

# ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา

## Isan Local Wisdom for Health Care among Persons with Alcohol Dependence

มะยูรี	วงศ์กวางกลม	พย.ม.*	Mayuree	Wongkwanklom	M.N.S.*
หรรษา	เศรษฐบุปผา	พย.ด.**	Hunsa	Sethabouppha	Ph.D.**
ชาวพรรณ	จันทร์ประสิทธิ์	พย.ด.***	Chawapompan	Chanprisit	Ph.D.***

### บทคัดย่อ

ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานด้านสุขภาพเป็นความรู้ที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์และถ่ายทอด สืบต่อกัน ในชุมชนอีสาน เน้นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมและสมดุลธาตุในร่างกาย การวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ผู้ให้ข้อมูลประกอบด้วยหมอพื้นบ้านและปราชญ์ชาวบ้าน จำนวน 15 ราย และผู้ที่เป็นโรคติดสุรา จำนวน 10 ราย คัดเลือกแบบเจาะจง เจาะจงร่วมกับการบอกต่อแบบลูกโซ่หรือสโนว์บอล รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนมีนาคม ถึงเดือนตุลาคม พ.ศ. 2552 ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกต ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

### ผลการวิจัยพบว่า

ชุมชนอีสานมีการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ทั้งด้านการป้องกัน การรักษาเยียวยา และการคืนสู่สุขภาพ ครอบคลุมด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ สอดรับกับบริบททางสังคมวัฒนธรรม ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานที่นำมาใช้ในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ได้แก่ 1) สมุนไพร: ถอนพิษสุราสู่ภาวะสมดุลและบำรุงร่างกาย ในกรณีนี้มีการเลือกใช้สมุนไพรที่มีสรรพคุณถอนพิษขับพิษสุรา ร่วมกับสรรพคุณในการปรับสมดุลและบำรุงร่างกาย 2) อาหาร: ขับพิษสุรา ปรับสมดุล บำรุงธาตุ ภายหลังจากการใช้สมุนไพรถอนพิษสุรา ผู้บำบัดจะเลือกให้อาหารที่มีสรรพคุณเสริมฤทธิ์สมุนไพรในการขับพิษหรือถอนพิษสุรา รวมทั้งการงดอาหารแสลง และเสริมอาหารบำรุงตามธาตุเจ้าเรือนเพื่อสร้างดุลยภาพธาตุในร่างกายของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา 3) การนวดประคบ วิธีนี้ใช้เพื่อบรรเทา เยียวายอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อันเกิดจากการถอนพิษสุรา และ 4) พิธีกรรม: บำบัดรักษาแบบองค์รวม ผลานหลักพุทธธรรม มีการใช้พิธีกรรมผนวกกับการตั้งสัจจะอธิษฐานและหลักธรรมทางศาสนา เป็นการเรียกขวัญและเสริมสร้างกำลังใจในการบำบัด ดื่มสุรา การบำบัดเยียวยาดังกล่าวจะใช้ร่วมกันในลักษณะบูรณาการเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา

ผลการศึกษาครั้งนี้สะท้อนให้เห็นความสำคัญของการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุราที่เน้นการบำบัดสุขภาพแบบองค์รวม การผสมผสานแนวคิดภูมิปัญญาพื้นบ้านในการดูแลสุขภาพกับภูมิปัญญาสากล จะก่อให้เกิด “ภูมิปัญญาร่วมสมัย” ในการบำบัดเยียวยา ผู้ที่เป็นโรคติดสุราที่เหมาะสมกับบริบทสังคมวัฒนธรรมในยุคโลกาภิวัตน์

**คำสำคัญ:** ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสาน การดูแลสุขภาพ โรคติดสุรา

\* พยาบาลวิชาชีพ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม จังหวัดนครพนม

\* Professional Nurse, Boromarajonani College of nursing, Nakhonphanom, Nakhon phanom Province

\*\* อาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

\*\* Lecturer, Faculty of Nursing, Chiang Mai University

\*\*\* รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

\*\*\* Associate Professor, Faculty of Nursing Chiang mai University

## Abstract

Isan local wisdom regarding health is knowledge resulting from accumulated experiences and transferred from generation to generation among the Isan community. Such wisdom focuses on holistic health and stabilizing body elements. This qualitative research is thus designed to examine the use of Isan local wisdom for health care among persons with alcohol dependence. Informants included 15 traditional healers and traditional scholars, as well as 10 persons with alcohol dependence chosen by purposive sampling and snowball sampling. Data collection was undertaken during March to October 2009 through in-depth interviews and observation. Data analysis was performed through content analysis.

### The results of study

The study results revealed that after receiving the information via video media, the mean score demonstrated that Isan communities commonly applied their local wisdom to persons with alcohol dependence emphasizing health prevention, healing, and recovery covering physical, psychological, social, and spiritual dimensions consistent with that specific to the socio-cultural context. Isan local wisdom for health care among persons with alcohol dependence included; 1) Herbs: alcohol detoxification, stabilizing bodily elements and nurturing, in this case herbs with pharmacological action to detoxify the effects of alcohol along with stabilizing body elements and nurturing were chosen, 2) Diet: alcohol detoxification, balancing and nurturing body elements, upon herbal application, healers adopted food types to enhance herbal action of detoxification. Further, taboo foods were avoided while nutritious foods were chosen according to the dominant body element of each person so as to enhance bodily element stabilization, 3) Traditional massage and herbal compress, this method was applied to relieve muscle pain as a result of alcohol detoxification, and 4) Traditional rituals: holistic management integrated with Buddhist practicing, in this case self commitment and Buddhist concepts were combined for enhancing “Kwan” (soul) and self confidence to cease drinking. All of these healing practices were integrated to foster efficient care among persons with alcohol dependence holistically.

These results thus reflect the significance of the application of Isan local wisdom in caring for persons with alcohol dependence focusing on a holistic approach. Integration of local wisdom and universal wisdom for health care will contribute to “contemporary wisdom” for healing persons with alcohol dependence suitable to the socio-cultural context during the era of globalization.

**Key words:** Isan local Wisdom, Health Care, Alcohol Dependence

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การติดสุราหรือโรคติดสุรา (alcohol dependence) นับเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญ เพราะมิใช่เพียงเป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของบุคคล หากส่งผลกระทบต่อครอบครัวและสังคม ประการสำคัญคือปัจจุบันสถานการณ์โรคติดสุราในประเทศไทยมีแนวโน้มสูงขึ้น (บัณฑิต ศรีไพศาล, จุฑาภรณ์ แก้วมงคล, กมลลา วัฒนพร, โสภิต นาสืบ, แวดาว พิมพ์พันธ์ดี, ปณรรฐพร จงประเสริฐยิ่ง และคณะ, 2552) จากการสำรวจของกรมสุขภาพจิตในปี พ.ศ. 2547 พบว่ามีคนไทยที่บริโภคแอลกอฮอล์อยู่ในระดับอันตราย หรือติดสุรามากถึง 7 ล้านกว่าคน โรคติดสุราจัดเป็นโรคเรื้อรังทางจิตเวชที่มีการพยากรณ์โรคไม่ดี โดยก่อให้เกิดผลกระทบในมิติทางสุขภาพทั้งแบบเฉียบพลันและเรื้อรัง ทั้งนี้มีข้อมูลยืนยันชัดว่าโรคติดสุรามีความเกี่ยวข้องกับการก่อปัญหาสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและปัญญา (อำพล จินดาวัฒน์, 2551) ผู้ที่เป็นโรคติดสุราจึงจำเป็นต้องเข้าสู่กระบวนการบำบัดรักษา โดยเฉพาะการบำบัดรักษาที่มุ่งแก้ปัญหาให้ครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและปัญญา จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า ปัจจุบันรูปแบบการบำบัดรักษาที่ได้รับการยอมรับว่ามีประสิทธิภาพคือ การผสมผสานการบำบัดทางยาร่วมกับจิตสังคมนบำบัด (พิชัย แสงชาชูชัย, 2552)

อย่างไรก็ตามแม้ว่าปัจจุบันจะมีความก้าวหน้าในการบำบัดรักษาผู้ที่เป็นโรคติดสุราตามระบบการแพทย์แผนปัจจุบันอย่างมาก แต่จากการศึกษาที่ผ่านมากลับพบว่า กระบวนการบำบัดรักษายังไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร เพราะแม้ว่าผู้ที่เป็นโรคติดสุราจะได้รับการบำบัดรักษาจนสามารถหยุดดื่มสุราได้ระยะหนึ่งแล้ว แต่มักจะกลับไปดื่มสุราซ้ำอีกในอัตราที่สูงโดยเฉพาะในช่วง 6-12 เดือน หลังจากนั้นจะค่อยๆ ลดลง แต่ความเสี่ยงต่อการกลับไปดื่มสุราซ้ำจะยังคงอยู่เป็นเวลาหลายปี ทั้งนี้เนื่องจากสาเหตุของการเป็นโรคติดสุราเกิดจากปฏิสัมพันธ์ของปัจจัยทางจิตสังคมนที่ซับซ้อนมีการดำเนินโรคที่เรื้อรังและยาวนาน ดังนั้นการทำให้หยุดดื่มและการป้องกันการกลับไปดื่มซ้ำ จึงเป็นเรื่องยาก (สมบัติ ตรีประเสริฐสุข,

2550) ในขณะที่การดูแลสุขภาพตามระบบการแพทย์แผนปัจจุบันมีข้อจำกัดที่ทำให้ยังไม่สามารถตอบสนองปัญหาและความต้องการของผู้ที่เป็นโรคติดสุราได้อย่างครอบคลุม ทั้งในแง่ของการบริการสุขภาพที่ยังมีลักษณะแยกส่วนระหว่างผู้ป่วย ครอบครัวและชุมชน การละเลยหรืออาจไม่ได้ทำความเข้าใจอย่างถ่องแท้ว่าการเจ็บป่วยของคนนั้น มีความเชื่อมโยงกับวิถีชีวิต ระบบความเชื่อในวัฒนธรรมประเพณีของแต่ละท้องถิ่น (โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์, 2549) จากข้อจำกัดดังกล่าวจึงทำให้เกิดการแสวงหาระบบการดูแลสุขภาพและการบำบัดทางเลือกอื่นๆ ที่มีทั้งจุดเด่นและจุดด้อยเฉพาะตัว แต่อาจจะมีส่วนในการตอบสนองปัญหาสุขภาพบางด้านที่ระบบการแพทย์แผนปัจจุบันไม่สามารถตอบสนองได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านจิตใจและจิตวิญญาณ ดังนั้นการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการดูแลสุขภาพจึงอาจช่วยเสริมประสานช่องว่างของบริการสุขภาพดังกล่าว อีกทั้งการมีระบบการดูแลสุขภาพที่หลากหลายนี้ จะเป็นโอกาสให้ประชาชนได้เลือกรูปแบบของการรักษาที่เหมาะสมและสอดคล้องกับความเชื่อ วัฒนธรรม ประเพณี ภาวะเศรษฐกิจและความคาดหวังของตนเองอย่างแท้จริง

ชุมชนอีสานเป็นสังคมที่สืบทอดวัฒนธรรมมาจากกลุ่มแม่น้ำโขง มีศูนย์กลางอยู่ที่ล้านช้าง มีการปกครองตามระบอบของตนเอง (กนกพร สุขสาย, 2545) มีผู้ชำนาญเฉพาะทางเป็นผู้นำด้านต่างๆ ของชุมชน เช่น มีเจ้าบ้านหรือเฒ่าจ้ำที่เป็นปัญญาชนผู้ทรงภูมิเรื่องความเป็นไปของชีวิตและสิ่งแวดล้อมในชุมชน มีหมอธรรมผู้รู้คัมภีร์ของศาสนา มีหมอแคนผู้รู้ด้านดนตรี มีหมอยาและหมอกกลางบ้านผู้รู้เรื่องการรักษาผู้ป่วย และมีหมอล่าสัตว์หรือหมอดูผีฟ้าผู้รู้ไสยเวทย์ ทั้งมีบทบาทในการดูแลรักษาการเจ็บป่วยโดยเฉพาะด้านจิตใจ นอกจากนี้แผ่นดินอีสานยังมั่งคั่งด้วยทรัพยากรธรรมชาติ ป่าไม้ พืชพรรณแร่ธาตุนานาชนิด ซึ่งเป็นทั้งแหล่งอาหารและยารักษาโรคกระจายอยู่ทั่วทุกจังหวัด (กนกพร สุขสาย, 2545) จังหวัดนครพนมเป็นจังหวัดชายแดนลุ่มน้ำโขงที่มีการบันทึกทางประวัติศาสตร์มาแต่โบราณกาล เดิมเป็นมหานครของอาณาจักรศรีโคตรบูรณที่เคยรุ่งเรืองในอดีต

และมีความสำคัญทางประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีที่คล้ายคลึงกับจังหวัดอื่นๆ ในภาคอีสานตอนบน รวมถึงมีความหลากหลายทาง วัฒนธรรมและชาติพันธุ์อย่างเห็นได้ชัด แต่ความ หลากหลายนี้สามารถอยู่ร่วมกันอย่างผสมกลมกลืนและ สนิทฉันท์ ทั้งมีความห่วงหาในศิลปวัฒนธรรมและ ประเพณีของตนเอง และยังคงรักษาเอกลักษณ์ของตน ไว้เป็นอย่างดี โดยประชากรส่วนใหญ่ร้อยละ 95 นับถือ ศาสนาพุทธ มีระบบบริการสุขภาพตามระบบการแพทย์ แผนปัจจุบัน ได้แก่ โรงพยาบาลของภาครัฐ ภาคเอกชน และโรงพยาบาลจิตเวช ในส่วนของระบบการดูแลสุขภาพ ภาคพื้นบ้านนั้นพบว่าในจังหวัดนครพนมมีหมอพื้นบ้าน ที่ให้บริการสุขภาพอยู่ในปัจจุบันจำนวน 615 คน สะท้อน ให้เห็นถึงการพึ่งพาตนเองด้านสุขภาพของชุมชน การคงอยู่ ของภูมิปัญญาพื้นบ้าน อีกทั้งยังเป็นสิ่งที่แสดงถึงการปรับตัว ด้านสุขภาพ ความเป็นอยู่ของประชาชนในท้องถิ่นท่ามกลาง ความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม การเมืองและ เทคโนโลยีสมัยใหม่

ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานด้านสุขภาพเป็นความรู้ที่ เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์และถ่ายทอด สืบต่อกันใน ชุมชนอีสาน จนกลายเป็นวิถีปฏิบัติเพื่อดูแลสุขภาพและ รักษาความเจ็บป่วยที่เน้นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม รูปแบบของภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพ นั้นมีความสัมพันธ์กันในหลายมิติ อันประกอบด้วย การป้องกัน ดูแลรักษาสุขภาพด้วยสมุนไพรบำบัด อาหาร บำบัด กายบำบัด และพิธีกรรมบำบัด (ลินธุ์ สโรบล, 2548) สะท้อนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่ให้ความสำคัญกับการดูแลรักษาสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ โดยชาวอีสานจะยอมรับทุกวิถี การรักษาว่าดีและอาจใช้หลายๆ วิธีในการรักษาการเจ็บป่วย แต่ละครั้ง การตัดสินใจในการเยียวยารักษาอาจขึ้นอยู่กับ ความเชื่อเกี่ยวกับสุขภาพและการเจ็บป่วย โดยชาวอีสาน มีวิถีคิด ความเชื่อ ความเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ว่า ชีวิตของมนุษย์ประกอบด้วยรูปกาย คือ ธาตุ 4 อันได้แก่ ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ หากธาตุทั้ง 4 หรือธาตุใดธาตุหนึ่ง มากหรือน้อยเกินไป จะทำให้ร่างกายเจ็บป่วยได้ส่วนด้านจิต

จะสัมพันธ์กับความเชื่อเรื่อง “ขวัญ” ความเป็นมนุษย์ จึงประกอบด้วยส่วนของกายกับส่วนของจิตที่ทำงาน สัมพันธ์กัน สุขภาพดีจึงเป็นผลรวมของจิตและกายที่สมดุล (ปรีชา อุตระกุล อ่างในทักษิณา ไกรราช, 2550) ดังนั้น การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพจึงเป็น อีกทางเลือกหนึ่งในการดูแลรักษาสุขภาพของผู้ที่เป็นโรค ติดสุราที่อาจสามารถสนองต่อปัญหาและความต้องการ ที่มีอยู่อย่างหลากหลายและซับซ้อนได้มากขึ้น อย่างไรก็ตามปัจจุบันพบว่าข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการศึกษาเรื่อง ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็น โรคติดสุรานั้นยังไม่ชัดเจน ที่ผ่านมายังไม่ปรากฏการศึกษา ในเรื่องนี้แบบเฉพาะเจาะจง โดยพบการศึกษาเพียงบาง ส่วนหรือบางด้านเท่านั้น ทั้งมีการจัดบันทึกในรูปแบบของ เอกสาร ตำราและรายงานการศึกษาค่อนข้างน้อย (อุษาก ลิ่นหอม, 2552) ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ยังไม่มียุทธศาสตร์ที่ลึกซึ้ง เพียงพอที่จะนำไปสู่การพัฒนาองค์ความรู้ เพื่อการบำบัด รักษาอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นที่ยอมรับในระบบบริการ สาธารณสุข (สุชาติ บุรีรัตน์, 2552)

จากความเป็นมาและความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัย จึงมีความสนใจที่จะศึกษาวิจัยเรื่อง “ภูมิปัญญาพื้นบ้าน อีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา” โดยใช้ กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพในการแสวงหาความรู้ อย่าง เป็นระบบ เพื่อให้สามารถเข้าใจมนุษย์ในสภาพแวดล้อม ที่เป็นธรรมชาติ การศึกษาในทุกแง่มุมหรือในลักษณะ องค์รวม (Benoliel, 1984) โดยมีวิธีการรวบรวมข้อมูล ที่หลากหลาย ซึ่งจะทำให้ผู้วิจัยสามารถเข้าใจถึงวิถีชีวิต ความหมายของพฤติกรรมของผู้คนในวัฒนธรรม และ ปรากฏการณ์ที่ศึกษาได้อย่างลึกซึ้ง ซึ่งข้อมูลเชิงปริมาณไม่ อาจนำเสนอได้อย่างลึกซึ้งเพียงพอ โดยผลของการศึกษา วิจัยครั้งนี้จะทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการ ใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของ ผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ซึ่งถ้าหากองค์ความรู้เหล่านี้ได้รับการ ศึกษาอย่างเป็นระบบและพัฒนาให้สอดคล้องกับยุคสมัย ปัจจุบันอย่างจริงจัง จะนำไปสู่การพัฒนาในรูปแบบ หรือ วิธีการในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา โดยการ ผลผสมผสานภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานกับการดูแลสุขภาพตาม

ระบบการแพทย์แผนปัจจุบันอย่างสอดคล้องเหมาะสม ก่อเกิด “ภูมิปัญญาร่วมสมัย” ในการบำบัดเยียวยาผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อที่สอดคล้องกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรม ในยุคปัจจุบัน ที่สามารถอธิบายและเข้าใจได้โดยหลักวิทยาศาสตร์และมิติทางวัฒนธรรม เพื่อเป็นทางออกหนึ่งของการจัดการปัญหาสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อในชุมชนอีสานต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อ

### คำถามการวิจัย

การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อเป็นอย่างไร

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) เพื่อศึกษาการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อ ในเขตจังหวัดนครพนม ผู้ให้ข้อมูลประกอบด้วยบุคคล 2 กลุ่ม คือ 1) หมอพื้นบ้านและปราชญ์ชาวบ้านที่มีประสบการณ์ในการบำบัดรักษาผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อ จำนวน 15 ราย และ 2) ผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อที่ได้รับการบำบัดรักษาด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านแล้วสามารถ ลด ละ เลิก การดื่มสุราได้ จำนวน 10 ราย คัดเลือกแบบเจาะจง ร่วมกับการบอกต่อแบบลูกโซ่หรือ สโนว์บอล รวบรวม ข้อมูลระหว่างเดือนมีนาคม ถึงเดือนตุลาคม พ.ศ 2552 โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) ร่วมกับการสังเกต (observation) ขนาดของผู้ให้ข้อมูลแต่ละกลุ่ม ขึ้นอยู่กับความอึดตัวของข้อมูล

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1) ผู้วิจัยซึ่งเป็นเครื่องมือหลักที่สำคัญในการวิจัยเชิงคุณภาพ 2) เครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แนวคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์เชิงลึกและแนวการ

สังเกต ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากวัตถุประสงค์ของการวิจัย และจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง โดยแนวคำถามผ่านการตรวจสอบความชัดเจนของข้อความและความครอบคลุมของเนื้อหาจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดสอบสัมภาษณ์ หมอพื้นบ้านและปราชญ์ชาวบ้าน จำนวน 2 ราย และผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อ จำนวน 2 ราย ที่มีประสบการณ์ในการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อ เพื่อทดสอบความชัดเจนของข้อความและการสื่อความหมายระหว่างผู้วิจัยกับผู้ให้ข้อมูล แล้วนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์และการสังเกตมาวิเคราะห์ โดยมีการปรับเปลี่ยนคำถามเพิ่มเติมเพื่อให้ได้ข้อมูลที่อึดตัว พร้อมทั้งพัฒนาทักษะในการสัมภาษณ์เชิงลึก ภายใต้การตรวจสอบแก้ไขและข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลจริง

ตัวอย่างแนวคำถามของหมอพื้นบ้านและปราชญ์ชาวบ้าน

1) ในชุมชนอีสานมีการดูแลสุขภาพผู้ที่เป็นโรคติดเชื้ออย่างไร

2) เมื่อผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อเกิดการเจ็บป่วย ไม่สบาย ชาวอีสาน/ ท่านมีวิธีการดูแลสุขภาพอย่างไร ใช้ระยะเวลา นานเท่าใด มีข้อห้ามหรือข้อปฏิบัติใดบ้างที่ต้องปฏิบัติเมื่อเกิดการเจ็บป่วย และผลเป็นอย่างไร

3) ชาวอีสานที่เป็นโรคติดเชื้อ/ ท่านได้นำแนวคิดพื้นบ้านอีสานมาใช้ในการบำบัดรักษา/ ดูแลส่งเสริม/ พื้นฟูสุขภาพของชาวอีสานที่เป็นโรคติดเชื้ออย่างไรบ้าง และผลเป็นอย่างไร

ตัวอย่างแนวคำถามของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อ

1) เมื่อท่านเกิดการเจ็บป่วยไม่สบาย นอกจากการมารับการรักษาที่โรงพยาบาลแล้ว ท่านมีวิธีการในการดูแลสุขภาพด้วยวิธีอื่นอย่างไรบ้าง

2) ท่านได้นำวิธีการดูแลสุขภาพแบบพื้นบ้านอีสานมาใช้ในการดูแลสุขภาพการติดเชื้อ/ การดูแลรักษาอาการเจ็บป่วยต่างๆ อย่างไร และผลเป็นอย่างไร

3) ท่านได้นำวิธีการดูแลสุขภาพแบบพื้นบ้านอีสาน มาใช้ในการดูแลส่งเสริม/ พื้นฟูสุขภาพอย่างไร และผลเป็นอย่างไร

ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองภายหลังการวิจัยเชิงจริยธรรมของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และได้ทำการ พิทักษ์สิทธิ์ให้แก่กลุ่มตัวอย่าง ในการรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้สืบค้นข้อมูลของหมอพื้นบ้านอาวุโสและปราชญ์ ชาวบ้านอาวุโส จากงานสนับสนุนการสร้างสุขภาพ ภาคประชาชน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครพนม คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลตามคุณสมบัติที่ได้กำหนดไว้ แล้ว ดำเนินการค้นหาผู้ให้ข้อมูลรายอื่นๆ โดยใช้การสุ่มตัวอย่าง แบบการบอกต่อแบบลูกโซ่หรือสโนว์บอล ผู้วิจัยดำเนินการ สร้างสัมพันธภาพกับหมอพื้นบ้านและปราชญ์ชาวบ้าน พร้อมทั้งการสัมภาษณ์เจาะลึก และสังเกตการใช้ภูมิปัญญา พื้นบ้านอีสานในการบำบัดรักษาผู้ที่เป็นโรคติดสุรา ที่บ้าน และสังเกตการบำบัดรักษาของพระสงฆ์ที่วัด และ ดำเนินการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลที่เป็นผู้ที่เป็นโรคติดสุราแบบ เฉพาะเจาะจงตามเกณฑ์การคัดเลือกที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลจิตเวชนครพนมราชนครินทร์ ผู้วิจัยสร้าง สัมพันธภาพ แล้วจึงนัดหมายการสัมภาษณ์เจาะลึกและ สังเกตการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพ ของผู้ที่เป็นโรคติดสุราที่บ้านของผู้ให้ข้อมูล หรือที่บ้านของ หมอพื้นบ้านหรือที่วัด ตามสถานการณ์จริงที่พบ จำนวน ครั้งในการสัมภาษณ์และการสังเกตอยู่ระหว่าง 2-3 ครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 60-90 นาที จนข้อมูลมีความ อิ่มตัว สถานที่ที่ใช้ในการสัมภาษณ์ขึ้นอยู่กับความสมัคร ใจของผู้ให้ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลดำเนินการไปพร้อมๆ กับการ รวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการ สัมภาษณ์เจาะลึกและการสังเกตโดยการวิเคราะห์เชิง เนื้อหา (content analysis) มีการสร้างความเชื่อถือได้ ให้กับงานวิจัย (trustworthiness) ด้วยการตรวจสอบ ความเชื่อถือได้ของข้อมูล (credibility) ตลอด กระบวนการวิจัย โดยมีการบันทึกเทปการสัมภาษณ์และ ถอดเทปสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ (transcribed verbatim)

ประโยคต่อประโยค และวิเคราะห์ข้อมูลไปพร้อมๆ กัน มีการบันทึกสถานการณ์ขณะสัมภาษณ์ เพื่อให้เกิดความ เข้าใจต่อปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างลึกซึ้ง และมีการ ใช้คำพูดของผู้ให้ข้อมูลเพื่อยืนยันความจริงและความ ชัดเจนในทุกประเด็นของการวิเคราะห์และการรายงาน ผลการวิจัย ผู้วิจัยใช้การตรวจสอบข้อมูลจากแหล่งข้อมูล ที่หลากหลาย (data triangulation) ได้แก่ การตรวจสอบ ข้อมูลจากหลายแหล่ง ประกอบด้วยบุคคล 2 กลุ่ม คือ 1) หมอพื้นบ้านและปราชญ์ชาวบ้านที่มีประสบการณ์ ในการบำบัดรักษาผู้ที่เป็นโรคติดสุรา และ 2) ผู้ที่เป็น โรคติดสุราที่ได้รับการบำบัดรักษาด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน แล้วสามารถ ลด ละ เลิก การดื่มสุราได้ และตรวจสอบ ความถูกต้องโดยใช้วิธีการรวบรวมข้อมูลมากกว่า 1 วิธี คือ การสัมภาษณ์เจาะลึกร่วมกับการสังเกต ภายหลังจากการ สิ้นสุดการสัมภาษณ์ในแต่ละครั้ง

### สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ในชุมชนอีสานมีการ ใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่ เป็นโรคติดสุรา โดยถือตามคติความเชื่อของชาวอีสาน ที่ว่ามนุษย์ทุกคนมีส่วนประกอบอยู่ 2 ส่วน คือ ส่วนของ ร่างกายและส่วนของจิตใจ หรือ “ขวัญ” ความสมบูรณ์ของ ชีวิตจึงขึ้นอยู่กับการทำงานที่สอดประสานกันอย่าง เหมาะสมของกายและจิต ดังคำระบุของปราชญ์ชาวบ้าน “คนเฮา (คนเรา) มีส่วนประกอบสองอย่างที่แยกกันไม่ได้ (ไม่ได้) คือส่วนของกาย กับส่วนของใจ บ้านเฮาฮ้อยว่า (เรียกว่า) ขวัญ...ถ้าขวัญหนีคิง (ขวัญหนีจากร่างกาย) จะ เฮ็ดให้ (ทำให้) คนเจ็บป่วย...”

พื้นฐานความเชื่อเกี่ยวกับสุขภาพและความ เจ็บป่วยของผู้ที่เป็นโรคติดสุราจะมีความสัมพันธ์กับสาเหตุ หลักทั้ง 2 ประการดังกล่าว โดยสาเหตุแรกเชื่อว่าเกิดจาก ภาวะเสียสมดุลของธาตุทั้ง 4 ในร่างกาย อันเกิดจาก พิษสุรา ดังคำระบุของหมอพื้นบ้าน “พิษเหล้าเฮ็ดให้ธาตุ ในร่างกายบ่สมดุล ขึ้นอยู่กับธาตุเจ้าเรือนของแต่ละคน... คนติดเหล้าหนี้นธาตุไฟจะกำเริบ ต้องถอนพิษเหล้าปรับ สมดุลใหม่...” สาเหตุที่สองมีความสัมพันธ์กับความเชื่อ

เรื่อง “ขวัญ” ว่าเป็นศูนย์รวมและเป็นพลังของชีวิต ดังคำ  
ระบุของปราชญ์ชาวบ้าน “ขวัญเป็นศูนย์รวมของชีวิตของ  
ทุกผู้ทุกคน เป็นคือจิตวิญญาณ (เป็นเหมือนจิตวิญญาณ)  
เป็นพลังของชีวิตคนเขา...คนที่ติดเหล้าขาดบุ (ไม่) สมดุล  
สภาพจิตใจจึงอ่อนแอ เฮ็ดให้เลิกเหล้ามาได้ยากหลาย เพ็น  
(เขา) ขาดกำลังใจ ต้องหันหน้าเข้าหาเหล้า หันไปพึ่งเหล้า  
ยา...” (ปราชญ์ชาวบ้าน)

ความเชื่อนี้นำไปสู่การแสวงหาวิธีการบำบัด  
เยียวยาเพื่อให้ร่างกายและจิตใจกลับเข้าสู่ภาวะสมดุล โดย  
ด้านร่างกายจะเป็นการใช้สมุนไพรที่มีสรรพคุณถอนพิษ  
ขับพิษสุรา ร่วมกับเลือกใช้อาหารการกินที่มีสรรพคุณ  
ทางยาเพื่อปรับสมดุลธาตุในร่างกาย ภายหลังจากการ  
ถอนพิษสุราจึงใช้สมุนไพรบำรุงร่างกาย ร่วมกับการนวด  
ประคบเพื่อบรรเทาเยียวยาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ  
ดังคำระบุของหมอพื้นบ้าน “ต้องรักษาเพ็นทั้งกายและใจ  
จะให้เลิกเหล้าก็ใช้สมุนไพรถอนพิษ ขับพิษเหล้า แนะนำ  
ให้หาอาหารการกินที่เป็นยาปรับธาตุคืนสมดุลพอถอนพิษ  
แล้วจึงบำรุงร่างกาย ให้ยาต้มสมุนไพร ผู้ที่ปวดเมื่อย  
กล้ามเนื้อก็ให้นวดประคบ...” และคำระบุของผู้ที่เป็น  
โรคติดสุรา “...การรักษาหมอเพ็นจะให้สมุนไพรขับพิษ  
ก่อน แล้วจึงได้สมุนไพรบำรุงร่างกาย กินอาหารช่วยปรับ  
ธาตุ นวดประคบจะช่วยให้หายปวดเมื่อยตามตัว ดีหลาย  
(ดีมาก)...”

ส่วนด้านจิตใจนั้นจะใช้พิธีกรรมเพื่อเรียกขวัญ  
และเสริมสร้างกำลังใจ และผลานหลักพุทธธรรมเพื่อ  
กล่อมเกล่าจิตใจ อันจะนำไปสู่ในการเลิกดื่มสุรา ตลอด  
จนเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดกลับไปดื่มซ้ำ ดังคำระบุของหมอ  
พื้นบ้าน “คนติดเหล้านั้นเพ็น (เขา) จะมีจิตใจอ่อนแอ  
จึงกลับไปกินซ้ำแล้วซ้ำอีก พิธีกรรมจะเฮ็ดให้ (จะทำให้)  
เพ็น (เขา) มีขวัญ กำลังใจดี จิตใจเข้มแข็ง หลักธรรมจะ  
ช่วยยึดเหนี่ยวจิตใจ ประพุดแต่สิ่งดี ห่างเหล้าห่างยา...”  
และคำระบุของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา “มีกำลังใจดี รักษาศีล  
จิตใจเขาฟ่องแผ้ว บ่ (ไม่) หันไปหาเหล้ายาอีก”

ผลของการวิเคราะห์และตีความข้อมูลที่ได้จาก  
การศึกษาค้นคว้านี้ สามารถสรุปข้อค้นพบเกี่ยวกับการนำ  
ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานมาใช้ในการดูแลสุขภาพของผู้ที่

เป็นโรคติดสุราผสมผสานกัน 4 ลักษณะเพื่อให้เกิด  
ประสิทธิภาพในการบำบัดรักษา ดังนี้

1. สมุนไพร: ถอนพิษสุราสู่ภาวะสมดุลและบำรุง  
ร่างกาย ในการบำบัดรักษาจะเลือกใช้สมุนไพร 2 กลุ่ม คือ  
1) สมุนไพรตำรับถอนพิษ ขับพิษสุรา และ 2) สมุนไพร  
ตำรับบำรุงร่างกาย โดยสมุนไพรที่ยังคงใช้ในการถอนพิษ  
ขับพิษสุรา ได้แก่ สมุนไพรตำรับสามราก สมุนไพรตำรับ  
เบญจสมุนไพร สมุนไพรตำรับรางจืด เหงือกปลาหมอและ  
ยานาง ส่วนสมุนไพรเดี่ยว ได้แก่ สมุนไพรขัดมอน สมุนไพร  
รางจืด และสมุนไพรตำรับอบขับพิษทางผิวหนัง ดังคำระบุ  
ของหมอพื้นบ้าน “การติดเหล้าเฮ็ดให้ (ทำให้) ธาตุในร่างกาย  
เพ็น (เขา) เสียสมดุล ธาตุไฟกำเริบ ต้องใช้หลักชีวิต  
คือสมุนไพรเข้าไปถอนพิษ...ปรับคืนสมดุลใหม่”

ภายหลังจากการใช้สมุนไพรถอนพิษและขับพิษ  
สุราแล้วพบว่า ผู้มารับการบำบัดรักษาจะมีอาการเหนื่อย  
อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ หมอพื้นบ้านจึงให้การ  
บำบัดเยียวยาด้วยการเลือกใช้สมุนไพรเพื่อบำรุงร่างกายมี  
2 กลุ่ม คือ สมุนไพรตำรับบำรุงกำลังร่างกาย หรือสมุนไพร  
เสริมกำลัง และสมุนไพรตำรับอายุวัฒนะ เพื่อปรับสมดุล  
บำรุงร่างกายให้แข็งแรง เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ทําให้  
ไม่เจ็บป่วยง่าย ดังคำระบุของหมอพื้นบ้าน “หลังจาก  
ถอนพิษเหล้าแล้วจะอ่อนเพลีย ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ จึง  
ให้กินสมุนไพรตำรับบำรุงร่างกายเสริมกำลัง พินฟูบำรุงให้  
แข็งแรง มีภูมิคุ้มกันดี บ่ (ไม่) เจ็บป่วยง่าย...” และคำ  
ระบุของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา “หลังถอนพิษเหนื่อยอ่อนเพลีย  
หมอเพ็นให้กินยาเสริมกำลัง กินแล้วมีแรง (มีเรี่ยวแรง)  
สดชื่น กินข้าวแซบ (รับประทานอาหารอร่อย) นอนหลับ  
สบาย...หายปวดเมื่อย...”

การบำบัดรักษาจะผสมผสานการใช้สมุนไพร  
ร่วมกับการเลือกอาหารการกินที่มีสรรพคุณทางยาในการ  
ถอนพิษและปรับสมดุลธาตุในร่างกาย สืบเนื่องมาจาก  
ความเชื่อเกี่ยวกับสุขภาพและการเจ็บป่วยที่ว่าผลของการ  
ติดสุรา ส่งผลให้ธาตุในร่างกายขาดสมดุล การบำบัดรักษา  
จึงมีเป้าหมายเพื่อทำให้ร่างกายกลับเข้าสู่ภาวะสมดุล  
ดังคำระบุของหมอพื้นบ้าน “การรักษาต้องใช้หลายอย่าง  
ร่วมกัน...กินยาสมุนไพรถอนพิษ ขับพิษเหล้า ปรับคืน

สมดุลของร่างกาย...ให้เลือกอาหารการกินตามธาตุ ขะล่า (งดเว้น) อาหารแสลง การรักษาจึงจะเป็นผลดี...” และคำระบุนของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา “รักษาหลายอย่าง ทั้งกินยาสมุนไพรถอนพิษ เลือกอาหารการกิน ปกนของแสลง จึงปรับธาตุร่างกายเขา (เรา) ได้...ร่างกายแข็งแรงขึ้น”

2. อาหาร: ถอนพิษ ปรับสมดุล บำรุงธาตุภายหลังจากการถอนพิษสุราจึงเลือกใช้อาหารการกินที่มีสรรพคุณทางยาในการถอนพิษ ได้แก่ ย่านาง ผักบั้งแดง ตำลึง และเครือหมาน้อย เพื่อปรับสมดุลธาตุในร่างกาย เป็นการเสริมฤทธิ์การบำบัดรักษาด้วยสมุนไพร ร่วมกับรับประทานอาหารตามธาตุเจ้าเรือนของผู้ที่เป็นโรคติดสุราแต่ละราย เป็นการใช้รสชาติของอาหารในการปรับสมดุลธาตุ และงดอาหารแสลงเพื่อป้องกันกำเริบป่วย อีกนัยหนึ่งคือเป็นการรักษาสมดุลธาตุในร่างกาย ดังคำระบุนของปราชญ์ชาวบ้าน “ผักพื้นบ้านเขา (เรา) หลายอย่างที่กินแล้วช่วยถอนพิษได้ เป็นการปรับสมดุลธาตุให้เพิ่มอีกทางหนึ่ง เสริมกับการกินยาสมุนไพร เฮ็ดให้เพิ่มมีร่างกายแข็งแรง และบ่เจ็บป่วยง่าย” และคำระบุนของหมอพื้นบ้าน “ให้กินอาหารตามธาตุของแต่ละคน การบำรุงธาตุคือปรับสมดุลในร่างกาย...ให้เพิ่มขะล่า (งดเว้น) ของแสลง ป้องกันธาตุแปรปรวน...” และคำระบุนของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา “กินพืชผักพื้นบ้านขับพิษ เลือกกินอาหารตามธาตุเจ้าเรือนเขาของแสลง (อาหารแสลง) เฮ็ดให้ธาตุคืนสมดุลใหม่...”

อาหารที่ต้องขะล่าในผู้ที่เป็นโรคติดสุราเป็นอาหารที่ไม่เข้ากันกับสมุนไพรที่ใช้ในการบำบัดรักษาการติดสุรา ถือเป็น “ข้อขะล่าในการกินยา” โดยเมื่อรับประทานสมุนไพรล้างพิษ ขับพิษสุราที่เป็นยาเย็น คือ ย่านางและรางจืด กลุ่มนี้ไม่ควรรับประทานอาหารรสร้อน เพราะจะทำให้ธาตุไฟกำเริบ ได้แก่ ทูเรียน ชิง ข่า ตะไคร้ เมื่อรับประทานสมุนไพรที่มีรสร้อน คือ สมุนไพรตำรับสามราก ไม่ให้รับประทานอาหารรสเย็นจัด ได้แก่ ไอศกรีม น้ำแข็ง เพราะจะทำให้สรรพคุณของยาลดลง ดังคำระบุนของปราชญ์ชาวบ้าน “เมื่อกินยาเย็นขับพิษร่างกายจะเกิดสภาพเย็น พวกย่านาง รางจืด บ่ให้กินอาหารรสร้อน พวกหมากทูเรียน (ทูเรียน) ชิง ข่า ตะไคร้ จะเฮ็ดให้ธาตุไฟกำเริบ...” และคำระบุนของหมอพื้นบ้าน “เมื่อกินยารสร้อน

(รสร้อน) กินแล้วเกิดสภาพร้อน คือยาสามราก ขับพิษขับพิษ บ่ให้กินอาหารเย็นพวกแช่แข็ง ไอศกรีม น้ำแข็ง ยาจะออกฤทธิ์ได้ปดี...” และคำระบุนของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา “หมอเพิ่มว่ากินยาเย็นบ่ให้กินของร้อน หมากทูเรียน ชิง ข่า...กินยาเย็นจะปกนของเย็น ปกนน้ำแข็ง...” นอกจากนี้ยังต้องงดเว้นอาหารรสจัด อาหารหมักดอง อาหารที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบ การไม่รับประทานประเภทเดิมซ้ำๆ และไม่รับประทานอาหารในปริมาณมากหรือน้อยเกินไป เพราะจะทำให้สมดุลธาตุในร่างกายแปรปรวน

3. การนวดและประคบ เป็นการบำบัดรักษาเพื่อบรรเทา เยียวยาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้ออันเกิดจากการถอนพิษสุรา เป็นการบำบัดรักษาด้วยการใช้ความร้อนผสานกับสรรพคุณทางยาของสมุนไพร โดยเน้นการใช้สมุนไพรที่มีสรรพคุณลดการอักเสบ ได้แก่ ไพล ขมิ้นชัน ใบหนาด ว่านนางคำ เถาวัลย์เปรียงและเถาเอ็นอ่อน ประกอบกับเทคนิคการนวดพื้นบ้าน ดังคำระบุนของหมอพื้นบ้าน ซึ่งการบำบัดเยียวยารูปแบบนี้ นอกจากจะบรรเทาเยียวยาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อแล้ว ยังมีผลส่งเสริมการไหลเวียนของเลือด ช่วยผ่อนคลายความเครียด ทำให้นอนหลับพักผ่อนได้ดีขึ้น การบำบัดเยียวยารูปแบบนี้ส่งผลดีต่อสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุราทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังคำระบุนของหมอพื้นบ้าน “หลังจากถอนพิษเหล้า จะใช้การนวดประคบสมุนไพรแก้อ่อนเพลีย ปวดเมื่อย...เฮ็ดให้เลือดแล่นดี (ไหลเวียนดี) ส่วนใหญ่หลังจากถอนพิษเหล้าเพิ่มจะกินยาสมุนไพรตำรับบำรุงกำลังร่างกายที่มีสรรพคุณแก้อ่อนเพลีย และปวดเมื่อยกล้ามเนื้ออยู่แล้ว...ถ้าได้นวดประคบด้วยจะเสริมให้การรักษาได้ผลดีหลายขึ้น...” และคำระบุนของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา “นวดประคบแล้วดีหลาย เฮ็ดให้อาการปวดเมื่อยหายเร็วขึ้น เลือดลมแล่นดี ปทุมมาน หมอเพิ่มจะตรวจร่างกายให้ก่อน แล้วจึงนวดประคบสมุนไพร ใช้เวลาประมาณครึ่งชั่วโมง ชู๊สึก (รู้สึก) สบาย คลายเครียดได้ด้วย”

4. พิธีกรรม: บำบัดรักษาแบบองค์รวม ผสานหลักพุทธธรรม เป็นการผสมผสานการบำบัด รักษาผู้ที่เป็นโรคติดสุราด้วยสมุนไพรถอนพิษสุราและพิธีกรรมอย่างกลมกลืน ก่อเกิด “พิธีกรรมบวชเหล้า” ที่เน้นการดูแล

สุขภาพแบบองค์รวม ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ โดยใช้การตั้งจิตอธิษฐานและกล่าวลัจจะวาจาที่จะเลิกสุรา เป็นการสร้างพันธะทางจิตใจเหนียวรั้งไม่ให้กลับไปดื่มสุราซ้ำ ดังคำระบุของหมอพื้นบ้าน “การบวชเหล่าเป็นการรักษาทั้งทางกายและทางใจ ถือว่าผู้ที่ติดเหล้าเป็นผู้ป่วย เพื่อนบสบายทั้งทางกายและทางใจ ทางกายต้องถอนพิษ ให้ยาสามราก...ทางใจต้องสร้างกำลังใจ ใช้พิธีกรรมกับหลักธรรม จุดเด่นของเขาคือ เขารักษาด้วยจิตที่มีเมตตา อยู่ใกล้บ้านเพื่อน ใกล้ชุมชนของเพื่อน เขาจึงเข้าถึงชีวิตของชาวบ้าน อาศัยความศรัทธาที่มีต่อวัดและศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางใจ อาศัยความสมัครใจเป็นพื้นฐาน” และคำระบุของปราชญ์ชาวบ้าน “ต้องถอนพิษเหล้าออกจากร่างกาย...ใช้พิธีกรรมการสู่ขวัญ หรือผูกข้อต่อแขน แล้วประพรมน้ำมนต์ ให้ครอบครัวญาติมิตรของเพื่อนได้เข้าร่วม จะเสริมกำลังใจให้เพื่อนได้...”

การบำบัดรักษารูปแบบนี้จะใช้การผสมผสานกับหลักธรรมทางศาสนาในการกล่อมเกลาจิตใจ ได้แก่ หลักไตรสิกขา อันประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา นำไปสู่การเยียวยาทางจิตใจ ดังคำระบุของหมอพื้นบ้าน “ให้ใช้หลักไตรสิกขา ศีล สมาธิ ปัญญาเป็นแนวทางในการห่างไกลเหล้ายา ผู้ติดเหล้านั้น ถ้าเพื่อนถือศีลห้าได้ก็จะห่างไกลจากเหล้ายาได้ ให้สมาทานศีลทุกวันจนเป็นกิจวัตร จะเป็นเครื่องตอกย้ำและเตือนสติให้ละเว้นจากการดื่มสุรายาเมาทั้งหลายการปฏิบัติสมาธิเพื่อให้จิตใจสงบ บำรุงหาย ฟุ้งซ่าน จะช่วยขจัดทุกข์ในใจ บดออกไปกินเหล้าเพื่อรักษาใจหรือเพื่อข่มใจ...มีปัญญาอยู่แจ้งเห็นจริงว่าอะไรดีหรือไม่ดี แล้วเลือกยึดแต่สิ่งที่ดีเห็นว่าดี และหากพิจารณาเห็นแจ้งแล้วว่าเหล้ายามีโทษก็ต้องตั้งใจแน่วแน่ที่จะบิกันเหล้าอีก”

การใช้พิธีกรรมเพื่อสร้างขวัญและกำลังใจในการลด ละ เลิกดื่มสุรา ดังคำระบุปราชญ์ชาวบ้าน “มนุษย์เขาทุกคนประกอบด้วย 2 ส่วน คือกายกับจิต ส่วนจิตบ้านเขาฮ้องว่าขวัญ ขวัญปมิตัวตน แต่อยู่ในร่างกายเขาทุกคน ถ้าขวัญหนีจะเจ็บป่วย มีเคราะห์มีภัยพิบัติ มีความทุกข์ ถ้าขวัญบกลับมาคืนคนนั้นก็เจ็บป่วยถึงขั้นตายได้” และคำระบุของหมอพื้นบ้าน “การมีขวัญอยู่กับตัวเฮ็ดให้คนเขามีกำลังใจ มีพลังใจ อยู่ดีกินดี มีความสุข บ่เจ็บป่วย เป็น

สิริมงคล...กายกับขวัญจึงอยู่คู่กัน แยกกันบ่ได้...คนโบราณเขาเห็นจึงสร้างพิธีสู่ขวัญ การผูกข้อต่อแขนเพื่อเรียกขวัญ เป็นการเสริมสร้างขวัญและกำลังใจ...” นอกจากนี้ยังสนับสนุนให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการบำบัดรักษา ซึ่งจะส่งผลดีต่อประสิทธิภาพของการบำบัดเยียวยาในแง่การเป็นที่พึ่งทางใจและเป็นกำลังใจในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคจิตสุรา

## อภิปรายผล

จากการศึกษาพบว่าชุมชนอีสานยังคงมีการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคจิตสุรา สืบเนื่องมาจากคติความเชื่อของชาวอีสานที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีส่วนประกอบที่สำคัญอยู่ 2 ส่วนคือ ส่วนของร่างกาย และส่วนของจิตใจหรือ “ขวัญ” ภาวะสุขภาพที่สมบูรณ์จึงขึ้นอยู่กับการทำงานที่สอดคล้องประสานกันอย่างเหมาะสมของกายและจิต (จากรุวรรณ ธรรมวัตร อ่างในทักษิณา โกรธา, 2550) พื้นฐานความเชื่อเกี่ยวกับสุขภาพและความเจ็บป่วยของผู้ที่เป็นโรคจิตสุราจะมีความสัมพันธ์กับสาเหตุหลัก 2 ประการดังกล่าว โดยเชื่อว่าผลของการติดสุราทำให้ธาตุทั้ง 4 ในร่างกายขาดความสมดุล สาเหตุที่สองสัมพันธ์กับความเชื่อเรื่อง “ขวัญ” ว่าเป็นศูนย์รวมและพลังของชีวิต ผู้ที่เป็นโรคจิตสุราจะมีสภาพจิตใจที่อ่อนแอ ทำให้ไม่สามารถเลิกสุราแบบถาวรได้ รูปแบบในการบำบัดรักษาจึงเป็นการดูแลสุขภาพแบบ องค์รวม ที่ให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ เพื่อให้ร่างกายและจิตใจกลับคืนสู่ภาวะสมดุล โดยใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานผสมผสานกันใน 4 ลักษณะตามประเภทของภูมิปัญญาพื้นบ้าน ดังนี้

1. สมุนไพร: ถอนพิษสุราสู่ภาวะสมดุล และบำรุงร่างกาย การที่สมุนไพรยังคงบทบาทในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคจิตสุราอยู่ในชุมชนอีสาน สืบเนื่องมาจากความเชื่อที่ว่าผลของการติดสุราทำให้ธาตุทั้ง 4 ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของร่างกายขาดความสมดุล ดังนั้นจึงต้องใช้สมุนไพรในการถอนพิษ ขับพิษสุรา เป็นการคืนภาวะสมดุลในร่างกาย ซึ่งการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคใดขึ้นอยู่กับทฤษฎีว่าด้วยรสยาและสรรพคุณยา

โดยที่ประสิทธิภาพของการบำบัดรักษาไม่ได้เกิดจากสรรพคุณของยาเพียงด้านเดียวเท่านั้น หากแต่ร่วมด้วยพลังแห่งความศรัทธา ความเอื้ออาทรและน้ำใจของหมอพื้นบ้าน ครอบครัว เพื่อนบ้านและเครือข่ายสังคม ประสิทธิภาพของสมุนไพรจึงมีอาจพิจารณาโดยตัดขาดจากบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของชุมชน ทั้งนี้เพราะประสิทธิภาพการรักษาสัมพันธ์อยู่กับความเชื่อ ความศรัทธาในกระบวนการรักษาด้วย

2. อาหารการกิน: ถอนพิษ ปรับสมดุล บำรุงธาตุ การบำบัดเหยี่ยวยาจะเลือกใช้พืชผักพื้นบ้านอีสานที่มีสรรพคุณทางยาในการถอนพิษ ขับพิษ ร่วมกับการให้รับประทานอาหารตามธาตุเจ้าเรือนของผู้ที่เป็นโรคติดสุราแต่ละราย และการงดอาหารแสลง เพื่อปรับสมดุลและบำรุงธาตุในร่างกาย เป็นการคืนสมดุลในร่างกาย สอดคล้องกับ ทักษิณา ไกรราช (2550) ที่กล่าวว่า การรับประทานตามธาตุเจ้าเรือนของแต่ละบุคคล เป็นการบำรุงธาตุ ทำให้ร่างกายกลับเข้าสู่ภาวะสมดุล และเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรค ทั้งนี้เนื่องจากอาหารหรือพืชผักผลไม้พื้นบ้านเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งในการควบคุมความสมดุลธาตุ อาหารพื้นบ้านอีสานมีคุณค่าด้านสมุนไพร คือ สามารถส่งเสริม ป้องกันโรค รวมทั้งบำบัดรักษาโรคได้ด้วยสรรพคุณทางยาของพืชผักธรรมชาติ และการใช้รสชาติของอาหารที่มีความสัมพันธ์กับสรรพคุณทางยา การใช้ยาสมุนไพรเพื่อการรักษาโรคอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้ยาออกฤทธิ์ตรงตามสรรพคุณ ต้องมีชื่อ “ชะล่า” (งดเว้น) ในการกินยา คือกินยารสร้อนห้ามกินอาหารรสเย็น เมื่อกินยารสเย็นห้ามกินอาหารรสร้อน เมื่อกินยารสสุขุมจะให้กินอาหารรสกลางๆ ไม่ร้อนไม่เย็นเกินไป นอกจากนี้ยังมีอาหารแสลงอื่นๆ ที่มีผลต่อการเบี่ยงเบนของภาวะสุขภาพ ทั้งนี้เนื่องจาก ชื่อ “ชะล่า” ในการรับประทานอาหารสามารถใช้จัดการกับปัญหาสุขภาพและความเจ็บป่วยได้ เพราะเป็นการปรับธาตุในร่างกายให้สมดุล

3. การนวดและประคบ: บรรเทา เหยี่ยวยาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้ออันเกิดจากการถอนพิษสุราการเลือกใช้การดูแลสุขภาพรูปแบบนี้ อาจเนื่องมาจากการนวดพื้นบ้านเป็นการนวดที่ถูกสุขลักษณะตามแบบแผนไทย

โบราณ ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อร่างกายและจิตใจ ทำให้เกิดการไหลเวียนของเลือดลม ช่วยคลายกล้ามเนื้อที่ล้า รักษาอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย คลายเครียด เคล็ดขัดยอกจิตใจผ่อนคลาย การนวดพื้นบ้านเป็นรูปแบบหนึ่งของวิธีการรักษาที่ชาวบ้านใช้บรรเทาอาการปวดเมื่อย เป็นภูมิปัญญาที่ได้รับการสืบทอดมาจากบรรพบุรุษ มีบทบาทในการแก้ไขปัญหสุขภาพของคนในท้องถิ่น ที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมชุมชนมาเป็นเวลานาน

4. พิธีกรรม: บำบัดรักษาแบบองค์รวม ผสานหลักพุทธธรรม การใช้พิธีกรรมในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดสุรามีจุดเด่นคือ การดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวมที่สอดคล้องกับความเชื่อเกี่ยวกับสุขภาพและความเจ็บป่วยของชาวอีสาน ที่เชื่อเรื่อง “ธาตุ” และ “ขวัญ” ด้วยเหตุนี้ขั้นตอนหนึ่งของการบำบัดรักษาจะมีพิธีกรรมที่มาจากความเชื่อพื้นฐานนี้ร่วมอยู่ด้วย เพราะเชื่อว่าการเจ็บป่วยมิใช่เรื่องของกายเพียงอย่างเดียว หากแต่สัมพันธ์กับชีวิตในมิติอื่นๆ ด้วย ดังการศึกษาที่ผ่านมาได้ชี้ให้เห็นว่า การบำบัดรักษาผู้ติดสารเสพติดที่มีประสิทธิภาพนั้น ล้วนเป็นการบำบัดรักษาแบบองค์รวม ดังเช่นการศึกษาการศึกษาภูมิปัญญาพื้นบ้านของพระสงฆ์ในการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดในจังหวัดมหาสารคาม ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการบำบัดรักษาผู้ติดสารเสพติด เน้นการบำบัดรักษาทั้งด้านร่างกายและจิตใจ โดยการใช้อำนาจของพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ และคุณบิดามารดา ใช้หลักคำสอนเจริญภavanaแบบพุทโธ สมาทานศีล ตั้งจิตอธิษฐานให้สังขารจะเล็กลงการเสพติดตลอดชีวิต ประกอบกับการอาบน้ำมนต์อย่างน้อย 5 วัน ทำพิธีเรียกขวัญผูกแขนผสมผสานกับการบำบัดรักษาด้วยสมุนไพรถอนพิษตำรับสามราศช่วยขับพิษ กระบวนการบำบัดนี้ยังช่วยฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ สามารถใช้บำบัดรักษาให้เลิกสุรายาเสพติด และดำเนินชีวิตประจำวันร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมอย่างมีความสุขได้

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล โดยการให้ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อโดยใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านแก่พยาบาลและทีมสุขภาพ เพื่อเป็นแนวทางในการดูแลสุขภาพในแง่การให้การยอมรับและสนับสนุนการดูแลสุขภาพตามความเชื่อหรือมุมมองของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อที่นำเอา ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานมาใช้ในการดูแลสุขภาพของตนเอง
2. ด้านการศึกษาพยาบาล เน้นการนำความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน ซึ่งเป็นการดูแลสุขภาพในวัฒนธรรมอีสาน มาปรับใช้ในรูปแบบการเรียนการสอน เพื่อให้นักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของการพยาบาลที่คำนึงถึงความเชื่อตามวัฒนธรรมและบริบททางสังคมของผู้รับบริการ เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีความเข้าใจในการให้บริการที่สอดคล้องกับบริบทของผู้รับบริการอย่างเหมาะสม
3. ด้านนโยบาย ผู้บริหารที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ สามารถนำผลการวิจัยมาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการกำหนดนโยบายและให้การสนับสนุนการปฏิบัติกิจกรรมการพยาบาลของพยาบาลหรือทีมสุขภาพ ในการนำภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานมาใช้ในการดูแล หรือจัดกิจกรรมร่วมกับการดูแลรักษาตามระบบการแพทย์แผนปัจจุบันในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อ

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาติดตามผลการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึกซึ้งที่สามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อต่อไป
2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิผลของการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อด้วย ภูมิปัญญาพื้นบ้านอีสานกับการดูแลสุขภาพตามระบบการแพทย์แผนปัจจุบัน เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนให้การดูแลผู้ที่เป็นโรคติดเชื้ออย่างมีประสิทธิภาพต่อไป
3. ควรมีการศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบการให้การดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อด้วย ภูมิปัญญาพื้นบ้าน

อีสานผสมผสานกับการดูแลสุขภาพตามระบบการแพทย์แผนปัจจุบัน เพื่อเป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพของผู้ที่เป็นโรคติดเชื้อที่สอดคล้องกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรม ทั้งเป็นการส่งเสริมและอนุรักษ์ไว้ซึ่งภูมิปัญญาพื้นบ้านด้านการดูแลสุขภาพ

### เอกสารอ้างอิง

- กนกพร สุขสาย. (2545). *ศิลปะวัฒนธรรมท้องถิ่น* คัดลอก 26 มกราคม 2553 จาก <http://online.ben-chama.ac.th/social/kanokpom/pdf>
- โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์. (2549). *พหุลักษณะทางการแพทย์กับสุขภาพในมิติสังคมและวัฒนธรรม*. กรุงเทพฯ: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร.
- ทักษิณา ไกรราช. (2550). *มิติทางวัฒนธรรมในการดูแลสุขภาพแบบพื้นบ้านของกลุ่มชาติพันธุ์ในภาคอีสาน* วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาโทศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- บัณฑิต ศรีไพศาล, จุฑาภรณ์ แก้วมงคล, กมล วัฒนพร, โศภิต นาสืบ, แวดาว พิมพ์พันธ์ดี, ปนรรฐพร จงประเสริฐยิ่ง และคณะ. (2552). *รายงานสถานการณ์สุราประจำปี พ.ศ. 2552*. กรุงเทพฯ: พิมพ์กิจการพิมพ์.
- พิชัย แสงชาญชัย. (2552). *การทบทวนองค์ความรู้เรื่องจิตสังคมบำบัดสำหรับผู้ติดเชื้อ*. เชียงใหม่: วนดาการพิมพ์.
- สมบัติ ตริประเสริฐสุข. (2550). *ศาสตร์และศิลป์ของการดูแลผู้ป่วยที่มีปัญหาจากการดื่มสุราในเวชปฏิบัติทั่วไป*. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี.
- สมภาพ เรืองตระกูล. (2545). *ตำราจิตเวชศาสตร์* (พิมพ์ครั้งที่ 7). คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลมหาวิทยาลัยมหิดล. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.

สินธุ์ สโรบล. (2548). *ความสัมพันธ์หลายมิติขององค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านอีสาน ในเสวนายี่ กุลสมบุรณ์ และคณะ (บรรณาธิการ). ชุดภูมิปัญญาพื้นบ้านด้านสุขภาพ 9 บทเรียน เครือข่าย ภูมิปัญญาสุขภาพวิถีไทอีสาน (หน้า 66). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้า และพัสดุ-ภัณฑ์.*

สุชาติ บุรีรัตน์. (2552). *ภูมิปัญญาหมอยาพื้นบ้านไทย หลวงพ่อล้อม สีลวโร กับการบำบัดรักษาผู้ป่วยติด ยาเสพติดตามวิถีไทย. สำนักงานสาธารณสุข อำเภอมะนังร้อยเอ็ด.*

อุษา กลิ่นหอม. (2552). *การสังคายนาตำรายาพื้นบ้านอีสาน: กรณีใช้หมากไม้. นนทบุรี: อุษาการพิมพ์.*

อำพล จินดาวัฒน์. (2551). *สัมภาษณ์สุขภาพแห่งชาติ กับการควบคุมปัญหาสุรา. เอกสารประกอบการ ประชุมวิชาการสุราระดับชาติ ครั้งที่ 4. นนทบุรี: ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา.*

Benoliel, J. (1984). Advancing nursing science: qualitative approaches. *Western Journal of Nursing Research*, 6 (3), 1-8.