

อาหารและยาของชาวคลองสะแก
อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
Food and Medicine of Klongsakae's People in Nakhonluang District,
Phranakhon Si Ayutthaya Province.

ชยกร ผลเจริญ/Chayakorn Polcharoen

เจ้าของธุรกิจและผู้สนใจเรื่องอยุธยา

บทคัดย่อ

คลองสะแกเป็นตำบลหนึ่งในอำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ในทางวิชาการนั้น สามารถสืบย้อนประวัติของอำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ได้ไปจนถึงสมัยกรุงศรีอยุธยา ในส่วนของตำบลคลองสะแกพบว่าในสมัยก่อนชุมชนแห่งนี้มีป่าสะแกและป่ากล้วยเป็นจำนวนมาก มีแม่น้ำป่าสักไหลผ่านพื้นที่ ทำให้ชาวชุมชนตั้งบ้านเรือน และสามารถหาอาหารจากแม่น้ำมาตั้งแต่สมัยโบราณ แต่ด้วยเหตุที่ว่าแม่น้ำป่าสักเป็นแม่น้ำกว้างและลึก จึงทำให้พื้นที่แถบนี้กลายเป็นท่าเรือขนส่งสินค้าอุตสาหกรรมขนาดใหญ่ในปัจจุบัน ส่งผลให้วิถีชีวิตของชาวชุมชนโดยเฉพาะทางด้านอาหารการกินเปลี่ยนแปลงไปจากสมัยก่อน ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน อาชีพ การทำมาหากิน อาหารการกินและการใช้ยาสมุนไพรของชาวชุมชนคลองสะแก โดยการใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นต้น เอกสารชั้นรอง และการสัมภาษณ์รายบุคคลเพื่อศึกษาประวัติศาสตร์จากคำบอกเล่า ซึ่งสามารถสืบย้อนไปได้ราว ๒ ชั่วอายุคน ผลการวิจัยพบว่า ในสมัยก่อนชาวคลองสะแกทำนา เลี้ยงสัตว์และทำอิฐมอญ ชาวชุมชนหาปลาจากแม่น้ำป่าสักได้ราว ๓๐ ชนิด เพื่อนำมาทำอาหาร และใช้สมุนไพรบางชนิดเพื่อเป็นยารักษาโรค

คำสำคัญ : คลองสะแก อาหารและยาสมุนไพร

Abstract

Klongsakae is one of sub-district in Nakhonluang district, Phranakhon si Ayutthaya province. In academic data have the history of Nakhonluang district, Phranakhon si Ayutthaya province since Krung si Ayutthaya era. In Klongsakae sub-district information show that long time ago this community had plenty of Sakae forest and banana forest. Pasak river pass along the area support the local people settle houses and searching for food material since the past. Pasak river is wide and deep, backing this area become a large river port for heavy industrial logistics today. It's impact local people way of life especially in food and recipe different from the past. The researcher interesting to studies community history, career, earn a living, food and herbal medicine of Klongsakae's people by qualitative research. The data collected from primary document, secondary document and interviewed local people to study oral history which retrieved for two generations. The result reveal

that in the past Klongsakae people did rice farming, raised animals and brickmaking. Local people fishing in Pasak river and could gain approximately 30 type of fish for recipe and local people use some herbal as the medicine.

Keywords : Klongsakae, Food and Herbal Medicine

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

สำหรับประเทศไทย มีงานศึกษาวิจัยประวัติศาสตร์สังคม หรือประวัติศาสตร์ท้องถิ่น ในรูปแบบการลงพื้นที่ชุมชน เพื่อสัมภาษณ์คนในมีจำนวนไม่มากนัก ส่วนใหญ่เป็นการศึกษาด้วยการสำรวจเชิงปริมาณจากหน่วยงานราชการ เช่น การทำสำมะโนประชากร ทศนคติของประชาชนต่อการเลือกตั้ง การรับรู้ของประชาชนที่มีต่อผลงานของรัฐบาล เป็นต้น ในการศึกษาประวัติศาสตร์ในประเทศไทย มี ๒ รูปแบบ ได้แก่ (๑) การศึกษาประวัติศาสตร์จากระดับบนลงสู่ระดับล่าง (๒) การศึกษาประวัติศาสตร์จากระดับล่างขึ้นสู่ระดับบน (ศรีศักร วัลลิโภดม, ๒๕๖๐)จากรูปแบบการศึกษาประวัติศาสตร์ในประเทศไทย ทั้ง ๒ รูปแบบดังกล่าว ผู้วิจัยได้ให้ความสนใจการศึกษาประวัติศาสตร์จากระดับล่างขึ้นสู่ระดับบน หรือการศึกษาวิจัยประวัติศาสตร์ตั้งแต่ระดับหมู่บ้านหรือท้องถิ่นเนื่องจาก ประวัติศาสตร์ระดับท้องถิ่นเป็นรากฐานของประวัติศาสตร์ไทยในระดับส่วนรวมหรือระดับประชาชนที่มีความสำคัญ อีกทั้งยังเป็นสิ่งสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิต วัฒนธรรมในภาพรวมของคนไทยที่มีประวัติศาสตร์มายาวนาน รวมทั้งยังเป็นการสืบทอดและอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นไว้ไม่ให้สูญหายไปตามกาลเวลา

ในปัจจุบันพื้นที่ตำบลคลองสะแกมีความเปลี่ยนแปลงไปจากอดีตเป็นอย่างมาก เนื่องจากการที่มีแม่น้ำป่าสักซึ่งเป็นแม่น้ำลึกละไหลผ่าน จึงมีการสร้างโรงงานอุตสาหกรรมที่มีท่าเรือขนส่งสินค้าขนาดใหญ่ขึ้นหลายแห่ง ซึ่งส่งผลต่อวิถีชุมชนโดยเฉพาะการที่แหล่งอาหารของชุมชนได้รับผลกระทบ ถึงแม้ว่าในปัจจุบันชาวชุมชนซื้อหาอาหารและยาเป็นหลัก แต่คำถามคือในสมัยก่อนที่ความเจริญยังไม่มาสู่ชุมชน ผู้คนสมัยก่อนมีวิถีชีวิตพึ่งพาตนเองด้วยการหาอาหารและยาชนิดใดมาบริโภค และหาจากแหล่งใด ผู้วิจัยมีความสนใจศึกษาภูมิปัญญาอาหารและยาของชาวคลองสะแกอำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

วัตถุประสงค์การวิจัย

๑. เพื่อศึกษาประวัติศาสตร์ของชุมชน อาชีพและการทำมาหากินของคนในชุมชนคลองสะแก อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

๒. เพื่อศึกษาเรื่องอาหารการกินและยาสมุนไพรของคนในชุมชนคลองสะแก อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ขอบเขตการวิจัย

๑. ด้านช่วงเวลาของการศึกษา

- ศึกษาวิจัยข้อมูลของช่วงเวลาในประวัติศาสตร์ ซึ่งสืบย้อนไปได้ ๒ ชั่วโมง
- ช่วงเวลาในกระบวนการวิจัยนับจากจุดเริ่มต้นถึงสิ้นสุด ๑๕ มีนาคม - ๓๐ กันยายน ๒๕๖๐

๒. ด้านพื้นที่ของการศึกษา

ตำบลคลองสะแก อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ การเก็บรวบรวมข้อมูลจะใช้วิธีการต่างๆ ดังนี้

๑. การศึกษาเอกสาร (documentary research) จะใช้เอกสารชั้นต้นและชั้นรอง ดังนี้

๑) เอกสารชั้นต้น (primary document) ได้แก่ หนังสือประวัติศาสตร์จังหวัดพระนครศรีอยุธยา หนังสือพิมพ์ อินเทอร์เน็ต เป็นต้น

๒) เอกสารชั้นรอง (secondary document) ได้แก่ บทความวิชาการ งานวิจัย วิทยานิพนธ์ ที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อวิจัย เป็นต้น

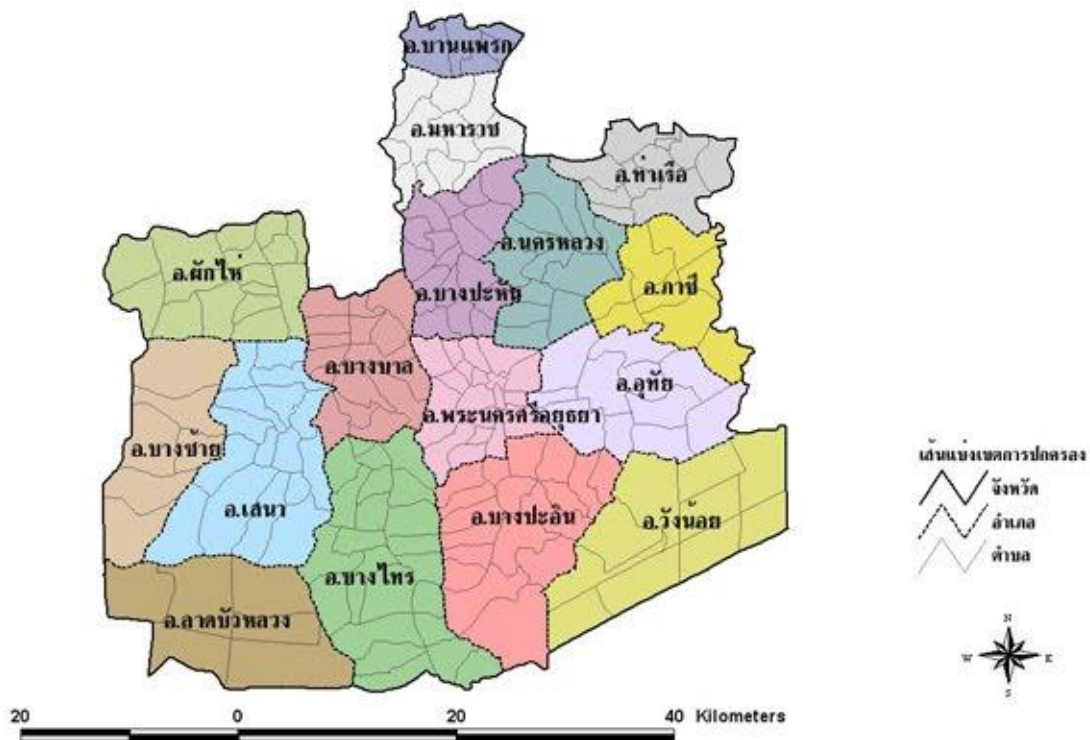
๒. การสัมภาษณ์ ใช้การสัมภาษณ์แบบประวัติศาสตร์จากคำบอกเล่า (oral history) เป็นการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการหรือไม่มีโครงสร้าง (informal or unstructured interview) คือ มีเพียงคำถามวิจัยเป็นแนวการสัมภาษณ์ การสัมภาษณ์ในที่นี้จะกำหนดผู้ให้ข้อมูลหลัก ดังนี้ (๑) คุณทองสุข ชัยมานิตย์ (๒) คุณสนธิ์ สะแกคุ่ม (๓) คุณวันเพ็ญ สะแกคุ่ม (๔) คุณจริยา ผลเจริญ ทั้งหมดเป็นผู้ที่อยู่อาศัยหรือเคยอยู่อาศัยในตำบลคลองสะแก อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เป็นต้น

ผลการวิจัย

๑. ประวัติศาสตร์ชุมชนคลองสะแก

ตำบลคลองสะแก ตั้งอยู่ในอำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา อำเภอนครหลวงตั้งอยู่ทางทิศตะวันออกเฉียงเหนือของจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ในทางวิชาการนั้น สามารถสืบย้อนประวัติของอำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ได้ไปจนถึงสมัยกรุงศรีอยุธยา พบว่าในสมัยนั้นบริเวณนอกกำแพงเมืองถูกแบ่งออกเป็นเขตการปกครอง ๓ เขต เรียกว่าแขวง (ภายหลังเปลี่ยนมาเรียกอำเภอ) ประกอบด้วย ๑) แขวงขุนนคร ๒) แขวงขุนเสนา และ ๓) แขวงขุนอุทัย

ต่อมาแขวงขุนนคร แยกออกเป็นแขวง คือ (๑) แขวงนครใหญ่ ซึ่งต่อมาแยกเป็น แขวงนครใหญ่ หรืออำเภอมหาราชในปัจจุบัน และ แขวงนครใน หรืออำเภอบางปะหันในปัจจุบัน (๒)แขวงนครน้อย ต่อมาได้แยกออกเป็น ๒ แขวงเช่นกัน คือ (๑)แขวงนครน้อย ซึ่งต่อมาได้เปลี่ยนชื่อเป็นอำเภอท่าเรือ และ(๒)แขวงนครกลาง ต่อมาได้เปลี่ยนชื่อเป็น อำเภอนครกลาง มีที่ว่าการอำเภออยู่ที่ตำบลบ่อโพง แต่ด้วยสถานที่ตั้ง ณ ตำบลบ่อโพงนั้นไม่เป็นศูนย์กลาง ในเวลาต่อมาจึงมีการย้ายที่ว่าการอำเภอนครกลางมาอยู่ที่ตำบลนครหลวง (เหตุที่ชื่อตำบลนครหลวงเพราะเป็นที่ตั้งของปราสาทนครหลวง) แล้วจึงเปลี่ยนชื่อมาเป็น อำเภอนครหลวง จนถึงปัจจุบัน (วิกิพีเดีย, ๒๕๕๙)



ภาพประกอบ ๑ แผนที่อำเภอทั้งหมดในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

จาก <https://sites.google.com/site/canghwadphrankhrsixyuthya/xaphex-ni-canghwad>

เมื่อ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๐

ตำบลคลองสระแก ตั้งอยู่ทางทิศใต้ของอำเภอนครหลวง มีอาณาเขตทิศเหนือติดกับตำบลปากจั่น ทิศตะวันออกติดกับตำบลหนองปลิง และทิศใต้ติดกับตำบลบ่อโพง อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ทิศตะวันตกติดกับอำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ลักษณะพื้นที่ของตำบลคลองสระแก เป็นที่ลุ่มสลับที่ดอน มีพื้นที่ตำบลทั้งหมด ๔,๑๐๐ ไร่ คิดเป็น ๖.๗ ตารางกิโลเมตร มีบ้านเรือนจำนวน ๕๒๕ หลังคาเรือน มีประชากรประมาณ ๒,๐๐๐ คน โดยมีแม่น้ำป่าสักไหลผ่านกลางพื้นที่ ซึ่งแบ่งตำบลออกเป็นฝั่งตะวันออกและฝั่งตะวันตก (ไทยตำบล ดอท คอม, ๒๕๕๘)



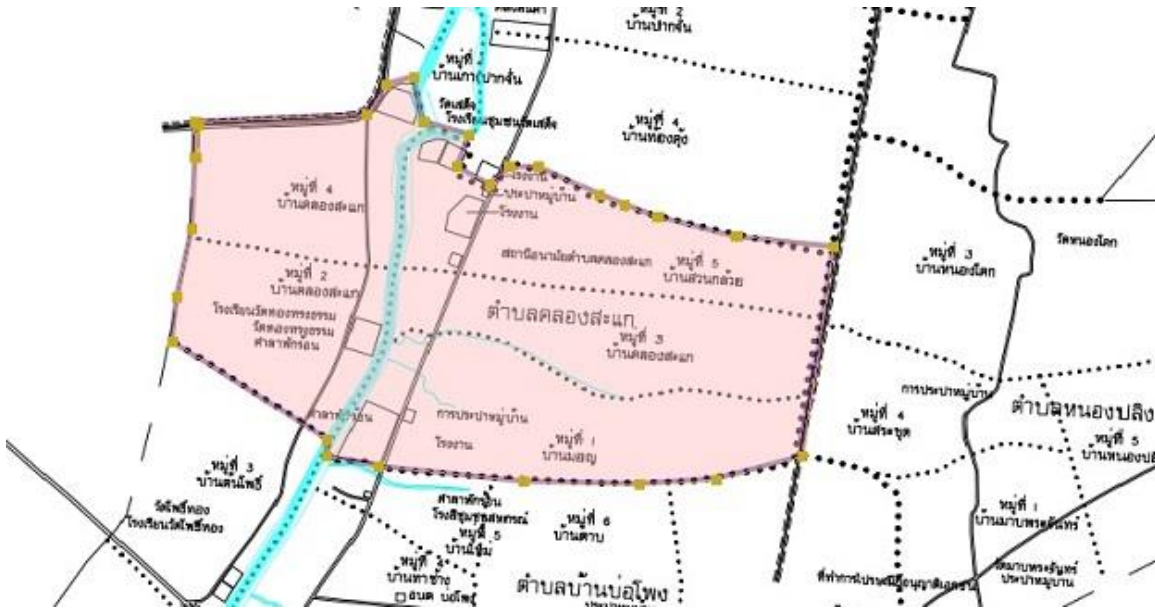
ภาพประกอบ ๒ แผนที่แสดงขอบเขตตำบล อำเภอ นครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

จาก http://r01.ddd.go.th/aya/download/DinThai53/MAIN/AY/AY_03.html

เมื่อ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๐

สืบย้อนไปในยุคสมัยปู่ย่าตายาย เรียกชุมชนที่ตั้งรกรากบริเวณนี้ว่า “บ้านมอญ” ซึ่งหมายถึง อิทธิมอญ เพราะคนยุคก่อนทำอิฐ ทำเพื่อนำไปก่อเจดีย์วัด บริเวณชุมชนบ้านมอญมีพื้นที่ครอบคลุมบริเวณตำบลคลองสะแก ตำบลปากจั่น และตำบลบ้านตาบในปัจจุบัน สาเหตุที่เปลี่ยนชื่อจาก “บ้านมอญ” เป็น “คลองสะแก” เนื่องจากเกรงว่าชื่อบ้านมอญจะไปพ้องกับชาวมอญ หรือชนชาติมอญ ที่เริ่มมีการอพยพเข้ามาในประเทศไทยมากขึ้น ชาวชุมชนจึงเกรงว่าต่อไปจะมีการเข้าใจผิดว่าเป็นบ้านของชนชาติมอญ จึงคิดเปลี่ยนชื่อชุมชน (คุณทองสุข ชัยมานิตย์, สัมภาษณ์) ดังนั้นในยุคสมัยรุ่นปู่เรียกชุมชนนี้ว่า “บ้านมอญ” ต่อมาในยุคสมัยรุ่นพ่อ หรือเมื่อ ๗๐ ปีก่อน จึงเปลี่ยนชื่อเรียกเป็น “คลองสะแก” สมัยก่อนบริเวณที่ตั้งของชุมชนคลองสะแกมีต้นสะแกอยู่มาก ประกอบกับการตัดต้นสะแกขนาดใหญ่มาใช้งาน โดยใช้เรือพายลากต้นสะแกมาตามลำน้ำป่าสัก จึงเรียกพื้นที่บริเวณนี้ว่า “บ้านคลองสะแก” (คุณสนธิ สะแกคุ้ม, สัมภาษณ์)

ในปัจจุบันตำบลคลองสะแก ประกอบด้วย ๕ หมู่ ดังนี้ หมู่ ๑ บ้านมอญ หมู่ ๒ บ้านคลองสะแก หมู่ ๓ บ้านคลองสะแก หมู่ ๔ บ้านคลองสะแก และหมู่ ๕ บ้านสวนกล้วย ทั้งนี้หมู่ที่ ๑ หมู่ที่ ๓ และหมู่ที่ ๕ ตั้งอยู่ทางทิศตะวันออก หรือฝั่งซ้ายของแม่น้ำป่าสัก ส่วนหมู่ที่ ๒ และหมู่ที่ ๔ ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตก หรือฝั่งขวาของแม่น้ำป่าสัก



ภาพประกอบ ๓ แสดงพื้นที่หมู่ ๑ ถึงหมู่ ๕ ในตำบลคลองสะแก

จาก http://nakhonluang.ayutthaya.doe.go.th/kson/clongsakae_01.htm

เมื่อ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๐

“ผู้คนเข้ามาตั้งถิ่นฐานมากขึ้นตั้งแต่สมัยรัตนโกสินทร์ มีคนพื้นที่อยู่แล้ว และมีคนภาคกลางต่างพื้นที่อพยพเข้ามา มากขึ้น ถือว่าเป็นเชื้อสายชาวยุโรป คนไทยแท้และนับถือศาสนาพุทธ สมัยก่อนมีผู้อยู่อาศัยราว ๒๐๐-๓๐๐ คน คน จึงรู้จักและจำกันได้หมด” (คุณสนธิ สะแกคุ้ม, สัมภาษณ์)

เนื่องจากบริเวณนี้ใกล้กับแม่น้ำป่าสัก ผู้คนตั้งบ้านเรือนกระจายตามริมแม่น้ำป่าสัก ลักษณะพื้นที่ของชุมชน คลองสะแกจึงเป็นเมืองเอกแตก มีแม่น้ำป่าสักไหลผ่ากลางพื้นที่ คนอยู่อาศัยใกล้แม่น้ำและได้ทำนาทำไร่ และเลี้ยงสัตว์ เป็นอาชีพหลัก สมัยก่อนมีการทำอรัญญูด้วย

ปัจจุบันตำบลคลองสะแกมีผู้อยู่อาศัยประมาณ ๓,๐๐๐ คน ในจำนวนนี้มีคนพื้นที่ดั้งเดิมราว ๗๐๐-๘๐๐ คน นอกนั้นเป็นประชากรแฝง เป็นแรงงานต่างจังหวัดที่เข้ามาพักอาศัยอยู่ในหอพักที่สร้างขึ้นใหม่ โดยเฉพาะจากภาคอีสาน อีกทั้งยังมีแรงงานจากอาเซียน เช่น จากประเทศลาว กัมพูชา และพม่าเข้ามาค้าแรงงานด้วยเช่นกัน (คุณทองสุข ชัย มานิตย์, สัมภาษณ์) เนื่องจากปัจจุบัน คลองสะแกเป็นที่ตั้งของโรงงานอุตสาหกรรมขนาดใหญ่หลายแห่ง

๒. อาชีพและการทำมาหากินของคนในชุมชนคลองสะแก

ในอดีตชาวคลองสะแกทำนา พอได้ข้าวมาก็เก็บเอาไว้บริโภคเอง ถ้าเหลือจึงนำไปขายในเกาะเมือง พระนครศรีอยุธยา และอำเภอบางปะหันที่อยู่ใกล้เคียง นอกจากนี้ยังมีคนที่มารับซื้อข้าว ซึ่งล่องเรือเอี่ยมจันทน์เข้ามา รับซื้อข้าวตามบ้าน นับการซื้อขายเป็นบั้งก็เงิน ซึ่งใส่ได้คราวละ ๕ ถัง แบกขึ้นเรือแล้วเดินทางไปยังโรงสี (คุณสนธิ สะแก คุ้ม, สัมภาษณ์) สำหรับการทำนานั้น ชาวบ้านจะได้รับแจกเมล็ดพันธุ์ข้าวมาจากหน่วยงานราชการในเมือง หรืออาจหาซื้อเมล็ดพันธุ์เองได้ พันธุ์ข้าวที่ปลูกจะเป็นข้าวขาว ข้าวพื้นบ้าน แต่ไม่ว่าจะเป็นเมล็ดพันธุ์ที่รับแจกมาหรือซื้อมาก็ตาม จะมีเมล็ดข้าวที่เสียปะปนอยู่ ซึ่งเมล็ดที่เสียนี้สามารถนำไปเลี้ยงสัตว์ เช่น เป็ด ไก่ และหมู เป็นต้น ชาวนาบ้านคลอง

สะแกเริ่มทำนาปีในเดือน ๖ โดยใช้ควายไถนา ซึ่งพันธุ์ข้าวสุกเร็วจะเก็บเกี่ยวได้ในเดือน ๑๐ ส่วนพันธุ์ข้าวสุกช้าจะเก็บเกี่ยวได้ในเดือน ๑๑ เก็บข้าวในยุ้งได้ ส่วนเมล็ดข้าวจะเก็บไว้ไม่ได้(คุณทองสุก ชัยมานิตย์, สัมภาษณ์)

ในส่วนของการเลี้ยงสัตว์ ทุกบ้านเลี้ยงไก่ และยังขุดบ่อเลี้ยงปลาตุกเอาไว้เพื่อบริโภคเองและขายด้วย บ่อปลาตุกขนาดยาว ๒ เมตร กว้าง ๑ เมตร ลึก ๑ เมตร ซึ่งสามารถเลี้ยงปลาตุกได้ถึง ๒๐๐ ตัว ปลาตุกเลี้ยงง่าย โยนเศษอาหารที่เหลือจากมื้ออาหารให้ได้เลย (คุณทองสุก ชัยมานิตย์, สัมภาษณ์)

ชาวชุมชนจะทำอิฐมอญในฤดูร้อนเท่านั้น คือในช่วงเดือนมีนาคมถึงเดือนมิถุนายน เพราะสามารถตากอิฐกลางแจ้งแดดได้ ดังนั้นจึงไม่สามารถทำอิฐในฤดูฝน ชาวบ้านนำอิฐไปขายในตลาดหัวรอ บนเกาะเมืองพระนครศรีอยุธยา เมื่อปี พ.ศ.๒๕๑๕ คุณทองสุก ชัยมานิตย์ ยังเป็นเด็ก เคยขึ้นเรือไปกับญาติผู้ใหญ่ โดยพายเรือไปจากคลองสะแกถึงหัวรอใช้เวลาประมาณหนึ่งชั่วโมงเพื่อนำอิฐไปส่ง ซึ่งคุณทองสุกจำไม่ได้ว่าญาติขายให้ร้านในราคาเท่าไร แต่มาทราบภายหลังว่าทางร้านเขาไปขายต่อก่อนละ ๔๐ สตางค์ (คุณทองสุก ชัยมานิตย์, สัมภาษณ์) แต่ในปัจจุบันไม่มีบ้านใดในตำบลคลองสะแกที่ทำอิฐมอญแล้ว ถ้าอยากดูการทำอิฐมอญต้องไปที่ตำบลปากจั่น (คุณวันเพ็ญ สะแกคุ้ม, สัมภาษณ์)

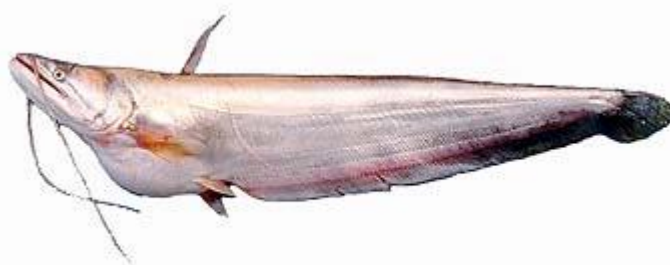
๓. อาหารการกินของชาวชุมชนคลองสะแก

คนสมัยก่อนประกอบอาชีพทำนา และเลี้ยงสัตว์ ดังนั้นอาหารการกินหลักๆของชาวคลองสะแก คือ ข้าว พืชผัก ปลาเลี้ยง ปลาในนา ปลาแม่น้ำ ไก่ เป็ด กบ นก และหนูนา เนื่องจากชุมชนคลองสะแกมีแม่น้ำป่าสักไหลผ่านกลางชุมชน ชาวบ้านจึงสามารถจับสัตว์น้ำ และปลาแม่น้ำมาเป็นอาหารได้ เช่น ปลาค้าว (หรือปลาเค้า) ปลาแดง ปลาตะโกก ปลากระแห ปลาตะเพียน และกุ้งแม่น้ำรวมทั้งหาพืชผักต่างๆได้จากทั้งในแม่น้ำและริมแม่น้ำอีกด้วย

๓.๑ ปลาแม่น้ำ

ด้วยมีแม่น้ำผ่านกลางพื้นที่ ชาวชุมชนคลองสะแกจึงมีปลาแม่น้ำหลากหลายชนิดไว้ทำอาหาร ปลาที่ชาวบ้านสามารถจับได้จากแม่น้ำป่าสัก ได้แก่

(๑) ปลาค้าวหรือปลาเค้า ซึ่งมีทั้งปลาค้าวขาวและปลาค้าวดำ จึงสามารถนำปลาชนิดนี้มาทำผัดฉ่า ทำแกงเผ็ด ทำแกงส้ม ทำต้มยำ รวมทั้งผัดไข่ปลาค้าว



ภาพประกอบ ๔ ปลาค้าวขาว

จาก <https://th.wikipedia.org/wiki/ปลาค้าวขาว> เมื่อ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๐



ภาพประกอบ ๕ ผัดไข่ปลาข้าว

บันทึกภาพเมื่อ ๖ มิถุนายน ๒๕๖๐

ปลาค้าวเป็นปลาที่มีราคา ถ้าชาวชุมชนจับได้หลายตัว ก็จะนำไปขายได้ เช่นเดียวกับปลาแดง และปลาน้ำเงิน ซึ่งเป็นปลาเนื้ออ่อนที่มีลักษณะคล้ายกันและเป็นปลาที่มีราคา ปลาแดงกับปลาน้ำเงินสามารถนำไปทอด แล้วรับประทานกับข้าวสวยและน้ำปลาพริก หรือนำไปทำผัดพริก ต้มส้ม และฉู่ฉี่ปลาแดงได้ นอกจากนี้ยังมีปลาหางไก่ ที่มีลักษณะเหมือนปลาแดงแต่ตัวเล็กกว่า มักนำปลาหางไก่อมาทอดกินได้



ภาพประกอบ ๖ ปลาแดง

จาก <http://www.fishing4you.com/webboard/index.php?topic=2116.15>

เมื่อ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๐

(๒) ปลาดิบเพี้ยน มีทั้งปลาดิบเพี้ยนทอง และปลาดิบเพี้ยนขาว ปลาดิบชนิดที่มีลักษณะคล้ายกันคือปลาดิบกระแห ทั้งปลาดิบเพี้ยนและปลาดิบกระแหเป็นปลาที่มีเกล็ด และมีก้างมาก จึงนิยมนำมาบั้งแล้วทอด นำมาทำต้มเค็ม และทำปลาเจ่า (คุณจริยา ผลเจริญ, สัมภาษณ์)

(๓) ปลาดิบโกก และปลาดิบโกกหน้าสั้น สามารถนำมาทำต้มขิง ต้มเค็ม ต้มเต้าเจี้ยว และต้มยำ ส่วนปลาดิบชนิดที่มีลักษณะคล้ายกันคือปลาดิบตาก แต่เนื้อไม่ดี มีก้างมาก จึงนำมาย่างไว้โขลกตำน้ำพริก

(๔) ปลาดิบกระโทง และปลาดิบกระโทงไฟ เป็นปลาดิบตัวยาวมีลายจุด ถ้าเห็นในน้ำขุ่นๆจะดูคล้ายงู ปลาชนิดนี้มีเนื้อเยื่อ จึงนิยมนำปลาดิบกระโทงมาย่าง หรือย่างแล้วนำไปแกง หรือนำมาตากแห้งแล้วทอดไว้ราดน้ำปลา กินกับข้าวสวย หรือนำมาผัดหน่อไม้ แกงหน่อไม้ ทำแกงเผ็ด นอกจากนี้ยังมีปลาหลด ซึ่งมีขนาดเล็กกว่าปลาดิบกระโทง แต่ไม่มีลายขาวบ้านจะนำปลาหลดมาย่าง หรือนำมาทำต้มเต้าเจี้ยวได้

(๕) ปลาดิบกราย นิยมนำมาต้มเค็ม ต้มยำ หรือนำมาทำห่อหมกปลาดิบกราย และทำแกงเขียวหวานลูกชิ้นปลาดิบกราย

(๖) ปลาดิบลาด มีลักษณะคล้ายปลาดิบกรายแต่ตัวเล็กกว่า ชูดเนื้อปลาดิบลาดมาทำลูกชิ้นปลา หรือนำเนื้อมาสับโขกเพื่อทำทอดมัน (คุณจริยา ผลเจริญ, สัมภาษณ์)

(๗) ปลาเทโพและปลาสร้อย ปลาดิบชนิดนี้มีลักษณะคล้ายกัน แต่ปลาเทโพมีเนื้อดีและเยื่อกว่า เพราะเนื้อนิ่มน้อยกว่าปลาสร้อย ปลาสร้อยมีเนื้อนิ่มกว่าแต่มีกลิ่นเฉพาะซึ่งชาวบ้านบางคนไม่ชอบ บอกว่าเนื้อปลาสร้อยมีกลิ่นเหม็น แต่ทั้งปลาเทโพและปลาสร้อยสามารถนำมาผัดพริก ทำเป็นแกงเผ็ด ต้มยำ และห่อหมก นอกจากนี้ยังมีปลาสังกะวาดที่เนื้อเหมือนปลาสร้อยด้วย

(๘) ปลาชะโด เป็นปลาดิบเนื้อและดูร้าย ในชุมชนเคยพบตัวใหญ่มีขนาดถึง ๘๐ เซนติเมตร เมื่อช่วงน้ำท่วมใหญ่ปีพ.ศ.๒๕๕๔ ชาวบ้านเคยเห็นปลาชะโดว่ายไล่จับงูกินปลา ปลาชะโดเคยกัดชาวบ้าน แต่ก็ถูกชาวบ้านทำนันทันพุงฉมวกใส่ ปลาชะโดเป็นปลาดิบขนาดใหญ่แต่มีเนื้อจืด ชาวบ้านจึงนิยมนำปลาชะโดไปใส่เกลือทำเป็นปลาเค็ม ทำน้ำยา แกงผัด และทอด

“รุ่นพ่อเคยเล่าให้ฟังว่า หลายสิบปีก่อนสมัยที่เราให้ทหารจีไอ อเมริกันเข้ามารบกับเวียดนามนะ มีคนล่องเรือเข้ามา จะหาลูกปลาชะโด ลูกตัวเงินตัวทอง และลูกงูเหลือม ไปให้ทหารจีไอ เขาจะเอาไปเลี้ยงตอนกลับบ้าน กลับเมืองเขา คือเอาขึ้นเครื่องบินกลับประเทศเขาเลยนะ เขาบอกมันสวยดี แปลกดี เขาชอบ ไข่ปลาชะโดเล็กๆมันสีแดงๆดำๆสวยดี เขาว่า ไข่ปลาชะโดเนี่ยไม่เถียง แต่ตัวตะกวดจิ้งจกเหลือมจิ้ง มันสวยตรงไหน ปลาชะโดจะอยู่เป็นดงของมันเลย ขึ้นเข้าไปซ่อนลูกมัน พ่อแม่มันกัดเอาแน่” (คุณสนธิ สะแกคุ่ม, สัมภาษณ์)

(๙) ปลาชีงและปลาสร้อย เป็นปลาดิบขนาดเล็กปลาชีงแก้วสามารถนำมาใส่เกลือ ตากแห้งและทอดกรอบไว้กินกับข้าวต้ม หรือซุบแบ่งทอด หรือนำมาโขลกและย่างทำปลาป่น หรือนำมารมควันด้วยเตาถ่านโดยเอาปลาวางบนตะแกรงแล้วใช้ใบตองปิด รมควันจนผิวมีสีเหลืองสวย จากนั้นนำขึ้นมาแขวนไว้ในตู้กับข้าวเพื่อเตรียมไว้โขลกตำน้ำพริกสำหรับปลาชีงหัวตะกั่ว จะมีเงาขาวๆที่หัว มักนำมาใส่เกลือตากแห้ง ทำปลาร้า และทอดกินกับข้าวต้ม ปลาสร้อยและปลาสร้อยขาว นำมาย่าง สามารถนำมาหมักทำปลาร้า ทำน้ำปลา ทำปลาเห็ด นอกจากนี้ยังมีปลาอ้าว ที่ตัวใหญ่กว่าปลาชีงแต่ว่ายน้ำเร็วกว่า จึงนิยมนำปลาอ้าวมาย่างกิน

(๑๐) ปลาแปบ และปลาแปบควาย นำมาย่างกินได้ แต่เป็นปลาที่ไม่ค่อยมีราคา และมีก้างเยื่อ นิยมนำมาทำปลาป่น ปลาแห้งไว้ใส่ในยำมะม่วง

(๑๑) ปลากระบอกและปลากระสูบ มักนำมาทำต้มยำและผัดพริก

(๑๒) ปลากระโทง เป็นปลาเนื้ออ่อน นิยมนำมาทำแกงเขียวหวาน แกงเผ็ดและฉู่ฉี่

(๑๓) ปลาเก๋าและปลาเก๋าแดง เป็นปลาเนื้อดีมาก มักนำมาทำนํ้ายา และทำต้มเค็ม

(๑๔) ปลารากกล้วย เป็นปลาที่ค่อนข้างมีราคา ชาวบ้านมักนำไปขายให้แก่ร้านอาหาร โดยสามารถนำมาทอด ต้มยำ ผัดพริก หรือใส่เกลือ ตากแห้งแล้วทอด

(๑๕) ปลาหมู และปลาหมุคريبแดง สามารถนำมาทอดลวกรับประทานได้เลย หรือใส่เกลือ ตากแห้งแล้วทอด เนื้อปลาหมูมีมันเยื่อ ทำให้มีรสชาติดี กินอร่อย (คุณจริยา ผลเจริญ, สัมภาษณ์)

(๑๖) ปลาแขยง สามารถนำมาทำกับข้าวได้หมดทุกประเภท ทั้งทอด ผัด ผัดพริก ต้มยำ และแกง

(๑๗) ปลาเก็ด มักนำมาแกงเผ็ด แกงมะเขือ และต้มยำ

(๑๘) ปลาเข็มและปลาเข็มใหญ่ หรือปลากระทุงเหว ปลาเข็มตัวหมื่นเขียวมาก จึงต้องใส่เกลือแล้วทอด ส่วนปลาเข็มใหญ่มักนำมาใส่เกลือทอด มีรสชาติอร่อย นอกจากนี้ยังมีปลาจิ้มฟันจระเข้กระดี่ ที่มีลักษณะคล้ายปลาเข็ม แต่ไม่อยู่นิ่งเวลาช้อนขึ้นมาจะดิ้นไปมาตลอดจนดูเหมือนงูตัวเล็กๆ ดุน่ารังเกียจ จึงไม่นิยมนำมาทำอาหาร

(๑๙) ปลาม้า เป็นปลาที่มีราคาสูง แต่มีกลิ่นเฉพาะตัว คนที่ไม่คุ้นเคยอาจจะไม่ชอบกิน นำปลาม้ามาต้มยำ ผัด และทอด หรือส่งขายให้ร้านอาหาร

(๒๐) ปลากระดีและปลาสลิต นำมาใส่เกลือทอดได้ ส่วนปลาลิ้นหมานำมาทอดและทำปลาเค็ม

(๒๑) ปลากริม เป็นปลาที่มีขนาดเท่าปลากัด สามารถนำมาทอด หรือชุบแป้งทอดทำเป็นแพแบบกุ้งฝอยได้

(๒๒) ปลาก้างพระร่วง มีลักษณะตัวใสจนเห็นก้างในตัว นำมาทอดกินได้

(๒๓) ปลาชะโอน นำมาทอด ชุบแป้งทอด ใส่เกลือทำปลาเค็ม หรือทำฉู่ฉี่ปลาชะโอน

(๒๔) ปลาแรด มักนำมาผัดพริกหรือทอด (คุณจริยา ผลเจริญ, สัมภาษณ์)

อย่างไรก็ตามชาวชุมชนคลองสะแกก็ไม่ได้บริโภคปลาแม่น้ำทุกชนิดที่จับได้ เช่น ปลาพรหม ที่ชาวบ้านเรียกปลาพรหมหัวหมื่น เพราะเป็นปลาที่มีกลิ่นแรง จึงไม่รับประทาน ส่วนปลาบู ก็ไม่รับประทานเนื่องจากมีความเชื่อตามนิทานเรื่องปลาบูทอง และไม่จับปลาบูไปขายให้คนจีนที่นิยมนำปลาบูไปนึ่ง นอกจากนี้ยังมีปลาสวยงามที่ชาวบ้านไม่รับประทาน แต่นำไปขายให้ร้านขายปลาตู้ เช่น ปลาเสือตอ และปลาเสือพ่นน้ำ ปลาทั้งสองชนิดนี้จับยากและไม่กินเบ็ด ปลาเสือตอเป็นปลากินเนื้อมักกินปลาเล็กและกุ้ง ปลาเสือพ่นน้ำชอบกินแมลงจะอาศัยอยู่ริมน้ำ และพ่นน้ำขึ้นมาเพื่อล่าแมลง ปลาหวดพราหมณ์ เป็นปลาที่มีหนวดหลายเส้น สมัยก่อนชาวบ้านนิยมนำไปผัดพริก ต้มยำหรือแกง แต่ในปัจจุบันถ้าพบจะนำไปขายให้ร้านขายปลาตู้ รวมทั้งลูกปลากระเบนที่มีขนาดตั้งแต่ ๑ ฝ่ามือด้วย ปัจจุบันปลาแม่น้ำหลายชนิดกลายเป็นปลาตู้ ไม่ว่าจะเป็น ปลาตะเพียนทอง ปลากระทิง ปลาเก๋า ปลาหมุคريبแดง ปลาก้างพระร่วงที่ฉีดยาให้สวยงามแล้วขายได้ ส่วนราคาขายก็ตกลงกันได้ แล้วแต่ขนาดปลา สภาพปลาและความต้องการของผู้เลี้ยงปลาที่มาสั่งไว้ เช่น ปลาเสือตอราคาเฉลี่ยตัวละ ๓๐๐-๘๐๐ บาท ลูกปลากระเบนที่มีขนาด ๒๐ เซนติเมตร ตัวละ ๑๕๐ บาท (คุณทองสุข ชัยมานิตย์, สัมภาษณ์)

นอกจากปลาแล้วยังมีกุ้งแม่น้ำ ที่ชาวบ้านตกขึ้นมา หรือลงไปงมได้ในแม่น้ำป่าสัก โดยจะเจอบริเวณที่มีกุ้งแม่น้ำอาศัยอยู่ในช่วงเดือนมิถุนายนของทุกปี กุ้งแม่น้ำเป็นสัตว์น้ำที่มีชื่อเสียงของจังหวัดพระนครศรีอยุธยา นิยมนำมา

ย่างแล้วรับประทานกับน้ำพริกเผาหรือน้ำจิ้มอื่นๆ ในปัจจุบันถ้าพบจะนำไปขายให้เจ้าของโรงงานอุตสาหกรรมในตำบล คลองสะแก สร้างรายได้หลายพันบาทต่อครั้ง (คุณทองสุข ชัยมานิตย์, สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ ๗ กุ้งแม่น้ำ

บันทึกภาพเมื่อ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๐



ภาพประกอบ ๘ กุ้งแม่น้ำย่าง

บันทึกภาพเมื่อ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๐

๓.๒ สัตว์ในนา

นอกจากชาวชุมชนคลองสะแกจะได้ข้าวเป็นผลผลิตหลักจากการทำนาแล้ว หากแต่ยังใช้ท้องนาเป็นแหล่งอาหารอื่นๆอีกด้วย เนื่องจากมีสัตว์หลายชนิดที่อาศัยอยู่ในนาและสามารถนำมาทำอาหารได้

(๑) ปลาไหลนา อาศัยอยู่ในนา และพื้นที่น้ำท่วมแฉะ นิยมนำปลาไหลนามาผัดเผ็ด ผัดพริก แกง และทำปลาไหลต้มเปรต

(๒) ปลาหมอนาหรือปลาหมอกลม มักนำมาทอด ผัดพริก แกง ฉู่ฉี่ หรือใส่เกลือทำปลาเค็มได้

(๓) ปลาช่อนนา เป็นปลาที่มีราคาและรสชาติดี มีเนื้อเยื่อแต่มีก้างน้อยสามารถนำมาทำอาหารได้หลายประเภท ทั้งทอด ผัด ลาบ แกง ต้มยำ รวมไปถึงปลาช่อนอบฟาง ทำได้โดย เสียบปลาช่อนกับไม้ปักในนา เอาปื้บครอบเอาฟางคลุม และจุดไฟ

(๔) หนูนานิยมนำมาย่าง หรือผัดเผ็ด

(๕) นก และกิ้งก่า นำมาทอด ย่าง หรือผัดเผ็ดได้

(๖) กบ และอึ่งอ่าง นิยมนำมาใส่เกลือแล้วทอด ต้มยำ ผัดกะเพรา ทอดน้ำปลา และผัดเผ็ด

(๗) งูเห่ามีราคาสูงมากสามารถนำมาผัดเผ็ดหรือส่งขายตามร้านอาหารได้

(๘) ตะขาบ นำมาทอดกินได้ แต่ห้ามเผาไฟโดยตรง เพราะจะเป็นการเรียกตะขาบตัวอื่นๆให้เข้ามา

(๙) ไช้ตะกวด มักพบมากช่วงต้นหน้าหนาว นำมากินได้เช่นกัน (คุณทองสุข ชัยมานิตย์, สัมภาษณ์)

๓.๓ สัตว์อื่นที่ใช้เป็นอาหาร

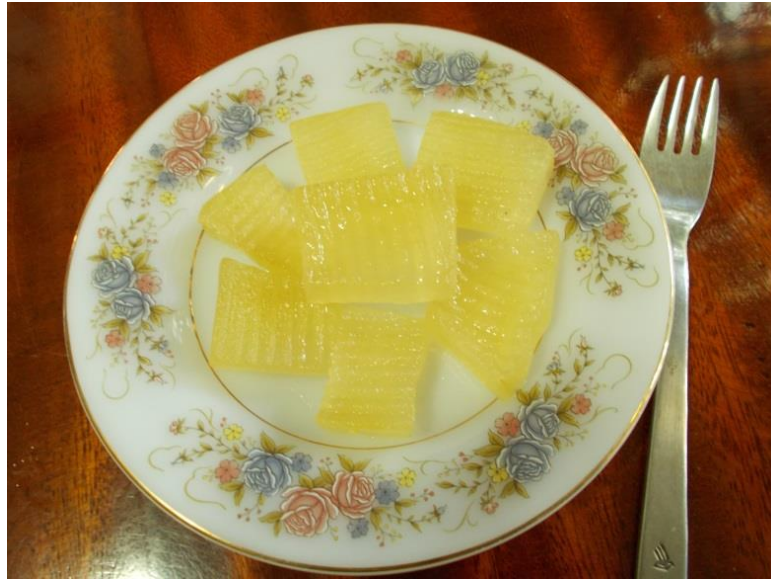
ชาวชุมชนคลองสะแกนิยมเลี้ยงวัว ควาย และหมู ไว้ขายและรับประทานเอง สัตว์ทั้งสามชนิดมีราคาตัวละหลายพันบาทถึงหลายหมื่นบาท ขึ้นอยู่กับขนาดและน้ำหนักตัว ส่วนเป็ดและไก่ มักเลี้ยงไว้เพื่อเก็บไข่และขายเนื้อเมื่อเป็ดไก่ไม่สามารถให้ไข่ได้แล้ว

๓.๔ พืช ผักและผลไม้ต่างๆ

ทุกบ้านจะมีผักทั้งที่ชาวบ้านปลูก และขึ้นเองตามธรรมชาติ ที่สามารถเก็บมากินได้ ส่วนใหญ่จะเป็นกระถิน ตำลึง พริกขี้หนู กะเพรา โหระพา สะระแหน่ พัก แดง มะระขึ้นก มะเขือเปาะ มะเขือยาวและถั่ว สำหรับบ้านที่อยู่ริมแม่น้ำหรือริมบึงจะมีผักบุ้ง ผักกะเฉด ส่วนผลไม้จะมี ชมพู่ กัลยและมะม่วง เช่น แก้ว ลิ้นงูเห่า อกร่อง เขียวสวาย และน้ำดอกไม้ ชาวบ้านนิยมปลูกมะม่วงหลายพันธุ์ตั้งแต่สมัยก่อน เพราะมะม่วงให้ผลและร่มเงา ยังใช้ต้นมะม่วง ตัดชมพู่ และดองกล้วยแบ่งเขตที่ดินกันด้วย ซึ่งเมื่อยกที่ให้ลูกหลาน หรือขายที่ไปก็ตัดต้นไม้ พอวัดและแบ่งที่ได้แล้วจึงปลูกใหม่ มีการปลูกมะพร้าวอยู่บ้างแต่บางปีมีลมพายุแรงทำให้มะพร้าวหักโค่น ทำความเสียหายให้แก่หลังคาบ้าน และสายไฟฟ้า อีกทั้งยังมีด้วงมากินจึงต้องตัดต้นมะพร้าวทิ้ง (คุณทองสุข ชัยมานิตย์, สัมภาษณ์)

๓.๕ ขนมหอย

ขนมไทยโบราณที่ชาวชุมชนคลองสะแกมักทำไว้รับประทานกันเองในครัวเรือน เช่น ขนมต้ม ขนมบัวลอย ไข่หงส์ ขนมวง ขนมทอง และฟักเชื่อม (คุณวันเพ็ญ สะแกคุ้ม, สัมภาษณ์)



ภาพประกอบ ๙ ฟักเชื่อมที่ปรุงโดยคุณวันเพ็ญ สะแกคุ่ม

บันทึกภาพเมื่อ ๒ กันยายน ๒๕๖๐

๔. ยาสมุนไพรรักษาโรคของชาวชุมชนคลองสะแก

ชาวชุมชนคลองสะแกมีหมอพื้นบ้านมาตั้งแต่ ๗๐ ปีที่แล้ว หมอพื้นบ้านที่มีความเชี่ยวชาญและเป็นหมอภูมิปัญญาประจำชุมชนของชาวคลองสะแกคือ หมอพัก สะแกคุ่ม ซึ่งท่านเสียชีวิตไปราว ๑๐ ปีแล้ว ถ้าหากท่านยังมีชีวิตอยู่ก็จะมีอายุราว ๙๐ ปี หมอพัก สะแกคุ่ม ศึกษาวิธีการรักษาโรค การนวดแผนไทยโบราณ และการใช้ยาสมุนไพรมาจากตำราหมอภพ(พ) ซึ่งเป็นตำราเล่มใหญ่ เป็นภาษาไทย อายุมากกว่า ๑๐๐ ปี ปัจจุบันตำราเล่มนี้เก่าและกรอบหมดทั้งเล่ม ซึ่งลูกสาวคนโตของท่าน ได้เก็บรักษาอยู่ (คุณวันเพ็ญ สะแกคุ่ม, สัมภาษณ์) ส่วนลูกสาวคนรอง คือคุณวันเพ็ญ สะแกคุ่ม ได้กรุณาเปิดเผยสูตรยาสมุนไพรแพทย์แผนไทยโบราณ ที่จำได้มาตั้งแต่ครั้งที่ช่วย หมอพัก สะแกคุ่ม ผู้เป็นบิดารักษาคนป่วยในชุมชน ดังนี้

๔.๑ การอบสมุนไพรด้วยยาสมุนไพรแพทย์แผนไทยโบราณ แก้วบดเมื่อย คลายเส้น และทำให้เลือดลมไหลเวียนดี ทำโดยขุดหลุมขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางครึ่งเมตร (๕๐ เซนติเมตร) มีความลึกกระยะประมาณจากเท้าถึงหัวเข่าของคนป่วย โดยที่คนป่วยสามารถนั่งบนปากหลุม และห้อยเท้าลงไปในหลุมได้

วิธีการรักษา

- (๑) นำเถาว์วัลย์เปรียง ใบขี้เหล็กและไพล มาใส่ในหลุมที่ขุดไว้แล้วสูมไฟ
- (๒) นำอิฐมอญ ๒ ก้อน มาวางไว้ที่กลางหลุม
- (๓) ให้คนป่วยนั่งบนปากหลุม และห้อยเท้าลงไปวางบนอิฐมอญที่อยู่ในหลุม
- (๔) นำผ้าหนาๆ ซึ่งส่วนมากจะใช้ผ้าใบหรือผ้ายาง มาคลุมทั้งหลุม ลำตัวและคอผู้ป่วย โดยให้เหลือเฉพาะบริเวณใบหน้าและศีรษะของผู้ป่วย
- (๕) เมื่อผู้ป่วยร้อนจนทนไม่ไหว ค่อยนำผ้าออก

การอบสมุนไพรด้วยวิธีนี้ สามารถแก้ปวดเมื่อย คลายเส้น และทำให้เลือดลมไหลเวียนดี หมอพัก สะแกคุ้ม เคยรักษาคนที่ เป็นอัมพฤกษ์ (ในรายที่ไม่มีอาการมาก) ด้วยวิธีนี้ ร่วมกับการนวดแผนไทย สัปดาห์ละสองครั้ง ทำให้ผู้ป่วยสามารถกลับมาเดินได้ปกติภายในระยะเวลา ๖ เดือน ส่วนผู้ป่วยที่เป็นอัมพาตก็จะมีอาการดีขึ้น (คุณวันเพ็ญ สะแกคุ้ม, สัมภาษณ์)

๔.๒ การรักษาโรคสีดวง

วิธีการรักษา

(๑) นำเหง้าว่านทรหดหรือว่านชักมดลูกตัวผู้ มาฝนกับเหล้า แล้วทาที่หัวริดสีดวง หรือ

(๒) นำเหง้าว่านทรหด มารับประทานกับน้ำพริก

๔.๓ การรักษาอาการคันที่ผิวหนัง เนื่องจากการโดนหญ้า หรือโดนตัวร่าน

วิธีการรักษา

(๑) นำใบตำลึงมาขยี้ แล้วถูบริเวณที่คัน หรือ

(๒) นำมะระขี้นกมาต้ม รอให้เย็น แล้วนำน้ำที่ได้มาทาบริเวณที่คัน

๔.๔ การรักษาอาการน้ำร้อนลวก

วิธีการรักษา

(๑) นำว่านหางจระเข้มาปอกเปลือก แล้วล้างยางสีเหลืองออกให้หมด

(๒) ผานเป็นแผ่นแล้วเอามาวางบริเวณที่โดนน้ำร้อนลวก

๔.๕ การรักษาโรคหัวใจ (ในรายที่ไม่เป็นมาก)

วิธีการรักษา

(๑) นำว่านหางจระเข้มาต้มกับใบเตย นำน้ำที่ได้มาดื่มเพื่อบำรุงเลือดและหัวใจ หรือ

(๒) ให้ผู้ป่วยรับประทานลูกมะแว้ง ปริมาณวันละหนึ่งกำมือของผู้ป่วย โดยทานกับน้ำพริก จะทำให้อาการโรคหัวใจดีขึ้น

๔.๖ การรักษาอาการขัดเบา

วิธีการรักษา

(๑) นำมะแว้งทั้งต้นและราก มาตากแห้ง แล้วตัดเป็นท่อนๆ นำมาคั่วและต้มทำน้ำชาดื่ม สามารถแก้ อาการขัดเบาได้

(๒) ใช้หญ้าหนวดแมว มาต้มทำน้ำชาดื่ม สามารถแก้ อาการขัดเบาได้

๔.๗ การรักษาอาการปวดศีรษะ

วิธีการรักษา

(๑) ต้มยาหอม แล้วบีบนิ้วบริเวณด้านหลังคอ หรือ

(๒) ใช้กิ่งและต้นของลูกใต้ใบ มาต้มทำชาดื่มแก้ปวดศีรษะ แก้ไข้ได้ หรือ

(๓) ต้มน้ำมะกรูด แก้ปวดศีรษะได้

๔.๘ การรักษาผู้ป่วยที่ต้องเพิ่มน้ำหนัก เพิ่มการไหลเวียนของเลือดลม และอาการไม่มีประจำเดือน

วิธีการรักษา

(๑) ต้มยาตองมะกรูด ซึ่งคุณวันเพ็ญ สะแกคุ่มไม่สามารถจดจำสูตรได้

๔.๙ การรักษาผู้ป่วยที่ต้องลดน้ำหนัก ลดไขมัน

วิธีการรักษา

(๑) ต้มน้ำกระเจี๊ยบแดง ต้มกับพุทราจีน (ห้ามใส่น้ำตาล) หรือ

(๒) นำมะกรูด ๕-๗ ผลมาสับหรือโขลกให้ละเอียด ผสมกับน้ำผึ้ง ๑ ช้อนทานข้าว แล้วนำมาปั่นเป็นลูกกลอน รับประทานพร้อมกับอาหารครั้งละ ๓-๕ เม็ด วันละ ๓ เวลา

(๓) เน้นให้ผู้ป่วยรับประทานผัก น้ำพริกและปลา

๔.๑๐ การรักษาอาการปวดท้อง

วิธีการรักษา

(๑) ให้ผู้ป่วยดื่มน้ำต้มเหง้าข่า

วิธีการรักษาโรคของหมอพัก สะแกคุ่ม ยังมีอีกมาก ส่วนยาที่หมอพัก สะแกคุ่ม ประดิษฐ์มาใช้ ได้แก่ ยาแก้โรคเก๊าท์ ยาลมเข้าเส้นและยาตองมะกรูด เป็นที่นิยมในชุมชนคลองสะแก รวมทั้งชาวบ้านในอำเภอบางละมุง เนื่องจากหมอพัก สะแกคุ่ม ได้นำยาตองมะกรูดไปใส่โองตั้งไว้ข้างหน้าหลวงพ่อดโต วัดสระตือ อำเภอบางละมุง แต่คุณวันเพ็ญ สะแกคุ่ม ไม่สามารถจดจำสูตรได้

สรุปผลการวิจัย

ชุมชนคลองสะแกเดิมมีชื่อเรียกว่า “บ้านมอญ” เนื่องจากทำอิฐมอญ แต่เกรงว่าคนจะเข้าใจผิดว่าเป็นชุมชนของชนชาติมอญ จึงเปลี่ยนชื่อชุมชนเป็นคลองสะแก ชาวชุมชนคลองสะแกสมัยก่อนทำนา ทำอิฐมอญปลูกพืชผัก และเลี้ยงสัตว์ ดังนั้นอาหารการกินหลักๆ คือสิ่งที่หาได้ง่ายในชุมชน ได้แก่ ข้าว พืช ผัก ปลาตุ๋นเค็ม ปลาในนา ไก่ เป็ด กบ นก และหนูนา ชุมชนคลองสะแกมีแม่น้ำป่าสักไหลผ่าน ชาวชุมชนจึงสามารถจับสัตว์น้ำ ปลาแม่น้ำ เช่น ปลาค้าว (หรือปลาเค้า) ปลาแดง ปลาตะโกก ปลากระแห ปลาตะเพียน และกุ้งแม่น้ำรวมทั้งพืชผักต่างๆที่หาได้จากในแม่น้ำและริมแม่น้ำ ชาวชุมชนคลองสะแกมีหมอพื้นบ้านมาตั้งแต่ ๗๐ ปีที่แล้วซึ่งรักษาชาวชุมชนโดยใช้ยาสมุนไพรและแพทย์แผนไทย ถึงแม้ว่าหมอพื้นบ้านจะเสียชีวิตไปแล้วแต่ทายาทของท่านและคนในชุมชนยังสืบทอดตำรับยาและวิธีการรักษาไม่ให้สูญหายไป การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการรวบรวมประวัติศาสตร์ชุมชน ภูมิปัญญาเรื่องอาหารการกินและยาสมุนไพรของคนสมัยก่อนไม่ให้สูญหายไปตามกาลเวลา ที่สำคัญองค์ความรู้ต่างๆที่ได้รับจากการวิจัยนี้ยังสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพของบุคคลทั่วไปได้

บรรณานุกรม

จริยา ผลเจริญ. (๒๕๖๐, ๑๘ กรกฎาคม). ผู้ที่เคยอยู่อาศัยในตำบลคลองสะแก อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. สัมภาษณ์.

ทองสุข ชัยมานิตย์. (๒๕๖๐, ๒๔ มิถุนายน). ผู้ที่อยู่อาศัยในตำบลคลองสะแก อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. สัมภาษณ์.

ไทยตำบล ดอท คอม. (๒๕๕๘). ข้อมูลตำบลคลองสะแก อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา <<http://www.thaitambon.com/tambon/140310>> เมื่อ ๑ พ.ค. ๒๕๖๐

ศรีศักร วัลลิโภดม. (๒๕๖๐). “งานสัมมนาประวัติศาสตร์ท้องถิ่น จัดโดยสถาบันอยุธยาศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา ระหว่างวันที่ ๗-๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐”

ศูนย์ข้อมูลประเทศไทย. (๒๕๖๐). ตำบลคลองสะแก <<http://phranakhonsiyudhya.kapook.com/นครหลวง/คลองสะแก>> เมื่อ ๑ พ.ค. ๒๕๖๐

สนธิ สะแกคุ้ม. (๒๕๖๐, ๒๔ มิถุนายน). ผู้ที่อยู่อาศัยในตำบลคลองสะแก อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. สัมภาษณ์.

วันเพ็ญ สะแกคุ้ม. (๒๕๖๐, ๒ กันยายน). ผู้ที่อยู่อาศัยในตำบลคลองสะแก อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. สัมภาษณ์.

วิกิพีเดีย. (๒๕๕๙). อำเภอนครหลวง <<https://th.wikipedia.org/wiki/อำเภอนครหลวง>> เมื่อ ๑ พ.ค. ๒๕๖๐

เอกสารอ้างอิงรูปภาพ

ภาพประกอบ ๑ แผนที่อำเภอทั้งหมดในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จาก <https://sites.google.com/site/canghwadphrankhrsixyuthya/xaphex-ni-canghwad> เมื่อ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๐

ภาพประกอบ ๒ แผนที่แสดงขอบเขตตำบล อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จาก http://r01.1dd.go.th/aya/download/DinThai53/MAIN/AY/AY_03.html เมื่อ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๐

ภาพประกอบ ๓ แสดงพื้นที่หมู่ ๑ ถึงหมู่ ๕ ในตำบลคลองสะแก จาก http://nakhonluang.ayutthaya.doae.go.th/kson/clongsakae_01.htm เมื่อ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๐

ภาพประกอบ ๔ ปลาควายขาว จาก <https://th.wikipedia.org/wiki/ปลาควายขาว> เมื่อ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๐

ภาพประกอบ ๕ ผักไข่ปลาค้าว บันทึกภาพเมื่อ ๖ มิถุนายน ๒๕๖๐

ภาพประกอบ ๖ ปลาแดง จาก <http://www.fishing4you.com/webboard/index.php?topic=2116.15> เมื่อ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๐

ภาพประกอบ ๗ กุ้งแม่น้ำ บันทึกภาพเมื่อ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๐

ภาพประกอบ ๘ กุ้งแม่น้ำย่าง บันทึกภาพเมื่อ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๐

ภาพประกอบ ๙ ฟักเชื่อมที่ปรุงโดยคุณวันเพ็ญ สะแกคุ้ม บันทึกภาพเมื่อ ๒ กันยายน ๒๕๖๐