



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

DTAM NEWS

ข่าวเพื่อมวลชน



www.dtam.moph.go.th
Call Center 02 691 7007



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก



@DTAM

กรมการแพทย์แผนไทยฯ แนะนำ สีสริกแบบไทย รั้ววันแห่งความรัก

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก แนะนำประชาชนนำพืชผักสมุนไพรปรุงเมนู “วันสมุนไพรสีสริก” หวานด้วยพืชธรรมชาติ “หญ้าหวาน” ส่วนดอกกุหลาบ สรรพคุณบำรุงหัวใจ นำมาทำถุงหอมผสมดอกไม้ไทย ช่วยทำให้อุ้ง ตู้อื้อผ้า หอมยาวนาน

นายแพทย์ขวัญชัย วิศิษฐานนท์ รองอธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กล่าวว่า ในวันที่ 14 กุมภาพันธ์ เป็นวันแห่งความรัก เป็นเทศกาลที่มักจะมีการมอบสิ่งของแทนใจเพื่อบอกรัก แต่ทั้งนี้ ไม่จำเป็นต้องเฉพาะการมอบสิ่งของให้กับคู่รักเท่านั้น แม้แต่คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ใหญ่ เพื่อน ก็สามารถบอกรักแทนใจให้กันได้ และสิ่งของที่นำมาให้นอกจากดอกกุหลาบ ช็อคโกแลตแล้ว ในปีนี้ยังสามารถนำพืชผัก ดอกไม้ไทยมาปรุงเป็น “เมนูวันสมุนไพรสีสริก” เช่น วันดอกกุหลาบมอญ วันดอกอัญชัญ ส่วนดอกกุหลาบที่ได้รับมาในวันวาเลนไทน์ ไม่จำเป็นต้องทิ้ง แต่ให้นำกลีบดอกกุหลาบมา ผสมกับดอกไม้ไทยอื่นๆ เช่น ดอกจำปี ดอกจำปา ดอกมะลิ ดอกกระดังงา จากนั้นนำไปเตายาหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ นำมาผสมใส่ในถุงหอม วางในตู้เสื้อผ้า รถยนต์หรือห้องนอน ห้องนั่งเล่น ทำให้เกิดกลิ่นหอมสดชื่น

ดร.ภญ.ดวงแก้ว ปัญญาญ รองผู้อำนวยการกองวิชาการและแผนงาน กล่าวว่า การปรุงเมนูวันสมุนไพรสีสริกให้กับคนรักในวันวาเลนไทน์ สามารถนำวัตถุดิบจาก “ดอกกุหลาบมอญ” หรือ “ดอกอัญชัญ” มาแต่งสีและกลิ่น เพื่อทำเป็นขนมแบบไทยๆ เช่น วันดอกกุหลาบมอญ วันดอกอัญชัญ ซึ่งนอกจากให้ความหมายที่ดีแล้ว สรรพคุณของดอกกุหลาบมอญ และดอกอัญชัญ ยังดีต่อสุขภาพหัวใจ และดวงตาอีกด้วย กล่าวคือ ดอกกุหลาบมอญ สรรพคุณ บำรุงหัวใจ แก้ไข้ตัวร้อน แก้อ่อนเพลีย โดยทางการแพทย์แผนไทยมีการใช้กุหลาบมอญเป็นน้ำกระสายยา โดยนำน้ำมันดอกกุหลาบมอญมาละลายกับน้ำต้มสุก เรียกว่า “น้ำดอกไม้เทศ” เพื่อเป็นน้ำกระสายยาใช้ในตำรับยาแก้ไข้ตัวร้อน แก้อ่อนเพลีย แก้กระหาย และบำรุงกำลัง ส่วน ดอกอัญชัญ มีสารสำคัญชื่อ แอนโธไซยานิน มีสรรพคุณ บำรุงสายตา ช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต โดยการปรุงรสนั้นอาจใช้ หญ้าหวาน ซึ่งเป็นพืชที่มีขายตามร้านสะดวกซื้อทั่วไปมาใช้แทนความหวานเป็นส่วนประกอบในการทำวันเพื่อลดปริมาณน้ำตาล เหมาะกับคนรักที่มีความจำเป็นต้องควบคุมระดับน้ำตาล

หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามโดยตรงได้ที่ กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก หมายเลขโทรศัพท์ 0 2149 5678 หรือช่องทางออนไลน์ที่เฟซบุ๊ก <https://www.facebook.com/dtam.moph> และ ไลน์แอดกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก line @DTAM

..... 14 กุมภาพันธ์ 2567.....



นายแพทย์ขวัญชัย วิศิษฐานนท์
รองอธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

สื่อรักแทนใจ ดอกไม้หอมไทย หลากหลาย ประโยชน์

ดอกกุหลาบมอญ

บำรุงหัวใจ แก้อ่อนเพลีย แก้ไข้ตัวร้อน
โดยทางการแพทย์แผนไทย
มีการใช้กุหลาบมอญเป็นน้ำกระสายยา
โดยนำน้ำมันดอกกุหลาบมอญมาละลายกับน้ำต้มสุก
เรียกว่า "น้ำดอกไม้เทศ"
เพื่อเป็นน้ำกระสายยาใช้ในตำรับยาแก้ไข้ตัวร้อน
แก้อ่อนเพลีย แก้กระหาย และบำรุงกำลัง

ใจสีและกลิ่นของกลีบกุหลาบมอญ
มาปรุงเป็นจมนม
วุ้นกุหลาบดีต่อใจ

กลีบดอกกุหลาบที่สีสวยสมกับดอกไม้ไทยอื่น ๆ
เช่น ดอกจำปี ดอกจำปา ดอกมะลิ ออกกระดังงา
จากนั้นนำใบเตยมาหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ
นำมาผสมในจมนม วุ้นซึ่งใช้เลือกผ้า
รอบเย็บหรือฟองเย็บ ซึ่งจะมีเส้น
ทำให้เกิดกลิ่นหอมระรื่น

ดอกอัญชัน

มีสารสำคัญชื่อ แอนโทไซยานิน
มีสรรพคุณ บำรุงสายตา
ช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต

ใจสีของดอกอัญชัน
มาปรุงเป็นจมนม
วุ้นอัญชันดีต่อตา

กุหลาบสุพรรณบุรี