

การศึกษาพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคโควิด-19 ของนักศึกษา

ยุพิน พิพัฒน์พวงทอง

คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

yupinpip@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคโควิด-19 ของนักศึกษา ประชากร คือ นักศึกษา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต จำนวน 250 คน กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนในปี การศึกษา 2564 และยินยอมให้ข้อมูล จำนวน 200 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า 1) นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 82 เพศชาย ร้อยละ 18 2) นักศึกษาส่วนใหญ่มีพฤติกรรมเคยใช้สมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 ร้อยละ 42 3) นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้สมุนไพรแบบแคปซูลในการ รักษาโรคโควิด19 มากที่สุด ร้อยละ 58 แบบสด ร้อยละ 28 น้อยที่สุด คือ แบบต้ม ร้อยละ 14 4) นักศึกษาส่วนใหญ่คิดว่าสมุนไพร ที่มีประสิทธิภาพให้ผลดีที่สุดในการรักษาโรคโควิด19 คือ สมุนไพรแคปซูล ร้อยละ 39 สมุนไพรสด ร้อยละ 38 น้อยที่สุด คือ สมุนไพรต้ม ร้อยละ 23 5) วิธีการรับประทานสมุนไพรที่นักศึกษาเลือกใช้ในการรักษาตัวที่บ้าน (home isolation) เมื่อติดโควิด มากที่สุด คือ รับประทานสมุนไพรแคปซูล ร้อยละ 60 นำสมุนไพรมาต้มรับประทาน ร้อยละ 28 น้อยที่สุด คือ รับประทานสมุนไพร สด ร้อยละ 12 6) นักศึกษาส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรในการรักษาตัวที่บ้าน ปานกลาง ร้อยละ 50 มีความรู้น้อย ร้อยละ 27 มีความรู้น้อยที่สุด ร้อยละ 18 มีความรู้มากที่สุด ร้อยละ 5 7) สมุนไพรที่นักศึกษาเลือกรับประทานบ่อยที่สุดเมื่อมีอาการ คือ ฟัทะลายโจร ร้อยละ 62 กระชายขาว ร้อยละ 20 ขมิ้นชัน ร้อยละ 15 มะขามป้อม ชিং กระเทียม ร้อยละ 3 8) แหล่งข้อมูล เกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 ที่นักศึกษาได้รับมากที่สุด คือ เว็บไซต์ ร้อยละ 32 โทรทัศน์ ร้อยละ 28 สถานพยาบาล ร้อยละ 26 และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ร้อยละ 14 9) นักศึกษาส่วนใหญ่มีความคิดว่าสมุนไพรช่วยรักษาโรคโควิด19 ได้ ร้อยละ 38 รักษา ไม่ได้ ร้อยละ 20 ไม่น่าใจ ร้อยละ 42

คำสำคัญ: พฤติกรรม สมุนไพร โรคโควิด 19



The study of students' behavior in using herbs for the treatment of COVID-19

Yupin Pipatphuangthong

Faculty of Humanities and Social Sciences, Suan Dusit University

yupinpip@hotmail.com

Abstract

This article aimed to study the behavior of application of herb to cure Covid-19 of students. The population was 250 students of the Faculty of Humanities and Social Sciences. The sample was 200 students who registered the courses in academic year 2021 and consented to give the information. The instrument for collecting data was questionnaire. Analysis data was made by descriptive statistics and content analysis. The research results were found as follows: 1) the most students were female (82%), male (18%); 2) they ever have used the herb (42%); 3) they had capsule: the most level (58%), fresh herbs (28%), boiled herbs, the least level (14%); 4) they thought that herb could cure Covid-19: capsule, the most level (39%), fresh herbs (38%), boiled herbs, the least level (23%); 5) they ate herb during home isolation: capsule, the most level (60%), boiled herbs (28%), fresh herbs, the least level (12%); 6) they had the herbal knowledge during home isolation: middle level of knowledge (50%), little level (27%), the least level (18%), the most level (5%); 7) the students ate andrographis paniculata, the most level (62%), finger root (20%), turmeric (15%), gooseberry, ginger, garlic (3%); 8) Covid-19 information sources: website (32%), television (28%), hospital (26%), and the personals of hospital (14%); 9) they believed that herb could prevent Covid-19 (38%), could not (20%), uncertain (42%).

Keywords: behavior, herbs, Covid-19

1. บทนำ

โรคโควิด-19 เกิดจากเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 หรือโรคโควิด-19 (Coronavirus Disease 2019, COVID-19) ซึ่งพบครั้งแรกในเดือนธันวาคม พ.ศ.2562 ที่เมืองอู่ฮั่น ประเทศจีน เป็นโรคระบาดที่พบล่าสุดของโลกและมีผลกระทบที่เลวร้ายต่อสุขภาพร่างกายของมนุษย์ ด้วยเชื้อไวรัสโคโรนาได้แพร่กระจายไปอย่างรวดเร็วและกว้างขวางไปตามประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก ปัจจุบันมียอดผู้ติดเชื้อทั่วโลกจำนวน 527 ล้านคน มีผู้เสียชีวิตทั่วโลกจำนวน 6.28 ล้านคน (ข้อมูลจาก JHU CSSE COVID-19 Data เมื่อวันที่ 27 พฤษภาคม พ.ศ. 2565) ประกอบกับองค์การอนามัยโลกได้ประกาศให้การระบาดของโรคโควิด 19 เป็นการระบาดใหญ่ (pandemic) ในประเทศไทยพบผู้ติดเชื้อโควิด-19 รายแรก เมื่อวันที่ 13 มกราคม พ.ศ. 2563 ปัจจุบันมียอดผู้ติดเชื้อในประเทศไทยจำนวน 4.43 ล้านคน ยอดผู้เสียชีวิตในประเทศไทยจำนวน 29,881 ล้านคน (ข้อมูลจาก JHU CSSE COVID-19

Data เมื่อวันที่ 27 พฤษภาคม พ.ศ. 2565) รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข ประกาศให้โรคโควิด 19 เป็นโรคติดต่ออันตราย ส่งผลให้ต้องใช้มาตรการในการป้องกันเพื่อลดการแพร่ระบาดของโรคไวรัสโคโรนา

การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือ โควิด-19 เมื่อปลายปีพ.ศ. 2562 เป็นต้นมาจนถึงปัจจุบันกระทบต่อการดำเนินชีวิต สังคม เศรษฐกิจ และส่งผลให้เกิดภาวะฉุกเฉินทางสาธารณสุขทั่วโลก ปัจจุบันประเทศต่าง ๆ มีการประกาศใช้มาตรการป้องกันและเฝ้าระวังการแพร่เชื้อไวรัสอย่างเคร่งครัด รวมทั้งหุ้มเทคนิควิธีเพื่อป้องกันและรักษาโรคระบาดร้ายแรงดังกล่าว ประเทศในอาเซียนต่างส่งเสริมและผลักดันการศึกษาวจัยสมุนไพรและตำรายาแผนดั้งเดิมที่มีศักยภาพสำหรับใช้ต่อสู้กับโรคดังกล่าว และบางประเทศได้ จัดทำแนวทางปฏิบัติการใช้การแพทย์ดั้งเดิมเพื่อป้องกันและรักษาโรคโควิด-19 ประเทศไทยเป็นหนึ่งในหลายประเทศที่กำลังเผชิญหน้ากับวิกฤตโรคระบาด และมีความพยายามที่จะจัดหารวมทั้งคิดค้นพัฒนาและวัคซีนอย่างเร่งด่วน การพัฒนาจากสมุนไพรเป็นหนึ่งในภารกิจสำคัญที่ประเทศไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกได้ดำเนินการอย่างเร่งด่วน และประสบผลสำเร็จ เพื่อเป็นการสื่อเผยแพร่องค์ความรู้ด้านสมุนไพรและการแพทย์แผนไทยที่ดูแลสุขภาพประชาชนในช่วงโรคโควิด-19 ระบาด กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกจึงได้จัดทำเอกสารสำหรับบุคลากรทางการแพทย์ และเสริมสร้างองค์ความรู้ให้กับประชาชนทั่วไป [1]

ในยุคปัจจุบันประเทศไทยกำลังเผชิญกับสถานการณ์แพร่ระบาดของเชื้อโควิด-19 ซึ่งเป็นโรคระบาดใหม่ ต้องฉีดวัคซีนป้องกัน ประกอบกับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม เช่น การพักผ่อนให้เพียงพอ การกินอาหารร้อน ๆ ใช้ช้อนส่วนตัว ไม่ใช้ช้อนร่วมกับผู้อื่น รักษาระยะห่าง ใส่หน้ากาก ล้างมือ ออกกำลังกาย และใช้ภูมิปัญญาโบราณอย่างยาสมุนไพรเป็นการรักษาทางเลือกอีกวิธีหนึ่งมาช่วยเสริมภูมิคุ้มกัน

สถานการณ์โควิด-19 ทำให้คนหันมาให้ความสำคัญกับสมุนไพรมากขึ้น ถือเป็นโอกาสดีในการพัฒนาสมุนไพรในประเทศไทย เพื่อเตรียมการรองรับการแพร่ระบาดของโรคอุบัติใหม่ อุบัติซ้ำ โดยมีสมุนไพรที่มีการศึกษาวจัย 6 ชนิด ได้แก่ ฟ้าทะลายโจร มีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า (*Andrographis paniculata*) กระชายขาว มีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า (*Boesenbergia thorelii*) ขมิ้นชัน มีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า (*Curcuma longa* L.) มะขามป้อม มีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า (*Phyllanthus emblica* L.) ขิง มีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า (*Zingiber officinale* Roscoe.) ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคไวรัสโคโรนา 2019 หรือ โรคโควิด-19 ได้มีการนำฟ้าทะลายโจร กระชายขาว ขมิ้นชัน มะขามป้อม ขิง นำมาใช้ในการแจกให้กับผู้ป่วยควบคู่กับการใช้ยาฟ้าวิปริาเวียร์ [2]

1. เหตุผลที่ผู้วิจัยเลือกฟ้าทะลายโจรมาอยู่ในแบบทดสอบมีดังนี้คือ

สมุนไพรไทยหลายชนิดมีคุณค่าสำคัญสร้างกลไกให้ร่างกายป้องกันตัวเองจากโรคหลายชนิด ใช้พึ่งตนเองมาตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน อีกทั้งสมุนไพรบางชนิดมีฤทธิ์ต้านเชื้อไวรัสได้ผลดี จึงมีการศึกษาวจัยในหลอดทดลองกันอย่างต่อเนื่อง โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศรได้พัฒนาความรู้ทักษะการใช้สมุนไพรฟ้าทะลายโจร ได้แจกจ่ายเมล็ดพันธุ์ฟ้าทะลายโจรให้แก่ประชาชนเอาไปปลูกที่บ้าน ฟ้าทะลายโจรมีสารแอนโดรกราโฟไลด์ (*Andrographolide*) ช่วยยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อโควิดที่เข้าสู่เซลล์ร่างกาย และเมื่อนำมาทดลองทางคลินิกมีผลช่วยยับยั้งเชื้อโควิดได้เป็นอย่างดี ถ้าปลูกฟ้าทะลายโจรให้กินใบสดได้ยิ่งดี ด้วยกินยอดใบในระยะบานสะพรั่งที่มีสารแอนโดรกราโฟไลด์สูง 4% เปรียบเทียบกับแคปซูลฟ้าทะลายโจรสกัดสารแอนโดรกราโฟไลด์วางขายในตลาดทั่วไป 6-10% [3] ประชาชนตื่นตัวในการนำสมุนไพรมาใช้ป้องกันรักษาโรคโควิด-19 โดยเฉพาะฟ้าทะลายโจรซึ่งใช้ได้ก่อนมีอาการและเมื่อมีอาการแล้วในรายคนไข้กลุ่มสีเขียว

2 เหตุผลที่ผู้วิจัยเลือกกระชายขาวมาอยู่ในแบบทดสอบมีดังนี้คือ



กระชายขาว เป็นสมุนไพรที่มีฤทธิ์ร้อน ขี้ขลม บรรเทาอาการจุกเสียดแน่นท้องช่วยย่อย และเป็นยาบำรุงกำลัง ภูมิปัญญาพื้นบ้านมีการบันทึกใช้แก้อาการจุกไม่ได้กลืน จนนำมาสู่การวิจัยเพื่อใช้ศึกษาฤทธิ์และการใช้ประโยชน์ในสถานการณ์โควิด จากการศึกษาของแพทย์หญิงอัมพร เบญจพลพิทักษ์ [1] อธิบัติกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก พบว่า สารแพนดูราติน (panduratin) ในกระชายขาวมีฤทธิ์ในการต้านไวรัสทั้งในระยะก่อนและหลังการติดเชื้อ ช่วยยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้ การใช้กระชายขาวในการรักษาโควิด-19 นั้นต้องใช้สารสกัดของกระชายขาวเท่านั้น ไม่สามารถนำกระชายสดมาคั้นหรือปรุงอาหารเพื่อรักษาโควิด-19 ได้ เนื่องจากการจะรักษาโควิด-19 ได้ปริมาณสารสำคัญ 2 ตัวในกระชายขาวที่มีฤทธิ์ยับยั้งการเติบโตของโควิด-19 คือ แพนดูลาติน เอ (Pandulatin A) และ พิโนสโตรบิน (Pinostrobin) ซึ่งต้องมีปริมาณที่มากพอ คือถ้าจะให้ปริมาณสารดังกล่าวมากพอ ผู้ป่วยจะต้องกินกระชายขาวครั้งละครั้งกิโลกรัม ซึ่งเป็นไปไม่ได้ และหากบริโภคกระชายขาวมากขนาดนั้นก็จะเกิดผลข้างเคียงจากสารอื่นๆ ที่อยู่ในกระชายขาว

3 เหตุผลที่เลือกขมิ้นชันมาอยู่ในแบบทดสอบมีดังนี้คือ

จากงานวิจัยเรื่องคุณประโยชน์และฤทธิ์ทางชีวภาพที่หลากหลายของสมุนไพรขมิ้นชัน ของชัชวาล ช่างทำ [4] ได้กล่าวถึงสารสำคัญของขมิ้นชันคือเดมโทไซเคอร์คูมิน (demethoxycurcumin) สามารถแย่งจับกับตำแหน่งของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ 2019 ที่จะเข้าสู่เซลล์ปอด และตำแหน่งที่มีผลยับยั้งการแบ่งตัวของไวรัส ขมิ้นชันเป็นพืชซึ่งมีถิ่นกำเนิดในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Curcuma longa* Linn มีฤทธิ์ป้องกันการแพร่ระบาดของโรคไวรัส ขมิ้นชันมีคุณสมบัติต่อต้านโรคระบาดจากไวรัส สารเคอร์คูมิน (curcumin) มีคุณสมบัติในการจับกับเอส โปรตีน (S protein) ของตัวรับเอซีอีสอง (ACE2) เป็นการป้องกันไวรัสเข้าสู่ปอด ยับยั้งการทำงานของโปรตีนต่างๆ ซึ่งเป็นกลไกสำคัญของการถอดรหัสและแพร่กระจายของไวรัสในเซลล์ ป้องกันการแข็งตัวของเลือด (anticoagulant) การรวมตัวของเกล็ดเลือด (antiplatelet) ป้องกันการเกิดแผล (cytoprotective) ป้องกันการอักเสบของอวัยวะ (anti-inflammatory) ให้ใช้เคอร์คูมินจากขมิ้นชันเป็นยาเสริมใหม่สำหรับการรักษาการระบาดของไวรัสใหม่นี้

4 เหตุผลที่เลือกมะขามป้อมมาอยู่ในแบบทดสอบมีดังนี้คือ

มะขามป้อม เป็นยาแก้ไอละลายเสมหะ แพทย์พื้นบ้านใช้รักษาหลอดลมอักเสบ วัณโรคปอด หอบหืด ช่วยส่งเสริมการทำงานของระบบภูมิคุ้มกัน สารสำคัญในมะขามป้อมสามารถจับกับซาโรตีนของไวรัสโควิด-19 และตัวรับเอซีอีสอง (ACE2) ซึ่งมีบทบาทสามารถผ่านเข้าเซลล์ปอด และยังเข้าจับเชื้อในหลายตำแหน่งที่มีผลต่อการยับยั้งการสร้างและแบ่งตัวของเชื้อไวรัส

5. เหตุผลที่เลือกขิงมาอยู่ในแบบทดสอบมีดังนี้คือ

สุภาภรณ์ ปิตพิพร [1] ผู้ช่วยผู้อำนวยการด้านการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร) กล่าวว่าขิงเป็นยารสเผ็ดร้อน จึงขอแนะนำให้กินแบบเจือจาง จะเป็นประโยชน์กว่ากินแบบเข้มข้น สรรพคุณของขิงแก้มีรสหวานอุ่นบำรุงปอด ก็สามารถดื่มตอนเช้าควบคู่กับกินฟ้าทะลายโจรยับยั้งเชื้อโควิด แต่ไม่ควรกินขิงทั้งวันอันเป็นเหตุให้ความร้อนในร่างกายเพิ่มมากเกินไป ให้ดื่มน้ำขิงตอนเช้าบำรุงปอด อาการจะดีขึ้นหลังจากใช้ยามาหนึ่งวัน

สรุปง่ายๆ เมื่อรู้ว่าติดเชื้อโควิด-19 ให้รีบกินฟ้าทะลายโจรควบคุมอาการไข้ 5 วัน ในระหว่างนี้ดื่มน้ำมากให้กินน้ำต้มเครื่องเทศ กระชาย หอมแดง เครื่องต้มยาไม่เอาพริก หากมีเสมหะเหนียวติดคอ ให้ดื่มน้ำมะขามป้อมดื่ม ช่วยให้คอชุ่มชื้นลดการระคายเคือง และดื่มน้ำขิงตอนเช้าบำรุงปอด ถ้าใช้ยามาถูกทาง อาการจะดีขึ้นหลังจากใช้ยามาหนึ่งวัน

นอกจากฟ้าทะลายโจรแล้วยังมีสมุนไพรไทยอีกหลากหลายชนิดที่สามารถต้านไวรัสและได้นำมาใช้ในการรักษาป้องกันโควิด-19 เช่น กระชายขาว ขมิ้นชัน ขิง รวมถึงสมุนไพรอื่นๆ จนทำให้ประชาชนสนใจซื้อหามารับประทานเพื่อดูแล

ตัวเอง สถาบันการแพทย์แผนไทยอภัยภูเบศรได้ถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์การใช้สมุนไพรไทยในสถานการณ์การณโคโรนา-19 เพื่อแนะแนวทางการดูแลภาคประชาชนด้วยสมุนไพรที่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ การแพทย์แผนไทยได้บูรณาการความรู้ ร่วมกับการรักษาตามมาตรฐานทางการแพทย์แผนปัจจุบัน การพัฒนางานด้านวิชาการ การวิจัยควบคู่กันไป

จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ ฟ้าทะลายโจร กระชายขาว ขมิ้นชัน มะขามป้อม ชিং ผู้วิจัยมีเหตุผลที่เลือกพืชสมุนไพรเหล่านี้มาอยู่ในแบบทดสอบ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรโคโรนา-19 ของนักศึกษามหาวิทยาลัยสวนดุสิตซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายของการวิจัยครั้งนี้ และได้รับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรโคโรนา-19 ผู้วิจัยเป็นผู้มีประสบการณ์และได้มีส่วนร่วมในฐานะผู้ดูแลสุขภาพนักศึกษาด้วยคนหนึ่งในมหาวิทยาลัยสวนดุสิต โดยมีความมุ่งหวังให้นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสมุนไพรที่ใช้รักษาโรโคโรนา-19 สามารถประยุกต์ใช้ความรู้และทำให้เกิดการดูแลสุขภาพด้วยตนเองได้

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรโคโรนา-19 ของนักศึกษา มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

3. วิธีดำเนินการวิจัย

3.1 ประชากร กลุ่มตัวอย่างและวิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง เกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรศึกษา (Reference population) คือ นักศึกษาคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ หลักสูตรวิชาภาษาอังกฤษ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต กลุ่มตัวอย่าง (Samples) คือ นักศึกษาหลักสูตรวิชาภาษาอังกฤษที่สมัครใจทำแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรโคโรนา-19 ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 ระยะเวลาตั้งแต่วันที่ 21-28 เดือนกุมภาพันธ์ 2565 มี วิธีการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง (Sample size) และเกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ต้องเป็นนักศึกษาศูนย์วิชาภาษาอังกฤษที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 ทั้ง 4 ชั้นปี ได้แก่ นักศึกษาชั้นปี 1 จำนวน 50 คน ชั้นปี 2 จำนวน 50 คน ชั้นปี 3 จำนวน 50 คน ชั้นปี 4 จำนวน 50 คน รวมทั้งสิ้น 200 คน เป็นเพศหญิงจำนวน 164 คน เพศชาย จำนวน 36 คน อายุ 16-22 ปี ในจำนวน 200 คน มีนักศึกษา 116 คน ไม่ได้ใช้สมุนไพรในการรักษาเพราะไม่ติดโรโคโรนา-19 มีนักศึกษาป่วยติดโรโคโรนา-19 เป็นกลุ่มสีเขียว จำนวน 84 คน และได้รับประทานสมุนไพรฟ้าทะลายโจรร่วมกับสมุนไพรชนิดอื่น ๆ ด้วย ไม่ได้มีข้อคำถามหรือข้อมูลพื้นฐานในการใช้ยาแผนปัจจุบันด้วย เช่น ฟาวิราเวียร์ เพราะเป็นกลุ่มผู้ป่วยสีเขียว ใช้เฉพาะสมุนไพร

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการหาคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรโคโรนา-19 เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองตามกรอบวัตถุประสงค์โดยใช้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ผลการประเมินมีค่าเท่ากับ 1.00 อยู่ในระดับนำไปใช้ได้ เนื่องจากใช้เครื่องมือเป็นแบบสอบถาม ดังนั้นผู้วิจัยได้ขอเอกสารยืนยันการยกเว้นการรับรองโดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิทยาศาสตร์ มนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยสวนดุสิต หมายเลข SDU-RDI-SHS 2021-035 เมื่อวันที่ 27 ธันวาคม พ.ศ. 2564 ต่อมาได้นำแบบสอบถามที่ได้ขออนุญาตแล้วมาให้ให้นักศึกษากลุ่มตัวอย่างช่วยตอบระหว่างวันที่ 21-28 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2565 แบบสอบถามแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้ คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ ระดับชั้นปี เป็นแบบตรวจสอบรายการ ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรโคโรนา-19 เป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check list) จำนวน 8 ข้อ คือ 1) ท่านเคยใช้สมุนไพรในการรักษาโรโคโรนา-19 หรือไม่ 2) ท่านใช้สมุนไพรในการรักษาโรโคโรนา-19 แบบใด 3) ท่านคิดว่าสมุนไพรประเภทไหนมีประสิทธิภาพให้ผลดีที่สุด 4) ถ้าท่านติดโรโคโรนา-19 แพทย์แนะนำให้รักษาตัวอยู่ที่บ้าน (home isolation) ท่านจะใช้



วิธีการรักษาตัวแบบใด 5) ท่านมีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 มากน้อยเพียงใด 6) เมื่อท่านเจ็บป่วยท่านรับประทานสมุนไพรตัวใดมากที่สุด 7) ท่านรับทราบข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 จากที่ไหน 8) ท่านคิดว่าสมุนไพรสามารถช่วยรักษาโรคโควิด 19 ได้หรือไม่

3.3 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามมาให้ นักศึกษากลุ่มตัวอย่างช่วยตอบระหว่างวันที่ 21-28 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2565 โดยบอกวัตถุประสงค์ของการวิจัยและขอความร่วมมือจากนักศึกษามหาวิทยาลัยสวนดุสิตช่วยตอบแบบสอบถามจำนวน 200 คน เก็บรวบรวมแบบสอบถามและนำข้อมูลที่ได้รับมาตรวจสอบความสมบูรณ์ถูกต้องเพื่อนำไปใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยรวมและจำแนกตาม เพศ ทำการตรวจสอบแบบสอบถามที่มีข้อความสมบูรณ์มาทำการแยกหมวดหมู่เพื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูล สังเคราะห์จัดหมวดหมู่คำตอบ ตัดข้อมูลที่มีความซับซ้อนออกพร้อมกับเรียบเรียงภาษาให้ถูกต้องและยังคงความหมายเดิม

3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยรวมและจำแนกตาม เพศ ทำการตรวจสอบแบบสอบถามที่มีข้อความสมบูรณ์มาทำการแยกหมวดหมู่เพื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูล สังเคราะห์จัดหมวดหมู่คำตอบ ตัดข้อมูลที่มีความซับซ้อนออกพร้อมกับเรียบเรียงภาษาให้ถูกต้องและยังคงความหมายเดิม มานำเสนอในรูปแบบความเรียงวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าร้อยละ (Percentage)

4. ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 164 คน คิดเป็นร้อยละ 82 เพศชาย จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 18 รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ค่าร้อยละ
เพศ		
หญิง	164	82
ชาย	36	18
รวม	200	100

2. พฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคโควิด-19

ผู้ตอบแบบสอบถามมีพฤติกรรมเคยใช้สมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 42 (ตารางที่ 2) ตารางที่ 2 พฤติกรรมการเคยใช้สมุนไพรรักษาโรคโควิด 19

พฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคโควิด 19	จำนวน (คน)	ค่าร้อยละ
เคย	84	42

3. แบบสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ใช้สมุนไพรรูปแบบแคปซูลในการรักษาโรคโควิด19 มากที่สุด จำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 58 รองลงมา คือ แบบสด จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 28 น้อยที่สุด คือ แบบต้ม จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 14 (ตารางที่ 3) ตารางที่ 3 แสดงแบบสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 ที่ผู้ตอบแบบสอบถามใช้

แบบสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 ที่ผู้ตอบแบบสอบถามใช้	จำนวน (คน)	ค่าร้อยละ
แบบต้ม	28	14
แบบแคปซูล	116	58
แบบสด	56	28
รวม	200	100

4. ความคิดเห็นเกี่ยวกับประสิทธิภาพของสมุนไพรรักษา

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คิดว่าสมุนไพรมีประสิทธิภาพให้ผลดีที่สุดในการรักษาโรคโควิด19 คือ แคปซูล จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 39 รองลงมา คือ สมุนไพรสด จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 38 น้อยที่สุด คือ สมุนไพรต้ม จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 23 (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 ประสิทธิภาพของสมุนไพรมีประสิทธิภาพได้ผลดีที่สุด

ประสิทธิภาพของสมุนไพรมีประสิทธิภาพได้ผลดีที่สุด	จำนวน (คน)	ค่าร้อยละ
สมุนไพรรักษาสด	76	38
สมุนไพรรักษาต้ม	46	23
สมุนไพรรักษาแคปซูล	78	39
รวม	200	100

5. วิธีการรับประทานสมุนไพรรักษา

วิธีการรับประทานสมุนไพรมีประสิทธิภาพได้ผลดีที่สุดในการรักษาตัวที่บ้าน (home isolation) เมื่อติดโควิด มากที่สุด คือ รับประทานสมุนไพรรูปแบบแคปซูล จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 60 รองลงมา คือ นำสมุนไพรมารับประทาน จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 28 น้อยที่สุด คือ รับประทานสมุนไพรรักษาสด จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 12 (ตารางที่ 5)

ตารางที่ 5 วิธีการรับประทานสมุนไพรมีประสิทธิภาพได้ผลดีที่สุดในการรักษาตัวที่บ้าน (home isolation) เมื่อติดโควิด

วิธีการรับประทานสมุนไพรมีประสิทธิภาพได้ผลดีที่สุดในการรักษาตัวที่บ้าน (home isolation) เมื่อติดโควิด	จำนวน (คน)	ค่าร้อยละ
รับประทานสมุนไพรรักษาสด	24	12
นำสมุนไพรมารับประทาน	56	28
รับประทานสมุนไพรรักษาแคปซูล	120	60
รวม	200	100



6. ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรรักษาตัวที่บ้านเมื่อติดโควิด

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรรักษาตัวที่บ้าน (home isolation) เมื่อติดโควิดปานกลาง จำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมา คือ มีความรู้น้อย 54 คน คิดเป็นร้อยละ 27 มีความรู้น้อยมาก จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 18 มีความรู้มาก จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 5 ตามลำดับ (ตารางที่ 6)

ตารางที่ 6 แสดงความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรรักษาตัวที่บ้าน (home isolation) เมื่อติดโควิด

ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรรักษาตัวที่บ้านเมื่อติดโควิด	จำนวน (คน)	ค่าร้อยละ
มาก	10	5
ปานกลาง	100	50
น้อย	54	27
น้อยมาก	36	18
รวม	200	100

7. สมุนไพรที่เลือกรับประทานเมื่อป่วย

สมุนไพรที่ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกรับประทานเมื่อป่วยบ่อยที่สุด คือ ฟ้าทะลายโจร จำนวน 124 คน คิดเป็นร้อยละ 62 รองลงมา คือ กระชายขาว จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 20 ขมิ้นชัน จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 15 มะขามป้อม ชিং กระเทียม จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 3 ตามลำดับ (ตารางที่ 7)

ตารางที่ 7 สมุนไพรที่ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกรับประทานเมื่อป่วยบ่อยที่สุด

สมุนไพรที่เลือกรับประทานบ่อยที่สุดเมื่อมีอาการป่วย	จำนวน (คน)	ค่าร้อยละ
ฟ้าทะลายโจร	124	62
กระชายขาว	40	20
ขมิ้นชัน	30	15
มะขามป้อม ชিং กระเทียม	6	3
รวม	200	100

8. แหล่งข้อมูลสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19

แหล่งข้อมูลข่าวสารที่ผู้ตอบแบบสอบถามได้รับทราบเกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 มากที่สุด คือ เว็บไซต์ จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 32 รองลงมา คือ โทรทัศน์ จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 28 สถานพยาบาล จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 26 และผู้คนรอบตัว จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 14 ตามลำดับ (ตารางที่ 8)

ตารางที่ 8 แสดงแหล่งข้อมูลข่าวสารที่ผู้ตอบแบบสอบถามได้รับรู้เกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19

แหล่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19	จำนวน (คน)	ค่าร้อยละ
โทรทัศน์	56	28
เว็บไซต์	64	32
สถานพยาบาล	52	26
ผู้คนรอบตัว	28	14
รวม	200	100

9. ความคิดเห็นสมุนไพรรักษาโรคโควิด19

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่สมุนไพรรักษาโรคโควิด19 ได้ จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 38 รักษาไม่ได้ จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 20 ไม่แน่ใจ จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 42 (ตารางที่ 9)

ตารางที่ 9 ความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด19

ความคิดเห็นเกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย (ร้อยละ)
รักษาได้	76	38
รักษาไม่ได้	40	20
ไม่แน่ใจ	84	42
รวม	200	100

5. สรุปผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัยดังต่อไปนี้ 1) ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 164 คน คิดเป็นร้อยละ 82 เพศชายจำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 18 2) ผู้ตอบแบบสอบถามมีพฤติกรรมการเคยใช้สมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 42 3) ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ใช้สมุนไพรรักษาโรคโควิด19 มากที่สุด จำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 58 รองลงมา คือ แบบสด จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 28 น้อยที่สุด คือ แบบต้ม จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 14 4) ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คิดว่าสมุนไพรมีประสิทธิภาพให้ผลดีที่สุดในการรักษาโรคโควิด19 คือ สมุนไพรรักษาโรคโควิด19 จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 39 รองลงมา คือ สมุนไพรรักษาโรคโควิด19 จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 38 น้อยที่สุด คือ สมุนไพรรักษาโรคโควิด19 จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 23 5) วิธีการรับประทานสมุนไพรมีประสิทธิภาพดีที่สุดในการรักษาตัวที่บ้านเมื่อติดโควิดมากที่สุด คือ รับประทานสมุนไพรรักษาโรคโควิด19 จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 60 รองลงมา คือ นำสมุนไพรมารับประทาน จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 28 น้อยที่สุด คือ รับประทานสมุนไพรรักษาโรคโควิด19 จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 12 6) ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด19 ปานกลาง จำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมา คือ มีความรู้ต่ำ จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 27 มีความรู้สูง จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 18 มีความรู้มาก จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 5 ตามลำดับ 7) สมุนไพรมีประสิทธิภาพดีที่สุดเมื่อมีอาการ คือ ฟ้าทะลายโจร จำนวน 124 คน คิดเป็นร้อยละ 62 รองลงมา คือ กระชายขาว จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 20 ขมิ้นชัน จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 15 มะขามป้อม ขิง กระเทียม จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 3 ตามลำดับ 8) แหล่งข้อมูลข่าวสารที่ผู้ตอบแบบสอบถามได้รับทราบเกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 มากที่สุด คือ เว็บไซต์ จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 32 รองลงมา คือ โทรทัศน์ จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 28 สถานพยาบาล จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 26 และผู้คนรอบตัว จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 14 ตามลำดับ 9) ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่สมุนไพรรักษาโรคโควิด19 รักษาได้ จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 38 รักษาไม่ได้ จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 20 ไม่แน่ใจ จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 42

6. อภิปรายผลการวิจัย

6.1 การอภิปรายผลของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่มีความคิดเห็นว่สมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 ได้ เพราะอะไร

ผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 82 เพศชาย ร้อยละ 18 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการเคยใช้สมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 ร้อยละ 42 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่สมุนไพรรักษาโรคโควิด19 ได้ ร้อยละ 38 รองลงมา คือ ไม่แน่ใจ ร้อยละ 42 ไม่ได้ ร้อยละ 20 เพราะได้รับทราบข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสมุนไพรรักษาโรคโควิด 19 จากเว็บไซต์



มากเป็นอันดับหนึ่งร้อยละ 32 รองลงมา จากโทรทัศน์ ร้อยละ 28 จากสถานพยาบาล ร้อยละ 26 และจากผู้คนรอบข้าง ร้อยละ 14 ว่าสมุนไพรมีสรรพคุณป้องกันโรคโควิด 19 ประกอบกับราคาไม่แพง และในช่วงการแพร่ระบาดของเชื้อโรคโควิด-19 กลุ่มตัวอย่างหันมาหาวิธีป้องกันตัวเองด้วยการเลือกใช้สมุนไพรไทยมาดูแลสุขภาพ ช่วยเสริมภูมิคุ้มกัน และยังมีส่วนช่วยลดโอกาสการติดเชื้อโควิด-19 รวมถึงช่วยบรรเทาอาการของโรค ลดโอกาสที่โรคจะพัฒนารุนแรง ลดระยะการเจ็บป่วยให้สั้นลง ในกลุ่มผู้ป่วยที่มีอาการไม่รุนแรง อีกทั้งยังลดโอกาสเกิดผลกระทบต่อสุขภาพภายหลังจากการติดเชื้อ ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพตนเองของประชาชนในอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา ของวิริญญา เมืองช้าง [5] กล่าวว่าการที่บุคคลเปิดรับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพตนเองจากสื่อมวลชน ได้แก่ นิตยสาร วิทยุ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต สื่อบุคคล ได้แก่ แพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุข สื่อเฉพาะกิจ ได้แก่ คู่มือ จุลสาร แผ่นพับ ใบปลิว ป้ายประกาศ โปสเตอร์ นิทรรศการ การสาธิต การอบรม

6.2 เหตุผลที่เมื่อติดเชื้อโควิด-19 ระหว่างรอเตียง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เลือกใช้ฟ้าทะลายโจรเพราะอะไร และทำไมไม่ใช้สมุนไพรตัวอื่น

6.2.1 เมื่อติดเชื้อโควิด-19 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เลือกรับประทานสมุนไพรฟ้าทะลายโจรเป็นอันดับหนึ่งร้อยละ 62 เพราะเชื่อว่าสมุนไพรฟ้าทะลายโจรมีประสิทธิภาพในการรักษาโรคโควิด-19 ดีที่สุด เพราะกลุ่มตัวอย่างได้รับข้อมูลข่าวสารมาว่าในสมุนไพรฟ้าทะลายโจรมีสารสำคัญแอนโดรกราโฟไลด์ (Andrographolide) ต้านไวรัส ป้องกันไม่ให้ไวรัสเข้าสู่เซลล์ ลดการแบ่งตัวของไวรัสภายในเซลล์ เพิ่มภูมิคุ้มกัน ลดการอักเสบที่ปอดจากการติดเชื้อไวรัส กลุ่มตัวอย่างที่ติดเชื้อโควิด-19 ทั้งหมดเป็นผู้ป่วยสีเขียวมีอาการน้อย รักษาตัวที่บ้าน จึงได้รับแจกยาแคปซูลฟ้าทะลายโจร รับประทานยาฟ้าทะลายโจรในขนาด 180 มิลลิกรัมต่อวัน วันละ 3 ครั้ง เป็นเวลา 5 วัน อาการดีขึ้น ไม่มีพบผลข้างเคียงที่รุนแรง รองลงมา คือ นำสมุนไพรฟ้าทะลายโจรมาต้มรับประทาน ร้อยละ 28 น้อยที่สุด ร้อยละ 12 รับประทานใบฟ้าทะลายโจรสด 5-10 ใบต่อมื้อ วันละ 3-4 ครั้ง ร้อยละ 12 สอดคล้องกับงานวิจัยของเภสัชกรหญิง ดร. ผกากรอง ชวัญข้าว [1] หัวหน้าศูนย์หลักฐานเชิงประจักษ์ด้านการแพทย์แผนไทยและสมุนไพรโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร กล่าวว่าฟ้าทะลายโจรมีสารแอนโดรกราโฟไลด์ (Andrographolide) ช่วยยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อโควิดที่เข้าสู่เซลล์ร่างกาย และเมื่อนำมาทดลองทางคลินิกมีผลช่วยยับยั้งเชื้อโควิดได้เป็นอย่างดี ยอดใบฟ้าทะลายโจรในระยะบานสะพรั่งที่มีสารแอนโดรกราโฟไลด์สูง 4% เปรียบเทียบกับแคปซูลฟ้าทะลายโจรสกัดสารแอนโดรกราโฟไลด์ที่วางขายในตลาดทั่วไป 6-10%

6.2.2 กลุ่มตัวอย่างเลือกรับประทานสมุนไพรกระชายขาวมากเป็นอันดับสอง ร้อยละ 20 มีความคิดเห็นว่าสมุนไพรกระชายขาวมีประสิทธิภาพในการรักษาโรคโควิด-19 ดีที่สุด ร้อยละ 39 เมื่อมีอาการจุกไม่ได้อิ่ม คัดจุก หายใจไม่ออก ส่วนใหญ่ใช้สมุนไพรแบบแคปซูลในการรักษาโรคโควิด-19 มากที่สุด ร้อยละ 58 เพราะกลุ่มตัวอย่างได้รับข้อมูลข่าวสารมาว่าการใช้กระชายขาวในการรักษาโควิด-19 นั้นต้องรับประทานสารสกัดในแคปซูลกระชายขาว 500 มิลลิกรัม ครั้งละ 4 แคปซูล วันละ 3 ครั้งเป็นเวลา 5 วัน พบว่าอาการหายเป็นปกติ ไม่สามารถนำกระชายสดมาคั้นหรือปรุงอาหารเพื่อรักษาโควิด-19 ตามคำแนะนำของแพทย์หญิงอัมพร เบญจพลพิทักษ์ [1] อธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กล่าวว่าในกระชายขาวมีสารแพนดูราติน (panduratin) มีฤทธิ์ในการต้านไวรัสทั้งในระยะก่อนและหลังการติดเชื้อ ช่วยยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้ และต้องได้ปริมาณสารสำคัญ 2 ตัวในกระชายขาวที่มีฤทธิ์ยับยั้งการเติบโตของโควิด-19 คือ แพนดูลาติน เอ (Pandulatin A) และพิโนสโตรบิน (Pinostrobin) เพียงพอ กลุ่มตัวอย่างเลือกใช้สมุนไพรกระชายขาวแบบสดในการรักษาโรคโควิด-19 มากเป็นอันดับสอง ร้อยละ 28 เลือกใช้ กระชายขาวสดทั้งเหง้าและราก ครั้งละ 25 กรัม วันละ 3 มื้อหลังอาหาร หรือใช้กระชายขาวแห้งบดผงใช้ครั้งละ 2 กรัม วันละ 3 เวลาหลังอาหาร น้ำกระชาย ใช้กระชายครั้งละ 25 กรัม ล้างสะอาด ปั่นละเอียดผสมน้ำสะอาด 300

มิลลิลิตร น้ำมะนาว 20 มล น้ำผึ้ง 20 มล ต้มแบบไม่ต้องแยกกาก วันละ 3 ครั้ง กลุ่มตัวอย่างเลือกใช้สมุนไพรกระชายขาวแบบต้ม มากเป็นอันดับสาม สอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องสมุนไพรน้ำรู้ กระชายขาวใช้อย่างไรในสถานการณ์โควิดของสถาบันการแพทย์แผนไทยอภัยภูเบศร [3] กล่าวว่ากระชายเป็นสมุนไพรที่มีฤทธิ์ร้อน ไม่เหมาะหากมีอาการไข้สูง แต่จากประสบการณ์ในช่วงปิดแคมป์คนงานมีรายงานถึงการใช้กระชายแคปซูลเสริมการรักษาผู้ป่วยเสี่ยงสูง ที่สัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยโควิด 19 ผู้ป่วยที่อยู่ระหว่างรอเตียง ที่มีอาการจุกไม่ได้ออก คัดจมูก หายใจไม่ออก รับประทานกระชายขาวเพราะมีสารสำคัญที่ออกฤทธิ์ในการยับยั้งเชื้อไวรัสโควิด 19 คือ แพนดูราทิน (Panduratin) และ พินอสโตรบิน (Pinostrobin) ซึ่งสารทั้งสองชนิดนี้ไม่ละลายน้ำ ดังนั้นการจะได้รับสารสำคัญที่ควรกินกระชายทั้งน้ำและเนื้อจะได้รับสารสำคัญที่ครบถ้วนที่สุด

6.2.3 กลุ่มตัวอย่างเลือกรับประทานสมุนไพรขมิ้นชัน มากเป็นอันดับสาม คือ ร้อยละ 15 ส่วนใหญ่ใช้สมุนไพรแบบแคปซูลในการรักษาโรคโควิด19 มากที่สุด ร้อยละ 58 อันดับสอง คือ แบบสด ร้อยละ 28 อันดับสาม คือ แบบต้ม ร้อยละ 14 เพราะกลุ่มตัวอย่างได้รับข้อมูลข่าวสารมาว่าการใช้ขมิ้นชันในการป้องกันโรคโควิด-19 สอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องคุณสมบัติและฤทธิ์ทางชีวภาพที่หลากหลายของสมุนไพรขมิ้นชัน ของชัชวาล ช่างทำ [4] ได้กล่าวถึงสารสำคัญของขมิ้นชันดีเมโทไซเคอร์คูมิน (demethoxycurcumin) สามารถแย่งจับกับตำแหน่งของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ 2019 ที่จะเข้าสู่เซลล์ปอด และตำแหน่งที่มีผลยับยั้งการแบ่งตัวของไวรัส ขมิ้นชันเป็นพืชซึ่งมีถิ่นกำเนิดในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Curcuma longa* Linn มีฤทธิ์ป้องกันการแพร่ระบาดของโรคไวรัส ขมิ้นชันมีคุณสมบัติต่อต้านโรคระบาดจากไวรัส สารเคอร์คูมิน (curcumin) มีคุณสมบัติในการจับกับเอส โปรตีน (S protein) ของตัวรับเอซีเอสสอง (ACE2) เป็นการป้องกันไวรัสเข้าสู่ปอด ยับยั้งการทำงานของโปรตีนต่างๆ ซึ่งเป็นกลไกสำคัญของกรดอะมิโนและแพร่กระจายของไวรัสในเซลล์ ป้องกันการแข็งตัวของเลือด (anticoagulant) การรวมตัวของเกล็ดเลือด (antiplatelet) ป้องกันการเกิดแผล (cytoprotective) ป้องกันการอักเสบของอวัยวะ (anti-inflammatory) ให้ใช้เคอร์คูมินจากขมิ้นเป็นยาเสริมใหม่สำหรับการรักษาการระบาดของไวรัสใหม่นี้

6.2.4 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เลือกรับประทานสมุนไพรมะขามป้อม มากเป็นอันดับสี่ เท่ากับร้อยละ 3 เพราะมะขามป้อมเป็นยาแก้ไอละลายเสมหะ ช่วยส่งเสริมการทำงานของระบบภูมิคุ้มกัน ส่วนใหญ่ใช้สมุนไพรแบบแคปซูลในการรักษาโรคโควิด19 มากที่สุด ร้อยละ 58 อันดับสอง คือ แบบสด ร้อยละ 28 อันดับสาม คือ แบบต้ม ร้อยละ 14 สอดคล้องกับการวิจัยของสุภาภรณ์ ปีติพร [1] ผู้ช่วยผู้อำนวยการด้านการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร) กล่าวว่าสารสำคัญในมะขามป้อมสามารถจับกับขาโปรตีนของไวรัสโควิด-19 และตัวรับเอซีเอสสอง (ACE2) ซึ่งมีบทบาทสามารถผ่านเข้าเซลล์ปอด และยังเข้าจับเชื้อในหลายตำแหน่งที่มีผลต่อการยับยั้งการสร้างและแบ่งตัวของเชื้อไวรัส

6.2.5 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เลือกรับประทานสมุนไพรขิง มากเป็นอันดับห้า คือ ร้อยละ 3 ส่วนใหญ่ใช้สมุนไพรแบบแคปซูลในการรักษาโรคโควิด19 มากที่สุด ร้อยละ 58 อันดับสอง คือ แบบสด ร้อยละ 28 อันดับสาม คือ แบบต้ม ร้อยละ 14 ซึ่งสอดคล้องกับคำแนะนำจากเภสัชกรหญิง ดร. ผกากรอง ขวัญข้าว [1] หัวหน้าศูนย์หลักฐานเชิงประจักษ์ด้านการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศรกล่าวว่า ขิงมีรสเผ็ดร้อนเป็นสมุนไพรพื้นบ้าน มักนำมารับประทานแก้หวัด และมีสารซิงเจอร์อล (Zingerol) และจิงเจอร์อล (Gingerol) ซึ่งสามารถจับกับตำแหน่งโปรตีนสำคัญ (Main Protease) ที่ช่วยยับยั้งการแบ่งตัวของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ 2019 ได้

ผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพของประชาชนที่มาใช้บริการในโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยนครปฐม ของปรารถนา อเนกปัญญากุล และคณะ [6] ที่กล่าวว่ารูปแบบการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพของประชาชนมากที่สุดเป็นอันดับหนึ่งคือแบบแคปซูล ร้อยละ 41.9 อันดับสอง คือ แบบรับประทานสดหรือนำมาปรุงอาหาร ร้อยละ 23.6 อันดับสาม คือต้มดื่ม ร้อยละ 16.2 ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างเลือกบริโภคสมุนไพรแบบแคปซูลในการรักษาโรคโควิด19 มาก



ที่สุดเพราะใช้ง่ายสะดวกรวดเร็ว รองลงมา คือ แบบสด น้อยที่สุด คือ แบบต้ม ยังสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพตนเองของประชาชนในอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา ของวิริญา เมืองช้าง [5] กล่าวว่าการใช้สมุนไพรต้มนั้นไม่สะดวก ต้องเสียเวลาในการเตรียม ต้องอุ่นทุกเช้าและเย็น ทำให้ไม่สะดวกที่จะรับประทาน อีกทั้งยังยุ่งยากและเสียเวลาสำหรับคนที่ต้องทำงานนอกบ้าน

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์สำหรับมหาวิทยาลัยสวนดุสิต

หน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ คือ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ โรงเรียนการท่องเที่ยวการบริการ โรงเรียนการเรือน คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต การถ่ายทอดผลวิจัยสู่กลุ่มเป้าหมาย ผู้นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ คือ นักศึกษามหาวิทยาลัยสวนดุสิต ควรให้การสนับสนุนด้านวิชาการโดยการถ่ายทอดความรู้ให้แก่นักศึกษา ในรูปแบบต่างๆ เช่น การจัดประชุม ประเด็นที่ควรดำเนินการถ่ายทอดให้แก่นักศึกษาเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการดูแลสุขภาพในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดโรคโคโรนาไวรัส 2019 ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้คือ เชิญแพทย์แผนไทยมาเป็นวิทยากรบรรยายความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรที่ช่วยรักษาและป้องกันโรคโควิด 19 ให้แก่นักศึกษา

7.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป การทำวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรอื่น ๆ ที่มีสรรพคุณในการรักษาโรคโควิด 19 และนำผลการวิจัยนี้ไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินงานการสร้างเสริมสุขภาพป้องกันโรคโควิด 19 การมีส่วนร่วมของนักศึกษาในกระบวนการพัฒนาสุขภาพ อันจะก่อให้เกิดอุดมการณ์ วิสัยทัศน์ การเรียนรู้และมีประสบการณ์ร่วมกัน เพื่อให้ นักศึกษาดูแลสุขภาพป้องกันโรคโควิด 19 ได้ด้วยตนเอง

8. เอกสารอ้างอิง

- [1] กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. (2564). บทบาทของสมุนไพรและยาแผนไทยในสถานการณ์โรคโควิด-19 ระบาด. กรุงเทพฯ: บริษัท เอส.บี.เค. การพิมพ์ จำกัด.
- [2] กรุงเทพธุรกิจ (2564). แนวการใช้ "สมุนไพรไทย" รักษา ก่อน ขณะเป็น หลังเป็นโควิด 19. ค้นเมื่อ 1 กันยายน 2564 จาก <https://www.bangkokbiznews.com/social/96084118>.
- [3] ไทยแลนด์พลัส. (2564). สมุนไพรน่ารู้ อภัยภูเบศร: กระจาย ใช้อย่างไรในสถานการณ์โควิด ค้นเมื่อ 5 สิงหาคม 2564 จาก <https://www.thailandplus.tv/archives/355781>.
- [4] ชัชวาล ช่างทำ. (2564). รายงานวิจัยเรื่องคุณประโยชน์และฤทธิ์ทางชีวภาพที่หลากหลายของสมุนไพรขมิ้นชัน. สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยหัวเฉียว.
- [5] วิริญา เมืองช้าง. (2559). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพตนเองของประชาชนในอำเภอแม่ใจ จังหวัดพะเยา. ปริญญาานิพนธ์มหาบัณฑิตสาขาวิชาการจัดการสร้างเสริมสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- [6] ปราบธนา อนเนกปัญญากุล และคณะ. (2563). พฤติกรรมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพของประชาชนที่มารับบริการในโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยนครปฐม. วารสารวิชาการ ปชมท. 9(2): 76-90.