



รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

พฤกษศาสตร์พื้นบ้านของชาวไทลื้อในจังหวัดเชียงราย

Ethnobotany of Tai Lue in Chiang Rai Province

โดย

จันทรรักษ์ โตวรานนท์

สำนักวิชาวิทยาศาสตร์

รายงานนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากงบประมาณประจำปี 2546

มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

สัญญาเลขที่ RMFU 06/2546

รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

พฤกษศาสตร์พื้นบ้านของชาวไทลื้อในจังหวัดเชียงราย

Ethnobotany of Tai Lue in Chiang Rai Province

โดย

จันทรรักษ์ ไตวรานนท์

สำนักวิชาวิทยาศาสตร์

รายงานนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากงบประมาณประจำปี 2546

มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

## คำนำ

การศึกษาถึงประโยชน์ของพืชในด้านต่าง ๆ ของชาติพันธุ์ต่าง ๆ แสดงให้เห็นถึงภูมิปัญญาพื้นบ้านอย่างหนึ่งซึ่งได้รับการสะสมและถ่ายทอดมาหลายชั่วอายุ ดังนั้นการศึกษาถึงประโยชน์ของพืชแต่ละชนิดรวมทั้งชื่อชนิดพืชที่ถูกต้องและวิธีการนำพืชเหล่านั้นมาใช้ประโยชน์อย่างจริงจัง จะสามารถทำให้นานาทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดและเพื่อก่อให้เกิดการอนุรักษ์และพัฒนาอย่างยั่งยืนในที่สุด



## บทคัดย่อภาษาไทย

การศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านของชาวไทลื้อ หมู่บ้านท่าข้าม อ.เวียงแก่น จังหวัดเชียงราย พบพืชที่ใช้ประโยชน์ทั้งหมด 270 ชนิด 80 วงศ์ โดยเก็บข้อมูลจากการสำรวจและการสัมภาษณ์ผู้รู้ ในหมู่บ้านเกี่ยวข้อท้องถิ่น ส่วนที่ใช้และวิธีการเตรียม และทำการวินิจฉัยชื่อวิทยาศาสตร์ พบว่าการใช้ประโยชน์จากพืชอย่างกว้างขวาง อาทิ พืชอาหาร 146 ชนิด พืชสมุนไพร 74 ชนิด พืชเศรษฐกิจ 7 ชนิด พืชประกอบพิธีกรรม 21 ชนิด และพืชประโยชน์อื่น ๆ 43 ชนิด



## Abstract

An ethnobotanical study was carried out among Tai Lue people in Takham village, Wiang khan District, Chiang Rai province, Thailand. A list of 270 plants belonging to 80 families has been compiled based on field survey and interview. The scientific and vernacular names of plants, their uses of the plants, the part of the plant used, and the preparation are presented. Plants are widely used as food (146 species), medicine (74 species) economic plants (7 species), religious ceremonies (21 species), and miscellaneous plants (43 species).



## กิตติกรรมประกาศ

โครงการวิจัยพหุศาสตร์พื้นฐานของชาวไทยเชื้อในจังหวัดเชียงราย ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

โครงการฯ นี้สำเร็จได้ด้วยดีต้องขอขอบคุณผู้ใหญ่บ้านและผู้ทรงคุณวุฒิในหมู่บ้านรวมทั้งชาวไทยเชื้อในหมู่บ้านทุกคนที่ได้ให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัยครั้งนี้ โดยเฉพาะผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านที่ได้อำนวยความสะดวกในด้านต่าง ๆ รวมทั้งการติดต่อสื่อสารกับชาวบ้าน



## สารบัญ

	หน้า
<b>บทที่ 1 บทนำ</b>	
1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์	2
1.3 ระยะเวลา	2
<b>บทที่ 2 แนวคิดทฤษฎีและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b>	
2.1 ประวัติความเป็นมาของชาวไทลื้อในจังหวัดเชียงราย	3
2.2 การศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านในภาคเหนือของประเทศไทย	4
2.3 การศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านในต่างประเทศ	6
<b>บทที่ 3 วิธีการดำเนินงานวิจัย</b>	
3.1 หมู่บ้านที่ทำการศึกษา	8
3.2 ผู้ให้ข้อมูล	8
3.3 วิธีการเก็บข้อมูล สัมภาษณ์และเก็บตัวอย่างพรรณไม้	8
3.4 การอัดพรรณไม้	8
3.5 การวินิจฉัยชื่อพืช	8
<b>บทที่ 4 ผลการศึกษาวิจัย</b>	
4.1 พืชอาหาร	10
4.2 พืชสมุนไพร	32
4.3 พืชเศรษฐกิจ	46
4.4 พืชประกอบพิธีกรรม	46
4.5 พืชประโยชน์อื่นๆ	47
4.6 พืชที่มีประโยชน์มากกว่า 1 ด้าน	47
<b>บทที่ 5 สรุปผลการศึกษา</b>	57
<b>บรรณานุกรม</b>	58

## สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร	12
ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร	34
ตารางที่ 4.3 พืชประโยชน์อื่น ๆ	49





## บทนำ

### 1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา

จังหวัดเชียงรายเป็นจังหวัดหนึ่งซึ่งมีความหลากหลายทางชนชาติหรือชาติพันธุ์มากมายถึง 30 ชาติพันธุ์ด้วยกัน ประกอบไปด้วยคนเมืองและชาติพันธุ์ที่ส่วนใหญ่อพยพมาจากประเทศจีนอาทิ ไทลื้อ จีนฮ่อ ม้ง เข้า ลีซอ อาข่า (บุญส่ง, 2547) ซึ่งแต่ละชาติพันธุ์กลุ่มต่าง ๆ ในประเทศไทยได้พึ่งพาประโยชน์จากความหลากหลายทางชีวภาพ ในการดำรงชีวิตบนความจำเป็นพื้นฐานทั้งทางด้านอาหาร ยารักษาโรค ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และปัจจัยใช้สอยในชีวิตประจำวัน (เสถียร, 2542) ชนชาติไทลื้อเป็นชนชาติหนึ่งที่ได้อพยพเข้ามาในเขตจังหวัดเชียงราย ไทลื้อมีหลายสาย ได้แก่ ลื้อแจ่ง ลื้อน้ำอู ลื้อเชียงรุ่ง ลื้อห้วยเม็ง ลื้อเชียงคำ ส่วนใหญ่จะเรียกชื่อตามแหล่งที่อยู่เดิม โดยเส้นทางการเดินทางจะผ่านทางเมืองหลวงพระบางเขตอินโดจีนของฝรั่งเศส (บุญส่ง, 2547) โดยหลักแหล่งดั้งเดิมอยู่ในเขตสิบสองปันนา มณฑลยูนนาน ประเทศจีน ตามหลักฐานทางประวัติศาสตร์และโบราณคดีระบุว่า ชาวไทลื้อดำรงความเป็นชนชาติมานานกว่า 2,000 ปี ซึ่งมีความเชื่อกันว่าอพยพเข้ามาอยู่ในประเทศไทยหลายครั้ง ทั้งเหตุผลทางการเมืองและเหตุผลในการดำรงชีวิต โดยอพยพเข้ามาอาศัยทำกินบนผืนแผ่นดินทางตอนเหนือของประเทศไทย (สมเจตน์, 2535) การที่กลุ่มชาติพันธุ์เหล่านี้ได้อพยพเข้ามาอาศัยในเขตจังหวัดเชียงรายก็มิได้มีมือเปล่าแต่ทว่า การอพยพมาได้มีการนำเอาความรู้ต่าง ๆ ที่มีมาแต่ดั้งเดิมคิดค้นมาด้วย ซึ่งความรู้เหล่านั้นได้มีการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษไปสู่ชนรุ่นต่อ ๆ ไป ซึ่งถือได้ว่าเป็นการสืบทอดมรดกทางด้านความรู้ เป็นการแสดงออกทางภูมิปัญญาท้องถิ่นอย่างหนึ่ง และมีการบูรณาการความรู้เหล่านั้นให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ที่ตนเองอาศัยอยู่ได้ตลอดระยะเวลาชยาวนาน ในช่วงหลายปีที่ผ่านมากระแสยุคโลกาภิวัตน์หรือจะเรียกอีกนัยหนึ่งว่ายุคโลกไร้พรมแดน ทำให้มีการถ่ายโอนหรือถ่ายทอดข้อมูลต่าง ๆ ทั้งด้านการเมือง เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและความเป็นอยู่ไปยังอีกซีกโลกหนึ่งได้ด้วยความรวดเร็ว โดยอาศัยเครื่องมือและเทคโนโลยีทางการสื่อสารที่ทันสมัย ปัจจุบันประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งซึ่งได้รับกระแสของกระแสเปลี่ยนแปลงจากโลกยุคโลกาภิวัตน์เช่นกัน โดยได้รับอิทธิพลจากประเทศซีกโลกตกเป็นหลัก ซึ่งมีผลกระทบโดยตรงต่อวิถีชีวิตและความเป็นอยู่แบบดั้งเดิม มีการลอกเลียนแบบทำให้ประชาชนทุกคนเป็นแบบแผนเดียวกัน ซึ่งนำไปสู่การสูญเสียเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมและความเป็นอยู่เป็นอย่างมาก รวมถึงความหลากหลายทางชาติพันธุ์ก็แสดงให้เห็นในเรื่องของภาษา การแต่งกาย โดยเฉพาะการสูญเสียภูมิปัญญาท้องถิ่นต่าง ๆ โดยปราศจากการจดบันทึกหรือถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ไปแล้วอย่างมากมาย เนื่องจากความเจริญในด้านการพัฒนา สังคมและเศรษฐกิจของประเทศในกระแสโลกาภิวัตน์ ดังนั้นการมี

การศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยเร่งด่วน ก่อนที่ภูมิปัญญาพื้นบ้านที่ได้รับการถ่ายทอดและสั่งสมมาจากบรรพบุรุษหลายชั่วอายุคนของชาติพันธุ์แต่ละกลุ่มที่ยังหลงเหลืออยู่จะมลายไปพร้อมกับเอกลักษณ์และวัฒนธรรมพื้นบ้าน ที่สั่งสมมาจากบรรพบุรุษหลายชั่วอายุคน

การศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านเป็นการศึกษาถึงภูมิปัญญาท้องถิ่นอย่างหนึ่ง จึงเป็นเรื่องจำเป็นอย่างยิ่งที่จะเร่งให้มีการศึกษาโดยเร่งด่วน ซึ่งข้อมูลพฤกษศาสตร์พื้นบ้านสามารถบ่งบอกถึงศักยภาพความเป็นไปได้ในการค้นพบผลิตภัณฑ์ชนิดใหม่ หรือพบแนวทางในการพัฒนาการใช้พืชพื้นเมืองให้เกิดประโยชน์สูงสุดแบบยั่งยืน เพราะการใช้ประโยชน์พืชตามประเพณีนิยมของกลุ่มชนอาจนำไปสู่ศักยภาพของการใช้ประโยชน์พืชชนิดใหม่ ดังเช่น มะเขือเครือ (*Sechium edule*) แต่เดิมเป็นพืชพื้นเมืองของชนกลุ่มน้อยในภาคเหนือ โดยบริโภคผลและยอด ปัจจุบันเป็นพืชเศรษฐกิจอย่างหนึ่งของชนกลุ่มน้อยบนดอยแม่สลอง

## 1.2 วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาถึงความหลากหลายทางชนิดพืชที่ชาวไทยลื้อนำมาใช้ประโยชน์ในด้านต่าง ๆ อาทิ พืชอาหาร พืชสมุนไพร พืชเศรษฐกิจ พืชที่ใช้ในการประกอบพิธีกรรมและความเชื่อต่าง ๆ

## 1.3 ระยะเวลา

12 เดือน

## บทที่ 2

### ทบทวนเอกสาร

#### 2.1 ประวัติความเป็นมาของชาวไทยลื้อในจังหวัดเชียงราย

ชาวลื้อหรือไทลื้อ เชื่อกันว่ามีถิ่นฐานเดิมอยู่บริเวณ เขตสิบสองพันนา มณฑลยูนนาน ประเทศจีนตอนใต้ ปัจจุบันมีชาวลื้ออาศัยอยู่ทั่วไป ทั้งเขตประเทศจีน พม่า ลาวและภาคเหนือของไทย ได้แก่บริเวณ จังหวัดน่าน พะเยา ลำพูน ลำปาง เชียงใหม่ และเชียงราย สำหรับในจังหวัดเชียงรายพบว่า มีชาวลื้อหลายกลุ่มอยู่กระจายทั่วจังหวัด อย่างเช่น ลื้อแจ้หรือไตแจ้ อยู่บริเวณบ้านปอ ตำบลปอ บ้านท่าข้าม ตำบลม่วงยาย บ้านพร้าวกุด ตำบลครึ่ง อำเภอเวียงแก่น ในปัจจุบัน ลื้อน้ำอูหรือไตน้ำอู อยู่บริเวณบ้านท่าข้าม ตำบลม่วงยาย อำเภอเวียงแก่นในปัจจุบัน ลื้อเชียงรุ่ง อยู่บริเวณริมฝั่งแม่น้ำสาย อำเภอแม่สาย และลื้อห้วยเม็ง อยู่บริเวณบ้านห้วยเม็ง อำเภอแม่สาย ก่อนที่จะมีการอพยพย้ายออกไปตามแหล่งอื่น ๆ ในจังหวัด (บุญช่วย, 2547)

ไทลื้อที่อพยพเข้ามาอยู่ในจังหวัดเชียงรายนั้น ส่วนใหญ่มาจากประเทศจีน ซึ่งได้มีการนำพาเอาวัฒนธรรมเฉพาะถิ่นเข้ามาด้วย และมีความแตกต่างจากคนพื้นเมืองโดยเฉพาะการใช้ประโยชน์จากพืช ทั้งการใช้ประโยชน์ในด้านอาหาร การใช้ประโยชน์ในด้านยารักษาโรค การใช้ประโยชน์ในด้านขนบธรรมเนียม ประเพณีและความเชื่อท้องถิ่น การปลูกพืชเพื่อการค้า รวมถึงการใช้ประโยชน์ในด้านอื่น ๆ เช่น สร้างบ้านเรือน อุปกรณ์ เครื่องใช้ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน (แสวง, 2544) ซึ่งเส้นทางการอพยพของไทลื้อในการเข้ามาตั้งถิ่นฐานในเชียงรายพบว่าได้อพยพผ่านมาจากประเทศลาว พม่า โดยมีเส้นทางอพยพ 2 เส้นทางคือ

1. เส้นทางการอพยพจากสิบสองปันนาโดยผ่านพม่ามาทางเมืองเชียงตุง เมืองของท่าขี้เหล็ก เข้ามาสู่เชียงราย และมาตั้งถิ่นฐานที่บ้านไม้ลู่จน อำเภอแม่สาย ส่วนหนึ่งอพยพมาอยู่ที่บ้านหาดบ้าย อำเภอเชียงแสน โดยสมทบกับไทลื้อที่อพยพมาจากประเทศลาว บริเวณบ้านห้วยคาน น้ำ น้ำผู้ น้ำลู่ย์ แล้วข้ามแม่น้ำโขงมาสู่จังหวัดเชียงราย

2. เส้นทางการอพยพจากประเทศลาว ผ่านเมืองสิงห์ สุบ้านทราย บ้านปง บ้านก้อต้น บ้านป่ากา เมืองเงิน เมืองอ่า บ้านห้วยเสา แล้วข้ามแม่น้ำโขงเข้าสู่อำเภอเชียงของ จังหวัดเชียงราย และตั้งถิ่นฐานบ้านเรือนอยู่บริเวณ บ้านห้วยเม็ง บ้านศรีดอนชัย และบ้านท่าข้าม บางส่วนอพยพผ่านเข้ามาทางจังหวัดน่าน แพร่ เข้ามาสู่เชียงรายและมาตั้งบ้านเรือนบริเวณบ้านโละ บ้านปอกลาง บ้านลอม และบ้านปางหัด อำเภอเวียงแก่น จังหวัดเชียงราย (เสถียร, 2542)

ปัจจุบันประชากรในพื้นที่จังหวัดเชียงรายแบ่งออกเป็น 5 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มคนไทยพื้นราบ ซึ่งประกอบไปด้วย คนเมือง คนไทย ไทลื้อ ไทจีน ไทใหญ่ กลุ่มชาวไทภูเขา ประกอบด้วย อาข่า มูเซอ เข้า กะเหรี่ยง ลีซอ ม้ง กลุ่มจีนฮ่อ

ชาวไทลื้อในจังหวัดเชียงรายยังคงมีภาษาไทลื้อในการติดต่อสื่อสารกัน โดยภาษาไทลื้อ จัดเป็นภาษาไทหลวงในตระกูลภาษาไทย มีอักษรเป็นของตนเอง คล้ายคลึงกับอักษรล้านนา มีทั้งหมด 19 หน่วยเสียง มีวรรณยุกต์ 5 หน่วยเสียง ลักษณะพิเศษทางภาษาก็คือ มีการแปรเสียงวรรณยุกต์ของคำ เมื่ออยู่ในวลีและประโยค (กระทรวงมหาดไทย, 2544)

## 2.2 การศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านในภาคเหนือของประเทศไทย

การศึกษาพฤกษศาสตร์ท้องถิ่นมีอยู่ในหลาย ๆ พื้นที่ของจังหวัดเชียงราย โดยทั่วไปแล้ว มักนิยมศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านตามแหล่งชาติพันธุ์ต่าง ๆ เนื่องจากแต่ละชาติพันธุ์มีประเพณี และวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ส่วนใหญ่คนเมืองมักอาศัยอยู่ในเขตพื้นที่ราบทั่วไปซึ่งมีจำนวนมาก และชนกลุ่มน้อยบนเขตพื้นที่สูงชัน อาทิ การสำรวจอนุกรมวิธานไม้ยืนต้นในป่าชุมชนบ้านป่าสักงาม ตำบลดงมหาวัน กิ่งอำเภอเวียงเชียงรุ้ง จังหวัดเชียงราย ซึ่งทำการสำรวจและจัดจำแนกพันธุ์พรรณไม้ยืนต้นเพื่อศึกษาและบรรยายลักษณะทางสัณฐานวิทยา รวมทั้งรวบรวมข้อมูลในการใช้ประโยชน์ของพรรณไม้ยืนต้นระหว่างเดือน กุมภาพันธ์ถึงเดือน มิถุนายน พบไม้ยืนต้น 56 ชนิด จัดอยู่ใน 27 วงศ์ โดยแบ่งตามประโยชน์พบพืชสมุนไพรจำนวนมากที่สุด รองลงมาได้แก่การใช้เนื้อไม้ในการก่อสร้างบ้านเรือน อุปกรณ์และเครื่องมือทางการเกษตร (จินดาพรและจิตติรัตน์, 2543) นอกจากนี้ยังมีการศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นของพรรณไม้ยืนต้นในสถาบันราชภัฏเชียงราย จังหวัดเชียงราย พบพืชที่ใช้ประโยชน์ 100 ชนิด แบ่งเป็นพืชสมุนไพร 50 ชนิด พืชใช้เนื้อไม้และอุปกรณ์ต่าง ๆ 73 ชนิด พืชอาหาร 44 ชนิด พืชที่ใช้เกี่ยวกับวัฒนธรรม ประเพณีและความเชื่อ 17 ชนิด อาทิ ตะคร้ำ (*Garuga pinnata* Roxb.) ลำต้นและกิ่งใช้ในพิธีสืบชะตา และพืชที่ใช้เป็นสีย้อม 8 ชนิด (จุฑารัตน์และลำเจียก, 2544) (นภาพรและวชิรา, 2544) พบพืชสมุนไพรที่น่าสนใจได้แก่ กาสะดอง (*Milingtonia hortensis* L.f.) ใช้ดอกตากแห้งนำมาเป็นไส้ของบุหรี่ยี่ใช้ ใช้รักษาโรคจิตส์ค้างนกก (นภาพรและวชิรา, 2544)

บางชุมชนได้มีการผสมผสานวัฒนธรรมที่ต่างกันได้อย่างลงตัวทำให้มีเอกลักษณ์เป็นของตนเอง เช่นชุมชนชาวพื้นเมืองของตำบลทุ่งก่อ กิ่งอำเภอเวียงเชียงรุ้ง จังหวัดเชียงราย เป็นชุมชนที่ประกอบด้วยชาวพื้นเมืองเมืองและพื้นเมืองอีสาน ทำให้มีความหลากหลายของวัฒนธรรมการกินมีการถ่ายทอดภูมิปัญญาซึ่งกันและกัน อาทิ ทุยหรือกระโดน *Careya sphaerica* Roxb. เดิมชาวทุ่งก่อไม่กินแล้วชาวอีสานกินเป็นผัก แต่ปัจจุบันก็มีการกินทุยทั้งสองกลุ่ม เช่นเดียวกับ เมี่ยง (*Camellia*

sinensis var. assamica) ซึ่งคนเหนือเขี้ยวเมียง (ใบชาหมัก) กับเกลือ แต่คนอีสานกินยอดอ่อนเมียง กับเกลือ พริกและปลาแดก ปัจจุบันพบว่าชาวอีสานก็กินเมียงเหมือนชาวเหนือ ในการทำปลาร้า มักจะมีแมลงวันมาคอมและไข่ลงไปทำให้เกิดหนอนในปลาร้า ชาวอีสานมีภูมิปัญญาในการกำจัด หนอนเหล่านั้นโดยใช้ใบจี่หนอน (*Uraria picta* Desv. Ex DC.) คลุมไว้ด้านบนของภาชนะ ส่วนคนเหนือมีวิธีการในการกำจัดหนอนโดยใช้ต้น....คอตุง (*Tadehagi triquetrum*) แทนการใช้ต้นจี่หนอน เป็นต้น (เล็ก ศรีวรรณและจิตติพร, 2544) นอกจากนี้ยังมีการสำรวจพืชผักพื้นบ้านในหมู่บ้านทุ่ง ต้ว ตำบลภูซาง กิ่งอำเภอภูซาง จังหวัดพะเยา ซึ่งเป็นพื้นที่ติดต่อกันจังหวัดเชียงราย พบพืชผัก พื้นบ้านทั้งหมด 89 ชนิด (ธัญยาภรณ์และอรสา, 2542) จากการศึกษาพืชอาหารของชาวพื้นเมืองใน เขตตำบลนางแลและท่าสุดพบพืชอาหารสนใจ คือต้นปอผี (*Hydrolea zeylanica* (L.) Vahl) นอกจากนี้จะรับประทานได้แล้ว สามารถนำไปเป็นไม้ประดับได้เนื่องจากดอกยังมีความสวยงามมีสี ม่วง ดอกขนาดเล็ก (จันทราภรณ์, 2550)

นอกจากนี้ยังได้มีการศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านของชาติพันธุ์ต่าง ๆ ในจังหวัดเชียงรายซึ่ง ส่วนใหญ่เป็นชนกลุ่มน้อยในเขตภูเขาสูงอาทิ จีนฮ่อ อาข่า มูเซอ ลีซอ เมี่ยน เป็นต้นดัง พบพืช อาหารพื้นเมืองที่มีศักยภาพที่จะพัฒนาในด้านต่าง ๆ เช่น พุทธรักษากินหัว (*Canna edule* Ker-Gawl.) ทั้ง 5 ชาติพันธุ์มีการรับประทานหัวได้กินพุทธรักษา เช่นเดียวกับชาวเขาเผ่าม้งในจังหวัด น่านที่รู้จักกรรมวิธีในการกินพุทธรักษากินหัว (จันทราภรณ์, 2541) น่าจะมีศึกษาวิจัยคุณค่าทาง โภชนาการและการปรับปรุงให้เป็นผลิตภัณฑ์แป่งชนิดใหม่ได้ สมุทรโคคม (*Sorghum vulgare* Pers. var. *saccharatum* Boerl. รับประทานลำต้นเหมือนอ้อย น่าจะมีการศึกษาและพัฒนาเป็นวัตถุดิบ ใหม่ในการทำน้ำตาลหรือผลิตแอลกอฮอล์ได้ (ชูศรีและปริทรรศน์, 2542) (จันทราภรณ์, 2541) ชาว อาข่าหรืออีค้อ หมู่บ้านดอยสะ โงะ อำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย ในอดีตชาวอาข่าและชาวเขา ส่วนใหญ่จะสูบฝิ่น เมื่อเวลาไม่มีฝิ่นแล้วเกิดอาการลงแดง จะใช้เมล็ดของมะกล่ำตาช้าง (*Adenantha pavonina* L. var. *pavonina*) ต้มดื่มบรรเทาอาการที่เกิดขึ้น ซึ่งน่าที่จะทำการศึกษา สารเคมีภายในเมล็ดของมันเพื่อเป็นประ โยชน์ต่อการผลิตยาหรือสารที่เป็นประ โยชน์ในทาง การแพทย์ต่อไป (จิตติพร, 2540) นอกจากนี้พืชที่สามารถใช้ประโยชน์ในทางบวกแล้ว บางชนิดมี ฤทธิ์เป็นพิษเป็นอันตรายกับผู้บริโภค เช่น เพชฌฆาตสีทองหรือชาวม้งเรียกช้วน้าใต้ (*Gelsemium elegans* Benth) ชาวไทลื้อ หมู่บ้านปางหัด อำเภอเวียงแก่น จังหวัดเชียงราย มีการจัดการความ หลากหลายทางชีวภาพพืชสมุนไพรโดยมีการถ่ายทอดความรู้ 2 ระดับด้วยกันคือ ระดับครอบครัว และระดับหมู่บ้าน ปัจจุบันถ่ายทอดความรู้มีการขาดช่วงไปบ้างอาจเป็นเพราะการ เปลี่ยนแปลงทางสังคมวัฒนธรรม การเกษตรชุมชน ซึ่งอิทธิพลดังกล่าวได้ส่งผลกระทบต่อภูมิปัญญา

ท้องถิ่นการลดลงของความหลากหลายพืชสมุนไพร (เสถียร, 2542) จะเห็นได้ว่าการใช้ประโยชน์จากพืชมีอยู่ทั่วทุกพื้นที่ แสดงให้เห็นว่าผู้คนในท้องถิ่นรู้จักการใช้ประโยชน์จากพืชทั้งในด้านอาหาร การนำพืชมาทำเป็นยารักษาอาการเจ็บป่วยต่าง ๆ ทั้งในเบื้องต้นและอาการเจ็บป่วยเรื้อรัง การนำพืชมาใช้ผนวกกับความเชื่อและพิธีกรรมต่าง ๆ ของแต่ละท้องถิ่นแสดงให้ความรู้และวัฒนธรรมที่ได้รับการสั่งสมและสืบทอดกันมา ควรค่าแก่การอนุรักษ์เพื่อการนำไปใช้ประโยชน์ในอนาคต

### 2.3 การศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านในต่างประเทศ

การศึกษาพฤกษศาสตร์ในต่างประเทศมีการศึกษากันอย่างแพร่หลายในหลาย ๆ ประเทศ ได้แก่ ในประเทศเนปาลมีการใช้พืชเพื่อช่วยขับพยาธิถึง 39 ชนิด ซึ่งมีวิธีการใช้ที่แตกต่างกัน อาทิ ว่านน้ำ (*Acorus calamus* L.) ทองกวาว (*Butea monosperma* (Lam. Kuntze) กัญชง (*Cannabis sativa* L.) มะละกอ (*Carica papaya* L.) ชุมเห็ดไทย (*Senna tora* Roxb.) เป็นต้น (Bhattarai, 1992) ในเกาะ easter แปซิฟิกใต้ ได้ทำการศึกษาพืชสมุนไพร 25 ชนิด มีผลดังนี้ แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ใช้ต้น *Aloe aborescens* Mill ในประเทศไทยใช้ต้นว่านจระเข้ (*Aloe vera* Burm.f.) แทน ขณะที่ปวดหัว ตัวร้อน เป็นไข้หวัดใหญ่ให้ใช้ตะไคร้ (*Cymbopogon citrates* Stapf.) ต้มน้ำดื่ม ซึ่งมีวิธีการคล้ายคลึงกับการใช้ในประเทศไทย ใช้ใบชบา (*Hibiscus rosa-sinensis* L.) ต้มให้ละเอียดแล้วบีบน้ำใส่แผลสด ใช้ใบหญ้าเอ็นชืด (*Plantago major* L.) ต้มน้ำดื่มทุกวันรักษาโรคมะเร็ง เป็นต้น (Holdsworth, 1992) ในจังหวัด Sepik ประเทศปาปัวนิวกินี พบพืชสมุนไพรที่น่าสนใจ นำเมล็ดมะละกอสุก (*Cariya papaya* L.) มาเคี้ยวรักษาอาการไอและปวดท้องได้ ซึ่งในเมล็ดมีสาร papain, mallic acid, carpain, 4-carpaine และ benzyl thiourea ใบอ่อนยาสูบ (*Nicotiana tabacum*L.) เคี้ยวเวลาปวดท้องหรือต้มน้ำดื่มแก้โรคหนองใน (Holdsworth and Balun, 1992) มีการศึกษาพืชสมุนไพรที่ใช้กับสัตว์ของชาวพื้นเมืองใน Madhya Pradesh ประเทศอินเดีย พบพืชสมุนไพร 31 ชนิด โดยใช้ยางเหนียวลำต้นกระโดน (*Careya arborea* Roxb.) ผสมกับน้ำมัน หรือลำต้นราชพฤกษ์ (*Cassia fistula* L.) ให้สัตว์ เคี้ยวเอื้องกินรักษาอาการท้องร่วงได้ รากต้นเจตมูลเพลิงขาว (*Plumbago zeylanica* L.) ให้แพะกินรักษาอาการปวดกระเพาะเนื่องจากท้องบวม ใบมะแว้งนก (*Solonum nigrum* L.) พอกบริเวณบวมของสัตว์เคี้ยวเอื้อง (Sikarwar, Bajpai, and Painuli, 1994) ในตำบล Dhenkanal เมือง Orissa ประเทศอินเดีย ชาว Kondh ใช้ต้นสังกรณี (*Barleria strigosa* Willd.) นำแป้งที่เมล็ดกินแก้ปวดท้องหรือนำรากมาต้มน้ำดื่มเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับกระเพาะอาหาร นำลำต้นกระโดน (*Careya arborea* Roxb.) ต้มแก้โรคบิด เมล็ดชุมเห็ดเล็ก (*Cassia occidentalis* L.) ต้มผสมน้ำมันมะพร้าวทาบริเวณเกิด ใบบัวบก (*Centella asiatica* (L.) Urb.) มาคั้นน้ำทาแผลสด (Girach,

Siddiqui and Khan, 1994) ตอนใต้ประเทศซาอุดีอาระเบียใช้ต้น (*Rhus tetinorrhaea* Steud.) รักษาได้หลายอาหารเช่น ท้องร่วง แก้ไข้ ความผิดปกติของเลือด (Mossa, Rafatullah, Galal and Al-Yahya, 1995) ในจังหวัด Taounate ประเทศโมร็อกโก ศึกษาพืชสมุนไพรของ 2 ชนพื้นเมือง พบพืช 102 ชนิด 48 วงศ์ เป็นพืชที่เกี่ยวกับท้องและลำไส้มากที่สุดถึง 24% เช่นหัวผักกาดขาว (*Raphanus sativus* L.) รับประทานดิบ หญ้าแพรก (*Cynodon dactylon* Pers. ) ใช้รากต้มน้ำดื่ม ขับพิษ (*Punica granatum* L.) รับประทานเปลือกผล แก้โรคเบาหวาน ข้าวโพด (*Zea mays* L.) นำเมล็ดมาต้มน้ำดื่ม แก้โรคเกี่ยวกับไต (El-Hilaly, Hmammouchi, and Lyoussi, 2003) ประเทศจอร์แดนมีการศึกษาพืชที่เป็นพิษในตอนใต้ของประเทศพบว่าพืชที่เป็นพิษ 125 ชนิด ในจำนวนนี้มี 53 ชนิดที่เป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลาย และ ในจำนวนนี้ 80 ชนิด เป็นที่รู้จักดีในประเทศพื้นบ้าน อาทิ ผกากรอง (*Lantana canara* L.) หนุม้า (*Linum usitassimum* L.) มะแว้งนก (*Solomonium nigrum* L.) (Al-Qura'n, 2005) ในประเทศกานา ทำการศึกษาพืชสมุนไพรที่ใช้รักษาโรคมะเร็งในชุมชน Wechiau พบว่าพืชที่รู้จักกันอย่างแพร่หลาย เช่น สะเดา (*Azadirachata indica* A.Juss.) มะม่วง (*Mangifera indica* L.) เป็นต้น (Asase et al., 2005) ในประเทศโตโกมีการใช้ มะระจีน (*Momordica charantia* L.) กันอย่างแพร่หลายโดยใช้รักษาอาการเกี่ยวกับกระเพาะและลำไส้มากที่สุด (Beloin et al., 2006) ในประเทศลาวมีการศึกษาพืชสมุนไพรในตำบล Paksan จังหวัด Bolikhamsai พบพืชสมุนไพร 55 ชนิด ใช้ผักแว่น (*Oxalis corniculata* L.) ทั้งต้นแช่น้ำดื่ม แก้โรค rheumatism กรดน้ำ (*Scoparia dulcis* L.) หรือ คนทีดิน (*Uraria rufescens* Schindl.) ใช้ทั้งต้นต้มน้ำดื่มรักษาโรคไตอักเสบ (Libman, Bouanmanivong, Southavong, Sydara, and Soejarto., 2006) ในประเทศจีนมีการศึกษาสมุนไพรที่ใช้ดื่มอาบเพื่อรักษาโรคต่าง ๆ ของชาวเขาเผ่าเข้าในยูนนาน มีพืชทั้งหมด 110 ชนิด ได้แก่ มะเกลือ (*Gelsemium elegans* Benth.) ใช้รักษาเกี่ยวกับผิวหนัง แผลเปื่อย ลิว และวัณโรคต่อมน้ำเหลืองบริเวณคอ คาวตอง (*Houttuynia cordata* Thunb. ) ให้เมล็ดถูกระชับ (Li, Long, Liu, Lee, Gua, Li, and Liu, 2006)

## บทที่ 3

### วิธีการดำเนินการวิจัย

#### 3.1 หมู่บ้านที่ทำการศึกษา

บ้านท่าข้าม ตำบลท่าข้าม อำเภอเวียงแก่น จังหวัดเชียงราย คาดว่าน่าจะมีอายุประมาณมากกว่า 100 ปี เนื่องจากมีประชากรที่มีอายุสูงสุดที่เกิดที่หมู่บ้านอายุ 96 ปี

ปัจจุบันมีประชากร 174 ครัวเรือน ประชากรชาย 307 คน ประชากรหญิง 326 คน

(ข้อมูลจากผู้ใหญ่บ้าน พ.ศ. 2549)

#### 3.2 ผู้ให้ข้อมูล

เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในหมู่บ้าน โดยมีการสอบถามจากผู้ใหญ่บ้านว่าในหมู่บ้าน มีผู้ใดบ้างที่มีความรู้เกี่ยวกับต้นไม้และเป็นหมอยาของหมู่บ้านบ้าง ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นผู้เฒ่าผู้แก่ภายในหมู่บ้าน อายุ 50 – 90 ปี

#### 3.3 วิธีการเก็บข้อมูล สํารวจและเก็บตัวอย่างพรรณไม้

สำรวจพรรณไม้พร้อมกับเก็บข้อมูลการประโชยน์จากพืชโดยการสัมภาษณ์ โดยสำรวจพรรณไม้ภายในหมู่บ้าน บริเวณพื้นที่ทำการเกษตรและพื้นที่ป่าชุมชนของหมู่บ้าน ทั้งนี้ข้อมูลที่สอบถามเพื่อการบันทึกได้แก่ เรื่องของการใช้ประโยชน์จากพืชในแง่ต่าง ๆ รวมทั้งวิธีการนำไปใช้ ส่วนของพืชที่นำมาใช้ประโยชน์รวมทั้งชื่อท้องถิ่น และเก็บตัวอย่างพืชทุกชนิด ในรูปของตัวอย่างสด ตัวอย่างแห้งและตัวอย่างดอง โดยทำการเก็บตัวอย่าง 3 ชิ้นต่อพืช 1 ชนิด

#### 3.4 การอัดพรรณไม้

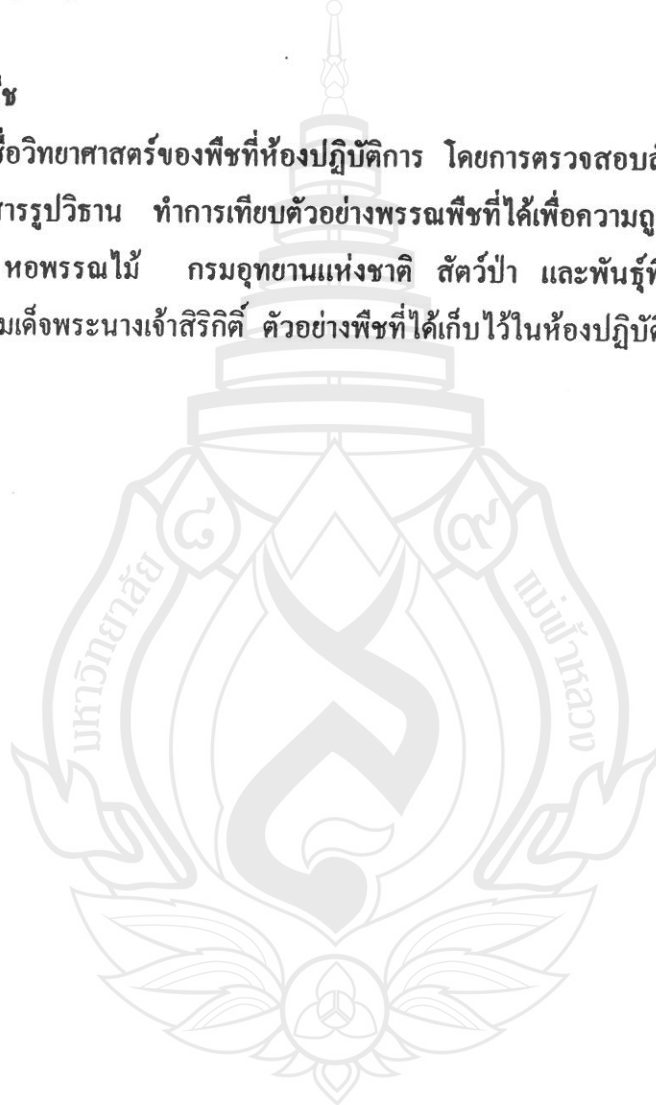
เลือกกิ่งพรรณไม้ที่โตเต็มที่ สมบูรณ์ไม่ถูกแมลงกัดหรือเป็นโรค ควรจะเป็นกิ่งที่มีโครงสร้างการสืบพันธุ์ เช่น ดอกหรือผลติดอยู่ด้วย ยาวประมาณ 18 นิ้ว จัดให้ขนาดพอดี อย่าให้เกินหน้ากระดาษและแผงอัด ถ้ามีขนาดใหญ่เกินแผงให้หักพบบ้าง เรียงให้ใบคว่ำข้างหงายข้าง เพื่อให้เห็นลักษณะของใบทั้งสองด้านขณะแห้งแล้ว แล้วพลิกกระดาษแผงที่เป็นคู่กันปิดทับลงไป ระหว่างพรรณไม้ชนิดหนึ่งๆ นั้นให้สอดกระดาษลูกฟูกชั้นไว้เพื่อช่วยให้ความชื้นระเหยออกไปได้เร็ว เสร็จแล้วก่อนปิดแผงใช้กระดาษลูกฟูกปิดทับทั้งสองด้านและผูกมัดไว้ให้แน่น เพื่อเวลาแห้งพรรณไม้จะได้เรียบ แผงอัดพรรณไม้หนึ่งๆ สามารถอัดพรรณไม้ได้หลายตัวอย่างแต่อย่าให้มีความหนาเกินไปเพราะจะทำให้ความชื้นระเหยออกไปได้ไม่สะดวก



นำผงอัคพรณ์ไม้ตากแดด โดยให้วางผงอัคขึ้นทางใดทางหนึ่ง อย่างวางนอนตามด้านราบ ทั้งนี้เพื่อความชื้นในพรณ์ไม้ได้ระเหยได้ง่าย การตากแดดพรณ์ไม้มักจะแห้งช้า ฉะนั้นต้องหมั่นเปิดออกตรวจ เพราะบางทีอาจมีแมลงกัดกินคอกใบอยู่ ก็เก็บออกเสีย และเปลี่ยนกระดาษใหม่เอากระดาษที่ขึ้นออก เพื่อช่วยให้แห้งเร็วขึ้น การตากแดดนี้หากมีแดดและเอาใจใส่ดีประมาณ 3 วัน พรณ์ไม้ก็จะแห้ง และมีสีสดเกือบเหมือนธรรมชาติ แต่ถ้าไม่มีแดดก็สามารถนำผงอัคเข้าตู้อบ แต่อย่าใช้อุณหภูมิที่สูงมากเพราะจะทำให้พรณ์ไม้ไหม้มีสีดำ

### 3.5 การวินิจฉัยข้อพิษ

ตรวจสอบชื่อวิทยาศาสตร์ของพืชที่ห้องปฏิบัติการ โดยการตรวจสอบลักษณะทางสัณฐานวิทยาและอาศัยเอกสารรูปวิธาน ทำการเทียบตัวอย่างพรณ์พืชที่ได้เพื่อความถูกต้องจากพรณ์ไม้ต่าง ๆ ได้แก่ หอพรณ์ไม้ กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืชและหอพรณ์ไม้สวนพฤกษศาสตร์สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ ตัวอย่างพืชที่ได้เก็บไว้ในห้องปฏิบัติการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง



## บทที่ 4

### ผลการศึกษาวิจัย

จากการศึกษาพบว่า มีพืชที่นำไปใช้ประโยชน์ 270 ชนิด 80 วงศ์ สามารถแบ่งพืชตามลักษณะการใช้ประโยชน์ ได้ 5 กลุ่มหลัก ได้แก่ พืชอาหาร พืชสมุนไพร พืชเศรษฐกิจ พืชพิธีกรรมและ พืชประโยชน์อื่น ๆ พืชอาหารคือการนำเอาส่วนใดส่วนหนึ่งของพืชหรือทุกส่วนมาบริโภคโดยตรงหรือประกอบอาหาร พืชสมุนไพรคือการนำเอาส่วนใดส่วนหนึ่งของพืชหรือทุกส่วนมาทำเป็นยารักษาโรคด้วยวิธีการต่าง ๆ พืชเศรษฐกิจคือพืชที่มีการปลูกไว้เพื่อการค้าขาย พืชพิธีกรรมคือพืชที่นำมาใช้ประกอบพิธีกรรมและความเชื่อคือพืชที่คนในท้องถิ่น พืชประโยชน์อื่น ๆ คือพืชที่อยู่นอกเหนือจากการใช้ประโยชน์ของพืชที่ได้กล่าวมาแล้ว

#### 4.1 พืชอาหาร

ชาวไทลื้อนิยมบริโภคพืชผักพื้นเมืองที่หาได้ในหมู่บ้าน พบพืชอาหารที่ขึ้นเองตามธรรมชาติและที่ปลูกไว้ในสวนครัวของบ้านทั้งหมด 146 ชนิด 59 วงศ์ (แสดงในตาราง 4.1) พืชอาหารที่เด่นและเป็นอาหารประจำชนเผ่าของชาวไทลื้อได้แก่ ยำแองและและขนมดอกช้อ กรุงบาดาลหรือแองและ(ชื่อไทลื้อ) (*Cyclea barbata* Miers) เป็นไม้เถาพบได้บริเวณที่โล่งของพื้นที่เกษตรกรรม และป่าบริเวณรอบ ๆ หมู่บ้าน ชาวไทลื้อไม่นิยมนำมาปลูกไว้ในบ้านเพราะสามารถเก็บได้ในป่า ชาวไทลื้อจะนำใบแองและมาคั้นเอาน้ำและตั้งทิ้งไว้จนแข็ง แล้วนำมาประกอบอาหารประเภทยำ เหมาะสำหรับจะเป็นอาหารที่ควบคุมน้ำหนักเพราะคั้นแองและมีใยอาหารที่ละลายได้ (soluble dietary fiber) (Arkarapanthu, Chavasit, Sungpuag, and Phuphathanaphong, 2004) ชาวไทลื้อนิยมทำขนมดอกช้อ *Gmelina arborea* Roxb. ซึ่งเป็นขนมประจำชนเผ่า โดยนำดอกมาตากแห้ง ชาวไทลื้อนิยมรับประทานขอดหรือใบอ่อนของพืชเป็นเครื่องเคียงกับลาบหรือน้ำพริก อาทิ

กระโดน (*Careya sphaerica* Roxb.) ผักเปม (*Eleutherococcus trifolius* (L.) S.Y.)

เล็บครุฑ (*Polyscias feuticosa* (L.) Harms) เนระพูสีไทย (*Tacca chantrieri* Andre.)

ส้มกบ (*Oxalis acetosella* L.) ขอบ้าน (*Morinda citrifolia* L.)

ผักเขียด (*Monochoria vaginalis* (Burm.f.) C.Presl ex Kunth)

บางชนิดยังมีสรรพคุณเป็นพืชสมุนไพร ได้แก่

ผักฮ้วนหมู (*Dregea volubilis* (L.f.) Hook.f.) ในประเทศจีนนำใบอ่อนของผักฮ้วนหมูมาแกงรับประทาน และยังสามารถใช้เป็นพืชสมุนไพรได้โดยให้เด็กรับประทานใบอ่อน เพื่อลดไข้ (Li, Gilbert, and Stevens., 2007)

ผักคาวตอง (*Houttuynia cordata* Thunb.) มีรายงานว่าผักคาวตองมีสรรพคุณรักษาอาการ  
ไอและระดูขาว นอกจากนี้สารสกัดที่ได้จากใบสดยังมีฤทธิ์ต้านไวรัส herpes simplex virus type 1  
(HSV-1) ไวรัสไข้หวัดใหญ่และไวรัส Immunodeficiency virus type 1 (HIV-1) โดยไม่มีพิษต่อเซลล์  
(Lu, Liang, Yi, and Wu., 2006)

เนียมหูเสือ (*Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng.) สามารถใช้เป็นพืชสมุนไพร  
เกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร โรคธาตุพิการ และอาการท้องร่วง (Lukhola, Simmonds, and Paton,  
2006)

พืชที่นำยอดอ่อนมาประกอบอาหารได้แก่ พญาปล้องทอง (*Clinacanthus nutans* (Burm. f.)  
Lindau ) ผักขมหนาม (*Amaranthus spinosus* L.) ผักหนาม (*Lasia spinosa* (L.) Thwaites )  
จุกโรหิณี (*Dischidia major* (Vahl) Merr.) สลิด (*Telosma minor* Craib) ผักปลั่ง (*Basella rubra* L.)  
ผักคราด (*Acmella oleracea* (L.) R.K.Jansen)

พืชที่รับประทานดอกอ่อน อาทิ ผักคราด (*Acmella oleracea* (L.) R.K.Jansen ) แคบ้าน  
(*Sesbania grandiflora* (L.) Desv.) สะเดา (*Azadirachta indica* A.Juss. var. *siamensis* Valeoton)  
กระเทียม (*Zingiber zerumbet* (L.) Sm.) ส่วนมะละกอ (*Carica papaya* L.) รับประทานดอกตัวผู้

พืชที่รับประทานผลดิบและสุก ได้แก่ กลิ้งกล่อม (*Polyalthia suberosa* (Roxb.) Thwaites)  
มะตาด (*Dillenia indica* L.) สลอลเถา (*Elaeagnus latifolia* L.) ตะขบป่า (*Flacourtia indica*  
(Blurm.f.) Merr.) กระดังใบ (*Leea indica* (Blurm.f.) Merr.) ข่อย (*Streblus asper* Lour.) เพกา  
(*Oroxylum indicum* (L.) Kurz) ในประเทศลาวใช้เป็นพืชสมุนไพรแก้โรคเบาหวานได้ในโคน้ำ  
รากคองเหล้าคัม (Libman, Bouanmanivong, Southavong, Sydara, and Soejarto., 2006) และเรียก  
คั้นเพกาว่าคั้นมะลิดไม้ซึ่งตรงกับชื่อพื้นเมืองทางภาคเหนือและชาวไทลื้อ มะขามป้อม (*Phyllanthus*  
*emblica* L.) ในประเทศเนปาลรับประทานน้ำคั้นจากผลเพื่อขับพยาธิ (Bhattarai, 1992)

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย

ชื่อสามัญ

ชื่อพื้นเมือง

สภาพที่

ACANTHACEAE

*Clinacanthus nutans* (Burm. f.) HC

Lindau

ชยา

ใบ ยอด

ประกอบอาหาร เช่น แกงใส่ไก่

ALLIACEAE

*Allium tuberosum* Roxb.

กุชช่าย

หอมแป้น

ใบ

ประกอบอาหารหรือนำมาปิ้ง

AMARANTHACEAE

*Amaranthus spinosus* L.

ผักขมหนาม

ผักโงม

ยอด

ประกอบอาหาร เช่น แกง, ผัด

ANACARDIACEAE

*Anacardium occidentale* L.

มะม่วงหิมพานต์

มะม่วงหิมพานต์

เมล็ด

เมล็ดนำมาตากแห้งแล้วคั่วรับประทาน

*Spondias pinnata* (L.f.) Kurz

มะกอก

มะกอกบ้าน

ผล

รับประทานผล

ANNONACEAE

*Amorphophallus campanulatus*

(Roxb.) Blume ex Decne

บุกคางคก

หัวช

หัว

ประกอบอาหาร เช่น ยำหัวช นำมาปอก

เปลือกและชชบาง ๆ ต้มใส่ส้มโอบะขาม

บิบและคั้นหรือขนาดเอาน้ำออกต้มหลาย ๆ

น้ำ บิบมะนาวหรือมะกรูดใส่ปรุงรสตามชอบ

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อสามัญ	ชื่อพื้นเมือง	รูปพรรณสัณ	รับประทาน
<i>Annona squamosa</i> L.	น้อยหน่า	แก่นแฮด	ผลสุก	รับประทานสด
<i>Lasia spinosa</i> (L.) Thwaites	ผักหนาม	ผักบอนน้ำ	ยอด	ประกอบอาหาร เช่น คัมหรือนี้ง
<i>Polyalthia suberosa</i> (Roxb.) Thwaites	กิ้งก่าล้อม	มะหน้ำตั้ง	ผลสุก	รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก
<b>ARACEAE</b>				
<i>Colocasia gigantea</i> Hook.f.	คุณ	ผักตุน	ก้านยอด	ประกอบอาหาร เช่น ก้านดอกเขาเปลือกหุ้ม
<i>Colocasia</i> sp.	บอนหวาน	บอนหวาน	ใบอ่อน	ออกหั่นแกงใส่ปลาและทำห่อนี้ง
<b>ARALIACEAE</b>				
<i>Eleutherococcus trifolius</i> (L.) S.Y. Hu	ผักแปม	ผักแปม	ยอด	รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับส้มตำ
<i>Polyscias feuticosa</i> (L.) Harms	เล็บครุฑ	เล็บครุฑ	ยอดอ่อน	ประกอบอาหาร
				รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับถาด

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย

ชื่อสามัญ

ชื่อพื้นเมือง

ประโยชน์

ASCLEPIADACEAE

*Dischidia major* (Vahl) Merr.

CrH จุกโรหิณี ก้วยไม้ พังคั้น ประกอบอาหาร เช่น ต้มใส่ไก่หรือหั่นเป็น  
คำๆ ผักใส่ไข่

*Dregea volubilis* (L.f.) Hook.f.

C ประกอบทุงหมา ผักขั้วหนู ยอด ประกอบอาหาร เช่น แกง  
รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับตำมะม่วง

*Telosma minor* Craib

C สลัด ผักสลัด ยอด ประกอบอาหาร เช่น แกง

ATHYRIACEAE

*Diplazium esculentum* (Retz.) Sw.

TerF ผักกูดขาว ผักกูด ยอดอ่อน ประกอบอาหาร เช่น แกงใส่ปลา, ผัก

BASELLACEAE

*Basella rubra* L.

HC ผักปลัง ผักปลัง ยอด ผลอ่อน ประกอบอาหาร เช่น แกง

BIGNONIACEAE

*Fernandoa adenophylla* (Wall. ex

T) แดหางค่าง แดหางค่าง ดอก ใบ ดอกประกอบอาหาร เช่น ต้ม, นึ่ง และผัด  
ใบนำมาตากแห้งต้มทำน้ำชาดื่ม

G.Don) Steenis

*Oroxylum indicum* (L.) Kurz

ST เพกา มะลิไม้ ผักอ่อน ประกอบอาหาร เช่น เผาไฟนํายา,  
รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก, ถาป  
และขำหน่อ

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์ ชื่อสามัญ ชื่อพื้นเมือง

**BURSERACEAE**

*Canarium subulatum* Guillaumin

T มะกอก มะเก็ม รับประทานสด

*Protium serratum* (Wall.) Engl.

T มะกอก เกิดขึ้น รับประทานทั้งผลดิบและสุก

**CARICACEAE**

*Carica papaya* L.

ExST มะละกอ มะกวยเปา ผลดิบนำมาประกอบอาหาร ดอกตัวผู้ นำมาค่าน้ำพริก

**COMMENLINACEAE**

*Commelina diffusa* Burm.f.

H ผักปลาก ยอด รับประทาน

**COMPOSITAE**

*Acmella oleracea* (L.) R.K.Jansen

H ผักคราด ใบ ดอก รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับลาบ

*Artemisia annua* L.

ExH โกงจูพาด้า พ้า ยอด รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับลาบ

*Helianthus annuus* L.

ExH ดอก คอกวันหวาย เมล็ด คั่วรับประทานเป็นของกินเล่น

ทานตะวัน

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย

ชื่อสามัญ

ชื่อพื้นเมือง

ถิ่นกำเนิด

CONVOLVACEAE

<i>Cuscuta chinensis</i> Lam.	PaHC	ผอชทอง	เคียวเขาค้า	ทั้งเถา	นี้รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก
<i>Ipomoea aquatica</i> Forssk.	CrH	ผักบุ้ง	ผักบุ้ง	ยอด	ประกอบอาหาร เช่น ผัก แกงส้ม แกงใส่ปลา
<i>Ipomoea batatas</i> (L.) Lam.	ExCrH	มันเทศ	มัน	ยอด	รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับส้มตำ
<i>Benincasa hispida</i> (Thunb.) Cogn.	ExHC	ฟักเขียว	ฟักหมน	หัวใต้ดิน	ประกอบอาหาร เช่น แกง
<i>Coccinia grandis</i> Voigt.	HC	ตำลึง	ผักแตง	ยอด ผล	นี้หรือหมกรับประทาน
<i>Cucurbita moschata</i> Dechesne	ExHC	ฟักทอง	มะฟัก	ยอด, ผลแก่	ประกอบอาหาร
<i>Cucumis melo</i> L.	ExHC	แตงไทย	แตงลาย	ยอด	นี้รับประทานเป็นเครื่องเคียง
<i>Lagenaria siceraria</i> (Molina) Standl.	HC	น้ำเต้า	น้ำเต้า	ผลอ่อน	ประกอบอาหาร เช่น ยอดแกงใส่หน่อไม้
				ผลสุก	รับประทานสด
				ผลสด ยอด	ประกอบอาหาร



ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	ชื่อสามัญ	ชื่อพื้นเมือง	ส่วนที่ใช้	ประโยชน์
<i>Luffa acutangula</i> (L.) Roxb	HC	บวบเหลี่ยม	ปานอช้อย	ผล	ประกอบอาหาร
<i>Luffa cylindrica</i> (L.) M.Roem.	HC	บวบหอม	มะบวบ	ยอด ผล	ต้มรับประทานเป็นเครื่องเคียง ประกอบอาหาร
<i>Momordica charantia</i> L.	HC	มะระขี้นก	มะห้อย	ผล ยอด	นำมารับประทานเป็นเครื่องเคียง ประกอบอาหาร
<i>Trichosanthes anguina</i> L.	HC	บวบงู	ปานอช้อย	ผล	นำมารับประทานเป็นเครื่องเคียง ประกอบอาหาร เช่น แกง, ต้มรับประทาน เป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก
<b>DILLENIACEAE</b>					
<i>Dillenia indica</i> L.	T	มะตาด	सान	ผลสุก	รับประทานสด
<b>DIOSCOREACEAE</b>					
<i>Dioscorea pentaphylla</i> L.	HC	มันคันขาว	มะมู	รากสะสม อาหาร	นำมาแห้งหรือหมกรับประทาน
<b>ELAEAGNACEAE</b>					
<i>Elaeagnus latifolia</i> L.	C	สตอดเถา	ป่าหลอด	ผลสุก	รับประทานสด

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย

ชื่อสามัญ

ชื่อพื้นเมือง

ELAEocarPACEAE

*Elaeocarpus hygrophilus* Kurz

T มะกอกน้ำ ฝัดสด รับประทานสด หรือนำมาดอง

EUPHORBIACEAE

*Aniidesma* sp.

S/ST มะเฒ่า ยอดอ่อน

รับประทานสด

*Baccaurea ramiflora* Lour.

T มะเฒ่า มะไฟ

รับประทานสด

*Codiaeum variegatum* Blume

ExS โกศน โกศด

รับประทานสด

*Manihot esculenta* Crantz.

ExS/ST มันสำปะหลัง มันต่าง

รับประทานสด เป็นเครื่องเคียง

*Phyllanthus acidus* (L.) Skeels

T มะขม

รับประทานผลสด หรือนำมาดอง

*Phyllanthus emblica* L.

T มะขามป้อม ขามป้อม

รับประทานผลสด หรือนำมาดอง

*Sauropus androgynus* (L.) Merr.

ExST ฝักหวานบ้าน ฝักหวานบ้าน

รับประทานสด เช่น คั่วไข่

FAGACEAE

*Castanopsis argyrophylla* King ex

T ก่อหุ้ม ก่อ

เมล็ดรับประทานสดหรือคั่ว

Hook.f.

ใบนำมาทำเมี่ยง

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ชื่อสามัญ

ชื่อพื้นเมือง

FLACOURTIACEAE

*Flacourtia indica* (Blurm.f.) Merr.

S

ตะขบป่า

มะกัวน

ผลสุก

รับประทานผล

GRAMINEAE

*Bambusa blumeana* Schult.f.

B

ไผ่สีสุก

ไผ่สีสุก

หน่อ

ประกอบอาหาร เช่น แกง คั่ว

*Bambusa nutans* Wall.

B

ไผ่ขง

ต้นขง

หน่อ

ประกอบอาหาร เช่น แกง คั่ว

*Coix lachryma-jobi* L. var. *lachryma-*

ExG

เคียว

มะเคียว

เมล็ด

รับประทานทั้งดิบและสุก

*jobi*

*Cymbopogon citratus* Stapf

ExG

ตะไคร้

สักไค

ต้น

ประกอบอาหาร เช่น ใส้แกง

*Dendrocalamus brandisii* (Munro)

B

บงใหญ่

ไม้บง

หน่อ

ประกอบอาหาร เช่น แกง คั่ว

Kurz

*Gigantochloa albociliata* (Munro)

B

ไผ่ไร่

ไผ่ไร่

หน่อ

ประกอบอาหาร เช่น แกง คั่ว

Munro

*Oryza sativa* L.

G

ข้าวเจ้า

ข้าวเจ้า

เมล็ด

หุงรับประทาน

*Oryza sativa* var. *glutinosa*

G

ข้าวเหนียว

ข้าวเหนียว

เมล็ด

นึ่งรับประทาน

*Setaria italica* (L.)

ExG

ข้าวฟ่าง

อ้อยข้าวฟ่าง

ลำ

รับประทานสด

*Saccharum officinarum* L.

G

อ้อย

อ้อย

ลำ

รับประทานสด

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ ชื่อพื้นเมือง

<i>Zea mays</i> L.	ExG	ข้าวโพด	ข้าวโดง	ฝักแก่	ทำงานเอิบ นึ่งหรือต้มรับประทาน
<b>LABIATAE</b>					
<i>Gmelina arborea</i> Roxb.	T	ชื้อ	ชื้อ	ดอก	ตากแห้ง บดทำขนมดอกชื้อ
<i>Mentha cordifolia</i> Opiz.	ExH	สะระแหน่	หอมด่วน	ทั้งต้น	ประกอบอาหาร เช่น ใส้ำ ลาบ ยอด รับประทานเป็นเครื่องดื่มกับลาบ
<i>Ocimum americanum</i> L.	ExH	แมงลัก	กอมก้อ	ใบ,ยอด	ประกอบอาหาร เช่น แกงหน่อ เอ็มอีฮวก หมกปลา
<i>Ocimum gratissimum</i> L.	ExS	ยี่หระ	ใบจันทร์	ใบ,ยอด	ประกอบอาหาร เช่น ผัดเนื้อ ผัดกึ่งก่า
<i>Ocimum tenuiflorum</i> L.	US	กะเพรา	กัมก้อดำ	ใบ,ยอด	ประกอบอาหาร เช่น ผัดเนื้อ ผัดกึ่งก่า
<i>Perilla frutescens</i> (L.) Britton	ExH	งาช้างมือน	งาช้างจี	เมล็ด	ตำละเอียดผสมกับข้าวเหนียวนึ่งรับประทาน
<i>Plectranthus amboinicus</i> (Lour.) Spreng.	ExH	เนียมหูเสือ	หอมด่วน	ใบ,ยอด	รับประทานเป็นเครื่องดื่มกับลาบ
<b>LECYTHIDACEAE</b>					
<i>Careya sphaerica</i> Roxb.	T	กระโดน	ต้นปุย	ยอด	รับประทานเป็นเครื่องดื่มกับน้ำพริกปลาร้า น้ำพริกปลา

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ

ชื่อพืชมงคล

LEEACEAE

*Leea indica* (Blurm.f.) Merr.

ผลสุก

มะกอกหมตำ

กระดังงา

S

รับประทานสด

LEGUMINOSAE-CAESALPINIOIDEAE

*Bauhinia purpurea* L.

ใบอ่อน

ส้มเสี้ยวหวาน

ชงโค

ExST

ประกอบอาหาร เช่น แกง

*Bauhinia variegata* L.

ยอดอ่อน

ผักเสี้ยว (ดอกขาว)

เสี้ยวดอกขาว

ST

นี้รับประทานเป็นเครื่องเคียง

*Caesalpinia mimosoides* Lam.

ยอด

ผักบุ้ง

ชำเรือด

C

รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับแกงหน่อและ  
น้ำพริก

*Delonix regia* (Boj. ex Hook.) Raf.

เมล็ดอ่อน

หางนกยูง

หางนกยูงฝรั่ง

ExT

รับประทานสด

*Senna occidentalis* (L.) Link

ยอด

ขึ้นหัดเล็ก

ขึ้นหัดเล็ก

ExUS

ประกอบอาหาร เช่น แกงและต้ม

*Senna siamea* (Lam.) Irwin et

ยอดอ่อน

ขึ้นหัดเล็ก

ขึ้นหัดเล็ก

T

รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก

Bameby

*Tamarindus indica* L.

ฝักอ่อน-แก่

มะขาม

มะขาม

ExT

รับประทานฝักทั้งอ่อน-แก่

ยอดอ่อน ใต้แกงส้ม

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย

ชื่อพื้นเมือง

LEGUMINOSAE-MOMOSOIDEAE

*Acacia concinna* (Willd.) DC.

ScanS

ส้มป่อย

ยอด

ประกอบอาหาร เช่น แกงส้มปลา ต้มส้มไก่

*Acacia pennata* subsp. *insuavis*

C

ชะอม

ยอด

ประกอบอาหาร เช่น แกงใส่ไข่มดแดง

(IACE) I.C.Nielsen

ผักหัดตะ

นี้รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริกและ

ตำมะม่วง

*Leucaena leucocephala* (Lam.) de

S/ST

กระถิน

ผักหัดตะต้น

ยอด

รับประทานเป็นเครื่องเคียงลาบและน้ำพริก

Wit

ปลา

รับประทานเมล็ดอ่อน

LEGUMINOSAE-PAPILIONOIDEAE

*Cajanus cajan* (L.) Millsp.

ExS

ถั่วแระ

ผลอ่อน

รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก

*Clitoria ternatea* L.

ExC

อัญชัน

ดอก

ทำสีผสมอาหาร

*Labiab purpureus* (L.) Sweet

C

ถั่วแปบ

ฝัก

ประกอบอาหาร เช่น แกงแค, ตำ, ผัด

*Psophocarpus tetragonolobus* (L.)

EsHC

ถั่วพู

ฝัก

ประกอบอาหาร เช่น แกง, ฝรั่งรับประทาน

DC.

บ่าถั่วปู

ฝัก

เป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก

*Sesbania grandiflora* (L.) Desv.

ExST

แคบ้าน

ดอก, ฝัก

ดอกนำไปประกอบอาหาร

อ่อน

ฝักอ่อนนำไปนึ่ง

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	ชื่อสามัญ	ชื่อพื้นเมือง	ดอก	ทำขนม
<i>Sesbania javanica</i> Miq.	US	โสมกินดอก	ดอกขมู	ดอก	ทำขนม
<i>Vigna unguiculata</i> (L.) Walp. subsp. unguiculata	HC	ถั่วฝักยาว	ถั่วฝักยาว	ฝักอ่อน	ประกอบอาหาร รับประทานเป็นเครื่องเคียง
<b>MALVACEAE</b>					
<i>Sida rhombifolia</i> L.	US	หญ้าจัด	หญ้าจัด	ยอด	รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับลา
<b>MARSILEACEAE</b>					
<i>Marsilea crenata</i> C.Presl	AqF	ผักแว่น	ผักแว่น	ยอด	ประกอบอาหาร เช่น แกงคั่วใส่ไข่ รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริกปลา
<b>MELASTOMATACEAE</b>					
<i>Melastoma</i> sp.	S	มะก้าหัวขำ	มะก้าหัวขำ	ผลสุก	รับประทานสด
<b>MELIACEAE</b>					
<i>Azadirachta indica</i> A.Juss. var. <i>stamensis</i> Valeton	ExT	สะเดา	สะเรียม	ยอด ดอก	รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริกตะ ดาบ

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ชื่อสามัญ

ชื่อพื้นเมือง

MENISPERMACEAE

*Cyclea barbata* Miers

ใบ  
อาหารพื้นบ้านของไทยที่ใช้ทำวุ้นโดยการเอาใบสดคั้นเอาแต่น้ำแล้วทิ้งไว้จนวุ้นแข็ง ตัดเป็นสี่เหลี่ยมลูกเต๋า นำมาประกอบอาหารยำแฉ่งแฉะ

*Tiliacora triandra* (colebr.) Diels

ผักโขยนาง

ใบ ยอดอ่อน ประกอบอาหาร เช่น ใส่แกงหน่อ

MOLLUGINACEAE

*Glinus herniarioides* (Gagnep.)

ผักสี่เหลี่ยม

ทั้งต้น ประกอบอาหาร เช่น แกง

Tardieu

MORACEAE

*Artocarpus heterophyllus* Lam.

ขมุน

ผล ประกอบอาหาร เช่น แกง ตำ

*Ficus hirta* Vahl

มะเดื่อหอม

ยอด ประกอบอาหาร

*Ficus virens* Aiton var. *virens*

ผักเอือก

ยอด ประกอบอาหาร เช่น ยำ,แกงใส่ปลา-เนื้อหมู

รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับลาบ

*Streblus asper* Lour.

ข่อย

ผลสุก รับประทานสด



ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ชื่อสามัญ

MUSACEAE

*Musa acuminata* Colla

H กวैया กล้วยป่า

หยาบ,ปลี

ประกอบอาหาร เช่น แกง

*Musa* sp.

H กวैया

กล้วย

ผล

รับประทานผลสุก

MYRTACEAE

*Psidium guajava* L.

ExST ฝรั่ง

ผลสุก

รับประทานผลสุก

*Syzygium cumini* (L.) Skeels

T หัว

ผลสุก

รับประทานผลสุก

OLEACEAE

*Jasminum adenophyllum* Wall.ex

C ฝักแฉ่ว

ขอด

ประกอบอาหาร เช่น แกง นึ่ง

C.B.Clarke

OXALIDACEAE

*Averrhoa carambola* L.

ExST มะเฟือง

ขอด

รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับลาบ

*Oxalis acetosella* L.

ExH ส้มแกนกา

ผล

รับประทานผลสด

PALMAE

*Calamus acanthophyllus* Becc.

CP หวาย

ใบ

รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับลาบ

PANDANACEAE

*Pandanus amaryllifolius* Roxb.

ExS เตยหอม

ใบ

ต้มน้ำดื่มแก้กระหาย

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ ชื่อพื้นเมือง

PEDALIACEAE

*Sesamum indicum* L.

ExH งา กอนาหล่อ เมล็ด ประกอบอาหาร เช่น ข้าวใส่ตำมะเขือ  
ทำขนมหวาน

PIPERACEAE

*Piper interruptum* Opiz

ประกอบอาหาร เช่น แกงแค เหง้าจีนไก่

*Piper retrofractum* Vahl

ตำคั้น ผล ตากแห้งทำเป็นเครื่องเทศ

*Piper sarmentosum* Roxb.

ประกอบอาหาร เช่น แกงแค

รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับตำมะม่วง

PLASSIFLORACEAE

*Passiflora foetida* L.

ประกอบอาหาร เช่น แกง

นั่งรับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก

รับประทานสด

*Passiflora laurifolia* L.

รับประทานผลสุก

POLYGONACEAE

*Polygonum flaccidum* Meissn.

H ผักโสน้ำ

รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับถั่ว น้ำพริก  
(คนแพ้คนแก่ที่กินถั่วปลาไม่ได้ก็จะเอาใบมา  
รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับถั่วปลาแทน)

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ ชื่อพื้นเมือง

*Polygonum odoratum* Lour.

H ผักไผ่

ผักไผ่

ใบยอด

ประกอบอาหาร เช่น ถาบ ขำหน่อ แกงเห็ด  
ดิน

PONTEDERIACEAE

*Monochoria vaginalis* (Burm.f.)

AqH ผักเจียด

ผักอีดิน

ใบอ่อน

นึ่งรับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริกปลา

C.Presl ex Kunth

PUNICACEAE

*Punica granatum* L. var. *granatum*

ExS ทับทิม

มะก๊อ้งแก้ง

ผล

รับประทานสด

RUBIACEAE

*Morinda citrifolia* L.

ST ขอบ้าน

ต้นขย

ใบอ่อน  
ในแก่

ใบอ่อนรับประทานเป็นเครื่องเคียงกับถาบ  
ใบแก่นำมาห่อปลาหนึ่งมีกลิ่นหอมและใช้ใส่  
ต้มปลาช่อน

RHAMNACEAE

*Colubrina asiatica* L. ex Brongn.

C ดันทรง

ผักก้นทุ่ง

ยอด

ประกอบอาหาร เช่น แกง, ถั่วโตไข่

*Ziziphus mauritiana* Lam.

ST พุทรา

มะดัน

ผลสุก

รับประทานสด, คอง

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์ ชื่อสามัญ ชื่อพื้นเมือง

**RHAMNACEAE**

*Colubrina asiatica* L. ex Brongn.

C คันทรง ผักกั้นทุ่ง ยอด ประกอบอาหาร เช่น แกง, กัวไฮไซ

*Ziziphus mauritiana* Lam.

ST พุทรา มะดัน ผลสุก รับประทานสด, ดอง

**RUTACEAE**

*Citrus aurantifolia*

(Christm.) ExST มะนาว มะนาว ผล ประกอบอาหาร

Swingle

*Citrus hystrix* DC.

ST มะกรูด มะขี้जू ใบ, ผล ประกอบอาหาร เช่น ใบใส่ต้ม-อ่อมหรือทอด กรอบใส่ลาบหมู ผลบีบน้ำใส่แกงส้ม

**SAPINDACEAE**

*Schleichera oleosa* (Lour.) Oken

T ตะคร้อ หมากเตาะ ผลสุก รับประทานสด

**SAURACEAE**

*Houttuynia cordata* Thunb.

H ผักคาวทอง ผักคาวตอง ใบ ยอด รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก ลาบ

**SCHIZAEACEAE**

*Lygodium flexuosum* (L.) Sw.

CF หญ้าขยาเถา ผักกูดแมว ยอด ประกอบอาหาร เช่น แกง นึ่งรับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ชื่อสามัญ

ชื่อพื้นเมือง

SOLANACEAE

<i>Capsicum frutescens</i> L. var. frutescens	ExUS	พริกชี้หู	พริกदै	ผล	ประกอบอาหาร
<i>Solanum melongena</i> L.	US	มะเขือยาว	บ่าเจือห้า	ผล	ประกอบอาหาร เช่น คัมมะเจือ, ใต้แกง
<i>Solanum sanitwongsei</i> Craib	C	มะแว้งต้น	แจ่ม	ผล	ประกอบอาหาร เช่น ตำเตาและใต้แกงต่าง ๆ
<i>Solanum spirale</i> Roxb.	US	ต้อยตุง	ผักคุดขม	ยอด	รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับลาบ
<i>Solanum torvum</i> Sw.	S	มะเขือพวง	มะแคว้ง	ผล	รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับลาบ
<i>Solanum</i> sp.			มะเขือขาว	ผล	ประกอบอาหาร เช่น ผัก แกงแกงหอม

TACCACEAE

*Tacca chantrieri* Andre.

TILIACEAE

*Microcos paniculata* L.

*Muntingia calabura* L.

ประเทศไทย	H	นะระพูสีไทย	ตี้วหว่า	ใบอ่อน	รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับลาบ
ลาว	T	ลาย	มะกอม	ผลสุก	รับประทานสด
เวียดนาม	ExST	ตะขบฝรั่ง	มะตากบ	ผลสุก	รับประทานสด

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ ชื่อพื้นเมือง

UMBELLIFERAE

*Anethum graveolens* L.

ExH เกษน  
ข้าวเปลือก  
ผักจืด  
ผักหนอก  
ยอด  
ประกอบอาหาร เช่น ใสแกลงผักกาด  
นึ่งรับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก  
รับประทานสดหรือนำมานึ่งเป็นเครื่องเคียง  
กับน้ำพริกและลาบ

*Centella asiatica* (L.) Urb.

ExH บัวบก

*Eryngium foetidum* L.

ExH ผักชีฝรั่ง

ผักป้อมเปื้อ  
ผักป้อมใต้  
ดอกใบ  
ประกอบอาหาร เช่น ใสแกลงหน่อ ใสยำห้วย  
รับประทานเป็นเครื่องเคียงกับลาบ

VERBENACEAE

*Sphenodesme pentandra* Jack

C ช่อสะพาย  
ควาย  
ใบ

ตากแห้ง 2-3 แดก บั้ง โฟนอนเหลืองหอมนำมา  
ต้มทำน้ำชาดื่ม

ZINGIBERACEAE

*Alpinia galanga* (L.) Willd.

ExH ข่า

ประกอบอาหาร เช่น ใสแกลง อ่อมเนื้อ

*Boesenbergia rotunda* (L.) Mansf.

H กระชาย

ประกอบอาหาร เช่น แกลงอ่อม ผัดเผ็ดหรือ  
แกงเผ็ด

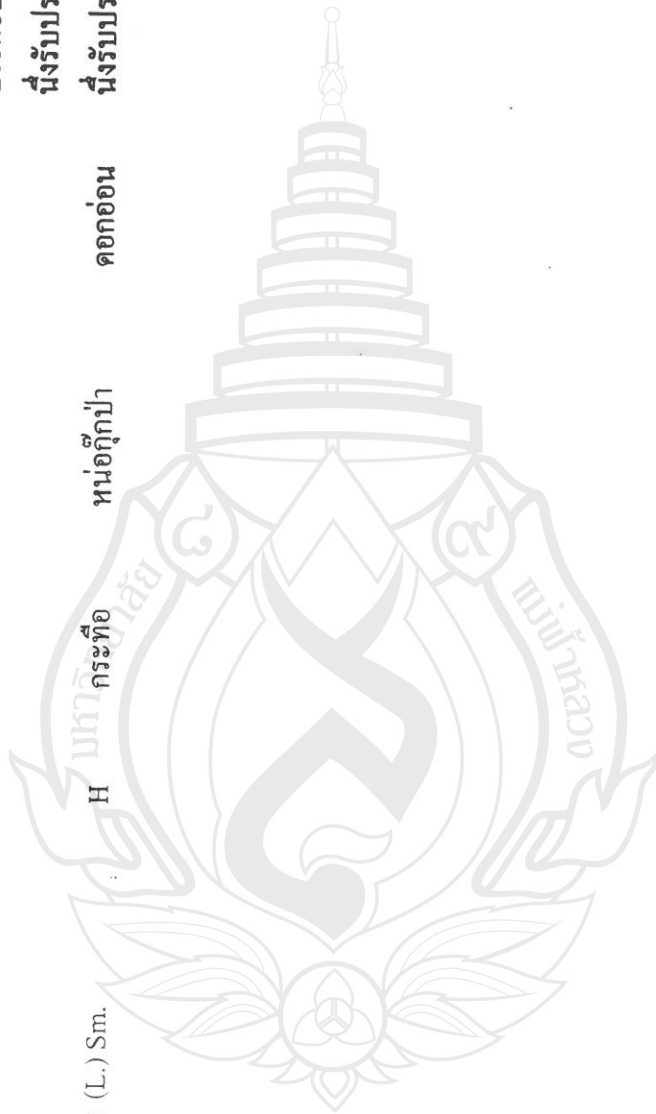
*Curcuma longa* L.

H ขมิ้น

ประกอบอาหาร เช่น แกลงหรือตำละเอียดใส่  
ข้าวไก่

ตารางที่ 4.1 พืชอาหาร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	ชื่อสามัญ	ชื่อพื้นเมือง	ส่วนที่ใช้	หัวไม้ได้ต่าง ๆ
<i>Curcuma mangga</i> Valetton & Zijp	ExH	ขมิ้นขาว	ขมิ้นขาว	เหง้า	ประกอบอาหาร
<i>Zingiber montanum</i> (Koenig) Link ex Dietr.	H	ไพล	वान	เหง้า	นึ่งรับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก
<i>Zingiber zerumbet</i> (L.) Sm.	H	กระเทียม	หน่ออุ๊กป่า	ดอกอ่อน	นึ่งรับประทานเป็นเครื่องเคียงกับน้ำพริก



#### 4.2 พืชสมุนไพร

พบพืชที่นำมาใช้เป็นพืชสมุนไพรทั้งหมด 74 ชนิด 35 วงศ์ ดังแสดงในตาราง 4.2 ปัจจุบันชาวไทลื้อในหมู่บ้านนิคมรักษาอาการป่วยในโรงพยาบาล ยังคงมีกลุ่มคนส่วนน้อยที่ยังสนใจการรักษาโดยใช้พืชสมุนไพร ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่คนในท้องถิ่นรู้จักการนำเอาส่วนต่าง ๆ ของพืชมาใช้ในการรักษาโรคและอาการเจ็บป่วยต่าง ๆ ถือเป็นอีกภูมิปัญญาหนึ่งที่มีการสั่งสมมาอย่างยาวนาน ผ่านกระบวนการเรียนรู้ลองผิดลองถูก จนได้พืชที่สามารถนำมารักษาโรคได้อย่างถูกต้องและสืบทอดมาจนถึงลูกหลาน โดยพบพืชสมุนไพรส่วนใหญ่ใช้รักษาอาการเกี่ยวกับผิวหนัง 17 ชนิด ได้แก่ เสลดพังพอน (*Barleria lupulina* Lindl.) ส้อม (*Strobilanthes cusia* (Nees) Kuntze) น้อยหน่า (*Annona squamosa* L.) ถั่นทม (*Plumeria rubra* L.) เกล็ดม้งกร (*Dischidia nummularia* R. Br.) ค้าง (*Hoya kerrii* Craib) ว่านหางจระเข้ (*Aloe vera* (L.) burm. f.) สาบเสือ (*Chromolaena odoratum* (L.) R.M.King & H.Rob.) หมอน้อย (*Vernonia cinerea* (L.) Less.) คว่ำตายหงายเป็น (*Kalanchoe pinnata* (Lam.) Pers.) ดอกแตก (*Baliopermum montanum* (Willd.) Mull.Arg.) เปล้าใหญ่ (*Croton oblongifolius* Roxb.) ฝาง (*Caesalpinia sappan* L.) มะเฟือง (*Averrhoa carambola* L.) พลุ (*Piper betle* L.) ขมิ้นขาว (*Curcuma mangga* Valeton & Zijp) และ หญ้าดอกคำ (*Hypoxis aurea* Lour.) ซึ่งน่าสนใจที่สุดเพราะหัวของหญ้าดอกคำสามารถรักษาฝ้า

พืชที่ใช้รักษาอาการปวดเมื่อยต่าง ๆ และขาบ่ารุงกำลัง 16 ชนิด ได้แก่ พันธุ์งู (*Achyranthes aspera* L.) พันธุ์น้อย (*Achyranthes bidentata* Blume.) สะพ้านกั้น (*Sambucus javanica* Reinw. ex Blume) กะเม็ง (*Eclipta prostrata* L.) หญ้าเจ้าชู้ (*Chrysopogon aciculatus* (Retz.) Trin.) อ้อเล็ก (*Phragmites australis* (Cav.) Trin. ex Steud.) แขนง (*Saccharum arundinaceum* Retz.) มะแฮะนก (*Flemingia lineata* (L.) W.T.Aiton var. lineate) บอระเพ็ด (*Tinospora crispa* (L.) Miers ex Hook. f. & Thomson) หมอน้อย (*Plantago major* L.) หญ้ายายเถา (*Lygodium flexuosum* (L.) Sw.) ตำโพง (*Datura metel* L. var. metel) อ้อสะพายควาย (*Sphenodesme pentandra* Jack) กระชาย (*Boesenbergia rotunda* (L.) Mansf.) ไพล (*Zingiber montanum* (Koenig) Link ex Dietr.) ไพลดำ (*Zingiber ottensii* Valeton)

พืชที่ใช้รักษาอาการท้องร่วงและปวดท้องต่าง ๆ 14 ชนิด ว่านน้ำ (*Acorus calamus* L.) ซึ่งไทลื้อใช้ต้มดื่มแก้ท้องร่วง ในภาคกลางของประเทศเนปาลใช้กินรากว่านน้ำเป็นยาขับพยาธิ (Bahttarai, 1992) จุกโรหิณี (*Dischidia major* (Vahl) Merr.) หัวใจทศกัณฐ์ (*Hoya kerrii* Craib) สลอลเถา (*Elaeagnus latifolia* L.) ดอกเต้า (*Mallotus barbatus* Muell. Arg.) หญ้าป็นยอด (*Mimosa pudica* L.) ข่อย (*Streblus asper* Lour.) ฝรั่ง (*Psidium guajava* L.) หญ้าคดหมา (*Paederia pilifera*



Hook. f.) คับยาง (*Solanum erianthum* D. Don) ต้อยตั้ง (*Solanum spirale* Roxb.) ปอปัด (*Helicteres isora* L.) ลาย (*Microcos paniculata* L.)

พืชที่รักษาบรรเทาไข้ 5 ชนิด ได้แก่ บัวฮาค่า (*Justicia ventricosa* Wall.) ขนาดใหญ่ (*Blumea balsamifera* (L.) DC.) หญ้าคา (*Imperata cylindrica* (L.) Niessm.) เนียมหูเสือ (*Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng.) ฝรั่ง (*Psidium guajava* L.)

พืชที่รักษาอาการไอและเจ็บคอ 4 ชนิด ได้แก่ ตะไคร้ (*Cymbopogon citratus* Stapf) ในหมู่เกาะ easter แปซิฟิกได้ใช้ต้นตะไคร้คั้นน้ำคั้นรักษาอาการปวดศีรษะ เป็นไข้ ไข้หวัดใหญ่ (Holdsworth, 1992) หญ้าปากควาย (*Dactyloctenium aegyptium* (L.) P.Beauv.) ชุมเห็ดเทศ (*Senna alata* (L.) Roxb.) บัวบก (*Centella asiatica* (L.) Urb.)

พืชที่ใช้รักษาโรคมะเร็งเป็นยาชุดต้องใช้พืชทั้งหมด 3 ชนิด ได้แก่ ทับทิม (*Punica granatum* L. var. *granatum*) ฝ้าย (*Gossypium herbaceum* L.) หญ้าขี้ด (*Sida rhombifolia* L.) หญ้าคา (*Imperata cylindrica* (L.) P.Beauv.) ขมิ้นค้ำ (*Curcuma aeruginosa* Roxb.) ฝาง (*Caesalpinia sappan* L.) โดยใช้รากของพืชทุกชนิดคั้นคั้นใส่ข้าวสารลงไปเล็กน้อย ในขณะที่ภาคกลางประเทศเนปาลใช้รากคั้นทับทิมคั้นน้ำคั้นเพื่อขับพยาธิ (Bhattarai, 1992)

พืชที่ใช้รักษานิวเป็นยาชุดต้องใช้พืชทั้งหมด 3 ชนิด ได้แก่ (*Orthosiphon aristatus* (Blume) Miq.) มะเดื่อหิน (*Coix puellarum* Bal) มะเฟือง (*Averrhoa carambola* L.) โดยใช้รากของพืชทุกชนิดคั้นคั้นใส่ข้าวสารลงไปเล็กน้อย

ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ

ACANTHACEAE

*Barleria lupulina* Lindl.

S เสลดพังพอน บิดตะเาะ ราก ต้น ฝนกับก้อนหินทาบบริเวณฝีหนอง

*Justicia ventricosa* Wall.

S บัวฮาด้า มูฮาด้า ใบ ต้น คำประคบบริเวณ แผล โคนไฟลวก

*Srobilanthes cusia* (Nees) Kuntze

S ฮ่อม กอหอม ใบ ใบ ทบละเอียดผสมกับน้ำหมักหนึ่งข้างเหนียวนำ

AMARANTHACEAE

*Achyranthes aspera* L.

H พันธุ์จิ้ง คางยูลวง ราก ปลายเท้า ช่วยจับตุ่มหัด

ต้นน้ำคิ้ม แก้ปวดหลัง ปวดเอวและ

กระเพาะปัสสาวะอักเสบ

*Achyranthes bidentata* Blume.

H พันธุ์น้อย คางยูน้อย ราก

ต้นน้ำคิ้ม แก้ปวดหลัง ปวดเอวและ

กระเพาะปัสสาวะอักเสบ

ANACARDIACEAE

*Spondias pinnata* (L.f.) Kurz

T มะกอก ต้นกอก ผล

เข้ายาได้หลายอย่าง

ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย

ชื่อสามัญ

ประโยชน์

ANNONACEAE

*Annona squamosa* L.

ExS/ST น้อยหน้า

เมล็ด

ผลแห้ง

แก่นแสด

ผลแห้ง

ฝกกับก้อนหินทาบริเวณ

APOCYNACEAE

*Plumeria rubra* L.

ExST ต้นทอม

น้ำยาง

บาตทะซึก

ทาบริเวณรอบ ๆ ฝี และบริเวณที่เป็นงูสวัด (มะเร็งไขปลา)

ARACEAE

*Acorus calamus* L.

H ว่านน้ำ

ต้น

ค้ำคาว

ค้ำคาว

ASCLEPIADACEAE

*Dischidia major* (Vahl) Merr.

CrH จุกโรหินี

ทั้งต้น

ก้วยไม้

คัมใส่ไก่หรือหั่นเป็นคำ ๆ ผัดใส่ไข่ แก้วโรคกระเพาะ

*Dischidia nummularia* R. Br.

CrH เกตุคัมกร

ทั้งต้น

มะต่อมไม้

คั้นสดทูปให้ละเอียดห่อด้วยผ้าใยเจ็ดบริเวณกลากเกลื่อน

*Hoya kerrii* Craib

C หัวใจศกัณษ์

ใบผล

กิบม้าม

คัมน้ำคัม แก้วใจ เจ็บท้องและหน้าอก

ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย

ชื่อสามัญ

ชื่อไทย

*Hoya kerrii* Craib

C

เครื่องดอกคอม

ผัก

ทumbuhanบริเวณลากเล็กลอน

ASPHODELACEAE

*Aloe vera* (L.) burm. f.

ExH

ว่านหาง

ว่านหางจรเข้

ใบ

ทาทบริเวณแลรักษาแผลไฟไหม้  
น้ำร้อนลวก

CAPRIFOLIACEAE

*Sambucus javanica* Reinw. ex Blume

S

สะพ้านกิน

หญ้าสะปัน

ทั้งต้น

คำให้ละเอียดนำมาหมกไฟ ประคบร่างกาย  
บริเวณปวดเมื่อยตามร่างกาย

COLCHICACEAE

*Gloriosa superba* L.

HC

ดองดึง

ดองดึง

ราก

เข้ยา

COMPOSITAE

*Blumea balsamifera* (L.) DC.

S/ST

หนาดใหญ่

ใบหนาด

ใบ

คำผสมกับใบฝักข้าวประคบศีรษะเด็ก แก้  
ไข้ตัวร้อน

*Chromolaena odoratum* (L.) R.M.King &

ExH

สาบเสือ

หญ้าเมิงวาย

ใบ

ทพบพอกแผล ประคบบริเวณแผลสด หรือ  
บางกรณีใช้ใบสดทพบพอกแผลผสมกับ  
ปัสสาวะของตนเองก่อน

ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ ชื่อพื้นเมือง

<i>Eclipta prostrata</i> L.	H	กะเม็ง	หญ้าหอมเขียว	ต้น ใบ	ตำให้ละเอียดนำมาหมกไฟ ประคบร่างกาย บริเวณปวดเมื่อยตามร่างกาย
<i>Vernonia cinerea</i> (L.) Less.	H	หมอน้อย	หญ้ายืน	ใบ	ตำรวมกับน้ำข้าวและน้ำมัน ห่อด้วยใบตอง นำมาหมกไฟประคบตามแผลหนอง
<b>CRASSULACEAE</b>					
<i>Kalanchoe pinnata</i> (Lam.) Pers.	ExH	คว่ำตายหงาย	หญ้าไฟไหม้	ใบ	ประคบบริเวณที่ถูกไฟไหม้
<i>Baliopernum montanum</i> (Willd.) Mull.Arg.	S	เป็นตองแตก	เป่าตองแตก	น้ำยาง	ทาบริเวณที่เป็นแผลสด
<i>Cleidion spiciflorum</i> (Burm.f.) Merr.	T	ดีหมี่	ดีหมี่	แก่นไม้	แช่น้ำ 1-2 วันผสมกับข้าวจ้างไว้เด็ก รับประทาน แก้อาการหวัด ไอ เจ็บท้อง
<i>Croton oblongifolius</i> Roxb.	S/ST	เปล้าใหญ่	เป่าหลวง	ใบ	ยาขับปวด แก้ฟกช้ำ บวม
<i>Elaeagnus latifolia</i> L.	C	สลอดเถา	ป่าหลอด	ใบ	ต้มน้ำดื่ม แก้ท้องร่วง
<i>Mallotus barbatus</i> Muell. Arg.	C	ตองเต้า	ตองหม่อน	ราก	ต้มน้ำดื่ม แก้ท้องร่วง

ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย

ชื่อสามัญ

ชื่อพื้นเมือง

<i>Phyllanthus amarus</i> Schumach. & Thonn.	H	ลูกใต้ใบ	หญ้าเงินนอง	ทั้งต้น	ตากแห้งต้มน้ำดื่มวันละ 1 แก้ว
<i>Sauropus androgynus</i> (L.) Merr.	S	ผักหวานบ้าน	มะขามป้อมดิน ผักหวานบ้าน	ยอด	แก้โรคหัวใจ เบาหวานและแก้สารพัดโรค นำมาต้วกับไข่รับประทาน บรรเทาอาการ ป่วยทั่วไป
<b>GRAMINEAE</b>					
<i>Chrysopogon aciculatus</i> (Retz.) Trin.	G	หญ้าเจ้าชู้	หญ้าขาว	ทั้งต้น ราก	ต้มน้ำดื่ม แก้ปวดหลัง ปวดเอวและ กระเพาะปัสสาวะอักเสบ
<i>Coix puellarum</i> Bal.	G	มะเดื่อยหิน	มะเดื่อยหิน	ต้น ราก	ต้มน้ำดื่ม แก้ปัสสาวะขัด
<i>Cymbopogon citratus</i> Stapf	ExG	ตะไคร้	สักโต	ต้น	ต้มน้ำดื่ม แก้ไอ
<i>Dactyloctenium aegyptium</i> (L.) P.Beauv.	G	หญ้าปาก ควาย	หญ้าปากควาย	ทั้งต้น	แช่หรือต้มน้ำดื่ม แก้ไอ
<i>Imperata cylindrica</i> (L.) P.Beauv.	G	หญ้าคา	หญ้าคา	ราก	ต้มน้ำดื่ม แก้ไข้ แก้ท้องผูก
<i>Phragmites australis</i> (Cav.) Trin. ex Steud.	G	อ้อเล็ก	อ้อ	ต้น	ต้มน้ำดื่ม แก้ปวดหลัง ปวดเอวและ กระเพาะปัสสาวะอักเสบ

ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ชื่อพื้นเมือง

*Saccharum arundinaceum* Retz.

G

แยม

แยม

ต้น

ต้นน้ำคึม แก้วหลัง ปวดเอวและ

กระเพาะปัสสาวะอักเสบ

**HYPOXIDACEAE**

*Hypoxis aurea* Lour.

H

หญ้าดอกคำ

กอตาลเดียว

หัว

ทบผสมกับเกลือพอกหน้า รักษาฝ้า (มี

อาการแสบไหม้เล็กน้อย)

**LABIATAE**

*Clerodendrum paniculatum* L. var.

S

นมสวรรค์

บั้งสมุทร

ต้น

เข้ายาทั่วไป

*paniculatum*

*Orthosiphon aristatus* (Blume) Miq.

H

พยับเมฆ

หญ้า

ทั้งต้น

ต้มผสมกับข้าวเจ้าคั้น ชงน้ำในกระเพาะ

ปัสสาวะ

*Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng.

ExH

เนียมหูเสือ

หอมด่วน

ต้น ใบ

ทบผสมกับข้าวเจ้าว ประคบศีรษะเด็ก แก้ไข้

ชั้นสูง ป้องกันอาการชักในเด็ก และเป็น

หวัดหายใจไม่ออก

*Tectona grandis* L.f.

T

ตัก

ไม้ตัก

แก่นไม้

ต้นน้ำคึม แก้วคืดวงทวาร

ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย

ชื่อพื้นเมือง

LEGUMINOSAE-CAESALPINIOIDEAE

*Caesalpinia sappan* L.

ST

ฝาง

ต้น

ต้นน้ำคึม แก้วดอกกระดังงาล้อมหรือดอก

*Senna alata* (L.) Roxb.

ExH

กอยดิบเป็น

ราก

จากต้นไม้หรือบวมซ้ำ

ต้นน้ำคึม แก้วไอ  
คำให้ละเอียดผสมหัวกระเทียมปริมาณเท่า  
ๆ กัน ผสมปูนแดง ทาบริเวณกลากเกลื้อน  
วันละ3-5 ครั้ง ถ้าเป็นมากใช้ใบต้มอาบ

LEGUMINOSAE-MOMOSOIDEAE

*Acacia concinna* (Willd.) DC.

ScanS

ส้มป่อย

ราก

เจ้ายา

*Mimosa pudica* L.

H

หญ้าป็นยอด

ราก

ตากแห้งจนหอม ต้นน้ำคึม แก้วโรคกระเพาะ  
บวมซ้ำ

LEGUMINOSAE-PAPILIONOIDEAE

*Clitoria ternatea* L.

ExC

อัญชัน

ดอก

ผู้เฒ่าผู้แก่ใช้ดอกสดชงยี้แก้หวาบริเวณงอน  
เร่งให้ขุ่นขึ้น

*Flemingia lineata* (L.) W.T.Aiton var.

S

มะแฮะนก

ราก

ต้นน้ำคึม แก้วปอดหลัง ปวดเอวและ

*lineata*

กระเพาะปัสสาวะอักเสบ



ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	ชื่อสามัญ	ชื่อพื้นเมือง	US	ทางมหากอก	หญ้าหางเสื่อ	ราก	เข้ายา
<i>Uraria crinita</i> (L.) Desv. ex D.C.								
<b>MENISPERMACEAE</b>								
<i>Tinospora crispa</i> (L.) Miers ex Hook. f. & Thomson	C	ปอระพีต	จุ่มจริง			ต้น		ตากแห้งคองเหล้า หรือ ต้มน้ำให้สตรัคมี เวลาอยู่เคียน แก้ผัดเคียน เป็นยาบำรุงกำลัง
<b>MORACEAE</b>								
<i>Ficus hispida</i> L.f.	ST	มะเดื่อปล้อง	เดอปลอง			ผล		ผสมกับกบกล้วยให้เด็กรับประทาน แก้ท้องร่วง
<i>Strebilus asper</i> Lour.	T	ข่อย	กอกข่อย			ราก		ตากแห้งฝนให้เด็กรับประทาน แก้พิษอาเจียน
<b>MYRTACEAE</b>								
<i>Psidium guajava</i> L.	ExST	ฝรั่ง	หมากก้วยสดา			ใบแก่	ยอด	ใบแก่ต้มน้ำให้เด็กดื่มหรือใช้ยอดอ่อน 1 กำม็อม้รวมกันต้มน้ำดื่มลดปลายทั้ง นำมาแช่น้ำ 1 แก้ว ต้มแก้ท้องร่วง แก้ไข้แก้ท้องเสีย ท้องร่วง

ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ชื่อพื้นเมือง

ชื่อสามัญ

OXALIDACEAE

*Averrhoa carambola* L.

ใบสดคั้นน้ำอาบ รักษาอาการแพ้ เป็นตุ่ม  
ออกตามเนื้อตัว

ใบ

มะเฟือง

มะเฟือง

ExST

PIPERACEAE

*Piper betle* L.

ใบขี้ ทาบริเวณที่ถูกแมลงกัด-ต่อย แก้  
อาการคัน

ก้านใบ

ใบปอ

พดู

C

*Piper retrofractum* Vahl

เข้ายา

ตีปตี

ตีปตี

C

PLANTAGINACEAE

*Plantago major* L.

ตำให้ละเอียดคั้นมาหมกไฟ ประคบร่างกาย  
บริเวณปวดเมื่อยตามร่างกาย

ทั้งต้น

เอ็นยี่ด

หมอน้อย

H

POLYPODIACEAE

*Platynerium holttumii* de Jonch. &

เข้ายาได้หลายอย่าง

ใบ

เงากวาง/ก้อง

ชายผ้าสีดา

EF

Hennipman

ข้าวย่าน

ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ ชื่อพื้นเมือง

PORTULACACEAE

*Talinum fruticosum* (L.) Juss.

H โสมเกาหลี โสมเกาหลี หังต้น ต้มเข้ายา

PUNICACEAE

*Punica granatum* L. var. *granatum*

ExS ทับทิม มะก่องแกลง ราก ตมน้ำคั้น แก้โรคมะเร็ง

RHAMNACEAE

*Colubrina asiatica* L. ex Brongn.

C คันทรง ราก เข้ายา

RUBIACEAE

*Paederia pilifera* Hook. f.

C หญ้าคดหมา หญ้าคดหมา หังต้น ต้มน้ำคั้นนำไปให้เด็กคั้น แก้เจ็บท้องหรือ ผสมกับว่านตมน้ำคั้น แก้ท้องอืดและปวดท้อง

SCHIZAEACEAE

*Lygodium flexuosum* (L.) Sw.

CF หญ้าขยေးเกา ผักกูดแมว ตมน้ำคั้น แก้ปวดเอว

SOLANACEAE

*Datura metel* L. var. *metel*

US ตำโพง ตำโพง ตมน้ำคั้น แก้ปวดตามเนื้อตัว ปวดหัว

*Solanum erianthum* D. Don

S/ST ดับขยง บำเอ็ก ตมน้ำคั้น แก้ปวดท้อง

ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ร้อยสามัญ ร้อยพันเมือง

*Solanum spirale* Roxb.

US ค้อยตั้ง ผักติดยม ยอด  
 ไซยอด 1 กำมือ คัมน์ำคัม สำหรับสตรีให้  
 นมทารก เมื่อทารกปวดท้อง (เด็กทารกจะ  
 ด้รับด้ยำนการกินนํำนนมแม่)

STERCULIACEAE

*Helicteres isora* L.

S ปอบิดค หน้ำเก็ยช้ย ราก  
 คัมน์ำคัม แก็เจ็บค็อง

TACCACEAE

*Tacca chantrieri* Andre.

H แนะพูสีไทย สิวหัวว ใบ  
 นำใบมาหน้หมกนํำ ประมาณ 1 คึน กรอง  
 เอาแต่นํำพ่น ม่าแมดง

TILIACEAE

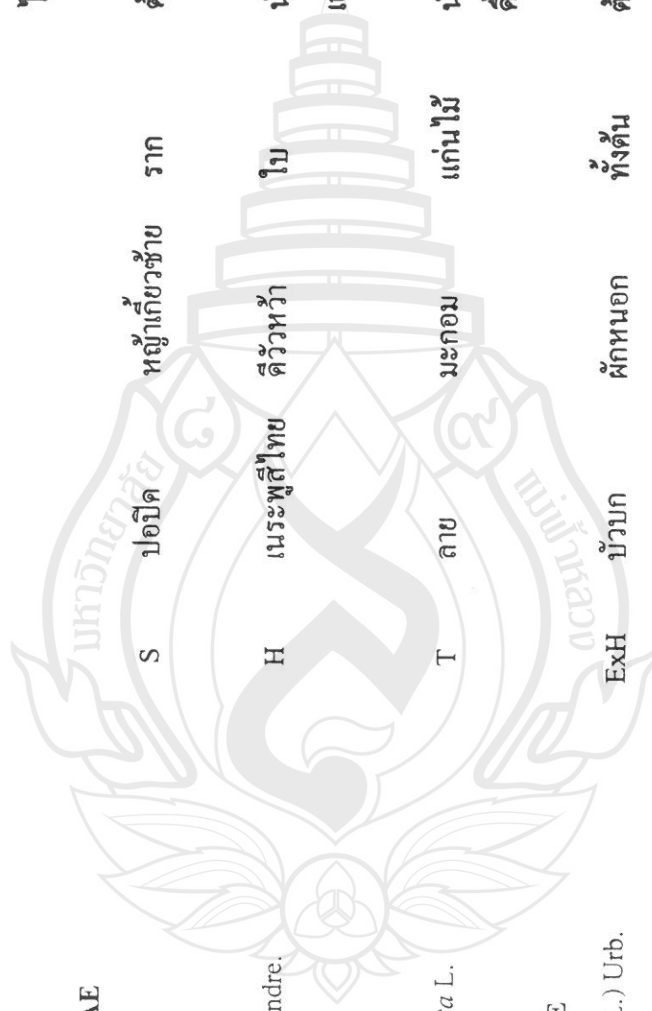
*Microcos paniculata* L.

T ลาย มะกอม แก่นไม้  
 นำแก่นไม้ 3-7 ชั้น มาแช่กับขี้ว้จ้าวสาร  
 คัมแก็เจ็บค็อง

UMBELLIFERAE

*Centella asiatica* (L.) Urb.

ExH บัวบก ผักหนอก ทั้งคึน  
 คัมรวมกับขี้ว้จ้าว คึนน้ำคัมหรือใช้คึนสด  
 แช่นํำคัม แก็ร็อนคอ เจ็บคอ



ตารางที่ 4.2 พืชสมุนไพร (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ ชื่อพื้นเมือง

VERBENACEAE

*Sphenodesme pentandra* Jack

ช่อสะพาย  
ช่อสะพายคาว  
ช่อสพายคาว  
ใบ  
ตักแห้ง 2-3 แดง บั้ง โพนเหลืองหอม  
นำมาต้มทำน้ำชาดื่มบำรุงกำลัง

ZINGIBERACEAE

*Boesenbergia rotunda* (L.) Mansf.

H กระชาย  
กระชายดำ  
เหง้า

*Curcuma qeruginosa* Roxb.

H ว่านมหาเมฆ  
ขมิ้นดำ  
หัว

*Curcuma mangga* Valetton & Zijp

ExH ขมิ้นขาว  
ขมิ้นขาว  
เหง้า

*Zingiber montanum* (Koenig) Link ex

H ไพล  
ว่าน  
เหง้า

Dietr.

กระเพาะปัสสาวะอีกเสบ

*Zingiber ottensii* Valetton

H ไพลดำ  
ว่านดำ  
หัว

ใช้หัวฝนทาท้องและคั้นน้ำกินเวลาปวดท้อง

#### 4.3 พืชเศรษฐกิจ

อาชีพส่วนใหญ่ของชาวไทลื้อ หมู่บ้านท่าข้าม อำเภอเวียงแก่น จังหวัดเชียงรายยังคงเป็นอาชีพเกษตรกรรม มีพื้นที่เกษตรกรรมส่วนใหญ่อยู่ในเขตภูเขาสูงชัน ภูมิอากาศค่อนข้างหนาวเย็นตลอดปีสามารถทำการปลูกได้ทั้งพืชสวนและพืชไร่ โดยพืชสวนที่นิยมปลูกมีประมาณ 3 ชนิด โดยเรียงลำดับพื้นที่ปลูกมากที่สุด ได้แก่ ส้มโอ (*Citrus maxima* (Burm. f.) Merr.) ลำไย (*Dimocarpus longan* Lour. subsp. *longan* var. *longan*) และส้มเขียวหวาน (*Citrus reticulata* Blanco) ซึ่งส้มโอเป็นพืชเศรษฐกิจที่มีชื่อเสียงของชาวอำเภอเวียงแก่นทำให้มีการจัดงานส้มโอประจำอำเภอทุกปี แต่ในช่วง 3-5 ปีที่ผ่านมาเกษตรกรประสบกับปัญหาการขาดผลผลิตตกต่ำ เนื่องจากเกิดภาวะผลผลิตถ่นตลาดและผลผลิตที่ได้มีคุณภาพน้อย โดยพ่อค้าคนกลางมักตัดสินคุณภาพจากรสชาติ ขนาดผล และเปลือกผล ซึ่งปัญหาเปลือกผลมีการติดเชื่อเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้พ่อค้าคนกลางกดราคา ซึ่งในเรื่องนี้ควรมีการศึกษาวิจัยเพื่อเป็นการช่วยเหลือเกษตรกรต่อไป นอกจากนี้พื้นที่การปลูกส้มเขียวหวานจะลดลงทุกปี เนื่องจากปริมาณผลผลิตที่ได้มีจำนวนน้อยมากจึงทำให้มีการเปลี่ยนแปลงจากการปลูกส้มเขียวหวานมาเป็นปลูกส้มโอซึ่งส่งผลทำให้ปริมาณของส้มโอเกิดภาวะถ่นตลาด ส่วนพื้นที่ราบทั่วไปยังคงปลูกพืชไร่ทั้งข้าวเจ้าและข้าวเหนียว (*Oryza sativa* L.) ไร่รับประทานเองในช่วงฤดูฝน สำหรับพืชไร่ที่ปลูกไว้เพื่อการจำหน่ายเป็นหลักได้แก่ ข้าวโพด (*Zea mays* L.) ถั่วแขก (*Phaseolus vulgaris* L.) และ ผักกาดเขียวปลี (*Brassica juncea* Czern.)

#### 4.4 พืชประกอบพิธีกรรม

ส่วนใหญ่ชาวไทลื้อในหมู่บ้านนับถือศาสนาพุทธ ผู้เฒ่าผู้แก่ทั้งหญิงและชายจะไปทำบุญถือศีลในวันพระ งานบุญ หรือพิธีกรรมต่าง ๆ มักนิยมนำดอกไม้ที่มีสีสดสวยชนิดต่าง ๆ ไป ซึ่งสามารถพบได้ทั่วไปตามบริเวณหมู่บ้าน อาทิ หงอนไก่ไทย (AMARANTHACEAE: *Celosia argentea* L.) บานไม่รู้รุ่ย (AMARANTHACEAE: *Gomphrena globosa* L.) ถิ่นทม (APOCYNACEAE: *Plumeria rubra* L.) กาสะลองคำ (BIGNONIACEAE: *Radermachera ignea* (Kurz) Steenis) หางนกยูงฝรั่ง (CAESALPINACEAE: *Delonix regia* (Boj. ex Hook.) Raf.) พวงไข่มุก (CAPRIFOLIACEAE: *Sambucus simpsonii* Rehder) ความเรือง (COMPOSITAE: *Tagetes erecta* L.) บานชื่น (COMPOSITAE: *Zinnia violacea* Cav.) คนทีสอ (LABIATAE: *Vitex trifolia* L.) บานเย็นหรือดอกหาวแห้ง (NYCTAGINACEAE: *Mirabilis jalapa* L.) ดอกเข็มทั่วไป (RUBIACEAE: *Ixora* spp.) นอกจากนี้ยังสามารถนำไปไม้ที่มีสีสดสวยไปทำบุญและประกอบพิธีกรรมได้ เช่น โกลส (EUPHORBIACEAE: *Codiaeum variegatum* Blume) นอกจากนี้หากดอกไม้ใดมีกลิ่นหอมมากผู้เฒ่าผู้แก่นิยมนำมาประดับมวยผม อาทิ จำปาเหลือง

(MAGNOLIACEAE: *Michelia champaca* L.) มะลิ (OLEACEAE: *Jasminum sambac* (L.) Aiton) มหาหงส์หรือหายเหิน (ZINGIBERACEAE: *Hedychium coronarium* J.Konig) ชาวไท้อังคมี ความเชื่อในเรื่องของผี อำนาจเหนือธรรมชาติบางหากต้องการพรมน้ำมันต้องไ้ใช้ต้นภาคใหญ่ (COMPOSITAE: *Blumea balsamifera* (L.) DC.) และยังใช้ต้นขนาดใหญ่ปูให้สตรีอยู่เค็มนั่งเพื่อไม่ให้ผีเข้าใกล้ เมื่อเด็กเกิดใหม่มาผู้เฒ่าผู้แก่ใช้ดอกอัญชัน (PAPILIONACEAE: *Clitoria ternatea* L.) สดขี้แล้วทาบริเวณจอนเด็กให้ขนขึ้นและใช้ดอกสดไปทำบุญได้ หากเป็นพิธีในสมทใช้ ไมยราพต้น (MIMOSACEAE: *Mimosa pigra* L.) ทำเป็นพวงรัด พิธีการบางอย่างใช้พืชมียอนกัน กับชาวบ้านภาคเหนือทั่วไป เช่นในการรดน้ำคำหัวผู้เฒ่าผู้แก่ในวันสงกรานต์มีการใช้ส้มป่อย (MIMOSACEAE *Acacia concinna* (Willd.) DC.) หันเป็นท่อนแช่น้ำ สายสิญจน์จัดตั้งทำจากต้น ผ้าย (MALVACEAE: *Gossypium herbaceum* L.) นอกจากนี้ยังมีต้นไม้บางชนิดเกี่ยวข้องกับ ความเชื่อ เช่น ช้างเรือหรือผักปู้ย่า (*Caesalpinia mimosoides* Lam.) ใช้ฝักแก่ทำนายฝนโดยดูขมเมล็ดใน ฝัก ถ้าเมล็ดอยู่บริเวณโคน จะมีฝนหัวปี เมล็ดอยู่ตรงกลางจะมีผลกลางปี และถ้าเมล็ดอยู่ด้านท้าย จะมีฝนท้ายปี

#### 4.5 พืชประโยชน์อื่น ๆ

พืชประโยชน์อื่น ๆ แสดงในตาราง 4.3 มีทั้งหมด 43 ชนิด 25 วงศ์ ผักแฉับ *Oxalis corniculata* L. ชาวไทลื้อนำต้นมาขัดภาชนะหรือเครื่องประดับเงินหรือทอง เพื่อขจัดคราบหมอง กล้าและไม้ให้ดำ เช่นเดียวกับชาวไทลื้อในหมู่บ้านเฮี้ย จังหวัดน่าน (จันทร์รักษ์, 2549) แต่ในประเทศไทยลาวใช้ต้นผักแฉับเป็นพืชสมุนไพรรักษาอาการเกี่ยวกับโรคปวดในข้อ (rheumatism) โดย นำต้นแช่น้ำดื่มรวมกับพืชอีก 3 ชนิด (Libman, Bouanmanivong, Southavong, Syhara, and Soejarto., 2006)

#### 4.6 พืชที่มีประโยชน์มากกว่า 1 ด้าน

นอกจากนี้แล้วพบว่ามีหลายชนิดที่มีประโยชน์หลายด้านอาทิ เป็นทั้งพืชอาหารและพืชสมุนไพร ทั้งหมด 16 ชนิด ได้แก่ น้อยหน่า (*Annona squamosa* L.) มะกอก (*Spondias pinnata* (L.f.) Kurz) จุกโรหิณี (*Dischidia major* (Vahl) Merr.) ตะไคร้ (*Cymbopogon citratus* Stapf) เนียมหูเสื่อ (*Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng.) ข่อย (*Streblus asper* Lour.) ฝรั่ง (*Psidium guajava* L.) มะเฟือง (*Averrhoa carambola* L.) ทับทิม (*Punica granatum* L. var. *granatum*) คันทร้ง (*Colubrina asiatica* L. ex Brongn.) หญ้ายาเยา (*Lygodium flexuosum* (L.) Sw.) ต้อยคั่ง

(*Solanum spirale* Roxb.) ถย (*Microcos paniculata* L.) บัวบก (*Centella asiatica* (L.) Urb.) ขมิ้น  
ขจร (*Curcuma mangga* Valetton & Zijp) โพล (*Zingiber montanum* (Koenig) Link ex Dietr.)





ตารางที่ 4.3 พืชประโยชน์อื่น ๆ

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะนิสัย ชื่อสามัญ ส่วนที่ใช้

ACANTHACEAE

*Strobilanthes cusia* (Nees) Kuntze

ใบ ต้น  
 ทูปพอแตกหมักในน้ำประมาณ 1 สัปดาห์  
 กรองเอาแต่น้ำมาช้อมผ้าฝ้าย

ARACEAE

*Colocasia* spp.

ทั้งต้น  
 หั่นต้มจนและเป็นอาหารหมู

BOMBACACEAE

*Ceiba pentandra* (L.) Gaertn.

ผล  
 นำนุ่นมาขัดใส่ที่นอนและหมอน

BALSAMINACEAE

*Impatiens balsamina* L.

ดอก ผล  
 เด็กเอาผลมาบีบแตกเล่น หรือหนีบหูเล่น

CHLORANTHACEAE

*Chloranthus erectus* (Buch-Ham.)

ต้น  
 ปศุภประดับตามบ้านเรือนให้มีกลิ่นหอม  
 โดยเฉพาะเวลากลางคืน

Verdc.

COMPOSITAE

*Tagetes erecta* L.

ExH ดาวเรือง

ดอก ทำสีช้อม

*Zinnia violacea* Cav.

ExH บานชื่น

ต้น ดอก ปศุภประดับเป็นแปลง

ตารางที่ 4.3 พืชประโยชน์อื่น ๆ (ต่อ)

**ชื่อวิทยาศาสตร์**

**ลักษณะวิสัย หรือสามัญชื่อ**

**ส่วนที่ใช้**

**CONVOLVULACEAE**

*Argyria nervosa* (Burm. f.) Boj.

ExC ใบระบาด เครื่องยาหลง ต้น

ปลูกประดับตามบ้านเรือน

**DIPTEROCARPACEAE**

*Shorea obtusa* Wall. ex Blume

T ไม้เต็ง ไม้แฉะ ไม้เนื้อไม่

สร้างบ้านเรือน เช่น ไม้กระดาน เพดาน ฝา  
บ้านและใช้ทำเฟอร์นิเจอร์ต่าง  
ทำพื้น ถ่าน

*Shorea siamensis* Miq.

T รั้ง ไม้เนื้อไม่

**EUPHORBIACEAE**

*Codiaeum variegatum* Blume

ExS โกสน โกศด ต้น

ปลูกประดับบ้านเรือน  
ยอดไปปลูกหรือใช้ประกอบพิธีกรรมต่าง ๆ

*Jatropha curcas* L.

ExS/ST สมูตำ ต้น

ปลูกทำรั้ว  
เด็กนำก้านมาหักเป่าเล่นทำเป็นฟอง

**FAGACEAE**

*Castanopsis argyrophylla* King ex

T ก่อหุ้ม ก่อ

นำมาทำเมี่ยง

Hook.f.

ตารางที่ 4.3 พืชประโยชน์อื่น ๆ (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ

ส่วนที่ใช้

GRAMINEAE

<i>Bambusa nutans</i> Wall.	B	ไผ่ขง	ต้นbung	ต้นแก่	ทำวัสดุและเครื่องใช้ เช่น จักสาน จักตอก มัดกล้าทำแคร่ อุปกรณ์หาลา
<i>Imperata cylindrica</i> (L.) P.Beauv.	G	หญ้าคา	หญ้าคา	ต้น	นำมาตากแดดแล้วไปใช้มุงหลังคา
<i>Thysanolaena maxima</i> Kuntze	G	ตองกง	แงมยู	ก้านช่อ	นำมาทำไม้กวาด
<i>Bambusa blumeana</i> Schult.f.	B	ไผ่สีสุก	ไผ่สีสุก	ดอก	ทำวัสดุและเครื่องใช้ เช่น จักสาน จักตอก
<i>Dendrocalamus brandisii</i> (Munro) Kurz	B	บงใหญ่	ไม้ขง	ต้นแก่	มัดกล้าทำแคร่ อุปกรณ์หาลา
<i>Gigantochloa albociliata</i> (Munro) Munro	B	ไผ่ไร่	ไม้ไร่	ต้นแก่	ทำวัสดุและเครื่องใช้ เช่น จักสาน จักตอก มัดกล้าทำแคร่ อุปกรณ์หาลา
<b>LABIATAE</b>					
<i>Vitex trifolia</i> L.	S	คนทีสอ	ชาทอง	ดอก	ปลูกประดับรั้วบ้าน

ตารางที่ 4.3 พืชประโยชน์อื่น ๆ (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์

ลักษณะวิสัย

ชื่อสามัญ

LEGUMINOSAE-CAESALPINIOIDEAE

*Albizia xylocarpa* (Kurz) Craib

ไม้เนื้อไม้ ใช้ในงานก่อสร้างและอุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ เช่น ไม้กระดานบ้าน ไม้เท้า

*Caesalpinia digyna* Rottler.

เมล็ด เด็กนำมาเมล็ดคั้นในมาเลน

*Senna siamea* (Lam.) Irwin & Bameby

เมล็ด เมล็ด ค้าขอมฝ้ายได้สีดำ ปลูกประดับบ้าน

LEGUMINOSAE-MIMOSOIDEAE

*Acacia concinna* (Willd.) DC.

ฝักแก่ หักเป็นท่อนๆ ใส่ในน้ำปลาทำน้ำยอนำหอมสำหรับรดน้ำต้นไม้ผู้ดูแลผู้แก้ไขวันสงกรานต์ ใช้ในพิธีกรรมต่างๆ

*Samanea saman* (Jacq.) Merr.

เนื้อไม้ ไม้เนื้ออ่อนใช้ในการทำเฟอร์นิเจอร์ต่างๆ เช่น โต๊ะ เก้าอี้

LEGUMINOSAE-PAPILIONOIDEAE

*Clitoria ternatea* L.

ดอก ผู้ดูแลผู้แก้ไขดอกสดขยี้แล้วทาบริเวณงอนเด็กให้ขมขึ้น ใช้ทำสีข้อมขนม

ตารางที่ 4.3 พืชประโยชน์อื่น ๆ (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	ชื่อสามัญ	ชื่อพื้นเมือง	ส่วนที่ใช้	ประโยชน์
<i>Indigofera tinctoria</i> L.	ExS	คราม	คราม	ใบ	ใบนำมาทำสีย้อมผ้า (เกลือหมักย้อม)
<i>Mimosa pigra</i> L.	ExS	ไมยราบ	ต้นร่ายยักษ์	ต้นแก่	ใช้ทำพื้น ถ่าน ต้นเล็ก ๆ สวย ๆ ใช้ทำ ตะกร้า พวงหรีด
<i>Phyllocarpus longipes</i> (Craib) Schindl.	US	ต้น เกิดคปลา	กอทางไก่	ใบ	เด็กใช้ส่วนของใบประดับที่แก่แล้วมาเล่น เป็นไม้โดยการเสียบไว้ที่ต้น
<i>Pterocarpus macrocarpus</i> Kurz	T	ประดู่	ประดู่	เนื้อไม้	ใช้ในงานก่อสร้างและอุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ เช่น สร้างบ้าน ทำโต๊ะและอุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ
<b>MAGNOLIACEAE</b>					
<i>Michelia champaca</i> L.	ST	จำปา	จำปาเหลือง	ดอก	มีกลิ่นหอมแรงนิยมปลูกไว้ในบ้าน ผู้เฒ่าผู้แก่นำมาแหนหมันผม
<b>MALVACEAE</b>					
<i>Gossypium herbaceum</i> L.	ExS	ฝ้าย	ฝ้าย	ดอก	ปั่นแล้วทอเป็นผ้าฝ้าย, ทำผ้าผูกข้อมือ, สายสิญจ์เวลาวัคมีประเพณียกข้อฟ้า

ตารางที่ 4.3 พืชประโยชน์อื่น ๆ (ต่อ)

ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อสามัญ	ชื่อพื้นเมือง	ส่วนที่ใช้
<b>MENISPERMACEAE</b>			
<i>Tinospora crispa</i> (L.) Miens ex Hook. f. & Thomson	C	บอระเพ็ด	จุ่มจะริง
<i>Broussonetia papyrifera</i> Vent.	ST	ปอกระสา	สา
<b>NYCTAGINACEAE</b>			
<i>Mirabilis jalapa</i> L.	ExH	บานเย็น	ดอกหาว
<b>OLEACEAE</b>			
<i>Jasminum sambac</i> (L.) Aiton	ExC	มะลิ	มะลิ
<b>OXALIDACEAE</b>			
<i>Oxalis corniculata</i> L.	ExH	ตั้งถิ่น	ตั้งถิ่น
<b>PALMAE</b>			
<i>Areca catechu</i> L.	P	หมาก	หมาก
<b>PIPERACEAE</b>			
<i>Piper betle</i> L.	C	พุด	ใบปู

มัดหัวงูไม่ให้มันลกรูจะมึงไม่ให้ขยไม่หนี

นำมาทำกระดาษสา, ยอดนำมาต้มเป็น

ยอด อาหารหมู

ดอก ดอกประดับบ้านเรือน

ปลูกประดับตามบ้านเรือน

ใช้จัดเงินหรือทองไม่ให้หมองหรือดำ

เข้าหมากสำหรับผู้เผ่าผู้หญิงไว้เคี้ยวกิน

นั่งหรือใบคียบใช้เข้าหมากเคี้ยวสำหรับผู้เผ่า

ตารางที่ 4.3 พืชประโยชน์อื่น ๆ (ต่อ)

**ชื่อวิทยาศาสตร์**

**ลักษณะวิสัย ชื่อสามัญ ชื่อพื้นเมือง ส่วนที่**

**POLYPODIACEAE**

*Platyserium holtumii* de Jonch. & Hennipman EF ชายผ้าสีดำ เขากวาง/ก่อง ใบ เข้ายาได้หลายอย่าง

**RUBIACEAE**

*Ixora javanica* (Blume) DC.

ExS เจริมทอง ดอกจิม ดอก บลูกประดับบ้านเรือน

**SOLANACEAE**

*Solanum erianthum* D. Don

S/ST ดับขาง บำเส็ก ใบ ใช้มาปั่นเป็นแป้งหรือถั่วดำไม่ให้คมีอ

**STRYCHNACEAE**

*Strychnos nux-vomica* L.

ST แสดลงใจ มะตัง ผล เด็กนำผลมาเล่น

**หมายเหตุ**

AqH หมายถึง

ไม้ล้มลุกที่อาศัยอยู่ในน้ำ

AqF หมายถึง

ผักกูดที่อาศัยอยู่ในน้ำ

B หมายถึง

ไม้ไผ่

C หมายถึง

ไม้เถา พืชที่ต้องอาศัยสิ่งอื่นเป็นหลักในการเลื้อยพันเสมอ

CtH หมายถึง

พืชที่ลำต้นทอดคดลานไปตามดิน หิน หรือลำต้นไม้ และมีรากเกิดขึ้นตาม

CF หมายถึง

ผักกูดที่ลักษณะเลื้อยพัน ส่วนที่เกาะนั้น

CP	หมายถึง	หมากหรือปาล์มที่ลักษณะคล้ายพืชมะพร้าว
Ex	หมายถึง	พืชที่มีถิ่นกำเนิดจากต่างประเทศ
EO	หมายถึง	กล้วยไม้ที่เกาะอาศัยอยู่บนต้นไม้
F	หมายถึง	ผักกูดหรือเฟิน
EF	หมายถึง	ผักกูดที่เกาะอาศัยอยู่บนต้นไม้
G	หมายถึง	หญ้า รวมทั้งกกต่าง ๆ
H	หมายถึง	พืชล้มลุก พืชที่ไม่เนื้อไม้ ลำต้นไม่แข็งแรง
HC	หมายถึง	ไม้เถาล้มลุก
PaHC	หมายถึง	กาฝากเถาล้มลุก
S	หมายถึง	ไม้พุ่ม พืชที่มีเนื้อไม้และแตกกิ่งก้านสาขาในระดับใกล้เคียงกับพุ่มไม้หรือเป็นพุ่ม
S/ST	หมายถึง	ไม้พุ่มกึ่งไม้ยืนต้นขนาดเล็ก
S/T	หมายถึง	ไม้พุ่มกึ่งไม้ต้น
ST	หมายถึง	ไม้ต้นขนาดเล็ก
ScanS	หมายถึง	ไม้พุ่มที่เลื้อยทอดลำต้นเกาะเกี่ยวขึ้นไป
T	หมายถึง	ไม้ยืนต้น
TerF	หมายถึง	ผักกูดที่อาศัยอยู่บนพื้นดิน
US	หมายถึง	ไม้พุ่มขนาดเล็ก

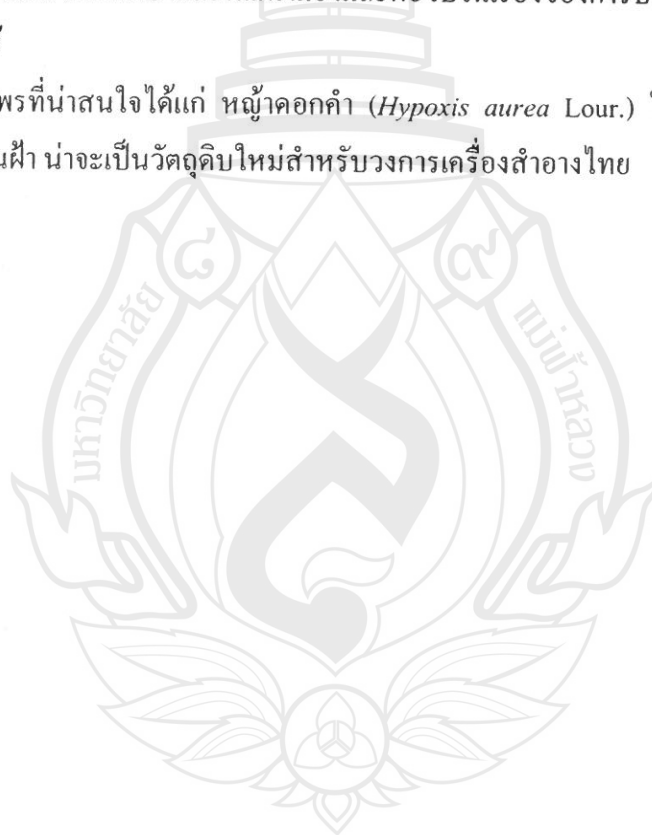


## บทที่ 5

### สรุปผลการศึกษา

จากการศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านของชาวไทลื้อ หมู่บ้านท่าข้าม ตำบลท่าข้าม อำเภอเวียงแก่น จังหวัดเชียงราย พบพืชอาหารที่มีศักยภาพที่สามารถจะพัฒนาให้กลายเป็นวัตถุดิบหรือผลิตภัณฑ์ใหม่ในการรับประทานเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ ได้แก่ ต้นกรุงบาดาลหรือแอ่งแฉะ (*Cyclea barbata* Miers) เนื่องจากว่าน้ำคั้นจากใบแอ่งแฉะมีลักษณะเป็นเจลาตินแข็งคล้ายกับผลิตภัณฑ์จากบุก เนื่องจากมี soluble dietary fiber (Arkarapanthu, Chavasit, Sungpuag, and Phuphathanaphong, 2004) และเมื่อสกัดใบแอ่งแฉะ 1-2 กรัมโดยน้ำหนักสดแล้วนำไปวิเคราะห์หาองค์ประกอบทางเคมีพบว่าประกอบด้วย ความชื้น 98.80% น้ำตาลรีดิวซ์ 2.27% คาร์โบไฮเดรต 1.02 % ไฟเบอร์ 0.46% โปรตีน 0.14% เถ้า 0.03% (จันทรรักษ์ วิไลวรรณ ฐิติกรณ และเอกชัย, 2549) ดังนั้นน่าจะทำการศึกษาและพัฒนาแอ่งแฉะต่อไปในเรื่องของการปรับปรุงผลิตภัณฑ์เป็นอาหารพร้อมดื่มได้

พืชสมุนไพรที่น่าสนใจได้แก่ หญ้าดอกคำ (*Hypoxis aurea* Lour.) ใช้หัวตำผสมกับเกลือแล้วนำมาทาบริเวณฝ่า น่าจะเป็นวัตถุดิบใหม่สำหรับวงการเครื่องสำอางไทย



## บรรณานุกรม

- กมลพร สงมี. 2543. การถ่ายทอดความรู้ในการใช้สมุนไพรที่มีผลต่อการอนุรักษ์ความหลากหลายทางชีวภาพและการพึ่งพาตนเอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- กระทรวงมหาดไทย กระทรวงศึกษาธิการและกรมศิลปากร. 2544. วัฒนธรรม พัฒนาการทางประวัติศาสตร์เอกลักษณ์และภูมิปัญญา จังหวัดเชียงราย. กรุงเทพฯ: อรุณสกาลาดพร้าว.
- จันทร์รักษ์ โควรานนท์. 2541. พฤกษศาสตร์พื้นบ้านของชาวไทลื้อ ม้ง และเข่าในบางพื้นที่ของจังหวัดน่าน.
- จันทร์รักษ์ โควรานนท์. 2550. พฤกษศาสตร์พื้นบ้านบริเวณรอบ ๆ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง. รายงานวิจัย สำนักวิชาวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง.
- จันทร์รักษ์ โควรานนท์ วิไลวรรณ ศักดิ์ดี ฐิติกรณ์ กันทะมา และเอกชัย ชูเกียรติโรจน์. 2549. การวิเคราะห์คุณสมบัติทางเคมีของ “แอ่งแฉะ” อาหารพื้นเมืองของไทลื้อ จ.เชียงราย ประเทศไทย . การประชุมวิชาการวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 32.
- จิตติพร ทรรศนิยากร. 2540. พฤกษศาสตร์พื้นบ้านของชาวเขาเผ่าอาข่า หมู่บ้านคอยสะโงะ อำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย. ปัญหาพิเศษปริญญาตรี. ภาควิชาชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. เชียงใหม่.
- จิตาพร นัยดีบและจิติรัตน์ สุวรรณ. 2543. การสำรวจอนุกรมวิธานไม้ยืนต้นในป่าชุมชนบ้านป่าสักงาม 2 ตำบลดงมหาวัน กิ่งอำเภอเวียงเชียงรุ้ง จังหวัดเชียงราย. รายงานการวิจัย วิทยาศาสตร์บัณฑิต โปรแกรมชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์ สถาบันราชภัฏเชียงราย. เชียงราย.
- จุฑารัตน์ แก้วไฉญญาและลำเจียก น้านสระ. 2544. การศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นของพรรณไม้ยืนต้น สถาบันราชภัฏเชียงราย ตำบลบ้านคู้ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย ส่วนที่ 2. รายงานวิจัย วิทยาศาสตร์บัณฑิต โปรแกรมวิชาวิทยาศาสตร์ทั่วไป คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สถาบันราชภัฏเชียงราย. เชียงราย.
- ชูศรี ไตรสนธิและอิทธิพรสนธิ ไตรสนธิ. 2542. การศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านของชนกลุ่มน้อยเผ่าต่าง ๆ บนดอยแม่สะลอง รายงานวิจัย คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ธัญยากรณ์ ธรรมวงศ์และอรสา พริกศรี. 2542. การสำรวจพืชผักพื้นบ้านที่รับประทานได้ในหมู่บ้านทุ่งคิ้ว ตำบลภูซาง กิ่งอำเภอภูซาง จังหวัดพะเยา. รายงานวิจัยวิทยาศาสตร์

- บัณฑิต โปรแกรมวิชาชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สถาบันราชภัฏ  
เชียงราย. เชียงราย.
- นภาพร เสมอใจและวศินา บุตรหล่อ. 2544. รายงานการวิจัยวิทยาศาสตร์บัณฑิต โปรแกรม  
วิทยาศาสตร์ทั่วไป คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สถาบันราชภัฏเชียงราย. เชียงราย.
- บุญช่วย ศรีสวัสดิ์. 2547. 30 ชนิดในเชียงราย. กรุงเทพฯ: ศยาม.
- เล็ก แสงมีอานุภาพ ศรีวรรณ ไชยสุข และ นางสาวจิตติพร ทรรศนียากร. 2544. พฤษ  
ศาสตร์พื้นบ้านในตำบลทุ่งก่อ กิ่งอำเภอเวียงเชียงรุ้ง จังหวัดเชียงราย. รายงานการวิจัย  
สถาบันราชภัฏเชียงราย. เชียงราย.
- สมเจตน์ วิมลเกษม. 2535. ไม้เถาเมืองน่าน. การประชุมสัมมนาวิชาการเรื่องมรดกสิ่งทอไทยลือกับ  
บริบททางสังคม วัฒนธรรมในล้านนา. ศูนย์วัฒนธรรมจังหวัดน่าน.
- เสถียร ฉันทะ. 2542. ภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการจัดการความหลากหลายทางชีวภาพพืชสมุนไพร:  
กรณีศึกษาในวิถีชีวิตชุมชนไทยลือ จังหวัดเชียงราย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- แสวง มาละแซม. 2544. ประวัติศาสตร์คนของย้ายแผ่นดิน. (พิมพ์ครั้งที่ 2). มหาวิทยาลัย  
ธรรมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร.
- Al-Qura'n, Saleh. 2005. Ethnobotanical survey of folk toxic plants in southern part of Jordan.  
Toxicon. 46: 119-129.
- Arkarapanthu A, Chavasit V, Sungpuag P, and Phuphathanaphong L. 2005. Gel extracted from  
Khruca-ma-noi (*Cyclea barbata* Miers) leaves: chemical composition and gelation  
properties. Journal of the Science of Food and Agriculture. 85, 10: 1741-1749.
- Asase, Alex, Oteng-Yeboah, Alfred A., Odamtten, George T., and Simmonds, Monique S.J.  
2005. Ethnobotanical study of some Ghanaian anti-malarial plants. Journal of  
Ethnopharmacology. 99: 273-279.
- Beloin, N., Gbeassor, M., Akpagana, K., Hudson, J., Soussa, K. de., Koumaglo, K., and Arnason,  
J. Thor. 2006. Ethnomedicinal uses of *Momordica charantia* (Cucurbitaceae) in Togo  
and relation to its phytochemistry and biological activity. Journal of  
Ethnopharmacology. 96: 49-55.
- Bhattarai, N.K. 1992. Folk Anthelmintic Drug of Central Nepal. Journal of  
Ethnopharmacology. 30, 2: 145-150.

- El-Hilaly, Jaouad., Hmammouchi, Mohamed., and Lyoussi, Badiâa. 2003. Ethnobotanical studies and economic evaluation of medicinal plants in Taounate province (Northern Morocco). *Journal of Ethnopharmacology*. 86: 149-158.
- Girach, R.D., Siddiqui, Aminuddin, P.A., and Khan, Subhan A. 1994. Traditional Plant Remedies among the Kondh of District Dhenkanal (Orissa). *Journal of Ethnopharmacology*. 32, 3: 247-285.
- Holdworth, David K. 1992. A preliminary study of Medicinal Plants of Easter Island, Saurth Pacific. *Journal of Ethnopharmacology*. 30, 1: 27-32.
- Holdworth, David . and Balun, Lawong. 1992. Medicinal Plants of the East and West Sepik Provinces, Papua New Gunea. *Journal of Ethnopharmacology*. 30, 3: 218-222.
- Li, B., Gilbert, Michael G., and Stevens W. Douglas. 2007. *Asclepiadaceae*. [Online]. Available: <[www.efloras.org](http://www.efloras.org)>. (23 March 2007)
- Li, Sumei., Long, Chunlin., Liu, Fengyan., Lee, Sangwoo., Guo, Qi., Li, Rong., and Liu, Yuheng. 2006. Herbs for medicinal baths among the traditional Yao communities of China. *Journal of Ethnopharmacology*. 108: 59-67.
- Libman, A., Bouanmanivong, S., Southavong, B., Sydara, K., and Soejarto., D.D. 2006. Medicinal plants: An important asset to health care in a region of Central Laos. *Journal of Ethnopharmacology*. 103: 303-311.
- Lu, H.M., Liang, Y.Z., Yi, L.Z., and Wu, X.J. 2006. Anti-inflammatory effect of *Houttuynia cordata* injection. *Journal of Ethnopharmacology*. 104, 1-2: 245-249.
- Lukhola, Caterine W., Simmonds, Monique S.J., and Paton, Alan J. 2006. *Plectranthus*: A review of ethnobotanical uses. *Journal of Ethnopharmacology*. 103, 1: 1-24
- Mossa, Jaber S., Rafatullah, S., Galal, Ahmed M., and Al-Yahya, A.A. 1995. Pharmacological Studies of *Rhus retinorrhaca*. *Journal of Ethnopharmacology*. 33, 3: 242-246
- Sikarwar, R.L.S., Bajpai, A.K., and Painuli, R.M. 1994. Plants Used as Veterinary Medicines by Aborigines of Madhya Pradesh, India. *Journal of Ethnopharmacology*. 32, 3: 252-255.

