

## กรณีศึกษา การแปรรูปเพิ่มมูลค่าสินค้าเกษตร “Greenery Healthy”

ปัจจุบันเทรนด์สุขภาพเข้ามามีบทบาทต่อชีวิตประจำวันของคนยุคใหม่มากขึ้นด้วยปัญหาด้านสุขภาพที่เกิดจากมลภาวะสภาพแวดล้อมตลอดจนอาหารการกินที่เน้นสะดวกมากกว่าปลอดภัยทำให้คนยุคใหม่เผชิญกับโรคร้ายไข้เจ็บง่ายกว่าแต่ก่อน ดังนั้นอาหารเพื่อสุขภาพอาหารเสริมรวมทั้งการรับประทานผลผลิตจากเกษตรอินทรีย์จึงได้รับความนิยมมากขึ้นเรื่อยๆ ไม่ใช่เพียงแคในไทยเท่านั้นแต่เป็นเทรนด์ฮิตของโลกตอนนี้เลยก็ได้



ที่มา : <https://www.organicfarmland.com/wp-content/uploads/2016/01/Sunflower-Sprouts-1.jpg>

การจะหาอาหารที่มีคุณภาพดีมารับประทานกันทุกมือนั้นเป็นไปได้ยากเนื่องจากต้องยอมรับว่าชีวิตของผู้คนในเมืองใหญ่แค่ภารกิจทุกวันก็รัดตัวมากแล้ว หากจะต้องแสวงหาอาหารปลอดภัยและมีคุณภาพมารับประทานอีกก็ดูจะเป็นเรื่องยาก แต่อันที่จริงแล้วการหาอาหารที่ดีและมีคุณภาพนั้นไม่ได้ยากถึงขั้นเป็นไปได้ เพราะปัจจุบันนี้ผู้ประกอบการด้านอาหารหลายรายเริ่มที่จะมีการพัฒนาผลิตภัณฑ์ของตัวเองให้สามารถกินง่ายซื้อง่ายเตรียมพร้อมเสิร์ฟสุขภาพดีสู่ผู้บริโภคกันอย่างเต็มที่

ในบทความนี้จะพูดถึงผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพในรูปแบบต่างๆ จากผู้ประกอบการเกษตรอินทรีย์ที่มีการนำเทคโนโลยีทันสมัยมาพัฒนาสินค้าเกษตรให้มีคุณภาพคงคุณสมบัติของพืชชนิดนั้นอย่างครบถ้วน

## แปรรูปผักเชียงดาเป็นชาพร้อมดื่ม



ที่มา : <https://teadee.com/wp-content/uploads/2016/09/tea-3-370x277.jpg>

ประเทศไทยมีสมุนไพรค่อนข้างมาก ทั้งในรูปแบบของสมุนไพรที่นำมาประกอบอาหาร สมุนไพรผสมเครื่องทำยาสมุนไพรใช้สด สมุนไพรแบบแห้ง แต่การใช้สมุนไพรให้เกิดประโยชน์ต่อการรักษาและป้องกันโรคนั้นแน่นอนว่าต้องใช้ในปริมาณเยอะมากกกและต้องรับประทานอย่างต่อเนื่องจึงจะเห็นผล การทำความรู้จักสมุนไพรและศึกษาคุณสมบัติให้ถ่องแท้อาจต้องใช้เวลาอันยาวนานไหนจะการนำมาปรุงรับประทานอีก คือ ยุ่งยากเกินไปหลายคนอาจล้มเลิกความตั้งใจได้ง่าย ผู้ประกอบการหลายรายจึงมองเห็นความเป็นไปได้ที่จะนำสมุนไพรมาให้บริโภคกันง่ายขึ้น รูปแบบยอดนิยมที่มักจะนำมาทำกันก็คือแปรรูปเป็นชาเพราะเราต้องดื่มน้ำกันตลอดทั้งวันอยู่แล้ว

ผักเชียงดา ชื่อวิทยาศาสตร์ *Gymnema inodorum* (Lour.) Decne. จัดอยู่ในวงศ์ตีนเป็ด (APOCYNACEAE) และอยู่ในวงศ์ย่อยนมตำเลีย (ASCLEPIADOIDEAE หรือ ASCLEPIADACEAE) ผักเชียงดา มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า เชียงดา, เจียงดา, ผักเจียงดา, ผักเชียงดา, ผักกูด, ผักจินดา, ผักเซ่งดา, ผักม้วนไก่, ผักเซ็ง, ผักวัน, ผักฮ่อนไก่, ผักฮ้วน, เครือจันปา เป็นต้น

### ลักษณะของผักเชียงดา

ต้นผักเชียงดา จัดเป็นไม้เถาเลื้อย มีอายุข้ามปี ความยาวของเถาขึ้นอยู่กับอายุ ลำต้นเป็นสีเขียว มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 0.5-5 เซนติเมตร ทุกส่วนที่อยู่เหนือดินของต้นจะมีน้ำยางสีขาวคล้ายน้ำนม ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการเพาะเมล็ดและวิธีการปักชำ เจริญเติบโตได้ดีในดินร่วน ระบายน้ำดี เป็นผักพื้นบ้านที่ชาว

เหนือในแถบจังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย แม่ฮ่องสอน ลำพูน ลำปาง แพร่ น่าน และพะเยา นิยมปลูกไว้หน้าบ้าน เพื่อนำยอดไปประกอบอาหาร ส่วนในต่างประเทศพบได้ที่ประเทศอินเดีย ศรีลังกา เวียดนาม มาเลเซีย ญี่ปุ่น จีน และแอฟริกา



ที่มา : <https://thaipbs-program.s3-ap-southeast-1.amazonaws.com/content/images/gallery/1/AE/dW/1AEdW9YeO4or-default.jpg>

### สรรพคุณของผักเชียงดา

- ผักเชียงดามีสารต้านอนุมูลอิสระที่เป็นต้นเหตุทำให้เกิดโรคเส้นเลือดหัวใจอุดตัน โรคมะเร็งในกระเพาะอาหาร มะเร็งตับ โรคต่อกระจกในผู้สูงอายุ ช่วยป้องกันการแตกของเม็ดเลือดแดง และการเสียของ DNA ข้ออักเสบรูมาตอยด์และเกาต์
- ผักเชียงดามีสารออกฤทธิ์ที่ช่วยควบคุมการทำงานของร่างกายให้เป็นปกติและชาวบ้านยังนิยมกินผักเชียงดาหน้าร้อน เพื่อช่วยลดความร้อนในร่างกายอีกด้วย
- ช่วยทำให้เจริญอาหาร
- ช่วยชำระล้างสารพิษตกค้างในร่างกาย
- ใช้รักษาเบาหวาน ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด ปรับระดับอินซูลินในร่างกายให้สมดุล ช่วยสร้างเนื้อเยื่อใหม่ให้ตับอ่อน ด้วยการนำผักเชียงดามาปรุงเป็นอาหารรับประทาน จากการศึกษาพบว่า การรับประทานผักเชียงดาก่อนอาหารประมาณวันละ 8-12 กรัม (แบ่งการรับประทานเป็น 3 มื้อ มื้อละ 4 กรัม) จะสามารถควบคุมระดับน้ำตาลของผู้ป่วยเบาหวานให้เป็นปกติได้หรือจะรับประทานเป็นผักสดอย่างน้อยวันละประมาณ 50-100 กรัม หรือ 1 ชีด ก็สามารถช่วยป้องกันและบำบัดโรคเบาหวานได้เช่นกัน

- ช่วยควบคุมและปรับระดับความดันโลหิตให้เป็นปกติ
- ช่วยลดและควบคุมปริมาณไขมันในร่างกายให้สมดุล
- ผักเชียงดา มีสรรพคุณช่วยบำรุงสายตา แก้อาการเคืองตา เนื่องจากผักชนิดนี้มีวิตามินสูง
- ช่วยฟื้นฟูตับอ่อนให้แข็งแรง ช่วยบำรุงและปรับสภาพการทำงานของตับอ่อนให้เป็นปกติ
- มีการใช้ผักเชียงดาเป็นทั้งยาสมุนไพรและเป็นอาหารเพื่อรักษาโรคโดยกลุ่มหมอเมืองทางภาคเหนือมานานแล้ว กล่าวคือ การใช้เป็น “ยาแก้หลวง” แก้เบาหวาน เวียนศีรษะ ปวดศีรษะ ตัวร้อน แก้ไข้สันนิบาต แก้หวัด ภูมิแพ้ หอบหืด แก้แพ้ยา แพ้อาหาร ปวดข้อ เป็นยาระบาย ช่วยระงับประสาท หรือเมื่อมีอาการคิดมากหรือจิตฟุ้งเฟ้อ ฯลฯ ส่วนการนำมาใช้เป็นยา ก็ให้นำผักเชียงดามาสับแล้วนำไปตากแห้งบดเป็นผง ใช้ชงเป็นชาดื่ม หรือจะนำมาบรรจุลงในแคปซูลก็ได้

การแปรรูปเพิ่มมูลค่าสินค้าเกษตรนั้นเพียงแค่การเปลี่ยนจากตึ๋มน้ำเปล่ามาเป็นตึ๋มน้ำชา นอกจากจะทำให้ร่างกายสดชื่นแล้วยังได้รับพลังในการป้องกันและรักษาโรคมาร่วมกันด้วย ตัวอย่างเช่นแบรนด์มรรคา ได้มีการนำผักเชียงดามาแปรรูปให้เป็นผลิตภัณฑ์พร้อมดื่ม โดยพืชพื้นบ้านของภาคเหนือชนิดนี้เป็นที่รู้จักกันดี นิยมนำมาทำอาหารได้หลายอย่าง ยิ่งในฤดูฝนแบบนี้ยิ่งแยงยอดออกมาเยอะซึ่งนอกจากจะเป็นอาหารอร่อยแล้วยังมีสรรพคุณทางยาอย่างเต็มเปี่ยม โดยเฉพาะช่วยป้องกันและรักษาระดับน้ำตาลในเลือดเหมาะสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน หากเราต้องการให้ผักเชียงดาช่วยเรื่องเบาหวานอาจจะต้องกินในปริมาณเยอะมาก แต่ถ้าต้มแบบชาหรือสกัดออกมาเป็นแคปซูลก็จะรับประทานง่ายกว่าร่างกายดูดซึมไปใช้ได้เลยและจะดียิ่งขึ้นไปอีก

## การแปรรูปสมุนไพรพื้นบ้านเป็นผง

การแปรรูปเพิ่มมูลค่าสินค้าเกษตรนั้นไม่จำเป็นว่าต้องเป็นสมุนไพรหายากเท่านั้น สมุนไพรบ้านๆ อย่างขิง ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด นอกจากจะนำมาทำอาหารหรือเป็นส่วนประกอบอาหารจานอร่อยแล้ว ยังสามารถเพิ่มมูลค่าได้เป็นกิโลกรัมละหลักร้อยเพียงผ่านกระบวนการแปรรูป



ที่มา : <https://i.pinimg.com/236x/74/2c/c5/742cc5dbd13914230e92e5774a42d0a3.jpg>

คำแนะนำจากผู้ประกอบการด้านสมุนไพรที่มีความเชี่ยวชาญ ทั้งการปลูกแบบเกษตรอินทรีย์ 100% รวมถึงการแปรรูปผลิตภัณฑ์แปรรูปส่งขายทั้งในและต่างประเทศด้วยนั้น คือ คุณภัคร์ทิวา สายเทพ เจ้าของแบรนด์ภัคร์ทิวาไทยเฮอร์เบิล ของจังหวัดลำปาง ได้บอกว่าตอนนี้ในตลาดต่างประเทศมีความต้องการสมุนไพรไปเป็นวัตถุดิบของอาหารเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะผลผลิตจากเกษตรอินทรีย์เพราะในต่างประเทศนั้นค่อนข้างให้ความสำคัญกับอาหารที่มีความปลอดภัย

การแปรรูปเพิ่มมูลค่าสินค้าเกษตรการแปรรูปเพิ่มมูลค่าสินค้าเกษตร ดังนั้นในฐานะที่เป็นเกษตรกรที่ปลูกพืชอินทรีย์อยู่แล้ว จึงเห็นความเป็นไปได้ในการแปรรูปเพื่อส่งออก ข้อดีอย่างแรกคือสามารถเก็บรักษาไว้ได้เป็นเวลานานและนำไปเป็นส่วนผสมของวัตถุดิบอาหารได้หลากหลายอย่าง เช่น ขมิ้นผงเป็นที่ต้องการอย่างมากของประเทศอินโดนีเซีย นอกจากนี้ยังเป็นการเพิ่มมูลค่าของผลผลิตทางการเกษตรให้เกษตรกรขายได้ราคาดีขึ้น ในขณะที่เดียวกันยังเป็นการส่งต่ออาหารคุณภาพจากสวนครัวไทยไปสู่ครัวโลกอีกด้วย

## แปรรูปหญ้าหวานทดแทนน้ำตาล



ที่มา : <https://res.cloudinary.com/>

การแปรรูปเพิ่มมูลค่าสินค้าเกษตรหญ้าหวาน (Stevia) จัดเป็นพืชเศรษฐกิจตัวใหม่ที่กำลังมาแรง เนื่องจากใบหญ้าหวานมีสารประกอบที่สามารถทดแทนน้ำตาลได้เป็นอย่างดี ทั้งยังให้ความหวานที่มากกว่าน้ำตาลถึง 300 เท่าจึงเหมาะสำหรับผู้ป่วยที่ต้องควบคุมระดับน้ำตาล ผู้ต้องการลดความอ้วนรวมทั้งใช้ปรุงอาหารเครื่องดื่มทดแทนการใช้น้ำตาลในชีวิตประจำวันได้เลยเพราะเป็นสารจากธรรมชาติไม่มีไขมันให้พลังงาน

ต่ำช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของแบคทีเรียในปากหลายชนิดจึงไม่ทำให้ฟันผุหรือเหงือกอักเสบง่าย เมื่อนำไปผสมในอาหารหรือเครื่องดื่มยังไม่ทำให้เกิดการบูดเน่าด้วยเนื่องจากแบคทีเรียไม่ใช่สารนี้เป็นอาหารนั่นเอง

ด้วยคุณสมบัติที่ให้ความหวานมากแต่ไม่ทำให้เกิดโทษต่อร่างกายนี้เอง จึงทำให้หญ้าหวานเป็นพืชเศรษฐกิจที่กำลังมาแรงใช้ได้ ตั้งแต่ระดับครัวเรือนไปจนถึงการสกัดออกมาใช้ในภาคอุตสาหกรรมทั้งอาหาร เครื่องดื่มไปจนถึงสินค้าอุปโภคบริโภค

การแปรรูปเพิ่มมูลค่าสินค้าเกษตรจึงไม่ต้องแปลกใจเลยว่าตอนนี้เกษตรกรหันมาปลูกหญ้าหวานเพื่อป้อนตลาดกันมากขึ้น การเพิ่มมูลค่าของหญ้าหวานในภาคเกษตรกรรมจึงต้องอาศัยการปลูกแบบเกษตรอินทรีย์ รวมทั้งอาศัยเทคโนโลยีทันสมัยเข้ามาช่วยในการแปรรูปอย่างแบรนด์ Hanada Organic Farm ก็เป็นอีกหนึ่งเกษตรกรที่มีการปลูกหญ้าหวานออร์แกนิกจำหน่าย จากตอนแรกขายในรูปแบบชาอบแห้ง ตอนนี้นำไปถึงขั้นสกัดความหวานออกมาให้กลายเป็นผลึกสีขาวบรรจุในซองพร้อมรับประทานเตรียมวางจำหน่ายให้กับผู้บริโภคนำไปเติมรสหวานอย่างปลอดภัยภายใต้การรับรองเกษตรอินทรีย์มาตรฐานสากล



ที่มา : <https://scontent-lga3-1.cdninstagram.com>

เทคโนโลยีที่ถูกพัฒนาขึ้นนั้นไม่เพียงช่วยให้เกิดสินค้าหลากหลายและเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจให้ผลผลิตทางการเกษตรผ่านการแปรรูปเท่านั้น แต่ยังช่วยในเรื่องขององค์ความรู้อีกด้วยอย่าง เช่น การปลูกพืชผักของสวนสองพิมพ์จังหวัดลำปางได้ใช้เทคโนโลยีเข้ามาช่วยในการทำตลาด ด้วยเช่นการนำ QR Code มาติดบนผลผลิตก่อนนำออกวางขาย เพื่อให้ผู้ซื้อสามารถเช็คข้อมูลย้อนกลับได้ถึงแหล่งเพาะปลูกวิธีการปลูก

รวมทั้งข้อบ่งชี้อื่น ๆ เกี่ยวกับพืชผักชนิดนั้น สิ่งนี้ก็จะช่วยให้สินค้าเกษตรมีความพิเศษเพิ่มขึ้นหรือการปลูก  
กระเทียมของกลุ่มเกษตรกรไร้สารพิษ บ้านห้วยโป่ง จังหวัดแม่ฮ่องสอน แม้ตอนนี้จะยังไม่ได้มีการแปรรูปผลผลิต  
ไปสู่รูปแบบอื่น แต่ก็เริ่มใช้เทคโนโลยีเข้ามาสร้างมูลค่า โดยทำการศึกษาร่วมกับนักวิจัยจาก  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เพื่อหาสารอาหารที่อาจจะแตกต่างหรือมีมากกว่ากระเทียมที่ปลูกโดยใช้สารเคมี ซึ่งถ้า  
จบการวิจัยแล้วพบว่าการปลูกกระเทียมแบบอินทรีย์มีดีกว่าอย่างไรก็จะทำให้มูลค่าของกระเทียมไร้สารพิษ  
เพิ่มขึ้นได้อย่างไม่ต้องสงสัย

ความสำคัญของการแปรรูปผลผลิตทางการเกษตรนั้นอาจไม่ได้อยู่ที่ว่าจะเปลี่ยนสินค้าเป็นอะไรเท่านั้น  
แต่การศึกษาความต้องการของผู้บริโภค การวางแผนทางการตลาด รวมทั้งการรู้จักนำสิ่งที่มีไปต่อยอดให้โดน  
ใจผู้บริโภคโดยใช้เทคโนโลยีมาช่วยพัฒนาให้สามารถแข่งขันกับผู้ผลิตเจ้าอื่นและที่สำคัญไปกว่านั้นคือการหา  
จุดเด่นของสินค้าให้เจอแล้วชูสิ่งนั้นขึ้นมาสู้กับคู่แข่ง

แหล่งที่มา

การแปรรูปเพิ่มค่าสินค้าเกษตร Greenery Healthy, organic farm thailand,

<https://www.organicfarmthailand.com/>

สรรพคุณประโยชน์ของผักเชียงดา, Phromphat, 2 สิงหาคม 2560, เว็บไซต์เมดไทย

<https://medthai.com/%E0%B8%9C%E0%B8%B1%E0%B8%81%E0%B9%80%E0%B8%8A%E0%B8%B5%E0%B8%A2%E0%B8%87%E0%B8%94%E0%B8%B2/>