

กิจกรรมของ อสม.ตำบลกีดช้างและรพ.สต.บ้านแม่ตะมาน ในโครงการ อพ.สธ.

1. ร่วมสำรวจพันธุ์กรรมพืชและสมุนไพรในพื้นที่



กิจกรรมของ อสม.ตำบลกุดช้างและรพ.สต.บ้านแม่ตะมาน ในโครงการ อพ.สธ.

2. อนุรักษ์ ดูแลพันธ์พืชและสมุนไพรในพื้นที่



กิจกรรมของ อสม.ตำบลกุดช้างและรพ.สต.บ้านแม่ตะมาน ในโครงการ อพ.สธ.

3. การส่งเสริมและนำพืชสมุนไพรที่สำคัญมาเพาะปลูกและขยายพันธุ์



กิจกรรมของ อสม.ตำบลกุดช้างและรพ.สต.บ้านแม่ตะมาน ในโครงการ อพ.สธ.

4. การนำพืชพันธุ์และสมุนไพรในพื้นที่ไปใช้ให้เกิดประโยชน์



กิจกรรมของ อสม.ตำบลกุดช้างและรพ.สต.บ้านแม่ตะมาน ในโครงการ อพ.สธ.

5.การนำพืชพันธุ์และสมุนไพรในพื้นที่ไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ป่วย ใน รพ.สต.



น้ำคลอโรฟิลล์ปรับสมดุลย์



ทำลูกประคบ อบสมุนไพร



กัวซา (จุดพิษทางผิวหนัง)



แช่มืด - แก้ว ระบายสารพิษ



นํ้ายาสมุนไพร



นวด/ตอกเส้น

วิธีการทำน้ำคอลลอโรฟิลล์

น้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นเท่าที่หาได้ไม่ยาก เช่น ย่านาง, ใบเตย, ใบบัวบก, หญ้าม้า, อ่อมแซบ ฯลฯ ใบย่านาง 1 มัด ใบเตย 15 ใบ หญ้าม้า 20 ใบ ล้างใบ ย่านางใบเตย,หญ้าม้า ให้สะอาด ทั้งหน้าใบหลังใบ

นำมาผสมกับน้ำสะอาดแล้วนำไปใส่ในเครื่องปั่นเย็นใส่น้ำแข็ง 5-7 ก้อน ปั่นให้ได้น้ำ แล้วนำไปกรอง จะเก็บไว้ในอุณหภูมิปกติ ได้ประมาณ 6 ชั่วโมง ในตู้เย็น 2-3 วัน หรือใช้วิธีคั้นด้วยมือก็ได้



น้ำคლოโรฟิลล์

คลอโรฟิลล์เป็นคลอโรพลาสต์ เม็ดเล็กๆที่มีสีเขียว อยู่ในเซลล์พืช ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของพืชที่เกิดจากระบวนการทำอาหารของพืชหลังจากที่ได้รับแสงอาทิตย์แล้ว ส่วนนี้จะมีประโยชน์ต่อร่างกายคนมากเมื่อได้รับประทานเข้าไป

ผู้ค้นพบโครงสร้างทางเคมีของสารประกอบคลอโรฟิลล์ ครั้งแรกเมื่อต้นคริสต์ศตวรรษที่ 20 คือ นักวิทยาศาสตร์ ชื่อ ศาสตราจารย์ฮานส์ ฟิชเชอร์ (Hanns Fisher) สูตรโครงสร้างของคลอโรฟิลล์มีลักษณะคล้ายสูตรโครงสร้างของสารประกอบ ฮีม (heme) ที่เป็นโครงสร้างหลักของเม็ดเลือดแดง (red blood) ของคนเราอย่างมากจากการวิจัยทางการแพทย์ยืนยันได้ว่าร่างกายคนเราก็สามารถนำสารคลอโรฟิลล์นี้ไปเป็นสารตั้งต้น (precursor) ในการสร้างเม็ดเลือดแดงได้เมื่อร่างกายต้องการโดยเฉพาะในสภาวะที่ร่างกายเกิดความบกพร่องในการสร้างเม็ดเลือดแดงเนื่องจากขาดสารอาหาร อย่างเช่นในภาวะโลหิตจาง (anemia)

ทางการแพทย์ใช้ประโยชน์จากคลอโรฟิลล์มานานแล้วแต่จะนำมาใช้ต่อเมื่อจำเป็นจริงๆเท่านั้น ไม่ใช่นำมาใช้อย่างไม่รู้



กาบหอยแครง

สรรพคุณ แก้ร้อนใน กระหายน้ำ แก้ไอ อาเจียนเป็นโลหิต แก้พิษไข้ภายใน เนื่องจาก พัดตกจากที่สูง หรือหกล้มฟาดถูกของแข็ง แก้บิด ถ่ายเป็นเลือด แก้ปัสสาวะเป็นเลือด

ดอก-รสขมเย็น ต้มกับเนื้อหมูรับประทาน ใช้ขับเสมหะ แก้ไอแห้งๆ แก้อาเจียนเป็นโลหิต เลือดกำเดาออก ห้ามเลือด แก้ปัสสาวะเป็นเลือด แก้ไอเป็นเลือด แก้บิดถ่ายเป็นเลือด



ใบเตย

สรรพคุณ ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ เพราะใบเตยมีฤทธิ์ลดอัตราการเต้นของหัวใจจึงช่วยบำรุงหัวใจได้เป็นอย่างดี วิธีรับประทานคือใช้ใบสดผสมในอาหาร แล้วรับประทาน หรือนำใบสดมาคั้นน้ำรับประทาน ครั้งละ 2-4 ช้อนแกง ช่วยดับกระหายเนื่องจากใบเตยมีกลิ่นหอมเย็นหากนำมาผสมน้ำรับประทาน จะช่วยดับกระหายคลายร้อนทานแล้วรู้สึกชื่นใจและชุ่มคอได้เป็นอย่างดี วิธีรับประทานคือนำใบเตยสดมาล้างให้สะอาดนำมาตำหรือปั่นให้ละเอียด แล้วเติมน้ำเล็กน้อยคั้นเอาแต่น้ำดื่ม

รักษาโรคหัดหรือโรคผิวหนัง โดยนำใบเตยมาตำแล้วมาพอกบนผิว



ไผ่จืด

สรรพคุณ ช่วยลดน้ำตาลในเลือดสำหรับผู้ที่เป็
เบาหวาน และโรคมุมิแพ้ต่างๆ แก้ปวดหัว เป็นไข้
แก้ปวดประจำเดือน แก้ไข้ทับระดู แก้แพ้อากาศ แก้
โรคหอบหืด แก้โรคความดันโลหิตสูง แก้อาหารเป็นพิษ
แก้เบื่อขงมีพิษ แก้ยาพิษ แก้แพ้ยา แก้เมา และพิเศษ
สุดๆ แก้โรคสะกิดเงิน (เรื้อน กวาง) ได้เป็นอย่างดี
ขับพิษสารเคมี ถอนพิษไข้เบื่อเห็ด



ใบย่านาง

สรรพคุณ น้ำคั้นจากใบย่านางมีคลอโรฟิลล์ สามารถเพิ่มความสดชื่น ปรับสมดุลร้อนเย็นในร่างกาย ลดไข้ ปวดแขนขา แสบร้อนเข้าตา เป็นผดผื่นคัน แพ้อากาศ สามารถล้างสารพิษที่สะสมในระบบต่างๆ ของร่างกายที่มาจากอาหาร และสิ่งแวดล้อม

ข้อมูลทางโภชนาการของย่านางระบุว่า มีเบต้าแคโรทีนสูง สามารถต่อต้านอนุมูลอิสระช่วยลดความเสื่อมของเซลล์ในร่างกาย อุดมด้วยเส้นใยอาหาร แคลเซียม เหล็ก ฟอสฟอรัส

