รายละเอียดกิจกรรมฐานการเรียนรู้

งานสัปดาห์วิทยาศาสตร์แห่งชาติ ส่วนภูมิภาค ประจำปี 2565

“เศรษฐกิจชีวภาพ เศรษฐกิจหมุนเวียน เศรษฐกิจสีเขียว BCG”

17-19 สิงหาคม 2565

---

1. ชื่อกิจกรรมฐาน Green medicine

2. รายละเอียดกิจกรรมฐานเรียนรู้

- Posterที่ 1 การใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อมที่นิยมใช้ในการรักษาโรคตามภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านและแนวทางการใช้พืชกระท่อมเป็นยารักษาโรคทางภาคใต้ตามส่วนที่ใช้
- Posterที่ 2 การใช้ประโยชน์จากกัญชาทางการแพทย์แผนไทย และข้อควรระวังการใช้ผลิตภัณฑ์กัญชา
- นำตัวอย่างพืชกระท่อมและกัญชา

3. องค์ความรู้ที่นักเรียนจะได้รับ

3.1 การใช้ประโยชน์จากพืชกระท่อมในรูปแบบยาเดี่ยว และนำมาเป็นส่วนของเครื่องยาในตำรับ เพื่อใช้รักษาโรค โดยส่วนที่นิยมใช้คือ ใบ เปลือกต้น และราก สำหรับวิธีการปรุงยาที่นิยมใช้คือ ต้มน้ำ กระท่อมสด ตำพอละเอียด บดผงปั้นลูกกลอน บดผงละลายน้ำ

แนวทางการใช้กระท่อมเป็นยารักษาโรค

1) แก้อาการปวดเมื่อย นำใบสดมาเคี้ยวครั้งละ 1-3 ใบ คายกากทิ้ง และดื่มน้ำอุ่นตาม ควรใช้ไม่เกินวันละ 2 ครั้ง
2) รักษาอาการไอ นำใบกระท่อมสด 1 ใบ น้ำตาลทราย 1 ช้อนชา เคี้ยวแล้วอม ค่อยกลืนน้ำคายกากทิ้ง รับประทานเมื่อมีอาการ 3-4 ครั้ง
3) รักษาอาการปวดท้อง ท้องเสีย เคี้ยวใบกระท่อมครึ่งใบ คายกากทิ้ง และดื่มน้ำอุ่นตาม
4) รักษาแผลสด ใช้ห้ามเลือด นำใบกระท่อมสดตำผสมเหล้าขาว พอกแผลสด

ผลข้างเคียงของกระท่อม

1) ทำให้เราไม่อยากอาหาร ท้องผูก เหงื่อออก ปัสสาวะบ่อย
2) ทำให้เราวิตกกังวล หัวใจเต้นเร็วขึ้น
3) อาจทำให้เรามีอาการแพ้แสง
4) ทำให้สีผิวเราเข้ม แล้วก็คล้ำขึ้นนั่นเองค่ะ

3.2 การใช้กัญชาทางการแพทย์แผนไทย กัญชามีสารสำคัญที่ออกฤทธิ์ที่ทางการแพทย์ให้ความสนใจทั่วโลก และมีงานศึกษาวิจัยที่เป็นที่ยอมรับในปัจจุบันของการใช้กัญชา คือ สารกลุ่มแคนนาบินอยด์

(Cannabinoid) สารเตตราไฮโดนแคนนาบินอล (Delta-9-Tetrahydrocannabinal: THC) มีฤทธิ์ต่อจิตประสาท ทำให้ผ่อนคลาย เคลิ้มสุข นอนหลับ ลดอาการคลื่นไส้ อาเจียน กระตุ้นให้อยากอาหาร สารแคนนาบิไดออล (Cannabidiol: CBD) ไม่มีฤทธิ์ต่อจิตประสาทต้านปวด ต้านการอักเสบ ลดความวิตกกังวล ลดอาการคลื่นไส้อาเจียน ต้านการชักเกร็ง

ในทางการแพทย์แผนไทยมีตำรับยาแผนไทยที่มีกัญชาปรุงผสม จำนวน 16 ตำรับ สำหรับใช้ดูแลรักษาสุขภาพของผู้ป่วย เช่น ตำรับยาศุขไสยาสน์ ช่วยให้นอนหลับ เจริญอาหาร ฟื้นฟูกำลังผู้ป่วยเรื้อรัง ยาไฟอาวุธ แก้ลมจุกเสียด ปวดมวนท้องยาแก้ลมแก้เส้น ใช้แก้ลมในเส้น บรรเทาอาการมือเท้าชา อ่อนแรง เป็นต้น

ข้อควรระวัง ในการใช้ผลิตภัณฑ์กัญชา

1) ไม่ควรใช้ผลิตภัณฑ์กัญชาที่มีสารเมา THC เป็นส่วนประกอบในผู้ป่วยที่มีอายุต่ำกว่า 25 ปี เนื่องจากเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดจิตเภทและลดพัฒนาการทางสมองได้ ยกเว้นแพทย์พิจารณาแล้วว่าอาจได้ประโยชน์มากกว่าความเสี่ยง
2) ไม่ควรใช้ผลิตภัณฑ์กัญชาในผู้ที่เป็นโรคตับ (หากจำเป็นให้ลดขนาดยาลงเนื่องจากกัญชาใช้ตับในการกำจัดยาเป็นหลัก)
3) ไม่ควรใช้ผลิตภัณฑ์กัญชาในผู้ที่เป็นโรคไตวายระยะสามขึ้นไป หรือมีค่าอัตราการกรองของไต GFR น้อยกว่า 60 เนื่องจากยังไม่มีข้อมูลความปลอดภัยชัดเจน
4) ไม่ควรใช้ผลิตภัณฑ์กัญชาในผู้ป่วยที่ติดสารเสพติด รวมถึงนิโคติน หรือเป็นผู้ดื่มสุราอย่างหนัก เพราะอาจเพิ่มโอกาสการเสพติดกัญชา ยกเว้นใช้ผลิตภัณฑ์กัญชาที่เป็น CBD
5) ระวังการใช้ยากัญชาร่วมกับยาในกลุ่มอนุพันธ์ฝิ่น ยากล่อมประสาท ยานอนหลับ เพราะอาจเสริมฤทธิ์กับกัญชา เพิ่มความเสี่ยงในการเกิดผลข้างเคียง เช่น ง่วงซึม มึนงง สับสน ยกเว้นใช้ผลิตภัณฑ์กัญชาที่เป็น CBD
6) ระวังการใช้ยาผู้ป่วยเด็กและผู้ป่วยสูงอายุ เนื่องจากยังไม่มีข้อมูลทางวิชาการมากเพียงพอในสองกลุ่มนี้ กระบวนการเปลี่ยนแปลงยาของผู้สูงอายุจะช้ากว่า จึงดูเหมือนว่ามีการตอบสนองต่อกัญชาได้สูงกว่า ดังนั้นการใช้จึงควรเริ่มต้น ในปริมาณที่น้อยและปรับเพิ่มขึ้นช้าๆ

แนบรูปภาพประกอบกิจกรรมฐาน (5 ภาพ)