

## ตำรับยาพื้นบ้านภาคใต้ที่ใช้บำบัดอาการข้อเข่าเสื่อม

วรภรณ์ แก้วศักดิ์<sup>\*††</sup>, ยาสารี อาแวสะแม<sup>†</sup>, พรพิชา ตักดีนราวังศรี<sup>‡</sup>, จินดาพร ภูริพัฒนางวงษ์<sup>§</sup>,  
กิ่งกาญจน์ บรรลือพีช<sup>¶</sup>, มณฑกา ธีรชัยสกุล<sup>#</sup>, กฤษณ์ พงศ์พิรุฬห์<sup>\*\*</sup>

\*โรงพยาบาลนราธิวาสราชนครินทร์ จังหวัดนราธิวาส 96000

†สถานีนอนามัยเฉลิมพระเกียรติฯ ใโปป่าโจ จังหวัดนราธิวาส 96190

‡โรงพยาบาลสุไหงโกโลก จังหวัดนราธิวาส 96120

§คณะเภสัชศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา 90110

¶สำนักวิชาแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จังหวัดนครศรีธรรมราช 80160

#สถาบันวิจัยการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กรุงเทพมหานคร 10100

\*\*ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและส่งเสริม คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร 10330

††ผู้รับผิดชอบบทความ: gungging\_wa@hotmail.com

### บทคัดย่อ

ข้อเข่าเสื่อมเป็นโรคที่พบบ่อยโดยเฉพาะผู้สูงอายุ หมอพื้นบ้านภาคใต้มีความรู้เกี่ยวกับตำรับยารักษาโรคดังกล่าว แต่ตำรับยาของหมอพื้นบ้านส่วนใหญ่ไม่ได้รับการเผยแพร่ วัตถุประสงค์ในการศึกษานี้เพื่อศึกษารายละเอียดของตำรับยาของหมอพื้นบ้านภาคใต้ในการรักษาข้อเข่าเสื่อมและเผยแพร่ การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพด้วยการทบทวนเอกสารและสัมภาษณ์เชิงลึกโดยผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ การคัดเลือกหมอพื้นบ้านภาคใต้ที่ได้รับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบโรคศิลปะสาขาการแพทย์แผนไทย และยินดีเปิดเผยตำรับยารักษาโรคข้อเข่าพบว่าหมอพื้นบ้านภาคใต้ที่ได้รับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบโรคศิลปะสาขาการแพทย์แผนไทยทั้งหมด 48 คน ที่ยินดีเปิดเผยตำรับยามีจำนวน 26 คน ในจำนวนดังกล่าวพบว่า จำนวน 2 คน ที่มีตำรับยารักษาโรคข้อเข่า หมอพื้นบ้านทั้ง 2 คน ใช้รสรยาของสมุนไพรเป็นหลักในการตั้งตำรับยา คือตำรับยาพอกสูตรสร้อย ใช้สมุนไพรสร้อยเป็นหลัก และตำรับยาพอกสร้อย ใช้สมุนไพรที่มีรสเย็นเป็นหลัก แหล่งที่มาสมุนไพรส่วนใหญ่จะเป็นสมุนไพรในท้องถิ่น

**คำสำคัญ:** ภูมิปัญญา, หมอพื้นบ้านภาคใต้, ข้อเข่าเสื่อม, ตำรับยา

## Southern Thai Folk Herbal Recipes for Healing Knee Osteoarthritis

Waraporn Kaewsak<sup>\*#</sup>, Yaharee Arwaesamae<sup>†</sup>, Pornpicha Saknarawong<sup>‡</sup>,  
Jindaporn Puripattanavong<sup>§</sup>, Kingkan Bunluepuech<sup>¶</sup>, Monthaka Teerachaisakul<sup>#</sup>,  
Krit Pongpirul<sup>\*\*</sup>

<sup>\*</sup>Naradhiwas Rajanagarindra Hospital, Narathiwat 96000, Thailand

<sup>†</sup>Chaloem Phra Kiat 60 Years Nawamin Maharachini Health Center, Narathiwat 96190, Thailand

<sup>‡</sup>Su-Ngai Kolok Hospital, Narathiwat 96120, Thailand

<sup>§</sup>Faculty of Pharmacy, Prince of Songkla University, Songkhla 90110, Thailand

<sup>¶</sup>School of Medicine, Walailak University, Nakhon Si Thammarat 80160, Thailand

<sup>#</sup>Thai Traditional Medicine Research Institute, Department of Thai Traditional and  
Alternative Medicine, Bangkok 10110, Thailand

<sup>\*\*</sup>Department of Preventive and Social Medicine, Faculty of Medicine, Chulalongkorn University, Bangkok 10330, Thailand

<sup>††</sup>Corresponding author: gungging\_wa@hotmail.com

### Abstract

Knee osteoarthritis is common in elderly persons. Southern folk healers are knowledgeable about herbal recipes for treating knee osteoarthritis, but most of such recipes or knowledge has not been disseminated. This qualitative study aimed to introduce and study in detail southern Thai folk herbal recipes for knee osteoarthritis by literature review and in-depth interviews. Thai southern folk healers who had a licence to practise Thai traditional medicine and were willing to share herbal recipes were recruited. Of 48 licensed southern folk healers, 26 were willing to share their herbal recipes. But only two of them had the herbal recipes for knee osteoarthritis, consisting of four recipes in total. Both folk healers used a similar principle to start the recipes based on herbal tastes: hot poultice and cool poultice, for which most herbs could be found in local areas; and the choice of herbs was not based on research evidence.

**Key words:** wisdom, southern folk healer, OA knee, herbal recipes

### บทนำและวัตถุประสงค์

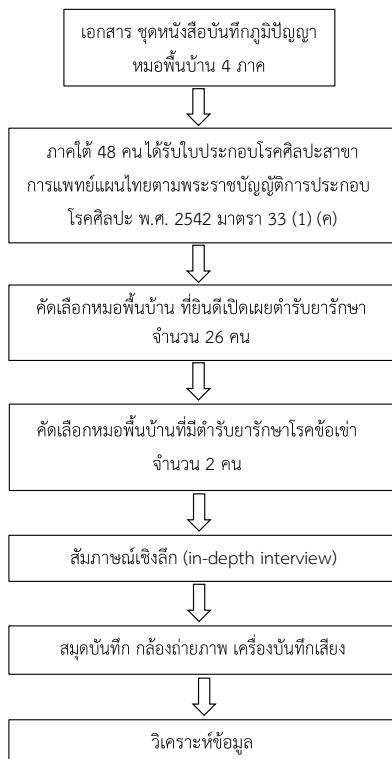
ในประเทศไทยปัญหาโรคกระดูกและข้อมีมากขึ้น จากสถิติสาธารณสุขปี 2553 พบว่า อัตราป่วยเป็นอันดับ 3 ของจำนวนผู้ป่วยนอก ในจำนวนนั้นพบว่าการมีอาการของข้อเข่าเสื่อมมีมากถึงร้อยละ 28.54 ซึ่งโรคข้อเข่าเสื่อมจะเกิดพยาธิสภาพแบบค่อยเป็นค่อยไปจนทำให้ข้อผิดรูปเกิดความพิการ เป็นต้น โรคนี้จะต้องใช้เวลาในการรักษา เช่น การใช้ยาตลอดจนการผ่าตัด และมักเกิดอาการข้างเคียงจากการใช้ยาต่าง ๆ มูลค่าการนำเข้ายาประจำปี 2553 ที่จัดแยกตามฤทธิ์ทาง

เภสัชวิทยาแบบกล่อมเนื้อและกระดูก มากกว่า 7,427 ล้านบาท<sup>[1]</sup> ขณะเดียวกันก็ได้มีการใช้ยาสมุนไพรและหัตถการอื่น ๆ รักษาโรคข้อเข่าเสื่อมตามภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยจัดเป็นทางเลือกหนึ่งเพื่อลดการใช้ยาและอาการข้างเคียง จัดว่าเป็นทางเลือกหนึ่งที่ลดค่าใช้จ่าย หมอพื้นบ้านภาคใต้มีความรู้เกี่ยวกับตำรับยารักษาโรคดังกล่าว ส่วนใหญ่ไม่ได้รับการเผยแพร่วัตถุดิบในการศึกษานี้เพื่อศึกษารายละเอียดของตำรับยาของหมอพื้นบ้านภาคใต้ในการรักษาข้อเข่าเสื่อมและเผยแพร่ คณะผู้วิจัยจึงมีความสนใจเพื่อ

ทำความเข้าใจในรายละเอียดของตำรับยา

### ระเบียบวิธีศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (qualitative research) โดยคัดเลือกหมอฟันบ้านภาคใต้จากเอกสารชุดหนังสือบันทึกภูมิปัญญาหมอฟันบ้าน 4 ภาค ที่ได้รับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบโรคศิลปะสาขาการแพทย์แผนไทย ตามพระราชบัญญัติการประกอบโรคศิลปะ พ.ศ. 2542 มาตรา 33 (1) (ค) จำนวน 48 คน ยินดีเปิดเผยตำรับยาทั้งหมด 26 คน ในจำนวนดังกล่าว พบว่า จำนวน 2 คน ที่มีตำรับยารักษาโรคข้อเข่า และมีการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) ประเด็นดังนี้ 1. ทำความเข้าใจรายละเอียดเกี่ยวกับตำรับที่ได้รับการเปิดเผย 2. หลักการตั้งตำรับยา 3. แหล่งที่มาของสมุนไพร



ภาพที่ 1 แผนภาพแสดงวิธีการในการดำเนินการวิจัย

### ผลการศึกษา

จากหมอฟันบ้านภาคใต้ ทั้งหมด 48 คน ที่ยินดีเปิดเผยตำรับยามี จำนวน 26 คน ในจำนวนดังกล่าว มี 2 คน ที่มีตำรับยารักษาโรคข้อเข่า พบข้อมูลดังนี้

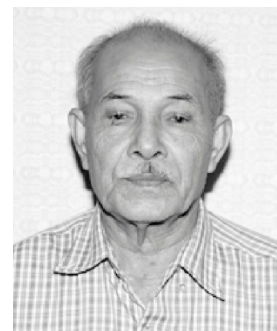
#### 1. รายละเอียดเกี่ยวกับตำรับที่ได้รับการเปิดเผย

นายยะยอ หล้าขุน จังหวัดสงขลา มีตำรับยาที่เปิดเผย 2 ตำรับ และนายเสรีฐ ขาวอรุณ จังหวัดชุมพร มีตำรับยาที่เปิดเผย 2 ตำรับ (ภาพที่ 2)

หมอยะยอ หล้าขุนมีตำรับยาเพิ่มเติมนอกเหนือจากที่เผยแพร่อยู่ในหนังสือ 2 สูตร ประกอบด้วยตำรับยาพอกสูตรร้อนและสูตรเย็น ซึ่งเป็นตำรับยาที่



นายยะยอ หล้าขุน



นายเสรีฐ ขาวอรุณ

ภาพที่ 2 หมอฟันบ้านภาคใต้ที่เปิดเผยตำรับยารักษาโรคข้อเข่า

หอมเยยอใช้สม้าเสมอ ณ ปัจจุบัน ดังแสดงในตารางที่ 1 และหอมเสริฐ ชาวอรุณ มีตำรับยาเพิ่มเติมนอกเหนือจากที่เผยแพร่อยู่ในหนังสือ 2 สูตร ประกอบด้วย ตำรับยาพอก (ตำรับที่ 1) และตำรับยาต้ม (ตำรับที่ 2)

ซึ่งพัฒนามาจากสูตรในหนังสือ เนื่องจากสมุนไพรบางชนิดไม่สามารถหาได้ และวิเคราะห์จากสมุฏฐานการเกิดโรค ดังแสดงในตารางที่ 2

### ตารางที่ 1 เครื่องยาสมุนไพรตามตำรับยาของหอมเยยอ สำขุน

ตำรับยาพอกจากหนังสือบันทึก ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านภาคใต้	ตำรับยาพอกจากการสัมภาษณ์	
	ยาพอก	ยาพอกสูตรร้อน (ตำรับที่ 1)
ผักเสี้ยนผี	ผักเสี้ยนผี	เท้ายายม่อม(ยอด/ใบ)
เสื่อสามขา (หอมน้อย)	กะเม็งหรือผักคราดหัวแหวน	ช้องนางคลี่
ใบยอ	หัวไพล	เล็บครุฑ/ใบพลู
	เหล้าขาว	ขมิ้นชัน
		ข้าวสาร

### ตารางที่ 2 เครื่องยาสมุนไพรตามตำรับยาของหอมเสริฐ ชาวอรุณ

ตำรับยาพอกจากหนังสือบันทึก ภูมิปัญญา หมอพื้นบ้านภาคใต้	ตำรับยาจากการสัมภาษณ์	
	ยาพอก	ยาพอกสูตรเย็น (ตำรับที่ 1)
หญ้าตีนนก	ใบปลับปลิง	ผักเบ็ดแดง
ใบหึ่งหาย	ใบตาลิ่ง	ไผ่ราก
ทองกลางใบมน	ดินประสีว	รากผักกระเจด
ไข่ขาว (egg white)	หัวบานเย็น	จอกแหนใหญ่
การบูร	รากผักกระเจด	หัวหอมแดง
ใบมะระขี้นก	ขี้ดมอญ	รากขี้ดมอญ
น้ำปูนใส	รากงด	หญ้างวงช้าง
	ดินสอพอง	รากกล้วยน้ำ
	ใบมะลิ	ผักเสี้ยนผี

## 2. หลักการตั้งตำรับยา

หมอพื้นบ้านตั้งตำรับยาโดยวิเคราะห์จากสาเหตุของการเกิดโรค ตรวจร่างกายของผู้ป่วยจากการดูคลำ เช่น อาการปวดข้อเข่า มีอาการข้อติดขัด หรือบวม

แดง ร้อน หรือไม่ ทาปูนแดงทดสอบ (ถ้าโรคจับโปง น้ำปูนแดงจะมีลักษณะเงาเข้มที่บริเวณจุดเจ็บ ถ้าเป็นจับโปงแห้งเข้า ปูนแดงจะแห้งสม้าเสมอตามธรรมชาติ) เพื่อประกอบการวินิจฉัยโรค จากนั้นจึงพิจารณาเลือก

ใช้ตำรับยา ซึ่งหมอพื้นบ้านทั้ง 2 คน ใช้รสรยาของสมุนไพรเป็นหลักในการตั้งตำรับยา คือตำรับยาพอกสูตรร้อนของหมอยะยอ ลำขุน รักษาอาการปวดเข่าปวดข้อ ที่ไม่มีอาการอักเสบ บวมแดง ร้อน ข้อติดขัด โดยใช้สมุนไพรร้อนเป็นหลัก เช่น ผักเสี้ยนผี หัวไพล ส่วนหมอเสริฐ ชาวอรุณ ใช้ยาต้มสูตรร้อน เช่น ผักเสี้ยนผี รากชดมอญ ผักเบ็ดแดง เป็นต้น สำหรับตำรับยาพอกสูตรเย็น ของหมอยะยอ ลำขุน รักษาอาการปวดเข่า ปวดข้อ ที่มีอาการอักเสบ บวมแดง ร้อน โดยใช้สมุนไพรที่มีรสเย็นเป็นหลัก เช่น เท้ายายม่อม ช้องนางคลี่ ส่วนยาพอกสูตรเย็นของหมอเสริฐ ชาวอรุณ ใช้ใบพลับพลึง ใบตำลึง ดินประสิว เป็นหลัก และสามารถนำสมุนไพรชนิดอื่นในพื้นที่ที่มีรสเหมือนกันมาทดแทนในตำรับได้ ตามดุลพินิจของหมอเอง

### 3. แหล่งที่มาของสมุนไพรในตำรับ

สมุนไพรในตำรับยาของหมอยะยอ ลำขุน เลือกใช้สมุนไพรที่หาได้ในท้องถิ่นเป็นหลัก เช่น สมุนไพรที่มีทั่วไปในพื้นที่ ได้แก่ ผักเสี้ยนผี กระเม็งและผักคราดหัวแหวน สมุนไพรปลูกเองได้แก่ หัวไพล เสียบครุฑ พลู และขมิ้นชัน และสมุนไพรหาจากป่า ได้แก่ เท้ายายม่อม ช้องนางคลี่ ส่วนสมุนไพรในตำรับยาของหมอเสริฐ ชาวอรุณ เป็นสมุนไพรในพื้นที่เป็นหลักเช่นกัน เช่น สมุนไพรที่มีทั่วไปในพื้นที่ ได้แก่ ใบตำลึง รากผักกระเฉด ชดมอญ ผักเบ็ดแดง หัวหอมแดง หญ้าวงช้าง ผักเสี้ยนผี และจอกแหน สมุนไพรปลูกเองได้แก่ พลับพลึง หัวบานเย็น ใบมะลิ ส่วนสมุนไพรหาจากป่าได้แก่ รากด ไร่ รากกล้วยน้ำ

### อภิปรายผล

จากการคัดเลือกหมอพื้นบ้านภาคใต้ที่เข้ารับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบโรคศิลปะสาขาการ

แพทย์แผนไทย ตามพระราชบัญญัติการประกอบโรคศิลปะ พ.ศ. 2542 มาตรา 33 (1) (ค) และยินดีเปิดเผยตำรับยารักษาโรคข้อเข่า มีจำนวน 2 คน ได้แก่ นายยะยอ ลำขุน จังหวัดสงขลา และนายเสริฐ ชาวอรุณ จังหวัดชุมพร การคัดเลือกหมอพื้นบ้านที่ได้รับการยอมรับ ความนับถือจากประชาชน ซึ่งสอดคล้องกับกระบวนการเรียนรู้ของแพทย์พื้นบ้านที่ พญ.เพ็ญภา ทรรศัยเจริญ<sup>[2]</sup> ได้กล่าวถึงกระบวนการที่จะเป็นหมอพื้นบ้านว่าต้องมีการคัดตัวศิษย์จากบุคคลภายในครอบครัว มีคุณสมบัติที่เหมาะสมและมีความรู้ที่ใช้ในการรักษาในหลักการตั้งตำรับยา หมอจะวิเคราะห์จากสาเหตุของการเกิดโรค ตรวจร่างกายของผู้ป่วยจากการดูคลำ เช่น อาการปวดข้อเข่า มีอาการข้อติดขัด หรือบวมแดง ร้อน หรือไม่ ทาปูนแดงทดสอบ เพื่อประกอบการวินิจฉัยโรค ซึ่งหมอพื้นบ้านทั้ง 2 คน ใช้รสรยาของสมุนไพรเป็นหลักในการตั้งตำรับยา คือตำรับยาสูตรร้อนรักษาอาการปวดเข่า ปวดข้อ ที่ไม่มีอาการอักเสบ บวมแดง ร้อน ข้อติดขัด โดยตำรับยาพอกของหมอยะยอ ลำขุน ใช้สมุนไพร เช่น ผักเสี้ยนผี หัวไพล เป็นต้น ส่วนหมอเสริฐ ชาวอรุณ เป็นยาต้มสมุนไพรใช้สมุนไพร เช่น ผักเสี้ยนผี รากชดมอญ ผักเบ็ดแดง เป็นต้น สำหรับตำรับยาพอกสูตรเย็น รักษาอาการปวดเข่า ปวดข้อ ที่มีอาการอักเสบ บวมแดง ร้อน โดยตำรับยาของหมอยะยอ ลำขุน ใช้สมุนไพร เช่น เท้ายายม่อม ช้องนางคลี่ เป็นต้น ส่วนยาพอกของหมอเสริฐ ชาวอรุณ ใช้สมุนไพร เช่น ใบพลับพลึง ใบตำลึง ดินประสิว เป็นต้น และสามารถนำสมุนไพรชนิดอื่นในพื้นที่ที่มีรสเหมือนกันมาทดแทนในตำรับได้ ตามดุลพินิจของหมอเอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของธรรณัส<sup>[3]</sup> ที่บอกว่าการใช้สมุนไพรรักษาโรคจะใช้สมุนไพรที่แตกต่างกันไปตามชนิดและลักษณะอาการของโรค แหล่ง

ที่มาสมุนไพรส่วนใหญ่จะเป็นยาสมุนไพรที่หาได้ในท้องถิ่นจากการพบเจอโดยทั่วไป การปลูกเอง และหาได้จากป่า ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเสาวนีย์ กุลสมบุรณ์และรุจิราภ อรรถลิขัฐ<sup>[4]</sup> ที่บอกว่าหอมพื้บ้านจะอยู่ในชุมชนและอาศัยความรู้ที่สืบทอดกันมา โดยจะใช้สมุนไพรในท้องถิ่นเป็นหลัก หอมพื้บ้านไม่ได้ถ่ายทอดองค์ความรู้ให้กับศิษย์ เนื่องจากไม่มีผู้รับการถ่ายทอดเพราะมีข้อห้ามและข้อปฏิบัติมากมายรวมทั้งห้ามเรียกร่องคำรักษาพยาบาล สอดคล้องกับกิตติ, นงพรรณและสายันต์<sup>[5]</sup> ซึ่งจะเป็นลักษณะของการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ดังนั้นหน่วยงานด้านสุขภาพจึงควรหาแนวทางส่งเสริมและสนับสนุนให้การรักษาโรคด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านอยู่ในระบบบริการสุขภาพอย่างมีมาตรฐาน และควรมีการนำองค์ความรู้ตำรับยารักษาโรคของหอมพื้บ้านจากการวิจัยครั้งนี้ไปทำการศึกษาวิจัยต่อยอดด้านประสิทธิภาพของการรักษาต่อไป

## ข้อสรุป

หอมพื้บ้านมีการรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม โดยใช้ยาสมุนไพรสร้อยรักษาอาการปวดเข่า ปวดข้อ ที่ไม่มีอาการอักเสบ บวมแดง ร้อน ข้อติดขัด ส่วนสมุนไพรสร้อยรักษาอาการปวดเข่า ปวดข้อ ที่มีการอักเสบ บวมแดง ร้อน เป็นหลักในการตั้งตำรับยา ซึ่งสมุนไพร

ส่วนใหญ่จะหาได้ในท้องถิ่น จากการพบเจอโดยทั่วไป การปลูกเอง และหาได้จากป่า ตามลำดับ

## กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอขอบพระคุณกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกที่ได้สนับสนุนทุนการวิจัยในครั้งนี้

## References

1. Value of imported drugs for the year 2010 classified by pharmacological activity. Retrieved from <https://www.fda.moph.go.th/sites/drug/download/1-2-2553.pdf>
2. Subcharoen P, Diwiset K, Santikarn C. The study of existence and role of folk healers for health care the case study of Mr. Tongoan Sithikraipong. Nonthaburi: Department of development of Thai traditional and alternative medicine, Ministry of Public Health; 2003. (in Thai)
3. Thongchuchouy T, Tanthai K, Anantasaran J. Folk healers' wisdom in the use of herbal medicines in amphur Bang kham, Songkhla province. The 4th Hat Yai academic meeting; 2013 May 10; Prince of Songkla University, Hat Yai, Songkhla. (in Thai)
4. Kulsomboon S, Atasit R. Status and direction of research on indigenous wisdom for health. Journal of Thai Traditional and Alternative Medicine. 2007;5(1):50-61. (in Thai)
5. Kitti S, Nongpan P and Sayan A. (2546) Local wisdom on self-care of Muslims in the southern border provinces. Songkhla : Prince of Songkla University (in Thai)