

ข่าวสารสมาคม



พืชสวน

ปีที่ 34 ฉบับที่ 2 ประจำเดือนพฤษภาคม - สิงหาคม 2562

HORTICULTURAL SCIENCE SOCIETY OF THAILAND



พระราชพิธีบรมราชาภิเษก	4
ถังเช่า.....ความรู้สู่สถานการณ์	7
ท่องเที่ยวรอบเกาะใต้หัวหิน	12
กัญชา : พืชความหวังของผู้ป่วย	21
มหัศจรรย์กัญชง	24

ร่วมลุ้นรางวัลกับรายการ

แอนทราโคล®

เชื่อมั่นกว่า 40 ปี



เงื่อนไขการส่งคูปองและการจับรางวัล

ซื้อ แอนทราโคล® 25 กิโลกรัม 1 กระสอบ รับทันทีคูปอง 1 ใบ

1) หยอดเขตส่งคูปองครั้งที่	1	เดือน	สิงหาคม	2562	จับรางวัล	เดือน	กันยายน	2562
2) หยอดเขตส่งคูปองครั้งที่	2	เดือน	ตุลาคม	2562	จับรางวัล	เดือน	พฤศจิกายน	2562
3) หยอดเขตส่งคูปองครั้งที่	3	เดือน	ธันวาคม	2562	จับรางวัล	เดือน	มกราคม	2563

ในการจับรางวัลแต่ละครั้ง มีรางวัลดังนี้

รางวัลที่ 1 : รถมอเตอร์ไซด์ยี่ห้อฮอนด้ารุ่น Super Club Retro	มูลค่า 40,000 บาท	จำนวน 1 รางวัล
รางวัลที่ 2 : โทรศัพท์มือถือ Huawei รุ่น Y5	มูลค่า 2,900 บาท	จำนวน 4 รางวัล
รางวัลที่ 3 : กระเป๋าเดินทาง แอนทราโคล®	มูลค่า 1,000 บาท	จำนวน 40 รางวัล
รางวัลที่ 4 : เสื้อยืดแขนยาว แอนทราโคล®	มูลค่า 100 บาท	จำนวน 200 รางวัล

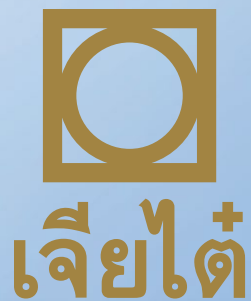


บริษัท ไบเออร์ไทย จำกัด แผนก ครอปชาयน์
130/1 ถนนสาทรเหนือ แขวงสีลม เขตบางรัก
กรุงเทพฯ 10500
โทรศัพท์ 02232 7000 โทรสาร 02066 5424

www.bayer.co.th

หมายเหตุ :

- 1) ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ สำหรับผู้โชคดีที่ได้รับรางวัลที่ 1 รถมอเตอร์ไซด์ยี่ห้อฮอนด้ารุ่น Super Club Retro จะไม่สามารถรับรางวัลอื่นๆ ได้อีก
- 2) ผู้โชคดีที่ได้รับรางวัลมูลค่า 1,000 บาทขึ้นไป ต้องชำระภาษีหัก ณ ที่จ่าย 5 % ของมูลค่าของรางวัลตามคำสั่งสรรพากรที่
- 3) ของรางวัลไม่สามารถแลกเปลี่ยนเป็นเงินสดได้
- 4) พนักงาน และครอบครัวของบริษัทและร้านค้าตัวแทนจำหน่ายไม่มีสิทธิ์ร่วมรายการส่งเสริมการขายนี้
- 5) การตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นที่สุด



ตลอดเส้นทางความทุ่มเทกว่า 98 ปี

นวัตกรรมการเกษตร เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าอย่างยั่งยืน



กองบรรณาธิการ

พระราชพิธี
บรมราชาภิเษก

เมื่อเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2562 ที่ผ่านมา พลกนิกรชาวไทย
ทุกหมู่เหล่าทั่วประเทศต่างปลื้มปิติที่มีโอกาสได้เห็นพระราชพิธีสำคัญ
ทั้งดงาม เป็นไปตามโบราณราชประเพณี และสมพระเกียรติยศ พระราช
พิธีที่กล่าวถึงนี้ คือ **พระราชพิธีบรมราชาภิเษก**

พระราชพิธีบรมราชาภิเษก เป็นโบราณราชประเพณีที่สืบทอดมายาวนาน เพื่อการเสด็จขึ้นครองราชย์โดยสมบูรณ์ของพระมหากษัตริย์ไทย เป็นราชประเพณีที่ได้รับอิทธิพลจากคติอินเดีย ลักษณะการพระราชพิธีแต่เดิมมีแบบแผนรายละเอียดอย่างไรไม่ปรากฏหลักฐานแน่ชัด การเรียกชื่อพิธีก็แตกต่างกันไปในแต่ละยุคสมัย เช่น ในสมัยอยุธยาและรัตนโกสินทร์ตอนต้น เรียกว่า พระราชพิธีราชาภิเษก หรือ พิธีราชาภิเษก ในปัจจุบันเรียก **“พระราชพิธีบรมราชาภิเษก”**



เสด็จฯ เลียบพระนครทางสถลมารค



พ.ศ. 2326 พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราชโปรดเกล้าฯ ให้ชำระตำราว่าด้วยการราชาภิเษกในสมเด็จพระเจ้าอู่หมพรแล้วเรียบเรียงขึ้นไว้เป็นตำรา เรียกว่า “ตำราราชาภิเษกครั้งกรุงศรีอยุธยาสำหรับหอหลวง” เป็นตำราเกี่ยวกับการราชาภิเษกที่เก่าแก่ที่สุดเท่าที่พบหลักฐานในประเทศไทย และโปรดเกล้าฯ ให้สร้างเครื่องประกอบพระราชพิธีบรมราชาภิเษก แบบแผนการราชาภิเษกดังกล่าวได้ยึดถือปฏิบัติเป็นแบบอย่างสืบมา

สำหรับพระราชพิธีบรมราชาภิเษก พ.ศ. 2562 นั้น เริ่มจากประกาศสำนักพระราชวัง ลงวันที่ 2 มกราคม พ.ศ. 2562 เรื่อง ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ตั้งการพระราชพิธีบรมราชาภิเษก โดยเลขาธิการพระราชวังรับพระราชโองการเหนือเกล้าเหนือกระหม่อม ให้ประกาศให้ทราบทั่วกันว่า โดยที่ สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร ได้เสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติเป็นพระมหากษัตริย์แห่งประเทศไทย ตามคำกราบบังคมทูลเชิญของประธานสภานิติบัญญัติแห่งชาติ ปฏิบัติหน้าที่ประธานรัฐสภา กราบบังคมทูลในนามของปวงชนชาวไทย

ทรงพระราชดำริว่า เป็นโอกาสอันควรที่จะได้ประกอบพระราชพิธีบรมราชาภิเษกตามพระราชประเพณี เพื่อความเป็นสวัสดิมงคลของประเทศชาติและราชอาณาจักร ให้เป็นที่ชื่นชมยินดีของประชาชนผู้มีความหวังตั้งใจอยู่ทั่วกัน จึงทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ตั้งการพระราชพิธีบรมราชาภิเษกขึ้น ดังนี้

วันที่ 4 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 พระราชพิธีบรมราชาภิเษกเสด็จออกมหาสมาคม และพระราชพิธีเฉลิมราชสมภพ

วันที่ 5 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 พระราชพิธีเฉลิมพระปรมาภิไธยพระนามาภิไธย และสถาปนาฐานันดรศักดิ์พระบรมวงศานุวงศ์ และเสด็จฯ เียบพระนครโดยพยุหยาตราทางสถลมารค

วันที่ 6 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 เสด็จออก ณ สีหบัญชร

ส่วนการเสด็จฯ เียบพระนครโดยพยุหยาตราทางชลมารค ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้มีขึ้นในช่วงการพระราชพิธีทรงบำเพ็ญพระราชกุศลถวายผ้าพระกฐิน ปลายปี พ.ศ. 2562

จากนั้นรัฐบาลได้เตรียมการพระราชพิธีบรมราชาภิเษก โดยมีกำหนดการพระราชพิธีเป็น 3 ช่วง คือ

พระราชพิธีเบื้องต้น ประกอบด้วย การเตรียมน้ำอภิเษก การจารึกพระสุพรรณบัฏ ดวงพระบรมราชสมภพ และแกะพระราชลัญจกรระหว่างวันที่ 6-23 เมษายน พ.ศ. 2562

พระราชพิธีเบื้องกลาง เป็นพระราชพิธีบรมราชาภิเษก กำหนดวันที่ 2-6 พฤษภาคม พ.ศ. 2562

พระราชพิธีเบื้องปลาย เป็นพระราชพิธีทรงบำเพ็ญพระราชกุศลถวายผ้าพระกฐิน โดยขบวนพยุหยาตราทางชลมารค ไปยังวัดอรุณราชวราราม ในปลายเดือนตุลาคม พ.ศ. 2562

การปฏิบัติตามโบราณราชประเพณี ในแต่ละช่วงเวลา มีดังนี้

การเตรียมน้ำอภิเษก โดยผู้ว่าราชการจังหวัดทุกจังหวัดทำพิธีพลีกรรมตักน้ำจากแหล่งน้ำศักดิ์สิทธิ์ที่ราชอาณาจักรจำนวน 107 แห่ง



พระที่นั่งภัทรบิฐ



พระที่นั่งอัฐทิศอุทุมพรราชอาสน์

(บางจังหวัดมีแหล่งน้ำศักดิ์สิทธิ์มากกว่า 1 แห่ง) ซึ่งทำพิธีพร้อมกันในวันที่ 6 เมษายน พ.ศ. 2562 ตั้งพิธีทำน้ำอภิเษก ณ พระอารามสำคัญประจำจังหวัดในวันที่ 8 เมษายน และเวียนเทียนสมโภชน้ำอภิเษกในวันที่ 9 เมษายน จากนั้นทุกจังหวัดเชิญน้ำศักดิ์สิทธิ์มาตั้งไว้ในพระอุโบสถวัดสุทัศนเทพวราราม รวมกับน้ำอภิเษกของกรุงเทพมหานคร ซึ่งมาจากหอศาสตราคมในพระบรมมหาราชวัง น้ำเบญจสุทธคงคาจาก แม่น้ำบางปะกง แม่น้ำป่าสัก แม่น้ำเจ้าพระยา แม่น้ำราชบุรี และแม่น้ำเพชรบุรี น้ำจากสระ 4 สระ คือ สระแก้ว สระเกษ สระคา สระยมนา ในจังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อประกอบพิธีเสกน้ำอภิเษกในวันที่ 18 เมษายน พ.ศ. 2562 จากนั้นในวันที่ 19 เมษายน มีการแห่เชิญน้ำอภิเษกจากวัดสุทัศนเทพวรารามไปยังพระอุโบสถวัดพระศรีรัตนศาสดาราม เพื่อพราหมณ์ประกอบพิธี

การจารึกพระสุพรรณบัฏ ดวงพระบรมราชสมภพ และพระราชลัญจกร วันที่ 22 และ 23 เมษายน พ.ศ. 2562 ประกอบพิธีจารึกพระสุพรรณบัฏเฉลิมพระปรมาภิไธย ดวงพระบรมราชสมภพ และแกะพระราชลัญจกรประจำรัชกาลที่ 10 รวมทั้งจารึกพระสุพรรณบัฏพระบรมวงศ์ ณ วัดพระศรีรัตนศาสดาราม

ถวายราชสักการะสมเด็จพระบรมราชูปถัมภ์ ในวันที่ 2 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เสด็จพระราชดำเนินไปถวายราชสักการะพระบรมราชานุสรณ์ รัชกาลที่ 5 ณ พระลานพระราชวังดุสิต และถวายราชสักการะพระบรมราชานุสรณ์ รัชกาลที่ 1 ณ เชิงสะพานพระพุทธยอดฟ้า จากนั้นเสด็จพระราชดำเนินไปยังพระบรมมหาราชวังเพื่อทรงบวงสรวงสิ่งศักดิ์สิทธิ์

การพระราชพิธีบรมราชาภิเษก ในวันที่ 3 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 มีพิธีแห่เชิญพระสุพรรณบัฏ ดวงพระบรมราชสมภพ และพระราชลัญจกรประจำรัชกาล จากวัดพระศรีรัตนศาสดารามไปยังพระที่นั่งไพศาลทักษิณ เพื่อทูลเกล้าฯ ถวายในการพระราชพิธีบรมราชาภิเษก

สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เสด็จพระราชดำเนินไปทรงนมัสการพระพุทธมหายานรัตนปฏิมากร ณ พระอุโบสถวัดพระศรีรัตนศาสดาราม ทรงนมัสการพระรัตนตรัย ณ พระที่นั่งอมรินทรวินิจฉัย ถวายบังคมพระบรมอัฐิ พระอัฐิ ณ หอพระธาตุมณเฑียร



สมเด็จพระสังฆราชถวายน้ำมูรธาภิเษก



ทรงรับน้ำอภิเษกจากนายกรัชมุนตรี



พระครูพรหมมณีทูลเกล้าฯ ถวายเครื่องราชกกุธภัณฑ์



เครื่องเบญจราชกกุธภัณฑ์



เสด็จฯ ออกสีหบัญชร



เมื่อได้เวลามหามงคลฤกษ์ ณ พระที่นั่งไพศาลทักษิณ มีพิธีจุดเทียนชัย พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์ประกาศพระราชพิธีบรมราชาภิเษก และพระสงฆ์เจริญพระพุทธมนต์

บรมราชาภิเษกและเฉลิมราชมณเฑียร ในวันที่ 4 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 มีการประกอบพระราชพิธีบรมราชาภิเษก โดยสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงสรงมูรธาภิเษก ณ มณฑลพระกระยาसनาน บริเวณศาลาพระที่นั่งจักรพรรดิพิมาน (น้ำสรงมูรธาภิเษก คือ น้ำจากเบญจสุทธองคคา และ น้ำจากสระน้ำ 4 สระในจังหวัดสุพรรณบุรี) ทรงรับน้ำพระพุทธมนต์ และน้ำเทพมนต์ ตามลำดับ

จากนั้นเสด็จฯ ประทับ ณ พระที่นั่งอัฐทิศอุทุมพรราชอาสน์ (พระที่นั่งแปดเหลี่ยม สร้างจากไม้มะเดื่อ) เพื่อทรงรับน้ำอภิเษก คือน้ำจากทุกจังหวัดที่ประกอบพิธีแล้ว เสร็จแล้วเสด็จฯ ประทับยังพระที่นั่งภัทรบิฐ ภายใต้พระนพปฎลมหาเศวตฉัตร เพื่อทรงรับพระสุพรรณบัฏจารึกพระปรมาภิไธย เครื่องราชกกุธภัณฑ์ เครื่องบรมขัตติยราชวราภรณ์ และพระแสงราชศัสตราวุธ

วันเดียวกันนี้ เสด็จฯ ออกมหาสมาคม ณ พระที่นั่งอมรินทรวินิจฉัย ทรงรับการถวายพระพรชัยมงคล จากพระบรมวงศานุวงศ์ คณะองคมนตรี คณะรัฐมนตรี และข้าราชการชั้นผู้ใหญ่ จากนั้นเสด็จฯ โดยขบวนราบใหญ่ไปยังวัดพระศรีรัตนศาสดาราม เพื่อทรงประกาศพระองค์เป็นพุทธศาสนูปถัมภก แล้วเสด็จฯ ไปถวายบังคมพระบรมรูปสมเด็จพระบูรพมหากษัตริยาธิราช ณ ปราสาทพระเทพบิดร เสด็จฯ ไปถวายบังคมพระบรมอัฐิ พระอัฐิ สมเด็จพระบรมราชบุพการี ณ พระที่นั่งดุสิตมหาปราสาท

ในช่วงค่ำวันเดียวกันนี้ มีพระราชพิธีเฉลิมพระราชมณเฑียร (เปรียบเสมือนการขึ้นบ้านใหม่ เพื่อความเป็นสิริมงคล และความร่มเย็นเป็นสุข) โดยพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เสด็จฯ เถลิงพระแท่นราชบรรจถรณ์ (ทรงประทับแรม 1 คืน) ณ พระที่นั่งจักรพรรดิพิมาน

พระราชพิธีเฉลิมพระปรมาภิไธย สถาปนาพระฐานันดรศักดิ์ และเสด็จฯ เถลิงพระนคร ในวันที่ 5 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 ช่วงเช้าพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เสด็จฯ ยังพระที่นั่งอมรินทรวินิจฉัย ในการ

พระราชพิธีเฉลิมพระปรมาภิไธย และสถาปนาพระฐานันดรศักดิ์พระบรมวงศ์ ช่วงเย็นเสด็จพระราชดำเนินโดยขบวนพระยุหยาตราทางสถลมารคไปยัง วัดบวรนิเวศวิหาร วัดราชบพิธสถิตมหาสีมาราม และ วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม เพื่อทรงนมัสการพระพุทธปฏิมาประธาน และพระบรมราชสรีรางคาร

เสด็จฯ ออกสีหบัญชร วันที่ 6 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เสด็จออก ณ ท้องพระโรง พระที่นั่งสุทไธสวรรย์ปราสาท ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้นำศาสนา และผู้แทนคณะพาณิชย์ ผ้าทูลละอองธุลีพระบาทถวายพระพรชัยมงคล จากนั้นเสด็จฯ ออกสีหบัญชร โปรดเกล้าฯ ให้ประชาชนถวายพระพรชัยมงคล และเสด็จฯ ออก ณ ท้องพระโรงพระที่นั่งจักรีมหาปราสาท โปรดเกล้าฯ ให้คณะทูตานุทูต และกงสุลต่างประเทศเฝ้าทูลละอองธุลีพระบาทถวายพระพรชัยมงคล

เสด็จฯ โดยขบวนพยุหยาตราทางชลมารค ในปลายเดือนตุลาคม พ.ศ. 2562 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว จะเสด็จพระราชดำเนินโดยขบวนพยุหยาตราทางชลมารค ซึ่งมีเรือพระที่นั่งสุพรรณหงส์ เป็นเรือพระที่นั่ง เสด็จฯ ไปยังวัดอรุณราชวราราม เพื่อทรงบำเพ็ญพระราชกุศลถวายผ้าพระกฐิน เป็นพระราชพิธีเบื้องปลายที่ทำให้พระราชพิธีบรมราชาภิเษกครบถ้วนสมบูรณ์ตามโบราณราชประเพณี

อนึ่ง ในการประกอบพระราชพิธีบรมราชาภิเษกในวันที่ 4 พฤษภาคม พ.ศ. 2562 ทรงประทับบนพระที่นั่งภัทรบิฐ ภายใต้พระนพปฎลมหาเศวตฉัตร หลังจากทรงรับการทูลเกล้าฯ ถวายพระสุพรรณบัฏ เครื่องราชกกุธภัณฑ์ เครื่องบรมขัตติยราชวราภรณ์ และ พระแสงราชศัสตราวุธ แล้ว ทรงมีพระปฐมบรมราชโองการว่า **“เราจะสืบสาน รักษา และ ต่อยอด และครองแผ่นดินโดยธรรม เพื่อประโยชน์สุขแห่งอาณาราษฎรตลอดไป”**

(ข้อมูลจาก : หนังสือประมวลองค์ความรู้ พระราชพิธีบรมราชาภิเษก กระทรวงวัฒนธรรม, พ.ศ. 2562)



ว่าที่ ร.ต. อาจารย์ ดร.สุรพงษ์ โกสิยะจินดา

ถึงเข้า.....ควรรู้สู่สถานการณ์

ทุกวันนี้มีข่าวมากมายที่อาจทำให้เครียด เช่น หมอกควัน (smog) ฝุ่นพิษ (PM 2.5) สภาวะโลกร้อนขึ้น (global warming) น้ำท่วม น้ำไหลบ่า อุบัติเหตุรถยนต์ จักรยานยนต์ พิษภัยจากสุรา สารเสพติด ฯลฯ อาหารต่างชาติที่โฆษณาล้าลึก อาจทำให้เป็นทาสทางวัฒนธรรม อาหารรสจัดๆ ที่ว่าอร่อยๆ ซึ่งซ่อนคำสาปให้ป่วยต่อมา รวมทั้งสมุนไพร อาหารเสริม สำหรับผู้ที่สนใจถึงเข้า ควรศึกษาบทความนี้ก่อนที่จะตัดสินใจใดๆ บทความนี้เป็นข้อมูลวิชาการ ห้ามใช้วินิจฉัย รักษาโรค ถ้าใช้เป็นยาควรปรึกษาแพทย์เฉพาะทางที่ได้ศึกษาเรื่องนี้

หลังจากร่างกายเจริญเติบโตเต็มที่ อัตราการสร้าง-ซ่อมต่างๆ ในร่างกายจะลดลงตามอายุที่เพิ่มขึ้น ภูมิคุ้มกันลดลง เจ็บป่วยง่าย แผลหายช้า โดยทั่วไปการเสื่อมเกิดตลอดเวลาซึ่งมีอัตรามาก น้อย แตกต่างกัน ผู้ใดมีวัฏบอบายมุขมากก็เสื่อมมาก และเสื่อมเร็วทวีคูณ การเลี้ยงและลดปัจจัยที่ทำให้เสื่อมได้ ก็เป็นการชะลอและลดอัตราความเสื่อม-ชราได้ การสร้างเป็นการเกิดเซลล์ใหม่จากเซลล์ที่มีชีวิตปกติ เพื่อชดเชย-ฟื้นฟู-ซ่อมแซมอวัยวะที่ชำรุด และรักษาบาดแผลได้เองตามอัตราภาพ ซึ่งจะหายเร็วหรือช้าก็ขึ้นกับเงื่อนไขของร่างกายของแต่ละคนว่ามีภูมิคุ้มกันระดับใด แข็งแรงสมบูรณ์ขนาดไหน ตลอดจนสภาวะแวดล้อมทั้งมวล

การชดเชย-ฟื้นฟู-ซ่อมแซมอวัยวะที่ชำรุดและรักษาบาดแผลของร่างกายจะเกิดได้เร็วระดับใดโดยอาศัยอาหารที่กินตามคำแนะนำของหน่วยงานรัฐนั้นน่าสนใจ ในความเป็นจริงมีผู้ใดทำได้ครบตามคำแนะนำบ้าง โดยเฉพาะสภาวะแวดล้อมปัจจุบันอาจทำให้บางคนได้รับอนุมูลอิสระมาก และหลายโอกาสยังซ้ำเติมด้วยอาหารที่ต่อยคุณภาพ ถ้าเช่นนั้นมันช่วยอะไรบ้าง อย่างไรไปแก้ไข-บรรเทา สภาวะไม่ดีดังกล่าวได้

ความไฝฝืนที่ใครมีสุขภาพดี มีร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บ ไม่ไข้ ไม่ป่วยง่าย ๆ มีการเสื่อมน้อยหรือเสื่อมช้าๆ จึงนำมาซึ่งความคิดว่าน่าจะมีสิ่งที่เรียก “ยาอายุวัฒนะ” ทั้งนี้เนื่องจากความเสื่อมและความชราเดินหน้าแบบไม่ยอมหยุดอยู่ตลอดเวลา หากชะลอความเสื่อม ความชราได้บ้างคงจะวิเศษมิใช่น้อย จึงเกิดการแพทย์สาขาเวชศาสตร์ชะลอวัย (anti-aging medicine) ขึ้นในวงการแพทย์ตะวันตก ทั้งนี้วงการแพทย์ตะวันออกก็มีเวชศาสตร์สาขานี้ชุกก่อนแล้ว

การสืบค้นข้อมูลเอกสาร พบว่ามีการใช้ถึงเข้าเป็นยาอายุวัฒนะมานานแล้วในหลายประเทศในเอเชียโดยไม่พบบันทึกว่าเป็นสมุนไพร-ยาที่อันตราย คนไทยอาจใช้ถึงเข้าเป็นอาหาร หรือเสริมอาหารซึ่งต้องเข้าใจตามคณะกรรมการอาหารและยาว่า สารเสริมอาหาร “ไม่มีผลในการป้องกันหรือรักษาโรค” แต่ถ้าเรากินเป็นอาหาร วิชาสุศึกษา และโภชนาการคงได้ให้ความรู้ระดับสติปัญญาแก่ผู้อ่านบ้างว่า “อาหาร”



คืออะไร

รา และเห็ด อุบัติขึ้นก่อนมนุษย์ มีทั้งชนิดที่มีประโยชน์หรือให้โทษ บางชนิดอาจมีพิษถึงตาย ที่ดีเป็นประโยชน์ก็ใช้เป็นอาหาร ยาอายุวัฒนะและยารักษาทั้งโรคคน โรคสัตว์ และยังใช้สกัดเป็นสาร (ยา) กำจัดศัตรูพืชทั้งโรคและแมลงได้อีกด้วย ทั้งนี้ต้องใช้อย่างระมัดระวัง เช่นเดียวกับยารักษาโรคคน ที่อันตรายนั้นต้องแพทย์สั่ง และที่อันตรายมากๆ แพทย์ก็เป็นทั้งผู้สั่งและผู้ไข ผู้ปฏิบัติเท่านั้น เพราะสิ่งใดมีประโยชน์ ก็มักมีโทษกำกับมาเสมอ มันเหมือนคำสาปหรือข้อแม้เงื่อนไขที่ธรรมชาติให้มาคู่กันแก่มนุษย์ และสิ่งมีชีวิตอื่นๆ

อย่างไรก็ตามมีข่าวเรื่องผู้ป่วยด้วยโรคไตเสื่อมเพิ่มมากขึ้น และเกิดการสันนิษฐานว่าผู้ป่วยเหล่านั้นได้กินถึงเข้าและสมุนไพรมา แต่ขาดข้อมูลหลักฐานด้านวิทยาศาสตร์ยืนยัน ข้อมูลของยาแผนปัจจุบันชนิดต่างๆ ที่ใช้ในการบรรเทาโรคปวด โดยเฉพาะข้อ-กระดูกนั้นมึผลข้างเคียง นอกจากอาจทำให้กระเพาะอาหารเป็นแผลได้แล้ว ยังมีผลทำให้ไตเสื่อมได้ รวมทั้งยาปฏิชีวนะต่างๆ และอาหารรสจัด (เค็ม) ฯลฯ ส่วนถึงเข้านั้นกลับมีรายงานวิจัยว่าให้ผลบวกต่อการบำรุง-ฟื้นฟูไตเสื่อม ดังนั้น ผู้ให้ข่าวต้องระมัดระวังในเรื่องความถูกต้อง-แม่นยำ หากให้ข่าวในเรื่องที่ขาดตรรกะ อาจนำมาถึงความเสียหายและเสื่อมศรัทธากับทุกฝ่ายได้

1800+ ปีที่ผ่านมา หลังฤดูใบไม้ผลิ พungหญ้าาม คนเลี้ยงสัตว์ในทิเบตสังเกตเห็นจามริดสุดชิ้นแข็งแรง-ว่องไว ผิดปกติทั้ง 2 เพศ ต่อมาพบว่าหญ้าที่จามริดกินนั้นมีพืชชนิดหนึ่งแซม คือดอกเห็ดซึ่งเจริญมาจากราที่มีชื่อทางวิทยาศาสตร์ *Cordyceps sinensis* (ปัจจุบันได้ชื่อใหม่คือ *Ophiocordyceps sinensis* ซึ่งยังไม่นิยม ใช้กัน) ราในสกุลนี้มีมากกว่า 680 ชนิดๆ *sinensis* หมายถึงมาจากจีนซึ่งเป็นแหล่งที่พบถึงเข้ามากกว่าที่อื่นๆ ราชนิดนี้นักหนอนของผีเสื้อกลางคืนเฉพาะชนิดเป็นอาหาร จึงกล่าวได้ว่าเป็นโรคของแมลง วิชามแมลง (กีฏวิทยา) เรียก entomopathogenic fungus ก่อนเข้าฤดูหนาว หนอนมุดลงใต้ผิวดิน แต่ไปติดเชื้อราถึงเข้าที่กระจายอยู่ก่อน ก็เลยกลายเป็นอาหารของราถึงเข้าตลอดฤดูหนาว จนหนอนตาย เมื่ออุณหภูมิสูงขึ้น เส้นใยราถึงเข้าที่อัดกันแน่นในซากตัวหนอนก็รวมตัวกันพัฒนาเป็นดอกเห็ดที่ขึ้น แซม-แทรกกับหญ้า โดยดอกเห็ดดินและแท่งทะลุทางด้านหัวของซากตัวหนอนโดยซากตัวหนอนยังคาติดอยู่ใต้ดิน



ถั่งเช่าเป็นชื่อภาษาจีนแต้จิ๋ว ถั่ง แปลว่าหนอน
เช่า คือหุ้ ถั่งเช่าก็คือ **หุ้หนอน** ถั่งเช่ามีชื่อเต็มว่า **ตั้งถั่ง
แฮ่เช่า ตั้งคือฤดูหนาว แฮ่คือฤดูร้อน** รวมแปลได้ว่า ฤดู
หนาวเป็นหนอน ฤดูร้อนเป็นหุ้ (เห็ด) ในอดีต หมอจีน
ได้ใช้ถั่งเช่า (เห็ดกับซากตัวหนอน ซึ่งดอกเห็ดมีขนาดเล็ก
กว่าซากตัวหนอนหลายเท่า) รักษาโรคคนได้หลายโรคที่ไม่
เคยรักษาได้มาก่อน และใช้ถั่งเช่าตุ๋นกับเนื้อสัตว์ปรุงเป็น
อาหารบำรุงร่างกายโดยถือว่ากินอาหารเป็นยา แพทย์หลวง
ในราชสำนักจีนได้ปรุงถั่งเช่าเป็นยาจีนที่มีใช้เฉพาะใน
ราชสำนักสำหรับฮ่องเต้ เพื่ออายุยืน บางท่านแย้งว่าฮ่องเต้
ส่วนใหญ่ มีพระชนมายุสั้น ก็มีคำอธิบายว่า ถ้าฮ่องเต้ไม่ได้
เสวยถั่งเช่า พระชนมายุของท่านก็จะสั้นกว่านี้โดยไม่ต้อง
สงสัย

พ.ศ. 2536 นักกีฬาหญิงจีน 9 คนได้ทำลายสถิติ
กีฬาโลก 9 รายการ ทำให้สงสัยกันว่ามีการใช้สารกระตุ้น
โดยข้อเท็จจริง คณะนักกีฬาจีนได้บำรุงร่างกายด้วยสมุนไพร
ถั่งเช่า ผู้เกี่ยวข้องทั่วโลกเริ่มหันมาสนใจถั่งเช่ากันมากขึ้น
รวมทั้งวงการสุขภาพทางตะวันตก จึงมีการศึกษาวิจัยเรื่อง
ถั่งเช่ามากขึ้นตามลำดับอย่างกว้างขวาง และต่อมามี
ผลิตภัณฑ์ถั่งเช่าออกขายอย่างแพร่หลาย และมีข่าวว่า
ผลิตภัณฑ์ส่วนใหญ่ไม่ได้คุณภาพ มีทั้งปลอม ปนปลอม
ด้อยคุณภาพ ฯลฯ ชาวกระซิบว่าถั่งเช่าดังกล่าวมักผสมสาร
พวกที่ใช้ในยา **ไวอากร้า**

ถั่งเช่า ที่กล่าวมาตอนต้นเป็นผลผลิตของป่าซึ่ง
พบ ณ ที่ราบสูงเหนือระดับน้ำทะเล 3,000-5,000 เมตร
ในทิเบต เสฉวน และยูนนาน เป็นต้น เป็นสินค้าราคาแพง
มากๆ ที่ศูนย์การค้าแห่งหนึ่งในกรุงเทพฯ มีถั่งเช่าจีน
ซึ่งหนัก 10 กรัม ตั้งราคา 20,000 บาท หรือ กิโลกรัมละ
2 ล้านบาท และมีข้อมูลว่าถั่งเช่าชนิดดีๆ อาจมีราคา 5-8
ล้านบาท เอาเป็นว่า **ฟังหูไว้หู** ด้วยเหตุราคาแพงมากๆ การ
เสาะแสวงหาถั่งเช่าก็เข้มข้นมาก ส่งผลให้ถั่งเช่าป่าที่พบ

ต่อๆ มาภายหลังมีจำนวนน้อยลงๆ และคุณภาพถั่งเช่าก็ด้อยลงๆ ทุกปี แต่ราคาก็แพง
ขึ้นๆ กับมีความเสี่ยงต่อการสูญพันธุ์ด้วย

อนึ่ง ถั่งเช่าจีนป่ามีข้อด้อยคือคุณภาพไม่คงที่ เพราะปัจจัยสิ่งแวดล้อมต่างๆ
คุณภาพของตัวหนอน ฯลฯ มนุษย์พยายามเพาะเลี้ยงถั่งเช่าจีนป่า-ธรรมชาติ หรือถั่งเช่า
จีน *C. sinensis* ก็ทำได้ไม่เท่าที่ควร เพราะผลผลิตที่คนทำได้นั้นเป็นแค่เส้นใยเป็น
ส่วนใหญ่ ไม่ค่อยได้ดอกเห็ด เนื่องจาก ราชินีนี้ มีคุณสมบัติเฉพาะตัว คนบางคนและ
นักอนุรักษ์นิยมมีความเชื่อว่าของจีนป่าดีกว่าชนิดใหม่ซึ่งต้องวินิจฉัยด้วยงานวิจัยด้าน
วิทยาศาสตร์ ทั้งนี้มีรายงานว่าถั่งเช่าชนิดใหม่ *C. militaris* ที่เรียกว่า **เห็ดถั่งเช่าสีทอง**
นั้น มีสารออกฤทธิ์ที่สำคัญ คือ **cordycepin** มากกว่า *C. sinensis* ป่าประมาณ
2.7 - 90 เท่า และถั่งเช่าจีนนี้เมื่อเพาะเลี้ยงก็ได้แต่เส้นใย ไม่ได้เห็ด ทั้งนี้เส้นใยที่ได้มีสาร
ออกฤทธิ์น้อยกว่าเห็ด โดยสารออกฤทธิ์ในเส้นใยที่ได้จากการเพาะเลี้ยงในอาหารธัญพืช
มีน้อยกว่าการเพาะเลี้ยงในอาหารเหลว

นอกจากนี้ยังมีการค้นคว้าวิจัยต่อๆ มา และได้พบถั่งเช่าสีทองพันธุ์ใหม่ที่ดีกว่า
เดิม ถั่งเช่าสีทองที่มีคุณภาพดี มีสารคอร์ไดเซปิน อะดีโนซีน และสารออกฤทธิ์ตัวอื่นๆ
ไม่ด้อยไปกว่าถั่งเช่าจีนชนิดเดิม และเมื่อผลิตได้ดีกว่าย่อมเป็นผลดีต่อผู้จำหน่ายต้องกิน
ที่มีรายได้น้อยต่อไป

ถั่งเช่าจีน *C. sinensis* ป่า มีปริมาณสารคอร์ไดเซปินน้อยและไม่เกิน 1,000
ppm (ส่วนต่อล้านส่วน) ส่วน อะดีโนซีนมี 1,500 - 1,600 ppm สำหรับ**ถั่งเช่าสีทอง**
C. militaris ที่ผลิต-ขายกันมีปริมาณสารคอร์ไดเซปิน แตกต่างกันตั้งแต่ไม่น้อยกว่า 100
ถึง 3,000 ppm ฯลฯ พวกที่มีสารคอร์ไดเซปินน้อยๆ ก็มีราคาถูกซึ่งเหมาะสำหรับนำไป
ปรุงอาหาร ส่วนพวกที่มีสารคอร์ไดเซปินความเข้มข้นมากก็นำไปผลิตเป็นอาหารเสริม
โดยทั่วไปมักมีความเข้มข้นไม่น้อยกว่า 2,000 ppm ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเทคโนโลยีในการผลิต
 ฯลฯ **ที่สำคัญคือ คุณภาพ** การมีโลหะหนัก ฯลฯ ปนเปื้อน โดยเฉพาะสินค้าที่นำเข้า
ราคาถูก ซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพของคนไทย ฯลฯ ย่อมก่อให้เกิดผลเสียหลาย
ประการ ปกติราคาล้างเช่าที่ซื้อขายกันขึ้นอยู่กับปริมาณความเข้มข้นของสารออกฤทธิ์
คอร์ไดเซปิน ฯลฯ ดังนั้น ต้องพิจารณาให้รอบคอบว่า ถั่งเช่าควรมีมาตรฐานอย่างไร ?

โฆษณาขายถั่งเช่าต่างๆ มีข้อสังเกต เช่น

1. เน้นว่าเป็นถั่งเช่าจีน ฯลฯ เพื่อให้เกิดความเชื่อถือของเก่าแก่

2. มีรูปถั่งเช่าจีนคือ “ซากตัวหนอนที่มีเห็ดงอกออกจากหัว” ในฉลาก
แต่วัตถุดิบในแคปซูล คืออะไร ประเด็นนี้มีบทความต่างประเทศตีพิมพ์ว่า “สิ่งที่เห็น
(ถั่งเช่าจีนที่มีซากตัวหนอน) นั้น ไม่มีในอาหารเสริมถั่งเช่าที่เสนอขาย” เนื่องจากสารที่
บรรจุในแคปซูลนั้นอาจเป็นเส้นใยของราถั่งเช่าจีน ไม่ใช่เห็ด หรือถั่งเช่าจีนดังรูปที่แสดง
บนฉลาก หรือถั่งเช่าสีทองคุณภาพดีที่ผลิตได้ในประเทศไทย

3. ราคาล้างเช่าจีนแพงมากๆ แต่ราคาที่เสนอขายกันนั้นถูกกว่าที่ระบุไว้
มากมาย หลายเท่าตัว

4. ตั้งราคาแพง แล้ว ลด และ แถม ฯลฯ

มาตรฐาน ย่อมให้ผลดีต่อทุกคน ถ้าไม่มีการบิดเบือน ดังนั้นควรสนับสนุน
ให้มี **มาตรฐานถั่งเช่าไทย** เช่น มีมาตรฐานการผลิตที่ดี (Good Production Practice,
GPP) หรือมาตรฐานการเกษตรที่ดี (Good Agricultural Practice, GAP; จี เอ พี) และ
มาตรฐานคุณภาพ ตามแนวทางของโคเด็กซ์ (Codex Standard for Cordyceps
Mushroom) ทั้งนี้จะได้เป็นฐานของความยุติธรรมสำหรับทุกฝ่าย ทั้งผู้ผลิต
ผู้ค้าและผู้บริโภค สำหรับมาตรฐานเหล่านี้ สำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหาร
แห่งชาติ (มกอช.) ในกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ ซึ่งเชี่ยวชาญในเรื่องเหล่านี้ น่าจะรับ

ดำเนินการได้

สรรพคุณและภูมิปัญญา ถั่งเช่ามีประโยชน์มากมาย มีการสืบทอดการใช้โดยแพทย์พื้นบ้าน และในวงการแพทย์ตะวันตกเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการรักษาซึ่งจะพัฒนาการใช้ประโยชน์ได้มากขึ้นตามกาลเวลาอันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อวงการสาธารณสุขไทยซึ่งทำกัน ในหลายประเทศที่พัฒนาแล้ว สรรพคุณที่ทราบกันทั่วๆ ไปตั้งแต่ในอดีตคือใช้พื้นฟูพลังกำลัง เป็นสมุนไพรรักษาโรคหอบหืด หลอดลม และเป็นยาอายุวัฒนะที่ช่วยฟื้นฟูซ่อมแซมอวัยวะของร่างกายให้มีสุขภาพดี มีคุณภาพชีวิตดีและอายุยืนยาว ฯลฯ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สูงอายุ จำเป็นต้องมีตัวช่วย เพราะท่านมีอัตราการซ่อมแซมร่างกายที่ช้ากว่าผู้อ่อนวัยกว่า ซึ่งแข็งแรงกว่า เมื่อมีรายงานการศึกษาวิจัยถึงเช่าที่โรงพยาบาลและสถาบันวิจัยต่างๆ ให้ผลบวก ก็สามารถยืนยันสรรพคุณที่สืบทอดกันมา และสนับสนุนให้มีการใช้ถั่งเช่าในวงการแพทย์ทั่วโลกมากขึ้นอย่างมั่นใจ อนึ่ง ความรู้ที่ได้มาก็ควรเผยแพร่ให้คนไทยได้ทราบกันทั่วหน้า ให้เกิดสติ ปัญญา ไม่ตกเป็นเหยื่อของการโฆษณาที่เกินความจริง ทั้งๆ ที่ถั่งเช่าก็เป็นสมุนไพร และอาหารเสริม (functional food, superfood) อยู่แล้ว

ความรู้เรื่องถั่งเช่านั้นแสวงหาได้จากอินเทอร์เน็ต ทั้งรายงานการวิจัย และบทความทั่วไป ซึ่งมีสาระที่ครอบคลุมข้อมูลของถั่งเช่าที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ เช่น การชะลอความเสื่อม ความชรา ..ระบบทางหายใจ ..ตับ..ไต ม้าม ...เบาหวาน...โรคของหัวใจและทางเดินของโลหิต เส้นเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจ เส้นเลือดที่ไปเลี้ยงสมอง เส้นเลือดที่หัวใจตีบ หัวใจขาดเลือด เนื้อหัวใจตาย จังหวะการเต้นของหัวใจผิดปกติ (arrhythmia) แขน-ขามีเลือดมาเลี้ยงไม่พอ ใช้เป็นสารบรรเทาความเจ็บปวด ฯลฯ บางข้อมูลก็ปรากฏก็อาจเกินความจริงหรือมีข้อสงสัยได้เช่นกัน ดังนั้นผู้อ่าน โดยเฉพาะผู้มีอาชีพทางสุขภาพควรได้อ่าน และวิเคราะห์ เพื่อความรู้ให้คู่ทันสถานการณ์จะได้วินิจฉัยประเด็นได้ถูกต้อง

เอกสารรายงานการศึกษาวิจัยถึงเช่ามีข้อมูลที่สรุปได้ว่า ถั่งเช่าเป็นอาหาร และสมุนไพรที่มีคุณสมบัติดีสำหรับสุขภาพ ที่สำคัญจำแนกได้ 4 ด้านกว้างๆ คือ

1. **การทำลายอนุมูลอิสระ** ซึ่งเป็นสาเหตุของความเสื่อม-ชรา และก่อโรคได้ในโอกาสต่อไป

2. **ด้านการอักเสบ** ซึ่งชักนำให้เกิดความเสื่อม-ชราและก่อโรคได้ในโอกาสต่อไป

3. **ด้านเซลล์มะเร็ง**

4. **ปรับระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายให้เป็นปกติ**

กรณีเป็นอาหารเสริมหรือยาอายุวัฒนะมักแนะนำให้กินวันละ 0.5-1.0 กรัม ก่อนอาหารเช้า หากใช้เป็นยาก็ควรต้องปรึกษาแพทย์เฉพาะทางซึ่งอาจแนะนำให้กินวันละ 3 ถึง 6 กรัม (เนื้อถั่งเช่าที่บด-บรรจุในแคปซูล) ทั้งนี้ต้องเป็นถั่งเช่าที่มีความเข้มข้นของคอร์ไดเซปินได้มาตรฐาน

ปัจจุบันมีรายงานวิจัยมากขึ้นตามลำดับซึ่งเสนอเรื่องสาร cordycepin ในถั่งเช่าที่ชักนำ “การกำหนดอายุขัยของเซลล์” (apop-

tosis) ซึ่งทำให้เซลล์ที่ผิดปกติไปมีอายุสั้นหรือตายเร็วขึ้นโดยเซลล์ฝ่อ เช่น เซลล์มะเร็งตับอ่อน มะเร็งต่อมลูกหมาก มะเร็งไต มะเร็งเม็ดเลือดขาว และยังมีรายงานวิจัยว่าสาร cordycepin ชัดขวางเอ็นไซม์ (enzyme) ที่ชักนำให้เกิดโรค rheumatoid arthritis (ข้ออักเสบจากโรค รูมาตอยด์) กับรายงานวิจัยเรื่องสาร cordycepin จากถั่งเช่าสีทอง (*C. militaris*) สามารถป้องกันโรคโลหิตที่มีกรดยูริกสูง (hyperuricemia) หรือโรคเก๊าท์ได้

ในกรณีของสาร cordycepin ชักนำให้เซลล์มะเร็งต่อมลูกหมากฆ่าตัวตาย (ฝ่อ) ด้วยอายุสั้นนั้น เป็นกระบวนการอนุมูลอิสระ (ROS –reactive oxygen species) จำนวนมากที่เข้าทำลายเยื่อไมโทคอนเดรียในเซลล์มะเร็ง เช่นเดียวกันกับกรณีในเซลล์มะเร็งของไต **พึงต้องระวังอัตราการเกิดเซลล์ฝ่อกับเซลล์ที่เกิดใหม่ด้วย**

อาจสรุปได้ว่าสาร cordycepin มีคุณสมบัติ

1. ปรับ-ซ่อม-กำหนด (โปรแกรม) พันธุกรรม (DNA) ที่หลงผิด -เพี้ยน เสียหายด้วยสาเหตุต่างๆ ให้กลับเป็นปกติ

2. ดังนั้น เซลล์ที่สร้างขึ้นใหม่จึงไม่เพี้ยน ไม่กลายพันธุ์ ไม่เป็นมะเร็ง

3. ชัดขวางการเจริญเติบโตของเซลล์เพี้ยนๆ เช่น เซลล์มะเร็ง โดยชักนำให้เซลล์นั้นๆ สร้างโปรแกรมฆ่าตัวตาย (ฝ่อ) คือ กำหนดให้อายุสั้นและตายเร็วขึ้น (apoptosis) แต่ยังไม่พบรายงานอัตราการฝ่อ

กระบวนการข้างบนเกิดขึ้นได้เร็วในคนอายุน้อย และแข็งแรง แต่เกิดในอัตราช้าในผู้สูงอายุ ร่างกายยังแข็งแรงน้อยกว่า ยิ่งสูงวัยมาก อัตราที่เกิดก็ยิ่งช้ามาก การเห็นผลบวกจึงไม่ทันใจเท่าที่ควร ดังนั้นผู้สูงอายุทั้งหลายจำเป็นต้องรักษาสุขภาพให้แข็งแรงพอเสมอเพื่อจะได้เห็นผลบวกในการใช้ถั่งเช่าในเวลาอันควร

อาจกล่าวได้ว่า ถั่งเช่าเป็นสมุนไพรที่ปรับตัวเข้ากับสารอื่นได้ (adaptogen) ช่วยปรับการทำงานของอวัยวะในร่างกายให้อยู่ในสภาวะสมดุล (homeostasis) กินง่าย บำรุงร่างกาย ประกอบด้วยสารคอร์ไดเซปิน กรดคอร์ไดเซปิก อะดีโนซีน โพลีแซคคาไรด์ เบต้ากลูแคน และสเตอรอล จากพืชซึ่งเป็นต้นตอของวิตามินดี สาร SOD (superoxide dismutase) ซึ่งเป็นเอ็นไซม์สำคัญ และอุดมด้วยสารอาหารต่างๆ ทั้งกรดอะมิโนที่สำคัญ ทั้งหมด 18 ชนิด โปรตีน วิตามิน B, E, K และแร่ธาตุต่างๆ ที่มีระบุในอาหารเสริมหลากหลาย/หลากหลายวิตามิน(multivitamin/multimineral supplements)

การศึกษาทางเภสัชศาสตร์รายงานว่อาจประกอบของถั่งเช่า มีประสิทธิภาพสำคัญในด้านสุขภาพ เป็นอาหารเสริมสร้างให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกันดี ช่วยเสริมฤทธิ์ยารักษาโรค และยังมีรายงานแสดงว่าปริมาณสารออกฤทธิ์ และสารอาหารต่างๆ ส่วนใหญ่ของ *C. militaris* (ถั่งเช่าสีทอง) มีมากกว่า *C. sinensis* (ถั่งเช่าจีน)

คุณสมบัติต่างๆ ของถั่งเช่าทางเภสัช ช่วยให้คนเรามีสุขภาพดีนั้น มีหลายข้อที่ได้รับการยืนยันจากงานวิจัย และหลายข้อก็กำลังรอผลงานวิจัยให้มายืนยัน คุณสมบัติเกี่ยวกับสุขภาพดังกล่าวของถั่งเช่าอาจนำมาให้พิจารณาได้ดังต่อไปนี้



1. ช่วยควบคุมการทำงานของอวัยวะในร่างกายให้อยู่ในสภาวะสมดุล (homeostasis)
2. ช่วยให้จิตสงบ นอนหลับดี เพิ่มฮอร์โมนเจริญเติบโต ช่วยชะลอความชรา
3. บรรเทาอาการเวียนบ้านหมุน น้ำในหูไม่เท่ากัน เสียงดังในหู ปวดเอว ปวดหลัง ปวดข้อ ข้ออักเสบเพราะโรคเก๊าท์ ข้ออักเสบเพราะโรครูมาตอยด์
4. เพิ่มพลังงานให้กับเซลล์ ร่างกายอาจอ่อนแอขึ้นเล็กน้อย ถ้ากินมากเกินไป บำรุงกำลัง-ร่างกาย ทำให้ร่างกายสดชื่น แก้อ่อนเพลีย เหมาะต่อการออกกำลังกายและการกีฬา
5. ช่วยปรับระบบการขับปัสสาวะบ่อยผิดปกติ บำรุง หยิน-หยาง ให้สมดุล ให้ผลดีต่อสุขภาพของระบบทางเดินปัสสาวะและต่อมลูกหมาก
6. บรรเทาอาการไตเสื่อม ไตอักเสบเรื้อรัง คนไข้โรคไตวายเรื้อรังมีอาการดีขึ้นมากถึง 51% หลังจากใช้ถึง 1 เดือน งานวิจัยในหนู แสดงว่าช่วยป้องกันโรคไตจากเบาหวาน อาจเป็นยาต้านโรคเบาหวาน
7. บำรุง ฟันฟูและเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของตับและไตให้ดีขึ้น
8. การศึกษาทางการแพทย์พบว่าสารสกัดถึงเข้ามีฤทธิ์ขยายหลอดเลือดซึ่งจะบรรเทาเรื่องเส้นเลือดตีบ กระตุ้นการทำงานของต่อมหมวกไต ลดจำนวนครั้งในการฟอกไต
9. เพิ่มปริมาณเอ็นไซม์ superoxide dismutase (SOD) ที่เพิ่มตัวทำลายอนุมูลอิสระซึ่งมีอำนาจสูง ด้านและลดการอักเสบ ชะลอความชราและความเสื่อมของเซลล์ต่างๆ ในร่างกาย
10. ปรับสมดุลของคอเลสเตอรอลในเลือด ลด triglycerides ลด LDL เพิ่ม HDL ด้านการเกิดไขมันแข็งตัวจากการถูกออกซิไดซ์ โดยอนุมูลอิสระ ลดความเสี่ยงเรื่องไขมันอุดตัน บำรุงหลอดเลือด
11. บำรุงไขกระดูก ช่วยสร้างเกร็ดเลือด เสริมความแข็งแรงของเม็ดเลือดแดงและขาวซึ่งเพิ่มความต้านทานโรค บรรเทาอาการภูมิแพ้ในระบบทางเดินหายใจ
12. ลดอัตราการตายของเซลล์ในสมอง กระตุ้นการบำรุงสมอง ป้องกันโรคความจำเสื่อม
13. สารออกฤทธิ์ช่วยให้เม็ดเลือดแดงจับออกซิเจนได้ดี ขยายหลอดเลือด เพิ่มประสิทธิภาพการไหลเวียนของเลือดไปเลี้ยงปอด หัวใจ และสมอง ฯลฯ บรรเทาอาการขาดออกซิเจนและภาวะเม็ดเลือดขาวต่ำกว่าปกติ ช่วยให้ ผิวพรรณดี ลดฝ้าและจุดด่างดำ บรรเทาอาการปวด เมื่อยขา
14. เป็นประโยชน์ต่อผู้ป่วยโรคหัวใจ โดยช่วยให้กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรง ปรับปรุงการทำงานของหัวใจ ช่วยต้านหัวใจเต้นผิดปกติ ปรับความดันโลหิต อาการใจสั่น หัวใจเต้นเร็ว

15. ด้านการแข็งตัวหรือเกิดลิ่มเลือดเพราะมีเอ็นไซม์สลาย fibrin คล้าย nattokinase ซึ่งเป็นเอ็นไซม์ ของไส้เดือนที่ใช้สลายลิ่มเลือด
16. ลดระดับน้ำตาลในเลือด ช่วยให้ผู้ป่วยเบาหวานไวต่ออินซูลิน และจัดการน้ำตาลในร่างกายได้ดี ช่วยสมานแผลในคนไข้เบาหวาน
17. บำรุงปอด บรรเทาอาการเจ็บหน้าอก มีผลดีต่อทางเดินหายใจ บรรเทาอาการไอเรื้อรัง ถูกลมโป่งพอง ช่วยบำบัดโรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง
18. ป้องกัน บรรเทาและบำบัดอาการของโรคหอบหืด ช่วยขยายหลอดลมและแพ้ภูมิตัวเอง (SLE)
19. ละลายเสมหะ หยุดอาการเลือดออกมาปนกับเสมหะ
20. เพิ่มความแข็งแรงของระบบภูมิคุ้มกัน ด้านแบคทีเรีย ไวรัส และต้านทานโรคโดยเฉพาะในผู้สูงอายุ
21. โพลีแซคคาไรด์ด้านเนื้อเยื่อ ต่อต้านและทำลายเซลล์มะเร็งหลายชนิด ลดการแพร่กระจายของเซลล์มะเร็ง ช่วยลดผลข้างเคียงสำหรับผู้ป่วยที่ได้รับเคมีบำบัด
22. สาร cordycepin ชักนำการกำหนดอายุขัยของเซลล์มะเร็งหลายชนิด ทำให้เซลล์มะเร็งฆ่าตัวตายโดยมีอายุสั้น และตายเร็วขึ้น
23. บรรเทาอาการวัยทอง ทั้งหญิงและชาย
24. ลดอาการช่วงมีประจำเดือน ปรับประจำเดือนให้ปกติ ช่วยให้มีลูกง่ายขึ้น
25. สำหรับท่านชาย อาจช่วยเสริมสมรรถภาพทางเพศ ช่วยให้อสุจิแข็งแรง (งานศึกษา พบการกระตุ้นการสร้าง testosterone ในหนูทดลอง)
26. รายงานของโรงพยาบาลจีน “ช่วยฟื้นฟูความเป็นหนุ่มเป็นสาวซึ่งได้ผลดี 66% ของจำนวนผู้ป่วย”
27. บรรเทาอาการโรคไพบร้อมอัลเจีย: กลุ่มอาการปวดร้าวเรื้อรัง-รุนแรงทั่วตัวของกล้ามเนื้อ เอ็นและเนื้อเยื่ออ่อน และ เพื่อย่อย ฯลฯ

ข้อสำคัญที่ห้ามรู้-พึงระวัง

1. วิชาพิชิตยา ถือว่าถึงเข้าปลดกัณฑ์ มีรายงานน้อยรายมากที่ระบุว่าถึงเข้าทำให้มีอาการปากคอแห้ง คลื่นไส้ ท้องเสีย หากมีอาการผิดปกติ ต้องหยุดกินและปรึกษาแพทย์เฉพาะทาง ผู้ตั้งครุฑ ให้นมลูก และเด็กเล็กไม่ควรกิน อนึ่งผู้ที่กินถึงเข้าต้องรู้จักสุขภาพของตนเอง และศึกษาเรื่องถึงเข้าให้เข้าใจดีกว่า
2. ถึงแม้ถึงเข้ามีความปลอดภัยสูง ก็ต้องรู้จักใช้อย่างมีสติ เช่นเดียวกับสมุนไพรและยาแผนปัจจุบันทั้งหลาย ทั้งที่ซื้อได้ง่ายหรือโดยเฉพาะตามใบสั่งแพทย์ซึ่งถือเป็นยาอันตราย หากมีการใช้อย่างไร้สติแล้วไซ้ มันก็ถือว่าพิษ เช่นเดียวกันกับกรณีสารปราบศัตรูพืชบางชนิด

ที่มีพิษร้ายแรงมาก แต่มันก็มีประโยชน์มากเช่นกัน ดังนั้น การใช้จึงต้อง ใช้อย่างระมัดระวัง อย่านำความเสียหายเกิดจากคน ไม่ใช่ตัวยาหรือสารปนเปื้อนที่ปน อยู่นั้น

3. ผู้กินใหม่ควรเริ่มแต่น้อย เพื่อให้มีการปรับตัวสัก 5-7 วัน ใส่ใจเป็นพิเศษกับผู้ที่มีความดันโลหิตสูง โรคภูมิแพ้ หอบหืด ผู้ป่วยที่ใช้ ยาคุมกำเนิด ถ้าใช้รักษาโรคควรปรึกษาแพทย์เฉพาะทาง

4. ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยด้วยโรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูง ต้องไม่ใช้ถึงเข้าไปในปริมาณมากเกินไป ควรใช้ให้พอเหมาะพอควรสำหรับ แต่ละวัย แต่ละคน ต้องระวังระดับน้ำตาลในโลหิตและความดันอาจ จะต่ำเกินไปได้

5. อาจมีข้อระวังเรื่องผู้ป่วยมะเร็งที่ไวต่อฮอร์โมน เช่น มะเร็ง เต้านม ต่อมลูกหมาก และมะเร็งที่เกิดในกระดูก ที่สำคัญคือการกิน สมุนไพรควรมีการพัก หรือเว้นช่วงการกิน

6. ถึงแม้จะมีคุณสมบัติช่วยให้การรักษาโรคบางชนิดออกฤทธิ์ดี เช่น ยาชะลอวัย พักยา: แก้ว แพ้ รักษาหอบหืด โรคปอด ยาควบคุม การเต้นของหัวใจไม่ปกติ ลดความเครียด โรคสมอง โรคกระเพาะ โรคผิวหนัง ยาปรับระบบภูมิคุ้มกัน ขยายหลอดเลือด ป้องกันการก่อตัว ของลิ่มเลือดและการจับกลุ่มของเกร็ดเลือด

7. อาจเพิ่มฤทธิ์ยาที่ทำให้หัวใจซึมในผู้ป่วยที่กินยาดังกล่าวอาจ เพิ่มความเสี่ยงในเรื่องเลือดไหลไม่หยุด โดยเฉพาะผู้ป่วยที่กินยาต้านการ แข็งตัวหรือการเกิดลิ่มเลือด และอาจมีผลเสียในกรณีเส้นเลือดฝอยปริ แตกง่าย

8. ข้อมูลเหล่านี้ใช้เพื่อเสริมสุขภาพ ผลจะเกิดเร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับ แต่ละคน และไม่ใช่คำแนะนำของแพทย์ ถ้าป่วยควรปรึกษาแพทย์ และ ต้องแจ้งให้แพทย์ทราบล่วงหน้าเสมอก่อนรับการผ่าตัด ถอนฟันหรือสั่งยา

9. การซื้อถึงเข้าต้องพิจารณาให้ดี เช่น ความเข้มข้นของสาร ออกฤทธิ์คอร์โดเซปิน ระวังของปลอมแปลง ปน ผลิตภัณฑ์มีหลายเกรด แนนอนต้องพิจารณาจากแหล่งที่ไวใจได้จริงๆ ระวังการให้ข้อมูลเกินจริง

10. เรื่องที่สำคัญ ต้องกินอาหารที่ดีให้ครบทุกหมู่อย่างสมดุล ดื่มน้ำที่ดื่มให้มากพอ อากาศที่ดีมีมลพิษน้อยๆ แต่ปลอดภัย พักผ่อน และ ออกกำลังกายให้ได้พอดีของแต่ละคน กับหลีกเลี่ยงความเสี่ยงต่างๆ ที่เป็นภัยต่อสุขภาพ อาหารเสริมและยาทั้งหลายเป็นส่วนประกอบ ส่วนหนึ่งในการทะนุถนอมสุขภาพ

11. อโรคา ปรมาลาภา สุขภาพแข็งแรงเหมือนมีประกันภัย เรื่องสุขภาพไว้

ตัวอย่าง แหล่งข้อมูลประกอบการเขียน

--- ัญญา ทะพิงค์แก (2555) รู้จักกับเห็ดสกุลถึงเข้า เคหะการเกษตร 36(4): 113 – 117

--- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), www.vcharkarn.com, www.tpma.or.th, นพ. สมยศ กิตติมั่นคง หัวหน้ากลุ่มโรคเอดส์ สำนักโรคเอดส์ วัณโรคและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

--- A Complete Guide to Cordyceps Supplements - Real Mushrooms. These are not in your Cordyceps supplement.

<https://www.realmushrooms.com/cordyceps-supplements-guide/> Aug 17, 2017

--- Cordyceps militaris. <http://www.scientifictadition.com/research/cordyceps-militaris/>

--- Cordyceps - Scientific Review on Usage, Dosage, Side Effects ... <https://examine.com/supplements/cordyceps/>

--- Huang, L. et al. 2009. Determination and analysis of cordycepin and adenosine in the products of Cordyceps spp. African Jour Microbio Res 3(12):957-961.

--- Mehra, A. et al. 2017. The health benefits of Cordyceps militaris – a review. KAVAKA 48(1):27-32.

--- Miller, R.A. 2008-2009. The Cordyceps sinensis medical mushroom. <http://www.nwbotanicals.org>

--- Noh, E.-M. et al. 2009. Cordycepin inhibits IL-1 β -induced MMP-1 and MMP-3 expression in rheumatoid arthritis synovial fibroblasts. Rheumatology 48 (1):45–48 <https://doi.org/10.1093/rheumatology/ken417>

--- Yang, C. et al. 2017. Cordycepin induces apoptosis cell death and inhibits cell migration in renal cell carcinoma via regulation of micro RNA-21 and PTEN phosphatase. Biomedical RES (Tokyo). 38(5): 313-320.

--- Yong, T. et al. 2018. Cordycepin, a Characteristic Bioactive Constituent in Cordyceps militaris, Ameliorates Hyperuricemia through URAT1 in Hyperuricemic Mice. (Frontiers in Microbiology) <https://www.researchgate.net/.../322709592>

--- Zhang, Y. et al. 2018. Cordycepin induces apoptosis in human pancreatic cancer cells via the mitochondrial-mediated intrinsic pathway and suppresses tumor growth in vivo. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6078188/>

เกี่ยวกับผู้เรียบเรียง : ว่าที่ ร.ต. อาจารย์ ดร.สุรพงษ์ โกสิยะจินดา ประธาน อนุกรรมการพิจารณามาตรฐานอาหารระหว่างประเทศสาขาผักและผลไม้สด สำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ (มกอช.) กระทรวง เกษตรและสหกรณ์ กรมการที่ปรึกษาสมาคมพืชสวนแห่งประเทศไทย อดีต : อาจารย์และหัวหน้าภาควิชาพืชสวน คณะเกษตร มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ จตุจักร กทม. ผู้ทรงคุณวุฒิในคณะกรรมการพัฒนาและ บริหารจัดการผลไม้ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ ผู้แทนไทยหัวหน้าคณะประชุม สหประชาชาติ Codex Committee on Fresh Fruit and Vegetables 14 สมัยประชุม (โทร : 08 1825 0945 e-mail: suraphongdragonfruit@gmail.com)



ท่องเที่ยวรอบเกาะไต้หวัน

ต้นเดือนมีนาคม 2562 ที่ผ่านมา สมาชิกของสมาคมพืชสวนแห่งประเทศไทย และสมาคมศิษย์เก่ากองทุนพัฒนาความสัมพันธ์ความร่วมมือระหว่างประเทศไต้หวัน - ไทย ได้เดินทางไปท่องเที่ยว ไต้หวัน ซึ่งการท่องเที่ยวครั้งนี้จัดโปรแกรมได้ค่อนข้างสมบูรณ์ เพราะเป็นการท่องเที่ยวแบบรอบเกาะภายในระยะเวลา 8 วัน (5-12 มีนาคม) สมาชิกในคณะท่องเที่ยวก็มีหลากหลายวัย ตั้งแต่วัยรุ่น จนถึงผู้อาวุโส แต่มิได้เป็นอุปสรรคต่อการท่องเที่ยวแต่อย่างใด

มารู้จักไต้หวันกับสักนิด

ไต้หวัน (Taiwan) มีชื่อทางการว่า สาธารณรัฐจีน เป็นรัฐในทวีปเอเชียตะวันออก ปัจจุบันประกอบด้วยเกาะใหญ่ 5 แห่ง คือ จินเหมิน ไต้หวัน เผิงหู หม่าจู่ และ อู่จีว รวมเกาะเล็กเกาะน้อยอีกจำนวนหนึ่ง เรียกรวมกันว่า “ไต้หวัน” ด้านตะวันตกติดกับจีนแผ่นดินใหญ่ ด้านตะวันออกและตะวันออกเฉียงเหนือติดกับญี่ปุ่น ด้านทิศใต้ติดกับประเทศฟิลิปปินส์ มีพื้นที่ประมาณ 35,980 ตารางกิโลเมตร ประชากรประมาณ 25 ล้านคน

เกาะไต้หวันเดิมเป็นที่อยู่ของชนพื้นเมืองและมีชาวจีนแผ่นดินใหญ่มารอาศัยอยู่ด้วย จนกระทั่งชาวฮอลันดาและสเปนเดินทางเข้ามาสำรวจในยุคศตวรรษที่ 17 และมาตั้งบ้านเรือนกลายเป็นนิคมใหญ่โตต่อมาในปี คศ 1662 ราชวงศ์หมิงในแผ่นดินใหญ่ได้ถูกราชวงศ์ชิงแทนที่ เจิ้งเฉิงกวงขุนศึกราชวงศ์หมิงได้รวบรวมกำลังมาถึงเกาะไต้หวัน รุกไล่ฝรั่งออกไปอย่างราบคาบ และได้ตั้งราชอาณาจักรตงหนิงขึ้นบนเกาะ

ในปี ค.ศ. 1683 ราชวงศ์ชิงปราบปรามอาณาจักรตงหนิงและได้ครอบครองไต้หวันเป็นผลสำเร็จ ไต้หวันจึงเป็นมณฑลหนึ่งของจีน อย่างไรก็ตามความบาดหมางของจีนกับญี่ปุ่นจะเป็นเหตุให้ญี่ปุ่นได้เกาะไต้หวันไปครอบครอง แต่ต่อมาได้เสียไต้หวันคืนให้แก่จีนหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 ช่วงนั้นมีการเปลี่ยนแปลงการปกครองในจีน พรรคก๊กมินตั๋งได้เป็นใหญ่แต่ไม่นานก็เสียทีให้แก่พรรคคอมมิวนิสต์จีน จึงได้ถอยหนีมายังเกาะไต้หวันและสถาปนาเป็นสาธารณรัฐจีนขึ้นบนเกาะไต้หวัน แยกต่างหาก ฝ่ายคอมมิวนิสต์จีนที่ได้รับชัยชนะก็สถาปนาเป็นสาธารณรัฐประชาชนจีนบนจีนแผ่นดินใหญ่ อย่างไรก็ตามจีนยังคงถือว่าไต้หวันเป็นมณฑลหนึ่งของจีนและไต้หวันเองก็มิได้รับการยอมรับจากนานาชาติว่าเป็นประเทศเอกราชมาจนบัดนี้

จีนมีนโยบายที่จะไม่สานสัมพันธ์ทางการทูตกับประเทศที่รับรองสถานะของสาธารณรัฐจีน ไต้หวันและทุกประเทศที่มีความสัมพันธ์

ทางการทูตด้วยจะต้องมีแถลงการณ์รับรองสถานะของสาธารณรัฐประชาชนจีนเหนือไต้หวัน ในทางปฏิบัติบางประเทศจะไม่มีความสัมพันธ์ทางการทูตอย่างเป็นทางการกับไต้หวันและบางประเทศที่ไม่ได้รับรองคณะของไต้หวันก็จะมีสำนักงานเศรษฐกิจและวัฒนธรรมไทเป หรือสำนักงานตัวแทนไทเป ดังเช่น ประเทศไทยจะมีสำนักงานเศรษฐกิจและวัฒนธรรมไทเป ประจำประเทศไทย (Taipei Economic and Culture Office) ซึ่งปฏิบัติงานต่างๆ ในลักษณะเดียวกับสถานทูต เช่น การออกวีซ่า เป็นต้น

ไต้หวันเป็นประเทศที่มีเศรษฐกิจใหญ่ในอันดับที่ 14 ของโลก ทรัพยากรธรรมชาติมีจำนวนน้อย แต่เป็นประเทศอุตสาหกรรมขั้นสูง เน้นไปที่การผลิต โดยนำเข้าน้ำมันดิบและแร่ธาตุ เพื่อไปผลิตรถยนต์และเครื่องใช้ไฟฟ้า เคมีภัณฑ์ ฯลฯ ไต้หวันมีความก้าวหน้าทางด้านการเกษตรค่อนข้างดี จะเป็นเพราะคนไต้หวันรู้จักใช้พื้นที่อย่างคุ้มค่าและรัฐบาลสนับสนุนค่อนข้างมาก ดังเช่นแหล่งปลูกกล้วยไม้ที่เมืองไท่หนาน รัฐบาลจะลงทุนสร้างโรงเรือนและให้เกษตรกรเข้ามาเช่าปลูกกล้วยไม้ และรัฐยังดูแลให้คำแนะนำในเรื่องการดูแลรักษาปัญหาโรคและแมลงจะเห็นได้ว่าผลผลิตทางการเกษตรของไต้หวันจึงค่อนข้างมีคุณภาพสูง เมื่อส่งออกจะทำให้มีมูลค่าผลตอบแทนคุ้มค่าในการลงทุนเป็นอย่างมาก

วันแรกของการเยือนไต้หวัน

คณะของเราออกเดินทางจากสนามบินสุวรรณภูมิ ประมาณ 8 โมงเช้า ไปถึงสนามบินเถาหยวนช่วงบ่าย หลังจากผ่านด่านตรวจคนเข้าเมืองเรียบร้อยแล้ว คณะของเราก็ก่อมาพบกับ ไชมอน โกด์ทัวร์ ในครั้งนี้ของเรา ซึ่งเขาได้เตรียมรถมารับเรียบร้อยแล้ว

โกด์ไชมอนพาคณะของเราไหว้เทพเจ้า สิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพื่อเป็นสิริมงคลที่วัดชานเชี่ย กิงซุย ซูชิ ก่อนเป็นลำดับแรก ก่อนจะไปปล่อยให้ทุกคนเดินชมถนนโบราณชานเชี่ย อย่างอิสระ ถนนโบราณชานเชี่ยเป็นสถานที่ถนนคนเดินแบบโบราณ ร้านค้าสองข้างทางจำหน่ายของที่ระลึกและสินค้าต่างๆ ทั่วไป นอกจากนั้นจะมีร้านจำหน่ายขนมปังเครื่องดื่ม ซึ่งโกด์ไชมอนให้ลองชิมขนมไข่มุก ครีวซง และเต้าหู้หมื่น ซึ่งเป็นอาหารขึ้นชื่อของที่นี่ มีมานานมาก ใครมาที่นี่ต้องชิมให้ได้ จากนั้นคณะได้ไปลิ้มรสอาหารไต้หวันมื้อแรก มี กุ้ง หอย ปู ปลา ขาหมู น้ำซุปล หลังจากเสร็จเรียบร้อยแล้วก็เข้าที่พักโรงแรม Taoyuan Eastern ซึ่งแต่ละห้องมีอ่างแช่น้ำแร่ คล้ายออนเซ็นของญี่ปุ่น แต่บริการอยู่ในห้องพัก ให้แขกผู้มาพักผสมน้ำร้อนน้ำเย็นนอนแช่ได้ตามอัธยาศัย



บริเวณหน้าวัดชานเชี่ย



ไหว้พระเพื่อเป็นสิริมงคล

หมู่บ้านสายรุ้ง - งานเอ็กซ์โป

วันที่ 2 ของการเดินทาง คณะรับประทานอาหารเช้าเสร็จเรียบร้อย เดินทางต่อไปยังเมืองไทจง (Taichung) เพื่อไปชมหมู่บ้านสายรุ้ง (Rainbow Village) หมู่บ้านเล็กๆ สีสดใสเป็นหมู่บ้านเก่าของทหารผ่านศึกในยุคสงครามกลางเมืองของจีนที่ลี้ภัยมาอยู่ที่ไต้หวัน (ก๊กมินตั๋ง) ครั้งแรกจะถูกรื้อทิ้งแต่ได้มีทหารเก่าชื่อ Huang Fu เรียกว่า อากงฟู ปัจจุบันอายุ 96 ปี เป็นคนวาดรูปและลวดลายต่างๆ บนผนังของบ้านเองทั้งหมดและวันหนึ่งมีนักศึกษามหาวิทยาลัยที่อยู่ใกล้ได้ผ่านมาพบด้วยลวดลายสีสันสดใสสะดุดตา ได้มีการบอกต่อๆ จึงทำให้หมู่บ้านสายรุ้งมีชื่อเสียงระดับประเทศและมีประกาศจากรัฐบาลให้เป็นพื้นที่อนุรักษ์ หมู่บ้านสายรุ้งจึงเป็นแหล่งท่องเที่ยวชื่อดังของเมืองไทจง ภายในบริเวณบ้านเหมาะแก่การถ่ายรูปมาก มีร้านจำหน่ายของที่ระลึกอยู่หลายร้าน แต่ที่เป็นไฮไลท์ก็จะเป็นอากงฟูที่มานั่งให้นักท่องเที่ยว ถ่ายภาพด้วย ซึ่งเราก็จะอุดหนุนโปสการ์ดที่เป็นภาพวาดของอากงฟู เป็นการประชาสัมพันธ์หมู่บ้านได้อย่างดีได้เวลาสมควรคณะก็ได้เดินทางไปเติมพลัง อาหารก็จะ เป็นเมนูคล้ายๆ กันสไตล์ไต้หวัน

เมื่ออ้อมหน้าสำราญเรียบร้อยแล้วก็นำคณะไปเที่ยวชมงานมหกรรมไม้ดอก (World Flora Expo) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของงานมหกรรมพืชสวนโลก (Taichung World Flora Exposition) ของไต้หวัน จัด ณ เมืองไทจง ระหว่างวันที่ 3 พฤศจิกายน 2561 ถึงวันที่ 24 เมษายน 2562 เป็นงานระดับ A2B1 ซึ่งได้รับการจัดงานจาก AIPH (International Association of Horticultural Producers) เรียบร้อยแล้ว

งานมหกรรมพืชสวนโลกไทจง (Taichung World Flora Exposition) เป็นงานที่จัดที่เมืองไทจง (Taichung) ซึ่งเป็นเมืองทางตอนกลางของไต้หวันที่มีขนาดใหญ่อันดับ 3 เป็นเมืองต้นกำเนิดชาวมโซ่มุกและชาบู Hot Pot โดยงานมหกรรมพืชสวนโลกมีแนวคิด GNP : Green Nature and People จัดบนพื้นที่ 60.88 เฮกตาร์ หรือประมาณ 380.50 ไร่ โดยจัดในพื้นที่ 3 โซน ได้แก่ Fengyuan Huludun Park Expo Site บนพื้นที่ 16.52 เฮกตาร์ (103.25 ไร่) จัดแสดงเกี่ยวกับน้ำ โซน 2 จัดที่ Waipu Expo Site บนพื้นที่ 14.32 เฮกตาร์ (89.5 ไร่) และโซน 3 จัดที่ Houli Horse Ranch & Forest Expo Site พื้นที่ 30.04 เฮกตาร์ (187.75 ไร่) ซึ่งเป็นบริเวณที่คณะได้มาชมงาน



หมู่บ้านสายรุ้ง



บ้านสีสดใส



อีกมุมหนึ่งของอาคารแสดงกล้วยไม้



อากงฟู อายุ 96 ปี



ทางเข้างาน World Flora Expo



ปุ๋ยตรารถเก๋ง
 ปุ๋ยเคมีเต็มสูตร พลสมชิลิก้า
เพิ่มผลผลิต 30-100 %



ปุ๋ยรถเก๋ง
เจ๋ง..จริง..!!!



พิสูจน์ด้วยตัวคุณเอง..ที่ตัวแทนจำหน่ายทั่วประเทศ
ที่ร้านตัวแทนจำหน่ายทั่วประเทศ



ผลิต และจำหน่ายโดย..

บริษัท ยู-เอโกร จำกัด

30 ซ.รังสิต-นครนายก 51 ถ.รังสิต-นครนายก ต.ประชาธิปัตย์
 อ.ธัญบุรี จ.ปทุมธานี 12130 โทร. 095-2521317



: u-agro



: ปุ๋ยรถเก๋ง

www.ปุ๋ยรถเก๋ง.com





การแสดงกล้วยไม้



ชมกล้วยไม้



ภายในงาน World Flora Expo

บริเวณงานมีอาคารสร้างเป็นรูปโดม ภายในแสดงนิทรรศการรวบรวมพันธุ์ไม้ดอกต่างๆ โดยมีการจัดแสดงและประกวด จัดแสดงศิลปะที่เกิดจากการสร้างระหว่างธรรมชาติกับมนุษย์ เน้นให้เห็นความสำคัญของระบบนิเวศน์ผู้ชมสามารถเดินและเวียนดูไปเรื่อยๆ ตามเส้นทางที่กำหนด ทุกท่านเพลิดเพลินในการชมและถ่ายภาพดอกไม้อันสวยงามจนใกล้ได้เวลาที่ใกล้แจ้งไว้ ทุกท่านก็มารวมกันที่จุดนัดพบ เดินแคภายในอาคารก็หมดเวลา ซึ่งอากาศวันนั้นสบายๆ ฝนพริ้วเล็กน้อยบางช่วงเวลา แต่ทุกท่านมีความสุขพูดคุยสนุกสนานและดูแลซึ่งกันและกันเป็นอย่างดี ส่วนมาสคอต (Mascots) ของงานเป็นครอบครัวแมว Leopard ตัวพ่อ Leo ตัวแม่ Leona พี่สาวชื่อ Love น้องชายชื่อ Life และมีเพื่อนบ้านลุงม้าชื่อ Horsiver ซึ่งผู้จัดงานก็นำไปสร้างผลิตภัณฑ์ทำเป็นของที่ระลึกจำหน่ายให้กับผู้ชมงาน

วันพุนพรา

วันที่ 3 ของการเดินทาง เข้าวันนี้อากาศค่อนข้างชุ่มชื้น ฝนตกพริ้วๆ แต่มีข้ออุปสรรคในการเดินทางท่องเที่ยวของคณะ เมื่อพร้อมก็เดินทางไปจังหวัดหนานโถว (Nantao) เพื่อชมวัดจงโตฉาน (Chung Tai Chan) เป็นวัดที่ดูใหญ่โตสวยงามสร้างขึ้นในปี 1987 (พ.ศ. 2530) โดยบาทหลวง Wei Chuen ได้สร้างวัด Ling Quan Chan เป็นสถานที่สงบร่มรื่นเป็นสถานที่สามารถศึกษาหาความรู้ในหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า ลัทธิเซนได้อย่างดี

ต่อมาวัด Ling Quan Chan เล็กและคับแคบต่อการสอนให้ ผู้สนใจที่จะศึกษามาก บาทหลวงจึงได้วางแผนการสร้าง Ling Quan Chan ใหม่ในปี ค.ศ. 1992 (พ.ศ. 2535) เริ่มสร้างและเสร็จเรียบร้อยในปี ค.ศ. 2001 (พ.ศ. 2544) โดยใช้เวลาก่อสร้างถึง 7 ปี บนพื้นที่ 25 เอเคอร์ (156 ไร่) ออกแบบโดยสถาปนิกชาวไต้หวันชื่อ C.y.Lee ซึ่งเป็นคนเดียวที่ออกแบบตึก 101 ในกรุงไทเป ทุนก่อสร้างประมาณ 650 ล้านดอลลาร์ เป็นวัดที่ได้รับการกล่าวว่าเป็นศาสนสถานที่ยิ่งใหญ่ อันดับ 3 รองจากนครวัดกัน และวัดมหายานในทิเบต รูปทรงคล้ายคนนั่งสมาธิ สูง 150 เมตร หน้าประตูมีสิงโตสีแดงยืนต้อนรับ

เมื่อเดินเข้าไปชมชั้นแรกจะเห็นเทพเจ้าสี่หน้าสูงใหญ่น่าเกรงขาม ยืนตระหง่านสี่มุมของอาคาร เมื่อขึ้นไปชั้น 2 จะมีพระพุทธรูปประดิษฐานอยู่ 3 องค์ องค์กลางเป็นพระพุทธรูปศากยุมณี แกะสลักจากหินแกรนิตสีแดง ประทับอยู่ด้านหลังของหินสีเทารูปวงกลมแกะสลักสวยงามเช่นกัน แสดงให้เห็นถึงความสงบเยือกเย็นและบริสุทธิ์ อีกด้านของห้องจะเป็นพระพุทธรูปองค์แรกในลัทธิเซน (Chinese Chan Buddhism) และอีกด้านเป็นพระพุทธรูปที่เหมือนปกป้องคุ้มครองวัด ภายในบริเวณวัดใหญ่โต



วัดจงโตฉาน



สะพานสี่ทองข้ามสระบัวหน้าวัดจงโตฉาน



เทพเจ้าสี่หน้าภายในโถงด้านหน้า



พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระประธาน

สงบ สวยงามมาก และยังมีอีกหลายห้องที่ไม่ได้เดินชมเพราะเวลาค่อนข้างจำกัด เช่น ห้องแสดงแกลลอรี่ พิพิธภัณฑ์ทางพุทธศาสนา สวนพระพุทธรูป หอระฆัง เป็นต้น



วัดเหวินหวู่



สิงโตหินอ่อนหน้าวัด



ศิลปะภายในวัดเหวินหวู่



อาหารกลางวัน



อาหารนึ่งบนโต๊ะ



วัดพระถังซำจั๋ง



หินแกะสลักหน้าวัด



ดนตรีพื้นเมือง



เรือที่นำคณะล่องทะเลสาบ
สุริยันจันทรา



พิพิธภัณฑ์ซีเหมิ



ข่าวสารสมาคมพืชสวน

จากนั้นก็ไปชมอีกวัดชื่อ วัดเหวินหวู่ (Wonwu Temple) เป็นวัดที่มีชื่อเสียงและกล่าวกันว่าศักดิ์สิทธิ์อีกแห่งของไต้หวัน ภายในมีที่ประดิษฐานรูปปั้นของศาสดาขงจื้อเทพเจ้าแห่งปัญญาและเทพเจ้ากวนอู เทพเจ้าแห่งความซื่อสัตย์ เป็นวัดที่ชาวจีนและไต้หวันนับถือ หน้าวัดมีสิงโตหินอ่อน 2 ตัว มีมูลค่าตัวละ 1 ล้านเหรียญไต้หวัน อากาศวันนี้ไม่ค่อยจะเป็นใจนักเพราะฝนตกพริ้วๆ ตลอดไม่มีที่ท่าจะหยุดเลย จากนั้นก็ไปรับประทานอาหารกลางวัน วันนี้ค่อนข้างแปลกกว่าทุกวัน เพราะบนโต๊ะจะเห็นเป็นถาดอลูมิเนียมแบ่งเป็นช่องๆ ใส่ กุ้ง หอย ปู ปลา ถ้วยน้ำซุป ผักต่างๆ เช่น ข้าวโพด หมูไม้ เห็ด สาหร่าย ฯลฯ จากนั้นพนักงานจะเอาฝาทรงคล้ายฝาซิมบิตและจุดไฟจับเวลาในการทำให้อาหารทุกอย่างสุก เมื่อถึงเวลาพนักงานก็มายกฝาครอบออก ทุกคนก็รับประทานด้วยความอร่อยและสนุกสนาน ดูท่าทางไม่มาจะหมด แต่ก็มีหมดอีกเช่นเคย ทุกคนก็ดูจะสนุกสนานในทุกเรื่อง จึงไม่มีปัญหาใดๆ จากนั้นเดินทางต่อไปชมทะเลสาบสุริยัน จันทรา แม้สภาพอากาศวันนั้นไม่ค่อยจะดีนัก เพราะฝนตกมีเมฆหมอกอากาศขมุกขมัว แต่คณะก็ไม่ทอดทิ้งจากที่จอดรถเดินไปท่าเพื่อขึ้นเรือล่องทะเลสาบ และไปไหว้พระที่วัดสวนกงหรือวัดพระถังซำจั๋ง ทะเลสาบสุริยันจันทรา เป็นแหล่งน้ำจืดที่ใหญ่ที่สุดของเกาะไต้หวันมีพื้นที่ทั้งหมดราวๆ 5.4 ตารางกิโลเมตร โอบล้อมไปด้วยภูเขาน้อยใหญ่มากมายโดยมีคนบอกว่าด้านทิศตะวันออกของทะเลสาบมีรูปทรงคล้ายพระอาทิตย์และฝั่งตะวันตกจะมีลักษณะคล้ายพระจันทร์ แต่เรามองอย่างไรก็ไม่รู้ ประกอบกับฝนตกด้วย เมื่อถึงท่าจอดเรือก็เดินตามบันไดขึ้นไปไหว้พระและเข้าคิวจับก้อนหินที่แกะสลักเป็นพระพุทธรูปเพื่อขอพร แม้ฝนจะตกก็ขอให้ได้แตะ เสร็จเรียบร้อยแล้วลงมานั่งรอเรือที่จะมารับ ก็ได้ชมดนตรีของชนเผ่าที่มาแสดงให้นักท่องเที่ยวชม จากนั้นเดินทางไปรับประทานอาหารเย็นและกลับที่พัก ซึ่งเปลี่ยนที่พักทุกวัน

ข้อพาสป:sd เทียวเจดีย์มังกรสื่อ

วันที่ 4 ของการเดินทาง ไกด์ได้นำคณะออกเดินทางแต่เช้าไปร้านจำหน่ายชาอยู่ที่เมืองเจียอี้ (Chiayi) แต่เนื่องจากเข้ามาอากาศก็มีฝนพริ้วๆ และร้านชายังไม่เปิดจึงได้พาคณะไปวัดที่เก่าแก่คู่เมืองเจียอี้เพื่อขอพรและชมความงาม จากนั้นก็ไปร้านจำหน่ายชา ซึ่งในร้านจะแบ่งเป็นห้องๆ ให้นักท่องเที่ยวเข้าฟังคำอธิบาย พิธีกรจะบรรยายเป็นภาษาไทยเข้าใจได้อย่างดี นอกจากจะแนะนำผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับชา ให้คณะได้ชิมหลายรสชาติ และยังสาธิตแสดงสรรพคุณการใช้บัวหิมะรักษาแผลไฟลวก ซึ่งหลายๆ ท่านก็ให้การสนับสนุนมาคนละกระปุก สองกระปุก



ประติมากรรมเทพเจ้าอะพอลโล



รูปปั้นเทพเจ้ากรีก



เจดีย์มังกรเลื้อย

และมาถ่ายภาพหน้าโถงร้านไว้เป็นที่ระลึกที่มีภาพของประธานาธิบดี ลี จิ้น ผิง ของจีนและอดีตประธานาธิบดีหม่า อิง จิวของไต้หวันจับมือกัน

เมื่อเสร็จเรียบร้อยไกด์ไซมอนก็พาคณะไปจังหวัดไถหนาน รับประทานอาหารกลางวัน จากนั้นคณะเดินทางไปชมพิพิธภัณฑ์ฉีเหม่ หากจะเข้าชมภายในจะต้องเสียค่าเข้าชม คณะจึงได้เดินชมเพียงภายนอก ซึ่งสร้างเหมือนสวนสาธารณะสวยงาม ด้านหน้าเป็นลานน้ำพุพอลโล มีประติมากรรมหินอ่อนเทพเจ้าพอลโลทรงรถม้าแบบกรีกโบราณ สวยงามมาก จากนั้นเป็นสะพานหินอ่อนทอดยาวไปสู่อาคารพิพิธภัณฑ์ และระหว่างหัวเสาแต่ละด้านบนสะพานจะเป็นรูปปั้นของเทพเจ้าต่างๆ เช่น Poseidon (Neptune) Ares (Mar) Venus เป็นต้นซึ่งสวยงามมาก

บรรยากาศในวันนั้นท้องฟ้าแจ่มใส มีลมพัดเย็น ข้างทางก็ปลูก ดอกบานชื่นสลัสสีสวยงาม สถานที่นี้ใช้เวลาสร้างถึง 8 ปี ภายในอาคาร จะมีร้านจำหน่ายของที่ระลึกด้วย คณะเดินชมภายในกำหนดเวลาที่เดินทางต่อไปเมืองเกาสง (Kaohsiung) เพื่อเยี่ยมชมชมร้านจำหน่าย พายส์บับเปรด ซึ่งเป็นสินค้าลือชื่อของไต้หวัน หน้าร้านจะมีรูปปั้นการ์ตูนน่ารักต่างๆ ให้ถ่ายภาพเล่นภายในร้านจะมีขนมหลากหลายชนิดให้คณะได้ชิม จนพึงพอใจ จากนั้นก็แยกย้ายถือตะกร้าหยิบขนมที่ชอบใส่และไปจ่ายเงิน ทุกคนได้กันมากคนละถุงสองถุง เป็นความสุขเล็กน้อยที่ได้จ่ายเงิน

จากนั้นเดินทางต่อ ก่อนเข้าที่พัก คณะได้ไปชมอุทยาน แห่งชาติซูซาน (Shonshan National Nature Park) ซึ่งจะมีเจดีย์มังกร เลื้อย มีความเชื่อว่าเดินเข้าทางปากมังกรและออกทางปากเสือ จะเป็นการ เสริมสิริมงคล และปัดสิ่งไม่ดีออกจากตัว บางท่านเดินบันไดเวียนขึ้นไป ด้านบน ชมวิวรอบๆ และยังมีสะพานเดินเข้าไปในศาลากลางสระเหลียน ถันซึ่งเป็นแหล่งน้ำขนาดใหญ่ปลูกบัว ออกดอกสวยงาม ช่วงที่คณะ มาเป็นยามเย็นมองเห็นพระอาทิตย์กำลังจะลับขอบฟ้าสวยงามมาก จากนั้นไปทานข้าวและกลับที่พัก

วัดที่ใหญ่ที่สุดในไต้หวัน

เข้าที่สถิตของคณะพร้อมที่จะเดินทางไปชมวัดฝอ Guang Shan (Fo Guang Shan Monastery) วัดที่ก่อสร้างในปี คศ. 1967 (พ.ศ. 2510) โดยบาทหลวง Hsing yin ออกแบบมีลักษณะคล้ายกลีบดอกบัว วัดสร้าง บนเนินเขา โดยออกแบบให้เป็นวัดสำหรับให้คนมาสักการะบูชาสิ่งสำคัญ ในพุทธศาสนา ในสิ่งก่อสร้างจะมีการออกแบบผสมผสานของความเป็น อยู่ของคนในตะวันออกในด้านการศึกษา สังคม และนานาชาติประเทศ แต่ที่ คณะได้ไปเยี่ยมชมในส่วนที่จัดแสดงพิพิธภัณฑ์พระพุทธรูป (Buddha



สระเหลียนถัน



เจ้าแม่กวนอิมเทปือสระเหลียนถัน



ทางเข้าวัดฝอ Guang Shan



ข่าวสารสมาคมพืชมงคล



พระประธานองค์ใหญ่



เจดีย์ 8 องค์

ถนนโหล่งไถตง



จักรยานให้เช่า



นาข้าวสองข้างถนน

Museum) เท่านั้น เพราะวัดมีบริเวณกว้างใหญ่มาก โดยเดินทางผ่านทางเข้าหลัก ซึ่งสองข้างทางจะมีเจดีย์ลักษณะเป็นเก๋งจีนเป็นชั้นๆ 7 ชั้น อยู่ 8 เจดีย์ ที่สร้างเป็นระยะห่างพอสมควร ขณะเดินไกลแต่ด้วยใจที่ศรัทธาก็เดินไปถึงอาคารหลักที่จัดแสดงพระพุทธรูปที่นานับถือในแบบต่างๆ และภายในอาคารก็มีสิ่งอำนวยความสะดวก ห้องสวดมนต์ ห้องจำหน่ายของที่ระลึก ห้องสุชา ทุกอย่างมีระเบียบเรียบร้อย

เมื่อขึ้นลิฟท์ไปชั้น 4 ก็จะออกสู่ลานเทอเรซโล่งๆ ซึ่งเป็นที่ประดิษฐานพระประธานองค์ใหญ่ปางประทานพร พระพักตร์ยิ้มอ่อนโยน และเบื้องหน้ามีสถูปคล้ายๆ เจดีย์รูประฆังคว่ำ สามารถเดินวนได้รอบและมองไปไกลจะเห็นเป็นบริเวณวัด Fu Guang Shan ซึ่งคณะไม่ได้ไปเยี่ยมชมและวิวทิวทัศน์เข้ามา ซึ่งสวยงามอลังการมาก

หลังจากรับประทานอาหารกลางวันแล้ว ได้นั่งรถเลียบริมทะเลด้านตะวันออก ค่อนข้างไกลพอควร โดดโชนอนแวนให้ชม **สถานีรถไฟตั่วเหลียน (Duoliang Station)** เป็นจุดที่ภูเขาและทะเลบรรจบกันเกิด

เป็นอุโมงค์สถานีรถไฟใต้ดินที่สวยงามที่สุดในไต้หวัน คณะได้ชมทะเลและทัศนียภาพทางรถไฟที่สวยงามก่อนเดินทางเข้าที่พักที่เมืองไถตง

เที่ยวเชิงเกษตร และอุทยานไถโกะ

วันที่ 6 ของทริปไต้หวัน วันนี้คณะจะเดินทางไปเมืองไถตง (Taitung) เป็นเมืองที่อยู่ทางตะวันออกเฉียงใต้ของเกาะไต้หวันขนานด้วยภูเขาและมหาสมุทรแปซิฟิก มีอากาศบริสุทธิ์และปลอดจากอุตสาหกรรมเหมาะแก่การท่องเที่ยวแบบธรรมชาติเพราะมีทั้งป่า เขา ทะเลและทุ่งนา จุดแรกที่คณะไปเยี่ยมชมเรียกว่า**ลูเย่ไปตอง (Lu-ye Bo-Toung)** จะอยู่บนเนินทุ่งหญ้าและมองลงไปจะเห็นเมือง อากาศวันนั้นค่อนข้างมีหมอกบางๆ ดูสวยงาม นักท่องเที่ยวมากมาย จากนั้นจะไปหมู่บ้านถนนโหล่งไถตง สองข้างทางจะมีนาข้าวเขียวขจี เป็นสถานที่ท่องเที่ยวแบบ Agrotourism เส้นทางปั่นจักรยานตามรอย Mr.Brown Coffee มีจักรยานให้เช่า ซึ่งมีทั้งจักรยานเดี่ยวหรือจักรยานช่วยกันปั่นสองคน, สามคน โดยหากใครสนใจจะปั่นจักรยานก็ต้องจ่ายเงินเองคิดเป็นชั่วโมงๆ ละประมาณ 100 NT แต่ขึ้นอยู่กับชนิดจักรยาน หากจักรยานหมู่คันละ 300 - 400 NT

หากใครไม่สนใจจะปั่นจักรยานก็เดินชมไปตามถนนสองข้างทางเป็นนาข้าว มีระบบน้ำชลประทานอย่างอุดมสมบูรณ์ วันนั้นท้องฟ้าสดใส ผู้สัวยหลายคนเดินชมจนขมไม้ ถ่ายภาพเป็นที่ระลึก วัยอ่อนพอมีแรงปั่นก็เช่าจักรยานปั่นไปตามเส้นทาง มองแล้วไกลหลายกิโลเมตรก็สนุกสนานกันทุกคน ไม่มีเสียงว่าเบื่อหรือไม่สนุกกันเลย เมื่อถึงเวลา ก็ขึ้นรถเดินทางต่อไปรับประทานอาหารกลางวัน

วันนี้เป็นบรรยากาศร้านแบบคลาสสิกโบราณอนุรักษ์ความเป็นบ้านชนบทดั้งเดิมเอาไว้ มีอุปกรณ์เครื่องมือทำนาในอดีต เมื่อทุกคนนั่งก็จะมีอาหารกล่องมาส่งตามเมนูที่สั่งมีทั้งไก่ หมูและปลา อิ่มหนำสำราญก็เดินทางต่อ ซึ่งสภาพอากาศวันนี้ฝนตกพริ้วๆ บางเวลา แต่ไม่ได้เป็นอุปสรรคในการท่องเที่ยวของคณะแต่ประการใด สถานที่ที่จะไปชมก็คือ **อุทยานแห่งชาติทาโรโกะ (Taroko National Park)** ซึ่งเป็นอุทยานแห่งชาติที่มีขนาดใหญ่เป็นอันดับสี่ของไต้หวัน ตั้งอยู่ในเมืองฮัวเหลียน (Hualien) เมืองทางฝั่งตะวันออกของไต้หวันติดกับมหาสมุทรแปซิฟิก

อุทยานอยู่ท่ามกลางขุนเขาที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยธรรมชาติ ทั้งภูเขา แม่น้ำและไฮไลต์ของที่นี่คือช่องแคบที่คดเคี้ยวทอดยาวไปท่ามกลางหุบเขา คณะเดินไปตามทางเดินเรียบหน้าผา เพลิดเพลินไปกับวิวทิวทัศน์ที่สวยงามเป็นธรรมชาติ มองลงไปข้างล่างจะเป็นทางน้ำไหลลัดเลาะไปตามโขดหิน มุดถ้ำ ไหว้พระ ซึ่งหน้าองค์พระจะมีป้ายแกะสลักข้อความที่สละชีพในการสร้างถนน และได้สร้าง**ศาลาฉางชุนฉือ (Chang chun Shrine)** ขึ้นเพื่อรำลึกถึงบรรดาคนงานที่เสียชีวิตจากการ



จุดถ่ายภาพ



ร้านอาหาร



ภายในร้านอาหาร แสดงเครื่องมือชาวนา

สร้างถนนหลวงทะเลจากฝั่งตะวันออกไปตะวันตกซึ่งต้องฝ่าฟันอุปสรรคมากมาย เมื่อเดินไปถึงจุดชมวิวก็ถ่ายภาพ กราบไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่สิ่งสถิตย์ ณ อุทยาน เรียบร้อยก็เดินทางไปยังจุดนัดพบรถมารับและเดินทางต่อไป จะพบว่ามินิกท่องเที่ยวหลายชาติหลายภาษามาชมความงามของอุทยานแห่งชาติทาโรโกะ แต่มากที่สุดจะเป็นชาวจีนนั่นเอง

บั้งรถไฟข้ามเมือง

วันนี้คณะได้เยี่ยมชมจุดชมวิวทะเลสาบเจ็ดดาว - ฮัวเหลียน (Hualien) ระหว่างทางจะเห็นวิวริมทางมีสวนสับปะรด น้อยหน่า และเมื่อถึงจุดชมวิวริมทะเล ลมแรงมาก อากาศเย็น คณะได้สัมผัสบรรยากาศ เรียบร้อยก็เดินทางต่อไปที่ร้านจำหน่ายหยก ภายในร้านจะเห็นการสลักหยกเป็นรูปต่างๆ อย่างสวยงาม ยิ่งใหญ่และราคาค่อนข้างสูง กำไลหยกธรรมดาราคาเริ่มต้นสองพันกว่าบาท แจกันหยกขนาดสูงท่วมศีรษะและพระสังกัจจาย ราคาถึงเลข 7 หลัก

จากนั้นไกด์โชมอนพาคณะขึ้นรถไฟที่สถานีรถไฟฮัวเหลียน (Hualien Station) เพื่อเดินทางไปลงที่สถานีรถไฟซูอาว (Su'ao Station) วันนั้นรถไฟมีผู้โดยสารหนาแน่น ต้องยืนโหนกันไป แต่ก็สนุกดี เมื่อถึงสถานีซูอาว รถก็สามารถรับคณะอยู่แล้ว

หลังจากรับประทานอาหารกลางวันคณะของเราเดินทางไปตามถนนหนทางที่คดเคี้ยวไต่เขา หวาดเสียวเป็นบางที ต้องชมว่าคนขับรถยนต์เก่งมากๆ สถานที่ท่องเที่ยวที่คณะจะไปเยี่ยมชมมีชื่อเสียงโด่งดังเรียกว่า **จิ่วเฟิ่น (Jiufen)** เป็นหมู่บ้านโบราณเก่าแก่ที่รายล้อมที่ตั้งอยู่บนเนินเขา หันหน้าสู่ทะเล เคยเป็นแหล่งการทำเหมืองทองคำมาก่อน แต่บ้านเรือนมีสถาปัตยกรรมที่สวยงามแปลกตา หมู่บ้านที่มีช็อกชอยเล็กๆ ปัจจุบันจะทำเป็นร้านจำหน่ายขนมต่างๆ ของที่ระลึกหลากหลายรูปแบบ ร้านน้ำชา ร้านขนมบัวลอย ซึ่งมีเผือก มัน และถั่วเขียว คณะอุดหนุนและไปนั่งกินขนมชมวิวด้านหลังร้านได้ ผู้คนมากมายเดินชมเพลิดเพลิน ด้วยความเป็นฉากสวยๆ ถนนเต็มไปด้วยไคเมแดง ในการตุนตังเรื่อง Spirited away ของ Studio Ghibli จากญี่ปุ่น เดินไปมาก็ได้เวลาอาหารเย็นพอดี ก็ต้องไต่บันไดลงไปร้านอาหารที่อยู่ด้านล่าง เสร็จเรียบร้อยก็ต้องเดินไปตามริมถนนขึ้นและลาดเอียงเพื่อขึ้นรถกลับที่พัก



บริเวณทางเข้าอุทยานแห่งชาติทาโรโกะ



อุทยานแห่งชาติทาโรโกะ



ทิวทัศน์ที่ทาโรโกะ



ที่สถานีรถไฟ



พระสังกัจจายหินอ่อน



หินอ่อนแกะสลัก



ทะเลสาบจิ่วเฟิ่น



หมู่บ้านจิ่วเฟิ่น



หมู่บ้านจิ่วเฟิ่นริมทะเลสาบ



อุทยานเยหลิว



สวนหินริมทะเล อุทยานเยหลิว



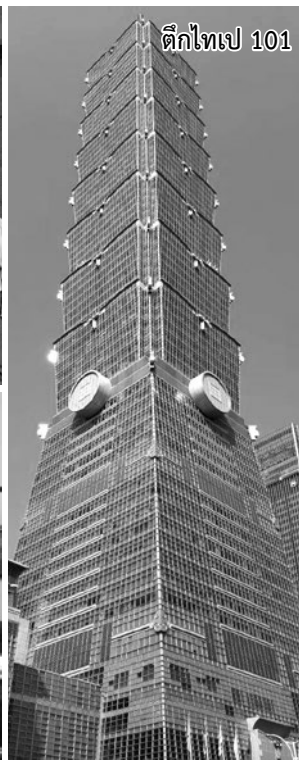
หินที่ถูกกัดกร่อนเป็นรูปร่างต่างๆ



รูปปั้นเจียงไคเช็ค



ภายในอนุสรณ์สถานเจียงไคเช็ค



ตึกไทเป 101

หลังจากนั้นคณะได้ไปเยี่ยมชมอนุสรณ์สถานเจียงไคเช็ค เป็นโชคดีของคณะได้เห็นช่วงจังหวะที่มีการเปลี่ยนผลัดทหารที่มายืนอารักขาที่หน้ารูปปั้นของอดีตประธานาธิบดีเจียงไคเช็คและได้เดินชมของใช้ต่างๆ และนิทรรศการแสดงประวัติศาสตร์ และชีวประวัติของเจียงไคเช็ค การสร้างความสัมพันธ์กับประเทศต่างๆ รวมทั้งประเทศไทยด้วย เพราะมีภาพพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ในหลวงรัชกาลที่ 9 และสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง เมื่อคราวเสด็จฯ เยือนไต้หวัน แสดงอยู่ภายในอาคารด้วย

สถานที่สุดท้ายที่จะไปเยี่ยมชมและละลายทรัพย์ก่อนกลับเมืองไทย คงจะเป็นที่ ตลาดซีเหมินติง (Ximending market) เป็นย่านช้อปปิ้งของวัยรุ่นที่มีชื่อเสียงมากที่สุดของไต้หวันมีร้านจำหน่ายเสื้อผ้า รองเท้า ขนมต่างๆ โดยเฉพาะขนมพายไส้ผลไม้อันเลื่องชื่อของไต้หวัน ของกินของใช้มากมายละลานตาหมดเวลาจะไปเดินเนอร์อาหารเย็นเป็นร้านชาบู ชาบู หม้อไก่อหุ้มมันซี่วละทุกคนสนุกสนานในการรับประทานอาหาร ใกล้จะถึงเวลาที่จะต้องไปสนามบินคณะก็ได้พบกับ คุณนรรวณ ขาสวัสดิ์ ภิรยาท่านผู้อำนวยการใหญ่สำนักงานการค้าและเศรษฐกิจไทย ณ ไทเป (เทียบท่าเอกอัครราชทูต) ได้ทักทายพูดคุยกันเล็กน้อยก่อนอำลาไปสนามบินเพื่อเดินทางกลับ

การได้ไปทัศนศึกษาไต้หวันในครั้งนี้ ทุกท่านบอกว่าสนุกมากถึงมากที่สุด ทุกคนดูแลตัวเองและดูแลซึ่งกันและกัน ห่วงใยไม่ตรีต่อกันประทับใจมาก ซึ่งไต้หวันมีสถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจอีกมากมายที่ยังไม่เคยไปเยี่ยมชม อาทิ เช่น ตลาดปลาไทเป (Taipei Fish Market) วัดซื่อหนาน (Zhinan Temple) น้ำพุร้อนอีกหลายที่มากมาย หากมีโอกาสหลายๆ ท่านคงจะไปเยี่ยมและท่องเที่ยวสาธารณรัฐจีนไต้หวันอีก ต้องขอขอบคุณ ดร.อนันต์ ดาโลดม นายกสมาคมพืชสวนแห่งประเทศไทย ที่ให้การสนับสนุนในการเดินทางของคณะครั้งนี้เป็นอย่างมากและขอบคุณเพื่อนร่วมเดินทางที่แสนดี มีมิตรภาพที่อบอุ่น ท่องเที่ยวด้วยความสนุกและเดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

วันสุดท้ายของการเดินทาง

วันนี้ตรงกับวันอังคารที่ 12 มีนาคม 2562 เป็นวันสุดท้ายของการท่องเที่ยวไต้หวันและจะได้กลับบ้าน คณะรับประทานอาหารเช้าเรียบร้อย โกดัดโซมอนำเดินไปอุทยานหินเยหลิว (Yehliu Geopark) ซึ่งจากที่เคยไปในหลายปีแล้ว จะเห็นว่าบริเวณสถานที่ได้พัฒนาและปรับปรุงเปลี่ยนแปลงไปมาก สวยงามและสะดวกสบายในการเดินไปเยี่ยมชมแหลมที่ยื่นไปในทะเล ซึ่งมีแนวหินปูนและอิทธิพลของน้ำทะเลคลื่นลมทะเลทำให้เกิดการผุกร่อนหินเปลี่ยนเป็นรูปร่างในลักษณะต่างๆ แปลกตา บวกกับจินตนาการเปรียบเทียบลักษณะหินในรูปทรงต่างๆ เช่น หินรูปรองเท้า หินรูปช้าง รูปเห็ด แต่ที่เป็นไฮไลท์และมีนักท่องเที่ยวเข้าคิวถ่ายภาพมากที่สุด คือ หินเศียรราชินี (Queen's Head) นั่นเอง เยหลิวจึงเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจแหล่งหนึ่งที่ไม่ไกลจากไทเปนัก

จากนั้นไปร้านจำหน่ายเครื่องสำอาง ซึ่งเขาบอกว่าเป็นบริษัทที่ผลิตเครื่องสำอางให้กับแบรนด์ชั้นนำของโลก ชมร้านจำหน่ายเครื่องประดับของที่ระลึกต่างๆ บางท่านก็ซื้อของฝากคนที่บ้านได้ทีนี้ จากนั้นไปชมตึกไทเป 101 เป็นอาคารสูงระฟ้ารูปทรงปล้องไม้ไผ่เป็นความภาคภูมิใจของชาวไทเป เป็นนวัตกรรมทางวิศวกรรมที่ออกแบบให้ทนทานต่อแผ่นดินไหวซึ่งเกิดขึ้นบ่อย ด้วยเวลาที่มีน้อยนิด คณะไม่ได้เสียเงินขึ้นไปชมวิวด้านบนตึก ได้แต่ไปเดินชมร้านห่อเช่นเดียวกับไปเดินศูนย์การค้าสยามพารากอนหรือเอ็มควอเทียร์ เท่านั้น



กัญชา : พืชความหวังของผู้ป่วย

มารู้จักกับกัญชา

พืชที่เรียกว่า กัญชา เป็นไม้ล้มลุก ลำต้นไม่มีเนื้อไม้จัดอยู่ในวงศ์ Cannabidaceae วงศ์เดียวกันกับปอกระเจา ชื่อสามัญที่ใช้เรียกชื่อกัญชา คือ marijuana หรือ hemp มีชื่อทางพฤกษศาสตร์ว่า *Cannabis sativa* L. ประกอบด้วยชนิดย่อย (subspecies) หรือพันธุ์ทางพฤกษศาสตร์ (botanical variety : var.) ได้แก่

กัญชา : *Cannabis sativa* L. var. *indica*

กัญชง : *Cannabis sativa* L. var. *sativa*

ใบกัญชามีลักษณะมน แฉกเล็กเข้าไปทางก้าน หลายแฉก ดอกสีเขียว ช่อดอกตัวผู้และช่อดอกตัวเมียอยู่ต่างต้นกัน ใบและช่อดอกตัวเมียที่แห้ง เรียก **กะหล่ำกัญชา** ใช้สูบปนกับยาสูบ มีสรรพคุณทำให้มีเมามา เปลือกลำต้นใช้ทำเชือกป่าน และทอผ้า

ในส่วนต่างๆ ของต้นกัญชา เช่น ใบ ช่อดอกมีสารออกฤทธิ์ที่ทำให้มีเมามาหรือใช้เป็นยารักษาโรค ได้แก่ **ทีเอชซี** (THC : tetrahydrocannabinol) มีฤทธิ์เป็นยาเสพติด เมื่อเสพเข้าไปแล้วทำให้เกิดอาการมีเมามา มีอาการพึ่นเพี้ยนเพราะฤทธิ์ของสาร สารอีกตัวหนึ่งคือ **ซีบีดี** (CBD : cannabidiol) มีสรรพคุณเป็นยารักษาโรค ผลิตรักันซีบีดีบริสุทธิ์ผสมอยู่มี เช่น Epidiolex ใช้รักษาโรคลมชัก (epilepsy) อย่างได้ผลเป็นที่พอใจ แต่ขณะนี้ยังอยู่ในขั้นทดสอบระยะที่ 3

ในปัจจุบันองค์การอนามัยโลกยังจัดกัญชาเป็น ยาเสพติด เพียงแต่มีการประกาศเพิ่มว่า สารสกัดกัญชาที่มี ทีเอชซี (THC) ที่มีฤทธิ์เป็น **สารเสพติด** นั้นหากมีต่ำกว่า 0.2% ก็สามารถนำไปใช้ประโยชน์อย่างอื่นได้ โดยในต่างประเทศนั้น การใช้กัญชารักษาโรค **ต้องทำภายใต้การดูแลของแพทย์** เพื่อสามารถติดตามผู้ป่วย และป้องกันได้รับผลกระทบจากฤทธิ์ของกัญชา

สารออกฤทธิ์ในกัญชา

พันธุ์กัญชาที่ปลูกกันทั่วไป มีปริมาณสารออกฤทธิ์ **ทีเอชซี** (THC : tetrahydrocannabinol) และ**ซีบีดี** (CBD : cannabidiol) มากน้อยแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย เช่น สายพันธุ์ สภาพแวดล้อม ภูมิอากาศ การเกษตรกรรม เป็นต้น โครงการหลวงและคณะศึกษาวิจัย **กัญชง 9** สายพันธุ์ที่ภาคเหนือของประเทศไทย ได้ข้อมูลที่น่าสนใจหลายอย่าง พอสรุปคร่าวๆ ได้ คือ :

- กัญชงทุกสายพันธุ์มีปริมาณสาร ทีเอชซี (THC) ค่อนข้างสูง



- กัญชงอายุ 90 วัน มี THC 0.754 – 0.939%, มี CBD 0.361 – 0.480%
- กัญชงระยะออกดอกมี THC 1.035 – 1.142%, มี CBD 0.446 – 0.509% โดยน้ำหนัก
- ช่อดอกตัวผู้อายุ 90 วัน มี THC 1.035 – 1.142%, มี CBD 0.4%, ช่อดอกตัวเมียอายุ 120 วัน มี THC 1.0%, มี CBD 2.5%
- ใบอายุ 90 วัน มี THC 0.8%, มี CBD 0.4%, ใบต้นตัวผู้ มี THC 0.79%, มี CBD 0.4%, โดยน้ำหนัก
- พันธุ์แม่สาใหม่, ปางอุง, และห้วยห้อย ระยะออกดอก มี THC 0.762, 0.773, และ 0.866% มีอัตราส่วน CBD/THC เท่ากับ 0.92, 0.87, และ 0.78% โดยน้ำหนัก ตามลำดับ
- กัญชงทุกสายพันธุ์ที่ปลูกในพื้นที่ระยะสูง มีสาร THC ค่อนข้างสูง

พันธุ์กัญชาที่ปลูกเพื่อใช้ประโยชน์ทางด้าน นันทนาการ หรือเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด จะมีปริมาณสารทีเอชซี (THC) มากกว่าซีบีดี (CBD) มากในช่อดอกตัวเมียแห้ง ส่วนพันธุ์ที่ปลูกเพื่อประโยชน์ทางด้านใช้เป็นยารักษาโรค จะให้ปริมาณสารซีบีดีในระดับสูง สารทีเอชซีเมื่อเข้าสู่ร่างกาย จะมีผลทำให้สมรรถนะประสาทควบคุมกล้ามเนื้อและกระบวนการรับรู้อ่อนกำลังลง และเกิดผลทางกายภาพบางอย่าง รวมเอาอัตราการเต้นของหัวใจและปากแห้ง ในการศึกษาทดลองการใช้สาร ซีบีดีทางคลินิกพบว่าแม้จะให้สารซีบีดีในอัตราสูงโดยวิธีกลืนลงกระเพาะ จะไม่เกิดผลอย่างที่เกิดกับสารทีเอชซี และน้ำมันกัญชาที่อุดมด้วยสาร ทีเอชซี

ตำรับยาผสมกัญชา

กัญชาเป็นพืชที่มีประโยชน์ ถ้าใช้ไม่เป็นมีโทษมหันต์ การใช้ต้องอยู่ภายใต้การควบคุม แพทย์ที่สั่งจ่ายยาต้องผ่านการอบรมการใช้กัญชาทางการแพทย์และมีใบอนุญาต กรมการแพทย์แผนไทยได้จัดการอบรม การใช้กัญชาแพทย์แผนไทย-หมอพื้นบ้าน ทั่วประเทศ จำนวนเกือบ 4 พันคน และมีการเตรียมทำตำรับยา และ เครื่องยากลาง กระจายให้โรงพยาบาลใช้ปรุงและรักษาคนป่วย

สถาบันการแพทย์แผนไทย ในฐานะประธานคณะกรรมการด้านการประเมินรับรองตำรับยาแผนไทยที่มีกัญชาและกระท่อมและการใช้ยาแผนไทยที่มีกัญชาและกระท่อมปรุงผสมอยู่ ได้จัดทำร่างเกณฑ์การพิจารณารับรอง ตำรับยาปรุงเฉพาะรายที่มีกัญชาปรุงผสมของหมอพื้นบ้าน เสนอต่อคณะกรรมการอำนวยการนำกัญชามาใช้ทางการแพทย์ มีอธิบดีกรมการแพทย์แผนไทย และการแพทย์ทางเลือกพิจารณา ก่อนส่งต่อให้คณะกรรมการยาเสพติด พิจารณาต่อไป

เกณฑ์รับรองตำรับยากัญชา มี 5 ข้อ คือ :

- (1) เป็นตำรับยาที่มีส่วนผสมของกัญชา
- (2) มีแหล่งความรู้ที่อ้างอิง หรือมีความสอดคล้องกับหลักเกณฑ์การตั้งสูตรตำรับและกรรมวิธีการปรุงยาตามองค์ความรู้การแพทย์แผนไทยหรืออื่นๆ เช่น ตำรา คัมภีร์ ครูหมอ ตำรับยาแผนไทยของชาติ ที่คณะกรรมการ เห็นสมควร
- (3) มีประสบการณ์ในการใช้ตำรับยาผสมกัญชาและพืชมีหลักฐานที่แสดงถึงประสิทธิภาพและความปลอดภัย
- (4) ควรพิจารณาตำรับยาสมุนไพรที่เป็นวัตถุดิบตามเกณฑ์แสดงถึงประสิทธิภาพและความปลอดภัย
- (5) หลักเกณฑ์อื่นๆ ตามที่คณะกรรมการเห็นสมควร

การแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกได้เปิดการอบรมผู้มีสิทธิ์สั่งใช้กัญชาทางการแพทย์แผนไทยในพื้นที่กรุงเทพมหานคร เพื่อสร้างวิทยากรการใช้กัญชาทางการแพทย์แผนไทย ไปจัดอบรมต่อพร้อมกันทั่วประเทศทั้ง 13 เขตสุขภาพ ตลอดจนมีการจัดอบรม



พร้อมกันทั่วประเทศ ทั้งส่วนกลางและเขตสุขภาพ 13 แห่ง โดยผู้เข้ารับการอบรมต้องเป็นแพทย์แผนไทย ที่มีใบประกอบวิชาชีพสาขาเวชกรรมไทย ต้องผ่านการทดสอบความรู้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 จึงจะได้รับประกาศนียบัตรเป็นผู้ผ่านการอบรมหลักสูตร การใช้ตำรับยาแผนไทยที่มีกัญชาปรุงผสมอยู่ ต่อจากนี้ก็จะส่งรายชื่อผู้ที่ผ่านการอบรมไปให้สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) เพื่อขึ้นทะเบียนให้เป็นผู้มีสิทธิ์สั่งใช้

ขณะนี้มีการรับยาสมุนไพรที่มีกัญชาปรุงผสมอยู่จำนวน 16 ตำรับและกรมการแพทย์แผนไทยเคาะผ่าน 10 ตำรับยากัญชาจากตำรับยาที่ส่งมาให้พิจารณา 59 ตำรับจาก 22 จังหวัด ระบุหมอพื้นบ้านผู้ยื่นตำรับยาเท่านั้นที่ใช้ได้ คนอื่นทำได้แค่เอาไปวิจัย

กรมการแพทย์แผนไทยจะผลิต ผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป 2 สูตร คือ (1) น้ำมันสนั่นไตรภพที่ช่วยลดอาการแทรกซ้อนในผู้ป่วยมะเร็งรังไข่ มะเร็งมดลูก มะเร็งตับในระยะเริ่มต้นและช่วยแก้ภัยไข้เจ็บหรืออาการท้องแข็งเป็นดาน ซึ่งส่วนหนึ่งคือ โรคมะเร็ง (2) ยาริดสีดวงทวารหนักและโรคผิวหนังและจัดทำเครื่องยากลาง 3 สูตร คือ

- 1) ซอดอกกัญชากับพริกไทยอ่อน อัตราส่วน 1:1
- 2) ใบกัญชากับพริกไทยอ่อน อัตราส่วน 1:0.25
- 3) ก้านกัญชากับบอระเพ็ด อัตราส่วน 1:1

เพื่อกระจายให้แก่โรงพยาบาลและให้แพทย์แผนไทย แพทย์ไทยประยุกต์ใช้ในการปรุงและจ่ายยาแก่ผู้ป่วย สำหรับวัตถุดิบจะเป็นทั้งกัญชาและกัญชาสดจากสำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.) และจากองค์กรอื่นๆ ที่กำหนดไว้ คาดว่าอาจใช้กัญชาถึง 13 ตัน/ปี

กัญชาไม่ใช่ยาวิเศษ

กัญชาไม่สามารถรักษาสารพัดโรคได้ ทางารอนุญาตให้ใช้น้ำมันกัญชา รักษาโรค หรืออาการผิดปกติ มีเพียง 4 กลุ่มโรคที่กัญชา มีประโยชน์ในการรักษา คือ

- 1) ภาวะคลื่นไส้อาเจียนในผู้ป่วยที่ได้รับยาเคมีบำบัด
- 2) โรคลมชักที่รักษายาก และโรคลมชักที่ดื้อต่อการรักษา
- 3) ภาวะกล้ามเนื้อหดเกร็งในผู้ป่วยปลอกประสาทเสื่อมแข็ง
- 4) ภาวะปวดประสาทที่ใช้วิธีรักษาอื่นแล้วไม่ได้ผล

โรคที่กัญชาอาจจะมีประโยชน์ในการรักษา เช่น โรคพาร์กินสัน อัลไซเมอร์ โรควิตกกังวล โรคปลอกประสาทอักเสบ ผู้ป่วยที่ต้องดูแลแบบประคับประคอง ผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย และโรคอื่นๆ

การใช้ประโยชน์สาร ซีบีดี (CBD) ในการรักษาโรคลมชัก (epilepsy) ทางคลินิก มีความก้าวหน้ามากที่สุด สารซีบีดีแสดงให้เห็นว่าสามารถรักษาอาการของโรคลมชักบางประเภทได้อย่างเป็นที่น่าสนใจ การทดลองใช้ผลิตภัณฑ์ Epidiolex ซึ่งมีสาร ซีบีดีบริสุทธิ์ผสมอยู่ในปัจจุบันยังอยู่ในการทดลองระยะที่ 3 ในการรักษาผู้ป่วยโรคลมชัก ใช้สาร CBD อัตราระหว่าง 200-300 มก./วัน อาจใช้เดี่ยวๆ หรือใช้ร่วมกับยารักษาโรคลมชักที่ใช้อยู่ การใช้ CBD อัตรา 20 มก./กก. ต่อวัน โดยการกลืนลงกระเพาะเพื่อรักษาโรค “Dravet syndrome” ซึ่งเป็นอาการ

ผิดปกติที่ซับซ้อนในเด็ก ช่วยลดอาการกระดูกได้อย่างน่าพอใจ แต่อาจมีผลข้างเคียงบ้าง เช่น ท้องร่วง สูญเสียความอยากอาหารและง่วงซึม

วิธีการใช้กัญชารักษาโรค การใช้กัญชารักษาโรค ตามวิธีชาวบ้านที่ได้รับความรู้และประสบการณ์ติดต่อกันมาจากรุ่นสู่รุ่น เป็นภูมิปัญญาที่ได้จากประสบการณ์ที่มีการลองผิดลองถูกในอดีตหรือได้รับคำแนะนำจากหมอพื้นบ้าน มีหลายวิธีเช่น

(1) การหยดลงใต้ลิ้น 1-3 หยด (0.05-0.15 มล.) แล้วแต่ความต้านทาน ปรกติจะใช้เพียง 1 หยด ก็เห็นฤทธิ์ของสารออกฤทธิ์ ถ้าอัตราการใช้พอดีจะมีอาการแฉะมึนๆ แต่ถ้ามากเกินไปจะเมาจนช่วยตัวเองไม่ได้ โดยทั่วไปฤทธิ์ของสารสกัดกัญชาจะอยู่ในร่างกายไม่นาน การแก้อาการเมาอาจทำได้โดยการกินน้ำผึ้ง หากเป็นเบาหวานก็แก้ด้วยการดื่มหรือกินรางจืด

(2) หากเป็นมะเร็งระยะระยะ 3 - 4 - สุดท้าย นอกจากหยดใต้ลิ้นแล้ว ต้องมีวิธีเสริม เช่น มะเร็งต่อมลูกหมาก มะเร็งลำไส้ มะเร็งตับ มะเร็งไต จะใช้วิธีเหน็บทวารสวนทวารด้วยน้ำมันกัญชา

(3) มะเร็งปอด มะเร็งน้ำเหลือง ใช้วิธีกลืนแคปซูลที่มีน้ำมันกัญชา 3 หยดและน้ำมันมะพร้าวหีบเย็น (virgin coconut oil : VCO) 1-2 หยด หรือใช้น้ำมันงา หรือน้ำมันมะกอกแทนได้ กินแคแคปซูลเดียวก่อน ถ้าไม่เมามากๆเพิ่ม (ฤทธิ์ของสารออกฤทธิ์เมื่อหยดใต้ลิ้น 1 หยด จะมีฤทธิ์เท่ากับการกลืน 3 หยด)



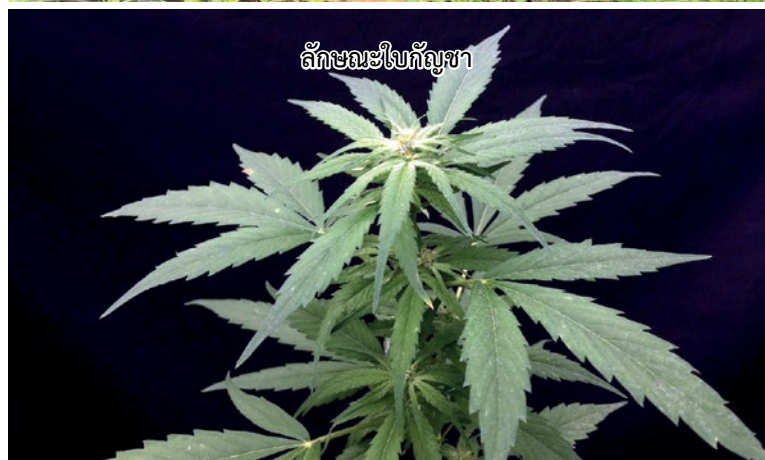
กัญชา สูงได้กว่า 2 เมตร



การปลูกทดสอบ



ดอกกัญชา



ลักษณะใบกัญชา

ม หัศจรรย กัญชง

ก่อนหน้าทีใครๆ จะหันมาสนใจ “กัญชา” และเรียกร้องให้ กัญชาเป็นพืชที่สามารถปลูกได้อย่างถูกกฎหมาย โดยอ้างประโยชน์ของ กัญชาที่สามารถนำมาใช้ในทางการแพทย์ได้ เคยมีเรื่องของ “กัญชง” มาก่อน โดยคณะรัฐมนตรีได้อนุมัติให้มีการปลูก “กัญชง” นำร่องใน 6 จังหวัดภาคเหนือ ตั้งแต่ปี 2560 เป็นต้นไป เพื่อให้ประชาชน ใช้ประโยชน์จากกัญชงในแง่ของสิ่งประดิษฐ์และสมุนไพร เป็นการสร้าง อาชีพและรายได้

6 จังหวัดที่ว่านี้ประกอบด้วย จังหวัดเชียงใหม่ (อำเภอแม่วาง แมริม สะเมิง และแม่แจ่ม) เชียงราย (อำเภอเทิง เวียงป่าเป้า และ แม่สาย) น่าน (อำเภอนาหมื่น สันติสุข และสองแคว) ตาก (อำเภอพบพระ) เพชรบูรณ์ (อำเภอหล่มเก่า เขาค้อ และเมือง) แม่ฮ่องสอน (อำเภอเมือง)

พืชสวนดัด

ตาม พ.ร.บ.ยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 กัญชา และ กัญชง เป็นพืชที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน จึงถูกระบุให้เป็นยาเสพติดให้โทษประเภท ที่ 5 ห้ามมิให้ผู้ใดผลิต และจำหน่าย นำเข้า ส่งออก ห้ามมิไว้ใน ครอบครอง เว้นแต่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขจะอนุญาตโดย ความเห็นชอบของคณะกรรมการควบคุมยาเสพติดให้โทษเป็นรายๆ ไป

ในปี พ.ศ. 2547 สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง เสด็จฯ ทรงงานในพื้นที่ดอยยาว ดอยผาหม่น ดอยผาจิ จังหวัดเชียงราย ทรงมีพระราชเสาวนีย์ที่จะให้หน่วยงานในพื้นที่ ส่งเสริมทดสอบการปลูกต้นกัญชงสำหรับใช้เส้นใยมาทอผ้า และหัตถกรรม โดยให้ชาวไทยภูเขา เข้ามาเรียนรู้และนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาต่อยอด ให้เกิดประโยชน์กับชุมชนบนพื้นที่สูง ทั้งนี้ชาวม้งในอดีตทอผ้าใช้เอง และ เส้นใยที่นำมาทอผ้าคือเส้นใยจากต้นกัญชงนั่นเอง

นอกจากนี้วิถีชีวิตของชาวม้งยังผูกพันกับเส้นใยกัญชง โดยใช้ ในพิธีกรรมต่างๆ เช่น ใช้ทำเป็นเส้นด้ายสายสิญจน์ ใช้ในพิธีอ้วเน้งหรือ เข้าทรง ซึ่งเป็นประเพณีที่สำคัญของชาวม้ง รวมทั้งใช้ถักทอเป็นรองเท้า สำหรับคนตายเพื่อเดินทางไปสู่สวรรค์

มูลนิธิโครงการหลวง ได้ทำการศึกษาข้อมูลจากหลายฝ่ายและ เห็นว่า กัญชงสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้หลายลักษณะโดยเฉพาะเส้นใย สามารถนำมาทอผ้าได้ จึงต้องการส่งเสริมให้ชาวบ้านมีอาชีพและรายได้ จากการปลูกกัญชง เป็นการสนองพระราชเสาวนีย์ เมื่อคณะรัฐมนตรี อนุมัติให้มีการปลูกกัญชงได้ มูลนิธิโครงการหลวงจึงมอบหมายให้ สถาบันวิจัยและพัฒนาพื้นที่สูง (องค์การมหาชน) ทำข้อตกลงกับเกษตรกร ที่เข้าร่วมโครงการในการปลูกกัญชง



ข้อตกลงดังกล่าว ระบุว่า เกษตรกรที่ต้องการเข้าร่วมโครงการ จะต้องมีพื้นที่และอาณาเขตที่แน่นอน ทำรั้วล้อมรอบพื้นที่ปลูก มีป้ายระบุจำนวนพื้นที่ปลูก ชื่อเกษตรกรเจ้าของพื้นที่ หมายเลขทะเบียนที่ได้รับอนุญาต มีการจดบันทึกการปลูกทุกระยะ กำหนดวันปลูกและวันเก็บเกี่ยว คณะกรรมการสามารถเข้าไปตรวจสอบได้ทุกเมื่อ ถ้าใครไม่ปฏิบัติตามข้อตกลง คณะกรรมการสามารถตัดต้นกัญชงทิ้งได้ทั้งแปลง และไม่อนุญาตให้เข้าร่วมโครงการอีก

พฤกษศาสตร์ของกัญชง

กัญชง มีชื่อสามัญเป็นภาษาอังกฤษว่า Hemp ชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Cannabis sativa* L. subsp. *Stiva* อยู่ในวงศ์กัญชา (CANNABACEAE) มีแหล่งกำเนิดในเอเชียกลาง แพร่กระจายไปสู่เอเชียตะวันออกและยุโรป เป็นไม้ล้มลุกมีอายุเพียง 1 ปี ลำต้นตั้งตรง มีความสูงเฉลี่ยประมาณ 3 เมตร ตอนเป็นต้นกล้ามีลักษณะอวบน้ำ จะเริ่มสร้างเนื้อไม้เมื่ออายุ 2-3 สัปดาห์ ช่วงแรกๆ จะเติบโตช้า หลังจาก 6 สัปดาห์ไปแล้วเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว ลักษณะรากเป็นระบบรากแก้ว มีรากแขนงจำนวนมาก ขยายพันธุ์โดยการเพาะเมล็ด ใช้เวลางอกไม่เกิน 15 วัน สามารถเก็บเกี่ยวได้เมื่ออายุ 3-4 เดือน

ใบกัญชง เป็นใบเดี่ยวรูปฝ่ามือ ใบแก่แยกเป็นแฉก 7-9 แฉก เมื่อมีการสร้างดอก จำนวนแฉกของใบจะลดน้อยลง ขอบใบหยักเป็นฟันเลื่อย ปลายใบสอบ เรียวแหลม

ดอกกัญชง ออกเป็นช่อตามซอกใบและปลายยอด ดอกมีขนาดเล็กสีขาว ดอกเป็นแบบแยกเพศ และอยู่ต่างต้นกัน ดอกเพศผู้เป็นช่อที่แตกแขนง (panicle) ดอกมีกลีบเลี้ยง 5 กลีบ แยกจากกันเป็นอิสระ สีเขียวอมเหลือง มีเกสร 5 อัน ระยะการบานประมาณ 2 เดือน ดอกเพศเมียจะออกตามซอกใบและปลายยอด ช่อดอกจะอัดแน่น (spike) ดอกมีกลีบเลี้ยงสีเขียวหุ้มรังไข่ไว้ภายใน มีเกสรเพศเมีย 2 อัน สีน้ำตาลแดง อายุของดอกเพียง 3-4 สัปดาห์ จึงกลายเป็นผล

ผลกัญชง รูปไข่ ผิวเรียบเป็นมัน ลายประสีน้ำตาล เมื่อแห้งจะเป็นสีเทาขนาดประมาณครึ่งเซนติเมตร เมล็ดในมีน้ำมันกว่า 30% ประกอบด้วยไขมันไม่อิ่มตัว ทั้งไลโนเลอิก ไลโนเลนิก และ โอลิอิก มีโอเมก้า 3, 6, 9 และสารในกลุ่มวิตามินอี

กัญชง และกัญชา มีสารสำคัญเหมือนกัน คือ Tetrahydrocannabinol หรือ THC สาร Cannabinol หรือ CBN และสาร Cannabidiol หรือ CBD โดย สาร THC เป็นสารเสพติดที่มีฤทธิ์กระตุ้นประสาท ทำให้ผู้เสพมีอาการตื่นเต้น ช่างพูด หัวเราะตลอดเวลา สำหรับสาร CBD เป็นสารต้านการออกฤทธิ์ของ THC แต่ในกัญชงมีสาร THC ต่ำกว่าในกัญชา จากการศึกษาของศูนย์วิทยาศาสตร์การแพทย์เชียงใหม่ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข โดยการทดลองปลูกกัญชงสายพันธุ์ต่างๆ ทั้งสายพันธุ์ท้องถิ่น และสายพันธุ์ต่างประเทศ ในสภาพแวดล้อมและความสูงของพื้นที่ที่ต่างกัน พบว่า สาร THC และ CBD ในกัญชงจะเพิ่มขึ้นตามอายุของต้น และจะเพิ่มขึ้นมากในระยะออกดอก



ลักษณะใบกัญชง



ดอกกัญชง



การแตกยอดของกัญชง



ผลิตภัณฑ์จากเส้นใยกัญชง



เส้นใยจากลำต้นกัญชง

ประโยชน์ของกัญชง

ใบกัญชง มีสรรพคุณในการบำรุงโลหิต ทำให้ผ่อนคลาย สดชื่น ทำให้อ่อนหลับสบาย ช่วยรักษาอาการเวียนศีรษะ ปวดศีรษะ ไมเกรน ช่วยแก้กระหาย รักษาโรคท้องร่วง โรคบิด บรรเทาอาการเจ็บปวด คลายความเกร็งของกล้ามเนื้อ และรักษาโรคเกาต์ เมล็ดกัญชงใช้เป็นยาคลายกล้ามเนื้อ นอกจากนี้ยังสามารถสกัดน้ำมันนำมาใช้ในการปรุงอาหารได้ มีสารสำคัญต่างๆ ดังที่กล่าวมาแล้ว มีประโยชน์ในการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือด รวมทั้งลดการเกิดมะเร็งในร่างกายด้วย

น้ำมันจากเมล็ดสามารถนำไปผลิตเป็นน้ำมันชกแห้ง สบู่ เครื่องสำอางหลายชนิด เช่น ครีมกันแดด แชมพู โลชั่นบำรุงผิว ลิปสติก แผ่นมาสก์หน้า ครีมบำรุงผิวรักษาผิวแห้ง และโรคสะเก็ดเงิน เป็นต้น นอกจากนี้น้ำมันกัญชงยังใช้เป็นเชื้อเพลิงได้ด้วย

เมล็ดกัญชงยังมีโปรตีนสูง นำมาทำผลิตภัณฑ์ต่างๆ ได้อีกหลายชนิด เช่น เนย ชีส เต้าหู้ นม ไอศกรีม อาหารเสริม ขนมขบเคี้ยว หรือแปรรูปเป็นแป้งใช้ทดแทนถั่วเหลืองได้เป็นอย่างดี

เปลือกจากลำต้นกัญชงให้เส้นใยนำไปทำเชือก และเส้นด้าย ใช้สำหรับทอผ้า เส้นใยกัญชงเป็นเส้นใยที่มีคุณภาพสูง มีความแข็งแรงกว่าฝ้าย สามารถดูดซับความชื้นได้ดีกว่าไนลอน และให้ความอบอุ่นมากกว่าลินิน เหมาะสำหรับนำมาทำเครื่องนุ่งห่ม เพราะเมื่อสวมใส่ยามอากาศร้อนจะรู้สึกเย็นสบาย ถ้าสวมใส่ยามอากาศหนาวจะให้ความอบอุ่นเพราะช่วยดูดความร้อน ดูดกลิ่น และสารพิษจากร่างกายที่ขับออกมากับเหงื่อ

ผ้าที่ทอจากเส้นใยกัญชงยังบางเบาสวมใส่ได้สบายตัว ไม่ระคายผิว ให้สัมผัสอ่อนนุ่ม มีความยืดหยุ่นดีทนทานต่อการซัก ยิ่งซักยิ่งนุ่ม ไม่มีกลิ่นอับชื้น และไม่ขึ้นราแม้อยู่ในที่อับชื้น ยิ่งไปกว่านั้นยังมีผลงานวิจัยของสถาบันฟิสิกส์และวิทยาศาสตร์แห่งชาติของสาธารณรัฐประชาชนจีน ยืนยันว่า ผ้าที่ทอจากเส้นใยกัญชงสามารถป้องกันรังสี UV ได้ถึง 100% และในประเทศญี่ปุ่นถือว่าเส้นใยกัญชงเป็นเส้นใยมงคลที่ชาวญี่ปุ่นนิยมนำมาตัดชุดกิโมโน เพราะเป็นผ้าที่มีความทนทานอยู่ได้นับร้อยปี

เส้นใยกัญชงยังมีความพิเศษที่เป็นผลดีต่อสุขภาพ กล่าวคือ ไม่มีโรคแมลงศัตรูพืชชนิดใดสามารถทำลายต้นกัญชงได้ รองเท้าที่ทำจากเส้นใยกัญชงจะป้องกันเท้าของผู้สวมใส่จากโรคเหน็บชา และโรคผิวหนังที่เกิดจากเชื้อรา ช่วยป้องกันแมลงมีพิษกัดต่อย

เนื้อไม้ของต้นกัญชงที่ลอกเปลือกออกแล้วนำมาเป็นวัตถุดิบผลิตกระดาษได้ ส่วนแกนของต้นกัญชงมีคุณสมบัติในการดูดซับกลิ่น น้ำ

หรือน้ำมันได้ดี ในต่างประเทศนิยมนำไปผลิตพลังงานชีวมวลในรูปแบบต่างๆ เช่น แอลกอฮอล์ ถ่านไม้ เอทานอล เมทานอล เป็นต้น รวมถึงการนำไปทำผลิตภัณฑ์ตกแต่ง และเฟอร์นิเจอร์ด้วย

ใบของกัญชง นำมารับประทานได้ในหลายรูปแบบ เช่น นำมาตากแห้งชงเป็นชาดื่มเพื่อสุขภาพ นำมาผสมกับสารอาหารอื่นๆ ผลิตเป็นอาหารเสริม นำมาเป็นส่วนผสมของเส้นพาสต้า ลูกก๊ี้ ขนบั้ง ที่น่าสนใจคือ นำมาสกัดทำเป็นน้ำมันหอมระเหยเพื่อใช้ในอุตสาหกรรมเครื่องสำอาง มีคุณสมบัติช่วยถนอมผิว ทำให้ผิวชุ่มชื้น

อนาคตของกัญชง

ในการประชุมคณะกรรมการประสานงานและสนับสนุนโครงการหลวง ครั้งที่ 1/2556 เมื่อวันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2556 ที่ประชุมได้มีมติให้มีการปรับปรุงกฎหมายที่เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนาการปลูกกัญชงบนพื้นที่สูงให้เป็นพืชเศรษฐกิจ จนกระทั่งกระทรวงสาธารณสุขได้ออกกฎกระทรวง ลงวันที่ 15 พฤศจิกายน 2559 เรื่อง การขออนุญาต และการอนุญาตผลิต จำหน่าย หรือมีไว้ในครอบครองซึ่งยาเสพติดให้โทษประเภทที่ 5 เฉพาะเฮมพ์ พ.ศ. 2559 ทั้งนี้มีบทเฉพาะกาลระบุว่า ภายในระยะเวลา 3 ปี นับแต่วันที่กฎกระทรวงนี้ใช้บังคับ ให้เฉพาะหน่วยงานของรัฐเป็นผู้ขออนุญาตผลิต จำหน่าย หรือมีไว้ในครอบครองเท่านั้น และให้มีคณะกรรมการประเมินผลการดำเนินงานเพื่อเสนอรัฐมนตรีพิจารณา ทบทวนความเหมาะสมในการอนุญาตให้บุคคลธรรมดา หรือ นิติบุคคลอื่นมาขออนุญาตได้ ถ้าคณะกรรมการพิจารณาแล้วเห็นว่ายังไม่เหมาะสม ให้เสนอรัฐมนตรีเพื่อขยายระยะเวลาของบทเฉพาะกาลต่อไปอีก 2 ปี

จากข้อมูลกฎหมายดังกล่าว การปลูกกัญชงจึงยังไม่สามารถทำได้ อย่างเสรี เช่นเดียวกับ กัญชา ที่หลายฝ่ายพยายามจะเรียกร้องให้แก้ไขกฎหมาย ซึ่งถ้าดูจากนโยบายของรัฐบาล โดยเฉพาะนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งมีแนวโน้มที่จะผลักดันให้ชาวบ้านทั่วไปปลูกกัญชาได้โดยไม่ผิดกฎหมาย กัญชงซึ่งมีสารออกฤทธิ์น้อยกว่ากัญชา และใช้ประโยชน์จากส่วนต่าง ๆ ได้มากกว่าน่าจะมีการแก้ไขกฎหมายให้ปลูกได้อย่างเสรีง่ายกว่า....

(ข้อมูลจาก : คู่มือพนักงานเจ้าหน้าที่ในการกำกับ ดูแล ซึ่งยาเสพติดให้โทษประเภทที่ 5 เฉพาะเฮมพ์ (Hemp) กองควบคุมวัตถุเสพติด สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข, พ.ศ. 2561)

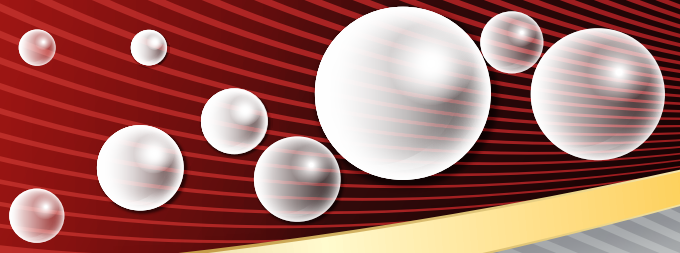


ปุ๋ยไชนุก



ตราเรือใบไชนุก

NEW



มีหลายซีรีส์

หลายสูตร ตามความเหมาะสม

เม็ดสีเหลือง

ปุ๋ยไชนุกโนวา



เม็ดสีฟ้า

ปุ๋ยไชนุกบลู



ขาวคาดแดง

ปุ๋ยไชนุก



ปุ๋ยซิลเฟต

ปุ๋ยไชนุกเอส



ผลิตภัณฑ์คุณภาพจากเครือประวิทย์กรุป

ใช้น้อย งามทน ผลดก

บริษัท ไอโธโรไทย จำกัด

ท่านสมาชิกที่รัก

ข่าวสารสมาคมพืชสวนฉบับนี้ อยู่ในช่วงที่ชาวไทยปลื้มปิติกับพระราชพิธีบรมราชาภิเษก ซึ่งเป็นไปตามโบราณราชประเพณีที่งดงาม สมพระเกียรติยศ ดังนั้นเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของประวัติศาสตร์ในครั้งนี้ ข่าวสารสมาคมพืชสวนจึงนำเสนอสาระสำคัญของพระราชพิธีบรมราชาภิเษก พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว มาเสนอ เพื่อเก็บไว้ในความทรงจำ และบอกกล่าวให้ชนรุ่นหลังได้เห็นคุณค่าของพระราชพิธีสำคัญในครั้งนี้

เมื่อวันที่ 24 พฤษภาคม ที่ผ่านมา สมาคมพืชสวนแห่งประเทศไทย ได้จัดแข่งขันโบลิ่งการกุศล เพื่อนำรายได้หลังหักค่าใช้จ่ายใช้ในกิจกรรมต่างๆ ของสมาคมฯ เพื่อสาธารณประโยชน์เหมือนเช่นทุกๆ ปีที่ผ่านมา สมาคมฯ ขอขอบพระคุณทุกท่านที่ร่วมสนับสนุนทีมเกียรติยศ และทีมปกติ รวมทั้งร่วมบริจาค โดยไม่ได้ส่งทีมเข้าแข่งขัน ทั้งในนามของบุคคล บริษัท หน่วยงานและองค์กร

ในปี พ.ศ. 2563 สมาคมฯ มีงานใหญ่รออยู่อีกงานหนึ่ง นั่นคือการประชุมวิชาการพืชสวนแห่งประเทศไทยครั้งที่ 3 หรือ The 3rd ASIAN Horticultural Congress ซึ่งจะจัดขึ้นระหว่างวันที่ 7-9 พฤษภาคม 2563 ณ ศูนย์การประชุมและนิทรรศการไบเทค บางนา กรุงเทพมหานคร

งานนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นเวทีให้กับนักวิชาการ นักวิจัยด้านพืชสวนรุ่นใหม่ในภูมิภาคเอเชีย ได้นำเสนอผลงานวิชาการ หรือผลงานวิจัยให้ผู้เข้าร่วมประชุมได้รับทราบ พร้อมทั้งได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้ และประสบการณ์ซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ยังได้แสดงศักยภาพด้านพืชสวนของไทยให้เป็นที่ประจักษ์อย่างกว้างขวางในระดับนานาชาติ รวมทั้งสร้างเครือข่ายความร่วมมือทางวิชาการในระหว่างนักวิชาการด้านพืชสวนของเอเชีย ยิ่งไปกว่านั้นการประชุมครั้งนี้ยังเป็นการส่งเสริมเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และการท่องเที่ยวภายในประเทศด้วย ท่านที่สนใจต้องการนำเสนอผลงาน หรือเข้าร่วมประชุม สามารถหารายละเอียดได้ที่ www.ahc2020.org

พร้อมๆ กับการประชุมวิชาการพืชสวนแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 3 ในเวลาเดียวกันนั้น ยังมีงาน HORTI ASIA หรืองานแสดงพืชสวนแห่งประเทศไทย ที่ศูนย์ประชุมและแสดงนิทรรศการไบเทค บางนา ด้วย งานนี้ท่านจะได้ชมความก้าวหน้าด้านพืชสวนทั้งไม้ดอกไม้ประดับ พืชผัก ผลไม้ จากประเทศต่างๆ ท่านที่สนใจอย่าลืมหันมาติดตาม ขณะเดียวกันข่าวสารสมาคมพืชสวน จะติดตามงานที่น่าสนใจทั้ง 2 งาน นำสาระที่น่าสนใจมาฝากท่านสมาชิกต่อไป

พบกันใหม่ฉบับหน้า
สารานุกรม

คณะผู้จัดทำ ข่าวสารสมาคมพืชสวน

ที่ปรึกษา :	อนันต์ ดาโลดม, สุรพงษ์ โกสิยะจินดา, วิจิตร วังโน
บรรณาธิการ :	พรรณนีย์ วิชชาชู
ประจำกองบรรณาธิการ	
ฝ่ายวิชาการ :	กนกรัตน์ สิทธิพนธ์, เศรษฐพงษ์ เลขาวัฒนะ, ปิยนุช นาคะ, สุนิสา บุญญะปฎิภาค
บันทึกข้อมูล :	สร้อยดาว วัฒนจารุเกียรติ
ประสานงาน :	ดวงรัตน์ ศิวสุกซ์ / สมจิตต์ ยะเลาะห์

วัตถุประสงค์ของสมาคมฯ

- ส่งเสริม สนับสนุนวิชาการพืชสวนและวิชาการสาขาอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับพืชสวนให้ครบวงจร
- เป็นแหล่งแลกเปลี่ยนและเพิ่มพูนความรู้เรื่องพืชสวนในหมู่นักวิชาการ นักธุรกิจ เกษตรกร และผู้สนใจทั่วไป
- เป็นแหล่งบริการความรู้เรื่องพืชสวนแก่เกษตรกร และองค์กรต่างๆ ของรัฐและเอกชนที่ปฏิบัติงานเกี่ยวข้องกับพืชสวนในประเทศไทย
- เป็นสื่อกลางในการแลกเปลี่ยนและร่วมมือในการค้นคว้าและวิจัยปัญหาทางพืชสวนทั้งภายในและภายนอกประเทศ



คณะกรรมการบริหาร

สมาคมพืชสวนแห่งประเทศไทย

คณะกรรมการที่ปรึกษา

อธิบดีกรมวิชาการเกษตร	อธิบดีกรมส่งเสริมการเกษตร
นายกำธร เดชสกุลธร	รศ.วิจิตร วังโน
ดร.ณรงค์ โฉมเฉลา	ดร.สุรพงษ์ โกสิยะจินดา
นายเกษม จันทรประสงค์	นายสมชาย สุนทรสิงห์
นายวิโรจน์ หิริญญกรณ์	นายกองเอกประสงค์ ประภาสภักดิ์
คุณหญิงประไพศรี พิทักษ์ไพรวณ	ดร.ประยูร พลพัฒน์พงษ์
นางวัชรีย์ จิยาศักดิ์	นางสาววันิดา อังศุพันธุ์
ดร. มนตรี คงตระกูลเทียน	นายวีระศักดิ์ วงษ์สมบัติ
นายชัยฤทธิ์ ดำรงค์เกียรติ	นายจารุโรจน์ ด้านเกียรติกิจ
นายยรรยง ประเทืองวงศ์	นายวรเทพ สุภาตุลย์
ดร.อุทัย จารณศรี	Mr. Robert Dixon
นายสกล มงคลธรรมากุล	ดร.สุนทร พิพิธแสงจันทร์
นางสาวจารุณี เดส์เน็ช	

คณะกรรมการบริหาร

นายกสมาคม	ดร. อนันต์ ดาโลดม
อุปนายกสมาคม	นายวิรัช จันทศรี
	นางลักขณา นะวีโรจน์
	ดร. กิตติ วิฑูรวิทย์ลักษณ์
	นางสาวพรรณนีย์ วิชชาชู
เลขาธิการ	นางกนกรัตน์ สิทธิพนธ์
รองเลขาธิการ	ดร.เศรษฐพงษ์ เลขาวัฒนะ
เหรัญญิก	นางเยาวลักษณ์ โสภณสกุลแก้ว
นายทะเบียน	นางดวงรัตน์ ศิวสุกซ์
สารานุกรม	นางสาวพรรณนีย์ วิชชาชู
ฝ่ายต่างประเทศ	นางสุนิสา บุญญะปฎิภาค
ฝ่ายประชุม สัมมนา วิชาการ	นางปิยนุช นาคะ
ฝ่ายทัศนศึกษา	นายไกรสิทธิ์ ไรจนเกษตรชัย
ฝ่ายประชาสัมพันธ์	รศ.ดร.จรรยา พุกกะเวส
	นางพวงผกา คมสัน
ฝ่ายเทคโนโลยีสารสนเทศ	ภญ.ดร.อารีญา สาริกะภูติ

กรรมการกลาง

ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพืชสวน	รศ. สุรวิษ วรรณไกรโรจน์
นายสุพล ธนุรักษ์	นางสาวกฤษมล ทองเพ็ง
นางวิไล อดิชาตการ	นางสาววันเพ็ญ พิทักษ์กุล
นางมารีสา แสนกุลศิริศักดิ์	นายอภิสิทธิ์ ต้นสกุล
นายนิวัติ ปากวิเศษ	นายรัฐพล โพธิ์นิยม
นางสาวลลิตา บุญมาก	

สถานที่ติดต่อ สมาคมพืชสวนแห่งประเทศไทย

สมาคมพืชสวนแห่งประเทศไทย

ตึกสมาคมพืชสวนแห่งประเทศไทย

บริเวณสถาบันวิจัยพืชสวน กรมวิชาการเกษตร

ถ.พหลโยธิน เขตจตุจักร กทม. 10900

โทร. 0-2940-6578 โทรสาร 0-2940-6579



GOURMET MARKET & HOME FRESH MART

กูร์เมต์ มาร์เก็ต และโฮม เฟรช มาร์ท
ซูเปอร์มาร์เก็ตชั้นนำระดับเวิลด์คลาส
พร้อมร่วมผลักดันผลผลิตสินค้าเกษตร
ของคนไทยให้ก้าวไกลสู่สากล

กว่า 30 ปีที่ซูเปอร์มาร์เก็ตเมืองไทยได้ยกระดับ พัฒนาขึ้นอย่างต่อเนื่องโดยกลุ่มเดอะมอลล์ กรุ๊ป ภายใต้ชื่อ “กูร์เมต์ มาร์เก็ต” และ “โฮม เฟรช มาร์ท” ด้วยแนวคิดที่ต้องการสรรหาสินค้าคุณภาพที่ดีที่สุดจากแหล่งผลิตที่ได้คุณภาพมาตรฐานสากลทั่วไทย มานำเสนอให้ผู้บริโภคทั้งชาวไทย และต่างประเทศ ด้วยความมุ่งมั่นเพื่อพัฒนา ทีมงานจึงต้องมีการทำงานร่วมกันกับเกษตรกรและคู่ค้าในการพัฒนาผลผลิตของเกษตรกรไทย และผลักดันผลผลิตสินค้าไทยให้เข้าสู่ระบบตรวจสอบมาตรฐาน Q จาก มกอช. กระทรวงเกษตร เพื่อสร้างความมั่นใจให้กับผู้บริโภค และการยอมรับเรื่องคุณภาพของสินค้าในตลาดสากล

ขอเชิญชวนเกษตรกรทุกท่านร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการผลักดันผลผลิตสินค้าเกษตรไทยให้ก้าวสู่มาตรฐานสากลไปพร้อมกันกับเรา

ติดต่อเพื่อร่วมเป็นคู่ค้ากับกูร์เมต์ มาร์เก็ต และโฮม เฟรช มาร์ท
ได้ที่ฝ่ายบริหารสินค้าตลาดสด โทร. 0-2310-1523, 2477



ที่ กูร์เมต์ มาร์เก็ต เอ็มโพเรียม เอ็มควอเทียร์ พารากอน บลูพอร์ต ห้วยหิน
เดอะมอลล์ บางแค - บางกะปิ - นครราชสีมา เทอร์มินอล 21 เดอะพรอมาเนด เดอะคริสตัล เอสบี ราชพฤกษ์
MRT ตลาดพร้าว และโฮม เฟรช มาร์ท เดอะมอลล์ งามคำแหง - ท่าพระ - จามจุรี



"ส่งเสริมเกษตรกรไทย ให้ก้าวไกล อย่างมั่นคง"

สมาคมการค้าปุ๋ยและธุรกิจการเกษตรไทย

THAI FERTILIZER AND AGRICULTURAL SUPPLIES ASSOCIATION

106 ถนนจิมพลี แขวงจิมพลี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170 โทรศัพท์/โทรสาร (02)448-7616

106 Chimphli Road, Chimphli, Taling Chan, Bangkok 10170 Tel. & Fax : (02)448-7616 E-mail : thaifertasso@gmail.com



เบนซ์ เกตรา
Benz Petra

- โชว์รูมรถยนต์ใหม่
- ศูนย์บริการมาตรฐาน
- ศูนย์ซ่อมตัวถังและสีมาตรฐาน



บริหารงานโดย นายอนันต์ เกตรา KU.32
อดีตนายกสมาคมนิสิตเก่ามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ในพระบรมราชูปถัมภ์

โทร. 02-979-6888-94



บริษัทในเครือ เกตรา กรุ๊ป

เกตรา คาร์เรนท์ เซนเตอร์

บริการรถเช่า

รายวัน รายเดือน รายปี

มีรถเช่าทุกรุ่นตามใจคุณ



02-979-6111
ต่อ 303,304

บริหารงานโดย นายอนันต์ เกตรา KU.32
อดีตนายกสมาคมนิสิตเก่ามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ในพระบรมราชูปถัมภ์

สตาร์เกิ้ล จี

ลีโอเทค

ออสโมโค้ท

3 พืช! แสงแดดปกคลุม
และดูแลต้นไม้...



สตาร์เกิ้ล จี

สารป้องกันกำจัดแมลงศัตรู...
เช่น เพลี้ยแป้ง เพลี้ยหอย
เพลี้ยอ่อน มด เพลี้ยไฟ เป็นต้น



ออสโมโค้ท

ปุ๋ย...สำหรับการบำรุงต้น
ให้สมบูรณ์ แข็งแรง
พร้อมต่อการออกดอก



ลีโอเทค

สารปรับปรุงคุณภาพดิน กระตุ้นการแตกราก
ช่วยให้ระบบรากแข็งแรง ต้นไม้ดูดปุ๋ยได้มากขึ้น
และช่วยเพิ่มการทำงานของจุลินทรีย์ในดิน
ที่มีประโยชน์ต่อต้นไม้