

นิพนธ์ต้นฉบับ

องค์ความรู้และตำรับยาโรคหอบหืดของหมอพื้นบ้าน: กรณีศึกษาหมอทวี หมั่นหมาด

ศรินทร์รัตน์ จิตจำ^{1*} สิริรัตน์ เลหาประภานนท์¹ เรวัตร์ ส่งแสง² และจิตติวรดา แก้วจะระ¹

¹คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช (ไสใหญ่)

²กลุ่มงานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลห้วยยอด จังหวัดตรัง

*ผู้นิพนธ์ที่ให้การติดต่อ E-mail: sarinrat.j@rmutsv.ac.th

Received date: May 1, 2021; Revised date: May 1, 2021; Accepted date: May 31, 2021

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อรวบรวมองค์ความรู้และตำรับยาโรคหอบหืดของหมอพื้นบ้านจังหวัดกระบี่ จำนวน 1 คน คัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจงและผ่านเกณฑ์การคัดเลือกที่กำหนดไว้ เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างร่วมกับการสังเกต นำข้อมูลที่รวบรวมได้มาวิเคราะห์เชิงพรรณนา วิเคราะห์ตำรับยาตามหลักการแพทย์แผนไทย และศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา ผลการศึกษาพบว่า หมอพื้นบ้านเพศชาย อายุ 65 ปี มีประสบการณ์รักษาโรคมานานกว่า 46 ปี องค์ความรู้โรคหอบหืดคือ หอบจะเหนื่อยทั้งกายและใจ ส่วนหืดอยู่ ๆ ก็จะเป็นขึ้นเองเป็นพัก ๆ บ่อย ๆ สาเหตุเกิดจากปัจจัยภายนอก เช่น มลพิษทางอากาศ ควันบุหรี่ เกสรดอกไม้ ขนสัตว์ และปัจจัยภายใน แบ่งออกเป็น 3 ชนิด คือ เกิดจากเสมหะและอูระเสมหะ เกิดจากลมในกระเพาะและลำไส้ และเกิดจากภูมิแพ้ ตรวจวินิจฉัยโดยการซักประวัติผู้ป่วย ตรวจชีพจร และตรวจปอด อาการของโรคหอบหืด มักจะไอ มีเสมหะ หายใจลำบาก หอบเหนื่อย และแน่นหน้าอก หมอพื้นบ้านรักษาด้วยการจ่ายยาสมุนไพรตามสาเหตุของโรคหอบหืด จำนวน 3 ตำรับ และแนะนำการปฏิบัติตัวโดยหลีกเลี่ยงอาหารแสลงและสิ่งกระตุ้นให้เกิดอาการ ตำรับยาโรคหอบหืดล้วนเป็นสมุนไพร เช่น พิกัดเบญจโกฐ พิกัดเบญจเทียน ว่านน้ำ ดีปลี พริกไทย ขิง สะค้าน บอระเพ็ด เปราะหอม น้ำผึ้งรวง เป็นต้น สมุนไพรส่วนใหญ่มีสรรพคุณแก้ไอ ขับเสมหะ ขับลมในลำไส้ และมีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาช่วยต้านการอักเสบ ต้านอนุมูลอิสระ ยับยั้งการหลั่งฮิสตามีน ขยายหลอดลม ช่วยบรรเทาอาการของโรคหอบหืดได้

คำสำคัญ : ตำรับยา, หอบหืด, หมอพื้นบ้าน

Knowledge and Asthma Herbal Recipes of Folk Healer: A Case Study

Mr.Thawee Manmad

Sarinrat Jitjum^{1*}, Sirirat Laohaprapanon¹, Rawat Songsang¹
and Titiworada Keawjara¹

¹Faculty of Science and Technology, Rajamangala University of Technology Srivijaya
Nakhon Si Thammarat Saiyai campus

²Department of Thai Traditional and Alternative Medicine, Huaiyot Hospital, Trang Province

*Corresponding Author E-mail: sarinrat.j@rmutsv.ac.th

Abstract

The objective of this study was to collect knowledge and asthma herbal recipes of the folk healer in Krabi province, selected specific and passed the criteria. It is a qualitative research by semi-structured interviews with observation. The collected data were used for descriptive analysis, analyzed herbal recipes according to the principles of Thai traditional medicine and studied its pharmacological activity. The results showed Thai male folk healer is 65 years old. He has treatment experience for over 46 years. Asthma becomes exhausted both physically and mentally, while asthma will suddenly appear spontaneously and often. Asthma is caused by external factors such as air pollution, cigarette smoke, pollen, fur and internal factors divided into 3 types, which are caused by phlegm in the throat and the thorax, caused by the wind in the stomach and intestines and caused by allergies. Folk healer diagnoses by taking a patient's history, checking pulse and lungs. Symptoms of asthma are often coughing, phlegm, dyspnea, shortness of breath and chest tightness. Folk healer was treated by prescribing 3 herbal recipes which depend on the causes of asthma. Finally, Folk healer was suggested practice by avoiding injurious food and factors that cause symptoms. Asthma herbal recipes are all herbs such as Phikud Benjakot, Phikud Benjatian, *Acorus calamus* L., *Piper retrofractum* Vahl, *Piper nigrum* L., *Zingiberaceae officinale* Rose., *Piper interruptum* Opiz, *Tinospora crispa* (L.) Hook. f. & Thomson, *Kaempferia galanga* L. Honey bee, etc. Most herbals have properties for coughing, expectorant, flatulence and have pharmacological effects that anti-inflammatory, antioxidant, inhibit histamine, bronchodilator which herbs can relieve the symptoms of asthma.

Keywords: Herbal Recipes, Asthma, Folk Healer

บทนำ

องค์ความรู้ของหมอพื้นบ้าน เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ในด้านการรักษา การส่งเสริมสุขภาพ การฟื้นฟูสุขภาพ รวมถึงการถ่ายทอดความรู้รุ่นต่อรุ่นมาอย่างยาวนาน โดยอยู่บนพื้นฐานความเชื่อ ประเพณี และวัฒนธรรมต่างๆ ตามบริบทแต่ละพื้นที่⁽¹⁾ เมื่อเกิดการเจ็บป่วยของบุคคลในชุมชน หมอพื้นบ้านจะเป็นบุคคลสำคัญ และมีบทบาทในการดูแลรักษา โดยเน้นการดูแลองค์รวมให้อยู่ในภาวะสมดุล ทั้งร่างกาย จิตใจ ปัญญา และสังคม⁽²⁾ จนเป็นที่ยอมรับของคนในชุมชน หมอทวิ หมั่นหมาด เป็นหมอพื้นบ้านจังหวัดกระบี่ ที่มีประสบการณ์ในการรักษาโรคหลากหลาย เช่น ประจำเดือนมาไม่ปกติ โรคสันนิบาตหน้าเพลิง เยื่อぶโพรงมดลูกเจริญผิดที่ โรคหอบหืด ภูมิแพ้ และโรคขาในเด็ก จึงเล็งเห็นความสำคัญของการศึกษาองค์ความรู้ของหมอพื้นบ้านท่านนี้ เพื่อการจัดการความรู้ให้เป็นระบบ พัฒนาความสามารถดูแลบุคคลในท้องถิ่น และดึงความรู้แฝงของหมอพื้นบ้านออกมา⁽³⁾ เพื่อมุ่งหวังให้เกิดประโยชน์แก่สังคมมากที่สุด

จากคลังข้อมูลด้านสุขภาพ กองยุทธศาสตร์และแผนงาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข ข้อมูลบริการสุขภาพ สรุปรายงานการป่วยโรคหืดของจังหวัดกระบี่ ที่เข้ารับการรักษาเป็นผู้ป่วยในพบว่า ปี 2561 มีผู้ป่วยจำนวน 1,018 ราย และปี 2562 มีจำนวนผู้ป่วย 1,063 ราย ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น⁽⁴⁾ ผู้ป่วยโรคหืดจะมีอาการหลอดลมตีบ ทำให้การทำงานของปอดลดลง เหนื่อยง่าย ทำกิจวัตรประจำวันได้น้อยลง เมื่ออาการกำเริบก็ต้องขาดงาน เพื่อรักษาตัวในโรงพยาบาล และต้องมีญาติๆ มาดูแล ซึ่งเป็นผลกระทบในหลายส่วน ดังนั้นเป้าหมายหลักของการรักษาต้องควบคุมโรคให้ได้ ไม่ให้เกิดอาการหอบเหนื่อยอีกในอนาคต⁽⁵⁾ ซึ่งสมุนไพรไทย ทั้งสมุนไพรเดี่ยวและตำรับยาสามารถช่วยป้องกันและรักษาโรคได้ในเวลาเดียวกัน สมุนไพรแต่ละชนิดมีสรรพคุณที่แตกต่างกัน รักษาโรคได้ต่างกัน เช่น ว่านน้ำ ตีปัส พริกไทย ชิง นำมาใช้รักษาโรคหอบหืด⁽⁶⁾ การเริ่มรวบรวมข้อมูลองค์ความรู้และตำรับยาโรคหอบหืดของหมอพื้นบ้าน จะเป็นพื้นฐานให้ต่อยอดการศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาเป็นภาพรวมของตำรับยาสมุนไพร การศึกษาทางคลินิก เพื่อเป็นการพัฒนาองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านให้คงอยู่คู่ภูมิปัญญาไทยและให้มีการใช้ประโยชน์ในวงกว้างต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อรวบรวมองค์ความรู้และตำรับยาโรคหอบหืดของหมอพื้นบ้านจังหวัดกระบี่

ระเบียบวิธีการศึกษา

1. กรณีศึกษา

หมอพื้นบ้านจังหวัดกระบี่ จำนวน 1 คน คัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) และผ่านเกณฑ์การคัดเลือกที่กำหนดไว้ ดังนี้

- 1) เป็นหมอพื้นบ้านที่มีประสบการณ์มากกว่า 10 ปี
- 2) เป็นหมอพื้นบ้านที่ยังทำการรักษาผู้ป่วยอยู่ในปัจจุบัน
- 3) มีการใช้สมุนไพรรักษาโรคหอบหืด
- 4) มีใบประกอบวิชาชีพด้านการแพทย์แผนไทย⁽⁷⁾
- 5) ยินยอมให้เก็บข้อมูล

2. เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

1) แบบสัมภาษณ์หมอฟันบ้าน สร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง⁽⁸⁾ โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปและภูมิหลังของหมอฟันบ้าน ส่วนที่ 2 องค์ความรู้และแนวทางการรักษาโรคหอบหืด

2) สังเกตการณ์อย่างมีส่วนร่วม ตั้งแต่เริ่มจนถึงสิ้นสุดขั้นตอนการรักษา พร้อมเครื่องบันทึกภาพ บันทึกเสียง และตัวอย่างสมุนไพร

3. การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยนี้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ เลขที่เอกสารรับรอง WUEC-20-164-01 ก่อนเข้าร่วมโครงการวิจัย หมอฟันบ้านจะได้รับการชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย ลงชื่อยินยอมเข้าร่วมงานวิจัย หลังจากนั้นหมอฟันบ้านได้รับการสัมภาษณ์ตามแบบฟอร์มการสัมภาษณ์ ระหว่างการสัมภาษณ์มีการจดบันทึก บันทึกภาพ และบันทึกเสียงร่วมด้วย ซึ่งจะขออนุญาตหมอฟันบ้านก่อน บันทึกภาพและเสียงทุกครั้ง

4. รูปแบบวิธีการศึกษา

เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) โดยการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Guided interview) เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

5. แหล่งข้อมูล

1) ข้อมูลปฐมภูมิ เก็บรวบรวมโดยการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง การสังเกต และสำรวจตัวอย่างสมุนไพร

2) ข้อมูลทุติยภูมิ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการค้นคว้าจากเอกสารตำราทางวิชาการ รายงานการวิจัย บทความวิจัย ข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

6. วิธีการเก็บข้อมูล

1) ศึกษาทบทวนเอกสารต่างๆ เตรียมข้อมูลการสัมภาษณ์ทั้งตัวบุคคลและเครื่องมือที่ใช้

2) คัดเลือกหมอฟันบ้านด้านยาสมุนไพรจากการสอบถามรายชื่อหมอฟันบ้าน แผนกแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลกระบี่

3) ลงพื้นที่แนะนำตัวกับหมอฟันบ้าน สร้างความสัมพันธ์ บอกกล่าววัตถุประสงค์ของงานวิจัย เพื่อขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์ข้อมูลในการคัดเลือกหมอฟันบ้านด้านยาสมุนไพรแบบเจาะจงและเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

4) เริ่มการสัมภาษณ์หมอฟันบ้านที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือก โดยมีหัวหน้าและผู้ร่วมโครงการวิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์ร่วมกับสังเกตการณ์ ตามแบบสัมภาษณ์หมอฟันบ้านพร้อมบันทึกภาพและเสียง โดยมีระยะเวลาสัมภาษณ์ประมาณ 4 ครั้ง ครั้งที่หนึ่งแนะนำตัวกับหมอฟันบ้าน เพื่อทำความรู้จัก สอบถามข้อมูลเบื้องต้นเพื่อคัดเลือกหมอฟันบ้านให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ครั้งที่สองเก็บข้อมูลองค์ความรู้และตำรายาโรคหืดในเบื้องต้น ครั้งที่สามเก็บข้อมูลเพิ่มเติมจนได้ข้อมูลที่อิ่มตัวและสำรวจพืชสมุนไพร ครั้งที่สี่ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลที่ได้รับจากหมอฟันบ้าน เสร็จสิ้นกระบวนการเก็บข้อมูล ซึ่งจะใช้เวลาสัมภาษณ์ 1-3 ชม./ครั้ง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความร่วมมือของหมอฟันบ้าน โดยระหว่างการสัมภาษณ์ในทุกครั้งจะสะท้อนการสัมภาษณ์ หากพบข้อสงสัยหรือเป็นคำถามที่เกิดขึ้นระหว่างการสัมภาษณ์ หรือเป็นความคิดที่เชื่อมโยงกับองค์ความรู้ได้ โดยตรวจสอบความถูกต้อง

ของข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) ด้านวิธีรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) ด้านผู้วิจัย (Investigator Triangulation) และด้านการทบทวนข้อมูล (Review triangulation)

7. วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่รวบรวมได้มาวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) และนำเสนอผลการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive analysis) สมุนไพรรบชื่อวิทยาศาสตร์ ชื่อวงศ์ ส่วนที่ใช้ รสยา สรรพคุณ วิเคราะห์ตำรับยาตามหลักการแพทย์แผนไทย และศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา

ผลการศึกษา

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปและภูมิหลังของหมอพื้นบ้าน

หมอทวี หมั่นหมาด เพศชาย สถานภาพสมรส เกิดเมื่อ พ.ศ. 2499 ปัจจุบันอายุ 65 ปี อาศัยอยู่ ต.บ้านกลาง อ.อ่าวลึก จ.กระบี่ เชื้อชาติไทย สัญชาติไทย นับถือศาสนาอิสลาม เป็นผู้ได้รับใบประกอบวิชาชีพการแพทย์แผนไทย ประเภทเวชกรรมไทย ประกอบอาชีพหลักเป็นเกษตรกรและหมอพื้นบ้าน จบการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ได้เรียนรู้และสืบทอดความรู้ทางการแพทย์แผนไทยจากบรรพบุรุษ คือ คุณปู่ ซึ่งเป็นหมอพื้นบ้าน โดยการติดตามคุณปู่ไปรักษาผู้ป่วยและเข้าป่าหาสมุนไพรตั้งแต่วัยเด็ก และได้ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมจากสมาคมแพทย์แผนไทย จังหวัดกระบี่ มีความชำนาญในการรักษาโรคระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคหอบหืดและภูมิแพ้ นอกจากนี้ยังมีประสบการณ์การรักษาโรคอื่นๆ เช่น ประจำเดือนมาไม่ปกติ อาการผิดปกติหลังหมดประจำเดือน โรคสันนิบาตหน้าเพลิง เยื่อโพรงมดลูกเจริญผิดที่ และโรคชางในเด็ก หมอพื้นบ้านรักษาโดยไม่มีค่าหัวคิว แต่มีค่ายาติดตามต้นทุนของตัวยาที่ซื้อมาโดยไม่บวกกำไรเพิ่มและไม่คิดค่าตรวจ อีกทั้งยังช่วยเหลือชุมชนโดยการเป็นวิทยากรให้ความรู้เรื่องสมุนไพรเมื่อหน่วยงานต่างๆ จัดกิจกรรม และออกตรวจผู้ป่วยที่โรงพยาบาลอ่าวลึก เมื่อได้รับเชิญ เป็นครั้งๆ ไป

หมอพื้นบ้านเริ่มรักษาผู้ป่วยตั้งแต่ พ.ศ. 2518 ถึงปัจจุบัน รวม 46 ปี ปัจจุบันยังคงรักษาผู้ป่วยอย่างสม่ำเสมอทั้งที่มาจากด้วยตนเองและมาโดยคำแนะนำของผู้อื่น

ส่วนที่ 2 องค์ความรู้และแนวทางการรักษาโรคหอบหืด

หมอพื้นบ้านอธิบายถึงความหมายของโรคหอบหืดคือ หอบจะเหนื่อยทั้งกายและใจ หอบจะเหนื่อยกายผู้ป่วยจะหายใจเร็ว สังกัดปีกจมูกจะบาน และหน้าอกกระเพื่อม หอบจะเหนื่อยใจ ผู้ป่วยจะวิตกกังวลร่วมด้วย ส่วนหืดอยู่ๆ ก็จะเป็นขึ้นเอง เรียกว่าจ็บหืด จะมีอาการไอ หายใจลำบาก หืดขึ้นเป็นพักๆ บ่อยๆ มีเสมหะในลำคอ หากเป็นมากจะหายใจมีเสียงดัง

สาเหตุของโรคหอบหืดเกิดจากปัจจัยภายนอก เช่น มลพิษทางอากาศ ควันบุหรี่ เกสรดอกไม้ ขนสัตว์ และปัจจัยภายใน ซึ่งหมอพื้นบ้านแบ่งสาเหตุออกเป็น 3 ชนิด

ชนิดที่ 1 เกิดจากคอเสมหะและอุระเสมหะ (เสมหะบริเวณลำคอและทรวงอก) ทำให้ในลำคอและทรวงอกมีเสมหะมาก จึงทำให้เกิดอาการหอบเหนื่อย

ชนิดที่ 2 เกิดจากลมในกระเพาะและลำไส้ โดยมีสาเหตุมาจากกริสัง (อาหารเก่า) และอุทรียัง (อาหารใหม่) สะสมอยู่ในช่องท้อง ทำให้เกิดแก๊สและหายใจไม่ทั่วท้อง เกิดอาการหอบหืดเนื่องจากลมในกระเพาะมาก เมื่อลมในกระเพาะมากจะทำให้แก๊สถูกดันขึ้น ส่งผลให้หายใจลำบาก โดยสามารถแยกโรคออกจากโรคกระเพาะอาหาร โรคกรดไหลย้อน โรคหอบหืดและภูมิแพ้ได้ ดังนี้

- ชักประวัติผู้ป่วยถามว่า “เวลาหัวและอิมมีอาการปวดท้องหรือไม่” หากมีอาการปวดท้อง จะวินิจฉัยว่าเป็นโรคกระเพาะอาหาร

- หากมีอาการคลื่นไส้ แสบร้อนกลางอก จะวินิจฉัยว่าเป็นโรคกรดไหลย้อน

- หากมีอาการหายใจลำบาก หอบเหนื่อย แน่นหน้าอก จะวินิจฉัยว่าเป็นโรคหอบหืด

- หากมีอาการจาม มีน้ำมูก เมื่อมีสิ่งมากระตุ้น จะวินิจฉัยว่าเป็นโรคภูมิแพ้

ชนิดที่ 3 เกิดจากภูมิแพ้ โดยจะมีอาการน้ำมูกไหลออกมาเองโดยไม่รู้ตัว สามารถสังเกตความผิดปกติได้จากโหนกแก้มทั้งสองข้างและจมูกของผู้ป่วย จะมีเส้นสีน้ำตาลเหมือนเส้นเลือดขึ้นมา

การตรวจวินิจฉัย เริ่มจากซักประวัติผู้ป่วย ตรวจชีพจร 4 ตำแหน่ง คือ บริเวณสร้อยข้อมือ บริเวณข้อพับศอก บริเวณโคนนิ้วนาหงายฝ่ามือ บริเวณปลายนิ้วนาหงายฝ่ามือ (ดังภาพที่ 1) และตรวจปอด

อาการของโรคหอบหืด มักจะไอ มีเสมหะ หายใจลำบาก หอบเหนื่อย และแน่นหน้าอก

การรักษา หมอพื้นบ้านจะจ่ายยาสมุนไพรรักษา ซึ่งคิดค้นขึ้นเองตามสาเหตุของโรคหอบหืดและสรรพคุณทางยา ประกอบด้วย 3 ตำรับ ดังนี้

ตำรับที่ 1 ตำรับยารักษาเสมหะกำเริบ ประกอบด้วย ข้าวสุก สะค้าน และเจตมูลเพลิงแดง อย่างละ 1 บาท (15 กรัม) ชิง ดีปลี บอระเพ็ด พิกัดเบญจโกฐ (โกฐสอ โกฐเขมา โกฐจุฬาลัมพา โกฐเชียง โกฐหัวบัว) พิกัดเบญจเทียน (เทียนดำ เทียนขาว เทียนแดง เทียนตาตุ๊กแตน เทียนข้าวเปลือก) และสะเดา อย่างละ 2 บาท (30 กรัม) นำตัวยาทิ้งหมักห่อผ้าขาวบาง ใส่ภาชนะเติมน้ำจนท่วมตัวยาทิ้งจนเดือด รับประทานครั้งละ 1 แก้วปึก (30 มิลลิลิตร) ก่อนอาหาร เข้า - เย็น ติดต่อกัน 1 สัปดาห์

ตำรับที่ 2 ตำรับยารักษาหอบหืดที่เกิดจากลมในกระเพาะและลำไส้ ประกอบด้วย เปลือกหอยแครง และเปลือกหอยขม อย่างละเสมหะภาค นำตัวยาทิ้งสองทั้งมาบดเป็นผง ละลายน้ำผึ้งรวง แล้วปั้นเป็นยาลูกกลอน ขนาดเท่าปลายนิ้วก้อย (เส้นผ่าศูนย์กลาง 0.8 ซม.) รับประทานครั้งละ 1 เม็ด ก่อนอาหาร เข้า - เย็น ติดต่อกัน 1 สัปดาห์

ตำรับที่ 3 ตำรับยารักษาหอบหืดที่เกิดจากภูมิแพ้ ประกอบด้วย ตีนนกไทย มหาหิงค์ วานน้ำ พญามือเหล็ก พริกไทย ดีปลี เปราะหอม ชิง หญ้าตีนกา มะกรูด เปลือกส้มเขียว ผักชี โกฐพุงปลา สะค้าน บัวหลวง และเทียนดำ อย่างละเสมหะภาค นำตัวยาทิ้งหมักห่อผ้าขาวบาง ใส่ภาชนะเติมน้ำจนท่วมตัวยาทิ้งจนเดือด รับประทานครั้งละ 1 แก้วปึก (30 มิลลิลิตร) ก่อนอาหาร เข้า - เย็น ติดต่อกัน 1 สัปดาห์ รายละเอียดสมุนไพร (ดังตารางที่ 1-3)

การให้คำแนะนำ ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่แสลง เช่น 1) กลัวย เพราะในกลัวยมีแก๊สอยู่ 80 % จะทำให้แน่นท้อง 2) ของหมักดอง เพราะเป็นอาหารที่มีโซเดียมสูง หากรับประทานในปริมาณที่มาก จะเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง ส่งผลให้เกิดอาการหอบเหนื่อยและเกิดโรคไตได้ 3) เนื้อสัตว์ จำพวกไขมัน จะเสี่ยงต่อการเกิดโรคโรคหัวใจ เส้นเลือดอุดตัน และเส้นเลือดแข็งตัวได้ 4) หอย เพราะเป็นสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดอาการแพ้ได้ง่าย

อภิปรายผล

หมอพื้นบ้านอธิบายถึงความหมายของโรคหอบหืดคือ หอบจะเหนื่อยทั้งกายและใจ หอบจะเหนื่อยกายผู้ป่วยจะหายใจเร็ว สังเกตปึกจมูกจะบาน และหน้าอกกระเพื่อม หอบจะเหนื่อยใจ ผู้ป่วยจะวิตกกังวลร่วมด้วยส่วนหืดอยู่ ๆ ก็จะเป็นขึ้นเอง เรียกว่าจับหืด จะมีอาการไอ หายใจลำบาก หืดขึ้นเป็นพัก ๆ บ่อย ๆ มีเสมหะในลำคอ หากเป็นมากจะหายใจเสียงดัง จากคำนิยามโดยทั่วไปจะใช้คำว่าโรคหืด เป็นโรคทางเดินหายใจชนิดหนึ่ง มีลักษณะหลอดลมไวเกินต่อสารก่อภูมิแพ้หรือสารระคายเคือง ทำให้เกิดการอักเสบเรื้อรังของหลอดลมและตีบเป็นครั้งคราว

ส่งผลให้หายใจลำบาก หอบเหนื่อย แน่นหน้าอก และไอ^(9,10) ซึ่งโรคหอบหืดและโรคหืดเป็นโรคเดียวกัน เรียกโรคหืด ส่วนใหญ่ผู้ป่วยจะมีอาการไอเรื้อรัง หายใจมีเสียงหวีด เกิดจากการอักเสบของหลอดลมและหลอดลมตีบแต่ไม่ถึงขั้นหอบ และเรียกโรคหอบหืด เมื่อผู้ป่วยมีอาการหอบร่วมด้วย เกิดจากหลอดลมตีบมาก^(11,12) นอกจากนี้ตามหนังสือแพทยศาสตร์นิเทศ อธิบายว่า หืด คืออาการหายใจหอบเป็นพัก ๆ บ่อย ๆ เกิดจากการเกร็งตัวของกล้ามเนื้อหลอดลม ทำให้หลอดลมแคบ หายใจมีเสียงดังฮืด ๆ และมีเสมหะในหลอดลม และหนังสือศัพท์แพทย์ไทย อธิบายว่า หอบหืด คืออาการหอบเนื่องจากโรคหืด⁽¹²⁾ เมื่อเปรียบเทียบกับหมอพื้นบ้านท่านหนึ่งจังหวัดนครราชสีมา อธิบายว่า หอบ จะหายใจเข้าแรง หืด จะหายใจออกแรง และมีความถี่ หมอพื้นบ้านท่านหนึ่งจังหวัดสงขลา อธิบายว่า หอบหืด เป็นโรกระบบทางเดินหายใจส่วนบน เกิดจากจิตที่วิตก⁽¹³⁾ ดังนั้นความหมายโรคหอบหืดของหมอพื้นบ้านจึงคล้ายคลึงกับทางการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบัน

สาเหตุของโรคหอบหืดเกิดจากปัจจัยภายนอก เช่น มลพิษทางอากาศ ควันบุหรี่ เกสรดอกไม้ ขนสัตว์ และปัจจัยภายในเกิดจากคอเสมหะและอุระเสมหะ ลมในกระเพาะและลำไส้ และภูมิแพ้ อาการมักจะไอ มีเสมหะ หายใจลำบาก หอบเหนื่อย และแน่นหน้าอก สอดคล้องกับทางการแพทย์แผนปัจจุบันและทางการแพทย์แผนไทย อธิบายว่าปัจจัยภายนอก เกิดจากสารก่อภูมิแพ้ เช่น ละอองเกสรดอกไม้ ไรฝุ่น ขนสัตว์ สิ่งระคายเคือง เช่น ควันบุหรี่ มลพิษในอากาศ อากาศที่เปลี่ยนแปลง นอกจากนี้ยังมีสาเหตุอื่น ๆ อีก ที่ก่อให้เกิดโรคหอบหืดได้ เช่น กรรมพันธุ์ การติดเชื้อของทางเดินหายใจ การออกกำลังกาย ความเครียดทางจิตใจ เป็นต้น⁽⁹⁾ สำหรับปัจจัยภายใน เกิดจากธาตุทั้ง 4 ในร่างกายเสียสมดุล กระเพาะธาตุน้ำเป็นส่วนใหญ่ มีเสมหะคั่งค้างอยู่บริเวณลำคอและทรวงอก ทำให้การไหลเวียนเลือดลมไม่สะดวก จึงเกิดอาการหายใจลำบาก หอบเหนื่อย⁽¹⁴⁾ และอาการหอบหืดที่เกิดจากลมในกระเพาะและลำไส้มาก อาจเกิดสืบเนื่องจากความผิดปกติในการทำงานของระบบทางเดินอาหาร ผู้ป่วยกลุ่มนี้มักมีอาการปวดท้องโดยไม่ทราบสาเหตุ ท้องอืด แน่นหรือเจ็บหน้าอก ไอเรื้อรัง หอบหืดเรื้อรัง ร่วมด้วย⁽¹⁵⁾ อีกทั้งการไอเรื้อรัง ที่เกิดจากภาวะกรดไหลย้อนลงไปในหลอดลม จะทำให้เกิดอาการหอบหืดได้ โดยหลอดลมจะมีความไวต่อสิ่งกระตุ้น^(9,16) นอกจากนี้อาการหอบหืด ยังเกิดจากโรคภูมิแพ้ได้อีกด้วย ผู้ป่วยกลุ่มนี้มักมีอาการเป็นหวัด คัดจมูก จามบ่อย มีน้ำมูกลักษณะใส บางรายอาจมีอาการโรคหืดร่วมด้วย เช่น ไอ แน่นหน้าอก เหนื่อย หอบ หายใจมีเสียงหวีด^(9,17) โดยเฉพาะโรคจมูกอักเสบภูมิแพ้เป็นการอักเสบเรื้อรัง ที่ทำให้กลายเป็นการอุดกั้นทางเดินหายใจหรือโรคหอบหืดได้⁽¹⁸⁾ เมื่อเปรียบเทียบกับหมอพื้นบ้านสองท่านจากจังหวัดสุราษฎร์ธานีและจังหวัดตรังพบว่า มีความคล้ายคลึงกันโดยเกิดจากคอเสมหะกำเริบและกระเพาะไปยังอุระเสมหะ ทำให้มีการอุดกั้นของหลอดลมเป็นบางครั้ง เกิดอาการหายใจลำบาก หอบ เหนื่อย อีกทั้งยังเกิดจากพันธุกรรม สภาพอากาศร้อนหรือเย็นเกินไป ฝุ่น ควันบุหรี่ เกสรดอกไม้ อาหารแสลง และภูมิแพ้⁽¹³⁾

การตรวจวินิจฉัย เริ่มจากซักประวัติผู้ป่วย ตรวจชีพจร 4 ตำแหน่ง และตรวจปอด คล้ายคลึงกับการตรวจโรคทั่วไป และมีจุดเด่นเรื่องการตรวจชีพจร 4 ตำแหน่ง คือ บริเวณสร้อยข้อมือ ตรวจปริมาณเลือดแดง บริเวณข้อพับศอก ตรวจเลือดดำในร่างกายบ่งบอกถึงโรคที่ผู้ป่วยเป็นมา บริเวณโคนนิ้วนางหงายฝ่ามือ ตรวจเลือดที่มาจากหัวใจ ตับ ปอด และไต และบริเวณปลายนิ้วนางคว่ำฝ่ามือ ตรวจเลือดที่มาจากภายใน เช่น มดลูก ม้าม กระบังลม ประเมินการไหลเวียนของเลือดภายในร่างกายอย่างเป็นขั้นตอน

การรักษา หมอพื้นบ้านจะจ่ายยาสมุนไพรรักษาตามสาเหตุของโรคหอบหืดของผู้ป่วยแต่ละราย จากการวิเคราะห์ตำรับยาตามหลักการแพทย์แผนไทย (ตัวยาดอง ตัวยารอง ตัวยาประกอบ และตัวยาแต่งรสกลิ่นสี ยาแต่ละตำรับไม่จำเป็นจะต้องมีครบทั้ง 4 ตัวยา)

ตำรับที่ 1 ตำรับยารักษาเสมหะกำเริบ สมุนไพรรักษาเป็นพืชวัตถุ อธิบายว่า ด้วยยาตรง ประกอบด้วย พิกัดเบญจโกฐ พิกัดเบญจเทียน ดีปลี ขิง และข้าวพุล ส่วนใหญ่เป็นยารสเผ็ดร้อนและสุขุม จะช่วยละลายเสมหะและ ขับออก สรรพคุณทางยาเน้นแก้หอบหืด แก้หลอดลมอักเสบ แก้ไอ ขับเสมหะ ด้วยยาตรง ประกอบด้วย สะค้านและ เจตมูลเพลิง เป็นยารสเผ็ดร้อน สรรพคุณทางยาเน้นกระจายเลือดลม บำรุงธาตุ ช่วยเสริมฤทธิ์ของตัวยาดตรง ด้วยยา ประกอบ ประกอบด้วย บอระเพ็ดและสะเดา เป็นยารสเย็น ช่วยคุมตำรับยาไม่ให้มีรสร้อนมากเกินไป สรรพคุณทางยาเน้นแก้ไข้ บำรุงกำลัง⁽⁶⁾

ตำรับที่ 2 ตำรับยารักษาหอบหืดที่เกิดจากลมในกระเพาะและลำไส้ สมุนไพรรักษาเป็นสัตว์วัตถุ ด้วยยาตรง ประกอบด้วย เปลือกหอยแครงและเปลือกหอยขม เป็นยารสเค็มกร่อย จะช่วยลดความเหนียวข้นของ เสมหะ สรรพคุณทางยาเน้นขับลมในลำไส้ ช่วยลดกรดในกระเพาะอาหาร ด้วยยาแต่งรสคือ น้ำผึ้งรวง รสหวานร้อน ผาต บำรุงธาตุ ช่วยให้ยาตำรับนี้รับประทานได้ง่าย⁽⁶⁾

ตำรับที่ 3 ตำรับยารักษาหอบหืดที่เกิดจากภูมิแพ้ ด้วยยาตรง ประกอบด้วย ว่านน้ำ มหาหิงค์ พริกไทย ดีปลี ขิง และเทียนดำ เป็นยารสเผ็ดร้อน ช่วยขับเสมหะ สรรพคุณทางยาเน้นแก้หอบหืด แก้หลอดลมอักเสบ บำรุงธาตุ อีกทั้งขิงและเทียนดำ ยังช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกันและยับยั้งการหลั่งฮิสตามีน ซึ่งเป็นสารก่อภูมิแพ้ได้ดี ด้วยยาตรง ประกอบด้วย พญามือเหล็ก เปราะหอม ผักชี สะค้าน มะกรูด เกลือสินเธาว์ และโกฐพุงปลา เป็นยารสเผ็ดขม เผ็ด สุขุม เปรี้ยว เค็ม สรรพคุณทางยาเน้นแก้เสมหะในลำคอ ช่วยเสริมฤทธิ์ของตัวยาดตรง ด้วยยาประกอบ ประกอบด้วย ตีนนกไทย หญ้าตีนกา และบัวหลวง เป็นยารสขมสุขุมเย็นและหอม ช่วยคุมตำรับยาไม่ให้มีรสร้อนมากเกินไป สรรพคุณทางยาเน้นแก้ไข้ แก้เสมหะและโลหิต บำรุงหัวใจ นอกจากนี้ มะกรูด เกลือสินเธาว์ และบัวหลวง ยังเป็นตัวยาดแต่งรสเปรี้ยว เค็ม ช่วยให้ยาตำรับนี้รับประทานได้ง่ายและมีกลิ่นหอม⁽⁶⁾

จากการวิเคราะห์ตำรับยาแล้วจะเห็นได้ว่า ด้วยยาตรงในแต่ละตำรับยาสอดคล้องกับสาเหตุการเกิดโรคหอบหืดแต่ละชนิดตามการวินิจฉัยของหมอพื้นบ้าน อีกทั้งเมื่อพิจารณาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาของสมุนไพรรักษาพบว่า ด้วยยาตรงจะมีฤทธิ์ด้านการอักเสบ ยับยั้งการหลั่งฮิสตามีน ขยายหลอดลม คลายการหดเกร็งของกล้ามเนื้อ รักษาโรคหอบหืด ด้านอนุมูลอิสระ⁽¹⁹⁻³³⁾ ซึ่งมีฤทธิ์ในการรักษาโรคหอบหืดได้ดี นอกจากนี้ยังมีการรักษาด้วยการไม่ใช้ยา เช่น การฟื้นฟูสมรรถภาพปอด การหยุดสูบบุหรี่ หลีกเลี่ยงสารก่อภูมิแพ้หรือสารที่ก่อให้เกิดการระคายเคือง⁽¹⁰⁾ ซึ่งคล้ายคลึงกับคำแนะนำของหมอพื้นบ้านเองและหมอพื้นบ้านท่านอื่นจำนวนสามท่านจังหวัดสุราษฎร์ธานี สงขลา และ นครศรีธรรมราช⁽¹³⁾

นอกจากนี้ยังพบตำรับยาหอบหืดจากตำรายาแผนโบราณที่รวบรวมโดยร้อยตำรวจเอกเปี่ยม บุญยะโชติ พบว่ามีสมุนไพรมากหลายชนิดที่ตรงกับสมุนไพรรักษาที่หมอพื้นบ้านใช้ในการรักษาโรคหอบหืด เช่น พริกไทย ขิง ดีปลี เจตมูลเพลิง เปราะหอม มะกรูด ผักชี มหาหิงค์ ว่านน้ำ ข้าวพุล โกฐสอ โกฐเขมา โกฐจุฬาลัมพา โกศฐขิง โกศฐพุงปลา เทียนแดง เทียนขาว เทียนดำ เทียนตาตุ๊กแตน เทียนข้าวเปลือก บอระเพ็ด สะเดา น้ำผึ้ง เกลือสินเธาว์ บัวหลวง และสะค้าน⁽¹²⁾ มีรายงานพบว่าหมอพื้นบ้านในจังหวัดนครศรีธรรมราชใช้ ว่านน้ำและสะค้าน ในตำรับยาแก้โรคหอบหืด หมอพื้นบ้านจังหวัดสงขลาใช้ น้ำผึ้งรวง เป็นตัวผสมยาในตำรับยาแก้โรคหอบหืดแบบลูกเนิน⁽¹³⁾ หมอพื้นบ้านจังหวัดพะเยาใช้ พริกไทยดำและบอระเพ็ด ในตำรับยาแก้ภูมิแพ้ หอบหืด โดยมีน้ำผึ้งรวงเป็นตัวผสม⁽³⁴⁾ ตามศาสตร์การแพทย์แผนไทย คัมภีร์ธาตุวิภังค์ ระบุว่า “ปอดพิการ ให้หอบดุจดังสุนัขหอบแดดจนโครงลด” (ซี่โครงหรือชายโครงลด) คล้ายคลึงกับอาการหอบตามองค์ความรู้ของหมอพื้นบ้าน ซึ่งเป็นโรคระบบทางเดินหายใจเช่นกัน และ คัมภีร์โกษย ระบุยาชื่อพรหมภักตร ประกอบด้วย บุกรอ 1 ตำลึง บอระเพ็ด 1 บาท สลอด 1 บาท ขิง 2 สลึง ลูกพิลังกาสง 2 สลึง หัวหมู 2 สลึง ลูกมะตูม 2 สลึง ผักแพวแดง 3 สลึง พริกไทย 1 สลึง ตำเป็นผงละลายน้ำผึ้งรวง

ปั้นเท่าเมล็ดฝ้ายกิน 1 เม็ด ลง 1 ที กิน 7 เม็ดลง 7 ที จำเพาะยาแก้หืดไอ ริดดวงหายแล⁽¹²⁾ ซึ่งมีสมุนไพรที่สอดคล้องกับการใช้ของหมอพื้นบ้านคือ บอระเพ็ด ชิง พริกไทย และน้ำผึ้งรวง นอกจากวิธีการรับประทานแล้ว ยังมีการอบไอน้ำสมุนไพรโดยใช้ ว่านน้ำและเปราะหอม ในตำรับยาอบแก้โรคจุกอกอักเสบภูมิแพ้ที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคหอบหืด⁽¹⁸⁾ ซึ่งเป็นสมุนไพรที่ตรงกับการศึกษานี้ สำหรับการใช้สมุนไพรรักษาโรคหอบหืดในต่างประเทศ เช่น โตโก เปรู ไนจีเรีย ปากีสถาน และรัฐโอริศา (อินเดีย) ก็มีการใช้ ชิง พริกไทย และคิปลี สำหรับแก้ไอ แก้ไอ แก้หลอดลมอักเสบ รักษาหอบหืด⁽³⁵⁻³⁹⁾ เช่นเดียวกับการศึกษานี้ จะเห็นได้ว่ามีการใช้สมุนไพรรักษาโรคหอบหืดในหลายประเทศรวมทั้งประเทศไทย เนื่องจากหาง่าย ราคาถูก และผลข้างเคียงน้อย⁽³⁵⁾ อีกทั้งยังเป็นการส่งเสริมให้เห็นคุณค่าของสมุนไพรที่อยู่รอบตัวทุกคนได้อีกด้วย

บทสรุป

องค์ความรู้ของหมอพื้นบ้านอธิบายคล้ายคลึงกับศาสตร์การแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบัน ตำรับยาโรคหอบหืดล้วนเป็นพืชสมุนไพร ส่วนใหญ่มีสรรพคุณแก้ไอ ขับเสมหะ ขับลมในลำไส้ และมีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาช่วยต้านการอักเสบ ต้านอนุมูลอิสระ ยับยั้งการหลั่งฮิสตามีน ขยายหลอดลม ช่วยบรรเทาอาการหอบหืดได้

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณหมอพื้นบ้านจังหวัดกระบี่ ผู้ให้ข้อมูลและความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้จนสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ตาราง ภาพ และแผนภาพ

ตารางที่ 1 สมุนไพรในตำรับยารักษาเสมหะกำเริบ

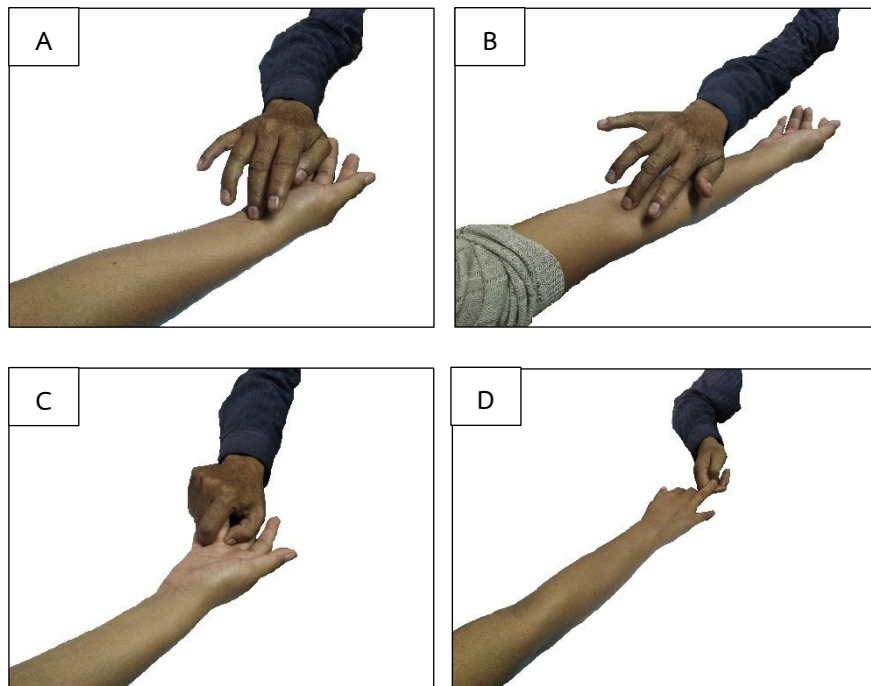
สมุนไพรในตำรับ / ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อวงศ์	ส่วนที่ใช้	รสชาติ ⁽⁶⁾	สรรพคุณทางยา ⁽⁶⁾	ฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา
โกฐสอ / <i>Angelica dahurica</i> (Hoffm.) Benth. & Hook.f. ex Franch. & Sav.	Umbelliferae	หัว	สุขุมหอม	แก้หืดไอ แก้หลอดลมอักเสบ	ต้านการอักเสบ ⁽¹⁹⁾
โกฐเจมา / <i>Atractylodes lancea</i> (Thunb.) DC.	Compositae	เหง้า	สุขุมหอม	แก้โรคนิ่วปากคอ แก้หอบหืด	ต้านการอักเสบ ด้านจุลชีพ ⁽²⁰⁾
โกฐจุฬาลัมพา / <i>Artemisia vulgaris</i> L.	Compositae	ทั้งต้น	สุขุมหอมร้อน	แก้เจ็บเพื่อเสมหะ แก้หืด แก้ไอ	ต้านการอักเสบ ด้านแบคทีเรีย ⁽²¹⁾
โกฐเชียง / <i>Angelica sinensis</i> (Oliv.) Diels	Umbelliferae	ราก	หวานสุขุม	แก้เจ็บ แก้ระอิก แก้ไอ	ต้านอนุมูลอิสระ ⁽²²⁾
โกฐหัวบัว / <i>Ligusticum sinense</i> Oliv.	Apiaceae	เหง้า	มัน สุขุมหอม	กระจายลมทั้งปวง	ต้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽²³⁾
เทียนดำ / <i>Nigella sativa</i> L.	Ranunculaceae	เมล็ด	เผ็ดขม	ขับเสมหะในร่างกาย ขับลมในลำไส้	ต้านการอักเสบ ยับยั้งการหลั่ง ฮีสตามีน ขยายหลอดลม ⁽²⁴⁾
เทียนขาว / <i>Cuminum cyminum</i> L.	Umbelliferae	เมล็ด	เผ็ดร้อน ขม	แก้ลมและดีพิการ ขับเสมหะ	ต้านการอักเสบ ขยายหลอดลม ⁽²⁵⁾
เทียนแดง / <i>Lepidium sativum</i> L.	Cruciferae	เมล็ด	เผ็ดร้อน ขม	แก้เสมหะ แก้ลม	ต้านการหลั่งฮีสตามีน ขยายหลอดลม ⁽²⁶⁾
เทียนดำทึบ / <i>Anethum graveolens</i> L.	Umbelliferae	เมล็ด	ขมเผ็ดเล็กน้อย	บำรุงธาตุ ขับลม แก้เสมหะพิการ	ต้านการอักเสบ ระงับปวด คลายกล้ามเนื้อ เรียบ ⁽²⁷⁾
เทียนขาวปลอก / <i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	Umbelliferae	เมล็ด	หวานเผ็ด	บำรุงกำลัง ขยายลม	ต้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽²⁸⁾
ตีปัส / <i>Piper retrofractum</i> Vahl	Piperaceae	ผล	เผ็ดร้อน	แก้หืดไอ แก้หลอดลมอักเสบ	ต้านการอักเสบ ระงับปวด ⁽²⁹⁾
ชิง / <i>Zingiberaceae officinale</i> Rose.	Zingiberaceae	เหง้า	เผ็ดร้อน	แก้หอบไอ ขับเสมหะ	กระตุ้นภูมิคุ้มกัน ⁽³⁰⁾
ข้าพู่ / <i>Piper sarmentosum</i> Roxb.	Piperaceae	ต้น ใบ ดอก	เผ็ดร้อน	ขับเสมหะ ขับลมในลำไส้	ต้านการอักเสบ ⁽³⁰⁾
สะค้าน / <i>Piper interruptum</i> Opiz	Piperaceae	เถา	เผ็ดร้อน	ขับลมในลำไส้ บำรุงธาตุ	ต้านการอักเสบ ⁽²⁹⁾
เจตมูลเพลิงแดง / <i>Plumbago indica</i> L.	Plumbaginaceae	ราก	ร้อน	บำรุงธาตุ กระจายเลือดลม	ต้านการอักเสบ ⁽⁴⁰⁾
บอระเพ็ด / <i>Tinospora crispa</i> (L.) Hook. f. & Thomson	Menispermaceae	เถา	ขมเย็น	แก้เจ็บ บำรุงกำลัง	ต้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽⁴¹⁾
สะเดา / <i>Azadirachta indica</i> A.Juss.	Meliaceae	เปลือกต้น	ขมเผ็ดเย็น	แก้เจ็บ แก้ในกองเสมหะ	ต้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽⁴²⁾

ตารางที่ 2 สมุนไพรในตำรับยารักษาหอบหืดที่เกิดจากภูมิแพ้

สมุนไพรในตำรับ / ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อวงศ์	ส่วนที่ใช้	รสยา ⁽⁶⁾	สรรพคุณทางยา ⁽⁶⁾	ฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา
ว่านน้ำ / <i>Acorus calamus</i> L.	Acoraceae	เหง้า	หอมร้อน	แก้ไอ ขับเสมหะ แก้หลอดลมอักเสบ	ต้านการอักเสบ รักษาโรคหอบหืด ⁽³¹⁾
มหาหิงคุ์ / <i>Ferula assafoetida</i> L.	Umbelliferae	ยางจากราก	เผื่อนร้อนเหม็น	แก้หอบหืด ขับลมในลำไส้ ขับเสมหะ	ต้านอนุมูลอิสระ คลายการหดเกร็งของกล้ามเนื้อ ⁽³²⁾
พริกไทย / <i>Piper nigrum</i> L.	Piperaceae	เมล็ด	เผ็ดร้อน	บำรุงธาตุ แก้เสมหะเพื่อง	ต้านอาการหอบหืด ด้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽³³⁾
ตีปัส / <i>Piper retrofractum</i> Vahl	Piperaceae	ผล	เผ็ดร้อน	แก้หืดไอ แก้หลอดลมอักเสบ	ต้านการอักเสบ ระงับปวด ⁽²⁹⁾
จิง / <i>Zingiberaceae officinale</i> Rose.	Zingiberaceae	เหง้า	เผ็ดร้อน	แก้หอบไอ ขับเสมหะ	กระตุ้นภูมิคุ้มกัน ⁽²¹⁾
เทียนดำ / <i>Nigella sativa</i> L.	Ranunculaceae	เมล็ด	เผ็ดร้อน	ขับเสมหะในรูจมูก ขับลมในลำไส้	ต้านการอักเสบ ยับยั้งการหลั่ง ฮีสตามีนขยายหลอดลม ⁽²⁴⁾
พญามือเหล็ก / <i>Strychnos roborans</i> A.W. Hill, S. lucida R. Br.	Strychnaceae	เนื้อไม้	ขมเมา	กัดเสมหะในลำคอ ขับพิษไข้	-
เปราะหอม / <i>Koempferia galanga</i> L.	Zingiberaceae	หัว	เผ็ดร้อน	แก้ไอ แก้เสมหะ	ต้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽⁴³⁾
ผักชี / <i>Coriandrum sativum</i> L.	Umbelliferae	ทั้งต้น	เผ็ดสุขุม	แก้ไอ หัว ขับเสมหะ	ต้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽⁴⁴⁾
สะค้าน / <i>Piper interruptum</i> Opiz	Piperaceae	เถา	เผ็ดร้อน	ขับลมในลำไส้ บำรุงธาตุ	ต้านการอักเสบ ⁽²⁹⁾
มะกรูด / <i>Citrus hystrix</i> DC.	Rutaceae	ลูก	เปรี้ยว	กัดเสมหะในคอ ขับลม	ต้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽²¹⁾
เกล็ดสีนวล / -	-	ผลสีเขียว	เฝื่อน	บำรุงธาตุทั้ง 4 ล้างเมือกในลำไส้	-
โสร่งพุงปลา / <i>Terminalia chebula</i> Retz. (gall จากใบและยอดอ่อนของสมอไทย)	Combretaceae	gall	ฝาด	แก้พิษไข้ แก้เสมหะพิการ	ต้านอนุมูลอิสระ ยับยั้งเมสลิเมลามีน ⁽⁴⁵⁾
ต้นนกไทย / <i>Vitex pinnata</i> L.	Labiatae	เปลือกต้น	ขมสุขุม	บำรุงหัวใจ	ต้านอนุมูลอิสระ ด้านแคตทิเรีย ⁽⁴⁶⁾
ว่านน้ำ / <i>Acorus calamus</i> L.	Acoraceae	เหง้า	หอมร้อน	แก้ไอ ขับเสมหะ แก้หลอดลมอักเสบ	ต้านการอักเสบ รักษาโรคหอบหืด ⁽³¹⁾
มหาหิงคุ์ / <i>Ferula assafoetida</i> L.	Umbelliferae	ยางจากราก	เผื่อนร้อนเหม็น	แก้หอบหืด ขับลมในลำไส้ ขับเสมหะ	ต้านอนุมูลอิสระ คลายการหดเกร็งของกล้ามเนื้อ ⁽³²⁾
พริกไทย / <i>Piper nigrum</i> L.	Piperaceae	เมล็ด	เผ็ดร้อน	บำรุงธาตุ แก้เสมหะเพื่อง	ต้านอาการหอบหืด ด้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽³³⁾
ตีปัส / <i>Piper retrofractum</i> Vahl	Piperaceae	ผล	เผ็ดร้อน	แก้หืดไอ แก้หลอดลมอักเสบ	ต้านการอักเสบ ระงับปวด ⁽²⁹⁾
หญ่ดินนา / <i>Eleusine indica</i> (L.) Gaertn	Gramineae	ทั้งต้น	ขมเย็น	ทำให้ชุ่มชื้น แก้พิษไข้	ต้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽⁴⁷⁾
บัวหลวง / <i>Nelumbo nucifera</i> Gaertn.	Nelumbonaceae	ดอก เกสร	ฝาดหอม	แก้จืด แก้เสมหะและโลหิต	ต้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽⁴⁸⁾

ตารางที่ 3 สมุนไพรในตำรับยารักษาหอบหืดที่เกิดจากลมในกระเพาะและลำไส้

สมุนไพรในตำรับ / ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อวงศ์	ส่วนที่ใช้	รสยา ⁽⁶⁾	สรรพคุณทางยา ⁽⁶⁾	ฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา
หอยแครง / <i>Anadara granosa</i> Schenk et Reinhart.	Arcidae	เปลือก	เค็มกร่อย	ขับลมในลำไส้ ช่วยลดกรดในกระเพาะอาหาร	-
หอยขม / <i>Filopaludina sumatrensis</i> Dunker.	Viviparidae	เปลือก	กร่อย	ขับลมในลำไส้ ลำไส้เล็ก บำรุงกระดูก	-
น้ำผึ้งรวง / Honey bee	-	น้ำผึ้ง	หวานร้อนเผ็ด	บำรุงธาตุ	ด้านการอักเสบ ด้านอนุมูลอิสระ ⁽⁹⁾



ภาพที่ 1 การตรวจชีพจร 4 ตำแหน่งของหมอพื้นบ้าน (A) บริเวณส้นมือ (B) บริเวณข้อพับศอก (C) บริเวณ
โคนนิ้วนางหงายฝ่ามือ (D) บริเวณปลายนิ้วนางคว่ำฝ่ามือ

เอกสารอ้างอิง

1. อัจฉรา สุ่มังเกษตร, ชัยวัฒน์ นันทศรี. (2559). องค์ความรู้ภูมิปัญญาของหมอยาพื้นบ้าน กรณีศึกษา อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์. **วารสารวิจัยสมาคมห้องสมุดแห่งประเทศไทย**. 9 (2), 87-102.
2. พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2550 (2550, มีนาคม 19). **ราชกิจจานุเบกษา**. เล่ม 124 ตอนที่ 16 ก. หน้า 1-31.
3. ทิพย์วารี สงนอก, นนทียา จันทรเนตร์. (2561). ภูมิปัญญาด้านการบำบัดรักษาโรคของหมอยาพื้นบ้านใน จังหวัดนครราชสีมา. **วารสารชุมชนวิจัย**. 12 (3), 124-135.
4. กองยุทธศาสตร์และแผนงาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. (2562). **สรุปรายงานการป่วย**. ค้นเมื่อ 12 พฤษภาคม 2564, จาก https://bps.moph.go.th/new_bps/สรุปรายงานการป่วย
5. ดนัย พัทธกัธรรณพ , บังอร ม่วงไทยงาม. (2561). การพัฒนาระบบบริการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคหืดที่มารับ การรักษา ที่คลินิกโรคหืดแบบบูรณาการ โรงพยาบาลสรรพคบุรี จังหวัดชัยนาท. **วารสารวิชาการ สาธารณสุข**. 27 (5), 856-865.
6. วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). **สารานุกรมสมุนไพร รวบรวมหลักเภสัชกรรมไทย**. กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์.
7. ขวนชม ขุนเอียด, นิดา น้อยเด็น, สิทธิชัย สงฆ์รักษ์, อาริพ สันนาหุ, อัมพาน ดินนามอ, อิมรอน หมะ ประสิทธิ์. (2562). ภูมิปัญญาหมอยาพื้นบ้านรักษากระดูกหักกรณีศึกษาหมอดนรอรุณ การดี อำเภอกะเปอร์ จังหวัดสงขลา. **วารสารสงขลานครินทร์ ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์**. 25 (2), 159-184.
8. ปิยนุช ยอดสมสวย, สุพิมพ์ วงษ์ทองแท้. (2552). **การศึกษาภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้านในอำเภองครักษ์ จังหวัดนครนายก**. ค้นเมื่อ 9 พฤษภาคม 2563, จาก http://thesis.swu.ac.th/swufac/Hea_Sci/Piyanuch_Y_R378191.pdf
9. สุเกียรติ อาษานุภาพ. (2553). **ตำราการตรวจรักษาโรคทั่วไป 2**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร : โฮลิสติก พับลิชชิง.
10. สมาคมสภาองค์กรโรคหืดแห่งประเทศไทย. (2560). **แนวทางการวินิจฉัยและรักษาโรคหืดในประเทศไทยสำหรับผู้ใหญ่ พ.ศ. 2560**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : ปิยอนด์ เอ็นเทอร์ไพรซ์ จำกัด.
11. ธีระศักดิ์ แก้วอมตวงศ์. (2561, 4 มิถุนายน). โรคหอบหืด โรคทางเดินหายใจร้ายแรงจนอาจทำให้เสียชีวิต. ค้นเมื่อ 12 พฤษภาคม 2564, จาก <https://www.rama.mahidol.ac.th/ramachannel/article/โรคหอบหืด-โรคทางเดินหายใจ/>
12. วัฒนา ชยธวัช. (2563). ตัวยาในตำรับยาหอบหืดจากตำรายาแผนโบราณของร้อยตำราจอกเอี่ยม บุญยะโชติ. **วารสารหมอยาไทยวิจัย**. 6 (2), 65-78.
13. ศรีนทร์รัตน์ จิตจำ, สิริรัตน์ เลหาประภานนท์, วสันต์ หะยียะห์ยา, ณัฐ ชนิษฐา. (2019). การศึกษาตำรับยาสมุนไพรของหมอพื้นบ้านในการรักษาโรคหืด. **วารสารการแพทย์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ**. 26 (3), 69-83.
14. ไกรสิทธิ์ ล้อมประเสริฐ. (2559). **เวชกรรมไทยประยุกต์ 1 ตอน ทฤษฎีธาตุและการวินิจฉัยโรค**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช.

15. Bumrungrad International Hospital. (2564). โรคความผิดปกติของการทำงานของระบบทางเดินอาหาร. ค้นเมื่อ 30 เมษายน 2564, จาก <https://www.bumrungrad.com/healthspot/February-2018/about-digestive-disorders>
16. ปารยะ อาศนะเสน. (2560, 21 สิงหาคม). เรื่องกรดไหลย้อน... ที่ควรรู้. ค้นเมื่อ 30 เมษายน 2564, จาก https://www.si.mahidol.ac.th/siriraj_online/thai_version/Health_detail.asp?id=754
17. โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์. (2563). โรคหืด รู้ทันป้องกันได้. ค้นเมื่อ 30 เมษายน 2564, จาก <https://www.siphhospital.com/th/news/article/share/asthma>
18. Tungsukruthai P, Nootim P, Worakunphanich W, Tabtong N, Pawa KK. (2020). Feasibility of herbal steam bath on nasal allergic rhinitis symptoms: a randomized controlled trial. **Journal of Traditional Thai Medical Research**. 6 (1), 73-86.
19. Yang W-Q, Song Y-L, Zhu Z-X, Su C, Zhang X, Wang J, et al. (2015). Anti-inflammatory dimeric furanocoumarins from the roots of *Angelica dahurica*. **Fitoterapia**. 105, 187-193.
20. Koonrungsompoon N, Na- Bangchang K", Karbwang J. (2014). Therapeutic potential and pharmacological activities of *Atractylodes lancea* (Thunb.) DC. **Asian Pacific journal of Tropical Medicine**. 7 (6), 421-428.
21. กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. (2561). สรุปผลการจัดงาน การสร้างสรรค์นวัตกรรมด้านสมุนไพร การแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน และการแพทย์ทางเลือก ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร : พุ่มทอง.
22. Juan J, Yingjie G, Aijun N. (2009). Extraction, characterization of *Angelica sinensis* polysaccharides and modulatory effect of the polysaccharides and Tai Chi exercise on oxidative injury in middle-aged women subjects. **Carbohydrate polymers**. 77 (2), 384-388.
23. Donkor PO, Chen Y, Ding L, Qiu F. (2016). Locally and traditionally used *Ligusticum* species – A review of their phytochemistry, pharmacology and pharmacokinetics. **Journal of Ethnopharmacology**. 194, 530-548.
24. Ikhsan M, Hiedayati N, Maeyama K, Fariz Nurwidya F. (2018). *Nigella sativa* as an anti-inflammatory agent in asthma. **BMC Research Notes**. 11 (1), 1-5.
25. Al-Snafi AE. (2016). The pharmacological activities of *Cuminum cyminum* - A review. **IOSR Journal of Pharmacy**. 6 (6), 46-65.
26. Al-Snafi AE. (2019). CHEMICAL CONSTITUENTS AND PHARMACOLOGICAL EFFECTS OF *LEPIDIUM SATIVUM* - A REVIEW. **International Journal of Current Pharmaceutical Research**. 11 (6), 1-10.
27. Al-Snafi AE. (2014). THE PHARMACOLOGICAL IMPORTANCE OF *ANETHUM GRAVEOLENS*. A REVIEW. **International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences**. 6 (4), 11-13.

28. Kooti W, Moradi M, Ali-Akbari S, Sharafi-Ahvazi N, Asadi-Samani M, Ashtary-Larky D. (2015) Therapeutic and pharmacological potential of *Foeniculum vulgare* Mill: a review. **Journal of HerbMed Pharmacology**. 4 (1), 1-9.
29. Sireeratawong S, Itharat A, Lerdvuthisopon N, Piyabhan P, Khonsung P, Boonraeng S, et al. (2012). Anti-Inflammatory, analgesic and antipyretic activities of the ethanol extract of *Piper interruptum* Opiz. and *Piper chaba* L. **International Scholarly Research Notices**. 1-6.
30. Ahmed S, Gul S, Zia-ul-haq M, Stankovic M S. (2014). Pharmacological basis of the use of *Acorus calamus* L. in inflammatory diseases and underlying signal transduction pathways. **Boletin Latinoamericano y del Caribe de Plantas Medicinales y Aromaticas**. 13 (1), 38-46.
31. Upadhyay PK, Singh S, Agrawal G, Vishwakarma VK2. (2017). Pharmacological activities and therapeutic uses of resins obtained from *Ferula asafoetida* Linn.: A Review. **International Journal of Green Pharmacy**. 11 (2), 240-247.
32. อารยา ข้อคำ. (2017). สารพฤกษเคมีจากพริกไทยดำและฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา. **PKRU SciTech JOURNAL**. 1 (2), 28-39.
33. Rahman S F S A, Sijam K, Omar D. (2016). *Piper sarmentosum* Roxb. : A Mini Review of Ethnobotany, Phytochemistry and Pharmacology. **Journal of Analytical & Pharmaceutical Research**. 2 (5), 31-33.
34. เนตรนภา พรหมมา, พรพนา สมจิตร. (2558). การใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นสำหรับการดูแลสุขภาพตนเองท่ามกลางผู้สูงวัยในตำบลหนึ่งของจังหวัดพะเยา. **วารสารนเรศวรพะเยา**. 8 (2), 96-99.
35. Gbekley HE, Katawa G, Karou SD, Anani K, Tchadjobo, Ameyapoh Y, et al. (2017). ETHNOBOTANICAL STUDY OF PLANTS USED TO TREAT ASTHMA IN THE MARITIME REGION IN TOGO. **African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines**. 14 (1), 196-212.
36. Bussmann RW, Glenn A. (2010). Medicinal plants used in Peru for the treatment of respiratory disorders Plantas medicinales utilizadas en Peru para el tratamiento de enfermedades respiratorias. **Revista Peruana de Biología**. 17 (3), 331-346.
37. Sonibare MA, Gbile ZO. (2008). Ethnobotanical survey of anti-asthmatic plants in south western Nigeria. **African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines**. 5 (4), 340-345.
38. Alamgeer, Younis W, Asif H, Sharif A, Riaz H, Bukhari IA, et al. (2018). Traditional medicinal plants used for respiratory disorders in Pakistan: a review of the ethno-medicinal and pharmacological evidence. **Chinese Medicine**. 13 (48), 1-29.

39. Dash G, Mohanty KT K G R, Sahoo D, Sahoo D, Mahalik G, Parida S. (2018). Traditional medicinal plants used for the treatment of asthma in Bhubaneswar, Odisha. **International Journal of Herbal Medicine**. 6 (5), 57-60.
40. Raju R, Sunny A, Thomas JK, Abraham L, Thankapan TDC. (2014). Isolation, characterization and in-vitro anti-inflammatory activity of *Plumbago indica* L. **Advances in Pharmacology and Toxicology**. 15 (1), 13-17.
41. Ahmad W, Jantan I, Bukhari SNA. (2016). “*Tinospora crispa* (L.) Hook.f.&Thomson: A Review of Its Ethnobotanical, Phytochemical, and Pharmacological Aspects”. **Frontiers in Pharmacology**. 7, 1-19.
42. Rahmani AH, Almatroudi A, Alrumaihi F, Khan AA. (2018). Pharmacological and Therapeutic Potential of Neem (*Azadirachta indica*). **Pharmacognosy Reviews**. 12 (24), 250-255.
43. Kumar A. (2020). Phytochemistry, pharmacological activities and uses of traditional medicinal plant *Kaempferia galanga* L. – An overview. **Journal of Ethnopharmacology**. 253.
44. Al-Snafi AE. (2016). A review on chemical constituents and pharmacological activities of *Coriandrum sativum*. **IOSR Journal of Pharmacy**. 6 (7), 17-42.
45. Manosroi A, Jantrawut P, Akihisa T, Manosroi W, Manosroi J. (2010). In vitro anti-aging activities of *Terminalia chebula* gall extract. **Pharmaceutical Biology**. 48 (4), 469-481.
46. Shafie NA, Suhaili NA, Taha H, Ahmad N. (2020). Evaluation of antioxidant, antibacterial and wound healing activities of *Vitex pinnata* [version 2; peer review: 2 approved]. **F1000Research**. 9, 1-17.
47. Ettabong EO, Ubulom PME, Obot D. (2020). A Systematic review on *Eleusine indica* (L.) Gaertn.): From ethnomedicinal uses to pharmacological activities. **Journal of Medicinal Plants Studies**. 8 (4), 262-274.
48. Tungmunthum D, Pinthong D, Hano C. (2018). Flavonoids from *Nelumbo nucifera* Gaertn., a Medicinal Plant: Uses in Traditional Medicine, Phytochemistry and Pharmacological Activities. **Medicines**. 5 (4), 1-13.
49. Afroz R, Tanvir EM, Zheng W, Little PJ. (2016). Molecular Pharmacology of Honey. **Journal of Clinical & Experimental Pharmacology**. 6 (3), 1-13.

