

อ.อ.ป. จัดงานมุทิตาเพื่อรำลึกถึงคุณงามความดีของ “คุณตาอุเมตะ” ชาวญี่ปุ่นผู้เห็นคุณค่าของป่าไม้ สร้างผืนป่ากว่า 2 หมื่นไร่ในประเทศไทย



เมื่อวันที่ 9 มีนาคม 2560 นายวิจารณ์ สิมฉายา ปลัดกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และในฐานะประธานกรรมการขององค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ ได้ให้เกียรติเป็นประธานในพิธีเปิดนิทรรศการ “UMEDA DAY” เพื่อรำลึกถึงคุณงามความดีของ **มร.โนโบรุ อุเมตะ** ผู้สนับสนุนงบประมาณการปลูกป่าเศรษฐกิจให้กับองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ มูลค่ากว่า 96 ล้านบาท บริเวณโดงชั้น 1 องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ ถนนราชดำเนินนอก กรุงเทพฯ

นายพิชัย รุจิโรจน์สุวรรณ รองผู้อำนวยการ รักษาการแทนผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ เปิดเผยว่า โครงการความร่วมมือวนวัฒนวิทยาโพ้นทะเล - อุเมตะ/องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ หรือ OSC-U/FIO โดยมี **มร.โนโบรุ อุเมตะ** เป็นประธานศูนย์วนวัฒนวิทยาโพ้นทะเล - อุเมตะ เป็นผู้สนับสนุนเงินในการปลูกสร้างสวนป่ามาอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ปี 2535 - 2553 ซึ่งการดำเนินงานภายในโครงการฯ นี้ เป็นการปลูกป่าในพื้นที่เสื่อมโทรม เพิ่มพื้นที่สีเขียวในพื้นที่สวนป่าองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ 18 สวนป่า ได้แก่ สวนป่าน้ำสวย - ห้วยปลาตุก จังหวัดเลย , สวนป่าคลองตะเกรา จังหวัดฉะเชิงเทรา , สวนป่าทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี , สวนป่าองค์พระ จังหวัดสุพรรณบุรี , สวนป่าท่ากุ่ม จังหวัดตราด , สวนป่าภูสวรรค์ จังหวัดเลย , สวนป่านาด้าง จังหวัดเลย , สวนป่าห้วยน้ำขาว จังหวัดกระบี่ , สวนป่าเกริงกระเวีย จังหวัดกาญจนบุรี , สวนป่าแม่ฆา จังหวัดแพร่ , สวนป่าไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรี , สวนป่าพินุลมั่งสาหาร จังหวัดอุบลราชธานี , สวนป่าสระแก้ว จังหวัดสระแก้ว , สวนป่ามุกดาหาร จังหวัดมุกดาหาร , สวนป่าสมเด็จ จังหวัดกาฬสินธุ์ , สวนป่าแก่งหางแมว จังหวัดจันทบุรี และสวนป่าขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ โดยไม้ส่วนใหญ่ที่ปลูกเป็น ไม้ยางพารา , สัก , ยูคาลิปตัส , ประดู่ , สะเดา , แดง , ตะเคียนทอง , กระถินเทพา , ยางนา , บง และกันเกรา รวมพื้นที่ป่าได้ถึง 2 หมื่นไร่ นอกจากนี้แล้ว โครงการฯ นี้ ยังเป็นแหล่งศึกษาค้นคว้าวิจัยให้กับนักวิชาการทั้งในประเทศและต่างประเทศอีกด้วย ผลผลิตที่เกิดจากการปลูกป่าได้สร้างรายได้ให้องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ไม่ต่ำกว่าปีละ 10 ล้านบาทอีกด้วย

นายพิชัยฯ กล่าวต่อไปอีกว่า เนื่องจากวันที่ 20 มีนาคม เป็นวันคล้ายวันเกิดของ **มร.โนโบรุ อุเมตะ** องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ ได้ประกาศให้วันที่ 20 มีนาคมของทุกปี เป็นวัน “UMEDA DAY” เพื่อรำลึกถึงคุณงามความดีของท่านที่มีต่อองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้



‘ร้อน’ บรรเทาง่ายๆ ด้วยสมุนไพรไทย

“โรคลมแดด” หรืออาการที่ร่างกายไม่สามารถขับความร้อน ออกจากร่างกายได้อย่างเฉียบพลัน จึงส่งผลให้เกิดอาการเวียนศีรษะ หน้ามืดและเป็นลม การดื่มน้ำสมุนไพร คลายร้อนด้วยพืชผักพื้นบ้านอย่างเช่น พักแพง, มะระขี้นก, แตงกวาและว่านกาบหอย มีคุณสมบัติในการลดร้อน และช่วยปรับอุณหภูมิในร่างกายหากต้องสัมผัสแดดจ้า

“พักแพง” หรือพักเขียว โดยทั่วไปพักแพงเป็นผักสวนครัวที่เรารู้จักกันดีในการนำไปทำต้มจืด ซึ่งในพักแพงนั้นมีสรรพคุณที่เด่นคือ มีฤทธิ์เย็น ช่วยขับความร้อนให้กับร่างกายได้เป็นอย่างดี สามารถนำพักแพงมาทำเป็นน้ำปั่นดื่มได้

“ว่านกาบหอย” เป็นสมุนไพรเย็นชนิดหนึ่งที่สามารถนำมาทำเป็นน้ำว่านกาบหอยดื่มแก้กระหายคลายร้อน

“ใบบัวบก” สมุนไพรแก้ร้อนในฤทธิ์เย็น และป้องกันโรคมะเร็งได้อีกด้วย เพราะมีสารประกอบที่สำคัญหลายอย่าง เช่น ไตรเตอพินอยด์ (อะซิเอติโคไซด์) กรดมาดิแคสซิค โหระมิน ฯลฯ ซึ่งมีคุณสมบัติในการสมานแผล ทำให้แผลหายเร็ว มีฤทธิ์ในการฆ่าเชื้อแบคทีเรีย ฆ่าเชื้อราและลดอาการอักเสบ

การบรรเทาอาการแสบไหม้บริเวณผิวหนังจากโรคลมแดด และอุณหภูมิที่กำลังจะร้อนระอุเพิ่มขึ้น ด้วยสมุนไพรในกลุ่มฤทธิ์เย็น อาทิ ว่านหางจระเข้ แตงกวา ใบบัวบก ใบมะระขี้นก ใบตำลึง ที่ผู้บริโภคสามารถทำได้เอง

ที่มา : [<http://www.thaihealth.or.th>]

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

Health Care เพื่อสุขภาพที่ดี

โดย นางสาวจิตรา ทองเสม

“ว่านกาบหอย” ชื่อวิทยาศาสตร์ Tradescantia spathacea Stearn เป็นไม้ล้มลุก มีความสูง 20 - 45 ซม. ลำต้นอวบใหญ่ แตกใบรอบเป็นกอ ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงซ้อนเป็นวงรอบ รูปใบหอก ปลายใบแหลม ขอบใบเรียบหลังใบสีเขียว ท้องใบสีม่วงแดง เนื้อใบหนา ดอกออกเป็นช่อตามซอกใบ แต่ละช่อประกอบด้วยใบประดับสีม่วงปนเขียว รูปหัวใจคล้ายหอยแครง มี 2 กาบ โคนกาบทั้งสองประกบเกยซ้อนและโอบหุ้มดอกสีขาว ดอกสีขาวเล็กอยู่รวมเป็นกระจุก กลีบดอก 3 กลีบ เกสรเพศผู้มี 6 อัน

ส่วนที่ใช้ ใช้ใบสด หรือตากแห้งเก็บไว้ใช้ และดอก เมื่อเก็บดอกที่โตเต็มที่แล้วตากแห้ง หรืออบด้วยไอน้ำ 10 นาที แล้วจึงนำไปตากแห้งเก็บเอาไว้ใช้

วิธีและปริมาณที่ใช้ :

- แก้อา ร้อนใน กระหายน้ำ แก้ฟกช้ำภายใน เนื่องจากพลัดตกจากที่สูง หรือหกล้มฟาดถูกของแข็ง
- ใช้ใบสด 3 ใบ ต้มน้ำผสมน้ำตาลกรวดเล็กน้อยดื่ม
- แก่หวัด ไอ มีเสมหะปนเลือด ใช้ดอกแห้ง 20-30 ดอก ต้มน้ำดื่ม



ที่มา : โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
www.rspg.or.th

รู้ทันโรค... ที่มากับหน้าร้อน โดย...สำนักทรัพยากรมนุษย์

เมืองไทยหน้าร้อน นอกจากอากาศจะร้อนจัดแล้ว โรคที่มากับฤดูร้อน จำเป็นต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ แต่มีอะไรที่ต้องระมัดระวังบ้างนั้น เรามีมาฝากแล้วค่ะ

อาหารเป็นพิษ

สาเหตุ : โรคทางเดินอาหารที่พบบ่อยมาก เนื่องจากสารพิษ (Toxin) จากแบคทีเรียตกค้างอยู่ในอาหารที่ไม่สะอาดพอ สุกๆ ดิบๆ หรือบูดเสีย ทำให้เกิดปัญหาท้องเสียได้

การรักษา : ส่วนใหญ่หากเป็นไม่มากจะถ่ายเป็นน้ำไม่มีมูกเลือด ไม่มีไข้ หายได้เอง แต่ถ้าเป็นมากต้องได้รับน้ำเกลือเสริม อาจอยู่ในรูปแบบของการดื่ม หรือการให้ทางเส้นเลือดแล้วแต่ความรุนแรง

อหิวาตกโรค

สาเหตุ : โดยทั่วไปคนส่วนใหญ่ที่ติดเชื้ออหิวาต์จะไม่มีอาการหรือมีไม่มาก แต่ในรายที่ติดเชื้อรุนแรงอาจเสียชีวิตได้ในเวลาเพียงไม่กี่ชั่วโมงหลังเกิดอาการ เนื่องจากมีการสูญเสียของน้ำและเกลือแร่ในปริมาณมาก โรคนี้ติดต่อได้โดยการรับประทานอาหารหรือน้ำดื่มที่มีเชื้อเข้าไป

การรักษา : ควรทดแทนน้ำและเกลือแร่ที่สูญเสียไปกับการถ่ายอุจจาระและการอาเจียน เช่น ให้ผู้ป่วยดื่มน้ำเกลือ แต่หากรุนแรงต้องให้ทางเส้นเลือด ควบคู่กับการใช้ยาปฏิชีวนะ

ไข้ไทฟอยด์

สาเหตุ : การติดต่อกันเกิดจากการปนเปื้อนของเชื้อในอาหารหรือน้ำดื่ม ซึ่งไข้ไทฟอยด์จะมีการแบบเฉียบพลัน รายที่เป็นรุนแรงอาจเสียชีวิตได้ สาเหตุของโรคเกิดจากเชื้อ *Salmonella typhi* อาการของโรคจะมีไข้ ปวดเนื้อปวดตัว คลื่นไส้ หัวใจเต้นช้าลง (โดยทั่วไปแล้วเวลามีไข้จะเต้นเร็วขึ้น) หากให้แพทย์ตรวจอาจพบว่าม้ามโต บริเวณใต้ชายโครงด้านซ้าย ต้องใช้การตรวจเลือดยืนยันว่าเป็นโรคนี้จริง

การรักษา : จำเป็นต้องให้ยาปฏิชีวนะที่เหมาะสม ส่วนการป้องกันสามารถทำได้โดยการให้วัคซีนซึ่งมีทั้งในรูปของการรับประทานหรือฉีด แต่การป้องกันไม่สามารถป้องกันได้ร้อยเปอร์เซ็นต์ ดังนั้น วิธีที่ดีที่สุดคือการระมัดระวังเรื่องอาหารและน้ำดื่ม

ไวรัสตับอักเสบชนิด A

สาเหตุ : โดยทั่วไปจะติดต่อผ่านทางคนหนึ่งสู่อีกคนหนึ่ง โดยการปนเปื้อนไปกับน้ำ น้ำแข็ง ผลไม้ หรืออาหารที่รับประทานโดยไม่ผ่านการหุงต้ม โดยอาการที่เกิดขึ้นคือ มีไข้ ปวดเนื้อปวดตัว คลื่นไส้ อาเจียน ไม่สบายภายในท้อง จากนั้น 2-3 วันก็จะมีอาการตัวเหลือง ตาเหลือง คนที่เป็นโรคอาจไม่มีอาการ หรือมีอาการเพียงเล็กน้อย 1 - 2 อาทิตย์ กรณีที่เป็นรุนแรงอาจมีอาการนานหลายเดือน

การรักษา : เชื้อไวรัสตับอักเสบ A จะตายเมื่อโดนความร้อน ด้วยการต้มหรือหุงที่อุณหภูมิ 85 องศาเซลเซียส อย่างน้อยหนึ่งนาที การป้องกันสามารถทำได้โดยการฉีดวัคซีน

Tips กินน้ำให้ปลอดภัยในหน้าร้อน

ในหน้าร้อนควรดื่มน้ำให้มากๆ ยกเว้นผู้ป่วยโรคไตหรือโรคหัวใจบางชนิด เพราะผู้เป็นโรคไตเมื่อดื่มน้ำถึงระดับหนึ่งจะไม่สามารถปัสสาวะออกได้ หรือปัสสาวะได้เพียงเล็กน้อย หากดื่มน้ำเข้าไปมาก จะทำให้น้ำคั่งและท่วมปอดได้ ส่วนโรคหัวใจวายหรือกล้ามเนื้อหัวใจอ่อนแรง หากดื่มน้ำเข้าไปมากๆ จะทำให้ปริมาณเลือดในร่างกายน้อยลง ทำให้หัวใจต้องสูบฉีดมากขึ้น ก็จะทำให้หัวใจแย่ลง การดื่มน้ำให้เพียงพอกับความต้องการในหน้าร้อน คือวันละประมาณ 1.5 - 2 ลิตร





“ตู้ยาสมุนไพรไม้สัก”

คุณภาพ มาตรฐาน เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

ผลิตภัณฑ์ไม้สักจากป่าปลูกขององค์การอุตสาหกรรมป่าไม้
ผ่านการรับรองมาตรฐานการจักการสวนป่าอย่างยั่งยืนที่ทั่วโลกยอมรับ
คงทน แข็งแรง สร้างความพึงพอใจตลอดอายุการใช้งาน

ขนาด (Size) : 14 X 60 X 45 เซนติเมตร (cm.)

ราคา 2,100.-บาท

ผลิตและจัดจำหน่าย : องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้
โทรศัพท์ : 02 280 0472
www.fio.co.th

Forest Industry Organization (Thailand)
Contact : 02 280 0472



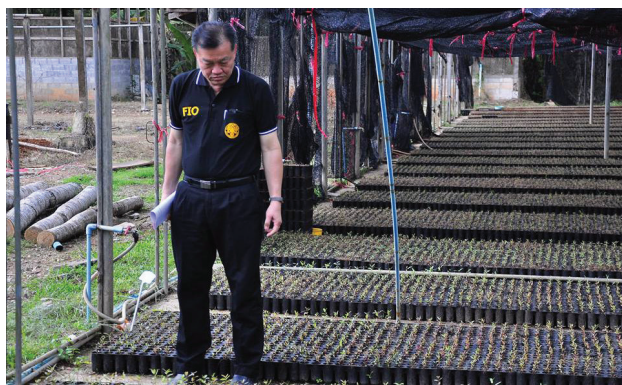
Wood4Thai
Available on the App Store



ผลิตภัณฑ์ไม้จากป่าปลูก
องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้
สำนักงานป่าไม้ ภูเขาสามสีเชียงใหม่



อ.อ.ป. ตรวจเยี่ยมการดำเนินงานสวนปาลาตกระทิง



เมื่อวันที่ 24 มีนาคม 2560 นายพิชัย รุจิโรจน์สุวรรณ รองผู้อำนวยการ รักษาการแทนผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ พร้อมด้วย นายจอง มงคลสกุลฤทธิ์ ผู้อำนวยการสำนักองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ภาคกลาง และนายไชยา จันทรสวาท หัวหน้าฝ่ายจัดการสวนป่า สำนักองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ภาคกลาง ร่วมเดินทางไปตรวจเยี่ยมการดำเนินงานด้านการบริหารจัดการสวนป่าไม้ยูคาลิปตัส พร้อมเข้าเยี่ยมชมแปลงเพาะกล้าไม้ยูคาลิปตัสของงานสวนปาลาตกระทิง จ.ฉะเชิงเทรา โดยมี นายมงคล ศรีอนันต์ ผู้จัดการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้เขตศรีราชา และนายฉลาด สุธาน๊ะ หัวหน้างานสวนปาลาตกระทิง ให้การต้อนรับและบรรยายสรุปผลการดำเนินงานของสวนปาลาตกระทิง

ลงพื้นที่ตรวจเยี่ยมการดำเนินงานของ ออป.ตะวันออกเฉียงเหนือ

ระหว่างวันที่ 20 - 21 มีนาคม 2560 นายเกษม วัชวุฒิ รองผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ พร้อมด้วย นายทรงพล อาทรธนะสุข ผู้อำนวยการสำนักกิจกรรมสัมพันธ์ เดินทางเข้าตรวจเยี่ยมและพบปะพนักงานในเขตพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยมี นายชาญณรงค์ อินทนนท์ ผู้อำนวยการสำนักองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ, นายบรรยง บุญญโก หัวหน้าฝ่ายจัดการสวนป่า, นายขวัญชัย สันติแสงทอง หัวหน้าฝ่ายจัดการผลผลิต และนายดนัย ศรีมงคล ผู้จัดการ



องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้เขตขอนแก่น ร่วมให้การต้อนรับและนำตรวจเยี่ยมการดำเนินงานของสวนป่าทั้ง 3 แห่ง คือ 1. สวนป่ามัญจาคีรี อ.มัญจาคีรี จ.ขอนแก่น รับผิดชอบสวนป่ามัญจาคีรี, สวนป่าท่าใหม่ และสวนป่าท่าสวรรค์ รวมพื้นที่ 10,443 ไร่ โดยแบ่งเป็นพื้นที่สำหรับปลูกไม้ยูคาลิปตัส 9,191.951 ไร่ และไม้อื่นๆ 340.494 ไร่ นอกนั้นเป็นพื้นที่อนุรักษ์และใช้ประโยชน์อื่นๆ รวมถึงเป็นพื้นที่ที่ดำเนินการปลูกสร้างสวนป่าในระบบหมู่บ้านป่าไม้ โดยมีสมาชิก 104 ครัวเรือน ประชากรทั้งสิ้น 359 คน ซึ่งส่วนใหญ่ปฏิบัติงานด้านการปลูกสร้างสวนป่า 2. สวนป่าเขาสวนกวาง อ.เขาสวนกวาง จ.ขอนแก่น รับผิดชอบสวนป่าเขาสวนกวาง และสวนป่าดงช้า พื้นที่รับผิดชอบเฉพาะสวนป่าเขาสวนกวาง รวมพื้นที่ 630 ไร่ แต่ดำเนินการปลูกสร้างสวนป่าได้ 495.90 ไร่ โดยแบ่งเป็นไม้ยูคาลิปตัส จำนวน 397.280 ไร่ และไม้ยางพารา จำนวน 98.620 ไร่ มีประชากรในพื้นที่เป็นสมาชิกในการกรีดยาง 2 ครอบครัว จำนวน 6 คน ได้ผลผลิตเป็นยางแผ่น ประมาณ 770 กิโลกรัม/ปี 3. สวนป่าน้ำโสม อ.นาแก จ.อุดรธานี รับผิดชอบสวนป่าน้ำโสมและสวนป่าภูสวรรค์ จ.เลย พื้นที่รับผิดชอบเฉพาะสวนป่าน้ำโสม รวม 1,989 ไร่ เดิมปลูกไม้ยูคาลิปตัส, ประดู่, ยางนา, พะยูน, สัก และเลี่ยน ต่อมาได้เริ่มปลูกยางพารา ตั้งแต่ ปี 2535 โดยให้ราษฎรในพื้นที่มีส่วนร่วมเพื่อแก้ปัญหาการบุกรุกพื้นที่ ปัจจุบันมีพื้นที่ปลูกไม้ยางพาราที่ให้ผลผลิตน้ำยางแล้วทั้งสิ้น 1,094 ไร่ ซึ่งการดำเนินงานของ อ.อ.ป. ที่มีต่อราษฎรในพื้นที่ นอกจากจะส่งเสริมให้ราษฎรในพื้นที่มีรายได้จากการร่วมปลูกสร้างสวนป่าเศรษฐกิจให้กับประเทศแล้ว ยังได้ลดอัตราการว่างงาน การบุกรุกพื้นที่ป่าธรรมชาติ ตลอดจนการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นของคนในชุมชน