

ภูมิปัญญาไทย.....สมุนไพรไทย

เป็นเรื่องที่ถกเถียงกันในระหว่างนักวิชาการมานานแล้วว่า คนไทยในสมัยโบราณ รู้ได้อย่างไรว่าต้นไม้ชนิดไหน ใช้เป็นยารักษาได้ทั้งๆ ที่ความรู้เรื่องพันธุศาสตร์ และชีววิทยาศาสตร์ ยังไม่เกิดขึ้นในโลก เพราะคนไทยโบราณอยู่ใกล้ชิดกับป่า ใช้ประโยชน์จากป่ามานาน และเป็นที่รู้กันว่าสมุนไพรในอดีตนั่น ถือกำเนิดมาจากป่าเกือบทั้งสิ้น ด้วยวิถีชีวิตของคนไทยได้ทดลองใช้เรียนรู้คุณสมบัติของพืชแต่ละชนิดจนรู้ได้ว่ามีสรรพคุณอย่างไร รวมทั้งการเฝ้าสังเกตสัตว์ป่าที่กินพืชเป็นอาหาร หรือกินใบไม้ รากไม้เพื่อรักษาอาการเจ็บป่วย บาดเจ็บของตัวมันเอง ความรู้ทั้งหมดนี้ค่อยๆ สัมผัสด้วยกาลเวลา จนกลายมาเป็นภูมิปัญญาอันล้ำค่า ในเรื่องสมุนไพร เป็นมรดกความรู้ที่ถ่ายทอดมาสู่คนเราในยุคปัจจุบัน

ความรู้ของคนไทยโบราณเรื่องสมุนไพรครอบคลุมมากกว่า การรู้จักใช้พืชมาทำเป็นเครื่องยารักษาโรค คนไทยโบราณรู้จักใช้ประโยชน์จากสมุนไพรในด้านอื่นๆ มากมาย เช่น การนำมาบริโภคเป็นอาหาร เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เป็นเครื่องดื่ม สีสันอาหาร สีย้อม และยังใช้เป็นเครื่องสำอาง

การใช้สมุนไพรให้ประสบผลสำเร็จในการรักษา มีปัจจัยมากมายที่ต้องเรียนรู้ หลายอย่างได้รับการถ่ายทอดความรู้จากอดีตมาสู่ปัจจุบัน จากรุ่นสู่รุ่น มีการใช้ไปพร้อมๆ กับศึกษาทดลองสมุนไพรตัวเดียวกันอาจเป็นคุณหรือโทษได้ หากใช้ไม่ถูกต้อง ดังนั้นการใช้พืชสมุนไพรให้ปลอดภัย จำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้ใช้ต้องศึกษาตามการแนะนำของผู้มีความรู้ เพื่อป้องกันความผิดพลาดที่อาจเกิดขึ้นเองกับผู้ใช้



การเตรียมยาจากสมุนไพร

การนำยาสมุนไพรมาใช้ จะต้องผ่านขั้นตอนการปรุงยาหรือเภสัชกรรม ตามหลักเภสัชกรรมไทย ซึ่งการเตรียมยาสมุนไพรเบื้องต้น มีวิธีการเตรียมยาที่เป็นที่นิยมและใช้กันโดยทั่วไปมีอยู่ 5 วิธี คือ



1. **ยาชง (infusion)** เป็นการนำเอาสมุนไพรมาบดหยาบๆ แล้วนำไปแช่ในน้ำเย็นหรือน้ำร้อนระยะเวลาหนึ่ง ยาชงที่ได้จะเก็บไว้ได้ไม่นาน ควรเตรียมแล้วใช้ทันที

2. **ยาต้ม (decoction)** เป็นการนำสมุนไพรมาต้มในน้ำ เพื่อสกัดเอาสารจากยาสมุนไพร การสกัดด้วยวิธีนี้ จะใช้ได้กับตัวยาสมุนไพรที่ละลายน้ำได้และทนต่อความร้อน ซึ่งการสกัดวิธีนี้มักจะได้น้ำตาลและโปรตีนปนออกมากับตัวยาด้วย

3. **ยาคูน (digestion)** เป็นการสกัดสมุนไพรโดยใช้น้ำหรือสุรา ซึ่งต้องใช้เวลานานและใช้อุณหภูมิประมาณ 40-60 องศาเซลเซียส เป็นการป้องกันไม่ให้เกิดสรรพคุณยาเสียหายเนื่องจากใช้ความร้อนมากเกินไป

4. **ยาหมักหรือยาดอง (maceration)** เป็นการนำสมุนไพรมาบดหยาบและนำไปหมักในตัวทำละลาย เช่น น้ำ แอลกอฮอล์ หรือสารละลายอื่นๆ ที่เหมาะสม ในระยะเวลาที่กำหนด เช่น 3-30 วัน แล้วจึงกรองเอาน้ำยาที่ได้มาใช้ต่อไป

5. **percolation** เป็นการสกัดด้วยยาโดยให้ตัวทำละลายไหลผ่านสมุนไพรเพื่อละลายเอาตัวยาออกมา หลังจากนั้นจึงนำสารสกัดที่ได้มาผ่านกรรมวิธีการทำยาชั้นสูงในขั้นต่อไป



การเก็บยาสมุนไพร

การเก็บยาสมุนไพร ให้ได้สรรพคุณที่ดีนั้น มีเกร็ดเล็กเกร็ดน้อยที่เป็นภูมิความรู้ ถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นสืบต่อกันมา การเก็บราก ใบ ดอก เปลือก ผล ของพืชสมุนไพรนั้น มีข้อควรปฏิบัติที่น่ารู้ดังนี้ :



1. พืชที่ให้น้ำมันหอมระเหย ควรเก็บในขณะที่ดอกกำลังบาน
2. การเก็บรากหรือหัว ควรเก็บขณะที่พืชหยุดการปรุงอาหาร หรือเริ่มมีดอก
3. การเก็บเปลือก ควรเก็บก่อนพืชเริ่มผลิใบใหม่
4. การเก็บใบ ต้องเก็บก่อนพืชออกดอก ควรเก็บในเวลากลางวันที่มีอากาศแห้ง
5. การเก็บดอก ควรเก็บเมื่อดอกเจริญเต็มที่ คือ ดอกตูม หรือแรกแย้ม
6. การเก็บผล ควรเก็บผลที่โตเต็มที่แต่ยังไม่สุก
7. การเก็บเมล็ด ควรเก็บเมื่อผลสุกงอมเต็มที่ที่มีสารที่มี
ความสำคัญมาก

คำแนะนำในการใช้ยาสมุนไพร

การรู้จักสมุนไพร หรือรู้จักเคล็ดวิชาสมุนไพร ใ้ว่าจะเพียงพอที่ทำให้การใช้สมุนไพรประสบความสำเร็จทุกครั้งไป หลักการใช้สมุนไพร จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องเรียนรู้และจดจำ เพื่อให้เกิดความชำนาญและเชี่ยวชาญ ซึ่งคำแนะนำในการใช้ยาสมุนไพรมีดังนี้

1. ใช้ให้ถูกต้องและถูกต้อง เพราะสมุนไพรไทยมีชื่อที่พ้องหรือซ้ำกันมาก บางท้องถิ่นก็เรียกไม่เหมือนกัน จึงต้องรู้จักสมุนไพรเป็นอย่างดีและใช้ให้ถูกต้อง เพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีที่สุด
2. เลือกใช้ให้ถูกส่วน สมุนไพรทั้งต้นมีส่วน ราก ใบ ดอก เปลือก ผล เมล็ด ใช้ทำเป็นยาได้หมด แต่จะมีฤทธิ์ไม่เท่ากัน หรือผลแก่ ผลอ่อนก็มีฤทธิ์ต่างกัน จะต้องแน่ใจว่าใช้ส่วนไหนเป็นยาได้

3. ใช้ให้ถูกขนาดและปริมาณ การใช้สมุนไพรถ้าใช้น้อยไปก็รักษาไม่ได้ผล แต่ถ้ามากไปก็อาจมีพิษได้ จึงจำเป็นต้องดูข้อบ่งชี้ยาให้ชัดเจน ว่าใช้ในปริมาณหรือน้ำหนักเท่าใดที่เหมาะสมกับยาสมุนไพรแต่ละชนิด

4. ใช้ให้ถูกวิธี สมุนไพรบางชนิดต้องใช้สดๆ บางชนิดต้องผสมเหล้าหรือต้มจึงออกฤทธิ์ ดังนั้นการปรุงและใช้ถูกวิธีเท่านั้นจึงจะได้ผลในการรักษาที่ดี

5. ใช้ให้ถูกกับโรค ผู้ใช้จำเป็นต้องมีความเข้าใจเรื่องอาการของโรค จะต้องใช้ยาสมุนไพรที่มีสรรพคุณตรงต่อโรค มิฉะนั้นอาจเกิดโทษกับผู้ใช้ได้

จะเห็นได้ว่าการใช้สมุนไพรนั้น มีข้อแนะนำและองค์ความรู้ต่างๆมากมาย ผู้ใช้จำเป็นต้องศึกษา ค้นคว้าเพื่อให้เกิดการพัฒนาการ ทำให้เกิดการใช้สมุนไพรเพื่อการรักษาเฉกเช่น แพทย์แผนปัจจุบัน

การใช้สมุนไพรไทยไม่ได้เป็นเรื่องโบราณ ถ้าสมัยอีกต่อไป หลายฝ่ายทั้งภาครัฐและเอกชน ได้ให้ความสนใจ พัฒนาทั้งคุณสมบัติ รูปลักษณ์ และสรรพคุณของสมุนไพร ให้เหมาะสมกับชีวิตคนในปัจจุบัน และกำลังได้รับความนิยมมากขึ้นทุกขณะ ตามแนวทางการใช้ชีวิตในกลับคืนสู่ธรรมชาติให้มากที่สุด ใช้สารเคมีให้น้อยที่สุด

ด้วยความโชคดีของประเทศไทย ที่มีภูมิประเทศเป็นป่าหลายแบบ มีสภาพอากาศ สภาพพื้นที่ที่แตกต่างกัน จึงทำให้เรามีทรัพยากรในดินเป็นสมุนไพรที่หลากหลาย มีประโยชน์มหาศาล รวมทั้งองค์ความรู้ในการใช้สมุนไพรของคนกลุ่มต่างๆ ที่สั่งสมกันมายาวนาน เป็นภูมิปัญญาอย่างหนึ่งของชาติ ที่หลายฝ่ายควรให้ความสนใจ และบริหารจัดการอย่างเป็นระบบ เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ประชาชนชาวไทย และสามารถดำรงคุณค่าภูมิปัญญาสมุนไพรไทย ที่มีมาแต่อดีต ไม่ให้สูญหายไปจากประเทศไทย



ส่วนต่างๆ ของพืชสมุนไพร ที่นำมาใช้ประโยชน์

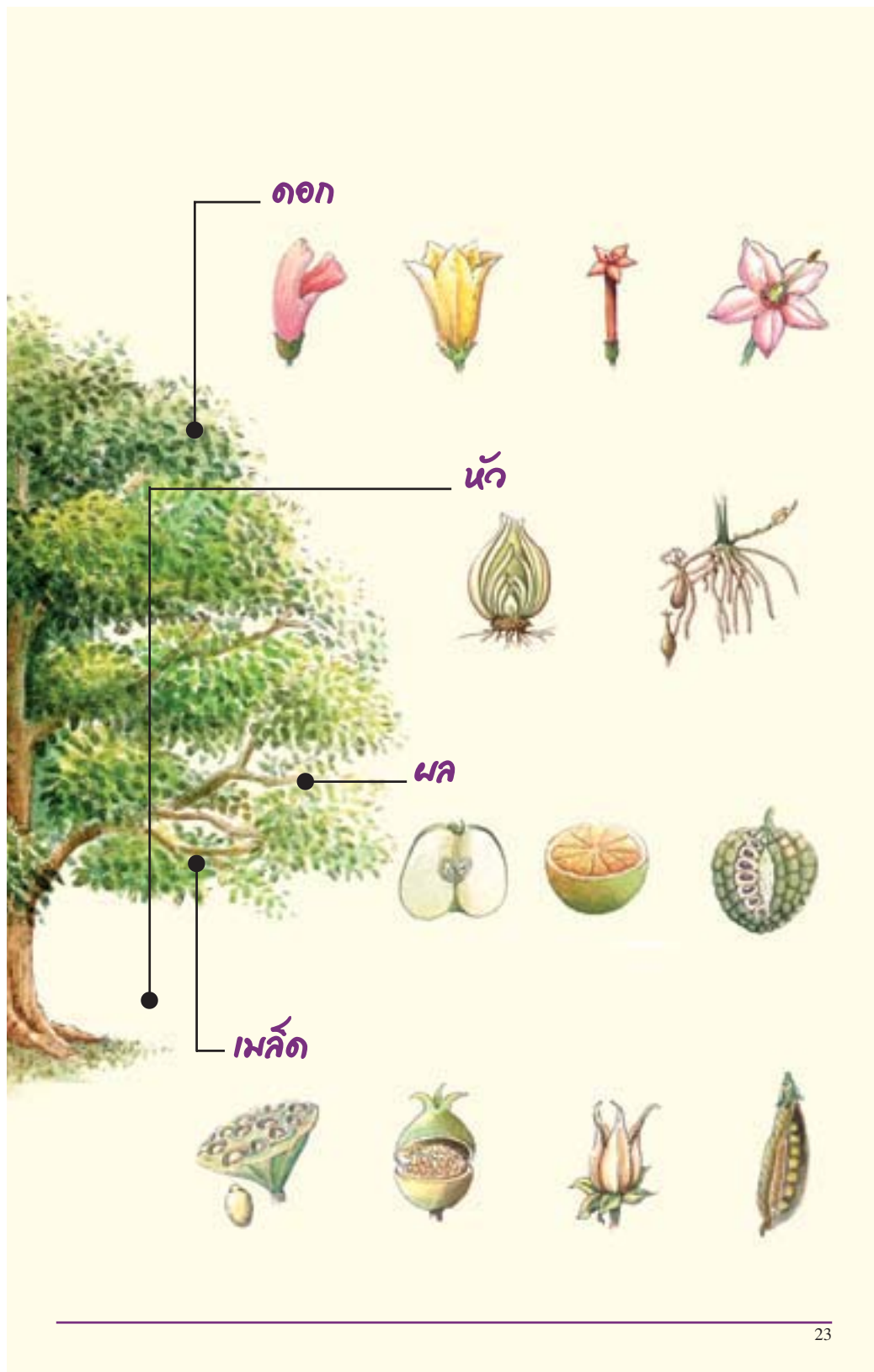
สมุนไพร หมายถึง พืชที่นำมาใช้เป็นยาบำบัดรักษาความเจ็บป่วยซึ่งอาจใช้สมุนไพรเพียงอย่างเดียวหรือใช้ร่วมกับเครื่องยาอื่นก็ได้ ส่วนต่างๆ ของสมุนไพรสามารถนำมาใช้เป็นยาได้ทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็น ดอก ใบ หัว ราก ผล เมล็ด เปลือก ลำต้น ซึ่งแต่ละส่วนของพืชสมุนไพร ให้สรรพคุณในการรักษาแตกต่างกันไป รวมทั้งปริมาณที่ใช้ก็มีผลต่อการรักษาเช่นเดียวกัน

ใบ

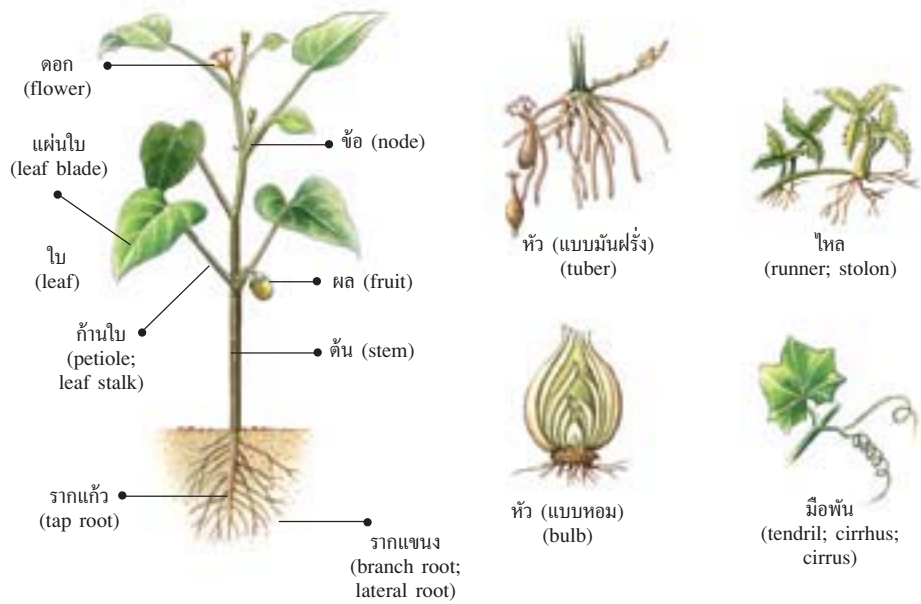


เปลือก



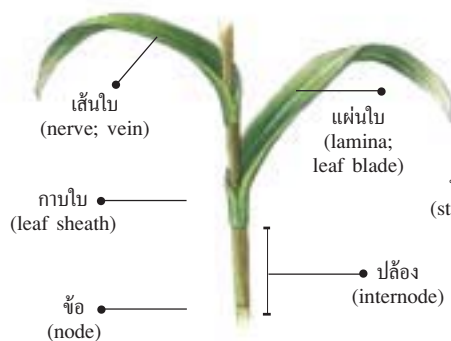


ส่วนต่างๆ ของพืช

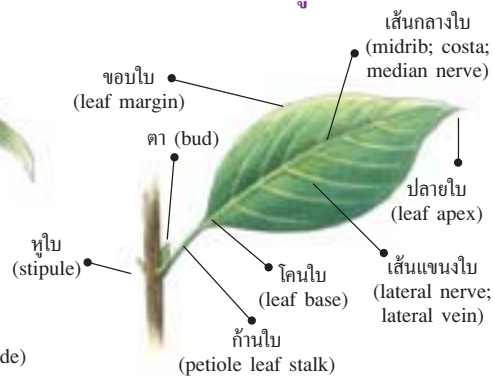


ชนิดและส่วนประกอบของใบ

พืชใบเลี้ยงเดี่ยว



พืชใบเลี้ยงคู่



ใบประกอบแบบเลี้ยงเดี่ยว (palmately compound leaf)



มีห้าใบย่อย (quinquefoliate)



มีสามใบย่อย (trifoliate)



มีสองใบย่อย (bifoliate)

ใบประกอบแบบขนนก (pinnately compound leaf)



มีสามใบย่อย (trifoliate)



มีหนึ่งใบย่อย (unifoliate)



แบบขนนกปลายคี่ (odd-pinnate; imparipinnate)



แบบขนนกปลายคู่ (even-pinnate; abruptly pinnate; paripinnate)



แบบขนนกสองชั้น (bipinnate)



แบบขนนกสามชั้น (tripinnate)



สลับ (alternate)



สลับระนาบเดียว (distichous)



เวียน (spiral; acyclic)



ตรงข้าม (opposite)

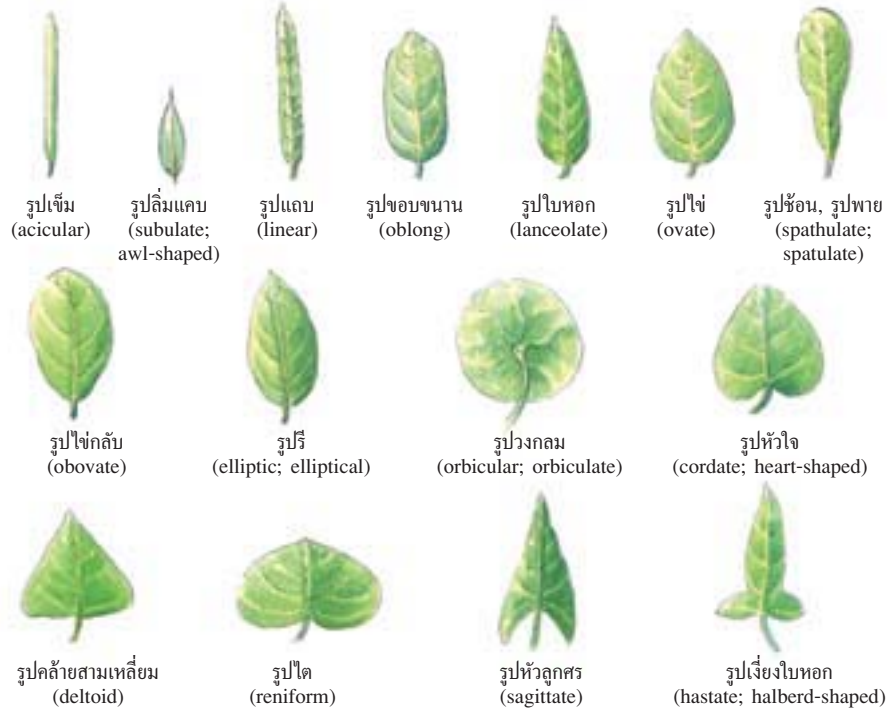


ตรงข้ามสลับตั้งฉาก (decussate)

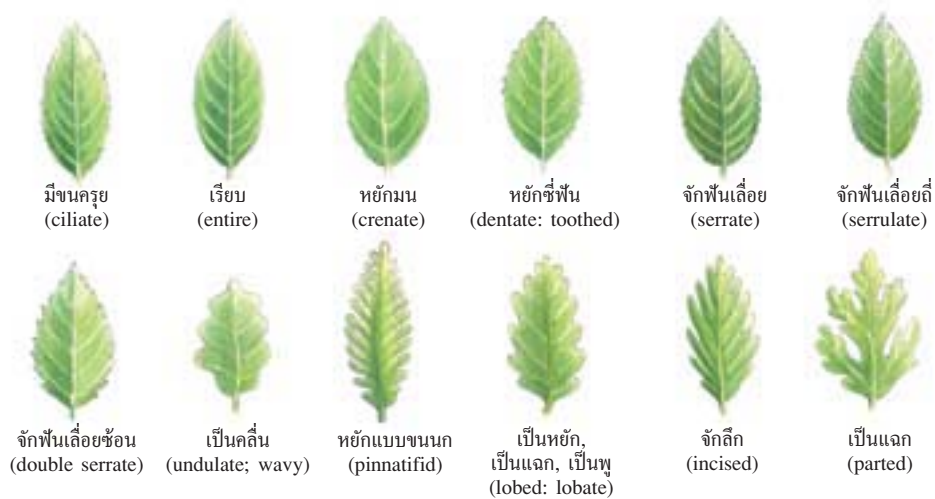


เป็นวงรอบ (whorl; vertical; verticillate)

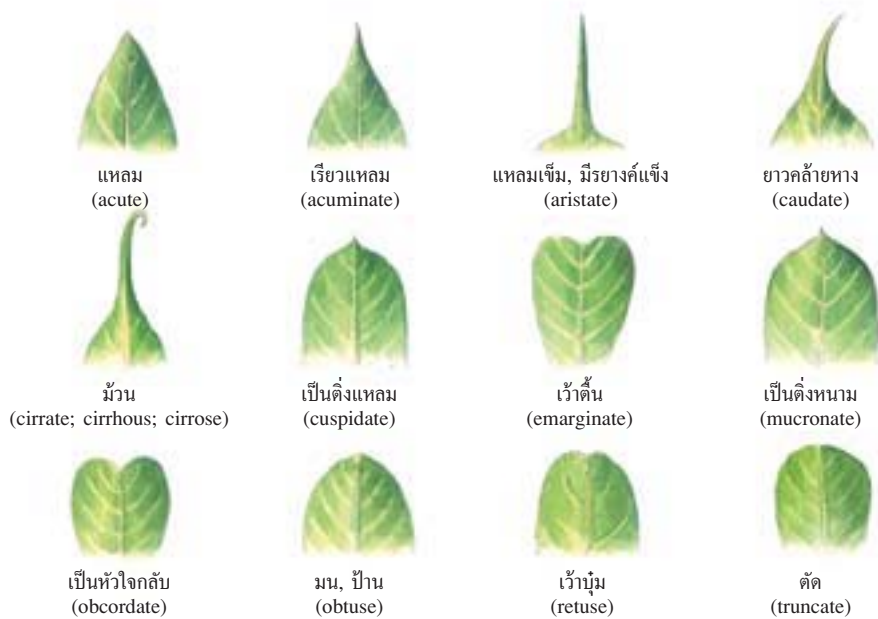
ลักษณะรูใบ



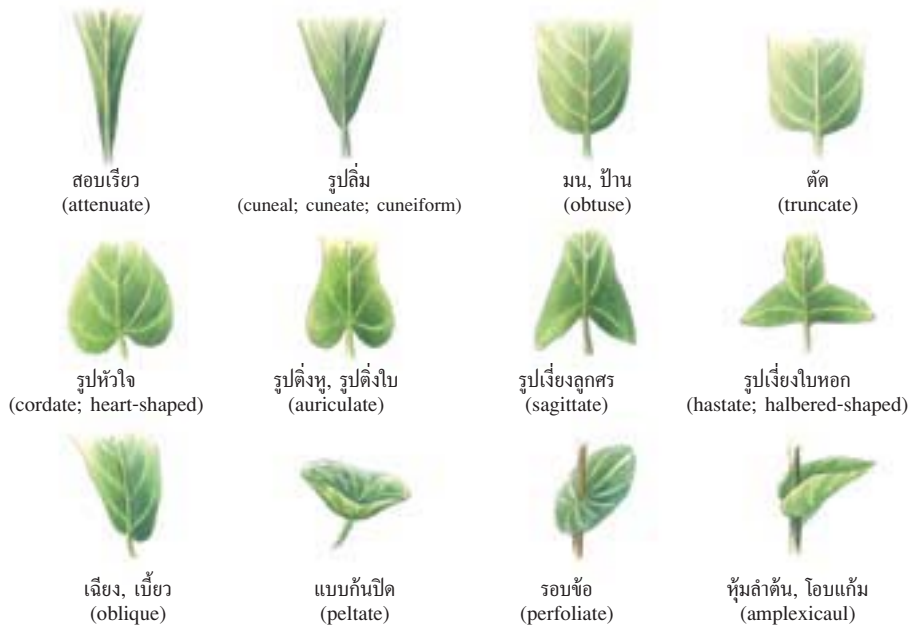
ขอบใบ



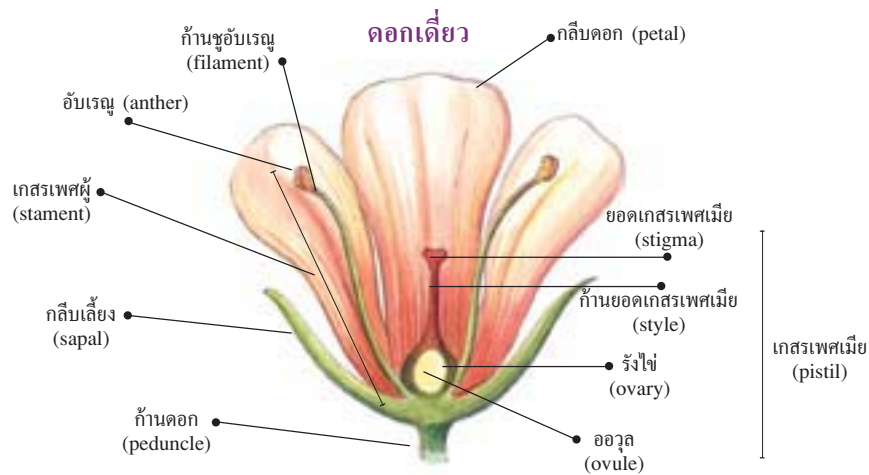
ปลายใบ



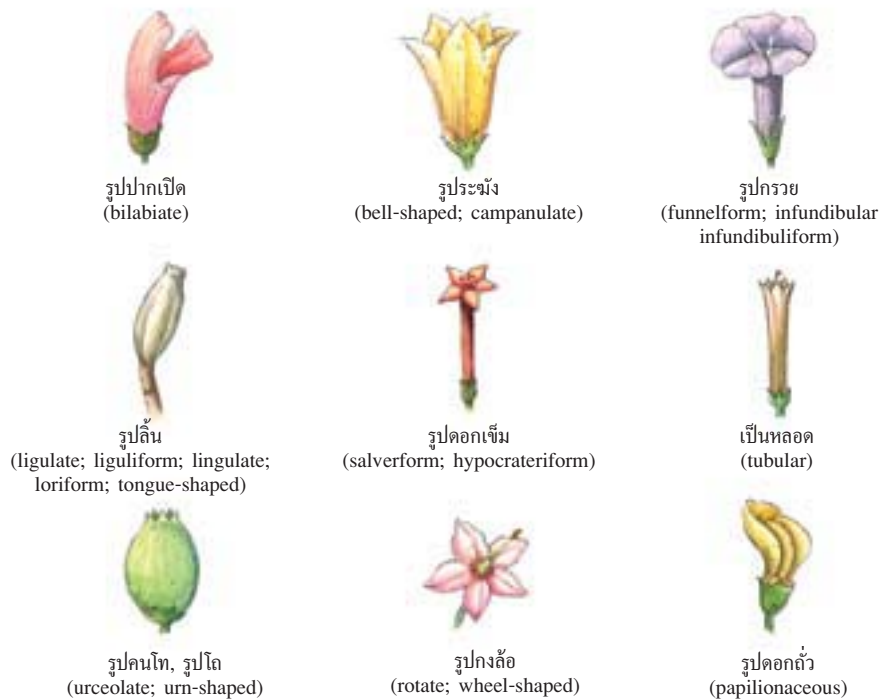
โคนใบ



ส่วนประกอบของดอก



รูปร่างดอก



ช่อดอก



ช่อเชิงลด
(spike)



ช่อเชิงลดมีกาบ
(spadix)



รูปกรวย
(ament; catkin)



ช่อกระจะ
(raceme; acropetalous
inflorescence)



ช่อเชิงหลั่น
(corymb)



ช่อแยกแขนง
(panicle)



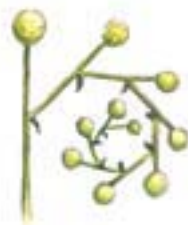
ช่อซี่ร่ม
(umbel)



ช่อซี่ร่มเชิงประกอบ
(compound umbel)



ช่อกระจุกแน่น
(capitulum; head)

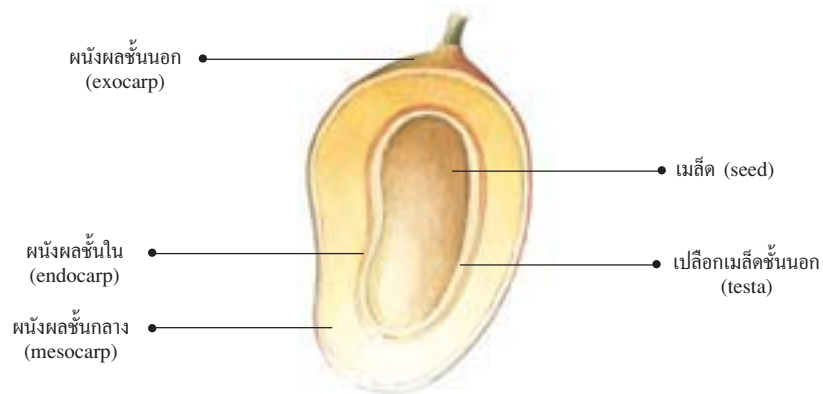


ช่อวงแฉะเดี่ยว
(helicoid cyme; bostryx; cincinnus)



ช่อวงแฉะคู่
(scorpioid cyme)

ส่วนต่างๆ ของผล



จำแนก ผลไม้



ผลแห้ง



ผลเปลือกแข็งเมล็ดเดี่ยว,
ผล (แบบบั่วหลวง)
(nut)



ผลปีกเดี่ยว,
ผล (แบบประตู)
(samara)



ผลปีกเดี่ยวแฝด,
ผล (แบบท่อม)
(double samara)



ผลเปลือกแข็งมีกาบรูปถ้วย,
ผล (แบบก่อ)
(acorn)



ผลแห้งแตกแบบฝาเปิด
(circumscissile capsule;
pyxidium; pyxis)



ผลแห้งแตก
(capsule)



ผลแตกตามช่อง
(poricidal capsule)



ฝักแบบถั่ว
(legume)



ฝักแตกแบบหักกาด
(silicle; silicule; silique)



ผลแยกแล้วแตก, ผลแห้งแยก
(schizocarp)