตที่เกี่ยวพันกับธรรมชาติของแต่ละท้องถิ่น โดยมีการปรับสภาพแวดล้อมธรรมชาติตามกาลเวลา เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์โลกที่พิเศษกว่าสัตว์อื่นๆ กล่าวคือ มีมันสมองที่มีความสามารถในการคิดค้นเรียนรู้ แก้ปัญหาและมีการสืบทอดแบบแผนความรู้เป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่สืบทอดกันมา แม้ว่าภูมิปัญญาเป็นสิ่งที่ถูกส่งสมและถ่ายทอดเป็นมรดกมาช้านาน แต่มีลักษณะที่สำคัญอย่างหนึ่งคือ เป็นองค์ความรู้ที่มีการเชื่อมโยงกันไปหมดไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาชีพ เศรษฐกิจ ความเป็นอยู่ การใช้จ่าย การศึกษาวัฒนธรรม (ประเวศ วะสี. 2544 : 75)



ภูมิปัญญาพื้นบ้าน หมายถึง ความรอบรู้ของชาวบ้านหรือปราชญ์พื้นบ้านที่เรียนรู้จากการสังเกตการณ์ซ้ำๆ จนเกิดความรู้เป็นประสบการณ์โดยตรงหรือทางอ้อม เพื่อใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ คือ การประกอบอาชีพ หรือเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต การดูแลรักษาสุขภาพการจัดการทรัพยากรในท้องถิ่น นอกจากนี้ยังรวมถึงการถ่ายทอดความรู้และการประสานความรู้ ตลอดจนประสบการณ์ใหม่มาใช้ให้เกิดประโยชน์ที่เกื้อหนุนให้เกิดทางเลือกใหม่ๆ ที่มีลักษณะสากลและเฉพาะเหมาะสมกับท้องถิ่นนั้นๆ ซึ่งทั้งหมดเป็นเรื่องของวิถีชีวิตชุมชนที่สืบทอดมายาวนาน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดความสมดุลความพอดีและเชื่อมโยงกับครอบครัว สังคม สิ่งแวดล้อม ธรรมชาติรวมทั้งสิ่งเหนือธรรมชาติ (ทรงคุณ จันทจร. 2553 : 6)

ภูมิปัญญาชาวบ้าน คือ ความรู้ของชาวบ้านที่เรียนรู้และมีประสบการณ์สืบทอดกันมาทั้งทางตรง คือ ประสบการณ์ด้วยตัวเอง ทางอ้อมซึ่งเรียนรู้จากผู้ใหญ่หรือความรู้ที่สะสมสืบทอดกันมา (ธวัช ปุณโณทก. 2531 : 40)

ภูมิปัญญา หมายถึง พื้นฐานของความรู้ของชาวบ้านที่เรียนรู้และมีประสบการณ์สืบทอดกันมาทั้งทางตรง คือ ประสบการณ์ด้วยตนเองหรือทางอ้อมซึ่งเรียนรู้จากผู้ใหญ่หรือความรู้ที่ได้สั่งสมสืบทอดต่อกันมา (เสรี พงศ์พิศ. 2536 : 385)

ภูมิปัญญาชาวบ้าน หมายถึง ความรู้ประสบการณ์ของประชาชนในท้องถิ่น ซึ่งได้รับการศึกษาอบรมสั่งสม และถ่ายทอดจากบรรพบุรุษหรือเป็นความรู้ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์ตรงของตนเอง ซึ่งได้เรียนรู้จากการทำงาน จากธรรมชาติแวดล้อมสิ่งเหล่านั้น เป็นสิ่งที่มีคุณค่าเสริมสร้างความรู้ความสามารถ ทำให้คนมีชีวิตร่วมกันอย่างสันติสุข เป็นความรู้ที่สร้างสรรค์และมีส่วนเสริมสร้างวัฒนธรรม

ภูมิปัญญาท้องถิ่น คือ องค์ความรู้ในด้านต่างๆ ของการดำรงชีวิตของคนไทยที่เกิดจากการสะสมประสบการณ์ ทั้งทางตรงและทางอ้อมประกอบกับแนวคิดวิเคราะห์ในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ของตนเอง สามารถพัฒนาความรู้ดังกล่าว มาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับกาลสมัยในการแก้ปัญหาการดำรงชีวิต

ภูมิปัญญาพื้นบ้าน เป็นองค์ความรู้ที่พัฒนาขึ้นในบริบททางกายภาพ และวัฒนธรรมทางปฏิสัมพันธ์ระหว่างคนกับระบบนิเวศชุดหนึ่งโดยการวางอยู่บนหลักการพื้นฐานที่ว่า ความรู้มีได้เป็นสมบัติของใครคนใดคนหนึ่ง โดยเฉพาะหากแต่ความรู้เป็นของชุมชน กลุ่มชนต่างๆ ได้สั่งสมสืบทอดและพัฒนามาเป็นเวลานานร้อยนับพันปี แม้องค์ความรู้ของภูมิปัญญาพื้นบ้านจะมีลักษณะใกล้เคียงกับองค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์ในบางส่วน คือ เป็นองค์ความรู้ที่ได้ผ่านการพิสูจน์ทดลอง และผ่านกระบวนการคัดสรรปรับปรุง และพัฒนาความคิดอย่างเป็นระบบมาแล้ว แต่ข้อแตกต่างของภูมิปัญญาพื้นบ้านมีลักษณะจำเพาะเจาะจงเฉพาะถิ่นพื้นที่ หรือระบบนิเวศชุดใดชุดหนึ่ง องค์ความรู้เหล่านั้นๆ เกิดขึ้นจากปฏิสัมพันธ์และการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างมนุษย์ สัตว์ พืช พลังธรรมชาติ ดวงวิญญาณ ที่ดินแหล่งน้ำและลักษณะภูมิประเทศในอาณาบริเวณแห่งใดแห่งหนึ่งโดยเฉพาะ และลักษณะจำเพาะของภูมิปัญญาพื้นบ้าน เกี่ยวพันเชื่อมโยงอย่างแนบแน่นกับมิติทางสังคมและสิทธิของชุมชน ซึ่งความรู้ทางวิทยาศาสตร์เชื่อว่า ความรู้มีลักษณะเป็นสากลและแยกออกต่างหากจากธรรมชาติ (มาริสสา โภคเศษโยธิน. 2551 : 6-8)



สรุป ภูมิปัญญา คือ พื้นฐานความรู้ชาวบ้านที่เรียนรู้ และมีประสบการณ์สั่งสมสืบทอดกันมาทั้งทางตรงและทางอ้อม ทุกสิ่งทุกอย่างที่ชาวบ้านได้คิดเองนำมาใช้แก้ปัญหาสติปัญญา เป็นองค์ความรู้ทั้งหมดของชาวบ้านสามารถคิดเองทำเอง โดยศักยภาพที่มีอยู่และแก้ไขปัญหาการดำเนินชีวิตได้ในท้องถิ่นอย่างทันสมัย

เกี่ยวกับการเกิดภูมิปัญญา ได้ศึกษาวิจัยถึงปัญหาที่มีผลต่อการพัฒนาการของภูมิปัญญา ลักษณะของภูมิปัญญา ขอบข่ายของภูมิปัญญาไว้ในรายงานการวิจัยเรื่อง แนวทางส่งเสริมภูมิปัญญาไทยในการจัดการศึกษาซึ่งสามารถ สรุปรายละเอียดได้ดังนี้ ดังนั้นการเกิดภูมิปัญญาจึงมีกระบวนการที่เกิดจากการสืบทอดถ่ายทอดองค์ความรู้ที่มีอยู่เดิมในชุมชนท้องถิ่นต่างๆ แล้วพัฒนาเลือกสรรปรับปรุงองค์ความรู้เหล่านั้นจนเกิดทักษะและความชำนาญที่สามารถแก้ไขปัญหา และพัฒนาชีวิตได้อย่างเหมาะสมกับยุคสมัย แล้วเกิดภูมิปัญญา (องค์ความรู้ใหม่) ที่เหมาะสมและสืบทอดพัฒนาต่อไปอย่างไม่สิ้นสุด กระบวนการเกิดและการสืบทอดภูมิปัญญาไทย เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างคนกับคนอื่นในสังคม จะแสดงออกมาในลักษณะจารีต ขนบธรรมเนียม ประเพณี ศิลปะและนันทนาการ ภาษาวรรณกรรมตลอดทั้งการสื่อสารต่างๆ เป็นต้น ภูมิปัญญาที่เกิดจากความสัมพันธ์ ระหว่างคนกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์สิ่งเหนือธรรมชาติจะแสดงออกมาในลักษณะของสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ศาสนา ความเชื่อต่างๆ เป็นต้นภูมิปัญญาสามารถจำแนกเป็นสาขาต่างๆ ได้ดังนี้

วิชิต นันทสุวรรณ (ฉลาดชาย รมิตานนท์. 2537 ; อังอิงมาจาก วิชิต นันทสุวรรณ. 2528 : 5) จำแนกภูมิปัญญาชาวบ้านไว้ 3 ลักษณะดังนี้

1. ภูมิปัญญาจากการใช้ชีวิตในธรรมชาติ เนื้อหาของภูมิปัญญา คือ การอธิบายปรากฏการณ์ธรรมชาติ ความสัมพันธ์ระหว่างชีวิตกับธรรมชาติในลักษณะ ของกฎเกณฑ์ที่พึงปฏิบัติ และข้อห้ามที่ไม่ให้ชาวบ้านปฏิบัติ เช่น ความเชื่อต่อธรรมชาติต่างๆ เรื่องของผีที่ทำให้เกิดสภาวะสมดุลของการอยู่ร่วมกันระหว่างคนกับธรรมชาติ ระบบเหมือง ฝาย ฝิ่ปันน้ำ เป็นต้น

2. ภูมิปัญญาจากประสบการณ์อยู่ร่วมกัน ภูมิปัญญา แบบนี้มีพฤติกรรมตามแบบแผนของสังคมมีกฎเกณฑ์บอกอย่างนั้นดี อย่างนี้ไม่มีระบบความสัมพันธ์ของการอยู่ร่วมกันอย่างสันติเป็นหลักมีความเข้าใจในอนิจจังของชีวิตเป็นสูงสุด รูปธรรมนามธรรมที่แสดงออก คือ ความเชื่อเรื่องบรรพบุรุษ ตา ยาย ปู่ ย่า ฝิ่พ่อ ฝิ่แม่และมีพิธีกรรมต่างๆ เป็นต้น

3. ภูมิปัญญาจากประสบการณ์เฉพาะด้าน เช่น ภูมิปัญญาจากประสบการณ์ทำมาหากินในด้านต่างๆ ภูมิปัญญาด้านการรักษาโรค เป็นต้น

ประเวศ วะสี (2544 : 32) ได้กำหนดลักษณะภูมิปัญญาท้องถิ่นไว้ 4 ประการ ดังนี้

1. มีวัฒนธรรมเป็นฐานไม่ใช้วิทยาศาสตร์
2. มีบูรณาการสูง
3. มีความเชื่อมโยงไปสู่นามธรรมที่ลึกซึ้งสูงส่ง
4. เน้นความสำคัญของจริยธรรมมากกว่าวัตถุธรรม

เสรี พงศ์พิศ (2536 : 146) ได้แบ่งภูมิปัญญาไทยเป็นสองระดับ คือ ระดับชาติ และระดับท้องถิ่น



1. ภูมิปัญญาระดับชาติ เป็นภูมิปัญญาที่พัฒนาสังคมไทยให้รอดพ้นจากวิกฤตการณ์ต่างๆ ในอดีต การเสียเอกราช การสร้างเสริมความศิวิไลซ์ให้กับชาติตราบนานทุกวันนี้ เช่น กรณีการกอบกู้เอกราชของพระนเรศวรมหาราช การป้องกันตนเองไว้ไม่ให้ตกเป็นเมืองขึ้นสมัยยุคล่าอาณานิคม เป็นต้น

2. ภูมิปัญญาระดับท้องถิ่นหรือภูมิปัญญาชาวบ้าน เป็นภูมิปัญญาที่เกิดขึ้นเฉพาะในท้องถิ่นนั้น เป็นพื้นความรู้ของชาวบ้านในการคิดแก้ปัญหาในชีวิตของตนเอง หรือสติปัญญาอันเกิดจากการเรียนรู้ สะสม ถ่ายทอดประสบการณ์ที่ยาวนานของผู้คนในท้องถิ่นซึ่งได้ใช้ชีวิตถาวรกับป่า เขา น้ำ สัตว์ป่า และธรรมชาติรอบตัวเป็นองค์ความรู้ทั้งหมดของพวกเขา

สามารถ จันทรสุรีย์ (2533 : 3-5) อธิบายว่าภูมิปัญญาชาวบ้านมี 2 ลักษณะ คือ ลักษณะที่เป็นนามธรรม และลักษณะที่เป็นรูปธรรม

1. ลักษณะที่เป็นนามธรรมเป็นโลกทัศน์ชีวทัศน์ เป็นปรัชญาในการดำเนินชีวิต เป็นเรื่องเกี่ยวกับ การเกิด แก่ เจ็บ ตาย คุณค่า และความหมายของทุกสิ่งในชีวิตประจำวัน

2. ลักษณะที่เป็นรูปธรรม เป็นเรื่องเกี่ยวกับเฉพาะด้านต่างๆ เช่น การทำมา กิน การเกษตร หัตถกรรม ศิลปะ อาหาร การแต่งกาย ภาษา ดนตรี และอื่นๆ

สรุป ภูมิปัญญาเป็นกระบวนการที่เกิดจากการสืบทอดถ่ายทอดองค์ความรู้ ทักษะ ความเชื่อและพฤติกรรมที่มีอยู่เดิมในชุมชนท้องถิ่นต่างๆ แล้วพัฒนาเลือกสรรปรับปรุงองค์ความรู้ให้เหมาะสม สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมธรรมชาติให้เข้ากับยุคสมัยไม่ล้าสมัย โดยอาศัยความรู้เดิมในเรื่องนั้น ผสมผสานกับความรู้ใหม่ที่ได้รับมีเอกภาพ วัฒนธรรมของสังคมที่มาจากรากเหง้าของภูมิปัญญาชาวบ้านเป็นสิ่งที่นำไปสู่การปรับตัว และการพัฒนาชุมชนให้เข้ากับบริบททางสังคมวัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมในท้องถิ่นที่มีวิวัฒนาการอย่างต่อเนื่อง

สำหรับพัฒนาการของภูมิปัญญา มีดังนี้

เอกวิทย์ ณ ถลาง (2536 : 108-116) ได้เสนอพัฒนาการของภูมิปัญญาไว้ดังนี้

1. พัฒนาการของภูมิปัญญาและกระบวนการเรียนรู้ของชาวบ้านทุกภูมิภาค เป็นผลพวงของการเรียนรู้เกี่ยวกับสรรพสิ่งแห่งธรรมชาติแวดล้อม แล้วปรับตัวสร้างสรรค์ขึ้นเป็น วัฒนธรรมที่สอดคล้องกับวิถีการดำรงชีวิตในสภาพแวดล้อมนั้นๆ ดังเห็นได้จากการจัดระบบเหมือง หลายแห่งภาคเหนือ ที่ไม่ได้มีความสำคัญเฉพาะการจัดสรรทรัพยากรน้ำหล่อเลี้ยงการกสิกรรม ในบริเวณที่ราบเขาเท่านั้น แต่เป็นแกนของการจัดระบบความสัมพันธ์แห่งชุมชน และระหว่างชุมชน เช่นเดียวกับการปลูกบ้านสร้างเรือน และการทำนาทำสวนในภาคกลาง ก็อาศัยระบบนิเวศที่มีฤดูน้ำ มากน้ำน้อยแห่งพื้นที่ราบลุ่ม ซึ่งมีสายน้ำหล่อเลี้ยงเป็นหลักในการทำมาหากิน โดยเป็นการแก้ปัญหา ในการครองชีพ ที่รับสภาพความจริงอันแตกต่างจากภาคเหนือ หรือการดำเนินชีวิตตามฮีตสิบสอง คลองสิบสี่ของชาวอีสาน ก็เป็นไปตามความผันแปรของฤดูกาลในรอบปี โดยผูกพันแน่นแฟ้นอยู่กับ ศรัทธาความเชื่อในพระพุทธศาสนา รวมถึงระบบการพึ่งพากันระหว่างคนต่างชุมชน ที่มีการผลิตและ การบริโภคต่างกัน ด้วยการเป็นเกอกลกันของเครือข่ายชุมชนภาคใต้ที่เป็นสังคมเปิด ดังนี้

1.1 ภูมิปัญญาใหม่ๆ ที่รับเข้ามาจากโลกภายนอกมิได้เข้ามาทดแทนภูมิ ปัญญาสั่งสมหรือภูมิปัญญาที่พัฒนาไว้เดิมทั้งหมด สำหรับสังคมไทยระดับ “ชาวบ้าน” หากแต่ใน หลายกรณีภูมิปัญญาสั่งสมจะได้รับการทดสอบเลือกเฟ้น และดัดแปลงให้สามารถเข้ากับปัญหา หรือ ตอบสนองความต้องการในการปรับตัวตามบริบททางเศรษฐกิจ และสังคมที่เปลี่ยนแปลงและทำหน้าที่



เป็นฐานรองรับภูมิปัญญาใหม่ๆ ที่เข้ามาผสมผสานอย่างต่อเนื่อง ดังจะเห็นได้จากเรื่องอาหารการกิน การรักษาพยาบาล การใช้สมุนไพรตลอดจนเรื่องพิธีกรรมและความเชื่อ ที่นำมาใช้เพื่อรักษาคุณภาพ ในระบบความสัมพันธ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะเห็นได้จากความรู้ความสามารถในการปรับตัว โดยการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาดั้งเดิมในบริบทใหม่ ในลักษณะที่เป็นการผลิตซ้ำทางวัฒนธรรมของคนไทยทุกภูมิภาค เพื่อแก้ปัญหาเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบัน เช่น กองทุนหมู่บ้านที่เติบโตจนเป็นสวัสดิการชุมชนของคนในการปรับตัว โดยการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาดั้งเดิมในบริบทใหม่ในลักษณะ ที่เป็นการผลิตซ้ำทางวัฒนธรรมของคนไทยทุกภูมิภาค เพื่อแก้ปัญหาเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบัน เช่น กองทุนหมู่บ้านที่เติบโตจนเป็นสวัสดิการชุมชนของคนภาคใต้ การบวชต้นไม้ การสืบชะตาแม่น้ำของคนภาคเหนือ การแก้ปัญหาเรื่องน้ำของชาวอีสาน และการพัฒนาการเรียนรู้อุปกรณ์ของชุมชนภาคกลางที่ถูกสังคมเมือง และการขยายตัวของอุตสาหกรรมมัลติมีเดีย เป็นต้น

1.2 สำหรับคนไทยโดยทั่วไปทุกภูมิภาค การปรับตัวของสังคมไทยไม่มีการเปลี่ยนแปลง อย่างสิ้นเชิงแบบซุดรากลอนโค่น แต่เป็นการปรับเปลี่ยนที่ยึดรากฐานภูมิปัญญาสั่งสมอันมีอยู่เดิม ที่มีพลวัตในตัวของมันเองอยู่แล้ว ทั้งโดยจิตสำนึกและได้สำนึกดังจะเห็นได้จากการปรับระบบความสัมพันธ์ที่ยังคงให้ความสำคัญกับเครือญาติและชุมชนของคนอีสาน ระบบอุปถัมภ์ต่างๆ ของคนทุกภูมิภาคการจัดช่วงชั้นทางสังคม ในแนวตั้งของสังคมไทยภาคกลางและในเมืองหลวง ไม่ว่าจะส่งผลในทางบวกหรือลบก็ตาม และการปรับระบบความสัมพันธ์เชิงอำนาจในการถ่วงดุลระหว่าง “อำนาจ” กับ “อิทธิพล” ของคนไทยโดยทั่วไปโดยเฉพาะภาคกลาง เป็นต้น

1.3 ภูมิปัญญาของคนไทยภูมิภาคต่างๆ มีความหลากหลาย ตามสภาพแวดล้อมธรรมชาติ และลักษณะสังคมที่แตกต่างกันระหว่างท้องถิ่น ตามความแตกต่างของภูมิภาคนอกกลุ่มชนชาติพันธุ์หลายภาษาหลายความเชื่อ ความหลากหลายแห่งภูมิปัญญาเหล่านี้มิใช่ความแตกต่างที่นำไปสู่ความไร้พลัง ตรงกันข้ามกลับจะเป็นความร่ำรวยมั่งคั่งทางปัญญา ที่เป็นพลังสำคัญถ้าสามารถเข้าถึงความหมายและคุณค่าแห่งภูมิปัญญาอันหลากหลายนั้นๆ ได้

1.4 คนสร้างสรรค์ภูมิปัญญาในสังคมไทยระดับพื้นฐาน เป็นการสั่งสมความรู้ และประสบการณ์อันยาวนานโดยผ่านกระบวนการเรียนรู้ลักษณะต่างๆ ที่มีอยู่ตามธรรมชาติของมนุษย์ในการปรับตัวทั้งกับธรรมชาติ และการปรับตัวในสังคมมนุษย์ด้วยกันกระบวนการเรียนรู้ตามธรรมชาตินี้ เป็นศักยภาพอันยิ่งใหญ่ที่ปัจจุบันเราให้ความสำคัญน้อยเกินไป แต่จะกลับมามีความสำคัญอย่างสูงอีกครั้งหนึ่ง นอกเหนือจาก การเรียนรู้ในรูปสถาบันการศึกษาทั้งในด้านวิธีการ เนื้อหาและระบบปฏิสัมพันธ์ ภูมิปัญญาในการเรียนรู้ตามธรรมชาติของมนุษย์นั้น มีพื้นที่สอดคล้องกับเครือข่ายการเรียนรู้สมัยใหม่ในสังคม ข้อมูลข่าวสารที่ได้มาถึงแล้วจึงเป็นการประสานกันระหว่างการเรียนรู้ใน “โลกเทียมจริง” (Virtual Reality) และ “โลกกายภาพ” ที่มนุษย์รู้จักคุ้นเคยมาแต่เดิม

2. การสร้างสรรค์และสั่งสมภูมิปัญญา เป็นกระบวนการเรียนรู้ตามธรรมชาติของมนุษย์ท่ามกลางสภาพแวดล้อมธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่มีการพัฒนาการมายาวนาน และสามารถประมวลเอาลักษณะการเรียนรู้ของ “ชาวบ้าน” หรือ คนธรรมดาสามัญ จนก่อให้เกิดการพัฒนาภูมิปัญญาไว้อย่างมากมาย



ภูมิปัญญาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสุขภาพนั้น แพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine) ได้ศึกษาสถานะความเป็นอยู่จากอดีตจนถึงปัจจุบัน และเห็นว่า มนุษย์ได้รับส่วนประกอบที่เป็นสารเคมีมากขึ้น ดังนั้น สังคมในยุคปัจจุบันโดยเฉพาะผู้ที่อาศัยอยู่ในเมือง จึงมีโอกาที่จะเกิดโรคร้ายไข้เจ็บขึ้นมากมาย โดยปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดโรคมืดนี้ (เทวัญ ธาณรัตน์. 2556)

ปัจจัยสำคัญที่มีผลกระทบต่อการทำให้เกิดโรคมืดนี้

1. อาหาร

เป็นปัจจัยที่มีความสำคัญมากต่อชีวิตของเราทุกคน เพราะเราต้องรับประทานอาหาร เพื่อให้ร่างกายได้รับพลังงานอย่างเพียงพอที่จะใช้การทำงานในชีวิตประจำวัน โดยในสังคมไทยปัจจุบัน มีคนป่วยเป็นโรคที่เกี่ยวกับทางเดินอาหารเป็นจำนวนมาก อันเป็นผลมาจากการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องและรับประทานไม่เป็นเวลา ดังคำกล่าวที่ว่า “You are what you eat” สุขภาพของเราขึ้นอยู่กับอาหารที่เรารับประทาน อาหารเป็นตัวกำหนดภาวะโภชนาการของเรา ซึ่งตามหลักของแพทย์ทางเลือกที่ใช้อาหารมาบำบัดร่างกายนั้นได้ใช้หลักการ ตามคำกล่าวที่ว่า “Let’s food be your medicine and medicine be your food” จึงใช้อาหารเป็นยาในการรักษาโรค และให้ยาที่กินคืออาหาร ดังนั้น อาหารตามแนวของแพทย์ทางเลือกจึงควรจะเป็นอาหารที่ย่อยง่าย ดูดซึมได้ดี ร่างกายสามารถนำไปใช้ได้ทันที และไม่เหลือของเสียตกค้างอยู่ในร่างกาย โดยจะจัดอาหารให้มืองค์ประกอบครบ 5 หมู่ ดังนี้

- 1.1 ระบบดูดซึมดี
- 1.2 ระบบทางเดินหายใจดี
- 1.3 ระบบการหมุนเวียนโลหิต
- 1.4 ระบบภูมิคุ้มกันดี
- 1.5 ระบบฮอร์โมนดี

2. อารมณ์

สาเหตุสำคัญสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคนั้น เกิดจากกิเลสในใจของเรา เช่น ความโลภ ทำให้รับประทานที่มีไขมันสูง ไม่มีประโยชน์ เพราะติดใจในรสชาติความอร่อยของอาหาร ส่วนความโกรธหรือความเกลียดก็ส่งผลร้ายต่อร่างกายเช่นเดียวกับความเครียด กล่าวคือ จะส่งผลทำให้ร่างกายผลิตฮอร์โมนอะดรีนาลิน ทำให้ภาวะความเป็นกรดในเลือดสูงขึ้น เกิดผลกระทบต่อระบบประสาท ตลอดจนกล้ามเนื้อหัวใจ ซึ่งสภาพจิตใจและอารมณ์มีผลกระทบโดยตรงกับการเกิดโรคต่างๆ ทั้งทางกายและทางใจ ดังนั้น เราต้องปรับเปลี่ยนอารมณ์ให้ปกติ ลดความโลภ ความโกรธ ความหลง

3. อากาศ

เราควรอยู่ในที่ที่มีอากาศบริสุทธิ์ ปลอดมลพิษ อยู่ในที่มีปริมาณโอโซนในชั้นอากาศที่ทำให้ปลอดเชื้อโรค โดยสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคนั้นเกิดมาจากการหายใจที่ไม่ถูกต้อง กล่าวคือ คนส่วนมากมักจะหายใจสั้น และเร็วทำให้ปอดไม่สามารถทำงานได้อย่างเต็มที่ เมื่อปล่อยให้เป็นอย่างนี้ต่อเนื่องเป็นเวลานาน ส่งผลให้เกิดความเสื่อมไปถึงความผิดปกติต่อระบบอื่นๆ ของร่างกาย

4. การหายใจ

การทำงานของร่างกายมนุษย์ทุกคน จำเป็นต้องมีการหายใจเพราะมันสัมพันธ์กับทุกส่วนของร่างกาย โดยการหายใจเป็นการขับเคลื่อนส่วนเกินของความร้อนในร่างกายออกไป และเพิ่มปริมาณออกซิเจนในเลือด ซึ่งถ้าเราหายใจอย่างถูกต้อง กล่าวคือ การสูดลมหายใจเข้าลึกและยาว



จะช่วยให้ปอดสามารถทำงานได้อย่างเต็มที่ และร่างกายนำออกซิเจนไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และในเวลาที่ยาใจออก ร่างกายจะขับก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ ไนโตรเจนและของเสียอื่นๆ ออกมา เมื่อเราหายใจได้อย่างถูกต้องแล้ว ระบบการขับถ่าย การย่อยอาหาร และการดูดซึมน้ำก็จะทำงานได้ดีขึ้น ตลอดจนระบบกล้ามเนื้อทุกส่วนในร่างกาย จะได้รับการชะล้างไขมันส่วนเกิน เพื่อเปลี่ยนรูปเป็นพลังงาน ส่งผลให้ผิวหนังพรรณสามารถระบายความร้อนได้ดี ทำให้เกิดการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีให้แก่ร่างกาย

5. การออกกำลังกาย

เวลาที่เหมาะสมตามหลักของแพทย์ทางเลือก การออกกำลังกายควรเป็นช่วงเช้าเวลาประมาณ 05.00-07.00 น. เพื่อเป็นการกระตุ้นให้ลำไส้ใหญ่ และไตขับของเสียออกให้หมด และพร้อมที่จะขับถ่ายก่อน 7 โมงและรับประทานอาหารเช้าหลังจากขับถ่ายแล้ว

6. อุจจาระ

การขับถ่ายเป็นสัญญาณหนึ่งที่บ่งบอกถึงสุขภาพของร่างกายคนเราว่า อยู่ในสภาวะปกติหรือไม่ การขับถ่ายควรทำให้เป็นปกติทุกวันก่อน 7 โมงเช้า ถ้าเราปล่อยให้เกิดอาการท้องผูกต่อเนื่องเป็นเวลานาน จะเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคต่างๆ ได้ เช่น ภูมิแพ้ ริดสีดวง มะเร็ง อัมพาต หอบหืด นอนไม่หลับ เป็นต้น

7. การนอน

ตามแนวของแพทย์ทางเลือกนั้น มองว่า เวลาพักผ่อนที่เหมาะสม คือ ช่วงเวลา 3 ทุ่มถึงตี 3 โดยจะตื่นหลังตี 3 ก็ได้แต่ไม่ควรเข้านอนเกิน 3 ทุ่ม เพราะพลังงานของร่างกายเราจะสร้างในช่วงเวลา 3 ทุ่มถึง 5 ทุ่ม การนอนดึกจะทำให้อวัยวะต่างๆ ในร่างกายทำงานหนักเกินไปส่งผลให้เกิดความเสื่อมของอวัยวะต่างๆ ในระบบของร่างกาย เนื่องจากทุกอวัยวะต้องได้รับสารอาหารจากการไหลเวียนตลอดเวลา การมีของเสียตกค้างระดับเซลล์ ทำให้มีอาการทางผิวหนัง แผลงาย เป็นฝ้า กระ

ถ้าในแนวทางธรรมชาติบำบัดถือว่าเป็นเรื่องดี เพราะระหว่างที่เกิดอาการต่างๆ ขึ้นนั้น แสดงว่าร่างกายเริ่มมีการฟื้นฟู และซ่อมแซมตัวเองอย่างเป็นระบบ ดังนั้น ถ้าหากท่านเข้าสู่สายธรรมชาติบำบัด หากเกิดอาการเหล่านี้ขึ้น (โดยเฉพาะผู้ที่ทานน้ำผักปั่น และควบคุมอาหารตามที่แนะนำ) พึงให้ท่านเรียนรู้ว่า

อาการท้องเดิน : มีการทำความสะอาดลำไส้

อาการอาเจียน : มีการทำความสะอาดกระเพาะอาหาร

อาการไข้สูง มีเหงื่อและปัสสาวะ : ทำความสะอาดเลือด

หายใจเหม็น และมีเมือกต่างๆ : ทำความสะอาดปอด

ปวดเมื่อยทั้งตัว : ร่างกายเริ่มขับของเสียทิ้ง เซลล์ที่ไม่มีชีวิตกำลังจะมีชีวิต

ขอให้ท่านที่เกิดอาการดังกล่าว เข้าใจว่า ต่อไปอาการที่เกิดขึ้นจะค่อยๆ หายไปเอง

การขับพิษในร่างกายระดับเซลล์

เมื่อร่างกายมีการขับพิษตามแนวธรรมชาติบำบัดนั้นผู้ป่วยทุกโรคจะมีอาการเหมือนกัน กล่าวคือ ถ่ายบ่อย ปัสสาวะบ่อย วิงเวียน รับประทานอาหารได้น้อย ไม่นอนเวลากลางคืน มีอาการทางผิวหนัง คัน บวม มีผื่นแดง หายใจแรง อ่อนเพลีย ง่วงนอนกลางวัน ตื่นบ่อยๆ เป็นต้น



ดังนั้น เมื่อเกิดอาการต่างๆดังกล่าว การปฏิบัติตนเบื้องต้น สามารถทำได้ ดังนี้

1. ดื่มน้ำโทระพา ใบเตย สะระแหน่ (ต้มในน้ำเดือด 1 ลิตร ใช้โทระพา ใบเตย สะระแหน่ 100 กรัม)
2. ดื่มนมธัญพืช
3. ดื่มน้ำเอนไซม์ผลไม้เข้มข้น
4. ซุปผัก (ผักกาดหอม + ไข่ขาว + มะเขือเทศ + หอมหัวใหญ่)
5. น้ำผักปั่น ทุกๆ 1 ชั่วโมงอย่างละ 20 ซีซี
6. ดื่มน้ำอุณหภูมิห้อง 100 ซีซี ทุกชั่วโมง
7. พักผ่อนนอนหลับเพียงพอ

อาการปวด คือ สัญญาณการขอความช่วยเหลือของร่างกายผ่านการทำงานของระบบประสาท บอกความรู้สึกให้เราทราบว่า ร่างกายเรามีของเสียจำนวนมากค้างอยู่ตามอวัยวะส่วนต่างๆของร่างกาย ซึ่งเกินกำลังความสามารถของร่างกายที่จะกำจัดของเสียส่วนเกินนั้นทิ้งเองได้ ทำให้เกิดการเสียสมดุลของระบบการทำงานของร่างกาย ซึ่งของเสียเหล่านั้นเกิดจากการบริโภคอาหารที่ปนเปื้อนและเป็นโทษต่อร่างกาย เช่น อาหารที่ดูดีซึ่มยาก ย่อยยาก อาหารที่มีส่วนผสมของสารปรุงแต่ง แต่งสี กลิ่น รส รวมถึงยา สารเคมี สารพิษในอากาศ การสูบบุหรี่ การเสพยาเสพติด เป็นต้น รวมทั้งเกิดจากผลของอารมณ์ในเชิงลบ ความโกรธ ความเกลียด ความเครียด เมื่อสะสมเป็นเวลานาน จะก่อให้เกิดการเสื่อมของอวัยวะต่างๆในร่างกาย และเป็นสาเหตุของการเกิดโรคต่างๆได้มากมาย

การใช้ยาแก้ปวด

การใช้ยาแก้ปวดจะได้ผลดีในระยะสั้น เพราะยาจะไปกุดการทำงานของระบบประสาทส่วนที่ส่งสัญญาณปวดมาให้เรารู้ ซึ่งยาจะช่วยกุดประสาทได้เพียงชั่วคราว เมื่อยาหมดฤทธิ์เราก็จะกลับมาปวดใหม่อีกครั้ง เพราะของเสียต่างๆ ยังคงตกค้างอยู่ในร่างกาย ซึ่งการใช้ยาแก้ปวดอย่างต่อเนื่องและเป็นเวลานาน ทำให้เกิดการสะสมสารพิษอยู่ในร่างกาย และส่งผลให้ระบบประสาท ตับ ไต เสื่อมลงอย่างรวดเร็ว

วิธีระงับอาการปวด

การทำสมาธิ เป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยระงับอาการปวดที่มีประสิทธิภาพสูงสุด เนื่องจากขณะที่เราทำสมาธิจินตนาการ ต่อมน้ำตมองจะหลังฮอโรโมนเอนโดรฟิน หรือที่เรารู้กันว่าเป็นฮอโรโมนแห่งความสุขออกมา ทำให้ร่างกายเบาสบาย ปลอดโปร่ง สดชื่น รู้สึกดีขึ้น ซึ่งช่วยในการบรรเทาอาการปวดได้ดี โดยที่เราไม่ต้องเสียเงินไปซื้อเลย เพราะร่างกายของเราสามารถผลิตเองได้

การบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ เพื่อปรับสภาพร่างกายให้มีความสมดุล เป็นกลาง ช่วยให้ร่างกายสามารถกำจัดของเสียต่างๆในร่างกายได้และเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน หรือภูมิต้านทานให้แก่ร่างกาย เพื่อฟื้นฟูอวัยวะต่างๆไปในเวลาเดียวกัน

ในทางตรงกันข้าม ขณะที่เกิดอาการปวดแล้วเรายังคงเครียด หงุดหงิด ร่างกายจะหลั่งฮอโรโมนอะดรีนาลิน หรือที่เรารู้กันว่าเป็นฮอโรโมนแห่งความทุกข์ ซึ่งจะส่งผลให้เกิดอาการปวดเพิ่มมากขึ้น และยิ่งถ้าเราไปใช้ยาแก้ปวดอีก ก็เท่ากับเป็นการทำร้ายร่างกายตัวเองเพิ่มขึ้นในระยะยาว เพราะจะยิ่งเป็นการส่งเสริมให้อวัยวะในร่างกายเสื่อมขึ้นโดยเร็ว เนื่องจากต้นเหตุที่ทำให้เกิดอาการปวดนั้นยังคงอยู่



บทบัญญัติ 10 ประการ สำหรับรักษาสุขภาพที่ดี ไกลจากโรคภัย มีดังนี้

1. ตื่นนอน 04.00น. เข้าห้องน้ำ
2. ดื่มน้ำทันทีที่ตื่นนอน 500 ซีซี (ครึ่งลิตร) เป็นอย่างน้อย
3. ดื่มน้ำโทรหะพา 250 ซีซี เข้า กลางวัน เย็น ก่อนอาหารทุกมื้อ
4. ดื่มน้ำข้าวผง 250 ซีซี และอาหารไร้สารพิษ
5. ออกกำลังกาย 05.30-06.00 น.
6. รับประทานอาหารเช้า 07.30 น. กลางวัน 11.30 น. เย็น 17.30 น.
7. ดื่มน้ำทุกๆชั่วโมง 500 ซีซี (ครึ่งลิตร) เวลา 04.00-20.00 น.
8. เข้านอน 21.00 น.
9. ขับถ่ายอุจจาระเวลา 04.00 น. ก่อน 06.30 น.
10. อยู่ในที่อากาศสะอาด มีออกซิเจน 20% ไนโตรเจน 79% และ อื่นๆ1%

1.2 ภูมิปัญญา และความเชื่อเกี่ยวกับการแพทย์แผนไทย

การแพทย์แผนไทย (Thai Traditional Medicine) หมายถึง กระบวนการทางการแพทย์เกี่ยวกับตรวจวินิจฉัยบำบัด รักษา ป้องกันโรค หรือการส่งเสริมฟื้นฟูสุขภาพของมนุษย์หรือสัตว์ การผดุงครรภ์ การนวดไทย และให้ความหมายรวมถึง การเตรียมการผลิตยาแผนไทย การประดิษฐ์อุปกรณ์และเครื่องมือทางการแพทย์ ทั้งนี้โดยอาศัยความรู้หรือตำราที่ได้ถ่ายทอดและพัฒนาสืบต่อกันมา การแพทย์แผนไทยแต่ดั้งเดิมคล้ายคลึงกับการแพทย์พื้นเมืองอื่นๆ คือมีความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุที่ทำให้เกิดความเจ็บไข้ได้ป่วยในมนุษย์ แบ่งได้ 3 กลุ่มใหญ่ๆดังนี้

1. เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากสิ่งที่เหนือธรรมชาติ ได้แก่ ผีบรรพบุรุษ สิ่งที่มีอำนาจ เช่น ผีป่า ปีศาจ ผีหรือสิ่งของที่ผู้อื่นเสกมากระทำโทษ เชื่อในเรื่องของเทพ เรื่องของพระเจ้าลึงค์ผู้ทำผิดจารีตประเพณี ความเชื่อนี้มีอยู่โดยทั่วไปแตกต่างกันตามที่อยู่และวัฒนธรรมของแต่ละท้องถิ่น
2. เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากธรรมชาติ ได้แก่ การเสียสมดุลของร่างกายอันประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 การเสียสมดุลของความร้อนความเย็น การเสียสมดุลของโครงสร้างร่างกาย
3. เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากพลังจักรวาล ได้แก่ อิทธิพลของดวงดาวต่างๆ ซึ่งมีทั้งพลังที่สร้างสรรค์ และพลังที่ทำลายสุขภาพ หากพลังใดมากกว่าจะส่งผลให้สุขภาพดีหรือร้ายไปตามนั้น

การรักษาจึงเป็นไปตามความเชื่อถือ มีทั้งการใช้พิธีกรรม ได้แก่ การบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การบวงสรวงเทพเจ้า การเสียเคราะห์ต่อชะตา การใช้สมุนไพรและการกินอาหารปรับสมดุลของร่างกาย การนวด การอบ การประคบ และการปรับสมดุลทางจิตด้วยสมาธิ ผู้รักษาได้แก่ หมอแผนโบราณ หมอพื้นบ้านที่มีการเรียนการสอนสืบต่อกันมา ทั้งการเรียนการสอนในสถาบันและจากการสืบทอดความรู้กันภายในครอบครัว

หมอแผนไทยในอดีตมีความรู้มากมายหลายสาขา เป็นทั้งผู้ชำนาญการประกอบพิธีกรรมการใช้ยา การนวด และโหราศาสตร์ บางคนเคยบวชเรียนจึงเก่งในเรื่องการนั่งสมาธิ การแพทย์แผนไทยเคยรุ่งเรืองมากจนมีผู้ชำนาญเฉพาะทางในสมัยอยุธยา ทำให้มีตำราคัมภีร์เฉพาะโรคมากมาย สาเหตุการเจ็บป่วยตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย (มหาวิทยาลัยธนบุรี. 2552 : 10)



นอกเหนือจากความเชื่อเกี่ยวกับสิ่งที่เหนือธรรมชาติแล้ว การแพทย์แผนไทยเชื่อว่าสาเหตุแห่งการเจ็บป่วยเกิดจากอิทธิพลดังต่อไปนี้

1. มูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4
2. อิทธิพลของฤดูกาล
3. อายุที่เปลี่ยนไปตามวัย
4. อิทธิพลของกาลเวลาและสุริยจักรวาล
5. ถิ่นที่อยู่อาศัย
6. พฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุก่อโรค

1. มูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4

สิ่งมีชีวิตที่เกิดมาล้วนประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 อันได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ที่เรียกว่า สมุฏฐานธาตุ ซึ่งอยู่ในภาวะสมดุลเกี่ยวข้องกันและกัน โดยแบ่งออกเป็นรายละเอียดดังนี้

ธาตุดิน

ธาตุดิน คือองค์ประกอบของสิ่งมีชีวิตที่มีลักษณะเป็นของแข็ง มีความคงรูป เช่น อวัยวะต่างๆ ธาตุดินโดยส่วนใหญ่มี 20 ประการ ได้แก่ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เส้นเอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไข้ใหญ่ ไข้น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า เยื่อในสมอง สิ่งเหล่านี้จัดเป็นธาตุดินภายใน ส่วนธาตุดินภายนอก ได้แก่ โตะ แก้ว ไม้ ต้นไม้ ดิน เป็นต้น

ธาตุน้ำ

ธาตุน้ำ คือองค์ประกอบของสิ่งมีชีวิตที่มีลักษณะเป็นน้ำ เป็นของเหลว มีคุณสมบัติ ไหลไปมา ซึมซับไปในร่างกายอาศัยธาตุดินเพื่อการคงอยู่ อาศัยธาตุลมเพื่อการเลื่อนไหล ธาตุน้ำภายในมีโดยประมาณ 12 ประการ ได้แก่ น้ำดี เสลด น้ำหนอง น้ำเลือด น้ำเหลือง มันทัน น้ำตา มันทะลุ น้ำลาย น้ำมูก น้ำไขข้อ น้ำปัสสาวะหรือน้ำมูตร และน้ำในอุจจาระ ธาตุน้ำภายนอก ได้แก่ น้ำฝน น้ำท่า น้ำหรือของเหลวในสิ่งแวดล้อมทั้งหลายภายในดินมีน้ำ ซึมซับอยู่ในความชุ่มชื้นแก่ดินและต้นไม้

ธาตุลม

ธาตุลม คือองค์ประกอบของสิ่งมีชีวิต มีลักษณะเคลื่อนไหวได้ มีคุณสมบัติ คือ ความเบาเป็นสิ่งที่มีพลัง ทำให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหว เดิน นั่ง นอน คุ้ เหยียดได้ ธาตุลมย่อมอาศัยธาตุดินและธาตุน้ำเป็นเครื่องนำพาพลัง และขณะเดียวกันธาตุลมพยุ่ดินและทำให้น้ำเคลื่อนไหวไปมาได้ ธาตุลมที่สำคัญมี 6 ประการ จัดเป็นธาตุลมภายใน ได้แก่

1. ลมพัดจากเบื้องล่างสู่เบื้องบน
2. ลมพัดจากเบื้องบนสู่เบื้องล่าง
3. ลมพัดอยู่ในท้องนอกลำไส้
4. ลมพัดในกระเพาะอาหาร และลำไส้
5. ลมพัดทั่วร่างกาย
6. ลมหายใจเข้าออก

ลมภายนอกได้แก่ ลมพัดต่างๆ ลมบก ลมทะเล ลมที่พัดอันเป็นปกติของโลก หรืออากาศที่มีการเคลื่อนไหวไปมานั่นเอง



ธาตุไฟ

ธาตุไฟ คือองค์ประกอบของสิ่งมีชีวิต มีลักษณะที่เป็นความร้อน คุณสมบัติเผาผลาญให้แหลกสลาย ไฟทำให้ลมและน้ำในร่างกายเคลื่อนที่ด้วยพลังแห่งความร้อนอันพอเหมาะ ไฟทำให้ดินอุ่น คืออวัยวะต่างๆไม่เน่า ไฟภายในมี 4 ประการ ได้แก่

1. ไฟทำให้ร่างกายอบอุ่น
2. ไฟทำให้ร้อนระส่ำระสาย
3. ไฟทำให้ร่างกายเหี่ยวแห้งทรุดโทรม
4. ไฟย่อยอาหาร

ไฟภายนอกได้แก่ ความร้อนจากดวงอาทิตย์ ไฟที่จุดขึ้น พลังความร้อนอื่นๆที่มีคุณสมบัติเผาผลาญต่างๆ

ธาตุทั้ง 4 ต้องอยู่ในภาวะสมดุล ร่างกายจึงจะเป็นปกติ ไม่เจ็บป่วย โดยธาตุดินอาศัยน้ำ ให้ชุ่มและเต่งตึงพอเหมาะ อาศัยลมพุงให้คงรูปและเคลื่อนไหว อาศัยไฟให้พลังงานอุ่นไว้ ไม่เน่าเปื่อย น้ำต้องอาศัยดินเป็นที่เกาะกุมซับไว้มิให้ไหลเหือดแห้งไปจากที่ที่ควรอยู่ อาศัยลมทำให้น้ำไหลซึมซับทั่วร่างกาย ลมต้องอาศัยน้ำและดินเป็นที่อาศัยและนำพาพลังไปในที่ต่างๆ ดินปะทะลมให้เกิดการเคลื่อนที่แต่พอเหมาะ ไฟอุ่นดินและอาศัยดินเพื่อการเผาผลาญให้เกิดพลัง ไฟต้องอาศัยน้ำเพื่อการเผาผลาญที่พอเหมาะ ไฟทำให้ลมเคลื่อนที่ไปได้ ในขณะที่ลมสามารถทำให้ไฟลุกโชนเผาผลาญมากขึ้นได้ จะเห็นได้ว่าธาตุทั้ง 4 ต่างอาศัยซึ่งกันและกัน จะขาดสิ่งใด สิ่งหนึ่งไม่ได้ หากมีความแปรปรวน เสียสมดุลขึ้นได้แก่ หย่อนกำเริบ หรือพิการ จะทำให้ร่างกายไม่สบาย เกิดเป็นโรคขึ้นได้

การเสียสมดุลดังกล่าวยังขึ้นอยู่กับความสมดุลของธาตุทั้ง 4 ที่อยู่ภายนอกอีกด้วย กล่าวคือ ธาตุดิน ได้แก่ พื้นดินหรือต้นไม้ หากต้นไม้เน่าลงเพราะป่าถูกทำลายเสียหาย ดินย่อมพังพินาศ ไม่สามารถเก็บน้ำไว้ได้ น้ำย่อมไหลไปโดยเร็วหรือถูกไฟ ได้แก่ แสงแดดแผดเผา กลายเป็นไอน้ำหมด ไอน้ำทำให้เกิดการเคลื่อนไหวของอากาศ เกิดลมที่แปรปรวน กระทบต่อลมอันเป็นปกติ เกิดพายุพัดรุนแรง ป่าและต้นไม้ซึ่งเป็นธาตุดิน ไม่สามารถต้านแรงลม ทำให้ดินพังไปมากขึ้นอีก ลมพัดพาฝนมา เกิดน้ำไหลบ่าท่วมทัน ดินยิ่งพังและเก็บน้ำไม่ได้ เมื่อถึงยามหน้าแล้งความชุ่มชื้นก็หมดไปอย่างรวดเร็ว ธาตุไฟก็จะมากขึ้น เกิดการแผดเผาของแสงแดดมาก ประกอบกับขาดต้นไม้ช่วยบังแดด โลกก็ยังร้อนความแห้งแล้งตามมา เกิดการขาดน้ำ น้ำพิการ หากธาตุ 4 ภายนอกเป็นเช่นนี้ เรียกว่า เกิดมหาสันนิบาต ย่อมส่งผลต่อธาตุภายใน ร่างกายเกิดการเจ็บป่วย เรียกว่า ธาตุภายในเสียสมดุลกับธาตุภายนอกนั่นเอง

2. อิทธิพลของฤดูกาล

อุตุสมุฏฐาน คือ ฤดูต่างๆมีผลทำให้ร่างกายแปรปรวน โดยช่วงรอยต่อระหว่างฤดูกาล เช่น ฤดูหนาวต่อฤดูร้อน ความเย็นจะเจือผ่านเข้าไปและความร้อนเริ่มเจือผ่านเข้ามา ฤดูร้อนต่อฤดูฝน ความร้อนย่อมเจือเข้าไปมีผลต่อธาตุลมที่กำลังมีผลกระทบ และธาตุลมย่อมเจือเข้ามากระทบร้อนด้วย ฤดูฝนต่อฤดูหนาว เมื่อถึงอากาศหนาวกำลังมา ละอองฝนปลายฤดูฝนและธาตุลมเจือเข้าสู่ความเย็น ในขณะที่ความหนาวเย็นต้นฤดูหนาวเริ่มเจือเข้ามารับลมปลายฤดูฝน สภาวะดังกล่าวมนุษย์ต้องปรับตัวเป็นอย่างมากปีแล้วปีเล่า หากปรับตัวไม่ได้จะเกิดเสียสมดุลทำให้เจ็บป่วย ร่างกายจึงต้องพยายามปรับตัวให้เข้ากับฤดูกาลต่างๆ ซึ่งมี 3 ฤดู คือ



1. ฤดูร้อนเจ็บป่วยด้วยธาตุไฟ
 2. ฤดูฝนเจ็บป่วยด้วยธาตุลม
 3. ฤดูหนาวเจ็บป่วยด้วยธาตุน้ำ
3. อายุที่เปลี่ยนไปตามวัย
- ร่างกายมนุษย์จะเปลี่ยนแปลงไปตามอายุขัย แบ่งเป็น 3 วัย คือ
1. ปฐมวัย (อายุ 0-16 ปี) เกิดโรคทางธาตุน้ำ
 2. มัชฌิมวัย (อายุ 16-32 ปี) เกิดโรคทางธาตุไฟ
 3. ปัจฉิมวัย (อายุ 32 ปีขึ้นไป) เกิดโรคทางธาตุลม

เรามักได้ยินเสมอว่า เลือดจะไปลมจะมาเป็นอาการของผู้ที่ย่างเข้าสู่ปัจฉิมวัย บางคนอาจสงสัยว่าเหตุใดจึงแบ่งวัยให้แก่เร็ว คือ 32 ปี ทั้งนี้เพราะธาตุทั้ง 4 จะทยอยกันเสื่อม แม้จะยังไม่แสดงอาการชัดเจน ซึ่งการแพทย์แผนปัจจุบันยอมรับว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเริ่มเสื่อมเมื่ออายุเกิน 30 ปี ปัจจุบันส่วนใหญ่เข้าใจว่าผู้สูงอายุคือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีแล้ว จึงจะเริ่มส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ซึ่งอาจสายเกินไป การแบ่งวัยแบบไทยๆ เป็นการเตือนสติไม่ให้ประมาทในการดำรงชีวิต ให้เริ่มรอบคอบในการกินอยู่หลับนอน หลีกเลียงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง นอกจากนี้แพทย์แผนไทยยังใช้อายุสำหรับการจัดยาที่แตกต่างกันอีกด้วย เช่น วัยชราต้องจัดยาที่ค้ำึงถึงธาตุลมมากกว่าธาตุอื่น เป็นต้น

4. สถานที่ถิ่นที่อยู่อาศัย

ที่อยู่อาศัยหรือสิ่งแวดล้อมเรียกว่าประเทศสมุฏฐาน ย่อมมีผลต่อชีวิตความเป็นอยู่และสุขภาพ ได้แก่

1. ประเทศร้อน สถานที่ที่เป็นภูเขา เนินผา มักเจ็บป่วยด้วยธาตุไฟ
2. ประเทศเย็น สถานที่ที่เป็นน้ำฝน โคลนตม มีฝนตกชุก มักเจ็บป่วยด้วยธาตุลม
3. ประเทศอุ่น สถานที่ที่เป็นน้ำฝนกรวด ทราบ เป็นที่เก็บน้ำไม่อยู่ มักเจ็บป่วยด้วยธาตุน้ำ
4. ประเทศหนาว สถานที่ที่เป็นน้ำเค็ม มีโคลนตมชื้นแฉะ ได้แก่ ชายทะเล มักเจ็บป่วยด้วยธาตุดิน

เกี่ยวกับสถานที่บางตำรากล่าวว่าถิ่นเกิด บางตำรากล่าวว่าถิ่นที่อยู่อาศัย หมอแผนโบราณบางคนกล่าวว่า ให้พิจารณาที่อยู่อาศัยซึ่งอยู่นานเกิน 6 เดือน

การคำนึงถึงที่อยู่อาศัยนั้น การแพทย์แผนปัจจุบันใช้ประกอบการวินิจฉัยโรคเช่นกัน โดยอาศัยข้อมูลว่าถิ่นใดมีโรคใดชุกชุม ก็จะคำนึงถึงโรคนั้นเป็นพิเศษ การแพทย์แผนไทยเมื่อทราบผู้ป่วยอยู่ในท้องถิ่นที่เป็นภูเขาสูง เนินผา เป็นภูมิประเทศธาตุไฟ ก็จะคำนึงถึงการเจ็บป่วยด้วยธาตุไฟเป็นสำคัญ และเมื่อเปลี่ยนที่อยู่อาศัยก็ต้องปรับตัวให้เข้ากับธาตุของท้องถิ่นนั้น หากปรับไม่ได้ก็จะป่วยไข้ จึงจะต้องกินอาหารในท้องถิ่นนั้นปรับธาตุอยู่เสมอ

5. อิทธิพลของกาลเวลา

กาลสมุฏฐาน คือ สาเหตุการเกิดโรคอันเนื่องจากเวลา คือ การเปลี่ยนแปลงทุก 24 ชั่วโมง ในรอบ 1 วัน การที่โลกหมุนรอบตัวเองทำให้เกิดกลางวัน กลางคืน น้ำขึ้น น้ำลง เกิดด้วยอิทธิพลจากแรงดึงดูดของดวงจันทร์ ยามใดที่เกิดจันทรุปราคาหรือสุริยุปราคา มักจะเกิด



ปรากฏการณ์ทางธรรมชาติบนโลกมนุษย์ เช่น น้ำท่วม แผ่นดินไหว สิ่งมีชีวิตจะได้รับผลกระทบเพียงใด เป็นเรื่องที่น่าสนใจอย่างยิ่ง ยังมีดวงดาวอื่นๆ อีกมากมายที่คนโบราณได้สังเกต สรุปรายชื่อถึงอิทธิพลไว้ในตำราสุริยยาตร์

การหมุนรอบตัวเองของโลกใน 24 ชั่วโมง เกิดการแปรปรวนของธาตุต่างๆ แตกต่างกันไปคือ

เวลา 06.00-10.00 น. และ 18.00-22.00 น. ธาตุน้ำกระทำโทษ มักมีน้ำมูกไหลหรือท้องเสีย

เวลา 10.00-14.00 น. และ 22.00-02.00 น. ธาตุไฟกระทำโทษ มักมีอาการไข้หรือ แสบท้อง ปวดท้อง

เวลา 14.00-18.00 น. และ 02.00-06.00 น. ธาตุลมกระทำโทษ มักมีอาการวิงเวียน ปวดเมื่อย อ่อนเพลีย เป็นลมในยามบ่าย

ตัวอย่างโรคที่สัมพันธ์กับเวลาได้แก่ โรคไหลตาย ซึ่งมักเกิดช่วง 02.00-04.00 น. น่าจะเป็นโรคที่เกี่ยวกับธาตุไฟและธาตุลมหทัยวาตะ อาจเกี่ยวข้องกับการกินอาหารไม่ถูกต้องกับธาตุและการย้ายสถานที่ ประกอบกับความเครียด

6. พฤติกรรมมูลเหตุก่อโรค

ในปัจจุบันมีผู้เจ็บป่วยด้วยโรคทางพฤติกรรมมากขึ้น ทั้งนี้เกิดขึ้นด้วยการรู้เท่าไม่ถึงการณ์ และเกิดจากการตามใจตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการกินอาหาร การมีพฤติกรรมที่ก่อโรค เช่น การสำส่อนทางเพศ การติดสิ่งเสพติดต่างๆ ล้วนเกิดจากความอ่อนแอทางจิต การยึดติดในกิเลส ตัณหา คนโบราณทราบว่าการเจ็บป่วยมีสาเหตุจากพฤติกรรมและได้สอนให้ยึดหลักมัชฌิมาปฏิปทา คือ การเดินสายกลาง ดังในคัมภีร์โรคนิทาน และในตำราอื่นๆ พอสรุปได้ดังนี้

1. กินอาหารมากหรือน้อยเกินไป กินอาหารบูดหรืออาหารที่ไม่เคยกิน
กินอาหารไม่ถูกต้องกับธาตุ ไม่ถูกต้องกับโรค

2. ฝืนอิริยาบถ ได้แก่ การนั่ง ยืน เดิน นอน ไม่สมดุลกัน ทำให้โครงสร้างร่างกายเสียสมดุลและเสื่อมโทรม

3. อากาศไม่สะอาด อยู่ในที่อากาศร้อนหรือเย็นเกินไป

4. การอด ได้แก่ การอดข้าว อดนอน อดน้ำ อดอาหาร

5. การกลั่นแกล้งจรรยา ปัสสาวะ

6. ทำงานเกินกำลังมาก หรือมีกิจกรรมทางเพศมากเกินไป

7. มีความโศกเศร้าเสียใจหรือดีใจเกินไป ขาดอุเบกขา

8. มีโทษมากเกินไป ขาดสติ

จะเห็นได้ว่านับตั้งแต่ลี้มนามองโลก มนุษย์มีธาตุเจ้าเรือนติดตัวมาตั้งแต่ปฏิสนธิในครรภ์มารดา เรียกว่า ธาตุกำเนิด ต่อมาต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมและธรรมชาติของธาตุภายนอก อิทธิของฤดูกาล ถิ่นที่อยู่อาศัย อิทธิพลของกาลเวลา สุริยจักรวาล และชีวิตที่เติบโตท่ามกลางการเลี้ยงดูของครอบครัว และพฤติกรรมแห่งตนจนเติบโตใหญ่ผ่านสามวัย มนุษย์ต้องปรับตัวซ้ำแล้วซ้ำเล่า เพื่อให้ร่างกายสมดุล ไม่เจ็บป่วย หรือให้ทรมาณน้อยที่สุดจวบสิ้นอายุขัย เป็นไปตามกฎแห่ง พระไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สิ่งทีกระทบต่อสุขภาพอย่างเป็นองค์รวมดังที่กล่าวมา



ทฤษฎีแพทย์แผนไทย เป็นทฤษฎีที่มีพื้นฐานจากหลักธรรมคำสอนของ พระพุทธเจ้า ผู้ที่แต่งคัมภีร์แพทย์ซึ่งแพทย์แผนไทยนำมาใช้เป็นส่วนใหญ่ คือ หมอชีวกโกมารภัจจ์ ซึ่งเป็นแพทย์ประจำพระองค์ ทั้งนี้ ทฤษฎีแพทย์แผนไทยกับการรักษาโรคมะเร็ง หลักการ ดังนี้

1. ทฤษฎีแพทย์แผนไทย จะไม่มองมนุษย์เป็นตัวเป็นตน เป็นอัตตาของผู้ใด เพราะเป็นสิ่งที่ไม่มีอยู่ หากจะมีอยู่ก็คือความหลงผิด คือมีฉันทิฐิซึ่งเกิดแต่อวิชชาเท่านั้น

2. มนุษย์นั้นเป็นเพียงส่วนประกอบของ ชั้นห้า หย่อนลงมา คือกาย กับจิต เท่านั้น

3. จิตมีผลต่อกาย และกายมีผลต่อจิต ไม่อาจแยกจากกัน

4. กายประกอบไปด้วยธาตุทั้งสี่ คือ ดิน น้ำ ลม และไฟ หากธาตุทั้งสี่มิได้ เสมอกันเมื่อใด สมุฏฐานก็จะแปรไปให้เกิดโรคขึ้นเมื่อนั้น นั่นแสดงว่า โรค เป็นเพียง “อาการ” ที่แสดงออกถึงความเสียสมดุลย์ของธาตุ

5. การรักษาโรค ตามทฤษฎีแพทย์แผนไทย จึงไม่ใช่เป็นการรักษาที่ “อาการ” เท่านั้น ซึ่งจะเป็นปลายเหตุ แต่จะทำการรักษาที่ “ความสมดุลย์ของธาตุ” ซึ่งเป็นต้นเหตุ ทฤษฎีการแพทย์แผนไทยจึงเป็นทฤษฎีการแพทย์ที่เป็น “องค์รวม”

6. อาการเจ็บป่วยนั้น มีสาเหตุมาจาก “โทษะ” หรือโทษ สามประการ เรียกว่า สมุฏฐานโรคมะเร็งสามคือปิตตะวาตะเสมหะคือดีลม และเสลดเป็นสาเหตุ หากสมุฏฐานใด หนึ่งในสามธาตุนี้ผิดปกติไปก็กระทบกับธาตุสมุฏฐานทั้งสองแล้วกระทบต่อธาตุ ดินในที่สุด ซึ่งเป็นการเจ็บป่วยที่อาจจะยากเกินแก้ที่เรียกว่า มหาสันนิบาต

7. สมุฏฐานทั้งสามที่จะแปรไปนั้น มีสาเหตุหลายประการ คือ ธาตุเจ้าเรือน ของผู้นั้นเป็นโทษเองอาหารเพราะไม่ระมัดระวังในการบริโภค นั่งนอนยืนเดินมากเกินควร อุณหภูมิ ร้อนเย็นมากเกินไปเปลี่ยนอุณหภูมิเร็วเกินไป อุดนอนอดข้าวอดน้ำ กลั้นอุจจาระปัสสาวะ ทำงานเกิน กำลังหักโหมเช่น ตรากตรำทำงานมากเกินกำลัง ออกกำลังกายมากเกินกำลัง เต็มไปด้วยความทุกข์ เศร้าโศกเสียใจเป็นผู้ที่มีโทษะอยู่เสมอจึงขาดสติ เมื่อเกิดสาเหตุต่างๆ เหล่านี้บ่อยครั้ง สมุฏฐานก็จะแปรไปให้กำเนิดแกโรคในที่สุด

8. วิธีการทำให้ธาตุในร่างกายสมดุลย์ ก็คือ การรักษาสภาวะสมดุลย์ของ ปิตตะ วาตะและเสมหะ ด้วยการระมัดระวังร่างกาย ละเว้นจากสาเหตุของความเสียสมดุลย์ต่างๆ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ รู้จักธาตุเจ้าเรือนของตนเอง เพื่อเลือกการบริโภคอาหารหรือสมุนไพรที่ถูกต้องกับ ธาตุเจ้าเรือน

9. การรักษาโรคมะเร็งก็เช่นเดียวกัน แพทย์แผนไทยจะวินิจฉัยว่า สมุฏฐานโรคนั้น เกิดธาตุใด เมื่อรู้สมุฏฐานแล้วจะแก้ด้วยยารสใด สมุนไพรชนิดใด ส่วนประกอบใดตำรับใด ประกอบกับการนวด หรือการออกกำลังกายอย่างไร ทำให้การรักษาเป็นองค์รวมที่มีประสิทธิภาพ และเพิ่ม คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยได้อย่างแท้จริง

วัฒนธรรมการดูแลสุขภาพด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยอยู่คู่สังคมไทยมา อย่างต่อเนื่องยาวนาน แม้ปัจจุบันการแพทย์แผนตะวันตก จะมีบทบาทมากที่สุดในระบบสุขภาพของประเทศ แต่การแพทย์แผนไทยก็ยังมีส่วนในการรับใช้คนไทยมาโดยตลอด ยิ่งในปัจจุบันกระแส ความนิยมในการดูแลสุขภาพด้วยวิถีธรรมชาติ กำลังเพิ่มสูงขึ้นทั้งในระดับประเทศและนานาชาติ



ศาสตร์การแพทย์แผนไทยอันเป็นภูมิปัญญาที่บรรพบุรุษสั่งสม และถ่ายทอดสืบต่อกันมา ก็จะมีบทบาทมากขึ้น ทั้งต่อการดูแลสุขภาพของประชาชนและการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศ

การวางระบบเพื่อดูแลแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพของประชาชน จึงไม่อาจมุ่งเน้นที่การจัดบริการเพื่อการรักษาพยาบาลเพียงด้านเดียว เพราะจะทำให้รัฐและประชาชนต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก และจะเพิ่มมากขึ้นตามลำดับ ในขณะที่วัยกันโรคและปัจจัยที่คุกคามสุขภาพ มีการเปลี่ยนแปลง และมีความยุ่งยากสลับซับซ้อนมากขึ้น จำเป็นต้องดำเนินการให้ประชาชนมีความรู้เท่าทัน มีส่วนร่วม และมีระบบเสริมสร้างสุขภาพและระวังป้องกันอย่างสมบูรณ์ ซึ่งแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับปัจจุบัน ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ได้วางกรอบแนวทางในการกำหนดนโยบายยุทธศาสตร์การดำเนินงานด้านสุขภาพของประเทศ รวมทั้งมีองค์กรและกลไกเพื่อให้เกิดการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง และหากมีส่วนร่วมดำเนินการจากทุกฝ่าย จะนำไปสู่เป้าหมาย ในการสร้างเสริมของประชาชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และทั่วถึง ในที่สุด วัฒนธรรมของไทยในด้านการดูแลสุขภาพจะเป็นการยกระดับภูมิปัญญาความรู้ด้านการแพทย์แผนไทยให้เผยแพร่ทั่วประเทศและสู่สากล

1.3 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรไทย

การใช้สมุนไพรไทยมีมาตั้งแต่สมัยโบราณยาสมุนไพรตำรับไทย เป็นทางเลือกในการรักษาโรค สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการรักษาผู้ป่วยเพื่อลดค่าใช้จ่าย รวมทั้งลดความเสี่ยงต่อการใช้ยาแผนปัจจุบันต่อเนื่องเป็นระยะเวลายาวนาน ในท้องถิ่นชนบทไทยภูมิปัญญาท้องถิ่นที่นำมาใช้ในการรักษาพยาบาลมีอยู่ 4 ลักษณะดังนี้

1. ภูมิปัญญาท้องถิ่นการรักษาพยาบาลแบบพื้นบ้านโดยใช้สมุนไพรรักษาโรคอย่างเดียว เช่น ใจสั้น บำรุงหัวใจ แก้ไข้ กระจุกหัก ความดันสูง เบาหวาน บำรุงร่างกาย
2. ภูมิปัญญาท้องถิ่นการรักษาพยาบาลแบบพื้นบ้านโดยใช้สมุนไพรรักษาโรคร่วมกับการนวดแผนไทย ใช้ลูกประคบสมุนไพร อบไอน้ำสมุนไพร
3. ภูมิปัญญาท้องถิ่นการรักษาพยาบาลแบบพื้นบ้าน โดยใช้สมุนไพรรักษาโรคร่วมกับการใช้คาถาอาคม และตรวจดวงชะตา
4. ภูมิปัญญาท้องถิ่นการรักษาพยาบาลแบบพื้นบ้านโดยใช้พิธีกรรม วิธีการเรียนรู้ของหมอพื้นบ้านเหล่านี้ไม่ว่าศึกษาเองทั้งทฤษฎีและฝึกปฏิบัติก็ตาม ล้วนแล้วมีพื้นฐานโดยการท่องจำหรือจดจำไว้ โดยส่วนใหญ่ไม่มีการบันทึกแต่ฝึกปฏิบัติตามจนใช้ได้ เหล่านี้เป็นการจัดการเรียนรู้โดยใช้แหล่งเรียนรู้ในชุมชนและธรรมชาติ ในที่นี้ ก็คือตำรายาพื้นบ้าน หมอพื้นบ้าน สิ่งแวดล้อมตามธรรมชาติ ได้แก่ สมุนไพร สอดคล้องกับที่ สิริพันธ์ รุ่งวิชานวิวัฒน์และ อับดุลคาริม หมัดสุ (2552 : 141-142) รายงานว่า วิธีการถ่ายทอดความรู้ทางการแพทย์แผนไทยเป็นลักษณะปากต่อปากและท่องจำ และต้องอาศัยประสบการณ์ในการสังเกตจดจำ จะต้องอาศัยความมานะพยายาม พากเพียรและอดทนเป็นเวลาแรมปี เพื่อจะจดจำคำสั่งสอนได้แม่นยำ โดยครูจะสอนวิธีการตรวจรักษาคนไข้และวิธีปรุงยา โดยเริ่มต้นจากสอนให้รู้จักสิ่งต่างๆ ที่ใช้เป็นส่วนประกอบของยาทั้งที่เป็นพืชสัตว์ และธาตุวัตถุ ลูกศิษย์จะต้องทำตัวให้ใกล้ชิดครูโดยคอยติดตามตามเฝ้าเสมอในเวลาที่ครูออกไปรักษาอกสถานที่ ทั้งนี้เพื่อเรียนรู้และหาความชำนาญจากการสังเกตอาการของคนไข้ ครูจะอธิบายให้รู้ถึงอาการแรกเกิดของโรค ชื่อของโรค และยาที่ใช้สำหรับบำบัดโรคอย่างแม่นยำ ต่อมาเมื่อใช้จึงมีการจารึกความรู้ไว้ในแผ่นหิน ใยมะพร้าว หรือในโลหะ เพื่อให้วิชาความรู้คงอยู่ต่อไปและสืบทอด ต่อมามีการเขียนความรู้ลงในใบลาน และสมุดข่อย เรียกว่าคัมภีร์ หรือตำรา ข้อความในคัมภีร์ หรือตำราแพทย์



ได้แก่ อาการของโรค วิธีการรักษา สรรพคุณยาสมุนไพร ตลอดจนการเก็บรักษา และการทำนายโรค ลูกศิษย์ศึกษาโดยการตามครูไปเยี่ยมผู้ป่วย และถือล่วมยาไปด้วย เมื่อมีความชำนาญจนรักษาเองได้ จึงถือว่าเรียนจบและเป็นหมอที่มีครูแล้ว กล่าวได้ว่า เป็นการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการรักษาด้วยพืชสมุนไพร หมายถึง การจัดการความรู้และประสบการณ์ดั้งเดิมของชาวบ้านที่สะสมสืบทอดกันมา ในการรักษาโรคโดยใช้พืชสมุนไพรของหมอพื้นบ้านใน 3 ด้านคือ 1) การได้รับและสะสมความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านการรักษาโรคด้วยพืชสมุนไพร 2) การจัดการความรู้ ได้แก่ วิธีการเรียนรู้ การจัดเก็บความรู้ การใช้ความรู้ในการรักษาผู้ป่วย 3) การถ่ายทอดความรู้

สำหรับสมุนไพรที่มีการใช้อย่างกว้างขวาง ปรากฏตามตำรับแพทย์แผนโบราณทั่วไป สาขาเวชกรรม (ม.ป.ป. : 102-135) ซึ่งกล่าวถึง สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐานไว้หลายชนิด ได้แก่ กระเทียม กระวาน กระเจี๊ยบแดง กระเทียม กระชาย กะเพรา กลัวยี่น้ำว่า กานพลู ข่า ขิง ขลู่ ขมิ้น ขี้เหล็ก คุณ ชุมเห็ดเทศ ชุมเห็ดไทย ดีปลี ตำลึง ตะไคร้ เทียนบ้าน ทองพันชั่ง ทับทิม น้อยหน่า บอระเพ็ด บัวบก ปลาไหลเผือก ฝรั่ง ผักบุงทะเล เพกา พญาขอ พลุ ไพล ฟักทอง ฟ้าทลายโจร มะเกลือ มะขาม มะขามแขก มะค้ำติควาย มะนาว มะพร้าว มะแว้งเครือ มะแว้งต้น มะหาด มังคุด ยอ ย่านาง เร่ว เล็บมือนาง ว่านหางจระเข้ สะแก สับประรด เสลดพังพอน สีเสียดเหนือ ญ่าคา ญ่าหนวดแมว หัวหมู อ้อยแดง

ในส่วนของกระทรวงสาธารณสุข กำหนดให้สมุนไพรไทย 22 ชนิดขึ้นบัญชียาหลักแห่งชาติ ทั้งนี้ กระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายส่งเสริมให้สถานพยาบาลในสังกัดทั่วประเทศ ใช้นาสมุนไพรบำบัดรักษาโรคควบคู่กับยาแผนปัจจุบัน โดยให้มีมากกว่า 19 รายการบรรจุในบัญชียาหลักแห่งชาติรวมทั้งใช้ทดแทนเพื่อลดการนำเข้ายาแผนปัจจุบันจากต่างประเทศ โดยจะเพิ่มยาสมุนไพรที่สถานพยาบาลผลิตและใช้ในโรงพยาบาลซึ่งยังไม่มีในบัญชียาหลักแห่งชาติอีก 22 รายการ นำร่องในสถานพยาบาล 8 จังหวัดภาคกลาง คือ กาญจนบุรี สุพรรณบุรี ราชบุรี นครปฐม เพชรบุรี ประจวบคีรีขันธ์ สมุทรสาคร และสมุทรสงคราม รวมทั้งสิ้น 66 แห่ง ทั้งนี้ปรากฏตามรายงานข่าวจากหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ฉบับลงวันที่ 6 พฤษภาคม 2553 หน้า 4

อธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กล่าวถึงยาสมุนไพรไทยว่ามีนโยบายการเพิ่มมูลค่าการใช้ยาสมุนไพรให้ได้อย่างละ 25 ภายในเวลา 5 ปีแต่ที่ผ่านมามีการเข้าถึงยาสมุนไพรของประชาชนในสถานบริการสาธารณสุขของรัฐมีมูลค่า 0.8 ของค่าใช้จ่ายทั้งหมดถ้าเปรียบเทียบแล้วไม่ถึง 1 เปอร์เซ็นต์ ของเงินงบประมาณสาธารณสุขของประเทศ จากการศึกษาค่าใช้จ่ายยาสมุนไพรกับยาแผนปัจจุบันพบว่า ยาไทยหลายชนิดมีค่าใช้จ่ายถูกกว่ายาที่มีการนำเข้าหลายเท่า ซึ่งเป็นเรื่องที่น่าเสียดายที่มูลค่าการใช้ยาสมุนไพรในประเทศมีน้อย แต่กลับมีการนำเข้ายาในแต่ละปีเป็นจำนวนมาก ทำให้เงินไหลออกนอกประเทศทั้งที่ สรรพคุณของยาสมุนไพร ในการรักษาได้ผลดี เทียบเท่ากับยาแผนปัจจุบัน อีกทั้งมีบางชนิดได้ผลดีกว่ายาแผนปัจจุบันเสียอีก อย่าง เพชรสังฆาต พญาขอ ทั้งนี้ สำนักคุ้มครองภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย ได้อธิบายถึง สรรพคุณของยาสมุนไพรที่บรรจุในบัญชีหลักแห่งชาติทั้ง 22 รายการ คือ

1. เจลว่านหางจระเข้ ส่วนที่นำมาใช้ประโยชน์คือวุ้นจากต้นว่านหางจระเข้ มีสรรพคุณรักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก โดยทาบริเวณที่ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวกได้วันละ 2-3 ครั้ง
2. มะขามแขก เป็นยาระบายที่ดี ช่วยบรรเทาอาการท้องผูก โดยรับประทานเมื่อมีอาการท้องผูกแต่ไม่ควรทานติดต่อกันเป็นเวลานาน เพราะจะทำให้ขาดสารโพแทสเซียม



3. หญ้าหนวดแมว มีสรรพคุณในการขับปัสสาวะเนื่องจากมีเกลือโพแทสเซียมมากและช่วย รักษาหัวใจในภาวะปัสสาวะ ชนิดเป็นกรดยูริก ผู้เป็นโรคหัวใจ ควรปรึกษาแพทย์ก่อนใช้สมุนไพรตัวนี้

4. เพชรสังฆาต มีสรรพคุณ ขับลมในลำไส้ช่วยบรรเทาอาการริดสีดวงทวารหนัก เป็นสมุนไพรที่ต้องทานติดต่อกันอย่างน้อย 1 เดือนถึงจะเห็นผล

5. กระเทียมแคบซูล มีสรรพคุณช่วยลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือดและละลายลิ่มเลือดได้ คนที่เป็นที่เป็นแผลในกระเพาะอาหารควรระมัดระวังในการใช้เพราะอาจเกิดการระคายเคืองได้

6. ยาตำหรับชื่อว่า "ธรมีสถิตตะฆาต" ซึ่งประกอบด้วยยาหลายชนิดด้วยกันใช้ในอัตราส่วนที่กำหนดไว้ ได้แก่ พริกไทยอ่อน ยาดำ เนื้อมะขามป้อม มหาหิงค์ การบูร เนื้อมะขามป้อม กานพลู หัวบุก ชิง ชะเอมเทศ ลูกกระวาน เมื่อนำตัวยามาผสมกันแล้วจะช่วยในการแก้ท้องผูก ปวดท้อง เถาตาน ใช้เป็นยาแก้ขับเส้นได้ ข้อควรระวัง คือไม่ควรทำทานสมุนไพรชนิดนี้เมื่อมีไข้ สตรีมีครรภ์ ก็ห้ามทาน

7. ขี้เหล็ก สรรพคุณทางยา คือ ช่วยแก้อาการท้องผูก เพราะมีสารสำคัญพวก แอนทราควิโนน หลายชนิด ที่ออกฤทธิ์เป็นยาระบาย อีกทั้งยังช่วยเจริญอาหาร เพราะมีรสขม ช่วยให้อยากทานอาหารยังช่วยให้อ่อนหลับเพราะมีสารจำพวกอัลคาลอยด์และช่วยบรรเทาอาการเป็นไข้ได้

8. บอระเพ็ด มีสรรพคุณ ช่วยลดน้ำตาลในเลือด แก้ไข้ ได้ รวมทั้งรสขม จะช่วยในการเจริญอาหาร แต่ไม่ควรทานติดต่อกันเป็นเวลานาน

9. มะระขี้นก มีสรรพคุณช่วย ลดน้ำตาลในเลือด เพิ่มภูมิคุ้มกันในร่างกาย รสขม ช่วยเจริญอาหาร

10. สหัสธารา ซึ่งมีตัวยามากกว่า 20 ชนิด ผสมอยู่ อาทิ โกฐเขมา โกฐมะพร้าว โกฐพุงปลา เทียนดำ เทียนขาว ลูกจันทร์ ดอกจันทร์ การบูร หัสศุน เนื้อมะขามป้อม มหาหิงค์ ฯลฯ ซึ่งเป็นสูตรที่ใช้ในการถ่ายทอดมาจากโรงเรียนอายุรเวศ ซึ่งเป็นแพทย์แผนไทยประยุกต์ ที่ ศ.นพ. อวย เกตสิงห์ ได้บุกเบิกไว้ซึ่งจะช่วย ในการรักษาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ปวดข้อ รวมทั้งอาการชาที่แขนและขา

11. เหงือกปลาหมอ มีสรรพคุณ ช่วยรักษาผู้ที่มีอาการ ภูมิแพ้ ผื่นคัน ข้อควรระวัง คือ ห้ามใช้ในผู้ที่แพ้เหงือกปลาหมอ

12. ลูกยอ มีฤทธิ์ทางยาช่วยแก้อาการวิงเวียนศีรษะ หรืออาการอาเจียนแต่ห้ามใช้ในคนที่แพ้ลูกยอ

13. กระจายดำ มีสรรพคุณ ช่วยในการ ขับลม แก้ท้องอืด และบำรุงร่างกาย

14. ส้มแขก มีสรรพคุณ ช่วยลดคอเลสเตอรอลและลดการสร้างไขมัน แต่ห้ามใช้ในคนที่ท้องเสียง่าย

15. ตำหรับยา "เทพธารา" ซึ่งมีตัวยามากกว่า 20 ชนิด อาทิ เถาวัลย์เปรียง กำลังวัวเถลิง กำลังเสือโคร่ง กระจายดำ ซึ่งจะช่วย รักษาอาการปวดเมื่อย กล้ามเนื้อ ปวดข้อ และบำรุงกำลัง



16. ยาห้าราก หรือเรียกว่า เบญจโลกวิเชียร หรือยาแก้วห้าดวง หรือ ยาเพชรสว่าง ก็เป็นยาตัวเดียวกัน ประกอบไปด้วยตัวยา 5 ชนิด คือ รากห้ายาม่อม รากคนทา รากย่านาง รากชิงชี และรากมะเดื่อชุมพร มีสรรพคุณ ลดไข้ และแก้ปวด

17. น้ำมันโพล มีสรรพคุณ ช่วยลดอาการอักเสบ แก้ฟกช้ำ บวม เคล็ดขัดยอก และปวดเมื่อย โดยใช้ยาทาบริเวณที่เกิดอาการดังกล่าว

18. ยาแก้ไอมะขามป้อม ช่วยบรรเทาอาการไอ เจ็บคอ จิบเมื่อมีอาการ ไอหรือเจ็บคอ

19. ยาผง ดอกคำฝอย มีสรรพคุณ ลดไขมันในเลือด และลดความดันโลหิต ช่วยขับเหงื่อ

20. ยาผงหย้าดอกขาว มีสรรพคุณ ช่วยลดการสูบบุหรี่ เนื่องจากมีสารไนเตรดมีฤทธิ์ ทำให้ประสาทรับรสบริเวณลิ้นรู้สึกชา รวมทั้งแก้ไข้ได้ด้วย

21. ยาผงข้าพลุ มีสรรพคุณ ช่วยลดน้ำตาลในเลือด แก้ไอ ละลายเสมหะ

22. เถาวัลย์เปรียง มีสรรพคุณ ช่วยบรรเทาอาการปวดกล้ามเนื้อ สำหรับข้อแนะนำการในใช้สมุนไพรให้ปลอดภัยนั้น มีวิธีการดังนี้ (จุไรรัตน์ เกิดดอนแฝก. 2556)

1. ใช้ให้ถูกต้อง สมุนไพรที่มีชื่อพ้องหรือซ้ำกันมากและบางท้องถิ่นก็เรียกไม่เหมือนกันจึงต้องรู้จักสมุนไพร และใช้ให้ถูกต้อง

2. ใช้ให้ถูกส่วน ต้นสมุนไพรไม่ว่าจะเป็นราก ใบ ดอก เปลือก ผล เมล็ด จะมีฤทธิ์ ไม่เท่ากัน บางที่ผลแก่ ผลอ่อน ก็มีฤทธิ์ต่างกันด้วย จะต้องรู้ว่าส่วนใดใช้เป็นยาได้

3. ใช้ให้ถูกขนาด สมุนไพรถ้าใช้น้อยไป ก็รักษาไม่ได้ผล แต่ถ้ามากไปก็เป็นอันตรายหรือเกิดพิษต่อร่างกายได้

4. ใช้ให้ถูกวิธี สมุนไพรบางชนิดต้องใช้สด บางชนิดต้องปนกับเหล้า บางชนิดใช้ต้มจะต้องรู้วิธีใช้ให้ถูกต้อง

5. ใช้ให้ถูกกับโรค เช่นท้องผูก ต้องใช้ยาระบาย ถ้าใช้ยาที่มีฤทธิ์ฝาดสมานจะทำให้ท้องผูกยิ่งขึ้น นอกจากนั้นจะต้องระมัดระวัง ในเรื่องความสะดวกในการเก็บยา การเตรียมยา และเครื่องมือเครื่องใช้ในในการทำยาจะต้องสะอาดด้วย มิฉะนั้นอาจเกิดโรคอื่นติดตามมาได้

นอกจากนี้ คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยแถลงว่า ได้พัฒนาสูตรสมุนไพรไทยที่มีฤทธิ์ลดภาวะหย่อนสมรรถภาพร่วมกับทางบริษัทเอกชน มุ่งเน้นการใช้สมุนไพรในประเทศไทยที่มีสรรพคุณในการกระตุ้นการไหลเวียนของเลือดเช่น กระชายดำ ปอกระสา ผลสุกของว่านขันหมาก เม็ดกุยช่าย ดอกคำฝอยและน้ำผึ้งมาเพื่อบำรุงร่างกาย ซึ่งจะเป็นอีกทางเลือกในการบรรเทาภาวะของหย่อนสมรรถภาพทางเพศ (ASTV ผู้จัดการออนไลน์. 2557)

เนื่องจากสถิติในประเทศไทยพบว่า ชายไทยอายุระหว่าง 40-70 ปี มีมากถึงร้อยละ 37.5 หรือจำนวน 527,120 คน ที่มีภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ โดยแบ่งเป็นระดับต่ำร้อยละ 19.1 ระดับปานกลางร้อยละ 13.7 และระดับรุนแรงร้อยละ 4.7 หรืออาจประมาณการได้ว่า ชายไทยอายุระหว่าง 40-70 ปี ทั่วประเทศจำนวนกว่า 3 ล้านคนมีภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ แม้ภาวะนี้จะไม่ก่อให้เกิดอันตรายจนถึงชีวิตแต่มีผลกระทบต่อความเชื่อมั่นและการดำเนินชีวิตเป็นอย่างมาก



ผู้ป่วยจำนวนไม่น้อยต้องไปพบแพทย์เพื่อรักษาภาวะดังกล่าว ซึ่งแพทย์มักจะจ่ายยาที่มีฤทธิ์ขยายหลอดเลือด จากกลไกการออกฤทธิ์ของยากลุ่มนี้ ทำให้ผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัวบางกลุ่มเช่น โรคหัวใจ ไม่อาจใช้ยารักษาภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศได้ นอกจากนี้ยาที่มีฤทธิ์ขยายหลอดเลือด ยังอาจก่อผลข้างเคียงอันได้แก่ ทำให้หน้าแดง ปวดศีรษะ อาหารไม่ย่อย วิงเวียน คัดจมูก มีการเปลี่ยนแปลงการมองเห็น ซึ่งอาจเกิดขึ้นเป็นบางครั้งและชั่วคราว แต่จากผลข้างเคียงดังกล่าวข้างต้นจึงทำให้คนหันมาให้ความสนใจกับสมุนไพรธรรมชาติ ที่มีฤทธิ์ในการบรรเทาภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ได้แต่มีผลข้างเคียงที่น้อยกว่า

เมื่อทดสอบประสิทธิภาพและความปลอดภัยทางคลินิกของสมุนไพรสูตรผสมดังกล่าว พบว่า ดัชนีที่ใช้วัดสภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ หรือที่เรียกว่า International Index of Erectile Function (IIEF) ของผู้ป่วยที่มีภาวะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศในระดับน้อยถึงปานกลางมีค่าสูงขึ้นหลังรับประทานสมุนไพร เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนรับประทานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หรืออาจกล่าวได้ว่า สมุนไพรสูตรผสมนี้ สามารถบรรเทาภาวะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศในผู้ป่วยที่มีความผิดปกติระดับน้อยถึงปานกลางได้ โดยสมุนไพรดังกล่าวไม่มีผลก่อให้เกิดความผิดปกติของการทำงานของตับและไต

ผู้ป่วยที่รับประทานสมุนไพรนี้อาจมีอาการร้อนที่ใบหน้าและหัวใจเต้นเร็ว แต่พบในอัตราต่ำและมีระดับความรุนแรงน้อย ซึ่งสมุนไพรสูตรผสมนี้อาจเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการรักษาภาวะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศได้ ผลงานนี้ได้รับการคัดเลือกให้นำไปแสดงในงาน 42nd International Exhibition of Invention of Geneva ณ เมืองเจนีวา ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ ในระหว่างวันที่ 2-6 เมษายน 2557 ที่ผ่านมา โดยสามารถคว้ารางวัลเหรียญทองจาก Geneva Invention Association และ Best Invention Award จากประเทศฮ่องกง

2. ที่มาและภาวะการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย

2.1 สภาพของการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย

ภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ อาจเรียกอีกอย่างหนึ่งได้ว่า การเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ (Erectile Dysfunction : ED อีดี) หรือที่เรียกกันโดยทั่วไปว่ากามตายด้านในเพศชาย คือภาวะที่อวัยวะเพศชายไม่สามารถแข็งตัวได้สมบูรณ์ในระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ อาการนี้อาจเกิดขึ้นกับผู้ชายในช่วงวัยใดก็ได้ แต่ก็มักจะพบมากขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น

กลไกในการแข็งตัวของอวัยวะเพศชายค่อนข้างมีความซับซ้อน กล่าวคือ สิ่งเร้าจะกระตุ้นสมองให้ส่งสัญญาณผ่านเส้นประสาทไขสันหลัง สัญญาณเหล่านี้ก็จะกระตุ้นให้เกิดการปล่อยสารเคมีที่ทำหน้าที่ส่งข้อมูลไป ทำให้หลอดเลือดส่งเลือดเข้าสู่อวัยวะเพศชาย จึงทำให้อวัยวะเพศชายขยายใหญ่ขึ้น เนื้อเยื่อของอวัยวะเพศชายมีลักษณะคล้ายฟองน้ำ เรียงตัวกันเป็นแท่ง การแข็งตัวของอวัยวะเพศชายจะเกิดขึ้นเมื่อมีเลือดเข้าสู่เนื้อเยื่อนี้และมีการขยายตัวเต็มที่ การขยายตัวดังกล่าวจะไปกดเส้นเลือดดำ ทำให้เลือดไหลออกจากอวัยวะเพศชายได้น้อย สาเหตุของการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศนั้น อาจเกิดจากการสะสมในขั้นตอนใดขั้นตอนหนึ่งที่กล่าวมา โดยอาจมีสาเหตุจากปัญหาทางร่างกายหรือจิตใจก็ได้

สมรรถภาพทางเพศชาย ขึ้นอยู่กับความสามารถในการแข็งตัวขององคชาติ องคชาติ (Penis) ซึ่งมีลักษณะเป็นท่อนยาว อยู่ภายนอกร่างกายของเพศชาย ตรงบริเวณหัวหน่าวทำหน้าที่เป็นทางผ่านของปัสสาวะ และน้ำกามประกอบไปด้วย กล้ามเนื้อเรียบคอร์ปัสคาวอร์โนซุม (Corpus



Cavernosum) 1 คู่ และท่อปัสสาวะบางส่วน กล้ามเนื้อเรียบคอร์ปัสคาเวอร์โนซุม (Corpus Cavernosum) มีลักษณะคล้ายฟองน้ำ ทำหน้าที่ในการกักเก็บเลือด เมื่อมีอารมณ์ทางเพศทำให้เกิดการแข็งตัวขององคชาต เพื่อให้สามารถสอดใส่เข้าไปภายในช่องคลอดของเพศหญิง ที่ปลายองคชาตเป็นจุดรวมของเส้นประสาทซึ่งไวต่อการกระตุ้นความรู้สึกทางเพศ ซึ่งส่วนนี้เปรียบเทียบกับคลิตอริสของเพศหญิง

การแข็งตัวขององคชาตเกี่ยวข้องกับกระบวนการส่วนกลางและส่วนปลาย การพองตัวจะเริ่มหลังจากกระบวนการจากส่วนกลาง และการกระตุ้นจากการสัมผัส การมองเห็น การรับกลิ่น และจินตนาการผสมผสานกัน เมื่อมีการกระตุ้นกระแสประสาทจะถูกส่งไปยังเนื้อเยื่อที่เกี่ยวข้อง ซึ่งสุดท้ายจะถูกส่งไปยังองคชาต โดยระบบประสาทแบบอัตโนมัติจากไขสันหลัง และผ่านระบบประสาทที่อยู่ใต้อำนาจจิตใจไปที่กล้ามเนื้อลายบริเวณอวัยวะเพศ และทวารหนัก การแข็งตัวขององคชาตจากระบบประสาท 2 ระบบนี้ต้องอาศัยสารสื่อประสาทและกลไกจำนวนมาก ซึ่งยังไม่เป็นที่ทราบทั้งหมด ที่ไขสันหลังจะมีใยประสาท ซึ่งเริ่มจากที่เซลล์ประสาทรับสัญญาณอวัยวะเพศ เซลล์ประสาทประสานงานที่ไขสันหลัง กลุ่มเซลล์ประสาทซิมพาเทติก พาราซิมพาเทติก และโซมาติกในไขสันหลัง ซึ่งมีความสามารถและหน้าที่ในการรวบรวมข้อมูลที่ ได้รับที่ระดับประสาทส่วนปลายสมดุลงระหว่างสารที่ทำหน้าที่หดตัวของกล้ามเนื้อเรียบคาเวอร์โนซา (Cavernosa) เป็นตัวกำหนด การทำหน้าที่ขององคชาต โดยปฏิกิริยาของสารขยายหลอดเลือดและสารบีบหลอดเลือดขณะนั้นจะเป็นตัวทำให้เกิดการแข็งตัวหรือหดตัว

การแข็งตัวขององคชาต ถูกกำหนดโดยการเปลี่ยนแปลงแรงดันในหลอดเลือดแดง และช่องว่างในกล้ามเนื้อเรียบคาเวอร์โนซา (cavernosa) ซึ่งจะถูกล้อมรอบด้วยกล้ามเนื้อเรียบและเซลล์บุผนังหลอดเลือด ระหว่างองคชาตหดตัวเนื้อเยื่อเหล่านี้หดตัว และยอมให้เลือดไหลผ่านได้เพียงเล็กน้อยเพื่อให้สารอาหารระดับแรงดันออกซิเจน (PO₂) ในเลือดจะอยู่ที่ 35 มิลลิเมตรปรอท ในทางกลับกันการขยายตัวของหลอดเลือดจะเป็นเหตุการณ์แรก ที่เกิดขึ้นในการแข็งตัวขององคชาตผลที่ตามมาคือการไหลเวียนของเลือดเข้าสู่หลอดเลือด และโพรงช่องว่างภายในองคชาตมากขึ้น ซึ่งจะเกิดการขยายตัวและปิดกั้นเลือดที่ไหลเข้ามา เช่นเดียวกับกับเลือดดำที่ไหลออกลดลงจากหลอดเลือดดำที่ถูกบีบอยู่ ระหว่าง Tunica Albuginea และกล้ามเนื้อเรียบคาเวอร์โนซา (Cavernosa) ที่ขยายตัวขึ้น ซึ่งนี่ก็จะทำให้ภายในกล้ามเนื้อเรียบคาเวอร์โนซา (Cavernosa) เพิ่มขึ้นเป็นประมาณ 100 มิลลิเมตรปรอท ดังนั้นการแข็งตัวขององคชาต จึงเกี่ยวข้องกับการคลายตัวของโพรงกล้ามเนื้อเรียบ การขยายของหลอดเลือดและการที่หลอดเลือดดำถูกบีบ ดังนั้นจิตใจจึงมีส่วนสำคัญระดับ 1 ใน 4 ที่ช่วยให้การแข็งตัวเต็มที่ได้อาจหรือไม่ได้ ไม่ใช่แค่ร่างกายพร้อมเท่านั้น กายและจิตใจจึงต้องไปคู่กันด้วย

2.2 สาเหตุของภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย

วิทวัส (ภาสกิจ) วัฒนวิบูล (2542 : 10-15) อธิบายถึงการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย หรือเรียกว่า โรคอีดี้ (ED : Erectile Dysfunction) คือการที่อวัยวะเพศชายแข็งตัวได้ไม่เต็มที่ ซึ่งสาเหตุสำคัญของการเกิดโรคอีดี้ นั้นมักจะมีมาจากโรคทางกาย ที่รู้จักกันก็คือเบาหวาน จากการสำรวจพบว่าชายที่เป็นโรคเบาหวานร้อยละ 35-75 มีปัญหาเรื่องการแข็งตัวของอวัยวะเพศไม่มากนักน้อย โดยอายุ 50 ปี พบอีดี้ในชายเบาหวานร้อยละ 50-60, อายุ 70 ปี พบอีดี้ร้อยละ 95, อันที่จริงชายทั่วไปที่ไม่ได้เป็นเบาหวานก็มีแนวโน้มที่จะเป็นอีดี้สูงขึ้นตามอายุอยู่แล้ว เช่น ผู้ชาย



อายุ 40 ปี พบอิตาลีร้อยละ 40 ผู้ชายอายุ 50 ปี พบอิตาลีร้อยละ 50 ผู้ชายอายุเกิน 70 ปี พบอิตาลีร้อยละ 70 แต่ในผู้ชายที่เป็นโรคเบาหวานพบอิตาลีสูงกว่าชายทั่วไป ที่ไม่ได้เป็นโรคเบาหวานอย่างเห็นได้ชัด และอิตาลีเกิดเร็วกว่าชายทั่วไป 10-15 ปี สาเหตุของอิตาลีในชายที่เป็นโรคเบาหวานนั้น เชื่อว่าเกี่ยวข้องกับความเสี่ยงของระบบหลอดเลือด ระบบประสาท ระบบกล้ามเนื้อ ระบบฮอร์โมน การผ่าตัดต่อมลูกหมากก็ทำให้ผู้ป่วยชายเกิดอาการอิตาลีได้เช่นกัน เพราะในระหว่างที่ทำการผ่าตัดนั้น อาจมีการทำลายเส้นประสาทคู่อวัยวะเพศ (carvenous nerve) ทำให้การแข็งตัวลดลง สาเหตุนี้จึงกลายเป็นปัญหาที่ทำให้ผู้ชายส่วนมากกังวลใจ

โปรตีนโซนิค เฮดฮอก (เอสเอชเอช) (Sonic Hedgehog : SHH) เป็นโปรตีนที่เกี่ยวข้องกับโครงสร้างซึ่งมีความสำคัญมากในการสร้างอวัยวะในการเจริญเติบโต เคยมีการศึกษาก่อนหน้านี้ว่าการลดลงของโปรตีนโซนิค เฮดฮอก (Sonic Hedgehog : SHH) จะทำให้เกิดอาการอิตาลีในทางตรงกันข้ามการเสริมโปรตีนโซนิค เฮดฮอกทันทีหลังผ่าตัดต่อมลูกหมากจะไปทำลายเส้นประสาท (Carvenous Nerve) ที่ได้รับบาดเจ็บจะช่วยป้องกันการตายของเซลล์และเสริมการฟื้นฟูของเส้นประสาท

นักวิจัยแองเจโลนิ (Angeloni) และคณะจึงได้ทำการศึกษาประเมินโปรตีนโซนิค เฮดฮอก และรูปร่างของเนื้อเยื่อคาเวอร์โนซา (Cavernosa) พบว่าในชายที่มีภาวะอิตาลีจากเบาหวานหรือหลังได้รับการผ่าตัดต่อมลูกหมากจะมีโปรตีนโซนิค เฮดฮอก ลดลง ซึ่งการลดลงนี้จะสัมพันธ์กับการตายของเซลล์เพิ่มขึ้น มีการลดลงของส่วนประกอบกล้ามเนื้อเรียบ และการเพิ่มพังผืดในกล้ามเนื้อเรียบมากขึ้น นอกจากนี้คณะผู้วิจัยยังได้ศึกษาการเพิ่มของโปรตีนโซนิค เฮดฮอก ด้วยการได้ฟื้นฟูออกซิเจนแก่กล้ามเนื้อเพศหลังผ่าตัดทันที จะพบว่ามีเพิ่มของโปรตีนโซนิค เฮดฮอกร้อยละ 57

จากการวิจัยจึงสรุปได้ว่าการได้รับการฟื้นฟูกล้ามเนื้อเพศ โดยการเพิ่มออกซิเจน บ่อยๆ ด้วยสารกลุ่มแอลอาร์จินิน และฟื้นฟูกล้ามเนื้อเพศในระยะเวลายาวนาน จะสามารถเพิ่มโปรตีนโซนิคเฮดฮอก ในองคชาติ สามารถช่วยฟื้นฟูอาการอิตาลีในชายที่เป็นเบาหวาน หรือผู้ที่ได้รับการผ่าตัดต่อมลูกหมากได้ ดังนั้น การเพิ่มโปรตีนโซนิค เฮดฮอก จึงเป็นอีกแนวทางใหม่ในการรักษาชายอิตาลีจากเบาหวาน หรือหลังการผ่าตัดต่อมลูกหมาก ชายอิตาลีส่วนใหญ่มักจะคิดว่าตัวเองมีร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัวอะไร แต่เมื่อมารักษาตรวจร่างกายกับแพทย์แล้วมักจะพบว่าร้อยละ 90 มีโรคหลบในที่ เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการอิตาลี คนไข้ที่ยืนยันว่า ไม่เป็นเบาหวานให้ฟังระวัง เพราะมีโอกาสผิดพลาดถึงร้อยละ 50 ปกติการตรวจเลือดประจำปีทางโรงพยาบาล จะให้คนไข้งดอาหารหลังเที่ยงคืน แล้วเข้ามาตรวจน้ำตาลในเลือดปีละหนึ่งครั้ง ดังนั้น คนไข้ที่เราราบว่าเป็นเบาหวานอยู่แล้ว ก็จะอยู่ในระหว่างควบคุมอาหารได้รับการปรับยาเบาหวาน ให้ได้ระดับที่จะควบคุมน้ำตาลให้อยู่ในระดับที่ไม่เป็นอันตรายแก่เซลล์ร่างกาย คือ เป็นเบาหวานแต่ควบคุมได้ ภายใต้การดูแลของแพทย์ก็ถือว่าปลอดภัย ที่จะพูดถึงคือกลุ่มที่ไม่ทราบว่าเป็นเบาหวาน หรือกลุ่มที่เป็นแต่ไม่รู้ตัว ไปตรวจเลือดหาน้ำตาลแบบงดน้ำและอาหาร 6 ชั่วโมง ก็พบว่ายังไม่สูงหรือค่าสูงปริมใกล้เคียงกับค่าปกติที่ระดับสูงสุด จึงมีการหลงเข้าใจผิดว่าไม่มีเบาหวานมาหลายปี พอไปตรวจเลือดหาค่าน้ำตาลเฉลี่ยที่เรียกว่า เอชบีเอวันซี (HbA1c) จะพบว่ามีค่าสูงเป็นเบาหวานปกติไม่เกิน 6 มักจะพบเกิน 9 ขึ้นไป บางคนสูงถึง 11 ถึง 12 เป็นต้น ประวัติกลุ่มนี้จะพบเป็นเบาหวานมาจากครอบครัวที่มีคุณพ่อคุณแม่เป็นเบาหวานอยู่แล้ว ส่วนตัวคนไข้เองจะมาพบแพทย์ด้วยอาการอ่อนตัว ร่วมเพศมีปัญหาคือแข็งตัวไม่



พอที่จะสอดใส่ แข็งตัวไม่นานนพคืออ่อนกลางคัน อาการอื่นพบร่วมคือไขมันสูง ความดันสูง อ้วน ชายกลุ่มที่มีอาการอ่อนตัวควรให้ตรวจเลือดซ้ำอีกทีโดยเน้นการหาค่าน้ำตาลเฉลี่ยจะได้ประโยชน์มากที่สุด เพราะเมื่อได้รู้ตัวว่าเป็นเบาหวาน ก็สามารถรักษาควบคุมน้ำตาลได้ด้วย แพทย์จะได้ฟื้นฟูจากปัญหาอ่อนตัว มีสมรรถภาพทางเพศดีเช่นเดิม คนไข้ที่ไม่รู้ตัวว่ามีน้ำตาลสูงแล้วกินยาเฉพาะกิจไม่ได้ผล แลก็มีโอกาสสุขภาพประสาทตาเสื่อม ตาจะบอด ไตวาย และอวัยวะเพศอ่อนตัว

นอกจากนั้น ปัจจัยด้านอื่นๆ เช่น ปัญหาทางอารมณ์และจิตใจ ได้แก่ ความรู้สึกผิดหรือความกังวลต่างๆ โดยเฉพาะความกังวลเกี่ยวกับสมรรถภาพทางเพศ ซึ่งกลัวว่าอวัยวะเพศจะไม่สามารถแข็งตัวได้ จนกลายเป็นสิ่งรบกวนใจถึงขนาด ที่ทำให้เกิดเป็นความคาดหวังไปเองว่าจะเป็นเช่นนั้น สภาวะที่มีผลกระทบต่อสมองและการลดลงของแรงขับทางเพศ ได้แก่ อาการซึมเศร้าหรือโรคจิตเภท การใช้ยาที่มีผลต่อระบบประสาทส่วนกลาง เช่น ยาระงับประสาท ยาต้านการซึมเศร้า ยาลดความดันโลหิตบางชนิด และแอลกอฮอล์ รวมไปถึงการป่วยเรื้อรัง เช่น โรคหัวใจ บอด ไต หรือโรคตับ และโรคเมอเร็งบางชนิด การเปลี่ยนแปลงด้านฮอร์โมนที่ทำให้ความต้องการทางเพศลดลง รวมถึงระดับเทสโทสเตอโรนลดลง ระดับโปรแลกตินเพิ่มขึ้น (ซึ่งขึ้นอยู่กับการทำงานของต่อมพิทูอิทารี) และภาวะที่ต่อมไทรอยด์สร้างฮอร์โมนมากหรือน้อยเกินไป ความผิดปกติต่างๆ ทางสมอง ซึ่งความผิดปกตินี้อาจไม่มีผลต่อเรื่องความต้องการทางเพศ แต่จะมีความเกี่ยวเนื่องทางระบบประสาทซึ่งมีผลต่อการทำหน้าที่ทางเพศ ความผิดปกติดังกล่าวจะรวมถึงเนื้องอกในสมอง และเส้นเลือดในสมองอุดตัน ด้วยมีความผิดปกติที่บริเวณไขสันหลัง เช่น ความผิดปกติของระบบประสาทส่วนกลาง (Multiple Sclerosis) หรือการบาดเจ็บที่ไขสันหลัง เส้นประสาทส่วนปลายถูกทำลาย โดยมีสาเหตุจากโรคเบาหวาน หรือการผ่าตัดกระดูกเชิงกรานเพื่อรักษามะเร็งต่อมลูกหมาก หรือมะเร็งลำไส้ การรับประทานยาบางชนิดก็อาจเป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศได้ ได้แก่ ยาต้านอาการซึมเศร้า anticholinergics ยากลุ่มแอนตี้ฮีสตามีน ยาลดความดันโลหิตสูง เบต้า-บล็อกเกอร์ (และยาลดความดันอื่นๆ ในกลุ่ม Antihypertensives รวมไปถึงการได้รับสารนิโคตินจากการสูบบุหรี่เป็นระยะเวลานานๆ ด้วยโรคที่เกี่ยวข้องกับหลอดเลือดส่วนปลาย (การไหลเวียนของเลือดไม่ถึงอวัยวะส่วนปลายสุดและอวัยวะเพศชาย)

2.3 แนวทางการป้องกันและรักษาภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย

ฉะนั้นชายใดมีอาการองคชาตอ่อนตัวต่อเนื้อให้รับหาสาเหตุโดยตรงที่ทำให้อ่อนตัว ไม่ใช่คิดเอาเองว่าเป็นไปเพราะความเครียดจากจิตเศร้าหมอง ฉะนั้นการปรึกษาแพทย์จึงเป็นเรื่องจำเป็นไม่ใช่เรื่องน่าอาย ที่จะบอกแพทย์ให้หาสาเหตุของโรคที่ซ่อนตัวอยู่ในร่างกายเรา การที่ปล่อยปละละเลยให้มีอาการอ่อนตัวซ้ำซากจะมีความอายซ้ำซากเช่นกัน ยาเฉพาะกิจที่มีจำหน่ายโดยทั่วไปมีส่วนช่วยและมีโทษเช่นกันหากไม่ได้ตรวจรักษากับแพทย์ ทั้งนี้เพราะแพทย์จะช่วยเลือกชนิดของยาให้เหมาะสมปลอดภัยกับอาการคนไข้แต่ละบุคคล เช่น ยาตัวไหนเหมาะกับเบาหวานเรื้อรัง ยาตัวไหนเหมาะกับคนไข้หลังผ่าตัดมะเร็งต่อมลูกหมาก หรือคนไข้ที่ไม่จำเป็นต้องใช้ยา

ทางการแพทย์ได้รายงานเพิ่มเติม ในคนไข้เบาหวานแล้วใช้ยาเฉพาะกิจไม่ได้ผล ได้แนะนำให้ตรวจฮอร์โมนชายมักจะพบว่า มีปัญหาเรื่องฮอร์โมนชายมีค่าต่ำกว่าปกติ อีกทั้งด้านสุขภาพทางเพศจะมีความแข็งแรงทางเพศดี หรือไม่ดีก็มีเหตุผลจากสุขภาพกล้ามเนื้อเพศที่บกพร่องไม่แข็งแรงจนเกิดปัญหาทำให้กล้ามเนื้อบริเวณอวัยวะเพศ โดยเฉพาะหัวอวัยวะเพศจะอ่อนนิ่มมาก



เรียกว่าชายหัวอ่อน Soft Glans ตรวจร่างกายจะพบอ่อนแอมมาก พบได้บ่อยในกรณีเบาหวานเรื้อรังมากกว่า 5 ปีขึ้นไป กล้ามเนื้อเพศจะอ่อนแอและหัวอวัยวะเพศจะอ่อนแอไปพร้อมกันไม่สามารถสอดใส่ได้เลย

ปัญหาอ่อนแอเช่นนี้ก็ยังมีพบในชายที่ผ่าตัดมะเร็งต่อมลูกหมาก เพราะว่ากรณีผ่าตัดมะเร็งต่อมลูกหมาก โดยพยายามเก็บเส้นประสาทไว้ให้เหลือมากที่สุดนั้นหากได้ฟื้นฟูกล้ามเนื้อหลังผ่าตัดทันทีโดยพยายามในระยะเวลาไม่เกิน 4 เดือน ก็จะมีโอกาสแข็งแรงจนร่วมเพศได้เร็วขึ้น ยิ่งวัยก่อน 60 ปี ก็ยิ่งฟื้นเร็ว แต่วัยเกิน 60 ปี ก็จะใช้เวลามากขึ้นเป็นเดือนเท่านั้น คือไม่ใช่จะหมดโอกาส ทางเลือกกระด้างหนึ่งของคนไข้ที่เป็นอืดเรื้อรังที่มีปัญหาจากโรคทางกายเช่น เบาหวาน ความดัน หลอดเลือดหัวใจ เป็นต้น ทางแก้คือ ต้องใช้วิธียิงคลื่นความถี่ต่ำไปยังเส้นเลือดที่องคชาติ 5 จุด หลังทำครบโปรแกรมแล้วพบว่าเกิดการตอบสนองต่อดีขึ้นอย่างชัดเจน อืดกลุ่มเบาหวานเรื้อรัง กลุ่มผ่าตัดมะเร็งต่อมลูกหมากก็แก้ไขด้วยยาฉีดเพิ่มพลังทางเพศก็ช่วยเปลี่ยนสภาพจากหัวอ่อนเป็นหัวแข็งได้

วิธีการรักษาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศด้วยวิธีอื่นๆ สำหรับผู้เสพติดเฉพาะอย่าง ควรหลีกเลี่ยงการรับสารนิโคตินจากการสูบบุหรี่ งดดื่มแอลกอฮอล์ และสารเสพติดอื่นๆ ถ้ายาที่ใช้อยู่เป็นสาเหตุของการหย่อนสมรรถภาพทางเพศ แพทย์ผู้ให้การรักษาอาจเปลี่ยนยาชนิดใหม่ให้ ถ้าระดับเทสโทสเทอโรนในเลือดต่ำ สามารถรักษาได้ด้วยการฉีดเทสโทสเทอโรนเข้าร่างกาย หรือแปะที่ผิวหนัง อาจต้องทำการรักษา ถ้ามีภาวะไทรอยด์ฮอร์โมนสูง (Hyperthyroidism) หรือ ภาวะไทรอยด์ฮอร์โมนต่ำ (Hypothyroidism) จนเกินไป การรักษาด้วยยา Bromocriptine เพื่อรักษาระดับของโปรแลคตินที่เพิ่มมากเกินไป

ในปัจจุบันมีการรักษาด้วยยารับประทานสามชนิดที่มีประสิทธิภาพ นั่นคือ ยาไวอะกร้า (Sildenafil) ยาเลวิตรา (Vardenafil) และยาเซยลิส (Tadalafil) ยาทั้งสามชนิดสามารถรักษาอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศได้ โดยทำให้เลือดไหลเวียนเข้าไปสู่อวัยวะเพศชายได้ ในระหว่างมีการกระตุ้นทางเพศ ยาเหล่านี้จะไม่ได้ก่อให้เกิดการแข็งตัวในช่วงที่ไม่ได้มีการกระตุ้นทางเพศ ยาไวอะกร้าและเลวิตราช่วยให้อวัยวะเพศชายแข็งตัวได้ประมาณ 4 ชั่วโมง ส่วนยาเซยลิสจะมีผลประมาณ 24-36 ชั่วโมง ผลข้างเคียงของยาทั้งสามแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย ยานี้ไม่ควรใช้กับผู้ที่กำลังใช้ยาประเภทที่มีส่วนผสมไนเตรทอยู่ เช่น ไนโตรไกลเซอริน หรือไม่ควรใช้กับคนไข้ที่เป็นโรคเส้นเลือดในสมองอุดตัน มีอาการหัวใจวาย หรือหัวใจเต้นผิดปกติขั้นรุนแรง การใช้เครื่องปั๊มสุญญากาศเพื่อช่วยให้เกิดการแข็งตัว หลักการทำงานของเครื่องคือ อากาศจะถูกปั๊มออกจากท่อพลาสติกที่นำไปสวมไว้ที่อวัยวะเพศชาย ภายในเวลา 2-3 นาทีหลังทำการปั๊ม เลือดจะถูกดึงให้เข้าไปที่เนื้อเยื่อ Corpora Caverosa ซึ่งเป็นเนื้อเยื่อที่มีลักษณะคล้ายฟองน้ำ เมื่ออวัยวะเพศแข็งตัวแล้ว เครื่องมีนี้จะถูกนำออกไป จากนั้นจึงนำหนังสตีร์ดที่ฐานของอวัยวะเพศชาย เพื่อช่วยให้คงการแข็งตัวได้

การฉีดยา Alprostadil ด้วยตัวเอง ยาชนิดนี้เป็นยาที่ทำให้หลอดเลือดขยายตัว เพื่อนำเลือดเข้าสู่อวัยวะเพศชาย จนเกิดการแข็งตัว แพทย์ของคุณจะเป็นผู้แนะนำเทคนิควิธีการฉีดยาที่ถูกต้อง การรักษาด้วยการผ่าตัดสอดใส่วัสดุเข้าไปในอวัยวะเพศชาย วิธีการหนึ่งก็คือการสอดใส่วัสดุที่ขยายตัวได้ และมีโพรงสำหรับกักเก็บของเหลวได้ด้วย อีกวิธีการหนึ่งก็คือการฝังแท่งที่ยืดหยุ่นได้ ซึ่งสามารถดัดให้โค้งมาข้างหน้าเมื่อต้องการให้อวัยวะเพศอยู่ในภาวะแข็งตัว หรือเพื่อพับเก็บไว้กับลำตัวได้ ในบางกรณีซึ่งไม่มากนัก แพทย์อาจแนะนำให้ผ่าตัดหลอดเลือด เพื่อให้เลือดไหลเวียนเข้าสู่อวัยวะ



เพศชายได้ดีขึ้น กรณีที่การหย่อนสมรรถภาพทางเพศ มีสาเหตุจากปัญหาด้านอารมณ์หรือจิตใจ แพทย์หรือผู้ให้คำปรึกษาทางจิตเวช จะเป็นผู้ที่สามารถให้คำแนะนำที่เหมาะสมเพื่อรักษาอาการดังกล่าวได้

สมุนไพรไทย เช่น กวาวเครือบางชนิด มีผู้เชื่อว่าจะสามารถเสริมสมรรถภาพทางเพศแก่เพศชายเช่นที่เกิดผลดีแก่เพศหญิง จึงมีการพยายามโฆษณาเพื่อให้เกิดการบริโภค โดยไม่ค่อยได้คำนึงถึงโทษหรือผลเสียที่จะเกิดจากการบริโภคยาเหล่านั้น แม้ว่าจะมีการศึกษาวิจัยบางอย่างที่บ่งบอกถึงข้อดีที่เกิดจากการใช้ยา (ไม่ว่าจะเป็นยาสังเคราะห์หรือยาสมุนไพร) แต่วิธีพิจารณาผลของยาเฉพาะที่ เฉพาะผลบางอย่าง โดยไม่พิจารณาผลอันเกิดจากองค์รวมของยาที่มีต่อร่างกายทั้งระบบ นับว่าอันตรายอย่างมาก ดังที่จะได้ทราบรายงานจากผู้เชี่ยวชาญเพิ่มสมรรถภาพทางเพศที่ลือชื่อบางตัว อาจทำให้ผู้ป่วยบางรายถึงแก่ความตายได้

สำหรับทักษะของแพทย์แผนจีนได้อธิบายปัญหาเกี่ยวกับความเสื่อมสมรรถภาพทางเพศทั้งด้านสาเหตุและการดูแลรักษาไว้ ดังนี้

กระบวนการเกิดการเจริญเติบโต ความเสื่อมถอยของชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการสืบพันธุ์ การเติบโตของกระดูก การงอกของฟัน การเติบโตของอวัยวะเพศ การมีเต้านม การมีประจำเดือน การมีผม การเติบโตของร่างกาย การหมดประจำเดือน การมีผมขาว ความเสื่อมทางเพศ การหลุดหักของฟัน ความชราหลังโกง เข้าอ่อนแรง ฯลฯ ล้วนเป็นภาวะแสดงออกถึงการแข็งแรงและเสื่อมทรุดของไต ดังนั้น ระบบไตของจีนไม่ได้ มีความหมายถึงตัวไตทั้ง 2 อันที่ เป็นอวัยวะภายในที่อยู่ตำแหน่งบริเวณเอวทั้ง 2 ข้างเท่านั้น แต่มีความหมายครอบคลุมถึงต่อมใต้สมอง ต่อมไทรอยด์ ต่อมเพศ ต่อมหมวกไต ฯลฯ และรวมถึงระบบประสาทอัตโนมัติ (Autonomic Nervous System) ซึ่งเป็นระบบประสาทที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของร่างกาย โดยเฉพาะอวัยวะภายใน เพื่อให้สอดคล้องกับการกระตุ้นจากภายนอก โดยไม่อยู่ใต้การบังคับของอำนาจจิตใจ การที่ไตเป็นตัวเก็บและสร้างสารจิง (น้ำอสุจิ) และเป็นแหล่งพลังงานดั้งเดิมที่เป็นทุนสำรองที่ได้จากพ่อและแม่ (ถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์) เป็นตัวที่กำหนดความเจริญเติบโตและความเสื่อมถอยของร่างกาย ทักษะเกี่ยวกับการดูแลตนเองได้จึงมีความสำคัญมาก ดังนั้น เรื่องของเพศสัมพันธ์และการหลังสารจิงจึงมีความสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพอย่างแยกไม่ออก

เนื่องจากความเสื่อมสมรรถภาพมีหลายสาเหตุ อาจเกิดจากไตพร่อง ตับถูกอุดกั้นเลือดและพลังไม่พอจากภาวะหม้ามบกพร่อง ความร้อนขึ้นส่วนล่างของร่างกาย และพฤติกรรมที่มีการหลังสารจิงมากเกินไป ฯลฯ สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากภาวะพร่องของไตเป็นอันดับหนึ่ง ส่วนภาวะทางจิตใจ ระบบหม้ามพบได้บ้าง ภาวะความร้อนขึ้นพบได้น้อย กรณีรู้ว่าไตพร่องเป็นเหตุ มีดังนี้

1. มีประวัติเพศสัมพันธ์มากเกินไป หรือประวัติการหลังสารจิง ไม่ว่าจะวิธีใดมากเกินไป

2. มีประวัติการเจ็บไขยาวนานเรื้อรัง

3. อาการร่วมกันที่มีการแสดงออกว่าไตพร่อง คือ ปวดเมื่อยเอว น้ำอสุจิน้อยอ่อนเปลี้ยทางร่างกายและจิตใจ ขี้ลี้ม ผม่วรง ในสตรีมีประจำเดือนผิดปกติ ความต้องการทางเพศลดลง ถ้ามีภาวะไตหยางพร่องมากจะพบ มีอาการกลัวความเย็น มือเท้าเย็น กินอาหารน้อยลง ความรู้สึกของการรับรสชาติอาหารจะจืด ไม่กระหายน้ำ ปัสสาวะใส กลางคืนจะปัสสาวะบ่อย

4. คลำชีพจรตำแหน่งไต จะพบว่าอ่อนแรง ตัวลั่นมีลักษณะโตนุ่ม



การรักษาสภาพการณ์ข้างต้นควรรักษาตามสาเหตุที่สำคัญ ได้แก่

1. ถ้าเป็นไตหยางพร่องต้องอุ่นไต กระตุ้นการสร้างสารจึงเสริมหยางของร่างกาย เสริมไฟ (มิงเหมิน)
2. ถ้าเป็นความร้อนขึ้นสะสมจะต้องขับความร้อน ความเย็นบำรุงไต ควบคุมสารจริง

สำหรับการปฏิบัติตัวควรดำเนินการ (ที่บันทึกไว้ใน "เขียนจินเข้าฝาง") ดังนี้

1. ไม่ควรเร่งการไต่ยากระตุ้นทางเพศ เพื่อหวังผลเฉพาะหน้า เพราะเป็นการเร่งการทำงานของต่อมลูกอัณฑะ ต่อมลูกหมาก ทำให้เกิดการเสื่อมสภาพเร็วขึ้น การสูญเสียน้ำอสุจียังมีผลต่อภาวะอ่อนเพลียของร่างกาย จิตใจ สมอง และความอ่อนล้าของร่างกายทั้งระบบ ถ้าการสูญเสียที่มากเกินไปย่อมทำลายสุขภาพและทำลายสมรรถภาพทางเพศ

2. ข้อห้ามในการมีเพศสัมพันธ์

- 2.1 ในภาวะเดินทางไกลมีความอ่อนเพลีย, ภาวะที่กินอาหารอิมใหม่ๆ, เมาสุรา, ดีใจมากเกินไป, เสียใจมากเกินไป, ขณะที่มีไข้ ตัวร้อน, สตรีขณะมีประจำเดือน ล้วนไม่ควรมีเพศสัมพันธ์

- 2.2 ถ้ามีเพศสัมพันธ์ขณะที่ท้องอิมมากๆ จะทำลายเลือดและพลัง

- 2.3 ถ้ามีเพศสัมพันธ์ขณะที่เมาเหล้าจะทำลายพลังหยางของตับ จะทำให้น้ำอสุจิน้อยลง, มีภาวะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศในสตรี ทำให้มีความต้องการทางเพศน้อยลง และจะมีเลือดเสียตกค้าง

3. กฎเกณฑ์การถนอมสุขภาพ และการมีสมรรถภาพทางเพศที่ดี

ยึดหลักว่า ต้องถนอมไต คนทั่วไปเมื่อเข้าวัย 45 ปี ถือว่าเข้าสู่การเริ่มต้นของความเสื่อมถอย เข้าสู่ความชราภาพ ทางแพทย์แผนจีนถือว่าวัยนี้ ซิงจิง (พลังและสารจริง) เริ่มน้อยลง พลังไตเริ่มเสื่อมถอย ในวัยนี้ยังต้องระวังปัญหาเพศสัมพันธ์ เพราะมีความสำคัญต่อการมีสุขภาพที่ดี หรือความเสื่อมถอยที่รวดเร็ว กฎเกณฑ์ คือ ห้ามการหลั่งน้ำอสุจิหรือหลั่งได้แต่พอเหมาะ

การบำรุงสมรรถภาพทางเพศ

การบำรุงสมรรถภาพทางเพศ ต้องดูสาเหตุเป็นหลัก และบำรุงให้ถูกกับสภาพร่างกาย ที่สำคัญต้องเน้นการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง และถนอมไตอย่าให้พร่อง จะเห็นว่า ทักษะการแพทย์แผนจีนมองเรื่องสมรรถภาพทางเพศเกี่ยวข้องกับสุขภาพองค์รวม เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่มีกฎเกณฑ์เป็นธรรมชาติ โดยยึดหลักจะต้องถนอมสารจึงไว้ไม่ปล่อยให้สารจางอย่างพร่ำเพรื่อ การเก็บสารจางในตัวไว้ได้นาน นอกจากจะไม่ทำให้ร่างกายอ่อนเพลียแล้ว ยังทำให้ร่างกายแข็งแรงมีชีวิตชีวา มีสมรรถภาพทางเพศที่ดีด้วย ขณะเดียวกันต้องรักษาปัญหาสุขภาพร่วมไปด้วย ทักษะนี้ต่างจากความคิดของการแพทย์ตะวันตก ที่มองเรื่องของเพศในเชิงบริโภคนิยม แสวงหาความสุขโดยมองแต่ผลเฉพาะหน้าที่ได้ เร่งการทำงานของระบบเพศด้วยยาหรือสิ่งกระตุ้น โดยไม่พิจารณาสุขภาพองค์รวม และไม่ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมาะสมในที่สุดเมื่อสภาพร่างกายเสื่อมทรุด การกระตุ้นมั่วที่อ่อนเพลียเต็มที่แล้ว ก็จะทำให้เกิดผลเสียและอาจเกิดอันตรายต่อชีวิตได้

ปรัชญาการแพทย์จีนเกี่ยวกับสมรรถภาพทางเพศ ดูเหมือนจะขัดกับความรู้สึกลึกซึ้งสามัญสำนึกของคนทั่วไป แต่เป็นวิธีการถนอมสุขภาพและรักษาสมรรถภาพทางเพศที่ดี โดยเป็นธรรมชาติ และสิ้นเปลืองน้อยที่สุด ทักษะการเชื่อมโยงดูแลสุขภาพองค์รวมกับเรื่องของเพศ จึงขัดกับทักษะการ



บริโภคินิยมที่หวังการมีความสุขเฉพาะหน้า แต่สร้างปัญหาระยะยาว การบริโภคยากระตุ้นสมรรถภาพทางเพศ ไม่ว่าจะยาสมุนไพรหรือยาสังเคราะห์ จึงต้องพิจารณารักษาสภาพร่างกายร่วมด้วย ขณะเดียวกันจะต้องไปปรับเปลี่ยนทัศนคติและการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับเรื่องเพศให้เหมาะสม จึงจะสร้างความสุขที่ถาวรยั่งยืน

อาหารหรือยาที่มีสรรพคุณบำรุงไต เพื่อเพิ่มบำรุงให้ไตแข็งแรง เพิ่มสารจึง เสริมการทำงานของหยาง ช่วยเสริมสมรรถภาพทางเพศ ในทัศนะจีนมีดังนี้

1. อาหาร ได้แก่

1.1 อาหารจากพืชผักต่างๆ ได้แก่ ลูกพุทราจีน เมล็ดงา น้ำผึ้ง องุ่น ลูกบัว เนื้อในของเมล็ดท้อ ถั่วลิสง ขิง หัวหอม กุยช่าย

1.2 อาหารจากสัตว์ต่างๆ ได้แก่ กุ้ง ปลิงทะเล ม้าน้ำ เนื้อแพะ เนื้อกวาง เขากวางอ่อน ทั้งนี้ สัตว์ทะเลมีคุณสมบัติหยาง

1.3 การปรุงรสอาหารจะเน้นไปทางเค็ม เช่น เกลือ ร่วมกับรสเผ็ดร้อน เช่น ขิงและหัวหอม

2. สมุนไพร ได้แก่

2.1 อาหารสมุนไพรส่วนใหญ่ที่มีความอุดมของวิตามินแร่ธาตุ เช่น สังกะสี แมงกานีส เหล็ก ไซมัน ฯลฯ ซึ่งเป็นส่วนประกอบของสารจึง

2.2 ยาสมุนไพรมักมีคุณสมบัติร้อน บำรุงช่วงล่างของร่างกาย เพิ่มการทำงาน และเพิ่มพลังความร้อนของระบบต่างๆ ของร่างกาย

3. ภูมิปัญญาไทยในการดูแลและบำบัดภาวะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย

3.1 ภูมิปัญญาในการเพิ่มและป้องกันการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย

3.2 สมุนไพรไทยที่ใช้ในการบำบัดภาวะสมรรถภาพทางเพศชาย

4. ความรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรไทยที่ดูแลสมรรถภาพทางเพศชาย

4.1 เทคนิคการปลูกและประโยชน์ทางการแพทย์

4.2 วิธีการอนุรักษ์ การฟื้นฟู

3. ภูมิปัญญาไทยในการดูแลบำบัดภาวะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย

3.1 ภูมิปัญญาในการเพิ่มและป้องกันการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย

ภูมิปัญญาในการใช้อาหารและสมุนไพรเพื่อเพิ่มพลังเพศชาย เป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลายมาตั้งแต่สมัยโบราณจนถึงปัจจุบัน ซึ่งอาหารที่นำมาใช้ตลอดจนสมุนไพรที่ใช้ประกอบกับอาหารหรือใช้โดยเฉพาะเพื่อป้องกันการเสื่อมและเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางเพศชาย ได้แก่

3.1.1 หอยนางรม

มีชื่อสามัญคือ Oyster ชื่อวิทยาศาสตร์คือ Crassostrea Commercialis หอยนางรม เป็นอาหารทะเลที่นิยมบริโภคกันอย่างแพร่หลาย เป็นอาหารที่จัดได้ว่ามีคุณค่าทางโภชนาการสูง มีธาตุสังกะสีมาก เพื่อช่วยให้ต่อมลูกหมากทำงานปกติ ต่อมลูกหมากนี้โตง่ายตามวัยที่สูงขึ้น และตามฮอร์โมนเพศชายที่เปลี่ยนไป สำหรับ “หอยนางรม” เป็นอาหารที่อุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหาร เป็นแหล่งของวิตามินเอ บีหนึ่ง บีสอง บีสาม ซี และดี การบริโภคหอยนางรมตัวที่มีขนาดกลาง 4-5 ตัว ช่วยให้ร่างกายได้รับแร่ธาตุประเภทเหล็ก ทองแดง ไอโอดีน แมกนีเซียม แคลเซียม สังกะสี แมงกานีส และฟอสฟอรัส หอยนางรมอุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหาร คือเป็นแหล่งของวิตามิน



เอ บีหนึ่ง (ไทอามีน) บีสอง (ไรโบฟลาวิน) บีสาม (ไนอาซิน) ซี (กรมแอสคอร์บิก) และดี (แคลซิฟิรอล) การบริโภคหอยนางรมตัวที่มีขนาดกลาง 4-5 ตัว ช่วยให้ร่างกายได้รับแร่ธาตุประเภท แร่เหล็ก ทองแดง ไอโอดีน แมกนีเซียม แคลเซียม สังกะสี แมงกานีสและฟอสฟอรัส ประโยชน์คือ

1. ช่วยเพิ่มพลังทางเพศชายให้มากขึ้น
2. ช่วยรักษาและป้องกันการเป็นหมันในเพศชาย
3. ป้องกันการเสื่อมของเซลล์

3.1.2 สังกะสี

มีชื่ออีกอย่างว่า ซิงค์ (Zinc) จัดเป็นแร่ธาตุในกลุ่มแร่ธาตุปริมาณน้อย (Trace Minerals) สัญลักษณ์ทางเคมี คือ Zn ประมาณร้อยละ 90 ของสังกะสี ในร่างกายอยู่ที่ กระดูกและกล้ามเนื้อ อีกร้อยละ 10 อยู่ที่ ตับอ่อน ตับ เลือด โดยส่วนที่อยู่ในเม็ดเลือดนั้น ร้อยละ 80 อยู่ในเม็ดเลือดแดง และร้อยละ 20 อยู่ในน้ำเลือด ส่วนใหญ่ของ สังกะสี ที่รับประทานเข้าไปจะถูกขับถ่ายออกทางอุจจาระ ซึ่งเป็นผลรวมของ สังกะสี ที่บริโภคเข้าไปแล้วไม่ถูกดูดซึมจากน้ำย่อยของลำไส้เล็ก นอกจากนี้ร่างกายยังขับถ่าย สังกะสี ออกทางปัสสาวะโดยจับกับกรดอะมิโน ได้อีกด้วย ซึ่งในคนปกติจะขับถ่าย สังกะสี ออกประมาณวันละ 300 – 600 ไมโครกรัม ผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการแนะนำว่า เราควรได้รับธาตุสังกะสีไม่น้อยกว่า 15 มิลลิกรัมต่อวัน สำหรับประโยชน์ของธาตุสังกะสีคือ

1. ช่วยในการเจริญเติบโตของระบบสืบพันธุ์
2. ป้องกันการเป็นหมัน
3. ช่วยควบคุมการทำงานของอวัยวะรับสัมผัส

อาหารที่มีธาตุสังกะสีสูง ได้แก่ หอยนางรม ตับสัตว์ เนื้อ ไก่ ไข่ นมและผลิตภัณฑ์นม ถั่ว (โดยเฉพาะอย่างยิ่งถั่วลิสง) ฯลฯ ทั้งนี้ ในวัตถุดิบที่นำมาทำอาหารต่อ 100 กรัม หอยนางรมมีสังกะสี 16-182 มิลลิกรัม (มก.) ซึ่งหอยนางรมขนาด 1 ซ้อนครึ่งให้สังกะสีมากพอสำหรับ 1 วัน จมูกข้าว มีสังกะสี 12-17 มก. ตับลูกวัว มีสังกะสี 12 มก. เนื้อวัวไม่ติดมันยังมีสังกะสี 10 มก. ถั่วลิสง มีสังกะสี 6.6 มก. ฯลฯ เป็นต้น

3.1.3 ตังถั่งเช่า

เป็นสมุนไพรจีนชนิดหนึ่ง ว่ามีสมุนไพรจีนชนิดหนึ่งที่ตอนฤดูหนาวจะเป็นตัวหนอน แต่พอฤดูร้อนตัวหนอนนี้จะแปรเปลี่ยนเป็นหญ้า ประโยชน์คือ

1. ฟันฟูสมรรถภาพทางเพศ ให้ร่างกายกลับมาแข็งแรงอีกครั้ง
2. สำหรับผู้ที่มิบุตรยาก ตังถั่งเช่า จะเติมเต็มน้ำอสุจิและไขกระดูก
3. เสริมสร้างภูมิคุ้มกันของไต

3.1.4 โสมไซบีเรีย (Siberian Ginseng) หรือ “อีลิเวโร”

เป็นสมุนไพรที่เด่นๆ เรื่องการช่วยเพิ่มพลังงานและควมมีชีวิตชีวาให้แก่ร่างกาย ต้นโสมไซบีเรีย มีลักษณะคล้ายโสมเกาหลี แต่นิยมปลูกกันในประเทศประเทศรัสเซีย หรือไซบีเรีย จึงเรียกว่า โสมไซบีเรีย ซึ่งมีสารสำคัญที่ชื่อว่า อีลิเวโรไซด์ ช่วยเพิ่มเซลล์เม็ดเลือดขาวในการกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ช่วยป้องกันและบรรเทาโรคหวัด และการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจส่วนบน ช่วยป้องกันอันตรายจากรังสี การฉายแสง และการใช้เคมีบำบัดในผู้ป่วยมะเร็ง



ทำให้ร่างกายขับสารพิษออกมา ทำให้ร่างกายสดชื่นกระปรี้กระเปร่า เพิ่มความมีชีวิตชีวาให้กับร่างกาย โสมไซบีเรียใช้เป็นสมุนไพรทดแทน "ไวอากร้า" ประโยชน์คือ

1. กระตุ้นให้เลือดไปสู่อวัยวะไปเลี้ยงระบบสืบพันธุ์
2. ช่วยเพิ่มความแข็งแรงของอสุจิ
3. ช่วยฟื้นฟูสมรรถภาพทางเพศ

3.1.5 โสม หรือ PANAX GINSENG

(PANAX มาจากภาษาละติน PANACEA แปลว่า สมุนไพรใช้บำบัดสารพัดโรคและ PANAKES ภาษากรีก แปลว่า แก้อาการได้ทุกโรคแบบยาครอบจักรวาล ส่วนคำว่า GINSENG นั้นเป็นภาษาจีน แปลว่า MAN-ROOT คือรากไม้ที่มีรูปร่างคล้ายคน เพราะรากอวบ มองดูคล้ายมีหัว แขน ขา)

โสมจัดให้เป็นอายุวัฒนะแขนงหนึ่งที่คนจีนนิยมใช้กันมากกว่า 5 พันปี และยกย่องให้โสมเกาหลีเป็นสุดยอดแห่งโสม กองกามบริเวณภูเขาของเกาหลี, จีน และญี่ปุ่น เป็นพืชโตช้า เพาะเมล็ด ใช้เวลานานถึง 6 ปีถึงจะเก็บมาใช้เป็นยาได้ มีสรรพคุณเพื่อชะลอความแก่และเป็นยาบำรุงทางเพศ สมุนไพรตัวนี้จะมีโครงสร้างคล้ายออร์โมนเพศชาย (ไฟโตรแอนโดเจน) ซึ่งจะไปกระตุ้นอวัยวะเพศที่ไม่แข็งตัวของฝ่ายชายให้มีสภาพได้ดังเดิม เนื่องจากโสมมีฤทธิ์อ่อน เป็นตัวกระตุ้นให้เลือดไหลเวียนไปเลี้ยงอวัยวะต่างๆ ทั้งร่างกาย รวมถึงเลือดบริเวณอวัยวะเพศ

โสมสดย่อมดีกว่าโสมที่ผ่านกระบวนการสังเคราะห์ แต่โสมสดนั้นกินยากเพราะมีรสขมมาก จึงนิยมเอาไปปรุงกับของข้างเคียงอื่นๆ เพื่อลดความขมให้กลมกล่อมยิ่งขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการต้มหรือตุ๋น เป็นต้น โดยเฉพาะการตุ๋นแบบโบราณ ที่ต้องใช้เวลานานประมาณ 10 ชั่วโมงนั้น มีข้อห้ามในการรับประทานโสมว่า ไม่เหมาะกับผู้ที่ เป็นโรคความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจ อีกทั้งไม่ควรดื่มพร้อมเครื่องดื่มที่มีกาเฟอีนหรือสารกระตุ้นอื่นๆ ผสมอยู่

3.2 สมุนไพรไทยที่ใช้ในการดูแลสุขภาพทางเพศชาย

สมุนไพรไทยที่มีหลักฐานความเชื่อสืบต่อกันมาว่า สามารถเพิ่มพลังและบำบัดภาวะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชายที่สำคัญ มีดังนี้

3.2.1 กระชาย หรือที่เรียกกันทั่วๆ โสมไทย

(ภาษาอังกฤษว่า Chinese Keeps ทางมาเลเซียเรียก TemuKunchiทางอินโดนีเซีย เรียก TemooKoontji)

เป็นทั้งพืชและสมุนไพรล้มลุก อายุยืน มีเหง้าและรากคล้ายโสม หรือพวงกุญแจจีน เรียกชื่อท้องถิ่นว่า กระเอน, ระแอน, ชิงทราย, ว่านพระอาทิตย์ ช่วยบำรุงกำลังและเพิ่มสมรรถนะทางเพศ กระชายมีชื่อ และถ้าขุดในคืนเดือนมืด รากกระชายจะเปล่งสีเรืองแสงได้ กระชายมีธาตุฟอสฟอรัสสูง สามารถรักษาโรคท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่น จุกเสียด เพราะมีสรรพคุณในการขับลม แก้ไข บำรุงกำลัง ขับปัสสาวะ และประจำเดือน คนไทยโบราณถือเป็นยาอายุวัฒนะ จึงนิยมนำเอามาเป็นส่วนผสมของสูตรยา

3.2.2 พริกไทยดำ

ถือเป็นสุดยอดเครื่องเทศ เพราะนอกจากเป็นเครื่องชูรสในการปรุงอาหารของชาติต่างๆ แล้ว ยังมีประโยชน์ชนิดครอบจักรวาล ตั้งแต่การบำบัดโรคภัยไข้เจ็บสารพัด มีคุณสมบัติในการลดความดันโลหิตสูง, โรคกระเพาะ, ริดสีดวงทวาร, โรคหัวใจ, ห้ามเลือด, ลดความอ้วน,



แก้หัวล้านและที่สำคัญที่สุดคือ มีสารไมริสทินซึ่งกระตุ้นทางเพศ สารตัวนี้ในกระเทียมก็มี แต่น้อยกว่าพริกไทย ต้นพริกไทยเป็นพืชเถาเถียนต้น เมืองร้อน เฉพาะที่เมืองไทย มีพันธุ์เด่นๆ อยู่ 3 พันธุ์ คือ

- 1) พันธุ์ซาราวัก หรือพันธุ์คุซซิง ชาวสวนพริกไทยเรียก พันธุ์มาเลเซีย ซึ่งนำมาจากรัฐซาราวัก
- 2) พันธุ์ซีลอนยอดแดง นำมาจากประเทศศรีลังกา นิยมปลูกเป็นพริกไทยสดมากกว่าพริกไทยดำหรือขาว
- 3) พันธุ์ซีลอนยอดขาว นำมาจากประเทศศรีลังกาเช่นเดียวกัน เป็นพันธุ์ลูกผสม ส่วนภาคใต้มีพริกไทยพันธุ์พื้นเมืองอีก 2 พันธุ์ คือ 1) พันธุ์ปะเหลียน (พันธุ์พื้นเมืองของจังหวัดตรัง) และ 2) พันธุ์พื้นเมือง จังหวัดกระบี่ พริกไทยนั้นเผ็ดร้อนบางคนจะรับประทานยาก แต่ปัจจุบันนี้พริกไทยชนิดแคบซูลมีจำหน่ายทั่วไป เรื่องสูตรยาบำรุงอันเกี่ยวข้องกับพริกไทยนั้นมีหลายอย่าง อาทิ เอาพริกไทยป่น 1 ช้อนชาพูนๆ กับเกลือเล็กน้อยผสมไขลวก 2 ฟองกับน้ำร้อน ตีให้แตก รักษาโรคได้สารพัด สุขภาพดีเลิศ เห็นผลรวดเร็ว

3.2.3 กระชายดำ

(กระชายดำ มีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า BoesenbergiapandurataHolt. อยู่ในวงศ์ ZINGIBERACEAE) เป็นไม้ล้มลุก สูงประมาณ 2-3 ฟุต มีกาบใบหุ้มลำต้นตลอด ใบกลมหอม ดอกช่อสีม่วงแดง มีรากเก็บอาหาร แยกเป็นกระเปาะจากเหง้า เรียกว่า กระโปกหรือนมกระชาย ใช้น้ำขยายพันธุ์ด้วยส่วนที่เป็นเหง้า หรือหัวในดิน ปลูกได้ดีในดินที่ร่วนซุย ระบายน้ำได้ดี ภายในเนื้อหรือเหง้า จะมีสีม่วงเข้มจนเกือบดำ มีรสเผ็ดร้อน ขม มีสรรพคุณทางยาในด้านการเพิ่มฮอร์โมนทางเพศ 33% (มากกว่าโสมเกาหลี) เช่น แก้กามตาย ทำให้กระชุ่มกระชวยบำรุงความกำหนัด สรรพคุณอื่นคือ รักษาโรคเบาหวาน, ลดน้ำตาลในเลือด, โรคความดันโลหิตสูง, ช่วยระบบการย่อยอาหาร, รักษาโรคลำไส้อักเสบช่วยระบบการหมุนเวียนของโลหิต รักษาโรคตกขาวในสตรี และโรคจิตเสียดวงทวารหนัก ทั้งนี้ ชาวเขาเผ่าม้งถือกันว่า กระชายดำเป็นพืชสมุนไพรรักษาประจำเผ่า ซึ่งจะพกติดตัวไว้ในยามสะพายทุกคน และถือเป็นความลับประจำเผ่ามานานหลายชั่วอายุคนเพราะคุณสมบัติแก้ปวดเมื่อย เหนื่อย หืดหอบ และที่สำคัญยิ่งคือเพิ่มสมรรถภาพทางเพศได้ดี ในปัจจุบันผลิตภัณฑ์จากกระชายดำได้ผลิตและแปรรูปขึ้นมาในหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นแคปซูล, ชากระชายดำ และเม็ดอมกระชายดำ ที่ช่วยต้านเชื้อแบคทีเรียในช่องปากได้อีกด้วยยังมีข้อเท็จจริงเรื่องของสูตรลับเพิ่มพลังทางเพศ มีเขียนไว้ในตำราการแพทย์พื้นบ้านทั้งตำราอายุรเวทเก่าแก่ของอินเดีย และตำราแพทย์แผนไทยของเรา พบว่า มีสูตรสมุนไพรรักษา 3 ชนิด ที่เขียนและวิจัยไว้ตรงกันว่า มีสรรพคุณในเรื่องเพิ่มพลังของผู้ชายสมุนไพรรักษาที่นั่น ก็คือ ขัดมอน หมามุ่ย และบอระเพ็ด

3.2.4 ขัดมอน

ขัดมอน เป็นสมุนไพรมีชื่อเรียกในภาษาสันสกฤตว่า “bala” ที่แปลว่า พลังกำลังหรือความแข็งแรง (ไทยน่าจะตรงกับคำว่า พละ หรือพลา ที่มีความหมายแบบเดียวกัน) ในคัมภีร์อายุรเวทเขียนไว้ว่า พลาหรือขัดมอน เป็นสมุนไพรรักษาเย็น รสหวาน มัน มีคุณสมบัติในการลดการกำเริบของธาตุลมและธาตุไฟ สรรพคุณสำคัญ คือ บำรุงกำลัง เพิ่มความเป็นมวลในร่างกาย ซึ่งก็หมายถึงการเพิ่มพูนเนื้อเยื่อของร่างกาย และเพิ่มพลังในการสืบพันธุ์ กล่าวกันว่า ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ถ้าพูดถึงสมุนไพรรักษาบำรุงกำลังแล้ว ขัดมอน เป็นหนึ่งในสมุนไพรมีการใช้มากที่สุดในทางอายุรเวท ขัดมอน ยังมีสรรพคุณในเรื่องของการบำบัดอาการเลือดออกในร่างกาย รวมถึงอาการบาดเจ็บจากการถูกกระทบกระแทก ในตำราอายุรเวทเขียนไว้ว่า สรรพคุณขัดมอน คือ



รสายนะ ซึ่งน่าจะเทียบได้กับคำว่า อายุวัฒนะของแพทย์แผนไทย ซึ่งรสายนะของชัตมอนนั้น เน้นที่ การบำรุงกล้ามเนื้อและหัวใจ

3.2.5 หมามู๋

สมุนไพรวัดนี้มีสรรพคุณเพิ่มพลังทางเพศโดยตรง ในตำราอายุรเวทอีกเช่นกัน ที่เขียนถึงหมามู๋ไว้ว่า เป็น ยาสูตรกามะ เพราะนอกจากจะช่วยเพิ่มพลังทางเพศแล้ว สมุนไพรวัดนี้ ยังมีสรรพคุณกระตุ้นความต้องการทางเพศด้วย การศึกษาองค์ประกอบทางเคมี และฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาของหมามู๋ พบว่า ในเมล็ดหมามู๋มีสารที่เรียกว่า แอลโดปา (L-Dopa) ซึ่งเป็นสารตั้งต้นในการสังเคราะห์ โดปามีน (Dopamine) ที่เป็นสารสื่อประสาทที่มีอิทธิพลสูงต่อระบบสืบพันธุ์

AavidCarlsson นักวิทยาศาสตร์ชาวสวีเดน เป็นผู้ค้นพบสารโดปามีนในช่วง ทศวรรษ 1950 ว่า สามารถรักษาอาการของโรคพาร์กินสันได้จนได้รับรางวัลโนเบลในปี ค.ศ. 2000 การค้นพบดังกล่าวทำให้มีการศึกษาวิจัยนำเมล็ดหมามู๋มาใช้รักษาโรคพาร์กินสันในคนและพบว่า ได้ผลดีส่วนการวิจัยถึงผลในการเพิ่มความต้องการ และสมรรถนะทางเพศในสัตว์ทดลอง นักวิจัยพบว่า ได้ผลดี ทั้งในแง่ของการเพิ่มความถี่ในการผสมพันธุ์ที่เพิ่มขึ้นเป็นสิบเท่า รวมทั้งเพิ่มระยะเวลาในการมีเพศสัมพันธ์ ลดอาการหลังเร็ว เพิ่มปริมาณของฮอร์โมนเพศ สำหรับการวิจัยในคน มีการวิจัยนำ เมล็ดหมามู๋ไปใช้ในผู้ชาย ที่มีสภาวะมีบุตรยากจากความเครียด ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ปริมาณ และคุณภาพของอสุจิและน้ำเชื้อลดลง การผลิตฮอร์โมนเพศลดลง และพบว่าหลังให้รับประทานเมล็ดหมามู๋ 5 กรัมต่อวัน เป็นเวลา 3 เดือน พบว่า มีการผลิตฮอร์โมนเพศเพิ่มขึ้น อีกทั้งคุณภาพของน้ำอสุจิและน้ำเชื้อดีขึ้น

3.2.6 บอระเพ็ด

ตามตำราแพทย์แผนไทย เขียนไว้ชัดเจนว่า เป็นสมุนไพรรักษาสุขภาพ เป็นยา อายุวัฒนะ บำรุงร่างกาย ช่วยขับน้ำย่อย ทำให้เจริญอาหาร สมัยก่อนผู้ใหญ่นำมาใช้เป็นยาลดไข้เวลา ครั้นเนื้อครั้นตัว กลายเป็นคำพูดติดปากว่า หวานเป็นลม ขมเป็นยา เพราะบอระเพ็ดนั้นมีรสขมมาก สำหรับสูตรเด็ดที่มีเป้าหมายเพื่อเพิ่มพลังทางเพศ ตำราก็อธิบายไว้เหมือนกันว่า ให้ นำสมุนไพรรวมทั้ง 3 ชนิด (ชัตมอน หมามู๋ และ บอระเพ็ด) หนักอย่างละ 20 กรัม ต้มกับน้ำ 1,000 มิลลิลิตร ด้วยไฟอ่อนจนเหลือน้ำแค่ 1 ใน 4 แล้วกรองเอาแต่น้ำ แบ่งดื่มวันละ 2 ครั้ง ก่อนอาหารเช้า-เย็น ควรดื่มตอนอุ่นๆจะได้สรรพคุณเต็มร้อย ทั้งพลังกำลังและการฟื้นฟูร่างกายที่ เสื่อมโทรมจาก ชัตมอน เพิ่มพลังทางเพศ บำรุงสมอง สติปัญญาจาก หมามู๋ และบำรุงธาตุไฟ ทำให้เลือดลมไหลเวียนจาก บอระเพ็ด

3.2.7 ปลาไหลเผือก และรากปลาไหลเผือก

(ปลาไหลเผือก หรือปลาไหลเผือกใหญ่ ชื่อวิทยาศาสตร์ :

Eurycomalongifolia เป็นไม้ยืนต้นในวงศ์ Simaroubaceae ชื่ออื่นๆ กรุงบาดาล คenang ชะนาง ตรึงบาดาล ตุงสอ แอพันชั้น เพียก หยิกบ่อถองหรือหยิกไม้ถึง เอียนด่อน ไหลเผือก เป็นไม้ไม่ผลัดใบ รากกลมโต สีขาว)

มีสรรพคุณและวิธีการปรุงยาแบบโบราณดังนี้

เปลือกลำต้น นำมาต้มน้ำกินเป็นยาแก้ไข้พิษ แก้ไข้จับสั่น แก้ไข้เหือด หัด แก้ไข้กษณนางแอน แก้ไข้สันนิบาต แก้ไข้ทรพิษ และแก้เบาพิการ เป็นต้น



สรรพคุณของสมุนไพร รากปลาไหลเผือก 100% ออกฤทธิ์กระตุ้นการสร้างฮอร์โมนเพศชาย (Testosterone) ; ช่วยเพิ่มจำนวนตัวสเปิร์มในน้ำอสุจิ บำรุงสเปิร์มและไขกระดูก; บำรุงกำลัง ใช้รากที่แห้งประมาณ 8-15 กรัม นำมาต้มเอาน้ำดื่มทุกเช้าและเย็น เป็นยาแก้ไข้ ถ่ายพิษทุกชนิด แก้วัดโรค ขับเหงื่อ ขับพยาธิ แก้ไข้มาลาเรีย แก้ต่อมทอนซิลอักเสบแก้เจ็บคอ แก้กาฬโรค รักษาความดันเลือดสูง รักษาโรคอัมพาต เบาหวาน ขับถ่ายน้ำเหลือง แก้ท้องผูก เป็นต้น นอกจากปลาไหลเผือกมีสรรพคุณในการแก้ไข้แล้วยังมีสรรพคุณด้านอื่นด้วย เช่น

1. แก้ฝีหรือแผลพุพอง รากปลาไหลเผือก ผนกับน้ำปูนใส ทาแก้ฝีแผลพุพอง แผลเรื้อรัง
2. แก้ฝีในท้อง ฝีในอก (วัณโรค) รากปลาไหลเผือกเคี้ยวกินได้เลยหรือต้มกิน เข้า - เย็น ก่อนอาหาร
3. ปวดท้องอย่างรุนแรง (กระเพาะอาหารอักเสบเฉียบพลัน) ใช้รากปลาไหลเผือกต้มกินหรือฝน
4. รากปลาไหลเผือกมีสารยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อมาเลเรีย และมีสารต้านการอักเสบ
5. ผู้ป่วยโรคเอดส์ มักติดเชื้อได้ง่ายเป็นไข้บ่อยๆ อาจใช้รากปลาไหลเผือกต้มกิน ส่วนฝีหรือแผลพุพอง ใช้รากผนกับน้ำปูนใสทา
6. โรคคอกพอก ใช้ยา 3 ราก ผนกับน้ำมะนาว ใส่เกลือทะเลเติมน้ำใส่ขวดไว้กินต่างน้ำประมาณ 2 เดือน คอกพอกบวมโตจะค่อยๆ ยุบ จนเป็นปกติ
7. แก้อาหารลงแดงจากยาเสพติด ใช้ยา 3 รากผนกับน้ำมะนาวกินก่อนอาหาร เข้า - เย็น ตมน้ำดื่มก็ได้

สมุนไพรลดไข้ส่วนใหญ่ จะมีฤทธิ์ลดไข้อย่างเดียว ไม่มีฤทธิ์แก้ปวดควบคุมเหมือนยาแผนปัจจุบัน และพบว่าสมุนไพรจำพวกนี้ มักจะมีรสขมรับประทานยาก ทั้งวิธีใช้ส่วนใหญ่เป็นวิธีต้ม ไม่มีมีการกลบกลืน รส แต่อย่างไรก็ดี รสขมนี้สามารถทำให้การหลั่งน้ำลายเพิ่มขึ้น กระตุ้นให้อยากอาหาร มีประโยชน์ต่อผู้ป่วยซึ่งต้องการสารอาหารเพิ่มเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรงเช่นเดิม ถ้าให้รับประทานง่าย ให้นำรากบดเป็นผงใส่แคปซูล วิธีเก็บรักษา ให้ผึ่งแดด ผึ่งลม

มูลค่าการใช้ยาที่ช่วยเพิ่มพลังทางเพศ ในกลุ่มซีเตลนาฟิลและไวอากร้า พบว่าทั่วโลกมีการใช้ยาในกลุ่มนี้อยู่ประมาณ 5 หมื่นล้านบาท ส่วนคนไทยใช้กันอยู่ที่ 100 กว่าล้านบาท ไม่นับรวมยาประเภทลักลอบนำเข้ามายา หรือปรุงใช้กันเองอีกไม่น้อย (ไทยรัฐออนไลน์. 2556) ยาสมุนไพรตำรับไทยใช้ในการดูแลสุขภาพด้านเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย หากสามารถใช้ได้ผลดีจะเป็นการลดสถิติการหย่าร้างของสามีภรรยาได้ เนื่องจากเป็นส่งเสริมดูแลสุขภาพภายในครอบครัว อีกทั้งการที่สมุนไพรตำรับไทยใช้ง่าย สะดวก ทำให้ชุมชนสามารถร่วมกันส่งเสริมการปลูกสมุนไพรทำให้เกิดอาชีพ และต่อยอดไปสู่การส่งเสริมการพัฒนาในรูปแบบธุรกิจภัณฑ์ เป็นต้น จะทำให้เกิดผลดีทางด้านเศรษฐกิจ โดยลดการขาดดุลการค้า ลดการนำเข้ายาจากต่างประเทศ ที่เป็นสาเหตุสำคัญของเงินตราที่จะต้องสูญเสียในการใช้ยาแผนปัจจุบัน หรือเทคโนโลยีใหม่ๆ ที่มีราคาแพง ซึ่งต้องซื้อจากต่างประเทศ



ที่จริงแล้วสุขภาพทางเพศที่ดีมาจากการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเพื่อการมีสุขภาพที่ดี การใช้ชีวิตต่อไปนี้ จึงมีประโยชน์อย่างมากที่จะทำให้สมรรถภาพทางเพศที่เลวลง-ดีขึ้นไม่มากนักน้อย เริ่มจากการออกกำลังกายเป็นประจำทุกวันอย่างน้อยวันละ 4 - 5 นาที ซึ่งนอกจากจะทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง ขจัดไขมันส่วนเกินแล้ว ยังทำให้การไหลเวียนของโลหิตในร่างกายดีขึ้นที่สำคัญก็คือ การออกกำลังกายดังกล่าวจะกระตุ้นต่อมใต้สมองให้สร้าง HGH หรือ Human Growth Hormone ออกมา มีผลให้ลงสภาพความเป็นหนุ่มได้ยาวนานเพราะเป็นฮอร์โมน ซึ่งเปรียบเสมือนยาอายุวัฒนะที่สามารถผลิตได้เองจากร่างกายโดยไม่ต้องซื้อหาให้เสียเงินเสียทอง รับประทานอาหารที่มีไขมันต่ำ โดยเฉพาะลดไขมันจากสัตว์ใหญ่และรับประทานพืชผักผลไม้สดๆ ที่มีสารต่อต้านอนุมูลอิสระป้องกันการเสื่อมชรา ลดละเลิกการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และคาเฟอีนเป็นส่วนผสม รวมทั้งลดการบริโภคน้ำตาล ก็จะทำให้สมรรถภาพทางเพศดีขึ้น นอกจากนั้น ต้องเลิกการสูบบุหรี่โดยเด็ดขาดเพราะบุหรี่จะทำให้เกิดอนุมูลอิสระซึ่งจะไปทำให้ผนังเส้นเลือดแข็งตัวและไขมันอุดตันเส้นเลือดงายขึ้น ในส่วนคนที่มีความเครียดเรื้อรัง การบำบัดรักษาโดยวิธีที่เรียกว่า จิตบำบัด ก็จะทำให้เกิดการผ่อนคลาย รวมทั้งการใช้ดนตรีบำบัด วาริบำบัด การนวดผ่อนคลายต่างๆ ก็ทำให้สุขภาพทางเพศดีขึ้นเป็นเงาตามตัว

4. ความรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรไทย

ความรู้ทั่วไปหรือสิ่งที่ควรรู้เกี่ยวกับสมุนไพร มีดังนี้

สารประกอบทางเคมีในพืชสมุนไพร จำแนกได้เป็น 2 พวกใหญ่ๆ คือ

1. Primary Metabolite เป็นสารที่มีอยู่ในพืชชั้นสูงทั่วไป พบในพืชทุกชนิด เป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้จากกระบวนการสังเคราะห์แสง (Photosynthesis) เช่น คาร์โบไฮเดรต ไขมัน โปรตีน เม็ดสี (Pigment) และเกลืออนินทรีย์ (Inorganic Salt) เป็นต้น

2. Secondary Metabolite เป็นสารประกอบที่มีลักษณะค่อนข้างพิเศษ พบต่างกันในแต่ละชนิดคาดหมายว่าเกิดจากกระบวนการชีวสังเคราะห์ (Biosynthesis) ที่มีเอนไซม์ (Enzyme) เข้าร่วมสารประกอบประเภทนี้มีอัลคาลอยด์ (Alkaloid) แอนทราควิโนน (Anthraquinone) น้ำมันหอมระเหย (Essential oil) เป็นต้น

ส่วนใหญ่สารพวก Secondary Metabolite มีจะสรรพคุณทางยา แต่ก็มีได้แน่นอนตายตัวเสมอไป จากการวิจัยที่ผ่านมาพบว่าสารพวก Primary Metabolite บางตัวก็ออกฤทธิ์ในการรักษาได้เช่นกัน และยังมีข้อสังเกตอีกว่าสารประกอบที่มีฤทธิ์ทางยาในพืชสมุนไพรชนิดหนึ่ง อาจมีใช้เพียงตัวเดียว อาจมีหลายตัวก็ได้ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีความเข้าใจที่ถ่องแท้ จึงจะสามารถสกัดสารที่มีฤทธิ์ทางยามาใช้ได้

สารประกอบในพืชสมุนไพรมีมากมายหลายชนิด ในที่นี้จะกล่าวถึง บางตัวที่สำคัญเท่านั้น

1. อัลคาลอยด์ (Alkaloid) อัลคาลอยด์ เป็นสารอินทรีย์ที่มีลักษณะเป็นด่าง และมีไนโตรเจน (Nitrogen) เป็นส่วนประกอบ มีรสขม ไม่ละลายน้ำ แต่ละลายได้ดีในตัวทำละลายอินทรีย์ (Organic Solvent) เป็นสารที่พบมากในพืชสมุนไพร แต่ปริมาณสารจะต่างกันไปตามฤดูกาล สารประเภทนี้มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาในหลายระบบ ตัวอย่างเช่น Reserpine ในรากระย่อม สรรพคุณลดความดันเลือด สาร Quinine ในเปลือกต้นชิงโคนา (Cinchona) มีสรรพคุณรักษาโรคมาเลเรีย และสาร Morphine ในยางของฝิ่น มีสรรพคุณระงับอาการปวด เป็นต้น



2. น้ำมันหอมระเหย (Volatile oil หรือ Essential oil) เป็นสารที่มีอยู่ในพืช มีลักษณะเป็นน้ำมันที่ได้จากการกลั่นตัวด้วยไอน้ำ (Steam Distillation) มีกลิ่นรสเฉพาะตัว ระเหยได้ง่ายในอุณหภูมิปกติ เบากว่าน้ำ น้ำมันนี้เป็นส่วนผสมของสารเคมีหลายชนิด มักเป็นส่วนประกอบของพืชสมุนไพรที่เป็นเครื่องเทศ คุณสมบัติทางเภสัชวิทยา มักเป็นด้านขับลมและฆ่าเชื้อโรคและเชื้อรา (Flatulence และ Antibacterial, Antifungal) พบในพืชสมุนไพร เช่น กระเทียม ขิง ข่า ตะไคร้ มะกรูด โพร ขมิ้น เป็นต้น

3. โกลโคไซด์ (Glycoside) เป็นสารประกอบที่พบมากในพืชสมุนไพร มีโครงสร้างแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่เป็นน้ำตาล กับส่วนที่ไม่ได้เป็นน้ำตาล ที่เรียกชื่อว่า Aglycone (หรือ Genin) การที่มีน้ำตาล ทำให้สารนี้ละลายน้ำได้ดี ส่วน Aglycone เป็นสารอินทรีย์ ซึ่งมีสูตรโครงสร้างและเภสัชวิทยาแตกต่างกันไป และส่วนนี้เองที่ทำให้คุณสมบัติทางเภสัชวิทยาของ Glycoside แตกต่างกันไป และทำให้แบ่ง Glycoside ได้เป็นหลายประเภท เช่น

3.1 Cardiac Glycoside มีฤทธิ์ต่อระบบกล้ามเนื้อหัวใจ และระบบการไหลเวียนของโลหิต เช่น สารโนโบยิโธ

3.2 Anthraquinone Glycoside เป็นยาระบาย (Laxative) ยาฆ่าเชื้อ (Antibiotic) และสีย้อม สารนี้มีในใบชุมเห็ดเทศ เมล็ดชุมเห็ดไทย ใบขี้เหล็ก ใบมะขามแขก เป็นต้น

3.3 Saponin Glycoside เมื่อกับน้ำจะได้ฟองคล้ายสบู่ มักใช้เป็นสารตั้งต้นการผลิตยา ประเภทสเตอรอยด์ เช่น ลูกประคำดีควาย

3.4 Flavonoid Glycoside เป็นสีที่พบในดอกและผลของพืช ทำเป็นสีย้อมหรือสีแต่งอาหาร บางชนิดใช้เป็นยา เช่น สารสีในดอกอัญชัน

4. แทนนิน (Tannin) เป็นสารที่พบในพืชทั่วไป มีรสฝาด มีฤทธิ์เป็นกรดอ่อน และสามารถตกตะกอนโปรตีนได้ มีฤทธิ์ฝาดสมานและฤทธิ์ฆ่าเชื้อแบคทีเรีย พบในใบฝรั่ง เนื้อของกล้วยน้ำว้าดิบ

ยังมีสารที่พบในพืชทั่วไป เช่น คาร์โบไฮเดรต ไขมัน กรดอินทรีย์ สเตอรอยด์ สารเรซิน สารกัม (Gum) วิตามิน จะไม่กล่าวรายละเอียดในที่นี้ แต่บางอย่างก็มีฤทธิ์ทางยา เช่น น้ำมันละหุ่งใช้เป็นยาระบาย เป็นต้น

ดังกล่าวข้างต้นแล้วนั้น พืชสมุนไพร ซึ่งเป็นสิ่งที่เป็นยารักษาโรคมานาน ประกอบด้วยสารประกอบทางเคมีหลายชนิด แต่แต่ละส่วนของพืชสมุนไพรที่มีสารประกอบที่แตกต่างกันออกไป สารเหล่านั้นเป็นตัวกำหนดสรรพคุณของพืชสมุนไพร ชนิดและปริมาณของสาร จะแปรตามชนิดของพันธุ์สมุนไพร สภาพแวดล้อมที่ปลูก และช่วงเวลาเก็บพืชสมุนไพร

นักวิทยาศาสตร์ได้นำความรู้ และวิธีการทางเคมีมาค้นคว้าวิจัย สารเคมีที่มีฤทธิ์ในพืชสมุนไพร ทำให้ทราบรายละเอียดเกี่ยวกับโครงสร้าง ลักษณะวิธี การสกัด การจำแนกและการตรวจสอบสารเหล่านั้น นอกจากนี้ยังใช้ขบวนการทางวิทยาศาสตร์มาค้นคว้าสมุนไพร ด้านเภสัชวิทยา พิษวิทยา การพัฒนารูปแบบยา การทดสอบทางเภสัชจลนศาสตร์ และการวิจัยทางคลินิกอีกด้วย ทั้งนี้เพื่อให้ได้ยาที่มีประสิทธิภาพและความปลอดภัยในการรักษาโรค



4.1 การจำแนกสมุนไพรไทย

การจำแนกพืชสมุนไพรสามารถจำแนกได้หลายวิธี ซึ่งเอกสารนี้จะทำการจำแนกพืชสมุนไพรพอสังเขป ดังนี้

4.1.1 การจำแนกตามลักษณะการใช้ประโยชน์ดังนี้

1) น้ำมันหอมระเหย (Essential oil) พืชสมุนไพรหลายชนิดสามารถนำมาสกัด น้ำมันหอมระเหยได้โดยวิธีการกลั่น ซึ่งจะได้ น้ำมันหอมระเหยมีกลิ่นหอมแตกต่างกันไปตามชนิดของพืชสมุนไพร น้ำมันหอมระเหยนี้มีสารสำคัญที่สกัดออกมาซึ่งจะใช้ประโยชน์ได้ตรงตามวัตถุประสงค์มากกว่า รวมทั้งการใช้ในปริมาณที่น้อยกว่าเมื่อเทียบกับการนำพืชสมุนไพรมาใช้ในรูปแบบอื่น ตัวอย่างของพืชสมุนไพรที่นำมาสกัดน้ำมันหอมระเหย เช่น

- (1) น้ำมันตะไคร้หอม ใช้ในอุตสาหกรรมผลิตสบู่ แชมพู น้ำหอมหรือใช้ทำสารไล่แมลง
- (2) น้ำมันไพล ใช้ในผลิตภัณฑ์ครีมทาภายนอก ลดการอักเสบจากการฟกช้ำ
- (3) น้ำมันกระวาน ใช้แต่งกลิ่นเหล้า เครื่องดื่มต่างๆ รวมทั้งใช้ในอุตสาหกรรมน้ำหอม
- (4) น้ำมันพลู ใช้ในอุตสาหกรรมเครื่องสำอางค์ หรือใช้เป็นเจลทาภายนอกแก้คัน

2) ยารับประทาน พืชสมุนไพรหลายชนิด สามารถนำมาใช้รับประทานเพื่อรักษาอาการของโรคได้ อาจใช้สมุนไพรชนิดเดียว หรือหลายชนิดรวมกันก็ได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสารสำคัญที่มีอยู่ในพืชสมุนไพรชนิดนั้นๆ ที่ออกฤทธิ์เพื่อการบำบัดรักษา เช่น

- (1) แก้ไข้ : บอระเพ็ด ฟ้าทะลายโจร
- (2) แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ : กระเพรา ไพล จิง
- (3) ระวังประสาท : ชีเหล็ก ไมยราพ
- (4) ลดไขมันในเส้นเลือด : คำฝอย กระเจี๊ยบแดง กระเทียม

3) ยาสำหรับใช้ภายนอก เป็นพืชสมุนไพรที่สามารถนำมาบำบัดโรคที่เกิดขึ้นตามผิวหนัง แผลที่เกิดขึ้นตามร่างกายรวมทั้งแผลในปาก อาจใช้สมุนไพรชนิดเดียวหรือหลายชนิดรวมกันก็ได้ ลักษณะของการนำมาใช้มีหลายลักษณะมีทั้งใช้สด บดเป็นผง ครีม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสารสำคัญที่มี อยู่ในพืชสมุนไพร และความสะดวกในการนำมาใช้ ตัวอย่างของพืชสมุนไพรที่นำมาใช้เป็นยาสำหรับใช้ภายนอก เช่น

- (1) รักษาแผลในปาก : บัวบก หัว โทงเทง
- (2) ระวังกลิ่นปาก : ผึ้ง กานพลู
- (3) แก้แพ้ : ผักบุงทะเล เสลดพังพอน เท้ายายม่อม ตำลึง
- (4) รักษาแผลน้ำร้อนลวก : บัวบก ยาสูบ ว่านหางจระเข้
- (5) แก้งูสวัด : ตำลึง พุดตาน ว่านมหากาฬ เสลดพังพอน

4) ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารและเครื่องดื่ม พืชสมุนไพรหลายชนิดสามารถนำมาทำเป็นผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ ผู้บริโภคจึงรู้สึกปลอดภัยในการนำมารับประทาน เช่น



- (1) ดูดจับไขมันจากเส้นเลือด ลดน้ำหนัก : บุก
- (2) เปลี่ยนไขมันเป็นพลังงาน ลดน้ำหนัก : สัมแขก
- (3) เครื่องดื่มบำรุงสุขภาพ : หญ้าหนวดแมว คำฝอยหญ้าหวาน

5) เครื่องสำอางค์ เป็นการนำพืชสมุนไพรมาใช้เอกลักษณ์หนึ่ง การนำพืชสมุนไพรมาใช้เป็นเครื่องสำอางค์มีมานานแล้ว และในปัจจุบันได้รับการยอมรับมากขึ้น เนื่องจากปลอดภัยกว่าการใช้สารสังเคราะห์ทางเคมี ทำให้มีผลิตภัณฑ์ที่ผลิตขึ้นโดยมีส่วนผสมของพืชสมุนไพรเกิดขึ้นมากมาย เช่น แชมพู ครีมนวดผม สบู่ โลชั่น ตัวอย่างพืชสมุนไพรที่นำมาใช้เป็นเครื่องสำอางค์ เช่น อัญชัน ว่านหางจระเข้ มะค่าตีควาย (เห็ดหลินจือ) เป็นต้น

4.2 เทคนิคการปลูกและบำรุงรักษาสมุนไพร

หลักการทั่วไปของการปลูกและบำรุงรักษาพืชทั่วไปและพืชสมุนไพร ไม่แตกต่างกัน แต่ความอุดมสมบูรณ์ของพืชสมุนไพร จะเป็นเครื่องชี้บอกคุณภาพของสมุนไพรได้ พืชสมุนไพรต้องการการปลูกและบำรุงรักษา ใกล้เคียงกับลักษณะธรรมชาติของพืชสมุนไพรนั้นมากที่สุด เช่น ว่านหางจระเข้ ต้องการดินปนทราย และอุดมสมบูรณ์ แดดพอเหมาะ หรือต้นเหียงกปลาหมอบชอบขึ้นในที่ดินเป็นเลน และที่ดินกร่อยชุ่มชื้นเป็นต้น หากผู้ปลูกสมุนไพรเข้าใจสิ่งเหล่านี้จะทำให้สามารถเลือกวิธีปลูกและจัดสภาพแวดล้อมของต้นไม้ได้เหมาะสมกับพืชสมุนไพร ก็จะเจริญเติบโตได้ เป็นผลทำให้คุณภาพพืชสมุนไพรที่นำมารักษาโรคมะเร็งดีขึ้นด้วย

การปลูกและการบำรุงรักษาพืชสมุนไพร โดยอาศัยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ในประเทศไทย ไม่จริงจังเท่าที่ควร บางประเทศได้ทดลองเพื่อหาคำตอบว่า สภาพแวดล้อมอย่างไรจึงจะทำให้สารสำคัญในพืชสมุนไพรชนิดนั้นๆ มากที่สุด ซึ่งต้องอาศัยความร่วมมือมากกว่าหนึ่งหน่วยงาน หรือการหาคำตอบว่าวิธีการขยายพันธุ์พืชสมุนไพรแต่ละชนิด จะทำอย่างไรจึงจะเหมาะสมและประหยัดมากที่สุด ในประเทศไทย หน่วยงานของกระทรวงเกษตรและสหกรณ์มีงานวิจัยด้านนี้อยู่บ้าง และกำลังค้นคว้าต่อไป

4.2.1 การปลูก เป็นการนำเอาส่วนของพืช เช่น เมล็ด กิ่ง หัว ผ่านการเพาะหรือการชำ หรือวิธีการอื่นๆ ใส่ลงในดิน หรือวัสดุอื่นเพื่องอกหรือเจริญเติบโตต่อไป การปลูกทำได้หลายวิธีคือ

1) การปลูกด้วยเมล็ดโดยตรง

วิธีนี้ไม่ต้องเพาะเป็นต้นกล้าก่อน นำเมล็ดมาหว่านลงแปลงได้เลย หลังจากนั้นใช้ดินร่วนหรือทรายหยาบโรยทับบางๆ รดน้ำให้ชื้นตลอดทุกวัน เมื่อเมล็ดงอกเป็นต้นอ่อนจึงถอนต้นที่อ่อนแอออกเพื่อให้มีระยะห่างตามสมควร ปกติมักใช้ในการปลูกผักหรือพืชล้มลุกและพืชอายุสั้น เช่น กะเพรา โหระพา ส่วนการหยอดลงหลุมโดยตรงมักใช้กับพืชที่มีเมล็ดใหญ่ เช่น พักทอง ละคร่าง โดยหยอดในแต่ละหลุมมากกว่าจำนวนต้นที่ต้องการ แล้วถอนออกภายหลัง

2) การปลูกด้วยต้นกล้าหรือกิ่งชำ

ปลูกโดยการนำเมล็ดหรือกิ่งชำปลูกให้แข็งแรงดีในถุงพลาสติกหรือในกระถาง แล้วย้ายปลูกในพื้นที่ที่ต้องการ การย้ายต้นอ่อนจากภาชนะเดิมไปยังพื้นที่ที่ต้องการ ต้องไม่ทำลายราก ถ้าเป็นถุงพลาสติกก็ใช้มีดกรีดถุงออก ถ้าเป็นกระถาง ถอดกระถางออกโดยใช้มีดตัดรูกลมที่ก้นกระถาง ถ้าดินแน่นมาก ให้ใช้เสียมเขี่ยดินแล้วให้น้ำหล่อก่อน จะทำให้ถอนง่ายขึ้น หลุมที่เตรียมปลูกควรกว้างกว่ากระถางหรือถุงพลาสติกเล็กน้อย จึงทำให้ต้นอ่อนเจริญเติบโตได้สะดวก



วางต้นไม้ให้ระดับรอยต่อระหว่างลำต้นกับรากอยู่เสมอกับระดับของขอบหลุมพอดี แล้วกลบด้วยดิน ร่วนซุย หรือดินร่วนปนทราย กวดดินให้แน่นพอประมาณ นำเศษไม้ใบหญ้ามาคลุมไว้รอบโคนต้น เพื่อรักษาความชุ่มชื้นและป้องกันแรงกระแทกเวลารดน้ำหาไม้หลัก ซึ่งสูงมากกว่าต้นไม้มาปักไว้ข้างๆ ผูกเชือกยึดกับต้นไม้ คอยพุงไม้ให้ต้นไม้ล้มหรือโยกคลอนได้ ปกติใช้กับต้นไม้ยืนต้น เช่น คุณ แคนบ้าน ชุมเห็ดเทศ สะแก ชี้เหล็ก เป็นต้น หรือใช้กับพันธุ์ไม้ที่งอกยากหรือมีราคาแพง จึง จำเป็นต้องเพาะเมล็ดก่อน

3) การปลูกด้วยหัว

ปกติจะมีหัวที่เกิดจากราก และลำต้น เรียกชื่อแตกต่างกัน ในที่นี้จะรวม เรียกเป็นหัวหมด โดยไม่แยกรายละเอียดไว้ สำหรับการปลูกไม้ประเภทหัว ควรปลูกในที่ระบายน้ำได้ดี มิฉะนั้นจะเน่าได้ การปลูกโดยการฝังหัวให้ลึกพอประมาณ (ปกติลึกไม่เกิน 3 เท่าของความกว้าง หัว) กวดดินให้แน่นพอสมควร คลุมแปลงปลูกด้วยฟาง หรือหญ้าแห้ง เช่น การปลูกหอม กระเทียม

4) การปลูกด้วยหน่อหรือเหง้า

หน่อ คือ ส่วนของพืชที่เจริญเติบโตมาจากกอหรือเหง้าของต้นเดิมพัฒนาเป็นต้นใหม่ เพื่อให้ตัวเองมีจำนวนมากขึ้น ซึ่งเรียกว่า หน่อ ส่วน เหง้าก็คือหน่อที่มีลักษณะเฉพาะแบบเป็นปุ่ม เป็นแฉ่ง หรือยาวรี ซึ่งการปลูกด้วยวิธีนี้ทำได้ง่ายกว่าการขยายพันธุ์พืชโดยการใช้ส่วนต่างๆ ของพืช แม้ว่าจะทำได้ช้ากว่าการขยายพันธุ์ด้วยเมล็ดและเสียค่าใช้จ่ายมากกว่า พืชสมุนไพรที่ขยายพันธุ์ด้วยวิธีนี้ได้แก่ กระชาย ขมิ้นชัน ขมิ้นอ้อย ข่า ขิง บอระเพ็ด พุงช้าง ข้าวเย็นเหนือ ข้าวเย็นใต้ เท้ายายม่อม พุทธรักษา ไพล ว่านชัชมดลูก เป็นต้น ส่วนประโยชน์ของการขยายพันธุ์พืชวิธีนี้ คือ ช่วยรักษาพันธุ์พืชที่มีลักษณะดีตรงตามพันธุ์เดิมมิให้สูญพันธุ์ตลอดจนทำให้ได้พันธุ์พืชใหม่ที่มีคุณภาพดี

5) การปลูกด้วยไหล

ปกตินิยมเอาส่วนของไหลมาชำไว้ก่อน จะย้ายปลูกในพื้นที่ที่เตรียมไว้อีกครั้งหนึ่ง เช่น บัวบก แห้วหมู

6) การปลูกด้วยจุก หรือตะเกียง

โดยการนำจุกหรือตะเกียงมาชำในดินที่เตรียมไว้ โดยใช้ตะเกียงตั้งขึ้นตามปกติ กลบดินเฉพาะด้านล่าง เช่น สับประรด

7) การปลูกด้วยใบ

เหมาะสำหรับพืชที่มีใบหนาใหญ่ และแข็งแรง คล้ายกับการปลูกด้วยส่วนของกิ่งและลำต้น คือการตัดใบไปปักหรือวางบนดินที่ชุ่มชื้นให้เกิดต้นใหม่ เช่น ว่านลิ้นมังกร

8) การปลูกด้วยราก

โดยตัดส่วนของรากไปปักชำให้เกิดต้นใหม่ขึ้น เช่น ติปสี เป็นต้น

4.2.2 การบำรุงรักษา เป็นการกระทำให้พันธุ์ไม้ที่ปลูกไว้เจริญงอกงามต่อไป ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับเรื่องต่อไปนี้

1) การพรางแสง

พันธุ์ไม้ต้องการแสงน้อยหรือพันธุ์ไม้ที่ยังอ่อนแออยู่ ควรจะได้มีการพรางแสง หากต้องปลูกพืชดังกล่าวในที่โล่งเกินไป การพรางแสงปกติจะทำช่วงระยะเวลาหนึ่ง จนพืชนั้นตั้ง



ตัวได้ แต่ถ้าเป็นพืชที่ต้องการแสงน้อย ก็ต้องมีการพร่างแสงไว้ตลอดเวลา หรือปลูกใต้ต้นไม้ที่ให้ร่มเงาได้จะเหมาะสมกว่า

2) การให้น้ำ

ปกติการปลูกควรปลูกในช่วงต้นฤดูฝน เพราะจะทำให้ประหยัดค่าใช้จ่ายในการให้น้ำ สำหรับการให้น้ำจะต้องพิจารณาลักษณะของพืชแต่ละชนิดประกอบด้วยว่า ต้องการน้ำมากหรือน้อย จึงจำเป็นต้องศึกษาลักษณะของพันธุ์ไม้ที่ปลูกบ้างตามสมควร แต่โดยหลักการแล้ว เมื่อปลูกต้นไม้ใหญ่ๆ ก็ควรจะให้น้ำให้มีความชุ่มชื้นอยู่เสมอ ปกติให้น้ำอย่างน้อยวันละครึ่ง แต่หากพิจารณาเห็นว่าแฉะเกินไปก็เว้นช่วงได้ หรือหากแห้งเกินไปก็ต้องให้น้ำเพิ่มเติม คือต้องคอยสังเกตด้วย ทั้งนี้เพราะแต่ละท้องถิ่นจะมีสภาพดินและอากาศแตกต่างกัน ส่วนการให้น้ำก็ต้องให้จนกว่าพืชจะตั้งตัวได้ ซึ่งขึ้นอยู่กับพืชแต่ละชนิด แต่ก็พอสังเกตจากลักษณะของพืชนั้นได้ หากแสดงลักษณะเหี่ยวเฉาก็แสดงว่ายังตั้งตัวไม่ได้

3) การระบายน้ำ

จะต้องหาวิธีการที่จะต้องระบายน้ำออกจากพื้นที่ให้ได้ ถ้าฝนตกน้ำท่วมโคนพืชที่ปลูกไว้ เพราะจะเป็นอันตรายต่อระบบรากของพืชได้ ทั้งนี้อาจทำได้โดยการยกทรงปลูกหรือพูนดินให้สูงขึ้นก่อนปลูก ก็จะช่วยแก้ปัญหาข้างนี้ได้ถ้ามีปัญหา

4) การพรวนดิน

จะช่วยทำให้ดินร่วนซุยเก็บความชื้นดี การระบายน้ำและการถ่ายเทอากาศเป็นไปได้ดี อีกทั้งเป็นการกำจัดวัชพืชไปด้วย จึงควรมีการพรวนดินให้พืชที่ปลูกบ้างเป็นครั้งคราว แต่พยายามอย่าให้กระทบกระเทือนรากมากนัก และควรพรวนในขณะที่ดินแห้งพอควร

5) การให้ปุ๋ย

ปกติจะให้ก่อนปลูกอยู่แล้ว โดยใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยวิทยาศาสตร์ (สูตรเสมอ เช่น 15-15-15) รองกันหลุม แต่เนื่องจากการสูญเสียไปและพืชนำไปใช้ด้วย จึงจำเป็นต้องใส่เพิ่มเติมโดยอาจจะใส่ก่อนฤดูฝน 1 ครั้ง และใส่หลังฤดูฝน 1 ครั้ง ซึ่งอาจใส่แบบเป็นแถวระหว่างพืชหรือหว่านทั่วแปลง หรือใส่รอบๆ โคนต้น บริเวณของทรงพุ่ม หรือใช้ปุ๋ยเกล็ดผสมน้ำฉีดให้ทางใบ

การบำรุงรักษาพืชสมุนไพร ควรหลีกเลี่ยงสารเคมีไม่ว่าด้านการให้ปุ๋ย หรือการกำจัดวัชพืช ศัตรูพืช เนื่องจากสารเคมีอาจมีผลทำให้ปริมาณสารสำคัญในสมุนไพรเปลี่ยนแปลง หรืออาจมีพิษตกค้าง เป็นอันตรายต่อการใช้สมุนไพร ควรจะเลือกวิธีดูแลรักษาให้เป็นที่ปลอดภัยมากที่สุด

4.3 การอนุรักษ์สมุนไพร

4.3.1 การขยายพันธุ์ คือ การสืบพันธุ์ของต้นไม้โดยธรรมชาติ ซึ่งเกิดจากการเพาะเมล็ด การแตกหน่อ แตกกิ่ง ไขไหล หรือเงาของพืช การขยายพันธุ์พืชทำให้เพิ่มจำนวนของพืชมากขึ้น การขยายพันธุ์พืชสมุนไพร แบ่งเป็น 2 ลักษณะคือ

4.3.1.1 การขยายพันธุ์พืชโดยอาศัยเพศ คือการนำเมล็ดที่เกิดจากการผสมระหว่างเกสรตัวผู้และเกสรตัวเมีย ไปเพาะเป็นต้นกล้าให้เจริญเติบโตเป็นต้นใหม่ต่อไป ซึ่งลักษณะต้นใหม่ที่เกิดขึ้นอาจจะมีลักษณะที่ดีกว่าเดิมหรือเลวกว่าเดิมก็ได้



วิธีการขยายพันธุ์พืชโดยวิธีนี้ มีข้อดีคือ พืชมีรากแก้ว เป็นวิธีที่เหมาะสมแก่การขยายพันธุ์พืชจำนวนมาก มีวิธีการและขั้นตอนไม่มากนัก แต่มีข้อเสียที่กลายพันธุ์ได้ ต้นใหญ่ และกว่าจะออกผลต้องใช้เวลา นาน พืชสมุนไพรมากหลายชนิดเพาะพันธุ์โดยวิธีนี้ เช่น คุณ ยอ และฟ้าทะลายโจร วิธีการที่สะดวกและนิยมกันมาก คือการเพาะใส่กระถางหรือถุงพลาสติก วัสดุที่ใช้คือ ขี้เถ้าแกลบดำ ทรายหยาบ หรือดินปนทราย แต่ที่แนะนำที่สุดคือ ขี้เถ้าแกลบดำ เพราะขี้เถ้าแกลบดำไม่จับตัวแข็ง ร่วนซุย โปร่ง ระบายน้ำได้ดี แดดส่องสะดวก ถุงพลาสติกที่ใช้ต้องเจาะรูให้น้ำไหลได้ วิธีทำโดยใส่ถ่านแกลบลงในถุงพลาสติก เสร็จแล้วล้างถ่านแกลบด้วยน้ำเพื่อให้หมดต่างเสียก่อน ถ้าหากไม่ใช้ถ่านแกลบดำ จะใช้ดินร่วนปนทราย โดยใช้ดินร่วน 2 ส่วน ทรายหยาบ 1 ส่วน ปุ๋ยคอกแห้งปนละเอียด 1 ส่วน เอามาผสมให้เข้ากันดี หยอดเมล็ดให้ลึกพอประมาณ 2-3 เมล็ด (ถ้าเมล็ดใหญ่ใช้ 1 เมล็ด) คูอย่าให้แคบจัด รดน้ำพอประมาณวันละครั้ง อย่านำน้ำขัง เมล็ดจะเน่าเมื่อเมล็ดงอกแล้วให้ถูกแดดบ้าง เมื่อต้นเจริญเติบโตพอควรก็แยกไปปลูกในที่ที่ต้องการได้

4.3.1.2 การขยายพันธุ์โดยไม่อาศัยเพศ คือการขยายพันธุ์พืชด้วยส่วนใดส่วนหนึ่งของพืช เช่น กิ่ง หน่อ หัว ใบ เหง้า ไหล เป็นต้น โดยนำไปชำ ตอน แแบ่งแยก ตัดตา เพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ (Tissue Culture) ให้เกิดเป็นต้นใหม่ขึ้นมาได้

ข้อดีของการขยายพันธุ์โดยไม่อาศัยเพศ คือไม่กลายพันธุ์ สะดวกต่อการดูแลรักษา ได้ผลเร็ว และสามารถขยายพันธุ์พืชที่ยังไม่มีเมล็ดหรือไม่สามารถมีเมล็ดได้ แต่มีข้อเสียคือไม่มีรากแก้ว บางวิธีขยายพันธุ์ได้คราวละไม่มาก ต้องใช้เทคนิคและความรู้ช่วยบ้าง เช่น การตอน การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ เป็นต้น

วิธีการขยายพันธุ์พืชแบบไม่อาศัยเพศมีหลายวิธี ในที่นี้จะแนะนำเฉพาะวิธีที่ใช้บ่อย และนำไปเลือกใช้กับการขยายพันธุ์พืชสมุนไพร ที่จะแนะนำต่อไปได้ ส่วนวิธีการอื่น หากสนใจสามารถศึกษาได้จากตำราวิชาการด้านการเกษตร

1. การแยกหน่อหรือกอ พืชสมุนไพรมากหลายชนิด เช่น กระชาย กล้าย ตะไคร้ ขิงข่า เตย ว่านหางจระเข้ ขยายพันธุ์โดยการแยกหน่อหรือกอ ทำได้โดยก่อนแยกหน่อจะต้องเลือกหน่อที่แข็งแรง มีใบ 2-3 ใบ ใช้น้ำรดให้ทั่วเพื่อให้ดินนุ่ม ขุดแยกออกมาอย่างระมัดระวังอย่าให้หน่อช้ำ เมื่อตัดออกมาแล้ว เอาดินกลบโคนต้นแม่ให้เรียบร้อย นำหน่อที่แยกตัดรากที่ช้ำ หรือใบที่มากเกินไปออกบ้าง แล้วนำไปปลูกลงในกระถางหรือดินที่เตรียมไว้ กดดินให้แน่น เสร็จแล้วรดน้ำให้ชุ่ม เก็บไว้ในที่ร่มถ้าปลูกลงแปลงก็บังร่มเงาให้จนกว่าต้นจะแข็งแรง ดูแลอย่าให้น้ำขัง

2. การปักชำ พืชสมุนไพรมากหลายชนิด เช่น หล้าหนวดแมว ชลูด ตีปาลี ปักชำได้ง่ายโดยใช้ลำต้นหรือกิ่ง โดยเลือกกิ่งที่สมบูรณ์ ไม่อ่อนหรือไม่แก่จนเกินไป ใช้มีดหรือกรรไกรที่คม ตัดเฉียงโดยให้กิ่งชำมีตาติดอยู่สัก 3-4 ตา ตัดแล้วริดใบออก ให้เหลือใบแต่น้อย ใช้ปูนแดงทาที่รอยตัดกันเชื้อรา นำไปปักลงในกระถางที่บรรจุถ่านแกลบดำ หรือดินร่วนปนทราย ผสมแบบเดียวกับการเพาะเมล็ด การปัก ให้ปักตรงๆ ลงไปในดิน ไม้ใหญ่ปักห่างกันหน่อย ไม้เล็กปักถี่หน่อย กลบดินให้แน่น ไม้ให้โยกคลอน การรดน้ำให้สม่ำเสมอ และอย่าให้แฉะ และอย่ารดน้ำแรง จะทำให้กิ่งโยกคลอน เมื่อรากแตกและมีใบเจริญขึ้น ก็ย้ายไปปลูกในที่ที่เตรียมดินไว้



4.3.2 วิธีการเก็บส่วนที่ใช้เป็นยา

ยาสมุนไพรเป็นส่วนประกอบที่ได้มาจากพืช สัตว์ หรือแร่ธาตุ ตัวยาที่มีอยู่ในพืชสมุนไพรจะมากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง แต่ที่สำคัญก็คือ "ช่วงเวลาเก็บยาสมุนไพร" การเก็บในช่วงเวลาที่เหมาะสมจะมีผลต่อฤทธิ์การรักษาโรคของยาสมุนไพรได้ นอกจากคำนึงถึงช่วงเวลาในการเก็บยาเป็นสำคัญแล้ว ยังต้องคำนึงถึงว่าเก็บยาถูกต้องหรือไม่ ส่วนไหนของพืชที่ใช้เป็นยา เป็นต้น พื้นดินที่ปลูก อากาศ การเลือกเก็บส่วนที่ใช้เป็นยาอย่างถูกวิธีนั้น จะมีผลอย่างมากต่อประสิทธิภาพของยาที่จะนำมารักษาโรค หากปัจจัยดังกล่าวเปลี่ยนไป ปริมาณตัวยาที่มีอยู่ในสมุนไพร ก็จะเปลี่ยนตามไปด้วย ทำให้ยานั้นไม่เกิดผลในการรักษาโรคได้

หลักทั่วไปในการเก็บส่วนที่ใช้เป็นยาสมุนไพร แบ่งโดยส่วนที่ใช้เป็นยาดังนี้

1. ประเภทรากหรือหัว เก็บในช่วงที่พืชหยุดเจริญเติบโต ใบ ดอก ร่วงหมด หรือในช่วงต้นฤดูหนาวถึงปลายฤดูร้อน เพราะเหตุว่าในช่วงนี้ รากและหัวมีการสะสมปริมาณของตัวยาไว้ค่อนข้างสูง

2. ประเภทใบหรือเก็บทั้งต้น ควรเก็บในช่วงที่พืชเจริญเติบโตมากที่สุด หรือบางชนิดอาจระบุช่วงเวลาการเก็บชัดเจน เช่น เก็บใบไม้อ่อนหรือไม้แก่เกินไป (ใบเพสลาด) เก็บช่วงดอกตูมเริ่มบาน หรือช่วงที่ดอกบาน เป็นต้น การกำหนดช่วงเวลาเก็บใบ เพราะช่วงเวลานั้น ใบมีตัวยามากที่สุด วิธีการเก็บใช้วิธีเด็ด ตัวอย่างเช่น กระเพรา ชลู่ ฝรั่ง ฟ้ายะลวยโจร เป็นต้น

3. ประเภทเปลือกต้นและเปลือกราก เปลือกต้นโดยมากเก็บระหว่างช่วงฤดูร้อนต่อกับฤดูฝน ปริมาณยาในพืชสูงและลอกออกง่าย สำหรับการลอกเปลือกต้นนั้น อย่าลอกเปลือกออกทั้งรอบต้น เพราะกระทบกระเทือนในการส่งลำเลียงอาหารของพืช อาจทำให้ตายได้ ทางที่ดีควรลอกจากส่วนกิ่งหรือแขนงย่อย ไม่ควรลอกจากลำต้นใหญ่ของต้นไม้ หรือจะใช้วิธีลอกออกในลักษณะครึ่งวงกลมก็ได้ ส่วนเปลือกราก เก็บในช่วงต้นฤดูฝนเหมาะสมที่สุด เนื่องจากการลอกเปลือกต้นหรือเปลือกรากเป็นผลเสียต่อการเจริญเติบโตของพืช ควรสนใจวิธีการเก็บที่เหมาะสม

4. ประเภทดอก โดยทั่วไปเก็บในช่วงดอกเริ่มบาน แต่บางชนิดเก็บในช่วงดอกตูม เช่น กานพลู เป็นต้น

5. ประเภทผลและเมล็ด พืชสมุนไพรบางอย่างอาจเก็บในช่วงที่ผลยังไม่สุกก็มี เช่น ฝรั่ง เก็บผลอ่อน ใช้แก้ท้องร่วง แต่โดยทั่วไปมักเก็บตอนผลแก่เต็มที่แล้ว ตัวอย่างเช่น มะม่วงต้น มะม่วงเครือ ดีปลี เมล็ดฟักทอง เมล็ดชุมเห็ดไทย เมล็ดสะแก เป็นต้น

นอกจากที่กล่าวมาแล้ว ตามการถ่ายทอดประสบการณ์ของแพทย์ไทยโบราณนั้น ยังมีการเก็บยาตามฤดูกาล วัน โมงยาม และทิศอีกด้วย เช่น ใบควรเก็บในตอนเช้าวันอังคาร ฤดูฝนทางทิศตะวันออก เป็นต้น อย่างไรก็ตาม ในที่นี้ขอแนะนำให้ใช้หลักการเก็บส่วนที่ใช้เป็นยาสมุนไพรข้างต้น นอกจากนี้ท่านผู้ศึกษาการเก็บและการใช้สมุนไพร สามารถเรียนรู้ได้จากหมอพื้นบ้านที่อยู่ในหมู่บ้าน ซึ่งมีประสบการณ์เก็บยาและการใช้ยามาเป็นเวลาช้านาน

วิธีการเก็บสมุนไพรที่ถูกต้องเหมาะสมซึ่งถือเป็นการอนุรักษ์สมุนไพรด้วยนั้น โดยทั่วไปไม่มีอะไรสลบซับซ้อน ประเภทใบ ดอก ผล ใช้วิธีเด็ดแบบธรรมดา ส่วนแบบราก หัว หรือเก็บทั้งต้น ใช้วิธีขุดอย่างระมัดระวัง เพื่อประกันให้ได้ส่วนที่เป็นยามากที่สุด สำหรับเปลือกต้นหรือเปลือกราก เนื่องจากเกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตของต้นไม้พืช ดังนั้นจึงควรสนใจวิธีการเก็บดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น



คุณภาพของยาสมุนไพร จะใช้รักษาโรคได้ดีหรือไม่ นั่น ที่สำคัญอยู่ที่ช่วงเวลาการเก็บสมุนไพร และวิธีการเก็บ แต่ยังมีปัจจัยอื่นๆ ที่ยังต้องคำนึงถึงอีกอย่างคือ พื้นที่ปลูก เช่น ลำไย ควรปลูกในพื้นที่ดินที่เป็นด่าง ปริมาณของตัวยาจะสูง สาระแทนหากปลูกในที่ดินทราย ปริมาณน้ำมันหอมระเหยจะสูง และยังมีปัญหาทางด้านสภาพแวดล้อมในการเจริญเติบโต ภูมิอากาศ เป็นต้น ต่างก็มีผลต่อคุณภาพสมุนไพรทั้งนั้น ดังนั้นเราควรพิจารณาหาข้อมูลอย่างละเอียดถี่ถ้วน ก่อนที่จะเก็บยาสมุนไพรมาใช้ในการรักษาโรค

ประโยชน์ของการใช้ยาสมุนไพร

1. ราคาถูกกว่ายาแผนใหม่ (ยาแผนปัจจุบัน) มาก
2. มีพิษและผลข้างเคียงน้อยกว่ายาแผนใหม่
3. สมุนไพรบางชนิดเป็นทั้งอาหารและยาด้วย
4. ไม่ต้องซื้อหา สามารถปลูกได้เองในบ้าน
5. เหมาะกับคนส่วนใหญ่ เพราะสามารถนำมาใช้ได้เอง เมื่อรู้จักวิธีใช้
6. ช่วยลดดุลการค้า ในการส่งยาจากต่างประเทศ
7. ทำให้คนเห็นคุณค่า และกลับมาดำเนินชีวิตใกล้ชิดธรรมชาติมากขึ้น
8. ทำให้เกิดความภูมิใจ ในวัฒนธรรม และคุณค่าของความเป็นไทย
9. เพื่อเป็นการอนุรักษ์มรดกไทยในการสนับสนุนให้ประชาชนช่วยตนเองในการใช้ยา

สมุนไพรตามแบบแผนโบราณ

ข้อควรระวังทั่วไปในการใช้ยาสมุนไพร

ปัจจุบันการใช้สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน ส่งเสริมและเผยแพร่การใช้สมุนไพรตัวเดียวเพื่อรักษาโรค/อาการเบื้องต้นที่พบบ่อยๆ และเนื่องจากสมุนไพรหลายชนิดเป็นพืชผักที่รับประทานอยู่เป็นประจำ จึงแนะนำไว้ในการส่งเสริมสุขภาพด้วย (รวมทั้งสืผสมอาหารที่อยู่ตามธรรมชาติ)

1. กลุ่มโรค/อาการเบื้องต้นที่แนะนำให้ใช้สมุนไพรมี 18 โรค ดังนี้
 - 1.1 อาการท้องผูก
 - 1.2 อาการท้องอืดอัด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด
 - 1.3 อาการท้องเสีย (แบบไม่รุนแรง)
 - 1.4 พยาธิลำไส้
 - 1.5 บิด
 - 1.6 อาการคลื่นไส้ อาเจียน (เหตุจากธาตุไม่ปกติ)
 - 1.7 อาการไอ ขับเสมหะ
 - 1.8 อาการไข้
 - 1.9 อาการขัดเบา (คือปัสสาวะไม่สะดวก กระปิบกระปวายแต่ไม่มีอาการบวม)
 - 1.10 โรคกลาก
 - 1.11 โรคเกลื้อน
 - 1.12 อาการนอนไม่หลับ
 - 1.13 ฝี แผลพุพอง (ภายนอก)
 - 1.14 อาการเคล็ดขัดยอก (ภายนอก)



- 1.15 อาการแพ้ อักเสบ แผลงสัตว์กัดต่อย (ภายนอก)
- 1.16 แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก (ภายนอก)
- 1.17 เหา
- 1.18 ชันนะตุ

หากเป็นโรคหรือมีอาการเหล่านี้ให้ใช้สมุนไพรที่แนะนำ และหยุดใช้เมื่อหายไป แต่ถ้าอาการยังไม่ดีขึ้นภายใน 2-3 วัน ควรไปปรึกษาศูนย์บริการสาธารณสุขหรือโรงพยาบาล

ถ้าผู้ป่วยมีอาการโรคหรือมีอาการดังกล่าว แต่เป็นอาการที่รุนแรง ต้องนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทันที ไม่ควรรักษาด้วยการซื้อยารับประทานเองหรือใช้สมุนไพร อาการที่รุนแรงมีดังนี้

1. ไข้สูง (ตัวร้อนจัด) ตาแดง ปวดเมื่อยมาก ซึม บางทีพูดเพ้อ (อาจเป็นไข้หวัดใหญ่หรือไข้ป่าชนิดขึ้นสมอง)
2. ไข้สูงและดีซ่าน (ตัวเหลือง) อ่อนเพลียมาก อาจเจ็บในแถวชายโครง อาจเป็นโรคตับอักเสบ ภาวะน้ำดีอักเสบ ฯลฯ
3. ปวดแหวะสะดือ เวลาเอามือกดเจ็บปวดมากขึ้น หน้าท้องแข็ง อาจท้องผูก และมีไข้เล็กน้อยหรือมาก (อาจเป็นโรคไส้ติ่งอักเสบอย่างแรง หรือลำไส้ส่วนอื่นอักเสบ)
4. เจ็บแปลบในท้องคล้ายมีอะไรฉีกขาด ปวดท้องรุนแรงมาก อาจมีตัวร้อน และคลื่นไส้อาเจียนด้วย บางทีมีประวัติปวดท้องบ่อยๆ มาก่อน (อาจมีการทะลุของกระเพาะอาหารหรือลำไส้)
5. อาเจียนเป็นโลหิต หรือไอเป็นโลหิต (อาจเป็นโรคร้ายแรงของกระเพาะอาหารหรือปอด) ต้องให้คนไข้นอนพักนิ่งๆ ก่อน ถ้าแพทย์อยู่ใกล้ควรเชิญมาตรวจที่บ้าน ถ้าจำเป็นต้องพาไปพบแพทย์ ควรรอให้เลือดหยุดเสียก่อน และควรพาไปโดยมีการกระแทกกระเทือนน้อยที่สุด
6. ท้องเดินอย่างแรง อุจจาระเป็นน้ำ บางทีมีลักษณะคล้ายน้ำขาวขาว บางทีถ่ายพุ่ง ถ่ายติดต่อกันอย่างรวดเร็ว คนไข้อ่อนเพลียมาก ตาลึก หน่งแห้ง (อาจเป็นอหิวาตกโรค) ต้องพาไปพบแพทย์โดยด่วน ถ้าไปไม่ไหวต้องแจ้งแพทย์หรืออนามัยที่ใกล้ที่สุดโดยเร็ว
7. ถ่ายอุจจาระเป็นมูกและเลือด บางทีเกือบไม่มีเนื้ออุจจาระเลย ถ่ายบ่อยมาก อาจจะต้องสืบครั้งในหนึ่งชั่วโมง คนไข้เพลียมาก (อาจเป็นโรคบิดอย่างรุนแรง)
8. สำหรับเด็ก โดยเฉพาะอายุภายในสิบสองปี ไข้สูง ไอมาก หายใจมีเสียงผิดปกติ คล้ายๆ กับมีอะไรติดอยู่ในคอ บางทีก็มีอาการหน้าเขียวด้วย (อาจเป็นโรคคอตีบ) ต้องรีบพาไปพบแพทย์โดยด่วนที่สุด
9. อาการตกเลือดเป็นเลือดสดๆ จากทางไหนก็ตาม โดยเฉพาะทางช่องคลอด ต้องพาไปพบแพทย์โดยเร็วที่สุด

2. กลุ่มอาการหรือโรคที่ไม่ควรใช้สมุนไพร

เป็นโรคร้ายแรง โรคเรื้อรัง หรือโรคที่ยังพิสูจน์ไม่ได้แน่ชัดว่ารักษาด้วยสมุนไพรได้ เช่น ภูมิแพ้ สุนัขบ้ากัด บาดทะยัก กระจุกหัก มะเร็ง วัณโรค กามโรค ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคเรื้อน ดีซ่าน หลอดลมอักเสบเรื้อรัง ปอดบวม (ปอดอักเสบ) อาการบวมไทยฟอยด์ โรคตาทุกชนิด



3. อาการแพ้ที่เกิดจากสมุนไพร

สมุนไพร มีคุณสมบัติเช่นเดียวกับยาทั่วไป คือมีทั้งคุณและโทษ บางคนใช้แล้วเกิดอาการแพ้ได้ แต่เกิดขึ้นได้น้อย เพราะสมุนไพรมีใช้สารเคมีชนิดเดียวเช่นยาแผนปัจจุบัน ฤทธิ์จึงไม่รุนแรง (ยกเว้นพวกพืชพิษบางชนิด) แต่ถ้าเกิดอาการแพ้ขึ้นควรหยุดยาเสียก่อน ถ้าหยุดแล้วอาการหายไป อาจทดลองใช้ยาอีกครั้งโดยระมัดระวัง ถ้าอาการเช่นเดิมเกิดขึ้นอีก แสดงว่าเป็นพิษของยาสมุนไพรแน่ ควรหยุดยาและเปลี่ยนไปใช้อื่น หรือถ้าอาการแพ้รุนแรง ควรไปรับการรักษาที่ศูนย์บริการสาธารณสุขและโรงพยาบาล

อาการที่เกิดจากการแพ้สมุนไพร มีดังนี้

1. ผื่นขึ้นตามผิวหนัง อาจเป็นตุ่มเล็กๆ ตุ่มโตๆ เป็นปื้นหรือเป็นเม็ดแบบคล้ายลมพิษ อาจบวมที่ตา (ตาปิด) หรือริมฝีปาก (ปากแฉีก) หรือมีเพียงดวงสีแดงที่ผิวหนัง
2. เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน (หรืออย่างใดอย่างหนึ่ง) ถ้ามีอยู่ก่อนกินยา อาจเป็นเพราะโรค
3. หูอื้อ ตามัว ชาที่ลิ้น ชาที่ผิวหนัง
4. ประสาทความรู้สึกทำงานไวเกินปกติ เช่น เพียงแต่แตะผิวหนังก็รู้สึกเจ็บ ลูบผมก็แสบหนังศีรษะ ฯลฯ
5. ใจสั่น ใจเต้น หรือรู้สึกวูบวาบคล้ายหัวใจจะหยุดเต้น และเป็นบ่อยๆ
6. ตัวเหลือง ตาเหลือง ปัสสาวะสีเหลือง เขียวเกิดฟองสีเหลือง

(เป็นอาการของดีซ่าน) อาการนี้แสดงถึงอันตรายร้ายแรง ต้องรีบไปพบแพทย์

ข้อควรรู้เกี่ยวกับการปรุยาไทย

ข้อควรเข้าใจโดยทั่วไป มีดังนี้

1. ถ้าไม่ได้บอกว่าใช้สดหรือแห้ง ให้ถือว่าใช้สด
2. เวลาใช้ภายใน ถ้าไม่ได้ระบุวิธีใช้แล้ว ให้เข้าใจว่าใช้วิธีต้ม
3. เวลาใช้ภายนอก ถ้าไม่ได้ระบุวิธีใช้แล้ว ให้เข้าใจว่าใช้ตำพอก
4. ยากินหรือรับประทาน ให้กินหรือรับประทานวันละ 3 ครั้งก่อนอาหาร
5. ยาต้ม ใช้ครั้งละ 1/2 - 1 แก้ว (250 ซี.ซี.)
6. ยาดอง, ยาคั้นเอาน้ำ ใช้ครั้งละ 1/2 - 1 ช้อนโต๊ะ
7. ยาผง ใช้ครั้งละ 1-2 ช้อนชา
8. ยาปั้น, ลูกกลอน ใช้ครั้งละ 1-2 เม็ด (ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 ซม.)
9. ยาขง ใช้ครั้งละ 1 แก้ว

วิธีปรุยาไทย กระทำดังนี้

1. ยาต้ม

การเตรียม ปริมาณที่ใช้โดยทั่วไปใช้ 1 กำมือ คือเอาต้นยามาขดมัดรอบกันเป็นท่อนกลม ยาวขนาด 1 ฝ่ามือ กว้างขนาดใช้มือกำได้โดยรอบพอดี ถ้าต้นยานั้นแข็งนำมาขดมัดไม่ได้ ให้หั่นเป็นท่อน ยาวขนาด 5-6 นิ้วฟุต กว้าง 1/2 นิ้วฟุต แล้วเอามารวมกันให้ได้ขนาด 1 กำมือ



การต้ม เหน้าลงไปพอให้น้ำท่วมยาเล็กน้อย (ประมาณ 3-4 แก้ว)
ถ้าปริมาณยาที่ระบุน้อยมาก เช่น ใช้เพียง 1 หยิบมือ ให้เหน้าลงไป 1 แก้ว (250 ซี.ซี)
ต้มให้เดือดนาน 10-30 นาที แล้วแต่ว่าต้องการเข้มข้นหรือเจือจาง รับประทานในขณะที่ที่ยังอุ่นๆ

2. ยาขง

การเตรียม ปกติใช้ขมแห้งขง โดยหั่นต้นยาสดให้เป็นชิ้นเล็กๆ บางๆ
ตากแดดให้แห้ง ถ้าต้องการให้ไม่มีกลิ่นเหม็นเขียว ให้เอาไปคั่วเสียก่อน จะมีกลิ่นหอม
การขง ใช้สมุนไพร 1 ส่วนเติมน้ำเดือดลงไป 10 ส่วน ปิดฝาตั้งทิ้งไว้
15-20 นาที

3. ยาตอง

การเตรียม ปกติยาแห้งตอง โดยบดต้นสมุนไพรให้แหลกพอหยาบๆ
ห่อด้วยผ้าขาวบาง ห่อหลวมๆ เพื่อยาพองตัวเวลาอมน้ำ

การตอง เติมหেলাให้ท่วมห่อผ้ายา ตั้งทิ้งไว้ 7 วัน

4. ยาปั่นลูกกลอน

การเตรียม หั่นต้นสมุนไพรสดให้เป็นแว่นบางๆ ตากแดดให้แห้ง บดเป็น
ผงในขณะที่ยังร้อน (เพราะแดด) อยู่ เพราะยาจะกรอบบดง่าย

การปั่นยา ใช้ผงยา 2 ส่วน ผสมกับน้ำผึ้งหรือน้ำเชื่อม 1 ส่วน ตั้งทิ้งไว้
2-3 ชั่วโมง เพื่อให้ปั่นยาได้ง่าย ไม่ติดมือ ปั่นเป็นลูกกลมๆ เล็กๆ ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 1
เซนติเมตร ปั่นเสร็จจึงตัดจนแห้ง จากนั้นอีก 2 อาทิตย์ นำมาผึ่งแดดอีกที กั้นเชื้อราขึ้นยา

5. ตำคั้นเอาน้ำกินหรือดื่ม

โดยเอาต้นสมุนไพรสดๆ ตำให้ละเอียดจนเหลว ถ้าไม่มีน้ำให้เติมน้ำลงไป
จนเหลว คั้นเอาน้ำยาที่ได้กิน ยาบางอย่าง เช่น กระทือ กระทาย ให้นำไปเผาให้สุกเสียก่อน
จึงค่อยตำ

6. ยาพอก

การเตรียมยา ใช้ต้นสมุนไพรสดตำให้แหลกที่สุด แต่อย่าตำจนยาเหลว
ตำพอให้ยาเปียกๆ ก็พอ ถ้ายาแห้งให้เติมน้ำหรือเหล้าลงไป

การพอก พอกแล้วต้องคอยหยอดน้ำให้ยาเปียกขึ้นอยู่เสมอ เปลี่ยนยาวัน
ละ 3 ครั้ง

ความหมายของคำที่ควรทราบ

1. ทุกส่วนหรือทั้ง 5 หรือทั้งต้น หมายถึง ต้น ราก ใบ ดอก ผล
2. ใบเทศลาด หมายถึง ใบไม้ที่จวนแก่
3. หมากสง หมายถึง หมากที่แก่และสุก จะมีผิวของผลเป็นสีหมากสุก
เนื้อในซึ่งเคยนิ่ม (ที่เรียกหมากดิบ) จะเปลี่ยนเป็นแข็ง
4. เหล้า หมายถึง เหล้าโรง (28 ดีกรี)
5. แอลกอฮอล์ หมายถึง แอลกอฮอล์ชนิดสีขาวสำหรับใช้ผสมยาเท่านั้น
ห้ามใช้แอลกอฮอล์ชนิดจุดไฟ
6. น้ำปูนใส หมายถึง น้ำยาที่ทำขึ้นโดยการนำปูนที่รับประทานกับหมาก
มาละลายน้ำสะอาด ตั้งทิ้งไว้ แล้วรินน้ำใสมาใช้



7. ต้มเอาน้ำต้ม หมายถึง ต้มสมุนไพรด้วยการใส่น้ำพอประมาณ หรือสามเท่าของปริมาณที่ต้องการใช้ ต้มพอเดือดอ่อนๆ ให้เหลือ 1 ส่วนจาก 3 ส่วนข้างต้น รินเอาน้ำต้มตามขนาด

8. ชงน้ำดื่ม หมายถึง ใส่น้ำเดือดหรือน้ำร้อนจัด ลงบนสมุนไพรที่อยู่ในภาชนะปิดฝา ทิ้งไว้สักครู่ จึงใช้ดื่มแต่น้ำ

9. ความแรงของยาชง 1 ใน 2 หมายถึง ใช้สมุนไพร 1 ส่วน เติมน้ำ 2 ส่วน ความแรงของยาเป็น % หมายถึงชั่งยามาหนัก 10 กรัม เติมน้ำยาให้ครบ 100 กรัม ซึ่งความแรงที่แท้จริงจะไม่ได้ 10% ของตัวยา

10. คำว่า "ส่วน" เช่น ใช้ยาชนิดที่หนึ่ง 1 ส่วน ชนิดที่สอง 2 ส่วน หมายถึง ถ้าใช้ชนิดที่หนึ่ง 1 กำมือ ชนิดที่สองใช้ 2 กำมือ

11. ยาลูกกลอน หมายถึง เอาสมุนไพรมาบดให้เป็นผงละเอียดเมื่อจะรับประทาน

12. น้ำผึ้งเป็นน้ำกระสายจะคลุกให้แฉะๆ พอปั้นเป็นเม็ดกลม รับประทานโดยใช้กลืน

13. น้ำกระสายยา หมายถึง ส่วนที่ใช้ไปเสริมฤทธิ์การรักษาให้ดีขึ้น ยาตำรับเดียวกัน ถ้าใช้น้ำกระสายยาแตกต่างกันออกไป จะสามารถรักษาโรคได้ต่างกัน
สิ่งน่ารู้เกี่ยวกับการใช้ยาสมุนไพร

14. ควรเริ่มใช้สมุนไพรที่เป็นอาหารก่อน และควรรู้พิษยาก่อนใช้ รู้ข้อห้ามใช้ เพราะยาบางชนิดมีข้อห้ามใช้กับคนบางคน บางโรค เมื่อรู้สิ่งเหล่านี้ จะทำให้การใช้ยาปลอดภัยขึ้น

15. ถ้ายาใดไม่เคยกินมาก่อน ควรเริ่มกินในขนาดน้อยๆ ก่อน เช่น กินเพียงครึ่งหนึ่งของขนาดที่กำหนดไว้ ถ้าร่างกายไม่มีอะไรผิดปกติจึงค่อยกินต่อไป

16. อย่าใช้ยาเข้มข้นเกินไป เช่น ยาใช้ต้มกินต่างน้ำ ไม่ควรใช้ต้มเคี้ยวกินยาเข้มข้นเกินไป จนทำให้เกิดพิษได้

17. คนที่อ่อนเพลียมาก เด็กอ่อน คนชรา ห้ามใช้ยามาก เพราะคนเหล่านี้มีกำลังต้านทานยาน้อย จะทำให้เกิดพิษได้ง่าย

โดยทั่วไป เมื่อกินยาสมุนไพรแล้ว 1 วัน อาการไม่ดีขึ้นต้องเปลี่ยนยา แต่ถ้าเป็นโรคเรื้อรัง เช่น โรคกระเพาะ ทืด ฯลฯ เมื่อใช้ยาสมุนไพร 1 อาทิตย์แล้ว อาการไม่ดีขึ้นต้องเปลี่ยนยา

5. องค์ความรู้เกี่ยวกับคัมภีร์กษัย

กษัย เป็ยโรคที่ทำให้มีอาการแห่งความเสื่อมโทรมของร่างกาย สุขภาพไม่สมบูรณ์ ทั้งนี้เนื่องจากเป็นโรคหรือใช้อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งทำลายสุขภาพให้เสื่อมโทรมไปทีละน้อย และเป็นเวลาต่อเนื่องโดยมิได้มีการบำบัดรักษา หรือรักษาแต่ไม่ถูกกับโรคหรือใช้นั้นโดยตรง โรคกษัยนั้นจึงรวมกลุ่มโรคและกลุ่มอาการปกติหลายๆ อย่างไว้ด้วยกัน ซึ่งแต่ละอย่างมีความสัมพันธ์กันหรือไม่ก็ได้

กษัยและการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย

กษัย เป็นศัพท์และความหมายของแพทย์แผนไทย แปลว่า สิ้นไป เสื่อมไป หรือหมายความว่า โรคครึ่งรัต รัตแน่น คือ เส้นเอ็น เนื้อ หนัง เลือด รัตแน่นแข็งดุน้ำฝาดกระซบไว้ทำให้ร่างกายทรุดโทรม หรือมีอาการพอมแห่ง ตัวเหลือง ปวดเมื่อยตามร่างกายและกล้ามเนื้อ



กินไม่ได้นอนไม่หลับ โรคนี้เกิดจากความเสื่อมโทรมของร่างกาย โดยถือว่ามนุษย์เราเกิดจาดธาตุทั้ง 4 รวมกัน ได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ เมื่อธาตุทั้ง 4 ทำหน้าที่เสื่อมโทรมลง จะทำให้ร่างกายอ่อนแอ ทำงานไม่ได้ตามปกติ เช่น ธาตุแตกออกเป็น 20 อย่าง ประกอบด้วย กระดูก เส้นเอ็น (ซึ่งถือว่าเป็นกองธาตุดินกองหนึ่ง) ถ้าทำงานผิดปกติไปก็ถือว่าธาตุดินปกติ ธาตุน้ำแตกออกเป็น 12 อย่างประกอบด้วย เลือด น้ำ เสดด (ซึ่งถือว่าเป็นกองธาตุน้ำกองหนึ่ง) ถ้าน้อยลงถือว่าธาตุน้ำผิดปกติ ธาตุลมแตกออกเป็น 6 อย่าง ธาตุลม เช่น แร่งตันในเลือดเดิน (ซึ่งถือว่าเป็นกองธาตุลมกองหนึ่ง) เมื่อเลือดไม่สูบฉีดหรือสูบฉีดไม่ดี ถือว่าธาตุลมผิดปกติ และธาตุไฟ เช่น ถ้าน้ำย่อยอาหาร (ซึ่งถือว่าเป็นกองธาตุไฟกองหนึ่ง) ไม่ทำงานถือว่าธาตุไฟผิดปกติ เป็นต้น เมื่อธาตุทั้ง 4 กำเริบ หย่อนพิการ ก็จะทำให้ร่างกายเสื่อมโทรมลง กษัยจึงเกิดจากความเสื่อมโทรมของร่างกาย (ธาตุทั้ง 4 นั้นเอง)

ความเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย ทางแพทย์แผนไทยเชื่อว่าเกิดจากโรคกษัย ในระบบเลือดลมไหลเวียนไปที่อวัยวะเพศ ติดขัดจากปัญหาเลือดเหนียวข้นหนืด เลือดไหลเวียนไม่สะดวกหรือสูบฉีดไม่ดี เกิดจากธาตุลมเสียสมดุล ทำให้เกิดภาวะไม่สามารถแข็งตัว ขององคชาติไว้ได้นานเพียงพอที่จะบรรลุมความพึงพอใจระหว่างมีเพศสัมพันธ์ สาเหตุเกิดจากร่างกายและจิตใจ ทำให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะไม่พอธาตุน้ำผิดปกติ โดยหลักการแล้วธาตุลมเป็นแรงดันให้เลือดสูบฉีดได้ดี แต่เมื่อธาตุลมผิดปกติทำให้เลือดไม่สูบฉีด จึงส่งผลให้อวัยวะเพศไม่แข็งตัว นอกจากนี้ประการสำคัญของการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชายเกี่ยวกับธาตุดิน ที่เรียกว่าเส้นเอ็นพิการ และเส้นหลักคือเส้นประธานที่มาบริเวณทวารหนัก-เบา-อวัยวะเพศ หรือที่เรียกว่าเส้นสิขิณี (ชายเรียกลิขชะ) และเส้นสุขุมัง โบราณเรียกโรคเกิดความเสื่อมของเส้นว่ากษัย “กล่อนเส้น” ต้องใช้วิธีการนวด ถ้านวดไม่ดีขึ้นต้องใช้ยาาร่วมด้วย วิธีการรักษาแบบองค์รวม คือต้องปรับธาตุทั้ง 4 ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ไปพร้อมกับการนวด การรักษาประกอบกันด้วยการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม เช่นสุขภาพด้านร่างกาย จิตใจ สังคม สิ่งแวดล้อม ให้เกิดการสมดุล (กองประกอบโรคศิลปะ. 2549 : 19-24)

โรคกษัยเป็นโรคที่ทำให้ร่างกายเกิดความสึกหรอมี 2 ประเภท แบ่งได้ 26 จำพวก ได้แก่

1. กษัยเกิดแต่กองสมุฏฐานธาตุ 8 จำพวก ได้แก่ กษัยกล่อน 5 (เกิดจากความพิการของธาตุทั้ง 4 และความพิการของเส้นเอ็น ทำให้เกิดความพิการต่างๆ กันขึ้นอยู่กับกษัยจำพวกนั้นๆ) กษัยน้ำ 1 กษัยลม 1 กษัยไฟ 1
2. กษัยอันบังเกิดเป็นอุปาทิกระโรค (โรคที่เกิดขึ้นเองหรือลอยตามอากาศ) 18 จำพวก ได้แก่ กษัยล้น กษัยราก กษัยเหล็ก กษัยปู กษัยจุก กษัยปลาไหล กษัยปลาหมอ กษัยปลาตุ๊ก กษัยปลวก กษัยลิ้นกระบือ กษัยเต่า กษัยดาน กษัยทัน กษัยเสียด กษัยเชือก กษัยไฟ กษัยน้ำและกษัยลม

ในการแบ่งกลุ่มทั้ง 16 จำพวก เป็น 2 กลุ่มใหญ่ดังกล่าว เป็นที่น่าสังเกตว่ามีชื่อกษัยซ้ำอยู่ 3 จำพวก คือ กษัยน้ำ กษัยลม และกษัยไฟ ซึ่งไม่มีรายละเอียดในกลุ่มที่ 1 และให้ใช้รายละเอียดในกลุ่มที่ 2 และท่านก็ไม่ได้หักออก 3 จำพวกให้เหลือเพียง 23 จำพวก ทำให้เข้าใจว่าสาเหตุของกษัยทั้ง 3 นั้น อาจเป็นไปได้ทั้ง 2 ทาง นอกจากนั้นกษัยน้ำยังเหมือนกับกษัยกล่อนน้ำอีกด้วย จึงเหลือกษัยทั้งหมดเพียง 22 จำพวก



กษัย 8 จำพวก

1. กษัยกล่อนดิน เกิดจากปถวีธาตุคือเส้นทั้งหลาย เส้นกล่อนตั้งเป็นก้อนอยู่ตามหัวหน้าหน้าขาทั้งสองข้างแล้วเลื่อนไปถึงลูกอ้นทะ เกิดฟกบวม อักเสบ จับต้องมิได้ หรือตั้งเป็นก้อนเป็นเถาขึ้นมาที่หัวหน้า มีอาการท้องผูกเป็นพรรดิก ชัดหัวหน้า เส้นท้องตั้ง เจ็บส้อ มือเท้าชาหรือตาย วิงเวียน ตาฝ้าฟาง หูอื้อ ท้องขึ้น กินอาหารไม่ได้ ปวดเสียดแทงแต่หัวหน้าถึงยอดอก อันว่ากษัยกล่อนนี้มันเกิดเพราะเส้นและท้องผูก

2. กษัยกล่อนน้ำ เกิดเนื่องจากธาตุน้ำ คือโลหิต น้ำเหลืองและเสมหะ เฉพาะแต่ละอย่างหรือร่วมกัน 2-3 อย่างรวมกันก็ได้ ถ้าเป็นทั้ง 3 ประการ ชื่อว่า กษัยเลือด

ในชาย เป็นก้อนเลือดขึ้นจับเอาหน้าอก มันให้กลายเป็นฝีในอก เป็นฝีหังคว่า บางที่มันกลายเป็นมานเลือด

ในหญิง เป็นตั้งแต่ได้สัดประมาณ 3 นิ้ว บางทีลามถึงยอดอกดุจมีมะเร็งทรวงหรือฝีปลวก ท่านว่าโลหิตเข้าฝัก หรือโลหิตแห้งจืดกระดุกสันหลังและหังหน้า บางทีโลหิตจับหัวใจให้คลั่งไคล้เช่นผีเข้า มีอาการปวด ชัด ยก และจักเสียดถึงยอดอกอย่างทรมาณ อาจกลายเป็นโรคมุกติมุกตฆาต

3. กษัยกล่อนลม เกิดจากธาตุลมจำพวกหนึ่งเป็นเหตุ ข้างขึ้นข้างแรมกำเร็บขึ้นคล้ายกัน ถ้าเวลาเช้าคลายสักหน่อยดุจคนตี ถ้าเวลาบ่ายจึงเป็น กระทำให้จุกขึ้นมาแล้วกัดขบตอกเอาทรวงอก ให้อ่อนในอก ให้ตัวเย็น แล้วให้ปวดขบเป็นกำลังถ้าจะบริโภคละเอียดๆ ลงไปก็ตาย ถ้าเป็นของร้อนอาการจะคลายลงบ้าง (ถ้าใส่คลายตัว) ท่านให้เอายาที่แก้กษัยลมนี้มันมากินเถิด

4. กษัยกล่อนเพลิง เกิดจากธาตุไฟวบัติ คือเพลิงธาตุทั้ง 4 เติมนิได้ตลอด ติดขัดจึงให้วิปริตปรวนแปรไปต่างๆ บางทีในท้องและในอก กระทำให้แน่นหน้าอก บริโภคอาหารมิได้ บางทีให้จุกขึ้นดังขาดใจตาย ให้อ่อนท้องร้อนหลัง (ปริมาณคคิพิการ, มีกรดในกระเพาะมาก) ให้อ้อยดังเพลิงเผา (สันตปคคิพิการ) , ให้เหื่อไหลแตกทุกเส้นขน (ปริทัยหคคิ)

5. กษัยกล่อนเถา เกิดขึ้นเพราะลมสันฆาตและลมปตฆาตแล่นเข้าในลำไส้ เส้นนั้นพองแข็งขวางอยู่หัวหน้ามาประจบเกลียวข้าง ถ้าชายขึ้นทางขวา หญิงขึ้นทางซ้าย เสียดมาตามชายโครงถึงยอดอก ปวดขบในอกและเสียดถึงลำคอ เมื่ออาเจียนออกค่อยเบาขึ้น ปัสสาวะแดงหรือเหลืองเล็กน้อย มีตะกอนดั่งปูนกินหมาก (กรดยูริค ตะกอนสีชมพู) และโรคนี้เกิดเพราะกินของคาวของหวานนัก แต่เป็นๆ หายๆ ไปประมาณ 12-13 ปี ก็กลายเป็นมานกษัยรักษาไม่ได้ (เกิดนี้วปีสสาวะอาจทำให้ไตพิการ) ถ้าจะแก้ๆ ได้เมื่อมันยังอ่อนอยู่

กษัย 18 จำพวก

1. กษัยกล่อนล้น เกิดเพราะน้ำเหลืองโดยกำลังลมพัดให้เป็นพอง และน้ำทำให้ท้องล้นขึ้นล้นลงถ้าข้างขึ้นให้แตกอก ถ้าข้างแรมให้ถ่วงหัวหน้าดังจะขาดใจ

2. กษัยราก บังเกิดเพราะลมร้อนให้อาเจียนลมเปล่า และให้ล้นอยู่ในท้องดังจ็อกๆ แล้วให้ตั้งไปทั้งกายดุจบุคคลเอาเชือกมารัดไว้ ให้ผู้นั้นร้องครวญคราง อยู่ทั้งกลางวันกลางคืนมิได้ขาดดังจะกลัดใจตาย

3. กษัยเหล็ก ทำให้ปวดหัวหน้า และท้องน้อยนั้นแข็งดุจตั้งแผ่นหิน จะไหวตัวไปมามีได้ให้ปวดขบดังจะขาดใจตาย



4. กษัยปฐ เกิดเพราะโลหิตคุดมกัน มีสัณฐานดังปูทะเลเข้ากินอยู่ในกระเพาะข้าว กระทำให้อุดท้องน้อยเป็นกำลัง บริโภคอาหารซาบลงไปเมื่อใดค่อยสงบ ครั่งสิ้นอาหารแล้ว กระทำให้อุดอยู่จุดดั่งงกเกวียน (ปวดมวน) ล้นอยู่ตามลำไส้ เจ็บดังจะขาดใจตาย

5. กษัยจุก มีลมจรเดินทางเข้าไปในเส้นเอ็นภายใน และให้เส้นพองขึ้นในท้อง ให้อุดแตกดังจะขาดใจ ต้องนอนคว่ำร้องอยู่เป็นนิจ จะนอนหงายขึ้นก็มีได้มีทุกขเวทนาเป็นกำลัง

6. กษัยปลาไหล ครั้นแก่เข้าก็กระทำโทษ เอาหางนั้นซอนลงไปเอาหัวหน้า ทวารหนักและทวารเบา ถ่ายอุจจาระปัสสาวะไม่สะดวก ปัสสาวะเหลืองดังขมิ้น บางทีสีแดงดั่งน้ำฝาง ต้มและน้ำดอกคำ แลตัวกษัยนั้นพันขึ้นไปตามลำไส้ หัวนั้นหยั่งขึ้นไปถึงชายตบและกระเพาะข้าว ถ้า บริโภคอาหารลงไปเมื่อใด ตัวกษัยนั้นก็กินอาหารด้วยตลอดเวลา ถ้ามิได้บริโภคอาหารลงไป ตัวกษัยนั้นก็ กัดเอาชายตบและชายม้ามเจ็บปวดยิ่งนัก บางทีให้เมื่อยขบทุกข้อกระดูก บางทีให้ขนชูชันดุจใช้จับ

7. กษัยปลาหมอ มีจิตวิญญาน (สิ่งมีชีวิต) เกิดขึ้นในลำไส้ ถ้าข้างขึ้นตัวกษัยป่วย ศรีษะขึ้นมากัดชายตบชายม้ามและปอด ทำให้จุกแตก ถ้าข้างแรมตัวกษัยป่วยศรีษะลงไปท้องน้อย และหัวหน้าทำให้ชดอุจจาระและปัสสาวะ ทั้งทำให้คนไข้เจ็บปวดเวทนาเป็นกำลัง ปวดจนต้องร้อง ครวญครางอยู่ดังจะขาดใจตาย ถ้าลักษณะอาการของคนไข้เป็นดั่งนั้น ให้เอายาที่แก้กษัยปลาไหลมา ลองให้กินดูก่อน ถ้าไม่หายจึงแต่งยาขนานต่อไปให้กิน

8. กษัยปลาตุ๊ก เกิดเพราะโลหิตและน้ำเหลืองระคนกัน มีจิตวิญญาน (สิ่งมีชีวิต) ดูกปลาตุ๊กเกิดขึ้นในกระเพาะอาหารในหญิงที่มดลูก มีสัณฐานดังตั้งครรภ์ได้ 7-8 เดือน บางทีแทงไป ซ้ำไปขวาถ้าข้างขึ้นยื่นไปเอายอดอก ให้เจ็บอกถูกลมไปได้ บางทีมีอาการหอบและสะอึก ถ้าข้างแรม เลื่อนลงมาอยู่ที่ท้องน้อยและหัวหน้า บางทีลีกลงถึงกระดูกสันหลัง ตึงลงไปที่ดินขาทั้งสอง ถ้าไม่รู้ก็ นึกว่ามีครรภ์

9. กษัยปลวก เกิดเพราะสันทฆาต กระทำให้อุดขบเอาทรวงอก ดังจะขาดใจตาย เป็นแล้วเป็นอีก หลายครั้งหลายหนพอนานเข้าก็กระทำให้อุดเนื้อซิดเผือดและพอมแห้ง ต้องวินิจฉัย แยกโรคกับฝีปลวก ซึ่งมีหนองแต่ถ้าเป็นกษัยปลวกไม่มีหนอง

10. กษัยลิ้นกระบือ บังเกิดเพราะโลหิตลุ่มติดอยู่ชายโครง เป็นตัวแข็งยาวออกมา จากชายโครงข้างขวา มีสัณฐานดังลิ้นกระบือ ที่อาการคันตัว เป็นไข้จับเป็นเวลา จุก แน่นหน้าอก บริโภคอาหารมิได้ นอนไม่หลับเป็นประจำ ร่างกายค่อยๆ ซุบพอมแห้งไป พอนานเข้าตัวกษัยแตก ออกเป็นโลหิตและน้ำเหลือง ซึมไปในไส้ใหญ่ไส้เล็ก ทำให้ไส้พองท้องใหญ่ จึงได้ชื่อว่ามานกษัย เป็นโรคที่รักษาไม่หาย แพทย์จะเยียวยานั้นยากนัก ถ้าถึงกับตัวกษัยแตกออกแล้วแก้มิได้เลย ถ้าจะแก้ ให้แก้แต่ยังอ่อนอยู่ บางทีก็หายบางทีก็มาหาย

11. กษัยเต่า เกิดเนื่องจากดานเสมหะ ตั้งชายโครงซ้ายขวาก็มีขนาดเท่าไข่เป็ด แล้วลามขึ้นมาจุกอยู่ยอดอก กระทำให้อุดทุกเวลาน้ำขึ้น ร่างกายซุบพอม ผิวเนื้อเหลืองดังทาขมิ้น ครั้นแก่เข้าให้โลหิตตกทวารหนักและทวารเบา เหตุตัวกษัยแตกออกเป็นโรคที่รักษาไม่หาย

12. กษัยดาน ตั้งอยู่ยอดอกแข็งดั่งแผ่นศิลา ถ้าตั้งลามลงไปถึงท้องน้อยแล้วเมื่อใด จะทำให้ร้องครวญครางอยู่ทั้งกลางวันและกลางคืน ถูกเย็นเข้ามิได้ถ้าถูกร้อนค่อยสงบลงหน่อยหนึ่ง แล้วกลับปวดอีก จุกเสียดแน่นหน้าอกบริโภคอาหารมิได้ ถ้าลามลงถึงหัวหน้าแล้วเมื่อใด แพทย์จะ รักษามิได้เลยถ้าจะให้รักษาให้รักษาแต่เมื่อยังลงไม่ถึงหัวหน้า



13. กษัยทัน เมื่อท้องเป่ามันน้อยสงบ ครั้นกินอาหารเข้าไปมันก็ทันขึ้นมาเอายอดอก รู้สึกแน่นอึดอัดในอกดังจะลื่นใจ มันแน่นขึ้นมาแต่ท้องน้อยและดันกระเพาะอาหารขึ้นไปกินอาหารไม่ลง

14. กษัยเสียด เกิดแต่แม่เท้าตามเส้นตะคริว ปวดขบสะดุ้งทั้งตัวเสียดชายโครงดังจะขาดใจ บางทีรู้สึกปวดขบทั้งตัว ครั้นสะดุ้งทั้งตัว ก็รู้สึกเสียดแทงที่ชายโครงซ้ายที่ขวาที่ จนต้องร้องออกมาดังจะลื่นใจ ท่านให้แก้ด้วยการนวดแล้วแต่งยาให้กิน

15. กษัยไฟ

15.1 เกิดเพราะเตโชเชื้ออะพิตา ชื่อปากะณี มันให้จับเป็นเวลา แล้วให้ลูกตานั่นแดงเจ็บปางตาย และเจ็บรวบที่ยอดอกเหมือนผีมะเร็งทรวง เจ็บเวลาบ่าย หากบวมหน้า บวมท้อง บวมตีน ครบบวม 3 ประการนี้ตายแล

15.2 เกิดเพราะปรัทัยหคคีและปริณามคคีพิการ เมื่อกินอาหารมันให้รู้สึกผะอืดผะอม ท้องขึ้น มีได้ผายลม หรือเจ็บแน่นอกกินอาหารมิได้

15.3 เกิดเพราะสันตปัคคีพิการ มีอาการตัวเย็นทั่วตัวแต่ว่าร้อนภายในเป็นกำลังมันตั้งขึ้นได้สะตือ 3 นิ้ว รู้สึกจุก แดก ท้องขึ้นลั่นลง เสียดสีข้างจะพลิกตัวไปมามิได้ ประดุจเป็นปัดฆาต ปวดศรีษะวิงเวียน

16. กษัยน้ำ เหมือนกษัยกร่อนน้ำดังกล่าวแล้วข้างต้นทุกประการ

17. กษัยเชือกควาย เป็นเกลียวอุยุมิสะตือ ปวดหนักหนาหาความสุขมิได้ หัวมันจุกอยู่ที่สะตือ อุจจาระปัสสาวะออกสีเหลืองดังขมิ้น

18. กษัยลม เกิดเพราะลม 6 จำพวก

18.1 โภฏฐาสยวาตา เป็นดานกลมประมาณเท่าลูกในตาล เมื่อมันแก่แล้วมันแข็งอยู่ทั้งสองข้าง แล้วให้จุกเสียดแน่นอก

18.2 กุจস্যวาตา เกิดนอกไส้แล้วแล่นเข้าไปในกระดุก มันให้เมื่อยทุกกระดุกดังจะแตกจากกัน

18.3 ลมทั้งกาย แลลมนั้นมันให้ประมวลกันเข้า ตั้งอยู่เหนือสะตือเท่าลูกมะเดื่อ ทำให้จุกเสียดแน่นอกเป็นกำลัง หายใจขัด หายใจสะอื้น บริโภคอาหารมิได้ เสียวปล่าไปทุกเส้นขนดังบุคคลเอาเข็มมาแทงทั่วกาย

18.4 ลมอุทรวาต มันเกิดขึ้นมาแต่ปลายเท้าขึ้นมาที่ศรีษะ เมื่อจะเป็นเหตุแก่บุคคลผู้นั้น ลมนั้นมีพืดอยู่แต่เพียงยอดอก แล้วมันก็แล่นเข้าลำไส้เกิดเป็นเม็ดขึ้นในลำไส้ เป็นฝีรวงผึ้งทำให้เจ็บปวดพันประมาณ

18.5 ลมอโรมาวาตา พัดแต่ปลายเท้าตลอดถึงกระหม่อม เมื่อพัดไม่ตลอดตันอยู่เพียงไหน มันให้เจ็บอยู่เพียงนั้น

6. อายุวัฒนะและสมรรถภาพทางเพศ

อายุวัฒนะ คือ คำที่ใช้เกี่ยวกับยาบำรุงร่างกายให้แข็งแรง มีภูมิต้านทานโรคภัยไข้เจ็บ มีอายุยืนยาว ความเสื่อมสมรรถภาพทางเพศตามตำราอายุวัฒนะ เกิดจากความเสื่อมโทรมของร่างกายเนื่องจากเป็นโรคหรือใช้อย่างใดอย่างหนึ่ง โดยหลักการแล้วผู้มีปัญหาทางเพศ อวัยวะเพศไม่แข็งตัว จะเกี่ยวกับธาตุดินที่เรียกว่าเส้นเอ็น เกิดพิการแล้วเส้นหลักคือเส้นประสาท ที่มาบริเวณทวารหนัก-



ทวารเบา อวัยวะเพศหรือเส้นสั๊กซีและเส้นสุซซี โบราณเรียกโรคที่เกิดความเสื่อมของเส้นที่อาจเกี่ยวข้องกับกษัย การรักษาแบบองค์รวมคือปรับธาตุทั้ง 4 ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ไปพร้อมกับการนวด การรักษาประกอบกันจะทำให้แก้ปัญหาคิดได้ ปัญหาความเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านแบ่งออกเป็น 2 สาเหตุใหญ่ๆ ดังนี้

1. ปัญหาทางกายและพฤติกรรม ซึ่งมีสาเหตุมาจาก

1.1 พฤติกรรมซึ่งเสพติด เช่น เหล้า บุหรี่

1.2 ขาดอาหารทำให้ร่างกายเสื่อมตามอายุขัย เช่น มีโรคประจำตัว ได้แก่

เบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคตับ โรคไต

2. ปัญหาทางจิตใจเกิดจากเศรษฐกิจสิ่งแวดล้อม ปัญหาเฉพาะที่ร่างกายสมบูรณ์ฐานะเศรษฐกิจครอบครัว แต่มีปัญหา เช่น กามโรค ติดเชื้อ หรือปัญหาอวัยวะเพศไม่แข็งตัวหรือดล้วยตัวเร็วเกินไป การรักษาต้องแก้ปัญหาลักษณะจิตใจและทางกาย โดยการใช้จ่ายบำรุงกายให้สมบูรณ์สมุนไพรที่แก้อาการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ โดยตรง

ตำรับที่ 1 ตามตำรายาไทยแผนโบราณเล่ม 1 ของ ร.ต.อ. เปี่ยม บุญยโชติ (2514 : 31-36 ประกอบไปด้วยสมุนไพรหลัก พริกไทย หนุ่ยแห้ง หนุ่ย บอระเพ็ด หัวกระชาย แก้วเอาส่วนละเอียดๆ กัน ตำผงละลายน้ำผึ้ง รับประทานวันละ 1 เม็ดก่อนนอน แม้อายุมากก็ยังเป็นหนุ่มเป็นสาว ยานี้เป็นยาบำรุงของพระมหากษัตริย์แห่งประเทศอินเดีย ตามตำนานเล่าว่าเป็นยาที่หมอชิวโกมารภัจจ์ ทำถวายพระเจ้าปาสนทโกศล ชื่อว่ายาบำรุงกามคุณ

ตำรับที่ 2 ตามตำรายาไทยแผนโบราณเล่ม 3 ของ ร.ต.อ. เปี่ยม บุญยโชติ (2514 : 15-16) ประกอบไปด้วยสมุนไพรหลัก กระชาย ขิง กระเทียม ดีปลี โด่ไม่รู้ล้ม ทำเป็นยาละลายน้ำผึ้งรับประทานวันละ 1 เม็ด เท่าปลายนิ้วก้อย ท่านว่าจะไม่มีการอ่อนเพลีย เดินทางไกลขึ้นเขาสบาย แต่จะแรงในเรื่องของสืบพันธุ์

ตำรับที่ 3 ตามตำรายาไทยแผนโบราณเล่ม 2 ของ ร.ต.อ. เปี่ยม บุญยโชติ (2518 : 21-22) ประกอบไปด้วยสมุนไพรหลัก กระชาย ขิง กระเทียม ดีปลี โด่ไม่รู้ล้ม ชื่อว่ากำลังขนานที่ 8 ตามตำราเป็นยาขนานนี้ของท่านหมื่นศรี ซึ่งเป็นมหาดเล็กของเจ้าพระยาศรีธรรมโศภน ได้บันทึกยานี้ไว้เป็นภาษาขอม

นโยบายของรัฐและหน่วยราชการด้านสุขภาพและการฟื้นฟูสมรรถภาพไทย

ความรู้เกี่ยวกับนโยบายของรัฐ

1. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

1.1 แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559)

ได้จัดทำขึ้นในช่วงเวลาที่ประเทศไทยต้องเผชิญกับสถานการณ์ทางสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วและส่งผลกระทบอย่างรุนแรงกว่าช่วงที่ผ่านมา ในระยะแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 8-10 สังคมไทย ไปประยุกต์ใช้อย่างกว้างขวางในทุกๆ ระดับ ตั้งแต่ระดับปัจเจก ครอบครัว ชุมชน สังคม จนถึงระดับประเทศ ซึ่งได้มีส่วนเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน และช่วยให้สังคมไทยสามารถยืนหยัดอยู่ได้อย่างมั่นคง ท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ในระยะแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 11 ทุกภาคส่วนในสังคมไทย นำทางในการพัฒนาประเทศอย่างต่อเนื่อง



เพื่อมุ่งให้เกิดภูมิคุ้มกัน และมีการบริหารจัดการความเสี่ยงอย่างเหมาะสม เพื่อให้การพัฒนาประเทศสู่ความสมดุลและยั่งยืน

ในการจัดทำแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 11 ครั้งนี้ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) ได้ให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของภาคีการพัฒนาทุกภาคส่วน ทั้งในระดับชุมชน ระดับภาค และระดับประเทศในทุกขั้นตอนของแผนฯ อย่างกว้างขวางและต่อเนื่อง เพื่อร่วมกันกำหนดวิสัยทัศน์และทิศทางการพัฒนาประเทศ รวมทั้งร่วมจัดทำรายละเอียดยุทธศาสตร์ของแผนฯ เพื่อมุ่งสู่ "สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ด้วยความเสมอภาค เป็นธรรม และมีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง"

การพัฒนาประเทศในระยะแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 11 จึงเป็นการนำภูมิคุ้มกันที่มีอยู่ พร้อมทั้งเร่งสร้างภูมิคุ้มกันในประเทศให้เข้มแข็งขึ้น เพื่อเตรียมความพร้อมคน สังคม และระบบเศรษฐกิจของประเทศให้สามารถปรับตัวรองรับผลกระทบ จากการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนและสังคมไทยให้มีคุณภาพ มีโอกาสเข้าถึงทรัพยากร และได้รับประโยชน์จากการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมอย่างเป็นธรรม รวมทั้งสร้างโอกาสทางเศรษฐกิจด้วยฐานความรู้ เทคโนโลยี นวัตกรรม และความคิดสร้างสรรค์ บนพื้นฐานการผลิตและการบริโภคที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ขณะเดียวกัน ยังจำเป็นต้องบริหารจัดการแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 11 ให้บังเกิดผลในทางปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรม ภายใต้อำนาจหน้าที่ภารกิจ และการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในสังคมไทย

สรุปแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ โดยยึดหลักแนวคิดสร้างภูมิคุ้มกัน การรักษาโรคด้วยยาสมุนไพร เพื่อลดค่าใช้จ่ายยาแผนปัจจุบัน โดยมุ่งเน้นให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพ ด้วยการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมกับสภาพท้องถิ่น

1.2 แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564)

กรอบวิสัยทัศน์แผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 12 จากสถานะของประเทศและบริบทการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่ประเทศกำลังประสบอยู่ทำให้การกำหนดวิสัยทัศน์แผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 12 ยังคงมีความต่อเนื่องจากวิสัยทัศน์แผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 11 และกรอบหลักการของการวางแผนที่น้อมนำและประยุกต์ใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ยึดคนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนาอย่างมีส่วนร่วม การพัฒนาที่ยึดหลักสมดุล ยั่งยืน โดยวิสัยทัศน์ของการพัฒนาในแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 12 ต้องให้ความสำคัญกับการกำหนดทิศทางการพัฒนาที่มุ่งสู่การเปลี่ยนผ่านประเทศไทยจากประเทศที่มีรายได้ปานกลางไปสู่ประเทศที่มีรายได้สูง มีความมั่นคง และยั่งยืน สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และนำไปสู่การบรรลุวิสัยทัศน์ระยะยาว “มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน” ของประเทศ

การพัฒนาศักยภาพคนในทุกช่วงวัยให้สนับสนุนการเจริญเติบโตของประเทศโดยช่วงวัยเด็กตั้งแต่แรกเกิดให้มีพัฒนาการที่สมวัยในทุกด้าน วัยเรียน วัยรุ่นให้มีทักษะการเรียนรู้ ทักษะชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นภายใต้บริบทสังคมที่เป็นพหุวัฒนธรรม วัยแรงงานให้มีการพัฒนาระดับสมรรถนะฝีมือแรงงานเพื่อสร้างผลิตภาพเพิ่มให้กับประเทศ วัยผู้สูงอายุให้มีการทำงานที่เหมาะสมตามศักยภาพและประสบการณ์ มีรายได้ในการดำรงชีวิต มีการสร้างเสริมและฟื้นฟูสุขภาพเพื่อป้องกันหรือชะลอความทุพพลภาพและโรคเรื้อรังต่างๆ ที่จะก่อให้เกิดภาระแก่ปัจเจกบุคคล ครอบครัว และระบบบริการสุขภาพ



2. แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ

แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ เป็นการพัฒนาชุมชนเพื่อให้ชุมชน สามารถสร้างเสริมสุขภาพ แก้ไขปัญหา ป้องกันโรคได้ด้วยตนเอง ดังนั้น การพัฒนาสุขภาพแห่งชาติขึ้นได้ ต้องให้ชุมชนรับรู้และเข้าใจถึงปัญหาของชุมชน ว่าต้องการอะไร เพื่อร่วมพิจารณาหาแนวทางในการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ ด้วยวิธีง่ายๆ ไม่เกินความสามารถในขอบเขตตามกำลังของชุมชน และนำไปใช้เป็นประโยชน์ จากหลักการที่กล่าวมา จะต้องคำนึงถึงความเหมาะสม ประหยัด ราคาถูก และปรับให้เข้ากับสภาพความเป็นอยู่ของสังคมและสิ่งแวดล้อมได้ รวมไปถึงการแก้ไขปัญหาต่างๆ ความร่วมมือของชุมชนคือปัจจัยหลักของการพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ โดยรัฐมีหน้าที่ให้การสนับสนุนช่วยเหลือชุมชน ให้สามารถวิเคราะห์ปัญหาและแก้ปัญหาได้อย่างเป็นรูปธรรม (สำนักงานคณะกรรมการการสาธารณสุขมูลฐาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข. 2540 : 15)

2.2.1 แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559)

คณะรัฐมนตรีมีมติเมื่อวันที่ 9 ตุลาคม 2555 เห็นชอบในหลักการแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 11 พ.ศ. 2555-2559 และ ให้นำหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งภาคีเครือข่ายด้านสุขภาพใช้แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 11 พ.ศ. 2555-2559 เป็นกรอบชี้นำทิศทางการพัฒนาสุขภาพของประเทศ ตามที่กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) เสนอแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 11 มีสาระสำคัญสรุปได้ดังนี้

1. หลักการ : มุ่งพัฒนาสร้างเอกภาพและธรรมาภิบาลในการอภิบาลระบบสุขภาพ ให้มีความสำคัญกับการสร้างกระบวนการ การมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในสังคม มุ่งเน้นการสร้างหลักประกันและการจัดบริการที่ครอบคลุม เป็นธรรม เห็นคุณค่าของการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างผู้ให้และผู้รับบริการ

2. วิสัยทัศน์ : ประชาชนทุกคนมีสุขภาพดี ร่วมสร้างระบบสุขภาพพอเพียง เป็นธรรม นำสู่สังคมสุขภาวะ

3. พันธกิจ : พัฒนาระบบสุขภาพพอเพียงโดยยึดหลักธรรมาภิบาล สร้างภูมิคุ้มกันต่อภัยคุกคาม และสร้างเสริมการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน รวมถึงการใช้ภูมิปัญญาไทย

4. เป้าประสงค์ : 1) ประชาชน ชุมชน ท้องถิ่น และภาคีเครือข่ายมีศักยภาพ และสามารถสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค ลดการเจ็บป่วยจากโรคที่ป้องกันได้หรือโรคที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพ มีการใช้ภูมิปัญญาไทยและมีส่วนร่วมจัดการปัญหาสุขภาพของตนเองและสังคมได้ 2) มีระบบเฝ้าระวังและเตือนภัยที่ไวพอทันการณ์ และสามารถจัดการปัญหาภัยคุกคามสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ 3) มีระบบสุขภาพเชิงรุกที่มีประสิทธิภาพ มุ่งเน้นการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกัน ควบคุมโรค และการคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ 4) มีระบบบริการที่มีคุณภาพมาตรฐาน สามารถตอบสนองต่อความต้องการตามปัญหาสุขภาพ และมีความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้ให้และผู้รับบริการ 5) มีระบบบริหารจัดการและการเงินการคลังด้านสุขภาพอย่างมีประสิทธิภาพและเป็นเอกภาพ

5. ยุทธศาสตร์การพัฒนาสุขภาพ กำหนดไว้ 5 ยุทธศาสตร์ ดังนี้

ยุทธศาสตร์ที่ 1 : เสริมสร้างความเข้มแข็งของภาคีสุขภาพในการสร้างสุขภาพ ตลอดจนการพึ่งพาตนเองด้านสุขภาพบนพื้นฐานภูมิปัญญาไทย



ยุทธศาสตร์ที่ 2 : พัฒนาระบบเฝ้าระวัง เตือนภัย และการจัดการภัยพิบัติ อุบัติเหตุและภัยสุขภาพ

ยุทธศาสตร์ที่ 3 : มุ่งเน้นการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกัน ควบคุมโรค และคุ้มครองผู้บริโภค ด้านสุขภาพ เพื่อให้คนไทยแข็งแรงทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา

ยุทธศาสตร์ที่ 4 : เสริมสร้างระบบบริการสุขภาพให้มีมาตรฐานในทุกระดับเพื่อตอบสนองต่อปัญหาสุขภาพในทุกกลุ่มเป้าหมาย และพัฒนาระบบส่งต่อที่ไร้รอยต่อ

ยุทธศาสตร์ที่ 5 : สร้างกลไกกลางระดับชาติในการดูแลระบบบริการสุขภาพ และพัฒนาระบบบริหารจัดการทรัพยากรให้มีประสิทธิภาพ

2.2.2 แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2560-2564)

ในส่วนของการพัฒนาด้านสุขภาพ กำหนดแผนโดยส่งเสริมการพัฒนาเทคโนโลยีและนวัตกรรมทางการแพทย์เพื่อรองรับการเป็นสังคมผู้สูงอายุทั้งในด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ และที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุยกระดับการบริหารจัดการระบบสุขภาพเพื่อลดความเหลื่อมล้ำและสร้างความยั่งยืนในระยะยาว โดยพัฒนาระบบข้อมูลสารสนเทศเพื่อการบริหารทรัพยากรด้านสาธารณสุข บูรณาการระบบหลักประกันสุขภาพภาครัฐให้เกิดความเป็นเอกภาพในการบริหารจัดการและการใช้ทรัพยากร และส่งเสริมการอภิบาลระบบสุขภาพในรูปแบบเครือข่ายที่มีการใช้ทรัพยากรร่วมกัน พัฒนาศักยภาพของประเทศไทยสู่การเป็นศูนย์กลางสุขภาพนานาชาติทั้งในด้านศูนย์กลางบริการสุขภาพ (Medical Service Hub) ศูนย์กลางบริการเพื่อส่งเสริมสุขภาพ (Wellness Hub) ศูนย์กลางยาและผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ (Product Hub) และศูนย์กลางบริการวิชาการและงานวิจัย (Academic Hub) เพื่อนำรายได้กลับมาใช้ยกระดับคุณภาพบริการสาธารณสุขในประเทศไทยรวมทั้งส่งเสริมการให้ความสำคัญกับมิติสุขภาพในทุกนโยบายสาธารณะ (Health in All Policies) เพื่อให้การขับเคลื่อนนโยบายของทุกภาคส่วนตระหนักถึงผลกระทบของนโยบายสาธารณะที่มีต่อสุขภาพของประชาชน

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิดด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น

ภูมิปัญญาเกิดจากการสะสมเรียนรู้มาเป็นระยะเวลายาวนาน มีลักษณะเชื่อมโยงไปหมดในทุกสาขาวิชาไม่แยกเป็นวิชาแบบที่เราเรียน ฉะนั้นวิชาที่เกี่ยวกับเศรษฐกิจ อาชีพ ความเป็นอยู่เกี่ยวกับวัฒนธรรม มันจะผสมกลมกลืนเชื่อมโยงกันไปหมด (ประเวศ วะสี. 2530 : 75)

ภูมิปัญญาท้องถิ่นอาจมองได้เป็น 2 ระดับ คือด้านหนึ่งเป็นสิ่งที่มองเห็นได้ชัดเจน เป็นรูปธรรม เช่น รูปแบบกรรมวิธีในการเพาะปลูก หรือเทคโนโลยีชาวบ้าน ส่วนอีกด้านหนึ่งคือด้านที่เป็นอุดมการณ์ที่คอยกำกับ หรือมีบทบาทสำคัญที่เบื้องหลังเทคโนโลยีนั้นๆ คือ อุดมการณ์ในการดำรงชีวิตของผู้คนนั่นเอง (ฉลาดชาย รมิตานนท์. 2537 : 146)

ภูมิปัญญาท้องถิ่น หมายถึงความรู้ที่ชาวบ้านเรียนรู้และมีประสบการณ์สืบทอดต่อกันมาทั้งทางตรงคือ ประสบการณ์ของตนเองหรือทางอ้อม ซึ่งเรียนรู้จากผู้ใหญ่ หรือความรอบรู้สะสมเหล่านี้รวมเรียกว่าภูมิปัญญา หากแต่ภูมิปัญญานั้น ไม่ได้หมายถึงเพียงการศึกษาในอดีต ความคิดของคนในอดีตอย่างหยุดนิ่ง แต่หมายถึงศักยภาพในการประสานความรู้ใหม่ๆ และประสบการณ์ใหม่ๆ



เพื่อให้เกิดทางเลือกใหม่ๆ นั่นคือภูมิปัญญายุคหนึ่ง สมัยหนึ่งย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปตามพัฒนา
ความรู้ของสังคม (ธวัช ปุณโณทก. 2531 : 40-41)

สมุนไพรเมื่อครั้งอดีตกาล สังคมที่ไทยเป็นสังคมที่ช่วยเหลือเกื้อกูลกันและกัน เก็บพืช
สมุนไพรจากป่ามาพอดิ พอมี พอรักษา ไม้เฝ้ายาผู้เจ็บไข้ ให้บรรเทาคลายรอดตายจากโรคภัยไข้เจ็บ
แต่ปัจจุบันป่าไม้ที่เป็นแหล่งสมุนไพร ถูกทำลายลงไปอย่างมากมาย และความต้องการของการใช้
สมุนไพรมีมากขึ้น แต่ไม่มีการส่งเสริมให้ปลูกสมุนไพรต่างๆ ให้ได้คุณภาพเท่าที่ควร เพราะฉะนั้นการ
อนุรักษ์สมุนไพรที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย เป็นการนำเอาสมุนไพรกลับมาใช้อีก
ครั้ง ด้วยวิธีธรรมชาติ ปราศจากสารเคมีใดๆ เข้ามาเกี่ยวข้อง และยังช่วยฟื้นฟูสภาพแวดล้อม
ส่งเสริมอาชีพ ช่วยขยายพันธุ์พืชสมุนไพร มีการปรับระบบการปลูกสมุนไพร ให้สอดคล้องกับงาน
สาธารณสุขมูลฐาน เป็นการลดต้นทุนในการนำมาจากต่างประเทศต่อไป เพื่อความเจริญก้าวหน้าของ
ประเทศชาติต่อไป ที่น่ายินดีก็คือ ปัจจุบันความนิยมสมุนไพรมีเพิ่มขึ้นมาก ทำให้ประชาชนมีความ
เชื่อมั่นว่าสมุนไพรไทยมีคุณค่า มีความปลอดภัยและมีพิษน้อยกว่าสารสังเคราะห์ จึงมีการสนับสนุนให้
ปลูกสมุนไพรที่มีความสำคัญทางเศรษฐกิจ และการโน้มน้าวให้ประชาชนเกิดความมั่นใจ ในการใช้
สมุนไพรทดแทนการใช้ยาแผนปัจจุบันมากขึ้นที่สำคัญประชาชนต้องมีส่วนร่วมในการปลูกและอนุรักษ์
สมุนไพร สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน รวมถึงการนำความรู้ดั้งเดิมในชุมชนที่ถ่ายทอดในการ
แก้ปัญหาการใช้สมุนไพรดูแลสุขภาพทางเพศชาย ที่มีการถ่ายทอดสืบทอดกันมาอย่างยาวนาน

เพื่อเกิดรูปธรรมในระบบการสร้างเสริมและการดูแลสุขภาพบนฐานภูมิปัญญาท้องถิ่นด้าน
สุขภาพ ดำเนินการได้ 2 ลักษณะ คือ รูปแบบดั้งเดิมที่เชื่อมโยงและสัมพันธ์กับวัฒนธรรมท้องถิ่น
นั้นๆ และรูปแบบการบูรณาการกับระบบบริการสาธารณสุขของรัฐซึ่งแผนงานมุ่งเน้นไปที่การสนับสนุน
ให้เกิดความเข้มแข็งของระบบสุขภาพชุมชนโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น

ผู้วิจัยจะได้นำแนวความคิดด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น ไปใช้ในการวิเคราะห์ข้อค้นพบจากการ
วิจัยในส่วนที่การดูแลสุขภาพทางเพศชายตามคัมภีร์กษัย

2. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

2.1 ทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม (Diffusion Theory)

Franz Boas ได้อธิบายว่าการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม เป็นกระบวนการที่มี
ลักษณะสำคัญของวัฒนธรรมหนึ่ง แพร่กระจายไปสู่อีกวัฒนธรรมหนึ่ง โดยปรับเปลี่ยนให้สอดคล้องกับ
วัฒนธรรมใหม่การแพร่กระจายของสิ่งใหม่ๆ จากสังคมหนึ่งไปสู่อีกสังคมหนึ่ง และสังคมนั้นรับเข้าไปใช้
สิ่งใหม่ๆ นี้ คือวัฒนธรรมเช่น ความรู้ความคิดเทคนิควิธีการ และเทคโนโลยีใหม่ๆ ค่านิยมศรัทธา
ความเชื่อขนบธรรมเนียมประเพณี โดยการสื่อไปในช่องทางใดทางหนึ่ง ในช่วงเวลาหนึ่งระหว่างผู้คน
ในระบบสังคม (ทรงคุณ จันทจร. 2553 : 59-61 ; อ้างอิงมาจาก Franz Boas. 1998 : 23)

ทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรมเชื่อว่า วัฒนธรรมในโลกนี้มาจากหลายแหล่งใน
เวลาต่างกันไม่เกี่ยวข้องกันแต่แพร่กระจายมา ดังนั้นวัฒนธรรมจึงข้ามขั้นได้จากการแพร่กระจายไม่ต้อง
เริ่มจากขั้นที่ 1 ขั้นที่ 2 เราอาจจะรับวัฒนธรรมขั้นที่ 10 มาเลยก็ได้โดยมีรายละเอียดว่า

1. ชุดวัฒนธรรม (Culture Complex) หมายถึงการแพร่วัฒนธรรมทั้งชุดตั้งแต่
เริ่มต้นนอนจนเข้านอน เช่น การเกิด การแต่งงาน การอยู่ การกิน การทำงาน การตาย การบวช
2. ศูนย์กลางหรือแก่นวัฒนธรรม (Culture Center หรือ Core) หมายถึง
แหล่งกำเนิดวัฒนธรรมเช่นอินเดียเงินเป็นศูนย์กลางทางวัฒนธรรม



3. พื้นที่ทางวัฒนธรรม (Culture Area) หมายถึงพื้นที่ที่วัฒนธรรมจากศูนย์กลางกระจายไปถึงเช่นวัฒนธรรมจีนอินเดียเผยแพร่ไปทั่วเอเชียวัฒนธรรมโรมันเผยแพร่ไปทั่วยุโรป

4. วัฒนธรรมชายขอบ (Marginal Culture) หมายถึงพื้นที่วัฒนธรรมจากศูนย์กลางจะมีอิทธิพลจางลงในพื้นที่ไกลๆ

เมื่อมีชุดวัฒนธรรมหลายชุด ย่อมเกิดการปะทะสังสรรค์กันอย่างวัฒนธรรมจีนอินเดียตะวันตกมาปะทะสังสรรค์ในประเทศไทย ตัวอย่างของวัฒนธรรมที่แพร่กระจายจึงหาได้ง่ายเริ่มตั้งแต่ ผมบนหัว ทรงผม การทำสีผม สักคิ้วถาวร ใส่ห่วงที่คิ้ว จมูก ลิ้น การตัดฟัน การใส่คอน แทคเลนส์เป็นสีๆ บางคนก็ทำตาโตเหมือนสาวเกาหลี ห้องน้ำห้องส้วม เพอร์นิเจอร์การแต่งกาย น้ำหอม เป็นต้น เหล่านี้เป็นการเผยแพร่วัฒนธรรมที่เป็นวัตถุ ส่วนที่ไม่ใช่วัตถุ เช่น อุดมการณ์ ความเชื่อ ความคิด กฎหมาย เป็นต้น

วัฒนธรรมสามารถเปรียบเทียบกันได้เรียกว่า การเปรียบเทียบข้ามชาติข้ามวัฒนธรรม (Cross Culture Comparison) เช่น คว้าชาตินั้นมีวัฒนธรรมการใช้ช้อนอย่างไร ยกตัวอย่างการใช้ช้อนกับส้อม เป็นวัฒนธรรมที่ไทยรับมาแล้วดัดแปลงมาเป็นของเรา โดยเฉพาะฝรั่งเขาจะใช้มีดกับส้อมแล้วใช้ช้อนตักซุป แต่ไทยใช้ช้อนคู่ส้อม การแพร่กระจายทางวัฒนธรรม มีสาเหตุและเกิดขึ้นในช่วงปลายคริสต์ศตวรรษที่ 19 ซึ่งเป็นช่วงที่ทฤษฎีวิวัฒนาการ (Evolutionism) ของ Edward B. Tylor และ Lewis H. Morgan กำลังโด่งดังสามารถรวบรวมแนวคิดในเรื่องนี้เป็นกลุ่มๆ ที่เน้นอิทธิพลของการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม (Culture Diffusion) ต่อการเปลี่ยนแปลงได้ดังนี้

1. สำนักอังกฤษ (British School)
2. สำนักเยอรมัน (German School)
3. สำนักอเมริกัน (American School)

เนื้อหาของทฤษฎี

1. สำนักอังกฤษ (British School) นักมานุษยวิทยากลุ่มแรกเป็นชาวอังกฤษนำโดย G.Elliott Smith, William . Perry และ W.H.R. Rivers ปฏิเสธแนวคิดที่ว่าวัฒนธรรมต่างเกิดได้เองด้วยตัวเองไม่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมซึ่งในสำนักนี้มีความเห็นว่าคนมีลักษณะทางชีวภาพพื้นฐานเหมือนกัน ดังนั้นถ้าคนจะสร้างวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น ที่ต่างกันวัฒนธรรมก็ต้องเหมือนๆ กันในส่วนพื้นฐาน แต่ความแตกต่างหลากหลายขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมที่ต่างกัน นักมานุษยวิทยากลุ่มนี้เสนอว่าอารยธรรมชั้นสูงมีจุดกำเนิดในประเทศอียิปต์แล้วจึงแพร่กระจายไปยังส่วนต่างๆ ของโลกชนชาติต่างๆ ซึ่งมีการติดต่อหรือค้าขายกับชาวอียิปต์ ได้นำเอาความรู้ด้านเกษตรกรรมการทำภาชนะการหลอมเหล็กการทอผ้า และการก่อสร้างไปใช้ทำให้ศิลปวิทยาแขนงต่างๆ แพร่กระจายไปยังส่วนต่างๆ ของโลก

2. สำนักเยอรมัน (German School) Fritz GraebและWilhelm Schmidt มีแนวคิดว่ามันุษย์ไม่ชอบสร้างวัฒนธรรมขึ้นเอง แต่ชอบยืมวัฒนธรรมจากเพื่อนบ้านวัฒนธรรมนั้น เมื่อแพร่กระจายไปวัฒนธรรมที่ปลายทาง จะต้องเหมือนกับวัฒนธรรมต้นกำเนิดไม่มากก็น้อยอาจเหมือนในเชิงปริมาณหรือรูปลักษณะ ซึ่งอาจเกิดจากการอพยพย้ายถิ่นของผู้คน และเป็นแนวคิดที่เน้นการหยิบยืม (Borrowing) ทางวัฒนธรรมมากกว่าการสร้างวัฒนธรรมใหม่ (Invention) นักมานุษยวิทยากลุ่มนี้เสนอว่าจุดศูนย์กลางของวัฒนธรรมนั้นมิได้มีเพียงจุดเดียวหากมีหลายจุด แต่ละจุดก็แพร่กระจายวัฒนธรรมของตนออกไปรอบๆ เป็นวงกลมเรียกว่า Culture Circle



3. สำนักอเมริกัน (American School) โดย Clark Wissler และ Alfred Kroeber ซึ่งมีความน่าเชื่อถือในแง่ที่ว่าวัฒนธรรมจะแพร่กระจายจากจุดศูนย์กลาง (จุดกำเนิด) ไปตามพื้นที่เท่าที่มันจะไปได้ในเขตภูมิศาสตร์เดียวกันและยุคสมัยใกล้เคียงกัน ทำให้เราเห็นภาพวัฒนธรรมเป็นกลุ่มๆ และแพร่กระจายไปทุกๆ ที่ที่ไม่มีอุปสรรคทางภูมิศาสตร์ขวางกั้นตามสภาพทางภูมิประเทศที่มนุษย์สามารถเดินทางไปถึงได้ ดังนั้นรูปแบบของการกระจายตัวจึงไม่ใช่วงกลม

สำนักอเมริกันใช้ทฤษฎีการแพร่กระจายมากที่สุดโดยเฉพาะอย่างยิ่งในระยะช่วง 1940-1950 ซึ่งมีการศึกษาชนเผ่าอินเดียนแดงและชนกลุ่มน้อย ทั้งในและนอกประเทศที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้อง วิธีการศึกษาการแพร่กระจายของสำนักอเมริกันมีดังนี้

1. ใช้หลักภูมิศาสตร์ คือ แกระรอยไปตามเขตพื้นที่ในวิธีนี้ ต้องดูสถานที่อาณาเขตรอยต่อของวัฒนธรรม ซึ่งคนมีพฤติกรรมแบบผสมผสานกันดูภูมิประเทศโดยรอบซึ่งปัจจัยต่างๆ ดังกล่าวจะช่วยวิเคราะห์การพัฒนาของวัฒนธรรม

2. ใช้ประวัติศาสตร์สืบย้อน วิธีนี้สำคัญมากและหลีกเลี่ยงไม่ได้เลย สำหรับการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม เพราะวิธีการนี้จะช่วยให้รู้ความเป็นมาของลักษณะ และยุคสมัยของสิ่งที่พบซึ่งจะช่วยสนับสนุนการตีความได้มาก

3. การขุดค้นทางโบราณคดี เพราะได้เห็นในสิ่งที่เป็นรูปธรรมในแง่ที่ว่า มันเป็นชนิดเดียวกันหรือไม่ หากพิสูจน์ชั้นดินเนื้อดินวัสดุที่ใช้ทำสิ่งของลวดลายรูปทรง และองค์ประกอบอื่นชั้นดินและเนื้อวัตถุบอกถึงยุคสมัยได้อย่างดี ส่วนลักษณะภายนอกจะบอกถึงพฤติกรรมของคนผู้สร้างสิ่งของนั้นๆ ขึ้นมา

4. ดูวิวัฒนาการของวัฒนธรรมเป็นการศึกษา เพื่อดูว่าวัฒนธรรมเติบโตมาอย่างไร มีขั้นตอนอย่างไรประกอบด้วยอะไรบ้าง

หากใช้วิธีทั้ง 4 ดังกล่าวมาศึกษาวัฒนธรรม จะช่วยให้ทราบได้ว่ามันเป็นวัฒนธรรมเดียวกันหรือไม่ วัฒนธรรมใดเป็นวัฒนธรรมแม่

หลักของการแพร่กระจาย

วัฒนธรรมหนึ่งๆ จะแพร่กระจายไปยังแหล่งอื่นๆ ได้ต้องยึดหลักที่ว่าวัฒนธรรม คือ ความคิดและพฤติกรรม (ผลของความคิด) ที่ติดตัวบุคคลบุคคลไปถึงที่ใดวัฒนธรรมก็จะไปถึงที่นั่น ดังนั้นการแพร่กระจายของวัฒนธรรมจะขึ้นอยู่กับปัจจัยต่อไปนี้

1. หลักภูมิศาสตร์ต้องไม่มีอุปสรรคทางภูมิศาสตร์ขวางกั้น
2. ปัจจัยทางเศรษฐกิจการที่ผู้คนที่ต้องเดินทางติดต่อไปมาหาสู่กันส่วนมาก
3. ปัจจัยทางสังคมได้แก่การตั้งใจไปแลกเปลี่ยนวิธีการพฤติกรรมใหม่และความรู้
4. การคมนาคมที่ดี เป็นปัจจัยเอื้อต่อการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม เช่น ถนนดีพาหนะสำหรับการโดยสารดี การคมนาคมสะดวก

อย่างไรก็ตามทฤษฎีหรือวิธีการทางการแพร่กระจายนี้ในสมัยต่อมาไม่ได้รับความนิยมมากนักเพราะมีจุดอ่อนหลายประการ คือ ไม่สามารถพิสูจน์ได้ว่าวัฒนธรรมจากสังคมหนึ่งกระจายไปยังอีกสังคมหนึ่งได้อย่างไร แหล่งใหม่ยอมรับ ปฏิเสธ และผสมผสานวัฒนธรรมที่แพร่กระจายเข้ามาใหม่ กับวัฒนธรรมเก่าได้อย่างไร เป็นการไม่ถูกต้องเสมอไปว่าสังคมหนึ่ง จะเหยียบย่ำวัฒนธรรมของเพื่อนบ้านเสมอตัวอย่างเช่น ไทยไม่ได้รับวัฒนธรรมจากเวียดนาม แต่กลับไปมีรูปแบบวัฒนธรรมคล้ายของอินเดียทั้งๆ ที่ประเทศไทยอยู่ติดกับประเทศเวียดนาม ไม่สามารถพิสูจน์ได้ว่า วัฒนธรรมใด



แพร่กระจายไปสู่วัฒนธรรมใด เป็นวัฒนธรรมต้นกำเนิด ซึ่งจากการศึกษาของสำนักอเมริกัน ทำให้สามารถแบ่งเขตวัฒนธรรมออกเป็นกลุ่มๆ ตามยุคสมัยได้ 3 กลุ่มคือ

1. วัฒนธรรมดั้งเดิม (Primitive Culture) วัฒนธรรมนี้เป็นวัฒนธรรมพื้นฐานมีเห็นได้ใน 3 พื้นที่คือ

1.1 วัฒนธรรม (Pygmies) ในแอฟริกาและเอเชีย (พวก Semang และ Sakai)

1.2 วัฒนธรรมอาร์ตติก (Arctic Primitives) ได้แก่ พวกเอสกีโมและเลปส์

1.3 วัฒนธรรมของเผ่าออสเตรเลียบอริจินีกับชนเผ่าอื่นๆ ที่คล้ายกัน

วัฒนธรรมระดับนี้เป็นวัฒนธรรมในยุคต้นสุดของวัฒนธรรมของ Morgan และ Tylor

2. วัฒนธรรมปฐมภูมิ (Primitive Culture) คือวัฒนธรรมขั้นต้น ได้แก่

2.1 กลุ่มเก็บผักหักฟันที่ค่อนข้างเจริญมีกรรมวิธีที่ดีขึ้นระดับ Horticultuer หรือเพาะปลูกขั้นต้นซึ่งมนุษย์รู้จักใช้เครื่องมือแล้ว

2.2 ชนเผ่าเร่ร่อนเลี้ยงสัตว์ (Normads)

2.3 กลุ่มชาวสวนสืบสกุลทางแม่ขั้นต้น (Matrilinal Descent) ได้แก่ การรู้ว่ามีญาติแต่เพียงแม่คนเดียวยังไม่รู้จักการมีเครือญาติอื่น

3. วัฒนธรรมทุติยภูมิ (Secondary Culture) ได้แก่ วัฒนธรรมขั้นเจริญแล้วซึ่งเป็นระดับที่กำลังจะก้าวมาสู่ยุคศิวิไลซ์แบ่งเป็น

3.1 กลุ่มที่เพาะปลูกขั้นสูง

3.2 กลุ่มที่สืบสกุลทางแม่ขั้นสูงขั้นหรือเจริญแล้วมีระบบระเบียบที่ดีขึ้นกว่าเดิม

3.3 กลุ่มที่มาเฉพาะกรณี (Historical Particularism) มีที่มาและพัฒนาการ

นักแพร่กระจายชาวอเมริกันไม่ไปไกลมาก เหมือนนักแพร่กระจายชาวยุโรป โดยที่ชาวอเมริกันจะค้นหาแหล่งกำเนิด และการแพร่กระจายของส่วนต่างๆ ของวัฒนธรรมที่เฉพาะคือในหมู่ชาวอินเดียนแดงของทวีปอเมริกาเหนือ นักทฤษฎีประวัติศาสตร์อเมริกัน Boas เชื่อว่าจะค้นหากฎเกณฑ์ของกระบวนการทางวัฒนธรรมได้ดีที่สุด โดยการสร้างประวัติศาสตร์วัฒนธรรมของแต่ละสังคม ที่เฉพาะขึ้นมาความพยายามของนักทฤษฎีดังกล่าวนำไปสู่การกำหนด “เขตวัฒนธรรม” สำหรับทวีปอเมริกาเหนือและการศึกษาที่เด่นๆ เกี่ยวกับพวกชนดั้งเดิมในทวีปอเมริกาเหนือ หรือพวกอินเดียนแดงแนวทางนิรนัย (Deductive Approach) ของนักทฤษฎีวิวัฒนาการและแนวทางการศึกษาวัฒนธรรมแบบขึ้นเล็กขึ้นน้อยของนักทฤษฎีแพร่กระจายชาวยุโรป และ Boas ได้ทำวิจัยภาคสนามทางมานุษยวิทยา (Anthropological Fieldwork) อย่างลึกซึ้งและยาวนานในสังคมต่างๆ ของอินเดียนแดงในอเมริกาเหนือ Boas มองเห็นว่าส่วนต่างๆ ของวัฒนธรรมไม่ว่าจะเป็นหมอนใบหนึ่ง หรือพิธีกรรมอย่างหนึ่งจะต้องถูกเข้าใจ โดยพิจารณาถึงวัฒนธรรมทั้งหมด เพราะวัฒนธรรมเป็นระบบที่ส่วนต่างๆ สัมพันธ์กันเพราะประชากรในสังคมต่างๆ ไม่ได้ยอมรับส่วนใหม่ๆ ของวัฒนธรรมที่เห็นๆ กันอยู่เมื่อส่วนต่างๆ ของวัฒนธรรมแพร่กระจายจากสังคมหนึ่งไปยังอีกสังคมหนึ่ง ความหมายและรูปแบบจะเปลี่ยนแปลงไปด้วยในที่สุดมันจะกลายเป็นส่วนหนึ่งของแบบแผนวัฒนธรรมที่มีอยู่ก่อนแล้ว Boas ให้ความสนใจกับปัจจัยต่างๆ ทางจิตวิทยาและประวัติศาสตร์ที่มีผลทำให้เกิดความเหมือนหรือความแตกต่างกันในแบบแผนวัฒนธรรมของสังคมเฉพาะแห่ง



ต่อมา Boas เริ่มเพิ่มความสงสัยเกี่ยวกับความเป็นไปได้ที่จะค้นพบกฎเกณฑ์ต่างๆ ที่กำหนดกระบวนการทางวัฒนธรรม และคิดว่าการค้นหาแหล่งกำเนิดของวัฒนธรรมไม่มีประโยชน์อะไร โดยเขาเองหันมากระตุนักมานุษยวิทยา ให้ทำวิจัยสนามทางมานุษยวิทยามากยิ่งขึ้น ก่อนที่จะค้นหากฎเกณฑ์ทางวัฒนธรรมตัวเขาเองผลิตผลงานมากมาย เกี่ยวกับอินเดียนแดงของทวีปอเมริกาเหนือสำหรับ Boas แล้วสถานภาพของมานุษยวิทยาในฐานะเป็นวิทยาศาสตร์สาขาหนึ่ง จะต้องขึ้นอยู่กับ การเก็บรวบรวมข้อมูลทางชาติพันธุ์วรรณาของวัฒนธรรมเฉพาะแห่งอย่างสมบูรณ์ และเป็นวิทยาศาสตร์ไม่ใช่การค้นหาสาเหตุและผลที่เกิดขึ้น

ในที่สุด Boas ถูกวิพากษ์วิจารณ์ว่าเขาชะลอการพัฒนาวิชามานุษยวิทยาในฐานะเป็นวิทยาศาสตร์สาขาหนึ่ง โดยการต่อต้านการค้นหากฎเกณฑ์โดยทั่วไป ของพัฒนาการทางวัฒนธรรมแต่อย่างใดก็ตามนักมานุษยวิทยาส่วนมากยอมรับว่า Boas ช่วยพัฒนาวิชามานุษยวิทยาหลายอย่างเช่น โดยการที่เขาเปลี่ยนจุดเน้นในมานุษยวิทยาจากการศึกษาส่วนต่างๆ ของวัฒนธรรมที่ถูกนำออกนอกบริบทมาศึกษาวัฒนธรรมฐานะเป็นระบบที่ส่วนต่างๆสัมพันธ์กัน Boas ทำให้มานุษยวิทยาเป็นสาขาที่น่าทึ่ง โดยการเน้นการวิจัยสนามทางมานุษยวิทยา และเป็นการยกระดับมาตรฐานของชาติพันธุ์วรรณา ให้สูงขึ้นเพื่อชนรุ่นหลัง ยิ่งกว่านั้นความสนใจในจิตวิทยาของ Boas ทำให้เกิดผลงานในสาขาย่อยของมานุษยวิทยาคือวัฒนธรรมและบุคลิกภาพ นอกจากนี้การย้ำเน้นให้มองวัฒนธรรม โดยค้นหาความหมายที่มีอยู่ในวัฒนธรรมนั้นๆ ได้ทำให้เกิดผลงานใหม่ๆ ทางภาษาศาสตร์ขึ้น รวมทั้งการเน้นความสำคัญของมโนภาพ “วัฒนธรรมสัมพัทธ์” (Cultural Relativism) คือ การไม่นำวัฒนธรรมของตนไปเปรียบเทียบกับวัฒนธรรมอื่นๆ ต้องยอมรับวัฒนธรรมแต่ละวัฒนธรรมใต้บริบทของสังคมนั้นๆ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญจำเป็นในงานวิจัยภาคสนามทางมานุษยวิทยาด้วย

การใช้ประโยชน์ของทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม

ทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาชุมชนได้ดังต่อไปนี้ (สนธยา พลศรี. 2547 : 165)

1. ทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม พบว่า การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมเกิดจากสาเหตุสำคัญ คือ การแพร่กระจายทางวัฒนธรรมจากภายนอกสังคม ถ้าหากจะนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาชุมชนก็คือ การขยายผลของชุมชนที่ประสบความสำเร็จ โดยใช้ชุมชนที่ประสบความสำเร็จในการพัฒนาเป็นแบบอย่าง หรือเป็นแรงจูงใจกระตุ้นให้ชุมชน ที่ยังไม่ประสบความสำเร็จเกิดการตื่นตัว

2. ทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม พบว่า การแพร่กระจายทางวัฒนธรรมเกิดจากการติดต่อสื่อสารระหว่างสังคมที่ต่างวัฒนธรรมกัน ซึ่งสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาชุมชนได้ โดยต้องจัดให้มีระบบการติดต่อสื่อสารทั้งภายในชุมชนกับชุมชนอื่น อย่างมีประสิทธิภาพสร้างเครือข่ายชุมชนกับชุมชนต่างๆ เพื่อสร้างกระบวนการเรียนรู้ร่วมกัน

3. ทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม พบว่า ในกระบวนการแพร่กระจายนั้น สังคมที่มีวัฒนธรรมด้อยกว่า อาจจะรับวัฒนธรรมสังคมที่เจริญก้าวหน้า ซึ่งจะเป็ประโยชน์ในการดำเนินงานพัฒนาชุมชน

4. ทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม พบว่า สังคมที่มีวัฒนธรรมเจริญก้าวหน้ามากกว่า อาจจะรับวัฒนธรรมของสังคมที่ด้อยกว่าได้ นับว่าเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนา



ชุมชนเพราะทำให้ทราบว่าชุมชนมีการพัฒนามาแล้วและมีระดับการพัฒนาที่สูงขึ้น เมื่อมีการติดต่อสื่อสารกับสังคมอาจจะมีการพัฒนาใหม่ เข้าไปสู่สังคมชุมชนของตน

สรุป ทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม เป็นการเก็บข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะการทางวัฒนธรรม และยังเป็นการศึกษาวัฒนธรรมรวมของท้องถิ่น ถือเป็นองค์ความรู้ที่สำคัญในการทำ ความเข้าใจเกี่ยวกับสังคม และปรากฏการณ์ของมนุษย์ชาติ ข้อแตกต่างของวัฒนธรรมศูนย์กลาง ทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรมนี้ จะช่วยอธิบายวิธีการ และขั้นตอนการแพร่กระจายวัฒนธรรมหนึ่งไปสู่อีกวัฒนธรรมหนึ่ง ซึ่งจะต้องคำนึงถึงข้อเหมือน และข้อต่างของวัฒนธรรมทั้งสองเป็นสำคัญ

จากผลการศึกษาทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม ผู้วิจัยนำมาใช้ในงานวิจัยครั้งนี้คือ การศึกษาสาเหตุของการแพร่กระจายทางวัฒนธรรมจากแหล่งอื่นเข้ามาในชุมชน และแพร่กระจายวัฒนธรรมจากชุมชนของตนไปสู่แหล่งอื่น และปัจจัยที่สนับสนุนการแพร่กระจายวัฒนธรรมในชุมชนเพื่อให้ทราบว่าในสังคมของชุมชนนั้นๆ วัฒนธรรมมีการแพร่กระจายไปยังแหล่งอื่นได้ขึ้นอยู่กับปัจจัยอะไร และมีลักษณะการแพร่กระจายไปอย่างไรโดยผู้วิจัยวิเคราะห์การอนุรักษ์ สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย ในประเด็นที่ว่าวัฒนธรรมการอนุรักษ์สมุนไพรของแต่ละชุมชน ย่อมแพร่กระจายไปสู่ชุมชนภายนอกได้เสมอ โดยมีการปรับเปลี่ยนให้เข้ากับชุมชนนั้น

2.2 ทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่ (Structural – Functionalism Theory)

Radcliffe - Brown ได้อธิบายการมองสังคมโดยเปรียบเทียบกับสิ่งมีชีวิต (Organism) ประกอบด้วยอวัยวะต่างๆ ที่ทำงานเป็นระบบ โดยแต่ละระบบก็มีโครงสร้างและหน้าที่ทำงานต้องประสานสอดคล้องกัน หากหยุดทำงานร่างกายก็จะเกิดผิดปกติ เช่นเดียวกับสังคมต้องประกอบไปด้วย “สถาบัน” (Institutions) ต่างๆ ตลอดจนพฤติกรรมของคนในสังคม ในเชิงความสัมพันธ์ของหน้าที่ ตามโครงสร้างของสังคม เรียกว่า “Holistics” ซึ่งเป็นการมองสังคมที่เดียวทุกโครงสร้างการศึกษาต้องศึกษาทุกโครงสร้าง ไม่อาจศึกษาเฉพาะโครงสร้างใดโครงสร้างหนึ่ง เช่นถ้าจะศึกษาโครงสร้างการปกครอง ก็ต้องศึกษาระยะค่านิยมเศรษฐกิจ ศาสนา การศึกษา ครอบครัว และเครือญาติ ของสังคมไทยด้วย เพราะทุกระบบมีผลต่อการปกครองทั้งสิ้น (ทรงคุณ จันทจร. 2553 : 21-22 ; อ้างอิงมาจาก Radcliffe - Brown. 1952 : 254)

Brown ยังให้ความเห็นว่าการศึกษาโครงสร้างสังคม (หรือความสัมพันธ์ของคนในสังคม) ต้องดูจากพฤติกรรมต่างๆ ของคนในสังคมว่ามีส่วนทำให้สังคมเป็นปึกแผ่น รักษาความสมดุลของสังคมได้อย่างไร พร้อมยกตัวอย่างพิธีกรรมและความเชื่อ เทพนิยายต่างๆ ของชาวอันดามัน เพื่อให้เกิดความเชื่อ สร้างความรู้สึกว่าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน โดยใช้พิธีกรรมให้ทุกคนมีส่วนร่วม เพื่อเป็นการควบคุม ความประพฤติของคนในสังคมให้อยู่จารีตประเพณี หรือพอจะกล่าวได้ว่าพิธีกรรมเป็นหน้าที่หลักในการช่วยให้เกิดความสามัคคี กลมเกลียวในหมู่สมาชิกในสังคม (ยศ สันตสมบัติ. 2556 : 35 ; อ้างอิงมาจาก Radcliffe - Brown. 1940 : 233-234)

ทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่เป็นทฤษฎีที่เน้นอิทธิพลของกลุ่ม หรือโครงสร้างหน่วยงานที่มีต่อการปรับปรุงวิถีการปฏิบัติงานของกลุ่ม หรือหน่วยงานหากกฎระเบียบที่เหมาะสม ทำให้สมาชิกในหน่วยงานสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเกิดประโยชน์ต่อหน่วยงาน และในขณะเดียวกันสมาชิกในหน่วยงาน ต้องปฏิบัติตามสภาพและบทบาท ตลอดจนบรรทัดฐานค่านิยมของหน่วยงานนั้นๆ อย่างเคร่งครัดทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่สนใจความต้องการของปัจเจกบุคคล (ผู้กระทำ) และ



โครงสร้างขนาดใหญ่ เช่นสถาบันสังคมค่านิยมทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นมา เพื่อตอบสนองความต้องการเหล่านี้ รวมทั้งเน้นความสัมพันธ์ทางสังคมโดยเฉพาะกลไก เพื่อขจัดความขัดแย้งในความสัมพันธ์ดังกล่าว

ระบบสังคมคือ ระบบที่ประกอบไปด้วยผู้กระทำที่หลากหลาย ที่มีการปฏิบัติในสภาพแวดล้อมอย่างหนึ่ง ผู้กระทำเหล่านี้มีแนวโน้มที่จะตอบสนองความต้องการของเขาให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ และความสัมพันธ์ที่เขามีต่อกันนั้นถูกตีกรอบ โดยระบบของบรรทัดฐานที่เขามีร่วมกัน หรือถูกกำหนดโดยวัฒนธรรม โดยเขาได้นำเอาแนวคิดการกระทำทางสังคม มาวิเคราะห์การกระทำระหว่างกันขององค์ประกอบย่อยของระบบสังคม จากแนวคิดของทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่สรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

1. ทุกสังคมจะมีโครงสร้างต่างๆเป็นระบบ
2. ภายใต้ระบบใหญ่จะประกอบไปด้วย ระบบย่อยถ้าระบบใดไม่ทำหน้าที่หรือทำหน้าที่เปี่ยงเบนก็ทำให้ระบบย่อยอื่นมีการปรับสมดุลเดิม โดยอาศัยปัจจัยภายนอกในการปรับเปลี่ยนระบบแนวทางการนำแนวคิดจากทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่ ควรเน้นการปรับปรุงโครงสร้างขององค์การตลอดจนสายบังคับบัญชาในหน่วยงานนั้นๆ ให้สอดคล้องกับกระแสการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบัน เพื่อให้สมาชิกในหน่วยงานนั้นๆ ปรับตัวเข้ากับสังคมในปัจจุบันได้อย่างเหมาะสม ควรจัดให้มีการฝึกอบรมเพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการปรับเปลี่ยนตำแหน่งหน้าที่การงาน ที่ต้องเปลี่ยนแปลงไปตามกระแสของสังคม

Malinowski (ยศ สันตสมบัติ. 2556 : 37 ; อ้างอิงมาจาก Malinowski. 1954 : 57-59) ชาวโปแลนด์เดินทางไปทำการวิจัยภาคสนามที่ออสเตรเลียในสมัยสงครามโลกครั้งที่ 1 ที่เกาะโทรเบรียนด์ (Trobriand) ใช้ช่วงเวลา ค.ศ. 1915-1918 ศึกษาสังคมวัฒนธรรมของชาวเกาะโทรเบรียนด์ ประสบการณ์กว่าสี่ปีของการทำวิจัย ทำให้เรียนรู้ภาษาขนบธรรมเนียมประเพณี พิธีกรรม ตลอดจนวิถีชีวิตของชาวโทรเบรียนด์นับได้ว่าเขาเป็นนักมานุษยวิทยาคนแรก ที่ได้วางแนวทางการทำวิจัยภาคสนามแบบใหม่โดยเน้นการสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observation) โดย Malinowski ได้วิพากษ์แนวความคิดของ Brown ว่ามุ่งอธิบายระบบสังคมแต่เพียงอย่างเดียว ไม่ให้ความสำคัญของมนุษย์ในฐานะเป็นสมาชิกของสังคม และความต้องการพื้นฐานทางด้านร่างกายและจิตใจและหน้าที่หลักของ Malinowski เชื่อว่ามนุษย์ทุกสังคมมีวัฒนธรรมมีความต้องการพื้นฐานทางด้านร่างกายและจิตใจ ดังนั้นแนวคิดของเขาจึงเป็นแนวคิดเชิงการหน้าที่ (Functionalism) เขาได้เสนอว่ามนุษย์มีความต้องการพื้นฐานซึ่งจะต้องได้รับการตอบสนองจากสังคมโดยแบ่งความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 3 ประเภทคือ

1. ความต้องการพื้นฐานทางร่างกายและจิตใจ (Basic and Psychological Needs) เช่นปัจจัย 4 การพักผ่อนและการสืบพันธุ์ เป็นต้น
2. การตอบสนองร่วมกันของสมาชิกในสังคม (Instrument Needs) หมายถึงการทำงานร่วมกันของสมาชิกสังคม เพื่อตอบสนองความต้องการพื้นฐานทางร่างกาย และจิตใจยังก่อให้เกิดการจัดตั้งองค์กรและสถาบันต่างๆ ขึ้นเช่น การหาอาหารก่อให้เกิดการจัดตั้งระบบเศรษฐกิจเพื่ออาหารการแลกเปลี่ยนและการกระจายอาหารออกไปยังสมาชิกของสังคม
3. ความต้องการเชิงสัญลักษณ์ (Symbolic Needs) ได้รับการตอบสนองโดยการพัฒนาระบบวิทยาศาสตร์ศาสนาไสยศาสตร์และศิลปะขึ้นมาในสังคม



พฤติกรรมของมนุษย์ตามทัศนะของ Malinowski เป็นการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย จิตใจ และวัฒนธรรม เป็นเครื่องมือที่ช่วยให้มนุษย์สามารถตอบสนองความต้องการของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ระบบต่างๆ ในวัฒนธรรมมีหน้าที่ของตนเอง ในการตอบสนองความต้องการของมนุษย์ดังนั้นการศึกษาเชิงมานุษยวิทยาก็คือ การค้นหาหน้าที่หลักของระบบต่างๆ ว่ามีการทำงานและการรวมตัวกันอย่างไรเพื่อให้สังคมดำรงอยู่ได้อย่างราบรื่นในระหว่างปี ค.ศ. 1915 - 1935 ทฤษฎีหน้าที่นิยมได้รุ่งเรืองที่สุดขีด นักมานุษยวิทยาชาวอังกฤษ และอเมริกันได้ออกทำการวิจัยภาคสนามในสังคมต่างๆ ทั่วทุกมุมโลกและต่างผลักดันให้แนวความคิดของตนเป็นที่ยอมรับมากขึ้น Brown เน้นในด้าน “โครงสร้าง” และ “หน้าที่” ของสังคม ในขณะที่ Malinowski เน้นในด้าน “หน้าที่” ของวัฒนธรรมในการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ อย่างไรก็ตามทั้งสองมีความเห็นตรงกันว่ามานุษยวิทยา ควรเป็นวิทยาศาสตร์มิใช่ประวัติศาสตร์อย่างที่ Boas พยายามนำเสนอและมานุษยวิทยาไม่ควรเน้นประเด็นเรื่องประวัติความเป็นมาหรือวิวัฒนาการ

จุดบกพร่องของแนวคิดโครงสร้างหน้าที่นิยมคือ ไม่สามารถอธิบายสาเหตุของพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งได้ นอกจากนี้การที่พฤติกรรมของคนกลุ่มหนึ่ง ได้รับการตีความว่าเป็นการกระทำเพื่อตอบสนองต่อหน้าที่อย่างใดอย่างหนึ่ง จะเป็นการตีความของนักมานุษยวิทยามากกว่าเป็นข้อเท็จจริงที่ชนกลุ่มนั้นยอมรับ นอกจากนี้ยังมุ่งการอธิบายสังคมในลักษณะหยุดนิ่ง ไร้ความเคลื่อนไหวหรือความเป็นพลวัตเป็นสิ่งที่ขัดกับความเป็นจริง เพราะสังคมวัฒนธรรม ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงเคลื่อนไหวอยู่เสมอการอธิบาย โดยเน้นสภาวะสมดุล ซึ่งเชื่อว่าจากการทำงานตามหน้าที่ของสถาบัน หรือระบบต่างๆ ของสังคมโดยไม่สนใจประวัติศาสตร์ และการเปลี่ยนแปลงทำให้แนวคิดนี้ไม่สามารถอธิบายความขัดแย้งและการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมได้

สรุป ทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่นิยมมองว่าโครงสร้างของสังคม เป็นเสมือนร่างกายที่ประกอบไปด้วยเซลล์ต่างๆ และมองว่า หน้าที่ของสังคมก็คือ การทำหน้าที่ของอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย โดยแต่ละส่วนจะช่วยเหลือและเกื้อกูลซึ่งกันและกัน เพื่อให้ระบบทั้งระบบมีชีวิตดำรงอยู่ได้มีความสำคัญในการวิเคราะห์ความต้องการที่จำเป็น 3 ด้านของมนุษย์ ได้แก่ ด้านความจำเป็นพื้นฐาน ด้านสังคม ด้านจิตใจ โดยมองว่าสังคมทั้งหมดเป็นระบบหนึ่งที่แต่ละส่วนจะมีความสัมพันธ์ระหว่างกัน ความสัมพันธ์ คือ สิ่งที่สนับสนุนซึ่งกันและกันอย่างเป็นเหตุเป็นผล ระบบสังคมมีลักษณะเป็นการเคลื่อนไหวเข้าสู่ความสมดุล การปรับความสมดุลของระบบ จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในระบบตามไปด้วย ความต่อเนื่องของกระบวนการของข่าวสารจากภายในและภายนอก นอกจากนี้ทฤษฎีระบบยังมองว่า ความขัดแย้ง ความตึงเครียด และความไม่สงบสุขภายในสังคม ก็เป็นสาเหตุหนึ่งของการเปลี่ยนแปลงทางสังคม

จากผลการศึกษาทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่นิยม ผู้วิจัยนำมาใช้ในงานวิจัยครั้งนี้คือการศึกษาสัมพันธ์ภาพระหว่างระบบต่างๆ ในโครงสร้างของสังคม เพื่อทำให้เกิดความเข้าใจภาพรวมของความมั่นคงทางสังคม และทำให้ทราบว่าวัฒนธรรมของชุมชนนั้นๆ คงอยู่ได้อย่างไรและคงอยู่ได้ด้วยการสืบทอดในวิถีใดบ้างและมีสิ่งใดสูญหายไป และเพื่อให้การศึกษาวิจัยในงานวิจัยครั้งนี้ ได้ภาพของความสัมพันธ์ของส่วนต่างๆ ในสังคมชัดเจนขึ้น โดยผู้วิจัย วิเคราะห์การอนุรักษ์สมุนไพรรักษาที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย ในประเด็นที่ว่าความรับผิดชอบ หรือหน้าที่ของทุกคนในสังคมที่จะเสาะแสวงหากการอนุรักษ์สมุนไพรรักษา เพื่อเป็นการตอบสนองตามความต้องการของสังคม เพราะทุกสังคมย่อมเกื้อกูลกันตามโครงสร้างหน้าที่ที่มีอยู่แล้ว



2.3 ทฤษฎีนิเวศวิทยาทางวัฒนธรรม

นิเวศวิทยาวัฒนธรรม (Cultural Ecology) เป็นแนวคิดทางมานุษยวิทยาแนวหนึ่งที่น่าสนใจศึกษาการเปลี่ยนแปลงทางสังคมวัฒนธรรม โดยเน้นถึงอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมว่า เป็นตัวกำหนดกระบวนการวิวัฒนาการทางสังคมวัฒนธรรม Julian Steward (ทรงคุณ จันทจร. 2553 : 50-56 ; อ้างอิงมาจาก Steward. 1955) นักมานุษยวิทยาอเมริกัน ได้อธิบายแนวความคิดแบบนิเวศวิทยาวัฒนธรรมว่า เป็นการศึกษาระบบการปรับตัวของสังคม ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม โดยเน้นการศึกษาวิวัฒนาการหรือ การเปลี่ยนแปลงอันเกิดจากการปรับตัว ของสังคมแนวความคิดนี้มองสังคมในลักษณะเป็นพลวัต หรือเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาการเปลี่ยนแปลงนั้น เป็นผลมาจากการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม โดยมีพื้นฐานสำคัญคือ เทคโนโลยีการผลิตโครงสร้างสังคม และลักษณะของสภาพแวดล้อมธรรมชาติเป็นเงื่อนไขหลักกำหนดกระบวนการเปลี่ยนแปลงและปรับตัวของสังคมวัฒนธรรม

Steward มองวัฒนธรรมว่า เป็นเครื่องมือในการช่วยให้มนุษย์ปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม โดยเน้นที่ประเด็นสำคัญคือวัฒนธรรมมีการปรับตัวอย่างไรให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และมนุษย์มีวิธีการอย่างไรในการใช้เทคโนโลยี และระบบเศรษฐกิจในการปรับตัว ให้เข้ากับสภาพแวดล้อม ถึงแม้ว่าวัฒนธรรมจะถูกกำหนด โดยสภาพแวดล้อมแต่ Steward เสนอว่า ไม่ควรแยกแยะสภาพแวดล้อมออกจากความต้องการด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญอีกส่วนหนึ่งในการอธิบายพฤติกรรมของมนุษย์ เช่น ในสังคมดั้งเดิมมนุษย์มีวิธีการผลิตแบบล่าสัตว์และเก็บหาอาหาร โดยปกติแล้วผู้หญิงจะเป็นผู้เก็บหาอาหารและผู้ชายจะเป็นผู้ออกล่าสัตว์ แต่เพราะผู้หญิงต้องใช้เวลาในการดูแลลูก ในขณะที่ผู้ชายสามารถเดินทางไกลและจากบ้านได้เป็นระยะเวลา Steward เชื่อว่ามนุษย์มีเหตุผล และวิวัฒนาการทางวัฒนธรรมที่วางอยู่บนรากฐานของเหตุผล แต่เพราะมีสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกันออกไปวัฒนธรรมจึงต้องมีการปรับตัว (ยศ สันตสมบัติ. 2556 : 41)

ทฤษฎีนิเวศวิทยาทางวัฒนธรรม เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงปฏิสัมพันธ์กันระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมซึ่ง Steward ได้ให้ความหมายนิเวศวิทยาว่าเป็นการปรับตัวเข้าหากันระหว่างสิ่งแวดล้อมกับมนุษย์ การปรับตัวของมนุษย์นั้นแตกต่างจากสัตว์ ตรงเงื่อนไขทางวัฒนธรรมนิเวศวิทยาวัฒนธรรม คือการศึกษาถึงการปรับตัว หรือความสัมพันธ์ของวัฒนธรรมกับสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ การศึกษาวัฒนธรรมคือการวิเคราะห์ระบบนิเวศวิทยาของสังคม เพื่อค้นหาลักษณะเฉพาะของวัฒนธรรมแต่ละแห่ง หลักนิเวศวิทยาเป็นองค์ประกอบสำคัญของสถาบันทางสังคม และไม่มีใครสามารถอธิบายองค์ประกอบทางวัฒนธรรมได้หมดทุกด้าน ด้วยแนวคิดทางด้านการปรับตัวทางนิเวศวิทยา นอกจากนี้ยังเน้นความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรมพบว่า สิ่งแวดล้อมมีผลต่อความแตกต่างในการปรับตัว ของวัฒนธรรม วัฒนธรรมที่ต่างกันในเรื่องสิ่งแวดล้อมที่เหมือนกัน จะแสดงรูปแบบของพัฒนาการที่เหมือนกัน การศึกษาวิวัฒนาการทางวัฒนธรรม เป็นแบบวิวัฒนาการหลายสาย (Multilinear) มากกว่าวิวัฒนาการสายเดียว (Unilinear) เพราะวัฒนธรรมจะเปลี่ยนแปลงอย่างค่อยเป็นค่อยไปในปัจจัย หรือตัวแปรภายนอกมากมายซึ่งได้แก่ สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ ซึ่งได้สรุปข้อแตกต่างระหว่างสังคมเรียบง่ายกับสังคมซับซ้อนว่าระบบของสังคมที่ซับซ้อนนั้นประกอบด้วยส่วนต่างๆมากมายที่มีความแตกต่างกัน ระบบที่ต่างกันถูกนำมาเป็นปัจจัยของการปรับตัวที่ต่างกัน และย้ำว่าวัฒนธรรมมีรูปแบบหลากหลาย เพราะเงื่อนไขของสภาพแวดล้อมต่างกันวัฒนธรรมแบบหนึ่ง



อาจปรับตัวที่ดีกว่าอีกแบบหนึ่ง และไม่ได้ถูกสิ่งแวดล้อมจำกัดอยู่เพียงระดับใดระดับหนึ่งเท่านั้น สามารถวิวัฒนาการต่อไปได้ในระดับที่สูงกว่า และดีกว่า โดยการสนับสนุนของสิ่งแวดล้อมที่ดีกว่า

นิเวศวิทยาวัฒนธรรมได้รับการพัฒนาในหลายๆ แง่มุมเป็นการโต้ตอบกับแนวความคิดที่ว่าวัฒนธรรมมีลักษณะรวมของทุกสิ่งทุกอย่าง จุดสนใจของ Steward อยู่ที่การศึกษาเรื่องการผสมผสานทางวัฒนธรรมกับสิ่งแวดล้อม

แนวความคิดในเรื่องนิเวศวิทยาของมนุษย์ถือว่ามนุษย์ เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติการที่มนุษย์ดำรงอยู่ในธรรมชาติได้ จำเป็นต้องเข้าใจสภาพแวดล้อมของตน จึงมีประเด็นที่ต้องศึกษาความเข้าใจประกอบกับ มีผู้ศึกษาได้ให้แนวความคิดไว้หลายท่านซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

นิเวศวิทยาของมนุษย์ (Human Ecology) เป็นศาสตร์ที่แยกมาจากนิเวศวิทยา (Ecology) รากศัพท์มาจากภาษากรีกว่า Oikos หมายถึง บ้าน และ Logos หมายถึง การศึกษา นิเวศวิทยามนุษย์ จึงหมายถึง การศึกษาถึงสิ่งมีชีวิตในที่พักของสิ่งมีชีวิต นิเวศวิทยามนุษย์เน้นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม (กาญจนา เกียรติมนิรัตน์. 2546 : 21 ; อ้างอิงมาจากมนัส สุวรรณ. 2539 : 14) ซึ่งศาสตร์นี้เกี่ยวกับสิ่งทั้งหลายที่มีความเกี่ยวเนื่องกันเป็นหลักในความเป็นอยู่ของคน ครอบครัว และสิ่งแวดล้อมใกล้ตัว ได้แก่ อาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย และชุมชนโดยมีระบบสิ่งแวดล้อมและปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างกัน (Ecosystem) ได้แก่ การสอนการวิจัย และการบริการชุมชนตั้งแต่ระดับท้องถิ่นถึงระดับนานาชาติ ดังนั้น การปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม จึงเป็นการศึกษาดูการปรับตัวของมนุษย์ ในสิ่งแวดล้อมที่ต่างกัน สิ่งแวดล้อมจะเป็นเงื่อนไขในการกำหนดการจัดกลุ่ม ของระบบสังคมเสมอ นิเวศวิทยาของมนุษย์ เน้นความสัมพันธ์ของมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม และสิ่งมีชีวิตอื่นๆ ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิต และการเรียนรู้ ในอนาคต รวมทั้งโครงสร้างหน้าที่ที่สัมพันธ์กับการจัดกลุ่มทางสังคมของมนุษย์ ขอบข่ายของนิเวศวิทยาของมนุษย์ จากการที่มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ นิเวศวิทยาของมนุษย์เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของสมาชิกในสังคมตามโครงสร้าง และบทบาทหน้าที่ โดยพิจารณาจากการจัดกลุ่มของสิ่งมีชีวิตการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน และกันและการปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อม

Steward มนต์ชัย ผ่องศรี ได้นำเอาแนวความคิดนิเวศวิทยามาใช้ในการศึกษาวัฒนธรรม โดยชี้ให้เห็นว่า สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติและวัฒนธรรม มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างยิ่งและในการวิเคราะห์ทางนิเวศวิทยา เพื่อทำการศึกษาถึงการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมพื้นฐาน 3 ประการ (มนต์ชัย ผ่องศรี. 2540 : 64 ; อ้างอิงมาจาก Steward. 1955)

1. ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติกับระบบนิเวศวิทยา เป็นการวิเคราะห์ประสิทธิภาพทางวัฒนธรรม ที่สามารถนำทรัพยากรธรรมชาติมาใช้ให้เป็นประโยชน์
2. แบบแผนของพฤติกรรมมนุษย์ อันเกิดจากความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกันกับการใช้ระบบเทคนิควิทยา เป็นการวิเคราะห์ลักษณะที่สมาชิกในสังคมสร้างวัฒนธรรม และทำกิจกรรมเพื่อใช้ประโยชน์จากสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ
3. ผลกระทบจากพฤติกรรมนั้นจะส่งไปถึงส่วนอื่นๆ ของวัฒนธรรมซึ่งระบบนิเวศในแนวคิดนี้ หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งมีชีวิตต่างๆ รวมทั้งความสัมพันธ์ของมนุษย์กับวัฒนธรรมที่มนุษย์สร้างขึ้นมา ด้วยวัฒนธรรมเป็นผลงานของมนุษย์ที่สร้างขึ้นมาจากธรรมชาติสร้างไว้ระบบนิเวศวัฒนธรรมที่มนุษย์สร้างขึ้นในพื้นที่หนึ่งมีอิทธิพลเหนือมนุษย์ โดยที่มนุษย์



มักยอมรับอิทธิพลนั้น มนุษย์จึงดำรงชีวิตเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมชุมชน ที่เกิดปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติของคนในชุมชน เพื่อให้การดำเนินชีวิตอยู่รอดได้ในสังคม

Steward เสนอแนวคิดคือ วัฒนธรรมแต่ละสังคมมีการปรับตัวต่างๆ กัน เมื่อได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อมโดยสภาพแวดล้อมหนึ่งแล้ว ก็จะมีวิวัฒนาการเฉพาะ วัฒนธรรมนั้น และ Steward ได้เสนอบทสรุปกฎวิวัฒนาการวัฒนธรรม เพื่ออธิบายนิเวศวิทยาวัฒนธรรมว่าเกิดจากปัจจัยพื้นฐานสำคัญ 3 ประการ คือ

ประการแรกความสัมพันธ์ระหว่างเทคโนโลยีวัฒนธรรมกับสภาพแวดล้อม ควรต้องวิเคราะห์ประสิทธิภาพของวัฒนธรรมที่สามารถนำเอาทรัพยากรมาใช้ให้เป็นประโยชน์ สูงสุด เช่น มาใช้ให้เป็นอาหารและที่อยู่อาศัยของมนุษย์ในสังคม

ประการที่สอง ศึกษารูปแบบพฤติกรรมที่มีความสัมพันธ์กับเทคโนโลยีวัฒนธรรม โดยวิเคราะห์วิธีการที่มนุษย์ในแต่ละสังคมสร้างวัฒนธรรม กำหนดพฤติกรรม และกิจกรรมต่างๆ รวมทั้งศึกษาวิธีการทำงาน เพื่อให้ชีวิตอยู่รอดได้หรือไม่ เพียงใด

ประการที่สาม ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบพฤติกรรม และระบบวัฒนธรรม วิเคราะห์พฤติกรรมและกิจกรรมคนในสังคม ว่ามีส่วนทำให้สังคมอยู่รอดได้หรือไม่เพียงใด

สำหรับการศึกษาวิจัยนั้น Steward ได้เสนอระเบียบวิธีวิจัยนิเวศวิทยาวัฒนธรรมที่มีลักษณะผสมผสานระหว่างระเบียบวิธีวิจัยตามทฤษฎีหน้าที่นิยม และการวิจัยตามแบบ สังคมศาสตร์สมัยใหม่ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อ

ประการแรก เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมกับวัฒนธรรม

ประการที่สอง เพื่อศึกษาระบบวัฒนธรรมของสังคมส่วนรวมทั้งหมด โดยไม่เน้นศึกษาปัจเจกบุคคลในระบบวัฒนธรรม

ประการที่สาม เพื่อศึกษาการปรับตัวของวัฒนธรรมให้เข้ากับสภาพแวดล้อมนั้น

ประการที่สี่ เพื่อศึกษาระบบวัฒนธรรมในฐานะเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพล ในการกำหนดความสัมพันธ์

สรุปทฤษฎีนิเวศวิทยาวัฒนธรรม เป็นทฤษฎีที่วิเคราะห์เกี่ยวกับ การดำรงสภาพของสิ่งแวดล้อม รวมถึงการปรับตัวของระบบนิเวศทางวัฒนธรรม เพื่อให้คงอยู่และสามารถปรับตัวให้สอดคล้องทันต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และสามารถทนต่อการเคลื่อนไหว ของกระแสทางวัฒนธรรมจากกลุ่มสังคมต่างๆ ทั้งด้านบวกและด้านลบ ผลการศึกษาทฤษฎีนิเวศวิทยาวัฒนธรรมจากนักวิชาการทั้งไทย และต่างประเทศแนวคิดทางนิเวศวิทยาวัฒนธรรม คนที่มีธรรมชาติทางระบบความคิดดีสามารถปรับสิ่งแวดล้อมให้มาเป็นวัฒนธรรมได้ดี ขณะเดียวกันสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติที่ดีส่งเสริมให้ความคิดของคนดีขึ้น และสามารถสร้างวัฒนธรรมได้ดีเป็นดี เป็นความสัมพันธ์สองทางและสวนทางระหว่างคนกับธรรมชาติ และธรรมชาติกับวัฒนธรรม การศึกษาทฤษฎีนิเวศวิทยาวัฒนธรรมเป็นการศึกษาการเปลี่ยนแปลงของธรรมชาติเกิดจากการ กระทำของมนุษย์เป็นส่วนใหญ่ และในที่สุดส่งผลกระทบต่อตัวมนุษย์เอง

ผลการศึกษาทฤษฎีนิเวศวิทยาวัฒนธรรม ผู้วิจัยนำมาใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ ในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม เพื่ออธิบายลักษณะการเปลี่ยนแปลงไปของวัฒนธรรม จากการปรับตัวของสภาพแวดล้อมต่างๆ ในสังคม ที่เปลี่ยนแปลงการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคไทย ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย จะมีผลทำให้ชุมชนสามารถพึ่งพาตนเองได้ เช่นการดูแล



สุขภาพด้วยสมุนไพร รู้คุณค่าของสมุนไพร ทำให้เกิดการอนุรักษ์และใช้อย่างแพร่หลาย ซึ่งแสดงถึงความเป็นเอกลักษณ์ ให้ชาวโลกได้ประจักษ์ชนรุ่นหลังสืบสานสิ่งอันล้ำค่าต่อไป

2.4 ทฤษฎีการแพทย์แผนไทย

สำหรับข้อมูลในส่วนนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาจากหนังสือตำราแพทย์แผนไทย (กองประกอบโรคศิลปะ. 2555) ตามหลักทฤษฎีการแพทย์แผนไทย กล่าวว่า คนเราเกิดมาในร่างกายประกอบด้วยธาตุทั้งสี่ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ซึ่งในแต่ละคนจะมีธาตุเด่น เป็นธาตุประจำตัว เรียกว่า “ธาตุเจ้าเรือน” ธาตุเจ้าเรือน หมายถึง องค์ประกอบของธาตุทั้ง 4 ที่รวมกันอย่างปกติแต่จะมีธาตุอย่างใดอย่างหนึ่งเด่น หรือมากกว่าธาตุอื่นๆ ซึ่งจะเป็น บุคลิกลักษณะและอุปนิสัยติดตัวมาตั้งแต่แรกเกิด หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “ธาตุกำเนิด” ภายหลังอาจเปลี่ยนแปลงได้ เนื่องจากพฤติกรรมการเลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อม ซึ่งทฤษฎีการแพทย์แผนไทย ให้ความหมายของชีวิตว่า ชีวิตคือขันธ์ 5 (อันได้แก่ รูปเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ) ร่างกายประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 ได้แก่ ธาตุดิน (20 ประการ) ธาตุน้ำ (12 ประการ) ธาตุลม (6 ประการ) ธาตุไฟ (4 ประการ) การวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือนของแต่ละบุคคล สามารถวิเคราะห์ได้ดังนี้

วิเคราะห์จาก วัน เดือน ปีเกิดแบบไทย 1. ใช้แผ่นวงกลมวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือน หรือโปรแกรม Pen Diag จากคอมพิวเตอร์ซึ่งคิดค้นโดย แพทย์หญิงเพ็ญญา ทรัพย์เจริญ

2. วิเคราะห์จากเดือนเกิด

ธาตุดิน คือ คนที่เกิดเดือน 11, 12, 1 หรือเดือนตุลาคม พฤศจิกายน ธันวาคม

ธาตุน้ำ คือ คนที่เกิดเดือน 8, 9, 10 หรือ เดือนกรกฎาคม สิงหาคม กันยายน

ธาตุลม คือ คนที่เกิดเดือน 5, 6, 7 หรือเดือนเมษายน พฤษภาคม มิถุนายน

ธาตุไฟ คือ คนที่เกิดเดือน 2, 3, 4 หรือเดือนมกราคม กุมภาพันธ์ มีนาคม

คู่มือการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข

ภาวะธาตุ 4 เสียสมดุล หากร่างกายเกิดภาวะเสียสมดุลของธาตุทั้ง 4 บุคคลนั้นจะมีปัญหาด้านสุขภาพ ทำให้เกิดการเจ็บป่วยได้ง่ายด้วยอาการที่แตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับธาตุนั้นๆ โดยอาการเจ็บป่วยที่ปรากฏจะแสดงอาการให้เห็นตามธาตุต่างๆ ดังนี้

ธาตุดิน มักจะเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกี่ยวกับอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย โดยมีสิ่งที่ควบคุมความเจ็บป่วยของธาตุดิน 3 ประการ ด้วยกันคือ

หทัย หรือหทัยวัตถุ (หัวใจ) หมายถึงความสมบูรณ์ของหัวใจการทำงาน การเต้นความสมบูรณ์ของกล้ามเนื้อหัวใจ เป็นต้น โรคที่เกิดมักเกิดจากการทำงานของหัวใจ

อุทรียัง (อาหารใหม่) หมายถึง อาหารที่รับประทานเข้าไปใหม่ๆ โรคที่เกิดมักเกิดจากการกินอาหารที่ผิดปกติเรียกว่า “กินผิด” คือกินไม่ถูกต้องกับธาตุ กินอาหารไม่สะอาด กินอาหารแสลงโรค เป็นต้น

กรีสัง (อาหารเก่า) หมายถึง กากอาหารในลำไส้ใหญ่ที่จะออกมาเป็นอุจจาระ ลักษณะหรือกลิ่นของอุจจาระเป็นตัวบ่งบอกสุขภาพอุจจาระหยาบ ละเอียดย แฉ่ง เหลว กลิ่นเหมือนปลาเน่า ธาตุน้ำเป็นเหตุ กลิ่นเหมือนหญ้าเน่า ธาตุไฟเป็นเหตุ กลิ่นเหมือนข้าวบูดธาตุลมเป็นเหตุ



กลิ่นเหม็นชากศพ ธาตุดินเป็นเหตุ เป็นต้น คู่มือการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข
ธาตุน้ำ มักจะเจ็บป่วยด้วยของเหลว หรือน้ำภายในร่างกาย โดยมีสิ่งที่ควบคุมความเจ็บป่วยของธาตุน้ำ 3 ประการ ด้วยกันคือ

คอเสมหะ หมายถึง เสมหะหรือเสม็ดที่อยู่บริเวณลำคอ โรคที่เกิดมักเกี่ยวกับระบบ ทางเดินหายใจส่วนบน เมื่อกินในจมูก ลำคอ หลอดลมตอนต้น เช่น มีเสมหะ ไซนัส ไข้หวัด เป็นต้น

อุระเสมหะ หมายถึง เสมหะหรือเสม็ดที่อยู่บริเวณทรวงอก และช่องท้องส่วนบน ได้แก่ เสมหะ น้ำย่อยในกระเพาะอาหารโรคที่เกิดมักเกี่ยวกับทรวงอกและปอด เช่น หอบหืด หลอดลมอักเสบปอดบวม โรคกระเพาะ เป็นต้น

คูดเสมหะ หมายถึง ของเหลวที่อยู่ในช่องท้องส่วนล่างหรือ ระบบขับถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ โรคที่เกิดมักเกี่ยวข้องกับระบบทางเดินอาหารส่วนปลาย เมื่อกุมูกในลำไส้ น้ำในกระเพาะ ปัสสาวะเช่น ท้องเสีย บิดมูกเลือด ริดสีดวงทวาร กระเพาะปัสสาวะอักเสบ ปัสสาวะผิดปกติ เป็นต้น คู่มือการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข

ธาตุลม มักจะเจ็บป่วยด้วยระบบการไหลเวียนโลหิต และระบบประสาทโดยมีสิ่งที่ควบคุมความเจ็บป่วยของธาตุลม 3 ประการ ด้วยกันคือ

หทัยวาตะ หมายถึง ภาวะจิตใจ โรคที่เกิดมักเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพจิตใจ อารมณ์ ความหวั่นไหวความกังวล ทำให้เกิดการแปรปรวนด้านอารมณ์ได้

สัตถกะวาตะ หมายถึง ลมในร่างกาย ที่แหลมคม เหมือนศัสตราวุธ ซึ่งเกี่ยวกับระบบ ประสาทต่างๆ และเส้นเลือดฝอย ภาวะหัวใจขาดเลือด โรคที่เกิดมักเกี่ยวกับเส้นเลือดฝอยแตกตีบตัน หรือเป็นอัมพาต อากาการปวด อากาการชา เป็นต้น

สุมนาวาตะ หมายถึง การไหลเวียนของโลหิตและระบบการทำงานของประสาทสมอง ไซนัสหลัง โรคที่เกิดมักเกี่ยวกับการเจ็บหลัง การชัก การกระตุก ความดันโลหิต ลมจากหัวใจ และหลอดเลือดใหญ่กลางลำตัวคู่มือการดูแลสุขภาพ ด้วยการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข

ธาตุไฟ มักจะเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจากขบวนการเผาผลาญพลังงานในร่างกาย โดยมีสิ่งที่ควบคุมความเจ็บป่วยของธาตุไฟ 3 ประการคือ

พัทธปิตตะ (ดีในฝัก) หมายถึง ขบวนการผลิตน้ำดีของตับโรคที่เกิดมักเกี่ยวกับระบบน้ำดีภายในถุงน้ำดี ท่อน้ำดีอุดตันภาวะการผลิตน้ำดีของตับผิดปกติ ตับอักเสบเกิดอาการตัวเหลือง ตาเหลือง เกิดน้ำดีอักเสบ เป็นนิ่ว เป็นต้น

อพัทธปิตตะ (ดีนอกฝัก) หมายถึง ขบวนการย่อยอาหารโดยน้ำดีหรือน้ำดีในลำไส้ โรคที่เกิดมักเกี่ยวกับการทำงานของน้ำดีในลำไส้ ระบบการย่อยอาหาร อาการคือ จุกเสียด อืดเพ้อ อาหารไม่ย่อย ดีซ่าน เหลืองทั้งตัว ถ่ายเป็นสีเขียว เป็นต้น

กำเดา หมายถึง ความร้อนที่เกิดจากขบวนการเผาผลาญ การทำงานของร่างกาย โรคที่เกิดมักเกี่ยวกับอาการตัวร้อน เป็นไข้ ร้อนใน ติดเชื้อ อักเสบ เป็นต้น คู่มือการดูแลสุขภาพ



ด้วยการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทย และการแพทย์
ทางเลือกกระทรวงสาธารณสุข

หลักการตรวจวินิจฉัยและรักษาโรคตามทฤษฎี เบื้องต้นมีดังนี้ รู้ที่ตั้งที่แรกเกิดของ
โรค รู้จักชื่อของโรคที่เกิดขึ้น รู้จักสรรพคุณยาสำหรับบำบัดโรค รู้จักเลือกใช้ยาตามอาการ

รู้ที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค สมุฏฐาน หมายถึง ที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค สมุฏฐานทาง
การแพทย์แผนไทย แบ่งเป็น 5 ประการ 1) ธาตุสมุฏฐาน หมายถึงธาตุที่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค
มี 4 ประการคือ ปรถวิธาตุ (ธาตุดิน) อาโปธาตุ (ธาตุน้ำ) วาโยธาตุ (ธาตุลม) เตโชธาตุ (ธาตุไฟ)
2) อุตุสมุฏฐาน ฤดูกาล ที่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค มี 3 ฤดู คือ ฤดูร้อน ฤดูฝน ฤดูหนาว 3)
อายุสมุฏฐาน หมายถึง อายุที่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค แบ่งเป็น 3 วัย คือ ปฐมวัย (แรกเกิด-16
ปี) มัชฌิมวัย (16 ปี-32 ปี) ปัจฉิมวัย (32 ปีขึ้นไป) 4) กาลสมุฏฐาน หมายถึง เวลาที่เป็นที่ตั้งที่
แรกเกิดของโรค แบ่งเป็น 3 ช่วงเวลาคือ 06.00-10.00 น. และ 18.00-22.00 น. 10.00-14.00
น.และ 22.00-02.00 น. 14.00-18.00 น.และ 02.00-06.00 น. 5) ประเทศสมุฏฐาน หมายถึง
ถิ่นที่อยู่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค แบ่งเป็น 4 ลักษณะคือ 1) ประเทศร้อน 2) ประเทศเย็น 3)
ประเทศอุ่น 4) ประเทศหนาว

รายละเอียดของธาตุที่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค ธาตุดิน (20 ประการ) ธาตุน้ำ
(12 ประการ) ธาตุลม (6 ประการ) ธาตุไฟ (4 ประการ) เมื่อธาตุทั้ง 4 เกิดภาวะเสียสมดุล คือ

กำเริบ หย่อนพิการ ทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยได้ กำเริบ หมายถึง ธาตุต่างๆ
ทำหน้าที่มากกว่าปกติ เช่น ธาตุไฟกำเริบทำให้ ตัวร้อนเป็นไข้ เป็นต้น

หย่อน หมายถึง ธาตุต่างๆ ทำหน้าที่น้อยกว่าปกติ เช่น ธาตุไฟหย่อนทำให้
อาหารไม่ย่อย ตัวเย็น เป็นต้น

พิการ หมายถึง ธาตุต่างๆ ทำหน้าที่ได้น้อยมากหรือไม่สามารถทำหน้าที่ได้เลย
เช่น ไตพิการ (ธาตุดินพิการ)

พฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุการเกิดโรค กินอาหารมากหรือน้อยเกินไป กินอาหารบูดหรือ
อาหารที่ไม่เคยกิน กินอาหารไม่ถูกกับธาตุ กินอาหารแสลงกับโรค ผืนอิริยาบถ ได้แก่ การนั่ง ยืน
เดิน นอน ไม่สมดุลกัน ทำให้โครงสร้างร่างกายเสียสมดุลและเสื่อมโทรม อากาศไม่สะอาด อยู่ในที่ที่
มี อากาศร้อนหรือเย็นเกินไป การอด ได้แก่ การอดข้าว อดนอน อดน้ำ อดหรือขาดอาหารการ
กลั่น อุจจาระ ปัสสาวะการทำงานเกินกำลัง ทำงานมากเกินไป หรือมีกิจกรรมทางเพศมากเกินไป
มีความโศกเศร้าเสียใจหรือดีใจจนเกินไป ขาดอุเบกขา มีโทสะมากเกินไป ขาดสตินอกจากนี้ ตามองค์
ความรู้ในเรื่องการใช้สมุนไพร จะใช้รสของสมุนไพรเป็นยารักษาโรค รสยา 9 รส คือ ฝาด หวาน
มัน เค็ม เมา เบื่อ เปรี้ยว ขม เผ็ดร้อน หอมเย็น โดยรสของสมุนไพรจะมีผลต่อการปรับสมดุลของ
ร่างกาย เมื่อธาตุทั้งสี่ในร่างกายสมดุลบุคคลจะไม่เจ็บป่วย หากขาดความสมดุล มักจะเกิดความ
เจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจากจุดอ่อนด้านสุขภาพของแต่ละคนตามธาตุต่างๆ ที่ขาดความสมดุล ดังนั้นเพื่อ
เป็นการป้องกัน ปัญหาความเจ็บป่วยที่อาจเกิดขึ้น สิ่งที่สามารถช่วยได้ในเบื้องต้นคือ การบริโภค
อาหารของแต่ละคนในชีวิตประจำวัน โดยใช้การประยุกต์รสของ พืช ผัก ผลไม้ ที่นำมาปรุงเป็น
อาหาร (เปรียบเทียบกับรสของสมุนไพรที่ใช้เป็นยา) มาปรับสมดุลของร่างกาย เพื่อป้องกันความ
เจ็บป่วยและส่งเสริมสุขภาพได้ในระดับหนึ่ง



การใช้รสของอาหารเพื่อปรับสมดุลของร่างกาย เพื่อป้องกันความเจ็บป่วยและส่งเสริมสุขภาพ การเลือกรับประทาน พืชผัก ผลไม้ อาหารรสต่างๆ ให้เหมาะกับธาตุเจ้าเรือน หรือธาตุที่เจ็บป่วย (เสียสมดุล) ของบุคคลนั้นๆ จะทำให้บุคคลนั้นมีธาตุที่สมดุล ซึ่งสามารถเลือกได้ดังนี้

ธาตุดิน ควรรับประทาน รส ผาต หวาน มัน เค็ม เช่น ฝรั่งดิบ หัวปลี กลัวยมะละกอ เผือก มัน กะหล่ำปลี ผักกะเฉด มังคุด พักทอง ถั่วต่างๆ เาะ หัวมันเทศ เป็นต้น ตัวอย่างอาหารปรับ สมดุลธาตุดิน ผัดสะตอ ยำหัวปลี น้ำพริก ผักจิ้มที่มีรสผาต รสมัน อาหารว่าง เช่น เต้าส่วน วุ้นกะทิ กลัวยบวชชี ตะโก้เผือก เครื่องดื่ม เช่น นมถั่วเหลือง น้ำมะพร้าว น้ำฝรั่ง เป็นต้น

ธาตุน้ำ ควรรับประทาน รสเปรี้ยว เช่น มะนาว ส้ม สับปะรด มะเขือเทศ มะยม มะกอก มะดัน กระท้อน ตัวอย่างอาหารปรับสมดุลธาตุน้ำแกงส้มดอกแค ลาบ หรือยำที่มีรสเปรี้ยว ผัดเปรี้ยวหวาน อาหารว่าง เช่น มะยมเชื่อม สับปะรดกวน กระท้อนลอยแก้ว มะม่วง น้ำปลาทหวาน มะม่วงกวนเครื่องดื่ม เช่น น้ำมะนาว น้ำส้มคั้น น้ำมะเขือเทศ เป็นต้น

ธาตุลม ควรรับประทาน รสเผ็ดร้อน เช่น กระเพรา โหระพา กระเทียม ขึ้นฉ่าย ยี่ห่วย ขิง ข่า ตะไคร้ กระชาย พริกไทย ขมิ้นชัน ผักคราดข้าพหลู พริกขี้หนู ตัวอย่างอาหารปรับสมดุลธาตุลม เช่น ผัดกะเพรา ผัดขิง คู่มือการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข คั่วกลิ้ง แกงเผ็ด หรืออาหารที่มีรสเผ็ด อาหารว่าง เช่น บัวลอยน้ำขิง เต้าฮวย เต้าทึง มันต้มนขิง ถั่วเขียวต้มนขิง เมียงคำ เครื่องดื่ม เช่น น้ำขิงน้ำตะไคร้ น้ำมะตูม เป็นต้น

ธาตุไฟ ควรรับประทาน รส ขม เย็น จืด เช่น บัวบก มะระ มะรุ่มสะเดา ผักบุง ตำลึงสายบัว แดงกวา คะน้า บวบ มะเขือ ผักกาดจีน ตัวอย่างอาหารปรับสมดุลธาตุไฟ แกงจืดตำลึง ผัดบวบมะระผัดไข่ ผัดผักบุงหรืออาหารที่มีรสจืด อาหารว่าง ชาหริ่ม ไอศกรีม น้ำแข็งไส เครื่องดื่มน้ำแดงโมปั่น น้ำใบเตย น้ำเก็กฮวย เป็นต้น การรับประทานอาหารควรรับประทาน อาหารให้หลากหลายครบทุกรส ทั้ง 4 ธาตุ ไม่ควรเลือกรับประทานเฉพาะรสใดรสหนึ่งตามธาตุเจ้าเรือนของ ตนเอง หรือธาตุที่เจ็บป่วย (เสียสมดุล) เท่านั้น เนื่องจากร่างกายต้องการ อาหารบำรุงธาตุทั้ง 4 ด้วย หากธาตุหนึ่งธาตุใดขาดการบำรุงจะเจ็บป่วยได้ การรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับธาตุเจ้าเรือนของตนเอง หรือธาตุที่เจ็บป่วย (เสียสมดุล) ควรรับประทานให้มากกว่าธาตุอื่นๆ ที่สมดุลอยู่แล้ว พฤติกรรม ดังกล่าวจะทำให้การปรับสมดุลได้ผลดี

จากผลการศึกษาทฤษฎีการแพทย์แผนไทย ผู้วิจัยนำมาใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ ระบบการแพทย์ที่หลากหลาย เป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ลักษณะของการผสมผสาน หรือมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างการดูแลใน 3 ระบบคือ การดูแลสุขภาพของตนเองหรือใช้ความรู้ประสบการณ์ของตน (Popular Sector) การดูแลโดยหมอพื้นบ้าน (Folk Sector) หรือการบริการจากแพทย์ของทางราชการหรือผู้ประกอบการวิชาชีพ (Professional Sector) แต่การรักษาโดยหมอพื้นบ้านต้องอาศัย วัตถุประสงค์สมุนไพรรวม ซึ่งได้มาจากป่าและทรัพยากรธรรมชาติในชุมชน เมื่อพื้นที่ป่าลดลง ความต้องการของการใช้สมุนไพรรวม โดยเฉพาะสมุนไพรรวมไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย และความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัย จึงมีการขาดแคลนต้องมีการอนุรักษ์สมุนไพรรวมให้มีจำนวนมากขึ้น อย่างมีคุณภาพต่อไป



งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในประเทศ

1.1 งานวิจัยในอดีต

อุดมศักดิ์ มหาวิวัฒน์ และเทิดศักดิ์ พรหมอารักษ์ (2550 : 8) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การรับรู้อาการพร่องฮอร์โมนเพศชาย และภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศของชายวัยทองในจังหวัด มหาสารคามมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเพื่อรวบรวมเป็นฐานข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยงต่อภาวะพร่องฮอร์โมน เพศชายและภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศในเพศชาย ระหว่าง 40-60 ปี ของจังหวัดมหาสารคาม, การรับรู้ตนเองเกี่ยวกับภาวะพร่องฮอร์โมนเพศชาย อายุระหว่าง 40-60 ปี ของจังหวัดมหาสารคาม, การรับรู้ตนเองเกี่ยวกับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศในเพศชาย อายุระหว่าง 40-60 ปี ของจังหวัดมหาสารคาม, ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมเสี่ยงกับการรับรู้ตนเองเกี่ยวกับสุขภาพทาง เพศและภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศในเพศชาย อายุระหว่าง 40-60 ปี ของจังหวัดมหาสารคาม โดยศึกษากลุ่มชายวัยทอง อายุระหว่าง 40-60 ปี ในจังหวัดมหาสารคาม จำนวน 339 คน ถูกสุ่มแบบเป็นขั้นตอนอย่างง่าย ผลการศึกษาพบว่า ภาวะสุขภาพทางเพศของวัยทองส่วนใหญ่ รับรู้ ว่าตนเองไม่มีอาการทางร่างกาย ไม่มีอาการทางระบบประสาทและระบบไหลเวียนโลหิตและไม่มีปัญหา ทางเพศ ร้อยละ 62.24, 81.12 และ 90.27 ตามลำดับ และมีประมาณครึ่งหนึ่งแสดงอาการทาง จิต (ร้อยละ 57.82) ส่วนการรับรู้ตนเองเกี่ยวกับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศของชายวัยทอง พบว่าร้อยละ 80.18 มีปัญหาภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ นอกจากนั้นยังแสดงถึงความสัมพันธ์ ระหว่างพฤติกรรมเสี่ยง กับการรับรู้ตนเองเกี่ยวกับภาวะสุขภาพทางเพศของชายวัยทอง เช่นการดื่ม กาแฟ พบมีความสัมพันธ์ต่อสุขภาพทางเพศ ในด้านปัญหาทางเพศแต่ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพ ทางเพศในด้านอื่นๆ ส่วนการใช้ยาเสพติดนั้น พบมีความสัมพันธ์กับสุขภาพทางเพศในด้านร่างกาย แต่ไม่พบความสัมพันธ์กับสุขภาพในด้านอื่น ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมเสี่ยงกับการรับรู้ตนเอง เกี่ยวกับ ภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศเพศชายของชายวัยทอง พบว่าการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และผู้ที่ใช้ยาเสพติด มีความสัมพันธ์กับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการดื่มกาแฟมีความสัมพันธ์กับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อรพินธุ์ โสวัณณะ (2549 : 7) ได้ศึกษาการวิเคราะห์การใช้สมุนไพรจำแนกตาม ภาคต่างๆ ของประเทศไทย : จากตัวอย่าง 867 ตัวอย่าง (ไม่ตอบ 42 ตัวอย่าง) โดยมี วัตถุประสงค์เพื่อลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง รูปแบบสมุนไพรที่ใช้ อาการ/โรคที่ใช้สมุนไพร สถานะที่รับด้านบริการสมุนไพร ความถี่ในการรับบริการด้านสมุนไพร ค่าใช้จ่ายในการรับบริการ ด้านสมุนไพร เหตุผลในการรับบริการด้านสมุนไพร และปัญหาอุปสรรคในการรับบริการด้านสมุนไพร ผลการวิจัยพบว่า ประชาชนในภาคภาคตะวันออก (69.6%) และภาคกลาง (58.4%) ใช้สมุนไพร ควบคุมกับยาแผนปัจจุบันแต่ ประชาชนในภาคเหนือ (69%) ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (72.4%) และ ภาคใต้ (56.8%) ใช้สมุนไพรรักษาโรคเล็กๆ น้อยก่อนพึงวิธีแผนปัจจุบัน (ตาราง 9) ลักษณะทั่วไป ของกลุ่มตัวอย่างรูปแบบสมุนไพรที่ใช้ อาการ/โรคที่ใช้สมุนไพร สถานะที่รับด้านบริการสมุนไพร ความถี่ในการรับบริการด้านสมุนไพร ค่าใช้จ่ายในการรับบริการด้านสมุนไพร เหตุผลในการรับบริการ ด้านสมุนไพรส่วนใหญ่ไม่แตกต่างกันมากนัก ระหว่างภาคต่างๆ



สุโรจน์ แพงมา (2549 : 2) ได้ศึกษาเภสัชวิทยาชาติพันธุ์ ด้านยาฝิ่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ประมวลแนวคิดในเชิงทฤษฎี เกี่ยวกับการบำบัดโรคด้วยยาฝิ่น กลุ่มโรคและอาการเจ็บป่วยที่บำบัดได้ด้วยยาฝิ่น ตำรับยาฝิ่นที่ใช้กันแพร่หลาย เครื่องยาที่ใช้ ขั้นตอนวิธีการรักษาผู้ป่วย กรรมวิธีการเตรียมยาฝิ่น ตลอดจนแหล่งที่มาของเครื่องยาที่ใช้ในตำรับยาฝิ่นเกี่ยวกับการบำบัดโรคด้วยยาฝิ่น ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มโรคและอาการเจ็บป่วยที่บำบัดได้ด้วยยาฝิ่น ตำรับยาฝิ่นที่ใช้กันแพร่หลาย เครื่องยาที่ใช้ขั้นตอนวิธีการรักษาผู้ป่วย กรรมวิธีการเตรียมยาฝิ่น ตลอดจนแหล่งที่มาของเครื่องยาที่ใช้ในตำรับยาฝิ่น แพทย์พื้นบ้านภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ประเภทหมอยาฝิ่น เป็นผู้ที่ได้รับการถ่ายทอดองค์ความรู้จากบรรพบุรุษหรือครูการใช้ยาฝิ่นยังมีขั้นตอน และวิธีการตามความเชื่อของวัฒนธรรมท้องถิ่นตลอดจนข้อห้าม (คະລຳ) ในการปฏิบัติตัวของทั้งผู้ป่วยและหมอยาด้วย ส่วนเครื่องยาที่ใช้ในตำรับยาฝิ่นพบจำนวน 197 ชนิดได้จากพืช 172 ชนิด สัตว์ 20 ชนิด และแร่ธาตุ 5 ชนิด ส่วนของพืชที่นำมาใช้มักเป็นราก แก่น เปลือก เมล็ด ส่วนของสัตว์ที่ใช้ในยาฝิ่นมักเป็นกระดูกเขา และเปลือกหอย ส่วนแร่ธาตุนั้นมีทั้งโลหะ และหินปูน แหล่งของเครื่องยาที่ใช้ในตำรับยาฝิ่นได้มาจากทั้งป่ารอบหมู่บ้านและป่าดงดิบ บางชนิดอาจไม่สามารถหาได้ในประเทศไทยแล้ว

อารีกา วีระพงษ์ (2549 : 7-8) ได้ศึกษาการแพทย์พื้นบ้านและยาสมุนไพรที่ใช้โดยหมอพื้นบ้านชนชาติกวยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย : วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเภสัชเคมีและผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาบทบาทของหมอพื้นบ้าน ในระบบการแพทย์พื้นบ้านถูกกำหนด โดยความสามารถในการใช้ยาสมุนไพร และการบำบัดรักษาความเจ็บป่วยกลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นหมอพื้นบ้านชาวกวยจำนวน 388 คน ซึ่งตั้งถิ่นฐานอยู่ในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์ ศรีสะเกษ และอุบลราชธานีโดยการศึกษาเชิงลึกกับหมอพื้นบ้านจำนวน 30 คน ผลการวิจัยพบว่าโรคและความเจ็บป่วยที่หมอพื้นบ้านชนชาติกวยให้บริการบำบัดรักษาได้ มี 100 โรคหรืออาการ ใช้รูปแบบการเตรียมยาแตกต่างกันได้ 9 วิธี ใช้เครื่องยาสมุนไพรจำนวน 374 ชนิด นอกจากนี้ยังได้วิเคราะห์ภูมิหลังทางสังคมของหมอพื้นบ้าน ที่ศึกษาในเชิงลึก ผลการศึกษาได้แสดงให้เห็นว่าบทบาทของหมอพื้นบ้านในระบบการแพทย์พื้นบ้านถูกกำหนดโดยความสามารถในการใช้ยาสมุนไพร และการบำบัดรักษาความเจ็บป่วย ทรัพยากรธรรมชาติในท้องถิ่นเป็นปัจจัยสำคัญ ในการเลือกใช้ยาสมุนไพร และปัจจัยอันเป็นภูมิหลังทางสังคมของหมอพื้นบ้านมีผลต่อองค์ความรู้ในการใช้ยาสมุนไพร

กัลปพฤกษ์ ผิวทองงามศรีธัญญา รักษงษ์ และกฤษฎา เสกตระกูล (2549 : 6) ได้ศึกษาโครงสร้างตลาดการค้าชายแดนไทย-ลาว : กรณีศึกษาด้านมุกดาหาร Market Structure of Thai-Laos Cross Border Trade : Case Study of Mukdahan โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาโครงสร้างตลาดของการค้าชายแดนไทย - ลาว โครงสร้างตลาด ประกอบด้วย 3 ส่วนสำคัญด้วยกัน คือ 1) ส่วนแบ่งตลาด 2) การกระจุกตัวและจำนวนคู่แข่ง 3) เงื่อนไขการเข้าสู่ตลาด ผลการวิจัยพบว่าการค้าชายแดนที่จังหวัดมุกดาหาร เพราะเป็นส่วนสำคัญของโครงการเขตเศรษฐกิจพิเศษ East-West Corridor ผู้ประกอบการปัจจุบัน เมื่อทำการวิเคราะห์อุปสรรคการเข้าสู่ตลาดต่อไป พบว่าสาเหตุที่สำคัญที่ทำให้ตลาดมีลักษณะของการกระจุกตัวที่สูง หรือการแข่งขันต่ำคือ ความได้เปรียบทางด้านต้นทุนของผู้ประกอบการรายใหญ่ ที่สามารถซื้อสินค้าปริมาณมากและในราคา



ต่ำกว่า และสามารถหาทุนได้ดีกว่าผู้ประกอบการรายย่อย ดังนั้นผู้ประกอบการรายใหม่จึงต้องวางแผนในการเข้าสู่ตลาดที่สามารถแก้ไขอุปสรรคในจุดนี้ให้ได้

ชุตินันท์ ประสิทธิ์ภูริปรีชา (2545 : 33) ได้ศึกษาการศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านของการใช้สมุนไพร เพื่อปรับภูมิคุ้มกันของร่างกายในจังหวัดอุบลราชธานี Studies On The Utilization of Medicinal Plants as Immunomodulators in UbonRatchathani Province, Thailand โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการสำรวจการใช้สมุนไพรในการปรับภูมิคุ้มกันของร่างกาย ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกกับหมอพื้นบ้าน จำนวน 21 คน ผลการวิจัยพบว่ามีการใช้ยาสมุนไพรจำนวน 45 ชนิด เพื่อนำไปใช้ในการรักษาโรคเกี่ยวกับระบบภูมิคุ้มกัน โรคที่พบมีการใช้ยาสมุนไพรมากที่สุดคือ โรคตับ โรคมะเร็ง

โอภาส ชามะรัตน์ (2552 ก : 129) ได้ศึกษาภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านกับการใช้สมุนไพรบำบัดรักษาความเจ็บป่วย กรณีศึกษานายแว วงศ์คำโสม บ้านโคกผอง ตำบลसानตม อำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดเลย กล่าวถึงองค์ประกอบในการบำบัดรักษาความเจ็บป่วยของหมอพื้นบ้านประกอบด้วย คน วันเวลา สถานที่ วัตถุประสงค์ของ วิธีการและขั้นตอนการใช้สมุนไพรในการบำบัดรักษาความเจ็บป่วย ประกอบด้วย ขั้นตอนการรักษาก่อน ขั้นตอนการวินิจฉัยโรค ขั้นตอนการบำบัดความเจ็บป่วย ขั้นตอนการประเมินผล ความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุการเจ็บป่วย มี 2 สาเหตุคือ เชื่อว่าขาดความสมดุลของร่างกายที่ประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 ดิน น้ำ ลม ไฟ การบำบัดรักษาต้องใช้เภสัชวัตถุคือ ยาสมุนไพร และอีกสาเหตุหนึ่งมาจากสิ่งเหนือธรรมชาติ เกิดจากเคราะห์กรรม ภูตผี วิญญาณชั่วร้ายที่ละเมิดข้อห้าม ต้องรักษาด้วยการใช้พิธีกรรม เวทมนต์คาถา ขอมมา ปิดเป่า เพื่อให้ร่างกายเข้าสู่ภาวะปกติ

สุรียน ไชยชนะ (2547 : 6) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการสำรวจความรู้และเจตคติของชายไทยที่มีต่อภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ : ศึกษาเฉพาะกรณีในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้และเจตคติของชายไทยเกี่ยวกับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ, ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับเจตคติเกี่ยวกับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ และความชุกภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศของคนกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 540 คน โดยสุ่มตัวอย่างแบบโควต้า ปัจจัยที่ศึกษา ได้แก่ อายุ ฐานะทางเศรษฐกิจ สถานภาพสมรส และความรู้เกี่ยวกับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ส่วนตัวแปรตาม คือเจตคติเกี่ยวกับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศในระดับมาก, มีเจตคติทางบวกสูงกว่าทางลบและมีปัญหาหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ร้อยละ 46.3 ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 คืออายุโดยที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 40-49 ปี มีเจตคติทางบวกต่อภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศสูงกว่าเจตคติทางลบ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 60-70 ปี มีเจตคติทางลบต่อภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศสูงกว่าเจตคติทางบวก ส่วนความรู้เกี่ยวกับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศมีผลต่อภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 โดยที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีความรู้เกี่ยวกับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศในระดับน้อย มีเจตคติทางลบสูงกว่าเจตคติทางบวก ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีความรู้เกี่ยวกับภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศในระดับมากมีเจตคติทางบวกต่อภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศสูงกว่าเจตคติทางลบ



สุนนา นิ และคณะ (2546 : 2) ได้ศึกษาเทคโนโลยีการผลิตพืชสมุนไพร : บอระเพ็ดพุงข้างและแยมเพื่อประโยชน์ทางการแพทย์ (Technology of Medicinal Plant Production : *Stephania Venosa* and *Arcangelisia Flava* for Clinical Utilization) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะสัณฐานของใบ ลำต้น และหัวหรือส่วนสะสมอาหารของบอระเพ็ดพุงข้าง ผลการวิจัยพบว่าการศึกษาที่หมวดไม้ผล และหน่วยวิเคราะห์และขยายพันธุ์พืชสวน ภาควิชาพืชสวน คณะเกษตรศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น โดยทำการศึกษาลักษณะสัณฐานของใบ ลำต้น และหัวหรือส่วนสะสมอาหารของบอระเพ็ดพุงข้าง นอกจากนี้พบว่าระดับความเข้มข้นของออกซินและไซโตไคนินที่สูง จะมีผลต่อการสร้างยอดลดลงของชิ้นส่วนของบอระเพ็ดพุงข้าง ส่วนชิ้นส่วนใบอ่อนของบอระเพ็ดพุงข้างไม่สามารถชักนำให้เกิดยอดได้

กัณฑ์วีร์ วิวัฒน์พาณิชย์ (2544 : 27) ได้ศึกษากระบวนการพื้นบ้าน (Ethno-Pathogenic) ในการวิจัยเรื่องภูมิปัญญาพื้นบ้านในการรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและการแพทย์แผนไทยกรณีศึกษา : หมอพื้นบ้านคนหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก ว่าทฤษฎีการเกิดโรคของหมอพื้นบ้าน แบ่งสมมุติฐานการเกิดโรคออกเป็น 2 ประเภท คือ การเกิดโรคที่มีสาเหตุมาจากอำนาจเหนือธรรมชาติ และการเกิดโรคที่มีสาเหตุมาจากอำนาจตามธรรมชาติ การเกิดโรคที่มีสาเหตุมาจากอำนาจเหนือธรรมชาติ คือ สาเหตุมาจากสิ่งที่มองไม่เห็นหรือรับรู้ได้ ไม่สามารถอธิบายเป็นหลักวิทยาศาสตร์ได้แก่ ความเจ็บป่วยจากการกระทำของผี ความเจ็บป่วยที่เกิดจากคุณไสยหรือมนตร์ดำ ความเจ็บป่วยที่เกิดจากขวัญ ความเจ็บป่วยที่เกิดจากเคราะห์หรือโชคชะตา ความเจ็บป่วยที่เกิดการละเมิดขนบธรรมเนียมประเพณีของสังคม ความเจ็บป่วยที่เกิดจากที่ตั้งของภูมิศาสตร์ การเกิดโรคที่มีสาเหตุมาจากอำนาจตามธรรมชาติ ส่วนใหญ่เป็นสิ่งที่สามารถเข้าใจ และสัมผัสได้ตามตรรกะวิทยาศาสตร์ พื้นบ้านหรือหลักวิทยาศาสตร์ เช่น ความเจ็บป่วยที่เกิดจากสมดุลธาตุ ความเจ็บป่วยที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ ความเจ็บป่วยที่เกิดจากการบริโภคอาหารแสลงโรค ความเจ็บป่วยที่เกิดจากเชื้อโรค ความเจ็บป่วยที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของร่างกาย และพัฒนาการตามช่วงวัย ความเจ็บป่วยที่เกิดจากการประกอบอาชีพ ความเจ็บป่วยที่เกิดจากอุบัติเหตุ ความเชื่อเกี่ยวกับกายวิภาคและสรีระวิทยาพื้นบ้าน (Ethno Physiology) การอธิบายความเจ็บป่วยเกิดขึ้นจากความผิดปกติของระบบอวัยวะ และส่วนประกอบภายในของร่างกายที่สำคัญ 6 ประการ คือ (1) กระเพาะอาหาร (2) หัวใจ (3) ลำไส้ (4) เลือด (5) เท้า (6) เส้นเลือด ซึ่งอวัยวะและส่วนประกอบของร่างกายทั้ง 6 มีความเชื่อมโยงและสัมพันธ์กัน ไม่สามารถแยกออกจากกันได้ การทำงานด้วยกลไกตามธรรมชาติที่มีความสมดุลจะทำให้บุคคลมีความสมบูรณ์แห่งสุขภาพ

กนกวรรณ มโนรมย์ (2544 : 133-140) ได้ศึกษาวัฒนธรรมเพื่อการพัฒนาและฟื้นฟูเศรษฐกิจชุมชน : กรณีศึกษาชุมชนลุ่มน้ำที่ได้รับผลกระทบจากการก่อสร้างเขื่อนปากมูลพบว่ากลไกที่สำคัญในการช่วยฟื้นฟูระบบนิเวศ และเศรษฐกิจชุมชน คือ วัฒนธรรมท้องถิ่นโดยเฉพาะในสถานะที่มีความขัดแย้งกันสูงระหว่างกลุ่มทางสังคมในระดับต่างๆ อันเนื่องมาจากการใช้ และการจัดการทรัพยากร ซึ่งวัฒนธรรมท้องถิ่นนั้นไม่เพียงแต่ปกป้องคุณค่าอันดีงาม เพื่อการช่วยเหลือร่วมกัน รวมถึงวัฒนธรรมที่สะท้อนคุณค่าเรื่องอำนาจ เข้าถึงทรัพยากรและอำนาจในการสร้างวาทกรรมความรู้ กระบวนการต่อรองกับกลุ่มอื่นในรูปแบบต่างๆ การสร้างอัตลักษณ์ สิทธิจารีต และวิถีธรรมเนียมปฏิบัติในการใช้ และจัดการทรัพยากรส่วนรวมที่สังสรรค์ร่วมกันของชุมชนเป็นบรรทัดฐาน



สุภาพร พรหมนิยม (2543 : 123-128) ได้ศึกษาปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จในธุรกิจการทอผ้าไหมมัดหมี่ของกลุ่มสตรี และผลกระทบต่อชุมชน กรณีศึกษาตำบลนาโพธิ์ อำเภอนาโพธิ์ จังหวัดบุรีรัมย์ ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จในธุรกิจการทอผ้าไหมที่สำคัญ ได้แก่ แรงบันดาลใจจากการได้รับการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษ ความสนใจใฝ่รู้ ความคิดที่อยากจะทำผ้า ความมีใจรักและชอบในการทอผ้า ลวดลายและสีในตัวผืนผ้าไหม มีความรู้สึกชอบและรักในธุรกิจการทอผ้าไหม มีการเรียนรู้ที่เป็นระบบและมีขั้นตอน คือ การเรียนรู้ขั้นพื้นฐาน การเรียนรู้เพื่อให้เกิดความชำนาญ ให้ประกอบอาชีพเพื่อสร้างรายได้ให้กับครอบครัว สร้างงานให้กับท้องถิ่นและอนุรักษ์ศิลปะพื้นบ้านของตน และปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จในธุรกิจการทอผ้าไหมที่สำคัญ ได้แก่ บริหารจัดการ มีการรักษามาตรฐานคุณภาพการผลิต มีการสร้างเครือข่ายการตลาด มีการจัดหาแหล่งเงินทุนหมุนเวียน และมีการร่วมมือของสมาชิกในชุมชน

พรวิทย์ ผาติวัตติ (2538 : 141) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลงการใช้ที่ดินเกษตรกรรมจังหวัดนนทบุรี เป็นการศึกษาวิเคราะห์หาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตัดสินใจในการเปลี่ยนแปลงการใช้ที่ดินเกษตรกรรมในพื้นที่หมู่ 7 และ 8 ตำบลบางบัวทอง และในพื้นที่หมู่ 7 และ 8 ตำบลบางรักพัฒนา อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ว่าจะมีการตัดสินใจในการใช้ที่ดินอย่างไร ใช้ปัจจัยอะไรที่มีส่วนในการตัดสินใจใช้ที่ดินของเกษตรกร โดยพิจารณาถึงปัจจัยหลัก 3 ปัจจัย คือ ในส่วนแรกเป็นปัจจัยทางเศรษฐศาสตร์ในการสภาวะสถิติ ปัจจัยที่สองคือปัจจัยทางเศรษฐศาสตร์ในการสภาวะพลวัต และปัจจัยที่สองคือปัจจัยทางสังคม ซึ่งปัจจัยที่นำมาศึกษา คือ ระดับการศึกษาของบุตรหลานเกษตรกร การมีภาระหนี้สิน อายุหัวหน้าครัวเรือนและภรรยา และความพอเพียงรายได้เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน และยังมีปัจจัยอื่นๆ อีก อย่างวิถีชีวิต ความเป็นอยู่ ความสัมพันธ์ของคนในชุมชน วัฒนธรรม ประเพณี พฤติกรรมตามอย่าง

เทียบ เหล่าสุวรรณ (2541 : 40) ได้ศึกษาลักษณะองค์ประกอบ ของการจัดการธุรกิจขององค์กรชุมชน ในชนบทที่สามารถพึ่งตนเองได้ในทางธุรกิจ : ศึกษาเฉพาะกรณีสหกรณ์การเกษตร ทำนางแนวจำกัด ตำบลทำนางแนว อำเภอบางบาล จังหวัดพิจิตร พบว่าสหกรณ์มีการพัฒนามาจากชาวบ้านผู้ประกอบอาชีพเลี้ยงสัตว์รวมตัวเป็นกลุ่ม และจัดตั้งเป็นสหกรณ์โดยใช้กลุ่มเป็นเครื่องมือ ในการพัฒนาเศรษฐกิจชุมชนภายใต้แนวคิดเศรษฐกิจ 3 ขา คือ ทุน การผลิต การตลาดหรือเรียกว่า แนวคิดเศรษฐกิจพึ่งตนเอง ที่ชาวบ้านบริหารจัดการเอง การจัดการธุรกิจในแต่ละด้าน เน้นกระบวนการมีส่วนร่วม เรียนรู้จากการปฏิบัติจริงผสมผสานกับการจัดการธุรกิจเหมือนกัน ธุรกิจทั่วไป แต่มีลักษณะเด่นคือ กิจกรรมมีหลากหลายและครบวงจร ทำให้การตอบสนองความต้องการของสมาชิก ในการบริหารจัดการเป็นระบบ เน้นการพัฒนาทางด้านวัตถุประสงค์กับจิตใจ ทำให้ธุรกิจประสบความสำเร็จ มีอำนาจต่อรองกับภายนอก ปัญหาของธุรกิจคือ ขาดเงินทุนหมุนเวียน และมีการแข่งขันสูง ผลผลิตยังไม่มีเป็นที่รู้จัก

ทรงคุณ จันทจร (2553 : 57-58) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ การรักษาผู้ป่วยด้วยวิธีการเหย้าของชาวภูไทย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเชื่อประเพณี พิธีกรรมในการรักษาผู้ป่วย ด้วยพิธีเหย้าของชาวภูไทย ศึกษาบทบาทของหมอเหย้าในการรักษาผู้ป่วย ด้วยวิธีการเหมายของชาวภูไทย โดยทำการศึกษาที่อำเภอนองสูง จังหวัดมุกดาหาร สรุปว่าเป็นการสร้างขวัญและกำลังใจให้ผู้ป่วย หมอเหย้าเป็นหมอเพราะผีสั่งให้เป็น หรือเลือกให้เป็น เพื่อรับใช้สังคมอย่างเสียสละ ไม่มีค่าตอบแทนใดๆ ดังนั้นหมอเหย้าจึงเป็นสัญลักษณ์ของคนดีในสังคมผู้ไทย



ยุพา ทรัพย์อุไร (กาญจนา เกียรติมนิรัตน์. 2546 ; อ้างอิงมาจาก ยุพา ทรัพย์อุไร. 2537 : 31) ได้ศึกษาการใช้ภูมิปัญญาชาวบ้านในงานการศึกษาจากระบบโรงเรียน ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ลักษณะภูมิปัญญาชาวบ้านในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ แบ่งออกเป็น 8 ประเภท คือ คติความเชื่อ วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี เกษตรพื้นบ้าน สวัสดิการชุมชน การรักษาพื้นบ้าน เทคโนโลยีพื้นบ้าน ภูมิปัญญาชาวบ้านสามารถนำมาใช้ ในการพัฒนาหลักสูตรการจัดกิจกรรมในการ ศึกษาด้านความรู้พื้นฐาน มีการใช้เป็นวิทยากรและการใช้สื่อเพื่อการศึกษามากที่สุด คือ หัตถกรรมพื้นบ้าน ปัญหาที่พบในการปฏิบัติงานคือ ผู้ปฏิบัติขาดความรู้ ความเข้าใจ และขาดทักษะการถ่ายทอด

ยงยุทธ บุราสิทธิ์ (กาญจนา เกียรติมนิรัตน์. 2546 ; อ้างอิงมาจาก ยงยุทธ บุราสิทธิ์. 2534 : 40-41) ได้ศึกษาการดำเนินการของชมรมอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม กรณีชัยใต้ บ้านโคกน้อย และบ้านโนนกระโดน ตำบลพญาเย็น อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา พบว่าเป็นหน่วยงานภายนอกที่เข้าไปให้การสนับสนุนในการพัฒนาอาชีพ และการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและ ราษฎรคาดหวังให้ราชการช่วยเหลือด้านเงินทุน มากที่สุด ปัญหาเกี่ยวกับการดำเนินงานด้านการอนุรักษ์ คือ ขาดความร่วมมือจากชาวบ้าน-บุคคลภายนอก และเจ้าหน้าที่

ทรงศิริ สาประเสริฐ (2524 : เว็บไซต์) ได้ศึกษาลักษณะการถ่ายทอดความรู้ของ ภูมิปัญญาชาวบ้าน ภูมิปัญญาชาวบ้านถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้เรียน โดยวิธีการบอก ทำให้ดู และปฏิบัติด้วยตนเอง แต่วิธีการถ่ายทอดความรู้ที่ใช้เป็นประจำ คือ การบอกเน้นให้ผู้เรียนเป็นการถาม และมีความเห็นว่าเป็นวิธีการที่ดีที่สุดในการถ่ายทอดความรู้ คือ เริ่มต้นด้วยการให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง และการเป็นที่ยอมรับยกย่องจากสังคม คือ สิ่งที่ภูมิปัญญาชาวบ้านภูมิใจมากที่สุดในชีวิต และเป็นเหตุจูงใจให้ภูมิปัญญาชาวบ้านถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้เรียน ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับ การถ่ายทอด ความรู้ของภูมิปัญญาชาวบ้าน คือ แหล่งความรู้ในการถ่ายทอด ซึ่งมาจากตัวของภูมิปัญญาชาวบ้านนั่นเอง เนื้อสาระ คือ ความรู้ในงาน อดทน เมื่อทำการถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้เรียน ภูมิปัญญาชาวบ้านจะไม่มีกรวางแผนล่วงหน้า ซึ่งสื่อที่ใช้ในการถ่ายทอดความรู้ คือ ตัวภูมิปัญญาชาวบ้าน และระยะเวลาในการถ่ายทอดในแต่ละเรื่องไม่เท่ากัน โดยวิธีการประเมินผลการถ่ายทอดความรู้ จะใช้การสังเกตผลจากการทำงานของผู้รับการถ่ายทอด

จากผลการวิจัยในประเทศข้างต้นสรุปได้ว่า ภาคอีสานมีวัฒนธรรมในการใช้สมุนไพรในการดำรงชีวิตมากกว่าภาคอื่นๆ อรพินธุ์ โสวัณณะ (2549 : 7) สุมณา นิ และคณะ (2546 : 2) กล่าวถึงสถานการณ์การใช้สมุนไพรในประเทศ นั้นสามารถเป็นแนวทางในการวิเคราะห์ได้ว่าสมุนไพรมีความจำเป็นต่อชีวิตประจำวันของคนไทย โดยเฉพาะภาคอีสานที่มีการใช้สมุนไพรมากที่สุด คือ 72.4% นั้นแสดงให้เห็นว่า คนอีสานยังคงให้ความสำคัญของสมุนไพรไม่น้อยไปกว่าภาคอื่นๆ แต่การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาในการอนุรักษ์สมุนไพร และพิธีกรรมที่เกี่ยวข้องนั้นยังไม่แพร่หลายเท่าที่ควร จะเป็นทั้งสมุนไพรสูญหายไม่มีการปลูกทดแทน เนื่องจากถูกนำมาขายแล้วไม่มีการทดแทนตัดทำลายโดยปลูกพืชเศรษฐกิจชนิดใหม่ทดแทน ประชาชนยังขาดองค์ความรู้เกี่ยวกับความสมุนไพร และการประยุกต์ใช้ให้เหมาะสม ดังนั้น การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยที่ เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายตามคัมภีร์ภษัย จึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อแก้ไข ปัญหาดังกล่าว



1.2 งานวิจัยในปัจจุบัน

สรุณัย อมรไชย (2550 : 8) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสมรรถภาพทางเพศของผู้ชาย ในเขตอำเภอตะการพิซผล จังหวัดอุบลราชธานี มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสมรรถภาพทางเพศของผู้ชายในเขตอำเภอตะการพิซผล จังหวัดอุบลราชธานี รวมถึงศึกษาความสัมพันธ์ของภาวะการหย่อนสมรรถภาพทางเพศของผู้ชาย และลักษณะประชากรกับพฤติกรรมการส่งเสริมสมรรถภาพทางเพศ โดยศึกษาในผู้ชายที่เคยมีเพศสัมพันธ์ในรอบ 1 ปี อายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป ทำการสุ่มตัวอย่างกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 1,130 คน ได้ผลตอบกลับ จำนวน 916 คน คิดเป็นร้อยละ 80.95 ผลการศึกษาพบภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศของกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 48.95 โดยในกลุ่มตัวอย่างที่มีภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศระดับเล็กน้อย ร้อยละ 62.85 ระดับเล็กน้อยถึงปานกลาง ร้อยละ 33.71 ระดับปานกลาง ร้อยละ 3.44 และไม่พบกลุ่มตัวอย่างที่มีภาวะหย่อนสมรรถภาพระดับรุนแรง จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 46.40 มีพฤติกรรมส่งเสริมสมรรถภาพทางเพศ และในกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมส่งเสริมสมรรถภาพทางเพศ พบว่าส่วนใหญ่ร้อยละ 70.59 ใช้วิธีการดูสื่อภาพเคลื่อนไหว เช่น วีซีดีหรือดีวีดี ร้อยละ 37.88 ใช้วิธีการดูรูปภาพ เช่น หนังสือภาพ รูปโป้ ร้อยละ 30.12 ใช้วิธีการจินตนาการถึงบุคคลที่ต้องการมีเพศสัมพันธ์ด้วย ร้อยละ 26.12 ใช้วิธีการไปเที่ยวชมการแสดงหรือโชว์ต่างๆ ในขณะที่ร้อยละ 4.47 ใช้ยารับประทานแผนปัจจุบัน ร้อยละ 2.35 ใช้ยารับประทานแผนโบราณหรือสมุนไพร ร้อยละ 2.35 ใช้ยาสอดเข้าท่อปัสสาวะ ร้อยละ 2.35 ใช้วิธีทางแผนโบราณอื่นๆ เช่น การนวด และการใช้ยาฉีดเข้าองคชาตโดยตรง และการใช้กระบอกสุญญากาศพบสัดส่วนเท่ากันคือ ร้อยละ 0.71

2. งานวิจัยต่างประเทศ

Das (2016 : 26) ได้ศึกษาเรื่องมาตรฐานความปลอดภัยของการกระตุ้นความต้องการทางเพศ พบว่า มาตรฐานความปลอดภัยของการกระตุ้นความต้องการทางเพศจะเพิ่มมากขึ้นหรือลดลง ขึ้นอยู่กับพัฒนาการของบุคคลนั้น กล่าวได้ว่าเพศผู้เปรียบเสมือนไม้เลื้อย ความเป็นมาตรฐานขั้นพื้นฐาน การประเมินผลของการกระตุ้นความต้องการทางเพศ ที่อาจเกิดขึ้นได้ตามโครงร่าง ระบบการสืบพันธุ์ สำหรับวัยรุ่นที่ยังอ่อนต่อประสบการณ์ ควรให้คำแนะนำเกี่ยวกับประสบการณ์ทางเพศระหว่างผู้ชายและผู้หญิง ได้พบปะกันในสถานที่บางครั้งบางคราว จากการทดลองและติดตามผลพบว่า เพศผู้เริ่มต้นของการปฏิบัติการโดยพฤติกรรมมีปฏิกิริยาความต้องการทางเพศมากกว่าเพศเมีย จากการสังเกตหลังจากเฝ้าดูสัตว์ระยะเวลา 54 วัน โดยแยกกันอยู่ระหว่างกรง ระยะเวลา 14-28 วัน ผู้สังเกตการณ์เห็นสัตว์จากกรงด้านล่าง มีพฤติกรรมทางเพศระหว่างกันดีมาก ความต้องการทางเพศเกิดจากความต้องการที่ถูกกระตุ้นจากจิตใต้สำนึก เป็นประโยชน์และง่ายต่อการทำให้การคืนสภาพเกี่ยวกับเพศ จากการทำหน้าที่ของความมาตรฐานของการกระตุ้นความต้องการทางเพศ ระยะที่จะเพิ่มและพัฒนาเพศผู้เป็นจำพวกไม้เลื้อย อวัยวะภายในที่ผิดปกติของเพศผู้ จนกระทั่ง 28 วันผ่านมา ความแข็งแรงของโครงร่างเพิ่มขึ้นจากการประเมินค่าหลัง 54 วัน ในการใช้ยากระตุ้นที่เหมือนๆ กัน การเพิ่มขึ้นของสเปิร์ม การเคลื่อนไหวของตัวสเปิร์มได้ดี ดังนั้นหลังจากการผสมพันธุ์กันแล้ว เซลล์จะมีการเจริญเติบโตของเซลล์เพศผู้ในระยะเวลาเต็มตัว ทำให้เป็นสิ่งที่ดีเป็นประโยชน์อย่างสูงในการปฏิบัติเพียงเล็กน้อย การคำนวณสเปิร์มที่มีคุณภาพต่ำหลังจากระยะเวลา 54 วัน ของการ



วิเคราะห์ พบว่าการเพิ่มขึ้นของสเปิร์มที่ผิดปกติ ที่ผสมกันมากกว่า 10% แสดงว่าการกำหนดมีแนวโน้มจะมีลูกยาก

Jecpp (2015 : 53-64) ได้ศึกษาเรื่องพื้นฐานเภสัชกรรมเน้นใช้ยารักษาโรค พบว่าพืชมีคุณสมบัติเป็นยา พืชรักษาการเจ็บไข้ได้ป่วยได้หลากหลายวิธีที่เกิดขึ้นทุกวัน ตัวแทนชาวอัฟริกาประกอบด้วยเมือง รัฐหนึ่งในอเมริกาตะวันตก พืชนี้แต่ก่อนสร้างมีผลแสดงในหนูเพศเมียไม่ว่ามันจะก่อให้เกิด ระบบการสืบพันธุ์เพศผู้ ซึ่งเป็นรากฐาน ผลงานหรือหลักฐาน ที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางภูมิศาสตร์ของพืช ทำให้พฤติกรรมทางเพศคุณภาพลดลง มีขอบเขตการกำหนดค่า ความตั้งใจ ระบบการขยายพันธุ์ของพืชไม่เลื้อย การประเมินค่าความตั้งใจ สารประกอบที่มีคลอไรด์และเมทานอล ซึ่งสามารถละลายขึ้นส่วน ระบบพฤติกรรมทางเพศของผู้ชาย ฮอโมนเพศที่พึ่งพาอาศัยตัวแปรระยะเวลา 60 วัน

ตารางแสดงความหมาย การลดลง 0.05 ในระบบความถี่ที่เพิ่มขึ้น ความถี่ที่ปลายท่อข้างหนึ่งต่อจากหลอดนำตัวสุจิ ความถี่ขององคชาติ และการคำนวณดัชนี พฤติกรรมทางเพศ การทดลองทางวิทยาศาสตร์ในช่วงมีประจำเดือน จะมีความหมายเพิ่มขึ้น แทรกในน้ำเชื้อหรือแฝงอยู่อีกด้วย หลักการบันทึกช่วงระยะเวลา มีการปฏิบัติตาม ซึ่งมีความหมายน้อยลงหรือยิ่งกว่านั้น ต้องอาศัยฮอโมนกระตุ้นทางเพศเป็นตัวแปรกำหนดค่าการประเมินผล ไม่ชักจูงให้เกิดผลในการประเมินค่าตัวแปรเสริม

สรุปผลการแนะนำ เปิดเผยถึงฮอโมนเอสโตเจน จำนวนเล็กน้อย เซลขนาดใหญ่ที่ติดเซลล์อื่น เปลือก ลำต้น ที่เป็นด้านลบ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางเพศและเซลล์ที่เจริญเติบโตเป็นเซลล์เพศผู้ในระยะเต็มตัว

Zhejiang และ Univsci (2015 : 17) ได้ศึกษาเรื่องการกระตุ้นความต้องการทางเพศของผู้ชาย พบว่า การกระตุ้นความต้องการทางเพศของผู้ชายให้ทำหน้าที่ดีขึ้น ภายใต้ภาวะเครียด ความพร้อมที่ตั้งใจ การอยู่ของออกซิเจน ความเครียดและแหล่งอุดมสมบูรณ์ของกรดอะมิโนแอลดี การทำงานของสเปิร์มผู้ชาย การตั้งสมมุติฐาน ให้ความต้องการทางเพศของผู้ชายแข็งแรงดีขึ้น เพราะฉะนั้นความเครียด ความตั้งใจ หลากหลายปัจจัย บทบาทและพฤติกรรมความสำคัญของสเปิร์มผู้ชาย ดังนั้นสารต้านอนุมูลอิสระ ก่อให้เกิดผลกระทบการหยุดยั้งอะตอมในโมเลกุล และสารเรืองแสง 5 ชนิด การกระตุ้นหรือรื้อ ซึ่มีฮอโมนเพศชายและทำลายชั้นนอกของอวัยวะ และความปลอดภัยแปลงจุลพยาธิวิทยาของลูกอ้วนทะ ความแตกต่างของส่วนที่ตัดมา ระบบการตัดมารวมเข้าไว้ น้ำหนักร่างกาย 10, 15 ถึง 50 กก. มอบไว้ให้ด้วยปากเปล่าของผู้ชายจำพวกไม่เลื้อย การจำกัด การเคลื่อนไหว ความเครียด ผลการทดลองให้เห็นสิ่งที่มาของสารต้านอนุมูลอิสระและอะตอมในโมเลกุล การหยุดยั้งกิจกรรมการปฏิบัติดีขึ้นเกี่ยวกับเพศ พฤติกรรมของความตึงเครียด การลดลง การรับไว้ การซ่อนเร้นอยู่ภายในและกำลังเพิ่มขึ้น ความถี่ด้วยการหยุดยั้ง 5 ชนิด การกระตุ้นหรือรื้อ การลดลงของหลักเกณฑ์ในระดับเดียวกัน การเพิ่มขึ้นของฮอโมนเพศชาย จำนวนอยู่ระหว่างเซลล์ร่วมกับตัวสุจิ จำนวนเพิ่มมากขึ้น เซลล์มากขึ้นของตัวสุจิ สมรรถภาพ ขั้นตอนการกระตุ้นความต้องการทางเพศน่าจะเกิดขึ้นได้ กลไกเกี่ยวกับการวิจัยแม่นยำมากขึ้นกว่าเดิม

Kemp (2016 : 79) ได้ศึกษาเรื่องความชุกของโรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศ และการลดลงของระดับฮอโมนเทสโตโรนในเพศชายที่เป็นโรคเบาหวานในเขตเมือง โดยศึกษาในแอฟริกาใต้ ดำเนินการศึกษาด้วยการสังเกต ศึกษาอย่างต่อเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเพศชายที่เป็น



โรคเบาหวาน จำนวน 150 คน ที่มีอายุมากกว่า 50 ปี ในคลินิกโรงพยาบาลในสถานศึกษาสทิวไบโค ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยมีระดับฮอร์โมนลดลงมีผลต่อโรคเบาหวาน

Martin (2014 : 84) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาแบบทดสอบสมรรถภาพทางเพศของผู้ชาย โดยการสอบถามเกี่ยวกับโรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ซึ่งทำการทดสอบด้วยเครื่องมือวัดภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ศึกษากลุ่มตัวอย่างเพศชาย จำนวน 121 คน ช่วงอายุระหว่าง 40-70 ปี ใช้ระยะเวลา 6 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่าช่วงอายุก่อน และช่วงอายุเข้าสู่ภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ มีผลต่อการเกิดภาวะเสี่ยงต่อการเกิดภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ผลการศึกษาเป็นแนวทางการพัฒนาเวชปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหาดังกล่าว ด้วย 2 วิธีคือ การใช้ยาไวอะกร้า และการใช้ทฤษฎีการแพร่กระจายของนวัตกรรมเพื่อแก้ปัญหาต่อไป

La Favor (2012 : 130) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาสารออกซิแดนซ์ระหว่างผู้ป่วยโรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศ และความผิดปกติของภาวะอดตันของหลอดเลือดในผู้ป่วยที่มีภาวะโรคอ้วน โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างเพศชายที่มีการควบคุมน้ำหนัก ศึกษา 3 ช่วง คือ 4, 8 และ 12 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า การกระตุ้นด้วยกระแสไฟฟ้ามีผลต่อระบบประสาทซึ่งส่งผลต่อภาวะอดตันของหลอดเลือดเส้นโลหิตแดง ปรากฏระดับค่าที่วัดได้ 8 สัปดาห์ เท่ากับหรือน้อยกว่า 0.05, 12 สัปดาห์ เท่ากับหรือน้อยกว่า 0.05 และ 12 สัปดาห์ เท่ากับหรือน้อยกว่า 0.01 ตามลำดับ ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าสารออกซิแดนซ์มีผลต่อการพัฒนาให้เกิดโรคตามมา

Adriaan และคณะ (2011 : 176) ได้ศึกษาเมื่อผู้ป่วยทราบว่าตนเองเป็นโรคร้าย ตัวอย่าง เช่น โรคมะเร็ง ผู้ป่วยจะเผชิญหน้ากับปัญหาด้านความรู้สึก สภาพสังคม และเรื่องของจิตวิญญาณและความต้องการที่จะเพิ่มคุณภาพชีวิตให้มากขึ้น บ่อยครั้งที่เลือก การแพทย์ทางเลือก (Complementary and Alternative Medicine : CAM) เพื่อการรักษาประมาณ 29-79% ซึ่งแตกต่างจากบุคคลทั่วไปที่ต้องการ 42-50% ในเรื่องของกาย และ จิต เป็นเรื่องที่น่าเน้นไปที่การเชื่อมโยงถึงสมอง ใจ กาย พฤติกรรม และพลังที่อยู่ภายใน เป็นหนทางที่เข้าถึงอารมณ์ ความรู้สึก จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ โดยมีพฤติกรรมที่เป็นปัจจัยที่เข้าถึงเรื่องสุขภาพได้โดยตรง แสดงให้เห็นว่าภูมิปัญญา มีบทบาทที่สำคัญ เป็นองค์รวมโดยเฉพาะด้านจิตใจ โดยสัมพันธ์กับกายและสิ่งแวดล้อมด้วย ดังนั้นเมื่อมีทางเลือก มีการพิสูจน์ให้เห็นเป็นรูปธรรมมากขึ้น การอนุรักษ์สมุนไพรอีสานจะเป็นทางเลือกอีกทางหนึ่งได้

Kendrick (2011 : 98) ได้ศึกษาเรื่องโรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศกับโรคมะเร็งระหว่างเพศชายชาวแอฟริกา อเมริกัน จุดมุ่งหมายการศึกษาเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างโรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศกับโรคมะเร็งในเพศชายชาวแอฟริกา อเมริกัน ศึกษาจากการสัมภาษณ์จากในสถานศึกษา จำนวน 11 แห่ง ในแอฟริกาอเมริกัน ที่มีอายุ 35 ปี และมากกว่า และทำการเปรียบเทียบ ผลการศึกษาพบว่าโรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศมีความสัมพันธ์ต่อการเกิดโรคมะเร็ง ซึ่งโรคมะเร็งเป็นสาเหตุการตายของเพศชายในประเทศสหรัฐอเมริกา และเพศชายชาวแอฟริกาอเมริกัน

Wentzell (เทวัญ ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก Wentzell. 2010 : 341) ได้ศึกษาเรื่องลักษณะความเป็นชาย ศึกษาอายุ การเจ็บป่วย โรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศ และความ เป็นชายของชาวแม็กซิโก โดยศึกษาจากเพศชายชาวแม็กซิโก ผู้สูงอายุในโรงพยาบาล The Urology Department of Government Hospital ในเมืองกูเออร์นาวกา ประเทศแม็กซิโก ผลการศึกษา



พบว่า การรักษาอาการโรคห่อนสมรรถภาพทางเพศด้วยยาไวอะกร้า นอกจากนั้นได้ให้ความรู้แก่ผู้ป่วย การใช้นวัตกรรมต่างๆ เพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าว เป็นต้น

Adam และ Peter (2009 : 176) ได้ศึกษา Meditation, Mindfulness and Cognitive Flexibility มุ่งศึกษาเพื่อตรวจสอบความเชื่อมโยงระหว่างสมาธิกับสภาพจิตใจที่สมบูรณ์ และทัศนคติที่ดีในกลุ่มนับถือพระพุทธศาสนา พบว่าสภาพจิตใจที่สมบูรณ์มีความสัมพันธ์กับการที่ทำให้จิตใจสมดุล และมีความสำคัญทำให้เกิดความผาสุกและมีทัศนคติที่ดี คนที่ทำสมาธิมีสัญญาณที่วัดได้ดีกว่าคนที่ไม่ทำสมาธิ และคนที่ทำสมาธิมีจิตใจที่สูงกว่าคนที่ไม่ทำสมาธิ วัดได้จากการเปลี่ยนสัญญาณสูงขึ้น

Barth และ John (2009 : 53-54) ได้ศึกษาสมาธิเกี่ยวข้องกับการไหลเวียนโลหิต และกระแสไฟฟ้าของระบบประสาท ผลการวิจัยพบว่า การเข้าถึงผลกระทบของการทำสมาธิในผู้ทำวิปัสสนา (ทำสมาธิแบบวิปัสสนาทุกวัน ประมาณ 13 ปี) และเพื่อดูลักษณะของระบบประสาทในการทำสมาธิ ทำการทดลองโดยใช้อิเล็กโทรด (Electrodes) 3 ตัว คือ FzCzPzในการวัดคลื่นสมอง แสดงออกมาเป็น Topographic Voltage Maps และ EEG Data พบว่าการทำสมาธิมีผลต่อขั้วแม่เหล็กไฟฟ้า จากค่า Voltage ที่ต่างกัน 3 ระดับของอิเล็กโทรดโดยวัดจาก 2 ตัวแปรคือกลุ่มควบคุม และกลุ่มทำสมาธิ มีความแตกต่างกัน แสดงในรูปที่ 2.5 และรูปที่ 2.6 แสดงถึงความแตกต่างในลักษณะรูปคลื่น (Wave Forms) พบว่าการทำสมาธิแบบวิปัสสนาเกี่ยวข้องกับการมีสติ มีความตั้งใจที่รับรู้การเคลื่อนไหวภายในกาย และทำให้จิตใจหยั่งรู้ และเกี่ยวข้องกับการรับรู้การเข้าใจในหลายๆ อย่าง ซึ่งเป็นประสบการณ์เฉพาะบุคคล โดยการสังเกต สมาธิจะทำให้มีศักยภาพรู้และเข้าใจเหตุการณ์ โดยใช้ความรู้สึกและขบวนการในขณะที่นั่งสมาธิ การทำสมาธิในระดับที่ลึก และสรีรวิทยาของระบบประสาทของกลุ่มทำสมาธิมีความแตกต่างกันกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Peter และ Kathryn (2009 : 341-346) ได้ศึกษา The Reality of Imagination : Integrating the Material and Cultural and Cultural Values of Old Forests พบว่าไม้และสิ่งแวดล้อมวัฒนธรรมและจิตวิญญาณของป่าต่อมนุษย์เป็นสิ่งที่จับต้องได้ ป่าไม้ที่มีอายุเก่าแก่ มีคุณค่าในด้านภาพลักษณ์ สังคมของคนตะวันตกมีความเสมอภาคกัน ป่าไม้ก็เช่นกันมีความแตกต่างระหว่างความเก่าแก่ที่ถูกละทิ้งและตั้งราคาขึ้นมาแทน จากงานวิจัยแสดงถึงการรณรงค์ให้รักษาคุณค่าภาพลักษณ์ของป่าให้มีอายุอยู่ยาวนานๆ พอสันนิษฐานได้ว่ามีความชัดเจน คือมีคุณค่าได้เมื่ออยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขทั้งด้านสังคมและบุคคล ภาพลักษณ์ของป่าไม้สามารถปรับสภาพความเป็นจริงที่ยังคงต้องใช้เป็นวัสดุต่างๆ การวิจัยครั้งนี้ได้พัฒนาและจัดรูปแบบของป่าไม้ โดยการให้งบประมาณสนับสนุน สำหรับการดูแลสิ่งแวดล้อม และการจัดการในส่วนพื้นที่ถูกรบกวน

David (2009 : 507-515) ได้ศึกษา Tubilin – Interactive Natural Products as Anticancer Agent ผลการวิจัยพบว่า ผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติสามารถป้องกันการเกิดมะเร็งในผู้ป่วยได้ โดยใช้วิธีทางคลินิก ทั้งยังเป็นผลิตภัณฑ์พื้นฐานในการผลิตยาด้วย

Qiuwen และ Pezzuto (2009 : 573-580) ได้ศึกษา Use of The Vivo Hollow Fiber Assay in Natural Products Anticancer Drug Discovery พบว่า ไฟเบอร์จากผลิตภัณฑ์ธรรมชาติสามารถใช้ในการรักษามะเร็งได้ในระดับเซลล์



Wasi (2009 : 348) ได้ศึกษา Brain and Meditation กล่าวว่าสมาธิคือปัญญาที่มีมาแต่ดั้งเดิม สมาธิ ทำให้เกิดความรู้ และนำไปสู่ความเป็นอิสระทางใจ ลดความเครียด ทำให้เกิดความผาสุกและสุขภาพดีขึ้น มีความสมบูรณ์แบบ สมาธิทำให้มีเมตตา มีความเห็นอกเห็นใจ มากขึ้นซึ่งมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เกี่ยวกับการรับรู้ ความเข้าใจอันดี และทำให้รู้แจ้ง ทั้งยังส่งผลให้ลดความดันโลหิต ลดอัตราการเต้นของหัวใจ และเกี่ยวกับระบบต่อมหมวกไต การเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทอัตโนมัติ การเปลี่ยนแปลงของสมองสามารถนำไปสู่ผลทางกายภาพและความผาสุกทางจิตใจได้ในทางบวก

Venshell และ Amili (เทวีญู ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก Venshell and Amili. 2009 : 1) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความเป็นชายของชาวเม็กซิโก ผลการศึกษาพบว่า การหย่อนสมรรถภาพทางเพศของเพศชายสูงอายุชาวเม็กซิโกมีผลต่อริ้วรอย การเจ็บป่วยเรื้อรัง สุขภาพ ระบบปัสสาวะ โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างจากโรงพยาบาลในเขตควอนาวากา จากประเทศเม็กซิโก ดังนั้นจึงมีการนำยาไวอากร้ามาใช้ในทางการแพทย์ โดยทฤษฎีที่เกี่ยวข้องระหว่างการเปลี่ยนแปลงเรื่องความคิดที่มีต่อการหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ซึ่งมีการศึกษาจากความแตกต่างระหว่างเพศหญิงและเพศชาย ทางวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยีที่เห็นได้ชัด รวบรวมการเปลี่ยนแปลงที่ปรากฏขึ้นทางเพศจากตัวบุคคลที่ปรากฏขึ้น และความสัมพันธ์ทางสังคมสิ่งแวดล้อม ครอบครัว เป็นต้น

AntronyJis และ Musa (เทวีญู ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก AntronyJis and Musa. 2008 : 1090) ได้ศึกษาการจัดการเกี่ยวกับโรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศในประเทศไนจีเรีย ผลการศึกษาพบว่า การศึกษาระหว่างผู้ป่วยโรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศกับผู้ป่วยระยะเริ่มต้น กับประเทศสหรัฐอเมริกาจากประชากร จำนวน 2,000 คน คิดเป็น 57.4 % จากการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นถึง พบสาเหตุหลายประการ เช่น ความผิดปกติทางเพศ ปัจจัยต่างๆ ความชุกของโรค เงื่อนไขสุขภาพและรูปแบบการดำเนินชีวิต โรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศเป็นปัญหาสังคมที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตที่ทำให้เกิดสิ่งตามมา คือ ปัญหาครอบครัว และการแต่งงาน จิตวิทยา สังคม และความป่วยของร่างกาย

Marios (2007 : 1006) ได้ศึกษาสมาธิเกี่ยวข้องกับการไหลเวียนโลหิตและกระแสไฟฟ้าของระบบประสาท มีการเปลี่ยนแปลงในสมอง ผลการวิจัยพบว่ามุ่งเน้นเพื่อวัดการตอบสนองของสมองตอนใกล้ตายขณะทำสมาธิ โดยวัดการตอบสนองของสมอง และวัดการตอบสนองด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า fMRI และ EEG พบว่าขั้นตอนการทำสมาธิเกี่ยวข้องกับการไหลเวียนของโลหิต และกระแสไฟฟ้าของระบบประสาท ซึ่งเกิดการเปลี่ยนแปลงในสมองมีผลทำให้ อารมณ์ กระแสไฟฟ้าในระบบประสาท ความรู้สึก การรับรู้ทางใจ ความตั้งใจ หรือจิตวิญญาณ เป็นไปในทางบวก

Rohatgi (2000 : 529-788) ได้ศึกษาการรักษาเอดส์ ไวรัสตับ และอื่นๆโดยใช้วิธีทางอายุรเวช (การแพทย์แผนโบราณ) Ayurvedic composition for the prophylaxis and treatment of AID, flu, TB and Other immuno-deficient and the process for preparing the same สรุพบว่าสมุนไพรที่ใช้ ได้แก่ มะขามป้อม ลูกใต้ใบ บอระเพ็ด โศภก้านพร้าว

Brinkhaus และคณะ (2000 : 427-448) ได้ศึกษาเกี่ยวกับตัวยาในการรักษาของชาวตะวันออกโดยพืชใบบัวบก (Chemical, pharmacology and clinical profile of the East Asia Medicalplant Centellaasiatica) สรุพบว่าใบบัวบกทำให้หลับสบาย การผ่อนคลายและช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของความทรงจำได้เป็นอย่างดี



Rowe (เทวัญ ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก Rowe. 1988 : 84) ได้ศึกษาเปรียบเทียบกลุ่มชาติพันธุ์สองกลุ่ม คือ กลุ่มชาติพันธุ์ Batak และ Ata เกี่ยวกับวิถีชีวิตทางสังคม สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ พบว่า กลุ่มชาติพันธุ์ทั้งสองมีความแตกต่างกัน ทางสังคม ความเชื่อ ในด้านของการจัดการต่อทรัพยากร และสิ่งแวดล้อมพบว่า กลุ่มชาติพันธุ์ทั้งสองมีความแตกต่างกัน โดยขึ้นอยู่กับปัจจัยสำคัญสองประการ คือ หนึ่งการเปลี่ยนแปลงของจำนวนประชากรและเปลี่ยนแปลงทางสังคม สองเงื่อนไขทางด้านทรัพยากร และสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ เนื่องจากกลุ่มชาติพันธุ์ดังกล่าว มีการอพยพโยกย้ายจากถิ่นหนึ่งไปยังอีกถิ่นหนึ่ง จากพื้นที่ราบไปอยู่พื้นที่สูง ดังนั้น ปัจจัยทางด้านสังคมสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ จึงเป็นปัจจัยสำคัญต่อวิถีชีวิตของกลุ่มชาติพันธุ์เหล่านั้น

จากผลการวิจัยข้างต้น การใช้ประโยชน์จากธรรมชาติสามารถบำบัดรักษาสุขภาพได้ในระดับเซลล์ โดยให้ความสำคัญถึงสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรมของการใช้ประโยชน์จากสมุนไพร แต่ขาดองค์ความรู้ในการอนุรักษ์ จึงมีความจำเป็นในการค้นหาคำตอบ เพื่อการอนุรักษ์ภูมิปัญญาของชุมชน ในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ได้คงอยู่อย่างยั่งยืน เพื่อให้ไม่สูญหายหรือน้อยลง

สรุปจากการศึกษาทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า การอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย การปลูกสมุนไพร เป็นสิ่งจำเป็นเนื่องจากอดีตการใช้สมุนไพร เป็นการเก็บจากธรรมชาติ แต่ไม่ได้มีการปลูกทดแทน ทำให้พืชสมุนไพรที่มีจำนวนลดลง จึงจำเป็นต้องมีการปลูกให้ได้จำนวนมากขึ้น ให้เพียงพอกับความต้องการ และให้ได้ผลผลิตที่มีคุณภาพ แต่ขาดองค์ความรู้ในการอนุรักษ์ภูมิปัญญาของชุมชน ให้มีการปลูกสมุนไพรให้คงอยู่อย่างยั่งยืนเพื่อไม่ให้สูญหายหรือน้อยลง



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัย เรื่องการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัยในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) โดยผู้วิจัยใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลในเชิงลึก (In-depth Study) ด้วยการวิเคราะห์เอกสาร (Document analysis) การสำรวจข้อมูล (Survey) การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participatory observation) การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non-Participatory Observation) การสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง (Unstructured Interview) การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structured Interview) การสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) และการประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshop seminar) โดยทำการเก็บข้อมูลภาคสนาม (Field study) เพื่อศึกษาการอนุรักษ์พืชสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ซึ่งมีขอบเขตและวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. ขอบเขตของการวิจัย
 - 1.1 เนื้อหา
 - 1.2 วิธีวิจัย
 - 1.3 ระยะเวลา
 - 1.4 พื้นที่ในการวิจัย
 - 1.5 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. วิธีดำเนินการวิจัย
 - 2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
 - 2.2 การเก็บรวบรวมข้อมูล
 - 2.3 การจัดทำข้อมูล
 - 2.4 การวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอผลวิเคราะห์ข้อมูล

ขอบเขตของการวิจัย

1. เนื้อหา

การศึกษาวิจัยเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ดังนั้น เพื่อประโยชน์ต่อการศึกษาค้นคว้าและตรงตามความมุ่งหมายที่ตั้งไว้ เนื้อหาที่ต้องการศึกษาได้แก่

- 1.1 เพื่อศึกษาภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
- 1.2 เพื่อศึกษาปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย



1.3 เพื่อศึกษารูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแล
สมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

ประเด็นที่ศึกษา

1. สสำรวจภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแล
สมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
2. วิเคราะห์ปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแล
สมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ได้แก่ ดิน, น้ำ, ปุ๋ย, ภูมิอากาศ ที่เหมาะสม
กับการปลูกสมุนไพรรักษาโรสดังกล่าว
3. ออกแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศ
ชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ซึ่งประกอบด้วย
 - 3.1 การคัดพันธุ์
 - 3.2 การเตรียมดิน
 - 3.3 การปลูก
 - 3.4 การให้น้ำ
 - 3.5 การให้ปุ๋ย
 - 3.6 การกำจัดวัชพืช
 - 3.7 การขยายพันธุ์
4. ประชุมปฏิบัติการ
5. แก้ไขปรับปรุง

2. วิธีการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการรวบรวมข้อมูลจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และทำการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม ที่เป็นความรู้เกี่ยวกับภูมิปัญญาพื้นบ้าน ในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ในประเด็นต่างๆ โดยเข้าไปเก็บข้อมูลตามหน่วยงาน องค์กรเอกชน รวมทั้งการเข้ารับการศึกษาดูงาน เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วนตรงตามจุดมุ่งหมายของการวิจัยและทำการวิจัยปฏิบัติการภาคสนามในแปลงทดลองปลูกสมุนไพรรักษาโรค โดยมีการให้หมายส่งเสริมให้เกษตรกรเรียนรู้ร่วมกันด้านการขยายพันธุ์สมุนไพรรักษาโรคและนอกจากนี้ได้มีการวิเคราะห์เอกสาร การสำรวจข้อมูล การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม การสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้างการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง การสนทนากลุ่ม และการประชุมเชิงปฏิบัติการ เพื่อให้ตัวแทนกลุ่มผู้รู้ กลุ่มผู้ปฏิบัติ และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป ได้พิจารณาความถูกต้องด้านเนื้อหา มีการบันทึกข้อมูล และนำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามมาจัดกระทำข้อมูลและตรวจสอบข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล จากนั้นทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้แนวคิดทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่ได้ศึกษามาเป็นแนวทางในการวิเคราะห์ข้อมูล โดยจำแนกตามความมุ่งหมายของการวิจัย และนำเสนอข้อมูลตามความมุ่งหมายของการวิจัยโดยการพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis) โดยดำเนินการดังนี้



2.1 การศึกษาข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย

2.2 การศึกษาเทคนิควิธีการสังเกต สัมภาษณ์ และการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพจากเอกสารต่างๆ เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับการเก็บข้อมูลภาคสนาม เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการลงพื้นที่ปฏิบัติจริงในพื้นที่วิจัย

2.3 การกำหนดแผนการวิจัยปฏิบัติการในภาคสนาม

ทั้งนี้การวิจัยปฏิบัติการ ประเด็นที่ศึกษาดำเนินการ ประกอบด้วย

1. สำรวจถิ่นกำเนิดการปลูกสมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย

2. วิเคราะห์ ดินแหล่งน้ำและปุ๋ย ที่เหมาะสมกับการปลูกสมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย

3. ออกแบบการอนุรักษ์ ประกอบด้วยขั้นตอนท้ายหน้านี้

4. ประชุมปฏิบัติการ

5. รูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรค

ตาราง 1 การออกแบบขั้นตอนการอนุรักษ์

การออกแบบขั้นตอนการอนุรักษ์ ประกอบด้วยวิธีการดังนี้		
ลำดับ	ขั้นตอน	วิธีการ
1	การคัดพันธุ์	เลือกชนิดหรือพันธุ์ที่ถูกต้อง, พันธุ์ที่ตลาดต้องการ, พันธุ์ต้านทานต่อโรค
2	การเตรียมดิน	- เก็บดินไปวิเคราะห์ - การไถพรวน, ใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก - จัดทำแปลง - กำหนดระยะเวลา
3	การปลูก	- ปลูกด้วยเมล็ด - การปลูกด้วยต้นกล้า - กิ่งชำหรือกิ่งตอน - ปลูกด้วยหัว, หน่อหรือเหง้า, ไหล
4	การให้น้ำ	- ฝน - ระบบการให้น้ำที่มีประสิทธิภาพ - ระยะเวลาให้น้ำ
5	การให้ปุ๋ย	- ปริมาณการใส่ปุ๋ย, ปุ๋ยอินทรีย์, ปุ๋ยคอก, ปุ๋ยหมัก
6	การกำจัดวัชพืช	- การใช้ยากำจัดวัชพืช หลีกเลี่ยงการใช้สารเคมี
7	การขยายพันธุ์	- การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อแบบธรรมชาติ

3. ขอบเขตในการวิจัย

ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษาวิจัย พร้อมกับจัดทำรายงานดัชนีพันธไว้เป็นระยะเวลาประมาณ 12 เดือน โดยเริ่มตั้งแต่เดือนมีนาคม พ.ศ. 2558 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2559 โดยมีการแบ่งการดำเนินงานออกเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้



ขั้นที่ 1 เป็นการศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร รายงานการวิจัย และบทความต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพรรักษาโรคโดยทั่วไป และสมุนไพรรักษาโรคที่กำหนดไว้ว่า จะวิจัยตามที่มีผู้ได้ทำการศึกษารวบรวมไว้ก่อนแล้ว ทั้งนี้ ก็เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานและแนวทางในการกำหนดหัวข้องานวิจัย เพื่อนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาต่อไป

ขั้นที่ 2 เป็นการศึกษาค้นคว้าในภาคสนามและการจัดทำรายงานคุณลักษณะ โดยเริ่มตั้งแต่เดือนมีนาคม พ.ศ. 2558 ไปจนถึงเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2559 ซึ่งมีแผนดำเนินการศึกษารวบรวม ดังนี้

4. พื้นที่ในการวิจัย

การกำหนดพื้นที่ในการวิจัย ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่ในการศึกษารวบรวมเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัช ผู้วิจัยได้เลือกพื้นที่วิจัยแบบเจาะจงที่เกี่ยวกับองค์ความรู้ที่เป็นภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรค ตามหน่วยราชการ และองค์กรเอกชน รวมทั้งสถาบันการศึกษา ผู้วิจัยได้เข้าสมัครเข้ารับการศึกษาอบรมในหน่วยงาน ที่ทำการเปิดอบรมในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหมายของการวิจัย และผู้วิจัยได้เลือกพื้นที่แบบเจาะจง เพื่อทำการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายตามคัมภีร์ภษัช ที่เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด เนื่องจากบริเวณแห่งนี้ เดิมเคยเป็นป่าไม้อุดมสมบูรณ์ไปด้วยทรัพยากรและพืชสมุนไพรมากมายหลายพันธุ์ แต่ปัจจุบันกลายเป็นป่าเสื่อมโทรม สาเหตุเนื่องจากการตัดไม้ทำลายป่า เพื่อทำไร่ทำนา ชาวบ้านส่วนใหญ่มีความคุ้นเคยกับสมุนไพรรักษาโรค พร้อมให้ความร่วมมือในการทำวิจัย ประชาชนที่อาศัยอยู่มีการจัดตั้งกลุ่มอนุรักษ์เกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคอย่างชัดเจน นอกจากนี้ยังมีมูลนิธิวัฒนธรรมศาสตร์ จัดตั้งโครงการศูนย์การเรียนรู้ วัฒนธรรมสมุนไพรรักษาโรคเพื่อสุขภาพ คณะวัฒนธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ให้การสนับสนุนในการจัดทำกิจกรรม ด้านสมุนไพรรักษาโรคอย่างต่อเนื่องเป็นที่ยอมรับของประชาชนทั่วไป โดยมีหน่วยราชการหรือหน่วยงานอื่น เช่นเทศบาลตำบลเชียงใหม่ ให้การสนับสนุนเรื่องสถานที่ปลูก และดำเนินกิจกรรมบางส่วน ดังนั้นผู้วิจัยจะได้เข้าไปศึกษากระบวนการปลูก การอนุรักษ์ และกระบวนการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาพัฒนาให้มีความเป็นสากล และถ่ายทอดไปยังบุคคล กลุ่มบุคคล สถาบันต่างๆ ที่สนใจต่อไป

5. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษา คือ ประชากรที่เกี่ยวข้องกับพื้นที่วิจัยที่อยู่ในตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ได้แก่ กลุ่มผู้รู้ (KI) เช่น นักวิชาการ ผู้ใหญ่บ้าน ประชาชน กลุ่มผู้ปฏิบัติ (CI) เช่น ผู้ผลิต ผู้ปลูก กลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป (GI) เช่น ผู้ซื้อ ผู้ใช้ เป็นต้น

กลุ่มตัวอย่าง ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Selection) จำนวน 82 คน ประกอบด้วยกลุ่มบุคคล 3 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้รู้ (Key Information) กลุ่มผู้ปฏิบัติ (Casual Information) และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป (General Information) ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1. กลุ่มผู้รู้ (Key Information) ได้แก่ กลุ่มบุคคลที่คาดว่าจะเป็นผู้ที่สามารถให้ข้อมูลในด้านวิชาการเชิงลึกเกี่ยวกับวัฒนธรรม และการสื่อสารผ่านสื่อวิทยุชุมชน เป็นผู้ที่ชุมชนและสังคมยอมรับ จำนวน 21 คน ประกอบด้วย



1.1 กลุ่มผู้รู้ภาครัฐ 5 คน ประกอบด้วย

1.1.1 นายกเทศมนตรี 1 คน

1.1.2 นักวิชาการเกษตร 2 คน

1.1.3 เจ้าหน้าที่สาธารณสุข 2 คน

1.2 กลุ่มผู้รู้ภาคชุมชน 16 คน ประกอบด้วย

1.2.1 หมอพื้นบ้านและหมอสุนไพร 2 คน

1.2.2 ผู้ใหญ่บ้าน (ในพื้นที่วิจัย) 2 คน

1.2.3 ปราชญ์ชาวบ้าน (ในพื้นที่วิจัย) 12 คน

2. กลุ่มผู้ปฏิบัติ (Casual Information) ได้แก่ ผู้ดำเนินการเพื่อให้ข้อมูลภาคสนามในเชิงการปฏิบัติการเกี่ยวกับ สภาพปัจจุบัน ปัญหา วิธีการใช้ และแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัยของชุมชนตำบลศรีเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 41 คน แบ่งเป็น

2.1 หัวหน้ากลุ่มสมุนไพร ได้แก่ หัวหน้ากลุ่มผู้ผลิต ผู้ปลูกสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายจาก 2 กลุ่มๆ ละ 1 คน รวม 2 คน

2.2 ผู้ปฏิบัติ ได้แก่ สมาชิกกลุ่มผู้ผลิต ผู้ปลูกสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชาย จาก 2 กลุ่มๆ ละ 20 คน รวม 40 คน

3. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป (General Information) เป็นบุคคลทั่วไปที่ไม่ได้เป็นสมาชิกของกลุ่ม ได้แก่ ผู้ซื้อ ผู้ใช้ และผู้ไม่ได้ใช้สมุนไพรในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชาย ซึ่งสามารถให้ข้อมูลเกี่ยวกับการปลูก วิธีใช้ประโยชน์ และแนวทางการพัฒนา การอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ในตำบลศรีเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 20 คน ดังตาราง 2

ตาราง 2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่าง (คน)
1. กลุ่มผู้รู้ (Key Information)		รวม 21 คน
1.1) กลุ่มผู้รู้ภาครัฐ ได้แก่		
- นายกเทศมนตรี	1	
- นักวิชาการเกษตร	2	
- เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	2	
1.2) กลุ่มผู้รู้ภาคเอกชน		
- หมอพื้นบ้านและหมอสุนไพร	2	
- ผู้ใหญ่บ้าน (ในพื้นที่วิจัย)	2	
- ปราชญ์ชาวบ้าน (ในพื้นที่วิจัย)	12	



ตาราง 2 (ต่อ)

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	รวมจำนวนกลุ่ม ตัวอย่าง (คน)
2. กลุ่มผู้ปฏิบัติ (Casual Information)		รวม 42 คน
- หัวหน้ากลุ่มสมุนไพรม	2	
- ผู้ปฏิบัติ ได้แก่ สมาชิกกลุ่มผู้ผลิต	40	
3. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป (General Information)		รวม 20 คน
- บุคคลทั่วไป เช่น ผู้ซื้อ ผู้ใช้ และผู้ไม่ใช่	20	

วิธีดำเนินการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรมไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ผู้วิจัยใช้เครื่องมือในการวิจัย (Research Tool) ในการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

1.1 แบบสำรวจ (Survey Form) ผู้วิจัยใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรมไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ซึ่งผู้วิจัยใช้กรอบความมุ่งหมายของการวิจัยมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสำรวจ

1.2 แบบสังเกต (Observation) ผู้วิจัยใช้การสังเกต 2 แบบ คือ

1.2.1 แบบสังเกตมีส่วนร่วม (Participatory Observation) โดยการเข้าไปในชุมชนและเข้าไปมีส่วนร่วม ในการอนุรักษ์สมุนไพรมไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เกี่ยวกับวิธีการนำข้อมูลองค์ความรู้เกี่ยวกับการใช้และพัฒนาว่ามีกระบวนการอย่างไร จากนั้นจะบันทึกข้อมูลที่สาคัญลงในแบบบันทึกการสังเกตในแต่ละวัน

1.2.2 แบบสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non-Participatory Observation) โดยการเข้าไปในชุมชนและสังเกตกระบวนการ ในการอนุรักษ์สมุนไพรมไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เกี่ยวกับวิธีการนำข้อมูลองค์ความรู้เกี่ยวกับการใช้และพัฒนาว่ามีกระบวนการอย่างไร จากนั้นจะบันทึกข้อมูลที่สาคัญลงในสมุดแบบบันทึกการสังเกตในแต่ละวัน

1.3 แบบสัมภาษณ์ (Interview Guide) ผู้วิจัยใช้แบบสัมภาษณ์ 2 แบบ คือ

1.3.1 แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง (Unstructured Interview)

เป็นการสัมภาษณ์ที่เปิดประเด็นซักถามแบบกว้างๆ เกี่ยวกับความเป็นมาของการอนุรักษ์สมุนไพรมไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เพื่อสัมภาษณ์ผู้รู้



1.3.2 แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structured Interview)

เป็นแบบสัมภาษณ์ที่มีคำถามกำหนดไว้แน่นอน นำแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างไปใช้ในการสัมภาษณ์ กลุ่มผู้รู้ ผู้ปฏิบัติ และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป โดยผู้วิจัยจะสัมภาษณ์ตามแบบที่กำหนดไว้ในกรอบความมุ่งหมายของการวิจัย เพื่อตอบคำถามการวิจัยว่า ความเป็นมาสภาพของการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เป็นอย่างไร สภาพปัจจุบัน ปัญหา และข้อเสนอแนะโดยใช้เทคนิคการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) เป็นการสัมภาษณ์แบบเปิดกว้างเพื่อนำคำตอบมาจับประเด็น และตีความหมายโดยใช้หลักทางทฤษฎี

1.4 แบบสนทนากลุ่ม (Focused Group) เป็นการสนทนากลุ่มหมอสุมไพร กลุ่มวัยรุ่น และกลุ่มผู้ใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพร ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไปประมาณกลุ่มละ 6-10 คน เพื่อให้ได้ข้อมูลที่จะนำไปกำหนดรูปแบบแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

1.5 การประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshop Seminar) เป็นการประชุมโดยนำตัวแทนแต่ละกลุ่มในระดับผู้นำกลุ่มมาประชุม ผู้วิจัยนำร่างรูปแบบแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรจากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่ม ซึ่งจัดทำเป็นร่างนำเสนอที่ประชุม เพื่อพิจารณาร่างรูปแบบแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัยปฏิบัติการ

1. การสร้างเครื่องมือ

1.1 ศึกษาจากเอกสารแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย

1.2 นำผลการวิเคราะห์ที่ได้จากแนวคิดทฤษฎีงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และจากการศึกษาเบื้องต้นมาสร้างกรอบเนื้อหาของแบบสอบถาม

2. การทดสอบเครื่องมือ

การทดสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือ ด้วยวิธีการนำแบบสอบถามไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้มีความถูกต้องของภาษาและความครอบคลุมเนื้อหาให้มีความถูกต้องสมบูรณ์มากที่สุด

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาวิจัยเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งเป็นการศึกษาสภาพแวดล้อมความเป็นจริง เพื่อพัฒนารูปแบบแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพร จังหวัดร้อยเอ็ด ให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มผู้ฟังและสภาพของสังคม โดยอภิปรายผลแบบพรรณนาผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

2.1 ศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องซึ่งได้จากแหล่งต่างๆ เพื่อศึกษาองค์ความรู้เรื่องการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย โดยทำการศึกษาจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ ตำรา



คู่มือหนังสือ บทความ อินเทอร์เน็ต รายงานการวิจัย และวิทยานิพนธ์ เพื่อนำมาเป็นกรอบแนวความคิดการวิจัย

2.2 ศึกษาจากภาคสนาม เพื่อศึกษาเชิงลึกในพื้นที่วิจัยกับกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้รู้ กลุ่มผู้ปฏิบัติ และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไปโดยการใช้เครื่องมือวิจัย ได้แก่ การสำรวจ การสังเกต การสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม และการประชุมเชิงปฏิบัติการ

2.2.1 การสำรวจ ได้แก่ การรวบรวมข้อมูลพื้นฐานจากประชากรเกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

2.2.2 การสังเกต ได้แก่ แบบสังเกตแบบมีส่วนร่วม แบบสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม ผู้วิจัยจะทำการสังเกตกระบวนการในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ว่ามีรายละเอียดและขั้นตอนอย่างไร และบันทึกไว้โดยแบบสังเกต

2.2.3 การสัมภาษณ์ ได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง และการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง ทำการสัมภาษณ์ตามโครงสร้างคำถามที่เปิดกว้าง เพื่อนำคำตอบมาจับประเด็นและตีความหมาย โดยใช้หลักทางทฤษฎี

2.2.4 การสนทนากลุ่ม เป็นการสนทนากลุ่มแพทย์แผนไทย ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป ประมาณกลุ่มละ 5-7คน เปิดโอกาสให้ทุกคนได้มีโอกาสอภิปรายซักถาม และให้ข้อเสนอแนะเป็นไปตามจุดมุ่งหมายและประเด็นการวิจัยที่ตั้งไว้ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่จะนำไปกำหนดรูปแบบแนวทาง การในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

2.2.5 การประชุมเชิงปฏิบัติการเป็นการประชุมผู้ทรงคุณวุฒิและตัวแทนแต่ละกลุ่มในระดับผู้นำกลุ่มมาประชุม ผู้วิจัยนำร่างรูปแบบแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพร จากการสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม ซึ่งจัดทำเป็นร่างนำเสนอที่ประชุม เพื่อพิจารณาร่างรูปแบบแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

3. การจัดทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 การจัดทำข้อมูล

3.1.1 นำข้อมูลที่ได้นำมาสรุปและจัดหมวดหมู่ เพื่อหาคำตอบให้เป็นไปตามความมุ่งหมายของการวิจัย

3.1.2 ข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation) (ทรงคุณ จันทจร. 2553 : 88) คือ การแสวงหาความเชื่อถือได้ของข้อมูลจากแหล่งที่แตกต่าง หากมีข้อมูลส่วนใดที่ยังไม่สมบูรณ์ ผู้วิจัยจะทำการเก็บข้อมูลเพิ่มเติมในส่วนที่ขาดหายไป จากนั้นผู้วิจัยจะนำมาวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ประเด็นที่กำหนดไว้ โดยใช้แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เป็นแนวทางในการวิเคราะห์ข้อมูล และอธิบายผลตามจุดมุ่งหมายของการวิจัยและตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล โดยนำข้อมูลกลับไปให้ผู้ให้ข้อมูลอ่านหรือกลับไปสอบถามผู้ให้ข้อมูลซ้ำอีก เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ตรงกับความ เป็นจริงเพื่อสะท้อนให้เห็นว่าข้อมูลหลักฐาน และผลการวิจัยที่อาศัยการตีความหมายของข้อมูล หลักฐานที่เก็บรวบรวมมาได้ว่ามีความไว้วางใจได้ มีความถูกต้อง ตรงตามความเป็นจริงที่น่าเสนอ



ในทางปฏิบัติจะกระทำโดยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลจากหลายแหล่ง (Data Triangulation) และสามารถเข้าถึงข้อเท็จจริงที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยที่ผู้วิจัยสืบค้นหาคำตอบได้อย่างละเอียดครบถ้วน

3.2 การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์เนื้อหาจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง จากที่ได้ตามข้อ 2 (2.3 การออกแบบการวิจัยปฏิบัติการ) และข้อมูลที่ได้จากประชากรและกลุ่มตัวอย่างตามข้อ 5

4. การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ ข้อมูลเป็นกลุ่มตามความมุ่งหมายการวิจัย ดังนี้ ประการแรกเพื่อศึกษาความเป็นมา ของสภาพการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ประการที่สองเพื่อศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหา และข้อเสนอแนะของการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย และประการที่สามเพื่อพัฒนารูปแบบแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย โดยการวิเคราะห์ตามกรอบแนวคิด ทฤษฎีรวมทั้งกรอบแนวคิดของเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และนำเสนอข้อมูลพร้อมภาพประกอบในลักษณะ วิธีการพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis) ดังตาราง 3

ตาราง 3 แผนการดำเนินการวิจัยเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

ความมุ่งหมาย	วิธีดำเนินงาน	เครื่องมือในการเก็บข้อมูล	กลุ่มตัวอย่าง
1. เพื่อศึกษาภูมิปัญญาพื้นบ้าน ในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย	1. ศึกษาจากเอกสาร 2. ศึกษาจากการสัมภาษณ์	- แบบสำรวจ - แบบสัมภาษณ์ แบบไม่มีโครงสร้าง	- กลุ่มผู้รู้ - กลุ่มผู้ปฏิบัติ
2. เพื่อศึกษาปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย	1. ศึกษาจากการสัมภาษณ์ 2. ศึกษาจากการสนทนากลุ่ม	- แบบสัมภาษณ์ แบบมีโครงสร้าง - แบบสังเกต - การสนทนากลุ่ม	- กลุ่มผู้รู้ - กลุ่มผู้ปฏิบัติ - กลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป
3. เพื่อศึกษารูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย	การประชุมเชิงปฏิบัติการ	- การประชุมเชิงปฏิบัติการ	- กลุ่มผู้รู้ - กลุ่มผู้ปฏิบัติ - กลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป



ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

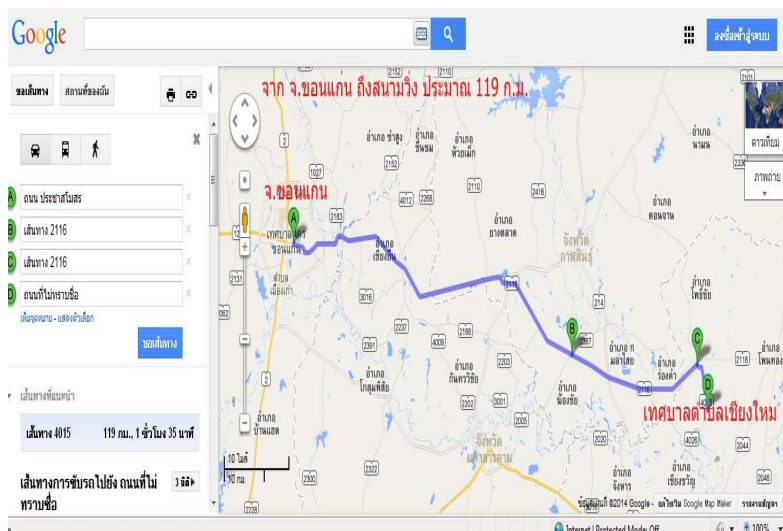
การวิจัยเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย เป็นงานเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ศึกษาปัญหาและแนวทางในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย และเพื่อพัฒนารูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาและได้มีการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการศึกษาจากเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องการสำรวจภาคสนาม การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง การสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง การสนทนากลุ่ม และการประชุม เชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิจัยดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

จากการศึกษาชุมชนในพื้นที่ศึกษาการสัมภาษณ์ การสังเกต และการสนทนากลุ่ม ในกลุ่ม ผู้รู้ กลุ่มผู้ปฏิบัติ และกลุ่มที่เกี่ยวข้องทั่วไป ในพื้นที่และหน่วยศึกษาการวิเคราะห์ข้อมูล ได้ข้อสรุป สอดคล้องกันว่าชุมชนในเขตเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ดำเนินชีวิตโดยใช้สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพทางเพศชายตามคัมภีร์กษัย รักษาสุขภาพเบื้องต้นและการประกอบอาหารมาตั้งแต่อดีต และยังปฏิบัติจนถึงปัจจุบัน คนในชุมชนต่างมีจิตใจที่โอบอ้อมอารี อยู่กันอย่างสันติ มีสิ่งใดมักช่วยเหลือกัน แบ่งปันกัน ใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย โดยพึ่งพาธรรมชาติมีการเก็บของป่ามาเป็นอาหารเพื่อการบริโภค ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพกสิกรรม นับถือศาสนา ยึดหลักศาสนาเป็นที่พึ่งทางใจ นอกจากนี้ยังมีความเชื่อทางไสยศาสตร์ ทรงเจ้าเข้าผี สิ่งเร้นลับเหนือธรรมชาติ หมอคู่ ฤกษ์ยาม เกี่ยวกับการปลูกเสกลงคาถาอาคม อีกทั้งมีความศรัทธา ยึดมั่นในภูมิปัญญาและคำอบรมสั่งสอนของบรรพบุรุษ สืบต่อกันมา (กสิกรรมพืชเชิงเดี่ยว ป่ายืนยง ทำให้ป่าถูกทำลาย)

ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย มีการสืบทอดจากบรรพบุรุษด้วยวิธีท่องจำ จากตำราหรือใบลานสมุดข่อย มีการรวบรวมและแปลความหมายจากหลักฐานต่างๆ นั้น ซึ่งได้จากความรู้และประสบการณ์จากผู้สืบทอด ความรู้เกี่ยวกับ การคิดพันธุ์ การเตรียมดิน การปลูก การให้น้ำ การให้ปุ๋ย การกำจัดวัชพืช การขยายพันธุ์ ดังนั้นบุคลากรผู้รู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ควรแก่การส่งเสริมและให้มีบทบาทสำคัญแก่ชุมชน และสังคม สรุปภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา ณ เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอ โพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ในภาพรวมตามลำดับดังนี้





ภาพประกอบ 2 แผนที่แสดงตำแหน่งเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด

ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กริษย ของคนในชุมชนเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด เมื่อครั้งอดีตชุมชนเชียงใหม่แห่งนี้ มีการอพยพของคนกลุ่มหนึ่งมาจากบ้านสวนอ้อย เมืองน้อย ปัจจุบันคือ อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด มีหัวหน้าคณะชื่อว่า “เฒ่าศรีเชียงใหม่” และรองหัวหน้า ชื่อว่า “พราณเซ็งลา” มาอยู่ที่เนินหนองจอก ปัจจุบันอยู่ทางทิศตะวันออกห่างจากบ้านเชียงใหม่ 4 กิโลเมตร ต่อมาเกิดโรคระบาดและฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล เฒ่าศรีเชียงใหม่ และพราณเซ็งลา ได้พาคณะย้ายมาอยู่บ้านโนนบ้านแต่ ปัจจุบันคือ บ้านโนนแต่ อยู่ทางตะวันออกของบ้านเชียงใหม่ เดิมพื้นที่แห่งนี้อุดมไปด้วยป่าไม้ทึบ มีสัตว์ป่าอาศัยอยู่มากมาย เช่น นกยูง อีเก้ง อีแร้ง กวาง หมูป่า โดยเฉพาะสมุนไพรที่อยู่ในป่ามากมายหลายร้อยหลายพันชนิด ต่อมาความเจริญได้เข้ามาสู่ชุมชนแห่งนี้ ทำให้มีการตัดไม้ทำลายป่าเพื่อสร้างถนนหนทาง นอกจากนี้ยังมีการบุกรุกทำลายป่า เพื่อสร้างที่อยู่อาศัยและแหล่งทำมาหากิน ปลูกพืชไร่ต่างๆ บางครั้งชาวบ้านทำไร่เลื่อนลอย จนทำให้พื้นที่ที่เคย อุดมสมบูรณ์เกิดความแห้งแล้ง จนป่าหมดไปเป็นจำนวนมาก ปัจจุบันเหลือเพียงป่าชุมชน ซึ่งอยู่ไม่ไกลจากเขตเทศบาลตำบลเชียงใหม่เท่าใดนัก จากการสืบทอดประสบการณ์จากบรรพบุรุษ ในการนำสมุนไพรมาใช้ส่วนใหญ่ผู้รู้เกี่ยวกับเรื่องสมุนไพร จะมีเพียงหมอพื้นบ้านหรือหมอสมุนไพรและพราณป่าเท่านั้น แต่ปัจจุบันหมอพื้นบ้านหรือหมอสมุนไพร และพราณป่าได้เสียชีวิตลงจนเหลือเพียงไม่กี่คน ในชุมชนแห่งนี้ ประกอบการแล้วทางป่าเพื่อปลูกพืชเชิงเดี่ยว เช่น มันสำปะหลัง ต้นยาง และต้น ยูคาลิปตัส ไม่มีการปลูกพืชหมุนเวียน ทำให้ดินขาดการบำรุง ใส่ปุ๋ยเคมีในการปลูกพืชจึงทำให้ดิน เสื่อมโทรม ทำให้เขารู้ว่าสมุนไพรแต่ละชนิด มีการเก็บเวลาใด ฤดูกาลใด เก็บส่วนไหน ราก, หัว, ต้น, กะพี้, แก่น, เปลือก, ใบ, ดอก, เกสร, ผล, เมล็ด อีกทั้งรูป สี, กลิ่น, รส เพื่อนำมาปรุงเป็นยาในการรักษาดูแลสุขภาพ ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพร ได้รับการสืบทอดจากบรรพบุรุษ และการนำไปใช้ประโยชน์ โดยบูรณาการศาสตร์ของความเชื่อเกี่ยวกับการอนุรักษ์ตามภูมิปัญญาอย่างชาญฉลาดและประสบการณ์จากการสัมภาษณ์หมอพื้นบ้าน และการสนทนากลุ่มของประชาชน พบว่า การจะอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศ



ชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย จำเป็นต้องดำเนินการตามหลักวิชาการของขั้นตอนแต่ละอย่าง ประกอบด้วย การคัดพันธุ์ การเตรียมดิน การปลูก การให้น้ำ การให้ปุ๋ย การกำจัดวัชพืช/แมลง และการขยายพันธุ์ เขตพื้นที่ตัวอย่างการศึกษาโครงการเรียนรู้วัฒนธรรมสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ตำบล เชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรที่เกี่ยวข้องกับการดูแล สมรรถภาพทางเพศชายตามคัมภีร์กษัย ตามลำดับขั้นตอนดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 โครงการศูนย์เรียนรู้วัฒนธรรมสมุนไพรเพื่อสุขภาพ เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด

1. การคัดพันธุ์

พันธุ์ที่จะปลูกควรจะต้องตรงตามความต้องการ ของการรักษาโรคตามคัมภีร์กษัย และ ต้องให้ปริมาณโอสถ สารสำคัญที่ใช้ทำยาได้อย่างสมบูรณ์ การตรวจสอบชื่อและลักษณะประจำพันธุ์ ที่ถูกต้อง ไม่มีการปะปนของพันธุ์ที่ไม่ได้มาตรฐาน หรือพันธุ์ที่ไม่ต้องการ ปลอดภัยศัตรูพืช โรคหรือ แมลง ควรเป็นพันธุ์ที่นิยมปลูก เจริญเติบโตได้ดี และคุ้มค่า



ภาพประกอบ 4 ผู้วิจัยได้เข้าไปแปลงปลูกกระชายที่ จังหวัดนครปฐม เพื่อขอคัดพันธุ์เตรียมนำไปปลูก ในแปลงทดลองที่โครงการศูนย์เรียนรู้วัฒนธรรมสมุนไพรเพื่อสุขภาพ จังหวัดร้อยเอ็ด



การคัดเลือกพันธุ์ที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมในท้องถิ่น เพราะพันธุ์พื้นบ้านจะมีความต้านทานต่อโรคและแมลง ดีกว่าพันธุ์จากต่างถิ่น พันธุ์พื้นบ้านมีความอดทนและเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมของพื้นที่ การที่เราเลือกใช้พันธุ์ในท้องถิ่น ซึ่งมักจะต้านทานต่อโรคและแมลงที่ระบาดมาก ในพื้นที่นั้นๆ แล้ว ความจำเป็นในการใช้ปัจจัย การปลูกจากภายนอกเพื่อควบคุมและกำจัดแมลง และโรคก็จะลดลง รวมทั้งเป็นการลดค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาอีกด้วย (บัวลอง ผกาภค. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 5 การคัดพันธุ์มะม่วงต้น



ภาพประกอบ 6 การคัดพันธุ์โตไม่รู้ล้ม



2. การเตรียมดิน

ดินที่จะใช้ปลูกสมุนไพรควรมีขนาดความกว้าง ยาว ของที่ดินเป็นอย่างไร หากที่ดินมีขนาดกว้าง มีต้นไม้อื่นๆ ขึ้นต้องตัดต้นไม้เหล่านั้นออกไป หากมีวัชพืชขึ้นปกคลุมจะต้องเอาวัชพืชนั้นออกไปด้วย เพราะเมื่อปลูกสมุนไพรวัชพืชได้มาแย่งอาหาร แย่งแสงแดด และสายลมที่เป็นประโยชน์ต่อสมุนไพร



ภาพประกอบ 7 การไถพรวนดินก่อนปลูกสมุนไพรในแปลงทดลองปลูกสมุนไพร



ภาพประกอบ 8 การเตรียมดินปลูกสมุนไพรแบบยกร่องในแปลงทดลองปลูกสมุนไพร



ผลการวิจัยพบว่า การเตรียมดินที่จะใช้ปลูกสมุนไพร ชั้นแรกต้องปลูกพืชบำรุงดิน เช่น ปอเทืองลงในแปลงที่จะปลูก เมื่อปอเทืองโตเต็มที่แล้วเก็บเมล็ดปอเทืองไว้ทำพันธุ์ ใช้รถแทรกเตอร์ ไถพรวนดินกลบต้นปอเทืองไว้เป็นอาหารบำรุงดินแก่ต้นสมุนไพร พร้อมกันนั้นควรใส่ปุ๋ยคอกหรือเศษใบไม้ เช่น ก้ามปู หรือปุ๋ยอินทรีย์ลงไปด้วยก็ได้ (ทองเยี่ยม ทนุวรรดี. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 9 การปลูกปอเทืองในแปลงก่อนปลูกสมุนไพร



ภาพประกอบ 10 การเตรียมดินเพื่อปลูกสมุนไพรในแปลงทดลองปลูกสมุนไพรในแปลงทดลองปลูกสมุนไพร



3. การปลูก

หลังจากการเตรียมดินดีแล้วพร้อมที่จะปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ เตรียมขุดหลุมปลูก ดูปืชที่เราจะปลูกว่ามีขนาดต้นเล็ก กลาง หรือขนาดใหญ่ ตามที่ขุดหลุมเอาไว้ เมื่อขุดหลุมแล้วตากดินเอาไว้ เมื่อตากดินได้ที่แล้วนำปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก มาคลุกเคล้าผสมกับดินที่ขุดขึ้นมาเสียก่อน แล้วรดน้ำให้ชุ่มพอสมควร นำต้นกล้าสมุนไพรมะเขือเทศลงปลูก แต่ต้องระมัดระวังอย่าให้เกิดการซ้ำ โดยนำพันธุ์สมุนไพรมะเขือเทศออกจากถุงที่เพาะชำเอาไว้ด้วยความระมัดระวัง อย่าให้รากกระทบกระเทือนหรือฉีกขาด เนื่องจากต้นกล้ายังอ่อนแออยู่ ถ้าเราขุดจากแปลงเพาะต้องขุดขึ้นมาอย่าให้รากขาด การขุดต้องมีดินติดรากขึ้นมาให้มากที่สุด สมุนไพรมะเขือเทศที่นำมาปลูกจากกระถาง เวลาจะเอาออกจากกระถางเพื่อปลูกให้นำน้ำรดจนชุ่มมากๆ ห้ามทุบกระถางทิ้ง จากนั้นใช้มือประคองกระถางแล้วคว่ำลง ดินในกระถางจะหลุดออกมาได้ง่าย แล้วรีบนำไปปลูกในหลุมที่เตรียมไว้โดยเร็ว ส่วนสมุนไพรมะเขือเทศที่อยู่ในถุงพลาสติกเพาะชำ เวลาจะปลูกต้องเอา มีดกรีดถุงพลาสติกออกไป แล้วนำไปลงหลุมปลูกทันที



ภาพประกอบ 11 การปลูกสมุนไพรมะเขือเทศในแปลงทดลองปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ

การปลูกสมุนไพรมะเขือเทศต้องวางต้นสมุนไพรมะเขือเทศตรงกลางหลุม โดยใช้ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก รองกันหลุมสูงให้ได้ระดับรากและลำต้นให้เหมาะกับปากหลุม เสร็จแล้วกลบดินให้แน่น แล้วใช้มือกดให้แน่นพอสมควร ควนพูนดินให้เป็นโคกสูงเพื่อป้องกันน้ำขัง หาเศษฟางแห้งคลุมดินเอาไว้รอบๆ โคนต้นสมุนไพรมะเขือเทศที่ปลูกเพื่อป้องกันลมพัด ทำให้ต้นโยกคลอน หาไม้ปักทำเป็นเสาแล้วผูกเชือก เพื่อไม่ให้กระแสลมพัดต้นสมุนไพรมะเขือเทศไปมาได้ (เพชร หนองหาร. 2558 : สัมภาษณ์)



การปลูกควรปลูกในเวลาพลบค่ำ เพราะแสงแดดในเวลากลางวันจะร้อน อาจทำให้ต้นสมุนไพรมเหี่ยวเฉา และตายในที่สุดเพราะต้องแสงแดดมากเกินไป การปลูกตามขั้นตอนดังกล่าว จะทำให้ต้นสมุนไพรได้รับน้ำอย่างเต็มที่ ขณะเดียวกันแสงแดดก็ไม่มีแล้ว ทำให้ต้นสมุนไพรที่ปลูก สดชื่น พืชตัวเร็ว และเจริญงอกงามอย่างสมบูรณ์เต็มที่ (บัวทอง ผกาทศ. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 12 แปลงปลูกสมุนไพรกระชาย



ภาพประกอบ 13 แปลงปลูกสมุนไพรชะพลู



4. การให้น้ำ

น้ำถือเป็นปัจจัยสำคัญในการปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ ถ้าไม่มีน้ำถือว่าไม่สามารถทำการปลูกสมุนไพรมะเขือเทศได้เลย ส่วนใหญ่อาศัยน้ำจากน้ำฝน น้ำตามลำคลองหนองบึง หรือน้ำบาดาล น้ำที่ใช้บริโภคหรือทำการเกษตรควรเป็นน้ำที่มีคุณภาพเหมาะสม ไม่มีสิ่งเจือปน ส่วนใหญ่น้ำจากแหล่งน้ำตามธรรมชาติ มักจะไม่ค่อยมีปัญหาในการปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ ได้แก่ น้ำฝน ถึงแม้จะมีสิ่งปะปนบ้าง หรือกรดเล็กน้อยแต่ก็ถือว่ามีความปลอดภัยกว่าแหล่งน้ำอื่นๆ ควรเลือกใช้ระบบให้น้ำที่มีประสิทธิภาพสูง สะอาด และมีน้ำเพียงพอสามารถให้น้ำได้สม่ำเสมอ ตามความเหมาะสม



ภาพประกอบ 14 การเจาะบ่อบาดาลเพื่อนำน้ำมาใช้ในพื้นที่ทดลอง

การให้น้ำต้องดูว่าสมุนไพรมะเขือเทศแต่ละชนิด มีความต้องการน้ำมากน้อยเพียงใด แต่โดยปกติควรให้น้ำวันละ 1 ครั้ง ไม่ควรให้น้ำมากเกินไป หนึ่งสัปดาห์ไม่ให้เกิดแปลงปลูกสมุนไพรมะเขือเทศแห้งเกินไป ถ้าแห้งต้องรีบให้น้ำทันที ประการสำคัญต้องให้น้ำจนกว่าสมุนไพรมะเขือเทศที่ปลูกใหม่จะตั้งตัวได้ (สวัสดี คำลัษณ์. 2558 : สัมภาษณ์)





ภาพประกอบ 15 การให้น้ำในแปลงปลูกสมุนไพรมะนาว

5. การให้ปุ๋ย

ปุ๋ยเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเจริญเติบโตของสมุนไพรมะนาว ปุ๋ยมีหน้าที่เพิ่มผลผลิต และคุณภาพในการปรับปรุงดิน การให้ปุ๋ยจะมีผลต่อปริมาณโอสตราสสารสำคัญ และทำให้สมุนไพรมะนาวมีคุณภาพมากขึ้น การให้ปุ๋ยที่ดีปกติจะใส่ก่อนปลูก โดยการรองก้นหลุมด้วยปุ๋ยดอก หรือปุ๋ยอินทรีย์ การให้ปุ๋ยควรให้ อย่างสม่ำเสมอ 1-2 เดือนต่อครั้ง โดยดูจากสมุนไพรมะนาวที่ปลูกใส่แบบระหว่างต้น หรือใส่รอบๆโคนต้น หรือบริเวณทรงพุ่มของต้นสมุนไพรมะนาวก็ได้ ปุ๋ยอินทรีย์เป็นปุ๋ยที่เหมาะสมกับสมุนไพรมะนาวอย่างมาก มีธาตุอาหารปริมาณไม่สูงมากนัก แร่ธาตุแต่ละตัวมีประโยชน์ต่อสมุนไพรมะนาวอย่างช้าๆ สม่ำเสมอ และยังช่วย ให้ดินอุ้มน้ำได้ดีอีกด้วย



ภาพประกอบ 16 ตัวอย่างปุ๋ยหมักที่ใช้ในแปลงปลูกสมุนไพรมะนาว





ภาพประกอบ 17 การใส่ปุ๋ยหมักในแปลงปลูกสมุนไพร

การให้ปุ๋ยแก่ต้นสมุนไพรควรทำแบบเกษตรธรรมชาติ เช่น มูลวัว มูลควาย ขี้เถ้า แกลบ หรือใบไม้แห้งๆ ใส่ลงดินทำให้ดินมีความชุ่มชื้น อากาศถ่ายเทได้สะดวก ดินมีความร่วนซุย ทำให้สมุนไพร มีการเจริญเติบโตได้ดี แข็งแรงป้องกันโรคและแมลงได้อีกด้วย (แสวง เสนารัตน์. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 18 การให้ปุ๋ยสมุนไพรไทยแบบธรรมชาติใบไม้แห้งที่แปลงทดลอง



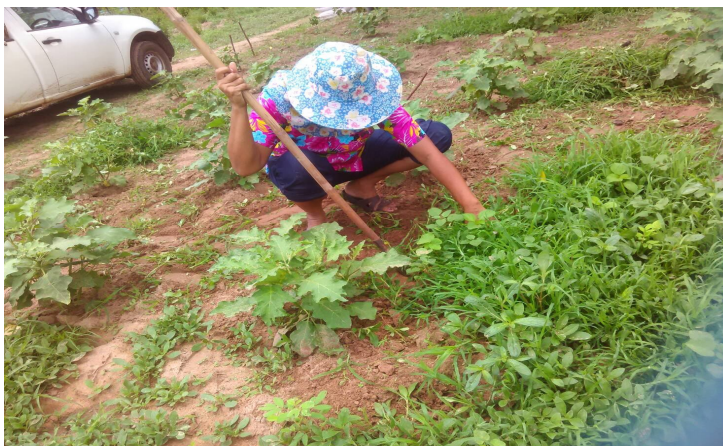


ภาพประกอบ 19 การให้ปุ๋ยสมุนไพรมะเขือเทศที่แปลงทดลอง

6. การกำจัดวัชพืช

วัชพืชคือพืชอื่นๆ ที่เราไม่ต้องให้ขึ้นในแปลงสมุนไพรมะเขือเทศ วัชพืชทนความร้อน ทนฝน ทนหนาว และขยายพันธุ์ออกลูกหลานได้มาก วัชพืชแย่งน้ำ อาหาร และแสงแดด ทำให้สมุนไพรมะเขือเทศเจริญเติบโตช้า ไม่แข็งแรง แมลงต่างๆ ชอบหลบซ่อนอยู่กับวัชพืช รวมทั้งเชื้อโรคต่างๆ ด้วย วัชพืชทำความเสียหายแก่สมุนไพรมะเขือเทศทั้งทางตรงและทางอ้อม ทำให้ผลผลิตลดลง สมุนไพรมะเขือเทศ คุณภาพของผลผลิตสมุนไพรมะเขือเทศลดลง การกำจัดวัชพืชในแปลงสมุนไพรมะเขือเทศ บางครั้งวัชพืชที่เกิดขึ้นเนื่องจากการปลอมปนของเมล็ดวัชพืชที่มากับสมุนไพรมะเขือเทศ หรือกับการใส่ปุ๋ย วัชพืชบางชนิดมีพิษเป็นอันตรายต่อคนและสัตว์ ต้องหมั่นดูแลและเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดในการกำจัดวัชพืช ควรใช้วิธีถอนด้วยแรงงานคนหรือใช้จอบ เสียม ในการกำจัดวัชพืช เวลากำจัดวัชพืชต้องระมัดระวังอย่าให้กระทบกระเทือนต่อต้นสมุนไพรมะเขือเทศ (หนูลัย แก้วคำ. 2558 : สัมภาษณ์) เนื่องจากมีการปลอมปนของเมล็ดวัชพืช การพ่นยา การใส่ปุ๋ย และการเก็บเกี่ยวมีปัญหาและอุปสรรคมาก หากมีวัชพืชอยู่ในแปลง วัชพืชบางชนิดมีพิษอาจเป็นอันตรายต่อคนและสัตว์ได้ การกำจัดวัชพืชโดยใช้คนถอนด้วยมือและใช้จอบ ฉะนั้นการกำจัดวัชพืชต้องดูแล และเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดเป็นพิเศษ





ภาพประกอบ 20 การกำจัดวัชพืชในแปลงปลูกสมุนไพรโดยการถอนหรือถางออกจากแปลง

7. การขยายพันธุ์พืชสมุนไพร

การขยายพันธุ์ หมายถึง การเพิ่มจำนวนต้นสมุนไพร และพันธุ์ที่มีอยู่ให้เพิ่มมากขึ้น โดยไม่ได้นำมาจากที่อื่น ทั้งยังคงพันธุ์ในด้านลักษณะ คุณสมบัติและคุณภาพที่ดีไว้ให้เหมือนเดิม หรือให้ดียิ่งขึ้นไปด้วย การขยายพันธุ์พืชสมุนไพร ต้องรักษาพันธุ์ดั้งเดิมหรือพันธุ์พื้นเมืองไม่ให้สูญเสียพันธุ์ หรือปรับปรุงพืชสมุนไพรใหม่ให้ดีขึ้นกว่าเก่า โดยการหาพันธุ์สมุนไพรในแต่ละชนิด แต่ละพันธุ์ต้องทนต่อโรค เป็นการเพิ่มจำนวนสมุนไพรให้มากขึ้น วิธีการขยายพันธุ์พืชมีหลายวิธี เช่น การเพาะเมล็ด การปักชำ และการเพาะเนื้อเยื่อ ซึ่งวิธีการที่ทันสมัยที่สุดในปัจจุบัน (แสวง เสนารัตน์. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 21 การขยายพันธุ์สมุนไพรแบบปักชำ

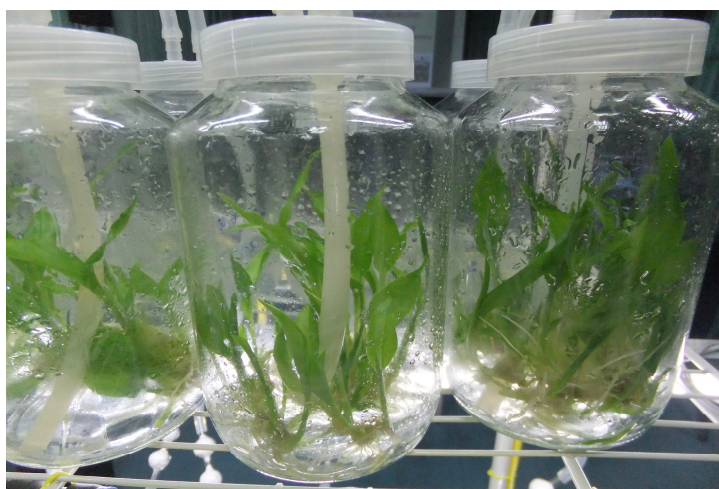




ภาพประกอบ 22 การขยายพันธุ์สมุนไพรรูปแบบเพาะเมล็ด



ภาพประกอบ 23 การขยายพันธุ์สมุนไพรรูปแบบใช้หัว



ภาพประกอบ 24 การขยายพันธุ์สมุนไพรรูปแบบเพาะเนื้อเยื่อ



สรุปได้ว่า ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทย อายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ในพื้นที่วิจัย เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ดังนี้

ขั้นตอนตามภูมิปัญญาพื้นบ้าน ได้แก่ การคัดพันธุ์ พันธุ์ที่จะปลูกควรจะต้องตรงตามความต้องการ ของการรักษาโรค สารสำคัญที่ใช้ทำยาได้อย่างสมบูรณ์ ปลอดภัยศัตรูพืช โรคหรือแมลง คัดเลือกพันธุ์ ที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม เพราะพันธุ์พื้นบ้านจะมีความต้านทานต่อโรคและแมลง, การเตรียมดิน ดินที่จะใช้ปลูกสมุนไพรควรมีขนาดความกว้าง ยาว ของที่ดินเป็นอย่างไร หากที่ดินมีขนาดกว้าง มีต้นไม้อื่นๆ ขึ้นต้องตัดต้นไม้เหล่านั้นออกไป ไถพรวนดินบริเวณที่จะปลูกให้ทั่ว โดยใช้รถแทรกเตอร์ หลังจากไถพรวนดินแล้วควรใส่ปุ๋ยคอกหรือเศษใบไม้ต่างๆ เพื่อบำรุงดินให้มีอาหารของสมุนไพรที่จะปลูกอาจจะใส่ปุ๋ยหมัก หรือปุ๋ยอินทรีย์, การปลูกหลังจากการเตรียมดินพร้อมที่จะปลูกสมุนไพร เมื่อขุดหลุมแล้วตากดินเอาไว้ เมื่อตากดินได้ที่แล้วนำปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก มาผสมกับดินที่ลดน้ำให้ชุ่มพอสมควร นำต้นกล้าสมุนไพรลงปลูก นำพันธุ์สมุนไพรออกจากถุงที่เพาะชำเอาไว้ด้วยความระมัดระวัง ถ้าเราขุดจากแปลงเพาะต้องขุดขึ้นมาอย่าให้รากขาด สมุนไพรที่นำมาปลูกจากกระถาง เวลาจะเอาออกจากกระถาง รดน้ำให้ชุ่ม จากนั้นใช้มือประคองกระถางแล้วคว่ำลง แล้วรีบนำไปปลูกในหลุมที่เตรียมไว้ ส่วนสมุนไพรที่อยู่ในถุงพลาสติกเพาะชำ เวลาจะปลูกต้องเอามือกรีดถุงพลาสติกออกแล้วนำไปลงหลุมปลูกทันที เวลาปลูกวางต้นสมุนไพรลงตรงกลางหลุม โดยใช้ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก รองกันหลุมกลบดินให้แน่น หาเศษฟางแห้งคลุมดินเอาไว้รอบๆ โคนต้นที่ปลูกป้องกันลมพัดต้นโยกคลอน การปลูกควรปลูกในเวลาพลบค่ำ เพราะแสงแดดในเวลากลางวันจะร้อน ทำให้ต้นสมุนไพรเหี่ยวเฉา และตายได้, การให้น้ำ น้ำถือได้ว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการปลูกสมุนไพร ส่วนใหญ่อาศัยน้ำจากน้ำฝน น้ำตามลำคลองหนองบึง น้ำที่ใช้บริโภคหรือทำการเกษตรควรเป็นน้ำที่มีคุณภาพเหมาะสม ไม่มีสิ่งเจือปน เลือกใช้ระบบให้น้ำที่มีประสิทธิภาพสูง มีน้ำเพียงพอสามารถให้น้ำได้สม่ำเสมอ ให้น้ำวันละ 1 ครั้ง เนื่องจากพื้นที่ปลูกสมุนไพรแต่ละพื้นที่มีสภาพดี, การให้ปุ๋ย ปุ๋ยเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเจริญเติบโตของสมุนไพร การให้ปุ๋ยที่ดีจะใส่ก่อนปลูก โดยการรองกันหลุมด้วยปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยอินทรีย์ การให้ปุ๋ยควรให้ 1-2 เดือนต่อครั้ง ใส่ระหว่างต้นหรือใส่รอบๆ โคนต้น, การกำจัดวัชพืช วัชพืช คือ พืชอื่นๆ ที่เราไม่ต้องให้มันขึ้นในแปลงสมุนไพร วัชพืชทนความร้อน ทนฝน ทนหนาว และขยายพันธุ์รวดเร็ว วัชพืชแย่งน้ำ อาหาร และแสงแดด ทำให้สมุนไพรที่เราปลูกเจริญเติบโตช้า การกำจัดวัชพืช โดยใช้คนถอนด้วยมือหรือใช้จอบ, การขยายพันธุ์ การเพิ่มจำนวนต้นสมุนไพรและพันธุ์ให้เพิ่มมากขึ้น ทั้งยังคงพันธุ์ในด้านลักษณะคุณสมบัติและคุณภาพที่ดีไว้ให้เหมือนเดิม



ตาราง 4 สรุปภูมิปัญญาพื้นบ้าน ในการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคในวัยผู้ใหญ่ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภิกษุ เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัยจังหวัดร้อยเอ็ด

ขั้นตอนตาม ภูมิปัญญาพื้นบ้าน	รายละเอียดภูมิปัญญาพื้นบ้าน
1. การคัดพันธุ์	พันธุ์ที่จะปลูกควรจะต้องตรงตามความต้องการ ของการรักษาโรค สารสำคัญที่ใช้ทำยาได้อย่างสมบูรณ์ ไม่มีการปะปนของพันธุ์ที่ไม่ได้มาตรฐาน ปลอดจากศัตรูพืช โรคหรือแมลง เป็นพันธุ์ที่นิยมปลูก เจริญเติบโตดี คัดเลือกพันธุ์ที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม เพราะพันธุ์พื้นบ้านจะมีความต้านทานต่อโรคและแมลงดีกว่าพันธุ์จากต่างถิ่น การที่เราเลือกใช้พันธุ์ในท้องถิ่น ซึ่งมักจะต้านทานต่อโรคและแมลง การปลูกจากภายนอกเพื่อควบคุมและกำจัดแมลง และโรคก็จะลดลง
2. การเตรียมดิน	ดินที่จะใช้ปลูกสมุนไพรรวมควรมีขนาดความกว้าง ยาว ของที่ดินเป็นอย่างไร หากที่ดิน มีขนาดกว้าง มีต้นไม้อื่นๆ ขึ้นต้องตัดต้นไม้ที่ขึ้นออกไป หากมีวัชพืชขึ้นปกคลุมจะต้องเอาวัชพืชที่ขึ้นออกไปด้วย เพราะเมื่อปลูกสมุนไพรวัชพืชได้มาแย่งอาหารแย่งแสงแดด และสายลมที่เป็นประโยชน์ต่อสมุนไพร์ ที่ดินที่ปลูกต้องคว่ำถ้ามีต้นไม้ใหญ่ขึ้นอยู่ ควรขุดคูน้ำไว้รอบๆ เพื่อทำแนวป้องกันไฟที่อาจจะทำอันตรายแก่สมุนไพร์ที่ปลูกไว้ ไถพรวนดินบริเวณที่จะปลูกให้ทั่ว โดยใช้รถแทรกเตอร์ หลังจากไถพรวนดินแล้วควรใส่ปุ๋ยดอกหรือเศษใบไม้ต่างๆ เพื่อบำรุงดินให้มีอาหารของสมุนไพร์ ที่จะปลูกอาจจะใส่ปุ๋ยหมัก หรือปุ๋ยอินทรีย์
3. การปลูก	หลังจากการเตรียมดินพร้อมที่จะปลูกสมุนไพร์ เมื่อขุดหลุมแล้วตากดินเอาไว้ เมื่อตากดินได้ที่แล้วนำไปปุ๋ยดอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก มาผสมกับดินที่รดน้ำให้ชุ่มพอสมควร นำต้นกล้าสมุนไพร์ลงปลูก โดยนำพันธุ์สมุนไพร์ออกจากถุงที่เพาะชำเอาไว้ด้วยความระมัดระวัง เนื่องจากต้นกล้ายังอ่อนแออยู่ ถ้าเราขุดจากแปลงเพาะต้องขุดขึ้นมาอย่าให้รากขาด สมุนไพร์ที่นำมาปลูกจากกระถาง เวลาจะเอาออกจากกระถาง รดน้ำให้ชุ่ม จากนั้นใช้มือประคองกระถางแล้วคว่ำลง แล้วรีบนำไปปลูก ในหลุมที่เตรียมไว้ ส่วนสมุนไพร์ที่อยู่ในถุงพลาสติกเพาะชำ เวลาจะปลูกต้องเอา มือกรีตถุงพลาสติกออกแล้วนำไปลงหลุมปลูกทันที เวลาปลูกวางต้นสมุนไพร์ลง ตรงกลางหลุม โดยใช้ปุ๋ยดอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก รองกันหลุมสูงระดับราก และลำต้นให้เหมาะกับปากหลุม แล้วกลบดินให้แน่น หาเศษฟางแห้งคลุมดินเอาไว้รอบๆ โคนต้นที่ปลูกป้องกันลมพัดต้นโยกคลอน การปลูกควรปลูกในเวลาพลบค่ำ เพราะแสงแดดในเวลากลางวันจะร้อน ทำให้ต้นสมุนไพร์เหี่ยวเฉาและตายได้



ตาราง 4 (ต่อ)

ขั้นตอนตาม ภูมิปัญญาพื้นบ้าน	รายละเอียดภูมิปัญญาพื้นบ้าน
4. การให้น้ำ	น้ำถือได้ว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการปลูกสมุนไพรม ส่วนใหญ่อาศัยน้ำจากน้ำฝน น้ำตามลำคลองหนองบึง น้ำที่ใช้บริโภคหรือทำการเกษตรควรเป็นน้ำที่มีคุณภาพเหมาะสม ไม่มีสิ่งเจือปนส่วนใหญ่น้ำจากแหล่งน้ำตามธรรมชาติ ไม่ค่อยมีปัญหาในการปลูกสมุนไพรม ได้แก่ น้ำฝน มีกรดเล็กน้อยแต่มีคุณภาพดีกว่าแหล่งน้ำอื่นๆ ควรเลือกใช้ระบบให้น้ำที่มีประสิทธิภาพสูง มีน้ำเพียงพอสามารถให้น้ำได้สม่ำเสมอ ควรให้น้ำวันละ 1 ครั้ง หากให้น้ำมากเกินไปก็เว้นช่วงการให้น้ำได้ หรือแห้งเกินไป ก็ต้องให้น้ำเพิ่มเติม เนื่องจากพื้นที่ปลูกสมุนไพรมแต่ละพื้นที่มีสภาพดี ภูมิอากาศต่างกัน ต้องให้น้ำจนกว่าสมุนไพรมจะตั้งตัวได้
5. การให้ปุ๋ย	ปุ๋ยเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเจริญเติบโตของสมุนไพรม ปุ๋ยมีหน้าที่เพิ่มผลผลิต และคุณภาพในการปรับปรุงดิน การให้ปุ๋ยจะมีผลต่อปริมาณโอสโตรเจนสำคัญ และทำให้สมุนไพรมมีคุณภาพมากขึ้น การให้ปุ๋ยที่ดีจะใส่ก่อนปลูก โดยการรอง ก้นหลุมด้วย ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยอินทรีย์ การให้ปุ๋ยควรให้ 1-2 เดือนต่อครั้ง ใส่ระหว่างต้นหรือใส่รอบๆ โคนต้น ปุ๋ยอินทรีย์เป็นปุ๋ยที่เหมาะสมกับสมุนไพรม มีธาตุอาหารปริมาณไม่สูง แร่ธาตุแต่ละตัวมีประโยชน์ต่อสมุนไพรม
6. การกำจัดวัชพืช	วัชพืชคือพืชอื่นๆ ที่เราไม่ต้องให้มันขึ้นในแปลงสมุนไพรม วัชพืชทนความร้อน ทนฝน ทนหนาว และขยายพันธุ์รวดเร็ว วัชพืชแย่งน้ำ อาหาร และแสงแดด ทำให้สมุนไพรมที่เราปลูกเจริญเติบโตช้า แมลงต่างๆ ชอบหลบซ่อนอยู่กับวัชพืช รวมทั้งเชื้อโรค ต่างๆ ด้วย วัชพืชทำความเสียหายแก่สมุนไพรมทั้งทางตรงและทางอ้อม ทำให้ผลผลิตลดลงสมุนไพรมโตช้า คุณภาพของผลผลิตสมุนไพรมลดลง การพ่นยา การใส่ปุ๋ย และการเก็บเกี่ยวมีปัญหาและอุปสรรคมาก หากมีวัชพืชอยู่ในแปลง วัชพืชบางชนิด มีพิษอาจเป็นอันตรายต่อคนและสัตว์ การกำจัดวัชพืชโดยใช้คน ถอนด้วยมือหรือใช้จอบ
7. การขยายพันธุ์	การเพิ่มจำนวนต้นสมุนไพรมและพันธุ์ให้เพิ่มมากขึ้น ทั้งยังคงพันธุ์ในด้านลักษณะคุณสมบัติและคุณภาพที่ดีไว้ให้เหมือนเดิม ประโยชน์ของการขยายพันธุ์ เพื่อเพิ่มหรือทวีจำนวนให้มากขึ้น, รักษาพันธุ์ที่มีอยู่ไม่ให้สูญพันธุ์, เพื่อปรับปรุงพันธุ์พืช, เพื่อหาพันธุ์ที่ดี ทนทานต่อโรคและเหมาะสมต่อสภาพแวดล้อม



ตอนที่ 2 ปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

การวิจัยเชิงปฏิบัติการ

การนำเสนอข้อมูลในส่วนนี้ เป็นการนำเสนอข้อมูลจากการปฏิบัติการในภาคสนาม โดยเก็บข้อมูลจากองค์กรภาครัฐและเอกชน ผู้วิจัยได้ทำการทดลองร่วมกับเกษตรกร โดยมีเป้าหมายส่งเสริมให้เกษตรกรได้เรียนรู้ร่วมกันด้านการขยายพันธุ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะในแปลงทดลอง โดยการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพรรไทยอายุวัฒนะก่อนการปลูกทดลอง หลังจากนั้นจึงค่อยนำต้นกล้าสมุนไพรรไทยอายุวัฒนะไปปลูกทดลอง และการนำเสนอ ข้อมูลแบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้

1. ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะ
2. แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะ
3. องค์กรภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะ

1. ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่เพื่อเก็บข้อมูลภาคสนามในพื้นที่ที่ทำวิจัย จากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่มหมอพื้นบ้านและเกษตรกรจำนวน 6 คน ที่เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด เริ่มดำเนินการเมื่อวันที่ 8 กรกฎาคม 2558 สรุปปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์ตามลำดับและขั้นตอนดังต่อไปนี้



ภาพประกอบ 25 การสนทนากลุ่มเกษตรกร



1.1 การคัดพันธุ์ ผู้วิจัยได้ทำการคัดพันธุ์สมุนไพรมาก่อนลงแปลงปลูก พบว่า สมุนไพรไทยนับวันจะหายากขึ้นมาก เพราะส่วนใหญ่สมุนไพรมักจะได้มาจากป่าธรรมชาติ แต่ป่าไม้ถูกบุกรุกมีการตัดไม้ทำลายป่าอย่างมากมาย และต่อเนื่องมีผลทำให้สมุนไพรรลดน้อยลงหรือบางชนิดก็สูญหายไปเนื่องจากสมดุลทางธรรมชาติ เมื่อความต้องการการใช้สมุนไพรมากขึ้น จึงทำให้เกิดการปลอมปนของสมุนไพรรวมกัน สมุนไพรบางชนิดมีลักษณะคล้ายกัน แต่ชื่อเรียกต่างกัน สรรพคุณทางยาที่ต่างกัน แต่บอกว่าเป็นชนิดเดียวกัน โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือด้วยความตั้งใจ หรือไม่ตั้งใจก็ตาม ซึ่งอาจเกิดจากความเสียหาย แก่ผู้บริโภคได้ พบข้อมูลในพื้นที่ที่ทำวิจัย

1.1.1 ปัญหาความต้องการพบว่าสมุนไพรรหายากขึ้นเนื่องจากความต้องการใช้สมุนไพรมีมากขึ้น แต่มีจำนวนสมุนไพรรลดน้อยลง และไม่มีมีการปลูกทดแทนเพื่อเพิ่มจำนวนให้มากขึ้น ชาติพันธุ์พื้นเมืองของสมุนไพรรที่จะนำมาปลูก (อรุณศรีมี แสนศักดิ์และสมาชิกรวม 7 คน. 2558 : สนนทากลุ่ม)

1.1.2 ปัญหาการขาดผู้รู้จริงเกี่ยวกับสมุนไพรรทำให้การคัดพันธุ์ที่ถูกต้องคลาดเคลื่อนได้ เนื่องจากหมอสุมไพรรหรือพรานป่าที่รู้จักสมุนไพรรและการนำสมุนไพรรมาใช้ในการรักษาโรคร มีจำนวนลดน้อยถอยลงอยู่เรื่อยๆ บางคนก็เสียชีวิตแล้ว หรือแก่เฒ่าเดินป่าไม่ไหวแล้ว คนรุ่นใหม่ไม่มีความรู้ความชำนาญ จึงเกิดปัญหาการคัดพันธุ์สมุนไพรรที่ถูกต้องได้ (อุดร ศรีวาจา. 2558 : สัมภาษณ์)

1.1.3 ปัญหาการควบคุมคุณภาพของพันธุ์สมุนไพรร ในการเก็บพันธุ์สมุนไพรรจากป่า แต่ละแหล่ง มักจะมีขนาดและต้นต่างกัน อันอาจส่งผลให้ไอสตรสารที่ใช้เป็นยาต่างกัน หากขาดการควบคุมหรือการคัดพันธุ์ที่ดีจะมีผลต่อการปลูก บ้างครั้งจะมีปริมาณเชื้อรา ขนาดต้นแคระแกรน ต้นกล้าสมุนไพรรไม่สมบูรณ์ เป็นปัญหาต่อการปลูกได้ (ลัษ โฉมมงคล. 2558 : สัมภาษณ์)

1.1.4 ปัญหาการขาดแคลนสายพันธุ์สมุนไพรรที่ดี สมุนไพรรที่ดีต้องมีคุณสมบัติเจริญเติบโตได้ดี ต้านทานป้องกันโรครและแมลงได้ดี เมื่อปลูกแล้วจะได้สารสำคัญในตัวสมุนไพรรครบถ้วน (นศร สุรียนต์. 2558 : สัมภาษณ์)

1.1.5 ปัญหาการคัดพันธุ์ทั้งชนิดและปริมาณ ขาดหน่วยงานที่รับผิดชอบ ในการดูแล ให้คำแนะนำ ให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน ต้องมีการตรวจสอบชื่อและลักษณะพันธุ์ที่ถูกต้อง สมุนไพรรที่จะนำมาปลูกต้องไม่มีการปะปนของพันธุ์สมุนไพรร ที่ไม่ได้มาตรฐานหรือพันธุ์ที่ไม่ต้องการ ข้อสำคัญต้องปราศจากศัตรูหรือโรครและแมลง สมุนไพรรที่นำมาปลูกควรเป็นพันธุ์ที่นิยมปลูกเจริญเติบโตได้ดี เหมาะที่จะขยายพันธุ์ได้ดีในอนาคตต่อไป (เก่ง ผลาเหิบ และสมาชิก รวม 6 คน. 2558 : สนนทากลุ่ม)





ภาพประกอบ 26 การคัดพันธุ์สมุนไพรมานำไปปลูกในแปลงทดลอง

1.2 การเตรียมดิน ผู้วิจัยได้เตรียมดินในแปลงทดลองพบว่า ปัญหาการเตรียมดินที่จะใช้ในปลูกการสมุนไพรมันดินที่ใช้ในการปลูกสมุนไพรมันนั้นจำเป็นปัจจัยสำคัญ การปลูกการสมุนไพรมันให้ได้ผลผลิตที่ดี หรือใช้ดินเป็นมีส่วนสำคัญ หากดินมีสภาพเสื่อมโทรม การปลูกพืชสมุนไพรมันก็จะได้ผลเท่าที่ควร ดินในแต่ละพื้นที่ โดยปกติมีลักษณะแตกต่างกัน ความเหมาะสมในแต่ละแห่งไม่เหมือนกัน บางแห่งเหมาะแก่การทำนา ปลูกไม้ผล หรือปลูกพืชไร่ ดินบางบริเวณอาจมีลักษณะบางอย่างหรือหลายอย่าง ไม่เหมาะแก่การปลูกสมุนไพรมัน เช่น ดินที่มีการปลูกพืชชนิดอื่นมาเป็นระยะเวลานาน แต่ไม่มีการจัดการสภาพพื้นดินให้ถูกต้อง ดินซึ่งเกิดปัญหาการเสื่อมโทรมของสภาพดิน ในการปลูกพืชสมุนไพรมันส่งผลให้การปลูกพืชสมุนไพรมันไม่เจริญเติบโต ทำให้ส่วนต่างๆ ของสมุนไพรมันที่เราต้องการนำไปใช้ประโยชน์ขาดคุณภาพ และสรรพคุณทางยาตกลง ในปัจจุบันสภาพของดินที่จะปลูกพืชสมุนไพรมันมักประสบปัญหา



ภาพประกอบ 27 การเตรียมดินปลูกสมุนไพรมัน



พื้นที่ที่ทำการวิจัยผู้วิจัยพบว่า สภาพของดินแห้งแล้งขาดการบำรุง มีวัชพืชขึ้นมากมาย ดินเป็นดินทรายทำให้ทราบปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรมากขึ้นที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายตามคัมภีร์เกษีย ในเรื่องการเตรียมดินได้ดังนี้

1.2.1 ปัญหาดินมีสภาพเสื่อมโทรมขาดความอุดมสมบูรณ์ ไม่มีอินทรีย์วัตถุ ดินเป็น ดินทรายแห้งแล้งในพื้นที่วิจัยที่จะทำการปลูกสมุนไพรมีสภาพเสื่อมโทรมขาดความอุดมสมบูรณ์ ไม่มีอินทรีย์วัตถุ ดินเป็นดินทรายแห้งแล้ง เนื่องจากมีการปลูกมันสำปะหลังอย่างเดียวมาเป็นเวลานาน ขาดการบำรุงดินใส่แต่ปุ๋ยเคมี ทำให้ดินมีธาตุอาหารบ้างแต่ไม่เพียงพอต่อการปลูกสมุนไพรรากจะปลูกสมุนไพรมีต้องปรับสภาพดินเสียก่อน (บุญจันทร์ ทิพชัย. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 28 พื้นที่วิจัยแต่เดิมเป็นแปลงปลูกมันสำปะหลังของเกษตรกร ที่เทศบาลเชียงใหม่ แบ่งให้ดำเนินการในแต่ละปี

1.2.2 สภาพภูมิอากาศแห้งแล้งรุนแรง ความแห้งแล้งในรอบ 4 ปีติดต่อกันในปี 2558 แห้งแล้งจัดในรอบในรอบ 50 ปี และรุนแรงที่สุดในปี 2559 ปลูกพืชล้มลุกมาก การทดลองในแปลงปลูกได้รับผลกระทบด้วยขาดน้ำ น้ำใต้ดินไม่พอไม่อาจทำ Stringer ได้ต้องใช้แรงงานเกษตรกร รถต้นกล้าสมุนไพรมีที่ปลูกแบบสายยางต่อจากบ่อน้ำ ถ้าระยะไกลต้องใช้แรงงานคนนำน้ำใส่ภาชนะ ไปรดต้นกล้า





ภาพประกอบ 29 สภาพของพื้นดินแห้งแล้งในแปลงทดลองปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ

2. การตรวจวิเคราะห์หาแร่ธาตุในดินตามหลักวิชาการเกษตร ผู้วิจัยได้เก็บตัวอย่างดินไปตรวจเพื่อวิเคราะห์ดินหาค่าในดิน ณ. ภาควิชาปฐพีวิทยา คณะเกษตร กำแพงแสน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จังหวัดนครปฐม เมื่อวันที่ 17 เมษายน 2558 และรายงานผลวันที่ 30 พฤษภาคม 2558 ตามรายงานผลค่าวิเคราะห์ดินและคำแนะนำดังนี้



ภาพประกอบ 30 การเก็บตัวอย่างดินเพื่อนำไปวิเคราะห์คุณภาพของดินในแปลงปลูกสมุนไพรมะเขือเทศ





ภาพประกอบ 31 การเก็บตัวอย่างดินเพื่อนำไปวิเคราะห์คุณภาพของดิน

ผลการวิเคราะห์ดินในพื้นที่วิจัย

ปัญหาสำคัญที่พบจากการตรวจวิเคราะห์ดินเนื้อดินเป็นดินร่วนปนดินทราย ดินมีสภาพเป็นกรดเล็กน้อย ดินมีปัญหาดินเค็ม มีอินทรีย์วัตถุต่ำ มีปริมาณฟอสฟอรัสที่เป็นประโยชน์ค่อนข้างต่ำ มีปริมาณโพแทสเซียมที่เป็นประโยชน์ต่ำมาก มีปริมาณแคลเซียมที่เป็นประโยชน์ต่ำ มีปริมาณแมกนีเซียมที่เป็นประโยชน์ต่ำ สำหรับดินแปลงนี้ควรจัดการแก้ไขปัญหาดินเค็ม โดยการให้น้ำที่ไม่เค็ม ด้วยระบบน้ำหยดหรือสปริงเกอร์ เพื่อชะละลายเกลือให้ออกไปจากบริเวณรากพืช ร่วมกับการใช้วัสดุคลุมดิน เช่น ฟาง เพื่อรักษาความชื้นบริเวณผิวดิน เมื่อดินมีความชื้นจะทำให้การสะสมเกลือบริเวณรากลดลง

การจัดการปุ๋ยควรใช้ปุ๋ยอินทรีย์ เช่น ปุ๋ยหมักร่วมกับปุ๋ยเคมี เนื่องจากดินมีอินทรีย์วัตถุในดินต่ำ อาจจะใช้ปุ๋ยหมักอัตราประมาณ 1-2 ตัน/ไร่ ร่วมกับปุ๋ยเคมี เช่นสูตร 15-15-15 หรือ 16-16-16 หรือ 16-8-16 อัตราประมาณ 50 กิโลกรัม/ไร่ เป็นต้น (รายละเอียดในภาคผนวก ข.)

1.2.3 การปรับปรุงดิน

1. ในการปรับปรุงดินที่มีความเสื่อมโทรม ผู้วิจัยและเกษตรกรได้ทำการปลูกปอเทือง ภายหลังจากการส่งดิน เพื่อตรวจวิเคราะห์หาแร่ธาตุในดิน ปรากฏว่าพื้นดินในพื้นที่วิจัยมีสภาพของดินเป็นดินทราย เป็นดินเค็มมีธาตุอาหารและอินทรีย์วัตถุ ค่อนข้างต่ำ หากต้องการปลูกสมุนไพรรอง ต้องปลูกปอเทืองพืชตระกูลถั่ว เป็นปุ๋ยพืชสดในการปรับปรุงดินเสียก่อน เมื่อประมาณเดือนมิถุนายน 2558 โดยนายบุญจันทร์ ทิพชัย นายกเทศมนตรีเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ได้ไปขอพันธุ์เมล็ดปอเทืองจากศูนย์พัฒนาที่ดิน จังหวัดมหาสารคาม มาปลูกโดยการไถพรวนดิน เก็บวัสดุ รากไม้ และวัชพืช ออกจากแปลงให้หมด เสร็จแล้วนำเมล็ดปอเทืองมาหว่านลงในดิน ในอัตรา 5 กิโลกรัมต่อไร่ เมื่อปอเทืองโตเต็มที่ช่วงออกดอกประมาณ 50 วันและเก็บเมล็ดปอเทือง



ไว้ทำพันธุ์ต่อไป เมื่อเก็บเมล็ดแล้วทำการไถกลบต้นปอเทืองลงในดิน หลังจากนั้นประมาณ 3-4 สัปดาห์เศษซากปอเทืองจะย่อยสลายไป ทำการปลูกสมุนไพรรัดเลย (บุญจันทร์ ทิพชัย. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 32 การปลูกปอเทืองเป็นปุ๋ยพืชสดบำรุงดิน

2. การบำรุงดินด้วยปุ๋ยอินทรีย์ ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจการใช้ปุ๋ยในชุมชน พบว่าในชุมชนเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด มีการผลิตปุ๋ยอินทรีย์ขึ้นใช้เองและได้ผลดี ในท้องที่หมู่ที่ 8 ผู้วิจัยจึงได้นำตัวอย่างปุ๋ยไปตรวจวิเคราะห์แร่ธาตุต่างๆ ความเป็นกรดเป็นด่าง ตามหลักวิชาการเกษตร ของภาควิชาปฐพีวิทยา คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ซึ่งรายละเอียดอยู่ใน (ภาคผนวก ง)



ภาพประกอบ 33 โรงงานผลิตปุ๋ยอินทรีย์หมู่ 8 ชุมชนเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด



ผลจากการวิเคราะห์ปุ๋ยอินทรีย์ สามารถนำไปใช้ในการบำรุงดินได้ดี และได้สั่งเตรียมปุ๋ยอินทรีย์เพื่อนำมาใช้ในการบำรุงดินต่อไป (ภาคผนวก ข)

3. การแสวงหาความรู้จากการเข้ารับการอบรม เพื่อให้ได้ความรู้เกี่ยวกับดิน-ปุ๋ย-น้ำ ในการอนุรักษ์สมุนไพรร ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับหน่วยงานที่เป็นแหล่งความรู้ด้านการเกษตร เพื่อเป็นข้อมูลในการแนะนำเกษตรกรพบว่า มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์เป็นสถานที่ให้การอบรมเกษตรกร เป็นอย่างดี เพื่อความยั่งยืนของเกษตรกรในอนาคต ผู้วิจัยได้เข้ารับการอบรมหลักสูตร “ดิน-ปุ๋ย-น้ำ เพื่อการเกษตร” ครั้งที่ 1 ระหว่างวันที่ 14-15 สิงหาคม 2558 รวม 16 ชั่วโมง และเข้ารับการอบรมครั้งที่ 2 เมื่อวันที่ 19-20 ธันวาคม 2558 รวม 16 ชั่วโมง ภายใต้โครงการอบรมวิชาชีพ สำหรับประชาชน จัดโดยสำนักส่งเสริมและฝึกอบรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โดย ผศ.ดร. สุเทพ ทองแพ ภาควิชาปฐพีวิทยา คณะเกษตร กำแพงแสน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโต และการให้ผลผลิตพืชโดยมีสาระสำคัญดังนี้

ดิน-ปุ๋ย-น้ำ เพื่อการเกษตร

โดย

ผศ.ดร.สุเทพ ทองแพ

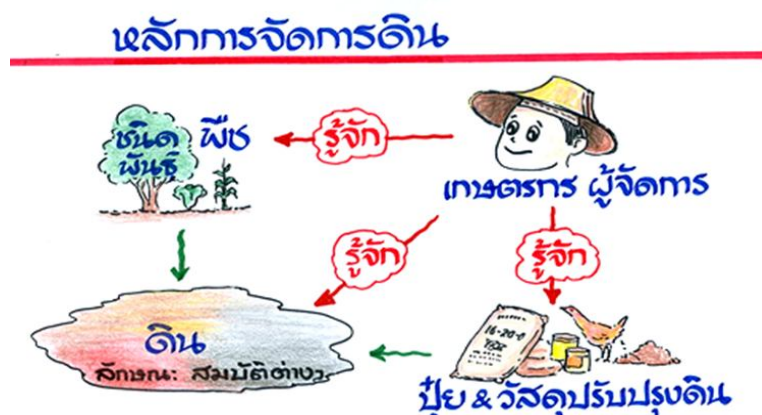
ผู้ทรงคุณวุฒิพิเศษ ภาควิชาปฐพีวิทยา

คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ภาพประกอบ 34 การเข้าอบรมหลักสูตร “ดิน-ปุ๋ย-น้ำ” เพื่อการเกษตร

3.1 ดิน ลักษณะดินที่เหมาะสมต่อการปลูกพืช, องค์ประกอบของดิน

3.2 ลักษณะและคุณสมบัติที่สำคัญของดิน เนื้อดิน, โครงสร้างดิน, สีดิน, ความลึกของดิน, ความเป็นกรด-ด่างของดิน, ดินเค็ม, ธาตุอาหารพืช

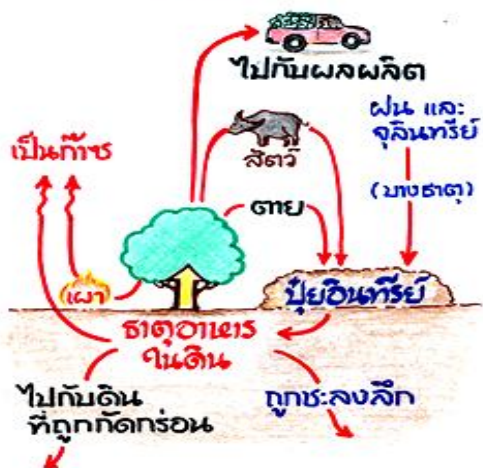


ภาพประกอบ 35 การเข้าอบรมหลักการจัดการดินในแปลงปลูกสมุนไพรร



3.3 การประเมินปริมาณธาตุอาหารพืชในดิน การดูอาการผิดปกติของพืช, การทำการปลูกพืชทดลอง, การวิเคราะห์พืช, การวิเคราะห์ดิน, วิธีการเก็บตัวอย่างดิน

การสูญเสียธาตุอาหารพืช ในดิน



ภาพประกอบ 36 การเข้าอบรมหลักการประเมินธาตุอาหารในดิน

3.4 ปุ๋ย ปุ๋ยอินทรีย์ (ปุ๋ยหมัก ปุ๋ยคอก ปุ๋ยพืชสด ปุ๋ยชีวภาพ), ปุ๋ยเคมี (สูตร ปุ๋ย สัดส่วนธาตุอาหาร ความเค็ม), หลักการใช้ปุ๋ย (ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ใช้ปุ๋ยเคมี), การตรวจสอบธาตุอาหารในปุ๋ยเคมี

การใช้ปุ๋ยอินทรีย์ (ปุ๋ยหมัก)

- **พืชผัก พืชไร่** → ใส่ช่วงเตรียมดินปลูก
 - **ไม้ยืนต้น**
 - ตอนปลูก → ผสมดินปลูก
 - โตแล้ว → ใส่ดินฝน (ช่วงบำรุงต้น) และ ... ปลายฝน (หลังออกดอก)
- ใส่บริเวณภายในทรงพุ่ม

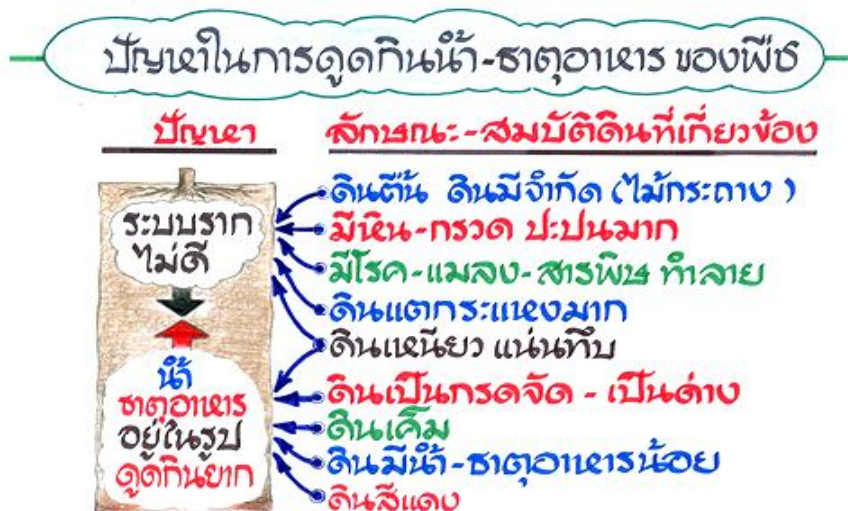


P. S. Pan.

ภาพประกอบ 37 การเข้าอบรมหลักการใช้ปุ๋ยในแปลงปลูกสมุนไพร



3.4 น้ำเพื่อการเกษตร ลักษณะและคุณสมบัติน้ำเพื่อการเกษตร (ความเป็นกรด-ด่าง ความเค็ม ปริมาณโซเดียมและคลอไรด์ ปริมาณไนโตรเจน ธาตุอื่นๆ)



ภาพประกอบ 38 การเข้าอบรมหลักการใช้น้ำในแปลงปลูกสมุนไพรมะนาว

ความรู้ภายหลังที่ได้เข้ารับการอบรม ดิน-ปุ๋ย-น้ำ ผู้วิจัยได้ขอค้นพบว่าดินเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโต และการให้ผลผลิตของการปลูกพืชสมุนไพร ควรเป็นดินร่วนซุย ไม่อัดแน่นหรือแข็ง ทำให้ระบบรากดูดอาหารได้ดี ระบายน้ำและอากาศได้ดี หากดินขาดน้ำขาดธาตุอาหาร ต้องใส่ปุ๋ยอินทรีย์จำพวกปุ๋ยหมัก มูลสัตว์ หรือไปไม้แห้งต่างๆ เช่น ใบก้ามปู การใส่ปุ๋ยอินทรีย์ต้องใส่บ่อยๆ เพราะปุ๋ยอินทรีย์สลายตัวสูญหายได้ง่าย ซึ่งความรู้เหล่านี้มีความสำคัญแก่เกษตรกรที่ควรได้จะมีโอกาสเข้าอบรม

3. การปลูก

การปลูกสมุนไพรในอดีตพืชสมุนไพรเราได้จากธรรมชาติจากป่า ซึ่งเป็นแหล่งทรัพยากรมีอยู่มากกว่าครึ่งหนึ่งของสมุนไพรที่นำมาใช้ แต่ในปัจจุบันความต้องการใช้สมุนไพรมีมากขึ้นทุกวัน ขณะเดียวกันป่าไม้ถูกทำลายลงอย่างมากและรวดเร็ว ทำให้สมุนไพรที่มีจำนวนลดน้อยลง จึงมีความจำเป็นจะต้องปลูกสมุนไพรขึ้นมาทดแทนให้เพียงพอกับความต้องการ เกษตรกรส่วนใหญ่หันไปปลูกพืชเชิงเดี่ยว เช่น มันสำปะหลัง เผือก ยาง อ้อย เพื่อเก็บผลผลิตทางด้านเศรษฐกิจเท่านั้น มิได้ให้ความสนใจในการปลูกสมุนไพรแต่อย่างใด นับว่าเป็นปัญหาอย่างมาก ในการที่จะอนุรักษ์สมุนไพรให้คงอยู่ต่อไป





ภาพประกอบ 39 การสนทนากลุ่มเกษตรกร

3.1 ปัญหาการดูแลและการปลูกพืชสมุนไพร ความอุดมสมบูรณ์ของพืชสมุนไพรพื้นถิ่น จะเป็นเครื่องชี้บอกถึงคุณภาพของสมุนไพรที่ปลูก การรักษาดูแลอย่างใกล้ชิดเหมือนลักษณะตามธรรมชาติของพืชสมุนไพรให้มากที่สุด เช่น ดินต้องมีความอุดมสมบูรณ์แสงแดดต้องพอเหมาะ การให้น้ำ การให้ปุ๋ย การจัดสภาพแวดล้อมให้พอเหมาะ พืชสมุนไพรจะเจริญเติบโตได้ดี ส่งผลให้สมุนไพรมีคุณภาพ นำมารักษาโรคมะเร็งได้ดียิ่งขึ้นด้วย การปลูกพืชสมุนไพร คือการนำเอาส่วนของพืช เช่น เมล็ด หน่อ กิ่ง หัว ผ่านการเพาะ ชำ หรือวิธีการอื่นๆ ใส่ลงในดินหรือวัสดุอื่น เพื่อให้งอกหรือเจริญเติบโตต่อไป นอกจากนี้ลักษณะการปลูกพืชสมุนไพร คือการนำเอาพันธุ์สมุนไพรมาปลูกในพื้นที่ที่ต้องการปลูกหรือแปลงปลูก เตรียมดินโดยการขุดดินและยกร่องให้แปลงขนาดกว้าง 1 เมตรยาว 4 เมตร วิธีการปลูกขุดหลุมกว้างพอที่จะนำพันธุ์สมุนไพรลงปลูกได้ เวลาขุดดินเอาดินบนกองไว้ข้างหนึ่ง เอาดินล่างกองเอาไว้อีกข้างหนึ่ง เตรียมฟางแห้งหรือหญ้าคาแห้ง และปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักมาใส่ลงในหลุม ที่จะปลูกพอประมาณ เสร็จแล้วเอาดินบนใส่ลงไปประมาณครึ่งหลุม เพราะดินบนจะมีแร่ธาตุอาหารอุดมสมบูรณ์มากกว่า จากนั้นคลุกเคล้าดินที่เหลือกับปุ๋ยให้เข้ากันดี แล้วนำใส่ลงในหลุมและนำสมุนไพรที่จะปลูกลงหลุม กดดินให้แน่นพอสมควร ควรหาไม้มาปักค้ำต้นจนกว่าจะตั้งตัวได้ กลบด้วยฟางแห้งหรือหญ้าแห้ง รดน้ำทันที (เป็ียง คำภักดี. 2558 : สัมภาษณ์)





ภาพประกอบ 40 การอนุบาลสมุนไพโรให้แข็งแรงก่อนนำไปปลูก

3.2 การปลูกสมุนไพรดด้วยเมล็ดโดยตรง วิธีนี้ไม่ต้องเพาะต้นกล้าก่อน เพราะนำเมล็ดมาหว่านลงในแปลงได้เลย จากนั้นใช้ดินร่วนซุยหรือทรายหยาบ โรยทับบางๆ เสร็จแล้วรดน้ำให้ชุ่มชื้นตลอดทั้งวัน เมื่อเมล็ดเริ่มงอกเป็นต้นอ่อน สังเกตดูว่าต้นไหนอ่อนแอให้ถอนออกจากแปลง ระยะห่างระหว่างต้นพอสมควร เช่นการปลูกมะเขือขื่น โดไม่รู้ล้ม มะแว้งต้น มะแว้งต้น (แดงหนองคาย. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 41 การปลูกสมุนไพรรแบบเพาะเมล็ดสมุนไพรมะแว้งต้น



3.3 ปัญหาการปลูกสมุนไพรด้วยต้นกล้าหรือกิ่งชำ ต้องปลูกให้ต้นแข็งแรงในถุงพลาสติกหรือกระถางปลูก แล้วย้ายต้นสมุนไพรไปปลูกในแปลงที่เตรียมไว้ การปลูกวิธีนี้ข้อควรระวังคือการย้ายต้นอ่อนออกจากวัสดุที่เพาะเพื่อนำไปปลูก ต้องระวังอย่าให้รากขาดหรือกระทบกระเทือน ถ้าเป็นถุงพลาสติกต้องใช้มีดคมๆ กรีดถุงออกก่อน ถ้าเป็นวัสดุอื่น เช่น กระถางให้ถอดกระถางออก โดยใช้มือดันรูที่ก้นกระถาง หากดินแน่นมากให้ใช้เสียมเล็กๆ แซะดินแล้วใช้น้ำหล่อก่อน จะทำให้ถอนออกจากกระถางง่ายขึ้น การเตรียมหลุมปลูกควรกว้างกว่ากระถาง หรือถุงพลาสติกเล็กน้อย นำสมุนไพรที่จะปลูกลงในกระถางหรือหลุมระหว่างลำต้นกับรากให้อยู่เสมอกับระดับของขอบหลุมให้พอดีกัน แล้วกลบด้วยดินร่วนซุยหรือดินร่วนปนทราย กดดินให้แน่นพอประมาณ นำฟางแห้งหรือหญ้าแห้งมาคลุมไว้รอบๆ โคนต้นเพื่อรักษาความชุ่มชื้น และป้องกันแรงกระแทกเวลารดน้ำ หากไม้ปักทำเป็นหลักข้างๆ ให้สูงกว่าต้นสมุนไพรใช้เชือกผูกยึดกับต้นสมุนไพร เพื่อคอยพยุงไม่ให้ต้นสมุนไพรล้มหรือโยกคลอน เสร็จแล้วรดน้ำทันที (บุญมี ผกาทด. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 42 การปลูกสมุนไพรแบบต้นกล้าหรือกิ่งชำ

3.4 ปัญหาการปลูกสมุนไพรด้วยหัว โดยปกติสมุนไพรจะมีหัวที่เกิดจากรากและลำต้น ซึ่งรวมเรียกว่าหัวทั้งหมด ต้องมีระบบการระบายน้ำดี มิฉะนั้นจะทำให้เน่าได้ การปลูกสมุนไพร โดยการฝังหัวพันธุ์สมุนไพรลงในหลุมลึกพอประมาณ (ปกติความลึกไม่เกิน 3 เท่าของความกว้างของหัว) เสร็จแล้วกดดินให้แน่นพอสมควร คลุมแปลงปลูกด้วยฟางหรือหญ้าแห้ง เช่น การปลูกกระชาย ขิง กระเทียม (สุรจิตร สุทธิประภา. 2558 : สัมภาษณ์)





ภาพประกอบ 43 การปลูกสมุนไพรชิงแบบใช้หัว

3.5 ปัญหาการปลูกสมุนไพรด้วยไหล จากการสนทนากลุ่มเกษตรกรในเดือนกันยายน 2558 พบว่าเกษตรกรนิยมปลูกโดยการเอาส่วนของไหลมาชำก่อน ปัญหาสำคัญคือผู้ปลูกมีความผิดพลาดของขั้นตอนการชำ ซึ่งต้องเอาส่วนของไหลสมุนไพรมาชำไว้ก่อน รอจนไหลเกิดลำต้นและใบขึ้นมา จึงย้ายไปปลูกในแปลงที่เตรียมไว้ ควรปลูกช่วงฤดูฝนประมาณเดือนพฤษภาคมเป็นต้นไป สำหรับการใช้ไหลปลูกลงในแปลงปลูก หน่อและไหลจะงอกหลังปลูก 2-4 สัปดาห์ และออกดอกในเดือนกรกฎาคม-กันยายน อายุการปลูกประมาณ 4-5 เดือน ลำต้นโถมและยุบในฤดูแล้ง พร้อมจะเก็บหัวได้ดินไปใช้ในเดือนธันวาคม เช่นการปลูกหญ้าเหี่ยวหมู (แดง หนองคาย และสมาชิกรวม 6 คน. 2558 : สนทนากลุ่ม)



ภาพประกอบ 44 การปลูกสมุนไพรแบบใช้ไหล



3.6 ปัญหาการปลูกสมุนไพรมด้วยหน่อหรือเหง้า การแยกหน่อและเหง้า ออกจากต้นแม่เพื่อทำการปลูก ปัญหาสำคัญคือบอบช้ำของหน่อหรือเหง้า พบว่าการปลูกสมุนไพรมด้วยหน่อหรือเหง้า ทำได้โดยการแยกหน่อหรือเหง้าที่แข็งแรง โดยคัดแยกออกจากต้นแม่ นำหน่อหรือเหง้าที่ได้มา คัดราก ที่ชำ หรือใบที่มากเกินออกไป จึงนำไปปลูกในแปลงที่ปลูก ขุดหลุม เว้นระยะการปลูก นำหน่อหรือเหง้าสมุนไพรมลงปลูก กดดินให้แน่นพอประมาณ คลุมดินฟางข้าวหรือหญ้าแห้ง รดน้ำให้ชุ่ม ควรหว่ามเงา ให้จนกว่าต้นสมุนไพรมจะแข็งแรง (นคร สุริยันต์ และสมาชิกรวม 6 คน. 2558 : สนทนากลุ่ม)

3.7 ปัญหาศัตรูเลี้ยงเข้ามาบกรวนแปลงปลูกสมุนไพรม พบว่าการเลี้ยงศัตรู เช่นวัวควาย เป็ด ไก่ ห่าน และสุนัข ตามธรรมชาติของชาวบ้าน ในบริเวณใกล้เคียงกับแปลงปลูกสมุนไพรม บางครั้งเข้าไปบกรวนสมุนไพรมที่ปลูก และเกิดปัญหาตามมาในภายหลัง ควรหาทางป้องกันโดยการทำรั้วหรือสิ่งกีดขวาง กั้นรอบบริเวณแปลงปลูกสมุนไพรม (อุตร ศรีวาทา. 2558 : สัมภาษณ์)

3.8 ปัญหาการดูแลรักษาสมุนไพรมที่ปลูกโดยวิธีการพรางแสง ปัญหาสำคัญคือแสงแดด ที่แรงและร้อนจัดทำให้สมุนไพรมอ่อนแอ พบว่าหลังจากปลูกสมุนไพรมแล้ว สมุนไพรมบางชนิด ต้องการแสงน้อย จึงต้องมีกรพรางแสงให้แก่ต้นสมุนไพรมตลอดเวลา การปลูกร่วมกับพืชชนิดอื่นที่เป็นต้นไม้ใหญ่ ที่มีร่มเงา การพรางแสงด้วยต้นไม้ใหญ่จะทำให้กับสมุนไพรมที่ปลูกใหม่ ต้นสมุนไพรมยังอ่อนแออยู่ควรพรางแสงในช่วงระยะหนึ่ง จนกว่าต้นสมุนไพรมตั้งตัวได้ การปลูกสมุนไพรมเช่น พริกไทย ดีปลี มะแว้งเครือ บอระเพ็ด ควรทำค้ำเพื่อให้ต้นสมุนไพรมดังกล่าวได้เกาะยึด และสะดวกในการเก็บผลผลิต (เก่ง ฝนเห็บ. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 45 การพรางแสงให้แปลงปลูกสมุนไพรมด้วยร่มไม้ใหญ่



4. การให้น้ำในการปลูกสมุนไพรมีน้ำเพียงพอ มีธาตุอาหารสมบูรณ์ครบถ้วน สภาพอากาศที่เหมาะสม สมุนไพรที่ปลูกสามารถสังเคราะห์แสงและสร้างอาหาร นำไปใช้ในการเจริญเติบโต เป็นการเพิ่มผลผลิตได้อย่างเต็มที่ ในการปลูกสมุนไพรมหากต้องอาศัยน้ำฝนตามฤดูกาลเพียงอย่างเดียว อาจทำให้ขาดน้ำในระยะใดระยะหนึ่ง เช่นเมื่อประสบกับภัยแล้งฝนทิ้งช่วง พืชขาดน้ำอย่างรุนแรงจนกระทั่งตายได้ หรือบางครั้งฝนตกชุกมากเกินไป ทำให้น้ำท่วมขังจนต้นสมุนไพรเหี่ยวเฉา เนื่องจากรากขาดอากาศจนตายได้ ดังนั้น การจัดระบบการให้น้ำในการปลูกสมุนไพร จึงต้องจัดหาแหล่งน้ำให้เพียงพอและเหมาะสม เช่น การปลูกร่วมในแปลงผักเพื่อความชุ่มชื้นให้แก่ดิน ผสมกลมกลืนกันไป ทำให้ดินมีความชุ่มชื้นเหมาะสมแก่การเจริญเติบโตของสมุนไพร ผู้วิจัยพบข้อมูลในพื้นที่วิจัยดังนี้



ภาพประกอบ 46 วิธีการให้น้ำในแปลงทดลองปลูกสมุนไพร

4.1 ปัญหาการขาดแคลนน้ำในการปลูกสมุนไพร ปัญหาสำคัญพบว่าในชุมชนมีภาวะร้อนจัดในรอบ 4 ปีติดต่อกัน การปลูกสมุนไพรจะพึ่งพาน้ำฝนตามธรรมชาติอย่างเดียวไม่ได้ บางครั้งฝนไม่ตกตามฤดูกาล จึงต้องอาศัยแหล่งน้ำตามธรรมชาติ เช่นบึงน้ำแห่งลุ่มน้ำชี ซึ่งอยู่ห่างไกลจากพื้นที่ปลูกสมุนไพรออกไป ประมาณ 500-600 เมตรแต่ไม่สามารถผันน้ำมาใช้ในการเพาะปลูกได้ เนื่องจากน้ำในบึงแห้ง จนไม่สามารถนำมาใช้ได้ จึงจำเป็นต้องขุดเจาะน้ำบาดาลพร้อมติดตั้งเครื่องสูบน้ำ และต่อท่อเพื่อส่งน้ำไปยังแปลงปลูกสมุนไพร แต่ปริมาณน้ำยังน้อยและไม่เพียงพอ (บัวลอง ผกาภค. 2558 : สัมภาษณ์)





ภาพประกอบ 47 แม้สภาพอากาศแห้งแล้งจัดแต่มีบึงน้ำตามธรรมชาติในลุ่มน้ำชีแต่ค่อนข้างอยู่ห่างจากแปลงทดลอง



ภาพประกอบ 48 การติดตั้งเครื่องสูบน้ำในบ่อบาดาลเพื่อส่งน้ำไปยังแปลงปลูกสมุนไพรม

4.2 ปัญหาการให้น้ำผิดเวลา จากการสนทนากลุ่มเกษตรกรเมื่อเดือนกันยายน 2558 พบว่าการให้น้ำผิดเวลาอาจทำให้สมุนไพรมได้รับผลเสียได้ เพราะช่วงระยะเวลาการให้น้ำที่เหมาะสมที่สุด คือช่วงเช้า เนื่องจากสมุนไพรมจะได้รับแสงแดดช่วงเช้า จะมีการสังเคราะห์แสง และจะดูดแร่ธาตุอาหารและน้ำจากดิน เพื่อใช้ในการเจริญเติบโต ส่วนการให้น้ำในเวลากลางคืนหรือพลบค่ำ ทำให้ น้ำสมุนไพรมเกิดโรคต่างๆ เช่น โรคน้ำค้ำง โรคเน่าคอดิน โรคใบไหม้ เป็นต้น เพราะสมุนไพรมจะนำน้ำไปใช้น้อยมาก เนื่องจากไม่มีการสังเคราะห์แสง ในการปรุงอาหารแก่ต้นสมุนไพรม



จะต้องใช้แสงแดดเป็นตัวช่วย ทำให้ต้นสมุนไพรดูดน้ำได้น้อยหรือไม่ดูดน้ำเลย (เพชร หนองหาร และ สมาชิกรวม 6 คน. 2558 : สนทนากลุ่ม)

4.3 ปัญหาการให้น้ำเพื่อให้สมุนไพรรเจริญเติบโตและให้ผลผลิตสูง ต้องคำนึงว่า เมื่อไรควรให้น้ำแก่สมุนไพรร และให้ในปริมาณเท่าใด ในทางปฏิบัติต้องมีปัจจัยที่กำหนด 3 ประการ คือ พืชสมุนไพรร ดิน และน้ำ พบว่าในช่วงฤดูฝนหลังฝนตกบางครั้งพื้นดินชุ่มฉ่ำไปด้วยน้ำ หรือ บางครั้งการ ให้น้ำในแปลงสมุนไพรรมากเกินไป ทำให้มีความชื้นในดินมาก จึงไม่จำเป็นต้องรดน้ำทุกวัน หรือบางครั้ง ฟ้ามืดครึ้ม แสงแดดไม่แรงจ้าในฤดูฝน น้ำที่อยู่ในดินคงมีอยู่ไม่ต้องรดน้ำในแปลง สมุนไพรรก็ได้ เพราะ อาจจะทำให้สิ้นเปลืองเวลาและแรงงาน (หนูล้วย แก้วคำ. 2558 : สัมภาษณ์)

4.4 ปัญหาการให้น้ำในแปลงสมุนไพรรที่ปลูก พบว่าการให้น้ำโดยใช้แรงงาน ค่อนข้างมาก และมีปัญหาแรงงานบ่อยๆ การติดตั้งระบบการให้น้ำ โดยติดตั้งระบบการให้น้ำแบบ สปริงเกอร์ สะดวก ไม่ยุ่งยากเรื่องแรงงาน แต่สิ้นเปลืองรายจ่ายในครั้งแรกที่ติดตั้งอุปกรณ์และเดิน ท่อพีวีซี เพื่อส่งน้ำเข้าไปในแปลงปลูกพืชสมุนไพรร ซึ่งค่าใช้จ่ายในการติดตั้งอุปกรณ์และเดินท่อ ค่อนข้างสูง แต่สะดวกกว่าใช้แรงงานคน และต้องมีปริมาณน้ำใต้ดินเพียงพอ (แสวง เสนารัตน์. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 49 ตัวอย่างการให้น้ำสมุนไพรรแบบระบบสปริงเกอร์จากบ่อบาดาลของชุมชนอื่นที่ จังหวัดนครปฐม

5. การให้ปุ๋ย

5.1 ปัญหาการให้ปุ๋ยบำรุงต้นสมุนไพรร จากการสนทนากลุ่มเกษตรกรเมื่อเดือนกันยายน 2558 พบว่า การให้ปุ๋ยเปรียบเสมือนอาหารเสริมเพื่อให้สมุนไพรรเจริญเติบโตได้ดีขึ้น ก่อนปลูก สมุนไพรรต้องใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมักลงในแปลงปลูก หลังจากไถกลบต้นปอเทือง เพื่อเป็น ปุ๋ยพืชสดก่อน เพราะการให้ปุ๋ยจำพวกนี้ ทำให้ดินอุ้มน้ำได้ดีและปุ๋ยจะค่อยๆ ย่อยสลายตัวลงอย่าง



ซำๆ ซึ่งทำให้แร่ธาตุที่เป็นประโยชน์ต่อสมุนไพโรยง่าซำๆ และสมำเสมอ (ทองเยียม ทนุวรรณดีและสมาชิกรวม 6 คน. 2558 : สนทนากลุ่ม)



ภาพประกอบ 50 การใช้ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมักในแปลงปลูกสมุนไพร

5.2 ปัญหาการให้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยอินทรีย์หมายถึง ปุ๋ยที่ได้จากเศษซากพืช สัตว์ และจุลินทรีย์ วัสดุเหล่านี้มีทั้งที่ย่อยสลายง่ายและยาก ที่ย่อยสลายง่ายปกติจะมีธาตุอาหารในปริมาณที่มากกว่าส่วนที่ย่อยสลายยาก ปุ๋ยอินทรีย์ถือว่ามีธาตุอาหารครบทุกธาตุที่พืชต้องการ ปุ๋ยอินทรีย์มีหลายชนิด เช่น ปุ๋ยหมักคือปุ๋ยที่ได้จากการหมักเศษซากพืชจนย่อยสลายอยู่เป็นผงสีดำคล้ำ เศษพืชที่นำมาหมัก เช่น ฟางข้าว ซังข้าวโพด ใบไม้แห้ง วัสดุเหล่านี้ส่วนใหญ่ย่อยยากจึงไม่นิยมใช้กัน ปุ๋ยหมัก ที่ได้คุณภาพดีคือ การทำปุ๋ยหมักจากเศษพืชสดหรือเศษพืชแห้ง แช่น้ำก่อนแล้วนำมาบดหรือสับให้ละเอียด เติมธาตุอาหารเร่งการทำงานของจุลินทรีย์ เช่น มูลวัว มูลควาย ให้กองปุ๋ยขึ้นเสมอโดยหมั่น รดน้ำคลุมด้วยทางมะพร้าว เวลาทำให้กองปุ๋ยหมักในที่ร่ม กองปุ๋ยหมักให้มีขนาดที่เหมาะสม เพื่อให้มีการระบายความร้อนและถ่ายเทอากาศได้ดี เมื่อได้ปุ๋ยหมักแล้วนำมาใส่ในแปลงปลูกสมุนไพรต่อไป (สวัสดี คำลัษณวงศ์. 2558 : สัมภาษณ์)





ภาพประกอบ 51 การทำปุ๋ยอินทรีย์และปุ๋ยหมัก

6. ปัญหาการกำจัดวัชพืชและแมลง

วัชพืชคือพืชที่ไม่ต้องการให้ขึ้นในที่หนึ่งหรือหมายถึงพืชที่ขึ้นผิดที่ วัชพืชสามารถทำความเสียหายแก่สมุนไพรมากได้เป็นอย่างมาก วัชพืชส่วนใหญ่วิวัฒนาการตัวเอง ให้สามารถอยู่รอดและทนทานต่อการควบคุม กำจัดด้วยวิธีการใดก็ได้วิธีการหนึ่งได้ดี วัชพืชก่อปัญหาต่างๆ มากมาย เช่น แย่งอาหาร แสงแดด และน้ำ ทำให้สมุนไพรมีเจริญเติบโตและให้ผลผลิตลดลง

6.1 วัชพืชยังเป็นแหล่งของโรคพืชหรือแมลงศัตรูพืช ในขณะที่ยังไม่มีการเพาะปลูกสมุนไพรร พบว่าการกำจัดวัชพืชโดยการไถพรวน ตากหน้าดินไว้ 15 วันก่อนการปลูกพืช เพื่อให้แสงแดดและความร้อนทำลายโรคแมลง และให้วัชพืชมีจำนวนลดน้อยลง หากมีวัชพืชขึ้นต้องกำจัดออกด้วย การถาง หรือถอนออกจากแปลงปลูกสมุนไพรร (แดง หนองคาย. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 52 การกำจัดวัชพืชขึ้นด้วยการถอนออกจากแปลงปลูกสมุนไพรร



6.2 การกำจัดวัชพืชโดยใช้วัสดุคลุมดิน พบว่าการใช้วัสดุคลุมดินเพื่อการกำจัดวัชพืช โดยการอาศัยหลักการบดบังของแสงอาทิตย์ เพื่อไม่ให้วัชพืชได้รับแสงแดด ใช้วัสดุคลุมดินต่างๆ เช่น ฟางข้าว ใบไม้ กาบมะพร้าว ขี้เลื่อย หรือพลาสติก นอกจากกำจัดวัชพืชแล้วยังช่วยในการรักษาความชื้นของพื้นดิน ไม่ให้น้ำระเหยออกจากดินได้ง่าย อีกทั้งยังลดแรงปะทะของการรดน้ำหรือน้ำฝน ที่ตกลงมา และเป็นการเพิ่มอินทรีย์วัตถุในดินกับสมุนไพรร่วมด้วย ในกรณีที่เป็นวัสดุธรรมชาติ (บุญมี ผกาภาด. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 53 ตัวอย่างการกำจัดวัชพืชโดยใช้วัสดุคลุมดินของชุมชนอื่น

6.3 การกำจัดแมลงศัตรูพืช สัตว์เหล่านี้ได้ก่อความเสียหายแก่สมุนไพรมานานแล้ว แมลงศัตรูพืชที่เข้ามาทำลายตั้งแต่ระยะปลูกลงจนถึงระยะเก็บเกี่ยว พบว่าพื้นที่ปลูกสมุนไพรมะนาว แมลงจำพวกนี้กินราก แมลงพวกนี้มีปากแบบกัดกิน ส่วนใหญ่มีชีวิตและวางไข่ตามพื้นดิน ตัวอ่อนและตัวเต็มวัยจะเข้าทำลายกัดกินรากสมุนไพรมะนาว ทำให้สมุนไพรมะนาวยืนต้นแห้งตาย เนื่องจากไม่มีน้ำและอาหาร แมลงจำพวกนี้ได้แก่ ตัวงัด ปลวก จิ้งหรีด ตัวดิน ตัวงวง แก้ไขด้วยการทำยาสมุนไพรมะนาวไล่แมลง ซึ่งไม่เป็นอันตรายต่อพืชและคน โดยใช้สมุนไพรมะนาวเมื่อสร้างภูมิคุ้มกัน เช่น บอระเพ็ด แก่นคุณ (ราชพฤกษ์) หรือฟ้าทะลายโจร มาทำเป็นน้ำหมักสมุนไพรมะนาวในการขับไล่แมลงดังกล่าว และยังเป็นการบำรุงต้นอีกด้วย นำบอระเพ็ด แก่นคุณ หรือฟ้าทะลายโจร อย่างใดอย่างหนึ่ง โดยการสับให้เป็นชิ้นเล็กๆ ให้ละเอียด 3 ส่วนเอาสมุนไพรมะนาวที่สับละเอียด ใส่ถังที่มีฝาปิดผสมน้ำกับกากน้ำตาล อย่างละ 1 ลิตรคนให้เข้ากันแล้วผสมน้ำ 10 ลิตรคนให้เข้ากันเทส่วนผสมลงในสมุนไพรมะนาว ปิดฝาถังให้สนิทอย่าให้อากาศภายนอกเข้าทิ้งไว้นาน 3 เดือนเก็บไว้ในที่ร่ม ใต้ต้นไม้ น้ำยา 1 ส่วนต่อน้ำ 500 ลิตรนำไปฉีดไล่แมลง (หนูคิด คำหงษ์สา. 2558 : สัมภาษณ์)





ภาพประกอบ 54 แมลงศัตรูพืช

7. ปัญหาการขยายพันธุ์ คือการเพิ่มจำนวนต้น และพันธุ์ของสมุนไพรที่มีอยู่ให้มีปริมาณเพิ่มมากยิ่งขึ้น โดยมีได้นำพันธุ์มาจากที่อื่น



ภาพประกอบ 55 การขยายพันธุ์สมุนไพรต้องคำนึงถึงคุณสมบัติและคุณภาพคงเดิมไว้



7.1 ปัญหาการขยายพันธุ์สมุนไพรร ต้องคำนึงถึงคุณสมบัติและคุณภาพที่ดีไว้เหมือนเดิม หรือดียิ่งขึ้นไปกว่าเดิม พบว่าพันธุ์สมุนไพรรที่ต้องการนำมาขยายพันธุ์ ขึ้นอยู่กับลักษณะของพันธุ์สมุนไพรร ซึ่งมีลักษณะประจำพันธุ์และสภาพแวดล้อมที่ดี จึงไม่มีการกลายพันธุ์ ไม่มีการสนับสนุน การขยายพันธุ์อย่างเป็นรูปธรรม ทำให้เสี่ยงต่อการสูญเสียพันธุ์สมุนไพรร ปัจจุบันการขยายพันธุ์สมุนไพรร ใช้วิธีการเอาเมล็ดมาเพาะเมล็ด การแตกหน่อ กิ่งชำ แยกหน่อ เหง้า หรือเอาไหลมาปลูกเท่านั้น (ทองเยี่ยม ทนุวรรดิ. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 56 การขยายพันธุ์สมุนไพรรแบบเพาะเมล็ด การแตกหน่อ กิ่งชำ แยกหน่อ

7.2 ปัญหาการขยายพันธุ์ มักคัดเลือกพันธุ์เฉพาะต้นที่มีลักษณะดีตามต้องการ ด้วยวิธีการเก็บเมล็ดหรือท่อนพันธุ์เอาไว้ เพื่อนำมาใช้ในการขยายพันธุ์ในฤดูกาลต่อไป การขยายพันธุ์โดยการคัดเลือกพันธุ์ตามลักษณะดี การเก็บเมล็ดหรือท่อนพันธุ์นั้น มีข้อจำกัดหลายประการ ต้องใช้พื้นที่ขนาดใหญ่เพื่อทำการเพาะปลูกสมุนไพรร การคัดพันธุ์และการขยายพันธุ์มักได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อมอย่างมาก ซึ่งเป็นการยากลำบากอย่างมากต่อการคัดพันธุ์สมุนไพรร ทำให้มีลักษณะตรงตามพันธุ์กรรมจริงๆ อีกทั้งต้องใช้แรงงานจำนวนมากในการปฏิบัติงาน พันธุ์ที่ได้ยากต่อการที่จะได้ต้นพันธุ์เช่นเดิม หากมีการเพาะปลูกหลายรุ่น อาจเกิดการผสมพันธุ์ข้ามพันธุ์หรือกลายพันธุ์ได้ (เปี้ยง คำภักดิ์. 2558 : สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ 57 การขยายพันธุ์สมุนไพรรแบบการเก็บเมล็ดหรือท่อนพันธุ์



การขยายพันธุ์แบบเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อสมุนไพรมะเขือเทศ

ในปัจจุบันนี้การผลิตต้นกล้าสมุนไพรมะเขือเทศชนิดต่างๆ เป็นไปได้ยากลำบากที่หายากและกำลังสูญหาย ซึ่งเป็นอุปสรรคหนึ่งที่ทำให้เกษตรกรท้อแท้ ไม่สามารถทำการปลูกเป็นแปลงขนาดใหญ่ ในเวลาที่มีความต้องการและเหมาะสม สมุนไพรมะเขือเทศบางชนิดอยู่ห่างไกลจากแหล่งเพาะปลูก มีปัญหาด้านการขนส่ง ซึ่งมีผลทำให้การปลูกสมุนไพรมะเขือเทศมีจำนวนลดน้อยลง ขณะที่สุขภาพของประชาชนมีปัญหาเพิ่มมากขึ้นทุกปี ดังนั้นการขยายพันธุ์แบบเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อสมุนไพรมะเขือเทศ จึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่น่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง

การขยายพันธุ์แบบการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อสมุนไพรมะเขือเทศ (Tissue Culture) เป็นวิธีการสมัยใหม่ ที่ใช้วิทยาศาสตร์เข้ามาช่วยในการขยายพันธุ์พืช โดยเฉพาะสมุนไพรมะเขือเทศที่หายาก เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในกระบวนการคัดเลือกและขยายพันธุ์สมุนไพรมะเขือเทศ เพราะสามารถควบคุมสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่สมุนไพรมะเขือเทศใช้ในการเจริญเติบโต สมุนไพรมะเขือเทศที่ได้จากการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ ซึ่งมีลักษณะตรงตามพันธุกรรมของสมุนไพรมะเขือเทศ สามารถใช้เพิ่มจำนวนต้นสมุนไพรมะเขือเทศให้มีปริมาณมากขึ้น ทุกต้นจะมีลักษณะเหมือนสมุนไพรมะเขือเทศต้นแบบทุกประการ ผู้วิจัยได้เห็นความสำคัญของวิธีการนี้ จึงได้สมัครเข้ารับการอบรมการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อสมุนไพรมะเขือเทศ ที่สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตผลทางการเกษตรและอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ซึ่งเป็นการอบรมเชิงปฏิบัติการในหัวข้อเรื่อง “เทคโนโลยีการขยายพันธุ์พืชสมุนไพรมะเขือเทศเพื่อการผลิตเชิงพาณิชย์” รุ่นที่ 1 วันที่ 1 - 3 มีนาคม 2559 ณ อาคารปฏิบัติการวิจัยกลาง ชั้น 9 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เขตบางเขน ซึ่งให้ประโยชน์กับผู้วิจัยเป็นอย่างยิ่ง ผู้วิจัยมีความมั่นใจ เป็นอย่างยิ่งว่า หากความรู้เกี่ยวกับการขยายพันธุ์แบบเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อสมุนไพรมะเขือเทศ ถ้าเกษตรกรได้เรียนรู้ หรือมีหน่วยงานทางด้านเกษตร ที่สามารถทำในกิจกรรมนี้ได้และขยายตั้งออกไปทั่วประเทศ ทำให้เกษตรกรที่สนใจด้านการอนุรักษ์สมุนไพรมะเขือเทศได้รับประโยชน์อย่างยิ่ง



ภาพประกอบ 58 การอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง เทคโนโลยีการขยายพันธุ์พืชสมุนไพรมะเขือเทศแบบเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ





ภาพประกอบ 59 ผู้วิจัยได้เข้าอบรมการขยายพันธุ์สมุนไพรรูปแบบการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ



ภาพประกอบ 60 สมุนไพรที่ได้จากการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ

ในประเทศไทย การขยายพันธุ์และคัดเลือกพันธุ์พืช โดยใช้เทคนิคการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ ได้นำมาใช้ในธุรกิจการผลิตกล้าไม้ต่างๆ เช่น กล้วยไม้ ต้นสัก ต้นยูคาลิปตัส ไม้ป่า และไม้ยืนต้นอื่น การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อและเซลล์ เป็นการเพาะเลี้ยงสิ่งที่มีชีวิตเฉพาะส่วนเท่านั้น ไม่ใช่พืชทั้งต้นหรือสัตว์ ทั้งตัว การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อพืชทำได้โดยนำเอาเนื้อเยื่อของพืช ส่วนที่กำลังเติบโตอย่างรวดเร็ว เช่นที่ปลายยอดอ่อนมาใส่ในจานเลี้ยงที่มีวุ้นและน้ำเลี้ยง เป็นอาหารที่เนื้อเยื่อต้องการ พร้อมสารกระตุ้น



การเจริญเติบโตของเนื้อเยื่อ และทำให้ไม่อยู่ในสภาพไม่มีเชื้อจุลินทรีย์สิ่งที่มีชีวิตอื่นมาปนเปื้อน อาจบังคั้นให้เนื้อเยื่อเจริญเติบโตขึ้นมาเป็นต้นอ่อนได้ เมื่อมีสภาวะที่พอเหมาะนั้น อาจใช้วิธีเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อเพื่อแพร่กระจายพันธุ์พืชดังกล่าว คือทำให้เกิดต้นอ่อนเป็นจำนวนมาก นำไปปลูกต่อไปได้วิธีนี้ใช้กัน มากในการกระจายพันธุ์พืชบางชนิดที่มีความสำคัญทางเศรษฐกิจ เช่น กล้วยไม้ ไม้ป่า ไม้ยืนต้นอื่น และสมุนไพรร

การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อแบ่งได้เป็น 3 ขั้นตอนคือ

ขั้นตอนที่ 1 การเตรียมชิ้นส่วนพืชให้ปราศจากเชื้อจุลินทรีย์ เป็นขั้นตอนแรกที่สำคัญมาก เนื้อเยื่อที่สะอาดต้องปราศจากเชื้อจุลินทรีย์ ที่ติดมากับชิ้นส่วนของพืชเช่น เชื้อราหรือแบคทีเรียจัดเป็นส่วนสำคัญของการปนเปื้อน ซึ่งจะทำให้เชื้อจุลินทรีย์เกิดการเจริญเติบโตได้ดี ในอาหารที่เพาะเนื้อเยื่อ และทำให้อาหารเกิดเน่าเสียได้ง่าย ส่งผลให้ชิ้นส่วนของพืชที่เพาะเลี้ยงตายในที่สุด ชิ้นส่วนพืชที่มีขนาดเล็กและผิวไม่เรียบขรุขระ ถ้ามีการปนเปื้อนออกจากผิวจะทำไ้ยาก จึงต้องใช้สารฟอกกำจัดเชื้อ ที่นิยมใช้กันมากที่สุดคือ Sodium Hypochloride หรือที่เรียกว่า Clorox มีส่วนผสมของคลอรีนเป็นองค์ประกอบ สามารถกระจายในน้ำได้ดี

ขั้นตอนที่ 2 การเลือกใช้อาหารที่เหมาะสมกับชิ้นส่วนพืชที่จะเพาะเนื้อเยื่อ ต้องปราศจากเชื้อจุลินทรีย์ ซึ่งพร้อมจะเจริญเติบโตต่อไป การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อจะประสบความสำเร็จส่วนหนึ่งคืออาหาร สูตรของอาหารจะมีความแตกต่างกันตามชนิดหรือพันธุ์พืช หรือตามพัฒนาการของเนื้อเยื่อ ในอาหารจะมีส่วนประกอบไปด้วยธาตุอาหารหลัก ธาตุอาหารรอง เกลือแร่ วิตามินต่างๆ และสารอื่นๆ ที่จำเป็นอุณหภูมิที่พอเหมาะต่อการเจริญเติบโตของเนื้อเยื่อ ประมาณ 24-26 องศาเซลเซียส ดังนั้น ควรติดตั้งเครื่องปรับอากาศ สำหรับควบคุมอุณหภูมิและความชื้น ความชื้นควรพอเหมาะสำหรับใน ห้องเพาะเลี้ยง ไม่ควรมีความชื้นสูงเกินไป เพราะจะทำให้ติดเชื้อได้ง่าย ฉะนั้น ความชื้นสัมพัทธ์ ที่พอเหมาะคือประมาณร้อยละ 70

ขั้นตอนที่ 3 การชักนำรากและการย้ายไปปลูก

1. การชักนำรากในการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ รากเป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะรากมีหน้าที่สำคัญในการดูดน้ำและอาหารไปเลี้ยงต้นพืช การใช้สารควบคุมการเติบโต ถ้าสูงเกินไปจะทำให้รากหยุดการเจริญเติบโต ดังนั้น ต้องเติมอาหารเพาะเลี้ยงเพื่อให้ต้นพืชนั้นสร้างรากขึ้น

2. การย้ายปลูกในสภาพแวดล้อมภายนอก เมื่อต้นพืชมีรากแล้ว พืชจะปรับสภาพให้มีความทนทานต่อภายนอก ด้วยวิธีการเพิ่มความเข้มข้นของแสงและอุณหภูมิ ให้กับต้นพืชหรือนำภาชนะเพาะเลี้ยงไปวางไว้ในโรงเรือน ที่มีหลังคาพรางแสงแดดและกันน้ำกันฝนได้ ต้องมีการถ่ายเทอากาศดี พืชจึงจะสร้าง WAX ขึ้น และสามารถสังเคราะห์แสงได้มากขึ้น จึงเหมาะแก่การย้ายไปปลูก ก่อนนำไปปลูกต้องล้างเอาวุ้นอาหารที่ติดอยู่กับรากหรือโคนต้นออกให้หมด จากนั้นจึงเอาต้นพืชไปปลูกในที่ซึ่งมีความชื้นค่อนข้างสูง แสงน้อย อัตราการรอดชีวิตของพืช ขึ้นอยู่กับเครื่องปลูกต้องผ่านการฆ่าเชื้อเสียก่อน



สรุปปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์เกษียณ

ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะ ได้แก่ การตัดพันธุ์ปัญหาสมุนไพรรหายาก ขาดผู้รู้จริงหมอสุมไพรรหรือพรานป่าที่รู้จักสมุนไพรรมีจำนวนลดน้อยลง การควบคุมคุณภาพของพันธุ์สมุนไพรร การเก็บพันธุ์สมุนไพรรแต่ละแหล่งต่างกัน การตัดพันธุ์ที่ดีจะมีผลดีต่อการปลูก การขาดแคลนสายพันธุ์สมุนไพรรที่ดี ขาดหน่วยงานที่รับผิดชอบดูแล สมุนไพรรที่จะนำมาปลูกต้องไม่มีการปะปนของพันธุ์สมุนไพรร ข้อสำคัญต้องปราศจากศัตรูหรือโรคและแมลง, การเตรียมดิน ปัญหาการเตรียมดินที่จะใช้ในปลูกการสมุนไพรรให้ได้ผลผลิตที่ดี ปัจจุบันสภาพของดิน มีปัญหาหลายประการ ดินไม่ร่วนซุย ทำให้รากของสมุนไพรรไม่สามารถงอกไชหาอากาศได้ดี ดินที่ปลูกพืชชนิดเดียวมาเป็นเวลานาน ส่วนใหญ่ จะขาดธาตุอาหาร ทำให้สมุนไพรรที่ปลูกต้นแคระแกรนเนื่องจากขาดธาตุอาหาร ปัญหาดินลึกพื้นดิน ส่วนใหญ่ดินจะตื้น ทำให้การปลูกสมุนไพรรไม่ดี เพราะรากไม่สามารถงอกไชลงไปดินได้ ปัญหาดิน ที่มีกรวดหินปะปนมาก ปัญหาดินเค็ม ปัญหาดินที่มีโรคและแมลงศัตรูพืชอาศัยอยู่, การปลูกปัญหา การปลูกสมุนไพรร ป่าไม้ถูกทำลายลง ทำให้สมุนไพรรมีจำนวนลดน้อยลง ต้องปลูกสมุนไพรรขึ้นมาทดแทน ปัญหาเกี่ยวกับพื้นดินที่จะปลูกสมุนไพรรบริเวณนั้น มีสภาวะของการปนเปื้อนสารพิษหรือไม่ ปัญหาสภาพของดินไม่เหมาะสมกับการปลูกสมุนไพรร ปัญหาสัตว์เลี้ยงเข้าไปรบกวนแหล่งปลูกพืชสมุนไพรร ปัญหาการปลูกพืชสมุนไพรร ปัญหาวิธีการปลูกสมุนไพรรในแต่ละชนิด บางชนิดปลูกด้วยเมล็ดหว่าน ด้วยกิ่งชำ หรือด้วยหัว, การให้น้ำ ปัญหาการให้น้ำสำหรับการปลูกสมุนไพรร ปัญหาแหล่งน้ำสะอาด ที่เหมาะแก่ การปลูกสมุนไพรรต้องไม่มีน้ำท่วม ปัญหาฝนที่ไม่ตกตามฤดูกาล ปัญหาการให้น้ำผิดเวลา ปัญหาการให้น้ำชุ่มมากเกินไป อากาศร้อนมีดินไม่ต้องรดน้ำมาก ปัญหาการใช้แรงงานมาก จึงติดตั้งอุปกรณ์การให้น้ำ ปัญหาสภาพความเป็นกรด-ด่างของน้ำ, การให้ปุ๋ย ปัญหาการให้ปุ๋ยการบำรุงต้นสมุนไพรร เปรียบเสมือนอาหารเสริมแก่ต้นสมุนไพรร ปัญหาการให้ปุ๋ย เช่น ปัญหาการให้ปุ๋ยก่อนปลูกต้นสมุนไพรร ปัญหาปุ๋ยขาดธาตุอาหาร เราควรใส่ปุ๋ยสูตร 15-15-15 ปัญหาการให้ปุ๋ยอินทรีย์ควรผ่านขบวนการหมัก ปัญหาการให้ปุ๋ยเคมี ควรเลือกชนิดของปุ๋ย ปัญหาการให้ปุ๋ยผสมผสาน ควรให้ปุ๋ยอินทรีย์เป็นหลัก, การกำจัดวัชพืชเป็นปัญหาต่อการปลูกสมุนไพรร สารกำจัดวัชพืชที่ใช้ไม่ได้ผลในการกำจัดวัชพืช ทำให้ มีสารตกค้างในดิน, การขยายพันธุ์ ปัญหาคือ การเพิ่มจำนวนต้น ปัญหาพันธุ์สมุนไพรรที่ต้องการนำ มาขยายพันธุ์ ต้องมีลักษณะประจำพันธุ์ ปัญหาเนื่องจากขาดการสนับสนุนการขยายพันธุ์ ปัญหาการปรับปรุงพันธุ์สมุนไพรรให้ได้พันธุ์ที่ดี ปัญหาการบำรุงรักษาพันธุ์สมุนไพรรด้วยการดูแลรักษาตามธรรมชาติ



ตาราง 5 ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

ปัญหา การอนุรักษ์	รายละเอียดของปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
1. การคัดพันธุ์	<p>ปัญหาสมุนไพรรหายาก, ขาดผู้รู้จริง หมอสมุนไพรรหรือพรานป่าที่รู้จักสมุนไพรรมีจำนวนลดน้อยลง, การควบคุมคุณภาพของพันธุ์สมุนไพรร การเก็บพันธุ์สมุนไพรรแต่ละแหล่งต่างกัน การคัดพันธุ์ที่ดีจะมีผลดีต่อการปลูก, การขาดแคลนสายพันธุ์สมุนไพรรที่ดี สมุนไพรรที่ดีต้องมีคุณสมบัติ เจริญเติบโตได้ดี, ข้อมูลของการคัดพันธุ์ ขาดหน่วยงานที่รับผิดชอบดูแล สมุนไพรรที่จะนำมาปลูกต้องไม่มีการปะปนของพันธุ์สมุนไพรร ข้อสำคัญต้องปราศจากศัตรูหรือโรคและแมลง เจริญเติบโตได้ดี เหมาะที่จะขยายพันธุ์ได้ดี</p>
2. การเตรียมดิน	<p>ปัญหาดินที่จะใช้ในปลูกการสมุนไพรรให้ได้ผลผลิตที่ดี หากดินมีสภาพเสื่อมโทรมปลูกพืชไม่ได้ผลเท่าที่ควร ดินแต่ละพื้นที่มีลักษณะแตกต่างกัน ดินที่มีการปลูกพืชชนิดอื่นมาเป็นเวลานาน แต่ไม่มีการจัดการสภาพพื้นดินให้เหมาะสม ทำให้การปลูกพืชสมุนไพรรไม่เจริญเติบโต ทำให้สมุนไพรรที่เราต้องการนำไปใช้ขาดคุณภาพ และสรรพคุณทางยาลดลง ปัจจุบันสภาพของดิน มีปัญหาหลายประการ ดินไม่ร่วนซุย ทำให้รากของสมุนไพรรไม่สามารถชอนไชหาอากาศได้ดี ต้องเป็นดินที่ร่วนซุย, ดินมีสภาพเสื่อมโทรม ไม่มีอินทรีย์วัตถุ สมุนไพรรต้องการธาตุอาหารต่างๆ ดินที่ปลูกพืชชนิดเดียวมาเป็นเวลานาน ส่วนใหญ่จะขาดธาตุอาหาร, ปัญหาดินลึกพื้นดินส่วนใหญ่ดิน จะตื้น เพราะรากไม่สามารถชอนไชลงไปในดินได้ ดินลึกจะทำให้รากเกาะยึดดินได้ดี, ปัญหาดินที่มีกรวดหินปะปนมาก ทำให้รากสมุนไพรรชอนไชหาอาหารไม่ได้, ปัญหาดินที่มีกรดหรือด่างมาก, ปัญหาดินเค็ม, ปัญหาดินที่มีโรคและแมลงศัตรูพืชอาศัยอยู่ และมีสิ่งที่เป็นพิษเจือปนอยู่ในดิน</p>
3. การปลูก	<p>ปัญหาการปลูกสมุนไพรร อดีตเราได้จากธรรมชาติจากป่า ซึ่งเป็นแหล่งทรัพยากรนำมาใช้ แต่ปัจจุบันความต้องการใช้สมุนไพรรมีมากขึ้น ป่าไม้ถูกทำลายลงทำให้สมุนไพรรมีจำนวนลดน้อยลง เกษตรกรส่วนใหญ่หันไปปลูกพืชเชิงเดี่ยว เช่น มันสำปะหลัง เผือก อ้อย, ปัญหาเกี่ยวกับพื้นดินที่จะปลูกสมุนไพรร มีสถานะของการปนเปื้อนสารพิษหรือไม่ เมื่อมีการปลูกสมุนไพรร สารที่ตกค้างในดิน เช่น สารเคมีทางการเกษตรของเกษตรกร แล้วไชยาฆ่าแมลง หรือพื้นที่นั้นอยู่ใกล้กับโรงงานอุตสาหกรรม, ปัญหาสภาพของดินไม่เหมาะสมกับการปลูกสมุนไพรร เช่น ระบบการระบายน้ำ ดินแข็งแน่นทึบ ทำให้รากของพืชสมุนไพรรดูดน้ำไปเลี้ยงลำต้นไม่เพียงพอ, ปัญหาสัตว์เลื้อยเข้าไปรบกวนแหล่งปลูกพืชสมุนไพรร เช่น วัว ควาย, ปัญหาการใช้ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมัก ให้ดินร่วนซุย มีการระบายน้ำในดินได้ดี</p>



ตาราง 5 (ต่อ)

ปัญหา การอนุรักษ์	รายละเอียดของปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
4. การให้น้ำ	ปัญหาการให้น้ำในการปลูกพืชหากขาดน้ำก็ไม่สามารถทำการปลูกสมุนไพรได้ ปัญหาแหล่งน้ำสะอาดที่เหมาะสมแก่การปลูกสมุนไพรต้องไม่มีน้ำท่วมขัง ไม่ควรอยู่ใกล้กับแหล่งที่มีมลพิษ, ปัญหาฝนที่ไม่ตกตามฤดูกาล ต้องอาศัยน้ำในแม่น้ำลำคลองหนองบึง หรือน้ำบาดาล การให้น้ำต้องมีเพียงพอและสม่ำเสมอ, ปัญหาการให้น้ำผิดเวลาทำให้สมุนไพรได้รับผลเสียได้ ช่วงเช้าเป็นเวลาเหมาะสมที่สุด ไม่ควรรดน้ำในเวลา กลางคืน จะทำให้เกิดโรคต่างๆ, ปัญหาการให้น้ำชุ่มมากเกินไป อากาศร้อนมีดครีมีแสงแดดไม่แรงมาก ไม่ต้องรดน้ำมาก, ปัญหาการใช้แรงงานมากติดตั้งอุปกรณ์การให้น้ำ เช่น ระบบน้ำหยดหรือระบบสปริงเกอร์ แต่ค่าใช้จ่ายสูง, ปัญหาสภาพความเป็นกรด-ด่างของน้ำ ขึ้นกับสารละลายต่างๆ น้ำที่เหมาะสมจะทำการเกษตรกรรมมีสภาพค่อนข้างเป็นกลาง
5. การให้ปุ๋ย	ปัญหาการให้ปุ๋ยสิ่งที่ขาดไม่ได้ทำให้พืชสมุนไพรเจริญเติบโตได้ดี ปัญหาการให้ปุ๋ยต้องมีการให้ปุ๋ยเวลาปลูกที่กันหลุม โดยใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมัก ทำให้ดิน มีการอุ้มน้ำ, ปัญหาปุ๋ยขาดธาตุอาหาร เราควรใส่ปุ๋ยวิทยาศาสตร์สูตร 15-15-15 การใส่ปุ๋ยในปริมาณที่พอเหมาะควรให้ 1-2 เดือนต่อครั้ง, ปัญหาการให้ปุ๋ยอินทรีย์ ต้องผ่านขบวนการหมัก แบบปราศจากการปนเปื้อนของโลหะหนัก, ปัญหาการให้ปุ๋ยเคมีควรเลือกชนิดของปุ๋ย และปริมาณในการให้ปุ๋ยอย่างถูกต้อง, ปัญหาการให้ปุ๋ยผสมผสาน ปกติการให้ปุ๋ยอินทรีย์เป็นหลัก แต่บางครั้งก็ต้องเสริมด้วยปุ๋ยเคมีเป็น บางช่วง
6. การกำจัดวัชพืช	การกำจัดวัชพืช เป็นปัญหาต่อการปลูกสมุนไพรประการหนึ่ง สารเคมีป้องกัน กำจัดศัตรูพืช โดยเฉพาะสารกำจัดวัชพืชที่ใช้ไม่ได้ผลในการกำจัดวัชพืช ทำให้สารกำจัดวัชพืชที่ใช้ตกค้างในดิน ทำให้พืชปลูกในแปลงหรือพืชที่ปลูกใกล้เคียงเป็นพิษ ไม่เจริญเติบโตหรือแห้งตายได้
7. การขยายพันธุ์	ปัญหาการขยายพันธุ์ เช่น พันธุ์สมุนไพรที่ต้องการนำมาขยายพันธุ์ขึ้นอยู่กับลักษณะของพันธุ์สมุนไพร มีลักษณะประจำพันธุ์ ทำให้มีการกลายพันธุ์ไม่ตรงตามความต้องการของพันธุ์ที่ดี, ปัญหาเนื่องจากขาดการสนับสนุนการขยายพันธุ์ การขยายพันธุ์เป็นเรื่องของการสืบพันธุ์สมุนไพรตามธรรมชาติ จะด้วยวิธีการเอาเมล็ดมาเพาะ หรือการแตกหน่อ แยกหน่อ แยกตา เอามาปลูก สมุนไพรบางชนิดมีไหลหรือเหง้า อยู่ด้วย ก็ต้องแยกเอาไหลหรือเหง้ามาปลูก หรือขยายพันธุ์ก็ได้, ปัญหาการปรับปรุงพันธุ์สมุนไพรให้ได้พันธุ์ที่ดี เป็นการลดต้นทุนการผลิต และเพิ่มผลผลิตในการปลูก ต่อพื้นที่ให้สูงขึ้น, ปัญหาการบำรุงรักษาพันธุ์สมุนไพร ด้วยการดูแลรักษาตามธรรมชาติ โดยการหลีกเลี่ยงสารเคมี



2. แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชาย และความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

ข้อมูลในส่วนนี้ผู้วิจัยได้จากการศึกษาเอกสารการสังเกต การสนทนากลุ่มหมอพื้นบ้าน และผู้นำชุมชน การสนทนากลุ่มประชาชน และการจัดประชุมผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่าย ได้แก่ ผู้นำชุมชน ประชาชน และภาครัฐ ทำให้ได้ข้อสรุปถึงแนวทางในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายตามคัมภีร์กษัย จำนวน 12 ชนิด ดังต่อไปนี้

แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชาย และความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย



พริกไทย : ข้อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : PIPERACEAE

ชื่อวงศ์ : *Piper nigrum* Linn.

ชื่ออื่น : พริกน้อย พริก พริกไทยดำ พริกไทยอ่อน

ลักษณะพืช

ไม้เถาเนื้อแข็ง เลื้อยเกาะ งอกรากที่ข้อ ใบเดี่ยว เรียงสลับ รูปวงรี โคนใบมนหรือรูปหัวใจ ปลายใบแหลม กว้าง 5-14 ซม. ยาว 13-18 ซม. ดอกช่อเชิงลดออกที่ซอกใบ ไม่มีกลีบเลี้ยงและกลีบดอก ใบประดับรูปขอบขนานแกมรูปดาบ ผลสดรูปทรงกลม เมื่อสุกสีแดง

สรรพคุณ

ราก บำรุงธาตุ แก้เสมหะ แก้ลมในลำไส้ แก้ลมอันทำให้เย็นทั่วสรรพางค์กาย ช่วยย่อยอาหาร แก้ธาตุพิการ แก้ลมวิงเวียน แก้ปวดท้อง ขับลมช่วยเจริญอาหาร

ใบ แก้ลม แก้ลมจุกเสียดแน่น บำรุงธาตุ แก้นอนไม่หลับ แก้ลม 6 จำพวก แก้ลมอัมพฤกษ์ ดับเสมหะ

ดอก แก้ตาแดงดั่งเลือดเนื่องจากความดันโลหิตสูง

เถา ขับลมในท้อง บำรุงธาตุ แก้ลมอัมพฤกษ์ ช่วยย่อยอาหาร แก้อติสารโรค แก้เสมหะ ในทรวงอก

เมล็ด แก้จุกเสียด แน่นท้อง ขับลมในลำไส้ให้ผายเรอ ช่วยย่อยอาหาร บำรุงธาตุ แก้ลม อัมพฤกษ์ แก้ลมสกัดกะวาศะ แก้ลมอันเนื่องจากอวัยวะสืบพันธุ์ แก้ลมมุตตฆาต (วุฒิ วุฒิธรรมเวช. 2540 : 314)



ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากสังเกตและการสนทนากลุ่มในเดือนสิงหาคม 2558
ผลการวิจัยพบว่า

การคัดพันธุ์ สายพันธุ์พริกไทยมีถิ่นกำเนิดอยู่ทางทิศตะวันออกเฉียงใต้ ของประเทศ
อินเดีย โดยกระจายลงมาสู่เอเชียได้แก่ พม่า และประเทศในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยเฉพาะ
ประเทศอินโดนีเซีย ถือว่าเป็นแหล่งปลูกพริกไทยมากที่สุด ต่อมาพริกไทยได้กระจายออกสู่ทั่วโลกมา
ทางจีน และประเทศในภูมิภาคยุโรป พันธุ์ที่นิยมปลูกกันมากในประเทศไทยมี 2 พันธุ์คือ 1. พันธุ์
ซาราวัดหรือพันธุ์ดุซิงหรือพันธุ์มาเลเซีย เป็นพันธุ์ที่นำมาจากรัฐซาราวัดประเทศมาเลเซีย ให้ผลผลิต
สูงกว่าพันธุ์พื้นเมืองของไทย ส่วนใหญ่จะทำเป็นพริกไทยดำ พันธุ์นี้สามารถต้านทานโรครากเน่าได้ดี
เจริญเติบโตรวดเร็ว เป็นพันธุ์ที่นิยมปลูกกันมากที่สุด เพราะให้ผลผลิตสูงประมาณ 9-12 กก/ค้าง/ไร่
หรือเฉลี่ยไร่ละประมาณ 3,600-4,800 กก/ปี 2. พันธุ์ซีลอนหรือพันธุ์ศรีลังกา เป็นพันธุ์ที่นำมาจาก
ประเทศศรีลังกา นิยมปลูกขายเป็นพริกไทยสดมากกว่าเป็นพริกไทยดำหรือขาว นอกจากนี้ยังมีพันธุ์
พื้นเมืองของจังหวัดตรัง เป็นพริกไทยที่มีทรงพุ่มทึบมาก ใบเล็กป้อมๆ ใบอ่อนจะมีจุดสีเขียวอ่อน
กระจายอยู่ทั่วไป ข้อและกิ่งสั้น ช่อดอกสั้น ผลิเล็ก สำหรับพันธุ์นี้ต้านทานโรครากเน่าได้ดี
พอสมควร แต่ให้ผลผลิตต่ำกว่าพันธุ์ ที่มาจากต่างประเทศ และยังมีพันธุ์พื้นเมืองกระบี่ พันธุ์นี้เป็น
ทรงพุ่มโปร่งกว่าพันธุ์ตรัง ใบเล็กป้อมๆ ให้ผลผลิตปานกลาง การคัดเลือกพันธุ์ที่ใช้เป็นสมุนไพรรักษา
คัมภีร์กษัย จะใช้พันธุ์ซาราวัดหรือพันธุ์ดุซิง

การเตรียมดิน การเตรียมดินปลูกพริกไทย ต้องคำนึงถึงดินที่จะปลูก ดินที่ปลูกแต่ละ
พื้นที่ มีความแตกต่างกัน บางแห่งเคยปลูกพืชชนิดเดียวกันมานาน แต่ไม่เคยมีการจัดการสภาพของ
ดินให้เหมาะสม ดินที่ดีและเหมาะสมแก่การปลูกพริกไทย ควรเป็นดินที่มีสภาพความเป็นกรดเป็นด่าง
ไม่มากเกินไป ความเป็นกรด-ด่างอยู่ระหว่าง 5.6-6.5 ควรเป็นดินร่วนปนทรายหรือดินร่วนเหนียว ไม่
มีกรวดหินปะปน มีความอุดมสมบูรณ์สูง ระบายน้ำได้ดี ความลึกของหน้าดินต้องมากกว่า 50 ซม.
กำจัดวัชพืช รากไม้ หญ้า ออกจากแปลงให้หมด ไถดินให้มีความลึก 40-60 ซม. แล้วตากดินไว้
15 วัน จึงไถพรวนดินให้ละเอียดเพื่อปรับหน้าดิน พื้นที่ลาดชันเกิน 15 องศาต้องปรับพื้นที่แบบ
ขั้นบันได ปรับสภาพดินโดยใส่ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมัก แล้วไถพรวนคลุกเคล้าให้เข้ากับดิน

การปลูก เตรียมเสาค้ำเพื่อให้ต้นพริกไทยได้ใช้เกาะ การใช้ค้ำไม้ยืนต้นควรใช้ระยะ
ปลูก ห่างกัน 2 x 3 เมตรหรือ 2.5 x 2.5 เมตร หากเป็นค้ำซีเมนต์ต้องใช้กระสอบปานหุ้มห่อ
ค้ำเอาไว้ เพื่อให้รากพริกไทยได้ยึดเกาะและกระสอบปานจะช่วยเก็บความชื้นไว้อีกด้วย ควรปลูก
ในช่วงฤดูฝน โดยใช้ต้นพันธุ์ 2 ต้น/หลุมหรือค้ำ ถ้าเป็นพันธุ์ซาราวัดใช้ระยะปลูก 2 x 2 เมตร
ส่วนพันธุ์ซีลอนใช้ระยะปลูก 2.25 x 2.25 เมตรหรือ 2.25x2.50 เมตร ขุดหลุมขนาดกว้างยาวx
ลึก 40x60x40 ซม. ปากหลุมห่างจากโคนค้ำประมาณ 15 ซม. นำปุ๋ยอินทรีย์ผสมกับดิน
อัตราส่วนปุ๋ยอินทรีย์ 1 ต่อดิน 2 ส่วน โยกดินกลบลงในหลุมประมาณครึ่งหลุม นำต้นพันธุ์ที่จะปลูก
ลงปลูกให้ปลายยอดเอนเข้าหาค้ำ หันด้านที่มีราก หรือดินตุ๊กแกออกนอกค้ำ ฝังลงดินประมาณ 2
ข้ออีกประมาณ 3 ข้อเหนือผิวดิน กลบดินให้แน่นคลุมโคนด้วยเศษหญ้าหรือฟางแห้ง จะช่วยป้องกันการ
การระเหยของน้ำได้ดี เสร็จแล้วรดน้ำให้ชุ่ม หลังจากปลูกพริกไทยแล้ว ควรทำร่มให้พริกไทย อาจใช้
ทางมะพร้าวหรือวัสดุอื่นๆ ก็ได้เมื่อครบ 1 เดือนพริกไทยค่อยๆ ขึ้นกับแสงแดด ให้ถอนที่บังร่มเงา
ออกครั้งละเล็กน้อย เมื่อพริกไทยสามารถทนต่อแสงแดดตามปกติได้แล้ว จึงค่อยเอาวัสดุบังร่มออก
ให้หมด



การให้น้ำ น้ำเป็นปัจจัยสำคัญของการปลูก น้ำที่ใช้รดพริกไทยควรเป็นน้ำที่สะอาด ให้น้ำตามสภาพแวดล้อมที่ทำให้พริกไทยได้รับน้ำอย่างสม่ำเสมอ และเพียงพอทั่วทั้งแปลง การให้น้ำแบบระบบ มินิสสปิงเกอร์ เป็นวิธีที่ดีกว่าและประหยัดน้ำอีกด้วย หลังปลูกช่วงแรกควรรดน้ำทุกวัน หรือวันเว้นวัน จนกระทั่งพริกไทยเริ่มตั้งตัวได้แล้วให้ลดการให้น้ำเหลือ 2-3 วัน/ครั้ง แต่ถ้าพริกไทยให้ผลผลิตแล้ว ควรให้ 3-4 วัน/ครั้ง ขึ้นอยู่กับความเหมาะสม ตามสภาพดินฟ้าอากาศ โดยเฉพาะช่วงที่พริกไทยติดผลแล้วจะต้องให้น้ำทุกวันๆ ละครั้ง เพื่อเป็นการประหยัดน้ำในฤดูแล้ง ควรนำฟางหรือหญ้าแห้งมาคลุมดินในแปลง แต่ถ้าฤดูฝนไม่ควรคลุมดินจนชิดโคนควรเว้นห่าง เพื่อไม่ให้โคนต้นพริกไทยขึ้นและจนเกินไปอาจเกิดโรคได้ กรณีที่มีฝนตกชุกต้องจัดเตรียมการระบายน้ำ ออกจากแปลงปลูกอย่างรวดเร็ว และขณะดินขึ้นและไม่ควรเหยียบย่ำลงในแปลง จะทำให้ดินแน่นที่บรากเสียหายได้

การใส่ปุ๋ย ก่อนการใส่ปุ๋ยทุกครั้งควรกำจัดวัชพืชด้วย การใส่ปุ๋ยควรใส่ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ปุ๋ยดังกล่าวจะช่วยปรับสภาพความเป็นกรดต่างของดิน ให้เหมาะกับการเจริญเติบโตของพริกไทย และจะช่วยทำให้ดินโปร่งสามารถดูดซับความชื้นได้ดี หากต้องการเพิ่มธาตุไนโตรเจน จำเป็นต้องใช้ปุ๋ยเคมีควบคู่กันไป สำหรับปุ๋ยเคมีควรใช้สูตร 15-15-15 หรือ 17-17-17 อัตรา 20-30 กรัม/ครั้งปีละ 4 ครั้งหลังตกแต่งกิ่ง หากต้องการที่จะเร่งต้นพริกไทยให้ออกดอกและผล ควรใส่ปุ๋ยสูตร 8-24-24 เพื่อกระตุ้นให้ตาออกดอกพร้อมกัน

การกำจัดวัชพืชและแมลง การกำจัดวัชพืชควรทำด้วยความระมัดระวัง เพราะพริกไทยมีระบบรากตื้นแผ่กระจายรอบทรงพุ่ม ข้อสำคัญต้องกำจัดวัชพืชก่อนทุกครั้งที่ใช้ปุ๋ย ไม่ควรใช้ยากำจัดวัชพืชเพราะพริกไทยเป็นพืชค่อนข้างอ่อนแอเพียงถูกละอองยา อาจทำให้พริกไทยเหี่ยวเฉาและอาจถึงตายได้ ในการกำจัดวัชพืชควรใช้แรงงานคน ใช้มือถอนเพื่อไม่ให้รากกระทบกระเทือน การป้องกันกำจัดโรค และแมลงเมื่อพริกไทยเริ่มออกดอก จะต้องพ่นสารสกัดจากสมุนไพรสะเดาและยาสูบ เพื่อป้องกัน และกำจัดแมลงที่จะเข้ามาทำลายออก เช่น เพลี้ยแป้งเป็นแมลงที่ทำลายดูดกินน้ำเลี้ยงที่ใบ เถา และรวงพริกไทย โดยเฉพาะขณะยังอ่อนทำให้ผลผลิตลดลง โรครากราน้ำและโคนเน่าของพริกไทย เพื่อลดความเสียหายจากโรคโดยการจัดสภาพดินในแปลงให้มีการระบายน้ำได้ดี ควรตัดแต่งกิ่งหรือแขนง ตามบริเวณโคนต้นให้โปร่ง

การขยายพันธุ์ โดยการใช้ลำต้น (เถา) ของส่วนยอดหรือส่วนอื่นที่แก่จัด มีอายุระหว่าง 1-2 ปี เลือกตัดจากต้นที่มีความอุดมสมบูรณ์ ให้ผลผลิตสูง ไม่มีโรคและแมลงทำลาย เมื่อตัดต้นพันธุ์ได้แล้วต้องค่อยๆ แกะดินตุ๊กแกให้หลุดออกจากค้าง พยายามอย่าให้ต้นหักหรือฉีก แล้วนำกิ่งพันธุ์มาตัดเป็นท่อนๆ ยาวประมาณ 40-50 ซม เลือกดูให้มีข้อประมาณ 5-7 ข้อ ริดใบทิ้งแล้วตัดกิ่งแขนงตรง 3-4 ข้อล่างออก นำยอดไปปักชำในกระบะชำหรือชำในถุงพลาสติกดำ ให้ข้ออยู่ในดินระดับดิน 3-4 ข้อ รดน้ำรอจนรากออกแข็งแรงจึงย้ายไปปลูก ถ้าต้องการปลูกพริกไทยแบบไม่ใช้ค้าง (พริกไทยพุ่ม) ให้ตัดชำโดยใช้ข้อเดียวและมีกิ่งแขนงติดอยู่ ปักชำลงในถุงหรือแปลงปักชำ เมื่อรากออกดีแล้วจึงย้ายไปปลูก

ส่วนที่นำไปใช้ เมล็ด

การนำไปใช้ นำเมล็ดแห้งประมาณ 0.5-1.5 กรัมตมน้ำกิน หรือทำเป็นยาเม็ดหรือยาผงกิน ใช้รักษาอาการปวดกระเพาะอาหาร หรืออีกวิธีใช้พุทราชั้นเอาเมล็ดออกผสมพริกไทยอ่อนไปนึ่งด้วย ใอน้ำ ประมาณ 7 ครั้ง บดให้เป็นผงปั้นเป็นเม็ดเท่าเม็ดถั่วเขียว กินกับน้ำอุ่นครั้งละ 7 เม็ด หลังกินยานี้อาการปวดจะลดลง แต่กระเพาะอาหารจะร้อนและรู้สึกรัก รักษาโดยการกินข้าวหรือข้าวต้มหลังกินยานี้ (สนทนากลุ่ม. 2558)





หญ้าแห้วหมู : ข้อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : CYPERACEAE

ชื่อวงศ์ : *Kyllinga monocephala* Rottle.

ชื่ออื่น : หญ้ากอกดอกขาว หญ้าแห้วหมูหรือหญ้าขนหมู (เหนือ)

ลักษณะพืช

เป็นพืชจำพวกหญ้า ขนาดเล็ก ใบแผ่แบนติดหน้าดิน ใบเดี่ยวแคบเล็กเรียวยาว เป็นร่อง และสันตามยาว ปลายแหลม ผิวเรียบมันสีเขียวเข้ม ยาวราว 2-3 นิ้ว ดอกเล็กๆ สีขาวเป็นกระจุกกลม เหมือนดอกบานไม่รู้โรยเล็กๆ ใบประกอบ คล้ายหญ้ากอกดอกขาว ต้องขุดดู ถ้าเป็นหญ้าแห้วหมูจะมีหัวเล็กๆ รูปกระสวยผิวขรุขระ สีน้ำตาล เนื้อเหลืองขาว รสเผ็ดหอมปรา่ รสแรงกว่าแห้วหมูใหญ่มาก ขนาดเล็กเท่าปลายนิ้วก้อย จะออกติดกันเป็นพวง ขึ้นเองทั่วไปตามสนาม ที่รกร้างว่างเปล่า หัวต้มทำยาแล้วเททิ้งยังงอกได้

สรรพคุณ

หัว รสเผ็ดหอมปรา่ บำรุงธาตุ ขับลมในลำไส้ แก้ปวดท้อง ท้องขึ้น อืดเฟ้อ บำรุงกำลัง เป็นยาอายุวัฒนะ ขับความเย็น ระบายปวด แก้หวัดลม หวัดหนาว (วุฒิ วุฒิธรรมเวช. 2540 : 470-471)

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามโดยการสังเกตและการสนทนากลุ่มผลการวิจัยพบว่าการคัดพันธุ์ หญ้าแห้วหมูมักจะถูกมองว่าเป็นวัชพืชที่ไร้ค่าแท้จริงแล้ว หญ้าแห้วหมูเป็นสมุนไพรที่ใช้ทำยาตามตำรับอายุเวทของอินเดียมานานแล้ว หญ้าแห้วหมูเป็นพืชจำพวกหญ้ามี่ 2 ชนิดคือ 1.หญ้าแห้วหมูเล็ก ใบแผ่แบนติดหน้าดิน ใบเดี่ยวแคบเล็กเรียวยาวเป็นร่องและสันตามยาว ปลายแหลมยาว 2-3 นิ้วดอกเล็กๆ สีขาวเป็นกระจุกกลมมีหัวเล็กๆ รูปกระสวย กลมสีน้ำตาลดำ เนื้อเหลืองขาว รสเผ็ดหอม รสแรงกว่าแห้วหมูใหญ่ 2.หญ้าแห้วหมูใหญ่ ลักษณะต้นคล้ายแห้วหมูเล็ก แต่ดอกสีน้ำตาลแดงคล้ายกลิ้งกา รสเผ็ดร้อน ควรเลือกปลูกพันธุ์แห้วหมูเล็ก เพราะจะให้สรรพคุณทางยาแรง กว่าแห้วหมูใหญ่

การเตรียมดิน หญ้าแห้วหมูขึ้นได้ในดินเกือบทุกชนิด ที่มีอินทรีย์วัตถุอุดมสมบูรณ์ และร่วนซุย มีความชื้นและระบายน้ำได้ดี โดยเฉพาะในดินร่วนที่มีน้ำและอากาศซึมผ่านถ่ายเทได้สะดวก นอกจากนี้การเก็บเกี่ยวหัวแห้วหมูที่ปลูกในดินร่วนซุย จะสะดวกมากกว่าที่ปลูกในดินเหนียว ดังนั้นในการเตรียมดินที่จะปลูกแห้วหมู จึงจำเป็นต้องขุดดินหรือไถพรวนเพื่อให้ดินร่วนซุย ควรไถพรวนไม่น้อยกว่า 2 ครั้งคือไถตะเพื่อกำจัดวัชพืช และเปิดหน้าดินให้ร่วนซุยแล้วตากดินไว้ 1-2



สัปดาห์ เพื่อทำลายเชื้อโรคหรือแมลงต่างๆ ในดินและไถแปรเพื่อกลับหน้าดิน ทำให้ดินละเอียดและร่วนซุยขึ้น พร้อมเก็บเศษไม้และวัชพืชออกจากแปลงที่จะปลูกให้หมด ใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักเพื่อปรับสภาพดิน ถ้าพื้นที่ที่จะปลูกเป็นดินเหนียวจัดการใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก ในอัตราส่วน 1 ต้น/ไร่ การเตรียมดินควรไถพรวนก่อนต้นฤดูฝน เพื่อให้สภาพพร้อมปลูกในฤดูฝน การเตรียมแปลงปลูกมี 2 แบบ คือ 1. แปลงปลูกหากเป็นพื้นที่ราบ ต้องมีการระบายน้ำดี 2. แปลงปลูกแบบยกร่องควรรยก่องขนาดกว้าง 50-60 ซม. สูง 25 ซม. แต่ต้องปรับ ให้สม่ำเสมอ

การปลูก ปลูกได้ทุกฤดูกาลเพราะหญ้าแห้วหมูขึ้นง่าย ควรปลูกในช่วงฤดูฝนประมาณเดือนพฤษภาคมเป็นต้นไป เพราะจะทำให้หน่อออกหลังปลูก 2-4 สัปดาห์ ดอกจะออกในเดือนกรกฎาคม-กันยายน อายุการปลูกประมาณ 4-5 เดือน ลำต้นเหนือดินจะโตรมยุบในฤดูแล้ง หัวใต้ดินพร้อมจะเก็บประมาณเดือนธันวาคม โดยเฉลี่ยอายุปลูกพร้อมเก็บประมาณ 9-11 เดือน หากปลูกล่าช้าเกินไปทำให้เสียค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษา และเจริญเติบโตได้ไม่เต็มที่ เพราะต้นหญ้าจะโตรมยุบเมื่อเข้าฤดูแล้ง ทำให้ได้ผลผลิตน้อยและมีคุณภาพต่ำ กว่าหญ้าที่ปลูกตามสภาพอายุที่เก็บเกี่ยวตามปกติ การปลูกหญ้าถ้าปลูกในแปลงปลูกพื้นที่ราบระยะระหว่างแถว 30 ซม. ระหว่างต้น 30 ซม. ถ้าปลูกในแปลงแบบยกร่องระยะระหว่างแถว 45-75 ซม. ระหว่างต้น 25-50 ซม. ขุดหลุมขนาดกว้าง x ยาว x ลึก 15x15x15 ซม. ใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักรองก้นหลุม ในอัตราส่วน 1 กระป๋องนม (ประมาณ 250 กรัม) ต่อหลุม คลุกเคล้าให้เข้ากับดินก้นหลุม นำหัวหญ้าลงปลูกกลบดินทับหนา 5-10 ซม.

การให้น้ำ ควรให้น้ำหลังปลูกต้องให้เพียงพอ และสม่ำเสมอวันละ 1 ครั้ง ถ้ามากเกินไปให้เว้นช่วงได้ หรือถ้าแปลงปลูกแห้งให้น้ำเพิ่มจึงต้องคอยสังเกต เพราะสภาพพื้นดินต่างกัน ภูมิอากาศต่างกัน การให้น้ำควรให้จนกว่าหญ้าตั้งตัวได้ เมื่อหญ้าออกแล้วให้น้ำ 2-3 วัน/ครั้ง

การใส่ปุ๋ย วิธีใส่ปุ๋ยควรใส่ให้ห่างจากโคนต้น 8-15 ซม. โดยขุดหลุมฝั่งหรือหว่านระหว่างแถวปลูก แล้วพรวนดินกลบเมื่อใส่ปุ๋ยทุกครั้งต้องรดน้ำทันที การใส่ปุ๋ยควรเป็นปุ๋ยคอกหลังปลูกเดือนละครั้ง ในปริมาณที่พอสมควรไม่มากเกินไป มากเกินไปหญ้าเจริญงอกงามมาก หัวใต้ดินจะเติบโตทำให้สรรพคุณของสารในหัวหญ้าลดลง

การกำจัดวัชพืชและแมลง หญ้าแห้วหมูจะถูกมองว่าเป็นวัชพืช ถ้าเราปลูกแล้วมีวัชพืชอื่น เข้ามารบกวน ถือว่าต้นพืชอื่นเป็นวัชพืชของหญ้า ถ้ามีวัชพืชขึ้นแซมต้องดูแลกำจัดออกอย่างสม่ำเสมอ และพรวนดินไปพร้อมกัน บริเวณใต้โคนควรใช้มือถอนจะดีกว่าใช้จอบหรือเสียม เพราะ อาจทำความเสียหายกับต้นหญ้าได้

การขยายพันธุ์ หญ้าหมูขยายพันธุ์ได้ดีตามพื้นที่ต่างๆ ตามธรรมชาติ ด้วยวิธีการแตกต้นใหม่จากส่วนหัวที่เกิดจากไหลใต้ดิน แพร่กระจายตามความยาวของไหล ส่วนไหลแก่จะตายเมื่ออายุมาก นอกจากนี้ยังขยายพันธุ์ด้วยเมล็ดที่หล่นเมื่อแก่ได้อีกด้วย

ส่วนที่นำไปใช้ หัว

การนำไปใช้ นำหัวหญ้ามาต้มกับน้ำร้อนดื่ม ในอัตราส่วนหัว 1/น้ำร้อน 10 ส่วน ช่วยลดความดันโลหิตสูง หรือใช้หัวหญ้า พริกไทยดำ น้ำผึ้งและเนย ในปริมาณอย่างละเท่าๆ กัน นำมาผสมรวมกันใส่ลงไปในกระทะตั้งไฟ กวนให้เป็นตั้งเมนำมาปั่นเป็นยาลูกกลอน ขนาดเท่าเม็ดพุทรา กินก่อนนอนทุกคืน เป็นยาบำรุงกำลังและเป็นยาอายุวัฒนะอีกด้วย (สนทนากลุ่ม. 2558)





บอระเพ็ด : ข้อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : MENISPERMACEAE

ชื่อวงศ์ : *Tinospora crispa* Mies ex Hook.f. & Thoms

ชื่ออื่น : บอระเพ็ดตัวเมีย เจตมูลยาน เครือเขาฮอ เจตมูลหนาม เถาหัวด้วน

หางหนู

ลักษณะพืช

เป็นไม้เถาลำต้นมีตุ่มปมทั่วไป ขึ้นเกาะเกี่ยวตามต้นไม้ มักมีรากอากาศคล้ายเชื้อรา เส้นเล็ก ห้อยย้อยลงมาเป็นสาย ใบเป็นใบเดี่ยว รูปใบพลูหรือรูปหัวใจ ค่อนข้างกลม โคนใบหยักเว้าลึก ปลายใบหยักคอดเป็นติ่งสั้นๆ มีขนประปราย ขอบใบเรียบ ดอกเล็ก สีเหลืองอ่อน ออกรวมกันเป็นช่อตามปมของลำต้น ทั้งกลีบดอกและกลีบรองกลีบดอกมีอย่างละ 6 กลีบ ผลกลมรี มีเนื้อเยื่อบางๆ หุ้มเมล็ด

สรรพคุณ

ราก เจริญอาหาร ดับพิษร้อนถอนพิษไข้ แก้ไข้สูงมีอาการเพ้อคลั่ง แก้ไข้เหนือ แก้ไข้สันนิบาต แก้ไข้พิษ แก้โลหิตอันเป็นพิษ

ต้นและเถา แก้ไข้เหนือ (อันบังเกิดเพื่อโลหิต) แก้ไข้ตรีโทษ แก้ไข้พิษ แก้ไข้ร้อนใน แก้ไข้กาฬ แก้พิษฝีดาษ ระงับความร้อนทำให้เนื้อเย็น ดับพิษไข้ แก้โรคแทรกทุกชนิดของไข้ทรพิษ ขับน้ำย่อยอาหาร แก้สมุฏฐานกำเริบ แก้ลมเดินไม่สะดวก ขับเสมหะ แก้อ่อนในกระหายน้ำ บำรุงไฟธาตุ เป็นยาอายุวัฒนะ แก่ตีพิการ

ทั้งต้น แก้ไข้เหนือ แก้ไข้พิษ บำรุงน้ำดี แก้ไข้กาฬ เจริญอาหาร แก้อ่อนในกระหายน้ำ

ใบ พอกปิดฝี แก้ฟกบวม ลดความร้อน ถอนพิษไข้ เจริญอาหาร แก้ไข้เหนือ แก้ไข้พิษ บำรุงน้ำดี แก้ไข้กาฬ แก้อ่อนในกระหายน้ำ แก่ตีพิการ แก้โรคผิวหนัง ฆ่าพยาธิไล่ไส้ในท้อง ดอก ถ่ายพยาธิในอุทรให้ตก ถ่ายพยาธิในหูให้ตก ขับพยาธิ ผลและลูก แก้เสมหะอันเป็นพิษ แก้ไข้พิษ แก้ไข้ (วุฒิ วุฒิธรรมเวช. 2540 :

263)



ในการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสังเกตและการสนทนากลุ่ม ในเดือนสิงหาคม 2558 ผลการวิจัยพบว่า

การคัดพันธุ์ บอระเพ็ดเป็นพืชสมุนไพรที่มีสรรพคุณทางยาดี ไม่แพ้พืชสมุนไพรประเภทไม้ยืนต้นและอื่นๆ บอระเพ็ดเป็นพันธุ์ไม้เถาเลื้อยไปได้ยาวเป็นพิเศษ สามารถเกี่ยวพันลดเลื้อยไปมา ต้นไม้อื่นที่อยู่ใกล้จะต้องถูกอาศัยพันเกี่ยวพันที่ เป็นพันธุ์ไม้ขนาดเล็ก การเลือกคัดพันธุ์ ควรเลือกลำต้นหรือเถา ที่มีธาตุอาหารสะสมอย่างเพียงพอ ไม่แก่ไม่อ่อนเกินไป เถาพันธุ์ควรมาจาก ต้นแม่ที่สมบูรณ์ และแข็งแรง ไม่พอมยาว ยืดยาว ต้องปราศจากโรคและแมลง ต้องรู้แหล่งที่มาและ เชื่อถือได้

การเตรียมดิน การเตรียมดินปลูกต้องคำนึงถึงดินที่จะปลูก ดินที่ปลูกแต่ละพื้นที่มีความแตกต่างกัน บางแห่งเคยปลูกพืชชนิดเดียวกันมานาน แต่ไม่เคยมีการจัดการสภาพของดินให้เหมาะสม ดินที่ดีและเหมาะสมแก่การปลูกบอระเพ็ด ควรเป็นดินที่มีสภาพความเป็นกรดเป็นด่างไม่มากเกินไป ความเป็นกรด-ด่างอยู่ระหว่าง 5.6-6.5 ควรเป็นดินร่วนปนทรายหรือดินร่วนเหนียว ไม่มีกรวดหินปะปน มีความอุดมสมบูรณ์สูง ระบายน้ำได้ดี ความลึกของหน้าดินต้องมากกว่า 50 ซม. กำจัดวัชพืช รากไม้ หญ้า ออกจากแปลงให้หมด ไถดินให้มีความลึก 40-60 ซม. แล้วตากดินไว้ 15 วัน จึงไถพรวนดินให้ละเอียดเพื่อปรับหน้าดิน พื้นที่ลาดชันเกิน 15 องศา ต้องปรับพื้นที่แบบขั้นบันได ปรับสภาพดิน โดยใส่ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมัก แล้วไถพรวนคลุกเคล้าให้เข้ากับดิน

การปลูก โดยการนำต้นกล้าหรือเถาปักชำ มาปลูกในถุงพลาสติกให้แข็งแรงดีก่อน จึงย้าย ไปปลูกในแปลง เตรียมหลุมปลูกให้มีความกว้างกว่าถุงพลาสติกเล็กน้อย เมื่อนำต้นอ่อนลง ปลูกกลบ ด้วยดินร่วนหรือดินปนทราย กดดินให้แน่นพอประมาณ คลุมด้วยฟางหรือหญ้าแห้ง เพื่อรักษาความชื้น หรืออีกวิธีหนึ่งโดยการตัดเถาพันธุ์แก่ยาวประมาณ 1 ศิบนำมาขำลงในดินให้เอียงเล็กน้อย 45 องศา รดน้ำให้ชุ่มจนกว่าจะแตกใบใหม่ จึงย้ายไปปลูกในแปลงที่ทำค้างให้บอระเพ็ด เลื้อยไปได้ด้วย หลังจากปลูกบอระเพ็ดแล้วควรทำร่มให้ อาจใช้ทางมะพร้าวหรือวัสดุอื่นๆ ก็ได้ เมื่อครบ 1 เดือนบอระเพ็ด ค่อยๆ ขึ้นกับแสงแดดให้ถอนที่บังร่มเงาออกครั้งละเล็กน้อย จนต้นบอระเพ็ดสามารถทนต่อแสงแดดตามปกติได้แล้ว จึงค่อยเอาวัสดุบังร่มออกให้หมด

การให้น้ำ น้ำเป็นปัจจัยสำคัญของการปลูก น้ำที่ใช้รดควรเป็นน้ำที่สะอาด ให้น้ำตามสภาพแวดล้อมที่ทำให้พริกไทยได้รับน้ำอย่างสม่ำเสมอ และเพียงพอทั่วทั้งแปลง การให้น้ำแบบระบบมินิสสปิงเกอร์ เป็นวิธีที่ดีกว่าและประหยัดน้ำอีกด้วย หลังปลูกช่วงแรกควรรดน้ำทุกวันหรือวันเว้นวัน จนกระทั่งบอระเพ็ดเริ่มตั้งตัวได้แล้วให้ลดการให้น้ำเหลือ 2-3 วัน/ครั้ง แต่ถ้าบอระเพ็ดมีความสมบูรณ์ให้ผลผลิตแล้ว ควรให้ 3-4 วัน/ครั้ง ขึ้นอยู่กับความเหมาะสม ตามสภาพดินฟ้าอากาศ โดยเฉพาะช่วงที่พริกไทยติดผลแล้วจะต้องให้น้ำทุกวันๆ ละครั้ง เพื่อเป็นการประหยัดน้ำในฤดูแล้ง ควรนำฟางหรือหญ้าแห้งมาคลุมดินในแปลง แต่ถ้าฤดูฝนไม่ควรคลุมดินจนชิดโคนควรเว้นห่าง เพื่อไม่ให้โคนต้นขึ้นและจนเกินไปอาจเกิดโรคได้ กรณีที่มีฝนตกชุกต้องจัดเตรียมการระบายน้ำออกจากแปลงปลูกอย่างรวดเร็ว ขณะดินขึ้นและ ไม่ควรเหยียบย่ำลงในแปลง จะทำให้ดินแน่นที่บรอกเสียหายได้

การให้ปุ๋ย ก่อนการใส่ปุ๋ยทุกครั้งควรกำจัดวัชพืชด้วย การใส่ปุ๋ยควรใส่ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ปุ๋ยดังกล่าวจะช่วยปรับสภาพความเป็นกรดต่างของดิน ให้เหมาะกับการเจริญเติบโตของบอระเพ็ด และจะช่วยทำให้ดินโปร่งสามารถดูดซับความชื้นได้ดี



หากต้องการเพิ่มแร่ธาตุในดิน จำเป็นต้องใช้ปุ๋ยเคมีควบคู่กันไป สำหรับปุ๋ยเคมีควรใช้สูตร 15-15-15 หรือ 17-17-17 อัตรา 20-30 กรัม/ครั้งปีละ 4 ครั้งหลังตกแต่งกิ่ง หากต้องการที่จะเร่งต้น บอระเพ็ดให้ออกดอกและผล ควรใส่ปุ๋ยสูตร 8-24-24 เพื่อกระตุ้นให้ตาออกดอกพร้อมกัน

การกำจัดวัชพืชและแมลง การกำจัดวัชพืชควรทำด้วยความระมัดระวัง ที่สำคัญต้องกำจัดวัชพืชรากก่อนทุกครั้งที่ใช้ปุ๋ย ในการกำจัดวัชพืชควรใช้แรงงานคน ใช้มือถอนเพื่อไม่ให้ราก กระทบกระเทือน การป้องกันกำจัดโรคและแมลง จะต้องพ่นสารสกัดจากสมุนไพรสะเดาและยาสูบ เพื่อป้องกันและกำจัดแมลงที่จะเข้ามาทำลายออก เช่นเพลี้ยแป้งเป็นแมลงที่ทำลายดูดกินน้ำเลี้ยงที่ใบ เถา โดยเฉพาะขณะยังอ่อนทำให้ผลผลิตลดลง เพื่อลดความเสียหายจากโรค โดยการปรับสภาพดินใน แปลงให้มีการระบายน้ำได้ดี ควรตัดแต่งกิ่งหรือแขนง ตามบริเวณโคนต้นให้โปร่ง

การขยายพันธุ์ โดยใช้เถาปักชำ ตัดเถาแก่ให้ยาว 1 คืบ นำเถาบอระเพ็ดปักแช่ใน น้ำยาเร่งรากชีวภาพประมาณ 10 นาที นำลงในดินให้ต้นเอียงเล็กน้อย ลึกประมาณ 10 ซม. รดน้ำให้ชุ่มทันที เมื่อแตกใบและรากจึงย้ายไปปลูก

ส่วนที่นำไปใช้ เถาราก

การนำไปใช้ นำเถาบอระเพ็ดหันตากแห้งแล้วบดเป็นผงผสมน้ำผึ้ง ปั่นเป็นลูกกลอน กินก่อนนอนวันละ 2-4 เม็ดใช้เป็นยาอายุวัฒนะ หรือกินบอระเพ็ดสดวันละ 2 อนุภาคทุกวัน ช่วยให้ เจริญอาหารและป้องกันไข้มาเลเรีย หรือใช้รากและเถาตำผสมมะขามเปียกและเกลือ หรือดองเหล้า รับประทานครั้งละ 1 ซ้อนชาแก้ไข้ลดความร้อน (สนทนากลุ่ม. 2558)



กระชาย : ข้อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : ZINGIBERACEAE

ชื่อวงศ์ : *Boesenbergia pendurail* (L.) Mansf.

ชื่ออื่น : กะแอม จี๊ป ซีฟู เป้าซอเราะะ เป้าสี่ระแอน ว่านพระอาทิตย์

ลักษณะพืช

เป็นพืชล้มลุก มีลำต้นใต้ดินเรียกว่าเหง้า มีรากติดเป็นกระจุกเป็นที่สะสมอาหาร เป็นรูปทรงกระบอกปลายเรียวแหลม ผิวสีน้ำตาลอ่อน เนื้อสีเหลือง มีกลิ่นหอม ส่วนที่อยู่เหนือดิน ประกอบด้วย โคน ก้าน ใบ ที่เป็นกาบหุ้มซ้อนกันสูง กาบใบมีสีแดงเรื่อๆ แผ่นใบรูปรีปลายแหลม โคนแหลมหรือมน ขอบเรียบ ดอกออกเป็นช่อที่ยอด ช่อดอกมีใบประดับเรียงทะแยงกัน ดอกที่ปลาย ช่อจะบาน กลีบดอกสีขาว หรืออมชมพู มีลักษณะเป็นถุงแยกเป็น 2 กลีบ



สรรพคุณ

หัว แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ จุกเสียด ปวดท้อง ท้องร่วง แก้บิด แก้ปวดมวนในท้อง แก้โรคลม ขับระดู บำรุงความกำหนัด แก้กามตายด้าน แก้มฤตกิด บำรุงกำลัง แก้กลากเกลื้อน แก้ลมทำให้หัวใจสั่น ขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะพิการ แก้แผลในปาก แก้ไอเรื้อรัง กระตุ้นหัวใจ

ใบ แก้โรคนิปาก ในคอ แก้โลหิตเป็นพิษ บำรุงธาตุ ถอนพิษต่างๆ แก้เม็ดยอดในปากในคอ แก้ปากเหม็น แก้โลหิตระดูสตรี (วุฒิ วุฒิธรรมเวช. 2540 : 72)

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตและการสนทนากลุ่ม ในเดือนสิงหาคม 2558 ผลการวิจัยพบว่า

การตัดพันธุ์ กระจายเป็นพืชล้มลุกมีเหง้าหรือลำต้นอยู่ใต้ดิน มีลักษณะเรียวยาวอวบ น้ำตรงกลางแห้งจะพอง คล้ายกระสวยออกเกาะกลุ่มกันเป็นกระจุก สีน้ำตาลหรือน้ำตาลแกมส้ม สายพันธุ์กระจายเป็นที่นิยมปลูกกัน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่มใหญ่ๆ คือ 1. กระจายเป็นบ้านหรือเรียกว่า กระจายเป็นป้อม กระจายเป็นสายพันธุ์นี้รากจะสั้น และเป็นป้อมตรงปลาย ปลูกได้ในที่ไร่ไร่นานั้น กระจายเป็นพันธุ์พื้นบ้าน จะมีกลิ่นหอมเหมาะต่อการนำไปประกอบอาหาร แต่มีข้อเสียพืชนยาก 2. กระจายเป็น รากกล้วย เป็นกระจายเป็นที่ปลูกในสภาพกลางแจ้ง หรือนิยมปลูกกินในสวนผลไม้หรือปลูกเป็นพืชแซม มีลักษณะ ยาวตรงเหมือนรากกล้วย ให้ผลผลิตค่อนข้างดีน้ำหนักรากมาก

การเตรียมดิน ดินที่จะปลูกกระจายเป็นควรรไถดินหรือขุดดินลึกประมาณ 30-40 ซม. ตากดินไว้ประมาณ 5-7 วัน เพื่อปรับสภาพดินใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก 7 กิโลกรัม/1 ตารางเมตร ย่อยดินและปรับให้เรียบ ยกร่องกว้างประมาณ 10-15 ซม. แปลงปลูกกระจายเป็นต้องทำดินให้โปร่งร่วนซุย เก็บวัชพืช หรือเศษซากไม้ต่างๆ ออกให้หมด

การปลูก การปลูกกระจายเป็นปลูกได้ทั้งปี แต่ฤดูที่เหมาะสมที่สุดต้นฤดูฝนอยู่ในระหว่าง เดือนมีนาคม-พฤษภาคม นำเหง้ากระจายเป็นลงปลูกตามหลุมที่ขุดไว้ โดยใช้จอบขุดตามระยะปลูก ความลึกประมาณ 1 หน้าจอบ แล้วนำเหง้ากระจายเป็นที่ทำพันธุ์ลงปลูกในหลุม 1 เหง้า/1 หลุม กระจายเป็นหัวหนึ่ง จะมีหลายแง่ง ให้หักออกจากแง่งถ้าแง่งเล็กใช้ 2-3 แ่ง ถ้าแง่งใหญ่สมบูรณ์ใช้แง่งเดียว เพราะเมื่อกระจายเป็นโตขึ้นจะแตกหน่อ และเกิดหัวใหญ่ขึ้นมาแทน ขยายหัวและแง่งออกไปเรื่อยๆ จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ การดูแลรักษา ส่วนหัวหรือเหง้าที่ใช้ปลูกในตอนแรกจะเหี่ยวและแห้งไปเองในที่สุด ก่อนปลูกควรรักษาผลของแง่งกระจายเป็นที่ถูกหักออกมา ด้วยน้ำปูนกินหมากหรือจะจุ่มแช่ในน้ำยากันเชื้อราก็ได้ แล้วพียงจนหมดหรือแห้งจึงนำไปปลูก กลบดินคลุกคลุมด้วยฟางให้ทั่วแปลง รดน้ำให้

การให้น้ำ กระจายเป็นต้องการน้ำมากในระยะก่อนแตกหน่อ และระยะสะสมอาหารควรพิจารณาให้น้ำอย่างสม่ำเสมอวันละ 2 ครั้ง เช้า - เย็นเมื่อกระจายเป็นออกและตั้งตัวดี ให้น้ำวันละ 1 ครั้งก็พอ การรดน้ำให้กระจายเป็นควรแบ่งการรดน้ำเป็นช่วงๆ ละ 20 นาที ไม่ควรให้น้ำนานเกินไป เพราะ จะทำให้กระจายเป็นเป็นโรคต้นล้ม ที่เกิดจากอาการรากเน่า อาการนี้จะเกิดขึ้นได้ทุกช่วงอายุ แต่ที่สังเกตเห็นได้ง่ายคือช่วงอายุ 2 เดือนขึ้นไป

การให้ปุ๋ย ครั้งแรกให้ปุ๋ยรองพื้น เช่น ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักในการเตรียมดิน ครั้งที่สองเมื่อต้นกระจายเป็นอายุได้ 11 เดือน แตกใบยาวประมาณ 10 ซม. ควรถางหญ้ากำจัดวัชพืชพร้อมทั้งใส่ปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมัก ในอัตรา 1,000 กก./ไร่ รดน้ำตามทันที

การกำจัดวัชพืช ต้องหมั่นดูแลหญ้าหรือวัชพืชในแปลงอย่างสม่ำเสมอ กระจายเป็นมักมีปัญหาโรคเน่า เกิดจากหลายสาเหตุ เช่นเมื่อตรวจพบว่าค่าความเป็นกรด-ด่างของดิน มีสภาพเป็น



กรด สูงต้องรีบแก้ไขด้วยการใส่ปูนขาว ในอัตรา 200-300 กิโลกรัม/ไร่ โดยหว่านรอบโคนต้นหรือจะใส่ในช่วงของการเตรียมดินก็ได้

การขยายพันธุ์ ขยายพันธุ์ด้วยเหง้าที่แก่จัดอายุประมาณ 11-12 เดือน เลือกหัวที่สมบูรณ์อวบใหญ่ ปราศจากเชื้อโรค เก็บไว้ในที่แห้งและเย็นนานประมาณ 1-3 เดือน จึงนำพันธุ์ที่เก็บไว้ ไปขยายพันธุ์ปลูกได้ทันที

ส่วนที่นำไปใช้ ราก

การนำไปใช้ ใช้กระชาย 1 ราก เผาใบหรือหมกขี้เถ้าจนสุก เอามาฝนกับฝาละมีหม้อดิน ละลายกับปูนใสให้ขึ้นพืดได้ แก้อาการปวดท้อง ท้องเดินในเด็ก ใช้เหง้าและรากสด 5-10 กรัม เหง้า 3.5 กรัมทุบพอแหลก ต้มเอาน้ำดื่ม แก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ (สนทนากลุ่ม. 2558)



ชิง : ข้อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : ZINGIBERACEAE

ชื่อวงศ์ : *Zingiber officinale* Rose.

ชื่ออื่น : ชิงแกลง ชิงแดง ชิงเผือก สะเอ ชิงบ้าน ชิงแครง

ลักษณะพืช

พืชราก อายุหลายปี มีเหง้าใต้ดิน ใบเลี้ยงเดี่ยวขนาดเล็กยาวแหลม ออกดอกเป็นต้นเล็กๆ สีเหลือง ลำต้นเจริญอยู่ใต้ดิน แตกหน่อในช่วงฤดูฝน เปลือกนอกสีน้ำตาลแกมเหลือง เนื้อชั้นสีขาวนวล

สรรพคุณ

ราก เจริญอาหาร แก้เสมหะในลำคอ ทำให้เสียงเพราะ ฆ่าพยาธิ แก้ลม แก้บิด แก้อุจจาระดั่งขมิ้น แก้ท้องโครคราก แก้โรคตา บำรุงธาตุไฟ แก้แน่นในอก ช่วยย่อยอาหาร แก้อาการธาตุ 10 ประการ

เหง้า เจริญอากาศธาตุ แก้ไข้ แก้พรรดิก แก้นอนไม่หลับ แก้ลมพานไส้ แก้ท้องเสีย ขับเสมหะ แก้อาการพิษาร แก้บั่นป่วนในท้อง

เปลือกเหง้า ขับลม ขับปัสสาวะ ท้องอืดแน่น แก้แผลบวมมีหนอง และโรคผิวหนังกลากเกลื้อน



ต้น ขับลม แก้วน้ำ แก้วน้ำเบาหยดย้อย แก้วลมปวงทุกชนิด แก้วทองร่วงอย่างแรง
แก้วคอเปื่อย บำรุงธาตุไฟ ช่วยย่อยอาหาร แก้วโรคตา ฆ่าพยาธิ แก้วปิด

ใบ แก้วกำเดาให้บริบูรณ์ ขับลม แก้วคอเปื่อย บำรุงธาตุไฟ ช่วยย่อยอาหาร
แก้วโรคตา ฆ่าพยาธิ

ดอก บำรุงหัวใจ แก้วโรคตา แก้วคอเปื่อย บำรุงธาตุไฟ ช่วยย่อยอาหาร ฆ่าพยาธิ
แก้วปิด (วุฒิ วุฒิศรรณเวช. 2540 : 135)

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตและการสนทนากลุ่ม ในเดือนสิงหาคม 2558
ผลการวิจัยพบว่า

การคัดพันธุ์ ซึ่งเป็นพืชล้มลุกชนิดหนึ่งมีเหง้าอยู่ใต้ดิน เช่นเดียวกับข่า การปลูกจึงมี
การ ปลูกขิงไปทั่วโลก คุณภาพจึงแตกต่างกันตามลักษณะของแต่ละพันธุ์ มีความเผ็ด ปริมาณเส้น
รสชาติ เช่นพันธุ์ที่ปลูกในต่างประเทศ ตัวอย่างขิงจากจาไมกา ขิงจากอินเดีย ขิงจากแอฟริกา
ขิงจากจีน ขิง จากญี่ปุ่นและขิงจากไทย ขิงมีสรรพคุณทางยาสมุนไพรมากมาย ขิงแบ่งเป็น 2 พวก
ใหญ่ๆ คือ 1. ขิงใหญ่หรือขิงหยวก จะมีแง่งใหญ่ ข้อห่าง เนื้อละเอียด ไม่มีเส้นหรือมีน้อยมาก
รสเผ็ดน้อย ส่วนใหญ่ จะนำไปปลูกเป็นขิงอ่อน เพื่อส่งโรงงานทำขิงดองหรือใช้บริโภคสดๆ 2. ขิง
เล็กหรือขิงเผ็ดจะมีแง่งเล็ก สั้น ข้อดี เนื้อมีเส้นมาก สดอ่อนค่อนข้างเผ็ด ส่วนใหญ่จะนำมาทำยา
สมุนไพร การคัดเลือกพันธุ์ขิงสำคัญอยู่ที่หัวพันธุ์ ขิงต้นพันธุ์ต้องได้รับการคัดเลือกเป็นพิเศษจากแปลง
ปลูกที่ไม่มีเชื้อโรคเน่า เชื้อรา เชื้อไวรัสในขิง

การเตรียมดิน การปลูกขิงแบ่งเป็น 2 พื้นที่คือ แบบพื้นที่ราบและที่เชิงเขาที่มีความ
ลาดเอียง โดยการทำการไถพรวนดิน 3-4 ครั้งให้ร่วนซุย ตากแดดทิ้งไว้ 7 วัน การปลูกแบบพื้น
ราบยกร่องสูงประมาณ 15-20 ซม. เป็นรูปสามเหลี่ยมระยะห่างร่องประมาณ 50-70 ซม. กว้าง
1 เมตร ยาวขึ้นอยู่กับขนาดของพื้นที่ ส่วนพื้นที่ลาดเอียงเชิงเขา หลังจากไถดิน พรวนดินให้ร่วนซุย
แล้วทำการยกร่อง หรือแหวกร่องไม่ต้องลึกทำแบบขั้นบันได ระยะห่างระหว่างช่องประมาณ 50-70
ซม. ก่อนปลูกควรใส่ปุ๋ยขี้วัวประมาณ 200-400 กิโลกรัม/ไร่ คลุกเคล้ากับดินก่อนยกร่อง รดน้ำทิ้งไว้
15-30 วันก่อนลงมือปลูกใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยคอก ในอัตรา 3-4 ตัน/ไร่ ดินที่ปลูกขิงควรเป็นดิน
ร่วนปนทราย มีอินทรีย์วัตถุสูง ระบายดีมีความเป็นกรด-ด่างประมาณ 6-6.5 หากพบว่าดินเป็นกรด
มาก ให้ใส่ปูนขาวเพื่อปรับ สภาพดินก่อนปลูก

การปลูก ขิงนิยมปลูกกันในฤดูฝน ปลูกในต้นฤดูฝนระหว่างเดือนเมษายน-เดือน
พฤษภาคมของทุกปี เตรียมพันธุ์ปลูกด้วยการตัดเป็นท่อนๆ ยาวประมาณ 2 นิ้ว แต่ละท่อนมีตาบน
แง่ง 2-3 ตา นำไปแช่น้ำยากำจัดเชื้อราอีกครั้ง จากนั้นนำปลูกลงหลุมๆ ละ 1 ท่อนห่างระหว่าง
ต้น 20-25 ซม. ระหว่างแถว 50 ซม. แล้วกลบดินนำฟางหรือหญ้าคา คลุมในร่องปลูกเพื่อป้องกัน
วัชพืชอื่นๆ ขึ้นมารบกวนและยังช่วยบังแสงแดดไม่ให้หน่ออ่อนไหม้ และช่วยเก็บความชื้นได้อีกด้วย
หลังจากปลูก 1 เดือน ขิงจะแทงหน่อขึ้นมา สูงประมาณ 15-20 ซม. ช่วงนี้ต้องดูแลในเรื่องวัชพืช
และเสริมปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมักหลุมละครั้งกิโลกรัม เมื่อมีอายุ 2 เดือนขิงรุ่นแรกจะโผล่ขึ้นมาเหนือผิว
ดิน ระยะนี้ต้องตัดแต่งต้นให้เหลือ 4-5 ต้น/หลุม วิธีทำใช้จอบโกยดินโคนโคนต้นบนสันร่อง กลบโคน
ขิงปริมาณครึ่งหนึ่ง ของร่อง เมื่อขิงอายุ 3 เดือนต้องทำการคูนโคนตัดแต่งอีกครั้ง



การให้น้ำ หลังการปลูกควรให้น้ำอย่างสม่ำเสมอวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น เมื่อขิงตั้งตัวและเจริญเติบโตแล้ว การติดตั้งระบบการให้น้ำแบบสปริงเกอร์ จะมีค่าใช้จ่ายสูง แต่หากเทียบกับผลที่ได้รับนับว่าคุ้มค่าพอสมควร ถ้าพบว่าหน้าดินแห้งและต้นขิงเริ่มมีอาการเหี่ยว ต้องให้น้ำทันทีขณะเดียวกัน ถ้ามีน้ำท่วมขังให้รีบระบายน้ำออกจากแปลงทันที เพราะหากปล่อยทิ้งไว้จะทำให้เน่าและขิงจะเกิด โรครีซอร์ราได้ ถ้าดินแห้งมากเกินไปจะทำให้ขิงแคะแค้น การเจริญเติบโตล่าช้า

การให้ปุ๋ย เพื่อการเจริญเติบโตได้ดี ควรใช้ปุ๋ยอินทรีย์ในการบำรุง จะทำให้ต้นขิงอ้วน เหนียวขิงจะใหญ่ ก่อนปลูกควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมัก เพื่อรองกันหลุมให้ทั่วทั้งแปลง หลังจากปลูกขิงจะมีใบงอกขึ้นมา 4-5 ใบ บำรุงด้วยปุ๋ยอินทรีย์สูตรน้ำ ในอัตราส่วนปุ๋ยอินทรีย์สูตรน้ำ 40-50 ซีซีต่อน้ำ 20 ลิตร ช่วงอายุ 2-3 เดือนควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์แบบเม็ด ห่างจากโคนต้น 8-15 ซม. โดยขุดหลุมฝังหรือหว่านระหว่างแถวปลูก แล้วพรวนดินกลับเมื่อใส่ปุ๋ยทุกครั้งต้องรดน้ำทันที หากสภาพดินที่ขาดความอุดมสมบูรณ์ ควรใส่ปุ๋ยวิทยาศาสตร์เพิ่มหลังการปลูก ใส่ให้เหมาะสมกับพื้นที่นั้น ควรใส่ปุ๋ยสูตรทั่วไป 15-15-15 หรือ 16-16-16 ระยะเวลาใส่ปุ๋ย ใส่หลังปลูก 1-2 ครั้ง ตามความเหมาะสม

การกำจัดวัชพืช วัชพืชเป็นพืชที่ทำให้ขิงมีการเจริญเติบโตช้า เพราะวัชพืชจะแย่งน้ำ แย่งอาหาร ตลอดจนแสงแดดและยังเป็นที่อยู่อาศัยของแมลงและเชื้อรา เมื่อขิงมีอายุได้ 1-3 เดือนต้องกำจัดวัชพืชออกจากแปลงทุก 1 เดือน วิธีกำจัดวัชพืชในแปลงขิงที่ดีที่สุดคือการถอน เพราะการถอน เป็นวิธีที่กระทบกระเทือนต่อต้นขิงน้อยที่สุด การป้องกันโรคและแมลงของขิงที่พบได้แก่ โรคเหี่ยว และรากเน่า ซึ่งเกิดจากเชื้อรา เช่น อากาศเน่า เหี่ยวเฉา ต้นและใบไหม้ โรคใบเป็นจุด เกิดจากเชื้อไวรัส เกิดขึ้นได้ทุกส่วนของขิง โดยเฉพาะภายในเซลล์ของต้นขิง การระบาดและอาการของโรคสลับซับซ้อน เมื่อเข้ามาทำลายจะปรากฏเป็นรอยย่น ต่างลายเหลือง ถ้าเกิดกับใบจะร่วงหล่นเสียหาย ถ้าเกิดจากลำต้นจะเหี่ยวเฉาตายในที่สุด โรคเหล่านี้มักมีหลายสาเหตุส่วนหนึ่งมาจากน้ำท่วมขัง หรือมีการให้น้ำ มากเกินไป หรือเกิดจากการปลูกขิงซ้ำที่เดิมหลายๆ ครั้ง ทำให้เกิดการสะสมของเชื้อรา การป้องกันโรคดังกล่าวนี้ควรถอนและทำลาย หรือโดยการหมุนเวียนแปลงที่ปลูก และเหง้าพันธุ์ที่ปลูกต้องปราศจากโรค และแมลงศัตรูพืชหรือการใช้พืชสมุนไพรมในการกำจัดแมลง โดยการนำเมล็ดสะเดาประมาณ 0.5- 1 กิโลกรัม บดให้ละเอียดห่อผ้าขาวบางแช่น้ำทิ้งไว้ 1 คืนนำไปฉีดพ่นขิงเพื่อกำจัดแมลง

การขยายพันธุ์ ขิงขยายพันธุ์ด้วยเหง้า เมื่อขิงมีอายุได้ 10-12 เดือนหลังปลูก หรือสังเกต ได้จากใบและลำต้นเริ่มเหี่ยวเฉา ในช่วงฤดูแล้งควรเก็บพันธุ์ขิงเพื่อการขยายพันธุ์ ควรเก็บเหง้าแก่ที่สมบูรณ์ เหง้าควรมาจากต้นแม่ที่สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรคและแมลง ต้องรู้แหล่งที่มาของเหง้าพันธุ์แน่นอนและเชื่อถือได้ การเก็บเหง้าพันธุ์หรือเหง้าสด ต้องเก็บรักษาในที่ที่เหมาะสม ช่วยลดหรือหลีกเลี่ยงความเสียหายของเหง้าพันธุ์ได้ โดยการนำเหง้าพันธุ์ฝังไว้ในที่ร่ม สะอาด ปลอดภัย ปราศจากโรคและแมลงรบกวน มีอากาศถ่ายเทสะดวก พื้นที่เก็บแห้งและปราศจาก

ส่วนที่นำไปใช้ เหง้าแห้ง

การนำไปใช้ นำเหง้าขิงแก่สด 50 กรัม ทูบให้แตก ต้มกับน้ำ 2 แก้วนำน้ำมาดื่มวันละ 3 ครั้ง แก่ท้องอืดท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด ขับลม คลื่นไส้อาเจียน และเมารถ หรือนำขิงแก่ขนาดหัวแม่มือ ทูบให้แตกหั่นเป็นแว่นต้มน้ำ 1 แก้วใช้ไฟอ่อนๆ ต้มน้ำให้เดือดนาน 5 นาทีตักขิงออก เติมน้ำเล็กน้อยดื่มตอนอุ่น 3 เวลา เช้า-กลางวัน-เย็น (สนทนากลุ่ม, 2558)





กระเทียม : ชื่อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : ZINGIBERACEAE

ชื่อวงศ์ : *Zingiber zerumbet* Rosc.Smith.

ชื่ออื่น : กระเทียมบ้าน กระเทียมป่า กระแอบ แห้วดำ กระแวน กระแอน เฮียงแดง

ลักษณะพืช

เป็นไม้ล้มลุกประเภทเหง้า ใบออกซ้อนกันเป็นแผง ใบเรียวยาว สีเขียวแก่ ดอกช่อออกจากเหง้าใต้ดิน กลีบเลี้ยงสีแดงปนเขียว กระเทียมป่ามีฤทธิ์แรงกว่ากระเทียมบ้าน สรรพคุณรวมเหม็นกัน เกิดตามป่าดงดิบขึ้นทั่วไป

สรรพคุณ

เหง้า รสขมขึ้นปร่า บำรุงน้ำนมให้บริบูรณ์ แก้ปวดมวนในท้อง แก้บิด ขับผายลม ขับปัสสาวะ เหง้ากระเทียมหมกไฟฝนกับน้ำปูนใสรับประทาน แก้บิดปวดเบ่ง แก้เสมหะเป็นพิษ แก้แน่นหน้าอก แก้จุกเสียด

ราก รสขมขึ้นเล็กน้อย แก้ไข้ตัวเย็น

ต้น รสขมขึ้น เจริญอาหาร

ใบ รสขมขึ้นเล็กน้อย ขับเลือดเน่าในมดลูก ขับน้ำคาวปลา

ดอก รสขมขึ้น แก้ไข้เรื้อรัง ไข้ตัวร้อน ไข้จับสั่น แก้ผอมเหลือง

เกสร รสฝื่อนปร่า แก้ลม บำรุงธาตุ (วุฒิ วุฒิธรรมเวช. 2540 : 82)

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตและการสนทนากลุ่มในเดือนสิงหาคม 2558 ผลการวิจัยพบว่า

การตัดพันธุ์ การคัดเลือกสายพันธุ์กระเทียม ยังไม่พบรายงานการวิจัยเพื่อคัดเลือกสายพันธุ์ที่ดีของกระเทียม แต่มีรายงานการเจริญเติบโตคือ 1. กระเทียมป่า มีรสขมหรือเรียกกันว่าขิงป่า เพราะส่วนใหญ่เหง้าออกมาจากป่าเรียกตามรูปร่าง เพราะมีช่อดอกคล้ายลูกสน 2. กระเทียมบ้าน เป็นพืชที่พบได้ตามบ้านในชนบททั่วไป เป็นพืชล้มลุกฤดูแล้งจะลงหัวและงอกขึ้นใหม่ในฤดูฝน มีหัวขนาดใหญ่ เนื้อในสีเหลืองอ่อน ดอกเป็นช่อกลมอัดกันแน่นสีแดง และแทรกด้วยดอกสีเหลืองเล็กๆ การตัดพันธุ์ไปปลูกควรเป็นพันธุ์กระเทียมป่า เพราะจะให้ฤทธิ์แรงและให้สรรพคุณทางยาสมุนไพรมากกว่ากระเทียมบ้าน



การเตรียมดิน กระทือปลูกง่ายชอบดินร่วนซุย และมีความชุ่มชื้นสูง ดินระบายน้ำได้ดี ไม่ชอบน้ำท่วมขัง การเตรียมดินทำให้ดินโปร่ง ร่วนซุยด้วยการไถพรวน เพื่อกำจัดวัชพืชและเศษวัสดุต่างๆ ตากดินไว้ประมาณ 7-15 วัน ปรับปรุงดินด้วยการใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก คลุกเคล้าให้เข้ากัน ขุดหลุม กว้าง x ยาว x ลึก 25 x 25 x 25 ซม. ใส่ปุ๋ยคอกรองก้นหลุม ในกรณีปลูกแบบไม่ยกร่อง ให้ไถดินตากไว้ 7 วัน พรวนดินให้ร่วนซุย ยกร่องสูงประมาณ 15-20 ซม. ทำเป็นรูปสามเหลี่ยมระยะห่างระหว่างร่อง 50-70 ซม. ก่อนปลูกควรใส่ปูนขาว 200-400 กิโลกรัม/ไร่ คลุกเคล้าให้เข้ากับดินก่อนไถ ยกร่อง รดน้ำให้ชุ่มทิ้งไว้ประมาณ 30 วัน จึงลงมือปลูก

การปลูก ปลูกโดยใช้เหง้าหรือหัวแก่ ช่วงระยะเวลาในการปลูกต้นฤดูฝน ถ้าปลูกกระทือ ด้วยหน่อให้ปลูกในช่วงฝนตกชุก การปลูกกระทือชอบอยู่ในที่รำไร ใกล้เคียงชายคาบ้านหรือแนวต้นไม้ใหญ่ๆ เจริญเติบโตส่วนใบกับพืชอื่น ๆ ริมแนวรั้วหรือบริเวณที่มีต้นไม้อื่นปกคลุม และบริเวณที่ชื้นแฉะ การปลูกกระทือทำได้ 2 วิธีคือ 1. ปลูกโดยใช้เหง้า โดยแยกเหง้าออกจากกอแม่และตัดใบที่ติดมาทิ้ง เพื่อลดการสูญเสียน้ำ ทำการปลูกลงในแปลง ระยะระหว่างต้นและระหว่างแถว 25 x 27 ซม. และกลบดินให้มิดหน้าประมาณ 2-3 ซม. คลุมด้วยฟางหรือหญ้าคาหนา 2 นิ้ว รดน้ำให้ชุ่มคอยดูแลให้มีความชุ่มชื้นสม่ำเสมอ 2. ปลูกโดยใช้เหง้าเพาะให้รากงอก การเพาะเหง้าตัดเหง้าเป็นท่อนๆ ลงเพาะชำในกระบะทราย หมั่นรดน้ำอยู่เสมอ จนกระทือแทงยอดและแตกใบ 2-3 ใบ จึงย้ายลงปลูกในแปลง กระทือปลูกได้ทุกฤดูกาล

การให้น้ำ ควรให้ในระยะแรกของการปลูก ต้องคอยดูแลอย่าให้แปลงปลูกขาดน้ำ ต้องรดน้ำสม่ำเสมอวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น จนกว่ากระทือจะตั้งตัวได้ จากนั้นควรให้น้ำวันละ 1 ครั้ง โดยปกติใน ฤดูฝนก็อาศัยน้ำฝนธรรมชาติอยู่แล้ว ถ้าดินในแปลงแห้งให้รีบรดน้ำเพราะถ้าปล่อยให้แห้ง ทำให้ต้นกระทือแคระแกร็น เจริญเติบโตช้า

การให้ปุ๋ย เพื่อการเจริญเติบโตได้ดี ควรใช้ปุ๋ยอินทรีย์ในการบำรุง ทำให้ต้นอ้วนเหง้าใหญ่ ก่อนปลูกควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมัก เพื่อรองก้นหลุมให้ทั่วทั้งแปลง หลังจากปลูกกระทือ จะมีใบงอกขึ้นมา 4-5 ใบ บำรุงด้วยปุ๋ยอินทรีย์สูตรน้ำ ในอัตราส่วนปุ๋ยอินทรีย์สูตรน้ำ 40-50 ซีซีต่อน้ำ 20 ลิตร ช่วงอายุ 2-3 เดือนควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์แบบเม็ด ห่างจากโคนต้น 8-15 ซม. โดยขุดหลุมฝังหรือหว่านระหว่างแถวปลูก แล้วพรวนดินกลบเมื่อใส่ปุ๋ยทุกครั้งต้องรดน้ำทันที

การกำจัดวัชพืชและแมลง วัชพืชเป็นพืชที่ทำให้กระทือมีการเจริญเติบโตช้า เพราะวัชพืช จะแย่งน้ำ แย่งอาหาร ตลอดจนแสงแดดและยังเป็นที่อยู่อาศัยของแมลงและเชื้อรา เมื่อกระทือมีอายุ ได้ 1-3 เดือนต้องกำจัดวัชพืชออกจากแปลงทุก 1 เดือน วิธีกำจัดวัชพืชในแปลงที่ดีที่สุดคือการถอน เพราะการถอนเป็นวิธีที่กระทบกระเทือนต่อน้อยที่สุด การป้องกันโรคและแมลงที่พบได้แก่ โรคเหี่ยวและรากเน่า ซึ่งเกิดจากเชื้อรา เช่นอาการเหี่ยวเฉา ต้นและใบไหม้ โรคใบเป็นจุดเกิดจากเชื้อไวรัส เกิดขึ้นได้ทุกส่วน โดยเฉพาะภายในเซลล์ของต้น การระบาดของอาการของโรคสลับซับซ้อน เมื่อเข้ามาทำลายจะปรากฏเป็นรอยย่น ต่างลายเหลือง ถ้าเกิดกับใบจะร่วงหล่นเสียหาย ถ้าเกิดจากลำต้นจะเหี่ยวเฉาตายได้ โรคเหล่านี้มักมีหลายสาเหตุส่วนหนึ่งมาจากน้ำท่วมขัง การให้น้ำมากเกินไป หรือเกิดจาก การปลูกซ้ำที่เดิมหลายๆ ครั้ง ทำให้เกิดการสะสมของเชื้อรา การป้องกันโรคดังกล่าวนี้ควรถอนและทำลาย หรือโดยการหมุนเวียนแปลงที่ปลูก เหง้าพันธุ์ที่ปลูกต้อง



ปราศจากโรคและแมลงศัตรูพืช หรือการใช้พืชสมุนไพรในการกำจัดแมลง โดยการนำเมล็ดสะเดา ประมาณ 0.5-1 กิโลกรัม บดให้ละเอียด ท่อผ้าขาวบางแช่น้ำทิ้งไว้ 1 คืน นำไปฉีดพ่นเพื่อกำจัดแมลง

การขยายพันธุ์ ขยายพันธุ์ด้วยเหง้า เลือกกระตือที่มีอายุได้ 10-12 เดือนหลังปลูก หรือสังเกตได้จากใบและลำต้นเริ่มเหี่ยวเฉา ควรเก็บพันธุ์ในช่วงฤดูแล้งควรเก็บเหง้าแก่ที่สมบูรณ์ เหง้าควรมาจากต้นแม่ที่สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรคและแมลง ต้องรู้แหล่งที่มาของเหง้าพันธุ์ แน่นอนและเชื่อถือได้ การเก็บเหง้าพันธุ์หรือเหง้าสด ต้องเก็บรักษาในที่ที่เหมาะสม ช่วยลดหรือหลีกเลี่ยงความเสียหายของเหง้าพันธุ์ได้ โดยการนำเหง้าพันธุ์ฝังไว้ในที่ร่ม สะอาด ปลอดภัย ปราศจากโรคและแมลงรบกวน มีอากาศถ่ายเทสะดวก พื้นที่เก็บแห้งและปราศจาก

ส่วนที่นำไปใช้ หัวหรือเหง้าสด

การนำไปใช้ ใช้หัวหรือเหง้าสดประมาณ 20 กรัม (ขนาดเท่าหัวแม่มือ 2 หัว) นำไปย่างไฟพอสุกมาตำเข้ากับน้ำปูนใสครึ่งแก้ว คั้นเอาแต่น้ำมาดื่ม แก้อาการปวดท้อง ปวดมวนในท้อง ท้องอืดท้องเฟ้อ จุกเสียดแน่นท้อง (สนทนากลุ่ม. 2558)



ดีป्ली : ข้อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : PIPERACEAE

ชื่อวงศ์ : *Piper longum* Linn.

ชื่ออื่น : ดีป्लीเชือก, ปานนุ ประดงข้อ, พิษพญาไฟ

ลักษณะพืช

เป็นไม้เถาที่มีรากช่วยยึดเกาะงอกออกตามข้อ ใบเดี่ยวรูปหอก ดอกออกเป็นช่อแทงตั้งปลายขึ้นสีเขียว เมื่อแก่สีส้มแดง เกิดในป่าดงดิบเขาขึ้นเขตร้อนทั่วไป ผลดีป्लीนิยมนำมาใช้แก้อาการปวดท้อง กลิ่นหอมฉุน เถาใช้ทำสีย้อมผ้าได้สีน้ำตาลอ่อน ผสมกับแก่นฝางจะได้น้ำตาลแดง

สรรพคุณ

ขับลม บำรุงธาตุ แก้อาการท้องร่วง แก้อาการปวดท้อง (วุฒิ วุฒิธรรมเวช. 2540 : 193)

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตและการสนทนากลุ่ม ในเดือนสิงหาคม 2558 ผลการวิจัยพบว่า



การตัดพันธุ์ ตีป्लीเป็นพืชชนิดเดียวกับข้าพญาและพญา มีรากออกตามข้อสำหรับเกาะ เลื้อย ผลอ่อนสีเขียว รสเผ็ด เมื่อสุกจะมีสีแดง ตีป्लीจัดว่าเป็นไม้เลื้อยชนิดหนึ่งมีหลายพันธุ์ แต่พันธุ์ที่นิยม ปลูกกันมาก คือ พันธุ์ 4 ฝัก พันธุ์นี้ออกฝักดีให้ผลผลิต ปลูกไม่ถึงปีสามารถเก็บ ผลผลิตได้แล้ว

การเตรียมดิน เลือกพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ ดินร่วนซุย ระบายน้ำได้ดี โดยการ พรวนดินใส่ปุ๋ยคอกรองก้นหลุมก่อนปลูก

การปลูก ใช้ยอดแก่ปลูก 3-4 ยอด หรืออาจไม่ต้องเพาะชำกล้า แต่ใช้วิธีปลูกทันที โดยการ ตัดยอดตีป्लीประมาณ 5 ช้อนนำไปปลูกติดกับเสาข้าง 3.5 ค้าง/เสา ฝังยอดลงดินประมาณ 3 ช้อนนำยอดทั้งหมดผูกติดกับเสาข้างเพื่อให้รากยึดเกาะ ยอดที่เกิดขึ้นใหม่จะเกาะติดกับเสาข้าง พรางด้วยทางมะพร้าวหรือวัสดุกันแสงประมาณ 2 สัปดาห์จึงเอาออก ระยะปลูกระหว่างต้น 1.5-2 เมตร ระหว่างแถว 2 เมตร

การให้น้ำ ให้น้ำสม่ำเสมอให้ตามช่วง 1 ครั้ง/สัปดาห์ แต่ไม่ควรให้แฉะจนเกินไป เพราะทำให้เกิดโรคโคนเน่าได้ ในฤดูร้อนควรให้น้ำสม่ำเสมอ อย่าให้น้ำขังท่วมราก หลังปลูกช่วงแรก ควรรดน้ำทุกวันหรือวันเว้นวัน จนกระทั่งตีป्लीเริ่มตั้งตัวได้แล้วให้ลดการให้น้ำเหลือ 2-3 วัน/ครั้ง แต่ถ้าตีป्लीให้ผลผลิตแล้วควรให้ 3-4 วัน/ครั้ง ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมตามสภาพดินฟ้าอากาศ ควรนำฟางหรือหญ้าแห้งมาคลุมดินในแปลง

การให้ปุ๋ย สำคัญมากเนื่องจากตีป्लीเป็นพืชที่มีอายุหลายปี และให้ผลผลิตตลอดปี ควรใส่ปุ๋ยสม่ำเสมอ โดยใช้ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หยอดที่โคนต้น 1 กำมือ/ต้น การใส่ปุ๋ยมีหลายวิธี แบบหว่าน ต้องหว่านให้กระจายทั่วและสม่ำเสมอแล้วรดน้ำทันทีอย่าให้ปุ๋ยคั่งที่ใบ

การกำจัดวัชพืช 2 ครั้งต่อเดือนในฤดูฝนใช้วิธีฉาดตามแนวร่อง ในแต่ละแปลง การป้องกันโรคตีป्लीมักมีโรครากโคนเน่า ซึ่งเป็นปัญหาสำคัญดังนั้นควรให้ความสำคัญ เรื่องดินให้มีการ ระบายน้ำ ได้ดี โดยการจัดการพูนดินรอบโคนต้น และทำการร่องน้ำให้มีความลาดเทเล็กน้อย เพื่อน้ำจะได้ไหลผ่านสะดวก

การขยายพันธุ์ โดยใช้เถาปักชำหรือใช้ยอดหรือไหลปักชำก็ได้ แต่ที่นิยมส่วนใหญ่จะ ใช้ยอดมากกว่า เพราะการใช้ยอดให้ผลผลิตได้เร็วกว่า ทนความแห้งแล้งได้ดี ฤดูที่เหมาะสมคือต้น ฤดูฝน

ส่วนที่นำไปใช้ ดอก ผลแก่จัด ราก

การนำไปใช้ แก้อาการคลื่นไส้อาเจียน ที่เกิดจากธาตุไม่ปกติ โดยการใช้ผลแก่ เหง้า 1 กำมือ (ประมาณ 10-15 ดอก) ต้มเอาน้ำมาดื่มถ้าไม่มีดอกให้ใช้ผลแก่แห้งประมาณครึ่งผล ฝนกับน้ำมะขาม เกลือกวากในลำคอหรือจิบบ่อย (สนทนากลุ่ม. 2558)





โตไม่รู้ล้ม : ข้อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : COMPOSITAE

ชื่อวงศ์ : *Elephantopus scaber* Linn.

ชื่ออื่น : ขี้ไพนกุ่ม คิงไพนกุ่ม เคยโบ้ หญ้าไถ่นกุ่ม หญ้าปราบ หญ้าไพนกุ่ม
ขนาดผา

ลักษณะพืช

เป็นพืชล้มลุก ลำต้นแข็ง ใบเดี่ยวเรียงซ้อนสลับเป็นวง รูปขอบขนาน หรือรูปใบ
หอกกลับ มักแผ่ราบไปกับผิวดิน ขอบใบหยักฟันเลื่อย ท้องใบมีขนมากกว่าหลังใบ ดอกช่อแทงออก
จากกลางต้น ก้านช่อแตกแขนงได้ ดอกย่อยขนาดเล็ก กลีบดอกสีม่วง ออกเป็นกระจุกที่ปลายก้าน
ดอก รongรับด้วย ใบประดับแข็ง ผลเป็นผลแห้ง ไม่แตก

สรรพคุณ

ราก ขับปัสสาวะ แก้ไข้ตัวร้อน แก้ไข้หวัด แก้ไอเรื้อรัง แก้ท้องเสีย แก้บิด
ขับพยาธิ ขับระดู บิษมดลูก แก้ปวดฟัน แก้ฝี แผลมีหนอง เป็นยาบำรุง

ทั้งต้น ขับปัสสาวะ แก้ไข้ ขับน้ำเหลืองเสีย แก้บิด แก้ไอ บำรุงหัวใจ ขับเหงื่อ
ขับระดู ขับพยาธิตัวกลม แก้กามโรค แก้ตาแดง แก้แมลงมีพิษกัดต่อย

ใบ แก้ไข้ขับปัสสาวะ แก้อ่อนเพลีย รักษาการโรค เป็นยาขับพยาธิ (วุฒิ
วุฒิธรรมเวช. 2540 : 196-197)

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตและการสนทนากลุ่ม ในเดือนสิงหาคม 2558
ผลการวิจัยพบว่า

การคัดพันธุ์ โตไม่รู้ล้มเป็นไม้ล้มลุก ลำต้นโตสั้นพันผิวดิน ไม่แตกกิ่งก้านเป็นใบเดี่ยว
ดอกเรียวยาวแน่นที่โคนต้น ใบรูปรียาวปลายมน โคนใบมนขอบใบหยักฟันเลื่อย ท้องใบมีขน
มากกว่าหลังใบ ดอกช่อแทงออกจากกลางต้น ก้านช่อแตกแขนงได้ ดอกย่อยขนาดเล็กกริบดอกสีม่วง
ออกเป็นกระจุกที่ปลายก้านดอก ผลเป็นผลแห้งไม่แตก

การเตรียมดิน นอกจากปรับให้ดินร่วนซุยแล้ว ยังเป็นการกำจัดวัชพืชด้วย ถ้าพื้น
ปลูกเป็น ดินร่วนซุยอยู่แล้วจะมีวัชพืชไม่มาก ให้ทำการไถพรวนครั้งเดียว แต่ถ้าพื้นปลูกที่มีวัชพืชมาก
และหน้าดินแข็ง ควรทำการไถพรวน 2 ครั้ง คือไถตะแล้วตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์ แล้วจึงไถแปรอีก
ครั้ง สำหรับพื้นที่ปลูกที่เป็นที่ลุ่มและปลูกในฤดูฝน ควรทำการขุดยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง



โดยขุดยกแปลงสูง 15-20 ซม. กว้าง 1-2 เมตร ความยาวของแปลงตามความเหมาะสมของขนาดพื้นที่ เว้นทางเดินระหว่างแปลงประมาณ 1 เมตร

การปลูก มีวิธีปลูกแบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทรายหยาบอัตรา 1:1-2 ส่วน เพราะทรายช่วยให้เมล็ดมีน้ำหนัก ทำให้เมล็ดกระจายทั่วและสม่ำเสมอ ปลูกแบบโรยหยอดหลุม เตรียมหลุมลึกประมาณ 2.5 ซม. ให้เป็นแนว โดยมีระยะปลูกระหว่างต้น 20-30 ซม. และระหว่างแถว 40 ซม. แล้วหยอดเมล็ดหลุมละ 5-10 เมล็ด เกลี่ยดินกลบบางๆ มักประสบปัญหาเกี่ยวกับการกำจัดวัชพืชขณะที่ต้นยังเล็ก ปลูกแบบใช้กล้า เพาะกล้าเตรียมแปลงเพาะโดยใช้จอบขุดยกเป็นแปลงกว้าง 1 เมตร สูงประมาณ 15-20 ซม. ความยาวและจำนวนแปลงขึ้นอยู่กับจำนวนเมล็ดที่เพาะและสะดวกในการปฏิบัติงาน พร้อมกับขย่อดินให้ละเอียดและใส่ปุ๋ยอินทรีย์ (ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก) รองพื้น 1 กก. ต่อพื้นที่ 1 ตร.ม. ผสมคลุกเคล้าให้เข้ากับดินแล้วเกลี่ยแปลงให้เรียบ นำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านลงในแปลงเพาะ

การให้น้ำ หลังจากการปลูกทุกครั้งต้องให้น้ำทันที จะช่วยให้ต้นกล้าไม่เฉาและตายง่าย ในระยะ 1-2 เดือนแรก ถ้าแดดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น หลังจากอายุ 2 เดือนไปแล้วให้น้ำ วันเว้นวันได้ หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ ถ้าขาดน้ำหลายวันทำให้พืชเหี่ยวเฉา แคระแกน ออกดอกเร็ว และทำให้พืชไม่สามารถดึงธาตุอาหารจำเป็นบางชนิดจากดินขึ้นมาได้ ทำให้เกิดโรค โรคใบสีม่วง

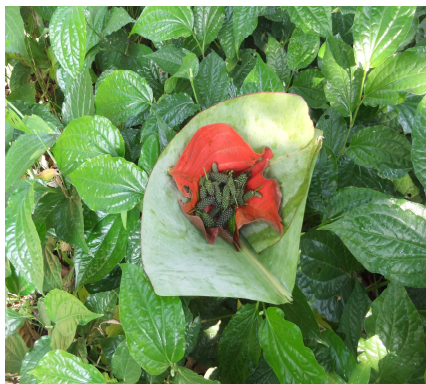
การใส่ปุ๋ย ควรใส่ปุ๋ยเมื่อดินขาดความอุดมสมบูรณ์ ใส่ปุ๋ยรองกันหลุมหรือรองพื้นแปลง ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ (ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก) ประมาณ 125 กรัม/หลุม หรือใส่หลังปลูกอายุประมาณ 2 เดือน ใส่ประมาณ 125 กก./ตัน การใส่ปุ๋ยมีหลายวิธี แบบหว่าน ต้องหว่านให้กระจายทั่วและสม่ำเสมอ แล้วรดน้ำทันทีอย่าให้ปุ๋ยค้างที่ใบ ทำให้ใบไหม้ได้

การกำจัดวัชพืช แปลงปลูกแบบหว่านและเพาะเมล็ด กำจัดวัชพืชโดยการถอน ส่วนในแปลงปลูกแบบโรยเป็นแถว แบบหยอดและแบบปลูกด้วยต้นกล้า มีระยะปลูกการกำจัดวัชพืชทำได้สะดวกขึ้น โดยใช้การถอนหรือใช้เครื่องมือช่วย และควรทำการพรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อมกัน การป้องกันโรค และแมลง ไม่มีโรคและแมลงใดที่ทำความเสียหาย เพียงแต่เสียหายบ้างเล็กน้อย ได้แก่ โรคโคนเน่า และรากเน่า จะมีอาการเหี่ยวเพิ่มขึ้นจนแห้งตาย การป้องกันเบื้องต้นควรถอนและทำลาย

การขยายพันธุ์ โดยการเพาะเมล็ด ขึ้นได้ดีในดินปนทราย และดินร่วนซุย ส่วนที่นำไปใช้ ทั้งต้น

การนำไปใช้ ใช้ต้นแห้ง 6 กรัม แช่น้ำร้อน 300 ซีซี นาน 30 นาทีรินน้ำดื่มหรือบด เป็นผงปั้นเป็นเม็ด รับประทานแก้อาการท้องทอนซิลอักเสบ แก้อาการเจ็บคอ หรือใช้รากต้มน้ำดื่ม แก้อาการ บำรุงกำลัง บำรุงสมรรถภาพทางเพศชาย แก้อาการร้อนในกระหายน้ำ แก้อาการ (สนทนากลุ่ม. 2558)





ชะพลู : ข้อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : PIPERACEAE

ชื่อวงศ์ : *Piper Sarmentosum Roxb.*

ชื่ออื่น : ผักพลูนก พลุถึง พูลิง พูลิงนก ผักปูนา (ภาคเหนือ) , ผักอีเล็ด ผักนางเล็ด (ภาคอีสาน) , ช้ำพลู (ภาคกลาง) , นมวา (ภาคใต้)

ลักษณะพืช

ไม้ล้มลุกลำต้นทอดคานไปตามพื้นดิน สูง 30-80 ซม. ลำต้นสีเขียวมีไหลงอกเป็นต้นใหม่ มีรากงอกออกตามข้อ ใบเป็นใบเดี่ยวออกเรียงสลับแผ่นใบบาง ผิวใบเรียบสีเขียวเข้มเป็นมัน ใบรูปหัวใจ กว้าง 5-10 ซม. ยาว 7-15 ซม. ปลายใบแหลม โคนใบเว้า ดอกออกเป็นช่อที่ซอกใบ รูปทรงระบอบ ดอกเล็กสีขาวอัดแน่นอยู่บนแกนช่อดอก ดอกแยกเพศ ผลเป็นผลสด กลมอัดแน่น อยู่บนแกน

สรรพคุณ

ดอก ทำให้เสมหะแห้ง ช่วยขับลมในลำไส้

ราก ขับเสมหะออกมาทางระบบขับถ่าย ขับลมในลำไส้ ทำให้เสมหะแห้ง บำรุงธาตุ แก้อาการบิด ท้องอืดท้องเฟ้อขับลม แก้อาการบิด

ต้น ขับเสมหะในทรวงอก แก้หืด แก้บิด

ใบ มีรสเผ็ดร้อน ทำให้เจริญอาหาร ขับเสมหะ ในใบชะพลูมีสารเบต้าแคโรทีนสูงมาก (วุฒิ วุฒิธรรมเวช. 2540 : 185)

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตและการสนทนากลุ่มในเดือนสิงหาคม 2558 ผลการวิจัยพบว่า

การคัดพันธุ์ ยังไม่พบรายงานการวิจัย เพื่อคัดเลือกสายพันธุ์ที่ดีของชะพลู แต่มีรายงานการศึกษาความแตกต่างของพืชสกุล Piperaceae โดยการจำแนกลักษณะภายนอกและการเจริญเติบโตของชะพลู 2 ชนิดคือ ชนิดต้นและชนิดเถา 1. ชะพลูชนิดต้น เป็นพืชจำพวกผักต้นสูง ประมาณ 1-2 ฟุต ลำต้นเป็นข้อๆ ใบเดี่ยวรูปหัวใจ คล้ายพลู ดอกช่อเหมือนดอกตีปลีแต่สั้นกว่า กลีบดอกสีขาวเล็กมาก ผลสีเขียว ผิวมัน มีลักษณะกลมเล็กฝังติดใบ ช่อดอกหลายเม็ล็ด ออกดอกมากในฤดูฝน 2. ชะพลูชนิดเถา เหมือนกับชนิดต้น แต่จะมีเถาและรากเลื้อยเกาะกับต้นไม้ใหญ่



การเตรียมดิน เลือกพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ ดินร่วนซุย ระบายน้ำได้ดี โดยการพรวนดินใส่ปุ๋ยคอกรองก้นหลุมก่อนปลูก

การปลูก ใช้ยอดแก่ปลูก 3-4 ยอด หรืออาจไม่ต้องเพาะชำกล้า แต่ใช้วิธีปลูกทันที โดยการตัดยอดชำพุ่มประมาณ 5 ข้อนำไปปลูกติดกับเสาข้าง 3.5 ค้าง/เสา ฝังยอดลงดินประมาณ 3 ข้อ นำยอดทั้งหมดผูกติดกับเสาข้างเพื่อให้รากยึดเกาะ ยอดที่เกิดขึ้นใหม่จะเกาะติดกับเสาข้าง พรางด้วยทางมะพร้าวหรือวัสดุกันแสงประมาณ 2 สัปดาห์จึงเอาออก ระยะปลูกระหว่างต้น 1.5-2 เมตร ระหว่างแถว 2 เมตร

การให้น้ำ ให้น้ำสม่ำเสมอให้ตามช่วง 1 ครั้ง/สัปดาห์ แต่ไม่ควรให้แฉะจนเกินไป เพราะทำให้เกิดโรคโคนเน่าได้ ในฤดูร้อนควรให้น้ำสม่ำเสมอ อย่าให้น้ำขังท่วมราก หลังปลูกช่วงแรก ควรรดน้ำทุกวันหรือวันเว้นวัน จนกระทั่งเริ่มตั้งตัวได้แล้วให้ลดการให้น้ำเหลือ 2-3 วัน/ครั้ง แต่ถ้าชะพลูให้ผลผลิตแล้วควรให้ 3-4 วัน/ครั้ง ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมตามสภาพดินฟ้าอากาศ ควรนำฟางหรือหญ้าแห้งมาคลุมดินในแปลง

การให้ปุ๋ย เป็นพืชที่มีอายุหลายปี และให้ผลผลิตตลอดปี ควรใส่ปุ๋ยสม่ำเสมอ โดยใช้ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ การใส่ปุ๋ยมีหลายวิธีแบบหว่าน ต้องหว่านให้กระจายโดยทั่วและสม่ำเสมอ แล้วรดน้ำทันทีอย่าให้ปุ๋ยค้ำที่ใบ อาจทำให้ใบไหม้ หรือเน่าได้

การกำจัดวัชพืช ควรกำจัด 2 ครั้งต่อเดือน ในฤดูฝนใช้วิธีถางตามแนวร่องในแต่ละแปลง การป้องกันโรคดีปลีก็มีโรครากโคนเน่า ซึ่งเป็นปัญหาสำคัญดังนั้นควรให้ความสำคัญ เรื่องดินให้มีการระบายน้ำได้ดี โดยการจัดการพูนดินรอบโคนต้น และทำการรองน้ำให้มีความลาดเทเล็กน้อย เพื่อให้น้ำ จะได้ไหลผ่านสะดวก

การขยายพันธุ์ โดยการใช้เถาปักชำหรือใช้ยอดหรือไหลปักชำก็ได้ แต่ที่นิยมส่วนใหญ่ จะใช้ยอดมากกว่า เพราะการใช้ยอดให้ผลผลิตได้เลยทันที ทนความแห้งแล้งได้ดี ฤดูที่เหมาะสมคือ ต้นฤดูฝน

ส่วนที่นำไปใช้ ผล ใบ ทั้งต้น ราก

การนำไปใช้ ใช้ชำพุ่มสดทั้ง 5 จำนวน 7 ต้นล้างน้ำให้สะอาด ใส่น้ำพอท่วมต้มให้เดือดสักพักรินน้ำทิ้ง เหมือนน้ำซาวข้าวโรกเหวน ข้อควรระวัง ต้องตรวจค่าน้ำตาลในปัสสาวะก่อน และหลังต้ม ทุกครั้ง เพราะว่ายานี้จะทำให้น้ำตาลลดลงอย่างรวดเร็ว ข้อสำคัญต้องเปลี่ยนต้นชำพุ่มใหม่ทุกวัน ต้มดื่มจนกว่าจะหาย (สนทนากลุ่ม. 2558)





มะแว้งต้น : ชื่อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : SOLANUM

ชื่อวงศ์ : *Solanum indicum* Linn.

ชื่ออื่น : มะแว้ง มะแค้งขม มะแว้งต้น หมากแข้ง

ลักษณะพืช

เป็นไม้พุ่มเตี้ยต้นขนาดเล็กสูง 1.5 เมตร ลักษณะผลขนาดเล็กออกรวมเป็นช่อหรือพวง มีหนามตามลำต้นและกิ่งก้าน ผลสุกมีสีแสดไม่เข้มหรือแดงเท่ามะแว้งเครือ หนามตามลำต้นกิ่งก้านจะมีน้อยกว่ามะแว้งเครือ มะแว้งต้นเป็นพืชพบได้ตามไร่นา หรือเพาะปลูกโดยเกษตรกรมากกว่ามะแว้งเครือ สันนิษฐานว่ามะแว้งต้นคงได้รับการคัดเลือกปรับปรุงพันธุ์โดยมนุษย์บ้างแล้ว เหมือนกับมะเขือพวง ดังนั้น มะแว้งต้นจึงไม่ใช่พืชป่าตามธรรมชาติ บริสุทธิ์เหมือนมะแว้งเครือ

สรรพคุณ

ใบ รสขื่นขม บำรุงธาตุ แก้วัดโรค แก้อิ

ราก รสขมขื่นเปรี้ยว แก้ไข้สันนิบาต แก้ น้ำลายเหนียว กัดเสมหะ ขับปัสสาวะ

ขับลม แก้อิ

ผล รสขมขื่นเปรี้ยว แก้อิ ขับเสมหะ แก้ไข้เพื่อคอเสมหะพิการ ขับปัสสาวะ

ลดน้ำตาลในเลือดเล็กน้อย เจริญอาหาร บำรุงน้ำดี (วุฒิ วุฒิธรรมเวช. 2540 : 368)

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตและการสนทนากลุ่ม ในเดือนสิงหาคม 2558 ผลการวิจัยพบว่า

การคัดพันธุ์ ยังไม่พบรายงานการวิจัย เพื่อคัดเลือกสายพันธุ์ที่ดีของมะแว้งต้น แต่มีรายงานการศึกษาความแตกต่างของพืชสกุลมะเขือ (Genus Solanum) บางชนิดที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศไทย ยังไม่มีการผสมพันธุ์มาปรับปรุง และเมล็ดพันธุ์ไม่มีราคา เพราะหาได้เองตามธรรมชาติ แม้แต่ไม่ได้เพาะปลูกยังขึ้นได้เองทั่วไป มะแว้งต้นมีลักษณะคล้ายกับมะเขือพวง คือมีลักษณะผลขนาดเล็กออกรวมกันเป็นช่อหรือพวง เป็นไม้ยืนต้นข้ามปี มีหนามตามลำต้นและกิ่งก้านรูปร่างเหมือนมะเขือพวง แตกต่างกันที่ขนาดของใบเท่านั้น พันธุ์มะแว้งต้นเป็นพันธุ์ดั้งเดิมตามธรรมชาติ

การเตรียมดิน นอกจากปรับให้ดินร่วนซุยแล้ว ยังเป็นการกำจัดวัชพืชด้วย ถ้าพื้นปลูกเป็นดินร่วนซุยอยู่แล้วจะมีวัชพืชไม่มาก ให้ทำการไถพรวนครั้งเดียว แต่ถ้าพื้นปลูกที่มีวัชพืชมาก และหน้าดินแข็ง ควรทำการไถพรวน 2 ครั้ง คือไถตะแล้วตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์ แล้วจึงไถแปรอีกครั้ง สำหรับพื้นที่ปลูก ที่เป็นที่ลุ่มและปลูกในฤดูฝน ควรทำการขุดยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง



โดยขุดยกแปลงสูง 15-20 ซม. กว้าง 1-2 เมตร ความยาวของแปลงตามความเหมาะสมของขนาดพื้นที่ เว้นทางเดินระหว่างแปลงประมาณ 1 เมตร

การปลูก มีวิธีปลูกแบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทรายหยาบอัตรา 1:1-2 ส่วน เพราะทรายช่วยให้เมล็ดมีน้ำหนัก ทำให้เมล็ดกระจายทั่วและสม่ำเสมอ ปลูกแบบโรยหยอดหลุม เตรียมหลุมลึกประมาณ 2.5 ซม. ให้เป็นแนวโดยมีระยะปลูกระหว่างต้น 20-30 ซม. และระหว่างแถว 40 ซม. หยอดเมล็ดหลุมละ 5-10 เมล็ด เกลี่ยดินกลบบางๆ มักมีปัญหาเกี่ยวกับการกำจัดวัชพืชขณะที่ยังเล็ก ปลูกแบบใช้กล้า เพาะกล้าเตรียมแปลงเพาะโดยใช้จอบขุดยกเป็นแปลงกว้าง 1 เมตร สูง 15-20 ซม. ความยาว และจำนวนแปลงขึ้นอยู่กับจำนวนเมล็ดที่เพาะและสะดวกในการปฏิบัติงาน พร้อมกับขย่อดินให้ละเอียดและใส่ปุ๋ยอินทรีย์ (ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก) รองพื้น 1 กก. ต่อพื้นที่ 1 ตร.ม. ผสมคลุกเคล้าให้เข้ากับดินแล้วเกลี่ยแปลงให้เรียบ นำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านลงในแปลงเพาะ

การให้น้ำ หลังจากการปลูกทุกครั้งต้องให้น้ำทันที จะช่วยให้ต้นกล้าไม่เฉาและตายง่าย ในระยะ 1-2 เดือนแรก ถ้าแดดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น หลังจากอายุ 2 เดือนไปแล้วให้น้ำวันเว้นวันได้ หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ ถ้าขาดน้ำหลายวันทำให้พืชเหี่ยวเฉาแคระแกรน ทำให้พืชไม่สามารถดึงธาตุอาหารจำเป็นบางชนิดจากดินขึ้นมาได้ ทำให้เกิดโรคโรคนิวโมสไปรม

การใส่ปุ๋ย ควรใส่ปุ๋ยเมื่อดินขาดความอุดมสมบูรณ์ ใส่ปุ๋ยรองกันหลุมหรือรองพื้นแปลง ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ (ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก) ประมาณ 125 กรัม/หลุม หรือใส่หลังปลูกประมาณ 2 เดือน ใส่ประมาณ 125 กก./ตัน การใส่ปุ๋ยมีหลายวิธี แบบหว่าน ต้องหว่านให้กระจายและสม่ำเสมอ แล้วรดน้ำทันทีอย่าให้ปุ๋ยคั่งที่ใบ ทำให้ใบไหม้ แบบหยอดโคนห่างจากโคนต้นประมาณ 10 ซม. โดยขุดหลุมฝังดินกลบ

การกำจัดวัชพืช แปลงปลูกแบบหว่านและเพาะเมล็ด กำจัดโดยการถอน ส่วนในแปลงปลูกแบบโรยเป็นแถว แบบหยอดและแบบปลูกด้วยต้นกล้า มีระยะปลูกการกำจัดวัชพืชทำได้สะดวกขึ้น โดยใช้การถอนหรือใช้เครื่องมือช่วย และควรทำการพรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อมกัน การป้องกันโรค และแมลง ไม่มีโรคและแมลงใดที่ทำความเสียหาย เพียงแต่เสียหายบ้างเล็กน้อย ได้แก่ โรคโคนเน่า และรากเน่า จะมีอาการเหี่ยวเพิ่มขึ้นจนแห้งตาย การป้องกันเบื้องต้นควรถอนและทำลาย

การขยายพันธุ์ โดยการเพาะเมล็ด ขึ้นได้ดีในดินปนทราย และดินร่วนซุย ส่วนที่นำไปใช้ ราก ใบ ผล ทั้งต้น

การนำไปใช้ วิธีที่ 1 เอาผลมะแว้งต้นสดๆ 5-6 ผล นำมาเคี้ยวกลืนเฉพาะน้ำจันทรม รสขม แล้วคายกากทิ้ง แก้อาการไอ วิธีที่ 2 ใช้ผลสดๆ 5-10 ผล โขลกพอแหลกคั้นเอาน้ำใส่เกลือจิบย่อยๆ หรือใช้ผลสดเคี้ยวแล้วกลืนทั้งน้ำและเนื้อ รักษาหวาน ลดน้ำตาลในเลือด (สนทนากลุ่ม. 2558)





มะแว้งเครือ : ข้อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : SOLANACEAE

ชื่อวงศ์ : *Solanum trilobatum* Linn.

ชื่ออื่น : มะแว้งเขา มะแว้งเถา

ลักษณะพืช

เป็นไม้เถาเลื้อย พาดพันต้นไม้อื่น ลำต้นมีหนามแหลมเล็กกุ่ม เหมือนเล็บเหยี่ยว ตลอดเถา ใบเดี่ยวขอบเว้าโค้งลึก มีหนามตามเส้นใบ ผิวเรียบไม่มีขนหรือมีเล็กน้อย ดอกเล็กเป็นช่อสีม่วง เกสร สีเหลือง ผลกลมสีเขียวลายสีเขียว สุกสีเหลืองส้ม ก้านยาว เกิดตามที่รกร้างว่างเปล่าทั่วไป

สรรพคุณ

ราก รสขมขื่นเปรี้ยว แก้ไข้สันนิบาต แก้ น้ำลายเหนียว กัดเสมหะ ขับปัสสาวะ ขับลม แก้ไอ

ผล รสขมขื่นเปรี้ยว สดตำผสมเกลือเล็กน้อย อมหรือจิบแก้ไอ แก้เจ็บคอ ขับเสมหะ แก้ท้องอืด แก้ไอ ขับปัสสาวะ เจริญอาหาร แก้เบาหวาน (วุฒิ วุฒิธรรมเวช. 2540 : 367)

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตและการสนทนากลุ่มในเดือนสิงหาคม 2558 ผลการวิจัยพบว่า

การคัดพันธุ์ ยังไม่พบรายงานการวิจัย เพื่อคัดเลือกสายพันธุ์ที่ดีของมะแว้งเครือ แต่มีรายงานการศึกษาความแตกต่างของพืชสกุลมะเขือ (Genus Solanum) บางชนิดที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศไทย ยังไม่มีการผสมพันธุ์มาปรับปรุง นอกจากนี้เมล็ดพันธุ์ไม่มีราคา เพราะหาได้เองตามธรรมชาติ แม้แต่ไม่ได้เพาะปลูกยังขึ้นได้เองทั่วไป มะแว้งเครือเป็นพันธุ์ดั้งเดิมตามธรรมชาติ

การเตรียมดิน นอกจากปรับให้ดินร่วนซุย ยังเป็นการกำจัดวัชพืชด้วย ถ้าพื้นปลูกเป็นดินร่วนซุยอยู่แล้วจะมีวัชพืชไม่มาก ทำการไถพรวนครั้งเดียว แต่ถ้าพื้นปลูกที่มีวัชพืชมากและหน้าดินแข็ง ควรทำการไถพรวน 2 ครั้ง คือไถตะแล้วตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์ แล้วจึงไถแปรอีกครั้ง สำหรับพื้นที่ปลูก ที่เป็นที่ลุ่มและปลูกในฤดูฝน ควรทำการขุดยกแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง โดยขุดยกแปลงสูง 15-20 ซม. กว้าง 1-2 เมตร ความยาวของแปลงตามความเหมาะสมของขนาดพื้นที่



การปลูก มีวิธีปลูกแบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทรายหยาบอัตรา 1 : 1 ส่วน เพราะทราย ช่วยให้เมล็ดมีน้ำหนัก ช่วยให้เมล็ดกระจายทั่วและสม่ำเสมอ ปลูกแบบโรยหยอดหลุม เตรียมหลุมลึกประมาณ 2.5 ซม. ให้เป็นแนว โดยมีระยะปลูกระหว่างต้น 20-30 ซม. และระหว่างแถว 40 ซม. แล้วหยอดเมล็ดหลุมละ 5-10 เมล็ด กลี๋ยดินกลบบางๆ ปลูกแบบใช้กล้า เพาะกล้าเตรียมแปลงเพาะโดยใช้จอบขุดยกเป็นแปลงกว้าง 1 เมตร สูงประมาณ 15-20 ซม. ความยาวและจำนวนแปลงขึ้นอยู่กับจำนวนเมล็ดที่เพาะ พร้อมกับย่อยดินให้ละเอียดและใส่ปุ๋ยอินทรีย์ (ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก) รองพื้น 1 กก.ต่อพื้นที่ 1 ตร.ม. ผสมคลุกเคล้าให้เข้ากับดินกลี๋ยแปลงให้ เรียบ นำเมล็ดที่เตรียมหว่านลงในแปลงเพาะ

การให้น้ำ หลังจากการปลูกต้องให้น้ำทันที จะช่วยให้ต้นกล้าไม่เฉาและตายง่าย ในระยะ 1-2 เดือนแรก ถ้าแดดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น อายุ 2 เดือนขึ้นไปให้น้ำวันเว้นวันได้ หรือตามความเหมาะสม ถ้าขาดน้ำหลายวันทำให้พืชเหี่ยวเฉา แคร่แค้น พืชไม่สามารถดึง ธาตุอาหารจำเป็นบางชนิดจากดินขึ้นมาได้ ทำให้เกิดโรคโรคใบสีม่วง

การใส่ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยรองกันหลุมหรือรองพื้นแปลง ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ (ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก) ประมาณ 125 กรัม/หลุม หรือใส่หลังปลูก 2 เดือน ใส่ประมาณ 125 กก./ตัน การใส่ปุ๋ยมีหลายวิธี แบบหว่าน ต้องหว่านให้กระจายสม่ำเสมอ แล้วรดน้ำทันทีอย่าให้ปุ๋ยค้างที่ใบ ทำให้ใบไหม้ แบบหยอดโคน ห่างจากโคนต้นประมาณ 10 ซม. โดยขุดหลุมฝังดินกลบ

การกำจัดวัชพืช แปลงปลูกแบบหว่านและเพาะเมล็ด กำจัดโดยการถอน ส่วนในแปลงปลูกแบบโรยเป็นแถว แบบหยอดและแบบปลูกด้วยต้นกล้า มีระยะปลูกการกำจัดวัชพืช ทำได้สะดวกขึ้น โดยใช้การถอนหรือใช้เครื่องมือช่วย และควรทำการพรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อมกัน การป้องกันโรค และแมลง ไม่มีโรคและแมลงใดที่ทำความเสียหาย เพียงแต่เสียหายบ้างเล็กน้อย ได้แก่ โรคโคนเน่า และรากเน่า จะมีอาการเหี่ยวเพิ่มขึ้นจนแห้งตาย การป้องกันเบื้องต้นควรถอนและทำลาย

การขยายพันธุ์ โดยการเพาะเมล็ด ขึ้นได้ดีในดินปนทราย และดินร่วนซุย ส่วนที่นำไปใช้ ราก ใบ ผล ทั้งต้น

การนำไปใช้ วิธีที่1 ใช้ผลแก่ 2-3 ผล ใช้เป็นน้ำกระสายยากวาดแก้อี๋ ขับเสมหะ ในเด็ก ส่วนผู้ใหญ่ใช้ผลแก่ 10-20 ผล เคี้ยวแล้วกลืนทั้งน้ำและเนื้อ รับประทานบ่อยๆ จนกว่าอาการจะดีขึ้น วิธีที่ 2 ใช้ทั้งต้นต้มน้ำดื่ม ขับเหงื่อ แก้อี๋ แก้อี๋ ขับปัสสาวะ (สนทนากลุ่ม. 2558)





มะเขือขื่น : ข้อมูลทั่วไป

ชื่อวิทยาศาสตร์ : SOLANACEAE

ชื่อวงศ์ : *Solanum xanthocarpum* Schrad.

ชื่ออื่น : มะเขือแจ้ดิน มะเขือเปราะ มะเขือเสวย เขื่อเพา มะเขือขื่นคำ มะเขือคำ มะเขือคางกบ มะเขือแจ้ มะเขือเหลือง เขื่อหิน

ลักษณะพืช

เป็นไม้ล้มลุกกึ่งไม้พุ่มขนาดเล็ก จำพวกมะเขือ มีความสูงของลำต้นประมาณ 1-3 เมตร ตามลำต้นมีหนามสั้น ลำต้นและกิ่งก้านเป็นรูปทรงกระบอกตั้งตรง มีสีม่วงทั้งลำต้น กิ่งก้านและใบมีขนอ่อนละเอียดขึ้นอยู่ทั่วไปมีขนรูปดาวยาวได้ประมาณ 2 มิลลิเมตร และยังพบขนชนิดมีต่อม มีขนสั้นปกคลุมทั้งลำต้น มีหนามตรงหรือโค้งขนาดประมาณ 1-5 x 2-10 มิลลิเมตร โคนต้นแก่มีเนื้อไม้แข็ง

สรรพคุณ

ผล มีรสเปรี้ยวขื่นเย็น ช่วยบำรุงร่างกาย ช่วยกัดเสมหะ ช่วยขับลมขึ้น ช่วยแก้ อาการปวดบวม ปวดหลัง ฟกช้ำดำเขียว

ราก, ผล แก้ไข้สันนิบาต แก้ไข้ที่มีพิษร้อน ช่วยกระทุ้งพิษไข้ แก้ไอ ช่วยแก้ น้ำลายเหนียว

ใบ พอกแก้พิษ แก้ฝีหนอง

เมล็ด ช่วยรักษามะเร็งเพลิง

เนื้อ นำมาคั้นเอาแต่น้ำใช้หยอดตาแก้ แก้พยาธิในตา (วุฒิ วุฒิธรรมเวช. 2540 : 348)

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตและการสนทนากลุ่ม ในเดือนสิงหาคม 2558 ผลการวิจัยพบว่า

การคัดพันธุ์ ยังไม่พบรายงานการวิจัย เพื่อคัดเลือกสายพันธุ์ที่ดีของมะเขือขื่น แต่มีรายงานการศึกษาความแตกต่างของพืชสกุลมะเขือ (Genus Solanum) บางชนิดที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศไทย ยังไม่มีการผสมพันธุ์มาปรับปรุง และเมล็ดพันธุ์ไม่มีราคา เพราะหาได้เองตามธรรมชาติ แม้แต่ไม่ได้เพาะปลูกยังขึ้นได้เองทั่วไป

การเตรียมดิน นอกจากปรับให้ดินร่วนซุยยังเป็นการกำจัดวัชพืชด้วย ถ้าพื้นปลูกเป็นดินร่วนซุยจะมีวัชพืชไม่มาก ให้ทำการไถพรวนครั้งเดียว ถ้าพื้นปลูกที่มีวัชพืชมากและหน้าดินแข็ง ควรทำการไถพรวน 2 ครั้ง คือไถตะแล้วตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์ แล้วจึงไถแปรอีกครั้ง สำหรับพื้นที่



ปลูกที่เป็นที่ลุ่มและปลูกในฤดูฝน ควรทำการขุดยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง โดยขุดยกแปลงสูง 15-20 ซม. กว้าง 1-2 เมตร ความยาวของแปลงตามความเหมาะสมของขนาดพื้นที่

การปลูก มีวิธีปลูกแบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทรายหยาบอัตรา 1:1 ส่วน เพราะทรายช่วยให้เมล็ดมีน้ำหนัก ทำให้เมล็ดกระจายสม่ำเสมอ ปลูกแบบโรยหยอดหลุม เตรียมหลุม ลึกประมาณ 2.5 ซม. ให้เป็นแนวโดยมีระยะปลูกระหว่างต้น 20-30 ซม. และระหว่างแถว 40 ซม. หยอดเมล็ดหลุมละ 5-10 เมล็ด เกลี่ยดินกลบบางๆ ปลูกแบบใช้กล้า เพาะกล้าเตรียม แปลงเพาะโดยใช้จอบขุดยกเป็นแปลงกว้าง 1 เมตร สูงประมาณ 15-20 ซม. ความยาวและจำนวน แปลงขึ้นอยู่กับจำนวนเมล็ดที่เพาะ พร้อมกับบ่ย่อยดินให้ละเอียดและใส่ปุ๋ยอินทรีย์ (ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก) รองพื้น 1 กก.ต่อพื้นที่ 1 ตร.ม. ผสมคลุกเคล้าให้เข้ากับดินเกลี่ยแปลงให้เรียบ นำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านลงในแปลงเพาะ

การให้น้ำ หลังจากการปลูกควรให้น้ำทันที ช่วยให้ต้นกล้าไม่เฉาและตายง่าย ในระยะ 1-2 เดือน ถ้าแดดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น หลังจากอายุ 2 เดือนให้น้ำวันเว้นวันได้ หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ ถ้าขาดน้ำทำให้พืชเหี่ยวเฉา แคร่แค้น พืชไม่สามารถดึงธาตุอาหารจำเป็นบางชนิดจากดินขึ้นมาได้

การใส่ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยรองกันหลุมหรือรองพื้นแปลง ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ (ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก) ประมาณ 125 กรัม/หลุม การใส่ปุ๋ยมีหลายวิธี แบบหว่าน ต้องหว่านให้กระจายทั่วและสม่ำเสมอ แล้วรดน้ำทันทีอย่าให้ปุ๋ยค้ำที่ใบ ทำให้ใบไหม้ แบบหยอดโคนห่างจากโคนต้นประมาณ 10 ซม. โดยขุดหลุมฝังดินกลบ

การกำจัดวัชพืช แปลงปลูกแบบหว่านและเพาะเมล็ด กำจัดโดยการถอน ส่วนในแปลงปลูกแบบโรยเป็นแถว แบบหยอดและแบบปลูกด้วยต้นกล้า มีระยะปลูกการกำจัดวัชพืชทำได้สะดวกขึ้น โดยใช้การถอนหรือใช้เครื่องมือช่วย ควรพรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อมกัน

การขยายพันธุ์ โดยการแยกเหง้าหรือเพาะเมล็ด ขึ้นได้ดีในดินปนทราย ส่วนที่นำไปใช้ เหง้า ผล (สนทนากลุ่ม 2558)

สรุปแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชาย และความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะ ได้แก่ 1) พริกไทย การคัดพันธุ์มี 2 พันธุ์ คือ พันธุ์ซาราวัต ส่วนใหญ่จะทำเป็นพริกไทยดำ พันธุ์ซีลอนหรือพันธุ์ศรีลังกา ปลูกเพื่อทำพริกไทยสด การเตรียมดินควรเป็นดินที่ปลูกพืชหมุนเวียน หรือปลูกพืชอื่นสลับ การปลูกพริกไทยต้องทำค้างให้ ควรปลูกช่วงฤดูฝน ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก เพื่อบำรุงดิน การให้น้ำให้น้ำสม่ำเสมอ จัดระบบระบายน้ำในแปลงปลูกดีกว่าใช้แรงงานในการให้น้ำ การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกำจัดวัชพืช ควรใส่ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมักรองกันหลุม กำจัดวัชพืช ควรใช้แรงคนถอนออกจาก การขยายพันธุ์ ใช้ลำต้นอายุ 1-2 ปี ที่มีความสมบูรณ์ ไม่มีโรคและแมลง ให้มีข้อประมาณ 5-7 ข้อ 2) หนุ่ยแก้วหนุ่ย การคัดพันธุ์มี 2 ชนิด คือ หนุ่ยแก้วหนุ่ยเล็ก และหนุ่ยแก้วหนุ่ยใหญ่ การเตรียมดินควรเป็นดินร่วนซุย ระบายน้ำได้ดี ใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักเพื่อปรับสภาพดิน การเตรียมดินมี 2 แบบคือ แบบแปลงปลูกพื้นที่ราบ แบบแปลงปลูกยกร่อง การปลูกปลูกช่วงฤดูฝน ก่อนปลูกต้องใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักรองกันหลุม การให้น้ำให้สม่ำเสมอวันละครั้ง อย่าให้แปลงปลูกแห้งน้ำ การให้ปุ๋ยโดยการหว่าน ปุ๋ยที่ให้ควร



เป็นปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยอินทรีย์เดือนละครั้ง การกำจัดวัชพืชต้องถอนวัชพืชออกจากแปลง การขยายพันธุ์ด้วยวิธีการแยกต้นใหม่จากหัวที่เกิดจากไหลใต้ดิน 3) บอระเพ็ดการคัดพันธุ์เลือกลำต้นหรือเถาไม่อ่อนไม่แก่เกินไป ควรมาจากต้นแม่ที่สมบูรณ์ไม่ผอมยาว การเตรียมดินควรเป็นดินที่ปลูกพืชหมุนเวียนหรือปลูกพืชอื่นสลับ การปลูกบอระเพ็ดต้องค้ำให้ ปลูกช่วงฤดูฝน ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก เพื่อบำรุงดิน หลังปลูกคลุมด้วยฟางแห้ง เริ่มปลูกควรทำร่มให้ การให้น้ำ ให้น้ำสม่ำเสมอ จัดระบบระบายน้ำในแปลงปลูกดีกว่าใช้แรงงานใน การให้น้ำ การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกำจัดวัชพืชด้วย ปุ๋ยที่ใส่ควรเป็นปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก การกำจัดวัชพืช ใช้แรงคนถอนออกจากแปลง การขยายพันธุ์ ใช้ลำต้นอายุ 1-2 ปีที่มีความสมบูรณ์ ไม่มีโรคและแมลง 4) กระชาย การคัดพันธุ์ กระชายมี 2 กลุ่มคือ กระชายพื้นบ้านหรือกระชายป้อม และกระชายพันธุ์รากกล้วย เป็นพันธุ์ที่ปลูกในสภาพกลางแจ้ง การเตรียมดิน ไถพรวนดินแล้วตากดินไว้ 5-7 วัน ปรับสภาพดินใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก การปลูกฤดูฝนที่เหมาะสมที่สุด ใช้จอบขุดระยะปลูก ก่อนปลูกควรทาแผลของแง่งที่หักออก ด้วยน้ำปูนกินหมากหรือจุ่มแช่น้ำยากันเชื้อรา การให้น้ำควรให้วันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น ตั้งตัวได้แล้วให้วันละครั้ง การให้ปุ๋ยควรเป็นปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก ควรถางหญ้ากำจัดวัชพืชพร้อมทั้งใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก การกำจัดวัชพืช หมั่นดูแลหญ้าหรือวัชพืชในแปลงอย่างสม่ำเสมอ การขยายพันธุ์ ด้วยเหง้าที่แก่จัดอายุ 11-12 เดือน เลือกหัวที่สมบูรณ์ อวบใหญ่ ปราศจากเชื้อโรค 5) ขิง การคัดพันธุ์มี 2 พันธุ์คือ ขิงใหญ่หรือขิงหยวก จะมีแง่งใหญ่ ข้อห่าง รสเผ็ดน้อย และขิงเล็กหรือขิงเผ็ด มีแง่งเล็ก สั้น ข้อดีสดอ่อนค่อนข้างเผ็ด การเตรียมดินไถพรวนดิน 3-4 ครั้งให้ร่วนซุย การปลูกแบบ พื้นราบต้องยกร่องปลูก ถ้าพื้นที่ลาดเอียงต้องทำแบบขั้นบันได ใส่ปูนขาวคลุกเคล้ากับดินก่อนยกร่อง การปลูกปลูกในฤดูฝน พันธุ์ที่ใช้ปลูกตัดเป็นท่อนๆ ยาว 2 นิ้ว แต่ละท่อนมีตาบนแง่ง 2-3 ตา แขนงยากำจัดเชื้อราก่อนปลูก กลบดินด้วยฟางแห้งรดน้ำ การให้น้ำควร ให้น้ำ 2 ครั้ง เช้า-เย็น อย่าให้น้ำมากเกินไปจนน้ำท่วมขัง ทำให้ขิงแคะและการเจริญเติบโตล่าช้า การให้ปุ๋ยควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมัก บำรุงด้วยปุ๋ยอินทรีย์สูตรน้ำ การใส่ปุ๋ยวิทยาศาสตร์ใส่เมื่อความจำเป็น การกำจัดวัชพืชต้องกำจัดวัชพืชออกจากแปลงทุกเดือนโดยการถอน การขยายพันธุ์ด้วยเหง้า พันธุ์ควรเก็บในช่วงฤดูแล้ง เก็บเหง้าแก่ที่สมบูรณ์จากต้นแม่ที่แข็งแรง ปราศจากโรคและแมลง 6) กระเทียม การคัดพันธุ์มี 2 ชนิดคือ กระเทียมป่าและกระเทียมบ้าน การเตรียมดิน ดินปลูกต้องร่วนซุยมีความชุ่มชื้นสูงระบายน้ำได้ดี ปรับปรุงดินด้วยการใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก การปลูก ใช้เหง้าหรือหัวแก่ ปลูกต้นฤดูฝน ถ้าใช้หน่อปลูกต้องปลูกช่วงฝนตกชุก การปลูกมี 2 วิธีคือ ใช้เหง้าปลูกแยกเหง้าออกจากกอแม่ ใช้เหง้าเพาะให้รากงอกโดยการตัดเหง้าเป็นท่อนๆ เพาะลงในกระบะทราย การให้น้ำรดน้ำสม่ำเสมอวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น การให้ปุ๋ยก่อนปลูกควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมักในการบำรุงดิน บำรุงด้วยปุ๋ยอินทรีย์สูตรน้ำ อายุ 2-3 เดือนควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์แบบเม็ด การกำจัดวัชพืช วัชพืชจะแย่งน้ำแย่งอาหาร พืชเจริญเติบโตช้า ต้องกำจัดวัชพืชโดยการถอน การขยายพันธุ์ด้วยเหง้า อายุตั้งแต่ 10-12 เดือน ควรเก็บในช่วงฤดูแล้ง เลือกเหง้าที่แก่และสมบูรณ์จากต้นแม่ 7) ดีปลี การคัดพันธุ์มีพันธุ์ 4 ผัก พันธุ์นี้ออกฝักดี ให้ผลผลิตสูง ผลอ่อนสีเขียว รสเผ็ด การเตรียมดิน เป็นดินร่วนซุยระบายน้ำได้ดี พรวนดินใส่ปุ๋ยคอก ร่องกันหลุมก่อนปลูก การปลูกโดยการเพาะชำหรือไม่ต้องเพาะชำกล้า โดยการตัดยอด 5 ช่อนำไปปลูกติดกับค้ำ พรางด้วยทางมะพร้าวหรือวัสดุกันแสง การให้น้ำควรให้น้ำสม่ำเสมอ จัดระบบระบายน้ำในแปลงปลูกเพื่อป้องกันน้ำขังท่วม การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกำจัดวัชพืช ปุ๋ยที่ใส่ควรเป็นปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก การกำจัดวัชพืช ควรใช้แรงคนถอนออกจากแปลงการขยายพันธุ์ ใช้ลำอายุ



1-2 ปีที่มีความสมบูรณ์ การตัดกิ่งพันธุ์ต้องให้มีข้อ 5-7 ข้อ 8) โตไม่รู้ล้ม การคัดพันธุ์เป็นไม้ล้มลุก ลำต้นโตสั้นพุ่มผิวดิน แตกกิ่งก้านเป็นใบเดี่ยว ดอกเรียวยาวแน่นที่โคนต้น การเตรียมดินไถพรวนดิน ให้ร่วนซุย 2 ครั้ง กำจัดวัชพืชออกจากแปลงปลูก การปลูกมี 2 วิธี แบบหว่านโดยใช้เมล็ดผสมกับทรายหยาบ และปลูกแบบโรยหยอดหลุม ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักรองพื้น การให้น้ำควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น ตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ การให้ปุ๋ยใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้นก่อนปลูก การกำจัดวัชพืชโดยการถอนออกจากแปลงปลูก การขยายพันธุ์เก็บเมล็ดแห้งนำมาเพาะในดินปนทราย 9) ชะพลู การคัดพันธุ์มี 2 ชนิดคือ ชนิดต้นตื้นสูง 1-2 ฟุต ลำต้นรูปหัวใจคล้ายพลู ดอกช่อเหมือนดอกติปลีแต่สั้น และชนิดเถาลักษณะเหมือนกับชนิดต้น แต่จะมีเถาและรากเลื้อยเกาะกับต้นไม้ใหญ่ การเตรียมดินควรเป็นดินที่ปลูกพืชหมุนเวียน การปลูกปลูกช่วงฤดูฝนจะทำให้ผลผลิตดี การปลูกแบบทำค้างสำหรับชนิดเลื้อย หรือปลูก ในแปลงแบบยกร่อง คลุมด้วยฟางแห้ง การให้น้ำควรให้น้ำสม่ำเสมอ จัดการระบบน้ำให้ดีอย่าให้แปลงปลูกแห้ง การให้ปุ๋ย ควรใส่ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือหมัก การกำจัดวัชพืชใช้แรงงานคนถอนออกจากแปลง การขยายพันธุ์ ใช้เถาปักชำหรือใช้ยอดหรือไหลปักชำการขยายจะได้ผลผลิตที่รวดเร็ว 10) มะแว้งต้น การคัดพันธุ์เลือกสายพันธุ์ที่ดี การเตรียมดิน ปรับให้ดินร่วนซุย ด้วยการไถพรวน 2 ครั้ง ยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง การปลูกมี 2 วิธี คือ แบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทราย และแบบโรยหยอดหลุม เกลี่ยดินกลบ ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้นก่อนนำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านในแปลง การให้น้ำควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ การให้ปุ๋ยก่อนปลูกรองกันหลุม ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก การกำจัดวัชพืชโดยการถอนโดยใช้แรงงานคน ควรพรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อม การขยายพันธุ์เก็บเมล็ดที่ต้นแม่ สะอาด ปราศจากโรคและแมลงรบกวน 11) มะแว้งเครือ การคัดพันธุ์เลือกสายพันธุ์ที่ดี การเตรียมดิน ปรับให้ดินร่วนซุย ด้วยการไถพรวน 2 ครั้ง ยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง การปลูกมี 2 วิธีคือ แบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทราย และแบบโรยหยอดหลุม เตรียม เกลี่ยดินกลบบางๆ ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้นก่อนนำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านในแปลง การให้น้ำควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ การให้ปุ๋ยก่อนปลูกรองกันหลุม ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก การกำจัดวัชพืชโดยการถอนโดยใช้แรงงานคน การขยายพันธุ์เก็บเมล็ดที่ต้นแม่ เก็บไว้ในที่ร่ม สะอาด ปราศจากโรคและแมลงรบกวน 12) มะเขือขึ้น การคัดพันธุ์เลือกสายพันธุ์ที่ดี การเตรียมดิน ปรับให้ดินร่วนซุยด้วยการไถพรวน 2 ครั้ง ยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง การปลูกมี 2 วิธีคือ แบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทราย และแบบโรยหยอดหลุม เตรียม เกลี่ยดินกลบบางๆ ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้นก่อนนำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านในแปลง การให้น้ำควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ การให้ปุ๋ยก่อนปลูกรองกันหลุม ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก การกำจัดวัชพืชโดยการถอนโดยใช้แรงงานคน การขยายพันธุ์เก็บเมล็ดที่ต้นแม่ เก็บไว้ในที่ร่ม สะอาด ปราศจากโรคและแมลงรบกวน



ตาราง 6 แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชาย
และความเสื่อมตามคัมภีร์ภิกษุ

ชื่อสมุนไพรรักษาโรค	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภิกษุ
1. พริกไทย	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์มี 2 พันธุ์คือ 1.พันธุ์ชาราวัด ส่วนใหญ่จะให้เป็นพริกไทยดำ 2.พันธุ์ซีลอนหรือพันธุ์ศรีลังกา ปลูกเพื่อทำพริกไทยสด - การเตรียมดินควรเป็นดินที่ปลูกพืชหมุนเวียน หรือปลูกพืชอื่นสลับกับพริกไทย - การปลูกพริกไทยต้องทำค้างให้ ปลูกช่วงฤดูฝน ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก เพื่อบำรุงดิน หลังปลูกคลุมด้วยฟางแห้งเริ่มปลูกควรทำร่มให้พริกไทย - การให้น้ำให้น้ำสม่ำเสมอ จัดระบบระบายน้ำในแปลงปลูกดีกว่าใช้แรงงานในการให้น้ำ - การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกำจัดวัชพืชด้วย ควรใส่ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมักรองกันหลุม - การกำจัดวัชพืช ควรใช้แรงคนถอนออกจาก ควรตัดแต่งกิ่งหรือแขนงให้โคนต้นโปร่ง - การขยายพันธุ์ ใช้ลำต้น (เถา) อายุ 1-2 ปีที่มีความสมบูรณ์ ไม่มีโรคและแมลงให้มีข้อประมาณ 5-7 ข้อ ริดใบออก นำยอดปักชำในกระบะหรือถุงดำ รดน้ำ
2. หญ้าแห้วหมู	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์มี 2 ชนิดคือ หญ้าแห้วหมูเล็ก และหญ้าแห้วหมูใหญ่ - การเตรียมดิน ควรเป็นดินร่วนซุยระบายน้ำได้ดี ใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักเพื่อปรับสภาพดิน การเตรียมดินมี 2 แบบคือ แบบแปลงปลูกพื้นที่ราบ แบบแปลงปลูกยกร่อง - การปลูก ปลูกช่วงฤดูฝน ฝนช่วยให้เจริญงอกงามดี ก่อนปลูกต้องใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักรองกันหลุม นำหัวแห้วหมูลงปลูกกลบดินหนา 5-10 ซม. - การให้น้ำ ให้สม่ำเสมอวันละครั้ง อย่าให้แปลงปลูกแห้งน้ำ - การให้ปุ๋ยโดยการหว่าน ปุ๋ยที่ให้ควรเป็นปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยอินทรีย์เดือนละ 1 ครั้ง ปริมาณพอเหมาะไม่มาก-น้อยเกินไป - การกำจัดวัชพืช ปกติแห้วหมูเป็นวัชพืช พืชอื่นที่ขึ้นถือว่าเป็นวัชพืช ต้องถอนวัชพืชออกจากแปลง - การขยายพันธุ์ ด้วยวิธีการแยกต้นใหม่จากหัวที่เกิดจากไหลใต้ดิน หรือเมล็ดเมื่อแก่หล่นลงดิน



ตาราง 6 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพร	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภิกษัย
3. บอระเพ็ด	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ เลือกลำต้นหรือเถาไม่อ่อนไม่แก่เกินไป ควรมาจากต้นแม่ที่สมบูรณ์ไม่ผอมยาว และปราศจากแมลงรบกวน - การเตรียมดิน ควรเป็นดินที่ปลูกพืชหมุนเวียน หรือปลูกพืชอื่นสลับกับพริกไทย - การปลูกบอระเพ็ดต้องค้ำให้ ปลูกช่วงฤดูฝน ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก เพื่อบำรุงดิน หลังปลูกคลุมด้วยฟางแห้งเริ่มปลูกควรทำร่มให้ - การให้น้ำ ให้น้ำสม่ำเสมอ จัดระบบระบายน้ำในแปลงปลูกดีกว่าใช้แรงงานในการให้น้ำ - การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกำจัดวัชพืชด้วย ปุ๋ยที่ใส่ควรเป็นปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก ถ้าต้องใช้ปุ๋ยเคมีควบคู่กันไปตามอัตราส่วนที่ถูกต้อง - การกำจัดวัชพืช ใช้แรงคนถอนออกจากแปลง เมื่อเริ่มออกดอกใช้สารสกัดสมุนไพร สะเดา ยาสูบ ป้องกันแมลง ควรตัดแต่งกิ่งหรือแขนงให้โคนต้นโปร่ง - การขยายพันธุ์ ใช้ลำต้น (เถา) อายุ 1-2 ปีที่มีความสมบูรณ์ ไม่มีโรคและแมลง ให้มีข้อประมาณ 5-7 ข้อ ริดใบออก นำยอดปักชำในกระบะหรือถุงดำ รดน้ำ
4. กระชาย	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ กระชายมี 2 กลุ่มคือ 1. กระชายพื้นบ้านหรือกระชายป้อม 2. กระชายพันธุ์รากกล้วย เป็นพันธุ์ที่ปลูกในสภาพกลางแจ้ง - การเตรียมดิน ไถพรวนดินแล้วตากดินไว้ 5-7 วัน ปรับสภาพดินใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก - การปลูก กระชายปลูกได้ทั้งปี แต่ฤดูที่เหมาะสมที่สุด ใช้จอบขุดระยะปลูก นำเหง้า 1 เหง้า/หลุม ก่อนปลูกควรทาแผลของแ่งที่หักออก ด้วยน้ำปูนกินหมาก หรือจุ่มแช่ในน้ำยากันเชื้อรา ใช้ฟางคลุมแปลงให้ทั่ว - การให้น้ำ ควรให้วันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น ตั้งตัวได้แล้วให้วันละ 1 ครั้ง - การให้ปุ๋ย ควรเป็นปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก เมื่ออายุได้ 11 ควรถางหญ้ากำจัดวัชพืช พร้อมทั้งใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก - การกำจัดวัชพืช หมั่นดูแลหญ้าหรือวัชพืชในแปลงอย่างสม่ำเสมอ บางครั้งเกิดปัญหาโรคเน่า เนื่องจากความเป็นกรด-ด่างของดิน - การขยายพันธุ์ ด้วยเหง้าที่แก่จัดอายุ 11-12 เดือน เลือกหัวที่สมบูรณ์ อวบใหญ่ ปราศจากเชื้อโรค ก่อนนำพันธุ์ไปขยายพันธุ์ปลูกได้



ตาราง 6 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพร	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัชย
5. ชิง	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ ชิงมี 2 พันธุ์คือ 1.ชิงใหญ่หรือชิงหยวก จะมีแฉ่งใหญ่ ข้อห่าง รสเผ็ดน้อย 2. ชิงเล็กหรือชิงเผ็ด มีแฉ่งเล็ก สั้น ข้อดี สดอ่อนค่อนข้างเผ็ด - การเตรียมดิน ไถพรวนดิน 3-4 ครั้งให้ร่วนซุย ตกแดดทิ้งไว้ 7 วัน การปลูกแบบพื้นราบต้องยกร่องปลูก ถ้าพื้นที่ลาดเอียงต้องทำแบบขั้นบันได ใส่ปุ๋ยมูลวัวคูลูกเคล้ากับดินก่อนยกร่อง รดน้ำทิ้งไว้ 15-30 วันก่อนลงมือปลูก - การปลูก ปลูกในฤดูฝน พันธุ์ที่ใช้ปลูกตัดเป็นท่อนๆ ยาว 2 นิ้ว แต่ละท่อนมีตาบนแฉ่ง 2-3 ตา แขนงายากำจัดเชื้อราก่อนปลูก กลบดินด้วยฟางแห้งรดน้ำ - การให้น้ำ ให้น้ำ 2 ครั้ง เช้า-เย็น อย่าน้ำมากเกินไปจนน้ำท่วมขัง ให้ระบายน้ำออกจากแปลงทันที เพราะหากปล่อยทิ้งไว้จะทำให้ ถ้าดินแห้งมากเกินไปจะทำให้ชิงแคะแค้น การเจริญเติบโตล่าช้า - การให้ปุ๋ย ควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมัก หลังปลูกชิงจะมีใบออก บำรุงด้วยปุ๋ยอินทรีย์สูตรน้ำ การใส่ปุ๋ยวิทยาศาสตร์ใส่เมื่อความจำเป็น - การกำจัดวัชพืชและแมลง ต้องกำจัดวัชพืชออกจากแปลงทุกเดือนโดยการถอน - การขยายพันธุ์ด้วยเหง้า พันธุ์ชิงที่ต้องการนำไปขยายพันธุ์ควรเก็บในช่วงฤดูแล้ง เก็บเหง้าแก่ที่สมบูรณ์จากต้นแม่ที่แข็งแรง ปราศจากโรคและแมลง
6. กระเทียม	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ กระเทียมมี 2 ชนิดคือ 1.กระเทียมป่า 2.กระเทียมบ้าน - การเตรียมดิน ดินปลูกต้องร่วนซุยมีความชุ่มชื้นสูงระบายน้ำได้ดี ไถพรวนเพื่อกำจัดวัชพืชและเศษวัสดุต่างๆ ปรับปรุงดินด้วยการใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก - การปลูก ใช้เหง้าหรือหัวแก่ ปลูกต้นฤดูฝน ถ้าใช้หน่อปลูกต้องปลูกช่วงฝนตกชุก ขอบอยู่ในที่รำไรที่มีร่มเงา การปลูกมี 2 วิธีคือ 1.ใช้เหง้าปลูกแยกเหง้าออกจากกอแม่ 2.ใช้เหง้าเพาะให้รากงอก โดยการตัดเหง้าเป็นท่อนๆ เพาะลงในกระบะทราย - การให้น้ำ ต้องรดน้ำสม่ำเสมอวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น จากนั้นควรให้น้ำวันละ 1 ครั้ง - การให้ปุ๋ย ก่อนปลูกควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมักในการบำรุงดิน หลังจากปลูกเมื่อใบงอกขึ้นมา 4-5 ใบ บำรุงด้วยปุ๋ยอินทรีย์สูตรน้ำ อายุ 2-3 เดือนควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์แบบเม็ด โดยโรยให้ทั่วห่างจากโคนต้น 8-15 ซม. - การกำจัดวัชพืชและแมลง ทำให้เจริญเติบโตช้า วัชพืชจะแย่งน้ำ แย่งอาหาร ต้องกำจัดวัชพืชออกจากแปลงทุกเดือนด้วยการถอน - การขยายพันธุ์ด้วยเหง้า อายุตั้งแต่ 10-12 เดือน ควรเก็บในช่วงฤดูแล้ง เลือกเหง้า ที่แก่และสมบูรณ์จากต้นแม่



ตาราง 6 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพร	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
7. ดีปลี	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ มีพันธุ์ 4 ฝัก พันธุ์นี้ออกฝักดีให้ผลผลิตสูง ผลอ่อนสีเขียว รสเผ็ด - การเตรียมดิน เป็นดินร่วนซุยระบายน้ำได้ดี พรวนดินใส่ปุ๋ยคอกรองก้นหลุม ก่อนปลูก - การปลูก โดยการเพาะชำหรือไม่ต้องเพาะชำกล้า โดยการตัดยอด 5 ช้อนนำไปปลูกติดกับค้ำ พรางด้วยทางมะพร้าวหรือวัสดุกันแสง 2 สัปดาห์จึงเอาออก - การให้น้ำ ให้น้ำสม่ำเสมอ จัดระบบระบายน้ำในแปลงปลูก เพื่อป้องกันน้ำขังท่วม - การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกำจัดวัชพืชด้วย ปุ๋ยที่ใส่ควรเป็นปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมัก - การกำจัดวัชพืช ควรใช้แรงงานคนถอนออกจากแปลง เมื่อเริ่มออกดอกใช้สารสกัดสมุนไพรสะเดา ยาสูบ ป้องกันแมลง ควรตัดแต่งกิ่งหรือแขนงให้โคนต้นโปร่ง - การขยายพันธุ์ ใช้ลำอายุ 1-2 ปีที่มีความสมบูรณ์ การตัดกิ่งพันธุ์ต้องให้มีข้อ 5-7 ข้อ ริดใบออก นำยอดปักชำในกระบะหรือถุงดำ รดน้ำ
8. โต้ไม่รู้ล้ม	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ เป็นไม้ล้มลุกลำต้นโตสั้นพื้นผิวดิน แตกกิ่งก้านเป็นใบเดี่ยว ดอกเรียวยาวแน่นที่โคนต้น ใบรูปรียาววาวปลายมน โคนใบมนขอบใบหยักฟันเลื่อย - การเตรียมดิน ไถพรวนดินให้ร่วนซุย 2 ครั้ง กำจัดวัชพืชออกจากแปลงปลูก - การปลูก มี 2 วิธี 1.แบบหว่านโดยใช้เมล็ดผสมกับทรายหยาบ 2.ปลูกแบบโรยหยอดหลุม ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น 1 กก./พื้นที่ 1 ตร.ม. - การให้น้ำ ถ้าแดดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น หลังจากอายุ 2 เดือนให้น้ำวันเว้นวันได้ ตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ - การให้ปุ๋ยใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้นก่อนปลูก ใส่ปุ๋ยโดยการหว่าน - การกำจัดวัชพืช กำจัดโดยการถอนออกจากแปลงปลูก พรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อม - การขยายพันธุ์ เก็บเมล็ดแห้งนำมาเพาะในดินปนทราย
9. ชะพลู	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์มี 2 ชนิดคือ 1.ชนิดต้นต้นสูง 1-2 ฟุต ลำต้นคล้ายพลู ดอกช่อเหมือนดอกดีปลีแต่สั้น 2.ชนิดเถาลักษณะเหมือนกับชนิดต้น มีเถาและรากเลื้อยเกาะกับต้นไม้ใหญ่ - การเตรียมดิน ควรเป็นดินที่ปลูกพืชหมุนเวียน หรือปลูกพืชสลับกับข้าวพลู - การปลูก ปลูกช่วงฤดูฝนจะทำให้ผลผลิตดี การปลูกแบบทำค้ำสำหรับชนิดเลื้อยหรือปลูกในแปลงแบบยกร่อง คลุมด้วยฟางแห้ง - การให้น้ำ ให้น้ำสม่ำเสมอ จัดการระบบน้ำให้ดีอย่าให้แปลงปลูกแห้ง - การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกับกำจัดวัชพืช ควรใส่ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือหมัก - การกำจัดวัชพืช ควร ใช้แรงงานคนถอนออกจากแปลง ปัญหาแมลงรบกวนไม่ค่อยพบ - การขยายพันธุ์ ใช้เถาปักชำหรือใช้ยอดหรือไหลปักชำการใช้ยอดจะได้ผลผลิตที่รวดเร็ว



ตาราง 6 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพร	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัชย
11. มะแว้งเครือ	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ ยังไม่พบรายงานการวิจัย เพื่อคัดเลือกสายพันธุ์ที่ดีของมะแว้งต้น - การเตรียมดิน ปรับให้ดินร่วนซุยด้วยการไถพรวน 2 ครั้งตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์ ยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง - การปลูก มี 2 วิธี 1.แบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทราย 2.แบบโรยหยอดหลุม เตรียม กลี๋ยดินกลบบางๆ ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้นก่อนนำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านในแปลง - การให้น้ำ ถ้าเด็ดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น หลังจากอายุ 2 เดือนไปแล้วให้น้ำวันเว้นวันได้ หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ - การให้ปุ๋ย ก่อนปลูกรองกันหลุม ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก - การกำจัดวัชพืช กำจัดโดยการถอนโดยใช้แรงงานคน พรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อม - การขยายพันธุ์ เก็บเมล็ดที่ต้นแม่ เก็บไว้ในที่ร่ม สะอาด ปราศจากโรคและแมลงรบกวน
12. มะเขือขึ้น	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ ยังไม่พบรายงานการวิจัย เพื่อคัดเลือกสายพันธุ์ที่ดีของมะแว้งต้น - การเตรียมดิน ปรับให้ดินร่วนซุยด้วยการไถพรวน 2 ครั้งตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์ ยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง - การปลูก มี 2 วิธี 1.แบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทราย 2.แบบโรยหยอดหลุม เตรียม กลี๋ยดินกลบบางๆ ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้นก่อนนำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านในแปลง - การให้น้ำ ถ้าเด็ดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น หลังจากอายุ 2 เดือนไปแล้วให้น้ำวันเว้นวันได้ หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ - การให้ปุ๋ย ก่อนปลูกรองกันหลุม ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก - การกำจัดวัชพืช กำจัดโดยการถอนโดยใช้แรงงานคน พรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อม - การขยายพันธุ์ เก็บเมล็ดที่ต้นแม่ เก็บไว้ในที่ร่ม สะอาด ปราศจากโรคและแมลงรบกวน



3. องค์การภาครัฐและภาคเอกชนที่มีบทบาทสำคัญในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษา และกระจายตัวอยู่ตามภูมิภาคต่างๆ ของประเทศ

เพื่อเป็นการยืนยันข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เข้าไปศึกษาหน่วยงานภาครัฐและเอกชน ที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์และขยายพันธุ์สมุนไพรรักษา ดังนี้

1. ภาคเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์สมุนไพรรักษา
 - 1.1 กลุ่มสมุนไพรรักษาบ้านดงบัง
 - 1.2 โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์
 - 1.3 สวนสมุนไพรรักษาพรอุดม
 - 1.4 สวนสมุนไพรรักษาหอมโรจน์
 - 1.5 โรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999
 - 1.6 อโรคยศาล วัดคำประมง
2. ภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์สมุนไพรรักษา
 - 2.1 สวนสมุนไพรรักษากรมวิทยาศาสตร์การแพทย์
 - 2.2 สวนสมุนไพรรักษาสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
 - 2.3 อุทยานธรรมชาติวิทยาสิริรุกขชาติ

1. ภาคเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์สมุนไพรรักษา

1.1 กลุ่มสมุนไพรรักษาบ้านดงบัง แหล่งเรียนรู้การปลูกสมุนไพรรักษาในระบบเกษตรอินทรีย์ ตำบลชีเหล็ก อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี บ้านดงบังคุณค่าของสมุนไพรรักษาไทยในท้องถิ่น และเป็นชุมชนต้นแบบที่ได้ทำการปลูกสมุนไพรรักษาเกษตรอินทรีย์ มาใช้กับการปลูกสมุนไพรรักษา การพัฒนากลุ่มสมุนไพรรักษา โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์ ได้จัดเสวนาวิชาการเข้าไปให้ความรู้ เกี่ยวกับการใช้สมุนไพรรักษา และสรรพคุณของสมุนไพรรักษา ตลอดจนแนะนำกรรมวิธีการปลูก การเก็บเกี่ยว และการทำให้แห้ง เพื่อคัดสรรวัตถุดิบที่ดีมีคุณภาพในการทำให้กับโรงพยาบาล

นอกจากนี้มีการจัดกิจกรรมอบรมความรู้ให้แก่ กลุ่มเกษตรกรบ้านดงบัง เกี่ยวกับระบบนิเวศน์ในแปลงปลูกสมุนไพรรักษา การบำรุง การปรับสภาพดิน การค้ำพันธุ์สมุนไพรรักษา การพัฒนาวิธีการปลูก การให้น้ำ การให้ปุ๋ย และการกำจัดวัชพืช ด้วยวิถีธรรมชาติด้วยการทดลองปลูกในแปลง สมุนไพรรักษาที่ปลูก เช่นขมิ้นชัน ฟ้าทะลายโจร ชิง บอระเพ็ด มะแว้งต้น มะแว้งเครือ ข่าพลู ฯลฯ

วิธีปลูกเริ่มจากปรับปรุงดินให้มีความอุดมสมบูรณ์ โดยใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ได้แก่ ปุ๋ยหมัก น้ำปุ๋ยชีวภาพ และปุ๋ยพืชสด โดยการไถกลบลงไปนดินที่จะปลูกสมุนไพรรักษา หลังจากปลูกพืชสมุนไพรรักษาแล้ว ต้องใช้วัสดุคลุมดิน เช่น ฟาง หญ้าแห้ง ใบไม้ หรือขุยมะพร้าว เพื่อป้องกันการชะล้างของหน้าดิน เพื่อให้ดินมีความชุ่มชื้น ทำให้น้ำดินอ่อนนุ่ม รากของพืชสมุนไพรรักษาจะชอนไชได้ดี อีกทั้งยังช่วยป้องกันวัชพืช การคลุมดินช่วยในการส่งเสริมการเจริญเติบโตและให้ผลผลิตดี นอกจากนี้ยังใช้เทคนิคที่สำคัญ คือ การปลูกพืชตระกูลถั่วเพื่อทำเป็นปุ๋ยพืชสดหมุนเวียนปีละ 1 ครั้งเพื่อช่วยบำรุงดิน ผสมผสานกับ การปลูกพืชแซม ช่วยป้องกันแมลงศัตรูพืช ช่วยเพิ่มธาตุอาหาร ช่วยคลุมดิน



และเป็นการเพิ่มรายได้ ก่อนเก็บเกี่ยวสมุนไพรหลักเช่น ปลูกดอกไม้สีสดๆ เช่นบานไม่รู้โรย ดาวเรือง ดาวกระจาย บานชื่น เอาไว้รอบๆ แปลง สีของดอกไม้จะช่วยดึงดูดให้แมลงศัตรูพืช ไม่ให้เข้ามาในแปลง เพราะน้ำหอม ของดอกไม้จะช่วยดึงดูดให้แมลงไปกินน้ำหวานจากเกสรดอกไม้ ซึ่งเป็นอาหารของแมลงเหล่านั้น ช่วยควบคุมแมลงศัตรูพืชได้อย่างดี

การพัฒนาการแปรรูปวัตถุดิบสมุนไพร ให้เป็นไปตามหลักเกณฑ์ถูกต้องในกระบวนการปลูก และปฏิบัติหลังการเก็บเกี่ยว จากความร่วมมือของทุกฝ่าย ทำให้เกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง จนในปี 2554 สำนักงานมาตรฐานเกษตรอินทรีย์ ได้ตรวจสอบรับรองมาตรฐานเกษตรอินทรีย์ ให้กับกลุ่มสมุนไพรบ้านดงบัง ว่ามีมาตรฐานทัดเทียมกับมาตรฐานเกษตรอินทรีย์ของสมาพันธ์มาตรฐานเกษตรอินทรีย์นานาชาติ หรือเรียกย่อๆ ว่า IFOAM (International Federation of Organic Agriculture Movements) จากการส่งเสริมให้เกษตรกรของกลุ่มบ้านดงบัง ใช้การปลูกระบบเกษตรอินทรีย์ โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร จังหวัดปราจีนบุรี ได้มีการพัฒนาผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร เพื่อใช้ควบคู่ยาแผนปัจจุบันมากขึ้น เพราะเมื่อในปี 2540 ประเทศไทยต้องประสบกับภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ ส่งผลให้ราคายาแผนปัจจุบันมีผลข้างเคียงต่อสุขภาพของผู้ป่วย ส่งผลให้การดูแลสุขภาพแบบพึ่งพาตนเอง จึงมีความนิยมที่จะใช้ยาสมุนไพรเพิ่มมากขึ้น แต่ด้วยปัจจัยสำคัญของการผลิตยาสมุนไพรจากวัตถุดิบ ต้องปราศจากสารเคมีปนเปื้อน จะเป็นการทำร้ายและซ้ำเติมผู้ป่วยมากขึ้น จึงต้องมีการควบคุมดูแลวัตถุดิบสมุนไพรที่จะนำมาทำยา จึงมีความจำเป็นในการหาพื้นที่ในการเพาะปลูกสมุนไพร ในระบบเกษตรอินทรีย์กลุ่มสมุนไพรบ้านดงบัง จึงได้รับคัดเลือกในการปลูกสมุนไพร ให้แก่โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร เป็นต้นมา

สวนสมุนไพรบ้านดงบัง สมัย คุณศรี ประธานกลุ่มบ้านดงบัง ตั้งอยู่ที่ 34 หมู่ 6 ตำบล ดงขี้เหล็ก อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี 25000 โทรศัพท์ 089 269 2643



ภาพประกอบ 61 สวนสมุนไพรบ้านดงบัง จังหวัดปราจีนบุรี



1.2 โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์ ในปี พ.ศ. 2452 ดึกเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์ ได้ถูกสร้างขึ้นจากความจงรักภักดี ของเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์ (ชุ่ม อภัยวงศ์) ด้วยประสงค์ จะใช้เป็น ที่ประทับ รับเสด็จพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ในวโรกาสที่เสด็จประพาส เมืองปราจีนบุรี แต่สวรรคตเสียก่อน ดึกหลังนี้จึงได้รับใช้รับเสด็จพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว จากนั้น ดึกหลังนี้เป็นมรดกตกทอดมาเป็นของพระยาอภัยวงศ์วรเชษฐ (ช่วง อภัยวงศ์) ต่อมาพระนางเจ้าสุวัทนา พระวรราชเทวี ซึ่งเป็นหลานของพระยาอภัยวงศ์วรเชษฐ ได้กรรมสิทธิ์ในสิ่งเหล่านี้ จึงได้ประทานดึก หลังนี้แก่ มณฑลทหารบกที่ 2 ตั้งเป็นสถานพยาบาล และต่อมาทาง จังหวัดปราจีนบุรีขอโอนมาเปิดใช้เป็นโรงพยาบาลประจำจังหวัดใช้ชื่อว่า “โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์” เมื่อวันที่ 24 มิถุนายน 2484 เพื่อเกียรติแห่งคุณความดีของท่านผู้เป็นเจ้าของ หลังจากที่โรงพยาบาลได้รับงบประมาณสิ่งก่อสร้างเป็นอาคารผู้ป่วย ดึกหลังนี้จึงมิได้ใช้เป็นสถานที่บริการผู้ป่วย ได้รับการอนุรักษ์ไว้ นับแต่นั้นเป็นต้นมา และได้ขึ้นทะเบียนเป็นโบราณสถานแห่งชาติของกรมศิลปากร เมื่อวันที่ 25 มกราคม 2533 ได้รับรางวัลพระราชทานอาคารอนุรักษ์ดีเด่น ประจำปี 2542 จากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์ได้รับการยกฐานะขึ้นเป็นโรงพยาบาลศูนย์ เมื่อวันที่ 4 กรกฎาคม 2539 ได้มีการปรับปรุงทั้งด้าน โครงสร้าง อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ที่ทันสมัย มีการจัดหาและพัฒนาบุคลากรให้มีคุณภาพในทุกด้าน โดยมุ่งเน้นพัฒนาคุณภาพบริการตั้งแต่ปี 2539 มาอย่างต่อเนื่องจนกระทั่งผ่านการรับรองในปี 2553 ปัจจุบันโรงพยาบาลมีพื้นที่ทั้งหมดจำนวน 65 ไร่ 1 งาน 11.52 ตารางวา มีเตียงรับผู้ป่วยจำนวน 486 เตียง

โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์ ตั้งอยู่ที่ 32/7 หมู่ 12 ถ.ปราจีนอนุสรณ์ ตำบลท่างาม อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี 25000 โทรศัพท์ 037-211446



ภาพประกอบ 62 โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์ จังหวัดปราจีนบุรี



1.3 สวนสมุนไพรพรอุดม ดร. อุดม ลอดหวัน จากการสัมภาษณ์ผู้วิจัยพบว่าการทำเกษตร แนวใหม่ ด้วยการปลูกพืชแบบผสมผสาน ด้วยการปลูกพืชผักสวนครัวระยะสั้นๆ วิธีการปลูกไม่ใช่เครื่องจักรกลหนักในแปลง จะใช้เฉพาะจอบ เสียม และแรงงานคน ปลูกพืชผักหลากหลายชนิดหมุนเวียนตลอดทั้งปี โดยให้เหมาะสมกับฤดูกาล เช่น ผักบุ้ง หวานเมล็ดลงในแปลง หวานปุยซี่เปิด บางๆ แล้วหวานกลบกลบหน้าดินให้มิดเมล็ดผักบุ้ง รดน้ำเช้า-เย็น ในร่องผักปลูกสมุนไพรเช่น สะเดา กิ่งกลางร่องผัก โดยปลูกห่างกัน 2x2 เมตร ระหว่างต้นสมุนไพรปลูกพริก หรือมะเขือแจมไว้ อีก 3 ต้นห่างกันต้นละ 50 ซม. เมื่อรดน้ำให้ปุ๋ยทางใบ หรือใช้สารสกัดจากวัชดุธรรมชาติ ผัก ต้นสมุนไพร ต้นพริก มะเขือก็จะได้รับการบำรุงรักษาไปด้วย เป็นการเพิ่มรายได้อย่างต่อเนื่อง การปลูกสมุนไพรแบบผสมผสานนี้ ทำให้สมุนไพรโตเร็ว สามารถเก็บไปใช้ประโยชน์ในทางเศรษฐกิจ ปรับปรุงดินในการเตรียมแปลงปลูก จะใส่อินทรีย์วัตถุในดินโดยการใส่ปุ๋ยคอกในแปลงเพาะปลูก ในพื้นที่ 10 ตารางเมตรใช้ 1 กระสอบก่อนปลูก เพื่อเพิ่มธาตุอาหารให้แก่พืชด้วย การใช้ปุ๋ยอินทรีย์อัดเม็ด การปลูกสมุนไพร จะไม่ใช้ยาฆ่าแมลง สมุนไพรที่ปลูกควรเป็นสมุนไพร เช่น เถาวัลย์เปรียง แก้วปุดเมื่อย, สเลดพังพอน ตัวผู้ แก้งักต หรือทองพันชั่ง ช่วยขับปัสสาวะทำให้ออนหลับ ขิง ข่า ตะไคร้ สามารถปลูกรวมกันได้ สามารถเก็บมาใช้ได้ในคราวจำเป็น

สวนสมุนไพรพรอุดม ดร. อุดม ลอดหวัน ตั้งอยู่ที่ 122/77 หมู่ 4 ตำบลพลูตาหลวง อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี 20180 โทรศัพท์ 038 722 341



ภาพประกอบ 63 สวนสมุนไพรพรอุดม จังหวัดชลบุรี





ภาพประกอบ 64 สมุนไพรทองพันชั่งในแปลงปลูกสวนสมุนไพรอุดม

1.4 สวนสมุนไพรหมอโรจน์ จากแรงบันดาลใจในการทำกิจกรรมธรรมชาติ ปัจจุบันคนที่จะทำกิจกรรมไร้สารพิษแทบไม่มีเลย จึงมีพืชผักที่มีสารพิษเต็มบ้านเต็มเมืองไปหมด เราไม่จำเป็นต้องเรียนเกษตร แต่ขอให้ทำเกษตรอย่างจริงจังไม่ต้องท่องตำรา เพียงเอามือไปสัมผัสกับดิน ปัจจัยในการปลูกสมุนไพร คือ 1. มีดิน 2. มีน้ำ 3. อากาศ 4. มีคน วิธีการเราจะต้องสร้างดินก่อน วิธีสร้างดิน คือ อย่าเอาสารเคมีใส่ลงไปในดิน ไม่ว่าจะเป็นพลาสติก ปุ๋ยเคมี การทำแบบง่ายๆ โดยวิธีธรรมชาติ ในการปลูกสมุนไพร คือการเอาฟางไปคลุมแปลงสมุนไพรที่เราจะปลูก โดยใส่ปุ๋ยจุลินทรีย์ลงไป รดน้ำให้ชุ่ม ถ้าเป็นไปได้หลังจากคลุมฟางแล้ว ควรปลูกพืชตระกูลถั่วควบคู่กันไปด้วย เพราะฟางกับถั่ว เป็นของคู่กัน เพราะถั่วจะให้ไนโตรเจนสูงสุด ฟางที่เตรียมไว้เอามาคลุมดินในแปลงปลูกสมุนไพร หนาประมาณ 50-60 ซม. ถ้าปลูกในช่วงฤดูฝน เช่นกระชาย ขิง หล้าแห้วหมู กระเทียม หรือระหว่าง เดือนกรกฎาคม-สิงหาคม พอฝนตกลงมาฟางก็จะเน่ากลายเป็นปุ๋ย ดินก็จะดีเองโดยไม่ต้องใส่ปุ๋ย เพราะจุลินทรีย์ที่นำไปรดฟางเน่าดีที่สุด ถ้ามีแมลงศัตรูพืชใช้ปุ๋ยชีวภาพ เป็นสารขับไล่แมลงใช้สูตร สะเดา 3 กก. ตรีโคร์หอม 1 กก. บอระเพ็ด 1 กก. เอามาคลุกเคล้าให้เข้ากัน หมักไว้ในโอ่งมังกรคลุกเคล้ากับกากน้ำตาล 1 กก. ถ้าไม่มีให้ใช้น้ำตาลทรายแดง ห้ามใช้น้ำตาลทรายขาว เพราะน้ำตาลทรายขาวมีสารเคมี จะทำให้เชื้อจุลินทรีย์ตายหมด ผสมน้ำ 20 ลิตร หมักไว้ 20 วันหรือ 1 เดือน ก็เอาไปใช้ได้เลย เรียกว่าหัวเชื้อสะเดา ถ้าเราไม่มีน้ำหมักสะเดา ก็ใช้ใบสะเดาไปผสมคลุกเคล้ากับ ถั่ว-ฟาง พวกเปลือกต่างๆ หรือแมลงต่างๆ จะไม่มารบกวนพืชสมุนไพรที่ปลูกจะดูแลแบบธรรมชาติ ให้เกื้อกูลซึ่งกันและกัน ไม่มีการใช้ปุ๋ยเคมี ยาฆ่าแมลงหรือยาฆ่าหญ้า การกำจัดวัชพืชใช้วิธีการถอน ออกหรือตัดออก แล้วปล่อยให้ย่อยสลายเป็นปุ๋ยต่อไป ปุ๋ยที่ใช้ในการบำรุงต้นสมุนไพรใช้ปุ๋ยคอกเท่านั้น

สวนสมุนไพรหมอโรจน์ นายสาโรจน์ สุทธิทน อายุ 46 ปี ตั้งอยู่ที่ 125/1 หมู่ 5 ตำบลมาบข่า อำเภอนิคมน้ำอ้อม จังหวัดระยอง โทรศัพท์ 089-605-1191





ภาพประกอบ 65 สวนสมุนไพรหมอโรจน์ สุทธิทน จังหวัดระยอง

1.5 โรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999 เป็นศูนย์การแพทย์แผนไทย ให้บริการชุมชนตลอดจนพระภิกษุสงฆ์ แม่ชี และประชาชนทั่วไป เป็นทางเลือกหนึ่งในการรักษาโรคของชุมชน โรงพยาบาลแห่งนี้สร้างขึ้นโดย หลวงพ่อสนอง กตปุญโญ เจ้าอาวาสวัดสังฆทาน โดยใช้สมุนไพรในการรักษาโรค สมุนไพรที่ใช้ในการรักษา เจ้าหน้าที่ปรุงขึ้นเองโดยตำรับยาของหลวงพ่อสนอง กตปุญโญ เนื่องจากผู้ปรุงยาได้ใบประกอบโรคศิลปะการแพทย์แผนไทยแล้ว สมุนไพรส่วนใหญ่ได้รับจากการบริจาค จากผู้ใจบุญ เช่น แก่นขี้เหล็ก แก่นแสมสาร รากกระเทียม โกศจุฬามะขามป้อม สมอไทย สมอพิเภก ทองพันชั่ง หรือบางชนิดเจ้าหน้าที่ก็ปลูกขึ้นเองในวัด เช่น เหงือกปลาหมอ เเคยหอม

พระอาจารย์ชำเรียง ธรรมกาโม ผู้ควบคุมดูแลโรงผลิตยาวัดสังฆทาน จากการสัมภาษณ์ผู้วิจัยพบว่า ยาที่โรงผลิตยาต้องได้รับใบสั่งจากโรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999 ว่าต้องการยาตำรับใด โรงผลิตยาจะทำตามใบสั่งแต่ต้องอยู่ในตำรับของหลวงพ่อสนอง กตปุญโญเท่านั้น โรงพยาบาลแห่งนี้มีมูลนิธิพุทธอเนกประสงค์เป็นผู้ดูแล เปิดรักษาโรคทั่วไป เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง มะเร็ง โดยไม่คิดค่าบริการรักษาและจ่ายยาให้ฟรี

การรักษาโรคทั่วไปจนถึงโรคร้ายแรงในปัจจุบัน วัตถุดิบที่ใช้คือสมุนไพร ยาที่ใช้บ่อยเช่น ยาแก้เบาหวาน ยาปรับธาตุ ยาแก้โรคกระเพาะอาหาร ยาหอม ยาแก้ไข้ ผู้ป่วยที่มาใช้บริการรักษารับยากลับมา สั่งยาอย่างต่อเนื่อง และแจ้งผลของอาการที่ดีขึ้นกว่าเดิม อีกทั้งยังมีการบอกต่อบุคคลอื่น ความนิยมในการใช้ยาสมุนไพรประชาชนให้ความสนใจอย่างมาก สำหรับเรื่องผลข้างเคียงในการใช้ยาสมุนไพรนั้น ยังไม่มีเนื่องจากยังไม่มีผู้ป่วยรายใด ได้รับอันตรายจากการรักษาเลยตลอดระยะเวลา 10 ปี การผลิตยาส่วนใหญ่จะใช้แรงงานจากญาติโยม หรือผู้ปฏิบัติธรรมได้เข้ามาเป็นจิตอาสา คัดเลือกสมุนไพร ล้างสมุนไพร หรือสับสมุนไพร โรงผลิตยามีห้องอบสมุนไพรตาม



ธรรมชาติ ใช้แสงแดดในการอบสมุนไพร โดยทำเป็นห้องคลุมด้วยพลาสติกใส ตั้งโต๊ะวางสมุนไพรที่จะอบ การปรุงยามีห้องปรุงยา และเครื่องมือที่ได้มาตรฐาน ดูแลโดยเภสัชกรรมไทยด้วย

โรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999 หลวงพ่อสนอง กตปุญญ์
เจ้าอาวาส ตั้งอยู่ที่วัดสังฆทาน ตำบลบางไผ่ อำเภอมะนัง จังหวัดนันทบุรี



ภาพประกอบ 66 โรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999 จังหวัดนันทบุรี



ภาพประกอบ 67 โรงทำยาของโรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999



1.6 สถานพยาบาลโรคมะเร็ง วัดคำประมง สถานบำบัดโรคมะเร็งด้วยสมุนไพรไทย มีท่านอาจารย์ปพนพัชร จิระธัมโม เจ้าอาวาสวัดคำประมง คนส่วนใหญ่เรียกหลวงตา ท่านพระภิกษุทำงานเพื่อสังคมชุมชน และเป็นผู้ก่อตั้งอโรคยศาล ซึ่งเป็นสถานบำบัดฟื้นฟูดูแลร่างกาย และจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย โดยใช้ภูมิปัญญาในการรักษาโรคมะเร็ง แบบการบูรณาการ องค์ความรู้ ด้วยการแพทย์แผนไทยและปัจจุบัน ควบคู่กับหลักธรรมะบำบัด เป็นผู้คิดค้นสูตรยาสมุนไพรรักษาโรคมะเร็ง ด้วยการทดลองกับตัวท่านเอง การตั้งอโรคยศาล หมายถึง สถานพักฟื้นผู้ป่วยด้วยสมุนไพรไทยตามธรรมชาติ ให้อาการของคนไข้ทุเลาเบาบางลง หรือหายป่วยจากโรคร้าย หรือหมดสิ้นด้วยวิธีแห่งธรรมะร่วมกับธรรมชาติบำบัด อโรคยศาลเปรียบเสมือนอโรคยศาลาในสมัยขอม ในยุคสมัยพระเจ้าชัยวรมันที่ 7 ซึ่งในยุคนั้นมีการเกณฑ์ผู้คนมากมาย ให้มาสร้างปราสาทวิหาร ซึ่งใช้เวลานานหลายสิบปี จนทำให้ผู้คนล้มตายกันเป็นจำนวนมากด้วยโรคต่างๆ นานาชนิด ทำให้เกิดความเชื่อที่ว่า ถ้ามีการก่อสร้างปราสาทต่างๆ ต้องมีการจัดหาที่อภิบาลบำบัดรักษาผู้ป่วยก่อน สถานที่แห่งนั้นเรียกว่า อโรคยศาล เพื่อให้ผู้คนหายจากการเจ็บป่วย และมีเรี่ยวแรงในการก่อสร้างปราสาทวิหารให้สำเร็จลุล่วงไป (พระภิกษุปพนพัชร จิระธัมโม. 2558 : สัมภาษณ์)

อโรคยศาล วัดคำประมง สร้างขึ้นมาเพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ทุกชาติทุกภาษา ที่มีความทุกข์ที่เกิดจากโรคร้ายไข้เจ็บที่รุนแรง เช่นมะเร็ง โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น การรักษาโรคมะเร็งนั้น ใช้ยารักษาอยู่สองขนาน คือยาสมุนไพร อีกขนานหนึ่งคือการรักษาแบบองค์รวม ทางด้านจิตใจ หลักการมี 3 ส่วนเป็นหลักคือ กาย จิต และสิ่งแวดล้อม มะเร็งเป็นโรคทางจิตวิญญาณ การรักษาต้องเยียวยาด้วยหัวใจ ควบคู่ไปกับการใช้ยาสมุนไพร สมุนไพร ครอบครัวยุคใหม่ และชุมชน ต้องบำบัดไปพร้อมๆ กัน ประการสำคัญต้องเข้าใจธรรมะว่า โรคร้ายไข้เจ็บเราไม่สามารถหนีได้ ฉะนั้นทำอย่างไรเราจึงจะอยู่กับโรคได้อย่าง มีความสุข

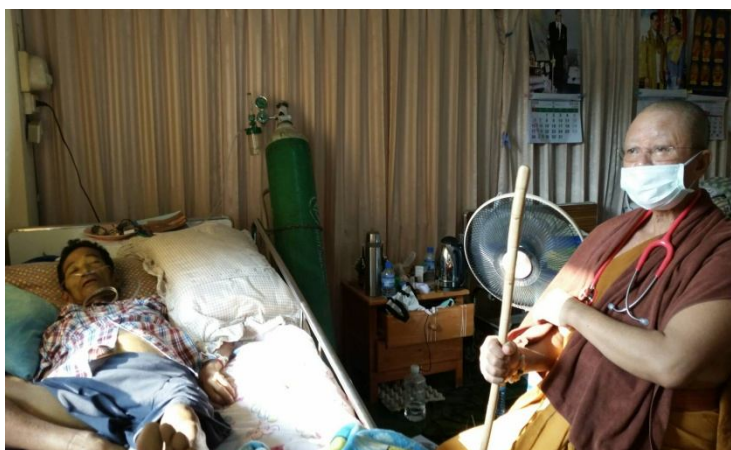
อโรคยศาล ออกแบบเพื่อเป็นสถานที่พักผ่อนและพักฟื้น สภาพจิตใจของผู้ป่วยและญาติ ประกอบด้วยสวนสมุนไพร ทะเลสาบ บ้านดิน ที่นาที่สวน และสิ่งก่อสร้างอื่นๆ ที่ผสมผสานกันอย่างกลมกลืน จึงเป็นหัวใจหลักสำคัญในการบำบัดรักษาโรค สมุนไพรที่ใช้ในการรักษาตำรับยามะเร็งปอดของวัดคำประมง ประกอบด้วยสมุนไพร 5 ชนิดนำมารวมเป็นตำรับได้แก่ ผลติปิไล รากข้าวหลาม เถาสะค้าน เหง้าขิง และรากเจตมูลเพลิงแดง เรียกว่าตำรับยาเบญจกุล ยานี้เป็นยาปรับธาตุให้กับผู้ป่วยมะเร็ง ก่อนทำการรักษา ซึ่งทางวัดคำประมงได้มีแปลงปลูกพืชสมุนไพรดังกล่าวด้วยวิธีการแบบเกษตรอินทรีย์ โดยจะไม่นำสารเคมีใดๆ มาใช้ในการเพาะปลูกพืชสมุนไพร นอกจากนี้ยังมี ยารักษามะเร็งที่ประกอบด้วยสมุนไพรอีกหลายตำรับ เช่น ตำรับยารักษามะเร็ง ยาสมานฉันท ยาน้ำสาบาน สำหรับยาสมานฉันท และยาน้ำสาบาน ใช้สำหรับแขกผู้มาเยือนด้วย ด้วยยาทุกตำรับประกอบด้วยสมุนไพรไทยทั้งสิ้น

วัดคำประมง อาจารย์ปพนพัชร จิระธัมโม เจ้าอาวาส ตั้งอยู่ที่ 20 หมู่ 4 ตำบลสว่าง อำเภอพรหมนิคม จังหวัดสกลนคร





ภาพประกอบ 68 บ้านดินสำหรับคนป่วย ณ สถานพยาบาลโรคยาศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร



ภาพประกอบ 69 พระภิกษุพนพ็ชร์ จิระธัมโม เจ้าอาวาสวัดคำประมง ใช้ภูมิปัญญาในการอนุรักษ์สมุนไพร ณ สถานพยาบาลโรคยาศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

2. ภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์สมุนไพร

2.1 สวนสมุนไพรกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ถือว่าเป็นระบบนิเวศน์วิทยาด้านสมุนไพรเป็นหลัก มีสมุนไพรมากกว่า 500 ชนิด มีสรรพคุณทางยารักษาผู้ป่วยได้ดี ในแนวทางแพทย์แผนไทยด้วยการนำสมุนไพร มาผลิตรักษาสำหรับใช้นวดทา ตามแบบภูมิปัญญาในท้องถิ่นและตามสภาพใน แต่ละชุมชน โดยในแต่ละวันจะมีผู้เข้ามาเยี่ยมชม มาเรียนรู้แพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือกอย่างต่อเนื่อง ในการนำความรู้ไปส่งเสริมให้ประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอมะขาม ทำสวนสมุนไพรเชิงเกษตรอินทรีย์ หลีกเลี่ยงการใช้สารเคมีที่มีฤทธิ์ตกค้าง ซึ่งจะแตกต่างจากแพทย์แผนปัจจุบัน ที่มีการสกัดสารเคมีเข้มข้น อันส่งผลตกค้างในร่างกายของผู้ป่วย การแพทย์แผนไทยยังขาดการสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนายาสมุนไพรไทย รวมทั้งดำรงยาบางชนิดเกิด



การสูญหาย เนื่องจาก ขาดการเก็บรวบรวมที่เป็นระบบ จึงมุ่งสร้างมูลค่าให้กับสมุนไพร โดยสร้างให้รับรู้ถึงสรรพคุณทางยา กับประชาชนทั่วไป

สวนสมุนไพรกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ตั้งอยู่ที่กระทรวงสาธารณสุข ตำบลอ่างศิระ อำเภอมะขาม จังหวัดจันทบุรี ปัจจุบันมีพื้นที่รวม 144 ไร่ เป็นพื้นที่ปฏิบัติการ 104 ไร่ และพื้นที่ป่าอนุรักษ์ 40 ไร่ จัดทำเป็นสวนสมุนไพรเพื่อเป็นแหล่งปลูกรวบรวมพันธุ์ และอนุรักษ์พืชสมุนไพร จำนวนมากกว่า 500 ชนิด ศึกษาวิจัยด้านการปลูกพืชสมุนไพร ผลิตภัณฑ์สมุนไพร สำหรับวิจัยของกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ มีโรงเลี้ยง อบ ตาก สมุนไพรสำหรับปฏิบัติงานและการสาธิต เป็นแหล่ง เพาะขยายพันธุ์พืชสมุนไพร ผลิตรักษาไว้เพื่อสนับสนุนการปลูกสมุนไพร ในพื้นที่ต่างๆ ทั่วประเทศ ปีละไม่ต่ำกว่า 20,000 ต้น จัดเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ประจำจังหวัดจันทบุรี

อาจารย์ประถม ทองศรีรักษ์ การปฏิบัติทางเกษตรที่ดีมีหลักเกณฑ์ ดังนี้

1. คำนึงถึงผลผลิตเป็นหลัก เช่น ความปลอดภัยอาหาร, คุณภาพผลผลิต, ประสิทธิภาพการผลิต
2. คำนึงถึงความปลอดภัยอาหารเป็นหลัก เช่น ความปลอดภัยในภาพรวม (ชีวภาพ/เคมี/กายภาพ), ความปลอดภัยจากวัตถุอันตรายทางการเกษตร และจุลินทรีย์ก่อโรค
3. มาตรฐานสินค้าเกษตร การปฏิบัติที่ดีสำหรับพืชอาหาร
4. น้ำที่ใช้ในแปลงปลูก เช่น ไม่ปนเปื้อนวัตถุ/สิ่งที่เป็นอันตรายต่อผลผลิต, ไม่ใช้น้ำเสียจากแหล่งอุตสาหกรรม/ผ่านการบำบัด, น้ำที่ใช้ละลายปุ๋ย/วัตถุอื่นไม่ทำให้คุณภาพลดลง, การให้น้ำต้องเหมาะกับดิน พืช, มีการจัดการน้ำเสีย
5. พื้นที่ปลูก ต้องไม่อยู่ในสภาพที่ปนเปื้อนต่อผลผลิต, ต้องมีการพิสูจน์ชัดเจนว่าได้บำบัดปลอดภัยแล้วปลูกพืชให้เหมาะสมกับชนิดของดิน
6. หากใช้สารเคมี/ราดดิน ต้องบันทึกชนิด วันที่ใช้ อัตรา วิธีใช้ และชื่อผู้ใช้ เก็บไว้เป็นหลักฐาน, พื้นที่ต้องเป็นไปตามข้อกำหนดของกฎหมาย, ห้ามใช้วัตถุอันตราย, ใช้เครื่องพ่นสารเคมี อุปกรณ์ ใช้วิธีถูกต้อง, ใช้ระบบการจัดการศัตรูพืชแบบผสมผสาน
7. วัตถุอันตรายทางการเกษตร ต้องใช้ตามคำแนะนำของกรมวิชาการเกษตร, ห้ามใช้วัตถุอันตรายที่ห้ามผลิตนำเข้า ส่งออก ตาม พ.ร.บ.ฯ, สถานที่เก็บต้องเป็นสัดส่วนเฉพาะ, จัดทำรายชื่อวัตถุอันตรายฯ
8. การจัดการคุณภาพในกระบวนการผลิตก่อนการเก็บเกี่ยว มีแผนควบคุมการผลิต, จัดทำรายการปัจจัยการผลิต แหล่งที่มา เช่น เมล็ดพันธุ์ ปุ๋ย , ปุ๋ยอินทรีย์ต้องหมักและย่อยสลายสมบูรณ์
9. เมล็ดพันธุ์/ต้นพันธุ์ แหล่งที่มาเชื่อถือได้ ตรงตามพันธุ์และความต้องการของตลาด, เป็นพันธุ์ที่ไม่เป็นพืชต่อการบริโภค
10. ปุ๋ยและสารปรับปรุงดิน การจัดการที่ดีในการใช้ปุ๋ย, ให้ปุ๋ยที่เหมาะสมต่อพืช/อัตรา ที่กำหนด
11. พื้นที่ผสม/เก็บปุ๋ย ต้องแยกจากพื้นที่ปลูก/แหล่งน้ำ



สวนสมุนไพรกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ อาจารย์จตุรจิตต์ จำเริญ อายุ 45 ปี
ตำบล อ่างศิรี อำเภอมะขาม จังหวัดจันทบุรี โทรศัพท์ 039-413177, 082-788-7916



ภาพประกอบ 70 สวนสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ อำเภอมะขาม จังหวัดจันทบุรี



ภาพประกอบ 71 แปลงปลูกสมุนไพรในสวนสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ จังหวัดจันทบุรี

2.2 สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ที่นี้ถือว่าเป็นสถานที่ท่องเที่ยวของคนในจังหวัดระยอง ที่ผู้คนชาวระยองนิยมที่จะมาพักผ่อนหย่อนใจ ชื่นชมกับธรรมชาติ และยังเป็นศูนย์รวมของสมุนไพรที่หายากเพื่อการศึกษาอีกด้วย เรียกว่าได้รับความสุขกับการท่องเที่ยวแล้ว ยังได้ความรู้ติดตัวไปด้วย ที่นี้ถือว่าเป็นแหล่งศึกษาเกี่ยวกับเรื่องสมุนไพร ที่นี้มีเนื้อที่อยู่ประมาณ 60 ไร่ ตั้งอยู่บริเวณศูนย์บำรุงรักษา และบ้านพักพนักงานของ ปตท. ถนนทางหลวงหมายเลข 3191 ตำบลมาบข่า อำเภอนิคมน้ำจืด จังหวัดระยอง โดยทางบริษัท ปตท. จำกัด



(มหาชน) ได้มีการสร้าง สวนสมุนไพรแห่งนี้ขึ้น ภายใต้แนวคิดการอนุรักษ์และการพัฒนาทรัพยากรของชาติ ให้เกิดแก่อนุชน รุ่นหลัง ปตท. จึงได้จัดสร้างสวนสมุนไพรขึ้นเป็นแห่งแรกของประเทศไทย เมื่อปี พ.ศ. 2527 ณ.บริเวณศูนย์บำรุงรักษาและบ้านพักพนักงานของ ปตท. อำเภอนิคมพัฒนา จังหวัดระยอง บนเนื้อที่อยู่ประมาณ 60 ไร่ โดยได้รวบรวมสมุนไพรพันธุ์ต่างๆ ตามตำรับของยาแพทย์แผนโบราณมาปลูกไว้ให้ได้มากที่สุด แต่ให้ทรงใช้ประโยชน์ตามพระราชอัธยาศัย พร้อมทั้งนี้ยังได้พระมหากษัตริย์คุณพระราชทานนามว่า “สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี” และในโอกาสที่สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ และสมเด็จพระเจ้า ลูกเธอเจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ ได้เสด็จพระราชดำเนินทรงประกอบพิธีเปิดโรงแยกก๊าซธรรมชาติ ของ ปตท. เมื่อวันที่ 18 เมษายน 2528 สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อม ให้สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ เสด็จทรงประกอบพิธีเปิดป้ายสวนสมุนไพร พร้อมกันนั้น ทุกพระองค์ได้ทรงปลูกต้นจันทร์เทศ ไว้เป็นอนุสรณ์สัญลักษณ์อันประเสริฐมงคลยิ่ง ณ. สวนแห่งนี้

สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี นอกจากเป็นแหล่งสมุนไพรนานาชนิดแล้ว ยังเป็นแหล่งผลิตสมุนไพรในบางประเภท เพื่อการทดลองค้นคว้าของสถาบัน วิจัยจุฬารักษ์ มหาวิทยาลัยมหิดล และชุมชนชาวระยองตลอดจนประชาชนทั่วไป ตลอดระยะเวลา 20 ปี จากการดูแลของ ปตท. ปัจจุบันสมุนไพรกว่า 60 ไร่มีพรรณไม้สมุนไพร 260 ชนิด มีประมาณ 20,000 ต้น สามารถจำหน่ายตามสรรพคุณการรักษาโรค ตามคัมภีร์ยาไทยโบราณได้ถึง 20 กลุ่มด้วยกัน ภายในสวนสมุนไพรแบ่งออกเป็น 2 ส่วนใหญ่ๆ คือ

1. อาคารเฉลิมพระเกียรติ 50 พรรษา ประกอบไปด้วย ห้องประชุมสัมมนา ห้องนิทรรศการความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรไทย ทั้งที่ควรอนุรักษ์และที่ใกล้ตัวในวิถีชีวิตประจำวัน พร้อมกับมีมีกคุเทศน์บรรยายตลอดเส้นทาง โดยไม่มีค่าใช้จ่าย

2. สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ได้มีการนำนักท่องเที่ยวชมสวนด้วยรถ NGV รถที่ใช้เชื้อเพลิงจากก๊าซธรรมชาติ นักท่องเที่ยวจะมารอที่สถานี รถจะออกทุก 30 นาที จะมีมีกคุเทศน์บรรยาย ไม่มีค่าใช้จ่ายเช่นกัน

สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ตั้งอยู่บริเวณศูนย์บำรุงรักษา และบ้านพักพนักงานของ ปตท. ถนนทางหลวงหมายเลข 3191 ตำบลมาบข่า อำเภอนิคมพัฒนา จังหวัดระยอง โทรศัพท์ 038-915213-5 แฟกซ์ : 038-915216





ภาพประกอบ 72 สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี จังหวัดระยอง 1



ภาพประกอบ 73 สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี จังหวัดระยอง 2



2.3 อุทยานธรรมชาติวิทยาสิรีรุกขชาติ ในระยะแรกของการดำเนินการใช้ชื่อว่า “โครงการปลูกสวนสมุนไพร” โดยดำริของศาสตราจารย์ ดร. ญัฐ ภมรประวัติ อธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ในระยะนั้น และศาสตราจารย์เพียว เหมือนวงษ์ญาติ หัวหน้าภาควิชาเภสัชพฤกษศาสตร์เป็นผู้วาง รากฐาน และรูปแบบภูมิสถาปัตยกรรม “ในระยะเวลาที่มีการเตรียมการก่อสร้างที่ศาลายา ได้มีแนวคิดสำคัญประการหนึ่ง คือจะใช้พื้นที่ศาลายาเป็นพื้นที่นันทนาการสำหรับนักศึกษา เจ้าหน้าที่ของมหาวิทยาลัยและบุคคลภายนอกด้วย ทั้งนี้โดยคำนึงถึงชุมชนใหม่ระหว่างสะพานสมเด็จพระปิ่นเกล้ากับศาลายา ที่คาดว่าจะเริ่มพัฒนาตั้งแต่ พ.ศ. 2520 เป็นต้นไป”

แนวคิดและวัตถุประสงค์ที่จะให้สวนสมุนไพรแห่งนี้เป็นแหล่งอนุรักษ์พันธุ์พืชสมุนไพรไทยสำหรับการศึกษาวิจัย พัฒนา และการเรียนรู้ โดยเฉพาะสำหรับนักศึกษาเภสัชศาสตร์ และเป็น “ปอดสีเขียว” ให้บุคลากรในพื้นที่วิทยาเขตศาลายา โดยเริ่มดำเนินการในปี พ.ศ. 2524 หลังจากปลูกไม้ร่มเงาแล้วจึงนำสมุนไพรไทยทั้งไม้ยืนต้นและไม้พุ่มจัดปลูกลงตามทีสถาปนิกวางรูปแบบไว้ รวบรวมสมุนไพร ที่มีศักยภาพและมีรายงานการวิจัยสนับสนุนในพื้นที่ 12 ไร่ พืชสมุนไพรเจริญเติบโตขึ้นเป็นลำดับ จึงได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระราชทานชื่อว่า “สิรีรุกขชาติ”

ปัจจุบันสวนสมุนไพรสิรีรุกขชาติ ภายใต้การดูแลและดำเนินการของภาควิชาเภสัชพฤกษศาสตร์มีพื้นที่รวมทั้งสิ้น 38 ไร่ รวบรวมพันธุ์สมุนไพรไว้ประมาณ 800 ชนิด ปลูกไว้อย่างสวยงามพร้อมป้ายชื่อพืชสมุนไพรที่ระบุทั้งชื่อไทย ชื่อวิทยาศาสตร์ ชื่อวงศ์ ส่วนที่ใช้ และสรรพคุณ เป็นห้องเรียนธรรมชาติสำหรับ นักเรียน นักศึกษา นักวิชาการ รวมทั้งผู้สนใจที่ได้เข้าเยี่ยมชมเพิ่มขึ้น ทุกปี จนได้รับรางวัลมหาวิทยาลัยมหิดลสาขาการบริการ เมื่อปี พ.ศ. 2536 และคณะกรรมการเอกลักษณ์ของชาติ สำนักนายกรัฐมนตรีได้พิจารณาให้เป็นโครงการดีเด่นแห่งชาติ สาขานุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (ด้านสมุนไพร) ประจำปี 2539

ภายในอุทยานธรรมชาติวิทยาสิรีรุกขชาติ มีทั้งพรรณไม้สมุนไพรที่พบทั่วไป และใช้ได้ในชีวิตประจำวัน และสมุนไพรที่เป็นภูมิปัญญาพื้นบ้านที่หายาก พื้นที่ในสวนสมุนไพรแบ่งออกเป็น 3 ส่วน

ส่วนแรก เป็นเรือนเพาะชำ ซึ่งปลูกสมุนไพรที่ต้องการการดูแลเป็นพิเศษ ไม่ต้องการแสงแดดจัด และขนาดไม่ใหญ่มาก เช่น ดอกดัง หย้าหวาน รวมทั้งพืชที่มีพิษ เช่น ช้างร้อง สลอด เป็นต้น

ส่วนที่สอง เป็นพื้นที่สวนหย่อมสมุนไพร พื้นที่ประมาณ 12 ไร่ ปลูกสมุนไพรเป็นไม้ต้นขนาดเล็ก ไม้เลื้อย และไม้ล้มลุกที่ตกแต่งไว้สวยงามเหมาะกับการพักผ่อน และเรียนรู้พืชสมุนไพร ได้แก่ มะเกลือ ส้มเสี้ยว กันเกรา สารภี สีเสียด เป็นต้น

ส่วนสุดท้าย ปลูกในลักษณะสวนป่าในพื้นที่ประมาณ 26 ไร่ เพื่อแสดงระบบนิเวศที่สมุนไพรเติบโตอย่างเป็นธรรมชาติ ส่วนใหญ่เป็นไม้ต้น และไม้เล็กที่ขึ้นแซมไม้ใหญ่ ให้ความร่มรื่นเหมาะกับผู้สนใจศึกษาสมุนไพรอย่างเป็นธรรมชาติ พืชในส่วนนี้ เช่น สมอไทย สมอพิเภก สมอติง การบูร อบเชย โมกมัน เป็นต้น



อุทยานธรรมชาติวิทยาสิรีรุกขชาติ มีสมุนไพรที่หาชมได้ยากหลายชนิด เช่น โสมกราชินี สิริธรวัลลี สามสิบกีบน้อย และจิกดง ซึ่งเป็นพืชชนิดใหม่ของโลก มะลิชาโกสมุนไพรหายากที่ใช้เป็น ยาคุมกำเนิดของชนเผ่าชาโก กำแพงเจ็ดชั้น กวาวเครือขาว และกวาวเครือแดงสมุนไพรบำรุงกำลัง ของไทย รวมทั้งสมุนไพรที่เป็นพืชผักพื้นบ้านอีกหลากหลายชนิด

มหาวิทยาลัยมหิดล เล็งเห็นความสำคัญของการเรียนรู้และประยุกต์ใช้สมุนไพร เพื่อดูแล ป้องกันและรักษาสุขภาพ พร้อมไปกับการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ศาสตราจารย์คลินิก นายแพทย์ปิยะสกล สกลสัตยาทร อธิการบดี จึงดำริที่จะยกระดับพื้นที่สวนสมุนไพรสิรีรุกขชาติ และพื้นที่อนุรักษ์ข้างเคียงบริเวณด้านทิศใต้จำนวน 171 ไร่ ให้เป็นพื้นที่อนุรักษ์ธรรมชาติระดับชาติ และระดับนานาชาติ ในลักษณะ Botanical Garden เพื่อเป็นอุทยานการเรียนรู้ทางธรรมชาติวิทยา ต่อยอดภูมิปัญญาไทย ให้สามารถเป็นต้นแบบด้านสิ่งแวดล้อมศึกษาและการอนุรักษ์พันธุกรรมพืช เป็นแหล่งรวบรวมพืช ผลิตและทดลองพืชสมุนไพรที่มีสรรพคุณทางยา แหล่งเรียนรู้ทางธรรมชาติที่หลากหลาย เป็นสวนสาธารณะและแหล่งท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ทางด้านพฤกษศาสตร์และสมุนไพรของ จังหวัดนครปฐม และภูมิภาคตะวันตกของประเทศ โดยเริ่มได้รับการจัดสรรงบประมาณแผ่นดินในปี 2554 และ สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถพระราชทานพระราชนุญาตให้เปลี่ยนชื่อสวนสมุนไพร “สิรีรุกขชาติ” เป็น “อุทยานธรรมชาติวิทยาสิรีรุกขชาติ” ตั้งแต่วันที่ 22 เมษายน 2553

อุทยานธรรมชาติวิทยาสิรีรุกขชาติ ตั้งอยู่ในพื้นที่ มหาวิทยาลัยมหิดล 999 ถนน พุทรมณฑลสาย 4 ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม 73170 โทรศัพท์ 02-441-4400



ภาพประกอบ 74 อุทยานธรรมชาติวิทยาสิรีรุกขชาติ ศาลายา จังหวัดนครปฐม





ภาพประกอบ 75 แปลงเพาะต้นกล้าในอุทยานธรรมชาติวิทยาสิริรุกษชาติ

2.4 เทคโนโลยีชีวภาพ คือการใช้ความรู้เกี่ยวกับสิ่งที่มีชีวิตและผลผลิตของสิ่งที่มีชีวิต ให้เป็นประโยชน์กับมนุษย์ไม่ว่าจะเป็นสินค้า การทำปุ๋ยไว้ใช้เอง รวมทั้งการฝากถ่ายตัวอ่อนของสัตว์ เป็นต้น การตัดต่อยีน GMO (Genetically Modified Organisms) คือสิ่งที่มีชีวิตที่มนุษย์สร้างขึ้นใหม่ โดยการตัดต่อยีนจากสิ่งที่มีชีวิตอื่นเข้าไปสิ่งที่มีชีวิตนั้นๆ และยังอาจรวมถึงการเปลี่ยนแปลงยีน โดยการทำการฉายแสงรังสี เพื่อเลือกลักษณะพันธุกรรมที่ต้องการ

การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อและเซลล์ เป็นการเพาะเลี้ยงสิ่งที่มีชีวิตเฉพาะส่วนเท่านั้น ไม่ใช่พืช ทั้งต้นหรือสัตว์ทั้งตัว การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อพืชทำได้โดยนำเอาเนื้อเยื่อของพืช ส่วนที่กำลังเติบโตอย่างรวดเร็ว เช่นที่ปลายยอดอ่อนมาใส่ในจานเลี้ยงที่มีวุ้นและน้ำเลี้ยง ซึ่งเป็นอาหารที่เนื้อเยื่อต้องการ พร้อมสารกระตุ้นการเจริญเติบโตของเนื้อเยื่อ และทำให้ไม่อยู่ในสภาพไม่มีเชื้อจุลินทรีย์ สิ่งที่มีชีวิตอื่นมาปนเปื้อน อาจบังคับให้เนื้อเยื่อเจริญเติบโตขึ้นมาเป็นต้นอ่อนได้ เมื่อมีสภาวะที่พอเหมาะนั้น อาจใช้ วิธีเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อเพื่อแพร่กระจายพันธุ์พืชดังกล่าว คือทำให้เกิดต้นอ่อนเป็นจำนวนมาก นำไปปลูกต่อไปได้ วิธีนี้ใช้กันมากในการกระจายพันธุ์พืชบางชนิดที่มีความสำคัญทางเศรษฐกิจ เช่น กล้วยไม้ ไม้ป่า ไม้ยืนต้นอื่น และสมุนไพรร

วิธีการตัดต่อยีน การตัดต่อยีนทำได้โดยใช้เทคโนโลยีที่เรียกว่าพันธุวิศวกรรม ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของเทคโนโลยีชีวภาพ กล่าวได้ว่าวิธีการนี้เป็นการคัดเลือกสายพันธุ์ โดยเจาะจงไปยังยีนที่ต้องการโดยตรง แทนที่วิธีการผสมพันธุ์ แล้วคัดพันธุ์ลูกผสมที่มีลักษณะต้องการซึ่งใช้เวลานาน การเจาะจงไปยังยีนโดยตรงที่ว่านี้ เริ่มโดยการค้นหายีนตัวใหม่หรือใช้ยีนที่ทราบอยู่แล้ว มีลักษณะที่เราต้องการ ยีนตัวนี้อาจมาจากพืช สัตว์ หรือจุลินทรีย์ก็ได้ เมื่อได้ยีนมาแล้ว นำยีนใส่เข้าไปให้อยู่ข้างไมโครโมโซมที่อยู่ร่วมกับยีนภายในเซลล์ของพืช



การขยายพันธุ์แบบการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อสมุนไพรร เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในกระบวนการคัดเลือกและขยายพันธุ์สมุนไพรร เพราะสามารถควบคุมสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่สมุนไพรรใช้ในการเจริญเติบโต สมุนไพรรที่ได้จากการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ ซึ่งมีลักษณะตรงตามพันธุกรรมของสมุนไพรร สามารถใช้เพิ่มจำนวนต้นสมุนไพรรให้มีปริมาณมากขึ้น ทุกต้นจะมีลักษณะเหมือนสมุนไพรรต้นแบบ ทุกประการ ผู้วิจัยได้เข้ารับการอบรมการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อสมุนไพรร ที่สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตผลทางการเกษตรและอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ซึ่งเป็นการอบรมเชิงปฏิบัติการในหัวข้อเรื่อง “เทคโนโลยีการขยายพันธุ์พืชสมุนไพรรเพื่อการผลิตเชิงพาณิชย์” รุ่นที่ 1 วันที่ 1- 3 มีนาคม 2559 ณ อาคารปฏิบัติการวิจัยกลาง ชั้น9 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เขตบางเขน

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 50 ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900 โทรศัพท์ 02-579-0113



ภาพประกอบ 76 การอบรมการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ ณ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์



ภาพประกอบ 77 การขยายพันธุ์แบบการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ



ตอนที่ 3 ศึกษาแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

วิเคราะห์ปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลในตอนต้นที่ 2 และสรุปเพื่อสร้างรูปแบบ ดังต่อไปนี้

ตาราง 7 ปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

ชื่อสมุนไพรรักษาตามคัมภีร์กษัย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาตามคัมภีร์กษัย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาตามคัมภีร์กษัย
1. พริกไทย 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์มี 2 พันธุ์คือ 1. พันธุ์ชาราวัต ส่วนใหญ่จะทำเป็นพริกไทยดำ 2. พันธุ์ ซีลอนหรือพันธุ์ศรีลังกา ปลูกเพื่อทำพริกไทยสด - การเตรียมดินดินที่ปลูกควรเป็นดิน ที่ปลูกพืชหมุนเวียน หรือปลูกพืชอื่น สลับกับพริกไทย - การปลูกพริกไทยต้องค้ำให้ระยะปลูก 2 x 3 ปลูกช่วงฤดูฝน ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก เพื่อบำรุงดิน หลังปลูกคลุมด้วยฟางแห้ง เริ่มปลูกควรทำร่มให้พริกไทย - การให้น้ำ ควรให้น้ำระบบสปริงเกอร์ ให้น้ำสม่ำเสมอ จัดระบบระบายน้ำในแปลงปลูกดีกว่าใช้แรงงานในการให้น้ำ - การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกำจัดวัชพืชด้วยปุ๋ยที่ใส่ควรเป็นปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก ถ้าจำเป็นต้องใช้ปุ๋ยเคมีควบคุมกันไปตามอัตราส่วนที่ถูกต้อง - การกำจัดวัชพืช ห้ามใช้ยากำจัดวัชพืชกับพริกไทย ใช้แรงงานคนถอนออกจากแปลง เมื่อเริ่มออกดอกใช้สารสกัดสมุนไพรรักษา 	<ul style="list-style-type: none"> - พันธุ์ที่ใช้ในคัมภีร์กษัยคือ พันธุ์ ชาราวัต เพราะใช้เป็นสมุนไพรรักษา ในการทำยา - ควรใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยอินทรีย์ ในการบำรุงดินให้ร่วนซุยเหมาะแก่การปลูก - การทำค้ำเพื่อสะดวกในการเก็บผล ค้ำควรใช้เสาไม้ให้รากได้เกาะช่วยกันความร้อนได้ดีกว่าเสาปูน การใช้ฟางคลุมช่วยการระเหยของน้ำ ช่วยป้องกันวัชพืชและแมลง - ช่วงแรกหลังการปลูกต้องรดน้ำทุกวันหรือวันเว้นวัน เมื่อตั้งตัวได้แล้วให้ลดลงเหลือ 2-3 วัน/ครั้ง - ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก ช่วยปรับสภาพความเป็นกรด-ด่างของดิน ทำให้ดินปรับดูดซับความชื้นได้ดี - รากพริกไทยค่อนข้างอ่อนแอเพียงถูกละอองยาอาจตายได้ ควรใช้สาร



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทยตามคัมภีร์เกษีย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์เกษีย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์เกษีย
	<p>สะเดา ยาสูบ ป้องกันแมลง ควรตัดแต่งกิ่งหรือแขนงให้โคนต้นโปร่ง</p> <ul style="list-style-type: none"> - การขยายพันธุ์ ใช้ลำต้น (เถา) อายุ 1-2 ปีที่มีความสมบูรณ์ ไม่มีโรคและแมลง การตัดกิ่งพันธุ์ต้องระมัดระวัง ให้มีข้อประมาณ 5-7 ข้อ ริดใบออก นำยอดปักชำในกระบะหรือถุงดำ รดน้ำ รोजन แรกยอด 	<p>สัถยธรรมชาติในการกำจัดแมลง</p> <ul style="list-style-type: none"> - กิ่งพันธุ์ที่มีความสมบูรณ์ จะให้ผลผลิตสูง การตัดอย่าให้ต้นหักหรือชำ ปักแบบไม่ใช้ค้ำ (พริกไทยพุ่ม) ปักชำโดยใช้ข้อเดียวเท่านั้น
<p>2. หญ้าหัวหมู</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์มี 2 ชนิดคือ หญ้าหัวหมูเล็ก และหญ้าหัวหมูใหญ่ - การเตรียมดิน ควรเป็นดินร่วนซุยระบายน้ำได้ดี เก็บเศษไม้และวัชพืชออกจาดแปลง ใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักเพื่อปรับสภาพดิน การเตรียมดินมี 2 แบบคือ แบบแปลงปลูกพื้นที่ราบ แบบแปลงปลูกยกทรง - การปลูก ปลูกช่วงฤดูฝนเดือนพฤษภาคม-กันยายน ฝนช่วยให้เจริญงอกงามดี ก่อนปลูกต้องใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักรองก้นหลุม นำหัวหญ้าหมูลงปลูก กลบดินหนา 5-10 ซม. - การให้น้ำ ให้สม่ำเสมอวันละครั้ง แต่ต้องดูสภาพอากาศ อย่าให้แปลงปลูกแห้งน้ำ - การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยโดยการหว่าน ปุ๋ยที่ควรเป็นปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยอินทรีย์เดือนละ 1 ครั้ง ปริมาณพอเหมาะไม่มากนักเกินไป 	<ul style="list-style-type: none"> - ควรใช้หญ้าหัวหมูเล็ก เพราะมีสรรพคุณทางยาแรงกว่า - ดินที่ปลูกร่วนซุย การเก็บผลผลิตทำได้ง่ายและให้ผลผลิตมากกว่าดินเหนียว แปลงปลูกทั้ง 2 แบบต้องมีการระบายน้ำได้ดี - ปลูกช่วงฤดูฝนหญ้าหมูจะโทรมและยุบตัวในฤดูแล้ง หัวใต้ดินพร้อมเก็บเกี่ยวได้ ถ้าปลูกชำทำให้เสียค่าใช้จ่ายในการดูแล หรือให้ผลผลิตน้อยและมีคุณภาพต่ำ - ภูมิอากาศที่แตกต่างกัน ต้องดูแลการให้น้ำระยะแรกควรให้ทุกวันหญ้าหมูกออกแล้วให้ 2-3 วัน/ครั้ง - การให้ปุ๋ยมากเกินไปหญ้าหมูกจะงอกงามมาก ทำให้หัวใต้ดินมีสรรพคุณทางยาลดลง - การใช้มือถอนดีกว่าใช้เครื่องมือเช่นจอบ เพราะเครื่องมืออาจทำความเสียหายกับต้นหญ้าหมูได้



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทย ตามคัมภีร์กษัย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทย ตามคัมภีร์กษัย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตาม คัมภีร์กษัย
	<ul style="list-style-type: none"> - การกำจัดวัชพืช ปกติเห็บหมูเป็นวัชพืช แต่เราปลูกเห็บหมูโดยตรง พืชอื่นที่ขึ้นถือว่าเป็นวัชพืช ต้องถอนวัชพืชออกจากแปลง - การขยายพันธุ์ ด้วยวิธีการแยกต้นใหม่ จากหัวที่เกิดจากไหลใต้ดินหรือเมล็ด เมื่อแก่หล่นลงดิน 	<ul style="list-style-type: none"> - การเก็บหัวเห็บหมูทำพันธุ์ ต้องเลือกที่ไม่มีเชื้อราหรือหัวที่อ่อนพ้อ
<p>3. บอระเพ็ด</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ เลือกพันธุ์ที่ลำต้นหรือเถาไม่อ่อนไม่แก่เกินไป เถาควรมาจากต้นแม่ที่สมบูรณ์ไม่พอมยาว และปราศจากแมลงรบกวน - การเตรียมดินดินที่ปลูกควรเป็นดิน ที่ปลูกพืชหมุนเวียน หรือปลูกพืชอื่น สลับกับพริกไทย - การปลูกบอระเพ็ดต้องค้ำให้ระยะ ปลูก 2 x 3 ปลูกช่วงฤดูฝน ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก เพื่อบำรุงดิน หลังปลูกคลุมด้วยฟางแห้ง เริ่มปลูกควรทำร่มให้บอระเพ็ด - การให้น้ำ ควรให้น้ำระบบสปริงเกอร์ ให้น้ำสม่ำเสมอ จัดระบบระบายน้ำในแปลง ปลูกดีกว่าใช้แรงงานในการให้น้ำ - การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกำจัดวัชพืชด้วย ปุ๋ยที่ใส่ควรเป็นปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก ถ้าจำเป็นต้องใช้ปุ๋ยเคมีควรมีคู่มือไป ตามอัตราส่วนที่ถูกต้อง - การกำจัดวัชพืช ห้ามใช้ยากำจัดวัชพืชกับพริกไทย ใช้แรงคนถอน เมื่อเริ่มออกดอก ใช้สารสกัดสมุนไพรสะเดา ยาสูบ ป้องกันแมลง ควรตัดแต่งกิ่งหรือแขนง ให้โคนต้นโปร่ง - การขยายพันธุ์ ใช้ลำต้น (เถา) อายุ 1-2 ปีที่มีความสมบูรณ์ ไม่มีโรคและแมลง 	<ul style="list-style-type: none"> - ถ้าใช้พันธุ์ที่อ่อนแก่เกินไป เวลาปลูกมักจะเหี่ยวเฉาตายได้ - ควรใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยอินทรีย์ ในการบำรุงดินให้ร่วนซุยเหมาะแก่การปลูก - การทำค้ำเพื่อสะดวกในการเก็บผล ค้ำควรใช้เสาไม้ให้รากได้เกาะ ช่วยกันความร้อนได้ดีกว่าเสาปูน การใช้ฟางคลุมช่วยการระเหยของน้ำ ช่วยป้องกันวัชพืชและแมลง - ช่วงแรกหลังการปลูกต้องรดน้ำทุกวันหรือวันเว้นวัน เมื่อตั้งตัวได้แล้ว ให้ลดลงเหลือ 2-3 วัน/ครั้ง - ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก ช่วยปรับสภาพความเป็นกรด-ด่างของดิน ทำให้ดินปรับดูดซับความชื้นได้ดี - รากบอระเพ็ดค่อนข้างอ่อนแอ เพียงถูกละอองยาอาจตายได้ ควรใช้สารสกัดธรรมชาติในการกำจัดแมลง - กิ่งพันธุ์ที่มีความสมบูรณ์จะให้ผลผลิตสูง การตัดอย่าให้ต้นหักหรือชำ ปลูกแบบไม่ใช้ค้ำ ปักชำโดยใช้ข้อเดียวเท่านั้น



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทยตามคัมภีร์ภษัชย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์ภษัชย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์ภษัชย
	การตัดกิ่งพันธุ์ต้องระมัดระวัง ให้มีข้อประมาณ 5-7 ข้อ ริดใบออก นำยอดปักชำในกระบะหรือถุงดำ รดน้ำ รोजनแตกยอด	
<p>4. กระชาย</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ กระชายมี 2 กลุ่มคือ 1. กระชายพื้นบ้าน เรียกว่ากระชายป้อม พันธุ์นี้ปลูกในที่ไร่ไร่นั้น 2. กระชายพันธุ์รากกล้วย เป็นพันธุ์ที่ปลูกในสภาพกลางแจ้ง - การเตรียมดิน ไถพรวนดินแล้วตากดินไว้ 5-7 วัน ปรับสภาพดินใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก - การปลูก กระชายปลูกได้ทั้งปี แต่ฤดูที่เหมาะสมที่สุด ใช้จอบขุดระยะปลูก นำเหง้า 1 เหง้า/หลุม ก่อนปลูกควร ทาแผลของแ่งที่หักออก ด้วยน้ำปูน กินหมากหรือจุ่มแช่น้ำยากันเชื้อรา ใช้ฟางคลุมแปลงให้ทั่ว - การให้น้ำ หลังปลูกใหม่ๆ ควรให้วันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น กระชายตั้งตัวได้แล้วให้วันละ 1 ครั้ง - การให้ปุ๋ย ควรเป็นปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก เมื่อกระชายอายุได้ 11 เดือน แรกใบยาวประมาณ 10 ซม. ควรถางหญ้า กำจัดวัชพืชพร้อมทั้งใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก - การกำจัดวัชพืช หมั่นดูแลหญ้า หรือวัชพืชในแปลงอย่างสม่ำเสมอ บางครั้งกระชายเกิดปัญหาโรคเน่า เนื่องจากความเป็นกรด-ด่างของดิน - การขยายพันธุ์ ด้วยเหง้าที่แก่จัดอายุประมาณ 11-12 เดือน เลือกหัวที่สมบูรณ์ 	<ul style="list-style-type: none"> - พันธุ์รากกล้วย มีลักษณะยาวตรงเหมือนรากกล้วย ให้ผลผลิตค่อนข้างดี น้ำหนักมาก - แปลงปลูกต้องทำให้ดินโปร่งร่วนซุย เก็บวัชพืชออกจากแปลงให้หมด - ปลูกในฤดูฝนจะได้ผลดีกว่า เพราะอาศัยน้ำฝนจากธรรมชาติ - การให้น้ำนานเกินไป ทำให้เกิดโรคต้นล้ม รากเน่า อาการเหล่านี้จะพบได้เมื่อกระชายอายุได้ 2 เดือนขึ้นไป - ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักที่ใช้ในอัตราส่วน 1,000 กก/ไร่ เมื่อใส่ปุ๋ยต้องรดน้ำทันที - การแก้ความเป็นกรด-ด่างของดิน ด้วยการใส่ปูนขาว ในอัตรา 200-300 กก/ไร่ โดยหว่านรอบโคนต้น - เหง้าแก่ที่จะนำไปทำพันธุ์ ต้องเก็บไว้ในที่แห้งและเย็นนาน 1-3 เดือน จึงนำพันธุ์ไปปลูกได้



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย
	<p>อวบใหญ่ ปราศจากเชื้อโรค เก็บไว้ในที่แห้งและเย็น 1-3 เดือน จึงนำพันธุ์ไปขยายพันธุ์ปลูกได้</p>	
<p>5. ชิง</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ ชิงมี 2 พันธุ์คือ 1. ชิงใหญ่หรือชิงหยวก จะมีแง้ใหญ่ ข้อห่าง เนื้อละเอียด ไม่มีเส้นหรือมีน้อยมาก รสเผ็ดน้อย ส่วนใหญ่จะนำไปปลูกเป็น ชิงอ่อน เพื่อส่งโรงงานทำชิงดอง 2. ชิงเล็กหรือชิงเผ็ด มีแง้เล็ก สั้น ข้อดี เนื้อ มีเส้นมาก สดอ่อนค่อนข้างเผ็ด - การเตรียมดิน ไถพรวนดิน 3-4 ครั้งให้ร่วนซุย ตากแดดทิ้งไว้ 7 วัน การปลูกแบบพื้นราบต้องยกร่องปลูก ถ้าพื้นที่ลาดเอียงต้องทำแบบขั้นบันได ใส่ปุ๋ยขาวประมาณ 200-400 กิโลกรัม/ไร่ คลุกเคล้ากับดินก่อนยกร่อง รดน้ำทิ้งไว้ 15-30 วันก่อนลงมือปลูก - การปลูก ปลูกในฤดูฝน พันธุ์ที่ใช้ปลูกตัดเป็นท่อนๆ ยาวประมาณ 2 นิ้ว แต่ละท่อนมีตาบนแง้ 2-3 ตา ชำนาญกำจัดเชื้อราก่อนปลูก นำลงหลุม 1 ท่อน กลบดินด้วยฟางแห้งรดน้ำ - การให้น้ำ ให้น้ำ 2 ครั้ง เข้า-เย็น ควรติดตั้งระบบการให้น้ำแบบสปริงเกอร์ ถ้าพบว่าหน้าดินแห้งต้องให้น้ำทันที อย่าให้น้ำมากเกินไปจนน้ำท่วมขัง ให้รีบระบายน้ำออกจากแปลงทันที เพราะหากปล่อยทิ้งไว้จะทำให้เน่า และชิงจะเกิดโรคเชื้อราได้ ถ้าดินแห้งมากเกินไปจะทำให้ชิงแคระแกรน การเจริญเติบโตล่าช้า - การใส่ปุ๋ย ควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมัก หลังจากปลูกชิงจะมีใบงอกขึ้นมา 4-5 ใบ 	<ul style="list-style-type: none"> - ในการนำชิงมาทำยาสมุนไพร จะใช้ชิงเล็กหรือชิงเผ็ด การคัดเลือกปลูกไม่มีเชื้อโรคเน่า เชื้อรา เชื้อไวรัสในชิง - ดินที่ปลูกชิงควรเป็นดินร่วนปนทราย มีอินทรีย์วัตถุสูง ระบายน้ำได้ดี - การปลูกในฤดูฝนจะทำให้ชิงเจริญงอกงามดี การนำฟางมาคลุมแปลงปลูก ช่วยเก็บความชื้นและช่วยกำจัดแมลง - การติดตั้งระบบการให้น้ำแบบสปริงเกอร์ มีค่าใช้จ่ายสูง ระบบให้น้ำต้องดีอย่าให้มีน้ำท่วม เพราะจะทำให้ชิงเกิดโรคเชื้อราได้ ถ้าดินแห้งมากเกินไปจะทำให้ชิงแคระแกรน การเจริญเติบโตล่าช้า - การใส่ปุ๋ยอินทรีย์แบบเม็ด ห่างจากโคนต้น 8-15 ซม. โดยขุดหลุมฝังหรือหว่านระหว่างแถวปลูก แล้ว



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย
	<p>บำรุงด้วยปุ๋ยอินทรีย์สูตรน้ำ การใส่ปุ๋ยวิทยาศาสตร์ช่วยใส่เพื่อความจำเป็นเท่านั้น</p> <ul style="list-style-type: none"> - การกำจัดวัชพืชและแมลง เมื่อชิงมีอายุได้ 1-3 เดือน ต้องกำจัดวัชพืชออกจากแปลงทุกเดือน โดยการถอน ชิงจะมีโรคเห้งงาและรากเน่า ซึ่งเกิดจากเชื้อรา - การขยายพันธุ์ด้วยเหง้า พันธุ์ชิงที่ต้องการนำไปขยายพันธุ์ควรเก็บในช่วงฤดูแล้ง เก็บเหง้าแก่ที่สมบูรณ์จากต้นแม่ที่แข็งแรง ปราศจากโรคและแมลง 	<p>พรวนดินกลบเมื่อใส่ปุ๋ยทุกครั้งต้องรดน้ำทันที</p> <ul style="list-style-type: none"> - การถอนด้วยมือเป็นวิธีที่ดีที่สุด ทำให้กระทบกระเทือนต่อต้นชิงน้อยที่สุด การป้องกันโรคชิงควรถอนและทำลาย หรือการปลูกพืชหมุนเวียนแปลงที่ปลูก - ต้องรู้แหล่งที่มาของเหง้าพันธุ์แน่นอนและเชื่อถือได้ โดยการนำเหง้าพันธุ์ฝังไว้ในที่ร่ม สะอาดปลอดภัย ปราศจากโรคและแมลงรบกวน มีอากาศถ่ายเทสะดวก พื้นที่เก็บแห้ง
<p>6. กระทือ</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ กระทือมี 2 ชนิดคือ 1. กระทือป่า พันธุ์นี้จะนำออกมาจากป่า 2. กระทือบ้าน พบได้ตามบ้านในชนบททั่วไป - การเตรียมดิน ดินปลูกต้องร่วนซุย มีความชุ่มชื้นสูงระบายน้ำได้ดี ไถพรวนเพื่อกำจัดวัชพืชและเศษวัสดุต่างๆ ตากดินไว้ 7-15 วัน ปรับปรุงดินด้วย การใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก - การปลูก ใช้เหง้าหรือหัวแก่ ช่วงระยะเวลาปลูกต้นฤดูฝน ถ้าใช้หน่อปลูกต้องปลูกช่วงฝนตกชุก กระทือชอบอยู่ในที่รำไร ที่มีร่มเงา การปลูกมี 2 วิธีคือ 1. ใช้เหง้าปลูกแยกเหง้าออกจากกอแม่ปลูกลงในแปลง ระยะระหว่างต้น และระหว่างแถว 25 x 27 ซม. กลบดินแล้วคลุมด้วยฟางรดน้ำให้ 2. ใช้เหง้าเพาะให้รากงอก โดยการตัดเหง้าเป็นท่อนๆ เพาะลงในกระบะทราย รดน้ำจนแตกใบ 2-3 วัน จึงย้ายไปปลูกในแปลง 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ไปปลูกควรเป็นพันธุ์กระทือป่า เพราะจะให้ฤทธิ์แรงและให้สรรพคุณทางยามากกว่ากระทือบ้าน - ใส่ปุ๋ยคอกรองก้นหลุม ในกรณีปลูกแบบไม่ยกร่อง ให้ไถดินตากไว้ 7 วัน พรวนดินให้ร่วนซุย รดน้ำให้ชุ่มทิ้งไว้ 30 วัน ก่อนลงมือปลูก - กระทือปลูกได้ทุกฤดูกาล ชอบขึ้นในที่ชื้นแฉะ เพื่อลดการสูญเสียน้ำ ควรปลูกในแปลง คอยดูแลให้มีความชุ่มชื้นอยู่เสมอ - การปลูกในฤดูฝน จะช่วยให้กระทือตั้งตัวได้เร็ว ถ้าแปลงปลูกแห้งต้องรีบรดน้ำ เพราะถ้าปล่อยให้แห้ง ต้นกระทือแคะแค้นเจริญเติบโตช้า



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทย ตามคัมภีร์เกษีย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์เกษีย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์เกษีย
	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ กระท่อมมี 2 ชนิดคือ 1. กระท่อมป่า พันธุ์นี้จะนำออกมาจากป่า 2. กระท่อมบ้าน พบได้ตามบ้านในชนบททั่วไป - การเตรียมดิน ดินปลูกต้องร่วนซุย มีความชุ่มชื้นสูงระบายน้ำได้ดี ไถพรวนเพื่อกำจัดวัชพืชและเศษวัสดุต่างๆ ตากดินไว้ 7-15 วัน ปรับปรุงดินด้วย การใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก - การปลูก ใช้เหง้าหรือหัวแก่ ช่วงระยะเวลาปลูกต้นฤดูฝน ถ้าใช้หน่อปลูกต้องปลูกช่วงฝนตกชุก กระท่อมชอบอยู่ในที่รำไร ที่มีร่มเงา การปลูกมี 2 วิธีคือ <ol style="list-style-type: none"> 1. ใช้เหง้าปลูกแยกเหง้าออกจากกอแม่ ปลูกลงในแปลง ระยะระหว่างต้น และระหว่างแถว 25 x 27 ซม. กลบดินแล้วคลุมด้วยฟางรดน้ำให้ 2. ใช้เหง้าเพาะให้รากงอก โดยการตัดเหง้าเป็นท่อนๆ เพาะลงในกระบะทราย รดน้ำจนแตกใบ 2-3 วัน จึงย้ายไปปลูกในแปลง - การให้น้ำ ระยะแรกของการปลูกต้องรดน้ำสม่ำเสมอวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น จนกว่าต้นจะตั้งตัวได้ จากนั้นควรให้น้ำวันละ 1 ครั้ง - การให้ปุ๋ย ก่อนปลูกควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมักในการบำรุงดิน หรือรองก้นหลุมให้ทั่วทั้งแปลง หลังจากปลูกเมื่อใบงอกขึ้นมา 4-5 ใบ บำรุงด้วยปุ๋ยอินทรีย์สูตรน้ำ ช่วงอายุ 2-3 เดือนควรใส่ปุ๋ยอินทรีย์แบบเม็ด โดยโรยให้ทั่วห่างจากโคนต้น 8-15 ซม. 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ไปปลูกควรเป็นพันธุ์กระท่อมป่า เพราะจะให้ฤทธิ์แรง และให้สรรพคุณทางยามากกว่ากระท่อมบ้าน - ใส่ปุ๋ยคอกรองก้นหลุม ในกรณีปลูกแบบไม่ยกร่อง ให้ไถดินตากไว้ 7 วัน พรวนดินให้ร่วนซุย รดน้ำให้ชุ่มทิ้งไว้ 30 วัน ก่อนลงมือปลูก - กระท่อมปลูกได้ทุกฤดูกาล ชอบขึ้นในที่ชื้นแฉะ เพื่อลดการสูญเสีย น้ำควรปลูกในแปลง คอยดูแลให้มีความชุ่มชื้นอยู่เสมอ - การปลูกในฤดูฝน จะช่วยให้กระท่อมตั้งตัวได้เร็ว ถ้าแปลงปลูกแห้งต้องรีบรดน้ำ เพราะถ้าปล่อยให้แห้ง ต้นกระท่อมจะแคระแกรนเจริญเติบโตช้า - การใส่ปุ๋ยเป็นการเร่งการเจริญเติบโตของต้น จึงจำเป็นต้องใส่ปุ๋ยให้พอเหมาะและตรงตามช่วงเวลาของต้นกระท่อม - ต้องหมั่นกำจัดวัชพืชและดูแลระบบน้ำไม่ให้ท่วมขัง หากเกิดโรคควรรถอนหรือทำลายออกจากแปลง



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทยตามคัมภีร์ภษัย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์ภษัย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์ภษัย
	<ul style="list-style-type: none"> - การกำจัดวัชพืชและแมลง วัชพืชทำให้กระทือเจริญเติบโตช้า วัชพืชจะแย่งน้ำแย่งอาหาร ตลอดจนแสงแดด และยังเป็นที่อยู่อาศัยของแมลงและเชื้อรา เมื่อกระทือมีอายุได้ 1-3 เดือนต้องกำจัดวัชพืชออกจากแปลงทุกเดือน วิธีกำจัดวัชพืชด้วยการถอน การป้องกันโรคและแมลงได้แก่ โรคเห้งงาและรากเน่าซึ่งเกิดจากเชื้อรา - การขยายพันธุ์ ด้วยเหง้าที่มีอายุตั้งแต่ 10-12 เดือน หลังปลูกสังเกตได้จากใบและลำต้นเริ่มเหี่ยวเฉา การเก็บพันธุ์ มาขยายควรเก็บในช่วงฤดูแล้ง เลือกเหง้าที่แก่และสมบูรณ์จากต้นแม่ 	<ul style="list-style-type: none"> - เหง้าพันธุ์ที่ต้องการขยาย ต้องมาจากแหล่งที่เชื่อถือได้ เก็บพันธุ์ไว้ในที่ร่ม สะอาด ปลอดภัย ปราศจากโรคและแมลงรบกวน มีอากาศถ่ายเทสะดวก
<p>7. ดีปลี</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ พันธุ์ที่นิยมปลูกคือ พันธุ์ 4 ฝัก พันธุ์นี้ออกฝักดีให้ผลผลิตสูง ผลอ่อนสีเขียว รสเผ็ด เมื่อสุกจะมีสีแดง - การเตรียมดิน เป็นดินร่วนซุยระบายน้ำได้ดี โดยการพรวนดินใส่ปุ๋ยคอกรองก้นหลุมก่อนปลูก - การปลูก โดยการเพาะชำหรือไม่ต้องเพาะชำกล้า แต่ใช้วิธีปลูกทันทีโดยการตัดยอดดีปลีประมาณ 5 ช้อนนำไปปลูกติดกับค้าง 3.5 ค้าง/เสา ฝักยอดลงดินประมาณ 3 ช้อนนำยอดทั้งหมดผูกติดกับเสาค้างเพื่อให้รากยึดเกาะ พรางด้วยทางมะพร้าวหรือวัสดุกันแสงประมาณ 2 สัปดาห์จึงเอาออก - การให้น้ำ ให้น้ำสม่ำเสมอ ด้วยระบบสปริงเกอร์จัดระบบระบายน้ำในแปลงปลูก เพื่อป้องกันน้ำขังท่วม 	<ul style="list-style-type: none"> - พันธุ์ 4 ฝัก ปลูกไม่ถึงปีสามารถเก็บผลผลิตได้แล้ว - ในการบำรุงดินควรใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยอินทรีย์ เพื่อบำรุงดินให้ร่วนซุยก่อนปลูก - ถ้าปลูกในฤดูฝนต้นจะแข็งแรงเจริญเติบโตได้ดี ใส่ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยคอก ใช้ฟางแห้งคลุมดินเมื่อเริ่มปลูกใหม่ - ช่วงแรกหลังปลูกดีปลีต้องให้น้ำทุกวันหรือวันเว้นวัน เมื่อต้นตั้งตัวได้แล้วให้ลดลงเหลือ 2-3 วัน/ครั้ง



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย
	<ul style="list-style-type: none"> - การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกำจัดวัชพืชด้วยปุ๋ยที่ใส่ควรเป็นปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์หรือปุ๋ยหมัก ถ้าจำเป็นต้องใช้ปุ๋ยเคมีควรมีคู่มือปฏิบัติตามอัตราส่วนที่ถูกต้อง - การกำจัดวัชพืช ห้ามใช้ยากำจัดวัชพืชกับพริกไทย ใช้แรงงานถอนออกจากแปลงเมื่อเริ่มออกดอกใช้สารสกัดสมุนไพรสะเดายาสูบ ป้องกันแมลง ควรตัดแต่งกิ่งให้โคนต้นโปร่ง - การขยายพันธุ์ ใช้ลำต้น อายุ 1-2 ปี ที่มีความสมบูรณ์ ไม่มีโรคและแมลง การตัดกิ่งพันธุ์ต้องระมัดระวัง ให้มี ข้อ 5-7 ข้อริดใบออก นำยอดปักชำ ในกระบะหรือถาด รดน้ำรอจนแตกยอด 	<ul style="list-style-type: none"> - ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก ช่วยปรับสภาพความเป็นกรด-ด่างของดิน ทำให้ดินปรับดูดซับความชื้นได้ดี - รากดีปลีค่อนข้างอ่อนแอ เพียงถูกละอองยาอาจตายได้ ควรใช้สารสกัดธรรมชาติในการกำจัดแมลง - กิ่งพันธุ์ที่มีความสมบูรณ์จะให้ผลผลิตสูง การตัดอย่าให้ต้นหักหรือชำ ปลุกแบบไม่ใช่ค้ำ ปักชำโดยใช้ข้อเดียวเท่านั้น
<p>8. โดไม่รู้ล้ม</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ เป็นไม้ล้มลุก ลำต้นโตสั้นพื้นผิวดิน แตกกิ่งก้านเป็นใบเดี่ยว ดอกเรียวยาวแน่นที่โคนต้น ใบรูปรียาวาวปลายมน โคนใบมนขอบใบหยักฟันเลื่อย - การเตรียมดิน ไถพรวนดินให้ร่วนซุย 2 ครั้ง ตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์ กำจัดวัชพืชออกจากแปลงปลูก ยกร่องสูง 15-20 ซม. กว้าง 1-2 ม. - การปลูก มี 2 วิธี 1.แบบหว่านโดยใช้เมล็ดผสมกับทรายหยาบอัตรา 1:1-2 ส่วน 2.ปลูกแบบโรยหยอดหลุม เตรียมหลุมลึกประมาณ 2.5 ซม. ให้เป็นแนว โดยมีระยะปลูกระหว่างต้น 20-30 ซม. และระหว่างแถว 40 ซม. หยอดเมล็ดหลุมละ 5-10 เมล็ด ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น 1 กก./พื้นที่ 1 ตร.ม. 	<ul style="list-style-type: none"> - เลือกคัดพันธุ์ที่เป็นพันธุ์พื้นเมืองจะทำให้ต้นแข็งแรง ทนทานต่อโรคให้ผลผลิตสูง - การยกแปลงปลูกเว้นทางเดินระหว่างแปลง 1 เมตร เพื่อสะดวกในการให้น้ำ ให้ปุ๋ย และเก็บเกี่ยว - การปลูกแบบหว่าน มักประสบปัญหาเกี่ยวกับการกำจัดวัชพืช ขณะที่ต้นยังเล็กอยู่ ต้องหมั่นถอนวัชพืชออกจากแปลง - การขาดน้ำจะทำให้ต้นพืชเหี่ยวเฉา แคร่แแกน ออกดอกเร็ว และตายได้ เพราะรากไม่สามารถดึงธาตุอาหารไปเลี้ยงลำต้นได้



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย
	<ul style="list-style-type: none"> - การให้น้ำ หลังจากการปลูกให้น้ำทันทีในระยะ 1-2 เดือนแรก ถ้าแดดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น หลังจากอายุ 2 เดือนให้น้ำวันเว้นวันได้ ตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ - การให้ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยรองก้นหลุมหรือรองพื้นแปลง ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักก่อนปลูก หลังปลูกประมาณ 2 เดือน ใส่ปุ๋ยประมาณ 125 กก/ไร่ โดยการหว่านให้ทั่วแปลง - การกำจัดวัชพืช กำจัดโดยการถอนออกจากแปลงปลูกหรือใช้เครื่องมือช่วยและควรทำการพรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อม - การขยายพันธุ์ เก็บเมล็ดแห้งนำมาเพาะในดินปนทราย 	<ul style="list-style-type: none"> - การใส่ปุ๋ยแบบหว่าน ต้องหว่านให้กระจายทั่วและสม่ำเสมอทั่วแปลง ประการสำคัญต้องรดน้ำทันทีอย่าให้ปุ๋ยค้ำที่ใบทำให้ใบไหม้ แบบหยอดโคน ห่างจากโคนต้นประมาณ 10 ซม. - การพรวนดินและกำจัดวัชพืช ถ้าพบต้นที่เป็นโรคโคนเน่าและรากเน่า จะมีอาการเหี่ยวต้องถอนและทำลาย - การใช้เมล็ด จะทนต่อสภาพดินฟ้า อากาศที่แห้งแล้งได้ดี
<p>9. ชะพลู</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ มี 2 ชนิดคือ 1.ชนิดต้นต้นสูงประมาณ 1-2 ฟุต ลำต้นรูปหัวใจคล้ายพลู ดอกช่อเหมือนดอกดีปลีแต่สั้น 2.ชนิดเตี้ยลักษณะ เหมือนกับชนิดต้น แต่จะมีเถาและรากเลื้อยเกาะกับต้นไม้ใหญ่ - การเตรียมดิน ดินที่ปลูกควรเป็นดินที่ปลูกพืชหมุนเวียน หรือปลูกพืชสลับกับชะพลู - การปลูก ปลูกช่วงฤดูฝนจะทำให้ผลผลิตดี ต้นเจริญงอกงามสมบูรณ์ การปลูก แบบทำค้ำสำหรับชนิดเลื้อยหรือปลูก ในแปลงแบบยกร่อง คลุมด้วยฟางแห้ง - การให้น้ำ ควรให้ด้วยระบบสปริงเกอร์ ให้น้ำสม่ำเสมอ จัดการระบบน้ำให้ต้อย่าให้แปลงปลูกแห้ง 	<ul style="list-style-type: none"> - ใช้ได้ทั้ง 2 ชนิดเพราะมีสรรพคุณทางยาเหมือนกัน - ใส่ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก เพื่อให้ดินร่วนซุย ระบายน้ำได้ดี - การทำค้ำควรใช้เสาไม้เพื่อรากจะได้เกาะ ช่วยกันความร้อนได้ดีกว่าเสาปูน การใช้ฟางคลุมช่วยการระเหยของน้ำ ช่วยป้องกันวัชพืชและแมลง - ช่วงแรกหลังการปลูก ควรรดน้ำทุกวันหรือวันเว้นวัน เริ่มตั้งตัวได้แล้วให้ลดการให้น้ำเหลือ 2-3 วัน/ครั้งก็ได้



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทยตามคัมภีร์ภษัชย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์ภษัชย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์ภษัชย
	<ul style="list-style-type: none"> - การใส่ปุ๋ย ใส่ปุ๋ยพร้อมกับกำจัดวัชพืช ควรใส่ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือหมัก - การกำจัดวัชพืช ห้ามใช้ยากำจัดวัชพืชกับข้าพลุ ใช้แรงงานถอนออกจากแปลง ปัญหาแมลงรบกวนไม่ค่อยพบ - การขยายพันธุ์ ใช้เถาปักชำหรือใช้ยอดหรือไหลปักชำการใช้ยอดในการขยายพันธุ์จะได้ผลผลิตที่รวดเร็ว 	<ul style="list-style-type: none"> - การใส่ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือหมัก ช่วยในการปรับสภาพดิน ทำให้ดินโปร่งดูดซับความชื้นได้ดี - รากชะพลูค่อนข้างอ่อนแอเพียงถูกละอองยาอาจตายได้ ข้าพลุเป็นพืชสมุนไพรแมลงศัตรูพืชจึงไม่ค่อยมี - การขยายพันธุ์ควรทำในฤดูฝน ต้นที่ปลูกลงจะเจริญงอกงามได้ดี
<p>10. มะแว้งต้น</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ ยังไม่พบรายงานการวิจัยเพื่อคัดเลือกสายพันธุ์ที่ดีของมะแว้งต้น - การเตรียมดิน ปรับให้ดินร่วนซุยด้วยการไถพรวน 2 ครั้งตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์ ยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง ยกแปลงสูง 15-20 ซม. กว้าง 1-2 เมตร - การปลูก มี 2 วิธี 1.แบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทราย หว่านเมล็ดกระจายทั่วและสม่ำเสมอ 2.แบบโรยหยอดหลุม เตรียมหลุมลึกประมาณ 2.5 ซม. เกลี่ยดินกลบบางๆ มักมีปัญหาเกี่ยวกับการกำจัดวัชพืชขณะที่ต้นยังเล็ก ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น ก่อนนำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านในแปลง - การให้น้ำ หลังจากปลูกต้องให้น้ำทันทีในระยะ 1-2 เดือนแรก ถ้าแดดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น หลังจากอายุ 2 เดือนไปแล้ว ให้น้ำวันเว้นวันได้หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ - การให้ปุ๋ย ก่อนปลูกรองกันหลุม หรือรองพื้นแปลง ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก 	<ul style="list-style-type: none"> - ความยาวและจำนวนปลงขึ้นอยู่กัจำนวนเมล็ดที่เพาะ ย่อยดินให้ละเอียดใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น 1 กก/1 ตร.ม. นำเมล็ดหว่านในแปลง คลุมด้วยฟางรดน้ำทันที - การใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น ก่อนปลูกช่วยในการปรับสภาพดินดิน ทำให้ดินโปร่งดูดซับความชื้นได้ดี - การขาดน้ำหลายวันทำให้พืชเหี่ยวเฉา แคระแกน เพราะรากไม่สามารถดึงธาตุอาหารไปเลี้ยงลำต้นได้ - การใส่ปุ๋ยแบบหว่าน ต้องหว่านให้กระจายและสม่ำเสมอ แล้วรดน้ำทันทีอย่าให้ปุ๋ยค้ำที่ใบทำให้ใบไหม้แบบหยอดโคนห่างจากโคนต้น 10 ซม.แล้วขุดหลุมฝังดินกลบ



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย
	<p>หรือปุ๋ยหมัก หลังปลูกประมาณ 2 เดือน ใส่ประมาณ 125 กก/ไร่</p> <ul style="list-style-type: none"> - การกำจัดวัชพืช กำจัดโดยการถอน โดยใช้แรงงานคน ขณะกำจัดวัชพืชควรพรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อม - การขยายพันธุ์ การเพาะพันธุ์เก็บเมล็ดที่ต้นแม่ เก็บพันธุ์ไว้ในที่ร่ม สะอาด ปราศจากโรคและแมลงรบกวน 	<ul style="list-style-type: none"> - การพรวนดินเป็นการช่วยป้องกันโรคและแมลง ที่มาทำความเสียหาย ถ้าพบต้นที่เป็นโรคเน่าและรากเน่าต้องเอาออกและทำลาย - ควรขยายพันธุ์ในฤดูฝน จะทำให้ต้นที่ปลูกแข็งแรง และเจริญงอกงามได้ดี
<p>11. มะแว้งเครือ</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ ยังไม่พบรายงานการวิจัยเพื่อคัดเลือกสายพันธุ์ที่ดีของมะแว้งเครือ - การเตรียมดิน ปรับให้ดินร่วนซุย ด้วยการไถพรวน 2 ครั้งตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์ ยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง ยกแปลงสูง 15-20 ซม. กว้าง 1-2 เมตร - การปลูก มี 2 วิธี 1. แบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทราย หว่านเมล็ดกระจายทั่วและสม่ำเสมอ 2.แบบโรยหยอดหลุม เตรียมหลุมลึกประมาณ 2.5 ซม. กลี่ยดินกลบบางๆ มักมีปัญหาเกี่ยวกับการกำจัดวัชพืชขณะที่ต้นยังเล็ก ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น ก่อนนำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านในแปลง - การให้น้ำ หลังจากปลูกต้องให้น้ำทันทีในระยะ 1-2 เดือนแรก ถ้าแดดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น หลังจากอายุ 2 เดือนไปแล้วให้น้ำวันเว้นวันได้ หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ 	<ul style="list-style-type: none"> - ความยาวและจำนวนแปลงขึ้นอยู่กับจำนวนเมล็ดที่เพาะ ย่อยดินให้ละเอียดใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น 1 กก/1 ตร.ม. นำเมล็ดหว่านในแปลง คลุมด้วยฟางรดน้ำทันที - การใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น ก่อนปลูกช่วยในการปรับสภาพดินดิน ทำให้ดินโปร่งดูดซับความชื้นได้ดี - การขาดน้ำหลายวันทำให้พืชเหี่ยวเฉา แคระแกน เพราะรากไม่สามารถดึงธาตุอาหารไปเลี้ยงลำต้นได้



ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย
	<ul style="list-style-type: none"> - การใส่ปุ๋ย ก่อนปลูกรองกันหลุม หรือรองพื้นแปลง ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก หลังปลูกประมาณ 2 เดือนใส่ประมาณ 125 กก/ไร่ - การกำจัดวัชพืช กำจัดโดยการถอนโดยใช้แรงงานคน ขณะกำจัดวัชพืช ควรพรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อม - การขยายพันธุ์ การเพาะพันธุ์เก็บเมล็ดที่ต้นแม่ เก็บพันธุ์ไว้ในที่ร่ม สะอาดปราศจากโรคและแมลงรบกวน 	<ul style="list-style-type: none"> - การใส่ปุ๋ยแบบหว่าน ต้องหว่านให้กระจายและสม่ำเสมอ แล้วรดน้ำทันทีอย่าให้ปุ๋ยค้ำที่ใบทำให้ใบไหม้แบบหยอดโคนห่างจากโคนต้น 10 ซม. แล้วขุดหลุมฝังดินกลบ - การพรวนดินเป็นการช่วยป้องกันโรคและแมลง ที่มาทำความเสียหาย ถ้าพบต้นที่เป็นโรคเน่าและรากเน่าต้องเอาออกและทำลาย - ควรขยายพันธุ์ในฤดูฝน จะทำให้ต้นที่ปลูกแข็งแรง และเจริญงอกงามได้ดี
<p>12. มะเขือขึ้น</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - การคัดพันธุ์ ยังไม่พบรายงานการวิจัยเพื่อคัดเลือกสายพันธุ์ที่ดีของมะเขือต้น - การเตรียมดิน ปรับให้ดินร่วนซุยด้วยการไถพรวน 2 ครั้งตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์ ยกร่องแปลงเพื่อป้องกันน้ำท่วมขัง ยกแปลงสูง 15-20 ซม. กว้าง 1-2 เมตร - การปลูก มี 2 วิธี 1. แบบหว่าน นำเมล็ดมาผสมทราย หว่านเมล็ดกระจายทั่วและสม่ำเสมอ 2.แบบโรยหยอดหลุม เตรียมหลุมลึกประมาณ 2.5 ซม. เกลี่ยดินกลบบางๆ มักมีปัญหาเกี่ยวกับการกำจัดวัชพืชขณะที่ต้นยังเล็ก ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น ก่อนนำเมล็ดที่เตรียมไว้หว่านในแปลง - การให้น้ำ หลังจากปลูกต้องให้น้ำทันทีในระยะ 1-2 เดือนแรก ถ้าแดดจัดควรให้น้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น หลังจากอายุ 2 เดือนไปแล้ว ให้น้ำวันเว้นวันได้หรือตามความเหมาะสมและสภาพอากาศ 	<ul style="list-style-type: none"> - ความยาวและจำนวนแปลงขึ้นอยู่กับจำนวนเมล็ดที่เพาะ ย่อยดินให้ละเอียดใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น 1 กก/1 ตร.ม. นำเมล็ดหว่านในแปลง คลุมด้วยฟางรดน้ำทันที - การใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก รองพื้น ก่อนปลูกช่วยในการปรับสภาพดินดิน ทำให้ดินโปร่งดูดซับความชื้นได้ดี - การขาดน้ำหลายวันทำให้พืชเหี่ยวเฉา แคระแกน เพราะรากไม่สามารถดึงธาตุอาหารไปเลี้ยงลำต้นได้ - การใส่ปุ๋ยแบบหว่าน ต้องหว่านให้กระจายและสม่ำเสมอ แล้วรดน้ำทันทีอย่าให้ปุ๋ยค้ำที่ใบทำให้ใบไหม้แบบหยอดโคนห่างจากโคนต้น 10 ซม. แล้วขุดหลุมฝังดินกลบ

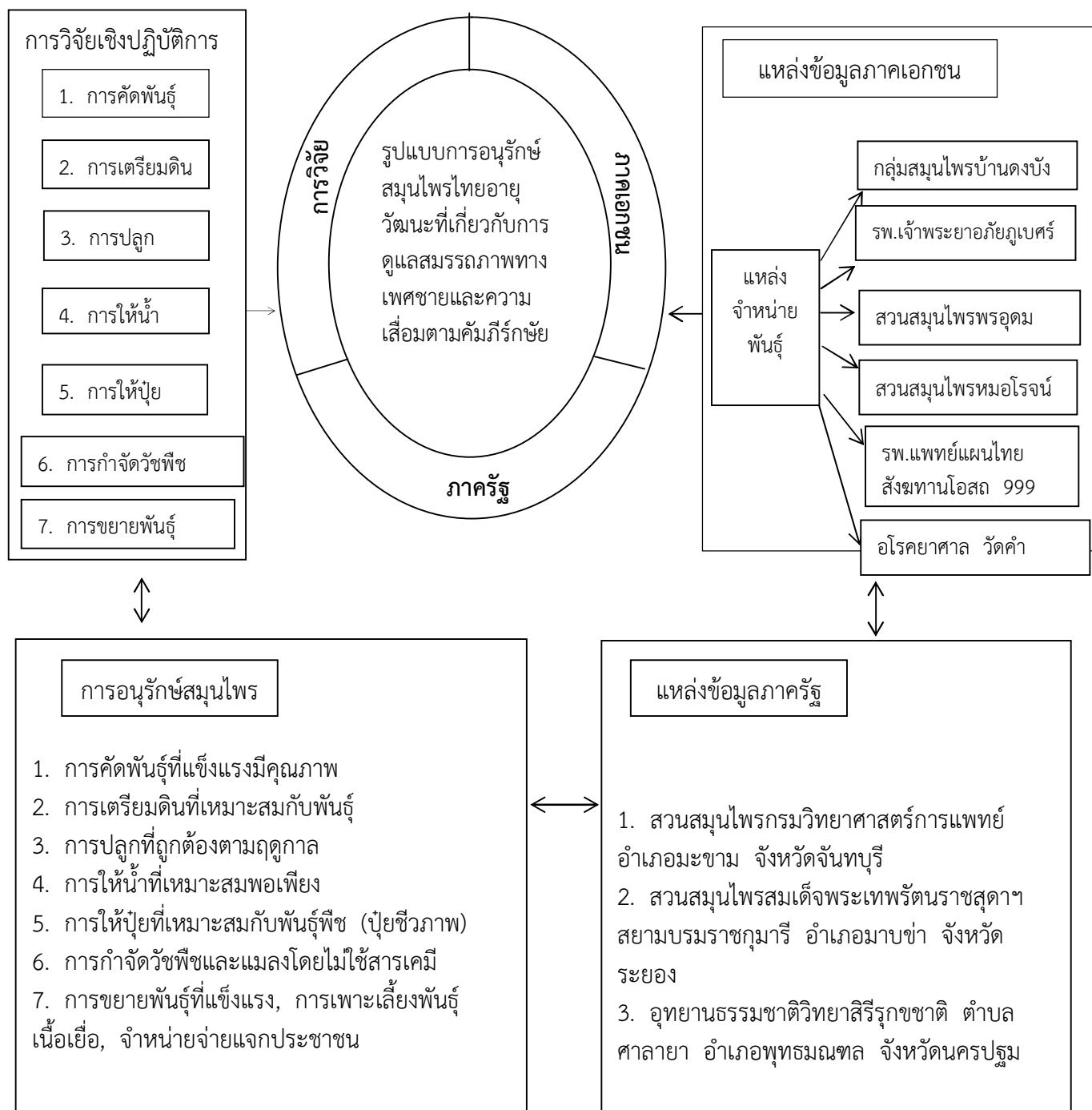


ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อสมุนไพรไทย ตามคัมภีร์กษัย	การวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย	แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยตามคัมภีร์กษัย
	<ul style="list-style-type: none"> - การให้ปุ๋ย ก่อนปลูกรองกันหลุม หรือ ร่องพื้นแปลง ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมัก หลังปลูกประมาณ 2 เดือนใส่ประมาณ 125 กก/ไร่ - การกำจัดวัชพืช กำจัดโดยการถอน โดยใช้แรงงานคน ขณะกำจัดวัชพืชควรพรวนดินเข้าโคนต้นไปพร้อม - การขยายพันธุ์ การเพาะพันธุ์เก็บเมล็ดที่ต้นแม่ เก็บพันธุ์ไว้ในที่ร่ม สะอาด ปราศจากโรคและแมลงรบกวน 	<ul style="list-style-type: none"> - การพรวนดินเป็นการช่วยป้องกันโรคและแมลง ที่มาทำความเสียหาย ถ้าพบต้นที่เป็นโรคเน่าและรากเน่าต้องเอาออกและทำลาย - ควรขยายพันธุ์ในฤดูฝน จะทำให้ต้นที่ปลูกแข็งแรง และเจริญงอกงามได้ดี



รูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชาย
และความเสื่อมตามคัมภีร์เกษีย มีรูปแบบดังภาพประกอบ 78



ภาพประกอบ 78 รูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์เกษีย



ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากตอนที่ 1 ตอนที่ 2 และตอนที่ 3 มาทำการวิเคราะห์ปัญหาการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาและวิเคราะห์แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษา แล้วทำการร่างรูปแบบ (โมเดล) ได้นำเข้าสู่เวทีเชิงปฏิบัติการ เมื่อวันที่ 26 เดือนมกราคม พ.ศ. 2559 ที่หอประชุมเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ผู้เข้าประชุมจำนวน 20 คน ประกอบด้วย เจ้าหน้าที่รัฐ 5 คน ผู้นำชุมชน 5 คน เกษตรกร 5 คน และหมอฟันบ้าน 5 คน ที่ประชุมมีการอภิปรายกันอย่างกว้างขวางถึงแง่มุมของปัญหาการอนุรักษ์ และแนวทางการอนุรักษ์ที่เหมาะสม อาจจะทำให้เกิดความยั่งยืนของสมุนไพรรักษาไทย โดยมีให้สัญญา ไปจากประเทศไทย และสามารถนำไปผลิตเป็นยารักษาโรคสำคัญของสังคมรวมอาการลดการนำเข้ายาจากต่างประเทศ ผลสรุปจากที่ประชุมได้รูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ดังนี้

รายละเอียดประกอบรูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย สามารถอธิบายองค์ประกอบของรูปแบบแต่ละองค์ประกอบได้ดังต่อไปนี้

1. ผลสรุปจากการวิจัยเชิงปฏิบัติการ

1.1 การคัดพันธุ์ พันธุ์ที่จะปลูกควรจะต้องตรงตามความต้องการ ของการรักษาโรคตามคัมภีร์กษัย และต้องให้ปริมาณโอสธ สารสำคัญที่ใช้ทำยาได้อย่างสมบูรณ์ การตรวจสอบชื่อและลักษณะประจำพันธุ์ที่ถูกต้อง ไม่มีการปะปนของพันธุ์ที่ไม่ได้มาตรฐาน หรือพันธุ์ที่ไม่ต้องการปลอดจากศัตรูพืช โรคหรือแมลง ควรเป็นพันธุ์ที่นิยมปลูก เจริญเติบโตได้ดี และคุ้มค่า

1.2 การเตรียมดิน ดินที่จะใช้ปลูกสมุนไพรรักษาควรมีขนาดความกว้าง ยาว ของที่ดินเป็นอย่างไร หากที่ดินมีขนาดกว้าง มีต้นไม้อื่นๆ ขึ้นต้องตัดต้นไม้ขึ้นออกไป หากมีวัชพืชขึ้นปกคลุมจะต้องเอาวัชพืชขึ้นนั้นออกไปด้วย เพราะเมื่อปลูกสมุนไพรรักษาได้มาแย่งอาหาร แย่งแสงแดด และสายลม ที่เป็นประโยชน์ต่อสมุนไพรรักษา

1.3 การปลูก หลังจากการเตรียมดินดีแล้ว พร้อมทั้งจะปลูกสมุนไพรรักษา เตรียมขุดหลุมปลูก ดูพืชที่เราจะปลูกว่ามีขนาดต้นเล็ก กลาง หรือขนาดใหญ่ ตามที่ขุดหลุมเอาไว้ เมื่อขุดหลุมแล้วตากดินเอาไว้ เมื่อตากดินได้ที่แล้วนำไปยุดอก ยุดินหรือยุดินหมัก มาคลุกเคล้าผสมกับดินที่ขุดขึ้นมาเสียก่อน แล้วรดน้ำให้ชุ่มพอสมควร นำต้นกล้าสมุนไพรรักษาไปปลูก แต่ต้องระมัดระวังอย่าให้เกิดการ กระทบชอกช้ำ

1.4 การให้น้ำ น้ำถือว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการปลูกสมุนไพรรักษา ถ้าไม่มีน้ำถือว่าไม่สามารถทำการปลูกสมุนไพรรักษาได้เลย ส่วนใหญ่อาศัยน้ำจากน้ำฝน น้ำตามลำคลองหนองบึง หรือน้ำบาดาล น้ำที่ใช้บริโภคหรือทำการเกษตรควรเป็นน้ำที่มีคุณภาพเหมาะสม ไม่มีสิ่งเจือปน ส่วนใหญ่มาจากแหล่งน้ำตามธรรมชาติ มักจะไม่ค่อยมีปัญหาในการปลูกสมุนไพรรักษา ได้แก่น้ำฝน ให้น้ำอย่างสม่ำเสมอตามความเหมาะสม โดยปกติควรให้น้ำวันละ 1 ครั้งไม่ควรให้น้ำมากเกินไป

1.5 การให้ปุ๋ย ปุ๋ยเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเจริญเติบโตของสมุนไพรรักษา ปุ๋ยมีหน้าที่เพิ่มผลผลิต และคุณภาพในการปรับปรุงดิน การให้ปุ๋ยจะมีผลต่อปริมาณโอสธสารสำคัญ และทำให้สมุนไพรรักษาคุณภาพมากขึ้น การให้ปุ๋ยที่ดีปกติจะใส่ก่อนปลูก โดยการรองก้นหลุมด้วยปุ๋ยดอกหรือปุ๋ยอินทรีย์ การให้ปุ๋ยควรให้อย่างสม่ำเสมอ 1-2 เดือนต่อครั้ง



1.6 การกำจัดวัชพืช วัชพืชคือพืชอื่นๆ ที่เราไม่ต้องให้มันขึ้นในแปลงสมุนไพรของเรา แต่มันขึ้น วัชพืชทนความร้อน ทนฝน ทนหนาว และขยายพันธุ์ออกลูกหลานได้มาก วัชพืชแย่งน้ำ อาหาร และแสงแดด ทำให้สมุนไพรที่เราปลูกเจริญเติบโตช้า ไม่แข็งแรง แมลงต่างๆ ชอบหลบซ่อนอยู่กับวัชพืช รวมทั้งเชื้อโรคต่างๆ ด้วย วัชพืชทำความเสียหายแก่สมุนไพรทั้งทางตรงและทางอ้อม ทำให้ผลผลิตลดลงสมุนไพรโตช้า คุณภาพของผลผลิตสมุนไพรลดลง

1.7 การขยายพันธุ์พืชสมุนไพร หมายถึง การเพิ่มจำนวนต้นสมุนไพร และพันธุ์ที่มีอยู่ ให้เพิ่มมากขึ้น โดยไม่ได้นำมาจากที่อื่น ทั้งยังคงพันธุ์ในด้านลักษณะ คุณสมบัติและคุณภาพที่ดีไว้ ให้เหมือนเดิม หรือให้ดียิ่งขึ้นไปด้วย การขยายพันธุ์พืชสมุนไพร ต้องรักษาพันธุ์ดั้งเดิมหรือพันธุ์พื้นเมืองไม่ให้สูญพันธุ์ หรือปรับปรุงพืชสมุนไพรใหม่ให้ดีขึ้นกว่าเดิม โดยการหาพันธุ์สมุนไพรในแต่ละชนิด แต่ละพันธุ์ต้องทนต่อโรค เป็นการเพิ่มจำนวนสมุนไพรให้มากขึ้น

2. การอนุรักษ์สมุนไพร

ผู้วิจัยได้ร่วมกับเกษตรกรเพื่อทำการทดลอง ซึ่งเป็นการแลกเปลี่ยนและเรียนรู้การส่งเสริม เพื่อการขยายพันธุ์ให้เพิ่มมากขึ้น

2.1 การคัดเลือกพันธุ์ที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมในท้องถิ่น เพราะพันธุ์พื้นบ้านจะมีความต้านทานต่อโรคและแมลง ดีกว่าพันธุ์จากต่างถิ่น พันธุ์พื้นบ้านมีความอดทนและเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมของพื้นที่ การที่เราเลือกใช้พันธุ์ในท้องถิ่น ซึ่งมักจะต้านทานต่อโรคและแมลงที่ระบอบมากในพื้นที่นั้นๆ แล้ว ความจำเป็นในการใช้ปัจจัย การปลูกจากภายนอกเพื่อควบคุมและกำจัดแมลงและโรคก็จะลดลง รวมทั้งเป็นการลดค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาอีกด้วย

2.2 การเตรียมดินที่จะใช้ปลูกสมุนไพร ขึ้นแรกต้องปลูกพืชบำรุงดิน หรือปุ๋ยพืชสด เช่นปลูกพืชอบเลื้อยในแปลงที่จะปลูก เมื่อพืชอบโตเต็มที่แล้วเก็บเมล็ดพืชอบไว้ทำพันธุ์ ใช้รถแทรกเตอร์ไถพรวนดินกลบต้นพืชอบไว้เป็นอาหารบำรุงดินแก่ต้นสมุนไพร พร้อมกันนั้นควรใส่ปุ๋ยคอกหรือเศษใบไม้ เช่น ก้ามปู หรือปุ๋ยอินทรีย์ลงไปด้วยก็ได้

2.3 การปลูกควรปลูกในเวลาพลบค่ำ เพราะแสงแดดในเวลากลางวันจะร้อน อาจทำให้ต้นสมุนไพรเหี่ยวเฉา และตายในที่สุดเพราะต้องแสงแดดมากเกินไป การปลูกตามขั้นตอนดังกล่าว จะทำให้ ต้นสมุนไพรได้รับน้ำอย่างเต็มที่ ขณะเดียวกันแสงแดดก็ไม่มีเลย ทำให้ต้นสมุนไพรที่ปลูก สดชื่น พืชตัวเร็ว และเจริญงอกงามอย่างสมบูรณ์เต็มที่

2.4 การให้น้ำต้องดูว่าสมุนไพรแต่ละชนิด มีความต้องการน้ำมากน้อยเพียงใด แต่โดยปกติควรให้น้ำวันละ 1 ครั้งไม่ควรให้น้ำมากเกินไป หมั่นสังเกตไม่ให้แปลงปลูกสมุนไพรแห้งเกินไป ถ้าแห้งต้องรีบให้น้ำทันที ประการสำคัญต้องให้น้ำจนกว่าสมุนไพรที่ปลูกใหม่จะตั้งตัวได้

2.5 การให้ปุ๋ย การให้ปุ๋ยแก่ต้นสมุนไพรควรทำแบบเกษตรธรรมชาติ เช่นมูลวัว มูลควาย ชี้เถ้ากลบ หรือใบไม้แห้งๆ ใส่ลงดินทำให้ดินมีความชุ่มชื้น อากาศถ่ายเทได้สะดวก ดินมีความร่วนซุย ทำให้สมุนไพรมีการเจริญเติบโตได้ดี แข็งแรงป้องกันโรคและแมลงได้อีกด้วย

2.6 บางครั้งวัชพืชที่เกิดขึ้นเนื่องจากการปลอมปนของเมล็ดวัชพืชที่มากับสมุนไพร หรือกับการใส่ปุ๋ย วัชพืชบางชนิดมีพิษเป็นอันตรายต่อคนและสัตว์ ต้องหมั่นดูแลและเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดในการกำจัดวัชพืช ควรใช้วิธีถอนด้วยแรงงานคนหรือใช้จอบ เสียม ในการกำจัดวัชพืช เวลากำจัดวัชพืชต้องระมัดระวังอย่าให้กระทบกระเทือนต่อต้นสมุนไพร



2.7 การขยายพันธุ์พืชสมุนไพร ต้องรักษาพันธุ์ดั้งเดิมหรือพันธุ์พื้นเมืองไม่ให้สูญพันธุ์ หรือปรับปรุงพืชสมุนไพรใหม่ให้ดีขึ้นกว่าเดิม โดยการหาพันธุ์สมุนไพรในแต่ละชนิด แต่ละพันธุ์ ต้องทน ต่อโรค เป็นการเพิ่มจำนวนสมุนไพรให้มากขึ้น

3. ภาคเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์สมุนไพร

ผู้วิจัยได้ไปศึกษาเก็บข้อมูลจากภาคเอกชนที่มีหน้าที่เกี่ยวกับเรื่องนี้ ผลการวิจัยพบว่า มีภาคเอกชนที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการอนุรักษ์และขยายพันธุ์ ดังนี้

3.1 กลุ่มสมุนไพรบ้านดงบัง แหล่งเรียนรู้การปลูกสมุนไพรในระบบเกษตรอินทรีย์ ตำบลชีเหล็ก อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี

3.2 โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร ตำบลท่างาม อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี

3.3 สวนสมุนไพรพรอุดม ดร.อุดม ลอดห้วน ทำการเกษตรด้วยการปลูกพืชแบบผสมผสาน 122/77 หมู่ 4 ตำบลพลูตาหลวง อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี

3.4 สวนสมุนไพรหมอโรจน์ การทำกิจกรรมธรรมชาติไร้สารพิษ ตำบลมาบข่า อำเภอนิคมน้ำจืด จังหวัดระยอง

3.5 โรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999 ศูนย์การแพทย์แผนไทย โดย หลวงพ่อสนอง กตปุญโญ เจ้าอาวาส ใช้สมุนไพรในการรักษาโรค ตั้งอยู่ที่วัดสังฆทาน ตำบลบางไผ่ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี

3.6 อโรคยศาล วัดคำประมง สถานบำบัดโรคเมื่งด้วยสมุนไพรไทย โดย อาจารย์ ปพนพัชร จิระธัมโม เจ้าอาวาสวัด ตั้งอยู่ที่ 20 หมู่ 4 ตำบลสว่าง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร

4. ภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์สมุนไพร

ผู้วิจัยได้ไปศึกษาเก็บข้อมูลจากภาครัฐที่มีหน้าที่เกี่ยวกับเรื่องนี้ ผลการวิจัยพบว่า มีภาครัฐที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการอนุรักษ์และขยายพันธุ์ ดังนี้

4.1 สวนสมุนไพรกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ เป็นระบบนิเวศวิทยาต้านสมุนไพรเป็นหลัก แนวทางแพทย์แผนไทยด้วยการนำสมุนไพรมาผลิตรักษาตามแบบภูมิปัญญาในท้องถิ่น สวนสมุนไพรกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ อาจารย์จตุรจิตต์ จำเริญ อายุ 45 ปี ตำบลอ่างศิระ อำเภอมะขาม จังหวัดจันทบุรี

4.2 สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เป็นสถานที่ท่องเที่ยวของคนในจังหวัดระยอง และยังเป็นศูนย์รวมของสมุนไพรที่หายากเพื่อการศึกษาอีกด้วย ตั้งอยู่ที่ถนนทางหลวงหมายเลข 3191 ตำบลมาบข่า อำเภอนิคมน้ำจืด จังหวัดระยอง

4.3 อุทยานธรรมชาติวิทยาสีรุกขชาติ เป็นแหล่งอนุรักษ์พันธุ์พืชสมุนไพรไทย สำหรับการศึกษา วิจัย พัฒนาและการเรียนรู้ โดยเฉพาะสำหรับนักศึกษาเภสัชศาสตร์ ตั้งอยู่ที่มหาวิทยาลัยมหิดล ถนนพุทธมณฑลสาย 4 ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม

การขยายพันธุ์แบบการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อสมุนไพร เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในกระบวนการคัดเลือกและขยายพันธุ์สมุนไพร ที่หายากและสามารถเพิ่มจำนวนต้นสมุนไพรได้มากขึ้น และรวดเร็ว ที่มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เขตบางเขน กรุงเทพฯ



สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปการวิจัยการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชาย และความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัย ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และการวิจัยเชิงปฏิบัติการซึ่งเป็นการทดลองปลูกสมุนไพรไทยอายุวัฒนะ ร่วมกับเกษตรกรเพื่อสนับสนุนส่งเสริมให้เกษตรกรมีการขยายพันธุ์ ใช้วิธีเก็บข้อมูลหลากหลายรูปแบบ เพื่อให้เกิดการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัย ผู้วิจัยมีวิธีดำเนินการและเก็บข้อมูลตามความมุ่งหมาย

1. เพื่อศึกษาภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัย
2. เพื่อศึกษาปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัย
3. เพื่อศึกษารูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัย

มีผลสรุปดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัย

เป็นการศึกษาทั้งจากเอกสาร และข้อมูลจากการศึกษาชุมชนในพื้นที่ศึกษาการสัมภาษณ์ การสังเกต และการสนทนากลุ่ม ในกลุ่มผู้รู้ กลุ่มผู้ปฏิบัติ และกลุ่มที่เกี่ยวข้องทั่วไป ในพื้นที่และหน่วยศึกษาการวิเคราะห์ข้อมูล ได้ข้อสรุปสอดคล้องกันว่าชุมชนในเขตเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ดำเนินชีวิตโดยใช้สมุนไพรที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายตามคัมภีร์ภษัย 12 ชนิด ได้แก่ พริกไทย หญ้าแห้วหมู บอระเพ็ด กระชาย ชิงแห้ง กระเทียม ดีปลี โด่ไม่รู้ล้ม เจตมูลเพลิง ชะพลู มะแว้งต้น มะแว้งเครือ มะเขือขึ้นรักษาสุขภาพเบื้องต้นและการประกอบอาหารมาตั้งแต่อดีต และยังปฏิบัติจนถึงปัจจุบัน คนในชุมชนต่างมีจิตใจที่โอบอ้อมอารี อยู่กันอย่างสันติ มีสิ่งใดมักช่วยเหลือกัน แบ่งปันกัน ใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย โดยพึงพาธรรมชาติมีการเก็บของป่านำมาเป็นอาหารเพื่อการบริโภค ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพกสิกรรม นับถือศาสนา ยึดหลักศาสนาเป็นที่พึ่งทางใจ นอกจากนี้ยังมีความเชื่อทางไสยศาสตร์ ทรงเจ้าเข้าผี สิ่งเร้นลับเหนือธรรมชาติ หมอดู ฤกษ์ยาม เกี่ยวกับการปลูกเสกลงคาถาอาคม อีกทั้งมีความศรัทธา ยึดมั่นในภูมิปัญญาและคำอบรมสั่งสอนของบรรพบุรุษ สืบต่อกันมา (กสิกรรมพืชเชิงเดี่ยว ป่ายืนยง ทำให้ป่าถูกทำลาย)

ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์ภษัย มีการสืบทอดจากบรรพบุรุษด้วยวิธีท่องจำ จากตำราหรือใบลานสมุดข่อย มีการรวบรวมและแปลความหมายจากหลักฐานต่างๆ นั้น ซึ่งได้จากความรู้และประสบการณ์จากผู้สืบทอด ความรู้เกี่ยวกับ การคัดพันธุ์ การเตรียมดิน การปลูก การให้น้ำ



การให้ปุ๋ย การกำจัดวัชพืช การขยายพันธุ์ตั้งนั้นบุคลากรผู้รู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัยควรแก่การส่งเสริมและให้มีบทบาทสำคัญแก่ชุมชนและสังคม สรุปภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา ณเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ในภาพรวมตามลำดับดังนี้

ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ของคนในชุมชนเทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ยังคงยึดถือคำสั่งสอนจากบรรพบุรุษ ว่าแต่ก่อนชายป่าในชุมชน ซึ่งอยู่ไม่ไกลจากเขตเทศบาลเชียงใหม่ ออกมไปด้วยป่าไม้และสัตว์ พืชสมุนไพรมากมายหลายร้อยหลายพันชนิดไม่ต้องไปหาซื้อที่ไหน จากการสืบทอดประสบการณ์จากบรรพบุรุษ ทำให้เขารู้ว่าสมุนไพรรักษาแต่ละชนิด มีการเก็บเวลาใด ฤดูกาลใด เก็บส่วนไหน ราก, หัว, ต้น, กะพี้, แก่น, เปลือก, ใบ, ดอก, เกสร, ผล, เมล็ด อีกทั้งรูป สี, กลิ่น, รส เพื่อนำมาปรุงเป็นยาในการรักษาดูแลสุขภาพ ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะได้รับการสืบทอดจากบรรพบุรุษ และการนำไปใช้ประโยชน์ โดยบูรณาการศาสตร์ของความเชื่อเกี่ยวกับการอนุรักษ์ ตามภูมิปัญญาอย่างชาญฉลาดและประสบการณ์จากการสัมภาษณ์หมอพื้นบ้าน และการสนทนากลุ่มของประชาชน พบว่าการจะอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย จำเป็นต้องดำเนินการตามหลักวิชาการของขั้นตอนแต่ละอย่าง ประกอบด้วย การคิดพันธุ์ การเตรียมดิน การปลูก การให้น้ำ การให้ปุ๋ย การกำจัดวัชพืช/แมลง และการขยายพันธุ์ เขตพื้นที่ตัวอย่างการศึกษาโครงการเรียนรู้วัฒนธรรมสมุนไพรรักษาสุขภาพ ตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. การคิดพันธุ์ พันธุ์ที่จะปลูกควรจะต้องตรงตามความต้องการ ของการรักษาโรคตามคัมภีร์กษัย และต้องให้ปริมาณโอสถ สารสำคัญที่ใช้ทำยาได้อย่างสมบูรณ์ การตรวจสอบชื่อและลักษณะประจำพันธุ์ที่ถูกต้อง ไม่มีการปะปนของพันธุ์ที่ไม่ได้มาตรฐาน หรือพันธุ์ที่ไม่ต้องการ ปลอดภัย ศัตรูพืช โรคหรือแมลง ควรเป็นพันธุ์ที่นิยมปลูก เจริญเติบโตได้ดีและคุ้มค่า การคัดเลือกพันธุ์ที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมในท้องถิ่น เพราะพันธุ์พื้นบ้านจะมีความต้านทานต่อโรคและแมลง ดีกว่าพันธุ์จากต่างถิ่น พันธุ์พื้นบ้านมีความอดทนและเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมของพื้นที่ การที่เราเลือกใช้พันธุ์ในท้องถิ่น ซึ่งมักจะต้านทานต่อโรคและแมลง ที่ระบาดมากในพื้นที่นั้นๆ แล้ว ความจำเป็นในการใช้ปัจจัย การปลูกจากภายนอกเพื่อควบคุมและกำจัดแมลงและโรคก็จะลดลง รวมทั้งเป็นการลดค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาอีกด้วย

2. การเตรียมดิน ดินที่จะใช้ปลูกสมุนไพรรักษาอายุวัฒนะควรมีขนาดความกว้าง ยาว ของที่ดินเป็นอย่างไร หากที่ดินมีขนาดกว้าง มีต้นไม้อื่นๆ ขึ้นต้องตัดต้นไม้เหล่านั้นออกไป หากมีวัชพืชขึ้นปกคลุมจะต้องเอาวัชพืชนั้นออกไปด้วย เพราะเมื่อปลูกสมุนไพรรักษาอายุวัฒนะได้มาแย่งอาหาร แย่งแสงแดด และสายลมที่เป็นประโยชน์ต่อสมุนไพรรักษาอายุวัฒนะ การเตรียมดินที่จะใช้ปลูกสมุนไพรรักษาอายุวัฒนะขั้นแรกต้องปลูกพืชบำรุงดิน เช่นปอเทืองลงในแปลงที่จะปลูก เมื่อปอเทืองโตเต็มที่แล้วเก็บเมล็ดปอเทืองไว้ทำพันธุ์ ใช้รดแทรกเตอร์ไถพรวนดินกลบต้นปอเทืองไว้เป็นอาหารบำรุงดินแก่ต้นสมุนไพรรักษาอายุวัฒนะพร้อมกันนั้นควรใส่ปุ๋ยคอกหรือเศษใบไม้ เช่นก้ามปู หรือปุ๋ยอินทรีย์ลงไปด้วยก็ได้



3. การปลูก หลังจากการเตรียมดินดีแล้ว พร้อมทั้งจะปลูกสมุนไพร เตรียมชุดหลุมปลูกดูพืชที่เราจะปลูกว่ามีขนาดต้นเล็ก กลาง หรือขนาดใหญ่ ตามที่ชุดหลุมเอาไว้ เมื่อชุดหลุมแล้วตากดินเอาไว้ เมื่อตากดินได้ที่แล้วนำปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก มาคลุกเคล้าผสมกับดินที่ชุดขึ้นมาเสียก่อน แล้วรดน้ำให้ชุ่มพอสมควร นำต้นกล้าสมุนไพรลงปลูก แต่ต้องระมัดระวังอย่าให้เกิดการชอกช้ำ โดยนำพันธุ์สมุนไพรออกจากถุงที่เพาะชำเอาไว้ด้วยความระมัดระวัง อย่าให้รากกระเทือนหรือฉีกขาด เนื่องจากต้นกล้ายังอ่อนแออยู่ ถ้าเราชุดจากแปลงเพาะต้องชุดขึ้นมาอย่าให้รากขาด การชุดต้องมีดินติดรากขึ้นมาให้มากที่สุด สมุนไพรที่นำมาปลูกจากกระถาง เวลาจะเอาออกจากกระถางเพื่อปลูกให้นำน้ำรดจนชุ่มมากๆ ห้ามทุบกระถางทิ้ง จากนั้นใช้มือประคองกระถางแล้วคว่ำลง ดินในกระถางจะหลุดออกมาได้ง่าย แล้วรีบนำไปปลูกในหลุมที่เตรียมไว้โดยเร็ว ส่วนสมุนไพรที่อยู่ในถุงพลาสติกเพาะชำ เวลาจะปลูกต้องเอามือกรีดถุงพลาสติกออกไป แล้วนำไปลงหลุมปลูกทันที

การปลูกสมุนไพรต้องวางต้นสมุนไพรลงตรงกลางหลุม โดยใช้ปุ๋ยคอก ปุ๋ยอินทรีย์ หรือปุ๋ยหมัก รองกันหลุมสูงให้ระดับบรากและลำต้นให้เหมาะกับปากหลุม เสร็จแล้วกลบดินให้แน่นแล้วใช้มือกดให้แน่นพอสมควร ความพูนดินให้เป็นโคกสูงเพื่อป้องกันน้ำขัง หาเศษฟางแห้งคลุมดินเอาไว้รอบๆ โคนต้นสมุนไพรที่ปลูกเพื่อป้องกันลมพัด ทำให้ต้นโยกคลอน หาไม้ปักทำเป็นเสาแล้วผูกเชือก เพื่อไม่ให้กระแสนลมพัดต้นสมุนไพรไปมาได้การปลูกควรปลูกในเวลาพลบค่ำ เพราะแสงแดดในเวลากลางวันจะร้อน อาจทำให้ต้นสมุนไพรเหี่ยวเฉา และตายในที่สุดเพราะต้องแสงแดดมากเกินไป การปลูกตามขั้นตอนดังกล่าว จะทำให้ต้นสมุนไพรได้รับน้ำอย่างเต็มที่ ขณะเดียวกันแสงแดดก็ไม่มีเลยทำให้ต้นสมุนไพรที่ปลูก สดชื่น พื้่นตัวเร็ว และเจริญงอกงามอย่างสมบูรณ์เต็มที่

4. การให้น้ำ น้ำถือเป็นปัจจัยสำคัญในการปลูกสมุนไพร ถ้าไม่มีน้ำถือว่าไม่สามารถทำการปลูกสมุนไพรได้เลย ส่วนใหญ่อาศัยน้ำจากน้ำฝน น้ำตามลำคลองหนองบึง หรือน้ำบาดาล น้ำที่ใช้บริโภคหรือทำการเกษตรควรเป็นน้ำที่มีคุณภาพเหมาะสม ไม่มีสิ่งเจือปน ส่วนใหญ่มาจากแหล่งน้ำตามธรรมชาติ มักจะไม่ค่อยมีปัญหาในการปลูกสมุนไพร ได้แก่ น้ำฝน ถึงแม้จะมีสิ่งปะปนบ้าง หรือกรดเล็กน้อยแต่ก็ถือว่ามีความปลอดภัยกว่าแหล่งน้ำอื่นๆ ควรเลือกใช้ระบบให้น้ำที่มีประสิทธิภาพสูง มีน้ำเพียงพอสามารถให้น้ำได้สม่ำเสมอ ตามความเหมาะสม การให้น้ำต้องดูว่าสมุนไพรแต่ละชนิดมีความต้องการน้ำมากน้อยเพียงใด แต่โดยปกติควรให้น้ำวันละ 1 ครั้งไม่ควรให้น้ำมากเกินไป หมั่นสังเกตไม่ให้แปลงปลูกสมุนไพรแห้งเกินไป ถ้าแห้งต้องรีบให้น้ำทันที ประการสำคัญต้องให้น้ำจนกว่าสมุนไพรที่ปลูกใหม่จะตั้งตัวได้

5. การให้ปุ๋ย ปุ๋ยเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเจริญเติบโตของสมุนไพร ปุ๋ยมีหน้าที่เพิ่มผลผลิต และคุณภาพในการปรับปรุงดิน การให้ปุ๋ยจะมีผลต่อปริมาณโอสโตสารสำคัญ และทำให้สมุนไพรมีคุณภาพมากขึ้น การให้ปุ๋ยที่ดีปกติจะใส่ก่อนปลูก โดยการรองกันหลุมด้วยปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยอินทรีย์ การให้ปุ๋ยควรให้อย่างสม่ำเสมอ 1-2 เดือนต่อครั้ง โดยดูจากสมุนไพรที่ปลูกใส่แบบระหว่างต้น หรือใส่รอบๆ โคนต้นหรือบริเวณทรงพุ่มของต้นสมุนไพรก็ได้ ปุ๋ยอินทรีย์เป็นปุ๋ยที่เหมาะสมกับสมุนไพรอย่างมาก มีธาตุอาหารปริมาณไม่สูงมากนัก แร่ธาตุแต่ละตัวมีประโยชน์ต่อสมุนไพรอย่างช้าๆ สม่ำเสมอ และยังช่วยให้ดินอุ้มน้ำได้ดีอีกด้วย การให้ปุ๋ยแก่ต้นสมุนไพรควรทำแบบเกษตรธรรมชาติ เช่นมูลวัว มูลควาย ชี้เถ้าแกลบ หรือใบไม้แห้งๆ ใส่ลงดินทำให้ดินมีความชุ่มชื้น อากาศถ่ายเทได้สะดวก ดินมีความร่วนซุย ทำให้สมุนไพรมีการเจริญเติบโตได้ดี แข็งแรงป้องกันโรคและแมลงได้อีกด้วย



6. การกำจัดวัชพืช วัชพืชคือพืชอื่นๆ ที่เราไม่ต้องให้มันขึ้นในแปลงสมุนไพรของเราแต่ มันขึ้น วัชพืชทนความร้อน ทนฝน ทนหนาว และขยายพันธุ์ออกลูกหลานได้มาก วัชพืชแย่งน้ำ อาหาร และแสงแดด ทำให้สมุนไพรที่เราปลูกเจริญเติบโตช้า ไม่แข็งแรง แมลงต่างๆ ชอบหลบซ่อน อยู่กับวัชพืช รวมทั้งเชื้อโรคต่างๆ ด้วย วัชพืชทำความเสียหายแก่สมุนไพรทั้งทางตรงและทางอ้อม ทำให้ผลผลิตลดลงสมุนไพรโตช้า คุณภาพของผลผลิตสมุนไพรลดลง

การกำจัดวัชพืชในแปลงสมุนไพร บางครั้งวัชพืชที่เกิดขึ้นเนื่องจากการปลอมปนของ เมล็ดวัชพืชที่มากับสมุนไพร หรือกับการใส่ปุ๋ย วัชพืชบางชนิดมีพิษเป็นอันตรายต่อคนและสัตว์ ต้องหมั่นดูแลและเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดในการกำจัดวัชพืช ควรใช้วิธีถอนด้วยแรงงานคนหรือใช้จอบ เสียม ในการกำจัดวัชพืชเวลากำจัดวัชพืชต้องระมัดระวังอย่าให้กระทบกระเทือนต่อต้นสมุนไพร เนื่องจากมีการปลอมปนของเมล็ดวัชพืช การพ่นยา การใส่ปุ๋ย และการเก็บเกี่ยวมีปัญหาและอุปสรรค มาก หากมีวัชพืชอยู่ในแปลง วัชพืชบางชนิดมีพิษอาจเป็นอันตรายต่อคนและสัตว์ได้ การกำจัดวัชพืช โดยใช้คนกวาดด้วยมือและใช้จอบ ฉะนั้นการกำจัดวัชพืชต้องดูแลและเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดเป็นพิเศษ

7. การขยายพันธุ์พืชสมุนไพร หมายถึง การเพิ่มจำนวนต้นสมุนไพร และพันธุ์ที่มีอยู่ให้ เพิ่มมากขึ้น โดยไม่ได้นำมาจากที่อื่น ทั้งยังคงพันธุ์ในด้านลักษณะ คุณสมบัติและคุณภาพที่ดีไว้ให้ เหมือนเดิม หรือให้ดียิ่งขึ้นไปด้วย การขยายพันธุ์พืชสมุนไพร ต้องรักษาพันธุ์ดั้งเดิมหรือพันธุ์พื้นเมือง ไม่ให้สูญพันธุ์ หรือปรับปรุงพืชสมุนไพรใหม่ให้ดีขึ้นกว่าเดิม โดยการหาพันธุ์สมุนไพรในแต่ละชนิด แต่ละพันธุ์ต้องทนต่อโรค เป็นการเพิ่มจำนวนสมุนไพรให้มากขึ้น

ตอนที่ 2 ปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทาง เพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

1. การคัดพันธุ์ในปัจจุบันนี้ สมุนไพรไทยนับวันจำหายากขึ้นมาก เพราะส่วนใหญ่สมุนไพร จะได้มาจากป่าธรรมชาติ แต่ป่าไม้ถูกบุกรุกมีการตัดไม้ทำลายป่าอย่างมากมาย และต่อเนื่องมีผลทำให้ สมุนไพร ลดน้อยลงหรือบางชนิดก็สูญหายไป เนื่องจากสมดุลทางธรรมชาติ เมื่อความต้องการการใช้ สมุนไพรมากขึ้น จึงทำให้เกิดการปลอมปนของสมุนไพร สมุนไพรบางชนิดมีลักษณะคล้ายกัน แต่ชื่อเรียกต่างกัน สรรพคุณทางยาต่างกัน แต่บอกว่าเป็นชนิดเดียวกัน โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์หรือด้วยความตั้งใจ หรือไม่ตั้งใจก็ตาม ซึ่งอาจเกิดจากความเสียหายแก่ผู้บริโภคได้ พบข้อมูลในพื้นที่ที่ทำวิจัย อาทิเช่น

สมุนไพรหายากขึ้นเนื่องจากความต้องการใช้สมุนไพรมีมากขึ้น แต่มีจำนวนสมุนไพรลด น้อยลง และไม่มีการปลูกทดแทนเพื่อเพิ่มจำนวนให้มากขึ้น ขาดพันธุ์พื้นเมืองของสมุนไพรที่จะนำมา ปลูก การขาดผู้รู้จักเกี่ยวกับสมุนไพรทำให้การคัดพันธุ์ที่ถูกต้อง คลาดเคลื่อนได้ เนื่องจากหมอ สมุนไพรหรือพยานป่าที่รู้จักสมุนไพร และการนำสมุนไพรมาใช้ในการรักษาโรค มีจำนวนลดน้อยถอย ลงอยู่เรื่อยๆ บางคนก็เสียชีวิตแล้ว หรือแก่เฒ่าเดินป่าไม่ไหวแล้ว คนรุ่นใหม่ไม่มีความรู้ความชำนาญ จึงเกิดปัญหาการคัดพันธุ์สมุนไพรที่ถูกต้องได้

การควบคุมคุณภาพของพันธุ์สมุนไพร ในการเก็บพันธุ์สมุนไพรจากป่าแต่ละแหล่ง มักจะมีขนาดและต้นต่างกัน อันอาจส่งผลให้โฮสต์สารที่ใช้เป็นยาต่างกัน หากขาดการควบคุมหรือการ



คัดพันธุ์ที่ดีจะมีผลต่อการปลูก บางครั้งจะมีปริมาณเชื้อรา ขนาดต้นแคระแกรน ต้นกล้าสมุนไพรมัสมบูรณ์ เป็นปัญหาต่อการปลูกได้

การขาดแคลนสายพันธุ์สมุนไพรมันดี สมุนไพรมันดีต้องมีคุณสมบัติ เจริญเติบโตได้ดี ด้านทานป้องกันโรคและแมลงได้ดี เมื่อปลูกแล้วจะได้สารสำคัญในตัวสมุนไพรมันดีครบถ้วน

ข้อมูลของการคัดพันธุ์ทั้งชนิดและปริมาณ ขาดหน่วยงานที่รับผิดชอบในการดูแล ให้คำแนะนำ ให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน ต้องมีการตรวจสอบชื่อและลักษณะพันธุ์ที่ถูกต้อง สมุนไพรมันดีที่จะนำมาปลูกต้องไม่มีการปะปนของพันธุ์สมุนไพรมันดีที่ไม่ได้มาตรฐานหรือพันธุ์ที่ไม่ต้องการ ข้อสำคัญต้องปราศจากศัตรูหรือโรคและแมลง สมุนไพรมันดีที่จะนำมาปลูกควรเป็นพันธุ์ที่นิยมปลูก เจริญเติบโตได้ดี เหมาะที่จะขยายพันธุ์ได้ดีในโอกาสต่อไป

2. การเตรียมดิน ปัญหาการเตรียมดินที่จะใช้ในการปลูกการสมุนไพรมันดี ดินที่ใช้ในการปลูกสมุนไพรมันดี นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่ง การปลูกการสมุนไพรมันดีให้ได้ผลผลิตที่ดี หรือใช้ดินเป็นมีส่วนสำคัญ หากดินมีสภาพเสื่อมโทรม การปลูกพืชสมุนไพรมันดีก็จะได้ผลเท่าที่ควร ดินในแต่ละพื้นที่โดยปกติมีลักษณะแตกต่างกัน ความเหมาะสมในแต่ละแห่งไม่เหมือนกัน บางแห่งเหมาะแก่การทำนาปลูกไม้ผล หรือปลูกพืชไร่ ดินบางบริเวณอาจมีลักษณะบางอย่าง หรือหลายอย่างไม่เหมาะแก่การปลูกสมุนไพรมันดี เช่น ดินที่มีการปลูกพืชชนิดอื่นมาเป็นระยะเวลานาน แต่ไม่มีการจัดการสภาพพื้นดินให้ถูกต้องและเหมาะสม ดินซึ่งเกิดปัญหาที่มีการเสื่อมโทรมของสภาพดิน ในการปลูกพืชสมุนไพรมันดีส่งผลให้การปลูกพืชสมุนไพรมันดีไม่เจริญเติบโต ทำให้ส่วนต่างๆ ของสมุนไพรมันดีที่เราต้องการนำไปใช้ประโยชน์ขาดคุณภาพ และสรรพคุณทางยาตกลง ในปัจจุบันสภาพของดินที่จะปลูกพืชสมุนไพรมันดีต้องประสบกับปัญหาหลาย

พื้นที่ที่ทำการวิจัย สภาพของดินแห้งแล้งขาดการบำรุง มีวัชพืชขึ้นมากมาย ดินเป็นดินทรายทำให้ทราบปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรมันดีเกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายตามคัมภีร์เกษีย ในเรื่องการเตรียมดินได้ดังนี้

สำรวจพื้นที่เบื้องต้น พื้นที่วิจัยที่จะปลูกสมุนไพรมันดี ดินมีสภาพเสื่อมโทรมขาดความอุดมสมบูรณ์ ไม่มีอินทรีย์วัตถุ ดินเป็นดินทรายแห้งแล้งจากการสัมผัสกับอนุมูลอิสระ ทิศชัย ผู้วิจัยพบว่าในพื้นที่วิจัยที่จะทำการปลูกสมุนไพรมันดี มีสภาพเสื่อมโทรมขาดความอุดมสมบูรณ์ ไม่มีอินทรีย์วัตถุ ดินเป็นดินทรายแห้งแล้ง เนื่องจากมีการปลูกมันสำปะหลังอย่างเดียวนานเป็นเวลานาน ขาดการบำรุงดินใส่ปุ๋ยเคมี ทำให้ดินมีธาตุอาหารบ้างแต่ไม่เพียงพอต่อการปลูกสมุนไพรมันดี หากจะปลูกสมุนไพรมันดีต้องปรับสภาพดินเสียก่อน

การตรวจวิเคราะห์หาแร่ธาตุในดินตามหลักวิชาการเกษตร ผู้วิจัยได้เก็บตัวอย่างดินไปตรวจเพื่อวิเคราะห์ดินหาค่าในดิน ณ ภาควิชาปฐพีวิทยา คณะเกษตร กำแพงแสน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จังหวัดนครปฐม เมื่อวันที่ 17 เมษายน 2558 และรายงานผลวันที่ 30 พฤษภาคม 2558 ตามรายงานผลค่าวิเคราะห์ดินและคำแนะนำพบว่า เป็นดินที่มีธาตุอาหารต่ำควรใช้ปุ๋ยอินทรีย์ในการบำรุงดิน

การปรับปรุงดิน

1. การปลูกปอเทือง ภายหลังจากการส่งดิน เพื่อตรวจวิเคราะห์หาแร่ธาตุในดินปรากฏว่าพื้นดินในพื้นที่วิจัยมีสภาพของดินเป็นดินทราย เป็นดินเค็มมีธาตุอาหารและอินทรีย์วัตถุค่อนข้างต่ำ หากต้องการปลูกสมุนไพรมันดี ต้องปลูกปอเทืองพืชตระกูลถั่ว เป็นปุ๋ยพืชสดในการปรับปรุง



ดินเสียก่อน เมื่อประมาณเดือนมิถุนายน 2558 ท่านบุญจันทร์ ทิพชัย ได้ไปขอพันธุ์เมล็ดปอเทือง จากศูนย์พัฒนาที่ดิน จังหวัดมหาสารคาม มาปลูกโดยการไถพรวนดิน เก็บวัสดุ รากไม้ และวัชพืช ออกจากแปลงให้หมด เสร็จแล้วนำเมล็ดปอเทืองมาหว่านลงในดิน ในอัตรา 5 กิโลกรัมต่อไร่ เมื่อปอเทืองโตเต็มที่ช่วงออกดอกประมาณ 50 วันและเก็บเมล็ดปอเทืองไว้ทำพันธุ์ต่อไป เมื่อเก็บ เมล็ดแล้วทำการไถกลบต้นปอเทืองลงในดิน หลังจากนั้นประมาณ 3-4 สัปดาห์เศษซากปอเทืองจะ ย่อยสลายไป ทำการปลูกสมุนไพรได้เลย

2. การบำรุงดินด้วยปุ๋ยอินทรีย์ ได้ทำการสำรวจการใช้ปุ๋ยในชุมชน พบว่าในชุมชน เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด มีการผลิตปุ๋ยอินทรีย์ขึ้นใช้เองและได้ผลดี ในท้องที่หมู่ที่ 8 ผู้วิจัยจึงได้นำตัวอย่างปุ๋ยไปตรวจวิเคราะห์แร่ธาตุต่างๆ ความเป็นกรดเป็นด่าง ตามหลักวิชาการเกษตร ของภาควิชาปฐพีวิทยา คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ซึ่งรายละเอียดอยู่ในภาคผนวก ผลจากการวิเคราะห์ปุ๋ยอินทรีย์ สามารถนำปุ๋ยมาใช้ในการบำรุงดินได้ดี และได้ส่งเสริมปุ๋ยอินทรีย์เพื่อนำมาใช้ในการบำรุงดินต่อไป

3. การปลูก การปลูกสมุนไพรในอดีตพืชสมุนไพรเราได้จากธรรมชาติจากป่า ซึ่งเป็น แหล่งทรัพยากรมีอยู่มากกว่าครึ่งหนึ่งของสมุนไพรที่นำมาใช้ แต่ในปัจจุบันความต้องการใช้สมุนไพร มีมากขึ้นทุกวัน ขณะเดียวกันป่าไม้ถูกทำลายลงอย่างมากมายและรวดเร็ว ทำให้สมุนไพรที่มีจำนวนลด น้อยลง จึงมีความจำเป็นจะต้องปลูกสมุนไพรขึ้นมาทดแทนให้เพียงพอกับความต้องการ เกษตรกรส่วนใหญ่หันไปปลูกพืชเชิงเดี่ยว เช่น มันสำปะหลัง เผือก ยาง อ้อย เพื่อเก็บผลผลิตทางด้านเศรษฐกิจ เท่านั้น มิได้ให้ความสนใจในการปลูกสมุนไพรแต่อย่างใด นับว่าเป็นปัญหาอย่างมาก ในการที่จะ อนุรักษ์สมุนไพรให้คงอยู่ต่อไป

การปลูกพืชสมุนไพร ถ้ามีความอุดมสมบูรณ์ของพืชสมุนไพร จะเป็นเครื่องชี้บ่งถึง คุณภาพของสมุนไพรที่ปลูก การรักษาดูแลอย่างใกล้ชิดเหมือนลักษณะตามธรรมชาติของพืชสมุนไพรให้ มากที่สุด เช่น ดินต้องมีความอุดมสมบูรณ์แสงแดดต้องพอเหมาะ การให้น้ำ การให้ปุ๋ย การจัด สภาพแวดล้อมให้พอเหมาะ พืชสมุนไพรจะเจริญเติบโตได้ดี ส่งผลให้สมุนไพรมีคุณภาพ นำมารักษา โรคมะเร็งที่ทางยาตีขึ้นด้วย การปลูกพืชสมุนไพร คือการนำเอาส่วนของพืช เช่นเมล็ด หน่อ กิ่ง หัว ผ่านการเพาะ ขำ หรือวิธีการอื่นๆ ใส่ลงในดินหรือวัสดุอื่น เพื่อให้งอกหรือเจริญเติบโตต่อไป พบว่า ลักษณะการปลูกพืชสมุนไพร คือการนำเอาพันธุ์สมุนไพรมาปลูกในพื้นที่ต้องการปลูกหรือแปลงปลูก เตรียมดินโดยการขุดดินและยกร่องให้แปลงขนาดกว้าง 1 เมตรยาว 4 เมตร วิธีการปลูกขุดหลุม กว้างพอที่จะนำพันธุ์สมุนไพรลงปลูกได้ เวลาขุดดินเอาดินบนกองไว้ข้างหนึ่ง เอาดินล่างกองเอาไว้อีก ข้างหนึ่ง เตรียมฟางแห้งหรือหญ้าคาแห้ง และปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักมาใส่ลงในหลุมที่จะปลูก พอประมาณ เสร็จแล้วเอาดินบนใส่ลงไปประมาณครึ่งหลุม เพราะดินบนจะมีแร่ธาตุอาหารอุดม สมบูรณ์มากกว่า จากนั้นคลุกเคล้าดินที่เหลือกับปุ๋ยให้เข้ากันดี แล้วนำใส่ลงในหลุมและนำสมุนไพรที่จะ ปลูกลงหลุม กดดินให้แน่นพอสมควร ควรหาไม้มาปักค้ำต้นจนกว่าจะตั้งตัวได้ กลบด้วยฟางแห้ง หรือหญ้าแห้ง รดน้ำทันที

การปลูกสมุนไพรด้วยเมล็ดโดยตรง จากการสนทนากลุ่มแดง หนองคาย ผู้วิจัยพบว่า วิธีนี้ไม่ต้องเพาะต้นกล้าก่อน เพราะนำเมล็ดมาหว่านลงในแปลงได้เลย จากนั้นใช้ดินร่วยซุยหรือทราย หยาบ โรยทับบางๆ เสร็จแล้วรดน้ำให้ชุ่มขึ้นตลอดทั้งวัน เมื่อเมล็ดเริ่มงอกเป็นต้นอ่อน สังเกตดูว่าต้น



ไหนด่อนแอให้ถอนออกจากแปลง ระยะห่างระหว่างต้นพอสสมควร เช่น การปลูกมะเขือขึ้น โดไม่รู้ล้ม มะแว้งต้น มะแว้งเครือ

การปลูกสมุนไพรมด้วยต้นกล้าหรือกิ่งชำ พบว่าการปลูกด้วยต้นกล้าหรือกิ่งชำ ต้องปลูกให้ต้นแข็งแรงดีในถุงพลาสติกหรือกระถางปลูก แล้วย้ายต้นสมุนไพรมไปปลูกในแปลงที่เตรียมไว้ การปลูกวิธีนี้ข้อควรระวัง คือการย้ายต้นอ่อนออกจากวัสดุที่เพาะเพื่อนำไปปลูก ต้องระวังอย่าให้รากขาดหรือกระทบกระเทือน ถ้าเป็นถุงพลาสติกต้องใช้มีดคมๆ กรีดถุงออกก่อน ถ้าเป็นวัสดุอื่น เช่น กระถางให้ถอดกระถางออกโดยใช้มือดันรูที่ก้นกระถาง หากดินแน่นมากให้ใช้เสียมเล็กๆ แซะดินแล้วใช้น้ำหล่อก่อน จะทำให้ถอนออกจากกระถางง่ายขึ้น การเตรียมหลุมปลูกควรกว้างกว่ากระถางหรือถุงพลาสติกเล็กน้อย นำสมุนไพรมที่จะปลูกลงในระดับรอยต่อ ระหว่างลำต้นกับรากให้อยู่เสมอกับระดับของขอบหลุมให้พอดีกัน แล้วกลบด้วยดินร่วนซุยหรือดินร่วนปนทราย กดดินให้แน่นพอประมาณ นำฟางแห้งหรือหญ้าแห้งมาคลุมไว้รอบๆ โคนต้นเพื่อรักษาความชุ่มชื้น และป้องกันแรงกระแทกเวลารดน้ำ หากไม้ปักทำเป็นหลักข้างๆ ให้สูงกว่าต้นสมุนไพรมใช้เชือกผูกยึดกับต้นสมุนไพรม เพื่อคอยพยุงไม่ให้ต้นสมุนไพรมล้มหรือโยกคลอน เสร็จแล้วรดน้ำทันที

การปลูกสมุนไพรมด้วยหัว โดยปกติสมุนไพรมจะมีหัวที่เกิดจากรากและลำต้น ซึ่งรวมเรียกว่าหัวหมด พบว่าการปลูกสมุนไพรมประเภทหัว ต้องมีระบบการระบายน้ำดี มิฉะนั้นจะทำให้เน่าได้ การปลูกสมุนไพรมโดยการฝังหัวพันธุ์สมุนไพรมลงในหลุมลึกพอประมาณ (ปกติความลึกไม่เกิน 3 เท่าของความกว้างของหัว) เสร็จแล้วกดดินให้แน่นพอสสมควร คลุมแปลงปลูกด้วยฟางหรือหญ้าแห้ง เช่น การปลูกกระชาย ขิง กระเทียม

การปลูกสมุนไพรมด้วยไหล นิยมปลูกโดยการเอาส่วนของไหลมาชำก่อน พบว่าการปลูกสมุนไพรมด้วยไหล ต้องเอาส่วนของไหลสมุนไพรมมาชำไว้ก่อน รอจนไหลเกิดลำต้นและใบขึ้นมา จึงย้ายไปปลูกในแปลงที่เตรียมไว้ ควรปลูกช่วงฤดูฝนประมาณเดือนพฤษภาคมเป็นต้นไป สำหรับการใช้ไหลปลูกลงในแปลงปลูก หน่อและไหลจะงอกหลังปลูก 2-4 สัปดาห์ และออกดอกในเดือนกรกฎาคม-กันยายน อายุการปลูกประมาณ 4-5 เดือน ลำต้นโทรมและยุบในฤดูแล้ง พร้อมจะเก็บหัวไต่ดินไปใช้ในเดือนธันวาคม เช่นการปลูกหญ้าแห้วหมู

การปลูกสมุนไพรมด้วยหน่อหรือเหง้า การแยกหน่อและเหง้า ออกจากต้นแม่เพื่อทำการปลูก พบว่าการปลูกสมุนไพรมด้วยหน่อหรือเหง้า ทำได้โดยการแยกหน่อหรือเหง้าที่แข็งแรง โดยคัดแยกออกจากต้นแม่ นำหน่อหรือเหง้าที่ได้มาตัดรากที่ชำ หรือใบที่มากเกินไป จึงนำไปปลูกในแปลงที่ปลูก ขุดหลุม เว้นระยะการปลูก นำหน่อหรือเหง้าสมุนไพรมลงปลูก กดดินให้แน่นพอสสมควร คลุมดินฟางข้าวหรือหญ้าแห้ง รดน้ำให้ชุ่ม ควรหว่านเเมงให้จุนกว่าต้นสมุนไพรมจะแข็งแรง

สัตว์เลื้อยเข้ามารบกวนแปลงปลูกสมุนไพรม พบว่าการเลี้ยงสัตว์ เช่นวัว ควาย ตามธรรมชาติของชาวบ้าน ในบริเวณใกล้เคียงกับแปลงปลูกสมุนไพรม บางครั้งเข้าไปรบกวนสมุนไพรมที่ปลูก และเกิดปัญหาตามมาในภายหลัง ควรหาทางป้องกันโดยการทำรั้วหรือสิ่งกีดขวาง กั้นรอบบริเวณแปลงปลูกสมุนไพรม

การดูแลรักษาสมุนไพรมที่ปลูกโดยวิธีการพรางแสง พบว่าหลังจากปลูกสมุนไพรมแล้ว สมุนไพรมบางชนิดต้องการแสงน้อย จึงต้องมีการพรางแสงให้แก่ต้นสมุนไพรมตลอดเวลา โดยใช้ตาข่ายพรางแสงเป็นสีดำ เพราะสีดำจะเก็บแสงได้ดีกว่าสีอื่น หรืออาจปลูกร่วมกับพืชชนิดอื่นที่เป็นต้นไม้ใหญ่



ที่มีร่มเงา การพรางแสงให้กับสมุนไพรมีที่ปลูกใหม่ ต้นสมุนไพรมีอายุอ่อนแออยู่ควรพรางแสงในช่วงระยะหนึ่ง จนกว่าต้นสมุนไพรมีตั้งตัวได้ จึงเอาวัสดุพรางแสงออก การปลูกสมุนไพรมีเช่น พริกไทย ดีปลี มะแว้งเครือ บอระเพ็ด ควรทำค้ำเพื่อให้ต้นสมุนไพรมีตั้งกล่าวได้เกาะยึด และสะดวกในการเก็บผลผลิต

4. การให้น้ำในการปลูกสมุนไพรมี น้ำเป็นปัจจัยที่สำคัญสำหรับการเพาะปลูก การปลูกสมุนไพรมีหากมีน้ำเพียงพอ มีธาตุอาหารสมบูรณ์ครบถ้วน สภาพอากาศที่เหมาะสม สมุนไพรมีที่ปลูกสามารถสังเคราะห์แสงและสร้างอาหาร นำไปใช้ในการเจริญเติบโต เป็นการเพิ่มผลผลิตได้อย่างเต็มที่ ในการปลูกสมุนไพรมีหากต้องอาศัยน้ำฝนตามฤดูกาลเพียงอย่างเดียว อาจทำให้ขาดน้ำในระยะใดระยะหนึ่ง เช่นเมื่อประสบกับภัยแล้งฝนทิ้งช่วง พืชขาดน้ำอย่างรุนแรงจนกระทั่งตายได้ หรือบางครั้งฝนตกชุกมากเกินไป ทำให้น้ำท่วมขังจนต้นสมุนไพรมีเหี่ยวเฉา เนื่องจากรากขาดอากาศจนตายได้ ดังนั้นการจัดการระบบการให้น้ำในการปลูกสมุนไพรมี จึงต้องจัดหาแหล่งน้ำให้เพียงพอและเหมาะสม เพื่อเพิ่มความชื้นให้แก่ดิน ทำให้ดินมีความชุ่มชื้นเหมาะสมแก่การเจริญเติบโตของสมุนไพรมี ผู้วิจัยพบข้อมูลในพื้นที่วิจัยดังนี้

การขาดแคลนน้ำในการปลูกสมุนไพรมี พบว่าการปลูกสมุนไพรมีจะพึ่งพาน้ำฝนตามธรรมชาติอย่างเดียวไม่ได้ บางครั้งฝนไม่ตกตามฤดูกาล จึงต้องอาศัยแหล่งน้ำตามธรรมชาติ เช่นบึงน้ำแห่งลุ่มน้ำชี ซึ่งอยู่ห่างไกลจากพื้นที่ปลูกสมุนไพรมีออกไป ประมาณ 500-600 เมตรแต่ไม่สามารถผันน้ำมาใช้ในการเพาะปลูกได้ เนื่องจากน้ำในบึงแห้งจนไม่สามารถนำมาใช้ได้ จึงจำเป็นต้องขุดเจาะน้ำบาดาลพร้อมติดตั้งเครื่องสูบน้ำ และต่อท่อเพื่อส่งน้ำไปยังแปลงปลูกสมุนไพรมี

การให้น้ำผิดเวลา อาจทำให้สมุนไพรมีได้รับผลเสียได้ พบว่าช่วงระยะเวลาการให้น้ำที่เหมาะสมที่สุด คือช่วงเวลาเช้า เนื่องจากสมุนไพรมีจะได้รับแสงแดดช่วงเช้า จะมีการสังเคราะห์แสงและจะดูดแร่ธาตุอาหารและน้ำจากดิน เพื่อใช้ในการเจริญเติบโต ส่วนการให้น้ำในเวลากลางวันหรือพลบค่ำ ทำให้น้ำสมุนไพรมีเกิดโรคต่างๆ เช่นโรคราน้ำค้าง โรคเน่าคอดิน โรคใบไหม้ เป็นต้น เพราะสมุนไพรมีจะนำน้ำไปใช้น้อยมาก เนื่องจากไม่มีการสังเคราะห์แสง ในการปรุงอาหารแก่ต้นสมุนไพรมีจะต้องใช้แสงแดดเป็นตัวช่วย ทำให้ต้นสมุนไพรมีดูดน้ำได้น้อยหรือไม่ดูดน้ำเลย

การให้น้ำเพื่อให้สมุนไพรมีเจริญเติบโตและให้ผลผลิตสูง ต้องคำนึงว่าเมื่อไรควรให้น้ำแก่สมุนไพรมี และให้ในปริมาณเท่าใด ในทางปฏิบัติต้องมีปัจจัยที่กำหนด 3 ประการคือ พืชสมุนไพรมี ดิน และน้ำ พบว่าในช่วงฤดูฝนหลังฝนตกบางครั้งพื้นดินชุ่มฉ่ำไปด้วยน้ำ หรือบางครั้งการให้น้ำในแปลงสมุนไพรมีมากเกินไป ทำให้มีความชื้นในดินมาก จึงไม่จำเป็นต้องรดน้ำทุกวัน หรือบางครั้งฟ้ามีดครึ้มแสงแดดไม่แรงจ้าในฤดูฝน น้ำที่อยู่ในดินคงมีอยู่ไม่ต้องรดน้ำในแปลงสมุนไพรมีก็ได้ เพราะทำให้สิ้นเปลืองเวลาและแรงงาน

การให้น้ำในแปลงสมุนไพรมีที่ปลูก พบว่าการให้น้ำโดยใช้แรงงานค่อนข้างมาก และมีปัญหาแรงงานบ่อยๆ การติดตั้งระบบการให้น้ำ โดยติดตั้งระบบการให้น้ำแบบสปริงเกอร์สะดวก ไม่ยุ่งยากเรื่องแรงงาน แต่สิ้นเปลืองรายจ่ายในครั้งแรกที่ติดตั้งอุปกรณ์และเดินท่อพีวีซีเพื่อส่งน้ำเข้าไปในแปลงปลูกพืชสมุนไพรมีซึ่งค่าใช้จ่ายในการติดตั้งอุปกรณ์และเดินท่อค่อนข้างสูง แต่สะดวกกว่าใช้แรงงานคน



5. การให้ปุ๋ย ปุ๋ยคือวัสดุที่ใช้สำหรับให้ธาตุอาหารแก่ดินและพืช การให้ปุ๋ยบำรุงต้นสมุนไพรมีหลายแบบเหมือนอาหารเสริมเพื่อให้สมุนไพรมีเจริญเติบโตได้ดีขึ้น พบว่าก่อนปลูกสมุนไพรมีต้องใส่ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมักลงในแปลงปลูก หลังจากไถกลบต้นปอเทืองเพื่อเป็นปุ๋ยพืชสดก่อน เพราะการให้ปุ๋ยจำพวกนี้ ทำให้ดินอุ้มน้ำได้ดีและปุ๋ยจะค่อยๆ ย่อยสลายตัวลงอย่างช้าๆ ซึ่งทำให้แร่ธาตุที่เป็นประโยชน์ต่อสมุนไพรมีอย่างช้าๆ และสม่ำเสมอ

การให้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยอินทรีย์หมายถึง ปุ๋ยที่ได้จากเศษซากพืช สัตว์ และจุลินทรีย์ วัสดุเหล่านี้มีทั้งที่ย่อยสลายง่ายและยาก ที่ย่อยสลายง่ายปกติจะมีธาตุอาหารในปริมาณที่มากกว่าส่วนที่ย่อยสลายยาก ปุ๋ยอินทรีย์ถือว่ามีธาตุอาหารครบทุกธาตุที่พืชต้องการ จากการสนทนากลุ่ม สวัสดิ์ คำลัญจรงค์ ผู้วิจัยพบว่าปุ๋ยอินทรีย์มีหลายชนิด เช่น ปุ๋ยหมักคือปุ๋ยที่ได้จากการหมักเศษซากพืชจนย่อยสลายย่อยเป็นผงสีดำคล้ำ เศษพืชที่นำมาหมัก เช่น ฟางข้าว ชังข้าวโพด ใบไม้แห้ง วัสดุเหล่านี้ส่วนใหญ่ย่อยยากจึงไม่นิยมใช้กัน ปุ๋ยหมักที่ได้คุณภาพดีคือ การทำปุ๋ยหมักจากเศษพืชสดหรือเศษพืชแห้งแช่น้ำก่อนแล้วนำมาบดหรือสับให้ละเอียด เติมธาตุอาหารเร่งการทำงานของจุลินทรีย์ เช่น มูลวัว มูลควาย ให้กองปุ๋ยขึ้นเสมอโดยหมั่นรดน้ำคลุมด้วยทางมะพร้าว เวลาทำให้กองปุ๋ยหมักในที่ร่ม กองปุ๋ยหมักให้มีขนาดที่เหมาะสม เพื่อให้มีการระบายความร้อนและถ่ายเทอากาศได้ดี เมื่อได้ปุ๋ยหมักแล้วนำมาใส่ในแปลงปลูกสมุนไพรมีต่อไป

6. การกำจัดวัชพืชและแมลง วัชพืชคือพืชที่ไม่ต้องการให้ขึ้นในที่หนึ่งหรือหมายถึงพืชที่ขึ้นผิดที่ วัชพืชสามารถทำความเสียหายแก่สมุนไพรมีได้เป็นอย่างมาก วัชพืชส่วนใหญ่วิวัฒนาการตัวเองให้สามารถอยู่รอดและทนทานต่อการควบคุม กำจัดด้วยวิธีการใดก็ได้วิธีหนึ่งได้ดี วัชพืชก่อปัญหาต่างๆ มากมายเช่น แย่งอาหารแสงแดด และน้ำ ทำให้สมุนไพรมีเจริญเติบโตและให้ผลผลิตลดลง

วัชพืชยังเป็นแหล่งของโรคพืชหรือแมลงศัตรูพืช ในขณะที่ยังไม่มีมีการเพาะปลูกสมุนไพรมี พบว่าการกำจัดวัชพืชโดยการไถพรวน ตากหน้าดินไว้ 15 วันก่อนการปลูกพืช เพื่อให้แสงแดดและความร้อนทำลายโรคแมลง และให้วัชพืชมีจำนวนลดน้อยลง หากมีวัชพืชขึ้นต้องกำจัดออกด้วยการถาง หรือถอนออกจากแปลงปลูกสมุนไพรมี

การกำจัดวัชพืชโดยการใช้วัสดุคลุม พบว่าการใช้วัสดุคลุมดินเพื่อการกำจัดวัชพืช โดยการอาศัยหลักการบดบังของแสงอาทิตย์ เพื่อไม่ให้วัชพืชได้รับแสงแดด ใช้วัสดุคลุมดินต่างๆ เช่น ฟางข้าว ใบไม้ กาบมะพร้าว ขี้เลื่อย หรือพลาสติก นอกจากกำจัดวัชพืชแล้วยังช่วยในการรักษาความชื้นของพื้นดิน ไม่ให้น้ำระเหยออกจากดินได้ง่าย อีกทั้งยังลดแรงปะทะของการรดน้ำหรือน้ำฝนที่ตกลงมา และเป็นการเพิ่มอินทรีย์วัตถุในดินกับสมุนไพรมีอีกด้วย ในกรณีที่เป็นวัชชุกรวมชาติ

การกำจัดแมลงศัตรูพืช สัตว์เหล่านี้ได้ก่อความเสียหายแก่สมุนไพรมีที่เพาะปลูก แมลงศัตรูพืชที่เข้ามาทำลายตั้งแต่ระยะปลูกจนถึงระยะเก็บเกี่ยว จากการสนทนากลุ่มหนูคิด คำหงษ์สา ผู้วิจัยพบว่าพื้นที่ปลูกสมุนไพรมีแมลงจำพวกนี้กินราก แมลงพวกนี้มีปากแบบกัดกิน ส่วนใหญ่มีชีวิตและวางไข่ตามพื้นดิน ตัวอ่อนและตัวเต็มวัยจะเข้าทำลายกัดกินรากสมุนไพรมี ทำให้สมุนไพรมียืนต้นแห้งตาย เนื่องจากไม่มีน้ำและอาหาร แมลงจำพวกนี้ได้แก่ ตัวงัด ดักแด้ จิ้งหรีด ตัวงัดดิน ตัวงัดวง แก๊วด้วยการทำยาสมุนไพรมีขับไล่แมลง ซึ่งไม่เป็นอันตรายต่อพืชและคน โดยใช้สมุนไพรมีผสมเมื่อสร้างภูมิคุ้มกัน เช่น บอระเพ็ด แก่นคุณ (ราชพฤกษ์) หรือฟ้าทะลายโจร มาทำเป็นน้ำหมักสมุนไพรมีในการขับไล่แมลงดังกล่าว และยังเป็นการบำรุงต้นอีกด้วย นำบอระเพ็ด แก่นคุณ หรือฟ้าทะลายโจร อย่างใดอย่างหนึ่ง โดยการสับให้เป็นชิ้นเล็กๆ ให้ละเอียดประมาณ 3 ส่วนเอา



สมุนไพรที่สับละเอียด ใส่ถังที่มีฝาปิดผสมน้ำกับกากน้ำตาล อย่างละ 1 ลิตรคนให้เข้ากันแล้วผสมน้ำ 10 ลิตรคนให้เข้ากันเทส่วนผสมลงในสมุนไพร ปิดฝาถังให้สนิทอย่าให้อากาศภายนอกเข้าทิ้งไว้นาน 3 เดือนเก็บไว้ในที่ร่มใต้ต้นไม้ น้ำยา 1 ส่วนต่อน้ำ 500 ลิตรนำไปฉีดไล่แมลง

7. การขยายพันธุ์คือการเพิ่มจำนวนต้น และพันธุ์ของสมุนไพรที่มีอยู่ให้มีปริมาณเพิ่มมากขึ้น โดยมีได้นำพันธุ์มาจากที่อื่น การขยายพันธุ์สมุนไพร ต้องคำนึงถึงคุณสมบัติและคุณภาพที่ดีไว้เหมือนเดิม หรือดียิ่งขึ้นไปกว่าเดิม พบว่าพันธุ์สมุนไพรที่ต้องการนำมาขยายพันธุ์ ขึ้นอยู่กับลักษณะของพันธุ์สมุนไพร ซึ่งมีลักษณะประจำพันธุ์และสภาพแวดล้อมที่ดี จึงไม่มีการกลายพันธุ์ ไม่มีการสนับสนุนการขยายพันธุ์อย่างเป็นรูปธรรม ทำให้เสี่ยงต่อการสูญเสียพันธุ์สมุนไพร ปัจจุบันการขยายพันธุ์สมุนไพรใช้วิธีการเอาเมล็ดมาเพาะเมล็ด การแตกหน่อ กิ่งชำ แยกหน่อ เหง้า หรือเอาไหลมาปลูกเท่านั้น

การขยายพันธุ์ มักคัดเลือกพันธุ์เฉพาะต้นที่มีลักษณะดีตามต้องการ ด้วยวิธีการเก็บเมล็ดหรือท่อนพันธุ์เอาไว้ เพื่อนำมาใช้ในการขยายพันธุ์ในฤดูกาลต่อไป จากการสนทนากลุ่ม เบี่ยงคำภักดี ผู้วิจัยพบว่า การขยายพันธุ์ โดยการคัดเลือกพันธุ์ตามลักษณะดี การเก็บเมล็ดหรือท่อนพันธุ์นั้น มีข้อจำกัดหลายประการ ต้องใช้พื้นที่ขนาดใหญ่เพื่อทำการเพาะปลูกสมุนไพร การคัดพันธุ์และการขยายพันธุ์มักได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อมอย่างมาก ซึ่งเป็นการบากอย่างมากต่อการคัดพันธุ์สมุนไพร ทำให้มีลักษณะตรงตามพันธุ์กรรมจริงๆ อีกทั้งต้องใช้แรงงานจำนวนมากในการปฏิบัติงานพันธุ์ที่ได้ยากต่อการที่จะได้ต้นพันธุ์เช่นเดิม หากมีการเพาะปลูกหลายรุ่น อาจเกิดการผสมพันธุ์ข้ามพันธุ์หรือกลายพันธุ์ได้

การขยายพันธุ์แบบการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อสมุนไพร เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในกระบวนการคัดเลือกและขยายพันธุ์สมุนไพร เพราะสามารถควบคุมสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่สมุนไพรใช้ในการเจริญเติบโต สมุนไพรที่ได้จากการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ ซึ่งมีลักษณะตรงตามพันธุ์กรรมของสมุนไพร สามารถใช้เพิ่มจำนวนต้นสมุนไพรให้มีปริมาณมากขึ้น ทุกต้นจะมีลักษณะเหมือนสมุนไพรต้นแบบทุกประการ ผู้วิจัยได้เข้ารับการอบรมการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อสมุนไพร ที่สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตผลทางการเกษตรและอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ซึ่งเป็นการอบรมเชิงปฏิบัติการในหัวข้อเรื่อง “เทคโนโลยีการขยายพันธุ์พืชสมุนไพรเพื่อการผลิตเชิงพาณิชย์” รุ่นที่ 1 วันที่ 1- 3 มีนาคม 2559 ณ อาคารปฏิบัติการวิจัยกลาง ชั้น 9 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เขตบางเขน

ในประเทศไทย การขยายพันธุ์และคัดเลือกพันธุ์พืช โดยใช้เทคนิคการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ ได้นำมาใช้ในการธุรกิจการผลิตกล้าไม้ต่างๆ เช่น กล้ายไม้ ต้นสัก ต้นยูคาลิปตัส ไม้ป่า และไม้ยืนต้นอื่น การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อและเซลล์ เป็นการเพาะเลี้ยงสิ่งที่มีชีวิตเฉพาะส่วนเท่านั้น ไม่ใช่พืชทั้งต้นหรือสัตว์ทั้งตัว การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อพืชทำได้โดยนำเอาเนื้อเยื่อของพืช ส่วนที่กำลังเติบโตอย่างรวดเร็ว เช่นที่ปลายยอดอ่อนมาใส่ในจานเลี้ยงที่มีวุ้นและน้ำเลี้ยง เป็นอาหารที่เนื้อเยื่อต้องการ พร้อมสารกระตุ้นการเจริญเติบโตของเนื้อเยื่อ และทำให้ไม่อยู่ในสภาพไม่มีเชื้อจุลินทรีย์สิ่งที่มีชีวิตอื่นมาปนเปื้อน อาจบังคับให้เนื้อเยื่อเจริญเติบโตขึ้นมาเป็นต้นอ่อนได้ เมื่อมีสภาวะที่พอเหมาะนั้น อาจใช้วิธีเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อเพื่อแพร่กระจายพันธุ์พืชดังกล่าว คือทำให้เกิดต้นอ่อนเป็นจำนวนมาก นำไปปลูกต่อไปได้ วิธีนี้ใช้กันมากในการกระจายพันธุ์พืชบางชนิดที่มีความสำคัญทางเศรษฐกิจ เช่น กล้ายไม้ ไม้ป่า ไม้ยืนต้นอื่น และสมุนไพร



การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อแบ่งได้เป็น 3 ขั้นตอนคือ ขั้นตอนที่ 1 การเตรียมชิ้นส่วนพืชให้ปราศจากเชื้อจุลินทรีย์ เนื้อเยื่อที่สะอาดต้องปราศจากเชื้อจุลินทรีย์ ขั้นตอนที่ 2 การเลือกใช้อาหารที่เหมาะสมกับชิ้นส่วนพืชที่จะเพาะเนื้อเยื่อ ต้องปราศจากเชื้อจุลินทรีย์ซึ่งพร้อมจะเจริญเติบโตต่อไป ขั้นตอนที่ 3 การชักนำรากในการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ รากมีหน้าที่สำคัญในการดูดน้ำและอาหารไปเลี้ยงต้นพืช และการย้ายปลูกในสภาพแวดล้อมภายนอก เมื่อต้นพืชมีรากแล้ว พืชจะปรับสภาพให้มีความทนทานต่อภายนอก ด้วยวิธีการเพิ่มความเข้มข้นของแสงและอุณหภูมิ

อภิปรายผล

ตอนที่ 1 องค์ความรู้เกี่ยวกับภูมิปัญญาทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

1. ผลการวิจัย พบว่า ภูมิปัญญาพื้นบ้านของชุมชนเทศบาลตำบลศรีเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด หมอพื้นบ้านรู้จักการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย จากบรรพบุรุษด้วยวิธีท่องจำจากตำราหรือใบลานสมุดข่อย มีการรวบรวมและแปลความหมายจากหลักฐานต่างๆ เกี่ยวกับการคัดพันธุ์ การเตรียมดิน การปลูก การให้น้ำ การให้ปุ๋ย การกำจัดวัชพืช การขยายพันธุ์ โดยใช้แหล่งสมุนไพรมีอยู่ในป่า เช่น พริกไทย หล้าแห้วหมู บอระเพ็ด กระชาย ขิง กระเทียม ดีปลี โด่ไม่รู้ล้ม ขะพลู มะแว้งต้น มะแว้งเครือ มะเขือขื่น (12 ชนิด) ซึ่งสามารถอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคตามคัมภีร์กษัยได้เป็นอย่างดี จากข้อค้นพบดังกล่าวผู้วิจัยมีความเห็นว่าได้รับการสืบทอดจากบรรพบุรุษด้วยวิธีท่องจำและสืบทอดจากตำราหรือใบลานสมุดข่อย ที่ได้มีการจดบันทึกไว้อย่างแยบยล เพื่อกันการลอกเลียนแบบ หมอสมุนไพรรักษาโรคพื้นบ้านได้แปลความหมายจากหลักฐานต่างๆ และประสบการณ์ของตน ทั้งการจำแนกการคัดพันธุ์ที่แข็งแรงมีคุณภาพ การเตรียมดินที่เหมาะสมกับการปลูก การปลูกที่ถูกต้องตามฤดูกาล การให้น้ำที่เหมาะสมและพอเพียง การให้ปุ๋ยชีวภาพที่เหมาะสมกับพืชสมุนไพรรักษาโรค การกำจัดวัชพืชและแมลงโดยไม่ใช้สารเคมี และการขยายพันธุ์ที่แข็งแรงเพื่อขนส่งและจำหน่ายจ่ายแจกให้กับประชาชน โดยใช้สมุนไพรรักษาโรคจากแหล่งธรรมชาติที่อยู่ในป่า สามารถดูแลสุขภาพเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศชาย เช่นพริกไทย หล้าแห้วหมู บอระเพ็ด กระชาย ขิง กระเทียม ดีปลี โด่ไม่รู้ล้ม ขะพลู มะแว้งต้น มะแว้งเครือ มะเขือขื่น ซึ่งสามารถรักษาโรคได้เป็นอย่างดี

จากข้อค้นพบดังกล่าวผู้วิจัยมีความเห็นว่าภูมิปัญญาทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัยมี 7 ด้านดังนี้

1. การคัดพันธุ์ หากสามารถปฏิบัติได้ ชนิดหรือพันธุ์ทางพฤกษศาสตร์ ที่นำมาปลูกควรเป็นชนิดเดียวกัน พิจารณาเลือกชนิดหรือพันธุ์ทางพฤกษศาสตร์ ที่ระบุไว้ในเภสัชตำรายาแผนโบราณตามคัมภีร์กษัย
2. การเตรียมดิน จัดสภาพพื้นดินให้เหมาะสม โดยการทำให้ดินร่วนซุยด้วยการปลูกพืชหมุนเวียนหรือปลูกพืชตระกูลถั่ว เช่นปอเทืองแล้วไถกลบเพื่อเป็นปุ๋ยพืชหมัก ปรับความเป็นกรด-ด่างของดินโดยใช้ปูนขาว หลังการไถพรวนตากดินไว้ก่อนปลูก 15-30 วัน



3. การปลูก การปลูกสมุนไพรตามคัมภีร์เกษีย ดำเนินการจัดเป็นป่าธรรมชาติ โดยการปลูกเรียนแบบธรรมชาติ ให้ความสำคัญกับดินที่ปลูก ปราศจากสารเคมี ใช้ระบบเกษตรอินทรีย์ การปรับสภาพดินด้วยปุ๋ยคอก ปุ๋ยหมัก ปุ๋ยอินทรีย์

4. การให้น้ำ น้ำที่ใช้ในการเพาะปลูกสมุนไพร ต้องมาจากแหล่งน้ำที่สะอาด น้ำฝนเป็นน้ำตามธรรมชาติที่ดีที่สุด ในหน้าแล้งต้องอาศัยแหล่งน้ำ แม่น้ำ ลำคลองหนองบึง หรือน้ำบาดาล การให้น้ำต้องเพียงพอและสม่ำเสมอ เวลาให้น้ำช่วงเช้าเป็นเวลาที่เหมาะสมที่สุด

5. การให้ปุ๋ยการบำรุงต้นสมุนไพร ด้วยการใส่ปุ๋ยปุ๋ยคอก ปุ๋ยหมัก หรือปุ๋ยอินทรีย์ รองกันหลุมก่อนปลูกสมุนไพร เพราะการให้ปุ๋ยจำพวกนี้จะทำให้ดินมีความอุ้มน้ำได้ดี

6. การกำจัดวัชพืช ด้วยการไ้แรงงานในการถอน ขณะถอนพรวนดินไปด้วยพร้อมกัน ไม่ใช้สารเคมีในการกำจัดวัชพืชเพราะเป็นอันตรายตกค้างในดินจะส่งผลมาถึงสมุนไพรที่ปลูกได้

7. การขยายพันธุ์ คือการเพิ่มปริมาณจำนวนต้นสมุนไพร ต้องคำนึงถึงคุณสมบัติและคุณภาพที่ดีให้คงเดิมไว้ให้ตรงกับสายพันธุ์ การขยายพันธุ์มีหลายวิธี เช่นเพาะเมล็ด การแตกหน่อ แยกหน่อ แยกตา หัว ไทล หรือการเพาะเนื้อเยื่อ เพื่อเอามาปลูก การเก็บรักษาพันธุ์สมุนไพรเพื่อการขยายพันธุ์ ต้องเก็บในที่ร่มปลอดภัยจากแมลง

ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่ (Structural – Functionalism Theory) ที่กล่าวถึงโครงสร้างทางสังคมด้านสุขภาพที่มีส่วนทำให้สังคมนั้นมีความมั่นคง ในการที่จะอนุรักษ์สมุนไพรที่มีความสัมพันธ์กันอย่าเป็นระบบ ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบของการอนุรักษ์และพัฒนา ทั้งส่วนคนและสังคมที่ได้ผนวกเอาชีวิตและความเป็นอยู่ จาริตประเพณี สิ่งแวดล้อม มาผสมผสานกันเป็นวิถีการปฏิบัติอันนำไปสู่การมีสุขภาพดี สอดคล้องกับงานวิจัยเศรษฐกิจ น้อยศรี (เทวัญ ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก เศรษฐกิจ น้อยศรี. 2530 : 1-6) พบว่าประชาชนส่วนใหญ่มีความเข้าใจ รู้จักสรรพคุณของสมุนไพรและเกิดความพอใจที่จะได้รักษาโรคด้วยสมุนไพร สอดคล้องกับงานวิจัยของภัทรพร ตั้งสุขฤทัย (เทวัญ ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก ภัทรพร ตั้งสุขฤทัย. 2542 : 300-309) ประชาชนส่วนใหญ่ใช้สมุนไพรกันด้วยเหตุผลที่ว่า สมุนไพรหาง่าย ราคาไม่แพง และได้ผลในการรักษา สอดคล้องกับงานวิจัยของ Durkheim (สุภางค์ จันทวานิช. 2547 : 42-43 ; อ้างอิงมาจาก Durkheim. 1917 : 45) นักสังคมวิทยาชาวฝรั่งเศสผู้สืบความคิดทางสังคมวิทยาว่า ความจริงของสังคมประกอบด้วยสองส่วน คือส่วนที่เป็นโครงสร้าง (Structural) และส่วนที่เป็นพลัง (Forces) และพลังเป็นสิ่งที่ทำให้สังคมขับเคลื่อน ประกอบด้วยศาสนาและวัฒนธรรม ความรู้สึกรู้ว่าเราเป็นส่วนหนึ่งของสังคม สำนึกร่วมกันเป็นองค์ประกอบของสังคม โครงสร้างและพลังงานจากการอ้างถึงความจริงของสังคมด้านพืชสมุนไพรตามคัมภีร์เกษีย ปลูกจิตสำนึกให้ชาวบ้านในชุมชนเกิดการอนุรักษ์และวางแผนพืชสมุนไพร และสามารถใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรอย่างยั่งยืน เกิดการพัฒนาด้านความรู้ทางวิชาการงานวิจัย สนับสนุนให้มีการปลูก การควบคุมคุณภาพ

2. ผลจากการวิจัยพบว่า สมุนไพรในชุมชนในสภาพปัจจุบัน เกิดการสูญหายและถูกทำลายลงไปอย่างมากและต่อเนื่อง สาเหตุจากการบุกรุกทำลายป่า เพื่อปลูกพืชเชิงเดี่ยวหรือไร่เลื่อนลอยของประชาชนในชุมชน จนทำให้สมุนไพรที่เกิดจากธรรมชาติหายากขึ้นทุกวัน โดยเฉพาะสมุนไพรบางชนิดสูญหายไป จากข้อค้นพบดังกล่าวผู้วิจัยมีความเห็นว่า การอนุรักษ์และฟื้นฟูสมุนไพร จะต้องดำเนินการโดยเร่งด่วน โดยมีส่วนร่วมของชุมชนโดยการจัดระบบนิเวศวิทยาให้เหมือนกับป่าธรรมชาติ



(Refovertation) เพื่อให้สมุนไพรมีคุณภาพคงเดิมและสูงสุด การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการดูแลการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะ บรรพบุรุษได้ประสบผลและส่งทอดต่อให้แก่ลูกหลานไทย ได้ใช้สมุนไพรรักษาตนเอง แต่ปัจจุบันหันมานิยมการแพทย์ตะวันตก ละทิ้งการใช้การรักษาแบบแพทย์แผนไทย ที่ใช้สมุนไพรรักษาดีกว่า 100 ปี ไม่เพียงแต่ละเลิกไม่สนใจสมุนไพรรักษา ประกอบกับความเสื่อมโทรมจากการบุกรุกทำลายป่าที่เคยอุดมสมบูรณ์ เมื่อปี พ.ศ. 2453 ถึงร้อยละ 70 ของพื้นที่ประเทศ ปัจจุบันเหลือเพียงร้อยละ 26 ของพื้นที่ ทำให้สมุนไพรรักษาหายากสาปสูญไป ต้องสั่งซื้อสมุนไพรรักษาจากประเทศเพื่อนบ้าน ทั้งที่เป็นรูปวัตถุติดและเป็นตัวยาสำเร็จรูปทุกๆ ปีจะมีการเพิ่มมูลค่าการนำเข้าเพิ่มขึ้นทุกปี ประกอบกับความเปราะบางของระบบนิเวศ ส่งผลให้สถานการณ์ของสมุนไพรมีความเสี่ยงสูง ควรเร่งด่วนให้มีการจัดรวบรวมเก็บรักษา และฟื้นฟูองค์ความรู้ต่างๆ ในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะให้ทันทั่วถึงเกินกว่าที่จะแก้ไข

ผู้วิจัยพบว่า ปัจจุบันความล้มเหลวของการสาธารณสุข ส่งผลให้มีการใช้สมุนไพรรักษาสุขภาพเป็นทางเลือก ร้านขายยาสมุนไพรร้านจรัญวรรดิซึ่งเป็นแหล่งขายสมุนไพรรักษาที่ใหญ่ที่สุด สมุนไพรรักษาซื้อขายทุกที่ บางอย่างต้องสั่งซื้อจากต่างประเทศ หรือประเทศเพื่อนบ้าน หากส่งเสริมให้ชุมชนเกิดความรักและหวงแหนภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษา เห็นคุณค่าสมุนไพรรักษาและร่วมใจอนุรักษ์สมุนไพรรักษา เพื่อประโยชน์ของชุมชน โดยให้ชาวบ้านในชุมชนร่วมมือร่วมใจกันปลูกและพัฒนาสมุนไพรรักษา เพื่อใช้เป็นยารักษาสุขภาพของชุมชน และยังสามารถนำรายได้เข้าชุมชนอีกด้วย

ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีนิเวศวิทยาวัฒนธรรม (Cultural-Ecology Theory) ที่ประชาชนสามารถใช้ประโยชน์อันสูงสุดจากการจัดระบบนิเวศของคนในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาตาม คัมภีร์กษัย และสอดคล้องกับงานวิจัยของเสาวภา พรสิริพงษ์ และคณะ (เทวัญ ธานีรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก เสาวภา พรสิริพงษ์ และคณะ. 2539 : 14-23) พบว่าหมอพื้นบ้านมีความเชื่อเกี่ยวกับการปลูกพืชสมุนไพรรักษา สอดคล้องกับงานวิจัยของสนอง จอมเกาะ และเกวลิน (เทวัญ ธานีรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก สนอง จอมเกาะ และเกวลิน. 2540 : 145) พบว่าประชาชนในชุมชนสามารถ ถ่ายทอดภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาที่มีอยู่ในท้องถิ่นของตน จากรุ่นหนึ่งสู่อีกหนึ่งรุ่นหนึ่งและสามารถนำความรู้ที่ได้ไปประกอบอาชีพเสริม ทำให้มีรายได้ตลอดปี

ตอนที่ 2 แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

1. ผลการวิจัยพบว่า สมุนไพรรักษาส่วนหนึ่งสามารถนำมาประกอบอาหาร หรือที่เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าอาหารเป็นยา เช่น พริกไทย หนุ่ยหัวหมู บอระเพ็ด กระชาย ขิง กระเทียม ดีปลี โศภิต รังผึ้ง มะแว้งต้น มะแว้งเครือ มะเขือขื่น เป็นต้น สามารถขึ้นได้ในสภาพดินในชุมชนแต่ต้องมีการปรับสภาพดินให้เหมาะสมกับการปลูกพืชสมุนไพรรักษา แต่ต้องคำนึงถึงการตัดพันธุ์ การเตรียมดิน การปลูก การให้น้ำ การให้ปุ๋ย การกำจัดวัชพืช เพราะสมุนไพรรักษาส่วนใหญ่เป็นพืชล้มลุก พืชสมุนไพรรักษาเหล่านี้สามารถลดค่าใช้จ่ายของชุมชน การอนุรักษ์ทำได้ง่ายเพราะสภาพของดินในชุมชนเหมาะแก่การเพาะปลูก นอกจากนี้การขยายพันธุ์ยังสามารถทำได้ง่ายไม่ยุ่งยาก เช่น ใช้เมล็ด ใช้หัว ใช้เหง้า การเพาะชำกิ่ง จากข้อค้นพบดังกล่าวผู้วิจัยมีความเห็นว่า พืชสมุนไพรรักษาที่เป็นยาเหล่านี้ควรมีการส่งเสริมให้ประชาชน ได้มีความรู้และปลูกกันทั่วครัวเรือน หรือนำไปปลูกในศูนย์การเรียนรู้ถูกต้องตามหลักวิชาการ ประการสำคัญต้องปราศจากสารพิษ มุ่งใช้เกษตรอินทรีย์เป็นหลัก เพราะนอกจากจะ



เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพแล้ว ยังเป็นการส่งเสริมให้มีรายได้ อาจนำไปเป็นอาชีพเสริม เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายแก่ครอบครัวต่อไป

ผู้วิจัยคิดว่า การปรับสภาพดินของภาคอีสาน เป็นดินทรายเนื้อหยาบ เพราะประกอบด้วยทรายมากกว่าอย่างอื่น แต่มีข้อดีอย่างหนึ่งคือร่วนซุยไม่อัดแน่น ถ้าปลูกสมุนไพรมะนาวจะทำให้พืชมีระบบรากดี การระบายน้ำ-อากาศในดินได้ดี ข้อเสียที่สำคัญคือดินขาดน้ำ ขาดธาตุอาหารหลายธาตุ เมื่อรดน้ำและใส่ปุ๋ยเพื่อเพิ่มธาตุอาหาร ก็อาจสูญเสียออกไปได้ง่าย วิธีการที่จะจัดเก็บน้ำหรือธาตุอาหารของดินทราย จะต้องเน้นการใส่ปุ๋ยอินทรีย์จำพวกปุ๋ยหมัก ปุ๋ยคอก มูลวัว มูลควาย หรือเศษพืช ใบไม้ต่างๆ เป็นการบำรุงดิน แต่มักจะต้องใส่บ่อยๆ เพราะปุ๋ยอินทรีย์จะย่อยสลายตัวสูญหายไปหมดได้ง่าย การจัดการสภาพของดินทรายทำได้อีกแบบหนึ่งคือ การเรียนแบบการปลูกพืชแบบไม่ใช้ดินนั่นเอง โดยการใช้ระบบน้ำมาช่วย เช่นระบบน้ำหยดหรือสปริงเกอร์ก็ได้ ขณะเดียวกันก็ให้ธาตุอาหารไปกับระบบน้ำด้วย วิธีนี้ดีมากหากเกษตรกรมีทุนในการจัดทำระบบน้ำ ประกอบกับต้องมีความรู้เรื่องการใส่ปุ๋ย วิธีนี้จะผลิตพืชสมุนไพรได้ดีกว่าในดินชนิดอื่นๆ เพราะสามารถควบคุมปัจจัยเกี่ยวกับการให้น้ำ และเพิ่มธาตุอาหารได้อย่างดีและมีประสิทธิภาพ

ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม (Diffusion Theory) ที่กล่าวถึงลักษณะการแพร่กระจายภูมิปัญญาที่เป็นองค์ความรู้การอนุรักษ์สมุนไพรมะนาวและสุขภาพจากวัฒนธรรมหนึ่ง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Huang (เทวัญ ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก Huang. 2010 : 1440-1445) ที่พบว่าสมุนไพรมะนาวโบราณนำโถงน้ำเต้าหรือรูบาร์บ มาใช้เป็นยารักษาอาการที่เกิดจากระบบย่อยอาหารทำงานไม่ปกติ และใช้เป็นยาบำรุงเสริมสร้างกำลังให้กระปรี้กระเปร่า ซึ่งสมุนไพรมะนาวนี้แพร่กระจายความรู้เข้ามายังประเทศไทย สอดคล้องกับงานวิจัยของมานพ แก้วกล้า และคณะ (เทวัญ ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก มานพ แก้วกล้า และคณะ. 2547 : 148) ที่ได้ศึกษาการปลูก การผลิต การแปรรูปและการจำหน่ายแจกสมุนไพรมะนาว อันนำไปสู่ความรู้จากชุมชนหนึ่งไปยังชุมชนอื่นๆ

2. ผลการวิจัยพบว่าสมุนไพรมะนาวส่วนใหญ่ที่ปลูกเป็นพืชล้มลุก แต่เป็นปัญหาการเพาะปลูกต้องปรับปรุงสภาพดินให้เหมาะสมกับการปลูก ต้องให้น้ำในระยะแรก เมื่อดันสมุนไพรมะนาวเริ่มเติบโตต้องคอยหมั่นกำจัดวัชพืช เพราะสมุนไพรมะนาวที่ปลูกจะเป็นพืชท้องถิ่น เช่น พริกไทย หล้าเห็ดหมู บอระเพ็ด กระชาย ขิง กระเทียม ดีปลี โดไม่รู้ล้ม ขะพู่ มะแว้งต้น มะแว้งเครือ มะเขือขื่น เป็นต้น ชุมชนสามารถปลูกและเก็บเกี่ยวสมุนไพรมะนาวได้ตามฤดูกาลติดต่อกัน จากข้อค้นพบดังกล่าวผู้วิจัยมีความเห็นว่า พืชสมุนไพรมะนาวนี้มีประโยชน์อย่างมาก นอกจากเก็บเกี่ยวตามฤดูกาลแล้ว ยังสร้างรายได้เป็นอาชีพเสริม หรืออาชีพประจำ สมุนไพรมะนาวบางชนิดเช่นกระเทียมยังสามารถปลูกเป็นไม้ประดับในบริเวณบ้านหรือสวน เพราะไม้เหล่านี้สามารถสร้างระบบนิเวศวิทยาของป่าในการบำรุงรักษาดินให้มีความอุดมสมบูรณ์ได้ดี

ผู้วิจัยเห็นว่า การสร้างป่ายั่งยืน สร้างแหล่งน้ำ คืนชีวิตให้สมบูรณ์ สาเหตุของพื้นที่ที่แห้งแล้งจากการตัดไม้ทำลายป่า การจะเรียกความชุ่มชื้นให้กลับคืนมา ต้องฟื้นฟูพื้นที่ที่เพาะปลูกสมุนไพรมะนาวให้มีสภาพอุดมสมบูรณ์เหมือนป่าดั้งเดิม เพื่อให้ต้นไม้เป็นตัวลดความแรงของน้ำ และดูดซับน้ำสำรองไปไว้ในดินและในต้นไม้ ต้องพยายามปลูกต้นไม้อย่าให้พื้นที่ว่าง เพื่อจะได้สวนป่าส่วนตัวและจะได้ความอุดมสมบูรณ์ของดินกลับคืนมาไม่ถึง 10 ปีข้างหน้า เริ่มต้นด้วยการปลูกพืชเก็บน้ำ ปลูกพืชคลุมดินผสมผสานกับการปลูกพืชสมุนไพรมะนาว เพื่อสร้างความชุ่มชื้นให้คืนกลับมา ด้วยการจัดการ



ปลูกต้นไม้กับน้ำโดยไม่ต้องลงทุนมากมาย เริ่มจากการปลูกสมุนไพรที่ไหนให้ปลูกกล้วยกับไผ่ยึดพื้น เพราะทั้งสองอย่างนี้เป็นไม้ล้มลุก เป็นผู้หาน้ำมาให้จะดึงความชื้นจากอากาศลงสู่ดิน ปลูกสมุนไพรตรงไหนให้ปลูกกล้วยประกบไป โดยไม่ต้องรดน้ำเลย เพราะกล้วยจะช่วยเก็บน้ำรักษาความชื้นให้กับสมุนไพรที่ปลูก และถ้ามีปุ๋ยคอก ชีวขี้ควายใส่ลงในแปลงรดน้ำจะช่วยเก็บความชื้นไว้ได้ดีขึ้น ควรปลูกต้นไม้ไว้ด้วย เพราะต้นไม้เก็บหมอกได้ดี ไผ่จะดึงความชื้นจากอากาศในตอนกลางคืน รากจะเก็บความชื้นไว้ในดิน ปลูกทั้งสองอย่างนี้เป็นไม้ที่เลี้ยงต้นสมุนไพรได้ดี

ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีสัมพันธสัญญาลักษณะ ที่กล่าวถึงความซุกซมของสมุนไพรที่เป็นไม้ยืนต้น ความซุกซมเหล่านั้นนำมาตั้งเป็นสัญญาลักษณะ เช่น บึงบอระเพ็ด บ้านดงมะแวง บ้านกระชายน้อย บ้านเชียงแดง (เชียงแดง หมายถึงกระท่อที่มีดอกสีแดง) ซึ่งแสดงถึงจำนวนสมุนไพรที่ซุกซมในพื้นที่บริเวณนั้น สอดคล้องกับงานวิจัยของชาลี ทองคอนแอ (เทวัญ ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก ชาลี ทองคอนแอ. 2539 : 49-57) พบว่าการใช้สมุนไพรพื้นถิ่นส่งผลต่อการใช้สมุนไพรในการรักษา มีความเชื่อว่าการรักษาโรคโดยใช้สมุนไพรพื้นถิ่นมีผลต่อพฤติกรรมของคนในสังคม สอดคล้องกับงานวิจัยของชาคริต อนันทราวิน (เทวัญ ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก ชาคริต อนันทราวิน. 2538 : 82-83) พบว่าการอนุรักษ์ต้นสมุนไพร มีการผสมผสานระหว่างคุณธรรม จริยธรรม เกี่ยวข้องกันกับการใช้สมุนไพร โดยมีข้อห้ามบางอย่างเกี่ยวกับพืชสมุนไพรบางชนิด เช่น ไม่กินน้ำเต้า ฝักเขียว มะเฟือง ทำให้สมุนไพรเหล่านี้สามารถคงอยู่และแพร่พันธุ์ได้ต่อไป

ตอนที่ 3 รูปแบบการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

1. ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการพัฒนาและการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย มีแหล่งที่มาของความรู้จากหลายแหล่ง เช่นจากเอกสาร จากอินเทอร์เน็ต ภาคสนาม และการไปศึกษาดูงาน จากการอบรม ซึ่งแหล่งความรู้เหล่านี้หากนำมาจัดเป็นระบบและมีการนำเสนอที่ดี จะสามารถทำให้ผู้ที่สนใจในการอนุรักษ์สมุนไพร มีความรู้ความเข้าใจและเห็นประโยชน์ ตลอดจนการเข้าถึงข้อมูล กระทำได้อย่างรวดเร็วยิ่งขึ้น จากข้อค้นพบดังกล่าวผู้วิจัยมีความเห็นว่า ความรู้เป็นประโยชน์ต่ออนุชนรุ่นหลังของชุมชน ซึ่งจะเป็นกำลังสำคัญในการถ่ายทอด นำเสนอ และการศึกษาอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดการพัฒนาสมุนไพรของชุมชนให้มีความก้าวหน้า ควรกระจายองค์ความรู้ให้เกิดการพัฒนาอย่างแพร่หลายของสมุนไพร ตลอดจนการนำไปใช้อย่างรู้คุณค่า เห็นความสำคัญของการอนุรักษ์สมุนไพร ต้องผ่านขั้นตอนให้ได้มาตรฐาน เริ่มจากภูมิปัญญาพื้นบ้าน ร่วมมือกันในการพัฒนาการอนุรักษ์อย่างเป็นระบบ ส่งเสริมการพัฒนาองค์ความรู้การอนุรักษ์สมุนไพรอย่างต่อเนื่องและจริงจัง ด้วยพลังองค์กรเครือข่ายการอนุรักษ์สมุนไพรให้เข้มแข็ง เพื่อถ่ายทอดภูมิปัญญาสมุนไพรในการพัฒนาทุกด้านจริง โดยบูรณาการในโครงการพัฒนาต่างๆ ที่มีผู้รับผิดชอบอยู่แล้วในพื้นที่ให้ครบวงจรการอนุรักษ์สมุนไพร

ผู้วิจัยพบว่า การอนุรักษ์สมุนไพรภาคราชการและเอกชน ที่ทำงานควรณรงค์เรื่องความหลากหลายทางชีวภาพ หรือโครงการสมุนไพรเพื่อสุขภาพ เพื่อการพึ่งพาตนเอง พัฒนาความรู้เรื่องสมุนไพรแก่กลุ่มเกษตรกร เพื่อนำสมุนไพรไปสู่การเรียนรู้กับทุกฝ่าย ที่จะหาทางอนุรักษ์และพัฒนาสมุนไพร เพื่อขยายพันธุ์ไปสู่หน่วยงานภาครัฐหรือโรงพยาบาล ซึ่งรักษาด้วยการแพทย์แผนไทยได้ใช้สมุนไพรเพิ่มมากขึ้น เพื่อลดค่าใช้จ่ายในการสั่งซื้อยา ซึ่งปัจจุบันมีการสั่งซื้อยามากยิ่งขึ้น



ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่ (Structural-Functionalism Theory) ซึ่งมีโครงสร้างที่สำคัญอย่างหนึ่งได้แก่ โครงสร้างทางการศึกษาและการถ่ายทอด โดยที่สังคมนั้นไม่อาจละเลยได้ หากไม่กระทำเช่นนั้น สังคมนั้นๆ ไม่สามารถจะคงรูปอยู่ต่อไปได้ และสอดคล้องกับงานวิจัยของรุจินาถ อรรถสิทธิ์ (เทวัญ ธานีรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก รุจินาถ อรรถสิทธิ์. 2535 : 33-35) ที่พบว่าการถ่ายทอดความรู้ของหมอพื้นบ้าน จากรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่ง เห็นความสำคัญขององค์ความรู้เกี่ยวกับการและใช้สมุนไพรในการรักษาผู้ป่วยจะสูญหายไป สอดคล้องกับงานวิจัยของเสาวภา พรสิริพงษ์ และคณะ (เทวัญ ธานีรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก เสาวภา พรสิริพงษ์ และคณะ. 2539 : 14-23) พบว่าหมอพื้นบ้านแต่ละชุมชน มีความประสงค์ที่จะถ่ายทอดองค์ความรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรให้กับชุมชนคนรุ่นหลัง ที่ได้รับการถ่ายทอดสามารถเรียนรู้ได้ตั้งแต่วัยเยาว์

2. ผลการวิจัยพบว่า วิธีการจัดการอบรมการเรียนรู้การอนุรักษ์สมุนไพร มีหลายขั้นตอน โดยองค์ประกอบสำคัญ เช่น องค์ความรู้ที่จะอนุรักษ์สมุนไพร ถ่ายทอดการสร้างแปลงทดลองสาธิตสมุนไพร เริ่มตั้งแต่การคิดพันธุ์ การปรับปรุงดิน การปลูก การให้น้ำ การให้ปุ๋ย การกำจัดวัชพืช และการขยายพันธุ์ การอบรมเพื่อเตรียมเจ้าหน้าที่ การใช้การสื่อสาร การจัดกิจกรรม ซึ่งการจัดกระบวนการการเรียนรู้ ต้องมีการผสมผสานขององค์ประกอบดังกล่าวให้เชื่อมโยงซึ่งกันและกัน

จากข้อค้นพบดังกล่าวผู้วิจัยมีความเห็นว่า วิธีการจัดการอบรมการเรียนรู้ในชุมชน นับว่ามีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะมีการลงมือปฏิบัติจริงที่ผู้สนใจได้รับการถ่ายทอดอย่างเป็นระบบ หากประสบความสำเร็จจะทำให้สมาชิกที่สนใจในเรื่องนี้มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น จนสามารถสร้างเครือข่ายจากระดับชุมชน ระดับอำเภอ ระดับจังหวัดระดับประเทศ และระดับสากล

สอดคล้องกับทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม (Diffusion Theory) ที่กล่าวถึงองค์ความรู้การแพร่กระจายของภูมิปัญญาจากแหล่งหนึ่งไปยังแหล่งอื่นได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของรุจินาถ อรรถสิทธิ์ (เทวัญ ธานีรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก รุจินาถ อรรถสิทธิ์. 2535 : 33-38) ที่พบว่ากระบวนการถ่ายทอดองค์ความรู้จากรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่ง ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านในสมัยโบราณ แบ่งเป็น 2 อย่างคือ หมอหลวงหรือหมอราชสำนัก ซึ่งมีความรู้ความสามารถ มีฝีมือและได้รับการถ่ายทอดจนได้เป็นหมอหลวง ส่วนหมออื่นๆ จะเป็นหมอพื้นบ้านที่เรียกว่าหมอเคลยกัดดีรักษาคนในชุมชน สอดคล้องกับงานวิจัยของเพ็ญจันทร์ ประดับมุข (เทวัญ ธานีรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก เพ็ญจันทร์ ประดับมุข. 2532 : 79-84) ที่พบว่าหมอพื้นบ้านให้การรักษาประชาชนด้วยกรรมวิธีแพทย์แผนไทย รักษาสุขภาพแบบองค์รวมของตนเองก่อนที่จะไปพึ่งพาหมอพื้นบ้านและสถานพยาบาลของรัฐ

3. ผลการวิจัยพบว่าสื่อการเรียนรู้มีความสำคัญเป็นอย่างมากเพราะสามารถสร้างกระแสให้เกิดความสนใจใฝ่รู้เป็นอย่างดี แต่สื่อจะต้องซึ่ผลิตได้หากสื่อไม่ดีจะนำเสนอโดยเฉพาะภาพลักษณ์ที่เสียหายแก่การอนุรักษ์สมุนไพรได้ ดังนั้นผู้ผลิตสื่อและผู้ใช้สื่อต้องตระหนักถึงการใช้วิจารณ์ญาณในการผลิต และการใช้ในสิ่งที่ดีเท่านั้น ผู้วิจัยเห็นว่า การสื่อสารการเรียนรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรมีน้อยมาก ไม่ว่าภาครัฐหรือเอกชน จะมุ่งเน้นการให้ความรู้เกี่ยวกับพืชเศรษฐกิจหรือพืชเชิงเดี่ยวเท่านั้น ไม่ค่อยเห็นความสำคัญของสมุนไพรเท่าที่ควร สาเหตุอีกประการหนึ่งคือขาดผู้รู้จักจริงในการอนุรักษ์สมุนไพร เกษตรกรส่วนใหญ่จะปลูกพืชสมุนไพรน้อยมาก หากมีการปลูกสมุนไพรควรปลูกควบคู่กันไปกับพืชชนิดอื่น บางครั้งสื่อที่เสนอเกี่ยวกับการใช้สมุนไพร นำเสนอแต่



ภาพลักษณ์ที่เสียหาย เช่น การใช้ยาสมุนไพรเป็นอันตรายมีสารสเตอรอยด์ สมุนไพรบางชนิดมีพิษ สร้างความหวาดกลัวให้กับประชาชน ดังนั้นหน่วยงานที่รับผิดชอบควรที่จะเปิดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพร เช่น กรมการแพทย์แผนไทย กระทรวงสาธารณสุข สภาการแพทย์แผนไทยกรมส่งเสริมการเกษตร สมาคมแพทย์แผนไทยต่างๆ ให้ความรู้ความเข้าใจกับประชาชนที่สนใจ และหันมาใช้ยาสมุนไพรเพิ่มมากขึ้น

ผู้วิจัยพบว่า ปัจจุบันการสื่อสารในโลกโซเชียลมีเดีย มีความก้าวไกลอย่างมาก สื่อการเรียนการสอน สามารถส่งแพร่กระจายออกอย่างกว้างขวาง หากนำการเรียนรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์สมุนไพรออกแพร่กระจายในการสื่อสารดังกล่าว จะทำให้ความรู้ทางภูมิปัญญาพื้นบ้าน และความรู้ทางวัฒนธรรมอันมีค่า จะได้ก้าวไปไกลอย่างหนึ่ง ความเชื่อและศรัทธา หรือความพอใจในการใช้สมุนไพรในการอนุรักษ์ โดยการสื่อสารเรียนรู้ให้เข้าใจ สามารถเชื่อมต่อกับชีวิต ครอบครัว ชุมชน ระบบนิเวศ ได้อย่างผสมกลมกลืนเกิดการอนุรักษ์สมุนไพรในประเทศไทยทั้งหมด จะเป็นการพัฒนาอย่างแท้จริง สนับสนุนการศึกษา รวบรวมความรู้ดั้งเดิม หรือภูมิปัญญาของคนไทยที่สะสมกันมานาน แต่ปัจจุบันกำลังจะหายไปด้วยการศึกษาแบบปัจจุบัน ที่มีแต่ความจำป็นรีบด่วน ควรมีการศึกษาจากสภาพความเป็นจริงมากขึ้น ทั้งความเป็นธรรมชาติ และความเป็นจริงทางสังคมและวัฒนธรรม

ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่ (Structural-Functionalism Theory) ในเรื่องของการศึกษาและถ่ายทอด ซึ่งสื่อมีความสำคัญมากในเรื่องดังกล่าว สอดคล้องกับงานวิจัยของชาลี ทองคอนแอ (เทวีญ ธาณิรัตน์. 2556 ; อ้างอิงมาจาก ชาลี ทองคอนแอ. 2539 : 49-57) ที่พบว่าเจ้าหน้าที่สาธารณสุขระดับตำบล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ในจังหวัดนครปฐมสนับสนุนการใช้ยาสมุนไพร ต่อการรักษาโรคตามโครงการสาธารณสุขมูลฐาน กระทรวงสาธารณสุข โดยการประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อต่างๆ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 ผลการวิจัยพบว่า ภาครัฐและเอกชนให้ความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ต่อการอนุรักษ์สมุนไพรอายุวัฒนะ ดังนั้นจึงสมควรให้ผู้นำองค์กรชุมชน กรมการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก จะได้นำความรู้ในการอนุรักษ์สมุนไพร นำไปขยายพันธุ์ในพื้นที่อื่นของประเทศไทย

1.2 ผลการวิจัยพบว่า หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมและเข้ามามีส่วนร่วมในการอนุรักษ์สมุนไพร เช่น สถาบันการศึกษา องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อำเภอ จังหวัด โดยเฉพาะโรงเรียนและชุมชน ผู้นำชุมชนและภาครัฐในท้องถิ่น ควรเข้ามามีส่วนร่วมอย่างจริงจัง การอนุรักษ์สมุนไพรมีความจำเป็นต้องมีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน จึงจะประสบผลสำเร็จ

1.3 ผลการวิจัยพบว่า การอนุรักษ์สมุนไพร เป้าหมายอันสูงสุดของการอนุรักษ์ ซึ่งพบว่ามีหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน ภาครัฐได้แก่ 1) สวนสมุนไพรกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ 2) สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี 3) อุทยานธรรมชาติวิทยาสิริรุกชาติ ภาคเอกชนได้แก่ 1) กลุ่มสมุนไพรบ้านดงบัง 2) โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร์



3) สวนสมุนไพรอรุณ 4) สวนสมุนไพรหมอโรจน์ 5) โรงพยาบาลแพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999 6) สถานพยาบาล อโรคยศาล วัดคำประมง ควรนำผลการวิจัยนี้ไปปรับปรุงร่วมมือกันในการขยายพันธุ์สมุนไพร ด้วยวิธีการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อให้ประสบความสำเร็จในการอนุรักษ์สมุนไพรต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาการขยายพันธุ์ ด้วยวิธีวิธีการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ กับสมุนไพรที่ขาดแคลน และมีราคาสูง หายากโดยการอนุรักษ์ การเพาะและการขยายพันธุ์ สมุนไพรให้มีจำนวนมากขึ้น

2.2 ควรศึกษารูปแบบการบริหารจัดการในการอนุรักษ์สมุนไพรอย่างเป็นระบบ โดยตั้งเป็นศูนย์การเรียนรู้ในระดับท้องถิ่น ระดับจังหวัด และระดับประเทศ

2.3 ควรศึกษาสรรพคุณทางยาของสมุนไพรที่ทำการเพาะปลูกในชุมชน

2.4 ควรทำการวิจัยถึงลักษณะการขยายพันธุ์สมุนไพร เพื่อนำไปแจกและจำหน่ายยังพื้นที่อื่นทั่วประเทศ

2.5 ควรศึกษารูปแบบการพัฒนาสร้างมูลค่าเพิ่มของสมุนไพร ในระบบวิสาหกิจชุมชน เพื่อให้ชุมชนได้รับประโยชน์สูงสุด



บรรณานุกรม



บรรณานุกรม

- กระทรวงสาธารณสุข, สำนักงานปลัด. กองการประกอบโรคศิลป์. ตำรับแพทย์แผนโบราณ.
ม.ป.ท. : ม.ป.พ., ม.ป.ป.
- _____. ตำราแพทย์แผนโบราณทั่วไป สาขาเภสัชกรรม. ม.ป.ท. : ม.ป.พ., ม.ป.ป.
- กนกวรรณ มโนรมย์. การพัฒนาและฟื้นฟูเศรษฐกิจชุมชน : กรณีศึกษาชุมชนลุ่มน้ำ. ม.ป.ท. :
ม.ป.พ., 2544.
- กฤษณา วงษาสันต์. วิถีไทย. กรุงเทพฯ : เจริญเวฟ เอ็ดดูเคชั่น, 2542.
- กัณฑ์วีร์ วิวัฒน์พาณิชย์. ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและการแพทย์แผนไทย.
กรุงเทพฯ : คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2544.
- กัลปพฤกษ์ ผิวทองงาม, ศรีัญญา รักสงฆ์ และกฤษณา เสกตระกูล. โครงสร้างตลาดการค้าชายแดน
ไทย-ลาว : กรณีศึกษาด้านมุกดาหาร. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2549.
- กิตติ สมบัติ และคณะ. “ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการดูแลสุขภาพของตนเองของชาวมุสลิมชายแดนใต้ :
ความสุขแห่งศุนยา. ในการสร้างคนสร้างปัญญาสร้างสุขภาพภาคประชาชน,” กองสนับสนุน
สุขภาพภาคประชาชน. 5 : 68-73 ; สิงหาคม, 2546.
- กรรณิการ์ พรหมเสาร์ และสรสิริ อินจัน. การแพทย์พื้นบ้านกับการดูแลสุขภาพ. กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก แปรจาก Traditional medicine and
health care coverage 1983. World Health Organization 1983, 2540.
- กองประกอบโรคศิลป์. การแพทย์แผนโบราณแบบประยุกต์จนกระทั่งถึงปัจจุบันนี้. กรุงเทพฯ :
กองประกอบโรคศิลป์, 2549.
- กองประกอบโรคศิลป์. ตำราแพทย์แผนโบราณทั่วไป สาขาเวชกรรม เล่ม 2. กรุงเทพฯ :
ไทภูมิ พับลิชชิ่ง, 2549.
- กองวิจัยและพัฒนาสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์. แนวทางการผลิตวัตถุดิบสมุนไพร.
ม.ป.ท. : ม.ป.พ., 2538.
- กาญจนา เกียรติมิตรรัตน์. ภูมิปัญญาในการทอผ้าพื้นเมืองภาคเหนือ : รูปแบบการเรียนรู้ และการ
ถ่ายทอดความรู้ของครูภูมิปัญญาไทย. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2546.
- จาร์ล เซ็นนิล. “รักษามะเร็งด้วยสมุนไพรและสมาธิบำบัด วัดคำมงคล จังหวัดสกลนคร,”
เล่มเดี่ยว คัมภีร์. 7 : 150-156, 2553.
- ฉลาดชาย รมิตานนท์. ความหลากหลายทางชีวภาพ : ภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการพัฒนาในสิทธิชุมชน
การกระจายอำนาจจัดการทรัพยากร. กรุงเทพฯ : สถาบันชุมชนท้องถิ่น พัฒนา, 2537.
- ชุตินันท์ ประสิทธิ์ภูริปริชา. การศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านของการใช้สมุนไพรเพื่อปรับภูมิคุ้มกัน
ของร่างกายในจังหวัดอุบลราชธานี. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2545.
- ฐานเศรษฐกิจ. การหย่าร้าง. 14 เมษายน 2557 : 1.
- เดลินิวส์. นายกพูดการปลูกสมุนไพร. ฉบับวันที่ 8 กรกฎาคม 2558. หน้า 1.
- เดลินิวส์. “โรงพยาบาลแพทย์แผนไทย สังกัดงานไอสด. 999” สังกัดงานนิวส์. ฉบับวันที่ 1
มีนาคม 2558. หน้า 4.



- เทียบ เหล่าสุวรรณ. การศึกษาลักษณะองค์ประกอบของการจัดการธุรกิจขององค์กรชุมชน ในชนบท ที่สามารถพึ่งตนเองได้ทางธุรกิจ: ศึกษาเฉพาะกรณี สหกรณ์การเกษตรท่งนางแก้ว จำกัด ตำบลท่งนางแก้ว อำเภอเวียงน้อย จังหวัดขอนแก่น. กรุงเทพฯ : คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2541.
- เทวัญ ธาณิรัตน์. แพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine). ม.ป.ท. : ม.ป.พ., 2556.
- ทรงศิริ สาประเสริฐ. ลักษณะการถ่ายทอดความรู้ของภูมิปัญญา. 2 มีนาคม 2524.
<<http://www.firefara.org/alternativemed.html>> 2558.
- ทรงคุณ จันทจร. ทฤษฎีทางวัฒนธรรมและสังคม. มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2553.
- ทรงคุณ จันทจร และปิติ เสนโคตร. การรักษาผู้ป่วยด้วยวิธีเหย้าของผู้ไทย : กรณีชาวผู้ไทยอำเภอโนนสูง จังหวัดมุกดาหาร. มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2540.
- ไทยรัฐออนไลน์. ขัดมอน-หมามูย-บอระเพ็ด สูตรเด็ดเพิ่มพลังชาย. 9 มีนาคม 2556.
<<http://www.thairath.co.th/content/331108>> 25 มีนาคม 2558.
- ธวัช บุญโณทก. “ภูมิปัญญาชาวบ้านอีสาน : ทักษะของอาจารย์ปรีชา พิณทอง,” ใน ทิศทางหมู่บ้านไทย. หน้า 46-72. กรุงเทพฯ : หมู่บ้าน, 2531.
- นิคม มูลสิคะคามะ. วัฒนธรรมบทบาทใหม่ในยุคโลกาภิวัตน์. กรุงเทพฯ : รุ่งศิลป์การพิมพ์, 2545.
- นิจศิริ เรื่องรังสี และธวัชชัย มังคละคุปต์. สมุนไพรไทย เล่ม 1. หน้า 8-11, 348, กรุงเทพฯ : ฐานการพิมพ์, 2547.
- บัญชียาจากสมุนไพร, ตามประกาศคณะกรรมการแห่งชาติด้านยา (ฉบับที่ 5). เรื่องบัญชียาหลักแห่งชาติ พ.ศ. 2547. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, 2449.
- บุญธรรม จิตตอนันต์, ศาสตราจารย์. การวิจัยทางสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2540.
- บุปผชาติ อุปลัมภนรากร. โนรา : การอนุรักษ์การพัฒนาและการสืบสานศิลปะการแสดง ภาคใต้. วิทยานิพนธ์ ปร.ด. มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2552.
- ประทีป ชุมพล. ประวัติศาสตร์การแพทย์แผนไทย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : มติชน, 2545.
- เปี่ยม บุญยโชติ. ตำรายาไทยโบราณ ว่าด้วยโรคต่าง ๆ เล่ม 1. พระนคร : เกษมบรรณกิจ, 2514.
- . ตำรายาไทยโบราณ ว่าด้วยโรคต่างๆ (ว่าด้วยเรื่องยาเด็กและยาท่านสุภาพสตรี) เล่ม 6. พระนคร : เกษมบรรณกิจ, 2518.
- ปิยนุช ยอดสมสวย และสุพิมพ์ วงศ์ทองแท้. การศึกษาภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้านในอำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก. กรุงเทพฯ : คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2553.
- “ประวัติสมุนไพร,” สมุนไพรเพื่อสุขภาพ. 3 : 91-95, 2543.
- ประลอง ดำรงค์ไทย. “ประชุมวิชาการ ป่าไม้ไทยใครกำหนด,” ไทยรัฐ. 17 เมษายน 2558. หน้า 3.



- ประเวศ วะสี. ภาวะผู้นำ : ความเป็นไปในสังคมและวิธีการแก้ไข. กรุงเทพฯ : พิมพ์ลักษณ์, 2544.
- ผู้จัดการ ASTV. นำแพทย์แผนไทยเข้าร่างรัฐธรรมนูญ. 12 พฤษภาคม 2558. หน้า 6.
- พีรพล พิสนุพงศ์ และสุภาพร ปิติพร. “โรงพยาบาลกับสมุนไพรสมัยดีก่าบรรพ์,” วารสารศิลปวัฒนธรรม. 15(5) : 119-120 ; สิงหาคม, 2537.
- พรวิทย์ ผาติวัตติ. ปัจจัยที่มีผลกระทบต่องานกองทุนสนับสนุนการวิจัย. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ., 2538.
- เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ. การดูแลสุขภาพด้วยการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย. กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, 2538.
- เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ. สมุนไพรไทยในยุคโลกไร้พรมแดน. กรุงเทพฯ : สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2548.
- ไพฑูรย์ มีกุล. ประวัติศาสตร์-แผนการสอน. กรุงเทพฯ : วัฒนาพานิช, 2548.
- มนต์ชัย ผ่องศรี. การศึกษาความเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ระหว่างวิถีชีวิตของชุมชนกับป่าในเขตตำบลว่าทอง อำเภอภูเวียง จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2540.
- มูลนิธิสุขภาพไทย. ประเภทของหมอฟันบ้าน. 2555.
<<http://www.ccla.msu.ac.th/tkdoc/?view=>> 27 มกราคม 2558.
- มูลนิธิสุขภาพไทย. สุขภาพองค์รวม. 4 ธันวาคม 2556.
<<http://www.thaihof.org/globe/holistic.html>> 14 มีนาคม 2558.
- มหาวิทยาลัยธนบุรี. ประวัติสมุนไพรไทย. 27 กันยายน 2552.
<<http://www.igetwed.com/www/samunpai/index.php?mo=3&art=355990>> 25 สิงหาคม 2558.
- มาริสสา โกเศษะโยธิน. การพัฒนามาตรฐานเกษตรธรรมชาติเพื่อเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจของชุมชน. มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2551.
- ยศ สันตสมบัติ. มนุษย์กับวัฒนธรรม. กรุงเทพฯ : ธรรมศาสตร์, 2537.
- . มนุษย์กับวัฒนธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สามลดา, 2556.
- ราชบัณฑิตสถาน. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตสถาน. กรุงเทพฯ : ราชบัณฑิตสถาน, 2554.
- วิเชียร ไทยเจริญ. การดำรงอยู่ของหมอฟันบ้านในบริบทการพัฒนาแพทย์สมัยใหม่ กรณีศึกษาอำเภอพิบูลย์ จังหวัดนครศรีธรรมราช. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. นครราชสีมา : มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์, 2548.
- วิทวัส (ภาสกิจ) วัฒนาวิบูล, นายแพทย์. บทความพิเศษ. นิตยสารหมอชาวบ้าน. เล่มที่ 244. หน้า 10-15. กรุงเทพฯ : หมอชาวบ้าน, 2542.
- วีณา จิวฉวีระกุล. สมุนไพรเพื่อความงาม. กรุงเทพฯ : พิมพ์ดี, 2542.
- วุฒิ วุฒิธรรมเวช. สารานุกรมสมุนไพร รวบรวมหลักเภสัชกรรมไทย. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ., 2540.
- สนธยา พลศรี. ทฤษฎีและหลักการพัฒนาชุมชน. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2547.



- สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. การศึกษาสังคมและวัฒนธรรม : แนวคิด วิถีวิทยาและทฤษฎี. ขอนแก่น : ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2544.
- สิริพันธ์ รุ่งวิชานวัฒน์ และอับดุลซาริม หมัดสุ. สารสนเทศที่เกี่ยวกับภูมิปัญญาพื้นบ้านทางการแพทย์แผนไทย กรณีศึกษาอำเภอโคกโพธิ์ จังหวัดปัตตานี. สงขลา : ภาควิชาบรรณารักษ์และสารนิเทศศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, 2552.
- สุนัย จุลพงศธร. ฉีกหน้ากากเศรษฐกิจ (โรงสี) ชุมชน. ม.ป.ท. : ม.ป.พ., 2550.
- สุภางค์ จันทวานิช. การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547.
- สุภาพร พรหมนิยม. ความสำเร็จในธุรกิจการทอผ้ามัดหมี่ของกลุ่มสตรี. บุรีรัมย์ : กรณีศึกษา ตำบลนาโพธิ์ จังหวัดบุรีรัมย์, 2543.
- สุขศรี กัลยาณพันธ์. หน้าที่ทางสังคมของพิธีกรรมเกี่ยวกับการปลูกข้าวและการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม. วิทยานิพนธ์ ศศ.บ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2547.
- . หน้าที่ทางสังคมของพิธีกรรมเกี่ยวกับการปลูกข้าวและการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม : ศึกษาเฉพาะกรณีบ้านดงทอง ตำบลดงทอง อำเภอเมือง จังหวัดยโสธร. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- สุทธิวงศ์ พงศ์ไพบูลย์. “ภูมิปัญญาชาวบ้านภาคใต้,” ทักษิณคดี. 4(3) : 1-42 ; กุมภาพันธ์ - กรกฎาคม, 2540.
- สุนา นี และคณะ. เทคโนโลยีการผลิตพืชสมุนไพร : บอระเพ็ดพุงข้างและแอมเพื่อประโยชน์ทางการแพทย์. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2546.
- สุริยน ไชยชนะ. การสำรวจความรู้และเจตคติของชายไทยที่มีต่อภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ : ศึกษาเฉพาะกรณีในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547.
- สุนัย อมรไชย. การศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสมรรถภาพทางเพศของผู้ชายในเขตอำเภอตระการพืชผล. อุบลราชธานี : ม.ป.พ., 2550.
- สุโรจน์ แพงมา. เกษตรวิทยาชาติพันธุ์ด้านยาสมุนไพรในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2549.
- สามารถ จันทร์สุรย์. ภูมิปัญญาชาวบ้านกับการพัฒนาชนบท. กรุงเทพฯ : อมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป, 2533.
- เสรี พงศ์พิศ. ภูมิปัญญาชาวบ้านกับการพัฒนาชนบท. กรุงเทพฯ : อมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป แอนด์ พับลิชชิง, 2536.
- สำนักงานการแพทย์พื้นบ้านไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก. แผนการศึกษาและพัฒนาศักยภาพหมอพื้นบ้านในการรักษาผู้ป่วยเสื่อมสมรรถภาพทางเพศชาย พ.ศ. 2551-2555. ม.ป.ท. : ม.ป.พ., ม.ป.ป.
- สำนักงานคณะกรรมการการสาธารณสุขมูลฐาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข. ยาสมุนไพรสำหรับงานสาธารณสุขมูลฐาน. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ., 2540.



- สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา. คู่มือผลิตภัณฑ์ยาจากสมุนไพรเพื่อเศรษฐกิจชุมชน.
กรุงเทพฯ : กระทรวงสาธารณสุข, 2543.
- อนุพันธ์ ต้นติววงศ์. โครงการศึกษาวิธีที่เหมาะสม และคุ้มค่าในการวินิจฉัย โรคมะเร็งต่อมลูกหมาก
ในผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2544.
- อรพินธุ์ โสวัฒน์. สถานการณ์การใช้สมุนไพรในประเทศไทย. พิษณุโลก : วิทยาลัยการ
สาธารณสุขจังหวัด, 2549.
- อารีกา วีระพงษ์. การแพทย์พื้นบ้านและยาสมุนไพรที่ใช้โดยหมอพื้นบ้านชนชาติกูยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2549.
- อุดม บัวศรี. วัฒนธรรมอีสาน. ขอนแก่น : คลังนานาวิทยา, 2546.
- อุดมศักดิ์ มหาวิวัฒน์, เทอดศักดิ์ พรหมอารักษ์. การรับรู้อาการพร่องฮอร์โมนเพศชายและหย่อน
สมรรถภาพทางเพศของชาย. มหาสารคาม : ม.ป.พ., 2550.
- เอกวิทย์ ณ. ถาง. มูลนิธิภูมิปัญญา. กรุงเทพฯ : มูลนิธิภูมิปัญญา, 2536.
- โอภาส ชามะรัตน์. การเพาะเมล็ด. 2552 ก. <<http://www.phanya.org>> 5 มกราคม
2558.
- . การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ. 2552 ข.
<http://www.freewebs.com/sakesan/main_issue.htm> 5 มกราคม 2558.
- ASTV ผู้จัดการออนไลน์. ชุมชนไพรไทยทางเลือกบรรเทาหย่อนสมรรถภาพทางเพศ.
19 มิถุนายน 2557.
<<http://www.manager.co.th/Science/ViewNews.aspx?NewsID=9570000068738>>
22 มีนาคม 2558.
- Adam, Moore and Peter Malinowski. Meditation, Mindfulness and Cognitive
Flexibility. London : Elsevier, 2009.
- Adriaan, Visser and others. Methodological Reflections on Body–Mind
Intervention Studies with Cancer Patients. California : Patient Education
and Counseling 82, 2011.
- Barth, B. Rael Cahn and John Polich. Brain Activity in Near-Death Experiencers
During a Meditative State. New York : McGraw-Hill, 2009.
- Brinkhaus, B. and others. Chemical, Pharmacology and Clinical Profile of the
East Asia Medical Plant Centella Asiatic. Austin : Biochem Biophys Res
Commun, 2000.
- David, G. and Kington. I. Tubulin – Interactive Natural Products as Anticancer
Agent. Biochem : Biophys Res Commun, 2009.
- Das, S. and others. Standardised Extract of Safed Musli (Chlorophytum
Borivilianum) Increases Aphrodisiac Potential Besides Being Safe in Male
Wistar Rats. s.n. : s.l., 2016.
- Duke, J. A. Handbook of Medicinal Herbs. Boca Raton. FL : CRC Press,
1985.



- Jecpp, L. J. "Basic Clin Physiol Pharmacol," Journal of the Neurological Sciences. 26(1) : 53-64 ; January, 2015
- Kendrick, Robert D. "Erectile Dysfunction : A Barrier to Prostate Cancer Screening Among African American men," Dissertation Abstracta International. 71 : 98 ; January, 2011.
- Kemp, Tanja. "The Prevalence and Associations of Low Testosterone Levels and Erectile Dysfunction in A Male Diabetic Urban Population," Dissertation Abstracta International. 54(06) : 79 ; December, 2016.
- La Favor, Justin D. "NADPH Oxidase as A Mechanistic Link Between Erectile Dysfunction, Peripheral, and Coronary Endothelial Dysfunction in Obesity," Dissertation Abstracta International. 74(05) : 130 ; November, 2012.
- Marios, Beauregard. "The Cardiovascular System in the Pre-Hippocratic Era," International Journal of Cardiology. 5(7) : 1006 ; October, 2007.
- Martin, Evelyn. "Evaluation of the Effectiveness of The International Index of Erectile Function (IIEF-5) (AHIM) Questionnaire on The Diagnosis and Treatment of Erectile Dysfunction," Dissertation Abstracta International. 74(11) : 84 ; May, 2014.
- Peter, J. Kanowski and Williams, Kathryn J. H. The reality of Imagination : Integrating the Material and Cultural and Cultural Values of Old Forests. Bangkok : Forest Ecology and Management 258, 2009.
- Qiuwen, Mi John and Pezzuto, M. Use of the vivo Hollow Fiber Assay in Natural Products Anticancer Drug Discovery. New York : Biochem Biophys Res Commun, 2009.
- Rohatgi, Surendra. Ayurvedic Composition for the Prophylaxis and Treatment of AID, flu, TB and other Immuno-deficient and the Process for Preparing the Same. New York : Biochem Biophys Res Commun, 2000.
- Wasi, P. "Brain and Meditation," Journal of the Neurological Sciences. 3 : 249-273, 2009.
- Zhejiang, J. and Univsci, B. "Aphrodisiacs are Required to Improve Male," Journal of Sciences. 16 : 179 ; March, 2015.



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



แบบสำรวจภาคสนาม
เพื่อการวิจัยเรื่อง
การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรค
ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

คำชี้แจง :

แบบสำรวจภาคสนามฉบับนี้ จัดทำขึ้นเพื่อเป็นแนวทางในการเก็บข้อมูลขั้นปฐมภูมิ เพื่อรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับการการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย มีสมุนไพรรักษาโรค 12 ชนิด คือ 1. พริกไทย 2. หล้าหัวหมู 3. บอระเพ็ด 4. กระชาย 5. ขิงแห้ง 6. กระเทียม 7. ดีปลี 8. โศภิต 9. ขะพลู่ 10. มะแว้งต้น 11. มะแว้งเครือ 12. มะเขือขื่น ในประเด็นดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ศึกษาภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

ตอนที่ 2 ศึกษาปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

1. การคัดพันธุ์
2. การเตรียมดิน
3. การปลูก
4. การให้น้ำ
5. การให้ปุ๋ย
6. การกำจัดวัชพืช
7. การขยายพันธุ์

ตอนที่ 3 ศึกษารูปแบบการพัฒนาและการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

1. วิธีการปลูกสมุนไพรรักษาโรค - การเตรียมดิน
2. ขั้นตอนการปลูกสมุนไพรรักษาโรค - การปลูกตามฤดูกาล
3. ผลผลิต - การให้น้ำ
 - การให้ปุ๋ย
 - การกำจัดวัชพืช
 - การขยายพันธุ์
4. การจำหน่ายจ่ายแจกแก่ประชาชน



**ตอนที่ 1 ข้อมูลภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแล
สมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย**

สำรวจข้อมูลดังนี้

1. ชื่อสวนที่ปลูกสมุนไพร.....
2. สถานที่ตั้ง เลขที่..... หมู่บ้าน..... หมู่ที่.....
ถนน.....แขวง/ตำบล.....เขต/อำเภอ.....
จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....

3. ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพ
ทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

- การคัดพันธุ์.....
- การเตรียมดิน.....
- การปลูก.....
- การให้น้ำ.....
- การให้ปุ๋ย.....
- การกำจัดวัชพืช.....
- การขยายพันธุ์.....

**ตอนที่ 2 ข้อมูลปัญหาและแนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแล
สมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย**

1. ปัญหาการปลูกสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความ
เสื่อมตามคัมภีร์กษัย

- 1.1 การคัดพันธุ์.....
- 1.2 การเตรียมดิน.....
- 1.3 การปลูก.....
- 1.4 การให้น้ำ.....
- 1.5 การให้ปุ๋ย.....
- 1.6 การกำจัดวัชพืช.....
- 1.7 การขยายพันธุ์.....

2. แนวทางการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและ
ความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

- 2.1 การคัดพันธุ์.....
- 2.2 การเตรียมดิน.....
- 2.3 การปลูก.....
- 2.4 การให้น้ำ.....
- 2.5 การให้ปุ๋ย.....
- 2.6 การกำจัดวัชพืช.....
- 2.7 การขยายพันธุ์.....



ตอนที่ 3 ข้อมูลรูปแบบการพัฒนาและการอนุรักษ์สมุนไพรรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับ
การดูแลสุขภาพภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์เกษีย

1. วิธีการปลูกสมุนไพรร (การเตรียมดิน).....

.....

2. ขั้นตอนการปลูกสมุนไพรร (การปลูกตามฤดูกาล).....

.....

3. ผลผลิต

3.1 การให้น้ำ.....

3.2 การให้ปุ๋ย.....

3.3 การกำจัดวัชพืช.....

3.4 การขยายพันธุ์.....

4. การจำหน่ายจ่ายแจกแก่ประชาชน.....

.....

.....ผู้สำรวจ
(.....)



แบบสังเกตแบบมีส่วนร่วม
เพื่อการวิจัยเรื่อง
การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคไทยอายุวัฒนะ
ที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

คำชี้แจง :

1. แบบสังเกตนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาของการขาดแคลนสมุนไพรรักษาโรคไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
2. ผู้วิจัยใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participatory Observation) โดยการเข้าไปในสวนสมุนไพร สังเกตและเข้าไปมีส่วนร่วมในการปลูกสมุนไพรรักษาโรคว่ามีรายละเอียดและขั้นตอนอย่างไร จากนั้นจะบันทึกรายละเอียดลงในสมุดแบบบันทึกการสังเกต ในแต่ละสัปดาห์

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของสวนสมุนไพร

ชื่อสวนสมุนไพร.....สถานที่ตั้ง/หมู่ที่.....
 ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....
 สังเกต วันที่.....เวลา.....น. ถึง

ส่วนที่ 2 สภาพภูมิปัญญาพื้นบ้านในการปลูกสมุนไพรรักษาโรคไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

เนื้อหา	สิ่งที่สังเกตได้	หมายเหตุ
การคัดพันธุ์		
การเตรียมดิน		
การปลูก		
การให้น้ำ		
การให้ปุ๋ย		
การกำจัดวัชพืช		
การขยายพันธุ์		



ส่วนที่ 3 ปัญหาการปลูกสมุนไพรสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

เนื้อหา	สิ่งที่สังเกตได้	หมายเหตุ
การตัดพันธุ์		
การเตรียมดิน		
การปลูก		
การให้น้ำ		
การให้ปุ๋ย		
การกำจัดวัชพืช		
การขยายพันธุ์		

.....ผู้สังเกต
(.....)



แบบสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม
เพื่อการวิจัยเรื่อง
การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรค
ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

คำชี้แจง :

1. แบบสังเกตนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาของการขาดแคลนสมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
2. ผู้วิจัยใช้การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non-Participatory Observation) โดยการเข้าไปในสวนสมุนไพร สังเกตและเข้าไปมีส่วนร่วมในการปลูกสมุนไพรรักษาโรคว่ามีรายละเอียดและขั้นตอนอย่างไร จากนั้นจะบันทึกรายละเอียดลงในสมุดแบบบันทึกการสังเกต ในแต่ละสัปดาห์

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของสวนสมุนไพร

ชื่อสวนสมุนไพร.....สถานที่ตั้ง/หมู่ที่.....
 ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....
 สังเกต วันที่.....เวลา.....น. ถึงน.

ส่วนที่ 2 สังเกตภูมิปัญญาพื้นบ้านในการปลูกสมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัยที่

เนื้อหา	สิ่งที่สังเกตได้	หมายเหตุ
การตัดพันธุ์		
การเตรียมดิน		
การปลูก		
การให้น้ำ		
การให้ปุ๋ย		
การกำจัดวัชพืช		
การขยายพันธุ์		



ส่วนที่ 3 การอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชาย
และความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

เนื้อหา	สิ่งที่สังเกตได้	หมายเหตุ
การตัดพันธุ์		
การเตรียมดิน		
การปลูก		
การให้น้ำ		
การให้ปุ๋ย		
การกำจัดวัชพืช		
การขยายพันธุ์		

.....ผู้สังเกต
(.....)



แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง
เพื่อการวิจัยเรื่อง
การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรค
ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

คำชี้แจง :

1. แบบสัมภาษณ์นี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเป็นมา สภาพปัจจุบันการดูแลสุขภาพทางเพศชาย

2. ผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ ผู้รู้ (Key Information) นักวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์, นักวิชาการด้านการอนุรักษ์ และนักวิชาการด้านการพัฒนา

3. แบบสัมภาษณ์นี้มีประเด็นสัมภาษณ์ 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลของผู้ให้สัมภาษณ์

ตอนที่ 2 สัมภาษณ์ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการปลูกสมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

ตอนที่ 3 สัมภาษณ์ปัญหาและแนวทาง การอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

ตอนที่ 4 สัมภาษณ์รูปแบบการพัฒนา และการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลของผู้ให้สัมภาษณ์

สัมภาษณ์ที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

อุปกรณ์การสัมภาษณ์.....

ข้อมูลส่วนตัว

ชื่อ/นามสกุล.....

อายุ.....ปี การศึกษา.....

อาชีพ.....

ตอนที่ 2 บทสัมภาษณ์ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการปลูกสมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

2.1 ภูมิปัญญาพื้นบ้าน ในการปลูกสมุนไพรรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

2.1.1 การคัดพันธุ์.....

2.1.2 การเตรียมดิน.....

2.1.3 การปลูก.....

2.1.4 การให้น้ำ.....

2.1.5 การให้ปุ๋ย.....

2.1.6 การกำจัดวัชพืช.....

2.1.7 การขยายพันธุ์.....



2.2 ปัญหาและแนวทาง การอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

2.2.1 การตัดพันธุ์.....

2.2.2 การเตรียมดิน.....

2.2.3 การปลูก.....

2.2.4 การให้น้ำ.....

2.2.5 การให้ปุ๋ย.....

2.2.6 การกำจัดวัชพืช.....

2.2.7 การขยายพันธุ์.....

2.3 รูปแบบการพัฒนา และการอนุรักษ์สมุนไพรรักษาโรคไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

1. วิธีการปลูกสมุนไพรรักษาโรค (การเตรียมดิน).....

2. ขั้นตอนการปลูกสมุนไพรรักษาโรค (การปลูกตามฤดูกาล).....

3. ผลผลิต

3.1 การให้น้ำ.....

3.2 การให้ปุ๋ย.....

3.3 การกำจัดวัชพืช.....

3.4 การขยายพันธุ์.....

4. การจำหน่ายจ่ายแจกแก่ประชาชน.....

ผู้สัมภาษณ์.....

(.....)



การสนทนากลุ่มประกอบการวิจัย
เพื่อการวิจัยเรื่อง
การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะ
ที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

1. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการสนทนากลุ่ม ประกอบด้วย กลุ่มเกษตรกร กลุ่มหมอพื้นบ้าน กลุ่มละ 5-7 คน การจัดการสนทนาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหา และข้อเสนอแนะของการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

2. ประเด็น

2.1 ความเป็นมาสภาพดิน, ถิ่นกำเนิด การปลูกสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

2.2 สภาพปัจจุบันปัญหาการปลูกสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

2.3 การพัฒนาและการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

2.4 ข้อเสนอแนะของการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

3. ปิดการสนทนา เวลา.....น.



แบบบันทึกข้อมูลการสนทนากลุ่มประกอบการวิจัย
เพื่อการวิจัยเรื่อง
การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะ
ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

คำชี้แจง :

แบบสนทนากลุ่มฉบับนี้ จัดทำขึ้นเพื่อเป็นแนวทางในการรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์
ข้อมูล

ในการศึกษาวิจัย เรื่องการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ
สมรรถภาพทางเพศชายตามคัมภีร์กษัย

1. ข้อมูลเบื้องต้น

1.1 ชื่อผู้ร่วมสนทนา : กลุ่มตัวอย่าง

.....

.....

.....

.....

1.2 สถานที่สนทนา

.....

.....

.....

1.3 วัน เดือน ปี ที่สนทนา

.....

.....

1.4 ผู้จัดบันทึกการสนทนากลุ่ม

.....

2. เริ่มการสนทนากลุ่มเวลา.....น.

3. รายละเอียดประเด็นการสนทนากลุ่ม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



4. ข้อสรุปประเด็นในการสนทนา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. จบการสนทนากลุ่มเวลา.....น.

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้จัดบันทึกการสนทนากลุ่ม



การประชุมเชิงปฏิบัติการ
เพื่อการวิจัยเรื่อง
การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะ
ที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย
วันที่ เดือน พ.ศ. เวลา น.
ณ

รายชื่อผู้เข้าร่วมประชุมปฏิบัติการ

ระเบียบวาระที่ 1 เรื่องประธานแจ้งให้ที่ประชุมชুমทราบ

- ประธาน กล่าวเปิดการประชุม และแจ้งวัตถุประสงค์การประชุม

ระเบียบวาระที่ 2 เรื่องเสนอเพื่อทราบ

- รายงานภาพรวมของผลการเก็บรวบรวมข้อมูลตามจุดมุ่งหมายของการวิจัย

ระเบียบวาระที่ 3 เรื่องเสนอเพื่อพิจารณา

- (ยกร่าง) รูปแบบการพัฒนาการอนุรักษ์ ภูมิปัญญาการพัฒนาการอนุรักษ์สมุนไพรไทย

อายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย ในองค์ประกอบ
 ดังนี้

1. สภาพปัจจุบันปัญหาการปลูกสมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

1.1 การตัดพันธุ์.....

1.2 การเตรียมดิน.....

1.3 การปลูก.....

1.4 การให้น้ำ.....

1.5 การให้ปุ๋ย.....

1.6 การกำจัดวัชพืช.....

1.7 การขยายพันธุ์.....

2. การพัฒนาและการอนุรักษ์สมุนไพรไทยอายุวัฒนะที่เกี่ยวกับการดูแลสมรรถภาพทางเพศชายและความเสื่อมตามคัมภีร์กษัย

2.1 การตัดพันธุ์.....

2.2 การเตรียมดิน.....

2.3 การปลูก.....

2.4 การให้น้ำ.....

2.5 การให้ปุ๋ย.....

2.6 การกำจัดวัชพืช.....

2.7 การขยายพันธุ์.....



ระเบียบวาระที่ 3 เรื่องการแก้ไขปรับปรุงผลการพิจารณาของคณะกรรมการ ในวาระที่ 2

.....

.....

.....

.....

.....

ระเบียบวาระที่ 4 เรื่องอื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

ปิดการประชุม

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

วันที่.....



ภาคผนวก ข
ตัวอย่างภาพประกอบการศึกษาภาคสนาม



สัมภาษณ์กลุ่มผู้รู้ (Key Information)



สัมภาษณ์คุณบุญจันทร์ ทิพชัย



สัมภาษณ์อาจารย์จารุกิตต์ จำเริญ



สัมภาษณ์คุณสารโรจน์ สุทธิทิน



สัมภาษณ์ ดร. อุดม ลดทวัน



สัมภาษณ์ผู้ใหญ่อุทัย สุมาพันธ์



สัมภาษณ์คุณสุรจิตร สุทธิประภา



สัมภาษณ์กลุ่มผู้รู้ (Key Information)



สัมภาษณ์คุณอำพล บุญเปล่ง สวนรุกขชาติ มีสมุนไพรมากหลายชนิด



สัมภาษณ์พระอาจารย์ชาเรียง ธรรมกาโม ผู้ควบคุมโรงผลิตยาวัดสังฆทานโดยใช้สมุนไพรรักษาโรค



สัมภาษณ์ รศ.ดร. สรัญญา วัชรโรทัย เทคโนโลยีการขยายพันธุ์พืชสมุนไพรรเพื่อการผลิตเชิงพาณิชย์



สัมภาษณ์กลุ่มผู้รู้ (Key Information)



สัมภาษณ์ ดร.สุพจน์ กาเซ็ม มาตรฐานการผลิตพืชอินทรีย์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์



สัมภาษณ์พระภิกษุพนพ็ชร จิรธัมโม อโรคยศาล วัดคำประมง สถานบำบัดโรคมะเร็งด้วยสมุนไพรไทย



สัมภาษณ์คุณสมชัย คุณสุข ประธานกลุ่มสมุนไพรบ้านดงบัง แหล่งความรู้การปลูกสมุนไพรแบบเกษตรอินทรีย์



สัมภาษณ์กลุ่มผู้ปฏิบัติ (Casual Information)



สัมภาษณ์กลุ่มผู้ปฏิบัติ (Casual Information)



สัมภาษณ์และสนทนากลุ่มกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป (General Information)



สังเขปและสรุปภาคผู้ให้ข้อมูลทั่วไป (General Information)



การประชุมเชิงปฏิบัติการ



การประชุมเชิงปฏิบัติการ



ภาคผนวก ค
รายนามผู้ให้สัมภาษณ์



รายนามผู้ให้สัมภาษณ์

- แก่ง ผลาเหิบ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 6 มิถุนายน 2558.
- จารุกิตต์ จำเริญ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่สวนสมุนไพรร
กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ อำเภอมะขาม จังหวัดจันทบุรี. เมื่อวันที่ 5 มิถุนายน 2558.
- พระอาจารย์ชำเรียง ธรรมกา เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่โรงพยาบาล
แพทย์แผนไทยสังฆทานโอสถ 999 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี. เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน 2558.
- แดง หนองคาย เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 16 มิถุนายน 2558.
- ทองเยี่ยม ทนุวรรดี เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 15 มิถุนายน 2558.
- นคร สุริยันต์ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 16 มิถุนายน 2558.
- หนูคิด คำหงษ์สา เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 4 มิถุนายน 2558.
- บรรทอง ไชยจันทร์ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่โรงพยาบาลโพธิ์
ตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 3 มิถุนายน 2558.
- บัวลอง ผกาทด เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 15 มิถุนายน 2558.
- บุญจันทร์ ทิพชัย เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่เทศบาลตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน 2558.
- บุญมี ผกาทด เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 8 มิถุนายน 2558.
- ประพันธ์ นันทเพชร เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่เทศบาลตำบล
เชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 26 มิถุนายน 2558.
- ประยูร แดนประกร เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่เทศบาลตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 7 มิถุนายน 2558.
- เป็ญ คำภักดี เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 11 มิถุนายน 2558.
- พระอาจารย์ปพนพัทธ์ จิรธัมโม เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่วัดคำประมง
อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร. เมื่อวันที่ 26 มิถุนายน 2558.
- เพชร หนองหาร เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 27 มิถุนายน 2558.
- ยรรยง ประดับเสริฐ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมภาษณ์ กล่าวโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่เทศบาลตำบลเชียงใหม่
อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 27 มิถุนายน 2558.



- เรืองยศ โภคาเพชร เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน 2557.
- ลัย โฉมมงคล เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 22 มิถุนายน 2558.
- วิภาพร จงหาญ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่โรงพยาบาลสัตว์เชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 8 มิถุนายน 2558.
- สมัย คุณสุข เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่สวนสมุนไพรมันดงบัง อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี. เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน 2558.
- สว่างจิต บังปัญญาสิริ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่เทศบาลตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 16 มิถุนายน 2557.
- สาโรจน์ สุทธิทน เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่สวนสมุนไพรมอโรจน์ อำเภอนิคมน้ำจืด จังหวัดระยอง. เมื่อวันที่ 5 มิถุนายน 2558.
- สุรจิตร์ สุทธิประภาเป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่ตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน 2558.
- สร้อยญา วัชรวิทย์ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เขตบางเขน กรุงเทพฯ. เมื่อวันที่ 21 มิถุนายน 2558.
- สุพจน์ กาเข็ม เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เขตบางเขน กรุงเทพฯ. เมื่อวันที่ 21 มิถุนายน 2558.
- สวัสดี้ คำลัยวงษ์ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 9 มิถุนายน 2558.
- แสวง เสนารัตน์ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 4 มิถุนายน 2558.
- หนูลัย แก้วคำ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 7 มิถุนายน 2558.
- อุดม ลอดหั่นเป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่สวนสมุนไพรรอดม อำเภอเสถียร จังหวัดชลบุรี. เมื่อวันที่ 5 มิถุนายน 2558.
- อุดร ศรีวาจา เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 4 มิถุนายน 2558.
- อุทัย สุมาพันธุ์ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 21 มิถุนายน 2558.
- อำพล บุญเปล่ง เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่อุทยานธรรมชาติวิทยาสีริรุกขชาติ อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม. เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน 2557.
- อรุณรัศมี แสนศักดิ์ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์, สัมพันธ์ กล้าโกมล เป็นผู้สัมภาษณ์, ที่หมู่ที่ 8 ตำบลเชียงใหม่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด. เมื่อวันที่ 7 มิถุนายน 2558.



ภาคผนวก ง
หนังสือรายงานผลการวิเคราะห์ดิน ปุ๋ย ใบประกาศนียบัตรที่เข้ารับการอบรม





รายงานผลการวิเคราะห์ดิน
 ภาควิชาปฐพีวิทยา คณะเกษตร กำแพงแสน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จ.นครปฐม 73140
 โทรศัพท์/แฟกซ์ 0-3435-1893

เสนอต่อ คุณนงลักษณ์ ศรีขจรเกียรติ / คุณสัมพันธ์ กล้าโกลม
 ที่อยู่ 86/44 หมู่บ้านจรัญวิลล่า ซ.ทุ่งมังกร 1 ถ.ทุ่งมังกร
 แขวงอิมพลี เขตตลิ่งชัน จ.กรุงเทพฯ 10170
 ตัวอย่างดิน ต.ศรีเชียงใหม่ อ.โพธิ์ชัย จ.ร้อยเอ็ด

รายการวิเคราะห์		ค่าวิเคราะห์	
เนื้อดิน	(Texture)	Sandy Loam	
อนุภาคขนาดทราย (เปอร์เซ็นต์)	(Sand; %)	74.8	ดินร่วนปนดินทราย
อนุภาคขนาดทรายแป้ง (เปอร์เซ็นต์)	(Silt; %)	18.3	
อนุภาคขนาดดินเหนียว (เปอร์เซ็นต์)	(Clay; %)	6.9	
พีเอชดิน (pH ดิน:น้ำ, 1:1)	(pH Soil:H ₂ O; 1:1)	6.51	กรดเล็กน้อย
ค่าสภาพการนำไฟฟ้าของดิน (เดซิซีเมนต่อเมตร)	(EC _e ; dS/m)	3.98	เค็ม
อินทรีย์วัตถุในดิน (เปอร์เซ็นต์)	(Organic Matter; %)	0.70	ต่ำ
ฟอสฟอรัสที่เป็นประโยชน์ (มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม)	(Avail.P; mg/kg)	7.63	ค่อนข้างต่ำ
โพแทสเซียมที่แลกเปลี่ยนได้ (มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม)	(Exch.K; mg/kg)	26.96	ต่ำมาก
แคลเซียมที่แลกเปลี่ยนได้ (มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม)	(Exch.Ca; mg/kg)	192.47	ต่ำ
แมกนีเซียมที่แลกเปลี่ยนได้ (มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม)	(Exch.Mg; mg/kg)	57.49	ต่ำ
ความหมายของค่าวิเคราะห์และคำแนะนำ			
<p>เนื้อดินเป็นดินร่วนปนดินทราย ดินมีสภาพเป็นกรดเล็กน้อย ดินมีปัญหาดินเค็ม มีปริมาณอินทรีย์วัตถุต่ำ มีปริมาณฟอสฟอรัสที่เป็นประโยชน์ค่อนข้างต่ำ มีปริมาณโพแทสเซียมที่เป็นประโยชน์ต่ำมาก มีปริมาณแคลเซียมที่เป็นประโยชน์ต่ำ มีปริมาณแมกนีเซียมที่เป็นประโยชน์ต่ำ</p> <p>สำหรับดินแปลงนี้ควรจัดการแก้ไขปัญหาดินเค็ม โดยการให้น้ำที่ไม่เค็มด้วยระบบน้ำหยดหรือสปริงเกอร์เพื่อชะละลายเกลือให้ออกไปจากบริเวณรากพืช ร่วมกับการใช้วัสดุคลุมดิน เช่น ฟาง เพื่อรักษาความชื้นบริเวณผิวดิน เมื่อดินมีความชื้นจะทำให้การสะสมเกลือบริเวณรากลดลง</p> <p>การจัดการปุ๋ยควรใช้ปุ๋ยอินทรีย์ เช่น ปุ๋ยหมักร่วมกับปุ๋ยเคมี เนื่องจากดินมีอินทรีย์วัตถุในดินต่ำ อาจจะใช้ปุ๋ยหมักอัตราประมาณ 1-2 ตัน/ไร่ ร่วมกับปุ๋ยเคมี เช่นสูตร 15-15-15 หรือ 16-16-16 หรือ 16-8-16 อัตราประมาณ 50 กิโลกรัมต่อไร่ เป็นต้น</p>			

รายงานฉบับนี้ใช้รับรองเฉพาะตัวอย่างที่ส่งนี้เท่านั้น
 หากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับผลวิเคราะห์ ติดต่อที่ 0-3435-1893

ลงชื่อ.....*สมหมาย*.....
 (นางสาววิภาวรรณ ท้ายเมือง)
 อาจารย์ผู้รายงานผลการวิเคราะห์



เกณฑ์ที่ใช้สำหรับการประเมินผลการวิเคราะห์ดิน

ระดับ	อินทรีย์วัตถุ (%)*	ฟอสฟอรัสที่เป็นประโยชน์	โพแทสเซียมที่แลกเปลี่ยนได้	แคลเซียมที่แลกเปลี่ยนได้	แมกนีเซียมที่แลกเปลี่ยนได้
		(Bray II)*	(1N NH ₄ OAc pH 7)*		
มิลลิกรัม/กิโลกรัม (mg/kg)					
ต่ำมาก	< 0.5	< 3	< 30	-	-
ต่ำ	0.5-1.0	3-6	30-60	< 200	< 60
ค่อนข้างต่ำ	1.0-1.5	6-10	-	-	-
ปานกลาง	1.5-2.5	10-15	60-90	200-400	60-120
ค่อนข้างสูง	2.5-3.5	15-25	-	-	-
สูง	3.5-4.5	25-45	90-120	> 400	> 120
สูงมาก	> 4.5	> 45	> 120	-	-

ระดับความเป็นกรด-ด่างของดิน

ระดับ	pH (1:1)*	ระดับ	pH (1:1)*
กรดรุนแรงมากที่สุด	< 3.5	เป็นกลาง	6.6 - 7.3
กรดรุนแรงมาก	3.5 - 4.4	ด่างเล็กน้อย	7.4 - 7.8
กรดจัดมาก	4.5 - 5.0	ด่างปานกลาง	7.9 - 8.4
กรดจัด	5.1 - 5.5	ด่างจัด	8.5 - 9.0
กรดปานกลาง	5.6 - 6.0	ด่างจัดมาก	> 9.0
กรดเล็กน้อย	6.1 - 6.5		

ระดับความเค็มและอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตของพืช

ระดับความเค็ม***	ค่าการนำไฟฟ้าเมื่อสกัดที่ดินอิมด้วยน้ำ (dS/m)***	อิทธิพลต่อพืช***
ไม่เค็ม	0 - 2	ไม่กระทบกระเทือนต่อพืช
ไม่เค็ม	2 - < 4	พืชที่ไวต่อความเค็มมีการเจริญเติบโตลดลงบ้าง
เค็ม	4 หรือสูงกว่า 4	
เค็มปานกลาง	4 - 8	จำกัดการเจริญเติบโตของพืชหลายชนิด
เค็มมาก	> 8 - 16	พืชทนเค็มเท่านั้นที่เจริญเติบโตได้ดี
เค็มมากที่สุด	> 16	พืชทนเค็มบางชนิดเท่านั้นที่เจริญเติบโตได้ดี

หมายเหตุ * ใช้เกณฑ์การประเมินจาก FAO Project Staff and Land Classification Division (1973)

** ใช้เกณฑ์การประเมินจาก พืช (2549)

*** คณาจารย์ภาควิชาปฐพีวิทยา ในหนังสือปฐพีวิทยาเบื้องต้น (2548)





ภาควิชาปฐพีวิทยา คณะเกษตร กำแพงแสน
1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
อ.กำแพงแสน จ. นครปฐม 73140

เรื่อง แจ่งผลการวิเคราะห์ปุ๋ยอินทรีย์

เรียน คุณสัมพันธ์ กล้าโกลม/คุณนงลักษณ์ ศรีขจรเกียรติ

86/44 หมู่บ้านจรัญวิลลา ซ.ทุ่งมังกร 1 ถ.ทุ่งมังกร แขวงจิมพลี เขตตลิ่งชัน จ.กรุงเทพฯ 10170

ภาควิชาปฐพีวิทยา คณะเกษตร กำแพงแสน ขอส่งรายงานผลการวิเคราะห์ตัวอย่างปุ๋ยอินทรีย์ มีรายละเอียด ดังนี้

ชื่อตัวอย่าง	ปุ๋ยอินทรีย์	OM - %	ลักษณะปุ๋ย	อัดเม็ด
ชื่อการค้า	-		สี	ดำ
เครื่องหมายการค้า(ตรา)	-			
ผู้ซื้อขึ้นทะเบียน	-			
ผู้ผลิต	-			
รายการวิเคราะห์			ค่าวิเคราะห์	
ค่าความเป็นกรด-ด่าง		(pH 1:2)		7.17
ค่าสภาพการนำไฟฟ้า (เดซิซีเมนต่อเมตร)		(EC 1:10; dS/m)		6.74
โซเดียม (เปอร์เซ็นต์)		(Na; %)		0.16
ปริมาณอินทรีย์วัตถุ (เปอร์เซ็นต์)		(Organic matter; %)		31.08
ปริมาณอินทรีย์คาร์บอน (เปอร์เซ็นต์)		(Organic carbon; %)		17.97
อัตราส่วนคาร์บอนต่อไนโตรเจน		(C/N ratio)		11.37
ความชื้นโดยน้ำหนัก (เปอร์เซ็นต์)		(Moisture by weight; %)		35.86
การย่อยสลายของปุ๋ยอินทรีย์		(Germination Index)		สมบูรณ์ (100.6%)
ไนโตรเจนทั้งหมด (เปอร์เซ็นต์)		(Total N; %)		1.58
ฟอสเฟตทั้งหมด (เปอร์เซ็นต์)		(Total P ₂ O ₅ ; %)		1.01
โพแทชทั้งหมด (เปอร์เซ็นต์)		(Total K ₂ O; %)		2.17
ลักษณะปุ๋ยอินทรีย์				อัดเม็ด
สีของปุ๋ยอินทรีย์				ดำ
ขนาดปุ๋ย ไม่เกิน 12.5 x 12.5 มิลลิเมตร (เปอร์เซ็นต์) (Particle size 12.5x12.5 mm; %)				100
หินและกรวด ขนาด ตั้งแต่ 5 มิลลิเมตร (Gravel size > 5 mm; %)				ไม่พบ
พลาสติก แก้ว วัสดุเคมี และโลหะอื่นๆ (เปอร์เซ็นต์) (Plastic, Glass, etc; %)				ไม่พบ

หมายเหตุ วิธีวิเคราะห์ AOAC official methods of analysis, 2005
รายงานฉบับนี้ใช้รับรองเฉพาะตัวอย่างที่ส่งเท่านั้น

.....
(นางสาววิภาวรรณ ห้ายเมือง)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

.....
(นายชัยสิทธิ์ ทองจู)
หัวหน้าภาควิชาปฐพีวิทยา





ที่ ศธ ๐๕๑๓.๑๓๔๐๑/๒๖๙/๗

สำนักส่งเสริมและฝึกอบรม
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
๕๐ ถนนงามวงศ์วาน จตุจักร
กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

๒๕ ธันวาคม ๒๕๕๘

หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า นายสัมพันธ์ กล้าโกมล ได้เข้ารับการฝึกอบรมหลักสูตร “ดิน-ปุ๋ย-น้ำ เพื่อการเกษตร” อบรมวันที่ ๑๙ - ๒๐ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๘ รวมทั้งสิ้น ๑๖ ชั่วโมง ภายใต้โครงการอบรมวิชาชีพสำหรับประชาชน จัดโดยสำนักส่งเสริมและฝึกอบรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ให้ไว้ ณ วันที่ ๒๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๘

(รศ.ชูเกียรติ รักซ้อน)

ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมและฝึกอบรม

ฝ่ายฝึกอบรม

สำนักส่งเสริมและฝึกอบรม

โทรศัพท์ ๐-๒๙๔๒-๘๘๒๒ ต่อ ๒๐๔, ๒๐๕

โทรสาร ๐-๒๙๔๒-๘๗๐๘





สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตผลทางการเกษตรและอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ขอมอบประกาศนียบัตรฉบับนี้ไว้เพื่อแสดงว่า

นายสัมพันธ์ กล้าโกมล

ได้ผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ

เรื่อง “เทคโนโลยีการขยายพันธุ์พืชสมุนไพรเพื่อการผลิตเชิงพาณิชย์” รุ่นที่ 1

วันที่ ๑-๓ มีนาคม ๒๕๕๙

ณ อาคารปฏิบัติการวิจัยกลาง ชั้น ๙ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน
ให้ไว้ ณ วันที่ ๓ มีนาคม ๒๕๕๙

นางวารุณี ณะแพทย
ผู้อำนวยการ

สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตผลทางการเกษตรและอุตสาหกรรมเกษตร

ประวัติย่อของผู้วิจัย



ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ นายสัมพันธ์ กล้ากมล
วันเกิด วันที่ 18 สิงหาคม พ.ศ. 2497
สถานที่เกิด อำเภอโคกสำโรง จังหวัดลพบุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน เลขที่ 53 หมู่บ้านจรัลวิลล่า ถนนทุ่งมังกร ซอยทุ่งมังกร 3 แขวงฉิมพลี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร
ตำแหน่งหน้าที่การงาน ผู้อำนวยการสำนักงานนิติสัมพันธ์แพทย์แผนไทยทนายความ
สถานที่ทำงานปัจจุบัน สำนักงานนิติสัมพันธ์แพทย์แผนไทยทนายความ เลขที่ 169/198 ซอยวัดใหม่พิเรนทร์ แขวงวัดท่าพระ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร 10600

ประวัติการศึกษา

- พ.ศ. 2519 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา (ปวช.) วิทยาลัยครูนครปฐม
พ.ศ. 2521 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นสูง (ปวส.) วิทยาลัยครูนครปฐม
พ.ศ. 2529 ปริญญานิติศาสตรบัณฑิต (น.บ.) มหาวิทยาลัยรามคำแหง
พ.ศ. 2548 ปริญญานิติศาสตรมหาบัณฑิต (นบ.ม.) มหาวิทยาลัยรามคำแหง
พ.ศ. 2548 ประกาศนียบัตรหลักสูตรบริหารงานภาครัฐและกฎหมายมหาชน รุ่นที่ 4 (ปรม.4) สถาบันพระปกเกล้า
พ.ศ. 2549 ประกาศนียบัตรหลักสูตรบริหารงานเศรษฐกิจ-การคลัง (ปศก.2) สถาบันพระปกเกล้า
พ.ศ. 2558 ใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพการแพทย์แผนไทย สภาการแพทย์แผนไทย
พ.ศ. 2559 ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (ปร.ด.) สาขาวิชาวัฒนธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

