

## ภูมิปัญญาการทำลูกประคบสมุนไพร



พ่อ สิทธิพล คำปาทุ  
เจ้าของภูมิปัญญา

### การทำลูกประคบสมุนไพร

#### ลูกประคบสมุนไพร

ประกอบด้วยสมุนไพรมากกว่าสิบชนิด เมื่อนำมาทำลูกประคบแล้ว เอาไปประคบบริเวณที่อาการปวดเมื่อยตามร่างกาย จะช่วยบรรเทาอาการปวด กลิ่นหอมของสมุนไพรช่วยทำให้การหายใจสะดวกขึ้น ทำให้รู้สึกสดชื่นปลอดโปร่งโล่งสบายตัว

การทำลูกประคบนั้นมีสมุนไพรดังนี้ ใบเป่า ใบหนาด ใบพลับพลึง ว่านแห่นางหอม ตะไคร้ ขมิ้น ว่านเอ็นเหลือง ว่านเอ็นอ่อน ส้มป่อย การบูร นำสมุนไพรล้างทำความสะอาดแล้วหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ จากนั้นนำไปตากให้แห้งและบดให้ละเอียด นำสมุนไพรที่บดแล้วประมาณหนึ่งแก้วห่อด้วยผ้าขาวด้ายดิบ (ที่ตัดเป็นผืนสี่เหลี่ยมจัตุรัสตามขนาดที่ต้องการ) ใช้เชือกมัดให้แน่นตักแต่งให้สวยงามตามที่ต้องการ เท่านั้นลูกประคบก็พร้อมใช้งาน





ใบเป้า



ใบหนาด



ใบปลับปลิง



ว่านแห่งหอม



ตะไคร้



ว่านเอ็นอ่อน



ใบส้มป่อย



สับเป็นชิ้น  
เล็กๆแล้วตาก  
ให้แห้ง



ตากให้แห้งแล้วบดรวมกันจะได้เนื้อสมุนไพรลูกประคบ





ตัดผ้าด้ายดิบ  
ให้เป็นผืน  
สี่เหลี่ยมจัตุรัส



ห่อแล้วมัด  
ให้แน่น



จัดแต่งให้  
สวยงาม



พร้อมจำหน่าย

