

คัมภีร์เปิดร้านยาไทย

(ผลิตภัณฑ์สมุนไพร)



คู่มือมาตรฐานฉบับสมบูรณ์

สำหรับผู้ประกอบการมือใหม่

พท.ภ.พิชญ์สินี สุขพานิชยิ่งยง

คัมภีร์เปิดร้านยาไทย (ผลิตภัณฑ์สมุนไพร) คู่มือมาตรฐานฉบับสมบูรณ์

รวมขั้นตอน คำอธิบาย ภาพประกอบ
สำหรับผู้ประกอบการมือใหม่

โดย

พท.ภ.พิชญ์สินี สุขพานิชย์ยัง

จัดทำและจำหน่ายโดย MAYA ME
สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย

จากใจผู้เขียน

เป้าหมายของฉัน ไม่ใช่แค่ช่วยให้คุณเปิดร้านได้สำเร็จ แต่คือการสร้างมาตรฐานร้านยาไทยที่มีคุณภาพไปพร้อมๆ กัน เพราะฉันเชื่อว่า "เมื่อเราเริ่มต้นด้วยความถูกต้อง เราก็จะเติบโตได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน"

หวังว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นเหมือนเพื่อนร่วมทางที่คอยจับมือคุณก้าวไปที่ละขั้นตอน เพื่อให้ความฝันในการมีร้านยาไทยของคุณกลายเป็นความจริงค่ะ



พท.ภ.พิชญ์สินี สุขพานิชยิ่งยง

จัดทำโดย MAYA ME

ติดตามผลงาน ได้ที่ Tiktok, FB, YouTube : MAYA ME

Tel.095 – 112 -9927 Line ID : 0951129927

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ส่วนที่ 1 เส้นทางสู่ เกษชกรม แพทย์แผนไทย	
บทที่ 1 จากความตั้งใจ สู่เส้นทางสายสมุนไพรไทย	1
บทที่ 2 เกษชกรไทย คือใคร?	5
บทที่ 3 จิตวิญญาณของผู้ปรงยา	9
ส่วนที่ 2 เรียนเกษชกรมไทย ที่ไหน ยังไง	
บทที่ 4 เกษชกรมไทย เรียนที่ไหน เริ่มต้นยังไง	13
บทที่ 5 หลักสูตร สถาบันที่สภาแพทย์แผนไทยรับรอง	17
บทที่ 6 เจาะลึกเนื้อหาเกษชกรมไทย ความรู้พื้นฐาน	44
บทที่ 7 กลยุทธ์พิชิตใบประกอบวิชาชีพ	
(ติวสอบย่อ) ภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ	64
ส่วนที่ 3 สู่ขั้นตอนขอใบอนุญาต สถานที่ และใช้งานจริง	
บทที่ 8 กฎหมายที่คุณต้องรู้	92
บทที่ 9 มาตรฐานสถานที่ ฯ	100
บทที่ 10 ขั้นตอนและเอกสารการขอใบอนุญาต ฯ	108
บทที่ 11 ก้าวแรกสู่การเปิดร้าน 9 กลยุทธ์จัดทัพสินค้า	125
บทที่ 12 จัดทัพ 10 กลุ่มสินค้า ถูกต้อง ทำกำไร	130
บทที่ 13 Case Study จากประสบการณ์จริง	143
ภาคผนวก เฉลยข้อสอบ	181

ส่วนที่ 1

เส้นทางสู่ เกษัชกรรม
แพทย์แผนไทย



HERBAL สมุนไพร

บทที่ 1 จากความตั้งใจ

สู่เส้นทางสายสมุนไพรไทย

"สวัสดีค่ะ... ยินดีต้อนรับทุกคนเข้าสู่ก้าวแรกของการเป็นผู้ประกอบการร้านยาไทย"

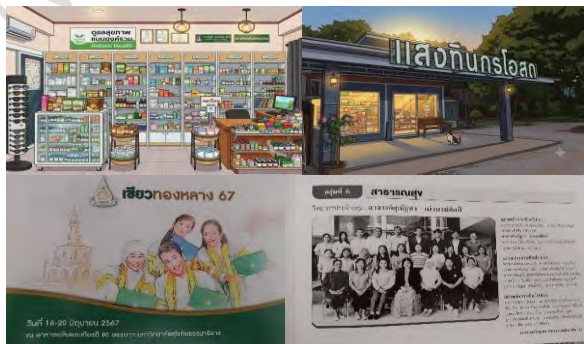
ถ้าคุณกำลังถือหนังสือเล่มนี้อยู่ในมือ ฉันเชื่อว่าคุณคงมีความฝันเดียวกันกับฉัน นั่นคือการได้ส่งต่อภูมิปัญญาไทยผ่านผลิตภัณฑ์สมุนไพรที่มีคุณภาพ เพื่อช่วยดูแลสุขภาพของตัวเอง ครอบครัว และผู้คนในชุมชน หรืออาจจะเริ่มต้นจากความหลงใหลในศาสตร์แพทย์แผนไทย ที่อยากจะทำให้อยู่ยืนเป็นธุรกิจที่ยั่งยืน

เหมือนเช่นตัวดิฉันเองที่เรียนจบในสาขา การบัญชี ทำงานในสายวิชาชีพบัญชี แต่ชีวิตก็พลิกผันป่วยเป็นมะเร็งลำไส้ จากการงานที่เคร่งเครียด เร่งรีบ พฤติกรรมหลายอย่างทำป่วย เช่น การกินไม่เป็นเวลา การอดหลับอดนอน การออกกำลังกายน้อย และเกิดจากมีพันธุกรรมทั้งทางฝ่ายพ่อและแม่ด้วย รวมๆกันหลายอย่าง

ฉันได้กลิ่นกรองเอาสาระสำคัญ กระบวนการขอ
ใบอนุญาตที่ถูกต้อง รวมถึงเกร็ดเล็กเกร็ดน้อยที่คุณควร
ทราบ เพื่อให้คุณเริ่มต้นธุรกิจได้อย่างราบรื่น
ประหยัดเวลา และลดความผิดพลาดที่อาจเกิดขึ้นได้
ตั้งแต่เริ่มต้น

เป้าหมายของฉันไม่ใช่แค่ช่วยให้คุณเปิดร้านได้
สำเร็จ แต่คือการสร้างมาตรฐานร้านยาไทยที่มีคุณภาพไป
พร้อมๆ กัน เพราะฉันเชื่อว่า "เมื่อเราเริ่มต้นด้วยความ
ถูกต้อง เราก็จะเติบโตได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน"

หวังว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นเหมือนเพื่อนร่วมทางที่
คอยจับมือคุณก้าวไปทีละขั้นตอน เพื่อให้ความฝันในการ
มีร้านยาไทยของคุณกลายเป็นความจริงค่ะ



การเชื่อมโยงกับระบบสาธารณสุข:

เภสัชกรไทยเป็นผู้เชื่อมต่อระหว่างภูมิปัญญาโบราณเข้ากับมาตรฐานการแพทย์สมัยใหม่ ทำให้การดูแลสุขภาพด้วยวิถีไทยมีความทันสมัยและได้รับการยอมรับมากขึ้น



4. ความภาคภูมิใจในรากเหง้า (Pride in Heritage)

ทุกครั้งที่เราหยิบสมุนไพรไทยขึ้นมาปรุง นั่นคือการบอกเล่าประวัติศาสตร์ เรากำลังสืบทอดภูมิปัญญาที่บรรพบุรุษไทยสั่งสมมานับพันปี การทำผลิตภัณฑ์ไทยให้มีมาตรฐานเทียบเท่าสากล ไม่ใช่การทิ้งรากเหง้า แต่คือการนำ "วิถีไทย" ไปอวดสายตาโลกด้วยความมั่นใจ

"สำหรับฉัน... ร้านยาไม่ใช่แค่ที่วางขายผลิตภัณฑ์ แต่เป็นพื้นที่ที่ฉันได้ส่งมอบ 'ความใส่ใจ' ผ่านตัวยาไทยให้แก่ผู้คน การเป็นเภสัชกรไทยคือการแบกรับหน้าที่ในการดูแลสุขภาพของเพื่อนมนุษย์ด้วยสมุนไพรไทยอย่างซื่อสัตย์และภาคภูมิใจ เพราะเมื่อเราเชื่อมั่นในสิ่งที่เราทำ ผลลัพธ์ที่ดีที่สุดจะย้อนกลับมาสู่คนไข้และตัวเราเองเสมอ

บทที่ 4 เกษัชกรมไทย — เรียนที่ไหน และเริ่มต้นอย่างไร?

สำหรับผู้ที่ตั้งใจจะเข้าสู่สายงานเกษัชกรมไทย
หลายคนอาจมีคำถามว่า "ต้องเริ่มต้นเรียนที่ไหน?" และ
"ต้องผ่านขั้นตอนอย่างไรบ้าง?" เพื่อให้ได้มาซึ่งใบอนุญาต
ประกอบโรคศิลปะที่ถูกต้องตามกฎหมาย

1. แหล่งการศึกษาที่ได้รับรองมาตรฐาน

ปัจจุบัน การศึกษาด้านแพทย์แผนไทยและเกษัชกรมไทยถูกจัดระบบให้เป็นมาตรฐานเดียวกัน โดยคุณสามารถเลือกศึกษาได้จาก 2 ช่องทางหลัก:

สถาบันอุดมศึกษา (ระดับปริญญาตรี):

มหาวิทยาลัยรัฐและเอกชนหลายแห่งเปิดสอนหลักสูตร
"การแพทย์แผนไทยบัณฑิต" หรือ "การแพทย์แผนไทย
ประยุกต์บัณฑิต" ซึ่งหลักสูตรเหล่านี้จะ



รายชื่อสถาบันและสถานพยาบาลซึ่งได้รับอนุญาตให้ถ่ายทอดความรู้
สำหรับการฝึกอบรมในวิชาการแพทย์แผนไทยตามพระราชบัญญัติวิชาการแพทย์แผนไทย พ.ศ.๒๕๕๖

ลำดับ	ชื่อสถาบัน/สถานพยาบาล	จังหวัด	หลักสูตรที่สภา การแพทย์แผนไทยรับรอง			
			เวชกรรมไทย	เภสัชกรรมไทย	การฝังเข็มไทย	การวดไทย
๖๑	ภพอโรชยา คลินิกการแพทย์แผนไทย	ราชบุรี	✓	✓	✓	✓
๖๒	คลินิกประสาทแพทย์แผนไทย	สทิงบุรี	✓	✓	✓	✓
๖๓	คลินิกแพทย์แผนไทยอโรยาศาสตร์	ศรีสะเกษ	✓	✓	✓	✓
๖๔	คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร	สกลนคร	✓	✓	✓	✓
๖๕	โรงเรียนเวชศาสตร์แผนไทยสงขลา	สงขลา	✓	✓	✓	✓
๖๖	โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพแผนไทย	สงขลา	✓	✓	✓	✓
๖๗	คลินิกแพทย์แผนไทยสมบูรณ์เวชการ	สงขลา	✓	✓	✓	✓
๖๘	คลินิกการแพทย์แผนไทยเมืองสิงขระ	สงขลา	✓	✓	✓	✓
๖๙	สมาคมคุณคลินิกการแพทย์แผนไทย	สงขลา	✓	✓	✓	✓
๗๐	ดวงจันทร์คลินิกการแพทย์แผนไทย	สุราษฎร์ธานี	✓	✓	✓	✓
๗๑	โรงเรียนแพทย์แผนไทยอุดรธานี	อุดรธานี	✓	✓	✓	✓
๗๒	สถานพยาบาลแผนโบราณหนองอาจ	อุตรดิตถ์	✓	✓	✓	✓
๗๓	โรงเรียนนวดตอกเส้นสีไพร	อุทัยธานี	-	-	-	✓
๗๔	คลินิกการแพทย์แผนไทยชลิต	อุบลราชธานี	✓	✓	✓	✓
๗๕	สุดาวรัตน์คลินิกการแพทย์แผนไทย	อุบลราชธานี	✓	✓	✓	✓
๗๖	คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี	ปัตตานี	-	-	-	✓
๗๗	โฮมเฮลท์คลินิกการแพทย์แผนไทย	ปทุมธานี	✓	✓	✓	✓
๗๘	พัฒนการคลินิกการแพทย์แผนไทย	ปทุมธานี	✓	✓	-	-
๗๙	คลินิกการแพทย์แผนไทยธรรมิกชน	ขอนแก่น	-	-	-	✓
๘๐	โรงเรียนรุ่งฤทธิวิทยการนวดแผนไทย	สมุทรสงคราม	-	-	✓	✓
๘๑	โรงเรียนหาดใหญ่เวชกรรมไทย	สงขลา	✓	✓	✓	✓

บทที่ 6 เจาะลึกเนื้อหาเภสัชกรรมไทย และความรู้พื้นฐาน

หัวใจของการปรุงยาและการรักษาหลักสูตรเภสัชกรรมไทยไม่ใช่แค่เรื่องของ การ "บดและต้มยา" แต่เป็นศาสตร์ที่บูรณาการทั้งพฤกษศาสตร์ เคมีเบื้องต้น และภูมิปัญญาโบราณเข้าด้วยกัน เพื่อให้เข้าใจถึง "กลไกการเยียวยา" ของสมุนไพรอย่างลึกซึ้ง

1. องค์ประกอบสำคัญของหลักสูตร

เมื่อคุณก้าวเข้าสู่หลักสูตรเภสัชกรรมไทย สิ่งที่คุณจะได้เรียนรู้แบ่งออกเป็น 4 สาขาหลัก ดังนี้:

เภสัชกรรมพฤกษศาสตร์ (Pharmacognosy): การจำแนกสมุนไพร รูปลักษณะ กลิ่น รส และถิ่นกำเนิด ผู้ปรุงยาต้องแยกแยะ "ของจริง" กับ "ของเทียม" ออกจากกัน

เนื้อหาต่อไปนี้จะเป็นการสรุปย่อบางส่วนของหลัก
เภสัชกรรมไทย เพราะเล่มนี้จะเน้นเกี่ยวกับขั้นตอน
การเปิดร้านยาไทย(ผลิตภัณฑ์สมุนไพร) แต่ผู้เขียนก็
อยากปูพื้นฐานว่าถ้าจะเปิดร้านได้ ต้องรู้อะไร ต้องมี
อะไร ถึงจะเปิดร้านได้ แต่ถ้าหากผู้อ่านท่านใดสนใจ
อ่านสรุปติวสอบอย่างเต็มรูปแบบสามารถติดตาม
อ่านได้ในเล่มต่อไปได้ที่ช่องทางต่างๆ ที่ปักหมุดไว้
ด้านล่าง ดิฉันผู้เขียนจะทยอยพิมพ์ผลงานออกมา
เรื่อยๆ หรือ สนับสนุนผลงาน
ตำรายา ศาสตร์แพทย์แผนไทย (เภสัชกรรมไทย)



กดซื้อในรูปแบบ ebook

ได้ที่ Chulabook.com ศูนย์หนังสือจุฬาฯ โหลดแอป
Chulabook และ mebmarket.com แอป meb
หรือต้องการแบบรูปเล่ม ติดต่อด้านล่างได้เลยค่ะ

พท.ภ.พิชญ์สินี สุขพาณิชย์ยัง

แสงทินกรโอสธ

จัดทำโดย MAYA ME

ติดตามผลงาน ได้ที่ Tiktok, FB, YouTube : MAYA ME

Tel.095 – 112 -9927 Line ID : 0951129927

หลักเภสัชกรรมไทย และ การใช้ยาสมุนไพร

ประวัติชีวโกมารภักจแพทย์

ประวัติสรรพคุณยาเบญจกูล

จรรยาเภสัช

หลักเภสัช 4 ประการ

การรู้จักตัวยา 5 ประการ

รูปร่างลักษณะ

รู้จักสี

รู้จักกลิ่น

รู้จักรส

รู้จักชื่อ

เภสัชวัตถุ

ประเภทที่ 1 เรียกว่าพืชวัตถุ

ประเภทที่ 2 เรียกว่าสัตว์วัตถุ

ประเภทที่ 3 เรียกว่าธาตุวัตถุ

สรรพคุณเภสัช

ยาสประธาน 3 รส

ยารสร้อน

ยารสเย็น

ยารสสุขุม

รายละเอียดยา 9 รส

ยารสฝาด

ยารสหวาน

ยารสเมาเบื่อ

ยารสขม

ยารสเผ็ดร้อน

ยารสมัน

ยารสหอมเย็น

ยารสเค็ม

ยารสเปรี้ยว

ยารสจืด

ยา 6 รส (ตามคัมภีร์วโรคसार)

รสทั้ง 6 ทำให้เกิดโทษ

ยา 8 รส (ตามคัมภีร์ธาตุวิवरณ์)

(4) การเก็บยาตามยาม (กาลเวลา)

ช่วงเวลายามส่วนของพืชที่ควรเก็บ

กลางวัน

06.00-09.00 น.ยาม 1 ใบ, ดอก, ลูก

09.00-12.00 น.ยาม 2 กิ่ง, ก้าน

12.00-15.00 น.ยาม 3 ต้น, เปลือก, แก่น

15.00-18.00 น.ยาม 4 ราก

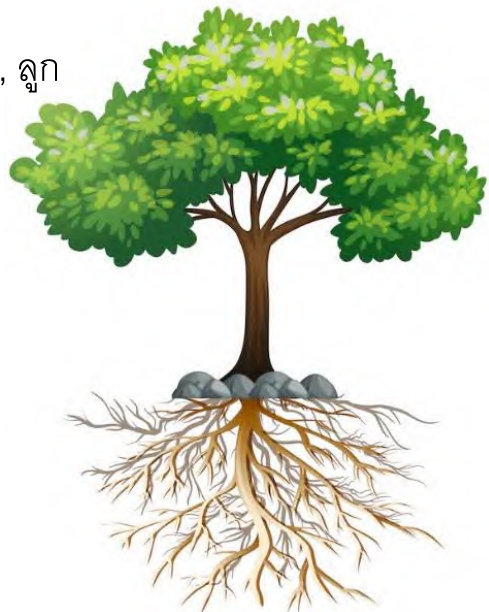
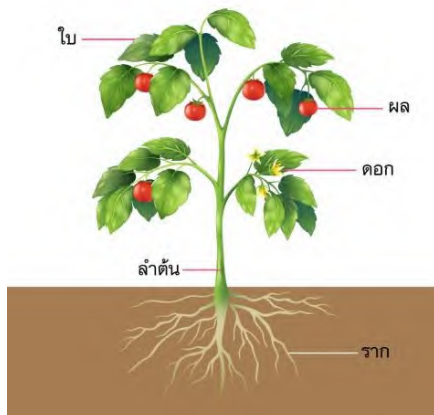
กลางคืน

18.00-21.00 น.ยาม 1 ราก

21.00-24.00 น.ยาม 2 ต้น, เปลือก, แก่น

24.00-03.00 น.ยาม 3 กิ่ง, ก้าน

03.00-06.00 น.ยาม 4 ใบ, ดอก, ลูก



แบบฝึกหัดเภสัชกรรม
ภาคทฤษฎีและปฏิบัติ
พร้อมเฉลย

ข้อสอบภาคทฤษฎี 25 ข้อ (เฉลยท้ายเล่ม)

1. เกิดในข้อใด มีสรรพคุณ แก้ลมกองละเอียด แก้นอนไม่หลับ

แก้พิษไข้ ร้อน กระสับกระส่าย

ก. เห็ดขี้ควาย เห็ดขี้วัว

ข. เห็ดหญ้าคา เห็ดหญ้าแพรก

ค. เห็ดตับเต่าขาว เห็ดตับเต่าดำ

ง. เห็ดताल เห็ดเตย

2. เภสัชวัตถุใด แก้ไข้กาฬ ไข้พิษ

ก. เขากวางแก่

ข. เขากวางอ่อน

ค. เขาวัวป่า

ง. ข้อ (ก) และ (ค) ถูก

ข้อสอบภาคปฏิบัติ 10 ข้อ (เฉลยท้ายเล่ม)

ข้อ 2



วิธีสังเกต เจตพังคิ
จะมีเส้น

- 1) ส่วนที่ใช้ทำยาแก้จุกเสียดแน่นเพื่อ....ราก.....
- 2) อยู่ในยาสามัญอะไร..ยาประสะเจตพังคิ หน้า 33 ส่วน....

ข้อ 3



เปลือกไม้มีสี
เขียวปน

- 1) ชื่อ.....เปลือกเพกา.....

สรรพคุณ.....ดับพิษร้อน..สมานแผล.....

ส่วนที่ 3

สู่ขั้นตอนขอใบอนุญาต

สถานที่ และใช้งานจริง

!! สิ่งจำเป็น !!

ร้านขายผลิตภัณฑ์ที่สมุนไพรต้องมี

1. ป้ายสถานที่ขาย

ตัวอักษรสีขาว พื้นสีแดง กว้าง 3 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 70 ซม.

สถานที่ขายผลิตภัณฑ์สมุนไพร

กว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม.

สถานที่เก็บรักษาผลิตภัณฑ์สมุนไพร

2. ป้ายผู้มีหน้าที่ปฏิบัติงาน

ตัวอักษรสีขาว พื้นสีแดง กว้าง 3 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 70 ซม.

นางสาวอรรณี สิมสูง นก.ก.๑๑๑๑๑ เวลาปฏิบัติงาน 10.00 - 20.00 น.

นางอรรณี สิมสูง นก.ก.๑๑๑๑๑ เวลาปฏิบัติงาน 10.00 - 20.00 น.

3. ใบอนุญาตและใบประกอบวิชาชีพ

ใบอนุญาต

ใบประกอบวิชาชีพ

ใบอนุญาตและใบประกอบวิชาชีพต้องแสดงในที่มองเห็นได้ง่าย

ติดต่อ: 02-555-1111

02-555-1111

บทที่ 9 มาตรฐานสถานที่ ฯ

ภาพถ่ายที่เก็บของ

1.1

การนำผลของการศึกษาไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดนั้น โดยทั่วไปแล้วการนำ
 ผลการวิจัยไปใช้ในการปฏิบัติจริงนั้นไม่ใช่เรื่องง่าย เพราะการนำผลการวิจัยไปใช้



© 2004 Blackwell Publishing Ltd *Journal of Internal Medicine* 255: 103–110

1.2

การดำเนินการดังกล่าวจะช่วยให้เกิดประโยชน์แก่ผู้เกี่ยวข้อง
โดยทั่วไปในทุกระดับการศึกษามากยิ่งขึ้น



www.elsevier.com/locate/jmb

◆ 1. ภาพรวมของสถานที่ (รวมถึงสถานที่เก็บ)

1.1 อาคารสถานที่ที่มีโครงสร้างมั่นคง แข็งแรง เป็นสัดส่วน



- 1.4 มีขนาดพื้นที่เก็บรักษาผลิตภัณฑ์เหมาะสม
มีอุปกรณ์ในการเก็บรักษา เช่น ชั้น ตู้
สำหรับจัดวาง



- 1.5 สถานที่เก็บรักษาผลิตภัณฑ์สมุนไพร อยู่
ภายใต้สภาวะอุณหภูมิ ความชื้นที่เหมาะสม
มีการป้องกันสัตว์และแมลง เช่น ติดตั้ง
เครื่องวัดอุณหภูมิและความชื้น ติดตั้ง
อุปกรณ์ป้องกันสัตว์และแมลง

- รูปถ่ายผู้มีหน้าที่ปฏิบัติการหน้าเต็ม รูปสี ไม่สวมหมวก
 ไม่ใส่แว่นตาดำ ถ่ายไว้ไม่เกิน 5 ปี รูปถ่ายขนาด 4x6 นิ้ว
 (10x15 เซนติเมตร)

3.4 กรณีขอใบอนุญาตใหม่ ผู้มีหน้าที่ปฏิบัติการ
 ต้องผ่านการอบรมหลักสูตรที่ได้รับการรับรองตาม
 หลักเกณฑ์ของ อย.



การเลือกสินค้าเปรียบเสมือนการเลือก "อาวุธ" ให้กับเภสัชกร ในร้านยาไทยสินค้าไม่ได้เป็นเพียงแค่สิ่งที่วางขายเพื่อสร้างกำไร แต่คือการส่งมอบวิธีรักษา และดูแลสุขภาพให้แก่ชุมชน นี่คือ 9 กลยุทธ์ในการจัดทัพสินค้าให้ร้านของคุณเติบโตได้อย่างมั่นคง

กลยุทธ์ที่ 1: การคัดเลือกสินค้ากลุ่มยาสามัญ ประจำบ้านแผนโบราณ (The Core Inventory)

พื้นฐานที่ทุกร้านต้องมี เพื่อสร้างความเชื่อมั่นและตอบสนองความต้องการพื้นฐานของผู้คนในชุมชน

กลยุทธ์ที่ 2: กลุ่มสินค้าแก้กลุ่มอาการยอดฮิต (Symptom-Based Selection)

เน้นสินค้ากลุ่มแก้ไอ, แก้ไข้, แก้ปวดเมื่อย และระบบทางเดินอาหาร โดยอ้างอิงจากโรคที่พบบ่อยในพื้นที่ตั้งร้าน

กลุ่มที่ 9: สมุนไพรแก้อาการยอดฮิต
(ฟ้าทะลายโจร, ขมิ้นชัน, ยาแก้ไอ,แก้ปวดเมื่อย
,ยาระบาย)



Case Study 7 :

ประวัติ: เพศชาย สัญชาติไทย อายุ 36 ปี อาชีพขับรถ

อาการ : มีผื่นขึ้นตามมือและเท้า

ประวัติแพ้ยา : ไม่แพ้ยา

โรคประจำตัว : ไม่มี

แนะนำการดูแลตัวเอง :

1. พักผ่อนให้เพียงพอ
2. ไม่ทำงานเกินกำลัง
3. กินอาหารหลากหลายให้ครบ 5 หมู่



การจ่ายยาและขนาดวิธีใช้

ชื่อยา	สรรพคุณขนาดและวิธีการใช้
1.พลาควาแคลเซียม	ครั้งละ 2 เม็ด หลังอาหารเช้า-เย็น ติดต่อกัน ประมาณ 7-15 วัน ลดอาการคันตามผิวหนัง ปรับ สมดุลน้ำเหลืองภายในร่างกาย
2.คารามาย	ใช้ทาบริเวณที่คัน