ป่าชุมชน จังหวัดหนองคาย กับความท้าทายพัฒนาให้เป็น “แหล่งผลิตสมุนไพรของประเทศลุ่มน้ำโขง”

เรียบเรียง โดย พีรพัฒน์ พรชนะรัตน์

จังหวัดหนองคาย มีป่าชุมชน ขึ้นทะเบียนตาม พรบ.ป่าชุมชน พ.ศ. 2562 จำนวน 124 แห่ง มีพื้นที่มากกว่า 16,000 ไร่ (ศูนย์ป่าไม้หนองคาย.2568)

"ป่า 3 อย่าง ประโยชน์ 4 อย่าง" คือ แนวคิดพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศรมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ในการปลูกป่าเพื่อการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย

ป่า 3 อย่าง

- **ไม้ใช้สอย:** ไม้โตเร็วที่ใช้ในครัวเรือน เช่น ไม้ฟืน ทำเครื่องมือ หรือใช้สอยอื่นๆ (เช่น ไม้ไผ่ สะเดา)
- **ไม้กินได้:** พืชที่ให้ผลผลิตเป็นอาหารและยาสมุนไพร เช่น มะม่วง ผักกินใบต่างๆ
- **ไม้เศรษฐกิจ:** ไม้ที่ปลูกไว้สำหรับสร้างบ้านเรือน และจำหน่ายสร้างรายได้ในระยะยาว เช่น ไม้สัก ประดู่ ยางนา

ประโยชน์ 4 อย่าง

- **พออยู่:** ได้ใช้ประโยชน์จากไม้เศรษฐกิจในการสร้างที่อยู่อาศัย และเป็นรายได้
- **พอหากิน:** ได้ประโยชน์จากไม้กินได้เป็นอาหารและยาสมุนไพร

/พอใช้...

- **พอใช้:** ได้ประโยชน์จากไม้ใช้สอยเป็นฟืน หรือของใช้ในครัวเรือน
- **อนุรักษ์ดินและน้ำ:** การปลูกพืชที่หลากหลายและมีการปลูกแนวรับน้ำ จะช่วยอนุรักษ์ดินและต้นน้ำลำธาร สร้างระบบนิเวศที่สมบูรณ์

สมุนไพรป่าอีสานมีหลากหลายชนิด เช่น ขมิ้นชัน, กระชายดำ, บัวบก, ฟ้าทะลายโจร, ไพล, ข่า, และสมุนไพรอื่นๆ ที่พบได้ในท้องถิ่น โดยสมุนไพรแต่ละชนิดมีสรรพคุณและการนำไปใช้ที่แตกต่างกันไป

สมุนไพรในป่าของจังหวัดหนองคาย ได้แก่ **เทพทาโร** ซึ่งมีชื่อเรียกอื่นในท้องถิ่น ว่า **การบูร** นอกจากนี้ยังมีสมุนไพรอื่น ๆ ที่พบได้ทั่วไปในป่า เช่น ขมิ้นชัน, รางจืด, กระชายดำ, ฟ้าทะลายโจร และพืชสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาแบบภูมิปัญญาพื้นบ้านอย่าง ก้นปิด, กรุงเขมา, ขมิ้นเครือ, ข่า, ตองแตก, เถาคันขาว, เถาปั่นซ้าย, พญารากขาว, รางแดง, สะค้าน, และฮ้อสะพายควาย สำหรับเทพทาโร(การบูร) มีลักษณะ: เป็นไม้ต้นในวงศ์ Lauraceae มีเปลือกและเนื้อไม้ใช้แต่งกลิ่นอาหาร, บำรุงธาตุ, ขับลม, และแก้จุกเสียด ใบมีสรรพคุณขับลม, เมล็ดนำมาสกัดน้ำมันสำหรับนวดบรรเทาอาการปวดได้

/จังหวัดใกล้เคียง...

จังหวัดใกล้เคียง ได้แก่ จังหวัดบึงกาฬมีสมุนไพรหลากหลายชนิด เช่น **สิรินธรวัลลี** (ไม้เถาเลื้อยพาดตามต้นไม้, ใช้แก้ปวดเมื่อยตามร่างกายและข้อ, ป้องกัน/รักษาโรคเบาหวาน) นอกจากนี้ยังมี **ปลาไหลเผือก, ยานางแดง, กระชายดำ, วานเอ็นยืด, ไพล, ขมิ้นชัน** และอื่นๆ ที่ชาวบ้านนำมาใช้ในด้านการรักษา สำหรับสิรินธรวัลลี (ประดงแดง)เป็นไม้เลื้อยขนาดใหญ่ พบได้ในป่าดิบแล้งหรือป่าเบญจพรรณ เช่น บริเวณเขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าภูวัว สรรพคุณ รากและลำต้นต้มดื่มช่วยแก้ปวดเมื่อยตามร่างกายและข้อ, ป้องกันและรักษาโรคเบาหวานและมีประโยชน์สามารถปลูกเป็นไม้ประดับ หรือทำซุ้มให้ร่มเงา

สมุนไพรป่าอีสานที่สำคัญและสรรพคุณ

- **ใบย่านาง**: เป็นสมุนไพรที่ได้รับความนิยมอย่างมากในภาคอีสาน ใช้ปรุงอาหารเพื่อปรับสมดุลร่างกายและมีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ น้ำคั้นจากใบย่านางมีสรรพคุณช่วยบรรเทาอาการที่เกิดจากภาวะไม่สมดุลแบบร้อนเกินไป เช่น อาการไข้ แก้ร้อนใน และใช้ในตำรับยาบำบัดโรคต่าง ๆ
- **กระชายดำ**: พบมากในจังหวัดเลย มีสรรพคุณบำรุงกำลัง เป็นยาอายุวัฒนะ ช่วยขับลมในลำไส้ และแก้ปวดท้อง
- **ขมิ้นชัน**: เป็นสมุนไพรที่พบได้ทั่วไปรวมถึงในจังหวัดกาฬสินธุ์ มีสรรพคุณช่วยแก้ไข้เรื้อรัง รักษาโรคผิวหนังผื่นคัน และช่วยสมานแผล
- **บัวบก**: พบในจังหวัดอุบลราชธานี มีสรรพคุณบำรุงหัวใจ ช่วยแก้ช้ำใน และบำรุงกำลัง
- **โคคลาน**: เป็นสมุนไพรประจำจังหวัดยโสธร มีการใช้ในตำรับยาพื้นบ้านเพื่อรักษาอาการต่าง ๆ
- **กำแพงเจ็ดชั้น**: เป็นสมุนไพรที่พบในจังหวัดร้อยเอ็ด รากหรือลำต้นนำมาต้มน้ำดื่ม แก้ประดง (โรคผิวหนังที่มีเม็ดขึ้นคัน) หรือผสมสมุนไพรอื่นแก้มะเร็ง
- **ฟ้าทะลายโจร**: เป็นที่รู้จักกันดีในสรรพคุณช่วยแก้ไข้และบรรเทาอาการหวัด
- **ไพล:** ช่วยลดอาการปวดและต้านการอักเสบ
- **ข่า:** ช่วยในการขับลมและแก้ท้องอืดท้องเฟ้อ
- **คูน:** พบได้ที่จังหวัดขอนแก่น
- **เร่วน้อย:** พบได้ที่จังหวัดชัยภูมิ
- **สมอไทย:** พบได้ที่จังหวัดนครพนม
- **พรมมิ:** พบได้ที่จังหวัดนครราชสีมา
- **กระเม็ง:** พบได้ที่จังหวัดบุรีรัมย์
- **ว่านกีบแรด:** พบได้ที่จังหวัดมุกดาหาร
- **โคคลาน:** พบได้ที่จังหวัดยโสธร
- **กำแพงเจ็ดชั้น:** พบได้ที่จังหวัดร้อยเอ็ด
- **โหลดทะนงแดง:** พบได้ที่จังหวัดสุรินทร์
- **มะเม่า:** ผลไม้พื้นบ้านที่ได้รับความนิยมในภาคอีสาน

ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเหล่านี้มักถูกถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นโดยหมอยาพื้นบ้านในชุมชนอีสาน ซึ่งการใช้สมุนไพรบางชนิดจำเป็นต้องได้รับคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญก่อนเพื่อความปลอดภัยและประสิทธิภาพสูงสุด สำหรับผู้ที่สนใจศึกษาเพิ่มเติม สามารถดูข้อมูล**สมุนไพรในป่าอีสาน**ได้จากฐานข้อมูลสมุนไพรคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานีหรือฐานข้อมูลเครื่องยาไทย (เวบไซต์ https://pubhtml5.com/)