



รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

เรื่อง เจลล้างมือว่านหางจระเข้

Aloe Vera Hand Cleansing Gel

จัดทำโดย

นางสาวรัชฎมณ บุษน้ำเพชร 5804400070

นางสาวเบญจพร พุนศรีสวัสดิ์ 5804400108

รายงานเล่มนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา

ภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2561

หัวข้อโครงการ เจลล้างมือว่านหางจระเข้
Aloe Vera Hand Cleansing Gel

รายชื่อผู้จัดทำ นางสาวรัชฎมณ บุญน้ำเพชร
นางสาวเบญจพร พุนศรีสวัสดิ์

ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ปิยธิดา กังวานสิทธิ์

อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของงานสหกิจศึกษาภาควิชาการโรงแรมและ
การท่องเที่ยวคณะศิลปศาสตร์ ประจำปีการศึกษาที่ 2/2561

คณะกรรมการการสอบโครงการ

ปิยธิดา กังวานสิทธิ์.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(อาจารย์ปิยธิดา กังวานสิทธิ์)

Nidthakarn.....พนักงานที่ปรึกษา
(คุณนิษฐกานต์ เฉลิม)

ปิยธิดา กังวานสิทธิ์.....กรรมการกลาง
(คุณศุภิสรา พุ่มมาลี)

.....ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักสหกิจศึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มารุจ ลิ้มปะวัฒน์)

ชื่อโครงการ : เจลล้างมือว่านหางจระเข้
 หน่วยกิต : 5
 ผู้จัดทำ : นางสาวรัชฎมณ บุญน้ำเพชร
 นางสาวเบญจพร พุนศรีสวัสดิ์
 อาจารย์ที่ปรึกษา : อาจารย์ปิยธิดา กังวานสิทธิ์
 ระดับการศึกษา : ปริญญาตรี
 สาขาวิชา : การโรงแรมและการท่องเที่ยว
 คณะ : ศิลปศาสตร์

ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา : 2/2561

บทคัดย่อ

เนื่องจากคณะผู้จัดทำได้เข้าไปปฏิบัติงานสหกิจที่โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา พบว่าโรงแรมมุ่งเน้นการให้บริการเปรียบเสมือนนแขกที่เข้ามาพักคือครอบครัว และเพื่อให้แขกที่เข้ามาพักรู้สึกถึงความอบอุ่นเหมือนอยู่บ้าน ทางโรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา จึงเน้นการดูแลแขกให้เกิดความประทับใจที่สุดและกลับมาใช้บริการกับทางโรงแรม คณะผู้จัดทำจึงมีความสนใจที่จะทำเจลล้างมือเพื่อตอบสนองความต้องการของแขก จึงจัดทำเจลล้างมือว่านหางจระเข้ โดยมีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้ 1) เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปให้ได้ผลิตภัณฑ์ใหม่ 2) เพื่อศึกษาคุณสมบัติประโยชน์จากการใช้สมุนไพรและเป็นการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ 3) เพื่อมาเชื้อและทำความสะอาดมือโดยใช้สารเคมีให้น้อยที่สุด 4) เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือเพื่อสร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้า

ผลของโครงการที่ได้จากการแจกแบบสอบถามให้กับแขกที่เข้ามาใช้บริการ พนักงานแผนกต้อนรับส่วนหน้า และพนักงานแผนกแม่บ้าน พบว่ามีความพึงพอใจในระดับมากที่สุดในเรื่อง มีการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติ มีค่าเฉลี่ย 4.7 ค่า S.D. 0.47 คุณสมบัติของวัตถุดิบที่นำมาใช้ทำเหมาะสมกับผลิตภัณฑ์ มีค่าเฉลี่ย 4.57 ค่า S.D. 0.50 และสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับโรงแรม มีค่าเฉลี่ย 4.8 ค่า S.D. 0.41

คำสำคัญ : เจลล้างมือ ว่านหางจระเข้ สมุนไพร

Project Title : Aloe Vera Hand Cleansing Gel

Credits : 5

By : Miss Thatyamon Bootnumpet
Miss Benjaporn Poonsrisawat

Advisor : Piyatida Kungwansith

Degree : Bachelor of Arts

Major : Hotel

Faculty : Liberal Arts

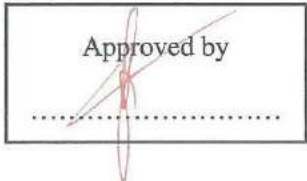
Semester/Academic year : 2/2018

ABSTRACT

The organizers operated the cooperative work at the Woraburi Pattaya Resort & Spa hotel and found that the hotel focused on the service and making the customer feel at home. Woraburi Pattaya Resort & Spa hotel focused providing the best impression and made customers want to come back and stay in this hotel again. The organizers were interested in making a hand gel to meet the needs of the customers. They wanted to make an Aloe vera hand gel with the objective: 1) To process waste materials into new products; 2) To study the benefits of the herb and use existing resources for the best benefit; 3) To disinfected and cleaned hands by using the minimal chemicals; 4) Make a hand gel product to satisfy customers. The feedback was acquired asking guests, the front desk staff and housekeepers to answer survey questionnaires, Where we found they have the highest level of satisfaction in using the natural materials with a mean value of 4.7 (standard deviation = 0.47), the properties of raw materials suitable for the product with a mean value of 4.57 (standard deviation = 0.50) and creating new products for the hotel with a mean value of 4.8 (standard deviation = 0.41)

Keywords : Hand gel, Aloe Vera, Herb

Approved by



กิตติกรรมประกาศ

(Acknowledgment)

การที่คณะผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์สปา ตั้งแต่วันที่ 7 มกราคม ถึงวันที่ 29 เมษายน 2562 เป็นเวลาจำนวน 16 สัปดาห์ ส่งผลให้คณะผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียนและการปฏิบัติงานในอนาคต สามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการประกอบอาชีพในอนาคตได้ สำหรับรายงานสหกิจศึกษานี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจากหลายท่าน ดังนี้

1. อาจารย์ปิยธิดา กังวานสิทธิ์ อาจารย์ที่ปรึกษา
2. คุณนิษฐกานต์ เณลิ้ม Front Office Manager

และบุคคลท่านอื่น ๆ ที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่านที่ได้ให้คำแนะนำช่วยเหลือในการจัดทำรายงาน

คณะผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็นที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ ตลอดจนให้การดูแลและความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตของการทำงานจริง คณะผู้จัดทำรายงานขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

คณะผู้จัดทำ

นางสาวรัชฎมณ บุญน้ำเพชร

นางสาวเบญจพร พุนศรีสวัสดิ์

24 พฤษภาคม 2562

สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ.....	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ.....	1
1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ.....	2
บทที่ 2 การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
2.1 วานหางจรเข้.....	3
2.2 ใบเตย.....	10
2.3 มะนาว.....	13
2.4 เปลือกส้ม.....	19
2.5 เอทิลแอลกอฮอล์.....	23
2.6 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	25
บทที่ 3 รายละเอียดและการปฏิบัติงาน	
3.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ.....	27
3.1.1 ชื่อสถานประกอบการ.....	27
3.1.2 ที่ตั้งของสถานประกอบการ.....	27
3.2 ลักษณะการประกอบการ ผลิตภัณฑ์การให้บริการ.....	28
3.3 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร.....	35
3.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับมอบหมาย.....	36
3.5 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา.....	38
3.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน.....	38
3.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน.....	39
3.8 อุปกรณ์และเครื่องมือที่ใช้.....	40

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ

4.1 ขั้นตอนและวิธีการทำโครงการ.....	41
4.1.1 วัตถุประสงค์และส่วนผสม.....	41
4.1.2 ขั้นตอนในการทำ.....	46
4.2 การคำนวณต้นทุนของเจลล้างมือว่านหางจระเข้.....	50
4.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามความพึงพอใจเจลล้างมือว่านหางจระเข้.....	51

บทที่ 5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผล ปัญหาพบ การแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะ.....	61
5.1.1 สรุปผลโครงการ.....	61
5.1.2 ปัญหาของการทำโครงการ.....	61
5.1.3 แนวทางการแก้ไขปัญหา.....	62
5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา.....	62
5.2.1 ข้อดีของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา.....	62
5.2.2 ปัญหาที่พบของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา.....	62
5.2.3 ข้อเสนอแนะ.....	63

บรรณานุกรม

ภาคผนวก ก แบบสอบถาม

ภาคผนวก ข ภาพปฏิบัติงาน

ภาคผนวก ค แบบสัมภาษณ์

ภาคผนวก ง บทความทางวิชาการ

ภาคผนวก จ โปสเตอร์

ภาคผนวก ฉ แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ภาคผนวก ช ประวัติผู้จัดทำ

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 3.1 ขั้นตอนการดำเนินงาน.....	40
ตารางที่ 4.1 ต้นทุนผลิตเจลล้างมือว่านหางจระเข้.....	50
ตารางที่ 4.2 ข้อดี และ ข้อเสีย ของเจลล้างมือว่านหางจระเข้.....	51
ตารางที่ 4.3 แสดงค่าร้อยละของสถานภาพด้านเพศ.....	51
ตารางที่ 4.4 แสดงค่าร้อยละของสถานภาพด้านอายุ.....	51
ตารางที่ 4.5 แสดงค่าร้อยละของสถานภาพด้านอาชีพ.....	52
ตารางที่ 4.6 แสดงระดับความพึงพอใจที่มีต่อเจลล้างมือว่านหางจระเข้.....	58
ตารางที่ 4.7 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความพึงพอใจเจลล้างมือว่านหางจระเข้.....	59



สารบัญรูปภาพ

หน้า

รูปที่ 2.1 ว่านหางจระเข้.....	3
รูปที่ 2.2 ใบเตย.....	10
รูปที่ 2.3 มะนาว.....	13
รูปที่ 2.4 เปลือกส้ม.....	19
รูปที่ 2.5 เอทิลแอลกอฮอล์.....	23
รูปที่ 3.1 สัญลักษณ์ของ โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา.....	27
รูปที่ 3.2 แผนที่โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา.....	27
รูปที่ 3.3 Superior Room.....	28
รูปที่ 3.4 Cabana Pool Access Room.....	29
รูปที่ 3.5 Duplex Family Pool Access.....	29
รูปที่ 3.6 ห้องอาหารสไมล์.....	30
รูปที่ 3.7 ห้องอาหารชิป.....	30
รูปที่ 3.8 อาหารเช้า.....	31
รูปที่ 3.9 Woraburi Cheese Burger.....	31
รูปที่ 3.10 คัมยำกุ้ง.....	32
รูปที่ 3.11 พูลบาร์.....	32
รูปที่ 3.12 Blue Kamikaze.....	33
รูปที่ 3.13 Pina Colada.....	33
รูปที่ 3.14 Mai Tai.....	34
รูปที่ 3.15 สระว่ายน้ำ.....	34
รูปที่ 3.16 แผนผังองค์กร โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา.....	35
รูปที่ 3.17 นางสาวรัชฎมณ บุญน้ำเพชร.....	36
รูปที่ 3.18 นางสาวเบญจพร พุนศรีสวัสดิ์.....	37
รูปที่ 3.19 ที่ปรึกษา คุณนิษฐกานต์ เกลิม.....	38
รูปที่ 4.1 เครื่องปั่น.....	41
รูปที่ 4.2 กะละมัง.....	41
รูปที่ 4.3 มีดและเขียง.....	42
รูปที่ 4.4 ถ้วยตวง.....	42
รูปที่ 4.5 ที่กรอง.....	42

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

	หน้า
รูปที่ 4.6 ทัพพี.....	43
รูปที่ 4.7 กรวย.....	43
รูปที่ 4.8 ขวดบรรจุภัณฑ์.....	43
รูปที่ 4.9 ว่านหางจะเข้.....	44
รูปที่ 4.10 ใบเตย.....	44
รูปที่ 4.11 มะนาว.....	44
รูปที่ 4.12 เปลือกส้ม.....	45
รูปที่ 4.13 เอทิลแอลกอฮอล์.....	45
รูปที่ 4.14 นำว่านหางจะเข้มาปอกเปลือก.....	46
รูปที่ 4.15 นำใบเตยมาหั่นเป็นท่อน ๆ.....	46
รูปที่ 4.16 นำเปลือกส้มมาหั่นเป็นท่อน ๆ.....	47
รูปที่ 4.17 นำมะนาวมาหั่น.....	47
รูปที่ 4.18 นำส่วนผสมใส่เครื่องปั่น.....	47
รูปที่ 4.19 บีบมะนาว.....	48
รูปที่ 4.20 บั่นส่วนผสมให้เข้ากัน.....	48
รูปที่ 4.21 เทใส่กะละมัง.....	49
รูปที่ 4.22 นำเอทิลแอลกอฮอล์ผสมกับน้ำ.....	49
รูปที่ 4.23 นำมากรองใส่บรรจุภัณฑ์.....	49
รูปที่ 4.24 ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือว่านหางจะเข้.....	50

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรงแรมวรบุรี พัทธารีสอร์ทแอนดส์สปา เป็นโรงแรมหรูตั้งอยู่ในโซนพญาภิบาล เน้นการนำเสนอห้องพักสไตล์ทันสมัยพร้อมอินเทอร์เน็ตไร้สาย (Wi-Fi) ฟรี สะดวกสบายและบริการที่ยอดเยี่ยม เหมาะอย่างยิ่งสำหรับการมาพักผ่อน ใช้เวลาพักผ่อนเพียง 2 ชั่วโมง จากกรุงเทพฯ นอกจากนี้ห้องพักที่ได้รับการตกแต่งภายในที่กว้างขวาง เพอร์เนเจอร์ครบชุด พร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกครบครันแล้ว ทางโรงแรมยังมีสระว่ายน้ำกลางแจ้งขนาดใหญ่ ห้องอาหารและเครื่องดื่มไว้คอยให้บริการลูกค้าอีกด้วย ทั้งหมดเหล่านี้ ทำให้โรงแรมวรบุรี พัทธา เป็นอีกหนึ่งตัวเลือก สำหรับทั้งผู้ที่เดินทางเพื่อธุรกิจ และผู้ที่เดินทางเพื่อการท่องเที่ยวในพัทยา

โรงแรมวรบุรี พัทธารีสอร์ทแอนดส์สปา มุ่งเน้นการให้บริการเปรียบเสมือนแขกที่เข้ามาพักคือครอบครัว และเพื่อให้แขกที่เข้ามาพักรู้สึกถึงความอบอุ่นเหมือนอยู่บ้าน ทางโรงแรมวรบุรี พัทธารีสอร์ทแอนดส์สปาจึงตอบสนองความต้องการของแขกให้มากที่สุด เพื่อให้แขกเกิดความประทับใจที่สุดและกลับมาใช้บริการกับทางโรงแรม

คณะผู้จัดทำจึงมีความสนใจที่จะทำเจลล้างมือเพื่อตอบสนองความต้องการของลูกค้า โดยการค้นคว้าหาข้อมูลจึงได้คิดค้นทำ “เจลล้างมือจากว่านหางจระเข้ (Aloe Vera Hand Cleansing Gel)” เป็นการนำสมุนไพรไทยมาใช้ให้เกิดประโยชน์และทำให้เกิดผลิตภัณฑ์ใหม่ขึ้นให้กับทางโรงแรมวรบุรี พัทธารีสอร์ทแอนดส์สปา

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1.2.1 เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปให้ได้ผลิตภัณฑ์ใหม่

1.2.2 เพื่อศึกษาคุณสมบัติของสมุนไพรและเป็นการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์

1.2.3 เพื่อฆ่าเชื้อและทำความสะอาดมือโดยใช้สารเคมีให้น้อยที่สุด

1.2.4 เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือเพื่อสร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้า

1.3 ขอบเขตของโครงการ

1.3.1 ขอบเขตด้านสถานที่ โรงแรมวรบุรี พัทธารีสอร์ทแอนดส์สปา

1.3.2 ขอบเขตด้านประชากร แขกที่เข้ามาใช้บริการที่โรงแรม 15 คน พนักงานแผนกแม่บ้าน 5 คน และพนักงานแผนกต้อนรับส่วนหน้า 10 คน รวมเป็นจำนวน 30 คน

1.3.3 ขอบเขตด้านเวลา 7 มกราคม – 29 เมษายน 2562

1.3.4 ขอบเขตด้านเอกสารข้อมูล สอบถามจากพนักงานแผนกต้อนรับส่วนหน้าและศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากห้องสมุด

1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ

1.4.1 โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา ได้ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือว่านหางจระเข้ที่สร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้า

1.4.2 เพื่อลดต้นทุนโดยการแปรรูปจากสิ่งของที่เหลือทิ้ง

1.4.3 ผู้จัดทำได้ได้เรียนรู้การทำเจลล้างมือว่านหางจระเข้



บทที่ 2

การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การจัดทำโครงการเรื่อง เจลล้างมือว่านหางจระเข้ ผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ดังนี้ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

- 2.1 ว่านหางจระเข้
- 2.2 ใบเตย
- 2.3 มะนาว
- 2.4 เปลือกส้ม
- 2.5 เอทิลแอลกอฮอล์
- 2.6 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

2.1 ว่านหางจระเข้ (Aloe Vera)



รูปที่ 2.1 ว่านหางจระเข้

ที่มา : <https://thai.alibaba.com>

- ชื่อทั่วไป : ว่านหางจระเข้
- ชื่อสามัญ : Aloe, Aloe vera
- ชื่อวิทยาศาสตร์ : Aloe Vera (L.) Burm.f.
- ชื่อวงศ์ : Asphodelaceae
- ชื่ออื่น : หางตะเข้ (ภาคกลาง) ว่านไฟไหม้ (ภาคเหนือ)

ลักษณะของว่านหางจระเข้

เป็นพืชขนาดเล็กใบหนา อ้วนน้ำ ภายในใบมีลักษณะเป็นวุ้นขาวๆ สีเขียวอ่อน ออกจะหม่น ๆ ใบยาวแหลม ลักษณะขอบใบมีหนามคล้ายใบเลื่อยขึ้นจากต้นซึ่งอยู่ติดกับดิน ช่อดอกจะออกตรงกลางต้น ก้านช่อดอกยาวมาก ดอกสีแดง เป็นหลอดบานจากล่างไปบน ถ้าปลูกไว้ในที่มีอากาศร้อนและอยู่ริมทะเลจะให้ปริมาณวุ้นมาก

ว่านหางจระเข้ที่มีอยู่ในปัจจุบันนี้มีกว่า 300 ชนิด แต่ในจำนวนนี้มีอยู่ไม่กี่ชนิดที่ใช้รักษาโรคให้ผลชะงัด ซึ่งได้แก่ ว่านหางจระเข้เขียว แหล่งดั้งเดิมมาจากอาฟริกา ว่านหางจระเข้แหลมกูดโฮป และว่านหางจระเข้โบรา (BEIRA) เป็นต้น

ภักจิรา ศุภวิเศษ (2550) ได้กล่าวว่า ว่านหางจระเข้ มีสรรพคุณครบถ้วนตามที่พืชสมุนไพรที่ดีพึงมี และที่สำคัญเป็นพืชที่สามารถปลูกได้ด้วยตนเอง เพาะพันธุ์และดูแลได้ง่าย การนำไปใช้ด้วยตนเองก็สามารถทำได้ไม่ยาก ไม่ว่าจะเป็นการบำบัดเพื่อการรักษา การนำไปปรุงเป็นอาหารและเครื่องดื่ม การทำเครื่องประพิน โคมและเวชสำอาง นี่จึงเป็นตำราคู่บ้านเพื่อนำเสนอความรู้คู่ครัวเรือน ที่จะทำให้ต้นไม้ไม้ต้นหนึ่งกลายเป็น "พืชสารพัดประโยชน์"

ประโยชน์ของว่านหางจระเข้

ว่านหางจระเข้นั้น จัดเป็นพืชที่มีสรรพคุณต่าง ๆ มากมาย สามารถใช้บรรเทาโรคทั้งภายนอกและภายในร่างกาย อีกทั้งยังใช้บำรุงผิวพรรณได้อีกด้วย ดังนี้

ประโยชน์ภายนอก

1. รักษาแผลไฟไหม้และน้ำร้อนลวก โดยปอกเปลือกนอก นำวุ้นสดภายในใบไปล้างยางออกให้สะอาด แล้วนำไปประคบแผลตลอด 2 วันแรก จะช่วยบรรเทาอาการปวดแสบปวดร้อน สดแผลให้เร็วขึ้น และไม่ทิ้งร่องรอยแผลเป็นอีกด้วย

2. ป้องกันและบรรเทารอยไหม้จากการออกแดด นำใบสด ๆ ของว่านหางจระเข้ผสมกับโคลนทาลงบนผิวหนังก่อนออกแดด จะช่วยป้องกันแสงแดดได้ แต่ถ้าหากเกิดรอยไหม้ขึ้นบนผิวหนังหลังออกแดดแล้ว ให้ใช้วุ้นที่ล้างสะอาดมาทาเพื่อลดอาการอักเสบ ถ้าจะให้ดีลองผสมกับน้ำมันพืช หรือน้ำมันมะกอก เพื่อลดอาการผิวแห้งตึงจนเกินไป

3. บรรเทาอาการไหม้จากการฉายรังสีของผู้ป่วย โดยใช้วิธีการนำวุ้นว่านหางจระเข้ที่ล้างสะอาดมาประคบที่รอยไหม้จากการทำคีโม จะช่วยบรรเทาอาการปวดแสบปวดร้อน และทำให้ฟื้นตัวเร็วขึ้น

4. สดแผลจากของมีคมและแผลถลอก หากได้รับบาดเจ็บจากของมีคม ใช้วุ้นจากว่านหางจระเข้ที่ยังมีเมือกอยู่ แปะลงไปบนแผล จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการสดแผลให้เร็วขึ้นได้

5. รักษาฝีและโรคริดสีดวงทวาร ทำความสะอาดบริเวณที่เกิดโรคให้แห้งแล้วนำปูนไปแปะลงบนแผล หากเป็นที่ทวารหนักให้ปอกปูนให้เป็นแท่งแล้วล้างให้สะอาด นำไปแช่เย็นให้แข็ง เพื่อสอดเหน็บในช่องทวารหนักวันละ 1-2 ครั้ง อาการริดสีดวงจะดีขึ้น

6. รักษาตาปลาและฮ่องกงฟุต นำเนื้อปูนที่ล้างทำความสะอาดแล้ว ไปแปะลงบริเวณที่เกิดโรค หมั่นเปลี่ยนเนื้อปูนบ่อย ๆ โดยหากเป็นตาปลาส่วนที่แห้งลงจะเกิดรูบวมขึ้น ให้ใช้ว่านหางจระเข้ประคบต่อไปจนกว่ารอยบวมจะสมานและเล็กลง ส่วนฮ่องกงฟุตให้ประคบด้วยว่านหางจระเข้เอาไว้จนกว่าแผลจะแห้งลงและอาการดีขึ้น

7. แก้วปวดศีรษะ คัดใบสดจากต้นว่านหางจระเข้ แล้วนำปูนแดงทาบริเวณหัว ถีบใบสดแล้วนำปูนผสมปูนแดงประคบบริเวณขมับหรือท้ายทอย ตามจุดที่ปวด จะช่วยบรรเทาอาการปวดศีรษะได้

8. บรรเทาอาการปวดฟัน ตัดเนื้อว่านหางจระเข้ออกเป็นแท่งเล็ก ๆ ประมาณ 2-3 เซนติเมตร นำไปเหน็บไว้ตามซอกฟันที่มีอาการปวด หรือประคบไว้ก็ได้ ใช้เวลาประมาณ 30 นาที อาการปวดจะค่อย ๆ บรรเทาลง

ประโยชน์ภายใน

1. บรรเทาอาการปวดข้อ นำว่านหางจระเข้ที่ล้างทำความสะอาดแล้วไปแช่ตู้เย็น และรับประทานเพื่อบรรเทาอาการปวดตามข้อต่าง ๆ โดยสามารถใช้ได้ทั้งเนื้อปูน และน้ำปูน หากอยากให้รับประทานง่ายขึ้น สามารถนำไปปั่นเป็นน้ำว่านหางจระเข้ ก็ช่วยบรรเทาอาการได้เช่นกัน

2. ใช้เป็นยาถ่าย โดยเลือกตัดว่านหางจระเข้พันธุ์เฉพาะที่ใบใหญ่และมีน้ำยางสีเหลืองในปริมาณมาก อายุประมาณ 9 เดือนขึ้นไป รongน้ำยางที่ไหลออกมาจากใบ แล้วนำไปเคี้ยวให้ขึ้น เกลบในพิมพ์ขนาดเล็กให้แข็งเป็นก้อนรับประทานเป็นยาได้ ซึ่งเมื่อยาจะมีสีแดงอมน้ำตาลไปจนถึงดำ เรียกว่า ยาดำ แบ่งรับประทานครั้งละประมาณ 0.25 กรัม (250 มิลลิกรัม) จะเป็นขนาดที่เหมาะสมในการใช้เป็นยาถ่าย หากต้องการรับประทานแบบสด ๆ ก็สามารถทำได้ โดยการตัดว่านที่ล้างสะอาด แล้วออกเป็นขนาด 3-4 เซนติเมตร แบ่งรับประทานวันละ 3 ครั้งหลังอาหาร

3. แก้กษะเพาะอักเสบและลำไส้อักเสบ ปอกเปลือกว่านหางจระเข้ นำว่านที่ได้ไปล้างให้สะอาด แล้วนำมารับประทานครั้งละ 2 ช้อนโต๊ะ วันละ 2 ครั้ง จะช่วยบรรเทาอาการอักเสบของทางเดินอาหารได้

4. ป้องกันโรคเบาหวาน ตัดเนื้อว่านหางจระเข้ความยาวประมาณ 3-4 เซนติเมตร นำไปรับประทานทุกวัน หรือจะปั่นเป็นน้ำว่านหางจระเข้ เพื่อรับประทานก็ได้ โดยอาการเบาหวานจะ

ทุเลาลงสำหรับผู้ที่เป็นในระยะแรก ส่วนผู้ที่ต้องการรับประทานเพื่อป้องกัน สามารถรับประทานในปริมาณที่น้อยลงได้

5. แก้และป้องกันอาการเมารถ-เมาเรือ ท่านที่มีปัญหาในการเดินทาง เกิดอาการเมารถ - เมาเรืออยู่เป็นประจำ ให้ลองรับประทานเนื้อวัวจากวัวหางจระเข้ หรือน้ำวัวหางจระเข้ ก่อนออกเดินทางจะช่วยบรรเทาให้เกิดอาการดังกล่าวน้อยลงได้ แต่หากเกิดอาการเมารถ - เมาเรือขึ้นแล้ว ลองทานน้ำวัวหางจระเข้เย็น ๆ ให้ชื่นใจ แล้วนั่งพักสักครู่ จะรู้สึกดีขึ้น

ประโยชน์ด้านความงาม

1. บำรุงเส้นผมให้เงางามและช่วยจัดเรียงแค ตัดใบสดมาทาลงบนเส้นผม หรือถ้าไม่สะดวก ให้นำวัวหางจระเข้ไปปั่นให้ละเอียดจะได้ใช้ง่ายขึ้น จากนั้นนำมาขโหมผมให้ทั่วเพื่อให้ผมสลวยเงางาม หากนวดบริเวณรากผมจะช่วยให้รากผมเย็นลง ช่วยบำรุงหนังศีรษะ รักษาแผลบนศีรษะ และจัดเรียงแคได้ด้วย

2. รักษาสิวและรอยด่างดำ ประโยชน์ข้อนี้คนที่อยากหน้าใสตั้งใจอ่านให้ดี เพราะวัวหางจระเข้มีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการติดเชื้อ และมีกรดอ่อน ๆ ช่วยลดความมันบนใบหน้าได้ นำเนื้อวัวที่ล้างสะอาดทาบริเวณใบหน้าวันละ 2 ครั้ง ใช้เวลาสัก 1-2 เดือน จะเริ่มเห็นผลว่ารอยต่าง ๆ ดูจางลง

3. บำรุงผิวกาย เพียงแค่นำวัวหางจระเข้สด มาปอกเปลือกและล้างให้สะอาด จากนั้นหั่นเป็นชิ้นนำไปใส่ไว้ในถุงผ้าก๊อชขนาดเล็ก แล้วนำไปหย่อนไว้ในอ่างอาบน้ำ หรือถ้าไม่มีถุงผ้าก๊อช ให้นำวัวไปแช่ไว้ในอ่างอาบน้ำเลยก็ได้เหมือนกัน โดยระหว่างอาบน้ำให้ใช้น้ำตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เน้นที่รอยแห้งกร้านอย่างข้อศอก หัวเข่า ส้นเท้า เป็นต้น จะช่วยให้ผิวพรรณเนียนนุ่มและเต่งตึงขึ้น

4. เติมน้ำให้ผิว ความชุ่มชื้นในผิวหนังและผิวกาย มักจะค่อย ๆ ลดลงตามวัย และไลฟ์สไตล์ของคุณ ซึ่งโดยส่วนใหญ่มักใช้ชีวิตกันอยู่ในห้องแอร์จนผิวขาดความชุ่มชื้น หากนำเนื้อวัวจากวัวหางจระเข้มาพอกหน้าก็เป็นอีกวิธีที่จะช่วยเติมน้ำให้ผิวของคุณได้ โดยล้างวัวให้สะอาดแล้วผ่าบาง ๆ มาโปะให้ทั่วหน้า หลับตาพริ้มรอสัก 15 นาที ก็ไปล้างหน้าให้สะอาดได้ ผิวของคุณจะรู้สึกชุ่มชื้น เต่งตึงขึ้น หากจะใช้กับผิวกายให้ลองนำเนื้อไปปั่นหยาบ ๆ แล้วนำมาพอกตัว ก็ใช้ง่ายดีเหมือนกัน

สรรพคุณของวัวหางจระเข้

1. ช่วยป้องกันโรคเบาหวาน ด้วยการรับประทานเนื้อวัว หรือจะทำเป็นน้ำปั่นวัวหางจระเข้มาดื่มก็ได้ ก็จะช่วยบรรเทาอาการและป้องกันโรคเบาหวานได้

2. ว่านหางจระเข้มีสรรพคุณช่วยแก้อาการปวดศีรษะ ด้วยการตัดใบสดของว่านหางจระเข้ แล้วทาปูนแดงด้านหนึ่ง แล้วเอาด้านที่ทาปูนปิดตรงขมับ จะช่วยบรรเทาอาการปวดศีรษะได้ (ใบ)

3. รุ่ยว่านหางจระเข้มีสรรพคุณช่วยรักษาแผลในกระเพาะอาหาร ช่วยป้องกันและลดการเกิดแผลในกระเพาะขณะท้องว่าง ช่วยรักษาโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหารต่าง ๆ

4. เนื้อว่านหางจระเข้มีสรรพคุณว่านหางจระเข้ช่วยแก้กระเพาะลำไส้อักเสบ ด้วยการใช้น้ำนำมาปอกเปลือกเอาแต่รุ้น นำมารับประทานวันละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ช้อนโต๊ะ (เนื้อรุ้น)

5. ใช้เป็นถ่าย ยาระบาย ที่เปลือกของว่านหางจระเข้จะมีน้ำยางสีเหลือง ในน้ำยางจะมีสารแอนทราควิโนน (Anthraquinone) ที่มีฤทธิ์เป็นยาระบาย หากนำน้ำยางไปเคี้ยวให้น้ำระเหยออก แล้วทิ้งไว้ให้เย็น ก็จะได้สารสีน้ำตาลเกือบดำ หรือเรียกว่า "ยาดำ" ซึ่งยาดำนี้เองใช้เป็นส่วนผสมในตำรับยาแผนโบราณที่ต้องการให้มีฤทธิ์เป็นยาระบายอยู่หลายตำรับ (ยางในใบ)

6. ช่วยรักษาอาการท้องผูก ด้วยการกรีดเอายางจากว่านหางจระเข้มาเคี้ยวให้งวด ทิ้งไว้ให้เย็นจะได้ก้อนยาดำ (ยาดำ) แล้วตัดมาใช้ประมาณช้อนชา เติมน้ำเดือด 1 ถ้วย แล้วคนจนละลาย โดยผู้ใหญ่รับประทานครั้งละ 2 ช้อนชาก่อนนอน แต่ถ้าเป็นเด็กให้รับประทานครั้งละ 1 ช้อนชาก่อนนอน

7. ช่วยรักษาริดสีดวงทวาร ด้วยการใช้น้ำรุ้นจากใบเหลาให้เป็นปลายแหลมเล็กน้อย และนำไปแช่ตู้เย็นหรือน้ำแข็งจนเนื้อแข็ง แล้วนำไปใช้เหน็บในช่องทวารหนัก ควรหมั่นทำเป็นประจำวันละ 1-2 ครั้งจนกว่าจะหาย (เนื้อรุ้น)

8. ช่วยแก้หนองใน (ราก, เหง้า)

9. ช่วยแก้มูกคืดหรือระดูขาวของสตรี (ราก, เหง้า)

10. ทั้งต้นของว่านหางจระเข้มีรสเย็น ใช้ดองกับสุรานำมาดื่มช่วยขับน้ำคาวปลาได้ (ทั้งต้น)

11. ช่วยบรรเทาและแก้อาการปวดตามข้อ ด้วยการรับประทานเนื้อรุ้นครั้งละ 1-2 ช้อนโต๊ะ วันละ 3 ครั้งเป็นประจำ จะช่วยทำให้อาการปวดดีขึ้น (รุ้นจากใบ)

12. ใบว่านหางจระเข้มีรสเย็น นำมาตำผสมกับสุราใช้พอกรักษาฝีได้ (ใบ)

13. ช่วยรักษาแผลสด แผลจากของมีคม แผลที่ริมฝีปาก แก๊ฟ แก๊ตะมอย ด้วยการใช้น้ำจากใบนำมาแปะบริเวณแผลให้มิดชิดและใช้ผ้าปิดไว้ แล้วหยอดน้ำเมือกโดยตรงแผลให้ชุ่มอยู่เสมอ หรือจะเตรียมเป็นขี้ผึ้งก็ได้ (รุ้นจากใบ)

14. ช่วยรักษาแผลถลอกและแผลจากการถูถู (แผลพวกนี้จะเจ็บปวดมาก) ให้ใช้วุ้นว่านหางจระเข้มาทาแผลเบา ๆ ในวันแรกต้องทาบ่อย ๆ จะช่วยในการสมานแผล ทำให้แผลหายเร็วยิ่งขึ้น และทำให้ไม่เจ็บแผลมาก (วุ้นจากใบ)

15. ช่วยรักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ช่วยดับพิษร้อนบรรเทาอาการปวดแสบปวดร้อนจากแผล ด้วยการใช้น้ำวุ้นจากใบสดที่ล้างน้ำสะอาด แล้วผ่านบาง ๆ นำมาทาหรือแปะไว้บริเวณแผลตลอดเวลา จะช่วยทำให้แผลหายเร็วมากขึ้นและอาจไม่เกิดรอยแผลเป็นด้วย (วุ้นจากใบ)

16. ช่วยขจัดรอยแผลเป็น ทำให้แผลเป็นจางลง ป้องกันการเกิดรอยแผลเป็น (วุ้นจากใบ)

17. ช่วยรักษาตาปลาและฮ่องกงฟุต ด้วยการใช้น้ำวุ้นจากใบที่ล้างสะอาดแล้ว นำมาปิดไว้บริเวณที่เป็นและหมั่นเปลี่ยนบ่อย ๆ จนกว่าจะดีขึ้น (วุ้นจากใบ)

18. วุ้นจากใบใช้ทาเพื่อปกป้องผิวจากแสงแดด ด้วยการใช้น้ำวุ้นจากใบทาก่อนออกแดด หรือจะใช้ใบสดก็ได้ แต่ใบสดอาจทำให้ผิวหนังแห้ง เพราะใบมีฤทธิ์ฝาดสมาน ถ้าต้องการลดการทำให้ผิวแห้ง ก็อาจจะใช้ร่วมกับน้ำมันพืชหรืออาจเตรียมเป็นโลชั่นก็ได้ (วุ้นจากใบ)

19. ช่วยรักษาอาการผิวหนังไหม้จากแสงแดด หรือไหม้เกรียมจากการฉายรังสี หรือแผลเรื้อรังจากการฉายรังสี โดยนำวุ้นของว่านหางจระเข้มาทาผิวบ่อย ๆ ก็จะช่วยลดการอักเสบได้ แต่ถ้าไปนาน ๆ ระวังผิวแห้ง ควรผสมกับน้ำมันพืช เว้นแต่จะทำให้ผิวเปื่อยช้ำอยู่ตลอดเวลา (วุ้นจากใบ)

20. วุ้นจากใบใช้ทาเพื่อรักษาฝ้า (วุ้นจากใบ)

21. ช่วยรักษาโรคเรื้อนกวาง (โรคสะเก็ดเงิน) ช่วยลดการตกสะเก็ดและลดอาการคันของโรคเรื้อนกวาง ทำให้แผลดีขึ้น (วุ้นจากใบ)

คำแนะนำ

1. การเลือกใช้ใบจากต้นว่านหางจระเข้ควรเลือกต้นที่มีอายุมากกว่า 1 ขึ้นไป และให้เลือกใบล่างสุดเพราะจะอวบโตและมีวุ้นมากกว่าใบที่อยู่ด้านบน

2. เนื่องจากวุ้นของว่านหางจระเข้ไม่มีฤทธิ์ในการฆ่าเชื้อ ดังนั้นถ้าเป็นไปได้ควรปกปิดโดยใช้เทคนิคปลอดเชื้อ Aseptic technique เพื่อป้องกันการติดเชื้อ

3. การนำวุ้นมาใช้เพื่อรักษาแผลจำเป็นต้องล้างน้ำให้สะอาด เพื่อป้องกันน้ำยางจากเปลือกที่มีสารแอนทราควิโนน (Anthraquinone) เพราะอาจทำให้เกิดอาการแพ้ได้

4. ว่านหางจระเข้จะมีคุณภาพสูงสุดเมื่อตัดมาแล้วใช้ทันที และจะมีสรรพคุณทางยาที่ดีกว่าผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป

5. ฐานของวุ้นหางจระเข้จะไม่คงตัวเท่าไรนัก ดังนั้นถ้าปอกแล้วจะเก็บไว้ได้เพียง 6 ชั่วโมงเท่านั้น หากนำวุ้นหางจระเข้ไปแช่ในตู้เย็นจนเย็นก่อนการนำมาใช้ จะช่วยทำให้รู้สึกสดชื่นเย็นสบายมากยิ่งขึ้น

6. การใช้เพื่อใช้เป็นยาถ่าย ยาระบาย ไม่ควรใช้กับหญิงตั้งครรภ์หรือหญิงที่กำลังจะมีประจำเดือน รวมไปถึงผู้ที่เป็นโรคกรดไหลย้อนด้วย

7. การใช้วุ้นจากใบเพื่อใช้เป็นยาทาภายนอก สำหรับบางรายแล้วอาจจะเกิดการแพ้ได้ (จากงานวิจัยพบว่าไม่ถึง 1%) โดยลักษณะของการแพ้หลังจากหรือปิดวุ้นลงบนผิวหนัง จะทำให้ผิวหนังเป็นผื่นแดงบาง ๆ หรืออาจมีอาการเจ็บแสบด้วย โดยอาการจะแสดงหลังจากทาไปแล้วประมาณ 2-3 นาที ถ้าคุณมีอาการแพ้หลังการใช้วุ้นวุ้นหางจระเข้ ก็ให้รีบล้างออกด้วยน้ำสะอาด และเลิกใช้ทันที

ข้อควรระวังในการใช้วุ้นหางจระเข้

เมื่อเป็นยาทา บางคนอาจแพ้ยา อาการแพ้จะเกิดขึ้นภายในเวลา 2-3 นาที ดังนั้นก่อนใช้ควรทดสอบทาจุดเล็กน้อยที่หลังหู หรือที่รักแร้ หากใน 2-3 นาที ไม่มีอาการผิดปกติใด ๆ เกิดขึ้นก็แสดงว่าใช้ได้

เมื่อใช้เป็นยากิน สำหรับ ขางและยาค่า ไม่ควรกินมากเกินไปเพราะสาร “อะโลอิน” ที่มีอยู่ในยางวุ้นหางจระเข้มีฤทธิ์เป็นยาระบาย ถ้ากินมากเกินไปทำให้ท้องเสียและปวดท้อง เพราะลำไส้เกร็งตัว และถ้ากินติดต่อกันนานอาจทำให้เป็นโรคปวดตามข้อได้

ข้อควรระวังสำหรับผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน การดื่มน้ำวุ้นหางจระเข้มีทางทำให้ระดับอินซูลินมากขึ้น ดังนั้นผู้ที่ใช้อยู่แล้วดื่มน้ำวุ้นหางจระเข้อาจทำให้มีอินซูลินมากเกินไป ซึ่งมีอันตรายมากอาจทำให้ชักได้ ดังนั้นคนที่คิดว่าจะกินวุ้นหางจระเข้โดยที่ใช้อยู่แล้ว ควรจะปรึกษาแพทย์ เพื่อหาวิธีใช้อย่างเหมาะสม

ข้อควรระวังสำหรับผู้ที่เป็นโรคกระเพาะและลำไส้อักเสบ ผู้ที่เป็นโรคกระเพาะและลำไส้อักเสบอยู่แล้ว เมื่อกินวุ้นหางจระเข้สด ควรจะล้างยางออกให้หมด จนไม่มีรสขมเหลืออยู่เลย มิฉะนั้นยางที่ติดค้างอยู่กับวุ้นจะไประคายเคืองกระเพาะและลำไส้ ทำให้อาเจียนและถ่ายอย่างแรง

องค์ประกอบทางเคมี

1. สารไกลโคโปรตีนจากวุ้นใบ ชื่อ aloctin A, B มีฤทธิ์ลดการอักเสบ และเพิ่มการเจริญทดแทนของเนื้อเยื่อบริเวณที่เป็นแผล แต่สลายตัวง่ายเมื่อถูกความร้อน

2. สารที่เป็นองค์ประกอบใน ยาดำ (น้ำยางสีเหลืองที่เคี้ยวน้ำออกหมดจนเป็นก้อนสีดำ) คือ สารกลุ่มแอนทราควิโนน เช่น aloin, barbaloin (aloe-emodin), chrysophanic acid ออกฤทธิ์เป็นยาระบาย ยาถ่าย

2.2 ใบเตย



รูปที่ 2.2 ใบเตย

ที่มา : <https://termsuk.oonvalley.com>

- ชื่อทั่วไป : ใบเตย
- ชื่อสามัญ : Pandan wangi
- ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Pandanus amaryllifolius* Roxb
- ชื่อวงศ์ : Pandanaceae
- ชื่ออื่น : เตย ต้นเตย ใบเตย (ทุกภาค) เตยหอม เตยหอมเล็ก เตยหอมใหญ่ (ภาคกลาง)
หวานข้าวใหม่ ส้มพอดิ ผักเก็งเค็ง (ภาคเหนือ) ส้มตะเลงเครง (ตาก) ส้มปู้ (แม่ฮ่องสอน)
ส้มม่า (ระนอง) ปาเนะวอจิง ปาเงะออริง ปาเปะออริง (ภาคใต้และแถบมลายู)

ลักษณะของใบเตย

พืชมพรรณ อนันต์กิจไพศาล (2560) ได้กล่าวว่า ลักษณะของลำต้นใบเตยเป็นกอขนาดเล็ก ต้นจะเติบโตจากใต้ดินขึ้นมา ใบเป็นสีเขียว โคดเด่นเรียวยาว หากเป็นใบอ่อนจะมีสีเขียวอ่อน แต่ใบที่แก่แล้วก็จะเริ่มมีสีเขียวเข้ม จัดอยู่ในกลุ่มพืชใบเลี้ยงเดี่ยว หากใช้มือสัมผัสขอบใบจะมีใบเคลือบอยู่ที่ผิว ทำให้ใบมีความมันวาว และขอบใบเรียบ เมื่อเจริญเติบโตขึ้นตัวใบจะเวียนกันยาวออกมาเป็นเกลียวจนถึงปลายยอดสุด ส่วนประกอบของใบเตย มีสารอาหารสำคัญที่ดีต่อสุขภาพ

ประกอบด้วยวิตามินและเกลือแร่หลากหลายชนิด หากเทียบใน 100 กรัม ในเตยหอมจะประกอบไปด้วย วิตามินซี 8 กรัม, เบต้าแคโรทีน 3 ไมโครกรัม, วิตามินบีสอง 0.1 มิลลิกรัม, วิตามินบีสาม ประมาณ 1-2 มิลลิกรัม, ฟอสฟอรัส 27 มิลลิกรัม, แคลเซียม 123 มิลลิกรัมเหล็ก, 0.1 มิลลิกรัม

ประโยชน์ของใบเตย

1. ช่วยบำรุงหัวใจให้ชุ่มชื้น และช่วยลดอัตราการเต้นของหัวใจ (น้ำใบเตย)
2. การดื่มน้ำใบเตยจะช่วยดับกระหายคลายร้อนได้เป็นอย่างดี เพราะใบเตยมีกลิ่นหอมเย็น ดื่มแล้วจึงรู้สึกสดชื่น ผ่อนคลาย
3. รสหวานเย็นของใบเตยช่วยทุกำลังได้
4. การดื่มน้ำใบเตยช่วยแก้อาการอ่อนเพลียของร่างกายได้
5. ช่วยปรับสมดุลในร่างกาย
6. ผู้ที่มีโรคประจำตัวเป็นโรคไตนั้น การรับประทานอาหารที่ปรุงจากใบเตยจะช่วยทำให้รู้สึกเย็นสบายสดชื่นได้
7. ช่วยรักษาโรคเบาหวาน ช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ซึ่งตามตำรายาไทยได้มีการนำใบเตยหอม 32 ใบ, ใบของต้นสัก 9 ใบ นำมาหั่นตากแดด แล้วนำมาชงเป็นชาดื่มอย่างน้อย 1 เดือน หรือจะใช้รากประมาณ 1 กำมือนำมาต้มกับน้ำดื่มเช้าเย็นก็ได้เหมือนกัน (ใบ, ราก)
8. ช่วยลดความดันโลหิต (สารสกัดน้ำจากใบเตย)
9. ช่วยป้องกันการแข็งตัวของหลอดเลือด
10. ช่วยบรรเทาอาการอาการและขับพิษไข้ได้
11. ช่วยขับพิษร้อนภายในได้เป็นอย่างดี
12. ใช้รักษาโรคหืด (ใบ)
13. ใช้เป็นยาแก้กระษัย (ต้น, ราก)
14. ใช้เป็นยาขับปัสสาวะด้วยการใช้ต้น 1 ต้น หรือจะใช้รากครึ่งกำมือก็ได้ นำมาต้มกับน้ำดื่ม (ราก, ต้น)
15. ใช้รักษาโรคหัดได้
16. ใบเตยสดนำมาตำใช้พอกรักษาโรคผิวหนังได้
17. มีการนำใบเตยมาใช้แต่งกลิ่นอาหารอย่างหลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นของหวานต่าง ๆ อย่างเช่น ขนมลอดช่อง ขนมชั้น รวมไปถึงเค้กและสลัด เป็นต้น

18. มีการนำใบเตยมาทูปพอแตก นำไปใส่ก้นถังถึงสำหรับนั่งขม จะทำให้ขมที่สุกแล้ว มีกลิ่นหอมน่ารับประทานมาก

19. ใช้ใบเตยรองก้นหวดสำหรับนั่งข้าวเหนียว เมื่อข้าวสุกแล้วจะทำให้มีกลิ่นหอมมาก

20. สีเขียวของใบเตยเป็นสีของคลอโรฟิลล์ สามารถนำมาใช้แต่งสีขนมได้

21. ใช้ใบเตยสดใส่ลงไปใต้น้ำมันที่ใช่แล้ว ตั้งไฟให้ร้อนแล้วค่อยตักใบเตยขึ้น จะทำให้น้ำมัน ไม่มีกลิ่นเหม็นหืน ทำให้น้ำมันที่ใช้ทอดมีกลิ่นเหมือนน้ำมันใหม่

22. ประโยชน์ของใบเตยกับการนำมาใช้ทำเป็นทรีตเมนต์สูตรบำรุงผิวหน้า ด้วยการใส่ใบเตยล้างสะอาด หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ นำมาปั่นรวมกับน้ำสะอาดจนละเอียด จะได้ครีมข้นเหนียวแล้วนำมาพอกหน้าทิ้งไว้ประมาณ 20 นาที

สรรพคุณของใบเตย

1. ใบเตยหอมช่วยบำรุงหัวใจให้ชุ่มชื้น และช่วยลดอัตราการเต้นของหัวใจ
2. ต้น และรากใบเตยหอมใช้เป็นยาขับปัสสาวะ
3. ราก และใบ ของใบเตยหอมช่วยรักษาโรคเบาหวาน
4. ใบเตยหอมช่วยแก้กษัย
5. ใบเตยหอมแก้อาการน้ำเบาพิการ
6. ใบเตยหอมช่วยแก้โรคหืด โรคผิวหนัง ด้วยการใส่ใบเตยหอมสดตำ แล้วพอกตัว
7. ใบเตยหอมช่วยลดความดันโลหิต
8. ใบเตยหอมช่วยปรับสมดุลร่างกาย
9. น้ำใบเตยจะช่วยดับกระหายคลายร้อนได้เป็นอย่างดี
10. ใบเตยช่วยป้องกันการแข็งตัวของหลอดเลือด
11. ใบเตยช่วยบรรเทาอาการ และดับพิษไข้ได้
12. ใบเตยช่วยดับพิษร้อนภายในได้
13. สีเขียวของใบเตยเป็นสีของ คลอโรฟิลล์ สามารถนำมาใช้แต่งสีขนม เครื่องดื่มได้
14. ใบเตยช่วยดับกลิ่นเหม็นหืน กลิ่นคาวได้เป็นอย่างดี

คำแนะนำ

ควรเลือกใบเตยที่มีกอใหญ่ มีใบโต ไม่มีแมลงเจาะ ให้สีเขียวมีลักษณะใบยาวเรียว สีเขียวจัด มีกลิ่นหอม

ข้อควรระวังในการใช้ใบเตย

ใบเตยไม่เหมาะสำหรับการรับประทานในกลุ่มผู้ป่วยที่มีภาวะไตเสื่อม โรคไต ไม่ว่าจะเป็นโรคไตเรื้อรังหรือโรคไตเฉียบพลันก็ตาม รวมไปถึงกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนไปที่ไต การกินจะต้องได้รับคำแนะนำและอยู่ในความควบคุมของแพทย์ เนื่องจากผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของไตต้องจำกัดปริมาณน้ำที่ได้รับ การนำมาใช้ประโยชน์เพื่อสุขภาพ ด้วยวิธีขงค้ม อาจทำให้ได้รับน้ำมากเกินไปจนทำให้ไตทำงานหนัก เกิดเป็นอันตรายรุนแรงตามมาได้

องค์ประกอบทางเคมี

สารสำคัญที่พบในใบเตยประกอบไปด้วยน้ำมันหอมระเหย (essential oil) และมีสีเขียวของคลอโรฟิลล์ (chlorophyll) ซึ่งในน้ำมันหอมระเหยประกอบไปด้วยสารหลายชนิด เช่น เบนซิลแอซีเตต (benzyl acetate) แอลคาลอยด์ (alkaloid) ลินาลิลแอซีเตต (linalyl acetate) ลินาลูล (linalool) และเจอราเนียม (geraniol) และสารที่ทำให้มีกลิ่นหอม คือคูมาริน (coumarin) และเอทิลวานิลลิน (ethyl vanillin)

2.3 มะนาว



รูปที่ 2.3 มะนาว

ที่มา : <https://health.mthai.com>

- ชื่อทั่วไป : มะนาว
- ชื่อสามัญ : Lime
- ชื่อวิทยาศาสตร์ : Citrus aurantiifolia Swing.
- ชื่อวงศ์ : Rutaceae
- ชื่ออื่น : โครยชะม้ (สุรินทร์) ปะนอเกล มะนอเกละ มะเน้าดัล (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน) หมากฟ้า (ฉาน-แม่ฮ่องสอน)

ลักษณะของใบ

หมออาสา แพทย์แผนไทย (2560) ได้กล่าวว่า มะนาว ลูกกลมเล็ก แต่รสชาติเปรี้ยวจัด เหมาะกับการนำมาปรุงรสอาหาร ทำให้รสชาติกลมกล่อมมากยิ่งขึ้น มะนาวเป็นพืชที่อยู่คู่กับคนไทยมานาน มีต้นกำเนิดอยู่แถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ แถมยังเป็นพืชเศรษฐกิจที่ทำรายได้ให้ประเทศ เพราะมีรสชาติที่ใคร ๆ ก็ติดใจเมื่อนำไปปรุงอาหาร เรียกได้ว่า มีติดครัวกันแทบทุกบ้าน นอกจากรสชาติเปรี้ยว ที่ไว้ใช้ในการปรุงรสของอาหารแล้ว มะนาวยังมีสรรพคุณทั้งทางยา และการรักษาผิว และรูปร่างได้ดียิ่งด้วย นอกจากนี้มะนาว ยังสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้ทุกส่วน ไม่ว่าจะเป็น ราก ใบ ดอก เมล็ด เปลือก ต่างก็มีสรรพคุณคุณทางยามากมาย ถือว่าเป็นยาอายุวัฒนะชนิดหนึ่ง โดยเฉพาะน้ำมะนาวนั้น ยังช่วยดูแลผิวพรรณให้ผุดผ่อง ช่วยให้รูปร่างสมส่วนใช้ทำความสะอาดเครื่องเรือนและยังช่วยเจริญอาหารอีกด้วย

ประโยชน์ของมะนาว

มะนาวมีประโยชน์มากมาย ตั้งแต่ส่วนต้น ใบ ผล นอกจากน้ำมะนาวที่มีวิตามินซีสูงแล้ว ส่วนอื่น ๆ ก็สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้เช่นกัน

ประโยชน์ของผลมะนาว/เปลือก

1. ช่วยบำรุงสายตาของคนเราให้มีความสดใสอยู่ตลอดเวลา
2. ช่วยบำรุงผิวพรรณให้มีความเปล่งปลั่งและสดใสอยู่เสมอ
3. มีน้ำมันระเหยที่ช่วยให้ความสดชื่นแก่ร่างกาย
4. สามารถนำน้ำมันระเหยที่ได้ประมาณ 7% ในมะนาว 1 ลูกมาผสมเป็นน้ำยาทำความสะอาดได้ มะนาวเป็นผลไม้ที่มีฤทธิ์ช่วยในการกัด ถือเป็นกรดผลไม้ชนิดหนึ่งหรือที่เรียกว่า AHA ที่เป็นที่ยอมรับ และเป็นกรดที่ช่วยเร่งการผลัดเซลล์ผิวที่เสื่อมได้
5. นำมาปรุงรสชาตในอาหารและเครื่องดื่มได้อย่างอร่อย และไม่ทำให้อาหารจานนั้นรู้สึกเลี่ยนได้

6. ช่วยแก้ปัญหาหลายที่เกิดจากสาเหตุต่าง ๆ รวมทั้งปัญหาสีผิวไม่สม่ำเสมอ ด้วยการนำมะนาวมาผสมเข้ากับดินสอพอง จากนั้นนำมาทาทั้งไว้ก่อนนอน ตื่นเช้าขึ้นมาค่อยล้างออกให้สะอาด

7. ช่วยรักษาสิวให้มีปริมาณที่ลดลง เนื่องจากกรดอ่อนๆ ที่อยู่ในมะนาวนั้นจะช่วยลดการอุดตันของรูขุมขนจากสิว อีกทั้งยังช่วยขจัดความมันและเชื้อโรคบนใบหน้าได้เป็นอย่างดี

8. นำเปลือกมะนาวที่บีบน้ำมะนาวออกหมดแล้ว มาทาหรือขัดในบริเวณคาง ข้อศอก เข้าหรือส้นเท้า จะช่วยให้ผิวในบริเวณนี้มีความนุ่มนวลมากยิ่งขึ้น

9. นำเปลือกผลแห้งของมะนาวมาต้มเพื่อเอาน้ำมาดื่ม จะช่วยแก้อาการจุกเสียดแน่นท้อง ช่วยขับเสมหะที่ติดอยู่ในลำคอ และยังช่วยบำรุงกระเพาะอาหาร

10. นำมาแปรรูปเป็นอาหารหลากหลายชนิด เช่น มะนาวแช่อิ่มตากแห้ง น้ำมะนาวรสชาติเข้มข้น แยมมะนาว แยมเปลือกมะนาว แยมมะนาวดอง กิมจิอมะนาว เปลือกมะนาวสามรส เปลือกมะนาวเชื่อม มาร์มาเลดมะนาว เป็นต้น

11. ใสมะนาว 2-3 ลูกไว้จนถึงข้าวสาร จะช่วยป้องกันมอดได้

12. นำเปลือกมะนาวมาเช็ดทำความสะอาดภาชนะให้เงางามขึ้น ไม่ว่าจะเป็นทองเหลือง ทองแดง เครื่องเงิน เป็นต้น

ประโยชน์ของน้ำมะนาว

1. ให้สารวิตามินเอ วิตามินซี ธาตุฟอสฟอรัส แคลเซียม กรดมาลิก และกรดซิตริกแก่ร่างกาย

2. ช่วยรักษาผิวแตก เพียงแค่นำน้ำมะนาวมาทาในบริเวณที่ผิวแตกก็เป็นอันเสร็จ

3. รักษาปัญหาส้นเท้าแตก โดยนำน้ำมะนาวมาทาในบริเวณส้นเท้าวันละ 3 ครั้ง จะช่วยให้รอยแตกในบริเวณส้นเท้าค่อย ๆ ดีขึ้น

4. หยดนํ้ามะนาวลงไปในไข่เจียว จะช่วยให้ไข่ฟูขึ้นและมีความนุ่มร่วมอยู่ด้วย

5. บีบมะนาวลงบนฝ่ามือ จากนั้นถูบไล้ให้ทั่วมือทั้งสองข้าง ช่วยลดกลิ่นคาวปลาหลังจากทำอาหารได้

6. แก้ปัญหาเล็บดำจากการหักหรือเด็ดฝักเป็นประจำ ด้วยการนำน้ำมะนาวมาถูในบริเวณเล็บจะช่วยแก้ปัญหาดังกล่าวได้

สรรพคุณของมะนาว

สรรพคุณทางยาของมะนาว

สรรพคุณทางยา ตามตำรับสมุนไพรไทย ที่สามารถใช้แก้ และรักษาโรคที่เกิดจากธาตุต่าง ๆ ได้อีกหลายโรค โดยเฉพาะน้ำมะนาวที่เป็นกรด มีรสเปรี้ยว มีประโยชน์สารพัด ดังนี้

1. ช่วยรักษาอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นท้อง หรือปวดท้องได้ เพียงนำน้ำมะนาวมาผสมกับน้ำตาลจะช่วยรักษาอาการดังกล่าวได้
2. เมื่อมีอาการท้องร่วง ควรดื่มน้ำมะนาวตามเข้าไป มันจะช่วยหยุดอาการดังกล่าวได้เป็นอย่างดี
3. นำน้ำมะนาวมาผสมเข้ากับน้ำผึ้งแล้วทานเข้าไป จะช่วยขับพยาธิได้เดือนได้
4. นำมะนาวผสมกับน้ำเกลือแต่เพียงเล็กน้อย จะช่วยรักษาอาการท้องผูก อีกทั้งยังเป็นยาระบายชั้นดี
5. นำน้ำมะนาวมาผสมกับน้ำผึ้งในอัตราส่วนที่เท่ากัน จากนั้นนำมาดื่ม จะช่วยแก้อาการบิดได้
6. น้ำมะนาวมีส่วนช่วยในการรักษาโรคนี้ได้
7. ดื่มน้ำมะนาวผสมกับเกลือและน้ำตาลเพียงเล็กน้อย ช่วยแก้อาการระดูขาว
8. เมื่อเจอกับปัญหาก้างปลาติดคอ ให้นำน้ำมะนาวคั้นสดเติมเกลือเพียงเล็กน้อย จากนั้นกรอกลงไปให้ตรงกับบริเวณที่ก้างติดคอ อมน้ำมะนาวไว้สักครู่แล้วจึงค่อยกลืนลงไป จะทำให้ก้างปลาเกิดการอ่อนตัวลงแล้วหลุดลงไปในกระเพาะอาหารต่อไป
9. มะนาวมีส่วนช่วยในการแก้คันเป็นฝ้า โดยนำสำลีสะอาดไปชุบน้ำมะนาวจากนั้นเช็ดที่ลิ้นวันละ 2-3 ครั้ง จะช่วยลดฝ้าบนลิ้นให้จางลงได้
10. นำน้ำมะนาวมาใช้เป็นน้ำยาบ้วนปากจะช่วยทำให้ช่องปากสะอาดมากยิ่งขึ้น
11. น้ำมะนาวช่วยลดอาการอักเสบของเหงือกบวมได้
12. น้ำมะนาวช่วยบรรเทาอาการคออักเสบแห้งจากการใช้เสียงมากเกินไป
13. บรรเทาอาการของโรคต่อมทอนซิลอักเสบได้ด้วยการดื่มน้ำมะนาว
14. หากมีอาการไอที่มีเลือดปนออกมานั้น การใช้น้ำมะนาวดื่มเพื่อรักษาจะช่วยบรรเทาอาการดังกล่าวลงได้ดีในระดับหนึ่ง

15. ดื่มน้ำมะนาวคั้นสดจะช่วยยับยั้งเสมหะที่เกิดจากการเป็นหวัด หรือสูดดมควันเข้าไปบ่อยได้

16. ช่วยบรรเทาอาการปวดหัว

17. มีส่วนช่วยในการแก้อาการอาเจียน คลื่นไส้ หรือเป็นลมวิงเวียนศีรษะ

18. น้ำมะนาวเป็นยาอายุวัฒนะ อีกทั้งยังมีส่วนช่วยในการเจริญอาหารได้

19. สามารถนำมาใช้เพื่อรักษาโรคความดันโลหิตสูงและต่ำได้อย่างน่าเหลือเชื่อ

20. วิตามินซีสูงที่อุดมอยู่ในน้ำมะนาว จะช่วยรักษาโรคลึกลับคลั่งเปิด หรือเลือดออกตามไรฟันได้

21. นำน้ำมะนาวผสมเข้ากับน้ำหวาน แล้วตามด้วยเกลือเพียงเล็กน้อยมาดื่ม จะเป็นการช่วยบำรุงโลหิตและรักษาโรคโลหิตจางได้

22. การดื่มน้ำมะนาวคั้นสดมีส่วนช่วยในการแก้โรคเหน็บชา และอาการร้อนในได้

23. น้ำมะนาวผสมกับน้ำตาลช่วยบรรเทาอาการอ่อนเพลียจากการทำงานหนักหรือพักผ่อนไม่เพียงพอ

24. ดื่มน้ำมะนาวจะช่วยบรรเทาอาการปวดตามข้อได้เป็นอย่างดี

25. รักษาโรคผิวหนังได้ด้วยการนำน้ำมะนาวมาทาบริเวณผิวหนังที่เป็นโรคดังกล่าว

26. การนำมะนาวมาผ่าซีก จากนั้นนำไปทาในบริเวณที่เป็นสังคัง ก่อนนอนและตื่นนอน จะช่วยให้อาการดีขึ้น

27. แก้โรคกลาก เกื้อื้อน และหิด ด้วยการเอาก้ามะถันมาตำให้ละเอียด จากนั้นมาผสมเข้ากับน้ำมะนาว นำไปทาในบริเวณที่เป็นโรคดังกล่าวหลังอาบน้ำ จะช่วยรักษาให้หายได้

28. รักษาโรคน้ำกัดเท้าด้วยการใช้น้ำมะนาวสดมาทาในบริเวณดังกล่าว จากนั้นทิ้งไว้ให้แห้งแล้วจึงล้างออกด้วยน้ำสะอาด

29. นำน้ำมะนาวมาขโถมลงบนบริเวณที่เป็นแผลจากการโดนน้ำร้อนลวก จะช่วยรักษาแผลให้หายเร็วขึ้น

30. นำน้ำมะนาวมาทาคให้ทั่วศีรษะก่อนสระผม จะช่วยบรรเทาอาการคันหนังศีรษะได้

สรรพคุณทางยาของใบ/รากมะนาว

1. นำใบมะนาวมาต้มน้ำตาลแดง จากนั้นนำมาดื่มจะช่วยแก้อาการปัสสาวะกะปริดกะปรอย

2. อาการผิวดำแดงสามารถรักษาได้ด้วยการนำรากของต้นมะนาวมาฝนกับน้ำชาข้าวจากนั้นนำมาดื่มเป็นประจำทุกวัน

3. นำใบมะนาวมาหั่นเป็นฝอย ๆ แล้วนำมาชงในน้ำเดือด ดื่มเป็นชาสมุนไพรช่วยรักษาอาการไอได้ หรือจะนำมากลั้วคอเพื่อช่วยฆ่าเชื้อโรคก็ได้เช่นกัน

4. แก้อาการลมเจิบได้ด้วยการนำใบมะนาวมาตำกับยาหอม

5. นำใบมะนาวประมาณ 100 ใบมาต้มน้ำดื่ม ช่วยรักษาไข้ทับระดู

6. นำใบมะนาวมาต้มน้ำดื่มเป็นประจำทุกวัน จะเป็นการช่วยฟอกโลหิต

คำแนะนำ

1. ควรเลือกมะนาวที่มีผิวสีเขียวสดเพราะจะมีน้ำมันหอมระเหยมากกว่ามะนาวลูกสีออกเหลือง

2. ผิวมะนาวต้องตึง และบาง

3. ถ้าเลือกลูกมะนาวสีเหลือง จะเป็นผลเก่าหรือที่ถือเก็บไว้นานแล้ว และถึงจะมีน้ำมะนาวมากแต่จะไม่ค่อยมีกลิ่นหอมของมะนาว

ข้อควรระวังการใช้มะนาว

แม้มะนาวจะมีประโยชน์มากมายหลายด้าน แต่การใช้ที่ผิดวิธีก็อาจทำให้เกิดโทษมากกว่าประโยชน์ โดยเฉพาะการหลงเชื่อข้อมูลเกี่ยวกับการใช้รักษาโรคต่าง ๆ ที่ยังไม่มีหลักฐานรองรับความเชื่อผิด ๆ เกี่ยวกับการใช้น้ำมะนาวที่ไม่ควรปฏิบัติตามเป็นอย่างยิ่ง ได้แก่

1. แก้พิษงู พิษงูมีหลายประเภท และส่งผลต่อระบบในร่างกายแตกต่างกันไป แต่ไม่มีพิษชนิดไหนที่เล่นเข้าสู่กระเพาะอาหาร แน่แน่นอนว่าการกินน้ำมะนาวจึงไม่สามารถช่วยแก้พิษงูได้

2. ใช้หยอดตา รักษาต้อ นอกจากจะไม่ช่วยให้อาการต้อดีขึ้นแล้ว ยังอาจทำให้กระจกตาเสียหาย และเสี่ยงตาบอดได้

3. ใช้ป้องกันบาดทะยัก เมื่อตะปูตำหรือถูกบาดจากของมีคม ควรรีบล้างทำความสะอาดแผลด้วยสบู่และน้ำสะอาด เพื่อป้องกันการติดเชื้อบาดทะยัก ไม่ควรใช้น้ำมะนาวหยดลงบนแผล เพราะไม่ได้ช่วยฆ่าเชื้อ และหากน้ำมะนาวสกปรกก็อาจยิ่งทำให้เสี่ยงติดเชื้อมากกว่าเดิม

4. ใช้กับแผ่นน้ำร้อนลวกไฟไหม้ ด้วยฤทธิ์ที่เป็นกรด อาจกัดกร่อนแผลจนเปื่อยและทำให้รู้สึกแสบได้

องค์ประกอบทางเคมี

น้ำจากผลมีกรด citric acid, malic acid, ascorbic acid, ผิวมะนาวมีน้ำมันหอมระเหยที่มาจากกลิ่นผิวผล ร้อยละ 0.3-0.4 ประกอบด้วยสารต่าง ๆ ได้แก่ d-limonene (42-64%), alpha-berpineol (6.81%), bergamotene ผสมกับ terpinen-4-ol (3%), alpha-pinene (1.69%), geraniol (0.31%), linalool, terpineol, camphene, bergapten (furanocoumarin)

เมล็ดมะนาว พบองค์ประกอบทางเคมี ได้แก่ limonin, limonexic acid, isolimonexic acid, β -sitosterol glucoside, limonin glucoside

2.4 เปลือกส้ม



รูปที่ 2.4 เปลือกส้ม

<http://tkpm.go.th>

ชื่อทั่วไป : เปลือกส้ม

ชื่อสามัญ : Orange Peel

ลักษณะของเปลือกส้ม

เปลือกส้มมีลักษณะ หนา บาง แล้วแต่ขนาดและสายพันธุ์ของส้มแต่ละชนิด ส้มบางผลมีผิวเกลี้ยงบางใสเต่งตึง หรือผลมีจุดดำในผิวที่เรียกว่าขี้มด

เปลือกส้ม เป็นเปลือกผลไม้ชนิดหนึ่งที่มีประโยชน์มากมายตั้งแต่สมัยโบราณ สามารถใช้ปรุงเป็นยาได้ยู่ง ใช้ทำเป็นเครื่องหอม หรือใช้ทำอาหารได้ เช่น เปลือกส้มแช่อิ่ม หรือเปลือกส้มเค็ม ที่นิยมรับประทานกันจนถึงทุกวันนี้ และเปลือกส้มยังมิประโยชน์สามารถใช้อยู่ในบ้านเราได้มากมายอีกด้วย นอกจากนี้ส้มยังเป็นผลไม้ที่หากินได้แทบทุกฤดู และยังเป็นผลไม้รสชาดิหวาน หอม นำมาทำเมนูเครื่องดื่ม ขนมหวาน หรือจะกินเป็นผลไม้ให้ความสดชื่นก็ได้

ประโยชน์ของเปลือกส้ม

ประโยชน์จากเปลือกส้มในด้านร่างกาย

1. บำรุงสุขภาพฟันและกระดูก จากผลการศึกษาของ Purdue University พบว่า ในเปลือกส้มประมาณ 100 กรัมจะมีปริมาณแคลเซียมสูงถึง 161 มิลลิกรัม แร่ธาตุที่ช่วยบำรุงกระดูกและฟันได้ดี

2. คลายเครียด กลิ่นซิตรัสในเปลือกส้ม มีคุณสมบัติเด่นในเรื่องของการช่วยผ่อนคลายระบบประสาทของร่างกายได้ เพียงแค่นำเปลือกส้มมาคั้นให้น้ำมันหอมระเหยในเปลือกส้มไหลออกมา จากนั้นจะนำมาสูดดมเพิ่มความสดชื่น หรือนำมานวดแก้ปวดเมื่อยตามร่างกายก็ได้

3. ช่วยให้นอนหลับ กลิ่นซิตรัสจากน้ำมันหอมระเหยในเปลือกส้ม มีผลต่อการทำงานของระบบประสาทและสมอง ซึ่งจะมีฤทธิ์คล้ายกับยากล่อมประสาท ช่วยให้สมองรู้สึกผ่อนคลายและนอนหลับได้ง่ายมากยิ่งขึ้น

4. บำรุงสายตา ในเปลือกส้มมีสารเบต้าแคโรทีนและวิตามินเอ เป็นสารอาหารที่ช่วยบำรุงสายตาได้ดี ดูแลและบำรุงสายตาและป้องกันปัญหาเกี่ยวกับประสาทตา

5. ช่วยรักษาสิว ผิวอักเสบ น้ำมันหอมระเหยหลายชนิด ทั้งซิตรัล (citral) เจอรานิอล (geraniol) และไลนาโลอล (linalool) ในเปลือกส้ม มีคุณสมบัติเด่นในการทำมาความสะอาด โดยเฉพาะกับผิวหนังที่เป็นสิว หรือมีสิวอักเสบเนื่องจากสิ่งสกปรก ให้ล้างเปลือกส้มให้สะอาด จากนั้นนำเปลือกส้มไปบดละเอียด ผสมน้ำต้มสุกเล็กน้อยแล้วนำมาแต้มสิว หรือพอกผิวที่เกิดการอักเสบ นาน 20-30 นาที แล้วล้างออก อาการอักเสบบนผิวหนังจะบรรเทาลงได้

6. แก่กรดไหลย้อน ผลการศึกษาจาก University of Michigan Health System เผยว่า หากนำเปลือกส้มตากแห้งประมาณ 1-2 กรัม มาต้มกับน้ำ 3 ถ้วยตวง แล้วจิบเป็นชาเปลือกส้ม จะช่วยแก้อาการอาหารไม่ย่อย หรือแก่กรดไหลย้อนได้ เนื่องจากเปลือกส้มมีสารโพลีแซคคาไรด์ ชนิดไม่ละลายน้ำ ที่สามารถกระตุ้นการย่อยอาหาร อีกทั้งยังมีสารแทนนิน และเฮมิ-เซลล์ลูโลส โมเลกุลคาร์โบไฮเดรตชนิดหนึ่ง ซึ่งมีคุณสมบัติลดกรดเกินในกระเพาะอาหาร ช่วยชะลอการย่อยอาหารให้เป็นไปอย่างราบรื่น ลดความเสี่ยงของอาการท้องอืดได้ดีด้วย

7. ด้านเซลล์มะเร็ง เบต้าแคโรทีน สารต้านอนุมูลอิสระในเปลือกส้ม สามารถเปลี่ยนเป็นวิตามินเอที่ช่วยกระตุ้นการทำงานของระบบภูมิคุ้มกันได้ สามารถป้องกันการกลายพันธุ์ของเซลล์ในร่างกาย หรืออธิบายง่ายๆ ก็คือปกป้องเซลล์จากการถูกทำลาย ลดความเสี่ยงที่เซลล์ในร่างกายจะกลายเป็นเซลล์มะเร็ง

8. เปลือกส้มสามารถละลายคอเลสเตอรอลและไตรกลีเซอไรด์ ซึ่งหมายความว่าเปลือกส้มมีประโยชน์ต่อคนอ้วนที่มีระดับคอเลสเตอรอลสูง และมีฟลาโวนอยด์หรือที่รู้จักกันว่าเฮสเพอริดีนซึ่งสามารถต้านโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่และโรคมะเร็งตับ

ประโยชน์จากเปลือกส้มในการนำมาใช้ดัดแปลง

1. ฟองน้ำเปลือกส้ม นำเปลือกส้มมาใช้แทนฟองน้ำโดยการนำมาเช็ดถูเตาทำอาหารหรืออ่างล้างจานที่มีคราบมันและคราบสกปรกจากอาหาร แล้วล้างทำความสะอาดด้วยน้ำเปล่า เตาทำอาหารและอ่างล้างจานก็จะไม่มันและยังเงางามอีกด้วย

2. ดับกลิ่นถังขยะ วางเปลือกส้มที่ยังไม่แห้งลงในถังขยะ เพราะกรดและกลิ่นของเปลือกส้มจะช่วยกำจัดเชื้อโรค ดับกลิ่นเหม็นและเพิ่มกลิ่นหอมสดชื่นอีกด้วย

3. ดับกลิ่นรองเท้า นำเปลือกส้มที่แห้งแล้วมาฉีกเป็นชิ้นเล็ก ๆ แล้วนำไปใส่ในถุงผ้าขนาดเล็กที่มีลักษณะค่อนข้างโปร่ง ซึ่งจะช่วยให้กลิ่นของเปลือกส้มระบายออกมาได้ จากนั้นนำถุงผ้าไปใส่ไว้ในรองเท้า เพราะกลิ่นหอมจากเปลือกส้มจะช่วยดูดซับกลิ่น ทำให้อาการเท้าไม่มีกลิ่นเหม็นอับ

4. ดับกลิ่นตู้เสื้อผ้า หากตู้เสื้อผ้าของคุณเริ่มจะเก่า มีกลิ่น นำเปลือกส้มใส่ในถุงน่องเก่าแล้วนำไปใส่ตู้เสื้อผ้าตรงไหนก็ได้ และเพื่อให้ตู้เสื้อผ้ามีกลิ่นที่สดใหม่เสมอ ควรนำเปลือกส้มที่แห้งออกมาทิ้งเสมอ

5. เปลือกส้มทากันยุง ไล่แมลง นำเปลือกส้มสดมาถูบริเวณแขนและขา หรือจุดที่ยุงกัด เพราะเมื่อยุงได้กลิ่นส้มก็จะบินหนีไป หรือวางเปลือกส้มโดยหงายเอาด้านที่เป็นเนื้อส้มขึ้น บริเวณที่มีแมลง มด หรือยุงมารบกวน ก็จะทำให้แมลงไม่มาสนใจ

6. ควั่นไฟไล่ยุง นำเปลือกส้มไปตากแดด 2-3 ครั้งจนแห้ง แล้วฉีกเป็นชิ้นเล็ก ๆ จากนั้นจึงนำมาสูบไฟ เพื่อให้เกิดควันเข้าไปในบ้านช่วยให้ยุงไม่มารบกวน

7. สเปรย์ทำความสะอาดอเนกประสงค์ ผสมเบกกิ้งโซดา 1 ส่วน กับน้ำสะอาด 3 ส่วน จากนั้นนำผลส้มลงไปล้าง 1 รอบ ปอกเปลือกส้มใส่ขวดโหลจนแน่นและเติมน้ำส้มสายชูลงไปหมักทิ้งไว้ในบริเวณที่มีอุณหภูมิเย็น 1 เดือน เมื่อครบกำหนดให้เขย่าขวดโหลแรงๆ สักพัก ใช้กระชอนกรองเอาแต่น้ำ ผสมกับน้ำสะอาดในอัตราส่วน 50 ต่อ 50 สุดท้ายนำส่วนผสมที่ได้เทใส่ขวดสเปรย์ ฉีดทำความสะอาดบริเวณที่มีคราบสกปรก โดยอาจจะเติมน้ำมันหอมระเหยลงไปได้ตามใจชอบ

8. เทียนเปลือกส้ม โดยผ่าส้มครึ่งผลแล้วควั่นเอาเนื้อส้มออกให้เหลือแต่แกนที่โผล่ขึ้นมาบริเวณกึ่งของเปลือกส้ม เติมน้ำมันพืชลงไปเล็กน้อยไม่ให้ท่วมแกนของผลส้ม แล้วจุดไฟบริเวณ

แกนของผลส้ม เทียนจากเปลือกส้มนี้สามารถอยู่ได้นานหลายชั่วโมงและยังเพิ่มความเก๋ให้กับบ้านอีกด้วย

9. ถนอมน้ำตาลทรายแดง หั่นเปลือกส้มที่ยังไม่แห้งเป็นชิ้นเล็ก ๆ ประมาณ 1-2 ชิ้น แล้วนำไปใส่ลงในขวดน้ำตาลทราย เปลือกส้มจะช่วยให้น้ำตาลทรายไม่จับตัวเป็นก้อนแข็งแล้วสามารถหยิบมาใช้ได้ง่ายขึ้นอีกด้วย

10. จัดเงาวัตถุแสดงแสง เพียงคุณใช้เปลือกส้ม ถูกับสิ่งที่เป็นแสงแสดง เช่น ช้อน จาน ชาม หรือจะนำเปลือกส้มแช่น้ำ แล้วผสมเกลือเล็กน้อย จากนั้น แช่เครื่องแสดงแสงลงไป จะเงาแวบในทันที

11. กำจัดคราบชา กาแฟ เปลือกส้มสามารถกำจัดคราบชา กาแฟได้ เพียงใส่ลงไปภาชนะที่เป็นคราบกาแฟ แล้วใส่น้ำร้อนลงไป ทิ้งไว้ 120 นาทีแล้วเทน้ำร้อนออกก็สามารถทำให้คราบชา กาแฟหายไป

12. ไล่แมลงกลิ่นของเปลือกส้มสามารถไล่แมลงได้ เพราะว่ากลิ่นค่อนข้างฉุน ดังนั้นสามารถนำเปลือกส้ม ไปวางตามขอบประตูขอบหน้าต่าง หรือตู้กับข้าว มดก็จะไม่มาทวงใจ

สรรพคุณของเปลือกส้ม

สรรพคุณทางยาของเปลือกส้ม

เปลือกส้มซึ่งมีรสขมจะช่วยในการย่อยอาหาร ช่วยกำจัดแก๊สในช่องท้อง บรรเทาอาการปวดท้อง คลื่นไส้ อาเจียนและเรอเหม็นเปรี้ยว อีกทั้งยังช่วยกระตุ้นความอยากอาหารด้วย ขณะที่ผงเปลือกส้มจะช่วยละลายเสมหะในระบบทางเดินหายใจ บรรเทาอาการไอ และโรคหอบหืด เป็นต้น น้ำมันหอมระเหยจากเปลือกส้มมีคุณสมบัติด้านจุลินทรีย์และแก้อักเสบ ลดกรดในกระเพาะอาหาร และลำไส้ รักษาการเคลื่อนที่ของลำไส้ และส่งเสริมการทำงานของตับด้วย นอกจากนี้เปลือกส้มยังสามารถละลายคอเลสเตอรอลและไตรกลีเซอไรด์ ซึ่งหมายความว่าเปลือกส้มมีประโยชน์ต่อคนอ้วนที่มีระดับคอเลสเตอรอลสูง และมีฟลาโวนอยด์หรือที่รู้จักกันดีว่าเฮสเพอริดินซึ่งสามารถต้านโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่และโรคกระดูกพรุน ยังไม่หมดเพียงแค่นี้ น้ำมันหอมระเหยจากเปลือกส้มยังทำหน้าที่คล้ายกับยากดภูมิประสาทช่วยให้สมองผ่อนคลายและนอนหลับได้ดียิ่งขึ้น

สรรพคุณด้านความงามของเปลือกส้ม

1. เปลือกส้มจะช่วยปรับสมดุลให้แกผิว ทำให้ผิวเนียนนุ่ม และเหมาะกับผิวมันเป็นพิเศษ
2. เปลือกส้มแห้งซึ่งเป็นตัวขัดผิวโดยธรรมชาติจะช่วยขจัดเซลล์ผิวที่ตายแล้ว รวมทั้งขจัดผิวเสี้ยนออกไปอย่างนุ่มนวลและช่วยทำให้ผิวกระจ่างใส
3. เปลือกส้มจะช่วยลดรอยฝ้า กระ และจุดด่างดำ

สรรพคุณด้านอาหาร

ช่วยเพิ่มรสชาติและกลิ่นของอาหาร อีกทั้งยังช่วยลดความชื้นจากน้ำตาล ขนมหวานที่ทำจากเปลือกส้มจะช่วยกระตุ้นรสชาติและเพิ่มความอยากอาหาร นอกจากนี้วิตามินซีในเปลือกส้มจะช่วยป้องกันการเกิดโรคมามากมาย

คำแนะนำ

วิธีการทานเปลือกส้มที่ง่ายที่สุด คือการนำเปลือกส้มไปย่างจนสุก จะทำให้เปลือกมีกลิ่นหอม รสขมก็ลดลง ทำให้กินง่ายขึ้นหรือหากจะนำเปลือกมาหั่นให้เป็นชิ้นเล็ก ๆ ผสมกับน้ำ สลัดราดกินพร้อมอาหารจานโปรดอื่น ๆ ก็ได้เช่นกัน หรือนำเปลือกส้มไปเชื่อมหรือตากแห้งแล้วทำเป็นบ๊วยเปลือกส้มก็จะได้ประโยชน์ไม่ต่างกัน

2.5 เอทิลแอลกอฮอล์



รูปที่ 2.5 เอทิลแอลกอฮอล์
ที่มา : <https://buytropicalife.com>

- ชื่อทั่วไป : เอทิลแอลกอฮอล์ หรือ เอทานอล
- ชื่อสามัญ : Ethanol , Ethyl Alcohol
- ชื่อวิทยาศาสตร์ : Ethanol , Ethyl Alcohol
- ชื่ออื่น : Ethyl alcohol , Grain Alcohol , Pure Alcohol , Hydroxyethane , Drinking Alcohol , Ethyl Hydrate

ลักษณะของเอทิลแอลกอฮอล์

ประสงค์สม ปุณยอุปพัทธ์ (2561) ได้กล่าวว่าเอทิลแอลกอฮอล์ หรือ เอทานอล มีสูตรเคมีคือ C_2H_5OH เป็นของเหลวไม่มีสี ระเหยได้ไวไฟสูง สามารถละลายน้ำได้ เป็นแอลกอฮอล์ที่ได้จากการหมักพืชผลทางการเกษตร เช่น อ้อย มันสำปะหลัง ข้าวโพด แอลกอฮอล์ชนิดนี้กินได้ นิยมนำมาใช้ทำเป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ เหล้า ไวน์ และเบียร์ ยาสำหรับเช็ดทำความสะอาดแผล ใช้ในการผลิตเครื่องสำอาง ใช้เป็นน้ำมันเชื้อเพลิง เป็นต้น ความเป็นพิษต่อร่างกาย คือ โรคพิษสุราเรื้อรังและตับอักเสบ เป็นอาการพิษของผู้เสพสุราเป็นระยะเวลานาน นั่นคือ อาการพิษเรื้อรังที่เกิดจากเอทานอล แต่พิษเฉียบพลันที่เกิดจากการกินเข้าไปมาก ๆ ในครั้งเดียวก็คืออาการเมานั้นเอง แต่ทั้งนี้แม้ว่าเอทานอลจะกินได้ ก็ใช่ว่าจะนำเอทานอลในน้ำยาล้างแผลมาดื่มแทนเหล้าได้ เพราะในน้ำยาล้างแผลจะมีการใส่สีไว้เพื่อป้องกันการนำไปรับประทาน

วัตถุดิบที่ใช้ผลิตเอทิลแอลกอฮอล์ เอทิลแอลกอฮอล์ ผลิตได้จากวัตถุดิบที่เป็นคาร์โบไฮเดรตทุกชนิด ตั้งแต่คาร์โบไฮเดรตที่อยู่ในรูปของเซลลูโลส แป้ง สตาร์ช และน้ำตาล โดยทั่วไปวัตถุดิบที่ใช้ผลิตเอทานอลได้จากพืช 2 ประเภท

1. พืชที่ให้น้ำตาล ได้แก่ อ้อย และข้าวฟ่างหวาน
2. พืชที่ให้แป้ง เช่น พืชหัว ได้แก่ มันสำปะหลัง มันเทศ มันฝรั่ง และเมล็ดธัญพืช เช่น ข้าวสาลี ข้าวบาร์เลย์ ข้าวโพด

การผลิตเอทานอล แป้งต้องใช้เอนไซม์อะไมเลส 2 ชนิด คือ แอลฟา-อะไมเลส และกลูโคอะไมเลส เพื่อมาย่อยแป้งให้มีโมเลกุลเล็กลงเป็น hydrolysed starch จากนั้นเข้าสู่กระบวนการหมักโดยยีสต์ จะเปลี่ยนน้ำตาลให้เป็นเอทานอล และกระบวนการสุดท้าย คือ การกลั่นแยกเอทานอลบริสุทธิ์ออกมา

ประโยชน์ของเอทิลแอลกอฮอล์

1. ใช้เป็นสารตั้งต้นหรือตัวทำละลาย เช่น การผลิตเครื่องสำอาง ยา น้ำหอม เป็นต้น
2. ใช้ผสมในเชื้อเพลิงเพื่อเพิ่มค่าออกเทน และลดปริมาณเชื้อเพลิงบางชนิด เช่น น้ำมันแก๊สโซฮอล์ E10 (แอลกอฮอล์ 1 ส่วน น้ำมันเบนซิน 9 ส่วน) E20 (แอลกอฮอล์ 2 ส่วน น้ำมันเบนซิน 8 ส่วน)
3. เป็นส่วนผสมของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่าง ๆ
4. ใช้สำหรับการฆ่าเชื้อหรือล้างแผล เช่น แอลกอฮอล์ 75%
5. ใช้สำหรับการทำความสะอาด และฆ่าเชื้อในส่วนผสมของน้ำยาฆ่าเชื้อ

6. ใช้เป็นตัวทำละลายในการผลิตน้ำหอมและยา

ข้อควรระวัง

1. ควรเก็บในภาชนะที่บรรจุที่ปิดฝาปิดมิดชิด
2. ควรเก็บให้พ้นมือเด็ก
3. ไม่ควรสูดดมหรือกลืนกิน
4. เป็นวัตถุไวไฟ ควรเก็บให้ห่างจากแหล่งติดไฟ

5. โทษต่อร่างกาย สามารถที่จะดูดซึมเข้าสู่ร่างกายได้อย่างรวดเร็วกระจายผ่านกระแสโลหิต ยิ่งช่วงที่ท้องว่างด้วยแล้วจะดูดซึมผ่านกระเพาะอาหารและลำไส้ได้เร็วมาก ถ้ามี 30 มิลลิกรัมต่อเลือด 100 มิลลิตรจะทำให้มีน้ ถ้ามากกว่านี้ ม่านตาขยาย ความคุมการทรงตัวลำบาก ความคุมกล้ามเนื้อของร่างกายได้ช้าลง หากได้รับมากไปจะทำการกดประสาทอย่างรุนแรงทำให้เสียชีวิตได้ หากในท้องมีอาหารพวกโปรตีนหรือไขมัน จะทำให้การดูดซึมช้าลง

6. อันตรายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน แพทย์มักจะสั่งห้ามโดยเด็ดขาดเพราะจะทำให้ลดระดับน้ำตาลในเลือด หากดื่มเข้าไปจะทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดลดต่ำลงมาก อาจจะทำให้หมดสติ เสียชีวิตได้ และสุรานี้จะไปทำปฏิกิริยากายบางตัวทำให้เป็นผลเสียต่อร่างกายได้เช่นกัน หากเป็นโรคติดสุราเรื้อรังเนื่องจากดื่มประจำจนติด หากไม่ได้ดื่มวันไหนก็จะหงุดหงิด สามารถเป็นอันตรายในระยะยาวได้ซึ่งมีการพบว่าทำให้เกิดโรค ตับแข็ง โรคหัวใจ ส่งผลต่อระบบประสาทที่สำคัญไปกว่านั้น เมื่อรับเข้าไปในร่างกายทำให้ความสามารถในการขับขี้นานะลดลง ทำให้เกิดอุบัติเหตุขึ้นบ่อยครั้งสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สิน และมีสถิติระบุว่าอุบัติเหตุส่วนใหญ่มักเกิดจากการดื่มสุรา ซึ่งมีกฎหมายกำหนดโทษไว้รุนแรง จึงไม่ควรดื่มบ่อยหรือเอะเอนไปที่สำคัญดื่มต้องไม่ขับ

2.6 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

เจลล้างมือจากสมุนไพร การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิธีการผลิตเจลล้างมือจากสมุนไพรในท้องถิ่น เพื่อป้องกันและลดอัตราการเกิดโรคอันเนื่องมาจากเชื้อโรคที่แพร่ผ่านการสัมผัส เพื่อสร้างรายได้ให้กับประชาชน จากการทำโครงการครั้งนี้ทำให้คณะผู้จัดทำได้เรียนรู้เกี่ยวกับขั้นตอนการผลิตเจลล้างมือได้อย่างถูกต้อง และสามารถนำเอาสมุนไพรที่มีในท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้ในผลิตภัณฑ์ซึ่งก่อให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ ๆ และได้ผลิตภัณฑ์ที่มีกลิ่นและสีที่มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น

ชลลดา เข้มอุทา, ญัฐธินิชา บุญชาน, ดำรง ปูนหางค์, ทักษิณ คะสาราช, รัชฎญลักษณ์ บุญชาญ, ชีระวุฒิ บุตรสุวรรณ (2557) ได้ศึกษาเรื่อง เจดล้างมือจากว่านหางจระเข้ การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อทำเจดล้างมือโดยใช้สารเคมีในปริมาณที่น้อยที่สุด และเพื่อลดอัตราการสะสมของสารเคมีจากเจดล้างมือที่จะไปสะสมในร่างกาย ผลการวิจัยพบว่า เจดล้างมือที่ทำมาจากว่านหางจระเข้นั้นสามารถที่จะต่อต้านเชื้อแบคทีเรียได้ และมีสรรพคุณที่จะช่วยทำให้มือของเราสะอาดทำให้ผิวหนังนุ่มชุ่มชื้นและมีคุณสมบัติคล้ายเจดล้างมือที่มีวางขายอยู่ในท้องตลาด



บทที่ 3

รายละเอียดและการปฏิบัติงาน

3.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ



รูปที่ 3.1 สัญลักษณ์ของ โรงแรมวบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา

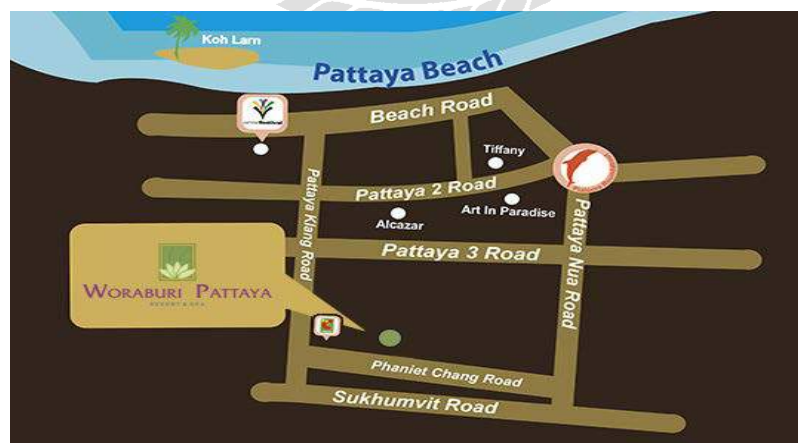
ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

3.1.1 ชื่อสถานประกอบการ

ชื่อโรงแรม	โรงแรมวบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา
เบอร์โทรศัพท์	038-933-500
เว็บไซต์	http://woraburipattaya.com
Facebook	Woraburi Pattaya Resort & Spa

3.1.2 ที่ตั้งของสถานประกอบการ

237/45 หมู่ 9 ถนน เพนียดช้าง อำเภอ บางละมุง ชลบุรี 20150



รูปที่ 3.2 แผนที่โรงแรมวบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา

ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

3.2 ลักษณะการประกอบการ ผลิตภัณฑ์การให้บริการ

เป็นธุรกิจโรงแรมให้บริการห้องพักที่ทันสมัย สะดวกสบาย และเป็นจุดที่เหมาะสมสำหรับนักธุรกิจและนักท่องเที่ยว ตั้งอยู่ในพญาทากลางเพียง 1 ชั่วโมง 25 นาที จากสนามบินสุวรรณภูมิ 120 กิโลเมตร เดินทางได้สะดวกสบายไม่ว่าจะไปยังห้างสรรพสินค้า ร้านสะดวกซื้อ ร้านอาหาร ร้านนวดสปา ชายหาด และสถานที่ที่น่าสนใจอื่น ๆ อีกมากมาย มีห้องพักให้บริการมากกว่า 300 ห้อง และมีให้เลือกถึง 3 Room Type พร้อมทั้งสิ่งอำนวยความสะดวกอีกมากมาย ดังนี้

ห้องพัก



รูปที่ 3.3 Superior Room

ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

1. Superior Room มีขนาด 32 ตร.ม. เป็นห้องพักที่ทันสมัยและสบาย ที่คุณสามารถเพลิดเพลินไปกับวิวสระว่ายน้ำจากกระเบื้องของตัวเอง เหมาะสำหรับผู้ใหญ่ 2 ท่าน ห้องพักเพียบพร้อมไปด้วยสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ที่ทันสมัย



รูปที่ 3.4 Cabana Pool Access Room

ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

2. Cabana Pool Access Room มีขนาดขนาด 32 ตร.ม. ห้องพักที่มีความสะดวกสบายในห้องพัก ที่คุณสามารถพักผ่อนบนระเบียงส่วนตัว และสามารถเดินลงมายังสระว่ายน้ำได้โดย เหมาะสำหรับผู้ใหญ่ 2 ท่าน ห้องพักนี้เป็นห้องอย่างดีเยี่ยมพร้อมไปด้วยสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัย



รูปที่ 3.5 Duplex Family Pool Access

ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

3. Duplex Family Pool Access มีขนาด ขนาด 64 ตร.ม. เป็นห้องพักที่มีสองชั้นและมี 2 ห้องนอน 2 ห้องน้ำ เป็นห้องพักที่มีระเบียงส่วนตัว และสามารถเดินลงมายังสระว่ายน้ำได้โดย เหมาะสำหรับครอบครัวผู้ใหญ่ 4 ท่าน ห้องพักนี้เป็นห้องอย่างดีเยี่ยมพร้อมไปด้วยสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัย

ห้องอาหาร



รูปที่ 3.6 ห้องอาหารสไมล์

ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

ห้องอาหารสไมล์ (Smile Restaurant) ที่ Woraburi Pattaya Resort & Spa ให้บริการอาหารตลอดทั้งวัน พร้อมอาหารนานาชาติและเอเชียจานโปรดที่คัดสรรมาเป็นอย่างดี ในตอนเช้าจะมีบริการอาหารเช้าบุฟเฟต์ เวลา 06.00 – 10.00 หลังจากนั้นจะเป็นอาหารจานเดียวเปิดให้บริการถึง 22.00 น. ร้านอาหารของเราจะทำให้คุณและครอบครัวมีตัวเลือกไม่รู้จบทุกชั่วโมงของวัน



รูปที่ 3.7 ห้องอาหารชิป

ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

ห้องอาหารชิป (Sip Restaurant) เป็นห้องอาหารแบบเปิดโล่ง จะให้บริการเฉพาะมือเช้า เปิดให้บริการเวลา 06.00 – 10.00 น. เท่านั้น มีบริการอาหารเช้าบุฟเฟต์มากมายพร้อมให้คุณได้เลือกสรรกับมือเช้าสุดพิเศษ



รูปที่ 3.8 อาหารเช้า

ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

อาหารเช้าทางโรงแรมจะเป็น American breakfast ซึ่งมีเมนูให้เลือกสรรมากมาย

รูมเซอร์วิส (Room Service)

สั่งอะไรก็ได้ตามใจชอบจากเมนูหลากหลายที่ประกอบด้วยอาหารเรียกน้ำย่อยอาหารจานหลักจากเอเชียอาหารนานาชาติจานโปรดของหวานและเครื่องดื่มสดใหม่ เปิดให้บริการเวลา 10.00 น. ปิดให้บริการเวลา 22.00 น. แต่จะ Last Order ในเวลา 21.30 น.

เมนูอาหารแนะนำ



รูปที่ 3.9 Woraburi Cheese Burger

ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

Woraburi Cheese Burger เป็นแฮมเบอร์เกอร์สูตรของทางโรงแรมเสิร์ฟคู่กับสลัดผักและเฟรนช์ฟรายส์



รูปที่ 3.10 ต้มยำกุ้ง

ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

ต้มยำกุ้ง เป็นเมนูอาหารไทยที่ขึ้นชื่อมาก ต้มยำกุ้งของโรงแรมมิรสาชาติที่เข้มข้น อร่อย กลมกล่อม และมีหน้าตาอาหารที่น่ารักประทาน ไม่แพ้ที่ใด

พูลบาร์ (Pool Bar)



รูปที่ 3.11 พูลบาร์

ที่มา : <http://woraburipattaya.com>

มีบาร์ที่ริมสระว่ายน้ำพร้อมเครื่องดื่มที่สดชื่นนำดื่มตามบริการให้กับแขกผู้เข้าพักเพื่อความเพลิดเพลินไปกับบรรยากาศในขณะที่เล่นน้ำ เปิดให้บริการเวลา 10.00 น. ปิดให้บริการเวลา 20.00 น.

เมนูเครื่องดื่มแนะนำ



รูปที่ 3.12 Blue Kamikaze

ที่มา : <https://www.facebook.com/pg/WoraburiPattayaResortandSpa>

Blue Kamikaze เป็นเครื่องดื่มค็อกเทลที่ได้รับความนิยม มีวอดก้าเป็นส่วนผสมหลัก มีสีส้มที่สดใส



รูปที่ 3.13 Pina Colada

ที่มา : <https://www.traveloka.com>

Pina Colada เป็นเครื่องดื่มค็อกเทลที่ได้รับความนิยมและเป็นเมนูคลาสสิก ที่ใช้น้ำสับปะรดและน้ำกะทิผสมกับเหล้ารัม



รูปที่ 3.14 Mai Tai

ที่มา : <https://www.facebook.com/pg/WoraburiPattayaResortandSpa>

ไหมไทย เป็นอีกหนึ่งเมนูที่ได้รับความนิยม ตัวค็อกเทลมีส่วนผสมของเหล้ารัม กุราโซ่ น้ำ สับปะรด น้ำมะนาว และน้ำเชื่อม

สระว่ายน้ำ (Pool)

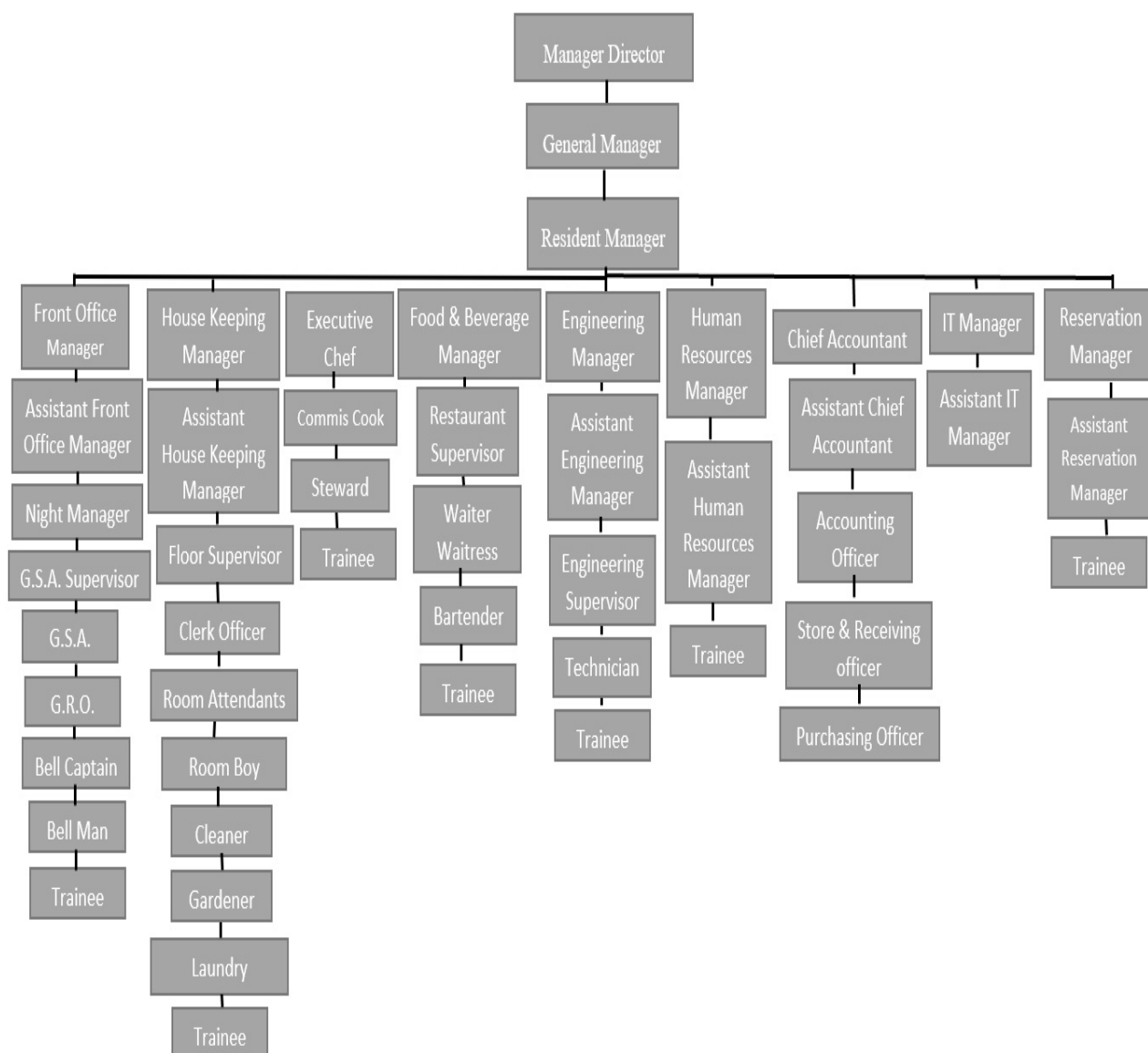


รูปที่ 3.15 สระว่ายน้ำ

ที่มา : <https://www.traveloka.com>

ที่โรงแรมมีสระว่ายน้ำที่ใสและมีขนาดใหญ่ให้แขกที่เข้ามาพักได้เล่นน้ำกันอย่างเพลิดเพลิน นอกจากนี้ยังมีเก้าอี้ให้บริการสำหรับแขกบางท่านที่ต้องการนั่งพักผ่อนหรืออาบแดด ด้วย เปิดให้บริการในเวลา 07.00 น. ถึงเวลา 20.00 น.

3.3 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร



รูปที่ 3.16 แผนผังองค์กร โรงแรมวบุรี พัทยา รีสอร์ทแอนด์สปา

ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

3.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับมอบหมาย

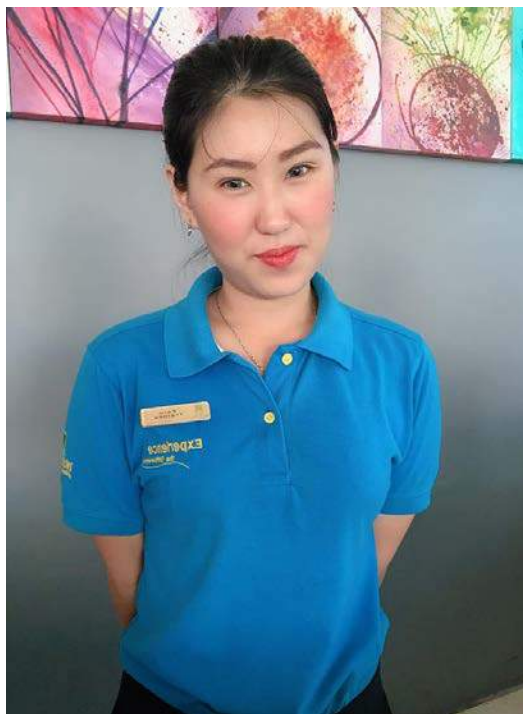


รูปที่ 3.17 นางสาวรัชฎมณ บุษน้ำเพชร
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

ชื่อผู้ปฏิบัติงาน นางสาวรัชฎมณ บุษน้ำเพชร

ลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับมอบหมายมีดังนี้

- ตรวจสอบเอกสารแขกที่จะเช็คอินในแต่ละวันและเขียนใบมัดจำ
- รับ เช็คอิน - เช็คเอาท์ แขก
- นับคีย์การ์ดและทำคีย์การ์ดของแขกที่จะเข้าเช็คอินในแต่ละวัน
- อัปเดตข้อมูลของแขกที่เข้าพัก
- เขียนเงินค้ำมัดจำของแขกที่เช็คอินส่งให้กับแผนกบัญชีพร้อมทั้งเบิกเงินมัดจำของแขกที่จะเช็คอินวันถัดไป
- ส่ง ตม. ของแขกชาวต่างชาติที่เข้าพักกับทางโรงแรม
- รับเรื่องปัญหาของแขกที่เข้าพักพร้อมประสานงานให้กับเจ้าหน้าที่แผนกที่เกี่ยวข้องและให้ความช่วยเหลือแขก



รูปที่ 3.18 นางสาวเบญจพร พุนศรีสวัสดิ์
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

ชื่อผู้ปฏิบัติงาน นางสาวเบญจพร พุนศรีสวัสดิ์

ลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับมอบหมายมีดังนี้

- ตรวจสอบเอกสารแขกที่จะเช็คอินในแต่ละวันและเขียนใบมัดจำ
- รับ เช็คอิน - เช็คเอาท์ แขก
- นับคีย์การ์ดและทำคีย์การ์ดของแขกที่จะเข้าเช็คอินในแต่ละวัน
- อัปเดตข้อมูลของแขกที่เข้าพัก
- เขียนเงินมัดจำของแขกที่เช็คอินส่งให้กับแผนกบัญชีพร้อมทั้งเบิกเงินมัดจำของแขกที่จะเช็คอินวันถัดไป
- ส่ง ตม. ของแขกชาวต่างชาติที่เข้าพักกับทางโรงแรม
- รับเรื่องปัญหาของแขกที่เข้าพักพร้อมประสานงานให้กับเจ้าหน้าที่แผนกที่เกี่ยวข้อง และ ให้ความช่วยเหลือแขก

3.5 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา

ชื่อ-นามสกุล คุณนิษฐกานต์ เจริญ

ตำแหน่ง Front Office Manager



รูปที่ 3.17 ที่ปรึกษา คุณนิษฐกานต์ เจริญ

ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

3.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

วันจันทร์ ที่ 7 มกราคม พ.ศ.2562 ถึง วันจันทร์ ที่ 29 เมษายน พ.ศ. 2562 เป็นเวลาทั้งหมด 16 สัปดาห์ ปฏิบัติงานเป็น 2กะ คือกะเช้าเวลา 07.00 – 16.00 น. และกะบ่ายเวลา 15.00 – 00.00 เป็นเวลา 9 ชั่วโมง

3.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

3.7.1 รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับปัญหา

- ศึกษาข้อมูลจากพนักงานหัวหน้าแผนก Front Office ถึงปัญหาต่าง ๆ ที่สามารถนำมาแก้ไขและสร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้า

3.7.2 กำหนดหัวข้อในการศึกษาทำโครงการ

- ปรึกษากับพนักงานที่เกี่ยวข้องกับการทำเจลล้างมือว่านหางจระเข้
- นำหัวข้อไปนำเสนอและปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษา

3.7.3 ศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลวิธีการทำเจลล้างมือว่านหางจระเข้

3.7.4 วางแผนที่จะปฏิบัติ

- เตรียมอุปกรณ์ในการทำผลิตภัณฑ์

3.7.5 ลงมือปฏิบัติ

3.7.6 วิเคราะห์การทำโครงการ

- จัดทำแบบสอบถามความพึงพอใจในผลิตภัณฑ์เจลล้างมือว่านหางจระเข้จากแขกที่เข้ามาพักในโรงแรมและพนักงานในโรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา

3.7.7 จัดทำเอกสาร โครงการ

- ค้นคว้า รวบรวมข้อมูล จัดทำเป็นรูปเล่มโครงการ

3.7.8 ตรวจสอบและแก้ไข

- นำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความเรียบร้อยและความถูกต้อง และนำมาแก้ไขเมื่อมีข้อผิดพลาด

3.7.9 นำเสนอผลงาน

- เมื่อเล่มโครงการและผลิตภัณฑ์เรียบร้อยแล้วก็ทำการนำเสนอต่อคณะกรรมการอาจารย์ที่ปรึกษา และพนักงานที่ปรึกษา

ขั้นตอนการดำเนินงาน	ม.ค. 62	ก.พ. 62	มี.ค. 62	เม.ย. 62	พ.ค. 62
1. รวบรวมข้อมูล	↔				
2. กำหนดหัวข้อโครงการ		↔			
3. ศึกษาค้นคว้าหาข้อมูล		↔			
4. วางแผนที่จะปฏิบัติ		↔			
5. ลงมือปฏิบัติ			↔		
6. วิเคราะห์การทำโครงการ			↔		
7. จัดทำเอกสารโครงการ				↔	
8. ตรวจสอบและแก้ไข					↔
9. นำเสนอผลงาน					↔

ตารางที่ 3.1 ขั้นตอนการดำเนินงาน

3.8 อุปกรณ์และเครื่องมือที่ใช้

3.8.1 เครื่องคอมพิวเตอร์

3.8.2 กล้องและโทรศัพท์มือถือ (สำหรับถ่ายภาพ)

3.8.3 เว็บไซต์และสื่อออนไลน์ต่าง ๆ

3.8.4 โปรแกรม Microsoft Word, Microsoft PowerPoint

3.8.5 แบบสอบถาม

3.8.6 ข้อมูลจากพนักงานที่ปรึกษา และอาจารย์ที่ปรึกษาโครงการสหกิจศึกษา

บทที่ 4

ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ

โครงการเรื่องเจดีย์ล้างมือว่านหางจระเข้มีวัตถุประสงค์เพื่อตอบสนองความต้องการของแขกที่เข้ามาพักในโรงแรมวรบุรีพญา รีสอร์ทแอนด์สปา และยังเป็นประโยชน์กับแขกที่เข้ามาพักอีกด้วย

4.1 ขั้นตอนและวิธีการทำโครงการ

4.1.1 วัตถุดิบและส่วนผสม

- เครื่องปั่น



รูปที่ 4.1 เครื่องปั่น
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- กะละมัง 2 ใบ



รูปที่ 4.2 กะละมัง
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- มีดและเขียง



รูปที่ 4.3 มีดและเขียง
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- ถ้วยตวง



รูปที่ 4.4 ถ้วยตวง
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- ที่กรอง



รูปที่ 4.5 ที่กรอง
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- ทัพพี



รูปที่ 4.6 ทัพพี
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- กรวย



รูปที่ 4.7 กรวย
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- ขวดบรรจุภัณฑ์



รูปที่ 4.8 ขวดบรรจุภัณฑ์
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- ว่านหางจระเข้ 300 กรัม



รูปที่ 4.9 ว่านหางจระเข้
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- ใบเตย 10 กรัม



รูปที่ 4.10 ใบเตย
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- มะนาว 1 ลูก



รูปที่ 4.11 มะนาว
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- เปลือกส้ม 5 กรัม



รูปที่ 4.12 เปลือกส้ม
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

- เอทิลแอลกอฮอล์ 50 ml.



รูปที่ 4.13 เอทิลแอลกอฮอล์
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

4.1.2 ขั้นตอนในการทำ

1. นำว่านหางจระเข้มาปอกเปลือก



รูปที่ 4.14 นำว่านหางจระเข้มาปอกเปลือก

ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

2. นำใบเตยมาหั่นเป็นท่อน ๆ



รูปที่ 4.15 นำใบเตยมาหั่นเป็นท่อน ๆ

ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

3. นำเปลือกส้มมาหั่นเป็นท่อน ๆ



รูปที่ 4.16 นำเปลือกส้มมาหั่นเป็นท่อน ๆ
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

4. นำมะนาวมาหั่น



รูปที่ 4.17 นำมะนาวมาหั่น
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

5. นำว่านหางจะเข้ ใบเตย และเปลือกส้มใส่ลงไปในเครื่องปั่น



รูปที่ 4.18 นำส่วนผสมใส่เครื่องปั่น
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

6. บีบมะนาวใส่ลงไปเครื่องปั่น



รูปที่ 4.19 บีบมะนาว
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

7. ปั่นส่วนผสมทั้งหมดให้เข้ากัน



รูปที่ 4.20 ปั่นส่วนผสมให้เข้ากัน
ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

8. เมื่อบั่นจนละเอียดแล้วนำมาเทใส่กะละมัง โดยใช้ที่กรองเพื่อไม่ให้เศษลงไปปนกับน้ำ นำมากรองใส่กะละมังอีกครั้งเพื่อความสะอาดให้เศษเหลือน้อยที่สุด



รูปที่ 4.21 เทใส่กะละมัง

ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

9. นำเอทิลแอลกอฮอล์ผสมกับน้ำที่กรองเสร็จแล้ว



รูปที่ 4.22 นำเอทิลแอลกอฮอล์ผสมกับน้ำ

ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

10. นำมารอกใส่ขวดบรรจุภัณฑ์



รูปที่ 4.23 นำมารอกใส่บรรจุภัณฑ์

ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

11. ได้ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือว่านหางจระเข้สำหรับแจกแขก



รูปที่ 4.24 ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือว่านหางจระเข้

ที่มา : คณะผู้จัดทำ 2562

4.2 การคำนวณต้นทุนของเจลล้างมือว่านหางจระเข้

ตารางที่ 4.1 ต้นทุนผลิตเจลล้างมือว่านหางจระเข้

วัตถุดิบ	ปริมาณ	ราคา / หน่วย	ราคา (บาท)
มะนาว	1 ลูก	5 บาท	5
เอทิลแอลกอฮอล์	50 ml	95 บาท / 450 ml	10.6
ว่านหางจระเข้	-	-	-
ไบเทย	-	-	-
เปลือกส้ม	-	-	-
รวม			15.6
ต้นทุน/ขวด			5.2 บาท

หมายเหตุ เครื่องหมาย – เป็นวัตถุดิบที่เหลือใช้จากโรงแรมวรบุรีพญา รีสอร์ทแอนด์สปา

จากตาราง 4.1 พบว่า ต้นทุนในการผลิตเจลล้างมือว่านหางจระเข้อยู่ที่ 15.6 บาทซึ่งทำได้ 3 ขวด โดยเฉลี่ยขวดละ 5.2 บาท ซึ่ง 1 ขวดปริมาณ 250 ml.

ตารางที่ 4.2 ข้อดี และ ข้อเสีย ของเจลล้างมือว่านหางจระเข้

ข้อดี	ข้อเสีย
1. มีความสะดวกสบาย	1. ไม่สะอาดเท่ากับการล้างมือด้วยสบู่และน้ำ
2. สามารถพกไปได้ทุกที่	2. แอลกอฮอล์ไม่สามารถขจัดคราบเปื้อน คราบสกปรกได้ดีเท่าที่ควร

4.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามความพึงพอใจเจลล้างมือว่านหางจระเข้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตารางที่ 4.3 แสดงค่าร้อยละของสถานภาพด้านเพศ

ข้อมูลด้านเพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	14	47
หญิง	16	53
รวม	30	100

จากตารางที่ 4.3 สรุปผลด้านเพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 30 คน มีเพศหญิง มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.33 และเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 46.67

ตารางที่ 4.4 แสดงค่าร้อยละของสถานภาพด้านอายุ

ข้อมูลด้านอายุ	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 20 ปี	2	6.67
อายุ 21 – 30 ปี	9	30
อายุ 31 – 40 ปี	12	40
มากกว่า 40 ปี	7	23.33
รวม	30	100

จากตารางที่ 4.4 สรุปผลด้านอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 30 คน มีช่วงอายุ 31-40 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40 ช่วงอายุ 21-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 30 ช่วงอายุมากกว่า 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 23.33 และช่วงอายุน้อยกว่า 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 6.67 ตามลำดับ

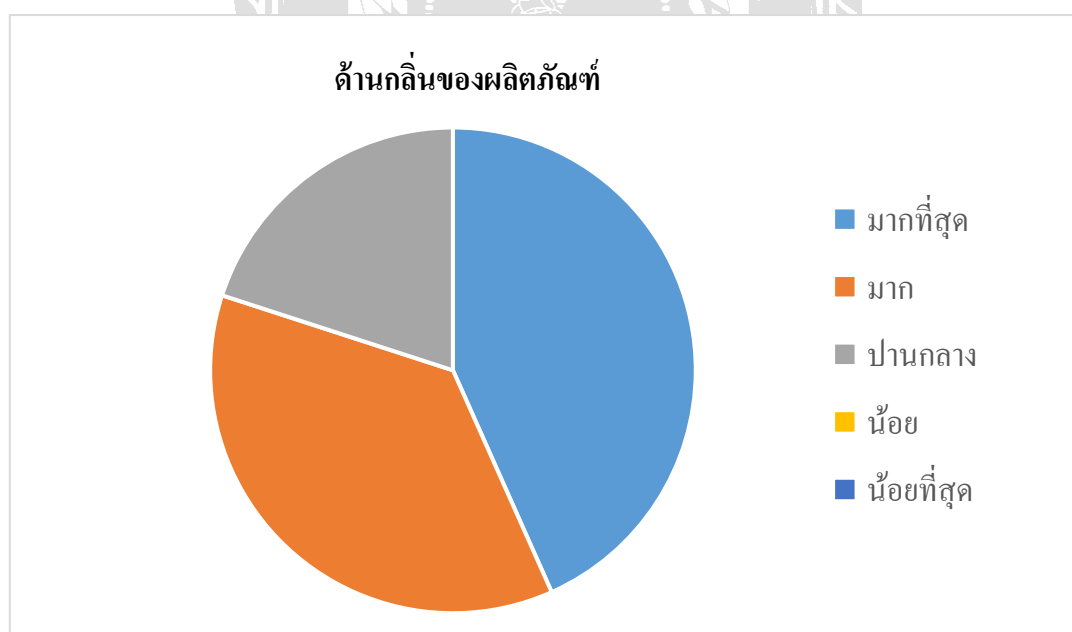
ตารางที่ 4.5 แสดงค่าร้อยละของสถานภาพด้านอาชีพ

ข้อมูลด้านแผนก	จำนวน	ร้อยละ
แขกที่เข้ามาใช้บริการ	15	50
พนักงานแผนกต้อนรับส่วนหน้า	10	33
พนักงานแผนกแม่บ้าน	5	17
รวม	30	100

จากตารางที่ 4.5 สรุปผลด้านอาชีพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 30 คน เป็นแขกที่เข้ามาใช้บริการมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50 พนักงานแผนกต้อนรับส่วนหน้า คิดเป็นร้อยละ 33 และพนักงานแผนกแม่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 17 ตามลำดับ

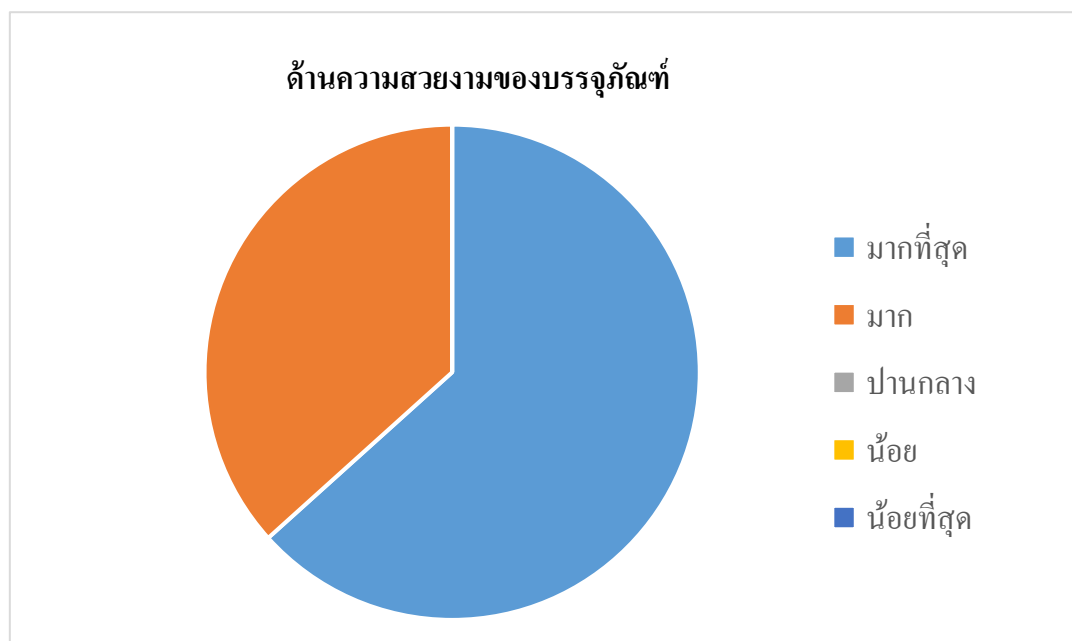
ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจในผลิตภัณฑ์เจลล้างมือว่านหางจระเข้

ด้านกลิ่นผลิตภัณฑ์



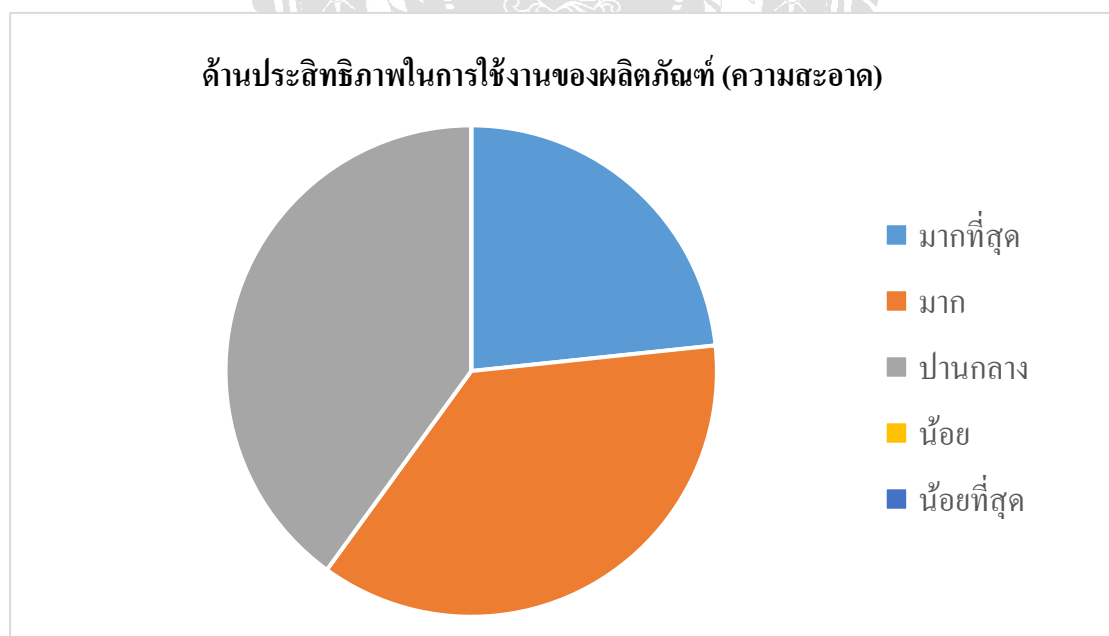
สรุปผลการตอบแบบสอบถามด้านกลิ่นของผลิตภัณฑ์กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คนให้คะแนนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50 มาก คิดเป็นร้อยละ 33 และปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 17

ด้านความสวยงามของบรรจุภัณฑ์



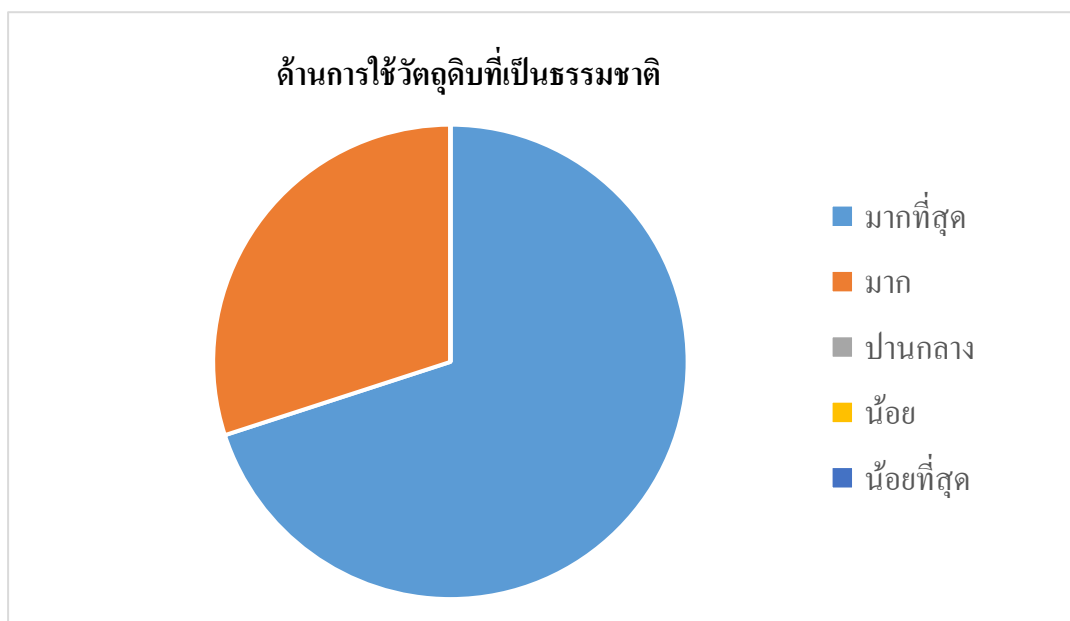
สรุปผลการตอบแบบสอบถามด้านความสวยงามของผลิตภัณฑ์กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ให้คะแนนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 63 และมาก คิดเป็นร้อยละ 37

ด้านประสิทธิภาพในการใช้งานของผลิตภัณฑ์ (ความสะอาด)



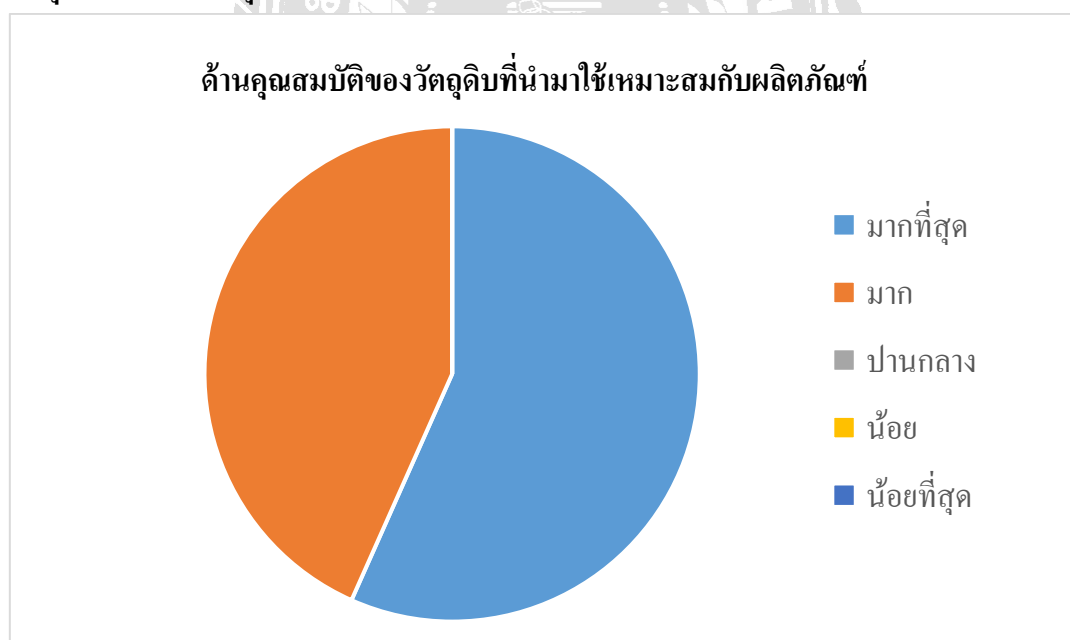
สรุปผลการตอบแบบสอบถามด้านประสิทธิภาพในการใช้งานของผลิตภัณฑ์ (ความสะอาด) กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ให้คะแนนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 23 มาก คิดเป็นร้อยละ 37 และปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40

ด้านการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติ



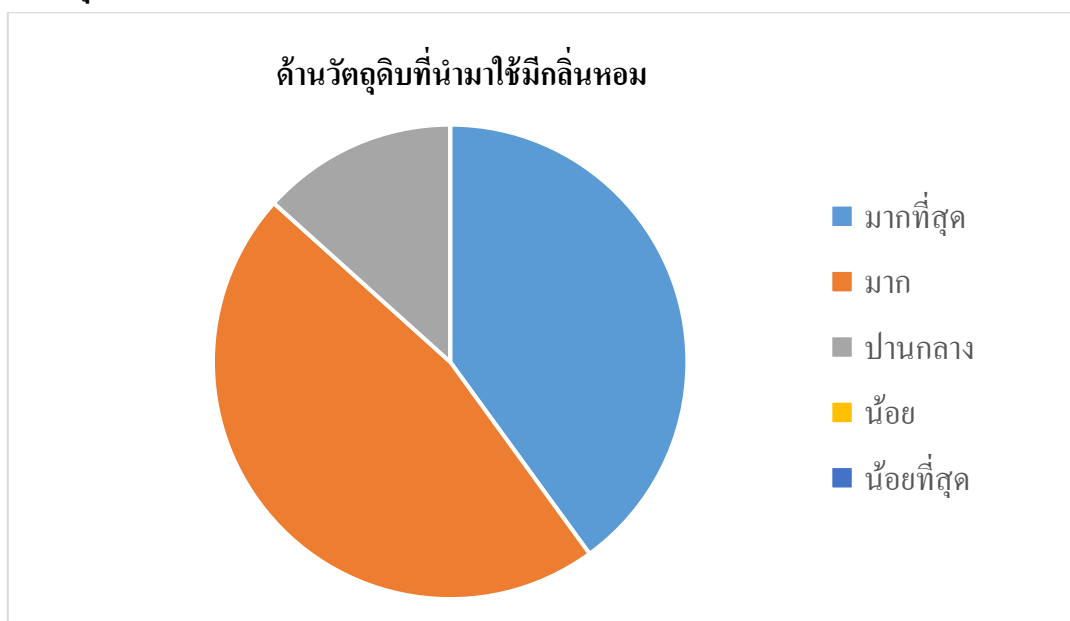
สรุปผลการตอบแบบสอบถามด้านการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ให้คะแนนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 70 และมาก คิดเป็นร้อยละ 30

ด้านคุณสมบัติของวัตถุดิบที่นำมาใช้เหมาะสมกับผลิตภัณฑ์



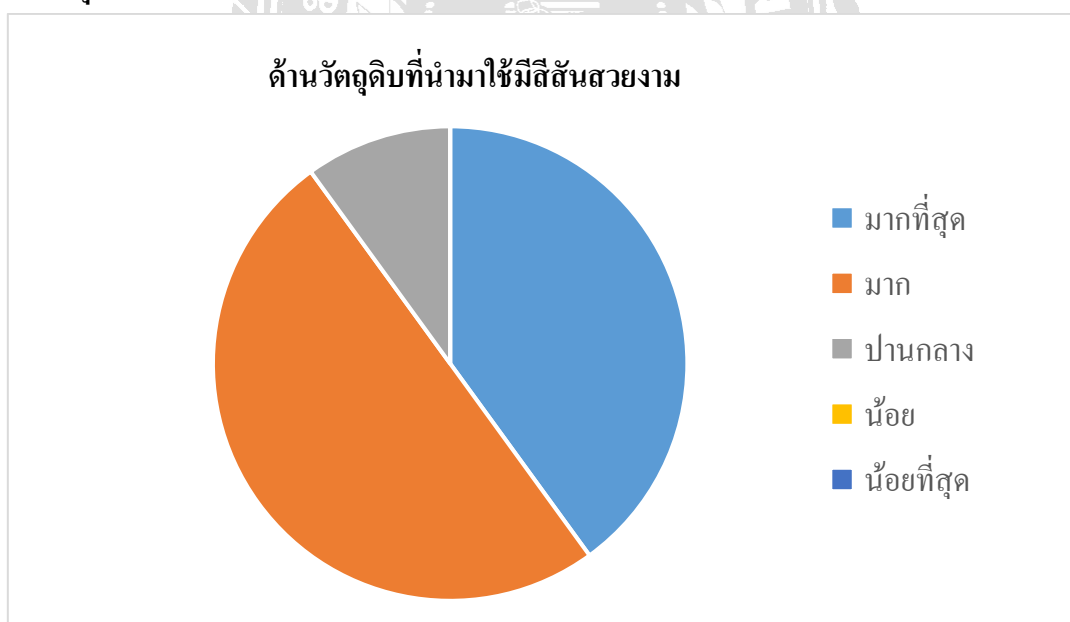
สรุปผลการตอบแบบสอบถามด้านการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ให้คะแนนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57 และมาก คิดเป็นร้อยละ 43

ด้านวัตถุดิบที่นำมาใช้มีกลิ่นหอม



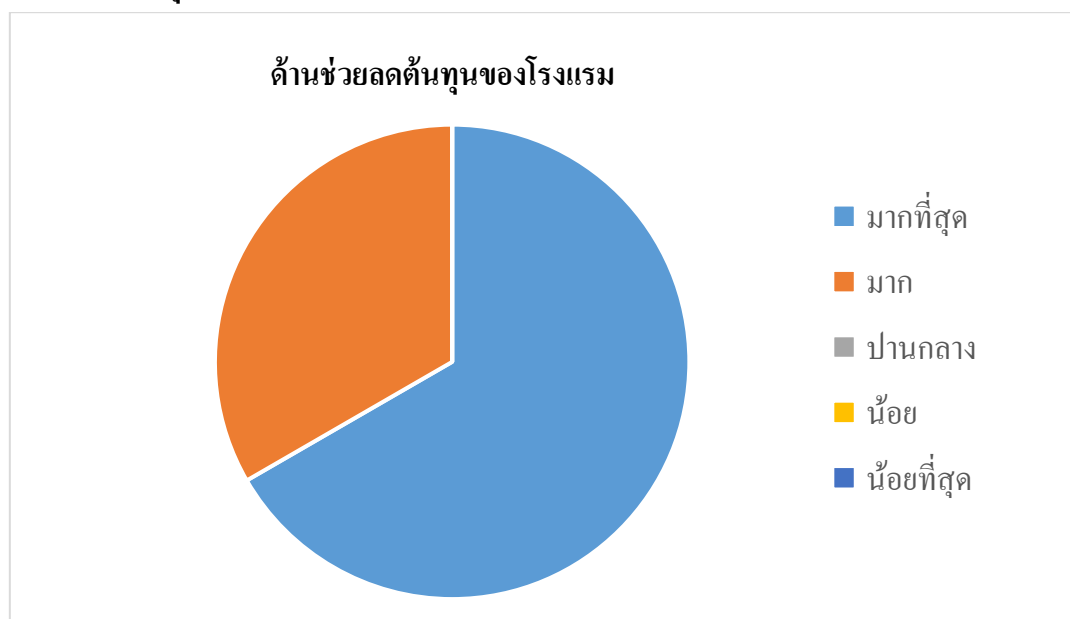
สรุปผลการตอบแบบสอบถามด้านวัตถุดิบที่นำมาใช้มีกลิ่นหอมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ให้คะแนนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40 มาก คิดเป็นร้อยละ 47 และ ปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 13

ด้านวัตถุดิบที่นำมาใช้มีสีสันทสวยงาม



สรุปผลการตอบแบบสอบถามด้านวัตถุดิบที่นำมาใช้มีสีสันทสวยงามกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ให้คะแนนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40 มาก คิดเป็นร้อยละ 50 และ ปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 10

ด้านช่วยลดต้นทุนของโรงแรม



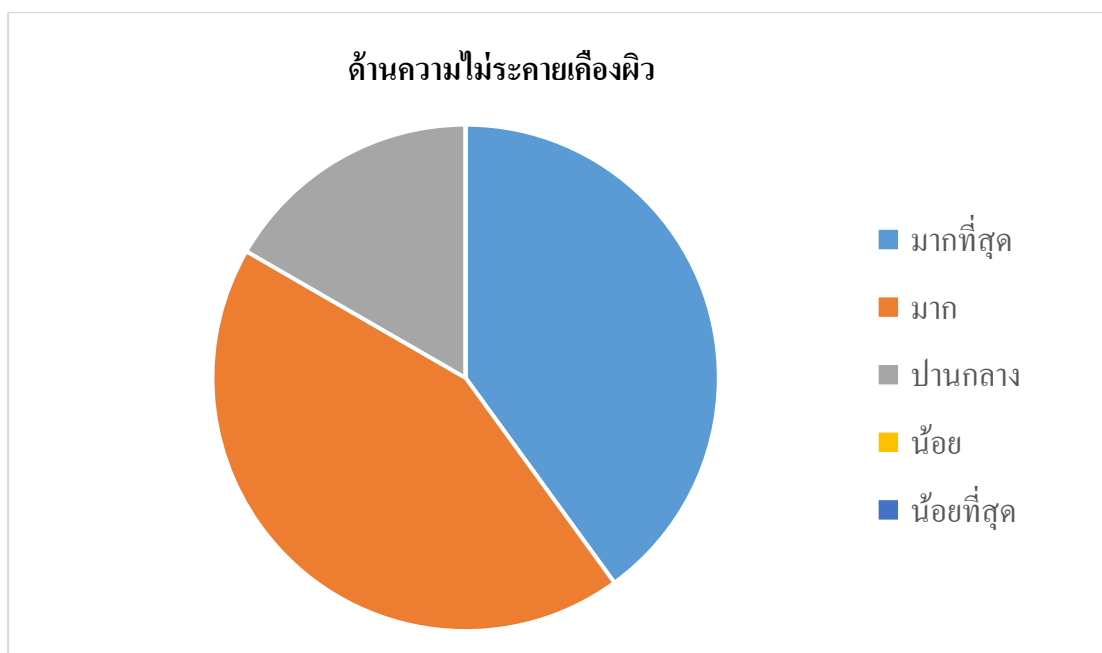
สรุปผลการตอบแบบสอบถามด้านช่วยลดต้นทุนของโรงแรมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ให้คะแนนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67 และมาก คิดเป็นร้อยละ 33

ด้านสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับโรงแรม



สรุปผลการตอบแบบสอบถามด้านช่วยลดต้นทุนของโรงแรมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ให้คะแนนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 80 และมาก คิดเป็นร้อยละ 20

ด้านความไม่ระคายเคืองผิว



สรุปผลการตอบแบบสอบถามด้านไม่ระคายเคืองผิวของผลิตภัณฑ์กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ให้คะแนนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40 มาก คิดเป็นร้อยละ 43 และปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 17

ประเด็นความพึงพอใจ	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความพึงพอใจในด้านผลิตภัณฑ์					
1.1 กลิ่นของผลิตภัณฑ์	13	11	6	-	-
1.2 ความสวยงามของบรรจุภัณฑ์	19	11	-	-	-
1.3 ประสิทธิภาพในการใช้งานของผลิตภัณฑ์ (ความสะอาด)	7	11	12	-	-
2. ความพึงพอใจในวัตถุดิบที่ใช้ทำผลิตภัณฑ์					
2.1 มีการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติ	21	9	-	-	-
2.2 คุณสมบัติของวัตถุดิบที่นำมาใช้ทำเหมาะสมกับผลิตภัณฑ์	17	13	-	-	-
2.3 วัตถุดิบที่นำมาใช้มีกลิ่นหอม	12	14	4	-	-
2.4 วัตถุดิบที่นำมาใช้มีสีสวย	12	15	3	-	-
2.5 ความไม่ระคายเคืองผิว	12	13	5	-	-
3.ลดต้นทุน					
3.1 ช่วยลดต้นทุนของโรงแรม	20	10	-	-	-
4. การเพิ่มมูลค่าของผลิตภัณฑ์					
4.1 สร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับโรงแรม	24	6	-	-	-

ตารางที่ 4.6 แสดงระดับความพึงพอใจที่มีต่อเจดีย์มอว์นหางจระเข้

4.7 ตารางแสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความพึงพอใจเจดล้งมือว่านหางจระเข้

ประเด็นความพึงพอใจ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1. ความพึงพอใจในด้านผลิตภัณฑ์			
1.1 กลิ่นของผลิตภัณฑ์	4.23	0.77	มาก
1.2 ความสวยงามของบรรจุภัณฑ์	4.63	0.49	มากที่สุด
1.3 ประสิทธิภาพในการใช้งานของผลิตภัณฑ์ (ความสะอาด)	3.87	0.82	มาก
2. ความพึงพอใจในวัตถุดิบที่ใช้ทำผลิตภัณฑ์			
2.1 มีการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติ	4.7	0.47	มากที่สุด
2.2 คุณสมบัติของวัตถุดิบที่นำมาใช้ทำเหมาะสมกับผลิตภัณฑ์	4.57	0.50	มากที่สุด
2.3 วัตถุดิบที่นำมาใช้มีกลิ่นหอม	4.27	0.69	มาก
2.4 วัตถุดิบที่นำมาใช้มีสีสวยงาม	4.3	0.65	มาก
2.5 ความไม่ระคายเคืองผิว	4.23	0.73	มาก
3.ลดต้นทุน			
3.1 ช่วยลดต้นทุนของโรงแรม	4.7	0.48	มากที่สุด
4. การเพิ่มมูลค่าของผลิตภัณฑ์			
4.1 สร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับโรงแรม	4.8	0.41	มากที่สุด
ระดับความพึงพอใจโดยรวม	4.43	0.60	มาก

ตารางที่ 4.7 ตารางแสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความพึงพอใจเจดล้งมือว่านหางจระเข้

การประเมินแนวคิดค่าเฉลี่ยตามแนวคิดของ Likert Rating Scale โดยแปลความหมายข้อมูล ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 4.50 – 5.00	หมายถึง	มากที่สุด
คะแนนเฉลี่ย 4.50 – 3.51	หมายถึง	มาก
คะแนนเฉลี่ย 3.50 – 2.51	หมายถึง	ปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 2.50 – 1.51	หมายถึง	น้อย
คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.50	หมายถึง	น้อยที่สุด

ค่าเฉลี่ย (Mean or Average)

เป็นค่าที่คำนวณได้จากการหาผลรวมของค่าข้อมูลทุกจำนวน ที่เก็บรวบรวมได้แล้วหารด้วยจำนวนข้อมูลทั้งหมด ดังสูตรต่อไปนี้

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

$\bar{x}$ คือ ค่าเฉลี่ย
 $\sum x$ คือ ผลบวกของข้อมูลทุกค่า
 n คือ จำนวนข้อมูลทั้งหมด

ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

เป็นค่าที่นิยมใช้วัดการกระจายของข้อมูลที่จัดว่าดีที่สุด และนิยมใช้มากที่สุด ดังสูตรต่อไปนี้

$$S.D. = \sqrt{\frac{(x - \bar{x})^2}{n - 1}}$$

S.D. คือ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 x คือ ข้อมูล (ตัวที่ 1,2,3.....,n)
 $\bar{x}$ คือ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผล ปัญหาพบ การแก้ไข้ปัญหาและข้อเสนอแนะ

5.1.1 สรุปผลโครงการ

จากการที่คณะผู้จัดทำได้ทำเจดล้งมือว่านหางจระเข้ ได้ศึกษาข้อมูลขั้นตอนวิธีการทำเจดล้งมือว่านหางจระเข้นั้นเกิดความสมบูรณ์และเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ นอกจากนี้คณะผู้จัดทำได้ให้กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นแขกที่เข้าพัก 15 คน และพนักงานในโรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา 15 คน ประเมินแบบสอบถามความพึงพอใจจำนวน 30 คน พบว่า

ผลจากการตอบแบบสอบถามในส่วนที่ 1 ประเมินโดยใช้คำร้อยละ ด้านเพศ ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย เป็นเพศหญิง ร้อยละ 53 เป็นเพศชายร้อยละ 47 ด้านอายุ ผู้ตอบแบบสอบถามช่วงอายุ 31-40 ปี มีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนมากเป็นแขกที่เข้ามาใช้บริการมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50

ผลจากการตอบแบบสอบถามในส่วนที่ 2 ประเมินความพึงพอใจของผู้ตอบแบบสอบถามโดยใช้ค่าเฉลี่ย พบว่า

- ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุดในเรื่อง ความสวยงามของบรรจุภัณฑ์ มีการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติ คุณสมบัติของวัตถุดิบที่นำมาใช้ทำเหมาะสมกับผลิตภัณฑ์ ช่วยลดต้นทุนของโรงแรม และสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับโรงแรม
- ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมากในเรื่อง กลิ่นของผลิตภัณฑ์ ประสิทธิภาพในการใช้งานของผลิตภัณฑ์ (ความสะอาด) วัตถุดิบที่นำมาใช้มีกลิ่นหอมวัตถุดิบที่นำมาใช้มีสีที่สวยงาม และความไม่ระคายเคืองผิว

5.1.2 ปัญหาของการทำโครงการ

- คณะผู้จัดทำไม่มีความรู้เกี่ยวกับการทำเจดล้งมือและยังไม่เคยทำเจดล้งมือมาก่อน
- เนื่องจากการทำเจดล้งมือว่านหางจระเข้ต้องใช้เวลาในการทดลองหาสูตรให้ดูแปลกใหม่และน่าสนใจ จึงต้องใช้เวลาพอสมควร
- เพื่อให้ผลิตภัณฑ์มีประสิทธิภาพและสามารถใช้งานได้ ในการทำจึงต้องคำนึงถึงความสะอาด ปลอดภัย ต่อผู้ใช้งาน
- คณะผู้จัดทำเวลาไม่ค่อยตรงกัน เนื่องจากการทำงานมี 2 กะและส่วนมากจะได้เป็นคนละกะ

- ในการประเมินแบบสอบถามซึ่งต้องให้แขกที่เข้าพักประเมินด้วยจึงต้องมีการพูดคุยและขอความช่วยเหลือจากแขก ซึ่งแขกบางท่านก็ไม่ให้ความร่วมมือ และการประเมินจากพนักงานในโรงแรมก็ต้องหาเวลาว่างไปขอความร่วมมือเพราะเป็นเวลาทำงาน ในบางครั้งก็ว่างไม่ตรงกัน
- ในการปฏิบัติงานไม่สามารถนำโทรศัพท์เข้ามาในพื้นที่ได้ จึงทำให้มีรูปภาพประกอบในการทำโครงการน้อย
- ด้วยตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษาทำให้ไม่ค่อยได้มีเวลาปรึกษาหรือพูดคุยกัน

5.1.3 แนวทางการแก้ไข้ปัญหา

- คณะผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลอย่างละเอียดเพื่อให้เกิดความผิดพลาดน้อยที่สุด
- คณะผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพรที่นำมาใช้อย่างละเอียดพร้อมคำนึงถึงวัตถุดิบที่นำมาใช้อย่างคุ้มค่าและเกิดประโยชน์มากที่สุดและไม่เป็นอันตรายต่อผู้บริโภค

5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

5.2.1 ข้อดีของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

- การที่ได้ออกมาปฏิบัติงานในครั้งนี้ทำให้คณะผู้จัดทำได้นำเอาความรู้จากตอนศึกษามาใช้ประโยชน์ได้จริงในวิชาชีพ
- ได้เรียนรู้ถึงชีวิตจริงของการทำงานและปฏิบัติงานจริงในชีวิตประจำวัน
- ได้รู้จักการทำงานเป็นทีม กับคนจำนวนมาก
- ได้ฝึกความอดทนในการทำงาน
- ได้มิตรภาพที่ดีกับองค์กรและเพื่อนร่วมงาน
- ช่วยให้มีคามรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมายมากขึ้น และฝึกให้มีการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า เมื่อเจอปัญหาต่าง ๆ
- ได้ใช้ภาษาอังกฤษมากขึ้น เพราะต้องใช้สื่อสารกับแขกชาวต่างชาติทุกวัน ตลอดระยะเวลา 4 เดือน
- ได้รับประสบการณ์ที่ดีและเป็นอีกหนึ่งประสบการณ์ที่ดีในชีวิต

5.2.2 ปัญหาที่พบของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

- การปรับตัวในช่วงแรกของการทำงาน

- การเรียนรู้เอกสารงานต่าง ๆ ที่ได้รับมอบหมายซึ่งในช่วงแรกอาจจะงบบ้างในบางครั้ง
- การสื่อสารภาษาอังกฤษทางคณะผู้จัดทำไม่ได้มีทักษะมากพอที่จะฟัง และสื่อสารได้ดี
- ในบางวันหากแขกมา Check-In เป็นจำนวนมากในเวลาเดียวกันจะเป็นช่วงที่ยุ่งและซุกมุนทำให้ต้องมีสติในการทำงานมากขึ้น
- ในการทำงานบางวันหากแขกไม่พอใจในการบริการหรือเรื่องห้องพักแขกก็จะมาวีน โวยวาย ตำหนิหรือต่อว่า ที่แผนกต้อนรับส่วนหน้า ถึงแม้ว่าบางเรื่องจะไม่เกี่ยวกับแผนกต้อนรับส่วนหน้า
- เนื่องจากทางโรงแรมมีพนักงานไม่เพียงพอในการบริการแขก บางครั้งจึงต้องไปช่วยแผนกแม่บ้านปูเตียง ทำความสะอาดห้องพัก หรือนำของไปให้แขกเองเพราะพนักงานรูมบอยมีไม่เพียงพอ และในบางครั้งหากแขกมา Check-In เป็นจำนวนมากในเวลาเดียวกันก็ต้องขนสัมภาระและพาแขกไปห้องพักด้วยตัวเองเพราะ Bell Man ไปส่งแขกท่านอื่น

5.2.3 ข้อเสนอแนะ

- เนื่องจากคณะผู้จัดทำไม่เคยมีประสบการณ์ในการปฏิบัติงานในแผนกต้อนรับส่วนหน้ามาก่อน จึงต้องใช้เวลาในการเรียนรู้อยู่พอสมควร
- เรียนรู้ฝึกฝนภาษาอังกฤษ และหมั่นสื่อสารกับลูกค้าชาวต่างชาติให้มากที่สุด เพื่อฝึกความมั่นใจและเพิ่มทักษะให้กับตนเอง
- ควรฝึกบุคลิกภาพ เช่นการยืน การนั่ง และการไหว้

บรรณานุกรม

เจลล้างมือจากสมุนไพร. (2014). สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก

<http://is3is.blogspot.com/2014/01/5.html>

ชลลดา เข้มอุทา, ญัฐธัญญา บุญชาน, ดำรง ปุณหวางค์, ทักษิณ คะสาราช, ธัญญลักษณ์ บุญชาญ และ ชีระวุฒิ บุตรสุวรรณ. (2557). *โครงการวิทยาศาสตร์ ประเภททดลอง เรื่องเจลล้างมือจากว่านหางจระเข้*. สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก

<http://thaksinkhasaraj.blogspot.com>

ไบเตย สรรพคุณและประโยชน์ของไบเตยหอม 22 ข้อ. (2017). สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก <https://medthai.com/ไบเตย>

ประสงค์สม ปุณยุปพัทธ์. (2555). *การผลิตเครื่องดื่มและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์*. (น.32). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ศูนย์หนังสือจุฬา

เปลือกล้ม..ประโยชน์ดี ๆ ที่คุณไม่เคยรู้มาก่อน. (2016). สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก <https://kaijeaw.com/เปลือกล้ม>

พิมลพรรณ อนันต์กิจไพศาล. (2016). *101 สุดยอดสมุนไพรต้านโรค ใช้เป็น สุขภาพดี*. (น.45). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เกี๊ยกไอเดีย

ภักจิรา ศุภวิชาว. (2562). *ว่านหางจระเข้*. (น.5). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ต้นธรรม

มะนาว มีประโยชน์และสรรพคุณมากล้น. (ม.ป.ป.). สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก <https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits>

วรบุรี พัทยา รีสอร์ทแอนด์สปา. (ม.ป.ป.). สืบค้นเมื่อ 11 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก <http://www.sawadee.co.th/hotel>

ว่านหางจระเข้ สรรพคุณและประโยชน์ของว่านหางจระเข้ 40 ข้อ. (2013). สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก <https://medthai.com/ว่านหางจระเข้>

ศรัณย์ กิจสิริไพศาล. (2562). *สุขภาพดีด้วยพืชผักสวนครัวในบ้าน*. (น.68,119,143). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เอ็มไอเอส.

แอลกอฮอล์คืออะไร มีประโยชน์อะไรบ้าง. (2015). สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก <http://www.krabork.com>

ภาคผนวก ก



แบบสอบถามเพื่อการประเมิน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ ที่ท่านต้องการเลือก

1. เพศ ☐ 1) ชาย ☐ 2) หญิง
2. อายุ ☐ 1) น้อยกว่า 20 ปี ☐ 2) 21 – 30 ปี
☐ 3) 31 – 40 ปี ☐ 4) มากกว่า 40 ปี
3. อาชีพ ☐ 1) แยกที่เข้ามาให้บริการ ☐ 2) พนักงานแผนกต้อนรับส่วนหน้า
☐ 3) พนักงานแผนกแม่บ้าน

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจในผลิตภัณฑ์เจลล้างมือ

คำชี้แจง กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามระดับความพึงพอใจที่ท่านต้องการเลือก

ประเด็นความพึงพอใจ	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความพึงพอใจในด้านผลิตภัณฑ์					
1.1 กลิ่นของผลิตภัณฑ์					
1.2 ความสวยงามของบรรจุภัณฑ์					
1.3 ประสิทธิภาพในการใช้งานของผลิตภัณฑ์ (ความสะอาด)					
2. ความพึงพอใจในวัตถุดิบที่ใช้ทำผลิตภัณฑ์					
2.1 มีการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติ					
2.2 คุณสมบัติของวัตถุดิบที่นำมาใช้เหมาะสมกับผลิตภัณฑ์					
2.3 วัตถุดิบที่นำมาใช้มีกลิ่นหอม					
2.4 วัตถุดิบที่นำมาใช้มีสีที่สวยงาม					
2.5 ความไม่ระคายเคืองผิว					
3. ลดต้นทุน					
3.1 ช่วยลดต้นทุนของโรงแรม					
4. การเพิ่มมูลค่าของผลิตภัณฑ์					
4.1 สร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับโรงแรม					



รูปภาพการปฏิบัติงาน

REGISTRATION CARD

RESERVATION NUMBER	ARRIVAL DATE	DEPARTURE DATE	ARRIVAL TIME	NO. OF ROOM	ROOM NO.
	12/12/19	12/13/19		1	102

ROOM RATE: NO. OF ADULT: 2/0
ADVANCE DEPOSIT: ROOM TYPE: Twin
WIGHT:

(1) MR. / MRS. / MISS (Please Print)
(2) MR. / MRS. / MISS (Please Print)

SURNAME: FIRST NAME: INITIAL:
FULL HOME ADDRESS:
CITY: ZIP: COUNTRY: THAILAND
NAME OF COMPANY:

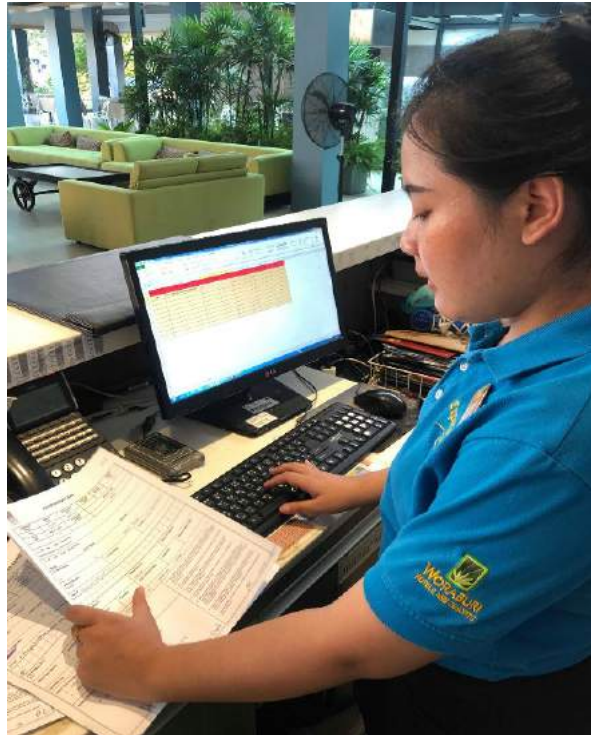
Woraburi Patiaya
MISCELLANEOUS VOUCHER
ROOM NO. 102 DATE 12/12/19
EXPLANATION: Deposit 500 Baht
12/12 - 12/13/19

22540 Phrom Chang Road, Bangna, Bangkok, Thailand Tel. 1-481 055 888 Fax

รูปที่ 1 ตรวจสอบเอกสารแขกที่จะเช็คอินในแต่ละวันและเขียนใบมัดจำ



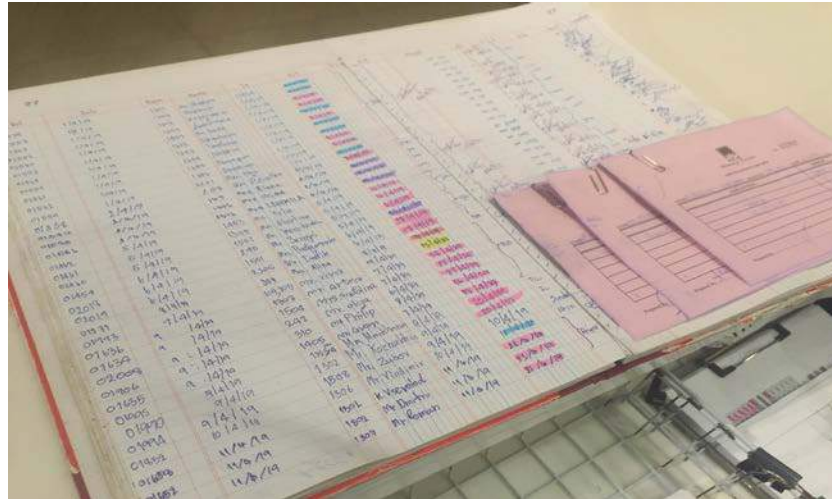
รูปที่ 2 นับคีย์การ์ดและทำคีย์การ์ดของแขกที่จะเข้าเช็คอินในแต่ละวัน



รูปที่ 3 อัปเดตข้อมูลของแขกที่เข้าพัก



รูปที่ 4 รับเรื่องปัญหาของแขกที่เข้าพักพร้อมประสานงานให้กับเจ้าหน้าที่แผนกที่เกี่ยวข้อง และ ให้ความช่วยเหลือแขก



รูปที่ 5 เขียนเงินค้ำมัดจำของแขกที่เช็คอินส่งให้กับแผนกบัญชี





ภาคผนวก ค

แบบสัมภาษณ์

นักศึกษา มีความคิดสร้างสรรค์ และยังสามารถประหยัคงบประมาณในการทำผลิตภัณฑ์
เจตล้งมือ โดยนำ วัตถุดิบที่โรงแรมมีอยู่แล้ว มาทำให้เกิดประโยชน์และยังสามารถใช้ได้จริง
หลังจากการทดลองใช้ผลิตภัณฑ์ที่นักศึกษาได้ทำขึ้นมา ช่วยทำให้ลูกค้าประทับใจในการให้บริการ
ของโรงแรมเรา ที่ใส่ใจต่อรายละเอียดเล็ก ๆ น้อย ๆ แต่แสดงถึงความเอาใจใส่ลูกค้า



คุณนิษฐกานต์ เถлим

Front Office Manager

ภาคผนวก ง



เจลล้างมือว่านหางจระเข้

Aloe Vera Hand Cleansing Gel

นางสาว ธัญมณ บุญน้ำเพชร

นางสาว เบญจพร พุนศรีสวัสดิ์

ภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

38 ถนนเพชรเกษม เขตภาษีเจริญ กทม. 10160

Email : naphat.joi@siam.edu banjaporn.poo@siam.edu

บทคัดย่อ

โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา มุ่งเน้นการให้บริการเปรียบเสมือนแขกที่เข้ามาพัก คือครอบครัว และเพื่อให้แขกที่เข้ามาพักรู้สึกถึงความอบอุ่นเหมือนอยู่บ้าน ทางโรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา จึงตอบสนองความต้องการของแขกให้มากที่สุด เพื่อให้แขกเกิดความประทับใจที่สุดและกลับมาใช้บริการกับทางโรงแรม คณะผู้จัดทำจึงมีความสนใจที่จะทำเจลล้างมือเพื่อตอบสนองความต้องการของแขก จึงจัดทำเจลล้างมือว่านหางจระเข้ ดังนั้นโครงการนี้จึงมีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้ 1) เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปให้ได้ผลิตภัณฑ์ใหม่ 2) เพื่อศึกษาคุณประโยชน์จากการใช้สมุนไพรและเป็นการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ 3) เพื่อมาเชื้อและทำความสะอาดมือโดยใช้สารเคมีให้น้อยที่สุด 4) เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือเพื่อสร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้า ผลของโครงการที่ได้จากการแจกแบบสอบถามให้กับแขกที่เข้ามาใช้บริการ พนักงานแผนกต้อนรับส่วนหน้า และพนักงานแผนกแม่บ้าน พบว่ามีความพึงพอใจในระดับมากที่สุดในเรื่องความสวยงามของบรรจุภัณฑ์ มีการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติ คุณสมบัติของวัตถุดิบที่นำมาใช้ทำเหมาะสมกับผลิตภัณฑ์ ช่วยลดต้นทุนของโรงแรม และสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับโรงแรม

ABSTRACT

The organizers operated the cooperative work at the Woraburi Pattaya Resort & Spa hotel and found that the hotel focused on the service and making the customer feel at home. Woraburi Pattaya Resort & Spa hotel focused providing the best impression and made customers want to come back and stay in this hotel again. The organizers were interested in making a hand gel to meet the needs of the customers. They wanted to make an Aloe vera hand gel with the objective: 1) To process waste materials into new products; 2) To study the benefits of the herb and use existing resources for the best benefit; 3) To disinfected and cleaned hands by using the minimal chemicals; 4) Make a hand gel product to satisfy customers. The feedback was acquired asking guests, the front desk staff and housekeepers to answer survey questionnaires, Where we found they have the highest level of satisfaction in using the natural materials with a mean value of 4.7 (standard deviation = 0.47), the properties of raw materials suitable for the product with a mean value of 4.57 (standard deviation = 0.50) and creating new products for the hotel with a mean value of 4.8 (standard deviation = 0.41)

คำสำคัญ : เจลล้างมือ ว่านหางจระเข้ ความพึงพอใจ

Keywords : Hand gel / Aloe Vera / Herb

ที่มาและความสำคัญ

โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา มุ่งเน้นการให้บริการเปรียบเสมือนแขกที่เข้ามาพัก คือครอบครัว และเพื่อให้แขกที่เข้ามาพักรู้สึกถึงความอบอุ่นเหมือนอยู่บ้าน ทางโรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา จึงตอบสนองความต้องการของแขกให้มากที่สุด เพื่อให้แขกเกิดความประทับใจที่สุดและกลับมาใช้บริการกับทางโรงแรม คณะผู้จัดทำจึงมีความสนใจที่จะทำเจลล้างมือเพื่อตอบสนองความต้องการของลูกค้า โดยการค้นคว้าหาข้อมูลจึงได้คิดค้นทำ “เจลล้างมือจากว่านหางจระเข้ (Aloe Vera Hand Cleansing Gel)” เป็นการนำสมุนไพรไทยมาทำให้เกิดประโยชน์และทำให้เกิดผลิตภัณฑ์ใหม่ขึ้นให้กับทางโรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา

วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อนำ วัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปให้ได้ผลิตภัณฑ์ใหม่
2. เพื่อศึกษาคุณประโยชน์จากการใช้สมุนไพรและเป็นการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์
3. เพื่อมาเชื่อและทำความสะอาดมือโดยใช้สารเคมีให้น้อยที่สุด
4. เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือเพื่อสร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้า

ขอบเขตของโครงการ

1. ขอบเขตด้านสถานที่ โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา
2. ขอบเขตด้านประชากร แขกที่เข้ามาใช้บริการที่โรงแรม 15 คน พนักงานแผนกแม่บ้าน 5 คน และพนักงานแผนกต้อนรับส่วนหน้า 10 คน รวมเป็นจำนวน 30 คน
3. ขอบเขตด้านเวลา 7 มกราคม – 29 เมษายน

4. ขอบเขตด้านเอกสารข้อมูล สอบถาม

จากพนักงานแผนกต้อนรับส่วนหน้าและศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากห้องสมุด

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา ได้ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือว่านหางจระเข้ที่สร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้า
2. เพื่อลดต้นทุนโดยการแปรรูปจากสิ่งของที่เหลือทิ้ง
3. ผู้จัดทำได้ได้เรียนรู้การทำเจลล้างมือว่านหางจระเข้

วิธีดำเนินการ

1. นำว่านหางจระเข้มาปอกเปลือก
2. นำใบเตยมาหั่นเป็นท่อน ๆ
3. นำเปลือกส้มมาหั่นเป็นท่อน ๆ
4. นำมะนาวมาหั่น
5. นำว่านหางจระเข้ ใบเตย และเปลือกส้มใส่ลงในเครื่องปั่น
6. บีบมะนาวใส่ลงในเครื่องปั่น
7. ปั่นส่วนผสมทั้งหมดให้เข้ากัน
8. เมื่อปั่นจนละเอียดแล้วนำมาเทใส่กะละมังโดยใช้ที่กรองเพื่อไม่ให้เศษลงไปกับน้ำ นำมากรองใส่หม้ออีกครั้งเพื่อความสะอาดให้เศษเหลือน้อยที่สุด
9. นำเอทิลแอลกอฮอล์ผสมกับน้ำที่กรองเสร็จแล้ว
10. นำมากรองใส่ขวดบรรจุภัณฑ์



สรุปผลโครงการ

จากการที่คณะผู้จัดทำได้ทำเจดล้งมือว่านหางจระเข้ ได้ศึกษาข้อมูลขั้นตอนวิธีการทำเจด ล้งมือว่านหางจระเข้ นั้นเกิดความสมบูรณ์และเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ นอกจากนี้คณะผู้จัดทำได้ให้กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นแขกที่เข้าพัก และพนักงานในโรงแรม วรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์สปา ประเมินแบบสอบถามความพึงพอใจจำนวน 30 คน พบว่า ผลจากการตอบแบบสอบถามในส่วนที่ 1 ประเมินโดยใช้ค่าร้อยละ ด้านเพศ ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย เป็นเพศหญิง ร้อยละ 53 เป็นเพศชายร้อยละ 47 ด้านอายุ ผู้ตอบแบบสอบถามช่วงอายุ 31-40 ปี มีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนมากเป็นแขกที่เข้ามาใช้บริการมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50 ผลจากการตอบแบบสอบถามในส่วนที่ 2 ประเมินความพึงพอใจของผู้ตอบแบบสอบถามโดยใช้ค่าเฉลี่ย พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุดในเรื่อง ความสวยงามของบรรจุภัณฑ์ มีการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติ คุณสมบัติของวัตถุดิบที่นำมาใช้ทำเหมาะสมกับผลิตภัณฑ์ ช่วยลดต้นทุนของโรงแรม และสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับโรงแรม ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมากในเรื่องกลิ่นของผลิตภัณฑ์ ประสิทธิภาพในการใช้งานของผลิตภัณฑ์ (ความสะอาด) วัตถุดิบที่นำมาใช้มีกลิ่นหอมวัตถุดิบที่นำมาใช้มีสีสันทนสวยงาม และความไม่ระคายเคืองผิว

ข้อเสนอแนะในการต่อยอดโครงการ

1. ควรใส่บรรจุภัณฑ์ที่ดูดีกว่านี้เพื่อเป็นการเพิ่มมูลค่าและดูน่าใช้มากขึ้น
2. ควรทำตลาดของชิ้นงานให้ดูน่าสนใจและควรบอกรายละเอียดของชิ้นงานให้มากกว่านี้เพื่อเป็นข้อมูลให้กับแขก

บรรณานุกรม

เจดล้งมือจากสมุนไพร. (2014). สืบค้นเมื่อ 2

มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก

<http://is3is.blogspot.com/2014/01/5.html>

ชลลดา เข้มอุทา, ญัฎฐณิชา บุญชาน, ดำรง

ปุนหาวงศ์, ทักษิณ คะสาราช,

ธัญญลักษณ์ บุญชาญ, ชีระวุฒิ บุตร

สุวรรณ (2557). โครงการวิทยาศาสตร์

ประเภททดลอง เรื่องเจดล้งมือจากว่าน

หางจระเข้. สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562,

เข้าถึงได้จาก

<http://thaksinkhasaraj.blogspot.com>

ไบเตย สรรพคุณและประโยชน์ของใบเตยหอม 22

ข้อ. (2017). สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562,

เข้าถึงได้จาก <https://medthai.com/ใบเตย>

ประสงค์สม ปุณขอุพัทธ์. (2555). การผลิต

เครื่องดื่มและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

สำนักพิมพ์ ศูนย์หนังสือจุฬา (น.32)

เปลือกส้ม..ประโยชน์ดี ๆ ที่คุณไม่เคยรู้มาก่อน.

(2016). สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562, เข้าถึง

ได้จาก <https://kaijeaw.com/เปลือกส้ม>

พิมลพรรณ อนันต์กิจไพศาล. (2016). 101 สุดยอด

สมุนไพรด้านโรค ใช้เป็น สุขภาพดี.

สำนักพิมพ์เก้ทไอเดีย (น.45)

กัจจิรา ศุภวิษา. (2562). ว่านหางจระเข้.

สำนักพิมพ์ต้นธรรม (น.5)

มะนาว มีประโยชน์และสรรพคุณมากล้น. (ม.ป.ป.).

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก

<https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits>

วรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์สปา. (ม.ป.ป). สืบค้น

เมื่อ 11 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก

<http://www.sawadee.co.th/hotel>

ว่านหางจระเข้ สรรพคุณและประโยชน์ของว่าน

หางจระเข้ 40 ข้อ. (2013). สืบค้นเมื่อ 2

มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก

<https://medthai.com/ว่านหางจระเข้>

ศรัณย์ กิจศิริไพศาล. (2562). **สุขภาพดีด้วยพืชผัก**

สวนครัวในบ้าน. สำนักพิมพ์เอ็มไอเอส.

(น.68,119,143).

แอลกอฮอล์คืออะไร มีประโยชน์อะไรบ้าง. (2015).

สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2562, เข้าถึงได้จาก

<http://www.krabork.com>



ภาคผนวก จ





เจลล้างมือว่านหางจระเข้ Aloe Vera Hand Cleansing Gel



พนักงานที่ปรึกษา : คุณนิษฐกานต์ เจริญ
อาจารย์ที่ปรึกษา : อาจารย์ ปิยธิดา กังวานสิทธิ์

สถานประกอบการ : โรงแรมวรบุรี
พัทยารีสอร์ท แอนด์ สปา

ผู้จัดทำ : นางสาว ธัชญมณ บุญน้ำเพชร 5804400070

นางสาว เบญจพร พุนศรีสวัสดิ์ 5804400108

ภาควิชาการ โรงแรมและการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา มุ่งเน้นการให้บริการเปรียบเสมือนแขกที่เข้ามาพักคือครอบครัว ทางโรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปาจึงตอบสนองความต้องการของแขกให้มากที่สุด เพื่อให้แขกเกิดความประทับใจที่สุดและกลับมาใช้บริการกับทางโรงแรม

คณะผู้จัดทำจึงมีความสนใจที่จะทำเจลล้างมือเพื่อตอบสนองความต้องการของลูกค้า จึงได้คิดค้นทำ “เจล ล้างมือว่านหางจระเข้ (Aloe Vera Hand Cleansing Gel)”

ขั้นตอนในการทำ

1. นำว่านหางจระเข้มาปอกเปลือก
2. นำใบเตยมาหั่นเป็นท่อน ๆ
3. นำเปลือกส้มมาหั่นเป็นท่อน ๆ
4. นำมะนาวมาหั่น
5. นำว่านหางจระเข้ ใบเตย และเปลือกส้มใส่ลงในเครื่องปั่น
6. ปั่นมะนาวใส่ลงในเครื่องปั่น
7. ปั่นส่วนผสมทั้งหมดให้เข้ากัน
8. เมื่อปั่นจนละเอียดแล้วนำมาเทใส่กะละมังโดยใช้ที่กรองเพื่อไม่ให้เศษลงไปปนกับน้ำ
9. นำมากรองอีกครั้งเพื่อความสะอาดให้เศษเหลือน้อยที่สุด
10. นำมากรองใส่ขวดบรรจุภัณฑ์



วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อนำ วัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปให้ได้ผลิตภัณฑ์ใหม่
2. เพื่อศึกษาคุณประโยชน์จากการใช้สมุนไพรและเป็นการใช้ ทรัพยากรที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์
3. เพื่อมาเชื้อและทำความสะอาดมือโดยใช้สารเคมีให้น้อยที่สุด
4. เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือเพื่อสร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้า

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. โรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา ได้ผลิตภัณฑ์เจลล้างมือว่านหางจระเข้ที่สร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้า
2. เพื่อลดต้นทุนโดยการแปรรูปจากสิ่งของที่เหลือทิ้ง
3. ผู้จัดทำได้ได้เรียนรู้การทำเจลล้างมือว่านหางจระเข้

สรุปผลโครงการ

จากการที่คณะผู้จัดทำได้ให้กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นแขกที่เข้าพัก และพนักงานในโรงแรมวรบุรี พัทยา รีสอร์ท แอนด์ สปา ประเมินแบบสอบถามความพึงพอใจจำนวน 30 คน พบว่า

ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุดในเรื่อง ความสวยงามของบรรจุภัณฑ์ มีการใช้วัตถุดิบที่เป็นธรรมชาติ คุณสมบัติของวัตถุดิบที่นำมาใช้ทำเหมาะสมกับผลิตภัณฑ์ ช่วยลดต้นทุนของโรงแรม และสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับโรงแรม

ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมากในเรื่อง กลิ่นของผลิตภัณฑ์ ประสิทธิภาพในการใช้งานของผลิตภัณฑ์ (ความสะอาด) วัตถุดิบที่นำมาใช้มีกลิ่นหอม

ประวัติผู้จัดทำ



ชื่อ-นามสกุล: นางสาว รัชฎมณ บุษน้ำเพชร

รหัสนักศึกษา: 5804400070

คณะ: ศิลปศาสตร์

สาขา: การโรงแรม

ผลงาน: เจดล้างมือว่านหางจระเข้

ประวัติผู้จัดทำ



ชื่อ-นามสกุล: นางสาว เบญจพร พุนศรีสวัสดิ์

รหัสนักศึกษา: 5804400108

คณะ: ศิลปศาสตร์

สาขา: การโรงแรม

ผลงาน: เจดล้างมือว่านหางจระเข้