



โครงการสำรวจพืช รู้ชื่อ รู้ต้น รู้ประโยชน์



จัดทำโดย

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/4
ปีการศึกษา 2568

ครูที่ปรึกษา

ครูภัทรภา น่อแก้ว

โรงเรียนพุทธิศรณ
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงใหม่ เขต 1

ชื่อโครงการ	รู้ชื่อ รู้ต้น รู้ประโยชน์
โครงการประเภท	สำรวจ
คณะผู้จัดทำ	นักเรียนชั้น ป.3/4
ครูที่ปรึกษาโครงการ	ครูภรฎา หน่อแก้ว

ที่มาและความสำคัญ

จากการได้ศึกษาและเรียนรู้เรื่องสิ่งที่เป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์และสัตว์ ในวิชาวิทยาศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่องการดำรงชีวิตของมนุษย์และสัตว์ ทำให้ทราบว่านอกจากอาหาร น้ำ อากาศแล้วมนุษย์และสัตว์ยังต้องการการรักษาโรคในการช่วยดำรงชีวิตให้อยู่รอด ซึ่งในอดีตการรักษาโรคต้องใช้พืชสมุนไพรในการรักษาพืชมีหลายชนิด ซึ่งพืชแต่ละชนิดก็มีลักษณะและประโยชน์ที่ไม่เหมือนกัน ผู้จัดทำโครงการได้ให้ความสนใจเกี่ยวกับพืชสมุนไพรเป็นพิเศษเพราะ ผู้จัดทำโครงการได้สังเกตเห็นว่า เมื่อสัตว์เลี้ยง เช่น สุนัข หรือแมว ไม่สบาย มันมักจะไปเลียหญ้าหรือใบตะไคร้กิน บางทีเวลาถูกน้ำร้อนลวกหรือไฟลวกมือผู้ใหญ่จะใช้น้ำหน่อกาหลงมาทาที่แผลโดยบอกว่าช่วยยให้แผลหายเร็วและจะไม่เป็นแผลเป็นหรือเป็นรอยต่าง และสังเกตเห็นบ้านแต่ละหลังในหมู่บ้าน ปลูกพืชสมุนไพรบางอย่างไว้ที่บ้าน เพราะสามารถใช้รักษาอาการเจ็บป่วยเล็กน้อยบางอย่างได้สะดวก และไม่สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย

ดังนั้นผู้จัดทำโครงการจึงอยากศึกษาพืชสมุนไพรในท้องถิ่นว่ามีพืชสมุนไพรชนิดใดบ้าง แต่ละชนิดมีลักษณะ สรรพคุณ ประโยชน์ วิธีการใช้สมุนไพรแต่ละชนิด เพื่อเป็นความรู้ให้แก่เพื่อนในโรงเรียน คนในชุมชน และคนทั่วไปที่สนใจ และเป็นการกระตุ้นให้ทุกคนช่วยกันอนุรักษ์พืชสมุนไพร โดยให้ปลูกและกระจายพันธุ์ให้มาก เพราะนับวันพืชสมุนไพรจะหายากขึ้นทุกที ผู้จัดทำโครงการจึงได้จัดทำโครงการนี้ขึ้น

จุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อสำรวจพืชสมุนไพรที่พบในท้องถิ่นว่ามีชนิดใดบ้าง
2. เพื่อศึกษา ลักษณะ สรรพคุณ ประโยชน์ วิธีการใช้พืชสมุนไพรแต่ละชนิด
3. เพื่อเป็นการกระตุ้นให้ทุกคนช่วยอนุรักษ์พืชสมุนไพรในในท้องถิ่นของตนเอง

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

สำรวจและศึกษาค้นคว้าพืชสมุนไพรที่พบภายในบริเวณบ้านและชุมชนของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/4 โรงเรียนพุทธโสภณ

ผลการดำเนินโครงการ

จากการสำรวจพืชสมุนไพร สามารถจำแนกพืชสมุนไพรตามลักษณะของพืช ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 กลุ่มดังนี้

1. ไม้ยืนต้น เป็นต้นไม้ที่เป็นไม้เนื้อแข็ง มีลำต้นเดี่ยว มีทั้งขนาดใหญ่และขนาดเล็ก เจริญเติบโตตั้งตรงขึ้นไป มีอายุหลายปี
2. ไม้เลื้อยหรือไม้เถา เป็นพืชที่มีลำต้นยาว ไม่สามารถตั้งตรงได้ต้องอาศัยสิ่งยึดเกาะตามกิ่งไม้หรือสิ่งพาดพิง อาศัยส่วนของพืชซึ่งอาจเป็นลำต้น หนวดหรือหนามก็ได้ยึดเกาะ
3. กลุ่มไม้พุ่ม เป็นต้นไม้ที่มีเนื้อไม้แข็ง ขนาดเล็กและเตี้ย มีลำต้นหลักไม่ชัดเจน หลายลำต้นที่แยกจากดินหรือลำต้นแตกกิ่งก้านใกล้โคนต้น หรือมีลำต้นเล็กๆ หลายต้นจากโคนเดียวกัน ทำให้ดูเป็นกอหรือเป็นพุ่ม
4. ไม้ล้มลุก เป็นพืชที่มีลำต้นอ่อน ไม่มีเนื้อไม้ หักง่าย มีอายุ 1 ปีหรือหลายปี

จากการสำรวจพืชสมุนไพรที่พบภายในบริเวณบ้านและชุมชนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/4 โรงเรียนพุทธิไสถน ระหว่างเดือน พฤศจิกายน 2568 ถึงเดือนมกราคม 2569 พบพืชสมุนไพรทั้งหมด 38 ชนิด โดยจำแนกพืชสมุนไพรตามลักษณะภายนอกพืชเป็น ไม้ยืนต้น 7 ชนิด ไม้เลื้อยหรือไม้เถา 5 ชนิด ไม้พุ่ม 7 ชนิด ไม้ล้มลุก 19 ชนิด

พืชสมุนไพร ทั้ง 22 ชนิดที่พบ จะมี ลักษณะ สรรพคุณ ประโยชน์ วิธีการใช้ และขนาดในการใช้ ของพืชสมุนไพรแต่ละชนิดที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับสรรพคุณของพืชสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรค นั้น ๆ

1. ประเภทไม้ล้มลุก เช่น ขี้เหล็ก มะนาว มะกรูด มะขามป้อม สะเดา มะรุม นมนาง
2. ประเภทไม้เลื้อยหรือไม้เถา เช่น บัวบก ตำลึง ดีปลี พลู
3. ประเภทไม้พุ่ม เช่น ฝรั่ง ส้มป่อย พญาขอ น้อยหน้า มะเขือพวง หล้าหนวดแมวยี่ห่วย
4. ประเภทไม้ล้มลุก เช่น ขมิ้น กระเทียม ขิง ข่า ว่านหางจระเข้ กล้วยน้ำว่า ตะไคร้ ฟ้าทะลายโจร ไพล ชะพลู หล้าปากกิ้ง พลุควา ผักชีฝรั่ง สะระแหน่ ผักแพว ชาเลื่อมังกร กะเพรา แมง ลักโหระพา

ตารางที่ 1 สรุป ลักษณะ สรรพคุณ ประโยชน์ วิธีการใช้ และขนาดในการใช้ของพืชสมุนไพร
ประเภทไม้ยืนต้น

ที่	ชื่อสมุนไพร	ส่วนที่เป็นยา	วิธีใช้	สรรพคุณ
1	ขี้เหล็ก	ใบ	ใช้ใบต้มดื่มก่อนนอน	รักษาอาการนอนไม่หลับ
2	มะนาว	ผล	ใช้ผลสดคั้นเอาน้ำ ผสมเกลือ เล็กน้อยชงกับน้ำร้อนดื่ม	รักษาอาการไอและนอน ไม่หลับ
3	มะกรูด	ผล		
4	มะขามป้อม	ผล	ใช้ผลรับประทาน	แก้ไอ ขับเสมหะ ทำให้ ชุ่มคอ
5	สะเดา	ใบอ่อนหรือ ยอด	ใช้ใบอ่อนหรือยอดมาลวก/ต้มดื่ม	แก้โรคผิวหนัง แก้ น้ำเหลืองเสีย พุพอง เป็น ยาขับปัสสาวะ
6	มะรุ้ม	ใบ	นำใบมาตำให้แหลกแล้วนำพอก ที่บริเวณแผล	ช่วยห้ามเลือด
7	นมนาง	เปลือก	นำเปลือกมาต้มดื่ม	บำรุงน้ำนม

ตารางที่ 2 สรุป ลักษณะ สรรพคุณ ประโยชน์ วิธีการใช้ และขนาดในการใช้ของพืชสมุนไพร
ประเภทไม้เลื้อยหรือไม้เถา

ที่	ชื่อสมุนไพร	ส่วนที่เป็นยา	วิธีใช้	สรรพคุณ
1	บัวบก	ใบ	นำใบมาคั้นเป็นน้ำต้มใช้ดื่ม	แก้อาการช้ำใน
2	ตำลึง	ใบ	ใช้ใบสดตำคั้นเอาน้ำทาแก้พิษ	แก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อย
3	ดีปลี	ผล	นำผลมาตำให้ละเอียดเติมน้ำ มะนาวและเกลือเล็กน้อยจิบ บ่อยๆ	บรรเทาอาการไอ
4	พลู	ใบ	นำใบขยี้แล้วอุดจุมูก	ช่วยห้ามเลือดกำเดาให้ หยุดไหล
5	ย่านาง	ราก	นำรากแห้งต้มดื่ม	แก้ไข้

ตารางที่ 3 สรุป ลักษณะ สรรพคุณ ประโยชน์ วิธีการใช้ และขนาดในการใช้ของพืชสมุนไพร
ประเภทไม้พุ่ม

ที่	ชื่อสมุนไพร	ส่วนที่เป็นยา	วิธีใช้	สรรพคุณ
1	ฝรั่ง	ใบ	ใช้ใบโพลกพอแหลกใส่ลงในน้ำ ต้มให้เดือดใส่เกลือหรือน้ำมาต้ม	แก้ท้องร่วง
2	ส้มป่อย	ฝัก	นำฝักมาแช่น้ำแล้วนำมาสระผสม	แก้รังแค เชื้อราบนหนัง ศีรษะ
3	พญาขอ	ใบ	นำใบมาตำให้ละเอียดทาบริเวณ ที่ถูกแมลงกัดต่อยหรือเป็นเริม	รักษาอาการเนื่องจาก แมลงกัดต่อยและโรคเริม
4	น้อยหน่า	ใบ , เมล็ด	นำใบหรือเมล็ดมาโพลกให้ ละเอียดผสมน้ำทาศีรษะทิ้งไว้	ฆ่าเหาและทำให้ไข่เหาฝ่อ
5	มะเขือพวง	ใช้ผลโพลก	ใช้ผลโพลกให้พอแหลกคั้นเอาแต่ น้ำใส่เกลือเล็กน้อยใช้จิบบ่อยๆ	ระงับอาการไอและเสมหะ
6	หญ้า หนวดแมว	ใบ	ใช้ใบต้มดื่ม	ขับปัสสาวะ ขับนิ่ว แก้ โรคไต ลดความดันโลหิต
7	ยี่หระ	ใบ	นำใบแห้งมาต้มดื่ม	ช่วยลดอาการปวด ประจำเดือน

ตารางที่ 4 สรุป ลักษณะ สรรพคุณ ประโยชน์ วิธีการใช้ และขนาดในการใช้ของพืชสมุนไพร
ประเภทล้มลุก

ที่	ชื่อสมุนไพร	ส่วนที่เป็นยา	วิธีใช้	สรรพคุณ
1	ขมิ้น	เหง้า	นำเหง้ามาตำจนละเอียดคั้นเอา น้ำใส่แผลสด	รักษาแผลสด
2	กระเทียม	ผล	ขูดผิวหนังกส่วนที่เป็นเกล็ดออกทิ้ง ผ่านหัวกระเทียมทาถูลงไป	แก้กลากเกลื้อน
3	ขิง	เหง้า	ฝนเหง้าขิงกับน้ำมะนาวผสม เกลือเล็กน้อย ใช้กวาดคอ หรือจิบบ่อยๆ	ระงับอาการไอและขับ เสมหะ

ที่	ชื่อสมุนไพร	ส่วนที่เป็นยา	วิธีใช้	สรรพคุณ
4	ข่า	เหง้า	ใช้เหง้ามาทุบให้แตกต้มเอาน้ำดื่ม	แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ ท้องเพื่อจุกเสียดแน่น
5	ว่านหาง จระเข้	ใบ	นำใบมาปอกเปลือก ชูดเอาวุ้น และใช้น้ำเมือกที่ได้จากวุ้นใส่ แผล	รักษาแผลไฟไหม้ น้ำ ร้อนลวก
6	กล้วยน้ำว้า	ผล(ดิบ)	หั่นผลดิบ ผึ่งให้แห้ง บดเป็นผง แล้วผสมน้ำผึ้ง ใช้กิน	แก้โรคกระเพาะ อาหาร
7	ตะไคร้	ต้น	สับต้นและรากต้มกับน้ำ 3 ส่วน ใส่เกลือเล็กน้อยจนเหลือ 1 ส่วน เอาน้ำดื่ม	แก้อาการเจ็บคอ
8	ฟ้าทะลาย โจร	ใบ	นำใบผึ่งให้แห้ง บดเป็นผงผสม น้ำผึ้งเป็นยาเม็ดลูกกลอนใช้กิน	แก้อาการเจ็บคอ
9	ไพล	เหง้า	ผสมเหง้า เกลือ การบูร มาตำ ให้ละเอียดเติมเหล้า คลุกเคล้า ห่อเป็นลูกประคบประคบผิวหนัง	รักษาอาการปวดเมื่อย
10	ชะพลู	ทั้งต้น (ราก ลำ ต้น ใบ ดอก)	นำทั้งต้นมาต้มดื่ม	ลดระดับน้ำตาลใน เลือด
11	หญ้าปักกิ่ง	ทั้งต้น	ตำพอกบริเวณที่อักเสบ บวม	แก้อักเสบ ปวดบวม
12	พลูคาว	ใบ	นำใบมาต้มดื่ม	แก้โรคติดเชื้อทางเดิน ขับปัสสาวะ แก้ อักเสบ
13	ผักชีฝรั่ง	ใบ	นำใบมาต้มดื่ม	ต่อต้านอนุมูลอิสระ ป้องกัน โรคมะเร็ง บำรุง กระดูกและฟันให้ แข็งแรง
14	สระระแห่น	ใบ	ตำแล้วพอกบริเวณที่วม ผื่น คัน	แก้ปวดบวม ผื่น คัน

ที่	ชื่อสมุนไพร	ส่วนที่เป็นยา	วิธีใช้	สรรพคุณ
15	ผักแพว	ใบ	นำใบมารับประทานเป็นผักสด	ช่วยเจริญอาหาร ขับลมในกระเพาะอาหาร แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ
16	ชาเลือดมังกร	ใบ	นำใบแห้งมาต้มดื่ม	ต่อต้านอนุมูลอิสระ ช่วยลดความดันโลหิต ป้องกันหลอดเลือด อักเสบ ลดคอเลสเตอรอลในเลือด กระตุ้นการไหลเวียนของเลือด
17	กะเพรา	ผล	ใช้ใบและยอดต้มเอาน้ำดื่ม	แก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ ปวดท้อง
18	แมงลัก	เมล็ด	ใช้เมล็ดแช่น้ำให้พองดื่มก่อนนอน	ช่วยทำให้ระบาย เป็นยาถ่าย
19	โหระพา	ใบ	ใช้ยอดอ่อนต้มกับน้ำรับประทานเป็นชา หรือรับประทานเป็นผักสด	แก้ไข้ ปวดศีรษะ ขับเหงื่อ ขับลม ขับเสมหะ ขับพยาธิ แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ ท้องเสีย ช่วยเจริญอาหาร

อภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า

จากตารางที่ 1 – 4 สรุป ลักษณะ สรรพคุณ ประโยชน์ วิธีการใช้ และขนาดในการใช้ของพืชสมุนไพรทั้ง 38 ชนิด พบว่าพืชสมุนไพรแต่ละชนิดมี ลักษณะ สรรพคุณ ประโยชน์ วิธีการใช้ และขนาดในการใช้ ที่แตกต่างกัน แต่ที่เหมือนกันคือ ช่วยรักษาอาการเจ็บป่วย เล็ก ๆ น้อยๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวัน ทั้งยังช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อยาตามร้านขายยารับประทานซึ่งสรรพคุณทางยาเหมือนกัน การใช้พืชสมุนไพรชนิดใดรักษาโรคใดนั้นต้องทำให้ถูกต้องกับโรคให้ถูกต้องกับชนิดของพืชสมุนไพร ไม่อย่างนั้นอาจจะก่อให้เกิดอันตรายหรือมีผล ข้างเคียงต่อผู้ใช้ ซึ่งน่าจะเป็นการรักษาแต่เป็นการเพิ่มอันตรายเสียอีก การใช้ไม่ควรที่จะใช้นานจนเกินไป ถ้าอาการเจ็บป่วยไม่ดีขึ้นหรือมีความผิดปกติหลังใช้ควรที่จะต้องไปปรึกษาแพทย์ทันทีและที่สำคัญควรที่จะช่วยกันอนุรักษ์พืช

สมุนไพรวัว เพราะตอนนี้ค่อนข้างหายาก ซึ่งสามารถปลูกไว้ที่บ้าน ง่ายต่อการรักษาโรคต่างๆ เล็กน้อย
ๆที่เกิดขึ้นได้

ดังนั้นถ้ารู้ว่าในชุมชนหรือท้องถิ่นที่เราอาศัยอยู่มีพืชสมุนไพรมีอะไรบ้าง รู้ ลักษณะ
สรรพคุณ ประโยชน์ วิธีการใช้ ขนาดในการใช้ ก็สามารถที่จะใช้ความรู้ที่ได้ก็นำไปใช้ใน
ชีวิตประจำวัน ถ้าเกิดคนในครอบครัว ในชุมชน โรงเรียนเกิดเจ็บป่วยเล็กน้อยๆ ได้ก็สามารถรักษาได้
ทันที และ ช่วยบรรเทาความเจ็บปวดก่อนไปถึงมือแพทย์

ข้อเสนอแนะ

1. ควรที่จะสำรวจและศึกษาพืชสมุนไพรมหาในพื้นที่ ที่กว้างมากกว่านี้เพราะพื้นที่อื่น ๆ อาจจะมี
สมุนไพรมหาอีกหลายชนิดที่ไม่รู้จักและมีประโยชน์
2. ควรที่จะมีการส่งเสริมการปลูกพืชสมุนไพรมหาในโรงเรียนให้มาก ๆ
3. ควรที่จะให้ความรู้เกี่ยวกับพืชสมุนไพรมหาให้มากขึ้นกับนักเรียน และคนในท้องถิ่น
4. ควรที่จะให้คนในชุมชนช่วยกันอนุรักษ์พืชสมุนไพรมหาในท้องถิ่นไว้ให้มาก ๆ

ประโยชน์ที่ได้รับจากการทำโครงการสำรวจพืชสมุนไพรมหา

1. ได้รู้จักพืชสมุนไพรมหาที่พบในท้องถิ่น
2. ได้ทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ เช่น ทักษะการสังเกต ทักษะการจำแนกประเภท
ทักษะการจัดกระทำและสื่อความหมายข้อมูล

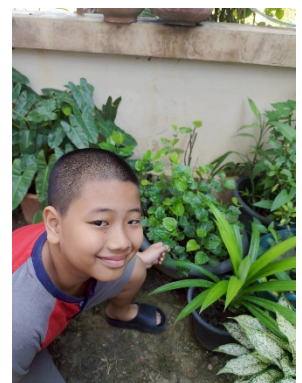
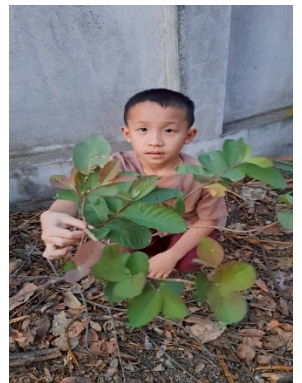
ภาคผนวก

วิธีการเก็บรักษายาสมุนไพร

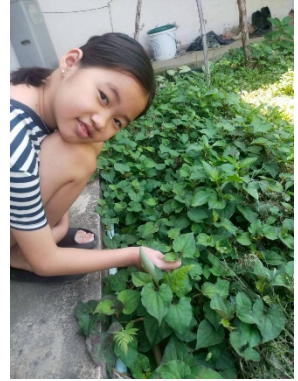
จากการสืบค้นข้อมูล เก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการเก็บรักษายาสมุนไพร โดยการสัมภาษณ์ หมอยาพื้นบ้านและค้นคว้าข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต สามารถสรุปวิธีการเก็บรักษายาสมุนไพร ได้ดังนี้

1. ควรเก็บยาสมุนไพรไว้ในที่แห้งและเย็น สถานที่เก็บสมุนไพรนั้นต้องมีอากาศ ถ่ายเทสะดวก เพื่อขจัดความอับชื้นที่อาจจะก่อให้เกิดเชื้อราในสมุนไพรได้
2. สมุนไพรที่จะเก็บรักษานั้นต้องแห้งไม่เปียกชื้น หากเสี่ยงต่อการขึ้นราได้ ควรนำสมุนไพร นั้นออกมาตากแดดอย่างสม่ำเสมอ
3. ในการเก็บสมุนไพรนั้นควรแยกประเภทของสมุนไพรในการรักษาโรค เพื่อป้องกัน การหยาบยาผิดซึ่งอาจจะก่อให้เกิดอันตรายได้
4. ควรตรวจดูความเรียบร้อยในการเก็บสมุนไพรบ่อย ๆ ว่ามีสัตว์หรือแมลงต่าง ๆ เข้าไปทำลายหรือก่อความเสียหายกับสมุนไพรที่เก็บรักษาหรือไม่ ถ้ามีควรหาทาง ป้องกันเพื่อรักษาคุณภาพ ของสมุนไพร

รูปภาพกิจกรรมการสำรวจพืชสมุนไพรในชุมชนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/4













โรงเรียนพุทธิศรณ
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงใหม่ เขต 1

