

การใช้ตำรับยาแพทย์แผนไทยร่วมกับหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อรักษา ผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด - 19)

The Use of Thai Traditional Medicine Formulas with Buddhist Psychology to Treat the Coronavirus (COVID-19)

Received: December 18, 2021
Revised: February 11, 2022
Accepted: February 12, 2022

ธนศวรรณ ยิ่งยง¹ และ สุวัฒน์ รักขันโท²
Thanasawan Yingyong and Suwatsan Ragkhanto
(kkawpjoy@gmail.com and noonsuwat@gmail.com)

บทคัดย่อ

สถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) ส่งผลกระทบต่อ การดำรงชีวิตทุกคนบนโลกนี้ แม้ทางรัฐจะออกมาตรการยับยั้งการแพร่ระบาดอย่างเข้มงวด แต่การกลายพันธุ์ของโควิด-19 ยังขยายวงกว้างขึ้น จนทำให้เกิดสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สินจำนวนมาก ประเทศไทยโชคดีที่มีทางเลือกในวิธีการรักษาด้วยวิธีการแพทย์แผนไทย ในกรณีนี้ศึกษาเฉพาะการใช้ตำรับยาที่นำมารักษาคือ ยาขาว (ตำรับคัมภีร์วัดโพธิ์) ยาแก้ไข้จันทลีลา (ยาแผนไทยสามัญประจำบ้าน) สมุนไพรรักษาไข้หวัด (สมุนไพรรักษาในสาธารณสุขมูลฐาน) ของคลินิกแพทย์แผนไทยโพธิ์เรียง จังหวัดสมุทรสาคร เพื่อรักษาอาการของผู้ป่วยที่ติดเชื้อ หลังจากการรักษาด้วยแพทย์แผนไทยพบว่า ผู้ที่ได้รับเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) ส่วนมากอาการดีขึ้นและหายเป็นปกติด้วยวิธีแพทย์แผนไทย นอกจากนี้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามีส่วนช่วยทั้งบุคลากรทางการแพทย์และผู้ป่วยในการรักษา คือหลักอริยสัจ 4 ได้แก่ ทุกข์ สอนให้มีความอดทนต่อสภาวะโรคเกิดขึ้นให้กำลังใจต่อสู้ไม่ยอมแพ้ต่อปัญหานั้น ๆ สมุทัย ให้ถือปฏิบัติตามมาตรการของรัฐบาลเพื่อป้องกันการระบาดของเชื้อโรคเพิ่มขึ้น นิโรธ รักษาให้หายแล้วให้หมั่นตรวจสุขภาพกาย และสุขภาพใจไม่ประมาทมีสติ

¹ คลินิกแพทย์แผนไทยโพธิ์เรียง จังหวัดสมุทรสาคร

Pho Rieng Thai Traditional Medicine Clinic, Samut Sakhon Province

² ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Department of Psychology Faculty of Humanities, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

ในการดำรงชีวิตในยามวิกฤติต่อไป มรรคบุคลาการแพทย์แผนไทยได้ศึกษาค้นคว้าวิธีการรักษาจนประสบความสำเร็จ และติดตามประเมินผลจนกว่าจะหายและใช้ชีวิตเป็นปกติ

คำสำคัญ : การรักษาโรค, ผู้ติดเชื้อ, ไวรัสโคโรน่า (โควิด-19), ตำรับยาแพทย์แผนไทย, หลักพุทธจิตวิทยา

Abstract

The situation of the corona virus (COVID-19) epidemic has affected the lives of everyone in the world. Even though the government has issued the measures strictly to stop the epidemic, but the mutation of COVID-19 is still expanding, causing the loss of many lives and natural resources. Thailand is fortunate to have alternative methods of treatment using traditional Thai medicine. In this case, only the use of medicinal formulas that were used for treatment were studied, namely Ya Khao (Wat Pho scriptures), Chantaleela antipyretic (ordinary Thai traditional medicine), *Andrographis paniculata* herb, (herbs in primary health care) of Pho Reang, Thai Traditional Medicine Clinic, Samut Sakhon Province to treat the symptoms of infected patients. After treatment with Thai traditional medicine, it was found that most of the people who have been infected with the corona virus (COVID-19) have better symptoms and are healed by Thai traditional medicine. In addition, Buddhist principles help both medical personnel and patients in the treatment, that is the Four Noble Truths, namely the Suffering (Dukkha) giving them to be patient with the disease condition, to have the encouragement to fight and not lose to that problem, the origin of Suffering (Samudaya) adhere to the government's measures to prevent further outbreaks of germs, the end of Suffering (Nirodha) has been cured and has to regularly check his physical and mental health without negligence in his life in times of crisis, the path to the end of Suffering (Magga); Thai traditional medicine personnel have studied and researched the

methods of treatment until successful and in addition to follow-up and evaluation until recovered and leading to be a normal life.

Keywords : Treatment of Disease, Infected Person, Corona Virus (COVID-19), Thai Traditional Medicine Formula, Buddhist Psychology

บทนำ

การแพทย์แผนไทย เป็นทางเลือกหนึ่งที่พร้อมให้การดูแลรักษาผู้ได้รับเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย ตามแนวทางการดูแลรักษาโดยใช้ตำรับยาแพทย์แผนไทย รักษาผู้ป่วยติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) ในเขตจังหวัดสมุทรสาคร อันเป็นผลเนื่องมาจากวิกฤตโรงพยาบาลเตียงเต็ม และขาดแคลนยาที่ต้องรักษา หน่วยบริการและทรัพยากรทางการแพทย์มีไม่เพียงพอต่อการตอบสนองปัญหาการแพร่ระบาด คลินิกการแพทย์แผนไทยโพธิ์เรียง สมุทรสาคร ได้มีส่วนร่วมมือกันวางแผนให้การรักษาผู้ป่วยโควิด-19 ด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยบูรณาการ กับหลักพุทธจิตวิทยาในการร่วมกันรักษาผู้ป่วย เพื่อเป็นการส่งเสริมและพัฒนาภูมิปัญญาของชาติด้านการแพทย์แผนไทย ร่วมกับหลักพุทธจิตวิทยาให้เป็นทางเลือกในการดูแลรักษา อย่างเร่งด่วน และรวดเร็ว เป็นสถานที่ใกล้บ้านหรือที่พักและไม่ซับซ้อนยุ่งยากในการรักษาผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) ให้กับประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19

สำหรับการรักษาผู้ป่วยผู้ติดเชื้อโคโรนา (โควิด-19) ที่มารักษาด้วยวิธีแพทย์แผนไทย ณ คลินิกแพทย์แผนไทยโพธิ์เรียง จังหวัดสมุทรสาครนั้น มีการแบ่งเกณฑ์การรักษาจากผู้ป่วยที่มารักษา ซึ่งได้ผลตามลำดับจนหายสามารถใช้ชีวิตเป็นปกติสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้ยังได้ส่งเสริมหลักพุทธจิตวิทยา ด้านหลักธรรมและวิธีดำเนินชีวิตตามทางพระพุทธศาสนาเพื่อเสริมเติมกำลังใจ สร้างความมั่นใจให้ผู้ป่วยที่มารักษา มีความอบอุ่นใจเสมือนเป็นครอบครัวเดียวกันยอมรับสภาพของความเป็นจริงที่กำลังเกิดขึ้นจากผลของการระบาดของโรคโควิด -19 และให้ปฏิบัติตามวิธีการตามขั้นตอนคำแนะนำด้วยใจที่ยอมรับและกายที่ปฏิบัติ อย่างเป็นสุข

สถานการณ์โควิด (COVID-19)

การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ เริ่มต้นขึ้นในเดือน ธันวาคม 2562 พบครั้งแรกที่มณฑลหูเป่ย์ นครอู่หนัน ประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีน และเริ่มระบาดไปทั่วโลก เมื่อวันที่ 12 มกราคม 2563 ประเทศไทยได้ตรวจพบเชื้อไวรัสโคโรนา ต่อจากประเทศจีนโดยนักท่องเที่ยวชาวอู่หนัน (จิราภรณ์ ศรีแจ่ม, 2564) ในวันที่ 30 มกราคม 2563 องค์การอนามัยโลกได้ประกาศเป็นภาวะฉุกเฉินทางสาธารณสุข ระหว่างประเทศ วันที่ 11 มีนาคม 2563 องค์การอนามัยโลกออกประกาศเป็นโรคระบาดทั่วไป จากข้อมูล ณ วันที่ 3 ธันวาคม 2564 มีสถิติการติดเชื้อทั่วโลก 264 ล้านคน ประเทศไทยติดเชื้อ 2.13 ล้าน สถิติการตายทั่วโลก 5.23 ล้านคน ประเทศไทย 20,847 คน (กรมควบคุมโรค, 2564) จากการระบาดที่ผ่านมานั้น ทำให้หน่วยของรัฐ เช่น โรงพยาบาลปฏิเสธในการตรวจคนไข้โควิด-19 จากปัญหาอุปกรณ์การตรวจค้นหาเชื้อหมด เตียงไม่เพียงพอ เครื่องช่วยหายใจไม่เพียงพอ ยาที่จะรักษาไม่มีขาดแคลนหน้ากากอนามัย เจลแอลกอฮอล์ล้างมือมีไม่เพียงพอกับความต้องการ แม้กระทั่งจัดทำโรงพยาบาลสนามขึ้นทุกตำบลก็เต็มและบางส่วนต้องเก็บตัวอยู่กับบ้าน

ผลกระทบจากโรคโควิดต่อการดำเนินชีวิต

จากการระบาดของโควิด - 19 กินเวลายาวนาน ประมาณกว่า 2 ปี ได้ส่งผลกระทบต่อประชาชนทั่วโลก ทั้งผู้ติดเชื้อและไม่ติดเชื้อ บุคลากรทางการแพทย์ หน่วยกู้ภัย จิตอาสา ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต เช่น เกิดความเครียด ความเหนื่อยล้า ซึมเศร้า หรือฆ่าตัวตายของคนในสังคมครอบครัวและทุกคน ส่งผลต่อภาวะเศรษฐกิจการเงินของโลกของประเทศของครอบครัวและตนเอง การดำรงชีวิตต้องเปลี่ยนไป ตอนต้นปี พ.ศ. 2563 ปัญหาการระบาดของโรคโควิด 19 และได้รับการรักษาด้วยวัคซีนจำนวนมากขึ้นในระยะต่อมา ในระหว่างเดือนกรกฎาคมถึงสิงหาคม 2563 เป็นช่วงเกิดการระบาดอย่างหนักในจังหวัดสมุทรสาคร ปัญหาที่พบคือ

1. โรงพยาบาลเต็มมีพื้นที่ไม่เพียงพอกับคนไข้
2. ยา เครื่องมือ อุปกรณ์ ไม่เพียงพอ
3. อุปกรณ์การตรวจมีไม่เพียงพอ ขาดแคลน
4. เจ้าหน้าที่เหนื่อยล้า การขาดแคลนบุคลากร

5. โรงพยาบาลสนามไม่เพียงพอ
6. ผู้ป่วยจำนวนมากต้องกักตัวอยู่ที่บ้าน
7. ขาดแคลนอาหาร และของใช้ที่จำเป็น
8. ขาดรายได้ เมื่อต้องหยุดงาน เป็นระยะเวลานาน
9. สูญเสียขวัญและกำลังใจเมื่อติดเชื้อ และสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักอย่างกะทันหัน

จากมาตรการที่เข้มข้นขึ้นหลังจากเดือนมีนาคม พ.ศ. 2563 ซึ่งขณะนั้นมีแนวโน้มการเพิ่มของผู้ป่วยเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจน รัฐบาลจึงออกมาตรการมาเพื่อยับยั้งการระบาด การปฏิบัติตามมาตรการของรัฐบาล ต้องอาศัยกฎหมายและความร่วมมือ ระเบียบวินัยของประชาชน หากทุกคนมีความเชื่อมั่น มีระเบียบวินัยปฏิบัติตามคำแนะนำของรัฐโดยเคร่งครัดตามมาตรการที่กำหนด เช่น การลดการเดินทาง การหยุดอยู่บ้าน ดูแลสุขภาพตัวเอง ป้องกันตนเอง ล้างมือ ใส่หน้ากากอนามัย เวลาไปในที่ชุมชน และจะต้องทำให้ได้ในเรื่องระยะห่างทางสังคม งดกิจกรรมทางสังคมทั้งหมด (Social Distancing) งดหรือลดการเดินทางโดยไม่จำเป็นหรืองดได้ทั้งหมด ก็จะเป็นการลดการสัมผัสระหว่างคนต่อคน ทำงานที่บ้าน ปิดสถานศึกษา ให้ใช้ระบบออนไลน์ ทุกคนได้ทำกิจกรรมแบบดิจิทัล ออนไลน์ ทางอิเล็กทรอนิกส์ เพื่อลดการสัมผัสติดต่อ เช่นการใช้จ่าย การเงิน การซื้อขายออนไลน์ หรือถ้าซื้อขายก็ใช้เงินเป็นแบบดิจิทัล เป็น e-Transactions และ ออนไลน์แบบต่าง ๆ เช่น การประชุมออนไลน์ การดำเนินการตามมาตรการต่าง ๆ ของรัฐบาลต่อสู้กับโควิด-19 อาจไม่จบในระยะเวลานี้สั้น ๆ แต่อาจต้องใช้เวลาพอสมควร การร่วมมือและการมีวินัย การปฏิบัติตนอย่างเคร่งครัด ตามมาตรการของรัฐ จะช่วยให้ปัญหาจบลงได้ หรือชะลอเวลาเพื่อรอวัคซีน สถานการณ์เช่นนี้ ทำให้ต้องปรับตัวและสร้างความคุ้นชิน จึงเป็นไปตามรูปแบบการดำเนินวิถีชีวิตใหม่ (ยง ภู่วรวรรณ, 2564)

จากผลกระทบดังกล่าว ทำให้สถานที่รักษาไม่เพียงพอ ทำให้มีผู้ติดเชื้อโควิด-19 ต้องพักรักษาตัวอยู่ที่บ้านอีกเป็นจำนวนหนึ่ง โดยอาศัยหน่วยงานผู้นำท้องถิ่น และอาสาสมัครช่วยในการส่งต่ออาหาร และดูแลร่วมกับแพทย์แผนไทย ส่งยาตำรับแพทย์แผนไทย และสมุนไพรต่าง ๆ ช่วยเยียวยารักษาบำบัดอาการ พร้อมทั้งแนะนำการปฏิบัติตัวร่วมกับการใช้หลักพุทธจิตวิทยา เพื่อแก้ไขสถานการณ์ การระบาดของโควิด -19 ได้เป็นอย่างดี

แพทย์แผนไทยกับการรักษาโรค

ยาตำรับแพทย์แผนไทยมีการสืบสานรักษาวิธีการนี้มีมาตั้งแต่อดีตพุทธกาล ดังปรากฏในเรื่องของหมอชีวกโกมารภัจจ์ ผู้เป็นปฐมบรมครูด้านการแพทย์แผนไทยทุกแขนง เป็นแพทย์ประจำพระองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และดูแลรักษาพระสาวกทั้งหลาย อีกทั้งเป็นหมอประจำพระองค์ของพระเจ้าพิมพิสาร พระราชาแห่งแคว้นมคธ เช่น การรักษาโรคผอมเหลืองของพระเจ้าจันทรปัชโชต การรักษาอาการปวดศีรษะเรื้อรังของเศรษฐีชาวกรุงราชคฤห์ และรักษาโรคลำไส้ของลูกเศรษฐีชาวกรุงพาราณสี (วิ.ม.(ไทย) 4/191) จะเห็นได้ว่าการรักษาผู้ป่วยในสมัยพุทธกาลนั้น ล้วนอาศัยการรักษาความเจ็บป่วยด้วยยาสมุนไพรที่มีอยู่ในธรรมชาติ

ดังนั้น การแพทย์แผนไทยเป็นภูมิปัญญาซึ่งบรรพบุรุษของไทยได้สั่งสมสืบทอดกันมายาวนาน มีความพยายามในการธำรงรักษาภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยของชาติมาตั้งแต่อดีต มีการรวบรวมตำรายาที่ดีและจารึกไว้ในแผ่นหิน ประดับตามผนังศาลาวัดสำคัญต่าง ๆ เมื่อเริ่มมีการแพทย์แผนตะวันตกเข้ามาในประเทศไทย การแพทย์แผนไทยยังคงมีบทบาทในการดูแลรักษาผู้ป่วย โดยมีการนำความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์และวิทยาศาสตร์การแพทย์เข้ามาประยุกต์เพื่ออธิบายและพัฒนาการแพทย์แผนไทย (มหาวิทยาลัยมหิดล, 2564)

การแพทย์แผนโบราณ เป็นการดูแลสุขภาพทั้งสภาวะปกติ และสภาวะที่ผิดปกติ หรือเป็นโรค โดยใช้ทฤษฎีความสมดุลของธาตุต่าง ๆ ในร่างกายและกายวิภาคศาสตร์ (anatomy) หลักวิชาการวิทยาศาสตร์การแพทย์เข้ามาอธิบายตามหลักวิชาการหลักเวชปฏิบัติ แพทย์แผนไทยมีความเชื่อมาแต่ครั้งโบราณ ร่างกายมนุษย์ ประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ เมื่อเกิดการแปรปรวนผิดปกติของธาตุ เรียกว่า หย่อน กำเริบ พิการ เป็นสาเหตุของการเกิดโรค

คำว่า “โรค” ในทางพระพุทธศาสนาจากรากศัพท์ภาษาบาลีว่า “รฺช” แปลว่า เสียดแทง มีความหมายว่า สิ่งที่เสียดแทงให้เจ็บปวด คำศัพท์ที่มีความหมายถึงความเจ็บปวดหรือโรค ได้แก่ โรคาพาธ หมายถึง ความเจ็บไข้ที่เกิดจากเชื้อโรค “อาพาธ” หมายถึง ความเจ็บป่วย “พยาธิ” หมายถึง ความเจ็บป่วย “อามัย” หมายถึง ความไม่สบาย ซึ่งตรงข้ามกับคำว่า “อนามัย” คือ ความสบายนั่นเอง และโรคในทางพระพุทธศาสนาแบ่งเป็น 2 ประเภท ประเภทแรก คือโรคทางกาย (กายิกโรค) และโรคทางใจ (เจตสิกโรค) (อง ทสก. (ไทย) 24/60/129-131)

สำหรับสาเหตุของโรคทางกาย มีหลายสาเหตุ คือ โรคเกิดจากดี เสมหะ ลม ใช้สันนิบาต ฤดูแปรปรวน การบริหารไม่สม่ำเสมอ การใช้ความเพียรเกินกำลัง ผลของกรรม หนาว ร้อน หิวกระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ ธาตุ 4 ไม่สมดุล (ที.ปา. (ไทย) 11/31306-307), การไม่รู้ประมาณในการบริโภค

การใช้ตำรับยาแพทย์แผนไทยเพื่อรักษาผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด - 19)

คลินิกแพทย์แผนไทยโพธิ์เรียง จังหวัดสมุทรสาคร เป็นสถานพยาบาลอีกแห่งหนึ่งที่เป็นสถานคลินิกทางเลือกสำหรับผู้ที่ต้องการรักษาโรคโควิด-19 และใช้กรรมวิธีในการรักษาโรคโควิด-19 ด้วยตำรับยาทางการแพทย์แผนไทย และผลการรักษานั้นทำให้เชื้อโรคโควิด-19 หายขาดได้จากผลที่รักษาที่ผ่านมา แต่ว่าการใช้ยาในแต่รายบุคคลนั้นต้องเป็นไปตามหลักการแพทย์แผนไทย คือการรักษานั้นให้ดูจากลักษณะเฉพาะบุคคลของคนไข้ อาการหนักเบาของคนไข้ การเลือกใช้ตำรับยาตามความเหมาะสมของผู้ป่วยเป็นหลัก การรักษาผู้ป่วยโรคโควิด-19 ก็เช่นเดียวกัน จึงมีการแบ่งประเภทและจำแนกตำรับยาที่จะใช้ดังนี้

ตำรับยาที่ใช้ ชุดที่ 1

1. ยาขาว 1 ช้อนชา น้ำกระสายยาเป็น มะนาว 1 ชีก ซึ่งมีบันทึกไว้ในตำรายาวิธโพธิ์ โดยบรมครูท่านอาจารย์หมอบุบ เป็นผู้ประสิทธิ์ประสาท ผ่านท่านอาจารย์ใหญ่ ท่านอาจารย์ป้อม ให้แก่เหล่านักศิษย์รุ่นหลังต่อมา ขนาดที่ใช้ 1-2 ช้อนชา (ยาบดผง) น้ำมะนาว 1 ชีก (น้ำกระสายยา) ตามอาการหนักเบา ของคนไข้แต่ละคน

2. ฟ้าทะลายโจร เป็นสมุนไพรในสาธารณสุขมูลฐาน ขนาดรับประทานครั้งละ 2-5 แคปซูล ตามอาการหนัก เบาของคนไข้

ตำรับยาที่ใช้ชุดที่ 2

1. ยาจันทลีลา เป็นตำรับยาสมุนไพร สามัญประจำบ้าน ขนาดรับประทานครั้งละ 2-5 แคปซูล ตามอาการหนัก เบาของคนไข้

2. ฟ้าทะลายโจร เป็นสมุนไพรในสาธารณสุขมูลฐาน ขนาดรับประทานครั้งละ 2-5 แคปซูล ตามอาการหนัก เบาของคนไข้

ส่วนกรณีคนไข้มีอาการไอ จะเพิ่มยาอีกส่วนคือ

1. ยาอำมฤควาที (บริษัทชาวละออเภสัช จำกัด) ใช้ชงน้ำร้อนผสมมะนาว
2. ยาแก้ไอมะขามป้อม (ห้างทองโอสถ) เป็นยาน้ำ จิบได้บ่อยครั้งตามอาการไอ

ผลจากการใช้ยาสมุนไพรทั้ง 2 ตำรับ ของคลินิกแพทย์แผนไทยโพธิ์เรียง จังหวัดสมุทรสาคร เป็นสถานพยาบาลอีกแห่งหนึ่งที่เป็นสถานคลินิกทางเลือกสำหรับผู้ที่ต้องการรักษาโรคโควิด-19 นั้น นับได้ว่าเป็นผลดีต่อผู้ที่มารักษาสามารถหายขาดจากการที่ได้รับเชื้อโควิด-19

กรณีตัวอย่างในการรักษาผู้ป่วยโรคโควิด 19

กรณีตัวอย่างกลุ่มที่ 1

ผู้ป่วยติดเชื้อมีอาการหนัก เริ่มรักษาเมื่อวันที่ 15 สิงหาคม 2564 มีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ ปวดเมื่อย จมูกไม่ได้กลิ่น กินอาหารไม่ร่ำรส หายใจเหนื่อย อุนหภูมิร่างกาย 37.5-38.5 องศาเซลเซียส โดยให้รับประทานยาตำรับดังนี้ 1.ยาขาว 1 ช้อนชา มะนาว 1 ชิกชงน้ำร้อนกินทุก 3 ชั่วโมง 2. ฟ้าทะลายโจร ครั้งละ 2 เม็ด กินทุก 3 ชั่วโมง 3. ยาแก้ไออำมฤควาที 1 ชอง ชงร่วมกับยาขาว ทุก 3 ชั่วโมง 4. ยาแก้ไอมะขามป้อม จิบได้เมื่อมีอาการไอ ทุก และ 3-4 ชั่วโมง มีตรวจอาการไข้ตลอด

วันที่ 18 สิงหาคม 2564 อุนหภูมิร่างกาย 36.5 หายปวดเมื่อย จมูกได้กลิ่นนิดหน่อย กินอาหารพอร่ำรส ไอบ้างนิดหน่อย อาการเหนื่อยดีขึ้น ให้รับประทานยาตำรับดังนี้ 1. ยาขาว 1 ช้อนชา มะนาว 1 ชิกชงน้ำร้อนกินทุก 3 ชั่วโมง 2. ฟ้าทะลายโจร ครั้งละ 2 เม็ด กินทุก 3 ชั่วโมง 3. ยาแก้ไออำมฤควาที 1 ชอง ชงร่วมกับยาขาว ทุก 3 ชั่วโมง 4. ยาแก้ไอมะขามป้อม จิบได้เมื่อมีอาการไอ

วันที่ 21 สิงหาคม 2564 ไม่พบอาการติดเชื้อ อุนหภูมิร่างกาย 36.5 หายปวดเมื่อย จมูกได้กลิ่น กินอาหารร่ำรส ไม่เหนื่อย ให้รับประทานยาตำรับดังนี้ 1. ยาขาว 1ช้อนชา มะนาว 1 ชิก ชงน้ำร้อนกินทุก 3 ชั่วโมง 2. ฟ้าทะลายโจร ครั้งละ 2 เม็ด กินทุก 3 ชั่วโมง 3. ยาแก้ไออำมฤควาที 1 ชอง ชงร่วมกับยาขาว ทุก 3 ชั่วโมง 4. ยาแก้ไอมะขามป้อม จิบได้เมื่อมีอาการไอ

วันที่ 28 สิงหาคม ไม่พบติดเชื้อ อุนหภูมิร่างกาย 36.5 ไม่มีอาการใด ให้รับประทานยาตำรับดังนี้ 1. ยาขาว 1ช้อนชา มะนาว 1 ชิก ชงน้ำร้อนกินทุก เข้า กลางวัน เย็น ถึงวันที่ 28 สิงหาคม 2564 สามารถทำงานได้ตามปกติ

กรณีตัวอย่างกลุ่มที่ 2

กลุ่มผู้ป่วยติดเชื้อแต่มีอาการไม่มาก เริ่มรักษาอาการเมื่อวันที่ 15 สิงหาคม 2564 อุณหภูมิร่างกาย 36.5 อาการปกติ ไม่มีอาการใด ๆ เริ่มด้วยการให้รับประทานยา ดังนี้ 1. ยาขาว 1 ช้อนชา 2. มะนาว 1 ชีก ชงน้ำร้อน กิน ก่อนอาหาร เข้า กลางวัน เย็น

วันที่ 18 สิงหาคม 2564 พบอาการติดเชื้อ อุณหภูมิร่างกาย 36.5 มีอาการปวดเมื่อยตัว นิดหน่อย ให้รับประทานดาร์บดังนี้ 1. ยาจันทลีลา 3 เม็ด ทุก 3 ชั่วโมง 2. ฟาโตะลายโจร 2 เม็ด กินทุก 3 ชั่วโมง

วันที่ 19 สิงหาคม 2564 พบการติดเชื้อ อุณหภูมิร่างกาย 36.5 ไม่มีอาการใด ๆ ให้รับประทานดาร์บดังนี้ 1. ยาขาว 1ช้อนชา มะนาว 1 ชีก ชงน้ำร้อนกินก่อนอาหาร เข้า กลางวัน เย็น 2. ฟาโตะลายโจร 2 เม็ด กินทุก 3 ชั่วโมง

วันที่ 21 สิงหาคม 2564 ไม่พบอาการติดเชื้อ 36.5 ไม่มีอาการใด ๆ ให้รับประทานดาร์บดังนี้ 1. ยาขาว 1ช้อนชา 2. มะนาว 1 ชีก ชงน้ำร้อนกิน เข้า เย็น

วันที่ 24 สิงหาคม 2564 ไม่พบอาการติดเชื้อ อุณหภูมิร่างกาย 36.5 ไม่มีอาการใด ๆ ให้รับประทานดาร์บดังนี้ 1.ยาขาว 1ช้อนชา 2. มะนาว 1ชีก ชงน้ำร้อนกินเช้า เย็น ทำงานได้ตามปกติ

กรณีตัวอย่างกลุ่มที่ 3

กลุ่มติดเชื้อแต่ไม่มีอาการ เริ่มรักษาอาการเมื่อวันที่ 15 สิงหาคม 2564 อาการติดเชื้อ อุณหภูมิร่างกาย 36.5 ปวดเมื่อยตัว จมูกไม่ได้กลิ่นนิดหน่อย กินอาหารไม่รู้รส เหนื่อยนิดหน่อย ให้รับประทานดาร์บดังนี้ 1. ยาจันทลีลา 3 เม็ด ทุก 3 ชั่วโมง 2. ฟาโตะลายโจร 2 เม็ด กินทุก 3 ชั่วโมง (กินต่ออีก 2 วัน)

วันที่ 21 สิงหาคม 2564 ไม่พบอาการติดเชื้อ อุณหภูมิร่างกาย 36.5 หายปวดเมื่อย จมูกได้กลิ่น กินอาหารรู้รส หายเหนื่อย อดินิดหน่อย ให้รับประทานดาร์บดังนี้ 1. ยาจันทลีลา ครั้งละ 3 เม็ด เข้า กลางวัน เย็น 2. ยาแก้ไออัมฤควาที 1 ของ ชงกับน้ำมะนาว เข้า กลางวัน เย็น เมื่อ ไอ 3. ยาแก้ไอมะขามป้อม จิบได้เมื่อมีอาการไอ

วันที่ 24 สิงหาคม 2564 ไม่พบเชื้อ อุณหภูมิร่างกาย 36.5 ไม่มีอาการใด หยุดกินยา วันที่ 28 สิงหาคม 2564 ไม่ติดเชื้อ ไม่มีอาการใด ทำงานได้ตามปกติ

กรณีตัวอย่างกลุ่มที่ 4

กลุ่มที่ผู้ป่วยติดเชื้ออยู่ร่วมกับผู้ไม่ติดเชื้อ ภรรยา เริ่มรักษาอาการ เมื่อวันที่ 15 สิงหาคม 2564 พบอาการติดเชื้อ อุณหภูมิร่างกาย 36.5 อาการปวดหลังนิดหน่อย ให้รับประทานดาร์บดิ่งนี้ 1. ยาขาว 1 ซ้อนชา มะนาว 1 ชีก ชงน้ำร้อนกินทุก 3 ชั่วโมง 2. ฟ้ายะลวยโจร ครั้งละ 2 เม็ด กินทุก 3 ชั่วโมง (3 วัน)

วันที่ 18 สิงหาคม 2564 อุณหภูมิร่างกาย 36.5 อาการหายปวดหลัง จมูกไม่ได้กลิ่น นิดหน่อย กินอาหารพอรู้รส เหนื่อยนิดหน่อย ให้รับประทานดาร์บดิ่งนี้ 1. ยาขาว 1 ซ้อนชา มะนาว 1 ชีก ชงน้ำร้อนกินทุก 3 ชั่วโมง 2. ฟ้ายะลวยโจร ครั้งละ 2 เม็ด กินทุก 3 ชั่วโมง (กินต่ออีก 2 วัน)

วันที่ 21 สิงหาคม 2564 ไม่พบเชื้อ หายปวดเมื่อย จมูกได้กลิ่น กินอาหารรู้รส หายเหนื่อย ให้รับประทานดาร์บดิ่งนี้ 1. ยาขาว 1 ซ้อนชา 2. มะนาว 1 ชีก ชงน้ำร้อนกิน ก่อนอาหาร เข้า กลางวัน เย็น ให้กินครบ 14 วัน ถึงวันที่ 28 สิงหาคม 2564 ไม่พบอาการติดเชื้อ ไม่มีอาการใด ทำงานได้ตามปกติ

ส่วนสามีของผู้ติดเชื้อซึ่งอยู่ร่วมกันตามปกติในชีวิตครอบครัวและได้ดูแลผู้ป่วยที่เป็นภรรยาของตนเองตลอด แต่ทางคลินิกฯ ให้รักษาป้องกันด้วยวิธีการเดียวกันภรรยา ผลปรากฏว่า ไม่อาการติดเชื้อ และทำงานได้เป็นปกติ และการรักษาผู้ป่วยแต่ละรายนั้นจะใช้เวลารักษาและเฝ้าดูอาการ ประมาณ 14 วัน ถึง 20 วัน ตามอาการหนัก เบา ของแต่ละคน เพื่อความปลอดภัยและมั่นใจว่าหายขาด

จากกรณีผู้ที่ติดเชื้อ ทั้ง 4 กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยติดเชื้อมีอาการหนัก กลุ่มผู้ป่วยติดเชื้อแต่มีอาการไม่มาก กลุ่มติดเชื้อแต่ไม่มีอาการ และกลุ่มที่ผู้ป่วยติดเชื้ออยู่ร่วมกับผู้ไม่ติดเชื้อ สามารถรักษาได้หายขาดทั้ง 4 กลุ่มตัวอย่าง แต่ต้องใช้ระยะเวลาการรักษาแตกต่างกันตามอาการของผู้ติดเชื้อมีความรุนแรงมาน้อยแค่ไหน

พุทธจิตวิทยาในการรักษาผู้ป่วยโรคโควิด 19

จิตวิทยาเป็นวิชาที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมหรือกิริยาอาการของมนุษย์รวมถึงความพยายามที่จะศึกษาว่ามีอะไรบ้างหรือตัวแปรใดบ้าง และในสถานการณ์ใดที่เกี่ยวข้องกับการทำให้เกิดผลรับต่าง ๆ และทางพระพุทธศาสนาเองยังได้อธิบายปรากฏการณ์เกี่ยวกับความ

ทุกข์และการปฏิบัติเพื่อความไม่ทุกข์ไว้อย่างชัดเจน หลักธรรมในพระพุทธศาสนามุ่งสร้างความเข้าใจต่อโลกและชีวิตที่ถูกต้องตามความเป็นจริง มุ่งสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความทุกข์และความดับทุกข์ หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องมือนำทางชีวิตในการฝ่าฟันวิกฤตได้อย่างไร ทางพุทธจิตวิทยาใช้วัดขึ้นทางใจด้านไวรัสโควิด -19 และจัดการดูแลตนเองต่อเหตุการณ์การแพร่ระบาด โควิด -19 โดยนำคำสอนทางพระพุทธศาสนามาฉีดยาขึ้นทางใจ เพื่อป้องกันความทุกข์และเป็นหลักที่พึ่งทางใจ สำหรับคนในทุกวัย ทุกเพศ ทุกสถานะ ไม่ว่าคนรวยหรือคนจน ต่างประสบปัญหาอยู่ในท่ามกลางสถานการณ์เดียวกันและได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์ครั้งนี้แตกต่างกัน (ThaiPR.net, 2564)

การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการให้กำลังใจผู้ป่วยและผู้มีความเสี่ยงในการติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด -19) ให้มีสติมีกำลังใจเข้าใจในธรรมชาติ ให้มองเห็นความสุขในแบบที่ตนเป็น แนวทางการดูแลรักษาร่างกายตามหลักพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย การบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการโภชนาการมีสติปัญญา ออกกำลังกาย เสริมสร้างจิต กระทำความดี ละเว้นความชั่ว ทำจิตใจให้ผ่องแผ้วใช้ยารักษาโรคตามธรรมชาติรวมตลอดถึงการใช้ธรรมเป็นโอสภเพื่อการรักษาโรค (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2564)

การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาเป็นวัคซีนเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดดังกล่าวนี้ ช่วยให้ผู้คนต่างหวาดกลัวมีความระแวดระวังความเชื่อมั่นความไว้วางใจกันกับการป้องกัน รักษาโรคชนิดนี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง “ผู้ที่รู้ตัวว่าติดเชื้อโรคนี้” ซึ่งอยู่ในสถานภาพของ “ผู้ป่วย” ซึ่งต้องมี “คุณธรรมของผู้ป่วย” คอยกำกับดูแลดังที่พระพุทธองค์แสดงไว้ว่าคุณธรรมหรือข้อปฏิบัติสำหรับผู้ป่วยที่พยาบาลได้ง่ายมี 5 ประการ คือ 1.ทำความสบาย 2.รู้ประมาณในความสบาย 3.รับประทานยา 4. บอกอาการไข้ตามความจริงแก่พยาบาลไข้ที่มุ่งประโยชน์ คือ บอกอาการไข้ที่กำเริบว่ากำเริบ อาการไข้ที่ทุเลาว่าทุเลาอาการไข้ที่ทรงอยู่ว่าทรงอยู่ 5. เป็นคนอดทนความรู้สึกทางกายที่เกิดขึ้น เป็นทุกข์แสนสาหัสกล้าแข็ง เผ็ดร้อน ไม่น่ายินดี ไม่น่าพอใจ แทบจะคร่ำชีวิต (วิ.ม. (ไทย) 5/366/214-243) หลักธรรมที่สำคัญที่สุดในสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 ที่จะสอนให้รู้จักนำวัคซีนทางธรรมรักษาโรคทางกายและทางใจ คือ อริยสัจ 4 (อง.ทสภ.(ไทย) 24/95/208) คือความจริงอันประเสริฐที่ทำให้ผู้เข้าถึงเป็นพระอริยะได้ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2564) ได้แก่

1. ทุกข์ คือสภาพความทุกข์ทรมานจากการติดเชื้อหรือความทุกข์ที่วิตกกังวลกับเรื่องของโรคโควิด 19 ทำให้เกิดความเครียดทางกายทางใจ เพราะเป็นผลเนื่องจากการขาดรายได้การสูญเสียคนที่รักทำให้เป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา ยิ่งบริโภควิวสารว่าเป็นแล้วตายยิ่งทุกข์หนักกว่าเดิม

2. สมุทัย สาเหตุที่เกิดความทุกข์จากการระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) การต้องเก็บตัวอยู่บ้านหรือโรงพยาบาล ทำให้ขาดรายได้ ภาระหนี้สินค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้น จะทำอะไรให้มีสติรู้เท่าทันและสร้างปัญญาให้เกิดเพื่อรองรับปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไม่ประมาท

3. นิโรธ วิธีการดับความทุกข์ด้วยการใช้ปัญญาหรือจากกัลยาณมิตร การดับทุกข์ การรู้ในปัญหาที่เกิดว่าทุกข์จากเรื่องใด จึงแก้จากเรื่องนั้น กล่าวติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) ก็ป้องกันตนเอง อย่างเคร่งครัด เมื่อต้องติดเชื้อฯ ก็มีสติให้รู้เท่าทัน อาการที่เกิดขึ้นช่วยเหลือตนเองก่อน กินยาให้ทันกับโรค

4. มรรค คือหนทางแห่งการดับทุกข์ด้วยการปฏิบัติตามภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย การดูแลรักษาตนเองทั้งกายและใจจนกระทั่งหายจากการติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19)

จึงกล่าวได้ว่าอริยสัจ 4 คือการรู้เท่าทันกับสิ่งที่เกิดขึ้นการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น เป็นการบำบัดส่งเสริม การดูแลสุขภาพโดยองค์รวม เรียนรู้และเข้าใจร่างกายจิตใจ และสาเหตุการเจ็บป่วยอย่างแท้จริง โดยมองตามหลักความเป็นจริง ยอมรับ อย่างมีสติ ทำให้เกิดปัญญา แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นทุกสถานการณ์ในการเกิดการระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) อย่างแท้จริง ที่สำคัญการรักษาตนเองให้ปลอดภัยแล้วเราจะได้ชื่อว่าช่วยป้องกันคนอื่นอีกด้วย ดังพุทธภาษิตที่ “อตตานิ ภิกขเว รกฺขณโต ปรี รกฺขติ ปรี รกฺขณโต อตตานิ รกฺขติ” แปลความว่า “ภิกษุทั้งหลาย บุคคลเมื่อรักษาตนเชื่อว่ารักษาคนอื่น เมื่อรักษาคนอื่นเชื่อว่ารักษาตน” (ส.ม. (ไทย) 19/242) นั้นหมายความว่า การคุ้มครองป้องกันดูแลตนเองครบถ้วนและสังคมให้รอดพ้นจากโรคโควิด 19 เชื่อว่ารักษาตน (พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2564)

สรุป

จากการศึกษาการใช้ตำรับยาแพทย์แผนไทยร่วมกับหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อรักษาผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) นั้น ทำให้ได้รับข้อมูลเชิงประจักษ์และพิสูจน์ด้วยการรักษาด้วยตัวยาสมุนไพรที่มีอยู่ในบ้านเรา โดยไม่ได้ใช้ยาแพทย์แผนปัจจุบัน ในการรักษาจากโรคด้วย

วิธีดังกล่าว ซึ่งระยะใช้เวลาเพียง 3-7 วัน ด้วยรับประทานยาตำรับยาแพทย์แผนไทยสามารถยับยั้งและรักษาการติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) หายได้ ซึ่งประกอบด้วยตำรับยา คัมภีร์วัดโพธิ์ ยาแผนไทยสามัญประจำบ้าน และสมุนไพรรักษาโรคตามฐาน จึงเป็นข้อพิสูจน์ได้ว่าตำรับยาแพทย์ไทยของบรรพบุรุษไทยเรานั้นสามารถป้องกัน และรักษาการป่วย หายได้ภายใน 3-10 วัน นอกจากการรักษาด้วยตำรับยาแพทย์แผนไทยแล้วยังต้องอาศัยหลักพุทธจิตวิทยาในการร่วมบำบัดโรคด้วยหลักธรรมอริยสัจ 4 เพื่อเป็นโล่ป้องกันส่งเสริมเติมกำลังใจให้ต่อสู้กับโรค และพร้อมดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างมีความสุข มีสติรู้ให้เท่าทันกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเข้าใจในธรรมชาติที่เกิดขึ้น แล้วใช้ธรรมชาติในการบำบัดรักษาทั้งทางกาย และจิตใจให้ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขตลอดไป

รายการอ้างอิง

- กรมควบคุมโรค.(2564). ภาพรวมของผู้ติดเชื้อ *Our World in Data* และ *JHU CSSE COVID-19 Data*. สืบค้น 3 ธันวาคม 2564, จาก <https://www.google.co.th/search>.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2564). โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19). สืบค้น 1 ธันวาคม 2564, จาก <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia>.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2556). *ยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ พ.ศ.2556*. ราชกิจจานุเบกษา 14 กุมภาพันธ์ 2556 หน้า 30 เล่ม 130 ตอนพิเศษ 21 ง.
- จิราภรณ์ ศรีแจ่ม. (2564). *วันที่ไทยรู้จัก COVID-19*. สืบค้น 5 ธันวาคม 2564, จาก <https://news.thaipbs.or.th/content/290347>
- พรณทิพา คนศรี, นภัทร์ แก้วนาค. (2564). *การบำบัดดูแลและส่งเสริมสุขภาพองค์รวม*. สืบค้น 5 ธันวาคม 2564 จาก <http://so02.tci-thaijo.org/index.php/JGSR/article/view/185041/130186>
- พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). (2564). *โควิดทกถา*. กรุงเทพฯ : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน).
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยมหิดล, (2561). *การแพทย์แผนไทยประยุกต์ (Applied Thai Traditional Medicine)*. สืบค้น 10 ธันวาคม 2564, จาก https://med.mahidol.ac.th/altern_med/th/thai_traditional_medicine

- โรงเรียนแพทย์แผนโบราณ วัดพระเชตุพนฯ. (2547). *ตำรายาศิลาจารึกในวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม*. กรุงเทพฯ : นานอักษรการพิมพ์.
- วิชญ์ ธรรมลิขิตกุล และคณะ. (1991). ประสิทธิภาพของสมุนไพรฟ้าทะลายโจรในการรักษาอาการไข้และเจ็บคอ. *วารสารจดหมายเหตุทางแพทย์ แพทยสมาคมแห่งประเทศไทย*, 74(10): 437-442.
- ยง ภู่วรรณ. (2564). *การปรับตัวภายใต้ภาวะการระบาดของโรคโควิด-19*. สืบค้น 3 ธันวาคม 2564, จาก <https://learningdq-dc.ku.ac.th/course/?c=1&l=4>
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป .อ. ปยุตโต). (2564). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 43). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมิก.
- ThaiPR.net. (2564). *พุทธจิตวิทยากับการจัดการตนเองในวิกฤตสถานการณ์โควิด-19*. สืบค้น 10 ธันวาคม 2564, จาก <https://www.ryt9.com/s/prg/3121499>