



การศึกษาการทำยาตมสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลวังบัว อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม

นำฝน แหวนหล่อ¹ ชฎาพร เสนาคณ²

¹คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ตำบลขามเรียง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม 44150

²สถาบันวิจัยวลัยรุกขเวช มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ตำบลขามเรียง อำเภอกันทรวิชัย มหาสารคาม 44150

นำฝน แหวนหล่อ, ชฎาพร เสนาคณ. (2566). การศึกษาการทำยาตมสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลวังบัว อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม. วารสารวิทยาการสิ่งแวดล้อมไทย ปีที่ 6(6), 2566 : 73 – 82.

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาการทำยาตมสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลวังบัว อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาส่วนผสม และสรรพคุณของสมุนไพรที่นำมาใช้ในการทำยาตม เพื่อศึกษาวิธีการทำยาตมสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุ และเพื่อศึกษาการใช้ยาตมสมุนไพรของผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้าตำบลวังบัว อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 30 ได้จากการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ แบบมีโครงสร้าง การสังเกต และการถ่ายภาพ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์แบบเชิงลึก ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนมากจะใช้ยาตมเพื่อบรรเทาอาการหน้ามืด วิงเวียน และจากการสำรวจข้อมูลผู้ใช้ยาตม และไม่ใช้ยาตมของผู้สูงอายุ ในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลวังบัว อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม พบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนามีการใช้ยาตมคิดเป็นร้อยละ 56.67 และผู้สูงอายุที่ไม่มีการใช้ยาตมคิดเป็นร้อยละ 43.33 ส่วนผสมที่นำมาใช้ในการทำยาตมสมุนไพร จำนวน 9 ชนิด 6 วงศ์ 6 สกุล ได้แก่ กานพลู การบูร พิมเสนต้น ไพล วินเตอร์กรีน (น้ำมันระกำ) น้ำมันงา ยูคาลิปตัส สะระแหน่ฝรั่ง และอบเชย ส่วนผสมที่นำมาใช้ส่วนใหญ่ได้มาจากการสกัดเป็นน้ำมันหอมระเหย ได้แก่ น้ำมันการบูร น้ำมันยูคาลิปตัส น้ำมันระกำ น้ำมันไพลและน้ำมันงา และสมุนไพรที่ได้จากการสกัดได้ผลิตภัณฑ์เป็นเกล็ดหรือผง ได้แก่ เกล็ดสะระแหน่หรือเมนทอล พิมเสน และอบเชยหรือชินนามอน ส่วนที่นำมาใช้แบบแห้ง พบเพียง 1 ชนิด คือ ดอกกานพลู นอกจากนี้ยังพบว่า ส่วนผสมสมุนไพรที่นำมาใช้เป็นยาตมส่วนใหญ่ได้จากการสกัดจากต้นสมุนไพรในธรรมชาติ จากการศึกษาวิธีการทำยาตม พบทั้งหมด 3 สูตร คือ สูตรยาตมสมุนไพรสูตรยาหม่อง ยาตมสมุนไพรสูตรไพล และยาตมสมุนไพรสูตรพิมเสนน้ำ การใช้ยาตมสมุนไพรของผู้สูงอายุ พบว่าใช้เพื่อบรรเทาอาการหน้ามืด

คำสำคัญ : สมุนไพร น้ำมันหอมระเหย ยาตม ผู้สูงอายุ



The Study of making herbal inhalers for the elderly in Santipphapattana community, Ban Nong Wa, Ngua Ba sub-district, Wapi Pathum district.

Namfon Waenlor¹ Chadaporn Senakun²

¹ Faculty of Environment and Resource Studies, Mahasarakham University
Kham Riang Sub-district, Kantharawichai District, Maha Sarakham province 44150

² Walairukhavej Botanical Research Institute, Mahasarakham University
Kham Riang Sub-District, Kantharawichai District, Maha Sarakham Province 44150

Namfon Waenlor, Chadaporn Senakun. (2023). The Study of making herbal inhalers for the elderly in Santipphapattana community, Ban Nong Wa, Ngua Ba sub-district, Wapi Pathum district, Thai Journal of Environmental Studies Vol. 6(6), 2023: 73 – 82.

Abstract

This research aims to study making of herbal inhalers for the elderly in Santipphapattana community, Ban Nong Wa, Ngua Ba sub-district, Wapi Pathum district. Maha Sarakham province, to study the ingredients and properties of herbs used to make inhalers and to study how to make herbal inhalers for the elderly, and to study the use the herbal inhalers among the elderly in the peace development community Ban Nong Wa, Ngua Ba sub-district, Wapi Pathum district, Maha Sarakham province. The sample group used in the study included 30 elderly people aged 60 years and over who were selected by the selective method. The research instruments were structured interview forms, observations, and photographs. Quantitative data analysis was general information from the respondents and qualitative data analysis from in-depth interviews. The results showed that most elderly people use inhalers to relieve dizziness and lightheadedness and from the interview form of inhalant users and who did not use inhalants at 56.67% of inhalers were used and those who did not use inhalers accounted for 43.33%. The ingredients used to make 9 types 6 families 6 surnames of herbal inhalers are cloves, camphor, borneol, plai, wintergreen (Moroccan oil), sesame oil, eucalyptus, peppermint, guava and cinnamon. It is derived from the extraction of essential oils such as camphor oil, eucalyptus oil, dandelion oil, plai oil, and sesame oil. The herbs are obtained by extracting products in flakes or powders such as mint or menthol flakes, patchouli, and cinnamon or cinnamon. The dried part found only one type, which was clove flower. It was also found that most of the herbal ingredients used as inhalers were extracted from natural medicinal plants. Three formulas of inhalers were found such as herbal inhalers formula, and balsam formula. Plai Formula Herbal inhaler and herbal inhalers, borneol formula. The elderly use herbal inhalers to relieve dizziness.

Keyword: herbs, essential oils, inhalers, elderly



1. บทนำ

สมุนไพร หมายถึงพืชที่ใช้ทำเป็นเครื่องยา สมุนไพรกำเนิดมาจากธรรมชาติและมีความหมายต่อชีวิตมนุษย์ โดยเฉพาะ ในทางสุขภาพ ทั้งการส่งเสริมสุขภาพและการรักษาโรค สมุนไพรมักจะถูกดัดแปลงในรูปแบบต่าง ๆ เช่น ถูกหั่นให้เป็นชิ้นเล็กกลบ บดเป็นผงละเอียด หรืออัดเป็นแท่ง อาจกล่าวได้ว่า สมุนไพร (Medicinal Plant or Herb) หมายถึง ยาที่ได้จากส่วนของพืช สัตว์ และแร่ ซึ่งยังมีได้ผสมปรุง หรือแปรสภาพ และใช้เพื่อบรรเทาหรือรักษาอาการเจ็บป่วย (นันทพร นิลวิเศษ, 2533: 22-25)

ปัจจุบันประเทศไทยเริ่มเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ทำให้การรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุมีมากขึ้น ในขณะที่การใช้ยาที่เพิ่มขึ้นตามเช่นกัน การใช้ยาที่ปลอดภัยให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงได้ง่าย และสามารถรักษาความเจ็บปวดเบื้องต้นได้ ยาต้ม จัดเป็นยาสามัญประจำบ้านหนึ่งในชุดยาที่ใช้รักษา บรรเทา หรือป้องกันอาการบาดเจ็บในเบื้องต้น เช่น วิงเวียนศีรษะ เมารถ เมาเรือ ส่วนผสมหลักของยาต้มจะประกอบด้วยสารหลัก 3 ตัว คือ เมณฑอลหรือเกลือสังกะสี การบูร และพิมเสน ถือได้ว่าเป็นยาประจำตัวของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ เพราะเมื่อสูดดมจะทำให้โล่งจมูก และทำให้เกิดความรู้สึกเย็นซ่า สดชื่น ตื่นตัว โดยเฉพาะในขณะที่เป็นลมวิงเวียน นอกจากนี้ประโยชน์ของยาต้มสมุนไพรยังช่วยให้ผ่อนคลาย ช่วยให้หายใจสะดวก ลดอาการน้ำมูกไหล บรรเทาอาการปวดเมื่อย ทาบริเวณขมับช่วยกระตุ้นหรือเพิ่มการไหลเวียนของโลหิต (กรมกิจการผู้สูงอายุ : 2564)

ยาต้มสมุนไพร เป็นการนำสมุนไพรแห้งที่มีกลิ่นหอมเย็น สดชื่นตั้งแต่ 2 ชนิดขึ้นไป เช่น ลูกจันทร์ ดอกจันทร์ กานพลูมาผสมกันแล้วหมักด้วยน้ำมันหอมระเหย ซึ่งน้ำมันหอมระเหยจะเป็นตัวสกัดสารสำคัญ และกลิ่นของสมุนไพรออกมา ใช้สูดดมเพื่อทำให้ผ่อนคลาย อาจผสมสมุนไพรชนิดอื่น ๆ ตามต้องการ แล้วแต่สูตรของแต่ละภูมิภาคของประเทศ หรือขึ้นอยู่กับสรรพคุณที่ต้องการ (จุฑารัตน์ พิริยะเบญจวัฒน์ : 2562) ในปัจจุบันยาต้มเป็นยาที่นิยมในท้องตลาดโดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุ มีการผลิตยาต้มสมุนไพร สูตรต่าง ๆ จำนวนมาก โดยการใช้สมุนไพรต่าง ๆ มาเป็นส่วนผสม เช่น สูตรยาต้มสมุนไพรกัญญาเบร็ค ซึ่งได้มีการเผยแพร่สูตรยาเพื่อให้ผู้ประกอบการได้สามารถนำไปต่อยอดได้ โดยมีส่วนผสมดังนี้ เปลือกสมุลแว้ง โศกหัวบัว โศกสอด ดอกจันทร์ กานพลู พริกไทยดำ ว่านเปราะหอม พิมเสน การบูร เมณฑอล และน้ำมันยูคาลิปตัส (รัชณี ตรีเลิศัญญกร :

2562) อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ยาต้มจะจัดเป็นยาสามัญประจำบ้านที่มีประโยชน์ แต่ต้องรู้จักใช้อย่างถูกวิธี ระมัดระวัง และไม่สูดดมต่อกันเป็นเวลานาน เมื่อมีอาการผิดปกติควรเลิกใช้ทันที และรีบปรึกษาแพทย์ (ยุวดี วงษ์กระจ่าง : 2555)

ดังนั้น ผู้วิจัยเล็งเห็นถึงความสำคัญของยาต้มสมุนไพร จึงสนใจศึกษาส่วนผสม วิธีการทำยาต้มสมุนไพร และวิธีการใช้สำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลจัวบา อำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม เพื่อเป็นการศึกษามิปัญญาการใช้สมุนไพรและการกระตุ้นให้เกิดการอนุรักษ์และสืบทอดภูมิปัญญา นอกจากนี้ยังเป็นการสร้างอาชีพ สร้างรายได้และเพิ่มมูลค่าสมุนไพรท้องถิ่น และเป็นการสร้างเครือข่ายสมุนไพรของชุมชนสันติภาพพัฒนา รวมถึงการต่อยอดและพัฒนาการแปรรูปสมุนไพรเพื่อประกอบการรักษาได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการศึกษา

- 1) เพื่อศึกษาส่วนผสมและสรรพคุณของสมุนไพรที่นำมาใช้ในการทำยาต้ม
- 2) เพื่อศึกษาวิธีการทำ ยาต้มสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุ
- 3) เพื่อศึกษาการใช้ยาต้มสมุนไพรของผู้สูงอายุ ในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลจัวบา อำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม

3. วิธีการดำเนินงาน

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ ชาวบ้านชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลจัวบา อำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม จำนวน 619 คน

3.1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ชาวบ้านชุมชนสันติภาพพัฒนา กลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไป จำนวน 30 คน ในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลจัวบา อำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม โดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาข้อมูล ได้แก่

- 1) แบบสัมภาษณ์ เพื่อศึกษาข้อมูลในการทำยาต้มสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลจัวบา อำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม
- 2) สมุดบันทึก
- 3) กล้องถ่ายภาพ



4) เครื่องบันทึกเสียง

3.3 การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ

การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ

3.3.1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการศึกษาการทำยาต้มสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม จากเอกสาร ตำรา หนังสือ และงานวิจัย

3.3.2 สร้างแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับการศึกษาการทำยาต้มสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม และแบบสำรวจข้อมูลผู้ใช้ยาต้ม

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์ปลายเปิด โดยมีประเด็นเกี่ยวกับบริบทของชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม ภูมิปัญญาชาวบ้านในการ ใช้สมุนไพรในการทำยาต้ม การเลือกสมุนไพรในการทำยาต้ม กระบวนการหรือขั้นตอนในการยาต้ม

3.3.3 นำแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้น เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสม

3.3.4 นำแบบสัมภาษณ์มาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ เพื่อนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาการทำยาต้มสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม

3.4.1 ศึกษาข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data) เป็นการศึกษาข้อมูลจากเอกสาร หนังสือ ตำรา วารสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการศึกษาการทำยาต้มสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม

3.4.2 วางแผนการเก็บรวบรวมข้อมูล และประชุมวางแผนกับผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับขั้นตอนและกระบวนการในการเก็บรวบรวมข้อมูลการศึกษาการทำยาต้มสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม

3.4.3 สืบค้นและศึกษาพื้นที่ ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม จำนวน 30 คน ได้จากการเลือกแบบเจาะจง

3.4.4 ติดต่อผู้ใหญ่บ้าน ชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม เพื่อขอข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษาการทำยาต้มสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม

3.4.5 สร้างแบบสัมภาษณ์ได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างเกี่ยวกับการศึกษาการทำยาต้มสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม ประกอบด้วยส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนที่ 2 ข้อมูลการศึกษาการทำยาต้มสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม

3.4.6 ลงพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับการทำยาต้ม ในเขตพื้นที่ในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม จำนวน 30 คน ที่มีรายชื่อจากกลุ่ม ปี พ.ศ. 2564 พร้อมทั้งทำการจดบันทึกข้อมูล บันทึกเสียง และถ่ายภาพประกอบการดำเนินงาน

3.4.7 วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการทำยาต้ม ในเขตพื้นที่ในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม ที่ได้จากการลงพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูล

3.4.8 สรุปผลและจัดทำเล่มรายงานฉบับสมบูรณ์

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษาภูมิปัญญาการทำยาต้ม ในเขตพื้นที่ในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอบ้านไร่ จังหวัดมหาสารคาม วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพแบบพรรณนา โดยผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารงานวิจัย ข้อมูลที่ได้จากการลงพื้นที่ โดยทำการจำแนกแยกออกเป็นประเด็นตามคำถามวิจัย จากนั้นทำการตรวจสอบ ความสมบูรณ์ ความถูกต้องของข้อมูลให้มีความครบถ้วน พร้อมแก่การนำไปวิเคราะห์และสรุปผล เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เที่ยงตรง น่าเชื่อถือและเป็นการป้องกันความผิดพลาด ผู้วิจัยจึงทำการตรวจสอบความสอดคล้องของข้อมูล



คือ การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

3.5.1 การตรวจสอบข้อมูล ตรวจสอบข้อมูลที่เก็บรวบรวมข้อมูลให้มีความถูกต้องโดยพิจารณาเวลาที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล แหล่งทำการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ พื้นที่ชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอรวยป่า จังหวัดมหาสารคาม ที่ให้สัมภาษณ์

3.5.2 การตรวจสอบด้านผู้วิจัย ตรวจสอบจากผู้วิจัยแต่ละคนโดยข้อมูลที่ถูกต้องสอดคล้องกันหรือไม่ ซึ่งในการวิจัยนี้ได้มีผู้วิจัยหลายคนในการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งการสัมภาษณ์การจดบันทึก และการบันทึกเสียง

3.5.3 การตรวจสอบด้านทฤษฎี ตรวจสอบแนวคิดทฤษฎีในการตีความข้อมูล

3.5.4 การตรวจสอบด้านการรวบรวมข้อมูล การเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบครัน ผู้วิจัยทำการสร้างเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบเดียวกัน คือ แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง มีการสังเกตควบคู่ไปกับการถ่ายภาพการศึกษาการปลูกประคบสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา อำเภอรวยป่า จังหวัดมหาสารคาม

3.5.5 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม และแบบสำรวจข้อมูลผู้ใช้ยาและไม่ใช้ยา โดยใช้ค่าร้อยละ (Percentage)

4. สรุปผล

4.1 ส่วนผสมและสรรพคุณของสมุนไพรที่นำมาใช้ในการทำยาต้ม พบว่า จำนวนสมุนไพรที่นำมาทำยาต้มจำนวน 9 ชนิด 6 สกุล 6 วงศ์ ได้แก่ กานพลู การบูร พิมเสน ต้นไพล น้ำมันระกำ น้ำมันงา ยูคาลิปตัส สะระแหน่ฝรั่ง และอบเชย ส่วนผสมที่นำมาใช้ส่วนใหญ่ได้มาจากการสกัดเป็นน้ำมันหอมระเหย ได้แก่ น้ำมันการบูร น้ำมันยูคาลิปตัส น้ำมันระกำ น้ำมันไพลและน้ำมันงา สมุนไพรที่ได้จากการสกัดได้ผลิตภัณฑ์เป็นเกล็ดหรือผง ได้แก่ เกล็ดสะระแหน่หรือเมนทอล พิมเสน และอบเชยหรือซินนามอน ส่วนที่นำมาใช้แบบแห้ง พบเพียง 1 ชนิด คือ ดอกกานพลู นอกจากนี้ยังพบว่าส่วนผสมสมุนไพรที่นำมาใช้เป็นยาต้มส่วนใหญ่ได้จากการสกัดจากต้นสมุนไพรในธรรมชาติ

4.2 วิธีทำยาต้มสมุนไพร มีพบจำนวน 3 สูตร ดังต่อไปนี้ สูตรที่ 1 สูตรยาต้มสมุนไพรสูตรยาหม่อง สูตรที่ 2 ยาต้มสมุนไพรสูตรไพล และ สูตรที่ 3 ยาต้มสมุนไพรสูตรพิมเสนน้ำ

สมุนไพรที่นำมาใช้ในการทำยาต้มส่วนใหญ่จะเป็นสมุนไพรที่มีสรรพคุณช่วยให้สดชื่น กระจายเสมหะ บรรเทาอาการปวดเมื่อย เช่น กานพลู การบูร พิมเสน อบเชย เกร็ดสะระแหน่ และสมุนไพรที่เป็นน้ำมันหอมระเหย เช่น น้ำมันยูคาลิปตัส น้ำมันระกำ น้ำมันงา และน้ำมันไพล ยาต้มสมุนไพรใช้สูตรต้มเพื่อบรรเทาอาการวิงเวียน หน้ามืด ทั้งนี้ยาต้มสมุนไพรยังมีสรรพคุณบรรเทาอาการเคล็ดขัดยอกตามร่างกาย เป็นต้น

4.3 การใช้ยาต้มสมุนไพรของผู้สูงอายุ

จากการสำรวจข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 30 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 17 คน รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน 13 คน มีผู้ตอบแบบสอบถามที่ใช้ยาต้มรวม 29 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 และผู้ที่ไม่ใช้ยาต้มจำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 43.33

5. อภิปรายผล

5.1 ผลการศึกษาส่วนผสมและสรรพคุณของสมุนไพรที่นำมาใช้ในการทำยาต้ม

จากการศึกษาของพืชสมุนไพรที่นำมาใช้ในการทำยาต้มสมุนไพร ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่สำรวจ และเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ การสังเกต และการถ่ายภาพ พบจำนวนพืชสมุนไพรที่นำมาใช้ในการทำยาต้ม จำนวน 9 ชนิด 6 สกุล 6 วงศ์ ได้แก่ กานพลู การบูร พิมเสน ต้นไพล น้ำมันระกำ น้ำมันงา ยูคาลิปตัส สะระแหน่ฝรั่ง และอบเชย ส่วนผสมที่นำมาใช้ส่วนใหญ่ได้มาจากการสกัดเป็นน้ำมันหอมระเหย ได้แก่ น้ำมันการบูร น้ำมันยูคาลิปตัส น้ำมันระกำ น้ำมันไพล และน้ำมันงา สมุนไพรที่ได้จากการสกัดได้ผลิตภัณฑ์เป็นเกล็ดหรือผง ได้แก่ เกล็ดสะระแหน่หรือเมนทอล พิมเสน และอบเชยหรือซินนามอน ส่วนที่นำมาใช้แบบแห้ง พบเพียง 1 ชนิด คือ ดอกกานพลู นอกจากนี้ยังพบว่าส่วนผสมสมุนไพรที่นำมาใช้เป็นยาต้มส่วนใหญ่ได้จากการสกัดจากต้นสมุนไพรในธรรมชาติ ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของ นันทพร นิลวิเศษ (2533: 22-25) กล่าวว่า สมุนไพรกำเนิดมาจากธรรมชาติ สมุนไพรคือพืชที่ใช้ทำเป็นเครื่องยา และมีความหมายต่อชีวิตมนุษย์โดยเฉพาะ ในทางสุขภาพ ทั้งการส่งเสริมสุขภาพ และการรักษาโรค และเป็นไปตามแนวคิดของ ยุวดี วงษ์กระจ่าง (2555: 48-67) กล่าวว่า ยาต้ม คือ ยาที่ใช้สูตรต้มเพื่อบรรเทาอาการคัดจมูก วิงเวียนหรือเป็นลม เป็นยาสามัญประจำบ้าน ที่มีส่วนผสมของน้ำมันหอมระเหยหลายชนิด เช่น การบูร เมนทอล เมทิลซาลิซิลเลต เป็นต้น ซึ่งเหมาะสำหรับคนทั่วไป สอดคล้องกับงานวิจัยของ เนตรติมา เฟิงสกุล และคณะ



(2560: 145-156) ได้ศึกษาเรื่อง ผลของน้ำมันหอมระเหยจาก น้ำมันยูคาลิปตัส และมะกรูดในการบรรเทาอาการภูมิแพ้ทางเดินหายใจ ผลการศึกษา พบว่า ผลของการใช้น้ำมันหอมระเหยจากน้ำมันยูคาลิปตัส ร่วมกับมะกรูด ช่วยบรรเทาอาการภูมิแพ้ทางเดินหายใจได้ในระดับปานกลาง ในวันที่ 4 และ 5 ของการใช้ โดยอาการคัดจมูก และน้ำมูกไหลลดลงตามลำดับ การรับกลิ่นของจมูกดีขึ้น ผลของการใช้ผลิตภัณฑ์น้ำมันหอมระเหยจากน้ำมันยูคาลิปตัส และมะกรูดในการบรรเทาอาการภูมิแพ้ทางเดินหายใจ มีแนวโน้มที่จะดีขึ้นตามระยะเวลาในการใช้ ดังนั้น ควรเพิ่มระยะเวลาในการทดลองใช้ และคัดเลือกกลุ่มทดลองเฉพาะผู้ที่มีอาการเดียวกัน เพื่อที่จะได้เปรียบเทียบผลของการใช้น้ำมันหอมระเหยได้ดียิ่งขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุทธิญา พรหมสมบูรณ์ และคณะ (2560: 68-76) ได้ศึกษาเรื่อง ประสิทธิภาพของน้ำมันหอมระเหยจากพืชสมุนไพร 5 ชนิด ผลการศึกษา พบว่า น้ำมันหอมระเหยทั้ง 5 ชนิดมีประสิทธิภาพในการทำให้ผ่อนคลายได้ โดยน้ำมันหอมระเหยที่สกัดจากขิงทำให้ผ่อนคลายได้ดีที่สุด มีคะแนนความผ่อนคลายเท่ากับ 6.93 จาก 7 คะแนน มีปริมาณออร์ติซอลต่ำที่สุดเท่ากับ 0.219 ng/ml และมีปริมาณสารลินาลูลอลสูงที่สุดเท่ากับ 0.6766 % w/w โดยให้ผลการวัดที่สอดคล้องกันทั้ง 3 วิธี ผลการศึกษานี้จึงยืนยันได้ว่าน้ำมันหอมระเหยจาก ขิง ขมิ้น โหระพา แมงลัก และมะกรูด มีฤทธิ์ทำให้ผ่อนคลายได้จริงต่อร่างกาย

5.2 ผลการศึกษาวิธีทำยาดมสมุนไพร

จากผลการศึกษาวิธีการทำยาดมสมุนไพรในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลวังวา อำเภอบึงสามพัน จังหวัดมหาสารคาม พบจำนวน 3 สูตร ดังต่อไปนี้ สูตรที่ 1 สูตรยาดมสมุนไพรสูตรยาหอม สูตรที่ 2 ยาดมสมุนไพรสูตรไพล และ สูตรที่ 3 ยาดมสมุนไพรสูตรพืชมะนาว สมุนไพรที่นำมาใช้ในการทำยาดมส่วนใหญ่จะเป็นสมุนไพรที่มีสรรพคุณช่วยให้สดชื่น กระจายเสมหะ บรรเทาอาการปวดเหมือน เช่น กานพลู การบูร พิมเสน อบเชย เกร็ดสะระแหน่ และสมุนไพรที่เป็นน้ำมันหอมระเหย เช่น น้ำมันยูคาลิปตัส น้ำมันระกำ น้ำมันงา และน้ำมันไพล ยาดมสมุนไพรใช้สูดดมเพื่อบรรเทาอาการวิงเวียน หน้ามืด ทั้งนี้ยาดมสมุนไพรยังมีสรรพคุณบรรเทาอาการเคล็ดขัดยอกตามร่างกาย เป็นไปตามแนวคิดของ ประภาศินี บุญศรี และคณะ (2563: 8-16) กล่าวว่า พิมเสน การบูร เมนทอล และ น้ำมันยูคาลิปตัส ช่วยให้กระตุ้นความรู้สึกและทำให้หายใจโล่ง เป็นยาเย็น ถอนพิษร้อน ช่วยบรรเทาอาการไอ ช่วยขับเสมหะ และเป็นไปตามกับ

แนวคิดของ นันทน์ภัส วันดี (2560: 18-22) กล่าวว่า ยาดมสมุนไพร เป็นการนำสมุนไพรแห้งที่มีกลิ่นหอมเย็น สดชื่น ตั้งแต่ 2 ชนิดขึ้นไป เช่น ลูกจันทร์ ดอกจันทร์ กานพลูมาผสมกันแล้วหมักด้วยน้ำมันหอมระเหย ซึ่งน้ำมันหอมระเหยจะเป็นตัวสกัดสารสำคัญและกลิ่นของสมุนไพรออกมา โดยนำพิมเสน การบูร เมนทอล และน้ำมันยูคาลิปตัส มาผสมกันในถ้วยแก้วให้ละลายเป็นเนื้อเดียวกัน จากนั้นนำสมุนไพรที่ผสมแล้วใส่ในขวดแก้ว ใช้สูดดม แก้วงเวียนศีรษะ หน้ามืด ตาลาย ทำให้สดชื่น สอดคล้องกับงานวิจัยของวันดี ชนะบูรณาศักดิ์ (2561: 49-53) ได้ศึกษาเรื่อง การทำยาหอมครีมจากสารสกัดเมล็ดลำไย ผลการวิจัย พบว่า ความเข้มข้นสารสกัดจากเมล็ดลำไย 150 มิลลิกรัม ได้สารสกัดจากเมล็ดลำไยเข้มข้น ปริมาตร 90 มิลลิกรัม เหมาะสมที่จะนำมาพัฒนาในการทำยาหอมครีมสูตรที่ 1 เนื่องจากแอลกอฮอล์สามารถทำลายกับเมล็ดลำไยได้ดีกว่าสูตรอื่นเมื่อนำส่วนผสมสารสกัดจากเมล็ดลำไยไปทำยาหอม จึงทำให้ยาหอมมีสีสวยงาม และมีกลิ่นหอมกว่าสูตรอื่น ๆ เมื่อนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างทำให้เกิดความพึงพอใจมากกว่าสูตรอื่น ๆ มีสีเหลืองอ่อน มีกลิ่นหอมเนื้อครีมละเอียด และสอดคล้องกับงานวิจัยของ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพัฒน์ ศรีสวัสดิ์ และคณะ (2556: 8-14) ได้ศึกษาเรื่อง พืชสมุนไพรประจำถิ่นและภูมิปัญญาการประยุกต์ใช้สำหรับการแพทย์พื้นบ้าน ในจังหวัดชายแดนภาคใต้ ผลการศึกษา พบว่า มีพืชสมุนไพรหลายชนิดที่นิยมนำมาใช้ในรักษาโรคหรือกลุ่มอาการผิดปกติของร่างกายและแต่ละชนิดที่นำมาใช้จะมีสรรพคุณหลายอย่าง เช่น ไพล ขมิ้น อบเชย และน้ำมันงา แต่ละชนิดจะมีชื่อเรียกของชนิดและพันธุ์พืชสมุนไพรที่แตกต่างจากท้องถิ่นอื่น ๆ และ ยังพบว่ามีเพียงไม่กี่ชนิดที่นำมาใช้กับโรคหรือกลุ่มอาการที่เหมือนกัน ประชาชนมีความรู้เรื่องการใช้พืชสมุนไพรรักษาโรคอยู่ในเกณฑ์ที่ดี และสนใจในเรื่องการใช้สมุนไพร ภูมิปัญญาการใช้พืชสมุนไพรเป็นเรื่อง การบำบัดรักษาอาการป่วยพื้นฐานในชีวิตประจำวันซึ่งเป็นอาการกลุ่มอาการและโรคที่ไม่รุนแรงนักคือ ท้องผูก ท้องเสีย แผลในกระเพาะ ไอ เจ็บคอ ขับเสมหะปวดเมื่อยตามร่างกาย และสอดคล้องกับงานวิจัยของ กันยารัตน์ ศีกษากิจ (2557: 116-130) ได้ศึกษาเรื่อง ฤทธิ์ทางชีวภาพของน้ำมัน และสารสกัดจากดอกกานพลูในการบรรเทา อาการปวดไมเกรน และอาการข้างเคียงในสัตว์ทดลอง ผลการศึกษา พบว่า ประสิทธิภาพ และกลไกการออกฤทธิ์ของน้ำมันและสารสกัดจากดอกกานพลูที่เกี่ยวข้องกับอาการปวดไมเกรน และอาการข้างเคียง ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ใน

การรักษาโรคอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องได้ เช่น ฤทธิ์ในการนอนหลับ และผ่อนคลาย

5.3 ผลการศึกษาการใช้ยาตมสมุนไพรของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาการใช้ยาตมสมุนไพรของผู้สูงอายุพบว่าส่วนมากจะใช้เพื่อบรรเทาอาการหน้ามืด วิงเวียน และจากการสำรวจข้อมูลผู้ใช้ยาตม และไม่ใช้ยาตมของผู้สูงอายุในชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลวังวา อำเภอบึงสามพัน จังหวัดมหาสารคาม พบว่า จากการสำรวจข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 30 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 17 คน รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน 13 คน มีผู้ตอบแบบสอบถามที่ใช้ยาตมรวม 29 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 และผู้ที่ไม่ใช้ยาตมจำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 43.33 ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของ ผกากรอง ขวัญข้าว (2562: 3-13) กล่าวว่า ยาจากสมุนไพร และยาแผนโบราณ คือ ยาที่ได้มาจากพืชสัตว์ แร่ธาตุจากธรรมชาติที่ไม่มีการเปลี่ยนแปลงสภาพโครงสร้างภายใน สามารถนำมาใช้เป็นยารักษาโรคต่าง ๆ และบำรุงร่างกายได้ ประเภทของสมุนไพร สมุนไพรที่ได้จากส่วนของพืชโดยตรง และเป็นไปตามแนวคิดของ ถนอมนวล พรหมบุญ (2555: 18-26) กล่าวว่า โพลีเป็นยาสมุนไพร ใช้ทาแก้ฟกช้ำมาแต่โบราณ เป็นพืชสมุนไพรในทุกภาคของประเทศไทย เหง้าโพลีมีน้ำมันหอมระเหย โพลีมีฤทธิ์เป็นยาชาเฉพาะที่เป็นยาภายนอกสำหรับด้านอาการอักเสบ สอดคล้องกับงานวิจัยของ รัชณี ตรีเลิศัญจร (2561: 57-68) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ยาตมสมุนไพรหอมวิสาหกิจชุมชน ผลการศึกษา พบว่า ยาตมสมุนไพรหอมสามารถแบ่งได้เป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 กลุ่มที่ใช้ยาตมสมุนไพรเป็นประจำ กลุ่มที่ 2 กลุ่มที่ไม่ค่อยใช้ยาตมสมุนไพร เป็นกลุ่มที่ให้ความสำคัญในข้อมูลพื้นฐานเพื่อความปลอดภัย ได้แก่ ทะเบียนยาและวันหมดอายุ ขอความเป็นเอกลักษณ์ในรูปแบบทรงโบราณเช่นกัน สนใจในสรรพคุณที่แปลกใหม่ และความน่าเชื่อถือ เช่น การรับรองจากหน่วยงานราชการ การมีแหล่งผลิต แสดงส่วนประกอบที่ชัดเจน รวมถึงสนใจในการส่งเสริมทางการตลาด เช่นการมีโปรโมชัน และเชื่อว่าคุณภาพขึ้นอยู่กับราคา และผู้บริโภค และสอดคล้องกับงานวิจัยของ

7. เอกสารอ้างอิง

- กรรณา จันทุม และกัลยารัตน์ กำลิ่งเหลือ. (2560). การรักษาโรคด้วยสมุนไพรและตำรับยาโบราณของหมอพื้นบ้าน. *วารสารการแพทย์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ*, 24(2), 48-57.
- กันยารัตน์ ศึกษากิจ. (2557). *ฤทธิ์ทางชีวภาพของน้ำมันและสารสกัดจากดอกกานพลูในการบรรเทา อาการปวดไมเกรน และอาการข้างเคียงในสัตว์ทดลอง*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.

Thawatchai Srisuwan et al. (2019: 34-41) ได้ศึกษาเรื่อง การทดสอบความพึงพอใจของตำรับยาตมชนิดน้ำมันสวางหลวง ผลการศึกษาพบว่า น้ำมันสวางหลวงสีเหลืองใสพบองค์ประกอบทางเคมีคล้ายสาร beta-pinene, Camphor, 4-methoxy pheny alcohol ส่วนลักษณะองค์ประกอบทางเคมีของสวางหลวงมีความเสถียรเป็นระยะเวลาหนึ่งปี รวมทั้งไม่พบการปนื้อนของเชื้อแบคทีเรีย และสารเคมีอันตราย หลังใช้ยาตมสวางหลวงพบว่าช่วยลดอาการปวด เคล็ดขัดยอก และสามารถลดอาการของโรคผิวหนังบางชนิด นอกจากนี้ยังพบระดับความพึงพอใจในการทดสอบยาตมสวางหลวงพบว่ามีความเหมาะสมมากกว่าน้ำมันชนิดอื่น ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในเรื่องความรู้สึกผ่อนคลาย $F_{2,132} = 3.863$, และ 4.217 ตามลำดับ ($p < 0.05$)

6. ข้อเสนอแนะ

6.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

6.1.1 หน่วยงานภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการส่งเสริมเครือข่ายการเรียนรู้ในการดูแลรักษาสุขภาพชาวบ้านด้วยวิธีการใช้สมุนไพรพื้นบ้าน

6.1.2 ควรมีการส่งเสริมและต่อยอด ในการทำยาตมสมุนไพร เพื่อที่ใช้เป็นอาชีพให้คนในหมู่บ้านต่อไปได้

6.1.3 ควรนำแนวทางการจัดตั้งทุนฐานกิจกรรมไปใช้ในการพัฒนาการบริหารจัดการต้นทุนกับวิสาหกิจชุมชนประเภทอื่น ๆ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการบริหารจัดการและสร้างความเข้มแข็งในการบริหารต้นทุนต่อไป

6.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

6.2.1 ควรศึกษาวิจัยเปรียบเทียบตัวแปรในลักษณะอื่น ๆ เช่น เจตคติ และการมีส่วนร่วมในการทำยาตมจากสมุนไพร

6.2.2 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการจัดการส่งเสริมการทำยาตมสมุนไพร ในรูปแบบอื่น ๆ เช่น กิจกรรมการส่งเสริมในรูปแบบออนไลน์ หรือสื่อสิ่งพิมพ์ เป็นต้น

6.2.3 ควรมีการศึกษาสมุนไพรชนิดอื่น ๆ เพื่อการทำยาตมสูตรใหม่ๆต่อไป



- กรรณา แสนบุตดา. (24 พฤศจิกายน 2564). *สัมภาษณ์โดย* น้ำฝน แหวนหล่อ. ชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหัว หมูที่ 11 ตำบลจัวบา อำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม.
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2564). *สังคมผู้สูงอายุในปัจจุบันและเศรษฐกิจประเทศไทย*. [ออนไลน์]. ได้จาก: <https://www.dop.go.th/th>. [สืบค้นเมื่อวันที่ 15 มีนาคม 2565].
- กานต์ธิดา แก้วอาษา และภัทรธิดา ผลงาม. (2562). การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพชุมชนโดยใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้าน ด้วยพืช สมุนไพร: กรณีศึกษา บ้านนาดอกคำ ตำบลนาดอกคำ อำเภอนาดัง จังหวัดเลย. *วารสารการพัฒนาชุมชน และคุณภาพชีวิต*, 7(2). 144 - 155.
- ก่องกานดา ชยามฤต. (2540). *สมุนไพรไทย*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร, ไดมอนด์ พรินต์ติ้ง จำกัด. จังหวัดกระบี่และสงขลา. *วารสารวิทยาศาสตร์บูรพา*. 2(3), 17-35.
- เขมิกา สงวนพวง. (2564). แนวทางการพัฒนาศักยภาพวิสาหกิจชุมชนกลุ่มแปรรูปสมุนไพรพื้นบ้าน ในตำบลบ้านทราย อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี. *วารสารบริหารธุรกิจและสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง*. 4(3). 22-25.
- จตุพร โยวะ. (24 พฤศจิกายน 2564). *สัมภาษณ์โดย* น้ำฝน แหวนหล่อ. ชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหัว หมูที่ 11 ตำบลจัวบา อำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม.
- จุฑารัตน์ พิริยะเบญจวัฒน์. (2562). ยาดมสมุนไพรและแนวคิดการสร้างนวัตกรรมบรรจุภัณฑ์ยาดมสมุนไพร. *วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี*. 13(2), 479-493.
- ณัฐพัชร์ สีนทวีเสถียร. (2558). ยาดมสมุนไพรลดอาการคัดจมูก. *วารสารบริหารธุรกิจและสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง*. 6(2). 12-28.
- ถนอมนวล พรหมบุญ. (2555). การศึกษาประสิทธิผลของการนวดด้วยน้ำมันไพลและน้ำมันไพลต่ออาการปวดกล้ามเนื้อคอ บ่า ไหล่ ในนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข กาญจนภิเษก. *วารสารพัฒนาเครือข่ายพยาบาลและสาธารณสุข*. 6(1). 18-26.
- ทิพพา ลุนแผ่ และคณะ (2562). รูปแบบภูมิปัญญาด้านสมุนไพรจังหวัดมหาสารคาม. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. 7(2), 1-15.
- นันทพร นิลิเศษ. (2533). *สมุนไพร. ในสารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน เล่ม 14*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ, อรินทร์.
- นันทน์ภัส วันดี. (2533). ธุรกิจยาดมสมุนไพร. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ, สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้
- เนตรติมา เฟิงสกุล และคณะ (2560) ผลของน้ำมันหอมระเหยจากน้ำมันยูคาลิปตัส และมะกรูดในการบรรเทาอาการภูมิแพ้ทางเดินหายใจ. *วารสารการแพทย์แผนไทย และแพทย์ทางเลือก*. 15(2), 145-156.
- บดินทร์ ชาตะเวที. (2560). การศึกษาภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรรักษาโรคโลหิตระดูสตรีของหมอฟันบ้าน ในประภาคีณี บุญศรี และคณะ. (2563). พิมพ์เสริม นำความสดชื่น. *วารสารวิจัยเพื่อการพัฒนาเชิงพื้นที่*. 13(3). 8-16.
- ปรีชา วงศ์ทิพย์. (2554). *การส่งเสริมและอนุรักษ์ภูมิปัญญาด้านสมุนไพรของชุมชนบ้านแม อำเภอสันป่าตองจังหวัดเชียงใหม่*. พิมพ์ครั้งที่ 2. เชียงใหม่, คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ปิยะภรณ์ บุญพัฒน์. (2555). การจัดการอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อของผู้สูงอายุที่มีอาชีพกรีดยางพารา. *วารสารสภาการพยาบาล*, 27 (2), 134-147.
- ผกากรอง ขวัญข้าว. (2562). *พืชใกล้ตัว*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ, ปรมัตถ์การพิมพ์.
- ผมหอม เชิดโกทา. (2563). สภาพปัญหาการอนุรักษ์พืชสมุนไพรพื้นบ้านของชุมชนตำบลหนองสังข์ อำเภออัญประเทศ จังหวัดสระแก้ว. *วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์*, 14(3), 106-113.
- ผ่องศรี ไสยอินทร์. (24 พฤศจิกายน 2564). *สัมภาษณ์โดย* น้ำฝน แหวนหล่อ. ชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหัว หมูที่ 11 ตำบลจัวบา อำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม.
- ภัทรธิดา ผลงาม. (2561). กระบวนการถ่ายทอดภูมิปัญญาหมอฟันบ้านในการใช้สมุนไพรเพื่อการรักษาสุขภาพใน ชุมชน จังหวัดเลย. *วารสารวิชาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 26(52). 1-25.



- มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์แผนไทย. (2547). *ตำราการแพทย์ไทยเดิม (แพทยศาสตร์สงเคราะห์)* ฉบับ อรุณรักษ์ มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิม อายุรเวทวิทยาลัย. พิมพ์ครั้งที่ 3.
- ยุทธนา ทองบุญเกื้อ. (2551). ความหลากหลายและการใช้ประโยชน์พืชสมุนไพรในวนอุทยานถ้ำเพชร-ถ้ำทอง อำเภอตากลี จังหวัดนครสวรรค์. สำนักบริหารพื้นที่อนุรักษ์ที่ 12 (นครสวรรค์). กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช.
- ยุวดี วงษ์กระจ่าง. (2555). *การใช้สมุนไพรและข้อควรระวัง*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ, สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- รัชณี ตรีเลิศัญจร. (2561). *ปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ยาตามสมุนไพรหอมวิสาหกิจชุมชน กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรไทรมา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เรณู โภยสุขโข. (2536). *แนวทางการควบคุมคุณภาพยาจากสมุนไพร*. นครราชสีมา: เอกสารการประชุมเชิงปฏิบัติการ. (9-20).
- วิรัชชัย บัวทอง. (2558). ยาตามสมุนไพรไทย. *วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี*. 6(1). 8-14.
- วันดี ชนะบูรณศักดิ์. (2561). การทำยาหม่องครีมจากสารสกัดเมล็ดลำไย. *วารสารการอาชีวศึกษาภาคกลาง*. 1(1). 49-53.
- วงศ์สถิตย์ ฉั่วกุล. (2553). สมุนไพรพื้นบ้านแก้ปวดเมื่อย. *วารสารไทยเภสัชศาสตร์และวิทยาการสุขภาพ*, (5)1, 1-13.
- ศิริพัทตร์ จันทร์สังสา. (2563). ประสพการณ์ในการใช้ยาหอมรักษาอาการเลือดลมแปรปรวนของผู้สูงอายุ วัดอุประสงค์เพื่อถอดประสบการณ์การใช้ยาหอมของผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลบ้านตู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย. *วารสารหมอยาไทยวิจัย*. 6(2). 35-48.
- ศรีณัฐ ไทรชมภู และคณะ. (2563). *การพัฒนาและฟื้นฟูศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่นของชุมชนบางกะเจ้า เพื่อการท่องเที่ยว*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร.
- สุนีย์ จันทร์สกา. (2554). *การใช้ประโยชน์ทางการแพทย์จากพืชบางชนิดที่พบในศูนย์การศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ทรัพยากรไทย จังหวัดลำพูน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ทรัพยากรไทย จังหวัดลำพูน
- สุพัฒน์ ศรีสวัสดิ์ และคณะ. (2556). พืชสมุนไพรประจำถิ่นและภูมิปัญญาการประยุกต์ใช้สำหรับการแพทย์พื้นบ้าน ในจังหวัดชายแดนภาคใต้. *วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์, ฉบับพิเศษประจำปี 2556*, 5(4), 14-25.
- สุรพล อ้วนมะโฮง. (24 พฤศจิกายน 2564). ผู้นำชุมชนสันติภาพพัฒนา บ้านหนองหว้า ตำบลงัวบา สัมภาษณ์โดย นำฝน แหวนหล่อ. บ้านหนองหว้า หมู่ที่ 11 ตำบลงัวบา อำเภอบ้านป่าสัก จังหวัดมหาสารคาม.
- สุภาภรณ์ สาชาติ. (2558). *วิจัยและพัฒนาพืชสมุนไพรและเครื่องเทศที่มีศักยภาพ*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ, กรมวิชาการเกษตร
- สุภัทรา กลางประพันธ์. (2562). สมุนไพรกับผู้สูงอายุ. *วารสารหมอยาไทยวิจัย*. 5(2), 29-40.
- อรทัย เนียมสุวรรณ (2563). เภสัชกรรมพื้นบ้านในการรักษาโรคความดันโลหิตสูงจากจังหวัดยะลา. *วารสาร วิทยาศาสตร์ มศว*, 36(1), 15-36.
- สุธัญญา พรหมสมบูรณ์ และคณะ (2560) ประสิทธิภาพของน้ำมันหอมระเหยจากพืชสมุนไพร 5 ชนิด. *วารสารวิจัย*, 10(2), 68-76.
- อรมณี ประจวบจินดา อินทชัย ตักดีภักดีเจริญ และคณะ. (2563). สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐานที่ช่วยรักษาอาการแพ้ อักเสบของผิวหนัง จากแมลงสัตว์กัดต่อย. *วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก*. 18(3), 604-615.
- อังคณา หิรัญสาลี. (2558). *การคัดเลือกสมุนไพรที่มีฤทธิ์ต้านไวรัส*. พิมพ์ครั้งที่ 1 กรุงเทพฯ, สถาบันวิจัยสมุนไพร
- อัปสร อีซอและอนัน วาโชะ. (2564). การออกแบบ ผลิตภัณฑ์พิมพ์เสนาและยาตามสมุนไพรของชุมชนอุโมงค์ปิยะมิตร 1 อำเภอเบตงจังหวัดยะลา. *ดีไซด์เอกโค*. 2(2), 12-22.
- Ekasak Hengsuko, et al. (2018). Study on Model of Folk Wisdom about Health Care and Utilization of Herb, *MBU Education Journal*, 6(1), 278-293.
- Samart Jitae, et al. (2021). Utilization and policy proposals for the conservation of indigenous herbs. *Micromachines*, 2(12), 2-15.



Thawatchai Srisuwan, et al. (2019). Satisfaction Test of Borneo Camphor Liquid Inhaler from Essential Oil of *Amomum biflorum* Jack, *Thaksin.J*, 22(1), 34-41.

Kanyatorn Yincharoen, et al. (2020). Herbal salad recipe for the treatment of menstrual blood, *Micromachines*, 2(1), 25-45.

Kultida Kerdjaneng, et al. (2020). Marketing Mix Factors Influencing Customers Purchasing Decision for Jinherb's Herbal balm in Bangkok, *Journal of rangsit graduate studies*, 7(1), 223-233.