

ฉบับที่ 23,282 วันพฤหัสบดีที่ 11 กรกฎาคม พ.ศ. 2556 หน้า 4

ค้นคลัง 'พืชสมุนไพร' ภูมิปัญญาไทย เสริมแรง 'ไฉ่ยุง' ไร้สารเคมี



การป้องกันยุงด้วยพืชสมุนไพร นับเป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยเพิ่มความปลอดภัย โดยเฉพาะช่วงเวลาที่ไข้เลือดออกกำลังระบาด อาจารย์นิตยา มีประดิษฐ์ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ วิทยาลัยการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ให้ความรู้ว่า พืชสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหยหลายชนิดสามารถนำมาใช้ไฉ่ยุงป้องกันไม่ให้ยุงเข้ามาใกล้รบกวนเราได้อย่างที่รู้จักกันทั่วไป



ความหลากหลายของพืชพรรณไม้ในเมืองไทย โดยเฉพาะพืชสมุนไพรที่แควล้อมอยู่ใกล้ตัวเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตไทยมาช้านาน นอกเหนือจากประโยชน์ด้านอาหารแล้วยังมีสรรพคุณทางยาโดยบางชนิดช่วยกำจัดแมลงมีฤทธิ์ "ไฉ่ยุง"

ถึงช่วงฤดูฝนหนึ่งในปัญหาที่มักตามมาคือ ไร้ไข้เลือดออก ซึ่งมียุงลายเป็นพาหะนำโรค นอกจากป้องกันไม่ให้ถูกยุงกัด หมั่นดูแลสุขอนามัยภายในบ้านอย่างเคร่งครัดด้วยการกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงนับแต่ต้นตอการเกิดยุง ทั้งการคว่ำถ้ำย กระถาง โองใส่น้ำทิ้งที่ไม่ได้ใช้และมีน้ำขัง หรือนำปลามาเลี้ยงช่วยกำจัดลูกน้ำ เปลี่ยนน้ำในแก้วแจกันภาชนะบรรจุต้นไม้โดยไม่ปล่อยให้กลายเป็นแหล่งกำเนิดยุงร้าย ฯลฯ ความวิธีการต่าง ๆ ที่มีคำแนะนำ

ได้แก่ ตะไคร้หอม นำมาใช้ประโยชน์ได้ตั้งแต่เหง้าถึงใบใช้ได้ทันที ทั้งการนำใบมาขยี้หรือทุบทั้งต้น อีกทั้งสามารถนำไปหมักกับเอทิลแอลกอฮอล์ทำเป็นสเปรย์ใช้ฉีดพ่นไฉ่ยุงได้อีกด้วย

นอกจากนี้ยังมีพืชสมุนไพรไทยชนิดอื่น ๆ ที่มีฤทธิ์ไฉ่ยุง อย่าง กะเพรา ไม้พุ่มเดี่ยวที่คุ้นเคยกับการนำมาปรุงอาหาร สรรพคุณของกะเพรานอกจากช่วยขับลม แก้ท้องเสีย นำเชื้อราเชื้อแบคทีเรียแล้ว ใบกะเพราซึ่งมีน้ำมันหอม



ระเหยมีสารประกอบสำคัญ **Methyl eugenol** เมื่อนำมาบดขยี้ยังช่วยไล่ยุงได้ดี ไม่ต่างกับ พืชตระกูลส้มทั้งส้มโอ มะกรูด ฯลฯ ที่สามารถใช้ประโยชน์ได้จากผิว,

“พืชสมุนไพรที่ใช้นอกจากเป็นสมุนไพรแล้วยังสามารถนำมาผสมรวมกับสมุนไพรชนิดอื่นได้ซึ่งจะช่วยเสริมฤทธิ์กันให้ผลดียิ่งขึ้น อย่างยาคุมสมุนไพรที่สถาบันฯ ประงไว้มีพืชสมุนไพรหลายชนิดเป็นส่วนผสมไม่ว่าจะเป็น กานพลู

โกฐหัวบัว อบเชย เปลือกส้มโอ พิมเสน เมนทอล การบูร ฯลฯ จากเดิมทำขึ้นเพื่อใช้สูดดม บรรเทาอาการวิงเวียนหน้ามืด แต่พบว่าเมื่อนำไปวางไว้ในห้องมูมต่าง ๆ สามารถไล่ยุงได้ร่วมด้วย”

อีกทั้งในกลุ่มของ ขมิ้น ไพล จันทน์หอมและยูคาลิปตัส พืชสมุนไพรดังกล่าวสามารถนำมาใช้ฆ่าแมลงและไล่แมลงได้เป็นอย่างดี เช่น ขมิ้น พืชล้มลุกใช้เป็นเครื่องเทศมีวิตามินสูง พืชดังกล่าวยังเป็นยาประจำบ้านมีฤทธิ์ด้านเชื้อ

แบคทีเรีย แก้วการบวมอักเสบ ใช้ประคบ คลายกล้ามเนื้อ บำรุงผิว ฯลฯ อีกทั้งในขมิ้นยังมีส่วนประกอบสำคัญน้ำมันหอมระเหย **Tumerone** ส่วนยูคาลิปตัส มีส่วนประกอบสำคัญ **Citronellal** มีฤทธิ์ด้านเชื้อโรคเชื้อไวรัส เชื้อราและแบคทีเรียแล้วยังใช้ไล่แมลง คับกลิ่นได้ด้วย

ดร. โน น้อยแสง อาจารย์ประจำ

วิทยาลัยการแพทย์แผนไทย ผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาผลิตภัณฑ์สุขภาพและความงามเพื่อวิสาหกิจชุมชน มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรีกล่าวเพิ่มเติมอีกว่า สมุนไพรหลายชนิดนอกจากนำมาใช้ป้องกันยุงยังรักษาอาการอักเสบ แก้ผื่นคันหลังจากยุงกัด ซึ่งที่ผ่านมาได้ถ่ายทอดความรู้การกลั่นน้ำมันหอมระเหยในพืชสมุนไพรโดยใช้กระบวนการทางวิทยาศาสตร์ค่อยอดสร้างผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพให้กับชุมชนซึ่งสมุนไพรที่มีฤทธิ์ไล่ยุงหลัก ๆ คือ ตะไคร้หอม ขณะที่ ขมิ้นชันช่วยในเรื่องการแก้ผื่นคันและยังช่วยบำรุงผิว ฯลฯ

“การใช้พืชสมุนไพรป้องกันยุงเป็นหนึ่งในวิธีดูแลตนเองซึ่งความโดดเด่นของสมุนไพรนอกจากราคาถูกปลอดภัยจากสารเคมีแล้วยังไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม และด้วยกลิ่นฉุนในพืชซึ่งเป็นสิ่งที่ยุงไม่ชอบจึงช่วยป้องกัน และในกรณีที่ยุงกัด ขมิ้นชัน ใบพลู คำสิง ทองพันชั่ง ฯลฯ สมุนไพรเหล่านี้ยังช่วยลดอาการอักเสบแก้แก้ผื่นคัน”

“การใช้พืชสมุนไพรไล่ยุงนอกจากใช้การตำขยี้ได้น้ำมันหอมระเหยยังสามารถนำไปหมักกับแอลกอฮอล์ซึ่งจะได้สารสกัดที่มีกลิ่นหอมจากนั้นนำมาฉีดทำเป็นสเปรย์ได้โดยไม่ต้องกลั่นหรืออาจ

(ต่อด้านหลัง)



ใช้วิธีการต้มสมุนไพรกับน้ำแต่ต้องต้มด้วยไฟอ่อนเพื่อรักษาคุณสมบัติในเรื่องของกลิ่นให้คงอยู่

อีกวิธีหนึ่งที่ทำได้โดยง่ายคือการปลูกพืชสมุนไพรที่มีฤทธิ์ไล่ยุงไว้รอบบ้านเพราะเพียงแค่เด็ดขยี้ก็จะส่งกลิ่นช่วยไล่ไม่ให้ยุงมารบกวน ช่วยป้องกันตนเองไม่ให้ถูกยุงกัดเป็นการลดโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย และลดการแพร่เชื้อไปยังบุคคลอื่นอีกด้วย”

นอกจากนี้ ในองค์ความรู้ข้อมูลจากสถาบันการแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข ยังบอกเล่าแนะนำถึงการใช้สมุนไพรเพิ่มอีกว่า เมืองไทยมีสมุนไพรหลายชนิดที่มีประโยชน์นำมาใช้ในการไล่ยุงให้ห่างไกลได้ โดย ข้อดีของการใช้สมุนไพรไล่ยุงคือ ไม่มีปัญหาสารเคมีตกค้างและปลอดภัย

พืชสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหย นอกเหนือจากน้ำมันของพืชตระกูลส้ม น้ำมันจากตะไคร้หอม ยูคาลิปตัส มหาหงส์ แล้วยังมี สะระแหน่ กะเพรา แมงลัก ว่านน้ำ มะกรูด ไพลเหลือง ขมิ้นชัน ที่สามารถนำมาใช้ไล่ยุงได้เช่นกัน อย่างเช่น สะระแหน่ แมงลัก ขยี้ใบสด ทาถูที่ผิวหนังหรือวางไว้ใกล้ตัวจะช่วยให้ยุงไม่เข้ามาใกล้

ว่านน้ำ หั่นเหง้าสดเป็นชิ้นเล็ก ๆ แล้วนำไปโขลกผสมกับน้ำ กรองส่วนที่เป็นน้ำใช้ทาผิวหนัง ส่วน มะกรูด นำผิวสดหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ โขลกผสมกับน้ำ กรองเอาแต่ส่วนที่เป็นน้ำมาใช้ฉีด พ่นหรือทาตามผิวหนัง ไพลเหลือง นำหัวไพลเหลืองสดโขลกผสมกับน้ำกรองเอาแต่ส่วนที่เป็นน้ำมาทาผิวหนัง มีข้อพึงระวังสำหรับผู้ที่ใช้้ำมันไพลคือเพิ่มความระมัดระวังในการนำมาใช้

นอกจากนี้ น้ำมันหอมระเหยที่กลิ่นได้จากส่วนเหง้าของ ขมิ้นชัน ยังพบว่ามีประสิทธิภาพในการป้องกันการกัดของยุงได้นาน ขณะเดียวกันสามารถกำจัดลูกน้ำยุง ป้องกันยุงวางไข่ลดอัตราการฟักของไข่ยุงได้ อีกทั้งวิธีไล่ยุงด้วย การสูมหรือเผาเพื่อให้เกิดควัน ยังเป็นอีกวิธีหนึ่งในการไล่ยุงได้โดยพืชสมุนไพรที่นำมาใช้คือ เปลือกของพืชตระกูลส้ม เช่น ส้มโอ ส้มเขียวหวาน มะกรูด มะนาว คากแคด ให้แห้งแล้วนำมาจุดไฟ น้ำมันหอมระเหยที่อยู่ในเปลือกจะช่วยออกฤทธิ์ไล่ยุงไม่ให้มารบกวนได้อีกทางหนึ่ง.



พืชมวน การบุร



แหล่งเพาะยุง

'ยุงลาย' พาหะนำโรคไข้เลือดออก

ประเทศไทยมียุงลายมากกว่าร้อยชนิด แต่ที่เป็นพาหะนำโรคไข้เลือดออกมีอยู่ 2 ชนิด คือ ยุงลาย เป็นพาหะหลัก และ ยุงลายสวน เป็นพาหะรอง ในวงจรชีวิตของยุงลาย ประกอบด้วย ระยะไข่, ระยะตัวอ่อน (ลูกน้ำ) ระยะดักแด้หรือตัวกลางวัย (ตัวโม่ง), และระยะตัวเต็มวัย (ตัวยุง)

โรคไข้เลือดออก ยุงลายบ้าน (*Aedes aegypti*) เป็นพาหะนำโรคที่สำคัญติดต่อโดยยุงตัวเมียซึ่งกัดเวลากลางวันและดูดเลือดคนเป็นอาหาร ไปกัดดูดเลือดผู้ป่วยซึ่งในระยะไข่สูงจะเป็นระยะที่มีไวรัสอยู่ในกระแสเลือด เชื้อไวรัสจะเข้าสู่กระเพาะยุง เข้าไปอยู่ในเซลล์ที่ผนังกระเพาะ เพิ่มจำนวนมากขึ้นแล้วออกมาจากเซลล์ผนังกระเพาะ เดินทางเข้าสู่ต่อมน้ำลาย พร้อมทั้งจะเข้าสู่คนที่ถูกกัดในครั้งต่อไป ซึ่งระยะฟักตัวในยุง ประมาณ 8-12 วัน เมื่อยุงไปกัดคนอื่นอีก ก็จะปล่อยเชื้อไวรัสไปยังผู้ที่ถูกกัด เมื่อเชื้อเข้าสู่ร่างกายคนและผ่านระยะฟักตัวก็จะทำให้เกิดอาการของโรคได้



ตะไคร้



ขมิ้นชัน



ตะไคร้หอม



ขมิ้น



มะนาว



ยูคาลิปตัส



สมุนไพรหลายชนิดในรูปแบบชาดื่ม

