

ทำ น้ำมันมะพร้าว ให้เป็นยา จากภูมิปัญญาท้องถิ่น

“น้ำมันมะพร้าว” นอกจากจะไว้ใช้บริโภคในครัวเรือนแล้ว คนในสมัยก่อนยังถือว่า น้ำมันมะพร้าว เป็นของสำคัญจะทำเก็บไว้เกือบทุกบ้าน เพราะต้องใช้กับหลายๆเรื่องในชีวิตประจำวัน ใช้จุดตะเกียงให้แสงสว่าง และใช้น้ำมันมะพร้าวเป็นยาในการรักษาโรคด้วยตัวเองที่เกิดขึ้นได้ง่ายอย่างอาการฟกช้ำดำเขียว อาการไฟไหม้ น้ำร้อนลวก รวมไปถึงจนถึงหมอกกระดุกที่จะใช้น้ำมันมะพร้าวรักษาอาการต่างๆของกระดุกที่เกิดจากอุบัติเหตุ เช่น แขนหัก ขาหัก



การทำน้ำมันมะพร้าว ในสมัยโบราณจะเคี่ยวน้ำมันมะพร้าวใช้เองกันเป็นทุกบ้าน โดยเลือกมะพร้าวที่แก่ทั้งที่แก่หรือใหม่ใช้ได้หมด ส่วนใหญ่จะนิยมใช้มะพร้าวแก่เต็มทีเก็บไว้นานๆ แก่มากๆ ซึ่งไม่เหมาะสำหรับไปประกอบอาหารเอามาทำน้ำมันมะพร้าว คนในสมัยก่อนเขาจะนำมะพร้าวมาขูดแล้วคั้นเป็นกะทิชั้นๆ แล้วเคี่ยวให้น้ำระเหยไปให้หมด ก็จะเหลือแต่น้ำมันมะพร้าว ลักษณะเหมือนกับน้ำมันพืชทั่วไป แต่น้ำมันมะพร้าวที่ดีจะมีกลิ่นหอมของมะพร้าวมาก เก็บได้นานหลายเดือนไม่หืน ไม่เหมือนกับน้ำมันมะพร้าวที่มีขายอยู่ในท้องตลาดในปัจจุบัน ที่หีบจากโรงงานจะไม่มีความหอมของมะพร้าว

เดี๋ยวนี้ไม่ค่อยมีคนเคี่ยวน้ำมันกินเองอีกแล้ว เพราะมันมีน้ำมันอื่นๆให้เลือกใช้ได้อย่างสะดวกมากมายหลาย

**คนในสมัยก่อนถือว่า
น้ำมันมะพร้าว เป็นของสำคัญ
จะทำเก็บไว้เกือบทุกบ้าน
เพราะต้องใช้กับหลายๆ เรื่อง
ในชีวิตประจำวัน ใช้จุด
ตะเกียงให้แสงสว่าง และใช้
น้ำมันมะพร้าวเป็นยาในการ
รักษาโรคด้วยตัวเอง**

อย่าง ไม่สะดวกที่เราจะนำมะพร้าวมาคั้นกะทิแล้วเคี่ยวน้ำมันใช้เองเหมือนก่อน เพราะใช้เวลาเยอะ คนก็ไม่ค่อยมาทำ เราก็สูญเสียความล้มพันธ์ตรงนี้ไป แต่น้ำมันมะพร้าวก็ยังใช้ในการรักษาโรคต่างๆได้เหมือนเดิม แต่หลายคนหลงลืมวิธีการไป ถ้ามะพร้าวราคาถูกรวมๆราคาแปรรูปเป็นน้ำมันก็ถือว่าคุ้ม มะพร้าวประมาณ

10 - 13 ลูก คั้นเป็นกะทิแล้วเคี่ยวจะได้ น้ำมันมะพร้าวประมาณ 1 กิโลกรัม ๆ ละ 30 บาท ถ้าเราพูดถึงในแง่ น้ำมันพืชประกอบอาหารถือว่าแพงไปนิด ส่วนมะพร้าวลูกหนึ่งเฉลี่ย 2 - 3 บาท ถือว่าถูกลง

แต่ถ้ามองในแง่ของ “ยา” หรือ “เวชภัณฑ์” จะกลายเป็นมีมูลค่ามากขึ้นอย่างยาแก้ไฟไหม้ น้ำร้อนลวกที่ทำจากน้ำมันมะพร้าวกับน้ำปูนใส ถ้าเราเอามาบรรจุหลอดขายให้กับคนที่เขามืออาการเมื่อเทียบกับยาปัจจุบันตามร้านขายยาทั่วไปที่ขายหลอดละ 10 -20 บาท หลอดนิดเดียว หลอดหนึ่งไม่น่าจะเกิน 10 - 20 ซีซี. เป็นว่าถ้าเราทำออกมาแล้วตีราคาว่า ซีซีละบาท กิโลกรัมหนึ่งก็ตั้งพันกว่าบาทแล้วพอคิดอย่างนี้กลายเป็นเรื่องใหม่ทันทีแบบนี้มูลค่ามันสูงมาก คนก็ไม่เอามากิน

ถ้ากินถือน้ำมันมะพร้าวมันแพงไปแต่นำไปทำเป็นยาขายดีกว่า

โรคกระดูก

โดยประสบการณ์แล้วน้ำมันมะพร้าวจะนิยมใช้ในเรื่องของความเจ็บป่วยก่อน ในการรักษาความชื้นการถูกกระทบกระเทือนจากของแข็ง ซ้ำอีกเสบที่ร่างกาย ต่างๆ เกิดจากการทกล้ม กระดูกเคลื่อน กระดูกแตก กระดูกหัก น้ำมันมะพร้าวถือว่ามีประสิทธิภาพในการรักษาโรค น้ำมันมะพร้าวจะช่วยรักษาอาการอักเสบได้ดีมาก คุณสมบัติเด่นของน้ำมันมะพร้าวคือสามารถซึมเข้าไปรักษาเนื้อเยื่อต่างๆ ได้ผิวหนังแก้อาการซ่าได้ดี และยังซึมเข้าไปช่วยเชื่อมกระดูกให้ประสานกันดีเหมือนเดิม

แผลไฟไหม้น้ำร้อนลวก

น้ำมันมะพร้าวเป็นน้ำมันที่เคลือบผิวหนังได้ดี ป้องกันการติดเชื้อ ช่วยได้ดีมากในเรื่องของผิวซ้า ที่จะเกิดการติดเชื้อ ซึ่งจะมึบเทาหมาก ในการใช้น้ำมันมะพร้าวรักษาอาการไฟไหม้น้ำร้อนลวก จะใช้น้ำมันมะพร้าวกับน้ำต่างที่ห่างจากจากน้ำปูนใสผสมกัน กวนหรือเขย่าให้เข้ากันกลายเป็นครีมขาวๆ (น้ำต่างจะรวมตัวกับน้ำมันได้น้ำธรรมชาติทำไม่ได้)

จึงมีตำหรับยาที่สำคัญที่มี น้ำมันมะพร้าวกับน้ำปูนใสที่ผสมกันแล้ว จะผสมตัวยาคือสำคัญอื่นๆ ไปด้วย เช่น ชันตะเคียน(ยางไม้ตะเคียน) หรือชันสนบดเติมลงไป ดินสอพองที่สะอาดแล้วบดเติมลงไป แล้วก็พิมเสกบดเติมลง กวนให้เข้ากัน เก็บไว้ใช้ทาป้องกันรักษาแผลไฟไหม้น้ำร้อนลวกได้ดีมาก ทาบริเวณที่เกิดแผลจะรู้สึกเย็นๆ เมื่อใช้แล้วจะไม่เกิดแผลเป็นรักษาอาการให้หายได้เร็ว

ข้าวต้มเคล็ดคัดยอก

คุณสมบัติที่ดีอีกอันหนึ่งคือ น้ำมันมะพร้าวสามารถซึมเข้าไปใต้ผิวหนังได้ดีได้เร็ว สังเกตว่าทาไปแล้วจะ

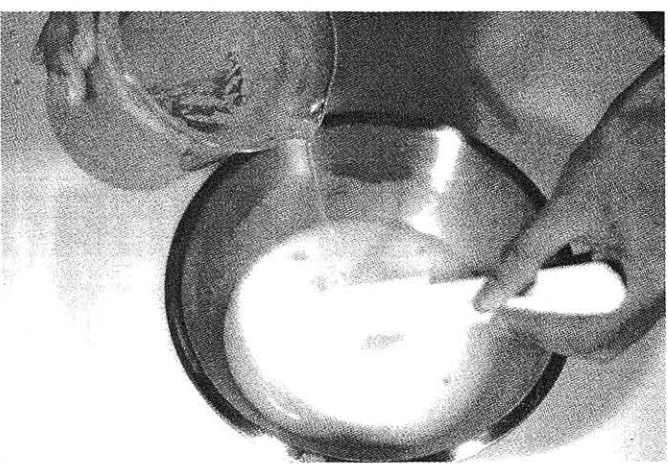
แห้งไม่ตกค้างอยู่ที่ผิว และช่วยรักษาอาการซ่าของเนื้อเยื่อต่างๆ ได้ดี

เราจะนิยมเอาน้ำมันมะพร้าวไปใช้เดี่ยวร่วมกับว่านต่างๆ เช่น หัวโพลหรือว่านเอ็นเหลือง ซึ่งหัวโพลจะแก้ฟกซ้าเคล็ดขัดยอก ลดอาการอักเสบได้ดี ส่วนว่านเอ็นเหลืองจะช่วยรักษาอาการปวดเมื่อยได้ดีมาก

จะใช้โพลหรือว่านเอ็นเหลืองหรือทั้งสองอย่างก็ได้ เอามาหั่นเป็นชิ้นบางๆ เคี้ยวในน้ำมันมะพร้าวจนชิ้นว่านเหลืองสุก แล้วช้อนเอากากออก น้ำมันมะพร้าวจะเป็นตัวละลาย(สกัด)สรรพคุณว่านชนิดนั้นออกมาเมื่อเริ่มเย็นลง ก็เอาน้ำมันตัวนี้ไปผสมกับน้ำมันหอมระเหยที่มีกลิ่นร้อนจัดๆ เช่น การบูร เมนทอล น้ำมันระกำ ลงไปปิดท่อนให้พอดีกับที่เราต้องการ น้ำมันที่ได้เรียกกันว่า "น้ำมันเหลือง" หรือถ้าต้องการให้สีเหลืองจัดๆ ให้ผสมขมิ้นชันลงไปด้วยก็ได้ นำมาใช้ทาแก้ฟกซ้าได้ผลดีตามสรรพคุณของว่านที่เรานำมาเคี้ยวสกัดออกมา

ใส่ผม

น้ำมันมะพร้าวจะช่วยให้ผมดกเงางามไม่แตกปลาย คนในสมัยก่อนจะนำ



น้ำปูนใสผสมกับน้ำมันมะพร้าว กวนให้เข้ากันจะได้ครีมสีขาว

มาทำน้ำมันใส่ผม โดยใช้ น้ำมันมะพร้าวผสมกับขี้ผึ้งแท้

ซึ่งขี้ผึ้งแท้ตัวนี้สำคัญมาก จะเป็นตัวช่วยให้ น้ำมันซึมซับเป็นเนื้อครีม เวลานำน้ำมันไปผสมกับขี้ผึ้งหลอมละลายโดยผ่านความร้อน มันจะกลายเป็นเนื้อเดียวกันพอเย็นขี้ผึ้งมันจะแข็งตัว แต่การแข็งตัวของขี้ผึ้งมันจะไม่แข็งตัวมากเหมือนปกติ เพราะมันอยู่ในน้ำมัน(น้ำมันมันเหลว) เมื่อผสมอยู่รวมกันจะกลายเป็นครีมเหลว

น้ำมันใส่ผมจะใช้ น้ำมันมะพร้าวมากใช้ขี้ผึ้งน้อย มันจะเหลวเป็นครีม ถ้าเราเอาน้ำต่างเล็กน้อยมาผสมไปด้วยมันก็จะกลายเป็นสีขาว แต่ตอนหลังเราจะไปใช้วาสลีนมาผสมไปด้วย โดยใช้ขี้ผึ้งเล็กน้อยมันจะได้ น้ำมันใส่ผมสีขาว ถ้าอยากให้น้ำมันหอมใส่ น้ำมันดอกกุหลาบไปด้วยจะมีกลิ่นหอมเหมือนกับน้ำมันใส่ผมยี่ห้อต่างๆ ที่มีขายทั่วไป

หรือถ้าใช้น้ำมันมะพร้าวน้อยใช้ขี้ผึ้งแท้มาก ผสมให้เข้าโดยใช้ความร้อนจะได้ครีมสีลักษณะเป็นครีมข้นแข็งที่เราเรียกว่า "ขี้ผึ้งสีปาก" นำมาใช้ทาปากช่วยรักษาอาการปากไม่ให้เห็นในเวลาอากาศเย็นๆ หรืออาการปากแตกที่เกิดจากการกินหมากแล้วปูนไปกัดปาก●

ครีมรักษาไฟไหม้ น้ำร้อนลวก



สูตร

น้ำมันมะพร้าวประมาณ	500 ซีซี
น้ำปูนใส	200 - 300 ซีซี.
ดินสอพองสะอาดแล้ว	30 กรัม
พิมเสน	15 กรัม
ชันสนและชันตะเคียน อย่างละ	30 กรัม

วิธีทำ

นำน้ำปูนใสค่อยๆเติมลงไป
ในน้ำมันมะพร้าวจนให้เข้ากันจนเป็น
ครีมขาวๆตามที่เราพอใจ (คล้ายกับ
การทำสบู่) ขั้นต่อไปให้ใส่ดินสอ
พองบดเป็นผงลงไป กวนให้เข้ากันดี
จากนั้นใส่ชันสนและชันตะเคียนบด
เป็นผง ใส่ลงไปในตะแกรง กรองให้
ละเอียดมากที่สุด กวนให้เข้ากันดี ใส่
พิมเสน กวนให้เข้ากันดี จากนั้นนำไป
ตากแดดให้ร้อนเพื่อป้องกันการแยก
ตัว กวนบ่อยๆ นำไปบรรจุกระปุกเก็บ
ไว้ใช้ได้นานหลายเดือน

หมายเหตุ

สัดส่วนแต่ละอย่างให้ไว้นี้โดย

ประมาณ (ถ้าเติมน้ำปูนใสมากไป
ก็จะเป็นครีมมากขึ้น) ในตำราดั้งเดิม
ไม่ได้บอกว่าใส่อะไรเท่าไร บอกแต่ว่า
ใส่พอสมควร เวลาใส่สมุนไพรที่ละ
อย่างกวนให้เข้ากันก่อน ใส่อันไหน
ก่อนอันไหนหลังก็ได้

สรรพคุณ

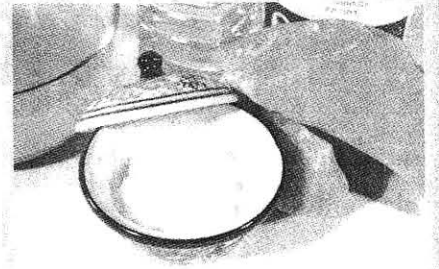
น้ำค้างมีรสฝาดจะช่วยสมาน
แผลทำในบริเวณที่เกิดอักเสบ ทำให้
แผลรัดตัว แห้งเร็ว น้ำมันมะพร้าวจะ
ช่วยนำตัวยาซึมสู่ผิวหนังได้ดี โดย
ดินสอพองจะมีคุณสมบัติเย็นจะช่วย
ดูดซับพิษที่เกิดไฟไหม้ น้ำเหลืองน้ำ
หนอง ส่วนชันสนชันตะเคียนช่วย
รักษาอาการอักเสบของบาดแผล

ขี้ผึ้งแท้

วิธีทำ

คนโบราณเขาจะเอารังผึ้งที่ผึ้งทิ้งรังไปหมดแล้ว มาใส่ในหม้อ ต้มน้ำให้
เดือดใส่รังผึ้งลงไป ไขในรังผึ้งจะละลายออกมาเป็นขี้ผึ้ง เราก็ช้อนเอารังออก
ไป จากนั้นเราก็ยกไปทิ้งไว้ให้เย็นขี้ผึ้งจะจับตัวเป็นฝอยลอยอยู่บนน้ำ เราจับยก
ออกมาได้เลย แต่มันยังไม่ค่อยสะอาดมีสิ่งเจอปนอยู่ เรานำขี้ผึ้งไปต้มอีกที่หนึ่งมัน
จะละลายเป็นของเหลวเราก็กรองอีกครั้งหนึ่งมันก็จะได้ขี้ผึ้งที่บริสุทธิ์ สะอาดยิ่งขึ้น

น้ำมันใส่ผม



น้ำมันมะพร้าว 1 ขวด
น้ำปูนใส(จะใช้น้อยกว่าที่ใส่ใน
ครีมแผลไฟไหม้น้ำร้อนลวก ถ้าน้ำปูน
ใสมากไปมันจะทำให้ผมแห้งกรอบ
ได้)

วาสลีน
ขี้ผึ้งแท้

วิธีทำ

นำน้ำปูนใสชนิดหนอยใส่ลงไป
ในน้ำมันมะพร้าวจนให้เข้ากัน จนน้ำมัน
เปลี่ยนเป็นสีขาว ก็ให้หยุด นำไปตั้งไฟ
ให้พออุ่นๆนำวาสลีนมาใส่ลงไปกวน
ให้เป็นครีม จนเริ่มใช้ได้ ให้เติมขี้ผึ้งแท้
ลงไปด้วยเพื่อให้น้ำมันแข็งตัวขึ้น
เมื่อผสมกันดีแล้ว ก็ให้เติมน้ำหอม
กลิ่นที่เราชอบลงไป บรรจุใส่กระปุก
สำหรับเก็บไว้ใช้

