

การสร้างหลักธรรมานามัยในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทย ตำบลโพรงมะเดื่อ อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม*

Construction of Dhammanamai Principles in Treatment of Thai Traditional Medicine of Prongmadaue Community, Muang District, Nakhonpathom Province

^{1*} ประเสริฐ โมกแก้ว, ¹พระปลัดสมชาย ปโยโค, โยตะ ชัยวรมันกุล และ ²มานพ นักการเรียน

¹Prasert Mogkaew, ¹Phrapalad Somchai Payogo, Yota Chaivoramankul and ²Manop Nakkanrian

¹วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

^{1*}Buddhapanya Sri Thawarawadee Buddhist College, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.

²มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Mahamakut Buddhist University, Thailand.

²Corresponding Author. E-Mail: dn.2519@gmail.com



บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย คือ 1) เพื่อศึกษาวิธีการดูแลรักษาโรคผู้ป่วยตามแนวทางพระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษาวิธีการดูแลรักษาโรคผู้ป่วยตามหลักการรักษาโรคของการแพทย์แผนไทย 3) เพื่อสร้างหลักธรรมานามัยในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทย มาประยุกต์ใช้ประกอบการช่วยรักษาโรคของผู้ป่วยกับสังคมปัจจุบัน การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการวิเคราะห์ โดยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลจากพระไตรปิฎก เอกสารงานวิจัย และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก จากผู้ทรงคุณวุฒิฝ่ายบรรพชิต กลุ่มที่สนักเป็นผู้ป่วย ญาติผู้ป่วยและแพทย์แผนไทย จำนวน 12 รูป/คน นำเสนอในรูปแบบพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า 1) ความเจ็บป่วยหรือโรครมี 2 ประเภท คือโรคทางกายและโรคทางใจ โรคทางกายได้แก่ โรคที่เกิดขึ้นกับอวัยวะในส่วนต่างๆ ของร่างกาย เช่น โรคท้อง โรคฟัน โรคไข้หวัด โรคทางกายนี้

มีสาเหตุมาจากการเปลี่ยนแปลงของฤดูกาลและความไม่สมดุลของธาตุ เป็นต้น ส่วนโรคทางใจเกิดจากการที่จิตใจถูกครอบงำด้วยอุปกิเลสอาสวะ คือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง และความเจ็บป่วยที่มีในกายสามารถทำให้เกิดความทุกข์ทางใจในพระพุทธศาสนามีหลักในการดูแลรักษาโรคที่เกิดจากการเจ็บป่วย 2 แนวทางด้วยกัน คือการดูแลรักษาด้วยยาสมุนไพรและการดูแลรักษาด้วยธรรมโอสถ 2) ทางการแพทย์แผนไทยการเจ็บป่วยเกิดจาก ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟในร่างกายขาดความสมดุล ดูแลรักษาด้วยยาสมุนไพรตำรับ นวด อบ ประคบ งดอาหารแสลง 3) ประยุกต์หลักธรรมมาช่วยรักษาอาการของโรคของแพทย์แผนไทย โดยเสริมรักษาทางด้านจิตใจ เช่น การสวดมนต์ สมาธิ สันทนาธรรม คือจิตตานามัย รักษาทางกาย เช่น อิริยาบถถูกท่า อาหารถูกหลัก คือกายานามัย สภาวะที่ได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี ตามนาฬิกาชีวิต คือ อากาศ สิ่งแวดล้อมดี อาชีพดี คือ ชีวิตานามัย รวมแล้วก็คือ หลักธรรมานามัยในการรักษาโรค สู่สภาวะปกติสุขนั่นเอง

คำสำคัญ: หลักธรรมานามัย; การรักษาโรค; แพทย์แผนไทย

Abstract

The objective of the research is 1) to study the methods of care for patients according to the Buddhist guidelines. 2) To study how to care for patients according to the principles of Thai traditional medicine. 3) to create the principle of healing in the treatment of Thai traditional medicine To apply to help treat the disease of patients and the current society. This study is qualitative research. With analysis By using data collection methods from the Tripitaka Research papers And in-depth interviews. From the experts of the conquest The householder who is sick 12 relatives and patients of Thai traditional medicine/person presented in descriptive form.

The research found that 1) There are two types of illness or disease: physical disease and mental illness. Physical diseases include Diseases that occur with organs in various parts of the body, such as stomach disease, tooth disease, flu, this physical disease is caused by seasonal changes and elemental imbalances. Awa is greed, anger and delusion and illness in the body can cause mental distress in Buddhism. The illness of two approaches together. Is to take care of herbal medicine and care with Dharma Oso. 2) Traditional Thai medicine, an illness caused by soil, water, wind, fire in the body, lack of balance Take care of herbal medicine, massage, baking, compress, no food slang. 3) Apply the principles to help treat the symptoms of Thai traditional medicine. By enhancing the psychological treatment, such as praying, meditation, Dharma, ie Chittanamai, physical therapy, such as posture, being the main food being corrected, is Kayanamai. According to life clock is the air, good environment, the good profession is Chavitananamai, then is the principle of medicine in the treatment of diseases to the normal state of happiness.

Keywords: Dhammanamai; Cure; Thai traditional medicine

บทนำ

สถานการณ์สังคมไทยในปัจจุบันมีความเป็นสังคมวัตถุนิยมมากขึ้น ก่อให้เกิดปัญหาด้านพฤติกรรมของคนในสังคม คือ การย่อหย่อนในศีลธรรม จริยธรรม ขาดระเบียบวินัย สภาวะแวดล้อมที่เสื่อมโทรมลง ซึ่งมักับกระบวนการพัฒนาเศรษฐกิจนั้น ได้ส่งผลให้ภาวะการเจ็บป่วยของคนไทยเปลี่ยนแปลงไปสู่โรคสมัยใหม่ เช่น โรคมะเร็ง โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง (Phrapalad Somchai Payogo & Sudsukh, 2015) รวมทั้งการบาดเจ็บล้มตายจากอุบัติเหตุและอุบัติเหตุที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นตามการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจและรายได้ที่สูงขึ้น เป็นต้น ทำให้ภาวะสุขภาพของคนไทยเปลี่ยนแปลงไป คนไทยส่วนใหญ่ จะเป็นโรคเรื้อรังหรือโรคไม่ติดต่อมากกว่าโรคติดต่อ สาเหตุอันเนื่องมาจากพฤติกรรม การดูแลสุขภาพทางกายไม่ถูกต้อง เช่น การรับประทาน อาหารจานด่วน การไม่ออกกำลังกาย และการไม่ดูแลสุขภาพทางจิตใจ ได้แก่ การฝึกจิตนั่งสมาธิ การสวดมนต์ การผ่อนคลายความเครียด ส่งผลให้เกิดภาวะเครียด เกิดปัญหาสุขภาพจิต ซึ่งมีแนวโน้มสูงขึ้นเป็นปัญหาสาธารณสุขที่เกิดจากโรคเรื้อรังหรือโรคไม่ติดต่อ ส่งผลให้สถานการณ์ภาวะสุขภาพของคนไทยป่วยเป็นโรคทั้งทางกายและทางใจเพิ่มมากขึ้นทุกปี

หลักคำสอนของพระพุทธศาสนา มีเนื้อหาที่ระบุถึงวิธีการดูแลรักษาโรคทางกาย และทางใจไว้มากมายในคัมภีร์พระไตรปิฎกและในอรรถกถา ที่บันทึกเป็นทฤษฎีเป็นแนวทางปฏิบัติสืบทอดต่อกันมาตามคัมภีร์พุทธธรรม พระพุทธองค์ทรงเห็นความสำคัญในการรักษาพยาบาลภิกษุด้วยความมุ่งหวังจะให้มีสุขภาพดี ปราศจากการเจ็บไข้ได้ป่วย เมื่อสุขภาพดีขึ้นแล้วก็จะเอื้อต่อการปฏิบัติธรรมเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จด้วยเหตุนี้เอง พระพุทธองค์จึงทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธขึ้นมาแสวงหาเภสัช (ยาสมุนไพร) มาทำการรักษาและให้ไปไปตามอาการของโรคแต่ละอย่างได้ ดังปรากฏในการดูแลพระภิกษุในพระวินัยปิฎก (Mahachulalongkornrajavidyalaya University, 1996)

จากหลักการและเหตุผลปัญหาเรื่องวิธีการรักษาผู้ป่วยเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งของมนุษย์ เพราะหากเรามีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ก็สามารถที่จะประกอบอาชีพหรือทำหน้าที่ที่งานได้อย่างสมบูรณ์ให้บรรลุเป้าหมายของตนเองได้ ในปัจจุบันมีผู้เจ็บป่วยด้วยโรคทางพฤติกรรมมากขึ้น (WHO, 2010) ทั้งนี้เกิดขึ้นด้วยการรู้เท่าไม่ถึงการณ์ และเกิดจากการตามใจตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการกินอาหาร การมีพฤติกรรมที่ก่อโรค ล้วนเกิดจากความอ่อนแอทางจิต การยึดติดในกิเลสตัณหา การเจ็บป่วยมีสาเหตุจากพฤติกรรม การประยุกต์หลักแนวทางรักษาสุขภาพตามแนวพระพุทธศาสนาผสมผสานเข้ากับกรรมวิธีการดูแลรักษาโรคของแพทย์แผนไทยเป็นการสอดประสานเกื้อกูลผลการรักษาสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ จึงเป็นที่มาของการสร้างหลัก ธรรมนูญในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทย เพื่อใช้ดูแลรักษาสุขภาพกรณีเกิดการเจ็บป่วยได้เป็นอย่างดีในสังคมปัจจุบัน

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า รูปแบบการดูแลรักษาผู้ป่วยตามแนวพระพุทธศาสนา ได้กล่าวไว้ว่า พระพุทธเจ้าทรงมีพุทธานุญาต และพุทธบัญญัติต่างๆ หลายประการที่เกี่ยวกับการดูแลรักษาพยาบาลผู้ป่วย ได้แก่ การใช้เภสัชสมุนไพร การอนุญาตให้ภิกษุพยาบาลการเสด็จไปเยี่ยมไข้ และการพยาบาล

ผู้ป่วยด้วยพระองค์เอง พร้อมทั้งการบัญญัติคุณธรรมของผู้ดูแลพยาบาล และคุณธรรมต่างๆ ของคนไข้ที่ดีและไม่ดี ไว้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์ (Peaumkasikorn, 2013) สาเหตุของโรคและการเจ็บป่วยในยุคสังคมปัจจุบันนับว่าจะมีโรคแทรกซ้อนมากมาย กำลังทำลายอำนาจของระบบการแพทย์ ที่ไม่สามารถใช้ทฤษฎีทางการแพทย์มาอธิบายอย่างเบ็ดเสร็จ ซึ่งเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญอย่างมากในปัจจุบัน เนื่องจากปัญหาสุขภาพต่างๆ มักเกิดขึ้นร่วมกัน ผู้ป่วยต้องมีบทบาทอย่างมากในการเรียนรู้ และร่วมดูแลรักษาตนเอง เพราะปัจจัยส่วนบุคคลมีส่วนอย่างมากต่อความสำเร็จของการดูแลรักษา การดูแลรักษาโรคผู้ป่วยนั้นเป็นเรื่องละเอียดอ่อนและสัมพันธ์กับทุกมิติของความสัมพันธ์ในครอบครัวและชุมชน (Sripirom, 1970; Sapcharoen, 1996; Busarathit, 1999)

ปัญหาสภาวะการเป็นโรคเจ็บป่วยไข้ในปัจจุบัน เป็นปัญหาสำคัญทำให้คนไข้ล้นโรงพยาบาล ประชากรด้อยสุขภาพ อ่อนแอทั้งร่างกายและจิตใจ คุณภาพชีวิตตกต่ำ จึงควรนำความรู้เกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพตามแนวทางพระพุทธศาสนา การดูแลรักษาโรคด้วยกรรมวิธีของการแพทย์แผนไทย เช่น นำธรรมโอสถ ยาสมุนไพรในธรรมชาติ แพทย์/ผู้พยาบาลไข้รู้จักชื่อโรค รู้จักชื่อยา และรู้การวินิจฉัยโรคที่เกิดจากสาเหตุต่างๆ นั้น ใกล้เคียงกัน มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงต่อกันและกันระหว่างหลักการรักษาสุขภาพตามพุทธวิธี และการรักษาโรคตามกรรมวิธีของการแพทย์แผนไทย ทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ ดังนั้นหมอ/แพทย์/ ผู้พยาบาลไข้ที่ทำการรักษาโรค จะต้องรู้และเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างโรค กับแนวทางการรักษาโรคเป็นอย่างดี (Phrapalad Somchai Payogo and Sudsukh; 2015; Sudsukh, 2009)จึงจะทำการรักษาโรคของผู้ป่วยให้หาย หรือบรรเทาเบาบางลง จากอาการของโรคที่เจ็บป่วยอยู่ ทั้งทางร่างกายและทางจิตใจได้ เป็นการรักษาแบบองค์รวมผสมผสานโดยใช้หลักธรรมกับกรรมวิธีการรักษาโรคของการแพทย์แผนไทย สร้างเป็นแนวทางปฏิบัติให้เกิดการรักษาในรูปแบบใหม่เพิ่มทางเลือกให้แก่สังคมปัจจุบันได้

ผู้วิจัย จึงมีความสนใจศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของแนวทางการดูแลรักษาสุขภาพตามแนวทางพระพุทธศาสนา กับการรักษาโรคตามกรรมวิธีของการแพทย์แผนไทย ซึ่งสามารถนำมาผสมผสานทำให้เกิดการสร้างหลักธรรมานามัยมาประยุกต์ใช้ในรักษาโรคของแพทย์แผนไทยได้จริง และนำผลวิจัยมาเป็นแนวทางปฏิบัติในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทยในยุคสังคมปัจจุบันและอนาคต ถือเป็นแนวทางเลือกหนึ่งในการรักษาโรค ที่ประชากรจะได้ใช้บริการรักษาโรคในยามเจ็บป่วยที่เป็นกรรมวิธีแบบผสมผสานตามหลักธรรมานามัยเชิงพุทธประยุกต์ใช้เข้ากับการรักษาโรคของการแพทย์แผนไทย กลายเป็นองค์ความรู้ใหม่คือ “การสร้างหลักธรรมานามัยในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทย” สืบทอดต่อไป

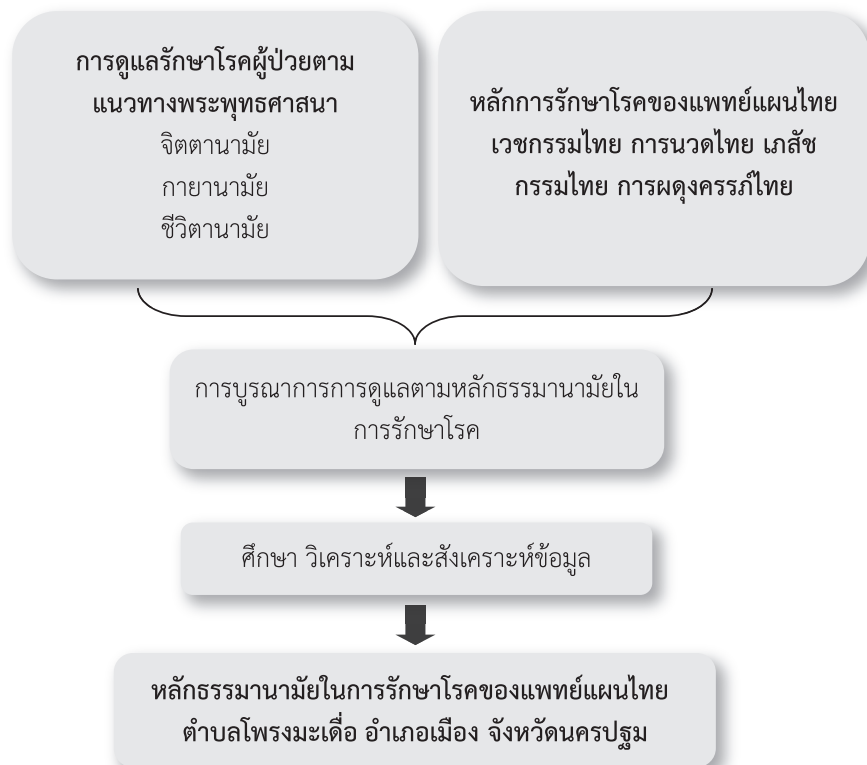
วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาวิธีการดูแลรักษาโรคผู้ป่วยตามแนวทางพระพุทธศาสนา
2. เพื่อศึกษาวิธีการดูแลรักษาโรคผู้ป่วยตามหลักการรักษาโรคของการแพทย์แผนไทย
3. เพื่อสร้างหลักธรรมานามัยในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทย มาประยุกต์ใช้เพิ่มประสิทธิผลด้านการรักษาโรค

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ พบว่า มีตำรา หนังสือ เอกสาร และสิ่งพิมพ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย ซึ่งสอดคล้องกับความสัมพันธ์ระหว่างหลักการดูแลรักษาโรคพระภิกษุอาพาธสมัยพุทธกาลตามคัมภีร์พระไตรปิฎก กับแนวทางการรักษาโรคของแพทย์แผนไทยในสังคมปัจจุบัน ผู้วิจัยจึงนำมาศึกษาตามลำดับดังนี้

การดูแลรักษาโรคผู้ป่วยตามแนวทางพระพุทธศาสนา (Peaumkasikorn, 2013; Mahachulalongkornrajavidyalaya University, 1996) หลักการดูแลรักษาโรคของแพทย์แผนไทย (Sripirom, 1970; Sapcharoen, 1996; Busarathit, 1999) และการบูรณาการการดูแลตามหลักธรรมานามัยในการรักษาโรค (Phrapalad Somchai Payogo and Sudsukh; 2015) จากการทบทวนวรรณกรรมและผลงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้ผู้วิจัยสร้างกรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework) ดังต่อไปนี้



แผนภูมิที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัย เชิงคุณภาพ (qualitative research) โดยผู้วิจัยได้จัดขั้นตอนของการดำเนินการวิจัย (Research Process) ดังนี้

1. การศึกษาในเชิงเอกสาร (Documentary Study) ทำการศึกษาและรวบรวมข้อมูล จากเอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้องจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ข้อมูลจากหนังสือ ตำรา บทความ วารสาร และการวิจัยที่เกี่ยวข้อง เอกสารแสดงความสัมพันธ์ที่แสดงให้เห็นถึงปัญหาและประเด็นที่ต้องการทราบจากแหล่งข้อมูล ดังนี้

1) ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้คัมภีร์พระไตรปิฎก และคัมภีร์ที่เกี่ยวข้องทางพระพุทธศาสนา ตลอดถึงข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาพระพุทธศาสนาในเชิงวิชาการ

2) ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) ศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับหัวข้องานวิจัยนี้ คือ วิทยานิพนธ์ หนังสือ ตำรา บทความ วารสาร และเอกสารต่างๆ ข้อความที่เกี่ยวข้องอื่นๆ ในงานวิจัยนี้ ใช้งานที่เกี่ยวข้องของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาและปรัชญา เพื่อเป็นข้อมูลประกอบการวิจัย

2. การศึกษาในภาคสนาม (Field Study) เพื่อทราบถึงแนวคิด หลักการ ความเป็นมา รูปแบบ ความสัมพันธ์ กระบวนการสร้างหลักธรรมานามัยในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทย ทั้งในระดับนโยบาย ประชาชน ชุมชน องค์กร/สถาบันการศึกษา ในพื้นที่ที่เป็นกรณีศึกษา โดยมีขั้นตอนการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

1) ทำการศึกษาและคัดเลือกองค์กร ชุมชน องค์กรนโยบายในประเทศ โดยการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ตามความสำคัญของเรื่อง คือ เป็นองค์กรที่มีบทบาทและความสัมพันธ์เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา และสถานพยาบาลทางการแพทย์แผนไทย

2) ศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนาทั้งบรรพชิต และคฤหัสถ์ผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์แผนไทย แพทย์แผนไทย ร่วมกับผู้ป่วย และญาติผู้ป่วย

3) ดำเนินการศึกษาวិเคราะห์แนวคิด รูปแบบ การจัดการ และแนวทางการพัฒนาความสัมพันธ์ การประยุกต์ใช้องค์ความรู้ และกระบวนการบริหารจัดการเกี่ยวกับแนวทางการดูแลรักษาโรคตามหลักพุทธศาสนาและตามกรรมวิธีการรักษาโรคของการแพทย์แผนไทย ในลักษณะของการวิเคราะห์เชิงลึก โดยเน้นกระบวนการมีส่วนร่วมของผู้ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการศึกษาวิจัย

4) สรุปและนำเสนอผลการศึกษาที่ได้ทั้งจากการศึกษาในเชิงเอกสารและภาคสนาม โดยนำมาวิเคราะห์ตามประเด็นที่สำคัญ คือแนวคิด หลักการ ความเป็นมา รูปแบบ ความสัมพันธ์ กระบวนการ เน้นการนำผลการศึกษาวิจัยมาเผยแพร่ให้ คลินิกการแพทย์แผนไทย ชมรมแพทย์แผนไทย สมาคมการแพทย์แผนไทย โรงพยาบาลการแพทย์แผนไทย และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องของในระดับประเทศได้รับทราบ

5) วิเคราะห์รูปแบบและแนวทางการสร้างหลักธรรมานามัยในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทย

6) สรุปผลการศึกษาวิจัย และข้อเสนอแนะ

3. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant)

การวิจัยเป็นการศึกษาวิจัยในเชิงลึกมุ่งเน้นการสัมภาษณ์และประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group) คือ กลุ่มผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยที่มารับการบริการที่คลินิกการแพทย์แผนไทย กลุ่มบุคลากรแพทย์แผนไทยที่มีความเชี่ยวชาญในด้านการแพทย์แผนไทย คือ กลุ่มผู้บริหารงานในคลินิก กลุ่มผู้ปฏิบัติการแพทย์แผนไทย ในคลินิกการแพทย์แผนไทย บรรพชิตผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธวิธี ได้จากแบบสัมภาษณ์เชิงลึกเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) รวมทั้งหมด 12 รูป/คน

โดยใช้การเลือกจากกลุ่มเป้าหมายที่มีคุณสมบัติดังนี้

- 1) เป็นบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการรับบริการรักษาโรคที่คลินิกการแพทย์แผนไทย
- 2) มีประสบการณ์ในการทำงานด้าน การรักษาโรคตามกรรมวิธีการแพทย์แผนไทย อย่างน้อย 5 ปี
- 3) มีการศึกษาและทำงานวิจัยด้านพุทธธรรม ด้านการแพทย์แผนไทยอย่างต่อเนื่อง
- 4) บรรพชิตผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา

4. การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย

การนำเสนอข้อมูลจะอยู่ในลักษณะการพรรณนาความ (Descriptive Presentation) ประกอบภาพถ่ายและการพรรณนาความประกอบการบรรยายเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างและการใช้ องค์ประกอบและตัวชี้วัดความสุขตามหลักพระพุทธศาสนา เพื่อให้เห็นรูปแบบ กระบวนการเสริมสร้างความสุขของบุคคล และการประยุกต์ใช้ตัวชี้วัดความสุขตามหลักพระพุทธศาสนาเพื่อนำไปสู่การประยุกต์ใช้ใน ระดับนโยบาย ชุมชน องค์กร และปัจเจกบุคคล

ผลการวิจัย

1. วิธีการดูแลรักษาโรคผู้ป่วยตามแนวทางพระพุทธศาสนา ผลการวิจัยพบว่า การดูแลรักษาโรคแนวทางพระพุทธศาสนามีสาเหตุการเกิดโรค คือทางกายและทางใจ รักษาโรคทางกายตามพระวินัยปิฎก ในหมวดเภสัชขันธกะ ได้ระบุถึงการดูแลรักษาโรคต่างๆ ด้วยเภสัช 5 ชนิด คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย พร้อมทั้งยาสมุนไพรที่ได้จากพืชพันธุ์ไม้ต่างๆ เช่น เปลือกไม้ ใบไม้ ผลไม้ ยางไม้ แร่ธาตุต่างๆ เช่น เกลือ กำมะถัน เป็นต้น การดูแลรักษาโรคทางใจ ทรงใช้วิธีการรักษา โดยใช้หลักธรรมต่างๆ หรือเรียกว่า ธรรมโอสถ เช่น อริยสัจ 4 อิทธิบาท 4 อธิษฐานธรรม 4 โยนิโสมนสิการ อปัณณกปฏิบัติปา พละ 4 อัปปมาทะ วัฒนमुख 6 หลักธรรมโพชฌงค์ 7 เป็นต้น

หลักในการบำบัดรักษาโรคตามพุทธวิธีที่กล่าวไว้นี้ จะพบเห็นได้ประการหนึ่งว่า พระพุทธเจ้าทรงมุ่งเน้นหรือให้ความสำคัญในองค์ประกอบที่ใช้ในการรักษาโรคไว้อย่างน้อยๆ มีอยู่ 4 ประการ คือ ยา แพทย์ ผู้ป่วย และสิ่งแวดล้อมผู้ป่วย โดยองค์ประกอบทั้ง 4 ประการนี้ จะต้องมีการดำเนินไปพร้อมๆ กันด้วยความ สอดประสานและเชื่อมโยงซึ่งกันและกันอย่างดีด้วย จึงจะสามารถทำการรักษาโรคให้หายได้เร็วขึ้น

2. การดูแลรักษาโรคผู้ป่วยตามหลักการรักษาโรคของการแพทย์แผนไทย ผลการวิจัยพบว่า หลักการรักษาโรคตามทฤษฎีแพทย์แผนไทย กล่าวว่า คนเราเกิดมาในร่างกายประกอบด้วยธาตุทั้งสี่ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ เมื่อธาตุทั้งสี่ในร่างกายสมดุลบุคคลนั้นก็จะเป็นไม่เจ็บป่วย หากขาดความสมดุลก็จะเกิดความเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจากจุดอ่อนด้านสุขภาพของแต่ละคนตามเรือนธาตุที่ขาดความสมดุลนั้น ซึ่งสาเหตุที่ทำให้ร่างกายของคนเราขาดความสมดุลและทำให้เจ็บป่วย ก็เนื่องมาจากพฤติกรรม การก่อโรค ๘ ประการ คือ 1) กินอาหารมากหรือน้อยเกินไป 2) ฝืนอิริยาบถ 3) อากาศไม่สะอาด 4) การอดข้าว อดนอน อดน้ำ อดหรือขาดอาหาร 5) การกลั่นอุจจาระ ปัสสาวะ 6) การทำงานเกิน 7) มีความโศกเศร้าเสียใจหรือดีใจจนเกินไป ขาดสติ 8) มีโทษมากเกินไป

หลักการรักษาโรคตามทฤษฎีแพทย์แผนไทย จึงจำเป็นจะต้องให้ผู้ป่วยทำการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เคยประพฤติผิดซึ่งเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคให้ได้เสียก่อน และใช้กระบวนการรักษาตามกรรมวิธีของแพทย์แผนไทยเข้าทำการไปรักษาโรคให้หายไป เช่น ใช้น้ำสมุนไพร ใช้การนวดแผนไทย ใช้การอบ ใช้การประคบ ใช้การรักษาทางด้านจิตใจ เช่น พิธีกรรมหรือสมาธิบำบัด

3. การประยุกต์หลักธรรมานามัยในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทยเพิ่มประสิทธิผลด้านการรักษาโรค ผลการวิจัยพบว่า การสร้างหลักธรรมานามัยในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทย ใช้หลักธรรม 3 หลัก คือ กายานามัย จิตตานามัย ชีวิตานามัย เสริมผสมเข้ากับกรรมวิธีในการรักษาโรคของการแพทย์แผนไทยเดิมทำให้ประสิทธิผลการรักษาโรคหายเร็วขึ้นมีสุขภาพะสุขภาพดี แข็งแรงไวขึ้น 1) กายานามัย คือ การส่งเสริมสุขภาพกาย ด้วยการออกกำลังกายและรับประทานอาหารตามธาตุ และการพักผ่อน 2) จิตตานามัย คือ การส่งเสริมสุขภาพจิตด้วยจิตภาวนา ประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา หากปัญญาที่สมบูรณ์ จิตใจจะมีความดีงามและความสุข เป็นภาวะไร้ทุกข์ของชีวิต 3) ชีวิตานามัย ส่งเสริมคุณภาพชีวิตและครอบครัว โดยการควบคุมพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเสียสุขภาพของชีวิต งดเว้นสิ่งเสพติด จัดสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัยให้สะอาด ทั้ง 3 ข้อหลักนี้รวมเรียกว่า “ธรรมานามัย”

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบใหม่หรือองค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยเป็นวิธีการเชิงพุทธผสมกับการแพทย์แผนไทย ในกระบวนการป้องกันการเกิดโรค กระบวนการในการเยียวยารักษาโรค และกระบวนการในการแก้ไขเมื่อเกิดโรค คือรูปแบบ 3 ส 8 อ 1 น

หลักธรรมานามัย ในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทย



แผนภูมิที่ 2 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากแผนภูมิที่ 2 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัยสามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

3 ส คือ สวตมมนต์ สมภาณี สันทนาธรรม จัดอยู่ในหลักธรรมานามัย หัวข้อ จิตตานามัย ทั้ง 3 ส ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) สวตมมนต์ การสวตมมนต์ใช้หลักการทำให้เกิดคลื่นเสียงที่มีความสม่ำเสมอ เพื่อเข้าไปกระตุ้นร่างกายให้เกิดการเยียวยา

2) สมภาณี หมายถึง ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งหรือมี อารมณ์เดียว และจิตที่ตั้งมั่นนั้น จะต้องเป็นกุศล ลักษณะของสมภาณี คือจิตจะเกิดความสงบเย็น สบายใจ มีความผ่อนคลาย เิบอ้อมใจ ปลอดโปร่ง และมีความสุข

3) สันทนาธรรม คือ การพูดคุยซักถามธรรมะซึ่งกันและกันระหว่างคน 2 คนขึ้นไป มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดปัญญา ซึ่งปัญหาเหล่านั้นล้วนต้องแก้ด้วยปัญญา ปัญญาจะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยการฟังธรรมจากผู้รู้และการพิจารณาไตร่ตรอง วิเคราะห์ วิจัย

8 อ คือ อิริยาบถ อาหาร อากาศ อาโรคยา อาชีพ อุเบกขา อุดมปัญญา และ อาชีพ ซึ่งสาเหตุที่ทำให้ร่างกายของคนเราขาดความสมดุลและทำให้เจ็บป่วย ก็เนื่องมาจากพฤติกรรมการก่อโรค 8 ประการ คือ

1) อิริยาบถ อิริยาบถในกิจวัตรประจำวันต้องไม่ฝืน ชัด อิริยาบถ

2) อาหาร หมายถึง การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ ตามหลักโภชนาการในปริมาณพอประมาณ

3) อากาศ อากาศ 1 ใน 5 ของแร่ธาตุสำคัญที่ทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ คือ ออกซิเจนประโยชน์ของออกซิเจน คือ เป็นแหล่งพลังงานให้กับเซลล์สิ่งมีชีวิตหากพฤติกรรมการใช้ชีวิตประจำวันไม่ถูกต้อง เช่น บริโภคอาหารไม่ถูกต้องดื่มสุราอาศัยอยู่ในห้องที่แออัดมีสารพิษและไม่ได้ออกกำลังกายจะส่งผลต่อเซลล์ในร่างกาย คือ จะถูกกีดกันไม่ได้รับออกซิเจนอย่างเพียงพอและส่งผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำให้ระบบต่างๆในร่างกายมีประสิทธิภาพการทำงานลดลง

4) อารมณ์ คือ ความไม่มีโรค หมายถึง ความไม่เป็นโรคของจิต ไม่ใช่แค่โรคของร่างกาย จิตที่ไม่มีโรค ก็สมบูรณ์แข็งแรง และช่วยหนุนสุขภาพร่างกายด้วย “อารมณ์ ปราณาภา การไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ”

5) อาจณ พุทธกรรมกรขบถาย ได้แก่การขบถายเป็นประจำ หากใส่ใจดูแลสุขภาพร่างกายไม่กลั่นอุจจาระไม่กลั่นปัสสาวะ ก็จะช่วยให้สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ป้องกันโรคได้

6) อุเบกขา คือ ควบคุมอารมณ์ไม่เศร้าโศกเสียใจและไม่ดีใจจนเกินไปมีความสุขภูมิใจในตนเองและพอใจในชีวิตที่เป็นอยู่

7) อุดมปัญญา คือ ไม่มีโทษระู้เท่าทันข้อมูลข่าวสาร/องค์ความรู้คิดเป็นแก้ปัญหาเป็นรู้จักการทำแผนชุมชนด้านการแพทย์แผนไทย ฝึกปัญญาด้วยสมาธิ ไม่มีโทษระู้เท่าทันอารมณ์ คิดเป็นแก้ปัญหาเป็น (สมาธิบำบัด เติมน้ำใจ สวดมนต์ ฯลฯ)

8) อาชีพ คือ ทำงานสุจริต ไม่ทำงานมากเกินไป ดำรงชีวิตอย่างมีวินัย ปฏิบัติตัวตามอายุ ตามวัย งดหรือหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติด เคารพสิทธิผู้อื่น มีส่วนร่วมในการรักษาชุมชน ปฏิบัติตนตามกฎระเบียบของสังคม ทำงานด้วยความตั้งใจและรับผิดชอบ

1 น คือ นาฬิกาชีวิต หมายถึง การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันด้วย 3 ส 8 อ และภาระงานในหน้าที่ของตนในการ ดำเนินชีวิตในช่วงเวลา 24 ชั่วโมง ตามนาฬิกาให้สัมพันธ์กับการทำงานของอวัยวะของร่างกาย จนเกิด มีวินัยและ สุขนิสัยประจำตน

เทคนิค 3 ส (สวดมนต์ สมาธิ สันทนาธรรม) 8 อ (อิริยาบถ อาหาร อากาศ อารมณ์ อัจฉริย อุดมปัญญา อาชีพ) 1 น (นาฬิกาชีวิต) กระจายรวมอยู่ในหลักธรรมานามัย เป็นเครื่องมือเสริมช่วยในการปฏิบัติรักษาโรคเพื่อสร้างสุขภาพองค์รวม วิถีพุทธ และป้องกันแก้ไขปัญหาโรคต่างๆ ได้ดี

อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า พระพุทธเจ้าทรงจำแนกชนิดของโรคออกเป็น 2 ชนิด คือ โรคทางกาย คือการเจ็บป่วยทางกาย กรรมเป็นเหตุปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความเจ็บป่วยขึ้นได้ เพราะกรรมอันเป็นผลจากการกระทำ และโรคทางใจเกิดจากกิเลส ตัณหาครอบงำจิตใจ ซึ่งหมายถึง โรคที่เกิดทางใจ อันเกิดจากอนุสัยหรืออัสวกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในภวังคจิต การดูแลรักษาโรคตามแนวพระพุทธศาสนา ทางกาย ใช้เภสัชสมุนไพร ใช้อาหารรักษา ใช้ความร้อน ใช้การพักผ่อนอิริยาบถ ใช้การผ่าตัด เช่น ผ่าฝี ผ่าริดสีดวง ใช้ฟลานูภาพ รักษาทางใจ ใช้ธรรมโอสธ เช่น โพชฌงค์ 7 เจโตสมาธิ อริยสัจ 4 อิทธิบาท 4 อธิษฐานธรรม 4 โยนิโสมนสิการ อปัณณกปฏิบัติปา เป็นต้น (Peaumkasikorn, 2013; Mahachulalongkornrajavidyalaya University, 1996)

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ การใช้ธรรมโอสธ ในการดูแลจิตใจจึงเป็นเสมือนได้ใช้ยารักษาโรคไปในตัวซึ่งมีความสัมพันธ์กันคือ ถ้าจิตใจดีงาม เข้มแข็ง สงบเยือกเย็น รู้จักปล่อยวาง ไม่หมกมุ่นก็จะทำให้ร่างกายแข็งแรง ไม่เกิดโรคหรือถ้าหากเป็นโรคอยู่แล้ว เมื่อได้นำธรรมโอสธมาใช้ปฏิบัติก็จะทำให้อาการของโรคทุเลาลงหรือหายไปที่สุด ต่างกับผู้ไม่มีธรรมโอสธเมื่อเกิดทุกข์ขึ้นที่ใจก็ไม่สามารถจัดการกับปัญหาตนเองได้ เพราะจิตใจไม่ได้รับการฝึกฝนอบรมมา ไม่รู้จักนำธรรมมาใช้แก้ปัญหากับตัวเองได้จึงเป็นทุกข์หนัก และเกิดโรคขึ้นกับร่างกาย สอดคล้องกับการแพทย์แผนไทยแนวทางการรักษาโรค ใช้ตำรายาสมุนไพรที่ตรงกับเภสัชสมุนไพร การกินอาหารตามธาตุเจ้าเรือนรักษาตรงกับใช้อาหารรักษา การอบสมุนไพรตรงกับการใช้ความร้อนรักษา อิริยาบถถูกทำถูกจังหวะตรงกับใช้การพักผ่อนอิริยาบถ เป็นต้น ส่วนทางด้านธรรมโอสธทางการแพทย์แผนไทยยังนำมาใช้กันไม่มากนัก

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า ในทางการแพทย์แผนไทยสาเหตุการเกิดโรค เกิดจากอิทธิพลปัจจัยภายใน คือสิ่งมีชีวิตที่เกิดมาประกอบด้วยธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ ซึ่งอยู่ในภาวะที่เกี่ยวข้องกันและอิทธิพลจากปัจจัยภายนอกซึ่งเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของฤดูกาลต่างๆ อายุและสิ่งแวดล้อม หากขาดความสมดุลก็จะเกิดความเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจากจุดอ่อนด้านสุขภาพของแต่ละคนตามเรือนธาตุที่ขาดความสมดุลนั้น หลักการรักษาโรคตามทฤษฎีแพทย์แผนไทย จึงจำเป็นต้องให้ผู้ป่วยทำการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เคยประพฤติผิดซึ่งเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคให้ได้เสียก่อน และใช้กระบวนการรักษาตามกรรมวิธีของแพทย์แผนไทยเข้าทำการไปรักษาโรคให้หายไป เช่น ใช้ยาสมุนไพร ใช้การนวดแผนไทย ใช้การอบ ใช้การประคบ ใช้การรักษาทางด้านจิตใจ (เช่น พิธีกรรมหรือสมาธิบำบัด) Group coverage recipe and cookbook medicine Thailand Protection Bureau wisdom of traditional medicine and Thailand, 2012)

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ การแพทย์แผนไทยเน้นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมไม่แยกส่วนแบบแผนปัจจุบัน ดังนั้นการดูแลจึงเป็นไปในทุกมิติ ไม่เพียงแต่เรื่องของร่างกาย ความเจ็บป่วย แต่จะพิจารณาถึงความ เป็นอยู่ อาหารการกิน การนอนหลับพักผ่อน การขับถ่าย การดื่มน้ำ การใช้ชีวิตประจำวันใน อิริยาบถ

อย่างไร รวมถึงภาวะ จิตใจ ความเศร้าโศก เสียใจ อารมณ์ความรู้สึกของผู้ป่วยประกอบด้วย เพื่อวินิจฉัยถึงสาเหตุของการเกิดโรค สิ่งเหล่านี้ทางการแพทย์แผนไทย ให้ความสำคัญ กับการใช้เครื่องมือทางวิทยาศาสตร์ เพื่อตรวจวินิจฉัยพยาธิสภาพของผู้ป่วย สอดคล้องกับหลักการดูแลรักษาโรคแนวทางพระพุทธศาสนา ที่มีการใช้เภสัชสมุนไพร อาหารรักษา ความร้อนรักษา สิ่งแวดล้อม ทางทางการแพทย์แผนไทยเรื่องภาวะจิตใจ เศร้าโศก อารมณ์ความรู้สึก ทางพระพุทธศาสนาใช้ธรรมโอสธบำบัดรักษาเห็นผล ทางทางการแพทย์แผนไทยยังไม่ได้นำเข้ามาอย่างจริงจัง ปัจจัยเหตุและผลการศึกษาโรคคล้ายคลึงกัน (Sripirom, 1970; Sapcharoen, 1996)

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า การสร้างหลักธรรมานามัยในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทยมองกระบวนการชีวิตและสุขภาพ เชื่อมโยงสิ่งดีงามเข้าหากัน แล้วนำมาเป็นเครื่องมือในการดูแลสุขภาพ เป็นการมองเรื่องสุขภาพอย่างเป็นระบบ ไม่เน้นเฉพาะเรื่องการป่วยไข้และการบำบัดรักษาเท่านั้น การดูแลสุขภาพโดยวิธีการต่างๆ ในภาวะปกติมากกว่าการรักษาโรคเมื่อเจ็บป่วย หรือแม้เวลาเจ็บป่วยก็นำเอาวิธีการต่างๆ ที่สอดคล้องกันได้ เพื่อให้มีประสิทธิภาพต่อการรักษาอย่างถูกวิธี เน้นการมีส่วนร่วม การประสานงาน การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ป่วย ญาติ สิ่งแวดล้อม และผู้เกี่ยวข้องอื่นๆ ที่มีส่วนในการดูแลสุขภาพ ร่วมกันแสวงหาคำรู้ใหม่ๆ ที่ฝังตัวอยู่ในวัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตและศาสนา มาเสริมให้ความสามารถในการดูแลสุขภาพดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม และทางปัญญา การพัฒนาจิตตานามัยให้เข้มแข็งตามหลักธรรมานามัย ทำให้ชีวิตานามัย มีสภาวะสุขภาพที่ดีแบบองค์รวม สอดคล้องกับสุนันทา เอ้าเจริญ และคณะ (Outchareon et al., 2017; Thiankumsri, 2018) ที่นำเสนอว่า ผลมาจากการเข้าร่วมโครงการและได้รับการแนะนำวิธีการดูแลสุขภาพของตนเองแบบองค์รวม ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ ปัญญา และสังคม นอกจากนี้การได้รับโอกาสในการแลกเปลี่ยนความรู้สึกของตนเองกับผู้อื่น โดยที่ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนเทคนิคการดูแลสุขภาพ ได้ซักถามสารทุกข์ขี้กันและกัน ได้รับความรู้ดีๆ ได้พบปะเพื่อนฝูง ซึ่งทำให้เกิดกำลังใจที่ดีมาก

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า วิธีการดูแลรักษาผู้ป่วยตามแนวทางพระพุทธศาสนา มีคุณค่าควรแก่การอนุรักษ์ และสืบทอดถึงรุ่นลูกรุ่นหลาน ปัจจุบันนี้ไม่ค่อยมีการอนุรักษ์และสืบทอดเท่าที่ควร

ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการ ดังนี้ มีแหล่งเรียนรู้อุดมศึกษา มีสถานปฏิบัติธรรม สนับสนุนบุคลากรผู้เชี่ยวชาญทั้งฝ่ายบรรชิตและคฤหัสถ์เป็นผู้ให้ความรู้อย่างไม่ขาดสาย โดยรับเป็น พนักงานของรัฐบาลมีสถานที่ทำงานที่มั่นคง เติบโตพัฒนาการในสายอาชีพนี้อย่างมีความสุข

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า การรักษาโรคตามกรรมวิธีของการแพทย์แผนไทยเป็น ศาสตร์ภูมิปัญญาไทยดั้งเดิมควบคู่มากับวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีไทยสอดคล้องกับแนวทาง พระพุทธศาสนาเป็นการรักษาแบบองค์รวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและทางปัญญาเป็นการรักษาโรคที่ ดันเหตุอย่างแท้จริง แต่ปัจจุบันยังไม่ค่อยได้รับความนิยมในสังคมไทย

ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการ ดังนี้ มีโรงพยาบาลแพทย์แผนไทยทุกจังหวัด มีแหล่ง เรียนรู้ที่ประชาชนรากหญ้าเข้าถึง เช่น ชมรม สมาคม ตามหมู่บ้านควรมีอำเภอละ 1 แห่ง สถานเรียนรู้ ระดับอุดมศึกษาได้รับการพัฒนาเพิ่มขึ้นสอดคล้องกับสังคมปัจจุบัน มีการผลิตแพทย์แผนไทยออกอย่างมี คุณภาพและจริงจัง สภาแพทย์แผนไทยต้องกระจายอำนาจการควบคุม สั่งการ มีเจ้าหน้าที่ผู้เชี่ยวชาญด้าน การแพทย์แผนไทย มาตามส่วนภูมิภาคทุกจังหวัด มีการประชาสัมพันธ์ทางสื่อสังคมให้มากขึ้น ทางรัฐบาล จึงควรให้การส่งเสริมเพื่ออนุรักษ์ไว้ให้คงอยู่สืบต่อไป

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า การสร้างหลักธรรมาภิบาลในการรักษาโรคของแพทย์ แผนไทย มองกระบวนการชีวิตและสุขภาพ เชื่อมโยงสิ่งดีงามเข้าหากัน แล้วนำมาเป็นเครื่องมือในการดูแล สุขภาพ เป็นการมองเรื่องสุขภาพอย่างเป็นระบบ ไม่เน้นเฉพาะเรื่องการป่วยไข้และการบำบัดรักษาโรค เท่านั้น เน้นการมีส่วนร่วม การประสานงาน การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ป่วย ญาติ สิ่งแวดล้อม และผู้ เกี่ยวข้องอื่นๆ ที่มีส่วนในการดูแลสุขภาพ ร่วมกันแสวงหาองค์ความรู้ใหม่ๆ ที่ฝังตัวอยู่ในวัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตและศาสนา มาเสริมให้ความสามารถในการดูแลสุขภาพดำเนินไปอย่างประสิทธิภาพ

ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการ ดังนี้ นำผลการวิจัยนี้ไปปฏิบัติให้เกิดประสิทธิผลต่อ การรักษาโรคของผู้ป่วยไข้ได้จริง เริ่มที่คลินิกการแพทย์แผนไทย หรือโรงพยาบาลการแพทย์แผนไทย แพทย์แผนไทยผู้เกี่ยวข้องกับการรักษาโรคได้รับการอบรมตามหลักการวิชาการวิจัยนี้ นำไปใช้ให้เกิดความ คล่องตัวและชำนาญการ ทำเป็นเอกสารคุณภาพมาตรฐานการรักษาในคลินิกการแพทย์แผนไทย ทำเรื่อง เป็นบทความวิชาการส่งประกวดที่สภาการแพทย์แผนไทย เพื่อกรรมการสภา จะได้นำไปเผยแพร่ หรือเห็น สมควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร ก็จะเกิดประโยชน์ต่อประชากรคนไข้ และสังคมปกติทั่วไป

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 พระพุทธศาสนากับการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายโดยศึกษามิติทางกาย มิติทางจิต มิติทาง สังคม และมิติทางปัญญา

2.2 ศึกษากระบวนการสร้างเสริมสุขภาพ โดยการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ ในการสร้างเสริมสุขภาพในแต่ละด้าน เช่น ทางสังคม ทางปัญญา รวมไปถึงกรณีตัวอย่างบุคคลในครั้ง พุทธกาลที่สามารถนำเอาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปประยุกต์ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาพ

2.3 ศึกษาการบำบัดรักษาโรคที่เกิดจากเส้นด้วยวิธีการนวดตามหลักการแพทย์แผนไทย ณ สถานบำบัดที่ดำเนินการในวัด ชุมรม สมาคมต่างๆ

สรุป

ในทางการแพทย์แผนไทยกับกรรมวิธีในการรักษาโรค สาเหตุของโรคเกิดจากสภาวะสมดุลของธาตุทั้ง 4 หากขาดสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือมีความแปรปรวน จะเสียสมดุลทันที การรักษา เป็นไปตามความเชื่อ มีทั้งการใช้ยาสมุนไพร การกินอาหาร การนวด อบ ประคบ และการปรับสมดุลทางจิตด้วยสมาธิ ธรรมานามัย หมายถึง การดำเนินชีวิตอย่างสอดคล้องกับธรรมชาติตามหลักพุทธธรรม ที่ให้ความสำคัญต่อสิ่งที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ที่สอดประสานกันได้ เพื่อให้มีประสิทธิภาพต่อการรักษาอย่างถูกวิธี เน้นการมีส่วนร่วม การประสานงาน การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ป่วย ญาติ สิ่งแวดล้อม และผู้เกี่ยวข้องอื่นๆ ที่มีส่วนในการดูแลสุขภาพ ร่วมกันแสวงหาองค์ความรู้ใหม่ๆ ที่ฝังตัวอยู่ในวัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตและศาสนา มาเสริมให้ความสามารถในการดูแลสุขภาพดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ

References

- Busarathit, S. (1999). *Buddhist Method of Psychotherapy*. Bangkok: Nantaphan Printing Factory.
- Group coverage recipe and cookbook medicine Thailand Protection Bureau wisdom of traditional medicine and Thailand. (2012). *That leaves the scriptures Vishnu (Vishnu textbook of medicine)*. Bangkok: WVO Nationals.
- Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1996). *Thai Tripitaka Version of Mahachulalongkornrajavidyalaya University*. Bangkok: MCU Press.
- Outchareon, S. et al. (2017). Effectiveness of Depression Reduction Program for the Chronic Disease Patients through Buddhists integrated. *Journal of MCU Peace Studies*. 3(2), 89-102.
- Peaumkasikorn, P. (2013). *Nursing Care for Patients According to Buddhism. Master of Buddhist thesis in Buddhism*. Graduate School: Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

- Phrapalad Somchai Payogo and Uthai Sudsukh. (2015). Buddhist Integration of Caring For Chronic Diseases in Thai Society. *Journal of MCU Peace Studies*. 3(2), 45-64.
- Sapcharoen, P. (1996). *Thai Traditional Medicine Holistic Medicine*. Bangkok: Veterans Organization Publishing House.
- Sripirom, P. (1970). *Textbook of Medical Assistance and Health Study*. Bangkok: Sripanya.
- Thainkumsri, K. (2018). The Humanized Care for Crisis Patients: Perception from Nursing Students' Practicum. *Journal of MCU Peace Studies*. 6(4), 1320-1333.
- WHO. (2010). *The world Health Report: Health Systems Financing: The Path to Universal Coverage*. Geneva: WHO.