พืชสมุนไพรกับการใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ

สมุนไพร คำว่า สมุนไพร ตาม พระราชบัญญัติยา หมายถึง "ยาที่ได้จากพืช สัตว์ หรือแร่ ซึ่งยังไม่ได้ผสม ปรุง หรือเปลี่ยนสภาพ"

พืชสมุนไพร หมายถึงพันธุ์ไม้ต่าง ๆ ที่สามารถนำมาใช้ปรุงหรือประกอบเป็นยารักษาโรคต่าง ๆ ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพร่างกายได้

พืชสมุนไพรไทย ๑๐ รสชาติ ในสวนสมุนไพรสวนสัตว์เปิดเขาเขียว

สมุนไพร ที่มีรสชาติต่างกัน ให้สรรพคุณในการรักษาโรคที่ต่างกัน รสชาติจึงสามารถบ่งบอกประโยชน์ด้านการรักษาโรคได้ด้วย ซึ่งรายละเอียดของสมุนไพรรสชาติ ต่างๆ สามารถแบ่งได้ มี ๑๐ รสชาติ ดังนี้

๑.รสเปรี้ยว : กัดเสมหะ แก้ไอ ระบายท้อง บำรุงโลหิต แก้โลหิตออกตามไรฟัน หรือลักปิดลักเปิด เช่น มะขาม, มะนาว, สมอ,มะขามป้อม, มะม่วงหาวมะนาวโห่ มะเฟือง มะไฟ ดอกกระเจี๊ยบแดง ฯลฯ

ชะมวง

มะขาม

มะนาว

มะม่วงหาวมะนาวโห่

๒.รสหวาน : แก้อ่อนเพลีย แก้ไอ แก้หอบ ทำให้ชุ่มคอ บำรุงกำลัง เจริญอาหาร เช่น ดอกคำฝอย, ชะเอมเทศ, อ้อย, โปร่งฟ้า,รากสามสิบ ผักหวานป่า, แก่นขนุน น้ำผึ้ง หางไหลขาวแตงโม ฯลฯ

อ้อย

โปร่งฟ้า

รากสามสิบ

๓.รสเบื่อเมา : แก้พิษ แก้ปวดบาดแผล แก้เสมหะ แก้พิษสัตว์กัดต่อย แก้พิษ น้ำร้อนลวก เช่น รากทับทิม, เปลือกข่อย, ทองพันชั่ง, ใบกระท่อม, ขันทองพยาบาท, หนอนตายหยาก, เขยตาย ฯลฯ

เขยตาย

กระท่อม

ทองพันชั่ง

๔.รสขม : แก้ดีซ่าน แก้ไข้ตัวร้อน ดับพิษโลหิต แก้ดีพิการ เจริญอาหาร แก้ร้อนใน เช่น บอระเพ็ด, ฟ้าทะลายโจร, สะเดา, มะระ ใบยอ เพกา ฯลฯ

ฟ้าทะลายโจร

มะระขี้นก

มะระจีน

ขี้เหล็กบ้าน

๕.รสฝาด : เป็นยาสมานแผล แก้บิด คุมธาตุ แก้ท้องเสีย แก้ลงแดง หรือบิดมีตัว มูกเลือด เช่น เปลือกคูน, เปลือกข่อย, เปลือกมังคุด, กระทกรก, นมแมว, ต้อยติ่งไทย, ว่านชักมดลูก, หนุมานประสานกาย, ทับทิม ใบฝรั่ง

ใบฝรั่ง

หนุมานประสานกาย

เปลือกข่อย

ว่านชักมดลูก

๖.รสเค็ม : แก้โรคผิวหนัง แก้ท้องเฟ้อ ช่วยย่อยอาหาร กัดเมือกในลำไส้ รักษาบาดแผล เช่น เหงือกปลาหมอ, ลำพู, โกงกาง, ผักชะคราม, กระบือเจ็ดตัว

ผักชะคราม

เหงือกปลาหมอ

กระบือเจ็ดตัว

๗.รสจืด : ขับปัสสาวะ แก้ไข้พิษ ฯลฯ เช่น ตำลึง รางจืด ผักแว่น อัญชัญ โด่ไม่รู้ล้ม หญ้าหนวดแมว มะลิวัลย์ หญ้าถอดปล้อง ฯลฯ

โด่ไม่รู้ล้ม

ตำลึง

รางจืด

๘.รสมัน : แก้เส้นเอ็น บำรุงเส้นเอ็น แก้ไขข้อพิการ แก้ปวดเมื่อยตามร่างกาย ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย เช่น งา, ถั่วต่างๆ, มะพร้าว, เมล็ดบัว, ฟักข้าว, ฟักทอง

มะม่วงหิมพานต์

มะพร้าว

เมล็ดบัว

เมล็ดถั่วต่างๆ

๙.รสหอมเย็น : ทำให้ชื่นใจ บำรุงหัวใจ แก้อ่อนเพลีย แก้ร้อนในกระหายน้ำ เช่น ดอกลำดวน, จำปี, มะลิ, กระดังงา, พิกุล, ใบบัวบก, เตยหอม,จันทน์ผา ฯลฯ

เตยหอม

มะลิ

บัวบก

ดอกลำดวน

๑๐.รสเผ็ดร้อน : แก้ลมในลำไส้ บำรุงธาตุ ขับลมลงเบื้องล่าง ทำให้ผายลม ช่วยย่อยอาหาร แก้ตะคิว เช่น กระเทียม, พริกไทย, ข่า, ตะไคร้, กระชาย, ขิง,พริก, ดอกดีปลี, พริก, เพชรสังฆาต ฯลฯ

กระชาย

พริก

ขิง

กระเทียม

การใช้สมุนไพร ให้ได้ประโยชน์สูงสุด ต้องคำนึงถึงอะไรบ้าง

สิ่งที่ต้องคำนึงในการใช้พืชสมุนไพร

๑.การใช้สมุนไพรเพื่อเป็นยา และเป็นผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร สิ่งที่ต้องคำนึงถึงก็คือเรื่องของความปลอดภัย

๒.การนำมาใช้เป็นยารักษาโรค การจะใช้สมุนไพรในฐานะของยา จึงควรต้องปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านสมุนไพร หรือแพทย์แผนไทยที่ได้รับการรับรอง

การเก็บรักษาสมุนไพร

๑.ควรเก็บยาสมุนไพรไว้ในที่แห้งและเย็น สถานที่เก็บต้องมีอากาศถ่ายเทสะดวกเพื่อขับไล่ความอับชื้นที่อาจจะก่อให้เกิดเชื้อราในสมุนไพรได้

๒.สมุนไพรที่จะเก็บรักษานั้นต้องแห้งไม่เปียกชื้น หากเสี่ยงต่อการขึ้นราได้ ควรนำสมุนไพรนั้นออกมาตากแดดอย่างสม่ำเสมอ

๓.ในการเก็บสมุนไพรนั้นควรแยกประเภทของสมุนไพรในการรักษาโรค เพื่อป้องกันการหยิบยาผิดซึ่งอาจจะก่อให้เกิดอันตรายได้

๔.ควรตรวจดูความเรียบร้อยในการเก็บสมุนไพรบ่อย ๆ ว่ามีสัตว์หรือแมลงต่าง ๆ เข้าไปทำลายหรือก่อความเสียหายกับสมุนไพรที่เก็บรักษาหรือไม่ ถ้ามีควรหาทางป้องกันเพื่อรักษาคุณภาพของสมุนไพร

เอกสารอ้างอิง

จำลอง เพ็งคล้าย.2552.พันธุ์พืชนานาพรรณในสวนสัตว์เปิดเขาเขียว.พิมพ์ครั้งที่ 1.บริษัทเวิร์ค สแควร์ จำกัด, กรุงเทพฯ.271หน้า

เต็ม สมิตินันท์.2544.ชื่อพรรณไม้แห่งประเทศไทย.พิมพ์ครั้งที่ 2. (ฉบับแก้ไขเพิ่มเติม) บริษัทประชาชน จำกัด, กรุงเทพฯ.810 หน้า

วงศ์สถิตย์ ฉั่วกุล, สมภพ ประธานธุรารักษ์, ทยา เจนจิตติกุล, และคณะ. สมุนไพรพื้นบ้านอีสาน. ใน: สมภพ ประธานธุรารักษ์, ทยา เจนจิตติกุล, ธนุชา บุญจรัส, บรรณาธิการวิชาการ. สารานุกรมสมุนไพร เล่ม 5 สมุนไพรพื้นบ้านอีสาน. กรุงเทพมหานคร, อมรินทร์พริ้นติ้งแอนท์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), 2548. 192 หน้า.

www.th.Wikipedia.org