

บทที่ 1

บทนำ



ถึงแม้ว่าพืชผักจะเป็นอาหารที่มีความสำคัญต่อมนุษย์มานานมาแล้วก็ตาม แต่ก็ยังไม่มีผู้ใดได้ทำการศึกษาหรือกล่าวถึงความสำคัญของพืชผักพื้นเมืองมากมายนัก และถ้ากล่าวถึงพืชผักแล้วมักจะมีความคิดเห็นไปว่าพืชผักนั้น เป็นพืชที่ได้ทำการเพาะปลูก และมนุษย์นำมาบริโภคเป็นอาหาร แต่ในความเป็นจริง มีพืชอีกหลายชนิดที่ไม่ได้ทำการเพาะปลูกแต่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติซึ่งมนุษย์ได้นำเอาส่วนของพืช เช่น ใบ ยอดอ่อน ดอก และผลมาบริโภคโดยตรงหรือปรุงแต่งเป็นอาหารต่าง ๆ

ด้วยเหตุนี้ความหมายของพืชผัก จึงมีความหมายกว้างขวางและเป็นที่ถกเถียงกันว่าจะใช้เกณฑ์หรือหลักเกณฑ์อะไรมาเป็นเครื่องตัดสินว่าพืชอะไรบ้างจัดเป็นพืชผัก และได้มีผู้กล่าวถึงความหมายของพืชผักไว้มากมายดังตัวอย่างต่อไปนี้

วิทยา เทพหัสดิ (2527) ได้ให้คำจำกัดความไว้ในสารานุกรมไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถานว่า ผัก หมายถึงพืชบางชนิดที่นำมาใช้รับประทานเป็นอาหารประเภทให้วิตามินและเกลือแร่เป็นสำคัญ บางที่เรียกว่า พืชผัก ตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า vegetables พืชที่นำมาใช้เป็นผักอาจเป็นพันธุ์ไม้ที่ขึ้นเองหรือพันธุ์ไม้ที่ปลูกขึ้นก็ได้ ส่วนของพืชที่นำมาใช้เป็นผัก อาจใช้ ใบ ดอก ผล ลำต้น ราก หรือใช้ทั้งหมดก็ได้ เช่น ยอดมะม่วง ใบตำลึง ใบและต้นผักบุ้ง ดอกขี้เหล็ก หัวผักกาดขาว ผลมะเขือ และผลแตงโมอ่อน

อรษา แสงอุทัย (2527) ได้ให้คำจำกัดความว่า ผักหมายถึง พืชที่มนุษย์นำมาใช้เป็นอาหาร อาจบริโภคได้ทุกส่วนของลำต้น หรือบริโภคได้บางส่วน ส่วนลักษณะและวิธีการรับประทานก็จะแตกต่างกันไปตามความต้องการและความเคยชิน เช่น ทำให้สุกเสียก่อน หรือสามารถรับประทานได้สด ๆ

Walter, E.S. (1979) ให้คำจำกัดความไว้ว่า พืชผักหมายถึง พืชประเภทเนื้ออ่อน อวบนำ ที่ใช้เป็นอาหาร มีแคลอรีและน้ำหนักแห้งต่ำ แต่ให้ปริมาณวิตามินและแร่ธาตุสูง

วัชณา เสถียรสวัสดิ์ (2521) ได้กล่าวว่า พืชผักในความหมายของคนไทยน่าจะแบ่งออกเป็น 2 พวก คือ

1. พืชผักที่ได้จากพืชผักโดยตรง ได้แก่ กระเทียม กะหล่ำปลี กะหล่ำดอก ผักบุ้ง ผักชี ผักกาดหอม เป็นต้น
2. พืชอื่น ๆ ที่ไม่ใช่พืชผัก แต่นำมาบริโภคเป็นพืชผัก ซึ่งอาจได้มาจากพืชไร่ ไม้ป่า วัชพืช และนำมาบริโภคเป็นอาหาร
 - แหล่งที่มาของพืชผักที่มนุษย์นำมาใช้บริโภคนั้นมีที่มาได้หลายทางด้วยกันดังนี้
 1. จากสวนผัก ซึ่งได้แก่ สวนผักที่ปลูกและจำหน่ายเป็นการค้า
 2. จากสวนครัว ได้แก่ สวนผักที่ชาวบ้านแต่ละครอบครัวปลูกหรือทำขึ้นเองในที่ดินรอบ ๆ บ้าน หรือปลูกในภาชนะ กระจ่าง และดูแลรักษาในบริเวณบ้านของตนเอง
 3. จากพืชที่เกิดขึ้นเองในป่าไม้ หรือริมทางตามธรรมชาติ โดยที่มนุษย์ไม่ได้ทำการเพาะปลูก
 4. จากวัชพืช ได้แก่ พืชที่มนุษย์ไม่ต้องการ และต้องการทำลายหรือกำจัดทิ้งไป แต่บางขณะพืชเหล่านั้นกลับนำมาบริโภคเป็นอาหารได้เช่น ผักเสี้ยน เป็นต้น

สำหรับงานวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้ให้คำจำกัดความของพืชผักพื้นเมืองไว้ดังนี้
 พืชผักพื้นเมือง หมายถึง พืชที่มีขึ้นอยู่เองตามธรรมชาติ ไม่ได้มีการเพาะปลูก และชาวบ้านเก็บมารับประทานเป็นพืชผัก พืชผักพื้นเมืองเหล่านี้อาจเป็นไม้ล้มลุก ไม้เลื้อย ไม้พุ่ม หรือไม้ต้น ซึ่งการใช้ อาจเป็นเพียงส่วนใดส่วนหนึ่งหรือหลาย ๆ ส่วนก็ได้

ข้อมูลต่าง ๆ ในเรื่องพืชผักพื้นเมืองของไทยซึ่งจะเป็นข้อมูล พื้นฐานสำคัญในการศึกษา และวิจัยทางด้านโภชนาการหรือด้านการแพทย์นั้นยังมีอยู่น้อยมาก ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาและรวบรวมข้อมูลดังกล่าวเป็นบางส่วนตามความเหมาะสมและความเป็นไปได้ โดยเลือกทำการสำรวจและศึกษาพืชผักพื้นเมืองในจังหวัดอุดรธานีซึ่งเป็นจังหวัดหนึ่งในภาคอีสาน และผู้วิจัยมีภูมิลำเนาอยู่ เพื่อความสะดวกในการทำวิจัยเพราะคุ้นเคยกับสถานที่และสามารถพูดภาษาท้องถิ่นได้ ซึ่งจำเป็นต้องใช้ในการขอคำอธิบายหรือซักถามรายละเอียดจากชาวบ้าน

วัตถุประสงค์ของการศึกษาและวิจัย

เพื่อศึกษาชนิดของพืชผักพื้นเมืองในจังหวัดอุดรธานี ลักษณะและส่วนที่ใช้เป็นอาหาร ตลอดจนวิธีการที่ชาวบ้านใช้พืชผักเหล่านั้นเป็นอาหาร