

## การศึกษา เอกสาร



## การศึกษา เกี่ยวกับพืชผักพื้นเมือง

นับตั้งแต่สมัยอดีตจนถึงปัจจุบันนี้ มนุษย์รู้จักนำพืชชนิดต่างๆที่พบในป่าหรือในท้องถื่นที่อาศัยอยู่ มาใช้เป็นอาหาร รักษาโรค และใช้ประโยชน์ในด้านอื่นๆอีกมากมาย ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ชีวิตความเป็นอยู่ ฐานะทางเศรษฐกิจ ตลอดจนความมั่นคงของประเทศชาติมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับพืชอย่างใกล้ชิด เปรียบเสมือนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต และ เข้ามามีบทบาทมากที่สุดได้ในปัจจุบัน โดยเฉพาะทางด้านโภชนาการ ด้านการแพทย์ เกษตกรรม และการค้นคว้าวิจัยด้านอื่นๆที่เกี่ยวข้อง แต่ในด้านข้อมูลพื้นฐาน การศึกษาสำรวจ การรวบรวม การจัดบันทึกลักษณะและรายละเอียดอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับพืชที่นำมาใช้ประโยชน์ในแง่ต่างๆ โดยเฉพาะส่วนที่นำมาใช้รับประทาน วิธีการนำมาใช้ประกอบอาหาร และข้อมูลอื่นๆ มีน้อยมากเมื่อเปรียบเทียบกับการศึกษา ค้นคว้า และการวิจัยด้านอื่นๆ ทั้งต่างประเทศและในประเทศไทย อย่างไรก็ตามการศึกษาจากเอกสารต่างๆ ทำให้ได้ทราบประวัติความเป็นมาในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับพืชผักและพืชผักพื้นเมือง การศึกษาของของต่างประเทศ มีดังนี้

Ochse (1931) ได้ทำการศึกษาสำรวจ และรวบรวมพืชผักในเขตร้อน และได้ตีพิมพ์เป็นเอกสาร โดยใช้ชื่อ "Vegetables of the Dutch East Indies" จำนวน 81 วงศ์ ซึ่งได้ให้รายละเอียดเกี่ยวกับ ลักษณะทางสัณฐานวิทยา การนำไปใช้ประโยชน์ โดยระบุส่วนต่างๆของพืชที่นำมาใช้รับประทาน กรรมวิธีในการใช้ประกอบอาหาร พืชผักที่กล่าวถึงนั้นหลายชนิดเป็นพืชผักพื้นเมืองซึ่งเป็นที่นิยมรับประทานของคนในท้องถิ่นต่างๆของประเทศไทย นอกจากนี้มีพืชหลายชนิดเป็นวัชพืช และไม่ประดับ ที่คนไทยไม่นิยมนำมาใช้เป็นอาหารแต่มีรายงานว่าใช้เป็นอาหารได้

Brown (1946) กล่าวถึงประโยชน์ของพืชในประเทศฟิลิปปินส์ ทั้งที่ปลูก และพืชผักพื้นเมืองที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับของไทยมาก มีรายละเอียดเกี่ยวกับ ลักษณะ การกระจาย ประโยชน์ในส่วนการใช้เป็นอาหาร ได้ระบุส่วนที่ใช้รับประทาน วิธีการใช้ประกอบอาหารและมีรายงานเพิ่มเติมเกี่ยวกับประโยชน์ของพืชในประเทศฟิลิปปินส์อีก ในปี ค.ศ. 1957 พร้อมกันนี้ได้เสนอผลของการวิเคราะห์คุณค่าทางอาหารของส่วนต่างๆของพืชที่นำมาใช้รับประทาน

Asis (1971) รวบรวมและบันทึกลักษณะของพืชเศรษฐกิจ พืชที่เป็นแหล่งอาหาร และวัชพืชบางชนิดในประเทศฟิลิปปินส์ รวมทั้งสิ้น 10 วงศ์ จำนวน 20 ชนิด โดยกล่าวถึงส่วนที่นำมาใช้รับประทาน คุณค่าทางอาหารที่พบในแต่ละส่วน และกรรมวิธีในการประกอบอาหารโดยสังเขป

Herklots (1972) ได้ศึกษาและรวบรวมข้อมูลต่างๆเกี่ยวกับพืชผักที่ปลูกและพืชผักพื้นเมืองในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ มีทั้งพืชน้ำ พืชที่อยู่บนบก พืชที่ใช้รากและหัว และพืชที่นำมาจำหน่ายในตลาด ซึ่งส่วนใหญ่มักเป็นพืชผักที่เป็นที่นิยมของคนจีน ได้ให้รายละเอียดค่อนข้างมากเกี่ยวกับส่วนที่รับประทาน สัตว์ส่วน คุณค่าทางอาหาร และกรรมวิธีในการนำมาประกอบอาหาร

Evanschultes and others (1977) เสนอรายงานเกี่ยวกับลักษณะ การเพาะปลูก สภาพแวดล้อม การวิเคราะห์คุณค่าทางอาหาร และ สัตว์ส่วนของสารอาหารที่ได้รับจากพืชผักพื้นเมืองจำพวกถั่ว และถั่วพู ให้ข้อมูลเกี่ยวกับส่วนที่นำมาใช้เป็นอาหาร ส่วนที่เป็นพืช และกรรมวิธีในการประกอบอาหาร

Purseglove (1977) ทำการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับ พืชผักในเขตร้อนที่เป็นทั้งพืชใบเลี้ยงคู่และพืชใบเลี้ยงเดี่ยว ข้อมูลส่วนใหญ่เกี่ยวกับสถาบันวิทยา การปลูก และการขยายพันธุ์ ไม่มียาละเอียดเกี่ยวกับการนำพืชผักเหล่านั้นมาใช้เป็นอาหาร

Perry (1980) ศึกษาและบันทึกลักษณะรายละเอียดต่างๆเกี่ยวกับคุณสมบัติและการใช้ประโยชน์จากพืชสมันไพรในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ข้อมูลส่วนหนึ่งกล่าวถึงส่วนต่างๆของพืชที่สามารถรับประทาน และเป็นพืชผักพื้นเมืองที่คนไทยในชนบทใช้เป็นอาหาร

Sastrapradja and others (1981) ศึกษาและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพืชที่ใช้รากและลำต้นเป็นอาหารในประเทศอินโดนีเซีย และประเทศแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ 49 ชนิด พืชเหล่านี้หลายชนิดเป็นพืชผักพื้นเมืองที่คนไทยในชนบทเก็บได้จากป่า และบางชนิดนำมาเพาะปลูก มีรายละเอียดเกี่ยวกับประโยชน์ด้านสมุนไพร การใช้เป็นอาหาร ส่วนที่รับประทาน วิธีการใช้ประกอบอาหาร อันตราย และวิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดความปลอดภัยในการใช้เป็นอาหาร

Jones (1983) ทำการศึกษาสำรวจและได้รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพืชวงศ์ Rutaceae ของมาเลเซียหลายชนิด ได้แก่ ส้มต่างๆ ระบุส่วนที่นำมาใช้รับประทานและวิธีการประกอบอาหาร

Tindall (1983) ศึกษาเกี่ยวกับพืชผักในเขตร้อนซึ่งหลายชนิดเป็นพืชผักพื้นเมือง ให้รายละเอียดเกี่ยวกับ ลักษณะ การเพาะปลูก ปัจจัยแวดล้อม การขยายพันธุ์ การเจริญเติบโต ผลผลิต ศัตรูพืช สัตว์ส่วน ประเภทของสารอาหารที่ได้รับจากส่วนต่างๆของพืชผัก ส่วนที่ใช้เป็นอาหาร ตลอดจนกรรมวิธีในการประกอบอาหาร

Soepadmo (1986) ได้ทำการรวบรวมพืชน้ำที่เป็นไม้ดอกของประเทศมาเลเซีย ซึ่งหลายชนิดเป็นผักพื้นเมืองที่คนไทยในชนบทเก็บจากธรรมชาติและนำมาใช้เป็นอาหาร แต่ไม่ได้ระบุวิธีการใช้ประกอบอาหาร และในปีเดียวกัน Weber ได้ทำการศึกษาพืชสกุล Barringtonia ของมาเลเซีย ซึ่งใช้ส่วนต่างๆ เช่น ยอดอ่อน ดอก และ ผล เป็นอาหาร

Ng (1988-1991) ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมรายละเอียดเกี่ยวกับพืชส่วนของประเทศ มาเลเซีย ให้ข้อมูลเกี่ยวกับ ลักษณะ ถิ่นกำเนิด แสง ประโยชน์ และการขยายพันธุ์ พืชหลายชนิด สามารถใช้ส่วนต่างๆเป็นอาหาร และเป็นพืชผักพื้นเมืองที่นิยมรับประทานกันมากในชนบทของไทย

Bautista and others (1988) ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเปรียบเทียบสัดส่วน และคุณค่าทางอาหารของพืชผักพื้นเมืองในแถบเอเชียหลายชนิด พบว่าพืชผักพื้นเมืองแต่ละชนิดให้คุณค่าทางอาหารครบถ้วน ในสัดส่วนที่แตกต่างกันขึ้นอยู่กับชนิดของพืชและส่วนที่นำมาใช้รับประทาน โดยเฉพาะ เป็นแหล่งของแร่ธาตุและวิตามินหลายชนิด มีรายละเอียดเกี่ยวกับส่วนต่างๆที่ใช้รับประทาน ส่วนที่เป็นพืช และกรรมวิธีในการใช้พืชผักเหล่านั้นเป็นอาหารเพื่อให้เกิดความปลอดภัย

Ibrahim (1989) ได้ระบุดังประโยชน์ด้านการใช้เป็นอาหาร ส่วนที่นำมาใช้ และวิธีการนำมาใช้ประกอบอาหารของพืชผักพื้นเมืองสกุล *Garcinia* หลายชนิดในประเทศมาเลเซีย ที่เป็นที่ยอมรับของคนไทยในชนบทภาคใต้

Jacquat (1990) สํารวจ บันทึกและรวบรวมรายละเอียดเกี่ยวกับลักษณะ ประโยชน์ของพืชผักที่พบในตลาดเมืองไทย จำนวน 241 ชนิด ทั้งที่เป็นพืชจากธรรมชาติและนำมาเพาะปลูกในแง่ต่างๆ เช่น สรรพคุณทางยา การใช้เป็นอาหาร ระบบส่วนที่ใช้รับประทาน กรรมวิธีในการนำมาประกอบอาหาร ประโยชน์ด้านอื่นๆที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน และมีภาพสีประกอบการบรรยาย

การศึกษาเกี่ยวกับพืชผักพื้นเมืองในประเทศไทย มีดังนี้

กรมป่าไม้ (2491) ได้ทำการศึกษาสำรวจและรวบรวมรายละเอียดเกี่ยวกับประโยชน์ของไม้และของป่าบางชนิด ระบุดังพืชบางชนิดที่ใช้เป็นอาหาร นับว่าเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนรู้จักพืชผักและเห็นคุณค่าของพืชป่าบางชนิด ต่อมาในปี พ.ศ. 2527 มีผลงานเกี่ยวกับเรื่องเดียวกันนี้เพิ่มเติม ทำให้ประชาชนตื่นตัวเกี่ยวกับแหล่งอาหารจากป่ามากยิ่งขึ้น

เสงี่ยม พงษ์บุตรอด (2508) ให้รายละเอียดเกี่ยวกับพืชสมุนไพรหลายชนิด บรรยายลักษณะ สรรพคุณทางยา การใช้เป็นอาหาร โดยระบุดังพืชและกรรมวิธีในการนำมาใช้ประกอบอาหาร พืชสมุนไพรเหล่านี้หลายชนิดเป็นพืชผักพื้นเมืองที่นิยมรับประทานทั่วไปในชนบท

จำลอง เฟื่องคล้าย และคณะ (2515) รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพันธุ์ไม้ที่มีค่าทางเศรษฐกิจของไทย บรรยายลักษณะ สภาพนิเวศวิทยา การใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ เช่น การก่อสร้าง การทำสีย้อม และ การใช้เป็นอาหาร โดยได้กล่าวถึงส่วนที่ใช้รับประทาน แต่ไม่ให้รายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการใช้ประกอบอาหาร ต่อมาในปี พ.ศ. 2518 และ พ.ศ. 2526 เต็ม สมิตินันท์ ได้รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องเดียวกันนี้เพิ่มเติม ทำให้ประชาชนส่วนใหญ่วิถีจันทน์พืชชนิดต่างๆมาใช้เป็นอาหารมากยิ่งขึ้น

สมจิตร พงศ์พังน และ สภาภ ภัประเสริฐ (2515) ได้ศึกษาและรวบรวมเกี่ยวกับพืชที่กินได้และพืชมีพิษในป่าเมืองไทย โดยการบรรยายลักษณะสั้นๆ เป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ถึงส่วนที่นำมาใช้รับประทาน และกรรมวิธีในการนำพืชป่าเหล่านั้นมาใช้ประกอบอาหารให้ปลอดภัย

เต็ม สมิตินันท์ (2518) ศึกษาสำรวจพันธุ์ไม้ป่าเมืองไทยหลายชนิด ได้บรรยายลักษณะการกระจายพันธุ์ นิเวศวิทยา ประโยชน์ทางด้านสมุนไพร และการใช้เป็นอาหาร ในส่วนของการใช้เป็นอาหารระบุส่วนที่นำมารับประทาน พืชป่าเหล่านั้นหลายชนิดเป็นพืชสมุนไพรและพืชผักพื้นเมือง ซึ่งเป็นที่รู้จักดีของคนในท้องถิ่น แต่บางท้องถิ่นอาจจะไม่รู้จักพืชดังกล่าว

บุศบรรณ ณ สงขลา (2519) รวบรวมทางอนุกรมวิธานของพืชสมุนไพร ให้ข้อมูลเกี่ยวกับส่วนที่นำมาใช้รับประทานเป็นผักของพืชสมุนไพรบางชนิด แต่ไม่ได้กล่าวถึงวิธีการนำมาประกอบอาหาร

เต็ม สมิตินันท์ (2520) ศึกษาสำรวจพันธุ์ไม้เขาใหญ่ ได้บรรยายลักษณะ สภาพนิเวศวิทยา ระยะเวลาออกดอกให้ผล ประโยชน์ในด้านการศึกษาโรค ส่วนที่ใช้รับประทานเป็นอาหาร และในปีเดียวกันนี้ ทวีศักดิ์ บุญเกิด ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับเฟิร์นเมืองไทย ซึ่งเป็นพืชพื้นเมืองที่คนในชนบทนำมาใช้เป็นอาหาร

อารีย์ ทองภักดี (2521) ศึกษาสำรวจพืชในวงศ์ Solanaceae ในประเทศไทย ซึ่งมีหลายสกุลที่เป็นพืชผักพื้นเมือง วิทยานิพนธ์นี้ได้ให้รายละเอียดเกี่ยวกับสรรพคุณทางยา และการนำมาใช้เป็นอาหาร

ลีนา ผู้พัฒนพงศ์ (2522) ศึกษาอนุกรมวิธานของพืชสมุนไพร บรรยายลักษณะ สรรพคุณทางยา และกล่าวถึงส่วนที่นำมาใช้รับประทานเป็นผักบางชนิด

สถาบันวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (2525) ได้รวบรวมรายละเอียดเกี่ยวกับพืชและสัตว์สำคัญบางชนิดในประเทศไทย พืชหลายชนิดเป็นพืชผักพื้นเมือง มีการบรรยายลักษณะ แต่ไม่มีข้อมูลเกี่ยวกับส่วนที่นำมาใช้เป็นอาหารและวิธีการประกอบอาหาร

สมาคมป่าไม้แห่งประเทศไทย (2527) ได้ทำการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับไม้และของป่าบางชนิดในประเทศไทยที่นำมาใช้เป็นอาหาร และในปีเดียวกัน จำลอง เฟื่องคล้าย เสนอรายงานเกี่ยวกับพืชอาหารที่ใช้ส่วนต่างๆ เช่น หัว ราก ลำต้น ใบ และ ดอก และพืชที่กล่าวถึงนี้ส่วนใหญ่เป็นพืชผักพื้นเมืองที่คนในชนบทนำมาใช้เป็นอาหาร

เพ็ญศรี นันทสมสรอายุ (2529) ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับพืชน้ำที่ใช้เป็นอาหาร และ วิธีการประกอบอาหาร



สชาติ ศรีเพ็ญ (2530) บรรยายลักษณะ สภาพนิเวศวิทยา ส่วนที่นำมาใช้เป็นอาหารของพันธุ์ไม้้ำหลายชนิด

อบเชย วงศ์ทอง (2530) ใ้รายละเอียดเกี่ยวกับพืชผักมีร้บ้าน กล่าวถึงประโยชน์และความปลอดภัยจากการใช้พืชผักเหล่านี้เป็นอาหาร

กรมอนามัย กองโภชนาการ (2530) วิเคราะห์คุณค่าอาหารไทยเปรียบเทียบ ในส่วนที่กินได้ 100 กรัม อาหารไทยที่กล่าวถึงนหลายชนิดเป็นพืชผักพื้นเมือง และสรุปว่าพืชผักพื้นเมืองทุกชนิดที่ได้ทำการวิเคราะห์ ใ้สารอาหารที่จำเป็นครบทุกประเภท โดยเฉพาะเป็นแหล่งเกลือแร่และวิตามินที่สำคัญหลายชนิด

มานิต ออพานิชกิจ (2530) ศึกษาสำรวจพืชผักพื้นเมืองในจังหวัดอุดรธานี ซึ่งเป็นไม้ดอก 84 ชนิด และ เพร้น 2 ชนิด ใ้รายละเอียดในส่วนที่ใช้ และวิธีการประกอบอาหาร

พนัส บุรณศิริ (2530) ได้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับพืชผักป่าและพืชผักพื้นบ้านใ้ข้อมูลเกี่ยวกับการเพาะปลูก คุณค่าทางอาหาร ส่วนที่ใช้เป็นอาหาร และวิธีการประกอบอาหาร

นิจศิริ เรืองรังษี (2534) รวบรวมเกี่ยวกับเครื่องเทศ ซึ่งพืชหลายชนิดเป็นพืชผักพื้นเมือง ได้กล่าวถึงส่วนที่ใช้เป็นอาหาร และเสนอวิธีการประกอบอาหาร

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าในปัจจุบัน การศึกษาเกี่ยวกับพืชผักพื้นบ้านหรือพืชผักพื้นเมืองนั้น เริ่มมีบทบาทมากขึ้น มีการศึกษาในแง่ต่างๆเพื่อพัฒนาเป็นแหล่งอาหาร ยารักษาโรค และประโยชน์ด้านอื่นๆ ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ในอนาคต พืชผักพื้นเมืองจะเป็นทรัพยากรของท้องถิ่นที่มีค่ายิ่งที่ทุกคนต้องเห็นคุณค่า ความสำคัญ จะต้องช่วยกันส่งเสริม อนุรักษ์พันธุ์ไว้เป็นมรดก เพื่อจะได้นำมาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างคุ้มค่า และยืนนานที่สุดเท่าที่จะสามารถกระทำได้