

แบบฟอร์มสำรวจข้อมูลองค์ความรู้

ชื่อองค์ความรู้..... การอบสมุนไพร

๑. ชื่อ-นามสกุล..... นายลมัย สมนวัตร์.....

(โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง)

☐ ปราชญ์ชาวบ้าน ปี พ.ศ.

☐ ปราชญ์เกษตรของแผ่นดิน สาขา..... ปี พ.ศ.

☒ ผู้ได้รับการสรรหาปราชญ์เกษตรของแผ่นดิน สาขา..... ปราชญ์เกษตรผู้นำชุมชนและเครือข่าย
ปี พ.ศ. ๒๕๖๔-๒๕๖๖

☐ เกษตรกรอาสา/เกษตรกรแกนนำ (หน่วยงาน).....

☐ อื่น ๆ

๒. ที่อยู่..... เลขที่ ๗๔ บ้านเขาคลองซอ หมู่ที่ ๖ ตำบลหนองไร่ อำเภอบลุกแดง จังหวัดระยอง ๒๑๑๔๐
..... โทร. ๐๘๑-๗๖๑๑๐๑๙.....

๓. ประเด็นขององค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง (โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง)

☐ กระบวนการผลิตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม/สินค้าเกษตรที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

☐ การจัดการวัสดุเหลือใช้ทางการเกษตรให้เกิดประโยชน์สูงสุด ลดขยะหรือของเสียในฟาร์มให้เป็นศูนย์

☐ การนำความรู้ด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรมมาใช้ในการทำการเกษตร เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการผลิต

☐ การทำการเกษตรที่สามารถลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก

☐ การทำการเกษตรเพื่อรองรับนโยบายหรือมาตรการการค้าด้านสิ่งแวดล้อมโลก

☒ อื่น ๆ ภูมิปัญญาไทย.....

๔. เนื้อหาขององค์ความรู้

วิธีดำเนินการ

..... การเตรียมห้องอบสมุนไพร.....

..... ๑. ในเตย ตะไคร้หอม เกล็ดเอ็นอ่อน เกล็ดขี้เป็ดเปรี้ยว ใบและลูกมะกรูด ส้มป่อย ใบมะขาม ขมิ้น
ไพล อย่างละ ๐.๕ กิโลกรัม.....

..... ๒. การบูร พิมเสน อย่างละ ๑ ช้อนโต๊ะ.....

..... ๓. น้ำเปล่า.....

..... ๔. นำสมุนไพรทั้งหมดใส่หม้อต้มน้ำให้เดือด ประมาณ ๒ ชั่วโมง เพื่อให้มีไอน้ำเข้าไปในห้องอบ
สมุนไพร อบครั้งละประมาณ ๐.๕ - ๑ ชั่วโมง.....

ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น

..... ๑. ช่วยให้ผู้รู้สึกสดชื่น กระปรี้กระเปร่า นอนหลับสบาย.....

..... ๒. ลดไขมันส่วนเกินของร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ไขมันส่วนเกินบริเวณหน้าท้อง และส่วนอื่น ๆ
ของร่างกาย.....

..... ๓. ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ คลื่นช้ำตยอก ท้องอืดท้องเฟ้อ.....

..... ๔. อบหลังคลอด.....

๕. รูปภาพประกอบ



๖. เจ้าหน้าที่ผู้สำรวจข้อมูลองค์ความรู้

ชื่อ-นามสกุล.....นางสมปิติ วงษ์พรมมา.....
 หน่วยงาน.....สำนักงานเกษตรและสหกรณ์จังหวัดระยอง.....
 เบอร์โทรศัพท์.....๐๓๘-๐๒๕๑๘๘, ๐๘๒-๔๖๐๔๐๗๐.....