

รายละเอียดกิจกรรมฐานการเรียนรู้  
งานสัปดาห์วิทยาศาสตร์แห่งชาติ ส่วนภูมิภาค ประจำปี 2567  
“วิทยาศาสตร์เพื่อชีวิต สิ่งแวดล้อมและสังคม BCG”  
18-20 สิงหาคม 2567

---

1. ชื่อกิจกรรมฐาน หอม ละมุน กลิ่นสมุนไพร

2. รายละเอียดกิจกรรมฐานการเรียนรู้

..... กลิ่นหอมสมุนไพรลูกประคบ คือ กลิ่นที่มีกลิ่นหอมจากสมุนไพรนานาชนิดอยู่ภายใน กลิ่นหอมสดชื่น ช่วย  
ดับกลิ่นในตู้เสื้อผ้า มีสรรพคุณทางยา

3. องค์ความรู้ที่นักเรียนจะได้รับ

..... กลิ่นหอมสมุนไพรลูกประคบ ประกอบด้วยสมุนไพรหลายชนิดประกอบด้วย ไพล ขมิ้นชัน ตะไคร้ ผิว  
มะกรูด ใบมะขาม ใบส้มป่อย พิมเสน และการบูร โดยตัวยาแต่ละชนิดมีสรรพคุณดังนี้

..... หัวไพล..... สรรพคุณ แก้ฟกช้ำ บวม แก้เคล็ดขัดยอก

..... หัวขมิ้นชัน..... สรรพคุณ แก้โรคผิวหนัง ผื่นคัน สมานแผล

..... ตะไคร้..... สรรพคุณ แต่งกลิ่นให้หอม แก้ปวดเมื่อย

..... ผิวมะกรูด..... สรรพคุณ แต่งกลิ่นให้หอม ทำให้ผิวหนังชุ่มชื้น

..... ใบมะขาม..... สรรพคุณ แก้ฟกบวม

..... ใบส้มป่อย..... สรรพคุณ ประคบให้เส้นเอ็นหย่อน

..... การบูร..... สรรพคุณ แก้เคล็ดขัดยอก บวม

..... พิมเสน..... สรรพคุณ แก้ลมวิงเวียน รักษาแผล

..... สรุปได้ว่า ตัวยาสมุนไพรส่วนใหญ่มีตัวยาที่มีสรรพคุณในการแก้เคล็ดขัดยอกฟกช้ำ ทำให้เส้นเอ็น  
หย่อน ซึ่งเมื่อผสมกับความร้อน ทำให้ตัวยาสมุนไพรออกมาจากลูกประคบเท่ากับเป็นการเสริมฤทธิ์ในการ  
รักษาซึ่งกันและกัน มีสรรพคุณทางยาในการป้องกันและรักษาโรค นอกจากนั้นนิยมนำมาเป็นกลิ่นหอมช่วยดับ  
กลิ่นในตู้เสื้อผ้า ในรถยนต์ ได้กลิ่นหอมสดชื่น ช่วยทำให้สมองปลอดโปร่ง

ประโยชน์ของกลิ่นหอม

- กระตุ้นประสาท ช่วยให้สมองปลอดโปร่ง
- สร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย ป้องกันเชื้อโรค
- ป้องกันแมลงสัตว์กัดต่อย
- ช่วยให้เลือดลมไหลเวียน บรรเทาอาการปวด

4. ผู้รับผิดชอบกิจกรรมฐาน

..... ชื่อ-สกุล ผศ.กัญทร ยินเจริญ และ ดร. สีนินาฏ อารีกิจ .....

..... โทรศัพท์ 099-0636414 .....

5. แบนรูปภาพประกอบกิจกรรมฐานจำนวน 3-5 ภาพ (ขนาด 496x333 ความละเอียด 220x220)

