

ลวดด้วยสเปกไทย

>> อาจารย์กมลรัตน์ ณ หนองคาย*



น้ำมันเหลือง

น้ำมันสมุนไพร สารพัดประโยชน์

น้ำมันสมุนไพรชนิดหนึ่งที่เป็นที่นิยมใช้ของคนทั่วไป ซึ่งจะต้องมีไว้ติดบ้านติดตัวก็คือ “น้ำมันเหลือง” ปัจจุบันมีผู้ผลิตน้ำมันเหลืองออกมาจำหน่ายกันเป็นจำนวนมาก เนื่องจากมีสรรพคุณหลากหลาย ใช้ประโยชน์ได้หลากหลาย แต่จะมีความโดดเด่นในแง่การเป็นน้ำมันหวัดเพื่อแก้อาการปวดเมื่อย คลายกล้ามเนื้อ ปวดตึง ลดอาการอักเสบ ฟกช้ำบวม กระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต รวมทั้งแก้ผดผื่นคัน สิว ฝ้า ใช้แก้ลมวิงเวียนศีรษะก็ยังได้

*อาจารย์ประจำวิทยาลัยการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี วิทยาเขตปทุมธานี



การทำน้ำมันเหลืองทำได้ง่ายโดยใช้สมุนไพรมะเขือเทศ
ชนิด จะทำไว้ใช้เองก็ได้ หรือทำจำหน่ายก็ดี โดยมีสูตรและ
วิธีการทำแบ่งเป็น 2 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1

ส่วนผสม

โพลสด 2 กิโลกรัม
(ลดอาการอักเสบ ฟกช้ำบวม กระตุ้นการไหลเวียน)
เถาวัลย์เปรียง 500 กรัม
(ลดอาการปวดเมื่อย คลายกล้ามเนื้อ ปวดตึง)
เถาเอ็นอ่อน 500 กรัม
(คลายเส้น แก้เส้นตึง เส้นยึด)
ขมิ้นสด 250 กรัม
(ลดการอักเสบ แก้ผดผื่นคัน สมานผิว บำรุงผิว)
น้ำมันพืชดอกทานตะวัน น้ำมันงา น้ำมันมะพร้าว
 ฯลฯ อย่งใดอย่างหนึ่งหรือจะผสมกันก็ได้ เทพอท่วม
สมุนไพรมะเขือเทศ

วิธีทำ

1. นำสมุนไพรมะเขือเทศ 1-4 มาล้างให้สะอาด ทำเป็นแฉะแฉะ
หรือสับเป็นชิ้นเล็กๆ แล้วใส่ลงในหม้อเคลือบหรือสแตนเลส
2. เเทน้ำมันพืชพอกท่วมสมุนไพรมะเขือเทศ ปิดไฟอ่อนๆ ไม่เกิน
ปานกลาง หมั่นคนบ่อยๆ นาน 3 ชั่วโมง หรือจนสมุนไพรมะเขือเทศ
กรอบ
3. กรองสมุนไพรมะเขือเทศที่ได้ผ่านผ้าขาวบาง
4. เทใส่ขวดหรือภาชนะสีทึบ ปิดฝาให้สนิทเก็บไว้ใช้





ใส่น้ำมันระกำ พิมเสน การบูร พิมเสน พิมเสน การองแล้ว
คนจนละลาย



เทใส่ขวดหรือภาชนะเก็บ ปิดฝาให้สนิทก็ไว้ใช้

ขั้นตอนที่ 2

ส่วนผสม

- น้ำมันสมุนไพรรจากขั้นตอนที่ 1 500 กรัม
- เมนทอล 250 กรัม
(แก้ลมวิงเวียน บำรุงหัวใจ)
- พิมเสน 150 กรัม
(แก้ลมวิงเวียน แก้แผลสด ขับลม)
- การบูร 150 กรัม
(ลดการอักเสบ ทำให้เย็น รักษาแผลไฟไหม้ ลดความ
มันของผิว)
- น้ำมันระกำ 250 กรัม
(คลายการปวดกล้ามเนื้อ ทำให้ผิวหนังนุ่ม และผิวเรียบตึง)

วิธีทำ

1. น้ำมันสมุนไพรรจากข้อ 1 ใส่เมนทอล พิมเสน การบูร
น้ำมันระกำ คนจนละลาย ถ้าไม่ละลายให้ตั้งไฟอ่อนคนจนละลาย
2. แต่งกลิ่นผสมน้ำมันหอมระเหยลงไป บรรจุใส่ขวดปิด
ฝาให้สนิท ไว้ใช้ขวดลดอาการปวดเมื่อย คลายเส้น แก้เส้นตึง เส้น
ยึด หรือผสมน้ำมันนวดตัว แบบโบราณก็ได้

วารสารเกษตรกรรมธรรมชาติ กำลังกลายเป็นเอกสารอ้างอิงที่มีค่าสำหรับเกษตรกร
นักการเกษตร นักพัฒนาและผู้ที่สนใจ จึงรวมเล่มให้ท่านสะดวกในการจัดเก็บและค้น
คว้า รวมเล่มปี 2549 จำนวน 12 ฉบับ หุ้มปกแข็งอย่างดี



1. การผลิตผักอินทรีย์ 2. การสกัดน้ำมันหอมระเหยจากดอกไม้หอมและสมุนไพรไทย
3. การผลิตปุ๋ยอินทรีย์อัดเม็ด 4. มงปรุรสรสมุนไพรร เครื่องปรุรสรแบบธรรมชาติ 5. หมู
หลุม การเลี้ยงหมูแบบเกษตรธรรมชาติ 6. ถังหมักก๊าซชีวภาพเปลี่ยนขยะเป็นก๊าซชีวภาพ
7. งาม เบลิตฟันธุ์หมักชีวภาพกับผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ 8. การเผาถ่านคุณภาพสูง 9. สมุนไพรร
ไทยเพื่อความงาม 10. นาอินทรีย์ประสิทธิภาพสูง 1,000 กิโลกรัมต่อไร่ 11. สารสกัด
สมุนไพรร คุณค่าจากพืชพรรณสู่ผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ 12. บ้านดิน วิธีง่ายๆ ของคนอยากมี
บ้าน

ราคา 450 บาท (สมาชิกลดเหลือ 400 บาท)

เพิ่มค่าจัดส่งเล่มละ 20 บาท

สนใจสั่งซื้อได้หรือสมัครสมาชิก โดยส่งรณานัติหรือตัวแลกเงิน สั่งจ่ายในนาม นายคมสัน หุตตะแพทย์ ส่งไปที่ กองบ
รรณการวารสารเกษตรกรรมธรรมชาติ 22 ซ.ชำนาญอักษร ถ.พหลโยธิน9 สามเสนใน พญาไท กทม10400 โทรศัพท์ 02 -
2795118, 02 - 2784068 โทรสาร 02 - 6170834