




<p style="text-align: center;"><b>ภูมิปัญญา การทำลูกประคบสมุนไพร</b> <b>บ้านโนน อ.คำสูง จ.ขอนแก่น</b></p>		
ข้อมูลเจ้าของภูมิปัญญา		
ชื่อเจ้าของภูมิปัญญา	นางสายวัน โสหา อายุ 55 ปี	
ที่อยู่	58 หมู่ 1 บ้านโนน ตำบลบ้านโนน อำเภอคำสูง จังหวัดขอนแก่น	
อาชีพ	ลูกจ้างชั่วคราว      อายุการศึกษาภูมิปัญญา 7 ปี	
ชื่อภูมิปัญญา    การทำลูกประคบสมุนไพร		
ประวัติข้อมูลภูมิปัญญา		
<p>ประวัติหมู่บ้านโนน</p> <p>บ้านโนน เดิมขึ้นตรงกับอำเภอน้ำพอง ต่อได้เปลี่ยนมาขึ้นกับอำเภอกระนวน สาเหตุที่ซื้อตำบลบ้านโนน เพราะหมู่บ้านตั้งอยู่บนเนินสูง ปัจจุบันตำบลบ้านโนนขึ้นกับกิ่งอำเภอคำสูง จังหวัดขอนแก่น อาชีพหลักของชาวบ้านที่นี่คือ ทำนา</p>		
กำหนดความรู้/แสวงหาความรู้ (ภายใน/ภายนอก)		
<p>ลูกประคบสมุนไพร คือ ผ้าที่ใช้สมุนไพรหลายอย่างมาห่อรวมกัน นำมานึ่งให้ร้อน เป็นวิธีการบำบัดรักษาของการแพทย์แผนโบราณ แล้วประคบบริเวณที่เจ็บปวด เคล็ดขัดยอก โดยอาศัยความร้อนและคุณสมบัติสมุนไพร ทำให้อาการดีขึ้น คนไทยนิยมใช้ “ลูกประคบสมุนไพร” รักษากันมาแต่โบราณจนถึงปัจจุบัน โดยมักใช้รักษาควบคู่กับการนวดไทย คือ หลังจากนวดเสร็จแล้วจึงประคบนาบไปตามร่างกาย ผลของความร้อนที่ได้จากการประคบ ทำให้หลอดเลือดฝอยขยายตัว และตัวยาสมุนไพรร้อน ๆ ซึมผ่านชั้นผิวหนังเข้าสู่ร่างกาย และยังช่วยทำให้เนื้อเยื่อพังผืดยึดตัวออก ลดการติดขัดของข้อต่อ ลดการเกร็งตัวของกล้ามเนื้อ ลดปวด ช่วยลดการบวมที่เกิดจากการอักเสบของกล้ามเนื้อ เอ็น และข้อต่อ และช่วยเพิ่มการไหลเวียนของโลหิต</p>		
การสร้างความรู้ (ขั้นตอน/วิธีการการสร้างภูมิปัญญา)		
<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-end;"> <div style="text-align: center;">  <p>ขั้นตอนที่ 1 เตรียมอุปกรณ์และสมุนไพร</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ขั้นตอนที่ 2 นำสมุนไพรที่เตรียมไว้มาผสมให้เท่าๆกัน</p> </div> </div>		



ขั้นตอนที่ 3 นำสมุนไพรที่ผสมไว้แล้ว  
นำมาวางบนผ้าขาวบางเพื่อทำการห่อ



ขั้นตอนที่ 4 ทำการเย็บห่อผ้าสมุนไพร



ขั้นตอนที่ 5 เสร็จการทำลูกประกอบ

#### วัตถุดิบและอุปกรณ์

1. ผ้าดิบสำหรับห่อลูกประกอบ
2. เชือกด้าย
3. เหง้าไพล
4. ผิวมะกรูด
5. ตะไคร้
6. ใบมะขาม
7. ขมิ้นชัน
8. ใบส้มป่อย
9. เกลือแกง
10. การบูร

#### วิธีทำ

1. นำสมุนไพรแต่ละชนิดมาล้างน้ำหลายๆ ครั้ง ให้สะอาด แล้วผึ่งให้สะเด็ดน้ำ
2. นำไพล ขมิ้นชัน มาหั่นเป็นชิ้นบางๆ แล้วอบที่อุณหภูมิ 70 องศาเซลเซียส หรือตากแดดจนแห้ง จากนั้น นำมาตำหรือบด ให้ได้ขนาดตามต้องการ
3. นำตะไคร้ ผิวมะกรูด มาหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ แล้วอบที่อุณหภูมิ 60 องศาเซลเซียส หรือตากแดดจนแห้ง จากนั้นนำมาตำหรือบด ให้ได้ขนาดตามต้องการ
4. ใบมะขาม ใบส้มป่อย อบที่อุณหภูมิ 40 องศาเซลเซียส หรือตากแดดจนแห้ง
5. นำสมุนไพรทุกชนิดมาชั่งน้ำหนักตามที่ต้องการ แล้วนำมาผสมกัน เติ้มการบูร พิมเสนและเกลือ คลุกเคล้าให้เข้ากัน

6.เตรียมผ้าสำหรับห่อลูกประคบ สมุนไพรผสมวางบนผ้า แล้วจึงห่อลูกประคบ ให้แน่นด้วยเชือก <b>ระยะเวลาในการสร้างสรรค์</b> - 1 ลูก ต่อ 10 นาที <b>ผู้บริโภค</b> - บุคคลทั่วไป <b>ราคา</b> 50-100 บาท		
<b>การจัดเก็บและการค้นคว้าความรู้ (การจดจำ/เอกสาร/ฐานข้อมูล)</b>		
1. ศึกษาค้นคว้าการทำลูกประคบสมุนไพรในหนังสือและสื่อออนไลน์ 2. ลงพื้นที่รวบรวมข้อมูล 3. รวบรวมข้อมูล วิดีโอและรายงาน		
<b>การถ่ายทอดความรู้และการใช้ประโยชน์ (ซึมซับไว้กับตนเอง หรือ เผยความรู้ให้แก่องค์กร)</b>		
การถ่ายทอดความรู้การทำลูกประคบสมุนไพร คุณแม่สาย โสหา เล่าว่าได้มีการถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้ที่สนใจการทำลูกประคบสมุนไพร เพื่อสำหรับนวดแผนไทย มีความยินดีและภูมิใจที่ได้ให้ความรู้ผู้ที่สนใจทั้งในสถานที่อนามัยบ้านโนน และชุมชนในหมู่บ้าน เพื่อต้องการรักษาภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวอีสานให้สืบทอดไปยังรุ่นต่อไป		
<b>พิกัด (สถานที่)</b>		
58 หมู่ 1 บ้านโนน ตำบลบ้านโนน อำเภอคำสูง จังหวัดขอนแก่น		
<b>ข้อมูลผู้ศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่น ปีการศึกษา 2560</b>		
ชื่อผู้ศึกษา	นางสาวสุธิตา นานนท์	
หลักสูตร	ประกาศนียบัตรบัณฑิตวิชาชีพครู (ป.บัณฑิต) รุ่น 4	
รายวิชา	ความเป็นครู	
เน้นศึกษา	ครูกับการอนุรักษ์และส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่น	
คณะ	ศึกษาศาสตร์	
สถานที่ศึกษา	มหาวิทยาลัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนโนนโพธิ์ศรีวิทยาคม	
<b>อาจารย์ผู้สอน</b>		
1	รองศาสตราจารย์ สำเร็จ คำโหมง (ครูภูมิปัญญาไทย, ศิลปินมรดกอีสาน)	
2	อาจารย์ ดร.พา อักษรเสื่อ	
3	อาจารย์ ดร.ธีรภัทร โคตรบรรเทา	
4	อาจารย์ สุชาดา ลดาวัลย์	
5	อาจารย์ อัจฉริยะ วงษ์คำขาว	
6	อาจารย์ บุญจันทร์ เพชรเมืองเลย	