

ที้งมากๆ สมุนไพรใกล้ตัวที่เรามองข้าม

การศึกษารวบรวมองค์ความรู้ภูมิปัญญาพื้นบ้านเกี่ยวกับสมุนไพร และระบบการแพทย์แผนไทยในการบำบัดรักษายาเสพติดในประเทศไทย ได้ใช้วิธีการศึกษาจากการสัมภาษณ์เชิงลึกหมอพื้นบ้าน อีกทั้งศึกษาจากเอกสาร พับสา ใบลาน ที่มีการปริวรรต บันทึก และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ข้อมูลที่ได้นำมาสังเคราะห์แนวคิดและวิธีที่ใช้ในการบำบัดรักษา ยาเสพติด ผลการวิจัยพบว่า

สิ่งหนึ่งที่อยากแนะนำจากผลการวิจัย พบว่าการใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพ ซึ่งสมุนไพรดังกล่าวนี้มีสรรพคุณตามตำราการแพทย์แผนไทยช่วยในการล้างพิษ นำที่จะนำมาประยุกต์ใช้ในรูปเครื่องดื่มประจำวัน หรือใช้ในการอาบอบเพื่อช่วยขับพิษในร่างกายได้

รางจืด



สรรพคุณของรางจืดตามตำราใช้รากและเถามาปรุงเป็นยาถอนพิษ แก้พิษเบื่อเมา แก้พิษไข้ หรือใช้เป็นยาแก้ร้อนในกระหายน้ำ ส่วนมากจะพบตามร้านขายยาหรือหมอพื้นบ้านที่ใช้รากหรือเถา แต่โดยทั่วไปนั้นจะใช้ใบรางจืดตากแห้งต้มดื่มหรือชงดื่มเป็นชา

หญ้าดอกขาว



ปัจจุบันมีสถาบันการศึกษาหลายแห่ง ทำการวิจัยสมุนไพรหญ้าดอกขาวเพื่อการอดบุหรี่ ซึ่งสมุนไพร “หญ้าดอกขาว” เป็นหญ้าที่พบทั่วไปของประเทศไทย เนื่องจากสมุนไพรหญ้าดอกขาว มีสารไนเตรตซึ่งมีฤทธิ์ทำให้ประสาทรับรสบริเวณลิ้นรู้สึกชา ทำให้ผู้ที่บริโภคเข้าไปไม่รับรู้รสชาติใด ๆ จึงไม่รู้สึกลอยอยากบุหรี่ เนื่องจากหญ้าดอกขาวเป็นกลุ่มที่มีโปแตสเซียมสูง การใช้ควรระวังในรายที่มีประวัติโรคหัวใจ สำหรับผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น อาจมีอาการคอแห้ง ปากแห้ง