

# เชียงตาสุมไพโร

## พื้นบ้านเมืองเหนือ



การเก็บเกี่ยว



"เชียงตา"



ตากแห้ง



ผลิตภัณฑ์



"เชียงตา" ผักพื้นบ้านที่นิยมปลูกกันในพื้นที่ภาคเหนือ ภาษาคำเมืองเรียกว่า "เชียงตา หรือ ช่งตา" เป็นพืชประเภทไม้เตา มีน้ำยางใส ใบเดี่ยว เรียงตรงข้ามสลับตั้งฉาก ดอกช่อ ออกที่ง่ามใบ สีเหลืองอมส้ม ผักพื้นบ้านชนิดนี้ มีสรรพคุณทางสมุนไพร ช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด เหมาะสำหรับการช่วยบรรเทาอาการของผู้ป่วยโรคเบาหวาน แก้อาหารท้องผูก และนิยมกินในน้ำร้อน เพื่อช่วยลดความร้อนในร่างกาย



ผักสด

นางมัจฉา สุวรรณคำขาว ประธานกลุ่มวิสาหกิจชุมชนสันมหาพน อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ได้เริ่มนำใบเชียงตามาแปรรูป เป็นเชียงตาอบแห้ง เป็นสมุนไพรเพื่อสุขภาพ

นางมัจฉา สุวรรณคำขาว ประธานกลุ่มวิสาหกิจชุมชนสันมหาพน เปิดเผยว่า ก่อนหน้านั้น กลุ่มสตรีแม่บ้านในตำบลดังกล่าว มีอาชีพรับจ้าง ทำการเกษตร และร่วมกันทำดอกไม้ประดิษฐ์แห้งเพื่อสร้างรายได้

ให้แก่ครอบครัว ต่อมาได้รับการฝึกอบรมการทำแปรรูปผลผลิตทางการเกษตร จึงคิดทดลองทำเชียงตาอบแห้ง ซึ่งหลังจากแปรรูปเชียงตาแล้ว ได้อบแห้งเพื่อทำเป็นเครื่องดื่มชาเชียงตาไว้รับประทาน ปรากฏว่าได้รับความสนใจจากผู้บริโภคเป็นอย่างดี

ปัจจุบันมีกลุ่มวิสาหกิจชุมชนสันมหาพนมีสมาชิกในกลุ่ม 70 คน ซึ่งส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในชุมชนเดียวกัน และสมาชิกทุกบ้านได้ปลูกต้นเชียงตาเพื่อส่งจำหน่ายให้กับทางกลุ่ม โดยมีตัวแทนของกลุ่มคอยตรวจสอบคุณภาพของใบเชียงตาของสมาชิกเพื่อ

ให้มีความปลอดภัยปลอดจากสารเคมี ไม่ใช่ยาปราบศัตรูพืชในการปลูก แต่จะใช้น้ำหมักชีวภาพ ซึ่งทางกรมส่งเสริมการเกษตรได้เข้ามาแนะนำให้ผลิตใช้เอง โดยการนำผลมะละกอชมพู มะม่วง กากน้ำตาลมาหมัก จนเข้าที่กลายเป็นน้ำหมักชีวภาพแล้วนำมาฉีดบำรุงต้นเชิงคาและไล่แมลงศัตรูพืช ส่วนปุ๋ยบำรุง

ดินนั้นจะใช้หญ้าที่ตากแล้ว มากคลุมบริเวณโคนต้นแล้วรดน้ำหมักชีวภาพตาม ก็ทำให้ใบเชิงคาเจริญงอกงาม และปลอดภัยต่อตัวเกษตรกรและผู้บริโภค

ในแต่ละวันสมาชิกจะเริ่มเก็บใบเชิงคา ตั้งแต่ 5 ถึง 9 โมงเช้า เลือกเก็บเฉพาะใบสามคู่ จากนั้นจะมารวมกันเพื่อเริ่มขั้นตอนกระบวนการผลิตเป็นสมุนไพรแปรรูป เป็นภูมิปัญญาที่ตกทอดกันมาตั้งแต่รุ่นปู่ย่าตายาย กระบวนการแปรรูป เริ่มจากการนำใบเชิงคาที่เก็บได้มาล้างน้ำ จากนั้นนำมาวางให้สะเด็ดน้ำแล้วจึงหั่นให้เป็นฝอย จากนั้นนำไปตากให้แห้งจนใบกรอบ จึงนำมาคั่ว แล้วค่อยสับเสร็จแล้วคั่วให้แห้ง ก่อนจะบรรจุลงในถุงซิปล็อค เป็น

#### ผลิตภัณฑ์ชาจากใบเชิงคา

หลังจากประสบความสำเร็จจากการแปรรูปใบเชิงคาเป็นชาสมุนไพรพร้อมดื่มแล้ว ทางกลุ่มยังได้จัดทำเป็นแบบแคปซูล เพื่อสะดวกสบายในการพกพาให้กับผู้บริโภค ซึ่งการทำแคปซูลสมุนไพรใบเชิงคา จะทำกรรมวิธีคล้ายกับการทำเป็นผงชา แต่จะเพิ่มขั้นตอนสุดท้าย ภายหลังจากการคั่วสับแล้ว จะนำไปบดให้เป็นผงละเอียดแล้วจึงบรรจุลงในเม็ดแคปซูล ก่อนจะบรรจุใส่กล่องต่อไป

นอกจากนี้ยังมีหมอนสมุนไพร เป็นหมอนหนุนเพื่อสุขภาพ คลายความปวดเมื่อยต้นคอ ซึ่งได้นำใบเชิงคาที่แห้งแล้วมาขัดลงในผ้าที่ตัดเย็บเป็นรูปหมอน โดยใช้ใบเชิงคา

แห้ง 1 กิโลกรัมและใบเตยแห้งอีกส่วนหนึ่ง ใบปริมาณ 10% บรรจุรวมกันเป็นหมอน 1 ใบ ซึ่งหมอนสมุนไพรนี้ได้รับการคัดเลือกให้เข้าร่วมในโครงการสายใยรักแห่งครอบครัว ซึ่งเป็นโครงการในพระดำริ พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าศรีรัศมิ์ พระวรชายา ในสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร ตั้งแต่ปี 2553 อีกด้วย

ในงานวันเกษตรแห่งชาติปี 2555 ที่ผ่านมาซึ่งจัดขึ้น ณ ศูนย์วิจัย ชาติและการฝึกอบรมการเกษตรแม่เหียะ มหาวิทยาลัย



เชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ในระหว่างวันที่ 1-13 พฤษภาคม 2555 ที่ผ่านมา ซึ่งมีกิจกรรมนิทรรศการผลงานวิจัยและนวัตกรรมทางการเกษตร จากหน่วยงานในสังกัดกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ และสถาบันการศึกษาด้านการเกษตร กรรมวิธีในการเพาะปลูกและแปรรูปพืชสมุนไพรพื้นบ้าน "เชิงคา" ของวิสาหกิจชุมชนสันมหาพน อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ก็ได้รับการพิจารณาให้นำมาจัดแสดงในงานด้วย.

[tiantangkaset@dailynews.co.th](mailto:tiantangkaset@dailynews.co.th)