

ปกิณกะ

ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านในการรักษาอาการประจำเดือนมาไม่ปกติ
ในตำบลหงส์เจริญ อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี

ไพศอล มาหะมะ^{1*} และ อธิรัตน์ วรรณพิศ²

¹ กลุ่มงานหลักสูตรการแพทย์แผนไทย วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดยะลา

² โรงพยาบาลชุมพรเขตรอุดมศักดิ์

*ผู้นิพนธ์ที่ให้การติดต่อ E-mail: fada.fai2@hotmail.com

Received date: March 24, 2022; Revised date: August 24, 2022; Accepted date: October 11, 2022

บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงคุณภาพนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านในการรักษาอาการประจำเดือนมาไม่ปกติ ในตำบลหงส์เจริญ อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี เก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 2 กลุ่ม คือ กลุ่มหมอพื้นบ้าน จำนวน 2 คน และกลุ่มผู้ร่วมให้ข้อมูล คือ ผู้ป่วยของหมอพื้นบ้าน จำนวน 4 คน ตามเกณฑ์การคัดเลือก โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกและการจดบันทึกข้อมูล วิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการศึกษา พบว่า หมอพื้นบ้านทั้ง 2 คน เป็นผู้สูงอายุที่มีความเด่นด้านการใช้สมุนไพรในการรักษาอาการประจำเดือนมาไม่ปกติ ทั้งหมดยังมีการถ่ายทอดภูมิปัญญาการรักษาอาการประจำเดือนมาไม่ปกติจากบิดาของตนเอง และแนวคิดการถ่ายทอดภูมิปัญญาให้ลูกหลานเท่านั้น วิธีการศึกษาจากการจดจำและจดบันทึก มีกระบวนการรักษาจากการสัมภาษณ์หมอพื้นบ้านและผู้ป่วยของหมอพื้นบ้าน 3 กระบวนการ ประกอบด้วย 1) ก่อนการรักษา ได้แก่ การซักประวัติ การตรวจร่างกายบริเวณท้องน้อย มีการวินิจฉัยโรคจากอาการสำคัญของผู้ป่วยเป็นหลัก และเทียบอาการตามตำรา มีการใช้สมาร่วมด้วย 2) การรักษา คือ การจ่ายสมุนไพรตำรับที่มีรสยาหลักเหมือนกันทั้ง 2 คน คือ รสร้อน และ 3) หลังการรักษา คือ การให้คำแนะนำ ได้แก่ การรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ รสร้อน การดื่มน้ำอุ่น การหลีกเลี่ยงเนื้อสัตว์ ผลการรักษา พบว่า ผู้ป่วยมีประจำเดือนมาสม่ำเสมอและไม่มีผลข้างเคียงหลังการรักษา ข้อเสนอแนะจากการศึกษาสามารถสรุปได้ว่าสมุนไพรที่มีรสร้อนที่มีน้ำมันหอมระเหยช่วยขับประจำเดือนให้ออกมาได้ ควรปรับเป็นสมุนไพรในบัญชียาสมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน ทั้งนี้ต้องมีการกำหนดข้อบ่งใช้ให้มีความถูกต้อง เหมาะสมและปลอดภัยในผู้ป่วยแต่ละประเภทด้วย

คำสำคัญ: ภูมิปัญญา, หมอพื้นบ้าน, ประจำเดือนมาไม่ปกติ

The Wisdom of Healer for Amenorrhea Treatment in Hongcharoen Sub District, Thasae District, Chumphon Province

Faisol Mahama^{1*} and Thirarat Wannapicot²

¹Thai Traditional Medicine Program Subdivision, Sirindhorn College of Public Health Yala

²Chumphon Hospital

*Corresponding Author E-mail: fada.fai2@hotmail.com

Abstract

This qualitative research aimed to study the treatment wisdom about amenorrhea treatment in Hongcharoen sub district, Thasae district, Chumphon province. Data were collected from 2 groups key informants are 2 folk healers and 4 patients according to the selected criteria. The tools used in the study were interview guide. The data from the interviews were analyzed by content analysis.

The results showed that both folk healers were elderly people had inherited treatment amenorrhea wisdom from his father and the idea of passing on wisdom to his family person. There is a method of learning is memorizing and taking notes. There is a treatment process from interviewing folk healers and patients in 3 processes, 1) Pre-treatment, including history taking and physical examination of the lower abdomen. They were diagnosis from interviewed based on the patient's and compare symptoms according to textbooks. 2) The treatment is to dispense herbs that have the same medicinal hot flavor and 3) Post-treatment, including eat freshly cooked food and flavorful food, drinking warm water, avoiding meat. The results were regular menstruation and no side effects after the treatment. Recommendations, it can be concluded that hot herbs with essential oils can help drive menstruation out. Suggestion from the results of study to adjusted as herbs in the herbal list in primary health care. However, the indication must be specified to be accurate, appropriate and safe for each type of patient as well.

Keywords: Wisdom, Folk healer, Amenorrhea

บทนำ

อาการเกี่ยวกับประจำเดือนเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของผู้หญิง ส่วนใหญ่เป็นอาการปวดประจำเดือน และประจำเดือนมาไม่ปกติ โดยอาการปวดประจำเดือนส่วนใหญ่มีอาการปวดหน่วงหรือปวดเกร็งเล็กน้อย ไปจนถึงอาการปวดขั้นรุนแรงบริเวณท้องน้อย สาเหตุเกิดจากโพรงมดลูกบิดเบี้ยว ก่อตัวขึ้นที่เยื่อโพรงมดลูกระหว่างมีประจำเดือน และทำให้กล้ามเนื้อบีบตัว และหดเกร็งจึงทำให้มีอาการปวดประจำเดือน⁽¹⁾ ส่วนภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติ มี 2 ประเภท คือ 1) ประเภทปฐมภูมิ ซึ่งเกิดในหญิงช่วงอายุ 18 ปี แต่ยังไม่เคยมีประจำเดือนและ 2) ประเภททุติยภูมิ เกิดขึ้นกับหญิงที่เคยมีประจำเดือนแต่ได้ขาดหายไปในรอบ 3-6 เดือน สาเหตุเกิดจากความเครียด การตั้งครรภ์ หรือการให้ฮอร์โมน⁽²⁾ เมื่อมีอาการดังกล่าว ผู้หญิงจะพบพฤติกรรมการดูแลสุขภาพหลายวิธี ตั้งแต่การซื้อยาแผนปัจจุบันมารับประทาน⁽³⁾ ตลอดจนการใช้บริการทางการแพทย์ที่บ้านหรือการแพทย์แผนไทย จากการสำรวจของสำนักงานข้อมูลและคลังความรู้ กรมแผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข พบว่า มีหมอพื้นบ้านที่มีอยู่ในฐานข้อมูลของสำนักงานนายทะเบียนกลางของสำนักคุ้มครอง ภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข พบว่า มีจำนวน 53,035 คน⁽⁴⁾ กระจายอยู่ตามภูมิภาคของประเทศ ซึ่งจังหวัดชุมพรเป็นอีกหนึ่งจังหวัดในภาคใต้ที่ประชาชนจำนวนหนึ่งพึ่งพาหมอพื้นบ้าน และสมุนไพรในการดูแลสุขภาพอาการที่เกี่ยวข้องกับประจำเดือน แต่เมื่อสังเกตการณ์การบันทึกข้อมูลการรักษาของหมอพื้นบ้าน พบว่า บางส่วนไม่มีการบันทึกภูมิปัญญาของตนเอง และจากการสำรวจประชาชนทั่วไปในตำบลหงษ์เจริญ อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดชุมพร จำนวน 35 คน โดยแบบสำรวจที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้น เพื่อสำรวจการดูแลสุขภาพด้วยแพทย์พื้นบ้าน พบว่า ส่วนใหญ่ประชาชนที่ให้ข้อมูลได้ระบุว่าไปพบหมอพื้นบ้านด้วยโรคเกี่ยวกับประจำเดือน

จากการทบทวนวรรณกรรมทำให้ผู้วิจัยเห็นถึงความสำคัญของภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติ ทำการรักษาโดยหมอพื้นบ้านที่มีความโดดเด่นในการรักษาโดยใช้สมุนไพรท้องถิ่น จึงได้ทำการศึกษาภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านในการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติในพื้นที่ตำบลหงษ์เจริญ อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดชุมพร มีการคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหมอพื้นบ้านตามประกาศของกรมการแพทย์แผนไทย ที่ต้องมีความเชี่ยวชาญ และประสบการณ์มากกว่า 10 ปี และการปรุงยาสมุนไพรเป็นยาตำรับ เพื่อให้เป็นแนวทางการใช้สมุนไพรในครัวเรือนและบรรจุในบัญชียาสมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐานต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านในการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติ ในตำบลหงษ์เจริญ อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดชุมพร

ระเบียบวิธีการศึกษา

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อทำการศึกษารวบรวมองค์ความรู้เกี่ยวกับการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติ และศึกษาสมุนไพรที่ใช้ในการรักษา การถ่ายทอดภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านตำบลหงษ์เจริญ อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดชุมพร ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการหา

คำตอบและประเด็นที่ต้องศึกษา โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกตั้งแต่วันที่ 1 สิงหาคม พ.ศ. 2563 ถึง วันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2563

2. ผู้ให้ข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้สอบถามประชาชนทั่วไป ในพื้นที่ตำบลหงษ์เจริญ อำเภอดำรงวิทยะ จังหวัดชุมพร โดยการสุ่มแบบบังเอิญ จำนวน 35 คน พบว่า มีหมอพื้นบ้าน 15 คน และผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาจากหมอพื้นบ้าน 16 คน หลังจากนั้นผู้วิจัยคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง (Purposive sampling) ตามเกณฑ์การคัดเลือก ได้แก่ หมอพื้นบ้านจากจำนวน 15 คน เป็น จำนวน 2 คน และผู้ป่วยที่เคยรับบริการจากหมอพื้นบ้าน 16 คน เป็น จำนวน 4 คน ดังนี้

2.1 ผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ หมอพื้นบ้านรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติ โดยมีคุณสมบัติตามเกณฑ์คัดเข้าและคัดออก ดังนี้

เกณฑ์คัดเข้าคือ หมอพื้นบ้านที่อยู่ตำบลหงษ์เจริญ อำเภอดำรงวิทยะ จังหวัดชุมพร มีประสบการณ์และความเชี่ยวชาญในการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกตินานกว่า 10 ปีและบรรเทาอาการให้ดีขึ้น มีการตรวจวินิจฉัย การใช้สมุนไพรในการรักษา การติดตามผู้ป่วย และมีความยินดีให้ข้อมูลแก่ผู้วิจัย ทั้งนี้ได้อนุญาตให้บันทึกภาพ เสียงระหว่างสัมภาษณ์และเปิดเผยใบหน้าได้

เกณฑ์คัดออกคือ หมอที่ไม่ได้รับการขึ้นทะเบียนหมอพื้นบ้านจากสำนักงานสาธารณสุข จังหวัดหรือหน่วยงานปกครองของอำเภอ และหมอที่ไม่ได้ทำการรักษาผู้ป่วยแล้ว

2.2 กลุ่มผู้ร่วมให้ข้อมูล ได้แก่ ผู้ป่วยภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติที่เคยรับการรักษาจากหมอพื้นบ้าน มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ คัดเข้า และคัดออก ดังนี้

เกณฑ์คัดเข้าคือ ผู้เข้ารับการรักษาโดยการตรวจวินิจฉัย การใช้สมุนไพร และการติดตามจากหมอพื้นบ้าน เป็นผู้ที่ย้ายอยู่ในเขตของพื้นที่ตำบลหงษ์เจริญ อำเภอดำรงวิทยะ จังหวัดชุมพร เป็นผู้ป่วยภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติที่กำลังได้รับการรักษาจากหมอพื้นบ้านหรือเป็นผู้ที่เคยได้รับการรักษาไม่เกิน 3 เดือน และมีความยินดีให้ข้อมูลแก่ผู้วิจัย ทั้งนี้ได้อนุญาตให้บันทึกภาพและเสียงระหว่างสัมภาษณ์ได้ แต่ไม่อนุญาตเปิดเผยใบหน้า

เกณฑ์คัดออก คือ มีการรักษาวิธีการอื่นร่วมด้วย ได้แก่ รับประทานยาแผนปัจจุบัน รักษาด้วยการแพทย์ทางเลือกอื่น เป็นต้น

3. เครื่องมือในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

3.1 อุปกรณ์สำหรับบันทึกข้อมูล

อุปกรณ์สำหรับบันทึกข้อมูล เช่น กระดาษสำหรับบันทึก อุปกรณ์เครื่องเขียน แฟ้มสำหรับเก็บข้อมูล ตลอดจนอุปกรณ์บันทึกภาพ และอุปกรณ์บันทึกเสียง

3.2 เอกสารแนวทางการสัมภาษณ์

เอกสารแนวทางการสัมภาษณ์ เป็นเอกสารที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใช้เพื่อเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้ดัดแปลงแบบสัมภาษณ์ของ อภิฤดี หาญณรงค์ (2561) และเกศริน มณีขุน (2560) ซึ่งแนวทางการสัมภาษณ์มีจำนวน 2 ชุด

ชุดที่ 1 แนวทางการสัมภาษณ์หมอพื้นบ้าน มีจำนวน 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของหมอพื้นบ้าน

- 1.1 ปัจจุบันท่านมีอายุเท่าไร
- 1.2 ท่านนับถือศาสนาใด
- 1.3 ท่านมีสถานภาพสมรสอย่างไร
- 1.4 ท่านมีบุตรกี่คน
- 1.5 ท่านมีวุฒิการศึกษาสูงสุดคืออะไร
- 1.6 ปัจจุบันท่านประกอบอาชีพหลักอะไร
- 1.7 รายได้เฉลี่ยของครอบครัวหมอบ้านเดือนเท่าใด
- 1.8 บทบาทอื่นในชุมชน นอกเหนือจากการเป็นหมอพื้นบ้านมีบทบาทอะไรอีกบ้าง

ตอนที่ 2 ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน

- 2.1 ท่านเริ่มต้นการเป็นหมอพื้นบ้านได้อย่างไร
- 2.2 ท่านได้มีการเรียนรู้หรืออบรมเพิ่มเติมที่ไหน อย่างไร
- 2.3 วิธีปฏิบัติตนของหมอพื้นบ้านเป็นอย่างไร
- 2.4 ท่านได้มีวิธีการถ่ายทอดความรู้แก่บุคคลอื่นหรือไม่ (ถ้ามีกรุณาตอบข้อ 2.5)
- 2.5 ผู้ที่จะขอเป็นศิษย์ของท่านควรมีคุณสมบัติอย่างไร
- 2.6 ท่านมีวิธีการเก็บรักษาความรู้อย่างไร
- 2.7 ท่านมีความถนัดในการรักษาโรคใด อย่างไร
- 2.8 ท่านมีปัญหาในการรักษาหรือไม่ อย่างไร และมีวิธีแก้ไขอย่างไร

ตอนที่ 3 กระบวนการรักษา

- 3.1 ท่านมีวิธีการรับผู้ป่วยอย่างไร
- 3.2 ท่านมีวิธีการซักประวัติ ตรวจร่างกายและวินิจฉัยผู้ป่วยอย่างไร
- 3.3 ท่านรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติด้วยวิธีการใด
- 3.4 ท่านมีวิธีการจ่ายค่ารักษาอย่างไร
- 3.5 ท่านใช้วิธีการติดตามผลการรักษาผู้ป่วยอย่างไร
- 3.6 ท่านมีการติดตามผู้ป่วยหลังการรักษาอย่างไร

ตอนที่ 4 หลักการตั้งตำรับยาสมุนไพรที่ใช้ในการรักษา

- 4.1 ท่านมีหลักการคัดเลือกตำรับยาที่ใช้ในการรักษา และหลักในการตั้งตำรับยา

อย่างไร

- 4.2 ท่านมีความเห็นเรื่องสรรพคุณของสมุนไพรแต่ละชนิดในตำรับยาที่ใช้ในการรักษา
- ควรเป็นอย่างไร

- 4.3 ท่านมีวิธีการรับประทานตำรับยาที่ใช้ได้อย่างไร

ตอนที่ 5 จรรยาบรรณหมอพื้นบ้าน

- 5.1 จำนวนผู้ป่วยที่มารับบริการรักษากับท่านกี่คนต่อเดือน
- 5.2 ผู้ป่วยที่มารับการรักษาอยู่กับท่านอยู่ในช่วงอายุใด
- 5.3 สถานภาพของผู้ป่วยที่มารับการรักษาอยู่กับท่านเป็นอย่างไร
- 5.4 ผู้ป่วยที่มารับการรักษาอยู่กับท่านมีบุตรแล้วหรือไม่
- 5.5 ผู้ป่วยที่มารับการรักษาอยู่กับท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

ชุดที่ 2 แนวทางการสัมภาษณ์ผู้เข้ารับการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติและผู้ที่มีความเกี่ยวข้องกับหมอพื้นบ้านที่มารับการรักษาที่หมอพื้นบ้าน มีจำนวน 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้ารับการรักษา

- 1.1 ท่านมีอายุเท่าใด
- 1.2 ท่านมีสถานภาพสมรสเป็นอย่างไร
- 1.3 ท่านมีบุตรแล้วหรือไม่
- 1.4 ท่านมีวุฒิการศึกษาสูงสุดคืออะไร
- 1.5 ปัจจุบันท่านประกอบอาชีพหลักอะไร
- 1.6 ท่านมีรายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือนเท่าใด
- 1.7 ท่านนับถือศาสนาใด
- 1.8 ท่านได้ไปทำการรักษาจากหมอพื้นบ้านภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติเป็นจำนวนกี่

ครั้ง

- 1.9 หมอพื้นบ้านทำการรักษาให้ครั้งสุดท้ายเมื่อใด

ตอนที่ 2 ความเจ็บป่วยและการตัดสินใจเข้ามารับการรักษา

- 2.1 ท่านเคยไปรักษากับหมอพื้นบ้านด้วยโรคหรืออาการใด
- 2.2 ท่านไปรับการรักษาจากหมอพื้นบ้านด้วยสาเหตุใด
- 2.3 ใครเป็นผู้แนะนำให้ท่านรับการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติจากหมอพื้นบ้าน
- 2.4 ทำไมท่านถึงตัดสินใจรักษากับหมอพื้นบ้านท่านนี้

ตอนที่ 3 กระบวนการรักษาของหมอพื้นบ้าน

ตอนที่ 3.1 สถานที่และการปฏิบัติตัวในการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติ

- 3.1.1 ท่านไปรับการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติจากหมอพื้นบ้านที่

ไหน

- 3.1.2 ท่านได้ปฏิบัติตนในการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติอย่างไร

ตอนที่ 3.2 ประสบการณ์การรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติจากหมอพื้นบ้าน

- 3.2.1 ท่านรับการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติจากหมอพื้นบ้านกี่วัน

เริ่มจากวันไหน เพราะเหตุใด

- 3.2.2 ท่านมีความรู้สึกขณะที่รับการรักษาจากหมอพื้นบ้านอย่างไร

ตอนที่ 3.3 กระบวนการรักษาของหมอพื้นบ้าน

- 3.3.1 ท่านได้รับวิธีการรับผู้ป่วยจากหมอพื้นบ้านอย่างไร
- 3.3.2 ท่านได้รับการวินิจฉัยจากหมอพื้นบ้านอย่างไร
- 3.3.3 ท่านได้รับการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติด้วยวิธีการรักษาใด
- 3.3.4 ท่านให้คำตอบแทนหลังการรักษาจากหมอพื้นบ้านหรือไม่ อย่างไร
- 3.3.5 ท่านได้รับการติดตามผลการรักษาจากหมอพื้นบ้านหรือไม่ อย่างไร
- 3.3.6 ท่านมีวิธีการรับประทานยาจากหมอพื้นบ้านอย่างไร

ตอนที่ 3.4 ความคิดเห็นในการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติ

3.4.1 ท่านคิดว่าการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติของหมอฟันบ้านทำให้อาการดีขึ้นหรือไม่ อย่างไร

3.4.2 ท่านคิดว่าควรส่งเสริมให้มีการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติกับหมอฟันบ้านหรือไม่ อย่างไร

4. การตรวจสอบเครื่องมือ

แนวทางการสัมภาษณ์หมอฟันบ้านรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติ ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัยที่ได้สร้างขึ้น ก่อนที่จะนำเครื่องมือไปใช้นั้น โดยผู้วิจัยนำข้อคำถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ด้านการแพทย์แผนไทย 1 คน การแพทย์พื้นบ้าน 1 คน และเภสัชกรรมไทย 1 คน รวมจำนวน 3 คน ทำการตรวจสอบและประเมินโดยจะใช้ดัชนีความตรงของเนื้อหา CVI (Content Validity Index) เพื่อตรวจสอบคุณภาพและความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 1 เมื่อทำการตรวจสอบเรียบร้อยแล้วจึงนำมาปรับปรุงก่อนไปใช้ในการสัมภาษณ์จริง เพื่อให้ได้คำถามที่เหมาะสม และสามารถเก็บข้อมูลได้ถูกต้อง ครบถ้วนและครอบคลุมในทุกประเด็น

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

เก็บรวบรวมข้อมูลโดย

1) ได้รับการอนุมัติจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์เลขที่ 163 - 63 ของวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดยะลา

2) เตรียมตัวและเตรียมอุปกรณ์ที่จำเป็นในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3) สร้างสัมพันธภาพกับหมอฟันบ้าน ซึ่งแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัยและกระบวนการวิจัยโดยละเอียด

4) สัมภาษณ์ และนำข้อมูลในแต่ละครั้งมาตรวจสอบโดยใช้วิธีสามเส้า (Triangulation) แปลผลข้อมูลรายวัน บันทึกให้เป็นระเบียบทุกวัน

5) นำข้อมูลที่ได้จากการแปลผลรายวันไปสอบถามย้อนกลับเพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลได้ยืนยันความถูกต้อง และข้อมูลที่ได้มีความอึดตัวแล้วจึงยุติการสัมภาษณ์

6. การตรวจสอบข้อมูล

การตรวจสอบข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) ซึ่งตรวจสอบว่าข้อมูลที่ได้เก็บรวบรวมมีความถูกต้องหรือไม่ โดยการตรวจสอบแหล่งที่มาของข้อมูลประกอบด้วย

1) เวลา พบว่า สัมภาษณ์หมอฟันบ้านและผู้ป่วยต่างเวลาแต่ข้อมูลยังเหมือนเดิม

2) สถานที่ หมายถึง สัมภาษณ์หมอฟันบ้านและผู้ป่วยต่างสถานที่แต่ข้อมูลยังเหมือนเดิม

3) บุคคล หมายถึง สัมภาษณ์ต่างบุคคล พบว่า หมอฟันบ้านและผู้ป่วยให้แต่ข้อมูลยังเหมือนกัน

7. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content Analysis) และการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลสามารถทำได้ตลอดการดำเนินการวิจัยประกอบด้วย การแบ่งประเภทของข้อมูลออกเป็นด้านๆ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความครบถ้วนสมบูรณ์และมีความถูกต้องแล้วทำการวิเคราะห์รายวันเพื่อค้นหาข้อมูลที่มีความครบถ้วนสมบูรณ์และมีความถูกต้องตามความเป็นจริง

8. การพิทักษ์สิทธิ์ผู้ให้ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของวิทยาลัยการสาธารณสุขสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี เลขที่ 163 - 63 โดยผู้วิจัยคำนึงถึงการยินยอมของผู้ให้ข้อมูลเป็นสำคัญ หากมีคำถามใดที่ไม่สะดวกตอบสามารถมีอิสระในการไม่ตอบ สามารถซักถามข้อข้องใจเพิ่มเติมจนมีความกระจ่างได้ รวมทั้งสามารถยุติการให้ความร่วมมือได้ตลอดเวลา และสามารถขอข้อมูลกลับคืนได้ โดยไม่มีผลกระทบต่องานของผู้ให้ข้อมูล เมื่อสิ้นสุดการศึกษา ผู้วิจัยดำเนินการทำลายข้อมูลที่ใช้ในการเก็บรวบรวมภายใน 1 ปี

ผลการศึกษา

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองสามารถรวบรวม และเรียบเรียงผลการศึกษาออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติที่ได้รับการรักษาโดยกลุ่มหมอพื้นบ้าน 2 คน เป็นเพศชาย 1 คน อายุ 82 ปี จบการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่ 4 มีอาชีพเกษตรกรเป็นหลัก นับถือศาสนาพุทธ และเพศหญิง 1 คน อายุ 96 ปี จบการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่ 4 หมอพื้นบ้านทั้ง 2 คน มีอาชีพหลักคือเกษตรกร นับถือศาสนาพุทธ กลุ่มผู้ร่วมให้ข้อมูลเป็นผู้ป่วยเพศหญิงทั้งหมด 4 คน นับถือศาสนาพุทธทั้งหมด การศึกษาชั้นสูงสุดระดับปริญญาตรี และส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกร มารักษาที่หมอพื้นบ้านเพราะได้รับข้อมูลว่ามีคนมารักษาแล้วอาการปวดประจำเดือนหรือประจำเดือนมาไม่ปกติดีขึ้น

ตอนที่ 2 ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน

ในการเริ่มต้นเป็นหมอพื้นบ้านรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติ พบว่า หมอพื้นบ้านทุกคนเริ่มต้นจากการรับการสืบทอดมาจากบิดา เนื่องจากเมื่อมีการเจ็บป่วยของตนเองและเห็นความเจ็บป่วยของผู้อื่นที่ได้รับการรักษาจากบิดาของตนเอง จึงทำให้อยากเรียนรู้ที่จะเป็นหมอพื้นบ้านโดยใช้วิธีการจดจำและจดบันทึก หมอพื้นบ้านเพศชายได้เรียนรู้เพิ่มเติมจากวัดหงษ์ปิราม และพระที่วัด ขณะนี้หมอพื้นบ้านทุกคนยังไม่มีมีการถ่ายทอดภูมิปัญญาให้แก่ผู้ใด เนื่องจากไม่มีลูกหลานต้องการเรียนรู้ เพราะเจตนาของหมอพื้นบ้านต้องการถ่ายทอดภูมิปัญญาให้ลูกหลานเท่านั้น มีวิธีการรักษาด้วยการให้รับประทานยาสมุนไพร โดยปรุงยาด้วยวิธีการต้ม และรับประทานในลักษณะจิบเป็นชา ดื่มได้ตลอดเวลา และเป็นเวลา คือ ก่อนนอนเท่านั้น ดังความเห็นของผู้ให้ข้อมูลหมอพื้นบ้านคนที่ 1

“...ที่ได้เป็นหมอพื้นบ้านนี้แหละ เรียนรู้มาจากพ่อ เมื่อก่อนตอนเด็ก ๆ ใครไม่สบายก็มาหาแก ให้แกรักษาเราเองด้วย เลยอยากช่วยเหลือคนอื่นแบบแกเลยให้แกสอน อะไรที่อยากรู้เพิ่มก็ไปหาอ่านหาถามที่วัดหงษ์ปิราม ในสมุดข่อยมั้ง ถ้ามพระมั่ง ...ใช้สมุนไพรนี้แหละต้ม จิบเป็นชาได้เลย” ซึ่งแปลความได้ว่า การเริ่มต้นเป็นหมอพื้นบ้านจากการเรียนรู้มาจากบิดา ตอนเด็ก ๆ เมื่อชาวบ้านไม่สบาย ตัวเองด้วย มาหาบิดาของหมอพื้นบ้านเป็นคนรักษา จึงทำให้หมอพื้นบ้านต้องการช่วยเหลือผู้อื่นแบบบิดาจึงทอดความรู้ อะไรที่ต้องการรู้เพิ่มเติมจะไปอ่านในสมุดข่อยที่วัดหงษ์ปิราม และถามพระ

สอดคล้องกับความเห็นของหมอพื้นบ้านคนที่ 2

“...คุณพ่อเห็นถึงความลำบากแก่ก็ต้มสมุนไพรให้กินหมอนึ่ง หายสิ้น” ซึ่งแปลความได้ว่า บิดาของหมอพื้นบ้านเห็นถึงความลำบากจึงต้มยาสมุนไพรให้รับประทานหนึ่งหม้อ หลังจากรับประทานอาการป่วยได้หายสนิท

ตอนที่ 3 กระบวนการรักษา

หมอพื้นบ้านมีกระบวนการรักษาที่คล้ายกัน สามารถสรุปข้อมูลจากหมอพื้นบ้านและผู้ป่วยที่เคยรับบริการจากหมอพื้นบ้าน ออกเป็น 3 กระบวนการแบ่งเป็น 1. ก่อนการรักษา 2. การรักษา และ 3. หลังการรักษา ตามตารางที่ 1

ตอนที่ 4 ตำรับยาสมุนไพรรักษา

สมุนไพรที่ใช้ในการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติของหมอพื้นบ้านที่อนุญาตให้เปิดเผยข้อมูลสามารถจำแนกเป็นกลุ่มต่างๆ ได้ดังนี้ กลุ่มที่ 1) รสยาร้อน ได้แก่ เหง้าขิง, เหง้าไพล และใบกะเจียด (อบเชย) กลุ่มที่ 2) รสยาเย็น ได้แก่ ใบรากน้ำข้าว, ยายจอมปลวก, โพธิ์คลาน (โคคลาน), ใบย่านาง, ผักแว่น, แกลบบ้านเปลือกยางนา และ กลุ่มที่ 3 รสยาหวาน ได้แก่ น้ำตาลทราย ทั้งหมดนำมาหั่นเป็นชิ้นเล็กบรรจุใส่ซองชา

อภิปรายผล

1. ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน

ผู้วิจัยศึกษาพบลักษณะการเริ่มต้นการทอดภูมิปัญญามาจากบรรพบุรุษ เนื่องจากการเจ็บป่วยของตนเองและเห็นความเจ็บป่วยของผู้อื่น จึงต้องการเรียนรู้เพื่อเป็นหมอพื้นบ้านโดยวิธีการจดจำและจดบันทึก และเรียนรู้จากวัดและพระที่วัด สอดคล้องกับการศึกษาหมอไข โกลินทร์ ทำการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติจากการถ่ายทอดองค์ความรู้มาจากบรรพบุรุษ ร่วมกับประสบการณ์ในการรักษาผู้ป่วยมาเป็นเวลามากกว่า 10 ปี⁽⁵⁾

2. กระบวนการรักษา

- ก่อนการรักษา

หมอพื้นบ้านซักประวัติผู้ป่วยร่วมกับการตรวจร่างกาย ถามสาเหตุ อาการ และตรวจร่างกายที่จำเป็นในการรักษาให้ถูกที่ตรงกับโรคที่เป็น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา กระบวนการก่อนการรักษาของหมอพื้นบ้านส่วนใหญ่เน้นเป็นการซักประวัติ และตรวจร่างกาย ซึ่งการซักประวัติมีการซักถามถึงอาการที่เป็น ส่วนการตรวจร่างกายดูลักษณะทั่วไป เช่น ใบหน้า ท่าทางการเดิน⁽⁶⁾ ในความเห็นของผู้วิจัยกระบวนการก่อนรักษา ยังคงจำเป็นต้องมีการซักประวัติ ตรวจร่างกายและวินิจฉัยโรคก่อนการรักษาทุกครั้ง และการศึกษาองค์ความรู้การป้องกันและรักษาโรคเฉพาะสตรีของหมอพื้นบ้านภาคใต้มีการศึกษาหมอพื้นบ้านทั้งหมด 24 คน จากการศึกษาพบว่าวิธีการวินิจฉัยโดยการซักประวัติเป็นวิธีที่ใช้กันมากที่สุด (82.4%)⁽⁷⁾

- การรักษา

หมอพื้นบ้านมีการจ่ายยาสมุนไพรสร้อย ในรูปแบบยาต้ม และแบบยาผง ยาทา หรือประคบ ขึ้นอยู่กับแต่ละอาการสอดคล้องกับการศึกษาของกันตวีร์ วิวัฒน์พาณิชย์และขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์ ที่พบว่า หลังจากหมอวินิจฉัยโรคแล้วมีการดำเนินกระบวนการรักษาตามความแตกต่างกันของชนิดและอาการที่ปรากฏ⁽⁸⁾ และบอกวิธีรับประทานยา การปฏิบัติตัว ของห้าม อาหารแสลง ถ้าหากอาการดีขึ้นหรือไม่ดีขึ้นผู้ป่วยจะบอกอาการด้วยตนเองหลังจากได้รับการรักษา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษากระบวนการรักษาของหมอพื้นบ้านนั้นจะทำการรักษาโดยใช้ยาในคัมภีร์มหาโชตรัต 26 ตำรับ โดยการใช้สมุนไพรแปรรูปส่วนมากจะมี 2 รูปแบบ คือ แบบยาต้ม และแบบยาผง หรืออาจจะทำเป็นยาได้ทั้งยาต้ม เวลารับประทานสามารถดื่มแทนน้ำได้ตามความเหมาะสมของแต่ละคนไป สอดคล้องกับการศึกษาของไสว หวานเสร็จและดารณี อ่อนชมจันทร์ ที่พบว่าส่วนใหญ่หมอพื้นบ้านนิยมใช้รูปแบบ ยาต้มดื่มมากที่สุด เนื่องจากมีความสะดวกและผลการรักษาที่ดี จากความเข้มข้นของยา และร่างกาย

สามารถทำหน้าที่ดูดซึมได้เร็ว ส่งผลให้ยาออกฤทธิ์ได้เร็วขึ้น⁽⁹⁾ ห้ามกินของแสลงเด็ดขาด ระยะเวลาไม่นาน ประจำเดือนก็จะมาตามปกติ แต่บางครั้งบางสมุนไพรสามารถเป็นยาทา หรือประคบอยู่ที่แต่อาการของโรค⁽⁵⁾ และ การศึกษาภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรรักษาโรคโลหิตระดูสตรีของหมอฟันบ้านในจังหวัดกระบี่และสงขลา พบว่า พืชสมุนไพรที่มีค่าการใช้ (Use Value; UV) สูงสุดคือ ชิง (Zingiber Officinale Roscoe) และกลุ่มอาการที่มีค่าความ สอดคล้องการใช้สมุนไพร (Informant Consensus Factor; ICF) มากที่สุดคือ ประจำเดือนมาไม่ปกติ (ICF = 0.91) และ พบว่า มีการใช้พืชส่วนที่อยู่ใต้ใช้มากที่สุด และนิยมเตรียมยาโดยการ ต้มดื่ม⁽¹⁰⁾

- หลังการรักษา

หมอฟันบ้านทั้ง 2 คน มีการแนะนำที่เหมือนกัน คือ ให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารที่ร้อนสุกใหม่ อาหารรส ร้อน การออกกำลังกาย ต้มน้ำอุ่นวันละ 8 - 10 แก้ว รับประทานผักผลไม้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาหมอฟันบ้านมีการ แนะนำวิธีการดำเนินชีวิตให้เลือกรับประทานอาหารพืชผักผลไม้ที่มีสรรพคุณในการป้องกันและรักษาโรค ปฏิบัติตาม ข้อห้ามสิ่งที่หมอฟันบ้านแนะนำรับประทานยาที่หมอฟันบ้านจัดให้⁽¹¹⁾ และสอดคล้องกับการศึกษาภูมิปัญญา การใช้สมุนไพรรักษาโรคโลหิตระดูสตรีของหมอฟันบ้านในจังหวัดกระบี่และสงขลา พบว่า หมอฟันบ้านมีการติดตาม คนไข้อย่างต่อเนื่องจนหาย ส่วนใหญ่สตรีในชุมชนมีความเชื่อมั่นในการรักษาโรคโลหิตระดูสตรีโดยการใช้สมุนไพร และยังคงมั่นใจในการรักษาของหมอฟันบ้าน⁽¹⁰⁾

3. ตำรับยาสมุนไพรรักษา

สมุนไพรที่ใช้ในการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติของหมอฟันบ้านที่อนุญาตให้เปิดเผยข้อมูล สามารถจำแนกเป็นกลุ่มต่างๆ ได้ดังนี้

กลุ่มที่ 1 รสยาร้อน เป็นยาหลัก

ได้แก่ เหง้าชิง, เหง้าไพล และใบกะเจียด (อบเชย) สอดคล้องกับการศึกษาวิจัยเรื่อง การสำรวจและ รวบรวมพืชวัตถุสำหรับการใช้ในการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติของหมอไซ โกสินทร์ ตำบลท่าชะมวง อำเภอรัต ภูมิ จังหวัดสงขลา พบว่า พืชสมุนไพรที่หมอฟันบ้านใช้ส่วนใหญ่เป็นพืชสมุนไพรที่มีรสร้อน หรือเผ็ดร้อน ช่วยในการ ขับเลือด ขับลม⁽⁵⁾ เช่นเดียวกับกับหมอฟันบ้านในจังหวัดนครนายกที่กล่าวว่า ไพล เป็นสมุนไพรสร้อน สามารถแก้ ปวดประจำเดือน สมุนไพรแก้ประจำเดือนมาไม่ปกติร้อยละ 45.5⁽¹²⁾ เนื่องจากเชื่อว่าสมุนไพรสร้อน ช่วยให้เลือดลม ไหลเวียนดี ช่วยในการขับเลือด บำรุงไฟธาตุ⁽¹³⁾ และพบว่า การศึกษาสมุนไพรกับการรักษาอาการปวดประจำเดือนตาม ทฤษฎีการแพทย์แผนไทยอธิบายว่า รสเผ็ดร้อน สามารถขับประจำเดือนได้⁽¹⁴⁾ ยังมีการศึกษาตำรับยาประจำเดือนมา ไม่ปกติของหมอฟันบ้านในจังหวัดนครศรีธรรมราช พัทลุงและตรัง ที่พบว่า ส่วนใหญ่เป็นยารสร้อน และตำรับยา มีส่วนผสมของชิง เป็นตัวยาซ้ำใน 2 ตำรับที่ใช้ในการรักษา⁽¹⁵⁾ โดยการศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา พบว่า เหง้า ไพลมีน้ำมันหอมระเหย (Essential Oil) 0.8% มีสารประกอบ Terpene หลายชนิดที่มีฤทธิ์ในการลดการอักเสบ ส่วนชิงมีน้ำมันหอมระเหยประมาณ 1-3% มีสารเคมีหลายชนิดเช่น Zingiberene, Zingiberol, Citral, Zingiol, 6-Shogol เป็นต้น และน้ำมันหอมระเหยมีฤทธิ์ขับลม⁽¹⁴⁾ และคล้ายกับสมุนไพรที่หมอฟันบ้านใช้มากที่สุดซึ่งจัดอยู่ใน วงศ์ ZINGIBERACEAE⁽⁵⁾ และสมุนไพรที่มีค่า Use Value มากที่สุดในกลุ่มนี้ คือ ชิง เท่ากับ 2.00⁽¹⁶⁾ และยังมีฤทธิ์คลาย กล้ามเนื้อเรียบของมดลูก⁽¹⁷⁾ ในบัญชียาหลักแห่งชาติใช้ตำรับยาเลือดงามที่มีส่วนผสมของ ชิง ไพล เป็นส่วนประกอบ สำคัญในการรักษาอาการช่วยให้ประจำเดือนมาเป็นปกติ⁽¹⁸⁾ ซึ่งนอกจาก ไพล และชิง ยังมีเปลือกต้นข่าเป็นส่วนประกอบ ของตำรับยาแก้ประจำเดือนมาไม่ปกติได้เช่นกัน⁽¹⁹⁾ ทั้งเหง้าชิงและไพลเป็นการใช้สมุนไพรในส่วนของการ ราก พบว่า ส่วน ของรากเป็นส่วนของพืชที่มีการนำมาใช้ประกอบเป็นยามากที่สุด เพราะรากเป็นส่วนของพืชที่มีการสะสมของ สารสำคัญมากที่สุด⁽²⁰⁾

กลุ่มที่ 2 รสยาเย็น เป็นยาช่วย

ได้แก่ ใบรากน้ำข้าว, ยายจอมปลวก, โพธิ์คลาน (โคคลาน), ใบย่านาง, ผักแว่น, แกลบบ้าน และเปลือกยางนา สอดคล้องกับการใช้สมุนไพรสำหรับโรคสตรีของหมอพื้นบ้านในจังหวัดนครนายก พบว่า สมุนไพรเข้าครามเป็นสมุนไพรเย็น ใช้เป็นส่วนผสมของยาขับประจำเดือน⁽¹¹⁾ และการศึกษาภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้านในตำบลคลองน้ำไหล อำเภอลองลาน จังหวัดกำแพงเพชร ที่มีการใช้ยาเย็นเป็นส่วนประกอบของยาโลหิตระดูเช่นกัน⁽¹⁹⁾

กลุ่มที่ 3 รสยาหวาน เป็นยาชุ่มชื้น ได้แก่ น้ำตาลทราย เพื่อให้รับประทานได้ง่ายมากขึ้น

4. ข้อเสนอแนะ

4.1 ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

สมุนไพรที่มีรสร้อนที่มีน้ำมันหอมระเหยสามารถบรรเทาอาการปวดท้องประจำเดือนและกระตุ้นการมาประจำเดือนได้ ควรปรับเป็นสมุนไพรในบัญชียาสมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน

4.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมด้านจำนวนผู้ให้ข้อมูลที่มากขึ้น สุนทรียาของแต่ละพื้นที่และการศึกษาเชิงกึ่งทดลองครอบคลุมในพื้นที่ต่าง ๆ ของจังหวัดชุมพร
2. ควรตรวจสอบความเป็นพิษในสมุนไพรโดยใช้ค่า LD50 เปรียบเทียบกับค่ามาตรฐานแล้วจะนำไปทดสอบพิษวิทยากับสัตว์ทดลอง

บทสรุป

ภูมิปัญญาการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติของหมอพื้นบ้าน ตำบลหงษ์เจริญ อำเภอนาทม จังหวัดชุมพร มีการรักษา 3 ขั้นตอน คือ 1) ขั้นตอนก่อนการรักษาโดยใช้การชั่งประวัตินี้ ตรวจร่างกายตลอดจนการวินิจฉัยโรค 2) ขั้นตอนการรักษา เป็นลักษณะการจ่ายยาตำรับปรุงด้วยการต้ม มีวิธีรับประทานต่างกันทั้งจิบเป็นชาและยารับประทานก่อนนอน ด้วยสมุนไพรท้องถิ่น ขั้นตอนการปรุงยาไม่ซับซ้อน และ 3) ขั้นตอนหลังการรักษาโดยหมอพื้นบ้านให้คำแนะนำและติดตามการรักษา สามารถเป็นทางเลือกในการรักษาของประชาชนในพื้นที่ได้ และตอบสนองได้ในหลายมิติ เช่น มิติด้านเศรษฐกิจ ด้านกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม หากสามารถบูรณาการการรักษากับหน่วยงานสาธารณสุขภาครัฐได้ จะทำให้ประชาชนได้รับประโยชน์สูงสุด

ตาราง ภาพ และแผนภาพ

ตารางที่ 1 กระบวนการรักษาของหมอพื้นบ้าน

กระบวนการ	หมอพื้นบ้านคนที่ 1	หมอพื้นบ้านคนที่ 2
ก่อนการรักษา		
1. การซักประวัติ	ดูสีหน้า ผิวหนัง หน้ามือ หลังมือ ฝ่าเท้า หลังเท้า เล็บมือ เล็บเท้า สีผิวมีอาการซีดขาวหรือไม่ ซักถาม ระยะเวลาการมาของประจำเดือน มีการพบแพทย์แผนปัจจุบันหรือไม่	ดูลักษณะร่างกายทั่วไป ระยะเวลาการขาดของประจำเดือน เคยไปพบแพทย์แผนปัจจุบันบ้างหรือไม่
2. การตรวจร่างกาย	ตรวจท้องน้อยพบแข็งเกร็ง อาจพบเป็นก้อนก็ได้	คลำท้องน้อยของผู้ป่วยพบท้องเกร็ง
3. การวินิจฉัยโรค	เทียบอาการตามตำรา อาการประจำเดือนมาไม่ปกติ เรียกว่า โรคเลือดขาด ถ้าปวดท้อง เรียกว่า โรคปวดเลือด	เทียบอาการตามตำรา และการใช้สมานิ อาการประจำเดือนมาไม่ปกติ เรียกว่า โรคเลือดขาด
การรักษา		
1. การจ่ายยาสมุนไพร	มี 1 ตำรับ ใช้เหง้าชิง ได้แก่ เหง้าโพลโบกะเซียต ไบรากน้ำข้าว ยายจอมปลวก ใบโพธิ์คลาน ใบย่านาง เปลือกยางนา อย่างละ 3 ใบ ผักแว่น 2 ชีด น้ำตาลทราย 2 ชีด แกลบบ้าน 2 ชีด เป็นสมุนไพรสด หั่นเป็นชิ้นเล็ก แล้วนำมาล้างใส่ของ และให้รับประทานเป็นชา	มี 1 ตำรับ ไม่ขอเปิดเผยชนิดของสมุนไพรที่ใช้รักษาทั้งหมด แต่บอกว่าเป็นสมุนไพร รสร้อน มีส่วนผสมของขิงร่วมด้วย นำตัวยาททั้งหมดมาต้มใส่น้ำเท่าตัวยาว จนน้ำลดเหลือ 1 ใน 3 และรับประทานยาต้มครั้งละ 1 แก้วชา 1 ครั้งคือ ก่อนนอน
หลังการรักษา		
1. ผลการรักษา	ผู้ป่วยอาการจะดีขึ้น โดยประจำเดือนมาวันแรกเป็นจุดใหญ่ในผ้าอนามัย และหลังจากนั้นวันที่ 2-5 ประจำเดือนจะออกมาเหมือนที่เคยมี	ผู้ป่วยอาการดีขึ้น โดยวันแรกมาน้อย หลังจากนั้นเพิ่มปริมาณเหมือนเดิมที่เคยมี
2. คำแนะนำ		
2.1 ข้อปฏิบัติ	ต้องมีการออกกำลังกายอย่างน้อยวันละ 20 นาที รับประทานผักผลไม้ให้มาก และรับประทานอาหารร้อน	ต้องมีการออกกำลังกายให้บ่อย รับประทานผักผลไม้ให้มาก และรับประทานอาหารร้อน
2.2 ข้อห้าม	ห้ามกินอาหารรสเผ็ดจัด หลีกเลี่ยงอาหารที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ ห้ามทำงานหนักที่เกินกำลังของตนเอง หลีกเลี่ยงเนื้อสัตว์ใหญ่ เช่น เนื้อวัว เป็นต้น	ห้ามกินอาหารรสเผ็ดจัด หลีกเลี่ยงอาหารที่มีแอลกอฮอล์ ห้ามทำงานหนัก ห้ามเครียด ห้ามรับประทานเนื้อสัตว์ใหญ่ เช่น เนื้อวัว เป็นต้น

ตารางที่ 1 กระบวนการรักษาของหมอพื้นบ้าน (ต่อ)

กระบวนการ	หมอพื้นบ้านคนที่ 1	หมอพื้นบ้านคนที่ 2
3. การติดตามผู้ป่วย	หลังการรักษา 5 วัน หมอพื้นบ้านโทรถามอาการ หลังการรักษา พบว่า ผู้ป่วยเริ่มมีอาการตกขาว หลังจากนั้น 4-6 วัน ประจำเดือนเริ่มมาประมาณ 3-4 วัน จากนั้นมาเป็นประจำทุกเดือน	หลังการรักษา 3-5 วัน หมอพื้นบ้านโทรถาม อาการหลังการรักษา พบว่า ผู้ป่วยเริ่มมี อาการตกขาว หลังจากนั้น 4-7 วัน ประจำเดือนเริ่มมาประมาณ 3-7 วัน หลังจากมาเป็นประจำทุกเดือน

เอกสารอ้างอิง

1. วิสิทธิ์ สุภัครพงษ์กุล. (2562). **ประเภทของอาการปวดประจำเดือน**. ค้นเมื่อวันที่ 13 เมษายน 2563, จาก URL <https://www.bumrungrad.com/th/health-blog/july-2019/Dysmenorrheal>.
2. โรงพยาบาลศิริราชปิยมหาราชการุณย์. (2563). **ประจำเดือน**. ค้นเมื่อวันที่ 13 เมษายน 2563, จาก URL <https://www.siphospital.com/th/news/article/share/827/Amenorrhea>.
3. สุริยะ วงศ์คงคาเทพ. (2559). **รายงานการสาธารณสุขไทยด้านการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน และการแพทย์ทางเลือก 2557-2559**. ค้นเมื่อวันที่ 25 เมษายน 2563, จาก URL <https://www.car.chula.ac.th/display7.php?bib=b2151396>
4. อภิทธิ หาญณรงค์. (2561). **การสำรวจและรวบรวมพืชวัตถุสำหรับการรักษาภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติของหมอไข่ โกสินทร์ ตำบลท่าชะมวง อำเภอรัตนบุรี จังหวัดสงขลา. รายงานการประชุมวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ “GRADUATE SCHOOL CONFERENCE 2018. การประชุมวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ “GRADUATE SCHOOL CONFERENCE 2018. มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.**
5. ดารณี อ่อนชมจันทร์. (2563). **รูปแบบการรักษาของหมอแผนไทย**. ค้นเมื่อวันที่ 25 เมษายน 2563, จาก URL <https://sites.google.com>
6. อรุณพร อิฐรัตน์. (2550). **องค์ความรู้การป้องกันและรักษาโรคเฉพาะสตรีของหมอพื้นบ้านภาคใต้ของประเทศไทย. วิจัยระบบสาธารณสุข, 50(1), 2-16.**
7. เกศริน มณีนน. (2560). **การศึกษานิพนธ์ปัญหาการใช้สมุนไพรรักษาโรคโลหิตระดูสตรีของหมอพื้นบ้านในจังหวัดกระบี่และสงขลา. วิทยานิพนธ์ปริญญาตรี สาขาการแพทย์แผนไทย คณะการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.**
8. กัณฑ์วีร์ วิวัฒน์พาณิชย์ และ ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์. (2555). **ความเชื่อเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ. เอกสารการสอนชุดวิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยาการแพทย์ เล่ม 1. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.**
9. ไสว หวานเสร็จ และ ดารณี อ่อนชมจันทร์. (2561). **การศึกษาองค์ความรู้ในการใช้สมุนไพรรักษาโรค: กรณีหมอพื้นบ้านในพื้นที่จังหวัดเชียงราย. วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. 16(3). 420-435.**
10. อรณิชา ครองยุติ และคณะ. (2564). **การศึกษานิพนธ์ปัญหาการใช้สมุนไพรของหมอพื้นบ้าน: กรณีศึกษาหมอพื้นบ้านในตำบลน้ำโมง อำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี. 10(2). 17-37.**
11. พิมพ์ชนก วรรณแจ่ม และคณะ. (2560). **รูปแบบการดูแลสุขภาพโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านการแพทย์พื้นบ้านในอำเภอนาทะเกียบ จังหวัดฉะเชิงเทรา. วารสารวิจัยและพัฒนา วไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์. 12(3). 129-139.**
12. สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์. (2560). **สมุนไพรสาธารณสุขมูลฐาน**. ค้นเมื่อ 13 เมษายน 2563 จาก URL https://www.med.tu.ac.th/departement/attm/?page_id=1793
13. อภิตา เอี่ยมอำ และคณะ. (2559). **การศึกษาวิเคราะห์สมุนไพรในคัมภีร์พรหมปโรหิต. ตำรงวิชาการวารสารรวมบทความทางวิชาการ คณะโบราณคดี มหาวิทยาลัยศิลปากร. 17(2). 137-162.**

14. พิชานันท์ เจริญทองอินทร์ และคณะ. (2564). สมุนไพรไทยกับการรักษาอาการปวดประจำเดือน. **วารสารวิจัยและพัฒนาด้านสุขภาพ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา**. ปีที่ 7.(2). 5-18.
15. วรพรรณ สิทธิถาวร และคณะ. (2562). สมุนไพรสำหรับโรคสตรีที่ใช้โดยหมอพื้นบ้านในจังหวัดนครนายก. **วารสารไทยเภสัชศาสตร์และวิทยาการสุขภาพ สาขาเภสัชเวช คณะเภสัชศาสตร์**. ปีที่ 14. (3). 111-121.
16. กัญทร ยินเจริญ และคณะ. (2563). ตำรับยาสมุนไพรรักษาโรคโลหิตสตรี: กรณีศึกษาหมอพื้นบ้านในจังหวัดนครศรีธรรมราช พัทลุง ตรัง. **วารสารการแพทย์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ**. ปีที่ 27. (1). 82-95.
17. Ghayur, M. N. & Gilani, A. H. (2007). Inhibitory activity of ginger rhizome on airway and uterine smooth muscle preparations. **European Food Research and Technology**, 224(4). 477-481.
18. สุดารัตน์ หอมหวาน. (2014). เลือดงาม. **ฐานข้อมูลตำรับยาสมุนไพร ในบัญชียาหลักแห่งชาติ**. คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี.
19. สายจิต สุขหนู. (2564). การศึกษาภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้าน ในตำบลคลองน้ำไหล อำเภอลองลาน จังหวัดกำแพงเพชร. **The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health**. 8(3). 213-228.
20. อังคนา อินตา และคณะ. (2555). พิษสมุนไพรในป่าชุมชนบ้านหัวทุ่ง เขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าเชียงดาว อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่. **วารสารพฤกษศาสตร์ไทย**. 4(2). 213-232.

