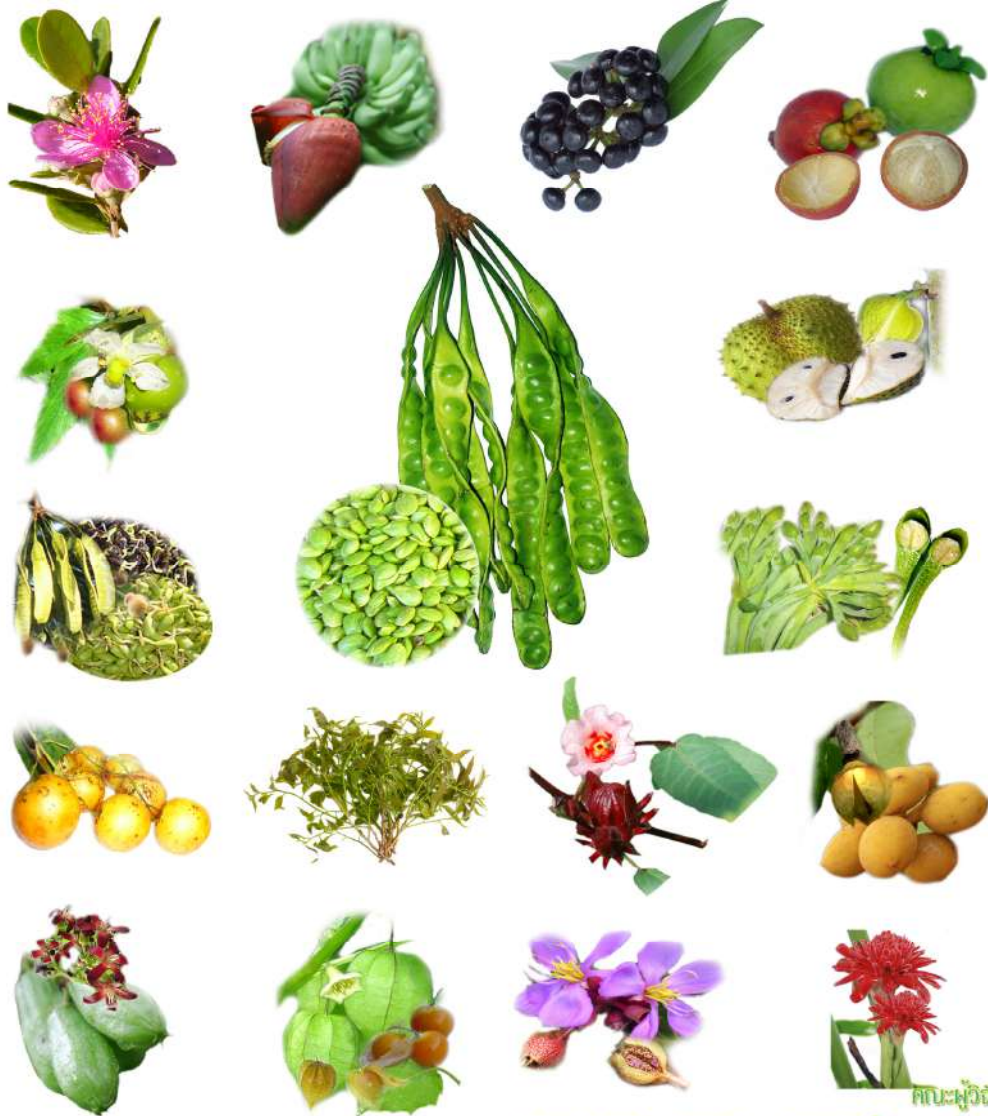


รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์

พันธุ์พืชพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน



คณะผู้วิจัย

รศ.ดร.อุษาธิ์ นิสสกา พศ.เสมอใจ ชื่นจิตต์
 รศ.ดร.วสันต์ แพชรรัตน์ รศ.ดร.สมปอง เตชะโต
 พศ.อิบรอฮิม ยีดำ ศรีนรา แม่เรีះ
 คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

โครงการการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ สำหรับประชาชน

คณะผู้วิจัย	สังกัด
1. รศ.ดร. อรุณ นิสสภ	มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
2. ผศ. เสมอใจ ชื่นจิตต์	มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
3. รศ.ดร. วสันต์ เพชรรัตน์	มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
4. รศ.ดร. สมปอง เตชะโต	มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
5. ผศ. อิบรอเฮม ยี่ดำ	มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
6. นางสาวศรึนรา แม่ไร่	มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ชุดโครงการการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ สำหรับประชาชน

คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

มีนาคม 2555

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยครั้งนี้สำเร็จได้ด้วยความร่วมมือ ความช่วยเหลือ และกำลังใจจากบุคคลและองค์กรต่างๆ หลายฝ่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งจากพ่อค้าแม่ค้าผู้ขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ผู้บริโภค นักเรียน เยาวชน และผู้สนใจทั่วไป ในจังหวัดต่างๆ ในภาคใต้ ที่ผู้วิจัยได้สอบถามอย่างสนุกสนาน และผู้วิจัยสำนึกในบุญคุณของผู้รู้ ปราชญ์ท้องถิ่นทุกท่านตามรายนามที่ระบุในภาคผนวกของรายงานนี้

โครงการวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากงบประมาณแผ่นดิน ประจำปี 2550-2554 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ผู้วิจัยขอขอบคุณ มา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ ภาควิชาพัฒนาการเกษตร และ คณะทรัพยากรธรรมชาติที่ให้การสนับสนุนในทุกด้านที่ผู้วิจัยต้องการใช้ในการทำวิจัย

ขอขอบคุณ ข้อเสนอแนะและคำแนะนำของกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่ผู้วิจัยใช้ในการปรับปรุงงานวิจัยอย่างเคร่งครัด

ผู้วิจัยเป็นหนี้บุญคุณ นักวิจัย นักคิด นักเขียน และผู้ปฏิบัติงานเกี่ยวกับผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองทุกท่านที่เผยแพร่งาน ให้ผู้วิจัยได้ศึกษาและอ้างอิงอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง โดยเฉพาะผลงานที่ทำทนายและสร้างสรรค์ของ พญ. เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ และทีมงานของมูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนา ผู้วิจัยขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ คุณสุชีรา แก้วรักษ์ คุณพิมพ์ญาดา แซ่เลี้ยว คุณจงกลวรรณ ประพุดิคุณรัตนา อุ่นจันทร์ คุณอริษา อินทอง คุณสุทธาภรณ์ ทัสโร คุณอโนชา พร้อมมูล คุณกชพร เจริญสุข คุณผล มณีนิวล และ ท่านอื่นๆ ที่ผู้วิจัยไม่สามารถกล่าวรายนามทั้งหมดในที่นี้

ข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้น ผู้วิจัยขออภัยและดำเนินการแก้ไขต่อไป ขอขอบคุณ

รศ.ดร. อยุธยา นิสสภา

ผศ. เสมอใจ ชื่นจิตต์

รศ.ดร. สมปอง เตชะโต

รศ.ดร. วสันต์ เพชรรัตน์

ผศ. อิบรอเฮม ยีคำ

นางสาวศรินรา แม่ไร่

Project Title : Public Relations Project for the Promotion of Indigenous Fruits and Vegetables of Southern Thailand

Researchers : Assoc. Prof. Dr. Ayut Nissapa, Asst. Prof. Samerchai Chuenchit, Assoc. Prof. Dr. Vasun Petcharat, Assoc. Prof. Dr. Sompong Te-chato, Asst. Prof. Ibrohem Yeedum and Ms. Srinara Maeroh

Organization: Faculty of Natural Resources, Prince of Songkla University

Abstract

This research entitled, “Public Relations Project for the Promotion of Indigenous Fruits and Vegetables of Southern Thailand” has its objectives to survey the indigenous fruits and vegetables in southern provinces of Thailand for their consumption purposes, marketing potential, product development, and apparent insect and disease infestation. The research findings were utilized as public relation packages to promote public awareness of the region’s richly inherited genetic resources. There were 11 provinces included in the research survey. Indigenous fruit and vegetables wholesalers, retailers, consumers, students of younger generations and other interested respondents were conveniently sampled for the quantitative analysis, while key informants and local intellects were selected for in-depth interviews in the qualitative analysis. A decision tool, namely the Analytic Hierarchy Process or AHP, was used for the identification of unique indigenous fruits and vegetables of each province. The research identified more than 230 indigenous fruits and vegetables that had been used for consumption purposes in the region. There was a high potential for product processing and development. Indigenous fruits and vegetables were less infected by both insects and plant diseases. In terms of knowledge on these indigenous fruits and vegetables, the surveyed samples indicated their understanding of the names and differences between the indigenous and economic fruits and vegetables. They recognized the importance of performing public relations tasks to reach a wider population. These should be led by the government sector. Market testing of simple processed products in a form of extracted juice from the indigenous fruits and vegetables showed that the sampled consumers preferred juices from traditional varieties than from new and firstly known varieties. The identification of uniquely indigenous fruits and vegetable revealed that each province had its own product that could be used to generate a promotion program. These research findings were regularly utilized

for the design appropriate public relations programs reach the general public. This activity was evaluated and revised along the line of the research period.

Key Words: Indigenous fruits and vegetables, Public relations, Southern Thailand

ชื่อโครงการ : โครงการการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับ
ประชาชน

ชื่อนักวิจัย : รศ.ดร. อยุทธ์ นิสสภา ผศ. เสมอใจ ชื่นจิตต์ รศ. ดร.วสันต์ เพชรรัตน์
รศ.ดร. สมปอง เตชะโต ผศ. อิบรอเฮม ยีดำ และ นางสาวศรีนรา แม่เร้าะ

ชื่อหน่วยงานต้นสังกัด : คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

บทคัดย่อ

การวิจัยในโครงการการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสำรวจพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้ สำรวจการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการบริโภค การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ โรคและแมลงที่ปรากฏ และ เพื่อทำการเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัย สู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายที่หลากหลาย พื้นที่วิจัย คือ จังหวัดในภาคใต้จำนวน 11 จังหวัด โดยเป็นการวิจัยเชิงสำรวจที่ใช้การสุ่มตัวอย่างเพื่อการวิเคราะห์เชิงปริมาณ การเลือกตัวอย่างเพื่อการวิเคราะห์เชิงคุณภาพ และการวิเคราะห์การตัดสินใจด้วยวิธีการ Analytic Hierarchy Process หรือ AHP ผลการวิจัย พบว่า มีพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง กว่า 230 ชนิด ที่มีการใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภคในจังหวัดต่างๆ ในภาคใต้ของประเทศไทย มีศักยภาพในการพัฒนาทางการตลาด มีโรคและแมลงรบกวนน้อย กลุ่มตัวอย่างมีความเข้าใจในความหมาย และความแตกต่างระหว่างผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองกับผักและไม้ผลเศรษฐกิจ มีความตระหนักถึงความสำคัญของการประชาสัมพันธ์โดยสื่อต่างๆ ที่เหมาะสม และการประชาสัมพันธ์ควรเป็น บทบาทของภาครัฐในภาพรวม ส่วนการทดสอบตลาด พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคุ้นเคยและชื่นชอบในรสชาติของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองดั้งเดิม ในขณะที่ผลิตภัณฑ์จากผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองใหม่ๆ ได้รับความนิยมน้อยกว่า ส่วนผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดมีชนิดพันธุ์แตกต่างกัน จึงสามารถใช้เป็นสินค้าเพื่อการประชาสัมพันธ์ได้ ผลจากการวิจัยมีการนำมาจัดทำเป็นเครื่องมือในการประชาสัมพันธ์ในรูปแบบต่างๆ กันอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ผลงานสามารถเข้าถึงกลุ่มประชากรที่มีความหลากหลายได้อย่างทั่วถึง

คำหลัก : ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง การประชาสัมพันธ์ ภาคใต้ของประเทศไทย

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	i
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ii
บทคัดย่อภาษาไทย	iv
สารบัญ	v
สารบัญตาราง	x
สารบัญภาพประกอบ	xiv
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 หลักการและเหตุผล	2
1.2 วัตถุประสงค์ของ โครงการวิจัย	4
1.3 คำถามการวิจัย	4
1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
1.5 นิยามศัพท์	5
บทที่ 2 ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	7
2.1 ความนำ	8
2.1.1 ประวัติความเป็นมาของผักพื้นบ้านในประเทศไทย	9
2.1.2 แหล่งที่มาของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	10
2.1.3 ความหมายของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	11
2.2 การจำแนกผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง	13
2.2.1 การจำแนกตามลักษณะพืช	14
2.2.2 การจำแนกตามแหล่งที่อยู่	14
2.2.3 การจำแนกตามคุณลักษณะ	15
2.2.4 การจำแนกตามบทบาทหน้าที่	16
2.3 คุณค่าทางอาหารของผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง	17
2.4 จำนวนของผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง	34
2.4.1 ภาคเหนือ	34

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2.4.2 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	34
2.4.3 ภาคกลาง	35
2.4.4 ภาคใต้	35
2.5 การตลาดของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	36
2.6 หลักการประชาสัมพันธ	36
2.6.1 ความหมายของการประชาสัมพันธ	37
2.6.2 ลักษณะที่สำคัญของการประชาสัมพันธ	38
2.6.3 องค์ประกอบของการประชาสัมพันธ	39
2.6.4 กระบวนการประชาสัมพันธ	40
2.7 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย	40
2.8 การตัดสินใจด้วย Analytic Hierarchy Process หรือ AHP	44
2.9 กรอบแนวคิดในการวิจัย	45
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	47
3.1 พื้นที่ทำการวิจัย	48
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	49
3.2.1 ประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	49
3.2.2 การทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมาแปรรูปเบื้องต้น	49
3.2.3 การค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดในภาคใต้	50
3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล	51
3.3.1 ประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	51
3.3.2 การทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมาแปรรูปเบื้องต้น	51
3.3.3 การค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดในภาคใต้	51
3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	52
3.4.1 ประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	53

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.4.2 การทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมาแปรรูปเบื้องต้น	53
3.4.3 การค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดในภาคใต้	53
3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล	53
3.5.1 ประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	53
3.5.2 การทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมาแปรรูปเบื้องต้น	54
3.5.3 การค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดในภาคใต้	54
บทที่ 4 ผลการวิจัย	58
4.1 การสำรวจพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้	59
4.1.1 ความหมายของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ และความแตกต่างจากผักและไม้ผลเศรษฐกิจ	59
4.1.2 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	69
4.1.3 ผลการวิเคราะห์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ในแต่ละจังหวัด	97
4.2 การสำรวจการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ด้านการบริโภค	116
การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ โรคและแมลงที่ปรากฏ	
4.2.1 การใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการบริโภค	116
4.2.2 การใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการตลาด	135
4.2.3 การใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการพัฒนาผลิตภัณฑ์	142
4.2.4 การสำรวจการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้าน โรคและแมลงที่ปรากฏ	148
4.3 การเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผลการวิจัยโดยการใช้สื่อต่างๆกันเข้าสู่กลุ่มประชาชน	149
เป้าหมายหลากหลายประเภท	
4.3.1 ความคิดเห็นและวิธีการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	149
4.3.2 การดำเนินการประชาสัมพันธ์	151

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปและข้อเสนอแนะ	155
5.1 สรุป	156
5.2 ข้อเสนอแนะ	158
5.2.1 ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย	158
5.2.2 ข้อเสนอแนะทั่วไป	159
5.2.3 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป	160
บรรณานุกรม	163
ภาคผนวก	ผ-1
ภาคผนวกที่ 1 แบบสอบถามความหมายและความแตกต่างระหว่างผักพื้นบ้านและไม้ผล พื้นเมืองภาคใต้และผักและไม้ผลเศรษฐกิจ	ผ-3
ภาคผนวกที่ 2 แบบสอบถามเพื่อประเมินการแปรรูปน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	ผ-4
ภาคผนวกที่ 3 รายชื่อผู้รู้ นักวิชาการและผู้มีประสบการณ์ เกี่ยวกับผักพื้นบ้านในจังหวัดต่างๆ	ผ-5
ภาคผนวกที่ 4 ภาพโปสเตอร์แจ้งประกอบการประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ภาคใต้	ผ-7
ภาคผนวกที่ 5 ประมวลภาพผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่บอร์ดนเว็บไซต์	ผ-12
ภาคผนวกที่ 6 ตัวอย่างการประมวลภาพและข้อมูลผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	ผ-14
ภาคผนวกที่ 7 ตัวอย่างข้อความประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ทางวิทยุ และตลาดเกษตรกร	ผ-24
ภาคผนวกที่ 8 ตัวอย่างภาพที่คั่นหนังสือภาพและข้อความผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ภาคใต้	ผ-30
ภาคผนวกที่ 9 ตัวอย่างภาพ เอกสารประชาสัมพันธ์ และแบบทดสอบตลาดในงานเกษตรกร ภาคใต้	ผ-36
ภาคผนวกที่ 10 ตัวอย่างภาพนักศึกษาสาธิตและทำการทดสอบตลาดน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผล พื้นเมือง	ผ-46

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวกที่ 11 บทความลงตีพิมพ์ในวารสารเคหะการเกษตร “ลุย.....ตลาดผักพื้นบ้าน 14 จังหวัดภาคใต้”	ผ-47
ภาคผนวกที่ 12 บทความลงตีพิมพ์ในวารสารเคหะการเกษตร “ผักเหลียง ผักพื้นบ้านภาคใต้ หลากหลายคุณค่าและประโยชน์ทางโภชนาการ ตอนที่ 1 และ ตอนที่ 2”	ผ-55
ภาคผนวกที่ 13 บทความนำเสนอในที่ประชุม เรื่อง “ผักเหลียง – ราชนิแห่งผักพื้นบ้าน ภาคใต้ และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย”	ผ-67
ภาคผนวกที่ 14 บทความนำเสนอในที่ประชุม “การตลาดผักพื้นบ้านภาคใต้”	ผ-74
ภาคผนวกที่ 15 ตัวอย่างภาพนักเรียนประกวดวาดภาพผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	ผ-84
ภาคผนวกที่ 16 บทความนำเสนอในที่ประชุม เรื่อง An Analytic Hierarchy Process (AHP) Approach for the identification of Unique and Indigenous Vegetables of Southern Provinces in Thailand – a Key to Promote Tropical Bio-diversity	ผ-85
ภาคผนวกที่ 17 โปสเตอร์บทความนำเสนอในที่ประชุม เรื่อง An Analytic Hierarchy Process (AHP) Approach for the identification of Unique and Indigenous Vegetables of Southern Provinces in Thailand – a Key to Promote Tropical Bio-diversity	ผ-91
ภาคผนวกที่ 18 จดหมายตอบรับโปสเตอร์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	ผ-92
ภาคผนวกที่ 19 ตัวอย่างโปสเตอร์ประมวลภาพผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	ผ-93
ภาคผนวกที่ 20 ตัวอย่างหน้าหนังสือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	ผ-94
ภาคผนวกที่ 21 ประวัตินักวิจัย	ผ-95

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 คุณค่าทางอาหารของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	20
ตารางที่ 4.1 ความหมายของผักพื้นบ้าน ตามความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆ และผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้	60
ตารางที่ 4.2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับความแตกต่างของผักพื้นบ้านกับผักเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆและผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้	62
ตารางที่ 4.3 ความหมายของไม้ผลพื้นเมือง ตามความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆและผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้	65
ตารางที่ 4.4 ความคิดเห็นเกี่ยวกับความแตกต่างของผลไม้พื้นเมืองกับผลไม้เศรษฐกิจ ของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆและผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้	67
ตารางที่ 4.5 รายชื่อสามัญ ชื่อวิทยาศาสตร์ ชื่อเรียกในภาคใต้ของผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง ที่พบเห็นจากการสำรวจ และมีกรนำมาบริโภค และที่พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.	70
ตารางที่ 4.6 รายชื่อผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดชุมพร	82
ตารางที่ 4.7 รายชื่อผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดระนอง	83
ตารางที่ 4.8 รายชื่อผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดภูเก็ต	85
ตารางที่ 4.9 รายชื่อผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดตรัง	86
ตารางที่ 4.10 รายชื่อผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดพัทลุง	88
ตารางที่ 4.11 รายชื่อผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดสุราษฎร์ธานี	89

สารบัญญัตินำ (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.12 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดนครศรีธรรมราช	91
ตารางที่ 4.13 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดสงขลา	92
ตารางที่ 4.14 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดกระบี่	94
ตารางที่ 4.15 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดพังงา	95
ตารางที่ 4.16 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดสตูล	96
ตารางที่ 4.17 ภาพถ่ายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกจำนวน 4-5 ชนิดรายจังหวัด	98
ตารางที่ 4.18 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดชุมพร	102
ตารางที่ 4.19 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดระนอง	103
ตารางที่ 4.20 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดภูเก็ต	104
ตารางที่ 4.21 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดตรัง	106
ตารางที่ 4.22 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดพัทลุง	107
ตารางที่ 4.23 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดสุราษฎร์ธานี	108

สารบัญญัตินำ (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.24 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิด ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัด นครศรีธรรมราช	109
ตารางที่ 4.25 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิด ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดสงขลา	110
ตารางที่ 4.26 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิด ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดกระบี่	112
ตารางที่ 4.27 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิด ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดพังงา	113
ตารางที่ 4.28 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิด ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดสตูล	114
ตารางที่ 4.29 ชนิดผักพื้นบ้านผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของของจังหวัด ต่างๆ ในภาคใต้ของประเทศไทย	115
ตารางที่ 4.30 ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้แบ่งตามรสชาติและส่วนที่บริโภคได้	117
ตารางที่ 4.31 ส่วนประกอบต่างๆ ของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่บริโภคได้	123
ตารางที่ 4.32 เหตุผลที่ขายหรือบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	135
ตารางที่ 4.33 ชนิดและปริมาณการขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีการนำมาวางขายในตลาด 10 อันดับแรกที่สำรวจพบมากที่สุด	138
ตารางที่ 4.34 ราคาซื้อ – ขายปลีก ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองตามตลาดสำคัญๆ ในจังหวัด ต่างๆ ของภาคใต้	139
ตารางที่ 4.35 น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคเคยดื่ม	143
ตารางที่ 4.36 น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบกลิ่น	144
ตารางที่ 4.37 น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบสี	145
ตารางที่ 4.38 น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบรสชาติ	146
ตารางที่ 4.39 น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบโดยภาพรวม	147

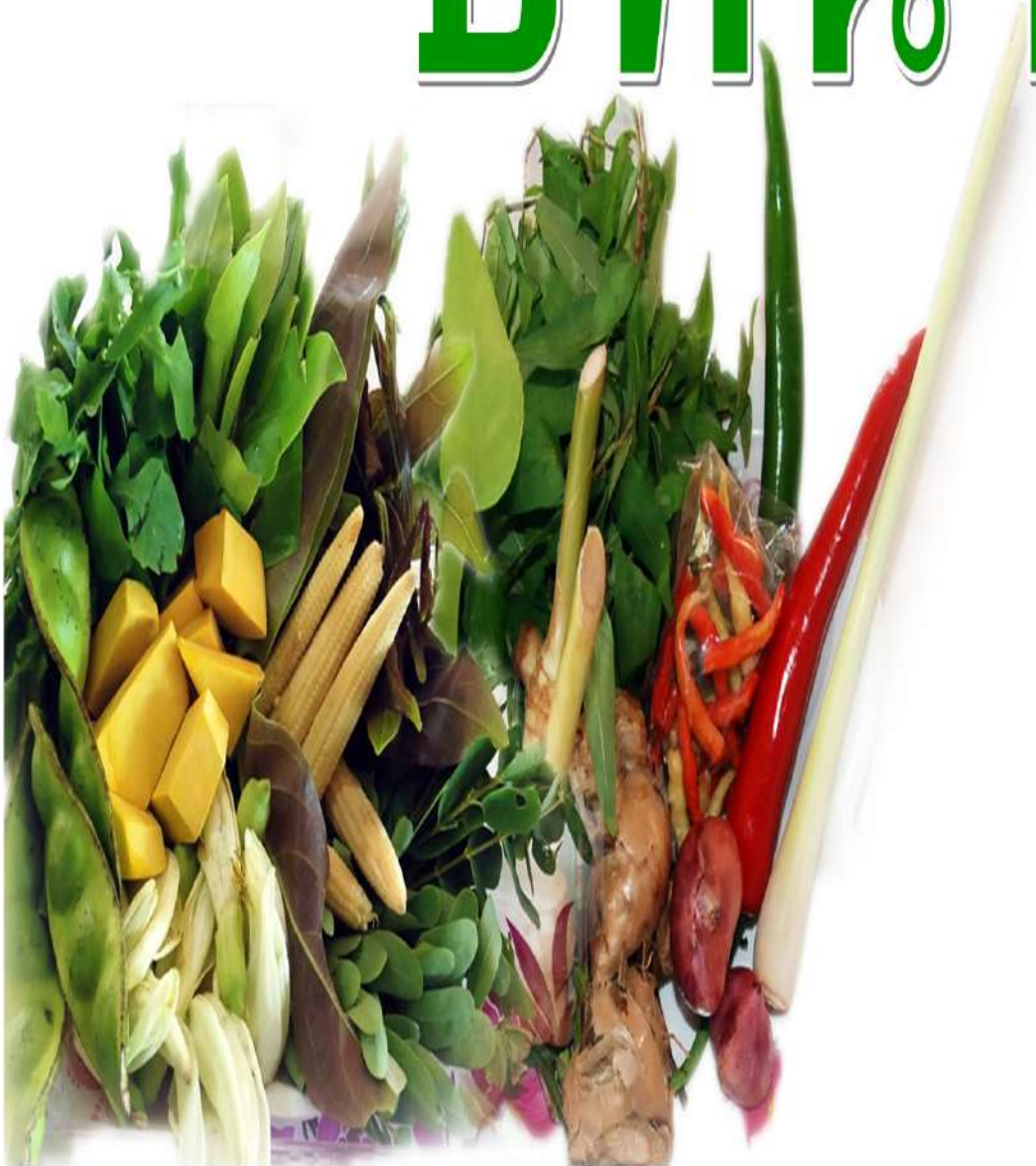
สารบัญญัตินำ (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.40 สหสัมพันธ์อันดับของสเปียร์แมน (Spearman's rank correlation) ของ กลิ่น สี รสชาติ และ โดยภาพรวมของผู้บริโภคน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผล พื้นเมือง	147
ตารางที่ 4.41 ความคิดเห็นในการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผล พื้นเมือง	149
ตารางที่ 4.42 ความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคน้ำผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง	150
ตารางที่ 4.43 แผนการผลิตและการสาธิตการแปรรูปผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	153

สารบัญญภาพประกอบ

	หน้า
ภาพประกอบที่ 2.2 กรอบแนวคิดในการวิจัย	46
ภาพประกอบที่ 3.1 พื้นที่ทำการวิจัยใน 14 จังหวัดภาคใต้	48
ภาพประกอบที่ 4.1 การใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภคและลักษณะการวางขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้	134
ภาพประกอบที่ 4.2 วิธีการตลาดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในภาคใต้	140
ภาพประกอบที่ 4.3 ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการสำรวจในจังหวัดต่างๆทั้งที่วางขายในตลาดและที่พบเห็นในท้องถิ่นต่างๆ	141
ภาพประกอบที่ 4.4 อาการโรคแอนแทรก โนสบนใบอ่อน	148

บทนำ



1.1 หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยเป็นประเทศในเขตร้อน ที่มีความชื้นดีเพราะมีสภาพภูมิประเทศที่หลากหลาย ตั้งแต่ภูเขาสูงชันชายฝั่งทะเลที่มีเกาะแก่งสวยงาม และมีภูมิอากาศเหมาะสมและหลากหลายกับการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์ เห็ดรา พันธุ์พืชและสัตว์ ทำให้มีความหลากหลายทางชีวภาพและพันธุกรรมสูงมากประเทศหนึ่งของโลก

แม้ว่าการพัฒนาทางเศรษฐกิจและสังคม เมื่อไม่กี่สิบปีที่ผ่านมา จะทำให้ประเทศไทยต้องประสบกับปัญหาการสูญเสียและเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในแง่ลบต่อพื้นที่ป่า ดินน้ำลำธาร แม่น้ำหนองบึง พื้นที่ชุ่มน้ำ ทะเลและชายฝั่ง ตลอดจนสภาพแวดล้อมในภาพรวมอีกนานัปการ ที่ส่งผลกระทบต่อความหลากหลายทางชีวภาพและพันธุกรรม แต่ความตระหนักและจิตสำนึกต่อการสงวนและอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมในทุกภาคส่วน โดยเฉพาะอย่างยิ่งภาคประชาชนในท้องถิ่นที่ต้องอาศัยทรัพยากรในพื้นที่เพื่อการยังชีพ นับวันจะมีความเข้มแข็งมากขึ้น

ภาคใต้ของไทยนอกจากจะมีทรัพยากรธรรมชาติที่สมบูรณ์ตามลักษณะของพื้นที่ที่อยู่ในเขตร้อนชื้นแล้วยังมีชายฝั่งทะเลและอิทธิพลจากทะเลที่เสริมสร้างให้ระบบนิเวศน์ของสิ่งมีชีวิตมีความหลากหลายมากยิ่งขึ้น ดังสะท้อนได้จากภูมิปัญญาท้องถิ่นและวัฒนธรรมการกินอาหารทางภาคใต้ที่ประกอบไปด้วยชนิดของพืชผัก และวิธีการประกอบอาหารที่มีรสจัดประกอบไปด้วยพืชสมุนไพร เครื่องเทศและกะทิจากมะพร้าวที่ขึ้นอยู่ทั่วไปในภาคใต้ ในแต่ละมื้ออาหารของคนใต้โดยทั่วไปมักประกอบไปด้วย ข้าวสวย ผักเหนาะ หรือผักเหมือด (ผักเครื่องเคียง) และอาหารคาวที่อาจจะเป็น ต้ม แกง ผัด นึ่ง ย่าง ข้าดำ หรือหมก ซึ่งอาหารเหล่านี้มักเป็นอาหารที่มีรสเผ็ดมากบ้าง น้อยบ้าง คราวเรือนชาวใต้จึงต้องมีผักในรูปแบบต่างๆ เช่น ผักสด ผักต้ม และผัดคอง มาเป็นเครื่องเคียง ซึ่งมักจะเป็นผักที่เก็บได้รอบๆ บ้านนั่นเอง หรือในป่าละเมาะข้างเคียง ไม่ว่าจะเป็น ยอดกระถิน ผักบุ้ง ยอดหมูขุย มันปู ผักเหลียง สายบัว สาหร่ายทะเล สะตอ ลูกเนียง ดอกคำโพง มะเดื่อ ผักกุ่ม เป็นต้น ผักพื้นบ้านจึงมีความหมายครอบคลุมถึง พืชผักที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ ขึ้นเองในป่า ไร่ใกล้บ้าน ในแม่น้ำลำคลอง ในทะเล หรือ ปลูกเองในครัวเรือน มักจะเป็นผักที่ปลอดจากสารเคมี กำจัดศัตรูพืชและปุ๋ยเคมี สามารถนำมารับประทานร่วมกับอาหารพื้นบ้านตามกรรมวิธีเฉพาะของตนเองในแต่ละท้องถิ่นที่มีความแตกต่างกันบ้าง



หลังจากรับประทานอาหารหลักหรือระหว่างมื้ออาหาร คนได้มักจะทานผลไม้ที่สามารถปลูกได้ในท้องถิ่นตามสภาพทางภูมิประเทศและภูมิอากาศที่เหมาะสม เช่น ทูเรียนบ้าน เงาะ มังคุด ละไม จำปาตะ ลูกหยี ละมุด ลูกตาล ลูกจาก มะมุด เหล่านี้เป็นตัวอย่างของไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นที่นิยมและเพาะปลูกกันรอบบ้านเพื่อใช้บริโภคในครัวเรือนหรือขาย แต่ยังมีไม้ผลพื้นเมืองหลายชนิดที่ขึ้นตามธรรมชาติในป่าและหายากในปัจจุบัน เช่น โท๊ะ พุงพิง มะไฟกา พะวา จำปาตะ ดาเบ็ดตา ใก้ พิลังกาสา สลอด จำปูหรั่ง ซึ่งเป็นไม้ผลพื้นเมืองที่ขึ้นตามธรรมชาติ สามารถเก็บมาบริโภคได้โดยไม่ต้องซื้อหรือถ้ามีปลูกในบ้านบ้าง มักจะมีจำนวนบ้านละต้นสองต้นเท่านั้น



นับวันผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองหายากมากขึ้น หรือบางชนิดอาจสูญหายไป เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงในระบบนิเวศ ร่วมกับการเปลี่ยนแปลงในสภาวะเศรษฐกิจสังคม ตลอดจนพฤติกรรมของผู้บริโภคที่เปลี่ยนแปลงไป การประชาสัมพันธ์ แนะนำให้ประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนรุ่นหลังให้หันมาอนุรักษ์ด้วยการปลูกผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเพื่อการบริโภค และได้เกิดความตระหนักถึงความสำคัญของพรรณพืชเหล่านี้ ที่นอกจากจะเป็นอาหารที่ปลอดภัยจากสารพิษแล้ว ยังสามารถลดค่าใช้จ่าย และยังมีคุณสมบัติที่เรียกว่าทานอาหารเป็นยาอีกด้วย トラบไคที่ประชาชนได้เห็นประโยชน์อย่างเป็นรูปธรรมและเห็นสมควรอนุรักษ์ไว้ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเหล่านี้ น่าจะยังคงอยู่คู่ครัวเรือนของคนไทยต่อไป

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน เกิดขึ้นภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ ร่วมกับคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ซึ่งเป็นการดำเนินงานวิจัยเพื่อสนองต่อโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี โดยมีวัตถุประสงค์ของโครงการ เพื่อศึกษาสำรวจพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้ สํารวจการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการบริโภค การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ โรคและแมลงที่ปรากฏ เพื่อทำการเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัย สู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายที่หลากหลาย (อายุ ๓- ๖๕ ปี และคณะ, ๒๕๖๑) การประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง จึงมีความสำคัญและจำเป็นเร่งด่วน เพื่อสร้างความตระหนักและจิตสำนึกต่อการปลูกและบริโภคพร้อมทั้งดำรงไว้ซึ่งภูมิปัญญาท้องถิ่นให้อยู่คู่ภาคใต้และประเทศไทยเป็นเอกลักษณ์ของชาติต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

การเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชนนั้น เป็นขั้นตอนที่มีความจำเป็นที่จะกระตุ้นให้ประชาชนเกิดความตระหนักและปลูกฝังจิตสำนึกต่อการใช้ประโยชน์แหล่งพันธุกรรมเหล่านี้ และเป็นการเสริมสร้างให้มีการปลูก การขยายพันธุ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น เพื่อรักษาไว้ซึ่งความหลากหลายทางชีวภาพ อันจะส่งผลต่อเนื่องถึงสภาพแวดล้อมที่ดีขึ้น โดยวัตถุประสงค์เฉพาะของโครงการวิจัยในครั้งนี้ คือ

- 1) เพื่อศึกษาสำรวจพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในท้องถิ่นใกล้เคียงกับคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
- 2) เพื่อสำรวจการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการบริโภค การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ โรคและแมลงที่ปรากฏ
- 3) เพื่อเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัย โดยใช้สื่อต่างๆ กันเข้าสู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายหลากหลายประเภท

1.3 คำถามการวิจัย

โครงการการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชนมีคำถามในการวิจัยอยู่หลายประการ แต่ที่สำคัญที่สุดก็คือ ควรทำการประชาสัมพันธ์อย่างไร ที่จะทำให้ประชาชนเกิดความตระหนัก เกิดความรัก พร้อมทั้งจะอนุรักษ์และใช้ประโยชน์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ให้คงอยู่ตลอดไป

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชนนี้ คาดว่าจะได้รับการวิจัยเพื่อการเผยแพร่ และคาดว่าจะจะเป็นประโยชน์ ดังต่อไปนี้

- 1) ทำให้ประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชน ได้ตระหนักและรู้จักพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้มากยิ่งขึ้น
- 2) ทราบถึงพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ว่ามีชนิดที่หลากหลายทั่วไป และเฉพาะถิ่น การซื้อขาย การใช้ประโยชน์และความนิยม ตลอดจนทั้งปริมาณที่มีอยู่ ทั้งนี้เพื่อป้องกันและอนุรักษ์ไว้ไม่ให้สูญพันธุ์
- 3) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องเข้ามามีส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์ เผยแพร่ พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ ทำให้เล็งเห็นถึงคุณค่าของทรัพยากรที่มีอยู่ในท้องถิ่น

1.5 นิยามศัพท์

ผู้วิจัยได้ให้ความหมายของคำศัพท์บางคำเอาไว้เพื่อให้ทราบความหมายไปในทิศทางเดียวกันและมีความเข้าใจมากยิ่งขึ้น มีดังนี้

- 1) ผักพื้นบ้าน หมายถึง ผักที่มีอยู่ตามท้องถิ่นนั้นๆ อาจจะขึ้นเองตามธรรมชาติหรือนำมาปลูกตามบ้านเรือน ซึ่งแต่ละท้องถิ่นมีการเรียกชื่อที่แตกต่างกันออกไป มักเป็นผักที่ไม่ใช้สารเคมีกำจัดศัตรูพืช อาจจะมีการใช้ปุ๋ยที่ได้จากธรรมชาติบ้าง
- 2) ผลไม้พื้นเมือง หมายถึง ผลไม้ที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ ตามสภาพพื้นที่และภูมิอากาศของท้องถิ่นนั้นๆ โดยมีการเรียกชื่อที่แตกต่างกันออกไปตามแต่ละท้องถิ่นมักเป็นผลไม้ที่ไม่ใช้สารเคมีกำจัดศัตรูพืช อาจจะมีการใช้ปุ๋ยที่ได้จากธรรมชาติบ้าง
- 3) ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ หมายถึง ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่สำรวจเห็นการบริโภคหรือนำมาใช้ประโยชน์อย่างอื่นในภาคใต้ทั้ง 11 จังหวัด ที่ได้ทำการศึกษา ได้แก่ จังหวัดชุมพร ระนอง ภูเก็ต ตรัง พัทลุง สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช สงขลา กระบี่ พังงา และสตูล ส่วนจังหวัดยะลา ปัตตานี และนราธิวาส นั้นไม่ได้ทำการสำรวจ สาเหตุมาจากเหตุการณ์ความไม่สงบที่มีความรุนแรงในช่วงเวลาการทำวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ใช้คำว่า ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ในความหมายร่วมกันของทั้ง คำว่า ผักพื้นบ้าน และ ไม้ผลพื้นเมือง เนื่องจากการใช้ประโยชน์มักจะใช้ควบคู่กันไป ทั้งส่วนที่เป็น ยอด ใบ ดอก และส่วนที่เป็น ผลไม้ ผัก และ เมล็ด

3) ผักเศรษฐกิจ หมายถึง ผักที่ปลูกเป็นการค้ามาจากหลากหลายพื้นที่ มีการขายและหาซื้อได้ง่ายตามท้องตลาด มีความเสี่ยงสูงการปลูกอาจจะมีการใช้ปุ๋ยและสารเคมี ชื่อเรียกอาจจะเหมือนกันหรือไม่แตกต่างกันมากนัก

4) ไม้ผลเศรษฐกิจ หมายถึง ไม้ผลที่ปลูกเป็นการค้า ผู้บริโภคทั่วไปนิยมรับประทาน หาซื้อได้ง่ายตามท้องตลาด ชื่อเรียกอาจจะเหมือนกันหรือไม่แตกต่างกันมากนัก

5) การประชาสัมพันธ์ หมายถึง การถ่ายทอดข้อมูลจากบุคคลหนึ่งไปสู่อีกหลายบุคคล เพื่อให้มีความเข้าใจในเนื้อหาที่ตรงกัน สู่ประชากรเป้าหมายที่มีความหลากหลาย

ผักพื้นบ้านและไม้ผล

พืชมืองภาคใต้



2.1 ความนำ

พืชผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ นับตั้งแต่สมัยอดีตของป่าล่าสัตว์ (ประชิด วามานนท์, 2548) ในสังคมยุคนั้นนักมานุษยวิทยาได้ให้ความสนใจเกี่ยวกับการหาอาหาร โดยเฉพาะพืชผักพบว่าฝ่ายหญิงจะเป็นฝ่ายไปหาอาหารประเภทผักและผลไม้ ส่วนฝ่ายชายจะออกล่าสัตว์ นอกจากนี้ยังรายงานว่าพืชผักและผลไม้เหล่านี้ส่วนใหญ่จะรับประทานเป็นอาหารหลักของอาหารที่กินทั้งหมด นับว่าผักและผลไม้เป็นองค์ประกอบหลักของอาหารในสมัยนั้น แต่เมื่อยุคสมัยเปลี่ยนแปลงไป องค์ประกอบของอาหารมีการตัดแปลงให้สอดคล้องกับพฤติกรรมทางเศรษฐกิจสังคมที่ต้องมีการแข่งขัน ร่วมกับการศึกษาตามหลักโภชนาการเพื่อการบริโภคอย่างสมดุล ทำให้การบริโภคผักและผลไม้ลดสัดส่วนในองค์ประกอบลงไปบ้าง แต่ยังคงมีกระแสและแรงกระตุ้นให้มีการบริโภคผักให้มากขึ้นเพื่อเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพของมนุษย์เอง และยังช่วยลดการเบียดเบียนชีวิตสัตว์ด้วยกัน อีกทั้งยังมีกระแสความสำนึกต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม (เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, 2548) เนื่องจากการผลิตสัตว์นั้นจะต้องใช้วัตถุดิบและพลังงานตลอดจนการปลดปล่อยของเสียออกมาสู่สภาพแวดล้อมมากกว่าการบริโภคผักและผลไม้ที่อยู่ในระดับต่ำกว่าของห่วงโซ่อาหาร

สำหรับประเทศไทยนั้น คนไทยได้ให้ความสนใจเกี่ยวกับผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมากขึ้นเพราะเกิดความตระหนักถึงคุณค่าและประโยชน์เพื่อสุขภาพและความปลอดภัยจากสารเคมี



มะนาวไม่รู้รูโหว่ หรือ หนามแดง



หัวท้อ

กำจัดศัตรูพืชที่มีการใช้ในผักและผลไม้เศรษฐกิจอย่างมาก ประกอบกับประเทศไทยอยู่ในภูมิภาคที่มีความหลากหลายของพืชพันธุ์ที่มีคุณค่าทางอาหาร มีรสชาติเหมาะกับการบริโภค และยังมีคุณค่าทางสมุนไพร ใช้อาหารเป็นยาเพื่อป้องกันและบำบัดโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ

ประชาชนคนไทยได้พึ่งพิงประโยชน์จากพืชผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ทั่วไปตามธรรมชาติ และเป็นภูมิปัญญาของท้องถิ่นที่สั่งสมมาหลายชั่วอายุคน จนเกิดเป็นคุณค่าทางวัฒนธรรมของการใช้สิ่งที่มีในธรรมชาติของท้องถิ่น (ฉลาดชาย รมิดานนท์, 2548) มาใช้ประโยชน์ทั้งเป็นอาหารและเป็นยาที่เป็นสองสิ่งสำคัญในปัจจัยสี่และในสายตาของคนในท้องถิ่นแล้ว ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติถูกจัดวางไว้อย่างเหมาะสมและถ้ามีการใช้อย่างชาญฉลาดแล้วความผาสุกอย่างยั่งยืน ย่อมจะบังเกิดขึ้นและส่งต่อสายใยสู่คนรุ่นต่อไป

2.1.1 ประวัติความเป็นมาของผักพื้นบ้านในประเทศไทย

ประวัติความเป็นมาของผักพื้นบ้านในเมืองไทยนั้น เดชา ศิริภัทร (2539) กล่าวว่า พืชผักพื้นบ้านที่พบเห็นโดยทั่วไปนั้นมีทั้งพืชผักที่เป็นของไทยมาแต่เดิมและพืชผักที่นำเข้ามาจากต่างประเทศ ซึ่งได้นำมาปลูกในประเทศไทยมานานจนปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมของไทยได้ พืชที่พบว่ามีการค้นพบในซากฟอสซิลในสมัยหินกลาง (7000 ปี) คือ ข้าว (*Oryza sativa* L.) และในสมัยหินใหม่ มีการพบซากไม้ไผ่ (*Bambusa* spp.) กลายเป็นหินมาตั้งแต่ 4000 ปีมาแล้ว และมีการพบผ้าไหมและผ้าจากป่านกัญชา คาดการณ์ว่ามีการปลูกหม่อน (*Morus alba* L.) เลี้ยงไหม และใช้ประโยชน์จากต้นกัญชา (*Cannabis sativa* L.) ในสมัยโลหะ (ประชิด วามานนท์, 2548)

การศึกษาและรวบรวมรายชื่อพืชผักพื้นบ้านในแต่ละภาค พบว่า พืชผักมีมากมายหลายร้อยชนิด โดยจำแนกลักษณะทางอนุกรมวิธานและเก็บตัวอย่างพืชไว้ในพิพิธภัณฑ์พืช และผลการสำรวจปริมาณของพืชผักพื้นบ้านในทุกภูมิภาคนั้น พบว่า ประชาชนไทยมีการนำพืชผักมาบริโภคกันมาก ในภาคเหนือมีจำนวน 120-168 ชนิด ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 50-130 ชนิด ภาคใต้มีจำนวน 158-260 ชนิด ส่วนภาคกลาง มีจำนวน 129 ชนิด พืชผักเหล่านี้ส่วนใหญ่จะนำ ใบ ยอดอ่อน ดอก ผล ผัก หน่อ แขนกลางลำต้น ก้านใบ และ เมล็ด มาใช้ในการบริโภค และได้มีการจำแนก

พืชผักที่บริโภคเหล่านี้มักเป็นกลุ่มผักสด กลุ่มผักสุกโดยการต้ม นึ่ง หรือเผา และกลุ่มผักสุกโดยการแกง ผัด หรือ ปิ้งย่าง (สำนักงานคณะกรรมการการสาธารณสุขมูลฐาน, 2540)

ผักเป็นพืชที่ใช้เป็นอาหารที่มีธาตุอาหารประเภทวิตามิน และเส้นใยสูง ใช้ประกอบอาหารโดยเป็นเครื่องปรุงหลัก เป็นเครื่องปรุงที่มีรสและกลิ่นของอาหาร ช่วยชูรสเผ็ดร้อน ช่วยเพิ่มรสเปรี้ยว รสหวาน และช่วยเพิ่มสีส้มให้กับอาหารให้น่ารับประทานยิ่งขึ้น ผักยังเป็นของแกล้มกินกับน้ำพริก หลน ขนมหจิม หรือแกงเผ็ดต่างๆ (สมาคมขยายผล สหกรณ์เทคโนโลยีที่เหมาะสม เครือข่ายเกษตรกรรมทางเลือกภาคใต้ และโครงการพัฒนาชุมชนสวนยางขนาดเล็ก, 2537; ประจิด วามานนท์, 2548; เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, 2548) อีกทั้งเป็นสิ่งจำเป็นต่อร่างกายมนุษย์เพราะผักอุดมไปด้วยวิตามิน เกลือแร่ แป้งและน้ำตาล โปรตีน เส้นใย และน้ำ ช่วยในระบบการย่อยอาหาร รวมทั้งการกระตุ้นการเจริญอาหารได้ด้วยอีกทางหนึ่ง (เมืองทอง ทวนทวี และสุรรัตน์ ปัญญา โคนะ, 2545)

2.1.2 แหล่งที่มาของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมีแหล่งที่มาจากป่าเป็นสำคัญ แต่ต่อมาได้มีพัฒนาการทางการเกษตรด้วยการนำพืชพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเหล่านี้มาปลูกใกล้บ้าน ใกล้ชุมชนเพื่อความสะดวกในการเก็บเกี่ยว จึงกลายมาเป็นผักข้างบ้าน ริมรั้ว และแพร่กระจายพันธุ์ไปยังพื้นที่ใกล้เคียง ในไร่ในสวน ในทุ่งนา หนองบึง และพื้นที่สาธารณะอื่นๆ ซึ่งสามารถจำแนกออกเป็น 5 แหล่งที่มา ดังนี้

(1) เทือกเขา ป่าดง ป่าละเมาะ ป่าชายหาด ผักและผลไม้ที่ได้จากป่าเหล่านี้เป็นประเภทไม้ป่า มักเป็นยอดไม้ ผลไม้ ใบ หน่อ ต้นอ่อน และ เมล็ด เช่น สะตอ หน่อเหียง หน่อไม้ ลูกประลูกก่อ เป็นต้น

(2) ไร่ สวน ร่องสวน เช่น พืชผักที่ขึ้นตามธรรมชาติ และพืชผักที่ปลูกแซมตามไร่ นาข้าว สวนยาง เช่น สะตอ เหมียง พักแพง คากา หลาวต่างๆ

(3) พุงนา หนอง คลองบึง แหล่งน้ำจืด ส่วนใหญ่เป็นพืชน้ำที่มักเกิดเองตามธรรมชาติ เช่น ผักแว่น ลำเท็ง ผักกูด ผักหนาม บอนส้ม สันตะวา หว่า ผักเขียดหรือผักกรีน สาหร่ายน้ำจืด เป็นต้น

4) สวนครัว ผักริมรั้ว ได้แก่ ผักปรุงรส ผักกินยอด เช่น สะระแหน่ โหระพา ผักเชียงดา ตำลึง ผักชี ย่านาง เป็นต้น

5) ชายฝั่งและทะเล ผักเหล่านี้ ได้แก่ สาหร่ายที่ซัดขึ้นมาบนชายฝั่ง หรือสาหร่ายที่เก็บได้ในทะเล เช่น สาหร่ายเม็ดพริก สาหร่ายผมนาง เป็นต้น

2.1.3 ความหมายของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

ความหมายของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง มีรายงานในหนังสือและงานวิจัยต่างๆ ยกตัวอย่างความหมายของผักพื้นบ้าน ดังนี้

1) ผักพื้นบ้าน

ผักพื้นบ้านเป็นพืชพื้นเมืองที่ขึ้นตามแหล่งธรรมชาติหรือนำมาปลูกในบริเวณบ้านพักอาศัยโดยไม่มีการใส่ปุ๋ยและสารเคมีกำจัดศัตรูพืช สามารถรับประทานได้ โดยปราศจากสารเคมี และมีประโยชน์เป็นยาสมุนไพร ดังนั้นการกินผักพื้นบ้านจะช่วยให้ร่างกายแข็งแรงและป้องกันการเกิดโรคได้ (อุไร จิรมงคลการ, 2547)

ผักพื้นบ้าน หมายถึง พรรณพืชผักพื้นบ้านหรือพรรณไม้พื้นเมืองในท้องถิ่นที่ชาวบ้านนำมาบริโภคเป็นผัก ตามวัฒนธรรมการบริโภคของท้องถิ่นที่ได้มาตามแหล่งธรรมชาติ จากสวน ไร่ นา หรือชาวบ้านนำมาปลูกไว้ใกล้บ้านเพื่อสะดวกในการเก็บมาบริโภค ผักพื้นบ้านเหล่านี้อาจมีชื่อเฉพาะตามท้องถิ่นและนำไปประกอบเป็นอาหารพื้นเมืองตามกรรมวิธีเฉพาะของแต่ละท้องถิ่น นอกจากนี้ พรรณไม้เหล่านี้ยังถูกนำมาใช้เป็นยารักษาโรค เป็นเครื่องมือในการดำรงชีพ เป็นเครื่องแต่งกาย และบางประเภทก็มีประโยชน์ทางด้านเศรษฐกิจด้วย (เมฆ จันทร์ประยูร, 2541)

ผักพื้นบ้าน หมายถึง พืชชนิดใดชนิดหนึ่งที่ชาวบ้านในท้องถิ่นสามารถเก็บได้จากแหล่งธรรมชาติในแต่ละฤดูกาล แต่ละภูมิภาคที่แตกต่างกัน ทั้งป่าเขา ลำห้วยเล็กๆ ริมลำธาร หรือตามหัว

ไร่ปลายนา เพื่อใช้ประกอบอาหารในแต่ละวัน ตามวิถีชีวิตและความเป็นอยู่และวัฒนธรรมการบริโภคของกลุ่มชนนั้นๆ ทั้งยังให้คุณค่าทางโภชนาการและเป็นสมุนไพรในครัวเรือนที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ (อุไร จิรมงคลการ, 2547)

ผักพื้นบ้าน หมายถึง พืชที่เป็นผักล้มลุกหรือพืชยืนต้น เป็นไม้พื้นเมืองที่ขึ้นในแหล่งธรรมชาติและนำมาปลูกในบริเวณบ้าน สามารถนำมารับประทานได้ เป็นอาหารพื้นเมืองที่ทำจากพืชผักพื้นบ้าน ถือเป็นมรดกตกทอดของไทยที่คนท้องถิ่นได้ประโยชน์ทั้งด้านสุขภาพและด้านเศรษฐกิจ ผักพื้นบ้านหลายชนิดอาจใช้เป็นทั้งอาหารและยาได้ในตัวเอง เพราะพืชผักพื้นบ้านเป็นแหล่งธรรมชาติของวิตามินและเกลือแร่ที่สำคัญ มีคุณค่าทางโภชนาการ ปลอดภัยจากสารพิษจากด้านต่างๆ การนำพืชผักพื้นบ้านมาบริโภคให้ครบส่วนตามหลักโภชนาการจะทำให้ร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ ปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บและทำให้อายุยืน จึงเป็นเสมือนยาอายุวัฒนะ



ดอกขจร



ผักกาดนกเขา

2) ไม้ผลพื้นเมือง

ไม้ผลพื้นเมือง หมายถึง ไม้ผลที่มีอยู่ในท้องถิ่นนั้นๆ ปลอดภัยจากสารเคมี บางชนิดไม่นิยมนำมาบริโภค อาจจะขึ้นเองตามธรรมชาติ หรือนำมาปลูกไว้ตามบ้านเรือน คนชนบทสามารถเก็บมา

บริโภคโดยไม่ต้องซื้อ ซึ่งไม้ผลพื้นเมืองแตกต่างจากไม้ผลเศรษฐกิจ คือ ไม้ผลเศรษฐกิจเป็น ไม้ผลที่ผู้บริโภคนิยมบริโภคทั่วไป หาซื้อได้ง่ายตามท้องตลาด

วิวัฒน์ พันธุวิธานนท์ (2541) ได้ให้ความหมายของผลไม้พื้นเมือง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในภาคใต้ว่า หมายถึง ผลไม้ที่หาได้ในท้องถิ่นนั้นๆ ตามฤดูกาล ซึ่งชาวบ้านนำมาบริโภค เป็นผลไม้ที่ไม่ได้มีการ “นำเข้า” ไม่ใช่พืชไร่ และไม่ใช่ผลไม้พันธุ์ที่มีการขนส่งเข้ามาจำหน่าย

ผลไม้พื้นเมืองของภาคใต้ ที่มีการบันทึกไว้ มีหลายร้อยชนิด และมีมากกว่าภาคอื่นๆ เพราะภาคใต้มีพื้นที่ป่าฝนที่อุดมสมบูรณ์ และในบางพื้นที่ที่รกร้าง ยากที่จะเข้าถึง จึงยังคงมีผลไม้ป่าหลายชนิดที่ไม่ได้มีการบันทึกไว้



ตะขบฝรั่ง



มะเดื่อ

2.2 การจำแนกผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

ในการจำแนกผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองนั้น หากจะอาศัยตามหลักพฤกษศาสตร์ก็คงจะแบ่งได้ลักษณะหนึ่ง แต่หากจากการศึกษารวบรวมความหลากหลายของพืชผักเหล่านี้ที่มีอยู่กระจายไปทั่วทุกภูมิภาคนั้น กลับพบมุมมองที่น่าสนใจที่พืชผักเหล่านี้ สามารถแบ่งตามหมวดหมู่ออกไปได้หลายแบบ โดยอาศัยภูมิปัญญาของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง การจำแนกพืชผักตามระบบคิดของชาวบ้านร่วมกับนักวิชาการสามารถจำแนกออกได้ดังนี้ คือ

2.2.1 การจำแนกตามลักษณะพืช

การจำแนกตามลักษณะพืช เป็นการใช้ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ เป็นหลักในการจำแนก เช่น

- (1) ไม้ยืนต้น (tree) ที่มักใช้ประโยชน์จากยอดฝัก ผล ดอก หรือการใช้ใบเพื่อประโยชน์ใช้สอย เช่น สะตอ เหยียง เนียง เลียบ เป็นต้น
- (2) ไม้เลื้อยหรือไม้เถา (climber) มักใช้ยอดอ่อนมาทำอาหาร เช่น ตำลึง พาโหม ย่านาง ขจร ผักบุ้ง เป็นต้น
- (3) ไม้พุ่ม (shrub) เป็นไม้ลำต้นเล็กๆ มักกินยอดอ่อน เช่น ตาเป็ดตาไก่ โต๊ะเต๊ะ ทุ โกศล ทูเรียนเทศ เป็นต้น
- (4) ไม้ล้มลุก (herb) เป็นพืชที่ไม่มีเนื้อไม้ ลำต้นอ่อน อายุสั้น ได้แก่ ผักชนิดต่างๆ ที่ใช้กิน ยอด ใบ หัว เช่น บอนล้ม กล้วย มันจี่หนู ลำเท็ง เป็นต้น
- (5) หญ้า (grass) หรือวัชพืชที่นำมาทำอาหารได้ เช่น ผักกาดนกเขา ผักโขม ผักคราดหัวแหวน เป็นต้น

2.2.2 การจำแนกตามแหล่งที่อยู่

การจำแนกตามแหล่งที่อยู่ เป็นการใช้แหล่งที่ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขึ้นและเจริญเติบโตจนให้ผลผลิต ได้แก่

- (1) พืชผักในดง (deep green forest) เช่น หวาย สะตอ เหยียง ผักพุ่ม เนียง จำปูริง ละไม ลังแข มะไฟกา เป็นต้น
- (2) พืชผักในป่าละเมาะ (hill plant) เช่น ผักหวานป่า เห็ด หน่อไม้ ทุ ติวส้มหรือแต้ว ปูด ลิ่ง เป็นต้น
- (3) พืชผักตามทุ่งนา (field plant) เช่น ผักบุ้ง ผักแว่น

- (4) พืชผักตามหนองน้ำ (pond plant) เช่น ตาลปัตรฤาษี สันตะวา ผักแขยง กุ่มน้ำ เอื้องน้ำ บัวสาย ผักเฉียดหรือผักกรีน โหระพาน้ำ เป็นต้น
- (5) พืชผักริมห้วยริมแม่น้ำ (creek plant) เช่น ผักกูด ลำเพ็ง ผักกุ่มน้ำ ผักหนาม เป็นต้น
- (6) พืชผักสวนครัว (gardening plant) เช่น โหระพา กระเพรา สารชะหนู ผักไผ่ ข่า จิง ตะไคร้ เป็นต้น



คูน หรือ ออติบ



กระเจียบแดง

2.2.3 การจำแนกตามคุณลักษณะ

การจำแนกตามคุณลักษณะ (properties) ที่เป็นลักษณะเด่นสามารถสังเกตได้อย่างชัดเจน โดยในแต่ละท้องถิ่นอาจจะมีชื่อเรียกที่แตกต่างกันตามภาษาของท้องถิ่นนั้นๆ และจะพบว่าชื่อที่ตั้งขึ้นมานั้น บ่งชี้ถึงคุณลักษณะของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองไม่ด้านใดก็ด้านหนึ่ง เช่น

- (1) รสชาติ ที่พิจารณาตามรสชาติที่โดดเด่นของผักหรือผลไม้ชนิดนั้น เช่น ผักหวานป่า เป็นผักที่มีรสหวาน เพี้ยฟาน มีรสขมซึ่ง คำว่า เพี้ยฟาน หมายถึง น้ำดีของแก๊ง ในภาษาทางเหนือ มะเขือส้ม มีรสเปรี้ยวที่ภาษาใต้เรียกว่ารสส้ม มันปู มีรสชาติดมันเหมือนไขมันที่ได้จากปู ผักคาวตองที่รสชาติคาว แมงดาต้นหรือตำมั่ง ที่ใบมีกลิ่นเหมือนแมงดานา เป็นต้น

- (2) ตามลักษณะ ที่พิจารณาตามลักษณะของฝักหรือปฏิภานที่ฝักแสดงเป็นจุดเด่นออกมา เช่น เถาคัน มีผลที่รับประทานสดแล้วจะคันปาก ต้องทำให้สุกก่อนจึงจะรับประทานได้ ฝักฮ้วนหมู (กระทงหมาบ้า) ฝักชนิดนี้ดอกจะมีลักษณะคล้ายลำไ้หมู (คำว่าฮ้วน ภาษาทงเหนือ หมายถึงลำไ้) ฝักหนาม ที่มีหนามตามลำต้น ฝักไ้ที่ใบคล้ายใบไ้หมากลิ้นฟ้า (เพกา) ออกฝักชูช่อสูงมุงตรงไปยั้งท้องฟ้า และฝักคล้ายลิ้นยาวๆ บะก๊อ ก้อม (มะรุ้ม) ฝักแข็งคล้ายไม้ก้อนท่อนสั้นๆ หรือ เห็ดหูหนูที่ลักษณะดอกเห็ดมีสีด้า กลมป้อมเหมือนหูของหนู เป็นต้น
- (3) ตามสีสัน ที่พิจารณาสีสันเด่นของฝักชนิดนั้น เช่น เห็ดขานหมาก มีสีสันคล้ายขานหมาก ออกแดงเข้ม หรือ เห็ดแดงที่ดอกเห็ดมีสีแดง ฝักทองที่เนื้อข้างในมีสีเหลืองทอง ฝักเขียวที่ผลมีสีออกเขียว กระเจี๊ยบแดงที่เนื้อเชื่อมผลมีสีแดง เป็นต้น
- (4) แสดงแหล่งที่มา ที่พิจารณาตามแหล่งที่ฝักหรือผลไม้ขึ้นตามธรรมชาติ เช่น ฝักที่ขึ้นในหนอง เช่น ฝักกระเจด ฝักบั้ง เอื้องน้ำ ฝักที่ขึ้นตามขอนไม้หรือใบไม้ที่ผุพังเนาเปื่อย เช่น เห็ดฟาง หรือ ฝักที่ขึ้นตามป่าเขา เช่น ฝักพุม สะตอ เนียง มะกอกป่า เป็นต้น
- (5) ลักษณะการใช้ประโยชน์ ที่พิจารณาตามการใช้ประโยชน์ของฝักหรือผลไม้นั้นๆ เช่น น้ำเต้า ใช้บรรจุน้ำได้

2.2.4 การจำแนกตามบทบาทหน้าที่

การจำแนกตามบทบาทหน้าที่ พืชฝักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองยังสามารถแบ่งได้ตามบทบาท หรือการแสดงผลออกซึ่งคุณค่า โดยแบ่งออกเป็น

- (1) บทบาทด้านอาหาร หมายถึง การที่ฝักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เป็นอาหารหรือใช้ประกอบในการปรุงอาหาร โดยผ่านการบริโภคของมนุษย์ เช่น ฝักชนิดต่างๆ ได้แก่ ฝักบั้ง ฝักหวานบ้าน ยอดมะระจีนก หรือ ไม้ผลที่ใช้เป็นอาหาร เช่น ฝักทอง มะอึก ฝักเขียว เถาคัน เป็นต้น

- (2) ด้านยาสมุนไพร หมายถึง ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้เป็นสมุนไพรเป็นหลัก เช่น สมอไทย ฟ้าทะลายโจร ดอกพิกุล จำปูลิง เป็นต้น
- (3) ด้านประโยชน์ใช้สอย หมายถึง ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่นอกจากจะใช้ประโยชน์ด้านอาหารหรือสมุนไพรแล้วยังสามารถนำมาใช้เป็นประโยชน์ด้านอื่นๆ เช่น ใช้เป็นวัสดุสร้างโรงเรียน ทำค้ำจอบค้ำขวาน ทำรั้ว ทำหัตถกรรมต่างๆ เป็นต้น
- (4) ด้านเศรษฐกิจ หมายถึง ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นพืชเศรษฐกิจ สร้างรายได้เป็นทั้งอาชีพหลักและอาชีพรอง เช่น ผักเหมียง ผักพุ่ม จำปูลิง ลังแข ประ ก่อ ดาหลา เป็นต้น
- (5) ด้านประเพณีพิธีกรรมและความเชื่อ เช่น การปลูกต้นไม้ตามทิศ หรือตามวัน เดือน หรือลัคนาราศีเกิด การปลูกต้นไม้ให้เด็กแรกเกิด เป็นต้นไม้ประจำตัว เป็นต้น

การจำแนกนี้ ยังอาจมีอีกหลายลักษณะขึ้นอยู่กับว่าจะพิจารณาประเด็นอะไร หากเราพิจารณาพืชผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง โดยไม่ได้มองแต่จะนำมาใช้ประโยชน์อย่างเดียวแล้ว ผู้ที่สนใจสามารถที่จะศึกษา เรียนรู้ ทำความเข้าใจกับผู้ที่ใกล้ชิดพืชผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองได้อีกหลายมุม ในแต่ละภูมิภาคของเมืองไทยที่มีผู้รู้และปราชญ์ท้องถิ่นอยู่มากมาย (สำนักงานคณะกรรมการการสาธารณสุขมูลฐาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2540; เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, 2548)

2.3 คุณค่าทางอาหารของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

คุณค่าทางอาหารของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมีการศึกษาและรายงานไว้ในหนังสือและเอกสารต่างๆ ที่น่าเชื่อถือและอ้างอิงได้ โดยที่คุณค่าทางอาหารและโภชนาการ ตลอดจนการเป็นยาสมุนไพรของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองได้มีการบันทึกไว้ทั้งที่เป็นตำราของภูมิปัญญาท้องถิ่นและการวิเคราะห์ทางวิทยาศาสตร์

ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้มีสารอาหารต่างๆ อยู่มากมาย สามารถสร้างการเจริญเติบโตและสร้างภูมิคุ้มกันโรคต่างๆ ตลอดจนช่วยรักษาบรรเทาอาการเจ็บไข้ได้ป่วยต่าง ๆ นานา คุณค่าของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในฐานะที่เป็นอาหารมีมากพอต่อความต้องการของร่างกายในแต่ละวัน โดยร่างกายคนต้องการสารอาหาร วิตามิน และแร่ธาตุต่างๆ ดังนี้ (ยูดี จอมพิทักษ์, 2545;อุไร จิรมงคลการ, 2547ก)

- (1) โปรตีน ร่างกายผู้ใหญ่ต้องการโปรตีน 50-60 กรัม/วัน โดยอาจจะได้โปรตีนจากถั่วต่างๆ ซึ่งเป็นโปรตีนจากพืช
- (2) คาร์โบไฮเดรต ร่างกายผู้ใหญ่ต้องการคาร์โบไฮเดรต 500-700 กรัม/วัน โดยแหล่งของคาร์โบไฮเดรตที่สำคัญมาจากพืชที่มีแป้งและน้ำตาล เช่น ข้าว พืชหัวชนิดต่างๆ และผลไม้รสหวาน
- (3) ไขมัน ร่างกายผู้ใหญ่ต้องการไขมันไม่มากนักต่อวัน แต่ควรจะได้รับอย่างสม่ำเสมอทุกๆ วัน โดยปกติแล้ว อาหารที่รับประทานกันทุกวันให้ปริมาณไขมันที่เพียงพอในแต่ละวัน
- (4) แคลเซียม ร่างกายผู้ใหญ่ต้องการแคลเซียมประมาณวันละ 450-1,200 มิลลิกรัม แต่ผู้สูงอายุจะต้องการแคลเซียมมากถึงวันละ 1,200-1,500 มิลลิกรัม
- (5) เหล็ก ผู้ใหญ่ต้องการเหล็ก วันละ 10-12 มิลลิกรัม เพื่อเสริมสร้างเม็ดเลือด
- (6) ไอโอดีน ปริมาณความต้องการไอโอดีนต่อวัน ประมาณ 0.15 มิลลิกรัม
- (7) เส้นใยอาหาร ผู้ใหญ่ในประเทศแถบเอเชียที่มีรูปร่างเล็ก ต้องการเส้นใยอาหารวันละ 20 กรัม
- (8) วิตามินเอ โดยทั่วไป ผู้ใหญ่ต้องการวิตามินเอ ประมาณวันละ 5,000 หน่วยสากล

- (9) วิตามินบี 1 (ไทอะมิน) ผู้ใหญ่ต้องการวิตามินบี 1 (ไทอะมิน) ประมาณวันละ 200-250 มิลลิกรัม
- (10) วิตามินบี 2 (ไรโบฟลาวิน) ผู้ใหญ่ต้องการวิตามินบี 2 (ไรโบฟลาวิน) ประมาณวันละ 250-300 มิลลิกรัม
- (11) วิตามินซี บุคคลทั่วไป ควรได้รับวิตามินซี วันละประมาณ 1,000 มิลลิกรัม
- (12) วิตามินดี ส่วนมากแล้ว บุคคลทั่วไปต้องการวิตามินดีไม่เกินวันละ 400 หน่วยสากล
- (13) วิตามินอี บุคคลทั่วไปควรได้รับวิตามินอีเสริมเข้าไปจากธรรมชาติ ประมาณวันละ 200 -400 หน่วยสากล
- (14) เบตา-แคโรทีน โดยทั่วไปแล้วคนเราต้องการเบตา-แคโรทีนเพียงประมาณวันละ 5-10 มิลลิกรัม

คุณค่าทางโภชนาการของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจากเอกสารต่างๆ สามารถสรุปได้ดังตารางที่ 2.1 ดังนี้

ตารางที่ 2.1 คุณค่าทางอาหารของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
กุ่ม	88	4.9	124	20	5.3	-	6083 IU	0.08	0.25	1.5	5.0
ก้างปลาแดง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กระเจี๊ยบเขียว	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กระเจี๊ยบแดง (ใบ)	-	-	9	-	0.8	-	10833 IU	-	-	-	-
กระเจี๊ยบมอญ	23	-	11	2	0.8	346	-	-	-	1.6	14
กระชาย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กระชายะ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กระโดน	83	-	13	18	1.7	-	3958	-	-	1.8	126
กระโดนน้ำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กระโดนบก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กระดังงา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กระถิน	62	-	137	11	9.2	-	7,883	-	-	1.7	8
กระถินไทย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กระถือ	-	-	16	26	-	-	-	-	-	-	-
กระทกรก	-	1.3	-	-	-	1,860	310	-	-	-	-
กระถ่อน	57	1	9	-	1.2	-	83	0.05	-	-	14
กระพังโหม	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กระวาน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กระวานขาว	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กลอย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กล้วยเถื่อน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กล้วยน้ำว้า	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
กระสัง	-	13.7	-	-	-	1,712	285	-	-	-	-
กรุงขมา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
โกสน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
โกงาง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กอกเบา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ข่า	20	1.1	5	27	0.1	18	-	0.13	0.15	0.4	23.0
ขาม	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขิง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขิงนก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขมิ้น	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขี้พริ้ว	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขลี้	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขี้เหล็ก	139	11.9	156	190	5.8	7181	1197 RE	0.04	0.69	1.3	11.0
ขี้เหล็กบ้าน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขี้เหล็กเลือด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขี้เหล็กหวาน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขจร	72	1.6	70	90	1.0	-	3000 IU	0.10	0.10	1.5	4.5
ขลี้	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขลู่	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขนุน	-	7.0	8	3	-	-	-	-	-	-	15
เขลง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
แค	87	7.8	395	40	4.1	8654	1442 RE	0.28	0.33	2.0	19.0
แคบ้าน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กุน	-	-	115	30	-	-	213	-	-	-	6
คันทรง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
กัศเคี้ยวเครือ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ค้ำคว	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เครืองูเห่า	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
จาก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
จิกน้ำ	51	-	3	3	2.6	-	4,533	-	-	2.8	39
จิกงวงนอน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
จิกทะเล	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
จวง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
จำปาละ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ชะพลู	101	4.6	601	30	7.6	-	21250 IU	0.13	0.11	3.4	10.0
ชะมวง	51	3.2	27	13	1.1	-	7333 IU	0.70	0.04	0.2	29.0
ชะอม	57	5.7	58	80	4.1	-	10066 IU	0.05	0.24	1.5	58.0
หุมแสง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หุมเลียง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หุมเห็ดเทศ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1(ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
ชมพู่ม่าเหมี่ยว	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
แซะ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
คาหลา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
คาวเรือง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
คึบลิเชือก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
โค๊ะเค๊ะ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
คาลปีตรฤาษี	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
คาลหม่อน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
คำลิ่ง	35	1.0	126	30	4.6	-	18608 IU	0.17	0.13	1.2	34.0
ตะไคร้ต้น	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ตะลิงปลิง	27	0.6	5	13	0.6	-	175	0.02	-	-	35
เต้าร้างแดง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
แตงกวา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
แตงไทย	11	0.3	11	9	0.3	233	1042	0.02	-	0.4	18
ตอเบา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ถั่วคั่ว	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ถั่วพริ้ว	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ถั่วพู	19	-	5	43	0.5	-	1,225	-	-	0.8	32
ถั่วพื้นบ้าน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ถั่วใต้ดิน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ถั่วโอวัลดิน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ถั่วแระ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
ถั่วแระ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เถาเอ็นอ่อน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เถาคั้น	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ทองหลาง	56	-	57	40	1.8	-	3,835	-	-	1.2	3
ทำมิ่ง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ทุเรียน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ทุเรียนเทศ	59	0.6	14	-	0.5	-	-	0.08	-	-	24
ทูนก้านดำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
นนทรี	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
น้ำเต้า	17	-	4	53	0.5	-	79	-	-	0.4	8
น้อยหน่า	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
นมสวรรค์	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
บัวบก	44	2.6	146	30	3.9	-	10962 IU	0.24	0.09	0.8	4.0
บัวสาย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
บุก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
บวบ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
บอน	-	-	36	16	-	-	-	-	-	-	10
บอนจีน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
บอนน้ำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
บอนส้ม	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
บอนเต้า	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
บอนสัง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
ใบเล็บครุฑ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ใบรา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ปรังทะเล	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เปราะป่า	-	-	6	16	-	-	-	-	-	-	26
ปรังทะเล	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ปูด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ปุยกระโดน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
โปรงแดง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักกาดข้าง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักกาดนกเขา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักกระเฉด	29	5.6	387	7	5.3	3710	618 RE	0.12	0.14	3.2	34.0
ผักกูด	19	1.4	5	35	36.3	-	17167 IU	0.34	0.08	0.5	15.0
ผักกูด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักโขม	-	-	192	71	-	3,059	510	-	-	-	-
ผักชียอด											
ผักแขยง	32	1.5	55	62	5.2	-	5862 IU	0.02	0.87	0.6	5.0
ผักคราด	-	-	680	96	-	3,708	-	-	-	-	46
ผักเหมาะ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักถ่อช	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักชีฝรั่ง	32	1.7	21	-	2.9	-	5250 IU	0.31	0.21	0.7	38.0
ผักชีลาว	35	-	49	200	4.2	-	13055 IU	0.94	0.05	0.7	58
ผักชีล้อม	-	3.4	-	-	-	1,517	253	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
ผักแต้ว, ติ้ว	58	1.4	67	19	2.5	4500	750 RE	0.04	0.67	3.1	58.0
ผักคตขวา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักบุ้งไทย	22	101.0	3	22	3.0	-	11447 IU	0.06	0.17	1.3	14.0
ผักบุ้ง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักปลัง	21	0.8	4	50	1.5	-	9316 IU	0.07	0.20	1.1	26.0
ผักไผ่	54	1.9	79	272	2.9	-	8112 IU	0.05	0.59	1.7	77.0
ผักพาย	14	0.8	7	2	0.5	501	-	0.03	0.08	1.2	13.0
ผักพุ่ม	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักรึ้น	9	-	31	28	0.1	1,961	-	-	-	3.1	5
ผักแว่น	15	-	48	น้อยมาก	25.2	-	12166 IU	0.10	0.27	3.4	3
ผักลิ้นห่าน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักเสี้ยน	-	-	-	-	-	3,704	617	-	-	-	-
ผักหวานใต้ใบ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักหวานบ้าน	-	5.2	-	-	-	3,275	546	-	-	-	-
ผักหวานป่า	39	2.1	24	68	1.3	-	8500 IU	0.12	1.56	3.6	168.0
ผักหนาม	-	2.7	-	-	-	269	45	-	-	-	-
ผักโหมจิ้น	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักโหมหัด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักโหมหนาม	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักหนาะ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักเหมะ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผักเหมียง	-	-	151	224	-	10,889	-	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
ผักเหรีียง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ฝอยทอง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ฟักทอง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
พะยอม	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ไพรดำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
พาโหม	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เพกา	-	-	-	-	-	-	-	0.18	0.69	2.4	-
แพงพวย	37	-	57	330	1.3	-	9875 IU	-	0.01	2.8	3
พริก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
พริกไทย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
พริกขี้หนู	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ปลิงกาสาเล็ก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ปลิงกาสาใหญ่	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
พุดกัญ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ฟักข้าว	-	-	13	14	-	-	-	-	-	-	180
แพ็บ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะกรูด	138	-	1672	20	3.8	-	3028	-	-	1.0	20
มะกอก	46	11.5	49	80	9.9	2017	-	0.96	0.22	1.9	53
มะกอกเขา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะกอกป่า	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะเขือขื่น	48	-	55	22	1.3	295	-	0.10	0.30	0.30	63
มะเขือพวง	46	6.1	158	110	7.1	-	554 IU	0.17	0.09	2.6	4.0

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
มะดัน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะเคือปล่อง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะเคืออุทุมพร	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะตูม	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะตาด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะปริง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะไฟ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะนาวควาย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะม่วง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะมุด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะขม	28	0.6	5	-	0.4	-	0.01	-	-	-	8
มะพร้าว	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะระขี้นก (ผล)	17	12.0	3	5	0.2	-	2924 IU	0.09	0.05	0.4	190.0
มะรุม	32	1.2	9	26	1.5	-	532 IU	0.05	0.05	0.6	262.0
มะละกอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มะอึ๊ก	53	-	26	41	0.8	-	1,809	-	-	4.9	3
เฒ่าไข่ปลา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เฒ่าไข่ปลาระกำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เม็ดขนุน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
แมงลัก	30	-	140	40	17.2	-	10,666	-	-	1.0	3
มันปู	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มังคุด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
มันจีหนู	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มันเทศ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
มันสำปะหลัง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
โมกเครือ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
โมกมัน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขอ	73	4.0	469	-	1.4	-	43333 IU	0.30	0.14	7.2	3.0
ขอบ้าน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ข่านาง	95	7.9	155	11	7.0	-	30625 IU	0.03	0.36	1.4	141.0
ชีหรี	-	-	765	-	-	-	-	-	-	-	7
ระกำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ระข้อมน้อย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ราชพฤกษ์	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ลิ้นห่าน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เล็บรเอะ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เล็บครุฑ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ลูกลิ่ง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ลูกเนียง	-	-	23	38	-	-	658	-	-	-	-
ลูกมุด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ลูกอึก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ลำแพน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ลำหึ่ง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เลียบ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
สะเดา	76	2.2	354	26	4.6	3611	-	0.06	0.07	3.5	194.0
สะตอ	130	0.5	76	83	0.7	-	194 IU	0.11	0.01	1.0	6.0
สับปะรด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
สันตะวา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
สันตะวาใบข้าว	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
สายบัว	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
สระแหน่	47	-	40	7	4.8	-	16585 IU	0.13	0.29	0.7	88
สาหร่ายทะเล	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
สาหร่ายเม็ด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
สาหร่ายน้ำจืด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
สาหร่ายเม็ดพริก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
สาธุ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เสาวรส	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ส้มกุ่ม	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ส้มแขก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ส้มจี๊ด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ส้มแป้น	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ส้มป่อย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ส้มม่วง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ส้มเสี้ยวตัน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
โสมไทย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
สมอไทย	-	-	18	18	-	-	-	-	-	-	116
เหมียง	65	15.6	151	224	2.5	-	10889 IU	0.18	0.75	1.7	192.0
เหียง	-	-	182	4	-	-	-	-	-	-	83
หน่อไม้	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หน่อกล้วย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หาวชน้ำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หม้อข้าวหม้อแกงลิง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หาวชลิง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เห็ดแครง				181.98				1.10	0.60		
โหนด (เมล็ด)	39	0.5	7	-	0.9	-	-	0.02	-	-	1
หมอยม้น	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หมอยหอม	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หว่า	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หางปลาช่อน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หัวครก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
โหระพา	44	-	336	-	22	-	20712 IU	0.15	0.22	0.8	3
โหระพาน้ำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เอื้องหมาขานา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เอื้องน้ำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อัญชัน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อินทนิลน้ำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผักพื้นบ้าน 100 กรัม	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	เส้นใย (กรัม)	แคลเซียม (มิลลิกรัม)	ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	เหล็ก (มิลลิกรัม)	เบต้า-แคโรทีน (ไมโครกรัม)	วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	วิตามินบี 1 (มิลลิกรัม)	วิตามินบี 2 (มิลลิกรัม)	ไนอาซิน (มิลลิกรัม)	วิตามินซี (มิลลิกรัม)
อูดพิค	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อโศกน้ำ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

หมายเหตุ: “-” ยังไม่มีข้อมูลที่ค้นหาได้ในขณะนี้

ที่มา : ขวดี จอมพิทักษ์, 2545; นรินาม, 2548; รัชย์ พุกยชาติ, 2554; สุคราฯ สุจฉายา, 2539; วิวัฒน์ พันธวุฒิชยานนท์, 2541

สรรพคุณทางสมุนไพรของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ตามความสามารถในการรักษาโรคพื้นๆ ที่เกิดขึ้นกับคนไทย สรุปได้ ดังนี้ (ประชิด วามานนท์, 2548)

- (1) ยาระบาย ยาถ่าย ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้เป็นยาถ่าย หรือ ยาระบายได้ คือ ราชพฤกษ์ จีเหล็กไทย ส้มแขก ชุมเห็ดเทศ เป็นต้น
- (2) ยาถ่ายพยาธิ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้เป็นยาถ่ายพยาธิได้ คือ มะขาม พักทอง หมาก เล็บมือนาง เป็นต้น
- (3) ยาแก้ท้องขึ้น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้เป็นยาแก้ท้องขึ้นได้ คือ กระเทียม จิง ช้าพลู ข่า เป็นต้น
- (4) ยาแก้ท้องร่วง ท้องเดิน ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้เป็นยาแก้ท้องร่วง ท้องเดินได้ คือ กระชาย มะตูม แคนบ้าน เป็นต้น
- (5) ยาช่วยย่อย ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้เป็นยาช่วยย่อยได้ คือ ตำลึง มะละกอ สับปะรด เป็นต้น
- (6) ยาแก้ปวดศีรษะ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้เป็นยาแก้ปวดศีรษะได้ คือ บัวบก เป็นต้น
- (7) ยาแก้ไอ ขับเสมหะ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้เป็นยาแก้ไอ ขับเสมหะได้ คือ มะนาว มะแว้งคัน มะแว้งเครือ จำปูลิง เป็นต้น
- (8) ยาขับปัสสาวะ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้เป็นยาขับปัสสาวะ คือ กระเจี๊ยบแดง ตะไคร้ เป็นต้น

นอกจากนี้แล้ว ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีสรรพคุณเป็นยา ยังมีอีกมากมาย ทั้งที่ได้มีการบันทึกและที่ยังไม่ได้บันทึกไว้ สิ่งเหล่านี้นับว่าเป็นภูมิปัญญาของไทย ที่ยังต้องมีการค้นคว้าต่อไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งการมีข้อยืนยันตามทฤษฎีวิวัฒนาการศาสตร์

2.4 จำนวนของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

จำนวนผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีการใช้ประโยชน์ในเมืองไทยนั้น แม้จะมีการบันทึกไว้แต่ยังไม่มีจำนวนที่แน่นอนตายตัว นพ.ประพจน์ เกตุราภาส รองอธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก อธิบายว่า ไทยมีผักพื้นบ้านจำนวนมาก จากการสำรวจที่มีหลักฐานอ้างอิงในตำรามีประมาณเกือบ 300 ชนิด (สุตารา สุจฉายา, 2539) ถ้านับจำนวนผลไม้พื้นเมืองเข้าไปด้วยแล้ว ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของไทย มีจำนวนมากกว่านี้

จำนวนและชนิดของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเด่นๆ ของภูมิภาคสี่ภาคของไทย มีดังนี้

2.4.1 ภาคเหนือ

ข้อมูลจากการรายงานของสุตารา สุจฉายา (2539) ระบุว่า คนภาคเหนือบริโภคผักพื้นบ้านจำนวนกว่า 168 ชนิด อาหารภาคเหนือมีรสชาติอ่อน มีรสเผ็ด เค็ม เปรี้ยว แต่ไม่หวานมากนัก วิธีการปรุงอาหาร เป็นการแกง การจ่อ (วิธีการแกงวิธีหนึ่ง) การส้า (ยำ) การเจียว (ต้มจืด) การลู่ การตำ (โขลกและคลุก) อาหารพื้นบ้านของภาคเหนือ ได้แก่ จอผักกาด แกงแค ตำขมอ่อน เป็นต้น

ตัวอย่างผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคเหนือที่โดดเด่น ได้แก่ ผักหวานป่า ผักเชียงดา ผักคาวตอง ผักจี๋หูด หน่อไม้ ดอกงิ้ว มะเขือส้มเครือ กุน เพกา ผักไผ่ ดอกลิลาว มะแขว่น ตำลึง ชะอม ยอดผักทอง ตะไคร้ พริก กระถิน เล็บครุฑ โกลสน มะเขือขึ้น เห็ดต่างๆ เป็นต้น

2.4.2 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ข้อมูลจากการรายงานของกรมวิชาการเกษตร (อ้างโดย รักษ์ พฤษชาติ, 2554) ระบุว่า คนภาคตะวันออกเฉียงเหนือบริโภคผักพื้นบ้าน จำนวนกว่า 130 ชนิด อาหารในภาคนี้มักจะมีรสเผ็ด เค็ม และเปรี้ยว มักจะเป็นอาหารรสจัดและมีน้ำน้อย วิธีการปรุงอาหารมีหลายวิธี เช่น การลาบ ก้อย หมก อ่อม คั่ว ปิ้ง ย่าง นึ่ง แจ่ว ปั่น ซุป เป็นต้น อาหารอีสานที่มีชื่อเสียง ได้แก่ ส้มตำ ลาบ ก้อย ซุป เช่น ส้มตำมะละกอใส่มะกอกและปลาร้า ก้อยผักเม็ก ก้อยผักพาย ลาบเตา หมกหยวกกล้วย ซุปหน่อไม้ใส่ใบย่านาง เป็นต้น

ตัวอย่างผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคตะวันออกเฉียงเหนือที่โดดเด่นและพบเห็นได้บ่อยครั้ง ได้แก่ มะกอก (ทั้งยอด และ ผล) ยอดด้ว ผักข้าวสาร ผักหวานบ้าน ดอกกระเจียว กระโดน ย่านาง ผักหวานป่า เพกา มะรุม ผักเม็ก พาโหม ย่านาง บุก ผักไผ่ แคน ยอดหวาย ผักชีลาว ผักปลั่ง ผักเหือด สะระแหน่ กัลยาคิบ มะเขือขื่น มะเลื่อม ข่าลิง

2.4.3 ภาคกลาง

สุดารา สุจฉายา (2539) ระบุว่า คนภาคกลางบริโภคผักพื้นบ้าน จำนวนกว่า 129 ชนิด อาหารภาคกลาง มักจะมีรสชาติเปรี้ยว หวาน เค็ม และรสเผ็ด วิธีการปรุงอาหาร เป็นการแกง การต้ม การทอด การคลุก การผัด อาหารพื้นบ้านของภาคกลาง ได้แก่ แกงเลียง แกงส้ม ปลาแนม ต้มยำ เป็นต้น

ตัวอย่างผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคกลางที่โดดเด่น มักเป็นพืชน้ำ เช่น สันตะวา บัวสาย ดับเต่า ผักบุ้ง ผักกุ่ม ผักตบ ผักข้าว ดอกโสน ดอกแค มะกอก กระถิน ตำลึง ข้าวพุด ทองหลวง ผักเบ็ช้ ชำมะเลียง เป็นต้น

2.4.4 ภาคใต้

คนภาคใต้รับประทานผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมากกว่าคนภาคอื่น ดังจะเห็นได้จากการสำรวจของกรมวิชาการเกษตร (อ้างโดย รัศมี พุกฤษชาติ, 2554) พบว่า ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้มีมากกว่า 158 ชนิด ในขณะที่สุดารา สุจฉายา (2539) ระบุว่ามีมากถึง 260 ชนิด คนภาคใต้ชอบรับประทานอาหารรสเผ็ด เค็ม และเปรี้ยว วิธีการปรุงอาหารคล้ายคลึงกับคนภาคอื่นๆ แต่จะมียอดประกอบของผักเข้ามาเกี่ยวข้องเสมอ เช่น แกงไตปลา น้ำบูดู น้ำพริก ขนมหิน จะมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเข้ามาแนมด้วยเสมอ เช่น ลูกฉิ่ง หมูยหอม มันปู มะกอก ผักกาดนกเขา เนียง สะตอ เหยียง จิก หมี่คูน ดอกลำพู มะเขือพวง เป็นต้น

นอกจากผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่รับประทานแนมกับแกง น้ำพริกและขนมหินแล้ว ยังมีชนิดอื่นๆ ที่ใช้ประโยชน์ได้หลากหลาย เช่น ลูกเถาคัน ไข่แกงส้ม บอนส้ม ไข่แกงส้ม

เช่นเดียวกัน ส่วนจำปูลิง ใช้รับประทานสด หรือคั้นน้ำดื่ม ลูกประใช้ดองไว้ทานเล่น หรือใส่ในแกงส้มและแกงไตปลา ผักเหมียงใช้ประโยชน์ได้มากมายเช่นเดียวกัน เช่น ต้มกระทิ แกงส้ม ผัด ลวก ใส่ในก๋วยเตี๋ยวแทนผักคะน้า เป็นต้น

2.5 การตลาดของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

ตลาดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ในปัจจุบันยังเป็นตลาดเฉพาะสำหรับผู้บริโภคที่มีความสนใจและศึกษาสรรพคุณของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเหล่านี้ มักจะวางขายในตลาดขายปลีกควบคู่ไปกับผักเศรษฐกิจในปริมาณที่น้อยกว่าอย่างเห็นได้ชัด

ตลาดขายส่งของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมักจะอยู่ด้านหลังหรือด้านข้างของผักและผลไม้เศรษฐกิจ และมักจะวางขายตอนกลางคืนหรือตอนเช้ามืด การหาซื้อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง หาได้จากตลาดนัดท้องถิ่น อีกทั้งยังมีความหลากหลายของชนิดผักและผลไม้ให้เลือกซื้อได้ ราคาในตลาดเหล่านี้มีราคาที่ข้อมเยกว่าด้วย

ลักษณะของสินค้าผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่วางขายโดยทั่วไป มักจะมัดไว้เป็นกำๆ ละประมาณ 100-200 กรัม ราคาที่ขายจะแตกต่างกันขึ้นอยู่กับชนิดและความหายากของสินค้าชนิดนั้น เช่น ในปี 2537 ยอดอ่อนและเหง้าของกระตือที่ขายในตลาดนัด จังหวัดสตูล ราคากำละ 3 บาท จิกและซำพลู กำละ 2 บาท เถาคัน มัดเป็นช่อ ขายช่อละ 2-3 บาท บอนส้ม ราคากำละ 3-5 บาท เป็นต้น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองบางชนิด เช่น ยอดแซะ ทำมัง ไม่ค่อยมีพบเห็นวางขายในตลาด แต่หารับประทานได้ตามร้านขายขนมจีนในภาคใต้ทั่วไป (สมาคมหยาดฝน และ คณะ, 2537)

2.6 หลักการประชาสัมพันธ์

การประชาสัมพันธ์ในยุคปัจจุบัน เป็นการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารต่างๆ จากหน่วยงานไปสู่กลุ่มชนเป้าหมายที่เกี่ยวข้องในวงกว้างหรือสาธารณชน โดยการใช้สื่อต่างๆ ทั้งนี้เพื่อสร้างภาพพจน์ที่ดีของหน่วยงานให้กลุ่มชนเป้าหมายยอมรับ ควบคู่ไปกับการสร้างสัมพันธภาพอันดีระหว่างหน่วยงานกับผู้รับข่าวสารกลุ่มต่างๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับความคิดเห็น ทศนคติ และค่านิยม

หรือเป็นการติดต่อสื่อสารกับชุมชนทั้งภายใน และภายนอก เพื่อสร้างภาพพจน์และรักษาค่านิยมของหน่วยงานที่มีต่อสาธารณชน นอกจากนี้การประชาสัมพันธ์เป็นสื่อกลางในการสื่อสารกันภายในหน่วยงานเพื่อสัมพันธภาพที่ดี ซึ่งจะก่อให้เกิดความสอดคล้องระหว่างกลุ่มเป้าหมายทั้งหลาย

2.6.1 ความหมายของการประชาสัมพันธ์

การประชาสัมพันธ์ แปลมาจากคำในภาษาอังกฤษ คือ public relations โดยคำว่า public แปลเป็นภาษาไทย คือ ประชา ซึ่งหมายถึง หมู่คน และคำว่า relations แปลเป็นภาษาไทยคือ สัมพันธ์ ซึ่งหมายถึง การผูกพัน ดังนั้นคำว่า การประชาสัมพันธ์เมื่อแปลตามตัวอักษร ก็จะได้ความหมายว่า “การเกี่ยวข้องผูกพันกับหมู่คน” สำหรับคำจำกัดความโดยทั่วไปนั้น ได้มีผู้ให้คำจำกัดความของการประชาสัมพันธ์ ไว้มากมายด้วยกัน คือ

(1) การประชาสัมพันธ์ หมายถึง การส่งเสริมที่เกี่ยวข้องกับชื่อเสียงระหว่าง บุคคล บริษัท ห้างร้าน หรือสถาบัน กับกลุ่มบุคคลทั่วไปอย่างกว้างขวาง โดยวิธีการเผยแพร่ต่างๆ หรือการพัฒนาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

(2) การประชาสัมพันธ์ เป็นผลรวมแห่งความรู้สึกทั้งหลายที่ก่อให้เกิดขึ้น โดยสถาบันเองและบุคคลต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสถาบัน

(3) การประชาสัมพันธ์ หมายถึง การดำเนินการเพื่อจูงใจ หรือความคิดเห็นของประชาชนตามแผนการที่กำหนดไว้โดยใช้วิธีการยุกยิว

(4) การประชาสัมพันธ์ หมายถึง การดำเนินการประเมินผลทัศนคติของกลุ่มชน จนสามารถให้ข้อเสนอแนะในการดำเนินนโยบายแก่สถาบันหรือบุคคล เพื่อให้ได้รับความเข้าใจ และเป็นที่ยอมรับของประชาชน

จากคำจำกัดความข้างต้น ทำให้มองเห็นหน้าที่ของการประชาสัมพันธ์ 3 ประการด้วยกัน คือ (1) การประเมินทัศนคติที่ถูกต้องของกลุ่มชน (2) ให้คำปรึกษาแก่ฝ่ายบริหารในการดำเนินงาน

การที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติที่เกิดขึ้น และ (3) ใช้การสื่อสารเพื่อเปลี่ยนแปลงทัศนคติ (วิจิตร อาวะกุล, 2534)

2.6.2 ลักษณะที่สำคัญของการประชาสัมพันธ์

การประชาสัมพันธ์มีความเกี่ยวข้องที่เป็นลักษณะที่สำคัญหลายประการ เช่น

(1) ความเป็นสถาบัน ซึ่งสถาบัน หมายถึง องค์กร หน่วยงาน สมาคม มูลนิธิ รัฐบาล ทบวง กรม อำเภอ เทศบาล โรงเรียน บริษัท ห้างร้าน ที่ก่อตั้งขึ้นโดยมีความมุ่งหมาย วัตถุประสงค์ ระบุไว้แน่นอน

(2) ต้องมีการวางแผน ไตร่ตรอง ไคร่ครวญ นั่นก็คือ การประชาสัมพันธ์มิใช่เกิดขึ้นโดย ความบังเอิญแต่จะต้องมีการตั้งใจ ตั้งวัตถุประสงค์ นโยบาย เป้าหมาย และวางแผนในการ ดำเนินการ

(3) มีการสื่อสารสัมพันธ์แบบทางคู่ หรือยুক্তวิธิ (two – way process) การประชาสัมพันธ์มิใช่ แค่เพียงเผยแพร่ประกาศ มุ่งเรียกร้องความสนใจ หรือสื่อสารไปยังประชาชนฝ่ายเดียวเท่านั้น จะต้องสังเกตรับฟังปฏิกิริยา หรือความต้องการของประชาชน เพื่อให้สามารถปฏิบัติ หรือแก้ไขได้ สอดคล้องกับความต้องการของประชาชน

(4) มีการจูงใจ และโน้มน้าวที่ความรู้สึก การที่จะเกิดความเชื่อถือ หรือให้ความร่วมมือ สนับสนุนนั้นจะต้องอาศัยวิธีการจูงใจ การชี้แจงในเรื่องต่างๆ เพื่อนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ความสนใจของประชาชน เพื่อให้เกิดความร่วมมือกันกับสถาบันในการดำเนินการ

(5) มีการสัมพันธ์กับกลุ่มชน การประชาสัมพันธ์มีลักษณะของการสื่อสารสัมพันธ์กับมวลชน คือเป็นกลุ่มเป็นหมู่มากกว่าเป็นรายบุคคล และการใช้สื่อก็เป็นสื่อมวลชน เช่น วิทยุ โทรทัศน์ หน้า หนังสือพิมพ์ ฯลฯ

(6) เป็นการกระทำที่ต่อเนื่องกัน การดำเนินการประชาสัมพันธ์เป็นกระบวนการต่อเนื่อง อย่างไม่ลัดละ (on – going process) เป็นงานที่เกี่ยวกับบุคคล เหตุการณ์ และการบริการ ซึ่งจะต้องมี ปัญหาเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา และไม่มีที่สิ้นสุด ต้องคอยตรวจกระแสประชามติ ทัศนคติ และ เหตุการณ์อื่นที่ดำเนินไปว่าราบรื่นดีหรือไม่ เพื่อที่จะแก้ไขเหตุการณ์ได้ทันทั่วทั้งที่ หรือหากไม่มี เหตุการณ์ใด ก็มีไว้จะอยู่เฉย ต้องดำเนินการเผยแพร่สร้างสมชื่อเสียง เกียรติคุณ ความเชื่อถือ ศรัทธา เลื่อมใส ของหน่วยงานต่อไปอีกเป็นประจำ ไม่ให้ขาดตอน

(7) มีประชามติเป็นบรรทัดฐาน ในการดำเนินการประชาสัมพันธ์นั้นจะต้องมีสถาบัน กลุ่ม ประชาชนต่างๆ เข้ามาเกี่ยวข้อง ทำให้เกิดทัศนคติ พฤติกรรม ความคิดเห็นแตกต่างกันออกไป แต่

ส่วนมากกระแสประชามติที่ออกมาจากคนส่วนใหญ่มักจะถูกตั้ง และเหมาะสมตามสมควร ฉะนั้น กระแสประชามติ จึงนับว่าเป็นความต้องการของประชาชนที่หน่วยงานจะต้องใช้เป็นส่วนประกอบ สำคัญในการพิจารณาดำเนินการ

2.6.3 องค์ประกอบของการประชาสัมพันธ์

ถ้าหากพิจารณาจากกระบวนการสื่อสารเพื่อการประชาสัมพันธ์แล้ว สามารถจำแนก องค์ประกอบสำคัญของการประชาสัมพันธ์ออกเป็น 4 ประการ คือ

(1) องค์กร สถาบันหรือหน่วยงาน ได้แก่ กิจกรรมที่บุคคลหรือคณะบุคคลได้จัดทำขึ้น เป็น แหล่งข่าว แหล่งข้อมูลในการเผยแพร่ข้อมูลต่างๆ โดยมีวัตถุประสงค์ที่จะดำเนินการใดๆ ให้สำเร็จ ลุล่วงไปด้วยดี กิจกรรมเหล่านี้ อาจจะเป็นกิจกรรมของรัฐบาล รัฐวิสาหกิจ องค์กรสาธารณกุศล และ ธุรกิจเอกชน เช่น รัฐบาล กระทรวง ทบวง กรม หน่วยราชการหรือหน่วยรัฐวิสาหกิจต่างๆ มูลนิธิ บริษัทห้างร้าน ธนาคารพาณิชย์ เป็นต้น

(2) ข่าวสารประชาสัมพันธ์ เป็นข้อมูลข่าวสารที่องค์กร สถาบันหรือหน่วยงานต้องการ เผยแพร่ได้แก่ เรื่องราวที่เป็นเนื้อหาสาระ รูปภาพ สัญลักษณ์ หรือเครื่องหมาย ที่สามารถสื่อสาร ความเข้าใจได้

(3) สื่อประชาสัมพันธ์ ได้แก่ เรื่องราวที่เป็นเนื้อหา สาระ รูปภาพ สัญลักษณ์ หรือ เครื่องหมาย อาจจะเป็นสื่อคำพูด เช่น การสนทนา การประชุม การสัมมนา การอภิปราย การ ปาฐกถา ฯลฯ สื่อสิ่งพิมพ์ เช่น จดหมาย บัตรอวยพร แผ่นปลิว หนังสือ วารสาร รูปเล่ม ฯลฯ หรือ สื่อภาพและเสียง เช่น ภาพถ่าย สไลด์ แผ่นโปสเตอร์ วิทยุกระจายเสียง วิทยุโทรทัศน์ สไลด์มัลติมีเดีย เว็บเพจ ภาพยนตร์ คอมพิวเตอร์ ฯลฯ ซึ่งเป็นสื่อที่สามารถสื่อสารความเข้าใจได้ การเลือกใช้สื่อ ในการประชาสัมพันธ์มีความสำคัญ ถ้าเป็นบุคคลภายในอาจใช้โทรทัศน์วงจรปิด เสียงตามสาย ประกาศข่าว จดหมายข่าว ถ้าเป็นประชาชนทั่วไป สื่อประชาสัมพันธ์จะต้องเผยแพร่ข้อมูลได้ในวง กว้าง เช่น วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์

(4) กลุ่มประชาชนเป้าหมายในการประชาสัมพันธ์ ได้แก่ กลุ่มบุคคลหรือประชาชนที่เป็น เป้าหมายในการสื่อสารประชาสัมพันธ์ครั้งนั้นๆ ดังนี้

(4.1) กลุ่มประชาชนภายใน หมายถึง กลุ่มบุคลากร เจ้าหน้าที่ พนักงาน ขององค์กร สถาบันหรือหน่วยงาน

(4.2) กลุ่มประชาชนภายนอก หมายถึง กลุ่มบุคคลที่อยู่ภายนอกองค์กร สถาบันหรือหน่วยงาน อันได้แก่ กลุ่มประชาชนที่เกี่ยวข้องกับหน่วยงาน องค์กรหรือสถาบันโดยตรง กลุ่มประชาชนในท้องถิ่น และกลุ่มประชาชนทั่วไป

2.6.4 กระบวนการประชาสัมพันธ์

การประชาสัมพันธ์ เป็นการสื่อสารแบบสองทาง (two-way communication) กระบวนการประชาสัมพันธ์ประกอบด้วย 4 ขั้นตอนใหญ่ๆ ดังนี้

(1) การสำรวจและกำหนดปัญหา (defining the problem / fact finding) เป็นการประมวลข้อมูลเกี่ยวกับสถาบัน หน่วยงาน ทั้งในแง่ความรู้ ความคิดเห็น ทรรศนคติ และพฤติกรรม ที่เป็นผลมาจากนโยบายและการดำเนินงานของสถาบัน

(2) การวางแผนและกำหนดแผนงานการปฏิบัติ (planning and programming)

เมื่อทราบปัญหาที่เกิดขึ้นการลงมือปฏิบัติและทำการสื่อสารตามที่วางแผนและ กำหนดไว้แล้ว ในขั้นตอนที่สอง เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้

(3) การปฏิบัติการและการสื่อสาร (taking acting and communicating)

ขั้นตอนนี้เป็น การลงมือปฏิบัติและทำการสื่อสารตามที่วางแผนและกำหนดไว้แล้วในขั้นตอนที่สอง เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้

(4) การประเมินผลการปฏิบัติงาน (evaluating the program)

เป็นการตัดสินผลการปฏิบัติงานตามแผนที่วางไว้ รวมทั้งประเมินประสิทธิผลของ การเตรียมแผนงานและการสนับสนุน แผนงาน โดยการสำรวจผลและความคิดเห็น จากกลุ่มประชาชน เป้าหมายโดยตรง (รุ่งรัตน์ ชัยสำเร็จ, 2549)

2.7 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย โครงการการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน พบว่า มีงานวิจัยที่คล้ายคลึงหรือใกล้เคียงกัน ดังต่อไปนี้

เมืองทอง ทวนทวี และสุริรัตน์ ปัญญาโตนะ (2545) กล่าวว่า ผักเป็นสิ่งจำเป็นต่อร่างกายมนุษย์ เพราะผักอุดมไปด้วยวิตามิน เกลือแร่ แป้งและน้ำตาล โปรตีน น้ำและเซลล์ลูโลส ที่มี

ประโยชน์ต่อร่างกายทั้งเป็นแหล่งให้พลังงาน สร้างความเจริญเติบโต ซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ ช่วยในระบบการย่อยอาหาร รวมถึงการกระตุ้นการเจริญอาหารได้ด้วยอีกทางหนึ่ง

นพ.ประพจน์ เกตุราศาสตร์ รองอธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก อธิบายว่า ไทยมีผักพื้นบ้านจำนวนมาก จากการสำรวจที่มีหลักฐานอ้างอิงในตำรามีประมาณเกือบ 300 ชนิด โดยจากการค้นคว้าวิจัยวิชาการของศูนย์ปฏิบัติการปลูกพืชทดลอง พบว่า

(1) ผักพื้นบ้านที่มีประโยชน์และคุณค่านั้นต้องเป็นผักที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติในท้องถิ่น หรือการปลูกแบบธรรมชาติ ซึ่งจะทำให้มีคุณค่าทางอาหารสูง และปลอดภัยจากสารเคมีต่างๆ

(2) ผักพื้นบ้านมีกากใยสูง ซึ่งจะช่วยลดการดูดซึมไขมัน ทำให้ท้องไม่ผูกและสามารถป้องกันมะเร็งที่เกิดในทางเดินอาหารโดยเฉพาะลำไส้ใหญ่

(3) มีสารต้านอนุมูลอิสระสูง ช่วยป้องกันความเสื่อมของร่างกายตามวัย โดยเฉพาะในวัยสูงอายุ และผู้หญิงที่หมดประจำเดือน ที่สำคัญคือช่วยป้องกันการเกิดมะเร็งหรือยับยั้งการขยายตัวของเซลล์มะเร็งได้

นอกจากนี้ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองหลายชนิด ไม่ว่าจะเป็น ใบยอ ยอดกระถิน มีแคลเซียมสูง ซึ่งจำเป็นต่อการเจริญเติบโตของกระดูกในเด็กและป้องกันโรคกระดูกพรุนในผู้สูงอายุ

นอกจากนี้ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองทุกชนิด มีสารต้านอนุมูลอิสระ ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งหลายชนิด โดยเฉพาะงานวิจัยของ ม.เกษตรศาสตร์กำแพงแสน พบว่า ผักพื้นบ้านกว่า 90 ชนิด สามารถยับยั้งหรือชะลอการขยายตัวของเซลล์มะเร็งได้ เช่น ผักขี้ขวงหรือสะเดาดิน มะระจีนก ใบมะม่วง เพกา ตังโฮ้ แขนงกะหล่ำ ตะไคร้ ชะมวง โหระพา ยี่ห่วย แมงลัก ถั่วลันเตา แคบ้าน ผักแว่น ยอดสะเดา พริกไทย มะกรูด ชะพลู ใบพลู ผักแพว ใบยอ พลูควา ขึ้นฉ่าย ใบบัวบก ผักชี ผักชีฝรั่ง กระชาย ข่า ขิง ฟัก สะระแหน่ ดอกขี้เหล็ก หยวกกล้วย ผักชีลาว เป็นต้น

ด้าน นพ.นรา นาควัฒนานุกูล อธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ให้ข้อมูลเพิ่มเติมอีกว่า จากข้อมูลทางวิชาการพบว่าในผักพื้นบ้านจะมีสารกลุ่มฟลาโวนอยด์ คาโรทีนอยด์ โพรแอนโทไซยานิดิน เทอร์ปีน ซึ่งพบว่าช่วยปกป้องร่างกายจากการเป็นมะเร็ง เสริม

ภูมิด้านทานและชะลอความเสื่อมของร่างกาย โดยผักพื้นบ้านไทยที่มีสารกลุ่มนี้ ได้แก่ ขมิ้นชัน มะระจีนก ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด กระเทียม พริก สะเดา มีผลวิจัยว่า ผู้ป่วยโรคมะเร็งในระยะเริ่มต้น หากรับประทานผักพื้นบ้านเสริมกันกับการรักษาโรคมะเร็งจะช่วยให้อาการดีขึ้น และหายเร็วขึ้น ซึ่งแนะนำให้รับประทานน้ำพริกกับผัก ขณะเดียวกัน จะต้องลดพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดมะเร็ง เช่น การรับประทานอาหารหมักดอง อาหารรสเค็ม ทำให้เสี่ยงเป็นมะเร็งกระเพาะอาหาร การรับประทานนม เนย แอลกอฮอล์ เสี่ยงเป็นมะเร็งเต้านม การรับประทานเนื้อแดงเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งลำไส้ เป็นต้น (โรงพยาบาลกรุงเทพ, 2554)

แสวง โสม สันะวัฒน์ (2542) ได้ศึกษาถึงคุณค่าทางอาหารและโภชนาการของพืชผักพื้นบ้าน พบว่า พืชผักพื้นบ้านมีประโยชน์หลากหลายมีคุณค่าทางโภชนาการสูง เช่น แคลเซียม ฟอสฟอรัส เหล็ก วิตามินเอ วิตามินซี ดังนั้นในวันหนึ่งๆ ควรรับประทานผักให้หลายๆ ชนิด เพื่อประโยชน์และคุณค่าที่เอื้อต่อกัน จึงควรกินผักเป็นประจำทุกวัน ผักสดจะมีวิตามินซีสูง จะช่วยทำให้ผิวพรรณดี มีความต้านทานโรคสูง และถ้าเป็นผักใบสีเขียวเข้มหรือผักสีเหลือง จะมีสารต่อต้านสารพิษที่เรียกว่า เบต้าแคโรทีน โยอาหารในผักช่วยบรรเทาโรคท้องผูก เบาหวาน โคเลสเตอรอลสูง และมะเร็งในลำไส้ เป็นต้น

ดำรงค์ สิ้นไชย (2554) ได้ศึกษา ผักพื้นเมืองภาคใต้ พบว่า ผักพื้นเมืองภาคใต้ มี 141 ชนิด ใน 44 วงศ์ จำแนกตามวิสัยพืช พบว่าเป็นไม้เถาและไม้เลื้อย 30 ชนิด ไม้ล้มลุก 31 ชนิด ไม้พุ่ม 26 ชนิด ไม้ต้น 54 ชนิด แต่ละชนิดให้ประโยชน์ทั้งทางด้านโภชนาการและสรรพคุณทางด้านสมุนไพร ในส่วนของด้านโภชนาการมีดังนี้

ใยอาหาร (dietary fibre) คือส่วนของพืชโดยเฉพาะผนังเซลล์ ซึ่งน้ำย่อยในลำไส้ของมนุษย์ไม่สามารถย่อยได้ ซึ่งมีคุณสมบัติทำให้รู้สึกอิ่มเร็ว ดูดซับสารต่าง ๆ ได้แก่ น้ำดีและสารพิษต่าง ๆ คอเรสเตอรอลและสามารถดึงน้ำไว้ในลำไส้ได้เป็นจำนวนมาก เกิดการกระตุ้นให้มีการถ่ายอุจจาระสม่ำเสมอ ท้องไม่ผูก เป็นการลดโอกาสที่สารพิษต่าง ๆ จะสัมผัสกับลำไส้ จึงลดการเป็นโรคลำไส้โป่งพอง มะเร็งลำไส้ใหญ่ และริดสีดวงทวาร พืชผักที่มีใยอาหารสูง เช่น ใบจวง ใบย่านเดือนบิด มันปู ยอดหมูย ยอดมะกอก

แคลเซียม เป็นองค์ประกอบที่จำเป็นของกระดูกและฟัน ช่วยควบคุมการทำงานของหัวใจ ระบบประสาทและกล้ามเนื้อ เป็นธาตุที่จำเป็นที่ช่วยในการแข็งตัวของเลือดทำให้เลือดหยุดไหลเมื่อเกิดบาดแผล พืชผักที่มีแคลเซียมสูง เช่น ยอดอ่อน ชะพลู ยอดบ้าน มะขามฝักสด ดอกงิ้วแดง ยอดกะเดา มะขามเปียก ผักหวาน หน่อเหียง ผลมะกอก มะแว้ง และจี่เหล็ก ฟอสฟอรัส เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของกระดูกและฟันร้อยละ 85-90 อยู่ในสภาพของแคลเซียมฟอสเฟตที่ไม่ละลายน้ำ ซึ่งทำให้ฟันและกระดูกแข็งแรง ส่วนร้อยละ 10-15 มีอยู่ทั่วไปในร่างกาย พืชผักที่มีฟอสฟอรัสสูง เช่น ผักแพงพวย เกลียง ใบจี่เหล็ก เกสรดอกงิ้วแห้ง และมะแว้ง

เหล็ก เป็นองค์ประกอบของเม็ดเลือดแดงที่เรียกว่า ฮีโมโกลบิน ซึ่งทำหน้าที่นำออกซิเจนไปยังส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย และนำคาร์บอนไดออกไซด์ไปยังปอด เพื่อขับถ่ายออก หากมีธาตุเหล็กไม่เพียงพออาจทำให้เกิดโรคโลหิตจาง พืชผักที่มีเหล็กสูง เช่น ผักกูด เหมือดแดง มะแว้ง มะกอก ยอดสะตอเบา โสน งิ้ว จี่เหล็ก กุ่ม ฟักทอง อม และบัวบก

ไอโอดีน ช่วยบำรุงสมอง ป้องกันโรคคอพอก พืชผักที่มีไอโอดีนสูง เช่น ผักแพงพวย เม่า สร้อย ส้มเกลือบ ยอดย่านเคียวบิด แมะ หมุย หมากหมก ส้มป่อย ลำปะสี พาโหม กระทกรก และจวง

วิตามินเอ ช่วยในการมองเห็น การเจริญเติบโต การสืบพันธุ์ การสร้างภูมิคุ้มกันโรคและการรักษาเซลล์เยื่อของตา ทางเดินหายใจ ทางเดินอาหาร มีส่วนสำคัญในการป้องกันการติดเชื้อ เบต้าแคโรทีนในพืชที่เรารับประทานเข้าไป ร่างกายนำไปสังเคราะห์เป็นวิตามินเอ มีคุณสมบัติในการป้องกันกระบวนการส่งเสริมให้เกิดมะเร็ง และช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของระบบภูมิคุ้มกันในร่างกาย พืชที่มีวิตามินเอสูง เช่น ลำปะสี ใบตำลึง ผักกูด ผักแมะ กระทกรก และ ส้มป่อย

วิตามินบี 1 หน้าที่ในการเผาผลาญสารอาหารให้เกิดพลังงาน ป้องกันโรคเหน็บชา พืชที่มีวิตามินบีหนึ่งสูง เช่น มะกอก ชะมวง ผลขนุนอ่อน บวบหอม ยอดมะขาม และยอดมะระขี้นก

วิตามินบี 2 ป้องกันโรคปากนกกระจอก หากเป็นกับเด็กจะมีผลกระทบต่อการเจริญเติบโต พืชที่มีวิตามินบีสองสูง เช่น ย่านเคียวบิด มันปู กระทกรก

ในอะซิน เกี่ยวข้องการสร้างโคเอนไซม์ ที่ใช้ในการผลิตพลังงานในเซลล์และกระบวนการสังเคราะห์กรดไขมัน ถ้าขาดในอะซินจะทำให้ผิวหนังอักเสบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่ถูกแสงแดด พืชที่มีในอะซินสูง เช่น มะแว้ง ขอบ้าน อีกร กระจับแดง สะตอเบา ผักหรั่ง ผักชีล้อม หมากหมก ลำปะลี้

วิตามินซี ช่วยสร้างคอลลาเจน ซึ่งเป็นโปรตีนชนิดหนึ่งที่เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของผิวหนังกล้ามเนื้อและปอด และทำหน้าที่เป็นแอนติออกซิเดนต์ (antioxidant) ในการกำจัดเซลล์ที่ผิดปกติในร่างกาย ที่จะช่วยลดปริมาณการเกิดไนโตรซามีน (nitrosamine) ซึ่งเป็นสารก่อมะเร็งในระบบทางเดินอาหาร ทำให้เส้นเลือดฝอยแข็งแรง นอกจากนี้ช่วยการดูดซึมธาตุเหล็กอีกด้วย พืชที่มีวิตามินซีสูง เช่น ดอกชี่เหล็ก ยอดกะเดา เกลียง ยอดมะกอก

วิตามินอี ป้องกันการเกิดออกซิเดชัน (antioxidation) ของกรดไขมันไม่อิ่มตัว แคลโรทีน และวิตามินซี สำหรับกรดไขมันไม่อิ่มตัว ถ้าร่างกายได้รับมาก ความต้องการวิตามินอีสูงมากด้วย และช่วยชะลอการเสื่อมของเซลล์ พืชที่มีวิตามินอีสูง เช่น ย่านเดือยบิด ลำปะลี้ พาโหม ส้มเกลี้ยง เทียม ผักหวานป่าและกระทกรก

งานวิจัยชิ้นหนึ่ง พบว่าเด็กทางภาคใต้ของไทยบริโภคผักมากกว่าภาคอื่นๆ (<http://www.manager.co.th>, 4 ตุลาคม 2554)

2.8 การตัดสินใจด้วย Analytic Hierarchy Process หรือ AHP

AHP หรือ Analytic Hierarchy Process เป็นกระบวนการตัดสินใจที่ใช้การวินิจฉัยเพื่อหาเหตุผล ที่ถูกคิดค้นเมื่อประมาณปลายปี 1970 โดยศาสตราจารย์โทมัส ซาตตี (Thomas Saaty) โดยยึดหลักการที่ว่า การตัดสินใจเป็นกระบวนการที่มีขั้นตอนเพื่อการคิดและใช้เหตุผลในการพิจารณาทางเลือกที่ดีที่สุดในการตัดสินใจ AHP เป็นกระบวนการตัดสินใจที่ช่วยให้ผู้ตัดสินใจวินิจฉัยเปรียบเทียบขององค์ประกอบต่างๆ ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรมได้อย่างรวดเร็วมีประสิทธิภาพและเชื่อถือได้ เพราะเป็นกระบวนการที่เลียนแบบกระบวนการคิดอย่างเป็นธรรมชาติของมนุษย์

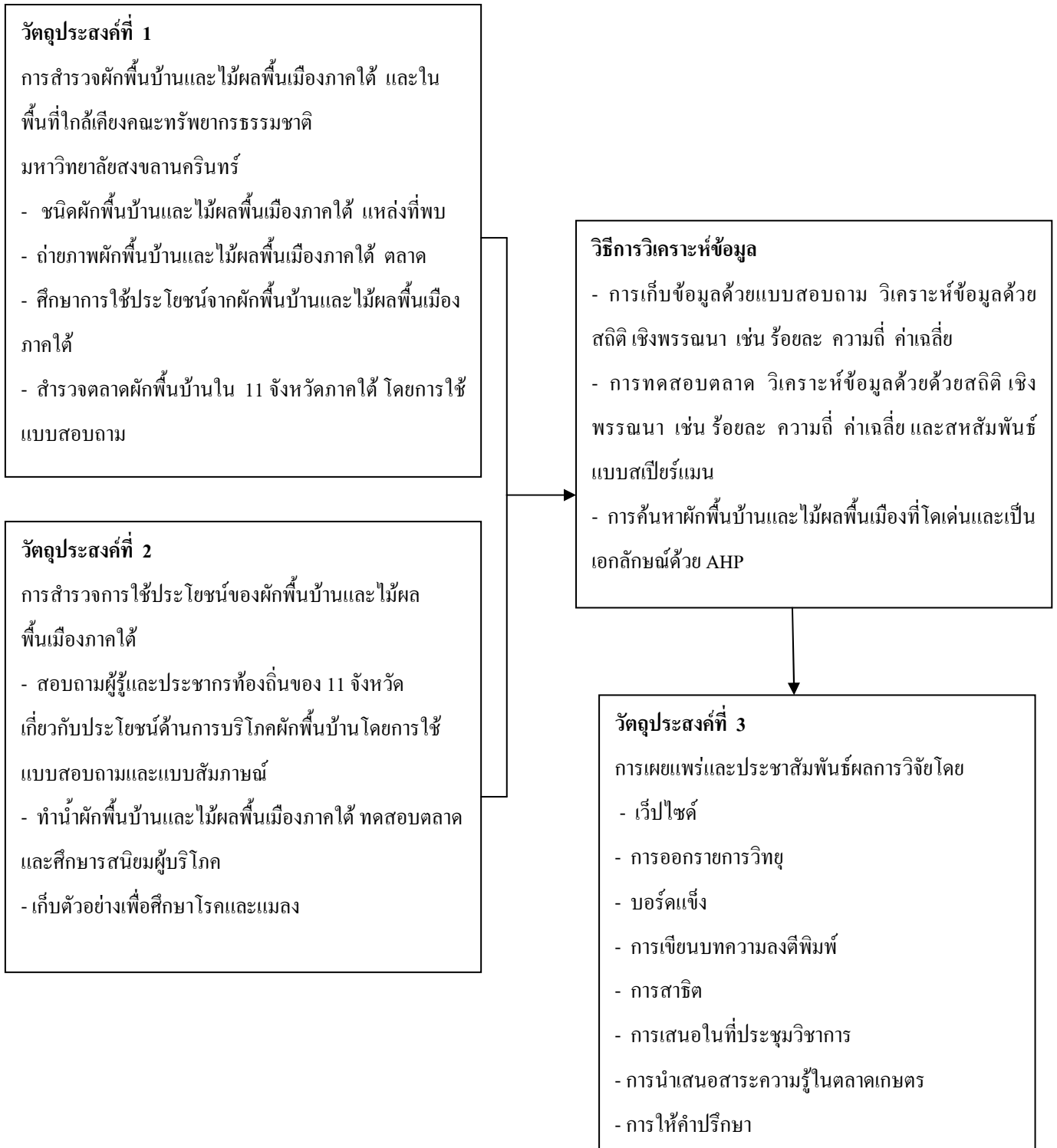
ประโยชน์หรือลักษณะเด่นของ AHP เพื่อช่วยในการตัดสินใจให้เป็นไปตามหลักธรรมชาติของมนุษย์ มีหลายประการด้วยกัน ดังนี้

- (1) AHP มีความเป็นหนึ่งเดียวที่เป็นกระบวนการที่ง่ายต่อการเข้าใจและมีความยืดหยุ่นสูง
- (2) AHP แยกโครงสร้างที่ซับซ้อนออกมาเป็นส่วนๆ ย่อยเพื่อให้ง่ายต่อความเข้าใจ
- (3) AHP สามารถใช้กับองค์ประกอบที่มีความเชื่อมโยงกันในทุกรูปแบบ
- (4) AHP เป็นกระบวนการที่คล้ายคลึงกับความคิดเชิงตรรกะของมนุษย์
- (5) AHP สามารถวัดคุณสมบัติที่เป็นนามธรรมได้ และผลของการตัดสินใจอยู่ในรูปของลำดับความสำคัญ
- (6) AHP สามารถตรวจสอบความสอดคล้องกันของลำดับความสำคัญที่ได้วินิจฉัยไว้
- (7) AHP ช่วยวิเคราะห์ทางเลือกในรูปของลำดับความสำคัญโดยรวม
- (8) AHP พิจารณาถึงลำดับความสำคัญเปรียบเทียบของปัจจัยต่างๆ ในระบบและช่วยให้ผู้ตัดสินใจเลือกทางเลือกที่เหมาะสมที่สุดตรงตามเป้าหมาย
- (9) AHP ไม่เน้นการลงประชามติ แต่จะเน้นการสังเคราะห์ข้อมูลที่มาจากการวินิจฉัยของทุกๆ คนในกลุ่ม
- (10) AHP ช่วยให้ผู้ตัดสินใจทำให้กรอบของปัญหาสมบูรณ์ขึ้น และเพิ่มประสิทธิภาพของการวินิจฉัยโดยการทบทวนซ้ำแล้วซ้ำอีกได้

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า AHP เป็นกระบวนการตัดสินใจที่เข้าถึงได้ง่ายและเลียนแบบธรรมชาติของมนุษย์ด้วยการวิเคราะห์ และ สังเคราะห์ การทบทวน การตรวจสอบ เป็นต้น จนได้ผลลัพธ์ของการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพเป็นที่พึงพอใจกับทุกฝ่าย AHP จึงมีการนำไปใช้ในหลายสาขา ทั้งปัญหาส่วนตัวในชีวิตประจำวัน ปัญหาทางด้านสังคม เศรษฐกิจ และ การเมือง ตลอดจนการตัดสินใจเชิงนโยบายทั้งจุลภาคและมหภาค การศึกษา ด้านวิทยาศาสตร์ วิศวกรรม การแพทย์ การปกครอง การทหาร เป็นต้น

2.9 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ภาพประกอบที่ 2.2 แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ ที่ประกอบไปด้วยวิธีดำเนินงานและการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องมือการวิจัยต่างๆ กันเพื่อตอบสนองต่อวัตถุประสงค์ของการวิจัยทั้ง 3 ข้อ ดังที่ได้แสดงความเกี่ยวพันในภาพประกอบนี้



ภาพประกอบที่ 2.2 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย



การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ และได้แบ่งวิธีดำเนินการวิจัยออกเป็น 3 ส่วนด้วยกัน ได้แก่ การดำเนินงานวิจัยเพื่อเข้าใจประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในส่วนแรก ส่วนที่สอง เป็นการทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมาแปรรูปเบื้องต้น ในขณะที่ส่วนที่สาม เป็นการค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัด ในภาคใต้ ผลจากการวิเคราะห์ทั้งสามส่วนนี้ สามารถทำการสังเคราะห์เพื่อนำไปประมวลผลและ จัดทำการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์สู่ประชากรที่หลากหลายและกลุ่มผู้สนใจในระดับกว้างต่อไป

3.1 พื้นที่ทำการวิจัย

พื้นที่ทำการวิจัย คือ ภาคใต้ของประเทศไทย ครอบคลุมทั้งหมด 14 จังหวัด ได้แก่ จังหวัด ชุมพร ระนอง สุราษฎร์ธานี พังงา กระบี่ นครศรีธรรมราช ภูเก็ต ตรัง พัทลุง สงขลา สตูล ปัตตานี ยะลา และ นราธิวาส ดังแสดงในภาพประกอบที่ 3.1 แต่ปัญหาความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดน ภาคใต้ (ปัตตานี ยะลา และ นราธิวาส) ทำให้ผู้วิจัยไม่สามารถเข้าไปสำรวจได้ จึงเหลือพื้นที่ทำการ วิจัย 11 จังหวัด



ภาพประกอบที่ 3.1 พื้นที่ทำการวิจัยใน 14 จังหวัดภาคใต้

3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ใช้กรอบการดำเนินการวิจัยที่แบ่งออกเป็นสามส่วนด้วยกัน คือ

3.2.1 ประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

ประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ นั้น เกี่ยวพันกับทุกคนที่ เป็นผู้ผลิตและผู้บริโภค ดังนั้นประชาชนทุกคนที่สามารถให้ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้เบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจึงเป็นประชากรในการศึกษาครั้งนี้ กรอบประชากรจึงมีขนาดใหญ่ และไม่สามารถทราบจำนวนที่แน่ชัดได้

การสุ่มตัวอย่างโดยอิงทฤษฎีความน่าจะเป็นจึงทำได้ยาก ดังนั้นผู้วิจัยจึงเลือกใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบสะดวก (convenient sampling) โดยมุ่งเป้าไปที่พ่อค้าแม่ค้าที่ทำธุรกิจผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในตลาดหลายระดับ ทั้งในตลาดนัดท้องถิ่น ตลาดสดในเมือง และตลาดค้าส่งในเมือง รวมไปถึงกลุ่มตัวอย่างผู้บริโภคในร้านขายขนมจีน ร้านข้าวแกง และ ที่พบเห็นโดยทั่วไป ทั้งที่รู้จักและไม่รู้จัก

การสำรวจดังกล่าว ได้ดำเนินการใน 11 จังหวัดภาคใต้ ได้แก่ จังหวัดชุมพร ระนอง ภูเก็ต ตรัง พัทลุง สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช สงขลา กระบี่ พังงา และ สตูล ส่วนอีก 3 จังหวัดที่เหลือ นั้น ยังไม่ได้สำรวจ เนื่องจากปัญหาความไม่สงบที่เกิดขึ้นอยู่บ่อยครั้ง

จำนวนตัวอย่างทั้งหมด 79 ตัวอย่าง

3.2.2 การทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมาแปรรูปเบื้องต้น

การทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมาแปรรูปเบื้องต้นนั้น มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ นักศึกษาจากชมรมพัฒนาการเกษตรที่เข้าร่วมโครงการได้ประยุกต์วิชาความรู้จากการเรียนวิชาธุรกิจเกษตร การส่งเสริมการเกษตร และการแปรรูปผลิตภัณฑ์ทางการเกษตร ได้ใช้ความรู้เหล่านี้ประกอบกันเพื่อผลิตน้ำผักและผลไม้พร้อมการแนะนำผลิตภัณฑ์และทำการทดสอบตลาดไปในตัว เพื่อศึกษาพฤติกรรมของผู้บริโภคกลุ่มนักเรียนและเยาวชนในงานเกษตรภาคใต้ครั้งที่ 16

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ คือ นักเรียน เยาวชน และผู้สนใจ ที่เข้ามาเยี่ยมชมนิทรรศการผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ครั้งที่ 16 ระหว่างวันที่ 14-18 สิงหาคม พ.ศ. 2551 ที่ไม่สามารถทราบจำนวนที่แน่นอนได้ จึงใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบสะดวก จำนวน 85 คน โดยสอบถามความสมัครใจของตัวอย่างที่ทดลองเลือกคีมักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

3.2.3 การค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดในภาคใต้

ประชากรที่ใช้ในส่วนนี้ ประกอบด้วย นักวิชาการผู้ที่มีประสบการณ์ในพื้นที่ และผู้รู้เกี่ยวกับชนิดผักพื้นบ้าน ซึ่งอยู่ในขอบเขตของ 11 จังหวัดภาคใต้ ที่คัดเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling)

ลักษณะของประชากรข้างต้นมีจำนวนไม่แน่นอน จึงแบ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่

- 1) กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักวิชาการผู้ที่มีประสบการณ์ ซึ่งเป็นผู้ให้คะแนนเกณฑ์หลัก (criteria) ที่เป็นตัวกำหนดความโดดเด่นของผักพื้นบ้านในแต่ละท้องถิ่นทำการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง ได้ตัวอย่างจำนวน 7 ราย
- 2) กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้รู้เกี่ยวกับชนิดผักพื้นบ้าน และเป็นผู้เลือกชนิดผักที่โดดเด่นในท้องถิ่น โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มย่อยตามกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการผลิต/ปลูก และการค้าผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ ทำการเลือกตัวอย่างแรกโดยการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง และสุ่มตัวอย่างแบบสโนว์บอลหรือแบบลูกโซ่ (snow ball or chain sampling) จากตัวอย่างแรกที่เลือกมาก็จะเป็นผู้ให้คำแนะนำในการเลือกตัวอย่างถัดไปได้จำนวนตัวอย่าง จำนวน 23 ราย ดังแสดงในตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 จำนวนตัวอย่างผู้ผลิต และผู้ค้า ผักพื้นบ้านในภาคใต้

จังหวัด	ผู้เชี่ยวชาญ/ผู้รู้	ผู้ผลิต/ปลูก*	ผู้ค้า	รวม
สงขลา	1	2	5	7
พัทลุง	1	3	4	7
นครศรีธรรมราช	1	7	11	18
ชุมพร	1	2	6	8
ภูเก็ต	1	2	14	16
ระนอง	1	1	4	5
สุราษฎร์ธานี		-	5	5
ตรัง	1	2	2	4
พังงา		1	1	2
กระบี่		1	3	4
สตูล		1	2	3
รวม	8	22	57	79

หมายเหตุ * ผู้ผลิต/ปลูก ที่เป็นผู้ค้าเองด้วย

3.2 แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยใช้ข้อมูลจากแหล่งต่างๆ ดังนี้

- (1) แหล่งข้อมูลปฐมภูมิ ที่ผู้วิจัยหาได้ด้วยตนเอง จากการสังเกต จากการสอบถามทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ จากการสัมภาษณ์ผู้รู้และประชาชนท้องถิ่น รวมถึงการโทรศัพท์สอบถามข้อสงสัยที่ขาดหายไป
- (2) แหล่งข้อมูลทุติยภูมิ จากงานวิจัย หนังสือ นิตยสาร วารสาร เว็บไซต์ และแผ่นพับ ที่ได้จากทั้งหน่วยงานภาครัฐและเอกชน

3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลได้ดำเนินการใน 3 ประเด็น เช่นเดียวกัน คือ

3.3.1 ประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

(1) การดำเนินงานเก็บข้อมูลพื้นฐาน ถ่ายรูป ข้อมูลการใช้ประโยชน์และตลาด เป็นการเก็บข้อมูลในการศึกษาประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ เป็นการสำรวจข้อมูลปฐมภูมิ ตามตลาดผัก ใน 11 จังหวัดภาคใต้ ซึ่งเน้นการใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้าน ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับผักพื้นบ้าน ที่มีอยู่ตามท้องถิ่นต่างๆ ในแต่ละจังหวัด โดยเฉพาะการใช้ประโยชน์ ตลอดจนการตลาดผักและผลไม้พื้นบ้านที่มีอยู่ในปัจจุบัน ตลอดจนแนวทางการประชาสัมพันธ์ และทำการเก็บภาพถ่ายต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ อาทิ ภาพผักและไม้ผลพื้นเมืองในท้องถิ่น ที่วางขายในตลาดต่างๆ ตลอดจนการใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้าน อาทิ การใช้ประโยชน์ในร้านข้าวแกง ร้านขนมจีน เป็นต้น

(2) การดำเนินงาน การเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามตามตลาดต่างๆ ได้ทำการสำรวจข้อมูลผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองตามตลาดต่างๆ ใน 11 จังหวัด โดยใช้แบบสัมภาษณ์ และสอบถาม มีการเก็บรวบรวมภาพถ่ายอย่างพืชผักพื้นบ้านที่มีการวางขายตามตลาดในจังหวัดต่าง ๆ

3.3.2 การทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมาแปรรูปเบื้องต้น

การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสอบถามเยาวชนและนักเรียน และผู้สนใจที่ได้ทดลองชิมน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ โดยความสมัครใจโดยใช้แบบสอบถาม

3.3.3 การค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดในภาคใต้

การเก็บรวบรวมข้อมูลจะเป็นการสำรวจและศึกษาจากเอกสาร ดังนี้

(1) ข้อมูลทุติยภูมิ ซึ่งเป็นเอกสารต่างๆ ที่ได้รวบรวมไว้แล้ว อาทิ หนังสือตำราเกี่ยวกับผักพื้นบ้านต่างๆ ในประเทศไทย ตำราอาหารพื้นบ้านในภาคใต้ ตลอดจนบทความต่างๆ ตามนิตยสาร วารสาร วิทยานิพนธ์ และสารนิพนธ์ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

(2) ข้อมูลปฐมภูมิ ทำการสอบถามจากนักวิชาการผู้ที่มีประสบการณ์ ซึ่งเป็นผู้ให้คะแนนเกณฑ์หลัก (criteria) ที่เป็นตัวกำหนดความโดดเด่นของผักพื้นบ้านในแต่ละท้องถิ่น และผู้รู้เกี่ยวกับชนิดผักพื้นบ้าน และเป็นผู้เลือกชนิดผักที่โดดเด่นในท้องถิ่นต่างๆ โดยทำการสำรวจในจังหวัดต่างๆ 11 จังหวัดของภาคใต้ ซึ่งมีขั้นตอนในการรวบรวมข้อมูล ดังนี้

(2.1) ค้นคว้าชนิดผักพื้นบ้านในแต่ละจังหวัดจากเอกสาร หนังสือต่างๆ เว็บไซต์ และทำการสอบถามเบื้องต้นจากกลุ่มเป้าหมายในพื้นที่ ตามกรอบของงานวิจัย

(2.2) กำหนดเกณฑ์หลัก (criteria) เพื่อนำไปสู่เป้าหมายในการตัดสินใจ ว่าผักพื้นบ้านชนิดใดที่เป็นผักเอกลักษณ์ หรือโดดเด่นของจังหวัดนั้นๆ โดยการสอบถามและให้นักวิชาการ และผู้รู้ที่มีประสบการณ์ และความรู้บนเกณฑ์หลักดังกล่าว เป็นผู้กำหนด

(2.3) ทำการสอบถามนักวิชาการและผู้รู้ที่มีประสบการณ์ และความรู้ โดยใช้แบบสอบถามถึงโครงสร้าง เพื่อพิจารณาให้ลำดับความสำคัญของเกณฑ์หลัก นำไปสู่การกำหนดทางเลือกของชนิดผักพื้นบ้านแต่ละชนิดต่อไป

(2.4) สุ่มตัวอย่างผู้รู้เกี่ยวกับชนิดผักพื้นบ้าน และเป็นผู้เลือกชนิดผักที่โดดเด่นในท้องถิ่น ทำการเลือกตัวอย่างแรกโดยการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง และสุ่มตัวอย่างแบบสโนว์บอลหรือแบบลูกโซ่ (snow ball or chain sampling) จากตัวอย่างแรกที่ได้เลือกมาก็จะเป็นผู้ให้คำแนะนำในการเลือกตัวอย่างถัดไป

(2.5) สอบถามผู้รู้เกี่ยวกับชนิดผักพื้นบ้าน ที่มีในท้องถิ่น แต่ละจังหวัด และให้เลือกชนิดผักที่เป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุด 5 ชนิด

(2.6) ให้ผู้รู้เกี่ยวกับชนิดผักพื้นบ้านเปรียบเทียบผักแต่ละชนิดตามเกณฑ์หลักที่กำหนดไว้ โดยทำการเปรียบเทียบเป็นรายคู่ ตามวิธีการ Analytic Hierarchy Process หรือ AHP ซึ่งใช้แบบสอบถามแบบกิ่งโครงสร้าง ในการเก็บข้อมูลดังกล่าว สำหรับข้อมูลที่ได้นำไปสู่การวิเคราะห์กับโปรแกรมสำเร็จรูปต่อไป

3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นทั้งการสังเกต ทั้งแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม และการใช้แบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ออกแบบเพื่อให้ได้ข้อมูลใช้ในการวิเคราะห์ ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

3.3.1 ประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ การสังเกต ทั้งแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม และการใช้แบบสอบถาม ดังแสดงใน ภาคผนวกที่ 1

ในการสังเกตนั้นใช้การสังเกตการวางตำแหน่งของสินค้าบนแผง การสังเกตการต่อรองระหว่างผู้ขายและผู้ซื้อ และในบางครั้งผู้วิจัยจะเข้าไปมีส่วนร่วมในการต่อรองด้วย เช่นกัน นอกจากนี้ยัง สังเกตพฤติกรรมผู้บริโภคในการรับประทานผักพื้นบ้านและผลไม้พื้นเมืองในร้านขายขนมจีนและร้านข้าวแกง เพื่อแยกแยะผักที่ผู้บริโภคนิยม และผักต่างๆ ตามฤดูกาล

3.3.2 การทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมาแปรรูปเบื้องต้น

(1) กิจกรรมที่ใช้เพื่อเป็นเครื่องมือเอื้ออำนวยต่อการเก็บข้อมูล ประกอบด้วยการประชุมนักศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ หลังจากเสร็จงานในแต่ละวันเพื่อประเมินการตอบสนองของผู้บริโภค กำหนดชนิดน้ำผักและผลไม้ เพื่อการผลิตในวันถัดไป ตลอดจนการประเมินผลงาน

(2) ใช้แบบสอบถาม (ภาคผนวกที่ 2) โดยก่อนที่จะทำการสอบถามนั้น ได้มีการให้เยาวชนนักเรียน และผู้สนใจและสมัครใจที่จะตอบแบบสอบถามชิมน้ำผักและผลไม้ที่สนใจจะชิมและประเมิน และมีการสาธิตการทำน้ำผักและผลไม้ให้ผู้สนใจได้ดูประกอบด้วย โดยมีการกำหนดเวลาการสาธิตเป็นระยะๆ ตลอดวัน

3.3.3 การค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดในภาคใต้

เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้เป็นลักษณะของการเจาะลึก และสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการกับนักวิชาการและผู้รู้ในท้องถิ่นต่างๆ (ภาคผนวกที่ 3) ถึงชนิดผักพื้นบ้านโดดเด่นในท้องถิ่นนั้นๆ และทำการบันทึกข้อมูลโดยการใช้แบบสอบถามแบบไม่เป็นทางการ ใช้กล้องถ่ายภาพดิจิทัล และสมุดบันทึก เป็นเครื่องมือหลักที่ใช้ในการวิจัย

3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ได้ใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลหลากหลายวิธีการ ดังนี้

3.4.1 ประเด็นเบื้องต้นของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบไปด้วย การวิเคราะห์เชิงคุณภาพ รวมทั้งการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า และการวิเคราะห์เชิงพรรณนา โดยใช้ คำร้อยละ และ ค่าเฉลี่ย

3.4.2 การทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมาแปรรูปเบื้องต้น

การวิเคราะห์เชิงพรรณนา เช่น ค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย นอกจากนี้ยังได้มีการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ลำดับของสเปียร์แมน รวมทั้งการทดสอบสมมุติฐานของค่าสัมประสิทธิ์นี้

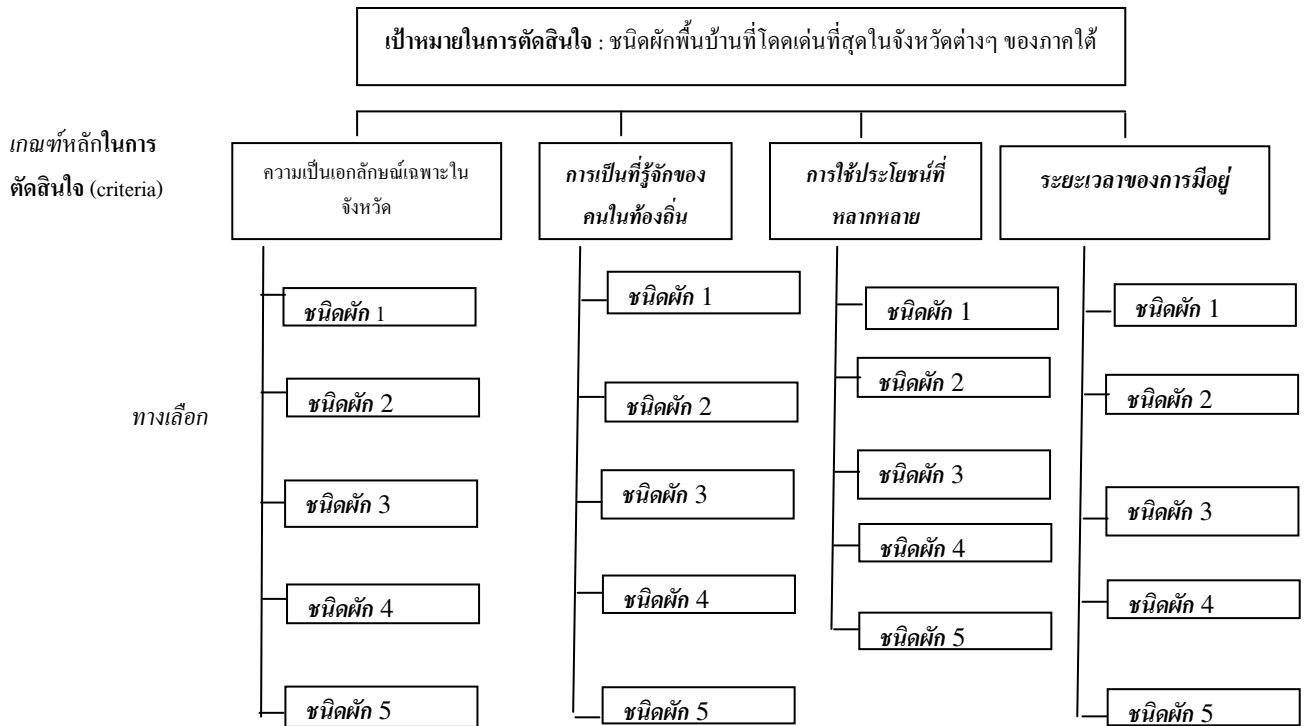
3.4.3 การค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดในภาคใต้

การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสำรวจ โดยใช้กระบวนการลำดับชั้นเชิงวิเคราะห์ (Analysis Hierarchy Process: AHP) เป็นกระบวนการที่ใช้ในการ “วัดค่าระดับ” ของการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และให้ผลการตัดสินใจที่ถูกต้องตรงกับเป้าหมายของการตัดสินใจได้มากที่สุด (Saaty, 2008)

กระบวนการตัดสินใจ AHP (Analytic Hierarchy Process) ซึ่งเป็นกระบวนการตัดสินใจที่ใช้การวินิจฉัยเพื่อหาเหตุผลซึ่งได้รับความนิยมใช้มากที่สุดในโลกโดยมีผู้นิยมใช้มากกว่า 30 ประเทศ ซึ่งเป็นกระบวนการตัดสินใจที่มีการแบ่งองค์ประกอบของปัจจัยออกเป็นส่วนๆ ในรูปแบบของแผนภูมิตามลำดับชั้น ซึ่งสามารถช่วยในการตัดสินใจที่ซับซ้อน อีกทั้งช่วยให้ลดการตัดสินใจที่ผิดพลาดลงได้ เพราะเป็นการตรวจสอบซึ่งกันและกันได้ (วิฑูรย์ ตันศิริคงคล, 2542)

AHP (Analysis Hierarchy Process) เป็นกระบวนการตัดสินใจที่เริ่มต้นด้วยการเปรียบเทียบ “ความสำคัญ” ของเกณฑ์ที่ใช้ในการตัดสินใจ เพื่อหา “น้ำหนัก” ของแต่ละเกณฑ์ก่อน หลังจากนั้นจึงนำ “ทางเลือก” ที่มีทั้งหมดมาประเมินผ่านเกณฑ์ดังกล่าว เพื่อจัดลำดับความสำคัญของแต่ละทางเลือก โดยมีขั้นตอนการปฏิบัติดังนี้

(1) สร้างแบบจำลองของการตัดสินใจ โดยมีรายละเอียดดังนี้



ภาพประกอบที่ 3.2 สร้างแบบจำลองของการตัดสินใจ

ที่มา : Saaty, 2008

(2) เปรียบเทียบเกณฑ์และทางเลือกที่ใช้ในการตัดสินใจเป็นรายการ โดยกำหนดมาตราส่วนในการเปรียบเทียบ 5 ระดับ ดังนี้

- 1 แต่ละเกณฑ์มีน้ำหนักความสำคัญ มากกว่า/น้อยกว่า 1 เท่า
- 2 แต่ละเกณฑ์มีน้ำหนักความสำคัญ มากกว่า/น้อยกว่า 2 เท่า
- 3 แต่ละเกณฑ์มีน้ำหนักความสำคัญ มากกว่า/น้อยกว่า 3 เท่า
- 4 แต่ละเกณฑ์มีน้ำหนักความสำคัญ มากกว่า/น้อยกว่า 4 เท่า
- 5 แต่ละเกณฑ์มีน้ำหนักความสำคัญ มากกว่า/น้อยกว่า 5 เท่า

ในการวิเคราะห์ผลเพื่อจัดอันดับผักพื้นบ้านตามเกณฑ์ดังกล่าว ใช้เทคนิคการวิเคราะห์การตัดสินใจของผู้ให้ข้อมูล โดยเปรียบเทียบเป็นรายการ และนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์โดยใช้หลักการวิเคราะห์การตัดสินใจแบบมีส่วนร่วมและการประเมินแบบ AHP: Analytic Hierarchy Process ด้วยโปรแกรม Expert Choice ที่เป็นซอฟต์แวร์สำเร็จรูปเพื่อสนับสนุนการตัดสินใจของผู้มีอำนาจในการตัดสินใจ มีความโดดเด่นในการแก้ไขปัญหาที่มีหลายทางเลือก

กระบวนการตัดสินใจของ AHP เป็นกระบวนการตัดสินใจที่อิงเหตุผลตามลักษณะ 2 ประการ คือ องค์ประกอบต่างๆ จะต้องมีความเชื่อมโยงกันอย่างเหมาะสม และ ต้องมีความสอดคล้องกันของเหตุผลระหว่างองค์ประกอบเหล่านั้น ดังนั้น กระบวนการของ AHP จึงมีลักษณะสำคัญอยู่ 3 ประการ คือ

- (1) หลักการวางโครงสร้างแผนภูมิระดับชั้น การเรียงลำดับความคิดออกมาเป็นรูปธรรม ในลักษณะของความเชื่อมโยงกันและเป็นเหตุเป็นผลกันในรูปแผนภูมิระดับชั้นจะช่วยให้เห็นภาพของกระบวนการใน AHP ได้ชัดเจนมากขึ้น จำนวนองค์ประกอบในแต่ละระดับชั้นควรอยู่ระหว่าง 5 - 9 องค์ประกอบ ที่จะทำให้ง่ายต่อการจัดการและทำให้เห็นภาพของระบบทั้งหมดได้อย่างชัดเจน ตัวอย่างของการจัดแผนภูมิง่าย ดังแสดงในรูปที่ 7.5 โดยมีเป้าหมาย (goal) เป็นระดับชั้นแรก ซึ่งเป็นการแปลงประเด็นปัญหาที่มีความเป็นลบให้กลายเป็นเป้าหมายที่มีความเป็นบวก เป้าหมายในที่นี้คือ การค้นหาที่พักพื้นบ้านเอกลักษณ์ของภาคใต้ ระดับชั้นถัดมาเป็นเกณฑ์ (criteria) หลักที่ใช้ในการค้นหา ซึ่งมีอยู่ 4 เกณฑ์ด้วยกัน ระดับชั้นถัดลงมาจะเป็นเกณฑ์รอง แต่ในประเด็นปัญหานี้ได้ละทิ้งเกณฑ์รองไปเนื่องจากไม่มีความจำเป็น ระดับชั้นต่ำสุดเป็นกลุ่มของทางเลือก (alternatives) ซึ่งเป็นชนิดของที่พักพื้นบ้านที่ได้ทำการคัดเลือกมาก่อนหน้าแล้วจำนวน 5 ชนิด โครงสร้างแผนภูมิระดับชั้นนี้มีเป็นกระบวนการเริ่มแรก
- (2) การจัดลำดับความสำคัญ ส่วนใหญ่ใช้วิธีการเปรียบเทียบเป็นคู่ (pairwise comparison) โดยให้ผู้ตัดสินใจเปรียบเทียบเกณฑ์หลักที่มีการให้คะแนนความสำคัญโดยอ้างอิงไปยังเป้าหมาย หลังจากนั้นจึงทำการเปรียบเทียบทางเลือกเป็นคู่ๆ เช่นกัน แต่จะอ้างอิงถึงเกณฑ์หลักที่อยู่ในระดับชั้นสูงขึ้นไป ผักชนิดที่ 1 และชนิดที่ 2 ในเกณฑ์หลักของการพบเห็นเฉพาะในจังหวัดเท่านั้น (provincial specific) ผักชนิดไหนมีความเฉพาะเจาะจงในจังหวัดนั้นมากกว่ากัน และมากกว่าในระดับที่เท่าไร? จากมาตร 1-9 ซึ่งจะต้องเปรียบเทียบกับทุกคู่ของแต่ละเกณฑ์ทั้งหมด แล้วนำมาสร้างเป็นเมทริกซ์ของการเปรียบเทียบเป็นคู่ (pairwise comparison matrices) ที่สมาชิกบนและล่างเส้นทแยงมุมมีค่าเป็นส่วนกลับซึ่งกันและกัน หลังจากนั้นจึงเป็นการคำนวณลำดับความสำคัญ (priorities) ของแต่ละเกณฑ์หลัก และ ทางเลือก
- (3) การวัดความสอดคล้องของเหตุผล ความสอดคล้องมีความหมายอยู่ 2 ประการ คือ ประการแรก ความคิดหรือสิ่งของต่างๆ ที่เหมือนกันจะอยู่ในกลุ่มเดียวกันตามลักษณะที่สอดคล้องกัน เช่น ผลส้มกับลูกแก้วกลม สามารถจัดให้อยู่ในกลุ่มเดียวกันได้ถ้าเกณฑ์ในการพิจารณาคือความกลม แต่ถ้าเกณฑ์ คือ รสชาติแล้ว ทั้งสองสิ่งไม่สามารถ

อยู่ในกลุ่มเดียวกันได้ และประการที่สอง ระดับความเข้มข้นของความสัมพันธ์ระหว่างความคิดหรือสิ่งของต่างๆ ต้องสามารถให้เหตุผลซึ่งกันและกันได้ ไม่ควรเกิน 0.1 หรือ ร้อยละ 10 สำหรับตารางเมทริกซ์ตั้งแต่ 5 ปีวิจัยขึ้นไป เช่น ถ้า ผักชนิดที่ 1 เป็นที่รู้จักมากกว่าชนิดที่ 2 ถึง 3 เท่า และ ผักชนิดที่ 2 เป็นที่รู้จักมากกว่าชนิดที่ 3 ถึง 2 เท่า ดังนั้นผักชนิดที่ 1 จึงควรจะเป็นที่รู้จักมากกว่าผักชนิดที่ 3 ถึง 6 เท่า จึงจะมีความสอดคล้องกัน การคำนวณความสอดคล้องมีวิธีการแต่จะต้องนำไปเปรียบเทียบกับตัวเลขที่สุ่มจากตารางเมทริกซ์ ผลที่ได้ไม่ควรเกิน 0.1 หรือ ร้อยละ 10 สำหรับตารางเมทริกซ์ตั้งแต่ 5 ปีวิจัยขึ้นไป ไม่ควรเกิน 0.09 หรือ ร้อยละ 9 สำหรับตารางเมทริกซ์ 4 ปีวิจัย และไม่ควรเกิน 0.05 หรือ ร้อยละ 5 สำหรับตารางเมทริกซ์ 3 ปีวิจัย

ผลการวิจัย



โครงการการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ สำหรับประชาชนมีวัตถุประสงค์ทั่วไปเพื่อกระตุ้นให้ประชาชนทั่วไปเกิดความตระหนักและมีจิตสำนึกต่อการใช้ประโยชน์ของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในภาคใต้ที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น และรักษาความหลากหลายทางชีวภาพอันเป็นแหล่งพันธุกรรมพืชที่มีคุณค่าต่อคนและสภาพแวดล้อม โดยมีวัตถุประสงค์เฉพาะของการวิจัยเพื่อศึกษาสำรวจพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้ และเพื่อสำรวจการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ด้านการบริโภค การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ โรคและแมลงที่ปรากฏ ตลอดจนทำการเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัยโดยใช้สื่อต่างๆ กัน ผู้ประชาชนเป้าหมายหลากหลายประเภท การรายงานผลการวิจัยจึงทำการเสนอตามวัตถุประสงค์ดังกล่าว โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังในรายละเอียดต่อไปนี้

4.1 การสำรวจพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้

ผลการวิจัยเพื่อศึกษาสำรวจพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้ เป็นผลจากการรวบรวมจากแหล่งทุติยภูมิ เช่น จากเอกสาร หนังสือ รายงานการวิจัย วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ และเว็บไซต์ต่างๆ ร่วมกับการสำรวจในพื้นที่จากแหล่งปฐมภูมิทั้งการใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์ผู้รู้ในท้องถิ่นเพื่อตรวจสอบ และบันทึกข้อมูลใหม่เพิ่มเติม

การทำความเข้าใจบริบทของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองด้วยการสำรวจความเห็นของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับความหมายและความแตกต่างระหว่างผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองกับผักและผลไม้เศรษฐกิจเพื่อกำหนดขอบเขตของการสำรวจ ดังนี้

4.1.1 ความหมายของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ และความแตกต่างจากผักและไม้ผลเศรษฐกิจ

(1) ความหมายของ “ผักพื้นบ้าน”

จากการสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับผักพื้นบ้านในตลาดแต่ละจังหวัดของภาคใต้ โดยการสัมภาษณ์ ความเข้าใจในความหมายของผักพื้นบ้านของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักในตลาดและผู้บริโภคผักพื้นบ้าน พบว่า มีการให้ความหมายของผักพื้นบ้านที่คล้ายคลึงกัน นั่นคือ เป็นพืชผักที่มีในท้องถิ่นมีประโยชน์ต่อผู้บริโภค ปลอดภัยจากสารพิษ และมีสรรพคุณทางยา สำหรับรายละเอียดการให้ความหมายของผักพื้นบ้านใน 11 จังหวัดภาคใต้ แสดงในตารางที่ 4.1 ดังนี้

ตารางที่ 4.1 ความหมายของผักพื้นบ้าน ตามความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆ และผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้

จังหวัด	ความหมาย
ชุมพร	<ul style="list-style-type: none"> ● เป็นพืชผักในท้องถิ่นที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ อาจจะอยู่ในป่า หรือใกล้บ้านและผู้คนเอามากินตามๆ กันมา ● เป็นผักปลอดสารพิษ ปลูกเอง หาได้บริเวณบ้าน หรือในท้องถิ่น ● พืชผักที่มีในท้องถิ่น มีประโยชน์ต่อผู้บริโภค โดยเฉพาะสรรพคุณทางยา
ระนอง	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักที่ปลอดสารพิษ มีประโยชน์ต่อสุขภาพ และหาได้ในท้องถิ่นนั้นๆ ● ผักที่อยู่ในชนบท คนในชนบทไม่ต้องซื้อ จะขายคนในเมืองเป็นส่วนใหญ่ ● เป็นผักที่กินเป็นผักเหนาะ เช่น ขนมหิน ข้าวแกง
ภูเก็ต	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักที่ไร้สารพิษ ได้จากธรรมชาติ ● ผักที่หาได้ตามบ้าน รสชาติดีกว่าผักในตลาดซึ่งเป็นผักเศรษฐกิจ ● ผักที่ปลูกตามบ้าน ไม่ต้องใส่ปุ๋ย และปัจจัยการผลิตใดๆ ● เป็นผักในท้องถิ่นที่สามารถหาซื้อได้ง่าย และปลอดสารพิษเป็นส่วนใหญ่ ● ผักที่มีราคาถูก ปลอดสารพิษ ● เป็นผักที่ใช้เป็นผักแถม หาได้ง่ายในท้องถิ่น ● ผักปลอดสารพิษ และเป็นที่ต้องการของตลาดในปัจจุบัน ● ผักที่ให้สรรพคุณทางยา ปลอดสารพิษ
ตรัง	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักที่หาได้ในชนบท ขึ้นเองใกล้บ้าน และไม่ต้องซื้อ ● ผักที่ปลอดภัยจากสารเคมี ● ผักราคาถูก มีตามฤดูกาล ตามชนบท
พัทลุง	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักที่หาได้ในท้องถิ่น ปลูกบ้างหรือขึ้นเองใกล้บ้าน บางครั้งพบในพื้นที่สวน เช่น สวนยางพารา สวนผลไม้ เป็นต้น นอกจากนั้นขึ้นเองในป่า ● ผักที่ปลอดภัยจากสารเคมี
สุราษฎร์ธานี	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักปลอดสารเคมี ● เป็นผักที่หาได้ในชนบท ปลูกในพื้นที่เล็กๆ หรือไม่ก็ขึ้นตามธรรมชาติ ● มีประโยชน์ต่อสุขภาพของผู้บริโภค

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

จังหวัด	ความหมาย
นครศรีธรรมราช	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักในท้องถิ่น ● ผักที่ปลอดภัยจากสารเคมี ● ผักที่ปลูกตามบ้าน ตามท้องถิ่นต่างๆ ● ผักที่ปลูกตามบ้าน หรือขึ้นเองตามธรรมชาติ รวมทั้งพืชผักในป่า
สงขลา	<ul style="list-style-type: none"> ● เป็นผักที่ขึ้นเองในท้องถิ่น ในป่า หาเก็บได้ตามธรรมชาติ ● เป็นผักที่มีขายตามตลาดนัดในท้องถิ่น ● คาดว่าเป็นผักที่ปลอดภัย ● มักจะเป็นผักที่รับประทานสด กับขนมจีน น้ำพริก หรือทำแกงส้ม
กระบี่	<ul style="list-style-type: none"> ● เป็นพืชผักในท้องถิ่นที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ มีประโยชน์ต่อผู้บริโภค โดยเฉพาะสรรพคุณทางยา ● เป็นผักปลอดภัย ปลูกเอง หาได้บริเวณบ้าน หรือในท้องถิ่น
พังงา	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักที่ปลอดภัย มีประโยชน์ต่อสุขภาพ และหาได้ในท้องถิ่นนั้นๆ ● ผักที่อยู่ในชนบท คนในชนบทไม่ต้องซื้อ จะขายคนในเมืองเป็นส่วนใหญ่ ● เป็นผักที่กินเป็นผักเหนาะ เช่น ขนมจีน ข้าวแกง
สตูล	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักที่ไร้สารพิษ ได้จากธรรมชาติ ● ผักที่ปลูกตามบ้าน ไม่ต้องใส่ปุ๋ย และปัจจัยการผลิตใดๆ ● เป็นผักในท้องถิ่นที่สามารถหาซื้อได้ง่าย และปลอดภัยเป็นส่วนใหญ่ ● ผักปลอดภัย และเป็นที่ต้องการของตลาดในปัจจุบัน ● ผักที่ให้สรรพคุณทางยา

โดยสรุปแล้วผักพื้นบ้านตามความหมายของแม่ค้าขายผักและผู้บริโภคที่ได้สอบถามมานั้น สามารถให้ความหมายตามประเด็นต่างๆได้ คือ

- 1) ประเด็นแหล่งที่มาของผัก พบว่าผักพื้นบ้านเป็นผักที่หาได้ตามธรรมชาติ ป่า ห้วย หนอง บึง ร่องสวน แหล่งสาธารณะต่างๆ ในชนบท หรือ ถ้ามีการปลูก เป็นการปลูก หลังบ้านหรือริมรั้ว
- 2) ประเด็นวิธีการปลูก พบว่าผักพื้นบ้านมีวิธีการปลูกที่ไม่ใช้สารเคมี หรือขึ้นเองตามธรรมชาติโดยไม่ต้องใช้สารกำจัดศัตรูพืช หรือปุ๋ยใดๆ

- 3) ประเด็นทางการตลาด พบว่าผักพื้นบ้านมีขายเฉพาะตลาดในท้องถิ่น เช่น ตลาดนัด หรือไม่มีขายในตลาดเพราะทุกคนปลูกเป็นผักสวนครัวที่จำเป็นต้องใช้ มีราคาถูก แต่เป็นที่ต้องการในตลาดปัจจุบัน
- 4) ประเด็นการใช้ประโยชน์ พบว่าผักพื้นบ้านปลอดสารพิษ และใช้ประโยชน์เป็นผักกินกับน้ำพริกหรือขนมจีน ข้าวแกง และที่สำคัญคือมีสรรพคุณทางยา

(2) ความแตกต่างระหว่าง “ผักพื้นบ้าน” กับผักเศรษฐกิจ

ประเด็นความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักในตลาดและผู้บริโภคผักพื้นบ้านเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างผักพื้นบ้านกับผักเศรษฐกิจ ในแง่ทางเศรษฐกิจแล้ว สำหรับผู้ขายระบุว่าผักพื้นบ้านไม่ต้องมีการลงทุนมากมาย สามารถรวบรวมได้ตามท้องถิ่นนั้นๆ ความเสี่ยงที่ผู้ขายจะขาดทุนมีน้อยกว่าผักเศรษฐกิจ สำหรับผู้ซื้อระบุว่าผักพื้นบ้านมีราคาถูกเมื่อเทียบกับผักเศรษฐกิจ

หากมองในแง่ของสุขภาพ จะเห็นได้ถึงถึงความแตกต่างระหว่างผักทั้งสองประเภท นั่นคือผักพื้นบ้านในสายตาผู้ขายและผู้บริโภค มักจะมีความปลอดภัยจากสารเคมี และสามารถหาซื้อได้ตามฤดูกาล

สำหรับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างในรายละเอียดของทั้ง 11 จังหวัด แสดงในตารางที่

4.2

ตารางที่ 4.2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับความแตกต่างของผักพื้นบ้านกับผักเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆและผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้

จังหวัด	ความแตกต่าง
ชุมพร	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักพื้นบ้านจะมีกลุ่มลูกค้าเฉพาะ เช่น ผู้สูงอายุ ข้าราชการ หมอ เป็นต้น ● ผักพื้นบ้านขายดีกว่าผักเศรษฐกิจ ● ผักเศรษฐกิจมีความเสี่ยงต่อการปนเปื้อนของสารเคมีมากกว่าผักพื้นบ้าน ● ราคาของผักพื้นบ้านจะถูกกว่าผักเศรษฐกิจ ใช้เงินในการลงทุนค้าขายน้อย ● ผักพื้นบ้านขายง่ายกว่าผักเศรษฐกิจ ● ผักพื้นบ้านมีในท้องถิ่น ไม่ต้องมีการขนส่งมาจากที่ไกลๆ
ระนอง	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักเศรษฐกิจขายยาก ราคาสูง ● ผู้บริโภคในเมืองนิยมผักพื้นบ้านมากกว่าผักเศรษฐกิจ ทำให้ขายได้เร็ว ● ผักพื้นบ้านเก็บไว้ได้ไม่นานนัก เสี่ยงต่อการเน่าเสีย
ภูเก็ต	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักเศรษฐกิจเป็นผักที่ปลูกในปริมาณมาก และใช้สารเคมีเยอะ ● ผักเศรษฐกิจปลูกเพื่อขายเป็นวัตถุดิบหลัก

ตารางที่ 4.2 (ต่อ)

จังหวัด	ความแตกต่าง
	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักเศรษฐกิจจรสชาติไม่ดี ซึ่งมาจากการปนเปื้อนของสารเคมี ● การปลูกผักเศรษฐกิจ ต้องอาศัยสารเคมีเป็นหลัก ● ผักเศรษฐกิจเน้นการปลูกที่เป็นระบบ ใช้ปัจจัยการผลิตช่วยเร่งผลิต เช่น สารเคมี ในขณะที่ผักพื้นบ้านมีการปลูกแบบง่าย ๆ บริเวณบ้าน ● ผักเศรษฐกิจจะมีการปลูกตามความต้องการของตลาดเป็นหลัก และปลูกในปริมาณมาก ● ผักเศรษฐกิจบางชนิดต้องนำเข้าจากต่างประเทศ
ตรัง	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักพื้นบ้านปลอดภัยจากสารเคมี และราคาถูก ไม่เสี่ยงต่อการลงทุนค้าขาย
हतหลวง	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักพื้นบ้านปลอดภัยจากสารเคมี และราคาถูก ● ผักพื้นบ้านมีสรรพคุณทางยา เป็นสมุนไพร ● ผักพื้นบ้านหาได้ในธรรมชาติโดยไม่ต้องลงทุนปลูก
สุราษฎร์ธานี	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักเศรษฐกิจเป็นผักที่มาจากที่อื่นๆ เช่น ภาคกลาง มีราคาแพง ● ผักเศรษฐกิจมีการลงทุนสูงและเสี่ยงต่อการขาดทุน ● ผักเศรษฐกิจมีความเสี่ยงต่อการปนเปื้อนของสารเคมีที่เป็นอันตราย ● ผักพื้นบ้านหาได้ตามชนบท ปลูกในพื้นที่น้อยๆ ต้องมีการรวบรวมมาจากหลายๆ บ้าน ● ผักพื้นบ้านขายได้เร็วกว่าผักเศรษฐกิจ ไม่เสี่ยงต่อการเน่าเสีย
นครศรีธรรมราช	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักพื้นบ้านปลอดภัยจากสารเคมี และราคาถูกกว่าผักเศรษฐกิจ ● ผักเศรษฐกิจเป็นผักที่ปลูกเพื่อการค้าเป็นหลัก และปลูกในปริมาณมาก ● ผักเศรษฐกิจเป็นผักที่ปลูกในปริมาณมาก ในพื้นที่เดียว ● ผักเศรษฐกิจเป็นผักที่ปลูกตามความต้องการผู้บริโภคเป็นหลัก
สงขลา	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักพื้นบ้านไม่มีการใช้สารเคมีในการปลูก ● ผักพื้นบ้านทำอาหารสากลได้น้อยอย่างกว่า คนรุ่นใหม่ไม่รู้จักหรือนิยมรับประทานเท่าผักเศรษฐกิจ ● ผักพื้นบ้านหาซื้อได้ยากกว่า และบางอย่างไม่คุ้นทำให้ไม่ทราบว่าปรุงเป็นอาหารอย่างไร

ตารางที่ 4.2 (ต่อ)

จังหวัด	ความแตกต่าง
กระบี่	<ul style="list-style-type: none"> • ผักพื้นบ้านขายดีและขายง่ายกว่าผักเศรษฐกิจ • ผักเศรษฐกิจมีความเสี่ยงต่อการปนเปื้อนของสารเคมีมากกว่าผักพื้นบ้าน • ใช้เงินในการลงทุนค้าขายไม่มากนัก • ผักพื้นบ้านมีในท้องถิ่น ไม่ต้องมีการขนส่งมาจากที่ไกลๆ
พังงา	<ul style="list-style-type: none"> • การลงทุนในการค้าผักเศรษฐกิจต้องใช้เวลาลงทุนมากกว่าผักพื้นเมือง • ผู้บริโภคในเมืองนิยมผักพื้นบ้านมากกว่าผักเศรษฐกิจ • ผักพื้นบ้านไม่มีสารพิษจึงเก็บไว้ได้ไม่นานนัก
สตูล	<ul style="list-style-type: none"> • ผักเศรษฐกิจเป็นผักที่ใช้สารเคมีเยอะ • การปลูกผักเศรษฐกิจ ต้องอาศัยสารเคมีเป็นหลัก • ผักเศรษฐกิจจะมีการปลูกตามความต้องการของตลาดเป็นหลัก และปลูกในปริมาณมาก • ผักเศรษฐกิจมาจากหลากหลายพื้นที่ทั้งในภาคใต้ และภาคอื่นๆ จึงมีราคาแพง

โดยสรุปแล้วพบว่าความแตกต่างระหว่างผักพื้นบ้านและผักเศรษฐกิจ นั้นมีความแตกต่างตามประเด็น ดังนี้

- 1) ประเด็นวิธีการผลิต พบว่าผักพื้นบ้านไม่มีการใช้สารเคมีในการผลิต หรือถ้ามี เป็นการใช้อย่างไม่ตั้งใจ ในขณะที่ผักเศรษฐกิจนั้นสารเคมีเป็นปัจจัยการผลิตที่สำคัญ จึงทำให้ต้องมีการลงทุนสูง
- 2) ประเด็นราคา พบว่า โดยทั่วไปแล้วผักพื้นบ้านมีราคาถูกกว่า การลงทุนน้อย ไม่ต้องขนส่งมาจากแหล่งไกลและผู้ขายมีความเสี่ยงต่ำกว่า แต่เก็บไว้ไม่นานเพราะไม่มีการใช้สารเคมีในการเก็บรักษา แต่ขายได้เร็วกว่า ความเสี่ยงต่อการเน่าเสียมีน้อย
- 3) ประเด็นแหล่งที่มา พบว่า ผักพื้นบ้านหาได้ในท้องถิ่นใกล้ๆ ประหยัดค่าขนส่ง ทำให้สามารถขายได้ในราคาถูก ในขณะที่ผักพื้นบ้านต้องมีการขนส่งมาไกล และหลายชนิดมาจากต่างประเทศ
- 4) ประเด็นความนิยมของผู้บริโภค พบว่าผู้บริโภคผักพื้นบ้านมักเป็นผู้ที่มีรายได้สูง เป็นผู้บริโภคในเมืองที่มีความรู้ในการบริโภค แต่ผักพื้นบ้านหลายชนิดใช้ปรุงอาหารได้จำกัด จึงนิยมบริโภคสำหรับผู้ที่มีใจรักจริงๆ

(3) ความหมายของ “ไม้ผลพื้นเมือง”

ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆและผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้ เกี่ยวกับความหมายของ “ไม้ผลพื้นเมือง” พบว่า ไม้ผลพื้นเมืองเป็นไม้ผลที่มีอยู่ในท้องถิ่นนั้นๆ ปลอดภัยจากสารเคมี บางชนิดไม่นิยมรับประทาน ไม่มีความชัดเจนในเรื่องของการตลาด สำหรับรายละเอียดความหมายตามความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างใน 11 จังหวัดภาคใต้ แสดงในตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.3 ความหมายของไม้ผลพื้นเมือง ตามความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆ และผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้

จังหวัด	ความหมาย
ชุมพร	<ul style="list-style-type: none"> ● เป็นผลไม้ที่มีในธรรมชาติ ทั้งในหมู่บ้าน และในป่า สามารถเก็บมาบริโภค โดยไม่ต้องซื้อ ● ผลไม้ตามธรรมชาติ บางชนิดไม่ค่อยนิยมบริโภค เช่น ตะขบไทย
ระนอง	<ul style="list-style-type: none"> ● เป็นผลไม้ที่มีในธรรมชาติ อาจขึ้นตามบ้านเรือน และพบในป่า คนในชนบทสามารถเก็บมาบริโภค โดยไม่ต้องซื้อ แต่จะมีการนำมาขายในเมือง หรือพื้นที่ที่ไม่มีผลไม้นั้นๆ ● เป็นผลไม้ที่มีอยู่ในท้องถิ่นนั้นๆ
ภูเก็ต	<ul style="list-style-type: none"> ● ผลไม้ที่ปลูกบริเวณบ้าน ไม่มีการใส่ปุ๋ย ● ผลไม้ที่มีอยู่ในท้องถิ่น ปลูก และขึ้นเองตามธรรมชาติ ● เป็นผลไม้ที่พบตามท้องถิ่นนั้นๆ ปลอดภัยจากสารเคมี ● เป็นผลไม้ที่ไม่ค่อยได้รับความนิยม หาบริโภคยาก ● เป็นผลไม้ที่อยู่ในชนบท มีจำนวนไม่มากนัก บ้านละต้นสองต้น
ตรัง	<ul style="list-style-type: none"> ● เป็นผลไม้ที่มีอยู่ในท้องถิ่นนั้นๆ โดยเฉพาะในชนบท ● ผลไม้ที่มีตามธรรมชาติ ไม่มีการซื้อขาย
พัทลุง	<ul style="list-style-type: none"> ● ผลไม้ที่มีตามท้องถิ่นนั้นๆ ขึ้นเองตามธรรมชาติ ปัจจุบันมีการปลูกมากขึ้น
สุราษฎร์ธานี	<ul style="list-style-type: none"> ● ผลไม้ที่มีตามท้องถิ่นนั้นๆ ขึ้นเองตามธรรมชาติ
นครศรีธรรมราช	<ul style="list-style-type: none"> ● ผลไม้ที่มีตามท้องถิ่นนั้นๆ ● ผลไม้ที่มีตามท้องถิ่นนั้นๆ มีจำนวนไม่มากนัก

ตารางที่ 4.3 (ต่อ)

จังหวัด	ความหมาย
สงขลา	<ul style="list-style-type: none"> ● เป็นผลไม้ที่มีเฉพาะท้องถิ่น นิยมบริโภคในท้องถิ่นนั้นๆ ไม่แพร่หลาย ● เป็นผลไม้ที่มีการใช้ปัจจัยการผลิตจากภายนอกจำกัด ● บางครั้งเป็นผลไม้ที่เกิดจากวัชพืช เช่น โทงเทง ตาเปิดตาไก่
กระบี่	<ul style="list-style-type: none"> ● เป็นผลไม้ที่มีในธรรมชาติ ทั้งในหมู่บ้าน และในป่า สามารถเก็บมาบริโภค โดยไม่ต้องซื้อ ● ผลไม้ตามธรรมชาติ บางชนิดไม่ค่อยนิยมบริโภค
พังงา	<ul style="list-style-type: none"> ● เป็นผลไม้ที่มีในธรรมชาติ อาจขึ้นตามบ้านเรือน และพบในป่า คนในชนบทสามารถเก็บมาบริโภค โดยไม่ต้องซื้อ ● เป็นผลไม้ที่มีอยู่ในท้องถิ่นนั้นๆ
สตูล	<ul style="list-style-type: none"> ● ผลไม้ที่มีอยู่ในท้องถิ่น ปลูก และขึ้นเองตามธรรมชาติ ● เป็นผลไม้ที่พบตามท้องถิ่นนั้นๆ ปลอดภัยจากสารเคมี ● เป็นผลไม้ที่ไม่ค่อยนิยมบริโภคในปัจจุบัน

โดยสรุปแล้วไม้ผลพื้นเมืองตามความหมายของแม่ค้าขายผลไม้และผู้บริโภคที่ได้สอบถามมานั้น สามารถให้ความหมายตามประเด็นต่างๆ ได้ คือ

- 1) ประเด็นแหล่งที่มาของไม้ผลพื้นเมือง พบว่าผลไม้พื้นเมืองเป็นผลไม้ที่หาได้ตามธรรมชาติ ป่า ร่องสวน แหล่งสาธารณะต่างๆ ในชนบท หรือ ถ้ามีการปลูก เป็นการปลูกหลังบ้านในสวนสมรม (สวนที่มีผลไม้และพืชอื่นๆ ปลูกรวมกันหลายชนิด) มักจะมีปริมาณไม่มากนัก
- 2) ประเด็นวิธีการปลูก พบว่าผลไม้พื้นเมืองมีวิธีการปลูกที่ไม่ใช้สารเคมี หรือขึ้นเองตามธรรมชาติโดยไม่ต้องใช้สารกำจัดศัตรูพืช หรือปุ๋ยใดๆ
- 3) ประเด็นทางการตลาด พบว่าผลไม้พื้นเมืองมีขายเฉพาะตลาดในท้องถิ่น เช่น ตลาดนัด หรือมีการนำมาขายในเมือง หรือในพื้นที่ที่ไม่มีผลไม้ชนิดนั้นๆ
- 4) ประเด็นการใช้ประโยชน์ พบว่าผลไม้พื้นเมืองปลอดภัยจากสารพิษ หากบริโภคยาก บางชนิดไม่ค่อยนิยมบริโภค

(4) ความแตกต่างของ “ไม้ผลพื้นเมือง” กับไม้ผลเศรษฐกิจ

ประเด็นความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆ และผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้ เกี่ยวกับความแตกต่างของ “ไม้ผลพื้นเมือง” กับไม้ผลเศรษฐกิจ พบว่าไม้ผลพื้นเมืองไม่ค่อยเป็นที่รู้จักและไม่เป็นที่นิยมของผู้บริโภคในปัจจุบัน ทำให้ความแตกต่างระหว่างไม้ผลพื้นเมืองกับไม้ผลเศรษฐกิจค่อนข้างชัดเจนในแง่ของประโยชน์ทางเศรษฐกิจ ของทั้งผู้บริโภคและผู้ขาย นั่นคือ ผู้บริโภคนิยมรับประทานไม้ผลเศรษฐกิจที่หาได้ง่ายตามท้องตลาด ส่วนไม้ผลพื้นเมืองยังไม่มีจุดเด่นในเรื่องของการตลาด

สำหรับประเด็นความแตกต่างของไม้ผลทั้งสองประเภทในจังหวัดต่างๆ มีรายละเอียดดังตารางที่ 4.4

ตารางที่ 4.4 ความคิดเห็นเกี่ยวกับความแตกต่างของผลไม้พื้นเมืองกับผลไม้อุตสาหกรรม ของกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆและผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้

จังหวัด	ความแตกต่าง
ชุมพร	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลพื้นเมืองไม่ต้องซื้อ หรือหากต้องซื้อ จะมีราคาถูกกว่าผลไม้อุตสาหกรรม
ระนอง	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลพื้นเมืองมีอยู่ทั่วไปในท้องถิ่น ไม่นิยมบริโภคเท่าที่ควรจึงมีราคาถูกกว่าผลไม้อุตสาหกรรม
ภูเก็ต	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลพื้นเมืองเป็นผลไม้ที่ปลอดภัย ● ไม้ผลพื้นเมืองเป็นไม้ที่ปลูกบริเวณบ้าน จำนวนไม่มาก หลายๆ ชนิดรวมกัน ในขณะที่ไม้ผลเศรษฐกิจต้องปลูกเป็นแปลงใหญ่ๆ และใช้ปัจจัยการผลิตมาก ● ไม้ผลเศรษฐกิจต้องปลูกเป็นระบบ ● ไม้ผลพื้นเมืองขึ้นเองตามธรรมชาติ ไม่ต้องดูแล ● ไม้ผลเศรษฐกิจเป็นไม้ผลที่ผู้บริโภคทั่วไปนิยมบริโภค หาซื้อง่าย ● ไม้ผลเศรษฐกิจมีวัตถุประสงค์เพื่อการค้าเป็นหลัก
ตรัง	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลพื้นเมืองเป็นไม้ผลที่ปลูกบริเวณบ้าน และมีในชนบทเกือบทุกครัวเรือนที่มีพื้นที่บริเวณบ้าน ● ไม้ผลพื้นเมืองไม่ต้องซื้อ ไม่นิยมบริโภคเท่าที่ควร
พัทลุง	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลพื้นเมืองปลอดภัยมากกว่าผลไม้อุตสาหกรรม

ตารางที่ 4.4 (ต่อ)

จังหวัด	ความแตกต่าง
สุราษฎร์ธานี	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลพื้นเมืองไม่ค่อยนิยมบริโภค ● ไม้ผลเศรษฐกิจหาซื้อได้ทั่วไปตามตลาด หรือแม้แต่ข้างถนน ● ไม้ผลพื้นเมืองไม่ต้องซื้อ
นครศรีธรรมราช	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลเศรษฐกิจปลูกเพื่อขายเป็นหลัก และปลูกในพื้นที่ใหญ่ ● ไม้ผลเศรษฐกิจขายได้ราคาดี คนนิยมบริโภค
สงขลา	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลพื้นเมืองขึ้นเองตามธรรมชาติ ● ไม้ผลพื้นเมืองไม่เป็นที่นิยมของผู้บริโภค ราคาถูกกว่า
กระบี่	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลพื้นเมืองไม่ต้องซื้อ หรือหากต้องซื้อ จะมีราคาถูกกว่าผลไม้เศรษฐกิจ
พังงา	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลพื้นเมืองมีอยู่ทั่วไปในท้องถิ่น ไม่นิยมบริโภคเท่าที่ควรจึงมีราคาถูกกว่าผลไม้เศรษฐกิจ หรือแทบจะไม่มีราคาเลย
สตูล	<ul style="list-style-type: none"> ● ไม้ผลพื้นเมืองขึ้นเองตามธรรมชาติ ไม่ต้องดูแล ● ไม้ผลเศรษฐกิจเป็น ไม้ผลที่ผู้บริโภคทั่วไปนิยมบริโภค หาซื้อง่าย ● ไม้ผลพื้นเมือง ไม่นิยมบริโภคจึงไม่พบในตลาดเท่าที่ควร

โดยสรุปแล้วพบว่าความแตกต่างระหว่าง ไม้ผลพื้นเมืองและ ไม้ผลเศรษฐกิจ นั้นมีความแตกต่างตามประเด็น ดังนี้

- 1) ประเด็นวิธีการผลิต พบว่า ไม้ผลพื้นเมืองปลอดสารเคมีมากกว่าไม้ผลเศรษฐกิจ หรือถ้ามี เป็นการใช้โดยไม่ตั้งใจ ในขณะที่ไม้ผลเศรษฐกิจนั้นมีการปลูกเป็นระบบ เป็นแปลงใหญ่ มีสารเคมีเป็นปัจจัยการผลิตที่สำคัญ จึงทำให้ต้องมีการลงทุนสูง
- 2) ประเด็นราคา พบว่า โดยทั่วไปแล้วผลไม้พื้นบ้านไม่ต้องซื้อ หรือหากต้องซื้อ จะมีราคาถูกกว่าผลไม้เศรษฐกิจ ไม่นิยมบริโภคจึงไม่พบในตลาดเท่าที่ควร
- 3) ประเด็นแหล่งที่มา พบว่า ผลไม้พื้นเมืองหาได้ในท้องถิ่น เป็นไม้ผลที่ปลูกบริเวณบ้าน และมีในชนบทเกือบทุกครัวเรือนที่มีพื้นที่บริเวณบ้าน ในขณะที่ไม้ผลเศรษฐกิจหาซื้อได้ทั่วไปตามตลาด หรือแม้แต่ข้างถนน
- 4) ประเด็นความนิยมของผู้บริโภค พบว่าผู้บริโภค ไม้ผลพื้นเมืองมีน้อย ไม่มีคนนิยมบริโภค

ความหมายของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมีความคล้ายคลึงกันในประเด็นสำคัญ และมีความแตกต่างจากผักและไม้ผลเศรษฐกิจ อย่างเห็นได้ชัด การรายงานผลการวิจัยในครั้งนี้จึงใช้คำว่า “ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง” เป็นคำเดียวกัน โดยไม่แยกว่าเป็น “ผักพื้นบ้าน” หรือ “ไม้ผลพื้นเมือง” ด้วยเหตุผลข้างต้น

4.1.2 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ข้อสรุปความหมายและความแตกต่างของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้จากการสำรวจกลุ่มตัวอย่างแม่ค้าผู้ขายผักตามตลาดต่างๆ และผู้บริโภคใน 11 จังหวัดภาคใต้ นั้นได้ถูกกำหนดออกเป็นขอบเขตของการสำรวจรายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่มีการนำมาบริโภคและบางชนิดสามารถพบได้ในท้องถิ่นใกล้คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ นอกจากนี้ยังได้ทำการสำรวจผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่พบเห็นบ่อยครั้งและมีการซื้อขายกันในท้องตลาดของ 11 จังหวัด ที่ได้มีการสำรวจ

(1) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่พบเห็นจากการสำรวจ และมีการนำมาบริโภค

ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่ทำการสำรวจและสรุปออกมาเป็นรายชื่อความถึง ผักและผลไม้ที่หาได้ตามธรรมชาติ ป่า ห้วย หนอง บึง ร่องสวน แหล่งสาธารณะต่างๆ ในชนบท หรือ ถ้ามีการปลูก เป็นการปลูกหลังบ้านหรือริมรั้ว มีวิธีการปลูกที่ไม่ใช้สารเคมี ปลอดภัย หรือขึ้นเองตามธรรมชาติโดยไม่ต้องใช้สารกำจัดศัตรูพืช หรือปุ๋ยใดๆ มีขายเฉพาะตลาดในท้องถิ่น เช่น ตลาดนัด หรือตลาดเฉพาะ มีราคาถูก แต่เป็นที่ต้องการในตลาดปัจจุบัน และที่สำคัญคือมีสรรพคุณทางยา รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่รวบรวมได้ จากการวิเคราะห์เอกสารและข้อมูลทุติยภูมิ ร่วมกับการสำรวจเพื่อให้ได้ข้อมูลปฐมภูมิ และตรวจสอบ (cross checking) ใน 11 จังหวัดของภาคใต้ นับจำนวนได้ประมาณ 231 ชนิด ที่มีชื่อสามัญ (common name) ชื่อวิทยาศาสตร์ (scientific name) ชื่อท้องถิ่น (local name) และ หมายเหตุ ดังแสดงในตารางที่ 4.5

ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่พบเห็นในท้องถิ่นใกล้คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (ม.อ.) ในสดมภ์ หมายเหตุ นั้น เป็นผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่พบเห็นและสังเกตได้ถึงการมีอยู่ในท้องถิ่นอย่างชัดเจนโดย กำหนดขอบเขตภายในรัศมี 50 กิโลเมตร จากคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่มีลักษณะทางภูมินิเวศน์ใกล้เคียงกัน

ตารางที่ 4.5 รายชื่อสามัญ ชื่อวิทยาศาสตร์ ชื่อเรียกในภาคใต้ของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่พบเห็นจากการสำรวจ และมีการนำมาบริโภค และที่พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ*
1	กระจับ	<i>Trapa quadrispinosa</i> Roxb.	กระจับ	
2	กระเจี๊ยบเขียว	<i>Abelmoschus esculentus</i> (L.) Moench.	กระเจี๊ยบมอญ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
3	กระเจี๊ยบแดง	<i>Hibiscus sabdariffa</i> (L.)	กระเจี๊ยบแดง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
4	กระโดนบก	<i>Careya sphaerica</i> Roxb.	ปุยกระโดน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
5	กระตังบาย	<i>Leea indica</i> Merr.	บังบาย บังบายต้น	
6	กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอเทศ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
7	กระชาย	<i>Boesenbergia rotunda</i> (L.) Mansf.	กระชาย หัวชาย	
8	กาแซะ	<i>Millettia atropurpurea</i> Benth.	แซะ ยินเี๊ะ	
9	กระเพรา	<i>Ocimum tenuiflorum</i> (L.)	กระเพรา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
10	กระพังโหม	<i>Paederia linearis</i> Hook.f.	กระพังโหม	
11	กระท่อน	<i>Sandoricum koetjape</i> (Burm.f.) Merr.	ล่อน สะท่อน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
12	กระทือ	<i>Zingiber zerumbet</i> Smith.	หัวทือ ทือ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
13	กระสัง	<i>Peperomia pellucida</i> Korth.	ผักสังเขา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
14	กระวาน	<i>Amomum krervanh</i> Pierre	กระวานแดง กระวานดำ กระวานขาว	
15	ก้างปลาแดง	<i>Securinega leucopyrus</i> Muell. Arg.	ก้างปลาเพี้ยฟาน	
16	กรูงเขมา	<i>Cissampelos pareira</i> L. var. <i>hirsuta</i>	กรูงเขมา	
17	กระทกรก	<i>Passiflora foetida</i> L.	กระโปรงทอง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
18	โกสน	<i>Codiaeum variegatum</i> (L.) Blume	โกสน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
19	โกกงาง	<i>Rhizophora mucronata</i> Poir.	โกกงางใบใหญ่ โกกงางหัวสม โกกงอน กางเกง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
20	กล้วย	<i>Musa spp.</i>	กล้วยเถื่อน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
21	กลอย	<i>Dioscorea hispida</i> Dennst. <i>Var. hispida</i>	กลอย	
22	กุ่มน้ำ	<i>Crateva magna</i> (Lour.) DC.	กุ่ม	
23	ขจร	<i>Telosma minor</i> Craib	ดอกขจร	
24	ขนุน	<i>Artocarpus heterophyllus</i> (Lamk.)	มะหุน ขนุน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
25	ขมิ้นชัน	<i>Curcuma longa</i> L.	ขมิ้น	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
26	ขมิ้นขาว	<i>Curcuma mangga</i> Valetton & Zijp	ขมิ้นขาว	
27	ข่า	<i>Alpinia galanga</i> (L.) Willd.	หัวข่า	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
28	ขิง	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe	ขิง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
29	ขี้เหล็กบ้าน	<i>Senna siamea</i> (Lam.) Irwin & Barneby	ขี้เหล็ก	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
30	ขี้เหล็กเลือด	<i>Cassia timoriensis</i> DC.	ขี้เหล็กป่า ขี้เหล็กใหญ่,	
31	ขรี	<i>Dalbergia parviflora</i> Roxb.	สรี สักขี	
32	ขลุ้	<i>Pluchea indica</i> (L.) Less.	ขลุ	
33	เขลง	<i>Dialium cochinchinensis</i> Pierre	กาหีย นางคำ ลูกหีย	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
34	ไข่น้ำ	<i>Vitex glabrata</i> R. Br.	ไข่น้ำ	
35	ควน	<i>Colocasia gigantean</i> Hook.f.	โชน ออกดิบ ออกดิบ	
36	แค	<i>Sesbania grandiflora</i> (L.) Poir.	แค	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
37	คัดเค้าเครือ	<i>Randia siamensis</i> Craib.	คัดเค้าเครือ	
38	คันทรง	<i>Colubrina asiatica</i> L. ex Brongn.	กระทรง	
39	ค้างคาว	<i>Tacca chantrieri</i> Andr.	ม้าถอนหลัก ว่านพังพอน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
40	เครื่องห้า	<i>Toddalia asiatica</i> (L.) Lam.	เล็บกระรอก เล็บเราะ	
41	จิกทะเล	<i>Barringtonia asiatica</i> (L.) Kurz	โคนเด	
42	จิกน้ำ	<i>Barringtonia acutangula</i> (L.) Gaertn.	จิกนา จิก กระโคนน้ำ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
43	จาก	<i>Nypa fruticans</i> Wurm.	จาก อัดตะ	
44	จำปาตะ	<i>Artocarpus integer</i> Merr.	จำปาตะ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
45	จำปูริง	<i>Baccaurea minor</i>	จำไร จำไทร จำหลิ จำปูนิง จำปูลิง มะไฟลิง	
46	จวง	<i>Cinnamomum cassia</i>	จวง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
47	จิ้ง	<i>Ficus fisrulosa</i> Reinw. Ex Blume	ลูกจิ้ง ลูกจิ้ง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
48	ข้าพลุ	<i>Piper sarmentosum</i> Roxb.	นมวา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
49	ชมพู่มะเหมี่ยว	<i>Syzygium malaccense</i> (L.) Merr. & L.M. Perry	ชมพู่มะแฮก มะเหมี่ยว ชมพู่มะแดง ชมพู่ม่าเหมี่ยว	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
50	ชะมวง	<i>Garcina cowa</i> Roxb. Ex DC.	มวงส้ม ส้มมวง ส้มโมง กะมวง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
51	ชะอม	<i>Acacia piñata</i> Willd. ssp. <i>insuavis</i> Nielsen	อม	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
52	ชุมเห็ดเทศ	<i>Senna alata</i> (L.) Roxb.	ชุมเห็ดเทศ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
53	ชุมเห็ดไทย	<i>Cassia tora</i> Linn.	ชุมเห็ดเล็ก	
54	ชুমแสง	<i>Xanthophyllum</i> <i>lanceatum</i> (Miq.) J.J. Sm.	ชুমแสง	
55	ชำมะเลียง	<i>Lepisanthes fruticosa</i> (Roxb.) Leenh.	ชুমเลียง พุมเรียง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
56	แซะ	<i>Millettia atropurpurea</i> Benth.	แซะ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
57	ตีปตี	<i>Piper retrofractum</i> Vahl	ตีปตีเชือก	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
58	ดาวเรือง	<i>Tagetes erecta</i> L.	ดาวเรือง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
59	คาหลา	<i>Etlingera elatior</i> (Jack) R.M. Sm.	กะลา จินตะหระ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
60	โต๊ะเค๊ะ	<i>Lepionurus sylvestris</i>	ตุเค๊ะ ตูเค๊ะ โตเค๊ะ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
61	ตะขบฝรั่ง	<i>Muntingia calabura</i> L.	ครบฝรั่ง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
62	ตะขบไทย	<i>Flacourtia rukam</i> Zoll. & <i>Moritzi</i>	ลูกครบ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
63	ตะลิงปลิง	<i>Averrhoa bilimbi</i> L.	หลิงปลิง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
64	ตะไคร้	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Staph.	ไคร	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
65	ตะไคร้ต้น	<i>Cinnamomum ilicioides</i> Cheval.	ไม้จวง จวงหอม	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
66	ตาลปีตรถายี่	<i>Limncharis flava</i> Buch.	ฝักก๊วก ฝักพาย บอนจิ้น บอนนางก๊วก	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
67	ตาล	<i>Borassus flabellifer</i> L.	โหนด	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
68	दानหม่อน	<i>Vernonia elliptica</i> DC.	दानค้อน ดานม่อน	
69	ควี้ลี้ม	<i>Cratoxylum formosum</i> Dyer. subsp. <i>pruniflorum</i> Gogel.	เด้า ดาว	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
70	เต้าร้างแดง	<i>Caryota mitis</i> Lour.	เต้าร้างแดง เขื่องหมู่ เต้าร้าง	
71	ตำลึง	<i>Coccinia grandis</i> (L.) Voigt	ตำลึง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
72	ถั่วค้ำ	<i>Canavalia rosea</i> (Sw.) DC.	ไถ่เต้า ถั่วค้ำพร้า	
73	ถั่วพร้า	<i>Canavalia gladiata</i> (Jacq.) DC.	ถั่วโอวัลติน	
74	ถั่วพู	<i>Psophocarpus</i> <i>tetragonolobus</i> (L.) DC.	ถั่วพู	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
75	ถั่วแระ	<i>Cajanus cajan</i> (L.) Millsp.	ถั่วแระด	
76	เถาคัน	<i>Cayratia trifolia</i> (L.) Domin	เถาคัน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
77	เถาเอ็นอ่อน	<i>Cryptolepis buchmanii</i> Roem. & Schult	หญ้าลิเลน หมอนดินเป็ด	
78	ทุเรียน	<i>Durio zibethinus</i> Murray	เรี่ยน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
79	ทุเรียนเทศ	<i>Annona muricata</i> L.	ทุเรียนน้ำ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
80	ทูนก้านค้ำ	<i>Colocasia</i> sp.	บอนค้ำ ออคิบค้ำ โชนค้ำ	
81	ทองหลางน้ำ	<i>Erythrina fusca</i> Lour.	ทองหลาง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
82	ทำม้ง	<i>Litsea elliptica</i> Blume	ทำม้ง แมงคาคัน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
83	โห้ชะ		ทุ	
84	น้อยหน้า	<i>Annona squamosa</i> L.	น้อยแน่	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
85	นนทรี	<i>Peltophorum pterocarpum</i> (DC)	นนทรี ชำเลง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
86	นมสวรรค์	<i>Clerodendrum paniculatum</i> L.	น้านมสวรรค์ พนมสวรรค์ เข็มฉัตร	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
87	เนียง	<i>Archidendron jiringa</i> (Jack) I.C. Nielsen	เนียง ลูกเนียง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
88	เนียงนก	<i>Archidendron bubalinum</i>	กะน๊าะ ยีริงบูกง กือต๊ะ	
89	บัวบก	<i>Centella asiatica</i> (L.) Urban	ผักแว่น	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
90	บัวสาย	<i>Nymphaea lotus</i> L.	สายบัว	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
91	บอน	<i>Colocasia esculenta</i> (L.) Schott	บอนน้ำ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
92	บอนจิ้น	<i>Limnocharis flava</i> (L.) Buchenau	บอนจิ้น	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
93	บอนเต่า	<i>Alocasia</i> sp.	หัวเต่าเขียด	
94	บอนสัง	ไม่ทราบชื่อวิทยาศาสตร์	บอนสัง	
95	บอนส้ม	<i>Homalomena rostrata</i> Griff.	บอนส้ม	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
96	บวบ	Family Cucurbitaceae	บวบ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
97	บุก	<i>Amorphophallus campanulate</i> Bl. Ex Decne.	หัวบุก	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
98	ประ	<i>Elateriospermum tapos</i> Blume	ลูกประ	
99	ปรังทะเล	<i>Acrostichum aureum</i> L.	ปรังหนู	
100	ปุด	<i>Achasma megalocheilos</i>	ปุดช้าง เร่วใหญ่ ปุดหนู	
101	เปราะป่า	<i>Kaempferia marginata</i> Carcy	เปราะหัวหญิง เปราะเถื่อน	

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
102	เป็งทะเล	<i>Phoenix paludosa</i> Roxb.	เป็งเล	
103	โปรงแดง	<i>Ceriops tagal</i> C.B. Robinson	ปรังไข่ ปรัง แสม	
104	ผักกาดช้าง	<i>Crassocephalum crepidioides</i> (Benth.) S. Moore	ผักกาดหัวปลี ผักกาดไร่	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
105	ผักกูด	<i>Diplazium esculentum</i> (Retz.) Sw.	ผักกูด หัสคำ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
106	ผักเขียด	<i>Monochorua vaginalis</i> (Burm. f.) C. Presl ex Kunth	ผักกรีน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
107	ผักขม	<i>Amaranthus</i> spp.	ผักโขม ผักโหม	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
108	ผักถ่อย	<i>Lactuca indica</i> L.	ผักถ่อย	
109	ผักชีล้อม	<i>Oenanthe javanica</i> (Blume) DC.	ผักชีล้อม	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
110	ผักตบชวา	<i>Eichhornia crassipes</i> (C. Mart.) Solms	ผักตบชวา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
111	ผักบุ้ง	<i>Ipomoea aquatica</i> Forssk.	ผักบุ้ง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
112	ผักไผ่	<i>Polygonum odoratum</i> Lour.	ผักไผ่	
113	ผักพุ่ม	<i>Champereia manillana</i> (Blume) Merr.	ผักพุ่ม ผักตะพุ่ม หมากหมก ภูมิ	
114	ผักเม็ก	<i>Syzygium gratum</i> (Wight) S.N. Mitra	เม็กชุน เสม็ด เสม็ดเขา	
115	ผักเมะ	<i>Momordica subangulata</i> Blume	ผักเมะ ผักกระยอง	
116	ผักลิ้นห่าน	ไม่ทราบชื่อวิทยาศาสตร์	โครงหมู โครงหมา	
117	ผักสะแงะ	<i>Trachyspermum roxburghianum</i> (DC.) Craib	ผักชีกระะ ผักชีไร่	

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
118	ผักเสี้ยน	<i>Cleome gynandra</i> L.	ผักเสี้ยน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
119	ผักเสี้ยนผี	<i>Cleome viscosa</i> L.	ผักเสี้ยนผี	
120	ผักหวานบ้าน	<i>Sauropus androgynus</i> (L.) Merr.	ผักหวาน ผักหวานใต้ใบ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
121	ผักเหมียง	<i>Gnetum gnemon</i> L. var. <i>ternerum</i> Markgr.	ผักเหลียง ผักเหลียง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
122	ผักหนาม	<i>Lasia spinosa</i> (L.) Thwaites	กะลีส ผักหนาม	
123	ผักเหนาะ	<i>Centella asiatica</i> (L.) Urban	ผักหนอก ผักแว่น	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
124	ผักโหมจีน	<i>Amaranthus tricolor</i> L.	ผักหอมพร้าว	
125	ผักโหมหัด	<i>Amaranthus viridis</i> L.	ผักขม ผักขมหัด ผักโชมหัด ผักโชมหวาน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
126	ผักโหมหนาม	<i>Amaranthus spinosus</i> L.	ผักโชมขาว	
127	ผักอีโลก	<i>Oxalys psittacorum</i> (Willd.) Vahl	ผักอีโลก	
128	ฝอยทอง	<i>Cuscuta chinensis</i> Lam.	ฝอยทอง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
129	เพกา	<i>Oroxylum indicum</i> (L.) Kurz	เพกา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
130	พฤษภ	<i>Albizia lebbek</i> (L.) Benth.	กาไฟ	
131	พาโหม	<i>Paederia linearis</i> Hook.f.	กระพังโหม ขี้ตด เกาตุค หมูดุดหมา ดดหมา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
132	พริก	<i>Capsicum</i> spp.	พริก	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
133	พืลังกาสาเล็ก	<i>Ardisia polycephala</i> Wall.	ตาเปิดตาไก่	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
134	พืลังกาสาใหญ่	<i>Ardisia pendulifera</i> Pit. var. <i>microsepala</i> Fletch.	ตาเปิด ราม มาตาอาแย	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
135	พะยอม	<i>Shorea roxburghii</i> G. Don	พะยอมทอง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
136	พะวา	<i>Garcinia speciosa</i> L.	พะวา วา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
137	แพงพวย	<i>Catharantus roseus</i> L.	แพงพวย	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
138	ไพรดำ	<i>Zingiber zerumbet</i> Smith.	กระเทือ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
139	ผัก	<i>Benincasa hispida</i> (Thunb.) Cogn.	ขี้พริ้ว	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
140	ฟักข้าว	<i>Momordica cochinchinensis</i> (Lour.) Spreng.	ขี้กาเครือ ขี้พรว้าไฟ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
141	ฟักทอง	<i>Cucurbita moschata</i> Duchesne	น้ำเต้า	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
142	แฟบ	<i>Terminalia tripteroides</i> Craib	แฟบน้ำ แฟบหัวลิง หลิง	
143	มะกรูด	<i>Citrus hystrix</i> DC.	มะกรูด	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
144	มะกอกป่า	<i>Spondias bipinnata</i> Airy snaw & Forman	กอกเขา กอก	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
145	มะขาม	<i>Tamarindus indica</i> L.	ขาม	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
146	มะเขือพวง	<i>Solanum torvum</i>	มะแว้งช้าง ลูกแว้ง แว้งช้าง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
147	มะเดื่อปล้อง	<i>Ficus hispida</i> L.	เดื่อปล้อง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
148	มะเดื่อขี้ผึ้ง		ขี้ผึ้งขาว	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
149	มะเดื่ออุทุมพร	<i>Ficus racemosa</i> L.	เดื่อน้ำ	
150	มะตาด	<i>Dillenia indica</i> L.	ส้มประ ส้านกว้าง ส้านใหญ่	
151	มะตูม	<i>Aegle marmelos</i> Corr.	กระตันตาเถร ตุ่มตั้ง ตูม	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
152	มะปริง	<i>Bouea oppositifolia</i> (Roxb.) Meisn.	ส้มปริง ปริง โด้ง ดง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
153	มะพร้าว	<i>Coccoloba nucifera</i> L.	พร้าว	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
154	มะเฟือง	<i>Averrhoa carambola</i> L.	มะเฟือง ลูกเฟือง สะบือ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
155	มะม่วง	<i>Mangifera indica</i> L.	ม่วง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
156	มะม่วงหิมพานต์	<i>Anacardium occidentale</i> L.	ม่วงเลือด หัวครก กาหยู	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
157	มะมุด	<i>Mangifera foetida</i> Lour.	ลูกมุด ส้มมุด	
158	มะนาวควาย	<i>Citrus medica</i> L.	มะนาวควาย	
159	มะขม	<i>Phyllanthus acidus</i> (L.) Skeels	มะขม ขม	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
160	มะรุม	<i>Moringa oleifera</i> Lam.	รุม	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
161	มะระจีนก	<i>Momordica charantia</i> L.	ผักไซ ผักไทย	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
162	มะละกอ	<i>Carica papaya</i> L.	ลือกอ ก้วยลา แดงคั้น	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
163	มะไฟ	<i>Baccaurea ramiflora</i> Lour.	ส้มไฟ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
164	มะอึก	<i>Solanum stramonifolium</i> Jacq.	ลูกอึก	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
165	มังคุด	<i>Garcinia mangostana</i> L.	มังคุด แมงคุด	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
166	มันจี่หนู	<i>Plectranthus rotundifolius</i> (Poir.) Spreng.	มันจี่หนู มันหนู อุปีกาลัง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
167	มันเทศ	<i>Ipomoea batatas</i> (L.) Lam.	มันหลอง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
168	มันปู	<i>Glochidion wallichianum</i> Mull. Arg.	มันปู มันปูใบเล็ก ยอดทะเล (ยอดกะทิ) นกกอนทะเล	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
169	มันสำปะหลัง	<i>Manihot esculenta</i> Crantz	มันไม้	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
170	เม่าไข่ปลา	<i>Antidesma ghaesembilla</i> Gaertn.	เม่าข้าวเบา เม่าทุ่ง ส้มเม่า	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
171	แมงลัก	<i>Ocimum americanum</i> L.	แมงลัก	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
172	โมกเครือ	<i>Aganosma marginata</i> (Roxb.) G. Don	เค็ยขบิด ย่านเค็ยขบิด	
173	โมกมัน	<i>Wrightia tomentosa</i> Roem. & Schult.	มกมัน	
174	ขอบ้าน	<i>Morinda citrifolia</i> L.	ขอ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
175	ขอป่า	<i>Morinda elliptica</i> Ridl.	ขอ กะมูดู	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
176	ย่านาง	<i>Tiliacora triandra</i> (Colebr.) Diels	ขาดนาง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
177	ยี่หระ	<i>Ocimum gratissimum</i> L.	รา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
178	ระกำ	<i>Salacca walichiana</i> C. Martius	ส้มกำ กำ ระกำกอก สะลัก สะละ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
179	ระข้อมน้อย	<i>Rauvolfia serpentine</i> Benth. Ex Kurz	ปลาขี้สาร ระข้อมน้อย กะข้อม	
180	ราชพฤกษ์	<i>Cassia fistula</i> L.	ราชพฤกษ์ คุน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
181	ละไม	<i>Baccaurea motleyana</i> Muell. Arg.	ระไม ไหมร รามา รำเบ รามาคีฏี	
182	ลำหึ่ง	<i>Stenochlaena palustris</i> (Burm.f.) Bedd.	ลำหึ่ง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
183	ลำพู	<i>Sonneratia caseolaris</i> (L.) Engl.	ลำพู	
184	ลำแพน	<i>Sonneratia alba</i> Smith	ปาด รำป่าด บูแบ	
185	ลำแข	<i>Baccaurea macrocarpa</i>	ลำแข ลูกปู มะแค้	
186	เล็บครุฑ ทอคมัน	<i>Polyscias fruticosa</i> (L.) Harms	ใบเล็บครุฑ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
187	เล็บเหยี่ยว	<i>Zizyphus oenoplla</i> Mill.	แสจัน ขับเหยี่ยว	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
188	เลียบ	<i>Ficus lacor</i> Buch.	ยอดเลียบ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
189	สตาร์แอปเปิล	<i>Chrysophyllum cainito</i> L.	แอปเปิลไทย แอปเปิลน้ำ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
190	ส้มกุ้ง	<i>Persicaria chinensis</i> (L.) H. Gross	ส้มกุ้งน้อย ส้มกุ้งใหญ่ ส้มกุ้ง ส้มลม	
191	ส้มแขก	<i>Garcinia atrovirdis</i> Griff.	มะขามแขก ส้มมะวาน ส้มแขก ส้มพะงุน ส้ม ควาย ส้มคร่ำว กูลโม	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
192	ส้มจี๊ด	<i>Fortunella punctata</i> Tar.	ส้มจี๊ด ส้มเกล้า	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
193	ส้มแป้น	<i>Citrus reticulata</i> var. Sompaen	ส้มแป้น	
194	ส้มป่อย	<i>Acacia concinna</i> (Willd.) DC.	ส้มป่อย	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
195	ส้มสันดาน	<i>Cissus hastata</i> Miq.	ส้มกุ้ง ส้มอบอบ	
196	ส้มเสี้ยวต้น	<i>Bauhinia pottsii</i> G. Don var. <i>decipiens</i> (Craib) K. et S.S. Larsen	ส้มเสี้ยว	
197	สะเดา	<i>Azadirachta indica</i> A. Juss.	สะเดา กะเดา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
198	สะแถ	<i>Broussonetia kurzii</i> (Hook.f.) Corner	ซง ลูกซง	

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
199	สะตอ	<i>Parkia speciosa Hassk.</i>	สะตอ ลูกตอ กะตอ ปัดเต๊ะ ปาไต ปะตา กายปะตา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
200	สับประค	<i>Ananus comosus (L.) Merr.</i>	ขุนทอง ยานัด ย่านนัด สับรด มะลิ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
201	สันตะวา	<i>Ottelia slismoides (L.) Pers.</i>	หวา สันตะวาใบพาย	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
202	สาเก	<i>Artocarpus altilis (Parkinson) Fosberg</i>	สาเก	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
203	สาธู	<i>Maranta arundinacea L. var. arundinacea</i>	ต้นสาธูวิลาด	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
204	สาระแหน่	<i>Mentha cordifolia Opiz.</i>	มักเงาะ สะแน่	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
205	สาหร่ายทะเล	Algae	สาหร่ายทะเล สาย	
206	สาหร่ายน้ำจืด	<i>Spirogyra sp.</i>	เตา	
207	สาหร่ายเม็ดพริก	ไม่ทราบชื่อวิทยาศาสตร์	สาย	
208	โสมไทย	<i>Talinum paniculatum Gaerth. T. patens Willd.</i>	โสมไทย	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
209	หนามแดง	<i>Carissa carandas L.</i>	มะนาวโห่	
210	หน่อไม้	<i>Bambusa spp.</i>	หน่อไม้	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
211	หน่อกะลา	<i>Alpinia nigra (Gaertn.) B.L. Burt</i>	เร่วน้อย	
212	หางปลาช่อน	<i>Emilia sonchifolia (L.) DC.</i>	ผักกาดนกเขา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
213	หมรุยมัน	<i>Micromelum minutum Wight & Arn..</i>	หมรุย หมุยใหญ่ หมุย สมุย หัสคุณ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
214	หมรุยหอม	<i>Micromelum combodiana</i>	หมรุยเล็ก หมรุยบ้าน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
215	หลุมพี	<i>Zalacca conferta Griff.</i>	กุ่มพี กะลุมพี กลูปี	
216	หม้อข้าวหม้อแกง ลิง	<i>Nepenthes sp.</i>	กระดิงนายพราน หม้อข้าวหม้อแกงลิง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อภาคใต้	หมายเหตุ
217	หว่า	<i>Syzygium cumini</i> (L.) <i>Skeels</i>	หว่า ห่าขี้แพะ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
218	เหรียญ	<i>Parkia timoriana</i> Merr.	เหรียญ ลูกเหรียญ สะเหรียญ หน่อเหรียญ	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
219	แฮม็ดขุน	<i>Eugenia grata</i>	แฮม็ดแดง เสม็ด เสม็ด ขุน	
220	โหระพา		โหระพา	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
221	โหระพาน้ำ	Family Scrophulariaceae	โหระพาน้ำ ราน้ำ	
222	หว่ายน้ำ	<i>Calamus godefroyi</i> Becc.	หว่ายพราน	
223	หว่ายลิง	<i>Flagellaria indica</i> L.	หว่ายเข็บบจาก หว่ายลี	
224	เห็ดแครง	<i>Schizophyllum commune</i> Fr.	เห็ดแครง	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
225	เห็ดขานหมาก	ไม่ทราบชื่อวิทยาศาสตร์	เห็ดขานหมาก	
226	เห็ดเสม็ด	<i>Boletus griseiopurpureus</i>	เห็ดเสม็ด	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
227	อโศกน้ำ	<i>Saraca indica</i> L.	อโศกน้ำ	
228	อัญชัน	<i>Clitoria ternatea</i> L.	อัญชัน	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
229	เอื้องหมาขาน	<i>Costus speciosus</i> (Koen.) Sm.	บันไดสวรรค์ เอื้องช้าง เอื้องใหญ่	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
230	อินทนิลน้ำ	<i>Lagerstoeimia speciosa</i> Pers.	อินทนิล	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
231	อุตพิด	<i>Typhonium trilobatum</i> (L.) Schott	อุตพิด	พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ.
232	เอื้องน้ำ	<i>Polygonum tomentosum</i> Willd.	เอื้องน้ำ ผักเอื้อง	

หมายเหตุ : * พบในท้องถิ่นใกล้ ม.อ. หมายถึง ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่พบเห็นจนเป็นที่สังเกตได้อย่างชัดเจนของการมีอยู่ในท้องถิ่นภายในรัศมี 50 กิโลเมตร จากคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

ที่มา : สมามคมหยาดฝน และคณะ, 2537; สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2542; เมฆ จันทน์ประยูร, 2541; อุไร, 2547ก
อุไร, 2547ข; อุไร, 2547ค และจากการสำรวจ (2550-2554)

(2) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ในแต่ละจังหวัด

รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้ทำการสำรวจแล้วนั้น ได้นำมาจำแนกเป็นผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำนวนประมาณ 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และพบชุกชุมในฤดูกาล/เดือน ในทั้ง 11 จังหวัดในภาคใต้ ดังแสดงในตารางที่ 4.6 ถึง 4.16

ผู้รู้และปราชญ์ในท้องถิ่นทำการประเมินและให้ความสำคัญถึงการใช้ประโยชน์ โดยการจัดลำดับรายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองทั้ง 20 ชนิดนี้ แล้วทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 4 - 5 ชนิดเพื่อทำการศึกษาต่อไป ดังที่ได้ระบายแถบสีเหลืองไว้ในตาราง

(2.1) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดชุมพร (ตารางที่ 4.6) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 4 ชนิด คือ ผักพุม ผักเหมียง ส้มแป้น และ หมี่ดชุมชน

ตารางที่ 4.6 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดชุมพร

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอเทศ	ตลอดทั้งปี
กล้วย	<i>Musa spp.</i>	กล้วยเถื่อน	ตลอดทั้งปี
กุ่มน้ำ	<i>Crateva magna</i> (Lour.) DC.	กุ่ม	ต้นฤดูฝน
คูน	<i>Colocasia gigantean</i> Hook.f.	โชน ออดิบ ออกดิบ	ตลอดทั้งปี
เครืองูเห่า	<i>Toddalia asiatica</i> (L.) Lam.	เล็บกระรอก เล็บเราะ	ฤดูฝน
ลิ้ง	<i>Ficus fisrulosa</i> Reinw. Ex Blume	ลูกลิ้ง ลูกขี้ง	ตลอดทั้งปี
บอนส้ม	<i>Homalomena rostrata</i> Griff.	บอนส้ม	ตลอดทั้งปี
บัวบก	<i>Centella asiatica</i> (L.) Urban	ผักแว่น	ตลอดทั้งปี
บุก	<i>Amorphophallus campanulate</i> Bl. Ex Decne.	หัวบุก	ฤดูฝน
ผักกูด	<i>Diplazium esculentum</i> (Retz.) Sw.	ผักกูด หัสคำ	ตลอดทั้งปี
ผักพุม	<i>Champereia manillana</i> (Blume) Merr.	ผักพุม ผักตะพุม หมากหมก ภูมิ	ฤดูฝน

หมายเหตุ : สีที่เน้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกลักษณ์ประจำจังหวัด

ตารางที่ 4.6 (ต่อ)

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
ผักเมะ	<i>Momordica subangulata</i> Blume	ผักเมะ ผักกระของ	ฤดูฝน
ผักเหมียง	<i>Gnetum gnemon</i> L. var. <i>ternerum</i> Markgr.	ผักเหลียง ผักเหียง	ฤดูฝน
พิลังกาสาใหญ่	<i>Ardisia pendulifera</i> Pit. var. <i>microsepala</i> Fletch.	ตาเบ็ด ราม มาตาอาเย	ฤดูฝน
ส้มป่อย	<i>Acacia concinna</i> (Willd.) DC.	ส้มป่อย	ตลอดทั้งปี
ส้มแป้น	<i>Citrus reticulata</i> var. Sompae	ส้มแป้น	ฤดูฝน
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ ปัดเต้าะ ปาไต ปะตา กาญปะตา	ต้นฤดูฝน
สะแล	<i>Broussonetia kurzii</i> (Hook.f.) Corner	ซง ลูกซง	ปลายฤดูแล้ง
หน่อไม้	<i>Bambusa</i> spp.	หน่อไม้	ตลอดทั้งปี
แห้ม็ดขุน	<i>Eugenia grata</i>	แห้ม็ดแดง เสม็ด เสม็ดขุน	ฤดูฝน

หมายเหตุ : สีที่เน้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกถลักษณ์ประจำจังหวัด

(2.2) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดระนอง (ตารางที่ 4.7) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 5 ชนิด คือ กระเจี๊ยบแดง กุ่มน้ำ ผักกูด ผักพุม และ ผักเหมียง

ตารางที่ 4.7 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดระนอง

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระเจี๊ยบแดง	<i>Hibiscus sabdariffa</i> (L.)	กระเจี๊ยบแดง	ตลอดทั้งปี
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอเทศ	ตลอดทั้งปี
กล้วย	<i>Musa</i> spp.	กล้วยเถื่อน	ตลอดทั้งปี
กุ่มน้ำ	<i>Crateva magna</i> (Lour.) DC.	กุ่ม	ฤดูฝน
ควน	<i>Colocasia gigantea</i> Hook.f.	โชน ออติบ ออกติบ	ตลอดทั้งปี

ตารางที่ 4.7 (ต่อ)

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
เครืองูเห่า	<i>Toddalia asiatica</i> (L.) Lam.	เถิบกระรอก เถิบเราะ	ฤดูฝน
ลิง	<i>Ficus fisrulosa</i> Reinw. Ex Blume	ลูกลิง ลูกซิง	ฤดูแล้ง
บอนส้ม	<i>Homalomena rostrata</i> Griff.	บอนส้ม	ตลอดทั้งปี
บัวบก	<i>Centella asiatica</i> (L.) Urban	ผักแว่น	ตลอดทั้งปี
บุก	<i>Amorphophallus</i> <i>campanulate</i> Bl. Ex Decne.	หัวบุก	ฤดูฝน
ผักกูด	<i>Diplazium esculentum</i> (Retz.) Sw.	ผักกูด หัสคำ	ตลอดทั้งปี
ผักพุม	<i>Champereia manillana</i> (Blume) Merr.	ผักพุม ผักตะพุม หมากหมก ภูมิ	ปลายฤดูฝน
ผักเม็ก	<i>Syzygium gratum</i> (Wight) S.N. Mitra	เมียดขุน เสม็ด เสม็ดเขา	ฤดูฝน
ผักเมะ	<i>Momordica subangulata</i> Blume	ผักเมะ ผักกระยอง	ตลอดทั้งปี
ผักหนาม	<i>Lasia spinosa</i> (L.) Thwaites	กะลี ผักหนาม	ตลอดทั้งปี
ผักเหมียง	<i>Gnetum gnemon</i> L. var. <i>ternerum</i> Markgr.	ผักเหลียง ผักเหียง	ฤดูฝน
มะตาด	<i>Dillenia indica</i> L.	ส้มประ ส้านกว้าง ส้านใหญ่	ฤดูฝน
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ ปัดเต้า ป่าไต่ ปะตา กาบูปะตา	ต้นฤดูฝน
หน่อไม้	Family Poaceae	หน่อไม้	ตลอดทั้งปี
เหียง	<i>Parkia timoriana</i> Merr.	เหียง ลูกเหียง สะเหียง หน่อเหียง	ฤดูแล้ง

หมายเหตุ : สีที่เน้นข้อความคือผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง เอกถักษ์ประจำจังหวัด

(2.3) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดภูเก็ต (ตารางที่ 4.8) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 5 ชนิด คือ กล้วยเถื่อน ผักเหมียง มะม่วงหิมพานต์ ส้มป่อย และเห็ดขานหมาก

ตารางที่ 4.8 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดภูเก็ต

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอเทศ	ตลอดทั้งปี
กล้วย	<i>Musa spp.</i>	กล้วยเถื่อน	ตลอดทั้งปี
คูณ	<i>Colocasia gigantean</i> Hook.f.	โชน ออกดิบ ออกคิบ	ตลอดทั้งปี
จาก	<i>Nypa fruticans</i> Wurm. b.	จาก อัดตะ	ตลอดทั้งปี
ตะขบไทย	<i>Flacourtia rukam</i> Zoll. & Moritzi	ลูกครบ	ฤดูฝน
ตะขบฝรั่ง	<i>Muntingia calabura</i> L.	ครบฝรั่ง	ตลอดทั้งปี
ตะไคร้	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Staph.	ไคร	ตลอดทั้งปี
ตะลิงปลิง	<i>Averrhoa bilimbi</i> L.	หลิงปลิง	ตลอดทั้งปี
ปูด	<i>Achasma megalochelios</i>	ปูดข้าง เร่วใหญ่ ปูดหนู	ตลอดทั้งปี
ผักเหมียง	<i>Gnetum gnemon</i> L. var. <i>ternerum</i> Markgr.	ผักเหลียง ผักเหียง	ฤดูฝน
มะม่วงหิมพานต์	<i>Anacardium occidentale</i> L.	ม่วงเถ็ดต่อ หัวครก กาหุ	ตลอดทั้งปี
มะระจีน	<i>Momordica charantia</i> L.	ผักไซ ผักไทย	ตลอดทั้งปี
ส้มป่อย	<i>Acacia concinna</i> (Willd.) DC.	ส้มป่อย	ฤดูฝน
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ บัดเต้า ปาไต ปะตา กาญปะตา	ต้นฤดูฝน
หมรุยหอม	<i>Micromelum combodiana</i>	หมรุยเล็ก หมรุยบ้าน	ตลอดทั้งปี

ตารางที่ 4.8 (ต่อ)

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
เห็ดแครง	<i>Schizophyllum commune</i> Fr.	เห็ดแครง	ฤดูฝน
เห็ดขานหมาก	ไม่ทราบชื่อวิทยาศาสตร์	เห็ดขานหมาก	ฤดูฝน
เห็ดเสม็ด	<i>Boletus griseiopurpureus</i>	เห็ดเหม็ด	ฤดูฝน
เห็ดมีดขุน	<i>Eugenia grata</i>	เห็ดมีดแดง เสม็ด เสม็ดขุน	ฤดูฝน
เอื้องหมายนา	<i>Costus speciosus</i> (Koen.) Sm.	บัน ไคสวรงค์ เอื้องช้าง เอื้องใหญ่	ตลอดทั้งปี

หมายเหตุ : สืบค้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกอักษณประจำจังหวัด

(2.4) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดตรัง (ตารางที่ 4.9) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 5 ชนิด คือ กระพ้อ จี้เหล็กบ้าน โต้ะเต๊ะ ผักพุม และ แปบ

ตารางที่ 4.9 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์และ ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดตรัง

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอ เทศ	ตลอดทั้งปี
กระพ้อ		พ้อ	ตลอดทั้งปี
กล้วย	<i>Musa spp.</i>	กล้วยเถื่อน	ตลอดทั้งปี
จี้เหล็กบ้าน	<i>Senna siamea</i> (Lam.) Irwin & Barneby	จี้เหล็ก	ตลอดทั้งปี
กุน	<i>Colocasia gigantea</i> Hook.f.	โชน ออดิบ ออกดิบ	ตลอดทั้งปี
จาก	<i>Nypa fruticans</i> Wurm. b.	จาก อัดตะ	ตลอดทั้งปี
จิกน้ำ	<i>Barringtonia acutangula</i> (L.) Gaertn.	จิกนา จิก กระโดนน้ำ	ฤดูแล้ง
โต้ะเต๊ะ	<i>Lepionurus sylvestris</i>	ตุ้เต๊ะ ตูเต๊ะ โตเต๊ะ	ฤดูฝน
ตะขบไทย	<i>Flacourtia rukam</i> Zoll. & Moritzi	ลูกกรบ	ฤดูฝน

ตารางที่ 4.9 (ต่อ)

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
ตะขบฝรั่ง	<i>Muntingia calabura</i> L.	ครบฝรั่ง	ตลอดทั้งปี
เต้าร้างแดง	<i>Caryota mitis</i> Lour.	เต้าร้างแดง เขื่องหมู่ เต้าร้าง	ตลอดทั้งปี
เถาคัน	<i>Cayratia trifolia</i> (L.) Domin	เถาคัน	ฤดูแล้ง
บุก	<i>Amorphophallus</i> <i>campanulate</i> Bl. Ex Decne.	หัวบุก	ฤดูฝน
ผักพุม	<i>Champereia manillana</i> (Blume) Merr.	ผักพุม ผักตะพุม หมาก หมาก ภูมิ	ปลายฤดูฝน
พาโหม	<i>Paederia linearis</i> Hook.f.	กระพังโหม ขี้ตด เถาคูด หมูดูดหมา ตดหมา	ตลอดทั้งปี
เพกา	<i>Oroxylum indicum</i> (L.) Kurz	เพกา	ฤดูแล้ง
แปบ	<i>Terminalia tripteroides</i> Craib	แปบน้ำ แปบหัวลิง หูลิง	ฤดูแล้ง
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ บัด เต้าะ ปาไต ปะตา กาญปะ ตา	ต้นฤดูฝน
เห็ดเสม็ด	<i>Boletus griseiopurpureus</i>	เห็ดเหม็ด	ฤดูฝน
เหรียญ	<i>Parkia timoriana</i> Merr.	เหรียญ ลูกเหรียญ สะเหรียญ หน่อเหรียญ	ฤดูแล้ง

หมายเหตุ : สีที่เน้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกลักษณ์ประจำจังหวัด

(2.5) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดพัทลุง (ตารางที่ 4.10) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 5 ชนิด คือ กระโดน บัวสาย ผักเขียดหรือผักกรีน ต้นตะวา และ เอื้องน้ำ

ตารางที่ 4.10 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดพัทลุง

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระจับ	<i>Trapa quadrispinosa</i> Roxb.	กระจับ	ฤดูฝน
กระโดนบก	<i>Careya sphaerica</i> Roxb.	ปุยกระโดน	ฤดูฝน
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอเทศ	ตลอดทั้งปี
คูณ	<i>Colocasia gigantean</i> Hook.f.	โชน ออกดิบ ออกคิบ	ตลอดทั้งปี
จิกน้ำ	<i>Barringtonia acutangula</i> (L.) Gaertn.	จิกนา จิก กระโดนน้ำ	ฤดูแล้ง
ซ้าพลู	<i>Piper sarmentosum</i> Roxb.	นมวา	ตลอดทั้งปี
ตะขบฝรั่ง	<i>Muntingia calabura</i> L.	ครบฝรั่ง	ฤดูแล้ง
ตำลึง	<i>Coccinia grandis</i> (L.) Voigt	ตำลึง	ตลอดทั้งปี
บัวสาย	<i>Nymphaea lotus</i> L.	สายบัว	ตลอดปี
บุก	<i>Amorphophallus</i> <i>campanulate</i> Bl. Ex Decne.	หัวบุก	ฤดูฝน
ผักเขียด	<i>Monochoriua vaginalis</i> (Burm. f.) C. Presl ex Kunth	ผักกรีน	ฤดูฝน
ผักหวานบ้าน	<i>Sauropus androgynus</i> (L.) Merr.	ผักหวาน ผักหวานใต้ใบ	ตลอดทั้งปี
ผักข่า	<i>Momordica</i> <i>cochinchinensis</i> (Lour.) Spreng.	ขี้กาเครือ ขี้พรว้าไฟ	ต้นฤดูฝน
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ บัดเต้าะ ปาไต ปะตา กาญปะตา	ต้นฤดูฝน

ตารางที่ 4.10 (ต่อ)

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
สันตะวา	<i>Ottelia slismoides</i> (L.) Pers.	หาว สันตะวาใบพาย	ฤดูฝน
หมรุษหอม	<i>Micromelum combodiana</i>	หมรุษเล็ก หมรุษบ้าน	ตลอดทั้งปี
หว่า	<i>Syzygium cumini</i> (L.) Skeels	หว่า ห่าจีแพะ	ฤดูแล้ง
เห็ดแครง	<i>Schizophyllum commune</i> Fr.	เห็ดแครง	ฤดูฝน
เห็ดเสม็ด	<i>Boletus griseiopurpureus</i>	เห็ดเหม็ด	ฤดูฝน
เอื้องน้ำ	<i>Polygonum tomentosum</i> Willd.	เอื้องน้ำ ผักเอื้อง	ตลอดทั้งปี

หมายเหตุ: สืบค้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกลักษณ์ประจำจังหวัด

(2.6) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดสุราษฎร์ธานี (ตารางที่ 4.11) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 4 ชนิด คือ เครื่องห่าหรือเล็บกระรอก บุก ผักสะแงะหรือ ผักชีแครง และ โหระพาน้ำ

ตารางที่ 4.11 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดสุราษฎร์ธานี

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอ เทศ	ตลอดทั้งปี
กระทกรก	<i>Passiflora foetida</i> L.	กระโปรงทอง ผ้าขี้ริ้วห่อ ทอง	ตลอดทั้งปี
คูน	<i>Colocasia gigantean</i> Hook.f.	โชน ออกดิบ ออกคิบ	ตลอดทั้งปี
เครื่องห่า	<i>Toddalia asiatica</i> (L.) Lam.	เล็บกระรอก เล็บเราะ	ฤดูฝน
จิกน้ำ	<i>Barringtonia acutangula</i> (L.) Gaertn.	จิกนา จิก กระโดนน้ำ	ฤดูแล้ง

ตารางที่ 4.11 (ต่อ)

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
ลิง	<i>Ficus fisrulosa</i> Reinw. Ex Blume	ลูกลิง ลูกซิ่ง	ฤดูแล้ง
ตาลปัตรฤาษี	<i>Limncharis flava</i> Buch.	ฝักก๊ก ฝักพาย บอนจิ้น บอนนางก๊วก	ฤดูฝน
บอนส้ม	<i>Homalomena rostrata</i> Griff.	บอนส้ม	ตลอดทั้งปี
บัวบก	<i>Centella asiatica</i> (L.) Urban	ฝักแว่น	ฤดูฝน
บุก	<i>Amorphophallus campanulate</i> Bl. Ex Decne.	หัวบุก	ฤดูฝน
ผักกูด	<i>Diplazium esculentum</i> (Retz.) Sw.	ผักกูด หัสดำ	ตลอดทั้งปี
ผักเขียด	<i>Monochorua vaginalis</i> (Burm. f.) C. Presl ex Kunth	ผักรีน	ฤดูฝน
ผักเมะ	<i>Momordica subangulata</i> Blume	ผักเมะ ผักกระยอง	ตลอดทั้งปี
ผักสะแงะ	<i>Trachyspermum roxburghianum</i> (DC.) Craib	ผักชีแคะ ผักชีไร่	ตลอดทั้งปี
ผักเสี้ยน	<i>Cleome gynandra</i> L.	ผักเสี้ยน	ตลอดทั้งปี
แพบ	<i>Terminalia tripteroides</i> Craib	แพบน้ำ แพบหัวลิง หูลิง	ฤดูแล้ง
มันปู	<i>Glochidion wallichianum</i> Mull. Arg.	มันปู มันปูใบเล็ก ยอดทะ (ยอดกะทิ) นกนอนทะเล	ตลอดทั้งปี
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ ปัดเต๊ะ ปาไต ปะตา กายูปะตา	ต้นฤดูฝน
โหระพาน้ำ	Family Scrophulariaceae	โหระพาน้ำ ราน้ำ	ฤดูฝน
เอื้องน้ำ	<i>Polygonum tomentosum</i> Willd.	เอื้องน้ำ ผักเอื้อง	ตลอดทั้งปี

หมายเหตุ : สີที่เน้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกลักษณ์ประจำจังหวัด

(2.7) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดนครศรีธรรมราช (ตารางที่ 4.12) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 5 ชนิด คือ จาก ตาล แพบ ลำเท็ง และลำพู

ตารางที่ 4.12 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดนครศรีธรรมราช

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอเทศ	ตลอดทั้งปี
กุน	<i>Colocasia gigantea</i> Hook.f.	โชน ออติบ ออกติบ	ตลอดทั้งปี
จาก	<i>Nypa fruticans</i> Wurm.	จาก อัดตะ	ฤดูแล้ง
จำปาตะ	<i>Artocarpus integer</i> Merr.	จำปาตะ	ฤดูแล้ง
ตาล	<i>Borassus flabellifer</i> L.	โหนด	ตลอดปี
เต้าร้างแดง	<i>Caryota mitis</i> Lour.	เต้าร้างแดง เขื่องหมู่เต้าร้าง	ตลอดทั้งปี
เถาคัน	<i>Cayratia trifolia</i> (L.) Domin	เถาคัน	ฤดูแล้ง
บอนส้ม	<i>Homalomena rostrata</i> Griff.	บอนส้ม	ตลอดทั้งปี
ประ	<i>Elateriospermum tapos</i> Blume	ลูกประ	ฤดูฝน
ผักกูด	<i>Diplazium esculentum</i> (Retz.) Sw.	ผักกูด หัสคำ	ตลอดทั้งปี
ผักเขียด	<i>Monochoria vaginalis</i> (Burm. f.) C. Presl ex Kunth	ผักกรีน	ฤดูฝน
ผักเมะ	<i>Momordica subangulata</i> Blume	ผักเมะ ผักกระของ	ตลอดทั้งปี
ผักเสี้ยน	<i>Cleome gynandra</i> L.	ผักเสี้ยน	ตลอดทั้งปี
พาโหม	<i>Paederia linearis</i> Hook.f.	กระพัง โหม ขี้ตด เถาคูด หมูดุดหมา ตดหมา	ตลอดทั้งปี
เพกา	<i>Oroxylum indicum</i> (L.) Kurz	เพกา	ฤดูแล้ง
แพบ	<i>Terminalia tripteroides</i> Craib	แพบน้ำ แพบหัวลิง หูลิง	ฤดูแล้ง

ตารางที่ 4.12 (ต่อ)

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
ลำเท็ง	<i>Stenochlaena palustris</i> (Burm.f.) Bedd.	ลำเท็ง	ฤดูฝน
ลำพู	<i>Sonneratia caseolaris</i> (L.) Engl.	ลำพู	ฤดูฝน
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ บัดเต้าะ ปาไต ปะตา กาบูปะตา	ต้นฤดูฝน
เหรียง	<i>Parkia timoriana</i> Merr.	เหรียง ลูกเหรียง สะเหรียง หน่อเหรียง	ฤดูแล้ง

หมายเหตุ : สืบค้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกลักษณ์ประจำจังหวัด

(2.8) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดสงขลา (ตารางที่ 4.13) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 5 ชนิด คือ ชุมไกร ชำมะเลียงหรือพุมเรียง คำลิ่ง ติวส้มหรือติว และ เลียบ

ตารางที่ 4.13 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดสงขลา

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอเทศ	ตลอดทั้งปี
คูณ	<i>Colocasia gigantean</i> Hook.f.	โชน ออกคิบ ออกคิบ	ตลอดทั้งปี
ชำมะเลียง	<i>Lepisanthes fruticosa</i> (Roxb.) Leenh.	ชุมเลียง พุมเรียง	ตลอดทั้งปี
ชุมไกร	ไม่ทราบชื่อวิทยาศาสตร์		ไม่มีข้อมูล
ดาหลา	<i>Etlingeria elatior</i> (Jack) R.M. Sm.	กะลา จินตะหระ	ตลอดทั้งปี
ตาล	<i>Borassus flabellifer</i> L.	โหนด	ตลอดทั้งปี
คำลิ่ง	<i>Coccinia grandis</i> (L.) Voigt	คำลิ่ง	ตลอดทั้งปี

ตารางที่ 4.13 (ต่อ)

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
ตัวส้ม	<i>Cratoxylum formosum</i> Dyer. subsp. <i>pruniflorum</i> Gogel.	แต้ว ตาว	ฤดูฝน
เถาคัน	<i>Cayratia trifolia</i> (L.) Domin	เถาคัน	ฤดูแล้ง
ผักหนาม	<i>Lasia spinosa</i> (L.) Thwaites	กะลีส ผักหนาม	ตลอดทั้งปี
พาโหม	<i>Paederia linearis</i> Hook.f.	กระพังโหม ขี้ตด เถาคูด หมูดุดหมา ดดหมา	ฤดูฝน
ฟิลังกาสาเล็ก	<i>Ardisia polycephala</i> Wall.	ตาเบ็ดตาไก่	ตลอดทั้งปี
มะกอกป่า	<i>Spondias bipinnata</i> Airy snaw & Forman	กอกเขา กอก	ตลอดทั้งปี
มันจี่หนู	<i>Plectranthus</i> <i>rotundifolius</i> (Poir.) Spreng.	มันจี่หนู มันหนู อุปีกาลัง	ฤดูแล้ง
มันปู	<i>Glochidion wallichianum</i> Mull. Arg.	มันปู มันปูใบเล็ก ยอดทะเล (ยอดกะทิ) นกนอนทะเล	ตลอดทั้งปี
ลำเท็ง	<i>Stenochlaena palustris</i> (Burm.f.) Bedd.	ลำเท็ง	ฤดูฝน
เลียบ	<i>Ficus lacor</i> Buch.	ยอดเลียบ	ฤดูฝน
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ ปัด เต๊ะ ปาไต ปะตา กายูปะ ตา	ต้นฤดูฝน
หมวยหอม	<i>Micromelum combodiana</i>	หมวยเล็ก หมวยบ้าน	ตลอดทั้งปี
เหรีซง	<i>Parkia timoriana</i> Merr.	เหรีซง ลูกเหรีซง สะเหรีซง หน่อเหรีซง	ฤดูแล้ง

หมายเหตุ : สี่ที่เน้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกลักษณ์ประจำจังหวัด

(2.9) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดกระบี่ (ตารางที่ 4.14) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 5 ชนิด คือ โต้ะเต๊ะ ผักพุ่ม ผักเสี้ยน ยับแย้ และสายทะเล

ตารางที่ 4.14 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดกระบี่

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอเทศ	ตลอดทั้งปี
กุน	<i>Colocasia gigantean</i> Hook.f.	โชน ออติบ ออกติบ	ตลอดทั้งปี
จาก	<i>Nypa fruticans</i> Wurm. b.	จาก อัดตะ	ฤดูแล้ง
โค๊ะเค๊ะ	<i>Lepionurus sylvestris</i>	ตุเค๊ะ ตุเค๊ะ โตเค๊ะ	ฤดูฝน
ตะขบไทย	<i>Flacourtia rukam</i> Zoll. & Moritzi	ลูกครบ	ฤดูฝน
ตะขบฝรั่ง	<i>Muntingia calabura</i> L.	ครบฝรั่ง	ตลอดทั้งปี
ตะลิงปลิง	<i>Averrhoa bilimbi</i> L.	หลิงปลิง	ตลอดทั้งปี
ทำม้ง	<i>Litsea elliptica</i> Blume	ทำม้ง แมงคาคัน	ตลอดทั้งปี
ผักพุม	<i>Champereia manillana</i> (Blume) Merr.	ผักพุม ผักตะพุม หมากหมก ภูมิ	ฤดูฝน
ผักเสี้ยน	<i>Cleome gynandra</i> L.	ผักเสี้ยน	ตลอดทั้งปี
พะวา	<i>Garcinia speciosa</i> L.	พะวา วา	ฤดูแล้ง
มะม่วงหิมพานต์	<i>Anacardium occidentale</i> L.		ตลอดทั้งปี
ยอบ้าน	<i>Morinda citrifolia</i> L.	ยอ	ตลอดทั้งปี
ย่าแย้	ไม่ทราบชื่อวิทยาศาสตร์		ฤดูฝน
ล้างแฆ	<i>Baccaurea macrocarpa</i>	ล้างแฆ ลูกปู มะแค้	ฤดูฝน
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ ปัดเต้าะ ปาไต ปะตา กาบูปะตา	ต้นฤดูฝน
สาขทะเล	<i>Algae</i>	สาข สาขทะเล	ตลอดทั้งปี
เห็ดแครง	<i>Schizophyllum commune</i> Fr.	เห็ดแครง	ฤดูฝน
เห็ดเสม็ด	<i>Boletus griseiopurpureus</i>	เห็ดเหม็ด	ฤดูฝน
เหรีียง	<i>Parkia timoriana</i> Merr.	เหรีียง ลูกเหรีียง สะเหรีียง หน่อเหรีียง	ฤดูแล้ง

หมายเหตุ : สีที่เน้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกลักษณ์ประจำจังหวัด

(2.10) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดพังงา (ตารางที่ 4.15) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 5 ชนิด คือ ผักกูด ผักพุม ผักเหมียง หน่อไม้ และหมวยหอม

ตารางที่ 4.15 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดพังงา

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอเทศ	ตลอดทั้งปี
กล้วย	<i>Musa spp.</i>	กล้วยเถื่อน	ตลอดทั้งปี
จาก	<i>Nypa fruticans</i> Wurmb.	จาก อัดตะ	ตลอดทั้งปี
จำปาเค	<i>Artocarpus integer</i> Merr.	จำปาเค	ฤดูฝน
จำปูลิง	<i>Baccaurea minor</i>	จำไร จำไทร จำหลี่ จำปูลิง จำปูลิง มะไฟลิง	ฤดูฝน
ตะขบไทย	<i>Flacourtia rukam</i> Zoll. & Moritzi	ลูกครบ	ต้นฤดูร้อน
ตะขบฝรั่ง	<i>Muntingia calabura</i> L.	ครบฝรั่ง	ตลอดทั้งปี
ทำม้ง	<i>Litsea elliptica</i> Blume	ทำม้ง แมงคาคัน	ตลอดทั้งปี
ผักกูด	<i>Diplazium esculentum</i> (Retz.) Sw.	ผักกูด หัสคำ	ตลอดทั้งปี
ผักพุม	<i>Champereia manillana</i> (Blume) Merr.	ผักพุม ผักตะพุม หมากหมก กูมิ	ฤดูฝน
ผักหนาม	<i>Lasia spinosa</i> (L.) Thwaites	กะลี่ ผักหนาม	ตลอดทั้งปี
ผักเหมียง	<i>Gnetum gnemon</i> L. var. <i>ternerum</i> Markgr.	ผักเหลียง ผักเหียง	ฤดูฝน
พะวา	<i>Garcinia speciosa</i> L.	พะวา วา	ฤดูแล้ง
ขอบ้าน	<i>Morinda citrifolia</i> L.	ขอ	ตลอดทั้งปี
ล้างแ	<i>Baccaurea macrocarpa</i>	ล้างแ ลูกปุ มะแก๊	ฤดูฝน
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ ปัดเต้าะ ปาไต ปะตา กาญปะตา	ต้นฤดูฝน

ตารางที่ 4.15 (ต่อ)

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
หน่อไม้	Family Poaceae	หน่อไม้	ตลอดทั้งปี
หมรุยหอม	<i>Micromelum combodiana</i>	หมรุยเล็ก หมรุยบ้าน	ตลอดทั้งปี
เห็ดเสม็ด	<i>Boletus griseiopurpureus</i>	เห็ดเหมีด	ฤดูฝน
เหรีียง	<i>Parkia timoriana</i> Merr.	เหรีียง ลูกเหรีียง สะเหรีียง หน่อเหรีียง	ฤดูแล้ง

หมายเหตุ : สีที่เน้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกลักษณ์ประจำจังหวัด

(2.11) รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดสตูล (ตารางที่ 4.16) โดยมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกให้เหลือเพียง 5 ชนิด คือ โຕ้ะเต้ะ ตั่วส้มหรือแต้ว ผักพุม พิลังกาสาเล็กหรือดาเป็ดดาไก่ และเหรีียง

ตารางที่ 4.16 รายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 20 ชนิดที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ และฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุมในจังหวัดสตูล

ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
กระถิน	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	ตอเบา สะตอเบา สะตอเทศ	ตลอดทั้งปี
จาก	<i>Nypa fruticans</i> Wurmb.	จาก อัดเต้ะ	ตลอดทั้งปี
จำปาเคาะ	<i>Artocarpus integer</i> Merr.	จำปาเคาะ	ตลอดทั้งปี
จำปูริง	<i>Baccaurea minor</i>	จำไร จำไทร จำหลี จำปู นิง จำปูลิง มะไฟลิง	ฤดูฝน
จิกน้ำ	<i>Barringtonia acutangula</i> (L.) Gaertn.	จิกนา จิก กระโดนน้ำ	ฤดูฝน
ดาหลา	<i>Etilingera elatior</i> (Jack) R.M. Sm.	กะลา จินตะหระ	ตลอดทั้งปี
โຕ้ะเต้ะ	<i>Lepionurus sylvestris</i>	ตุ้ะเต้ะ ตู้ะเต้ะ โຕ้ะเต้ะ	ฤดูฝน
ตะขบไทย	<i>Flacourtia rukam</i> Zoll. & Moritzi	ลูกครบ	ฤดูฝน
ตะขบฝรั่ง	<i>Muntingia calabura</i> L.	ครบฝรั่ง	ตลอดทั้งปี
ตะลิงปลิง	<i>Averrhoa bilimbi</i> L.	หลิงปลิง	ตลอดทั้งปี

ตารางที่ 4.16 (ต่อ)









ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ชื่อท้องถิ่น	ฤดูกาล/เดือนที่พบชุกชุม
ด้วงส้ม	<i>Cratoxylum formosum</i> Dyer. subsp. <i>pruniflorum</i> Gogel.	ด้วง ตาว	ตลอดทั้งปี
ผักพุม	<i>Champereia manillana</i> (Blume) Merr.	ผักพุม ผักตะพุม หมากรอก หมาก ภูมิ	ฤดูฝน
พะวา	<i>Garcinia speciosa</i> L.	พะวา วา	ฤดูแล้ง
พิลังกาสง	<i>Ardisia polycephala</i> Wall.	ตาเป็ดตาไก่	ฤดูฝน
มันปู	<i>Glochidion wallichianum</i> Mull. Arg.	มันปู มันปูใบเล็ก ขอดทะเล (ขอดกะทิง) นกนอนทะเล	ตลอดทั้งปี
ขอบ้าน	<i>Morinda citrifolia</i> L.	ขอ	ตลอดทั้งปี
สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	สะตอ ลูกตอ กะตอ ปัด เต้าะ ปาไต ปะตา กาญปะ ตา	ต้นฤดูฝน
เห็ดแครง	<i>Schizophyllum commune</i> Fr.	เห็ดแครง	ฤดูฝน
เห็ดเสม็ด	<i>Boletus griseiopurpureus</i>	เห็ดเหม็ด	ฤดูฝน
เหรีซง	<i>Parkia timoriana</i> Merr.	เหรีซง ลูกเหรีซง สะเหรีซง หน่อเหรีซง	ฤดูแล้ง

หมายเหตุ : สีที่เน้นข้อความคือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ได้รับการคัดเลือก เพื่อค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เอกลักษณ์ประจำจังหวัด

4.1.3 ผลการวิเคราะห์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ในแต่ละจังหวัด

หลังจากที่ได้มีการสำรวจรายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ในแต่ละจังหวัดในภาคใต้ จำนวน 20 ชนิด แล้วให้ผู้รู้ และปราชญ์ท้องถิ่นทำการคัดเลือกผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในแต่ละจังหวัด จำนวน 4-5 ชนิด เพื่อทำการถ่ายภาพ และวิเคราะห์ด้วยกระบวนการ AHP ดังแสดงในตารางที่ 4.17











ตารางที่ 4.17 ภาพถ่ายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการคัดเลือกจำนวน 4-5 ชนิดรายจังหวัด

จังหวัด	ชนิดผักพื้นบ้าน		
	ส้มแป้น	ผักเหมียง	ผักพุม
1. ชุมพร			
	เหม็ดซุน		
2. ระนอง			
	ผักพุม	กระเจี๊ยบแดง	
3. ภูเก็ต		เห็ดขานหมาก**	มะม่วงหิมพานต์
		ไม่มีรูป	




ตารางที่ 4.17 (ต่อ)

จังหวัด	ชนิดผักพื้นบ้าน		
	กล้วยเถื่อน	ส้มป่อย	
4. ตรัง			
	แพ็บ*	ขี้เหล็กบ้าน	ผักพุ่ม
			
	กะพ้อ	โศเดะเคะ	
5. พัทลุง			
	เอื้องน้ำ	กระโดน	สายบัว
			
	ผักกรีนหรือผักเขียด	สันตะวา	
			

ตารางที่ 4.17 (ต่อ)

จังหวัด	ชนิดผักพื้นบ้าน		
	ราน้ำ	ผักชีแคระ	บุกเกียง
6. สุราษฎร์ธานี			
	เครื่องเห่าหรือเล็บรอก		
			
7. นครศรีธรรมราช	จาก	ตาลโตนด	ลำพู
			
8. สงขลา	เลียบ	ตัวส้มหรือเต้า	ตำลึง
			
	หุมไกร**	พุมเรียง**	
	ไม่มีรูป	ไม่มีรูป	

ตารางที่ 4.17 (ต่อ)

จังหวัด	ชนิดผักพื้นบ้าน		
	9. กระบี่	สายทะเล*	โຕ้ะเค้ะ
			
ข้า้เข้**		ผักเสี้ยน	
	ไม่มีรูป		
10. พังงา	หมรุษ	ผักเหมียง	หน่อไม้
			
	ผักกูด	ผักพุม	
			
11. สตูล	โຕ้ะเค้ะ	ตาเป็ดตาไก่*	ตัวส้มหรือแต้ว
			

ตารางที่ 4.17 (ต่อ)

จังหวัด	ชนิดผักพื้นบ้าน		
	ผักพุ่ม	เหรีียง*	
			

หมายเหตุ * เป็นภาพจากเว็บไซต์ ** ไม่สามารถบันทึกภาพได้ เนื่องจากไม่อยู่ในฤดูกาลที่มีผลผลิต

(1) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดชุมพร

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความโดดเด่นของจังหวัดชุมพร ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.18

ตารางที่ 4.18 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดชุมพร

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนัก ความสำคัญเกณฑ์ การประเมิน	ส้มแป้น	ผักเหมียง	ผักพุ่ม	แห้วคชุน
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.260	0.281	0.14	0.34	0.239
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.104	0.286	0.286	0.286	0.143
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.179	0.232	0.395	0.232	0.14
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.458	0.391	0.195	0.276	0.138
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.323	0.286	0.266	0.165

จากตารางที่ 4.18 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดชุมพร พบว่า เกณฑ์ในด้านความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.458 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับระยะเวลาของการมีอยู่ (0.260 คะแนน) ให้ความสำคัญกับการเป็นที่รู้จัก และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลายมีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมิน พบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมาก

ที่สุด คือ ผักพุ่ม รองลงมาคือ ส้มแป้น แห้วค้อน และผักเหมียง ตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย พบว่า ส้มแป้น ผักเหมียง และผักพุ่ม มีคะแนนในด้านดังกล่าวเท่ากัน ส่วนแห้วค้อนมีคะแนนน้อยที่สุด สำหรับเกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ผักเหมียง รองลงมาคือ ส้มแป้น และผักพุ่ม ที่มีคะแนนเท่ากัน ส่วนแห้วค้อนคะแนนการเป็นที่รู้จักน้อยที่สุด ส่วนเกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ ผักที่มีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวมากที่สุด คือ ส้มแป้น รองลงมาคือ ผักพุ่ม ผักเหมียง และ แห้วค้อน ตามลำดับ

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดชุมพร คือ ส้มแป้น รองลงมา คือ ผักเหมียง ผักพุ่ม และ แห้วค้อน ตามลำดับ

(2) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดระนอง

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความโดดเด่นของจังหวัดระนอง ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.19

ตารางที่ 4.19 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดระนอง

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน	กุ่มน้ำ	ผักเหมียง	ผักกูด	ผักพุ่ม	กระเจี๊ยบแดง
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.260	0.219	0.194	0.219	0.258	0.110
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.104	0.110	0.248	0.248	0.248	0.146
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.179	0.248	0.248	0.248	0.110	0.146
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.458	0.222	0.222	0.222	0.222	0.222
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.214	0.222	0.229	0.214	0.121

จากตารางที่ 4.15 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดระนอง พบว่าเกณฑ์ในด้านความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.458 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับระยะเวลาของการมีอยู่ (0.260 คะแนน) ให้ความสำคัญกับการเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลายมีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมิน พบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ผักพุ่ม รองลงมาคือ กลุ่มน้ำ และผักกูด ซึ่งมีคะแนนเท่ากัน ผักเหมียง และกระเจี๊ยบแดง ตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย พบว่า ผักเหมียง ผักกูด และผักพุ่ม มีคะแนนในด้านดังกล่าวเท่ากัน รองลงมา คือ กระเจี๊ยบแดง ส่วนกลุ่มน้ำมีคะแนนน้อยที่สุด สำหรับเกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ กลุ่มน้ำ ผักเหมียง และผักกูด มีคะแนนเท่ากัน รองลงมาคือ กระเจี๊ยบแดง ส่วนผักพุ่ม คะแนนการเป็นที่รู้จักน้อยที่สุด ส่วนเกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ พบว่า ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองแต่ละชนิดมีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวเท่ากัน

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดระนอง คือ ผักกูด รองลงมา คือ ผักเหมียง กลุ่มน้ำ ผักพุ่ม และกระเจี๊ยบแดง ตามลำดับ

(3) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดภูเก็ต

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านที่มีความโดดเด่นของจังหวัดภูเก็ต ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.20

ตารางที่ 4.20 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดภูเก็ต

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน	มะม่วงหิมพานต์	ผักเหมียง	เห็ดขานหมาก	ส้มป่อย	กล้วยเถื่อน
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.206	0.269	0.100	0.249	0.166	0.217
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.181	0.123	0.327	0.163	0.139	0.240
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.196	0.143	0.326	0.108	0.212	0.212
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.416	0.186	0.246	0.326	0.121	0.121
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.183	0.246	0.238	0.151	0.181

จากตารางที่ 4.20 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดภูเก็ต พบว่า

เกณฑ์ในด้านความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.416 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับระยะเวลาของการมีอยู่ (0.206 คะแนน) ให้ความสำคัญกับการเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลายมีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมิน พบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ มะม่วงหิมพานต์ รองลงมาคือ เห็ดชานหมาก กล้วยเถื่อน ส้มป่อย และผักเหมียง ตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ผักเหมียง รองลงมาคือ กล้วยเถื่อน เห็ดชานหมาก ส้มป่อย และมะม่วงหิมพานต์ ตามลำดับ สำหรับเกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ผักเหมียง รองลงมาคือ ส้มป่อย และกล้วยเถื่อน ซึ่งมีคะแนนเท่ากัน มะม่วงหิมพานต์ และเห็ดชานหมากมีคะแนนการเป็นที่รู้จักน้อยที่สุด ส่วนเกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ พบว่า เห็ดชานหมากมีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวมากที่สุด รองลงมาคือ ผักเหมียง มะม่วงหิมพานต์ ส้มป่อย และกล้วยเถื่อน ซึ่งมีคะแนนเท่ากัน

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดภูเก็ต คือ ผักเหมียง รองลงมา คือ เห็ดชานหมาก มะม่วงหิมพานต์ กล้วยเถื่อน และส้มป่อย ตามลำดับ

(4) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดตรัง

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านที่มีความโดดเด่นของจังหวัดตรัง ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.21

ตารางที่ 4.21 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดตรัง

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนัก ความสำคัญ เกณฑ์การ ประเมิน	แพบ	จีเหล็ก บ้าน	ผักพุม	กะพ้อ	โต๊ะเต๊ะ
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.276	0.235	0.200	0.235	0.213	0.118
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.138	0.189	0.079	0.281	0.170	0.281
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.195	0.256	0.238	0.146	0.166	0.194
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.391	0.213	0.245	0.213	0.186	0.144
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.218	0.212	0.208	0.187	0.174

จากตารางที่ 4.21 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดตรัง พบว่าเกณฑ์ในด้านความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.391 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับระยะเวลาของการมีอยู่ (0.276 คะแนน) ให้ความสำคัญกับการเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลายมีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมิน พบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ แพบ และผักพุมมีคะแนนเท่ากัน รองลงมาคือ กะพ้อ จีเหล็กบ้าน และ โต๊ะเต๊ะ ตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ผักพุมและ โต๊ะเต๊ะ มีคะแนนเท่ากัน รองลงมาคือ แพบ กะพ้อ และจีเหล็กบ้าน ตามลำดับ สำหรับเกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ แพบ รองลงมาคือ จีเหล็กบ้าน โต๊ะเต๊ะ กะพ้อ และ ผักพุม มีคะแนนการเป็นที่รู้จักน้อยที่สุด ส่วนเกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ พบว่า จีเหล็กบ้าน มีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวมากที่สุด รองลงมาคือ แพบและผักพุม มีคะแนนเท่ากัน กะพ้อ และ โต๊ะเต๊ะ ตามลำดับ

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดตรัง คือ แพบ รองลงมา คือ จีเหล็กบ้าน ผักพุม กะพ้อ และ โต๊ะเต๊ะ ตามลำดับ

(5) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดพัทลุง

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความโดดเด่นของจังหวัดพัทลุง ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.22

ตารางที่ 4.22 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดพัทลุง

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน	เอื้องน้ำ	กระโดน	สายบัว	ผักเขียดหรือรีน	สันตะวา
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.095	0.189	0.272	0.077	0.231	0.231
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.397	0.264	0.185	0.184	0.184	0.184
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.400	0.214	0.285	0.250	0.126	0.126
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.108	0.265	0.347	0.126	0.166	0.096
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.282	0.236	0.187	0.151	0.144

จากตารางที่ 4.22 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดพัทลุง พบว่าเกณฑ์ในด้านการเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.400 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย (0.397 คะแนน) ให้ความสำคัญกับความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ และระยะเวลาของการมีอยู่มีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินพบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ กระโดน รองลงมาคือ ผักเขียดหรือผักรีน และ สันตะวา มีคะแนนเท่ากัน เอื้องน้ำ และสายบัว ตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ เอื้องน้ำ รองลงมาคือ กระโดน และสายบัว ผักเขียดหรือผักรีน สันตะวา มีคะแนนเท่ากัน ตามลำดับ สำหรับเกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ กระโดน รองลงมาคือสายบัว เอื้องน้ำ ผักเขียดหรือรีน และ สันตะวา มีคะแนนเท่ากัน ตามลำดับ ส่วนเกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ พบว่ากระโดนมีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวมากที่สุด รองลงมาคือ เอื้องน้ำ ผักเขียดหรือรีน สายบัว และ สันตะวา ตามลำดับ

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดพัทลุง คือ เอื้องน้ำ รองลงมา คือ กระโดน สายบัว ผักเขียดหรืออีรีน และสันตะวา ตามลำดับ

(6) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดสุราษฎร์ธานี

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความโดดเด่นของจังหวัดสุราษฎร์ธานี ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.23

ตารางที่ 4.23 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดสุราษฎร์ธานี

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน	โหระพาน้ำ	ผักชีแคะ	บุก	เครื่องเห่าหรือเล็บรอก
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.213	0.175	0.207	0.330	0.288
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.179	0.168	0.239	0.395	0.198
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.182	0.281	0.340	0.239	0.140
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.426	0.391	0.276	0.138	0.195
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.285	0.266	0.243	0.206

จากตารางที่ 4.23 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดสุราษฎร์ธานี พบว่า เกณฑ์ในด้านความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.426 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับระยะเวลาของการมีอยู่ (0.213 คะแนน) ให้ความสำคัญกับการเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลายมีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมิน พบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ บุก รองลงมาคือ เครื่องเห่าหรือเล็บรอก ผักชีแคะ และโหระพาน้ำ ตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ บุก รองลงมาคือ ผักชีแคะ เครื่องเห่าหรือเล็บรอก และ โหระพาน้ำ ตามลำดับ สำหรับเกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ

ผักชีแคะ รองลงมาคือ โหระพาน้ำ บุก และ เครื่องเห่าหรือเล็บรอก มีคะแนนการเป็นที่รู้จักน้อยที่สุด ส่วนเกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ พบว่า โหระพาน้ำมีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวมากที่สุด รองลงมาคือ ผักชีแคะ เครื่องเห่าหรือเล็บรอก และบุก ตามลำดับ

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดสุราษฎร์ธานี คือ โหระพาน้ำ รองลงมาคือ ผักชีแคะ บุก และ เครื่องเห่าหรือเล็บรอก ตามลำดับ

(7) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดนครศรีธรรมราช

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความโดดเด่นของจังหวัดนครศรีธรรมราช ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.24

ตารางที่ 4.24 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดนครศรีธรรมราช

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน	จาก	ตาล	ลำพู	ลำเต็ง	แพบ
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.213	0.271	0.273	0.165	0.165	0.126
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.179	0.377	0.319	0.078	0.070	0.156
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.182	0.302	0.203	0.192	0.174	0.128
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.426	0.298	0.225	0.183	0.162	0.131
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.301	0.238	0.167	0.166	0.128

จากตารางที่ 4.24 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า เกณฑ์ในด้านความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.426 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับระยะเวลาของการมีอยู่ (0.213 คะแนน) ให้ความสำคัญกับการเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลายมีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาคำนำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมิน พบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ตาล รองลงมาคือ จาก ลำพูกับลำเท็ง มีคะแนนเท่ากัน และแพบ มีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวน้อยที่สุด ตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ จาก รองลงมาคือ ตาล แพบ ลำพู และลำเท็ง ตามลำดับ สำหรับ เกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ จาก รองลงมาคือ ตาล ลำพู ลำเท็ง และแพบมีคะแนนการเป็นที่รู้จักน้อยที่สุด ส่วน เกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ พบว่า จาก มีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวมากที่สุด รองลงมาคือ ตาล ลำพู ลำเท็ง และ แพบ ตามลำดับ

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดนครศรีธรรมราช คือ จาก รองลงมาคือ ตาล ลำพู ลำเท็ง และ แพบ ตามลำดับ

(8) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดสงขลา

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านที่มีความโดดเด่นของจังหวัดสงขลา ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.25

ตารางที่ 4.25 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมิน ในจังหวัดสงขลา

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน	คำลึง	ตัวส้มหรือแต้ว	เลียบ	ซุมไกร	พุมเรียง
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.172	0.121	0.278	0.211	0.195	0.195
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.122	0.114	0.390	0.202	0.107	0.188
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.317	0.366	0.120	0.149	0.227	0.137
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.389	0.119	0.172	0.273	0.218	0.218
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.193	0.206	0.224	0.187	0.187

จากตารางที่ 4.25 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดสงขลา พบว่าเกณฑ์ในด้านความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.389 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับการเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น (0.317 คะแนน) ให้ความสำคัญกับระยะเวลาของการมีอยู่ และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลายมีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินพบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ติ้วส้มหรือแต้ว รองลงมาคือ เลียบ ชุมไกรกับพุมเรียงมีคะแนนเท่ากัน และต่ำสุดตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ติ้วส้มหรือแต้ว รองลงมาคือ เลียบ พุมเรียง คำลิง และชุมไกร ตามลำดับ สำหรับเกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ คำลิง รองลงมาคือ ชุมไกร เลียบ พุมเรียง และติ้วส้มหรือแต้ว มีคะแนนการเป็นที่รู้จักน้อยที่สุด ส่วนเกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ พบว่า เลียบมีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวมากที่สุด รองลงมาคือ ชุมไกร กับพุมเรียงมีคะแนนเท่ากัน ติ้วส้มหรือแต้ว และต่ำสุดตามลำดับ

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดสงขลา คือ เลียบ รองลงมา คือ ติ้วส้มหรือแต้ว คำลิง ชุมไกรกับพุมเรียงมีคะแนนเท่ากัน ตามลำดับ

(9) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดกระบี่

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านที่มีความโดดเด่นของจังหวัดกระบี่ ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.26

ตารางที่ 4.26 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดกระบี่

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน	สายทะเล	โต๊ะเต๊ะ	ผักพุม	ผักย่าแย้	ผักเสี้ยนบ้าน
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.276	0.254	0.254	0.218	0.127	0.146
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.138	0.106	0.249	0.230	0.251	0.165
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.195	0.179	0.276	0.191	0.176	0.178
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.391	0.209	0.273	0.224	0.147	0.147
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.275	0.231	0.199	0.151	0.142

จากตารางที่ 4.26 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดกระบี่ พบว่าเกณฑ์ในด้านความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.391 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับระยะเวลาของการมีอยู่ (0.276 คะแนน) ให้ความสำคัญกับการเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลายมีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินพบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ สายทะเล และ โต๊ะเต๊ะ ซึ่งมีคะแนนเท่ากัน รองลงมาคือ ผักพุม ผักเสี้ยนบ้าน และผักย่าแย้ ตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ผักย่าแย้ รองลงมาคือ โต๊ะเต๊ะ ผักพุม ผักเสี้ยนบ้าน และสายทะเล ตามลำดับ สำหรับเกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ โต๊ะเต๊ะ รองลงมาคือ ผักพุม สายทะเล ผักเสี้ยนบ้าน และผักย่าแย้ มีคะแนนการเป็นที่รู้จักน้อยที่สุด ส่วนเกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ พบว่า โต๊ะเต๊ะมีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวมากที่สุด รองลงมาคือ ผักพุม สายทะเล ผักเสี้ยนบ้าน และผักย่าแย้ ตามลำดับ

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดกระบี่ คือ สายทะเล รองลงมา คือ โต๊ะเต๊ะ ผักพุม ผักย่าแย้ และ ผักเสี้ยนบ้าน ตามลำดับ

(10) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดพังงา

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านที่มีความโดดเด่นของจังหวัดพังงา ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.27

ตารางที่ 4.27 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดพังงา

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน	ผักกูด	ผักเหมียง	หมฤษฎหอม	ผักพุม	หน่อไม้
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.260	0.204	0.194	0.186	0.215	0.201
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.104	0.206	0.191	0.182	0.220	0.201
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.179	0.197	0.205	0.210	0.189	0.199
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.458	0.192	0.211	0.224	0.173	0.199
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.185	0.221	0.232	0.165	0.197

จากตารางที่ 4.27 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดพังงา พบว่าเกณฑ์ในด้านความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.458 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับระยะเวลาของการมีอยู่ (0.260 คะแนน) ให้ความสำคัญกับการเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลายมีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินพบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ผักพุม รองลงมาคือ ผักกูด ผักเหมียง และหมฤษฎหอม ตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ผักพุม รองลงมาคือ ผักเหมียง หน่อไม้ ผักกูด และหมฤษฎหอม ตามลำดับ สำหรับเกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ หมฤษฎหอม รองลงมาคือ ผักเหมียง หน่อไม้ ผักกูด และผักพุม มีคะแนนการเป็นที่รู้จักน้อยที่สุด ส่วนเกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ พบว่า หมฤษฎหอมมีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวมากที่สุด รองลงมาคือ ผักเหมียง หน่อไม้ ผักกูดและผักพุม ตามลำดับ

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดพังงา คือ หมวยหอม รองลงมาคือ ผักเหมียง หน่อไม้ ผักกูด และ ผักพุ่ม ตามลำดับ

(11) ผลการวิเคราะห์ของจังหวัดสตูล

ผลการวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความโดดเด่นของจังหวัดสตูล ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4.28

ตารางที่ 4.28 ผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดสตูล

เกณฑ์การประเมิน	ค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน	โตะเคีะ	ตาเปิดตาไก่	ตัวส้มหรือแต้ว	ผักพุ่ม	เหรียง
ระยะเวลาของการมีอยู่	0.191	0.194	0.239	0.164	0.210	0.194
การใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย	0.120	0.183	0.192	0.117	0.243	0.265
การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น	0.418	0.205	0.255	0.218	0.172	0.150
ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่	0.271	0.128	0.223	0.294	0.133	0.223
ค่าน้ำหนักความสำคัญทั้งหมด		0.223	0.216	0.195	0.187	0.173

จากตารางที่ 4.28 แสดงผลการคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญเกณฑ์การประเมิน และค่าน้ำหนักของชนิดผักจำแนกตามเกณฑ์ประเมินในจังหวัดสตูล พบว่า เกณฑ์ในด้านการเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น มีค่าน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด (0.418 คะแนน) รองลงมาให้ความสำคัญกับความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ (0.271 คะแนน) ให้ความสำคัญกับระยะเวลาของการมีอยู่ และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลายมีความสำคัญน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักของชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจำแนกตามเกณฑ์ประเมิน พบว่า ด้านระยะเวลาของการมีอยู่ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ตาเปิดตาไก่ รองลงมาคือ ผักพุ่ม โตะเคีะและเหรียงมีคะแนนเท่ากัน และตัวส้มหรือแต้วมีคะแนนในด้านดังกล่าวน้อยที่สุด ตามลำดับ ด้านการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ เหรียง รองลงมาคือ ผักพุ่ม ตาเปิดตาไก่ โตะเคีะ และตัวส้มหรือแต้ว ตามลำดับ สำหรับเกณฑ์การเป็นที่รู้จักของคนในท้องถิ่น ผักพื้นบ้านและไม้ผล

พื้นเมืองที่มีคะแนนในด้านดังกล่าวมากที่สุด คือ ตาเปิดตาไก่ รองลงมาคือ ตั่วส้มหรือเต้า โต๊ะเต๊ะ ผักพุม และเหียง มีคะแนนการเป็นที่รู้จักน้อยที่สุด ส่วนเกณฑ์ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ พบว่า ตั่วส้มหรือเต้า มีคะแนนในเกณฑ์ดังกล่าวมากที่สุด รองลงมาคือ ตาเปิดตาไก่กับเหียง มีคะแนนเท่ากัน ผักพุม และโต๊ะเต๊ะ ตามลำดับ

กล่าวโดยภาพรวมสำหรับชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ถือเป็นเอกลักษณ์และมีความโดดเด่นมากที่สุดของจังหวัดสตูล คือ โต๊ะเต๊ะ รองลงมา คือ ตาเปิดตาไก่ ตั่วส้มหรือเต้า ผักพุมและเหียง ตามลำดับ

(12) สรุปผลการวิเคราะห์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง 2 อันดับแรก

จากผลวิเคราะห์ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความโดดเด่นหรือเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดตามน้ำหนักความสำคัญของเกณฑ์การประเมิน ทำให้สรุปความเป็นเอกลักษณ์ของชนิดผักพื้นบ้านของแต่ละจังหวัด ดังตารางที่ 4.29

ตารางที่ 4.29 ชนิดผักพื้นบ้านผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์ของของจังหวัดต่างๆ ในภาคใต้ของประเทศไทย

ลำดับ	จังหวัด	ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเอกลักษณ์อันดับแรก	ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเอกลักษณ์อันดับสอง
1	ชุมพร	ส้มแป้น	เหมียง
2	ระนอง	ผักกูด	เหมียง
3	ภูเก็ต	เหมียง	เห็ดขานหมาก
4	ตรัง	แพบ	จีเหล็กบ้าน
5	พัทลุง	เอื้องน้ำ	กระโดน
6	สุราษฎร์ธานี	โหระพาน้ำ	ผักชีแคะ
7	นครศรีธรรมราช	จาก	ตาล
8	สงขลา	เลียบ	ตั่วส้มหรือเต้า
9	กระบี่	สายทะเล	โต๊ะเต๊ะ
10	พังงา	หมวยหอม	เหมียง
11	สตูล	โต๊ะเต๊ะ	ตาเปิดตาไก่

จากตารางที่ 4.29 สรุปชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นเอกลักษณ์อันดับแรกและอันดับที่สองของจังหวัดต่างๆ จะเห็นได้ว่า มีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองบางชนิด ได้แก่ เหมียง และโตะเคี๊ยะ ถูกจัดอันดับอยู่ในหลายจังหวัด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองดังกล่าวได้รับความนิยมหรือเป็นที่รู้จักมากขึ้นในปัจจุบัน ซึ่งเป็นเกณฑ์หนึ่งในการวิเคราะห์ครั้งนี้ อย่างไรก็ตามยังมีผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองอีกหลายชนิดที่ถูกจัดอันดับความสำคัญในหลายจังหวัด แต่ไม่ได้เป็นผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในอันดับต้นๆ เช่น ผักพุม ซึ่งทำให้เห็นว่าประชาชนยังมีความตระหนักต่อความสำคัญของผักเหล่านั้น

4.2 การสำรวจการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ด้านการบริโภค การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ โรคและแมลงที่ปรากฏ

การรายงานผลการวิจัยในส่วนนี้ แบ่งออกเป็น 4 ส่วนย่อยด้วยกัน คือ การใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการบริโภค การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ เบื้องต้น และโรคและแมลงของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ปรากฏ

4.2.1 การใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการบริโภค

ตารางที่ 4.30 แสดงรายชื่อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้แบ่งตามรสชาติ เช่น รสฝาด รสหวานอ่อนๆ รสเปรี้ยว รสเผ็ดร้อน รสเย็น รสมัน รสจืด รสขม และ รสขื่น กับ ส่วนที่บริโภคได้ เช่น หัวรากหรือเหง้าใต้ดิน ใบและยอด ดอกผลหรือฝัก แกนกลางลำต้น ก้านใบ และเถา

ตัวอย่างผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ ที่มีรสฝาดและใช้ส่วนใบหรือยอดในการบริโภค ได้แก่ กระโดน มะกอก มะม่วงหิมพานต์ เป็นต้น ส่วนที่เป็นดอก ได้แก่ กระโดน และมะม่วง ในขณะที่ส่วนที่เป็นผลหรือฝัก ได้แก่ กล้าย ถึง ขนุน เป็นต้น

ในทำนองเดียวกันกับผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่มีรสหวานอ่อนๆ และส่วนต่างๆที่บริโภคได้ เช่น ผักเหมียงมีรสหวานอ่อนๆ ในส่วนของใบยอด และดอก ในขณะที่ หน่อไม้มีรสหวานอ่อนๆ ในส่วนของท่อหรือเหง้าใต้ดิน

ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้บางชนิดมีรสชาติหลายรสปนเปกัน เช่น ข่า ส่วนของเหง้า ดอก และแกนกลางลำต้นมีรสชาติเผ็ดร้อน ในขณะที่มีรสหวานอ่อนๆรวมอยู่ด้วย

เป็นที่น่าสังเกตว่า ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่มีรสเผ็ดร้อนหรือรสขื่น เช่น หลายส่วนของข่า ผลมะเขือพวงและมะอึก มักจะไม่นิยมบริโภคสด ดังนั้นการปรุงอาหารจึงต้องมีการใส่กระทิ หรือนำไปผสมกับส่วนประกอบอื่นๆ เพื่อลดความเผ็ดร้อนหรือความขื่นลงไปบ้าง เช่น การปรุงกับน้ำพริก การปรุงกับน้ำซุ๊ป เป็นต้น

ตารางที่ 4.30 ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้แบ่งตามรสชาติและส่วนที่บริโภคได้

รสชาติ	ส่วนที่บริโภคได้							หมายเหตุ
	หัวรากหรือเหง้าใต้ดิน	ใบและยอด	ดอก	ผลหรือฝัก	แกนกลางลำต้น	ก้านใบ	เถา	
รสฝาด		กระโดน ขนุน มะกอก มะตูม มะม่วง มะม่วงหิมพานต์ มะขม	กระโดน มะม่วง	กล้วยน้ำว้า ขนุน ลูกขี้ มะกอก มะตูม มะม่วง มะขม สมอไทย				
รสหวานอ่อนๆ	ข่า หน่อไม้	ขจร ขนุน แคบ้าน บอนน้ำ ผักกูด ผักหวานบ้าน เพกา มะกอก มะรุม มะละกอ มันปู เหมียง	ขจร ข่า แคบ้าน ผักพาย เพกา มะรุม เหมียง	ขจร ขนุน แคบ้าน ผักหวานบ้าน เพกา มะกอก มะรุม มะละกอ	ข่า	ผักพาย		

ตารางที่ 4.30 (ต่อ)

รสชาติ	ส่วนที่บริโภคได้							หมายเหตุ
	หัวรากหรือเหง้าใต้ดิน	ใบและยอด	ดอก	ผลหรือฝัก	แกนกลางลำต้น	ก้านใบ	เถา	
รสเปรี้ยว		กระเจี๊ยบแดง ชะมวง มะกอก มะขาม มะดัน มะม่วง มะขม ส้มป่อย	กระเจี๊ยบแดง มะขาม มะม่วง	ตะลิงปลิง มะกอก มะขาม มะดัน มะม่วง มะขม มะอึก สมอไทย				
รสขม		ขี้เหล็ก บัวบก ผักเสี้ยน เพกา มะระขี้นก มะรุม ขอบ้าน สะเดา	ขี้เหล็ก ผักพาย เพกา มะรุม สะเดา	ผักเสี้ยน เพกา มะระขี้นก มะรุม มะแว้งคัน มะแว้งเครือ ขอบ้าน		ผักพาย		
รสเผ็ดร้อน	ข่า	ชะพลู ผักคราด ผักชีล้อม พริกขี้หนู	ข่า ผักคราด หมรุษ	พริกขี้หนู มะตูม ขอบ้าน	ข่า			

ตารางที่ 4.30 (ต่อ)

รสชาติ	ส่วนที่บริโภคได้							หมายเหตุ
	หัวรากหรือเหง้าใต้ดิน	ใบและยอด	ดอก	ผลหรือฝัก	แกนกลางลำต้น	ก้านใบ	เถา	
รสเผ็ดร้อน (ต่อ)		มะตูม ขอบ้าน สาระแหน่ หมรัย						
รสเย็น		ตำลึง บอนน้ำ ผักกระเฉด ผักเขียด ผักบุ้งไทย ผักหวานบ้าน มะกอก มะระจั่นก สาระแหน่ สันตะวา สันตะวาใบข้าว หางปลาช่อน	ผักเขียด สันตะวา สันตะวาใบข้าว	ผักหวานบ้าน มะกอก มะระจั่นก มะอึ๊ก		บัวสาย		
รสมัน		กระถินไทย ขนุน บัวบก ผักทอง	ผักพาย ผักทอง มะรุม หมรัย	กระถินไทย ขนุน ถั่วพื้นเมือง มะยม		บัวสาย ผักพาย		

ตารางที่ 4.30 (ต่อ)

รสชาติ	ส่วนที่บริโภคได้							หมายเหตุ
	หัวรากหรือเหง้าใต้ดิน	ใบและยอด	ดอก	ผลหรือฝัก	แกนกลางลำต้น	ก้านใบ	เถา	
รสมัน (ต่อ)		มะขม มะรุม มันปู เล็บครุฑ สะตอ หมรุข เหมียง	เหมียง	มะรุม สะตอ เหียง				
รสจืด		ขจร กุน ชะอม ผักกระเฉด ผักกูด ผักเขียด ผักชีฝรั่ง ผักตบชวา ผักนึ่งไทย ผักแว่น ผักหนาม ผักทอง	ขจร ผักเขียด ผักตบชวา ผักทอง ต้นตะวา ต้นตะวาใบข้าว	กระเจี๊ยบมอญ ขจร			ย่านาง	

ตารางที่ 4.30 (ต่อ)

รสชาติ	ส่วนที่บริโภคได้							หมายเหตุ
	หัวรากหรือเหง้าใต้ดิน	ใบและยอด	ดอก	ผลหรือฝัก	แกนกลางลำต้น	ก้านใบ	เถา	
รสจืด (ต่อ)		ข่านาง สันตะวา สันตะวาใบข้าว หางปลาช่อน						
รสขื่น				มะเขือพวง มะอึ๊ก				

ที่มา : อุไร (2547ก) อุไร (2547ข) อุไร (2547ค) และจากการสำรวจ (2549-2554)

ตารางที่ 4.31 แสดงการนำส่วนประกอบต่างๆ ของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่บริโภคได้มาวิเคราะห์ร่วมกับวิธีการปรุงอาหาร เช่น การรับประทานสด ดอง ผัด ทอด ต้ม ลวก นึ่ง ทำแกงต่างๆ ยำ หรือการทำอาหารเฉพาะของภาคใต้ เช่น งบ พบว่าส่วนต่างๆ ของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้นั้น สามารถนำมาประกอบอาหารได้หลากหลายชนิด นับเป็นภูมิปัญญาของท้องถิ่นที่ได้สะสมกันมายาวนาน

ส่วนประกอบของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้ประโยชน์ในการบริโภคมากที่สุดคือ ส่วนของใบ ยอด และก้านใบ และการรับประทานสดเป็นวิธีการปรุงอาหารที่ใช้ส่วนประกอบนี้มากที่สุด รองลงมาคือ การทำเป็นแกงเผ็ด แกงส้ม และแกงไตปลา ตลอดจนการปรุงเป็นแกงจืด แกงเลียง และแกงกะทิ

ส่วนประกอบของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ใช้ประโยชน์ในการบริโภค คือ ส่วนของแกนกลางลำต้น และเมล็ด ส่วนวิธีการปรุงอาหารที่นิยมน้อยที่สุด คือ การทอด และการทำงบและยำ แต่อย่างไรก็ตามส่วนประกอบของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองสามารถพัฒนาต่อไปได้ให้มีความหลากหลายเพื่อการบริโภค

ข้อสังเกตที่เห็นได้ชัด ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองสามารถใช้ประโยชน์ในการบริโภคได้มาก และยังสามารถประยุกต์ใช้ ทดแทนผักและผลไม้เศรษฐกิจได้ เช่น การใช้ผักเหลียงหรือตำลึงแทนผักคะน้าหรือผักกาดขาวดั่งในก๋วยเตี๋ยว แม้ว่าจะไม่สามารถทดแทนได้อย่างสมบูรณ์ และอาจจะไม่ได้รับการยอมรับจากผู้บริโภคเท่าที่ควรในระยะแรก แต่การประชาสัมพันธ์อย่างต่อเนื่องทั้งในระบบการศึกษาและสื่อโดยทั่วไปให้ผู้บริโภคได้เห็นถึงประโยชน์ทางโภชนาการ การปลอดสารพิษ ราคา และการอนุรักษ์ไว้ซึ่งภูมิปัญญาบรรพบุรุษ การดำรงรักษาพันธุกรรมและความหลากหลายทางชีวภาพแล้ว ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจะเป็นอนาคตของชาติ เป็นเอกลักษณ์และวิถีชีวิตที่สำคัญเทียบเท่ากับวัฒนธรรมอื่นๆ

ตารางที่ 4.31 ส่วนประกอบต่างๆ ของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่บริโภคได้

ส่วนที่บริโภค ได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัด	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกง กะทิ	แกงเผ็ด แกง ส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
หัว ราก หรือ เหง้าใต้ดิน หน่อ	กระทือ กระวาน ขมิ้น ดาหลา หน่อไม้ นนทรี มันขี้หนู หน่อกะลา	หน่อไม้	กระทือ นนทรี หน่อไม้		กระทือ กระวานขาว กลอย ดาหลา นนทรี หน่อไม้ เอื้องหมายนา	บุก มันขี้หนู มันเทศ มันสำปะหลัง สาเก หน่อไม้ เอื้องหมายนา	กระชาย กระทือ กระวาน ขมิ้น ข่า ดาหลา บอนน้ำ มันขี้หนู มันสำปะหลัง หน่อไม้ เอื้องหมายนา	กระทือ ข่า ขมิ้น ดาหลา หน่อไม้	ข่า หน่อไม้
ใบและยอด ก้านใบ	กระแซะ กระโดน กระโดนน้ำ กระตังบาย กระทือ	กุ่ม ผักนึ่ง ผักเสี้ยน ผักหนาม หวายลิง	กระทือ กระสัง ตำลึง ถั่วพู น้ำเต้า	ผักนึ่ง แพงพวย ใบเล็บครุฑ มะกรูด มะขม	ก้างปลาแดง กระทือ กระสัง กระตกรก โกสน	ขลี่ ขี้พริ้ว คูน คันทรง ชะมวง	กระทือ กระวานขาว ขี้เหล็กบ้าน ขี้เหล็กเลือด ขี้เหล็กหวาน	กระทือ กระพังโหม กระโดนน้ำ ขมิ้น คัตเค้าเครือ	

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ส่วนที่บริโภค ได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัด	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกง กะทิ	แกงเผ็ด แกงส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
ใบและยอด ก้านใบ (ต่อ)	กระพังโหม กระถิน กระตกรก กระสัง โกสน ขลี้ ขลุ้ คูน แค จิกง้วนอน จิกน้ำ จวง ชมพู่มาเมียะ ชะพลู ชুমเลียง ชะ		น้อยหน้า ใบรา ปรังทะเล ผักกูด ผักโขม ผักฉ่อย ผักเหมียง ผักนึ่ง ผักลิ้นห่าน ผักโหมจีน ผักโหมหัด ผักโหมหนาม ผักชีล้อม เพกา พริก แพงพวย		ขี้เหล็กบ้าน คันทรง แค ค้างคาว ชะพลู ชুমเห็ดเทศ ตะไคร้ต้น ตาลปีตรฤาษี ถั่วพู เถาเอ็นอ่อน ทองหลาง ทำม้ง บอน บอนน้ำ เปราะป่า โปรงแดง	ชুমแสง ชুমเห็ดไทย โศ๊ะเต๊ะ ตำลึง เต่าร้างแดง น้ำเต้า น้อยหน้า บอน บอนส้ม บอนเต่า โปล้งแดง ผักกูด ผักกาดช้าง ผักโขม ผักพุม ผักหวานใต้ใบ	ขลี้ ขี้พริ้ว คูน คันทรง ชะมวง ชুমเห็ดไทย เถาเอ็นอ่อน น้อยหน้า ข้าวพุลู ตาลปีตรฤาษี เต่าร้างแดง ทำม้ง ทูนก้านดำ นมสวรรค์ น้อยหน้า ใบกระเจี๊ยบ	ข้าวพุลู ทองหลาง ใบกระเจี๊ยบแดง บัวบก ผักกูด ผักนึ่ง ผักไผ่ ฝอยทอง มะนาวควาย โมกเครือ มะกรูด สาหร่ายน้ำจืด สาหร่ายเม็ดพริก	

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ส่วนที่บริโภค ได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัด	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกง กะทิ	แกงเผ็ด แกง ส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
ใบและยอด ก้านใบ (ต่อ)	โด้ะเต๊ะ ตาลปัตรฤๅมิ ด้วส้ม ตอเบา ถั่วพู ทองหลาง ทูนก้านดำ ทำม้ง นนทรี น้อยหน่า ใบกระเจี๊ยบ แดง ใบเล็บครุฑ ใบรา บัวบก เปราะป่า		มะระขี้นก มะพร้าว ลำเท็ง ส้มแป้น โสมไทย		ปรังทะเล ผักกูด ผักโขม ผักบุ้ง ผักตบชวา ผักพุม ผักหวานใต้ใบ ผักหนาม ผักเหนาะ ผักเหมาะ เพกา พฤกษ์ พริก มะรุม มะละกอ มันเทศ	ผักเหมียง ผักโหมจีน ผักโหมหัด ผักโหมหนาม พฤกษ์ พริก ผักข้าว มะระขี้นก มะพร้าว แมงลัก เมาไข่ปลา ข่านาง ระข่อมน้อย ลำเท็ง เลียบ ส้มม่วง	แดง บัวบก บอนเต่า บอนส้ม ใบรา บุก ผักกูด ผักล้อย ผักตบชวา ผักพุม ผักเสี้ยน ผักข้าว ผักเหมียง ผักหนาม เพกา มะกรูด		

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ส่วนที่บริโภค ได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัด	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกงกะทิ	แกงเผ็ด แกงส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
ใบและยอด ก้านใบ (ต่อ)	ปุยกระโดน โปรงแดง ปรงทะเล ผักกาดช้าง ผักกาดนกเขา ผักชีล้อม ผักพุม ผักหนาะ ผักเหมียง ผักนึ่ง ผักไผ่ ผักเหียง ผักรีน พืลังกาสาเล็ก พืลังกาสาใหญ่ พาโหม				มันสำปะหลัง โมกมัน เม็ดขุน ลำเท็ง สะตอ สับปะรด สาหร่ายน้ำจืด เสาวรศ หม้อข้าวหม้อแกงลิง หอยลิ้ง อัญชัญ	หอยน้ำ เห็ดแครง อุตพิด	มะรุม มันเทศ โมกมัน ขอ ระข้อมน้อย เลียบ สาหร่ายน้ำจืด ส้มม่วง ส้มป่อย หอยลิ้ง อุตพิด อุตพิด		

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ส่วนที่บริโภค ได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัด	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกงกะทิ	แกงเผ็ด แกง ส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
ใบและยอด ก้านใบ (ต่อ)	พริก พริกขี้หนู เผงพวย ฟักข้าว เม็ดขนุน มะกอกเขา มังคุด มะระขี้นก มะม่วง มันปู มันเทศ แมงลัก มะกรูด มะกอกป่า มะปริง มะตูม มะยม								

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ส่วนที่บริโภค ได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัด	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกงกะทิ	แกงเผ็ด แกง ส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
ใบและยอด ก้านใบ(ต่อ)	มะละกอ มันปู เม่าไข่ปลา โหมกเครือ ลำแพน ลูกมุด เลียบ เล็บเราะ ส้มเลี้ยวตัน ส้มป่อย สะตอ สาหร่ายน้ำจืด สาหร่ายทะเล สาหร่ายเม็ด เสาวรส หมวยมัน								

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ส่วนที่บริโภค ได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัด	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกงกะทิ	แกงเผ็ด แกงส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
ใบและยอด ก้านใบ (ต่อ)	หมรุษหอม หว่า หางปลาช่อน หัวครก โหระพาน้ำ อินทนิลน้ำ เอื้องน้ำ อัญชัญ								
ดอก ก้านดอก	กระทือ ชิงนก จิกน้ำ ดาหลา ตาลปัตรฤาษี ถั่วคั่ว ทำม้ง มะกอกป่า ราชพฤกษ์	ราชพฤกษ์ หวายลิง	กระทือ น้ำเต้า ผักเหลียง ราชพฤกษ์ สายบัว	ดาวเรือง	กล้วยเถื่อน กระทือ กระวานขาว ขี้มัน แค ดาหลา ตาลปัตรฤาษี ถั่วแรด ทุเรียน	ขนุน ชุมเห็ดเทศ ทุเรียน น้ำเต้า บอนเต้า บอนส้ม บุก สายบัว ระย่อมน้อย	กระทือ ขี้เหล็กบ้าน ขี้เหล็กเลือด ขี้เหล็กหวาน แค ดาหลา ตาลปัตรฤาษี ทุเรียน บอนเต้า	กระโดนน้ำ กระทือ ดาวเรือง ดาหลา	หน่อไม้

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ส่วนที่บริโภค ได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัก	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกงกะทิ	แกงเผ็ด แกง ส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
ดอก ก้านดอก (ต่อ)	ลำแพน สายบัว หมวยมัน หน่อกะลา				น้ำเต้า ผักตบชวา สะเดา		บอนส้ม บุก ผักตบชวา ระช่อม่น้อย อโศกน้ำ		
ผลหรือผัก	กระถิน กระเทียม กระวาน ขมิ้น คึ้นเค้าเครือ จาก จำปาตะ ขุ่มเลียง ชมพู่มะเหมี่ยว คึปลีเชือก ตำลึง ตะลึงปลิง	แตงไทย มะตูม ระกำ ลูกเนียง สะตอ	กระเจี๊ยบเขียว ถั่วไตคิน น้ำเต้า มะระขี้นก	จำปาตะ ถั่วพู	กระเจี๊ยบเขียว กระเจี๊ยบแดง กระเจี๊ยบมอญ กระวานขาว	ขมิ้น แตงกวา แตงไทย ทุเรียนเทศ น้ำเต้า แพบ พริก มะละกอ ระช่อม่น้อย	กล้วยเถื่อน กระเทียม ขาม ขี้พริ้ว จาก	คึปลีเชือก เพกา หลังปลิง โหนด	เพกา สะตอ

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ส่วนที่บริโภคได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัด	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกง กะทิ	แกงเผ็ด แกง ส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
ผลหรือฝัก (ต่อ)	เต้าร้างแดง แตงกวา แตงไทย ถั่วแระด ถั่วคั่ว ถั่วคั่ว ถั่วพู พืลังกาสาใหญ่ พฤษ์ แฟบ มะเดื่อปล้อง มะเดื่ออุทุมพร มะกอกป่า มะปริง มะไฟ มะมุด	หาวยลิ่ง	แตงกวา ถั่วพู มะละกอ สะตอ สับปะรด		คั้ดเค้้าเครี้อ ถั่วโ้วลดีน ถั่วแระด ถั่วพู น้ำเต้า ฝักเหมะ พฤษ์ มะระจี้นง มะละกอ สะตอ หาวยลิ่ง อัญชัญ		ชะมวง แตงกวา ถั่วแระด ถั่วพู เถาคัน ทุเรียนเทศ น้ำเต้า แฟบ มะกอกป่า มะเดื่ออุทุมพร มะรุ้ม มะตาด มะละกอ ระกำ ระข้อมน้อย ลูกเนียง	กอกเบา หัวครก ลูกมุด	

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ส่วนที่บริโภคได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัด	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกงกะทิ	แกงเผ็ด แกง ส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
ผลหรือฝัก (ต่อ)	มะม่วง มะขม มะละกอ เม่าไขปลาระกำ ลูกนึ่ง ลูกเนียง ลำแพน สะตอ ส้มจี๊ด สับปะรด หลิบลึง เสาวรส โหนด						ลูกนึ่ง ลูกมุด ลูกอึก ส้มกุ่ม ส้มแขก ส้มจี๊ด สับปะรด หลิบลึง โหนด หว่ายลึง		

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ส่วนที่บริโภคได้	วิธีการปรุงอาหาร								
	รับประทานสด	ดอง	ผัด	ทอด	ต้ม ลวก นึ่ง	แกงจืด แกงเลียง แกงกะทิ	แกงเผ็ด แกง ส้ม แกงไตปลา	ยำ	งบ ย่าง
แกนกลางลำต้น					กล้วยเถื่อน ปูด		กล้วยเถื่อน บุก ปูด		
เมล็ด	แมงลัก (ขนม) สะตอ	สะตอ เหรียง	หัวครก	หัวครก	ขนุน ถั่วโอดัดดิน	หัวครก สะตอ	กล้วยเถื่อน จำปาคะ พริกไทย สะตอ เหรียง	กล้วยเถื่อน	กล้วยเถื่อน

ที่มา : อุไร (2547ก) อุไร (2547ข) อุไร (2547ค) และจากการสำรวจ (2549-2554)



การใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในร้านขนมจีน จังหวัดกระบี่



การใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในร้านข้าวแกง จังหวัดนครศรีธรรมราช



ลักษณะการวางขายผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาพประกอบที่ 4.1 การใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภคและลักษณะการวางขายผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

4.2.2 การใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้าน

การตลาด

การสำรวจผู้ขายและผู้บริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ เพื่อศึกษาถึงเหตุผลของการขายเพื่อให้ผู้บริโภคได้รับบริโภคมีเหตุผล ตลอดจนข้อมูลประกอบต่างๆ ดังต่อไปนี้

(1) เหตุผลที่ขายหรือบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

เหตุผลที่กลุ่มตัวอย่างขายหรือบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ซึ่งกลุ่มตัวอย่างให้เหตุผลคล้ายคลึงกันในประเด็นของความปลอดภัยจากการบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง นอกจากนั้นประเด็นเกี่ยวกับเรื่องของราคาซื้อขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบกับผักเศรษฐกิจ ในสายตาของผู้ขายและผู้บริโภคเห็นว่ามียุทธศาสตร์ก่อนข้างถูก และหาซื้อได้ตามฤดูกาลหรือตลอดทั้งปี

สำหรับเหตุผลของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละจังหวัดที่ทำการสำรวจ มีรายละเอียดดังตารางที่

4.32

ตารางที่ 4.32 เหตุผลที่ขายหรือบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

จังหวัด	เหตุผลที่ขายหรือบริโภค
ชุมพร	<ul style="list-style-type: none"> ● ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดี ผู้บริโภคโดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ ข้าราชการ นิยมรับประทาน ● ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมีราคาถูก ลงทุนไม่สูงนัก ● สามารถขายได้ตลอดปี ● ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีมีประโยชน์มากมาย โดยเฉพาะประโยชน์ทางยาสมุนไพร และประโยชน์โดยตรงต่อร่างกาย ทานแล้วอายุยืน ● มีความเสี่ยงในการลงทุนน้อย ● มีความปลอดภัยจากสารพิษต่างๆ
ระนอง	<ul style="list-style-type: none"> ● ผู้ซื้อส่วนใหญ่นิยมซื้อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ● ทั้งผู้ขายและผู้ซื้อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีเพราะปลอดภัยจากสารเคมี ● ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีขายง่ายกว่า ไม่ต้องลงทุนมากนัก ● ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีเป็นผักและผลไม้ที่บริโภคกันมาตั้งแต่รุ่นบรรพบุรุษ

ตารางที่ 4.32 (ต่อ)

จังหวัด	เหตุผลที่ขายหรือบริโภค
ภูเก็ต	<ul style="list-style-type: none"> • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีเป็นผักตามธรรมชาติ ปลอดภัยทั้งผู้ซื้อและขาย • เป็นที่นิยมของผู้บริโภค • เป็นผักและผลไม้ที่หาได้ง่าย ปลอดภัยจากสารเคมี • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีมีประโยชน์ มีสรรพคุณทางยา รสชาติดี • ไม่ต้องไปหาซื้อจากที่อื่น ต้นทุนน้อย ราคาถูก • ขายง่าย โดยเฉพาะแม่ค้าขนมเงิน • บริโภคและขายมาแต่ดั้งเดิม
ตรัง	<ul style="list-style-type: none"> • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีเป็นผักและผลไม้ตามธรรมชาติ ปลอดภัยทั้งผู้ซื้อและขาย • เป็นที่นิยมของผู้บริโภค • เป็นผักและผลไม้ที่หาได้ง่าย ปลอดภัยจากสารเคมี
พัทลุง	<ul style="list-style-type: none"> • ขายดี เป็นที่นิยม โดยเฉพาะทานกับขนมเงิน ซึ่งเป็นอาหารที่ขายทั่วไป และมีทุกจังหวัด
สุราษฎร์ธานี	<ul style="list-style-type: none"> • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีไม่ต้องลงทุนสูง ขายได้เร็ว ไม่เสี่ยงต่อการเน่าเสีย • นิยมบริโภคเป็นผักเหนาะ ไม่ว่าจะเป็นขนมเงิน ข้าวแกง จัมน้ำพริก • หาซื้อ-ขายได้ตลอดปี ฆากน้อยตามฤดูกาล • ปลอดภัยพิษ และยังเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย
นครศรีธรรมราช	<ul style="list-style-type: none"> • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีปลอดภัยจากสารเคมี ทั้งผู้ซื้อและผู้ขาย • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีรสชาติดี ขายง่าย • ในปัจจุบันผู้บริโภคมีความต้องการผักพื้นบ้านมากขึ้น • นิยมรับประทานเป็นผักแถมกับขนมเงิน ซึ่งเป็นอาหารที่ได้รับความนิยมในจังหวัด ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีจึงเป็นที่ได้รับความนิยมตามไปด้วย • ต้นทุนในการขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีต่ำ และเป็นที่ต้องการของลูกค้ำ

ตารางที่ 4.32 (ต่อ)

จังหวัด	เหตุผลที่ขายหรือบริโภค
สงขลา	<ul style="list-style-type: none"> • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเป็นที่นิยมของผู้บริโภคในเมือง • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดี ราคาไม่แพงมาก
กระบี่	<ul style="list-style-type: none"> • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีมีราคาถูก ลงทุนไม่สูงนัก • สามารถขายได้ตลอดปี • มีความเสี่ยงในการลงทุนน้อย • มีความปลอดภัยจากสารพิษต่างๆ
พังงา	<ul style="list-style-type: none"> • ผู้ซื้อส่วนใหญ่นิยมซื้อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดี • ทั้งผู้ขายและผู้ซื้อผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีปลอดภัยจากสารเคมี • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดีขายง่ายกว่า ไม่ต้องลงทุนมากนัก
สตูล	<ul style="list-style-type: none"> • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองขายดี หาได้ง่าย ปลอดภัยจากสารเคมี • ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมีประโยชน์ มีสรรพคุณทางยา รสชาติดี • ไม่ต้องไปหาซื้อจากที่อื่น ต้นทุนน้อย ราคาถูก

(2) ชนิดและปริมาณการขายผักพื้นบ้าน

จากการสำรวจตลาดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในจังหวัดต่างๆ ของภาคใต้ รวม 11 จังหวัด พบว่า ชนิดของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีการนำมาวางขายในตลาด ซึ่งเป็นตลาดสดเทศบาลของแต่ละจังหวัดเป็นหลัก ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่พบได้ทั่วไปและบ่อยครั้งมีมากกว่า 100 ชนิด และที่พบบ่อย 10 อันดับแรก ได้แก่ บัวบก ช้าพลู โหระพา ผักกูด หมวยหอม ผักเหมียง ชะมวง มันปู ผักหวานบ้าน และ ยี่รา ตามลำดับ (ตารางที่ 4.32)

ลักษณะการขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง โดยส่วนใหญ่พ่อค้าแม่ค้ามักจะทำเป็นมัดหรือกำ (น้ำหนักประมาณ 1-2 กิโลกรัม ขึ้นอยู่กับลักษณะผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง) จากการสำรวจปริมาณการขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง โดยเฉพาะ ชนิดผักที่พบบ่อย 10 อันดับแรก พบว่า ผักเหมียง มีปริมาณการขายเฉลี่ยมากที่สุด คือ 83.33 มัดต่อวัน ทั้งนี้ผักดังกล่าวพบบ่อยในตลาดสดของจังหวัด ชุมพร ระนอง พังงา และภูเก็ต และส่วนใหญ่จะเป็นลักษณะการขายส่ง ส่วนผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองชนิดอื่นๆ มีการวางขายในปริมาณดังตารางที่ 4.33 ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับฤดูกาล และปริมาณผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ออกสู่ตลาดด้วย

ตารางที่ 4.33 ชนิดและปริมาณการขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีการนำมาวางขายในตลาด 10 อันดับแรกที่สามารถพบมากที่สุด

ชนิดผักพื้นบ้าน และ ไม้ผลพื้นเมือง	จำนวน (n=79)	ร้อยละ	ปริมาณการขายเฉลี่ย (มัด/กิโล)
บวบก	17	21.52	39.17
ซ้าพลู	13	16.46	52.86
โหระพา	13	16.46	33.75
ผักกูด	12	15.19	31.25
หญ่ยหอม	11	13.92	25.00
ผักเหมียง	11	13.92	83.33
ชะมวง	9	11.39	36.00
มันปู	9	11.39	30.00
ผักหวานบ้าน	8	10.13	35.00
ยี่รา	8	10.13	28.33

(3) รูปแบบการซื้อขายและราคาซื้อขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

การซื้อขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองนั้น ทุกๆ ตลาดในแต่ละจังหวัดจะมีลักษณะการซื้อขายคล้ายคลึงกัน ใน 2 ลักษณะ คือ การขายปลีก และการขายส่ง

(3.1) การขายปลีก สามารถแบ่งลักษณะของการขายออกเป็น 2 ลักษณะ

โดยลักษณะแรก แม่ค้าที่นำเอาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจากการรวบรวมในแหล่งต่างๆ หรือแม่ค้าที่นำผลผลิตของตนเอง มาวางขายที่แผงขายชั่วคราว เช่น ริมน้ำพุตบาทถนน ลักษณะที่สอง แม่ค้าแผงลอยถาวรในตลาด ซึ่งแผงเหล่านี้จะรับผักพื้นบ้านจากแม่ค้าขายส่งอีกทอดหนึ่ง การขายผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมักขายเป็นมัดหรือกิโล (น้ำหนักประมาณ 1 – 2 กิโล ขึ้นอยู่กับชนิดผักและผลไม้) โดยที่ราคาซื้อกับราคาขายนั้นแตกต่างกันไม่เกิน 2 บาท/กิโล ซึ่งจากการสำรวจพบว่า ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่รับมาขายในราคาเฉลี่ย 2 - 3 บาท/กิโล และขายต่อในราคาเฉลี่ย 4 – 5 บาท/กิโล (ตารางที่ 4.34)

(3.2) การขายส่ง เป็นลักษณะการซื้อของของพ่อค้าแม่ค้าที่ทำการรวบรวมผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจากแหล่งต่างๆ มาขายในปริมาณมาก โดยขายเหมาเป็นถุงๆ ละหลายร้อยกิโล โดยราคาขึ้นอยู่กับปริมาณและชนิดผักและผลไม้ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ขายในลักษณะ

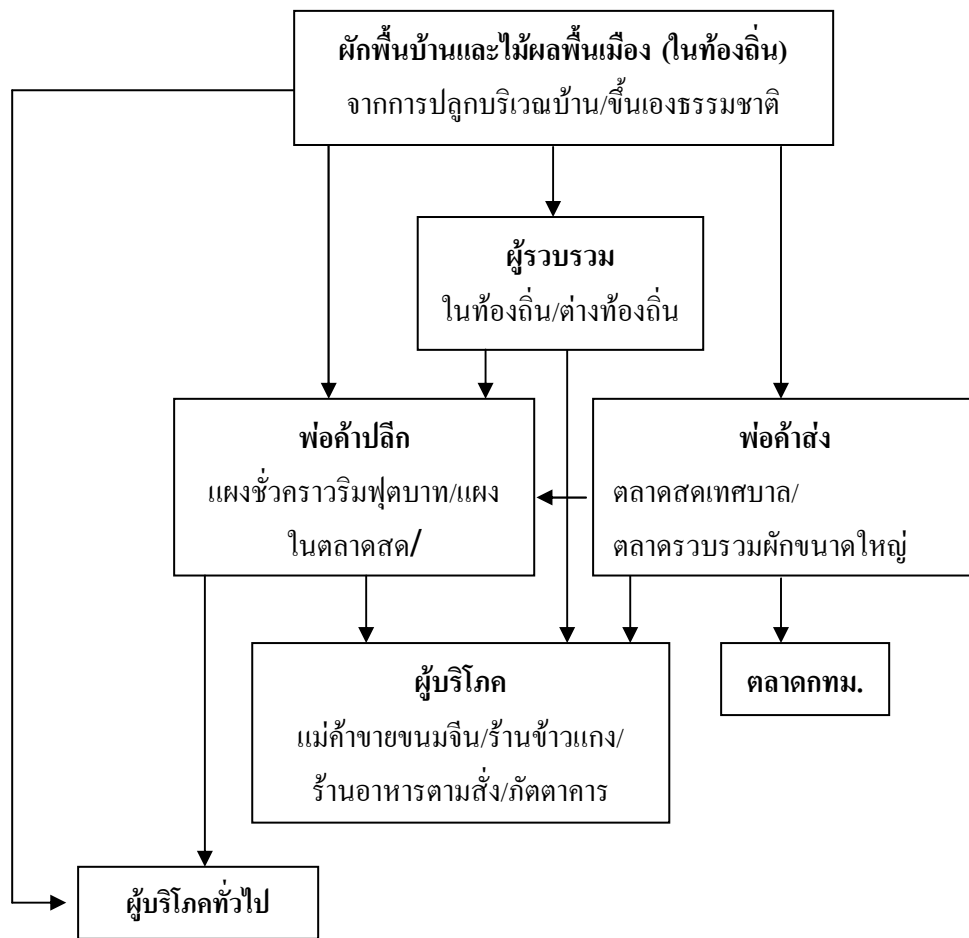
ดังกล่าวนี้จะถูกกระจายไปยังแผงผักขายปลีก ในตลาด หรือขายให้แก่ค้าขายขนมจีน ร้านข้าวแกง
ร้านอาหารตามสั่ง เป็นต้น

ตารางที่ 4.34 ราคาซื้อ – ขาย(ปลีก) ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองตามตลาดสำคัญๆ ในจังหวัด
ต่างๆ ของภาคใต้

ชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	ราคาซื้อเฉลี่ย (บาท/กิโล)	ราคาขายเฉลี่ย (บาท/กิโล)
บวบก	2.73	4.26
ข้าวปลู	2.69	3.81
โหระพา	2.58	4.00
ผักกูด	3.67	5.50
หนมรยุ	3.81	4.63
ผักเหมียง	5.04	6.25
ชะมวง	2.96	4.17
มันปู	3.92	4.79
ผักหวานบ้าน	2.30	4.05
ยี่รา	2.54	3.58

(4) วิธีการตลาดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่เข้าสู่ตลาดสดเทศบาลหรือตลาดต่างๆ ในเมืองของแต่ละ
จังหวัด มักจะถูกรวบรวมมาจากแหล่งต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นต่างอำเภอในจังหวัดเดียว หรือต่างอำเภอ
ของจังหวัดใกล้เคียง เช่น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ขายในตลาดโพธิ์หวาย อำเภอเมือง
จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นผักที่มาจากหลากหลายพื้นที่ในภาคใต้ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่
ตลาดภักดีและตลาดสดเทศบาล จังหวัดระนอง เป็นผักที่มาจากอำเภอใกล้เคียง เช่น อำเภอกะเปอร์
หรือจากประเทศเมียนมาร์ หรือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่วางขายในตลาดสดเทศบาลตรัง
เป็นผักที่ถูกส่งมาจากจังหวัดพัทลุง เป็นต้น (อยุทธิ์ นิสสกา และคณะ, 2551)



ภาพประกอบที่ 4.2 วิธีการตลาดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในภาคใต้

จากภาพประกอบที่ 4.2 แสดงวิธีการตลาดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในภาคใต้ จะเห็นว่าช่องทางการเข้าสู่ตลาดนั้น มีหลายช่องทาง ได้แก่

(4.1) ผู้บริโภคซื้อโดยตรงจากผู้ปลูกหรือเก็บหาตามธรรมชาติ ซึ่งลักษณะนี้จะเป็นรูปแบบที่ผู้ปลูกหรือเก็บหาตามธรรมชาติ เป็นผู้นำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองออกมาจำหน่ายในตลาดด้วยตัวเอง ลักษณะการซื้อขายดังกล่าวมักจะเจอในตลาดสดทั่วไป ทั้งขนาดเล็กและใหญ่ โดยที่ผู้บริโภคจะมีทั้งผู้บริโภคทั่วไป และผู้บริโภคที่เป็นแม่ค้าขายขนมจีน ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง ภัตตาคารต่างๆ ซึ่งนำผักและผลไม้ต่างๆ ไปใช้ประโยชน์ต่อตามลักษณะของกิจการต่อไป

(4.2) ผู้รวบรวม ทั้งในท้องถิ่น/ต่างท้องถิ่น ซึ่งทำหน้าที่รวบรวมผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจากผู้ปลูกหรือเก็บหาตามธรรมชาติ ส่งต่อไปยังผู้ค้าปลีก ค้าส่ง และผู้บริโภคที่เป็นแม่ค้าขายขนมจีน ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง ภัตตาคารต่างๆ เป็นต้น

(4.3) พ่อค้าปลีก ที่เป็นแผงชั่วคราวริมฟุตบาท/แผงในตลาดสด/แผงตลาดนัดเปิดท้ายต่างๆ ผู้ดำเนินการตลาดดังกล่าวนี้จะรับผลผลิตผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจากหลากหลายแหล่ง ไม่ว่าจะ

จะเป็นผู้ผลิตโดยตรง ผู้รวบรวม พ่อค้าส่ง แล้วขายต่อให้แก่ผู้บริโภค ทั้งผู้บริโภคทั่วไป และผู้บริโภคที่เป็นแม่ค้าขายขนมจีน ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง ภัตตาคารต่างๆ

(4.4) พ่อค้าส่ง ที่ตลาดสดเทศบาล/ตลาดรวบรวมผักและผลไม้ขนาดใหญ่ ผู้ดำเนินการตลาดในลักษณะดังกล่าวนี้ส่วนใหญ่จะรับผลผลิตผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจากผู้รวบรวมเป็นหลัก และกระจายผลผลิตไปยังกลุ่มผู้บริโภคต่างถิ่น เช่น ตลาดในกรุงเทพฯ หรือต่างจังหวัด เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม ในการวิจัยในครั้งนี้ ไม่สามารถคำนวณสัดส่วนทางการตลาดตามวิธีการตลาดได้ ทั้งนี้เนื่องจากไม่ทราบจำนวนประชากรที่ชัดเจน จึงนำเสนอให้เห็นการศึกษาในลักษณะกว้างๆ ของวิธีการตลาด



ตลาดในสวนปาล์ม อำเภอปะทิว จังหวัดชุมพร



ตลาดอำเภอควนกาหลง จังหวัดสตูล

ภาพประกอบที่ 4.3 ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ทำการสำรวจในจังหวัดต่างๆ ทั้งที่วางขายในตลาดและที่พบเห็นในท้องถิ่นต่างๆ

4.2.3 การใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการพัฒนาผลิตภัณฑ์

ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง นอกจากการบริโภคด้วยการปรุงอาหารโดยทั่วไปแล้ว ยังสามารถนำมาพัฒนาต่อไปด้วยการแปรรูปทั้งการแปรรูปอย่างง่าย เช่น การทำน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง หรือ การแปรรูปที่มีความซับซ้อนมากขึ้น

การแปรรูปอย่างง่าย เช่น การทำน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจากใบย่านาง กระชาย ส้มแขก ด้วยการปั่นหรือตำเพื่อสกัดกลิ่นและสี ตลอดจนทั้งสารก่อประโยชน์อย่างง่าย ๆ ไปจนถึงการสกัดด้วยวิธีการทางอุตสาหกรรมเกษตร เช่น น้ำสกัดเข้มข้นจากจีพัวไฟ (gac fruit) น้ำทุเรียนเทศเข้มข้น (soursop concentrate) เป็นต้น

ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ ที่มีอนาคตในการแปรรูปหลายชนิด ได้แก่ ผลสลอด ที่มีสีผลแดงสดสวยงาม มีรสเปรี้ยว สมควรที่จะมีการศึกษาศาสตร์มีประโยชน์ หรือ แม้กระทั่งการศึกษาการสกัดสารสีผสมอาหาร เป็นต้น (วิจิตต์ วรรณชิต, 2550 สอบถามส่วนตัว)

การนำเสนอผลการวิจัยในส่วนต่อไปนี้เป็น การแปรรูปอย่างง่ายด้วยการทำน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง และมีการศึกษาความคิดเห็นของผู้บริโภค ซึ่งการดำเนินงานทั้งหมดนั้น นักศึกษาภาควิชาพัฒนาการเกษตร ในโครงการรักเกษตรเป็นผู้วางแผน แปรรูป ทดสอบตลาด สาธิต เก็บข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูล ภายใต้การให้คำปรึกษาของทีมงานผู้วิจัย นอกจากการทดสอบตลาดในงานเกษตรภาคใต้แล้ว ยังมีการสาธิตและเผยแพร่แนวคิดนี้ในงานเกษตรประกอบไปด้วย

(1) ผลการทดสอบตลาดของการนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองแปรรูปเบื้องต้น

ผลจากการทดสอบตลาดนำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมผู้บริโภค และคุณสมบัติของมีน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง มีดังนี้

(1.1) พฤติกรรมผู้บริโภคในอดีต การทดสอบตลาดในประเด็นนี้ เพื่อต้องการทราบว่า ผู้บริโภคมีความรู้หรือความคุ้นเคยกับการบริโภคน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในอดีต ดังแสดงในตารางที่ 3.35 พบว่า ผู้บริโภคที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เคยดื่มน้ำมะขามมาก่อนถึงร้อยละ 85.71 ตามมาด้วยน้ำใบเตย น้ำใบบัวบก และน้ำส้มแขก ในอัตราร้อยละ 64.28, 38.88 และ 0.76 ตามลำดับ

น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคกลุ่มตัวอย่างไม่เคยบริโภคเลย คือ น้ำตะไคร้ และน้ำทุเรียนเทศ ในขณะที่น้ำกระชายและน้ำมะกอก มีผู้บริโภคกลุ่มตัวอย่างเคยบริโภค ร้อยละ 20 และ 10 ตามลำดับ

จะสังเกตเห็นได้ว่าน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคกลุ่มตัวอย่างเคยบริโภคในอัตราร้อยละที่สูงนั้น เป็นน้ำที่มีกลิ่นเฉพาะตัวน้อย ไม่ฉุน และผลิตจากผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคมีความคุ้นเคยมานาน

ตารางที่ 4.35 น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคเคยดื่ม

ชนิดของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	ร้อยละ
1. น้ำมะขาม	85.71
2. น้ำใบเตย	64.28
3. น้ำใบบัวบก	38.88
4. น้ำส้มแขก	30.76
5. น้ำจิง	27.27
6. น้ำใบตำลึง	27.27
7. น้ำกระชาย	20.00
8. น้ำมะกอก	10.00
9. น้ำตะไคร้	0
10. น้ำทุเรียนเทศ	0

(1.2) น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบกลิ่น ตารางที่ 4.36 แสดงคะแนนที่ผู้บริโภคกลุ่มตัวอย่างให้คะแนนกลิ่นของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบ จากคะแนนสูงสุด 5 คะแนน พบว่า ผู้บริโภคกลุ่มตัวอย่างให้คะแนนกลิ่นของน้ำมะขามสูงสุด ที่ 4.28 ตามมาด้วย น้ำส้มแขก และน้ำใบเตย ด้วยคะแนน 4.00 และ 3.78 ตามลำดับ ส่วนกลิ่นของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบน้อยที่สุด ได้แก่ น้ำกระชาย ด้วยคะแนน 2.00 เท่านั้น มีคะแนนห่างจากน้ำใบตำลึงถึง 1 คะแนน จะสังเกตเห็นได้ว่า ผู้บริโภคกลุ่มตัวอย่างชอบกลิ่นของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีกลิ่นละมุนละไม ไม่ออกฉุนรุนแรงเหมือนน้ำกระชาย

ความชอบในเรื่องของกลิ่นนี้ ยืนยันผลการทดสอบเรื่องพฤติกรรมผู้บริโภคในอดีตที่ น้ำมะขาม น้ำใบเตย และน้ำส้มแขก มีอัตราการเคยบริโภคที่สูงกว่าน้ำชนิดอื่น และ กลุ่มของ น้ำที่ผู้บริโภคชื่นชอบกลิ่นน้อยที่สุด จะอยู่ในกลุ่มหลังของน้ำที่ผู้บริโภคเคยดื่มเช่นกัน

นั่นคือ การนำเสนอผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ ออกสู่ท้องตลาดจำเป็นต้องเน้นผลิตภัณฑ์ที่ ผู้บริโภคมีความคุ้นเคยมาก่อน การทำน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเดี่ยวๆ อาจจะไม่ได้รับการยอมรับเท่ากับการทำผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมของวัตถุดิบที่ผู้บริโภคคุ้นเคย เช่น การทำน้ำ กระชายผสมกับน้ำมะขาม เป็นต้น

ตารางที่ 4.36 น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบ

ชนิดของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	คะแนน (5)
1. น้ำมะขาม	4.28
2. น้ำส้มแขก	4.00
3. น้ำใบเตย	3.78
4. น้ำมะกอก	3.60
5. น้ำทุเรียนเทศ	3.57
6. น้ำขิง	3.45
7. น้ำใบบัวบก	3.33
8. น้ำตะไคร้	3.20
9. น้ำใบตำลึง	3.00
10. น้ำกระชาย	2.00

(1.3) น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบ ตารางที่ 4.37 แสดง คะแนนที่ผู้บริโภคกลุ่มตัวอย่างให้คะแนนสีของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบ จากคะแนนสูงสุด 5 คะแนน พบว่า ผู้บริโภคกลุ่มตัวอย่างให้คะแนนสีของน้ำส้มแขก สูงสุด ที่ 4.07 ตามมาด้วย น้ำทุเรียนเทศ และน้ำมะขาม ด้วยคะแนน 3.85 และ 3.71 ตามลำดับ ส่วนสีของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบน้อยที่สุด ได้แก่ น้ำกระชาย ด้วย คะแนน 2.00 เท่านั้น มีคะแนนห่างจากน้ำใบตำลึงถึง 0.90 คะแนน

ผลการทดสอบเรื่องสีของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง พบว่าผู้บริโภคกลุ่ม ตัวอย่าง ชื่นชอบสีของน้ำส้มแขกมากที่สุด ซึ่งสีของน้ำส้มแขกมีสีใสออกเหลืองอมส้ม ในขณะที่

ที่น้ำกระชายมีสีน้ำตาลขุ่น และน้ำตำลึงมีสีเขียวขุ่น ไม่ออกเขียวใสเหมือนน้ำใบเตย หรือแม้กระทั่งน้ำใบบัวบกที่จะมีสีเขียวเข้ม แต่จะไม่ขุ่นเหมือนน้ำใบตำลึง ส่วนน้ำทุเรียนเทศ มีสีออกขาว แต่ผู้บริโภครู้ชอบเป็นอันดับที่ 2 ทั้งนี้เพราะว่าความขาวของน้ำทุเรียนเทศมีความขาวกระจ่าง ทำให้น้ำดื่มขึ้น

ตารางที่ 4.37 น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภครู้ชอบดี

ชนิดของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	คะแนน (5)
1. น้ำส้มแขก	4.07
2. น้ำทุเรียนเทศ	3.85
3. น้ำมะขาม	3.71
4. น้ำใบบัวบก	3.55
5. น้ำมะกอก	3.55
6. น้ำขิง	3.54
7. น้ำใบเตย	3.28
8. น้ำตะไคร้	3.21
9. น้ำใบตำลึง	2.90
10. น้ำกระชาย	2.00

(1.4) น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภครู้ชอบรสชาติ ตารางที่ 4.38 แสดงคะแนนที่ผู้บริโภครู้ชอบตัวอย่างให้คะแนนรสชาติของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภครู้ชอบ จากคะแนนสูงสุด 5 คะแนน พบว่า ผู้บริโภครู้ชอบตัวอย่างให้คะแนนรสชาติของน้ำมะขาม สูงสุด ที่ 4.57 ตามมาด้วย น้ำส้มแขก และน้ำใบเตย ด้วยคะแนน 4.07 และ 4.00 ตามลำดับ ส่วนรสชาติของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภครู้ชอบน้อยที่สุด ได้แก่ น้ำกระชาย ด้วยคะแนน 2.40 เท่านั้น และน้ำใบตำลึงด้วยคะแนนเพียง 2.72

ผลการทดสอบในประเด็นรสชาติของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมีความคล้ายคลึงกับผลการทดสอบในประเด็นกลิ่น ซึ่งแสดงให้เห็นว่าผู้บริโภครู้ให้ความสำคัญของกลิ่นและรสชาติไปในทิศทางเดียวกัน นั่นคือ ถ้ากลิ่นหอมถูกใจ รสชาติของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองก็จะก่อให้เกิดความชื่นชอบถูกใจตามไปด้วย ประเด็นเรื่องสีจึงกลายเป็น

ประเด็นรองไป แม้ว่าจะมีความสอดคล้องกันบ้างแต่ก็ไม่สังเกตได้ชัดเจนเหมือนกับประเด็นของกลิ่น

ตารางที่ 4.38 น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบรสชาติ

ชนิดของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	คะแนน (5)
1. น้ำมะขาม	4.57
2. น้ำส้มแขก	4.07
3. น้ำใบเตย	4.00
4. น้ำมะกอก	3.70
5. น้ำตะไคร้	3.30
6. น้ำทุเรียนเทศ	3.28
7. น้ำจิง	3.18
8. น้ำใบบัวบก	3.16
9. น้ำใบตำลึง	2.72
10. น้ำกระชาย	2.40

(1.4) น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบโดยภาพรวม ตารางที่ 4.39 แสดงคะแนนที่ผู้บริโภคกลุ่มตัวอย่างให้คะแนนความชื่นชอบโดยภาพรวมของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง จากคะแนนสูงสุด 5 คะแนน พบว่า ผู้บริโภคกลุ่มตัวอย่างให้คะแนนโดยภาพรวมของน้ำมะขาม สูงสุด ที่ 4.28 ตามมาด้วย น้ำส้มแขก และน้ำใบเตย ด้วยคะแนน 4.15 และ 3.92 ตามลำดับ ส่วนความชื่นชอบโดยภาพรวมของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบน้อยที่สุด ได้แก่ น้ำกระชาย ด้วยคะแนนเพียง 1.80 เท่านั้น และน้ำใบตำลึง ด้วยคะแนน 3.09

ตารางที่ 4.39 น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ผู้บริโภคชื่นชอบโดยภาพรวม

ชนิดของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง	คะแนน (5)
1. น้ำมะขาม	4.28
2. น้ำส้มแขก	4.15
3. น้ำใบเตย	3.92
4. น้ำทุเรียนเทศ	3.71
5. น้ำมะกอก	3.50
6. น้ำขิง	3.36
7. น้ำใบบัวบก	3.22
8. น้ำตะไคร้	3.10
9. น้ำใบตำลึง	3.09
10. น้ำกระชาย	1.80

จากผลการทดสอบโดยภาพรวม พบว่า พฤติกรรมผู้บริโภคเกี่ยวกับน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมีความสอดคล้องกันสูงมากในคะแนนความชื่นชอบในประเด็นกลิ่น และรสชาติ ส่วนในประเด็นของสี นั้น ก่อนข้างจะมีความสอดคล้องกันพอสังเกตได้ ดังผลการวิเคราะห์ด้วยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จัดลำดับของสเปียร์แมน ดังแสดงในตารางที่ 4.40

ตารางที่ 4.40 สหสัมพันธ์จัดลำดับของสเปียร์แมน (Spearman's rank correlation) ของกลิ่น สี รสชาติ และ โดยภาพรวมของผู้บริโภคน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

	กลิ่น	สี	รสชาติ	โดยภาพรวม
กลิ่น	1.00			
สี	0.76 ^{***}	1.00		
รสชาติ	0.93 ^{***}	0.61 ^{**}	1.00	
โดยภาพรวม	0.98 ^{***}	0.79 ^{***}	0.90 ^{***}	1.00

หมายเหตุ: ** มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 *** มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จัดลำดับของสเปียร์แมนในตารางที่ 4.40 มีค่าสูงและแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงสามารถสรุปได้ว่า ความขึ้นชอบกลืน สี รสชาติ และโดยภาพรวม มีความสัมพันธ์กันสูง โดยเฉพาะความขึ้นชอบกลืน กับ รสชาติ ที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จัดลำดับของสเปียร์แมน สูงถึง 0.93 และความขึ้นชอบกลืน กับ ความขึ้นชอบโดยภาพรวม มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จัดลำดับของสเปียร์แมน สูงถึง 0.98 รวมทั้ง ความขึ้นชอบรสชาติ กับ ความขึ้นชอบโดยภาพรวม มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จัดลำดับของสเปียร์แมน 0.90

ผลการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จัดลำดับของสเปียร์แมน สามารถสรุปได้ว่า ความขึ้นชอบกลืน สี รสชาติ มีความเกี่ยวพันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมีความเกี่ยวพันกับความขึ้นชอบโดยภาพรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เช่นเดียวกัน

4.2.4 การสำรวจการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้าน โรคและแมลงที่ปรากฏ

โรคและแมลงของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง มักไม่พบการระบาดอย่างรุนแรงหรือ ถ้าพบร่องรอยของโรคและแมลงมักปรากฏในวงแคบหรือชั่วคราว ดังนั้นการบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจากแหล่งที่พบตามธรรมชาติ สามารถมั่นใจได้ว่าปลอดภัยจากสารเคมีที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพ

จากการสอบถามผู้เชี่ยวชาญทางแมลงศัตรูพืช ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองบางชนิด เช่น ผักหวานบ้าน มักพบเพลี้ยแป้งเข้าרבกวน และ กระจินบ้าน มักพบเพลี้ยไก่ฟ้า ซึ่งการรบกวนของแมลงเหล่านี้ทำให้ผักไม่น่ากิน แต่ความเสียหายทางเศรษฐกิจมีน้อยมาก (ร.ศ. อริญญามพองใส, สัมภาษณ์เมื่อ 30 มีนาคม 2555)

ส่วนโรคของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ พบในการสำรวจ คือ โรคใบไหม้จากการเข้าทำลายของเชื้อแอนแทรคโนสในผักเหมียง แต่ไม่พบโดยทั่วไป พบเพียงสวนเดียวที่จังหวัดชุมพรเท่านั้น ลักษณะของโรคและการเข้าทำลาย ดังแสดงในภาพประกอบที่ 4.4



ภาพประกอบที่ 4.4 อาการโรคแอนแทรคโนสบนใบอ่อน

4.3 การเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผลการวิจัยโดยใช้สื่อต่างๆ กันเข้าสู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายหลากหลายประเภท

วัตถุประสงค์ข้อสุดท้ายของการวิจัยในครั้งนี้ คือ การวิจัยเพื่อนำผลที่ได้จากการวิจัยเผยแพร่และประชาสัมพันธ์โดยใช้สื่อต่างๆ กันเข้าสู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายหลากหลายประเภท โดยผู้วิจัยได้วางแผนสำรวจกลุ่มตัวอย่างเพื่อให้ได้ข้อมูลนำมาประยุกต์ใช้จัดทำแผนการประชาสัมพันธ์ รวมทั้งการประชาสัมพันธ์ด้วยสื่อต่างๆ เข้าสู่ประชาชนเป้าหมายหลากหลายประเภท ผลของทั้งการดำเนินงานวิจัยและการทำการประชาสัมพันธ์สามารถนำเสนอในรายละเอียดต่อไป

4.3.1 ความคิดเห็นและวิธีการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคผักพื้นบ้านและไม่ผลพื้นเมือง

ผลการสำรวจและวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อให้ทราบความคิดเห็นและวิธีการประชาสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่างที่เกี่ยวข้องกับการตลาดและการบริโภคผักพื้นบ้านและไม่ผลพื้นเมืองภาคใต้ สามารถนำมาเสนอในส่วนต่างๆ ดังนี้

(1) ความคิดเห็นในการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคผักพื้นบ้านและไม่ผลพื้นเมือง พบว่า กลุ่มตัวอย่างในแต่ละจังหวัดต่างเห็นตรงกันว่า ควรมีการประชาสัมพันธ์ โดยเฉพาะการประชาสัมพันธ์โดยการส่งเสริมสนับสนุนจากรัฐ รายละเอียดแสดงในตารางที่ 4.41

ตารางที่ 4.41 ความคิดเห็นในการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคผักพื้นบ้านและไม่ผลพื้นเมือง

จังหวัด	ความเห็น
ชุมพร	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์ โดยเฉพาะต้องได้รับการส่งเสริมจากรัฐ
ระนอง	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์
ภูเก็ต	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์
ตรัง	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์
พัทลุง	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์
สุราษฎร์ธานี	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์
นครศรีธรรมราช	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์
สงขลา	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์
กระบี่	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์ โดยเฉพาะต้องได้รับการส่งเสริมจากรัฐ
พังงา	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์
สตูล	● ควรให้มีการประชาสัมพันธ์

(2) วิธีการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ในประเด็นความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองนั้น กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นว่าควรมีการสนับสนุนจากภาครัฐเป็นหลัก และมีการประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อ เช่น สื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.42

ความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองนั้น กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นว่าควรมีการประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อที่ผู้บริโภคได้สะดวก เช่น สื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น ในการประชาสัมพันธ์นั้น ควรเป็นการสนับสนุนจากรัฐ

ตารางที่ 4.42 ความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

จังหวัด	วิธีการประชาสัมพันธ์
ชุมพร	<ul style="list-style-type: none"> ● การส่งเสริมจากรัฐ ● แม่ค้าก็เป็นการประชาสัมพันธ์ไปในตัว
ระนอง	<ul style="list-style-type: none"> ● คนรู้ถึงประโยชน์อยู่แล้ว เพียงแต่ส่งเสริมให้มีการบริโภคมากขึ้น
ภูเก็ต	<ul style="list-style-type: none"> ● นำเสนอผ่านสื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ● ให้ร้านอาหารจัดประชาสัมพันธ์อาหารจากผักพื้นบ้าน
ตรัง	<ul style="list-style-type: none"> ● นำเสนอผ่านสื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์
พัทลุง	<ul style="list-style-type: none"> ● นำเสนอผ่านสื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์
สุราษฎร์ธานี	<ul style="list-style-type: none"> ● นำเสนอผ่านสื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์
นครศรีธรรมราช	<ul style="list-style-type: none"> ● นำเสนอผ่านสื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์
สงขลา	<ul style="list-style-type: none"> ● นำเสนอผ่านสื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ● ค้นหาผักพื้นบ้านที่กำลังเป็นที่นิยมและมีประโยชน์ที่พิสูจน์แล้วทำแผนการประชาสัมพันธ์
กระบี่	<ul style="list-style-type: none"> ● การส่งเสริมจากรัฐ
พังงา	<ul style="list-style-type: none"> ● รัฐส่งเสริมให้มีการบริโภคมากขึ้น
สตูล	<ul style="list-style-type: none"> ● นำเสนอผ่านสื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์

4.3.2 การดำเนินการประชาสัมพันธ์

คณะผู้วิจัยในโครงการนี้เป็นข้าราชการและพนักงานของรัฐ สังกัดคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ ดังนั้นการดำเนินการประชาสัมพันธ์จึงเป็นการดำเนินงานโดยหน่วยงานของรัฐ การดำเนินการประชาสัมพันธ์ในผลงานวิจัยในขอบข่ายของหน่วยงาน และความร่วมมือของหน่วยงานทั้งของภาครัฐและเอกชน คาดว่าจะทำให้ผลการวิจัยเข้าสู่ประชาชนเป้าหมายที่มีความหลากหลายได้มากขึ้น

การดำเนินงานประชาสัมพันธ์ที่ได้ทำตั้งแต่เริ่มโครงการในปี พ.ศ. 2549 ต่อเนื่องจนถึง ปี พ.ศ. 2555 มีดังต่อไปนี้

(1) การจัดทำภาพโปสเตอร์แข็งเพื่อประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ ให้กับบุคลากรและนักศึกษาคณะทรัพยากรธรรมชาติ ตลอดจนผู้มาเยี่ยมชมคณะ ได้ศึกษา และโปสเตอร์เหล่านี้ได้นำไปแสดงในงานเกษตรภาคใต้ ครั้งที่ 17 (14-23 สิงหาคม 2552) และ 18 (สิงหาคม 2553)

ตัวอย่างภาพโปสเตอร์ แสดงในภาคผนวกที่ 4

(2) การจัดทำเว็บไซต์ของโครงการและการจัดทำรายละเอียดของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ <http://natres.psu.ac.th/ProjectSite/index.htm> โดยมีการปรับปรุงเว็บไซต์เป็นระยะๆ ล่าสุดมีการปรับปรุงในเดือนมกราคม พ.ศ. 2555 มีรายละเอียดของ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้จำนวนประมาณ 50 ชนิด

ตัวอย่างหน้าเว็บ แสดงในภาคผนวกที่ 5

(3) การประมวลภาพและข้อความผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ เพื่อจัดทำหนังสือรวบรวมผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ แจกจ่ายให้กับห้องสมุด โรงเรียนและสถาบันการศึกษา องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น และผู้สนใจทั่วไป

ตัวอย่างประมวลภาพและข้อความผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ แสดงในภาคผนวกที่ 6

(4) การจัดทำข้อความประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ทางวิทยุและตลาดเกษตร โดยการจัดส่งเทปบันทึกข้อความประชาสัมพันธ์ไปยังสถานีวิทยุ ม.ก. สงขลา และ

ข้อความเดียวกันนี้ได้ทำการประชาสัมพันธ์ซ้ำในตลาดเกษตร วันจันทร์ พุธ และศุกร์ บริเวณคณะ
ทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ โดยในแต่ละวันมีผู้มาจับจ่ายใช้สอยประมาณ
30,000 คน

ตัวอย่างข้อความประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ทางวิทยุและตลาด
เกษตร แสดงในภาคผนวกที่ 7

(5) การจัดทำที่คั่นหนังสือโดยจัดทำรายละเอียดคร่าวๆของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง
ภาคใต้โดยทำการแจกจ่ายให้บุคคลากรในคณะทรัพยากรธรรมชาติและแจกจ่ายให้นักเรียนตาม
โรงเรียนต่างพร้อมกับการประชาสัมพันธ์หลักสูตร และได้แจกจ่ายในการประชุมวิชาการที่

จ. ชลบุรี

ตัวอย่างที่คั่นหนังสือ แสดงในภาคผนวกที่ 8

(6) การจัดทำเอกสารประชาสัมพันธ์และแบบสอบถามในงานเกษตรภาคใต้ ครั้งที่ 16
(สิงหาคม 2551) และ ครั้งที่ 17 (14-23 สิงหาคม 2552) เป็นการจัดทำพร้อมกับการทดสอบตลาด
น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ แจกจ่ายให้กับผู้บริโภคที่สนใจการนำเสนอผักพื้นบ้าน
และไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่ดำเนินงานโดยนักศึกษา

ตัวอย่างเอกสารประชาสัมพันธ์และแบบสอบถาม แสดงในภาคผนวกที่ 9

(7) การแปรรูปผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ เป็นการฝึกให้นักศึกษาได้ทดลอง
งานด้านการตลาดเพื่อนำเสนอผลิตภัณฑ์จากการแปรรูปผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้
อย่างง่าย เช่น การผลิตน้ำจากผักและผลไม้เหล่านี้ นักศึกษาได้ทำการวิจัยตลาดทางด้านพฤติกรรม
ผู้บริโภคผลิตภัณฑ์เหล่านี้ นอกจากนี้ นักศึกษาได้ทำการบริการวิชาการเพื่อประชาสัมพันธ์การ
แปรรูปผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ด้วยการสาธิตการผลิตน้ำผักและผลไม้ให้แก่ผู้สนใจที่เข้ามา
ชมงานเกษตรภาคใต้ ครั้งที่ 16 (สิงหาคม 2551) และ ครั้งที่ 17 (14-23 สิงหาคม 2552)

แผนการผลิตน้ำและการสาธิต ดังแสดงในตารางที่ 4.43

ตารางที่ 4.43 แผนการผลิตและการสาธิตการแปรรูปผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

วันที่	แผนการผลิต	แผนการสาธิต
1	น้ำใบเตย น้ำใบบัวบก น้ำตะไคร้ น้ำมะขาม	การทำน้ำใบเตย
2	น้ำใบเตย น้ำมะกอก น้ำกระชาย น้ำมะขาม	การทำน้ำมะขาม
3	น้ำส้มแขก น้ำขิง น้ำตะไคร้ น้ำทุเรียนเทศ	การทำน้ำตะไคร้
4	น้ำใบเตย น้ำใบบัวบก น้ำตะไคร้ น้ำใบตำลึง	การทำน้ำใบบัวบก
5	น้ำขิง น้ำใบตำลึง น้ำทุเรียนเทศ น้ำส้มแขก	การทำน้ำขิง

การกระตุ้นให้นักศึกษาที่เป็นเยาวชนคนรุ่นใหม่เข้ามามีส่วนร่วมและดำเนินการด้วยตัวเอง ภายใต้การให้คำปรึกษาของคณาจารย์และผู้ร่วมในงานวิจัย คาดว่าจะส่งผลให้นักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ ทั้งในแง่ของโอกาสทางธุรกิจ และการดำรงอยู่ของพืชเหล่านี้และการอนุรักษ์วิถีของบรรพบุรุษและภูมิปัญญาของการใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้เหล่านี้

ภาพการสาธิตการทำผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ของนักศึกษา แสดงในภาคผนวกที่ 10

(8) การเขียนบทความลงตีพิมพ์ในวารสารทางการเกษตร โดยการเขียนบทความเรื่อง “ลุย.....ตลาดผักพื้นบ้าน 14 จังหวัดภาคใต้” ลงตีพิมพ์ในวารสารเคการเกษตร ปีที่ 32 ฉบับที่ 9 เดือนกันยายน 2551 หน้า 155-160

บทความเรื่อง “ลุย.....ตลาดผักพื้นบ้าน 14 จังหวัดภาคใต้” แสดงในภาคผนวกที่ 11

(9) การเขียนบทความลงตีพิมพ์ในวารสารทางการเกษตร โดยการเขียนบทความเรื่อง “ผักเหลียง ผักพื้นบ้านภาคใต้ หลากหลายคุณค่าและประโยชน์ทางโภชนาการ (ตอนที่ 1)” ลงตีพิมพ์ในวารสารเคการเกษตร ปีที่ 33 ฉบับที่ 8 เดือน สิงหาคม 2552 และ บทความเรื่อง “ผักเหลียง ผักพื้นบ้านภาคใต้ หลากหลายคุณค่าและประโยชน์ทางโภชนาการ (ตอนที่ 2)” ลงตีพิมพ์ในวารสารเคการเกษตร ปีที่ 33 ฉบับที่ 9 เดือน กันยายน 2552

บทความเรื่อง “ผักเหลียง ผักพื้นบ้านภาคใต้ หลากหลายคุณค่าและประโยชน์ทางโภชนาการ (ตอนที่ 1 และ 2)” แสดงในภาคผนวกที่ 12

(10) การนำเสนอบทความในที่ประชุมวิชาการ เรื่อง “ผักเหลียง – ราชนิผักพื้นบ้านภาคใต้ และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย” ระหว่างวันที่ 20-22 ตุลาคม 2552 ในภาคโปสเตอร์ ที่ จ. ชลบุรี

บทความเรื่อง “ผักเหลียง – ราชนิผักพื้นบ้านภาคใต้และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย”
แสดงในภาคผนวกที่ 13

(11) การนำเสนอบทความในที่ประชุมวิชาการ เรื่อง “การตลาดผักพื้นบ้านภาคใต้” ระหว่างวันที่ 20-22 ตุลาคม 2552 ในภาคบรรยาย ที่ จ. ชลบุรี

บทความเรื่อง “การตลาดผักพื้นบ้านภาคใต้” แสดงในภาคผนวกที่ 14

(12) การสาธิตและแจกพรีน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ โดยนักศึกษาคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ในนิทรรศการและการประชุมวิชาการ ระหว่างวันที่ 20-22 ตุลาคม 2552 ที่ จ. ชลบุรี

ภาพการสาธิตและแจกพรีน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ แสดงในภาคผนวกที่ 15

(13) การนำเสนอบทความผลงานวิจัย เรื่อง An Analytic Hierarchy Process (AHP) Approach for the identification of Unique and Indigenous Vegetables of Southern Provinces in Thailand – a Key to Promote Tropical Bio-diversity ในที่ประชุมวิชาการ BioScience for the Future 2010 ระหว่างวันที่ 7-8 ตุลาคม 2553 ณ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

บทความผลงานวิจัย เรื่อง An Analytic Hierarchy Process (AHP) Approach for the identification of Unique and Indigenous Vegetables of Southern Provinces in Thailand – a Key to Promote Tropical Bio-diversity แสดงในภาคผนวกที่ 16

(14) การมอบโปสเตอร์เชิงภาพผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ ให้กับสถานีวิจัยและศูนย์วิจัยคลองหอยโข่ง เพื่อเป็นการเผยแพร่ความรู้แก่นักเรียน นักศึกษา และประชาชนทั่วไป

จดหมายตอบรับภาพโปสเตอร์จากหัวหน้าโครงการ แสดงในภาคผนวกที่ 17

(15) กิจกรรมการประกวดวาดภาพพืชผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในงานเกษตรภาคใต้ ครั้งที่ 16 (สิงหาคม 2551)

สรูปและชื่อเสนอแนะ

ท่านทราบไหมว่าภาพผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเหล่านี้ ชื่ออะไร?



5.1 สรุป

ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมีคุณค่าและประโยชน์นานัปการต่อคนไทย โดยเฉพาะในภาคใต้ของประเทศไทย ที่มีการใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองดังกล่าวมาชานาน และในหลากหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะรับประทานสด เป็นส่วนประกอบของอาหารประเภทต่างๆ เช่น ผัด ต้ม แกง ยำ เป็นสมุนไพรรักษาโรค เป็นสิ่งสำคัญในวัฒนธรรมและประเพณี เป็นต้น ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองอยู่คู่กับท้องถิ่นต่างๆ ในภาคใต้มาชานาน ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองบางชนิดมีความโดดเด่นและเฉพาะเจาะจงในท้องถิ่น บางชนิดมีการใช้ประโยชน์ที่คล้ายคลึงกัน ความเหมือนและแตกต่างนี้ แปรผันตามสภาพภูมิศาสตร์ของพื้นที่ และการใช้ประโยชน์ตามภูมิปัญญาท้องถิ่นนั้นๆ

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน เกิดขึ้นภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ ร่วมกับคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เป็นการดำเนินงานวิจัยเพื่อสนองต่อโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี โดยมีวัตถุประสงค์ของโครงการ เพื่อศึกษาสำรวจพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้ ดำเนินการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการบริโภค การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ โรคและแมลงที่ปรากฏ เพื่อทำการเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัย สู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายที่หลากหลาย การประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง จึงมีความสำคัญและจำเป็นเร่งด่วน เพื่อสร้างความตระหนักและจิตสำนึกต่อการปลูกและบริโภค ตลอดจนการใช้ประโยชน์อย่างอื่น หรือแม้กระทั่งการได้รู้ถึงคุณค่าของการมีอยู่ของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง พร้อมทั้งดำรงไว้ซึ่งภูมิปัญญาท้องถิ่นให้อยู่คู่ภาคใต้และประเทศไทย อีกทั้งการเป็นเอกลักษณ์และมรดกต่อลูกหลานของชาติต่อไป

การตรวจสอบเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง พบว่ามี การศึกษาและรวบรวมโดยสถาบันการแพทย์แผนไทย กระทรวงสาธารณสุข และมูลนิธิแพทย์แผนไทยพัฒนาไว้เป็นอย่างดีเป็นระบบ สะดวกต่อการค้นคว้าเพิ่มเติมต่อไป นอกจากนี้ยังมีสำนักพิมพ์ เอกชน เช่น สำนักพิมพ์บ้านและสวน วารสารเคหการเกษตร เป็นต้น ที่ได้จัดพิมพ์เผยแพร่ให้มี ลักษณะน่าอ่าน และเข้าใจง่าย เข้าถึงประชาชนในวงกว้างมากขึ้น ส่วนงานวิทยานิพนธ์และงานวิจัย ที่มีการเผยแพร่ ส่วนใหญ่เป็นงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์และเภสัชศาสตร์ ที่มีความสำคัญต่อความ เข้าใจถึงสรรพคุณของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ส่วนงานวิจัยทางสังคมศาสตร์ และ มนุษยวิทยา มีค่อนข้างน้อย ทำให้ความเข้าใจเชิงสังคมและวัฒนธรรมของประวัติศาสตร์และ

พัฒนาการเชิงสังคมของการใช้ประโยชน์และกลยุทธ์ความผูกพันกับธรรมชาติ มีอยู่จำกัดและมีการเผยแพร่ในวงกว้างค่อนข้างน้อย

พื้นที่การทำวิจัยครอบคลุม 11 จังหวัดภาคใต้ ได้แก่ จังหวัดชุมพร ระนอง ภูเก็ต ตรัง พัทลุง สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช สงขลา กระบี่ พังงา และ สตูล ยกเว้น 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ จังหวัดยะลา ปัตตานี และ นราธิวาส เนื่องจากปัญหาความไม่สงบ ทำให้การเข้าไปสำรวจค่อนข้างยากและมีความเสี่ยงสูง

วิธีการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงสำรวจจากการสุ่มตัวอย่างที่ไม่อิงความน่าจะเป็น เนื่องจากไม่ทราบขอบข่ายของประชากรและมีขนาดใหญ่ ส่วนการวิเคราะห์ใช้วิธีการมาตรฐานทางสถิติทั้งสถิติเชิงพรรณนา ด้วยค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบสเปียร์แมน และการใช้วิธีการตัดสินใจแบบ Analytic Hierarchy Process หรือ AHP

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างให้ความหมายของคำว่า “ผักพื้นบ้าน” “ไม้ผลพื้นเมือง” และ “ความแตกต่างระหว่างผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง กับผักและไม้ผลเศรษฐกิจ” ที่คล้ายคลึงกัน โดยกลุ่มตัวอย่างมีความเข้าใจตรงกับความเข้าใจโดยทั่วไปที่มีการรายงานในเอกสารต่างๆ กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับการประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองให้ประชาชนเข้าใจถึงประโยชน์และความสำคัญ โดยควรเป็นการดำเนินงานของภาครัฐ และสื่อที่ใช้ควรจะเป็นสื่อที่เข้าถึงประชาชนได้ในวงกว้าง ได้แก่ สื่อวิทยุ โทรทัศน์ และสิ่งพิมพ์ ผลการสำรวจชนิดผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีการใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภคในภาคใต้ พบว่ามีจำนวนกว่า 230 ชนิด ที่มีรสชาติแตกต่างกัน มีการใช้ประโยชน์จากส่วนต่างๆ เพื่อการบริโภคทั้งส่วนของใบ ยอด ดอก ราก หัว หน่อ แก่นกลางลำต้น ก้านใบ ผล และเมล็ด

ส่วนการทดสอบตลาดน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองนั้น พบว่ากลุ่มตัวอย่างพึงพอใจในรสชาติ สี และกลิ่น ของน้ำมะขาม น้ำส้มแขก และน้ำใบเตย มากที่สุด 3 ลำดับแรก ซึ่งสื่อให้เห็นว่าผู้บริโภคให้ความสำคัญกับสินค้าที่มีความคุ้นเคยมาก่อน มากกว่าสินค้าชนิดใหม่ เช่น น้ำกระชาย น้ำตำลึง ดังนั้นกลยุทธ์ทางการตลาดน่าจะเป็นการนำเสนอสินค้าชนิดใหม่ที่มีส่วนผสมของสินค้าที่ผู้บริโภคมีความคุ้นเคยมาบ้างแล้ว นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้บริโภคที่เป็นกลุ่มตัวอย่างประเมินกลิ่นความชื่นชอบโดยภาพรวม และรสชาติ ของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง มีความสัมพันธ์กันสูงมาก ดังนั้น การแปรรูปผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง จึงควรให้ความสำคัญกับกลิ่นและรสชาติในการผลิต

ผลการค้นหาผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่โดดเด่นและเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัด โดยใช้วิธีการทาง AHP พบว่า ผักที่เป็นเอกลักษณ์ของจังหวัดชุมพร คือ ยอดส้มแป้น ของจังหวัดระนอง คือ ผักกูด ของจังหวัดภูเก็ต คือ ผักเหมียง ของจังหวัดตรัง คือ แฝบ ของจังหวัดพัทลุง คือ

เอื้องน้ำ ของจังหวัดสุราษฎร์ธานี คือ โหระพาน้ำ ของจังหวัดนครศรีธรรมราช คือ จาก ของจังหวัดสงขลา คือ เลียบ ของจังหวัดกระบี่ คือ สายทะเล ของจังหวัดพังงา คือ หมรุยหอม และของจังหวัดสตูล คือ โต้ะเต๊ะ

ผลการวิจัยการตลาดของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง นำเสนอในประเด็นราคาขาย ลักษณะการขาย และวิธีการตลาด พบว่า ราคาขายมีความยืดหยุ่น มีการต่อรองราคาในผักบางชนิด และผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง มักมีการขายในตลาดนัดท้องถิ่นมากเป็นพิเศษ ในขณะที่การขายส่ง มีการขายเคียงคู่กับผักและผลไม้เศรษฐกิจ ลักษณะการขายจะแบ่งขายเป็นกำๆ และกำหนดราคาตามขนาดของกำ เป็นต้น

โรคและแมลงรบกวนผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมีน้อย มีการพบโรคแอนแทรกโนสในใบผักเหมียงอ่อน แต่พบเพียงรายเดียวและรุนแรงน้อย ส่วนในผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองบางชนิด มีแมลงรบกวนบ้าง แต่ไม่รุนแรง เช่น เพลี้ยแป้ง เพลี้ยไก่แจ้ เพลี้ยไฟ และเพลี้ยอ่อน

โครงการวิจัยนี้ ทำการประชาสัมพันธ์ผลการวิจัยอย่างต่อเนื่อง เช่น การจัดทำเว็บไซต์ การจัดทำโปสเตอร์แจ้งประชาสัมพันธ์ในงานและนิทรรศการต่างๆ และ ติดไว้ที่คณะทรัพยากรธรรมชาติ ให้นักศึกษาและผู้เยี่ยมชมได้ศึกษา การประชาสัมพันธ์ทางวิทยุท้องถิ่น การประชาสัมพันธ์ในตลาดเกษตร ของคณะทรัพยากรธรรมชาติ การเขียนบทความลงวารสาร การนำเสนอในการประชุมวิชาการระดับชาติและนานาชาติ การสาธิต การจัดประกวดวาดภาพ และการให้ข้อมูลและคำปรึกษากับผู้สนใจ เป็นต้น

5.2 ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ แยกนำเสนอใน 3 ประเด็นด้วยกัน ดังนี้

5.2.1 ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการค้นหาคำตอบให้กับโจทย์การวิจัยและทำการประชาสัมพันธ์ผลงานวิจัยเป็นระยะๆ ตามความเหมาะสม ข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการวิจัย มีดังนี้

- (1) ประชาชนส่วนใหญ่ทราบว่าผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในเมืองไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในภาคใต้ และทราบว่าเป็นผักและผลไม้ที่ปลอดภัยและมีคุณค่าทางโภชนาการ ดังนั้น ในการประชาสัมพันธ์ควรต่อยอดให้ประชาชนเข้าใจถึงความสำคัญและประโยชน์ต่อสุขภาพ ทั้งที่เป็นอาหารและสมุนไพร รวมถึงการสร้างความตระหนักของการบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง เป็น

การเสริมสร้างภูมิปัญญาไทยและช่วยรักษาความหลากหลายทางชีวภาพของประเทศ

- (2) การแปรรูปผลิตภัณฑ์จากผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองมีความเป็นไปได้ และมีศักยภาพการพัฒนาผลิตภัณฑ์สูงมาก แต่ควรพัฒนาร่วมกับผลิตภัณฑ์เดิมๆ ก่อน ประเทศมาเลเซียพัฒนาน้ำทุเรียนเทศเข้มข้น ซึ่งได้รับการตอบรับที่ดี ประเทศไทยสามารถพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำจําปริงเข้มข้นได้เช่นกัน โดยอาจจะพัฒนาร่วมกับส้มแขก หรือมะขาม
- (3) ผลการวิจัยความโดดเด่นหรือความเป็นเอกลักษณ์ของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองในแต่ละจังหวัดนั้น ทำให้ทราบข้อมูลผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของแต่ละจังหวัดในรายละเอียด และเจาะลึกมากยิ่งขึ้น ผลการวิจัยที่ได้ทำให้ผู้เกี่ยวข้องในแต่ละจังหวัดได้ตระหนักถึงความสำคัญและความเป็นเอกลักษณ์ของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ที่มีอยู่ในจังหวัดตนเอง และควรค่าต่อการรักษาเอกลักษณ์เฉพาะพื้นที่ไว้ต่อไป นอกจากนี้ผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำมาเป็นสินค้าหรือผลิตภัณฑ์ชูโรงเพื่อประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเด่นของจังหวัดให้นักท่องเที่ยวได้มาบริโภค เช่นเดียวกันกับ งานวันเงาะโรงเรียนของจังหวัดสุราษฎร์ธานี หรือการประชาสัมพันธ์ให้ทราบว่า ถ้ามาจังหวัดสงขลา แล้วจะต้องรับประทานผักเลียบ แนมข้าวแกงหรือขนมจีน เป็นต้น

5.2.2 ข้อเสนอแนะทั่วไป

ในการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชโดยเฉพาะอย่างยิ่งการอนุรักษ์พืชที่รับประทานได้ เช่น ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง นั้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะนอกเหนือจากผลจากการวิจัย ดังนี้

- (1) ควรสืบสานต่อภูมิปัญญาท้องถิ่น ร่วมกับการอนุรักษ์ความหลากหลายทางชีวภาพ ทั้งนี้เพราะธรรมชาติและคนมีการอยู่ร่วมกัน พึ่งพาอาศัยกัน ไม่สามารถละเลยต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดได้
- (2) การใช้กลไกตลาดเพื่อการรักษาไว้ซึ่งภูมิปัญญาท้องถิ่นและอนุรักษ์ความหลากหลายทางชีวภาพ ด้วยการกระตุ้นให้เกิดอุปสงค์ (การประชาสัมพันธ์ถึงประโยชน์และสรรพคุณ) และการมีอุปทานที่สนองตอบต่ออุปสงค์ แต่กลไกตลาดนี้จะต้องเป็นกลไกที่มีการควบคุมด้วยระบบมาตรฐานสินค้า

- (3) ในปัจจุบันนั้น ประเทศต่างๆ พยายามที่จะช่วงชิงสิทธิ์ของการเป็นเจ้าของทรัพยากรชีวภาพ ซึ่งเป็นทรัพยากรที่ภาคใต้มีอยู่ ดังนั้น การปกป้องผลประโยชน์ของประเทศอย่างชาญฉลาดและด้วยความมีสติ ร่วมกับการส่งเสริมการค้าและจดทะเบียนสิทธิบัตร เป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยให้ทรัพยากรชีวภาพเหล่านี้อยู่กับประชาชนต่อไป
- (4) การหาเทคโนโลยีให้คนรุ่นใหม่มีความตระหนักและรักษาทรัพยากรชีวภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง ผ่านหลักสูตรของการศึกษาในท้องถิ่น รวมทั้งการฝึกปฏิบัติจริง ให้คนรุ่นใหม่ได้เห็นคุณค่าและความสำคัญ และให้มีการบริโภคมากขึ้น

5.2.3 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

ประสบการณ์จากการทำวิจัยในครั้งนี้ ทำให้ผู้วิจัยได้เปิดโลกทัศน์ในโลกของผักพื้นบ้าน และไม้ผลพื้นเมือง มากขึ้น ส่วนข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป นอกเหนือจากการสำรวจเพิ่มเติมใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ แล้ว ผู้วิจัยขอเสนอแนวความคิดในการทำวิจัยต่อไป ดังนี้

- (1) การศึกษาในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับคนรุ่นใหม่ต่อการบริโภค เช่น ความรู้ทัศนคติ การยอมรับ เป็นต้น
- (2) การพัฒนาผลิตภัณฑ์จากผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีความซับซ้อนมากขึ้น เช่น น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเข้มข้น การใช้ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองร่วมกับผลิตภัณฑ์อื่นๆ เพื่อเพิ่มมูลค่าและการยอมรับ

5.3 ปัญหาและอุปสรรค

- (1) ปัญหาและอุปสรรคจากการสำรวจพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองใน 3 จังหวัดภาคใต้ยังคงดำเนินการได้ไม่สะดวก เพราะเกรงปัญหาความไม่สงบที่เกิดขึ้น
- (2) การค้นหาชื่อวิทยาศาสตร์ และชื่อสามัญของผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองสำหรับพืชบางชนิดทำได้ยาก เนื่องจากชื่อท้องถิ่นมีความแตกต่างกัน
- (3) ในปัจจุบัน สภาพภูมิอากาศเปลี่ยนแปลงไปทำให้การระบุฤดูกาลชุกชุมผิดพลาดได้

- (4) ถึงแม้ว่า ความหมายของ ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง จะเข้าใจได้อย่างชัดเจน แต่ในภาคปฏิบัติแล้ว แยกแยะได้ยากว่า ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองชนิดไหน ที่ยังคงมีคุณสมบัติดั้งเดิมนั้นอยู่

เฉลย

ท่านทราบไหมว่าภาพผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเหล่านี้ ชื่ออะไร?



ดอกมะเฟือง



ดอกมะนาวไม่รู้โห่



ดอกดาหลา



เห็ดแครง



ผักปลังใบเขียว



ระกำ

บรรณานุกรม

- กรมป่าไม้. 2551. ชนิดพันธุ์ไม้ที่ใช้ในการส่งเสริมระบบวนเกษตร เล่มที่ 5. กรุงเทพฯ : ชุมชนวน
สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กุล จุลแก้ว. 2536. เหมียง ผักพื้นบ้านเศรษฐกิจที่น่าสนใจ. พังงา: สำนักงานเกษตรจังหวัดพังงา.
- กุล จุลแก้ว. 2539. ผักเหมียง ราชนิแห่งผักพื้นบ้านภาคใต้. สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรม
แห่งชาติ กรมวิชาการเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ฉลาดชาย รมิดานนท์. 2548. ผักพื้นบ้านมุมมองทางสังคมและวัฒนธรรม. ผักพื้นบ้านกับสังคมไทย.
นนทบุรี : มูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนา.
- ฉันทนา รุ่งพิทักษ์ไชย (บรรณาธิการ). 2547. ไม้ป่ากินได้ในหุบเขาลำพญา. ยะลา: สถาบัน ราชภัฏ
ยะลา.
- เดชา ศิริภัทร. 2539. พืชผักพื้นบ้าน ความสุขชั่วชีวิตที่เราปลูกได้. กรุงเทพฯ : ศูนย์เทคโนโลยีเพื่อ
สังคม.
- ดำรงค์ สิ้นไชย. 2554. ผักพื้นเมืองภาคใต้.(ออนไลน์). URL: <http://www.kasetrang.ac.th/km/dkn-res-dumrong1.htm>. (ค้นคว้าวันที่ 16 มิถุนายน 2554).
- ธนะชัย พันธุ์เกษมสุข. 2548. บุปผชาติจานเด็ด. เชียงใหม่: สมศักดิ์การพิมพ์.
- ทวีทอง หงษ์วิวัฒน์ (บรรณาธิการ). 2548. ผักพื้นบ้านอาหารไทย. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แสงแดด.
- นพรัตน์ บำรุงรักษ์. 2545. ผักเหลียง : พันธุ์ไม้. โครงการแผนที่ภูมิทัศน์ภาคใต้ : ฐานเศรษฐกิจ
และทุนวัฒนธรรม.
- นิรนาม. 2548. ผักพื้นบ้าน อาหารไทย. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แสงแดด.
- ประชิด วามานนท์. 2548. ประวัติศาสตร์การบริโภคผักพื้นบ้านและอาหารพื้นบ้าน. ผักพื้นบ้านกับ
สังคมไทย. นนทบุรี : มูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนา.
- เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ บุญเรียง ชูชัยแสงรัตน์ และกัญจนา คีวิเศษ. 2548. ผักพื้นบ้านภาคใต้.
นนทบุรี: มูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนา.
- เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ (บรรณาธิการ). 2548. ผักพื้นบ้านกับสังคมไทย. นนทบุรี : มูลนิธิการแพทย์
แผนไทยพัฒนา.
- เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ (บรรณาธิการ). 2548. การดูแลรักษาสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน. นนทบุรี :
มูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนา.
- พุดินันท์ ทองลอย. 2546. การวิเคราะห์ผลตอบแทนทางการเงินของการผลิตและการตลาดผัก
พื้นบ้าน ในจังหวัดกระบี่ ปีการผลิต 2544. ปรินญาวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต

- (เศรษฐศาสตร์เกษตร) สาขาเศรษฐศาสตร์เกษตร ภาควิชาเศรษฐศาสตร์เกษตรและ
ทรัพยากร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา. ม.ป.ป. **ไม้ป่ากินได้ในหุบเขาลำพญา**. ศูนย์วิจัยความหลากหลายทาง
ชีวภาพเฉลิมพระเกียรติ 72 พรรษา บรมราชินีนาถ.
- มาโนช วามานนท์ และ เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ (บรรณาธิการ). 2547. **ผักพื้นบ้าน: ความหมายและ
ภูมิปัญญาของสามัญชนไทย**. นนทบุรี: สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์
กระทรวงสาธารณสุข.
- ภานุพงศ์ หนูหอม. 2546. **การขยายพันธุ์ผักเหลียง (*Gnetum gnemon* Linn.) ด้วยเทคนิคการ
เพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพืชศาสตร์ มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์.
- เมฆ จันทร์ประยูร. 2541. **ผักพื้นบ้านเคล็ดลับของคนอายุยืน**. กรุงเทพฯ : ไททราศน์.
- เมืองทอง ทวนทวี และสุริรัตน์ ปัญญาโตนะ. 2545. **สวนผัก**. (ออนไลน์) URL:
<http://www.tak.rmutl.ac.th/>. (ค้นคว้าวันที่ 30 มิถุนายน 2554).
- โรงพยาบาลกรุงเทพ. 2554. **ผักพื้นบ้าน อาหารต้านมะเร็ง**. (ออนไลน์). URL:
http://www.bangkoktrathospital.com/new/th/know_view.php?know_id=15. (ค้นคว้า
วันที่ 16 มิถุนายน 2554).
- ยูดี จอมพิทักษ์ 2545. **อาหารธรรมชาติผักพื้นเมืองโภชนาการสูงเหลือเชื่อ**. กรุงเทพฯ : โอเดียนส
โตร์.
- รุ่งรัตน์ ชัยสำเร็จ. 2549. **การเขียนเพื่อการประชาสัมพันธ์**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- วิจิตร อาวะกุล. 2534. **การประชาสัมพันธ์ หลักและวิธีปฏิบัติ**. กรุงเทพฯ : พิมพ์ครั้งที่ 3. บริษัทโรง
พิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด.
- วิทย์ เทียงบุญธรรม. 2539. **พจนานุกรมสมุนไพรไทย**. กรุงเทพฯ: ประชุมทองการพิมพ์.
- วิฑูรย์ ต้นศิริคงคล. 2542. **AHP กระบวนการตัดสินใจ ที่ได้รับความนิยมมากที่สุดในโลก**. กรุงเทพฯ
: กราฟฟิค แอนด์ ปรินติ้ง.
- วิวัฒน์ พันธวุฒิชยานนท์. 2541. **ผลไม้พื้นเมือง (ภาคใต้) ความสุขที่คุณเคี้ยวได้**. สารคดี 14(166) : 55-
72.
- รักษ์ พุกษชาติ. 2554. **ผักพื้นบ้าน ครอบครองเรื่องผักพื้นบ้าน ทั้งการปลูกและการตลาด**. กรุงเทพฯ
: นีออน บุ๊ค มีเดีย.
- สถานีทดลองยางระนอง. 2552. <http://www.rubberthai.com/news/newsinfo>, ค้นเมื่อมีนาคม 2552.

- สถานีทดลองยางระนอง ตำบลลำเลียง อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง http://www.rubberthai.com/news/newsinfo/news_rub/new_001.htm [ค้นเมื่อวันที่ 18 มีนาคม 2552].
- สถาพร ศรีสัจจ (บรรณาธิการ). 2549. **อาหารพื้นเมืองภาคใต้**. สงขลา: สถาบันทักษิณคดีศึกษา.
- สมาคมขยายผล สหกรณ์เทคโนโลยีที่เหมาะสม เครือข่ายเกษตรกรรมทางเลือกภาคใต้ และ
โครงการพัฒนาชุมชนสวนยางขนาดเล็ก. 2537. **ผักพื้นบ้าน (ภาคใต้) ทางเลือกในการผลิตและการบริโภค**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- สามารถ จิตนาวสาร. 2551. **ต้นผักเหลียง ผักพื้นบ้านที่น่าสนใจ**. สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย. <http://www.tistr.or.th> [ค้นเมื่อวันที่ 15 มกราคม 2552].
- สุชีรา แก้วรักษ์ อุษุทธิ์ นิสสกา และเสมอใจ ชื่นจิตต์. 2552. การตลาดผักพื้นบ้านภาคใต้. นำเสนอในการประชุมวิชาการ ระหว่างวันที่ 20-22 ตุลาคม 2552. จ. ชลบุรี.
- สุดาราสุจฉายา. 2539. หลากมิตกับผักพื้นบ้าน. **สารคดี** 12(134) : 76-98.
- สุรางค์ จันทวานิช. 2547. การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- แสงโสม ลินะวัฒน์. 2542. คุณค่าทางโภชนาการของพืชผักพื้นบ้านไทย. กรุงเทพฯ : สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.
- สำนักงานคณะกรรมการการสาธารณสุขมูลฐาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. 2540. **ผักพื้นบ้าน : ความหมายและภูมิปัญญาของสามัญชนไทย**. กรุงเทพฯ : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- สำนักงานเกษตรจังหวัดระนอง <http://ranong.doae.go.th/pakleang.htm> [ค้นเมื่อวันที่ 8 มกราคม 2552].
- สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ. 2552. รายงานวิจัย เรื่อง “ความพึงพอใจของที่มีต่อการจัดกิจกรรมมุมมองความรู้ตลาดทุน สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ ปีการศึกษา 2552”.
โครงการ “The Top Best Investment Hub@SET Corner 2552” ระหว่างเดือนพฤษภาคม 2552-กันยายน 2552.
- สำนักงานเศรษฐกิจการเกษตรเขต 9 จังหวัดสงขลา สำนักงานเศรษฐกิจการเกษตร กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ <http://www.oae.go.th/zone/zone9> [ค้นเมื่อวันที่ 28 เมษายน 2552].
- อุบลวรรณ อุโพธิ์. 2542. **การศึกษาทางสัตวศาสตร์และกายวิภาคของผักเหมียง**. รวมบทคัดย่อผลงานวิจัยของคณาจารย์ในสถาบันอุดมศึกษาไทย ในระหว่างปี 2540-2542. กรุงเทพฯ: สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย สำนักมาตรฐานอุดมศึกษา ส่วนวิจัยและพัฒนา.
- อุไร จิรมงคลการ. 2547ก. **ผักพื้นบ้าน 1**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์บ้านและสวน.

- อุไร จิรมงคลการ. 2547ข. **ผักพื้นบ้าน 2**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์บ้านและสวน.
- อุไร จิรมงคลการ. 2547ค. **ผลไม้ในสวน**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์บ้านและสวน.
- อยุทธิ์ นิสสภาเสมอใจ ชื่นจิตต์ และสุชีรา แก้วรักษ์. 2551. ลูกลาดผักพื้นบ้าน 14 จังหวัดภาคใต้. **วารสารเคหการเกษตร**. 32(9) กันยายน 2551: 155 – 160.
- อยุทธิ์ นิสสภาเสมอใจ ชื่นจิตต์ และสุชีรา แก้วรักษ์. 2552. ผักเหียง ผักพื้นบ้านภาคใต้ หลากหลายคุณค่าและประโยชน์ทางโภชนาการ (ตอนที่ 1). **วารสารเคหการเกษตร**. 33(8) สิงหาคม 2552.
- อยุทธิ์ นิสสภาเสมอใจ ชื่นจิตต์ และสุชีรา แก้วรักษ์. 2552. ผักเหียง ผักพื้นบ้านภาคใต้ หลากหลายคุณค่าและประโยชน์ทางโภชนาการ (ตอนที่ 2). **วารสารเคหการเกษตร**. 33(9) กันยายน 2552.: 200-204.
- อยุทธิ์ นิสสภา สุชีรา แก้วรักษ์ และเสมอใจ ชื่นจิตต์. 2552. ผักเหียง – ราชนิผักพื้นบ้านภาคใต้และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย”นำเสนอในที่ประชุมวิชาการ ระหว่างวันที่ 20-22 ตุลาคม 2552. จ. ชลบุรี.
- Gnetum gremon. 2552. <http://en.wikipedia.org/wiki/Melinjo>, ค้นเมื่อเมษายน 2552
- Hisada, H., *et.al.* 2548. Antibacterial and antioxidative constituents of Melinjo seeds and Their application to food. Japan. Science Links Japan (<http://sciencelinks.jp/j-east/article/200601/000020060105A1034835>).
- <http://www.oknation.net/blog/print.php?id=210499> [ค้นเมื่อวันที่ 8 มกราคม 2552].
- <http://www.thaitambon.com/OTOP/ProvincialOTOP/Ranong46.htm> [ค้นเมื่อวันที่ 8 มกราคม 2552].
- Institute of Thai Traditional Medicine. 1999. **Southern Thailand’s Indigenous Vegetables**. Bangkok: War Veterans Organization Publisher. (in Thai).
- Nissapa., A., P. Saeliew, S. Kaewrak. and S. Chuenjit 2010. An Analytic Hierarchy Process (AHP) Approach for the identification of Unique and Indigenous Vegetables of Southern Provinces in Thailand – a Key to Promote Tropical Bio-diversity. Paper presented in the BioScience for the Future 2010, during 7-8 October 2010 at Prince of Songkla University, Hat Yai, Thailand.
- Santoso, M., *et.al.* 2551. Inhibition of fish lipid oxidation by the extract of Indonesia edible plant seed ‘Melinjo.’ Kyoto, kanpancess Society for Food Science and Technology ([hppt://www.jsfst.or.jp/index.html](http://www.jsfst.or.jp/index.html).)

Saaty, T.L. and Vargas, L.G. 2000. **Models, Methods, Concepts and Applications of the Analytic Hierarchy Process**. Boston: Kluwer Academic Publishers.

Saaty, T.L. 2008. Decision making with the analytic hierarchy process. **Int. J.Services Sciences** 1(1): 83-93.

Suchaxaya, S. 1996. Common Thai vegetables. **Feature Magazine** 12(134): 87-98.

ภาคผนวก

ภาคผนวกประกอบด้วย

ภาคผนวกที่ 1 แบบสอบถามความหมายและความแตกต่างระหว่างผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้และ ผักและไม้ผลเศรษฐกิจ

ภาคผนวกที่ 2 แบบสอบถามเพื่อประเมินการแปรรูปน้ำผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาคผนวกที่ 3 รายชื่อผู้รู้ นักวิชาการและผู้มีประสบการณ์ เกี่ยวกับผักพื้นบ้านในจังหวัดต่างๆ

ภาคผนวกที่ 4 ภาพโปสเตอร์แจ้งประกอบการประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาคผนวกที่ 5 ประมวลภาพผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่บอร์ดบนเว็บไซต์

ภาคผนวกที่ 6 ตัวอย่างการประมวลภาพและข้อมูลผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาคผนวกที่ 7 ตัวอย่างข้อความประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ทางวิทยุและตลาด เกษตร

ภาคผนวกที่ 8 ตัวอย่างภาพที่คั่นหนังสือภาพและข้อความผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาคผนวกที่ 9 ตัวอย่างภาพ เอกสารประชาสัมพันธ์ และแบบทดสอบตลาดในงานเกษตรภาคใต้

ภาคผนวกที่ 10 ตัวอย่างภาพนักศึกษาสาธิตและทำการทดสอบตลาดน้ำผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมือง

ภาคผนวกที่ 11 บทความลงตีพิมพ์ในวารสารเคหการเกษตร “ลุย.....ตลาดผักพื้นบ้าน 14 จังหวัดภาคใต้”

ภาคผนวกที่ 12 บทความลงตีพิมพ์ในวารสารเคหการเกษตร “ผักเหลือย ผักพื้นบ้านภาคใต้ หลากหลาย คุณค่าและประโยชน์ทางโภชนาการ ตอนที่ 1 และ ตอนที่ 2”

ภาคผนวกที่ 13 บทความนำเสนอในที่ประชุม เรื่อง “ผักเหลือย – ราชนิแห่งผักพื้นบ้านภาคใต้ และการใช้ ประโยชน์ที่หลากหลาย”

ภาคผนวกที่ 14 บทความนำเสนอในที่ประชุม “การตลาดผักพื้นบ้านภาคใต้”

ภาคผนวกที่ 15 ตัวอย่างภาพนักเรียนประกวดวาดภาพผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาคผนวกที่ 16 บทความนำเสนอในที่ประชุม เรื่อง An Analytic Hierarchy Process (AHP) Approach for the identification of Unique and Indigenous Vegetables of Southern Provinces in Thailand – a Key to Promote Tropical Bio-diversity

ภาคผนวกที่ 17 โปสเตอร์บทความนำเสนอในที่ประชุม เรื่อง An Analytic Hierarchy Process (AHP) Approach for the identification of Unique and Indigenous Vegetables of Southern Provinces in Thailand – a Key to Promote Tropical Bio-diversity

ภาคผนวกที่ 18 จดหมายตอบรับโปสเตอร์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาคผนวกที่ 19 ตัวอย่างโปสเตอร์ประมวลภาพผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาคผนวกที่ 20 ตัวอย่างหน้าหนังสือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาคผนวกที่ 21 ประวัตินักวิจัย

ภาคผนวกที่ 1

แบบสอบถามความหมายและความแตกต่างระหว่างผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้และผักและไม้ผลเศรษฐกิจ

โครงการวิจัยเรื่อง การประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง คณะทรัพยากรธรรมชาติ
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

1. ความหมายของ “ผักพื้นบ้าน” ตามความเข้าใจของท่าน

และมีความแตกต่างจากผักเศรษฐกิจอย่างไร

2. ความหมายของ “ไม้ผลพื้นเมือง” ตามความเข้าใจของท่านคือ

และมีความแตกต่างจากไม้ผลเศรษฐกิจอย่างไร

3. ทำไมท่านถึงขาย/บริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง

4. ท่านคิดว่าควรจะมีการประชาสัมพันธ์ให้คนหันมาบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองเหล่านี้หรือไม่?

5. ท่านคิดว่าการประชาสัมพันธ์ให้คนรับทราบเรื่องผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองนั้น ควรจะมีวิธีการอย่างไร?

6. ประโยชน์ของการบริโภคผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง มีอย่างไรบ้าง

ขอขอบคุณที่ให้ความอนุเคราะห์

ภาคผนวกที่ 2

แบบสอบถามเพื่อประเมินการแปรรูปน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้
ดำเนินการโดย ชมรมพัฒนาการเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ระหว่างวันที่ 14-18 สิงหาคม พ.ศ. 2550

1. น้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ท่านเคยดื่ม (ตอบได้หลายชนิด)

.....
.....

2. การประเมินน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

รายการ	ระดับความชอบ				
	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	น้อย	น้อยมาก
ความชื่นชอบโดยรวมของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ดื่ม					
กลิ่นของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ดื่ม					
รสชาติของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ดื่ม					
สีของน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่ดื่ม					

3. ข้อเสนอแนะ

.....
.....
.....
.....

ภาคผนวกที่ 3

รายชื่อผู้รู้ นักวิชาการและผู้มีประสบการณ์ เกี่ยวกับผักพื้นบ้านในจังหวัดต่างๆ

ผู้รู้เกี่ยวกับผักพื้นบ้านในจังหวัดต่างๆ

1. นายสนั่น ชุกกลิ่น อายุ 84 ปี ต. วังไผ่ อ. เมือง จ. ชุมพร
2. นายห้าว รัตน์พล อายุ 85 ปี ต. หน้าควน อ.หลังสวน จ. ชุมพร
3. นายกรีก เมืองพร้อม อายุ 67 ปี ต. ทรัพย์ทวี อ. บ้านนาเดิม จ. สุราษฎร์ธานี
4. นายบุญเสริม กุลรัตน์ อายุ 58 ปี ต. ทรัพย์ทวี อ. บ้านนาเดิม จ. สุราษฎร์ธานี
5. นางบุญรวย วรดี อายุ 63 ปี ต. พรหมโลก อ. พรหมคีรี จ. นครศรีธรรมราช
6. นายชิด ขวัญคำ อายุ 54 ปี ต. เขาพระ อ. รัตภูมิ จ.สงขลา
7. นายเจือ ทองคำ อายุ 54 ปี ต. ลำไพล อ. เทพา จ.สงขลา
8. นายชีพ แก้วรักษ์ อายุ 74 ปี ต. ควนเมา อ. รัชฎา จ. ตรัง
9. นายถาวร จิโรจน์กุล อายุ 67 ปี อ.เมือง จ. ตรัง
10. นายกระจำจ แซ่มรัตน์ อายุ 59 ปี อ.เมือง จ. ตรัง
11. นายเพียร ไชยวรรณ อายุ 95 ปี ต. นาปะขอ อ. บางแก้ว จ. พัทลุง
12. นางประดับ แก้วรักษ์ อายุ 76 ปี ต. ควนเมา อ. รัชฎา จ. ตรัง
13. นางวรรณ ภูมิมาศ อายุ 57 ปี ต. ท่าศาลา อ. ท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราช
14. นายพงศ์เกษม โกยคุลย์ อายุ 52 ปี ต.กะปง อ. กะปง จ. พังงา
15. นายสุริยา เพ็ชรเกษม อายุ 60 ปี ต. ทำนา อ. กะปง จ. พังงา
16. นางบังอร วงศ์สุข อายุ 60 ปี ต. ทำนา อ. กะปง จ. พังงา
17. นายชนะ มีแก้ว อายุ 72 ปี ต. หุงคาโงก อ. เมือง จ. พังงา
18. นายสมปอง หวานแก้ว อายุ 57 ปี ต. หุ่น้อย อ. ควนกาหลง จ. สตูล
19. นายเฉลิม ชูดี อายุ 73 ปี อ. หุ่น้อย จ. สตูล
20. นายสัญญา หิรัญวดี อายุ 34 ปี ต. หนอง อ. เมือง จ. ภูเก็ต
21. นายล่อง ปานมาศ อายุ 78 ปี ต. กระบี่ อ. เมือง จ. กระบี่
22. นายหอมจันทร์ นะบุตร อายุ 75 ปี ต. กระบี่ อ. เมือง จ. กระบี่
23. นางซี้ คงเทพ อายุ 80 ปี ต.พนางตุง อ. ทะเลน้อย จ. พัทลุง

นักวิชาการและผู้มีประสบการณ์เกี่ยวกับผักพื้นบ้าน

1. ดร.นัยนา ศรีชัย รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์และบัณฑิตศึกษา คณะเทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตภูเก็ต
2. นายปรีต พรหมมี อาจารย์ประจำคณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่
3. นางสุคใจ จิรโรจน์กุล อาจารย์ประจำคณะพาณิชยศาสตร์และการจัดการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตตรัง
4. นางอัจฉรา ทองประดับ นักวิชาการส่งเสริมการเกษตรปฏิบัติการ สำนักงานเกษตรอำเภอกะปาง จังหวัดพังงา
5. นางชฎา จันทรมณี ข้าราชการครู โรงเรียนบ้านทวดทอง อ. เมือง จ. นครศรีธรรมราช
6. นายกวีพจน์ มัชฌากิจ พนักงานส่งเสริม ระดับ 3 สำนักงานปฏิรูปที่ดินเพื่อการเกษตรกรรม จ. ภูเก็ต
7. นางสาวฐิติรัตช์ ไม้เรียง นักวิชาการอุดมศึกษา กองแผนงาน สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

ภาคผนวกที่ 4

ภาพโปสเตอร์แจ้งประกอบการประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

โครงการประชาสัมพันธ์
พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน
อันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองจะหายากมากขึ้น หรือบางชนิดอาจสูญหายไป และคนรุ่นหลังไม่สามารถพบเห็นหรือจะหาซื้อได้ยากยิ่งกว่าคุณค่าของพรรณพืชเหล่านี้ ดังนั้น การประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ จึงมีความสำคัญและจำเป็นเร่งด่วน เพื่อสร้างความตระหนักและจิตสำนึกของประชาชนต่อการอนุรักษ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง โดยการหันกลับมาสนใจปลูกและบริโภคพืชพันธุ์พื้นบ้านไว้ซึ่งภูมิปัญญาท้องถิ่นให้อยู่คู่ภาคใต้และประเทศไทย เป็นเอกลักษณ์ของชาติ ดังวัตถุประสงค์ของโครงการคือ

- 1) เพื่อศึกษาสำรวจต่อเนื่องพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในท้องถิ่นใกล้เคียงกับคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
- 2) เพื่อสำรวจต่อเนื่องการใช้อยู่ของพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการบริโภค การดูแล การพัฒนาผลิตภัณฑ์ โรคและแมลงที่ปรากฏ
- 3) เพื่อเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัย โดยสื่อต่างๆ แก่เกษตรกรประชาชนเป้าหมายหลากหลายประเภท

พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาคใต้ของไทยมีสภาพทรัพยากรธรรมชาติที่สมบูรณ์ตามลักษณะของพื้นที่ชายฝั่งทะเลและอิทธิพลจากทะเลอันดามันสร้างให้ระบบนิเวศของสิ่งมีชีวิตมีความหลากหลายมากยิ่งขั้น ดังสะท้อนได้จากภูมิปัญญาท้องถิ่นและวัฒนธรรมการกินอาหารของภาคใต้ เมื่ออาหารของคนได้โดยทั่วไปมักประกอบไปด้วยข้าวสวย กับข้าวที่มีรสเผ็ด จึงจำเป็นต้องมีผักเหนาะหรือผักเหมือด (ผักเครื่องเคียง) ซึ่งเป็นผักที่ปลูกในไร่รอบๆ บ้านนั่นเอง ไม่ว่าจะเป็นยอดกระถิน ผักบุ้ง ยอดหนุ่ย มันปู ผักเหมือด สายบัว สาหร่ายทะเล สลัดลูกเนียง ดอกสลียง มะเดื่อ เป็นต้น

ผักพื้นเมืองจึงหมายถึง พืชผักในท้องถิ่นที่ตนเองตามธรรมชาติ ขึ้นเองในป่าใกล้บ้าน หรือปลูกเองในครัวเรือน มักจะเป็นผักที่ปลอดสารกำจัดศัตรูพืชและปุ๋ยเคมี สามารถนำมาประกอบอาหารที่กินตามธรรมชาติเฉพาะของแต่ละท้องถิ่น

หลังจากรับประทานอาหารหลักหรือระหว่างมื้ออาหาร คนได้มักจะทานผลไม้ที่สามารถปลูกได้ในท้องถิ่นตามสภาพทางภูมิศาสตร์ที่เหมาะสม ทุเรียนบ้าน เงาะ มังคุด ละไม จำปาตะ ลูกท้อ มะม่วง ลูกตลก ลูกจาก เหล่านี้เป็นตัวอย่างของไม้ผลพื้นเมืองที่เป็นที่นิยมและเพาะปลูกกันรอบบ้านเพื่อใช้บริโภคในครัวเรือนหรือขาย แต่ยังมีไม้ผลพื้นเมืองหลายชนิดที่ขึ้นตามธรรมชาติในป่าและหายากในปัจจุบัน เช่น โหระพาพื้นเมือง มะไฟป่า ตะขากาป่า ตะขากาป่า คีลิงกาสา สลัด ซึ่งสามารถเก็บมาบริโภคได้โดยไม่ต้องซื้อ หรือนำมาปลูกบริเวณบ้าน จำนวนบ้านละต้นสองต้นสองต้นเท่านั้น

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน
คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา
<http://www.natres.psu.ac.th/ProjectSite/index.htm>

คณะผู้จัดทำ ว.ศร.ตงตง ค.เบญจรงค์ ว.ศร.สมทรง	อำนวยการ ศูนย์คิด และคิด	รศ.ดร.สัมพันธ์ คณาจารย์ นางสาวสุวิภา นางสาวสุวิภา	ภาพกราฟิก คณาจารย์ คณาจารย์
--	--------------------------------	--	-----------------------------------

บอร์ดแนะนำโครงการฯ



โครงการประชาสัมพันธ์

พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

อันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี



โทงเทง หรือ บุงบิง

วงศ์ (family) SOLANACEAE.
ชื่อสามัญ (ไทย) โทงเทง บุงบิง สมคิด พญาทอง
เรวัตแก้ว สมศักดิ์แก้ว (คุณะ)
อภิลักษณ์ (อภิลักษณ์) โอบิน อาระยะ
ชื่อสามัญ (อังกฤษ) Sunberry, Gooseberry, Cape gooseberry,
Cutleaf ground cherry, Lancol leaf groundcherry

ผลไม้พื้นเมืองไทย ลักษณะคล้ายโคมจีน เด็กๆ ในชนบทนำมาคบเล่นให้มันเสียงดังเป๊าะ บ้างก็ใช้บีบ บ้างก็นำมาคบที่หน้าผาก นำมากินเล่นได้ รสชาติหวานอมเปรี้ยว

โทงเทง หรือ บุงบิง เป็นพืชล้มลุกขนาดเล็ก อาศัยเดี่ยว พบเห็นทั่วไปในชนบท พบในสวนยางพาราใหม่ บ่าเปิดโล่ง หรือลำตะคองที่มีแสงอาทิตย์ส่องตรง เป็นพันธุ์พื้นเมืองที่ไม่มีการซื้อขาย โทงเทง พันธุ์ต่างประเภทยังมีผลขนาดใหญ่ ปลูกเป็นการค้า ในประเทศไทยพบขายในตลาดเฉพาะ เช่น โครงการหลวง มีรสชาติดหวานหอม

ใบ เป็นใบเดี่ยวสีเขียวลักษณะคล้ายใบพริก รูปหัวใจ เรียงสลับออกตามข้อ ๆ ละใบ มีก้านใบยาว 2-3 เซนติเมตร ปลายแหลม และขอบใบไม่เรียบ ใบกว้าง 3-4 เซนติเมตร ยาว 4-7 เซนติเมตร มีเส้นแขนงใบ 5-7 คู่

ดอก ออกระหว่างก้านใบกับลำต้น ดอกสมบูรณ์รูปปลายแหลม ดอกบานเหมือนแตร มีเส้นผ่าศูนย์กลาง 1.5-2 เซนติเมตร

ผล มีกลีบดอกชั้นนอกหุ้มเหมือนโคมจีนสีเขียวอ่อน มีลายสีม่วง ผลภายในมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 1-2 เซนติเมตร ผลกลมใส มีสีเขียวอ่อนและเนื้อสุกกลางเป็นสีเหลือง

เมล็ด ในผลมีเมล็ดขนาดเล็กจำนวนมาก รูปกลมแบน เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 0.2-0.3 มิลลิเมตร มีเปลือกหุ้มคล้ายเมล็ดมะเขือเทศ

ต้น ต้นอวบน้ำ เปลือกเกลี้ยงสีเขียว โคนสีม่วงแดง และสีค่อนๆ จากลงเป็นสีเขียวไล่เป็นเหลี่ยม

การใช้ประโยชน์

ผลอ่อนและยอดอ่อน คั้นจมน้ำพริก หรือใช้แกงอ่อมและแกงเลียง รสชาติขม ผลสุก กินได้ ส่วนพันธุ์ต่างประเภทยังมีขนาดใหญ่ รสหวานหอม เป็นที่นิยมบริโภค

ผลโทงเทงที่จำหน่ายเพื่อการค้า

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา <http://www.natres.psu.ac.th/ProjectSite/index.htm>

คณะผู้จัดทำ รศ.ดร.อชุตม์ นิลสภา
ผศ.เสมอใจ ชื่นจิต
รศ.ดร.สมปอง เตชะโต
นางสาวสุชีรา แก้ววิเศษ

รศ.ดร.วาทันต์ เพชรรัตน์
ผศ.กิรภรณ์ ชีต้า
นางสาวศรินทร์า แมระวะ

บอร์ดโทงเทง



โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

พันธุ์พืชพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

อันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ใบ ดอก ผล เมล็ด ต้น



โก้ หรือ พรวด



โก้ (tamby)
โร้สามัญ(ไทย)
โร้สามัญ(อังกฤษ)

Myrtaceae
โก้

Down rose myrtle, rose myrtle, down myrtle, hill gooseberry, hill guava, isenberry bush, Ceylon hill cherry

ชื่อท้องถิ่น
กู (ชุมพร) พรวด Kuyam (กาญจนบุรี)

โก้ กู หรือ พรวด เป็นพืชพื้นบ้านที่สามารถพบเห็นได้ทั่วไปในเขตของประเทศไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ต่ำ บริเวณป่าชายหาด ป่าพรุน้ำจืด เป็นต้น

ถึงแม้ว่า โก้จะเป็นพืชพื้นบ้านจากประเทศหรืออเมริกา แต่ในประเทศไทยนั้น โก้ ได้หายไปจากสายตานคนไทยในท้องถิ่นไปมาก โดยเฉพาะในท้องถิ่นที่มีการแปรเปลี่ยนพื้นที่ที่โก้ชอบขึ้นกลายเป็นไม้เศรษฐกิจอื่น ๆ เช่น ปาล์มหน้าฝน และยางพารา การตัดนามลัดกันที่จากลูกโก้ นอกเหนือจากการทำเป็นไวน์ผลไม้แล้ว ยังจะสามารถแปรรูปเป็นแยมลูกโก้หรือผลไม้ถนอมลูกโก้ได้ ไม้โก้ยังมีมีการใช้ประโยชน์เป็นไม้ต้น ไม้โก้ค่อนข้างแข็งแรง ชาวบ้านแถบนี้ใช้เป็นไม้ขัดและ เป็นดอกไม้ตัวเล็กและในบางพื้นที่มีการปลูกโก้เพื่อเป็นไม้ประดับในสวน ส่วนในชายาว มีการทำเมล็ด (Lei) โดยใช้ดอกโก้มาประกอบ

ใบ รูปไข่ปลายมน (elliptic - oval) ยาวประมาณ 5-8 เซนติเมตร กว้างประมาณ 1.5 - 4 เซนติเมตร หนาใบเป็นมัน ส่วนหลังใบมีขนละเอียดปกคลุม โดยมีเส้นใบนูนตามเส้น




ดอก สีของดอกโก้เป็นสีชมพูหรือขาว กีบดอกชั้นเดียว มีสีชมพูอ่อนถึงแก่ในข้อเดียวกัน ขนาดดอกกลม เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 2 - 3 เซนติเมตร

ผลอ่อน มีสีเขียวแล้วจะค่อย ๆ สุกกลายเป็นสีแดง จนสุกจัดกลายเป็นสีม่วงอมดำ มีขนาดกว้างประมาณ 1 - 2 เซนติเมตร ลักษณะคล้ายผลบลูเบอร์รี่ แต่จะค่อนข้างยาวกว่า




ต้น เป็นไม้พุ่มเขียวชอุ่มทั้งปี ความสูงประมาณ 2-3 เมตร และสามารถเลื้อยโดยขยายพันธุ์เป็นพืชเชิงเดี่ยวได้



การใช้ประโยชน์

ทางอาหาร ผล รับประทานสดและแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ต่างๆ เช่น แยม ไวท์ผลไม้

อื่นๆ ไม้ เนื้อไม้ใช้เป็นไม้พื้น ไม้ขัดและ เป็นดอกไม้ตัว ในบางพื้นที่มีการปลูกเพื่อเป็นไม้ประดับในสวน เป็นรั้วสวนในชายาวใช้ดอกโก้มาร้อยเป็นมาลัย

ในขณะที่กำลังจะผลิด (พฤษภาคม 2549) ทุกส่วนรวมทั้งผลโก้ยังมีพืชอาศัยในคลาตท้องถิ่น (ตลาดนัด อ.คลองหอยโข่ง จ.สงขลา) และตลาดในเมือง (ตลาดนัดหน้าสถานีรถไฟเก่าสงขลา) ซึ่งถือว่าเป็นเพราะไม่ได้เป็นผลไม้มัธยมหรือผลไม้ บกค.เด็ก ๆ ในชนบทมักจะรู้จักและบริโภคผลโก้เป็นของกินเล่นยามหัวมีชื่อเสียงและเพื่อใช้ประโยชน์จากผลโก้สามารถนำมาแปรรูปเป็นไวน์ผลไม้ แต่ยังไม่มีการขายในท้องถิ่น

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์พืชพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน
คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา
<http://www.natres.psu.ac.th/ProjectSite/index.htm>

คณะผู้จัดทำ

วศ.ดร.อุบลรัตน์	นิสิตดา	วศ.ดร.วสันต์	เกษรรัตน์
ศศ.เสหมอใจ	ชินจิต	ศศ.สิริพรธิม	ศิลา
รศ.ดร.ธมลปอง	เสชะโต	นางสาวศรินทร์า	แมะเร้า
นางสาวสุจิตรา	แก้ววิทย์		

บอร์ดโก้



โครงการประชาสัมพันธ์

พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

อันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี



ทุเรียนเทศ



ชื่อวิทยาศาสตร์ ANNONACEAE
ชื่อไทย ทุเรียนเทศ, ทุเรียนน้ำ, ทุเรียนน้ำเต้า, ทุเรียนน้ำเต้า, ทุเรียนน้ำเต้า, ทุเรียนน้ำเต้า
ชื่ออังกฤษ Star up, Doka, Doka

พุ่มไม้ยืนต้น เป็นไม้ผลัดใบในเขตร้อนชื้น พบในป่าดิบชื้นและป่าเบญจพรรณในภาคใต้ของประเทศไทย พบในบริเวณที่ราบสูงและที่ราบลุ่มในภาคใต้ของประเทศไทย เช่น ภูเก็ต ยะลา ปัตตานี และนราธิวาส

ใบ เป็นไม้ผลัดใบเขียวชอุ่มตลอดปี ใบเดี่ยวรูปไข่แกมรูปรี กว้าง 10-15 ซม. ยาว 15-20 ซม. เนื้อใบหนาและเหนียว

ผล เป็นผลเดี่ยวหรือเป็นพวงห้อยยาว มีรสเปรี้ยวปนหวาน มีกลิ่นฉุนเฉพาะตัว มีถิ่นกำเนิดในเขตร้อนชื้นของทวีปเอเชีย

เมล็ด ผลสุกมีรสเปรี้ยวปนหวาน มีกลิ่นฉุนเฉพาะตัว มีถิ่นกำเนิดในเขตร้อนชื้นของทวีปเอเชีย



ต้น เป็นไม้ผลัดใบเขตร้อนชื้น พบในเขตร้อนชื้นของทวีปเอเชีย

การใช้ประโยชน์ ผลสุกมีรสเปรี้ยวปนหวาน มีกลิ่นฉุนเฉพาะตัว มีถิ่นกำเนิดในเขตร้อนชื้นของทวีปเอเชีย

การดูแลรักษา ทุเรียนเทศเป็นพืชกลางแจ้ง ชอบแสงแดดจัด ชอบดินร่วนซุย ชอบน้ำปานกลาง

ข้อมูลทั่วไป ทุเรียนเทศเป็นพืชถิ่นกำเนิดในเขตร้อนชื้นของทวีปเอเชีย พบในเขตร้อนชื้นของทวีปเอเชีย

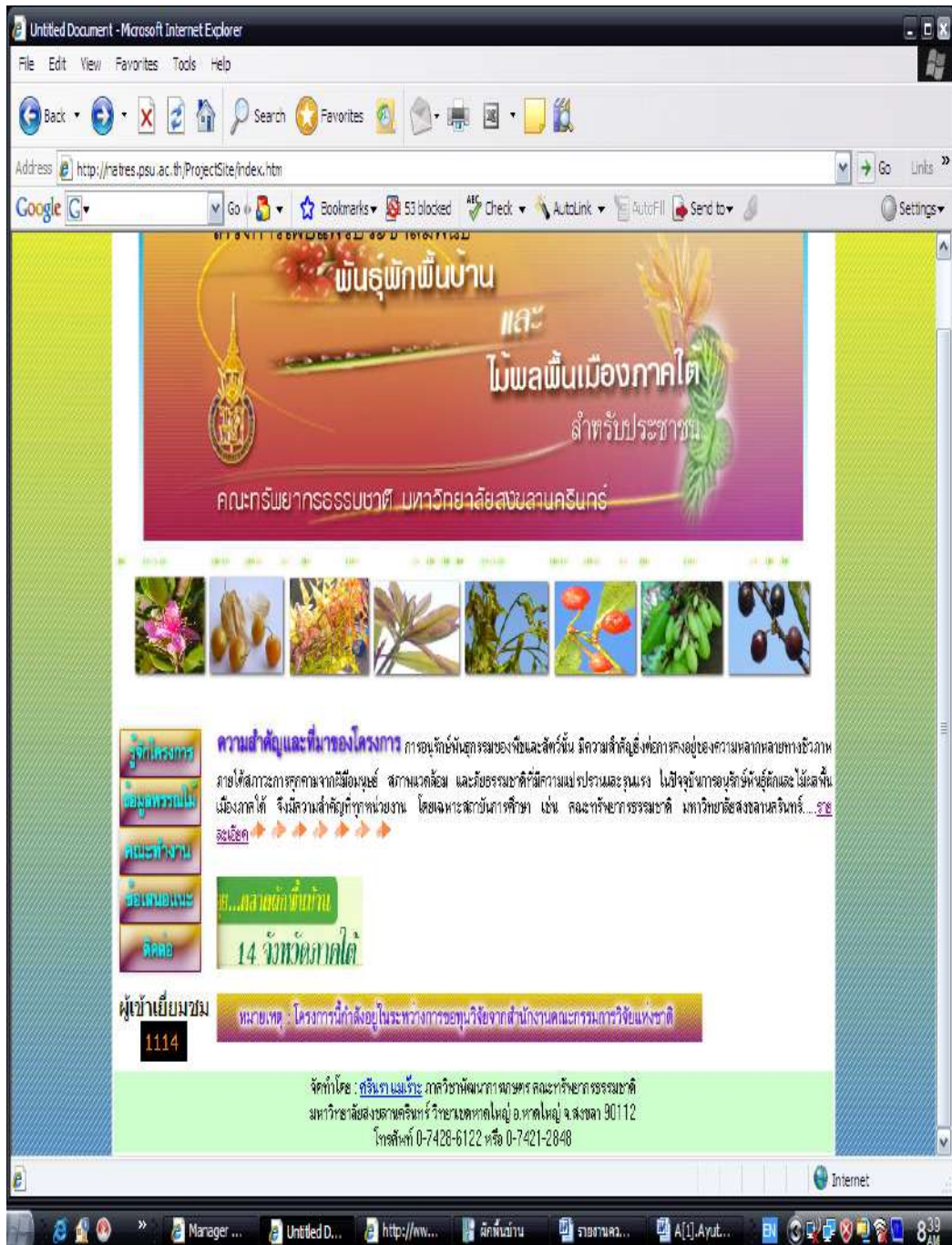
โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
 100 หมู่ 10 ตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมืองภูเก็ต ภูเก็ต 83000
<http://www.ngrcc.go.th>

ศูนย์ข้อมูล ทุเรียนเทศ, ทุเรียนน้ำเต้า, ทุเรียนน้ำเต้า, ทุเรียนน้ำเต้า, ทุเรียนน้ำเต้า, ทุเรียนน้ำเต้า, ทุเรียนน้ำเต้า, ทุเรียนน้ำเต้า

บอร์ดทุเรียนเทศ

ภาคผนวกที่ 5

ประมวลภาพผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ที่บอร์ดบนเว็บไซต์



โครงการประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้าน ไม้ผลพื้นเมือง



ข้อมูลพรรณไม้ที่นำขึ้นแสดงไว้ในเว็บเพจของโครงการประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้าน ไม้ผลพื้นเมือง

ภาคผนวกที่ 6

ตัวอย่างการประมวลภาพและข้อมูลผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้



เขลง

ชื่อท้องถิ่น : เขลง (ภาคกลาง) หมากเขลง หยี (ภาค อีสาน)

กาหยี นางดำ (ภาคใต้)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Dialium cochinchinensis* Pierre

การใช้ประโยชน์

ยอดอ่อนรสเปรี้ยวใช้ปรุงอาหาร ผลอ่อนรสเปรี้ยวอมฝาด นิยมใส่น้ำพริก หรือกินสดกับน้ำพริก เมื่อสุกมีสีดำ กินเป็นผลไม้ รสเปรี้ยวอมหวาน ที่เรียกว่า “ลูกหยี”

สรรพคุณ

ต้านอนุมูลอิสระ ยอดอ่อนเป็นยาระบาย ชาวอีสานใช้รากมาต้มน้ำให้สตรีอยู่ไฟหลังคลอดบุตรดื่ม จะช่วยกระตุ้นน้ำนมและช่วยเจริญอาหาร



เถาคัน

ชื่อท้องถิ่น : เกรื่อพัดสาม (ภาคเหนือ) เถาคัน (ภาคใต้
ภาคกลาง)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Cayratia trifolia* (L.) Domin

การใช้ประโยชน์

ชาวไดโนยัมบริโกคาโบอ่อนเป็นผักสด หรือลวกกินกับน้ำพริก แจ่ว หรือใส่ในแกง ส่วนผลอ่อนใส่ในแกงส้มเพื่อเพิ่มรสเปรี้ยว มีในช่วงฤดูร้อนถึงฤดูฝน

สรรพคุณ

ด้านสมุนไพร รากแก้ไข้ แก้กระษัย เถาคันช่วยขับเสมหะ ขับลม ฟอกเลือด และเป็นยาคุมกำเนิด ใบช่วยดูดหนองฝี แก้ไข้ และรักษาแผลเป็นในจมูก



กระเจี๊ยบเขียว

ชื่อท้องถิ่น : กระเจี๊ยบมอญ มะเขือมอญ (ภาคกลาง)

มะเขือพม่า มะเขือมีน มะเขือทวาย (ภาคเหนือ)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Abelmoschus esculentus* (L.) Moench

การใช้ประโยชน์

คนไทยนิยมกินฝักอ่อน ต้มจืดน้ำพริก ชุบแป้งทอด ผัดน้ำมัน หรือยำ ถ้ามีมากก็นำมาดองเก็บไว้กินได้นาน

สรรพคุณ

กระเจี๊ยบเขียวมีเส้นใยสูงช่วยควบคุมระดับน้ำตาลและควบคุมไขมันได้ดี อีกทั้งเมื่อคลื่นยังมีสรรพคุณแก้ท้องผูก แก้โรคกระเพาะได้ด้วย



มันจีหนู

ชื่อท้องถิ่น : มันจีหนู (ใต้) อูปีกะลัง (นราธิวาส, มาเลเซีย)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Colens parvitolins Benth*

การใช้ประโยชน์

หัวมันจีหนูสามารถปรุงเป็นอาหารได้ทั้งอาหารคาวและอาหารหวาน โดยนิยมนำมาใส่แกงส้ม แกงกะทิ แกงไตปลา หรือต้มจิ้มเกลือ น้ำตาลรับประทานเป็นขนม บ้างก็นำมาหุงกับข้าวสวย หรือกินสดให้แคลเซียมและฟอสฟอรัสค่อนข้างสูง ในอินโดนีเซียจะนำหัวแก่มาบดละเอียดปรุงอาหารแทนมันฝรั่ง แป้งในหัวนำมาอัดเป็นเม็ดใช้ทำอาหารได้

สรรพคุณ

ต้านอนุมูลอิสระ ในแอฟริกาใช้มันจีหนูแก้โรคท้องเสียที่เกิดจากการติดเชื้อและโรคตาบางชนิด และในปัจจุบันมีการนำสารสกัดชั้นน้ำและชั้นเอทานอลของมันจีหนูมาใช้ในการยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อ HIV-1 และยับยั้งการทำงานของเอนไซม์ HIV-1 integrase



ดาหลา

ชื่อท้องถิ่น : กาหลา (ภาคกลาง) กะลา จันทะหรา (ภาคใต้)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Etilingera elatior* (Jack)R.M.Sm.

การใช้ประโยชน์

หน่ออ่อน แกนกลางนำมาลวกหรือกินสดรสเผ็ดซ่า ส่วนดอกตูมมีรสชาติเปรี้ยว เอามาผสมในข้าว ยำหรือกินกับน้ำพริก บ้างก็นำกลีบรองดอกใส่ในแกงเผ็ด แกงกะทิ แกงคั่ว หรือทำเป็นเครื่องดัดไม้แก้กระหาย

สรรพคุณ

ดอกดาหลามีสรรพคุณทางยา แก้โรคผิวหนัง ลมพิษ และมีฤทธิ์ในการขับลม



ผักเหมียง

ชื่อท้องถิ่น : ใบเหมียง ใบเหรียญ ผักเหรียญ

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Gnetum gnemon* L.var. *ternerum* Markgr.

การใช้ประโยชน์

ยอดอ่อนสีแดงใช้ต้มกะทิกินกับน้ำพริก ขนมน้ำมันน้ำยา หรือใส่ในแกงเลียง แกงจืด แกงส้ม แกงเหมียงต้มกะปิ ผัดน้ำมันหอย ผัดกับไข่ ซอยใส่ในไข่เจียวหรือรองห่อหมกก็ได้ บางท้องถิ่นยังนำช่อดอกอ่อนและผลอ่อนมาต้มจิ้มน้ำพริกหรือยำกินได้

ผักเหมียง ให้แคลเซียม ฟอสฟอรัส วิตามินบี 2 วิตามินซี และใยอาหารสูง

สรรพคุณ

เวลาเดินป่าไกลๆ เกี่ยวยอดผักเหมียงแก้กระหายน้ำได้



ผักชีฝรั่ง

ชื่อท้องถิ่น : หอมป้อมกุล ผักชีคอย แมะและเต้าะ

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Eryngium foetidum* Linn.

การใช้ประโยชน์

ใบอ่อน ใบ นำมารับประทานเป็นผักสดร่วมกับน้ำพริก ล้า ยำ ก้อย หรือนำไปประกอบอาหารช่วยดับกลิ่นคาวและปรุงรสชาติให้ดีขึ้น เช่น ต้มยำ ลาบ ก้อย

สรรพคุณ

- ใบและใบอ่อนใช้เป็นยาแก้ท้องอืด ใช้ดับกลิ่นปากได้ดี เพราะมีสารคลอโรฟิลล์ นอกจากนี้ยังมีสารต้านมะเร็ง ทำให้สารก่อมะเร็งในยาสูบไม่ออกฤทธิ์

- ลำต้น นำลำต้นมาผสมกับน้ำมันงา แล้วหมกไฟให้สุก นำมาประคบแก้ปวดเมื่อยได้ดี หรือนำลำต้นมาต้มกับน้ำใช้ดื่มแก้ไข้มาลาเรีย ใช้เป็นยาถ่าย หรือนำลำต้นมาตำแล้วใช้พอกแก้พิษงู ฆ่าเชื้อโรค ใช้ขับปัสสาวะ ช่วยทำให้เล็บ ผมและผิวหนังแข็งแรง ช่วยให้ต่อมไทรอยด์ทำงานปกติ และใช้ลดความดันโลหิตได้ ในแม่ที่กำลังให้นมลูกกินควรรับประทานผักชีฝรั่ง เพื่อให้สามารถทดแทนธาตุเหล็กที่เสียไปได้ ใช้ทำเป็นน้ำชาดื่ม โดยดื่มวันละ 2-3 ถ้วย จะช่วยรักษาสมดุลของอารมณ์ได้เป็นอย่างดี หรือนำเอาน้ำที่ได้มาทาผิวหนังสำหรับอาการผื่นคันได้ดี

- เมล็ดผักชี นำมาใช้ทำ “Gripe water” สำหรับขับลมในกระเพาะได้ดี ชาวฮิปปี้ได้นำมาใช้เมื่อมีอาการปวดท้องหรือมีปัญหาเกี่ยวกับกระเพาะปัสสาวะ อย่างไรก็ตามมีคำแนะนำว่า สำหรับสุขภาพสตรีไม่ควรใช้ในขณะตั้งครรภ์



หอมจันทร์

ชื่อท้องถิ่น : ผักไผ่ (ภาคเหนือ) จันทน์โคม

(ภาคกลาง) พริกม้า (ภาคอีสาน)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Polygonum odoratum* Lour.

การใช้ประโยชน์

ยอด และ ใบอ่อน เป็นผักสด หรือใส่แกงแค แกงอ่อม และยำต่าง ๆ

สรรพคุณ

ทางสมุนไพร ช่วยเจริญอาหาร ขับลมในกระเพาะ น้ำคั้นจากใบผสมกับแอลกอฮอล์ ใช้ทาแก้กลากเกลื้อน ผื่นคัน



เห็ดแครง

ชื่อท้องถิ่น : เห็ดตีนตุ๊กแก เห็ดจิก เห็ดยาง (ภาคใต้)

เห็ดแก่น เห็ดตามอม (ภาคเหนือ) เห็ดมะม่วง
(ภาคกลาง)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Schizophyllum commune* Fr.

การใช้ประโยชน์

เนื่องจากเห็ดแครงเป็นเห็ดที่มีแร่ธาตุอาหารต่างๆ เป็นอาหารบำรุงร่างกายทำให้สุขภาพดี เห็ดแครงสามารถปรุงอาหารได้หลายชนิด เช่น นำมาเจียวกับไข่ แกงกะทิ ห่อหมก งบเห็ดแครง

สรรพคุณ

ในเห็ดแครง มีสาร Schizophyllan ที่มีสรรพคุณในด้านการรักษาโรคต่างๆ มากมาย ในประเทศจีนมีการแนะนำให้คนไข้ที่เป็นโรคระดูขาว รับประทานเห็ดแครงที่ปรุงกับไข่เพื่อรักษาโรค และรับประทานร่วมกับใบชาโดยต้มเห็ดแครง 9 – 16 กรัม กับน้ำกินวันละประมาณ 3 ครั้ง ใช้เป็นอาหารบำรุงร่างกาย ในประเทศญี่ปุ่นใช้เป็นยาเนื่องจาก มีคุณสมบัติในการต่อต้านเชื้อไวรัสและยับยั้งเซลล์มะเร็ง



ตุน

ชื่อท้องถิ่น : ตุน กระดาดขาว (ภาคกลาง) กะเอาะขาว ออกดิบ

อ้อดิบ (ภาคใต้)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Colocasia gigantea* Hook.f.

การใช้ประโยชน์

ก้านใบ ยอดใบ และช่อดอกอ่อนนำมาประกอบอาหารได้ หรือกินเป็นผักสดกับลาบ ส้มตำ น้ำตก ยำ และอาหารรสจัดต่าง ๆ ในภาคกลางใช้ทำแกงกะทิ ชาวเหนือ อีสาน และได้ ใช้ทำแกงส้ม แกงแค

สรรพคุณ

ต้านอนุมูลอิสระ หัวใต้ดินช่วยถอนพิษไข้ รักษาแผลเรื้อรัง กัดฝี ในภาคเหนือใช้หัวสด หรือหัวตากแห้งแล้วมาฝนกับน้ำผึ้ง ช่วยละลายเสมหะ แก้เจ็บคอได้ดี

ภาคผนวกที่ 7

ตัวอย่างข้อความประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ทางวิทยุและตลาดเกษตร

ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับผักพื้นบ้านในตลาดเกษตร ม.สงขลานครินทร์ ทุกวันจันทร์ พุธ และศุกร์

เสียงตามสาย ตลาดเกษตร ม.อ.

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

วันที่

เรื่อง สะเดา



ผักอะไรเอ่ย? ต้องทานคู่กับน้ำปลาหวาน... อ้อ..สะเดานั่นเอง อ้อ..ต้องมีปลาชุกย่างด้วยซิคะ ถึงจะเข้าชุดกันพอดี

ช่วงนี้อากาศเย็น ยอดและช่อดอกของสะเดาต่างก็ผลิออกมาให้เรานำมาทำเป็นผักแรมรสชาติอร่อยกันอย่างล้นหลาม..ด้วยภูมิปัญญาของผู้เฒ่าผู้แก่อีกนั้นละ

กะที่สรรหาของที่คู่กับยอดและช่อดอกอ่อนของสะเดาว่าควรจะทำกับน้ำปลาหวานและปลาชุกย่างถึงจะ ได้รสชาติที่อร่อยเข้ากันได้ดีน้ารับประทานจริงๆค่ะ แล้วก็ยังมีการดัดแปลงรสชาติให้ความหลากหลายกว่าเดิม คือนำมากินกับน้ำพริก หรืออาหารรสจัดต่าง ๆ แต่ธรรมชาติของสะเดามีรสขม จึงนิยมนำมาลวกก่อน หรือต้มในน้ำข้าวเดือด ๆ หรืออาจจะเป็นการนำมาย่างไฟให้สลดเพื่อลดความขมก็ได้เช่นกัน สำหรับสารอาหารนั้น ยอดสะเดามีสารแคลเซียม ธาตุเหล็ก วิตามินเอ วิตามินซี ไนอะซินและเส้นใยอาหารสูง หากรับประทานแล้วจะช่วยให้เจริญอาหาร บำรุงธาตุ บรรเทาความร้อน ลดอาการของริดสีดวงทวาร และไข้มาลาเรีย

ชื่อของสะเดานี้ บางท้องถิ่นก็จะเรียกว่ากะเดา หรือ neem (นึม) ในภาษาอังกฤษ นอกจากความอร่อยของยอดและช่ออ่อนแล้ว สะเดายังมีสารอาหารที่มีประโยชน์แล้วสะเดาเป็นพืชยืนต้นที่แทบทุกส่วนของสะเดาสามารถนำมาสกัดเป็นสารป้องกันกำจัดแมลงศัตรูพืชที่ให้ผลดีและไม่เป็นอันตรายกับมนุษย์และสัตว์เลี้ยงอีกด้วย.

ข้อมูลนี้บอกกล่าวเล่าขานโดย...คณะทำงานโครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ อันเนื่องมาจากโครงการพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สนองพระราชดำริโดยคณะทรัพยากรธรรมชาติ มอ.หาดใหญ่

เสียงตามสาย ตลาดเกษตร ม.อ.

โครงการประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

วันที่

เรื่อง บัวสาย



นอกจากความสวยงามของดอกบัวสายที่เป็นไม้ดอกประดับสระน้ำแล้ว..ก้านของดอกบัวที่รู้จักในชื่อของสายบัวเป็นส่วนที่นำมาเป็นอาหารได้ มีเส้นใยสูง ช่วยย่อยอาหาร บำรุงกระดูกและฟันของเราให้แข็งแรง มีเบต้าแคโรทีนที่ต้านโรคมะเร็งลำไส้ บรรเทาความร้อนในร่างกาย แก้อ่อนใน โดยเฉพาะในช่วงหน้าร้อน ดอกบัวสายสามารถใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ ให้ความสดชื่นได้ วันนี้ลองหาซื้อสายบัวที่มีขายในตลาดเกษตรมอ.ของเราซิค่ะ แม้อำได้นำก้านดอกที่เพิ่งผลิบานมาจำหน่าย เราสามารถนำไปปรุงเป็นอาหารได้ด้วยการลอกผิวก้าน หั่นเป็นท่อนๆ มาประกอบอาหารเช่น ผัดสายบัวใส่กุ้ง ไก่ หรือเนื้อสัตว์อื่นๆ หรืออาจจะทำสายบัวต้มกะทิกับปลาทู แกงส้ม แกงคั่ว ต้มจิ้มกับน้ำพริก หรือเป็นขนมสายบัวก็ได้ ในสายบัวจะมีทั้งแคลเซียมและวิตามินที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายค่ะ

ข้อมูลนี้บอกกล่าวเล่าขานโดย...คณะทำงานโครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ อันเนื่องมาจากโครงการพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สนองพระราชดำริโดยคณะทรัพยากรธรรมชาติ มอ.หาดใหญ่

เสียงตามสาย ตลาดเกษตร ม.อ.

โครงการประชาสัมพันธ์ผู้ปลูกพืชบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

วันที่

เรื่อง บัวบก

บัวบกหรือที่บางคนเรียกว่า ผักแว่น

การใช้ประโยชน์

เป็นไม้เลื้อยตามพื้นดิน ยอดใบอ่อนกินเป็นผักสดกับขนมจีนน้ำยา ผัดไทย หมี่กรอบ น้ำพริกต่าง ๆ ส้มตำ ลาบ ก้อย หรือใช้เป็นเครื่องปรุงในแกงกะทิ ยำกับปลาแห้งใส่มะพร้าวชุคั่วน้ำตาล หรือนำมาทำ เครื่องดื่ม รสขมเล็กน้อย และมีกลิ่นหอม เก็บกินได้ทั้งปี ให้สารอาหารแคลเซียม วิตามินเอ และวิตามินบี 1 สูง

สรรพคุณ

ด้านสมุนไพรส่วนที่ใช้เป็นยา คือ ต้นและใบสด นิยมนำมาคั้นเป็นน้ำใบบัวบก มีสรรพคุณเป็นยา แก้อาเจียน บำรุงกำลัง แก้อ่อนเพลีย เมื่อยล้า แก้อ่อนเพลีย เป็นยาบำรุงหัวใจ บำรุงสมอง แก้อาการเกร็งได้ คนจีน นิยมนำบัวบก เมื่อพลัดตกหกล้มหรือกระแทก เพราะเชื่อว่าจะทำให้เลือดกระจายตัวแก้อาเจียน แก้อาการหายใจ บำรุงกำลัง ช่วยสมานแผล ทำให้แผลหายเร็ว ฆ่าเชื้อราและเชื้อแบคทีเรียที่ก่อให้เกิดหนองได้ และยังลด การอักเสบได้อย่างดี บัวบกเป็นสมุนไพรที่มีคุณสมบัติเป็นที่น่าสนใจ และเป็นพืชสมุนไพรที่นำรู้ และนำไปใช้ อย่างยิ่ง

ข้อมูลนี้บอกกล่าวแก่ท่านโดย...คณะทำงานโครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ อันเนื่องมาจากโครงการพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สนองพระราชดำริโดยคณะทรัพยากรธรรมชาติ มอ.หาดใหญ่

เสียงตามสาย ตลาดเกษตร ม.อ.

โครงการประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านไม่ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

วันที่

เรื่อง หางปลาช่อน ผักกาดนกเขา



หางปลาช่อน พี่น้องชาวใต้อาจจะรู้จักน้อยมากกับชื่อนี้ แต่หากพูดว่าผักกาดนกเขาหลายคนต้องร้องอ้อ คำนี้เรียกว่าหางปลาช่อนด้วยหรือ..คะ คนใต้และคนอีสานเรียกว่าผักกาดนกเขา ส่วนคนเหนือเรียกว่า ผักบั้ง

ผักกาดนกเขาเป็นผักพื้นบ้านที่พบเห็นขายในตลาดเกษตรมากบ้างน้อยบ้างตามฤดูกาล ยอดอ่อนนำกินเป็นผักสดกับน้ำพริกหรือผักในขนมจีนและอาหารรสจัด มีความกรอบ ช่วยลดความร้อนในร่างกาย

สรรพคุณด้านสมุนไพร

ต้น นำมาต้มน้ำดื่มแก้ไข้ ขับเสมหะ แก้เมื่อดื่นคัน แก้เจ็บคอ ทอนซิลอักเสบ หรือนำมาตำพอกแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก บาดแผลเรื้อรัง

ข้อมูลนี้บอกกล่าวเล่าขานโดย...คณะทำงานโครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม่ผลพื้นเมืองภาคใต้ อันเนื่องมาจากโครงการพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สนองพระราชดำริโดยคณะทรัพยากรธรรมชาติ มอ.หาดใหญ่

เสียงตามสาย ตลาดเกษตร ม.อ.

โครงการประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

วันที่

เรื่อง **มะระจีนก**

มะระจีนก หรือคนใต้เรียกว่าผักเหย

สามารถนำมาเป็นอาหารโดยใช้ส่วนยอดอ่อนกินเป็นผักสดหรือนำมาลวกกินกับน้ำพริก บ้างก็นำมาผัดน้ำมัน ใส่น้ำในแกงเลียง ส่วนผลอ่อนกินสดหรือต้มจิ้มน้ำพริก ผักกับไข่ หรือใส่น้ำในแกงอ่อม หลายคนจะคุ้นชินกับการกินผลมะระจีนกชะส่วนใหญ่ แต่ถ้าไม่เคยกินยอด ขอบอกว่าต้องลองแม้ว่าความขมระหว่างยอดและดอกจะไม่ต่างกัน แต่ในความขมนั้นยังมีวิตามินเอ วิตามินบี วิตามินซี โยอาหาร อีกทั้งแคลเซียมที่ช่วยสร้างกระดูก ฟัน และที่สำคัญยังบำรุงน้ำนมให้คุณแม่ด้วยค่ะ

คนไทยบางกลุ่มรู้จักมะระจีนกเมื่อไม่กี่ปีที่ผ่านมาจากข้อมูลที่มีการเผยแพร่ว่าผักพื้นบ้านที่ชื่อมะระจีนกนี้สามารถนำมารักษาโรคเอดส์ได้ ทั้งๆ ที่จริงแล้วมะระจีนกเป็นผักพื้นบ้านในกลุ่มของสมุนไพรที่กินเป็นอาหารและมีสรรพคุณทางยาหลายขนาน เช่น น้ำต้มจากใบเป็นยาระบายอ่อนๆ ช่วยขับพยาธิ ส่วนน้ำต้มจากผลเป็นยาแก้ไอ น้ำคั้นจากผลแก้ปากเปื่อย ปากเป็นขุย และการที่มะระจีนกมีรสขมจะช่วยให้เจริญอาหาร ช่วยลดน้ำตาลในเลือด เหมาะสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน แต่ไม่ควรกินมากเพราะอาจทำให้น้ำตาลในเลือดลดต่ำกว่าปกติ ตามตำราจีนนำมาตำพอกฝี แก้ปวดบวมอักเสบ ใบเป็นยาต้มช่วยให้เจริญอาหาร และช่วยพอกเลือด

ข้อมูลนี้บอกกล่าวเล่าขานโดย...คณะทำงานโครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ อันเนื่องมาจากโครงการพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สนองพระราชดำริโดยคณะทรัพยากรธรรมชาติ มอ.หาดใหญ่

เสียงตามสาย ตลาดเกษตร ม.อ.

โครงการประชาสัมพันธ์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

วันที่

เรื่อง ดอกขจร



ดอกขจร หรือบางคนเรียกว่า สลิดป่า เป็นไม้เถาเลื้อยที่ไม่เพียงเฉพาะความสวยของดอกขจรที่มีสีเหลืองสด ยังนำมาเป็นอาหารและมีสรรพคุณทางยาได้หลายขนาน

ดอกขจรที่นำมาจำหน่ายในตลาดเกษตรนี้เป็นขจรบ้าน ดอกมีขนาดใหญ่ ส่วนขจรป่าดอกจะเล็กไม่นิยมมารับประทาน

เราสามารถนำดอกขจรทั้งดอกตูมและบานมาต้มหรือลวกจิ้มน้ำพริก แกงส้ม แกงเลียง ต้มจืด นำมายำ หรือผัดกับเนื้อต่างๆ ดอกขจรมีรสหวาน หากช่วงไหนที่ดอกขจรออกมาเยอะๆ เราอาจจะเห็นการแปรรูปของดอกขจรคือการนำมาเป็นดอกขจรชุบแป้งทอด ก็มีเช่นกันค่ะ

สรรพคุณทางยาเป็นได้ทั้งสรรพคุณบำรุงร่างกายและการรักษาเช่น ส่วนของดอก บำรุงตับ ยอดลดเสมหะและป้องกันโลหิตจาง

ข้อมูลนี้บอกกล่าวเล่าขานโดย...คณะทำงานโครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ อันเนื่องมาจากโครงการพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สนองพระราชดำริโดยคณะทรัพยากรธรรมชาติ มอ.หาดใหญ่

ภาคผนวกที่ 8

ตัวอย่างภาพที่คั่นหนังสือภาพและข้อความผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้



ผักเหมียง

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Gnetum gnemon* Linn.
var. *tenerum* Markgr.

โดยธรรมชาติเป็นพันธุ์ไม้ป่า พบได้ทั้งบริเวณเนินเขา บริเวณที่มี ดินร่วนซุยและมีความอุดมสมบูรณ์ สูง มีดินไม่ปกคลุมไทรเมงาเพียงพอ ใบผักเหมียงใช้รับประทานสด และประกอบอาหาร เช่น ต้มกะทิ ผัดไข่ ยำผักเหมียง ทอดกรอบ แกลงเลียง มีคุณค่าทางสารอาหารสูง เช่น ฟอสฟอรัส แคลเซียม และ วิตามิน ผักเหมียงถือจากเป็น **ราชินีแห่งผักพื้นบ้านภาคใต้**

ในประเทศมาเลเซียและอินโดนีเซีย นิยมนำเนื้อในเมล็ดของผักเหมียงมา ทำข้าวเกรียบ

ประโยชน์
ใบ รับประทานเพื่อบำรุงสายตา กระดูกและเส้นเอ็น

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ พันธุ์ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ สำหรับประชาชน

ภาควิชาพัฒนนาการเกษตร
คณะกรรพชากรรฐรฐชาติ
บัทวักยาลยสงขลาคสุนร์

<http://www.natres.psu.ac.th/ProjectSite/WEBPAGE/listplant.htm>
โทรศัพท์ : 0 7428 6122



เหรียง

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Parkia timoriana* Merr.

เหรียง เป็นพืชสกุลเดียวกับ สะตอ เป็นไม้ยืนต้นขนาดใหญ่ ความสูงประมาณ 50 เมตร ผัก มีลักษณะตรง มีความกว้างมากกว่าฝักสะตอ เมล็ดขนาดเล็กกว่าสะตอ เมื่อเมล็ดแก่มีสีดำ เปลือกแข็ง

การบริโภคทำโดยนำเมล็ด แก้วมาตัดปลาย แล้วนำไปเพาะ ให้งอกรากสั้น ๆ รับประทานกับ น้ำพริกเป็นผักสด ผัดเผ็ดหรือ ใส่ร่วมกับผักอื่นในแกงสมรม

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ พันธุ์ผักพื้นบ้านและ ไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ สำหรับประชาชน

ภาควิชาพัฒนนาการเกษตร
คณะกรรพชากรรฐรฐชาติ
มหาวิทยาลัยสงขลาคสุนร์

<http://www.natres.psu.ac.th/ProjectSite/WEBPAGE/listplant.htm>
โทรศัพท์ : 0 7428 6122



ส้ตอ (Stink bean)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Parkia speciosa* Hassk.

พันธุ์ส้ตอที่พบทั่วไปในท้องตลาดเพื่อการบริโภคนั้นมี 2 ชนิด คือ **ส้ตอขาว** ที่มีฝักบิดเป็นเกลียว ส่วน **ส้ตอดาน** ฝักมีลักษณะแบนตรง มีกลิ่นฉุนกว่าส้ตอขาว

เมล็ดส้ตอ นิยมนำมารับประทานกับน้ำพริกเป็นผักสด ผัดกะปิ ผัดเปรี้ยวหวาน ผัดเผ็ด หรือใส่ร่วมกับผักอื่นในแกงสมรม

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ สำหรับประชาชน

ภาควิชาพัฒนาการเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

<http://www.natres.psu.ac.th/ProjectSite/WEBPAGE/listplant.htm>

โทรศัพท์ : 0 7428 6122



โ้ะ ฤ หรือ พรวด

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Rhodomyrtus tomentosa* (Al.) Hassk.

เป็นพืชพื้นบ้านที่พบเห็นได้ในชนบทของไทย โดยเฉพาะในพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ต่ำ บริเวณป่าชายหาด ป่าพรุน้ำจืด

ผลโ้ะหรือลูกโ้ะ เด็ก ๆ จะนำผลสุกที่มีสีม่วงอมดำมารับประทาน ในขณะที่คนอเมริกันกินทั้งผลสุกและนำไปแปรรูปเป็นแยม

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ สำหรับประชาชน

ภาควิชาพัฒนาการเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

<http://natres.psu.ac.th/ProjectSite/webpage/1tou-index.htm>

โทรศัพท์ : 0 7428 6122



โถงเทง

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Physalis minima* Linn.,
Physalis angulata Linn.

โถงเทง หรือ บุงบุง ตาม
ภาษาท้องถิ่นใต้ เป็นพืชล้มลุก
กึ่งทบกึ่งน้ำขึ้นที่ทั่วไปในชนบท
ชายน้ำ ป่าเปิดโล่ง ถือว่าเป็น
วัชพืชในสวนยางเล็ก

เด็ก ๆ ในชนบทพัฒนาการ
ละเล่นของตนเองจากการใช้ผล
ของโถงเทงที่มีลักษณะคล้าย
โดมจีน มาตบเล่นในมือเสียงดัง
บ้างก็ใช้ขีบบ้างก็นำมาตบกับ
หน้าผาก ผลสุกของโถงเทงที่
เป็นลูกกลมสีเขียวอ่อน สามารถ
นำมากินเล่นได้ มีรสชาติหวาน
อมเปรี้ยว และมีกลิ่นเฉพาะตัว

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์
พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้
สำหรับประชาชน

ภาควิชาพัฒนาการเกษตร
คณะทรัพยากรธรรมชาติ
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

<http://nates.psu.ac.th/ProjectSite/webpage/3trongtang-index.htm>

ผลโถงเทงที่มีจำหน่ายเพื่อการค้า

โทรศัพท์ : 0 7428 6122



ตะขบฝรั่ง

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Muntingia calabura* L.

เป็นพันธุ์ไม้พื้นเดิมจากเขตร้อน
ของทวีปอเมริกาใต้ ขึ้นได้ทุกภาค
ของไทย มักพบตามที่รกร้างว่าง
เปล่า ตามป่าโปร่งทั่วไป สามารถ
ออกดอกและติดผลได้ตลอดทั้งปี
ผลสุกรับประทานสด มีรสหวาน
เย็นหอม บำรุงกำลังทำให้ชุ่มชื่นใจ

ประโยชน์

ราก แก้เสมหะ ต้น แก้โรคผิวหนัง
เนื้อไม้ ใช้ขับไล่เดือน แก้กามขโมย
เปลือก ใช้ต้มกินเป็นยาระบาย
ใบ รสฝาดเอียน ขับเหงื่อ
ดอกแห้งนำมาชงเป็นยา แก้ววด
ศีรษะ ลดไข้ แก้ววดเกร็งในทาง
เดินอาหาร แก้โรคตับอักเสบ

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์
พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้
สำหรับประชาชน

ภาควิชาพัฒนาการเกษตร
คณะทรัพยากรธรรมชาติ
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

http://nates.psu.ac.th/ProjectSite/webpage/9takub_faming_detail.htm

โทรศัพท์ : 0 7428 6122



เห็ดแครง

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Schizophyllum commune* Fr.

เป็นเห็ดที่ขึ้นอยู่ทั่วโลกและออกได้ตลอดปี พบขึ้นอยู่กับวัสดุลงชนิด เช่น ก้อนไม้ กิ่งไม้ ใบไม้ ใบหญ้า ในภาคใต้ของไทยพบมากบนก้อนไม้ยางพารา ต้นยางพาราที่ตัดโค่นไม้มือ ก้อนไม้ตายและมีฝนตกก็พบเห็ดแครงขึ้นเป็นจำนวนมาก ปัจจุบันมีการใช้หม่าตองยางเป็นจำนวนมาก ชาวบ้านบอกเล่าเห็ดแครงที่เก็บรวบรวมมาจากตองยางเมื่อรับประทานแล้วมีอาการคันปาก และสงสัยว่าเกิดจากพิษของหม่าตองยาง ขณะนี้ยังไม่มีการศึกษาขึ้นเงิน แต่ควรหลีกเลี่ยงการเก็บเห็ดจากตองยางที่ใช้หม่าตอง

ประโยชน์ : ใช้เป็นอาหารได้ทั้งทำเป็นแกงเห็ดร้อนมากกับเครื่องแกง

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์
พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้
สำหรับประชาชน
ภาควิชาพัฒนาการเกษตร
คณะทรัพยากรธรรมชาติ
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
<http://matrespsu.ac.th/ProjectSite/webpage/7hoiklang-detail.htm>

โทรศัพท์ : 0 7428 6122



ทุเรียนเทศ (Sour Soap)

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Annona muricata* Linn.

เป็นพืชในวงศ์เดียวกับน้อยหน่า
จำปี นมแมว กระดังงา

ทุเรียนเทศจัดเป็นผลไม้หลังบ้านที่ขาดการให้ความสำคัญทางเศรษฐกิจในประเทศไทย พบปลูกกันมากในภาคใต้ของประเทศไทย

ในประเทศมาเลเซียและสิงคโปร์พบว่าทุเรียนเทศได้หายไปจากตลาดท้องถิ่น แต่กลับพบทุเรียนเทศในรูปแบบของผลผลิตเชิงอุตสาหกรรมเกษตร เช่น น้ำทุเรียนเทศเข้มข้น และน้ำทุเรียนเทศบรรจุกล่องพร้อมดื่มประโยชน์

ผลสุกรับประทานแก้โรคเลือดออกตามไรฟัน ผลดิบ รับประทานแก้โรคบิด เมล็ด ใช้สมานแผล ห้ามเลือด ใช้เบือปลาและฆ่าแมลง ส่วนใบใช้รักษาโรคผิวหนังแก้ไข้ปวดตามข้อ

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์
พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้
สำหรับประชาชน

ภาควิชาพัฒนาการเกษตร
คณะทรัพยากรธรรมชาติ
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

<http://matrespsu.ac.th/ProjectSite/webpage/5sourian-detail.htm>

โทรศัพท์ : 0 7428 6122





พะวา

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Garcinia speciosa*.


เป็นไม้ผลในสกุลโกโก้
เคี้ยวที่บ่งคุด ส้มแขก มะขูด
พะวาเป็นพืชพื้นเมืองของ
เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดย
เฉพาะคาบสมุทรมลายู

พะวาจัดเป็นพืชพันธุ์ป่าที่ยัง
ไม่มีการนำมาใช้ประโยชน์ในเชิง
การค้าเพราะการใช้ประโยชน์จาก
ผลยังไม่ชัดเจนจึงเป็นพืชงา
นำมาใช้เป็นต้นตอมังคุดเพื่อให้
ทันแล้ง



ประโยชน์ : ใบแห้งนำไปต้มใช้เป็น
ยาระบายอ่อน ๆ ส่วนดอกแห้งนำไป
ต้มน้ำกินเป็นยารักษาอาการไข้
ช่วยเจริญอาหาร รักษาแผลและ
โลหิตพิการ

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์
พันธุ์พืชพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้
สำหรับประชาชน
ภาควิชาพัฒนาการเกษตร
คณะกรรพยากรธรรมชาติ
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์



<http://matres.psu.ac.th/ProjectSite/webpage/?pawa-Index>

โทรศัพท์ : 0 7428 6122

ภาคผนวกที่ 9

ตัวอย่างภาพเอกสารประชาสัมพันธ์ และแบบทดสอบตลาดในงานเกษตรภาคใต้

น้ำใบเตย

ใบเตย เป็นพันธุ์ไม้จำพวกหญ้า แดกแยกออกเป็นกอใหญ่ เกิดจากหัวหรือเหง้าอยู่ใต้ดินและมีลำต้นอยู่ใต้ดิน ส่วนที่งอกขึ้นมาเหนือพื้นดินเป็นเพียงใบ สูงประมาณ 2 ฟุต

สรรพคุณ ใช้ใบสดบดหั่นหัวใจให้ชุ่มขึ้นช่วยลดอาการกระหายน้ำ รากใช้เป็นยาขับปัสสาวะ ใช้รักษาเบาหวาน

การทำน้ำใบเตย

น้ำใบเตย สดล้างให้สะอาด หั่นเป็นท่อนๆ (ประมาณ 5 กรัม) ใส่หม้อต้มด้วยน้ำสะอาด (ประมาณ 240 กรัม) พอเดือด ก็ลดไฟลง เคี่ยวไปเรื่อยๆ จนมองเห็นสีของใบเตยเขียวอ่อนเจือจาง ตักใบเตยออกด้วยการกรองให้เหลือแต่น้ำ ใส่น้ำเกลือป่น (ประมาณ 1 กรัม) ตามด้วยน้ำเชื่อม (ประมาณ 15 กรัม) ปล่อยให้เดือดต่อ 5 นาที ยกลง ชิมรสตามใจชอบ

แบบสอบถาม (น้ำใบเตย)

1. ท่านเคยดื่มน้ำใบเตยมาก่อนหรือไม่
 เคย ไม่เคย
2. ท่านชอบน้ำใบเตยนี้หรือไม่
 ชอบ ไม่ชอบ ไม่มีความคิดเห็น
3. ถ้าท่านชอบ ขอให้ท่านให้คะแนน น้ำใบเตย

หัวข้อให้คะแนน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	พอควร (3)	น้อย (2)	น้อยมาก (1)
1. ท่านชอบกลิ่น					
2. ท่านชอบรสชาติ					
3. ท่านชอบสีของน้ำ					
4. โดยรวมแล้วท่านชอบน้ำนี้					

4. ถ้าท่าน “ไม่ชอบ” เพราะอะไร

.....
.....
.....
.....
.....

จัดทำโดย

ชมรมพัฒนาการเกษตร
คณะทรัพยากรธรรมชาติ
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

น้ำกระชาย

กระชายเป็นพืชท้องถิ่นของไทย พบขึ้นได้ทั่วไปทั้งประเทศ เป็นไม้ล้มลุก มีหัวใต้ดิน ขยายพันธุ์ด้วยเหง้า และปลูกได้ในดินร่วนซุย ระบายน้ำได้ดี

กระชายใช้มากในการประกอบอาหารช่วยดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ เช่น ผัดเผ็ดปลาไหล ผัดฉ่าหอยหลอด น้ำยาขมจีน เป็นต้น

สรรพคุณ นอกจากทำอาหารแล้ว กระชายสามารถทำเป็นสมุนไพร เพื่อเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย

กระชายเปรียบเสมือนโสมไทย มีสรรพคุณมากมาย ได้แก่

- ปรับสมดุลของฮอร์โมนเพศ
- บำรุงกระดูก บำรุงผม ปรับความดันโลหิต บำรุงสมอง
- ทำให้ไตทำงานดีขึ้น
- ควบคุมไม่ให้ต่อมลูกหมากโต

การทำน้ำกระชายปั่น

เลือกกระชายจากแหล่งปลูกปลอดสารพิษ ประมาณ 1 ชีด ล้างน้ำให้สะอาด หักหรือหั่นเป็นท่อน ประมาณ 2-3 นิ้ว ใส่ลงในเครื่องปั่นเติมน้ำดื่มสุก 2 แก้ว กรองเอาแต่น้ำ เติมน้ำเชื่อมหรือน้ำผึ้ง ตามความชอบ ถ้าชอบให้มีรสเปรี้ยวก็อาจจะบีบมะนาวลงไปผสมด้วยตามสมควร

แบบสอบถาม (น้ำกระชาย)

1. ท่านเคยดื่มน้ำกระชายมาก่อนหรือไม่
 เคย ไม่เคย
2. ท่านชอบน้ำกระชายนี้หรือไม่
 ชอบ ไม่ชอบ ไม่มีความคิดเห็น
3. ถ้าท่านชอบ ขอให้ท่านให้คะแนนน้ำกระชาย

หัวข้อให้คะแนน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	พอควร (3)	น้อย (2)	น้อยมาก (1)
1. ท่านชอบกลิ่น					
2. ท่านชอบรสชาติ					
3. ท่านชอบสีของน้ำ					
4. โดยรวมแล้วท่านชอบน้ำนี้					

4. ถ้าท่าน "ไม่ชอบ" เพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

จัดทำโดย

ชมรมพัฒนาการเกษตร
 คณะทรัพยากรธรรมชาติ
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

น้ำมะขาม

มะขามเป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง จนถึงขนาดใหญ่แตกกิ่งก้านสาขามาก ไม่มีหนาม เปลือกต้นขรุขระและหนา สีน้ำตาลอ่อน ใบเป็นใบประกอบ ใบเล็ก ออกตามกิ่งก้านใบเป็นคู่ ใบย่อยเป็นรูปขอบขนาน ปลายใบและโคนใบมน ประกอบด้วยใบย่อย 10-15 คู่ แต่ละใบย่อยมีขนาดเล็ก กว้าง 2-5 มม. ยาว 1-2 ซม. ออกรวมกันเป็นช่อยาว 2-16 ซม. ดอกออกตามปลายกิ่งดอกมีขนาดเล็ก กลีบดอกสีเหลืองและมีจุดประสีแดง/ม่วงแดงอยู่กลางดอก ผล เป็นฝักยาว รูปร่างยาวหรือโค้ง ยาว 3-20 ซม. ฝักอ่อนมีเปลือกสีเขียวอมเทา สีน้ำตาล เกรียม เนื้อในติดกับเปลือก เมื่อแก่ฝักเปลี่ยนเป็นเปลือกแข็งกรอบหักง่าย สีน้ำตาล เนื้อในกลายเป็นสีน้ำตาลหุ้มเมล็ด เนื้อมีรสเปรี้ยว และ/หรือหวาน ซึ่งฝักหนึ่งๆ จะมีหุ้มเมล็ด 3-12 เมล็ด เมล็ดแก่จะแบนเป็นมัน และมีสีน้ำตาล

สรรพคุณ มีคุณค่าทางอาหาร มีวิตามินเอ ช่วยบำรุงสายตา แก้ไอ เป็นยาระบายท้อง ช่วยขับถ่ายได้ดี ลดอาการโลหิตจาง มีแคลเซียม ช่วยบำรุงกระดูก

การทำน้ำมะขาม

น้ำมะขามสดหรือเปียก (20 กรัม) ไปลวกในน้ำเดือด (240) ตักขึ้นและเปลือกเอาแต่เนื้อมะขามนำไปต้มกับน้ำตาล (30 กรัม) แช่ไว้ 30 นาที เพื่อให้มะขามเปียกเปื่อยยุ่ยออกมารวมกับน้ำก่อนนำไปต้มจนเดือดแล้วปรุงรสด้วยน้ำเชื่อมหรือน้ำเกลือ (2 กรัม)

มะขามสดสามารถนำมาปั่นกับน้ำแล้วกรองกากออกด้วยผ้าขาวบาง ปรุงรสด้วยน้ำเชื่อมและเกลือ ก็จะได้คุณค่าสารอาหารของเนื้อมะขามสูง โดยเฉพาะวิตามินและแร่ธาตุ

แบบสอบถาม (น้ำมะขาม)

1. ท่านเคยดื่มน้ำมะขามมาก่อนหรือไม่
 เคย ไม่เคย
2. ท่านชอบน้ำมะขามนี้หรือไม่
 ชอบ ไม่ชอบ ไม่มีความคิดเห็น
3. ถ้าท่านชอบ ขอให้ท่านให้คะแนน น้ำมะขาม

หัวข้อให้คะแนน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	พอควร (3)	น้อย (2)	น้อยมาก (1)
1. ท่านชอบกลิ่น					
2. ท่านชอบรสชาติ					
3. ท่านชอบสีของน้ำ					
4. โดยรวมแล้วท่านชอบน้ำนี้					

4. ถ้าท่าน “ไม่ชอบ” เพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

จัดทำโดย

ชมรมพัฒนาการเกษตร
 คณะทรัพยากรธรรมชาติ
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

น้ำจิง

เป็นพืชล้มลุกมีเหง้าใต้ดิน เปลือกนอกสีน้ำตาลแกมเหลือง เนื้อในสีน้ำตาลมีกลิ่นหอมเฉพาะ ทางเหนือหรือลำต้นเทียมขึ้นเป็นกอประกอบด้วยกาบหรือโคนใบหุ้มซ้อนกัน ใบ เป็นชนิดเดี่ยว ออกเรียงสลับกันเป็นสองแถว ใบรูปหอกแกมรูปหัวใจ กว้าง 1.5-2 ซม. ยาว 12-20 ซม. หลังใบห่อจับเป็นรูปร่างปลายใบสอบเรียวแหลมโคนใบสองแฉกและจะเป็นกาบหุ้มลำต้นเทียม ตรงช่วงระหว่างกาบกับตัวใบจะหักโค้งเป็นข้อศอก ดอกสีขาว ออกรวมกันเป็นช่อรูปดอกเห็ดหรือกระบอกโบราณแทงขึ้นมาจากเหง้า ชูก้านสูงขึ้นมา 15-25 ซม. ทุกๆ ดอกที่กาบสีเขียวปนแดงรูปโค้งๆ ห่อรองรับกาบจะปิดแน่นเมื่อดอกยังอ่อน และจะขยายอ้าให้เห็นดอกในภายหลัง กลีบดอกและกลีบรองกลีบดอกมีอย่างละ 3 กลีบ อู่น้ำ และหลอดร่วงไว โคนกลีบดอกมีวนห่อ ส่วนปลายกลีบผายกว้างออก มีเกสรตัวผู้ 6 อัน ผลกลม แข็ง โคนผ่าศูนย์กลางประมาณ 1 ซม.

สรรพคุณ ใช้ลดอาการคลื่นไส้ อาเจียน การที่เหง้าจิงแก่สามารถลดอาการคลื่นไส้ อาเจียนได้เพราะในเหง้าจิงแก่นี้มีน้ำมันหอมระเหย ซึ่งประกอบด้วย GINGEROL และ SHOGAOL เป็นสารช่วยป้องกันการคลื่นไส้ อาเจียน แก้อาการท้องอืดเพื่อขับลม การที่เหง้าจิงแก่ลดอาการท้องอืดเพื่อ และช่วยขับลมได้เพราะในเหง้าจิงแก่นี้มีน้ำมันหอมระเหย ช่วยลดอาการไอ และระคายคอกจากการมีเสมหะ การที่เหง้าจิงแก่สามารถลดอาการไอ และระคายคอกจากการมีเสมหะเพราะมีสารออกฤทธิ์เป็นสาร

ชนิดเดียวกันกับอาการคลื่นไส้ อาเจียน คือ GINGEROL และ SHOGAOL

การทำน้ำจิง

นำจิงมาปอกเปลือกล้างให้สะอาด หั่นเป็นแว่น ใส่หม้อ ใส่น้ำ ตั้งไฟต้มน้ำจนเดือดสักครึ่งชั่วโมง กรองเอาจิงออก ใส่น้ำเชื่อม ชิมรสตามชอบ

หรืออีกวิธีหนึ่ง ใช้เหง้าจิงแก่ฝนกับน้ำมะนาวใช้กวาดคอกหรือใช้เหง้าจิงสดตำผสมน้ำเล็กน้อย คั้นเอาน้ำและใส่เกลือชนิดน้อยใช้จิบบ่อยๆ

แบบสอบถาม (น้ำจิง)

1. ท่านเคยดื่มน้ำจิงมาก่อนหรือไม่
 เคย ไม่เคย
2. ท่านชอบน้ำจิงนี้หรือไม่
 ชอบ ไม่ชอบ ไม่มีความคิดเห็น
3. ถ้าท่านชอบ ขอให้ท่านให้คะแนน น้ำจิง

หัวข้อให้คะแนน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	พอควร (3)	น้อย (2)	น้อยมาก (1)
1. ท่านชอบกลิ่น					
2. ท่านชอบรสชาติ					
3. ท่านชอบสีของน้ำ					
4. โดยรวมแล้วท่านชอบน้ำจิงนี้					

4. ถ้าท่าน “ไม่ชอบ” เพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

จัดทำโดย

ชมรมพัฒนาการเกษตร
 คณะทรัพยากรธรรมชาติ
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

น้ำทุเรียนเทศ

เป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็กแตกกิ่งก้านใช้เป็นอาหาร ผลสุกรับประทานเป็นผลไม้ ทำเฮลตี้ ทำผลไม้กวน ทำน้ำผลไม้ ผลแก่จัดใช้จิ้มพริกเกลือ เป็นใบเดี่ยว ก่อนข้างหนา ผิวใบอ่อนเป็นมัน คุณค่าทางโภชนาการ เนื้อผลมีกรดอินทรีย์หลายชนิด มีธาตุแคลเซียมและฟอสฟอรัส มีวิตามินเอ วิตามินซี น้ำตาลและสารอื่นๆ ดอกออกดอกเดี่ยวขนาดใหญ่กลีบดอกแข็งสีน้ำตาลห้อยลงสวยงามมาก

สรรพคุณ ใช้เป็นยา ผลสุกรักษาโรคเลือดออกตามไรฟัน เมล็ดในผลดิบรักษาโรคบิด เมล็ดรับประทานแล้วทำให้อาเจียน เป็นยาเบื่อปลา และเป็นยาฆ่าแมลง ผลอ่อนข้างกลม ผิวผลมีหนามต่างๆ สีเขียวอ่อน ผลสุกผิวผลนึ่งภายในมีเนื้อคล้ายน้อยโหน่ง สีขาว มีรสเปรี้ยว รสหวานเล็กน้อย เมล็ดแก่สีน้ำตาลดำหุ้มด้วยเนื้อสีขาว เนื้อจะไม่แยกแต่ละเมล็ดเป็นหนึ่งคาเหมือนน้อยหน่า ถ้าผลดิบมีรสอมเปรี้ยวและมีรสมันเล็กน้อย

การทำน้ำทุเรียนเทศ

เลือกทุเรียนเทศที่สุก ผ่า 2 ซีก ใช้ช้อนตักเนื้อ ใส่ภาชนะเติมน้ำคั้นสุกเล็กน้อย ขยำ เติมน้ำคั้นส่วนที่เหลือแล้วคั้นกรองด้วยผ้าขาวบาง เอาเมล็ดออก ถ้าผลใหญ่มากเติมน้ำคั้นสุกลงไปอีก เติมน้ำเชื่อม เกลือป่น ชิมรสตามใจชอบ ถ้าผลใหญ่และมีรสเปรี้ยวมากต้องใส่น้ำเชื่อมและเกลือเพิ่มขึ้น รสจะออกเปรี้ยวน้ำ หวานตาม และเค็มเล็กน้อย ใส่น้ำแข็งดื่ม แล้วรู้สึกชุ่มคอ และสดชื่น

แบบสอบถาม (น้ำทุเรียนเทศ)

1. ท่านเคยดื่มน้ำทุเรียนเทศมาก่อนหรือไม่
 เคย ไม่เคย
2. ท่านชอบน้ำทุเรียนเทศนี้หรือไม่
 ชอบ ไม่ชอบ ไม่มีความคิดเห็น
3. ถ้าท่านชอบ ขอให้ท่านให้คะแนน น้ำทุเรียนเทศ

หัวข้อให้คะแนน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	พอควร (3)	น้อย (2)	น้อยมาก (1)
1. ท่านชอบกลิ่น					
2. ท่านชอบรสชาติ					
3. ท่านชอบสีของน้ำ					
4. โดยรวมแล้วท่านชอบน้ำนี้					

4. ถ้าท่าน“ไม่ชอบ” เพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

จัดทำโดย

ชมรมพัฒนาการเกษตร
คณะทรัพยากรธรรมชาติ
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

น้ำบัวบก

บัวบกเป็นพืชเขตร้อน พบคลุมดิน อยู่ตามที่ชุ่มชื้น กลางนา ในสวน เป็นไม้ล้มลุก มีอายุหลายปี ลำต้นทอดเลื้อยไปตามพื้นดิน ทุกส่วนของบัวบกเมื่อขยี้จะมีกลิ่นหอม

บัวบกใช้ประกอบอาหารเป็นผักสด ใช้ยา ชุบแป้งทอด ปรงกับแกงกะทิ รสมันอมขมเล็กน้อย ให้แคลเซียม วิตามินเอ และวิตามินบี 1 สูง

สรรพคุณ ช่วยระบายความร้อน แก้อ่อนเพลีย บำรุงสมอง บำรุงหัวใจ เชื่อกันว่าน้ำใบบัวบกแก้ช้ำใน ทำให้เลือดกระจายหายฟกช้ำ บำรุงกำลัง

บัวบกปลูกได้ง่าย ชอบดินชุ่มชื้น ไม้และ มีแสงรำไร ขยายพันธุ์โดยใช้ไหลที่มีข้อกำลังแตกรากมากปักชำ หรือนำเมล็ดมาเพาะ

การทำน้ำบัวบก

ใช้บัวบก หรือ ส่วน ก้าน ใบ ประมาณ 1 ขีด ควรหั่นหยาบๆ ก่อนนำลงใส่เครื่องปั่น เติมน้ำต้มสุกประมาณ 2 แก้ว ปั่นให้ละเอียดกรองเอาแต่น้ำเติมน้ำเชื่อมหรือน้ำผึ้งตามความชอบ ควรแช่เย็นหรือดื่มใช้น้ำแข็ง

แบบสอบถาม (น้ำบัวบก)

1. ท่านเคยดื่มน้ำบัวบกมาก่อนหรือไม่
 เคย ไม่เคย
2. ท่านชอบน้ำบัวบกนี้หรือไม่
 ชอบ ไม่ชอบ ไม่มีความคิดเห็น
3. ถ้าท่านชอบ ขอให้ท่านให้คะแนน น้ำบัวบก

หัวข้อให้คะแนน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	พอควร (3)	น้อย (2)	น้อยมาก (1)
1. ท่านชอบกลิ่น					
2. ท่านชอบรสชาติ					
3. ท่านชอบสีของน้ำ					
4. โดยรวมแล้วท่านชอบน้ำนี้					

4. ถ้าท่าน “ไม่ชอบ” เพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

จัดทำโดย

ชมรมพัฒนาการเกษตร
 คณะทรัพยากรธรรมชาติ
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

น้ำตะไคร้

ตะไคร้เป็นพืชสารพัดประโยชน์ใช้มากในครัวอาหารไทยลักษณะคล้ายหญ้ามีเหง้าอยู่ใต้ดินกาบใบอัดแน่นคล้ายลำต้นและส่วนกาบใบนี้เป็นส่วนที่นำมาใช้ประโยชน์ ตะไคร้ปลูกง่ายขึ้นได้ทั่วไปในดินหลายประเภทขยายพันธุ์โดยใช้ต้นแก่ปักชำเอนประมาณ 45 องศาเพื่อให้หน่อใหม่ออกได้ตรงๆ

สรรพคุณ ตะไคร้เป็นส่วนผสมในการทำเครื่องแกงเผ็ด เป็นส่วนผสมในการทำยาถิ่นร่วมกับกับแห่นม ส่วนสรรพคุณทางยาของตะไคร้นั้น แก้ท้องอืด จุกเสียด ขับปัสสาวะ ขับเหงื่อ ช่วยลดพิษของสารแปลกปลอมและช่วยขับความดันโลหิต

การทำน้ำตะไคร้

ใช้ส่วนกาบหรือต้นตะไคร้หั่นเป็นท่อนสั้นๆ 2 ต้น ทบให้แตกใส่หม้อต้มกับน้ำเดือดประมาณ 2 แก้ว จนน้ำตะไคร้ออกมาเป็นสีเขียวอ่อนๆ ปนเหลือง แล้วเติมน้ำตาลตามความชอบ

แบบสอบถาม (น้ำตะไคร้)

1. ท่านเคยดื่มน้ำตะไคร้มาก่อนหรือไม่
 เคย ไม่เคย
2. ท่านชอบน้ำตะไคร้หรือไม่
 ชอบ ไม่ชอบ ไม่มีความคิดเห็น
3. ถ้าท่านชอบ ขอให้ท่านให้คะแนน น้ำตะไคร้

หัวข้อให้คะแนน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	พอควร (3)	น้อย (2)	น้อยมาก (1)
1. ท่านชอบกลิ่น					
2. ท่านชอบรสชาติ					
3. ท่านชอบสีของน้ำ					
4. โดยรวมแล้วท่านชอบน้ำนี้					

4. ถ้าท่าน “ไม่ชอบ” เพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

จัดทำโดย

ชมรมพัฒนาการเกษตร
 คณะทรัพยากรธรรมชาติ
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

น้ำมะกอก

มะกอกเป็นพืชเขตร้อนในเอเชีย พบทั่วไปในทุกภาคของไทย เป็นไม้ยืนต้น มีใบประกอบแบบขนนก ผลเป็นรูปไข่ ขนาดเท่าไข่เป็ดฟองโต เมื่อดิบผลมีสีเขียว เนื้อในมีสีเขียวอ่อน เมื่อสุกผลเป็นสีเหลือง รับประทานได้ทั้งดิบและสุก มีรสหวานอมเปรี้ยว รอบเมล็ดมีกลิ่นมาก

สรรพคุณ นอกจากจะให้ความสดชื่นชุ่มคอ ความหอมหวาน แล้วยังแก้เลือดออกตามไรฟัน แก้กระหายน้ำ และแก้พิษมะกอกมีประโยชน์ทั้งใบ ยอดอ่อน นำมาเป็นผักสดหรือต้มให้รสเปรี้ยว ส่วนผลดิบมีรสเปรี้ยว สามารถรับประทานเป็นผลไม้หรือใส่ในอาหารชนิดอื่นๆ มะกอกให้ผลผลิตตลอดปี ให้แคลเซียม ฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก วิตามินบี 1 และใยอาหารสูง

มะกอกขยายพันธุ์โดยใช้เมล็ดหรือตอนกิ่ง ขึ้นได้ในดินทั่วไปตามที่ราบทุกภาค

การทำน้ำมะกอก

ใช้ผลดิบหรือสุกประมาณ 2-3 ผล ปอกเปลือกนออกออก ล้างทำความสะอาด เอาเมือกออกแล้วหั่นเป็นชิ้นตามความยาวของผล ใส่งลงในเครื่องปั่นเติมน้ำดื่มสุก 2 แก้ว กรองเอาแต่น้ำ เติมน้ำเชื่อมหรือน้ำผึ้งตามความชอบ

แบบสอบถาม (น้ำมะกอก)

1. ท่านเคยดื่มน้ำมะกอกมาก่อนหรือไม่
 เคย ไม่เคย
2. ท่านชอบน้ำมะกอกนี้หรือไม่
 ชอบ ไม่ชอบ ไม่มีความคิดเห็น
3. ถ้าท่านชอบ ขอให้ท่านให้คะแนน น้ำมะกอก

หัวข้อให้คะแนน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	พอควร (3)	น้อย (2)	น้อยมาก (1)
1. ท่านชอบกลิ่น					
2. ท่านชอบรสชาติ					
3. ท่านชอบสีของน้ำ					
4. โดยรวมแล้วท่านชอบน้ำนี้					

4. ถ้าท่าน “ไม่ชอบ” เพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

จัดทำโดย

ชมรมพัฒนาการเกษตร
 คณะทรัพยากรธรรมชาติ
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

น้ำใบคำลิ่ง

คำลิ่งเป็นผักพื้นบ้านหากินได้ทุกหัวระแหง ถ้าสังเกตให้ดีจะเห็นคำลิ่งขึ้นพันไม้อื่นหรือไม้ที่ขึ้นตามริมรั้วจะเรียกผักริมรั้วก็คงไม่ผิด ปกติบ้านใครมีที่ทางก็แทบไม่ต้องหาซื้อหาให้เปลือง แต่ถ้าอยู่ในเมืองลองไปเมียงๆมองๆ แถวตลาดสดหรือตลาดติดแอร์ดูเถอะรับรองไม่ผิดหวัง

สรรพคุณ คำลิ่งมีคุณค่าทางอาหารสูงมาก และที่เห็นจะถูกใจคนรักสุขภาพแน่ๆ ก็คือ คำลิ่งมีเบต้าแคโรทีน ที่ช่วยลดอัตราเสี่ยงในการเกิดโรคมะเร็งและโรคหัวใจขาดเลือด นอกจากนี้ยังให้แคลเซียมอีกด้วย ส่วนใครที่มีปัญหาขับถ่าย น่าจะลองมารับประทานดู เพราะคำลิ่งมีกากใยที่ช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี

การทำน้ำคำลิ่ง

ล้างใบคำลิ่งให้สะอาด ใส้เครื่องปั่น เติมน้ำเปล่าครึ่งหนึ่งปั่นให้ละเอียด (ถ้าไม่มีเครื่องปั่นก็ใช้ครกตำให้ละเอียด แต่ต้องล้างครกและสากให้สะอาดไม่มีกลิ่นก่อน) แล้วนำไปกรองใส่น้ำที่เหลือลงภาชนะที่เหลือ คั้นต่อเอาแต่น้ำ น้ำน้ำที่ได้ไปใส่เกลือ น้ำมะนาว น้ำเชื่อม ชิมรสตามชอบ ถ้าต้องการเติมน้ำแข็ง เวลาทำให้น้ำเย็นแล้วจะได้น้ำไม่จืดจาง ริบดื่มเพื่อให้ได้คุณค่า

แบบสอบถาม (น้ำคำลิ่ง)

- ท่านเคยดื่มน้ำคำลิ่งมาก่อนหรือไม่
 เคย ไม่เคย
- ท่านชอบน้ำคำลิ่งนี้หรือไม่
 ชอบ ไม่ชอบ ไม่มีความคิดเห็น
- ถ้าท่านชอบ ขอให้ท่านให้คะแนน น้ำคำลิ่ง

หัวข้อให้คะแนน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	พอควร (3)	น้อย (2)	น้อยมาก (1)
1. ท่านชอบกลิ่น					
2. ท่านชอบรสชาติ					
3. ท่านชอบสีของน้ำ					
4. โดยรวมแล้วท่านชอบน้ำนี้					

4. ถ้าท่าน "ไม่ชอบ" เพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

จัดทำโดย

ชมรมพัฒนาการเกษตร
 คณะทรัพยากรธรรมชาติ
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

น้ำส้มแขก

ส้มแขก เป็นพืชสมุนไพรพื้นบ้านที่มีความสำคัญ คือ ด้านอาหาร ผู้บริโภคนิยมนำส้มแขกมาปรุงรสแทนผลของมะขามหรือมะนาวมานานปีแล้ว และปัจจุบันความนิยมในการนำส้มแขกมาปรุงรสอาหารก็เพิ่มเรื่อยๆ ด้านผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ปัจจุบันมีผู้ประกอบการนำผลส้มแขกมาทำผลิตภัณฑ์เสริมอาหารกำลังได้รับความนิยมจากผู้บริโภค เป็นผู้ที่มมีปัญหาเกี่ยวกับความอ้วนหรือการสะสมของไขมันส่วนเกิน ทำให้ผู้ประกอบการหลายรายได้ผลิตผลิตภัณฑ์ส้มแขกออกมาในหลายรูปแบบ

สรรพคุณ ส้มแขกเป็นอาหารพื้นบ้านของชาวอินเดีย ใช้ในการปรุงอาหารเพิ่มรสเปรี้ยว เป็นเครื่องเทศชนิดหนึ่งที่คนไทยทางภาคใต้ พม่า หรือชาวบ้านอินเดียใช้กันมานานแล้ว แต่เพิ่มความสนใจมากขึ้น เมื่อนักวิทยาศาสตร์พบว่า สารสำคัญในส้มแขกที่เรียกว่า “กรดไฮดรอกซีซิตรีค” (hydroxyl citric acid) หรือที่เรียกว่า HCA มีบทบาทในการยับยั้งขบวนการบางอย่างที่ร่างกายใช้ในการสร้างไขมัน โดยปกติอาหารที่รับประทานที่มีแป้งมากๆ ร่างกายจะเปลี่ยนเป็นไขมันส่วนเกินและเกิดความอ้วนขึ้น การศึกษาพบว่า HCA จะมีส่วนช่วยไม่ให้ร่างกายเปลี่ยนแป้งส่วนเกินนี้เป็นไขมัน จึงมีการนำเอาส้มแขกมาทำเป็นผลิตภัณฑ์อาหารเสริมช่วยลดความอ้วน

การทำน้ำส้มแขก

ขั้นตอนการทำน้ำส้มแขก มีดังนี้ ล้างส้มแขกสดหรือส้มแขกแห้งให้สะอาด ใส่น้ำต้มให้เดือดนานประมาณ 15 นาที ใส่น้ำตาลทรายและเกลือ ตามความนิยมของแต่ละพื้นที่ ต้มอีก 5 นาที ยกกลงทิ้งไว้ให้เย็นแล้วบรรจุใส่ขวดหรือแก้ว

แบบสอบถาม (น้ำส้มแขก)

1. ท่านเคยดื่มน้ำส้มแขกมาก่อนหรือไม่
 เคย ไม่เคย
2. ท่านชอบน้ำส้มแขกนี้หรือไม่
 ชอบ ไม่ชอบ ไม่มีความคิดเห็น
3. ถ้าท่านชอบ ขอให้ท่านให้คะแนน น้ำส้ม

หัวข้อให้คะแนน	มากที่สุด (5)	มาก (4)	พอควร (3)	น้อย (2)	น้อยมาก (1)
1. ท่านชอบกลิ่น					
2. ท่านชอบรสชาติ					
3. ท่านชอบสีของน้ำ					
4. โดยรวมแล้วท่านชอบน้ำนี้					

4. ถ้าท่าน “ไม่ชอบ” เพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

จัดทำโดย

ชมรมพัฒนาการเกษตร
 คณะทรัพยากรธรรมชาติ
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ภาคผนวกที่ 10

ตัวอย่างภาพนักศึกษาสาธิตและทำการทดสอบตลาดน้ำผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมือง



ภาพกิจกรรมทำน้ำสมุนไพรจากพืชผักพื้นบ้าน ไม้ผลพื้นเมืองในงานเกษตรภาคใต้ ครั้งที่ 16

ภาคผนวกที่ 11

บทความลงตีพิมพ์ในวารสารเคหะการเกษตร

“ลุย.....ตลาดผักพื้นบ้าน 14 จังหวัดภาคใต้”

ผักพื้นบ้านภาคใต้



ผักพื้นบ้านสำหรับทานกับขนมจีน (ตลาดหัวถนน จ.นครศรีธรรมราช)

ผักพื้นบ้าน เป็นส่วนประกอบอาหารของคนไทย มาช้านาน กินสดบ้าง ต้มแกงบ้าง จิ้มน้ำพริก หรือแนมกับขนมจีนบ้าง ขึ้นอยู่กับรายการอาหาร และความชอบของผู้บริโภค ผักพื้นบ้านมีคุณเป็นทั้งอาหารและยา ผักบางชนิดกินรักษาโรคได้ โดยไม่จำเป็นต้องใช้ยาแผนปัจจุบัน

ในภาคใต้ของไทยนั้นวัฒนธรรมการบริโภคผัก ถือว่ามีความโดดเด่นทั้งนี้เพราะอาหารภาคใต้มีรสจัดจ้าน

และเผ็ด จึงจำเป็นต้องมีผักรสชาติต่างๆ วางไว้เพื่อรับประทานคู่กับอาหาร ในปัจจุบันผักพื้นบ้านหลายชนิดได้รับความนิยมในการบริโภคไม่เฉพาะแต่ในภาคใต้เท่านั้น แต่เกือบทั่วประเทศ ทำให้ผักพื้นบ้านเหล่านี้กลายเป็นผักเศรษฐกิจทำรายได้ให้กับเกษตรกรอย่างเป็นกอบเป็นกำ เช่น สะตอ ผักเหมียง เป็นต้น (เพ็ญญา และคณะ, 2548)

อย่างไรก็ตาม หากกล่าวถึงความเข้าใจของผู้ขายและผู้บริโภคในภาคใต้ กับนิยามหรือความหมายของ **ผักพื้นบ้าน** นั้น มีความเข้าใจว่า ผักพื้นบ้าน หมายถึง ผักที่ไม่มีสารเคมีหรือปนเปื้อนสารพิษ สามารถรับประทานหรือหาซื้อได้ในท้องถิ่น มีประโยชน์และสรรพคุณทางยาต่อผู้บริโภค (สัมภาษณ์ผู้ขายและผู้บริโภคผักพื้นบ้านตามตลาดสดในจังหวัดต่างๆ ของภาคใต้, 2549)



ภาพแสดง ผักพื้นบ้านที่วางขายตามตลาดสดในจังหวัดต่างๆ ของภาคใต้, จากการสำรวจ 1 มกราคม 2549

การอนุรักษ์พันธุกรรมของพืชและสัตว์นั้น มีความสำคัญยิ่งต่อการคงอยู่ของความหลากหลายทางชีวภาพภายใต้สภาวะการคุกคามจากฝีมือมนุษย์ สภาพแวดล้อม และภัยธรรมชาติที่มีความแปรปรวนและรุนแรง การอนุรักษ์พันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ จึงมีความสำคัญและจำเป็นที่ทุกหน่วยงาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันการศึกษา หรือหน่วยงานอื่นๆ ในภูมิภาค ควรเข้ามามีบทบาทที่จะกระตุ้นให้ชาวบ้าน ชุมชนท้องถิ่น และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จึงดำเนินการทั้งทางด้านการเก็บรวบรวมพันธุ์ การวิจัยพันธุกรรม และการศึกษาการใช้ประโยชน์ตามภูมิปัญญาท้องถิ่น คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ได้มีการดำเนินการไปบ้างเป็นระยะเวลาหนึ่งแล้ว และบทบาทต่อมาที่มีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนกว่ากันก็คือความพยายามที่จะมีการปลูกสร้างจิตสำนึกและความตระหนักของประชาชนผู้ใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้านรวมทั้งประชาชนทั่วไป เยาวชน นักเรียน และนักศึกษาให้สามารถสืบทอดเจตนารมณ์ต่อไป โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชนจึงเกิดขึ้นภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ ร่วมกับคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ โดยมีวัตถุประสงค์ของโครงการ เพื่อศึกษาสำรวจพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้ เพื่อสำรวจการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการบริโภค การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ โรคและแมลงที่ปรากฏ เพื่อทำการเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัยสู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายที่หลากหลาย

คณะผู้วิจัย ได้ทำการสำรวจตลาดผักพื้นบ้านในจังหวัดต่างๆ ในภาคใต้ ที่สามารถสรุปผลได้ดังนี้

ตลาด.....ผักพื้นบ้านภาคใต้

☺ ชนิดผักพื้นบ้านที่พบบ่อยตามตลาดสำคัญในจังหวัดต่าง ๆ ของภาคใต้ ☺

“ชายดีนิ คนส่วนมากชอบกินหนมจีนที่มีผักหลายแบบ ผักพื้นบ้านแปลกๆ” เป็นคำตอบของแม่ค้าเจ้าของร้านขายขนมจีนกลางตลาดสดจังหวัดชุมพร ต่อคำถามของทีมสำรวจจากคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

จากการสำรวจพืชผักพื้นบ้านตามตลาดสำคัญในแต่ละจังหวัดของภาคใต้ พบว่า ส่วนใหญ่ผักพื้นบ้านที่มีการซื้อขายจะปรากฏในตลาดสดเทศบาลของแต่ละจังหวัดเป็นหลัก นอกจากนั้นยังสามารถพบได้มากในตลาดรวบรวมพืชผักในบางจังหวัด เช่น ตลาดหัวอิฐ ที่จังหวัดนครศรีธรรมราช ตลาดโพธิ์หวาย จังหวัดสุราษฎร์ธานี ตลาดภักดี จังหวัดระนอง เป็นต้น



สัมภาษณ์แม่ค้าขายสายบัว (ตลาดทะเลน้อย จ.พัทลุง)



แผงขายผักพื้นบ้าน (ตลาดหัวถนน จ.นครศรีธรรมราช)

สำหรับชนิดผักพื้นบ้านที่สำรวจตามตลาดต่างๆ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นชนิดผักพื้นบ้านที่คล้ายคลึงกัน มีทั้งผักกินใบ เช่น ยอดหมูย ผักกูด ใบขี้เหล็ก ยอดมันปู ชะอม ชะพลู ยอดส้มแป้น ผักกินผล เช่น มะเจือเปาะ เนียง สะตอ กระถิน(สะตอเบา) มะมุด ผักกินหัวและต้น เช่น ปูด เป็นต้น (ตารางที่ 1)

สำหรับบางตลาด เช่น ตลาดทะเลน้อย จะมีสายบัว (บัวหลวง บัวแดง) ซึ่งเป็นพืชที่มีมากในทะเลน้อย หาซื้อได้ง่าย แต่มีวางขายในตลาดอื่นๆ ก่อนข้างน้อย หรือแทบหาซื้อไม่ได้เลย

นอกจากนี้ชนิดผักที่พบได้เฉพาะพื้นที่ เช่น ผักหนามที่พบว่ามีวางขายในตลาดสดที่จังหวัดสุราษฎร์ธานี ใบส้มแป้นในตลาดสี่แยกปฐมพร จังหวัดชุมพร ขี้ใต้ในตลาดสดหัวถนน จังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งผักเหล่านี้เป็นที่นิยมของผู้บริโภคในพื้นที่ต่างๆ ดังกล่าว



สายบัวหลวง (ตลาดทะเลน้อย)



ขี้ใต้ (ตลาดสดหัวถนน)

ตารางที่ 1 แสดงชนิดของผักพื้นบ้านที่พบมากตามตลาดในจังหวัดต่าง ๆ ของภาคใต้

จังหวัด	ตลาด	ชนิดผักพื้นบ้านที่พบมาก (ชื่อท้องถิ่น)
ชุมพร	เอื้ออารี	ยอดของ(ยอดเหมะ) ลูกมะระขี้เทย คำลิ่ง
	สี่แยกปฐมพร	ใบส้มแป้น ยอดหมูย ชะมวง ผักแว่น (บัวบก) ผักเหมียง
	ตลาดสดเทศบาล	ชะพลู ชะมวง ผักเหมียง สะตอเบา ไบรา
ระนอง	ตลาดสดเทศบาล	ลูกเนียง ชะอม สะตอเบา ไบกระเจียบ
	ตลาดก๊กดี	บัวบก ผักหวาน ยอดของ ไบรา คำลิ่ง ปูด บุก ยอดฟักทอง กะทือ
พังงา	ตลาดสดเทศบาล	ผักกูด ผักเหมียง
ภูเก็ต	ตลาดสี่แยกท่าเรือ	ยอดหมูย ผักกูด ใบขี้เหล็ก
	ตลาดสดเทศบาล	ชะอม ยอดมันปู ยอดหมูย
	ตลาดเกษตร	ยอดมันปู ยอดหมูย ชะพลู ไบมะกรูด
กระบี่	ตลาดสดมหาสาร	ปูด
	ตลาดท่าเรือ	ชะพลู หน่อเหรียง
สุราษฎร์ธานี	ตลาดสดเทศบาล	หน่อเหรียง ลูกแว้ง (มะเขือพวง)
	ตลาดสดสุราษฎร์	ผักหวาน ผักหนาม
	ตลาดโพธิ์ทราย	มะมุด ผักหนาม
	ตลาดหัวถนน	ผักหวาน ไบชุมเห็ดฟ้า
นครศรีธรรมราช	ตลาดหัวอิฐ	ลูกเนียง ผักเหมียง ผักกูด บัวบก
	ตลาดแม่พะยอม	ดาหลา ชะพลู
	ตลาดสดเทศบาล	ใบโหมแก้ว ย่านาง
ตรัง	ตลาดหนองขวน	ผักหวาน ยอดหมูย
	ตลาดทะเลน้อย	สายบัวหลวง บัวแดง
พัทลุง	ตลาดหน้าสถานีสงขลา	ลำเท็ง มันขี้หนู
	ตลาดวัดโลกเหนือ	มันขี้หนู ยอดขี้หนอน
	ตลาดเกษตร มอ.	ผักหวาน มะเขือเปาะ (มะเขืออ้อร้อ)
สตูล	ตลาดนัดสี่แยก	ผักกาดนกเขา ผักกูด ผักหม
	ตลาดคูกง	ผักกาดนกเขา ผักกูด

หมายเหตุ ตลาดในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ไม่ได้ทำการสำรวจ



☼ ลักษณะและราคาซื้อขายผักพื้นบ้านตามตลาดในจังหวัดต่างๆ ของภาคใต้ ☼

“ผักแต่ละอย่างมาจากแค่ๆ ในเมือง บางผัก ก้อมาจากนอกๆ (ต่างอำเภอ จังหวัด) ราคาแพงมั่ง ถูกมั่งแล้วแต่ พันพร้าวๆ ก้อขายหมด ขายดีหว่าผัก หลาด” (คำตอบของแม่ค้าขายผักพื้นบ้านในตลาดนัดหัวถนน จ.นครศรีธรรมราช)

ผักพื้นบ้านที่เข้าสู่ตลาดสดเทศบาลหรือตลาดต่างๆ ในเมืองของแต่ละจังหวัด มักจะถูกรวบรวมมาจากแหล่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นต่างอำเภอในจังหวัดเดียว หรือต่างอำเภอของจังหวัดใกล้เคียง เช่น ผักพื้นบ้านที่ขายในตลาดโพธิ์หวาย อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นผักที่มาจากหลากหลายพื้นที่ทั้งในภาคใต้และจากภาคอื่นๆ ผักพื้นบ้านที่ตลาดมักดีและตลาดสดเทศบาล จังหวัดระนอง เป็นผักที่มาจากอำเภอใกล้เคียง เช่น อำเภอกะเปอร์ หรือจากประเทศพม่า หรือผักพื้นบ้านที่วางขายในตลาดสดเทศบาลตรัง เป็นผักที่ถูกส่งมาจากจังหวัดพัทลุง เป็นต้น

สำหรับการซื้อขายผักพื้นบ้านนั้น ทุกๆ ตลาดในแต่ละจังหวัดจะมีลักษณะการซื้อขายคล้ายคลึงกัน ใน 2 ลักษณะ คือ การขายปลีก และการขายส่ง

การขายปลีก สามารถแบ่งลักษณะของการขายออกเป็น 2 ลักษณะอีกเช่นกัน โดยลักษณะแรก แม่ค้าที่นำเอาผักพื้นบ้านจากการรวบรวมในแหล่งต่างๆ มาวางขายที่แผงขายชั่วคราว เช่น ริมนุ่ดบาทถนน ลักษณะที่สอง แม่ค้าแผงลอยถาวรในตลาด ซึ่งแผงเหล่านี้จะรับผักพื้นบ้านจากแม่ค้าขายส่งอีกทอดหนึ่ง การขายผักพื้นบ้านมักขายเป็นมัดหรือกำ (น้ำหนักประมาณ 1 – 2 จีด ขึ้นอยู่กับชนิดผัก) ราคาขายจะแตกต่างกันตามลักษณะการได้มาของผักพื้นบ้าน อาทิเช่น แม่ค้าที่รวบรวมผักพื้นบ้านมาขายเอง ในตลาดท่าเรือ จังหวัดสุราษฎร์ธานี จะรับมาในราคาถูก คือ กำละ 1 บาท และมาขายในราคากำละ 2 – 3 บาท ในขณะที่แม่ค้าในตลาดสดเทศบาลระนอง ซึ่งรับผักพื้นบ้านจากแม่ค้าขายส่งอีกทอดหนึ่ง โดยซื้อมาในราคากำละ 3 – 4 บาท และขายในราคากำละ 5 บาท (ตารางที่ 2) เป็นต้น



การนำผักพื้นบ้านมาทำเป็นมัดเป็นกำเพื่อจำหน่าย

การขายมัด เป็นลักษณะการซื้อขายของพ่อค้าแม่ค้าที่ทำกรรวบรวมผักพื้นบ้านจากแหล่งต่างๆ มาขายในปริมาณมาก โดยขายเหมาเป็นถุง ๆ ละหลายร้อยกำ ซึ่งราคาขึ้นอยู่กับปริมาณผัก และชนิดผัก และผักที่ขายในลักษณะดังกล่าวนี้จะถูกกระจายไปยังแผงผักขายปลีก ในตลาด หรือขายให้แม่ค้าขายนมจิ้น ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง เป็นต้น

ตารางที่ 2 ราคาซื้อ – ขาย(ปลีก) ผักพื้นบ้านตามตลาดสำคัญๆ ในจังหวัดต่างๆ ของภาคใต้

จังหวัด	ชนิดผัก	ราคาซื้อ (บาท/กิโล)	ราคาขาย (บาท/กิโล)	ปริมาณ การขาย(กิโล)	แหล่งที่มาของ ผักพื้นบ้าน
ระนอง (ตลาดสดเทศบาลและตลาดกักตุน)					
	ผักแว่น(บัวบก)	3	5		อ.กะเปอร์
	บุก	4	5	25	อ.กะเปอร์
	ยอดฟักทอง	4	5	ไม่แน่นอน	อ.กะเปอร์
	ใบกระเจี๊ยบ	2	2.5	11	อ.กะเปอร์
	กะทือ	4	5	40	อ.กะเปอร์
	ปลูด	2.5	3	10	อ.กะเปอร์
ชุมพร (ตลาดสี่แยกปฐมพร)					
	ชะพลู	1	2.5	30	อ.เมืองชุมพร
	ผักกูด	2	5	30	อ.เมืองชุมพร
	ยอดยอ(ยอดเหมะ)	3	5	10	อ.เมืองชุมพร
กระบี่(ตลาดสดมหาสาร)					
	ใบส้มห่มัว	1	1.5	20	ต.กระบี่น้อย
	ผักแขยง	1	1.5	20	ต.กระบี่น้อย
	ปลูด	7	10	10	ต.กระบี่น้อย
ภูเก็ต (ตลาดสดเทศบาล)					
	มันปู	4	5	-	ตลาดเกษตร
	ยอดหอมรุย	4	5	-	ตลาดเกษตร
สุราษฎร์ธานี (ตลาดท่าเรือ)					
	หน่อเหรียง	1	2	15	อ.กาญจนดิษฐ์
	ชะพลู	1	2	15	อ.กาญจนดิษฐ์
นครศรีธรรมราช(ตลาดหัวถนน)					
	ผักหวาน	3	5	20	อ.เมือง
	ใบขุมเห็ดฟ้า	3	5	20	อ.เมือง
ตรัง (ตลาดสดเทศบาล)					
	ใบโหมแก้ว	4	7	ไม่แน่นอน	พัทลุง
	ย่านนาง	4	5	ไม่แน่นอน	พัทลุง
พัทลุง (ตลาดทะเลน้อย)					
	สายบัวหลวง	8	10	20	ทะเลน้อย
สงขลา (ตลาดเกษตร มอ.)					
	ผักหวาน	เก็บข้างบ้าน	5	20	ต.ทุ่งลุง
	มะเขือเปาะ(เขืออ้อหรือ)	3	5	ไม่แน่นอน	ต.ทุ่งลุง
สตูล (ตลาดสี่แยกละงู)					
	ผักหอม	เก็บเอง	5	5	อ.ละงู(เก็บข้างบ้าน)
	ผักกูด	2	5	30	พัทลุง
	ผักกาดคนเขา	เก็บเอง	5	20	อ.ละงู(เก็บข้างบ้าน)

ที่มา : จากการสำรวจ, 2549

ความคิดเห็นของพ่อค้า แม่ค้า กับการขาย ผักพื้นบ้าน....

พ่อค้า แม่ค้าที่จำหน่ายผักพื้นบ้านใน
ต่างๆ ของแต่ละจังหวัดในภาคใต้ มีเหตุผลที่
จำหน่ายผักพื้นบ้าน เพราะเห็นว่าผักพื้นบ้านมี
รับซื้อไม่แพงมากนัก ในขณะที่สามารถขายได้
มากกว่าผักเศรษฐกิจทั่วไป และมีผักพื้นบ้าน



ตลาด
เลือก
ราคา

หลากหลายชนิดให้ขายได้ตลอดทั้งปี นอกจากนั้นผักพื้นบ้านเป็นผักที่ได้รับความนิยมจากผู้บริโภค
เนื่องจากเห็นว่ามีความปลอดภัยจากสารเคมี จากสารพิษปนเปื้อน และสามารถเป็นยาได้ในขณะเดียวกัน

สรุป

ผักพื้นบ้าน มีประโยชน์ทั้งในแง่ของการบริโภคเพื่อเป็นอาหาร และยารักษาโรค เป็นผักที่มีคุณค่า
ควรแก่การอนุรักษ์ ยืนยันได้จากความหลากหลายของชนิดผักพื้นบ้านในตลาดต่างๆ ของจังหวัดในภาคใต้ โดยมี
การซื้อขายผักพื้นบ้านทั้งปลีก-ส่ง ราคาขายจะแตกต่างกันตามลักษณะการได้มาของผักพื้นบ้าน และชนิด
ของผักพื้นบ้าน ซึ่งเหตุผลที่พ่อค้าแม่ค้าเลือกจำหน่ายผักพื้นบ้าน เนื่องจากเห็นว่าผักพื้นบ้านมีราคารับซื้อไม่
แพงมากนัก สามารถขายได้มากกว่าผักเศรษฐกิจทั่วไป และมีผักพื้นบ้านหลากหลายชนิดให้ขายได้ตลอดทั้ง
ปี นอกจากนั้นผักพื้นบ้านเป็นผักที่ได้รับความนิยมจากผู้บริโภค เนื่องจากเห็นว่ามีความปลอดภัยจาก
สารเคมี จากสารพิษปนเปื้อน

“ขายผักบ้านๆ บายใจ ปลอดภัย ราคาไม่แพง ขายดีหว่าผักหลากหลาย....”

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

คณะทรัพยากรธรรมชาติ

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ภาคผนวกที่ 12

บทความลงตีพิมพ์ในวารสารเคหการเกษตร

“ผักเหลียง”

“ผักพื้นบ้านภาคใต้ หลากหลายคุณค่าและประโยชน์ทางโภชนาการ”

อยุทธิ์ นิสสทา เสมอใจ ชันจิตต์ และสุชีรา แก้วรักษ์

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมือง

ภาคใต้สำหรับประชาชน คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เป็นโครงการวิจัยที่มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้ ทั้งทางด้านการใช้ประโยชน์ในการบริโภค การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ ตลอดจนโรคและแมลงที่ปรากฏ จากนั้นจึงทำการเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัยเหล่านี้ โดยใช้สื่อต่างๆ กัน เข้าสู่กลุ่มเยาวชน และประชาชนเป้าหมายหลากหลายประเภทเพื่อปลูกฝังจิตสำนึกต่อการใช้ประโยชน์อย่างยั่งยืนจากแหล่งพันธุกรรมเหล่านี้ อันจะเป็นการเสริมสร้างและรักษาไว้ซึ่งความหลากหลายทางชีวภาพ ที่จะส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้น

เมื่อกล่าวถึงผักพื้นบ้านภาคใต้ ที่มีหลากหลายชนิดนั้น ผักพื้นบ้านอย่าง “ผักเหลียง” หรือผักเหมียง เป็นผักที่มีลักษณะเด่น คือ เจริญเติบโตได้ดีในสภาพร่มเงา ไม่ต้องรดน้ำ ไม่มีพิษตกค้างจากสารเคมี ดูแลง่ายและใช้พื้นที่ปลูกไม่มากนัก นับเป็นผักอีกชนิดหนึ่งที่เป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลายของผู้บริโภค และพ่อค้าแม่ค้าในภาคใต้ ด้วยคุณค่าและคุณประโยชน์นานัปการของผักชนิดนี้ จึงได้รับการขนานนามว่า “A0O1OaEes¼N;¼×é°éO1A0amé” การได้รับชื่อดังกล่าวย่อมมีที่ไปที่ไปที่แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของผักชนิดนี้ จึงได้มีการเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับผักเหลียงในหลากหลายแง่มุม ไม่ว่าจะเป็นลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ลักษณะทางนิเวศวิทยา พันธุ์ แหล่งที่พบ และการแพร่กระจาย การขยายพันธุ์ โรคที่พบ คุณค่าและการใช้ประโยชน์ ตลอดจนข้อมูลทางการตลาด



ชื่อวิทยาศาสตร์ *Gnetum gnemon* Linn. var. *tenerum* Markgr.

วงศ์ (family) Gnetaceae

ชื่อสามัญ (ไทย) เหลียง เหมียง

ชื่อสามัญ (อังกฤษ) Blinjo, Melinjo, Peesae

ชื่อย่อย เหลียง สะเหลียง กะเหลียง นะกิง ปี่แซ เมียง เซริยง

ชื่อท้องถิ่น มีชื่อเรียกตามภาษาพื้นเมืองหลายชื่อ เช่น ชุมพรและระนอง เรียกผักเหลียง พังงา เรียกผักเหมียง เป็นต้น

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์



ผักเหลียงเป็นพืชที่พบในป่าธรรมชาติและที่ปลูกเป็นสวน ลำต้นมีเส้นผ่าศูนย์กลางไม่เกิน 20 ซม. ความสูงประมาณ 2-3 เมตร เนื้อไม้เหนียวสามารถโน้มส่วนยอดลงมาติดดินได้โดยลำต้นไม่หัก ลำต้นมีลักษณะเป็นข้อๆ

ราก ผักเหลียงมีรากแก้วที่ใหญ่ แข็งแรงหยั่งลึกลงในดิน สามารถทนแล้งได้ดี ส่วนรากแขนง มีน้อยแต่แข็งแรงและยาว สามารถชอนไปได้ผิวดินลึกประมาณ 2-5 ซม.

ต้นผักเหลียง

กิ่ง กิ่งผักเหลียงงอกออกมาจากลำต้นหรือกิ่งกระโดงเป็นคู่ๆ กิ่งที่ออกมาทุกกิ่งจะมีลักษณะเป็นข้อๆ หากกิ่งเหล่านี้ไม่มีอะไรไปรบกวนหรือทำลายจะไม่มีการสลัดกิ่ง

ใบ เป็นใบเดี่ยวออกมาจากปลายยอดของต้นและกิ่ง มีลักษณะเกือบจะคล้ายใบยางพารา ออกมาเป็น



ใบ ดอกและผลผักเหลียง

คู่ๆ ใบยาว 10-20 ซม. กว้าง 4-10 ซม. ปลายใบเรียวแหลมถึงปลายใบมน ใบสีเขียวเป็นมันสดใสมืออยู่ในที่ร่ม แต่ถ้าอยู่ในที่โล่งได้รับแสงแดดจัดใบจะสีจาง ใบและยอดอ่อนมีรสชาติดหวานมันนิคๆ รับประทานได้ทั้งดิบและสุก

ดอก ดอกผักเหลียงจะออกมาเป็นช่อตามข้อของกิ่ง แต่ละช่อยาว 3-4 ซม. ช่อมีลักษณะเป็นชั้นๆ เป็นปม เมื่อร่วงโรยก็ร่วงหล่นทั้งช่อ

ผล มีรูปลักษณะกลมยาวคล้ายไข่ ก้นผลแหลมหรือกลมมน ผลสดทั้งเปลือกกว้างประมาณ 0.7 - 1.5 ซม. ยาวประมาณ 2.5 ซม. ผลอ่อนเปลือกผลสีเขียว เมื่อสุกเปลือกผลจะมีสีเหลือง สัมแล้วเปลี่ยนเป็นสีแดง เปลือกหุ้มเมล็ดค่อนข้างบาง หนาและแข็งแรงส่วนหัว ในหนึ่งช่อมีประมาณ 10-20 ผล เนื้อผลมี

รชชาติหวานใช้รับประทานได้ โดยใส่เป็นส่วนประกอบในซूपเปรี้ยว ส่วนเมล็ดแก้ไข้ทำข้าวเกรียบในประเทศอินโดนีเซีย

ลักษณะทางนิเวศวิทยา

ผักเหลียงโดยธรรมชาติเป็นพันธุ์ไม้ป่า พบได้ทั่วไปตามเนินเขาและที่ราบ ตั้งแต่ระดับความสูงจากน้ำทะเลเพียง 1-2 เมตร ถึง 500 เมตร สามารถเจริญเติบโตได้ดีภายใต้ร่มเงาต้นไม้อื่นๆ ในสภาพดินร่วนซุย มีปุ๋ยอินทรีย์ตามธรรมชาติสมบูรณ์ ฝนตกชุก ระยะเวลาฝนตกไม่น้อยกว่า 150 วันต่อปี ฝนแล้งติดต่อกันไม่เกิน 45 วันต่อปี ที่จะเอื้ออำนวยให้ผักเหลียงงอกงามและขยายพันธุ์ได้เองตามธรรมชาติ

พันธุ์ผักเหลียง

พันธุ์ผักเหลียงที่พบเห็นโดยทั่วไปมีอย่างน้อย 2 สายพันธุ์ คือ พันธุ์ที่นิยมปลูกในภาคใต้ของประเทศไทย และพันธุ์ของประเทศอินโดนีเซีย สำหรับพันธุ์ที่ปลูกในภาคใต้นั้น มีลักษณะทรงพุ่มสูงประมาณ 2-3 เมตร และเจริญเติบโตจากการไหลของรากแตกออกเป็นต้นใหม่กลายเป็นกลุ่มของผักเหลียง ได้ร่มเงาไม้ใหญ่ ในขณะที่พันธุ์ของประเทศอินโดนีเซียนั้น มีลักษณะลำต้นสูงชะลูด

จากลักษณะของพันธุ์ที่กล่าวแล้วนั้น มีข้อสันนิษฐานถึงความแตกต่างของพันธุ์ที่พบทั้งสองลักษณะ ที่อาจเกิดจากพฤติกรรมการบริโภคที่แตกต่างกัน กล่าวคือ คนไทยนิยมนำยอดหรือใบอ่อนมาบริโภค พันธุ์ผักเหลียงจึงมีลักษณะไม่สูงมากนัก สามารถเก็บยอดหรือใบอ่อนได้ง่าย ส่วนผู้บริโภคในอินโดนีเซียมีการนำเอาส่วนของผลและเมล็ดมาใช้ประโยชน์ พันธุ์ของอินโดนีเซียจึงมีลักษณะลำต้นสูง



พันธุ์ผักเหลียงที่พบในภาคใต้ของไทย



พันธุ์ผักเหลียงที่พบในอินโดนีเซีย

แหล่งที่พบและการแพร่กระจาย

ผักเหลียงชอบขึ้นในป่าดงดิบบนภูเขาที่มีต้นไม้ปกคลุมหนาที่พบในประเทศมาเลเซีย อินโดนีเซีย พม่า และไทย ในประเทศไทยพบมากในภาคใต้ บริเวณจังหวัด ประจวบคีรีขันธ์ ชุมพร ระนอง พังงา ภูเก็ต สุราษฎร์ธานี กระบี่ ตรัง พัทลุง และสงขลา ขณะนี้เกษตรกรในหลายพื้นที่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในจังหวัดพังงา ระนอง ชุมพร และสงขลา ได้มีการพัฒนานำต้นพันธุ์ผักเหลียงมาปลูกแซมในสวนยางพารา สวนไม้ผล ไม้ยืนต้น ทั้งนี้เนื่องจากพื้นที่ดังกล่าวให้ร่มเงาแก่ผักเหลียงได้เป็นอย่างดี ดังผลการทดลองของสถาบันวิจัยยาง จังหวัดสงขลา พบว่า การปลูกผักเหลียงระหว่างแถวยางไม่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโต และการให้ผลผลิตยางพารา ตัวอย่างของการปลูกผักเหลียงในสวนยางพารา ได้แก่ เกษตรกรท่านหนึ่งในจังหวัดระนอง ที่ได้ปลูกผักเหลียงแซมในสวนยางพารา กล่าวว่า

“ปลูกผักเหลียง ประมาณหมื่นต้น ประมาณ 5 - 6 ปีแล้ว ทำให้มีรายได้เพิ่มและที่สำคัญเป็นการใช้พื้นที่ดินให้เกิดประโยชน์มากที่สุด โดยเฉลี่ยจะเก็บยอดอ่อนผักเหลียง สัปดาห์ละ 3 วัน เก็บได้วันละ 100 กำ ขายกำละ 4 บาท เท่ากับมีรายได้สัปดาห์ละ 1,200 บาท”

จากการสำรวจของกุล จุลแก้ว (2536) ที่อำเภอท้ายเหมือง จังหวัดพังงา พบว่ามีชาวสวนปลูกผักเหลียงจนสามารถเก็บยอดและใบอ่อนขายได้ใน 4 ตำบล มีจำนวนถึง 67 ราย แต่ถ้าวรวมทุกตำบลของอำเภอท้ายเหมืองน่าจะมีไม่น้อยกว่า 100 ราย เช่นเดียวกันกับการสำรวจในพื้นที่ตำบลหาดพันไกร อำเภอเมือง จังหวัดชุมพร (2552) พบว่าประชาชนทุกครัวเรือนปลูกผักเหลียงไว้บริเวณบ้าน โดยผักเหลียงที่เหลือจากบริโภคในครัวเรือน จะเก็บรวมเป็นกำ เพื่อขายให้กับพ่อค้าแม่ค้าที่เข้ามารับซื้อโดยตรง

ตามรายงานของกรมส่งเสริมการเกษตร (2545) ที่ได้สำรวจพื้นที่ผลิตผักเหลียงเพื่อการค้าของภาคใต้พบว่า มีพื้นที่ปลูกทั้งสิ้น 2,855 ไร่ โดยจังหวัดระนอง และชุมพร มีการปลูกเป็นสวนเพื่อการค้ามากขึ้น ส่วนจังหวัดอื่นๆ เริ่มปลูกกันบ้างแต่ยังน้อย ผักเหลียงเป็นผักที่ไม่มีปัญหาในการขาย เนื่องจากมีผู้นิยมรับประทานกันมาก นำไปประกอบอาหารได้หลายอย่าง ใบอ่อนผักเหลียงสามารถคงทนความสดอยู่ได้หลายวัน ซึ่งนับว่าเหมาะสมที่จะส่งไปขายในพื้นที่ห่างไกลได้ดี จากการสัมภาษณ์พ่อค้าคนกลางที่รับซื้อผักเหลียงจากเกษตรกรในอำเภอเมือง จังหวัดชุมพร (2552) เกี่ยวกับผักเหลียงที่รับซื้อ พบว่า ขณะนี้ประสบปัญหา คือผลผลิตไม่สม่ำเสมอ (โดยเฉพาะในหน้าแล้งมีผลผลิตน้อย) และไม่เพียงพอกับความต้องการของผู้บริโภค

การขยายพันธุ์ผักเหลียง

ผักเหลียงสามารถขยายพันธุ์ได้หลายวิธี เช่น โดยการใช้เมล็ด กิ่งตอน ต้นที่งอกจากรากแขนงหรือไหลราก การปักชำ และการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ ซึ่งการตอนกิ่ง เป็นการขยายพันธุ์ผักเหลียงที่ดีวิธีหนึ่งสามารถทำได้ตลอดเวลา การปักชำมักจะเติบโตช้า และมีเปอร์เซ็นต์ต้นตายมาก ส่วนวิธีการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อเป็นวิธีการหนึ่งที่ได้มีการทดลองในห้องปฏิบัติการ แต่อาจจะไม่เหมาะกับการขยายพันธุ์ของเกษตรกร ส่วนการขยายพันธุ์ด้วยเมล็ดนั้นไม่ค่อยเป็นที่นิยม ณ เวลาปัจจุบัน

โรคที่พบในผักเหลียง

ผักเหลียงไม่พบแมลงเข้าทำลาย แต่พบโรค 2 ชนิด คือ โรคใบจุดสาหร่าย (agal spot) ซึ่งมีสาเหตุคือ สาหร่ายสีเขียวชื่อ *Cephaleuros virescens* เป็นสาหร่ายที่พบได้ทั่วไปบนใบพืช เช่น ทูเรียน เงาะ มะม่วง จำปี เป็นต้น ลักษณะอาการเป็นจุดสีเขียวปนเทา ขนาด 1-2 มิลลิเมตร หนูนขึ้นมาจากผิวใบ ต่อมาเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลแดง ซึ่งเป็นช่วงที่สาหร่ายสร้างอวัยวะสำหรับขยายพันธุ์ โรคนี้ไม่ทำความเสียหายแก่ผักเหลียงมากนัก เป็นเพียงการลดพื้นที่ในการสังเคราะห์แสงเท่านั้น ส่วนอีกโรคที่พบคือ โรคแอนแทรคโนส (anthracnose) ซึ่งเกิดจากเชื้อรา *Colletotrichum gloeosporioides* โดยพบในผักเหลียงที่ปลูกแซมในสวนยางพารา และผักเหลียงที่ปลูกรอบๆ บ้าน จัดเป็นโรคที่ไม่สำคัญมากนัก อาการที่ปรากฏคือ เป็นจุดแผลสีน้ำตาลขนาด 2 – 3 มิลลิเมตร แผลยุบตัวลงเล็กน้อยในใบแก่ ส่วนในใบอ่อน แสดงอาการแผลช้ำ ขนาดไม่แน่นอน ต่อมาแผลจะแห้ง การป้องกันกำจัด ให้ตัดเฉพาะส่วนที่เป็นโรคเผาหรือทำลาย ไม่จำเป็นต้องใช้สารเคมีฉีดพ่น

คุณค่า และการใช้ประโยชน์

ผักเหลียงเป็นพืชที่สามารถอยู่ได้ในสภาพร่มเงาอย่างคงทน ในช่วงหน้าฝนโดยเฉพาะบริเวณพื้นที่ลาดชัน รากของผักเหลียงจะช่วยยึดดินมิให้พังทลาย บรรเทาภัยจากน้ำไหลหลาก ป้องกันการชะล้างหน้าดิน ส่วนในหน้าแล้งผักเหลียงจะช่วยรักษาความชื้นของต้นยางพาราและไม้ผล ปกป้องหน้าดินมิให้แข็งกระด้าง ทำให้ดินร่วนซุยและซึมซับน้ำได้ดี ดังนั้นผักเหลียงมิใช่เพียงแต่ช่วยอนุรักษ์ดินเท่านั้น แต่ยังช่วยรักษาระบบนิเวศวิทยาของป่าได้เป็นอย่างดีด้วย ต้นแขนงจะขยายแผ่กว้างออกไปปกคลุมพื้นที่ไว้ เป็นการช่วยป้องกันและบรรเทาไฟไหม้สวนยางพาราและไม้ผล นอกจากนี้ยังสามารถนำมาปลูกในกระถางเป็นไม้ประดับตกแต่งอาคารบ้านเรือนได้อีกด้วย

ผักเหลียงเป็นพืชผักที่โรคและแมลงรบกวนน้อย จึงปลอดภัยจากสารพิษ การดูแลรักษาง่าย ปลูกครั้งเดียวสามารถเก็บกินเก็บขายได้ตลอด เป็นพืชผักที่มีอายุยืนกว่าผักอื่นๆ ยอด ใบอ่อน ดอกและผลนำมาประกอบอาหารได้หลายอย่าง รสชาติดีหวานมัน ชวนรับประทาน มีคุณค่าทางอาหารสูง จากการวิเคราะห์คุณค่าทางอาหารของผักเหลียงโดยหน่วยงานต่าง ๆ ได้แก่ กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวง

สาธารณสุข กระทรวงวิทยาศาสตร์ฯ และภาควิชาอุตสาหกรรมเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พบว่าผักเหลียงมีคุณค่าทางอาหารสูงเมื่อเปรียบเทียบกับผักทั่วไป (ตารางที่ 1) จึงเป็นที่นิยมของผู้บริโภค ขยายง่าย และราคาดี

ในประเด็นของการผลิตผักเหลียงนั้น พุฒินันท์ ทองลอย (2546) ได้วิเคราะห์ต้นทุนและผลตอบแทนทางการเงินของการผลิตผักเหลียงและผักเหลียงร่วมกับยางพาราเพื่อการค้า ในจังหวัดกระบี่ พบว่า ความเสี่ยงในการลงทุนปลูกผักเหลียงและผักเหลียงร่วมกับยางพาราอยู่ในระดับต่ำ ดังนั้นการปลูกผักเหลียงร่วมกับยางพาราน่าจะส่งผลดีต่อเกษตรกรชาวสวนยางพารา เพราะนอกจากจะเป็นการเพิ่มรายได้แล้ว ยังเป็นการช่วยเพิ่มความอุดมสมบูรณ์ของระบบนิเวศน์ได้ระดับหนึ่ง



เปลือกผลผักเหลียงใช้ทำซุปเปรี้ยว



เมล็ดผักเหลียงใช้ทำข้าวเกรียบอินโด

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคุณค่าทางอาหารของใบยอดอ่อนต้นผักเหลียง กับผักทั่วไปในท้องตลาด

ชนิดผัก	โปรตีน (กรัม)	ไขมัน (กรัม)	คาร์โบไฮเดรต (กรัม)	แคลเซียม (มก.)	เหล็ก (มก.)	ฟอสฟอรัส (มก.)	วิตามินเอ (หน่วยสากล)	ไรโบฟลาวิน (มก.)	ไนอะซิน (มก.)
ผักเหลียง	6.56	1.17	14.91	150.56	2.51	224.37	10,889	1.25	1.73
คะน้า	6.0	0.8	9.0	249	2.7	93	10,000	0.26	2.1
กะหล่ำปลี	1.3	0.6	5.4	49	0.4	69	130	0.05	0.3
บร็อกโคลี่	3.6	0.3	5.9	103	1.1	78	2,500	0.63	0.9
ฟักทอง	1.0	0.1	6.5	21	0.8	44	1,600	0.11	0.6
มะเขือ	1.2	0.2	5.6	12	0.7	26	10	0.05	0.6

ที่มา : กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงวิทยาศาสตร์ฯ และภาควิชาอุตสาหกรรมเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ้างถึงใน ranong.doae.go.th/pakleung.htm

การตลาด

การขายผักเห็ดขี้เหล็กจะชั่งขายเป็นกิโลกรัมหรือมัดเป็นกำ ขึ้นอยู่กับการตกลงกันระหว่างพ่อค้าคนกลางและเกษตรกร เช่น การซื้อขายผักเห็ดขี้เหล็กในตลาดสดเทศบาล จังหวัดพังงา มีการซื้อขายเป็นกิโลกรัม ราคาซื้อ กิโลกรัมละ 30 บาท เพื่อนำไปขายต่อกิโลกรัมละ 50 บาท ส่วนการซื้อขายเป็นมัดหรือกำ (ประมาณกำละ 1-2 จีด) เช่น ที่ตลาดโพธิ์หวาย จังหวัดสุราษฎร์ธานี ราคาซื้อ กำละ 8 บาท ขายต่อกำละ 10 บาท เป็นต้น (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ราคาซื้อขายผักเห็ดขี้เหล็กต่อหน่วยในตลาดสดบางจังหวัดของภาคใต้

ตลาด	ราคาซื้อ/ กำ	ราคาซื้อ/ กก.	ราคาขาย/ กำ	ราคาขาย/ กก.	ปริมาณ ขาย/กำ	ปริมาณ ขาย/กก.	แหล่งที่มา ของผักเห็ดขี้เหล็ก
ตลาดเอืออารี จ. ชุมพร	เก็บจาก สวน	-	5	-	50	-	อ.ละแม จ. ชุมพร
ตลาดโพธิ์หวาย จ. สุราษฎร์ธานี	8	-	10	-	100	-	จ.ระนอง
ตลาดหัวอิฐ จ. นครศรีธรรมราช	4	-	5	-	ไม่ แน่นอน	-	อ.ลานสกา จ. นครศรีธรรมราช
ตลาดเกษตร จ. ภูเก็ต	8	-	10	-	ไม่ แน่นอน	-	จังหวัดใกล้เคียง
ตลาดสดเทศบาล จ. พังงา	-	30	-	50	-	5	อ.ท้ายเหมือง จ.พังงา

วิธีการตลาดผักเห็ดขี้เหล็ก

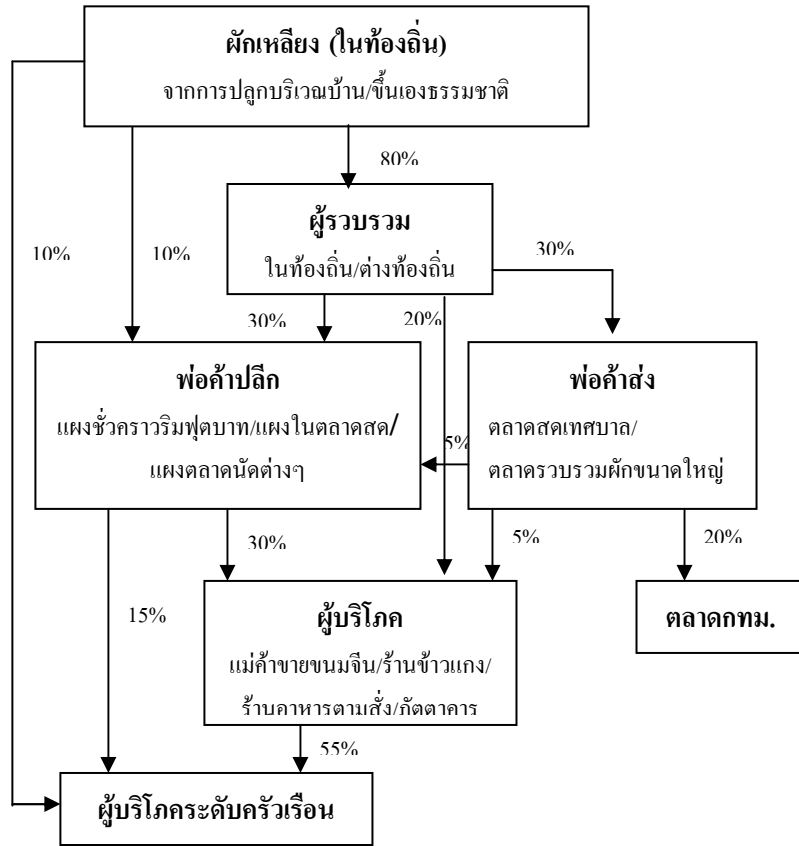
ผักเห็ดขี้เหล็กที่เข้าสู่ตลาด มักจะถูกรวบรวมมาจากแหล่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นต่างอำเภอในจังหวัดเดียวหรือต่างอำเภอของจังหวัดใกล้เคียง เช่น ผักเห็ดขี้เหล็กที่ขายในตลาดโพธิ์หวาย อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นผักเห็ดขี้เหล็กที่มาจากหลากหลายพื้นที่ในภาคใต้ ผักเห็ดขี้เหล็กที่ตลาดเอืออารี จังหวัดชุมพร เป็นผักเห็ดขี้เหล็กที่มาจากอำเภอใกล้เคียง เช่น อำเภอละแม หรือผักเห็ดขี้เหล็กที่วางขายในตลาดสดเทศบาล จังหวัดพังงา เป็นผักที่มาจากอำเภอใกล้เคียง คือ อำเภอท้ายเหมือง เป็นต้น (อูษุทธ์ นิสสกา และคณะ, 2551)

จากภาพที่ 1 แสดงวิธีการตลาดผักเห็ดขี้เหล็ก จะเห็นว่าช่องทางการเข้าสู่ตลาดนั้น มีหลายช่องทาง ได้แก่

1) ผู้บริโภคระดับครัวเรือนซื้อโดยตรงจากผู้ปลูกหรือเก็บหาตามธรรมชาติ ลักษณะดังกล่าวเป็นรูปแบบที่ผู้ปลูกหรือเก็บหาตามธรรมชาติ เป็นผู้นำผักเห็ดขี้เหล็กออกมาจำหน่ายในตลาดด้วยตัวเอง และมักเจอในตลาดสดทั่วไป ทั้งขนาดเล็กและใหญ่ โดยที่ผู้บริโภคจะมีทั้งผู้บริโภคในระดับครัวเรือน และผู้บริโภคที่

เป็นแม่ค้าร้านขายขนมจีน ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง ภัตตาคารต่างๆ ซึ่งนำผักไปใช้ประโยชน์ต่อตามลักษณะของกิจการต่อไป

2) ผู้รวบรวม ทั้งในท้องถิ่น/ต่างท้องถิ่น ซึ่งทำหน้าที่รวบรวมผักเห็ดจากผู้ปลูกหรือเก็บหาตามธรรมชาติ ส่งต่อไปยังพ่อค้าปลีก ค้าส่ง และผู้บริโภคที่เป็นแม่ค้าขายขนมจีน ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง ภัตตาคารต่างๆ เป็นต้น



ภาพที่ 1 วิธีการตลาดผักเห็ด

3) พ่อค้าปลีก ที่เป็นแผงชั่วคราวริมฟุตบาท/แผงในตลาดสด/แผงตลาดนัดต่างๆ ผู้ดำเนินการตลาดดังกล่าวนี้จะรับผลผลิตผักเห็ดจากหลากหลายแหล่ง ไม่ว่าจะเป็นผู้ผลิตโดยตรง ผู้รวบรวม พ่อค้าส่ง แล้วขายต่อให้แก่ผู้บริโภค ทั้งผู้บริโภคทั่วไป และผู้บริโภคที่เป็นแม่ค้าขายขนมจีน ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง ภัตตาคารต่างๆ

4) พ่อค้าส่ง ที่ตลาดสดเทศบาล/ตลาดรวบรวมผักขนาดใหญ่ ผู้ดำเนินการตลาดในลักษณะดังกล่าวนี้ส่วนใหญ่จะรับผลผลิตผักเห็ดจากผู้รวบรวมเป็นหลัก และกระจายผลผลิตไปยังกลุ่มผู้บริโภคต่างถิ่น เช่น ตลาดในกรุงเทพฯ หรือต่างจังหวัด เป็นต้น

นอกจากนี้ ผักเหลียงยังเป็นสินค้าหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์ ของหลายตำบลในจังหวัดระนอง เช่น ตำบลเขิวเหลียง ตำบลกะเปอร์ อำเภอกะเปอร์ ตำบลละอุ่นใต้ ตำบลละอุ่นเหนือ อำเภอละอุ่น เป็นต้น



ยอดอ่อนผักเหลียงที่วางขายตามท้องตลาด

วัฒนธรรมการบริโภคผักเหลียงในภาคใต้

ผู้บริโภคผักเหลียงมีความหลากหลาย เช่น ผู้บริโภคในครัวเรือน ร้านอาหารหรือภัตตาคาร ร้านขายข้าวแกง ร้านขายขนมจีน เป็นต้น ร้านอาหารหรือภัตตาคารนั้น ใช้ยอดและใบอ่อนเพื่อประกอบอาหารจำพวกผัดต่างๆ ต้มกะทิ แกงเลียง ส่วนร้านขายข้าวแกง และร้านขายขนมจีนจะนำไปลวกหรือลวกกับกะทิเป็นผักแฉิม

สำหรับรายการอาหารทั่วไปที่นำยอดและใบอ่อนของผักเหลียงมาเป็นส่วนประกอบและเป็นที่นิยม เช่น ต้มกะทิ แกงเลียง แกงเผ็ดกะทิ แกงส้ม แกงป่า แกงไตปลา ผัดเผ็ด รongห่อหมก ยำผักเหลียงทอดกรอบ ผัดน้ำมันหอย และผัดวุ้นเส้น ส่วนดอกผักเหลียง นำไปใส่ในไข่เจียวหรือผัดน้ำมัน นอกจากนำยอดและใบอ่อนไปปรุงเป็นอาหารแล้ว เมล็ดผักเหลียงสามารถนำมาต้มหรือคั่ว มีรสชาติเหมือนถั่ว นำมาทำเป็นอาหารว่างได้อย่างดี (สัมภาษณ์เกษตรกรอำเภอเมือง จังหวัดชุมพร, 2552) ในขณะที่ประเทศอินโดนีเซียมีการใช้ผลและเมล็ดแก่ของผักเหลียงมารับประทานเป็นซูบ และข้าวเกรียบปรุงรสต่างๆ เป็นที่นิยมมากกว่ารับประทานใบและยอดอ่อน

อาหารยอดนิยมจากผักเหลียงที่ขึ้นชื่อของภาคใต้คือ ผักเหลียงผัดไข่ ผักเหลียงต้มกะทิ และ ผักเหลียงผัดวุ้นเส้น



เมนูอาหารจากผักเหลียง ในร้านอาหาร จังหวัดชุมพร

ด้วยความหลากหลายในการนำมาบริโภค ทำให้มีการพัฒนาเมนูอาหารจากผักเหลียงขึ้นมาอีกมากมาย อาทิเช่น ผักเหลียงทอดกรอบ นอกจากนี้ยังมีโรงเรียนที่มีการส่งเสริมกิจกรรมด้านอาหารให้นักเรียน คือ โรงเรียนพิชัยรัตนการ จังหวัดระนอง ได้สนับสนุนให้ผักเหลียง เป็นเมนูหลักของร้านอาหาร ด้วยการปรุงอาหารที่มีผักเหลียงเป็นส่วนประกอบหลัก ตัวอย่างเช่น

ผักเหลียงน้ำแคะ

ผักเหลียงในกระดัง

ผักเหลียงใต้ทะเล

ข้าวผัดผักเหลียงเครื่องแกง

ผัดไทยผักเหลียงเมล็ดมะม่วงหิมพานต์

ส้มตำผักเหลียงทอดกรอบ

ทอดมันผักเหลียง

สลัดผักเหลียงทอดกรอบ



ผักเหลียงต้มกะทิ รับประทานกับขนมจีน ที่จังหวัดชุมพร

ผักเหลียงอุดมไปด้วยเบต้าแคโรทีน ที่ต้องถือว่าเป็นตัวต้านออกซิเดชันที่สำคัญ ทั้งยังเป็นสารตั้งต้นสร้างวิตามินเออีกด้วย จากข้อมูลของภาควิชาอุตสาหกรรมการเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (อ้างอิงในสำนักงานเกษตรจังหวัดระนอง, 2552: ออนไลน์) กล่าวว่า ผักเหลียงหนึ่งร้อยกรัมหรือหนึ่งขีดไม่รวมก้าน ให้เบต้าแคโรทีน สูงถึง 1,089 ไมโครกรัมหน่วยเรตินัล สูงกว่าผักนึ่งจีนสามเท่า มากกว่าผักนึ่งไทย 5-10 เท่า ช่วยบำรุงกระดูก บำรุงสายตา บำรุงเส้นเอ็น เพราะผักเหลียงยังอุดมไปด้วยแคลเซียมและฟอสฟอรัส

สรุปและข้อเสนอแนะ

ผักเหลียงเป็นผักพื้นเมืองที่พบมากในภาคใต้ของประเทศไทย จากரசชาคุณค่าทางโภชนาการ และประโยชน์ของผักเหลียงทั้งในแง่เนืวกศวิทยา เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและความสำคัญน้านปการของ ผักเหลียง ทำให้เป็นผักที่นิยมรับประทานของผู้บริโภค นำไปสู่ความต้องการผักเหลียงที่มีมากขึ้น จนต้องมีการขยายพันธุ์เพาะปลูกเพิ่มผลผลิตทั้งในเชิงการค้า และเพื่อการบริโภคในครัวเรือน การส่งเสริมให้ เกษตรกรปลูกเพื่อบริโภค หรือปลูกร่วมสวนยางพาราเพื่อเป็นการเพิ่มรายได้ให้แก่เกษตรกรชาวสวนยาง และผลไม้ จัดเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาเศรษฐกิจครัวเรือนและเพิ่มความหลากหลายทางชีวภาพ อันจะ เป็นประโยชน์ต่อประชาชนและอนุชนคนรุ่นหลังต่อไป

ข้อเสนอแนะในการพัฒนาการอนุรักษ์และใช้ประโยชน์จากผักเหลียง จากการศึกษาในครั้งนี้ คือ

(1) ส่งเสริมให้ปลูกผักเหลียงเป็นผักสวนครัว เพื่อลดรายจ่าย-เพิ่มรายได้ให้แก่เกษตรกร และยังเป็น การใช้พื้นที่บริเวณบ้านให้เป็นประโยชน์

(2) ส่งเสริมให้มีการปลูกเป็นพืชแซมในระหว่างแถวไม้ผลหรือแถวยางพาราที่เปิดกรีดได้แล้ว เป็น การใช้พื้นที่ให้เป็นประโยชน์และเป็นการเพิ่มรายได้แก่เกษตรกร

(3) นำผักเหลียงมาใช้ประโยชน์ในโครงการปลูกป่า โดยปลูกเป็นพืชคลุมดินระหว่างแถวได้ร่วมเงา ไม้ใหญ่ในสวนป่า เพื่อช่วยคลุมดิน ป้องกันวัชพืช ป้องกันการชะล้างและพังทลายของหน้าดิน

(4) ประชาสัมพันธ์ เผยแพร่ข้อมูลคุณค่า ประโยชน์ และความสำคัญของผักเหลียงให้เป็นที่รู้จักแก่ ผู้บริโภคทุกระดับ ทุกวัย ทั่วทั้งประเทศให้หันมาบริโภคผักเหลียงและผักพื้นบ้านอื่นๆ ให้มากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

กุล จุลแก้ว. 2536. เหมียง ผักพื้นบ้านเศรษฐกิจที่น่าสนใจ. พังงา: สำนักงานเกษตรจังหวัดพังงา.

กุล จุลแก้ว. 2539. ผักเหมียง ราชินีแห่งผักพื้นบ้านภาคใต้. สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กรม วิชาการเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

นพรัตน์ บำรุงรักษ์. 2545. ผักเหลียง : พันธุ์ไม้. โครงการแผนที่ภูมิทัศน์ภาคใต้ : ฐานเศรษฐกิจและทุน วัฒนธรรม

พุดินันท์ ทองลอย. 2546. การวิเคราะห์ผลตอบแทนทางการเงินของการผลิตและการตลาดผักพื้นบ้าน ใน จังหวัดกระบี่ ปีการผลิต 2544. ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต(เศรษฐศาสตร์เกษตร) สาขา เศรษฐศาสตร์เกษตร ภาควิชาเศรษฐศาสตร์เกษตรและทรัพยากร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- ภาณุพงศ์ หนูชุม. 2546. การขยายพันธุ์ผักเหียง (*Gnetum gnemon* Linn.) ด้วยเทคนิคการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพืชศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. สถานีทดลองยางระนอง ตำบลลำเลียง อำเภอกระบุรี จังหวัดระนอง http://www.rubberthai.com/news/newsinfo/news_rub/new_001.htm [ค้นเมื่อวันที่ 18 มีนาคม 2552].
- สามารถ จิตนาวสาร. 2551. ต้นผักเหียง ผักพื้นบ้านที่น่าสนใจ. สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย. <http://www.tistr.or.th> [ค้นเมื่อวันที่ 15 มกราคม 2552].
- ÉÓ' Ñ;§Ò' à;ÉµÃ' Ñ;§ÈÇÑ' ÆÐ' Í§ ÍÓàÀíàÁ×Í§ ÆÐ' Í§ Ñ;§ÈÇÑ' ÆÐ' Í§ <http://ranong.doae.go.th/pakleung.htm> [ค้นเมื่อวันที่ 8 มกราคม 2552].
- สำนักงานเศรษฐกิจการเกษตรเขต 9 จังหวัดสงขลา สำนักงานเศรษฐกิจการเกษตร กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ <http://www.oae.go.th/zone/zone9> [ค้นเมื่อวันที่ 28 เมษายน 2552].
- อุยทธ์ นิสสกา เสมอใจ ชื่นจิตต์ และสุชีรา แก้วรักษ์. 2551. ลุยตลาดผักพื้นบ้าน 14 จังหวัดภาคใต้. วารสารเลขาธิการเกษตร. 32(9) กันยายน 2551: 155 – 160.
- อุบลวรรณ อุโพธิ์. 2542. การศึกษาทางสัณฐานวิทยาและกายวิภาคของผักเหมียง. รวมบทคัดย่อ ผลงานวิจัยของคณาจารย์ในสถาบันอุดมศึกษาไทย ในระหว่างปี 2540-2542. กรุงเทพฯ: สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย สำนักมาตรฐานอุดมศึกษา ส่วนวิจัยและพัฒนา. <http://www.oknation.net/blog/print.php?id=210499> [ค้นเมื่อวันที่ 8 มกราคม 2552].
- <http://www.thaitambon.com/OTOP/ProvincialOTOP/Ranong46.htm> [ค้นเมื่อวันที่ 8 มกราคม 2552].

ภาคผนวกที่ 13

บทความนำเสนอในที่ประชุม เรื่อง

ผักเหลียง – ราชีนิแห่งผักพื้นบ้านภาคใต้ และการใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย PAK LEAUNG (*Gnetum gnemon*) – QUEEN OF SOUTHERN INDIGENOUS VEGETABLES AND ITS MULTIPLE USES

อยุทธิ์ นิสสภา¹, เสมอใจ ชื่นจิตต์¹ และสุชีรา แก้วรักษ์¹

Ayut Nissapa, Samerchai chuenchit and Suchira Kaewrak

¹ คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา 90112

¹ Faculty of Natural Resources, Prince of Songkla University, Hat Yai, Songkhla 90112

บทคัดย่อ

ผักเหลียง (*Gnetum gnemon*) เป็นผักที่นิยมรับประทานกันในภาคใต้ตอนกลาง ทั้งทางฝั่งอ่าวไทยและทะเลอันดามันในจังหวัดชุมพร ระนอง พังงา สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช เป็นต้น คนในท้องถิ่นนิยมนำใบอ่อนมาปรุงเป็นอาหารหลายชนิด นอกจากเป็นอาหารแล้วประโยชน์จากผักเหลียงยังมีสรรพคุณทางยาอีกด้วย ส่วนอื่นๆ ของผักเหลียง เช่น ผลและเมล็ด สามารถนำมาทำเป็นอาหารหลักและอาหารว่างได้เช่นกัน ดังที่พบในประเทศอินโดนีเซีย ผักเหลียงยังสามารถปลูกเป็นพืชแซมในสวนยาง สวนผลไม้ หรือได้ร่มไม้อื่นๆ ได้ ซึ่งช่วยให้สามารถประหยัดรายจ่าย และเพิ่มรายได้แก่ครัวเรือนได้

ABSTRACT

Pakleung (*Gnetum gnemon*) has been a popular indigenous vegetables for people in mid-southern provinces of Thailand, i.e., Chumphon, Ranong, Phang-nga, Surat Thani and Nakhon Si Thammarat. The local people regularly use young leaves of Pakleung to cook side dishes. Not only its benefits as food, but Pakleung has also its medicinal values. Other parts of Pakleung such as its strobilus has been cooked as food and made as a popular snack in Indonesia. In addition, Pakleung can be grown under the shade or inter-row with rubber trees or other fruit trees. It can reduce household food expenditure and generate supplementary income to households.

คำสำคัญ : ผักเหลียง, ผักพื้นบ้านภาคใต้, ประโยชน์ที่หลากหลาย

Key words : Pakleung (*Gnetum gnemon*), southern indigenous vegetables, multiple uses

*ติดต่อผู้วิจัย : รศ.ดร.อยุทธิ์ นิสสภา

*Corresponding author: Assoc. Prof. Dr. Ayut Nissapa, ayuth.n@psu.ac.th

บทนำ

ผักเหลียง (Paklaeng) ผักเหมียง หรือผักเขลิ้ง ตามชื่อท้องถิ่นเรียกแตกต่างกัน มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Gnetum gnemon* เป็นพันธุ์ไม้พุ่ม มีความสูง 2-5 เมตร อาจสูงได้ถึง 15-20 เมตร สามารถเจริญได้ดีภายใต้ร่มเงาของไม้ใหญ่ (ดังแสดงในภาพ 1ก.) พบได้ทั้งบริเวณเนินเขาและที่ราบที่ความสูง 2-500 เมตร จากระดับน้ำทะเลปานกลาง เป็นพืชในเขตร้อนชื้นที่ต้องการดินร่วนซุย มีความอุดมสมบูรณ์สูง มีปริมาณฝนตกชุก และระยะเวลาฝนตกไม่น้อยกว่า 150 วันต่อปี ผักเหลียงจึงพบมากในภาคใต้ตอนกลางฝั่งตะวันตก เช่น จังหวัดพังงา ระนอง สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช และชุมพร (กุล จุลแก้ว, 2539 และนพรัตน์ บำรุงรักษ์, 2545) นอกจากนี้ยังสามารถพบผักเหลียงได้บนเกาะสุมาตราและเกาะชวาตอนกลางของประเทศอินโดนีเซียอีกด้วย

เนื่องจากผักเหลียงเป็นพืชที่ขึ้นได้ดีในภาคใต้ และมีการใช้ประโยชน์จากผักเหลียงส่วนใหญ่ในรูปของใบอ่อนเพื่อเป็นอาหารในจังหวัดต่างๆ ของภาคใต้ตอนกลางมาเป็นเวลานาน (สนั่น ชุกกลิ่น, 2551 ติดต่อบนตัว) นอกจากนี้จากการบอกเล่า และประสบการณ์ของผู้วิจัยที่ได้พบเห็นการใช้ประโยชน์จากผักเหลียงในรูปแบบต่างๆ ในประเทศอินโดนีเซีย จึงเป็นที่มาของการวิจัยในครั้งนี้ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการใช้ประโยชน์จากผักเหลียงและโรคที่พบในภาคใต้ของไทย และเพื่อสร้างความตระหนักให้ผู้บริโภคได้เห็นถึงความสำคัญของผักเหลียงในแง่ของการใช้ประโยชน์ทั้งในแง่ของการเป็นผักพื้นบ้านเพื่อการบริโภค และศักยภาพในการพัฒนาผลิตภัณฑ์จากผักเหลียงต่อไป

วิธีการวิจัย

วิธีการวิจัยครั้งนี้ใช้การวิจัยบนโต๊ะ (desk research) ที่เป็นการใช้ข้อมูลทุติยภูมิจากแหล่งต่างๆ ร่วมกับการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) ที่เป็นการออกสำรวจภาคสนามเพื่อเก็บข้อมูลปฐมภูมิ (primary data) โดยการออกสำรวจแหล่งผลิตเพื่อสัมภาษณ์ผู้รู้ในท้องถิ่น ร่วมกับการศึกษาลักษณะตลาดเพื่อให้ได้ทราบถึงลักษณะของการซื้อผักเหลียง ราคา ความต้องการ และรสนิยมของผู้บริโภคที่สะท้อนการใช้ประโยชน์และแนวทางในการพัฒนาผลิตภัณฑ์

1. ประชากรและตัวอย่าง ประชากรในที่นี้คือ ผู้ผลิตหรือผู้ปลูก ผู้ค้า และผู้บริโภคผักเหลียงในจังหวัดต่างๆ ในภาคใต้ โดยทำการสุ่มคัดเลือกจังหวัดแบบเจาะจงเป็นขั้นแรก คือ จังหวัดชุมพร สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช ภูเก็ต พังงา และระนอง หลังจากนั้นจึงได้ทำการเลือกผู้ผลิตหรือผู้ปลูก ผู้ค้า และผู้บริโภคในจังหวัดเหล่านี้ด้วยวิธีการแบบสะดวก เนื่องจากไม่ทราบกรอบประชากรที่แน่นอน โดยได้คัดเลือกจำนวนตัวอย่างเป็นผู้ผลิตหรือผู้ปลูก 22 ราย ผู้ค้า 57 ราย และผู้บริโภค 125 ราย ทำการสัมภาษณ์ในช่วงเวลา ตุลาคม 2551 – มีนาคม 2552

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสัมภาษณ์เชิงโครงสร้างที่ผ่านการตรวจสอบแบบสามเส้า (สุภาวงศ์, จันทวานิช, 2547) และปรับปรุงเพื่อให้สอดคล้องและตรงประเด็นกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย และอุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ในการเก็บตัวอย่างในพืช และการวินิจฉัยโรค

3. วิเคราะห์ข้อมูล ข้อมูลและตัวอย่างในที่เก็บได้ทั้งหมด มีการนำมาประมวลและใช้วิธีการวิเคราะห์ดังนี้

3.1 การวิเคราะห์เชิงคุณภาพ เป็นการประมวลความเห็นของผู้ถูกสัมภาษณ์แล้ววิเคราะห์ที่ความเกี่ยวพัน ความเป็นเหตุเป็นผล และพัฒนาการตามเวลา เป็นการวิเคราะห์เชิงพรรณนา

3.2 การวิเคราะห์โรคและแมลง

ทำการสำรวจและเก็บตัวอย่างแมลงและโรคพืชจากใบและต้นผักเหลียง ทั้งจากตลาดและสวนของชาวบ้านทั่วไปในจังหวัดสงขลา นครศรีธรรมราช ชุมพร และระนอง จำนวน 35 แห่ง นำมาศึกษาชนิดของแมลง ในกรณีของใบที่เป็นโรคนำมาแยกเชื้อสาเหตุโรค ทดสอบการเกิดโรค และจำแนกชนิดของเชื้อ โดยดำเนินการในห้องปฏิบัติการ บันทึกภาพ

ผลและวิจารณ์ผลการวิจัย

1. ประโยชน์และการใช้ประโยชน์จากผักเหลียง

ผักเหลียงเป็นผักท้องถิ่นของเอเชียตะวันออกเฉียงใต้และหมู่เกาะในมหาสมุทรแปซิฟิก สามารถเพาะปลูกและขึ้นได้ดีในภาคใต้ทุกจังหวัด รวมไปถึงประเทศเพื่อนบ้านใกล้เคียง แต่จะต้องมีสภาพภูมิประเทศและภูมิอากาศที่เหมาะสม ชอบขึ้นในที่ร่มเงา สามารถปลูกเป็นพืชแซมในสวนสมรมของภาคใต้ หรือสวนยาง (กุล จุลแก้ว, 2539 และ en.wikipedia.org/wiki/Melinjo, ค้นเมื่อ เมษายน 2552) จึงเป็นพืชผักพื้นบ้านที่เหมาะสมกับสภาพภูมิอากาศ สภาพการทำเกษตรกรรม (สวนยางสวนผลไม้) และวิถีชีวิตการบริโภคอาหารของคนใต้เหมาะสมที่จะเป็นพืชที่ได้รับการส่งเสริมให้ปลูกเป็นพืชแซมในสวนยาง และสวนผลไม้ โดยเด็ดยอดอ่อนยาวประมาณ 10-20 เซนติเมตร จำนวน 10-15 ยอด มัดขายเป็นกำๆ ละ 5 บาท (ดังแสดงในภาพ 1ข.) เป็นรายได้เสริมต่อเกษตรกร

นอกจากนี้ยังพบว่า ณ ปัจจุบันนี้ ผักเหลียงเป็นพืชที่มีโรคและแมลงไม่รบกวน หรือรบกวนน้อย จนไม่แสดงผลกระทบทางเศรษฐกิจ จึงเป็นผักที่ปลอดภัย การดูแลรักษาง่าย เป็นพืชที่มีอายุยืน สามารถเก็บใบมาบริโภคได้เกือบทุกฤดูกาล มีรสชาติดี หวานมัน ชวน

รับประทาน และมีคุณค่าทางอาหารสูง โดยมีโปรตีนไขมัน และคาร์โบไฮเดรต ถึง 6.26, 1.17 และ 14.91 กรัม ใน 100 กรัม ของใบยอดอ่อน ตามลำดับมากกว่าผักชนิดอื่นๆ เช่น ผักคะน้า ฟักทอง มะเขือ เป็นต้น ในทำนองเดียวกันปริมาณ แคลเซียม เหล็ก ฟอสฟอรัส ไวตามินเอ โปฟลาเวิน และไนอะซิน ก็มีอยู่ในปริมาณที่มากกว่า เมื่อเปรียบเทียบกับผักชนิดอื่นที่กล่าวมาแล้ว (ranong.doae.go.th/pakleuang.html, ค้นเมื่อเดือน มิถุนายน, 2551)

จากการทดลองสถาบันวิจัยยางจังหวัดระนองยืนยันว่าการปลูกผักเหลียงระหว่างแถวยางไม่มีผลต่อการเจริญเติบโตและผลผลิตยาง (www.rubertham.com, ค้นเมื่อเดือนมิถุนายน, 2551) และจากการสัมภาษณ์เกษตรกรท่านหนึ่ง ในจังหวัดระนอง ที่ได้ระบุว่าจังหวัดระนองนั้น มีสวนยางหลายแห่งปลูกแซมด้วยผักเหลียงทำให้มีรายได้เพิ่มขึ้นและเป็นการใช้พื้นที่ดินให้เป็นประโยชน์มากขึ้น ซึ่งการปฏิบัติเช่นนี้มีให้เห็นเช่นเดียวกันกับจังหวัดพังงา และสงขลา (กุล จุลแก้ว, 2539 และสถานีทดลองยางระนอง, 2552)

ส่วนที่นิยมใช้ในการบริโภคของผักเหลียง คือ ยอดอ่อนและใบเพสลาด อาจมีการใช้ดอกอ่อนมาบริโภคได้เช่นกัน แต่เนื่องจากมีจำนวนน้อยและเก็บเกี่ยวลำบาก จึงไม่ค่อยนิยมมากนัก ในประเทศอินโดนีเซียแถวเกาะสุมาตรา และชาวตองกอล พบว่า มีการใช้ใบอ่อนมาบริโภคเช่นกัน แต่ความนิยมน้อยกว่าการบริโภคผิวผล และเมล็ด โดยผิวผล และผลนั้นใช้ใส่ในซุบที่เรียกว่า Sayur Asam (ซูปผักเปรี้ยว) ในขณะที่เมล็ดที่ปอกผิวผลออกแล้ว สามารถนำมาரிดให้แบน หรือบดเป็นแป้งแล้วทำเป็นแผ่นตากให้แห้ง จากนั้นนำมาทอดมีลักษณะคล้ายข้าวเกรียบ (ดังแสดงในภาพ 1 ค.) ใช้เป็นอาหาร

ว่างที่เรียกว่า Emping Melinjo และมีการพัฒนาผลิตภัณฑ์เพิ่มเติมโดยการปรุงรสชาติต่างๆ กัน เช่น คลุกน้ำตาล คลุกเกลือ คลุกคาราเมล เป็นต้น ส่วนใบอ่อนของผักเหลียงนั้น คนในท้องถิ่นภาคใต้มักจะนำมาต้มหรือลวก เพื่อรับประทานกับน้ำพริก มีบางที่รับประทานใบสด หรืออาจจะดัดแปลงทำอาหารอื่นๆ เช่น ต้มกะทิ แกงจืด แกงเลียง แกงเผ็ดกะทิ แกงส้ม แกงพริก แกงไตปลา ผัดเผ็ด รong ห่อหมก ยำยอดอ่อน ยำผักเหลียงทอดกรอบ ผัดน้ำมันหอย ผัดวุ้นเส้น ผัดกับกวยเตี๋ยว ห่อเมี่ยงคำ แล้วแต่จินตนาการจะพาไป ส่วนของดอกสามารถนำมาปรุงอาหารเช่นเดียวกับใบ แต่ส่วนใหญ่มักนำมาผัดน้ำมัน หรือชุบไข่ทอด ในเมืองไทยนั้นมีการใช้ประโยชน์จากผลและเมล็ดผักเหลียงค่อนข้างน้อย แต่ผู้รู้ท่านหนึ่งได้เล่าว่าเมล็ดผักเหลียงนั้นสามารถนำมาต้ม หรือคั่วรับประทานได้ รสชาติเหมือนถั่ว แต่ยังไม่มียางานว่ามีกรนำมาทำเป็น Emping Melinjo เหมือนในประเทศอินโดนีเซีย จึงเห็นได้ว่าชาวอินโดนีเซียใช้ประโยชน์จากผักเหลียงได้หลากหลายกว่าคนไทย

จากการสังเกตพบว่าต้นผักเหลียงในประเทศอินโดนีเซีย สูงใหญ่กว่าที่พบในไทย ทั้งนี้เนื่องจากว่าเป็นคนละสายพันธุ์และคนอินโดนีเซียนิยมรับประทานผลและเมล็ดมากกว่าใบ ในขณะที่คนไทยนิยมรับประทานใบและยอดมากกว่า การเก็บเกี่ยวยอดบ่อย ๆ จึงมีผลทำให้การเจริญเติบโตในแนวตั้งถูกจำกัดลง

สำหรับประโยชน์ทางยาของผักเหลียงนั้น มีรายงานว่าสามารถบำรุงสายตา เนื่องจากมีเบต้าแคโรทีนสูง และยังมีคุณสมบัติเป็นตัวต้านออกซิเดชัน ทั้งยังมีสารตั้งต้นสร้างวิตามินเออีกด้วย ส่วนผลของผักเหลียงนั้น พบว่ามีสารต้านเชื้อแบคทีเรียและต้านออกซิเดชัน ช่วยถนอม

อาหาร แต่งกลิ่น และชูรส (Hisada *et al.*, 2005 และ Santoso *et al.*, 2008) จึงเห็นได้ว่าผักเหลียงมีคุณสมบัติที่ดีทั้งทางโภชนาการและทางยา

2. โรคที่พบในผักเหลียง

จากการศึกษาโรคและแมลงในผักเหลียงไม่พบแมลงเข้าทำลาย แต่พบโรค 2 ชนิด ในส่วนของประชาชนทั่วไป คือ โรคใบจุดสาหร่าย (agal spot) ซึ่งมีสาเหตุคือ สาหร่ายสีเขียวชื่อ *Cephaleuros virescens* เป็นสาหร่ายที่พบได้ทั่วไปบนใบพืช เช่น ทุเรียน เงาะ มะม่วง จำปี เป็นต้น ที่ปลูกในแหล่งที่มีความชื้นสูง ลักษณะอาการเป็นจุดสีเขียวปนเทา ขนาด 1-2 มิลลิเมตร หนาขึ้นมาจากผิวใบ ต่อมาเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลแดง ซึ่งเป็นช่วงที่สาหร่ายสร้างอวัยวะสำหรับขยายพันธุ์ โรคนี้ไม่ทำความเสียหายแก่พืชมากนัก นอกจากลดพื้นที่ในการสังเคราะห์แสง ส่วนอีกโรคที่พบคือ โรคแอนแทรคโนส (Anthracnose) ซึ่งเกิดจากเชื้อรา *Colletotrichum gloeosporioides* โดยพบเพียง 2 ส่วน คือ ในส่วนของเกษตรกรที่ปลูกผักเหลียงแซมในสวนยางพาราที่อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา และสวนของประชาชนที่ปลูกเพียง 3 ต้นรอบๆ บ้านในอำเภอละอุ่น จังหวัดระนอง จัดเป็นโรคที่ไม่สำคัญ อาการที่ปรากฏคือ เป็นจุดแผลสีน้ำตาลขนาด 2 – 3 มิลลิเมตร แผลยุบตัวลงเล็กน้อย ใบแก่ ส่วนในใบอ่อน แสดงอาการแผลซ้ำ ขนาดไม่แน่นอน (ดังแสดงในภาพ 1จ.และ1ข.) ต่อมาแผลจะแห้ง ปกติเชื้อตัวนี้ก่อให้เกิดโรคค่อนข้างรุนแรงและทั่วไปในพริก มะละกอ มะม่วง เป็นต้น ดังนั้นหากในสวนปลูกพืชเหล่านี้ และสภาพแวดล้อมเหมาะกับการเจริญของเชื้อนี้ คือ ร้อนสลักกับฝนตก เชื้อจึงเพิ่มปริมาณมากและแพร่มาในผักเหลียงได้ การป้องกันกำจัด ให้ตัดเฉพาะส่วนที่เป็นโรคเผาหรือทำลาย ไม่จำเป็นต้องใช้สารเคมีฉีดพ่น แต่ดังที่กล่าวแล้วข้างต้นว่าพบน้อยมาก จึงนับว่าผักเหลียงยังปลอดภัยต่อสารเคมี

สรุปและข้อเสนอแนะ

ผักเหลียงเป็นผักพื้นบ้านภาคใต้ที่มีประโยชน์ในทุกส่วน ไม่ว่าจะเป็นใบ ยอดอ่อน ผล เมล็ด และลำต้น สามารถขึ้นได้ดีในที่ร่ม จึงเหมาะที่จะปลูกเป็นพืชแซมในสวนยางหรือสวนผลไม้ แต่ต้องการฝนตกชุกและบ่อย จึงจะเจริญเติบโตได้ดี และยังเป็นพืชที่มีโรคและแมลงรบกวนน้อย

ในปัจจุบันคนได้นิยมใช้ใบอ่อนของผักเหลียงมาบริโภคมากที่สุด ในขณะที่ส่วนอื่นที่บริโภคได้และมีคุณค่า เช่น ผล และเมล็ดนั้น คนอินโดนีเซียเป็นผู้นำในการบริโภคและแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ต่างๆ เพื่อรับประทาน ได้มีการรายงานถึงคุณค่าทางอาหาร และสรรพคุณทางด้านยาได้บ้างในเอกสารทางวิชาการ

ข้อเสนอแนะต่อการพัฒนาการใช้ประโยชน์ของผักเหลียง คือ การส่งเสริมให้เกษตรกรปลูกผักเหลียงเป็นพืชแซมในสวนยาง สวนผลไม้ หรือปลูกภายใต้ร่มเงาเป็นผักสวนครัว จะช่วยลดค่าใช้จ่ายทางด้านอาหารและสามารถเพิ่มรายได้ด้วย นอกจากนี้ควรมีการพัฒนาส่วนที่ใช้ประโยชน์ได้ของผักเหลียง เช่น ผล และเมล็ด โดยอาจจะเริ่มต้นจากการศึกษาของประเทศอินโดนีเซีย ที่มีนักวิชาการชาวญี่ปุ่นมาร่วมในกระบวนการพัฒนาผลิตภัณฑ์จนเกิดผลิตภัณฑ์ใหม่ที่เรียกว่า Melinjo Extract ขึ้น

ประชาสัมพันธ์ให้ผู้ปลูก ผู้ค้าและผู้บริโภค ได้ตระหนักถึงคุณประโยชน์ของผักเหลียง ก็มีความสำคัญเช่นเดียวกัน และควรยึดในหลักการที่ให้ผักเหลียงเป็นผักพื้นบ้านปลอดสารพิษ โดยดูแลและค้นคว้าระบบการปลูกที่ไม่ให้ผักเหลียงอ่อนแอ ให้อยู่ในสภาพแข็งแรง

ตามธรรมชาติต่อไป เนื่องจากผักเหลียงมีโรครบกวนน้อยอยู่แล้ว

คำขอบคุณ

โครงการวิจัยนี้ได้รับการสนับสนุนจาก โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ และได้รับการสนับสนุนจาก คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ตลอดจน เกษตรกรผู้ปลูกผักเหลียงผู้ขาย และผู้บริโภคผักเหลียง ที่ให้ข้อมูลแก่ผู้วิจัย ซึ่งผู้วิจัยขอขอบคุณมา ณ ที่นี้ด้วย

เอกสารอ้างอิง

1. กุล จุลแก้ว. 2539. ผักเหลียง ราชนิเวศแห่งผักพื้นบ้านภาคใต้. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ และกรมวิชาการเกษตร.
2. นพรัตน์ บำรุงรักษ์. 2545. ผักเหลียง : พันธุ์ไม้สงขลา : โครงการแผนที่ภูมิทัศน์ภาคใต้: ฐานเศรษฐกิจและทุนวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
3. สถานีทดลองยางระนอง. 2552. <http://www.rubberthai.com/news/newsinfo>, ค้นเมื่อมีนาคม 2552.
4. สุภางศ์ จันทวานิช. 2547. การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
5. สำนักงานเกษตรจังหวัดระนอง. 2552. <http://ranong.doae.go.th/pa>, ค้นเมื่อมิถุนายน 2551.
6. Gnetum gremon. 2552. <http://en.wikipedia.org/wiki/Melinjo>, ค้นเมื่อเมษายน 2552
7. Hisada, H., et al. 2548. Antibacterial and antioxidative constituents of Melinjo seeds and Their application to food. Japan. Science Links

Japan (<http://sciencelinks.jp/j-east/article/200601/000020060105A1034835>)

8. Santoso, M., *et.al.* 2551. Inhibition of fish lipid oxidation by the extract of Indonesia edible plant seed 'Melinjo.' Kyoto, kanpancess Society for Food Science and Technology
([hppt://www.jsfst.or.jp/index.html](http://www.jsfst.or.jp/index.html).)



1ก.



1ข.



1ค.



1ง.



1จ.



1ฉ.

1ก. ลักษณะต้นผักเหลียงในประเทศไทย

1ข. ผักเหลียงที่วางขายในท้องตลาด

1ค. ผลิตภัณฑ์ "ข้าวเกรียบ" จากเมล็ดผักเหลียงของประเทศอินโดนีเซีย

1ง. ผักเหลียงผัดไข่ อาหารยอดนิยม

1จ. อาการโรคแอนแทรกคโนสบนใบแก่

1ฉ. อาการโรคแอนแทรกคโนสบนใบอ่อน

ภาคผนวกที่ 14

บทความนำเสนอในที่ประชุม เรื่อง การตลาดผักพื้นบ้านในภาคใต้

INDIGENOUS VEGETABLES MARKETING IN SOUTHERN THAILAND

สุชีรา แก้วรักษ์ อยุทธ์ นิสสกา และเสมอใจ ชื่นจิตต์

Suchira Kaewrak, Ayut Nissapa and Samerchai Chuenchit

คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา 90112

Faculty of Natural Resources, Prince of Songkla University, Hat Yai, Songkhla 90112

บทคัดย่อ

การดำเนินการวิจัยทางการตลาดผักพื้นบ้าน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ มีวัตถุประสงค์การวิจัย 1) เพื่อศึกษาการตลาดผักพื้นบ้านในภาคใต้ ที่ครอบคลุมวิธีการตลาด รูปแบบการซื้อขาย ตลอดจนการใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่างๆ จากผักพื้นบ้านในภาคใต้ และ 2) เพื่อเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัย เข้าสู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายหลากหลายประเภท ให้ความสำคัญของผักพื้นบ้านในแง่ของการดำรงชีพของประชาชนในท้องถิ่น ประชากรที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย ผู้ผลิต ผู้ดำเนินการตลาด ซึ่งอยู่ในขอบเขตของ 11 จังหวัดภาคใต้ โดยสุ่มตัวอย่างแบบสะดวก ได้จำนวนทั้งสิ้น 79 ราย ใช้แบบสอบถาม กึ่งโครงสร้าง เป็นเครื่องมือหลักที่ใช้ในการวิจัย ทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติพรรณนา เช่น ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และใช้วิธีการวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลจากเอกสารที่ได้ศึกษาไว้แล้ว ผลการศึกษาพบว่า ชนิดผักพื้นบ้านที่พบมากกว่า 100 ชนิด และที่พบมาก 10 อันดับแรก ได้แก่ ผักแว่น(บัวบก) ใบชะพลู ใบโหระพา ผักกูด ยอดหอม ผักเหลียง ชะมวง มันปู ผักหวาน และใบจา ตามลำดับ โดยปริมาณการขายผักต่างๆ เหล่านี้ ขึ้นอยู่กับฤดูกาล และปริมาณที่ผู้ผลิตนำออกสู่ตลาด ซึ่งผักเหรียญเป็นผักพื้นบ้านที่นำออกสู่ตลาดในปริมาณมากที่สุด สำหรับลักษณะการขายผักพื้นบ้าน พบว่า มีทั้งขายปลีกและส่ง โดยผู้ค้ามักจะขายในลักษณะมัดเป็นกำๆ น้ำหนักประมาณ 1-2 ชีด ซึ่งมีราคาขายส่งระหว่าง 2 – 3 บาท และขายปลีกอยู่ระหว่าง 4 – 5 บาท โดยมีส่วนต่างไม่เกิน 2 บาทต่อมัด สำหรับวิธีการตลาดผักพื้นบ้านในภาคใต้นั้น พบว่ามีช่องทางของผักพื้นบ้านจากผู้ผลิตไปจนถึงผู้บริโภคได้ 4 ช่องทาง และการใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้านนั้น มีทั้งใช้เป็นอาหารและยารักษาโรค โดยที่การใช้ประโยชน์จากอาหารนั้นใช้ทั้งในลักษณะรับประทานสด และประกอบในอาหารต่างๆ ทั้งการต้ม แกง ผัด เป็นต้น

ABSTRACT

Research on marketing of indigenous vegetables is partially an activity to promote benefits of Southern indigenous vegetables for household consumption and marketing. The objectives of the research are 1) to study the marketing channel, buying and selling patterns, and uses of these indigenous vegetables, and 2) to disseminate research results to various groups of people so as to raise their awareness on importance of these indigenous vegetables for local livelihoods. The target population in this research was producers, wholesalers and retailers in 11 Southern provinces. The 79 samples were drawn using convenience sampling technique. Semi-structure questionnaire was used as a main tool for data collection. The data was analyzed using descriptive statistic such

as percentage and mean in conjunction with previously researched results. It was found that there were more than 100 kinds of indigenous vegetables available and being utilized for consumption in Southern Thailand. The first ten mostly found indigenous vegetables were *Centella asiatica*, *Piper sarmentosum* Roxb., *Ocimum basilicum* Linn., *Diplazium esculentum*, *Micromelum minutum* Wight & Arn., *Gnetum gnemon* L. var. *tenerum*, *Garcinia cowa* Roxb., *Glochidion wallichianum* Muell., *Melientha suavis* Pierre, and *Ocimum gratissimum*. The quantity sold for each kind of vegetable depended on season and the amount that the producers put on sale. *Gnetum gnemon* L. var. *tenerum* was mostly available for sale in the market. The patterns of selling were both wholesaling and retailing. The sellers sold them in small bundles (weighed 100-200 grams) which were priced at 2-3 baht each at the wholesaler level, and 4-5 baht at the retailer level. The difference was not higher than 2 baht per bundle. As for the marketing channel, it was found marketing that there were four channels from producers to consumers. As for the use of these indigenous vegetables, they were eaten fresh, boiled, fried or added in Southern curry.

คำสำคัญ: ผักพื้นบ้าน, การตลาด

Key words: indigenous vegetables, marketing

ติดต่อนักวิจัย : รศ.ดร.อยุทธิ์ นิสสภา

Corresponding author: Assoc. Prof. Dr. Ayut Nissapa, ayuth.n@psu.ac.th

ความสำคัญ

ผักพื้นบ้าน เป็นส่วนประกอบอาหารของคนไทยมาช้านาน กินสดบ้าง ต้มแกงบ้าง จิ้ม น้ำพริก หรือแนมกับขนมจีนบ้าง ขึ้นอยู่กับรายการอาหารและความชอบของผู้บริโภค ผักพื้นบ้านมีคุณค่าเป็นทั้งอาหารและยา ผักบางชนิดกินรักษาโรคได้ โดยไม่จำเป็นต้องใช้ยาแผนปัจจุบัน

ในภาคใต้ของไทยนั้นวัฒนธรรมการบริโภคผักถือว่ามีความโดดเด่นทั้งนี้เพราะอาหารภาคใต้มีรสจัดจ้านและเผ็ด จึงจำเป็นต้องมีผักรสชาติต่างๆ วางไว้เพื่อรับประทานคู่กับอาหาร ในปัจจุบันผักพื้นบ้านหลายชนิดได้รับความนิยมนำมาบริโภคไม่เฉพาะแต่ในภาคใต้เท่านั้น แต่เกือบทั่วทั้งประเทศ ทำให้ผักพื้นบ้านเหล่านี้กลายเป็นผักเศรษฐกิจทำรายได้ให้กับเกษตรกรอย่างเป็นกอบเป็นกำ เช่น สะตอ ผักเหมียง เป็นต้น (เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ และคณะ, 2548)

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน เกิดขึ้นภายใต้การสนับสนุนของสำนักคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ ร่วมกับคณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ซึ่งเป็นการดำเนินงานวิจัยเพื่อสนองต่อโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี โดยมีวัตถุประสงค์ของโครงการ เพื่อศึกษาสำรวจพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองที่มีอยู่ในภาคใต้ ศึกษาการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักและไม้ผลพื้นเมืองของภาคใต้ด้านการบริโภค การตลาด การพัฒนาผลิตภัณฑ์ โรคและแมลงที่ปรากฏ เพื่อทำการเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัย สู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายที่หลากหลาย ซึ่งผลการวิจัยที่ได้นั้น พบว่า ผักพื้นบ้าน มีประโยชน์ทั้งในแง่ของการบริโภคเพื่อเป็นอาหาร และยารักษาโรค เป็นผักที่มีคุณค่าควรแก่การอนุรักษ์ ยืนยันได้จากความหลากหลายของชนิดผักพื้นบ้านในตลาดต่างๆ ของจังหวัดในภาคใต้ โดยมีการซื้อขายผักพื้นบ้านทั้งปลีก-ส่ง ราคาขายจะแตกต่างกันตามลักษณะการได้มาของผักพื้นบ้าน และชนิดของผักพื้นบ้าน ซึ่งเหตุผลที่พ่อค้าแม่ค้าเลือกจำหน่ายผักพื้นบ้าน เนื่องจากเห็นว่าผักพื้นบ้านมีราคาซื้อขายไม่แพงมากนัก สามารถขายได้มากกว่าผักเศรษฐกิจทั่วไป และมีผักพื้นบ้านหลากหลายชนิดให้ขายได้ตลอดทั้งปี นอกจากนี้ผักพื้นบ้านเป็นผักที่ได้รับความนิยมจากผู้บริโภค เนื่องจากเห็นว่ามีความปลอดภัยจากสารเคมี จากสารพิษปนเปื้อน (อยุทธิ์ นิสสกา และคณะ, 2551) อย่างไรก็ตาม การดำเนินการวิจัยทางการตลาดผักพื้นบ้าน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ดังกล่าว เพื่อให้เห็นถึงการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านของภาคใต้ด้านการบริโภค ด้านการตลาด ซึ่งครอบคลุมถึงวิธีการตลาด รูปแบบการซื้อขาย ตลอดจนการใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่างๆ จากผักพื้นบ้านในภาคใต้นั้น ยังเป็นประเด็นที่ต้องทำการศึกษา เพื่อให้เห็นความสำคัญของผักพื้นบ้านที่นอกจากจะสำคัญในแง่ของด้านอนุรักษ์พืชพันธุ์แล้วนั้น ยังสำคัญในแง่ของการดำรงชีพของประชาชนในท้องถิ่น ผ่านข้อมูลด้านการตลาดผักพื้นบ้านที่ปรากฏในตลาดต่างๆ ในภาคใต้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การศึกษาตลาดผักพื้นบ้านในภาคใต้ นั้น มีวัตถุประสงค์เฉพาะ คือ

- 1) เพื่อศึกษาการตลาดผักพื้นบ้านในภาคใต้ ที่ครอบคลุมวิธีการตลาด รูปแบบการซื้อขาย ตลอดจนการใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่างๆ จากผักพื้นบ้านในภาคใต้
- 2) เพื่อเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัย เข้าสู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายหลากหลายประเภท ให้ความสำคัญของผักพื้นบ้านในแง่ของการดำรงชีพของประชาชนในท้องถิ่น

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยเชิงสำรวจตลาดผักพื้นบ้านในภาคใต้ ซึ่งเป็นประเด็นการตลาด ที่ครอบคลุมวิธีการตลาด รูปแบบการซื้อขาย และการใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่างๆ จากผักพื้นบ้านเป็นกรอบหนึ่งภายใต้แนวความคิดที่ว่า การอนุรักษ์ควรอยู่ควบคู่กับความสามารถในการดำรงชีพของประชาชนในท้องถิ่น ตลอดจนการสนับสนุนจากผู้บริโภค ผู้ผลิต ผู้ค้าที่มีในวงกว้าง ซึ่งการสำรวจตลาดผักพื้นบ้าน จะเป็นแนวทางหนึ่งเพื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ให้เห็นถึงความสำคัญ และความต้องการการบริโภคผักพื้นบ้านต่อไป

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อนำผลที่ได้จากการวิจัยไปประมวลและทำการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์สู่กลุ่มผู้สนใจในระดับกว้างต่อไป โดยมีระเบียบวิธีการวิจัย ดังนี้

1) ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย ผู้ผลิต ผู้ดำเนินการตลาด อาทิต พ่อค้า-แม่ค้าส่งและปลีก พ่อค้า-แม่ค้าที่ใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้าน ซึ่งอยู่ในขอบเขตของ 11 จังหวัดภาคใต้ ที่คัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ได้แก่ ชุมพร ระนอง พังงา ภูเก็ต กระบี่ สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช ตรัง พัทลุง สตูล และสงขลา

เนื่องจากประชากรดังกล่าวข้างต้นมีจำนวนไม่แน่นอน ไม่สามารถประมาณการได้ กล่าวคือ ไม่ทราบจำนวนประชากรที่แท้จริง ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จึงอาศัยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบสะดวก คัดเลือกผู้ผลิต ผู้ดำเนินการตลาด อาทิต พ่อค้า-แม่ค้าส่งและปลีก พ่อค้า-แม่ค้าที่ใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้าน (ตารางที่ 1) เพื่อทำการสัมภาษณ์เกี่ยวกับประเด็นด้านการตลาด ตลอดจนการใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่างๆ จากผักพื้นบ้านในภาคใต้แต่ละชนิด

ตารางที่ 1 จำนวนตัวอย่างผู้ผลิต และผู้ค้า ผักพื้นบ้านในภาคใต้

จังหวัด	ผู้ผลิต/ปลูก*	ผู้ค้า	รวม
สงขลา	2	5	7
พัทลุง	3	4	7
นครศรีธรรมราช	7	11	18
ชุมพร	2	6	8
ภูเก็ต	2	14	16
ระนอง	1	4	5
สุราษฎร์ธานี	-	5	5
ตรัง	2	2	4
พังงา	1	1	2
กระบี่	1	3	4
สตูล	1	2	3
รวม	22	57	79

หมายเหตุ * ผู้ผลิต/ปลูก ที่เป็นผู้ค้าเองด้วย

2) การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลจะเป็นการสำรวจและศึกษาจากเอกสาร ดังนี้

(1) ข้อมูลทุติยภูมิ ซึ่งเป็นเอกสารต่างๆ ที่ได้รวบรวมไว้แล้ว อาทิ หนังสือตำราเกี่ยวกับผักพื้นบ้านต่างๆ ในประเทศไทย ตำราอาหารพื้นบ้านในภาคใต้ ตลอดจนบทความต่างๆ ตามนิตยสาร วารสาร วิทยานิพนธ์ และสารนิพนธ์ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

(2) ข้อมูลปฐมภูมิ ทำการสอบถามจากผู้ผลิต ผู้ดำเนินการตลาด และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องต่างๆ ในตลาดท้องถิ่นจังหวัดต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับผักพื้นบ้านภาคใต้ ซึ่งครอบคลุมถึงวิธีการตลาด รูปแบบการซื้อขาย ปริมาณการซื้อขาย ตลอดจนการใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่างๆ จากผักพื้นบ้านในภาคใต้ โดยทำการสำรวจตลาดผัก ในจังหวัดต่างๆ ของภาคใต้ ทำการสอบถามข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับผักพื้นบ้าน ที่มีอยู่ตามท้องถิ่นต่างๆ ในแต่ละจังหวัด การตลาดผักพื้นบ้านที่มีอยู่ในปัจจุบัน ตลอดจนแนวทางการประชาสัมพันธ์ และทำการเก็บภาพถ่ายต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ อาทิ ภาพผักพื้นบ้านในท้องถิ่น ที่วางขายในตลาดต่างๆ เป็นต้น

3) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามถึงโครงสร้าง ที่ครอบคลุมประเด็นการตลาด ได้แก่ ชนิดผัก ราคาซื้อขาย ปริมาณการซื้อขาย แหล่งที่มา ฤดูกาลที่มีผลผลิต และการใช้ประโยชน์ การบันทึกข้อมูลโดยการใช้กล้องถ่ายรูปดิจิทัล และสมุดบันทึก

4) การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสำรวจ โดยใช้สถิติพรรณนา อาทิ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และใช้วิธีการวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลจากเอกสารที่ได้ศึกษาไว้แล้ว โดยเน้นให้เห็นถึงวิธีการตลาด รูปแบบการซื้อขาย ปริมาณการซื้อขาย ตลอดจนการใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่างๆ จากผักพื้นบ้านในภาคใต้ เพื่อให้เป็นที่เข้าใจต่อกลุ่มผู้สนใจในระดับกว้างขึ้น

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้กำหนดประเด็นการศึกษาอยู่ในขอบเขตของผักพื้นบ้านที่มีอยู่ตามตลาดต่างๆ ในภาคใต้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งใน 11 จังหวัดภาคใต้ ดังกล่าวแล้วข้างต้น โดยทำการศึกษาช่วงเดือนตุลาคม พ.ศ. 2551 ถึงเดือนมีนาคม พ.ศ. 2552

ผลการวิจัย

1) ชนิดและปริมาณการขายผักพื้นบ้าน

จากการสำรวจตลาดผักพื้นบ้านในจังหวัดต่างๆ ของภาคใต้ รวม 11 จังหวัด พบชนิดผักพื้นบ้านที่มีการนำมาวางขายในตลาด ซึ่งเป็นตลาดสดเทศบาลของแต่ละจังหวัดเป็นหลัก ชนิดผักพื้นบ้านที่พบมากกว่า 10 ชนิด และที่พบมาก 10 อันดับแรก ได้แก่ ผักแว่น(บัวบก) ใบชะพลู ใบโหระพา ผักกูด ยอดหมู ผักเหรียง(ผักเหมียง) ใบชะมวง มันปู ผักหวาน และใบรา ตามลำดับ (ตารางที่ 2)

ลักษณะการขายผักพื้นบ้าน โดยส่วนใหญ่พ่อค้าแม่ค้ามักจะทำเป็นมัดหรือกำ (น้ำหนักประมาณ 1-2 ชีด ขึ้นอยู่กับลักษณะผักพื้นบ้าน) จากการสำรวจปริมาณการขายผักพื้นบ้าน โดยเฉพาะ ชนิดผักที่พบมาก 10 อันดับแรก พบว่า ผักเหรียงหรือผักเหมียง มีปริมาณการขายเฉลี่ยมากที่สุด คือ 83.33 มัดต่อวัน ทั้งนี้ผักดังกล่าวพบมากในตลาดสดของจังหวัดชุมพร ระนอง พังงา และภูเก็ต และส่วนใหญ่จะเป็นลักษณะการขายส่ง ส่วนผักพื้นบ้านชนิดอื่นๆ มีการวางขายในปริมาณดังตารางที่ 2 ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับฤดูกาล และปริมาณผักพื้นบ้านที่ออกสู่ตลาดด้วย

ตารางที่ 2 ชนิดและปริมาณการขายผักพื้นบ้านที่มีการนำมาวางขายในตลาด 10 อันดับแรกที่สำรวจพบมากที่สุด

ชนิดผักพื้นบ้าน	จำนวน (n=79)	ร้อยละ	ปริมาณการขายเฉลี่ย (มัด/กำ)
ผักแว่น/บัวบก	17	21.52	39.17
ชะพลู	13	16.46	52.86
ใบโหระพา	13	16.46	33.75
ผักกูด	12	15.19	31.25
ยอดหมู	11	13.92	25.00
ผักเหรียง	11	13.92	83.33
ชะมวง	9	11.39	36.00
มันปู	9	11.39	30.00
ผักหวาน	8	10.13	35.00
ใบรา	8	10.13	28.33

2) รูปแบบการซื้อขายและราคาซื้อขายผักพื้นบ้าน

การซื้อขายผักพื้นบ้านนั้น ทุกๆ ตลาดในแต่ละจังหวัดจะมีลักษณะการซื้อขายคล้ายคลึงกันใน 2 ลักษณะ คือ การขายปลีก และการขายส่ง

การขายปลีก สามารถแบ่งลักษณะของการขายออกเป็น 2 ลักษณะ

โดยลักษณะแรก แม่ค้าที่นำเอาผักพื้นบ้านจากการรวบรวมในแหล่งต่างๆ หรือแม่ค้าที่นำผลผลิตของตนเอง มาวางขายที่แผงขายชั่วคราว เช่น ริมฟุตบาทถนน ลักษณะที่สอง แม่ค้าแผงลอยถาวรในตลาด ซึ่งแผงเหล่านี้ จะรับผักพื้นบ้านจากแม่ค้าขายส่งอีกทอดหนึ่ง การขายผักพื้นบ้านมักขายเป็นมัดหรือกำ (น้ำหนักประมาณ 1 – 2 ชีด ขึ้นอยู่กับชนิดผัก) โดยที่ราคาซื้อกับราคาขายนั้นแตกต่างกันไม่เกิน 2 บาท/กำ ซึ่งจากการสำรวจพบว่า ผักพื้นบ้านที่รับมาขายในราคาเฉลี่ย 2 - 3 บาท/กำ และขายต่อในราคาเฉลี่ย 4 – 5 บาท/กำ (ตารางที่ 3)

การขายส่ง เป็นลักษณะการซื้อขายของพ่อค้าแม่ค้าที่ทำการรวบรวมผักพื้นบ้านจากแหล่งต่างๆ มาขายในปริมาณมาก โดยขายเหมาเป็นถุง ๆ ละหลายร้อยกำ โดยราคาขึ้นอยู่กับปริมาณและชนิดผัก ผักที่ขายในลักษณะดังกล่าวนี้จะถูกกระจายไปยังแผงผักขายปลีก ในตลาด หรือขายให้แม่ค้าขายขนมจีน ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง เป็นต้น

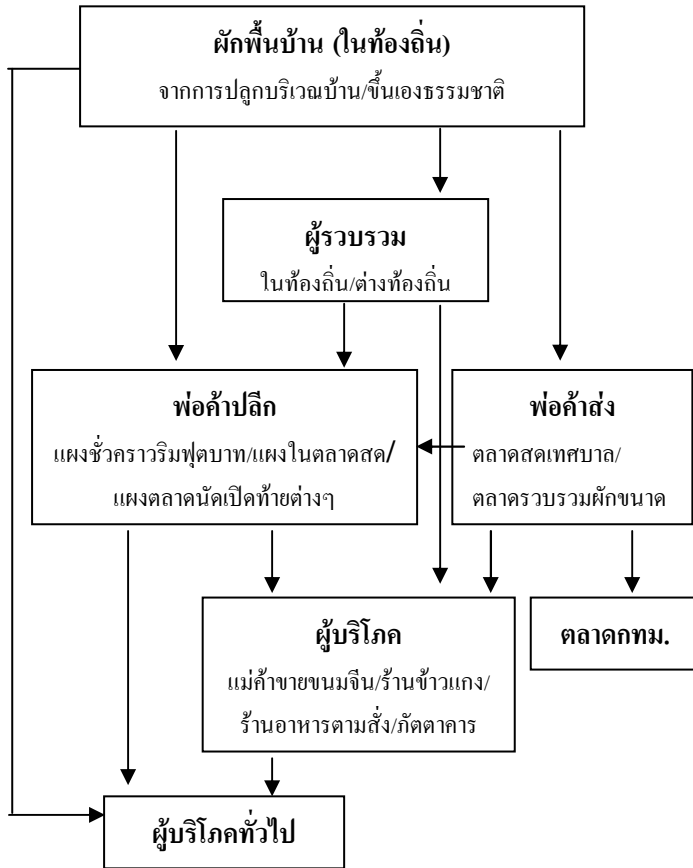
ตารางที่ 3 ราคาซื้อ – ขาย(ปลีก) ผักพื้นบ้านตามตลาดสำคัญๆ ในจังหวัดต่างๆ ของภาคใต้

ชนิดผักพื้นบ้าน	ราคาซื้อเฉลี่ย (บาท/กำ)	ราคาขายเฉลี่ย (บาท/กำ)
ผักแว่น/บัวบก	2.73	4.26
ชะพลู	2.69	3.81
ใบโหระพา	2.58	4.00
ผักกูด	3.67	5.50
ยอดหมุย	3.81	4.63
ผักเหลียง	5.04	6.25
ชะมวง	2.96	4.17
มันปู	3.92	4.79
ผักหวาน	2.30	4.05
ใบรา	2.54	3.58

3) วิธีการตลาดผักพื้นบ้าน

ผักพื้นบ้านที่เข้าสู่ตลาดสดเทศบาลหรือตลาดต่างๆ ในเมืองของแต่ละจังหวัด มักจะถูกรวบรวมมาจากแหล่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นต่างอำเภอในจังหวัดเดียว หรือต่างอำเภอของจังหวัดใกล้เคียง เช่น ผักพื้นบ้านที่ขายในตลาดโพธิ์หวาย อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นผักที่มาจากหลากหลายพื้นที่ในภาคใต้ ผักพื้นบ้านที่ตลาดภักดีและตลาดสดเทศบาล จังหวัดระนอง เป็นผักที่มาจากอำเภอใกล้เคียง เช่น อำเภอกะเปอร์ หรือจากประเทศ

พม่า หรือผักพื้นบ้านที่วางขายในตลาดสดเทศบาลฯ เป็นผักที่ถูกส่งมาจากจังหวัดพัทลุง เป็นต้น (อยุทธิ์ นิสสกา และคณะ, 2551)



ภาพที่ 1 วิธีการตลาดผักพื้นบ้านในภาคใต้

จากภาพที่ 1 แสดงวิธีการตลาดผักพื้นบ้านในภาคใต้ จะเห็นว่าช่องทางการเข้าสู่ตลาดนั้น มีหลายช่องทาง ได้แก่

- 1) ผู้บริโภคซื้อโดยตรงจากผู้ปลูกหรือเก็บหาตามธรรมชาติ ซึ่งลักษณะนี้จะเป็นรูปแบบที่ผู้ปลูกหรือเก็บหาตามธรรมชาติ เป็นผู้นำผักพื้นบ้านออกมาจำหน่ายในตลาดด้วยตัวเอง ลักษณะการซื้อขายดังกล่าวมักจะเจอในตลาดสดทั่วไป ทั้งขนาดเล็กและใหญ่ โดยที่ผู้บริโภคจะมีทั้งผู้บริโภคทั่วไป และผู้บริโภคที่เป็นแม่ค้าขายขนมจีน ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง ภัตตาคารต่างๆ ซึ่งนำผักต่างๆ ไปใช้ประโยชน์ต่อตามลักษณะของกิจการต่อไป
- 2) ผู้รวบรวม ทั้งในท้องถิ่น/ต่างท้องถิ่น ซึ่งทำหน้าที่รวบรวมผักพื้นบ้านจากผู้ปลูกหรือเก็บหาตามธรรมชาติ ส่งต่อไปยังผู้ค้าปลีก ค้าส่ง และผู้บริโภคที่เป็นแม่ค้าขายขนมจีน ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง ภัตตาคารต่างๆ เป็นต้น
- 3) พ่อค้าปลีก ที่เป็นแผงชั่วคราวริมฟุตบาท/แผงในตลาดสด/แผงตลาดนัดเปิดท้ายต่างๆ ผู้ดำเนินการตลาดดังกล่าวนี้จะรับผลผลิตผักพื้นบ้านจากหลากหลายแหล่ง ไม่ว่าจะเป็นผู้ผลิตโดยตรง ผู้รวบรวม พ่อค้าส่ง แล้วขายต่อ

ให้แก่ผู้บริโภค ทั้งผู้บริโภคทั่วไป และผู้บริโภคที่เป็นแม่ค้าขายขนมจีน ร้านข้าวแกง ร้านอาหารตามสั่ง ภัตตาคาร ต่างๆ

4) พ่อค้าส่ง ที่ตลาดสดเทศบาล/ตลาดรวบรวมผักขนาดใหญ่ ผู้ดำเนินการตลาดในลักษณะดังกล่าวนี้ส่วนใหญ่จะรับผลผลิตผักพื้นบ้านจากผู้รวบรวมเป็นหลัก และกระจายผลผลิตไปยังกลุ่มผู้บริโภคต่างถิ่น เช่น ตลาดในกรุงเทพฯ หรือต่างจังหวัด เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม ในการศึกษาครั้งนี้ ไม่สามารถคำนวณสัดส่วนทางการตลาดตามวิธีการตลาดได้ ทั้งนี้เนื่องจากไม่ทราบจำนวนประชากรที่ชัดเจน จึงนำเสนอให้เห็นการศึกษาในลักษณะกว้างๆ ของวิธีการตลาด

4) การใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่างๆ จากผักพื้นบ้านในภาคใต้

สำหรับการใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้านนั้น จากการสอบถามผู้ผลิต/ผู้ปลูก และพ่อค้า แม่ค้าในตลาดต่างๆ พบว่า มีทั้งรับประทานสด (เป็นผักแนมกินกับน้ำพริก ขนมจีน) อาทิเช่น ผักแว่น(บัวบก) ถั่วพู ผักแขยง ลูกฉิ่ง ผักชีล้อม ดอกไม้ น้ำลำเท็ง ยอดเทียม สะเดา ดอกคำพู ยอดขี้หนอน ยอดมะม่วงหิมพานต์(ยอดกาหย้) ผักเสี้ยนดอง ยอดจิก ยอดกระถิน ออติบ(ทางโทน) ผักกาดนกเขา ย่านพาโหม ใบแมงลัก มันปู ใบโหระพา ยอดหมรุษ ผักเหริย/ผักเหมียง ผักบั้ง ลูกแว้ง(มะเขือพวง) ลูกเนียง สะตอ มะเขือเปาะ(มะเขืออ้อร้อ) ชะอม ผักกระถิน(สะตอเบา) เป็นต้น และเป็นส่วนประกอบในอาหารต่างๆ ทั้งต้ม แกง ผัด อาทิเช่น บวบหอม ผักจันทร์หอม ถั่วฝักยาว ใบส้มหมั่ว หัวปลี ยอดมัน เพกา มันลำปะหลัง(หัวมันไม้) เผือก(หัวบอนบ้าน) มะขามอ่อน เห็ดแครง หน่อป่า ผักห่ม ส้มป่อย ใบยี่ห่วย ผักปริง เห็ดโคน ลูกกระเจียบ ผักกระเจด มันจี่หนู ขมิ้นขาว ตะลิงปลิง กระชาย ดาหลา ผักโขม ส้มเขาคัน ขี้ใต้ หยวกกล้วยเถื่อน บอนส้ม พริกไทย ลูกจากดอง มะปริง ตะไคร้ ใบเล็บครุฑ ใบชุมเห็ดฟ้า ใบเคย ย่านนาง มะมุด ไหลบอน ใบขี้เหล็ก ใบส้มป่อย หน่อเหริย ชะพลู ชะมวง ใบมะกรูด ผักกูด ตำลึง ลูกมะระขี้นก ยอดแค มะไฟ ผักหวาน ใบเล็บรอก ผักหนาม พริกขี้หนูสด เห็ดเหมีด ระกำ หน่อไม้(หน่อตง) ปลูดกะทือ ใบกระเจียบ ยอดฟักทอง บุก ฟักทอง เป็นต้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับรายการอาหารและความชอบของผู้บริโภค นอกจากนั้นผักพื้นบ้านมีคุณเป็นยา ผักบางชนิดกินรักษาโรคได้ โดยไม่จำเป็นต้องใช้ยาแผนปัจจุบัน

สรุปและข้อเสนอแนะ

จากความสำคัญของผักพื้นบ้านที่เป็นทั้งอาหารและยารักษาโรค เป็นผักที่มีคุณค่าควรแก่การอนุรักษ์ ยืนยันได้จากความหลากหลายของชนิดผักพื้นบ้านในตลาดต่างๆ ของจังหวัดในภาคใต้ การดำเนินการวิจัยทางด้านการตลาดผักพื้นบ้าน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ เพื่อให้เห็นถึงการใช้ประโยชน์ของพันธุ์ผักพื้นบ้านของภาคใต้ด้านการบริโภค ด้านการตลาด ที่ครอบคลุมถึงวิธีการตลาด รูปแบบการซื้อขาย ตลอดจนการใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่างๆ จากผักพื้นบ้านในภาคใต้นั้น เป็นประเด็นที่ต้องทำการศึกษา โดยมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาการตลาดผักพื้นบ้านในภาคใต้ ที่ครอบคลุมวิธีการตลาด รูปแบบการซื้อขาย ตลอดจนการใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่างๆ จากผักพื้นบ้านในภาคใต้ และ 2) เพื่อเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ผลการวิจัย เข้าสู่กลุ่มประชาชนเป้าหมายหลากหลายประเภท ให้เห็นความสำคัญของผักพื้นบ้านในแง่ของการดำรงชีพของประชาชนในท้องถิ่น

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย ผู้ผลิต ผู้ดำเนินการตลาด อาทิ พ่อค้า-แม่ค้าส่งและปลีก พ่อค้า-แม่ค้าที่ใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้าน ซึ่งอยู่ในขอบเขตของ 11 จังหวัดภาคใต้ โดยสุ่มตัวอย่างแบบสะดวก ได้

จำนวนทั้งสิ้น 79 ราย ใช้แบบสอบถามถึงโครงสร้าง เป็นเครื่องมือหลักที่ใช้ในการวิจัย ทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติพรรณนา เช่น ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และใช้วิธีการวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลจากเอกสารที่ได้ศึกษาไว้แล้ว ผลการศึกษาพบว่า ชนิดผักพื้นบ้านที่พบบ่อยกว่า 100 ชนิด และที่พบบ่อย 10 อันดับแรก ได้แก่ ผักแว่น(บัวบก) ใบชะพลู ใบโหระพา ผักกูด ยอดหอย ผักเหลียง ใบชะมวง มันปู ผักหวาน และใบรา ตามลำดับ โดยปริมาณการขายผักต่างๆ เหล่านี้ ขึ้นอยู่กับฤดูกาล และปริมาณที่ผู้ผลิตนำออกสู่ตลาด ซึ่งผักเหียงเป็นผักพื้นบ้านที่นำออกสู่ตลาดในปริมาณมากที่สุด สำหรับลักษณะการขายผักพื้นบ้าน พบว่า มีทั้งขายปลีกและส่ง โดยผู้ค้ามักจะขายในลักษณะมัดเป็นกำๆ น้ำหนักประมาณ 1-2 ชีด ซึ่งมีราคาซื้อขายระหว่าง 2 – 3 บาท และขายปลีกอยู่ระหว่าง 4 – 5 บาท โดยมีส่วนต่างไม่เกิน 2 บาทต่อมัด

สำหรับวิถีการตลาดผักพื้นบ้านในภาคใต้ นั้น พบว่ามีช่องทางของผักพื้นบ้านจากผู้ผลิตไปจนถึงผู้บริโภคได้ 4 ช่องทาง และการใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้านนั้น มีทั้งใช้เป็นอาหารและยารักษาโรค โดยที่การใช้ประโยชน์จากอาหารนั้นใช้ทั้งในลักษณะรับประทานสด และประกอบในอาหารต่างๆ ทั้งการต้ม แกง ผัด เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาจะเห็นได้ว่า ผักพื้นบ้านได้ถูกนำมาวางขายตามตลาดต่างๆ อย่างหลากหลายชนิด ทั้งที่ปลูกได้เองและเก็บจากธรรมชาติ ในปริมาณที่ขึ้นอยู่กับฤดูกาล และความสามารถของผู้ผลิตที่จะนำมาวางจำหน่ายได้ ซึ่งในการออกสู่ตลาดของผักพื้นบ้านมีวิถีหรือช่องทางได้หลายช่องทาง คล้ายคลึงกับผักตลาดทั่วไป แสดงให้เห็นถึงประโยชน์ในแง่เศรษฐกิจของครัวเรือน และการดำรงชีพของประชาชนในท้องถิ่นอย่างพอเพียงจากการนำพืชผักพื้นบ้านมาจำหน่าย ดังนั้นจากผลการศึกษาดังกล่าว ควรมีการส่งเสริมจากภาครัฐและปัจเจกชนอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องเนื่องกับการผลิต เพื่อรองรับความต้องการในการบริโภคผักพื้นบ้าน โดยต้องเป็นไปในทิศทางที่เหมาะสมตามสภาพแวดล้อมการมีอยู่ของผักพื้นบ้านแต่ละชนิด ทั้งนี้เพื่อความหลากหลายของพันธุ์ผักที่มีอยู่ในท้องถิ่น และสร้างความยั่งยืนทางอาหารให้เกิดขึ้นในท้องถิ่นต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ บุญเรียง ชูชัยแสงรัตน์ และกัญจนา ดิวิเศษ. 2548. ผักพื้นบ้านภาคใต้. กรุงเทพฯ: โครงการพัฒนาตำรา สถาบันการแพทย์แผนไทย มูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนา.
2. อยุทธิ์ นิสสกา เสมอใจ ชื่นจิตต์ และสุชีรา แก้วรักษ์. 2551. ลุยตลาดผักพื้นบ้าน 14 จังหวัดภาคใต้. วารสารเคหการเกษตร. 32(9) กันยายน 2551: 155 – 160.

ภาคผนวกที่ 15

ตัวอย่างภาพนักเรียนประกวดวาดภาพผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้



ภาพกิจกรรมการประกวดวาดภาพพืชผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองในงานเกษตรภาคใต้ ครั้งที่ 16

ภาคผนวกที่ 16

บทความนำเสนอในที่ประชุม เรื่อง

An Analytic Hierarchy Process (AHP) Approach for the identification of Unique and Indigenous Vegetables of Southern Provinces in Thailand – a Key to Promote Tropical Bio-diversity

Ayut Nissapa¹, Pimyada Saeleaw², Suchira Kaewrak¹ and Samerjai Chuenjit¹

¹ Faculty of Natural Resources, Prince of Songkla University, Hat Yai, Songkhla, THAILAND

² IMT-GT center, Prince of Songkla University, Hat Yai, Songkhla, Hat Yai, THAILAND

Abstract

Indigenous vegetables in southern Thailand have been widely utilized in various forms of food, medicine and other uses. They are components of local vegetation bio-diversity. Their essence to support life can be maintained through popularization of their contributions to human and the environment. Each southern province has unique and indigenous vegetables, which may not be known to the outside provinces. Local key informants were identified using purposive and snowball selection, and interviewed schedules using semi-structured questionnaires. The analytical tool was the Analytic Hierarchy Process containing goal, criteria and choices of predetermined indigenous vegetables or alternatives. Each province has its dominant vegetables selected on the basis of these criteria for example, Liang (*Gnetum gnemon*) is a unique vegetable for Phuket province and Aueng Nam (*Polygonum tomentosum*) is for Phatthalung province. It is expected that when these unique provincial vegetables made widely known. Consequently, they will create perception among general consumers who will in turn have demand for them and stimulate cultivation for their supply. Their existence is expected to remain.

Key words: Analytic Hierarchy Process, indigenous vegetables, tropical bio-diversity, Thailand

Introduction

Indigenous vegetables are edible components of bio-diversity, especially in tropical regions of the world. They constitute as major food ingredients of local households particularly for those in a poorer section of the economy (Nissapa *et al.*, 2008; Jiramonkolkarn, 2004a). Thai culinary diets have been developed and evolved around the intensive combinations of local vegetables and spices, most of them are indigenous. Unusual and incredibly pungent vegetables have been consumed in Thailand especially in the south Thailand and become a unique dining culture in the region (Institute of Thai Traditional Medicine, 1999; Yadfon Foundation *et al.*, 1997; Suchaxaya, 1996).

Fast food culture, extensive advertisement and campaigns to promote foreign food and eating habits, along with increasing forest degradation and invasive development on harvesting grounds of local vegetables have led to lacks of awareness of indigenous vegetables among present and younger generations, reduction of their present and potential

uses, and eventually losses of the species (Nissapa *et al.*, 2009; Jiramonkolkarn, 2004b; Suchaxaya, 1996).

This study aims at identifying uniquely and provincially specific indigenous vegetables of 11 southern provinces of Thailand. The outcomes of the research are expected to be useful for public campaigns in each province to encourage general population to have increasing awareness of their culture and bio-diversity endowments. The process of this study could be a mechanism for the conservation of unique and rich vegetation of tropical bio-diversity of Thailand.

Materials and Methods

Eleven (out of 14) southern provinces of Thailand were sites of the study for the identification of the provincial-specific indigenous vegetable. Purposive and snow-ball selections of key informants were used. These key informants were academic and knowledgeable persons in the provinces. There were two groups of the informants, namely provincial academics who have knowledge and experiences on criteria for the identification and provincial elderly and knowledgeable persons who have acquaintance with the existence and uses of the indigenous vegetables.

Analytic Hierarchy Process (AHP) is a theory of measurement through pair-wise comparisons and relies on the judgements of experts to derive priority scales. The derived priority scales are synthesized by multiplying them by the priority of their parent nodes and scaling for all such nodes (Saaty, 2008). The AHP involves subjective evaluation of the criteria and alternatives for the identification and decision making, which spatially and temporally specific.

The process of data collection is as follow:

- 1) literature reviews on indigenous vegetables in each province through books, published documents, web sites, *a priori* information and personal investigation with local people to obtain knowledge on the subjected studied,
- 2) identification of academics and knowledgeable persons who have knowledge and experiences on criteria for the identification of indigenous vegetables via purposive selection,
- 3) interviews with these informants using semi-structured questionnaires to verify the criteria and obtain their relative importance using the AHP method,
- 4) identification of elderly and knowledgeable informants of each province via purposive and snowball selection procedures,
- 5) interviews with these informants to verify *a priori* list of the provincial indigenous vegetables and short-list them to five species as alternatives, and
- 6) interviews with these informants using semi-structured questionnaires and to obtain set of pair wise comparisons of these species alternatives with respect to the above- identified criteria using the AHP method.

The analytic hierarchy for the identification of unique indigenous vegetables in southern Thailand is arranged as shown in Figure 1. The criteria and alternatives of the indigenous vegetables were identified from the above process of data collection. There were four criteria, namely, specificity of the vegetables, if they were well known, if they were widely used, and length of existence in the province. The short-listed names of the vegetables were obtained from *a priori* information, cross-checked by the interviews of local informants

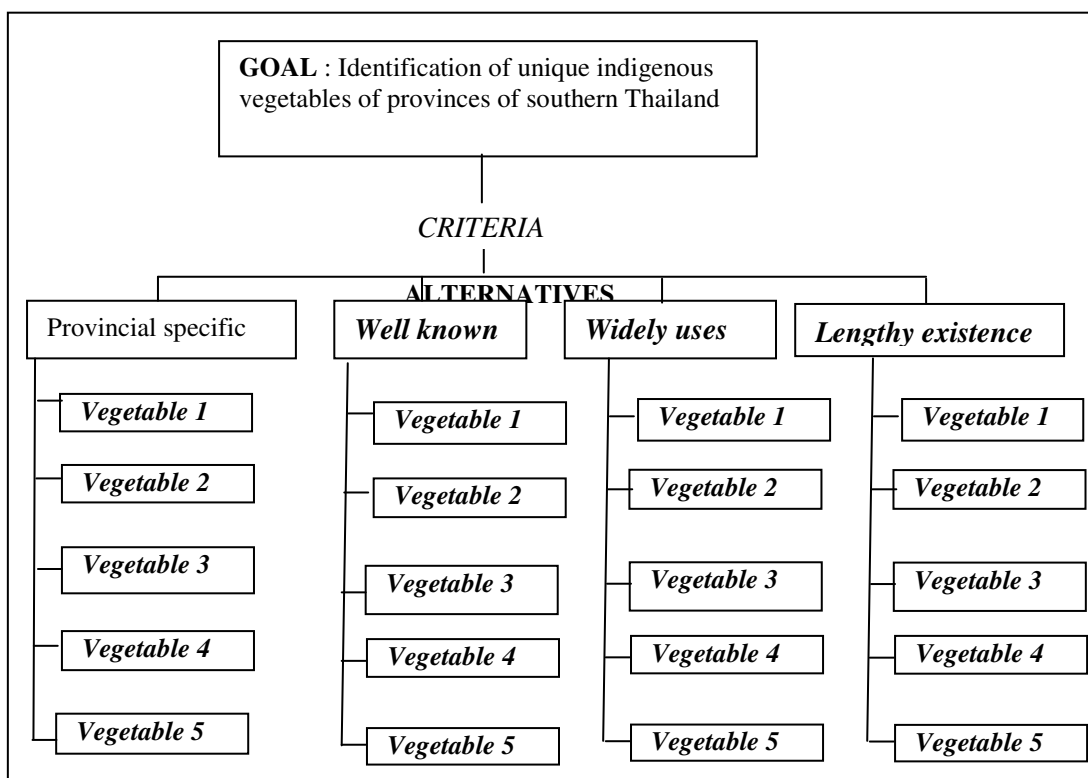


Figure 1: Hierarchical structure containing criteria and alternatives for the identification of unique and indigenous vegetables in southern Thailand

The data were analyzed using pair wise comparisons of their relative importance in the analytical procedures of the AHP methods as shown in Saaty (2008), Saaty and Vargas (2000) and Tansirimongkol (1999).

Results and Discussion

Table 1 presents identification results of five short-listed indigenous vegetables in each southern province of Thailand. In addition, many key informants indicated that there should be a longer list of the unique vegetables. Some of them could be identified as unique in a smaller political or administrative boundary such as sub-district or district. This indicated that there were many more indigenous vegetables in southern Thailand that had not been known to outsiders from other sub-district or district, not mentioning the province. The richness in bio-diversity of this region is still unknown to some extent.

It is observed that some vegetables were indicated as unique in more than one province. Such indications showed an unlimited boundary of plant propagation through human intervention. Many of them are not truly indigenous because of its long history of origin. But their existence and availability for a period more than one generation could impress the local people as theirs, which culturally was not a crucial misidentification assumed in this study.

Table 1: Identification of five indigenous vegetables in each southern province of Thailand.

Sr. No.	Province ¹	Local ² and scientific names	AHP scores
1	Chumphon	1. Som Paen 2. Liang or Miang (<i>Gnetum gnemon</i>) 3. Phum or Mak Mook (<i>Champereia manillana</i>) 4. Samed Chun (<i>Syzygium gratum</i>)	0.323 0.286 0.266 0.130
2	Ranong	1. Koud (<i>Diplazium esculentum</i>) 2. Liang or Miang (<i>Gnetum gnemon</i>) 3. Kum (<i>Crateva adansonii</i>) 4. Phum or Mak Mook (<i>Champereia manillana</i>) 5. Krajeep (<i>Hibiscus sabdariffa</i>)	0.229 0.222 0.214 0.214 0.121
3	Surat Thani	1. Ra Nam 2. Chee Kre 3. Buk Kiang (<i>Amorphophallus paeoniifolius</i>) 4. Lab Rok	0.285 0.266 0.243 0.206
4	Nakhon Si Thammarat	1. Jaak (<i>Nypa fruticans</i>) 2. Tan Tanod (<i>Borassus flabellifer</i>) 3. Lam Phu 4. Lam Theng (<i>Stenochlaena palustris</i>) 5. Fabb (<i>Terminalia tripteroides</i>)	0.301 0.238 0.167 0.166 0.128
5	Phang-nga	1. Mhrui (<i>Micromelum combodiana</i>) 2. Liang or Miang (<i>Gnetum gnemon</i>) 3. Phai Tong (<i>Dendrocalamus asper</i>) 4. Koud (<i>Athyrium esculentum</i>) 5. Phum or Mak Mook (<i>Champereia manillana</i>)	0.232 0.221 0.197 0.185 0.165
6	Trang	1. Fabb (<i>Terminalia nigrovenulosa</i>) 2. Khee Lek (<i>Cassia siamea</i>) 3. Phum or Mak Mook (<i>Champereia manillana</i>) 4. Kra Pho (<i>Licuala malajana</i>) 5. Tu-deh (<i>Lepionurus sylvestris</i>)	0.218 0.212 0.208 0.187 0.174
7	Phatthalung	1. Aueng Nam (<i>Polygonum tomentosum</i>) 2. Kra-don (<i>Careya sphaerica</i>) 3. Sai Bua (<i>Nymphaea lotus</i>) 4. Rin 5. Hwa	0.282 0.236 0.187 0.151 0.144
8	Krabi	1. Sai Thale (<i>Caulerpa racemosa</i>) 2. Tu-deh (<i>Lepionurus sylvestris</i>) 3. Phum or Mak Mook (<i>Champereia manillana</i>) 4. Yum Yae 5. Saen Ban (<i>Cleome gynandra</i>)	0.275 0.231 0.199 0.151 0.142
9	Phuket	1. Liang or Miang (<i>Gnetum gnemon</i>) 2. Het Chan Mark 3. Ga-yee (<i>Anacardium occidentale</i>) 4. Kluai Theun (<i>Musa acuminata</i>) 5. Som Poai (<i>Acacia rugata</i>)	0.246 0.238 0.183 0.181 0.151
10	Satun	1. Tu-deh (<i>Lepionurus sylvestris</i>) 2. Ta Pet Ta Gai (<i>Ardisia polycephala</i>) 3. Teaw (<i>Cratoxylum formosum</i>) 4. Phum or Mak Mook (<i>Champereia manillana</i>) 5. Rieang (<i>Parkia timoriana</i>)	0.223 0.216 0.195 0.187 0.173
11	Songkhla	1. Leap (<i>Ficus lacur</i>) 2. Teaw (<i>Cratoxylum formosum</i>) 3. Tum Lung (<i>Coccinia grandis</i>) 4. Jum Klai 5. Phum Rieang	0.224 0.206 0.193 0.187 0.187

Note: ¹Yala, Narathiwat and Pattani Provinces were not included. ² Local names were names commonly used in the province.

Table 2 summarizes the first and second unique vegetables of the eleven provinces. It is observed that some vegetables (Liang (*Gnetum gnemon*) and Tu-deh (*Lepionurus sylvestris*)) were claimed as the first and second ranks in more than one province. This might indicate the vegetables' increasingly popularity determined by the key informants based on the pre-determined criteria. Similarly as in the case of Phum (*Champereia manillana*) in Table 1 that it was short-listed in the top five in six provinces. Its uniqueness was increasingly aware.

Table 2: Uniquely and provincially indigenous vegetables in southern Thailand

Sr. No.	Province	First unique vegetable	Second unique vegetable
1	Chumphon	Som Paen	Liang or Miang (<i>Gnetum gnemon</i>)
2	Ranong	Koud (<i>Diplazium esculentum</i>)	Liang or Miang (<i>Gnetum gnemon</i>)
3	Surat Thani	Ra Nam	Chee Kre
4	Nakhon Si Thammarat	Jaak (<i>Nypa fruticans</i>)	Tan Tanod (<i>Borassus flabellifer</i>)
5	Phang-nga	Mhrui (<i>Micromelum combodiana</i>)	Liang or Miang (<i>Gnetum gnemon</i>)
6	Trang	Fabb (<i>Terminalia nigrovenulosa</i>)	Khee Lek (<i>Cassia siamea</i>)
7	Phatthalung	Aueng Nam (<i>Polygonum tomentosum</i>)	Kra-don (<i>Careya sphaerica</i>)
8	Krabi	Sai Thale (<i>Caulerpa racemosa</i>)	Tu-deh (<i>Lepionurus sylvestris</i>)
9	Phuket	Liang or Miang (<i>Gnetum gnemon</i>)	Het Chan Mark
10	Satun	Tu-deh (<i>Lepionurus sylvestris</i>)	Ta Pet Ta Gai (<i>Ardisia polycephala</i>)
11	Songkhla	Leap (<i>Ficus lacor</i>)	Teaw (<i>Cratoxylum formosum</i>)

Conclusions

Indigenous vegetables provide Thai people especially in southern Thailand with multiple values and nutritional advantages particularly for their uses in daily diets. They are abundant in the wild and generally have no price tag on them. Their existence is crucial for maintaining rich bio-diversity in southern Thailand. The identification of their uniqueness and provincial specificity is expected to raise awareness of their values and importance of their beings as nature's gift to mankind, especially to the economically poor households. Appropriate market promotion strategies of these vegetables with cautious concerns over heavy commercialization may help conserving them. Each southern province may promote its unique vegetables to encourage people from other provinces or regions to visit and try their taste. It is believed that the existence of these species could come along with well-aware demand and concerns of consumers.

References

- Institute of Thai Traditional Medicine. 1999. **Southern Thailand's Indigenous Vegetables**. Bangkok: War Veterans Organization Publisher. (in Thai)
- Jiramonkolkarn, U. 2004a. **Indigenous Vegetables 1**. Bangkok: Amarin Printing and Publishing.
- Jiramonkolkarn, U. 2004b. **Indigenous Vegetables 2**. Bangkok: Amarin Printing and Publishing.
- Nissapa, A., S. Chuenjit and S. Kaewrak. 2008. Investigation of indigenous vegetable market of 14 provinces in southern Thailand. **House Agricultural Magazine** 32(9): 155-160. (in Thai)
- Nissapa., A., S. Chuenjit and S. Kaewrak. 2009. Pak Liang in southern Thailand – multiple values and nutritional advantages. **House Agricultural Magazine** 33(9): 200-204. (in Thai)

Saaty, T.L. 2008. Decision making with the analytic hierarchy process. **Int. J. Services Sciences** 1(1): 83-93.

Saaty, T.L. and Vargas, L.G. 2000. **Models, Methods, Concepts and Applications of the Analytic Hierarchy Process**. Boston: Kluwer Academic Publishers.

Suchaxaya, S. 1996. Common Thai vegetables. **Feature Magazine** 12(134): 87-98.

Tansirimongkol, V. 1999. **AHP – The World’s Most Popular Decision Making Process**. Bangkok: Graphic and Printing. (in Thai)

Yadfon Foundation, Appropriate Technology Foundation, Southern Network of Alternative Agriculture and Small Scale Rubber Community Development Project. 1997. **Indigenous Vegetables (South): Alternative Production and Consumption**. Bangkok: War Veterans Organization Publisher. (in Thai)

ภาคผนวกที่ 17

โปสเตอร์บทความนำเสนอในที่ประชุม



โปสเตอร์นำเสนอในงาน BioScience for the Future 2010

ภาคผนวกที่ 18

จดหมายตอบรับโปสเตอร์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้



บันทึกข้อความ

ภาควิชาพัฒนาบัณฑิต
รับที่ 69A
วันที่ 31 พ.ค. 2554
เวลา 10.50

ส่วนราชการ โขง งบการพัฒน์วิจัยและงานวิจัยเพื่อสังคมและกิจการ สาธารณสุขกระทรวงสาธารณสุข โทร. 6223
 ที่ มย 544.04/238 วันที่ 31 พฤษภาคม 2554
 เรื่อง ขอขอเสนอใบเสนอราคาเพื่อซื้อโปสเตอร์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

เรียน หัวหน้าโครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านไม้ผลและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้เพื่อปลูกสร้าง
 ที่ สำนักวิจัยและพัฒนา

ตามที่โครงการรวบรวมและอนุรักษ์พันธุ์ผักพื้นบ้านไม้ผลและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้
 คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ดำเนินมา มีคดีการขอเสนอราคาเพื่อซื้อโปสเตอร์
 พื้นบ้านไม้ผลและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ แก่ บริษัท วิจัยศึกษา และปรึกษาเกษตรอินทรีย์ไป โดยพื้นที่รับ
 กลองของ โขง จ.สงขลา และได้รับความสนใจจากหลายคู่ค้า บริษัท วิจัยศึกษา และ ปรึกษาเกษตรอินทรีย์ (ฝ่ายวิจัย) ในภารกิจกรม
 ศึกษารวบรวมเอกสารจากหน่วยงาน ซึ่งใคร่ขอขอบคุณในความร่วมมือและให้ข้อมูล

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

นางนันทวัน สงงศรี

หัวหน้าโครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านไม้ผลและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้

ภาคผนวกที่ 19
















ตัวอย่างโปสเตอร์ประมวลภาพผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

โครงการประชาสัมพันธ์

พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน

อันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี



 โกลบ บลูโอ โกสเบอร์รี่ ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Physalis peruviana</i> Linn., <i>Physalis angulata</i> Linn. ประโยชน์ :	 โผล่ หรือ ขววด ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Shivomyrsine tomentosa</i> (Jac) Hook. ประโยชน์ :	 แมงคุด ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Mangifera indica</i> L. ประโยชน์ :	 กล้วย ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Musa sapientum</i> Pers. ประโยชน์ :	 ชะงอก ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Artocarpus speciosus</i> Hook. ประโยชน์ :
 จอก ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 คันทวย ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Cleistanthus tomentosus</i> Benth. ประโยชน์ :	 คันทวย ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 คันทวย ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 คันทวย ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Clathrus griseus</i> Linn. var. <i>tenaxus</i> Makino. ประโยชน์ :
 จิ้งเหลน ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 จิ้งเหลน (Sour Sop) ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Azorella biloba</i> L. ประโยชน์ :	 จิ้งเหลน ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 จิ้งเหลน ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 จิ้งเหลน ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Leposiphon rubiginos</i> Lessh. ประโยชน์ :
 บุปผิวนกฟ (Sour Sop) ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Annona muricata</i> Linn. ประโยชน์ :	 ขมขวิด ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 ขมขวิด ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Schizophyllum commune</i> Fr. ประโยชน์ :	 ขมขวิด (Sour Sop) ชื่อวิทยาศาสตร์ : <i>Garcinia speciosa</i> . ประโยชน์ :	 ขมขวิด ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :
 ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :
 ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :	 ชื่อวิทยาศาสตร์ : ประโยชน์ :

โครงการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์พันธุ์ผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้สำหรับประชาชน
คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตพนาชัย จังหวัดสงขลา
<http://www.austres.psu.ac.th/ProjectSite/index.htm>

คณะผู้จัดทำ

รศ.ดร.สุชาติ อธิสภานนท์
ผศ.ดร.เมธี ใจจิตร
รศ.ดร.สมทรง เสงี่ยม
นางสาวสุวิภา แก้วรัตน์

รศ.ดร.วัฒน์ เพชรรัตน์
ผศ.ดร.ปวีณา สีสัน
นางสาวศุภมาส แก้วระวี

ภาคผนวกที่ 20

ตัวอย่างน้ำหนั่งสือผักพื้นบ้านและไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้



ภาคผนวกที่ 21

ประวัตินักวิจัย

1. หัวหน้าโครงการ (ชื่อ-สกุล ภาษาไทย) รศ.ดร. อยุทธ์ นิสสภา
(ชื่อ-สกุล ภาษาอังกฤษ) Assoc. Prof. Ayut Nissapa

คุณวุฒิ/ระดับการศึกษา Ph.D. (Agricultural and Resource Economics)

หน่วยงานที่สังกัด ภาควิชาพัฒนาการเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา

ที่อยู่ ภาควิชาพัฒนาการเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา โทรศัพท์

โทรศัพท์/โทรสาร 0 7428 6131 / **E - mail** : nayut@yahoo.com

2. ผู้ร่วมวิจัย (ชื่อ-สกุล ภาษาไทย) ผศ. เสมอใจ ชื่นจิตต์
(ชื่อ-สกุล ภาษาอังกฤษ) Asst. Prof. Samerchai Chuenchit

คุณวุฒิ/ระดับการศึกษา วท.ม. (โรคพืช)

หน่วยงานที่สังกัด ภาควิชาการจัดการศัตรูพืช คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา

ที่อยู่ ภาควิชาการจัดการศัตรูพืช คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา

โทรศัพท์/โทรสาร 0 7428 6105 **E - mail** : samerchai.c@psu.ac.th

3. ผู้ร่วมวิจัย (ชื่อ-สกุล ภาษาไทย) รศ.ดร. วสันต์ เพชรรัตน์
(ชื่อ-สกุล ภาษาอังกฤษ) Assoc. Prof. Vasun Petcharat

คุณวุฒิ/ระดับการศึกษา Ph.D. (Plant Pathology)

หน่วยงานที่สังกัด ภาควิชาการจัดการศัตรูพืช คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา

ที่อยู่ ภาควิชาการจัดการศัตรูพืช คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา

โทรศัพท์/โทรสาร 0 7428 6106 **E - mail** : vasun.p@psu.ac.th

4. ผู้ร่วมวิจัย (ชื่อ-สกุล ภาษาไทย) รศ.ดร. สมปอง เตชะโต
(ชื่อ-สกุล ภาษาอังกฤษ) Assoc. Prof. Sompong Te-chato
คุณวุฒิ/ระดับการศึกษา Ph.D. (Biotechnology)
หน่วยงานที่สังกัด ภาควิชาพืชศาสตร์ คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.
หาดใหญ่ จ. สงขลา
ที่อยู่ ภาควิชาพืชศาสตร์ คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.
หาดใหญ่ จ. สงขลา
โทรศัพท์/โทรสาร 0 7428 6153 E - mail : sompong.t@psu.ac.th

5. ผู้ร่วมวิจัย (ชื่อ-สกุล ภาษาไทย) ผศ. อิบรอเฮม ยีดำ
(ชื่อ-สกุล ภาษาอังกฤษ) Asst. Prof. Ibrohem Yeedom
คุณวุฒิ/ระดับการศึกษา M. Sc. (Plantation Crops)
หน่วยงานที่สังกัด ภาควิชาพืชศาสตร์ คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.
หาดใหญ่ จ. สงขลา
ที่อยู่ ภาควิชาพืชศาสตร์ คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.
หาดใหญ่ จ. สงขลา
โทรศัพท์/โทรสาร 0 7428 6153 7 E - mail : ibrohem.y@psu.ac.th

6. ผู้ร่วมวิจัย (ชื่อ-สกุล ภาษาไทย) นางสาวศรินรา แม่ไร่
(ชื่อ-สกุล ภาษาอังกฤษ) Ms. Srinara Maeroh
คุณวุฒิ/ระดับการศึกษา B. Sc. (education Technology)
หน่วยงานที่สังกัด ภาควิชาพัฒนาการเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา
ที่อยู่ ภาควิชาพัฒนาการเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา
โทรศัพท์/โทรสาร 0 7428 6133 E - mail : srinara.m@psu.ac.th
