



เคล็ดลับ การใช้กัญชา เพื่อสุขภาพ ซึ่งหมอ เท่านั้นที่รู้

Cannabis

ความลับ
ในการใช้กัญชา
ที่ทุกคนจำเป็นต้องรู้!!!



ทุกสิ่งที่คุณอยากรู้
หมอพร้อมแล้วที่จะเล่า
นพ.เทวีญ ธาณีรัตน์



เคล็ดลับ
การใช้กัญชา
เพื่อสุขภาพ
ซึ่งหมอเท่านั้นที่รู้

CANNA

นพ.เทวัญ ธาณีรัตน์



BIS

เคล็ดลับการใช้กัญชาเพื่อสุขภาพ ซึ่งหมอท่านนั้นที่รู้

นพ.เทวัญ ธาณิรัตน์

ราคา 245 บาท

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

เทวัญ ธาณิรัตน์.

เคล็ดลับการใช้กัญชาเพื่อสุขภาพ ซึ่งหมอท่านนั้นที่รู้-- กรุงเทพฯ : ต้นคิด, 2565.
192 หน้า.

1. กัญชา. 2. กัญชา--การใช้รักษา. I. ชื่อเรื่อง.

615.7827

ISBN. 978-616-578-442-9

©ได้รับอนุญาตจัดพิมพ์จากเจ้าของลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ.2558 ห้ามลอกเลียนส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้ มิเช่นนั้นจะถือว่าละเมิดลิขสิทธิ์และมีความผิดทางอาญา

ที่ปรึกษากฎหมาย : วิสุทธิ์ ตรังคสมบัติ, น.บ., นศ.ม.

บรรณาธิการอำนวยการ : วิกาวิ เฉลิมชัยวัฒน์

บรรณาธิการบริหาร : เปี่ยมศักดิ์ คุณากรประทีป

ผู้เขียน : เทวัญ ธาณิรัตน์

บรรณาธิการ : มาธิสา ไกรถาวร

กองบรรณาธิการ : มนตรา อปสรเลิศศรีคม์ นิตานารถ โชติมาภรณ์

พัทธธรีรา เจริญทภัยรัตน์

พิสูจน์อักษร : จุฬิพร เกตุชู

ออกแบบปก : มะจิง

ศิลปกรรม : มะจิง

จัดพิมพ์โดย



ต้นคิด สำนักพิมพ์

ในเครือบริษัท เพชรประกาย จำกัด

81 อาคารเพชรประกาย ถนนเสรีไทย

แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510

โทรศัพท์ 0 2540 5535 # 103 โทรสาร 0 2540 5568

Homepage : <http://www.phetpraguy.com>

พิมพ์ที่

บริษัท พี เอ็น เค แอนด์ สกายพรีนติ้งส์ จำกัด

5 ซอยมาเจริญ 1 แยก 1 ถนนมาเจริญ

แขวงหนองค้างพูลู เขตหนองแขม กรุงเทพฯ 10160

จัดจำหน่ายโดย



บริษัท อมรินทร์ บুক เซ็นเตอร์ จำกัด

108 หมู่ที่ 2 ถนนบางกรวย-จตุรนต์

ตำบลมหาสวัสดิ์ อำเภอบางกรวย นนทบุรี 11130

โทรศัพท์ 0 2423 9999 โทรสาร 0 2449 9500-6

Homepage : <http://www.nalin.com>



หากคุณมีปัญหา
เครียดง่าย
พักผ่อนน้อย
นอนไม่ค่อยหลับ
อารมณ์เสียบ่อย
กัญชา

คือหนึ่งในสมุนไพรทางเลือก
ที่เหมาะสมกับคุณ

คำนำสำนักพิมพ์

ได้ยินคำว่า **“กัญชา”** คือ ยาเสพติดให้โทษมานานแล้ว แต่ถึงสงสัยมาตลอดว่าถ้ามันแยขนาดนั้น ทำไมประเทศในยุโรป ซึ่งเป็นชาติที่เจริญแล้วถึงไม่กีดกัน **“กัญชา”** แต่กลับปล่อยเสรี

พอโตมากขึ้น ผ่านโลกมามากขึ้น ก็ได้รับข้อมูลต่าง ๆ มากขึ้น ทั้งจากผู้เฒ่าผู้แก่ แพทย์แผนไทย รวมไปถึงเพื่อนฝูง คนรู้จักทำให้รู้ว่ากัญชาคือพืชชนิดหนึ่งที่มีทั้งประโยชน์และโทษขึ้นอยู่กับวิธีการปริมาณ และเหตุผลในการใช้

“เคล็ดลับการใช้กัญชาเพื่อสุขภาพ ซึ่งหมอเท่านั้นที่รู้”

ผลงานของ **นพ.เทวัญ ธานีรัตน์** คือ หนังสือที่จะพาเราไปรู้จักกัญชา พืชสมุนไพรที่ไม่ธรรมดา เพราะหากคุณใช้ไม่เป็นหรือใช้ในทางที่ผิด กัญชาจะทำให้คุณป่วยไข้ ไม่สบาย และอาจเสียชีวิตได้ ทว่าในขณะเดียวกันหากคุณรู้จักกัญชาและนำสมุนไพรนี้มาใช้ให้เกิดประโยชน์ กัญชาก็จะทำให้คุณมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงที่เจ็บป่วยก็สามารถบำบัดให้ทุเลา ที่กินไม่ได้ นอนไม่หลับก็ทำให้คุณเจริญอาหารและนอนหลับสบายในทุกคำคืน

ฉะนั้นก่อนที่คุณจะใช้กัญชา สิ่งแรกที่ต้องแนะนำคืออ่านหนังสือเล่มนี้ก่อน เพื่อทำความรู้จักและเข้าใจในกัญชา แล้วคุณก็จะรู้ว่า **กัญชา** มีดีมากกว่าที่คุณรู้จัก

เปี่ยมศักดิ์ คุณากรประทีป
บรรณาธิการบริหาร

คำนำผู้เขียน



หนังสือเล่มนี้ ถูกเขียนขึ้นจากความเชื่อแรกเริ่มที่ผมอยากถ่ายทอดองค์ความรู้และเปิดอีกแง่มุมหนึ่งของ **“โลกกัญชา”** ให้แก่ผู้คนและสร้างความเข้าใจ พร้อมทั้งแสดงให้เห็นถึงประโยชน์อีกด้านหนึ่งของ **“กัญชา”** ที่เป็นได้มากกว่าสารเสพติด

ยิ่งเมื่อประเทศไทยเราได้เปิดให้ใช้กัญชาเพื่อการแพทย์ได้แล้วนั้น ผมมองว่าเป็นโอกาสที่ดีในการที่เราจะนำกัญชามาศึกษาค้นคว้าได้อย่างเต็มที่ เพราะกัญชาเป็นพืชที่มีประโยชน์หลายด้าน ทั้งในเรื่องการรักษา การบำบัด การแพทย์ทางเลือก รวมไปถึงการสร้างธุรกิจ

แต่ทั้งนี้การจะนำกัญชามาใช้เพื่อประโยชน์ทางใด จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำการบ้านให้มากด้วยการศึกษาค้นคว้างานวิจัย เพื่อให้เกิดองค์ความรู้และรู้จริงในเรื่องนั้น ๆ เพราะหากข้อมูลไม่ถึงหรือขาดความเข้าใจ ประโยชน์ที่จะได้ก็จะกลายเป็นโทษทันที

หนังสือเล่มนี้ จึงเป็นการศึกษาและค้นคว้างานวิจัยของนักวิจัยในหลากหลายสถาบัน เพื่อที่จะนำข้อมูลเหล่านี้มาถ่ายทอดให้กับคุณผู้อ่านได้รู้จักัญชาในทุกด้าน นับตั้งแต่ประวัติความเป็นมา ลักษณะทางกายภาพและสารต่างๆ ในกัญชา รวมไปถึงประโยชน์ของกัญชา ทั้งในด้านการแพทย์ การรักษา การบำบัด รวมไปถึงการนำกัญชาไปต่อยอดธุรกิจ

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า ข้อมูลที่ผมได้รวบรวมมานี้ จะเป็นประโยชน์แก่คุณผู้อ่านทุกท่าน เพื่อให้ทุกคนมีมุมมองใหม่ต่อกัญชา และมองเห็นโอกาสที่จะนำกัญชาไปสร้างประโยชน์ทางธุรกิจในด้านต่างๆ

ตัวอย่างเช่น

นพ.เทวัญ ธาณิรัตน์



สารบัญ

บทที่ 1	11
ประวัติศาสตร์ของกัญชา	
บทที่ 2	23
หลากหลายแง่มุมที่คุณไม่รู้จัก	
บทที่ 3	37
จากรากถึงใบประโยชน์มากมายเกินคาด	
บทที่ 4	63
กัญชาเพื่อสุขภาพ	
บทที่ 5	133
สารพัดประโยชน์ทางการแพทย์	
บทที่ 6	147
รอยด้วยธุรกิจกัญชา	
บทที่ 7	179
ความสำเร็จในการผลิตยา	

A grayscale photograph of cannabis plants, showing serrated leaves and developing buds. A solid green vertical bar is positioned on the left side of the image. The text 'ຕົວຢ່າງ' is centered in the middle of the image.

ຕົວຢ່າງ





CANNA



BIS

ประวัติศาสตร์ ของกัญชา



หากเราพูดถึงคำว่า “กัญชา” สิ่งที่จะลอยเข้ามาในความคิดของคุณผู้อ่าน ย่อมเป็นเรื่องยาเสพติด พิษผิดกฎหมายและอีกหลายสิ่งที่ไม่ดีตามที่เราเคยถูกปลูกฝัง จนเราหลงลืมไปว่า ในอดีตกัญชาเคยเป็นพืชสารพัดประโยชน์ ทั้งในแง่ของการบำบัด รักษา รวมไปถึงการผ่อนคลายความเครียด ลดความเจ็บปวด ความโศกเศร้า สำหรับบทนี้ ผมจะพาคุณผู้อ่านไปรู้จักกัญชาในอีกแง่มุมหนึ่ง ซึ่งต่างกับที่เราเคยรับรู้

กัญชาในความเข้าใจของคนทั่วไป

ที่ผ่านมาเรารู้จักกัญชาในแง่มุมนั้นคือแง่มุมลบ เนื่องจากในยุคสมัยเราที่เกิดมานั้น ในช่วง 100 ปีที่ผ่านมา กัญชากลายเป็น “ตัวร้าย” มาตลอด เนื่องจากถูกยึดเยียดความเป็นยาเสพติดมาอย่างยาวนานจนลืมนึกไปว่ากัญชาก็มีประโยชน์ต่าง ๆ มากมาย ทั้งยังถูกใช้งานมาตั้งแต่ยุคโบราณ

หากย้อนกลับไปในสมัยกรุงศรีอยุธยา คนไทยได้มีการแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ ทรัพยากรและสิ่งของต่าง ๆ กับนานาประเทศ

ทั้งจากดินแดนอันไกลโพ้น หรือแม้กระทั่งบ้านใกล้เรือนเคียง

“กัญชา” ได้เข้ามาสู่ไทยในช่วงนี้ โดยเข้ามาในรูปแบบเครื่องเทศและสมุนไพร

เริ่มมีการปลูกเพื่อใช้งานกันบ้างเล็กน้อยในแผ่นดินอยุธยา หลักฐานสำคัญคือชื่อเรียก เวมักจะมีการกร่อนเสียง รากศัพท์ของกัญชาแต่เดิมมาจากภาษาฮินดีคำว่า (Ganja) หรืออ่านออกเสียงว่า กาน-จา คนไทยน่าจะออกเสียงเพี้ยนไปมาจาก กาน-จา กลายมาเป็นกัญชาจนถึงปัจจุบัน

อีกหนึ่งหลักฐานสำคัญที่น่าจะยืนยันถึงการมีอยู่ของกัญชา
ได้ดี คือ **สมัยพระนารายณ์มหาราช** แห่งกรุงศรีอยุธยา ได้มีหลักฐาน
ตำรับยาที่มีการผสมเอากัญชามาอยู่ในตำรับนั้นด้วย

โดยมีการระบุใน

“ตำราโอสถพระนารายณ์”

ไว้ว่า ให้ใช้ “กัญชา” เป็นหนึ่งในส่วนผสม
เพื่อบรรเทาอาการ “กินไม่ได้นอนไม่หลับ”
ทั้งยังใช้เป็นส่วนผสมของยา
ที่ช่วยให้นอนหลับสบายอีกด้วย

ตัวอย่าง 

แต่อย่างไรก็ดีแล้วแต่ ท้ายเล่มได้มีการระบุเอาไว้อย่างชัดเจน
เลยว่าให้ **“กินพอสมควร”** เท่านั้น เพราะถ้าทานมากไปจะเกิดผล
เสียจนถึงขั้นวิกลจริตได้

ฉะนั้นในสายตาคนไทยสมัยก่อน กัญชาจะอยู่ในรูปแบบของ
ยาและเครื่องเทศที่สำคัญ ทำให้เราเห็นหลักฐานการค้า การ
ปลูก และการแลกเปลี่ยนจากทั้งกลุ่มแขกอินเดีย กลุ่มแขกชวา แม้
กระทั่งกลุ่มชาวจีนก็มีการให้บริการในโรงฝิ่นเพื่อเป็นทางเลือกใน
การสูบ







ไม่ใช่แค่ในประเทศไทยที่ใช้กัญชาเพื่อ
ความสำราญ แต่ยังมีอีกหลายประเทศในโลก
ที่ใช้กัญชาเพื่อสร้างความสุข ลดความเครียด
มีหลักฐานในหลายประเทศที่แสดงให้เห็นว่า
มีการใช้กัญชากันอย่างแพร่หลายจนถึงขั้น
บางประเทศเกิดปัญหามากมาย ทั้งจีน ไทย
อินเดีย พม่า ฯลฯ

ในช่วงท้ายของรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระ
จุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 ก็ได้มี
บันทึกหลาย ๆ เล่มระบุตรงกันว่า

มีความรังเกียจคนสูบฝิ่น สูบ
กัญชาว่าเป็นคนที่น่ากลัว หากสูบ
นานจะเกิดความหลอน ควบคุมตัว
เองไม่ได้ คุ่มดีคุ่มร้าย

ช่วงปี ค.ศ.1930 (พ.ศ.2573) ทั้งโลก
เริ่มให้ความสนใจถึงพิษภัยของกัญชามากยิ่ง
ขึ้นจนในช่วงปีนั้นได้มีการลงนามในระดับ
นานาชาติเกี่ยวกับสารเสพติดเป็นภัยต่อโลก
และเราจะหยุดยั้งการเสพ การค้า และออก
กฎหมายร่วมกันทั้งโลกเพื่อขจัดยาเสพติด
ออกไปจากโลก



จนนำไปสู่การลงนามอย่างแท้จริงในช่วงปี ค.ศ.1972 (พ.ศ. 2515) โดยแกนนำระดับโลกก็คองไมฟันสหรัฐอเมริกา ในสมัยของ **ประธานาธิบดีริชาร์ด นิกสัน** ที่จะทำสงครามกับยาเสพติดทุกชนิด

หนึ่งในนั้นคือกัญชา ถึงขั้นให้ทีมงานพิเศษของเขาทำวิจัย เฉพาะทางเกี่ยวกับกัญชาออกมาจำนวนมาก ทั้งเรื่องกัญชาทำให้เป็นมะเร็ง กัญชาอันตรายกว่าบุหรี่หลายเท่า

กัญชาคือสิ่งที่ทำให้จิตหลอน

ทั้งที่ในความเป็นจริงในยุคถัดมานั้นมีการพิสูจน์อย่างชัดเจนแล้วว่าไม่เป็นตามวิจัยนี้เลย และถูกตีกลับไปจนกลายเป็นการสร้างหลักฐานทางการวิจัยเท็จเพื่อเป็นผลทางการเมืองอีกด้วย แต่ด้วยความไม่ทันสมัยในการสื่อสารในสมัยนั้น

ทำให้การลงนามของผู้นำทั้งโลกได้เริ่มทำร้าย ความหวังแห่งกัญชาจนหายสิ้น ลากกัญชาเข้าสู่ยุคมืดอย่างเป็นทางการ

ยุคมืดที่ว่านั้นคือยุคที่เริ่มมีการควบคุมชัดเจนให้ไม่มีการเสพ การใช้ไม่ว่าวัตถุประสงค์ใด ๆ ทั้งสิ้น โดยทั้งโลกพร้อมใจกันออกกฎหมายเพื่อควบคุมและบังคับคนในชาติให้เลิกใช้งานทุกรูปแบบ



ในประเทศไทยเราก็ขานรับนโยบายของทั้งโลกเช่นกันจึงกลายมาเป็น “พระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พุทธศักราช 2465” ที่ออกมาเพื่อควบคุมเรื่องการใช้สารเสพติดในประเทศไทย โดยมีการใช้มาก่อนที่ทั้งโลกจะมองเห็นปัญหาและลงนามร่วมกันในปี พ.ศ.2573 แต่ด้วยความที่เราไม่ได้ใส่รายละเอียดอะไรไปมาก จึงไม่มีหลักฐานใดๆ ว่ากฎหมายฉบับนี้ได้ใช้งานอย่างจริงจังมากนัก

แต่หลังปี พ.ศ.2573 เป็นต้นมา ประเทศไทยเริ่มเข้าสู่ยุคที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางความคิดและยกระดับความคิดของประชาชนมากขึ้นจนเกิดการวิวัฒน์ในช่วงปี พ.ศ.2475 และกลายเป็นการเปลี่ยนแปลงการปกครอง

ในปี พ.ศ.2477 จึงได้มีการออก “พระราชบัญญัติกัญชา พุทธศักราช 2477” และ “พระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ (ฉบับที่ 2) พุทธศักราช 2479”




ในยุคสมัยนายกรัฐมนตรี พลเอกพระยาพหลพลพยุหเสนา นายกรัฐมนตรีคนที่ 2 ของประเทศไทย ซึ่งถือเป็นผลงานเด่นของท่านอย่างมากเพราะมองว่ายาเสพติดนั้นขัดต่อการวิวัฒน์ ทำให้ประเทศเราไม่เป็นอารยะ ไม่ขนรับต่อบริบายทางการทูต และนโยบายระดับนานาชาติ ด้วยเหตุนี้จึงทำให้กัญชากลายมาเป็นผู้ร้ายอย่างเต็มตัว

สิ่งที่สะท้อนปัญหานี้ได้อย่างชัดเจนมากขึ้นเรื่อย ๆ คือ การออกกฎหมายและการปราบปรามที่หนักขึ้นเรื่อยๆ มีหลักฐานการปราบปรามยาเสพติดโดยเฉพาะกัญชาในช่วงปี 2480-2520

เพราะกัญชาไปเกี่ยวกับพวกกลุ่มเสรีชน หรือก็คือกลุ่มวัยรุ่นที่ขับเคลื่อนทางการเมืองในยุคนั้น โดยมีการให้เหตุผลว่าทำให้วัยรุ่นมอมเมา แล้วกลายเป็นไร้เหตุไร้ผลและออกมาประท้วง

จึงต้องปราบปรามเพื่อคืนเยาวชนคุณภาพให้แก่สังคม จนนำไปสู่การจับกุม การปราบปรามที่หนักหน่วงในยุคนั้น ทำให้กัญชาต้องกลายเป็นพืชใต้ดินเพราะเป็นสิ่งผิดกฎหมาย

ในยุคปัจจุบันนั้นคนไทยก็มองกัญชาในแง่ลบเช่นเดิม แต่หลังจากปี พ.ศ.2563 ประเทศไทยได้ปลดล็อกกัญชาให้สามารถใช้ในการแพทย์และการวิจัยได้ จึงทำให้มุมมองของคนไทยต่อกัญชาเปลี่ยนไปจากเดิมพอสมควร



ทั้งยังมีการมองในแง่ลบสำหรับคนเสพ
แต่เมื่อมองในแง่บวก หรือแง่ของ “ความ
หวัง” ที่จะมาสร้างทั้งธุรกิจ สุขภาพ และ
การบำบัดรักษาโรคที่ไม่มีจะรักษาให้หายดี
ขึ้น จนกลายมาเป็นสิ่งที่สร้างความหวัง
ใหม่ๆ ให้กับผู้ที่สนใจ



ຕົວອຳນາດ





CANNA


BIS