

นิพนธ์ต้นฉบับ

การสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็ก: มุมมองจากศาสตร์ของการแพทย์แผนไทยและศาสตร์ของการแพทย์แผนปัจจุบัน

อาภารศมี ณะมณี

บทคัดย่อ

- บทนำ:** งานวิจัยนี้ต้องการค้นหามุมมอง กลยุทธ์ของแพทย์ทั้งจากแพทย์แผนไทยและแพทย์แผนปัจจุบันในการสร้างเสริมสุขภาพมารดาและเด็กเพื่อใช้ทั้งภูมิปัญญาไทยและภูมิปัญญาตะวันตกโดยผสานกันให้เกิดประโยชน์ต่อการสาธารณสุขของไทยมากขึ้น คำถามของงานวิจัยนี้คือศาสตร์ดังกล่าวสามารถผสมผสานและใช้ร่วมกันได้ดีหรือไม่ อย่างไร
- วิธีการศึกษา:** ใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (focus group discussion) การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) แบบมีโครงสร้าง (structured interview) ผสานกับการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) จากข้อมูลปฐมภูมิและข้อมูลทุติยภูมิที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กทั้งกระบวนการ
- ผลการศึกษา:** จากข้อมูลที่ได้จากการศึกษาและข้อมูลเชิงประจักษ์ที่มีผู้ศึกษาวิจัยไว้เกี่ยวกับการใช้การแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบันร่วมกันในการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กพบว่า ศาสตร์ของการแพทย์แผนไทยและศาสตร์ของการแพทย์แผนปัจจุบันสามารถใช้ร่วมกันได้ดีและสนับสนุนกันในการสร้างเสริมสุขภาพมารดาและเด็ก
- ข้อเสนอแนะ:** ควรอนุรักษ์ศาสตร์ของการแพทย์แผนไทย ภูมิปัญญา พิษพรหมและสมุนไพรไทยไว้ อีกทั้งศาสตร์ของการแพทย์แผนไทยและศาสตร์ของการแพทย์แผนปัจจุบันควรได้รับการนำมาใช้และศึกษาวิจัยให้ก้าวหน้าต่อไป
- สรุปผลการศึกษา:** ศาสตร์ของการแพทย์แผนไทยที่มีการประยุกต์ให้ร่วมสมัยมีจุดเด่นที่กระบวนการสร้างเสริมสุขภาพสอดคล้องกับวัฒนธรรมไทย ใช้วัสดุและสมุนไพรในท้องถิ่นจึงไม่ก่อให้เกิดผลข้างเคียงมากและต้นทุนไม่สูง ผสานกันได้ดีกับศาสตร์ของการแพทย์แผนปัจจุบันที่ให้ความแม่นยำในการรักษา
- คำสำคัญ:** การสร้างเสริมสุขภาพ, มารดาและเด็ก, การแพทย์แผนไทย, การแพทย์แผนปัจจุบัน

วันที่รับบทความ: ๒๐ สิงหาคม ๒๕๕๕

วันที่อนุญาตให้ตีพิมพ์: ๓ มกราคม ๒๕๕๖

บทนำ

การแพทย์แผนไทยพัฒนามาควบคู่กับพัฒนาการของสังคมที่ตั้งถิ่นฐานในแผ่นดินไทยในเขตร้อน ในสมัยก่อนประวัติศาสตร์การดูแลสุขภาพและการรักษาโรคภัยไข้เจ็บอาศัยพืชพันธุ์ในธรรมชาติและเทคนิควิธีในยุคนั้นเป็นหลัก สมัยสุโขทัยพ่อขุนรามคำแหงโปรดให้ปลุกสมุนไพรรักษาโรคเป็นยา ในแต่ละชุมชนมีหมอกกลางบ้านรักษาผู้เจ็บไข้ได้ป่วยร่วมกับวิธีทางพุทธศาสตร์และไสยศาสตร์ ในสมัยอยุธยาที่ยังใช้สมุนไพรรักษาโรคเป็นหลักในการรักษาโรค แต่รัฐมีการจัดแบ่งหน้าที่ข้าราชการในเรื่องการสาธารณสุขซับซ้อนขึ้น ส่วนในเรื่องการดูแลสุขภาพมารดาและเด็กนั้น หลักการในการดูแลสุขภาพคือจะต้องชำระกายให้สะอาดหลังคลอด ให้หญิงมีลูกอ่อนอยู่ไฟนานประมาณหนึ่งเดือน ในสมัยสมเด็จพระนารายณ์การแพทย์แผนปัจจุบันเริ่มเข้ามาในสังคมไทย มีมิชชันนารีชาวตะวันตกและแพทย์จากสังคมตะวันตกเข้ามายังราชสำนัก เริ่มจาก มร.โปรมาร์ต (Paumart) เป็นแพทย์หลวงประจำพระองค์และเพื่อเผยแพร่วิธีการรักษาแบบตะวันตกกับประชาชน ในปี พ.ศ. ๒๒๑๒ คณะมิชชันนารีฝรั่งเศสได้จัดตั้งสถานพยาบาลขึ้นเป็นครั้งแรก ในสมัยธนบุรีและรัตนโกสินทร์ตอนต้นได้สืบทอดรูปแบบทางการแพทย์มาจากสมัยอยุธยา รัชสมัยพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลก ทรงโปรดให้รวบรวมตำราแพทย์แผนไทยเป็นครั้งแรก ต่อมาในสมัยรัชกาลที่ ๒ - รัชกาลที่ ๓ ก็ทรงโปรดให้จารึกตำรายาแผนไทยที่มีมาแต่สมัยอยุธยาไว้ ในสมัยรัชกาลที่ ๓ พบว่ามีตำรายาแผนไทยที่สมบูรณ์ที่สุดเป็นครั้งแรก ในสมัยรัชกาลที่ ๔ มีมิชชันนารีอเมริกันเข้ามาและราชสำนักไทยก็ยอมรับ เช่น ศาสตราจารย์ เดวิด เอเบิล (David Abeel) เข้ามาเมื่อปีพ.ศ. ๒๓๗๔ ต่อมา ศาสตราจารย์จอห์น เทเลอร์ โจนส์ (John Taylor Jones) เข้ามา และในปีพ.ศ. ๒๓๗๘ คณะอเมริกันบอร์ดี ออฟคอมมิชชันเนอร์ ฟอว์ ฟอว์เรน มิชชัน (American Board of Commissioner for Foreign Mission) มีครอบครัวของ ศาสตราจารย์ชาลส์ รอปินสันและครอบครัวของศาสตราจารย์แดนนิช บรัดเลย์ เดินทางเข้ามาด้วย จนถึงสมัยรัชกาลที่ ๕ ได้เปิดรับวัฒนธรรมตะวันตกและการแพทย์กับวิธีการรักษาของการแพทย์แผนปัจจุบันมากขึ้นจนในปี พ.ศ. ๒๔๓๐ ได้ก่อตั้งศิริราชพยาบาลขึ้นและได้ขยายขอบเขตของการรักษาพยาบาลโดยการจัดตั้งโรงพยาบาลอื่นๆ เพิ่มขึ้นเรื่อยมา การศึกษาวิจัยเรื่องนี้จึงต้องการค้นหามุมมองและกลยุทธ์ในการผสมผสานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบันในการเพิ่มศักยภาพการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็ก

วิธีการศึกษา

รูปแบบการศึกษา เป็นการศึกษาที่ใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (focus group discussion) การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) แบบมีโครงสร้าง (structured interview) จากข้อมูลปฐมภูมิและข้อมูลทุติยภูมิที่เกี่ยวข้องผสมกับการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) จากเอกสารชั้นต้นที่เกี่ยวข้องทั้งการแพทย์แผนไทยแบบดั้งเดิมและการแพทย์แผนไทยประยุกต์ เปรียบเทียบกับการแพทย์แผนปัจจุบันนำมาซึ่งมุมมองและกลยุทธ์ในการผสมผสานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบันในการสร้างเสริมสุขภาพมารดาและเด็ก

กลุ่มตัวอย่าง นักวิชาการหรือแพทย์ที่มีความรู้ในศาสตร์ของการแพทย์แผนไทย นักวิชาการหรือแพทย์ที่มีความรู้เรื่องการแพทย์แผนปัจจุบัน จำนวน ๑๓ คน

วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ใช้การเลือกตัวอย่างที่ไม่ใช้ความน่าจะเป็น (non-probability sampling) ประเภทการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) โดยคัดเลือกนักศึกษาแพทย์ทั้งชาวไทยและชาวสหรัฐอเมริกาจำนวน ๑๑ คน อาจารย์คณะแพทย์ ๒ คน ประกอบด้วยอาจารย์สาขาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ ๑ คนและอาจารย์สาขากุมารแพทย์ ๑ คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ใช้แบบสัมภาษณ์ (interview schedule) สำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึก ใช้คำถามหลัก (questioning route) สำหรับการสนทนากลุ่มและใช้แบบบันทึกภาคสนาม (field-notes) สำหรับการจดบันทึกข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) คือ เริ่มกระทำการวิเคราะห์พร้อมๆ กับการเก็บรวบรวมข้อมูลและทำต่อไปหลังการเก็บข้อมูลสิ้นสุดลง โดยผู้วิจัยสร้างสมมติฐานชั่วคราว (working hypothesis) ตลอดช่วงเวลาการวิเคราะห์ ส่วนกรอบแนวคิดในการวิเคราะห์นั้นใช้ทฤษฎีที่เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยเป็นแนวทางในการวิเคราะห์

ข้อจำกัดในการศึกษา แพทย์แผนไทยแบบดั้งเดิมที่ยังมีชีวิตอยู่นั้นหายากและเอกสารที่เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยดั้งเดิมนั้นมีน้อย จึงมีข้อจำกัดในการค้นคว้า อนึ่ง การศึกษาวิจัยที่เกี่ยวกับประสิทธิภาพของการผสมผสานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบันในกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กที่ได้ข้อมูลเชิงประจักษ์มานั้นยังมีไม่มากนัก

ผลการศึกษา

จากการวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลปฐมภูมิและข้อมูลทุติยภูมิในเรื่องศาสตร์ของการแพทย์แผนไทยและศาสตร์ของการแพทย์แผนตะวันตกต่อการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กทั้งกระบวนการพบว่า

๑. กระบวนการสร้างเสริมสุขภาพมารดาและเด็กด้วยศาสตร์ของการแพทย์แผนไทย

"การแพทย์แผนไทย หมายถึง ปรัชญา องค์ความรู้และวิถีปฏิบัติเพื่อการดูแลสุขภาพและการบำบัดรักษาโรค ความเจ็บป่วยของประชาชนไทยแบบดั้งเดิม สอดคล้องกับขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมแบบไทยและวิถีชีวิตแบบไทย วิธีการปฏิบัติของการแพทย์แผนไทยประกอบด้วยการใช้สมุนไพร (ด้วยการต้ม การอบ การปั้นลูกกลอน เป็นอาทิ) หัตถบำบัด การรักษากระดูกแบบดั้งเดิม การใช้พุทธศาสนาหรือพิธีกรรมเพื่อดูแลสุขภาพจิต การคลอด การดูแลสุขภาพแบบไทยเดิมและธรรมชาติบำบัด ซึ่งได้จากการสะสมและถ่ายทอดประสบการณ์อย่างเป็นระบบ โดยการบอกเล่า การสังเกต การบันทึกและการศึกษาผ่านสถาบันการศึกษา ด้านแพทย์แผนไทย"

๑.๑ สาเหตุของการเจ็บป่วยตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย: เชื่อว่าเกิดจากอิทธิพลของปัจจัยต่างๆ ดังนี้ ๑) มูลเหตุแห่งธาตุทั้งสี่ ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ที่เรียกว่าสมุฏฐานธาตุซึ่งเกี่ยวข้องกันและกัน ๒) อิทธิพลของฤดูกาล ฤดูกาลต่างๆ มีผลทำให้ร่างกายแปรปรวน โดยช่วงรอยต่อระหว่างฤดูกาลทำให้มนุษย์ต้องปรับตัวเป็นอย่างมาก หากปรับตัวไม่ได้จะเกิดเสียสมดุล ทำให้เจ็บป่วย ๓) อายุที่เปลี่ยนแปลงไปตามวัย ร่างกายมนุษย์จะเปลี่ยนแปลงไปตามอายุขัย ๔) อิทธิพลของกาลเวลาและปรากฏการณ์ทางธรรมชาติก่อให้เกิดผลกระทบต่อสิ่งมีชีวิต ๕) พฤติกรรมเป็นมูลเหตุของการเกิดโรค"

กล่าวโดยสรุปสาเหตุของการเจ็บป่วยตามทฤษฎีของการแพทย์แผนไทยนั้นเกิดจากทั้งสิ่งแวดล้อม ฤดูกาล และสภาพร่างกายและพฤติกรรมของคน นำมาซึ่งมุมมองและวิธีการต่อการรักษาโรค

๑.๒ การดูแลสุขภาพของทารกในครรภ์ด้วยการแพทย์แผนไทย การดูแลครรภ์นั้นควรดูแลสุขภาพของบิดาและมารดาให้พร้อมตั้งแต่ก่อนการมีบุตร จากการสัมภาษณ์เชิงลึกอาจารย์สาขาวิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์กล่าวว่า "วิธีการเตรียมตัวสำหรับการมีบุตรตามหลักการของการแพทย์แผนไทยนั้นคือการกินยาต้มสมุนไพรที่บำรุงเลือด บำรุงสุจิ เมื่อตั้งครรภ์แล้วมารดาต้องรับประทานอาหารตามธาตุให้ครบ ๕ หมู่"

จากข้อมูลในคัมภีร์ประถมจินดาซึ่งเป็นตำราแพทย์แผนไทยดั้งเดิมที่กล่าวถึงเรื่องโรคที่เกี่ยวกับเด็กทั้งหมด โดยเริ่มตั้งแต่การปฏิสนธิ ลักษณะครรภ์มารดา อาการเจ็บไข้ที่เกิดจากการตั้งครรภ์ ยาพอกโลหิตสตรี ยาบำรุงโลหิต ลักษณะตัวของสตรี ลักษณะน้ำนมมารดา กำเนิดและอาการของโรคช่วงประเภทต่างๆ โดยบอกตำรายาแก้โรคและการรักษาอาการของโรคไว้หลายขนาน คัมภีร์ประถมจินดา เล่ม ๑ เลขที่ ๑๐๐๙ หน้าปลายที่ ๑-๓ กล่าวถึงการรักษาอาการแพ้ท้องว่า

"...ถ้าสตรีมีครรภ์ได้เดือนหนึ่งก็ตี ถ้าไข้ให้รากให้จุกในอุทรแล้วให้แตกขึ้น ลงเพนกำลัง แลให้มะเมอเพื่อพอกตั้งฝีเข้า แพทย์ไม่รู้ว่าเป็นไข้สันนิบาตนั้นหามิได้เลย บังเกิดโทษในครรภ์รักษานั้นเอง ถ้าจะแก้ให้ทำตามโบราณเสียก่อน ท่านให้บำบัด ๔ มุม เอาแบ่งครึ่งท้องด้วยมดดิน... แล้วจึงเอาแบ่งที่ครึ่งนั้นมาปั้นรูปหญิงคน ๑ รูปภูเขาคัน ๑ รูปไก่ตัว ๑ รูปม้าตัว ๑ เอาลูกไม้ ๗ สิ่ง ดอกไม้ ๗ สิ่ง แล้วเอาข้าวสารใส่กลางลูกไม้บูชา แล้วเอาไปส่งที่ทิศอาคเนย์ ทำ ๓ วันหาย ถ้าไม่หายให้แต่งยาขนานนี้กิน ท่านให้เอาจันทร์หอม ดอกบัวเผื่อน รากบัวหลวง ข้าวเหนียวตันยา ศิริยา ๔ สิ่งนี้บดทำแท่งไว้ ลายนมโคกินหาย..."

เรื่องอาการแพ้ท้องวิธีการรักษาของการแพทย์แผนไทยดั้งเดิมนั้นใช้มนต์ เครื่องบูชาและสมุนไพรในการรักษา การใช้มนต์น่าจะช่วยในเรื่องจิตใจ ส่วนการใช้สมุนไพรช่วยรักษาทางร่างกาย ถือว่าเป็นการใช้ภูมิปัญญาในการดูแลสุขภาพ การใช้มนต์และเครื่องบูชาขึ้นไม่มีการวิจัยทางวิทยาศาสตร์ยืนยันได้ แต่เรื่องการใช้สมุนไพรนั้นมีการศึกษาวิจัยกันมากขึ้น คัมภีร์ประถมจินดา เล่ม ๑ เลขที่ ๑๐๐๙ หน้าปลายที่ ๓๒-๓๔ กล่าวถึงการดูแลครรภ์ตั้งแต่ ๑-๑๐ เดือนว่า

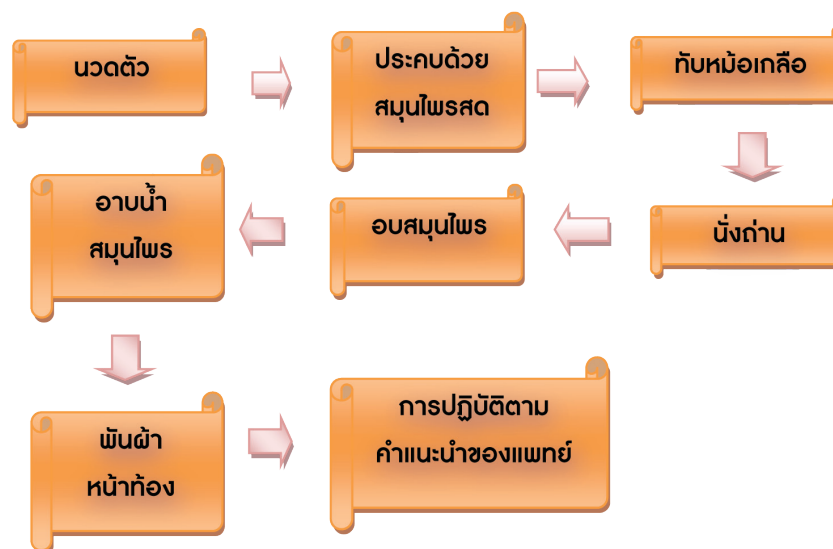
"...ถ้ามารดาเป็นไข้ในอุทร ท่านให้เอาดอกบัวเผื่อน ชะเอมเทศ หนามสง จันทน์แดง จันทน์ขาว บดละลายน้ำนมโค ดอกไม้ก็ได้ กินหายดิ้นก ยาชะโลมขนานนี้ ท่านให้เอาจันทน์แดง จันทน์ขาว เชือกเขามวกแดง เชือกเขามวกขาว ชลูด อบเชยเทศ ขอนดอก ส่น ลัก กรักขี แก่นประดู่ เปลือกไผ่น้ำ เปลือกมะพร้าว เปลือกสันพร้านางแอ ดอกลัดบัว ดอกบัวเผื่อน ดอกบัวขม ดอกลิ้นจี่ ดอกพิบูล ดอกบุณฑก ดอกสารภี ดอกมะลิซ้อน ดอกลิลา ศิริยา ๒๕ สิ่งนี้เอาเสมอภาคย์กระทำให้เป็นจุน บททำแท่งไว้ละลายน้ำดอกมะลิกิน ชโลม แก้วสารพัดโรคในครรภ์รักษาทั้งปวง ตั้งแต่ ๑ เดือนไปจนถึง ๑๐ เดือน เป็นกำหนดที่สุดนั้น..."

“จากหลักฐานพบว่า การดูแลครรภ์ตั้งแต่ ๑-๑๐ เดือนนั้นการแพทย์แผนไทยดั้งเดิมใช้สมุนไพรเป็นยารักษา ส่วนการเตรียมตัวก่อนคลอดและการคลอดบุตรตามวิธีการของการแพทย์แผนไทยนั้นจากการสัมภาษณ์

เชิงลึกอาจารย์ประจำสาขาวิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์กล่าวว่า "ในช่วงการตั้งครุภัก ออาจมีการปวดหลัง วิดกกังวลเกิดขึ้นกับมารดา วิธีการรักษา ตามหลักการของการแพทย์แผนไทยคือใช้การประคบสมุนไพร บริเวณที่ปวด เช่นที่หลัง ส่วนความวิตกกังวลของมารดานั้น ญาติในครอบครัวจะคอยให้กำลังใจ...ก่อนการรยาคลอดลูก สามีต้องเตรียมพินไม้มะขาม แคร่ หินก้อนแล้วไว้ให้ภรรยา อยู่ไฟ ส่วนของใช้เด็กก่อนนั้นตามความเชื่อของคนไทยจะไม่ เตรียมไว้ล่วงหน้า เพราะกลัวว่าจะมีเหตุที่ไม่ดีเกิดขึ้น ของใช้ เด็กก่อนจะจัดเตรียมเมื่อทารกคลอดออกมาแล้ว การคลอด นั้นสมัยก่อนมีหมอด้ายทำคลอด ให้ผูกผ้าไว้กับข้อให้มารดา พยุงตัวและแบ่งคลอด"

๑.๓ หลักการดูแลสุขภาพของมารดาและทารกหลัง คลอดด้วยการแพทย์แผนไทย การดูแลสุขภาพของมารดาหลัง คลอดแบบดั้งเดิมมีรูปแบบหลักคือ การอยู่ไฟ ขั้นตอนของการ อยู่ไฟนั้นในยุคปัจจุบันมี ๘ ขั้นตอนดังที่อาจารย์ประจำสาขา วิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ กล่าวไว้ในการสัมภาษณ์เชิงลึกคือ "เมื่อผู้หญิงคลอดเสร็จ ถ้าคลอดตามธรรมชาติหลังจากคลอดเสร็จ ๗ วันจึงจะเริ่มต้น ดูแลด้วยการแพทย์แผนไทย แต่ถ้าผ่าคลอดต้อง ๔๕ วันไป แล้ว จะทำ ๓ วัน ๕ วัน ๗ วันก็ได้มี ๘ ขั้นตอน (แผนภาพที่ ๑) คือเมื่อซักประวัติ ตรวจร่างกาย ตรวจน้ำนมเรียบร้อยแล้ว เริ่ม ขั้นตอนด้วยการนวดทั้งตัวหนึ่งชั่วโมง โดยเน้นที่เข่าปวดแล้ว

ประคบด้วยสมุนไพรสดหนึ่งชั่วโมง ต่อจากนั้นทับหม้อเกลือ ประมาณ ๓๐-๔๕ นาที การทับหม้อเกลือต้องใช้เกลือตัวผู้หนึ่ง เอาเกลือใส่หม้อดินแล้วตั้งไฟ ให้เกลือทู่ๆ ประมาณ ๑๕ นาที แล้ววางบนสมุนไพร วางใบพลับพลึงเป็นกากบาท แล้วเอา หม้อร้อนวางลงไปแล้วใส่ลูกประคบแล้วเอามานาบที่หน้าท้อง พอหายร้อนก็เปลี่ยนหม้อ เราทำสองหม้อ การทำให้ร้อนช่วย ในเรื่องไหลเวียน ให้หน้าท้องยุบเร็ว ขั้นตอนต่อไปคือให้เข้านั่ง ถ่าน ให้สมุนไพรขึ้นตามช่องประมาณ ๓๐ นาที การนั่งถ่าน มีเก้าอี้อยู่ ใช้ถ่านไพรรดมา ใช้สมุนไพรต่างๆคือ ว่านนางคำ ว่านมหาเมฆ กายาน การบูร ตำให้ละเอียด แล้วทำให้ร้อน โดยการวางบนถ่าน วางกะลาตัวผู้ ที่มีรูลงไป บังคับให้ควัน ขึ้นตรงกับฝีเย็บ สมัยก่อนใช้กระโจม ใช้หม้อต้ม แล้วเข้าไป นั่ง ถ่านเสร็จอบทั้งตัวด้วยสมุนไพรประมาณ ๓๐ นาที อบเสร็จเราให้อาบน้ำสมุนไพรใช้ใบมะกรูดเพื่อให้ความสดชื่น สัมป่อยแก้ผดผื่น เอาราดตั้งแต่หัวลงไปเลย ถ้าคนไหน น้ำคาวปลาออกไม่ดีให้กินยาสมุนไพร แม่ต้องกินยารักษา น้ำนม เช่น น้ำขิง หัวปลี ผัดขิง แกงเลียงต่างๆ น้ำอุ่น พริกไทย ของแห้ง ไข่กินไม่ได้ ยกเว้นของเย็น เช่น พักแพง แดงโม อาบน้ำเสร็จพันผ้าหน้าท้อง เพราะต้องการให้กระชับ สมัย โบราณเขาว่าอย่าให้หน้าท้องกระทบกระแทก ใช้ผ้ายาว ประมาณ ๔ เมตร พันจนถึงนอนแหละและขั้นตอนสุดท้ายคือ การปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อกลับไปพักฟื้น"



แผนภาพที่ ๑ แสดงขั้นตอนการอยู่ไฟในยุคปัจจุบัน

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกอาจารย์ประจำสาขาวิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พบว่าประโยชน์ของการดูแลมารดาหลังคลอดด้วยการอยู่ไฟมีดังนี้

- ๑) การนวดตัว: ทำให้หญิงหลังคลอดรู้สึกผ่อนคลาย กระตุ้นการทำงานของอวัยวะต่างๆ ขับน้ำคาวปลา ป้องกันเหน็บชา ลดการคั่งของของเสียและไขมัน การไหลเวียนของโลหิตและกระตุ้นให้ร่างกายขับถ่ายของเสีย
- ๒) การประคบสมุนไพร: การประคบสมุนไพรสดช่วยกระตุ้นการขับน้ำคาวปลา กระตุ้นการไหลเวียนโลหิต กระชับผิวหนัง คลายกล้ามเนื้อ แก้ปวดเมื่อย ลดริ้วรอยได้ผิวหนัง ลดอาการคัดเต้านม
- ๓) การห่มหม้อเกลือ (รูปที่ ๑): การห่มหม้อเกลือช่วยลดอาการปวดเมื่อย ทำให้มดลูกเข้าอู่เร็วขึ้น กระตุ้นการไหลเวียนโลหิต ลดไขมันหน้าท้องทำให้หน้าท้องยุบและช่วยกระตุ้นการขับน้ำคาวปลา



รูปที่ ๑ แสดงหม้อเกลือ

๔) การนั่งถ่าน (รูปที่ ๒): การนั่งถ่านช่วยให้แผลฝีเย็บหายเร็ว มดลูกแห้งเร็วและเข้าอู่เร็ว กระตุ้นกล้ามเนื้อช่องคลอดให้คืนสภาพแข็งแรงและยืดหยุ่นได้ดีขึ้น



รูปที่ ๒ แสดงอุปกรณ์สำหรับการนั่งถ่าน

๕) การอบสมุนไพร: การอบสมุนไพรช่วยให้ระบบการหายใจดีขึ้น น้ำหนักลดลง การไหลเวียนโลหิตดีขึ้น คลายความตึงเครียด บรรเทาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและเอ็น บำรุงผิวพรรณ บรรเทาอาการคันและรักษาผดผื่น

๖) การอาบสมุนไพร: การอาบสมุนไพรช่วยให้ร่างกายสดชื่น คลายความเครียดการไหลเวียนโลหิตดีขึ้นและ ชำระล้างร่างกาย

๗) การพันผ้าหน้าท้อง (รูปที่ ๓): ช่วยกระชับหน้าท้อง และ

๘) การปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์เมื่อกลับไปพักฟื้น: แพทย์แผนไทยจะแนะนำให้มารดาพักผ่อน น้ำอุ่น รับประทานอาหารที่เพิ่มความอบอุ่นให้ร่างกายและบำรุงน้ำนม



รูปที่ ๓ แสดงผ้าสำหรับพันหน้าท้องมารดาหลังคลอด

การดูแลสุขภาพของมารดาหลังคลอดด้วยการอยู่ไฟนับว่ามีวิธีการที่น่าสนใจ เพื่อให้สภาพร่างกายของมารดาหลังคลอดกลับคืนสู่สภาวะปกติได้เร็วขึ้นในขณะที่ผลข้างเคียงมีน้อย เพราะเน้นใช้วิธีการดูแลด้วยการนวด อบ ประคบ อาบ สมุนไพรของไทยซึ่งใช้กันมาตั้งแต่โบราณ ผ่านการทดสอบครั้งแล้วครั้งเล่าเมื่อเกิดผลดีก็สืบทอดภูมิปัญญาสู่คนรุ่นต่อไป คล้ายกับการทดสอบด้วยศาสตร์ของการวิจัยตามแนวทางของวิทยาศาสตร์

การดูแลทารกหลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย การแพทย์แผนไทยให้ความสำคัญกับการเลี้ยงดูทารกด้วยน้ำนมมารดาดังเห็นได้จากหลักฐานในคัมภีร์พระอภัยมณี เล่ม ๒ เลขที่ ๑๐๑๐ หน้าต้นที่ ๒๒-๒๕ กล่าวถึงลักษณะของมารดาที่ดีอันจะให้น้ำนมที่ดีแก่ทารกด้วยดังนี้

"...ทีนี้จะกล่าวถึงลักษณะของแม่นมอันดี ซึ่งกุมารกินมิได้เป็นโทษนั้นมิอยู่ ๔ ประการต่อไปดังนี้ ๑ หญิงจำพวกหนึ่งมีกลิ่นตัวหอมดังกล้วยไม้ ไหล่ผายสะเอวรัดหลังราบ สันถ่านตัว แก้มใส มีือ ตีนเรียว เต้านมตั้งอุบลพื้งแย้ม ผิวเนื้อนั้นแดง เสียงดังเสียงสังข์ รศรน้ำมนั้นหวานมันเจือกัน

ลักษณะหญิงอย่างนี้ท่านจัดเป็นหญิงเบญจกัลยาณี ให้เลือกเอาไว้ให้กุมารบริโภคเลศตินัก ๒ หญิงจำพวกนี้มีกลิ่นตัวดังดอกอุบลเสียงดังเสียงแตร ไหล่ผายตะโพกรัตแก้มนิ้ว นิ้วมือนิดนเรียวแสบล่อม เต้านมดั่งบัวบานผิวเนื้อเหลืองน่านมค่นมีรสอันหวาน ลักษณะหญิงอย่างนี้จัดเป็นหญิงเบญจกัลยาณี ให้เลือกเอาไว้ให้กุมารบริโภคเลศตินัก ๓ หญิงจำพวกหนึ่งมีกลิ่นตัวไม่ปรากฏหอม เหม็น เหวกกลม ขนตาจนจมูกสูงเต้านมกลม หัวนมงอนดังดอกอุบลฟังจะแยมรสน้ำนมค่นหวานมันสน้อย ลักษณะหญิงอย่างนี้ท่านว่าเพนหญิงเบญจกัลยาณี ให้เลือกเอาไว้บริโภคเกิดน่านมตินัก ๔ หญิงจำพวกหนึ่งมีกลิ่นตัวหอมเผด เสียงดังจิ้งจกจั่นปากดั่งปากเอื้อน ตาต่งตาทรายผมแขงชัน ไหล่ผายตะโพกผายหน้าผากสว้ยท้องดั่งกาบก้วยนมพวงน่านมขาวดั่งสังข์ รสน้ำนมค่นมันชุ่มสน้อยเลี้ยงลูกง่าย ลักษณะหญิงจำพวกนี้ท่านจัดเป็นหญิงเบญจกัลยาณี ให้เลือกเอาไว้ให้กุมารบริโภคเกิดน่านมตินัก ลักษณะแม่นม ๔ จำพวกนี้เพนแม่นมเบญจกัลยาณี ท่านจัดสันเอาไว้ถวายพระมหาบุรุษราชเจ้า ให้เสวยครั้งนั้นเรียกว่าทิพย์โอสถประโยธรรตจนน้ำสุรามหาฤทธิ ถ้าแลกุมาร กุมาริผู้ใดได้บริโภคดุจดื่มกินซึ่งน่านมดั่งกล่าวมาทั้ง ๔ จำพวก ถึงว่ากุมารผู้นั้นจะมีโรคก็อาจบำบัดเสียได้ ซึ่งโรคให้วินาศนิหายทุกประการ...”

การแพทย์แผนไทยให้ความสำคัญกับการเลี้ยงดูทารกด้วยน่านมมารดาโดยเน้นถึงลักษณะที่ดีของมารดาจะให้น่านมที่มีคุณภาพแก่ทารกด้วยคัมภีร์ประถมจินดา เล่ม ๕ เลขที่ ๑๐๑๒ หน้าต้นที่ ๔๒-๔๕ กล่าวถึงการดูแลทารกหลังคลอดว่า

“...ในเมื่อกุมาร กุมาริออกจากครรภ์มารดาได้ ๓ วันนั้น แม่ทราจจึงมาขึ้นในสันหลัง ๒ ยอด ครั้นได้ ๓ เดือนจึงสำแดงออกมาที่ปากขึ้นที่เหงือกข้างบนล่างที่ ๑ บ้างที่สำแดงออกมายอดนั้นเหลืองขึ้นบน ข้างสัดก็ดียอดดั่งเม็ดข้าวสารหักกลางนั้นดำเพนขอบ แลถัดนั้นเหลืองขอบตั้นนั้นแดงออกมา ให้ตัวนั้นลายดั่งปลาเกะทิง แลทราจจำพวกนี้มีแม่ดังไรให้เจบทั่วสรรพางค์ตัว ครั้นได้ ๖ เดือนสำแดงเปื่อยออกมาเป็นขุมทั่วทั้งตัวให้ลงท้องมิหยุด ...ให้ฝนยาทานิ้วมือล้างคอดูถ้าแลขึ้นดั่งนี้แล้ว ถ้าจะแก้เอาตามลำดับนี้แก้ก่อนตามลำดับเกิด ๑ ยาแก้ทราจขโมยขนานนี้ท่านให้เอาอันนี้ชาว ๑ ผลราดดัด ๑ ผลประค้ำติกระปือ ๑ ผลจันทน์ ๑ เมดในมะนาว ๑ ดิงูเหลื่อม ๑ รวมยาล้างนี้เอาเสมอภาคทำเปนจุน บดทำแท่งไว้เอาทองคำปิด หัว ทำย ละลายสุรากินแก้พิษภายในถ้าสลับไปวันหนึ่งยังค้ำกิด ถ้าได้กินยานี้พื้นขึ้นมาแลแก้พิษทราจ ขโมย แดง ทราจทั้งปวง...”

จะเห็นว่ายาที่ใช้รักษาโรคซางที่เกิดกับทารกนั้นทำมาจากสมุนไพรไทยแสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยงของวิถีชีวิตคนไทยกับสิ่งแวดล้อมที่มีพืชพันธุ์หลากหลายชนิดและนำมาใช้เป็นยา

๑.๔ การออกกําลังกายสำหรับมารดาที่ตั้งครรภ์และมารดาหลังคลอดตามหลักการแพทย์แผนไทย การออกกําลังกายสำหรับมารดาและเด็กตามหลักการแพทย์แผนไทยคือการบริหารร่างกายแบบไทย โดยเน้นที่ทำาฤาษีตัดตนซึ่งปรากฏหลักฐานครั้งแรกในสมัยรัชกาลพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราชในปี พ.ศ. ๒๓๓๑ ที่ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ รวบรวมการแพทย์แผนโบราณและศิลปวิทยาการครั้งกรุงศรีอยุธยาไว้โดยประยุกต์กับคติไทยที่ยกย่องฤาษีเป็นครูผู้ประสิทธิ์ประสาทวิทยาการต่างๆ มีทั้งหมด ๑๒๗ ท่า เป็นท่าที่สามารถบริหารร่างกายได้ครอบคลุมทุกส่วนตั้งแต่ใบหน้า คอ ไหล่ แขน ท้องไปจนถึงเท้า มีสรรพคุณคือช่วยให้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติของแขนขาหรือข้อต่างๆ เป็นไปอย่างคล่องแคล่ว ทำให้โลหิตหมุนเวียน เลือดลมเดินได้สะดวก ต่อต้านโรคภัย บำรุงสุขภาพให้มีอายุยืนยาวและมีการใช้สมาธิร่วมด้วยช่วยให้พ้นจากอารมณ์ขุ่นมัว ความวิตกกังวล ความเครียดหรือความท้อแท้

กระบวนการสร้างเสริมสุขภาพมารดาและเด็กด้วยศาสตร์ของการแพทย์แผนปัจจุบัน

การดูแลสุขภาพของมารดาและเด็กปรากฏชัดเจนในช่วงกลางศตวรรษที่ ๑๙ เริ่มจากความต้องการที่จะป้องกันเด็กจากโรคภัยและการตาย องค์ความรู้ได้พัฒนาเรื่อยมาเพื่อการดูแลสุขภาพของคนทั้งครอบครัว และเพื่อเป็นเครื่องมือสำหรับการเติบโตอย่างมีสุขภาพดี การดูแลมารดาและเด็กในยุคแรกนั้นเริ่มจากที่บุคลากรทางการแพทย์ไม่ได้รับการอบรมอย่างน่าพอใจ จนหลายปีผ่านไป ศาสตร์ของการดูแลสุขภาพมารดาและเด็กได้รับการพัฒนาให้มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกกุมารแพทย์ที่เชี่ยวชาญในเรื่องกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กด้วยศาสตร์ของการแพทย์แผนปัจจุบันได้กล่าวไว้ว่า “ตามหลักวิชาการแล้วถ้าวางแผนจะมีลูก บิดาและมารดาต้องเตรียมตัวก่อนการตั้งครรภ์ ๖ เดือน โดยต้องไปปรึกษาสูติกรแพทย์แต่ในความเป็นจริงรู้ว่าจะตั้งครรภ์เมื่อประจำเดือนหมดจึงไปพบคุณหมอ คุณหมอจะประเมินความเสี่ยงในการตั้งครรภ์ ประเมินดูว่าพ่อแม่อายุเท่าไร ถ้าไปพบคุณหมอเมื่อตั้งท้องแล้วหมอมจะดูขนาดของท้องว่าเติบโตไปตามปกติหรือไม่ คุณหมอจะนัดตรวจเรื่อยๆ เมื่อเริ่มตั้งครรภ์จะนัดทุก ๒ เดือน แต่เมื่ออายุครรภ์มากขึ้นจะนัดถี่ขึ้นอาจจะนัดเดือนละครึ่ง การฝากกับ

การแพทย์แผนไทยนั้นคิดว่าในคนท้องก็สามารถใช้การแพทย์แผนไทยได้ โดยมากแล้วไม่มีข้อห้าม คนท้องไม่ใช่คนป่วย คิดว่ามีประโยชน์ แต่ต้องศึกษาเรื่องข้อห้าม ถ้าทำให้เกิด pressure ในท้องก็ต้องหลีกเลี่ยง”

การดูแลครรภ์มารดาด้วยการแพทย์แผนปัจจุบันนั้นมีสิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึงคือ ๑) เรื่องอาหาร มารดาต้องได้รับสารอาหารที่จำเป็น ความต้องการอาหารของมารดาในแต่ละวันคือ ๓-๕ มื้อ แหล่งที่มาของอาหาร การเตรียมอาหารต้องปลอดภัย และน้ำหนักตัวของมารดาควรเพิ่มขึ้นประมาณ ๑๐-๑๕ กิโลกรัมเมื่อครบกำหนดคลอด ๒) การออกกำลังกาย มารดาสามารถออกกำลังกายได้ลดลงร้อยละ ๕๐ ของการออกกำลังกายปกติ การออกกำลังกายที่สามารถทำได้เช่น การเดินเล่น เดินแอโรบิก โยคะ วายน้ำ เดินรำ บริหารลำตัว ๓) การดูแลร่างกาย ความงาม มารดาควรดูแลร่างกายให้สะอาดอยู่เสมอและใช้สบู่อ่อนๆ หลีกเลี่ยงการฟอกสบู่บ่อยๆ นอกจากนี้ควรดูแลฟันและผม ๔) การตรวจสุขภาพครรภ์ที่สำคัญคือการชั่งน้ำหนักตัว วัดส่วนสูง ตรวจเต้านม ตรวจหน้าท้อง วัดความดันโลหิต ตรวจร่างกายทั่วไป ตรวจภายใน ตรวจน้ำตาลในปัสสาวะ การตรวจพิเศษ เช่น การตรวจอัลตราซาวด์เพื่อดูการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์ การเจาะตรวจน้ำคร่ำเพื่อดูความผิดปกติของโครโมโซม การตรวจเลือด (serum screening) เพื่อดูความผิดปกติของฮอริโมน การตรวจวัดความหนาของผิวหนังบริเวณต้นคอทารก (nuchal translucency) การตรวจการเต้นของหัวใจทารก (non-stress test)” การเตรียมตัวก่อนคลอดตามหลักการของการแพทย์แผนปัจจุบันนั้น จากการสัมภาษณ์เชิงลึกกุมารแพทย์ที่เกี่ยวข้องในเรื่องกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กด้วยศาสตร์ของการแพทย์แผนปัจจุบันได้กล่าวไว้ว่า “การเตรียมตัวก่อนคลอดนั้นไม่มีอะไรมากคือ เจ็บท้องก็มาคลอด ถ้ามีอาการผิดปกติต้องมาหาหมอ คิดว่าการแพทย์แผนไทยมีวิธีการเตรียมตัวให้คลอดง่าย...”

การดูแลหลังคลอดในโรงพยาบาลนั้น กุมารแพทย์จะตรวจสุขภาพของทารกอย่างละเอียดโดยเฉพาะในช่วง ๒๘ วันหลังการคลอด เป็นช่วง peri-natal period ดูความแข็งแรงสมบูรณ์ การดูนม โดยให้ทารกดูนมแม่ให้เร็วที่สุดเพื่อกระตุ้นน้ำนม การขับถ่าย การฉีดวัคซีนครั้งแรก การตรวจระดับฮอริโมนธัยรอยด์ ส่วนมารดานั้นกุมารแพทย์จะตรวจความดันเลือด อุณหภูมิ ชีพจร ผิวน้ำ การตกเลือด อารมณ์ ความเครียดและตรวจเลือด การให้คำแนะนำเมื่อมารดากลับไปพักฟื้นที่บ้าน ถ้าเป็นการคลอดปกติมารดาจะอยู่ที่โรงพยาบาล ๑-๓ วัน บางคนอาจอยู่นานถ้าพบว่า ทารก

ยังไม่แข็งแรง ก่อนกลับไปพักฟื้นที่บ้านแพทย์จะตรวจแผล ผิวน้ำ มดลูก เต้านม น้ำคาวปลา ถ้าผ่าตัดคลอด แพทย์จะตรวจแผลผ่าตัด แนะนำเรื่องการคุมกำเนิด นัดให้มารดามาตรวจหลังการคลอดแล้ว ๔-๖ สัปดาห์ รวมทั้งฉีดวัคซีนและตรวจร่างกายให้ทารกเมื่ออายุได้ ๑ เดือน นอกจากนี้ทางโรงพยาบาลจัดอบรมให้ความรู้ในการดูแลทารก เช่น การอาบน้ำ เช็ดสะดือ เปลี่ยนผ้าอ้อม ฯลฯ” การแพทย์แผนปัจจุบันกล่าวถึงสถาบันครอบครัวว่าเป็นระบบความสัมพันธ์ที่ซับซ้อน สมาชิกในครอบครัวแต่ละคนจะช่วยเหลือเติมเต็มหลายๆ บทบาท ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวแต่ในความสัมพันธ์ระหว่างแม่และเด็กนั้นได้รับการอธิบายว่ามีความผูกพันทางอารมณ์มากกว่าความสัมพันธ์ของบุคคลอื่นในครอบครัว ในเรื่องการดูแลเด็กนั้นแม่มีบทบาทมากที่สุด โดยเฉพาะในเด็กเล็กและพัฒนาเป็นความผูกพันทางอารมณ์ที่แนบแน่น”

จากการเก็บข้อมูลโดยวิธีการ focus group เก็บข้อมูลจากนักศึกษาแพทย์ชาวไทยและชาวสหรัฐอเมริกาจำนวน ๑๑ คน เกี่ยวกับทัศนคติต่อการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบันในประเทศไทยซึ่งเป็นประเทศกำลังพัฒนาและในประเทศสหรัฐอเมริกาซึ่งเป็นประเทศพัฒนาแล้ว มีความเจริญทางเทคโนโลยีในระดับสูงเพื่อศึกษาทัศนคติของแพทย์จากสังคมทั้งสองแบบพบว่า

ทัศนคติต่อการสร้างเสริมสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทยและการสร้างเสริมสุขภาพด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน

๑) การสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวม: ควรเพิ่มเนื้อหาที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมเพราะประชาชนส่วนมากขาดความเข้าใจในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ให้มีมากขึ้นเพื่อทั้งส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค น่าจะทำให้ลดจำนวนคนไข้ลงได้ ปัญหาที่พบคือประชาชนจะเน้นที่การมารับการรักษาที่โรงพยาบาล สถานการณ์ในประเทศไทยในปัจจุบันนี้ นโยบายของรัฐบาลแต่การปฏิบัติมีปัญหาเรื่องงบประมาณโดยเฉพาะในระดับท้องถิ่น

๒) ทัศนคติต่อการแพทย์แผนไทย: การแพทย์แผนไทยเป็นการแพทย์ทางเลือก มีจุดเด่นคือค่าใช้จ่ายในการรักษาไม่แพงเพราะใช้สมุนไพรและวัสดุในท้องถิ่น ยาของการแพทย์แผนไทยบางสูตรมีประสิทธิภาพในการรักษามากกว่ายาจากแพทย์แผนปัจจุบัน ส่วนจุดอ่อนคือ บุคลากรทางการแพทย์ในปัจจุบันเน้นการศึกษาการแพทย์แผนปัจจุบัน ขาดความเข้าใจที่ลึกซึ้งต่อการแพทย์แผนไทย

๓) ทัศนคติต่อการรักษาผู้ป่วยด้วยการแพทย์แผนไทยร่วมกับการแพทย์แผนปัจจุบัน: การแพทย์แผนไทยกับ

การแพทย์แผนปัจจุบันสามารถใช้ร่วมกันได้ ส่วนในเรื่องการสั่งยาให้ผู้ป่วย แพทย์แผนปัจจุบันสามารถสั่งยาเป็นยาสมุนไพร ที่หาได้ทั่วไปในประเทศไทย หรือการรักษาโดยการนวด ประคบได้ ข้อดีคือไม่มีผลกระทบจากการใช้ยา

๔) **ทัศนคติต่อการแพทย์แผนปัจจุบัน:** ประสิทธิภาพในการรักษาเห็นผลค่อนข้างชัด แนวทางการปฏิบัติที่มีมีการวิจัยที่ชัดเจน การแพทย์แผนปัจจุบันใช้เทคโนโลยีมีเครื่องมือในการรักษา แต่มีข้อผิดพลาดตรงที่ถ้าเครื่องมือทำไปแล้วจะแก้ไขอะไรไม่ได้ จะต่างจากมนุษย์ถ้ามีประสบการณ์ก็ช่วยได้

๕) **ทัศนคติต่อการใช้การแพทย์แผนปัจจุบันในสหรัฐอเมริกา:** ในสหรัฐอเมริกา การสร้างเสริมสุขภาพนั้นเน้นการแพทย์แผนปัจจุบันเป็นหลัก เพราะเป็นวัฒนธรรมของสังคมที่ใช้วิธีการรักษาแผนปัจจุบันที่ทันสมัย แต่มีจุดอ่อนคือเรื่องการเข้าถึงการรักษาพยาบาล ผู้ที่มีรายได้มากกว่าสามารถมีโอกาสได้รับการรักษาที่ดี ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่มีรายได้น้อยก็ไม่สามารถเข้าถึงการรักษาที่ดีที่สุดได้ สภากรรมการทางเศรษฐกิจก็เป็นตัวแปรหนึ่งที่กระทบต่อการให้บริการทางด้านสุขภาพของรัฐ ส่วนการแพทย์พื้นบ้านนั้นไม่เป็นที่ยอมรับ

จากผลการวิจัยพบว่าการใช้ทั้งการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบันร่วมกันนั้นจะช่วยเสริมสร้างสุขภาพของมารดาและเด็กได้ครอบคลุมทั้งทางด้านหลักปรัชญา

ศาสนา ความเข้มแข็งของสถาบันครอบครัวและจากหลักฐานเชิงประจักษ์ชี้ให้เห็นว่าการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบันสามารถผสานกันได้ดีและช่วยเพิ่มศักยภาพในการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็ก เช่น ชูติมา ไตรนากุล และคณะ (๒๕๕๐) ศึกษาวิจัยเรื่อง "ผลของการไหลของน้ำนมในหญิงหลังคลอดที่ภูมณฑล-ประจวบคีรีขันธ์ด้วยกระเป๋าน้ำร้อนและลูกประคบสมุนไพร" มีวัตถุประสงค์คือเพื่อเปรียบเทียบคะแนนการไหลของน้ำนมหญิงหลังคลอดที่มีปัญหาน้ำนมไม่ไหลหรือไหลน้อย หลังจากภูมณฑล-ประจวบคีรีขันธ์ด้วยกระเป๋าน้ำร้อนและลูกประคบสมุนไพรโดยศึกษาวิจัยเชิงทดลองจากกลุ่มตัวอย่างหญิงหลังคลอด ๗๐ ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง ๓๓ รายและกลุ่มควบคุม ๓๗ รายพบว่า คะแนนการไหลของน้ำนมที่เวลา ๐, ๑ และ ๓ ชั่วโมงตามลำดับของกลุ่มทดลองที่มารดาภูมณฑล-ประจวบคีรีขันธ์ด้วยกระเป๋าน้ำร้อนและลูกประคบสมุนไพรมีคะแนนการไหลของน้ำนมมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับเพียงการนวด-ประคบด้วยกระเป๋าน้ำร้อนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ($p = 0.0048$, $p = 0.028$ และ $p = 0.004$ ตามลำดับ)

จากการศึกษาสามารถเปรียบเทียบการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กด้วยศาสตร์ของการแพทย์แผนไทยและแพทย์แผนปัจจุบันได้ดังนี้ (ตารางที่ ๑)

ตารางที่ ๑ แสดงการเปรียบเทียบการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กด้วยการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบัน

การแพทย์แผนไทย	การแพทย์แผนปัจจุบัน
๑. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพ การเจ็บป่วยมาจากมูลเหตุแห่งธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ที่เกี่ยวข้องซึ่งกันและกัน	๑. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพ การเจ็บป่วยมี ๓ องค์ประกอบหลักคือ องค์ประกอบด้านปัจเจกบุคคล สภาวะแวดล้อมและระบบสาธารณสุข
๒. หลักการสร้างเสริมสุขภาพมารดาและเด็ก การรักษาเป็นการแพทย์แบบองค์รวม โดยพิจารณามิติของร่างกาย จิตใจ ธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมและครอบครัว การออกกำลังกายนั้นทำได้โดยการบริหารร่างกาย ซึ่งเน้นท่าฤๅษีดัดตน	๒. หลักการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็ก การรักษาการวินิจฉัยเน้นการรักษาแบบอวัยวะตามศาสตร์ที่ผ่านการศึกษาวินิจฉัยมาตามหลักการทางวิทยาศาสตร์แล้วและให้ความสำคัญกับการบริหารร่างกาย การออกกำลังกาย
๓. การดูแลสุขภาพของมารดาและเด็กใช้ความรู้ที่สั่งสมมาจากการประสบการณ์ของคนรุ่นหนึ่งถ่ายทอดสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง การแพทย์แผนไทยแบบดั้งเดิมนั้นใช้เวทย์มนต์ในการรักษาด้วย	๓. การดูแลสุขภาพของมารดาและเด็กใช้วิธีการอุปกรณ์การวินิจฉัย ยาที่ผ่านการศึกษาวินิจฉัยตามหลักการทางวิทยาศาสตร์แล้ว
๔. มีข้อดีคือมีผลข้างเคียงน้อยเพราะใช้วัสดุ สมุนไพรในห้องถิ่นที่ผ่านการทดสอบด้วยประสบการณ์ของผู้ใช้แล้วถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง	๔. มีเครื่องมือ มีการรักษาที่มีประสิทธิภาพมากเพราะมีการศึกษา วิจัย คิดค้นทางวิทยาศาสตร์ที่ก้าวหน้าอยู่เสมอ แต่ถ้าเกิดความผิดพลาดก็เกิดผลข้างเคียงได้มากเช่นกัน

ตารางที่ ๑ แสดงการเปรียบเทียบการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กด้วยการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบัน (ต่อ)

การแพทย์แผนไทย	การแพทย์แผนปัจจุบัน
๕. ให้ความสำคัญกับการเลี้ยงดูทารกด้วยน้ำนมมารดา	๕. ให้ความสำคัญกับการเลี้ยงดูทารกด้วยน้ำนมมารดา
๖. ดันทุ่นต่ำเพราะใช้วัสดุ สมนไพรที่มีในท้องถิ่น	๖. การรักษาโดยมากใช้ต้นทุนสูงกว่าการรักษาด้วยการแพทย์แผนไทยเพราะต้องศึกษา วิจัย ประดิษฐ์เครื่องมือตามหลักการทางวิทยาศาสตร์
๗. มีข้อจำกัดคือโรคบางชนิดไม่สามารถรักษาด้วยการแพทย์แผนไทย ต้องใช้การแพทย์แผนปัจจุบัน เช่น โรคที่ต้องผ่าตัด โรคที่เกิดจากอุบัติเหตุ ฯลฯ	๗. ยังมีโรคบางโรคที่การแพทย์แผนปัจจุบันรักษาไม่ได้หรือรักษาไม่หาย เช่น มะเร็ง อาการไม่สมดุลในร่างกาย โรคจากภูมิคุ้มกันต่างๆ ที่ต้องอาศัยอาหารหรือสมุนไพรรักษา

วิจารณ์ และสรุปผลการศึกษา

จากการศึกษาสรุปได้ว่า การมีภูมิปัญญาดั้งเดิมทรัพยากรทางธรรมชาติที่อุดมสมบูรณ์ผสมผสานกับการรับการแพทย์แผนปัจจุบันเข้ามานั้นช่วยสนับสนุนให้การสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กครอบคลุมมากขึ้น ข้อเสนอแนะและกลยุทธ์ต่อการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็กโดยสรุปคือ

๑. การดูแลสุขภาพของมารดาและเด็กนั้นควรดูแลรักษาแบบองค์รวมเพื่อทั้งสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันและรักษาโรค โดยสามารถผสมผสานศาสตร์และวิธีการรักษาทั้งการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบันได้ เช่น การอบสมุนไพร การอาบน้ำสมุนไพร การนวดตัวควบคู่ไปกับการใช้ยาของแพทย์แผนปัจจุบันได้ ฯลฯ

๒. ควรรักษาภูมิปัญญาทางการแพทย์แผนไทยไว้ เพราะเป็นภูมิปัญญาของบรรพบุรุษที่ถ่ายทอดสู่คนรุ่นหลัง อีกทั้งเป็นการเชื่อมโยงเรื่องสุขภาพกับมิติทางครอบครัว สิ่งแวดล้อมของไทย นำมาซึ่งการทวงแหวน การจดสิทธิบัตร การอนุรักษ์ภูมิปัญญา สมุนไพร พืชพรรณและสิ่งแวดล้อมของไทยไว้ อีกทั้งยังสามารถลดการใช้จ่ายได้

๓. ควรรักษาภูมิปัญญาทางการแพทย์แผนไทยไว้ เพราะเป็นหลักการ วิธีการดูแลสุขภาพที่มีต้นทุนไม่สูง ในบางสภาพการณ์ที่ไม่สามารถเข้าถึงการรักษาด้วยการแพทย์แผนปัจจุบันได้ เช่น เศรษฐกิจตกต่ำ หรืออาศัยอยู่ในท้องถิ่นห่างไกลก็ยังสามารถแพทย์แผนไทย

๔. ภาครัฐควรส่งเสริมการใช้ศาสตร์ของการแพทย์แผนไทยให้มากขึ้นทั้งในโรงพยาบาลและในชีวิตประจำวันของประชาชน เช่น การให้มีแผนกการแพทย์แผนไทยใน

โรงพยาบาลควบคู่ไปกับการแพทย์แผนปัจจุบัน การอบรมให้ความรู้แก่แพทย์แผนไทยและแพทย์แผนปัจจุบันในการผสมผสานศาสตร์ทั้งสองเข้าด้วยกัน การอบรมให้ความรู้แก่มารดาประชาชนในการผสมผสานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบันในการสร้างเสริมสุขภาพด้วยตนเองและครอบครัวที่สามารถปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน

๕. นักวิชาการควรพัฒนาทั้งศาสตร์ของการแพทย์แผนปัจจุบันและศาสตร์ของการแพทย์แผนไทยด้วยการศึกษาวิจัยโดยเฉพาะการศึกษาวิจัยให้ประจักษ์ถึงศักยภาพของการผสมผสานศาสตร์ของการแพทย์แผนปัจจุบันและศาสตร์ของการแพทย์แผนไทยในการสร้างเสริมสุขภาพของมารดาและเด็ก และยกระดับการแพทย์แผนไทยให้ได้รับความเชื่อถือมากขึ้นให้มีความก้าวหน้าต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณอาจารย์ประจำภาควิชาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ อาจารย์ประจำภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ นักศึกษาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ นักศึกษาแพทย์จากสหรัฐอเมริกาที่กรุณาให้ข้อมูลและให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัยและขอขอบคุณรัฐบาลไทยที่ให้การสนับสนุนงบประมาณในการวิจัยในโครงการ “มหาวิทยาลัยวิจัยแห่งชาติ” มา ณ ที่นี้

เอกสารอ้างอิง

๑. ประทีป ชุ่มพล. ประวัติศาสตร์การแพทย์แผนไทย การศึกษาจากเอกสารตำรายา. กรุงเทพฯ: อาคิไทพ์ ๒๕๔๑:๑-๑๑๐.

๒. สถาบันการแพทย์แผนไทย. ประวัติการแพทย์แผนไทย [อินเทอร์เน็ต]. ๒๕๕๕ [เข้าถึงเมื่อวันที่ ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๕]. เข้าถึงได้จาก <http://ittm.dtam.moph.go.th/Service/WebMuseum/Thaidev/>.
๓. สถาบันการแพทย์แผนไทย. ประมวลทฤษฎีการแพทย์แผนไทยเล่ม ๑. กรุงเทพฯ: มุขนิธิธรรมมานามัย. ๒๕๓๘; ๒-๑๘.
๔. คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ ในคณะอำนวยการจัดงานเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว. ตำราเวชศาสตร์ฉบับหลวง รัชกาลที่ ๕. กรุงเทพฯ: ๒๕๕๒; ๑๘๐-๒๖๔.
๕. สถาบันการแพทย์แผนไทย, ภาษีดัดตน. [อินเทอร์เน็ต]. ๒๕๕๕ [เข้าถึงเมื่อวันที่ ๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๕]. เข้าถึงได้จาก http://www.ittm.dtam.moph.go.th/data_information/news_๒๐๕๓_1.htm.
๖. Moules T, Ramsay J, Hendrick J. The textbook of children and young people's nursing, 2nd edition. Oxford: Blackwell Publishing. 2007;4-25.
๗. สายฝน ชวาลไพบูลย์, วิชัย ชวาลไพบูลย์. ๔๐ สัปดาห์ พัฒนาการคุณภาพ. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี. ๒๕๕๖; ๑๑๔-๒๔๗.
๘. ชูติมา ไตรนภากุลและคณะ. ผลของการไหลของน้ำนม ในหญิงหลังคลอดที่ถูกνωด-ประคบเต้านมด้วยกระเป๋าน้ำร้อนและลูกประคบสมุนไพร. [อินเทอร์เน็ต]. ๒๕๕๕ [เข้าถึงเมื่อวันที่ ๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๕]. เข้าถึงได้จาก <http://www.pi.ac.th/>.
๙. คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. สุขภาพ และการจัดการ [อินเทอร์เน็ต]. ๒๕๕๕ [เข้าถึงเมื่อวันที่ ๒ กรกฎาคม ๒๕๕๕]. เข้าถึงได้จาก <http://www.pharmacy.msu.ac.th/>.

Abstract

The enhancement of the mother and children's health care: the perspectives from the Thai medication and the modern medication

Arpharatsami Namanee

Institute of East Asian Studies, Thammasat University

Introduction: This study desires to find the perspectives and strategies through the Thai medication and the modern medication on the enhancement of the mother and children's health care. The research question is could these two medication methods nicely composite?

Methods: The focus group discussion, the in-depth interview and the content analysis methods were employed to answer the research question.

Results: The finding was the Thai medication and the modern medication were nicely utilized for the mother and children's health care enhancement.

Argument: We have to reserve the Thai medication, the Thai wisdom, the flora, and the Thai herbs. Moreover, the Thai medication and the modern medication have to be studied continuously.

Conclusion: The outstanding points of the Thai medication are the process of the health care enhancement consistent with the Thai culture. Moreover, the local herbs and the local materials are utilized and they do not cause the serious side effects. Beside this, the Thai medication treatment is low cost and can merge with the modern medication which has the accurately treatment.

Key words: Health care enhancement, Mother and children, Thai medication, Modern medication