

# ใบไม้ปริศนา



ภายใต้โครงการพัฒนาหลักสูตรวิทยาศาสตร์ท้องถิ่นเพื่อการอยู่ดีมีสุข  
สำหรับโรงเรียนในจังหวัดชายแดนภาคใต้



หนังสืออ่านประกอบการเรียนชุด “ความสุขของฉันในวันสุขภาพดี”



ไม่เสพ ก็ไม่ติด

# ใบไม้ ...ปริศนา



ภายใต้โครงการพัฒนาหลักสูตรวิทยาศาสตร์ท้องถิ่นเพื่อการอยู่ดีมีสุข  
สำหรับโรงเรียนในจังหวัดชายแดนภาคใต้

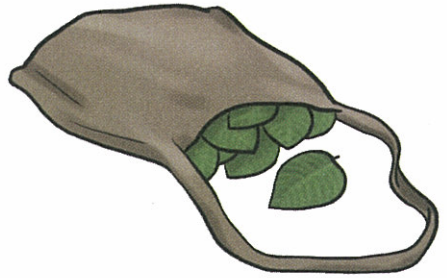
สนับสนุนโดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ  
ศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ  
สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ

หนังสืออ่านประกอบการเรียนชุด “ความสุขของฉันในวันสุขภาพดี”

หน่วยที่ 7 ไม่เสพ ก็ไม่ติด

## เรื่อง **ใบไม้...ปราศณา**



### ที่ปรึกษาโครงการ

ศ.ดร.มรกต ตันติเจริญ

รศ.ดร.สำลี ทองธวัช

### หัวหน้าโครงการ

ดร.กิตติมา ไกรพิรพรรณ

ศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ

### กองบรรณาธิการ

ชูลีพร อรุณแสงสุรีย์

รักฉัตร เวทีวุฒาจารย์

สิโรจน์ ศรีสราภรณ์

บงกช สาริมา

ชูลีพร ผมพันธ์

ดร.นพ.วรสิทธิ์ ศรศรีวิชัย

รศ.ดร.พญ.สาวิตรี อัมธนางค์กรชัย

ศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ

ศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ

ศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ

ศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

### ภาพประกอบ

ศิลปินัตร์ วิศาลศักดิ์

พิมพ์ครั้งที่ 1 พฤษภาคม 2553 จำนวน 5,000 เล่ม

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ

ห้ามลอกเลียนแบบส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้

โดยไม่ได้รับอนุญาตจากเจ้าของลิขสิทธิ์

### ผลิตและเผยแพร่

ศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ

113 อุทยานวิทยาศาสตร์ประเทศไทย ถ.พหลโยธิน ต.คลองหนึ่ง อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี 12120

โทรศัพท์ 0 2564 6700 โทรสาร 0 2564 6703 <http://www.biotec.or.th>

**ออกแบบและพิมพ์ที่** ห้างหุ้นส่วน อุดมรัตน์การพิมพ์และดีไซน์ จำกัด

โทรศัพท์ 0 2539 6460, 0 2539 6721 โทรสาร 0 2538 9307

E-mail : [udr\\_860@yahoo.com](mailto:udr_860@yahoo.com) , [udr860@gmail.com](mailto:udr860@gmail.com)

# คำข่า

จากรายงานการปฏิบัติงานของหน่วยแพทย์พระราชทาน โครงการตามพระราช - ดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี พบว่า นักเรียนในจังหวัด นราธิวาสส่วนใหญ่มีปัญหาสุขภาพอนามัย เช่น โรคฟัน โรคผิวหนัง ภาวะโภชนาการ บกพร่อง นับเป็นจุดเริ่มต้นของ “โครงการพัฒนาหลักสูตรวิทยาศาสตร์ท้องถิ่น เพื่อการอยู่ดีมีสุข สำหรับโรงเรียนในจังหวัดชายแดนใต้” ที่มุ่งยกระดับความ เป็นอยู่ของเด็กๆ ให้ดีขึ้น โดยเริ่มจากห้องเรียนและขยายผลไปยังชุมชน ด้วยการให้ ความรู้ผ่านหลักสูตร และสื่อการสอนที่มีรูปแบบสวยงาม ทำให้เด็กสนใจเรียนรู้ เกิด กระบวนการคิด รวมทั้งเข้าใจและจดจำเรื่องราวต่างๆ ในการดูแลสุขภาพของตนเอง และครอบครัวได้มากขึ้น

ชุดหนังสือ “ความสุขของฉัน ในวันสุขภาพดี” เป็นสื่อการเรียนรู้ที่เกิดจากการ ร่วมแรงร่วมใจของคณะครูจากโรงเรียนในจังหวัดนราธิวาสที่อาสาสมัครเข้าร่วมโครงการฯ และสำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) คณะผู้จัดทำขอ ขอบคุณ คณะครูศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัย สงขลานครินทร์ ในฐานะที่ปรึกษา และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริม สุขภาพ (สสส.) ในฐานะผู้สนับสนุนการดำเนินโครงการ มา ณ ที่นี้

คณะผู้จัดทำ

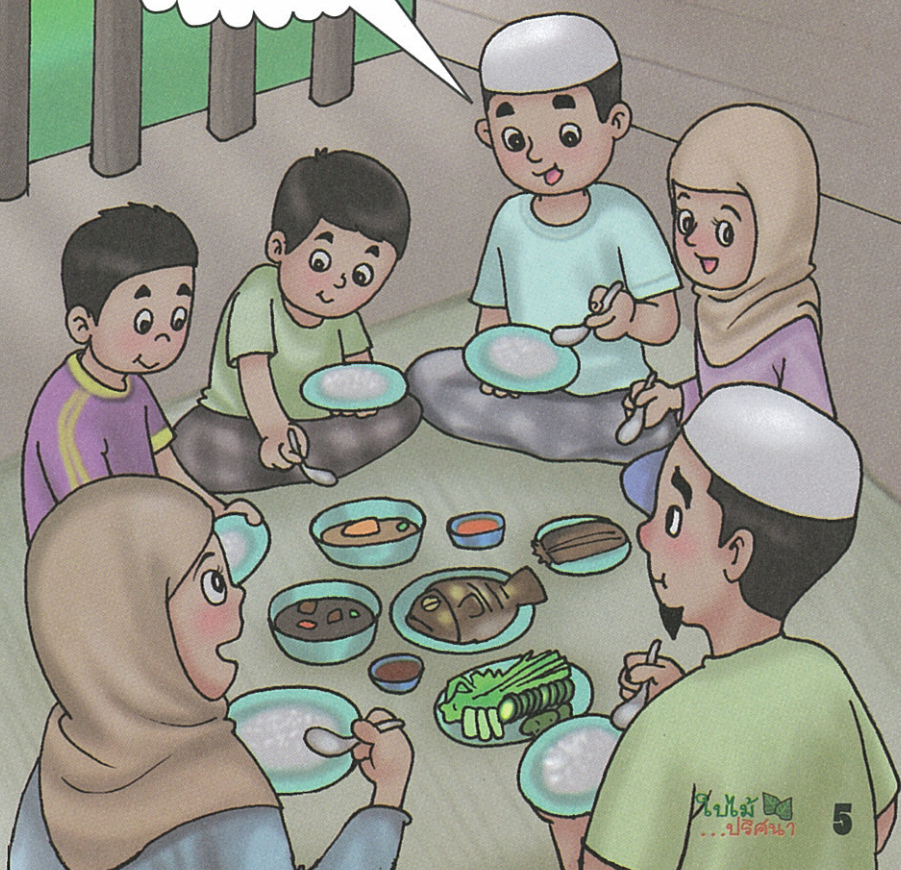




บ้านไม้หลังเล็ก ๆ เป็นที่อยู่อาศัยของครอบครัวมะแอ  
บ้านของมะแอมีสมาชิกอาศัยอยู่กัน 6 คน  
มีพ่อ แม่ มะแอ และน้อง ๆ อีก 3 คน คือ เจ๊ะซง รอยา และมาซี



โ๊ะโ๊ะ...  
กับข้าวหน้ากิน  
ซี้ ซี้  
ทั้งนั้นเลย



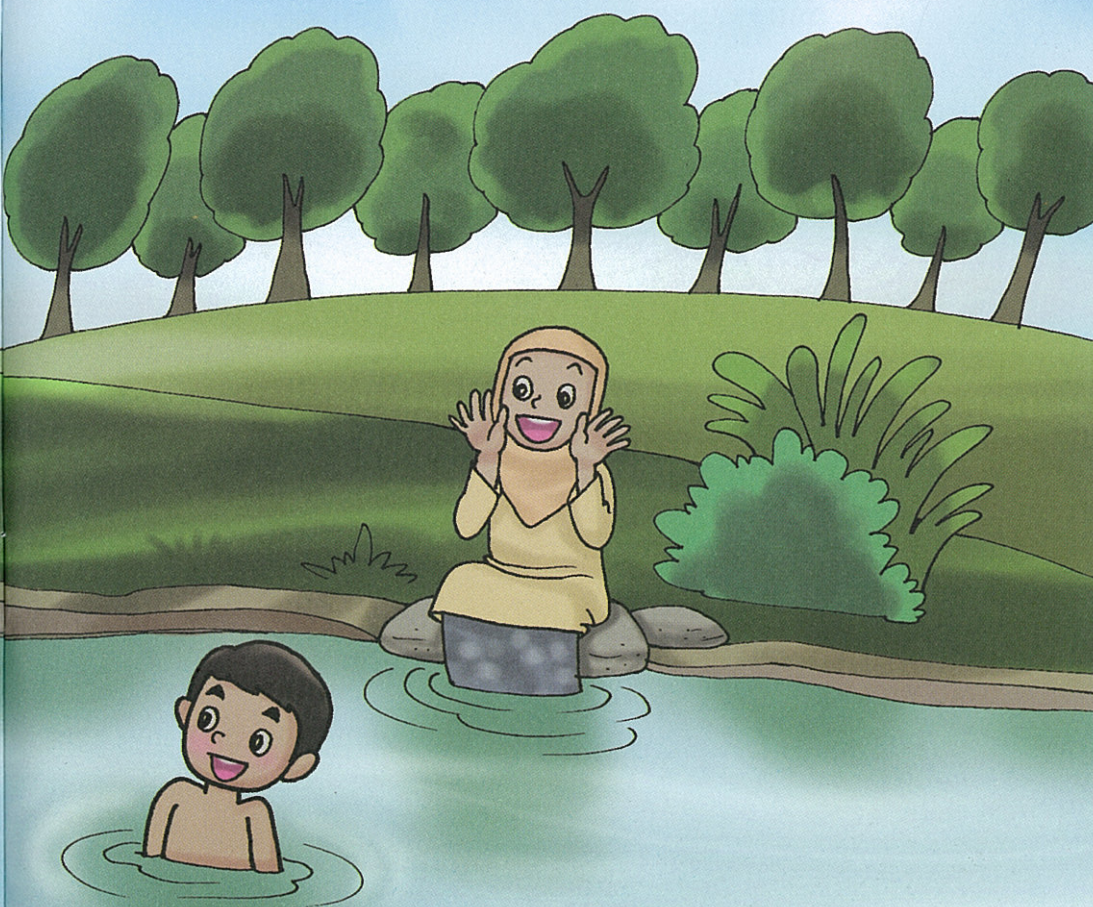


อย่าแก๊งสิ

นี่แหละ...  
...



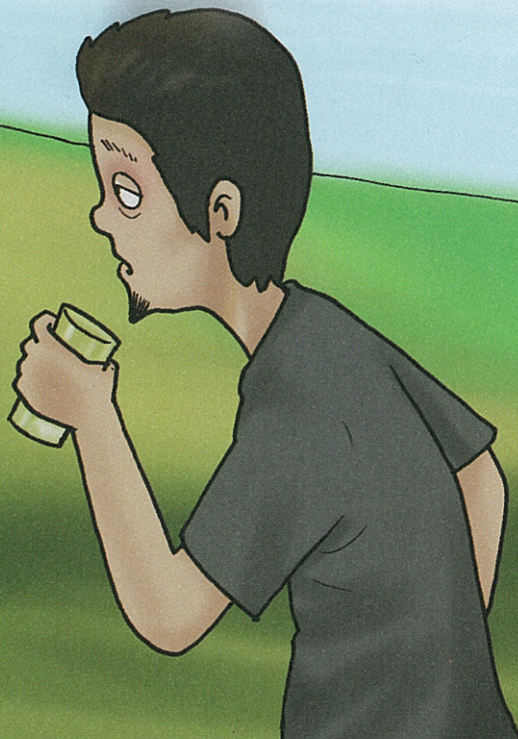
ที่ด้านหลังสวนลองกองของบ้านมะแอ มีลำธารเล็กๆ  
มะแอและน้องๆ จะพากันไปเล่นน้ำเป็นประจำ  
เข้าวันนี้ก็เช่นกัน เขาชวนน้องไปเล่นน้ำ  
แล้วพากันไปเดินขึ้นไปเรื่อยๆ ตามลำธาร  
ในขณะที่เล่นน้ำกันอย่างสนุกสนานนั้น



พวกเด็ก ๆ ได้ยินคนคุยกันเสียงดังเอะอะ...  
มะแอบก้องให้เจี๊ยบและแอบดู  
เห็นกลุ่มวัยรุ่น 6 คน มีรูปร่างผอม ท่าทางมีนเมา  
ลักษณะเหมือนคนติดยา  
กำลังตั้งวงดื่มหน้าอะไรบางอย่างอยู่ใต้ต้นไม้

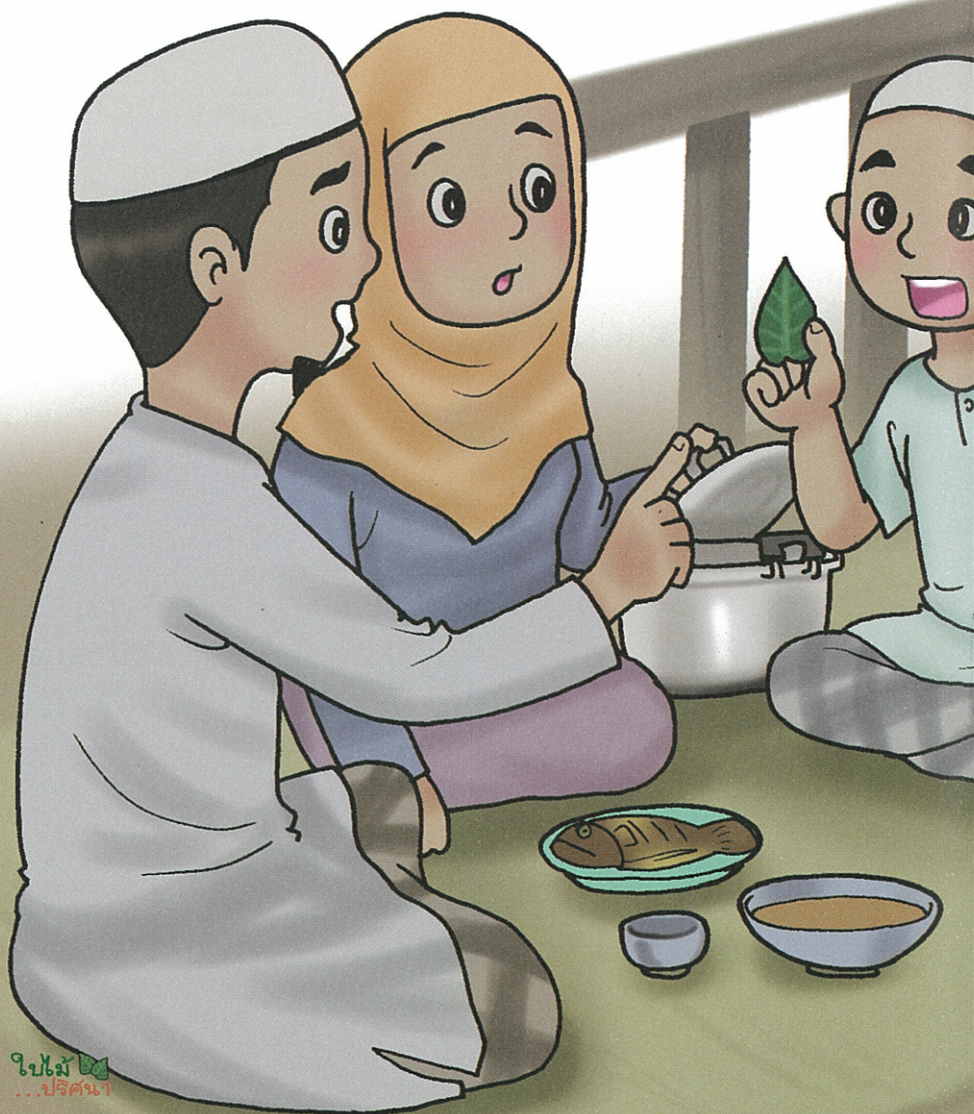


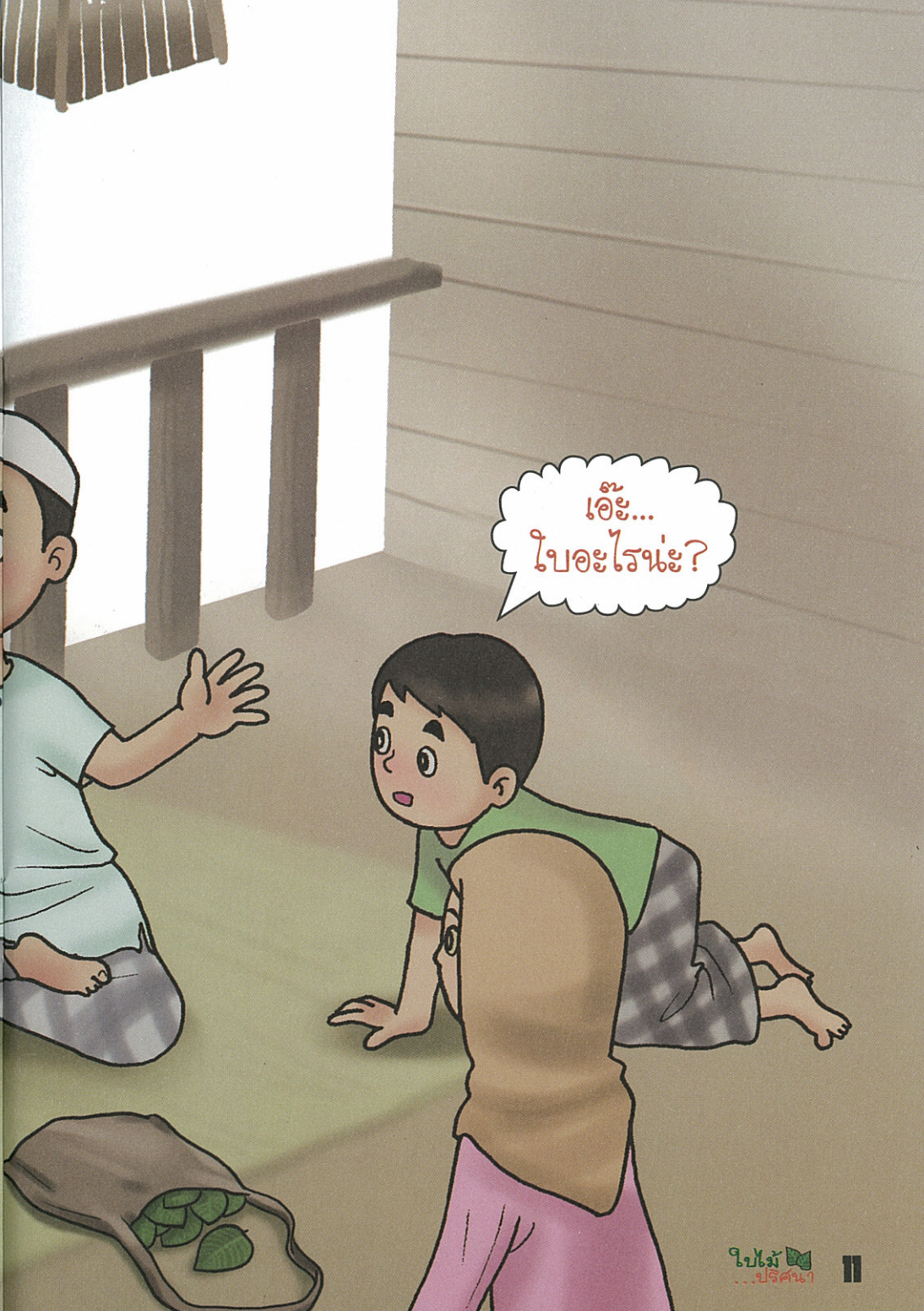
มีวัยรุ่นคนหนึ่งลงไปเล่นน้ำและกำลังจะจมน้ำ  
โชคดีที่พวกเพื่อนๆ ช่วยเหลือขึ้นมาได้  
หลังจากนั้นสักพัก...ทั้งหมดก็เก็บข้าวของแล้วกลับไป...  
มะแอดเดินเข้าไปเก็บถุงใส่ใบไม้ที่กลุ่มวัยรุ่นทำตกไว้  
โดยที่ไม่รู้ว่าเป็นใบอะไร



ตกเย็นระหว่างกินข้าว...

มะแอเล่าให้พ่อกับแม่ฟังว่า ตอนที่พวกเขาไปเล่นน้ำกัน เห็นกลุ่มวัยรุ่นตีมน้ำในหม้อต้มใบไม้แล้วมีอาการเหมือนคนเมา แล้วหยิบใบไม้ออกมาให้พ่อกับแม่ดู แต่ทั้งคู่ก็ 모르จักเหมือนกัน จึงบอกให้มะแอไปตามครูที่โรงเรียน





เฮ้ย...  
ไบอะไรน่ะ?

ถึงวันนี้...ครูจะให้  
พวกเธอไปค้นคว้าเรื่องพิษภัย  
ของใบกระท่อม พรุ้งนี้  
มารายงานหน้าชั้นกัน



เช้าวันรุ่งขึ้น ในชั้นเรียน... มะแอนำเรื่องของกลุ่มวิจัยรุ่น  
มาเล่าให้ครูฟัง พร้อมหยิบใบไม้ปริศนาออกมาให้ดู  
มะแและเพื่อนๆ ต่างสงสัยว่า คือใบอะไร ครูบอกว่า  
เป็นใบกระท่อม แล้วให้ทุกคนไปค้นคว้าเพิ่มเติม  
ที่ห้องสมุด แล้วค่อยมาเล่าสู่กันฟังในวันรุ่งขึ้น

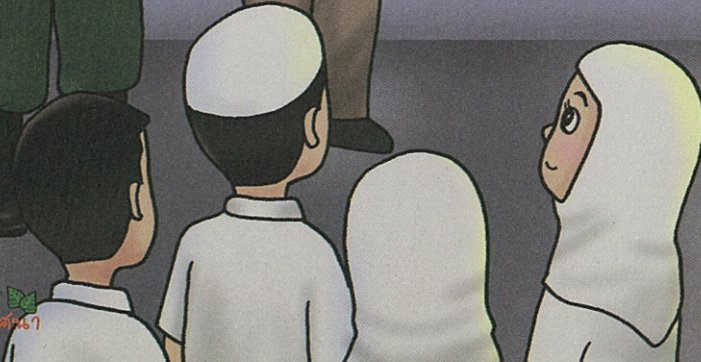
ที่แท้คือ...  
ใบกระท่อมนี่เอง



เช้าวันต่อมา...ครูนำแผนภาพเกี่ยวกับยาเสพติดและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้พูดคุยแลกเปลี่ยนสิ่งที่ไปค้นคว้ามาเมื่อวาน มะแอส่าถึงพิษภัยของใบกระท่อม และอาการของผู้เสพ บางคนก็นำเสนอเรื่องของยาเสพติดชนิดอื่น พิษภัยจากยาเสพติด การหลีกเลี่ยงจากสิ่งเสพติด...



ใบไม้ปริศนาที่พบคือ ใบกระท่อม เป็นยาเสพติดชนิดหนึ่ง ทำให้มีนิมมา และถ้าเสพติดต่อกันเป็นเวลานาน ร่างกายจะทรุดโทรม ผอม ท้องโต ผิวน้ำและริมฝีปากแห้ง ดำเกรียม และท้องผูก







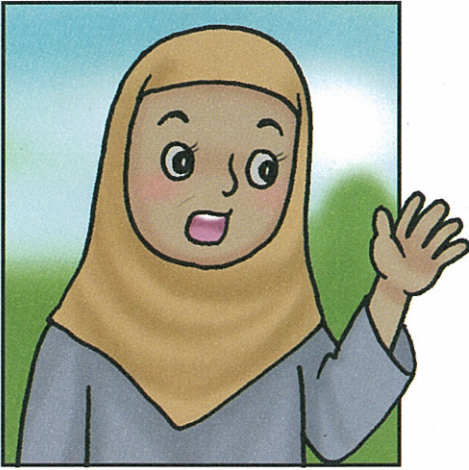
ยาเสพติด  
เป็นภัยต่อชีวิต  
เป็นพิษต่อสังคม



บุหรี่ย่ำ  
อันตราย  
อย่าคิดลอง

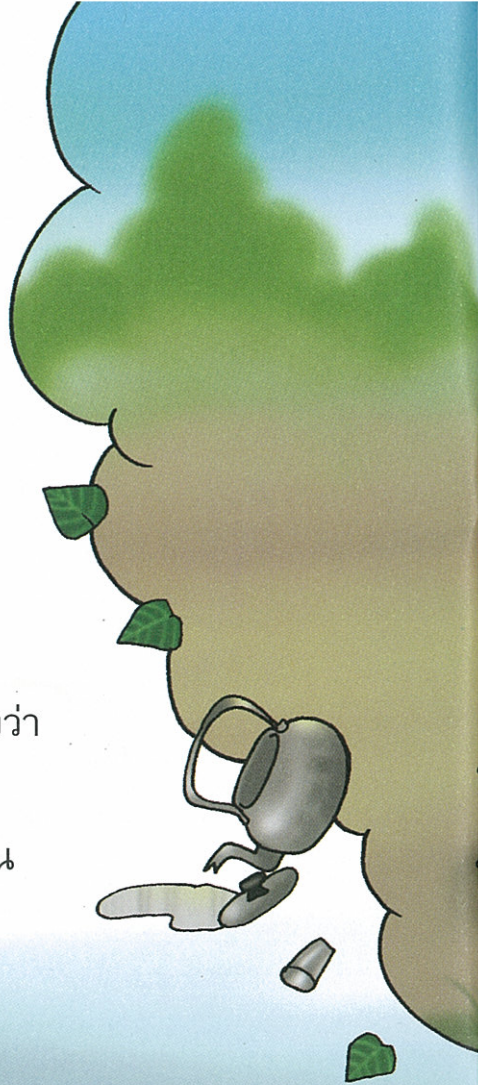


หลังจากนั้น ครูก็ช่วยสรุปเกี่ยวกับพิษภัยของยาเสพติด  
โทษที่ระบุตามกฎหมาย และแนะนำให้นักเรียนใช้เวลาว่าง  
ให้เกิดประโยชน์ด้วยการออกกำลังกาย เล่นกีฬา อ่านหนังสือ  
อย่าคิดลองเสพยา และต้องช่วยกันสอดส่องดูแลให้โรงเรียน  
ปลอดจากยาเสพติด... แล้วชวนให้นักเรียนร่วมกันเขียนข้อความ  
รณรงค์ต่อต้านยาเสพติด ไปติดตามที่ต่างๆ ในโรงเรียน



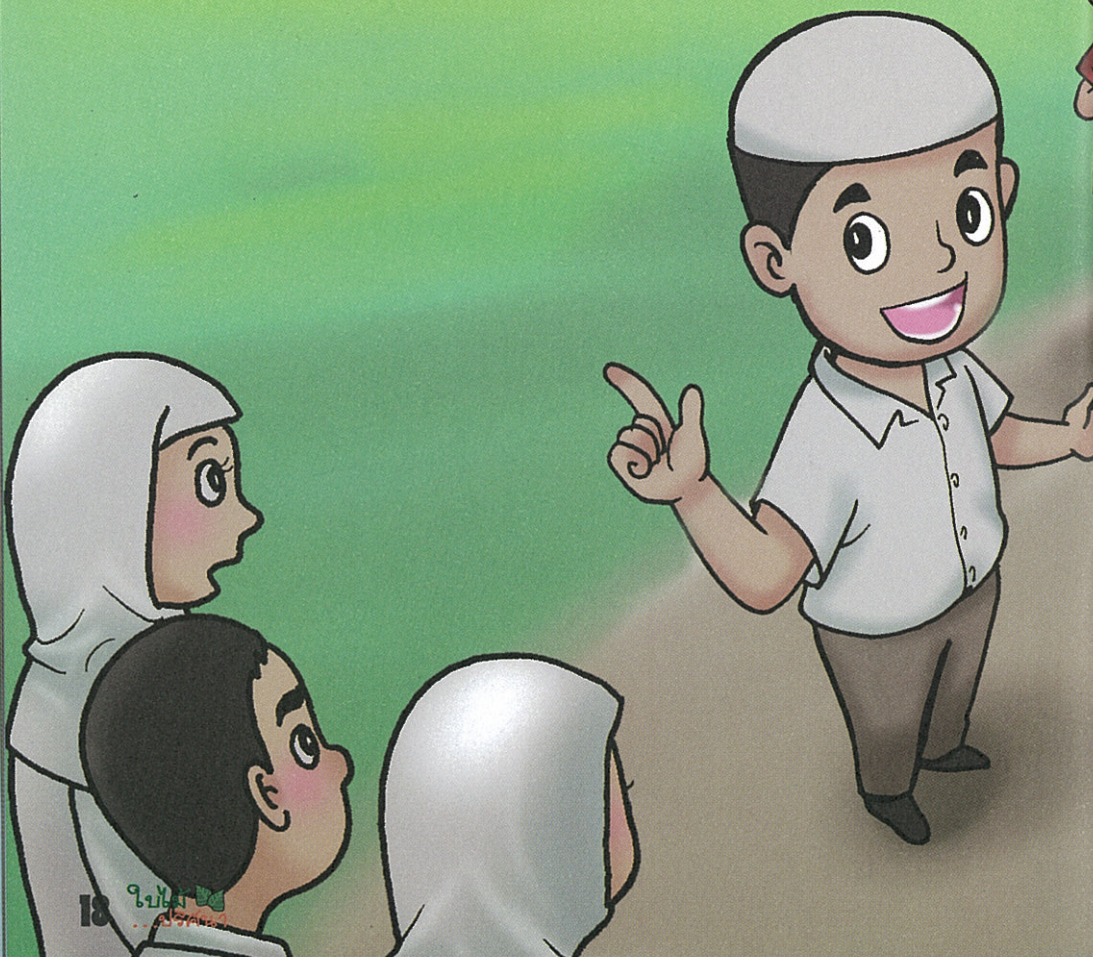
เย็นวันนั้น...

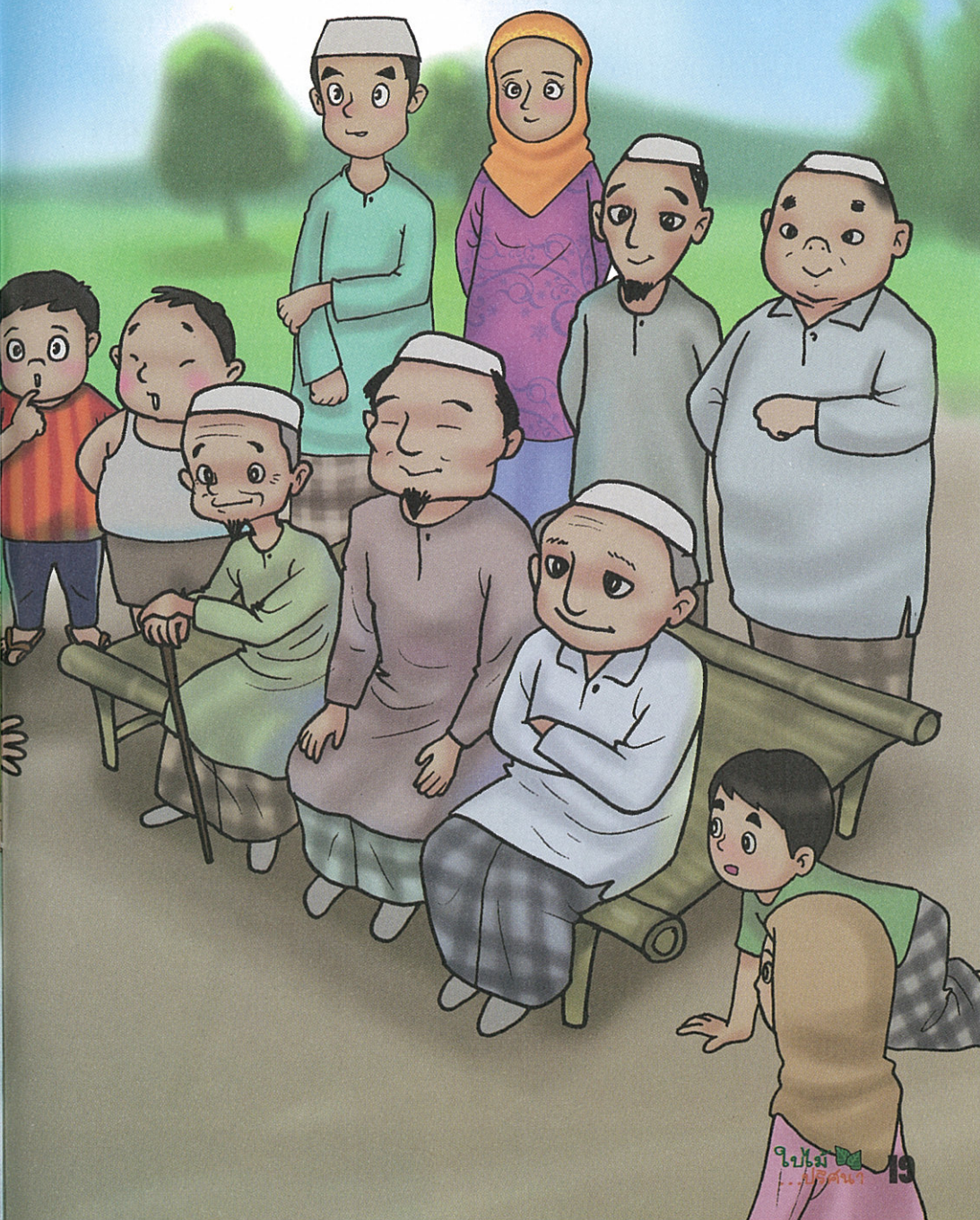
เมื่อมะแอกลับถึงบ้าน แม่เล่าให้ฟังว่า  
กลุ่มวัยรุ่นทั้ง 6 คน ถูกตำรวจจับ  
ขณะที่กำลังตั้งวงดื่มน้ำกระท่อมกัน  
ตรงริมลำธาร





จากเหตุการณ์นี้ทำให้มะแะและเพื่อนๆ เข้าใจถึงพิษภัยของ  
ใบกระท่อม และช่วยกันเล่าถึงอันตรายของน้ำกระท่อมที่ได้รับ  
ความรู้จากครูและค้นคว้าในห้องสมุด ให้กับคนในหมู่บ้านฟัง  
ชาวบ้านส่วนใหญ่เข้าใจและอยากให้หมู่บ้านปลอดจากยาเสพติด  
จึงตกลงกันว่าจะช่วยสอดส่องดูแล พร้อมทั้งหาวิธีป้องกัน  
ไม่ให้มีใครไปข้องแวะกับสิ่งเสพติดอีก

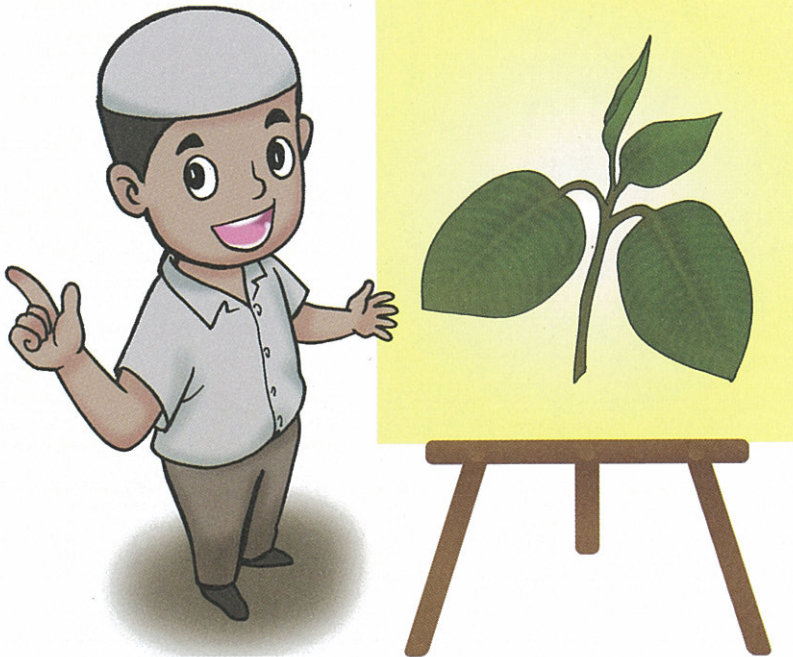




## เรื่องของกระท่อม

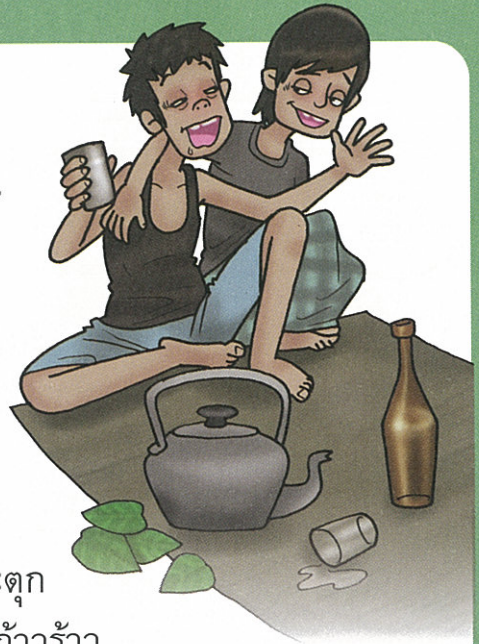
เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง ใบเดี่ยวสีเขียว รูปไข่รี เรียงตัวเป็นคู่ตรงข้าม แผ่นใบขนาดกว้างประมาณ 5-10 ซม. ยาว 8-14 ซม. ดอกสีขาวอมเหลือง ออกเป็นช่อตุ้มกลม พบบ้างในภาคกลางและพบมากในใต้ของประเทศไทย

ในใบกระท่อมมีสารไมทราจีนีน ที่ออกฤทธิ์กดประสาทส่วนกลาง ทำให้รู้สึกชา ระวังปวดได้เช่นเดียวกับมอร์ฟีน แต่มีความแรงน้อยกว่า ช่วยกดความเมื่อยล้าขณะทำงาน ทำให้เคลิบเคลิ้มสบายตัว ทนต่อความร้อนของอากาศได้มากขึ้น



## พิษทางยาเสพติด

เมื่อเสพเป็นประจำจะทำให้ร่างกายทรุดโทรม ผิวหนังแห้ง และดำ นอนไม่หลับ น้ำหนักลด ปากแห้ง อ่อนเพลีย ปวดเมื่อย ปัสสาวะบ่อย ท้องผูก น้ำมูก น้ำตาไหล มีอาการทางประสาท เช่น เห็นภาพหลอน แขนขากระตุก ซึมเศร้า กระวนกระวาย หูแว่ว ก้าวร้าว แม้จะทำงานกลางแดดได้ทน แต่จะรู้สึกหนาวหากอยู่ในอากาศที่ครึ้มฟ้าครึ้มฝน



## กฎหมายควรรู้เกี่ยวกับกระท่อม

1. กระท่อมจัดอยู่ในยาเสพติดให้โทษประเภทที่ 5 ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 เช่นเดียวกับ กัญชา
2. ผู้ผลิต นำเข้า หรือส่งออก จำคุกไม่เกิน 2 ปี และปรับไม่เกิน 200,000 บาท
3. ผู้เสพ จำคุกไม่เกิน 1 เดือน หรือปรับไม่เกิน 2,000 บาท

# คณะผู้เขียน



นางเลอาณี ไชยรักษ์

โรงเรียนบ้านร่วมใจ



ส.ต.อ.สุวิทย์ ช่วยเทวฤทธิ

โรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดนบ้านละโอ



นายวีระศักดิ์ เวทโอสถ

โรงเรียนบ้านร่วมใจ



นายดำริ อับดุลเลาะ

โรงเรียนบ้านร่วมใจ



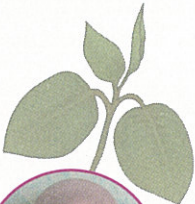
นางสุริตา มะมิง

โรงเรียนนิคมพัฒนา 4



นางสาวนุรีดา ยาแรสำอาง

โรงเรียนบ้านร่วมใจ



นางสาวกัณฐ์ติมา ฤทธิโต

โรงเรียนบ้านร่วมใจ

