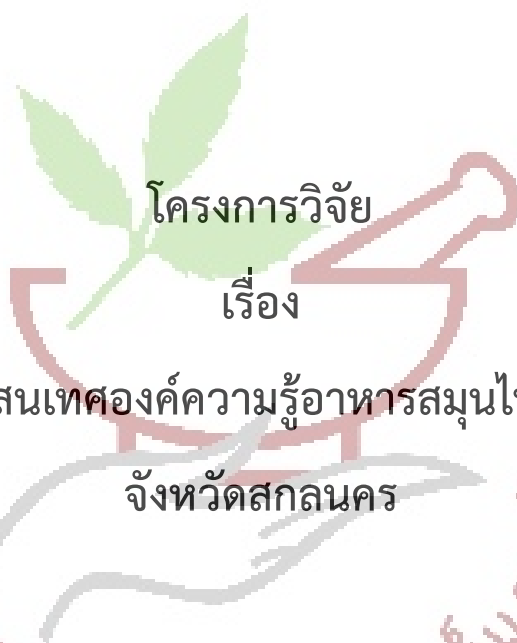




รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์



โครงการวิจัย

เรื่อง

ระบบสารสนเทศองค์ความรู้อาหารสมุนไพรพื้นบ้าน

จังหวัดสกลนคร

หัวหน้าโครงการ

นางสาวสุวิไลยา ศิริศิลป์

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร

ได้รับทุนช่วยเหลือหรือสนับสนุนการศึกษาวิจัยจาก

กองทุนภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย

บทคัดย่อ

สมุนไพร พบทั่วไปตามภูมิภาคต่างๆ ของประเทศไทย สามารถเกิดและเติบโตตามภูมิประเทศ และภูมิอากาศ มีหลากหลายสายพันธุ์และมีชื่อเรียกที่แตกต่างกันตามภาษาท้องถิ่น สมุนไพรนั้นมีสรรพคุณเฉพาะตัว บางชนิดสามารถนำมาปรุงเป็นยารักษาโรค หรือนำมาเป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหาร ตามภูมิปัญญาชาวบ้านของแต่ละท้องถิ่นที่มีการสืบทอดกันมาแต่อดีต

จากการศึกษาและสำรวจข้อมูลสมุนไพรท้องถิ่น สรรพคุณทางภูมิปัญญา และอาหารสมุนไพรท้องถิ่น พบว่า ตะไคร้ แมงลัก และพริก เป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารเกือบทุกชนิด จากอาหาร 16 ประเภท จำนวน 161 รายการ เรียงลำดับจากมากที่สุด คือ พริก คิดเป็น 60.24% แมงลัก คิดเป็น 36.64% ตะไคร้ คิดเป็น 36.02% และอื่นๆ ซึ่งนอกจากจะนำมาประกอบอาหารแล้วยังมีสรรพคุณช่วยบรรเทาอาการเจ็บป่วยได้ เช่น ตะไคร้ ข่า ไพล แมงลัก กะเพรา กระเทียม หอมแดง เปราะหอม เนียมหูเสือ ผักแขยง ใบมะขาม ถูกนำมาใช้บรรเทาอาการเจ็บป่วยพื้นฐาน อาทิ อาการท้องอืดท้องเฟ้อ แก้อาการไข้หวัด แก้อาการวิงเวียน เป็นต้น สมุนไพรที่เกิดขึ้นเองในป่าตามธรรมชาติที่เป็นทั้งยาสมุนไพรตามตำรา แต่ชาวบ้านไม่ทราบประโยชน์ ซึ่งสามารถนำมากินเป็นอาหารได้ เช่น ต้นสอ่งฟ้า เถาวัลย์เปรียง มะกอล่า ส่วนสมุนไพรอื่นๆ ชาวบ้านเพียงนำมาประกอบอาหารเพื่อเพิ่มรสชาติและเกิดตามฤดูกาลเท่านั้น

ดังนั้น การดำเนินโครงการวิจัยทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรท้องถิ่นและอาหารสมุนไพรท้องถิ่นระหว่างนักวิจัยและชาวบ้าน ทำให้ชาวบ้านได้รับความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ คุณค่าทางสารอาหาร และการอนุรักษ์สมุนไพรท้องถิ่น โดยผลการประเมินความพึงพอใจจากผู้เชี่ยวชาญ ปรชาญชาวบ้าน และชาวบ้าน จำนวน 40 คน ได้รับผลการประเมินความพึงพอใจที่มีค่าเฉลี่ยของระดับความพึงพอใจต่อระบบ ได้ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.69 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.46 ซึ่งแสดงถึงความพึงพอใจในระดับดีมาก

คำสำคัญ : สมุนไพรท้องถิ่น, อาหารสมุนไพรพื้นบ้าน , อาหารอีสาน

Abstract

Herbs are commonly found in different regions of Thailand and can develop and grow according to the terrain and climate. There are many species and names that differ in local languages. Herbs have unique properties. Some can be cooked as medicine. Or used as an ingredient in cooking According to the folk wisdom of each locality that has been passed down from the past.

From studies and surveys of local herbs Cognitive properties And local herbal food, lemongrass, basil, and chili were found to be ingredients in almost every food out of 16 types of food, 161 items, ranked from the most, chili (60.24%), lemon basil (36.64%), lemongrass (36.02%) and so on. In addition to being used in cooking, it also has properties that help relieve ailments such as lemongrass, galangal, plai, lemon basil, holy basil, garlic, red onion, sand ginger, indian borage, rice paddy herb, tamarind leaf, it is used to alleviate underlying ailments such as indigestion. Cure flu symptoms Cure dizziness etc. Herbs that occur naturally in the wild that are both herbal medicine according to the textbook. But the villagers did not know the benefit Which can be eaten as food, such as the sky shining, vines, mackerel, and other herbs The villagers only use it to cook food to add flavor and it is seasonal.

Therefore, the implementation of the research project resulted in the exchange of knowledge about local herbs and local herbal food between researchers and villagers. Causing villagers to gain knowledge about the benefits Nutritional value And conservation of local herbs With satisfaction assessment results from experts 40 folk scholars and villagers have assessed satisfaction with the mean level of satisfaction with the system. The mean of 4.69 and the standard deviation of 0.46, which showed a very good level of satisfaction.

Keywords : Thai Herbal , Northeast Food