

# โครงการ 1 อปท. 1 สวนสมุนไพร

เฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
เนื่องในโอกาส วันเฉลิมพระชนมพรรษา 28 กรกฎาคม 2566

องค์การบริหารส่วนตำบลคอนสวรรค์  
ขอร่วมแสดงความจงรักภักดีและสำนึกในพระ  
มหากรุณาธิคุณ โดยน้อมนำ

" หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง "

ที่ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพล  
อดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร พระราชทานไว้  
มาปรับใช้ให้สอดคล้องกับเป้าหมายการพัฒนาที่  
ยั่งยืน



สำรวจและรวบรวมข้อมูลสมุนไพรในท้องถิ่นรวมทั้งภูมิปัญญาชาวบ้าน

- ฟาง/ รสขื่นขมหวานฝาด เป็น ยาบำรุงโลหิตสตรี ขับหนอง
- อัญชัน/ ดอกสีม่วง อมน้ำเงินสวยงามตามธรรมชาติ ลดไข้ แก้หอบ
- เตยหอม/ มีน้ำมันหอมระเหย รสหวาน ลดอาการกระหายน้ำ
- พิลังกาสา/ มีรสร้อน ฝาด แก้ท้องเสีย แก้ลมพิษ แก้ธาตุพิการ
- ฟ้าทะลายโจร/ มีรสขม อยู่ในกลุ่มยาเย็น ใช้บรรเทาอาการไข้หวัด
- เสดดพังพอน/ รากและเปลือกต้นใช้ต้ม กับ น้ำดื่มเป็นยาบำรุงกำลัง
- ว่านหางจระเข้/ เป็นยาฆ่าเชื้อ ฝาดสมานแผล ห้ามเลือด
- ตะไคร้หอม/ น้ำมันหอมระเหย จากใบกาบใบ ใช้ ไล่ยุง แมลง
- พลับพลึง/ ใช้ใบพันรักษาอาการฟกช้ำ บวม เค็ด ขัด ยอก
- ขมิ้นชัน/ มีสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยลดอาการอักเสบ ลดไขมัน
- รากสามสิบ/ มีรสเย็น หวาน ชุ่มใช้แก้ขัดเบา ขับปัสสาวะ และขับเสมหะ
- กระจับปี่แดง/ ใบรสเปรี้ยว ขับเสมหะ ช่วยย่อยอาหาร แก้ขัดเบา
- มะรุม/ ใช้เป็นยาบำรุงธาตุ ช่วยขับลม แก้อาการปวดข้อ แก้ข้ออักเสบ
- รางจืด/ รักษาโรคไข้หวัด รักษาโรคติดเชื้อในกระแสเลือด
- ใบบัวบก/ บรรเทาอาการฟกช้ำ หื่อเลือด ช่วยลดการอักเสบแสบ ร้อน
- มะแว้ง/ ใช้เป็นยาขม เจริญอาหาร แก้ไอ และแก้โรคหอบหืด
- มะขามป้อม/ เนื้อผลแห้ง รสเปรี้ยวฝาดขม ขับเสมหะ ทำให้ชุ่มคอ
- บอระเพ็ด/ เป็นยาขมเจริญอาหาร ช่วยขับน้ำย่อยในกระเพาะอาหาร
- หนุมางประสาธน์/ รสขมฝาดเผ็ดแก้ปวดเมื่อยตามร่างกายแก้ภูมิแพ้



# กิจกรรมที่ 2

## "ปลูกปักษ์รักษ์สมุนไพรม"

- จัดเตรียมสถานที่สวนสมุนไพรเพื่อเพาะปลูกพืชสมุนไพร
- ปลูกพืชสวนสมุนไพรในพื้นที่ที่กำหนดไว้ โดยปลูกพืชพรรณสมุนไพรที่หลากหลายชนิด ตามความเหมาะสม

จัดเตรียมสถานที่และดินในการปลูก



แยกประเภทของสมุนไพรที่จะปลูก

ปลูกพืชสมุนไพรที่เตรียมไว้ปลูกลงดิน





# กิจกรรมที่ 3



## "สวนสมุนไพรท้องถิ่นทรงคุณค่า"

-ศึกษาข้อมูลด้านชีววิทยา กายภาพ โภชนาการ สรรพคุณ การนำไปใช้ ประโยชน์ ของพืชพรรณสมุนไพรแต่ละชนิดและข้อมูลที่เข้าถึงได้เป็นแหล่งเรียนรู้การใช้ประโยชน์จากสมุนไพรตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง



ฝาง

ชื่อสมุนไพร ฝาง

ชื่ออื่น ขวาง ง้าย ฝางล้ม ฝางเสน หงามโค้ง

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Caesalpinia sappan* L.

ชื่อพ้อง *Biancaea sappan* (L.) Tod.

ชื่อวงศ์ Leguminosae



### ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ยืนต้นขนาดกลาง ไม้พุ่มหรือไม้พุ่มกึ่งไม้เถาลำต้นและกิ่งมีหนามแข็งและโค้งสั้น ๆ ทั่วไป ถ้าแก่หนและเนื้อไม้มีสีแดงเข้ม รสขมหวาน ใบประกอบแบบขนนกสองชั้น เรียงสลับ แกนช่อใบยาวแต่ละช่อใบ มีใบ

### สรรพคุณ

ตำรายาไทย เนื้อไม้ เป็นส่วนผสมหลักในยาบำรุงหลังคลอดบุตร พสมกับปูนขาว บดทาหน้าผาก หลังคลอดบุตร ช่วยให้เย็นศีรษะ และลดอาการเจ็บปวด เป็นยาขับประดูอย่างแรง แก้ท้องร่วง แก้ธาตุพิการ แก้ร้อนใน แก้โลหิตออกทางทวารหนักและทวารเบา แก้โลหิตตกหนัก แก้เสมหะ ดี และโลหิต แก้หน รสฝาด เค็ม ชุ่ม เป็นยาสุขุม ออกฤทธิ์ต่อหัวใจและตับ เป็นยาบำรุงโลหิตสตรี ใช้เป็นยาแก้ปวด แก้บวม แก้เลือดอุดตัน ทำให้เลือดไหลเวียนสะดวก รักษาประจำเดือนมาไม่ปกติ ขับประดู แก้อาการหัวใจขาดเลือด (จุกเสียดแน่นและเจ็บหน้าอก) กระจายเลือดที่อุดตัน ลดอาการปวดมดลูกในสตรีหลังคลอด เป็นยาสมานลำไส้ แก้บิด พกซำดำ เขียว ปวดบวม ขับหนองในฝักเสบ แก้ไข้ตัวร้อน แก้ปวดเมื่อยร่างกาย แก้เสมหะ แก้โลหิต แก้ไข้กำเดา แก้ปอดพิการ ขับหนอง ทำให้โลหิตเย็น แก้ท้องร่วง แก้ธาตุพิการ แก้ร้อนในกระหายน้ำ แก้โลหิตออกทางทวารหนักและทวารเบา แก้กำเดา แก้หนฝางฝงกับน้ำเป็นยาทาภายนอกในโรคผิวหนังบางชนิด เพื่อฆ่าเชื้อโรค น้ำต้มแก้หนฝางให้สีแดง ใช้เป็นหลักในการทำน้ำยาอูทัย ใช้แก้ร้อนใน แก้กระหายน้ำได้ดี ราก ให้สีเหลือง ใช้ทำสีย้อมผ้า และไหม ใช้เป็นสีผสมอาหาร และเครื่องดื่ม

### องค์ประกอบทางเคมี

แก้หนพบ phellandrene, ocimene, brazilin, brasilein, sappanin, tannin



# พืลังกาสา



ชื่อสมุนไพร พืลังกาสา

ชื่ออื่นๆ ลังพิลา ทูลังกาสา รวมใหญ่ ตาปลา ราม จิงจำ จำก่อง มาตาอาแย ป้อนา

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Ardisia elliptica* Thunb

ชื่อวงศ์ **Myrsinaceae** ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้พุ่มหรือไม้ยืนต้น ขนาดเล็ก ลำต้นตั้งตรง กิ่งก้านกลม หรือเป็นเหลี่ยม สีน้ำตาลอมเทา กิ่งอ่อนสีน้ำตาลแดง แตกกิ่งก้านสาขารอบๆ ต้นมาก ใบเป็นใบเดี่ยว เรียงสลับกัน ออกหนาแน่นที่ปลายกิ่ง ปลายแหลมถึงมน โคนใบรูปลิ้น ผิวใบและขอบใบเรียบ แผ่นใบมีต่อม เห็นเป็นจุดๆ กระจายอยู่ทั่วไป ใบหนามัน ก้านใบสั้น สีแดง เส้นใบมองเห็นไม่ค่อยชัดเจน ดอกออกเป็นช่อจากซอกใบ และปลายกิ่ง ติดกันที่โคนเป็นหลอดสั้นๆ ปลายแยกเป็น 5 แฉก แต่ละแฉกรูปใบหอก ปลายกลีบดอกแหลม กลีบเลี้ยงสีเขียว โคนเชื่อมติดกัน ปลายแยกเป็น 5 แฉก ผลรูปทรงกลมแป้น ผิวเรียบ ผลอ่อนสีแดง เมื่อสุกมีสีม่วงเข้ม เมล็ดเดี่ยว กลม พบตามป่าดงดิบเขาทั่วไป ขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด

## สรรพคุณ

ตำรายาไทยใช้ ผล มีรสร้อน ฟ้าดสุขุม มีสรรพคุณแก้ไข้ แก้ท้องเสีย แก้ลมพิษ แก้ธาตุพิการ แก้ซาง ใบ มีรสเพื่อนร้อน แก้ตับพิการ แก้ปอดพิการ ดอก มีรสเพื่อนขม เม่า ฆ่าเชื้อ โรค ราก มีรสเพื่อนเม่า เปரியเล็กน้อย มีสรรพคุณแก้กามโรค แก้โรคหนองใน ต่ำกับสุราเอาน้ำรับประทาน เอากากตำพอกปิดแผล ถอนพิษงู ตะขาบ แมงป่อง และแก้ลมเป็นพิษ ต้น มีรสเพื่อนเม่า ประจุผสมกับสมุนไพรอื่นแก้โรคเรื้อน ฆ่าพยาธิที่ผิวหนัง



# หนุ่ฆานประสาทกาย



ชื่อสมุทไพร หนุ่ฆานประสาทกาย

ชื่อวิทยาศาสตร์: **Schefflera leucantha R. Vig.**

ชื่อวงศ์ **ARALIACEAE**

ชื่อสามัญ **Umbrella tree**

ส่วนที่ใ้ใช้ ทั้งต้น ใบสด

## สรรพคุณ

ทั้งต้น รสขมฝาดเผ็ด กลิ่นหอม ต้มดื่มรักษาโรคกระเพาะอาหารและลำไส้ แก้ปวดเมื่อยตามร่างกาย แก้อัมพฤกษ์ ทำให้เลือดลมเดินสะดวก

ใบสด ต้มน้ำ หรือโขลกกับสุรา กินแก้ไอ คออักเสบ แก้ไข้ แก้อาเจียนเป็นเลือด แก้เส้นเลือดฝอยในสมองแตกเป็นอัมพาต ตำพอกแผลเพื่อห้ามเลือด สมานแผล สารซาโปนินในใบมีฤทธิ์ ขยายหลอดลม

รักษาโรคหอบ หืด แพ้อากาศ ขับเสมหะ และโรคหลอดลมอักเสบ

ใ้ใบสดเล็กน้อย 9 ใบ ต้มน้ำ 3 ถ้วยแก้ว เคี้ยวให้เหลือ 1 ถ้วยแก้ว รับประทานวันละ 2 ครั้ง ก่อนอาหาร เข้า-เย็น เป็นเวลา 49 วัน หืดควรจะหาย

ยาแก้อาเจียนเป็นเลือด

ใ้ใบสด 12 ใบย่อย ตำคั้นน้ำ 2 ถ้วยตะไล รับประทานครั้งละ 1 ถ้วยตะไล ติดต่อกัน 5-7 วัน

ใ้รักษาวัณโรค

ใ้เหมือนวิธีที่ 1 ติดต่อกัน 60 วัน แล้ว x-ray ดู ปอดจะหาย แล้วให้รับประทานต่อ มาอีกระยะหนึ่ง

# กิจกรรมที่ 4

## "อนุรักษ์สมุนไพรท้องถิ่น"

- ส่งเสริมสนับสนุนสร้างจิตสำนึกในการอนุรักษ์พืชพรรณสมุนไพรให้เด็กเยาวชน และประชาชนในชุมชน เห็นความสำคัญและประโยชน์ของพืชพรรณสมุนไพรในท้องถิ่น รู้จักนำไปใช้ประโยชน์อย่างยั่งยืน
- เผยแพร่ประชาสัมพันธ์การดำเนินโครงการ 1 อปท. 1 สวนสมุนไพรเฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา 28 กรกฎาคม 2566 ในช่องทางต่างๆ เพื่อสร้างความรู้สู่ชุมชนให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น รวมทั้งสร้างแหล่งเรียนรู้ในท้องถิ่น เช่น เสียงตามสาย เว็บไซต์ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สื่อสังคมออนไลน์ ( SocialMedia ) โดยติดแฮชแท็ก 1 อปท. 1สวนสมุนไพร ( # 1 อปท. 1สวนสมุนไพร ) และแฮชแท็ก สมุนไพรรักษ์ถิ่น ( # สวนสมุนไพรรักษ์ถิ่น )

