

สรุปและวิจารณ์ผล

จากการศึกษาและสำรวจพืชผักพื้นเมืองในจังหวัดอุดรธานีระหว่างเดือนเมษายน 2527 ถึงเดือนมีนาคม 2529 พบพืชผักพื้นเมืองประมาณ 120 ชนิด แต่สามารถตรวจสอบชื่อวิทยาศาสตร์ที่ถูกต้องตามวิธีการทางพฤกษอนุกรมวิธานได้ 86 ชนิด นอกจากนั้นทราบเฉพาะชื่อพื้นเมือง ไม่อาจตรวจหาชื่อวิทยาศาสตร์ที่ถูกต้องได้ เนื่องจากตัวอย่างที่ได้ไม่สมบูรณ์ โดยเฉพาะชาตส่วนที่เป็นดอก ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการตรวจสอบชื่อวิทยาศาสตร์ ด้วยเหตุนี้จึงต้องตัดออกจากส่วนที่เสนอ เป็นผลการศึกษาและจัดทำรายชื่อพื้นเมืองของพืชผักดังกล่าว เสนอไว้ในภาคผนวกพืชผักทั้ง 86 ชนิด ที่ตรวจสอบชื่อวิทยาศาสตร์ได้นั้น ได้นำมาจัดทำคำบรรยายลักษณะโดยสังเขป โดยเน้นส่วนที่นำมาใช้เป็นอาหาร และลักษณะการใช้รับประทานเป็นสำคัญ ตัวอย่างพืชที่เก็บมาได้จัดทำเป็นตัวอย่างพันธุ์ไม้แห้งและเก็บไว้ในพิพิธภัณฑ์พืชศาสตร์จารย์กลิน สุวตะพันธุ์ ตัวอย่างของส่วนที่ใช้เป็นอาหารของพืชบางชนิด เช่น ผล ดอก หรือยอดอ่อน ทำเป็นตัวอย่างคง 36 ชนิด และเก็บไว้ในพิพิธภัณฑ์พืชเช่นเดียวกัน นอกจากนี้ยังได้บันทึกภาพของพืชผักบางชนิดเป็นภาพสีไว้ด้วย

พืชผักพื้นเมืองที่ได้พบจากการศึกษาและสำรวจทั้ง 86 ชนิดนี้ เป็นพันธุ์ไม้ดอก 84 ชนิด ในจำนวนนี้เมื่อพิจารณาจากสภาพถิ่นอาศัยของพืชพบว่า เป็นพืชที่ขึ้นอยู่บนบกถึง 73 ชนิด และเป็นไม้น้ำเพียง 13 ชนิด ซึ่งอาจเป็นเพราะว่าแหล่งน้ำธรรมชาติมีน้อยและมักจะแห้งแล้งเสมอ นอกจากในช่วงฤดูฝนเท่านั้นที่จะอุดมสมบูรณ์และมีไม้น้ำเจริญได้มากกว่าช่วงเวลาอื่น ๆ พืชผักที่พบทั้งหมดนี้ อยู่ใน 71 สกุล 48 วงศ์ พบมากที่สุดในวงศ์ *Caesalpinaceae* และ *Moraceae* วงศ์ละ 5 ชนิด วงศ์ *Mimosaceae* และ *Asclepiadaceae* วงศ์ละ 4 ชนิด วงศ์ *Amaranthaceae* *Bignoniaceae* *Compositae* *Cucurbitaceae* *Fabaceae* และ *Pontederiaceae* วงศ์ละ 3 ชนิด นอกจากนั้นจะกระจายอยู่วงศ์ละ 1-2 ชนิด ในวงศ์ *Caesalpinaceae* พบสกุล *Cassia* 3 ชนิด สกุล *Caesalpinia* 1 ชนิด และสกุล *Dialium* 1 ชนิด ทั้ง 5 ชนิดนี้พบในทุกท้องที่ที่ทำการศึกษ ส่วนวงศ์ *Moraceae* นั้น ทั้ง 5 ชนิดอยู่ในสกุลเดียวกันคือ *Ficus* ซึ่งพบเพียงบางท้องที่เท่านั้น

ข้อมูลที่ได้จากการศึกษา (ตามตารางที่ 4) พบว่าพืชผักที่พบทั่วไปทุกท้องที่ได้ทำการศึกษาและสำรวจมี 73 ชนิด ส่วนอีก 13 ชนิด เป็นพืชที่พบเพียงบางท้องที่หรือพบได้ไม่มากนัก พืชผักทั้ง 13 ชนิดนี้ได้แก่ ส้มโกลย Ampelocissus martinii Planch ทับแถบ Connarus cochinchinensis (Baill) Pierre ผักม้วน Dregea volubilis Stapf หมากหว่า Eugenia clarkeana King ต้นไทร Ficus benjamina Linn. มากเคื่อ F.fistulosa Reinw. หมากเคื่อ มะเคื่ออุทุมพร F.racemosa Linn. ต้นโพต้นไซ F.rumphii Bl. ผักเฮือด ผักไฮ F.superba Miq. หมากข้าว Momordica cochinchinensis Spreng. ผักคากัง Portulaca oleraceae Linn. และหมากลุมพุย Randia uliginosa Poir. เป็นต้น พืชผักที่ชาวบ้านเก็บมารับประทานได้ตลอดทั้งปีมี 45 ชนิด และที่มีรับประทานเฉพาะฤดูกาลมี 41 ชนิด (ตามตารางที่ 4) ดังนั้นชาวบ้านจึงมีพืชผักรับประทานตลอดทั้งปีโดยไม่ขาดแคลน

นอกจากนั้นจะเห็นได้ว่าพืชผักชนิดใดที่เป็นที่ต้องการหรือเป็นที่นิยมรับประทานของชาวบ้าน มักจะมีจำหน่ายตามตลาดสด (ตารางที่ 3) ซึ่งพบว่ามี 50 ชนิด ที่มีวางจำหน่ายตามตลาดสดและอีก 36 ชนิด ไม่ได้มีวางจำหน่ายตามตลาดสดแต่ชาวบ้านได้เก็บเอามารับประทานเมื่อได้เข้าไปพบตามป่าในธรรมชาติ

จากการศึกษาและวิจัยในครั้งนี้ได้พบว่ามีข้อมูลที่สอดคล้องกับรายงานที่กล่าวว่า ประชาชนในท้องถิ่นภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นนิเวศในกระเพาะปัสสาวะในอัตราที่สูงกว่าประชาชนในท้องถิ่นอื่น เนื่องจากการได้รับประทานพืชผักที่มีปริมาณออกซาเลตสูง (Suva-chittanont, O., Meksongsee, L.A., Dhanamitta, S. and Valyasevi, A., 1973, Promboon, Y. 1977, Suvachittanont, O., 1971) ทั้งนี้เพราะปรากฏว่าพืชผักที่สำรวจพบจำนวน 24 ชนิด เป็นพืชผักที่มีปริมาณออกซาเลตสูงได้แก่ หมากลำ Adenantha pavonina (Linn.) ผักหอม Amaranthus gracilis Desf. ผักหนาม A.spinosus Linn. ผักหอมพ้าว A.tricolor Linn. ผักกะโคนน้ำ Barringtonia acutangula (Linn.) Gaertn ผักกะโคน หรือ กะโคนนก กะโคนโคก Careya spherica Roxb. ผักเลนเค็ด Cassia occidentalis Linn. ผักตัว Cratoxylum formosum (Jack.) Dyer.subsp. pruniflorum (Kurz.) Gogel. ผักเม็ก Eugenia grata Wight ผักบุง Ipomea aquatica Forsk. ผักพังพวย Jussiaea repens Linn. กะฉินบ้านกะเสดโคก Leucaena leucocephala (Lamk.) De Wit ผักคั้นจอง Limnocharis

flava(Linn.) Buch. ผักกะแยง Limnophilla aromatica (Lamk.) Merr,
 ผักแว่น Marsilea crenata Presl ผักหวานป่า Melientha suavis Pierre
 ผักอีสั้นน้อย Monochoria vaginalis (Brum.f.) Presl ผักอีสั้นใหญ่ M.vaginalis
 (Brum.f.) Presl var.plantagenea Solms ผักกะเสดน้ำ Neptunia oleracea
 Lour. ผักโทบเทพ Ottelia alismoides (Linn.) Pers. ผักหุ้มท้อ Passiflora
foetida Linn. ผักอีเล็ด Piper sarmentosum Roxb. ผักแพว Polygonum
odoratum Lour. และผักคาค Spilanthes acumella (Linn.) Murr.

พืช ผักที่มีปริมาณออกซาเลตสูงเหล่านี้เป็นชนิดที่พบได้ทั่วไปทุกท้องที่ที่ทำการศึกษาใน
 จังหวัดอุตรธานี และอาจจะพบในท้องที่อื่น ๆ ของภาคอีสานด้วย เนื่องจากลักษณะพืชพรรณ
 ของจังหวัดต่าง ๆ ในภูมิภาคนี้ไม่ใคร่แตกต่างกันมากนัก

การรับประทานพืชผักพื้นเมืองของชาวบ้านส่วนใหญ่จะใช้รับประทานกับลาบ ก้อย ส้มตำ
 หรืออาหารอีสานอื่น ๆ ทั้งแบบที่รับประทานดิบ ๆ และที่ทำให้สุกโดยการลวก นึ่ง หรือต้มก่อน
 รับประทาน หรือนำไปทำเป็นแกงแบบต่าง ๆ ได้พบว่าชาวบ้านนิยมรับประทานผักดิบ ๆ กัน
 มากและไม่จำกัดว่าเป็นไม้ป่า ไม้ปลูก หรือวัชพืช ทั้งที่อยู่บนบกและในน้ำ ซึ่งอาจเป็นเพราะ
 บริโภคนิสัยเป็นเช่นนั้นอยู่แต่เดิม หรือเป็นเพราะต้องการประหยัดรายจ่ายก็ตาม การรับประทาน
 ผักดิบมาก ๆ เป็นประจำอาจก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพได้หากร่างกายได้รับสารบางอย่าง
 เช่น ออกซาเลตมากเกินไป หรือไม่ได้สัดส่วนกับอาหารหลักประเภทอื่นโดยเฉพาะโปรตีนซึ่ง
 อาจก่อให้เกิดภาวะการขาดสารอาหารขึ้นได้ นอกจากนี้หากพืชผักที่ใช้รับประทานดิบ ๆ
 เป็นพืชผักที่พบได้ง่ายและอยู่ในกลุ่มที่มีปริมาณออกซาเลตสูงด้วยแล้ว ย่อมจะมีโอกาสทำให้
 ประชาชนในภาคอีสานเป็นโรคนิ่วในกระเพาะปัสสาวะได้ง่ายและมากขึ้นด้วย ดังนั้นหากได้
 เผยแพร่ข้อมูลจากงานวิจัยให้ประชาชนได้ทราบ ย่อมจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งเพราะจะทำให้
 ประชาชนลดการรับประทานพืชผักกลุ่มนั้นลง หรือรับประทานให้ได้สัดส่วนกับอาหารอื่นด้วย

ผลจากการศึกษาและวิจัยพืชผักพื้นเมืองในจังหวัดอุตรธานีในครั้งนี้ไม่เพียงแต่จะ
 พบเฉพาะไม้ดอก 84 ชนิด และเฟินอีก 2 ชนิด เท่านั้น ยังพบพืชขึ้นต่าที่นำมารับประทาน
 เป็นพืชผักได้เช่น เห็ดต่าง ๆ โดยเฉพาะในช่วงฤดูฝนที่ชาวบ้านเก็บมารับประทานและมีวาง
 จำหน่ายตามตลาดสดทั่วไปอีกหลายชนิดด้วยกัน แต่ในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ไม่ได้รายงานไว้
 เนื่องจากการศึกษาเรื่องเห็ดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเองในธรรมชาติของไทยยังมีน้อยทำให้การ
 ตรวจสอบหาชนิดของเห็ดที่ถูกต้องตลอดจนการนำไปเทียบกับตัวอย่างเห็ดที่ตรวจสอบชนิดแล้ว

ที่เชื่อถือได้ หรือมีมาตรฐานเป็นไปได้ยาก จึงจำเป็นต้องตัดพวกเหี้ยมคั่งกล่าวนี้ออกไปจาก
การรายงานผล

ลักษณะพืชพรรณของจังหวัดต่าง ๆ ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย
มีความคล้ายคลึงกันมาก ชนิดของพืชผักพื้นเมืองตลอดจนลักษณะและวิธีการที่ชาวบ้านนำเอา
พืชผักมารับประทานจึงน่าจะคล้ายคลึงกันด้วย ข้อมูลจากวิทยานิพนธ์ที่หากได้เผยแพร่ออกไป
อาจช่วยให้ประชากรในจังหวัดอื่น ๆ ได้รู้จักพันธุ์ไม้ที่จะนำมาใช้รับประทานได้มากขึ้น และ
หลีกเลี่ยงการรับประทานพืชผักบางชนิดมาก นอกจากนี้ยังน่าจะเป็นประโยชน์สำหรับผู้
ต้องเข้าไปทำงานในท้องที่ชนบทห่างไกลในภาคนี้อีกประการหนึ่งด้วย

ปัญหาและข้อเสนอแนะ

1. การศึกษาและสำรวจพืชผักในจังหวัดอุดรธานีไม่สามารถกระทำได้ครบทุกท้องที่
เนื่องจากปัญหาเรื่องเวลาและงบประมาณทำให้ต้องแบ่งพื้นที่เป็นเขตต่าง ๆ และเลือกบางท้องที่
เพื่อทำการศึกษา อาจทำให้ข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้ไม่ครบถ้วนเท่าที่ควร
 2. ช่วงระยะเวลาการออกไปทำการศึกษาและสำรวจ แม้จะกระทำหลายครั้งใน
ช่วงปี แต่ก็ยังไม่ตรงกับช่วงเวลาที่มีผักพื้นเมืองเหล่านั้นออกดอกออกผลทุกชนิด ตัวอย่างที่
เก็บมาได้บางส่วนจึงเป็นตัวอย่างที่ไม่สมบูรณ์ ไม่อาจนำมาใช้ตรวจหาชื่อวิทยาศาสตร์ตามวิธี
การที่ถูกต้องทางพฤกษอนุกรมวิธานได้ ถึงแม้ว่าจะทราบชื่อพื้นเมืองจากชาวบ้านที่เป็นผู้นำทาง
ก็ตาม ก็ไม่สามารถจะนำมาใช้เป็นข้อมูลที่แน่นอนได้ จึงจำเป็นต้องตัดพืชผักพื้นเมืองดังกล่าว
นี้ออกไปจากการรายงานผลและได้รายงานชื่อพืชผักพื้นเมืองไว้ในตอนท้ายภาคผนวก
 3. การบันทึกภาพไม่อาจทำได้ครบทุกชนิด เนื่องจากภาวะทางธรรมชาติขณะ
ออกไปทำการศึกษาไม่อำนวยให้เป็นบางครั้ง
- การศึกษาและวิจัยในลักษณะนี้ควรจะได้ดำเนินการต่อไปอีกทั้งในจังหวัดอุดรธานี
เอง และจังหวัดอื่น ๆ ทุกภาคของประเทศไทย โดยเฉพาะพืชผักที่ทราบเฉพาะชื่อพื้นเมือง
และยังไม่สามารถตรวจสอบหาชื่อวิทยาศาสตร์ตามวิธีการที่ถูกต้องทางพฤกษอนุกรมวิธานได้
เพื่อจะทำให้ทราบถึงจำนวนและชนิดตลอดจนข้อมูลอื่น ๆ ของพืชผักพื้นเมือง ซึ่งเป็นทรัพยากร
ธรรมชาติที่สำคัญยิ่ง ซึ่งจะเป็พื้นฐานที่สำคัญในการศึกษาและวิจัยต่าง ๆ และการพัฒนาคุณภาพ
ชีวิตของประชาชนต่อไปในอนาคต