

# เหมรัตน์ 'สถานีปากน้ำ' เป็น 'คลินิกกลอยฟ้า'

## สานต่อโครงการตรวจสุขภาพฟรี ปีที่ 17



ภญ. วัจนดา ตั้งความเพียร

**บ** เพราะอยากให้คนไทยสุขภาพดี และหันมาใส่ใจตัวเองมากขึ้น

ไม่นานมานี้ กลุ่มบริษัทบีทีเอส ร่วมกับ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาลัยการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ศูนย์การแพทย์อาร์ เอส ยู เฮลท์แคร์ โรงพยาบาลวิภาวดี โรงพยาบาลจุฬารัตน์ 3 อินเตอร์ โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร โรงพยาบาลไทยนครินทร์ โรงพยาบาลเมตตาประชารักษ์ (วัดไร่ขิง) โรงพยาบาลมนารมย์ และวิสาหกิจสุขภาพชุมชน รวม 11 หน่วยงาน จัดงาน **คลินิกกลอยฟ้าปีที่ 17** ที่สถานีบีทีเอสปากน้ำ พร้อมให้ประชาชนตรวจโรคฟรี ทั้งโรคตา มะเร็งเบาหวาน หัวใจ ฟัน กระดูกและข้อ ฯลฯ

โดยมี **ดร.อาณัติ อากาภิรม** ประธานคณะกรรมการฝ่ายจัดการ บริษัท ระบบขนส่งมวลชนกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) **สุรพงษ์ เลหาะอัญญา** กรรมการผู้อำนวยการใหญ่ บริษัท และคณะผู้บริหารโรงพยาบาลทั้ง 11 หน่วยงาน ร่วมเปิดพิธี

นอกจากนี้ยังมีเสวนาดีๆ หัวข้อ **มหัศจรรย์...สมุนไพโรไทย** โดย **ภญ. วัจนดา ตั้งความเพียร** เกษตรกรชำนาญการ โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร และ **บัณฑิต นียมภา** หรือลุงตู้ เครือข่ายผู้ใช้กัญชาทางการแพทย์ พร้อมให้ความรู้เรื่องการใช้สมุนไพรรักษาโรคอย่างปลอดภัยและถูกวิธี

ภญ. วัจนดา กล่าวว่า สมุนไพโรไทยเป็นสิ่งมหัศจรรย์ เป็นการเอาความมหัศจรรย์ของธรรมชาติมาใช้ในการดูแลสุขภาพ



ตนเอง ทั้งให้คุณประโยชน์ ช่วยรักษา และ บำบัดอาการเจ็บไข้ได้ป่วยของชาวบ้านมา ยาวนาน แต่ต้องใช้ให้ถูกหลักและถูกวิธี โดยเฉพาะปัจจุบันนี้การวิจัยพัฒนา ค้นพบความ มหัศจรรย์ของพืชที่มีสรรพคุณดูแลสุขภาพ ได้ไม่น้อยไปกว่ายาแผนปัจจุบัน และบางตัว อาจดีกว่าในแง่ที่ใช้แล้วได้ผลเร็ว ไม่มีอาการข้างเคียง

หลักในการใช้ยาสมุนไพรนั้น ญ.วัจนา



แนะนำให้ดูจากธาตุของแต่ละคน ประกอบ กับอาการในแต่ละช่วงเวลา ช่วงฤดู หรือ ช่วงวัย เนื่องจากตำราแพทย์แผนไทยระบุ ว่า ด้วยวัยที่ต่างกัน หรือเกิดในช่วงฤดูที่ ต่างกัน ย่อมมีการดูแลและการเตรียมยาที่ ไม่เหมือนกัน

ขณะเดียวกัน ประเทศไทยมีพืชสมุนไพร พื้นบ้านจำนวนมาก ทั้งยังให้สรรพคุณหลากหลาย ญ.วัจนาได้ยกตัวอย่าง “ต้นกระดุก ไก่ดำ” มีสรรพคุณแก้ปวดเมื่อย หรือฟกช้ำดำเขียว โดยไม่ต้องผสมด้วยยาอื่น เพียงนำใบมาตำ แล้วพอกบริเวณที่ปวดเมื่อยก็จะดีขึ้น และ “มะขามป้อม” เปรียบเสมือนยาอายุวัฒนะของคนไทย เพราะมีสรรพคุณตามตำราสมุนไพรไทยที่มีรสเปรี้ยว ช่วยขับเสมหะ และยังเป็นน้ำผลไม้ที่มีซูเปอร์แอนตีออกซิแดนซ์ตัวหนึ่ง สามารถทานได้เรื่อยๆ ช่วยบำรุงตับ หากทานสดจะมีวิตามินซีสูงมาก

“การใช้ยาทุกชนิด ไม่ว่าจะจากแพทย์แผนไทย หรือแผนปัจจุบัน เวลาเราเลือกใช้ต้องดูว่ามีประโยชน์ มีโทษ มีข้อห้ามอย่างไรในการ

ใช้ บางคนมองสมุนไพรเป็นผู้ร้ายก็มี เพราะอาจจะใช้ผิด ใช้ไม่ถูกส่วน ไม่ถูกชนิด หรือใช้ไม่ถูกกับอาการ ซึ่งผู้บริโภคสมัยใหม่จำเป็นต้องมีความรู้ที่ถูกต้อง เลือกสิ่งที่ดีที่สุดให้กับร่างกาย และใช้อย่างถูกวิธีก็จะเกิดประโยชน์สูงสุดกับตัวเราเอง”

ด้านบัณฑิตกล่าวว่า ทุกคนอาจรู้จัก “กัญชา” ว่าคือยาเสพติด แต่ความจริงแล้วกัญชาสามารถนำมาบำบัดรักษาโรคได้ โดยเฉพาะในปัจจุบันนี้มีการรับรองจากต่างประเทศมากมายที่กล่าวว่า กัญชาสามารถรักษาโรคมะเร็งได้จริง

“ผมมีหลานป่วยเป็นโรคมะเร็งซึ่งใช้กัญชารักษา 5 ปี ผมเริ่มศึกษาข้อมูลกัญชา จึงรู้ว่าในก้านของกัญชาจะมีสาร CBD (Cannabidiol) ระบุยับยั้งเซลล์มะเร็งที่กำลังเติบโต และทำให้เซลล์มะเร็งค่อยๆ สลายไป อีกทั้งมีสรรพคุณที่ช่วยลดอาการคลื่นไส้ อาเจียน ลดการอักเสบ บวม ของแผลหรือเนื้องอก ระงับการเกร็งหรือชัก กระตุก และสามารถสร้างภูมิคุ้มกันในระบบประสาทได้

“ผมไม่ใช่หมอ ทุกคนอาจจะไม่เชื่อ ผมจึงอยากแนะนำว่า ทุกท่านที่อยากใช้กัญชา ควรปรึกษาแพทย์ และต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์ทุกครั้งเพื่อความปลอดภัยของตัวท่านเอง” บัณฑิตเน้นย้ำ

นับเป็นงานเดียวที่จับครบเครื่องเรื่องสุขภาพ ทั้งยังสร้างความสัมพันธ์อันดีกับชุมชนตามแนวเส้นทางรถไฟฟ้ามหานครบีทีเอสอีกด้วย