

## คุ้ม คุ้ม จริงๆ [โดยรองผู้อำนวยการฯ ปิยะลักษณ์ เอื้อกมลสุขโข]

นำเสนอเมื่อ : 11 พ.ค. 2552

คุณค่าของของชิ้นหนึ่งไม่ได้วัดด้วยความพึงพอใจ  
แต่วัดกันที่ประโยชน์ใช้สอยและความคงทนยาวนานของอายุการใช้งานค่ะ....

อย่างที่รู้จักกัน...เศรษฐกิจของโลกขณะนี้กำลังอยู่ในช่วงวิกฤต...คนตกงานกันเป็นล้าน...บ้านเราเองดูท่าอาการจะโคม่ากว่าเพื่อน เพราะมีเรื่องปัญหาการเมืองเข้ามาแทรกด้วย ทำให้เศรษฐกิจที่แย่อยู่แล้ว ...เน่าลงไปอีก... ❌

สงสารชาวบ้านตาต้อๆที่หาเช้ากินค่ำ...ต้องเลี้ยงครอบครัว...ส่งเสียลูกเรียนหนังสือ...ยังดีที่รัฐจัดให้มีโครงการเรียนฟรี 15 ปีอย่างมีคุณภาพ...มีรถเมลฟรี...โซน้ำฟรี...แกมมีธงฟ้าขายอาหาร สิ้นคาราคาถุก...มีเช็ค 2 พันช่วยชาติ มี 500 บาทต่อเดือนใหญ่เฒ่าทั้งหลาย มาช่วยแบ่งเบาภาระอีกด้วย...แต่ไม่รู้จะมีใหนานแคไหน.... ❌

อ.ปิ ก็เป็นคนหนึ่งที่ได้ใช้บริการรถเมลฟรีของรัฐด้วย....เดี๋ยวนี้ อ.ปิ เริ่มหันมาประหยัดค่าใช้จ่ายตามกระแสแล้ว แต่บางทีก็อดจะออกไปช่วยชาติไม่ได้.... ตนเดือนหน้า น้องชายจะพาพวกเราไปเที่ยวช่วยชาติกันที่หัวหิน...เที่ยวสงทายก่อนเปิดภาคเรียน... หลังจากที่ อ.ปิ ต้องป่วยนอนพักรักษาตัวมารวม 2 เดือน.... ❌

แล้วก็ไปอ่านเจอเคล็ดลับเล็กๆน้อยๆในยุคที่ต้องประหยัดกัน เขียนโดย อัมพันธ์...จากเนชั่น บุก...ก็เลยอยากมาบอกต่อ....เขาบอกว่า...คุณค่าของของชิ้นหนึ่งไม่ได้วัดด้วยความพึงพอใจ  
แต่วัดกันที่ประโยชน์ใช้สอยและความคงทนยาวนานของอายุการใช้งานค่ะ....

❌ ครัวเรือนไหนของคุณผู้ชายมีประโยชน์อย่างมากกับงานบ้านของคุณผู้หญิง...คือว่า..ถ้าพรมมีรอยเปื้อน ให้บีบครีมโกนหนวดลงบนพรมเล็กน้อย รอจนเขาเนื้อพรม แล้วเช็ดออกด้วยผ้าเปียก เทานี้ รอยเปื้อนก็จะหายไป...

❌ กระเป๋ารองเท้า และเข็มขัด ที่ทำจากหนัง จะไม่ดูเก่าคร่ำคร่าอีกต่อไป...ให้นำแปรงขนอ่อนๆ ทำความสะอาด เอาฝุ่นผงออกเสียก่อน แล้วแขวนไว้เหนือกาน้ำที่ร้อนและกำลังเดือดอยู่ ใอน้ำจะช่วยคืนชีวิตให้เครื่องหนังดูเหมือนใหม่เหมือนกับตอนที่เพิ่งซื้อมาเลย...

❌ มิดที่เป็นสนิม อย่างทิ้ง....ให้ทำความสะอาดมิดเสียก่อน นำมะนาว ผ่าซีกหรือหัวหอม ถูไปถูมาหลายๆครั้ง สนิมจะค่อยๆหลุดออกไปเอง....

❌ อยาเพิ่งทิ้งกรรไกรที่ไม่คมแล้วลงถัง...คุณแก้ไขให้มันมาทำหน้าที่ได้ดีดังเดิม โดยใช้มันตัดกระดาษทรายเนื้อละเอียดให้เป็นชิ้นเล็กๆ ตัดไปเรื่อยๆ จนกว่าจะคมขึ้น...

❌ หากโถส้วมมีกลิ่น และคุณต้องการจะดับกลิ่นอย่างเร่งด่วน...ให้จุดไม้ขีดไฟในโถส้วม เมื่อติดแล้วให้ดับทิ้ง ควันทองไม้ขีดไฟ จะช่วยดูดซับกลิ่นในโถส้วมได้...

❌ เพื่อรักษาแปรงสีฟันด้ามใหม่ให้ใช้ได้นาน คงทน ก่อนนำไปใช้ ให้แช่ในน้ำร้อน ทิ้งไว้จนน้ำร้อนเย็นแล้วนำไปผึ่งให้แห้ง แปรงสีฟันจะใช้ได้นานกว่าปกติ

❌ ถ้าคุณเป็นคนชอบตกแต่งบ้านด้วยแจกันดอกไม้สด... ให้ใส่ยาแอสไพรินที่ป่นแล้วหรือน้ำตาลลงในแจกัน จะช่วยทำให้ดอกไม้อยู่ได้นานหลายวัน โดยไม่ต้องคอยเปลี่ยนบ่อยๆ ...

❌ ถ้ามีตัวต่อ...ตัวผึ้งหลงเข้ามาในบ้านและถ้าคุณกลัวว่ามันจะเข้าไปทำร้ายคนในครอบครัว ให้นำสเปรย์สำหรับฉีดผม ฉีดพ่นไปที่ตัวของมัน สักพักมันจะร่วงหล่นลงกับพื้น เพราะสเปรย์ทำให้ปีกของมันแข็งตัว และไปไหนไม่ได้...

❌ มีกระเทียมเอาไว้ติดบ้านเสมอๆ เป็นผลดีที่สุด เพราะนอกจากจะใช้รับประทานกับอาหารแต่ละมื้อแล้ว การแกะเปลือกออกให้หมด และรับประทานสดๆ เลยก 3 - 5 กลีบทุกวัน จะช่วยลดคลอเรสเตอรอลในเลือดได้ ช่วยต้านมะเร็ง ช่วยชะลอความแก่ และหากนำมาตำให้ละเอียด ผสมน้ำ รดต้นไม้ที่มีปัญหาแมลงกัดกิน แมลงจะไม่กล้าเข้าไปใกล้ต้นไม้อีกเลย

❌ การรับประทานพริกไทย นอกจากจะช่วยให้ร่างกายเผาผลาญอาหารได้เร็วขึ้นแล้วยังสามารถนำไปโรยในที่ที่สุนัข หรือแมวชอบไปขบถาย หรือนำไปโปรยเพื่อกันแมลงต่างๆ...ให้ผลดีอย่างไรมาเชื่อ

❌ ประโยชน์จากชาหมีมากมาย ในใบชาแก่เราใช้ดื่มเพื่อแก้อาการเจ็บ...แต่ดื่มมากเกินไปจะทำให้ท้องผูก หากใบชาที่เหลือใช้ล้างภาชนะ ช่วยขจัดกลิ่นคาว และถ้ามีแผลพุพอง แผลเปื่อย ไซกากใบชาพอกแผล จะหายเร็วขึ้น และถ้ามือเหม็นคาว...ไซกากใบชาถูมือก็จะหายเหม็นทันที ❌

❌ กินแอปเปิ้ลทุกวันอย่างน้อยวันละ 1 ลูก จะช่วยลดเปอร์เซ็นต์ความเสี่ยงในการเจ็บป่วย...

❌ สาวๆ และหนุ่มๆ ที่อยากผิวสวย หน้าแดง ❌ แนะนำให้ทานฝรั่งทุกวัน เพราะในผลฝรั่งมีวิตามินซีสูงมากกกกกก.....ถ้าทานเหลือ ยังสามารถนำไปต้มให้ละเอียด นำเครื่องเงินไปต้มด้วยซัก 1 ชั่วโมง เมื่อยกขึ้นมาเครื่องเงินจะมีความขาว...แวววาวมาก...เวลาเก็บไซกระดาด้ำหอย เครื่องเงินก็จะไม่ดำ...

❌ มีตาสวยๆ โดยไม่ต้องพึ่งครีมราคาแพงๆ เคล็ดลับอยู่ที่การรับประทานอาหารที่ดี เน้นที่มีวิตามินเอ และวิตามินอี เช่น ตับ ฟักทอง นมสด นมถั่วเหลือง และแครอท...

❌ น้ำข้าวขาว ถ้าเททิ้งลงท่อโดยเปล่าประโยชน์ให้ใช้รดต้นไม้ เป็นปุ๋ยอย่างดี เพราะมีวิตามิน จะทำให้มีดอกไม้ใหญ่...หรือใช้ล้างเนื้อวัว...เนื้อหมู...สะอาดกว่าล้างด้วยน้ำธรรมดา และยังใช้ล้างจานมันๆ

ได้ดีอีกด้วยค่ะ...

☒ น้ำหมึกปากกาแห้ง แต่ยังมีหมึกและเขียนไม่ออก หรือออกไม่ดีเสมอ ให้นำส่วนปลายปากกาแช่ลงในน้ำร้อนและนำแช่ในน้ำเย็นทันที... นำปากกามาขีดบนกระดาษหลายๆครั้ง...หมึกจะไหลดีขึ้น...

ทั้งหมดนี้ เป็นเคล็ดลับการดูแลสุขภาพให้คุ้มค่าในยามยาก เพื่อชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นในอนาคต....ไม่ยากถ้ายากทำค่ะ.....



อ่านบทความดีดีต่อได้ที่ [http://cms.srivikorn.ac.th/svk\\_forum](http://cms.srivikorn.ac.th/svk_forum)