

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในประเทศไทยมีความหลากหลายของสายพันธุ์และความอุดมสมบูรณ์ไปด้วยพืชสมุนไพร โดยเฉพาะอย่างยิ่งในชุมชนที่ได้นำเอาพืชสมุนไพรที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาใช้ประโยชน์ คนทั่วไปเข้าใจว่าส่วนมากจะเป็นพืชที่นำมาเป็นยารักษาโรคได้แต่สมุนไพรหรือยารักษาโรคประกอบด้วย พืช สมุนไพรที่เป็นสัตว์ แร่ธาตุ วัตถุธาตุ (เพ็ญจันทร์ กรุณาพิยวงศ์, 2545) มนุษย์ได้ใช้ความหลากหลายทางสายพันธุ์พืชและสัตว์ในการดำรงชีวิตอย่างยั่งยืน ดังเช่นการใช้พืชเป็นอาหารและยาในการดูแลสุขภาพ ใช้เป็นที่อยู่อาศัยในวิถีชีวิตตามวัฒนธรรมและใช้ในพิธีกรรม ในด้านการรักษาอาการเจ็บป่วยได้อาศัยพืชสมุนไพรท้องถิ่น หรือบริการของหมอพื้นบ้านโดยการใช้สมุนไพรของหมอพื้นบ้านอาศัยารธรรมชาติได้แก่ ต้นไม้ในป่าเป็นส่วนใหญ่โดยอาศัยองค์ความรู้ที่สืบทอดกันมาสร้างเป็นยาขึ้นและมีความยั่งยืนมาจนปัจจุบัน (จิตรระพีบัวผัน, 2548)

ระบบนิเวศ (Ecosystem) คือ พื้นที่ใดๆ ที่ประกอบด้วยสิ่งมีชีวิตต่างๆ ทุกชนิด (ได้แก่สังคมสิ่งมีชีวิต) ซึ่งทำปฏิกิริยากับปัจจัยสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ยังผลให้เกิดการถ่ายทอดของพลังงานผ่านระดับของสิ่งมีชีวิตต่าง ๆ ทำให้เกิดความหลากหลายทางชีวภาพและการหมุนเวียนของสาร (ระหว่างสิ่งมีชีวิตกับสิ่งไม่มีชีวิต)

ความหลากหลายทางชีวภาพ (Biodiversity) หมายถึง การมีสิ่งมีชีวิตนานาชนิด นานาพันธุ์ในระบบนิเวศอันเป็นแหล่งที่อยู่อาศัยซึ่งมีมากมายและแตกต่างกันทั่วโลก ดังนั้น ความหลากหลายทางชีวภาพประกอบด้วยความหลากหลายของชนิดพันธุ์ ความหลากหลายทางพันธุกรรม และความหลากหลายของระบบนิเวศ

ความหลากหลายทางชีวภาพที่มีอยู่ระหว่างชนิดพันธุ์ สายพันธุ์ และระบบนิเวศ มีความสำคัญคือช่วยให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอยู่โดยมีน้ำและอากาศที่สะอาด มีปัจจัยสี่ ทำให้มนุษย์มีทางเลือกในการบริโภคอาหารได้หลากหลาย และเพิ่มความมั่นคงทางด้านอาหาร ช่วยให้เกษตรกรสามารถเลือกสายพันธุ์ปศุสัตว์และสัตว์ปีกให้เหมาะสมกับความต้องการของตลาด ทำให้พืชและสัตว์สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมต่างๆได้ ความแตกต่างระหว่างชนิดพันธุ์ทำให้สามารถจำแนกความแตกต่างระหว่างพืชและสัตว์แต่ละชนิดได้ ความหลากหลายระหว่างระบบนิเวศทำให้มีถิ่นที่อยู่อาศัยเหมาะสมสำหรับสิ่งมีชีวิตและทำให้ระบบนิเวศต่างๆ มีความสมดุล

### ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพร

สมุนไพร (Medicinal Plant หรือ Herb) กำเนิดจากธรรมชาติและมีความหมายต่อชีวิตมนุษย์ โดยเฉพาะในมิติทางสุขภาพ อันหมายถึงทั้งการส่งเสริมสุขภาพและการรักษาโรค ความหมายของยาสมุนไพรในพระราชบัญญัติยา พ.ศ. 2510 ได้ระบุว่า “ ยาสมุนไพร หมายความว่า ยาที่ได้จากพฤกษชาติ

สัตว์ หรือแร่ธาตุ ซึ่งมีได้ผสมปรุงหรือแปรสภาพ” สมุนไพรสำหรับงานสาธารณสุขมูลฐานส่วนใหญ่เป็นพืชสมุนไพรพืชหรือต้นไม้มีองค์ประกอบสำคัญ 5 ส่วน คือ ราก ลำต้น ใบ ดอกและผล ส่วนของพืชเหล่านี้ มีรูปร่างลักษณะโครงสร้าง และบทบาท ต่อพืชที่แตกต่างกัน

การนำสมุนไพรมาใช้เป็นยาต้องคำนึง ถึงธรรมชาติของสมุนไพรแต่ละชนิด พันธุ์ สมุนไพร สภาพแวดล้อมในการปลูก ฤดูกาล และช่วงเวลาเก็บสมุนไพร นับเป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนดคุณภาพของสมุนไพร ศักยภาพของป่าที่มีสมุนไพรใช้ประโยชน์หลายชนิด พืชพรรณที่มีในท้องถิ่นมาใช้ประโยชน์ในการอุปโภค บริโภคและเป็นยารักษาโรค องค์ความรู้ในการใช้ประโยชน์จากพืชพรรณได้รับการถ่ายทอดกันมาหลายชั่วอายุคนจนกลายเป็นวัฒนธรรมของชนแต่ละกลุ่มที่เรียกว่าภูมิปัญญาพื้นบ้าน (ชูศรี ไตรสนธิ และ ปรีทศน์ ไตรสนธิ, 2543) โดยส่วนใหญ่เป็นไม้ยืนต้น ทั้งนี้พบว่าพืชสมุนไพรยังมีบทบาทในการดูแลการศึกษาวิจัย เพื่อประโยชน์แก่ชุมชนในอนาคต พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ถูกเก็บจากป่า เก็บตามหมู่บ้าน บางชนิดหายากและเริ่มหมดไป

การใช้พืชเป็นอาหารและยาในการดูแลสุขภาพ ใช้เป็นที่อยู่อาศัย ในวิถีชีวิตตามวัฒนธรรมและใช้ในพิธีกรรม ในด้านการรักษาอาการเจ็บป่วยได้อาศัยพืชสมุนไพรท้องถิ่น หรือบริการของหมอพื้นบ้านโดยการใช้สมุนไพรของหมอพื้นบ้านอาศัยยาธรรมชาติได้แก่ ต้นไม้ในป่าเป็นส่วนใหญ่โดยอาศัยองค์ความรู้ที่สืบทอดกันมา สร้างเป็นยาขึ้นและมีความยั่งยืนมาจนปัจจุบันทั้งนี้พืชสมุนไพรที่ใช้ประกอบเป็นยาในท้องถิ่น องค์ความรู้ในการใช้พืช และตัวพืชซึ่งได้แก่ชนิดและส่วนที่ใช้เป็นยาแต่จากกระแสการหันกลับมาสู่ธรรมชาติ พบว่ามนุษย์ได้หันมาใช้วิถีธรรมชาติบำบัดในการดูแลสุขภาพถึงร้อยละ ๘๐ ดังนั้น พบว่ามีการพัฒนาผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรอย่างต่อเนื่อง นอกเหนือจากการตัดไม้ทำลายป่า เพื่อสร้างที่อยู่อาศัย ดังนั้น การสำรวจพืชให้คงอยู่แก่รุ่นลูกหลานจึงต้องพิจารณาปัจจัย พืชสมุนไพรและองค์ความรู้ในการใช้พืชสมุนไพรในชุมชน

### การจำแนกพืชสมุนไพร

มีผู้จำแนกพืชสมุนไพรไว้หลากหลาย ดังนี้

สถาบันการแพทย์แผนไทย (บังอร เลิศสกุลจินดา, 2550) ได้จำแนกพืชผักพื้นบ้านโดยอาศัยภูมิปัญญาของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องตามระบบคิดของชาวบ้านร่วมกับนักวิชาการ ซึ่งจำแนกออกได้ ดังนี้

1. การจำแนกตามลักษณะพืช ได้แก่
  - 1.1 ไม้ยืนต้น มักใช้ประโยชน์จากยอดผัก ผล ดอกหรือใช้ใบเพื่อประโยชน์ใช้สอย
  - 1.2 ไม้เลื้อยหรือไม้เถา มักใช้ยอดอ่อนมาทำอาหาร
  - 1.3 ไม้พุ่ม ไม้ลำต้นเล็ก ๆ มักกินยอดอ่อน

- 1.4 ไม้ล้มลุก เป็นพืชที่ไม่มีเนื้อไม้ ลำต้นอ่อน อายุสั้น ได้แก่ ผักชนิดต่าง ๆ ที่ใช้กินยอด ใบ และหัว
- 1.5 หญ้าหรือวัชพืช นำมาทำอาหารได้ เช่น ผักชีขวง ผักคราดหัวแหวน ผักโขม
2. การจำแนกตามแหล่งที่อยู่ ได้แก่
  - 2.1 พืชผักในดง เช่น ตาว หวาย เป็นต้น
  - 2.2 พืชผักในป่าละเมาะ เช่น ผักหวานป่า ไม้ไผ่ เห็ด เป็นต้น
  - 2.3 พืชผักตามทุ่งนา เช่น ถั่ว ผักบุ้ง ผักแว่น ผักอีฮิน เป็นต้น
  - 2.4 พืชผักตามหนองน้ำ เช่น ผักปุมปลา สันตะวา เป็นต้น
  - 2.5 พืชผักริมห้วยริมน้ำ เช่น ผักกุ่มน้ำ ผักกูด เป็นต้น
  - 2.6 พืชผักสวนครัว เช่น พริก มะเขือ หอม เป็นต้น
3. การจำแนกตามคุณลักษณะ พืชในแต่ละท้องที่พบว่า ชื่อที่ตั้งขึ้นมานั้นจะบ่งชี้ถึงคุณลักษณะของพืชไม่ด้านใดก็ด้านหนึ่ง ได้แก่
  - 3.1 ด้านรสชาติ เช่น ผักหวาน (หวาน) เพี้ยฟาน (ขม) เป็นต้น
  - 3.2 ด้านกลิ่น เช่น ชะอม ผักคาวตอง กล้วยตดหมา (กระพังโหม) เป็นต้น
  - 3.3 ด้านตามลักษณะ เช่น เถาคัน ผักหนาม เห็ดหูหนู เป็นต้น
  - 3.4 ด้านตามสีสัน เช่น กระจับแดง ฟักเขียว ฟักทอง เห็ดแดง เป็นต้น
  - 3.5 ด้านแสดงแหล่งที่มา เช่น ผักกระเฉด มะกอกป่า เห็ดฟาง เป็นต้น
  - 3.6 ด้านลักษณะการใช้ประโยชน์ เช่น น้ำเต้า เป็นต้น
4. การจำแนกตามลักษณะใบของพืชแบ่งได้ 2 พวก คือ
  - 4.1 ใบเดี่ยว เป็นใบที่มีตัวใบเพียงใบเดียวติดอยู่กับก้านใบหนึ่งก้านที่แตกออกจากลำต้นหรือกิ่ง เช่น กล้วย ข้าวปลู ตำลึง บวบก เป็นต้น
  - 4.2 ใบประกอบ เป็นใบที่ประกอบด้วยตัวใบหรือใบเล็ก ๆ หลายใบติดอยู่กับก้านใบหนึ่งก้าน เช่น ชีเหล็ก ชะอม มะขาม มะรุม สะเดา เป็นต้น
5. การจำแนกตามลักษณะของดอกของพืช แบ่งได้เป็น 2 พวก คือ
  - 5.1 ดอกเดี่ยว เป็นดอกที่มีดอกเดียวติดอยู่บนก้านดอกหนึ่งก้าน เช่น แตงกวา พริก ฟักทอง มะเขือ มะระขึ้นก เป็นต้น
  - 5.2 ดอกช่อ เป็นดอกที่มีดอกย่อยหลายดอกติดอยู่บนก้านดอกหนึ่งก้าน เช่น กล้วย ชีเหล็ก สะเดา เป็นต้น
6. การจำแนกตามลักษณะผลของพืชผักพื้นบ้าน แบ่งได้ 2 พวก คือ
  - 6.1 ผลเดี่ยว เป็นผลที่เกิดจากดอกที่มีรังไข่เดี่ยว เช่น แตงกวา พริกมะเขือ มะนาว มะละกอ เป็นต้น
  - 6.2 ผลรวม เป็นผลที่เกิดจากรังไข่หลายรังไข่ เช่น ขนุน มะเดื่อ สับปะรด เป็นต้น

## ส่วนต่าง ๆ ของพืชที่ใช้ทำยา

พืชต่าง ๆ นั้น หมอจะเลือกนำมาใช้ทำยาตามสรรพคุณที่มีในแต่ละส่วนของพืช ซึ่งมีเสมอกันบ้าง ไม่เสมอกันบ้าง ท่านจำแนกส่วนต่าง ๆ ของพืชเป็นหลักไว้ 5 ส่วน คือ

ราก เป็นส่วนของต้นไม้ที่ต่อจากลำต้นหรือเหง้า ทำหน้าที่ดูดอาหารมาเลี้ยงลำต้น และช่วยค้ำจุนต้นไม้ให้ทรงตัวอยู่ได้ พืชบางชนิดรากจะพองออกเป็นที่ยึดอาหาร เรียกว่า หัว รากมีทั้ง รากใต้ดิน เช่น รากมะนาว รากบนดิน เช่น รากมะพร้าว รากอากาศ เช่น รากบอระเพ็ด เป็นต้น (สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2540)

ต้น เป็นส่วนโครงสร้างหลักของต้นไม้ ทำหน้าที่ค้ำจุน และลำเลียงอาหารไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของต้นไม้ มีทั้งลำต้นบนดิน เช่น ต้นข่อย และ ลำต้นใต้ดิน เรียกว่า เหง้า เช่น เหง้าข่า

ใบ เป็นส่วนที่ทำหน้าที่ผลิตอาหารให้ต้นไม้ทั่วไปมีลักษณะเป็นแผ่นแบน ๆ สามารถหลุดร่วงออกจากต้นได้ตามอายุ มีรูปร่างลักษณะต่าง ๆ

ดอก เป็นส่วนที่ใช้ในการสืบพันธุ์ของต้นไม้ตามวงจรปกติ

ลูกหรือฝัก เป็นส่วนที่ได้จากการผสมพันธุ์ของดอก ทำหน้าที่แพร่พันธุ์ตามวงจรปกติ โดยเมล็ดที่อยู่ในผล

## พืชสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรค

วันดี กฤษณพันธ์ (2539) ได้กล่าวไว้ว่าสมุนไพรที่กระทรวงสาธารณสุขแนะนำให้ปลูกเพื่อใช้ในงานสาธารณสุขมูลฐานสำหรับรักษาอาการของโรคต่าง ๆ มีดังนี้

1. สมุนไพรเพื่อรักษากลุ่มโรค/อาการเจ็บป่วยในระบบทางเดินอาหาร หมายถึง อาการของโรคกระเพาะอาหาร อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ ท้องผูก ท้องเสีย คลื่นไส้ อาเจียน โรคพยาธิ ปวดฟัน เบื่ออาหาร พืชสมุนไพรที่ใช้บำบัดรักษา เช่น กระเทียม กลัวยน้ำว่า กระเพรา ขมิ้นชัน ขิง ตะไคร้ ฟ้าทะลายโจร มะขาม มะนาว สะเดาบ้าน แห้วหมู ฯลฯ

2. สมุนไพรเพื่อรักษากลุ่มโรค/อาการเจ็บป่วยในระบบทางเดินหายใจ หมายถึง อาการไอ มีกลิ่นปาก พืชสมุนไพรที่ใช้บำบัดรักษา เช่น ขิง ฝรั่ง มะนาว มะแว้งต้น ฯลฯ

3. สมุนไพรเพื่อรักษากลุ่มโรค/อาการเจ็บป่วยในระบบทางเดินปัสสาวะ หมายถึง อาการขัดเบา พืชสมุนไพรที่ใช้บำบัดรักษา เช่น กระเจี๊ยบแดง ตะไคร้ สับประรด หญ้าคา ฯลฯ

4. สมุนไพรเพื่อรักษากลุ่มโรคผิวหนัง หมายถึง อาการกลาก เกื้อื้อน แผลไฟไหม้ ฝี แผลพุพอง อาการแพ้ ลมพิษ แผลงัดต่อย พืชสมุนไพรที่ใช้บำบัดรักษา เช่น กระเทียม ข่า ตำลึง บัวบก พลู วานหางจระเข้ เสดดพังพอน ฯลฯ

5. สมุนไพรเพื่อรักษากลุ่มโรค/อาการเจ็บป่วยอื่น ๆ หมายถึง อาการเคล็ด ขัด ยอก นอนไม่หลับ อาการไข้ โรคเหา บาดแผล พืชสมุนไพรที่ใช้บำบัดรักษา เช่น ขี้เหล็ก น้อยหน่า ไพล ฟ้าทะลายโจร สาบเสือ ฯลฯ

สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน เล่มที่ 21 ได้กล่าวไว้ว่า พืชสมุนไพรในตำรายาไทยมีหลายร้อยชนิด นำมาเป็นตัวอย่างเพียงบางชนิด แยกกลุ่มพืชที่ใช้บำบัดโรคต่าง ๆ ดังนี้

1. กลุ่มพืชสมุนไพรที่ใช้แก้ไข้และขับปัสสาวะ เช่น เปลือกพญาสัตบรรณหรือตีนเป็ด ใบหนาด ราก เปลือก และใบขลุ่ เกาบบระเพ็ด ราก เหง้าและใบหญ้าคา ผลน้ำเต้า
2. กลุ่มพืชสมุนไพรที่ใช้แก้ท้องเสีย เช่น เนื้อไม้สีเสียดหรือสีเสียดเหนือ ใบและผลมะตูม เปลือก ประดู่บ้าน เหง้าไพล เหง้าและรากกระชาย ราก เปลือก เนื้อไม้ ใบและดอกแก้ว
3. กลุ่มพืชสมุนไพรที่ใช้เป็นยาระบายและขับพยาธิ เช่น ผลดิบมะเกลือ เมล็ดเถาเล็บมีอนาง เมล็ดสะแกนา เมล็ดฝักทองแห้ง เนื้อในเมล็ดมะขาม
4. กลุ่มพืชสมุนไพรที่ใช้เป็นยาขับลม เช่น เหง้าขิงแก่ เหง้าว่านน้ำ เหง้าข่า ผลพริกไทย ต้นตะไคร้
5. กลุ่มพืชสมุนไพรที่ใช้แก้ไข้และขับปัสสาวะ เช่น ใบชุมเห็ดเทศ ใบดอก และเมล็ดเทียนบ้าน รากและใบทองพันชั่ง น้ำยางสบู่ดำ เมล็ดทองกราว หัวหรือกลีบกระเทียม

โครงการวิจัยปลูกและรวบรวมพันธุ์พืชสมุนไพร เกษตรมหิดล ได้จำแนกสรรพคุณสมุนไพรตามอาการของโรคไว้ ดังนี้

1. สมุนไพรขับพยาธิ ยาถ่าย ยาระบาย เช่น คูณ ชุมเห็ดเทศ พับทิม มะเกลือ แมงลัก มะขามแขก มะระขี้นก เล็บมีอนาง ว่านหางจระเข้ และสลัดได ฯลฯ
2. สมุนไพรแก้ท้องเสีย แก้บิด เช่น ขมิ้นเครือ มังคุด มะตูม หว่า เป็นต้น
3. สมุนไพรขับประจำเดือน ขับเลือด เช่น กะทือ เพกา ไพล ยอ เป็นต้น
4. สมุนไพรขับปัสสาวะ เช่น กระเจี๊ยบแดง ขลุ่ ตะไคร้ เตยหอม เป็นต้น
5. สมุนไพรยาหอมบำรุงหัวใจ กระตุ้นหัวใจ เช่น กฤษณา กระดังงา บัวหลวง พะยอม พิกุล มะลิลา ลำดวน สารภี เป็นต้น
6. สมุนไพรลดไข้ แก้ไข้ เช่น กะทกรก แค บระเพ็ด ย่านาง เป็นต้น
7. สมุนไพรยาขมเจริญอาหาร เจริญอาหาร บำรุงธาตุ แก้ท้องอืดเฟ้อ เช่น กระเจี๊ยบมอญ ขี้เหล็ก ฟ้าทะลายโจร เพชรสังฆาต มะรุม ยี่หระ สะระแหน่ เป็นต้น
8. สมุนไพรขับลม เช่น กระเพรา ขมิ้นชัน ขิง ข่าพลู ดีปลี พลู เป็นต้น
9. สมุนไพรแก้โรคผิวหนัง กลาก เกื้ออื่น เชื้อรา เริม ไวรัส งูสวัด โรคเรื้อน เช่น ข่า ทองพันชั่ง แป๊ะตำปึง พิลังกาสา ว่านมหากาฬ เสลดพังพอน เป็นต้น
10. สมุนไพรฆ่าเหา หนอน แมลง ไส้แมลง เช่น ตะไคร้หอม เถาวัลย์เปรียง น้อยหน่า พริกไทย ยูคาลิปตัส สะเดาบ้าน หนอนตายหยาก เป็นต้น

กล่าวโดยสรุปว่า พืชสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรคหรืออาการเจ็บป่วยเบื้องต้นนั้น จำแนกสรรพคุณตามอาการของโรค คือ โรคในระบบทางเดินอาหาร โรคในระบบทางเดินหายใจ โรคในระบบทางเดินปัสสาวะ โรคผิวหนังและอาการเจ็บป่วยอื่น ๆ รวมทั้งการบำรุงรักษาสุขภาพทั่วไป

การใช้สมุนไพรเป็นอาหารและยา เป็นภูมิปัญญาในการใช้ประโยชน์จากต้นไม้อย่างคุ้มค่าในเรื่องของอาหารคนไทยรู้จักการปรุงและตกแต่งอาหารขึ้นชื่อระดับโลกประเทศหนึ่ง มีการใช้สมุนไพรและพืชผักเป็นอาหารอย่างหลากหลายเพราะความอุดมสมบูรณ์จึงมีวัตถุดิบมากมายหลายชนิดย่อมปรุงแต่งได้หลายรสชาติและสีสรร ต่อมาการไปหาผักจากป่าลำบากขึ้นจึงได้ นำพันธุ์พืชมาปลูกไว้รอบรั้วบ้าน เพราะฉะนั้นวัฒนธรรมการปลูกต้นไม้รอบ ๆ รั้วบ้านของคนไทยจึงมีมาตั้งแต่อดีต ต้นไม้รอบรั้วบ้านจึงเป็นสมุนไพรที่เป็นทั้งอาหารและยา เมื่อต้องการใช้ปรุงอาหารก็สามารถเก็บมาปรุงได้ตลอดเวลา โดยไม่ต้องไปหาในป่าอีกต่อไป จึงเป็นที่น่าภูมิใจภูมิปัญญาของไทยไม่ว่าจะเป็นผักพื้นบ้าน ผักริมรั้ว ล้วนแต่มีคุณค่าทางอาหารทั้งสิ้น เช่น กระถินมีโปรตีนสูง ตำลึงมีวิตามินเอสูง เป็นต้น (สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2542)

### หลักทั่วไปในการเก็บส่วนที่ใช้เป็นยาสมุนไพร แบ่งโดยส่วนที่ใช้เป็นยาดังนี้

1. ประเภทรากหรือหัว เก็บในช่วงที่พืชหยุดเจริญเติบโต ใบดอกร่วงหมดหรือในช่วงต้นฤดูหนาวถึงปลายฤดูร้อน เพราะเหตุว่าในช่วงนี้รากและหัว มีการสะสม ปริมาณของตัวยาไว้ค่อนข้างสูง วิธีการเก็บใช้วิธีขุดอย่างระมัดระวัง ตัวอย่างเช่น กระชาย กระเทียม ข่า เป็นต้น
2. ประเภทใบหรือเก็บทั้งต้น ควรเก็บในช่วง ที่เจริญเติบโตมากที่สุด หรือบางชนิดอาจ ระบุช่วงเวลา การเก็บชัดเจน เช่นเก็บใบไม่อ่อนหรือไม่แก่เกินไป (ใบเพสลาด) เก็บช่วงดอกตูม เริ่มบาน หรือช่วงที่ดอกบาน เป็นต้น การกำหนดเวลาที่เก็บใบเพราะช่วงเวลานั้น ใบมีตัวยามากที่สุด วิธีการ เก็บใช้วิธีเด็ด ตัวอย่างเช่น กระเพรา ขลุ่ ฝรั่ง ฟ้าทะลายโจร เป็นต้น
3. ประเภทเปลือกต้นและเปลือกราก เปลือกต้นโดยมากเก็บระหว่างช่วงฤดูร้อนต่อกับฤดูฝน เพราะมีปริมาณในพืชสูงและลอกออกง่าย สำหรับการลอกเปลือกต้นนั้นอย่าลอกเปลือกออกทั้งรอบต้น เพราะกระทบกระเทือนในการส่งลำเลียงอาหารของพืชอาจทำให้ตายได้ ทางที่ดีควรลอกจากส่วนกิ่งหรือแขนงย่อย ไม่ควรลอกออกจากลำต้นใหญ่ของต้นไม้ หรือจะใช้วิธีลอกออกในลักษณะครึ่งวงกลมก็ได้ ส่วนเปลือกรากเก็บในช่วงต้นฤดูฝนเหมาะสมที่สุด เนื่องจากการลอกเปลือกต้นหรือเปลือกรากเป็นผลเสียต่อการเจริญเติบโตของพืช
4. ประเภทดอก โดยทั่วไปเก็บในช่วงดอกเริ่มบาน แต่บางชนิดเก็บในช่วงดอกตูม เช่น กานพลู เก็บช่วงที่เปลี่ยนสีเขียวเป็นสีแดง เป็นต้น
5. ประเภทผลและเมล็ด พืชสมุนไพรบางอย่างเก็บในช่วงที่ผลยังไม่สุกดี เช่น ฝรั่ง เก็บผลอ่อนใช้แก้ท้องร่วงแต่โดยทั่วไปมักเก็บตอนผลแก่เต็มที่แล้ว ตัวอย่างเช่น มะแว้งต้น มะแว้งเครือ ดีปลี เมล็ดผักทอง เมล็ดชุมเห็ดไทย เมล็ดสะแก เป็นต้น นอกจากนี้ที่กล่าวมาแล้วตามการถ่ายทอดประสบการณ์ของแพทย์ไทยโบราณนั้น ยังมีการเก็บยาตามฤดูกาล วัน โมงยาม และทิศอีกด้วย เช่น ฤดูร้อนเก็บรากและ

แก่น ฤดูฝนเก็บใบ ดอก ลูก ฤดูหนาวเก็บเปลือก กระพี้ และเนื้อไม้ เป็นต้น อย่างไรก็ตามในที่นี้ขอแนะนำ ให้ใช้หลักการเก็บส่วนที่ใช้เป็นยาสมุนไพรดั่งข้างต้น นอกจากนี้การเก็บและการใช้สมุนไพรสามารถ เรียนรู้ได้จากหมอพื้นบ้านที่อยู่ในหมู่บ้าน ซึ่งมีประสบการณ์การเก็บยาและการใช้ยามาเป็นเวลายาวนาน วิธีการเก็บสมุนไพรที่ถูกต้องเหมาะสมนั้น โดยทั่วไปไม่มีอะไรสลับซับซ้อนประเภท ใบ ดอก ใช้วิธีเด็ดแบบ ธรรมดา ส่วนแบบราก หัว หรือเก็บทั้งต้น ใช้วิธีขุดอย่างระมัดระวังเพื่อให้ได้ส่วนที่เป็นยามากที่สุด สำหรับ เปลือกต้นหรือเปลือกรากเกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตของต้นพืช ดังนั้นจึงควรสนใจวิธีการเก็บดังที่ได้กล่าว มาแล้วข้างต้น

คุณภาพของยาสมุนไพรจะใช้รักษาโรคได้ดีหรือไม่นั้น ที่สำคัญอยู่ที่ช่วงเวลาเก็บสมุนไพรและ วิธีการเก็บแต่ยังมีปัจจัยอื่น ๆ ที่ยังต้องคำนึงถึงอีกอย่างคือ พื้นที่ปลูก เช่น ลำโพง ควรปลูกในพื้นที่ดินเป็น ด่าง ปริมาณของตัวยาคือสูง สาระแทนหากปลูกในที่ดินทรายปริมาณน้ำมันหอมระเหยจะสูง และยังมี ปัญหาทางด้านสภาพแวดล้อมในการเจริญเติบโต ภูมิอากาศ เป็นต้น ต่างก็มีผลต่อคุณภาพสมุนไพรทั้งนั้น ดังนั้น เราควรพิจารณาหาข้อมูลอย่างละเอียดถี่ถ้วนก่อนที่จะเก็บยาสมุนไพรมาใช้ในการรักษาโรค

### วิธีการเก็บสมุนไพรเพื่อใช้เป็นยา

ยาสมุนไพรเป็นส่วนประกอบที่ได้มาจากพืช สัตว์หรือแร่ธาตุ ตัวยาคือที่มีอยู่ในสมุนไพรจะมากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับ ปัจจัย หลายอย่าง แต่ที่สำคัญคือ “ช่วงเวลาเก็บสมุนไพร” การเก็บ ในช่วงเวลา ที่ไม่เหมาะสมจะมีผลต่อ ฤทธิ์การรักษา โรค ของยาสมุนไพรได้ นอกจากนี้ คำนึงถึงช่วงเวลา ในการเก็บยาเป็น สำคัญแล้วยังต้องคำนึงถึงว่าเก็บยาถูกต้นหรือไม่ ส่วนไหนของพืชที่ใช้เป็นยา เป็นต้น พื้นดินที่ปลูก อากาศ การเลือกเก็บส่วนที่ใช้เป็นยาอย่างถูกวิธีนั้นจะมีผลอย่างมากต่อประสิทธิภาพของยาที่จะนำมา รักษาโรค หากปัจจัยดังกล่าวเปลี่ยนไปปริมาณตัวยาคือที่มีอยู่ในสมุนไพรก็จะเปลี่ยนตามไปด้วยทำให้ยานั้น ไม่เกิดผลในการรักษาโรคได้

### วิธีการเตรียมยาสมุนไพร

เมื่อได้ส่วนของสมุนไพรที่พร้อมเป็นยาแล้ว เราควรทราบวิธีปรุงยาสมุนไพรเพื่อเป็นการเตรียมยา สมุนไพรให้มีรูปแบบที่เหมาะสมเป็นรูปแบบที่มีประสิทธิภาพในการรักษาโรค ใช้ได้สะดวก มีรสและกลิ่น ชวนรับประทาน รูปแบบยาสมุนไพรบางอย่าง เช่น ยาลูกกลอน ยาตอง ยังเป็นรูปแบบที่ช่วยให้เก็บ สมุนไพรไว้ใช้เป็นยาได้เป็นเวลานาน กรรมวิธีปรุงยาแผนโบราณที่ปรากฏในตำราแพทยศาสตร์สงเคราะห์ และตำราเวชศึกษาอันเป็น ตำราสำคัญของการแพทย์ของการแพทย์แผนไทย มีวิธีปรุงยาทั้งหมด 23 วิธี และเมื่อพ.ศ. 2510 กระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดวิธีการปรุง ยาแผนโบราณเพิ่มขึ้นอีก 1 วิธี รวมเป็น 24 วิธี ตัวอย่างเช่น ยาตำรา เป็น ผงแล้วปั้นเป็นลูกกลอน ยาตำเป็นผงแล้วบดให้ละเอียดละลายน้ำ

กระสายต่างๆกัน ยากัดด้วยเหล้าหรือแอลกอฮอล์หยดลงน้ำกิน เป็นต้น กรรมวิธีเหล่านี้บางวิธีใช้ในการเตรียมและการปรุงยาแผนปัจจุบันเช่นกัน วิธี การเหล่านี้เป็นวิธีการง่าย สามารถประยุกต์ใช้ด้วยตนเองได้ ตัวอย่างกรรมวิธีปรุงยาสมุนไพรที่ใช้บ่อย 6 วิธี มีดังนี้

**ยาขง** ยาขงเป็นรูปแบบที่มีการเตรียมคล้ายการชงชา โดยใช้น้ำเดือดใส่ลงในสมุนไพร โดยทั่วไปมักใช้สมุนไพรตากแห้งทำเป็นยาขง ส่วนของสมุนไพรที่ใช้เป็นยาอาจเป็นใบ กิ่ง ผล หรือเมล็ด หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ หรือบดเป็นผลหยาบผึ่งแดดให้แห้งบางชนิดมีการนำไปอบกลิ่นหอมก่อน ภาชนะที่ใช้ชงควรเป็นกระเบื้อง แก้ว หรือภาชนะเคลือบไม้ใช้ภาชนะโลหะ วิธีการชงทำได้โดยใช้สมุนไพร 1 ส่วน เติมน้ำเดือดประมาณ 10 ส่วน หรือตามปริมาณที่ระบุไว้ในตำรับยาบางตำรับอาจเติมน้ำตาลหรือน้ำผึ้ง ในการปรุงรสปิดฝาทิ้งไว้ 5 – 10 นาที ยาขงเป็นรูปแบบยาที่มีกลิ่นหอม ชวนดื่ม ดื่มง่าย ปัจจุบันมีการพัฒนาผลิตภัณฑ์ยาขง โดยการบรรจุในถุงกระดาษเหนียวปิดสนิท 1 ซอง ใช้ 1 ครั้ง พืชสมุนไพรที่ใช้รูปแบบยาขงมักเป็นพืชที่มีสรรพคุณไม่รุนแรง ใช้ดื่มตลอดวันแทนน้ำยาขงนิยมปรุงและดื่มทันที ไม่ทิ้งไว้นาน สมุนไพรที่ใช้เป็นยาขง เช่น ยาขงหญ้าหนวดแมว ยาขงชุมเห็ดเทศ เป็นต้น นอกจากนี้เครื่องดื่ม สมุนไพรหลายชนิด เช่น ขิง มะตูม แก้วฮวย เป็นต้น ก็ปรุงด้วยการชงเช่นเดียวกัน ยาขงเป็น วิธีการง่าย สะดวกและเป็นที่ยอมรับทั่วไป

**ยาต้ม** ยาต้มเป็นการปรุงยาสมุนไพรโดยใช้สมุนไพรแห้งหรือสด ต้มรวมกับน้ำส่วนของ สมุนไพรมีทั้งใบ ลำต้น แก่น เมล็ดและราก วิธีการเตรียมทำ ได้โดยหั่นหรือสับ สมุนไพรเป็นชิ้นเล็กพอดี ใส่ลงในหม้อดิน กระเบื้อง หรือภาชนะที่มีใช้โลหะ และใส่น้ำลงไปพอท่วมยาเล็กน้อย หากเป็นสมุนไพรแห้ง ให้แช่น้ำทิ้งไว้ สักครู่ สมุนไพรสด ไม่ต้องแช่น้ำ ใช้ไฟขนาดกลางต้มให้เดือด หลังจากเดือดแล้วให้ใช้ไฟอ่อน ควรคนยาสม่ำเสมอให้ยาไหม้ (การต้มยาไทยมักจะต้มแบบ 3 เอา 1 คือใส่น้ำ 3 ส่วน ของ ปริมาณที่ใช้และ ต้มให้เหลือ 1 ส่วน) ระยะเวลาของการต้มขึ้นอยู่กับส่วนของพืชสมุนไพร หากเป็นส่วนของใบ ดอก หรือกิ่งขนาดเล็ก ใช้เวลาต้ม 3-4 นาที หากเป็น ส่วนที่แข็ง เช่น รากหรือแก่นของลำต้นใช้เวลาต้ม 10 นาที ยาต้มไม่ทิ้งไว้ค้างคืน ต้มและรับประทานให้หมดภายในวันเดียวโดยทั่วไปมักแบ่งรับประทานเป็น 3 ครั้ง ก่อนอาหาร และวันรุ่งขึ้นค่อยเติมน้ำและต้มใหม่อีกครั้งหนึ่ง ยาไทยสมัยก่อนนิยมต้มในหม้อดิน และปากหม้อยาใช้ใบตองสด หรือผ้าขาวบางปิดหม้อยาประมาณครึ่งหนึ่ง เพื่อความสะอาดในการรินยา และที่หม้อยาจะมี“เฉลว” ซึ่งทำด้วยไม้ไผ่จักเป็นดอกและสานเป็นรูปคล้ายดาวเพื่อป้องกันของร้าวไม่ให้มารบกวน บางทีก็มีการใส่เหรียญสลึงไว้ที่ปากหม้อเมื่อคนไข้หายแล้วก็จะนำเงินนี้มาซื้อของทำบุญเพื่ออุทิศส่วนกุศลให้เจ้าของตำรานั้น



**ยาดอง** เป็นยาที่ใช้สารละลายหลายชนิด เช่น เหล้า น้ำมะกรูด น้ำส้ม เป็นต้น แช่สมุนไพรแบบเย็น ในที่นี้จะแนะนำเฉพาะยาดองเหล้า ซึ่งเป็นรูปแบบที่ใช้บ่อย การปรุงยาทำได้โดยนำส่วนของสมุนไพร ที่ใช้เป็นยามาบดเป็นผงหยาบและห่อด้วยผ้าขาวบางหลวม ๆ เพื่อยาพองตัวเวลาอมน้ำ ถ้าหากเป็นรากหรือแก่นของต้นไม้ให้ผานเป็นชิ้นบาง ๆ เท่าๆ กัน เพื่อให้ น้ำเหล้าซึมเข้าสู่ยาได้อย่างทั่วถึง ภาชนะที่ใช้สำหรับเตรียมยาดองเหล้าควรใช้โถกระเบื้องหรือขวดโหลแก้วที่มีฝาปิดสนิท เมื่อใส่ยาลงภาชนะ เรียบร้อย แล้วให้เท่า น้ำเหล้าให้ท่วมยา ตั้งทิ้งไว้ 1 สัปดาห์ และคนยาให้ทั่ววันละ 1 ครั้ง ยาดองเหล้าเป็นยาที่ค่อนข้างแรง ปริมาณที่ใช้มีน้อยกว่ายาต้ม และห้ามใช้กับผู้ป่วย โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ หลัยมัธยม และผู้ที่แพ้เหล้า

**ยาผง** ยาผงปรุงจากส่วนของพืชสมุนไพร บดละเอียดเป็นผงชนิดเดียวหรือ หลายชนิดผสมกัน ยาแผนโบราณหลายตำรับปรุงเป็นยาผง เช่น ยาหอม ยาเขียว เป็นต้น เวลารับประทานมักจะใช้กับ น้ำกระสายยา ซึ่งน้ำกระสายยาอาจเป็นน้ำสุก น้ำดอกมะลิ น้ำชาข้าว น้ำมะนาว น้ำมะกอก เป็นต้น

**ยาลูกกลอน** การปรุงยาลูกกลอนทำได้โดยเอาส่วนของสมุนไพรมาหั่นเป็นแว่นบาง ๆ ผึ่งแดดให้แห้ง บดเป็นผงละเอียด และน้ำผงมาผสมกันน้ำผึ้ง (น้ำผึ้งที่ใช้ปั้นลูกกลอนมักต้มให้ร้อนเพื่อขจัดสิ่งสกปรกออกก่อน) อัตราส่วนผสมระหว่างผงสมุนไพรต่อน้ำผึ้งเท่ากับ 1-2 ส่วน : 1 ส่วน ทั้งนี้ขึ้นกับลักษณะของผงสมุนไพรคล้ายยาให้กลมกลืนประมาณว่าผงสมุนไพรที่ผสมน้ำผึ้งแล้วไม่ติดมือเป็นใช้ได้ จากนั้นปั้นก้อนกลมขนาดเท่าปลายนิ้วก้อย (เส้นผ่าศูนย์กลาง 0.8 เซนติเมตร) หรืออาจใช้รางไม้ปั้นเป็นลูกกลอนก็ได้จากนั้นจึงเอาไปอบแห้งหรือตากแดดจัด 1-2 วัน และบรรจุภาชนะที่ปิดมิดชิดและสะอาด

นอกจากกรรมวิธีปรุงยาดังกล่าวแล้ว ยาสมุนไพรยังปรุงได้อีกหลายวิธี เช่น การต้ม การผก การเตรียมเป็นยาประคบ การหุงด้วยน้ำมัน เป็นต้น การเลือกกรรมวิธีปรุงยาที่เหมาะสมจะทำให้สมุนไพรออกฤทธิ์ได้เต็มที่ส่งผลต่อการรักษาความเจ็บป่วยได้อย่างถูกต้อง

## แนวคิดเรื่องภูมิปัญญา

วิถีการดำเนินชีวิต คือ หนทางของการดำเนินชีวิตที่บุคคลประพฤติปฏิบัติในกิจวัตรประจำวัน ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าวิถีชีวิตคือการดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคลที่จะต้องมามีกิจกรรมที่จะต้องทำในแต่ละวัน วิถีชีวิตของแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกันไปอาจมีบางส่วนที่มีความคล้ายคลึงกันบ้าง วิถีชีวิตนั้นรวมเอาชีวิตความเป็นอยู่ขนบธรรมเนียมประเพณีวัฒนธรรม การละเล่น อาชีพ รวมทั้งการดำเนินชีวิตประจำวันตั้งแต่ต้นจนกระทั่งนอนหลับการดำเนินชีวิตดังกล่าวจะเป็นในลักษณะที่เรียกว่ามีความเป็นอยู่ดีนั้นมนุษย์ย่อมจะต้องอาศัย “ภูมิปัญญา” มาช่วยซึ่งอาจมาจากการลองผิดลองถูกจากประสบการณ์หรือได้รับการถ่ายทอดมาแล้วนำมาปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเพื่อให้เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตของตนเอง ในการปรับตัวของชาวบ้านให้เข้ากับธรรมชาติที่เปลี่ยนแปลงไปในทางเสื่อมโทรมหรือภาวะเศรษฐกิจที่ทำให้ชุมชนชนบทล่มสลายนั้น ชาวบ้านมีสติปัญญาความสามารถและมีภาวะสร้างสรรค์

สามารถแก้ไขปัญหาและดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างน่าสรรเสริญ ถ้าจะใช้คำกลางๆเพื่อเรียกขานความรู้ความสามารถนี้ว่า “ภูมิปัญญา” ก็คงจะเหมาะสมแก่บริบท ในปัจจุบันภูมิปัญญาที่สั่งสมและสืบสานวิวัฒนกันมาหลายต่อหลายชั่วคนนี้เป็นที่มาของวิถีชีวิตความสันตจิตต์ชัดเจน ขนบธรรมเนียมความเชื่อศาสนา วิถีทำมาหากินและศาสตร์ศิลป์นานับการและโดยมีสังคมมนุษย์ได้มีการแลกเปลี่ยนสร้างสรรค์ทางวัฒนธรรมกันระหว่างคนต่างชุมชนต่างวัฒนธรรมต่างภาษา การแลกเปลี่ยนจึงก่อให้เกิดการเพิ่มพูนและความหลากหลายในภูมิปัญญาตลอดมา

ภูมิปัญญาคือแกนหลักของการมองชีวิตการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขซึ่งมีความหมายทั้งในแง่ของปัจเจกบุคคลและในแง่ของสังคมหมู่บ้านที่ไม่ใช่ปัจเจกบุคคลในลักษณะของจิตนิยมแต่เป็นปัจเจกบุคคลที่เป็นเอกภาพกับสังคมหมู่บ้านการอธิบายชีวิตของชาวบ้านเกี่ยวเนื่องไปถึงครอบครัวเครือญาติสิ่งแวดล้อมการทำมาหากินและอื่นๆ (วิชิต นันทสุวรรณ, 2541)

ภูมิปัญญาคือความรู้ความคิดความเชื่อความสามารถความชัดเจนที่กลุ่มชนได้จากประสบการณ์ที่สั่งสมไว้ใน การปรับตัวและดำรงชีพในระบบนิเวศหรือสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมทางสังคมและวัฒนธรรมที่ได้มีพัฒนาการสืบสานกันมา ภูมิปัญญาเป็นผลของการใช้สติปรับตัวกับสภาวะต่างๆในพื้นที่ที่กลุ่มชนนั้นตั้งหลักแหล่งถิ่นฐานอยู่และได้แลกเปลี่ยนสร้างสรรค์ติดต่อสัมพันธ์กันแล้วรับเอาหรือปรับเปลี่ยนนำมาสร้างประโยชน์ทางสังคมและวัฒนธรรมของกลุ่มชนนั้น ภูมิปัญญาจึงมีทั้งภูมิปัญญาอันเกิดจากประสบการณ์ในพื้นที่ภูมิปัญญาที่มาจากภายนอกและภูมิปัญญาที่ผลิตใหม่หรือผลิตซ้ำเพื่อการแก้และการปรับตัวให้สอดคล้องกับความจำเป็นและการเปลี่ยนแปลง (เอกวิทย์ ณ ถลาง, 2544) โดยมนุษย์ค่อยๆเรียนรู้ปัญหาเพื่อแก้ไขมีการวิเคราะห์ไปเรื่อยๆ ว่าสามารถทำให้ตนดำรงอยู่ได้หรือไม่มีการทดลองทำและเมื่อพบในสิ่งที่สามารถแก้ปัญหาก็ดีที่สุดในที่สุดจึงยอมรับภูมิปัญญานั้นซึ่งภูมิปัญญาสะท้อนออกมาใน 3 ลักษณะที่ใกล้ชิดกัน (สามารถ จันทรสุรย์, 2533) คือ

- 1) ความสัมพันธ์ระหว่างคนกับโลกสิ่งแวดล้อมสัตว์พืชธรรมชาติ
- 2) ความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ที่ร่วมกันในสังคมหรือในชุมชน
- 3) ความสัมพันธ์กับสิ่งศักดิ์สิทธิ์สิ่งเหนือธรรมชาติสิ่งที่ไม่สามารถสัมผัสได้

ทั้ง 3 ลักษณะนี้คือสามมิติของเรื่องเดียวกันคือชีวิตของชาวบ้านที่สะท้อนออกมาถึงภูมิปัญญาในการดำเนินชีวิตอย่างมีเอกภาพหรือสามมูมของรูปสามเหลี่ยมภูมิปัญญาจึงเป็นรากฐานในการดำเนินชีวิตของชาวบ้าน

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เสาวภา พรศิริพงษ์ (2538) เห็นว่าหากไม่มีการพัฒนาการใช้สมุนไพร และรักษาภูมิปัญญาดั้งเดิมของชุมชนไว้เป็นมรดกของชาติ คงเกิดการสูญหายไปของความหลากหลายทางภูมิปัญญา และสมุนไพรในท้องถิ่น และเสนอว่าควรมีแนวทางในการพัฒนาสมุนไพร และภูมิปัญญาในท้องถิ่นเพื่อส่งเสริม ป้องกัน และรักษาโรค โดยหนึ่งในแนวทางนั้นได้เสนอให้มีการรณรงค์ให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้สมุนไพรในการ

พึ่งตนเองในการดูแลสุขภาพ และรักษาโรค เพื่อลดการพึ่งพาแผนปัจจุบัน และลดภาระของการที่ผู้ป่วยที่ไปแออัดกันที่โรงพยาบาล และเร่งให้การศึกษาแก่ประชาชนให้ตระหนักถึงความสำคัญของวัฒนธรรมอาหาร และยาของไทย ความหลากหลายทางชีวภาพ และเพื่อการอนุรักษ์ การใช้ประโยชน์ และการพัฒนาที่ยั่งยืน

เยาวภา บุญญานุกภาพ (2540) ศึกษาถึงความรู้เกี่ยวกับการบริโภคในตลาดเทศบาลนครเชียงใหม่ เป็นการศึกษถึงการนำส่วนต่าง ๆ ของพืชผักพื้นบ้านไปใช้เพื่อการบริโภค การนำไปใช้ประโยชน์เพื่อเป็นยาสมุนไพรและการใช้ในประเพณีความเชื่อและพิธีกรรมต่างๆ ของคนในจังหวัดเชียงใหม่

วัชรีย์ ประชาศรัยสรเดช (2543) ได้ทำการสำรวจรวบรวมพืชสมุนไพรพื้นบ้านทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือตั้งแต่ปี 2537 จนถึงปี 2540 รวบรวมตัวอย่างได้มากกว่า 600 ตัวอย่าง ศึกษาหาชื่อวิทยาศาสตร์ได้ 300 ชนิด จัดเก็บตัวอย่างแห้งไว้พิพิธภัณฑ์พืช ณ อาคารพิพิธภัณฑ์พืชสิรินธร กลุ่มงานพฤกษศาสตร์ กองพฤกษศาสตร์และวัชพืช กรมวิชาการเกษตร

บรรณารักษ์ ปันพระส (2545) ได้ทำการสำรวจและเก็บรวบรวมพืชสมุนไพรบริเวณหมู่บ้านนาขวาง อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน พบพืชที่ใช้ประโยชน์ 216 ชนิด โดยจัดอยู่ใน 79 วงศ์ 164 สกุล พืชทั้งหมดได้นำไปใช้เป็นส่วนผสมในการปรุงยาเพื่อรักษาอาการต่าง ๆ ทั้งสิ้น 140 ชนิด ซึ่งสามารถจัดแบ่งได้เป็น 8 กลุ่มตามสรรพคุณ วิธีการใช้ประโยชน์ที่นิยมมากที่สุด คือ การต้มน้ำดื่ม รองลงมาคือ การแช่น้ำดื่มและการบดหรือฝนผสมน้ำดื่ม เมื่อนำมาเปรียบเทียบกับตำราสมุนไพร-ไทย พบว่าพืช 35 ชนิดมีการนำมาใช้ประโยชน์เหมือนกัน 88 ชนิดนำมาใช้ประโยชน์ต่างกัน และอีก 93 ชนิดยังไม่พบข้อมูลว่ามีการนำมาใช้ประโยชน์

สะปิยะห์ แมงสาโมง (2547) ได้ศึกษาการใช้ผักพื้นบ้านเป็นอาหารและยาของชาวบ้านอำเภอเวียง จังหวัดนราธิวาส โดยมุ่งศึกษาการใช้ผักพื้นบ้านเป็นอาหารและยาของชาวบ้านอำเภอเวียง จังหวัดนราธิวาส โดยมุ่งศึกษาในประเด็นการใช้พืชผักพื้นบ้านเป็นอาหารและการใช้พืชผักพื้นบ้านเป็นยา ผลจากการศึกษาสรุปได้ว่า การใช้พืชผักพื้นบ้านเป็นยามีทั้งที่เป็นพืชยืนต้น พืชล้มลุก และพืชไม้เลื้อยและอื่น ๆ ส่วนใหญ่พืชเหล่านี้ได้นำมาใช้ 2 ลักษณะ คือ การนำไปใช้ในรูปสมุนไพรเดี่ยวและสมุนไพรตำรับ พืชยืนต้นที่ชาวบ้านนำมาใช้เป็นยา เช่น ขี้เหล็ก จำปูน ตีนเป็ด เป็นต้น พืชล้มลุกที่ชาวบ้านนำมาใช้เป็นยา เช่น กระจ่างป่า กระจ่าง แก้วหน้าม้า ขมิ้นเป็นต้น พืชไม้เลื้อยและอื่น ๆ เช่น พริกไทย พลู หัวร้อยรู หยอดทอง ตัวผู้ เป็นต้น

ลระอ อิตสนิท (2547) พบว่ามีพืชพื้นบ้านจำนวน 35 ชนิด และ 22 วงศ์ โดยคนในชุมชนนำไปใช้ประโยชน์ เป็นพืชอาหารและพืชสมุนไพร ซึ่งไม้ป่าที่คนนิยมนำมาบริโภคและนิยมนำมาทำเป็นสมุนไพรกันมาก ได้แก่ มะเขี๋ยง เพกา และเพลี่ยพาน

อภิชา อยู่สมบูรณ์และคณะ (2551) ทำการศึกษาและรวบรวมองค์ความรู้ ภูมิปัญญาเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์พรรณพืชของชุมชนกระหำงบ้านโป่งลึกและบ้านบางกลอย ตำบลห้วยแม่เพรียง อำเภอกำแพงแสน จังหวัดเพชรบุรี พบพรรณไม้ที่มีการใช้ประโยชน์จำนวนอย่างน้อย 293 ชนิด เป็นชนิดที่ใช้

เป็นยารักษาโรคหรือยาบำรุงร่างกาย 181 ชนิด ใช้เป็นอาหาร 121 ชนิด ใช้สอยในชีวิตประจำวัน 41 ชนิด ใช้ในพิธีกรรมและประเพณี 6 ชนิด ซึ่งบางชนิดสามารถใช้ประโยชน์ได้หลายประเภท

สมเด็จ จ่าปีและคณะ (2551) ได้ทำการศึกษาวิจัยความหลากหลายทางชีวภาพในท้องที่ป่า กุดจับ เทือกเขาภูพานน้อย จังหวัดอุดรธานี จากการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูลพืชสมุนไพรโดยการ สัมภาษณ์และเดินสำรวจร่วมกับผู้รู้ชุมชน ได้พืชสมุนไพรทั้งหมด 26 ชนิด ใน 15 สกุล 14 วงศ์

รัชณี เพ็ชรช้าง (2552) ได้ศึกษาการใช้ประโยชน์ความหลากหลายทางชีวภาพของพืชสมุนไพร ที่ใช้เป็นอาหารตามเส้นทางท่องเที่ยวเชิงนิเวศภูพานพ้อ อุทยานแห่งชาติลำน้ำน่าน จังหวัดอุดรดิษฐ์ โดย ใช้การวิจัยเชิงสำรวจและการวิจัยเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์เชิงลึกและการสนทนากลุ่ม ผลการศึกษา พบว่า พืชสมุนไพรที่พบมีจำนวน 28 วงศ์ 37 สกุล 41 ชนิด วงศ์ที่พบมากที่สุดคือ Zingiberaceae มี 4 ชนิด รองลงมาคือ Euphorbiaceae มี 3 ชนิด ส่วน Araceae, Asteraceae, Compositae, Gamineae, Caesalpiniaceae, Cucurbitaceae, Menispermaceae และ Musaceae พบวงศ์ละ 2 ชนิด โดยในพื้นที่ ระดับความสูงประมาณ 104-154 เมตร ร.ท.ก. จะพบพืชสมุนไพรมากที่สุด การศึกษาการใช้ประโยชน์พืช สมุนไพรเพื่อเป็นยารักษาโรคพบว่า มีทั้งหมด 33 สูตร ทั้งแบบชนิดเดียวหรือหลายชนิดผสมกันเป็นสูตรยา โดยสูตรยาส่วนใหญ่ใช้ตำมด้มมากที่สุด 19 สูตร การนำมาใช้ประกอบอาหารทั้งหมด 16 สูตร และชาวบ้าน ยังได้จัดสวนสมุนไพรทำเป็นแหล่งเรียนรู้สำหรับชุมชน และกิจกรรมสำหรับการท่องเที่ยวแบบโฮมสเตย์ บ้านน้ำลี