

ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา

“Lanna” Local Wisdom for Health Care among People with Alcohol Dependence.

เนตรดาว	ธงชีว	พย.ม.*	Natedao	Thongseaw	M.N.S.*
हरषा	เศรฐฐบุผา	พย.ด.**	Hunsa	Sethabouppha	Ph.D.**
ชวพรพรณ	จันทรประสิทธิ์	พย.ด.***	Chawapompan	Chanprasit	Ph.D.***

บทคัดย่อ

ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาด้านสุขภาพเป็นความรู้ที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์และสืบทอดภายในชุมชนล้านนา เน้นสมดุลสุขภาพและสุขภาพแบบองค์รวม การวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ผู้ให้ข้อมูลประกอบด้วย ปรารักษ์ชาวบ้าน และแพทย์พื้นบ้านหรือหมอเมือง จำนวน 10 ราย และผู้ที่เป็นโรคติดสุราจำนวน 5 ราย คัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง ร่วมกับการบอกต่อแบบลูกโซ่หรือสโนว์บอล รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนเมษายนถึงเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2552 ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก ร่วมกับการสังเกต ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า

ชุมชนล้านนามีการประยุกต์ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา โดยมุ่งเน้นความสมดุลของธาตุ (กาย) และขวัญ (จิตใจ) เพื่อสุขภาพแบบองค์รวม ตามบริบทสังคมและวัฒนธรรมล้านนา ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาที่นำมาใช้ในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ประกอบด้วย ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาที่ใช้บำบัดรักษาธาตุ ได้แก่ 1) สมุนไพร: ขับพิษสุรา ปรับสมดุลธาตุ ในกรณีนี้มีการเลือกใช้สมุนไพรที่มีสรรพคุณขับพิษหรือถอนพิษสุรา ร่วมกับสรรพคุณในการปรับสมดุลธาตุและบำรุงร่างกาย 2) อาหาร: บำรุงร่างกาย ปรับสมดุลธาตุ ภายหลังการใช้สมุนไพรขับพิษสุราผู้ป่วยจะเลือกใช้อาหารที่บำรุงธาตุ บำรุงร่างกาย รวมทั้งงดอาหารแสลงเพื่อปรับสมดุลธาตุในร่างกาย และป้องกันอาการธาตุกำเริบ ส่วนการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการบำบัดรักษาขวัญ ได้แก่ พิธีกรรม: เรียกขวัญผานหลักพุทธธรรม เป็นการใช้คุณโลบายที่นำหลักพุทธศาสนาผนวกกับพิธีกรรมและการตั้งสัจจะสาบาน เพื่อเรียกขวัญก่อให้เกิดกำลังใจในการเลิกดื่มสุรา โดยภูมิปัญญาดังกล่าวจะใช้ร่วมกันเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการดูแลสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม ทั้งธาตุและขวัญของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา

ผลการศึกษาครั้งนี้สะท้อนให้เห็นความสำคัญของการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลบำบัดรักษาแบบบูรณาการสำหรับผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ที่เน้นการปรับสมดุลของธาตุและขวัญ ก่อให้เกิดสุขภาพขององค์รวม เจ้าหน้าที่สุขภาพควรตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าว และบูรณาการภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาและภูมิปัญญาสากลในการดูแลสุขภาพ ก่อให้เกิด “ภูมิปัญญาร่วมสมัย” ในการดูแลผู้ที่เป็นโรคติดสุราที่เหมาะสมกับสังคมในยุคปัจจุบัน

คำสำคัญ: ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนา ผู้ที่เป็นโรคติดสุรา การดูแลสุขภาพ

* พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลแมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ
 * Professional nurse, McCormick Hospital, Payap University
 ** อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 ** Lecturer, Faculty of Nursing, Chiang Mai University
 *** รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 *** Associate Professor, Faculty of Nursing, Chiang Mai University

Abstract

Lanna's local wisdom regarding health is resulting from accumulated experiences and transferred from generation to generation within Lanna community. Such wisdom place a great concern on health stability and holistic health. This research is thus designed to examine the use of Lanna local wisdom for health care among patients with alcohol dependence. Participants were 10 traditional healers and tradition scholars, and five persons with alcohol dependence chosen through purposive sampling along with snowball sampling. Data collection was carried out during April to November 2009 through in-depth interviews and observation. Data analysis was performed content analysis.

The results of study

Demonstrated that the Lanna community had applied Lanna local wisdom to persons with alcohol dependence focusing on the integrity of "Thad" (physical) and "Kwan" (soul) contributing to holistic well-being congruence with Lanna's socio-culture. Lanna's local wisdom for health care among persons with alcohol dependence comprised Lanna local wisdom to heal "Thad" including 1) Herbs: alcohol detoxification, stabilizing body elements, in this case herbs with pharmacological actions for detoxifying alcohol effect along with bodily nurturing and elements stabilization were adopted. 2) Diet: body nurturing and balancing body elements, upon herbal application, healers would adopt food types to nature the body and avoid taboo foods to enhance body equilibrium and prevent abnormality of bodily element. Lanna local wisdom to heal "Kwan" was related to Traditional rituals: regain mentality integrated with Buddhist concepts, this strategy was adopted Buddhist principle in combine with traditional ritual focusing on self commitment for regaining "Kwan" and self confidence for quit drinking. All of these healing practices were integrated to foster efficient care among persons with alcohol dependence in a holistic way.

These results hence reflect the importance of applying Lanna local wisdom in integrated healing for persons with alcohol dependence focusing on stabilization of "Thad" and "Kwan" resulting in "holistic wellness". Thus, health professionals must realize such significance and should integrate Lanna local wisdom and universal wisdom for health care contributing to "contemporary wisdom" for healing persons with alcohol dependence relevant to social context in the era of the present world.

Key words: Lanna Local Wisdom, Persons with Alcohol Dependence, Health Care

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สุราเป็นสารเสพติดที่ออกฤทธิ์กระบบประสาทส่วนกลาง เมื่อใช้เป็นระยะเวลานานจะทำให้เกิดการเสพติดโดยจะต้องใช้อยู่เรื่อยๆ ส่งผลทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมา เช่น ปัญหาสุขภาพทั้งร่างกาย และจิตใจ ปัญหาครอบครัว ปัญหาเศรษฐกิจ และสังคม (วีรวรรณ เล็กสกุลชัย, 2543) จากการสำรวจขององค์การอนามัยโลกพบว่า ประชากรโลกมีการติดสุราประมาณ 200 ล้านคน และมีประชากรที่ได้รับการวินิจฉัยว่าติดสุราประมาณ 76.3 ล้านคน (World Health Organization [WHO], 2004) และจากสถิติ ผู้ที่เข้ารับการบำบัดรักษาสุราของสถาบันธัญญารักษ์ กรมการแพทย์ พบว่า ผู้ที่มีปัญหาเกี่ยวกับการติ่มสุราได้เข้าสู่ระบบการรักษาในสถานบริการสุขภาพมากขึ้น โดยเข้ามารับการบำบัดรักษาการติดสุรา ในปี พ.ศ. 2551-2552 เป็นจำนวน 832 และ 1,079 ราย คิดเป็นร้อยละ 20.93 และ 27.68 ตามลำดับ (สถาบันธัญญารักษ์, 2552) ในขณะเดียวกันสถิติการเข้ารับการบำบัดรักษาของศูนย์บำบัดรักษายาเสพติด จังหวัดเชียงใหม่ ในปี พ.ศ. 2551-2552 ที่มีจำนวนทั้งหมด 499 และ 582 ราย ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 60.27 และ 61.00 ตามลำดับ (ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติด จังหวัดเชียงใหม่, 2552) จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคติดสุรา มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นทั้งในระดับประเทศและภายในจังหวัดเชียงใหม่ และเกิดความต้องการการดูแลในระบบสุขภาพที่เพิ่มสูงขึ้น ขณะที่การให้บริการสำหรับ ผู้ที่มีปัญหาจากการติ่มสุราในระบบสุขภาพของไทยยังคงมีข้อจำกัดอยู่มาก (พันธุ์นา กิตติรัตนไพบูลย์, 2552) ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้ที่เป็นโรคติดสุราจะต้องได้รับการบำบัดรักษา ที่เหมาะสมโดยระบบการดูแลสุขภาพ เพื่อให้สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ระบบการดูแลสุขภาพของผู้ที่ติดสุราในปัจจุบันมีการบำบัดรักษาผู้ที่เป็นโรคติดสุราโดยใช้การบำบัดรักษาแบบแพทย์แผนปัจจุบัน (สำนักงาน ป.ป.ส., 2547) ซึ่งประกอบไปด้วยการบำบัดรักษาโดยใช้ยา

และการบำบัดทางจิตสังคม (พิชัย แสงชาญชัย, 2544) ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้ผู้ติดสุราสามารถหยุดติ่มสุราได้อย่างถาวร (สาวิตรี อัมมฉัตรกรชัย และ สุวรรณอรุณพงศ์ไพศาล, 2543) แต่อย่างไรก็ตามยังพบว่า กระบวนการบำบัดรักษายังไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร แม้ว่าจะมีการบำบัดรักษาอย่างเหมาะสมและครอบคลุม จนสามารถช่วยให้ผู้ป่วยกลับสู่ภาวะปกติได้ก็ตาม แต่ผู้ที่เป็นโรคติดสุราก็ยังมีโอกาสกลับป่วยซ้ำได้เช่นกัน เพราะการติดสุราเป็นโรคเรื้อรัง จึงมีโอกาสรักษาได้ตลอดช่วงชีวิตของบุคคลนั้น (เอียรชัย งามทิพย์วัฒนา, มัลลย์ เฉลิมชัยนุกูล, และวิลาสินี ชัยสิทธิ์, 2545) ดังจะเห็นได้จากจำนวนผู้ที่เป็นโรคติดสุราที่กลับมาเสพติดสุราซ้ำ ซึ่งพบว่าผู้ที่ผ่านการบำบัดรักษาสुरาไปแล้วกลับไปติ่มสุราซ้ำในระยะเวลา 6 เดือนหลังการบำบัดสูงถึงร้อยละ 78 และมีเพียงร้อยละ 22 เท่านั้นที่ผ่านการบำบัดรักษาแล้วสามารถหยุดติ่มสุราได้ในระยะเวลา 1 ปี (ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดจังหวัดเชียงใหม่, 2548) ดังนั้นการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมและสอดคล้องกับปัญหาและความต้องการที่เกิดขึ้นของแต่ละบุคคล จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในการช่วยให้ผู้ที่เป็นโรคติดสุราสามารถแก้ไขปัญหาทางจิตสังคม (Rohsenow & Malley, 1999) การดูแลสุขภาพจึงควรกระทำอย่างเป็นองค์รวม โดยคำนึงถึงปัจจัยด้านความเชื่อ ค่านิยม วิถีชีวิต ประเพณี วัฒนธรรมของบุคคลในแต่ละท้องถิ่นด้วย ดังนั้น ภูมิปัญญาพื้นบ้านด้านสุขภาพหรือ การแพทย์ทางเลือก จึงเป็นแนวทางหนึ่งที่สามารถนำมาปรับ ประยุกต์ และผสมผสานในการดูแลสุขภาพแก่ผู้ที่เป็นโรคติดสุรา เนื่องจากภูมิปัญญาพื้นบ้านมีวิธีการดูแลสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม เพื่อให้สอดคล้องกับวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมที่บุคคลอาศัยและดำรงชีวิตอยู่ การแพทย์พื้นบ้านจึงเป็นระบบการแพทย์ อีกทางเลือกหนึ่ง ที่เข้ามามีบทบาทอย่างมากต่อการดูแลสุขภาพของคนในสังคมที่มีการปฏิบัติสืบต่อกันมา แต่ดั้งเดิม และเกิดการผสมผสานเข้ากับวัฒนธรรมใหม่ หล่อหลอมจนกลายเป็นวิถีชีวิตของคนในชุมชน (ยิ่งยง เทาประเสริฐ และ กันยานุช เทาประเสริฐ, 2547ก) เช่นเดียวกับระบบการแพทย์พื้นบ้าน

ล้านนา ที่มีได้แยกส่วนออกจากชุมชน แต่ยังคงแสดงบทบาทหน้าที่รับใช้ชุมชนตราบนานเท่านานนี้ นอกเหนือจากหน้าที่ให้การป้องกันดูแลรักษาสุขภาพของคนภายในชุมชนแล้ว ยังทำหน้าที่ผู้นำทางจิตวิญญาณเพื่อสร้างสรรค์กำลังใจให้แก่สมาชิกควบคู่กันไป (ยิ่งยง เทาประเสริฐ, 2546)

ล้านนา เป็นชื่อของอาณาจักรโบราณที่มีอาณาบริเวณอยู่ในแถบภาคเหนือตอนบนของ ประเทศไทย ครอบคลุมขอบเขตพื้นที่ของ 8 จังหวัด อันได้แก่ จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย ลำปาง ลำพูน แพร่ น่าน พะเยา และแม่ฮ่องสอน (ประสงค์ สงงาม, สิริสุข วงศ์กุล, สายนที บุญทา, และ นิชาภา ชินะวงศ์, 2548) ล้านนาเป็นอาณาจักรที่มีประวัติศาสตร์ความเป็นมาอันยาวนาน โดยมีเมืองเชียงใหม่เป็นศูนย์กลาง (สุรพล ดำริห์กุล, 2542) สำหรับประเพณีพื้นเมืองของล้านนานั้นได้สะท้อนให้เห็นถึงวิถีการดำเนินชีวิตความคิด ความเชื่อ ประเพณี และพิธีกรรม วิถีการดำเนินชีวิตของชาวล้านนาที่มีความผูกพันใกล้ชิดอยู่กับธรรมชาติผนวกกับความเชื่อดั้งเดิมในเรื่องศาสนาและวัฒนธรรม ก่อให้เกิดองค์ความรู้หรือภูมิปัญญาพื้นบ้านในการดูแลสุขภาพ จนอาจกล่าวได้ว่าการดูแลสุขภาพแบบพื้นบ้านของชาวล้านนาเชื่อมโยงสัมพันธ์กันกับระบบย่อยอื่นๆในสังคม ไม่ว่าจะเป็นระบบการเมือง การปกครอง เศรษฐกิจ สังคม ครอบครัว การศึกษา วัฒนธรรม โดยเฉพาะความเชื่อและศาสนา (ยิ่งยง เทาประเสริฐ และ กันยานุช เทาประเสริฐ, 2547ก)

ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเป็นพัฒนาการของการปรับตัว ปรับวิถีชีวิต เพื่อให้สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม แล้วสร้างสรรค์ สังคม และสืบสานประสพการณ์เหล่านั้นเป็นเวลานาน จนต่อเนื่องและกลายเป็นพัฒนาการทางสังคมและวัฒนธรรมของชาวล้านนา (เอกวิทย์ ณ ถลาง, 2544) โดย ชาวล้านนาเชื่อว่า คนประกอบขึ้นจากรูปกับนาม คือ กาย (ธาตุ) กับใจ (ขวัญ) อย่างสมดุลและสัมพันธ์กัน เมื่อมีเหตุที่ทำให้เสียสมดุล เช่น ขวัญตก ขวัญเสีย ขวัญหาย ขวัญอ่อน ธาตุเสีย ธาตุอ่อน ธาตุพิการ ก็จะส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพได้ (ยิ่งยง เทาประเสริฐ, 2546) ดังนั้นเพื่อการ

บำบัดรักษาที่ครอบคลุม ทั้งธาตุ และขวัญของชาวล้านนา จึงมีการนำเอาภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนามาใช้เพื่อการบำบัดรักษา ซึ่งประกอบด้วย วิธีการป้องกันและการดูแลสุขภาพของชาวล้านนาด้านพิธีกรรมบำบัด กายบำบัด สมุนไพรบำบัด และอาหารบำบัด (ยิ่งยง เทาประเสริฐ, 2546) ดังนั้นการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพจึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการบำบัดรักษา ผู้ที่เป็นโรคติดต่อ ที่อาจตอบสนองต่อปัญหาและความต้องการที่มีอยู่อย่างหลากหลายและซับซ้อนได้มากขึ้น ถึงแม้ที่ผ่านมาจะมีการนำเอาภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนามาใช้ในการดูแลสุขภาพผู้ที่เป็นโรคติดต่อบ้างแล้ว แต่ก็ยังไม่ได้มีการศึกษา หรือรวบรวมข้อมูล องค์ความรู้ต่างๆ เกี่ยวกับภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดต่ออย่างเป็นระบบ และเป็นรูปธรรม จึงทำให้การดูแลสุขภาพแบบภูมิปัญญาพื้นบ้านสำหรับผู้ที่เป็นโรคติดต่อนั้นมีแนวทางที่ไม่ชัดเจน จึงมีความจำเป็นที่จะต้องรวบรวมองค์ความรู้ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดต่อ เพื่ออนุรักษ์และเพื่อส่งเสริมให้เกิดการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดต่อนานยิ่งขึ้น ด้วยเหตุนี้จึงยังไม่มีข้อมูลเพียงพอที่จะนำไปสู่การพัฒนาองค์ความรู้ เพื่อการบำบัดรักษาอย่างมีประสิทธิภาพ และเป็นที่ยอมรับในระบบบริการสาธารณสุข (สุชาติ บุรีรัตน์, 2552)

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาวิจัยเรื่องภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดต่อ ซึ่งการวิจัยเชิงคุณภาพเป็นการวิจัยที่ทำในสถานการณ์ที่เป็นธรรมชาติ โดยมุ่งการตีความเพื่อทำความเข้าใจความหมายของพฤติกรรม หรืออธิบายปรากฏการณ์ในทัศนะและบริบทของ ผู้ถูกศึกษา เพื่อมองเห็นมโนทัศน์หรือแนวคิดที่มีความหมาย และเห็นความเชื่อมโยง จนสามารถสรุปเป็นคำอธิบาย แนวคิด หรือทฤษฎีเบื้องต้นได้ (ชาย โพธิ์สิตา, 2547) และเพื่อเป็นการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบริบททางสังคมและสิ่งแวดล้อม รวมไปถึงข้อมูลทางสังคมและวัฒนธรรมที่จะทำให้ผู้ศึกษาเข้าใจถึง วิถีชีวิตและความหมายของพฤติกรรมของผู้ที่เป็นโรคติดต่อได้มากยิ่งขึ้น ซึ่งข้อมูล

เชิงปริมาณอาจไม่สามารถนำเสนอได้ลึกซึ้งเพียงพอ (ศิริพร จิรวัฒน์กุล, 2548) ในส่วนของข้อมูลที่จะได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้จะถูกนำไปใช้เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานแก่พยาบาลและทีมสุขภาพ ในการให้การดูแลสุขภาพแก่ผู้ที่เป็นโรคติดต่อ โดยนำเอาภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนามาใช้ และเพื่อเป็นแนวทางในการจัดหารูปแบบหรือกิจกรรมที่เหมาะสมภายใต้บริบทในท้องถิ่นเข้ามาผสมผสานกับการดูแลสุขภาพแบบแพทย์แผนปัจจุบัน ในการดูแลผู้ที่เป็นโรคติดต่อ ซึ่งจะช่วยให้การดูแลสุขภาพผู้ที่เป็นโรคติดต้อมีประสิทธิภาพ มีความสอดคล้องและเหมาะสมภายใต้บริบทของความเชื่อ วัฒนธรรม ประเพณีของผู้ที่เป็นโรคติดต่อที่เป็นชาวล้านนาต่อไป และอาจนำไปเป็นแนวทางใหม่ในการบำบัดรักษาผู้ป่วยที่เป็นโรคติดต่อเพื่อที่จะลดหรือบรรเทาผลกระทบการติดต้อมให้ลดลงอีกด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดต่อ

คำถามการวิจัย

การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดต่อเป็นอย่างไร

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) เพื่อศึกษาการใช้ ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดต่อ ในเขตจังหวัดเชียงใหม่ ผู้ให้ข้อมูลประกอบด้วย ประชาชนชาวบ้านและแพทย์พื้นบ้านหรือหมอเมืองที่มีประสบการณ์ในการบำบัดรักษาผู้ที่เป็นโรคติดต่อ จำนวน 10 ราย และผู้ที่เป็นโรคติดต่อที่มีประสบการณ์ในการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนา ในการดูแลสุขภาพ จำนวน 5 ราย โดยคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจงร่วมกับการบอกต่อแบบลูกโซ่หรือสโนว์บอล รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนเมษายน ถึงเดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2552 รวบรวมข้อมูล

โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) ร่วมกับการสังเกต (observation) เครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แนวคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์เชิงลึก และแนวการสังเกต ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากวัตถุประสงค์ของการวิจัย และจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง โดยแนวคำถามผ่านการตรวจสอบความชัดเจนและความครอบคลุมของเนื้อหาจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดสอบสัมภาษณ์ประชาชนชาวบ้านและแพทย์พื้นบ้านหรือหมอเมืองจำนวน 2 ราย และผู้ที่เป็นโรคติดต่อ จำนวน 2 ราย เพื่อทดสอบความชัดเจนของข้อคำถาม และการสื่อความหมายระหว่างผู้วิจัย กับผู้ให้ข้อมูล ภายใต้การตรวจสอบแก้ไขของอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลจริง ซึ่งตัวอย่างแนวคำถามที่ใช้สำหรับประชาชนชาวบ้านและแพทย์พื้นบ้านล้านนา รวมถึงผู้ที่เป็นโรคติดต่อ ดังนี้ 1) เมื่อผู้ที่เป็นโรคติดต่อเกิดการเจ็บป่วย ไม่สบาย ชาวบ้าน/ท่านมีวิธีการดูแลสุขภาพอย่างไร ใช้ระยะเวลานานเท่าใด มีข้อห้ามหรือข้อปฏิบัติใดบ้างที่ต้องปฏิบัติเมื่อเกิดการเจ็บป่วย ผลเป็นอย่างไร 2) เมื่อท่านเกิดการเจ็บป่วย ไม่สบาย นอกจากการมารักษาที่โรงพยาบาลแล้วท่านมีวิธีการในการดูแลสุขภาพด้วยวิธีอื่นหรือไม่ อย่างไร

ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองภายหลังการรับรองเชิงจริยธรรม ของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และคณะกรรมการจริยธรรม โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่ ทำการพิทักษ์สิทธิ์แก่ผู้ให้ข้อมูลทุกราย โดยจำนวนครั้งในการสัมภาษณ์และสังเกต อยู่ระหว่าง 1-3 ครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 60-90 นาที จนกระทั่งข้อมูลมีความอิ่มตัวและไม่ปรากฏข้อมูลใหม่ มีการสร้างความน่าเชื่อถือได้ให้กับงานวิจัย (trustworthiness) โดยวิธีการบันทึกเทป การสัมภาษณ์และการถอดเทปสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ (transcribed verbatim) ประโยคต่อประโยค รวมถึงมีการบันทึกสถานการณ์ภาคสนามในขณะที่สัมภาษณ์ เพื่อให้เกิดความเข้าใจต่อปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น มีการตรวจสอบข้อมูลจาก

แหล่งข้อมูลที่หลากหลาย (data triangulation) ได้แก่ การตรวจสอบข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลหลายแหล่ง ได้แก่ ปรากฏชาวบ้านและแพทย์พื้นบ้านหรือหมอเมือง และผู้ที่เป็นโรคติดต่อ อีกทั้งมีการใช้วิธีการรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก ร่วมกับการสังเกต โดยผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกตโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (content analysis)

ผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้พบว่า ชาวล้านนามีความเชื่อเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพว่ามีความสัมพันธ์กันระหว่างธาตุ (กาย) กับขวัญ (จิตใจ) คือเมื่อมีเหตุทำให้ร่างกายและจิตใจเสียสมดุลก็จะส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพ ดังนั้นชาวล้านนาจึงมีการดูแลสุขภาพอย่างครอบคลุม ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม เช่นเดียวกับการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดต่อ ดังคำกล่าวของปรากฏชาวบ้านว่า “เพราะว่ามนุษย์เรามันมีกายกับใจควบคู่กัน บางทีถ้ากายป่วยจิตใจไม่เข้มแข็งมันก็ป่วยไปด้วยกัน” “เพราะว่าผู้ป่วยที่ติดสุราเขาจะต้องได้รับกำลังใจ เขาถึงจะสามารถเลิกสุราได้ขวัญกำลังใจจากครอบครัว จากชุมชน จากคนที่เคารพนับถือมันสำคัญมาก บางคนรักษาแต่กายจิตใจไม่ได้รับการรักษา ถึงแม้ว่าจะเลิก ยาเสพติดได้มันก็กลับมาอีก”

จากความเชื่อเกี่ยวกับธาตุและขวัญของชาวล้านนาทำให้ชาวล้านนาเกิดการแสวงหาวิธีการดูแลสุขภาพโดยนำเอาภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนามาใช้ในการบำบัดรักษาผู้ที่เป็นโรคติดต่อ ที่มุ่งเน้นให้เกิดการบำบัดรักษา “ธาตุ” และ “ขวัญ” ให้กลับคืนสู่ภาวะสมดุล โดยที่ธาตุ (กาย) จะใช้สมุนไพรที่มีสรรพคุณในการขับพิษหรือถอนพิษสุรา รวมทั้งใช้สมุนไพรในการบำรุงร่างกายและปรับสมดุลธาตุในร่างกายที่ขาดสมดุลจากการดื่มสุราให้กลับคืนสู่สมดุลดังเดิม ร่วมกับการเลือกรับประทานอาหารที่มีสรรพคุณในการบำรุงร่างกายและสามารถปรับสมดุลธาตุ เพื่อฟื้นฟูร่างกายให้แข็งแรงภายหลังจากการขับพิษถอนพิษสุรา และการงดอาหารแสลงเพื่อป้องกัน

อาการธาตุกำเริบ ส่วนขวัญ (จิตใจ) มีการนำพิธีกรรมเรียกขวัญผสานกับหลักธรรมในพุทธศาสนามาใช้ร่วมกับการตั้งสัจจะสาบาน เพื่อเรียกขวัญกลับคืนทำให้เกิดกำลังใจในการเลิกดื่มสุรา และการเผชิญกับความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นจากการดื่มสุรา ตลอดจนเป็นการป้องกันมิให้ผู้ที่เป็นโรคติดสุรากลับไปดื่มสุรา ผลของการวิเคราะห์และตีความข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ สามารถสรุปข้อค้นพบเกี่ยวกับ การนำภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนามาใช้ในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุราที่มีความเกี่ยวข้องกับ “ธาตุ” และ “ขวัญ” ทั้งนี้ก็เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการบำบัดรักษา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการบำบัดรักษาธาตุ (กาย) ซึ่งประกอบด้วยการใช้สมุนไพรเพื่อการขับพิษสุรา ปรับสมดุลธาตุ และการใช้อาหารบำรุงร่างกาย ปรับสมดุลธาตุ โดยพบว่าสมุนไพรเพื่อการขับพิษสุรา ปรับสมดุลธาตุที่ใช้ในการบำบัดรักษาผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ประกอบด้วยสมุนไพร 2 กลุ่มคือ

1.1 สมุนไพรขับพิษ/ถอนพิษสุรา ได้แก่ สมุนไพรยาสามราก โลดทะนงแดง เครือหน้าแน่ (รางจืด) กาสะลอง (ต้นป๊อ) เถาพระขรรค์ไชยศรี ชีเฝ้าใบยาสูบ สมุนไพรสูตรถอนพิษ การอบสมุนไพร และปลาไหลคองสุรา ดังคำกล่าวที่ว่า “การเลิกสุราจะมี 2 อย่าง 2 วิธี หนึ่งคือจิตใจต้องหยุดต้องห้ามไว้ก่อนแล้วมากินยา ยานี้จะมียาถอนพิษ ต้องถอนพิษสุราออกขับพิษ ล้างพิษออกไปก่อน”

1.2 สมุนไพรปรับธาตุ คือนาเวสมดุล บำรุงร่างกาย ได้แก่ สมุนไพรเบญจกูลหรือยาธาตุ ยาหอม และยาลม ผู้ที่เป็นโรคติดสุราจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรับการบำบัดรักษาโดยการปรับธาตุ เพื่อให้ธาตุกลับคืนสู่สมดุล ดังนั้นการรับประทานสมุนไพรปรับธาตุจะช่วยให้ร่างกายฟื้นฟูสภาพและมีความแข็งแรง จึงเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญยิ่ง ดังคำกล่าวของแพทย์พื้นบ้านล้านนาที่ว่า “กินเหล้าเข้าไปมันจะทำให้เสียสมดุลของร่างกาย จะทำให้ตัว (ธาตุหรือร่างกาย) นั้นเกิดปัญหาขึ้นมา เราก็ช่วยรักษาเขา ไปปรับสมดุล บางทีธาตุเขาไม่ค่อยดีเราใช้พวกเบญจกูลปรับธาตุในร่างกายเขา” “หลังจากเราติดเหล้า

แล้วมันจะชืดจะเขียวจะพอมจะอะไรก็จะกินยาปรับธาตุ ก็จะทำให้เลือดลมมันสมบูรณ์ ธาตุนี้จะปรับความสมดุล ให้ร่างกายเรา”

ขณะเดียวกันการบำบัดโดยใช้สมุนไพร จะกระทำควบคู่ไปกับการเลือกรับประทานอาหารที่มีสรรพคุณในการบำรุงร่างกาย ถือได้ว่าเป็นการใช้อาหาร บำรุงร่างกาย ปรับสมดุลธาตุ โดยการเลือกรับประทาน อาหารที่มีรสหวาน เพื่อบำรุงธาตุ (ตับ) ที่เสียสมดุลจากการดื่มสุรา รวมไปถึงการงดรับประทานอาหารแสลง ได้แก่ ทุเรียนและขนุน ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการผิปกติ แก่ผู้ที่เป็นโรคติดสุราได้ ชาวล้านนามีความเชื่อว่าสุรา ทำให้ธาตุขาดสมดุล ดังนั้นการรับประทานอาหารจึงมี วัตถุประสงค์เพื่อให้ร่างกายมีการฟื้นฟูสภาพภายหลัง จากการขับพิษถอนพิษสุรา เนื่องจากภายหลังการขับพิษ ถอนพิษสุรา จะทำให้ผู้ที่เป็นโรคติดสุรารู้สึกอ่อนเพลีย ดังคำกล่าวของแพทย์พื้นบ้านล้านนาที่ว่า “เหล้านี้ถ้าเรา กินเข้าไปนักๆ (มาก) มันจะทำลายธาตุคุดินนะ หนึ่งกัด กระเพาะ สองทำลายเม็ดโลหิตขาวนะ สามไปทำลาย ตับอ่อนนะ แล้วในเมื่อตับอ่อนมันเสีย การขับถ่ายอื่นๆ มันก็บะดี (ไม่ดี) ไปด้วย ร่างกายจะทรุดโทรม อ่อนเปลี้ย เพลี้ยแรง” “เขาบอกว่ากินแล้วดี เขาว่าหวานนะ จะเข้าไปช่วยตับ” “แล้วถ้าอย่างกินเหล้าไป บะม่วน (ไม่สุขสบาย) เป็นไค้ฮ้าง (อยากอาเจียน) แล้วก็ฮ้าง ออกมานะอันนี้ก็เป็นธาตุลมละลมในไส้เพราะว่าธาตุลม มันพิการ” “ไม่ได้เหมือนกันเพราะว่ามันมีรสหอมขนุน นะ ทุเรียนก็รสหอม มันจะแสดง เรื่องลม จะตีเลือดลม อย่างกับคนไม่สบาย มีปัญหาเรื่องสุขภาพจะกินของพวกเขา นั้นมันก็แสดงก็เว้นไป”

2. การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการบำบัด รักษาขวัญ (จิต) มุ่งเน้นการใช้พิธีกรรม เรียกขวัญ การ ผสานหลักพุทธธรรม โดยเป็นการใช้กุศโลบายที่น่าหลัก พุทธศาสนามาผนวกกับพิธีกรรม เพื่อเรียกขวัญกลับ ทำให้เกิดกำลังใจในการเลิกดื่มสุรา ประกอบด้วย

2.1 พุทธศาสนาสื่อกลางเลิกสุรา ได้แก่ การ บวชเพื่อเลิกสุรา การรักษาเบญจศีล การเลิกเหล้าเข้า พรรษา และการใช้หลักคำสอนของพุทธศาสนาเพื่อให้รู้

ถึงโทษของสุรา การใช้ศรัทธาในพุทธศาสนาเพื่อให้ผู้ที่เป็นโรคติดสุราได้ลด ละ เลิก การดื่มสุรา โดยครองตน อยู่ในหลักของการเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดี และยังเป็นการ ใช้หลักธรรมทางศาสนาสอนให้มีสติรู้จักไตร่ตรองถึง ผลเสียของสุราเพื่อจงใจให้เลิกสุรา ดังคำกล่าวของ ประชาชนชาวบ้านและแพทย์พื้นบ้านล้านนาที่ว่า “ให้ยา ทางกายก็ต้องให้ยาทางใจด้วย ต้องให้ธรรมะ นั่งสมาธิ ควบคุมจิตใจ ให้ธรรมะเพื่อให้เกิดจิตสำนึกในหน้าที่ รู้เห็นโทษของสุราโทษของยาเสพติด ในขณะที่กินยา รักษาทางกาย ใจก็ต้องรักษาควบคู่กันไป” ซึ่งสอดคล้อง กับคำกล่าวของผู้ที่เป็นโรคติดสุราที่ว่า “เราก็คิดว่าเวลา ช่วงเข้าพรรษานี้ เวลาเค้าไปทำบุญทำทาน เราก็มีโอกาส ได้ไปแบบสมบูรณ์ ไม่ใช่ว่าตอนเช้าไปทำบุญ ตอนเย็นมา ก็กินเหล้าเหมือนเดิมก็ไม่มีประโยชน์” “เมื่อเราบวชแล้ว เราต้องอยู่ในภาวะที่ว่าเราสละแล้วทุกสิ่งทุกอย่าง คิดไปคิดมาสุดท้ายคิดมาบวชครั้งนี้ ถือว่าผมตั้งใจนะ แก่แล้ว ขึ้นกินต่อไปหลานก็คงไม่ได้เห็นๆ พอแล้วอายุลูก อายุหลาน”

2.2 พิธีกรรมเสริมขวัญและกำลังใจ ก่อให้เกิด กำลังใจในการเลิกดื่มสุรา ได้แก่ การสืบทอดและการ รดน้ำมนต์ สืบเนื่องมาจากความเชื่อของชาวล้านนาที่เชื่อว่าการ ประกอบพิธีกรรมสามารถบำบัดบรรเทาอาการเจ็บป่วย ที่เกิดขึ้น และสามารถขจัดปัดเป่าสิ่งชั่วร้ายออกจากผู้ที่เป็นโรคติดสุราได้ ดังนั้นเมื่อผู้ที่เป็นโรคติดสุราเกิดความ เจ็บป่วยก็จะมีแสวงหาพิธีกรรมดังกล่าว เพื่อการ เสริมสร้างความเข้มแข็งด้านจิตใจ เกิดความสบายใจ ความเป็นสิริมงคลแก่ตนเองและครอบครัว และทำให้ มีกำลังใจในการเลิกสุรา และยังพบว่าครอบครัวของ ผู้ที่เป็นโรคติดสุราจะเข้ามามีส่วนร่วมในการบำบัดรักษา ด้านพิธีกรรมด้วย ดังคำกล่าวที่ว่า “ญาติพี่น้องก็บอกว่า มันติดเหล้าจนเป็นมะเร็งตับแล้ว ไม่ได้แล้ว ก็คือให้เขา ไปตึงใจ เอาธรรมมาเทศให้เขาสืบทอดให้เขาให้เขาได้ นึกถึงพระพุทธพระธรรมพระสงฆ์” “แม่พาไปรดน้ำมนต์ ครัว มีหลวงลุงตนหนึ่งเขามนต์น้ำแล้วก็รดน้ำมนต์ แม่ก็ บอกว่ามันจะช่วยสะสางอะไรที่มันเก่าๆที่แล้วมา ผมว่าดี เหมือนกันครัว มันสบายดีครัวจิตใจก็ได้สบาย”

2.3 สัจจะการเลิกสุรา ป้องกันมิให้ดื่ม เป็น ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาที่ใช้เพื่อป้องกันมิให้ผู้ที่เป็น โรคติดต่อกลับไปดื่มสุราอีก โดยกระทำให้เกิดความ เกรงกลัวต่อคำสาบานหากผิดคำสาบานที่เคยให้ไว้ ทั้งนี้ การสาบาน จะก่อให้เกิดผลในการบำบัดหรือไม่นั้น สิ่งสำคัญจะขึ้นอยู่กับความตั้งใจจริงของผู้ที่เป็นโรค ติดสุรา ดังคำกล่าวของปราชญ์ชาวบ้านและแพทย์พื้นบ้าน ล้านนาที่ว่า “เราก็นำโหว่พระสวดมนต์ และก็จะนำ สาบาน มีบางคนสาบานแล้วกลับไปกินเหล้าอยู่ก็มีนะ (หัวเราะ) มันก็ต้องมาจากจิตใจ” “คือคนที่จะต้อง มีความเต็มใจที่จะมาเลิกมาบำบัด แล้วก็มี การสาบาน ที่เกี่ยวกับเรื่องทางด้านจิตใจ คือต้องกำหนดและบังคับ ตนเอง” “ทำให้เกิดการเกรงกลัว อย่างเช่นถ้ามีการ สาบานไปแล้วเมื่อจะทำอะไรก็จะคิดแล้วว่าเราได้มีการ สาบานไปแล้วถ้าหากไปทำอย่างนั้นก็จะเหมือนเป็นไปอะไร อย่างเนี่ยนะครับ” การนำพิธีกรรมต่างๆ มาใช้ในการ ดูแลสุขภาพด้านจิตใจ (ขวัญ) จะมีการผสมผสานการใช้ หลักธรรม คำสอนของศาสนาพุทธ และการใช้พิธีกรรม เข้าไว้ด้วยกันได้อย่างกลมกลืน เพื่อวัตถุประสงค์ในการ ส่งเสริมการเลิกสุรา และการเยียวยาด้านจิตใจ รวมไปถึงการป้องกันมิให้กลับไปดื่มโดยการบำบัดรักษา ขวัญ จะกระทำควบคู่ไปกับการบำบัดรักษาธาตุอย่าง ครอบคลุมนและเป็นองค์รวม

การอภิปรายผล

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้พบว่า ชาวล้านนายังคง มีการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพ ของผู้ที่เป็นโรคติดต่อ โดยมุ่งเน้นให้เกิดความสมดุล “ธาตุ” และ “ขวัญ” ดังนี้

1. ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาที่เกี่ยวข้องกับ การบำบัดรักษาธาตุ (กาย) ของผู้ที่เป็นโรคติดต่อ เนื่องจาก การดื่มสุราเป็นเวลานานหรือดื่มจนกระทั่ง ติดสุรา จะเหนี่ยวนำให้เกิดความไม่สมดุลของธาตุทั้ง 4 ในร่างกาย ทั้งนี้เพื่อให้ร่างกายกลับคืนสู่ภาวะสมดุล ดังเดิม โดยขอค้นพบเกี่ยวกับการนำสมุนไพรเพื่อบำบัด รักษาธาตุ (กาย) ของผู้ที่เป็นโรคติดต่อ ในการศึกษา

ครั้งนี้ประกอบด้วย 2 ลักษณะ คือ

1.1 การใช้สมุนไพรขับพิษสุรา ปรับสมดุลธาตุ ประกอบด้วย

1.1.1 สมุนไพรขับพิษ/ถอนพิษสุรา จาก การศึกษาวิจัยในการใช้สมุนไพรขับพิษ/ถอนพิษสุรา ปรับสมดุลธาตุในผู้ที่เป็นโรคติดต่อ เพื่อให้ลด ละ เลิก การดื่มสุรา พบว่าสมุนไพรยาสามราก และสมุนไพร รางจืด ซึ่งถูกใช้จริงในทางปฏิบัติ สามารถช่วยบำบัด รักษาอาการพิษจากสุราในผู้ที่เป็นโรคติดต่อได้ เพราะ มีหลักฐานชี้ชัดว่า ผู้ที่เป็นโรคติดสุรา รู้สึกปลอดภัย สบายเนื้อสบายตัวมีร่างกายสดชื่น เกิดภาวะสมดุลของ ธาตุในร่างกาย และยังสามารถจัดการกับอาการเมาสุรา หรืออาการเมาค้างได้ สอดคล้องกับการศึกษาของพณิ ศิริสะอาด และคณะ (2548) ในการศึกษาความรู้เกี่ยวกับ สมุนไพรและระบบการแพทย์แผนไทย ในการบำบัด รักษาผู้ติดยาเสพติดในประเทศไทย เกี่ยวกับสมุนไพร ที่ใช้ประกอบในตำรับที่พบในพื้นที่ภาคเหนือ ว่าด้วย สมุนไพรที่ใช้ขับพิษ ล้างพิษ แก่พิษภายใน ได้แก่ เถารางจืด รากกาสะลอง สมุนไพรที่ใช้ขับพิษโดยกลไก การขับของเสียออกที่ให้อาเจียน เช่น โลดทะนงแดง พญาไฟ และพญารากเดียว ทำให้เหงื่อออก เช่น เถาพระขรรค์ไชยศรี หรือกลุ่มสมุนไพรที่ใช้อบตัว และ จากประสบการณ์การบำบัดรักษาของหมอเมืองโดย ใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนา สมุนไพรโสดทะนงแดง กาสะลอง เถาพระขรรค์ไชยศรี ขี้บู่หรือขี้ขี้ สมุนไพร สูดถอนพิษ และการอบสมุนไพร เป็นสมุนไพรที่สามารถ ใช้ในการดูแลสุขภาพ และจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นจากการ ติดสุราในผู้ที่เป็นโรคติดต่อได้ ถึงแม้ในทางปฏิบัติยังไม่มี การนำสมุนไพรดังกล่าวมาใช้ ซึ่งในกรณีนี้จำเป็นต้องมี การศึกษาทบทวนถึงฤทธิ์ของสมุนไพรดังกล่าว ส่วนการใช้ ปลาไหลทองสุรา ซึ่งถือได้ว่าเป็นสมุนไพรชนิดหนึ่ง (วุฒิ วุฒิธรรมเวช, 2540) ถึงแม้ว่ายังไม่มีรายงาน การศึกษาโดยตรงเกี่ยวกับสรรพคุณหรือการออกฤทธิ์ ที่ทำให้เกิดการเบื่อสุราก็ตาม แต่จากการศึกษาพบว่า ในทางปฏิบัติชี้ชัดว่าปลาไหลทองสุราสามารถช่วยให้ ผู้ที่เป็นโรคติดสุราลดปริมาณการดื่มสุราลง และช่วย

ในการเลิกดื่มสุรา ซึ่งผลทางการบำบัดรักษาในผู้ที่เป็นโรคติดต่อเป็นที่ยอมรับ โดยเฉพาะการลดปริมาณการดื่มสุรา

1.1.2 สมุนไพรปรับธาตุ คินภาวะสมดุล บำรุงร่างกาย จากการศึกษาวิจัยพบว่า เป็นการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาเพื่อดูแลร่างกายให้คืนสู่ภาวะสมดุล และเพื่อให้ร่างกายของผู้ที่เป็นโรคติดสุรากลับมาแข็งแรง สดชื่น หลังจากที่ย่อนแอ อ่อนเพลีย จากกระบวนการขับพิษ/ถอนพิษสุรา จากประสบการณ์ของหมอเมืองพบว่ามีการใช้สมุนไพรเบญจกูลหรือยาธาตุ และการใช้ยาหอม ยาลม เพื่อบำบัดรักษาผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ซึ่งยาสมุนไพรตำรับดังกล่าวมีสรรพคุณในการบำรุงธาตุในร่างกาย บำรุงหัวใจ มีฤทธิ์ทำให้เจริญอาหาร ส่งผลให้ร่างกายฟื้นฟูสภาพได้เร็วและแข็งแรงสมบูรณ์ขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับเอกชัย ปัญญาวัฒนากุล (2547) ที่ได้กล่าวไว้ว่า สมุนไพรส่วนใหญ่มีผลต่อสุขภาพ โดยไปเพิ่มหรือปรับสมดุลให้ร่างกาย ดีขึ้น แข็งแรงขึ้น และมีภูมิต้านทานโรค ซึ่งจะช่วยจัดการกับอาการผิดปกติต่างๆ ที่ยังช่วยป้องกันการเจ็บป่วยด้วย

แต่อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่าสมุนไพรบางชนิดเป็นเพียงแนวคิดที่ได้จากประสบการณ์ของปราชญ์ชาวบ้าน หมอเมือง และยังไม่ปรากฏว่าได้มีการนำมาใช้ในผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ซึ่งหากพิจารณาจากข้อมูลที่ได้จากการศึกษาก็จะพบว่าผู้ให้ข้อมูลมีความเชื่อว่าสมุนไพรดังกล่าวสามารถจัดการกับปัญหาสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุราได้จริง

1.2 การใช้อาหารปรับสมดุลธาตุ ฟื้นฟูสภาพชุมชนล้านนาได้มีการนำเอาภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาที่เกี่ยวข้องกับอาหารมาใช้ในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา โดยการเลือกรับประทานอาหารชนิดต่างๆ เพื่อปรับสมดุลธาตุในร่างกาย และเพื่อเสริมสร้างภาวะสุขภาพให้มีความสมบูรณ์แข็งแรง และฟื้นฟูสภาพเนื่องจากการดูแลสุขภาพของชาวล้านนาเป็นการบูรณาการ การดูแลสุขภาพทุกด้านอย่างเป็นองค์รวม ซึ่งหากจะทำให้ร่างกายกลับคืนสู่ภาวะสมดุลอย่างสมบูรณ์ สิ่งที่ได้ขาดไม่ได้ ก็คือการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์

การรับประทานอาหารจะเข้าไปช่วยเสริมธาตุที่ขาดสมดุลในร่างกาย เพื่อปรับธาตุ ปรับสมดุลที่เหลือน และฟื้นฟูให้คืนสู่ภาวะปกติ

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่ามีการใช้อาหารบำรุงร่างกายปรับสมดุลธาตุแก่ผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ที่ประกอบด้วยน้ำหวาน น้ำอ้อย น้ำมะพร้าว ซึ่งอาหารรสหวานนั้นมีสรรพคุณในการบำรุงตับ บำรุงประสาท และหัวใจ (ยิ่งยง เทาประเสริฐ และ กันยานุช เทาประเสริฐ, 2547) เป็นการใช้รสและสรรพคุณของอาหารเพื่อเป็นยาทั้งนี้เพื่อทำการส่งเสริมภาวะสุขภาพและปรับความสมดุลของร่างกาย ป้องกันความเจ็บป่วยที่อาจจะเกิดขึ้น กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกพบว่าเมื่อผู้ที่เป็นโรคติดสุรา การรับประทานอาหารรสหวานและทำให้รู้สึกสบายใจขึ้นกระปรี้กระเปร่า สดชื่น ลดความอ่อนเพลีย ทั้งนี้ก็เพื่อส่งเสริมให้เกิดความสมดุลธาตุในร่างกาย และเพื่อให้ผู้ที่เป็นโรคติดสุรา มีภาวะสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง ขณะเดียวกันผู้ที่เป็นโรคติดสุราควรหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารแอลกอฮอล์ เช่น ทุเรียน ขนุน เนื่องจาก อาจทำให้อาการเจ็บป่วยหรืออาการไม่สุขสบายต่างๆ กำเริบขึ้นมาได้อาหารบำรุงร่างกาย และปรับสมดุลธาตุ จึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่สามารถนำมาใช้เพื่อสร้างเสริมและป้องกันการเจ็บป่วยและการฟื้นฟูสภาพอย่างมีความสอดคล้องกับวิถีชีวิตของชาวล้านนา เพื่อการดูแลสุขภาพที่มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น อย่างไรก็ตามภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพ มุ่งเน้นในการมองสุขภาพของคนอย่างเป็นองค์รวม โดยจะให้ความสำคัญทั้งธาตุและขวัญ ดังนั้นการดูแลสุขภาพของ ผู้ที่เป็นโรคติดสุรา หากเพียงแต่การใช้สมุนไพรบำบัด และอาหารบำบัดอาจไม่เพียงพอและไม่ครอบคลุมสุขภาพะองค์รวมของชาวล้านนา ดังนั้นเพื่อให้เกิดความสมดุลทั้งธาตุและขวัญจึงจำเป็นต้องมีกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดรักษาขวัญ (จิต)

2. ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดรักษาขวัญ (จิต) ของผู้ที่เป็นโรคติดสุราจากการศึกษาวิจัยครั้งนี้พบว่า ชาวล้านนาได้มีการนำเอาภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาที่เกี่ยวข้องกับศาสนาพุทธ

มาใช้ ได้แก่ การบวชเลิสุรา การรักษายาสมุนไพร การเลิเหล้าเข้าพรรษา การใช้หลักธรรมทางศาสนาสอนให้คิด รู้ถึงโทษของสุรา รวมถึงมีการนำเอาพิธีกรรมบำบัด มาใช้ เช่น การสืบทอด และการรดน้ำมนต์ ซึ่งชาวล้านนา เชื่อว่า จะเป็นการบำบัดเป่าโรคภัย และเภทภัยต่างๆ ให้ ออกจากตนเองได้ รวมถึงยังเป็นถือว่าเป็นพิธีกรรม ที่สร้างความเป็นสิริมงคล ยึดชีวิตของตนเองออกไป นอกจากนั้นยังพบว่ายังมีพิธีกรรมที่น่าสนใจ ที่ชาวล้านนาได้นำมาใช้ในการดูแลสุขภาพของตนเอง คือ การให้ ล้างจะสาบานต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งเป็นการจูงใจให้เกิดการ เลิสุรา เนื่องจากเกิดความเกรงกลัวต่อคำสาบาน จึง เปรียบเสมือนการป้องกันไม่ให้ผู้ที่เป็นโรคติดสุรา กลับไป ดื่มสุราอีก สอดคล้องกับคำกล่าวที่ว่า สังคมไทยมีความ ผูกพันกับพุทธศาสนาเข้ามา จิตใจศรัทธาพุทธเจ้า มาช่วยในการเลิสุรา หรือแก้ปัญหาชีวิตของผู้ที่เป็นโรค ติดสุรา เช่น การรับศีลห้า การเลิสุราในช่วงเข้าพรรษา การบวชเป็นพระภิกษุศาสนาพุทธ การสันทนาธรรมกับ พระภิกษุที่ตนเองนับถือ การศึกษาหลักธรรมและนำมา ปรับใช้เป็นต้น (พิชัย แสงชาญชัย, 2544) รวมไปถึง พิธีกรรมบำบัดต่างๆ จะเสริมสร้างกำลังใจ และความ เป็นสิริมงคลแก่ผู้ที่ประสบกับปัญหา โดยมีความเชื่อว่า เมื่อบุคคลมีความสุขใจก็ช่วยเยียวยาอาการและป้องกัน มิให้เกิดการเจ็บป่วยทางกายได้ (ดารณี อ่อนชมจันทร์, 2546)

ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาถูกนำมาใช้แก่ผู้ที่เป็น โรคติดสุรา ที่รับการบำบัดรักษาด้านพิธีกรรม ทั้งนี้ก็ เพื่อให้เกิดความสบายใจ โดยถือได้ว่าเป็นการตอบสนอง ความต้องการด้านจิตใจ (ขวัญ) แก่ผู้ที่เป็นโรคติดสุรา อันที่จริง การตอบสนองด้านจิตใจดังกล่าว ยังครอบคลุม ไปถึงครอบครัว ชุมชน และสังคมที่ผู้ที่เป็นโรคติดสุรา อาศัยอยู่ด้วย ซึ่งก็สอดคล้องกับระบบการแพทย์พื้นบ้าน ล้านนาที่ถือเรื่องจิตใจเป็นใหญ่ จึงพบว่าพิธีกรรมบำบัด จะแทรกอยู่ในกระบวนการบำบัดรักษาแทบจะทุกเรื่อง หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่าเป็นการดูแลสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม เชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างแยกไม่ออก หรือไม่แยกส่วน ภาพรวมของภูมิปัญญาในครั้งนี้ แสดงให้

เห็นถึงการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา โดยใช้ ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนา ที่มีความกลมกลืนและผสมผสานเข้าด้วยกันอย่างเป็นองค์รวม และตั้งอยู่บนพื้นฐาน การดูแลสุขภาพที่มีความครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล โดยพยาบาล และทีมสุขภาพควรนำข้อมูลการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้าน ล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา มา ใช้เป็นแนวทางในการให้การยอมรับและสนับสนุน การบำบัดรักษา การดูแลสุขภาพ ตามความเชื่อที่ สอดคล้องกับบริบทของสังคมวัฒนธรรมล้านนา เพื่อให้เกิดประโยชน์และประสิทธิภาพในการบำบัดรักษาอย่าง สูงสุด

2. ด้านการศึกษาพยาบาล มุ่งเน้นให้มีการนำ ข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาปรับใช้ในรูปแบบการเรียน การสอน ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพด้วยภูมิปัญญา พื้นบ้านล้านนา เพื่อให้นักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญ ของการพยาบาลที่คำนึงถึงความเชื่อตามวัฒนธรรมและ บริบททางสังคมของผู้รับบริการ และเพื่อให้ นักมีความ เข้าใจในการให้บริการที่สอดคล้องกับบริบทของผู้รับ บริการอย่างเหมาะสม

3. ด้านนโยบาย ผู้บริหารที่เกี่ยวข้องสามารถนำ ผลการวิจัยมาเป็นข้อมูลพื้นฐาน ในการกำหนดนโยบาย และให้การสนับสนุนการปฏิบัติกิจกรรมการพยาบาลของ พยาบาลหรือทีมสุขภาพ เพื่อให้มีการนำภูมิปัญญาพื้น บ้านล้านนามาใช้บำบัดรักษา ร่วมกับการรักษาแบบการ แพทย์แผนปัจจุบัน ในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติด สุรา

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาติดตามผลการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคจิตตสุรา เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึกซึ้งที่สามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคจิตตสุราต่อไป

2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิผลระหว่าง ผู้ที่เป็นโรคจิตตสุราที่มีการนำ การดูแลสุขภาพด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนามาใช้ร่วมกับการบำบัดรักษาตามระบบการแพทย์แผนปัจจุบัน กับผู้ที่เป็นโรคจิตตสุราที่ได้รับการบำบัดรักษาตามระบบการแพทย์แผน

ปัจจุบันเพียงอย่างเดียว เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนให้การดูแลผู้ที่เป็นโรคจิตตสุราอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

3. ควรมีการศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบในการให้การดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคจิตตสุราด้วย ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนา ผสมผสานกับการดูแลสุขภาพตามระบบการแพทย์แผนปัจจุบัน เพื่อเป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคจิตตสุราที่สอดคล้องกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรม ทั้งเป็นการส่งเสริมและอนุรักษ์ไว้ซึ่งภูมิปัญญาพื้นบ้านด้านการดูแลสุขภาพ

เอกสารอ้างอิง

- ชาย โพธิ์สีดา. (2547). *ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่งจำกัด (มหาชน).
- คารณี อ่อนชมจันทร์. (2546). *การแพทย์พื้นบ้านไทย ภูมิปัญญาของแผ่นดิน*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- เอียรชัย งามทิพย์วัฒนา, มาลัย เจริญชัยนุกุล, และ วิลาสินี ชัยสิทธิ์. (2545). Substance usedisorder: ความคิดเห็นต่อแนวคิดในการบำบัดในปัจจุบัน . *วารสารจิตวิทยาคลินิก*, 33(2), 70-92.
- ประสงค์ แสงงาม, สิริสุข วงศ์กุล, สายนที บุญทา, และ นิชาภา ชินะวงศ์. (2548). *ห้องเรียนภูมิปัญญา ล้านนา: ห้องเรียนชีวิต เรียนรู้ภูมิปัญญาเพื่อการพึ่งพาตนเอง*. เชียงใหม่: โฮงเฮียนสืบสานภูมิปัญญาล้านนา.
- พันธุ์ภา กิตติรัตนไพบูลย์. (บรรณาธิการ). (2552). *คู่มือสำหรับอบรมหลักสูตรการดูแลผู้ที่มีปัญหาการดื่มสุราเบื้องต้นสำหรับบุคลากรสุขภาพ*. เชียงใหม่: วนิดาการพิมพ์.
- พาณี ศิริสะอาด และคณะ. (2548). การศึกษาความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรและระบบการแพทย์แผนไทยในการบำบัดรักษายาเสพติดในภาคเหนือของประเทศไทย. *วารสารสำนักงานป.ป.ส.*, 21(2), 23-33.

- พิชัย แสงชาญชัย. (2544). *สุราและความผิดปกติที่เกี่ยวข้อง*. ใน วิโรจน์ วีระชัย (บรรณาธิการ). *ตำราการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด*. กรุงเทพฯ: วัชรอินเตอร์พริ้นติ้ง จำกัด.
- ยิ่งยง เทาประเสริฐ, และ กันยานุช เทาประเสริฐ. (2547ก). *ตำราการแพทย์พื้นบ้านล้านนาสาขามอ กายบำบัด*. เชียงราย: วิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ทางเลือก มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย.
- ยิ่งยง เทาประเสริฐ, และ กันยานุช เทาประเสริฐ. (2547ค). *ตำราการแพทย์พื้นบ้านล้านนาสาขามอยา*. เชียงราย: วิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ทางเลือก มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย.
- ยิ่งยง เทาประเสริฐ. (2546). *วิถีการดูแลรักษาสุขภาพ ในระบบการแพทย์พื้นบ้านล้านนา* (พิมพ์ครั้งที่ 3). เชียงใหม่: วนิดา เพลส.
- วีรวรรณ เล็กสกุลไชย. (2543). ปัจจัยทางพันธุกรรมกับการติดเหล้า. *วารสารวิชาการสาธารณสุข*, 9(2), 177.
- วุฒิ วุฒิธรรมเวช. (2540). *สารานุกรมสมุนไพร รวมหลักเภสัชกรรมไทย*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์

- ศิริพร จีรวัฒน์กุล. (2548). การวิจัยเชิงคุณภาพในวิชาชีพการพยาบาล. ขอนแก่น: คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดจังหวัดเชียงใหม่. (2548). รายงานสถิติประจำเดือน งานเวชระเบียน ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติด เชียงใหม่.
- ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดจังหวัดเชียงใหม่. (2552). สถิติผู้ป่วย. คัดลอก 11 กุมภาพันธ์ 2553 จาก <http://www.drugcare.net/news.php?iMMode=group&iGID=7&iResearch=0&iStatistic=1>
- สถาบันธัญารักษ์. (2552). สถิติผู้ป่วย. คัดลอก 10 มีนาคม 2553 จาก http://www.thanyarak.go.th/thai/index.php?option=com_content&task=view&id=678&Itemid=51&limit=1&limitstart=0
- สาวิตรี อัมมณงค์กรชัย, และ สุวรรณ อรุณพงศ์ไพศาล. (2543). รายงานการทบทวนองค์ความรู้เรื่องมาตรการในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาจากแอลกอฮอล์. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด [ป.ป.ส.]. (2547). รูปแบบการบำบัดยาเสพติด. กรุงเทพฯ: สำนักงาน ป.ป.ส.
- สุชาติ บุรีรัตน์. (2552). ภูมิปัญญาหมอยพื้นบ้านไทยหลวงพ่อล้อม สีสวโร กับการบริหารผู้ป่วยติดยาเสพติดตามวิถีไทย. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองร้อยเอ็ด.
- สุรพล ดำริห์กุล. (2542). ล้านนา สิ่งแวดล้อม สังคม และ วัฒนธรรม. กรุงเทพฯ: รุ่งอรุณพิบลิชซิ่ง.
- เอกชัย ปัญญาพัฒนานุกุล. (2547). ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านในการดูแลสุขภาพ, ในธิดา ขุนบุญจันทร์ (บรรณาธิการ), รวมบทความวิชาการการแพทย์พื้นบ้านไทย (หน้า31-51). นนทบุรี: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- เอกวิทย์ ณ ถลาง. (2544). ภูมิปัญญาล้านนา (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อมรินทร์.
- Rohsenow, & Maller C. (1999). *Outcome measures for alcohol abuse and dependence. In consensus statement on evaluation of outcome of pharmacotherapy for substance abuse/dependence.* (pp.6-12). Report from a NIDA/CPDD Meeting. Held in Washington, DC. April 23-4, 1999.
- World Health Organization [WHO]. (2004). *Global status report on alcohol 2004.* WHO Library Cataloguing-in-Publication Data. Retrieved July 20, 2008, from http://www.who.int/substance_abuse/publications/global_status_report_2004_overview. Pdf