

สวนสมุนไพร

สวนสมุนไพร (Herbs Garden) เป็นสวนพฤกษศาสตร์ประเภทหนึ่งซึ่งปลูกพืชที่ใช้สำหรับทำเป็นเครื่องยา (พืชซึ่งหาได้ตามพื้นเมืองไม่ใช่พืชที่ใช้เป็นเครื่องเทศ)

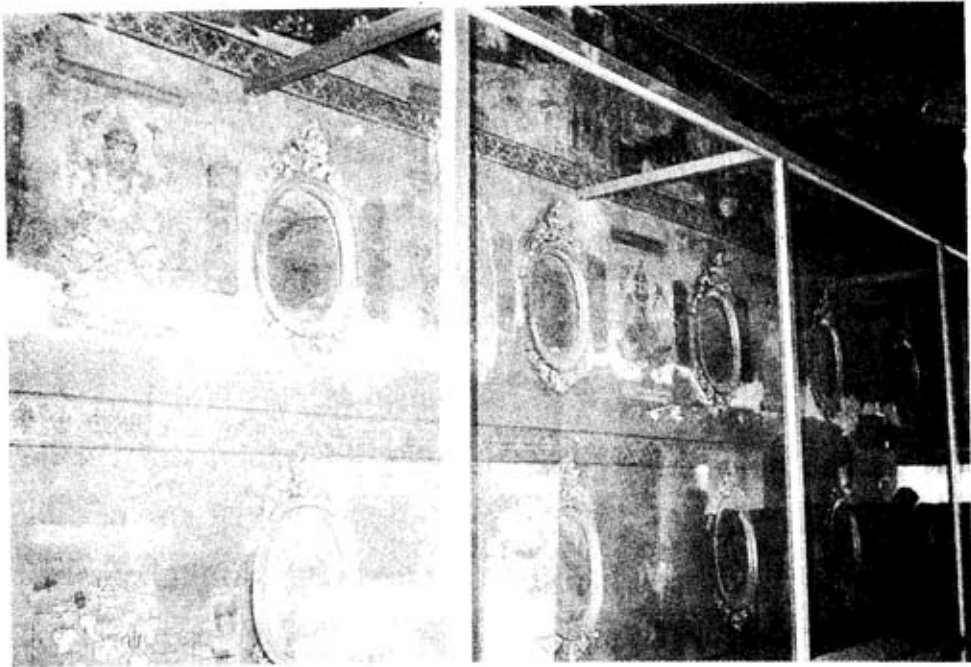
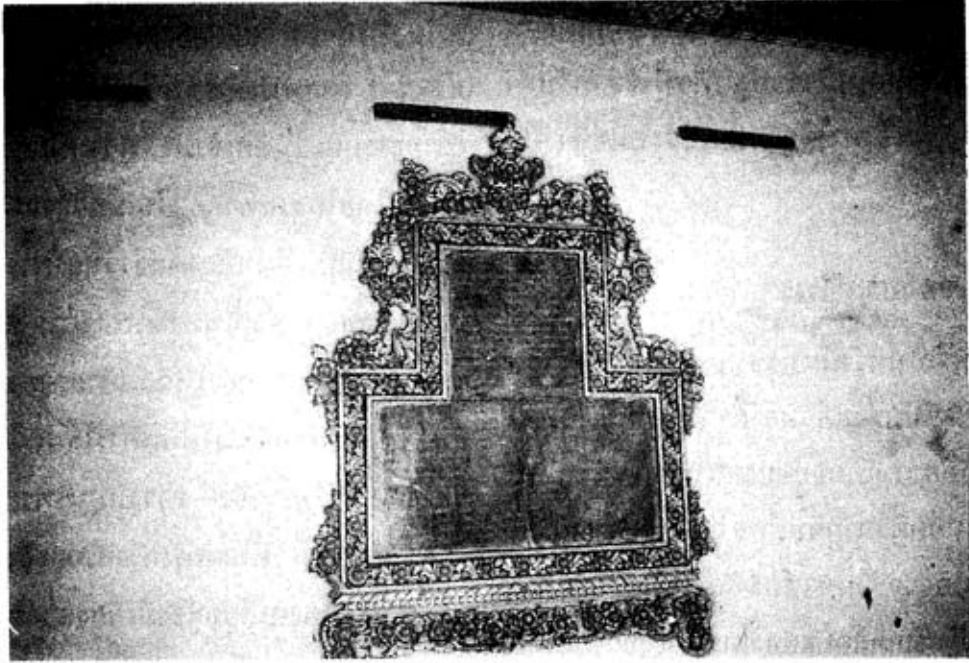
ความสำคัญของสมุนไพร

สมุนไพรเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่ถูกละเลยทอดทิ้งมานาน นับตั้งแต่วิทยาการแผนใหม่เข้ามาอิทธิพลต่อชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทยและนับวันจะถูกละเลยและทอดทิ้งมากขึ้นเรื่อยๆ โดยความรู้เรื่องสมุนไพรถูกมองว่าเป็นศาสตร์ที่ล้าสมัย คนไทยจำนวนมากไม่รู้หรือเคลือบแคลงในสรรพคุณ เมื่อไม่มีคนเห็นคุณค่านับวันก็จะมีแต่ร่อยหรอสูญพันธุ์ ทั้งๆ ที่พืชจำพวกสมุนไพรล้วนแต่ปลูกขยายพันธุ์และบำรุงรักษาง่าย เพราะเป็นพืชที่ปลูกได้หรือไม่ก็ขึ้นเองตามธรรมชาติ

สมุนไพรมีประวัติเก่าแก่ควบคู่มากับความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันของมนุษย์ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติเรื่อง เกษัชชนันธกะ ไว้ทำให้ได้ทราบว่ “มนุษย์รู้จักใช้พืชวัตถุ สัตว์วัตถุ และวัตถุธาตุต่างๆ รวมทั้งการผ่าตัดในการรักษาโรคภัยไข้เจ็บมาแต่สมัยพุทธกาล รายชื่อสมุนไพรที่ปรากฏในหมวดเกศัชชนันธกะ ได้แก่ ขมิ้น จิง ดีปลี สมอ มะขามป้อม เป็นต้น การรู้จักนำสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ในการรักษาโรคภัยไข้เจ็บหรือเพื่อสุขภาพอนามัยของมนุษย์ตั้งแต่โบราณเป็นสัญญาณแห่งความรอบรู้ในธรรมชาติของต้นไม้พันธุ์ว่ามีคุณหรือมีโทษต่อชีวิตมนุษย์อย่างไรบ้าง”

ในสังคมไทยนั้นวิทยาการด้านสมุนไพรได้พัฒนาตามลำดับจนถึงช่วงระยะที่ได้รับเอาอารยธรรมตะวันตกเข้ามา ความนิยมใช้สมุนไพรในหมู่คนไทยโดยเฉพาะคนในเมืองจึงลดน้อยลงอย่างรวดเร็วจนเป็นที่น่าเสียดายว่าวิทยาการด้านสมุนไพรนี้ถูกละเลยทอดทิ้งเป็นระยะเวลาาน หลักฐานที่เป็นตำราผูกพันสูญหาย และผู้รู้ก็ล้มหายตายจากไปจนหมดสิ้น ครั้นจะกลับคืนมาฟื้นฟูการใช้ประโยชน์สมุนไพรของไทยอีกจึงยากยิ่ง ตำราสมุนไพรฉบับหลวงถูกทำลายสูญหายไปตั้งแต่ครั้งกรุงศรีอยุธยาแตกเมื่อพ.ศ. 2310 สิ่งที่ยังเหลืออยู่จึงมีเพียงความรู้และตำรายาสมุนไพรที่เป็นสมบัติส่วนตัวของหมอยาโบราณระดับชาวบ้าน ซึ่งความรู้และตำรายาเหล่านั้นจะถูกเก็บรักษา หวงแหนและสืบทอดให้แก่บุตรหลานและศิษย์ที่ใกล้ชิดเท่านั้น ไม่ได้เปิดเผยเป็นวิทยาทานแก่ผู้คนที่ทั่วไปแต่อย่างใด

เป็นความโชคดียู่บ้างของอนุชนไทยรุ่นหลังที่ยังสามารถรับรู้ถึงวิทยาการต่างๆ รวมถึงตำรายาสมุนไพร ซึ่งตกทอดมาแต่โบราณเพราะพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวโปรดเกล้าฯ ให้จารึกลงบนแผ่นศิลาติดไว้ตามผนังระเบียงวิหารในวัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามราชววิหาร (ดูเรื่อง “วัดโพธิ์ : ห่องสมุดประชาชนแห่งแรกในประเทศไทย” สารานุกรมศึกษาศาสตร์ ฉบับที่ 13 พ.ศ. 2537) สรรพตำรายาทั้งหลายแต่โบราณเหล่านั้นรวบรวมโดย พระยาบำเรอราชแพทยา ทูลเกล้าฯ ถวายรัชกาลที่ 3 และได้สาบานตัวว่า “ตำรายานั้นได้เคยใช้ได้ผลดีและไม่ปิดบัง”



ตำรายาแผนโบราณจากสมุนไพรร
ที่ผนังวิหารในวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ยังมีปรากฏอยู่กระทั่งปัจจุบัน

ศศิธร วสุวัต นักพฤกษศาสตร์ผู้ซึ่งสนใจศึกษาค้นคว้าเรื่องสมุนไพรไทย และตำรายาไทยโบราณเป็นอย่างมาก กล่าวว่า “ประเทศไทยมีพืชสมุนไพรมากมายแต่ไม่ได้พัฒนาใช้ประโยชน์ในอุตสาหกรรมยามาก่อนเลย เพิ่งจะตื่นตัวริเริ่มอุตสาหกรรมผลิตยาขนาดเล็กจากสมุนไพรเพียงบางอย่าง เช่น บรเพ็ด ผสมในยาธาตุ กระเทียมสดลดไขมันในเลือด และ มะขามแขกเป็นยาระบาย เมื่อประมาณไม่กี่ปีนี้เอง ประเทศไทยขายสมุนไพรเป็นสินค้าออกในรูปสมุนไพรดิบมูลค่าประมาณ 234.5 ล้านบาทต่อปี สมุนไพรดิบบ้างที่ส่งออกส่วนใหญ่พ่อค้านักธุรกิจรับซื้อจากชาวบ้านที่เก็บมาจากป่า สมุนไพรเหล่านั้นเกิดเองตามธรรมชาติ ไม่มีการปลูกทดแทน จึงนับวันสมุนไพรซึ่งเป็นทรัพยากรธรรมชาติก็จะยิ่งลดน้อยลงและอาจสูญพันธุ์ได้ในอนาคต”

ประโยชน์ของสวนสมุนไพร

ปัจจุบันสมุนไพรเริ่มได้รับการยอมรับว่ามีประโยชน์นานาประการต่อโลกและต่อมนุษย์ไม่เพียงแต่ด้านการรักษาโรคเท่านั้น แต่ยังรวมไปถึงการช่วยรักษาคุณภาพของธรรมชาติในฐานะพืชพันธุ์ที่ให้ความร่มรื่นแก่บรรยากาศรอบๆ ช่วยลดมลพิษและรักษาความชุ่มชื้นของผืนดิน นอกจากนี้สมุนไพรหลายพันธุ์ยังเป็นไม้ประดับที่สวยงาม มีกลิ่นหอมทำให้สภาพแวดล้อมโดยรวมของมนุษย์มีคุณภาพที่ดียิ่งขึ้น ดังนั้นเมื่อนำพืชสมุนไพรมาปลูกเป็นสวนสมุนไพรจึงให้ประโยชน์มหาศาลดังต่อไปนี้

1. เป็นการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติประเภทสมุนไพรไม่ให้สูญพันธุ์
2. เป็นศูนย์ศึกษาเรื่องสมุนไพรไทย
3. เป็นแหล่งวัตถุดิบสำหรับอุตสาหกรรมยา
4. เป็นแหล่งส่งเสริมการส่งออกสมุนไพรไทย
5. เป็นแหล่งส่งเสริมอาชีพของเกษตรกร
6. เป็นแหล่งวิทยาการของนักเรียนนักศึกษา ด้านพฤกษศาสตร์ ชีววิทยา วรรณคดี และอื่นๆ

7. เป็นสถานที่ฝึกงานด้านเกษตรกรรมของนักเรียนและเกษตรกร

8. เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ และสถานที่ออกกำลังกาย

การจัดกลุ่มพืชสมุนไพรซึ่งจะปลูกในสวนสมุนไพร

การจัดกลุ่มพืชสมุนไพรอาจจัดได้หลายๆ วิธี ในการจัดสวนสมุนไพรนั้น จะจัดแบ่งกลุ่มพืชที่จะปลูกโดยวิธีใดต้องพิจารณาตามความเหมาะสมและความสะดวกในการบำรุงรักษา ตัวอย่างเช่น สวนสมุนไพรแห่งหนึ่ง แบ่งกลุ่มพืชสมุนไพรตามสรรพคุณในการรักษาโรค โดยแบ่งออกเป็น 20 กลุ่ม ดังนี้

- กลุ่มที่ 1 พืชที่ให้กลิ่นหอม
- กลุ่มที่ 2 พืชที่ใช้เป็นยาแก้โรคผิวหนัง
- กลุ่มที่ 3 พืชที่เป็นยาถอนพิษ
- กลุ่มที่ 4 พืชที่ใช้เป็นยาแก้อ่อนเพลีย บำรุงร่างกาย
- กลุ่มที่ 5 พืชที่ใช้เป็นยาแก้ไข้ ลดความร้อน
- กลุ่มที่ 6 พืชที่ใช้เป็นยาขับน้ำนม
- กลุ่มที่ 7 พืชที่ใช้เป็นยาถ่าย
- กลุ่มที่ 8 พืชที่ใช้เป็นยาขับเสมหะ แก้ไอ
- กลุ่มที่ 9 พืชที่ใช้เป็นยาถ่ายพยาธิ
- กลุ่มที่ 10 พืชที่ใช้เป็นยาแก้บิด ท้องเดิน โรคกระเพาะ
- กลุ่มที่ 11 พืชที่ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ
- กลุ่มที่ 12 พืชที่ใช้เป็นยาขับประจำเดือน
- กลุ่มที่ 13 พืชที่ใช้เป็นยาเจริญอาหาร
- กลุ่มที่ 14 พืชที่ใช้เป็นยารักษาโรคเรื้อน
- กลุ่มที่ 15 พืชที่ใช้เป็นยารักษาโรคมะเร็ง
- กลุ่มที่ 16 พืชที่ใช้เป็นยาขับปัสสาวะ
- กลุ่มที่ 17 พืชที่ใช้เป็นยาบำรุงเลือด
- กลุ่มที่ 18 พืชที่ใช้เป็นยาริดสีดวงทวาร
- กลุ่มที่ 19 พืชที่ใช้เป็นยาแก้อักเสบ ปวด บวม
- กลุ่มที่ 20 พืชเบ็ดเตล็ด

เพื่อที่จะทำให้สวนสมุนไพรมีประโยชน์ในการศึกษาวิชาพฤกษศาสตร์ไปด้วย ขอเสนอแนะว่า ต้นไม้ทุกต้นที่นำมาปลูกในสวนสมุนไพรควรจะต้องติดป้ายบอกชื่อสามัญ ชื่อท้องถิ่น และชื่อวิทยาศาสตร์ไว้ด้วย เช่น

ต้นหนุมานประสานกาย

ชื่อสามัญ : หนุมานประสานกาย
 ชื่อท้องถิ่น : ชิดชะลึ่ง (จีน)
 ชื่อวิทยาศาสตร์ : Schefflera leucantha Viguiet
 วงศ์ : Araliaceae



หนุมานประสานกาย

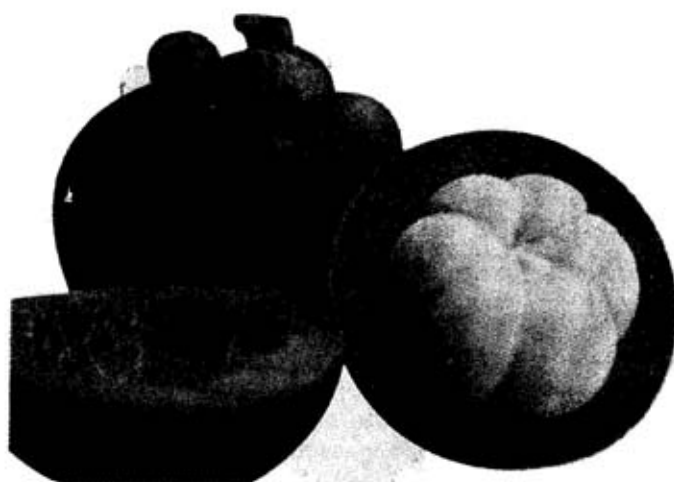
ส่วนต่าง ๆ ของพืชสมุนไพรที่มีสรรพคุณทางยา

พืชแต่ละต้นประกอบด้วยส่วนต่างๆ คือ ราก ลำต้น กิ่งก้าน ใบ ดอก และผล แต่ละส่วนย่อมมีสรรพคุณแตกต่างกันไป มากน้อยไม่เหมือนกัน ดังตัวอย่างตารางแสดงสรรพคุณของสมุนไพรและส่วนที่นำมาใช้เป็นยา (ทั้งนี้การปรุงยาจะต้องดำเนินการตามตำรายาที่ระบุไว้) ดังต่อไปนี้

ชื่อสมุนไพร	ส่วนที่นำมาใช้เป็นยา	สรรพคุณ
ทับทิม	เนื้อหุ้มเมล็ด เปลือกลูก	เป็นยาระบายอ่อนๆ บำรุงหัวใจ ต้มดื่มแก้ท้องร่วง แก้บิด แก้ตกขาว ถ่าย พยาธิ ต้มเอาน้ำชะแผล นำเชื้อโรคบาดแผล ฝนกับน้ำปูนทาแผลเน่าเปื่อยพุพอง
	เปลือกต้น เปลือกราก เนื้อ	ต้มถ่ายพยาธิ ต้มแก้ระดูขาว แก้ตกเลือด ถ่ายพยาธิ ทำเครื่องดื่มแก้กระหาย บำรุงหัวใจ เป็นยา ระบายอ่อนๆ หมักทำไวน์
มะลิ	ใบและราก ราก	ทำยาหยอดตา ฝนกินแก้ร้อนใน เสียดท้อง รักษาโรค หลอดลม
	ใบ	ทำยาแก้ไข้ ยาขับน้ำนม ตำละเอียดผสมน้ำ มันมะพร้าวทาแก้แผลพุพอง
พิทูล	ดอกแก่	ใช้อบขนมต่าง ๆ
	ดอกสด ดอกแห้ง เปลือก	ทำยาหอม ทำเครื่องสำอาง แก้ท้องเสีย เป็นยาบำรุงหัวใจ แก้ปวดหัว แก้เจ็บคอ ทำยากลิ้นคอสร้างปากแก้ปวดเมื่อยแก้เหงือก บวม
ลั่นทม	เมล็ด แก่นที่ราก	ตำละเอียดใส่ทวารเด็กแก้ท้องผูก เป็นยาบำรุงหัวใจ
	ยางและแก่น	เป็นยาถ่ายพิษ ขับเสมหะ แก้กามโรค แก้ ปวดฟัน
โหระพา	ราก	เป็นยาถ่าย
	เมล็ด ใบ	เป็นยาระบายในรายที่ท้องผูกเป็นประจำ แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ ขับลม ขับเหงื่อ ขับ เสมหะ ช่วยย่อย
	น้ำจากใบ	แก้ไอ แก้สะอึก หยอดแก้ปวด แก้หูตึง แก้กลากเกลื้อน ทำให้ประจำเดือนปกติ

ชื่อสมุนไพร	ส่วนที่นำมาใช้เป็นยา	สรรพคุณ
เปล้าน้อย	ใบ ดอก	ยาบำรุงธาตุ บำรุงโลหิต แก้โรคกระเพาะ จับพยาธิ
สะเดา	ใบ ราก น้ำมันจากเมล็ด	เป็นยาขับน้ำนม แก้พิษไข้เหลืองซึม เป็นยาสมานแผล เป็นยาระบาย ทำสบู่ น้ำมันหล่อลื่น สีโป๊วรด อาหารสัตว์
ขุมเห็ด	เมล็ด, ใบ, ราก ดอก ใบ	ยาขับพยาธิ ยาฆ่าพยาธิ ยาระบาย ขับเสมหะ แก้หืด ยารักษาโรคผิวหนัง
บัวบก	ใบ ทั้งต้น เมล็ด	ยาทาแผล ยารักษาโรคเรื้อน คั้นน้ำกินแก้ไข้ใน แก้บิด แก้ใจ แก้ปวดศีรษะ
ชะพลู	ทั้งต้น	แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ ขับเสมหะ
พริกไทย	ใบ เมล็ด ดอก ผล	แก้ลม จุกเสียด แน่น ขับลม ขับเสมหะ บำรุงธาตุ แก้ตาแดง นำมาเป็นเครื่องเทศ
มะระขี้นก (ผักไห่)	ยอดอ่อน ผลอ่อน ผลดิบ ผลสุก	แก้เบาหวาน ลดน้ำตาลในเลือด แก้โรคตับอักเสบ ม้ามอักเสบ ปวดเข่า เข่าบวม คั้นน้ำทาแก้สิ่ว เป็นยาระบายอ่อนๆ ช่วย ย่อยอาหาร เป็นยาเจริญอาหาร เป็นยาบำรุง น้ำดี ยาขับพยาธิ
กระทือ	เหง้า เหง้าหมกไฟฝนกับน้ำปูนใส ราก ต้น ใบ ดอก	บำรุงน้ำนม แก้ปวดท้อง แก้บิด ขับลม ขับ ปัสสาวะ แก้บิด แก้จุกเสียดแน่นหน้าอก แก้หืด แก้ไอ แก้ไข้ แก้เบื่ออาหาร เจริญอาหาร ขับเลือดเน่าร้ายในเรือนไฟ แก้ไข้เรื้อรัง ผอมแห้ง

ชื่อสมุนไพร	ส่วนที่นำมาใช้เป็นยา	สรรพคุณ
กำลังช้างเผือก	แก่น เปลือก ใบ	ดองเป็นยาบำรุงกำลัง ตำ พอกรักษาแผลสด รักษาโรคผิวหนัง
ดีปลี	เถา ใบ ดอก ราก	แก้เสมหะพิการ แก้ปวดฟัน ปวดท้องจุกเสียด แก้ริดสีดวงทวาร แก้ลม เจริญอาหาร แก้เส้นตึง แก้ท้องร่วง ปลูกวิชาดูพิการ ขับลมในลำไส้ แก้หืดหอบ แก้ลมวิงเวียน รักษาकुฑะโรค แก้อัมพฤกษ์ อัมพาต แก้หืดหอบ แก้ลม วิงเวียน แก้ปวดท้อง บำรุงธาตุ
ว่านธรณีสาร (ดอกใต้ใบ)	ผลแก่แห้ง - ต้มน้ำดื่ม - ผนกับน้ำมันมะนาวแทรกเกลือ ต้น ใบ	แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ ปวดท้อง คลื่นไส้อาเจียน แก้ไอ ขับเสมหะ ต้มกินแก้ปวดท้อง ตำเป็นยาพอกเหนือกแก้ปวดฟัน แก้อาการ บวม และแก้คันตามร่างกาย
๑๘๑	๑๘๑	๑๘๑

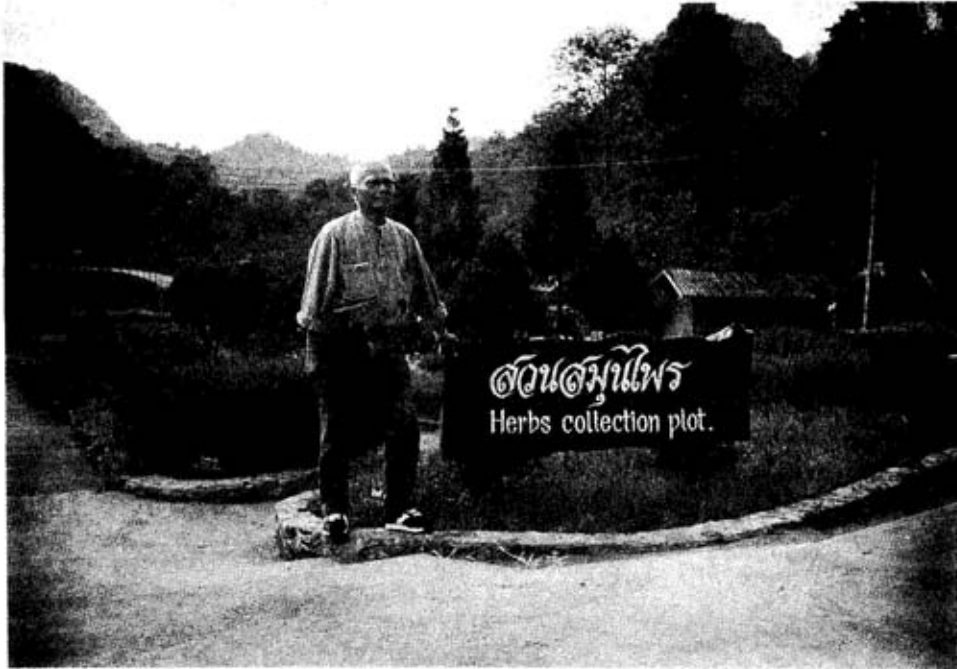


- มังคุด : ต้น, ราก, ลูก, ดอก, ใบ - ต้มเป็นยารักษาโรคบิด
เปลือกผลตากแห้ง - เป็นยาสมานแผล แก้บิด
ราก - ต้มน้ำดื่มทำให้ประจำเดือนปกติ

ตัวอย่างสวนสมุนไพร

ในปัจจุบันความสำนึกและตระหนักในเรื่องของสมุนไพรไทยมีมากขึ้น หน่วยงานต่างๆ จึงเริ่มสร้างสวนสมุนไพรกันทั้งหน่วยงานของรัฐและเอกชน สถานศึกษาหลายแห่งเริ่มมีสวนสมุนไพร ที่พบว่าได้เริ่มดำเนินการอย่างจริงจัง เช่น สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เป็น

โครงการของการปิโตรเลียมแห่งประเทศไทย ณ ตำบลมาบข่า จังหวัดระยอง มีเนื้อที่ 60 ไร่ อีกแห่งหนึ่งคือ สวนสมุนไพรของโครงการหลวงดอยอ่างขาง เป็นสวนสมุนไพรที่รวบรวมสมุนไพรต่างๆ ที่ชาวไทยภูเขาเคยใช้และมีสรรพคุณทางยามาปลูกไว้ แบ่งเนื้อที่ปลูกแยกจากการปลูกพืชผลต่างๆ ของโครงการ



สวนสมุนไพรโครงการหลวงดอยอ่างขาง
อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่

นอกจากนั้นยังมี สวนสมุนไพรของกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ บ้านอ่าง อำเภอมะขาม จังหวัดจันทบุรี และสวนสมุนไพรเขาหินซ้อน อำเภอพนมสารคาม จังหวัดฉะเชิงเทรา เป็นต้น

การสร้างสวนสมุนไพรในสถานศึกษา

ปัจจุบันสถานศึกษาต่างๆ ทั้งระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา และอุดมศึกษา ที่มีพื้นที่มากพอได้รวบรวมพืชพันธุ์ต่างๆ ในท้องถิ่นสร้างสวนพฤกษศาสตร์ขึ้น เพื่อประกอบการเรียนวิชาพฤกษศาสตร์โดยเฉพาะ บางแห่งอาจจะสร้างเป็นสวนวรรณคดีเพื่อประโยชน์ในการศึกษาวรรณคดีไทย แต่มีหลายแห่งที่สร้างเป็นสวนสมุนไพร ซึ่งเป็นได้ทั้งประกอบการศึกษาวิชา

พฤกษศาสตร์ วิชาวรรณคดี และศึกษาเกี่ยวกับสมุนไพรอีกด้วย พืชพันธุ์ต่างๆ ย่อมจะเจริญงอกงามได้ดีในภูมิอากาศและพื้นที่ที่แตกต่างกันไป ดังนั้นสถานศึกษาในท้องถิ่นต่างๆ ที่มีที่ดินมากพอน่าจะได้รวบรวมพืชสมุนไพรในท้องถิ่นนั้นๆ มาปลูกไว้ นอกจากนักเรียนนักศึกษาจะได้เรียนรู้เรื่องพืชในวิชาพฤกษศาสตร์ ในวิชาวรรณคดี ในวิชาแพทย์แผนไทยแล้ว ยังจะได้เรียนรู้ทางด้านเกษตรกรรมควบคู่กันไป ทำให้บริเวณโรงเรียนมีความร่มรื่น และลดมลพิษในอากาศได้อีกด้วย นับว่ามีคุณค่ามหาศาล แม้ตามบ้านที่อยู่อาศัย หากมีเนื้อที่มากพอก็ควรหาพืชสมุนไพรมาปลูกไว้บ้าง ก็จะมีประโยชน์ไม่น้อย

วรวิทย์ วศิณสรการ

บรรณานุกรม

- การปีโตรเลียมแห่งประเทศไทย. สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. กรุงเทพฯ : การปีโตรเลียมแห่งประเทศไทยจัดพิมพ์, 2528.
- การแพทย์แผนไทย, สถาบัน. ไม้มิรั้ว. กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2537.
- การศาสนา, กรม. เอกสารการดำเนินโครงการสวนสมุนไพรในวัด. นครปฐม : สำนักงานพุทธมณฑล, 2539.
- พยอม ดันดีวัฒน์. สมุนไพร. กรุงเทพฯ : สมาคมสมุนไพรแห่งประเทศไทย, 2521.
- พยอม ดันดีวัฒน์ และคณะ. พืชสมุนไพร : กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2534.
- หนังสือผลงานของศาสตราจารย์กสิณ สุวตะพันธ์์ อนุสรณ์ในงานพระราชทานเพลิงศพ ศาสตราจารย์กสิณ สุวตะพันธ์์ 28 พฤษภาคม 2522.
- สมาคมโรงเรียนแพทย์แผนโบราณสำนักวัดพระเชตุพนฯ (วัดโพธิ์). ประมวลสรรพคุณยาไทยว่าด้วย พฤษชาติวิัตถุชาติ และสัตวิัตถุนานาชนิด. พระนคร : โรงพิมพ์การศาสนา, 2507.
- Sasithorn Wasuwat. A List of Thai Medicinal Plants. Bangkok : Industrial Chemistry Group Technological Research Institute, 1967.