



ສົກປະດບສຸ່ນໄພ

ຈົດຕະເຮົາ ກອງນະ

ຈາກກະແນ ຄວາມຕື່ນຕົວຂອງປະຊາຊົນທີ່ເຮີມເຫັນຄວາມສຳຄັນຂອງກາຊູແລຮັກຫາສຸຂພາພວ່າງກາຍແລະຄວາມງາມໂດຍວິທີອະນຸມາດຕະຖານາທີ່ໃຫ້ສຸ່ນໄພເຂົ້າມາຂ່າຍນຳບັບດັດ ດັ່ງນັ້ນສຸ່ນໄພຈຶ່ງເຂົ້າມາມີບົກທານມາກໍ່ຂຶ້ນໃນສົວິຕປະຈຳວັນແລະທຳໃຫ້ມີຜົລິຕົກນົດທີ່ສຸ່ນໄພຮັນນິດຕ່າງໆ ພົລິຕົກນົດຈຳນາຍມາກາຍທັງງົບແບບຄົງສຸກພອຮ່ວມຫາດີແລະທີ່ມີການແປປຽບໃຫ້ທັນສັນຍ່ ເຊັ່ນ ທຳເປັນສຸ່ນໄພແບບເນັດຫີ່ອບຣຸຈຸແຄປູດສື່ງສະດວກໃນການຮັບປະທານແລະຜົລິຕົກນົດທີ່ໃຫ້ກັນຮ່າງກາຍ ເຊັ່ນ ສຸ່ນໄພ ລູກປະບົບສຸ່ນໄພ ສຸ່ນໄພຮົບຕົວ ນໍ້າມັນຮັດຕົວ ນອກຈາກນີ້ມີຮູກໃຈເກີ່ມກັບຄວາມງາມແລະສຸຂພາພວ່າທີ່ໃຫ້ສຸ່ນໄພເກີດຂຶ້ນມາກາຍໃນຫລາຍງົບແບບ ເຊັ່ນ ສັດຕະນຳວັດແຜນໂປຣານ ສັດຕະນຳເສີມຄວາມງາມແລະສປາ ສື່ງຜົລິຕົກນົດສຸ່ນໄພ ເຊັ່ນ ລູກປະບົບສຸ່ນໄພຮົບຕົວເປັນຜົລິຕົກນົດນີ້ທີ່ນີ້ມີນິຍົມໃຫ້ກັນໃນສັດຕະນຳທີ່ເລັດນີ້

ລູກປະບົບສຸ່ນໄພເປັນຄູນປົ້ງຄູາໄທທີ່ມີມາແຕ່ໂປຣານ ເປັນການນຳສຸ່ນໄພພື້ນບັນເພາະນິດແຕ່ມີຄວາມຫລາກຫລາຍໃນສຽງຄຸນທີ່ເປັນປະໂຍ່ນ໌ທາງບຣເທາອາກາຮອງຮ່າງກາຍເບື້ອງຕົ້ນ ໂດຍທ່ວ່າປຸກປະບົບມີປີສຸ່ນໄພທີ່ມີນໍ້າມັນຮອມຮ່າຍແລະສາຮັສຳຄັນສື່ງມີສຽງຄຸນຝ່ອນຄລາຍແລະຫ່ວຍບຣເທາອາກາຮັດຕ່າງໆ ຂອງຮ່າງກາຍໄດ້ອູ້ຢູ່ເປັນສັນປະກອບ ທີ່ໃຫ້ເປັນຫຼັກມືອຢ່າງນ້ອຍ 3 ຊົນິດໄດ້ແກ່ ໄພລ ຂມື້ນັນແລະຕະໄຄຮ້າ ອາຈາດເປັນຕ້ອງຜສນສຸ່ນໄພຮັນນິດອື່ນໆ ເພີ່ມເຕີມເຊັ່ນ ຜົມະກູດ ໃປມະຂານ ໃປສັ້ນປ່ອຍ ກາງບູງ ພິມເສັນ ແລ້ວນໍາສຸ່ນໄພມາບດແລະຫ່ອຮ່າມກັນດ້ວຍຝັດີບຫີ່ອຝັດີຍ ແລ້ວມັດໃຫ້ແນ່ນເປັນລູກກລມໆ ນໍາໄປປິ່ງໃໝ່ຫຼຸ່ນໆ ວາງປະບົບຕາມສັນຕ່າງໆ ຂອງຮ່າງກາຍ ຫ່ວຍລດຕາກາຮັດຕ່າງໆ ແລະຄລາຍກຳລັມເນື້ອ ນອກຈາກນີ້ລື່ອງຂອງນໍ້າມັນຮອມຮ່າຍໃນສຸ່ນໄພ ກາງບູງແລະພິມເສັນ ຂ່ວຍເພີ່ມການໄໝລວິ່ນຂອງເລືອດ ທຳໃຫ້ຮ່າງກາຍຮູ້ສຶກສດສື່ນ ຝ່ອນຄລາຍຄວາມເຄື່ອງໃນແຕ່ລະຄູນມີກາຂອງປະເທດຈະໃຫ້ສຸ່ນໄພທີ່ມີອູ້ໃນທ້ອງຄົນນັ້ນໆ ມາເປັນສັນປະກອບຈຶ່ງກ່ອ່າໄຫັດຄວາມຫລາກຫລາຍຂອງສູງຕ່າງໆ ແລະ ແຕ່ໃນດ້ານມາຕຽບຮູ້ນັ້ນແລ້ວຈະສື່ອວ່າ ລູກປະບົບສຸ່ນໄພ ມີ 2 ແບບ ອື່ນ ລູກປະບົບແບບສຸ່ນໄພຮົບຕົວ ແລະ ລູກປະບົບຈາກສຸ່ນໄພທີ່ຜ່ານການທຳໃຫ້ແໜ່ງ

1. ກາຮັດຕົກລູກປະບົບແບບສຸ່ນໄພຮົບຕົວ ໃຫ້ສຸ່ນໄພຮົບຕົວນຳມາຕໍ່າຫຼືຫີ່ອບູນໃຫ້ເນື້ອສຸ່ນໄພແຕກອອກເລັກນ້ອຍ ກ່ອນທ່ອດ້ວຍຝັດີມັດໃຫ້ແນ່ນແລ້ວໃຫ້ທັນທີ່ ລູກປະບົບແບບສຸ່ນໄພຮົບຕົວ ຈະມີວະຍະເວລາກາຮັດຕົກລູກປະບົບສຸ່ນໄພຮົບຕົວ ແລະ ແຕ່ໃນດ້ານມາຕຽບຮູ້ນັ້ນແລ້ວຈະສື່ອວ່າ ລູກປະບົບສຸ່ນໄພ ມີ 2 ແບບ ອື່ນ ລູກປະບົບແບບສຸ່ນໄພຮົບຕົວ ແລະ ລູກປະບົບຈາກສຸ່ນໄພທີ່ຜ່ານການທຳໃຫ້ແໜ່ງ

ວາງຈຳນໍາຍໍໄດ້ເປັນເວລານານ ສ່ວນ ມາກຈະຜົລິຕົກເພື່ອໃຫ້ວັນຕ່ອງວັນໃນສປາຫຼືສັດຕະນຳທີ່ນັດແຜນໂປຣານ ແຕ່ປັ້ງຈຸບັນເພື່ອໃຫ້ສິນຄ້າ ມີຄວາມຫລາກຫລາຍແລະສະດວກ ຕ່ອຜູ້ບົງໂປງກ ຈຶ່ງມີຜົລິຕົກລູກປະບົບແບບສຸ່ນໄພຮົບຕົວຈຸກຈະປ່ອງ ອອກມາຈຳນໍາຍໍ ກາຮັດຕົກໂດຍບຣຸກຈະປ່ອງຕ້ອງໃຫ້ເທັກໂນໂລຢີ ກາຮັດຕົກເຫຼືອຈຸລິນທີ່ຢີ (sterilization) ເພື່ອໃຫ້ລູກປະບົບສຸ່ນໄພຮົບຕົວ ປຸລົດເຊື້ອ ເປັນການຢືດອາຍຸກາຮັບຮັກໜ້າ ສາມາດວາງຈຳນໍາຍໍໄດ້ເປັນຮະຍະເວລານານ ແຕ່ຕັ້ນທຸນໃນກາຮັດຕົກສູງ ກາຮັດຕົກລູກປະບົບຈາກສຸ່ນໄພຮົບຕົກລັງກ່າວນີ້ ມີຂໍອົດຕື່ອ ສຸ່ນໄພຈະມີຄຸນມາພົດ ມີນໍ້າມັນຮອມຮ່າຍແລະສາຮັສຳຄັນ ມາກວ່າສຸ່ນໄພທີ່ຜ່ານການທຳໃຫ້ແໜ່ງ ແຕ່ຂະນະນີ້ຈະມີຂໍອົດຕື່ອ ສາມາດກົດລູກປະບົບສຸ່ນໄພຮົບຕົວໄດ້ເປັນຈຳນວນນັກໆ ເພວະຮະຍະເວລາກາຮັບຮັກໜ້າແລະກາວຈຳນໍາຍໍສັນ ສຸ່ນໄພຈະເກີດກາຮັດຕົກສູງ ດ້ວຍກຳຕົວກຳຕົວ ເປັນເວລານານີ້ ຕ້ອງຜົລິຕົກບຣຸກຈະປ່ອງ ສື່ງຈະມີວາງສູງ



ตามมาตราฐานผลิตภัณฑ์ชุมชนลูกประคบสมุนไพรสด (มพช. 667/2547) ได้กำหนดคุณลักษณะที่ต้องการที่สำคัญดังนี้

★ สมุนไพรต้องสดหรือออยู่ในสภาพผ่านกรรมวิธีการทำ เชื้อ มีสมุนไพรหลักอย่างน้อย 3 ชนิด ได้แก่ ไฟล ขมิ้นชัน และตะไคร้

★ ต้องไม่เพบสิ่งแปรปreserve ปลอมที่ไม่ใช่ส่วนประกอบที่ใช้ เช่น เส้นผึ้ง ดิน ทรัพย์ กวนด ชิน ส่วนหรือสิ่งปฏิกูลจากสัตว์

★ จุลินทรีย์

- กรณีบรรจุกรอบป่อง ต้องไม่พบจุลินทรีย์ที่ไม่ต้องการอากาศ

- กรณีบรรจุในภาชนะอื่นๆ จำนวนแบคทีเรีย ยีสต์ และราทั้งหมด ต้องไม่เกิน 1×10^4 โคไลนีต่อตัวอย่าง 1 กรัม

2. การผลิตลูกประคบ

จากสมุนไพรที่ผ่านการทำให้แห้งแล้ว ซึ่งเป็นที่นิยมของผู้ประกอบการชูรักษาชุมชนส่วนใหญ่ โดยการทำสมุนไพรให้แห้งด้วยการตากแดดหรืออบที่อุณหภูมิ 50-70 องศาเซลเซียส เป็นระยะเวลา 4-8 ชั่วโมง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับชนิดและความหนาของสมุนไพร สมุนไพรที่ทำให้แห้งแล้วควรมีความชื้นและสารที่ระเหยได้อยู่ใน

ร้อยละ 7-14 โดยน้ำหนัก เพื่อป้องกันการเกิดเชื้อรา หลังจากการทำให้แห้งแล้วควรเก็บสมุนไพรแห้งในถุงพลาสติกปิดสนิท

เพื่อป้องกันความชื้นและแมลงต่างๆ สมุนไพรที่แห้งแล้วถ้ามีการเก็บรักษาที่ดีสามารถเก็บไว้ได้นานเป็นปีโดยคุณภาพไม่เปลี่ยนแปลง การผลิตลูกประคบจากสมุนไพรแห้งมีข้อดีคือ สะดวกในการเก็บรักษาได้เป็นระยะเวลานาน สะดวกต่อการขนส่งและการจัดจำหน่ายทั้งในและต่างประเทศ แต่ข้อเสียคือน้ำหนักของรากและสารสำคัญในสมุนไพรบางส่วนจะสูญเสียไปในระหว่างการทำแห้ง

ตามมาตราฐานผลิตภัณฑ์ชุมชนลูกประคบสมุนไพร (ม พ ช . 1 7 6 / 2 5 4 6) ได้กำหนดคุณลักษณะที่ต้องการที่สำคัญดังนี้

★ สมุนไพรต้องเป็นชิ้นเล็กๆ แห้ง ไม่มีรากภูมิให้เห็นเด่นชัดและต้องมีสมุนไพรหลักอย่างน้อย 3 ชนิด ได้แก่ ไฟล ขมิ้นชัน และตะไคร้

★ ความชื้นและสารที่ระเหยได้ต้องอยู่ระหว่างร้อยละ 7 - 14 โดยน้ำหนัก

★ ต้องไม่พบสิ่งแปรปreserve ปลอมที่ไม่ใช่ส่วนประกอบที่ใช้ เช่น แมลง ดิน หิน เศษโลหะ

การผลิตลูกประคบสมุนไพรและลูกประคบสมุนไพรสดให้มีคุณภาพที่ดีจำเป็นต้องควบคุมคุณภาพของกระบวนการผลิตทุกขั้นตอน คือ การเตรียมวัตถุดิบสมุนไพร กระบวนการผลิตผลิตภัณฑ์ และการเก็บรักษาผลิตภัณฑ์ ก่อนการจำหน่าย พัฒนาทั้งสถานที่ทำการผลิตต้องมีสุขาลักษณะที่ถูกต้อง จึงทำให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่ดีมีมาตรฐาน ปลอดภัย เป็นที่เชื่อถือของผู้บริโภค

สมุนไพร หมายถึง ส่วนประกอบที่ได้มาจากการตัด หั่น ขูด บด ตีบะตุ สมุนไพรที่นิยมนำมาใช้ผลิตลูกประคบ มีคุณลักษณะดังนี้

สมุนไพร	สรรพคุณ
ไฟล	ช่วยลดอาการปวดเมื่อย เคล็ดหัวดยก คลายกล้ามเนื้อ ลดอาการอักเสบ ฟกช้ำ บวม
ขมิ้นชัน	ช่วยลดอาการอักเสบ แก้ไข้ผิวหนัง
ตะไคร้	แต่งกลิ่น ลดอาการฟกช้ำ ลดอาการปวดเมื่อย
ผิวมะขาม	มีน้ำมันหอมระเหยแก้ลมวิงเวียน
ใบมะขาม	ช่วยให้สันเข็นหย่อน แก้ไข้ผิวหนังผื่นคัน ช่วยบำรุงผิว
ใบส้มป่อย	ช่วยบำรุงผิว แก้ไข้ผิวหนัง ลดความดัน
ใบพลับพลึง	ลดอาการฟกช้ำ บวม เคล็ดหัวดยก
ใบเปลือกไหงู	บำรุงผิวพรรณ
ใบเปลือกตาน้ำ	บรรเทาอาการคันตามตัว
เกาวัลย์เบรีย	บรรเทาอาการเสื่อยขับ ทำให้สันหย่อน
เกาอีนอ่อน	บรรเทาอาการปวดเมื่อย ทำให้สันเข็นหย่อน
ว่านนางคำ	ลดอาการฟกช้ำ ลดผื่นคัน
พิมเสน	แต่งกลิ่น ลดอาการพุพองผื่น บำรุงหัวใจ



เกลือ

ช่วยดูความร้อนและช่วยพาให้ตัวยาซึมผ่านผิวนังได้ดีขึ้น

ประโยชน์ของการประคบสมุนไพร

1. บรรเทาอาการปวดเมื่อยตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย เช่น หลัง ต้นคอ เข็น ขา เป็นต้น
2. ช่วยลดอาการบวม อักเสบของกล้ามเนื้อ เก็บ ข้อต่อ หลัง 24-48 ชม.
3. ลดอาการเกร็งของกล้ามเนื้อ ทำให้กล้ามเนื้อคลายตัวลง
4. ช่วยให้เนื้อเยื่อ พังผืด ยืดตัวออก ลดการติดขัดของข้อต่อต่างๆ
5. ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของเลือด ทำให้รู้สึกปลอดโปร่ง

จากการที่ประชาชนนิยมใช้ลูกประคบสมุนไพรกันมาก ทำให้ลูกประคบสมุนไพรได้เป็นสินค้าหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์ (One Tombol One Product ; OTOP) ระดับ 5 ดาว มียอดจำหน่ายสูง จึงมีผู้ผลิตจำนวนมากราย สำนักเทคโนโลยีชุมชน กรมวิทยาศาสตร์บริการ ได้ตระหนักรถึงมาตรฐานและคุณภาพของลูกประคบสมุนไพร จึงให้บริการทดสอบลูกประคบสมุนไพรตามมาตรฐานผลิตภัณฑ์ชุมชนลูกประคบสมุนไพร และลูกประคบสมุนไพรสด และด้วย กรมวิทยาศาสตร์บริการมีงานวิจัยและพัฒนาด้านผลิตภัณฑ์สมุนไพร เช่น ลูกประคบสมุนไพร น้ำมันหอมระ夷 เครื่องสำอางสมุนไพร อีกทั้งมีศักยภาพ

ด้านกระบวนการผลิตที่มีคุณภาพ และความพร้อมด้านวิเคราะห์ทดสอบที่เป็นมาตรฐาน และได้ถ่ายทอดเทคโนโลยีในรูปแบบของ การสัมมนา อบรมฝึกปฏิบัติ และให้คำปรึกษาแนะนำกับผู้ผลิต และผู้ที่เกี่ยวข้องให้ได้รับความรู้ ในเรื่องการเตรียมวัสดุ กระบวนการผลิต การควบคุมคุณภาพ และสุขลักษณะที่ถูกต้อง ของสถานที่ทำการผลิต เพื่อพัฒนาผลิตภัณฑ์ลูกประคบสมุนไพรของผู้ประกอบการไทยให้มีคุณภาพและได้กิจารวบรอง เครื่องหมายมาตรฐานผลิตภัณฑ์ชุมชน เพิ่มความเชื่อถือให้กับสินค้าของประเทศไทย ผู้สนใจสามารถ

เอกสารอ้างอิง

กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. สถาบันการแพทย์แผนไทย. การแพทย์แผนไทย

กับการดูแลสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 3 . กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การส่งเสริมสร้างสรรค์การผ่านศึก, 2546. หน้า 34-38.

สำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม. มาตรฐานผลิตภัณฑ์ชุมชนลูกประคบสมุนไพร ๘๘๗.

176/2546. 4 หน้า.

_____. มาตรฐานผลิตภัณฑ์ชุมชนลูกประคบสมุนไพร. ๘๘๗. 667/2547. 4 หน้า.