

ประเภทของภูมิปัญญาด้าน หมอรักษา

ชื่อภูมิปัญญา สมุนไพรที่ใช้ แก้ไข แก้ไอและขับเสมหะ (ตำบलน้ำมวบ)

บทนำ/ความสำคัญของภูมิปัญญา

เพื่อเป็นการอนุรักษ์ไว้ซึ่งภูมิปัญญาดั้งเดิมของท้องถิ่นให้คงอยู่ต่อไป และเป็นการประหยัดที่รู้จักการนำเอาสมุนไพรที่มีอยู่ในท้องถิ่นของตนเองมาใช้ให้ได้ประโยชน์ แทนที่จะทิ้งร้างว่างเปล่า ซึ่งการรักษาด้วยสมุนไพรเป็นสิ่งที่ปลอดภัยกว่าการใช้ยาปฏิชีวนะหรือยาที่ผลิตโดยทางวิทยาศาสตร์มาก และปลอดภัยจากอาการข้างเคียงที่อาจจะเกิดขึ้นได้ด้วย

ขั้นตอนการทำ

สมุนไพรที่ใช้แก้ไข้

บอระเพ็ด วิธีทำ

1. หารากเถาหรือต้นสด
2. ล้างให้สะอาด
3. ต้มน้ำดื่มหรือน้ำแกงก็ได้
4. ดื่มน้ำก่อนอาหารวันละ 2 ครั้ง เช้า – เย็น

ปลาไหลเผือก วิธีทำ

1. ใช้รากแห้งครั้งละ 1 กำมือ
2. ล้างให้สะอาด
3. ต้มกับน้ำดื่มก่อนอาหารวันละ 2 ครั้ง เช้า – เย็น หรือเวลามีอาการ

ย่านาง วิธีทำ

1. ใช้หญ้าแห้งครั้งละ 1 กำมือ
2. ล้างน้ำให้สะอาด
3. ต้มดื่ม 3 ครั้งก่อนอาหาร

สมุนไพรที่ใช้แก้ไอ ขับเสมหะ

จิง วิธีใช้

1. จิงประมาณ 1 ท่อน ล้างน้ำสะอาด
2. สับให้เป็นแผ่น
3. แช่น้ำมะนาว แทรกหรือเกลือเล็กน้อย ให้กวาดคอหรือจิบบ่อย ๆ

มะขาม วิธีใช้

1. หามะขามเนื้อในฝักแก่
2. ล้างน้ำให้สะอาด
3. จิ้มกับเกลือ รับประทานพอสมควร

มะนาว วิธีใช้

1. หามะนาวที่มีน้ำเยอะ ล้างน้ำให้สะอาด
2. แล้วคั้นน้ำมะนาว แล้วใส่เกลือเล็กน้อย และน้ำตาล
3. ให้กรดคอ หรือจิบบ่อย ๆ

ประโยชน์ที่ท้องถิ่นได้รับ

1. เป็นการนำวัสดุที่มีอยู่ในท้องถิ่นมารักษาโรคไข้หวัด
2. เป็นการรักษาไว้ซึ่งภูมิปัญญาปัญญาของคนในท้องถิ่น
3. ปราศจากสารพิษที่อาจตกค้างในตัวยา

แหล่งข้อมูล

นางสาวบุศรินทร์ วังกะ

บ้านเลขที่ 131 หมู่ 8 ตำบลน้ำมวบ อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน