

ประเภทภูมิปัญญา หมอรักษา

ชื่อภูมิปัญญา สมุนไพรน้ำลูกยอ

บทนำ/ความสำคัญของภูมิปัญญา

ในอดีตนั้นมนุษย์มีสุขภาพดี ไม่ค่อยมีโรคภัยไข้เจ็บเพราะดินฟ้าอากาศแร่ธาตุอุดมสมบูรณ์ สามารถหาสารอาหารที่มีประโยชน์ได้จากพืช แต่ปัจจุบันธาตุอาหารในดินสำหรับพืชมีน้อย ประกอบสารเคมีจากปุ๋ยและยาฆ่าแมลง มลภาวะในอากาศและสิ่งแวดล้อม เชื่อกันว่าสิ่งเป็นพิษเหล่านี้ เข้าไปทำลายเซลล์ในร่างกายมนุษย์ ทำให้อวัยวะต่าง ๆ ทำงานบกพร่องเป็นผลให้เกิดอาการเจ็บป่วยและเสียชีวิตก่อนถึงวัยอันควร

ยาสมุนไพร เป็นของที่ได้มาจากธรรมชาติ เช่น จากพืช ได้แก่ ยาที่ได้จากส่วนต่างๆ ของพืชโดยตรง เช่น ราก ใบ ดอก ผล เปลือก ช่อ เมล็ด ส่วนที่ได้จากสัตว์ ก็ได้แก่ยาที่ได้จากอวัยวะเป็นยารักษาโรค เช่น ตับ ดีหมู ฯลฯ ซึ่งปัจจุบันประชาชนได้เริ่มมองเห็นความสำคัญของยาสมุนไพรกันมากขึ้น โดยจะหันมาปลูก และอนุรักษ์พันธุ์พืชต่าง ๆ ที่หายาก ยาสมุนไพรก็มีสรรพคุณที่สามารถรักษาโรคบางชนิดได้เป็นอย่างดี อย่างเช่น น้ำยาสมุนไพรลูกยอซึ่งปัจจุบันก็เป็นภูมิปัญญาชาวบ้านที่สามารถนำน้ำยาสมุนไพรลูกยอไว้ดื่มเพื่อสุขภาพ และรักษาโรคได้

ดังนั้น จึงสมควรที่จะสืบทอดภูมิปัญญาในการทำน้ำยาสมุนไพรนี้ไว้ เพื่อคนรุ่นหลังจะได้นำไปใช้ประโยชน์และเผยแพร่ต่อไปได้

ส่วนประกอบ

- ผลลูกยอ ผลดิบหรือผลห่าม (สด)
- น้ำตาลทรายแดง (เพื่อทำให้มีรสหวาน)
- จุลินทรีย์ (เพื่อช่วยในการหมัก)
- โอง หรือ ถังพลาสติก (ไม่ควรใช้อลูมิเนียมหรือโลหะ เพื่อใช้ในการหมัก)
- ขวด หรือภาชนะเพื่อบรรจุน้ำลูกยอ

วิธีทำ

- นำผลลูกยอดิบ หรือห่าม (สด) จำนวน 3 กิโลกรัม ทิ้งไว้ให้สุกประมาณ 2 คืน
- ผลลูกยอสุกได้ที่ จำนวน 3 กก. น้ำตาลทรายแดง 1 กก. จุลินทรีย์ 3 – 5 ฝา ผสม

คลุกเคล้าให้เข้ากัน

- นำไปใส่โอง หรือ ถังพลาสติกที่เตรียมไว้ หมักไว้ 7 – 10 วัน แล้วเติมน้ำ 10 ส่วนหมักไว้อีกหนึ่งเดือนก็ใช้ได้ หรือจะให้ดีต้องหมักให้นาน 3 เดือน หมั่นคนทุก ๆ 5 – 7 วัน จะทำให้ใช้ได้เร็วขึ้น ปิดฝาโองหรือถังพลาสติกให้สนิททุกครั้ง

สรรพคุณ

- รักษาโรค เก้า ภูมิแพ้ ปัญหาการหายใจหอบหืด
- เป็นน้ำดื่มผลไม้เพื่อสุขภาพ

วิธีนำไปใช้

- เอน้ำที่กรองสะอาดแล้วนำมาดื่ม
- ขนาดรับประทานไม่ระบุแน่ชัด (แล้วแต่ความต้องการ)

วิธีการเก็บรักษา

เก็บใส่ภาชนะที่มีฝาปิดให้มิดชิด

รายได้

สามารถนำออกจำหน่ายได้ในท้องถิ่น หรืออาจจะขยายตลาดตามหมู่บ้านหรือตำบลใกล้เคียง

ประโยชน์ท้องถิ่นได้รับ

1. ประชาชนในท้องถิ่นได้สืบทอดภูมิปัญญาทำน้ำสมุนไพรลูกยอไว้
2. ประชาชนสามารถประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อยาแผนปัจจุบัน ซึ่งมีราคาสูงกว่า และได้ดื่มน้ำผลไม้เพื่อสุขภาพ
3. สามารถนำมาเป็นเครื่องดื่มแทนน้ำดื่มผลไม้ในท้องตลาดซึ่งมีราคาสูงกว่า
4. อนาคตสามารถทำให้ประชาชนในท้องถิ่นมีรายได้จากการทำน้ำยาสมุนไพรลูกยอออกจำหน่ายในท้องตลาดได้

แหล่งข้อมูล

พระไกรพล จันทกาโม

รองเจ้าอาวาสวัดน้ำมวบ ตำบลน้ำมวบ อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน