

The Origin of Human Beings in Thai Traditional Medicine

Chantanat Thippayacharoentam*, Parichard Pongpanich*, Sirikan Poopong*, Thapthep Thippayacharoentam*, Athipatt Tantiwongsekunakorn*, Manmas Vannabhum*, Pravit Akarasereenont*

*Center of Applied Thai Traditional Medicine, Faculty of Medicine Siriraj Hospital, Mahidol University, Bangkok, Thailand

Siriraj Medical Bulletin 2023;16(2):155-163

ABSTRACT

Thai traditional medicine records the origin of humans in Prathom-Jinda scripture and Buddhist scriptures such as Chakkavaladipani scripture and picturebook of Tri-Phum-Phra-Ruang, which refer to the various wildlife worlds in the universe. These, consisting of Rūpa (body) and Nāma (mind), consistently demonstrate the connection between human life and origin. These two components comprise a complete life. The body cannot perform its mission or activities effectively unless it has a dominant mind. Humans are the result of karma between the mother, father, and him/her. Once parents have sexual intercourse, their four elements combine to form Rūpa, or the body, which supports the mind. Following fertilization, the embryo develops gradually in the mother's womb. Thai traditional medical practitioners are experts in caring for pregnant women, known as Pregnancy Treatment or Kann-Pa-Ruk-Sa in Thai. This article was based on primary documents such as the Tipitaka, Chakkavaladipani scripture, picturebook of Tri-Phum-Phra-Ruang, and Prathom-Jinda scripture. The article provides an overview of human birth and prenatal care according to Thai traditional medicine, as well as a discussion of medical science to help modern people understand and appreciate the wisdom of the ancestors who have long cared for the Thai people.

Keywords: Human beings; Thai traditional medicine; Prathom-Jinda scripture

Correspondence to: Parichard Pongpanich

Email: Parichard.phn@mahidol.edu

Received: 20 January 2023

Revised: 6 March 2023

Accepted: 17 March 2023

<http://dx.doi.org/10.33192/smb.v16i2.260967>

การกำเนิดของมนุษย์ตามศาสตร์การแพทย์แผนไทย

ฉันทน์ภูษั ทิพย์เจริญธัม*, ปาริชาติ พงษ์พานิช*, สิริกานต์ ภูโปรง*, ทัพพ์เทพ ทิพย์เจริญธัม*, อธิพัฒน์ ต้นติววงศ์คุณากร*,
แมนมาศ วรรณภูมิ*, ประวิทย์ อัครเสรินนท์*

*สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ

การกำเนิดของมนุษย์ตามศาสตร์การแพทย์แผนไทย มีการบันทึกไว้ในคัมภีร์ประถมจินดาและคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เช่น คัมภีร์จักรวาทพิณี สมุดภาพไตรภูมิ ที่กล่าวถึงภพภูมิต่าง ๆ ของสัตว์ทั้งหลายในจักรวาล ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยงเกี่ยวกับการมีชีวิตของมนุษย์ และการกำเนิดของมนุษย์ที่ประกอบด้วยสองส่วน คือ รูป (กาย) และนาม (จิต) อย่างสอดคล้องกัน ชีวิตที่สมบูรณ์ต้องประกอบด้วยทั้งสองส่วนนี้ หากร่างกายไม่มีจิตครอง ก็จะไม่สามารถปฏิบัติภารกิจหรือกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ การเกิดของมนุษย์หนึ่งคนนั้นต้องเกิดจากกรรมของบิดา มารดา และบุตร ทั้งสามส่วนประกอบกัน เมื่อบิดาและมารดามีเพศสัมพันธ์กัน ชาติทั้ง 4 ของพ่อและแม่จะรวมกันเกิดเป็นรูปหรือร่างกายขึ้น เพื่อใช้เป็นเครื่องรับจิตวิญญาณ เมื่อครรภ์ปฏิสนธิขึ้นแล้ว จากนั้นทารกจะค่อย ๆ เจริญเติบโตขึ้นเรื่อย ๆ ในครรภ์ของมารดา ซึ่งแพทย์แผนไทยมีศาสตร์ในการดูแลครรภ์ที่เรียกว่า ครรภ์รักษา บทความนี้ได้ศึกษาค้นคว้าจากเอกสารชั้นต้นที่ได้รับทราบยอมรับ ได้แก่ พระไตรปิฎก คัมภีร์จักรวาทพิณี สมุดภาพไตรภูมิ และคัมภีร์ประถมจินดา สารสำคัญของบทความแสดงให้เห็นภาพรวมเกี่ยวกับแนวคิดเรื่องกำเนิดของมนุษย์และการดูแลรักษาครรภ์ตามศาสตร์การแพทย์แผนไทย ประกอบกับบทวิเคราะห์ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ เพื่อให้คนสมัยใหม่เข้าใจ และเกิดความชื่นชมภูมิปัญญาของบรรพบุรุษที่ช่วยดูแลประชาชนคนไทยมาเป็นเวลาช้านาน

คำสำคัญ: การกำเนิดมนุษย์; การแพทย์แผนไทย; คัมภีร์ประถมจินดา

บทนำ

การแพทย์แผนไทยมีความเชื่อมโยงกับพระพุทธศาสนา ความเชื่อ และวัฒนธรรมของคนไทย โดยวัฒนธรรมท้องถิ่นในแต่ละภูมิภาคมีการผสมผสานกันอย่างลงตัว หลักฐานเรื่องราวเกี่ยวกับการเกิดของมนุษย์ มีการบันทึกไว้หลายพันปี ทั้งในพระไตรปิฎก คัมภีร์จักรวาทพิณี และสมุดภาพไตรภูมิ ซึ่งเป็นเอกสารทางพระพุทธศาสนา ส่วนการแพทย์แผนไทยนั้นมีการบันทึกไว้หลายคัมภีร์ ที่สำคัญคือคัมภีร์ประถมจินดา กล่าวถึงการดูแลมารดาและทารก เช่น ครรภ์รักษา ครรภ์ประมิณพล ซึ่งเกี่ยวข้องกับการดูแลหญิงตั้งครรภ์ สารสำคัญในส่วนนี้ได้อธิบายความสัมพันธ์ของชีวิตที่ประกอบด้วยกาย หรือรูป และนาม ซึ่งรูปเป็นส่วนประกอบของธาตุทั้ง 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ และส่วนที่เรียกว่า จิตหรือนาม มี 4 ลักษณะ คือ เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ รูป 1 อย่าง และนาม 4 อย่าง รวมเรียกว่า ขันธ์ 5¹ ซึ่งตรงตามหลักการในพระพุทธศาสนา กล่าวคือ นอกจากการเกิดของมนุษย์หรือร่างกายแล้ว ต้องมีการปฏิสนธิของจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นส่วนของนามหรือจิต ในคัมภีร์จักรวาทพิณีและสมุดภาพไตรภูมิ กล่าวถึงภพภูมิต่าง ๆ ของสัตว์

ทั้งหลายในจักรวาล คือ สัตว์นรก เปรต อสุร สัตว์เดรัจฉาน มนุษย์ เทวดา และพรหม จิตวิญญาณจากภพภูมิต่าง ๆ จะมีการเวียนว่ายตายเกิดกันเป็นธรรมดา² การเกิดของบุคคลและสัตว์นั้นต้องมีเหตุ คือกรรมผูกพันกันมาแต่ปางก่อน หากไม่มีกรรมผูกพันกันมาก่อน หรือไม่มีเหตุปัจจัยที่เหมาะสม ชีวิตของสัตว์ก็อาจจะไม่เกิดขึ้น

บทความเรื่องการกำเนิดของมนุษย์ตามศาสตร์การแพทย์แผนไทยบทนี้เป็นเชิงพรรณนา ซึ่งได้นำเสนอสาระสำคัญประกอบด้วย ครรภ์ปฏิสนธิ การเจริญเติบโตของทารกในครรภ์ การดูแลรักษาครรภ์หรือครรภ์รักษา และตัวอย่างเวชปฏิบัติในหญิงตั้งครรภ์ที่มีอาการแพ้ท้อง ดังแสดงไว้ในแผนภูมิที่ 1 เพื่อให้ผู้อ่านได้เข้าใจและเห็นความงดงามขององค์ความรู้และภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยที่บรรพบุรุษได้สั่งสมมาเป็นเวลาช้านาน ซึ่งได้ยกตัวอย่างการใช้องค์ความรู้ในการทำเวชปฏิบัติทางการแพทย์แผนไทยในหญิงตั้งครรภ์ เพื่อดูแลสุขภาพทางด้านร่างกายและจิตใจ เป็นประโยชน์ในการศึกษาด้านองค์ความรู้ ใช้ประกอบการเรียนการสอนทางการผดุงครรภ์ของแพทย์แผนไทยและแพทย์แผนไทยประยุกต์ และสามารถนำแนวทางเวชปฏิบัติไปประยุกต์ใช้ในบริบทของงานบริหาร

สุขภาพในแต่ละท้องถิ่น นอกจากนี้ยังเป็นประโยชน์ต่อบุคลากรทางการแพทย์ที่ปฏิบัติงานร่วมกัน เพื่อทำให้เกิดความเข้าใจในการดูแลหญิงตั้งครรภ์ร่วมกันต่อไป

ครรภ์ปฏิสนธิ

การแพทย์แผนไทยได้รับอิทธิพลเรื่องชีวิตมาจากพระพุทธศาสนา ซึ่งมีความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตว่าประกอบด้วยกายและจิต (รูปและนาม) การกำเนิดชีวิตหนึ่ง ๆ ขึ้นมาได้ขึ้นอยู่กับเหตุผูกพันซึ่งกันและกัน กล่าวคือพ่อและแม่มีบุพกรรม คือการกระทำที่ทำได้แต่ชาติก่อน หรือเรียกอีกอย่างว่า กรรมเก่า³ ที่สัมพันธ์กันกับบุตรมาก่อน บุตรผู้นั้นจึงจะเกิดได้ ซึ่งเมื่อธาตุของบิดาและมารดาผสมกันก็จะตั้งธาตุทั้ง 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ผสมระคนรวมกันเข้าเป็นก้อนขึ้นเนื้อเล็ก ๆ ขึ้นมาก่อน ดังแสดงไว้ในแผนภูมิที่ 1 ในคัมภีร์ประณมจินตากล่าวว่า “ในเมื่อสัตรจะปฏิสนธิขึ้นท่านกล่าวไว้ว่า สุขุม ปรมาณู ละเอียดนัก เปรียบด้วยขนทรายจามรีเส้น 1 เอามาขุบน้ำมันงาที่ใส่นั้น แล้วเอามาสลัดเสียให้ได้ 7 ครั้ง แต่ยั้งติดอยู่ที่ปลายขนทรายจามรีมากน้อยเท่าใด อันมูลปฏิสนธิแห่งสัตรทั้งหลาย สุขุม ละเอียดดุนั้น แต่ตั้งขึ้นในครรภ์มารดาแล้วละลายไปได้วันละ 7 ครั้ง กว่าจะตั้งขึ้นได้เป็นอันยากนัก”¹

จากข้อความข้างต้น สุขุม ปรมาณู คือมีความละเอียดดุนัก เปรียบด้วยขนทรายจามรีเส้น 1 เอามาขุบน้ำมันงาที่ใส่นั้น แล้วเอามาสลัดเสียให้ได้ 7 ครั้ง แต่ยั้งติดอยู่ที่ปลายขนทรายจามรีมากน้อยเท่าใด อันมูลปฏิสนธิแห่งสัตรทั้งหลาย ก็ละเอียดดุนั้น แล้วค่อยมีพัฒนาการเจริญเติบโตขึ้น ซึ่งมีข้อความที่กล่าวไว้ในคัมภีร์ประณมจินตากล่าวว่า จึงบังเกิดขึ้นด้วยธาตุน้ำ คือต่อมโลหิตแห่งมารดา ก็ให้บังเกิดตั้งขึ้นเป็นอนุโลมปฏิสนธิขึ้น ในเมื่อสัตรจะปฏิสนธิขึ้นท่านกล่าวไว้ว่า แต่ตั้งขึ้นในครรภ์มารดาแล้วละลายไปได้วันละ 7 ครั้ง กว่าจะตั้งขึ้นได้เป็นอันยากนัก เมื่อการปฏิสนธิขึ้น โลหิตตั้งขึ้นได้แล้วอยู่ 7 วัน ก็บังเกิดเป็นก้อนขึ้นเนื้อที่เล็กละเอียด และมีระดูล้างหน้า ที่ 1 ถ้ามีดังนี้ ก็ให้มารดาฝั้นเห็นวิปริต ก็รู้ว่าการตั้งครรภ์ขึ้นแล้ว

เมื่อธาตุตั้งขึ้นแล้ว มารดาจะเกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เช่น ระดูขาดหายไป เต้านมขยายใหญ่ขึ้น สีของหัวนมและปากมดลูกมีสีคล้ำขึ้น⁴ ในคัมภีร์ประณมจินตากล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของมารดาไว้ว่า เมื่อสตรีภาพทั้งปวงนี้ มีครรภ์อันตั้งขึ้นได้ 15 วันก็ดี เดือนหนึ่งก็ดี แสดงกายให้ปรากฏแก่คนทั้งหลาย ให้รู้ว่าการตั้งครรภ์ขึ้นแล้ว เพราะว่าเอ็นผ่านหน้าอกนั้นเขียวหัวนมมันคล้ำดำเข้า แล้วตั้งขึ้นเป็นเม็ดรอบหัวมนั้น ก็ให้แพทย์พึงรู้ว่าสตรีผู้นั้นมีครรภ์โดยสมบูรณ์¹

เมื่อธาตุทั้ง 4 ตั้งขึ้นบริบูรณ์แล้วจึงมีวิญญาณมาปฏิสนธิในครรภ์แห่งมารดา ดังแสดงไว้ในแผนภูมิที่ 1 ซึ่งการที่จะรู้ว่ามีวิญญาณมาปฏิสนธิหรือไม่นั้น ให้สังเกตจากเหตุ 2 ประการ คือ

1. เมื่อมีวิญญาณมาปฏิสนธิในครรภ์ มารดาจะมีนิมิตบอกเหตุต่าง ๆ เช่น มารดาตั้งครรภ์จะอยากกินอาหารต่าง ๆ ซึ่งเกิดจากแรงบันดาลใจของวิญญาณที่มาปฏิสนธิในครรภ์ ซึ่งสามารถบอกถึงภพ

ภูมิในอดีตของวิญญาณดังกล่าวได้ ดังข้อความในคัมภีร์ประณมจินตากล่าวว่า เมื่อสัตรจะปฏิสนธิในครรภ์มารดานั้น กล่าวนิมิตต่าง ๆ¹ ได้แก่

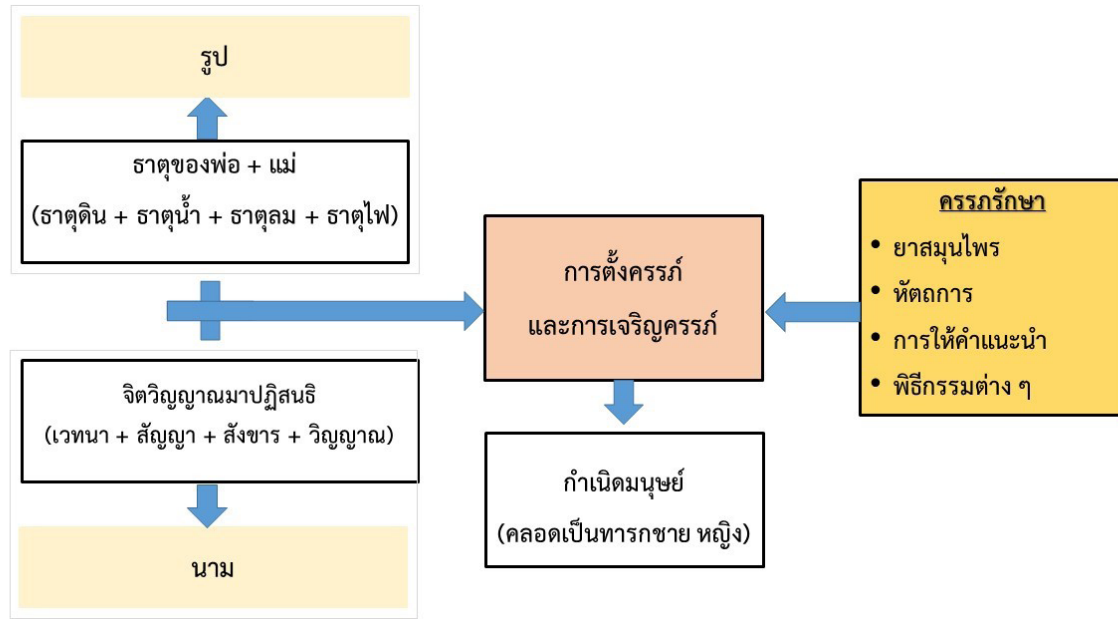
- 1) ถ้ามารดาอยากมีจนะ มังสา เนื้อปลา แลสิ่งของเป็นสิ่งอันคาว ท่านว่าสัตรนรกมาปฏิสนธิ
- 2) ถ้าแลมารดาอยากสิ่งอันเปรี้ยวแลขม ท่านว่ามาแต่ป่าหิมพานต์มาปฏิสนธิ
- 3) ถ้าแลมารดาอยากน้ำผึ้ง น้ำอ้อย น้ำตาล ท่านว่ามาแต่สวรรค์ลงมาเอากำเนิดปฏิสนธิ
- 4) ถ้าแลมารดาอยากสรรพผลไม้ทั้งปวง ท่านว่ามาแต่ไตรภพ มาปฏิสนธิ
- 5) ถ้าแลมารดาอยากกินดิน ท่านว่ามาแต่พรหมลงมาปฏิสนธิ
- 6) ถ้าแลมารดาอยากกินสิ่งที่เผ็ดแลร้อน ท่านว่ามาแต่มนุษย์มาปฏิสนธิ

2. เมื่อเกิดการปฏิสนธิขึ้นแล้วครรภ์ก็จะเจริญเติบโตขึ้นตามลำดับ และเมื่อวิญญาณมาปฏิสนธิแล้ว ทารกจะมีการรับรู้ถึงความร้อนความเย็นและอารมณ์ของมารดา ดังข้อความในคัมภีร์ประณมจินตากล่าวว่า “เมื่อครรภ์ได้ 5 เดือนจึงมีจิตแลเบญจขันธ์พร้อมเมื่อตั้งเป็นรูปคนเข้าแล้ว ก็ให้วิญญาณรู้จักว่าร้อนว่าเย็น ถ้าแลมารดาบริโภคอาหารสิ่งอันเผ็ดร้อนเข้าไปเมื่อใด ก็ให้ร้อนทรมนทุรายตื่นเลือกไปมา”¹

การเจริญเติบโตของทารกในครรภ์

เมื่อครรภ์ปฏิสนธิแล้วก็เจริญเติบโตไปตามลำดับ ในคัมภีร์ประณมจินตากล่าวว่า “ครรภ์ตั้งขึ้นแล้ว มีได้วิปริต ครบ 7 วัน ก็ขึ้นเข้าดั่งน้ำล้างเนื้อ เมื่อไปอีก 7 วัน เป็นขึ้นเนื้อ ไปอีก 7 วัน เป็นสันฐานดุจไข่มุข ไปอีก 7 วัน ก็แตกออกเป็นปมธุสา 5 แห่ง คือ ศีรษะ และมือ แลเท้า ไปอีก 7 วัน ก็เกิด เกศา โลมา ขน ทันทาลำดับกันไป ในขณะที่ครรภ์ตั้งขึ้นได้เดือน 1 กับ 12 วันนั้น โลหิตจึงบังเกิดเวียนเข้าเป็นตานกยูง ที่หัวใจเป็นเครื่องรับดวงจิตวิญญาณ ถ้าหญิงเวียนซ้าย ถ้าชายเวียนขวา แต่มิได้ปรากฏออกมาครั้งเมื่อครรภ์ถ้วนไตรมาสแล้ว โลหิตนั้นก็แตกออกไปตามปมธุสา เมื่อได้ 4 เดือน จึงตั้งอาการ 32 นั้น จึงบังเกิดตาแลหน้าผากก่อน สิ่งทั้งปวงจึงบังเกิดเป็นอันดับกันไป เมื่อครรภ์ได้ 5 เดือนจึงมีจิตแลเบญจขันธ์พร้อม”¹ ดังแสดงไว้ในแผนภูมิที่ 1 “เมื่อตั้งเป็นรูปคนเข้าแล้วก็ให้วิญญาณรู้จักว่าร้อนว่าเย็น ถ้าแลมารดาบริโภคอาหารสิ่งอันเผ็ดร้อนเข้าไปเมื่อใด ก็ให้ร้อนทรมนทุรายตื่นเลือกไปมา เวทนาขันธ์ก็บังเกิดขึ้นตามกัน คือที่อยู่ในท้องของมารดานั้นลำบากทนทุกเวทนาดุจสัตว์ในนรก คือนั่งยองกอดเข้าเอากำมือใส่ใต้คาง ผินหน้าเข้าสู่กระดูกสันหลังของมารดา ผินหลังออกข้างนอก ก็มีอุปมาดังลูกวณรอนั่งอยู่ในโพรงไม้”¹

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น หากนำมาวิเคราะห์กับองค์ความรู้ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์จะพบว่ามีความสอดคล้องกันที่น่าสนใจ ดังการเปรียบเทียบในตารางที่ 1 ทั้ง ๆ ที่องค์ความ



แผนภูมิที่ 1 แสดงความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการกำเนิดมนุษย์ตามศาสตร์การแพทย์แผนไทย

ที่มา: ทัณฑ์เทพ ทิพย์เจริญธัม และอธิพัฒน์ ต้นตึงศ์คุณากร สถานการณ์แพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

รู้ทางด้านการแพทย์แผนไทยมีมานานหลายพันปี ดังข้อความนี้ที่เขียนโดยหมอชีวกโกมารภัจจ์ ซึ่งเป็นหมอประจำองค์พระพุทธเจ้า เมื่อครั้งพุทธกาล 2,500 ปีล่วงมาแล้ว และในประวัติเล่าว่าท่านได้เรียนวิชามาจากท่านมหาเถรดำแย ซึ่งได้เรียนวิชามาจากท่านโรคามฤตินทร์อีกทอดหนึ่ง

ข้อความที่ว่า “เมื่อครรภ์ตั้งขึ้นได้เดือน 1 กับ 12 วันนั้น โลหิตจึงบังเกิดเวียนเข้าเป็นตานกยูง ที่หัวใจเป็นเครื่องรับดวงจิตวิญญาณ ถ้าหญิงเวียนซ้าย ถ้าชายเวียนขวา”¹ ในเรื่องนี้ยังไม่มีการศึกษาหรือพิสูจน์ด้วยวิทยาศาสตร์การแพทย์ แต่ยังคงเป็นความเชื่อที่คนไทยเชื่อถือต่อ ๆ กันมาเสมอ เช่น ผู้ป่วยชายที่เป็นโรคอัมพฤกษ์ ถ้ามีอาการอ่อนแรงข้างขวาจะมีอาการหนักและรักษายากกว่าผู้ป่วยที่มีอาการอ่อนแรงด้านซ้าย เพราะพลังงานชีวิตหรือระบบไหลเวียนโลหิตของผู้ชายจะเวียนด้านขวา การฟื้นฟูสมรรถภาพสำหรับผู้ป่วยชายที่เป็นโรคอัมพฤกษ์ข้างซ้ายจะทำได้ง่ายและมีโอกาสหายได้ เช่นเดียวกันหากผู้ป่วยเป็นเพศหญิง ถ้ามีอาการอ่อนแรงข้างซ้ายจะมีอาการหนักและรักษายากกว่าผู้ป่วยที่มีอาการอ่อนแรงด้านขวา ดังที่ชาวบ้านมักพูดสั้น ๆ ว่า หญิงเป็นซ้าย ชายเป็นขวา จะรักษายาก ซึ่งอาจจะต้องทำการศึกษาวิจัยต่อไป

การดำรงอยู่ของทารกในครรภ์เป็นอย่างไรนั้น คนโบราณรู้ได้อย่างไร ในเมื่อไม่มีเครื่องฉายเอกซเรย์อย่างในปัจจุบัน ที่บรรยายว่า “นั่งยองกอดเข่าเอากำมือใส่ใต้คาง ผินหน้าเข้าสู่กระดูกสันหลังของมารดา ผินหลังออกข้างนาภี ก็มีอุปมาดังลูกวานรอันนั่งอยู่ใน

โพรงแม่นั้น”¹ ซึ่งก็ตรงกับความเป็นจริงตามวิทยาศาสตร์การแพทย์ ดังแสดงในตารางที่ 1

การดูแลรักษาครรภ์หรือครรภ์รักษา

การดูแลรักษาครรภ์ คือ การดูแลรักษาพยาบาลหญิงตั้งครรภ์ให้เป็นปกติ⁹ ทางการแพทย์แผนไทยเรียกว่า ครรภ์รักษา เป็นการดูแลสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจควบคู่กัน ได้แก่ การรักษาด้วยยาสมุนไพร การหัตถการด้วยการนวด การประคบสมุนไพร การให้คำแนะนำ และกรรมวิธีทางการแพทย์แผนไทยต่าง ๆ นอกจากนี้ในสมัยโบราณที่มีความเชื่อทางด้านจิตวิญญาณ จึงมักมีพิธีกรรมประกอบในกระบวนการการดูแลรักษาครรภ์ด้วย ในคัมภีร์ประถมจินดาได้กล่าวถึง การดูแลรักษาครรภ์ตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงครบถ้วนไตรมาส หรือ 10 เดือน ตามอายุการตั้งครรภ์ ซึ่งแนวทางในการดูแลรักษาครรภ์ในแต่ละเดือนประกอบด้วยการใช้ยาสมุนไพรเพื่อรักษาอาการที่เกิดขึ้น ร่วมกับการใช้พิธีกรรมควบคู่กันไป ยกตัวอย่างการดูแลรักษาสตรีมีครรภ์ที่อายุครรภ์ได้ 1 เดือน ดังนี้

“ถ้าสตรีมีครรภ์ได้เดือนหนึ่งก็ดี ถ้าใช้รำเพราพัด คือให้รำก ให้จุกในอุทร แลให้แตกขึ้น แลแตกลงเป็นกำลัง แลให้ละเมอเพื่อพกดังผีเข้า แพทย์ไม่รู้ว่าเป็นใช้สันนิบาตนั้นหาได้เลย บังเกิดโทษในครรภ์รักษานั้นเอง ถ้าจะแก้ให้ทำตามโบราณเสียก่อน ท่านให้ทำบัตร 4 มุม เอาแป้งคลึงท้อง ด้วยมนต์นี้ 7 ที โอม ชู ภู ภา สวาห

ตารางที่ 1 แสดงพัฒนาการของทารกตามคัมภีร์ประณจินดาเปรียบเทียบกับข้อมูลวิทยาศาสตร์การแพทย์

ข้อความในคัมภีร์ประณจินดา ¹	ข้อมูลวิทยาศาสตร์การแพทย์ ⁵
การปฏิสนธิเมื่อธาตุของบิดาและมารดาผสมกันก็จะตั้งธาตุทั้ง 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ผสมระคนรวมกันเข้าเป็นก้อนขึ้นเนื้อเล็ก ๆ ขึ้นมาก่อน สุกมั่ง ปรมาณู คือมีความละเอียดยิ่งนักเปรียบด้วยขนทรายจามรีเส้น 1 เอามาชุบน้ำมันงาที่ใส่นั้น แล้วเอามาสลัดเสียให้ได้ 7 ครั้ง แต่ยั้งติดอยู่ที่ปลายขนทรายจามรีมาน้อยเท่าใด อันมูลปฏิสนธิแห่งสัตว์ทั้งหลาย ก็ละเอียดดุนั้น ครรภ์ตั้งขึ้นแล้ว มีได้วิปริต ครบ 7 วัน ก็ขึ้นเข้าดั่งน้ำล้างเนื้อ	สัปดาห์ที่ 1 - วันที่ 0 ปฏิสนธิ (fertilization) - วันที่ 1 มีการแบ่งเซลล์แบบ mitosis เรียกว่า cleavage - วันที่ 2-4 morula (16 blastomere) เดินทางอยู่ในปีกมดลูก - วันที่ 5-6 จาก morula เจริญเปลี่ยนแปลงเป็น blastocyst ภายในมี embryoblast
เมื่อไปอีก 7 วัน เป็นขึ้นเนื้อ	สัปดาห์ที่ 2 (วันที่ 7-14) - การฝังตัวเสร็จสมบูรณ์ ได้ bilaminar embryonic disc - มีการพัฒนาของเยื่อนอกตัวอ่อนประกอบด้วย amnion, yolk sac และ chorion
ไปอีก 7 วัน เป็นสัณฐานดุจไข่	สัปดาห์ที่ 3 (วันที่ 15-20) - มีการ form primitive streak ได้ trilaminar embryonic disc - มีการ form neural plate
ไปอีก 7 วัน ก็แตกออกเป็นปญฺจสาขา 5 แห่ง คือ ศีรษะ และมือ แลเท้า	สัปดาห์ที่ 4 (วันที่ 21-28) - มีการยกตัวของ embryonic disc ได้ลักษณะ tubular structure ของ embryo มีการเต้นของหัวใจ
ไปอีก 7 วัน ก็เกิด เกศา โลมา นขา ทันตา ลำดับกันไป	สัปดาห์ที่ 5-9 - เป็นช่วงเวลาเริ่มต้นการ form อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย (period of organogenesis)
เมื่อได้ 4 เดือน จึงตั้งอาการ 32 นั้น จึงบังเกิดตาแลหน้าผากก่อน สิ่งทั้งปวงจึงบังเกิดเป็นอันดับกันไป	สัปดาห์ที่ 13-16 - ตาที่เคยอยู่ห่างค่อนไปทางด้านข้างเคลื่อนมาอยู่ทางด้านหน้ามากขึ้น ตาปิด หูเคลื่อนมาใกล้ตำแหน่งปกติ ระยะนี้ทารกมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว สัดส่วนของศีรษะมีขนาดลดลงเมื่อเทียบกับลำตัว ขยายขึ้น การเคลื่อนไหวของแขน ขา เริ่มตั้งแต่วัยสัปดาห์ที่ 13 และจะมีมากขึ้นจนแม่รู้สึกได้ในสัปดาห์ที่ 16 ปลายสัปดาห์ที่ 14 สามารถบอกความแตกต่างของอวัยวะเพศภายนอกได้
เมื่อครรภ์ได้ 5 เดือนจึงมีจิตแลเบญจขันธ์พร้อม	สัปดาห์ที่ 17-20 - ศีรษะมีขนาดเล็กลงเมื่อเทียบกับลำตัว แขน ขยายได้สัดส่วนระบบอวัยวะต่าง ๆ ภายในร่างกายเจริญอย่างรวดเร็

ที่มา: ทัฬหีเทพ ทิพยเจริญธัม สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

แล้วจึงเอาแป้งที่คั้นนั้นมาปั้นรูปหญิงคน 1 คน รูปภูเขา 1 อัน รูปไก่ 1 ตัว รูปม้า 1 ตัว เอาผลไม้ 7 สิ่ง ดอกไม้ 7 สิ่ง แล้วเอาข้าวสารโปรยกลางผลไม้ บูชา แล้วเอาไปส่งที่ทิศอาคเนย์ หรือทิศตะวันออกเฉียงใต้ ทำ 3 วัน หาย

ถ้าไม่หาย ให้แต่งยาขนานนี้กิน ท่านให้เอา จันทน์หอม ดอกบัวเผื่อน รากบัวหลวง ข้าวเหนียวกัญญา สิริยา 4 สิ่งนี้ บดทำแท่งไว้ ละลายน้ำนมโค กิน หาย

ถ้าไม่หายให้ เอายาขนานนี้ เนื้อไคอย่าง 1 ข้าวตอกข้าวเหนียวกัญญา 1 บดละลายน้ำผึ้ง กิน หาย

ถ้าให้ร้อน ยาขนานนี้ท่านให้เอา ใบไทรย้อย ใบหญ้าแพรก ใบพรมมิ ใบตำลึง ดินประสิวขาว สิริยา 5 สิ่งนี้ บดละลายน้ำข้าวข้าวชโลม หาย กินก็ได้ ใช้มาากแล้ว”¹

จากข้อความดังกล่าวจะเห็นว่า ความรู้ความเข้าใจในเรื่องวิญญานก็มีปรากฏในศาสตร์การแพทย์แผนไทยเช่นกัน ซึ่งความรู้ความเข้าใจดังกล่าวส่งอิทธิพลต่อประชาชนคนไทยผ่านรูปแบบของพิธีกรรม ควบคู่กันไปกับวิถีปฏิบัติทางการแพทย์แผนไทย การ

ประกอบพิธีกรรมดังกล่าวอาจช่วยให้จิตใจของมารดาสบายขึ้น ช่วยบรรเทาความวิตกกังวลจากการตั้งครรภ์และอาการที่เกิดขึ้นในขณะตั้งครรภ์ พิธีกรรมเหล่านี้มีอยู่จำนวนมากในคัมภีร์แพทย์แผนไทย ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยงของการแพทย์กับวิถีชีวิต วัฒนธรรม ประเพณีในสังคมไทยได้เป็นอย่างดี

จากข้อความที่กล่าวว่า ถ้าสตรีมีครรภ์ได้เดือนหนึ่งก็ดี ถ้าใช้รำเพราพัด คือให้ราก ให้จุกในอุทร แลให้แตกขึ้น แลแตกลงเป็นกำลัง แลให้ละเมอเพื่อพกดั่งผีเข้า เป็นการเปรียบเทียบอาการของใช้รำเพราพัดว่ามีอาการเหมือนคนที่ถูกผีเข้าสิงสู่ในร่างกาย ดังนั้นในการรักษาจึงมีทั้งส่วนที่เป็นยาสมุนไพร และส่วนที่เป็นพิธีกรรมตามความเชื่อร่วมอยู่ในกระบวนการรักษาด้วย สำหรับยาสมุนไพรที่แก้อาการใช้รำเพราพัด คือ อาเจียน จุกในอก แยกขึ้นแตกลงเป็นกำลัง ละเมอเพื่อพกดั่งผีเข้า เป็นอาการของธาตุลมพิการแปรปรวน หากวิเคราะห์ตำรับยาทั้ง 3 ตำรับ จะพบว่าทั้ง 3 ตำรับ มีความสอดคล้องกันระหว่างศาสตร์การแพทย์แผนไทยและวิทยาศาสตร์การแพทย์ อย่างน่าสนใจ ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงรสนาและสรรพคุณของสมุนไพรที่เป็นส่วนประกอบในตำรับยาแก้ไขรำเพราพัด

ตำรับยา	วิธีการบริหารยา	สมุนไพร	รสนา	สรรพคุณ
ตำรับที่ 1 จันทน์หอม ดอกบัวเผื่อน รากบัวหลวง ข้าวเหนียวกัญญา สิริยา 4 สิ่งนี้ บดทำแท่ง ไว้ ละลายน้ำนมโค	ยารับประทาน	จันทน์หอม	รสหอมร้อนเล็กน้อย ¹	ขับลมบำรุงธาตุ แก้วัณโรค แลบาดแผล ทั้งปวง ¹
		ดอกบัวเผื่อน	กลิ่นหอม ⁶	แก้ไข้เป็นด้วยธาตุทั้ง 4 กำเริบ ให้ปวดหัว จุกอก เพื่อโลหิตพิการ ให้ท้องขึ้น ¹
		รากบัวหลวง	รสหวานเย็นมัน ⁷	แก้ร้อนกระหาย ¹
		ข้าวเหนียวกัญญา หรือ ข้าวเหนียวดำ	รสมันจี๊ด ⁸	แก้อัมพฤกษ์ อัมพาต ⁸
ตำรับที่ 2 เนื้อไคอย่าง 1 ข้าวตอก ข้าวเหนียวกัญญา 1 บดละลายน้ำผึ้ง	ยารับประทาน	น้ำนมโค	รสหวานมัน ¹⁰	บำรุงกำลัง บำรุงร่างกาย เจริญไฟธาตุ ขอบแก้โรค ในอก ¹⁰
		เนื้อไคอย่าง	-	บำรุงร่างกาย บรรเทา อาการอ่อนเพลียของ ร่างกายได้ และมีสาร อาหารพวกโปรตีนและ ไขมัน

ตำรับยา	วิธีการบริหารยา	สมุนไพร	รสรยา	สรรพคุณ
ตำรับที่ 2 เนื้อโคอย่าง 1 ข้าวตอก ข้าวเหนียวกัญญา 1 บดละลายน้ำผึ้ง		ข้าวตอกข้าวเหนียว กัญญา (การนำข้าว เหนียวกัญญาหรือข้าว เหนียวดำไปคั่วให้เป็น ข้าวตอก)	รสมันจืด ⁸	บำรุงร่างกาย บรรเทา อาการอ่อนเพลีย ⁸
		น้ำผึ้ง	รสหวาน ^{1,10}	บรรเทาอาการอ่อนเพลีย บำรุงร่างกาย ^{1,10}
ตำรับที่ 3 ใบไทรย้อย ใบหญ้า แพรก ใบพรมมิ ใบตำลึง ดินประสิวขาว สิริยา 5 สิ่งนี้ บดละลาย น้ำข้าวข้าว	ยารับประทาน ยาขโลม	ใบไทรย้อย	รสอันหวานผาดเผื่อน ¹	แก้ท้อง แก้ไข้เปื่อยพัง แก้บวม แก้ตัวพยาธิ แก้ ตกโลหิต ¹
		ใบหญ้าแพรก	รสจืดเย็น ¹	แก้สรรพพิษอันกระทำให้ คันแลร้อน ¹
		ใบพรมมิ	รสหวาน ¹	แก้ไข้สางสวาย แก้หืดไอ ¹
		ใบตำลึง	รสเย็น ¹¹	แก้ไข้เพื่อเตโชธาตุกำเริบ ให้เจ็บท้อง ให้คลื่นเหียน ให้สะอึก ¹
		ดินประสิวขาว	รสเค็มปร่า เย็น ^{11,12}	ขับลมที่คั่งค้างตาม เส้น ^{11,12}

ตัวอย่างเวชปฏิบัติการแพทย์แผนไทยในหญิงตั้งครรภ์

ปัจจุบันหากมีหญิงตั้งครรภ์ที่มีอาการคล้ายในคัมภีร์
ประถมจินดาดังกล่าวมาพบแพทย์แผนไทยประยุกต์ ให้ประวัติ
ว่า มีอาการอาเจียน วิงเวียนศีรษะ และอ่อนเพลียจากอาการ
แพ้ท้อง แพทย์แผนไทยประยุกต์จะทำการสอบถามประวัติและตรวจ
ร่างกายเพิ่มเติม และอาจให้การดูแลบรรเทาอาการด้วยยาสมุนไพร
หัตถการทางการแพทย์แผนไทย ได้แก่ การนวดไทยแบบราชสำนัก
การประคบสมุนไพร และการให้คำแนะนำในการดูแลสุขภาพเบื้องต้น
ตามตัวอย่างแนวทางดังนี้

1. การรักษาด้วยยาสมุนไพร: อาจเลือกใช้สมุนไพรที่ปรุง
ขึ้นเองสำหรับผู้ป่วยเฉพาะรายก็ได้ หรือเลือกตำรับยาในคัมภีร์ดัง
ตัวอย่างที่กล่าวมาแล้ว หรือยาในบัญชียาหลักแห่งชาติก็ได้ เช่น ยา
ขิงขิงหรือยาขิงแคปซูล สรรพคุณ แก้คลื่นเหียนอาเจียน ชงดื่มหรือ
รับประทานเมื่อมีอาการ รับประทานวันละ 1 – 2 กรัม¹³ ยาหอม
แก้ลมวิงเวียนชนิดผงชงดื่มหรือชนิดเม็ด สรรพคุณ แก้ลมวิงเวียน
อ่อนเพลีย นอนไม่หลับ รับประทานครั้งละ 600 มิลลิกรัม – 1 กรัม

ละลายน้ำสุก เมื่อมีอาการ ทุก 3 – 4 ชั่วโมง ไม่ควรรับประทานเกิน
วันละ 3 ครั้ง¹³ ยาทั้งสองขนานยังไม่มีรายงานความเป็นพิษต่อแม่
และเด็ก¹³ จึงควรใช้ตามคำแนะนำของแพทย์แผนไทยหรือแพทย์
แผนไทยประยุกต์¹³

2. การนวดไทยแบบราชสำนัก: เป็นการนวดตามแนวเส้น
พื้นฐานป่า คอ หลัง¹⁴ และนวดจุดสัญญาณ 4 และ 5 หลัง เพื่อช่วย
บรรเทาอาการคลื่นเหียนอาเจียน¹⁵ นอกจากนี้แพทย์ผู้ทำการนวด
บำบัดอาจพิจารณาแนวเส้นพื้นฐานและจุดสัญญาณอื่น ๆ ได้อีก
ตามความเหมาะสม เช่น หญิงตั้งครรภ์มักมีอาการเป็นตะคริวที่น่อง
อยู่เป็นประจำ อาจพิจารณานวดแนวเส้นพื้นฐานขาตาด้านนอกและ
ขาตาด้านในเพิ่มเติม การนวดจะช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อที่แข็งตึง
จึงจนทำให้ปวดกล้ามเนื้อและเป็นตะคริวเกิดการคลายตัว กระตุ้น
การไหลเวียนของเลือดลม บรรเทาอาการปวดได้^{14,15,16} โดยการ
กดนวดด้วยแรงขนาดเบา ใช้ระยะเวลาในการกดนวดแต่ละจุดตาม
แนวเส้นพื้นฐานประมาณ 10-15 วินาที และตามจุดสัญญาณแต่ละ
จุดประมาณ 30 - 45 วินาที รวมระยะเวลาในการนวดแต่ละครั้ง

ประมาณ 20 – 30 นาที¹⁷ สามารถนวดรักษาได้ 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์ หรือตามดุลพินิจของแพทย์แผนไทยหรือแพทย์แผนไทยประยุกต์

3. การประคบสมุนไพร: เป็นการนำลูกประคบสมุนไพร ไปนึ่งให้ร้อนแล้วนำมาประคบตามร่างกายช่วยให้กล้ามเนื้อคลาย ช่วยบรรเทาอาการปวดตึงตึงของกล้ามเนื้อ ทำให้การไหลเวียนของโลหิตดีขึ้น¹⁷ กลิ่นของสมุนไพรในลูกประคบมีน้ำมันหอมระเหย จะช่วยให้รู้สึกผ่อนคลายร่างกายและใจร่วมด้วย¹⁷ กรณีที่หญิงตั้งครรภ์ไม่ชอบกลิ่นของสมุนไพร หรือมีอาการมีศีรษะจากกลิ่นสมุนไพร อาจเลือกใช้วิธีการอื่นแทนการประคบสมุนไพร เช่น การประคบด้วยผ้าชุบน้ำร้อน¹⁷

4. การให้คำแนะนำตามศาสตร์การแพทย์แผนไทย: แพทย์แผนไทยหรือแพทย์แผนไทยประยุกต์อาจให้คำแนะนำตามอาการของผู้ป่วยแต่ละราย เช่น ในกรณีที่หญิงตั้งครรภ์มีอาการแพ้กลิ่นอาหาร ดอกไม้ ผลไม้ หรือผักบางชนิด ก็ให้หลีกเลี่ยงสิ่งนั้น การพักผ่อนที่เพียงพอ การทำจิตใจให้ผ่อนคลาย เช่น การฟังเพลง หรือสวดมนต์ภาวนาตามศาสนาหรือความเชื่อของตนเอง การสวดมนต์จะช่วยลดภาวะความเครียดได้¹⁸ การรับประทานอาหารให้เพียงพอเพื่อสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์และการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์¹⁹ การบริหารร่างกายเบา ๆ เพื่อให้เลือดลมไหลเวียนสะดวก รวมถึงการปฏิบัติตนตามหลักธรรมานามัย¹⁶ ได้แก่ กายานามัยคือการบริหารร่างกาย เช่น ฤๅษีตัดตน โยคะ จะช่วยลดความเครียดในหญิงตั้งครรภ์ได้²⁰ จิตตานามัย คือการดูแลสุขภาพของจิตใจ และชีวิตานามัย คือการดูแลการดำรงชีวิตให้สมดุล หลีกเลี่ยงสิ่งที่เป็นอันตรายต่อชีวิตและใช้ชีวิตให้สมดุล¹⁶

สรุป

บทความนี้แสดงให้เห็นถึงองค์ความรู้เกี่ยวกับการสูติศาสตร์และการผดุงครรภ์ของคนในอดีตที่มีความเชื่อมโยงระหว่างศาสตร์การแพทย์แผนไทย พระพุทธศาสนา ประเพณี และวัฒนธรรมของคนไทย ซึ่งทั้งหมดมีความสอดคล้องประสานเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน หากมีการศึกษาวิจัยอย่างจริงจัง อาจพบองค์ความรู้ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพของประชาชนในระบบสาธารณสุขของประเทศได้ การผสมผสานเชื่อมโยงองค์ความรู้ทางด้านการแพทย์แผนไทยและวิทยาศาสตร์การแพทย์เข้าด้วยกันจะช่วยทำให้ศาสตร์การแพทย์แผนไทยมีความน่าเชื่อถือและได้รับการยอมรับจากสังคมมากขึ้น และเกิดความเชื่อมั่นในการที่จะรับบริการการดูแลสุขภาพด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย ศาสตร์การแพทย์แผนไทยจึงไม่ใช่แค่เรื่องนวดไทยหรือสมุนไพรไทยเท่านั้น แต่รวมถึงวัฒนธรรม ประเพณี และวิถีชีวิตของคนไทย จากตัวอย่างเวชปฏิบัติจะเห็นว่า ศาสตร์การแพทย์แผนไทยสามารถใช้ในเวชปฏิบัติเพื่อดูแลหญิงตั้งครรภ์ร่วมกับศาสตร์การแพทย์แผนตะวันตก ซึ่งบทความนี้จะทำให้บุคลากรทางการแพทย์เข้าใจการใช้ศาสตร์การแพทย์แผนไทย ซึ่งดูแลรักษาไม่เพียงแต่ด้านร่างกาย แต่รวมถึงด้านจิตใจด้วย โดยแพทย์ผู้ปฏิบัติงานด้านการแพทย์แผนไทยสามารถเลือกการ

ดูแลรักษาที่เหมาะสม ได้แก่ การรักษาด้วยยาสมุนไพร การนวดไทยแบบราชสำนักและการประคบสมุนไพร และการให้คำแนะนำตามศาสตร์การแพทย์แผนไทย นอกจากนี้ยังเป็นประโยชน์ในด้านการเรียนการสอนทางการผดุงครรภ์ของแพทย์แผนไทยและแพทย์แผนไทยประยุกต์ และสามารถนำแนวทางเวชปฏิบัติไปประยุกต์ใช้ในบริบทของงานบริหารสุขภาพแต่ละท้องถิ่นต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณสถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ที่สนับสนุนด้านตำราและข้อมูลในการเขียนบทความ

เอกสารอ้างอิง

1. โรงเรียนอายุรเวทราชสถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. ตำราการแพทย์แผนไทยเดิม (แพทยศาสตร์สงเคราะห์ ฉบับอนุรักษ์) เล่มที่ 1. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: ศุภนิชการพิมพ์; 2563.
2. คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ ในคณะกรรมการจัดงานเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว จัดพิมพ์เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 5 ธันวาคม 2542, สมุดภาพไตรภูมิ ฉบับกรุงศรีอยุธยา-ฉบับกรุงธนบุรี เล่ม 2. กรุงเทพฯ: หอสมุดแห่งชาติ; 2542.
3. ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 7 รอบ 5 ธันวาคม 2554. กรุงเทพฯ: ราชบัณฑิตยสถาน; 2556.
4. จตุพล ศรีสมบูรณ์. คู่มือสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา. กรุงเทพฯ: บริษัท แมคโคร-ฮิล อินเทอร์เน็ตเนชั่นแนล เอ็นเตอร์ไพรส์, อิงค์; ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์.
5. คณาจารย์ภาควิชากายวิภาคศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล. ตำรากายวิภาคศาสตร์พื้นฐาน BASIC ANATOMY. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ศุภนิชการพิมพ์; 2552.
6. เสี่ยม พงษ์บุญรอด. ไม่เทคเมืองไทย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์กรุงธน; 2522.
7. พรทิพย์ เตมวิเศษ และคณะ (บรรณาธิการ). ประมวลสรรพคุณยาไทย. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก; 2555.
8. วีระศักดิ์ ทินกร (หม่อมหลวง). เกสัชกรรมไทย (ฉบับถ่ายเอกสาร). ไม่ปรากฏเมืองที่พิมพ์: ไม่ปรากฏสำนักพิมพ์; ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์.
9. สำนักงานราชบัณฑิตยสภา และกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข. พจนานุกรมศัพท์แพทย์และเภสัชกรรมแผนไทย ฉบับราชบัณฑิตยสภา พ.ศ. 2559 เนื่องในโอกาสมหามงคลเสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติครบ 70 ปี 9 มิถุนายน 2559. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ; 2560.
10. ชยันต์ พิเชียรสุนทร และวิเชียร จีรวงส์. คู่มือเภสัชกรรมแผนไทย เล่ม 3 เครื่องยาสัตว์วัตถุ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อมรินทร์; 2546.
11. มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์แผนไทยเดิมฯ โรงเรียนอายุรเวท (ชีวโกมารภัจจ์). ตำราเภสัชกรรมแผนไทย. กรุงเทพฯ: พิมพ์ศุภนิชการพิมพ์; 2548.

12. ชัยนัต พิเชียรสุนทร และวิเชียร จีรวงส์. คู่มือเภสัชกรรมแผนไทย เล่ม 4 เครื่องยาธาตุวัตถุ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อัมรินทร์; 2546.

13. ประกาศคณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ เรื่อง บัญชียาหลักแห่งชาติ พ.ศ. 2564. (2564, 20 กรกฎาคม). ราชกิจจานุเบกษา หน้า 13 เล่มที่ 138 ตอนพิเศษ 165 ง.

14. โรงเรียนอายุรเวทราชรัง สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. หัตถเวชกรรมแผนไทย (การนวดไทยแบบราชสำนัก) ตอนที่ 1 การนวดพื้นฐาน. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนสามัญ พี.เอส.เพรส; 2564.

15. โรงเรียนอายุรเวทราชรัง สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. หัตถเวชกรรมแผนไทย (การนวดไทยแบบราชสำนัก) ตอนที่ 2 การนวดจุดสัญญาณ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนสามัญ พี.เอส.เพรส; 2559.

16. โรงเรียนอายุรเวทราชรัง สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. การแพทย์แผนไทยในคณะ

แพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนสามัญ พี.เอส.เพรส; 2563.

17. สุภัทราพร โสดี, ไพลิน อ่อนโพธิ์อารีย์, ดอกไม้ วิวรรณมงคล, วิดี บุญเลี้ยง, เอี่ยมพร สุวรรณไตรย์. แนวทางการดูแลสตรีตั้งครรภ์ในห้วงคลอดด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย. เวชบัณฑิตศิริราช. 2565;15:172-80.

18. พัสนนธ์ คุ่มทวีพร, พุทธวรรณ ชูเชิด, และสุจิตรา สุทธิพงศ์. การเปรียบเทียบผลการปวดมดและการฟังเสียงปวดมดต่อความเครียดและคุณภาพการนอนหลับของผู้ป่วยมะเร็งเต้านม. วารสารพยาบาลทหารบก. 2557;15:386-94.

19. ธัญญมล สุริยานิมิตรสุข และจิตติารีย์ ดิษยาภิรมย์. บทบาทพยาบาลในการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการของสตรีตั้งครรภ์. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี. 2561;29:174-85.

20. รุจา แก้วเมืองฝาง, พริยา ศุภศรี, และสุพิศ ศิริอรุณรัตน์. ผลของการฝึกโยคะต่อการลดความเครียดของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครั้งแรก. กรุงเทพฯ: วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข. 2560;27:73-84.