



๓. นำสมุนไพรที่สับละเอียดมาผสมกับเหล้าขาว เกลือ การบูร และพิมเสนมาผสมคลุก รวมกันในกะละมังจนเป็นเนื้อเดียวกัน

๔. นำสมุนไพรแบ่งเป็น ๔ ส่วนเท่า ๆ กัน แล้วใส่ลงบนผ้าดิบที่เตรียมไว้ ยกชายผ้าทั้งสองมุมขึ้นแล้วใช้เชือกมัดให้แน่นเป็นลูกประคบ

❖ ประโยชน์/คุณค่าของภูมิปัญญาท้องถิ่นและของผลงาน

โพล้แก้ปวดเมื่อยร่างกาย ลดอาการอักเสบ ขมิ้นชันช่วยลดอาการอักเสบและแก้โรคผิวหนัง ผิวมะกรูดมีน้ำมันหอมระเหยแก้ลมวิงเวียน ตะไคร้จะเป็นตัวที่แต่งกลิ่นในระหว่างที่ทำการประคบ ช่วยบำรุงหัวใจ ใบมะขามเป็นตัวยาแก้อาการคันตามร่างกาย และยังช่วยบำรุงผิวหนัง เกลือและเหล้าขาวจะเป็นตัวดูดความร้อน และนำพาตัวยาทั้งหมดในลูกประคบให้ซึมผ่านผิวหนังได้สะดวกขึ้น การบูร พิมเสนช่วยแต่งกลิ่นและบำรุงหัวใจ ทำให้ผ่อนคลาย คลายปวด และดีต่อสุขภาพ



ประวัติส่วนตัว

ชื่อ - สกุล

นางแสงเทียน วงศ์ระกา

วัน เดือน ปีเกิด

๒๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๐๓ อายุ ๖๒ ปี

วุฒิการศึกษา

มัธยมศึกษาปีที่ ๖

ภูมิลำเนา (บ้านเกิด)

บ้านเลขที่ ๒๒๘ หมู่ ๖ ชุมชนเวียงสวรรค์
ตำบลแม่เมาะ อำเภอมะเมาะ จังหวัดลำปาง

ที่อยู่ปัจจุบัน

บ้านเลขที่ ๓๐๖/๕ หมู่ ๒ ชุมชนสันติภาพ
ตำบลพระบาท อำเภอมืองลำปาง จังหวัดลำปาง

เบอร์โทรศัพท์

๐๘ ๙๕๕๖ ๑๔๕๓



ข้อมูลภูมิปัญญา

❖ ชื่อข้อมูลภูมิปัญญา

ด้านแพทย์แผนไทยและสมุนไพร (การนวดแผนไทย)

❖ ความรู้ความสามารถ

นวดคลายเส้น, นวดผ่อนคลาย, ตอกนวดลงน้ำมัน

❖ ผลงาน/รางวัลที่ได้รับ

๑. ผ่านการอบรมหลักสูตร การนวดตอกเส้นตามตำรับสำนักนวดตอกเส้น
๒. สำเร็จหลักสูตรการฝึกยกระดับฝีมือ สาขาพนักงานนวดแผนไทย (นวดน้ำมัน)
๓. ผ่านการทดสอบมาตรฐานฝีมือแรงงานแห่งชาติ สาขาแพทย์แผนไทย ประเภทการนวดไทย
๔. เป็นวิทยากรร่วมกับอาจารย์สอนตอกเส้นที่มหาวิทยาลัยเนชั่น และมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ศูนย์ลำปาง

❖ วัสดุ/วัตถุดิบ/สื่อ/อุปกรณ์สำหรับการผลิตผลงานของภูมิปัญญาท้องถิ่น

วัสดุ/อุปกรณ์สำหรับการนวดตอกเส้น

๑. ไม้ตอก, ค้อนตอก
๒. ยาแก้ปวด
๓. น้ำมันงา
๔. ยาหม่อง



❖ ขั้นตอนการผลิต/การถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น

ขั้นตอนการนวดตอกเส้น

๑. ซักประวัติ เพื่อรวบรวมข้อมูลเพื่อวินิจฉัยว่าผู้ที่ต้องการนวดเป็นโรคอะไร สามารถรักษาด้วยการนวดตอกเส้นได้หรือไม่
๒. นอนคว่ำ เริ่มนวดจาก คอ บ่า ไหล่ ถึงเท้า
๓. ทาน้ำมันงาบริเวณผิวหนังในบริเวณที่จะตอกเส้นก่อน และทาน้ำมันงาบนไม้ตอกและค้อนที่จะใช้ตอก เพื่อให้เส้นเอ็นกล้ามเนื้อเกิดการคลายตัวทำให้การรักษามีประสิทธิภาพมากขึ้น
๔. ทำการนวดตอกเส้น ขั้นตอนเริ่มแรกให้ตอกเบา ๆ ก่อน เพื่อให้เส้นเอ็นได้ปรับตัวและอ่อนตัว จากนั้นจะนวดตอกเส้นเน้นเฉพาะจุดที่ผู้นวดมีความเจ็บปวด
๕. ทายาแก้ปวดและยาหม่อง เพื่อบรรเทาความปวดหลังจากตอกเส้นเสร็จเรียบร้อยแล้ว

❖ ประโยชน์/คุณค่าของภูมิปัญญาท้องถิ่นและของผลงาน

การนวดตอกเส้นจะช่วยกระตุ้นการทำงานของเส้นเอ็นและกล้ามเนื้อ ปรับกล้ามเนื้อที่แข็งให้อ่อนนุ่มขึ้น ให้คลายความตึงเครียดและเจ็บปวด หายปวดเมื่อย ช่วยผ่อนคลาย และกระตุ้นให้เกิดความสมดุลในระบบการไหลเวียนโลหิตของร่างกาย



ประวัติส่วนตัว

ชื่อ - สกุล	นางคำมา ชมภูชัยเกิด
วัน เดือน ปีเกิด	๓๐ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๑๘ อายุ ๖๕ ปี
วุฒิการศึกษา	มัธยมศึกษาปีที่ ๓
ภูมิลำเนา (บ้านเกิด)	บ้านเลขที่ ๗ หมู่ ๑ ชุมชนบ้านกาด ตำบลนายาง อำเภอสบปราบ จังหวัดลำปาง
ที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ ๒๔๓ หมู่ ๒ ชุมชนบ้านบุญเกิด ตำบลพระบาท อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง
เบอร์โทรศัพท์	๐๙ ๕๕๖๑ ๔๕๐๒



ข้อมูลภูมิปัญญา

- ❖ ชื่อข้อมูลภูมิปัญญา
ด้านแพทย์แผนไทยและสมุนไพร (การทำแชมพูข้าวไรซ์เบอร์รี่)
- ❖ ความรู้ความสามารถ
ทำแชมพูข้าวไรซ์เบอร์รี่, ครีมนวดผมข้าวไรซ์เบอร์รี่, โลชั่นข้าวไรซ์เบอร์รี่, น้ำมันไพล,
- ❖ ผลงาน/รางวัลที่ได้รับ
ทำผลิตภัณฑ์จากข้าวไรซ์เบอร์รี่วางจำหน่ายตามร้านค้าต่าง ๆ
- ❖ วัสดุ/วัตถุดิบ/สื่อ/อุปกรณ์สำหรับการผลิตผลงานของภูมิปัญญาท้องถิ่น
วัสดุ/อุปกรณ์สำหรับการทำแชมพูข้าวไรซ์เบอร์รี่
๑. เอ็นเอสโอ

- | | |
|---------------------|---------------|
| ๒. ซีซีเอ็น | ๗. สารกันเสีย |
| ๓. เคที | ๘. น้ำหอม |
| ๔. พีอีจี | ๙. ผงชั้น |
| ๕. ลาโนลีน | |
| ๖. ข้าวไรซ์เบอร์รี่ | |

❖ ขั้นตอนการผลิต/การถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น

ขั้นตอนการทำแชมพูข้าวไรซ์เบอร์รี่

๑. ต้มข้าวไรซ์เบอร์รี่ ๑ กิโลกรัม ใส่น้ำ ๕ ลิตร หลังจากนั้นต้มกรองเอาแต่น้ำข้าวไรซ์เบอร์รี่ ๔๐๐๐ กรัม

๒. ส่วนที่ ๑ ละลายลาโนลีน ลงในน้ำข้าวที่ร้อน ๑ แก้ว

๓. ส่วนที่ ๒ นำผงชั้น ๑ ถุง ละลายในน้ำข้าวไรซ์เบอร์รี่ ๑ แก้ว ในถังผสม

๔. เท เอ็นเอสโอ และส่วนผสมที่ ๒ ที่เตรียมไว้ ลงในถังผสมและคนให้เข้ากัน

๕. จากนั้นเติม ซีซีเอ็น เคที พีอีจี และส่วนผสมที่ ๑ ลงในถังผสมและคนให้เข้ากัน

๖. ค่อย ๆ ใส่น้ำข้าวไรซ์เบอร์รี่ คนให้เข้ากัน

๗. เติม เอพีที คนให้เข้ากัน

๘. เติมสารกันเสีย น้ำหอม ตามลำดับ คนให้เข้ากัน

๙. นำผงชั้นที่เหลือ ละลายในน้ำเปล่า ๑ แก้ว ค่อย ๆ เทปรับความหนืดลงในถังตามความต้องการ

๑๐. ส่วนผสมได้ที่แล้ว นำบรรจุลงขวดที่เตรียมไว้ และวางจำหน่ายในราคา ๖๐ บาท

❖ ประโยชน์/คุณค่าของภูมิปัญญาท้องถิ่นและของผลงาน

แชมพูข้าวไรซ์เบอร์รี่ทำให้เส้นผมสวยงามเพราะทำจากข้าวที่มีประโยชน์ ไม่มีการผสมสี เนื่องจากเป็นสีจากธรรมชาติที่ได้จากข้าวไรซ์เบอร์รี่อีกด้วย ทำให้เส้นผมมีความแข็งแรง หอมสดชื่น สะอาด ช่วยให้ผมดำ เงางาม และยังปลอดภัยต่อหนังศีรษะอีกด้วย



ประวัติส่วนตัว

ชื่อ - สกุล	นายเจริญ ตายะสีบ
วัน เดือน ปีเกิด	๔ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๙๗ อายุ ๖๘ ปี
วุฒิการศึกษา	มัธยมศึกษาชั้นปีที่ ๖
ภูมิลำเนา (บ้านเกิด)	บ้านเลขที่ ๑๒๘ หมู่ ๓ ชุมชนบ้านกล้วยม่วง ตำบลกล้วยแพะ อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง
ที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ ๑๒๘ หมู่ ๒ ชุมชนบ้านกล้วยม่วง ตำบลกล้วยแพะ อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง
เบอร์โทรศัพท์	๐๙ ๖๘๖๑ ๐๘๒๘



ข้อมูลภูมิปัญญา

- ❖ ชื่อข้อมูลภูมิปัญญา
 ด้านแพทย์แผนไทยและสมุนไพร (การทำน้ำมันไพล)
- ❖ ความรู้ความสามารถ
 น้ำมันไพล, ยาสมุนไพร, ยาหม่อง, ลูกประคบ
- ❖ ผลงาน/รางวัลที่ได้รับ
 จดทะเบียนวิสาหกิจชุมชนน้ำมันไพลชมรมผู้สูงอายุบ้านกล้วยม่วง
- ❖ วัสดุ/วัตถุดิบ/สื่อ/อุปกรณ์สำหรับการผลิตผลงานของภูมิปัญญาท้องถิ่น
 วัสดุ/อุปกรณ์สำหรับการทำน้ำมันไพล
 ๑. ไพล
 ๒. ข่า
 ๓. ขมิ้น
 ๔. กานพลู
 ๕. การบูร
 ๖. เมนทอล
 ๗. น้ำมันมะพร้าว
- ❖ ขั้นตอนการผลิต/การถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น
 ขั้นตอนการทำน้ำมันไพล
 ๑. นำไพล ข่า กานพลู ล้างทำความสะอาด ผึ่งลมจนสะเด็ดน้ำ หั่นไพล ข่าเป็นชิ้นเล็ก ๆ
 ๒. นำสมุนไพรไปทอดในน้ำมันมะพร้าว ทอดไฟอ่อน ๆ จนสมุนไพรกรอบ
 ๓. นำน้ำมันไพลที่ได้ กรองด้วยผ้าขาวบางประมาณ ๒ รอบ จนไม่มีเศษสมุนไพรจะได้
 น้ำมันไพลสีเหลือง
 ๔. ทดสอบคว่าน้ำมันไพลที่ได้ร้อนเกินไปหรือไม่ โดยใช้ทาที่แขนของผู้ที่ลงมือทำ พอเย็นได้ที่นำการบูร เมนทอลลงไปผสมในน้ำมันไพล

๕. นำไซริงค์ดูดน้ำมันไพล และหยอดลงไปในช่วงที่เตรียมไว้ ปิดฝา เป็นอันเสร็จเรียบร้อย

❖ ประโยชน์/คุณค่าของภูมิปัญญาท้องถิ่นและของผลงาน

สมุนไพรบางชนิดเป็นทั้งอาหารและยาด้วย เนื่องจากสมุนไพรไทยชนิดมีฤทธิ์เย็นจะสามารถช่วยสมานบาดแผลได้ดี ลดอาการอักเสบของบาดแผล จึงทำให้แผลไม่อักเสบ บวมแดง หรือติดเชื้อ การทำยาสมุนไพรช่วยสร้างรายได้เสริมเพื่อใช้จ่ายในครัวเรือนและเป็นการอนุรักษ์มรดกไทยในการสนับสนุนให้ประชาชนช่วยเหลือตนเองในการใช้ยาสมุนไพรตามแบบแผนโบราณอีกด้วย

