**นวัตกรรมผ้าป่าสมุนไพร**

**ความสำคัญของปัญหา**

การเปลี่ยนแปลงด้านสิ่งแวดล้อม สังคมและวัฒนธรรม ซึ่งทำให้พฤติกรรมและแบบแผนชีวิตของคนเราเปลี่ยนแปลงไป โดยนิยมรับประทานอาหารแบบตะวันตกมากขึ้น รับประทานผักสมุนไพรน้อยลง ขาดการออกกำลังกาย ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพเรื้อรังต่างๆตามมา ส่งผลให้จำนวนผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงเพิ่มจำนวนมากขึ้นทุกปี และในอนาคตก็มีแนวโน้มที่จะมากขึ้นอีก โดยเฉพาะผู้ที่อยู่ในวัยกลางคนและผู้สูงอายุ

สถานการณ์โรคเบาหวานในเขตพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลดงสมบูรณ์ ปีงบประมาณ ๒๕๕๙ จำนวน ๑๐๒ คน จากการวิเคราะห์ปัญหาชุมชนพบว่าบ้านดงสมบูรณ์ หมู่ที่ ๑ มากที่สุดคือจำนวน ๓๗ คน และประชากรกลุ่มเสี่ยงที่มีภาวะเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน หมู่ที่ ๑ จำนวน ๑๑๐ คน ผู้ป่วยเบาหวานมีพฤติกรรมด้านสุขภาพยังไม่เหมาะสม เช่น บริโภคอาหารประเภทผักสมุนไพรน้อย แม้การใช้สมุนไพรจะมีมาช้านานแล้วแต่การปลูกสมุนไพรยังไม่นิยมปลูกและไม่นิยมใช้สมุนไพรในการช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ชุมชนหันมาพึ่งยาแผนปัจจุบันมากขึ้น ทั้งที่สมุนไพรควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดก็มีจำนวนมากเช่น มะรุม มะระ เตยหอมเป็นต้น และผู้ป่วยเบาหวานบางคนที่รับประทานยาแผนปัจจุบันในการรักษาแต่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ สมุนไพรพื้นบ้านจึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่จะส่งเสริมการปลูกและใช้สมุนไพรอย่างจริงจังในชุมชนเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยเบาหวาน

ดังนั้นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลดงสมบูรณ์ จึงได้จัดทำโครงการผ้าสมุนไพรในชุมชนขึ้นเพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานและกลุ่มเสี่ยงมีความตระหนักในการปลูกและใช้สมุนไพรในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดโดยผ่านกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ อันจะส่งผลให้ชุมชนมีสมุนไพรเพียงพอในการใช้ประโยชน์และผู้ป่วยเบาหวานและกลุ่มเสี่ยงเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการใช้สมุนไพรในการดูแลตนเองมากยิ่งขึ้น และผู้ป่วยเบาหวานสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ในระดับปกติ

**วัตถุประสงค์โครงการ**

๑. เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวานและกลุ่มเสี่ยงตระหนักและให้ความสำคัญในการปลูกและใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพ  
๒. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้การใช้สมุนไพรในการควบคุมระดับน้ำตาลในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน  
๓. เพื่อให้ชุมชนมีแปลงสาธิตสมุนไพร

**กลุ่มเป้าหมาย**

๑. ผู้ป่วยเบาหวาน จำนวน ๓๗ คน

๒. กลุ่มเสี่ยง จำนวน ๑๑๐ คน

**ขั้นตอนการดำเนินงาน**

๑. ประชุมแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานผ้าป่าสมุนไพร  
๒. ประชาสัมพันธ์แก่กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมโครงการ  
๓. รณรงค์ในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานและกลุ่มเสี่ยงเพาะพันธุ์ต้นสมุนไพรคนละ ๕ ต้น (โดยมีมะรุม มะระ เตยหอมอย่างน้อย ๓ ชนิด)  
๔. นำกล้าสมุนไพรมาทอดถวายที่วัดและจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการใช้สมุนไพร  
๕. ร่วมปลูกสมุนไพรในแปลงสาธิตสมุนไพร ๒ แห่ง ได้แก่ วัด,โรงเรียน และนำกล้ามะรุมไปปลูกที่บ้านคนละ ๑ ต้น  
๖. คณะกรรมการดำเนินงานออกติดตามตรวจสมุนไพรที่บ้านและให้คำแนะนำการใช้

**สรุปและวิจารณ์ผลการดำเนินงาน**

การดำเนินงานผ้าป่าสมุนไพรในชุมชน มีกิจกรรมดังต่อไปนี้

1. ประชุมแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานผ้าป่าสมุนไพรทำให้เกิดคณะกรรมการดำเนินงานผ้าป่าสมุนไพร ๑ ชุด ทั้งนี้เนื่องจากมีวิธีการดังต่อไปนี้

๑.๑ ออกหนังสือแจ้งประชุมคณะกรรมการซึ่งประกอบไปด้วย พระภิกษุ ผู้นำชุมชน อสม. ปราชญ์ชาวบ้าน หมอพื้นบ้าน ตัวแทนกลุ่มเสี่ยง ตัวแทนผู้ป่วยเบาหวาน  
๑.๒ ประชุมชี้แจงรายละเอียดการดำเนินงาน

๑.๓ มอบหมายหน้าที่รับผิดชอบให้ชัดเจน

๒. ประชาสัมพันธ์แก่กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมโครงการทำให้กลุ่มเป้าหมายรับทราบและเข้าร่วมโครงการได้ครอบคลุม โดยมีวิธีการดังต่อไปนี้  
 ๒.๑ ประชาสัมพันธ์ทางหอกระจายข่าว  
 ๒.๒ ประชาสัมพันธ์ผ่านที่ประชุมประจำเดือนในหมู่บ้าน

๓. รณรงค์ในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานและกลุ่มเสี่ยงเพาะพันธุ์ต้นสมุนไพรคนละ ๕ ต้น ทำให้ได้ต้นกล้าสมุนไพรจำนวน ๗๓๕ ต้น ทั้งนี้เนื่องจากมีวิธีการดังนี้  
 ๓.๑ ประชาสัมพันธ์ทางหอกระจายข่าวให้กลุ่มเป้าหมายปลูกสมุนไพร คนละ ๕ ต้น  
 ๓.๒ ให้ อสม. ติดตามการเพาะพันธุ์สมุนไพรของกลุ่มเป้าหมายในเขตรับผิดชอบ

๔. นำต้นกล้าสมุนไพรมาทอดถวายที่วัดและจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการใช้สมุนไพร ทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้การใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยเบาหวาน  
 ๔.๑ ประชาสัมพันธ์ให้กลุ่มเป้าหมายนำสมุนไพรมารวมกันที่ศาลากลางบ้าน  
 ๔.๒ นำต้นสมุนไพรจากศาลากลางบ้านไปทอดถวายวัดระหว่างเดินทางมีทำการเดินรณรงค์ไปพร้อมกัน  
 ๔.๓ ทำพิธีถวายผ้าป่าสมุนไพร  
 ๔.๔ จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนหมอพื้นบ้านและกลุ่มเป้าหมายเล่าประสบการณ์การใช้สมุนไพร  
๕. ร่วมปลูกสมุนไพรในแปลงสาธิตสมุนไพร ๒ แห่ง ได้แก่ วัด,โรงเรียน และนำต้นกล้ามะรุมไปปลูกที่บ้านตนเองคนละ ๑ ต้น ทั้งนี้เนื่องจากมีกิจกรรมดังนี้  
 ๕.๑ รวบรวมข้อมูลสมุนไพร  
 ๕.๒ นำข้อมูลสมุนไพรมาจัดทำเอกสารแผ่นพับเพื่อเผยแพร่  
 ๕.๓ จัดทำป้ายบอกชื่อ สรรพคุณ และวิธีใช้ติดไว้ที่ต้นสมุนไพรแต่ละชนิด  
 ๕.๔ เตรียมพื้นที่สำหรับปลูกสมุนไพรให้พร้อม  
 ๕.๕ แบ่งทีมออกเป็น ๒ ทีม ทีมหนึ่งปลูกปลูกที่แปลงสาธิตที่วัดวัดละอีกทีมหนึ่งปลูกที่แปลงสาธิตที่โรงเรียน

๖. คณะกรรมการดำเนินงานออกติดตามตรวจสมุนไพรและประเมินผลการใช้สมุนไพรทำให้ทราบถึงการดูแล บำรุงสมุนไพร และการใช้สมุนไพรของกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานและกลุ่มเสี่ยง ทั้งนี้เนื่องจากมีกิจกรรมดังนี้  
 ๖.๑ จัดทำแบบประเมิน  
 ๖.๒ ชี้แจงรายละเอียดการประเมิน  
 ๖.๓ แบ่งทีมออกประเมิน  
 ๖.๔ ออกประเมินเดือนละ ๑ ครั้ง  
 ๖.๕ สรุปรวบรวมผลการประเมิน  
 ๖.๗ รายงานผลการประเมิน  
 การดำเนินงานผ้าป่าสมุนไพรในชุมชนทำให้เกิดเครือข่ายการปลูกสมุนไพรและใช้สมุนไพร ชุมชนมีแปลงสิตสมุนไพร จำนวน ๒ แห่งทำให้มีสมุนไพรเพียงพอต่อการบริโภคในชุมชน ผู้ป่วยเบาหวานและกลุ่มเสี่ยงมีองค์ความรู้การใช้สมุนไพรสามารถใช้สมุนไพรได้อย่างมั่นใจและปลอดภัย

**ข้อเสนอแนะ**๑. ควรมีการเตรียมการประชาสัมพันธ์โครงการก่อนดำเนินงานอย่างน้อย ๓ เดือนเพื่อให้ต้นกล้าสมุนไพรโตและแข็งแรงพร้อมปลูก   
๒. ควรมีการแบ่งหน้าที่ผู้ดู บำรุง รักษาต้นสมุนไพรที่แปลงสาธิตสมุนไพรให้ชัดเจนเจน