

## การจัดการภูมิปัญญาพืชสมุนไพรเพื่อดูแลสุขภาพ หญิงหลังคลอดในชุมชนแห่งหนึ่ง ในจังหวัดบุรีรัมย์

### Folk Wisdom Management of Herbs for Postpartum Women's Healthcare in Communities in Buriram Province

ฐพัชร์ คັນศร

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น, จังหวัดบุรีรัมย์

Thapach Kansorn

Western University, Buriram province

Received 2023 Jul 15, Revised 2023 Sep 11, Accepted 2023 Oct 24

DOI: xxxxxx

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาบริบทชุมชน และรูปแบบการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น ด้านการดูแลสุขภาพและการใช้ประโยชน์จากสมุนไพร เลือกศึกษาในพื้นที่ที่มีการใช้สมุนไพรอย่างแพร่หลาย ได้แก่ พื้นที่ชุมชนบ้านสวน ชุมชนบ้านสวายจิก จังหวัดบุรีรัมย์ เก็บข้อมูลระหว่าง เดือน ตุลาคม 2563 ถึง เมษายน 2564 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ซึ่งประกอบไปด้วย ประชาชนด้านสมุนไพร หมอยาพื้นบ้าน และเครือข่ายที่ได้รับการถ่ายทอดทางภูมิปัญญาในด้านสมุนไพร จำนวน 20 คน และหญิงหลังคลอดที่มีประสบการณ์การใช้สมุนไพรจำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก การสนทนากลุ่มและแบบสอบถามปลายเปิด โดยเนื้อหาของแบบสอบถามประกอบด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านด้านการดูแลสุขภาพ บนพื้นฐานแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง บริบทชุมชน รูปแบบการใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพร และรูปแบบการสืบทอดภูมิปัญญาด้านสมุนไพร

ผลการวิจัยพบว่า 1) บริบทของชุมชนทั้งสองแห่ง มีลักษณะเป็นกลุ่มคนที่อพยพมาจากพื้นที่อื่น เช่นจังหวัดสุรินทร์ นครราชสีมา ส่วนใหญ่สื่อสารกันด้วยภาษาเขมร เมื่อระยะเวลาผ่านไปการหลอมรวมวัฒนธรรมจึงทำให้เกิดการใช้ภาษาเขมรและภาษาไทยกันมากขึ้น มีการใช้สมุนไพรเพื่อรักษาโรค บำรุงร่างกาย อาหาร และเพื่อความงาม 2) รูปแบบการใช้ประโยชน์ สมุนไพรที่ใช้ในครอบครัวส่วนใหญ่เป็นสมุนไพรแก้แพ้ สัตว์มีพิษกัด และแก้ปวดบวม วิธีการใช้สมุนไพรได้แก่การต้มเพื่อกินน้ำ การกินสดไม่ผ่านกระบวนการใด ๆ การพอกและประคบ รวมถึงการขยี้แล้วสูดดม รวมทั้งการเคี้ยว

สมุนไพร่วมกับการใช้แอลกอฮอล์เพื่อลดอาการปวดบวม นอกจากนี้บางคนบวกรังยังสามารถใช้สมุนไพร่วมกับการใช้เวทมนตร์คาถาเพื่อรักษาโรคที่หาสาเหตุไม่ได้ซึ่งส่งผลต่อความเชื่อและจิตใจ ทำให้อาการป่วยดีขึ้น เมื่อเกิดเหตุการณ์ระบาดของโรคโควิด 19 ตั้งแต่ปี 2562 เป็นต้นมา ความนิยมในการใช้สมุนไพรด้านการรักษาได้รับความสนใจมากขึ้น โดยเฉพาะสมุนไพรที่มีคุณสมบัติช่วยยให้ทางเดินหายใจโล่งขึ้น เสริมภูมิคุ้มกันของร่างกาย และขับเสมหะ เป็นต้น 3) รูปแบบการสืบทอดภูมิปัญญาด้านสมุนไพร มีการจัดการโดยการสอน และสาธิตให้ปฏิบัติตาม ไม่มีการบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร กระบวนการถ่ายทอดความรู้ที่เกิดขึ้นเฉพาะในครอบครัวเท่านั้น ด้วยการบอก สอนและสาธิตตัวต่อตัว เนื่องจากภูมิปัญญาด้านสมุนไพรนับว่าเป็นสมบัติของแต่ละครอบครัวที่จะดำรงรักษาไว้ไม่ให้สูญหายไป และไม่เผยแพร่ให้กับบุคคลอื่นเด็ดขาด เมื่อขาดการถ่ายทอดหรือขาดความสนใจภูมิปัญญาด้านสมุนไพรจึงค่อยๆหายไป

**คำสำคัญ:** การจัดการภูมิปัญญา, พืชสมุนไพร, สุขภาพหญิงหลังคลอด

## Abstract

This qualitative research aimed to investigate community contexts and the inherited form of the folk wisdom of healthcare and herb utilization. The study areas were Ban Sanuan and Ban Sawai Chik Communities in Buriram Province, where herbs were often utilized. The data were collected from October 2020 to April 2021. The samples selected by using purposive sampling consisted of 20 persons, including herbal specialists, folk healers, and herb-inherited relatives, and 30 postpartum women with experience in herb utilization. The research instruments were an in-depth interview, a focus group, and an open-ended questionnaire. The questionnaire content included the folk wisdom of healthcare based on the sufficiency economy philosophy, the community contexts, the form of herb utilization, and the form of inheriting the folk wisdom of herbs.

The research findings revealed that 1) people in both communities have migrated from other areas, such as Surin and Nakhon Ratchasima, and most of them communicate in Khmer. As time passed, their cultures were integrated, resulting in more use of both Khmer and Thai. Moreover, herbs are used for curing diseases, nourishing the body, and enhancing beauty; 2) regarding utilization, most of the herbs used in the family are for curing allergies, poisonous animal bites, and relieving swelling and pain. The forms of utilization are drinking boiled herbal water, eating fresh herbs, masking and compressing, crushing and inhaling, and chewing herbs together with using alcohol to reduce pain and swelling. In addition, some families also combine herbs with the use of magic to treat ailments with unknown causes. It can boost morale and make the patients feel better. With the COVID-19 pandemic from 2019 onwards, herbs have gained more popularity, especially ones that help clear the airway, enhance the body's immune system and eliminate phlegm, etc.; 3) for the forms of inheriting the folk wisdom of herbs, it is managed by teaching and

demonstration without written records. This process of transferring knowledge only takes place in families through telling, teaching, and demonstrating one-on-one because the wisdom of herbs is considered a treasure of each family that should be preserved, and disseminating it to any other person is strictly prohibited. When there is a lack of transfer or a lack of interest, the wisdom of herbs is gradually disappearing.

**Key word:** Cultural Capital Management, Nature of Herb, postpartum

## บทนำ

จังหวัดบุรีรัมย์ เป็นจังหวัดที่มีอัตลักษณ์ทางด้านวัฒนธรรมเขมร เป็นชุมชนเขมรที่มีประวัติศาสตร์ความเป็นมาที่ยาวนาน ภาษาที่ใช้ยังมี 2 ภาษา คือ ภาษาเขมร และภาษาไทย การแต่งกายของผู้สูงอายุในหมู่บ้านนิยมใช้ผ้ามีวัฒนธรรมที่โดดเด่น ผสมผสานไปด้วยความเชื่อต่างๆ ของชาวเขมร เป็นชุมชนที่เก่าแก่ 236 ปี อัตลักษณ์ต่างๆ ของชุมชนถือได้ว่าเป็นรากเหง้าของชุมชน เช่น สิ่งปลูกสร้าง ประเพณี ภาษา อาหาร การแต่งกาย นอกจากอัตลักษณ์ด้านต่างๆ ที่กล่าวมา ยังมีอัตลักษณ์และภูมิปัญญาด้านสมุนไพรมาنانซึ่งจะเห็นได้จากการลงสำรวจข้อมูลการวิจัยของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ (2563-2564) พบว่าในพื้นที่จังหวัดบุรีรัมย์มีแหล่งสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรคในอดีต การใช้สมุนไพรเพื่อประกอบอาหาร การใช้สมุนไพรเพื่อความงาม และมีการสืบทอดภูมิปัญญากันเฉพาะในครอบครัว เมื่อบุคคลเหล่านั้นสูญหายภูมิปัญญาด้านสมุนไพรจึงไม่ถูกถ่ายทอดและสูญหายไปตามกาลเวลา จากสถานการณ์โควิด 19 ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2562 เป็นต้นมา ทั่วโลกมีการใช้ยาปฏิชีวนะเพื่อการรักษาเป็นจำนวนมาก รวมทั้งการใช้ยาปฏิชีวนะในประเทศไทยก็มีจำนวนมากเช่นเดียวกัน ทำให้เกิดการสูญเสียทางด้าน

เศรษฐกิจ<sup>(1)</sup> อาการข้างเคียงจากการใช้ยาที่ไม่ถูกต้องมีตั้งแต่อาการน้อยไปจนถึงการเสียชีวิต ประชาชนในประเทศไทยบางส่วนบางพื้นที่โดยเฉพาะในชนบท มีการใช้ยาสมุนไพรเพื่อรักษาอาการของโรคโควิด 19 และอาการจากโรคอื่นๆ ซึ่งพบว่ามี การสืบทอดความรู้ด้านสมุนไพรมาอย่างยาวนาน แต่ไม่กว้างขวาง<sup>(2)</sup>

ภูมิปัญญาด้านสุขภาพในการใช้สมุนไพรของชุมชนได้ถูกมองข้าม และละเลยเนื่องจากชุมชนมีการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตและที่สำคัญมีการเปลี่ยนแปลงวิถีคิดจากรากเหง้าเดิมของบรรพบุรุษ เน้นการพึ่งพิงจากภายนอกมากกว่าภายใน ยกตัวอย่างสถานการณ์โควิด 19 ประเทศไทยพึ่งพิงระบบยาภายนอก ได้แก่ ประเทศจีน สหรัฐอเมริกา<sup>(3)</sup> ทำให้เกิดปัญหาการขาดแคลนยาและการกระจายยาไปสู่ผู้ป่วย การใช้ภูมิปัญญาของท้องถิ่นในการดูแลสุขภาพซึ่งเป็นวิธีที่ง่าย ปลอดภัยและสอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชน เป็นการกระตุ้นเตือนให้ชุมชนกลับคืนสู่รากเหง้า (Back to the roots) พื้นฟูภูมิปัญญาท้องถิ่นฟื้นฟูเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ (Identity) ของท้องถิ่นโดยการสืบสานเรื่องราวในอดีต ค้นหาประวัติความเป็นมา คุณค่าต่างๆ แล้วนำมาปรับประยุกต์เพื่อสืบทอดคุณค่าเหล่านั้นอย่างเหมาะสมกับสภาพสังคมปัจจุบัน การคืนสู่รากเหง้าเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สร้าง ความเชื่อ

มันในตนเอง ทำให้เคอร์พอร์พบุรุษ ความรู้ ภูมิปัญญาของปู่ย่าตายายที่เป็นรากฐานของ เผ่าพันธุ์ และชีวิตความเป็นอยู่ของชุมชนที่ สืบทอดและถ่ายทอดต่อ ๆ กันมา การสืบทอด ภูมิปัญญาพื้นบ้าน และรูปแบบการถ่ายทอดใน ยุคสมัยที่สังคมมีการเปลี่ยนแปลงไปในด้าน สิ่งแวดล้อม ทรัพยากรต่าง ๆ ควรจะมีรูปแบบใน การถ่ายทอดไปในทิศทางไหน และองค์ความรู้ ที่มีอยู่นั้นจะได้รับความสนใจจากคนในชุมชน มากน้อยเพียงใด ศักยภาพของชุมชน การบริหาร จัดการ และรูปแบบการสืบทอดภูมิปัญญา พื้นบ้านเป็นสิ่งที่สำคัญ รูปแบบการใช้สมุนไพร ในการดูแลสุขภาพหลังคลอดจากภูมิปัญญาและ ความเชื่อของชุมชนยังพอมิให้เห็นอยู่บ้าง ด้วยวิธี การและพิธีกรรมที่แตกต่างกันในแต่ละชุมชน เช่น ในภาคเหนือ และภาคอีสานบางแห่ง<sup>(4)</sup> พื้นที่ ชุมชนบ้านสวายจิก และ ชุมชนบ้านสนวน ก็เช่นเดียวกัน มีการนำสมุนไพรมาใช้กับสตรี หลังคลอดบุตรเพื่อดูแลสุขภาพ โดยเชื่อว่าช่วย ให้มดลูกเข้าอู่เร็ว สุขภาพแข็งแรง รวมทั้งอาการ ข้างเคียงจากการใช้สมุนไพรไม่ปรากฏให้เห็นเลย จึงเป็นที่น่าเชื่อถือได้ว่าชุมชนในอดีตมีการใช้ สมุนไพรมาอย่างยาวนาน แต่มีการสืบทอด ภูมิปัญญาด้านการใช้สมุนไพรน้อย ทำให้รูปแบบ การใช้สมุนไพรน้อยลงไปด้วยเช่นกัน

จากปรากฏการณ์ดังกล่าว ทำให้คณะ ผู้วิจัยต้องการศึกษารูปแบบการ สืบทอด ภูมิปัญญาท้องถิ่นในด้านการดูแลสุขภาพ การใช้ ประโยชน์จากสมุนไพรสำหรับหญิงหลังคลอด และนำไปเชื่อมโยงกับ แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียงในประเด็นของการพึ่งพาตนเอง และเน้น การพึ่งพาตนเองจากภายใน ลดการพึ่งพาจาก

ภายนอก เพื่อสร้างสังคมพอเพียง สังคมอยู่เย็น เป็นสุขและสังคมอยู่ดีกินดีต่อไป

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษารูปแบบการถ่ายทอดภูมิปัญญาพื้นบ้าน สนวนนอกและชุมชนสวายจิก อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์
2. เพื่อศึกษารูปแบบการใช้ที่สมุนไพร ในสตรีหลังคลอด ในพื้นที่ชุมชนบ้านสนวนนอก และชุมชนสวายจิก อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์
3. เพื่อศึกษารูปแบบการสืบทอด ภูมิปัญญาท้องถิ่น ด้านการดูแลสุขภาพและ การใช้ประโยชน์จากสมุนไพร ในพื้นที่ชุมชนบ้าน สนวนนอกและชุมชนสวายจิก อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์

## ความน่าเชื่อถือของงานวิจัย

ด้านระเบียบวิธีวิจัย ผู้วิจัยดำเนินการ ตามปรัชญาการวิจัยเชิงคุณภาพโดยเฉพาะวิธี การจัดเก็บ กรอบแนวคิด (Bracketing) ไว้ กล่าว คือไม่นำความรู้ในเรื่องที่ศึกษามาปะปนกับ ความรู้ที่ได้จากการศึกษา คัดเลือกผู้มีประสบการณ์ ตรงตามที่กำหนดเพื่อให้เกิด ความถูกต้อง ชัดเจน ของข้อมูลจากผู้มีประสบการณ์ตรง<sup>(5)</sup> ส่วนด้าน ข้อมูลการวิจัยใช้เทคนิคการตรวจสอบข้อมูลแบบ สามเส้า (Triangulation) โดยใช้ผู้วิจัยหลายท่าน ที่มีความเชี่ยวชาญแตกต่างกันมาเก็บข้อมูล เดียวกัน (Investigator triangulation) ซึ่งเป็นการ ตรวจสอบข้อค้นพบซึ่งกันและกัน แนวคิดหลาย แนวคิดในการมองหาคำความสัมพันธ์ของข้อมูล นั้น ๆ (Theoretical Triangulation) และเก็บข้อมูล

ในปรากฏการณ์เดียวกัน จากบุคคลหลายแห่ง (Data triangulation) และผู้วิจัยใช้คำพูดของผู้ให้ข้อมูล หลักยืนยันความจริงและความชัดเจน (Credibility) เพื่อเป็นตัวอย่าง ที่แสดงความน่าเชื่อถือและยืนยันได้ว่า ข้อมูลนั้นเป็นความจริง มีหลักฐานตรวจสอบได้ นอกจากนี้ยังให้สมาชิกตรวจสอบข้อมูลจากผู้วิจัยสรุปและ แปลความหมาย (Member check) เพื่อตรวจสอบและยืนยันความถูกต้องเป็นจริงของข้อมูล<sup>(6)</sup>

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการทำวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง กลุ่มตัวอย่างได้แก่ หญิงหลังคลอดที่มีประสบการณ์ด้านการใช้พืชสมุนไพร ด้วยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เนื่องจากเป็นการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่หายากและมีน้อย ด้วยการลงพื้นที่จริงเก็บข้อมูลแบบผสมผสานทั้งการใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึกโดยเน้นรูปแบบการสนทนาพูดคุยและสังเกตแบบมีส่วนร่วมเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องเพื่อให้เข้าใจสภาพบริบท และนำข้อมูลที่ได้จากการลงพื้นที่มาพิจารณาความสมบูรณ์ของการตอบและประเด็นที่จะนำมาวิเคราะห์เพื่อทำการวิเคราะห์ด้วยการสร้างข้อสรุปและสรุปแบบตีความ

### การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณา จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ เลขที่ 008/2563 วันที่ทำการอนุญาต 8 ตุลาคม 2563

## ผลการวิจัย

### บริบทของชุมชนที่มีผลต่อการปลูกและใช้พืชสมุนไพร

ชุมชนบ้านสนวนนอกและชุมชนบ้านสวายจิก เป็นประชากรที่อพยพมาจากจังหวัดนครราชสีมาและจังหวัดสุรินทร์ มีการผสมผสานกันหลายเผ่าพันธุ์ ดังนี้

ลำดับที่ 1 กลุ่มคนกลุ่มคนเขมรเป็นกลุ่มคนเขมรเป็นกลุ่มคนที่อพยพมาจากบ้านสังขะ อำเภอสังขะ จังหวัดสุรินทร์

ลำดับที่ 2 อำเภอ กลุ่มคนไทยเป็นกลุ่มที่อพยพมาจากบ้านพิมาย อำเภอพิมาย จังหวัดนครราชสีมา มีภาษาของตนเอง มีการแต่งงานระหว่างคนไทยกับคนเขมรมีการผสมผสานทางวัฒนธรรม มีการแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรมทั้งกับคนในหมู่บ้านและคนภายนอก นับว่าเป็นความหลากหลายทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นในหมู่บ้าน

ลำดับที่ 3 กลุ่มคนจีนที่อพยพเข้ามาอาศัยอยู่ในหมู่บ้านในช่วงหลังคือกลุ่มคนจีนจากเมืองกวางตุ้ง ประเทศจีนทั้งหมดล้วนเป็นญาติพี่น้องกันทั้งสิ้น ส่วนใหญ่อาชีพค้าขาย

ประชากรในพื้นที่นี้สื่อสารกันด้วยภาษาไทย ภาษาลาว ภาษาจีน แต่ส่วนใหญ่ใช้ภาษาเขมร ในการติดต่อสื่อสารทั้งในชุมชนและสถานที่ราชการ ด้านการปลูกและใช้พืชสมุนไพรของชุมชนในอดีตเป็นพืชสมุนไพรที่ใช้รักษาอาการระบบทางเดินหายใจ อาการแพ้ผดผื่นคัน แผลหลังการคลอด สมุนไพรบำรุงน้ำนมและขับน้ำคาวปลา บางครั้งได้ผสมผสานการร่ายมนต์คาถาตามความเชื่อและความศรัทธาของชุมชนเป็นต้น

## รูปแบบการใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพร

ในพื้นที่เก็บข้อมูลทั้ง 2 แห่ง มีการใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรมาอย่างยาวนาน และมีบุคคลที่เชี่ยวชาญหรือเรียกว่า “ปราชญ์” ที่มีความรู้ความสามารถในการใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรได้หลากหลาย การผสมผสานสมุนไพรชนิดต่าง ๆ ทั้งจำนวนพืชที่สามารถนำมาทำเป็นสมุนไพร การใช้สมุนไพรรักษากลุ่มอาการภูมิแพ้ ผื่นคัน ได้แก่ สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคมะเร็งสมุนไพรกลุ่มรักษาโรคกระดูกและข้อ สมุนไพรกลุ่มรักษาแมลงสัตว์กัดต่อย สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคระบบทางเดินอาหาร สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคไต โรคระบบทางเดินปัสสาวะ สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคหัวใจ และระบบไหลเวียนโลหิต สมุนไพรกลุ่มรักษาโรคระบบทางเดินหายใจ สมุนไพรกลุ่มบำรุงกำลังรักษาอาการเหนื่อยอ่อนเพลีย สมุนไพรกลุ่มสำหรับหญิงหลังคลอดสมุนไพรแก้ไขหรือผัดสำแดงต่าง ๆ

### วิธีการ

รับประทานแบบสด ต้มน้ำดื่ม ดองกับเหล้าขาว บดละเอียดแล้วพอกประคบ เอาสมุนไพรเผาไฟและประคบตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย สูดดม ตู้อระโงมอบความร้อน(ซาวน่า)

### ส่วนของพืชที่นำมาใช้เป็นสมุนไพร

พืชแต่ละชนิดที่นำมาทำเป็นสมุนไพร อาจจะใช้ส่วนใดหรือทุกส่วน นับแต่ราก เปลือก แก่น ใบ ดอก ผล และยาง และการผสมผสานพืชหลายชนิด เพื่อเป็นสมุนไพรชนิดใหม่

### ตารางที่ 1 ตัวอย่างการใช้สมุนไพรในหญิงหลังคลอด

ชื่อ-สกุล	อายุ	จำนวนบุตร	อาการที่ไม่พึงประสงค์จากการคลอด	วิธีการ	ระยะเวลาการใช้สมุนไพร
สตรีหลังคลอด คนที่ 1	45	4	หนาวสั่น มีไข้	- ต้มสมุนไพรเพื่อต้มน้ำ - เข้ากระโจม อบสมุนไพรเพื่อขับเหงื่อ	7-10 วัน
สตรีหลังคลอด คนที่ 2	32	1	น้ำนมไหลน้อย	- รับประทานสมุนไพรสด - นำสมุนไพรมาประกอบอาหาร - ต้มเพื่อต้มน้ำ	14 วัน ขึ้นไป
สตรีหลังคลอด คนที่ 3	28	1	เต้านมคัดตึง น้ำนมไหลน้อย	- ประคบร้อนเต้านมด้วยสมุนไพร - รับประทานสมุนไพรสด - นำสมุนไพรมาประกอบอาหาร - ต้มเพื่อต้มน้ำ	14 วัน ขึ้นไป

ชื่อ-สกุล	อายุ	จำนวนบุตร	อาการที่ไม่พึงประสงค์จากการคลอด	วิธีการ	ระยะเวลาการใช้สมุนไพร
สตรีหลังคลอด คนที่ 4	38	4	ปวดมดลูก มีไข้หนาวสั่น	- ประคบร้อนเต้านมด้วยสมุนไพร - รับประทานสมุนไพรสด - นำสมุนไพรมาประกอบอาหาร - ต้มเพื่อดื่มน้ำ - ต้มเพื่ออาบชำระร่างกาย	14 วันขึ้นไป
สตรีหลังคลอด คนที่ 5	41	4	น้ำนมไหลน้อย	- รับประทานสมุนไพรสด - นำสมุนไพรมาประกอบอาหาร - ต้มเพื่อน้ำ - ต้มเพื่ออาบชำระร่างกาย	5 วันขึ้นไป
สตรีหลังคลอด คนที่ 6	35	2	เวียนศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน	- ต้มเพื่อดื่มน้ำ - ต้มเพื่ออาบชำระร่างกาย	3-5 วัน

สรุป รูปแบบใช้สมุนไพรด้วยภูมิปัญญาของชุมชนในหญิงหลังคลอด มีดังนี้ หญิงหลังคลอดที่มีประสบการณ์การใช้สมุนไพรทั้งหมด 30 คน อายุระหว่าง 20-30 ปี จำนวน 5 คน อายุระหว่าง 30-40 ปี จำนวน 14 คน อายุระหว่าง 40-50 ปี จำนวน 11 คน แบ่งตามจำนวนครั้งของการคลอดได้ดังนี้ การคลอดครั้งที่ 1 จำนวน 3 คน การคลอดครั้งที่ 2 จำนวน 3 คน คลอด 3 ครั้งขึ้นไป จำนวน 24 คน อาการไม่พึงประสงค์หลังคลอดได้แก่ หนาวสั่น มีไข้ จำนวน 6 คน หนาวสั่น มีไข้ ร่วมกับปวดมดลูก จำนวน 7 คน น้ำนมไหลน้อยร่วมกับเต้านมคัดตึง จำนวน 7 คน อาการอื่น เช่น เวียนศีรษะ นอนไม่หลับ จำนวน 10 คน รูปแบบสมุนไพรที่ใช้บรรเทาอาการได้แก่ ประคบร้อนเต้านมด้วยสมุนไพร รับประทานสมุนไพรสด นำสมุนไพรมาประกอบอาหาร ต้มเพื่อดื่มน้ำ ต้มเพื่ออาบชำระร่างกาย เข้ากระโจมอบสมุนไพรเพื่อขับเหงื่อ ระยะเวลาในการใช้สมุนไพร 3-14 วัน ขึ้นอยู่กับอาการ

## อภิปรายผลการวิจัย

1. บริบทของชุมชนที่ศึกษาเป็นพื้นที่ชุมชนบ้านสนวนนอก และชุมชนบ้านสวายจิก จังหวัดบุรีรัมย์ เป็นชุมชนที่มีความเชื่อและวัฒนธรรมสืบทอดมายาวนาน 236 ปี ประชากรในอดีตอพยพมาจากพื้นที่อื่น ได้แก่จังหวัดนครราชสีมาและจังหวัดสุรินทร์ เนื่องจากภูมิศาสตร์แห่งนี้อยู่ใกล้แหล่งน้ำ ซึ่งมีความอุดมสมบูรณ์ การเจริญเติบโตของพืชหลากหลาย<sup>(7-9)</sup> เหมาะสมต่อการตั้งชุมชน

อย่างถาวร นอกจากนี้ยังพบว่าประชากรประกอบ ด้วยชนเผ่าเขมร จีน ไทย ลาวปะปนกันอยู่ ทำให้มีการหลั่งรวมวัฒนธรรมในชุมชนแห่งนี้ การมีชุมชนหลายเผ่าจึงมีวัฒนธรรมและความ เชื่อที่หลากหลาย รวมทั้งการผสมผสานการใช้สมุนไพรอย่างยาวนาน โดยเฉพาะชุมชน เชื้อสายจีน ที่มีความเชี่ยวชาญในการใช้พืช สมุนไพรเป็นอย่างดี<sup>(10)</sup> ซึ่งการรักษาใช้รูปแบบ การจัดยาสมุนไพรให้ไปรับประทานที่บ้าน หากไม่มีตัวยาสมุนไพรในร้านก็สามารถหาได้ จากร้านอื่น ซึ่งสอดคล้องกับความต้องการของ ผู้รับบริการ นอกจากนี้ยังพบว่าการนำสมุนไพร ตามสูตรการรักษาของชาวจีนมารักษาอาการ ซีส์ต์ได้นาม พบว่าการรักษาได้ผลดียิ่ง<sup>(11)</sup> การมี ประชากรเชื้อสายจีนอยู่ในพื้นที่ จึงเกิดร้านค้า ที่รวบรวมสมุนไพรอย่างเป็นหมวดหมู่เพื่อการ ใช้ประโยชน์ จากประวัติศาสตร์และภูมิศาสตร์ ของจังหวัดบุรีรัมย์เป็นพื้นที่ภูเขาสูงทำให้มีต้นไม้ และพืชสมุนไพรแตกต่างจากภูมิภาคอื่นของ ประเทศไทย จึงเกิดพืชสมุนไพรหลากหลาย และแตกต่างจากพื้นราบของประเทศไทย รวมทั้ง การมีหลายชาติพันธุ์จึงเกิดการหลอมรวม ภูมิปัญญาด้านสมุนไพรหลากหลายมากยิ่งขึ้น

2. รูปแบบการใช้ประโยชน์จากพืช สมุนไพรในอดีต เนื่องจากความผูกพันกับ ธรรมชาติและพึ่งพาปัจจัยภายในเป็นส่วนใหญ่ว รวมทั้งการเดินทางไปรักษาในโรงพยาบาล มีความไม่สะดวก จึงใช้ภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ ของแต่ละชนเผ่ารักษาอาการเจ็บป่วยเป็นหลัก เด็กเล็กมีอาการหายใจหอบ ภูมิแพ้ ในผู้ใหญ่ มีการใช้ที่หลากหลายกว่าในเด็กเล็ก เช่น เพื่อเสริมสมรรถภาพทางเพศ เพื่อความงาม

เพื่อบำรุงสุขภาพของสตรี หรือแม้แต่การใช้ สมุนไพรในการประกอบพิธีกรรมและความเชื่อ ต่างๆ เป็นต้น การใช้ส่วนของพืชที่นำมาทำเป็น สมุนไพรสามารถนำมาใช้ได้หลายส่วน แล้วแต่ พืชและความเชี่ยวชาญของปราชญ์แต่ละคน เช่น ราก เปลือก แก่น ใบ ดอก ผล และยาง และการ ผสมผสานพืชหลายชนิดเพื่อให้ได้สมุนไพรชนิด ใหม่ขึ้นมา จึงมีรูปแบบการใช้มีหลากหลาย เช่น รับประทานแบบสด ต้มน้ำดื่ม ดองกับเหล้าขาว บดละเอียดแล้วพอกประคบ เอาสมุนไพรเผาไฟ และประคบตามส่วนต่างๆของร่างกาย สูดดม ตู้อระโอบอบความร้อน (ชาวน้ำ)<sup>(12)</sup> สำหรับสตรี ที่มีอาการปวดประจำเดือน สามารถใช้สมุนไพร ประคบร้อนบริเวณท้องน้อย ช่วยให้อาการ ทุเลาลง<sup>(13-15)</sup> เนื่องจากการนำสมุนไพร หนึ่งไอน้ำ ประคบบริเวณผิวหนังช่วยให้หลอดเลือดมีการ ขยายตัว ศูนย์รับรู้ความปวดบริเวณไขสันหลัง ซ้ำลง อาการปวดจึงลดลง นอกจากนี้ในระหว่าง การประคบด้วยสมุนไพรยังเกิดกลิ่นอ่อนๆ มีฤทธิ์ ในการผ่อนคลาย การกระตุ้นความปวดผ่านประตู รับความปวดน้อยลง อาการปวดจึงลดลง<sup>(16)</sup> นอกจากการใช้ประโยชน์ของสมุนไพรในเชิงเดี่ยว แล้วยังมีการผสมผสานสมุนไพรหลายชนิดเพื่อ ขับพิษต่างๆ จะเห็นได้ว่ารูปแบบการใช้สมุนไพร ขึ้นอยู่กับปัจจัยสามอย่าง ได้แก่ ความรู้ความ เชี่ยวชาญของปราชญ์ในการวินิจฉัยโรค คนไข้ และอาการ และรูปแบบสมุนไพรที่ใช้รักษา นอกจากนี้การรักษาด้วยสมุนไพรยังมีการรักษา ด้านจิตใจรวมทั้งจิตวิญญาณไปด้วยทำให้ผู้ป่วย มีความเชื่อมั่นอาการจึงทำเลาลง สำหรับ หญิงหลังคลอด มีการใช้สมุนไพรภายนอกเป็น ส่วนใหญ่ ได้แก่ การต้มให้ร้อนแล้วอบ การอบ

ด้วยความร้อน(ชาวน้ำ) การประคบตามร่างกาย ซึ่งพบว่าความร้อนช่วยให้หลอดเลือดและรูขุมขน ขยายตัว รวมถึงการขับเหงื่อ จึงช่วยให้ร่างกายขับ สารพิษออกทางรูขุมขนและเหงื่อ หนึ่งหลังคลอด จึงมีสุขภาพที่ดี นอกจากนี้การดื่มน้ำร้อนยังช่วยให้ อัตราการกรองของไตเพิ่มขึ้น สิ่งตกค้างใน ร่างกายจึงถูกขับออกทางปัสสาวะได้เร็วกว่าปกติ ในบางรายนำสมุนไพรมาประกอบอาหารเพื่อช่วย ในการเพิ่มน้ำนม ลดการอักเสบของเต้านมด้วย เช่นกัน

3. รูปแบบการสืบทอดภูมิปัญญาด้าน สมุนไพร ในอดีตมีความจำกัดด้านการเดินทาง เพื่อไปรักษาในโรงพยาบาล ซึ่งอยู่ไกลการเดินทางไม่สะดวกและเสียเวลามาก จึงมีการใช้ สมุนไพรเพื่อสุขภาพมาอย่างยาวนาน ผู้ที่มีความรู้ ด้านพืชสมุนไพรจนเป็นที่ยอมรับ แต่มีจำนวน ไม่มาก เนื่องจากบรรพบุรุษมีความหวงแหน ให้คุณค่าว่าเป็นสมบัติของครอบครัว ไม่มีการถ่ายทอดให้บุคคลภายนอกเด็ดขาด<sup>(17)</sup> ความรู้ภูมิปัญญาด้านสมุนไพรส่วนใหญ่ อยู่ใน ความทรงจำ ยังไม่ได้มีการจดบันทึกอย่างเป็นทางการ โดยรูปแบบการถ่ายทอดในครอบครัวจะเป็น การบอกกล่าว สอนสาธิต และให้ลงมือทำ ไม่มีการบันทึกด้วยวิธีการใด ๆ<sup>(18)</sup> เมื่อขาดการ ถ่ายทอดในครอบครัวจึงทำให้ความรู้และ ภูมิปัญญาด้านสมุนไพรลดลง เช่น การเสียชีวิต ของปราชญ์ชาดผู้สืบทอดทางสายสกุล ผู้สืบทอด ขาดความสนใจในภูมิปัญญาด้านสมุนไพร การเปลี่ยนยุคสมัยจากพึ่งพาตนเองไปสู่การพึ่งพา ปัจจัยภายนอก

การดูแลแบบพื้นบ้าน (Folk Medicine) เป็นภูมิปัญญาและวัฒนธรรมในการดูแลรักษา

สุขภาพที่ควบคู่กับชุมชนอย่างยาวนาน มีเอกลักษณ์ จนถือได้ว่าเป็นอัตลักษณ์ของ แต่ละชุมชน เกิดขึ้นจากการเรียนรู้ การปลูกฝัง และการสืบทอด โดยอาศัยประสบการณ์และความเชื่อ ซึ่งส่งผลด้านจิตวิญญาณของคน ในชุมชน การดูแลแบบพื้นบ้าน (Folk Medicine) ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 ส่วน คือ หมอพื้นบ้านหรือปราชญ์ผู้มีความรู้ด้านสมุนไพร ผู้ป่วย และบริบททางสังคมวัฒนธรรม ในปัจจุบัน ระบบการแพทย์พื้นบ้านยังมีภูมิคุ้มกันระบบ การแพทย์แผนปัจจุบัน และระบบการแพทย์อื่น ในสังคมด้วย เหตุนี้จึงทำให้ระบบการแพทย์ พื้นบ้านมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา รวมทั้ง การเปลี่ยนทิศทางนโยบายระบบสาธารณสุขของ ประเทศให้ส่งเสริมการพึ่งพาตนเอง จึงทำให้ คุณค่าของสมุนไพรได้รับความสนใจอย่างแพร่ หลายอีกครั้ง

## กิตติกรรมประกาศ

วิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจาก กองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม และหน่วย บริหารและจัดการทุนด้านการพัฒนาระดับพื้นที่ (บพท.) ปีงบประมาณ 2564

## สรุปผลการวิจัย

ภูมิปัญญาด้านสมุนไพร รวมถึงการจัดการ สมุนไพรเพื่อการใช้ประโยชน์นั้น มีมาตั้งแต่อดีต เป็นภูมิปัญญาที่เป็นอัตลักษณ์เฉพาะกลุ่ม ประกอบด้วยไทย เขมร และจีน บริบทที่ศึกษา ครั้งนี้เป็นพื้นที่สูงในอดีตเป็นภูเขาซึ่งแตกต่างจาก พื้นที่อื่น มีแร่ธาตุที่เหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของ พืชสมุนไพร วัตถุประสงค์การใช้พืชสมุนไพรได้แก่

รักษาโรค เพื่อความงาม เพื่อเสริมสมรรถภาพทางเพศ อาหารบำรุงร่างกาย และเพื่อประกอบทางพิธีกรรม พบว่าการใช้รักษาโรคนั้น ครอบคลุมการดูแลด้านร่างกายและจิตใจ ส่วนของพืชที่นำมาประกอบเป็นสมุนไพรได้แก่ ต้น ใบ ดอก เมล็ด ราก แล้วแต่ความสามารถของปราชญ์จะประยุกต์ใช้ ซึ่งเป็นความสามารถเฉพาะตัว สตรีหลังคลอดนับว่าเป็นตัวอย่างการใช้ประโยชน์สมุนไพรหลายระบบ ได้แก่ระบบไหลเวียนโลหิต ระบบกล้ามเนื้อ ระบบหายใจ ระบบทางเดินปัสสาวะ ระบบทางเดินอาหาร เป็นต้น การใช้พืชสมุนไพรในหญิงหลังคลอดมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ร่างกายแข็งแรงฟื้นตัวจากการเสียเลือดและสารน้ำในระหว่างการคลอดรวมทั้งเพื่อส่งเสริมให้นมเพียงพอต่อทารก กระบวนการถ่ายทอดภูมิปัญญาด้านพืชสมุนไพรยังค่อนข้างน้อย ไม่มีการบันทึกไว้ให้บุคคลอื่นได้ใช้ประโยชน์ทำให้ภูมิปัญญาและการใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรน้อยลง จึงควรมีการส่งเสริมให้มีการถ่ายทอดและใช้ภูมิปัญญาด้านสมุนไพรให้มากขึ้น เพื่อลดการพึ่งพาจากภายนอกและเพื่อความมั่นคงด้านอาหารและยาต่อไป

## แนะนำการอ้างอิงสำหรับบทความนี้

ฐพัชร์ คັນศร. การจัดการภูมิปัญญาพืชสมุนไพรเพื่อดูแลสุขภาพหญิงหลังคลอดในชุมชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์. วารสารสถาบันป้องกันควบคุมโรคเขตเมือง. 2566;8(2):110-121.

## Suggested citation for this article

Kansorn T. Folk Wisdom Management of Herbs for Postpartum Women's Healthcare in Communities in Buriram Province. Institute for Urban Disease Control and Prevention Journal. 2023;8(2):110-121.

## ข้อจำกัดในการวิจัย

เนื่องจากการวิจัยนี้เป็นการเก็บข้อมูลในชุมชนที่มีความเฉพาะทางวัฒนธรรม ปราชญ์ผู้ถ่ายทอดภูมิปัญญามีจำกัดและเป็นการสื่อสารผ่านคนกลาง(ล่าม) อาจทำให้ข้อมูลบางส่วนไม่สมบูรณ์

## ข้อเสนอแนะ

1. ด้านการวิจัยได้ข้อมูลองค์ความรู้การดูแลสุขภาพของชุมชนในอดีต ซึ่งควรมีการบันทึกรวบรวมไว้ใช้ประโยชน์ต่อไป
2. ด้านการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเป็นศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับจิตใจและความศรัทธา จึงควรผสมผสานการดูแลสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจไปพร้อมกัน
3. การใช้สมุนไพรของชุมชนเกิดจากประสบการณ์ที่สืบทอดต่อกันมา ไม่มีการวัด ตวง ปริมาณที่แน่นอน หากจะใช้ควรมีการปรึกษาเภสัชกรเพื่อความปลอดภัย

## เอกสารอ้างอิง

1. สำนักงานสถิติแห่งชาติ, สำนักงานสถิติจังหวัดสตูล. รายงานวิเคราะห์สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) จังหวัดสตูล พ.ศ. 2564. สตูล: สตูลการพิมพ์; 2564.
2. พรทิพย์ แก้วชิน, นฤทธิ พลสูงเนิน. การศึกษาภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านในเขตอำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา. การประชุมวิชาการและเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ "สร้างสรรค์และพัฒนา เพื่อก้าวหน้าสู่ประชาคมอาเซียน" ครั้งที่ 2; 18-19 มิถุนายน 2558; วิทยาลัยนครราชสีมา. นครราชสีมา: วิทยาลัยนครราชสีมา; 2558.
3. สุโรจน์ พงษ์มา, สุโรจน์ พงษ์มา, ชยันต์ พิเชียรสุนทร, ประธาน ภาษา. การศึกษาภูมิปัญญาหมอยาพื้นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, คณะเภสัชศาสตร์; 2548.
4. เพ็ญนภา ทวีชัยเจริญ, เสาวภา พรสิริพงษ์, พรทิพย์อุศกรุดน์. การศึกษาภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน ไทย พ่อใหญ่จารย์เคน ลาวงศ์. นนทบุรี: สถาบันการแพทย์แผนไทยกรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข; 2539.
5. ชาย โพธิ์สิตา. ศาสตร์และศิลป์การวิจัยเชิงคุณภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ: จุฬา; 2564.
6. Lincoln YS, Guba FA. Naturalistic inquiry. CA: Sage. 1985.
7. วุฒินันท์ พระภูจำนงค์. การรักษาแบบพื้นบ้านโดยใช้สมุนไพรของชาวชนบท อำเภอสตึก จังหวัดบุรีรัมย์. [ปริญญานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม; 2534.
8. วรชาติ โตแก้ว. การสำรวจเบื้องต้นของพืชล้มลุกกลุ่มกลีบดอกเชื่อมกันในอุทยานแห่งชาติภูลังกา จังหวัดนครพนม. วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร. 2558;7(13):79-88.
9. วรชาติ โตแก้ว, ปิยะ ไมคมูล, ถวิล แสนตรง, วีรชัช วอนแก่น้อย, กรรณิการ์ ทองดอนเปรียง. ความหลากหลายชนิดของพรรณพืช เห็ด และการใช้ประโยชน์ป่าชุมชนบ้านโพนทอง จังหวัดมหาสารคาม. วารสารพฤกษศาสตร์ไทย. 2556;5(2):83-98.
10. สุธาสินี สายวดี, ปิติชา อะมริต, ศลิษา เจริญสุข. การศึกษางานวิจัยในประเทศจีนเกี่ยวกับการใช้ยาสมุนไพรจีนในการรักษาไส้ติ่งอักเสบ. วารสาร มจร.วิชาการ. 2562;23(1):120-31.
11. Promprasit P, Tokaew W. Species Diversity of Vascular Plants in Herbal Conservation Area, Kumantong Forest Temple, Nadun District, Maha Sarakham Province. Journal of Science and Technology, Rajabhat Maha Sarakham University. 2020;(3):44-57.
12. เนตรนภา พรหมมา, และพรพนา สมจิตร. การใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นสำหรับการดูแลสุขภาพของตนเองท่ามกลางผู้สูงอายุในตำบลหนึ่งของจังหวัดพะเยา. วารสารนเรศวรพะเยา 2558;8(2):96-99.

13. กชมน อินทร์บัว, กฤติยา แก้วกุล, จริยวัฒน์ กลิ่นมาหอม และขวัญชนก เกณฑ์ขุนทด. ประสิทธิภาพของยาสมุนไพรผสมสมุนไพรในการบรรเทาอาการปวดท้องประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ. การประชุมวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยพายัพ ครั้งที่ 9; 8-9 กุมภาพันธ์ 2562; มหาวิทยาลัยพายัพ เชียงใหม่. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยพายัพ; 2562.
14. Krasinhorm S, Kansorn T, Luangmongkholchai N. Effectiveness of Herbal hot compression to Pain on Dysmenorrhea among female nursing students at Buriram Rajabhat University. Institute for Urban Disease Control and Prevention Journal. 2022;7(1):61-74.
15. จิราลักษณ์ แก่นแทน, นิชาภรณ์ ดำรักษ์, ธัญรัตน์ กิจรัมย์, พัชรภรณ์ สังข์พันธ์. ผลของยาประคบสมุนไพรและยาธาตุบรรจบในการบรรเทา อาการปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ. การประชุมวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยพายัพ ครั้งที่ 9; 8-9 กุมภาพันธ์ 2562; มหาวิทยาลัยพายัพ เชียงใหม่. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยพายัพ; 2562.
16. Melzack R, Wall PD. Pain mechanisms: A new theory. Science. 1965;150:971-9.
17. ศุภรัตน์ ผุดวัฒน์, กาญจนา ปานจีน, มณฑาส ธรรมโชติ, มาหามะดานิส ดิลฮาม, รัชนีกร แซ่ลิ้ม, สุนันท์ หวันเต๊ะ และคณะ. การสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยการแพทย์แผนไทย กรณีศึกษาชมรมผู้สูงอายุ บ้านคลองใหญ่ จังหวัดพัทลุง. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ. 2563;13(1):360-67.
18. ธรรมณพวรรธ ดวงดี, กมลทิพย์ หาญผดุงกิจ, ประวิทย์ อัครเสรีนนท์, กังวล คัชชีมา, สุกข์สถิต บุรณะทรัพย์ขจร. ยาสมุนไพรรักษาโรคภัยในตำราการแพทย์ ไทยเดิม (แพทยศาสตร์สงเคราะห์ฉบับอนุรักษ์) เล่มที่ 1 เปรียบเทียบกับตำรับในคลินิกอายุรเวทแพทย์แผนไทยประยุกต์ ศิริราช: การวิเคราะห์ทางเภสัชกรรมไทย. เวชบัณฑิตศิริราช.2566;16(2):97-106.