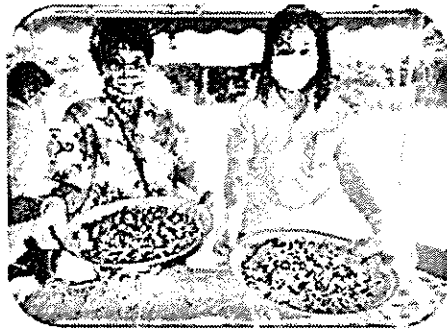


นวัตกรรมการ

สมุนไพรแช่เท้ารูปแบบเม็ดฟองฟู



กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่
เทศบาลตำบลโนนหัน ปีงบประมาณ 2565
อำเภอชุมแพ จังหวัดขอนแก่น

นวัตกรรม สมุนไพรแช่เท้ารูปแบบเม็ดฟองฟู

ที่มาและความสำคัญ

“เท้า” เป็นอวัยวะที่ถูกใช้งานอย่างหนัก แต่มักถูกมองข้ามและไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่ให้สมกับการใช้งานของมนุษย์ ปัญหาของเท้าที่พบบ่อยมีทั้งปัญหาของระบบกระดูก และกล้ามเนื้อของเท้าโดยตรง ปัญหาทางระบบประสาท และระบบหลอดเลือดซึ่งมักเป็นผลจากโรคแทรกซ้อนอื่น ๆ ทำให้ไม่สามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้คล่องตัวนัก และถ้าหากเป็นมากอาจถึงขั้นสูญเสียอวัยวะส่วนขาและเท้าได้ ซึ่งการดูแลเอาใจใส่กับอวัยวะทุกส่วนเป็นสิ่งสำคัญ โดยเฉพาะเท้าซึ่งเป็นอวัยวะที่ถูกใช้งานอย่างหนัก เพราะหากเกิดอันตรายกับเท้าแล้ว นั้นหมายถึงความไม่สุขสบายที่จะเกิดขึ้น และอาจจะเกิดความพิการขึ้นได้ (โรงพยาบาลเวชธานี, 2018) เท้าประกอบไปด้วย กล้ามเนื้อ กระดูก เส้นเลือดและเส้นประสาทหลายเส้นรวมกัน ซึ่งกล้ามเนื้อเท้าประกอบด้วยกล้ามเนื้อที่สำคัญคือ แอบคักเตอร์ ฮอลลูซิส (Abductor hallucis) แอบคักเตอร์ ดิจิโท มินิโม (Abductor digiti minimi) เฟล็กเซอร์ ดิจิโทรัม เบรวิส (Flexor digitorum brevis muscle) ซึ่งเป็นกล้ามเนื้อที่อยู่ใต้ฝ่าเท้า มีหน้าที่ช่วยค้ำจุนและเคลื่อนไหวขณะทรงตัว เดินหรือวิ่ง ส่วนกระดูกนั้นประกอบด้วยกระดูกข้อเท้า (Tarsals bones) มีข้างละ 7 ชิ้น น้อยกว่ากระดูกข้อมือข้างละ 1 ชิ้น แต่มีขนาดใหญ่กว่า ข้อมือ กระดูกฝ่าเท้า (Metatarsal bones) มีลักษณะคล้ายกระดูกฝ่ามือ มีข้างละ 5 ชิ้น แต่มีลักษณะที่พิเศษคือมีส่วนโค้ง (Foot arch) ซึ่งช่วยในการลดแรงกระแทกเวลาเดินหรือวิ่ง กระดูกนิ้วเท้า (Phalanges) มีข้างละ 14 ชิ้น โดยแต่ละนิ้วมี 3 ชิ้น ยกเว้นนิ้วหัวแม่เท้ามี 2 ชิ้น และมีลักษณะสั้นกว่านิ้วมือ (สุณีวัฒน์ ยั่งยืน, 2563)

สมุนไพรแช่เท้าจากลูกประคบ จากสมุนไพรโดยการ มุ่งเน้นเพื่อการผ่อนคลาย โดยในเครื่องยาประกอบไปด้วย ไพล ขมิ้น ใบเคย ใบเป้ง้า ใบมะกรูด ผิวมะกรูด ตะไคร้ และใบมะขาม ซึ่งสมุนไพรส่วนใหญ่มีสรรพคุณบรรเทาอาการปวดเมื่อย บรรเทาข้ออักเสบ บรรเทา อาการอักเสบคลายกล้ามเนื้อ ฝ่าเท้าเชื้อแบคทีเรีย ฝ่าเท้าเชื้อรา ลดผื่นคัน แก้คันเท้าแตก คราบมันในผิวหนัง ทำให้ ผิวเนียนนุ่มไม่แตก (ฐานข้อมูลเครื่องยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 2563)

สมุนไพรแช่เท้าใช้กรรมวิธีอย่างง่ายโดยการบดเป็นผง และบรรจุลงในพิมพ์เพื่อให้ได้ รูปทรงตามที่ต้องการ ซึ่งสมุนไพรแช่เท้าจากลูกประคบได้พัฒนาต่อยอดมาจากลูกประคบตามสูตรของ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ตำบลโนนสะอาด ปัจจุบันสมุนไพรแช่เท้าทั่วไปยังขาดการออกแบบผลิตภัณฑ์ที่ทันสมัย ดังนั้นการแก้ปัญหาดังกล่าวจะช่วยทำให้ผลิตภัณฑ์มีความน่าสนใจมากยิ่งขึ้นและเป็นการสนับสนุนการใช้ภูมิปัญญาสมุนไพรไทย ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญและนำมาพัฒนาต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ในการแก้ไขปัญหาดังกล่าว เป็นผลิตภัณฑ์กระตุ้นการไหลเวียนโลหิต คลายกล้ามเนื้อ ผ่อนคลาย บรรเทาอาการปวดเมื่อยของกล้ามเนื้อ และสมุนไพรแช่เท้าที่ทันสมัยมากยิ่งขึ้น

ตำรับสมุนไพรแช่เท้ารูปแบบเม็ดฟองฟู คือสมุนไพรสำหรับแช่เท้าในอ่างแช่เท้า โดยมีการประยุกต์มาจากสมุนไพรที่ใช้ในโครงการสร้างสุขภาพดีแพทย์วิถีธรรม เทศบาลตำบลโนนหัน ซึ่งมีจุดเด่นคือลักษณะลูกกลมๆ เมื่อหย่อนลงไป ในอ่างแช่เท้าแล้ว จะมีการแตกฟองฟูออกมา จะมีการแตกตัว พร้อมส่งกลิ่นหอมและกระจายตัวออกมาในน้ำซึ่งด้วยกลิ่นที่หอม และสีสวยนี้เอง จึงน่าจะทำให้เป็นที่นิยมในการใช้สำหรับแช่เท้าในอ่างแช่เท้า เพราะจะ สร้างความรื่นรมย์ในการแช่เท้าเป็นอย่างยิ่ง ทั้งยังช่วยให้ผ่อนคลายร่างกาย และจิตใจจากอาการเหนื่อยเมื่อยล้า อันเนื่องมาจากการทำงาน การใช้ชีวิตหนักๆ การพบเจอกับเรื่องราวต่างๆ ในระหว่างวัน เพราะในสมุนไพรแช่เท้าอันนี้จะมีสารต่างๆ มากมายซึ่งล้วนแต่เป็นส่วนประกอบที่มีประโยชน์ (พาชวิญ สุริยะเทพ, 2561)

ด้วยปัญหาข้างต้นผู้ศึกษาค้นคว้าจึงจัดทำตำรับสมุนไพรแช่เท้ารูปแบบเม็ดฟองฟู โดยมีวัตถุประสงค์ 2 ข้อคือ เพื่อศึกษาออกแบบผลิตภัณฑ์ของตำรับสมุนไพรแช่เท้ารูปแบบเม็ดฟองฟู และเพื่อศึกษาคุณสมบัติของตำรับ เพื่อให้ได้มาซึ่งประโยชน์คือ ได้นำสมุนไพรมาต่อยอดพัฒนาเพื่อเพิ่มมูลค่าให้กับตำรับสมุนไพรแช่เท้ารูปแบบเม็ดฟองฟู และได้ผลิตภัณฑ์ต้นแบบใหม่ที่จะเพิ่มความสนใจให้กับบุคลากรเชิงสุขภาพ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อออกแบบผลิตภัณฑ์ของตำรับสมุนไพรแช่เท้ารูปแบบเม็ดฟองฟู
2. เพื่อศึกษาคุณสมบัติของตำรับ เพื่อให้ได้มาซึ่งประโยชน์คือ ได้นำสมุนไพรมาต่อยอดพัฒนาเพื่อเพิ่มมูลค่าให้กับตำรับสมุนไพรแช่เท้ารูปแบบเม็ดฟองฟู และได้ผลิตภัณฑ์ต้นแบบใหม่ที่จะเพิ่มความสนใจให้กับบุคลากรเชิงสุขภาพ

เป้าหมายในการดำเนินของผลิตภัณฑ์

1. ประชาชนในเขตตำบลโนนสะอาด จำนวน 10 คน มีความพึงพอใจอย่างมากหลังใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรแช่เท้า
2. ประชาชนในเขตตำบลโนนสะอาด จำนวน 10 คน รู้สึกสบาย ผ่อนคลาย และกล้ามเนื้อคลายตัวมาก ยิ่งขึ้น

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้นำสมุนไพรจากลูกประคบมาต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ในรูปแบบเม็ดฟู
2. เพิ่มทางเลือกให้กับประชาชนสนใจในการบำบัดด้วยสมุนไพร

งบประมาณของการทำสมุนไพรแช่เท้า

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลโนนสะอาด

ระยะเวลาดำเนินงาน

เดือน ตุลาคม 2564 - กันยายน 2565

วิธีการดำเนินการและสถานที่ทำการทดลอง/เก็บข้อมูล

1. ศึกษาประสิทธิภาพของสมุนไพรแช่เท้าจากลูกประคบเพื่อความสบาย ผ่อนคลายเท้ามากยิ่งขึ้น

2. กระบวนการทำสมุนไพรแช่เท้า

3. กระบวนการศึกษาความพึงพอใจของผู้มารับบริการแพทย์แผนไทยที่มีสมุนไพรแช่เท้าจากอุกประกอบ

วัสดุและอุปกรณ์

1. ไซล (20.64 กรัม)
2. ขมิ้น (20.64 กรัม)
3. ใบเตย (11.1 กรัม)
4. ใบเปล้า (11.1 กรัม)
5. ใบมะกรูด (8.25 กรัม)
6. ผิวมะกรูด (8.25 กรัม)
7. ตะไคร้ (27.54 กรัม)
8. ใบมะขาม (11.1 กรัม)
9. พิมเสน (6.87 กรัม)
10. การบูร (9.63 กรัม)
11. Sodium bicarbonate (187.5 กรัม)
12. Citric acid Anhydrous (187.5 กรัม)
13. แป้งข้าวโพด (187.5 กรัม)
14. น้ำมันมะพร้าว (120 กรัม)
15. น้ำเปล้า (30 กรัม)
16. ชาม
17. ไม้พาย
18. เครื่องชั่งน้ำหนัก
19. ตะแกรงร่อน เบอร์ 80
20. แม่พิมพ์

ขั้นตอนการทำสมุนไพรแช่เท้า

1. ใส่วัสดุผสมแห้ง ได้แก่ Sodium bicarbonate และ Citric acid Anhydrous ผสมให้เข้ากัน จากนั้นเติมผงสมุนไพรให้เป็นเนื้อเดียวกัน และพักทิ้งไว้
2. ทำส่วนผสมที่เป็นของเหลว ได้แก่ น้ำมันมะพร้าว และน้ำเปล้ามาผสมรวมกัน
3. นำส่วนผสมที่เป็นของเหลวค่อยๆ เทลงในส่วนผสมที่เป็นของแห้ง แล้วคนให้เป็นเนื้อเดียวกัน
4. นำใช้พิมพ์ จะได้รูปแบบผลิตภัณฑ์ที่ต้องการ

วิธีการใช้งาน

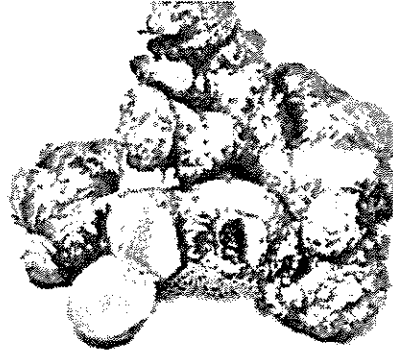
เมื่อหย่อนลงไปในอ่างแช่เท้าแล้ว จะมีการแตกฟองฟูออกมา จะมีการแตกตัว พร้อมส่งกลิ่นหอม และกระจายออกมาในน้ำ

ข้อควรระวัง/ข้อควรระวัง

1. ระวังการแช่เท้าในน้ำอุ่นสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน เพราะผู้ป่วยกลุ่มนี้มีความเสี่ยงที่จะ
ซึ่งอาจทำให้ผิวหนังพองได้
2. ไม่ควรใช้กับผู้ที่มีบาดแผลหรือโรคผิวหนังที่เท้า
3. ระวังในผู้ที่แพ้สมุนไพร

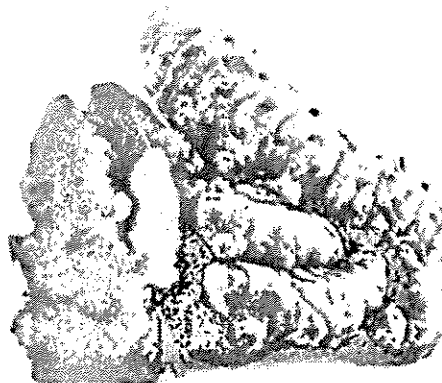
ส่วนประกอบของสมุนไพรแห่งชาติ

1. ไพล



สรรพคุณ ตำรายาไทย : เหง้า รสเผ็ดร้อนเย็น ใช้ภายนอก ประคบหรือฝนทา แก้ฟกช้ำ เคล็ดบวม แก้เหน็บชา เส้นตึง เมื่อยขบ เป็นส่วนประกอบหลักในการทำลูกประคบ ช่วยสมานแผล แก้เจ็บตูด ใช้อาบและประคบ เพื่อให้เลือดลมไหลดีในสตรีหลังคลอด ทาบรรเทาอาการผื่นคันจากการแพ้ใช้ภายใน แก้บิด แก้ท้องเสีย แก้หืด ผสมยาอื่น เช่น ตำรับยาประสะไพล เป็นยารับประทาน ขับลมในลำไส้ แก้จุกเสียด แก้ปวดท้อง แก้ท้องอืดเพื่อ ขับระดู ขับโลหิตเสีย ราก รสเย็น ขับโลหิต ทำให้ประจำเดือนมาตามปกติ แก้ท้องอืดเพื่อ แก้ท้องผูก เคล็ดยอก โรคผิวหนัง โรคอันบังเกิดแต่โลหิตอันออกทางปากและจมูก แก้อาเจียนเป็นโลหิต ดอก รสเย็น กระจายเลือดที่เป็นลิ่มก้อน กระจายโลหิตอันเกิดแต่อกภิญโญธาตุ ขับโลหิต แก้อาเจียนเป็นโลหิต แก้เลือดกำเดาออกทางจมูก แก้ช้ำใน ขับระดูประจำเดือน ทำลายเลือดเสีย ต้น รสเผ็ด ร้อนเย็น แก้ธาตุพิการ แก้อุจจาระพิการ ใบ รสเย็น แก้ไข้ แก้ปวดเมื่อย แก้ครันเนื้อครันตัว แก้ปวดเมื่อย ซ้อดอก ต้มจมน้ำพริก เป็นผักได้

2. ขมิ้น



ชื่อ : ขมิ้น (ทั่วไป) ขมิ้นแกง ขมิ้นหยอก ขมิ้นหัว (เชียงใหม่) ขมิ้น หมิ้น (ภาคใต้)

สรรพคุณ : ตำรายาไทย: ใช้ภายใน ช่วยเจริญอาหาร ยาบำรุงธาตุ ฟอกเลือด แก้ท้องอืดเพื่อ แน่น จุกเสียด ลดน้ำหนัก ปวดประจำเดือน ประจำเดือนมาไม่ปกติ อาการดีซ่าน แก้อาการวิงเวียน แก่หวัด แก้อาการชัก ลดไข้ ขับปัสสาวะ รักษาอาการท้องมาน แก้ไข้ผอมแห้ง แก้เสมหะและโลหิตเป็นพิษ โลหิตออกทางทวารหนัก และเบา

แก้ตกเลือด แก้อาการตาบวม แก้ปวดฟันเหงือกบวม มีฤทธิ์ระงับเชื้อ ต้านวัณโรค ป้องกันโรคหนองใน แก้ท้องเสีย แก้บิด รักษาเมะเร็งลาม ใช้ภายนอก ช่วยลดอาการฟกช้ำบวม ปวดไหล่และแขน บวมช้ำและปวด บวม แก้ปวดข้อ สมานแผลสดและแผลถลอก ผสมยานวดคลายเส้นแก้เคล็ดขัดยอก แก้น้ำกัดเท้า แก้ชันนะตุ แก้กลากเกลื้อน แก้โรคผิวหนังผื่นคัน สมานแผล รักษาฝี แผลพุพอง ลดอาการแพ้ อักเสบจากแมลงสัตว์ กัดต่อย ต่ำใส่แผลห้ามเลือด รักษาฝี บำรุงผิว

3. ใบเตย



สรรพคุณ : ใบเตย เป็นพืชที่คนไทยทุกคนต่างก็รู้จักกันดี เนื่องจากมีการนำมาใช้กันอย่างหลากหลายตั้งแต่สมัยโบราณแล้ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งการนำมาปรุงแต่งอาหารอย่างขนมไทยให้มึกลิ่นหอม อร่อย และยังให้สีสันน่ารับประทานอีกด้วย นอกจากนี้ใบเตยยังประกอบด้วยวิตามิน และแร่ธาตุสำคัญอีกหลายชนิด โดยใบเตยหอมจะมีเบต้าแคโรทีน, วิตามินซี, วิตามินบี2, วิตามินบี7, ธาตุแคลเซียม, ธาตุเหล็ก, ธาตุฟอสฟอรัส, คาร์โบไฮเดรต, โปรตีน และยังมีพลังงานอีกด้วย

ใบเปิ้ล้า



สรรพคุณ : ใบ มีรสร้อน เม้าเอียน เป็นยาบำรุงธาตุ แก้คันตามตัว แก้ลมจุกเสียด เป็นยาบำรุงกำลัง แก้กระหาย แก้เสมหะ และลม ดอก รสร้อน เป็นยาขับพยาธิ ผล รสร้อน เม้าเอียน ดองสุราดื่มขับเลือดหลังคลอด ขับน้ำคาวปลา เปลือกต้น และกระพี้ รสร้อน เม้าเอียน เป็นยาช่วยย่อยอาหาร แก้เลือดร้อน เปลือกต้น และใบ แก้ท้องเสีย บำรุงโลหิต น้ำต้มเปลือกต้น กินแก้ไข้ แก้ตับอักเสบ แก้ปวดข้อ และปวดเมื่อยตาม ก้ามเนื้อ แก้หนาว รสร้อนเม้าเอียน ขับพยาธิไส้เดือน ขับเลือด ขับหนองให้ตก ราก รสร้อนเม้าเอียน ขับลม และแก้โรคผิวหนังผื่นคัน

น้ำเหลืองเสีย แก้โรคเรื้อน มะเร็ง กุดทะราด กระจายลม ทำให้น้ำเหลืองแห้ง รากคัมภีร์ แก้โรคเหน็บชา โรคทางเดินปัสสาวะ แก้ปวดเมื่อย เจริญอาหาร และแก้ร้อนใน เนื้อไม้ รสร้อน แก้ริดสีดวง ลำไส้ และริดสีดวงทวารหนัก แก้กัน แก้ลมอันผูกเป็นก้อนให้กระจาย เป็นยาขับพยาธิไส้เดือน เมล็ด กินเป็นยาถ่าย (ฐานข้อมูล: สมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี)

4. มะกรูด



สรรพคุณ : ตำรายาไทย: ใบมะกรูด มีรสปร่า หอม แก้ไอ แก้อาเจียนเป็นโลหิต แก้ช้ำใน กัดเสมหะในคอ แก่น้ำลายเหนียว กัดเถาดานในท้อง แก่ระดูเสียฟอกโลหิตระดู ขับระดู ขับลมในลำไส้ แก้จุกเสียด ผิว มีรสปร่า หอม ร้อน เป็นยาขับลมในลำไส้ แก้แน่น ขับระดู ขับผายลม เป็นยาบำรุงหัวใจ ผล ดอกเป็นยาฟอกเลือด ในสตรี ช่วยขับระดู ขับลมในลำไส้ แก้จุกเสียด ลักปิดลักเปิด น้ำมันจากผิว ช่วยป้องกันรังแค และทำให้เส้นผมดกดำเป็นเงางาม ผล รสเปรี้ยว กัดเสมหะ แก่น้ำลายเหนียว กัดเถาดานในท้อง แก่ระดูเสีย ฟอกโลหิตระดู ขับระดู ขับลมในลำไส้ ถอนพิษผิดสำแดง ผลบึงไฟให้สุก ผ่าครึ่งลูก เอาดูฟอกสระผม ทำให้ผมดกดำเป็นเงา งาม นิมสลวย แก้คัน แก้รังแค แก้ชันนะตุ ทำให้ผมสะอาดแพทย์ตามชนบทใช้ผลเอาไส้ออก ใส่มหาหิงค์แทน สุมไฟให้เกรียม บดควาดปากลิ้นเด็กอ่อน ขับขี้เทา ขับลม แก้ปวดท้องในเด็ก หรือใช้ผลสดนำมาผิงไฟให้เกรียม แล้วละลายให้เข้ากับน้ำอุ่น ใช้ทาเส้นให้เด็กที่เกิดใหม่ ยาพื้นบ้านบางถิ่นใช้น้ำมันมะกรูดดองยาที่เรียกว่า "ยา" ดองเปรี้ยวเค็ม" ที่ใช้กินเป็นยาฟอกโลหิตในสตรี น้ำผลมะกรูด มีรสเปรี้ยว แก้เสมหะในลำคอ แก้เลือดออกตามไรฟัน ฟอกโลหิตระดู ขับลมในลำไส้ และใช้ถนอมยาไม่ให้บูดเน่า แก้อาการท้องอืด ช่วยเจริญ อาหาร ใช้สระผมกันรังแค เนื้อของผล แก้ปวดศีรษะ

5. ตะไคร้



ตำรายาไทย: ต้น รสหอมปร่า ขับลม ลดอาการท้องอืดท้องเฟ้อแน่นจุกเสียด แก้อาการเกร็ง ขับเหงื่อ แก้โรคทางเดินปัสสาวะ แก้อาการขัดเบา แก่น้ำ แก้ปัสสาวะเป็นเลือด ทำให้เจริญอาหาร ลดความดันโลหิต เหง้า

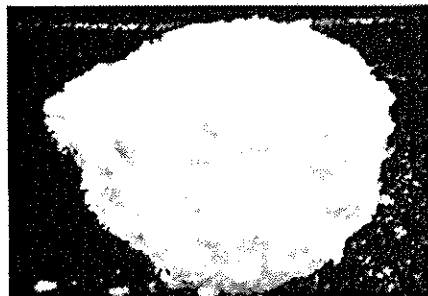
แก้เบื่ออาหาร บำรุงไฟธาตุ แก้กระษัย ขับลมในลำไส้ แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แก้บิดสภาวะขัด แก้บิดสภาวะพิการ แก้หัวใจ เป็นยารักษาเกลื้อน แก้ไข้หวัด ขับประจำเดือน ขับระดูขาว ใช้ภายนอกทุกแก้อาการปวดบวมตามข้อ

6. ใบมะขาม



สรรพคุณ : เปลือกต้น รสฝาดเมาร้อน ดับหรือฝนกับน้ำปูนใส รักษาบาดแผลเรื้อรัง ด่างแผล แก้เหงือกบวม แพทย์ยาธิผิวหนัง แก้คัน รสฝาดเมา กล่อมเสมหะและโลหิต ใบแก้ รสเปรี้ยวฝาด ขับเลือดและขับลมในลำไส้ ขับเสมหะ ฟอกโลหิต แก้บิด แก้ไอ เนื้อในสุก รสเปรี้ยว กัดเสมหะ แก้ท้องผูก แก้กระหายน้ำ คั้นกับน้ำปูนใส ดื่มขับเลือดลมในหญิงที่คลอดบุตรใหม่ คั้นกับเกลือและน้ำดื่มขับรกในครรภ์ เมล็ดใน รสมัน ใช้ร่วมกับขาระบาย ช่วยขับพยาธิไส้เดือน

7. พืชมเสน



สรรพคุณ : ตำรายาแผนโบราณ ใช้พืชมเสนเป็นยาขับเหงื่อ ขับเสมหะ กระตุ้นการหายใจ กระตุ้นสมอง บำรุงหัวใจ ใช้เป็นยาระงับความกระวนกระวาย ทำให้วังซิม แก้กมวิงเวียน หน้ามืด หัวใจอ่อน บำรุงหัวใจ ทำให้ชุ่มชื้น ทำให้เรอ ขับผายลม แก้อักเสียดแน่นเฟ้อ แก้ปวดท้อง แก้บิดแผลสด แผลเรื้อรัง แผลกามโรค แผลเนื้อร้าย ผสมในตำรับยาหอม เช่น ยาหอมเทพจิตร ยาหอมนวโกฐ มีสรรพคุณโดยรวมคือแก้อักเสียดเวียน หน้ามืดตาตาย

การกลั่นใบและยอดอ่อนของหนาดด้วยไอน้ำ จะได้พืชมเสนตากผลึกออกมา นำมาทำเป็นยากิน แก้ปวดท้อง ท้องร่วง หรือใช้ขับลม ใช้ภายนอกเป็นผงใส่บาดแผล แก้แผลอักเสบ แก้กลากเกลื้อน และแผลฟกช้ำ

8. การบูร

ขั้นตอนการทดสอบความพึงพอใจ

นำผลิตภัณฑ์สมุนไพรแช่เท้าแช่ลงไปในห้องน้ำอุ่น หลังจากนั้นยื่นเท้าลงแช่ประมาณ 5-10 นาที หลังจากแช่เท้าเสร็จสอบถามความพึงพอใจจากกลุ่มตัวอย่างพร้อมกรอกแบบประเมินความพึงพอใจ การวัดประเมินผลความพึงพอใจ

หัวข้อแบบสอบถามความพึงพอใจ	ระดับความพึงพอใจ					ค่าเฉลี่ย
	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	น้อย	ควรปรับปรุง	
ด้านประสิทธิภาพ						5.75
1. กลิ่นของผลิตภัณฑ์	6	4	0	0	0	4.17
2. ความรู้สึกหลังใช้ผลิตภัณฑ์	5	5	0	0	0	4
3. ความรู้สึกขณะใช้ผลิตภัณฑ์	9	1	0	0	0	11.1
4. สีของผลิตภัณฑ์	7	3	0	0	0	4.75
5. รูปแบบของผลิตภัณฑ์	7	3	0	0	0	4.75
ด้านประสิทธิภาพ						4.75
1. มีประโยชน์ต่อหน่วยงาน	7	3	0	0	0	4.75
2. เป็นประโยชน์ต่อผู้รับบริการ	7	3	0	0	0	4.75
รวม	48	22	0	0	0	3.83

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

เกณฑ์การแปลค่าระดับความพึงพอใจ

จากผลการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจที่มีต่อผลิตภัณฑ์สมุนไพรแช่เท้า โดยรวมมีความพึงพอใจในระดับเฉลี่ย คิดเป็นร้อยละ 3.83 ของผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนทั้งหมด 10 คน ในการสำรวจความพึงพอใจที่มีต่อผลิตภัณฑ์สมุนไพรแช่เท้าใช้การวัดระดับความพึงพอใจ 5 ระดับและกำหนดความพึงพอใจเฉลี่ยเพื่อการแปรผลโดยใช้เกณฑ์กำหนดความหมายตามขอบเขตของค่าเฉลี่ยตามแนวคิดของเบสท์ (John P. Best) ดังนี้

ค่าเฉลี่ย	การแปลค่า
ค่าเฉลี่ย 4.51 - 5.00	หมายถึง
ค่าเฉลี่ย 3.51 - 4.50	หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก
ค่าเฉลี่ย 2.51 - 3.50	หมายถึง
ค่าเฉลี่ย 1.51 - 2.50	หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00 - 1.50	หมายถึง

การคำนวณต้นทุนในการทำสมุนไพรรักษาเหา

ลำดับ	วัตถุดิบ	หน่วย	ราคาต้นทุน 1 กิโลกรัม (บาท)	ปริมาณที่ใช้	ต้นทุน (บาท)
1.	ไพล	กรัม	175	20.64	5
2.	ขมิ้น	กรัม	280	20.64	5
3.	ใบเตย	กรัม	95	11.1	2
4.	ใบเปล้า	กรัม	95	11.1	2
5.	ใบมะกรูด	กรัม	95	8.25	1
6.	ผิวมะกรูด	กรัม	80	8.25	1
7.	ตะไคร้	กรัม	95	27.54	3
8.	ใบมะขาม	กรัม	95	11.1	2
9.	พืชมะเขือ	กรัม	850	6.87	6
10.	การบูร	กรัม	235.4	9.63	3
11.	Sodium bicarbonate	กรัม	33	187.5	7
12.	Citric acid Anhydrous	กรัม	70	187.5	14
13.	แป้งข้าวโพด	กรัม	20	187.5	4
14.	น้ำมันมะพร้าว	กรัม	105	120	105
15.	ค่าไฟ/ค่าน้ำ	บาท	-	-	100
16.	ค่าแรง	-	-	-	150
รวม		ต้นทุนทั้งหมด 410 บาท			

ปัญหาและอุปสรรค

ผู้จัดทำมีเวลาในการทำงานหรือปรึกษาพูดคุยเรื่องเนื้อหาของงานได้ไม่เต็มที่เท่าที่ควร

แนวทางการแก้ไข

ผู้จัดทำต้องศึกษาเนื้อหาที่โครงการ จากนั้นรวบรวมข้อมูลไปปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ และวางแผนการปฏิบัติงานตามเวลาที่กำหนด

ผลการศึกษาและอภิปรายผล

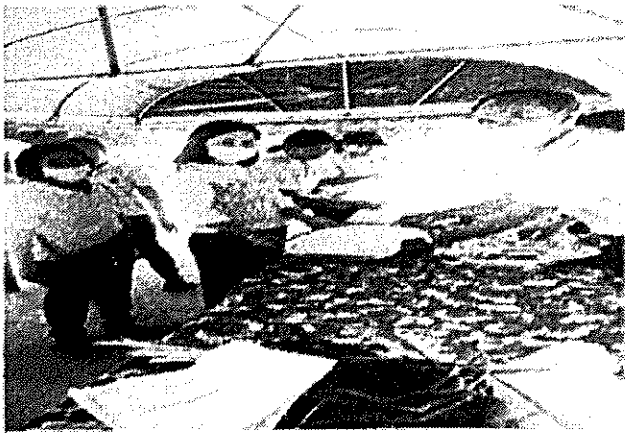
จากการศึกษาหาอัตราส่วนที่เหมาะสมและการออกแบบผลิตภัณฑ์ในการทำผลิตภัณฑ์สมุนไพรรักษาเหา เพื่อให้รู้สหาย ผ่อนคลาย ลดการแข็งเกร็งของกล้ามเนื้อ เมื่อนำไปให้กลุ่มตัวอย่างทดลองใช้เพื่อประเมินระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจจากการใช้ผลิตภัณฑ์พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน ที่เข้าร่วม.

โครงการสร้างสุขภาพดีแพทย์วิถีธรรม เทศบาลตำบลโนนหันที่มีอาการมีนชาปลายมือปลายเท้า ส่วนใหญ่จัดอยู่ในกลุ่มอายุ 50 ปีและกลุ่มตัวอย่างที่มีความสนใจทดลองใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรแช่เท้าซึ่งผลการประเมินความคิดเห็นที่มีต่อการยอมรับ ผลิตภัณฑ์ กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจในระดับเฉลี่ยโดยรวม คิดเป็นร้อยละ 3.83

การแช่เท้าด้วยสมุนไพร เป็นการระบายพิษหรือการขับของเสียออกทางมือและเท้า จะเห็นว่าแพทย์แผนโบราณหลายประเทศมีการกดจุดหรือชูตระบายพิษจากมือและเท้า เมื่อเราใช้มือและเท้าในกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ทำให้กล้ามเนื้อเส้นเอ็นเกิดการแข็งเกร็ง ส่งผลให้ขบวนการระบายพิษออกจากร่างกาย และเมื่อแช่เท้าด้วยน้ำอุ่น จะช่วยให้กล้ามเนื้อเส้นเอ็นที่แข็งเกร็งคลายตัว รูขุมขนเปิด สามารถขับพิษออกจากร่างกายได้ดีขึ้น ส่งผลให้สุขภาพดีขึ้น (เจนจิรา กุศลวงศา, 2562) ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย นอนหลับง่าย และช่วยเพิ่มการไหลเวียนของเลือด (พิมพ์วิภา แพรกหา, 2562)

ผู้จัดทำได้นำสมุนไพรในลูกประคบมาพัฒนาเป็นสมุนไพรแช่เท้า เนื่องจากสมุนไพรที่ใช้ในลูกประคบส่วนใหญ่มีน้ำมันหอมระเหย เมื่อนำสมุนไพรแช่ลงในน้ำอุ่น น้ำมันหอมระเหยซึ่งเป็นตัวยาจะออกมากับไอน้ำและความชื้น เมื่อแช่เท้าลงไป สมุนไพรจะซึมเข้าไปในผิวหนัง ช่วยรักษาอาการเคล็ด ขัดยอก และอาการปวดเมื่อยของกล้ามเนื้อ นอกจากนี้ ความร้อนจากลูกประคบจะช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของเลือดดีขึ้น ช่วยให้ตัวยายซึมผ่านผิวหนังได้ดีขึ้น ทั้งกลิ่นจากน้ำมันหอมระเหย ยังช่วยทำให้เกิดความสดชื่นและรู้สึกผ่อนคลายอีกด้วย

ภาพประกอบนวัตกรรม
สมุนไพรแช่เท้ารูปแบบเม็ดฟองฟู



ข้อมูลนวัตกรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น

จังหวัด

ขอนแก่น

อำเภอ

ชุมแพ

อปท.

เทศบาลตำบลโนนหัน

ชื่อนวัตกรรมฯ/โครงการ

ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของภูมิปัญญาท้องถิ่นและผู้ปกครอง

ประเภท

กิจกรรม

ชื่อผู้รับผิดชอบนวัตกรรมฯ/โครงการ

นางสาวศรีศรญา ป่อทอง

เบอร์ติดต่อ

ปีที่ทำ

2563

รางวัลที่ได้รับ

ลำดับ

ปีที่ได้รับรางวัล

ชื่อรางวัล

ยังไม่พบข้อมูล

วัตถุประสงค์

- เพื่อให้เห็นประโยชน์ความสำคัญของระบบชาติอย่างคุ้มค่า
- เพื่อการเรียนรู้เพิ่มอาชีพ และหารายได้เพิ่ม

รายละเอียด

ตัวรูปภาพ

ลำดับ

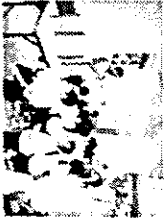
รูปภาพ

รายละเอียด

1



2



3



กลับ

Copyright ©2020 Department of Local Administration. All right reserved. [10/07/2566 22:57:41] [134.236.157.76][info62-app02]
[DAS18706A8F4C576F54BF098FF6E2F46]

ข้อมูลนวัตกรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น

จังหวัด

ขอนแก่น

อำเภอ

ชุมแพ

อปท.

เทศบาลตำบลโนนหัน

ชื่อนวัตกรรมฯ/โครงการ

ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของภูมิปัญญาท้องถิ่นและผู้ปกครอง

ประเภท

กิจกรรม

ชื่อผู้รับผิดชอบนวัตกรรมฯ/โครงการ

นางสาวศรัณญา บ่อทอง

เบอร์ติดต่อ

ปีที่ทำ

2563

รางวัลที่ได้รับ

ลำดับ

ปีที่ได้รับรางวัล

ชื่อรางวัล

ยังไม่พบข้อมูล

วัตถุประสงค์

- เพื่อให้เห็นประโยชน์ความสำคัญของระบบยาตัวอย่างคุณค่า
- เพื่อการเรียนรู้เพิ่มอาชีพ และหารายได้เพิ่ม



รายละเอียด

ตัวรูปภาพ

ลำดับ

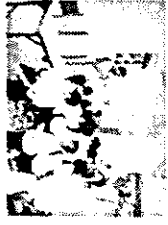
รูปภาพ

รายละเอียด

1



2



3



กลับ

Copyright ©2020 Department of Local Administration. All right reserved. [10/07/2566 22:57:41] [134.236.157.76][inf662-app02]
[DAS18706A8F4C576F54BF098FF6E2F46]