

บทที่ 5

สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ตามวิถีไทย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาค้นหาความเป็นมาและเหตุผลของการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีชีวิตแบบไทยด้านวัฒนธรรม ประเพณี และพิธีกรรม และเพื่อรวบรวมภูมิปัญญาไทยในเรื่องการใช้สมุนไพร ตามวิถีชีวิตแบบไทยด้านวัฒนธรรม ประเพณีและพิธีกรรม นำมาจัดทำให้เป็นลายลักษณ์อักษรเพื่อใช้ในการสืบค้นอ้างอิงต่อไป และจัดทำฐานข้อมูล ตลอดจนเพื่อคืนข้อมูลสู่ชุมชน ด้วยการแนะนำให้ชมรมแพทย์แผนไทย/หมอสมุนไพรและผู้สนใจได้ใช้ประโยชน์จากฐานข้อมูล

วิธีดำเนินการวิจัยใช้วิธีการวิจัยเชิงประยุกต์โดยแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

1. การรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร บทความทางวิชาการ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมถึงเว็บไซต์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรตามวิถีไทย

2. ดำเนินการสนทนากลุ่มแบบเจาะลึกกับกลุ่มบุคคล 2 กลุ่ม กลุ่มแรก คือ กลุ่มผู้มีความรู้ด้านสมุนไพร ได้แก่ หมอสมุนไพร เครื่องยาชมรมสมุนไพร เจ้าหน้าที่รับผิดชอบการแพทย์แผนไทย เพื่อศึกษาภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ ตลอดจนค้นหาความเป็นมาและเหตุผลในการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีไทย โดยทำการศึกษาจากจังหวัดนครปฐม จันทบุรี สุรินทร์ อุบลราชธานี เชียงใหม่ และนครศรีธรรมราช จังหวัดละ 1 กลุ่ม ส่วนกลุ่มที่สอง คือ ประชาชนทั่วไป 3 ชั่วอายุ ได้แก่ วัยรุ่น วัยแรงงาน และวัยสูงอายุ เพื่อศึกษาว่ายังคงมีการสืบทอดภูมิปัญญาอยู่หรือไม่ และการสืบทอดใกล้เคียงหรือเป็นเรื่องเดียวกับผู้มีความรู้ด้านสมุนไพรหรือไม่เพียงใด โดยทำการศึกษาใน 6 จากจังหวัดนครปฐม จันทบุรี อุบลราชธานี สุรินทร์ เชียงใหม่ จังหวัดละ 1 กลุ่ม ส่วนจังหวัดนครศรีธรรมราชศึกษา 2 กลุ่มคือ กลุ่มผู้นับถือศาสนาพุทธและกลุ่มผู้นับถือศาสนาอิสลาม รวมทั้งสิ้น 12 กลุ่ม เมื่อรวบรวมข้อมูลได้ครบถ้วนแล้ว นำมาวิเคราะห์แยกหมวดหมู่ แล้วนำมาจัดทำฐานข้อมูลเพื่อให้ผู้สนใจได้ศึกษา และหลังจากมีการรับรองรายงานการวิจัยแล้ว จะนำฐานข้อมูลนั้นคืนสู่ชุมชน โดยเลือกชมรมแพทย์แผนไทยตะบันไพร จังหวัดสุรินทร์ เพื่อให้ได้ใช้ประโยชน์จากฐานข้อมูล

สรุปผลการวิจัยและอภิปรายผล

ผลการวิจัยสรุปและอภิปรายตามหัวข้อดังต่อไปนี้

5.1 ภูมิปัญญาไทยในการใช้พืชสมุนไพร

การสรุปและอภิปรายผลในประเด็นภูมิปัญญาไทยในการใช้พืชสมุนไพรตามวิถีไทย ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลจากเอกสารวิชาการ สิ่งพิมพ์ที่เกี่ยวข้อง และข้อมูลเชิงคุณภาพแบบเจาะลึกจากการสนทนาพูดคุยตามแนวทางการสนทนากลุ่มกับผู้ที่มีภูมิรู้ทางด้านสมุนไพรและประชาชนทั่วไป 3 กลุ่ม คือ วัยรุ่น วัยแรงงานและผู้สูงอายุ เพื่อค้นหาความเป็นมาและเหตุผลในการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีชีวิตแบบไทย ตลอดจนรวบรวมภูมิปัญญาไทยในเรื่องการใช้สมุนไพรเป็นหมวดหมู่ โดยแบ่งเป็น 5 ด้าน คือ 1) ภูมิปัญญาไทยกับการนำพืชสมุนไพรมาใช้ตามวิถีไทย ซึ่งถือเป็นมรดกอันล้ำค่าทางภูมิปัญญาของไทยที่สืบทอดกันมาสู่รุ่นลูกหลาน 2) ภูมิปัญญาไทยในการบริโภคพืชผักสมุนไพร โดยศึกษาประเด็นวัฒนธรรมการบริโภคพืชผักสมุนไพร และความเชื่อเกี่ยวกับข้อห้ามและข้อแนะนำในการบริโภค 3) ภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีไทยในด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม ในประเด็นความเชื่อเกี่ยวกับการนำสมุนไพรมาใช้เพื่อส่งเสริมความเป็นมงคล และการนำสมุนไพรมาใช้ในประเพณี พิธีกรรม ทั้งที่เป็นประเพณี พิธีกรรมทั่วไป และประเพณี พิธีกรรมเฉพาะในท้องถิ่น

4) ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชสมุนไพรใช้ด้านการส่งเสริมสุขภาพและการรักษาโรค โดยเน้นที่สรรพคุณของพืชสมุนไพรแต่ละชนิด และการใช้พืชผักสมุนไพรเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและการรักษาโรค และ 5) ภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

5.1.1 ภูมิปัญญาไทยกับการนำพืชสมุนไพรมาใช้ตามวิถีไทย

ภูมิปัญญาไทยมีลักษณะเป็นความรู้ ความเชื่อ และพฤติกรรมซึ่งแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่าง คนกับคน คนกับธรรมชาติสิ่งแวดล้อม และคนกับสิ่งเหนือธรรมชาติ ซึ่งพบว่า“พืชสมุนไพร” เข้าไปเป็นส่วนประกอบของความสัมพันธ์ของภูมิปัญญาทั้ง 3 ด้าน บรรพบุรุษไทยได้นำพืชสมุนไพรมาใช้เป็นปัจจัย 4 ในการดำเนินชีวิต คือ นำมาใช้บริโภคเป็นอาหาร ใช้ทำที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และเป็นยารักษาโรค นอกจากนี้ พืชสมุนไพรยังเข้าไปมีส่วนสำคัญในความเชื่อ ประเพณี และพิธีกรรมต่าง ๆ ในสังคมไทย

จากการที่คนรุ่นปู่ ย่า ตา ยาย ได้อาศัยธรรมชาติเป็นแหล่งในการดำเนินชีวิตและสังเกตธรรมชาติ จำแนกว่าพืชสมุนไพรที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตชนิดใดสามารถนำมาใช้เป็นอาหารได้ ชนิดใดเป็นพืช ผักสมุนไพรที่บริโภคได้นั้นมีสรรพคุณใช้ในการส่งเสริมสุขภาพหรือเป็นยารักษาโรคหรืออาการใดได้บ้าง พืชสมุนไพรใดที่เหมาะสมในการนำมาใช้สร้างที่อยู่อาศัย ใช้

เป็นเครื่องนุ่งห่มและนำมาใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิต การเรียนรู้การใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรจากการสังเกต ลองผิดลองถูก จนกระทั่งรวบรวมและจัดเป็นความรู้ที่กลมกลืนกับวิถีชีวิต สั่งสอน สืบทอดความรู้ ความเชื่อจากคนรุ่นหนึ่งสู่คนรุ่นต่อไปถึงภูมิปัญญาไทยในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ในวิถีไทย ทั้งในด้านภูมิปัญญาไทยในการบริโภคพืชผักสมุนไพร ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ด้านสุขภาพ และภูมิปัญญาไทยในการนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ในชีวิตประจำวัน การนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ตามวิถีไทยจึงเป็นความชาญฉลาดและแบบฉบับของบรรพบุรุษไทย ในการนำคุณสมบัติหรือสรรพคุณของพืชสมุนไพร มาใช้ร่วมกันเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด ทั้งในด้านภูมิปัญญาไทยในการบริโภคพืชผักสมุนไพร ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ด้านสุขภาพ และภูมิปัญญาไทยในการนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ในชีวิตประจำวัน

5.1.2 ภูมิปัญญาไทยในการบริโภคพืชผักสมุนไพร

“อาหารไทย” นับเป็นภูมิปัญญาไทยที่บรรพบุรุษได้รังสรรค์มายาวนานอย่าง

สอดคล้องกลมกลืนกับวิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่เกิดจากการเรียนรู้และประสบการณ์ ที่ถ่ายทอดสืบต่อกันมาจากรุ่นสู่รุ่น พืชผักสมุนไพรของไทยล้วนอุดมด้วยคุณค่าทางโภชนาการนอกจากนั้นพืชผักสมุนไพรหลายชนิดยังถูกนำมาใช้ในการปรุงแต่ง กลิ่น รสอาหาร คือ พืชสมุนไพรที่ให้รสเปรี้ยว เช่น มะอึก ยอดมะขาม ยอดส้มป่อย พืชผักสมุนไพรที่ให้รสเผ็ดร้อน เช่น โหระพา ติปลี พืชผักสมุนไพรที่ให้รสหวาน เช่น ใบย่านาง พืชผักสมุนไพรที่ให้รสขม เช่น สะเลโด(กะเหรียง) พืชผักสมุนไพรที่ให้กลิ่นหอม เช่น โหระพา ใบจิง พืชผักสมุนไพรที่ช่วยดับกลิ่นคาว เช่น ตะไคร้ ข่า ขมิ้น ใบและผิวมะกรูด เป็นต้น

การบริโภคอาหารในแต่ละท้องถิ่นเป็นวัฒนธรรมที่มีความแตกต่างกันในแต่ละภาค ขึ้นอยู่กับวิถีการดำเนินชีวิต แนวปฏิบัติที่สืบทอดกันมา ความเชื่อ ค่านิยมของประชาชน และความยากง่ายในการหาอาหารในแต่ละภูมิภาค อาหารแต่ละท้องถิ่นเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละวัฒนธรรม อาหารจะถูกปรุงแต่งและถ่ายทอดสูตรตำรับกันมาแบบรุ่นต่อรุ่น โดยมีลักษณะที่คล้ายคลึงกันคือจะอาศัยธรรมชาติรอบตัวและการปรุงแต่งที่เรียบง่าย มีความหลากหลาย มีเอกลักษณ์และมีรสชาติที่ชวนลิ้มลอง ตำรับอาหารพื้นบ้านแต่ละท้องถิ่นเป็นความผสมผสานที่ลงตัวระหว่างชนิดของอาหาร ปริมาณ และชนิดของพืชผักพื้นบ้าน เนื้อสัตว์และเครื่องปรุง ถูกบอกเล่าและถ่ายทอดว่า อะไรและอะไร “ควรจะต้องไปด้วยกัน”(Go together) เทคนิคการปรุงอาหาร ความพึงพอใจในรสชาติของอาหารหรือความอร่อยของอาหารพื้นบ้านเหล่านี้ไม่มีหลักเกณฑ์ตายตัว เป็นวัฒนธรรมที่คุ้นเคยแต่ด้วยเด็ก ผู้คนแต่ละ

ท้องถิ่นจะได้รับการให้เรียนรู้ตั้งแต่วัยเด็ก ว่าอะไรควรรับประทานกับอะไร นับเป็นสิ่งสะท้อนประสบการณ์และภูมิปัญญาภายใต้บรรยากาศของท้องถิ่น อย่างไรก็ตาม อาหารพื้นบ้านที่เป็นวัฒนธรรมร่วมของคนไทย คือการบริโภคผักที่หาได้ในท้องถิ่นและน้ำพริก ซึ่งถือเป็นอาหารที่มีสมุนไพรช่วยในการส่งเสริมและรักษาสุขภาพได้เป็นอย่างดี

วัฒนธรรมเกี่ยวกับการบริโภคพืชผักสมุนไพรของประชาชนในแต่ละภาคจะใช้ประกอบกับอาหารประจำภาค ดังนี้ อาหารพื้นบ้านภาคเหนือ มีรสอ่อน มีรสเผ็ดบ้าง เค็ม เปรี้ยว แต่ไม่หวานจัด อาหารหลักคือข้าวเหนียว การปรุงอาหารพื้นบ้านมีหลายวิธี คือ การแกง การจ่อ การส้า การเจียว การปั้น การคั่ว หรือการผัด การหลู้ (ลาบ) การตำ การปรุงอาหารที่มีผักพื้นบ้านเป็นส่วนประกอบสำคัญ คือวิธีการเจียว อาหารพื้นบ้านภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีรสเผ็ด รสเค็ม รสเปรี้ยว นิยมรับประทานข้าวเหนียวกับอาหารพื้นบ้านที่มีรสจัดและน้ำน้อย การปรุงอาหารพื้นบ้านมีหลายวิธี คือ ลาบ ก้อย จ้า จู๋ หมก อุ๋ เอ๊ะ อ่อม แกง ต้ม ซุป เผา กี่ ปิ้ง ย่าง รม ดอง คั่ว ลาก นึ่ง ตำ แจ่ว ปั่น ผึ่ง การปรุงอาหารที่มีผักพื้นบ้านเป็นส่วนประกอบสำคัญ เช่น ก้อย ซุป ตำ และการปรุงแบบอื่นก็มีผักพื้นบ้านแทรกอยู่เสมอ อาหารพื้นบ้านภาคกลาง มีรสชาติผสมระหว่างรสเปรี้ยว หวาน เค็ม และเผ็ด อาหารหลักคือข้าวเจ้าจะถูกบริโภคกับน้ำพริกหลายหลากรูปแบบ ผักพื้นบ้านส่วนใหญ่เป็นพืชน้ำ เช่น ผักสันตะวา บัวสาย ตับเต่า ผักบุ้ง ผักกุ่ม แพงพวย ผักข่าเขียด ผักตบ มะกอก กระถิน ผักกะโหลม ผักเบี้ย ผักข้าว เป็นผักที่ทานกับน้ำพริก การปรุงอาหารที่มีผักพื้นบ้านเป็นส่วนประกอบสำคัญ ได้แก่ ผัด แกง และยำ อาหารพื้นบ้านภาคใต้ จะมีรสเผ็ด รสเค็ม รสเปรี้ยว และมีกลิ่นฉุนของเครื่องเทศ ภาคใต้มีลักษณะอากาศชุ่มชื้น ฝนตกตลอดปี เนื่องจากอากาศร้อนชื้นทำให้เป็นหวัดง่าย คนใต้จึงนิยมรับประทานอาหารที่มีรสชาติ เผ็ดร้อน ช่วยทำให้ร่างกายอบอุ่น ช่วยป้องกันความเจ็บป่วยได้อย่างดี อาหารหลักคือข้าวเจ้า ซึ่งนิยมนานกับกับแกงเหลือง แกงส้ม ยำ และน้ำพริก โดยมี “ผักหนาะ” งานใหญ่ตั้งเคียงข้างน้ำพริก ผักหนาะอาจเป็นผักดิบ ผักลวกหรือผัดต้ม และผัดคอง ที่ได้จากพืชผักพื้นบ้านเกือบทุกอย่างในท้องถิ่น อาหารในแต่ละท้องถิ่นถูกปรุงขึ้นจากพืชผักพื้นบ้าน จึงมีรสชาติและความอร่อยที่เป็นเอกลักษณ์ ซึ่งพืชผักสมุนไพรพื้นบ้านบ้านที่ใช้เป็นส่วนประกอบของอาหารประจำภาคต่างๆ ล้วนมีประโยชน์ทางด้านสรรพคุณทางยา บำรุงสุขภาพทั้งสิ้น

นอกจากนี้ ภูมิปัญญาไทยยังให้ความสำคัญกับ “รส” ของอาหาร เพราะรสของอาหารจะสะท้อนถึงคุณลักษณะเฉพาะหรือสรรพคุณของอาหารที่มีต่อร่างกาย แต่เดิมจำแนกรสของพืชผักสมุนไพรออกเป็น 9 รส แต่ปัจจุบันได้เพิ่มรสจัดเข้าไปอีก 1 รส พืชผักสมุนไพรแต่ละชนิดจะมีลักษณะรสชาติ กลิ่นที่เฉพาะ ส่วนใหญ่มีรสชาติโดดเด่น รสชาติหนึ่งและมีรสอื่นแทรกมา มักจะไม่มีรสเดียว การจำแนกจึงสามารถบอกได้ในแง่รสชาติหลักของพืชผักสมุนไพร ซึ่งแต่ละรสมีคุณลักษณะเฉพาะ

หรือสรรพคุณ ดังนี้ รสฝาด มีสรรพคุณในการสมาน เคลือบแผลในกระเพาะอาหาร นำเชื้อโรค รักษาอาการท้องเสีย หากรับประทานมากไปทำให้มีอาหารฝืดคอ ท้องอืด ท้องผูก พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ เช่น เนียงอ่อน ยอดจิก ยอดมะม่วงหิมพานต์ กัลยาดิบ มะกอกไทย หัวปลี หอยกกล้วย รสหวาน มีสรรพคุณบำรุงผิวพรรณ ทำให้ชุ่มชื้น บำรุงกำลัง แก้อ่อนเพลีย กระจายน้ำ คลายร้อน หากรับประทานมากไปทำให้ลมกำเริบ ง่วงนอน เกียจคร้าน พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ เช่น ยอดพร้าว ผักปลัง บวบแดง อ่อน ดอกขจร พักข้าว รสขม มีสรรพคุณแก้ไข้ ช่วยเจริญอาหาร ทำให้อ่อนหลับ ช่วยบำรุงน้ำดีและเลือด หากรับประทานมากไปทำให้อ่อนเพลีย พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ เช่น สะเดา มะระขี้นก มะแว้งเครือ มะเขือพวง ใบขมิ้น ผักโขม รสเมาเบื่อ มีสรรพคุณแก้พิษ นำพยาธิ รักษาโรคผิวหนัง พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ กำแพงเจ็ดชั้น ขันทองพยับบาท ทองพันชั่ง รสเผ็ดร้อน มีสรรพคุณขับลม แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ จุกเสียดแน่นท้อง ช่วยการไหลเวียนเลือด หากรับประทานมากไปทำให้เกิดอาการอ่อนเพลีย พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ พริก พริกไทย ดีปลี โหระพา ยี่ห่วย กระเทียม หอม รสมัน มีสรรพคุณบำรุงกระดูก ลดอาการเร็งของกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น แก้เอ็นพิการ ปวดเสียว ขัดขอก กระตุก พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ สะตอ เนียง ถั่วพู ถั่วลิสง ถั่วฝักยาว งา แครอท พักทอง ผักกระเฉด หัวปลี ผักตบชวา รสหอมเย็น มีสรรพคุณช่วยให้สดชื่น แก้อาการเป็นลมมีดหน้า ตาลาย แก้ไข้ตัวร้อน บำรุงหัวใจ พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ เตยหอม บัว โกลศ เทียน แดงกวา แดงโม รสเค็ม มีสรรพคุณบำรุงรักษาผิวหนัง แก้ประดง แก้คัน หากรับประทานมากไปทำให้มีอาการกระจายน้ำ ร้อนใน พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ สาหร่ายทะเล รสเปรี้ยว มีสรรพคุณละลายเสมหะ แก้เจ็บคอ ลดไอ หากรับประทานมากไปทำให้ท้องอืด แผลลงแผล ร้อนใน พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ ผักเสี้ยนคอง ผักหนามคอง ผักตบชวา มะขามอ่อน มะกรูด มะนาว มะเฟือง มะม่วง ยอดกระเจี๊ยบแดง ผักเหือด ลูกมะขม ยอดชะมวง มะดัน มะอึก รสจืด มีสรรพคุณช่วยขับปัสสาวะ ลดอาการบวม รักษาอาการปัสสาวะขัดหรือกะปริดกะปรอย พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ แดง แดงโมอ่อน น้ำเต้า พัก ผักกูด(อมฝาด) ผักหนาม ผักบู่ ตำลึง มะละกอ

แนวคิดเรื่องการกินอาหารเพื่อการปรับธาตุ ตามการแพทย์แผนไทยที่มีทฤษฎีการปรับธาตุ 4 ดินน้ำ ลม ไฟ ตามที่ จรินทร์ เทศวานิชและคณะ (2546) กล่าวถึง ความคิดพื้นฐานมาจากการปรับธาตุก็คือ การบำรุงสุขภาพนั่นเอง ควรรับประทานอาหารตามธาตุเจ้าเรือน ได้แก่ ธาตุดิน มีร่างกายและกล้ามเนื้อแข็งแรง ควรรับประทานอาหารที่มี รสฝาด รสหวาน รสมัน รสเค็ม เช่น หัวปลี ผักกระเฉด เผือก มัน มังคุด ฝรั่งดิบ พักทอง กล้วย มะละกอ ถั่วพู ธาตุน้ำ มีรูปร่างสมส่วนถึงท้วม ผิวพรรณสดใสควรรับประทานอาหารที่มีรสเปรี้ยว เช่น ผักตบชวา ผักเต้า ยอดมะขาม ยอดมะม่วง มะเขือเทศ สับปะรด มะกรูด มะนาว ส้ม ธาตุลม มักมีรูปร่างโปร่งไม่อ้วนผิวหนังแห้ง ควรรับ

ประทานอาหารที่มี รสเผ็ดร้อน เช่น พริก จิง ข่า กะเพรา กระเทียม ตะไคร้ พริกไทย โหระพา ขึ้นฉ่าย ยี่ห่วย ชาติไฟ มีรูปปร่างผอม ผิวคล้ำ ตกกระ กล้ามเนื้อกระดูกหลวม ควรรับประทาน อาหาร ที่มี รสขมเย็น เป็นต้น เช่น มะระ บวบสะเดา ฟัก แดงโม จี่เหล็ก หัวผักกาด ฟักเขียว แดงกวา คะน้า มะเขือ พืชผักบางชนิดถูกห้ามบริโภคในกลุ่มคนบางกลุ่ม ในขณะที่เดียวกันกลับถูกแนะนำให้ บริโภคพืชผักอีกชนิดหนึ่ง โดยเชื่อว่า พืชผักบางอย่างรับประทานเข้าไปแล้วจะเกิดโทษ ในขณะที่ พืชผักบางอย่างรับประทานเข้าไปจะเกิดผลดี ข้อห้าม ข้อแนะนำเหล่านี้มักจะนำไปใช้กับกลุ่มบุคคลที่มี ลักษณะพิเศษ เช่น หญิงตั้งครรภ์ ห้ามกินบอน เพราะเชื่อว่าจะทำให้สายรกเปื่อย ห้ามกินผักแว่นจะ ทำให้รกพันคอเด็ก ปวดท้องนาน ห้ามกินกล้วยจี้จะทำให้รกติด ซึ่งข้อห้ามเหล่านี้ผลที่จริงแล้วเกิดกับ แม่แต่เป็นกุศโลบายที่น่าเด็กมาอ้าง เพื่อให้แม่มีความระมัดระวังในการรับประทานอาหารมากขึ้น สำหรับข้อปฏิบัตินั้นได้แก่ ให้กินปลีกกล้วย ขนุนอ่อน เพราะจะทำให้ช่วยบำรุง หญิงหลังคลอด ห้าม กินผักเย็น เช่น แดงทุกชนิด เพราะจะทำให้เกิดอาการเจ็บท้องทั้งแม่และลูก ผักที่แนะนำให้กินได้แก่ ปลี กล้วย ผักตำลึง ขนุนอ่อน บวบก ไพล เพราะจะช่วยให้น้ำนมมาก และไพลช่วยให้เลือดไหลเวียนดี ข้อ ปฏิบัตินี้ได้มีการปฏิบัติสืบทอดกันมานาน และถ่ายทอดมาให้ลูกหลาน ผู้มีคาถาอาคม ส่วนใหญ่มักจะ เป็นข้อห้าม โดยจะมีเหตุผลอยู่เบื้องหลังว่าพืชผักเหล่านี้จะทำให้คาถาเสื่อมลง พืชผักที่ห้ามกินคือ มะขามป้อม น้ำเต้า ฟักเขียว และโหระพา เชื่อว่าผักเหล่านี้กินแล้วทำให้คาถาอาคมเสื่อม

5.1.3 ภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีไทยในด้านความเชื่อ ประเพณี

พิธีกรรม

ความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม เป็นเรื่องของการปฏิบัติสืบทอดกันมาตั้งแต่รุ่นปู่ย่าตายาย ซึ่งได้สั่งสม ผ่านการเรียนรู้ และปฏิบัติตามบรรพบุรุษเป็นทอดๆ ตามช่วงอายุของตน การทำตาม ดังกล่าวเกิดจากการได้รู้ได้เห็นวิธีการทำ หรืออาจเกิดจากการศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากสิ่งพิมพ์หรือ หนังสือซึ่งได้ถ่ายทอดเป็นลายลักษณ์อักษร และปฏิบัติตามต่อกันมา ดังนั้น พิษสมุนไพรที่ใช้ประกอบ ในประเพณี พิธีกรรม หรือความเชื่อจึงมีเหตุมีผลในการใช้ ทั้งในเชิงคุณสมบัติ/สรรพคุณของพืช สมุนไพรนั้นๆ และความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับความเป็นมงคล อันจะเป็นการเสริมสร้างขวัญ กำลังใจใน การทำกิจกรรมต่าง ๆ การนำสมุนไพรมาใช้เกี่ยวกับการส่งเสริมความเป็นมงคล คนไทยมีความผูกพัน กับธรรมชาติและต้นไม้มาตั้งแต่สมัยโบราณกาล การปลูกต้นไม้ นอกจากจะช่วยดักกระแสลม บังแดด ให้ความร่มเย็น สดชื่นแล้ว ส่วนต่างๆ ของต้นไม้ยังสามารถนำมาใช้ในการบริโภค เป็นยารักษาโรค พื้นฐาน นำมาทำเครื่องใช้ในชีวิตประจำวัน รวมถึงให้ความสวยงาม ให้กลิ่นหอม เจริญตาเจริญใจแก่ เจ้าของบ้านและผู้พบเห็น ต่อมา การปลูกต้นไม้ได้พัฒนาเป็นความเชื่อเกี่ยวกับมงคลที่เกิดจากต้นไม้ โดยจำแนกความเป็นมงคลได้ดังนี้ มีชื่อหรือมีเสียงพ้องเป็นมงคล เช่น ใบเงิน ใบทอง ใบนาก มี

ความหมายหรือมีเสียงพ้องกับคำที่มีความหมายเป็นมงคล เช่น มะยม ยอ พยุง (พยุง) สัก(พ้องกับศักดิ์) ลีสุก (พ้องกับ ศรีสุข) เป็นต้น มีประวัติอันเป็นมงคล เช่น ต้นไม้ในพุทธประวัติ ได้แก่ ต้นสาละ ต้นโพธิ์ ดอกบัว ต้นไม้ที่เกี่ยวกับเทพเจ้าในศาสนาพราหมณ์ ได้แก่ มะเดื่อ กล้วยาแพรก มีคุณสมบัติแสดงสรรพคุณ 4 ประการ คือ เป็นธัญพืชหรืออาหาร ได้แก่ ถั่ว งา ผลไม้ต่างๆ เช่น กล้วย อ้อย เป็นต้น มีคุณสมบัติทางการรักษา เป็นยา เช่น สะเดา ส้มป่อย มีกลิ่นหอม นำไปประกอบน้ำหอม น้ำปรุง เช่น ดอกกุหลาบ ดอกมะลิ และ มีสีเป็นมงคล คือ ไม้ดอกที่มีสีถูกโฉลกตามวันประกอบพิธี นอกจากนี้ยังได้กำหนดเงื่อนไขในการปลูกต้นไม้หลายประการเพื่อเป็นการเสริมความเป็นมงคล นับตั้งแต่วันปลูกตำแหน่งหรือทิศที่ปลูก เวลาในการปลูก

ไม้มงคลที่ถือเป็นพญาไม้ เป็นไม้สำคัญในการประกอบพิธีกรรม ทั้งในฝ่ายบ้านเมือง ศาสนา และชุมชนชาวบ้านทั่วไป เป็นไม้ดอกเข็มฤกษ์ 9 ชนิด โดยมีความเชื่อว่าทำให้เกิดความเจริญรุ่งเรือง เป็นศรีสง่าแก่อาคาร ผู้อยู่อาศัย และความก้าวหน้าในกิจการที่กระทำ ไม้มงคล 9 ชนิด ได้แก่ ชัยพฤกษ์ ราชพฤกษ์ ทองหลาง ไม้สีสุก กันเกรา ทรงบันดาล สัก พยุง และขนุน ไม้แต่ละชนิดเป็นมงคลนามเป็นขวัญเป็นศรี ความเชื่อของคนไทยโบราณนอกจากต้นไม้ที่ถือว่าเป็นไม้มงคลเหมาะสมกับการปลูกแล้ว ยังมี “ไม้ต้องห้าม” ที่เชื่อว่าไม่เหมาะสมสำหรับการนำมาปลูกในบ้านเรือน ไม้ต้องห้ามนี้ส่วนหนึ่งเป็นเรื่องของความเชื่อ เนื่องจากชื่อของต้นไม้มีความหมายไปในทางไม่ดี เป็นอัปมงคล เช่นต้น โสภ รักร่ำ รั้ว หรือเป็นต้นไม้ที่อาจมีพิษ ซึ่งอาจก่อให้เกิดอันตรายได้ เช่น ต้นตาล หรือเป็นไม้ใหญ่ที่เชื่อว่ามีวิญญาณร้ายสิงอยู่ เช่น ตะเคียน

ภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ในประเพณี พิธีกรรม พิษสมุนไพรที่นำมาใช้ประกอบในประเพณี พิธีกรรมของไทยส่วนใหญ่จะเป็นไม้มงคล หรือพืชผักพื้นบ้านที่ปลูกในบ้านเรือนหรือในชุมชน ความหมายที่ได้มาจากชื่อพืชผักเหล่านี้ถูกนำมาสร้างเป็นความเชื่อ ด้วยเหตุผลที่ชื่อหรือความพ้องของเสียงเป็นคำที่แสดงถึงความดี ก่อให้เกิดความมั่นคงทางจิตใจ ต่อการที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ซึ่งจะยกตัวอย่างที่ใช้กันโดยทั่วไป เช่น มะขาม เป็นต้น ไม้ที่มีชื่อเป็นมงคลนาม ถือกันว่าเป็นเคล็ดจะทำให้คนมีแต่เกรงขาม ยำเกรง จึงนำยอดมะขามมาใช้ในการสะเดาะเคราะห์ ขมิ้น ใช้ในพิธีการบวชนาคและพิธีกรรมอื่นๆ โดยมีความเชื่อว่า ขมิ้นเป็นตัวแทนของพระพุทธเจ้า การใช้ขมิ้นทาหน้านาค ทาศิริษะหลัง โคนผมแล้ว หรือขโลมตัวนาคให้เหมือนทองทาและทาเท้าให้พระใหม่ เป็นการฉลองพระใหม่ให้คูมีราศี กล้วย เป็นเครื่องหมายแห่งความอุดมสมบูรณ์ ต้นกล้วยและผลกล้วยจึงมักเป็นองค์ประกอบหนึ่งของเครื่องบูชาในพิธีกรรม และพิธีมงคลของไทย ส้มป่อย เป็นสมุนไพรที่ใช้ในพิธีกรรมล้างเสนียดจัญไร ขณะเดียวกันส้มป่อยก็ใช้ในงานสงฆ์พระพุทธรูปในวันสงกรานต์ และใช้รดน้ำคำหัวผู้ใหญ่ หรือใช้ส้มป่อยในงานพิธีศพทางภาคเหนือ ด้วยเชื่อว่าจะช่วยขจัดความทุกข์โศก

ออกไป ใบเงิน ใบทอง ใบนาก หมายถึง มีฐานะดี มีทรัพย์ มะตูม หมายถึงการป้องกันภัยอันตราย เพราะลักษณะใบมี 3 แฉก เป็นรูปตรี ซึ่งเป็นอาวุธของพระศิวะ ถั่ว ข้าวเปลือก หมายถึง ทำให้อุดมสมบูรณ์ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีการนำดอกไม้มาใช้เป็นเครื่องบูชา นำมาตกแต่งงานต่างๆ ด้วย ไม่ว่าจะเป็นบายศรีสู่ขวัญ พวงมาลัย พานดอกไม้ ไห้วีครุ ฯลฯ ดอกไม้ที่น่าสนใจ เช่น มะลิ กุหลาบ กล้วยไม้ ดอกพุด ดอกเข็ม จำปี จำปา ดอกกรัก ดอกพุดซ้อน

พิธีกรรมเชิงลบ ได้แก่ การสาปแช่งคนที่เป็ศัตรูหรือมาทำร้าย โดยจะเผาพริก เผาเกลือ บางครั้งก็มีส่วนผสมของหอมแดง กระเทียมไปด้วย แล้วใส่ชื่อคนที่แช่งลงไป เชื่อว่าจะทำให้คน ๆ นั้นเร่าร้อน เจ็บแสบ ไม้มีความสุข

ประเพณีและพิธีกรรมแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ 1) ประเพณี พิธีกรรมทั่วไป 2) พิธีกรรมเฉพาะท้องถิ่น ทั้ง 4 ภาค ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคอีสาน และภาคใต้ ส่วนประเพณีที่เกี่ยวกับชีวิต ได้แก่ พิธีเกี่ยวกับการเกิด การบวช พิธีแต่งงาน งานศพ พิธีที่ถือปฏิบัติตามประเพณี พิธีกรรมทั่วไป ได้แก่ พิธีทำบุญขึ้นบ้านใหม่/ ทำบุญบ้าน พิธีโกนจุก พิธีแต่งงาน พิธีบวช ประเพณีลอยกระทง ประเพณีสงกรานต์ พิธีไหว้ครู ประเพณีรับขวัญข้าว ทำประเพณีสู่ขวัญ/ รับขวัญ/ ทำขวัญเด็ก พิธีขอฝน และพิธีที่ถือปฏิบัติตามประเพณี พิธีกรรมเฉพาะในท้องถิ่น ในภาคต่าง ๆ มีดังนี้คือ ภาคเหนือ ได้แก่ ประเพณีสงกรานต์ชาวเหนือ เลี้ยงขันโตก ปอยหลวง ปอยน้อย ปอยข้าวสังข์ สรงน้ำพระธาตุ บูชาอินทิล ยี่เป็ง ฟังเทศน์มหาชาติ (ตั้งธรรมหลวง) ภาคกลาง ได้แก่ พิธีทำบุญขึ้นบ้านใหม่ ทำบุญบ้าน โกนจุก แต่งงาน บวช ลอยกระทง สงกรานต์ สู่ขวัญ/รับขวัญ/ทำขวัญเด็ก ไห้วีครุ รับขวัญข้าว ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ ประเพณีงานบุญคุณลาน บุญพระเวส บุญข้าวประดับดิน สงกรานต์อีสาน บุญออกพรรษา บุญกฐิน ภาคใต้ ได้แก่ ประเพณีชักพระ (ลากพระ) วันสารทเดือนสิบ แห่นก ไห้วีพระจันทร์ เทศกาลการกินเจ

5.1.4 ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ด้านการส่งเสริมสุขภาพและการรักษาโรค

สมุนไพรเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตของคนไทยมาเป็นเวลานาน และเป็นหนึ่งในภูมิปัญญาของคนไทยที่บรรพบุรุษได้สั่งสมวิชาความรู้ และประสบการณ์ในการป้องกัน ส่งเสริม รักษา และฟื้นฟูสุขภาพร่างกายตามวิถีไทย ซึ่งพืชสมุนไพรแต่ละชนิดล้วนมีสรรพคุณในการดูแลรักษาสุขภาพแตกต่างกันไป แบบแผนความเชื่อเกี่ยวกับการใช้และประสิทธิผลของสมุนไพรมี 3 ลักษณะใหญ่ คือ ใช้สมุนไพรอย่างเดี่ยว หมายถึง การนำสมุนไพรมาใช้โดยคำนึงถึงว่าสมุนไพรมีประสิทธิภาพทางยา ด้วยตัวยาเพียงอย่างเดียว ใช้สมุนไพร่วมกับการมี “กล” “เคล็ด” หมายถึง การใช้สมุนไพรโดยคำนึงถึงฤกษ์ยาม การมีข้อปฏิบัติเฉพาะ เพื่อยังผลให้ต้นไม้ดังกล่าวมีผลทางยาหรือมีประสิทธิภาพมาก

ยั้งขึ้น และใช้ยาสมุนไพรร่วมกับพิธีกรรม ซึ่งการใช้พืชสมุนไพรในลักษณะตาม 2 ข้อหลังเป็นการใช้ในเชิงที่เกี่ยวกับประเพณี พิธีกรรมที่สืบทอดต่อกันมา

นอกจากนี้ยังมีแบบแผนและลักษณะการใช้ที่หลากหลาย ตามเอกสารเรื่อง สังคมวัฒนธรรมของการใช้สมุนไพรของเพ็ญจันทร์ ประดับมุก ได้จำแนกแบบแผนและลักษณะการใช้สมุนไพรในการรักษาตนเอง เป็น 5 ลักษณะ ใหญ่ๆคือ 1) ใช้สมุนไพรตัวเดียวๆ หมายถึง การรักษาโรคหรืออาการเจ็บป่วยโดยใช้สมุนไพรชนิดเดียว 2) ใช้สมุนไพรตำรับ หมายถึง การใช้สมุนไพรในการรักษาโรค ซึ่งมีมากกว่า 2 ชนิดขึ้นไป การปรุงยาส่วนใหญ่จะอยู่ในรูปของยาต้ม 3) ใช้สมุนไพรสำเร็จรูป หมายถึง สมุนไพรที่ถูกแปรรูปให้ใช้สะดวกขึ้น เช่น ทำเป็นแคปซูล หรือลูกกลอน 4) ใช้สมุนไพรควบกับการปฏิบัติ เช่น การนวด 5) ใช้สมุนไพรควบกับตัวยาแผนปัจจุบัน เป็นการรักษาโดยใช้ยา 2 ชนิดควบคู่กันไปโดยขึ้นอยู่กับพื้นฐานความเชื่อที่ว่า การรักษาโดยตัวยาทั้ง 2 ชนิดจะไม่เกิดผลเสียและไม่ขัดกับความเชื่อ

ความมหัศจรรย์ของสมุนไพร พืชพรรณธรรมชาติที่สามารถหาได้ง่ายโดยทั่วไปเกี่ยวกับการช่วยส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคต่าง ๆ มนุษย์สามารถคิดค้นได้ตั้งแต่โบราณกาล จนกระทั่งความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ สมุนไพรหลายๆ ชนิดได้รับการค้นคว้าทดลองจนเป็นที่ประจักษ์ว่า มีคุณค่ามหัศจรรย์นับเป็นความเกื้อกูลของธรรมชาติที่สร้างสิ่งเหล่านี้ขึ้นมาพร้อมกับชีวิตมนุษย์ ข้อดีของสมุนไพรคือ มีฤทธิ์อ่อนก่อกำเนิดอาการพิษได้น้อย นอกจากนั้นยังช่วยประหยัดรายจ่าย เป็นที่พึงของผู้ที่ห่างไกล โรงพยาบาลหรือหมอ และยังช่วยจัดปัญหาการขาดแคลนยาในภาวะคับขัน ส่วนข้อเสียก็คือ ใช้ไม่สะดวกยุ่งยากเสียเวลา ออกฤทธิ์ไม่แน่นอน

สาเหตุที่สมุนไพรเป็นที่นิยมของคนไทยโดยเฉพาะประชาชนที่อยู่ตามชนบทหรืออยู่ห่างไกลจากสถานพยาบาล เพราะสามารถใช้รักษาพยาบาลขั้นพื้นฐานได้ สมุนไพรบางอย่างสามารถรักษาโรคให้หายขาดได้ เช่น โรคผิวหนัง หรือสมุนไพรที่ใช้รับประทานเพื่อเป็นยาระบาย ข้อดีของสมุนไพรก็คือ มีความปลอดภัย ส่วนมากมีฤทธิ์อ่อน ไม่ค่อยเป็นพิษหรือมีอาการข้างเคียงมาก อีกส่วนหนึ่งก็คือ สามารถประหยัดค่าใช้จ่าย เนื่องจากผลิตได้เองภายในประเทศ ราคาของสมุนไพรจึงถูกกว่าราคาขายแผนปัจจุบัน การใช้พืชผักสมุนไพรเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและการรักษาโรค มีดังนี้

1) การใช้พืชสมุนไพรเพื่อการส่งเสริมสุขภาพสตรีหลังคลอด การส่งเสริมสุขภาพของสตรีหลังคลอด มีด้วยกันหลายวิธี แต่ละวิธีใช้พืชสมุนไพรเป็นส่วนประกอบเพื่อผลิตเป็นตัวยาในการบำรุงสุขภาพ ได้แก่ การอยู่ไฟ หมายถึง การนอนบนกระดานที่มีไฟอยู่ข้างใต้ ความร้อนจะช่วยกระตุ้นการหดตัวของมดลูก หญิงที่อยู่ไฟจะอาบน้ำต้มสมุนไพรเพื่อชำระร่างกายให้สะอาดและทาตัวด้วยขมิ้น เพื่อป้องกันผิวหนังอักเสบ เป็นการบำรุงผิวพรรณในตัว การประคบสมุนไพร หมายถึง

การนำสมุนไพรสดหรือแห้งหลายชนิดมาห่อรวมกัน ส่วนใหญ่จะเป็นยาสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหย เมื่อถูกความร้อนจะระเหยออก ประกอบไปด้วย โพลีฟีนอล ไขมันชั้น ไขมันอ้อย เกลืออินอ่อน ตะไคร้ มะกรูด การบูร นำสมุนไพรเหล่านี้จะช่วยรักษาอาการเคล็ดขัดยอก ใช้ประคบบริเวณ หลัง ท้อง และขา การอาบสมุนไพร การอาบน้ำสมุนไพรเป็นการนำสมุนไพรมาต้มน้ำแล้วอาบ โดยทั่วไปใช้ตะไคร้สด เนื่องจากเป็นสมุนไพรที่ใช้ลดกลิ่นคาวอันเกินจากน้ำมันและน้ำคาวปลา นอกจากนี้อาจผสมด้วยโพลีโบมะขาม ผิวมะกรูด กลิ่นของสมุนไพรทำให้ร่างกายหอมสดชื่น การเข้ากระโจม คือ การอบและอาบน้ำร้อนที่มีสมุนไพรหลายชนิดต้มรวมกัน ในสมัยโบราณจะทำเป็นโครงไม้ค้ำยี่สาม ก่อเอาผ้าคลุม และมีหม้อต้มสมุนไพรอยู่ในกระโจม สมุนไพรที่ใช้เป็นเครื่องยาในการเข้ากระโจม ได้แก่ โปมะกรูด โปมะนาว โปส้มป่อย โปข่า โปตะไคร้ โปมะขาม โปหนวด โปพลับพลึง ผักบุ้งแดง และโปส้มเลี้ยว การอบตัวโดยการเข้ากระโจมเป็นวิธีที่ทางการแพทย์ในปัจจุบันยอมรับว่า สามารถช่วยให้การไหลเวียนของโลหิตและน้ำเหลืองบริเวณผิวหนังดีขึ้น การทักหม้อเกลือ เป็นการกระตุ้นมดลูกให้เข้าอุ้งเร็วขึ้น ขับน้ำคาวปลาได้ดี กระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต ลดอาการเมื่อยล้าของมารดาหลังคลอด วิธีการทำการทักหม้อเกลือคือการนำเกลือสมุทรใส่หม้อ ตั้งไฟให้ร้อนแล้วนำมาวางบนสมุนไพรที่เตรียมไว้ซึ่งได้แก่ โพลีสด ว่านนางคำ ว่านชั้มมดลูก โปพลับพลึง หรือโปละหุ่ง สมุนไพรทั้ง 4 อย่าง ประกอบด้วยการบูรพอประมาณ แล้วนำมาประคบตามอวัยวะต่างๆ ของหญิงหลังคลอด

2) การใช้พืชสมุนไพรส่งเสริมสุขภาพหรือรักษาโรคทั่วไปที่ไม่ร้ายแรง เช่น ใช้เป็นยาถ่ายพยาธิ ยาระบาย ยาถ่าย ยาแก้ท้องขึ้น ท้องอืดเพื่อ ขับลม ยาแก้ท้องร่วง ยาช่วยย่อย ยาแก้ไข้ ลดความร้อน ยาแก้ปวดศีรษะข้างเดียว เป็นต้น

3) การใช้พืชสมุนไพรเป็นยาภายนอกร่างกาย เช่น รักษาเหา รักษาหิด รักษากลากเกลื้อน รักษาโรคผิวหนังและผื่นคัน รักษา น้ำกัดเท้า ปิดขมับหรือทาบรรเทาอาการปวดศีรษะ แก้ปวดฟัน ระงับกลิ่นปาก แก้ลมพิษ แก้แพ้ อักเสบ ปวดบวม แมลงสัตว์ กัดต่อย รักษาแผลน้ำร้อนลวก ถอนพิษ ห้ามเลือด ไล่แผลสด เป็นต้น

4) สมุนไพรประเภทว่านที่ใช้เป็นยาอายุวัฒนะ ได้แก่ ว่านข่าจืด ว่าน ว่านกระชายดำ ว่านงาช้าง ว่านกระเจาะจันทน์ ว่านกำแพงเจ็ดชั้น ว่านนางล้อม เป็นต้น

5.1.5 ภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

พืชสมุนไพรมีบทบาทเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนไทยมาตั้งแต่สมัยโบราณกาล บรรพบุรุษของเราได้สั่งสมภูมิปัญญาอันทรงคุณค่าในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ในการดำรงชีวิต พืชสมุนไพรจึงเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิตตามวิถีไทยภูมิปัญญาไทยในทุกด้าน ดังนี้

พืชสมุนไพรที่ใช้ทำเป็นเครื่องสำอาง พืชสมุนไพรที่ใช้ทำเป็นเครื่องสำอางใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น สบู่ ครีมบำรุงผิว ยาสระผม ครีมกันแดด ครีมพอกหน้าให้ผิวหนังนุ่มสดใส โลชั่นบำรุงผิว พืชผักสมุนไพรเหล่านี้ได้แก่ ว่านหางจระเข้ มะละกอ ส้ม มังคุด กัลย อัญชัน ตะไคร้ แดงกวา ฟรั่ง สับปะรด เป็นต้น

พืชผักสมุนไพรที่ใช้ทำเป็นเครื่องนุ่งห่ม เช่น ปอ ป่าน กัญชา กัญชง สับปะรด นอกจากนี้พืชสมุนไพรยังมีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของชุมชน คนสมัยก่อนนำเอาลักษณะและโครงสร้างของพืชมาเป็นจุดกำเนิดของลวดลายประดิษฐ์จากพืชหรือดอกไม้ไทยหลายชนิดแต่ครั้งโบราณ ดังปรากฏอยู่ในลวดลายโบราณของผ้าไทย ลวดลายประดิษฐ์บางลายนิยมนำมาใช้กัน กลายเป็นมรดกทางวัฒนธรรมไทยถึงปัจจุบัน เช่น ผ้าไหมมัดหมี่ ซึ่งมีลายจากพืช ได้แก่ ดอกสร้อย ดอกแก้ว เหลื่อมอ้อ ดอกจัน กาหลวง ลายกุศ กาบเอื้อง หมากจับ ดอกตุ้ม ดอกพิกุล ดอกขิก ดอกกุหลาบ ต้นสน คำลึง กามะลิ ดอกพวงข้าวสอก หมากเบ็ง กลีบบัวหลวง กลีบบัวลายไทย ลายบัวหงายและบัวคว่ำ ดอกตำวน ดอกมะติ ดอกสายหยุด ดอกรัก ดอกจันทน์ กาบไผ่ ใบไผ่ และดอกหญ้า เป็นต้น

พืชผักสมุนไพรที่ใช้ทำเป็นสีย้อมผ้าและสีผสมอาหาร คนไทยสมัยก่อนรู้จักนำส่วนต่างๆ ของพืชสมุนไพรมาใช้ทำเป็นสีต่าง ๆ เพื่อใช้ย้อมผ้า รวมถึงหลายชนิดที่ให้สีมาใช้แต่งสีอาหารอันเป็นผลิตภัณฑ์ธรรมชาติที่ไม่เป็นพิษภัยต่อร่างกาย หรือนำพืชที่ให้สีย้อมมาย้อมผ้า แห อวน หรือหนัง โดยเฉพาะผ้าพื้นเมืองจำพวกผ้าไหม ผ้าฝ้าย ซึ่งให้สีสันทันเป็นธรรมชาติ

พืชสมุนไพรที่ใช้เป็นสีย้อมผ้า เช่น : ใบหมากผู้หมากเมีย ใบถั่วแปบ ใบหูกวาง ให้สีเขียว แก่นไม้ขนุน หัวขมิ้น ไม้เข รากไม้ฝาง ให้สีเหลือง เปลือกตะแบก แก่นไม้ฝาง ให้สีม่วง เปลือกประคู้ แก่นไม้ฝาง บออ่อนสัก ให้สีแดง เป็นต้น

พืชสมุนไพรที่ใช้เป็นสีผสมอาหาร เช่น ใบเตยสด ให้สีเขียว ดอกอัญชันสด ให้สีม่วง ดอกแก่คำฝอย เนื้อผลฟักทอง ให้สีเหลือง เป็นต้น

พืชสมุนไพรที่นำมาเป็นอาหารสัตว์ ได้แก่ ผักแพว ผักโขม ผักเผ็ด บอน บุก มะละกอ หววกกล้วย เป็นต้น

พืชสมุนไพรที่ใช้ฆ่าแมลง กำจัดศัตรูพืช ได้แก่ กระเทียม ขมิ้นชัน ข่า ตะไคร้หอม บอระเพ็ด พริก สะเดา เป็นต้น

พืชสมุนไพรที่ใช้ในงานหัตถกรรมพื้นบ้าน ได้แก่ กกช้าง ใผ่สีสุก ลิเกา เตยทะเล ตาล ลาน มะพร้าว ผักตบชวา เป็นต้น

5.2 ความภาคภูมิใจและวิธีการสืบทอดเผยแพร่การใช้สมุนไพร

จากการสนทนากลุ่มจากผู้มีความรู้ด้านสมุนไพรและประชาชนทั่วไป สามารถสรุปได้ ดังนี้

1) สมุนไพรต้องรักษาคนไทยได้ ถ้าใช้ถูกวิธี มีความสงสารคนเจ็บป่วยและเดินทางไปรักษาคนในจังหวัดต่าง ๆ เนื่องจากรักษาได้ผลคนพอใจและต้องการให้รักษา หมอสมุนไพร ต้องเป็นผู้มีจิตใจเมตตาอีตธรรมเป็นหลัก มีความรักต่อหน้าที่ ทำดีกับทุกคน ไม่เลือกว่าจนหรือรวย คิดช่วยให้หาย ไม่เบียดเบียนภาระ เสียสละได้ทุกเมื่อ ไม่เมื่อการรักษา ได้รับการถ่ายทอดสมุนไพรมาจากบิดาซึ่งเป็นหมอยามาก่อน มีความภาคภูมิใจอย่างยิ่งในการเป็นหมอสมุนไพร ได้ช่วยบ้านเมือง และช่วยคนให้รอดตายมาเป็นจำนวนมาก ซึ่งก็จะมีการถ่ายทอดความรู้ด้านสมุนไพรให้กับบุตรชายต่อไป นอกจากนี้ ยังมีการถ่ายทอดจากพระ ครูอาจารย์ คนสนิท คนรู้จักซึ่งได้มีการแนะนำสืบทอดกันไป

2) การสืบทอดความรู้ของหมอสมุนไพร เกิดจากความศรัทธาที่ได้รับการรักษาจนหายจากสาธณสุขชุมชน และจากหมอสมุนไพรที่บ้านที่รักษาตน จึงขอเป็นลูกศิษย์เพื่อนำความรู้ไปรักษาผู้อื่น ซึ่งหมอสมุนไพรบางท่านได้นำความรู้ทางวิทยาศาสตร์มาประยุกต์ เช่น การเสกเป่าน้ำลายก็เป็นยาฆ่าเชื้อ ปุณมีความเป็นต่าง ส่วนพลุมีความเป็นกรดพอเคี้ยวค้ำหมาแล้วเป่าที่แผลก็จะช่วยสมานแผลได้ เป็นต้น

3) การได้รับเชิญเป็นวิทยากรถ่ายทอดความรู้ด้านสมุนไพรเป็นวิทยาทาน ทำให้เกิดความภาคภูมิใจ เพราะถ้าไม่มีการถ่ายทอดแล้วตายไปก็เหมือนเผาความรู้ไปด้วย ทุกคนที่เป็นหมอสมุนไพรก็มีอาชีพหลักเป็นเกษตรกร ทำเกษตรกรรม ทำนา ทำไร่ และยังได้รับความสนใจจากภาครัฐเช่น เชิญไปบรรยายที่โรงพยาบาล มหาวิทยาลัยราชภัฏ แม้นักเรียนระดับมัธยมต้น แต่เด็กนักเรียนไม่ค่อยให้ความสนใจเท่าที่ควร เนื่องจากยังเด็กแต่ยังมีเด็กนักเรียนหญิงที่ให้ความสนใจ

4) การเป็นหมอสมุนไพรนั้น เกิดจากความเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ที่ได้ถ่ายทอดมาจากปู่ย่าตายาย นับวันมีผู้น้อยลงไปเรื่อย ๆ เพราะไม่ตั้งใจศึกษา ใครที่สนใจมาขอเรียนก็จะได้แก่คนที่เรียน การเป็นหมอสมุนไพรมิได้เป็นง่าย ๆ เพราะต้องใช้ประสบการณ์ทั้งชีวิต บางคนมาขอเรียนเพื่อการค้า ไม่เข้ามาขอเรียนเพื่อศึกษา เวลานำไปใช้ก็จะใช้ในทางที่ผิด หมอสมุนไพรในกรุงเทพฯ ส่วนใหญ่จะศึกษาจากตำรา ไม่รู้จักชื่อยาและต้นยาสมุนไพรที่อยู่ในป่า หมอสมุนไพรที่รู้และศึกษาอย่างแท้จริง จึงเรียกหมอเหล่านี้ว่า “ หมอกระดาศ ” อาชีพหมอสมุนไพรเป็นที่เชื่อกันว่าถ้าเรียนวิชาเหล่านี้แล้วจะไม่รวย แต่พอมีพอกินเท่านั้น เป็นวิชาที่ร้อน แต่ได้กุศลในการช่วยคน หมอสมุนไพรบางท่านไม่สนใจเอาใบประกอบโรคศิลป์ เอาความรู้เฉย ๆ ไปรักษาคน ถ้ารักษาดีเขาจะบอกกันปากต่อปากกันเอง

5) ความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยี ทำให้หมอสุมไพรที่บ้านในปัจจุบันมีโอกาสศึกษาหาความรู้ได้กว้างขวาง สะดวกรวดเร็วยิ่งขึ้นจากทาง Internet การถ่ายทอดในหมู่เพื่อนและเพื่อนบ้านใกล้เคียง โดยการบอกเล่าเขียนเป็นเอกสารเผยแพร่ จัดบอร์ดความรู้ การเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อต่าง ๆ มีการจัดตั้งกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ด้านสมุนไพร และสนับสนุนการจัดตั้งศูนย์เรียนรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้านในชุมชน

6) การถ่ายทอดความรู้ด้านสมุนไพรจากบิดา ผู้ใหญ่ หมอชาวบ้าน ผู้มีความรู้ในท้องถิ่น ครูบาอาจารย์ อบรมจากเจ้าพิธีหรือพระสงฆ์และศึกษาค้นคว้าจากแหล่งตำรา แหล่งความรู้อื่น ๆ เพื่อพยายามที่จะสืบสานต่อไป ซึ่งมีผลต่อจิตใจด้านจิตวิทยามวลชน เช่น ด้านการปกครอง ทำให้เกิดการอยู่ร่วมกันแบบพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน เกิดความรัก ความเคารพ ความศรัทธาที่มีต่อกันของคนในชุมชน โดยมีเป้าหมายให้เกิดความสามัคคีและความสงบสุขของชุมชน เนื่องจากผู้เข้ารับการรักษา มีความศรัทธาเชื่อมั่นในบรรพบุรุษ เมื่อประกอบพิธีกรรมแล้วจะมีความสุขไม่มีความกังวล บางท่านคิดว่าเป็นอุบายให้คนมาบริโภคมสมุนไพรแต่ช่วยยึดเหนี่ยวจิตใจของคนเราได้เป็นอย่างดี

7) หมอสุมไพรชาวมุสลิมที่เกิดในภาคใต้ จะซึมซับพืชพันธุ์สมุนไพรจากท้องถิ่นเหมือนชาวพุทธ ไม่ว่าจะนำมารับประทานหรือบริโภค มีความภาคภูมิใจมากที่จะส่งเสริมให้มีการใช้สมุนไพรภายในประเทศ โดยหมอสุมไพรชาวมุสลิมได้รับความรู้มาจากบรรพบุรุษที่จะบอกคนในครอบครัวเกี่ยวกับประโยชน์และวิธีการใช้สมุนไพร และถือปฏิบัติต่อกันมาจากรุ่นสู่รุ่น

8) ผู้ใช้สมุนไพรในการป้องกันบำบัดรักษา และส่งเสริมสุขภาพ มีความภาคภูมิใจในการใช้สมุนไพรเพราะเป็นที่นิยมในท้องถิ่น หาง่ายและราคาประหยัด ตลอดจนมีสรรพคุณหลากหลาย แม้การแพทย์แผนปัจจุบันรักษาไม่หาย แต่หมอสุมไพรสามารถรักษาให้หายได้ ถึงแม้จะไม่ทุกรายที่รักษาหายแต่ก็เป็นส่วนใหญ่ว่าสามารถรักษาให้หายได้ด้วยสมุนไพรขึ้นอยู่กับอาการและความรุนแรงของโรค ความชำนาญและความเชี่ยวชาญของหมอสุมไพรแต่ละท่านจะมีความชำนาญเฉพาะทางที่แตกต่างกันด้วย

9) การถ่ายทอดความรู้ด้านสมุนไพรจากครอบครัว ชุมชน กลุ่มชาติพันธุ์ ด้วยความเคารพอย่างมีเหตุผล สมุนไพรจึงเป็นทั้งอาหาร ยาใจ ยากาย ที่อยู่อาศัยทำวัสดุต่าง ๆ ได้สารพัด เป็นการใช้ภูมิปัญญาที่เหมาะสม มีความสมบูรณ์อย่างสมดุลบนวิถีวัฒนธรรมท้องถิ่น มีการเผยแพร่ความรู้โดยเป็นวิทยากรร่วมกับหมอเมือง จัดเวทีวิชาการ นิทรรศการ มหกรรมเครือข่ายองค์กร สถาบันการศึกษาสาธารณสุข องค์กรต่าง ๆ นักเรียน นักศึกษาในโรงเรียน บัณฑิตฝึกงานทั้งในและต่างประเทศ องค์กรสนับสนุนทุนยิ่งถ้าต่างประเทศให้ความสนใจน่าจะเป็นโอกาสให้นำเงินรายได้เข้าประเทศทดแทนสินค้าธรรมชาติอื่น ๆ เช่น แร่ ถ่านหิน แก๊ส

10) คนรุ่นใหม่ใช้ประโยชน์จากสมุนไพรลดน้อยลง แต่มีการประยุกต์วิธีการนำไปใช้ได้ง่าย สะดวกขึ้นและพัฒนารูปแบบเป็นทางการค้ามากขึ้น และเน้นการใช้สมุนไพรในด้านความสวยงามมากกว่าด้านส่งเสริมสุขภาพ บางรายนำสมุนไพรมาใช้เองภายในครัวเรือน และจำหน่ายให้ผู้สนใจด้านสุขภาพทั่วไป เช่น สบู่เหลว แต่ขณะเดียวกันพบว่า คนรุ่นใหม่เห็นว่าผลิตภัณฑ์สมุนไพรมีการปรับปรุงรูปแบบผลิตภัณฑ์และบรรจุภัณฑ์ ให้ทันสมัยมากขึ้นเพื่อสร้างแรงจูงใจให้แก่ผู้บริโภค

5.3 ความแตกต่างระหว่างความเชื่อวัฒนธรรมประเพณีกับการใช้สมุนไพรในด้านต่าง ๆ ของกลุ่มตัวอย่างผู้มีความรู้ด้านสมุนไพรและประชากรทั่วไป

5.3.1 กลุ่มผู้มีความรู้ด้านสมุนไพร ได้แก่ หมอสมุนไพร เครื่องสำอางสมุนไพร เจ้าหน้าที่รับผิดชอบการแพทย์แผนไทย เพื่อศึกษาภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ พบว่า หมอพื้นบ้านส่วนใหญ่ มีความรู้ในการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีแพทย์ด้านวัฒนธรรมประเพณี และพิธีกรรมที่ไม่แตกต่างกันมากนัก ในด้านการบริโภคพืชผักสมุนไพรแม้จะเป็นหมอพื้นบ้านชาวมุสลิม และชาวมุสลิมทั่วไปในการใช้สมุนไพรเพื่อการบริโภคไม่แตกต่างจากการบริโภคของชาวไทยพุทธในถิ่นเดียวกัน จากพื้นฐานธรรมชาติเดียวกันจึงพบเห็นชาวมุสลิมบริโภค หอม ขมิ้น ตะไคร้ ข่า หัวไพล พริก พริกไทย จิง สมุนไพรพื้นบ้านกันทุกครัวเรือน

ส่วนวัฒนธรรมประเพณี พิธีกรรมของชาวไทยมุสลิมมีความแตกต่างจากชาวไทยพุทธ โดยชาวมุสลิมเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกตามหลักศาสนาอิสลามพระเจ้าเป็นผู้กำหนด หรือในด้านความเชื่อที่ว่าพระเจ้าเท่านั้นที่ชาวไทยมุสลิมมีความเคารพศรัทธา ไม่มีความเชื่อในเชิงไสยศาสตร์หรือจิตวิญญาณ เช่น ชาวไทยพุทธ ดังนั้น ชาวมุสลิมไม่มีประเพณีปฏิบัติ พิธีสืบชะตา (แต่มีความเชื่อเรื่องการสะเดาะเคราะห์ที่ใช้เพียงดอกไม้ 7 สี) กลืน ผ้าป่า พิธีสาปแช่ง การรับขวัญ ไหว้ครู ลอยกระทง สงกรานต์ การทำบุญขึ้นบ้านใหม่ โคนจุกแต่มีการโคมไฟสำหรับเด็กทารก ซึ่งมีส้ม และกล้วย พิธีบวช ชาวมุสลิมไม่มีพิธีสาปแช่งเพราะถือว่าการสาปแช่งเป็นสิ่งไม่ดี เป็นต้น แต่มีบางประเพณี พิธีกรรม ที่ชาวมุสลิมถือปฏิบัติและมีสมุนไพรไทยเข้าไปเกี่ยวข้องด้วย ได้แก่ พิธีแต่งงาน ในการแห่ขันหมากประกอบด้วย กล้วย อ้อย มะพร้าว ดอกไม้สวยงาม อิสลามไม่มีการเผาศพ แต่จะใช้วิธีการฝังศพ เมื่อมีคนตายจะมีพิธีอาบน้ำศพ โดยใช้ใบมะกรูด ใบพุทรา ใบเทียน กายาน การบูร พิมเสน ผสมลงไปใต้น้ำที่ใช้อาบศพเพื่อดับกลิ่นศพ สำหรับงานบุญ ชาวมุสลิมมีงานเลี้ยงสังฆา เพื่อการกุศลโดยการบริจาคเงินให้มุสลิม ที่ทำกันในชีวิตประจำวันคือการสวดมนต์ขอพรจากพระเจ้าเพื่อให้ชีวิตสงบสุข รุ่งเรือง โดยการทำละหมาดในชีวิตประจำวันทำวันละ 5 ครั้ง ในช่วงเวลา 5.30 น. / 13.00 น. / 16.00 น./ 18.30 น. และ 20.00 น. ใช้เวลาครั้งละ 15-20 นาที

ชาวมุสลิมมีความเชื่อในเรื่องการใช้สมุนไพรเพื่อการฟื้นฟูร่างกายภายหลังการคลอดบุตร เช่น บริโภคน้ำข้าวเพื่อทำให้น้ำนมคัด เวลาปวดศีรษะใช้ผักเสี้ยนผีทั้งห้าต้มกิน ปวดท้องดื่มใบกระท่อม เป็นไข้จับสั่นใช้พืชผักสมุนไพรที่มีคุณสมบัติเย็น ๆ เช่น หงส์แดง แผล ผักเป็ดแดง น้ำมันงา ดมรับประทาน ถ้าเป็นสมุนไพรทั่วไป เช่น ยาบำรุงกำลัง จะบริโภคหัวหนามควายถึก ไม้ตำเสา ไม้ทุ้งฟ้า ต้นไหลเผือกกำลังหนุมาน ถ้าเป็นอาหารเสริมบำรุงสุขภาพ ใช้ใบบัวบกคั้นน้ำ ยางมะมะกอใส่ลงไปไข่เจียวทอด แก้พยาธิไส้เดือนในเด็ก ชาวมุสลิมนิยมปลูกพืชผักสมุนไพรประเภทพืชผักสวนครัวไว้กินเองในครอบครัวเหมือนชาวไทยพุทธ อาหารที่รับประทานกันเป็นประจำได้แก่ ข้าวยามีส่วนประกอบของสมุนไพร เช่น มะพร้าว ใบชะพลู มะม่วง ถั่วพู แดงกวา ตะไคร้ ใบมะกรูด น้ำบวดู นอกจากนี้ ยังนิยมบริโภค ยอดกระถิน สะตอ ลูกเนียง ลูกเหลียง ยอดมะม่วงหิมพานต์ ยอดหมุย พืชเหล่านี้มีคุณค่าทางโภชนาการและสารอาหารที่ป้องกันโรคหลายชนิด ใช้ประกอบอาหารทำให้มีรสชาติดี จากผลการศึกษาวิจัย เรื่อง ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านในเขตภาคใต้ของประเทศไทย (อรุณพร อธิรัตน์ และคณะ , 2540) เพื่อรวบรวมองค์ความรู้ของหมอพื้นบ้านภาคใต้ในเรื่องของการใช้สมุนไพรเพื่อการรักษาโรค พบว่า สามารถแบ่งหมอพื้นบ้านได้ 3 ระยะ คือ 1) ระยะดั้งเดิม (Traditional Period) หมอพื้นบ้านระยะนี้จะรักษาแบบดั้งเดิมและยึดตำราเป็นหลัก 2) ระยะเปลี่ยนแปลง (Transition Period) เป็นหมอพื้นบ้านที่ทำการรักษาด้วยสมุนไพร จะสามารถเปลี่ยนแปลงตัวยาหรือหาทดแทนกันได้ 3) ระยะร่วมสมัย (Contemporary Period) เป็นยุคที่ใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่มาแปรรูปสมุนไพรได้รูปแบบน่าใช้ มีการวิเคราะห์ด้วยสมุนไพรโดยเครื่องมือง่าย ๆ

ส่วนผลการสนทนากลุ่มระหว่างหมอพื้นบ้านที่มีใบประกอบโรคศิลปะ และไม่มีใบประกอบโรคศิลปะ พบว่า หมอพื้นบ้านนิยมใช้กำแพงเจ็ดชั้น ในการรักษาโรคเบาหวานมากที่สุด รองลงมาคือ หญ้าหนวดแมว ใช้ดอกคำฝอยรักษาโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุด โรคปวดข้อ ข้ออักเสบจะใช้ ขิง คีปรีเถาวัลย์เปรียง เถาเอ็นทั้ง 2 มากที่สุด ส่วนยาประคบแก้ปวดเมื่อยใช้ไพล และการบูรมากที่สุด โรคภูมิแพ้เป็นหวัด นิยมใช้ใบหนุมานประสานกาย ฟ้าทะเลลายโจร บอระเพ็ด หญ้าได้ใบจำนวนมากที่สุด

การสืบทอดภูมิปัญญาไทยของหมอสมุนไพรพื้นบ้าน การแพทย์แผนไทยที่มีการดำเนินงานอย่างเป็นระบบและเห็นผลชัดเจนเป็นรูปธรรม ของกลุ่มผู้มีความรู้ที่รวมตัวกันในรูปสถาบัน คือ โรงพยาบาลคิชกูฏ สามารถสืบสานความรู้ด้านสมุนไพรได้อย่างต่อเนื่องในการดำเนินงานด้านสมุนไพรและแพทย์แผนไทยได้เป็นอย่างดี มีการผลิตยาสมุนไพรไทยพื้นบ้าน มีการนวดแผนไทยอยู่ด้วย เนื่องจากบนเทือกเขาคิชกูฏซึ่งอยู่ในพื้นที่กิ่งอำเภอคิชกูฏ จังหวัดจันทบุรี เป็นที่รู้จักกันโดยทั่วไป ว่าเป็นแหล่งสำคัญของว่าน และสมุนไพรไทยแหล่งหนึ่งของจันทบุรี การใช้สมุนไพรจึง

ได้รับการสืบทอดในลักษณะของมรดกตกทอดกันมาหลายชั่วอายุคน ดังเช่น ชนัญ วงษ์วิภาค (อ้างใน กมลภรณ์ เสดลาดี, 2536) ได้กล่าวถึง แนวคิดเชิงนิเวศวิทยาโภชนาการกับโครงสร้างและการทำงานของของธรรมชาติกับชีวิต โดยมนุษย์เป็นสัตว์ชนิดหนึ่งที่มีการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม อาศัยวัฒนธรรมที่ได้เรียนรู้อบรม บ่มนิสัยสืบทอดกันมาตามสภาพแวดล้อม ให้สอดคล้องกับความต้องการของตน ทั้งนี้มนุษย์จะเป็นฝ่ายกระทำต่อสิ่งแวดล้อม และเช่นเดียวกันกับแนวคิดเกี่ยวกับการแพร่กระจายทางวัฒนธรรมโดยทั่วไปจะมีแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ และการเปลี่ยนแปลงมี 2 ระดับ คือ ระดับกลุ่มคนย่อย ๆ และระดับสถาบันหรือระดับองค์กร การเปลี่ยนแปลงระดับนี้ เกิดจากการเปลี่ยนแปลงในสถาบันการปกครองซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางสังคมได้ จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยการสื่อสาร การคมนาคม สภาพทางภูมิศาสตร์ ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคมอีกด้วย กล่าวคือ เมื่อรัฐบาลมีนโยบายการส่งภูมิปัญญาไทยด้านการแพทย์แผนไทย และส่วนราชการของจังหวัดได้ให้การสนับสนุนและส่งเสริม จึงทำให้เกิดผลสำเร็จชัดเจนอย่างเป็นรูปธรรม ด้วยความพร้อมของปัจจัยสิ่งแวดล้อมในด้านบุคลากรผู้มีความรู้ด้านสมุนไพรหรือหมอพื้นบ้าน แหล่งทรัพยากรธรรมชาติในท้องถิ่นและการดำเนินงานอย่างเป็นระบบของโรงพยาบาล และการประสานความร่วมมือร่วมใจกันเป็นอย่างดี โดยส่งผลดีแก่ประชาชนทั่วไปที่มาับการรักษา หมอพื้นบ้านบางคนกล่าวว่า เกือบจะเป็นอาชีพหลัก เพราะมีคนมาหามากต้องตั้งปรุงยา และรักษาคนไข้ที่เหลือนอกโรงพยาบาล คือ โรงพยาบาลไม่รับรักษาให้ญาติพากลับบ้านได้แล้วเขาก็สามารถรักษาได้ เช่น ผู้ป่วยโรคมะเร็ง โรคเอดส์ เป็นต้น

5.3.2 กลุ่มประชาชนทั่วไป ได้แก่ ประชาชนทั่วไป 3 กลุ่ม คือ วัยรุ่น วัยแรงงาน และวัยสูงอายุ เพื่อศึกษาว่ามีการสืบทอดภูมิปัญญาอยู่หรือไม่ หรือมีเพียงบางกลุ่มเท่านั้น และการสืบทอดใกล้เคียงหรือเป็นเรื่องเดียวกับผู้มีความรู้ด้านสมุนไพรหรือไม่เพียงใด ผลการวิจัย พบว่าชาวบ้านในท้องถิ่นส่วนใหญ่ยังคงบริโภคพืชผักสมุนไพรและรู้จักชนิดของพืชผักสมุนไพร รวมถึงความรู้ในด้านสรรพคุณของสมุนไพรอยู่บ้าง แต่ความรู้เป็นความรู้ทั่วไปและผิวเผิน ไม่รู้ลึกซึ่งถึงว่าการบริโภคพืชผักตามธาตุเจ้าเรือนเป็นอย่างไร จะช่วยให้ร่างกายเกิดความสมดุลแข็งแรงสมบูรณ์จากการบริโภคพืชผักสมุนไพรได้อย่างไร รวมถึงการนำสมุนไพรมาประกอบพิธีกรรมหรือความเชื่อเรื่องไม้มงคลคืออะไรมีที่ชนิต์ก็ไม่ทราบว่าเป็นอย่างไร ความเชื่อเรื่องการปลูกไม้ประจำทิศเพื่อเสริมดวงชะตา มีบ้างที่ทราบแต่มีจำนวนน้อยและไม่ครบถ้วน ส่วนใหญ่จะมีความรู้เรื่องพืชผักสมุนไพร ที่เน้นในเรื่องความสวยงามมากกว่าการป้องกันโรค การส่งเสริมสุขภาพหรือการฟื้นฟูบำบัด โดยได้ยินได้เห็นได้รู้จักจากการโฆษณาตามสื่อต่าง ๆ ซึ่งเน้นเฉพาะความสวยงาม แต่ไม่มีความรู้ว่ามีผลิตภัณฑ์มีแหล่งที่มา คุณประโยชน์และสรรพคุณของสมุนไพรที่นำมาใช้ อย่างไรก็ตามก็มีความภาคภูมิใจที่ได้ใช้ผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติและมีราคาประหยัดและสามารถหาได้ในท้องถิ่น วัยรุ่นที่เป็นเด็กรุ่นใหม่

ส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีความรู้หรือได้รับความรู้ประโยชน์จากการใช้สมุนไพร โดยเฉพาะในปัจจุบันการแพร่หลายของยารักษาโรคมะเร็งมีความสะดวกรวดเร็วหาซื้อได้ตามร้านขายยาทั่วไป ทำให้คนรุ่นใหม่ไม่ค่อยสนใจที่จะใช้สมุนไพร ซึ่งรวมถึงการบริโภคพืชผักสมุนไพรในชีวิตประจำวัน เนื่องจากอาหารไทยใช้เวลาในการปรุงจึงมักจะซื้ออาหารสำเร็จ รูปปรุงบรรจุอยู่ในซองตามร้านสะดวกซื้อ หรืออาหารสำเร็จรูปที่เรียกว่า ฟาสต์ฟู้ด ซึ่งปัจจุบันหาได้ง่ายในเขตเมืองหรือเทศบาลเมือง ยกเว้นในพื้นที่ห่างไกล ความเจริญก็ยังคงรับประทานพืชผักสมุนไพรผักสวนครัวไว้กินได้ เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับ กมลภรณ์ เสดลาคี (2536:97-98) ได้ศึกษาถึงวัฒนธรรมความเชื่อเกี่ยวกับคุณค่าพืชผักสมุนไพรพื้นบ้านภาคเหนือ ในส่วนของการศึกษาวิจัยปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการลดลงและหมดไปของผักพื้นบ้าน พบว่า มาจากการเปลี่ยนแปลงด้านวิถีการผลิตทางการเกษตร การเพิ่มขึ้นของประชากร การสร้างถนน การเข้ามาของไฟฟ้าและการรับเอาวัฒนธรรมการบริโภคแบบตะวันตกรวมทั้งการรักษาแบบแผนตะวันตกจนละทิ้งสมุนไพร และผลการวิจัยของ วราภรณ์ ปันฉนวนลี และคณะ,(2538: 1-5) ได้ศึกษาสำรวจการใช้สมุนไพรของชาวเขา ชาวอีก้อในจังหวัดเชียงราย โดยคัดเลือกพื้นที่ที่อยู่ห่างไกลจากความเจริญและยังคงรักษาขนบธรรมเนียมประเพณีดั้งเดิมเปรียบเทียบกับหมู่บ้านที่อยู่ใกล้ตัวเมืองมากกว่า โดยการสัมภาษณ์หมอยาสมุนไพรหรือหมอผีประจำหมู่บ้าน บันทึกข้อมูลและเก็บพืชตัวอย่างตัวอย่างชนิดละ 3 ตัวอย่าง พบว่า ชาวเขายังคงรักษาขนบธรรมเนียมประเพณี และวิถีชีวิตแตกต่างจากคนกลุ่มใหญ่ของประเทศ

สำหรับกลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีความสนใจในภูมิปัญญาไทย ที่มีความประสงค์ที่จะสืบทอดความรู้และมุ่งหวังจะเป็นหมอพื้นบ้านต่อจากบรรพบุรุษ หรือดูแลรักษาสุขภาพของตนเองและคนในครอบครัว ก็จะได้รับความรู้จากหมอพื้นบ้าน จากการศึกษาตำราแพทย์แผนโบราณ เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับผักพื้นบ้านอาหารพื้นเมือง และการอบรมความรู้เกี่ยวกับการเก็บรักษาสมุนไพร ซึ่งกลุ่มประชากรทั่วไปกลุ่มนี้จะปลูกพืชสมุนไพรบริเวณบ้าน และสามารถนำความรู้แลกเปลี่ยนกันและสามารถใช้สมุนไพรของบ้านอื่นไปเป็นยา หรือนำไปปรุงอาหารได้เมื่อบ้านคนขาดแคลน นอกจากนี้ ประเพณี พิธีกรรม จะรับรู้กันแต่ในคนเฉพาะกลุ่ม และถ่ายทอดพูดกันเฉพาะในกลุ่มเพื่อน และให้ความสำคัญกับการใช้สมุนไพรในประเทศ โดยการทดลองทำกันที่บ้าน นำมาใช้เองและบอกต่อกันไป ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ผ่านตัวแบบทางสังคม ของแบนดูรา (Bandura, 1977.pp.22-29) ที่ว่าพื้นฐานการเรียนรู้ได้มาจากประสบการณ์ที่เห็นการกระทำของคนอื่น ยิ่งเห็นทุก ๆ วัน ความรู้ที่ได้รับจะสะสมไว้และปรับปรุงไปเรื่อย ๆ โดยคนเราจะเลือกเฉพาะสิ่งที่มีผลดีต่อตนเองเท่านั้น และเห็นว่าคนมักเรียนรู้พฤติกรรมมาจากตัวแบบ โดยสังเกตคนอื่น ๆ แล้วค่อยมาคิดว่าเราจะแสดงพฤติกรรมใหม่ ๆ อย่างไรแล้วจึงค่อยลงมือทำ คนเรามักเลือกเรียนรู้จากตัวแบบแล้วเลือกสิ่งที่

เหมาะสมเพื่อแสดงออก ซึ่งตัวแบบนี้มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ โดยทำหน้าที่เป็นผู้ให้ข้อมูล เกิดการเรียนรู้จดจำคัดลอกจำลองแบบและแสดง รุ่งเรืองใจที่จะเลือกทำแต่สิ่งที่ดี เช่นเดียวกับกลุ่มนี้ก็เห็นว่า การใช้สมุนไพรในประเพณี พิธีกรรม อาจไม่มีสมุนไพรครบถ้วนเหมือนในอดีต เนื่องจากสมุนไพรบางอย่างไม่มีเหลือให้เห็นอยู่ในปัจจุบัน สมุนไพรบางอย่างหาไม่ได้เพราะป่าถูกทำลายไม่มีป่าไม่มีสมุนไพร แต่ส่วนใหญ่ก็จะศึกษาค้นคว้ากันว่าจะมีพืชสมุนไพรชนิดใดที่จะมาทดแทน และมีสรรพคุณที่เหมือนกันหรือใกล้เคียงกันเพื่อใช้แทนกันได้ ผู้ใช้พืชผักสมุนไพรต้องมีความมั่นใจในสรรพคุณทางยา และร่วมกันอนุรักษ์ชนิดของสมุนไพร และเผยแพร่ให้ได้ทราบกันโดยทั่วไป สอดคล้องกับการวิจัยเรื่องภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการจัดการความหลากหลายทางชีวภาพพืชสมุนไพร: กรณีศึกษาในวิถีชีวิตชุมชนไทลื้อ จังหวัดเชียงราย (เสถียร ฉันทะ, 2543) ผลการศึกษาพบว่า 1) ภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นชุดขององค์ความรู้ที่พัฒนาขึ้นในบริบททางกายภาพ สังคมและวัฒนธรรมของการปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ กับระบบนิเวศนั้น ๆ และได้สะท้อนให้เห็น 2 มิติ คือ ประการแรก สะท้อนวิถีคิดโลกทัศน์และความเชื่อในการให้คุณค่าของชุมชน ที่มีต่อสัมพันธ์ภาพระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติและสิ่งที่เหนือธรรมชาติ ประการที่ 2 สะท้อนให้เห็นถึงองค์ความรู้ที่เป็นความรู้เชิงเทคนิคกับการจัดการทรัพยากร โดยเฉพาะความหลากหลายทางชีวภาพพืชสมุนไพรภูมิปัญญาท้องถิ่นดังกล่าว มีการเรียนรู้การถ่ายทอดและการปรับตัวท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงทางสังคม โดยผ่านครอบครัว เครือญาติและหอมพื้นบ้านของชุมชนที่มีการใช้ประโยชน์ การอนุรักษ์ฟื้นฟูพืชสมุนไพรตามระบบนิเวศ และนำไปสู่การดำรงไว้ซึ่งความหลากหลายทางชีวภาพพืชสมุนไพรอยู่ 2 ระดับ คือ (1) ระดับครอบครัวและเครือญาติ (2) ระดับชุมชน ผลการศึกษาข้อที่ 2) อิทธิพลของปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงภูมิปัญญาท้องถิ่น กับการจัดการความหลากหลายชีวภาพพืชสมุนไพรนั้น พบว่า อิทธิพลของวัฒนธรรมชุมชน ระบบการผลิตแผนใหม่ (การเกษตรเชิงเดี่ยว คือ การปลูกพืชชนิดเดียวในปริมาณมากเพื่อการค้าในภาคอุตสาหกรรมเกษตร) และระบบการแพทย์สมัยใหม่ มีผลกระทบต่อภูมิปัญญาท้องถิ่นและมีผลต่อการลดลงของความหลากหลายทางชีวภาพสมุนไพร

5.4 นโยบายของรัฐบาลกับการส่งเสริมภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ในการรักษา
 ในความรับผิดชอบของกระทรวงสาธารณสุข ได้แก่ สถาบันวิจัยและพัฒนา องค์การเภสัชกรรม ได้แก่

1. การสกัดแยกสารให้บริสุทธิ์จากสมุนไพรเพื่อนำมาเตรียมเป็นสารมาตรฐานในการควบคุมคุณภาพของวัตถุดิบสมุนไพรและผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร เช่น Gingerol จากขิง Anhydrobarakol จากขี้เหล็ก Glabridin จากรากชะเอม และ Benzoic acid derivatives จากงวงตาล เป็นต้น

2. การพัฒนาวิธีวิเคราะห์หาปริมาณสารสำคัญและการควบคุมมาตรฐานของวัตถุดิบสมุนไพร และผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร เช่น แคปซูลเห็ดหลินจือ เจลพริก และครีมบัวบก เป็นต้น

3. การเตรียมสารสกัดจากสมุนไพร เพื่อนำมาเตรียมเป็นยา ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หรือเครื่องสำอาง เช่น ขมิ้นชัน บัวบก พริก ฟ้าทะลายโจร เห็ดหลินจือ กระเจี๊ยบ เถาวัลย์เปรียง เปลือกมังคุด รากสา มะขามป้อม มะหาด สมุนไพรตำรับรวมสำหรับในผู้ป่วยมะเร็ง สมุนไพรตำรับรวมรักษาแผลเบาหวานและสะเก็ดเงิน และสมุนไพรที่มีสรรพคุณป้องกันอนุมูลอิสระและมะเร็ง เป็นต้น

4. การพัฒนาสูตรตำรับผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรทั้ง ยา ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เครื่องสำอาง เช่น แคปซูลสารสกัดขมิ้นชัน GPO-Curmin cream GPO-Whitening cream และ GPO curmin natural sunscreen เป็นต้น

5. การทดสอบฤทธิ์ในหลอดทดลองของสมุนไพร และผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร เช่น Antioxidant activity Skin whitening effect และ Cytotoxic activity เป็นต้น

6. ประสานงานวิจัยด้านเภสัชวิทยา พิษวิทยาและคลินิกของผลิตภัณฑ์สมุนไพร เช่น การทดลองทางคลินิกของแคปซูลสารสกัดขมิ้นชันในผู้ป่วยชาล์สซีเมียและผู้ป่วย ข้ออักเสบเรื้อรัง การทดสอบฤทธิ์ในการรักษาแผลของสมุนไพรตำรับรวม การทดลองทางคลินิกของตำรับสมุนไพรสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง และการทดลองทางคลินิกของ GPO Natureplex สำหรับผู้ป่วยภูมิแพ้ทางจมูก

งานวิจัยที่กำลังดำเนินการ รายการสมุนไพรรักษาอาการโรค 21 รายการ ได้แก่

- 1) โรคกระเพาะอาหาร 2) โรคท้องเสีย ท้องเดิน 3) โรคพยาธิลำไส้ 4) ลดอาการคลื่นไส้ อาเจียน
- 5) รักษาอาการท้องผูก 6) รักษาอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่น จุกเสียด 7) รักษาอาการเบื่ออาหาร
- 8) รักษาอาการปวดฟัน 9) รักษาอาการไอ ระคายคอกจากเสมหะ 10) รักษาอาการขัดเบา 11) รักษาอาการกลากเกลื้อน 12) รักษาชันนะตุ 13) รักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก 14) รักษาฝี แผลพุพอง
- 15) รักษาโรคเรื้อรัง งูสวัด 16) รักษาลมพิษ 17) รักษาอาการแพ้ อักเสบจากแมลงสัตว์กัดต่อย 18) รักษาอาการไข้ 19) รักษาเหา 20) รักษาอาการเคล็ดขัดยอก 21) รักษาอาการนอนไม่หลับ

6. การผลิตยาจากสมุนไพร ผลิตภัณฑ์องค์การเภสัชกรรม 8 ตำรับ (ภาคผนวก 1)

7. การจัดตั้งศูนย์ส่งเสริมสุขภาพแผนไทยในส่วนภูมิภาค (ภาคผนวก 2)

8. ผลงานวิจัยด้านการแพทย์แผนไทย กระทรวงสาธารณสุข (ภาคผนวก 3)

9. ผลการศึกษาของแพทย์ผู้ทำการวิจัยและใช้ยาสมุนไพร (ภาคผนวก 4)

รักษาคณไว้ตามตำรับยาขององค์การเภสัชกรรม

5.5 ปัญหาอุปสรรค

5.5.1 คนรุ่นใหม่ไม่สนใจในการสืบทอดหรือเผยแพร่การใช้สมุนไพร และไม่ค่อยยึดถือในด้านความเชื่อมากนัก คนในยุคปัจจุบันไม่ค่อยมีเวลา แต่จะเน้นแค่พิธีการและเชิงพาณิชย์ เข้าไม่ถึงแก่นของพิธีกรรมและนำ สารประโยชน์ ไปใช้ได้น้อยลง

5.5.2 การสืบทอดความรู้เรื่องสมุนไพรควรสืบทอดด้วยความเข้าใจ และเคารพคนเคารพ

สถานที่และวัตถุดิบอย่างสมดุล เกื้อกูล โดยใช้วิธีพูดให้ฟัง ทำให้ดูโดยการสาธิต และถ้ามีผู้สนใจก็จะพาไปเรียนรู้จากแหล่งประกอบการด้วย แต่การตลาดรุนแรงมากทำลายทุกอย่างให้ราบเรียบเป็นหน้ากลอง การเผยแพร่ความรู้ทำได้ง่ายรวดเร็วอย่างผิวเผิน เช่น จากสื่อโทรทัศน์ ทำให้เกิดการบริโภคอย่างผิด ๆ หากไม่มีความรู้เรื่องสมุนไพรอย่างแท้จริงก็อาจตายได้ ได้แก่ สมุนไพรกวาวเครือ มะรุม เป็นต้น การสืบทอดแบบดั้งเดิมลดลง จนองค์ความรู้บางส่วนสูญหายไป ดังนั้น การเผยแพร่ผ่านสื่อจึงมีทั้งข้อดี ข้อเสีย ควบคุมยาก

5.5.3 กระบวนการผลิตเชิงเดี่ยวที่ตอบสนองความต้องการของตลาด ทำให้เกิดความสูญเสียตลอดการ ซึ่งต้องผลิตจำนวนมาก ต้องฉีดพ่นสารเคมีพ่นยาฆ่าตัวเอง ฆ่าผู้ดูแลแผ่นดิน พืชผักสมุนไพร ไล่เตียน ตัวอ่ำ ส่งผลผลิตไปขายฆ่าลูกตัวเองที่ไปกินผลผลิตสารเคมี สารพิษทั้งหลายฆ่าคนตายอย่างครบวงจร ผลักภาระให้กับหมอและโรงพยาบาล ได้เงินมาไปชำระหนี้สิน เป็นลูกจ้างบริษัทปุ๋ย บริษัทยาเคมีทั้งหลายในที่ดินของตนเองตลอดไปเกษตรกรต้องเป็นหนี้สิน และเป็นทาสจากกระบวนการผลิตสมุนไพรเชิงเดี่ยว

5.5.4 การใช้ยาสมุนไพรไม่สะดวกในการใช้ ไม่เหมือนยาเคมีมักจะทำเป็นแคปซูล เป็นเม็ดบริโภคสะดวก เพราะสมุนไพรบางชนิดมีกลิ่นเหม็นและรสขม

5.6 ข้อเสนอแนะ

5.6.1 การใช้สมุนไพรควรใช้อย่างรู้จริงทั้งเจ้าขององค์ความรู้ ชุมชน วัฒนธรรมท้องถิ่น อย่างเกื้อกูล สมดุลและเหมาะสม ระบบเกษตรกรรมแบบสมบูรณ์ ตามแนวทางเกษตรพอเพียง จะไม่ทำลายสิ่งหนึ่งสิ่งใด และควรเผยแพร่ให้เห็นถึงโทษภัยและผลเสียของกระบวนการผลิตการเกษตรเชิงเดี่ยวเพื่อตอบสนองการตลาด

5.6.2 ควรส่งเสริมให้มีการนำสมุนไพรมาคั้นคว่ำศึกษาวิจัยมากขึ้นกว่าเดิม เพื่อความปลอดภัยและใช้ประโยชน์อย่างคุ้มค่าในทุก ๆ ด้าน ควรบริโภคแต่พอดี ไม่มากเกินไป ต้องมีความมั่นใจในสรรพคุณทางยาของสมุนไพรก่อนที่จะใช้ช่วยกันอนุรักษ์ชนิดของสมุนไพร และควรช่วยกัน

เผยแพร่ขณะเดียวกันการจัดพิธีกรรมควรให้ครบตามชนิดเพื่อความเป็นสิริมงคลและเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ

5.6.3 ควรมีโครงการแจกกล้าพันธุ์สมุนไพรมอบให้พื้นที่ที่ยังไม่ค่อยมีสมุนไพรร่วมเอกสารความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรรส่งเสริมการทำอาหารหรือผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรรเพราะทรัพยากรมีมาก ศักยภาพสูงในการปลูกเพิ่มเพื่อเป็นอาหาร และส่งเสริมสุขภาพของคนในพื้นที่ห่างไกล

อย่างไรก็ตาม พบว่า การปลูกขยายพันธุ์สมุนไพบบางอย่างถ้าปลูกผิดที่ผิดทางก็ไม่ขึ้น ปลูกไปก็ตายหมด เนื่องจากดินมีความแตกต่างกัน

5.6.4 การใช้สมุนไพรรเป็นยาไม่ควรใช้ชนิดเดียว ควรใช้ 2-3 อย่าง จึงจะเป็นประโยชน์และมีสรรพคุณทางยา แต่ถ้าใช้อย่างเดียวอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพ เช่น ไต

5.6.5 ในการพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารและยาจากพืชสมุนไพรร ซึ่งปัจจุบันมีหลายชนิดที่ผลิตจากผู้ประกอบการแม้จะอยู่ต่างภาคต่างพื้นที่กัน แต่จะมีผลิตภัณฑ์ที่คล้ายกันหรือเหมือนกัน มีการผลิตเลียนแบบกันและผลิตภัณฑ์มากจนล้นตลาด ดังนั้น หากรัฐบาลจะส่งเสริมการแปรรูปควรเน้นการผลิตจากผู้ประกอบการในพื้นที่ต่าง ๆ ที่มีศักยภาพและมีความสามารถที่มีเอกลักษณ์เฉพาะหรือพัฒนาผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ เป็นหลัก พร้อมทั้งการให้ความคุ้มครองกับทรัพย์สินทางปัญญาที่คิดค้นขึ้น พร้อมทั้งมีการรับรองคุณภาพมาตรฐาน เพื่อให้ผู้บริโภคเกิดความมั่นใจอย่างต่อเนื่อง มิใช่การบริโภคตามแฟชั่นหรือตามกระแสที่ถูกสร้างขึ้น ซึ่งจะทำให้เกิดความไม่ยั่งยืนในผลิตภัณฑ์นั้น ๆ

5.6.6 ในการใช้สมุนไพรร ตามหลักสมุนไพรรสาธารณสุขมูลฐาน องค์การเภสัชกรรมควรปฏิบัติดังนี้ คือ (1) ศึกษาหาข้อมูลของสมุนไพรรนั้น ๆ ก่อนนำมาใช้ (2) ต้องใช้สมุนไพรรให้ตรงกับโรคที่ได้วินิจฉัยอย่างถูกต้องแล้ว (3) ต้องใช้สมุนไพรรให้ถูกต้อง (4) ต้องใช้ให้ถูกส่วนของสมุนไพรร (5) ต้องใช้สมุนไพรรตามอายุของพืช (6) ต้องเตรียมให้ถูกวิธี (7) ความสะอาดทุกขั้นตอน (8) การรับประทานยา เมื่อใช้ยาไป 1-2 วัน อาการไม่ดีขึ้น ควรต้องไปปรึกษาแพทย์ที่สถานีนอนามัยและอาการโรคที่ไม่ควรใช้สมุนไพรร โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง เบาหวาน สุนัขบ้ากัด งูพิษกัด กระจกหัก ฯลฯ ถ้าอาการป่วยมีอาการรุนแรง ไม่ควรใช้ยาสมุนไพรร ควรส่งโรงพยาบาล

5.6.7 การรวบรวมภูมิปัญญาไทยในการทำสมุนไพรรไปใช้ตามวิถีไทยควรมีการรวบรวมทั้งหมดไว้ในเล่มเดียวกันดังที่ได้ทำไว้ และแยกออกมาเป็นเล่มสมุนไพรรกับภูมิปัญญาไทยในวัฒนธรรม ประเพณี และพิธีกรรม

5.7 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

5.7.1 การศึกษาวิจัยความเป็นไปได้ในการจัดตั้งสถาบันการศึกษาเรียนรู้เกี่ยวกับสมุนไพร การจัดทำหลักสูตรและบรรจุเป็นหลักสูตรการเรียนการสอนในสถาบันการศึกษาในระบบ เพื่อยกระดับมาตรฐานวิชาชีพการแพทย์แผนไทยอย่างเป็นระบบ โดยความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง เป็นการพึ่งพาตนเองในระบบสุขภาพของคนไทยอย่างยั่งยืนตามแบบวิถีไทย เป็นการลดการพึ่งพายาจากต่างประเทศ โดยเฉพาะสำหรับชาวชนบทที่อยู่ห่างไกล ซึ่งจะส่งผลดีในการผสมผสานระหว่างการแพทย์แผนไทยกับการแพทย์แผนปัจจุบันของไทยให้เจริญก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น

5.7.2 การวิจัยกระบวนการพัฒนาระบบการผลิตยาสมุนไพรไทย ให้ได้มาตรฐาน เนื่องจากการใช้ยาสมุนไพรไม่สะดวกในการใช้ ไม่เหมือนยาเคมีมักจะทำเป็นแคปซูลเป็นเม็ดบริโภคนสะดวก เพราะสมุนไพรบางชนิดมีกลิ่นเหม็นและรสขม

5.7.3 การวิจัยเชิงนโยบายเกี่ยวกับแนวทางและปัญหาอุปสรรคในการจัดตั้งสถาบันการแพทย์แผนไทยด้านข้อกำหนด เช่น กฎกระทรวงสาธารณสุข สุข บางตอนเกี่ยวกับวาระแพทย์แผนไทย พ.ร.บ.คุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2542 บางมาตรา เพื่อแก้ไขปัญหาและพิทักษ์ปกป้องภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยไทย มิให้ต่างชาติฉวยโอกาสเอาประโยชน์ไปโดยนำไปจดสิทธิบัตรเป็นของตนเอง

