

# ภูมิปัญญาไทย การแพทย์พื้นบ้านไทย

## The Thai wisdom, Thai Folk Medicine

ณัฐรดา บุรุษเลี่ยม\*  
Natrada Burusliam\*

การรักษาโรคทางการแพทย์แผนไทยเป็นภูมิปัญญาที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากการดูแลสุขภาพและแก้ปัญหาสุขภาพของคนในท้องถิ่นจากการใช้สมุนไพรเป็นอาหารและยา หรือการรักษาด้วยวิธีการต่าง ๆ ของหมอพื้นบ้านที่รักษาได้ เฉพาะโรคหรือรักษาได้เฉพาะที่ตนสืบทอดมา เช่น หมอยาสมุนไพร หมอน้ำมันรักษากระดูก หมอตำแย หมอนวดพื้นบ้าน ซึ่งเกิดจากประสบการณ์ในการรักษา มิได้ศึกษาทฤษฎีการแพทย์ใด ๆ อย่างเป็นระบบ ซึ่งในแต่ละภูมิภาคของประเทศไทยต่างมีวิธีการรักษาที่เป็นแบบฉบับของตนเอง ดังนี้

### ภาคเหนือ: ภูมิปัญญาหมอเมืองล้านนา<sup>1-4</sup>

ดินแดนล้านนามีประวัติการแพทย์พื้นบ้านล้านนาได้รับอิทธิพลจากอินเดีย จีน ภูมิลาน พม่า ลาว ขอม และมอญ ผ่านทางการเผยแพร่ศาสนา เห็นได้จากการบันทึกในหนังสือพิบสา (คัมภีร์ใบลาน) โดยภูมิปัญญาเหล่านี้มีการจารหรือจารึกในรูปอักษรธรรมล้านนาหรือตัวเมือง (ตัวหนังสือล้านนา) อักษรธรรมล้านนากำเนิดจากอักษรมอญโบราณ ซึ่งมีความสำคัญต่อศาสนาทางภาคเหนือ การแพทย์พื้นบ้านล้านนาจะแทรกอยู่ในพระไตรปิฎก บางส่วนได้มาจากการบันทึกที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ อยู่ในวินัยสูตรของประเทศศรีลังกา ซึ่งเป็นมรดกแห่งภูมิปัญญาที่สืบทอดกันมาจากบรรพบุรุษหลายชั่วอายุคน เรียกว่ามรดกแห่งการรักษา (TRADITIONAL HEALING) ซึ่งมีระบบการรักษาแบบองค์รวม (HOLISTIC) คือคำนึงถึงกาย จิตและ วิญญาณ ควบคู่กัน หมอพื้นบ้านทางภาคเหนือ เรียกว่า หมอเมือง คือ ทำการรักษาโรคภัยไข้เจ็บด้วยวิชาการที่สืบทอดมาจากปู่ย่าตายาย เป็นการรักษาแบบตามประเพณีที่สืบทอดกันมา มีตำรา “ปี่บ” ตัวอักษรพื้นเมืองเป็นตำราบอกสูตรยาสมุนไพร เป็นเครื่องมือในการศึกษาหาความรู้ ส่วนการนวดพื้นบ้านล้านนาเป็นภูมิปัญญาพื้นบ้านที่มีความหลากหลายรูปแบบ ซึ่งสอดคล้องกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมในแต่ละกลุ่มชาติพันธุ์

หมอนวดพื้นบ้านทางภาคเหนือ เรียกว่า หมอเอาเอ็นหรือ หมอนวดเอ็น เรียกรวมกันว่า หมอเอาเส้นเอาเอ็น วิธีการนวดมีการนำเอาอุปกรณ์ต่าง ๆ เข้ามาใช้ในการนวด มีวิธีการนวดและรูปแบบการรักษา ดังนี้ 1.) การเช็ดและการแหก 2.) การย่ำช่าง 3.) การตอกเส้น 4.) การเอาม่าน (ดัด ดึง) 5.) การบีบ 6.) การขยำ 7.) การนวดนวด (การคลึง) 8.) การชูดเส้น (รีดเส้น) 9.) การดึง 10.) การเหยียบ 11.) การทุบและการสับ 12.) การบิดข้าว (การบิด) 13.) การตีก (การกด) 14.) การจก (ล้วง) 15.) การแช่สมุนไพร 16.) การฝังดินหรือทราย 17.) การนอนยา 18.) การห่มหรือการหุยก 19.) การเกาะเส้น 20.) การแกะเส้น (เขี่ยเส้น) 21.) การโหมยา (อบยาสมุนไพร) 22.) การกอบยา (พอกยา) 23.) การเผายา

ในที่นี้จะกล่าวถึงหัตถการที่แตกต่างไปจากการนวด ดังนี้

1. การเผายา เป็นภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้าน เพิ่มความร้อนจากภายนอก โดยใช้การจุดไฟให้ความร้อนบนยาสมุนไพรที่วางลงผิวหนึ่งเฉพาะจุดของผู้ป่วย เพื่อเพิ่มไฟธาตุ กระจายลม ลดภาวะบวมน้ำ เนื่องจากความร้อนจะทำให้ลมเกิดการเคลื่อนที่ได้ดีขึ้น ลักษณะความร้อนที่ได้จากการเผาจะเป็นลักษณะความร้อนที่แผ่กระจายออกไปไม่รุนแรง แต่จะค่อย ๆ เพิ่มขึ้น เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่มีอาการ ท้องอืด ท้องเฟ้อ เรอเปรี้ยว กรดไหลย้อน ตะคริว ช่วยจุดไฟธาตุในการย่อย ซึ่งการให้ความร้อนโดยตรงจะมีผลกระทบต่อการทำงานของธาตุในร่างกายอย่างมาก ดังนั้นก่อนการรักษาต้องมีการตรวจประเมินร่างกายของผู้ป่วยทุกครั้ง หากผู้ป่วยมีแผลผ่าตัด หรือมีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง มะเร็งในลำไส้หรือมีภาวะกำเริบ (ร่างกายมีความร้อน) จะไม่สามารถทำหัตถการเผายาได้ และต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์แผนไทยเท่านั้น

\* แพทย์แผนไทยชำนาญการ โรงพยาบาลชลบุรี

\* Thai Traditional Medicine, Professional Level, Chonburi Hospital



รูปที่ 1 การเผา

2. การขีดแทง (ชาวไทยใหญ่ เรียก ชูดซา) แยกออกเป็นการขีดและการแทง ในการขีดจะใช้ใบไม้ใบที่นิยมจะเป็นใบพลู จะขีดในปลายใบออกก่อนเพราะมีความเชื่อเรื่องว่ามีพิษ แต่ใบอื่นก็ใช้ได้ ขึ้นอยู่กับอาการ ซึ่งสิ่งที่ขาดไม่ได้นั่นคือการบริกรรมคาถา คล้ายกับการเสกน้ำมันต์ ส่วนคำว่า “แทง” เป็นภาษาพื้นบ้านล้านนา ซึ่งเรียกเพี้ยนมาจากคำว่า แถก แปลว่า ชูดหรือถู เป็นการใช้อุปกรณ์ เช่น มีดหมอ กระดุกสัตว์ งาสัตว์ เขาสัตว์ เหยี่ยว หวี ปิ่นปักผม ชูดหรือถูไปตามกล้ามเนื้อ เพื่อให้พิษที่มีอยู่แสดงออกมา เป็นทั้งการวินิจฉัยโรคและการรักษา ร่วมกัน การขีดแทง เป็นการนวดชนิดหนึ่งที่เรียกว่า นวดเสียดสี ทำให้คลายกล้ามเนื้อ ช่วยให้เลือดไหลเวียนดีขึ้น เลือดดีไล่เลือดเสีย น้ำเหลืองไหลเวียนดีขึ้น เพิ่มออกซิเจนเข้าสู่เนื้อเยื่อร่างกาย เปิดรูขุมขนขับของเสียออกจากร่างกาย กระตุ้นความร้อนทำให้ร่างกายเกิดการเผาผลาญดีขึ้น และยังช่วยปรับร่างกายให้อยู่ในภาวะสมดุล

การขีดแทงมีความคล้ายคลึงกับการกัวซาของการแพทย์แผนจีน ซึ่งไม่ใช่ประเทศไทยเพียงประเทศเดียวที่มีการรักษาพื้นบ้านด้วยลักษณะวิธีนี้ ยังมีประเทศกัมพูชา ประเทศเวียดนาม และชาวเขางานชนเผ่าด้วย เพราะเชื่อกันว่าสามารถรักษาโรคบางชนิดและล้างพิษออกจากร่างกายได้ ในแต่ละประเทศมีการแพทย์ดั้งเดิมของตนเองที่พัฒนามาแต่โบราณและเกิดการแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรมกับกลุ่มชนชาติอื่นและรับเอามาปรับเปลี่ยนให้สอดคล้องกับบริบททางสังคม วัฒนธรรมและวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น จึงทำให้การแพทย์พื้นบ้านมีความคล้ายคลึงกัน



รูปที่ 2 การขีดแทง

3. การย่ำช่าง เป็นการนวดแบบการเหยียบ โดยใช้เท้าชุบน้ำยา (น้ำโพลหรือน้ำมันงา) แล้วไปย่ำลงบนขาที่เผาไฟจนร้อนแดง แล้วจึงไปย่ำบนร่างกายหรืออวัยวะของผู้ป่วยที่มีอาการเจ็บปวด พร้อมทั้งเสกคาถาอาคมกำกับ “ช่าง” เป็นโลหะเหล็กผสมพลวงที่นำไปหล่อเป็นใบขา (ผาลโถ สำหรับใช้โกนนา ขนาดประมาณ 8x6 นิ้ว ปลายแหลม) เนื่องจากขาเป็นอุปกรณ์ที่ใช้ในการโกนนาที่ใช้กันมาตั้งแต่สมัยโบราณ เชื่อกันว่ามีความขลังและศักดิ์สิทธิ์ เพราะสามารถโกนนาปลูกข้าวเลี้ยงคนทั้งโลกได้ อีกทั้งมีคุณสมบัติไม่เป็นสนิมง่ายและในตัวขามีแร่ธาตุบางชนิดที่เป็นตัวยาสามารถใช้รักษาโรคได้ ซึ่งความร้อนจากขาจะทะลุทะลวงเข้าไปในร่างกายผู้ป่วยได้ลึกกว่าการใช้โลหะอย่างอื่น



รูปที่ 3 การย่ำช่าง<sup>6</sup>

4. การตอกเส้น เป็นภูมิปัญญาที่พัฒนามาจากหมอช้าง หมอม้า เป็นต้นกำเนิดของไม้ครูตอกเส้นสิบสองไม้ เป็นการนวดแบบใช้อุปกรณ์ ประกอบด้วย แห่ลมไม้และไม้ทุบ อุปกรณ์ไม้ตอกเส้นมักจะทำมาจากไม้ขามแก่น ไม้เกล็ดดำแดง ไม้ดู่ตง ไม้จิวดำ ไม้ตายขานตายพราย ไม้ที่กล่าวมานี้ ถ้าเป็นไม้ฟ้าพาด (ไม้ที่ฟ้าผ่าและหักกลาง) จะขลังมีอิทธิฤทธิ์แรงนัก เหมือนดั่งมีมนต์สะกดการาบโรคภัยไข้เจ็บอยู่ในตัว นำมาตอกตามแนวกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น รักษาอาการปวดตามร่างกาย



รูปที่ 4 การตอกเส้น

#### ภาคกลาง : ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านภาคกลาง<sup>7-9</sup>

ภาคกลางมักเรียกตัวเองว่า ชาวพุทธร เนื่องจากส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธร วัดจึงเป็นศูนย์กลางของชุมชน เป็นศูนย์กลางการรักษาสิบทอดตำรายาพื้นบ้าน ตลอดจนการรักษาด้วยคาถาและพิธีกรรม นอกจากนี้ ภาคกลางยังเป็นศูนย์รวมความหลากหลายทางวัฒนธรรม เช่น วัฒนธรรมมอญ อิสลาม และจีน เป็นต้น ดังนั้น ความคิด ความเชื่อในการดูแลสุขภาพ สุขภาพจึงมีความหลากหลาย ทั้งการดูแลสุขภาพแบบดั้งเดิมผสมผสานกับอิทธิพลของวัฒนธรรมอื่น มีการปรับใช้ให้สอดคล้องกลมกลืนกับวิถีชีวิตของชาวภาคกลาง การนวดพื้นบ้านภาคกลางมีลักษณะเหมือนกับภาคอื่น มีการเรียนรู้เกี่ยวกับเส้นเอ็นและจุดนวด ข้อสังเกตที่เด่นชัดอีกประการหนึ่งคือมีการใช้สมุนไพรร่วมกับการรักษา มีเทคนิคและวิธีการนวดของหมอพื้นบ้านภาคกลาง ดังนี้ 1.) การกดจุด 2.) การบิด 3.) การดึง 4.) การดัด 5.) การบีบ 6.) การเหยียบ 7.) การคลึง 8.) การรีดเส้น 9.) การเหยียบเหล็กแดง

ในที่นี้จะกล่าวถึงการเหยียบเหล็กแดง ซึ่งคล้ายกับการย่ำข้างของทางภาคเหนือ

การเหยียบเหล็กแดง เป็นวิธีการนวดพื้นบ้าน โดยใช้น้ำมันที่ผ่านพิธีปลุกเสกประพรมเตาถ่าน แผ่นเหล็ก และน้ำมันมะพร้าว จากนั้นใช้เท้าเหยียบน้ำมันงาหรือน้ำมันมะพร้าวเป็นตัวนำพาความร้อนแล้วไปเหยียบเหล็ก (ผาลไถนาหรือมิดดาบศาสตราวุธ) ที่กำลังเผาร้อนแดงอยู่บนเตาไฟ แล้ว

เหยียบไปตามร่างกายของผู้ป่วยที่มีอาการเจ็บป่วย โดยนำใบพลับพลึงหรือใบตองมารองเท้าก่อนเหยียบลงไปบนตัวผู้ป่วยเพื่อบรรเทาความร้อน และน้ำมันในใบพลับพลึงมีสรรพคุณช่วยบรรเทาอาการปวดได้ดี คล้ายกับการย่ำข้างของชาวล้านนา แตกต่างกันบ้างในส่วนของตรวจวินิจฉัยและการรักษา ส่วนมากใช้รักษาผู้ป่วยอัมพฤกษ์ อัมพาต มักใช้การนวดจับเส้นและการประคบร่วมด้วยและให้ผู้ป่วยดื่มน้ำมันที่ผ่านพิธีปลุกเสกเพื่อความเป็นสิริมงคลขับไล่สิ่งชั่วร้ายที่ก่อโรค



รูปที่ 5 การเหยียบเหล็กแดง<sup>9</sup>

#### ภาคอีสาน : ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านภาคอีสาน<sup>10-12</sup>

วิถีชีวิตทางภาคอีสานมีความเชื่อเรื่องผีแถน เป็นผู้สร้างสรรพสิ่ง ทำให้เกิดดิน น้ำ ลม ไฟ โลกและมนุษย์ มีพิธีกรรมบุญบั้งไฟและล่ำผีฟ้าเพื่อติดต่อกับผีแถน มีความเชื่อเรื่องผีบรรพบุรุษ เรื่องขวัญ ซึ่งเป็นสิ่งศูนย์รวมชีวิต ภูมิปัญญาด้านสุขภาพของภาคอีสานเกี่ยวกับสาเหตุการเจ็บป่วย จึงเป็นความสัมพันธ์ระหว่างคนกับธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และสิ่งที่อยู่เหนือธรรมชาติ ซึ่งภาคอีสานไม่พบว่ามีสถาบันที่ภูมิปัญญาที่เป็นองค์ความรู้เฉพาะด้านการนวดพื้นบ้านไว้ แต่น่าจะมีรากฐานมาจากการนวดแบบจีนผสมผสานกับความรู้ที่ได้มีการพัฒนาจากการปฏิบัติในระหว่างการนวดรักษา ดังนั้น การนวดพื้นบ้านภาคอีสานจึงให้ความสำคัญกับความผิดปกติของเส้นเอ็นเป็นหลัก จึงเรียกผู้เชี่ยวชาญทางการนวดว่า หมอเอ็น รากฐานที่สำคัญประการหนึ่งของการนวดคือการตรวจชีพจรตามเส้น ซึ่งรากฐานความรู้ที่น่าจะมาจากจีน แต่อย่างไรก็ตาม ภาคอีสานตอนล่างได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมขอม ซึ่งอาจมีการผสมผสานความรู้จากอินเดีย ผ่านทางเขมร (กัมพูชา) โดยพิจารณาจากรูปสลักตามศาสนโบราณหรือปราสาทขอมในที่ต่าง ๆ ที่ปรากฏภาพแกะสลักหุ่นต่ำที่สมบูรณ์ที่สุดอยู่

ที่ทับหลังของประสาทรกะกำแพงใหญ่ อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ เป็นภาพนารายณ์บรมมลินธุ์ ที่มีพระแม่ลักษมีนวดเท้าและขา ส่วนปราสาทภูมิโปนมีความเก่าแก่มากที่สุดในภาคอีสาน ตั้งอยู่ที่บ้านภูมิโปน ตำบลดม อำเภอสังขะ จังหวัดสุรินทร์ สร้างในราวพุทธศตวรรษที่ 12-13 เป็นศิลปะแบบไพรกเมง

การแพทย์พื้นบ้านภาคอีสานมีผู้เชี่ยวชาญประจำหมู่บ้าน 13 ประเภท ดังนี้ 1.) ญาคู คือ พระหรือผู้ทรงศีล 2.) เจ้าโคตร คือผู้พิพากษาประจำหมู่บ้าน 3.) หมอสูตร คือ ผู้ประกอบพิธีกรรมต่าง ๆ เช่น สูขวัญ แต่งงาน 4.) เฒ่าจ้ำ คือ ผู้สื่อสารระหว่างผีปู่ตาหรือผีบรรพบุรุษกับคนในหมู่บ้าน 5.) หมอยา คือ ผู้เชี่ยวชาญในการรักษาโรคด้วยสมุนไพรและพิธีกรรม 6.) หมอเอ็น คือ ผู้เชี่ยวชาญในการรักษาโรคด้วยการบีบวดกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น 7.) หมอตำแย คือ ผู้เชี่ยวชาญในการดูแลแม่และเด็ก ทั้งก่อนและหลังคลอด 8.) หมอมอ คือ ผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบดวงชะตา (หมอดู) ทำนายจากภาพบนแผ่นผ้า 9.) หมอส่อง คือ ผู้เชี่ยวชาญในการทำนายสิ่งที่ไม่สามารถหาคำตอบได้ การส่องส่วนใหญ่ต้องมีเครื่องนำทางในการส่อง เช่น มีดสนากหรือเสียงดนตรี 10.) หมอข้าว คือ ผู้เชี่ยวชาญในการเกษตรและการจัดการระบบนิเวศในไร่นา 11.) หมอผ้า คือ ผู้เชี่ยวชาญในการทอผ้าและการจัดท้าวตุติบในการทอผ้า 12.) หมอเหล็ก คือ ผู้เชี่ยวชาญในการตีเหล็ก 13.) นักเล่นนันท คือผู้ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ของชุมชน ถ่ายทอดนิทานพื้นบ้าน เพื่อปลูกฝังจริยธรรมและคุณธรรมให้กับเยาวชน

การเจ็บป่วยหรืออาการผิดปกติ ตามความเชื่อของหมอพื้นบ้านภาคอีสาน เชื่อว่าเกิดจากเส้นเอ็นหด แข็ง ดึงหรือเส้นเอ็นถูกทับ เรียกว่า เส้นจม รักษาโดยการกดนวดเส้นเอ็นให้คลายตัวทำให้เส้นลอย เพื่อบรรเทาอาการเจ็บปวดหรือบำบัดอาการผิดปกติ จะไม่ใช้วิธีจับดึงเส้นเพราะอาจทำให้เส้นเอ็นฉีกขาด



รูปที่ 6 นวดขีดเส้น<sup>12</sup>

2. การกดเส้น คือ การใช้ฝ่ามือหรือสันมือกดเส้น เป็นเทคนิคที่ใช้กับส่วนของร่างกายที่มีความนุ่ม เช่น บริเวณช่องท้อง สะโพก ขาท่อนบน โดยจะมีการกดเส้นเพิ่มเติมบริเวณอื่น ๆ ให้กับผู้ป่วย แม้ว่าอวัยวะนั้นจะไม่มีอาการผิดปกติ เพราะเชื่อว่าเส้นเอ็นทุกเส้นมีความเชื่อมโยงกันทั่วร่างกาย จะไม่มีการใช้อุปกรณ์ในการกดเส้น ไม่มีการทำพิธีกรรม

**ภาคใต้ : ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านภาคใต้<sup>13-15</sup>**

ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านภาคใต้มีความซับซ้อนและแตกต่างทางวัฒนธรรมศาสนาทั้งพราหมณ์ อิสลาม จีน และมลายู ชาวใต้มีความเชื่อเรื่องผีสถิตอยู่ในธรรมชาติ เช่น ผีเจ้าป่า เจ้าเขา เจ้าที่นา และยังมีผีบรรพบุรุษ หรือที่เรียกว่า “ครุโนรา” หมอพื้นบ้านส่วนใหญ่จะเป็นหมอสมนไพรที่เชี่ยวชาญการใช้สมุนไพรรักษาโรคในท้องถิ่น หมอนวดพื้นบ้านภาคใต้เรียกว่า หมอบีบ ส่วนหมอตําแย (ชาวไทยมุสลิม) เรียกว่า โต๊ะบีแด และหมองู รักษาพิษงู

การรักษาของหมอนวดพื้นบ้านภาคใต้ มีดังนี้

1. การนวดจับเส้น โดยใช้การกดหนัก กดเบา เพื่อไล่ลมให้เลือดไหลเวียนไปตามแนวเส้นที่กดไปช่อมแซมกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น โดยมีเทคนิคการนวด ดังนี้ 1.) การเขี่ยเส้น 2.) การคลึงเส้น 3.) การรีดเส้น 4.) การเหยียบเส้น 5.) การดึงเส้น 6.) การกดเส้น 7.) การหยิกเส้น 8.) การประคองเส้น 9.) การไต่เส้น นอกจากนี้อาจใช้อุปกรณ์ช่วย เช่น เขากวางลูกเหล็ก เพื่อให้มีน้ำหนักในการกด สามารถเข้าถึงจุดหรือเส้นได้ง่ายและตรงจุดมากขึ้น บางครั้งใช้ควบคู่กับคาถาอาคม

2. การนวดน้ำมันลังกาสุกะ ตามวิถีมุสลิม เป็นองค์ความรู้เฉพาะของ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ เป็นการรักษาอาการปวดเมื่อยทั่วไปและใช้สำหรับนวดสตรีหลังคลอดเป็นหลัก โดยการนวดแบบลังกาสุกะจะเริ่มจากส่วนหน้าท้องที่บริเวณสะดือก่อน เพราะเชื่อว่าเป็นจุดเริ่มต้นของเส้นประสาทต่าง ๆ จำนวนมาก ซึ่งสอดคล้องกับวิชาการแพทย์อายุรเวทที่ระบุว่าจุดนี้เป็นจุดกำเนิดของเส้นประธานทั้ง 10 และไปจบที่ศีรษะ ใช้เวลาการนวดประมาณ 1 - 2 ชั่วโมงสำหรับการนวดทั้งตัว และมีการพัฒนาวิจัยต่อยอด“น้ำมัน” ซึ่งเป็นสูตรเฉพาะอันเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นได้จากการนำพืชสมุนไพรรวมกันแล้วใส่น้ำมันยี่หระดำ หรือฮับบะตุชเซาดาร์ หรือที่รู้จักในชื่อของ “เทียนดำ” เป็นสมุนไพรรักษาโรคมาใช้เป็นยานวดเพื่อบำบัดอาการเจ็บป่วยในชีวิตประจำวันของคนในท้องถิ่นนี้ และยังมีตัวช่วยสำคัญอย่างก้อนเส้า คือการใช้ก้อนหินไปเผาไฟเพื่อนำมาประคบบริเวณจุดปวด ความร้อนจากก้อนหินจะไปช่วยให้ไขมันซึมซาบเข้าสู่ร่างกายเพื่อรักษาอาการได้ดีขึ้น องค์ประกอบสำคัญ 3 อย่าง เป็นของคู่กันในการนวดน้ำมันลังกาสุกะ

รูปที่ 7 การนวดน้ำมันลึงกาสะ<sup>15</sup>

การแพทย์แผนไทย (Thai Traditional Medicine) เป็นการแพทย์ดั้งเดิม (Traditional Medicine) ของประเทศไทย ที่มาจากการแพทย์พื้นบ้าน (Folk Medicine) ในแต่ละภูมิภาค โดยเกิดจากประสบการณ์ในการรักษาที่มีการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ที่มีได้ศึกษาทฤษฎีการแพทย์ใด ๆ อย่างเป็นระบบ มีวิธีการรักษาที่เป็นอัตลักษณ์เฉพาะตนที่ได้รับการสืบทอดมาครอบคลุมทั้งด้านเวชกรรมไทย เภสัชกรรมไทย การผดุงครรภ์ไทย และการนวดไทย ซึ่งถือเป็นศาสตร์และศิลป์ที่สืบทอดกันมาจากรุ่นสู่รุ่น เป็นองค์ความรู้ด้านการแพทย์ที่เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน ทำให้มีความคล้ายคลึงกันและมีสมุนไพรรักษาที่คล้ายคลึงกันเนื่องจากภูมิอากาศคล้ายกัน กลายเป็นรากฐานภูมิปัญญาในการดูแลสุขภาพด้วยตนเองอย่างเหมาะสมในแต่ละท้องถิ่น ซึ่งทำให้การแพทย์แผนไทยได้รับการพัฒนาเข้าสู่ระบบการศึกษาและมีการผสมผสานการแพทย์ดั้งเดิมเข้าสู่ระบบสาธารณสุขให้เป็นระบบบริการสุขภาพของประเทศคู่ขนานกับการแพทย์แผนปัจจุบัน ทำให้ประชาชนให้ความสนใจและสามารถเลือกรับบริการรักษาด้วยการแพทย์แผนไทยได้ สำหรับในประเทศไทยนั้น การแพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine)<sup>16</sup> คือ การแพทย์ที่ไม่ใช่การแพทย์แผนปัจจุบัน การแพทย์แผนไทยและการแพทย์พื้นบ้านไทย ส่วนการแพทย์อื่น ๆ ที่เหลือถือเป็นการแพทย์ทางเลือกทั้งหมด เช่น การแพทย์แผน

โบราณของจีน (Traditional Chinese Medicine) การแพทย์แบบอายุรเวชของอินเดีย เป็นต้น ซึ่งในปัจจุบันการแพทย์แผนไทย ถือเป็นส่วนสำคัญหนึ่งของระบบบริการสุขภาพที่ได้รับความนิยมเพิ่มขึ้น โดยมีบทบาทร่วมกับทีมสหวิชาชีพในการรักษา ฟื้นฟูสุขภาพ ป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพ ดังนั้นสภาการแพทย์แผนไทยและกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกจึงมีบทบาทสำคัญในการวางรากฐานและพัฒนาคุณภาพมาตรฐานและจริยธรรมของแพทย์แผนไทยและแพทย์แผนไทยประยุกต์ให้เป็นไปตามจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพ เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการบำบัดรักษาที่ถูกต้องครอบคลุมการรักษาแบบองค์รวมตามมาตรฐานวิชาชีพอย่างมีคุณภาพปลอดภัย เกิดความพึงพอใจและเป็นที่ยอมรับ ซึ่งช่วยเพิ่มความมั่นคง คุณภาพ และประสิทธิภาพของระบบการแพทย์และสาธารณสุข ทำให้ประชาชนสามารถดูแลสุขภาพตนเองและชุมชนด้วยการแพทย์แผนไทยได้

#### เอกสารอ้างอิง

1. ธนิตา ขุนบุญจันทร์และคณะ. บรรณานิติการ. พื้นฐานการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ. กองการแพทย์พื้นบ้านไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข, กรุงเทพฯ: ชุมชนุสทกรณการเกษตรแห่งประเทศไทย; 2560.
2. กองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม องค์การบริหารส่วนตำบลป่าหุง อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย. ข้อมูลด้านวัฒนธรรม และประเพณีท้องถิ่น และภูมิปัญญาท้องถิ่น [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 13 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.pahung.go.th/athf/news/20210205160941.pdf>
3. คลินิกแพทย์แผนไทยประยุกต์ "อภัยเวลเนส". เฝายาหน้าท้องทางเลือกรักษาด้วยศาสตร์แพทย์แผนไทย [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 13 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.abhaiwellness.com/phaoya.php>
4. Thai PBS. "เฝายา" ศาสตร์หมอพื้นบ้านภาคเหนือ ใช้ความร้อนรักษาโรค. 6 ธันวาคม 2566 [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 13 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.thaipbs.or.th/news/content/334638>
5. LANNA HEALTH HUB สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่. การเช็ดแกก การรักษาพื้นบ้านล้านนาตัวจริง [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 15 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก: <https://lannahealthhub.org/knowledge/การเช็ดแกก-การรักษาพื้น/>

6. ไทยโพสต์ตีอึรระภาพแห่งความคิด. 'อ่าซ่าโฮย้า' ภูมิบัญญัติ การดูแลสุขภาพของชาวอ่าซ่า ต่อยอดพัฒนาสินค้าอาหาร พื้นบ้าน-การท่องเที่ยวเชิงนิเวศน์ (1). 2 กุมภาพันธ์ 2566 [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 22 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.thaipost.net/public-relations-news/315745/>
7. ธนิดา ชุณหบุญจันทร์และคณะ. บรรณานิการ. พื้นฐานการ นวดพื้นบ้านภาคกลาง. กองการแพทยพื้นบ้านไทย กรม การแพทยแผนไทยและการแพทยทางเลือก กระทรวง สาธารณสุข, กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณการเกษตรแห่ง ประเทศไทย; 2560.
8. โรงพยาบาลการแพทยแผนไทยและการแพทยผสมผสาน กรมการแพทยแผนไทยและการแพทยทางเลือก กระทรวง สาธารณสุข. เหยียบเหล็กแดง [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 18 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก: <https://ttcmh.dtam.moph.go.th/index.php/knowledge/research/37-red.html>
9. tickoen. การแพทยพื้นบ้านไทย เหยียบเหล็กแดง. 23 กันยายน 2552 [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 22 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก : [http://tickoen.blogspot.com/2009/09/blog-post\\_23.html](http://tickoen.blogspot.com/2009/09/blog-post_23.html)
10. ธนิดา ชุณหบุญจันทร์และคณะ. บรรณานิการ. พื้นฐานการ นวดพื้นบ้านภาคอีสาน. กองการแพทยพื้นบ้านไทย กรม การแพทยแผนไทยและการแพทยทางเลือก กระทรวง สาธารณสุข, กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณการเกษตรแห่ง ประเทศไทย; 2560.
11. อุษา กลิ่นหอม. ชิดเส้น วิชานวดพื้นบ้านอีสาน. 2555 [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 22 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้ จาก: <file:///C:/Users/User/Downloads/44d34519-50e9-43cf-86c0-d84fcd2747c0.pdf>
12. สวนหมอนไม้ สวนเกษตรนวัตกรรมฟุ้งตน. นวดชิดเส้น นวดพื้นบ้านอีสาน. 19 มกราคม 2560 [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 22 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.monmai.com/นวดชิดเส้น/>
13. ธนิดา ชุณหบุญจันทร์และคณะ. บรรณานิการ. พื้นฐานการ นวดพื้นบ้านภาคใต้. กองการแพทยพื้นบ้านไทย กรม การแพทยแผนไทยและการแพทยทางเลือก กระทรวง สาธารณสุข, กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณการเกษตรแห่ง ประเทศไทย; 2560.
14. MGR Online. นวด "ลึงกาสุกะ" กับเคล็ดลับ "ยี่หวาด้า". 10 กันยายน 2552 [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 22 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก: <https://mgronline.com/qol/detail/9520000104737>
15. กรุงเทพธุรกิจ. ลึงกาสุกะ กรมการแพทยแผนไทยฯ ยก ศาสตร์ "นวดน้ำมัน" ลึงกาสุกะ รองรับกลุ่มประเทศมุสลิม. 9 กรกฎาคม 2565 [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 22 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.bangkokbiznews.com/social/1014611>
16. เทวัญ ธาณีรัตน์. การแพทยทางเลือก คืออะไร. [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 22 ธ.ค. 2566]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.msdbangkok.go.th/Alternative%20Medicine/What%20Alternative%20Medicine.htm>