

600



ตำนานและสรรพคุณ
 ของพืชบางอย่าง
 ที่ใช้แก้อาเจียนและอาหาร

โดย
 พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว
 (ม.ร.ว. คึกฤทธิ์ ปราโมช)

อส
 ๖142๓



THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



3961116470



ณอยุธยา

ตำนาน

และ

สรรพคุณของพืชบางอย่าง
ที่ใช้เป็นยาและอาหาร

บุตรและธิดา

พิมพ์สนองคุณในงานพระราชทานเพลิงศพ
ท่านผู้หญิงวงศานาประทีป ท.จ.ว.

[ตาด อิมพิงศ์ ณอยุธยา]

ณเมรุวัดเทพศิรินทราวาส

วันที่ ๑๗ มีนาคม พ.ศ. ๒๔๘๓

วันที่ ๕ / ๓๓๖ / ๒๕๒๖

เลขหนังสือ ๐๕๗๖

เลขที่ ๖๖

๑๐ ๑๔๒ ๓

สมบัติห้องสมุดรัฐสภา

คำปรารภ

ท่านเจ้าพระยาวงศาอนุประพัทธ์ ได้ปรารภกับข้าพเจ้าว่า ในคราวพระราชทานเพลิงพระศพสมเด็จพระสังฆราชเจ้า และเจ้านายอื่นๆ อีกในแล้งน้ำสกนนี้ ท่านมีประสงค์จะจัดการขอรับพระราชทานเพลิงศพ ท่านผู้หญิงวงษาอนุประพัทธ์ (กานิตตยา สนิทวงศ์ ณอยุธยา) เสียด้วย ฉะพระเมรุที่สุสานหลวง วัดเทพศิรินทราวาส.

เมื่อข้าพเจ้าทราบความเช่นนี้ จึงระลึกรู้ว่า สำหรับข้าพเจ้า จำจะต้องร่วมมือกับเพื่อกุศลอะไรสักอย่างหนึ่ง เพื่อส่งผลานสิ่งดีให้แก่ท่านผู้หญิงวงษาอนุประพัทธ์ ตามที่เคยตั้งใจไว้ที่พอต้นทงขวามือหน้าสี่อยู่เรื่องหนึ่ง ซึ่งข้าพเจ้ารวบรวมและเรียบเรียงด้วยตนเอง ได้เก็บบันทึกแจกเป็นญาติพลี เมื่อ

(ข)

ข้าพเจ้าทำบุญวันเกิด ปี พ.ศ. ๒๔๗๕ ครั้งหนึ่ง
พิมพ์ชน ๗๐๐ เล่มไม่พอแจกเพราะต้องส่งไปแจก
เพื่อนฝูงบ้าง ถวายพระภิกษุที่คุ้นเคยบ้าง ถ้า
ข้าพเจ้าจะพิมพ์หนังสืออื่นช่วย ให้ท่านเจ้าภาพ
แจกในงานศพครั้งด้วย อาจเป็นประโยชน์แก่
ผู้ที่ได้รับแจกทั่วกันไม่มากนักน้อย ทั้งจะเป็นการ
สมหวังตามที่ข้าพเจ้าตั้งใจไว้ด้วย.

ในระหว่างที่ข้าพเจ้าปรารถนาอยู่นั้น บังเอิญบรรดา
บุตรและธิดา ท่านผู้หญิงวงसानุประพัทธ์ พวกกันมา
หาหรือการงานที่จะทำสนองคุณมารดา, เมื่อข้าพเจ้า
ปรึกษากิจการบางอย่างแล้ว, หลวงจรัญสนิทวงศ์
หลวงเดชสหกรกับน้องๆ บุตรท่านผู้หญิงวงสา
ก็พูดกันว่า เคยได้รับแจกหนังสือที่ข้าพเจ้าพิมพ์
ช่วยเล่มหนึ่งชื่อ “ตำนานและสรรพคุณของพืช
บางอย่าง” ที่ใช้เป็นยาและอาหารควบกันไปด้วย
นั้น เห็นว่าเป็นคำหรับที่มีประโยชน์แก่ผู้ที่ได้

(ก)

อ่านอยู่มาก ถ้าข้าพเจ้าจะอนุญาตให้พิมพ์ในงาน
ศพท่านมารดาแล้วจะขอบคุณมาก.

เมื่อพวกหลานมาขอเรื่องในเหตุที่ข้าพเจ้าตั้งใจ
อยู่แล้ว ข้าพเจ้ารู้สึกยินดีที่เห็นหลาน ๆ มีความ
ความคิดที่จะให้ประโยชน์แก่ผู้อื่นเช่นนี้ จึงเต็ม
ใจอนุญาตให้ตามประสงค์ โดยรับจะตรวจสอบ
ให้ใหม่ และจะเขียนเพิ่มเติมสิ่งที่นึกได้ภายหลัง
อีกด้วย เพราะเห็นว่าหลาน ๆ เหล่านี้
แต่เยาว์มาก็รักใคร่และนับถือข้าพเจ้าตลอดมาจน
ทุกวันนี้ ทั้งท่านผู้หญิงวงศานุประพัทธ์ผู้เป็นมารดา
ของเด็กเหล่านักบข้าพเจ้า ก็เป็นผู้ที่รักใคร่นับถือ
ซึ่งกันและกันมาเป็นเวลาไม่น้อยกว่า ๔๕—๔๖ ปี
ดังนั้นจึงเป็นเหตุให้บุตรและธิดาของท่าน รักและ
นับถือข้าพเจ้าทุกคน ทั้งข้าพเจ้าก็รักใคร่เอ็นดู
บุตรและธิดาของท่านมา ที่สุดมีหลายคนทั้งข้าพเจ้า
เคยอุ้มชูป้อนเข้ามาแต่เมื่อเป็นเด็ก ๆ .

(๗)

อนึ่งข้าพเจ้ายินดีมากที่บุตรธิดาท่านผู้หญิงวงศานุ
ประพัตถ์ ขอให้พิมพ์สมุดตำนานและสรรพคุณ
ของพืชบางอย่าง ที่ข้าพเจ้าเรียบเรียงขึ้นเป็นครั้งที่
๒ ซึ่งเป็นการสมเหตุสมผลอยู่บ้าง ด้วยเด็ก
เหล่านี้กำเนิดในสกุลสนิทวงศ์ และตำนานที่
ข้าพเจ้าเขียนขึ้นก็เพื่อประสงค์จะเผยแพร่พระเกียรติยศ
ในพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมหลวงวงศาธิราช
สนิท กับพระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์
ซึ่งเป็นเสด็จทวดและเสด็จปู่ของเหล่าเด็กบุตรธิดา
ท่านเจ้าพระยาวงศานุประพัตถ์กับท่านผู้หญิงเป็นต้น
ขอผลานิสงส์ที่จะได้จากหนังสือเล่มนี้ จงเป็น
ผลสำเร็จ จงเป็นผลสำเร็จแก่ ท่านผู้หญิง วงศานุ
ประพัตถ์ สมตามความปรารถนาทุกประการ เทอญฯ

พระเกษมสันต์ ธรรมวณ

ประวัติ

ท่านผู้หญิงวงษาประพัทธ์ ท.จ.ว.

(ตาด สนิทวงศ์ ฌอຍุชยา)

ท่านผู้หญิงวงษาประพัทธ์ มีนามเดิมว่า "ตาด" เป็นธิดาพระยาณรงค์เรืองฤทธิ์ (เอม สิงหเสนี) กับคุณหญิง ขลิบ ณรงค์เรืองฤทธิ์ ได้กำเนิดเมื่อวันที่ ๒๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๔๑๑ มีลำดับสกุลสืบมาดังนี้ คือ

พระยาณรงค์เรืองฤทธิ์ เป็นบุตรของ เจ้าพระยามุขมนตรี (เกตุ สิงหเสนี) ซึ่งเป็นบุตรเจ้าพระยาบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) ต้นตระกูล "สิงหเสนี" และคุณหญิง ขลิบ ณรงค์เรืองฤทธิ์ เป็นธิดาเจ้าพระยาอัครรรณินทร์ (เข็ญ อภัยวงศ์) ผู้สำเร็จราชการเมืองพะตะบอง.

ท่านผู้หญิงวงษาประพัทธ์ เมื่อยังอยู่ในเยาว์วัย
ได้รับการฝึกฝนอบรมในการเรียนจากคุณหญิงขลิบ
ถรงค์เรืองฤทธิ ผู้มารดา เพื่อเป็นแม่เรือนแก่
โอบอ้อมอารีเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ครั้นเมื่อบวชเสก
พ. ศ. ๒๔๓๖ ท่านผู้หญิงวงษาประพัทธ์ได้ทำการ
สมรสกับเจ้าพระยวงษาประพัทธ์ (หม่อมราชวงศ์
สท้าน สนิทวงศ์) ในพระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้า
สายสนิทวงศ์ มีบุตรและธิดา คือ

๑. หลวงจรูญสนิทวงศ์ (หม่อมหลวง จรูญ
สนิทวงศ์) ก่อนถึงแก่กรรม ได้เคยรับราชการใน
กรมรถไฟหลวง.

๒. หลวงจรัญสนิทวงศ์ (หม่อมหลวง จรัญ
สนิทวงศ์) รับราชการในกรมรถไฟหลวง.

๓. หลวงเดชสทกรณ (หม่อมหลวง เดช
สนิทวงศ์) รับราชการในกระทรวงเกษตรธิการ.

๔. หม่อมหลวง อุดม สนิทวงศ์ รับราชการ

ในกรมโยธาเทศบาล.

๕. หม่อมหลวงหญิง แส กฤดากร หม่อมใน
หม่อมเจ้าเสริมสวาสดี กฤดากร โอรสในพระเจ้า
บรมวงศ์เธอ กรมพระนเรศวรฤทธิ.

๖. หม่อมหลวง เกษตร สนิทวงศ์ นายแพทย์
ประจำโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์.

ท่านผู้หญิงวงษาประพัทธ์ เป็นกุลสตรีที่ได้
รับการอบรมมาในสกุลที่ดีผู้หนึ่ง จึงเมื่อถึงคราว
เป็นแม่เรือนก็ได้ปฏิบัติหน้าที่ของท่านมาเป็นอันดี
มีเมตตากรุณาต่อผู้น้อย เคารพนับถือผู้ใหญ่
กตัญญูกตเวทีต่อบุรพการี เลื่อมใสศรัทธาในบุญ
ทานการกุศล เอาใจใส่ทะนุบำรุงและอบรมบุตร
ธิดาให้เติบโตและเจริญขึ้นด้วยวิชาความรู้และคุณ
ความดี มีความพอใจที่ได้เห็นความสามัคคี และ
ถือเป็นที่สำคัญในการสมัครสมานความพร้อมเพรียง
ของวงศ์ญาติและมิตรสหาย เมื่อครั้งมาพักอยู่ใน

(๔)

วังพระวรวัศ์เชอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ ที่ถนน
กรุงเกษม อำเภอป้อมปราบศัตรูพ่าย จังหวัด
พระนคร ก็ได้อยู่ใกล้ชิดพระวรวัศ์เชอ พระองค์
เจ้าสายสนิทวงศ์ ซึ่งได้ทรงพระเมตตาแก่ท่าน
ผู้หญิงวงษานุประพัทธ์ เป็นอันมาก ทั้งนี้เพราะ
คุณธรรมความดีอันมีประจำอยู่ในตัวท่านผู้หญิงเอง
เป็นประจักษ์พะยาน.

เมื่อเดือนเมษายน พ.ศ. ๒๔๗๕ ท่านผู้หญิง
วงษานุประพัทธ์ เริ่มป่วยด้วยโรคกะเพาะอาหาร
พิการ มีอาการนอนไม่หลับอยู่เนืองๆ ก่อนที่
ท่านผู้หญิงจะถึงอนิจกรรม ๒-๓ วัน ได้เรียก
ข้าพเจ้าไปสั่งเสียกิจการบางอย่าง และปรารภแก่
ข้าพเจ้าว่า มีความหวังแต่หม่อมหลวงหญิง แส
กฤดากร ซึ่งเป็นธิดาคนเดียวของท่าน ครั้นถึง
วันที่ ๑๑ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๗๕ เวลา ๒.๒๔ นาฬิกา
ท่านผู้หญิงวงษานุประพัทธ์ก็ถึงอนิจกรรม ในท่าม

(๕)

กลางความเศร้าโศกและว้าเหว่ใจของท่านเจ้าคุณ
สามี และบุตรธิดาญาติมิตรสหาย จำนวนอายุ
ได้ ๖๘ ปี.

ท่านผู้หญิงวงษานุประพัทธ์ ได้รับพระราชทาน
เครื่องราชอิสริยาภรณ์ ทูตียจุลจอมเกล้าวิเศษ
และได้รับพระราชทานหีบหมากกาน้ำและกระโถน
ทองคำ อันเป็นเครื่องยศในตำแหน่งท่านผู้หญิง.

(ลงนาม) พระยาสิทธิศักดิ์สุนิหวงศ์

พระนคร

วันที่ ๓๐ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๔๘๑

ตำนานและสรรพคุณของพืชบางอย่าง
ที่ใช้เป็นยาและอาหาร

อาร์นิกา Arnica

(๑) อาร์นิกา (Arnica) (ชื่อธรรมดาเรียกกล้วยป่าด
เบน (Leopard bane) แปลว่าต้นสังหาญเสือ) เป็น
ชื่อพืชชนิดหนึ่งในจำพวกตฤณชาติ ชนิดที่ใช้
เป็นยาเรียกอาร์นิก้ามอนตানা (Arnica montana) ชื่อ?
ชอบขึ้นในที่ดินปนกรวดทรายและหิน มีมากใน
อเมริกาเหนือ ในยุโรปและเอเชียก็มี ลักษณะใบ
เป็นช่อ ๆ ต้นเตี้ย ดอกใบมีกลิ่นหอม รากเป็นหัว
ขาวๆสีเหลืองเปลือกส้ม แพทย์โดยมากใช้เป็น
ยาทาภายนอกเช่นโรคผิวหนังคันเป็นต้น ความ
จริงข้าพเจ้ายังไม่เคยเห็นต้นสด ๆ เลย ที่ได้กล่าว
ลักษณะไว้นี้ก็โดยอาศัยตรวจเอาไซโกลปีเดีย กกร

เพาะปลูกที่ค้นพบ ข้าพเจ้าพยายามส่งต้นจาก
 อเมริกาหลายคราวแต่ไม่สมประสงค์สักคราวเดียว
 เพราะเจ้าหน้าที่ทางฝ่ายโน้นแจ้งว่าการส่งลำบากมาก
 ด้วยพันธุ์อาร์นิกาเพาะเมล็ดไม่ขึ้น จะขยายพันธุ์
 ต้องใช้หน่อที่ขุดจากราก เพราะฉะนั้นการส่งจึง
 ลำบาก ด้วยไม่มีผู้รักษาระหว่างทาง ข้าพเจ้าได้เห็น
 และใช้เป็นยาแก้แททเมติงเจอร์ชายตามร้านขายยา
 เท่านั้น และพึงเคยเห็นและรู้จักใช้เมื่อประมาณ
 สามสิบปีเศษมานี้ คือ เวลานั้น พระวรวงศ์เธอ
 พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ ประชวรพระโรคกะเพาะ
 อาหารพิการ บรรทมไม่หลับและเสวยก็ไม่ใคร่จะ
 ได้ เพราะเนื่องจากพระโรคบังคนเบหวน มี
 อาการจุกเสียดและปวดตามพระขนอง

อยู่มาวันหนึ่งท่านบาดหลวงเดอซาล (Dessalles)
 ซึ่งพวกศิษย์เรียกว่า พ่อหนวดแดง เป็นเจ้าอธิการ
 อยู่วัดกาลละหว่า ได้มาเฝ้าเยี่ยมประชวร เมื่อได้

ทราบพระอาการแล้ว รุ่งขึ้นก็นำยามาหนึ่งขวดเป็น
 น้ำสีเหลืองแก่ เรียกว่าดิงเจอร์อาร์นิก้า และทูลเล่า
 ประวัติและสรรพคุณของอาร์นิก้าด้วยประการต่างๆ
 ว่าเดิมมีท่านบาดหลวงทูลพลาภาพองค์หนึ่ง ประจำ
 อยู่ในกรุงปารีส มีอาการกินไม่ได้นอนไม่หลับ จุก
 เสียดร่างกายซุดิโหมรมดมลงๆ ตามผิวหนังเป็นชุย
 ฝ่นไปทั่วร่างกาย ที่สุดจะไปเข้าใกล้ที่ประชุมชนก็มี
 แต่คนรังเกียจเกรงจะติดบ้าง และรำคาญนับตาบ้าง
 ท่านบาดหลวงผู้นั้นได้พยายามให้แพทย์รักษา มาก
 ต่อมากก็ไม่หาย ลงท้ายต้องหนีออกไปจำศีลอยู่ใน
 ป่า ทางประเทศฝรั่งเศสตอนใต้ ปฏิบัติอย่างฤๅษี
 แต่โรคก็ไม่หายและเป็นอยู่ตั้งนั้นอีกหลายปี อยู่
 มาวันหนึ่ง ท่านบาดหลวงผู้นั้นนั่งเล่นอยู่ที่หน้า
 บรรณศาลา มองไปเห็นต้นไม้เล็กๆ ชนิดหนึ่ง
 มีดอกส่งกลิ่นหอมฟุ้งจนรู้สึกแปลกประหลาด จึง
 เดินไปเก็บดอกดมและเอาใบขยี้ดมใบก็หอม ท่าน

จึงลองเสียดังโศกโดยขุดเอาต้นไม้ขึ้นมาทิ้งรากทั้งต้น
 เอามาสักหม้อต้ม และเอาน้ำที่ต้มกินบ้างอาบบ้าง
 ทุก ๆ วันประมาณเดือนหนึ่ง โรคทุกอย่างที่ได้
 ทรมาณมาหลายปีนั้นก็หายได้อย่างประหลาด จึงรู้
 สักว่าร่างกายของท่านผิดเป็นคนละคนไปได้ เมื่อ
 เห็นว่าร่างกายหายบริบูรณ์เป็นปกติแล้ว ท่านจึง
 เก็บต้นไม้ทั้งรากทั้งต้นนำเข้าไปในกรุง และนำ
 ไปให้นายแพทย์ที่เคयरรักษาท่านไม่หายนั้น ตรวจดู
 นายแพทย์ผู้นั้นก็ไม่เคยรู้จักและไม่เข้าใจว่าเพราะ
 เหตุใดต้นไม้จึงทำให้โรคของท่านขาดหลวงองค์
 นั้นหายได้ ครั้นต่อมานายแพทย์นั้นก็ตั้งต้นทดลอง
 ต้นไม้ชนิดนั้นทำเป็นยารักษาโรคต่างๆ ก็ได้ผล
 อย่างประหลาด นายแพทย์ผู้นั้นจึงขนานนาม
 ต้นไม้นั้นว่า "อาร์นิกา" ขอนน่าจะเป็นอย่างท่านขาด
 หลวงผู้ทุกข์พลภาพนั้นจะขนานนามว่า "อาร์นิกา" เป็นแน่
 นับแต่วันนั้นมา พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้า

สายสัมพันธ์ ก็ทรงทดลองใช้ดึงเจอร์อาร์นิก้านั้น
 แก่พระโรคของพระองค์ท่านก่อน ก็ได้ผลดีทุก
 อย่าง และพระองค์ท่านได้ทดลองใช้แก้โรคต่างๆ
 อีกหลายอย่างจนได้ผลเป็นที่พอพระทัย จึงทรง
 ขนานนามดึงเจอร์อาร์นิก้านี้ว่า “ยาฤๅษี” แต่นั้นเป็น
 ต้นมาจนทุกวันนี้ ส่วนตัวข้าพเจ้าเป็นผู้ที่ได้ทรง
 กรุณาใช้สอยอยู่ใกล้ชิดพระองค์ท่าน ข้าพเจ้าจึง
 จดจำวิธีใช้และอาการของโรคที่ได้ผลแล้วทุกอย่าง
 และข้าพเจ้าได้ทดลองแก้โรคประจำตัวข้าพเจ้า ซึ่ง
 นับว่าเป็นโรคสำคัญชนิดหนึ่งก็ได้ผลสมหวังอย่าง
 นำประหลาดมาก ดังข้าพเจ้าจะได้บรรยายต่อไปน

๑. ทาแก้พิษแมลงต่อยกัดจะหาย ปวดและไม้
 เป็นพิษอีกต่อไป ทาแก้ผื่นคันตามผิวหนัง เช่นถูก
 บึ้งร่วนเป็นต้น ทาแล้วจะหายคันทันที.

๒. ทาแก้ฟกช้ำห้อเลือดซึ่งถูกของแข็งกระทบ
 ร่างกาย เมื่อทาให้ดูแรงๆ เส้นโลหิตที่แตกอยู่ได้

ผิวหนัง จะกระจายหายไปทันที

๓. การเดินทางไกลเมื่อยฟก้ออนเพลย์ จงเอา
ติงเจอร์อาร์นิกาผสมกับน้ำอย่างละครึ่ง แล้วทา
ตามขาแขนที่เมื่อยล้า สักหนึ่งชั่วโมงก็หาย ถู
แบกหรือหอบของหนักจนบ่าช้ำบวม จงเอาติงเจอร์
อาร์นิกาทาถูที่บ่าตรงฟกบวม ประมาณสักครึ่งชั่วโมง
ก็จะยักของหนักหอบหามต่อไปได้เป็นปกติ วิธีนี้
ข้าพเจ้าได้ทดลองใช้แก่คนงานที่หอบหามของหนัก
เดินทางไกลและขนเขาสูงๆ มาแล้วได้ผลดีมาก.

๔. ถ้าเราทำงานหนักอ้อนเพลย์ จงใช้น้ำอุ่น ๆ
สัก ๑ ปีบ แล้วเอาติงเจอร์อาร์นิกา ๑ ช้อนน้ำชา
ผสมลง แล้วอาบให้หมดปีบ อาการเหนื่อยเมื่อย
ล้าก็จะหายได้ทันที.

๕. ข้าพเจ้าได้เคยทดลองใช้ติงเจอร์อาร์นิการักษา
โรคชนิดหนึ่งอย่างกล้าหาญ หรือจะเรียกว่าอุตตริ
ก็ได้เพราะเชื่อว่าแพทย์ไม่เคยหรือไม่กล้าใช้เป็นแน่

คือข้าพเจ้าเป็นโรคริดสีดวงอก ตั้งแต่อายุข้าพเจ้า
 ได้ ๒๒ ปี ได้พยายามรักษาด้วยวิธีของแพทย์หลาย
 อย่างก็ไม่หายยิ่งหลาย ๆ ปีเข้าหัวริดสีดวงก็ยิ่งเจริญ
 งอกงามขึ้นเสมอ อยู่ ๆ ข้าพเจ้านกขลังขึ้นมาจึง
 ทดลองเอาตังเจอร์อาร์นิก้า ใช้รักษาริดสีดวงอก
 สักยี่สิบห้าวันก็เห็นผลอย่างน่าปลื้มใจ วิธีใช้คือ
 เมื่อไปถ่ายอุจจาระเสร็จ และชำระด้วยน้ำที่สะอาด
 เสร็จแล้ว เอาตังเจอร์อาร์นิก้าผสมกับน้ำอย่างละ
 ครึ่ง แลลงในฝ่ามือเล็กน้อยแล้วเอาตะกั่วหัวริด
 สีดวงและต้นกล้วยเข้าไปในช่องทวาร อย่างเดิมทำ
 อยู่อย่างนี้สัก ๑๕ วัน รู้สึกว่าหัวริดสีดวงที่ยื่น
 ออกมานอกทวารค่อย ๆ เล็กลงไปทุกที พอครบ
 ๒๕ วันหัวริดสีดวงก็หดหายเงียบไปไม่ออกมาอีก
 แต่ข้าพเจ้าก็ยังไม่วางใจแน่ยังคงทำอยู่เรื่อย ๆ ไป
 อีกหนึ่งเดือน เมื่อเห็นว่าไม่มีอะไรจะเป็นชُرระอีก
 แล้วข้าพเจ้าก็หยุด ตั้งแต่นั้นหัวริดสีดวงของ

ข้าพเจ้าก็หลบหน้าหายไปในบัดนี้ นับได้เกือบสามสัปดาห์แล้ว และไม่มีอาการที่จะเห็นว่ายังเป็นอยู่ แต่จะเป็นการหายขาดทีเดียวหรืออย่างไร ข้าพเจ้าก็ยังไม่ทราบแน่ เพราะข้าพเจ้าไม่ได้เคยให้แพทย์ตรวจเลย ที่ข้าพเจ้าไม่ได้ให้หมอดตรวจนั้นก็ด้วยข้าพเจ้ารู้สึกว่าร่างกายข้าพเจ้าสมบูรณ์ดี เป็นปกติดีแล้ว ไม่มีอาการที่บอกว่าจะกลับเป็นขึ้นอีก จึงวางใจในยาวนานนี้ ต่อมาก็ได้แนะนำให้ผู้อื่นที่เป็นโรคเช่นข้าพเจ้าอีกหลายคนก็ได้ผลดีเช่นกัน แต่นั้นมาข้าพเจ้าก็เพิ่มความเชื่อในตึงเจอร์อาร์นิกามากขึ้น ถึงต้องมีประจำบ้านอยู่เสมอ และใช้ในครอบครัวตลอดมา นอกจากใช้ในครอบครัวแล้วยังต้องแจกแจกงานแก่ผู้ที่ขัดสน ซึ่งไม่สามารถที่จะหาซื้อใช้ได้อีกด้วย เพราะข้าพเจ้าชอบช่วยเหลือผู้ขัดสน ไม่เลือกชนบุคคลอีกด้วย จึงจำเป็นต้องมีตึงเจอร์อาร์นิกาประจำบ้านอยู่จนทุกวันนี้.

๖. ดิงเจอร์อาร์ทน์ทำให้เป็นยาแก้โรคภายใน
 บางอย่างได้ คือ พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้า
 สายสนิทวงษ์ เคยทรงใช้เป็นยาแก้โรคบิดได้
 ผลดี ถึงเคยใช้ตั้งเป็นพระโอสถถวายเจ้านายชั้น
 ผู้ใหญ่หลายคราว วิธีใช้คือ ดิงเจอร์อาร์ทน์ ๑๕
 ถึง ๒๐ หยด ผสมกับน้ำประมาณ ๓ ช้อนโต๊ะ
 กินวันละ ๓ เวลา หรือเมื่อเวลามีอาการปวดท้อง
 เป็นต้น การที่ทรงใช้ดิงเจอร์อาร์ทน์เป็นยารักษา
 โรคภายในนี้ต้องนับว่ากล้าพอใช้ เพราะแพทย์
 ทั้งหลายไม่เคยกล้าใช้เลย และตามตำหรับแพทย์
 ก็คงกล่าวแต่ว่าเป็นยารักษาโรคภายนอกเท่านั้น
 แต่พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงษ์ ได้
 ทรงวิจารณ์สรรพคุณของดิงเจอร์ โดยแน่วพระทัย
 แล้ว จึงทรงใช้จนได้ผลสมพระประสงค์ การ
 รักษาโรคบิดไม่ควรลืมยาระบาย ใช้น้ำมันระหุ่ง

ดีกว่าอย่างอื่น เพราะไม่รบกวนลำไส้หรือกะเพาะอาหารเกินไป.

อนึ่งเรื่องตึงเจอร์อาร์นิกาน์ ยังมีวิธีใช้อีกหลายอย่าง แต่ข้าพเจ้านักเรื่องชั้น ๆ ขึ้นมาได้ จึงขอกล่าวสลับฉากไว้สักหน่อยพอแก้เบื่อ คือเมื่อไม่ช้านักข้าพเจ้าได้พบพูดคุยกับแพทย์ปริญาชั้นสูงทั้งชาวต่างประเทศและชาวสยามว่า ข้าพเจ้าได้เคยใช้ตึงเจอร์อาร์นิกาน์เป็นยาทาแก้โรคสัตว์งอกหาย และได้เคยใช้หยดปนน้ำกินแก้ลมวิงเวียนแทนยาหอมต่าง ๆ คินัก นายแพทย์ทั้งไทยและฝรั่งตาโพลงร้องม่อย่า ๆ ถ้าท่านขึ้นใช้ตึงเจอร์อาร์นิกาน์ทาหัวโรคสัตว์งอกแล้ว ทวารหนักของท่านจะเน่าบานอยู่ไม่รู้จักหาย และการที่ใช้เป็นยาถินก็ยังไม่ควรอย่างเอก ต่อไปขออย่าเล่นเช่นนั้นอีก อาจเป็นอันตรายได้ง่าย เมื่อข้าพเจ้าได้ฟังคำตักเตือน

เช่นนั้น ก็นักชมจรรยาของแพทย์ชั้นสูงอยู่ว่า ผู้ที่เป็นแพทย์ได้รับปริญญาแล้วค่าราชของครูจะว่าอย่างไรเป็นไม้อะความคิดของตนพิจารณาเหตุผลอีกต่อไป และข้าพเจ้ายินดีที่นายแพทย์คนสำคัญตั้งเดือนเมื่อข้าพเจ้าได้หายจากโรคร้าย (โรคสีดวงนอก) เพราะตั้งเจอร้ออาร์นิก้าเรียบร้อยแล้ว ถ้าหากนายแพทย์ใดเดือนเสียแต่เมื่อก่อนทดลองแล้วข้าพเจ้าก็จะไม่กล้าทดลอง และจนถึงเวลาหนึ่งวันโรคสีดวงของข้าพเจ้าคงจะมาโชว์ อยู่นอกทวารจนไม่ได้รับความสุขแน่ หรือมีละนั้นข้าพเจ้าอาจตายเพราะโรครโรคสีดวงนอกเสียแน่นอนแล้วก็ได้.

๗. ตั้งเจอร้ออาร์นิก้าใช้แก้ลมวิงเวียนหน้ามืดได้เป็นอย่างดี ถ้ามีอาการวิงเวียนหยศตั้งเจอร้ออาร์นิก้าลงในน้ำสัก ๔ หรือ ๕ หยด ส่วนน้ำสัก ๒ ช้อนโต๊ะแล้วรับประทานจะหายวิงเวียนทันที ข้าพเจ้าเคยใช้เมื่อเวลานั่งทำการอยู่นานๆ จนสมองมันจะ

ทนทำการอยู่อีกไม่ไหว ข้าพเจ้าเอาตังเจอร์อาร์นิก้า
หยดลงในน้ำ ๔-๕ หยด พอรับประทานแล้วสักครู่
หนึ่งก็รู้สึกสบายทำการได้ต่อไปเป็นปกติ.

๘. ตังเจอร์อาร์นิก้า ใช้เป็นยาอมแก้ปากเปื่อย
รากฟันเน่าได้อีกอย่างหนึ่ง คือหยดลงในน้ำที่จะ
บ้วนปากสัก ๕ หยด ๑๐ หยด และใช้บ้วนปาก
ทุก ๆ เวลาเช้าไม่ว่าวันก็จะหาย ข้าพเจ้าได้ใช้อยู่จน
ทุกวันนี้ดูก็ได้ผลดีแต่ไหนแต่ไรมา ข้าพเจ้าไม่
เคยเสียเงินให้แพทย์เป็นค่าทำฟันเลย ข้าพเจ้า
เชื่อว่าถ้าใครได้ทดลองใช้ตังเจอร์อาร์นิก้าเป็นยา
บ้วนปากทุก ๆ เวลาเช้า อาจทำให้ฟันทนแข็งแรง
เช่นข้าพเจ้า.

หมายเหตุ ข้อความต่อไปนี้ พระยาวิบูลย์อำบุระเว
ได้ช่วยอธิบายเพิ่มเติมสรรพคุณแห่งอาร์นิก้า.

ประโยชน์อันชัดเจนของอาร์นิก้า คือ แก่ความ
อึกเสบโลหิตคั่ง การฟกช้ำ ใช้ภายในเป็นยาบำรุง

กำลังหัวใจ ดิงเจอร์ที่ทำจากดอกและราก รับประทานได้^๕มอดะ ๕ ถึง ๓๐ หยด ตามที่บรรดาแพทย์ใช้กันอยู่โดยธรรมดา^๖ก็เพื่อประโยชน์ดังกล่าวแล้วข้างต้น.

แต่ใช้ในการรักษาโรคสีดวงทวารนั้น ข้าพเจ้าเองก็เคยสะสมกับชาวอื่น นำเป็นขงบดและทาที่หัวโรคสีดวงก็เคยได้ผลดีมาก.

ส่วนประโยชน์อื่น ๆ ดังที่เจ้าคุณสีหศักดิ์สมาวงศ์ได้เคยทราบและพลิกเพลงใช้ได้ผลดังกล่าวมานี้ก็เป็นเรื่องที่น่าสนใจมาก.

ซิงโคนา (Cinchona)

ซิงโคนา เป็นต้นไม้ใหญ่ชอบขึ้นงอกงามในพื้นที่แผ่นดินสูงไม่น้อยกว่า ๓๐๐๐ ถึง ๗๐๐๐ ฟุต และเป็น^๕ที่ซิงโคนา^๖มีฝนตกชุก แถบใกล้ๆ ประเทศสยามเราก็มีมาก อยู่ที่ ซัลอน (เกาะลังกา) กับที่เกาะชวาและสุมาตรา เปลือกซิงโคนาเป็นสินค้าใหญ่

แต่ที่ชัดเจนแห่งเดียว เปลือกซึ่งโคนาส่งออกเป็น
 สีนํ้าขุ่นๆ นับจำนวนเป็นร้อยๆ ต้น ควัน
 อย่างดีก็ออกจากเปลือกซึ่งโคนานี้โดยมาก เปลือก
 ซึ่งโคนาใช้เป็นยาแก้ไข้จับได้หลายอย่าง บางคราว
 ใช้สะดวกกว่ายาควินิน เช่นถูกคนไข้ที่เป็นคน
 สมัยโบราณที่ไม่นิยมยาฝรั่ง เราจะใช้ยาควินิน
 คนไข้จะไม่ยอมกินเป็นอันขาด ถ้าเราเอาเปลือก
 ซึ่งโคนาที่ตำเป็นผงแล้ว และบดอย่างยาไทย พอ
 ละลายใส่ถ้วยส่งให้กรับไปดื่มทันที ทั้งยังได้ผลดี
 ที่คนไข้มีความปีติเลื่อมใสอาจทำให้ไข้หายเร็วเข้า
ก็ได้ ไข้แต่เท่านั้น ยังได้ผลสำคัญอีกอย่างหนึ่ง
 เช่นเมื่อคนไข้ตัวร้อนจัดปรอทขึ้นสูง ใช้ผงเปลือก
 ซึ่งโคนาให้กินได้ทันที และยังใช้เป็นยาชะโลมให้
 ปรอทลดได้ด้วย ส่วนยาควินินนั้นถ้าผู้ให้ยาไม่
 สังเกตว่าปรอทสูง เอายาควินินให้คนไข้กินก็อาจ
 เป็นอันตรายได้.

การที่ข้าพเจ้าเขียนถึงเรื่องชิงโคนา^๕นี้ ก็เพื่อจะ
 เผยพระเกียรติ พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมหลวง
 วงษาธาราสนี^๖ เสด็จตาของข้าพเจ้า ซึ่งได้ทรง
 ดำรงตำแหน่งแพทย์ประจำพระองค์ใน พระบาท
 สมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว และพระองค์ท่าน
 เป็นแพทย์ที่ทรงใช้เปลือกชิงโคนาก่อนผู้อื่นใน
 ประเทศสยามตั้งแต่รัชกาลที่ ๔ เวลานั้นพระองค์
 ท่านเป็นแพทย์ชั้นสูง ด้วยทรงรอบรู้ในวิชาแพทย์
 แผนโบราณอยู่แล้ว และยังได้ทรงศึกษาวิชาแพทย์
 แผนปัจจุบันจากแพทย์ชาวต่างประเทศในเวลานั้น
 ด้วย แต่สมัยนั้นคนไข้โดยมากไม่นิยมยาฝรั่ง
 เสด็จตาข้าพเจ้าจึงทรงปรารภกับแพทย์ชาวต่างประเทศ
 ผู้ถวายวิชาแพทย์ว่า เมื่อคนไข้ยังไม่นิยมยาฝรั่ง
 เราจะแก้ไขให้ยาฝรั่งมีลักษณะเหมือนยาไทยได้
 อย่างไรบ้าง (ยาฝรั่งที่ใช้อยู่เวลานั้นคงเป็นควินิน
 มากกว่าอื่น) แพทย์จึงทูลแนะนำว่า ต้องสั่งเปลือก

ซึ่งโคนามาใช้จึงจะได้ เมื่อดำเป็นผงแล้วก็เหมือน
ยาไทย นี้แหละเป็นต้นเหตุที่จะมีเปลือกขิงโคนา
เข้ามาสู่ประเทศสยามเป็นครั้งแรกเมื่อปลายรัชช
กาลที่ ๔.

ความจริงเรื่องเปลือกขิงโคนาตอนที่ข้าพเจ้า
กล่าวแล้วข้างบนนี้ เป็นเวลาที่ข้าพเจ้ายังไม่เกิด
แต่ข้าพเจ้าสามารถเขียนเรื่องขิงโคนาได้ละเอียด
ก็โดย พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงษ์
(เสด็จลุงข้าพเจ้า) ทรงเล่าให้ข้าพเจ้าฟัง และ
ข้าพเจ้าเป็นผู้ที่เอาใจใส่ในเรื่องเหล่านี้อยู่ด้วย จึง
ได้จดจำไว้ไม่ลืม เหตุที่พระวรวงศ์เธอ พระองค์
เจ้าสายสนิทวงษ์ จะทรงเล่าเรื่องเปลือกขิงโคนานี้
คือพระองค์ท่านใช้เปลือกขิงโคนาแทนควินินโดย
มาก ก่อนที่จะทรงเล่าได้มีรับสั่งให้ข้าพเจ้าไปหยิบ
เปลือกขิงโคนา ที่มีเหลืออยู่จากครั้งเมื่อเสด็จตา
ข้าพเจ้าทรงสั่งมาใช้ ข้าพเจ้าหยิบมาถวายครั้งไร

ก็ทรงชี้แจงถึงวิธีใช้เปลือกขิงโคนาประทานให้ฟัง
เสมอ ที่สุดเมื่อข้าพเจ้ามีครอบครัวแยกไปอยู่
ที่อื่นแล้ว ก็ได้เอาเปลือกขิงโคนาไปไว้ใช้เป็นยา
ประจำบ้าน ตามวิธีที่ทรงแนะนำไว้เสมอ เมื่อ
เปลือกขิงโคนาทิ้งหมดแล้ว ข้าพเจ้ายังได้สั่งซื้อ
จากห้างขายยาตราช่างใช้ต่อมา ดังจะได้กล่าว
สรรพคุณของเปลือกขิงโคนาดังต่อไปนี้

๑. แก้ไข้จับสั่นและไข้หวัด. ให้บดละลาย
แทรกพิมเสนและน้ำดอกไม้หอม ๆ เช่นยาเขียว
แก้ไข้ของเราตามเคย แต่ลดส่วนลงให้น้อยลง
สักกึ่งหนึ่งได้ อาการ ไข้กำลังตัวร้อนจัดก็ใช้ได้
และใช้เป็นยาชะโลมด้วย.

๒. ถ้าอาการเจ็บเป็นบิดด้วยแล้ว จงใช้น้ำ
มะตูมอ่อนต้มเป็นกระสาย จะเลยหายพร้อมกัน
ทั้งบิดและไข้ด้วย.

๓. ใช้สำหรับเด็กอ่อนที่เป็นหวัดตัวร้อน เอา

ผงซึ่งโคนาบดละลายน้ำ ชุบสำลีปิดกระหม่อมและ
ทาตามหลังเด็กก็จะหายได้เร็ว โดยไม่ต้องใช้ขมิ้น
กับปูนทาอย่างแผนโบราณ วิธีนี้ข้าพเจ้าได้ใช้กับ
บุตรข้าพเจ้าทุกคนได้ผลมาแล้ว.

เหตุที่ข้าพเจ้าคุ้นเคยกับเปลือกขิงโคนา และ
ทราบว่าเป็นเปลือกขิงโคนาเป็นสินค้าสำคัญชนิดหนึ่ง
จึงใคร่จะทดลองปลูกในประเทศสยาม เพื่อจะได้
เป็นสินค้าสำคัญกับเราบ้าง ๘-๙ ปีมาแล้วข้าพเจ้า
รับราชการในตำแหน่งเจ้ากรมเพาะปลูก ข้าพเจ้า
ได้ขออนุญาตต่อกระทรวงเพื่อส่งพันธุ์เมล็ดขิงโคนา
เข้ามาทดลองปลูก แต่การส่งชื่อยากที่สุด เพราะ
รัฐบาลทุกประเทศต่างหวงพันธุ์เหลือเกิน จึงต้อง
ขอให้กระทรวงการต่างประเทศของเราส่งให้ราชทูต
ที่อเมริกาขออนุญาตจากรัฐบาลก่อนจึงขอได้ แต่
ราคาแพงกว่าทองคำขาวหลายเท่า คือ ได้มาเป็น
น้ำหนัก ๑ สลึง เป็นราคาเงินสี่ร้อยบาทเศษ ถึงกับ

กระทรวงพระคลังต้องกำชับว่าอย่าสั่งซื้ออีก.

เมื่อได้พันธุ์เมล็ดซึ่งโคนามาแล้ว ข้าพเจ้าจึงให้เจ้าหน้าที่สวนทดลองเพาะ เมล็ดนั้นเป็นต้นแล้วจึงส่งไปปลูกตามมณฑลต่างๆ ที่มีฝนสูงและมีฝนตกชุก เช่นมณฑลภาคพายัพ, ภูเก็ต, จันทบุรี เป็นต้น แต่คงออกงามอยู่แต่ที่จังหวัดเชียงใหม่ต้นเดียว ส่วนที่อื่นตายหมด เมื่อข้าพเจ้าไปตรวจราชการทางมณฑลฝ่ายเหนือได้เห็นต้นซึ่งโคนาปลูกอยู่ที่หน้าทิวการอำเภอเชียงแสน ๑ ต้น คุ้งงามดี ต้นสูงประมาณ ๓ ศอก ต่อมาได้ทราบข่าวว่าตายเสียแล้ว จะเพราะเหตุใดไม่ปรากฏ กับอีกต้นหนึ่งปลูกไว้ที่สวนทดลองทดลองบางกอกน้อย ต้นสูงสัก ๔-๕ ศอก ลงท้ายก็ตายอีก คงได้ความว่าไม่เหมาะสมกับพื้นที่ดินต่ำ ดังแต่นั้นก็สนับสนุนพันธุ์ต้นซึ่งโคนาที่เดียว ภายหลังข้าพเจ้าลองส่งจากชลอนก็ได้เมล็ดมาเป็นจำนวนมากกว่าซื้อจาก อเมริกา

หลายสิบเท่า เป็นราคาเพียง ๔๐ บาทเท่านั้น ข้าพเจ้าดีใจยิ่งกว่าคราวนรายนแน่ แต่อนิจจาเพราะไม่ขึ้นสักเมล็ดเดียว ภายหลังได้ข่าวแว่ว ๆ ว่าเจ้าของต้นชิงโคนาหวงเมล็ดพันธุ์นี้ ถ้าหากจะขายหรือให้ใครไปก็ต้องเสกเป่าเสียจนเพราะไม่ขึ้นก่อนจึงส่งให้ เป็นอันข้าพเจ้าหมดหวังที่จะได้เห็นต้นชิงโคนาที่เป็นผลในพระราชอาณาจักรสยามอีกต่อไป.

การที่ข้าพเจ้าเขียนเรื่องชิงโคनावัยนี้ ก็เพื่อให้ทราบกันไว้บ้างในหมู่ญาติและมิตรว่าพวกเรา รู้จักเปลือกชิงโคนามาได้อย่างไร และทั้งให้ทราบคุณสมบัติของเปลือกชิงโคนากันไว้ด้วย อีกอย่างหนึ่งเป็นข้อที่ควรทราบไว้ว่าต้นชิงโคนานี้ เคาน์เตสซชินคอยน์ (Countess Chincoin) เป็นผู้พบก่อน จึงให้ชื่อว่า (ชิงโคนา Cinchona).

หมายเหตุ ประโยชน์ของชิงโคนาที่แพทย์แผนปัจจุบันใช้อยู่เป็นธรรมดา ก็ แก้อไข้มาเลเรีย



3961116470

ดับความร้อน เป็นยาบำรุงธาตุเจริญอาหาร แก้
เมื่อยล้า, และการอ่อนเพลียของกล้ามเนื้อ ใช้ภายนอก
นอกเป็นยาสมาน ใช้ในการรักษาแผลโสโครก
เช่นในมหาสงครามที่แล้วมา มีแพทย์ใช้ผสม
กับไอโอดีน ในการรักษาแผลที่มีเชื้อโสโครกแทน
ไอโอดิฟอร์ม.

การใช้ชิงโคนาอย่างวิธี่ง่าซๆ ในเมื่อมีอุปสรรคจะ
หายาและวิธีอย่างอื่นไม่ได้แล้วก็นับว่ามีประโยชน์
อย่างพึงใจ.

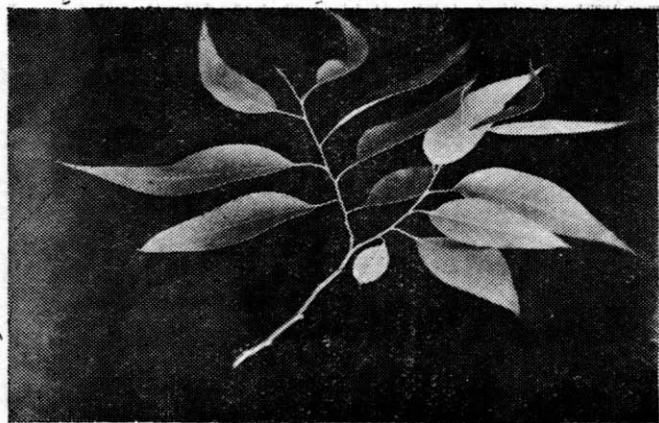
อย่างไรก็ดี ตามที่ท่านเจ้าของตำรายาเกดิดได้
รวบรวมวิธีใช้และคุณสมบัติของยาต่างๆ ให้พิสดาร
ออกไปอีก ก็นับว่ามีคุณค่าอันมากหลาย.

ข้อความในหมายเหตุนี้ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ได้กรุณาบรรณกไว้เพื่อให้มั่นใจแก่ผู้ที่จะพบเห็น
ต่อไป.

ยูคาลิปตัส (Eucaliptus)

ยูคาลิปตัส เป็นต้นไม้ใหญ่ชนิดหนึ่งชอบขึ้นในท้องถิ่นที่ชื้นแฉะ และ ต้นที่สูงและใหญ่ที่สุดในโลก มีอยู่ที่เกาะออสเตรเลีย สรรพคุณที่แพทย์ใช้อยู่ทั่วไป คือ ทำเป็นน้ำมันอย่างหนึ่ง กับทำเป็นด่างเจอร์หรือเอ็กซ์แทรกต์อย่างหนึ่ง ส่วนน้ำมันนั้นมีผู้รู้จักใช้กันโดยมาก แต่ด่างเจอร์นั้นมีผู้รู้จักใช้หรือชอบใช้เป็นบางหมู่บางคณะ.

อันสรรพคุณของยูคาลิปตัสนั้น ข้าพเจ้าได้ตรวจค้นทดลองได้ผลในการแก้โรคต่างๆ หลายอย่าง การค้นของข้าพเจ้าอยู่ข้างจะชักทำสักหน่อย เพราะต้องทดลองกับโรคซึ่งเกิดแก่ตัวข้าพเจ้าเองจนได้ผลดีแล้ว จึงได้แนะนำแก่ผู้ที่เชื่อต่อไป การที่ข้าพเจ้าได้มีโอกาสรู้จักคุ้นเคยกับยูคาลิปตัสนี้ ก็อาศัยที่ข้าพเจ้าได้รับใช้สอยใกล้ชิดพระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ เสด็จลงมาข้าพเจ้า เสมอ



ยูคาลิปตัส (*Eucalyptus Globulus*)
ต้นแก่ใบขาว ต้นอ่อนใบสีน้

ฉะนั้นข้าพเจ้าจะได้กล่าวกำเนิดของต้นยุคาลิปัตต์
ที่เข้ามาปรากฏอยู่ในประเทศสยามแต่เมื่อใดไว้ด้วย
ดังต่อไปนี้

เมื่อพระบาทสมเด็จพระพุทธเจ้าหลวง ทรงพระ
กรุณาโปรดเกล้าฯ ให้สร้างทางรถไฟสายนครราชสีมา
ครั้นเมื่อเจ้าหน้าที่ตัดทางผ่าน ดงพญาไฟเข้าไปถึง
ทับทิมทอง ก็เกิดไข้ป่าขึ้นแก่คนงานตายลงมาก
ต่อมาก เวลานั้นพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมขุน
พิทยลาภพฤฒิธาดา ทรงดำรงตำแหน่งเสนาบดี
กระทรวงโยธาธิการ บังคับบัญชากรมรถไฟหลวง
ได้ทรงหารือพระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิท
วงศ์ ถึงวิธีที่จะป้องกันไข้ป่าในดงพญาไฟ ขณะนั้น
พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ มีนาย
แพทย์ บี.เค.แวน เป็นที่ปรึกษาการแพทย์ และ
เป็นแพทย์ประจำพระองค์พระบาทสมเด็จพระพุทธ
เจ้าหลวง ได้กราบทูลแนะนำวิธีที่จะป้องกันได้โดย

คือให้ตัดต้นไม้ใหญ่ริมทางลึกเข้าไปสักข้างละ๑๕วา แล้วปลุกต้นไม้ยุคาลิปตัส ๒ ข้างทางให้ตลอดในบริเวณตงพญาไฟ เมื่อต้นไม้โตแล้วกลั่นของใบยุคาลิปตัสจะระเหยพุ่งเข้าไปในดงที่อับชื้น และอาจระงับเชื้อโรคมาเลเรียได้ แต่นั้นมากรรมรถไฟหลวงก็สั่งต้นไม้ยุคาลิปตัสเข้ามาปลุกมากตามริมทางรถไฟ ในดงพญาไฟ และบริเวณสถานีหัวลำโพง เวลานั้น พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ ได้รับสั่งให้เจ้าหน้าที่นำไปปลุกไว้ที่หน้าประตูกระทรวงทหารเรือ ๒ ต้น ต่อมาเมื่อต้นสูงสัก ๑๒-๑๓ วาก็ถูกน้ำท่วมตาย และที่บริเวณสถานีรถไฟก็ตายหมด กับที่ในดงพญาไฟก็ทราบว่ายตายไม่เหลือเลย.

ครั้นต่อมาเมื่อได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้สร้างพระราชวังสวนดุสิต ปรากฏว่าในบริเวณสวนที่เจ้าหน้าที่จัดซื้อไว้แล้วนั้น เป็นที่มดต้นไม้รกราก และเกิดมียุงกันปล่องขึ้นเป็นเหตุให้เกิดไข้มาเลเรีย

ถึงกับคนงานและข้าราชการบางท่านเป็นไข้มาเลเรียหลายราย จึงทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ส่งตัวยุคาลิปต์สมาปลูกไว้ในบริเวณสวนเดสิต และยังเป็นคนงอกงามอยู่ที่เขาดินจนทุกวันนี้ เวลานั้นคำว่ายุคาลิปต์ เป็นคำใหม่เรียกยาก จึงพากันเรียกว่าต้นกันไ้ข่าง เรียกว่าต้นน้ำมันเขียวบ้าง ต่อจากคราวนั้นมาแต่ก็ไม่มีใครคิดส่งเข้ามาปลูกอีก.

เรื่องยุคาลิปต์สนยังมีเรื่องอื่นๆ อีกเรื่องหนึ่งคือเพื่อนข้าพเจ้าคนหนึ่งมีนิสัยชอบทางวิชาแพทยวันหนึ่งได้พบกับข้าพเจ้าได้คุยกันถึงเรื่องสรรพคุณของน้ำมันยุคาลิปต์ ลงท้ายขแจ้งกับข้าพเจ้าว่าน้ำมันยุคาลิปต์ฝรั่งเขากินด้วยหัวว่านนาเราเอง ว่านน้ำในบ้านเรามีมาก ถ้าคิดกินน้ำมันชายคงได้ผลดีมาก ข้าพเจ้าจะปล่อยให้เพื่อนกินเขาไปตั้งนั้นไม่ได้จึงบอกว่า น้ำมันยุคาลิปต์เขากินจากใบยุคาลิปต์ต่างหาก หาใช้หัวว่านน้ำไม่ เวลา

นมตันอยู่ที่สวนกุหลาบ เพื่อนข้าพเจ้าก็รับเอออๆ ค่ะๆ
 และยิ้มๆ ดูเหมือนจะยังไม่เชื่อ เพราะเห็นว่าข้า
 พเจ้าไม่ใช่แพทย์คงไม่รู้จักจริงๆ อยู่มาวันหนึ่งไป
 ผลัดชมวิชาเสื่อป่าอยู่ด้วยกันที่สวนกุหลาบ ข้าพเจ้า
 พาไปชด้นยูคลิปต์สให้ดูและเก็บใบให้ดม เพื่อน
 ข้าพเจ้าตาพองร้องว่า อ้อ-อย่างนั้นดอกหรือ แล้ว
 ถามข้าพเจ้าว่า ก็อย่าแนมนั้นระกำนั้นดอกระกำ
 หรือไม่ใช่ ดูกลิ่นมันเหมือนกันนัก ข้าพเจ้า
 จึงอธิบายถึงน้ำมันระกำให้ฟังว่า ที่หมอไรต์เตอร์
 เรียกว่าน้ำมันระกำนั้น ความจริงเขาทำด้วยดอก
 คอลธรีเรีย เป็นพวกสกุลชบาชนิดเล็กๆ นายแพทย์
 คอลเธียร์เป็นผู้พบก่อนผู้อื่น จึงให้ชื่อว่าคอลธรีเรีย
 พอถูกเข้า ๒ ขนานเพื่อนข้าพเจ้าเลยขอมแพ้ ตั้ง
 แต่ขึ้นมาข้าพเจ้าเลยชอบยาได้ถูกหน่อย เพราะ
 เพื่อนข้าพเจ้าตั้งรานขายยาด้วย.

ต่อมาประมาณ ๑๔-๑๕ ปีมาแล้ว ข้าพเจ้า

ยังรับราชการในตำแหน่งเจ้ากรมเพาะปลูก ได้ขอ
 อนุญาตกระทรวงเกษตรฯ ส่งเมล็ดยูคาลิปตัสมาปลูก
 ที่สวนทดลองของกรมเพาะปลูก ที่คลองบางกอก
 น้อย และจนทุกวันนี้ก็ยังเจริญงอกงามอยู่ ได้ปลูก
 ไว้ที่บ้านพระยาชลมารคพิจารณา ถนนรองเมือง ๑ ต้น
 ถึงงามดี ข้าพเจ้าได้เก็บไปทำยาเสมอ ต่อนี้ไป
 ข้าพเจ้าจะได้กล่าวถึงคุณสมบัติของยูคาลิปตัส ที่
 ข้าพเจ้าได้ทดลองใช้ได้ผลมาแล้วหลายอย่าง เชื่อ
 ว่าจะเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่ได้อ่านเรื่องนี้บ้างไม่มาก
 ก็น้อย คือ

๑. นำมันนั้นทาแก้เคล็ดขัดข้อหรือพลาด
 แผลง หรือขัดข้อโดยเลือดเดินไม่สะดวก เอา
 นำมันยูคาลิปตัสทาและถูแรง ๆ แล้วเอาผ้าพันไว้
 ให้อบอุ่นในไม่ช้าก็จะหาย.

๒. ต้มแก้ลมวิงเวียนศีรษะ ถ้าใช้หยดลงใน
 ผ้าเช็ดหน้าเล็กติดตัวไปและหมั่นสูดให้กลิ่นน้ำมัน

ผ่านช่องจมูกเสมอ อาจบ่งกลิ่นลมหน้าผกได้ก็ดี ถ้า
ได้สูดให้กลิ่นน้ำมันผ่านเข้าไปในปอดเสมอๆ ก็จะมี
ทำให้ปอดสะอาดและป้องกันโรคได้ในท้องได้ด้วย.

๓. ถ้ารู้สึกปวดเมื่อยครั้งตัวซึ่งเริ่มจะเป็นไข้
หวัด ควรใช้น้ำมันยูคาลิปตัสทาที่ตามหลังและต้น
คอบ้าง เอาหยดใส่ผ้าเช็ดหน้าสุดคมบ้าง จะบ่ง
กลิ่นมิให้อาการหวัดเข้าไปรบกวนภายในปอดได้เป็น
อย่างดี น้ำมันยูคาลิปตัสแม้จะเป็นน้ำมันที่ร้อน
ก็จริง แต่ไม่เสลดกับอาการไข้เหมือนน้ำมันร้อน
อย่างอื่น.

๔. ยูคาลิปตัสเป็นยาแก้ไอได้ทุกอย่าง แพทย์
ต่างประเทศคิดปรุงเป็นลูกกวาดบ้าง เป็นขนมบ้าง
ซึ่งมีขายอยู่ตามร้านขายยาทั่วไป มีราคาตั้งแต่อับ
ละ ๑ บาทลงมาถึง ๒๕ สตางค์ แต่ข้าพเจ้าปรุง
ขนานหนึ่ง ราคาถูกที่สุดและได้ผลเท่ากัน คือ
เอาตำลึงบริสุทธิ์มาวนด้วยกระดาษเก่าบุหรือชก

แร็ด แล้วเอาน้ำมันยูคาลิปตัสหยดลงในสำลีสัก ๒-๓ หยดแล้ว ดูดอย่างสูบบุหรี่ให้ไอกลิ่นน้ำมัน ผ่านลำคอลงไป อาการไอกก็จะหายไปอย่างศักดิ์สิทธิ์.

๕. ถ้าเราปวดท้องและไม่มียาอย่างอื่นที่ดีกว่า แล้ว จงเอาน้ำมันยูคาลิปตัสหยดลงในน้ำตาลทราย ๑ ช้อนน้ำชาสัก ๓-๔ หยดใส่ปากเคี้ยวกลืนลงไป คุ้เดี๋ยวก็จะหาย.

๖. เด็กคลอดใหม่ ๆ จงเอาสำลีชุบน้ำมันยูคาลิปตัสแขวนไว้ที่ช่องหน้าต่างด้านเหนือลมของห้อง ที่เด็กอยู่ทุกๆ ช่องหน้าต่างจะทำให้อากาศในห้อง นั้นสะอาด ไม่อับชื้นและปราศจากเชื้อโรค ใน กระจกของเด็กที่คลอดใหม่ควรเอาน้ำมันยูคาลิปตัสหยดใส่สำลีเอาเข็มกลัดติดไว้บนเพดานกระจก หรือมุ้งที่เด็กนอน อาจป้องกันลมที่เกิดแก่เด็ก ตามที่แพทย์เรียกว่าเป็นหละนุ่นได้ด้วย.

๗. เด็กอ่อนท้องขึ้นเพื่อจงใช้น้ำมันยูคาลิปตัส

ทาที่ท้องรอบๆ สะดือ ดึกว่าไข่มมหาหิงคุ่มาก เพราะไม่เหม็น แต่ผลก็คงได้เท่ากัน ถ้าสังเกตรู้ว่าเด็กมีอาการปวดท้องเอาทาที่หลังไม่ซ้าก็จะหาย ถ้าหากยุคาลิปตส์ทำให้เด็กท้องผูกจงแก้ด้วยโกฏฐูน้ำเต้า เอามาฝนทาที่ท้องรอบๆ สะดือเด็ก ไม่ซ้าเด็กจะถ่ายอุจจาระเอง ไม่ควรให้เด็กอ่อนกินยาถ่าย ต่อไปน้าพเจ้าจะได้กล่าวถึงยุคาลิปตส์ที่เป็นยาต่างๆ นอกจากน้ามนันมีเอ๊กซเตร็กและดิงเจอร์เป็นต้น.

วิธีทำเอ๊กซเตร็ก คือ เอาใบยุคาลิปตส์มาต้มเคี่ยวเอายางออกจากใบจนสิ้นเชิงแล้ว เอาเชื้อหรือแอลกอฮอล์เติมลงเล็กน้อยพอกันบูด ส่วนดิงเจอร์ใช้แอลกอฮอล์กัดเอายางออก ที่จริงการไว้ก็ใช้ได้ผลเท่ากันกับเอ๊กซเตร็ก น้าพเจ้าทดลองได้ผลหลายอย่างดังต่อไปนี้

(๑) แก้ท้องเสียเพราะผิดอาหาร ใช้ดิงเจอร์

รับประทานทุก ๆ ๓ ชั่วโมงสัก ๓-๔ ครั้งก็จะหายได้
 แต่เวลานี้แพทย์มียาฉีดแก้ปวดได้ค้แล้ว ไม่จำเป็นต้อง
 ใช้น้ำก็ได้ อันวิธีนี้อาจใช้เมื่ออยู่ห่างไกล
 แพทย์หรือเมื่อไม่มีเงินค่ายาฉีดเป็นต้นแน่ หรือถ้า
 เราพบคนไข้ที่กลัวยาฝรั่ง แต่เราใคร่จะสงเคราะห์
 ให้เขาหาย จงเอาใบยูกาลิปต์สัก ๒๐ ใบ ขมิ้น
 อ้อย ๓ แว่น กะทือ ๓ แว่น กานพลูสัก ๓ ดอก
 ทำเป็นวิธีปรุงยาต้ม ถ้าจะให้คนไข้มั่นใจจงเอา
 ชนชามเบญจรงค์แตก ๆ สัก ๑ ชนรองก้นหม้อเสก
 ด้วย อาจทำให้คนไข้ปวดและหายเร็วเข้าด้วย เมื่อ
 เอาลงหม้อแล้วเติมน้ำประมาณขนาดยาต้มไทย ๆ
 เรา พอเดือดทั่วก็ใช้ได้ ให้คนไข้กินอย่างยาต้ม
 ตามธรรมดา ก็จะได้ผลเท่ากับใช้คิงเจอร์.

อนึ่งตามส่วนที่ใช้เป็นยาต้มนั้น ถ้าหากจะทำ
 เป็นยาผงให้ชาวชนบทที่ห่างไกลแพทย์ใช้ในยาม
 ฉุกเฉินก็ได้ ก่อนที่จะทำยาผงจงฝั่งใบยูกาลิปต์

ให้แห้ง แต่อย่าฝังกับแดดเหมือนแพทย์โบราณ
ฝังใบยากันตามเคย จงฝังให้แห้งด้วยไอร้อนของ
แสงแดด คือเมื่อเอาออกฝังต้องมีแผ่นเหล็กหรือ
สังกะสีปิดไว้ข้างบนสูงจากใบยาสัก ๒ ฟุต พอ
แห้งก็ใช้ได้ ถ้าฝังกับแดดๆ จะเผาเอากลิ่นและรส
ของยูกาลิปตัสระเหยไปหมด เมื่อปรุงเป็นยาแล้ว
จะไม่ได้ผลเต็มที่ ความจริงการฝังยาก่อนจะตำ
เป็นผงควรใช้วิธีที่ข้าพเจ้าใช้ ข้าพเจ้าเชื่อว่าดีกว่า
วิธีอย่างเก่าๆ มาก วิธีใช้ยูกาลิปตัสนี้ข้าพเจ้าใช้
อยู่ในครอบครัวของข้าพเจ้ามา ๓๐ ปีเศษแล้ว ดูก็
ได้ผลดีตามความต้องการเสมอ.

ยูกาลิปตัสมีหลายพันธุ์ แต่ที่ใช้มากและมีต้น
อยู่ในประเทศสยามคือพันธุ์ โคล์บูลุส (Clobulus)
ถ้าผู้ยังไม่เคยเห็นต้นยูกาลิปตัส และมีความประ
สงค์จะใคร่เห็น โปรดไปดูที่สวนทดลองของกรม
เกษตร ตั้งอยู่ที่คลองบางกอกน้อย ตรงปากคลอง

บางตำร่าข้าม มีต้นใหญ่และสูงมาก หรือจะไปดู
ที่บ้านพระยาชลมารคพิจารณา ถนนรอมเมืองเลข
ที่ ๑๕๘๕ ซึ่งข้าพเจ้าได้ปลูกไว้ ๑ ต้น แต่เป็นต้น
เล็กมีขนาดสูงประมาณ ๖ วาเท่านั้น.

หมายเหตุ ประโยชน์ของยูคาลิปตัสที่แพทย์แผน
ปัจจุบันใช้และรู้ประโยชน์กันอยู่แล้วนั้น คือ เป็น
ยาสมานบำรุงธาตุ ดับกลิ่น เป็นยารมเหงื่อ บำรุง
หัวใจ แก้อาการหอบของหืด แก้หวัดมาเลเรีย
ทั้งเป็นยาทำลายเชื้อโสโครก ใช้ในการรักษาหมี
หนอง และแก้อาการระบมอักเสบเรื้อรัง (Chronic
catarha) ชะนิคินาสะกัต (Fluid extract) ที่ทำจากใบ
ใช้แก้มาเลเรีย คราบเนอรัยและทำลายเชื้อ วัตถุ
ซึ่งเป็นยาของต้นไม้ชะนิคิน ก็คือยูคาลิปตอล
(Eucaliphtol) นอกจากประโยชน์ดังกล่าวแล้ว ยังมี
คุณสมบัติขับปัสสาวะและแก้เคล็ดขัดข้ออีกด้วย.

ข้อความในหมายเหตุดังกล่าวมานี้ พระยาวิบูลย์
 อยุธยา เวช ได้กรุณาบรรทก์ไว้.

น้ำมันระกำ

น้ำมันระกำนั้นพึงจะมีเข้ามาใช้กันแพร่หลายใน
 เมืองเราเมื่อใกล้จะสิ้นรัชกาลที่ ๕ อยู่แล้ว คือ
 นายแพทย์ไรเตอร์ได้เริ่มใช้เป็นพระโอสถทาแก้
 พระโรครูมาติซซั (ที่เรียกว่าลมขัดข้อ) ตั้งแต่นั้น
 นั้นมานายแพทย์ไรเตอร์ก็แนะนำให้เจ้านายและ
 ข้าราชการใช้กันแพร่หลาย จนมีผู้นิยมกันโดยมาก
 คุณสมบัติที่คืดที่สุดนั้น ทาแก้เมื่อย ขัดข้อ เคล็ด
 บวม ดีมาก น้ำมันชนิดนี้นายแพทย์ไรเตอร์ไม่
 เคยบอกใครเลยว่าชื่อจริงนั้นคืออะไร คงเรียกให้
 ฟังแต่ว่าน้ำมันระกำๆ เสมอ แม้แต่ศิษย์ที่รักที่สุด
 ก็ไม่บอกความจริง ศิษย์ผู้นั้นก็คงเข้าใจว่ากลิ่นจาก
 ดอกระกำจริง ๆ ต่อเมื่อพบข้าพเจ้าๆ บอกชื่อจริง

ให้จึงได้ทราบ ที่จริงผู้ที่เคยใช้ แต่ไม่สนใจก็คง
เข้าใจว่ากลิ่นจากดอกกระถางจริง ๆ.

แต่ข้าพเจ้าได้ค้นพบชื่อจริงในตำรา ไชโคลบีเดีย
การเพาะปลูกว่า น้ำมันที่กลั่นจากดอก คอลธเรีย
(*Gaultheria*) โดยนายแพทย์คอลเชียร์ (*Gaultier*)
เป็นผู้ค้นพบจึงให้ชื่อว่าคอลธเรีย (*Gaultheria*) เป็น
ต้นไม้อเล็ก ๆ มีดอกเป็นสีชมพู และผลสีแดง ทั้ง
ดอกและผลมีกลิ่นหอมร้อน ๆ ใช้กลั่นน้ำมันทำยา
ทาแก้โรครูมาติซซั่ม และแก้ เคล็ด บวม ได้หลาย
อย่าง น้ำมันที่ขอใช้กันอยู่ทุกวันนี้ ข้าพเจ้าเข้าใจ
ว่าเป็นชนิดที่ผสมขึ้นด้วยวิทยาศาสตร์ ราคาเพียง
ปอนด์ละ ๑ บาท ๕๐ สตางค์เท่านั้น ส่วนน้ำมันตัวจริง
ที่ได้กลั่นออกจากดอกและผลของต้นคอลธเรียนั้น
ข้าพเจ้าเคยขอใช้ถึงปอนด์ละ ๒๐ บาทบ้าง บาง
คราวอย่างแพง ๒๕ บาท ข้าพเจ้าเคยใช้ทั้งสองอย่าง
กลิ่นหอมเหมือนกัน แต่เมื่อทาแล้วรู้สึกร้อนผิ

กัน ชนิดปรุร้อนจัดระเหยเร็ว ส่วนน้ำมันตัวจริง
นั้นทาแล้วรู้สึกร้อนน้อยแต่อบอุนอยู่นาน และ
บำบัดโรคได้ดีกว่ากันด้วย.

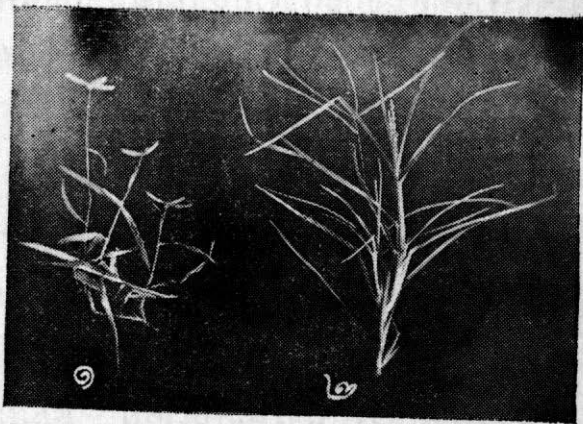
หมายเหตุ น้ำมันระกำถ้ารับประทานจะเป็นยาพิษ
อย่างร้ายแรงมาก ผู้มีไข้ใช้ควรระวังงหนัก.

ต้นหญ้ายอนหู หรือต้นกา

ข้าพเจ้าได้ยา กลางบ้านขนานหนึ่ง ทดลองแล้ว
ได้ผลอย่างน่าพิศวง คือแก้โรคเปลือก (กาฬโรค)
ได้ดีทีเดียว ข้าพเจ้าได้เคยรักษาหายมาหลายคน
แล้ว คือ เมื่อคนไข้มีอาการตัวร้อนปรอทขึ้นสูงถึง
รักแร้บวม ไข้ต้นบวม เอาต้นหญ้ายอนหูมาต้มน้ำดื่ม
และรากตำให้ละเอียด เกล่ากับน้ำพอกคนได้สัก
๑ ถ้วยให้คนไข้ดื่ม และเอากากที่คนแล้วนั้นเคล้า
ด้วยกอสอล และพอกที่บวมตรงรักแร้และไข้ต้น
เมื่อคนไข้ดื่มยาจนหายแล้วสักครู่หนึ่งก็จะอา

เจียน พอาเจียนแล้วสัก ๒-๓ นาที จงลองปรอท
ดูจะเห็นได้ว่าความร้อนลดลงทันที ส่วนที่บวมก็จะ
ยุบตามไปด้วย นับว่าหมดพิษร้าย ต่อไปจะใช้ยา
แก้ไข้ธรรมดาหรือยาชูกำลังอะไรก็ได้ กากอาหาร
ที่คนไข้อาเจียนออกมา็นจรรีบนำไปขุดหลุมฝังเสีย
ทันที เพื่อป้องกันมิให้เชื้อโรคนี้ระบาดแพร่หลาย
ต่อไป.

ต้นหญ้าต้นกา หรือหญ้ายอนหู แก้โรคเป็ล็กน
ข้าพเจ้าได้วิธีจากนายเม็งเต็ก เจ้าของห้างเคี่ยมฮั่ว
เส็ง เมื่อปี ร.ศ. ๑๒๕ ต่อมาข้าพเจ้าได้ค้นในตำรา
ไซโคลปีเดียมการเพาะปลูก พบต้นหญ้าต้นกา ภาษา
ลาตินเรียกว่า อีลิวซินอินดิกา (Eleusine Indica) มี
มากในประเทศอินเดีย การใช้หญ้าต้นกาต้องระวัง
อย่าเอาหญ้าปากควายมาใช้ หญ้าปากควายแดง
ของดอกสั้นกว่าและโตกว่าหญ้าต้นกา ภาษาลาติน
เรียก อีลิวซินกอแรกนา (Eleusine coracna).



- ๑ หญ้าปากควายไม่ใช่เป็นยาในตำหรับนี้
ควรใช้หมายเลข ๒
- ๒ ต้นหญ้ายอนหูหรือต้นกา

หมายเหตุ คำบรรทัดของเจ้าคุณวิบูลย์ฯ ต่อไปนี้

ประโยชน์ของหย้ายอนหูหรือหย้าตีนกา ที่ว่า
แก้กาฬโรคได้นั้นยังไม่หาจะลงความเห็นอย่างไร
แต่ถ้าโอกาสนั้นไม่มียาที่จะรักษาอย่างอื่น ก็ควร
ทำการทดลองให้มากๆ ราช คุไปก่อน.

ติงเจอร์วาร์เบิร์ก (Tincture Warburg)

ติงเจอร์วาร์เบิร์กนั้นทราบกันอยู่โดยมากว่าเป็นยา
แก้ไข้ แต่ไม่รู้จักกันแพร่หลายเท่ายาควินิน อัน
ที่จริงติงเจอร์วาร์เบิร์กเคยเป็นยาแก้ไข้มาแล้วเรื่อย
ไปได้ดีที่สุด แต่เวลานี้วิธีแก้ไข้มาแล้วเรียบร้อยอย่างอื่น
ดีกว่า ติงเจอร์วาร์เบิร์กจึงเป็นยาโบราณไป แต่
ข้าพเจ้ายังรู้สึกบุญคุณของติงเจอร์วาร์เบิร์กอยู่ว่า ได้
กู้ชีวิตข้าพเจ้าให้รอดจากไข้มาเลเรียมาแล้วเป็น
อย่างดี คือเมื่อระวางปี ร.ศ. ๑๐๘-๑๑๐ มีฝรั่ง
ชาติเยอรมันผู้หนึ่งชื่อ เฮนซ์บูร์เกอร์ เข้ามาขอ

พระบรมราชานุญาตตรวจแร่พลอยที่จังหวัดจันทบุรี และจังหวัดตราด สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาเทวะวงศ์วโรปการ เสนาบดีกระทรวงการต่างประเทศ ทรงพระวิตกว่าการเดินทางไปตรวจบ่อพลอยของนายแฮนซ์บูร์เกอร์ จะไม่สะดวก เพราะทรงทราบว่าพวกพะม่าที่อาศัยผูกขาดชุดแร่ อยู่เนิ่นนั้ก็หวังกันประโยชน์การชุดพลอยยิ่งนัก ทรงเกรงว่าจะมีการขัดข้องมาก จึงทรงขอให้พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ ทรงช่วยจัดหาผู้พานายแฮนซ์บูร์เกอร์ไปเพื่อปลอดภัย เวลานั้นพระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ กำลังทรงจัดตั้งกองทหารชายทะเลอยู่ทางหัวเมืองชายทะเลตะวันออกทั่วไป จึงมีรับสั่งให้ข้าพเจ้าเป็นผู้นำ นายแฮนซ์บูร์เกอร์ไปทำการตรวจบ่อพลอยตามพระกระแสของเสนาบดีกระทรวงการต่างประเทศ ด้วยทรงเห็นว่าข้าพเจ้าคุ้นเคยกับพวกเจ้าภาษี

บ่อพลอยอยู่ คงจะไปทำการได้เรียบร้อย จึงทรง
จัดยาต่างๆ ให้ไป มีดิงเจอร์วาร์เบ็กเป็นส่วนมาก.

พ่อข้าพเจ้าไปตรวจบ่อพลอยตามป่าจังหวัดตราด
มีบ่อพลอยนางเป็นต้น ทำการได้สักเดือนหนึ่ง
ข้าพเจ้ากับนายแฮนซ์บูร์เกอร์ก็เป็นผู้มาเลเรีย
อย่างแรง ข้าพเจ้ามีดิงเจอร์วาร์เบ็กไปด้วย ๒๔ ขวด
ขวดละ ๘ ออน ได้ใช้ดิงเจอร์วาร์เบ็กอย่างเดียวกับที่
ระงับไข้ป่าไว้ได้ตลอดเวลา คือ จับ ๒-๓ วันหายๆ
แล้วไปทำงานได้อีก ๗-๘ วันก็จับอีก จับไป ๔-๕
วันหายๆ แล้วไปทำงานได้อีก เป็นอยู่ดังนี้ในป่า
ตั้ง ๓ เดือน คงกินดิงเจอร์วาร์เบ็กกันเรื่อยไปจน
หมด ๒๔ ขวด ก็พอเสร็จการ นายแฮนซ์บูร์เกอร์
กลับกรุงเทพฯ แต่ข้าพเจ้ายังป่วยอยู่ที่จังหวัด
จันทบุรี มีอาการนำวิตกมาก ถึงกับเจ้าคุณอรรถ
ราชฯ (หวาด บุนนาค) ผู้ว่าราชการจังหวัดสั่งให้
เตรียมไม้ต่อหีบ เวลานันดิงเจอร์วาร์เบ็กหมด

ข้าพเจ้าต้องสั่งให้ส่งไปจากกรุงเทพฯ อีก ๑๒ ขวด
 ข้าพเจ้าป่วยอยู่ในจังหวัดจันทบุรีอีก ๑ เดือน และ
 ได้ใช้ตั้งเจอรัวร์เบิกอย่างเดียวจนหายสนิท จึงเดิน
 ทางกลับกลับกรุงเทพฯ ตั้งแต่นั้นมาข้าพเจ้าก็เอา
 ตั้งเจอรัวร์เบิกเป็นเพื่อนเดินทางเสมอ ข้าพเจ้า
 เทียบว่าหางบักชู้ได้และฝ้ายเหนือ ได้ใช้ตั้งเจอรัวร์
 เบิกติดตัวไปด้วยเสมอ และข้าพเจ้าไม่เคยเป็นมา
 เลเรียอีกเลย นอกจากป้องกันและแก้ไขดังกล่าว
 แล้ว ข้าพเจ้ายังได้ทดลองใช้แก้โรคสำคัญๆ อีก
 หลายอย่าง เช่น แก้ปวดท้อง ท้องร่วง แก้บิด ที่สุด
 ข้าพเจ้าได้ใช้แก้โรคลมสันดานหายได้อย่างขาด คือ
 มีญาติข้าพเจ้าคนหนึ่ง ตระกูลสนิทวงษ์ บิดามารดา
 วายชนม์แต่ยังอายุได้ ๕-๑๐ ขวบ อาศัยอยู่กับญาติ
 ข้างฝ่ายมารดาฯ จึงนำมาให้ข้าพเจ้าฯ รับประทาน และ
 มีโรคลมสันดานติดตัวมาด้วย ไม่เป็นอันที่จะ
 เล่าเรียนได้สะดวก ข้าพเจ้าได้ใช้ตั้งเจอรัวร์เบิก

ให้กินสักเดือนเศษๆ ก็หายสนิท แต่เนิ่นมาก็ได้
 เข้าเรียนหนังสือจนสำเร็จผ่านพ้นการเรียนจนเข้า
 รัฐบาลการอยู่จนทุกวันนี้ ได้เงินเดือนสามร้อยเศษ
 เกือบสี่ร้อย และไม่เคยป่วยเป็นสมสันดานอีก
 เลย ผลของการทดลองและวิธีใช้ดังเจอร์วาร์เบ็ก
 ดังต่อไปนี้ คือ

๑. ป้องกันไข้ป่าในการเดินทาง พออย่างเข้า
 เขตต์ป่าสูงทึบ จงใช้ดังเจอร์วาร์เบ็ก ๑ ซ้อนน้ำชา
 ให้กินทุกๆ เวลาเช้า เพื่อไม่ให้ท้องผูกและป้อง
 กันไข้ด้วย ถ้าแก้ไขมาเลเรีย ให้กิน ๑ ซ้อนโต๊ะ
 ก่อนเวลาจับสัก ๑ ชั่วโมง ใช้กำลังจับสั้นปรอทขึ้น
 สูงห้ามไม่ให้กิน ถ้ากินขณะจับจะทำให้ตัวร้อนจัด
 ปรอทสูงกว่าเก่าขึ้นไปอีก.

๒. ใช้เป็นยาเกลอนฝุ่ทุกอย่างตั้นัก ถ้าฝัษัง
 ไม่ต้งหนองก็จะยุบลงโดยเร็ว ถ้าหากต้งหนองแล้ว
 แม้จะแตกก็ไม่ปวด ข้ำพเจ้าใช้จนถึงทาเกลอนฝั

กามโรคหายได้อย่างเด็ดขาด.

๓. ใช้เป็นยาแก้ปวดท้องจุกเสียด ใช้หยดลงในน้ำ ๒-๓ ช้อนโต๊ะ สัก ๒๐-๓๐ หยด พอกินแล้วสักครู่หนึ่งก็จะหาย.

๔. แก้โรคบิด ใช้ดิงเจอร์วาร์เบ็ก ๒๐ หยด ผสมกับน้ำปูนใส สัก ๒ ช้อนโต๊ะ กินทุก ๆ ๓ ชั่วโมงต่อครั้ง สักสองวันก็จะหาย อันดิงเจอร์วาร์เบ็กนี้ มีสรรพคุณแปลกประหลาดมาก คือ กินจำนวนมากเป็นยาถ่ายแก้ไข้ได้ ถ้ากินจำนวนน้อยผสมกับน้ำกลีบเป็นยาคุมธาตุ แก้ปวดท้อง แก้บิดไปได้ ผลอันนี้ พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ เป็นผู้ทรงทดลอง แต่ข้าพเจ้าเป็นผู้จดจำไว้และใช้ต่อมาเสมอได้ผลทุกครั้ง.

๕. ดิงเจอร์วาร์เบ็กแก้โรคลมสันดาน ข้าพเจ้าทดลองได้ผลใหม่อย่างหนึ่ง คือ ใช้ดิงเจอร์วาร์เบ็ก ๓๐ หยด ผสมกับน้ำ ๓-๔ ช้อนโต๊ะ กินวันละ

๓ เวลาก่อนอาหาร สักเดือนเศษก็หายขาด และ
 ไม่ใช่หายเพราะบังเอิญ วิชานี้ได้รักษาหายหลายคน.
หมายเหตุ คุณสมบัติของดิงเจอร์วาร์เบิร์ก คือ เป็น
 ยาแก้ไข้จับสั่นเรียกมาเลเรีย ด้วยยาประกอบขึ้น
 ด้วยควินิน กรดกำมะถัน โกลูทีนัสเต้า ขาดำ
 (แต่บางที่ไม่ใส่) และของหอมอื่น ๆ ซึ่งเกิดจาก
 พฤษภษาชาติ.

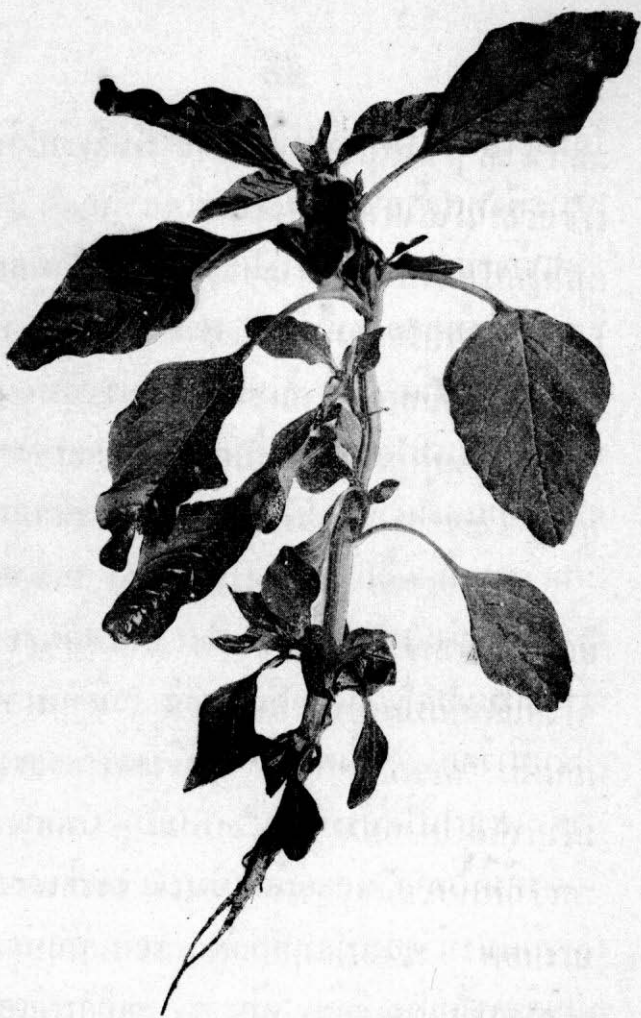
ส่วนประโยชน์ในทางแก้บิดและแก้ลมสันดาน
 และจุกเสียดนั้น เชื่อว่าจะจะเป็นประโยชน์เช่นกัน
 แต่จะสกัดสีที่ได้อาจขายอย่างไรนั้นต้องพิจารณา
 ต่อไปซึ่งเป็นอีกเรื่องหนึ่ง.

ข้อความในหมายเหตุนี้ เป็นข้อบรรทัดของ
 เจ้าคุณวิบูลย์อำฤทธิ์เวช.

ผักโหมจั้น

ผักโหมจั้นนี้ ที่ใช้กันทั่ว ๆ ไปก็เพียงแค่ปรุง
 เป็นอาหารเท่านั้น แต่ผักโหมจั้นแก้โรคเบาหวาน

ได้ด้วยเป็นอย่างดี เรื่องนี้ข้าพเจ้าจะหาผู้เชื่อได้ยาก
 เพราะฟังดูแล้วอาจจะหมิ่นเหม่เหลือเกิน แต่
 ข้าพเจ้าจะบรรยายเรื่องราวให้แจ่มแจ้งได้ เพื่อท่าน
 ที่เชื่อจะได้ทดลองดูบ้างคือ พระวรวงศ์เธอ พระ
 องค์เจ้าสายสนิทวงศ์ ประชวรพระโรคบังคนเบา
 หวาน พระบรมวงศานุวงศ์และข้าราชการชั้นผู้ใหญ่
 ทรงทราบและทราบอยู่ทั่วกัน เพราะประชวรอยู่
 เป็นเวลานาน มีแพทย์ชาวต่างประเทศหลายคน
 ได้ทูลแนะนำและถวายพระโอสถ มีหมอคอยน์
 เชื้อและหมอคาวเนนเป็นต้น พระอาการก็ไม่ดีขึ้น
 เป็นที่น่าวิตก ทั้งพระโรคได้ก็เข้าแทรกแซงอีก
 ด้วย เสวยไม่ได้บรรทมไม่ใคร่หลับ แพทย์ห้าม
 อาหารที่มันน้ำตาล เสวยแต่แป้งถั่วแขกชนิดหนึ่ง
 โดยคำแนะนำของนายแพทย์คาวเนน ซึ่งรู้จักคุณ
 สมบัติมาจากประเทศอินเดีย นอกจากถั่วแขก
 ยังมีขนมปังสัด ซึ่งนายตงคีย์ซึ่งเป็นต้นสกุลสุน



ผักโหมจั้น

ตระกูลทุกวันนี้ ทำมาดวยทุกวันนี้ ละ ๑ ก่อน
 บ้าง ๒ ก่อนบ้าง เพราะแพทย์ห้ามไม่ให้เสวยข้าว
 นายตงคุดยเป็นเจ้าของร้านทำขนมปังสดใหญ่ที่สุดใน
 เวลาโน้น และเป็นผู้ค้นเคยโปรดปรานของ
 พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ มาก
 เพราะนายหลุยซาเวียเป็นเจ้าของผู้ค้นเคยมาก่อน
 ได้แนะนำ นายตงคุดยให้ชื้อหรือการค้าขายว่าชุยโฮ
 (Swee Ho) อยู่ที่ บี. เอ็ม. ซี. เดียวนี้.

ระวางที่พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์
 ประชวรอยู่นี้ มีจีนคนสำคัญผู้หนึ่งเป็นกัมปะโต
 ใหญ่ของห้างบอเนียว ชื่อนายบุนหยก เป็นคน
 กล้า พุดตรงๆ ไม่เกรงใจใคร เป็นที่โปรดปรานใน
 พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์มา เวลา
 นี้ นายบุนหยกมาเฝ้าเยี่ยมประชวร พอทราบ
 พระอาการก็วิตก จึงทูลว่า "อย่ากินยาฝรั่งเลยเสด็จ
 อัจจะบอกยาให้เสด็จ กินอโรยคัว หายเจ็บด้วย

เอาผักไหม้จั้นมาผัดน้ำมันหมู่นักกับข้าว ไม่กี่มาก
 น้อยก็จะหายเขี้ยวหวาน ” นี่เป็นถ้อยคำที่นายขุน
 หยกกราบทูล ขณะนั้นที่หน้าห้องบรรทมมีเตา
 และหม้อกะทะอยู่พร้อมแล้ว จึงมีรับสั่งให้คนไป
 ชื้อผักไหม้จั้นมาปรุงเป็นเครื่องลงเสวยทันที และ
 ใต้เสวยผักไหม้จั้นผัดบ้างแกงจัดบ้างทุกมอทเสวย
 กระจายหาร ในไม่ช้าพระโรคบังคนเบาหวานก็หาย
 เป็นปกติ ข้าพเจ้าจะพิศุจน์หลักฐานในเรื่องนี้ไม่ได้
 ถนัดนัก เพราะผู้ที่รู้เห็นพากันวายชนม์ไปเสีย
 โดยมาก เช่น หม่อมราชวงศ์สุวพรรณสนิทวงษ์
 หม่อมเจียร สนิทวงษ์ ฌอยุชา, หม่อมจันทร
 สนิทวงษ์ ฌอยุชา เป็นต้น ทั้งนายขุนหยกผู้ต้น
 คำหรั้บก็ถึงแก่กรรมไปแล้ว คงมีบุตรเหลืออยู่
 คนหนึ่งชื่อเส็ง รับราชการอยู่กรมชลประทาน เป็น
 หลวงพิพัฒน์ชลเกษม ได้สอบถามแล้วก็ไม่เคย
 รู้จักสรรพคุณของผักไหม้จั้น แต่ข้าพเจ้าเชื่อและ

ใช้ปรุงเป็นอาหารกินเสมอ เพราะต้องการประโยชน์
๒ ประการ คือ ๑ เพื่อป้องกันโรคเบาหวาน, ๒ กิน
อร่อย ถ้าท่านผู้ใดต้องการประโยชน์ ๒ ประการ
ดังกล่าวแล้ว จงทำรับประทานดู คงมีแต่คุณ
ไม่มีโทษเลย.

หมายเหตุ ผักโหมจีนนี้ตากแห้งทำผงไว้ก็ได้
สำหรับแก้เบาหวาน แต่เวลาบดจะรับประทาน
ต้องแทรกเปลือกไข่ไก่สัณนิคหน้อย คงได้ผลเท่า
กับใช้สดๆ.

สรรพคุณสำคัญ คือ เป็นยาขับปัสสาวะและ
บำรุงหัวใจ จึงแก้โรคเบาหวานได้.

กะเพาะหมูตัมเกียมฉ่าย

พอจ้วหน้าว่ากะเพาะหมูตัมเกียมฉ่าย ทุกคน
คงเดาสดได้ว่าเป็นอย่างไร เพราะรู้จักกันอยู่แล้วว่า
เป็นกับข้าวชนิดหนึ่ง แต่หาทราบไม่ว่ามีคุณ

สมบัติค้ำแฝงอยู่ด้วย คือเป็นยาแก้โรคกะเพาะ
 อาหารพิการได้เป็นอย่างดี ครั้งหนึ่งพระวรวงศ์เธอ
 พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ ประชวรพระโรคกะเพาะ
 อาหารพิการ มีอาการ ขัน เพื่อ บุค เป็รยว เสวย
 โอสถหลายขนานก็ไม่หาย ที่สุดแพทย์ใช้ล้าง
 กะเพาะด้วยท่อยางกรอกน้ำเข้าไปล้างก็ทุเลาได้ชั่ว
 คราวแล้วก็เป็นอีก เวลานั้นมีजनแก่ ๆ คนหนึ่ง
 ขำพเจ้าจำขอไม่ได้ ๆ ทูลแนะนำว่าที่เมืองจีนถ้าเป็น
 โรคอย่างนั้นเขาเอากะเพาะหมูมาหนึ่งกะเพาะ ต้มกับ
 ผักเกษมฉายกินเป็นกับข้าวเข้าเย็นสัก ๑ หรือ ๒
 กะเพาะก็หายขาด เมื่อพระองค์ท่านทรงทราบเช่น
 นั้นก็ทรงระลึกได้ว่า กะเพาะหมูมีธาตุเป็บจีน
 เครื่องย่อยอาหารอยู่มาก ประกอบด้วยทรงโปรด
 การปรุงอาหารอยู่แล้วก็สับพระทัย เลยทรงจัดการ
 ปรุงเสวยในวันนั้นเอง เสวยขาขนานนั้นสน ๒ หม้อ
 พระโรคกะเพาะเป็รยวก็หายสนิท แต่หายแล้ว

ก็ไม่ทรงหยุด เลยใช้เป็นระเบียบสำหรับเที่ยว
ทางเรืออีกต่อไปเสมอ.

ยาวนานนักแต่เฟิ่น ๆ ก็จะเข้าใจว่า เมื่อหยุด
กินอาหารที่เปรี้ยวจัด เผ็ดจัด กะเพาะก็ดิ้นเอง
แต่ที่ไหนได้ กะเพาะหมุนแพทย์ทางวิทยาศาสตร์
ก็นับถือว่า มีธาตุเบบซันเป็นเครื่องย่อยอาหารอยู่
มาก ยาวนานเข้าพเจ้าได้ใช้แก้กะเพาะของข้าพเจ้า
ได้ผลมาแล้วเหมือนกัน ทั้งชอบในรสอร่อย
เสียด้วย.

หมายเหตุ การปรุงยาวนานมีข้อสำคัญอยู่อย่าง
หนึ่ง คือวิธีล้างกะเพาะหมู ถ้าง้างไม่ดีจะไม่หมด
กลิ่น ทำให้ไม่ชวนรับประทาน ข้าพเจ้ารู้จักวิธีล้าง
ได้ดี แต่ไม่กล้ากล่าวในที่นี้ ด้วยจะเป็นการ
ประมาทแม่ครัวเกินไป จึงระงับไว้.

ถั่วแดงหรือถั่วโอบแดง

(ภาษาแขกเรียกมันซูรี Musuri)

ถั่วชนิดนี้แต่เดิมก็เรียกกันเพียงว่าถั่วแขก หรือถั่วแดง เพราะมีสีเป็นชมพู ๆ หน่อย ๆ ถั่วนี้ พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ โปรด เป็นยาและเป็นอาหารด้วยทั้งสองอย่าง ที่สุดได้ เคยปรุงเป็นเครื่องต้นในพระบาทสมเด็จพระพุทธเจ้าหลวงเนื่อง ๆ เป็นเหตุให้พระบรมวงศานุวงศ์ ทั้งฝ่ายหน้าฝ่ายในทรงรู้จักถั่วชนิดนี้โดยมาก จน พระบาทสมเด็จพระพุทธเจ้าหลวงทรงเรียกว่า ถั่ว หมอสาย ข้าพเจ้าถือเอานิมิตนี้เป็นชนโอบแดง ของถั่วชนิดนี้ จึงเต็มนามว่าถั่วโอบแดง.

สาเหตุที่พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิท วงษ์ใช้ถั่วนี้ว่าเป็นอาหารนั้น เดิมเมื่อครั้งประหาร พระโรคบังคับคนเบาหวานนั้น นายแพทย์ บี. เคาแวน (หมอกาแวน) ทูลแนะนำไม่ให้เสวยข้าวหรือแป้ง

ที่ทำจากเมล็ดพืชที่มีน้ำตาลมาก ขอให้เสวยถั่วแขก
 ชนิดหนึ่ง คือ ถั่วแดงดั่งที่กล่าวขอมานี้
 ถั่วนี้ชาวอินเดียชอบใช้เป็นอาหารมาก เพราะหมอ
 คาเวนเคยเป็นแพทย์ประจำอยู่ที่ประเทศอินเดีย
 นาน จึงรู้จักคุณสมบัติของถั่วนี้ ท่านบาบูรัม
 สวามิ (Baboo Ramswami) “ชาติฮินดู” พระอาจารย์
 ถวายอักษรภาษาอังกฤษ พระบรมวงศานุวงศ์หลาย
 สิบพระองค์ และเป็นอาจารย์ข้าพเจ้าด้วย เป็นผู้
 ที่ใช้ถั่ว Lentile เป็นอาหารเสมอ ท่านผู้นี้แข็งแรง
 มาก เมื่ออายุ ๗๒ ปีได้เดินทางจากท่าเรือไปถึง
 พระพุทธบาทในรวดเดียวไม่ได้หยุดพักเลย เวลา
 พวกข้าพเจ้าและศิษย์อื่นๆ หยุดพักรับประทานอาหาร
 แต่ท่านอาจารย์บาบูรัมสวามิหาได้หยุดเดิน
 ไม่ คงเดินกลับไปกลับมาอยู่ในที่นั้น จนพวกศิษย์
 เสรีจากรับประทานอาหารออกเดิน ท่านก็เดิน
 ต่อไปจนถึงขณมณฑปเลยทีเดียว แต่นั้นมาพระ

วรวงศ์เชอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงษ์ ก็โปรดเสวย
ถั่วแดงแทนข้าวตลอดเวลาจนหายประชวร ต่อมา
ไม่ว่าจะทรงปรุงอาหารชนิดใด แกงเผ็ด แกงจัด
ต้ม คั่ว เป็นต้ม ถั่วแดงหรือถั่วโม่แดงนั้นเจือด้วย
ทุกอย่าง เพราะหมอคาเวนทูลว่าถั่วนั้นมธาคาอาหาร
มากกว่าเนื้อสัตว์หลายเท่า กินแต่เล็กน้อยก็อิ่ม
มาก เหตุนี้แหละจึงโปรดใช้ ทั้งเป็นยาและเป็น
อาหารด้วย.

ส่วนตัวข้าพเจ้าเองก็ได้ใช้ถั่วนี้เป็นอาหารบ้าง
และเป็นยาเมื่อเวลากะเพาะเสียบ้าง ข้าพเจ้าได้
ตรวจค้นตำราไซโคลปีเดียการเพาะปลูก พบตำนาน
แห่งถั่วชนิดนี้ปรากฏว่าชื่อ เต็นเตล หรือ เต็นช
เป็นถั่วที่มีคุณสมบัติน่าสูงมาก และกล่าวว่าแต่ครั้ง
โบราณ "อีซอ" (Esau) ได้ขอแลกถั่วเต็นชนี้ ๑
หม้อด้วยทรัพย์สินที่มีอยู่ทั้งหมดในบ้านจาก ยากบ
(Jacob) เมื่อเห็นยากบกกำลังปรุงเป็นอาหารอยู่ใน

ตำราไซโคลปีเดียกล่าวว่าถั่วเลนซ (Lens) นมีธาตุ
 ครีมอยู่ถึง ๒๖ เปอร์เซ็นต์ เมื่อใช้เป็นอาหารแล้ว
 จะมีกำลังแข็งแรงต้านทานไข้เจ็บ อันนามของ
 แก้วขยายที่เรียกว่าเลนซนั้น ก็ได้จากลักษณะของ
 เมล็ดครึ่งซีกแห่งถั่วเลนซนั่นเอง.

ตามเหตุผลที่กล่าวแล้วข้างต้นนี้ จึงปรากฏว่า
 ถั่วแดงหรือโบแดงมีคุณสมบัติ ทั้งเป็นยาและ
 อาหารด้วย.

หมายเหตุ ถั่วแดงหรือถั่วโบแดง (ภาษาแขกเรียก
 มัชชูรี (Musuri) (Lentillon d' hiver) ถั่วเลนทิลมีอยู่
 หลายชนิด มีคุณสมบัติต่างกันอยู่ แต่ที่กล่าว
 นี้เพราะถั่วชนิดแดงคือ (Lentillon d' hiver) ถั่วแดง
 มีน้ำมัน, โปรตีน, มากกว่าข้าวเจ้า แต่มีน้ำตาลน้อย
 จึงมีประโยชน์ในการรักษาโรคเบาหวาน.

ข้อความข้างบนนี้ เจ้าคุณวิบูลย์อำรุงเวช ได้
 บรรทุกไว้.

ถั่วลิสง

ถั่วลิสงนั้นกินแล้วใช้ได้ ทั้งเป็นอาหารและเป็นยาด้วย ถั่วลิสงเป็นอาหารนั้น ข้าพเจ้าเข้าใจว่าคงทราบกันทั่วแล้ว ข้าพเจ้าจะกล่าวแต่ที่ใช่เป็นยาได้เป็นอย่างดีเท่านั้น คือ

๑ เป็นยาแก้ไอได้ ถ้าไอหวัดหรือไอเนื่องจากเป็นเม็ดพิษในลำคอ อันไม่ใช่เกิดจากโรคในปอดแล้วเป็นหายได้แน่นอน ให้เอาถั่วลิสง ๓๒ เม็ด นำตาลทรายแดงสัก ๓ ช้อนโต๊ะ ใส่ลงในหม้อหุ้ย้อมๆ ใส่น้ำต้มหม้อต้มพอถั่วสุกแล้ว ใช้น้ำต้มถั่วนี้เป็นยาจิบแก้ไอ จะหายได้อย่างยาแก้ไออื่น ๆ วิธีนี้สำหรับคนจนด้นัก.

๒ ถั่วลิสง เป็นยาแก้พิษห้วกถอยได้อีกอย่างหนึ่ง คือกรรมดาห้วกถอยที่ก่อนจะใช้เป็นอาหารได้นั้น ต้องทำพิษฝานบาง ๆ เคล้าเกลือ บางทีหนึ่งแล้วผึ่งแดดให้แห้ง แล้วจึงจะใช้เป็นอาหารได้

เนื่องจากหวักลอยมีพิษร้ายมาก ถ้าใช้กินแต่ลำพัง
 หวักลอยอย่างเดียวมักให้โทษ โดยมากเป็นโรค
 ไข้เหลืองเสีย ชักพุงโรหน้ำตาเน้อตัวบวม เพราะ
 ฉะนั้นกลอยจึงต้องใช้กินกับข้าวเหนียวที่มีธาตุโปร
 ตีนมาก หรือต้มน้ำตาลเช่นแกงบวชเป็นต้น เคย
 มีชาวชนบทที่ขัดสนในคราวเกิดทุกข์พิทกภัย ขุดได้
 แต่หวักลอย ไม่มีสตางค์จะซื้อพออย่างอื่นที่มีโปร
 ตีนมาผสม ก็กินแต่หวักลอยล้วนๆ ในไม่ช้า
 ก็เกิดโรคดังกล่าวแล้ว วิธีที่จะแก้โรคพิษกลอยนี้
 ให้เอาถั่วลิสงต้มให้สุกผสมกับพืชอื่นๆ ที่เป็น
 อาหาร แต่ถั่วลิสงต้องเป็นส่วนมาก กินไปทุกๆ ๕
 ๗ วันให้ระบายท้องครั้งหนึ่ง ธาตุโปรตีนและ
 น้ำมันในถั่วลิสงจะค่อยไล่พิษกลอยออกจากโลหิต
 ของคนไข้ ในไม่ช้าโรคพิษกลอยก็จะหาย.

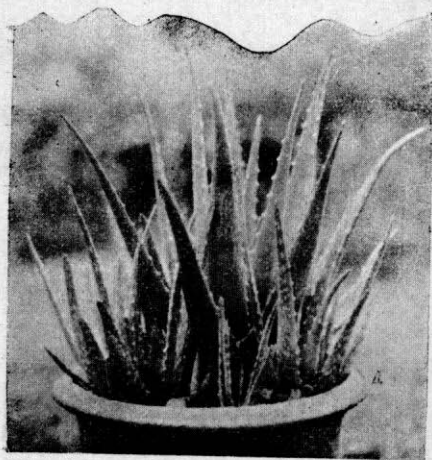
หมายเหตุ ประโยชน์ถั่วลิสงที่เจ้าคุณสีหศักดิ์สนิท
 วงษ์ได้กล่าวมานี้ก็เป็นเรื่องน่าสนใจ ควรทดลอง

ใช้กันต่อไป แต่ผู้ใช้ควรพิจารณาดูอาการไอนี้
จะเป็นด้วยโรคปอด, หลอดลม, และสายเสียง
อักเสบ, เนื้องอกที่บั้นระวางปอด, กะเพาะอาหาร
ไม่ดี, หูไม่ดี, และต้นไถ่ยาวผิดปกติ ๆ ล ๆ ควร
ทดลองฉะเพาะหวัดลงคอตั้งท่านเจ้าของเกล้า.

(เจ้าคุณวิบูลย์อายุระเวช บรรรทัก)

ว่านหางจรเข้

ว่านหางจรเข้ ชาวบ้านตามสวนชอบปลูกกัน
แทบทุกบ้าน เพราะใช้ทำยาได้บางอย่าง เช่นฝาน
เอาเปลือกปัดขมิบแก้ปวดศีรษะบ้าง เอาเมือก
เคล้ากับขมิบเขียว ใช้เป็นยาสมุนไพรหอมเต็กบ้าง
พวกผู้หญิงเมืองจีนชอบใช้เอาเมือกทาแต่งผมมวย
ให้เป็นมันสวยบ้าง แต่ยังไม่เคยได้ยินว่ามีผู้รู้จักใช้
เป็นอาหารที่เป็นยาชูกำลังแพร่หลายไม่ แต่ข้าพเจ้า
ได้ตำราจากนายฮะ ซึ่งเป็นางงิ้วของกรมหลวง



ว่านหางจรเข้

วงษาธิราชสนิท เล่าให้ข้าพเจ้าฟังว่าเมื่อยังหนุ่ม ๆ
 อยู่ที่เมืองจีน ได้เคยเห็นคฤหบดีจีนผู้มั่งคั่งผู้หนึ่ง
 ใช้น้ำในของวุ้นหางจรเข้ต้มกับน้ำตาลกรวดกิน
 แทนรังนก นับว่ากินแล้วชุ่มชื้นและมีกำลังดีกว่า
 กินรังนกที่นิยมกันทั่วไป และเขาใช้สำหรับผู้ที่
 หายไข้ใหม่ๆ หรือคนสูงอายุที่ลดยกำลังแล้ว
 กลับแข็งแรง ตัวนายอะเองก็ว่าได้เคยทำกินแล้ว
 เห็นว่าดีจริง และได้บอกวิธีทำให้ข้าพเจ้าๆ ก็ได้
 ทดลองทำดูบ้างรู้สึกว่าได้แน่ เมื่อทำเสร็จแล้วไม่มี
 กลิ่นเหม็นเขียวเหมือนที่เราเคยได้กลิ่นเมื่อก่อน
 หางจรเข้เลย ตามที่ข้าพเจ้าได้เคยทำกินมาแล้ว
 เห็นว่ามีรสอร่อยกว่ากินรังนก เพราะกินแล้วรู้สึก
 ว่ามีรสเป็นชุ่มชื้นดี แต่ขอทมิกำลังวังชาแข็งแรง
 นั้น ข้าพเจ้าหาได้กินไปจนเห็นผลถึงเช่นนั้นไม่
 แต่ข้าพเจ้าเชื่อว่าคงมีผลบ้างไม่มากนักน้อย.

วิธีปรุงนั้น เลือกวุ้นหางจรเข้ที่ภายในโศอบๆ

ผ่านเปลือกนอกออกให้หมด เหลือแต่เยื่อข้างใน แล้วผ่านเป็นชั้นบาง ๆ ลวกด้วยน้ำร้อนให้หมด เมื่อก แล้วต้มกับน้ำตาลกรวดพอออกหวาน ๆ จะกินกำลังร้อน ๆ หรือจะปลงไว้ให้เย็น เอน้ำแข็งใส่กินก็ได้ ข้าพเจ้าทำกินนั้นเชื่อว่า มีรสอร่อยกว่าที่ท่านลฤหมัดจึงเคยทำมาแล้ว เพราะข้าพเจ้าเติมน้ำหอมวนินาลงด้วย.

หมายเหตุ คุณสมบัตินี้ของวุ้นหางจรเข้ มีเจลดี อักวาและน้ำตาลอยู่มากจึงเป็นยาชูกำลัง ถ้าใช้ภายนอกเป็นยาแก้อาการโลหิตคั่งการอักเสบและบรรเทาพิษ.

(เจ้าคุณเวินบุณย์อายุระเวช บรวงศ์)

มันเทศ (Sweet Potato)

มันเทศเป็นพืชชนิดที่มีคุณสมบัติน่ามากในการที่ใช้เป็นอาหารสำคัญชนิดหนึ่ง คือ มีธาตุโปรตีน



น้ำมันเทศที่ชอยแล้ว

น้ำมันเทศทั้งหัว

ไม่น้อย ไข้แทนข้าวได้เมื่อยามขาดข้าวหรือข้าว
 แพงต้องใช้มันเทศปน และเคยใช้กันนานแล้ว
 ทั้งเป็นพืชที่ใช้เป็นยาในบางโรคเป็นอย่างดี เช่น
 โรคริดสีดวงทวาร แม้จะเป็นมากถึงกับยื่นออกมา
 นอกทวารแล้วก็ทำให้แห้งหดหายเข้าไปได้ และ
 หายขาดได้จริง ๆ คือหว่ามันเทศปอกเปลือกแล้ว
 เอาเม็ดสับผิว ๆ ให้เป็นฝอยเช่นเหมือดขนมจีน
 แล้วผึ่งแดดให้แห้งเก็บไว้ เมื่อเวลาหัวริดสีดวง
 ยื่นออกมานอกทวาร จงเอาถ่านติดไฟด้วยอั้งโล่
 ย่อม ๆ เอามันเทศที่ตากแห้งแล้วค่อย ๆ โรยลง
 บนไฟ เอาควนรมหัวริดสีดวง สัก ๑๐-๑๕ วัน
 หัวริดสีดวงก็จะแห้งและหายไม่ออกมาอีก.

เรื่องโรคริดสีดวงทวารนั้น มีข้อปฏิบัติสำคัญ
 อยู่อย่างหนึ่ง คือต้องระวังอย่าให้ท้องผูกได้ หมั่น
 กินขาระบายให้นานวันจึงจะหายขาดได้ ถ้ารู้สึก
 หายใหม่ ๆ ปล่อยให้ท้องผูกสัก ๕-๓ ครั้งอาจกลับ
 เป็นอีก.

การรักษาด้วยมันเทศ^๕ เคยเห็นผลเป็นอย่างดี
 มาก ค็อร่าว ๆ ปี พ.ศ. ๒๔๒๕-๒๔๓๐ พระ
 รวงศ์เชอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงศ์ ประชวรเป็น
 พระโรควิเศษคิ้วทวาร เคยทรงใช้รมด้วยหัวมัน
 เทศดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น และพระโรคนั้นได้
 หายอย่างเด็ดขาด และรับสั่งว่าเป็นตำราของ
 พระเจ้าบรมวงศ์เชอ กรมหลวงวงศาธิราชสนิท
 พระบิดาของพระองค์ท่าน และเป็นเสด็จตาของ
 ข้าพเจ้า ฉะนั้นข้าพเจ้าจึงรวบรวมไว้ในตำหรับนี้ด้วย
 เพราะมันเทศใช้ได้ทั้งเป็นอาหาร และเป็นยาด้วย
 ฉะเพาะที่ใช้เป็นอาหารนั้นเห็นว่าทราบกันดีอยู่แล้ว
 ข้าพเจ้าจึงมิได้บรรยายไว้ในที่นี้ด้วย.

ตามทข้าพเจ้าเขียนเรื่องพืชที่ใช้เป็นอาหารและ
 เป็นยาดด้วยนี้ ข้าพเจ้าเข้าใจว่ายังมีพืชที่ใช้เป็น
 อาหารยังมีอีกมาก ชะนิตที่มีสรรพคุณที่ใช้เป็น
 ยาได้ แต่หากข้าพเจ้าไม่เคยทดลองจึงไม่กล้าพอ

ก็จะเขียนเดาส้มไปได้ แต่ก็จะเขียนเดาส้ม
 ตะลุมไปให้ได้สมุดหนาๆ กว่าจะได้อีกก็จะได้อีก แต่อาจ
 เกิดโทษทั้งผู้เขียนและผู้ใช้ เพราะข้าพเจ้าไม่ใ้
 ตั้งใจจะเขียนตำราขาย ก็จะเขียนเป็นตำราขาย
 ก็ไม่ใช่แพทย์ ทำไปก็มีโทษ หากจะเขียนเป็น
 ตำราปรุงอาหารก็ไม่ใช่พ่อครัว ที่ได้เขียนไปแล้ว
 ก็เพียงแนะนำให้มีศรัทธาและญาติรู้ว่า สิ่งที่ข้าพเจ้า
 ผ่านมาแล้วอาจเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่ได้พบเห็นบ้าง
 เท่านั้น.

ผักเขียว

อันผักเขียวที่เราใช้ประกอบเป็นเครื่องปรุง
 อาหารกันอยู่ทุกวันนี้ ใคร ๆ ก็ยอมรับว่าใช้
 ประกอบอาหารได้ทั้งคาวและหวาน ทั้งใช้เป็นยา
 ดับพิษ ตอนพิษต่างๆ ได้หลายอย่างตามที่เคยได้
 ชินมา แต่บัดนี้ข้าพเจ้าได้พบเห็นใช้เป็นยาวิเศษ

อีกขนานหนึ่ง คือ เมื่อต้นปี พ.ศ. ๒๔๘๑ นี้เอง
ข้าพเจ้าและครอบครัวได้ไปพักผ่อนอากาศที่หัวหิน
ในคราวนั้นผู้ทะเลาะกันได้พากันถูกแมงกะพรุน
ไฟ นับเป็นจำนวนมากรายด้วยกัน แต่ต่างใช้ยา
ชนิดต่างๆ ก็หายช้าบ้างเร็วบ้าง ตามแต่ถูกมาก
ถูกน้อย แต่ปรากฏว่ายาอะไรๆ สู้พิษเขี้ยวไม่ได้

วิธีใช้ คือ เมื่อถูกแมงกะพรุนไฟเข้าแล้วให้รีบ
ขมิบ เอาไม้ฟักเขียวขยี้ถูที่รอยแผลปวดแสบปวด
ร้อนนั้นแรงๆ สักครู่เดี๋ยวก็จะหาย และหายขาด
เอาจริง ๆ ด้วย.

ความจริงยานานนี้ข้าพเจ้าไม่เคยใช้แก๊เอง
แต่เห็นว่ามีผู้ได้ปรากฏหายจากไม้ฟักเขียวเหมือนกัน
สรรเสริญมา จึงได้เขียนไว้ในที่นี้ด้วย เพื่อผู้
จะถูกแมงกะพรุนไฟเข้า หากจะหายาทัดจริง ๆ
ไม่ทันก็ควรทดลองใช้ดู เพราะข้าพเจ้าเชื่อว่าแม้จะ
ไม่หายก็คงไม่ให้โทษร้ายแรงอย่างใดเป็นแน่.

วิธีรักษาอนามัยประจำบ้าน

ตำนาน และสรรพคุณ แห่งพืชพันธุ์บาง อย่าง
 ข้าพเจ้าได้กล่าวมาพอสมควรแล้ว แต่ข้าพเจ้ายัง
 มารู้สึกว่ามีผู้สวทักกันโดยมากกว่า เหตุไฉน ทั้ง
 ข้าพเจ้าผู้มีฐานะอันแสนจน และอายุก็มากแล้ว
 ทำไมร่างกายจึงยังไม่ทรุดโทรม เห็นแต่ถ้วนถ้วน
 สบายดีเสมอ เพื่อแก้ความสงสัยในข้อนี้ ข้าพเจ้า
 ขอโอกาสเสนอวิธีรักษาอนามัยอย่างหยาบ ๆ ที่
 ข้าพเจ้าได้ปฏิบัติมาแล้ว เพื่อเป็นทางดำริของท่าน
 ตามข้อความดังจะกล่าวต่อไปนี้

๑. จงพยายามตื่นนอนแต่เวลาก่อนเห็นแสง
 พระอาทิตย์ แต่ไม่จำเป็นต่วงก่อนตี ๕ และออก
 เดินเล่นในลานบ้านจนกว่าจะเห็นแสงพระอาทิตย์
 จะเป็นก็สืบนาหาก็ตาม เมื่อหยุดแล้วจึงล้างหน้า
 หรืออาบน้ำได้ก็ยิ่งดี วิธีนี้จะทำให้หายเมื่อย
 ทำให้โลหิตเดินสะดวกทั่วร่างกาย และทำให้

อาหารมอเซาเจริญด้วย.

๒. การล้างหน้าเวลาเช้านี้ ควรล้างให้เสร็จก่อน
จึงบ้วนปาก ทำดังนี้ทุก ๆ วัน จะป้องกันไม่ให้
เป็นโรคตาแดงได้เป็นอย่างดี เมื่อล้างหน้าแล้ว
ก่อนอาหารอย่างอื่น จึงดมน้ำสุกอุ่น ๆ สัก ๑ ถ้วย
แก้ว เพื่อให้ล้างลำไส้ที่ใดหนึ่งอยู่ตลอดคืนมาแล้ว
แล้วจึงรับประทานอาหารที่เบาๆ และอ่อนๆ ที่
ละลายง่าย เมื่ออิ่มแล้วจึงเอนหลังที่เก้าอี้ยาวเสีย
สัก ๑๐ นาทีก่อนที่จะทำกิจอื่น ๆ วิธีนี้จะทำให้
เครื่องย่อยอาหารทำการได้สะดวก.

๓. อีกวิธีหนึ่ง เมื่อรับประทานอาหารแล้ว
เดินเสียสัก ๑๐ นาที แล้วจึงหาที่อากาศโปร่งๆ
จะเป็นที่เฉลียงเรือนก็ได้ ให้เอนตัวลงนอนหงาย
เอาหมอนหนุนที่หลังให้หน้าอกแอ่นขึ้นมา แล้ว
เหยียดแขนทั้งสองข้างออกให้ตรง และสูดลม
หายใจเข้าออกให้แรงๆ สัก ๑๐ นาทีจึงเลิก วิธีนี้

จะทำให้ปลอดสะอาดและให้ขยายตัวโตขึ้นด้วย เพื่อ
 ป้องกันวัณโรคได้ แต่มีข้อสำคัญที่จะต้องระวัง
 คือ อย่าหายใจทางปากเป็นอันขาด เพราะทำให้
 ลมที่สูดเข้าไปนั้นพาเอาเชื้อโสโครกที่พื้นของเรา
 เข้าไปสู่ปอด ถ้าหากเรามีโรคที่พื้นอยู่บ้าง อาจ
 ทำอันตรายแก่ปอดได้.

๔. เวลาบริโภคอาหารจะเป็นมือไหนก็ตาม
 จงอย่าดื่มน้ำในระวางก่อนอิ่มได้จะดี ถ้าดื่มน้ำใน
 ระยะก่อนอิ่ม อาจมีลมในกะเพาะปะทะสวนขึ้นมา
 ทำให้เกิดจุกเสียดขึ้นได้ เว้นแต่จะมีอาการระอึก
 หรือสำลักขึ้นมาจึงจำเป็นต้องดื่มน้ำบ้างเล็กน้อย.

๕. เมื่อข้าพเจ้ายังเล็ก ๆ เคยเป็นศิษย์วัดที่วัด
 เทพศิรินทราวาส ข้าพเจ้าเคยไปหาเจ้าคุณพระ
 ธรรมไตรโลกาจารย์ เจ้าอาวาสองค์ที่ ๒ ตั้งแต่แรก
 สร้างวัดเทพศิรินทร์ใหม่ ๆ ท่านได้แนะนำข้าพเจ้าว่า
 เวลาบริโภคอาหาร จงเคี้ยวอาหารให้ครบ ๓๒ ครั้ง

ก่อนจึงกลืน ให้ทำเสมอไปจะอายุยืนและบ็องกัน
 ไม่ให้เป็นโรคกะเพาะอาหารพิการ แต่ท่านก็ไม่
 อธิบายว่าเพราะเหตุใด เป็นแต่พูดไว้สั้นๆ ท่าน
 เจ้าคุณพระธรรมไตรโลกาจารย์ก็คงรู้แล้วว่า อาหาร
 ที่ถูกพื้นบดเคี้ยวถึง ๓๒ ครั้งนั้นต้องละเอียดแน
 นอน เมื่อกินลงไปก็จะช่วยให้เครื่องย่อยอาหาร
 ทำการสะดวกเข้า ยังไม่ทันที่จะบดเปรี้ยวได้ แต่
 หากท่านไม่ได้อธิบายไว้เท่านั้น.

ถ้าจะพิจารณาถึงทางแพทยวิทยาแล้ว การเคี้ยว
 อาหารนาน ๆ แล้วจึงกลืนนั้นเป็นการช่วยย่อย
 อาหารได้มากที่สุด เพราะการเคี้ยวอยู่นานนั้น
 ใช้น้ำลายของเราจะออกมาก เมื่อกินอาหารลงไป
 ก็จะพาเอาน้ำลายลงไปด้วย น้ำลายของเรามีธาตุ
 ไพโอเอลิง (Ptyalin) อยู่มากก็จะลงไปช่วยย่อยอาหาร
 ให้เร็วเข้า เมื่ออาหารย่อยเร็วกะเพาะก็ไม่เสีย
 เมื่ออาหารเปลี่ยนธาตุไปเป็นโลหิตได้เร็ว โลหิต

นั้นก็สะอาด ทำให้ร่างกายเราแข็งแรง เป็นทาง
ป้องกันโรคต่างๆ ได้มาก กะเพาะอาหารเป็นด่าน
สำคัญที่จะป้องกันโรคได้หรือไม่ได้ เพราะฉะนั้น
การที่จะรักษากะเพาะอาหารให้คือขี้เสมอ จึงจำเป็น
ต้องใช้ยาที่เป็นอาหารและอาหารที่เป็นยา การ
รักษากะเพาะ ถ้าจะกินแต่ยาตะพิดตะพ้อแล้ว เรา
จะไม่มีโลหิตบำรุงร่างกายเลย.

๖ อีกวิธีหนึ่ง เป็นวิธีรักษาอนามัยได้ดีที่สุด
แต่วิธีนี้จะว่าทำงานง่าย จะว่าทำยากก็ยาก คือ
แบ่งอิริยาบถในการนั่ง นอน เดิน ทั้งสามอย่างนี้
ให้เท่ากันในระยะ ๒๔ ชั่วโมง เช่นนั่ง ๘ ชั่วโมง
และนอน ๘ ชั่วโมง เดิน ๘ ชั่วโมง แต่ระยะนอน
เป็นระยะสำคัญ ต้องนอนให้หลับครบ ๘ ชั่วโมง
จริงๆ ไม่ใช่หลาย ๆ ตอนรวมกันจึงได้ ๘ ชั่วโมง
เวลาที่เหมาะนอนแต่เวลา ๑ ขยาม และตื่นเวลา
๑๑ ทุ่ม แต่ถ้าอายุล่วงเขตต์ ๕๐ ปีขึ้นไปแล้ว แม้

จะลดจำนวนชั่วโมงลงมาบ้างก็ได้ ส่วนระยะนั้นนี้
 ไม่ต้องนั่งรวดเดียว ๘ ชั่วโมง นั่งบ้าง เดินบ้าง
 เอนหลังบ้าง แต่คำนวณเวลานั่งให้ครบ ๘ ชั่วโมง
 เป็นอันใช้ได้ ถ้าท่านนั่งรวดเดียว ๘ ชั่วโมงจะกลับ
 ให้โทษอย่างร้ายแรง การเดินก็เช่นเดียวกัน คือ
 เดินบ้าง หยุดพักบ้าง นั่งเล่นบ้าง คำนวณระยะ
 เดินให้ได้ ๘ ชั่วโมง ท่านอย่าอุตริเดินรวดเดียว
 ๘ ชั่วโมงจะไม่มีคุณเลย ถึงแม้ท่านจะมีกำลัง
 แข็งแรงเดินได้ ก็จะเป็นการฝืนร่างกายของท่าน
 เกินไป และไม่ต้องด้วยวิธีรักษาอนามัย.

อันวิธีรักษาพยาบาลด้วยอาหารที่เป็นยา ยา
 เป็นอาหารก็ดี หรือวิธีรักษาอนามัยก็ดี ข้าพเจ้า
 สามารถแสดงให้ท่านฟังได้ นี้ ก็โดยอาศัยได้รับพระ
 กรุณาจากพระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสายสนิทวงษ์
 ทรงแนะนำสั่งสอนไว้ตั้งแต่เป็นเด็ก ๆ มา มากทุก
 สิ่งทุกอย่าง ถ้าหากจะมีญาณวิถีดุจ ๆ ที่อาจให้

พระองค์ท่านทรงทราบได้ ว่าข้าพเจ้าได้จดจำข้อความที่ได้รับพระกรุณาทรงแนะนำไว้ มาเผยแพร่ให้เป็นประโยชน์แก่ญาติมิตรเช่นนั้น ข้าพเจ้าเชื่อว่า จะทรงยินดีหาหน่อยไม่ เพราะพระองค์ท่านก็โปรดในวิธีช่วยเหลือคนทั่วไป ยิ่งเป็นเจ๊กๆ จีนๆ แล้วยิ่งโปรดช่วยนักที่เดียว ช่วยเสียจนบรรดาโอรสและธิดาของตนน่าจะจงไปหมด.

ข้อความต่าง ๆ จะเป็นข้อรักษาพยาบาลก็ดี ข้อรักษาอนามัยก็ดี ที่ข้าพเจ้ากล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น ข้าพเจ้าได้ทดลองและปฏิบัติได้ผลมาแล้วทุกอย่าง นอกจากที่กล่าวมาแล้ว ข้าพเจ้ายังค้นพบวิธีการรักษาอนามัยเป็นพิเศษได้อีกอย่างหนึ่ง คือการมีภรรยาแต่คนเดียว เป็นร่วบองกันโรคภัยไข้เจ็บได้เป็นอย่างดีประเสริฐ.

หมายเหตุ ข้อความต่อไปนี้เป็นข้อบรรทัดของเจ้าคุณวิบูลย์อายุระเวช ได้กรุณาช่วยเหลือ.

การอนามยวัตรธรรมดา การนั่งมากกว่านอน ๓
มากกว่าเดินและยืน,

การเดินคิดเฉลี่ยวันหนึ่งอยู่ในราว ๒ กิโลเมตร
เป็นการบริหารอายุวัฒน แต่การแบ่งอิริยาบถ
ก็แล้วแต่วัยของอายุสม เช่นเด็กต้องการนอนมาก
เดินมาก ยืนมาก นั่งน้อย ผู้ใหญ่เดินหรือยืน
น้อยกว่านั่ง ยิ่งชราแล้วการนอนยิ่งน้อยเข้า แต่
ต้องนั่งมากกว่าเดินและยืน ทั้งนี้ก็ใช่อันไกล โดย
กฎธรรมดาบังคับว่า เมื่อกล่อมเนื้อได้เหยียดตรง
และเครื่องตั้งซึ่งในอาการนั่ง เดิน ยืน นอน เหล่น้อย
แล้วก็ต้องการพัก.

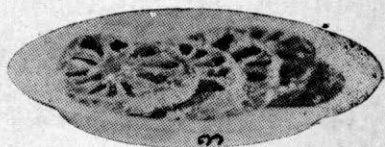
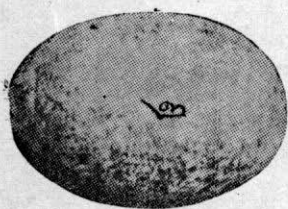
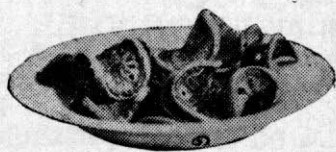
เด็กซึ่งอยู่ในวัยแห่งความเจริญ จึงต้องการพัก
น้อยกว่าผู้ใหญ่ แต่ต้องนอนมากกว่า เพราะนอน
เป็นการซ่อมอวัยวะด้วย ผู้ที่ควรงดออกกำลังกาย
ภายหลังอาหาร คือผู้ที่กะเพาะอ่อน, หัวใจอ่อน,
โลหิตน้อย, เหล่านเป็นต้น.

ผลมะตูม

ผลมะตูม ใช้เป็นทั้งยาและอาหารได้ตั้งแต่อ่อน, แก่, สุข, ทั้งสามรุ่นนี้จะได้กล่าวเฉพาะที่ใช้เป็นอาหารก่อน คือ ผลมะตูมอ่อน เอามาฝานตามขวาง ให้เป็นแผ่นบาง ๆ ฝัดแดดให้แห้งแล้ว สับหรือบิ ออกให้เป็นชิ้นเล็กๆ เสมอกัน เอาใส่กะทะคว่ำ ให้เหลืองจนมีกลิ่นหอม ชงน้ำร้อนใช้แทนใบชา แต่ต้องชงอ่อนๆ อีกอย่างหนึ่งปั่นย่อยให้ละเอียด กรองด้วยแร้วอย่างละเอียดที่สุดที่จะละเอียดได้ เก็บบรรจุขวดหรือถาดอย่างถึกษา เวลาจะรับประทาน จงเอาลงละลายในน้ำร้อน ๆ เจือนมโคสดหรือขี้ และใส่น้ำตาลละลายอย่างโกโก้หรือโอวัลติน แล้ว ดื่มอย่างโกโก้ กาแฟ จะได้รสและคุณสมบัติ ดีกว่ากาแฟ ดื่มมากจะไม่ให้โทษเช่นกาแฟเลย มะตูมชนิดแก่แต่ยังดิบใช้เนื้อฝานบาง ๆ แล้วหั่น เป็นฝอย ใช้ย่ำเป็นกับข้าว เช่นย่ำผิวส้มซ่าหรือย่ำ ผักกะสัง เครื่องประกอบก็มี หมู กุ้ง นาคะ

น้ำตาล มะนาว ปรงรสตามชอบใจ จะเป็นอาหาร
 ที่อร่อยมาก ถ้ากะเทาะเปลือกออกแล้ว ผ่านเนื้อ
 ตามขวางทั้งลูก ให้ชั้นหนาประมาณ ๑ เซนติเมตร
 แล้วเชื่อมน้ำตาลเป็นของหวานได้ อันมะตุมที่
 แก่จนสุกเหลืองหอม ผ่าเอาแต่เนื้อจมน้ำผึ้งรวง
 ใช้เป็นของหวานอย่างประเสริฐ แม้แต่เปลือกนอก
 ชูดเอาผิวที่เผ็ดๆ ออกแล้วต้มกับน้ำตาล ชดน้ำเป็น
 เช่นน้ำหวานร้อนๆ ก็ใช้ได้อย่างดี ทั้งริงอาหารที่
 ปรงด้วยผลมะตุมดังกล่าวนี้ ถ้าบริโภคแล้วจะมี
 แต่คุณ ไม่ให้โทษเหมือนอาหารบางชนิดเลย.

ต่อไปนี้จะกล่าวถึงมะตุมที่ใช้เป็นยา ซึ่งข้าพ
 เจ้าเคยใช้ได้ผลมาแล้ว คือ มะตุมอ่อนที่ผ่านบางๆ
 ตากแห้งแล้ว ใช้ต้มกับรากเผือกหอม และผ่าน
 กะทือบางๆ สัก ๓ เว้น กานพลูสัก ๕-๗ ดอก
 ต้มเช่นยาต้มทั้งหลาย กินแก้ท้องร่วงท้องเสีย
 และเป็นยาคุมธาตุได้เป็นอย่างดี พระวรวงศ์เธอ
 พระองค์เจ้าสายสนธิ์ทวงษ์ เสด็จจูงข้าพเจ้า พระใช้



๑ มะตูมอ่อน

๒ มะตูมแก่

๓ มะตูมเชื่อม

เป็นยาแก้บิดที่มีอาการไข้อยู่ด้วย ทรงใช้ผง
ซึ่งโคนาบดอย่างยาไทย ๆ เรา และน้ำมันมะตูมต้ม
ดังกล่าวมาแล้วเป็นกระสาย กินอย่างยาผงไทย ๆ
เรา จะหายทั้งบิดและไข้อยู่พร้อมกัน.

อันยาน้ำมันมะตูมต้ม ถ้าหากเป็นฤดูที่มะตูม
เป็นผล ไข้ผลแก่สด ๆ ก็จะได้สรรพคุณสูงกว่า
มะตูมอ่อนตากแห้งมาก ทรงใช้เนื้อมะตูมที่ต้มสุก
แล้วกินแทนอาหารได้ด้วย เพื่อกะเพาะบุตรด้วย
ด้วย ส่วนมะตูมที่สุกเหลืองหอมนี้ใช้แกะเอา
แต่เนื้อกินเมื่อถ่ายยาจนท้องว่างแล้ว จะเป็นยา
ป้องกันไม่ให้เป็นโรคธาตุพิการได้.

ยังมีมะตูมอีกชนิดหนึ่งเรียกว่ามะตูมน้ำ เมื่อ
ดื่บใช้อย่างมะตูมธรรมดาได้ แต่แพทย์ว่ามี
สรรพคุณดีกว่ามะตูมธรรมดา แต่เป็นชนิดที่หา
ยากมาก มีตำราฉบับหนึ่งเรียกว่ายามะตูมน้ำ
นี้ว่าแก้โรคได้หลายอย่าง มีนายแพทย์แผน
โบราณชอบใช้ ข้าพเจ้าทราบมาว่า พระเจ้าบรมวงศ์

เชอ กรมหลวงวงษาธิราชสนิท เสด็จตามข้าพเจ้า
 ก็มีดำหรับยามะตุนันม แต่พระวรวงศ์เชอ พระ
 องค์เจ้าสายสนิทวงศ์ไม่เคยทรงไข ข้าพเจ้าจึงไม่
 ทราบว่าปรุงอย่างไรและแก้โรคอะไรบ้าง จึงไม่
 กล่าเขียนเตา ๆ ลงในหนังสือได้

ข้าพเจ้าเข้าใจและเชื่อว่ายังมีพิษพันชุกหลาย
 ชนิดที่จะไขเป็นยาและเป็นอาหารได้ด้วย แต่หาก
 ข้าพเจ้าไม่เคยทดลองไขจนเห็นผลด้วยตนเอง จึง
 ไม่กล้าเสาะหามาเขียนไว้ในหนังสือได้ ข้าพ
 เจ้าเขียนไว้เท่าที่พบเห็นก็เพื่อให้มิตรและญาติที่อยู่
 ห่างไกลแพทย์ได้รู้เห็นไว้บ้าง พอเป็นทางช่วย
 เหลือได้บ้างเท่านั้น หากไข้จะแนะนำขอให้ไข
 ตามอย่างข้าพเจ้าไม่ ผู้ที่พบเห็นหนังสือโปรด
 พิจารณาใคร่ครวญดูเอง เมื่อเห็นสมควรจะทดลอง
 คุมบ้าง ก็แล้วแต่จะดำริเห็นสมควร.



กรุงเทพบรรณาการ

สี่กัพระยาศรี พระนคร

ขุนราชพิหารักษ์ อธิบดีกรมฯ พ.ศ. ๒๔๕๐