

AOM NEWS

ปีที่ 16 ฉบับที่ 199 เดือนเมษายน 2559



สารคดีใหม่ไทย 2559

วันสงกรานต์ มก. (22 เมษายน 2559)



“แนวโน้มในการพัฒนาการอุดมศึกษาไทย”

แผนกแผนและนโยบาย กองแผนและพัฒนา มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จัดโครงการบรรยายพิเศษ เรื่อง “แนวโน้มในการพัฒนาการอุดมศึกษาไทย” โดยได้รับเกียรติจาก ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์เกษม วัฒนชัย องคมนตรี เป็นวิทยากร เมื่อวันอังคารที่ 5 เมษายน 2559 ณ ห้องบรรยายพิเศษ 2 ชั้น 2 (ห้องสี่ประสม) อาคารบรรณสาร ใต้คณะผู้บริหาร

ทราบถึงบริบทการเปลี่ยนแปลงของโลก สังคม และอุดมศึกษา ตลอดจนทิศทางแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560 – 2564) และแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ฉบับที่ 13 ของสาธารณรัฐประชาชนจีน เพื่อเป็นข้อมูลในการจัดทำแผนกลยุทธ์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ 5 ปี ระยะที่ 6 (พ.ศ.2560 – 2564)



การบรรยายพิเศษเพื่อการจัดทำแผนกลยุทธ์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ 5 ปี

แผนกแผนและนโยบาย กองแผนและพัฒนา จัดโครงการบรรยายพิเศษเรื่อง "การบรรยายพิเศษเพื่อการจัดทำแผนกลยุทธ์มหาวิทยาลัย หัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ 5 ปี ระยะที่ 6 (พ.ศ.2560 - 2564)" โดยกำหนดบรรยายพิเศษในเรื่อง " แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ฉบับที่ 13 ของสาธารณรัฐประชาชนจีน" โดย อาจารย์วิบูลย์ ตั้งกิตติภาภรณ์ ที่ปรึกษาอธิการบดี เป็นวิทยากร ณ ห้องบรรยายพิเศษ 2 ชั้น 2 (ห้องสี่ประสม) อาคารบรรณสาร เมื่อวันศุกร์ที่ 1 เมษายน 2559



ม.หัวเฉียวฯ และ ม.การแพทย์แผนจีนเทียนจินร่วมมือดำเนินงาน และบริหารงานสถาบันขงจื่อการแพทย์แผนจีนแห่งแรกในประเทศไทย



รองศาสตราจารย์ ดร.ประจักษ์ พุ่มวิเศษ อธิการบดีมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ (มฉก.) และศาสตราจารย์เกาซิวเหม่ย รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยการแพทย์แผนจีนเทียนจิน พร้อมด้วยคณะผู้บริหารของทั้งสองมหาวิทยาลัย ได้ประชุมร่วมมือดำเนินงานและบริหารงานสถาบันขงจื่อการแพทย์แผนจีนแห่งแรกในประเทศไทย ในการนี้ได้รับเกียรติจาก ดร.โจวเกาหู่ เลขานุการเอก และคุณหม่าเซา เลขานุการลำดับ 3 ฝ่ายการศึกษา สถานเอกอัครราชทูตสาธารณรัฐประชาชนจีนประจำประเทศไทย เข้าร่วมประชุมในครั้งนี้ด้วย ซึ่งจะมีพิธีเปิดป้ายสถาบันขงจื่อในเดือนตุลาคม 2559 เมื่อวันอังคารที่ 26 เมษายน 2559 เวลา 09.30-12.00 น. ณ ห้องประชุม 1 ชั้น 2 อาคารอำนวยการ มฉก.



รองศาสตราจารย์ ดร. อุไรพรรณ เจนวาณิชยานนท์ รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ (มฉก.) เป็นประธานในการต้อนรับคณะแทนจาก Qilu Institute of Technology สาธารณรัฐประชาชนจีน นำโดย ศาสตราจารย์หยาง ยี่ถิง (Prof. Yang Yiting) รองอธิการบดี เมื่อวันที่ 28 เมษายน 2559 เวลา 09.30 - 12.00 น. ณ ห้องประชุม 1 ชั้น 2 อาคารอำนวยการ มฉก. ทั้งสองฝ่ายได้ประชุมหารือเกี่ยวกับโครงการความร่วมมือด้านการแลกเปลี่ยนอาจารย์และนักศึกษา และได้ตกลงกันจะร่วมมือจัดทำหลักสูตรระดับปริญญาตรี ด้านบริหารธุรกิจในรูปแบบ 2+2 กับรูปแบบ 0.5+3.5 และหลักสูตรระดับปริญญาโท ด้านบริหารธุรกิจในรูปแบบ 0.5+1.5

ม.หัวเฉียวฯ รับโล่ประกาศเกียรติคุณหน่วยงานต้นแบบ องค์กรนายจ้าง โครงการ กยศ. กรอ. เพื่อชาติ



อาจารย์ฉลอง แขวงอินทร์ รองอธิการบดี ผู้แทนมหาวิทยาลัยเข้ารับโล่ประกาศเกียรติคุณหน่วยงานต้นแบบองค์กรนายจ้าง โครงการ กยศ. กรอ. เพื่อชาติ ที่กระทรวงการคลัง โดยเข้ารับโล่จาก คุณสมชัย สัจจงพงษ์ ปลัดกระทรวงการคลัง ประธานกรรมการกองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา เมื่อวันที่ 25 มีนาคม 2559 ณ ห้องประชุมวายุภักษ์ 4 กระทรวงการคลัง



ม.หัวเฉียวฯ ได้รับรางวัลชนะเลิศและรางวัลชมเชย การแข่งขันตอบปัญหาทางวิชาการด้านการบัญชี ระดับมหาวิทยาลัย ครั้งที่ 9



คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ได้ส่งนักศึกษาเข้าร่วมการแข่งขันตอบปัญหาทางวิชาการด้านการบัญชี ระดับมหาวิทยาลัย ครั้งที่ 9 จัดโดยคณะกรรมการสมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เมื่อวันที่ 25 มีนาคม 2559 ณ มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์ มีมหาวิทยาลัย

เข้าร่วม 20 แห่ง จำนวน 38 ทีม โดยสาขาวิชาการบัญชี ส่งเข้าร่วมแข่งขัน 2 ทีม ประกอบด้วย นายญาณวิทย์ บำรุงแสง นายศรัณณดาบสมศรี นางสาวสุธิดา ทาราศรี ได้รับรางวัลชนะเลิศ และ นางสาวศุภานันท์ เจตน์รักษ์ นางสาวปณัฐธิดา นิมิตรปัญญา และ สุธิดา ช่วยเจริญสุข ได้รับรางวัลชมเชย



ประชุมคณะกรรมการฝ่ายกิจการนักศึกษา

สำนักพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ (มฉก.) จัดประชุมคณะกรรมการดำเนินการฝ่ายกิจการนักศึกษาสมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย โดย รองศาสตราจารย์ ดร.ประจักษ์ พุ่มวิเศษ อธิการบดี มฉก. ให้การต้อนรับและกล่าวเปิดการประชุม ณ ห้องประชุม 1 ชั้น 2 อาคารอำนวยการ เมื่อวันที่ 1 เมษายน 2559



อบรมเชิงวิชาการ เรื่อง การจัดการเรียนการสอนแบบใช้ปัญหาเป็นฐาน

เมื่อวันที่ 7 เมษายน 2559 แผนกพัฒนาการเรียนการสอน สำนักพัฒนาวิชาการ จัดโครงการอบรมเชิงวิชาการ เรื่อง การจัดการเรียนการสอนแบบใช้ปัญหาเป็นฐาน (Problem Based Learning) โดยเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงวัลลี สัตยาศัย เป็นวิทยากรผู้บรรยาย ให้กับคณาจารย์มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ (มฉก.) ณ ห้องบรรยาย 3 ชั้น 3 อาคารอำนวยการ มฉก.

นศ.ม.หัวเฉียวฯ จัดนิทรรศการแสดงผลงาน เศรษฐกิจพอเพียง



รองศาสตราจารย์ ดร.อุไรพรรณ เจนวาณิชยานนท์ รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ (มฉก.) เปิดงานนิทรรศการโครงการปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เมื่อวันที่ 21 เมษายน 2559 ณ ห้อง 501 อาคาร A มฉก. ซึ่งอยู่ในรายวิชาชีวิตกับเศรษฐกิจพอเพียง (Life and Sufficiency Economy) ที่มหาวิทยาลัยเปิดสอนให้แก่นักศึกษาทุกหลักสูตรในระดับปริญญาตรี ตั้งแต่ปีการศึกษา 2548 โดยมุ่งหวังให้นักศึกษาทุกคนมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีทัศนคติที่ดี ตระหนักเห็นคุณค่า และนำไปประยุกต์ใช้ในการปรับพฤติกรรมของตนเองให้มีความพอเพียงในทุกเรื่อง

โดยในปีการศึกษา 2558 นี้ นักศึกษา จำนวน 1,386 คน ร่วมจัดนิทรรศการและนำเสนอผลงานเกี่ยวกับโครงการเศรษฐกิจพอเพียง จำนวนกว่า 45 บูธ อาทิเช่น กระเป๋าเงินจากขวดน้ำ คุณข้างจับมือ เทียนไขไข่น้อยพอเพียง ถ่านจากผักตบชวา ผักสวนครัวขวดกินได้ หมวกรีไซเคิลจากกล่องกระดาษ ชูตรับแขกสุด create จากขวดน้ำ EM Ball บำบัดน้ำเสีย การทำเกษตรกลางแจ้ง กล้องดินสอ Handmade จากขวดพลาสติก สบู่สมุนไพร น้ำยาเอนกประสงค์ กระเป๋าผ้าจากผ้าสำเร็จรูป สารพัดประโยชน์จากผักตบชวา และการสอนการทำบัญชีรายรับรายจ่าย เป็นต้น

เสวนาให้ความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมจีน

เรื่อง ก๊วยก๊วย : เอกลักษณ์ของชาวจีนแต่จิว

ศูนย์จีนแต่จิววิทยา ร่วมกับ สถาบันไทย-จีนศึกษา มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จัดกิจกรรมเสวนาให้ความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมจีน เรื่อง ก๊วยก๊วย : เอกลักษณ์ของกินของไหว้ในวัฒนธรรมจีนแต่จิว เพื่อให้ความรู้ถึงประวัติความเป็นมา รูปร่างหน้าตาตลอดจนความหมาย และวิธีการผลิตของก๊วยประเภทต่าง ๆ ให้กับผู้ที่สนใจเข้าร่วมรับฟังได้รับทราบ โดย อาจารย์ธรรณา จันทสารโสภณ เป็นวิทยากร เมื่อวันที่ 23 เมษายน 2559 ณ ห้องบรรยาย 1 ชั้น 2 มฉก. มหาวิทยาลัยหัวเฉียวฯ ยศเส



สังคายน์ถวายเทศกาลสงกรานต์ ณ ดนเน้าวัดผักกึ๋ย ผ.ฉวีเจียวฯ

ศูนย์วัฒนธรรม มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จัดงานประเพณี รดน้ำขอพรปีใหม่ไทย ประจำปี 2559 โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นิก สุนทรธัย ผู้ช่วยอธิการบดี เป็นประธานในพิธี เมื่อวันศุกร์ที่ 22 เมษายน 2559 ณ เวทีถนนข้าวต้มกึ๋ย เพื่อให้บุคลากร นักศึกษา เห็นความสำคัญของประเพณีอันดีงาม ช่วยสืบสานให้อยู่คู่สังคมไทยตลอดไป ทั้งนี้ ภายในงานจัดให้มีกิจกรรมต่าง ๆ เช่น พิธีสงฆ์นำพระพุทธรูป 3 องค์ ณ ศาลาไทย การแสดงสาวรำวงร่วมกับวงดนตรีร่วมโพธิ์ทอง การประกวดเทพบุตร นางสงกรานต์ นางสงกรานต์จำลอง และการแสดง จากศูนย์วัฒนธรรม โดยได้รับความสนใจจากคณาจารย์ บุคลากร นักศึกษา มาร่วมกิจกรรมเป็นจำนวนมาก

ผลการแข่งขันแต่ละประเภท เนื่องในวัน

สังคายน์ถวายเทศกาลสงกรานต์

- ผลการแข่งขัน “นางสงกรานต์” Popular Vote ได้แก่ คณะเทคนิคการแพทย์
- รางวัลชมเชย ได้แก่ คณะภาษาและวัฒนธรรมจีน
- รางวัลรองชนะเลิศ อันดับที่ 2 ได้แก่ คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์และสวัสดิการสังคม
- รางวัลรองชนะเลิศ อันดับที่ 1 ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
- รางวัลชนะเลิศ ได้แก่ คณะกายภาพบำบัด

- ผลการแข่งขัน “เทพบุตรสงกรานต์” Popular Vote ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
- รางวัลชมเชย ได้แก่ คณะนิติศาสตร์
- รางวัลรองชนะเลิศ อันดับที่ 2 ได้แก่ คณะเทคนิคการแพทย์
- รางวัลรองชนะเลิศ อันดับที่ 1 ได้แก่ คณะกายภาพบำบัด
- รางวัลชนะเลิศ ได้แก่ คณะนิเทศศาสตร์

- ผลการแข่งขัน “นางสงกรานต์จำลอง” Popular Vote ได้แก่ คณะภาษาและวัฒนธรรมจีน
- รางวัลชมเชย ได้แก่ คณะภาษาและวัฒนธรรมจีน
- รางวัลรองชนะเลิศ อันดับที่ 2 ได้แก่ คณะบริหารธุรกิจ
- รางวัลรองชนะเลิศ อันดับที่ 1 ได้แก่ คณะนิเทศศาสตร์
- รางวัลชนะเลิศ ได้แก่ คณะกายภาพบำบัด





ประชุมคณะกรรมการกำกับดูแลการจัดกิจกรรม ต้อนรับนักศึกษาใหม่

สำนักพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จัดประชุมคณะกรรมการกำกับดูแลการจัดกิจกรรมต้อนรับนักศึกษาใหม่ เพื่อกำหนดแผนงานกิจกรรมของนักศึกษาที่ก่อให้เกิดความรึก ความอบอุ่น ความซาบซึ้งในมิตรไมตรี และสร้างความภูมิใจในสถาบัน โดย อาจารย์ฉลอง แหวงอินทร์ รองอธิการบดีเป็นประธานการประชุม ณ ห้องประชุม 1 ชั้น 2 อาคารอำนวยการ เมื่อวันที่ 21 เมษายน 2559

มจก. บริการชุมชน ครั้งที่ 182

มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ร่วมกับ หน่วยแพทย์ สงเคราะห์ชุมชนมูลนิธิป่อเต็กตึ๊ง จัดโครงการ มจก. บริการชุมชน ครั้งที่ 182 เมื่อวันที่ 24 เมษายน 2559 ณ หมู่บ้าน อี้อาทรเทพารักษ์ 3 จังหวัดสมุทรปราการ เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพ ระหว่างมหาวิทยาลัยกับชุมชนใกล้เคียง สร้างจิตสำนึกการเสียสละ เพื่อส่วนรวม และสร้างเสริมประสบการณ์ตรงและทักษะทาง วิชาชีพให้นักศึกษา โดยมีหลายคณะวิชาร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ อาทิ คณะพยาบาลศาสตร์วัดความดันโลหิตและตรวจมะเร็งเต้านม คณะเทคนิคการแพทย์ ให้บริการเจาะเลือดเพื่อตรวจวัดระดับ น้ำตาล คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีให้บริการตรวจพยาธิในเด็ก คณะกายภาพบำบัดให้บริการและให้ความรู้ในการทำกายภาพบำบัด คณะการแพทย์แผนจีนรักษาแบบแพทย์แผนจีนด้วยการนวด

และการฝังเข็ม คณะเภสัชศาสตร์ให้บริการจ่ายยา คณะนิติศาสตร์ ให้คำปรึกษาด้านกฎหมาย คณะภาษาและวัฒนธรรมจีน คณะสังคม สงเคราะห์ศาสตร์และสวัสดิการสังคม และคณะนิเทศศาสตร์ร่วม จัดกิจกรรมสนทนากับเด็ก ๆ ได้สนุกสนานกัน เช่น การระบายสี การต่อภาพจิ๊กซอ โยนห่วงยาง และแจกขนม นอกจากนี้ หน่วยงาน ต่าง ๆ ได้ร่วมให้บริการด้วย เช่น ให้บริการตรวจสุขภาพทั่วไป จ่ายยา ถอนฟัน โดยมูลนิธิป่อเต็กตึ๊ง กำจัดเหา โดยกองกลาง และบริการ ตัดผมชายและหญิงโดยโรงเรียนสอนวิชาชีพวัดธรรมมงคล (สุขุมวิท 101) ทุกรายการไม่เสียค่าใช้จ่ายแต่อย่างใด



รองศาสตราจารย์ ดร.ประจักษ์ พุ่มวิเศษ อธิการบดีมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ให้สัมภาษณ์กับนิตยสาร Green Network ด้านการจัดการพลังงานภายในมหาวิทยาลัย หลังจากได้รับรางวัลชนะเลิศสุดยอดอาคารประหยัดพลังงานจากการไฟฟ้านครหลวง ในการประกวด MEA Energy Saving Building Awards 2015 และมหาวิทยาลัยจะดำเนินการด้านพลังงานอย่างต่อเนื่องเพื่อยกระดับสู่ระดับสากล สามารถติดตามบทสัมภาษณ์ได้ในนิตยสาร Green Network ฉบับเดือนพฤษภาคม 2559 นี้



อธิการบดีให้สัมภาษณ์กับนิตยสาร Green Network ด้านการจัดการพลังงานภายในมหาวิทยาลัย



คณะกรรมการแสดงหุ่นคนให้สัมภาษณ์ FM 106 MHz. วิทยุครอบครัวข่าว 106 Society

คณะกรรมการแสดงหุ่นคน จากศูนย์วัฒนธรรม มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ นำโดย อาจารย์สุกฤตวัฒน์ บำรุงพานิช อาจารย์ประจำคณะนิเทศศาสตร์ และหัวหน้าแผนกส่งเสริมและเผยแพร่ (ผู้ฝึกสอน) แนะนำถึงประวัติความเป็นมาศิลปะการแสดงหุ่นคน ซึ่งเป็นรูปแบบคนกลายเป็นหุ่นให้คนชักและเซ็ด เทคนิคการเซ็ด กลไกต่าง ๆ ของการเซ็ดหุ่น ให้กับ FM 106 MHz. วิทยุครอบครัวข่าว 106 Society เมื่อวันที่ 13 เมษายน 2559 ณ อาคารมาลีนนท์ กรุงเทพฯ

ร่วมใจแก้ไขวิกฤตน้ำ แชน้ำ 8 วิธี ประหยัดน้ำ ใช้น้ำอย่างถูกวิธี ปกป้องจิตสำนึกในการใช้น้ำ



ร่วมใจแก้ไขวิกฤตน้ำ แชน้ำ 8 วิธี

- ✓ ประหยัดน้ำ
- ✓ ใช้น้ำอย่างถูกวิธี
- ✓ ปกป้องจิตสำนึกในการใช้น้ำ

1

ปิดก๊อกน้ำให้สนิท
ทุกครั้งหลังใช้งาน
ป้องกันน้ำไหลทิ้ง



2

ไม่ปล่อยน้ำไหลทิ้ง
ขณะล้างมือ ล้างหน้า
แปรงฟัน
ลดการสิ้นเปลืองน้ำโดยไม่จำเป็น



3

ใช้น้ำให้เกิดประโยชน์สูงสุด
นำน้ำที่ใช่แล้วไปใช้
ประโยชน์อย่างอื่น



4

ไม่ทิ้งเศษอาหาร กระดาษ
ลงในชักโครก
ลดการสูญเสียน้ำโดยไม่จำเป็น



5

ใช้ภาชนะรองน้ำ ในการล้าง
ถ้วยชาม ฟักและผลไม้
ช่วยประหยัดได้มากกว่า
การเปิดจากก๊อกน้ำโดยตรง



6

ไม่กดน้ำชักโครกหลายครั้ง
ขณะใช้งาน
ป้องกันการสิ้นเปลืองน้ำ



7

กดน้ำแค่พอดี
หากดื่มไม่หมด
ให้นำไปรดน้ำต้นไม้



8

หากพบเห็นท่อน้ำแตก
น้ำรั่วซึม แจ้งซ่อมทันที
ป้องกันการสิ้นเปลืองน้ำ



ข้อมูลอ้างอิงจาก <http://health.sanook.com/3073/>

การจัดสัมมนาและการศึกษาดูงานต่างประเทศสำหรับนักศึกษา ระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต ประจำปี 2558



หลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ นำทีมโดย อาจารย์ ดร.พวงชมพู โจนส์ ได้นำนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต ศึกษาดูงาน ณ Tokyo Stock Exchange, Miraikan: The National Museum of Engineering Science and Innovation Toyota Megaweb และ The Momofuku Ando Instant Ramen Factory ประเทศญี่ปุ่น เมื่อเร็ว ๆ นี้ ซึ่งมีคณะศิษย์เก่าและนักศึกษาเข้าร่วมศึกษาดูงานทั้งสิ้นรวม 11 คน การศึกษาดูงานในครั้งนี้ ทำให้นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจมากขึ้นในการดำเนินธุรกิจของประเทศญี่ปุ่น อีกทั้งสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างกัน รวมทั้งมีโอกาสดแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการเรียนระดับบัณฑิตศึกษา ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองเพื่อก้าวเข้าสู่การเป็นผู้นำในด้านการบริหารธุรกิจหลังจากจบการศึกษา

ค้นหาให้...อ่าน

รู้มึ้นว่า..... “ใบบัวบก” มากกว่าแก้เข่ารัก

เดินตลาดหัวเวลายานี้มองไปตรงไหนก็เห็นแต่ “น้ำใบบัวบก” แะถึงน้ำแข็งเย็นเจี๊ยบ ขวดละ 10 บาท เคยสงสัยกันมั๊ยว่า คนอกหักทำไมต้องไล่ให้ไปกินน้ำใบบัวบก ?

คนเฒ่าคนแก่เล่าว่าเนื่องจากใบบัวบกมีฤทธิ์ขับของเสียออกจากร่างกาย อย่างบรรดานักเลงเมื่อก่อนที่ถูกตีพ่ายกลับมา จะให้เอาใบบัวบกมาชงน้ำ ละลายน้ำตาลทรายแดงสักหน่อย-ดื่ม จะช่วยดึงเลือดเสียที่คั่งค้างอยู่ออกไป แต่ดื่มบ่อย ๆ ดื่มมากไปก็ไม่ดี เพราะจะทำให้ไตต้องทำงานหนัก และด้วยความที่เป็น “ยาเย็น” จะมีผลให้เกิดอาการชาตามแขนขาได้

ขณะที่แพทย์สมัยใหม่ว่า ใบบัวบกมีสรรพคุณช่วยสมานแผลจึงนำไปปรุงเป็นครีมรักษาผิว ประเด็นนี้ใครสนใจจะทำเองก็ได้ แค่เอาใบบัวบก 3-5 ใบมาตำพอกสักพักแล้วล้างออก จริง ๆ ใบบัวบกมีประโยชน์อีกร้อยแปดพันประการ เหมาะกับคนทุกวัย อย่างผู้สูงอายุใบบัวบกก็ช่วยในเรื่องของความจำ

อีกคุณค่าที่น่าสนใจ คือ การเป็นสมุนไพรลดความดันโลหิตสูง เพียงแค่ดื่มน้ำใบบัวบกทุกวัน ภายใน 1 สัปดาห์ จะเห็นผลได้ทันทีว่าสามารถช่วยลดความดันโลหิตได้



ย่ำว่า...ไม่ควรดื่มอย่างต่อเนื่องเป็นเวลานาน ๆ