



©Copyright

TIH 1413

ภูมิปัญญาไทยและสากลกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

ภูมิปัญญาด้านการแพทย์

ภูมิปัญญา คือ...

องค์ความรู้ ความสามารถ และทักษะของคน อันเกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้ เลือกรสรร ประยุกต์ พัฒนา และถ่ายทอดสืบต่อกันมา เพื่อนำมาใช้ในการแก้ปัญหา และพัฒนาวิถีชีวิตของคนในสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม และเหมาะสมกับยุคสมัย



ภูมิปัญญาด้านการแพทย์

ภูมิปัญญาด้านการแพทย์

- เกิดจากการที่คนเราเกิดการเจ็บป่วย และต้องค้นหาวิธีการป้องกันรักษาอาการเจ็บป่วย
- มีการลองผิดลองถูกเพื่อหาวิธีการรักษา และพัฒนาจนเป็นระบบที่มีแบบแผน กลายเป็น “การแพทย์” ที่มีแบบแผนชัดเจน
- แต่ละชนชาติต่างก็มีวิวัฒนาการทางการแพทย์ของตนเองจนกลายเป็นภูมิปัญญาการแพทย์ท้องถิ่น



ภูมิปัญญาด้านการแพทย์

ระบบการแพทย์ในปัจจุบันมี 2 ระบบ

- ระบบการแพทย์แผนตะวันตก ถือกำเนิดในทวีปยุโรป และได้รับความนิยมนแพร่หลายไปทั่วโลก
- ระบบการแพทย์แผนตะวันออก เป็นระบบการแพทย์แบบดั้งเดิมของชาวเอเชีย

**** ระบบการแพทย์ทั้ง 2 ระบบ ต่างก็เป็นการแพทย์ทางเลือกซึ่งกันและกัน ****



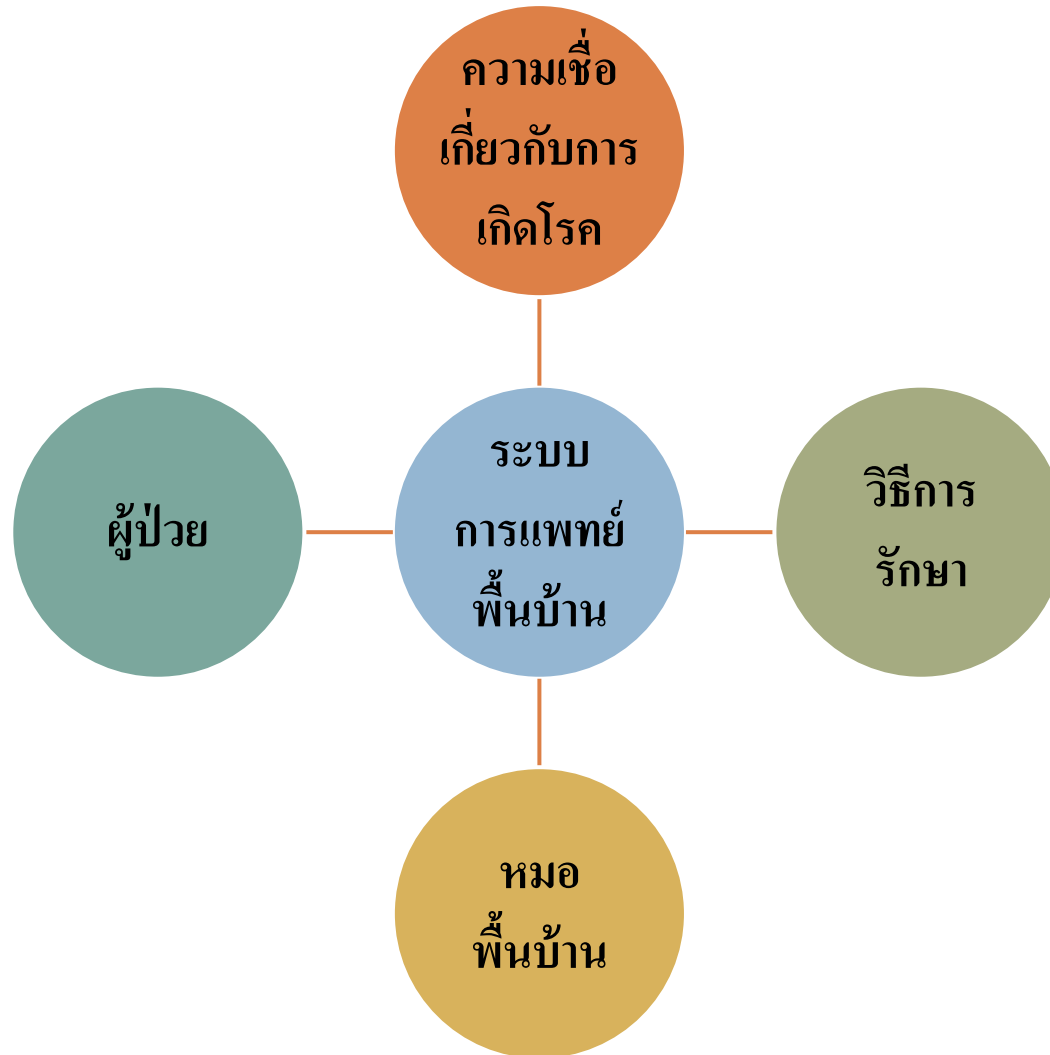
1. ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ของไทย

1.1 การแพทย์พื้นบ้าน (Indigenous Medicine)

หมายถึง การดูแลสุขภาพตนเองในชุมชนแบบดั้งเดิมจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต เกี่ยวกับความเชื่อ พิธีกรรม วัฒนธรรม ประเพณี และทรัพยากรที่แตกต่างกันไปในแต่ละท้องถิ่น



1. ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ของไทย



1. ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ของไทย

ระบบการแพทย์พื้นบ้าน

1) ความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการเกิดโรคการแพทย์พื้นบ้าน มีความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการเกิดโรคอยู่ 2 ประการ

ประการแรก Personalistic Medical System

ประการที่สอง Naturalistic Medical System



1. ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ของไทย

2) วิธีการรักษาของหมอพื้นบ้าน

- การบูชาครู
- การวินิจฉัยโรค
- การรักษา
- การยกเครื่องบูชาครูให้หมอ

วิธีการรักษาของหมอพื้นบ้าน เช่น

การใช้สมุนไพร การนวด พิธีกรรม ฯลฯ



1. ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ของไทย

3) หมอพื้นบ้าน

ประเภทของหมอที่รักษาความเจ็บป่วยที่มีสาเหตุจากสิ่งเหนือธรรมชาติ ได้แก่ หมอธรรม หมอลำผีฟ้า หมอสู่วัว

ประเภทของหมอที่รักษาความเจ็บป่วยที่มีสาเหตุจากธรรมชาติ ได้แก่ หมอสมุนไพร หมอกระดูก หมอนวด



1. ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ของไทย

4) ผู้ป่วยที่มารับการรักษาส่วนใหญ่เป็นผู้มีฐานะยากจน และมีอาชีพเกษตรกรรม



1. ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ของไทย

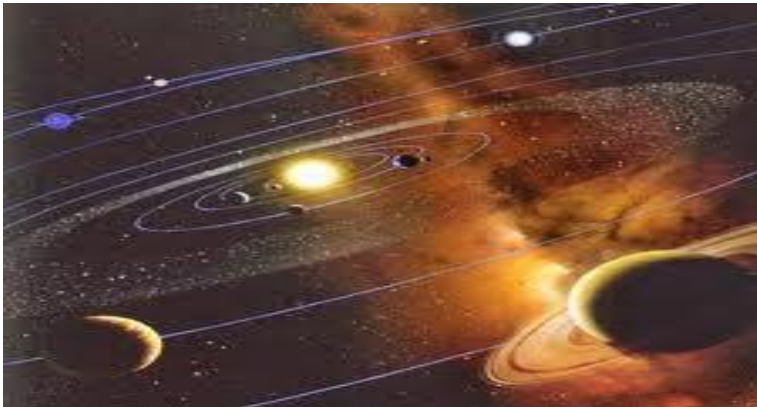
1.2 การแพทย์แผนไทย (Thai Traditional Medicine)

หมายถึง กระบวนการทางการแพทย์เกี่ยวกับการตรวจวินิจฉัย บำบัด รักษา ป้องกัน โรค หรือ การส่งเสริมฟื้นฟูสุขภาพของมนุษย์ หรือสัตว์ การผดุงครรภ์ การนวดไทย และหมายรวมถึง การเตรียมการ ผลิตยาแผนไทย การประดิษฐ์อุปกรณ์และเครื่องมือทางการแพทย์ ทั้งนี้ โดยอาศัยความรู้หรือตำราที่ได้ถ่ายทอดและพัฒนาสืบต่อกันมา

1. ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ของไทย

การแพทย์แผนไทยมีความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุการเกิดความเจ็บไข้ได้ป่วย
ในมนุษย์ว่า...

- 1) เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากสิ่งที่เหนือธรรมชาติ
- 2) เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากธรรมชาติ
- 3) เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากพลังจักรวาล



หลักเกณฑ์ด้านสุขภาพ กับธาตุเจ้าเรือน



ผู้ที่เกิดเดือนพฤษภาคม

มิถุนายน

กรกฎาคม

ธาตุเจ้าเรือน คือ ธาตุลม

ผู้ที่เกิดเดือนสิงหาคม

กันยายน

ตุลาคม

ธาตุเจ้าเรือน คือ ธาตุน้ำ

ผู้ที่เกิดเดือนพฤศจิกายน

ธันวาคม

มกราคม

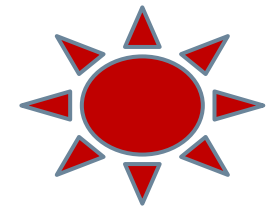
ธาตุเจ้าเรือน คือ ธาตุดิน

ผู้ที่เกิดเดือนกุมภาพันธ์

มีนาคม

เมษายน

ธาตุเจ้าเรือน คือ ธาตุไฟ



ธาตุคิน

ลักษณะ มีรูปร่างสูงใหญ่ ผิวค่อนข้างคล้ำ ผมหดดำ เสียงดังฟังชัด ข้อ
กระดูกแข็งแรง กระดูกใหญ่ น้ำหนักตัวมาก ลำสัน อวัยวะสมบูรณ์
จุดอ่อนของสุขภาพ ธาตุคินเป็นที่ตั้งแห่งกองธาตุ กองโรคทั้งปวง เมื่อมี
การเสียสมดุลของตัวควบคุมสุขภาพ จะทำให้คนธาตุคินมักเจ็บป่วยด้วย
โรคของอวัยวะ โครงสร้างหลักของร่างกาย เช่น โรคหัวใจ เบาหวาน ริด
สีทวาร เป็นต้น นอกจากนี้ มักจะเสี่ยงต่อโรคอ้วน ความดันโลหิตสูง
เบาหวาน อาการปวดตามข้อ โรคระบบทางเดินหายใจ และโรคเกี่ยวกับ
ระบบน้ำย่อย

ธาตุคิน

อาหารเพื่อสุขภาพ ควรกินอาหารรสฝาดเพื่อช่วยสมานปิดธาตุ อาหารรสหวาน เพื่อช่วยบำรุงกำลัง อาหารรสมันแก้เส้นเอ็นพิการ ขัดยอก และอาหารรสเค็ม เพื่อช่วยดูดซึมอาหาร ป้องกันการเสื่อมของกระดูก อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง ควรกินอาหารประเภทแป้งให้น้อยลง และออกกำลังกายให้มาก



ธาตุน้ำ

ลักษณะ เป็นผู้มีรูปร่างกายสมบูรณ์ อวัยวะสมบูรณ์ มีความรู้ลึกทางเพศดี และมีลูก
ดก รูปร่างสมส่วน ผิวพรรณสดใส แต่งตั้ง ทนหิว ทนร้อน ทนหนาวได้ดี แต่มักทำ
อะไรชักช้า เช่น กินช้า เดินช้า มักเฉื่อยแฉะ เกียจคร้าน

จุดอ่อนสุขภาพ เป็นธาตุที่มีการควบคุมน้ำภายในร่างกาย หากเสียสมดุลจะเป็น
โรคที่เกี่ยวข้องกับการเสียสมดุลน้ำในร่างกาย ซึ่งจะเป็นโรคเกี่ยวกับ

- ระบบทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัด ไอ มีน้ำมูก เสมหะ ไช้น้ำอักเสบ หอบหืด
หลอดลมอักเสบ ปอดบวม
- ระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคกระเพาะ ท้องเฟ้อ
- ระบบขับถ่าย เช่น ท้องผูก บิด มูกเลือด ริดสีดวงทวาร ปัสสาวะผิดปกติ

ธาตุน้ำ

อาหารเพื่อสุขภาพ ควรกินอาหารรสเปรี้ยว เช่น มะนาว มะกรูด ส้ม เพื่อแก้ฟอกเสมหะ ฟอกโลหิต และเป็นยาระบาย และอาหารที่มีรสขม เช่น มะระ สะเดา ซึ่งช่วยบำรุงโลหิต และแก้ร้อนใน

อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง ควรกินอาหารประเภทแป้งให้น้อยลง (เช่นเดียวกับธาตุดิน)



ธาตุลม

ลักษณะ มีรูปร่างโปร่ง ผอม ผอมบาง ผิวหนังหยาบแห้ง ทนหนาวไม่
ค่อยได้ นอนไม่ค่อยหลับ ความรู้สึกทางเพศไม่ค่อยดี อารมณ์
แปรปรวนง่าย จึงมีนิสัยขี้ใจใส และรักง่ายหน่ายเร็ว

จุดอ่อนสุขภาพ คนธาตุลมมักเจ็บป่วยด้วยอาการของระบบประสาท
การไหลเวียนของโลหิต อารมณ์และจิตใจ เป็นพวกวิตกกังวล หวั่นไหว
ง่าย โรคที่เป็นบ่อย เช่น วิงเวียน หน้ามืด อ่อนเพลีย ไม่มีแรง ความดัน
โลหิต ภาวะหัวใจขาดเลือด ความดันโลหิต นอนไม่หลับ และระบบ
ย่อยอาหารไม่ดี เป็นต้น

ธาตุลม

อาหารเพื่อสุขภาพ ควรกินอาหารรสเผ็ดร้อน เช่น จิง ข่า ตะไคร้
พริกไทย กระเพรา ฯลฯ เพื่อช่วยแก้ลม จุกเสียด ขับผายลม และ
ช่วยระบบย่อยอาหารให้ดีขึ้น

อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง ควรกินอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ให้น้อย เพราะ
ทำให้ระบบย่อยไม่แข็งแรง



ธาตุไฟ

ลักษณะ เป็นคนมีลักษณะขี้กระดุกหลวม หนัวย่น ผมหงอกเร็ว มีนิสัยไม่ค่อยอดทน ใจร้อน หงุดหงิดง่าย อารมณ์เสียบ่อย หิวบ่อย กินเก่ง ขี้ร้อน

จุดอ่อนสุขภาพ การควบคุมสุขภาพของคนธาตุไฟ คือ การทำงานของน้ำดี และการควบคุมอุณหภูมิของร่างกาย ดังนั้น อาการเจ็บป่วยที่มักพบได้ในคนธาตุไฟ เช่น ท่อน้ำดีอุดตัน ตับอักเสบ ตัวเหลือง ตาเหลือง ท้องอืด อาหารไม่ค่อยย่อย เป็นไข้ตัวร้อน ร้อนใน เจ็บคอ เกรี้ยวง่าย ผิวหนังแพ้ง่าย เป็นต้น

ธาตุไฟ

อาหารเพื่อสุขภาพ ควรกินอาหารรสขม เช่น บัวบก ขี้เหล็ก แก้วโลहित เป็นพิษ และอาหารรสจืด เย็น เช่น ผักบุ้ง ตำลึง แตงโม รสจืด ช่วยแก้ไข้ ร้อนใน และดับพิษร้อน

อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง ควรกินอาหารจำพวกไขมันให้น้อย แม้ว่าร่างกาย จะเผาผลาญเนื้อสัตว์ได้ดี แต่หากกินไขมันที่ย่อยยากจะทำให้มีความ ร้อนในร่างกายมากเกินไปจนป่วยไข้ได้



1. ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ของไทย

การรักษาแบบแพทย์แผนไทย

- การใช้พิธีกรรม
- การใช้สมุนไพร และการกินอาหารเพื่อปรับสมดุล
- การนวด การอบ การประคบ
- การปรับสมดุลทางจิตด้วยสมาธิ

1. ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ของไทย

- หมอแผนไทยในอดีต จะมีความรู้หลายสาขา และชำนาญการ ประกอบพิธีกรรม การใช้ยา การนวด และโหราศาสตร์ รวมถึงการนั่งสมาธิ
- มีตำรา คัมภีร์ เฉพาะ โรคมากมาย เช่น ตำราเวชศาสตร์ฉบับหลวง ตำราแพทย์ศาสตร์สงเคราะห์ฉบับหลวง ตำรับยาแผนไทย เป็นต้น

2. การแพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine)

หมายถึง วิทยาการผสมผสานให้ใกล้เคียงกับการดำรงชีวิตมนุษย์ ไม่ใช้การแพทย์ที่ให้การรักษาโดยใช้ยาแผนปัจจุบัน ผู้ให้การรักษา ไม่จำเป็นต้องมีวุฒิทางการแพทย์แผนปัจจุบัน แต่เป็นผู้ที่ผ่านการอบรม และได้รับการฝึกฝนจนเป็นที่ชำนาญในแต่ละสาขา

สำหรับประเทศไทย การแพทย์ทางเลือก คือ การแพทย์ทุกประเภทที่ไม่ใช่แพทย์แผนปัจจุบัน

หลักปรัชญาของการรักษาโดยการแพทย์ทางเลือก

- ร่างกายสามารถที่จะรักษาตนเองได้
- การป้องกันเป็นวิธีที่ดี แพทย์ทางเลือกจึงเน้นการป้องกันโรคมกกว่าการรักษาโรค
- แพทย์ทางเลือกจะศึกษาร่วมกับผู้ป่วยเพื่อหาทางรักษาตามความต้องการของผู้ป่วย
- แพทย์ทางเลือกมักจะรักษาด้วยการบำบัด (Healing) ซึ่งหมายถึง ระบบการรักษาที่ต้องอาศัยวิธีการหลายอย่างมา รักษาโรค เพื่อให้พลังจากธรรมชาติหรือพลังในร่างกายมา รักษาโรค

กลุ่มศาสตร์ของการแพทย์ทางเลือก

1. กลุ่มศาสตร์ / เทคนิคของ
ศาสตร์เพื่อปรับสมดุลของ
ธาตุ / สารชีวภาพในร่างกาย



กลุ่มศาสตร์ของการแพทย์ทางเลือก

2. กลุ่มศาสตร์ / เทคนิคของศาสตร์เพื่อปรับสมดุลของโครงสร้างร่างกาย



กลุ่มศาสตร์ของการแพทย์ทางเลือก

3. กลุ่มศาสตร์ / เทคนิคของศาสตร์เพื่อปรับสมดุลของพลังในร่างกาย



ประเภทของการแพทย์ทางเลือก



1. Alternative Medical Systems

การแพทย์ทางเลือกที่มีวิธีการตรวจรักษาวินิจฉัยและการบำบัดรักษาที่มีหลากหลายวิธีการ ทั้งด้านการให้ยา การใช้เครื่องมือมาช่วยในการบำบัดรักษา และหัตถการต่างๆ เช่น การแพทย์แผนโบราณของจีน การแพทย์แบบอายุรเวชของอินเดีย เป็นต้น



2. Mind-Body Interventions

วิธีการบำบัดรักษาแบบใช้กายและใจ เช่น การใช้สมาธิ
บำบัด โยคะ ชี่กง เป็นต้น



3. Biologically Based Therapies

วิธีการบำบัดรักษาโดยการใช้สารชีวภาพ สารเคมีต่างๆ เช่น สมุนไพร วิตามิน Chelation Therapy, Ozone Therapy หรือ แม่กระทั่งอาหารสุขภาพ เป็นต้น



4. Manipulative and Body-Based Methods

วิธีการบำบัดรักษาโดยการใช้หัตถการต่างๆ เช่น การนวด การตัด
การจัดกระดูก Osteopathy Chiropractic เป็นต้น



5. Energy Therapies

วิธีการบำบัดรักษาที่ใช้พลังงานในการบำบัดรักษา ที่สามารถวัดได้และไม่สามารถวัดได้ในการบำบัดรักษา เช่น การสวดมนต์ บำบัด พลังกายทิพย์ พลังจักรวาล เรกิ โยเร เป็นต้น



การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาด้านการแพทย์ สำหรับการท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพ



1. การประยุกต์ใช้การแพทย์พื้นบ้าน และการแพทย์แผนไทยสำหรับการท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพ

สรุปผลิตภัณฑ์การแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์แผนไทย

- การใช้สมุนไพร / การใช้ยาสมุนไพร
- การนวด การจับเส้น การประคบ และอบสมุนไพร
- การผลิตอาหารจากธรรมชาติเพื่อสุขภาพ
- การใช้พิธีกรรม มนต์คาถา การเสกเป่า

1. การจัดการท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพเชื่อมโยงกับการจัดการท่องเที่ยวทางธรรมชาติ



2. การจัดการท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพเชื่อมโยงกับการจัดการการท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์

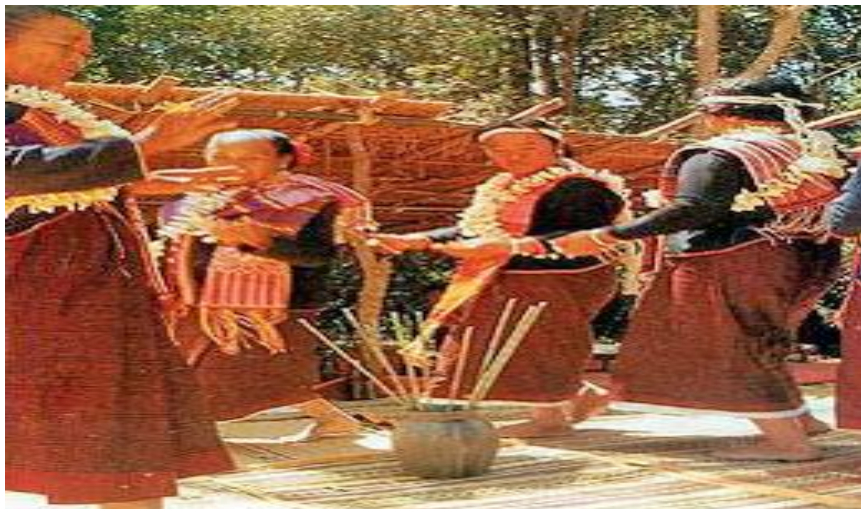


โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร





3. การจัดการท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพเชื่อมโยงกับการจัดการท่องเที่ยวศึกษาวิถีชีวิต ประเพณีและวัฒนธรรมของชุมชน



2. การประยุกต์ใช้การแพทย์ทางเลือก สำหรับการท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพ

สรุปศาสตร์การแพทย์ทางเลือก

- พลังในการรักษาของธรรมชาติ
- มองคนโดยภาพรวม (ทั้งกายและจิตใจ)
- ระบุให้ชัดและรักษาที่สาเหตุ
- แพทย์ในบทบาทครู
- ป้องกันไว้ก่อนดีที่สุด

2. การประยุกต์ใช้การแพทย์ทางเลือก สำหรับการท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพ

- นักท่องเที่ยวหรือผู้ป่วยจะเข้ารับการบำบัดรักษา และส่งเสริมสุขภาพโดยใช้ศาสตร์การแพทย์ทางเลือกในโรงพยาบาลเอกชน ศูนย์พยาบาล หรือสถานประกอบการสปา



2. การประยุกต์ใช้การแพทย์ทางเลือก สำหรับการท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพ

- หลังจากเข้ารับบริการด้านการแพทย์ทางเลือกแล้ว นักท่องเที่ยวจะไปทำกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ หรือพักผ่อนร่างกายในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ



การแพทย์พื้นบ้าน การแพทย์แผนไทย และการแพทย์ทางเลือก สามารถนำมาประยุกต์ใช้สำหรับการท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพได้ แต่จะเหมาะสำหรับนักท่องเที่ยวที่มีอาการเจ็บป่วยไม่รุนแรง หรือเป็นโรคเรื้อรัง โดย ผู้ป่วยบางรายอาจต้องรักษาควบคู่ไปกับการแพทย์แผนปัจจุบัน



CHM

College of Hospitality
Industry Management

T I H M

Tourism Industry and Hospitality Management

TIH 1413

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

Q & A

benjaporn.ya@ssru.ac.th