



ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับ
การตั้งครรภ์การคลอด
และการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด
ใน 4 พื้นที่ศึกษา 4 ภาคของประเทศไทย
โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย

สุธรรม นันทมงคลชัย

ภัทรา สง่า

เรืองศักดิ์ ปิ่นประทีป

ระวีวรรณ ชุ่มพฤษ

อำภาพร พัววิไล

จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ บรรณาธิการ

พ.ศ.2546

ISBN 974-465-057-5

เอกสารรายงานวิชาการ

โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทยระยะที่ 1 ฉบับที่ 12

เปิดปมเรื่องน่ารู้

โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทยระยะที่ 1

ชุดผลงานวิชาการของโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทยระยะที่ 1 ซึ่งติดตามเด็กและครอบครัวไทยตั้งแต่มารดาตั้งครรภ์ คลอดและเด็กเติบโตจนถึงอายุ 1 ปี ดำเนินการระหว่างปี พ.ศ.2543 และสิ้นสุดในเดือนธันวาคม ปีพ.ศ.2545 ใน 5 พื้นที่ของประเทศไทย ภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข และ องค์การอนามัยโลก เพื่อเผยแพร่ให้แก่ผู้ใช้ประโยชน์กลุ่มต่าง ๆ และผู้สนใจทั่วไป ประกอบด้วย 3 กลุ่มคือ

หมวดเรื่องน่ารู้ ว่าด้วยที่มา แนวคิด และกรอบการวิเคราะห์ข้อมูล กับประสบการณ์จากทั่วโลก

1. แนวคิด กรอบการวิจัย และ วิเคราะห์ข้อมูล โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้จากทั่วโลก – ประสบการณ์การวิจัยระยะยาวเรื่องเด็กและเยาวชน

หมวดเรื่องน่ารู้ ว่าด้วยถ่ายทอดประสบการณ์ด้านการจัดการในแง่มุมต่าง ๆ มี 5 เล่มคือ

3. ถ่ายทอดประสบการณ์ ความคิด ความรู้สึก : บทเรียนสู่อนุชนรุ่นหลังที่อยากก้าวมาจัดการงานวิจัย
4. การบริหารจัดการฐานข้อมูลขนาดใหญ่ : ประสบการณ์ครั้งแรกที่พัฒนาโดยคนไทย
5. การประกันและควบคุมคุณภาพข้อมูลในโครงการวิจัยขนาดใหญ่
6. ประสบการณ์การจัดการงานวิจัยในระดับพื้นที่
7. บันทึกกลับนักวิจัยในภาคสนาม
8. ประชาคมผู้ใช้ประโยชน์งานวิจัยในพื้นที่ 4 อำเภอโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย

หมวดเรื่องน่ารู้ ผลงานและองค์ความรู้จากการวิจัย 3 ปี แบ่งได้เป็น 3 กลุ่มย่อยได้แก่

(ก) ทำความเข้าใจชุมชนที่ล้อมรอบตัวเด็ก ประกอบด้วย

9. ประเพณีการเกิด : การดูแลทารกแรกเกิดตามบริบททางวัฒนธรรมในวิถีชุมชน 4 อำเภอ ของประเทศ – การศึกษาเชิงคุณภาพในโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
10. ค่านิยม ความเชื่อ เรื่องการอบรมเลี้ยงดูเด็กในขวบปีแรก – การศึกษาเชิงคุณภาพในโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
11. ระบบความมั่นคงทางอาหารของชุมชน – การสำรวจชุมชน 4 ภาค ในโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย

12. ประเพณี ความเชื่อ เกี่ยวกับการตั้งครุฑ การคลอด และการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด ใน 4 พื้นที่ ศึกษา 4 ภาค ของประเทศไทย โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
13. ประเพณีในรอบปีของชุมชนใน 4 พื้นที่ศึกษา 4 ภาค โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย

(ข) เปิดมุมมองครอบครัวและสถานภาพของหญิงตั้งครรภ์ใน 5 พื้นที่ ประกอบด้วย

14. ทำความรู้จักครอบครัว บริบทของเด็กไทยใน 5 พื้นที่ โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
15. ครอบครัวเด็กไทย: ข้อค้นพบเบื้องต้นจากกรณีศึกษาที่อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น
16. ความพึงพอใจในการแต่งงานและการก่อรูปครอบครัวใน 5 พื้นที่
17. ภาวะโลหิตจางในไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์ในหญิงไทย 5 ภาค โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
18. พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ในหญิงตั้งครรภ์ 4 พื้นที่ โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย ระยะที่ 1
19. พฤติกรรมความผูกพันระหว่างมารดาและทารก พื้นฐานสำหรับการก่อรูปความเป็นคนเต็มคน : ครอบครัว และเด็กโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย

(ค) เปิดแฟ้มลูก ๆ ของเราในแง่มุมต่าง ๆ ประกอบด้วย

20. ทำความรู้จักเด็กไทยในโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
21. ฤาชนาคเด็กไทยจะแคะแสรน – การติดตามการเจริญเติบโตของเด็กขวบปีแรกในโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
22. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับเด็กแรกเกิดน้ำหนักตัวน้อยในโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
23. พัฒนาการในช่วงขวบปีแรกของเด็กในโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
24. พัฒนาการและสภาวะทันตสุขภาพของเด็กขวบปีแรก ในพื้นที่ อ.เทพา จ.สงขลา โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย
25. สาเหตุการตายและอัตราตายปริกำเนิดที่แท้จริง จากการเฝ้าระวังหญิงมีครรภ์และทารกแรกเกิด โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทยระยะที่ 1
26. ผลของการติดเชื้อหนองปอดที่ติดต่อผ่านดินต่อการเกิดหอบแบบ wheeze ในเด็กอายุน้อยกว่า 3 ปี
27. วงจรหลับตื่นของทารกในครรภ์และความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของทารกในครรภ์กับพื้นอารมณ์ของเด็กเมื่ออายุ 1 ปี

เปิดโอกาสให้ท่านเลือกอ่านตามความสนใจของท่าน ข้อมูลที่ปรากฏในเอกสารทุกชุดอาจมีการเปลี่ยนแปลงในอนาคต เนื่องจาก ณ ถึงปัจจุบัน ยังคงมีการนำเด็กเข้าโครงการฯ เพิ่มเติมในบางพื้นที่ อย่างไรก็ตามท่านสามารถนำไปใช้อ้างอิงได้ด้วยควมระมัดระวัง ตัวเลขที่เปลี่ยนแปลงไปเป็นจำนวนน้อย จึงไม่กระทบต่อคุณภาพและการแปลผลข้อมูล และข้อมูลเหล่านี้มีพลวัตไปตามธรรมชาติของการเปลี่ยนแปลงตามกาลเวลา ตามชื่อโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย

กิตติกรรมประกาศ

รายงานวิจัยนี้ เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนจากสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย กระทรวงสาธารณสุข และองค์การอนามัยโลก เพื่อให้การศึกษาติดตามเด็กไทยตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดา ใน 5 พื้นที่ทุกภาคของประเทศ ดำเนินการไปได้ด้วยดี นอกจากนี้โครงการยังได้รับความเอื้อเฟื้อเพื่อเลื่อนโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย จากบริษัท ไทยประกันชีวิต จำกัด ซึ่งทางโครงการต้องขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

นอกจากทุนวิจัยที่ได้รับการสนับสนุนจากหลายหน่วยงานแล้ว โครงการยังได้รับคำปรึกษาอันเป็นประโยชน์ยิ่งจากคณะกรรมการที่ปรึกษาโครงการฯ ซึ่งมี ศาสตราจารย์นายแพทย์จรัส สุวรรณเวลา เป็นประธาน โดยมีที่ปรึกษาต่างประเทศ 2 ท่าน คือ Prof.Phil A. Silva (New Zealand) และ Prof.Dr.David Barker (England) รวมถึงความเสียสละ ความมุ่งมั่นของคณาจารย์ นักวิจัยหลักร่วม 70 คน และความอุทิศของคณะผู้ช่วยนักวิจัยในพื้นที่ กว่า 40 คน ที่ผนึกแรงกายแรงใจเพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีคุณภาพ และผลผลิตการวิจัยที่จะเป็นประโยชน์ต่อสังคมไทยในอนาคต

ส่วนสำคัญที่สุดของโครงการฯ ที่จะต้องขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงก็คือ เด็ก ๆ กลุ่มตัวอย่าง และ พ่อ แม่ ผู้เลี้ยงดูหลัก กว่า 4,200 ครอบครัวทั่วประเทศ ซึ่งให้ข้อมูล และข้อเท็จจริงต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต ซึ่งนับเป็นกลุ่มครอบครัวต้นแบบ ในการศึกษาวิจัยเพื่อค้นหาองค์ความรู้ที่จะนำไปสู่การพัฒนาเด็กไทยอย่างมีคุณภาพในรุ่นต่อไป

และที่จะลืมไม่ได้คือ ผู้ให้กำเนิดโครงการฯ ศ.น.พ.วิจารณ์ พานิช และ ผู้สนับสนุนให้กำลังใจนักวิจัยอย่างเมตตาเสมอมา ศ.น.พ.อารี วัลยะเสวี และ ศ.พ.ญ.สาคร ธนะมิตต์

รายชื่อวิทยากร

1. พ.ญ.จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ	ผู้อำนวยการโครงการฯ
2. รศ.ดร.บัณฑิต ถิ่นคำรพ	รองผู้อำนวยการฯ และ ผู้จัดการศูนย์บริหารจัดการข้อมูล
3. นพ.ดร.ชัยชนะ นิ่มนวล	ผู้ช่วยผู้อำนวยการฯ ฝ่ายบริหาร
4. รศ.พญ.ลัดดา เหมาะสุวรรณ	หัวหน้าทีมวิจัยเด็ก
5. น.พ.ชาญยุทธ ศุภคุณภิญโญ	ทีมวิจัยเด็ก
6. พ.ญ.เบญจพร ปัญญาียง	ทีมวิจัยเด็ก
7. พ.ญ.วราภรณ์ เตชะเสนา	ทีมวิจัยเด็ก
8. รศ.พญ.ศิริกุล อิศรานุรักษ์	ทีมวิจัยเด็ก
9. ผศ.ดร.อุไรพร จิตต์แจ้ง	ทีมวิจัยเด็ก
10. รศ.ดร.รุจา ภูไพบูลย์	หัวหน้าทีมวิจัยครอบครัว
11. รศ.ดร.กอบกุล พันธุ์เจริญวรกุล	ทีมวิจัยครอบครัว
12. ผศ.ดร.จริยา วิริยะศุกร	ทีมวิจัยครอบครัว
13. ผศ.พญ.จิตเกษม เก่งพล	ทีมวิจัยครอบครัว
14. รศ.ดร.จิตตินันท์ เตชะคุปต์	ทีมวิจัยครอบครัว
15. อาจารย์ถวัลย์ เนียมทรัพย์	ทีมวิจัยครอบครัว
16. ผศ.ดร.นิตยา สิ้นสุกใส	ทีมวิจัยครอบครัว
17. ดร.พัชรินทร์ เล็กสวัสดิ์	ทีมวิจัยครอบครัว
18. อ.ภัทรา สง่า	หัวหน้าทีมวิจัยชุมชน
19. ผศ.ดร.ชัชวาลย์ วงษ์ประเสริฐ	ทีมวิจัยชุมชน
20. ดร.ชื่นจิตร โพธิ์ศัพท์สุข	ทีมวิจัยชุมชน
21. ผศ.ดร.อำภาพร พัววิไล	ทีมวิจัยชุมชน
22. ดร.น้ำอ้อย ภาคิวงค์	ทีมวิจัยชุมชน
23. รศ.ระวีวรรณ ชุ่มพฤษ	ทีมวิจัยชุมชน
24. คุณเรืองศักดิ์ ปิ่นประทีป	ทีมวิจัยชุมชน
25. คุณลาวัลย์ สาโรวาท	ทีมวิจัยชุมชน
26. ผศ.ดร.สุธรรม นันทมงคลชัย	ทีมวิจัยชุมชน
27. ดร.อรสุดา เจริญรัก	ทีมวิจัยชุมชน
28. คุณอำนวย ภูภัทรพงษ์	ทีมวิจัยชุมชน
29. รศ.อรุณ จิรวรรณกุล	ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล
30. ผศ.ยุพา ถาวรพิทักษ์	ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล



- | | |
|------------------------------------|--|
| 31. ผศ.ดร.จิราพร เขียวอยู่ | ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล |
| 32. ผศ.จากรุวรรณ โชคคณาพิทักษ์ | ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล |
| 33. ผศ.นิคม ถนอมเสียง | ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล |
| 34. รศ.มาลินี เหล่าไพบูลย์ | ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล |
| 35. ผศ.อนุสรณ์ สุนทรพงศ์ | ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล |
| 36. อ.สุทิน ชนบุญ | ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล |
| 37. รศ.นพ.สุมิตร สุตรา | ที่ปรึกษาพื้นที่ อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 38. น.พ.เกษม เวชสุทธานนท์ | ผู้จัดการภาคสนาม อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 39. น.พ.สุวัฒน์ วิชัยพงษ์สุกิจ | ผู้จัดการภาคสนาม อ.เทพา จ.สงขลา |
| 40. พ.ญ.อัมพร รัตนปริญา | ผู้จัดการภาคสนาม อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 41. น.พ.คณิต ตันติศิริวิทย์ | ผู้จัดการภาคสนาม อ.เมือง จ.น่าน |
| 42. รศ.พญ.นิชรา เรืองดารกานนท์ | ผู้จัดการภาคสนาม พื้นที่กรุงเทพฯ และทีมวิจัยเด็ก |
| 43. ผศ.พญ.พรรณิ วาสิกนันทน์ | ทีมวิจัยเจาะลึก |
| 44. พ.ญ.ภาสุรี แสงสุรวานิช | ทีมวิจัยเจาะลึก |
| 45. ผศ.นพ.สุรัชย์ เกื้อศิริกุล | ทีมวิจัยเจาะลึก |
| 46. ผศ.พญ.วนพร อนันตเสวี | ทีมวิจัยเจาะลึก |
| 47. ทพ.ทรงชัย สุตโสมกุล | ทีมวิจัยเจาะลึก |
| 48. รศ.ดร.ศิริพร จิรวัดณ์กุล | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 49. ดร.วัลยา ธรรมพนิชวัฒน์ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 50. ผศ.ดร.สมพร รุ่งเรืองกลกิจ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 51. ผศ.ดร.ชวพรพรรณ จันทร์ประสิทธิ์ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 52. รศ.ดร.อาภรณ์ เพ็ชรประไพศิลป์ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 53. ดร.วันเพ็ญ พิชาติพรชัย | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 54. ดร.รุ่งนภา ผาณิตวัฒน์ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 55. ดร.วิไลพรรณ สมบุญตนนท์ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 56. ดร.ดารุณี จงอุดมการณ์ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 57. ผศ.พิมภา สุตรา | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 58. ผศ.นิลุบล รุจิระประเสริฐ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 59. ผศ.ดร.ภัทราภรณ์ ตั้งบุญคม | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 60. ผศ.ดร.วารุณี ฟองแก้ว | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 61. ผศ.ดร.รัตนาวดี ชอบตะวัน | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |



- | | |
|---------------------------------|---|
| 62. ดร.เพลินพิศ สุวานิวัฒนานนท์ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 63. ดร.อุมาพร บุญญโสพรรณ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |
| 64. ดร.อุไร หัตถกิจ | ทีมลักษณะและวิถีชีวิตของครอบครัวไทยใน 5 จังหวัด |

รายชื่อทีมสนับสนุน

- | | |
|------------------------------------|----------------------------------|
| 1. นางการะเกด สืบใหม่ | ทีมสนับสนุน อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 2. นายนิคม เสือดาว | ทีมสนับสนุน อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 3. น.ส.ศิริกาญจน์ กาญจนบุรานนท์ | ทีมสนับสนุน อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 4. นางอำภา กิตติอุดมเดช | ทีมสนับสนุน อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 5. นางเอมอร บุตรแสงดี | ทีมสนับสนุน อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 6. น.พ.สุรณัฐ แก้วนิมีย์ | ทีมสนับสนุน อ.เทพา จ.สงขลา |
| 7. น.ส.เดือนฉาย โชคอนันต์ | ทีมสนับสนุน อ.เทพา จ.สงขลา |
| 8. น.ส.นิธรา หัสमान | ทีมสนับสนุน อ.เทพา จ.สงขลา |
| 9. คุณวันดี แสงเจริญ | ทีมสนับสนุน อ.เทพา จ.สงขลา |
| 10. นางจินตนา สุวรรณทัต | ทีมสนับสนุน อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 11. นายสุพจน์ ประชากร | ทีมสนับสนุน อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 12. น.พ.กอบเกียรติ คอนสกุล | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 13. นายชาติรี เจริญศิริ | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 14. น.พ.ปิยะพงษ์ จงรักษ์ | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 15. น.ส.พัชกร พัฒนาไพบูลย์ | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 16. น.พ.มนัส วงศ์ทะเนตร | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 17. พ.ญ.รัชณี เจริญสวัสดิ์ | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 18. น.พ.วีระชัย เตชะเสนา | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 19. นางชลดา กันศร | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 20. น.พ.พงษ์เทพ วงศ์วัชรไพบูลย์ | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 21. น.พ.พุทธรักษ์ ลูอริยะกุล | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 22. นางอุดมลักษณ์ กันใจมา | ทีมสนับสนุน อ.เมือง จ.น่าน |
| 23. นางชนิษฐา สันติกุล | ทีมสนับสนุน พื้นที่กรุงเทพฯ |
| 24. พ.ญ.ฐิติมาพร ตั้งทองศักดิ์สกุล | ทีมสนับสนุน พื้นที่กรุงเทพฯ |
| 25. พ.ญ.สุธาทิพย์ ศิริจันทร์เพ็ญ | ทีมสนับสนุน พื้นที่กรุงเทพฯ |
| 26. นางอุตร จิตต์เจริญ | ทีมสนับสนุน พื้นที่กรุงเทพฯ |



รายชื่อผู้ช่วยนักวิจัย

- | | |
|-------------------------------|--|
| 1. น.ส.กชกร อยู่เย็น | หัวหน้าทีมผู้ช่วยนักวิจัย อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 2. นายกอบกิจ กุมภาคม | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 3. น.ส.คนธวรรณ ทองสนธิ | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 4. นายพิพัฒน์พงศ์ เบิดศรี | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 5. น.ส.วาสนา ปาปะตัง | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี |
| 6. น.ส.อรอนงค์ คีรีโชติ | หัวหน้าทีมผู้ช่วยนักวิจัย อ.เทพา จ.สงขลา |
| 7. น.ส.กิตติยา รัชชวงศ์ | รองหัวหน้าทีมผู้ช่วยนักวิจัย อ.เทพา จ.สงขลา |
| 8. น.ส.ลัดดาวัลย์ พรรณราย | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.เทพา จ.สงขลา |
| 9. นายสุรศักดิ์ บุญเลิศวรกุล | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.เทพา จ.สงขลา |
| 10. นายเอก เพ็งพอรู้ | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.เทพา จ.สงขลา |
| 11. น.ส.ศิริพร ศิริมุสิกะ | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.เทพา จ.สงขลา |
| 12. นายกนกศักดิ์ คงประดิษฐ์ | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.เทพา จ.สงขลา |
| 13. นายอุทัย สุขศิริ | หัวหน้าทีมผู้ช่วยนักวิจัย อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 14. น.ส.ระพีพรรณ พันธ์รัตน์ | รองหัวหน้าทีมผู้ช่วยนักวิจัย อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 15. น.ส.นฤมล ศรีทน | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 16. น.ส.นิจฐา วงศ์พรหม | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 17. น.ส.พิสมัย ฤทธิ์ศรีบุญ | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 18. น.ส.ศศิณี พลแก้ว | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 19. น.ส.อระนุช โกศล | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.กระนวน จ.ขอนแก่น |
| 20. น.ส.ศุภวรรณ นันทवास | หัวหน้าทีมผู้ช่วยนักวิจัย อ.เมือง จ.น่าน |
| 21. น.ส.ปรียาพร มหาเทพ | รองหัวหน้าทีมผู้ช่วยนักวิจัย อ.เมือง จ.น่าน |
| 22. นายจิรัฐ มหายศนันท์ | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.เมือง จ.น่าน |
| 23. น.ส.ละอองดาว แสงศรีจันทร์ | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.เมือง จ.น่าน |
| 24. น.ส.วาสนา วนาอนุรักษ์ | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.เมือง จ.น่าน |
| 25. น.ส.เบญจพรรณ พริบไหว | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.เมือง จ.น่าน |
| 26. นายธีรชาติ ดวงคำ | ผู้ช่วยนักวิจัย อ.เมือง จ.น่าน |
| 27. น.ส.วารุณี ศรีภูตา | (รักษาการ) หัวหน้าทีมผู้ช่วยนักวิจัย พื้นที่กรุงเทพฯ |
| 28. นายสมทรง บรรจงจิตินันต์ | ผู้ช่วยนักวิจัย พื้นที่กรุงเทพฯ |
| 29. น.ส.ธีรนนท์ บัวบาน | ผู้ช่วยนักวิจัย พื้นที่กรุงเทพฯ |
| 30. นายธีระ ศิริสมุด | ผู้ช่วยนักวิจัย พื้นที่กรุงเทพฯ |



31. นายปฐม แสงศรีจันทร์	ผู้ช่วยนักวิจัย พื้นที่กรุงเทพฯ
32. น.ส.สุพัฒสร พิมกุล	ผู้ช่วยนักวิจัย พื้นที่กรุงเทพฯ
33. น.ส.จิตรา นนท์ นนทเบญจวรรณ	ผู้ช่วยนักวิจัย พื้นที่กรุงเทพฯ
34. น.ส.ศิริเพ็ญ อ่อนเรือง	ผู้ช่วยนักวิจัย พื้นที่กรุงเทพฯ
35. น.ส.ทักษิณ ชื่นทัพไทย	เจ้าหน้าที่ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล
36. น.ส.เมธีรัตน์ สุภาพ	เจ้าหน้าที่ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล
37. น.ส.ประมวญ อุทริษฐ์	เจ้าหน้าที่ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล
38. นายวรพจน์ คุณสิทธิ์	เจ้าหน้าที่ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล
39. นายสมบัติ ถิ่นคำรบ	เจ้าหน้าที่ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล
40. นายเสกศักดิ์ ปราบพาลา	เจ้าหน้าที่ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล
41. นายประญวน พิมพ์ภักดี	เจ้าหน้าที่ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล
42. น.ส.สรวงสุดา คงมั่น	เจ้าหน้าที่ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล
43. น.ส.อุรวดี ลิ้มปนะวัธส์	เจ้าหน้าที่ศูนย์บริหารจัดการข้อมูล

สำนักงานโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย กระทรวงสาธารณสุข

1. นางสุจนา ผาพันธุ์	หัวหน้าสำนักงานโครงการฯ
2. น.ส.อรุณศรี มงคลชาติ	ฝ่ายตรวจสอบคุณภาพข้อมูล
3. น.ส.กษมา แก้วเก่า	ฝ่ายวิชาการและประชาสัมพันธ์
4. น.ส.สิริภา ลุนพุด	ฝ่ายการเงิน
5. นายยุทธนา สมนามิตร	ฝ่ายบัญชี
6. น.ส.ธัญชนก สุวรรณรัตน์	ฝ่ายธุรการ และประสานงาน
7. น.ส.กุลฤดี ส่งสมบุญ	ฝ่ายประสานงานทีมวิจัยชุมชน



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	1
บทที่ 1 บทนำ	3
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	
วิธีดำเนินการศึกษา	
บทที่ 2 บทวิเคราะห์ประเพณี ความเชื่อ เกี่ยวกับการตั้งครุฑ การคลอด	7
และการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด ใน 4 พื้นที่ศึกษา 4 ภาคของประเทศไทย	
บทที่ 3 ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครุฑ การคลอด	13
และการปฏิบัติตัวหลังคลอดของมารดาชาวล้านนา ในพื้นที่ อำเภอเมืองจังหวัดน่าน	
บทที่ 4 ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครุฑ การคลอด	28
และการปฏิบัติหลังคลอดของมารดาไทยอีสาน ในพื้นที่อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น	
บทที่ 5 ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครุฑ การคลอด	41
และการปฏิบัติหลังคลอดของมารดาไทยกลาง ในพื้นที่อำเภอพนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี	
บทที่ 6 ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครุฑการคลอด	53
และการปฏิบัติตัวหลังคลอดของมารดาไทยทักษิณ ในอำเภอเทพา จ.สงขลา	
บรรณานุกรม	65
ภาคผนวก ก. แบบเก็บข้อมูล ก.08	64



สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	ข้อห้ามและความเชื่อ เหตุผลในเรื่องการกิน ระหว่างตั้งครรภ์ ในพื้นที่อำเภอเมือง น่าน	15
ตารางที่ 2	การทำนายเพศของบุตรจากลักษณะของแม่และวิธีทดสอบ	42
ตารางที่ 3	อาหารต้องห้ามที่อาจมีผลต่อการคลอด/ต่อเด็ก	43
ตารางที่ 4	ข้อห้ามและความเชื่อเกี่ยวกับการรับประทานอาหารระหว่างตั้งครรภ์ พื้นที่ไทยภาคกลาง	54
ตารางที่ 5	ประเภทอาหารและความเชื่อที่หญิงตั้งครรภ์ควรรับประทาน ระหว่างตั้งครรภ์	55
ตารางที่ 6	อาหารต้องห้ามสำหรับสตรีหลังคลอด ในกลุ่มชาวไทยพุทธ อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา	60
ตารางที่ 7	อาหารต้องห้ามสำหรับสตรีหลังคลอดกลุ่มชาวไทยมุสลิม พื้นที่อำเภอเทพา สงขลา	61



สารบัญรูปภาพ

		หน้า
รูปที่ 1	ลักษณะการอยู่ไฟของหญิงหลังคลอด ของหญิงล้านนา	20
รูปที่ 2	การโกนผมไฟเด็ก	21
รูปที่ 3	การผูกข้อมือนักด้วยด้ายสีขาวให้กับเด็ก	21
รูปที่ 4	การผูกข้อมือให้กับเด็กในกลุ่มชาวเขาเผ่าม้ง	23
รูปที่ 5	ครอบครัวและญาติแสดงความยินดีกับทารกแรกเกิด	23
รูปที่ 6	การอยู่ไฟของหญิงหลังคลอด ชาวอีสาน	36
รูปที่ 7	การผูกข้อมือเด็กโดยผู้อาวุโสในครอบครัว	39
รูปที่ 8	การอยู่ไฟของหญิงคลอด ชาวทากิณ	60
รูปที่ 9	การผูกข้อมือเด็กในพื้นที่อำเภอเทพา	62
รูปที่ 10	การโกนผมไฟในพื้นที่อำเภอเทพา	63



บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงคุณภาพเพื่อทำความเข้าใจประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอด และการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด ภายใต้โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทยระยะที่ 1 ในพื้นที่อำเภอเมืองน่าน อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น อำเภอพนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี และอำเภอเทพา จังหวัดสงขลา เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก และการสนทนากลุ่ม ตามแนวคำถามที่สร้างขึ้น กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้รู้ ผู้อาวุโสในแต่ละชุมชน จำนวน 85 คน และมารดาเด็กจำนวน 153 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกันยายน พ.ศ.2544 ถึงเดือนพฤษภาคม 2545

ผลการศึกษาพบว่า ในช่วงระหว่างการตั้งครรภ์ ความเชื่อ เรื่องการฝันและการทำนายเพศบุตรยังคงปรากฏอยู่ในกลุ่มมารดาชาวไทยทุกพื้นที่ของโครงการ โดยเมื่อฝันว่าได้ของมีค่าพวก แก้วแหวน สร้อยคอ กำไล มักจะทำนายว่าได้ลูกสาว ในขณะที่ฝันว่าได้พระ ได้ทอง ได้อาหารได้ปิ่น ได้รับราษ่าฟัน เชื่อว่าจะได้ลูกชาย ส่วนความเชื่อในเรื่องอาหารการกิน พบว่าหญิงตั้งครรภ์มีทั้งความเชื่อในเรื่องอาหารที่ควรงดคือเป็นอาหารที่เชื่อว่าจะทำให้คลอดลูกยากและเป็นอันตรายต่อสุขภาพลูก และอาหารที่ส่งเสริมให้กินในทุกพื้นที่ศึกษา คือ น้ำมะพร้าว เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกมีผิวพรรณดี นอกจากนั้นหญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่เชื่อว่าอาหารที่ต้องการบริโภคมากที่สุดขณะตั้งครรภ์ คือผลไม้รสเปรี้ยว มีเพียงบางส่วนที่อยากบริโภคอาหารแปลก ๆ เช่น ลาบดิบ เนื้อดิบ โดยให้เหตุผลว่าลูกอยากกิน

ส่วนความเชื่อในเรื่องข้อห้ามเกี่ยวกับประเพณีและการทำงานระหว่างตั้งครรภ์ พบว่า หญิงตั้งครรภ์ในทุกพื้นที่ศึกษามักถูกห้ามไปร่วมประเพณีงานศพ เพราะเชื่อว่าจะทำให้รู้สึกหดหู่ใจซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพเด็ก รวมถึงห้ามไปร่วมงานประเพณีแต่งงาน งานบวชนาค เพราะเชื่อว่าจะเป็นมารปิดขวางไม่ให้พิธีดังกล่าวสำเร็จตามจุดหมาย สำหรับข้อห้ามในการทำงานพบว่า ห้ามทำงานหนักโดยเฉพาะในช่วงใกล้คลอด เพราะเชื่อว่าจะทำให้แท้ง และมักจะแนะนำหญิงตั้งครรภ์ให้ออกกำลังกายแบบเบาๆ ตามปกติ เพราะเชื่อว่าจะทำให้คลอดลูกได้ง่าย นอกจากนั้นยังมีข้อห้ามในเรื่อง การมีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุครรภ์ประมาณ 5 – 6 เดือน และข้อห้ามในเรื่องการเตรียมเสื้อผ้าและของใช้ไว้ให้เด็ก ซึ่งมารดารุ่นใหม่จะปฏิบัติตามข้อห้ามดังกล่าวน้อยลง

สำหรับประเพณีความเชื่อเกี่ยวกับการคลอด และการปฏิบัติตัวหลังคลอด พบว่า หญิงตั้งครรภ์กลุ่มคนไทยเกือบทั้งหมดคลอดที่โรงพยาบาล ดังนั้นการปฏิบัติตัวในระหว่างการคลอดจะไม่ค่อยแตกต่างกัน และเป็นไปตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่การแพทย์และสาธารณสุข แต่เมื่อกลับมาอยู่ที่บ้าน จะปฏิบัติตัวหลังคลอดแตกต่างกันไปในแต่ละพื้นที่และแต่ละครอบครัว โดยในกลุ่มครอบครัวขยาย พ่อแม่หรือผู้อาวุโสในบ้านยังแนะนำให้หญิงหลังคลอดอยู่ไฟ และข้อปฏิบัติด้านอาหารการกิน และอื่นๆ ในขณะที่หญิงหลังคลอดที่อาศัยอยู่ในครอบครัวเดี่ยวมักจะไม่เคร่งครัดในเรื่องนี้มากนัก ซึ่งความเชื่อในเรื่องการอยู่ไฟ แบ่งออกได้เป็น 2 กลุ่ม คือ ในกลุ่มหญิงหลังคลอดรุ่นใหม่มักจะมีลักษณะของการประยุกต์และจะไม่เคร่งครัดเต็มรูปแบบและมักจะอยู่ไฟไม่ถึงหนึ่งเดือน ในขณะที่หญิงหลังคลอดรุ่นเก่าและอาศัยอยู่ในครอบครัวขยายมักจะมีวิธีการอยู่ไฟแบบสมัยเดิม



อย่างเคร่งครัดและจะอยู่ไฟประมาณ 25-30 วัน โดยมีความเชื่อว่าจะทำให้สุขภาพแม่สมบูรณ์แข็งแรง มดลูกเข้าอู่ไว

ส่วนความเชื่อในเรื่องอาหารหลังคลอด พบว่า หญิงหลังคลอดใน 4 พื้นที่ศึกษา มักจะระมัดระวังเรื่องอาหารการกิน โดยอาหารต้องห้ามสำหรับหญิงหลังคลอดมักเป็นอาหารที่มีกลิ่นฉุนเดี่ยว รุนแรง เช่น ผักชะอม ทุเรียน อาหารหมักดอง ของเผ็ด ของเค็ม เพราะเชื่อว่าจะทำให้แสบท้องและมีผลต่อสุขภาพลูก ในขณะที่อาหารส่งเสริมให้กินโดยมากมักเป็นอาหารรสจืด อาหารแห้งที่มีโปรตีนสูง รวมถึงอาหารพวกแกงหัวปลี ต้มผัก และพืชสมุนไพรบางอย่าง เพราะเชื่อว่าจะสามารถเร่งการผลิตน้ำนมให้ลูกได้

สำหรับประเด็นความเชื่อเกี่ยวกับเด็กแรกเกิดที่ยังคงปฏิบัติกันอยู่ในพื้นที่ศึกษา คือ พิธีการสู่ขวัญเด็ก จะกระทำเมื่อเด็กอายุครบหนึ่งเดือนและจะมีพิธีโกนผมไฟด้วย เพราะเชื่อว่าจะทำให้เด็กที่มีสุขภาพดีไม่เจ็บป่วยง่าย นอกจากนั้นยังมีพิธีการสู่ขวัญเมื่อเด็กไม่สบาย และพิธีการหาพ่อเกิดแม่เกิดให้กับเด็ก แต่พิธีกรรมนี้เริ่มปรากฏให้เห็นน้อยลงโดยเฉพาะแม่รุ่นใหม่ที่มีอายุไม่มากซึ่งมักจะไม่มี ความเชื่อและปฏิบัติในเรื่องนี้

บทที่ 1

บทนำ

สังคมไทยในยุคปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมอย่างมากมาย ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม ความก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข ซึ่งส่งผลให้ค่านิยม ความเชื่อและวิถีการดำเนินชีวิตของคนในสังคม คล้ายคลึงกับชาวตะวันตกมากขึ้น ประเพณีเกี่ยวกับการเกิดของคนก็เป็นอย่างหนึ่งที่พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก โดยเฉพาะในสังคมเมืองและอาจจะกลายเป็นประเพณีที่ไม่เป็นที่รู้จักของคนรุ่นใหม่ต่อไปได้ แต่อย่างไรก็ตามในกลุ่มของประชาชนที่อาศัยอยู่ในท้องถิ่นทุรกันดารห่างไกลจากชุมชน ประเพณีความเชื่อเกี่ยวกับการเกิดก็ยังคงได้รับการยึดถือและปฏิบัติกันอยู่แต่ก็มีแนวโน้มลดลงจากเดิม (มานพ ถาวรวัฒน์สกุล, 2534) ในอดีตการเกิดถือได้ว่าเป็นเหตุการณ์ที่สำคัญสำหรับการเริ่มต้นที่ดีของชีวิตเด็ก การที่จะรับประกันได้ว่าเมื่อเด็กเกิดมาแล้วจะไม่ตายภายใน 3 วัน 7 วัน และสามารถเจริญเติบโตมีชีวิตอยู่ได้อย่างมีคุณภาพนั้น ย่อมผ่านกระบวนการของ ความเชื่อ และ ประเพณี ต่างๆ มากมาย ซึ่งจะแตกต่างกันไปในแต่ละสังคมและชุมชน (เสฐียรโกเศศ, 2539) ในขณะที่เดียวกันกับการเกิดถือได้ว่าเป็นสิ่งที่สำคัญและอันตรายที่สุดสำหรับหญิงผู้เป็นมารดา โดยเฉพาะในสังคมที่วิทยาการทางการแพทย์และสาธารณสุขยังไม่เจริญมากนัก การคมนาคมก็ไม่สะดวก เจ้าหน้าที่ผู้ทำคลอดก็มีไม่เพียงพอ ดังนั้นผู้ทำคลอดจึงมักเป็นหมอกกลางบ้าน หมอตำแย หรือผู้อาวุโสในชุมชนที่มีประสบการณ์ในการทำคลอดเป็นส่วนใหญ่ จึงส่งผลให้ประเพณีความเชื่อและการปฏิบัติตนในระหว่างการตั้งครรภ์ ระหว่างคลอดและภายหลังคลอดเกิดขึ้น ทั้งนี้เพื่อป้องกันเหตุร้ายที่อาจเกิดขึ้นกับหญิงตั้งครรภ์ รวมถึงเป็นการปฏิบัติเพื่อให้มีการคลอดบุตรได้ง่าย ไม่เป็นอันตรายแก่ชีวิต และเป็นการปกป้องทารกแรกเกิดที่มีร่างกายอ่อนแอ บอบบาง ให้มีชีวิตอยู่รอดปลอดภัย โดยในช่วงเวลาที่ตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์จะมีความเชื่อและการปฏิบัติอยู่หลายประการทั้งนี้เพื่อต้องการรักษาครรภ์ให้สมบูรณ์ ทารกจะได้คลอดตามกำหนด เช่น ห้ามหญิงมีครรภ์ไปเยี่ยมศพ เผาศพ เพราะจะทำให้สะเทือนใจ ห้ามวิ่งหรือกระโดด ห้ามกินอาหารเผ็ด ร้อน ต้มสุรา สูบบุหรี่ เพราะเป็นอันตรายต่อเด็ก เป็นต้น (สุวัฒนา เลี่ยมประวัตติ, 2534; จุไรรัตน์ ลักษณะศิริ, 2534)

สำหรับในระหว่างการคลอดและหลังคลอด ในสมัยโบราณหญิงตั้งครรภ์มักจะคลอดที่บ้าน แต่ปัจจุบันมักจะคลอดที่โรงพยาบาลเป็นส่วนใหญ่ โดยในช่วงนี้ประเพณีและการปฏิบัติก็จะมีลักษณะที่ แตกต่างกันไปในแต่ละพื้นที่ เช่น ในหญิงไทยชาวล้านนาและหญิงไทยชาวอีสาน พบว่าการทำคลอดในสมัยก่อนหมอตำแยจะเป็นผู้ทำและตัดสายสะดือด้วยไม้ไผ่แต่ปัจจุบันแพทย์เป็นผู้ทำ หลังคลอดหญิงชาวล้านนาและชาวอีสานนิยมอยู่ไฟประมาณหนึ่งเดือน เพื่อรักษาแผลและรักษาสุขภาพ รวมทั้งมีข้อจำกัดในเรื่องอาหารการกิน โดยจะเน้นอาหารที่มีประโยชน์และมีโปรตีนสูง เช่น ปลาช่อนบั้ง ต้มผักหวาน ต้มผักตำลึง แกงปลี แต่จะงดอาหารพวกหมักดอง เนื้อวัว ควาย เป็นต้น (สุวัฒนา เลี่ยมประวัตติ, 2534; จุไรรัตน์ ลักษณะศิริ, 2534) ในขณะที่หญิงไทยภาคใต้ชาวมุสลิมการทำคลอดมักทำโดยมะบีแด หรือโต๊ะบีแด และมีการอยู่ไฟประมาณ 1 ถึง 2 อาทิตย์



อาหารที่หญิงหลังคลอดรับประทานจะเป็นอาหารที่มีเครื่องเทศเป็นองค์ประกอบเช่น แกงพริกปลาช่อน กุ้งแห้ง ตำกับพริกไทยป่น ส่วนอาหารต้องห้ามคือปลากระเบน ปลาที่มีเกร็ด เป็นต้น (ยงยุทธ ชูแว่น, 2534)

ประเพณีความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอดและการปฏิบัติตัวหลังคลอดที่ได้กล่าวมานี้ อาจมีการเปลี่ยนแปลงไป เพราะความก้าวหน้าของสังคมและวิทยาศาสตร์ด้านการแพทย์ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว ดังนั้น เมื่อโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทยได้เลือกพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดน่าน อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น อำเภอพนวนทวน จังหวัดกาญจนบุรี และอำเภอเทพา จังหวัดสงขลา เป็นพื้นที่ของการศึกษาเพื่อติดตามสถานภาพ พลวัตของพัฒนาการเด็ก ตั้งแต่เมื่อมารดาตั้งครรภ์ แรกคลอด จนถึงเด็กอายุ 24 ปี รวมถึงศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆทางด้านครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู ลักษณะของชุมชนและสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อเด็ก จึงทำให้เกิดความสนใจว่า ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอด และการปฏิบัติตนหลังคลอดในพื้นที่ 4 อำเภอจะมีลักษณะเป็นอย่างไร แตกต่างกันหรือไม่ในยุคปัจจุบัน

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษา ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอด และการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด ใน 4 พื้นที่ของโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย ซึ่งได้แก่ พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดน่าน อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น อำเภอพนวนทวน จังหวัดกาญจนบุรี และอำเภอเทพา จังหวัดสงขลา

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้ใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (Indept interview) กลุ่มผู้อาวุโส ผู้รู้ในแต่ละชุมชน รวมถึงมารดาเด็ก โดยใช้ แนวคำถามในคู่มือการเก็บรวบรวมข้อมูลโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย ซึ่งแนวคำถามจะครอบคลุมถึงเรื่องการฝึนความเชื่อ การปฏิบัติตนในระหว่างการตั้งครรภ์ การคลอดและภายหลังคลอด (ดูรายละเอียดของแนวคำถามได้ในภาคผนวก) นอกจากนั้นยังได้จัดสนทนากลุ่ม (Focus group disscussion) กับผู้สูงอายุในชุมชน โดยมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญคือ เพื่อตรวจสอบข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกว่ามีความถูกต้องและครอบคลุมประเด็นต่าง ๆ ได้ทั้งหมด รวมถึงได้ถามถึงความเชื่อและการปฏิบัติที่ได้สืบทอดกันมาว่าแม่ส่วนใหญ่ยังปฏิบัติอยู่หรือไม่ อย่างไร



ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ หมอตำแย ผู้อาวุโส ผู้รู้ในแต่ละชุมชน และมารดาเด็กในโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทยทั้ง 4 พื้นที่ศึกษา โดยเลือกให้ครอบคลุมและกระจายทุกพื้นที่โดยสรุปแล้วทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างและลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างดังนี้ พื้นที่อำเภอเมืองจังหวัดน่าน มีกลุ่มผู้รู้ ผู้อาวุโส จำนวน 40 คน มีอาชีพเป็นหมอตำแย 2 คน ค้าขาย 6 คน เป็นแม่บ้านและไม่ได้ทำงาน 34 คน มีอายุระหว่าง 60-90 ปี ส่วนมารดาเด็กมีทั้งหมด 10 คน อายุระหว่าง 22-36 ปี มีอาชีพแม่บ้าน 5 คน ค้าขาย 4 คน รับจ้าง 1 คน ส่วนใหญ่ (7 คน) มีการศึกษาในระดับประถมศึกษา พื้นที่อำเภอกระนวนจังหวัดขอนแก่น มีกลุ่มผู้รู้ ผู้อาวุโส จำนวน 15 คน มีอายุระหว่าง 50-75 ปี ส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาในระดับประถมศึกษา (13 คน) ปัจจุบันไม่ได้ทำงานโดยอาศัยอยู่กับลูกหลาน ในขณะที่มารดาเด็กซึ่งมีทั้งหมด 55 คน โดยส่วนใหญ่ทำงานด้านเกษตรกรรม (40 คน) สำเร็จการศึกษาในระดับประถมศึกษามากที่สุด (35 คน) รองลงมาคือมัธยมศึกษา (15 คน) มีอายุระหว่าง 16-33 ปี พื้นที่อำเภอพวนมทวนจังหวัดกาญจนบุรี มีผู้รู้ ผู้อาวุโสจำนวน 18 คน โดยมีอายุระหว่าง 52-70 ปี เกือบทั้งหมดสำเร็จการศึกษาในระดับประถมศึกษาและอาศัยอยู่กับลูกหลาน ในขณะที่กลุ่มมารดาเด็กมี 38 คน มีอายุระหว่าง 17-45 ปี มากกว่าครึ่งหนึ่งมีการศึกษาในระดับประถมศึกษา (21 คน) รองลงมาคือสำเร็จการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา (14 คน) ทางด้านการประกอบอาชีพพบว่า มี 14 คน ที่มีอาชีพรับจ้าง 12 คน ทำงานด้านเกษตรกรรมที่เหลือเป็นแม่บ้าน ส่วนพื้นที่อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา มีผู้รู้ ผู้อาวุโส จำนวน 12 คน มีอายุระหว่าง 45-70 ปี ทั้งหมดมีการศึกษาในระดับประถมศึกษา อาศัยอยู่กับบุตรหลาน และมีบางส่วนที่ยังช่วยงานด้านเกษตรกรรมของครอบครัวอยู่ ในขณะที่กลุ่มมารดาเด็ก ซึ่งมีทั้งหมด 50 คน มีอายุระหว่าง 20-39 ปี สำเร็จการศึกษาในระดับประถมศึกษาเป็นส่วนใหญ่ (40 คน) มีอาชีพรับจ้างกริดิยาง และเป็นแม่บ้านมากที่สุด ซึ่งการกล่าวถึงลักษณะของกลุ่มตัวอย่างนี้ เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการอภิปรายผลการศึกษาลำดับต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้ใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) โดยในระยะแรกหลังจากที่คณะผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลได้จำนวนหนึ่ง ซึ่งได้มาจากการจดประเด็นสำคัญในตอนที่พูดคุยถึงเรื่องประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอด และการปฏิบัติตัวหลังคลอดในภาคสนาม และจากการถอดเทปสรุปสาระสำคัญในประเด็นต่างๆแล้ว ผู้วิจัยจึงเริ่มวิเคราะห์สรุปประเด็นตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา และดูถึงความแตกต่างของวัฒนธรรมแต่ละพื้นที่ด้วย จากนั้นจึงสรุปภาพคร่าวๆ ออกมาเป็นแนวทางในการวิเคราะห์ และหาข้อมูลเพิ่มเติมต่อไป



ระยะเวลาในการศึกษา

คณะผู้วิจัยใช้ระยะเวลาการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลโดยเริ่มตั้งแต่เดือนกันยายน พ.ศ.2544 ซึ่งเป็นเวลาที่เริ่มเก็บข้อมูล โดยการสัมภาษณ์และจัดสนทนากลุ่ม ผู้รู้ ผู้อาวุโสในชุมชนและกลุ่มมารดาเด็กในแต่ละพื้นที่ รวมทั้งมีการสรุปประเด็น และจัดหมวดหมู่ข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น จากนั้นจึงเก็บรวบรวมข้อมูลเพิ่มเติมในแต่ละพื้นที่จนครบ ไปจนถึงเดือนพฤษภาคม พ.ศ.2545

บทที่ 2

วิเคราะห์ประเพณี ความเชื่อ เกี่ยวกับการตั้งครุฑ การคลอด และการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด ใน 4 พื้นที่ศึกษา 4 ภาคของประเทศไทย

สุธรรม นันทมงคลชัย

การนำเสนอในบทนี้เพื่อวิเคราะห์ภาพรวมให้เห็นถึงประเพณีความเชื่อ เกี่ยวกับการตั้งครุฑ การคลอด และการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด ที่พบร่วมกันใน 4 พื้นที่ศึกษา ของโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย โดยจะเน้นเฉพาะกลุ่มมารดาที่เป็นคนไทย ส่วนรายละเอียดของชนกลุ่มน้อยที่เป็นชาวเขาหรือกลุ่มคนไทยมุสลิม จะกล่าวถึงรายละเอียดในแต่ละพื้นที่ต่อไป

ประเพณี ความเชื่อ เกี่ยวกับการตั้งครุฑ

ความเชื่อเรื่องการฝัน

การฝัน การตั้งครุฑและการทำนายเพศบุตร ยังเป็นความเชื่อที่ปรากฏอยู่ในกลุ่มมารดาชาวไทยทุกพื้นที่ของโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย โดยการฝันที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน คือ เมื่อฝันว่าได้ของ มีค่า ซึ่งจะเป็นพวก แก้ว แหวน สร้อยคอ สร้อยข้อมือ มักจะทำนายว่าได้ลูกสาว ในขณะที่ฝันว่า ได้พระ ได้ทอง ได้อาวุธ ได้ปืน ได้รบราฆ่าฟัน เชื่อว่าจะได้ลูกชาย ซึ่งผู้ให้สัมภาษณ์ที่เป็นผู้อาวุโสและมารดาที่อายุค่อนข้างมากมักจะเชื่อว่าเป็นจริงตามที่ฝัน แต่ในกลุ่มแม่รุ่นใหม่อายุไม่มาก ความเชื่อเรื่องนี้มีน้อยลง และบางส่วนบอกว่าไม่มีการฝันในประเด็นเหล่านี้ตลอดช่วงการตั้งครุฑ

ความเชื่อเรื่องอาหารการกิน

การกินอาหารของหญิงตั้งครุฑ ถือว่า เป็นสิ่งสำคัญเพราะนอกจากจะมีผลต่อสุขภาพแม่แล้ว ยังมีผลต่อสุขภาพลูกด้วย ดังนั้น ความเชื่อในเรื่องการกินจึงมีทั้งอาหารที่ควรงดหรืออาหารต้องห้ามและอาหารที่ควรส่งเสริมให้กิน อาหารต้องห้ามที่พบในพื้นที่ศึกษาของโครงการวิจัยระยะยาว คือ ห้ามกินแกงหอยขม ห้ามกินหนังวัว หนังควาย ไขมันสัตว์ เพราะจะทำให้ลูกอ้วน คลอดยาก ห้ามกินไข่ค้างรัง หัวปลี เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกติดค้างคลอดลำบาก ห้ามกินอาหารรสเผ็ด อาหารร้อน รวมทั้ง เหล้า บุหรี่ และสิ่งเสพติดทั้งหลาย เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกศรีษะล้าน และเป็นอันตรายต่อสุขภาพลูก ส่วนอาหารที่ส่งเสริมให้หญิงตั้งครุฑกินได้แก่ น้ำมะพร้าว เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกผิวพรรณดี นอกจากนั้นในบางพื้นที่เชื่อว่าจะแนะนำหญิงตั้งครุฑกินผักพื้นบ้านที่มีลักษณะลื่นๆ เพราะเชื่อว่าจะทำให้คลอดง่าย เช่น ในพื้นที่อำเภอเมืองน่าน พื้นที่อำเภอกระนวนแนะนำหญิงตั้งครุฑกินแกงผักปราง พื้นที่อำเภอเทพาแนะนำให้กินยอชนิดึง เป็นต้น นอกจากอาหารที่ได้กล่าวมาแล้วในกลุ่มหญิงตั้งครุฑที่เป็นคนรุ่นใหม่ในทุกพื้นที่ มักจะมีความเชื่อในเรื่องเกี่ยวกับ อาหารสมัยใหม่ คือ มีการกินในเรื่องอาหารที่มีโปรตีนสูง ไข่ นม มากขึ้น เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกมีสุขภาพดี



สำหรับอาหารที่หญิงตั้งครรภ์ต้องการบริโภคมากที่สุดคือ ของเปรี้ยวซึ่งโดยมากมักเป็นผลไม้ที่มีรสเปรี้ยว อย่างไรก็ตามหญิงตั้งครรภ์บางคนในแต่ละพื้นที่ก็มีความอยากกินลาบเนื้อดิบ ปลาดิบ ดินสอพอง เนื้อสัตว์บางชนิด ทั้งที่ไม่เคยกินมาก่อน โดยให้เหตุผลว่าลูกอยากกิน ซึ่งความอยากกินอาหารประเภทนี้ อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพหญิงตั้งครรภ์และบุตรได้

ข้อห้ามเกี่ยวกับประเพณีและสถานที่

ในระหว่างตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์ ใน 4 พื้นที่ศึกษา มักจะถูกห้ามไม่ให้ไปร่วมงานศพและประเพณีเผาศพ เพราะเชื่อว่า ขวัญคนตายจะเข้าท้องและทำให้หญิงตั้งครรภ์รู้สึกหดหู่ซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อ สุขภาพเด็กได้ นอกจากนั้นหญิงตั้งครรภ์มักจะถูกห้ามไม่ให้ร่วมงานประเพณีการแต่งงาน งานบวชนาค เพราะเชื่อว่าจะเป็นมารขัดขวางไม่ให้พิธีดังกล่าวประสบผลสำเร็จตามจุดหมาย และทำให้เกิดปัญหาในอนาคต แต่ความเชื่อนี้มีแนวโน้มลดลงเพราะหญิงตั้งครรภ์รุ่นใหม่มักไม่ปฏิบัติตามมากนัก นอกจากงานประเพณีแล้วหญิงตั้งครรภ์ยังถูกห้ามไม่ให้เดินทางเข้าป่าหรือเข้าใกล้สัตว์เลื้อย เช่น วัว ควาย โดยเฉพาะเมื่ออายุครรภ์ใกล้คลอด เพราะเชื่อว่า เด็กในท้องจะทำให้สัตว์มาทำร้ายและเป็นอันตรายต่อสุขภาพแม่

ความเชื่อและข้อห้ามเกี่ยวกับการทำงานระหว่างตั้งครรภ์

ในระหว่างตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์ ใน 4 พื้นที่ศึกษามักจะทำงานได้ตามปกติโดยเฉพาะในระยะแรกของการตั้งครรภ์ แต่เมื่ออายุครรภ์มากขึ้นก็จะทำงานลดลง การทำงานหนักจึงเป็นสิ่งต้องห้ามของหญิงตั้งครรภ์ในระยะนี้ เพราะเชื่อว่าจะทำให้แท้งได้ ไม่ว่าจะเป็นการยกของหนัก การตกน้ำหรือหกล้ม นอกจากนั้นหญิงตั้งครรภ์ยังถูกห้ามไม่ให้ทำงานที่ต้องใช้ของมีคม เช่น ห้ามเกี่ยวใบตองกล้วยโดยใช้มีด หรือเคียว เพราะเชื่อว่าเด็กในท้องจะทำให้มีดพุ่งเข้าสู่ต้นทำให้หญิงตั้งครรภ์ได้รับบาดเจ็บ ข้อห้ามในการทำงานอีกอันหนึ่งของหญิงตั้งครรภ์คือ ห้ามทำงานเกี่ยวกับการเย็บผ้าหรือเย็บที่นอน การทำงานที่มีการตอกหรือตึงตะปู เพราะเชื่อว่าจะทำให้คลอดลูกลำบากเพราะจะติดขัดอยู่นาน

นอกจากลักษณะการทำงานที่ได้กล่าวไปแล้วหญิงตั้งครรภ์มักจะถูกห้ามไม่ให้วิ่ง กระโดด หรือออกกำลังกายอย่างแรง เพราะอาจจะทำให้แท้งลูกได้ แต่หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ก็มักจะถูกแนะนำให้ออกกำลังกายแบบเบาๆ ตามปกติ เพราะเชื่อว่าจะทำให้คลอดลูกได้ง่าย

ข้อห้ามเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์และข้อปฏิบัติด้านอื่นๆ

การมีเพศสัมพันธ์ในระหว่างตั้งครรภ์ไม่ได้เป็นข้อห้ามที่ชัดเจนในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ใน 4 พื้นที่ศึกษา โดยมากมักจะงดการมีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุครรภ์ประมาณ 5-6 เดือนขึ้นไป เพราะเห็นว่าท้องโตแล้ว กลัวจะมีอันตรายและกระทบกระเทือนต่อลูก ส่วนข้อห้ามและข้อปฏิบัติด้านอื่นๆ พบว่า หญิงตั้งครรภ์มักจะถูกห้ามไม่ให้นั่งคาบ้นไถ หรือนั่งคาบประตูบ้าน เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกคลอดยากเพราะจะคาอยู่ที่ยังคลอดนาน ห้ามไม่ให้อาบน้ำหลังตะวันตกดินหรือภายหลังสิ้นแสงตะวัน ทั้งนี้เพราะเชื่อว่าจะทำให้น้ำคร่ำมีมากทำให้คลอดลำบาก ห้ามเอาช้อนคาในซาม ห้ามเอาทัพพีคาบนหม้อ ห้ามเอาสากครกคาบนครกเพราะเชื่อว่าจะทำให้คลอดยาก ห้ามพูดติหรือดูถูก คนพิการ คนปากแหว่ง เพดานโหว่ หรือคนไม่สมประกอบอื่นๆ เพราะเชื่อว่าจะ



ทำให้ลูกเป็นแบบนี้ นอกจากนั้นยังพบว่าหญิงตั้งครรภ์ในบางครอบครัวจะถูกห้ามไม่ให้เตรียมของใช้หรือเสื้อผ้าไว้ให้เด็ก เพราะกลัวว่าเด็กจะตายเสียก่อนได้ใช้จริง ซึ่งความเชื่อนี้ยังปรากฏให้เห็นน้อยมาก มีเพียงหนึ่งหรือสองครอบครัวเท่านั้นในแต่ละพื้นที่

อย่างไรก็ตามนอกจากข้อห้ามที่ได้กล่าวไปแล้วหญิงตั้งครรภ์ก็มีคำแนะนำที่ควรปฏิบัติร่วมกันไม่ว่าจะเป็นการทำบุญเพื่อทำให้จิตใจสบาย การกินวิตามิน ยาบำรุง รวมถึงอาหารเสริมตามที่แพทย์จัดให้ เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกมีสุขภาพที่ดีไม่เจ็บป่วยง่าย

ประเพณี ความเชื่อ เกี่ยวกับการคลอดและการปฏิบัติตนหลังคลอด

การเตรียมตัวก่อนคลอด

หญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มคนไทยเกือบทั้งหมดมีการคลอดบุตรที่โรงพยาบาลและมีการฝากครรภ์ครบตามกำหนดของกระทรวงสาธารณสุข มีเพียง 2 รายในพื้นที่อำเภอเมืองน่านและอำเภอพนมทวนที่คลอดบ้านเนื่องมาจากไปโรงพยาบาลไม่ทัน นอกจากนั้นหญิงตั้งครรภ์ก็จะได้รับคำแนะนำและข้อปฏิบัติต่างๆ จากเจ้าหน้าที่ทางด้านการแพทย์และสาธารณสุข ดังนั้นการปฏิบัติตัวในส่วนที่สำคัญจึงไม่ค่อยแตกต่างกันมากนัก อย่างไรก็ตามในกลุ่มแม่บางส่วน ก็มีการเตรียมของใช้และอุปกรณ์ต่างๆ ไว้ให้ลูกซึ่งมักจะเป็นครอบครัวเดียว นอกจากนั้นก็จะมีการเตรียมด้านจิตใจ มีการบอกกล่าวสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ศาลพระภูมิในบ้านเพื่อให้คลอดง่าย ในบางพื้นที่มีการผูกข้อมือให้กับหญิงตั้งครรภ์เพื่อเป็นสิริมงคลด้วย

นอกจากการเตรียมของใช้และการเตรียมจิตใจดังที่ได้กล่าวไปแล้วในช่วงใกล้คลอดสามีหรือญาติของหญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่จะมีการเตรียมพื้นไว้เป็นกองๆ เพื่อใช้ในการอยู่ไฟภายหลังคลอดของหญิงตั้งครรภ์ซึ่งปัจจุบันจะไม่เน้นว่าต้องเป็นไม้สมุนไพรมีกลิ่นหอมเหมือนในสมัยก่อนแต่จะยึดหลักของความสะอาดและสามารถหาได้ง่ายในชุมชน

การปฏิบัติตนหลังคลอด

ดังที่กล่าวไปแล้วว่าหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มคนไทยเกือบทั้งหมดมีการคลอดบุตรในโรงพยาบาลและเมื่อกลับมาอยู่ที่บ้านก็จะมีการปฏิบัติตัวในระยะหลังคลอดแตกต่างกันไป โดยในครอบครัวขยาย พ่อ แม่ หรือผู้อาวุโสในบ้านยังแนะนำให้หญิงหลังคลอดปฏิบัติตัวทั้งในเรื่องของการอยู่ไฟ อาหารการกิน และข้อปฏิบัติด้านอื่นๆอยู่ในขณะที่หญิงหลังคลอดที่อาศัยอยู่ในครอบครัวเดียวมักจะไม่เคร่งครัดในเรื่องนี้มากนัก

ความเชื่อเรื่องการอยู่ไฟ

การอยู่ไฟ อยู่เดือน หรือการอยู่กรรม เป็นสิ่งที่หญิงหลังคลอดใน 4 พื้นที่ศึกษาส่วนใหญ่ยังคงปฏิบัติอยู่ แต่จะมีลักษณะของการปฏิบัติที่แตกต่างกันออกไป ในกลุ่มหญิงหลังคลอดรุ่นใหม่จะมีลักษณะของการประยุกต์และมักจะไม่เคร่งครัดเต็มรูปแบบมากนัก ส่วนหญิงตั้งครรภ์รุ่นเก่าซึ่งมักอาศัยในครอบครัวขยายจะมีการปฏิบัติการอยู่ไฟตามแบบสมัยเดิมอย่างเคร่งครัดโดยการปฏิบัติแบบสมัยเดิม มักจะมีการอยู่ไฟประมาณ 25-30 วัน ซึ่งเรียกว่าการอยู่ไฟร้อน ในบางพื้นที่จะมีการอยู่ไฟเย็นอีก 1 เดือน เพราะเชื่อว่าจะทำให้ร่างกายแข็งแรง



แรงสมบูรณ์ไม่เจ็บป่วยง่าย รวมทั้งทำให้หมดลูกเข้าสู่วัยได้ไว ระยะเวลาของการอยู่ไฟจะมีความแตกต่างกันระหว่างลูกชายและลูกสาวโดยลูกชายจะใช้เวลาน้อยกว่า(ดูรายละเอียดในแต่ละพื้นที่) การอยู่ไฟจะกระทำโดยจุดเตาไฟไว้ในห้องนอนหรือที่ปักของหญิงหลังคลอดและดูแลให้ไฟติดอยู่ตลอดเวลาและมีการต้มน้ำอุ่นไว้สำหรับดื่มและอาบด้วย บางพื้นที่จะมีการอาบน้ำอุ่นโดยมีการใส่สมุนไพรไปด้วย ทั้งนี้เพราะเชื่อว่าจะทำให้หญิงหลังคลอดแข็งแรงและฟื้นฟูได้ไวขึ้น ขณะที่อยู่ไฟ หญิงหลังคลอดจะแต่งตัวอย่างมิดชิด ใส่ผ้าถุงหรือผ้าซิ่น เสื้อแขนยาว ใส่ถุงเท้า บางคนจะใส่หมวกและถุงมือด้วย ตลอดเวลาของการอยู่ไฟ หญิงหลังคลอดจะไม่เดินทางไปไหนไกล ยกเว้นถ้ามีการเจ็บป่วยเพื่อไปพบแพทย์ ในบางพื้นที่ เช่น อำเภอกระนวน อำเภอนมทวน เมื่ออยู่ไฟครบตามกำหนดจะมีพิธีออกไฟด้วยซึ่งมักจะทำในตอนเช้าตรู่ และอาบน้ำสมุนไพรให้หมดเก็บอุปกรณ์ให้เรียบร้อยเพราะเชื่อว่าจะทำให้ร่างกายไม่ร้อนและอยู่สบายตลอดไป หญิงหลังคลอดมักจะไมทำงานหนักในระยะที่อยู่ไฟและช่วง 3 เดือนแรกของการคลอดเพราะเชื่อว่าร่างกายยังไม่พร้อมต้องการพักผ่อนอย่างพอเพียงเมื่อสมบูรณ์แล้วจึงจะเริ่มทำงานตามปกติ

ในขณะที่กลุ่มหญิงหลังคลอดที่เป็นคนรุ่นใหม่รวมถึงหญิงหลังคลอดที่อาศัยอยู่ในครอบครัวเดียวในยุคปัจจุบันพบว่ามักจะมีการอยู่ไฟในลักษณะที่ไม่ครบกระบวนการ นั่นคือ จะมีการอยู่ไฟนานไม่ถึงหนึ่งเดือน ประมาณ 7 วัน ถึง 15 วัน ไม่มีการอาบน้ำสมุนไพร รวมถึงมีลักษณะของการประยุต์เตาไฟที่ใช้มาเป็นไฟชุดซึ่งทำจากหลอดไฟหรือใช้กระเป๋าน้ำร้อนประคบแทน นอกจากนั้นในกลุ่มหญิงหลังคลอดบางส่วนจะไม่มีการอยู่ไฟเพียงแค่พักฟื้นตอนหลังคลอดประมาณหนึ่งอาทิตย์เท่านั้น อย่างไรก็ตามหญิงหลังคลอดก็มักจะไมทำงานหนักภายหลังคลอดทันที จะพักฟื้นจนหายดีซึ่งประมาณ 3 เดือนขึ้นไป จึงจะเริ่มทำงานเพราะเชื่อว่าร่างกายแข็งแรงดีแล้ว

ความเชื่อในเรื่องอาหารหลังคลอด

อาหารหลังคลอดถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญและต้องระมัดระวังเป็นพิเศษสำหรับหญิงหลังคลอด ในการศึกษานี้พบว่าหญิงหลังคลอดใน 4 พื้นที่ศึกษาส่วนใหญ่จะมีการระมัดระวังในเรื่องอาหารการกินโดยจะมีทั้งอาหารที่ควรดื่มน้ำหรือเป็นอาหารต้องห้ามและอาหารที่ควรกินเพื่อบำรุงร่างกายและทำให้น้ำนมมีมาก โดยอาหารที่งดเว้นที่พบร่วมกันมักจะเป็นอาหารพวกที่มีกลิ่นฉุนฉียว รุนแรง เช่น ผักชะอม พุริณ เพราะเชื่อว่าจะทำให้วิงเวียนศีรษะ อาหารพวกรสจัด ของหมักดอง ของเค็ม เพราะจะทำให้แสบช่องคลอดและมีผลต่อลูก นอกจากนั้นยังถูกห้ามไม่ให้กินเนื้อวัว เนื้อควาย เพราะเชื่อว่าเป็นของมีพิษ รวมทั้งไม่ให้กินน้ำเย็น เพราะเชื่อว่าจะทำให้เลือดแห้งช้า ส่วนพวกเครื่องดื่มน้ำที่มีแอลกอฮอล์ เหล้า บุหรี่ และสิ่งเสพติดต่างๆ หญิงหลังคลอดมักจะถูกห้ามในทุกพื้นที่ เพราะเชื่อว่าจะมีผลต่อสุขภาพลูก นอกจากอาหารต้องห้ามที่ได้กล่าวไปแล้วหญิงหลังคลอดก็มีอาหารที่ส่งเสริมให้กินซึ่งโดยมากก็จะเป็นอาหารที่มีรสจืด อาหารแห้งที่มีโปรตีนสูง เช่น หมู ไก่ปิ้งย่าง เพราะเชื่อว่าจะทำให้แผลหายไว นอกจากนั้นหญิงหลังคลอดจะถูกแนะนำให้กินอาหารพวก แกงหัวปลี ต้มผัก และพืชสมุนไพร เพื่อช่วยเร่งผลิตน้ำนมแม่ให้มากขึ้น นอกจากลักษณะดังกล่าวหญิงหลังคลอดในบาง



พื้นที่ เช่น พื้นที่อำเภอพนมทวน พื้นที่อำเภอกะนวน หญิงหลังคลอดจะมีการกินยาบำรุงหลังคลอด เช่น ยา สตรีเพียวภาค และยาทองสมุนไพรร เพื่อช่วยขับน้ำคาวปลาด้วย

ความเชื่อและข้อปฏิบัติของผู้มาเยี่ยมหลังคลอด

การเยี่ยมหลังคลอดในแต่ละพื้นที่นั้นมักจะไม่มีการกำหนดที่เคร่งครัดมากนัก โดยมีส่วนมากมักจะเป็น กลุ่มญาติมิตร และเพื่อนบ้านที่มาเยี่ยม เพื่อแสดงความยินดี ในบางครอบครัวจะมีการฉลองด้วยการกินอาหาร ร่วมกัน ซึ่งก็ขึ้นอยู่กับฐานะของครอบครัวหญิงหลังคลอดด้วย ข้อห้ามที่พบร่วมกันใน 4 พื้นที่ศึกษาคือ ผู้มา เยี่ยมต้องไม่แต่งตัวหรือทาเครื่องสำอางน้ำหอมที่มีกลิ่นฉุน เพราะหญิงหลังคลอดจะเหม็นสาบ นอกนั้นก็จะเป็น ลักษณะของการห้ามบุคคลที่สงสัยว่าจะเป็นผีกระสือ ผีปอบ มาเยี่ยม เพราะกลัวว่าจะทำร้ายเด็กและทำให้เด็ก งอแงซึ่งความเชื่อนี้พบน้อยมาก

ความเชื่อและการปฏิบัติกับเด็กแรกเกิด

ภายหลังกลับจากโรงพยาบาล หญิงหลังคลอดก็จะเริ่มอาบน้ำให้ลูกโดยใช้ความรู้ และวิธีการตามที่ได้ รับการฝึกและคำแนะนำจากโรงพยาบาลที่ทำการคลอดให้แต่ก็มีบางส่วนที่ในช่วงแรกจะให้ญาติหรือสามีช่วยอาบ น้ำให้เด็กก่อนเพราะตนเองทำไม่ไหวเนื่องจากเจ็บแผล แต่หลังจากนั้นก็สามารถอาบน้ำให้ลูกได้ การอาบน้ำจะใช้ น้ำอุ่น และใช้สบู่ ยาสระผมสำหรับเด็ก ไม่ใช่ของผู้ใหญ่เพราะกลัวจะคายเคืองผิวเด็ก การอาบน้ำมักอาบวัน ละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น แต่ถ้าอากาศเย็นหรือเด็กตัวร้อน ก็จะเช็ดตัวแทนการอาบน้ำเพราะกลัวเด็กเป็นไข้ไม่สบาย การปฏิบัติที่เป็นพิธีกรรมสำหรับเด็กแรกเกิดที่พบโดยมากก็จะเป็นพิธีการสู่ขวัญเด็กและครอบครัว โดยจะ กระทำเมื่อเด็กอายุครบหนึ่งเดือนซึ่งจะมีพิธีโกนผมเด็กด้วย การกระทำพิธีนี้เพื่อให้เด็กมีสุขภาพดีอยู่สุขสบาย แต่ลักษณะของการโกนผมอาจมีการประยุกต์แตกต่างกันไปในแต่ละพื้นที่ บางพื้นที่ บางครอบครัวจะโกนทั้ง หมด โดยให้ผู้ใหญ่ในบ้านหรือพ่อ แม่ เป็นผู้โกนให้ บางครอบครัวจะโกนโดยช่างตัดผมหรือใครก็ได้แล้วแต่ สะดวก นอกจากนั้นยังพบว่าบางครอบครัวจะขริบผมเด็กออกเพียงเล็กน้อยเท่านั้น นอกจากพิธีโกนผมแล้วก็ จะมีพิธีที่มักกระทำเมื่อเด็กไม่สบายหรืองอแงก็จะให้ผู้ใหญ่ผูกข้อมือนิ้ว บางครอบครัวในพื้นที่อำเภอเมืองน่าน และอำเภอกะนวนจะมีการทำพิธีสู่ขวัญให้กับเด็กเพื่อให้เด็กหยุดร้องงอแงและอยู่ดีมีสุข แต่ถ้าเด็กร้องในช่วง อายุสองหรือสามเดือนก็จะมีกรหาพ่อเกิดแม่เกิดให้กับเด็กโดยให้ผู้อาวุโสในชุมชนทำพิธีให้ เมื่อทราบชื่อพ่อ เกิดแม่เกิดแล้วก็จะให้บุตรหรือญาติพ่อเกิดแม่เกิด ช่วยผูกข้อมือนิ้ว พิธีกรรมนี้เริ่มปรากฏให้เห็นน้อยลงโดย เฉพาะแม่ที่มีอายุน้อยและอาศัยในครอบครัวเดียวจะไม่มี ความเชื่อและปฏิบัติในเรื่องนี้



สรุปและอภิปรายผล

โดยสรุปแล้วประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอดและการปฏิบัติของมารดาหลังคลอดในกลุ่มคนไทยที่พบร่วมกันใน 4 พื้นที่ศึกษาของโครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทยนั้นมีความคล้ายคลึงกันซึ่งโดยมากมักจะเป็นข้อห้ามและข้อปฏิบัติที่มุ่งป้องกันเหตุร้ายหรืออันตรายที่จะเกิดขึ้นกับมารดาและบุตร ทั้งในช่วงระหว่างการตั้งครรภ์ การคลอด และภายหลังคลอด แต่อย่างไรก็ตามความเชื่อและข้อปฏิบัติที่ได้กล่าวมานี้มีแนวโน้มที่จะได้รับการสานต่อน้อยลง ทั้งนี้เพราะแม่สมัยใหม่มักจะไม่เคร่งครัดมากนัก รวมถึงมองว่าความรู้ที่เป็นการแพทย์สมัยใหม่สามารถช่วยให้สุขภาพของมารดาและบุตรมีความปลอดภัยที่ดีกว่า ซึ่งแตกต่างจากข้อค้นพบของ เสถียร โกเศศ (2539) ที่กล่าวถึงประเพณีการเกิดในอดีตที่ผ่านมา ทั้งนี้อาจเป็นเพราะสังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงไปสู่ความทันสมัยมากขึ้น ข้อมูลข่าวสารด้านการแพทย์และสาธารณสุขกระจายออกไปสู่ชุมชนมากขึ้น โดยเฉพาะสื่อทางโทรทัศน์ อย่างไรก็ตามความเชื่อและการปฏิบัติตัวของมารดาทั้งขณะตั้งครรภ์และภายหลังคลอดที่ค้นพบในครั้งนี้ส่วนใหญ่ถือว่าเป็นสิ่งที่ดี และเป็นประโยชน์ต่อมารดาและทารก ดังนั้นจึงควรมีการส่งเสริมให้ปฏิบัติต่อไป

ข้อเสนอแนะในการศึกษาระยะต่อไป

1. ศึกษาติดตามสถานะสุขภาพกลุ่มมารดาที่มีการปฏิบัติตัวหลังคลอดอย่างเคร่งครัด ทั้งในเรื่องอาหารการกิน และการอยู่ไฟ เปรียบเทียบกับกลุ่มมารดาที่ไม่ปฏิบัติตัวในเรื่องดังกล่าวนี้ เพื่อเป็นการพิสูจน์ความแตกต่างระหว่างองค์ความรู้ใหม่และภูมิปัญญาท้องถิ่น
2. ศึกษาติดตามสถานะสุขภาพกลุ่มเด็กที่มารดามีการปฏิบัติตัวเคร่งครัด โดยเฉพาะด้านอาหารการกินทั้งในช่วงระหว่างตั้งครรภ์และภายหลังคลอด เปรียบเทียบกับกลุ่มเด็กที่มารดาไม่มีความเชื่อและปฏิบัติในเรื่องดังกล่าว
3. ศึกษาติดตามสถานะสุขภาพกลุ่มเด็กและมารดาชาวเขาเผ่าต่างๆ และกลุ่มมารดาชาวไทยมุสลิม ในอำเภอเทพา จังหวัดสงขลา เพราะมารดาในกลุ่มนี้จะมีประเพณี ความเชื่อและการปฏิบัติ รวมถึงข้อห้ามต่างๆ ในด้านการเกิดที่แตกต่างจากกลุ่มอื่น



บทที่ 3

ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครุฑ การคลอด และการปฏิบัติตัวหลังคลอดของมารดาชาวล้านนา ในพื้นที่ อำเภอเมืองจังหวัดน่าน

สุธรรม นันทมงคลชัย

เรืองศักดิ์ ปิ่นประทีป

ปรียาพร มหาเทพ

ลักษณะทั่วไปของพื้นที่ศึกษา

อำเภอเมืองจังหวัดน่าน ตั้งอยู่ทางภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นที่ราบสูง มีพื้นที่ราบลุ่มตั้งอยู่ริมฝั่งแม่น้ำน่านทั้งสองฝั่ง ลักษณะพื้นที่แบ่งออกเป็นสองเขตคือ เขตเทศบาลเมือง ประกอบไปด้วย 27 ชุมชน และนอกเขตเทศบาลเมือง ประกอบไปด้วย 10 ตำบล 95 หมู่บ้าน ประชาชนที่อาศัยอยู่ประกอบไปด้วย ทั้งกลุ่มคนไทย และชาวเขาเผ่าม้ง เมี่ยน ขมุ และถิ่น ซึ่งกลุ่มชาวเขานี้ จะมีวัฒนธรรมประเพณี และการปฏิบัติในเรื่องต่างๆ แตกต่างจากกลุ่มคนไทยทั่วไป ประชากรของเขตอำเภอเมืองจังหวัดน่าน มีทั้งหมด 82,300 คน แบ่งเป็นเพศชาย 41,589 คน หญิง 40,711 คน ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ และมีการศึกษาในระดับประถมศึกษา มีอัตราการอ่านออกเขียนได้เท่ากับร้อยละ 93.3 ในขณะที่ชาวเขาส่วนใหญ่จะนับถือผีและศาสนาคริสต์ รวมทั้งเป็นกลุ่มคนที่ไม่ได้รับการศึกษาเป็นจำนวนมาก ประชากรส่วนใหญ่มีอาชีพด้านเกษตรกรรม ทำนา ทำสวน ทำไร่ ยกเว้นในเขตเทศบาลที่มีสัดส่วนของผู้ที่ประกอบอาชีพด้านการค้าขายและทำธุรกิจส่วนตัวค่อนข้างสูง ข้อมูลด้านการศึกษาและการบริการ สาธารณสุขพบว่า มีโรงเรียนมัธยมศึกษา 2 แห่ง โรงเรียนประถมศึกษาขยายโอกาส 15 แห่ง และมีโรงเรียนในระดับประถมศึกษา 46 แห่ง มีโรงพยาบาลทั่วไป ขนาด 430 เตียง 1 แห่ง ศูนย์บริการสาธารณสุข 1 แห่ง สถานพยาบาลและคลินิกเอกชน 29 แห่ง สถานือนามัย มี 16 แห่ง และมีร้านขายยาแผนปัจจุบัน 15 แห่ง



ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์

ความเชื่อเรื่องการฝัน

จากการสัมภาษณ์พูดคุยกับผู้อาวุโส ผู้รู้ในชุมชน และมารดาเด็กในประเด็นเกี่ยวกับการฝันและทำนายฝันในระหว่างการตั้งครรภ์หรือก่อนที่จะตั้งครรภ์ พบว่า มารดาส่วนใหญ่ในพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดน่าน จะมีการฝันก่อนที่จะตั้งครรภ์หรือระหว่างตั้งครรภ์ โดยการฝันที่พบบ่อย คือฝันว่าได้สร้อย ได้แก้ว ได้ทอง ได้แหวน ทำนายว่าจะได้ลูกสาว และฝันว่าได้พระ ได้อาตุ ได้รบราฆ่าฟันทำนายว่าจะได้ลูกชาย ซึ่งการฝันการทำนายฝันและความเชื่อเรื่องเพศบุตรนี้ ผู้ให้สัมภาษณ์เชื่อว่ามักจะเป็นจริงตามที่ฝัน แต่ก็มีแนวโน้มที่จะลดลง เพราะแม่รุ่นใหม่ส่วนใหญ่มักจะไม่มี ความเชื่อในเรื่องการฝัน

สำหรับในกลุ่มมารดาชาวเขาเผ่าม้ง และเผ่าเย้าจากการพูดคุย พบส่วนใหญ่ไม่ว่ามีลักษณะของการฝันทั้งในช่วงก่อนตั้งครรภ์และระหว่างตั้งครรภ์ มีเพียงไม่กี่คนเท่านั้นที่มีการฝันโดยลักษณะของการฝันก็จะสอดคล้องกับวิถีชีวิตของเผ่า เช่น เผ่าเย้า แม่บางคนฝันว่าได้เก็บผักที่ใบ ซึ่งนำมารับประทานได้ เช่น ผักบุ้ง ผักกาดขาว ก็เชื่อว่าจะได้ลูกสาว ก็จะได้ลูกสาวจริง แต่ถ้าฝันว่าได้ผักหรือผลไม้ที่เป็นผลหรือเป็นหัว เชื่อว่าจะได้ลูกชาย ก็จะได้ลูกชายจริง ส่วนเผ่าม้ง แม่บางคนฝันว่าได้มีด ได้พร้า ได้ปืนก็จะได้ลูกชาย แต่ถ้าฝันว่าได้แทง กวหรือได้ผักมีใบจะได้ลูกสาวเป็นต้น

ความเชื่อเรื่องอาหารการกิน

การกินของหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มคนไทยในพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดน่าน มีทั้งข้อห้ามและข้อปฏิบัติ แตกต่างกันไป จากการสัมภาษณ์และพูดคุยกับผู้อาวุโสและมารดาเด็กพบว่า หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่จะมีความต้องการบริโภคอาหารที่แตกต่างไปจากปกติที่เคยทานในช่วงก่อนที่ตั้งครรภ์ ซึ่งโดยมากแล้วจะเป็นการต้องการทานของเบรียวมมากที่สุด นอกนั้นก็จะมีลักษณะแตกต่างกันไป เช่น แม่บางคนอยากกินลาบเนื้อ ลาบ ปลาดิบ แกงปลา และส้มตำเป็นต้น ซึ่งหญิงหลายคนบอกว่าเมื่ออยากกินอาหารพวกนี้แล้วก็จะพยายามหากินให้ได้ และบางครั้งสามีและญาติก็จะหามาให้กินด้วย โดยหญิงตั้งครรภ์และคนในครอบครัวเชื่อว่าเหตุที่อยากกินนั้นเพราะลูกอยากกิน (ตารางที่ 1)

สำหรับข้อปฏิบัติในด้านการกินของหญิงตั้งครรภ์พบว่าหญิงตั้งครรภ์จะถูกแนะนำให้กินน้ำมะพร้าว เมื่ออายุครรภ์ได้ประมาณ 7-8 เดือนเพราะจะทำให้ ลูกไม่มีไขคลอดง่ายและมีผิวสวย นอกจากนั้นหญิงตั้งครรภ์ก็จะถูกแนะนำให้กินแกงผักพื้นบ้าน ชื่อผักปรัง ซึ่งมีลักษณะสั้นๆ เพื่อจะทำให้ลูกคลอดไม่ลำบาก

ส่วนในกลุ่มของชาวเขาเผ่าม้ง และเผ่าเย้าพบว่าหญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ไม่มีลักษณะของความอยากกินอาหารที่แตกต่างจากช่วงก่อนตั้งครรภ์มีเพียงแม่บางคนเท่านั้นที่อยากกินอาหารพวกขนมหวานและผลไม้ที่มีขายอยู่ตามร้านค้ามากขึ้นเท่านั้น ซึ่งหญิงตั้งครรภ์บอกว่าเป็นเรื่องปกติ เพราะก่อนตั้งครรภ์ก็กินอยู่เพียงแต่กินไม่มากเท่านั้น ส่วนการพูดคุยถึงเรื่องข้อห้ามในเรื่องการกินและความเชื่อต่างๆพบว่า หญิงตั้งครรภ์ทั้ง 2 เผ่า ไม่ได้มีข้อห้ามและข้อปฏิบัติในเรื่องการกินแต่อย่างใด ก่อนตั้งครรภ์เคยกินอย่างไรในขณะที่ตั้งครรภ์ก็จะกินอย่างนั้น เหตุที่เป็นเช่นนี้เพราะว่าลักษณะการกินของชาวเขาโดยทั่วไปนั้นก็จะเน้นในเรื่องการกินผักเป็นประจำ



มีผลไม่บ้าง อาหารก็เน้นรสจืด นอกจากนั้นหญิงชาวเขาก็จะถูกห้ามในเรื่องการกินเหล้าและสูบบุหรี่อยู่แล้ว ดังนั้นเมื่อเกิดการตั้งครรภ์จึงไม่มีปัญหาเรื่องนี้

ตารางที่ 1 ข้อห้ามและความเชื่อ เหตุผลในเรื่องการกิน ระหว่างตั้งครรภ์ ในพื้นที่อำเภอเมือง น่าน

ข้อห้ามเรื่องการกิน	ความเชื่อ
ห้ามกินกล้วยจนหมดลูกให้กินทีละครึ่ง	กลัวลูกจะอ้วนและคลอดยาก
ห้ามกินกล้วยแปด	กลัวลูกที่เกิดมาจะเป็นลูกแฝด
ห้ามกินแกงหยอยขม	ลูกจะอ้วนในท้องทำให้คลอดยากและทำให้รกพันตัวเด็ก
ห้ามกินของเผ็ด	กลัวจะทำให้ลูกหัวล้าน เพราะเป็นของร้อน
ห้ามกินแกงร้อนๆ	จะไปรบกวนศีรษะเด็กทำให้เด็กหัวล้าน
ห้ามกินหัวปลี	รกออกมาจะเป็นรกปากปลี ทำให้คลอดลำบาก
ห้ามกินแกงหนั้วว หนั้วควาย	จะทำให้ลูกคลอดยาก เพราะหนั้วจะติดในท้องลูกจะอ้วน
ห้ามกินเหล้า	ลูกจะหัวล้าน เพราะเป็นของร้อน
ห้ามกินข้าวหลาม	ข้าวหลามเป็นของมีเยื่อ จะทำให้คลอดลูกยาก
ห้ามกินไข่ค้างรัง	จะทำให้ลูกค้างท้อง คลอดลำบาก
ห้ามกินผักลิ้นฟ้า (ลิ้นไม้)	ทำให้รกคลอดยากจะติดอยู่ที่ช่องคลอด
ห้ามกินทุเรียน ลำไย	จะทำให้ลูกอ้วน คลอดลำบาก
ห้ามกินไขมันสัตว์	ทำให้ลูกคลอดยาก เพราะมีไขมันมาก

ข้อห้ามเกี่ยวกับประเพณีและสถานที่ต่างๆ

ในระหว่างการตั้งครรภ์นอกจากนี้จะมีข้อห้ามในเรื่องการกินแล้วหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มคนไทยยังมีข้อห้ามอีกหลายอย่าง เริ่มตั้งแต่งานประเพณีหรือสถานที่ไม่ควรไป ไม่ว่าจะเป็นงานเผาศพหรืองานมงคลต่างๆ โดยงานประเพณีเผาศพนั้นมีความเชื่อว่าจะทำให้ขวัญของคนตายเข้าท้อง กลัวผีจะตก นอกจากนั้นจะทำให้ลูกที่เกิดมาเป็นมาร มีลักษณะดื้อรั้น ส่วนงานมงคลต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นงานบวชหรืองานมงคลสมรสหญิงตั้งครรภ์ไม่ควรไปเพราะจะไปเป็นมารผจญขัดขวางทำให้ผู้บวชหรือคู่สมรสนั้นเกิดปัญหาในอนาคต ไม่สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายสูงสุดได้ ซึ่งปัจจุบันความเชื่อนี้ไม่ค่อยยึดถือกันแล้วในกลุ่มคนรุ่นใหม่ นอกจากนั้นแล้วหญิงตั้งครรภ์จะถูกห้ามไม่ให้เข้าไปในป่า หรือเข้าใกล้สัตว์ เพราะกลัวสัตว์จะเข้ามาทำร้ายร่างกาย ทั้งนี้เพราะมีความเชื่อว่าลูกที่อยู่ในท้องจะทำให้สัตว์ต่างๆ ที่เจอมาสู้กับตน



ข้อห้ามเกี่ยวกับการทำงานระหว่างตั้งครรภ์

ข้อห้ามเกี่ยวกับการทำงานของหญิงตั้งครรภ์ก็จะมีในเรื่องห้ามไม่ให้ทำงานหนัก ห้ามยกของหนัก เพราะจะทำให้แท้งและทำให้ลูกคลอดก่อนกำหนดได้ ห้ามแม่ไม่ให้ทำงานเกี่ยวกับการตกตะปู เพราะเชื่อว่าทำให้ติดแน่นและจะทำให้ลูกคลอดยาก ข้อห้ามเกี่ยวกับการทำงานอีกอันหนึ่ง คือ ห้ามไม่ให้เกี่ยวไ้บตองกล้วย สูงๆโดยใช้มีด หรือใช้เคียว เพราะเชื่อว่าลูกในท้องจะทำให้มีดพุ่งเข้าใส่ตนทำให้แม่ได้รับบาดเจ็บ ข้อห้ามที่สำคัญอันหนึ่งที่หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ยังปฏิบัติตามอยู่คือ ห้ามไม่ให้หญิงตั้งครรภ์นั่งคาบ้นไ้บ้านหรือคาบ้นประตูบ้าน เพราะมีความเชื่อว่าจะทำให้ลูกคลอดยากและจะคาบ้นอยู่ที่ช่องคลอดนาน ซึ่งความเชื่อนี้ไ้จะเป็นการป้องกันไม่ให้หญิงตั้งครรภ์ตกบ้นไ้ เพราะในช่วงตั้งครรภ์สามารถเป็นลมหรือมีอาการอื่นๆไ้ได้ง่าย หญิงตั้งครรภ์โดยมากมักจะถูกห้ามไม่ให้ไปดูคนอื่นคลอดลูก เพราะเชื่อว่าลูกในท้องของตนเองจะบอไ้ให้ลูกในท้องของคนที่ไปดูอย่าเพิ่งคลอดไ้หรือตนเองก่อน ซึ่งจะมีผลทำให้หญิงคนนั้นคลอดยาก รวมถึงทำให้หญิงตั้งครรภ์ที่ไปดูคลอดก่อนกำหนดไ้ เพราะเด็กที่คลอดจะชวนลูกของตนเองคลอด ข้อห้ามต่อมาของหญิงตั้งครรภ์คือห้ามไม่ให้หญิงตั้งครรภ์เลียนแบบหรือพูดคินที่พิการไม่สมประกอบไม่ว่าจะเป็นปากแหว่ง ตาเหล่ ตาเขว คนพูดติดอ่าง เพราะจะทำให้ลูกที่เกิดมามีลักษณะเป็นแบบนั้น

นอกจากนั้นไ้ยังมีข้อห้ามอื่นๆ ซึ่งมีความแตกต่างกันไปโดยห้ามอาบน้ำหลังตะวันตกดิน หรือภายหลังสิ้นแสงตะวัน แต่ถ้าจำเป็นต้องอาบไ้หรือจนกว่าดาวเดือนขึ้นก่อน ทั้งนี้เพราะมีความเชื่อว่าทำไ้ให้น้ำคร่ำมีมากจะทำให้ลูกคลอดลำบาก ห้ามเอาช้อนคาบ้นในขาม ห้ามเอาทัพพีคาบ้นหม้อ ห้ามเอาสากครกคาบ้นครก เพราะจะทำให้คลอดยาก ห้ามดัดกันหอยขม เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกไม่สวยและพิการไ้ได้ ห้ามหญิงตั้งครรภ์เียบปากหมอนที่นอนที่ยัดด้วยนุ่นเพราะจะทำให้ลูกเสียชีวิตในขณะที่คลอดไ้ได้ เนื่องจากคลอดไม่ออก ปากมดลูกไม่เปิด ห้ามทักคนที่กำลังจะออกไปหาของกิน ไปล่าสัตว์ เพราะเชื่อว่าหากทัก ไ้แล้วจะไม่ได้ของสิ่งนั้น ห้ามเตรียมเสื้อผ้าหรือของใช้ต่างๆสำหรับเด็กไ้ เพราะเชื่อว่าจะทำให้เด็กเสียชีวิตไ้ได้ ซึ่งปัจจุบันความเชื่อนี้ไม่มีไ้เห็นแล้ว แม่ส่วนใหญ่จะมีการเตรียมไ้ไว้ให้ลูก เพราะเห็นว่าการคลอดกับหมอนที่โรงพยาบาลนั้นจะปลอดภัยทุกอย่่าง

ข้อห้ามเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์และการปฏิบัติด้านอื่น ๆ

ส่วนข้อห้ามในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ของหญิงตั้งครรภ์ซึ่งข้อห้ามนี้จะเกี่ยวข้องกับสามีด้วย โดยมีข้อห้ามการมีเพศสัมพันธ์เมื่อครรภ์เริ่มโตแล้ว ซึ่งโดยทั่วไปจะประมาณ 6-7 เดือนขึ้นไป ทั้งนี้เพราะเชื่อว่าจะทำให้กระทบกระเทือนต่อลูกและทำให้ลูกเป็นอันตรายหรือพิการไ้ได้ ข้อห้ามหรือความเชื่อในเรื่องไสยศาสตร์และสิ่งที่ไม่มองเห็น นอกจากในเรื่องของขวัญคนตายจะเข้าลูกในท้องเมื่อไปงานเผาศพแล้ว ยังมีความเชื่อที่เกี่ยวกับชีวิตผู้อื่นหรือสมาชิกในบ้านด้วย โดยหญิงตั้งครรภ์จะถูกห้ามไม่ให้ข้ามเสื้อผ้าผู้อื่น โดยเฉพาะพ่อแม่หรือผู้สูงอายุ เพราะจะทำให้ขวัญของคนเหล่านั้นมาเข้าท้องหญิงตั้งครรภ์ ซึ่งจะทำให้พ่อแม่หรือผู้สูงอายุตายและมาเกิดเป็นลูกคนที่อยู่ในท้อง



นอกจากข้อห้ามในเรื่องต่างๆ ที่ได้กล่าวไปแล้วหญิงตั้งครรภ์ที่อาศัยอยู่ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดน่าน ยังมีข้อพึงปฏิบัติที่ควรกระทำดังต่อไปนี้ คือให้นำหัวปลาไหลแห้ง ผักปลังดิน ใบหนาด มามั้ดรวมกันแล้วแช่อาบน้ำทุกวันในระยะท้องแก่ใกล้คลอด โดยมีความเชื่อว่าจะทำให้คลอดง่าย เมื่อท้องแก่ใกล้คลอดให้เอาน้ำมันละหุ่งมาถ้ายท้อง โดยเชื่อว่าลูกเกิดมาจะได้ตัวสะอาด ไม่มีไข คลอดง่าย ในบางชุมชนเมื่อตั้งครรภ์ได้ 8-9 เดือน ซึ่งใกล้คลอดแล้วจะมีการให้หมอสู่ขวัญมาสู่ขวัญมัดมือให้ ทั้งนี้เพื่อให้คลอดง่ายด้วย โดยข้อพึงปฏิบัติทั้งหมดที่ได้กล่าวไปนี้ ในยุคปัจจุบันมีการปฏิบัติน้อยมาก โดยเฉพาะแม่รุ่นใหม่และแม่ที่อาศัยอยู่ในครอบครัวจะไม่มี การปฏิบัติเลย ทั้งนี้เพราะการคลอดปัจจุบันเป็นการคลอดที่โรงพยาบาลทั้งหมด ไม่มีการคลอดที่บ้านให้เห็นอีกแล้ว สำหรับกลุ่มแม่คนเมือง

ข้อห้ามและการปฏิบัติของกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ชาวเขา

ส่วนข้อห้ามและการปฏิบัติตัวของกลุ่มแม่ชาวเขา ซึ่งมีอยู่ 2 เผ่าคือ เผ่าม้ง และเผ่าเมี่ยนก็จะมีลักษณะแตกต่างกันไปโดยกลุ่มแม่ชาวเขาเผ่าม้งจะมีลักษณะของความเชื่อและการปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับการทำงานและวิถีชีวิตประจำวัน ในขณะที่กลุ่มชาวเผ่าเมี่ยนจะมีลักษณะคล้ายคลึงกับคนพื้นเมืองและสามารถรวมอยู่ในหมู่บ้านหรือชุมชนเดียวกับคนพื้นเมืองได้ รวมถึงมีประเพณีหลายอย่างที่เริ่มมาทำเช่นเดียวกับคนในเมือง โดยลักษณะข้อห้ามและข้อปฏิบัติสำหรับชาวเขา 2 เผ่ามีลักษณะดังต่อไปนี้

1. ข้อห้ามเกี่ยวกับงานประเพณี และสถานที่ต่างๆ

เผ่าม้ง	เผ่าเมี่ยน
- หญิงตั้งครรภ์สามารถไปร่วมพิธีทำบุญศพและเผาศพได้ไม่มีข้อห้ามอะไร ทั้งนี้อาจเป็นเพราะเมื่อมีศพในบ้านจะมีพิธีสั้สัตว์เป็นจำนวนมาก ซึ่งมักจะเป็นวัวและหมู ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับฐานะด้วยเมื่อล้มเสร็จแล้วก็แจกให้ชาวบ้านที่ไปร่วมงานนำกลับไปบ้านได้ด้วย ลักษณะเช่นนี้จึงทำให้หญิงตั้งครรภ์ก็สามารถไปร่วมด้วย ส่วนงานแต่งงานสามารถไปได้ - หญิงตั้งครรภ์สามารถไปทำงานในป่าในไร่ได้ แต่ห้ามข้ามห้วย หนอง หรือบึงที่มีน้ำไม่ไหลเพราะเชื่อว่าจะทำให้แท้งลูกได้ นอกจากนั้นยังถูกห้ามไม่ให้เข้าไปในบริเวณที่มีดินพังลงมา โดยเชื่อว่าจะทำให้แท้งได้เช่นกัน	- หญิงตั้งครรภ์ไม่สามารถไปร่วมพิธีงานศพ และเผาศพได้เพราะกลัวว่าจะต้องลูกนานกว่าปกติและทำให้คลอดยาก - หญิงตั้งครรภ์สามารถไปร่วมงานมงคลต่าง ๆ เช่น งานแต่งงานได้ โดยไม่มีข้อห้าม แต่โดยมากแล้วก็จะไม่ไปกันโดยเฉพาะในช่วงท้องโต เพราะอายุและมีความไม่สะดวกในการเดินทาง



2. ข้อห้ามเกี่ยวกับการทำงานในระหว่างตั้งครรภ์

เผ่าม้ง	เผ่าเมี่ยน
- ห้ามหญิงตั้งครรภ์ทำงานหนัก ยกของหนักซึ่งจะเคร่งครัดเมื่ออายุครรภ์แก่ใกล้คลอดแล้ว เพราะจะทำให้แท้งและคลอดก่อนกำหนดได้ - ห้ามหญิงตั้งครรภ์ทำงานเกี่ยวกับการตัด ฟันประตูบ้าน เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกเกิดมาแล้วปากแหว่ง - ห้ามเย็บผ้า ถักผ้า ตัดผ้า ในห้องนอนหรือในที่นอนได้ เชื่อว่าลูกเกิดมาจะพิการ และมีใบหูแนบติดกับกะโหลก	- ห้ามหญิงตั้งครรภ์ทำงานหนัก ยกของหนัก เพราะจะทำให้แท้งและคลอดก่อนกำหนดได้ - ห้ามทำงานเกี่ยวกับการตัด ฟัน และซ่อมประตูเพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกเกิดมาแล้วปากแหว่ง - ห้ามเย็บผ้า ถักผ้า ตัดผ้าบนเตียงหรือในที่นอน (ห้องนอน) เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกพิการ ไม่สมบูรณ์ - ห้ามซ่อมครกตำข้าว เพราะเชื่อว่าจะทำให้เด็กพิการ - ห้ามซูดหรือยกของหนักๆ ไปวางไว้กลางบ้าน เพราะเชื่อว่าจะทับโดนลูกในท้องแม่ทำให้ลูกไม่สมบูรณ์และพิการได้

3. ข้อห้ามและข้อปฏิบัติด้านอื่นๆ

เผ่าม้ง	เผ่าเมี่ยน
- ห้ามไปดูหญิงตั้งครรภ์อื่นคลอดลูก เพราะเชื่อว่าจะทำให้น้ำนมของคนคลอดจะแห้งเพราะหญิงที่ไปเยี่ยมจะแย่งน้ำนมเขา - ห้ามล้อเลียนคนปากแหว่ง หัวล้าน และติคนขี้เหล่ พิกการ เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกเป็นแบบนี้ - ห้ามไม่ให้เดินข้ามเชือกผูกม้า วัว ควาย เพราะเชื่อว่าจะทำให้เจ็บท้องคลอดนานและทำให้คลอดยาก - ห้ามกระโดดและเดินก้าวยาวๆ เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกไม่แข็งแรง เนื่องจากลูกจะตกไปอยู่ที่ต่ำกว่าเส้นเลือดที่รับมาจากแม่และทำให้เส้นเลือดหลุดไป - ห้ามมีเพศสัมพันธ์กับสามีเมื่ออายุครรภ์ได้ 2 เดือน เพราะเชื่อว่าจะไปรบกวนลูกในท้องจะทำให้ลูกอึดอัดและไม่สมบูรณ์ - เตรียมเสื้อผ้า ผ้าอ้อมและของใช้ลูกไว้ได้ โดยใช้ของเก่าของแม่ที่มีอยู่	- ไม่มีข้อห้ามในการไปดูคนอื่นคลอดลูก - ห้ามล้อเลียนคนปากแหว่ง หัวล้านและติคนขี้เหล่ พิกการ เพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกเป็นแบบนี้ - ห้ามเอาน้ำราดเตาไฟ เพราะเชื่อว่าจะอาจทำให้ลูกแท้งได้ โดยเป็นการหยุดไฟอย่างกะทันหัน - ห้ามเก็บผักใส่กระเป๋าสื่อเพราะเชื่อว่าจะเมื่อลูกเกิดมาจะเป็นคนขี้ขอ - เรื่องการมีเพศสัมพันธ์ไม่ได้มีข้อห้ามที่ชัดเจน แต่เมื่อแก่ใกล้คลอดก็จะงด เพราะกลัวว่าจะมีอันตรายต่อลูก - ห้ามเตรียมผ้าอ้อมของใช้ โดยเชื่อว่าลูกจะไม่เกิดและเกิดมาแล้วจะเสียชีวิต - ห้ามนอนกลางวัน เพราะเชื่อว่าคนที่ทำขวัญตอนกลางคืนจะมาแย่งขวัญลูกทำให้เสียชีวิตได้ ความเชื่อนั้นไม่มีการปฏิบัติในกลุ่มแม่สมัยใหม่แล้ว



ประเพณี ความเชื่อ เกี่ยวกับการคลอดและการปฏิบัติตัวหลังคลอด

การคลอดและการปฏิบัติตัวหลังคลอดในกลุ่มคนไทย

ปัจจุบัน มารดาที่อาศัยอยู่ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดน่านที่เป็นคนไทย(คนเมือง) จะมีการคลอดบุตรที่โรงพยาบาลทุกคน แต่เมื่อกลับไปอยู่ที่บ้านก็จะมี การปฏิบัติตัวในระยะหลังคลอดแตกต่างกันไป ในครอบครัวที่เป็นครอบครัวขยายพ่อแม่หรือผู้อาวุโสในบ้านก็ยังให้หญิงหลังคลอดปฏิบัติตัวในลักษณะเดิมอยู่แต่สำหรับมารดาที่อาศัยในครอบครัวเดี่ยวจะไม่เคร่งครัดในเรื่องดังกล่าวมากนัก ในการศึกษาี้ แม้ว่ามารดาที่เป็นคนเมืองจะไม่มี การคลอดที่บ้านแล้ว แต่ผู้ศึกษาก็จะขอเสนอภาพของการคลอดที่บ้าน การเตรียมตัว และการปฏิบัติตัวหลังคลอด ทั้งนี้เพื่อชี้ให้เห็นว่า ประเพณี ความเชื่อ ในสมัยก่อนนั้นมีอะไรบ้าง โดยเฉพาะ ความเชื่อ และการปฏิบัติตัวหลังคลอด ซึ่งปัจจุบันก็ยังปรากฏให้เห็นอยู่ในบางครอบครัว

การเตรียมตัวก่อนคลอด

เมื่อหญิงตั้งครรภ์ปวดท้องใกล้คลอดสมาชิกในบ้านก็จะไปเรียกหมอตายที่บ้านเพื่อเตรียมการคลอด เมื่อหมอตายมาถึงก็จะผูกเชือกกับชื่อบ้านและจะลูบท้องหญิงตั้งครรภ์จากด้านข้างเข้ากลางลำตัว เพื่อให้ลูกคลอดง่าย และจะทำเชือกเป็นบ่วงเพื่อให้ผู้จะคลอดดึงไว้ แล้วเอาไม้มาผูกขวางกับลายไม้เพื่อใช้ยัน ซึ่งผู้จะคลอดจะนอนตามความยาวของลายไม้ หมอตายจะลูบท้องจากข้าง ๆ เข้ามาตรงกลาง จะมนต์น้ำมันและเป่าคาถาใส่ที่ศีรษะเพื่อจะทำให้คลอดง่าย การลูบท้องเข้ามาตรงกลางเพื่อให้ศีรษะของเด็กลงมาตรงกับช่องคลอด สามีของหญิงตั้งครรภ์จะเตรียมฟืน สำหรับอยู่ไฟไว้เมื่อตั้งครรภ์ได้ 7-8 เดือน ซึ่งฟืนจะต้องเป็นฟืนไม้ดี๊ไม้เป่าเพราะเชื่อว่าจะไม่ทำให้มีกลิ่นเหม็นและเตรียมไม้เป่าไว้สำหรับต้มอาบด้วย

การปฏิบัติระหว่างคลอด

เมื่อถึงเวลาที่หญิงตั้งครรภ์จะคลอด สามีจะสูมไฟต้มน้ำเพื่อใช้ในการอาบน้ำเด็ก โดยหญิงตั้งครรภ์จะคลอดในห้องที่มืดสนิท ตอนคลอดลูกจะมีการบอกกล่าวผีปู่ย่าผีเรือน เพื่อไม่ให้มีอะไรมารบกวนลูกจะได้เกิดมาดี หมอตายหรือผู้เฒ่าผู้แก่ จะเป็นผู้บอกกล่าว จะเอาข้าวตอกดอกไม้ไปบอกกล่าวซึ่งมี ดอกไม้ เทียน เพื่อฝากฝังกับผีปู่ย่าไว้ ถ้าหากปวดท้องก็จะบอกกล่าวอีกส่วนวันเดือนปีที่เกิดของลูกที่เราจดไว้ ใช้มาสะเดาะเคราะห์ เมื่อคลอดลูกเสร็จแม่ก็จะนั่งอยู่กับพื้นก่อน เพราะเลือดยังไม่หยุด จากนั้นก็จะขึ้นนั่งและนอนบนเตียง เตียงที่ใช้ก็จะทำด้วยไม้ศรีสุขจะเป็นเตียงเล็กๆ แล้วก่อไฟไว้ที่ข้างเตียง แล้วเอาใบป่านที่บนที่เตียงแล้วให้แม่นั่งทับใบป่าน แม่ก็จะใส่เสื้อแขนยาว ใส่ถุงเท้า สวมหมวก การนั่งทับใบป่านเพื่อให้กลิ่นคาวเลือดหายไป เพราะใบป่านมีกลิ่นหอม

การปฏิบัติตัวหลังคลอด

เมื่อหญิงตั้งครรภ์คลอดลูกในโรงพยาบาลและกลับมาบ้าน ผู้อาวุโสและสามีจะจัดให้นอนในห้องและมีเตาไฟอยู่ด้วย ซึ่งเรียกว่าการอยู่ไฟ หรืออยู่เดือน ในสมัยก่อนเมื่อเด็กเกิดมาก็จะมีพิธีร้อนกระดัง ซึ่งจะทำการหลังจากเด็กเกิดแล้ว โดยหมอตายจะใช้น้ำอุ่นที่เตรียมไว้อาบน้เด็ก แล้วเอาผ้าอ้อมห่อตัวจากนั้นหมอตายก็เอาสมุดดินสอวางบนกระดังแล้วเอาผ้าห่มปูทับ ทำเหมือนกันทั้งชาย-หญิง การเอาสมุดดินสอวางเพื่อให้เด็กเรียน



หนังสือเก่ง แล้วหมอต้าแยจึ่งยก กระดังไปที่บนหัวบนได กระต๊ีบเท้าข้างใดข้างหนึ่ง 3 ครั้ง แล้วพูดว่า “อ้าว มาเอาเด็กไปซะ ถ้าเป็นลูกผีก็ให้เอาไป ถ้าเป็นลูกคนข้าจะเลี้ยงไว้” พิธีนี้ทำเพื่อไม่ให้เด็กสะดุ้งตกใจง่าย ไม่อแงเลี้ยงง่าย จากนั้นหมอต้าแยนำกระดังมาไว้ที่ข้างแม่เด็ก เอาผ้าห่มทำเป็นวงรอบตัวเด็ก แล้วเอาผ้าสีด้าบางๆ ปิดไว้เพื่อไม่ให้ยุ่งมารบกวน ในปัจจุบันพบว่ามีบางครอบครัวเท่านั้นที่ทำและมักเป็นครอบครัวขยาย โดยจะทำเมื่อกลับจากโรงพยาบาลวันแรก ส่วนการอาบน้ำเด็กจะอาบวันละ 2 เวลา เช้า เย็น

การอยู่ไฟและความเชื่อเรื่องอาหารหลังคลอด

ภายหลังคลอดบุตรหญิงหลังคลอดจะอยู่ไฟประมาณ 30 วัน โดยเด็กชายจะอยู่ 25 วัน เข้าเล้าอบความร้อน 3 วัน รวมอยู่ไฟ 28 วัน ไม่ถึงเดือนทั้งนี้เพราะเชื่อว่าหยุดไว้เพื่อหยุดลมหมอกคมดาบ ส่วนเด็กหญิงจะอยู่เกิน 1 วัน คืออยู่ไฟ 28 วัน เข้าเล้า 3 วัน รวมเป็น 31 วันทั้งนี้เพื่อให้เด็กฉลาดมีความก้าวหน้า เก่งงานบ้านงานเรือน เพื่อการทอผ้ายทอหูก ขณะอยู่ไฟจะก่อไฟตลอด ซึ่งการอยู่ไฟนี้หญิงหลังคลอดจะต้องใส่เสื้อให้มิดชิด ใส่ผ้าถุง เสื้อแขนยาว หมวก ถุงเท้า ถุงมือไว้ตลอดเพื่อให้ร่างกายแข็งแรงไม่ปวดเมื่อย ไม่ปวดหัว(ไม่ผิดเดือน) อาบน้ำต้มใบเป้าหรือไม้เป้ามัดประมาณ 1 กำมือ ใบมะขาม ขมิ้น รวมกันใส่ลงในน้ำต้มอาบเพื่อให้ร่างกายและผิวหนังผ่อนคลาย ขณะอยู่ไฟหรืออยู่เดือนหญิงหลังคลอดต้องให้นมลูกกินด้วย ดังนั้นจึงมีความเชื่อว่าเมื่อทานแกงหรือต้มหัวปลี หรือทานน้ำเต้าต้มจะทำให้มีน้ำนมมาก รวมทั้งเชื่อว่าการต้มน้ำอุ่นหรือน้ำร้อนมากๆ จะทำให้มีน้ำนมดี ซึ่งความเชื่อนี้ยังปฏิบัติกันอยู่ในกลุ่มแม่ปัจจุบัน นอกจากนั้นก็ยังมีการห้ามรับประทานอาหารที่เชื่อว่าจะเป็นอันตรายต่อมารดา เช่น ห้ามกินของหมักดอง ของเผ็ด เค็ม จะทำให้แผลช่องคลอดและมีผลต่อลูก ห้ามกินเนื้อวัว ควาย เพราะเชื่อว่าเป็นของมีพิษ ห้ามกินปลาที่มีหน้งเช่น ปลาดุก ปลาไหลเพราะจะทำให้แผลหายช้า ห้ามกินน้ำเย็นเพราะเลือดจะแห้งช้า นอกจากอาหารต้องห้ามแล้วอาหารที่แม่จะรับประทานได้ก็จะเป็นพวก ของปิ้ง ย่าง ของแห้ง ปลาเกร็ด เนื้อหมู เพื่อจะได้ช่วยให้แผลแห้งไว นอกจากนั้นแม่จะถูกแนะนำให้ ดื่มน้ำต้มไฟตลอด 1 เดือน เพราะเชื่อว่าจะทำให้ไม่ปวดเมื่อยตามตัว และช่วยให้ผิวนางเต่งตึงเมื่อออกเดือน ในบางชุมชนหลังจากที่แม่ออกเดือนแล้วจะมีการอยู่เดือนเย็นอีกหนึ่งเดือนเพื่อให้แม่ได้พักผ่อนจากการทำงาน



รูปที่ 1 ลักษณะการอยู่ไฟของหญิงหลังคลอด ของหญิงล้านนา

หลังจากที่แม่คลอดได้แล้วบางครั้งก็จะมีการสู่วัณสมาธิในครอบครัว ทั้งนี้เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี อยู่สุขสบาย และเมื่อเด็กอายุครบ 1 เดือน ก็จะทำพิธี **โกนผมเด็ก** ถ้าเป็นบุตรชายให้ตัดผมแล้วห่อด้วยใบบัว เอาไปไว้บนหิ้งพระ โตขึ้นจะได้บวชเรียน ถ้าเป็นผู้หญิงให้เอาห่อใบตองไว้ใต้ต้นไม้ใหญ่เพื่อให้ร่มเย็น ในสมัยก่อนทำโดยพระสงฆ์ เพื่อเป็นสิริมงคล แต่ปัจจุบันจะทำโดยผู้อาวุโส หรือพ่อแม่เด็กซึ่งจะเป็นลักษณะของการตัดมากกว่าโกน และจะนำเอาปลายผมไปไว้ที่ต้นกล้วย เพราะเชื่อว่าจะทำให้ร่มเย็น และมีผมใหม่ที่ดีขึ้น มา สำหรับ**ข้อห้ามในการเยี่ยม** โดยทั่วไปจะห้ามคนที่เป็นกระสือ เป็นฝีปอบมาเยี่ยม เพราะจะทำให้เด็กร้องงอแง และห้ามคนที่มาเยี่ยมทาของหอมที่มีกลิ่นฉุน เพราะหญิงหลังคลอดจะ เหม็นสาบ



รูปที่ 2 การโกนผมไฟเด็ก



รูปที่ 3 การผูกข้อมือด้วยด้ายสีขาวให้กับเด็ก

การคลอดและการปฏิบัติตัวหลังคลอดในกลุ่มชาวเขาเผ่าม้ง

การคลอดที่บ้านและการปฏิบัติหลังคลอด

หญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มชาวเขาเผ่าม้งยังมีการคลอดที่บ้านเป็นส่วนใหญ่ ทั้งนี้เป็นเพราะความเชื่อ และการปฏิบัติที่สืบทอดกันมานาน แม้ว่าปัจจุบันจะมีชาวเขาบางคนคลอดบุตรในโรงพยาบาลแต่ก็มีส่วนน้อย ซึ่งการคลอดที่บ้านจะมีลักษณะของการเตรียมตัวก่อนคลอด ระหว่างคลอด และหลังคลอด ดังต่อไปนี้

การเตรียมตัวก่อนคลอด ระหว่างการคลอด

เมื่อหญิงตั้งครรภ์มีอายุครรภ์ใกล้คลอด สามีก็จะเตรียมพื้นไว้ ซึ่งเป็นพื้นไม้จะไรก็ได้ เพื่อใช้ในการทำคลอดและอยู่ไฟของภรรยา รวมทั้งได้มีการเตรียมหมอดำแยหรือผู้มีประสบการณ์ในการทำคลอดไว้ โดยการบอกกล่าวไว้ล่วงหน้าเมื่อถึงกำหนดเวลาที่จะคลอดสามีก็จะเชิญให้ผู้มีประสบการณ์ในการทำคลอดมาช่วยทำคลอด ใช้ด้ายทอสีขาวมัดสะดือ เพราะสีขาวเป็นสิริมงคล ใช้ไม้ไผ่ตัดสายสะดือในสมัยก่อนแต่ปัจจุบันจะได้รับชุดทำคลอดจากสถานีนานามัย ส่วนแม่เด็กจะยังไม่อาบน้ำต้องรอประมาณ 2-3 วัน เพื่อให้แข็งแรง น้ำที่ใช้อาบเด็กจะเป็นน้ำเปล่า ผู้ที่มาช่วยทำคลอดจะไม่ได้จัดห้องให้ลูกอยู่ตรงกลาง การคลอดจะคลอดโดยนั่งบนเก้าอี้เล็ก เหยียดขา 2 ข้างและอ้าขาออก ใช้ผ้ารองบริเวณระหว่างขา เพื่อรองรับลูกที่จะออกมาตรงนั้น การทำคลอดจะช่วยกันทำโดยไม่มีค่าตอบแทนใดๆ ส่วนรกที่ออกมาถ้าเป็นลูกหญิงจะฝังที่พื้นดินหรือที่ไหนก็ได้ในบ้าน ถ้าเป็นลูกชายจะฝังที่เสากลางบ้าน ด้วยความเชื่อว่าลูกชายจะเป็นผู้สืบทอดในการถือผี เวลาตกฟากที่ลูกเกิดไม่ได้นำไปใช้ในทางไสยศาสตร์หรือความเชื่อใดๆ จะเอาไว้ใช้กับทางราชการเท่านั้น

การปฏิบัติตัวหลังคลอด

หลังจากคลอดบุตรแล้วแม่เด็กจะใช้ผ้ารัดหน้าท้องให้แน่นเพื่อไม่ให้ท้องโต อาหารที่ทานก็จะเป็นพวกไก่ ไข่ ซึ่งจะทานประมาณ 30 วัน ไข่ที่ทานจะมีการผสมพริกไทยเพราะเชื่อว่าเป็นยาบำรุงร่างกายช่วยขับน้ำคาวปลา และเลือดที่คั่งในร่างกาย ในเวลาต่อมาจึงทานเนื้อหมูได้ การอยู่ไฟ หญิงหลังคลอดทุกคนจะอยู่ไฟประมาณ 1 เดือน เท่ากันทั้งลูกหญิงและลูกชาย การอยู่ไฟทำโดยการก่อกองไฟไว้ข้างที่นอนตลอดเวลา หญิงหลังคลอดจะอาบน้ำต้มตลอดช่วงที่อยู่ไฟ เพราะมีความเชื่อว่าการอยู่ไฟจะทำให้สุขภาพแม่ดี แข็งแรง และช่วยให้หมดลูกเข้าอู่เร็ว เมื่ออยู่ไฟครบจะทำพิธีบนผีหรือทำผีเพื่อให้คุ้มครองเด็กก่อนที่จะพาเด็กออกจากบ้านหรือเดินทางไปไหนไกลๆ

หญิงหลังคลอดเผ่าม้งจะมีความเชื่อในการปฏิบัติที่ทำให้มีน้ำนมมาก โดยการเชิญหมอดผีทำพิธีเรียกน้ำนม ซึ่งจะทำคล้ายๆ การบนผี รวมทั้งมีการกินยาสมุนไพรที่มียางสีขาว กินมะละกอต้มใส่ไก่ ส่วนอาหารอื่นๆ จะกินน้อยมาก แต่ก็มีแม่หลายคนกินแป้งข้าวหมก ซึ่งมีแอลกอฮอล์และอาจมีผลเสียต่อลูกได้ สำหรับความเชื่อในการสู่ขวัญเด็ก จะทำภายใน 3 วันหลังจากเด็กเกิดโดยมีการฆ่าไก่ แล้วเรียกวิญญาณบรรพบุรุษมาดูแลเด็กเกิดใหม่ นำ ข้าวเปลือก ไข่ กล้วย เทียน และตัดกระดาษเผาให้คนที่ดูแลเด็กในสวรรค์ เพื่อให้เด็กอยู่สบาย การสู่ขวัญทำพิธีโดยหมอดผีประจำหมู่บ้าน รวมทั้งมีการทำพิธีโกนผมเด็กด้วย สำหรับความเชื่อในเรื่องการซักผ้าตากผ้าหญิงหลังคลอดจะซักผ้าและตากผ้าไว้ในบ้านหรือในร่มประมาณ 7-8 วัน เพราะเชื่อ



ว่าถ้าตากผ่านอกบ้านผีร้ายหรือสัตว์ร้ายจะมาหาเด็กตามกลิ่นที่ติดผ้า ซึ่งจะทำร้ายเด็กได้ เมื่อครบกำหนดเวลา ก็จะนำผ้าไปตากนอกบ้านได้ นอกจากนั้นหญิงที่ตั้งครรภ์เผ่าม้งยังมีความเชื่อในเรื่องการห้ามเยี่ยมในกรณีต่อไปนี้เป็น คือ ห้ามผู้ที่กำลังตั้งท้องมาเยี่ยม เพราะเชื่อว่าจะมาแย่งน้ำนมแม่ไป ห้ามผู้อื่นมาเยี่ยมใส่รองเท้าเข้าบ้าน เพราะเชื่อว่าจะพาน้ำนมแม่ไปด้วย ห้ามผู้อื่นมาเยี่ยมแล้วนำกระเป๋ หรือถุงย่ามมาด้วย เพราะเชื่อว่าจะนำน้ำนมไปด้วย



รูปที่ 4 การผูกข้อมือให้กับเด็กในกลุ่มชาวเขาเผ่าม้ง



รูปที่ 5 ครอบครัวและญาติแสดงความยินดีกับทารกแรกเกิด

ความเชื่อและการปฏิบัติในเรื่องเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอด และหลังคลอดของชาวเขาเผ่าม้งนี้ยังมีการปฏิบัติกันมาจนถึงปัจจุบันถึงแม้บางส่วนของจะคลอດถูกที่โรงพยาบาลแต่เมื่อกลับมาอยู่บ้านทุกคนจะปฏิบัติตามความเชื่อและ ประเพณีดังกล่าว

การคลอดและการปฏิบัติตัวหลังคลอดในกลุ่มชาวเขาเผ่าเมี่ยน

การคลอดที่บ้านและการปฏิบัติตัวหลังคลอด

ชาวเขาเผ่าเมี่ยนปัจจุบันมีไม่มากนักในพื้นที่ อำเภอเมือง จังหวัดน่าน นอกจากนั้นยังพบว่าคนเผ่าเมี่ยนเริ่มที่จะมีแนวทางการปฏิบัติคล้ายคนไทยพื้นเมืองมากยิ่งขึ้น แต่อย่างไรก็ตามหญิงตั้งครรภ์บางส่วนก็ยังนิยมที่จะคลอดที่บ้านอยู่ ซึ่งการเตรียมตัวในการคลอด ระหว่างคลอด และการปฏิบัติตัวหลังคลอดมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

การเตรียมตัวก่อนคลอด ระหว่างการคลอด

เมื่อหญิงตั้งครรภ์ท้องแก่ ใกล้คลอด สามีก็จะเตรียมไฟไว้ซึ่งจะเป็นไม้อะไรก็ได้ ไม่มีข้อห้าม ทั้งนี้เพื่อใช้ในการต้มน้ำในระหว่างคลอดและใช้ในการชุไฟของหญิงหลังคลอดด้วย ในสมัยก่อนหญิงตั้งครรภ์เผ่าเมี่ยนจะต้องออกไปคลอดลูกนอกบ้านและจะต้องเป็นผู้ทำคลอดด้วยตนเอง โดยจะคลอดบริเวณป่าใกล้บ้านซึ่งสามีจะมีการจัดเตรียมสถานที่เอาไว้ พ่อเด็กจะอยู่ในบ้านรอฟังเสียงเด็ก แม่จะเตรียมไม้ไผ่ที่แหลมไว้ตัดสายสะดือ ใช้เส้นฝ้ายดิบมัดสะดือ ซึ่งหญิงคลอดจะมัดเองและอาบน้ำให้เด็กด้วยน้ำอุ่นธรรมดาจากนั้นจึงห่อเด็กแล้วถึงจะเอาเข้าบ้านได้ เผ่าเมี่ยนไม่มีพิธีร่อนกระดังเพราะเชื่อว่าถ้าใส่กระดังแล้วลูกจะเวียนหัว จะเอาลูกนอนบนเบาะธรรมดา แต่ปัจจุบันการคลอดลูกนอกบ้านนี้ไม่ปรากฏให้เห็นแล้ว หญิงตั้งครรภ์สามารถที่คลอดลูกในบ้านได้ โดยมีหมอด่าแยหรือผู้อาวุโสในบ้านช่วยทำคลอดให้ และมีการใช้ชุดทำคลอดที่โรงพยาบาลจัดให้ทำคลอดเด็ก

การปฏิบัติหลังคลอด

ในกรณีที่คลอดนอกบ้านเมื่อคลอดเสร็จก่อนจะเอาเด็กเข้าบ้าน สมาชิกในบ้านจะหาวัสดุหรือสิ่งของมาบังเตาไฟในบ้านไว้เพราะกลัวผีดผี เอากิ่งไม้หรือไม้ไผ่สานติดไว้ที่หน้าบ้านเป็นสัญลักษณ์ห้ามผู้อื่นที่ไม่ใช่คนในบ้านเข้าบ้าน ถ้าใครเข้าในช่วงนี้จะผีดผีต้องผูกข้อมือให้เด็กและเสียเงินให้เด็ก วันเดือนปีเกิดจดไว้เพื่อทำบุญ หลังคลอดแล้วให้อยู่ไฟโดยนั่งบนเบาะหลังคลอด 3 วัน ห้ามนอนเพราะเชื่อว่าเลือดจะได้ไหลลงให้หมด และต้องก่อไฟไว้ใกล้ที่นอนตลอดเวลา หลังจากเกิดแล้วจะหาวันดีซึ่งจะเป็นช่วงหลังคลอดประมาณ 3-5 วัน เพื่อบอกผีและเลี้ยงผี หลังจากพิธีแล้ว ผู้อื่นก็สามารถเข้าบ้านได้และสามารถนำเด็กออกนอกบ้านได้ แต่ถ้ายังไม่ได้ออกผีแม่เด็กต้องออกประตูหลังบ้าน ห้ามผ่านประตูหน้าบ้านจะผีดผี หลังจากคลอดลูกในวันแรกแม่จะอาบน้ำต้มต้มน้ำกล้วยโดยตัดเป็นท่อนยาวประมาณ 1 ศอกแล้วต้ม เพราะเชื่อว่าจะช่วยให้อาเจียรเลือดเสียไหลออกหมด วันต่อไปอาบน้ำยาสมุนไพรหลายๆ อย่างที่ผู้เฒ่าผู้แก่เก็บมาให้ อาบประมาณ 1 ถึง 7 วัน การแต่งตัวก็ใส่ชุดที่มิดชิดจะมีผ้าโพกหัวใส่เสื้อ กางเกงยาว เพราะจะทำให้ร่างกายอบอุ่นและมีสุขภาพดี เวลาอายุมากขึ้นจะได้ไม่ปวดศีรษะ แม่จะอยู่ไฟประมาณ 30 วัน เท่ากันทั้งลูกหญิงและลูกชาย อาหารจะห้ามกินของเผ็ด ของเค็ม ของเปรี้ยว เพราะจะทำให้ปวดท้องและมีอันตรายต่อลูก หญิงหลังคลอดจะกินอาหารพวก ไข่ ผักกาด ซึ่งจะมีรสจืดเป็นหลัก มีการต้มน้ำขิงต้มเป็นบางครั้งเพราะเชื่อว่าจะทำให้เลือดลมดี



ภายหลังคลอดบุตรชาวเขาเผ่าเมี่ยนจะทำพิธีสู่ขวัญเด็ก ซึ่งเป็นการทำพิธีที่เรียกว่าเลี้ยงผีจะมีการทำพิธีแจ้งเกิดเด็กกับผี มีการตั้งชื่อ ผูกข้อมือ โดยหมอผีเป็นผู้ทำพิธี การตั้งชื่อจะตั้งตามชื่อพ่อและลำดับที่ของลูก ไม่เอาชื่อแม่มาตั้ง เพราะแม่ไปอยู่บ้านพ่อและนับถือผีของพ่อ ถ้าไม่มีพ่อให้เอาเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในวันที่คลอดลูกเป็นตัวกำหนดในการตั้งชื่อลูก รกที่คลอดเสร็จแล้วจะนำไปใส่ตะกร้าไปวางไว้บริเวณไกลๆบ้านที่ไม่มีใครเห็น หรือนำไปแขวนไว้บนต้นไม้ ไม่นำรกไปฝังเพราะเชื่อว่าถ้าฝังลูกจะไม่โต เพราะการฝังใช้กับคนตาย

สำหรับการเลี้ยงดูเด็กหญิงหลังคลอดจะให้เด็กกินนมตนเอง กินน้ำต้มสุก อาบน้ำอุ่นธรรมดา จะอาบน้ำวันละ 2 ครั้ง การดูแลเด็กอ่อนห้ามเอาเด็กไปตากแดด ห้ามอุ้มนาน ๆ ถ้าเด็กหลับแล้วให้รีบเอานอน หลังอาบน้ำเสร็จถ้าลูกตัวเปียกอยู่ห้ามให้กินนมเพราะเชื่อว่าจะเป็นไข้ เป็นโรคหอบ ถ้าน้ำนมแห้ง ให้กินยาสมุนไพรกินข้าวหวาน (ข้าวหมกกับเหล้า) ต้มไก่ จะกินนมเด็กเมื่ออายุได้ครบเดือน ผู้โกนโดยมากจะเป็นแม่หรือพ่อของเด็ก โกนเสร็จแล้วเอาผมไปเหน็บไว้กับที่นอนเพื่อไม่ให้เด็กร้องไห้แง จะเก็บไว้ประมาณ 2 เดือน จากนั้นก็ทิ้งไป เพราะเห็นว่าเด็กโตแล้ว

ในปัจจุบันประเพณี พิธีกรรมและความเชื่อต่าง ๆ ยังคงปฏิบัติกันอยู่เป็นส่วนใหญ่ ที่เปลี่ยนแปลงไปก็จะเป็นการคลอดที่บ้านซึ่งจะใช้เครื่องมือในการตัดสายสะดือที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขเตรียมให้ และบางคนก็ไปคลอดที่โรงพยาบาล แต่เมื่อกลับมาอยู่ที่บ้านก็จะปฏิบัติตามความเชื่อที่มีอยู่

สรุปและการอภิปรายผล

การศึกษาถึงประเพณีความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอด และการปฏิบัติตนหลังคลอดของมารดาในพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดน่าน ครั้งนี้ พบลักษณะที่แตกต่างกันระหว่างกลุ่มคนที่เป็นคนไทย และชาวเขาเผ่าม้ง เผ่าเมี่ยนโดยเริ่มตั้งแต่ระหว่างการตั้งครรภ์ กลุ่มคนไทยส่วนใหญ่มักจะมีความเชื่อและการปฏิบัติในเรื่องเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่แตกต่างไปจากปกติที่เคยทานในช่วงก่อนตั้งครรภ์ ซึ่งโดยมากมักจะเป็นของเปรี้ยวมากที่สุด จะมีส่วนน้อยที่เป็นอาหารแปลกๆ เช่น กินลาบเนื้อดิบ ลาบปลาดิบ ซึ่งเป็นสิ่งไม่ดีและอาจทำให้หญิงตั้งครรภ์ติดเชื้อพยาธิได้ นอกจากนั้นหญิงตั้งครรภ์ยังถูกห้ามไม่ให้กินอาหารพวกแกงหยอยขม แกงหนั้วว หนังกวาย ไชมันสัตว์ เพราะจะทำให้ลูกอ้วน คลอดยาก ห้ามกินของเผ็ด ของร้อน สุกนุหรี่ ต้มเหล้า เพราะเชื่อว่าเป็นอันตรายต่อลูก ซึ่งข้อห้ามเหล่านี้ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีต่อหญิงตั้งครรภ์และลูกที่จะเกิดมา ในขณะที่กลุ่มชาวเขาเผ่าม้ง เผ่าเมี่ยน ส่วนใหญ่ไม่มีลักษณะของความเชื่อในเรื่องอาหารการกิน รวมถึงข้อห้าม ข้อปฏิบัติในเรื่องนี้ ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาในอดีตที่ผ่านมาที่พบว่าหญิงตั้งครรภ์ชาวล้านนา มีความเชื่อในเรื่องความอยากกินอาหารหรือผลไม้รสเปรี้ยวมากที่สุด (สุวัฒนา เลี่ยมประวัติ, 2534)

ส่วนข้อห้ามและข้อปฏิบัติว่าด้วยเรื่องต่างๆ ในระหว่างการตั้งครรภ์ของมารดาในกลุ่มคนไทยและชาวเขาเผ่าม้ง เผ่าเมี่ยน พบว่ามีความแตกต่างกัน โดยชาวเขาทั้งสองเผ่ายังมีการปฏิบัติกันอย่างเคร่งครัด ในขณะที่กลุ่มคนไทยมีการปฏิบัติน้อยลงโดยเฉพาะหญิงตั้งครรภ์ที่อาศัยอยู่ในครอบครัวเดี่ยว สำหรับประเพณีความเชื่อเกี่ยวกับการคลอด การปฏิบัติตนหลังคลอด พบว่า หญิงตั้งครรภ์ที่เป็นคนไทยทั้งหมด จะมีการคลอดใน



โรงพยาบาล ในขณะที่กลุ่มชาวเขายังมีการคลอดที่บ้านอยู่ โดยเฉพาะเผ่าม้ง ทั้งนี้เนื่องมาจากความเชื่อและการปฏิบัติที่สืบทอดกันมานาน โดยหญิงตั้งครรภ์ชาวเขามีความเชื่อว่าการคลอดที่บ้านจะมีความอบอุ่นเพราะมีสามีและญาติอยู่ใกล้ชิด รวมถึงสามารถที่จะประกอบพิธีทางผีภายในบ้านได้ ส่วนการปฏิบัติตนหลังคลอดทั้งในเรื่องอาหารการกิน การอยู่ไฟ การทำพิธีเกี่ยวกับเด็กก็มีความแตกต่างกัน ซึ่งกลุ่มคนไทยส่วนใหญ่ยังมีความเชื่อและการปฏิบัติในเรื่องการอยู่ไฟหรืออยู่เดือนประมาณ 30 วัน ทั้งนี้เพื่อสุขภาพมารดา รวมทั้งมีข้อห้ามในการรับประทานอาหารที่เชื่อว่าเป็นอันตรายต่อมารดาและทารก เช่น ห้ามกินของหมักดอง เผ็ด เค็ม เนื้อวัว ควาย ห้ามดื่มของมีแอลกอฮอล์ เป็นต้น ส่วนอาหารที่เชื่อว่ามีประโยชน์แล้วสามารถเพิ่มน้ำนมให้กับลูกได้ เช่น แกงหัวปลี น้ำเต้าหู้ เป็นต้น ซึ่งผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของสุวัฒนา เลี่ยมประวัตติ (2534) ที่พบว่าหญิงตั้งครรภ์ชาวล้านนามีข้อห้ามในเรื่องอาหารหมักดอง เผ็ด เค็ม เนื้อวัว เนื้อควาย รวมถึงส่งเสริมให้ทานอาหารพวกผักต้มหวาน แกงหัวปลี เพื่อเร่งการผลิตน้ำนมอย่างพอเพียง

แต่สำหรับชาวเขาเผ่าม้ง และเผ่าเมี่ยนนอกจากจะมีการอยู่ไฟกันทุกคนเพราะเชื่อว่าจะทำให้สุขภาพแม่แข็งแรงและทำให้มดลูกเข้าอู่ไปแล้ว ยังมีความเชื่อในเรื่องการทำพิธีเรียกน้ำนม ซึ่งกระทำโดยหมอผีประจำหมู่บ้าน รวมทั้งมีการกินข้าวหมักที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ ซึ่งข้อปฏิบัตินี้อาจเป็นผลเสียต่อสุขภาพเด็ก โดยทำให้เกิดความผิดปกติในสมองและทำให้การเจริญเติบโตล่าช้าได้ ส่วนเรื่องอาหารหลังคลอด ก็จะทานแต่อาหารที่มีรสจืด เช่น ต้มผัก ต้มไก่ เป็นต้น นอกจากนี้ชาวเขาทั้งสองเผ่ายังมีพิธีสู่ขวัญเด็ก ซึ่งเรียกว่าการเลี้ยงผี โดยเป็นการแจ้งเกิดเด็กกับผี มีการตั้งชื่อและผูกข้อมือเด็ก รวมทั้งมีการเลี้ยงสังสรรค์ในหมู่บ้าน ทั้งนี้เพราะเชื่อว่าจะทำให้เด็กมีสุขภาพดี อยู่รอดปลอดภัย ซึ่งประเพณี ความเชื่อของชาวเขาทั้งสองเผ่านี้ ยังมีการปฏิบัติกันอย่างเคร่งครัดในสถานการณ์ปัจจุบันแม้ว่าหญิงตั้งครรภ์บางคนจะมีการคลอดที่โรงพยาบาลแต่เมื่อกลับมาอยู่บ้านก็จะมีปฏิบัติไม่แตกต่างกัน ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของพอลและอีเลน ลูวิส (2528) และสุรินทร์ ภูษะจร (2534) ที่ชี้ให้เห็นว่าชาวเขา เผ่าม้ง เผ่าเมี่ยน ซึ่งเป็นชนกลุ่มน้อยจะมีการยึดถือประเพณีและการปฏิบัติในเรื่องเกี่ยวกับ การคลอดและภายหลังคลอดอย่างจริงจัง เพราะเชื่อว่าจะทำให้เด็กที่เกิดมามีสุขภาพดีและมารดาสามารถทำงานได้ตามปกติไม่เจ็บป่วยง่าย



ข้อเสนอแนะ

1. การศึกษาครั้งนี้ พบว่า ประเพณี ความเชื่อและการปฏิบัติเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอดและภายหลังคลอดในกลุ่มคนไทย ส่วนใหญ่ยังเป็นเรื่องที่ดีและเป็นประโยชน์ต่อมารดาและทารก ดังนั้นควรมีการส่งเสริมให้ปฏิบัติต่อไป แต่ก็มี ความเชื่อในเรื่องการกินอาหารสุกๆดิบๆ เช่น ลาบเนื้อ ลาบปลาดิบ ซึ่งอาจเป็นผลเสียต่อสุขภาพมารดา ดังนั้นเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบในพื้นที่ควรมีการให้ความรู้ คำแนะนำในเรื่องเกี่ยวกับอาหารที่ควรบริโภค แก่หญิงตั้งครรภ์ทั้งในช่วงที่มาตรวจตามนัดและในชุมชน
2. ในการปฏิบัติตนหลังคลอดของชาวเขาเผ่าม้ง เผ่าเมี่ยน แม่ มักจะรับประทานแป้งข้าวหมกที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์และอาจเป็นอันตรายต่อทารก ดังนั้นเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบในพื้นที่ควรมีการอบรมและให้ความรู้ในเรื่องนี้แก่หญิงตั้งครรภ์ชาวเขาอย่างจริงจังและต่อเนื่อง
3. ควรมีการศึกษาถึงเหตุผลในการคลอดที่บ้านของชาวเขาทั้งสองเผ่าเพื่อพิสูจน์ว่าสาเหตุที่คลอดที่บ้านเป็นเพราะความเชื่อที่สืบทอดกันมาแต่เดิมหรือเป็นเพราะการไม่สามารถเข้าถึงบริการสาธารณสุขเพราะชาวเขาส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในพื้นที่ห่างไกลจากชุมชน

บทที่ 4

ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอด และการปฏิบัติหลังคลอด ของมารดาไทยอีสาน ในพื้นที่อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น

เรืองศักดิ์ ปิ่นประทีป

สุธรรม นันทมงคลชัย

ระพีพรรณ พันธุ์รัตน์

ลักษณะทั่วไปของพื้นที่ศึกษา

อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น ตั้งอยู่ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย มีพื้นที่ 433.8 ตารางกิโลเมตร พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นพื้นที่ราบสูงสลับกับเนินเขา แบ่งการปกครองออกเป็น 9 ตำบล 86 หมู่บ้าน มีเทศบาล 1 แห่ง และมีองค์การบริหารส่วนตำบล 9 แห่ง ประชากรของอำเภอกระนวน ณ ปี พ.ศ. 2544 มีจำนวน 74,563 คน แบ่งเป็นเพศชาย 37,221 คน หญิง 37,352 คน ประชากรทั้งหมดเป็นคนไทย ไม่มีชนกลุ่มน้อย ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ทำนา ทำสวน ทำไร่ มีอาชีพเสริม คือ ทอผ้า และหัตถกรรมจักสาน ประชากรส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาในระดับประถมศึกษา มีอัตราการอ่านออกเขียนได้คิดเป็นร้อยละ 99 ใช้ภาษาท้องถิ่นคือภาษาอีสานในการติดต่อสื่อสารกันเป็นส่วนใหญ่ สถานศึกษาประกอบไปด้วย โรงเรียนในระดับประถมศึกษา 42 แห่ง ระดับมัธยมศึกษา 4 แห่ง ในด้านการนับถือศาสนาพบว่า ประชาชนเกือบทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธ มีเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่นับถือ ศาสนาคริสต์ และศาสนา อิสลาม ดังนั้นประเพณีความเชื่อในเรื่องต่างๆที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิต จึงไม่แตกต่างกันมากนัก สถานบริการสุขภาพในพื้นที่ มีโรงพยาบาลชุมชน 1 แห่ง ขนาด 90 เตียง มีสถานอนามัย 12 แห่ง โดยมีสัดส่วนแพทย์ต่อประชากร 1 ต่อ 14,913 คน นอกจากนั้นยังมีคลินิกแพทย์ทั่วไป 5 แห่ง มีสถานพยาบาลและผดุงครรภ์ 2 แห่ง มีร้านขายยาแผนปัจจุบัน 2 แห่ง และแผนโบราณ 2 แห่ง

ประเพณี และความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์

การตั้งครรภ์กับความฝัน

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นมารดาเด็กและกลุ่มผู้สูงอายุในอำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่นพบว่า ส่วนใหญ่เชื่อว่าในช่วงก่อนและระหว่างตั้งครรภ์มักมีการฝันเป็นลางบอกเหตุต่างๆ ดังนี้ ก่อนตั้งครรภ์มักฝันว่าได้ของมีค่า เช่น สร้อยทอง แหวนหรือฝันว่ามีเด็กมาขออยู่ด้วย นอกจากนี้ยังมีความเชื่อเรื่องลักษณะของความฝันที่สามารถทำนายเพศของเด็กที่จะมาเกิดได้ เช่น ฝันว่าได้สร้อย แหวน กำไล ต่างหูเชื่อว่าเด็กที่มาเกิดจะเป็นผู้หญิง ถ้าฝันว่าได้ดาบหรือปืน หรือฝันว่าได้พระ(ห้อยคอ) ลูกที่มาเกิดจะเป็นผู้ชาย หากฝันว่ามีเด็กมาหาเป็นเพศใดลูกที่มาเกิดก็จะเป็นเพศนั้น มารดาส่วนใหญ่ที่ให้สัมภาษณ์มักเชื่อตามความฝันนั้น



เมื่อไปตรวจครรภ์และพบว่าท้องจริง อย่างไรก็ตามความเชื่อเรื่องการฝันและการทำนายเพศลูกมีแนวโน้มที่จะเชื่อกันน้อยลง

ผู้ทำนายความฝันส่วนใหญ่มักจะเป็นผู้สูงอายุในครอบครัวหรือในชุมชน นอกจากการทำนายฝันให้แล้วผู้สูงอายยังอธิบายถึงความเชื่อในมูลเหตุและที่มาของการฝันแปลก ๆ และฝันร้ายของหญิง ตั้งครรภ์ว่าคนท้องมักจะฝันร้าย ฝันเห็นผีสิง เพราะการมีลูกทำให้ธาตุลมในร่างกายมีการเปลี่ยนแปลง ในกรณีที่หญิงตั้งครรภ์ฝันร้ายแล้วผู้อาวุโสทำนายว่าเป็นลูกไม่ดีอย่างมากมายนิยมแก้ไขด้วยการทำพิธีแต่งแก้เสียเคราะห์หรือพิธีสะเดาะเคราะห์โดยให้หมอสวดมนต์ทำพิธีให้เพื่อเป็นการบำรุงขวัญของแม่และเป็นสิริมงคลแก่เด็กที่จะเกิดมาด้วย

ความเชื่อเรื่องอาหารการกิน

กลุ่มตัวอย่างในพื้นที่อำเภอกะนวน กล่าวถึงความเชื่อเรื่องอาหารในระหว่างตั้งครรภ์ไว้หลายอย่าง ส่วนใหญ่เชื่อว่าหญิงตั้งครรภ์มักมีอาการอยากกินอาหารแปลก ๆ บางคนมีอาการอยากกินอย่างรุนแรงและต้องหาอาหารชนิดนั้นให้ได้ เชื่อว่าอาการอยากกินของแม่นั้นเป็นเพราะลูกในท้องอยากกิน อาหารที่อยากกินส่วนใหญ่เป็นของเปรี้ยว หญิงตั้งครรภ์บางรายอยากกินอาหารที่ไม่ได้กินในภาวะปกติ เช่น อยากกินลาบเลือด อยากกินดินปลวก เป็นต้น ซึ่งความเชื่อเกี่ยวกับลักษณะการกินหรือประเภทของอาหารที่แม่อยากกินมากเป็นพิเศษในช่วงตั้งครรภ์ แม่บางคนเชื่อว่าสามารถทำนายลักษณะของเด็กที่จะเกิดมาได้ด้วย ดังเช่นแม่บางคนจะเปลี่ยนพฤติกรรมการกินจากที่กินน้อยเป็นกินมากขึ้น และอาจกินอย่างตะกละและมีอาการหิวของกินด้วย เรียกอาการนี้ว่า “ซี้ฮั่วม” เชื่อว่าเด็กที่เกิดมาจะเป็นเด็กที่กินเก่งและซี้เหนียว หิวของกินทุกประเภท นอกจากนี้ยังมีความเชื่อว่าอาหารที่แม่อยากกินสามารถทำนายเพศของเด็กที่จะเกิดได้ เช่น อยากกินของหวานมากเป็นพิเศษเด็กที่เกิดมาจะเป็นผู้หญิง หากอยากกินของคาว เช่น ลาบเลือด ก้อยเนื้อ เด็กที่เกิดมาจะเป็นเพศชาย เป็นต้น แต่ความเชื่อนี้จะพบได้น้อยในหญิงตั้งครรภ์ยุคปัจจุบัน

ความเชื่อเรื่องอาหารการกินในหญิงตั้งครรภ์ที่พบ มีทั้งอาหารที่เชื่อว่ากินแล้วจะทำให้เกิดผลดีและผลเสียต่อการตั้งครรภ์และการคลอด กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เชื่อว่ามีการบางจำพวกที่กินแล้วจะทำให้คลอดยากและมีผลต่อเด็กที่จะเกิดมามีลักษณะที่ไม่พึงประสงค์ โดยทั่วไปจะมีเป็นลักษณะหรือคำเรียกที่ไม่เป็นมงคลกับการคลอด ในความหมายว่า แน่น นาน หรือค้างคา เช่น กินข้าวจี หรือ ไข่ต้ม จะทำให้ปวดกันเวลาคลอด กินเมล็ดมะขามคั่ว จะทำให้เจ็บท้องนาน เจ็บไม่หยุด กินกล้วยคาเครือ กินส้มตำจะออกลูกยาก เพราะซี้มะละกอเหนียว ห้ามเปิดกินข้าวเหนียวคาตะขอ นั่งกินนานจะออกลูกยากและเจ็บท้องนาน กินทุเรียนจะทำให้ลูกที่ออกมามีตุ่มเหมือนทุเรียน กินของร้อนหรือกินน้ำแกงร้อนๆ จะทำให้ก้อนเลือดสลายเด็กจะแท้งได้ กินของเผ็ดร้อนหรือเค็มจัด เด็กที่ออกมาจะหัวล้านไม่มีผม กินผลไม้แปดจะทำให้ลูกที่เกิดมาเป็นแฝด กินอาหารที่มีไขมัน เช่น เนื้อสัตว์ เผือก มัน เด็กจะมีไข คลอดยาก

ส่วนอาหารที่เชื่อว่ากินแล้วจะมีผลดีต่อการตั้งครรภ์และเด็กที่จะเกิดส่วนอาหารที่กลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมดนิยมกินเพราะเชื่อว่าจะทำให้ลูกผิวสวย คือ น้ำมะพร้าว นอกจากนี้ยังมีบางรายซึ่งเป็นกลุ่มคนสมัยใหม่



เชื่อว่า การกินเปียร์ หรือน้ำสไปรท์จะทำให้ผิวขาวสวย กลุ่มหญิงตั้งครรภ์ที่เป็นตัวอย่างส่วนใหญ่จะพยายามบำรุงร่างกายของตนเอง ตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและบุคคลที่ตนเชื่อถือ หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่จะบอกว่าตนเองกินอาหารที่มีประโยชน์เพิ่มขึ้นแม้กระทั่งอาหารที่ตนไม่ได้กินเป็นปกติ เพราะเชื่อว่าจะเกิดผลกับลูก เช่น นมและผลไม้ เชื่อว่านมจะทำให้เด็กฉลาดและผิวสวย อาหารที่กินแล้ว จะทำให้คลอดง่าย เช่น อาหารที่มีลักษณะลื่น เช่น ทุเรียน ปลาไหล ผักปรง แต่ปัจจุบันไม่ค่อยมีคนเชื่อถือและปฏิบัติตามแล้ว

ข้อห้ามเกี่ยวกับประเพณีและสถานที่

ในพื้นที่อำเภอกระนวนยังคงพบความเชื่อเกี่ยวกับการห้ามหญิงตั้งครรภ์ไม่ให้ไปเกี่ยวข้องกับประเพณีหรือสถานที่ต่าง ๆ ซึ่งหญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่จะยังคงเชื่อและปฏิบัติตามอยู่ แม้จะไม่เคร่งครัดทุกอย่างก็ตาม ข้อที่ยังปฏิบัติอยู่ในกลุ่มตัวอย่างซึ่งส่วนใหญ่ยังกล่าวถึง คือ ห้ามไปร่วมงานแต่งงาน หรืองานบวชและห้ามไปร่วมงานศพ หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่มีความเชื่อว่า หากหญิงตั้งครรภ์ไปงานมงคล เช่น งานแต่งงาน งานบวช จะไปทำให้งานนั้นไม่ประสบความสำเร็จตามที่ได้อัปเดตประสงค์เอาไว้ เนื่องจากคำว่าหญิงตั้งครรภ์ในภาษาอีสานเรียกว่า “แม่มาน” คำว่า “มาน” จะพ้องเสียงกับ “มาร” เชื่อว่าจะเป็นการอุปสรรคต่องานมงคลต่าง ๆ

สำหรับการไปร่วมงานไม่เป็นมงคลโดยเฉพาะงานศพ เชื่อว่า สิ่งไม่ดีทั้งหลายจะมาทำอันตรายต่อแม่และเด็ก การห้ามไปงานศพมีความเชื่อว่าจะมีผลเสียที่จะตามมาให้เกิดความกลัวได้หลายอย่าง เช่น วิญญาณของคนตายที่ออกจากร่างจะวนเวียนอยู่ใกล้ๆ มารบกวนเด็ก วิญญาณคนตายจะมาเอาเด็กไปตายแทน ในกรณีที่มีความจำเป็นจะต้องไปพบว่าบางรายมีคำแนะนำสำหรับป้องกันสิ่งไม่ดีที่จะเข้ามาสู่แม่และเด็กว่าไม่ควรไอหรือจาม แต่ถ้าหากไอและจามไปแล้วก็สามารถแก้ไขด้วยการไปผูกแขนด้วยด้ายสายสิญจน์ ความเชื่อในเรื่องข้อห้ามไม่ให้ไปร่วมงานประเพณีต่างๆ มีแนวโน้มที่เชื่อน้อยลงในกลุ่มแม่สมัยใหม่ เว้นแต่ในรายที่คนในครอบครัวเคยมีประสบการณ์ไม่ดีหรือเกิดอุบัติเหตุในระหว่างการเข้าร่วมพิธีจึงเชื่อถือและปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด นอกจากนั้นยังพบว่างานพิธีต่างๆ ที่ได้กล่าวมาหญิงตั้งครรภ์มักไม่ค่อยได้ไปร่วมอยู่แล้ว เนื่องจากบทบาทนี้เป็นของพ่อแม่หรือญาติผู้ใหญ่ในบ้าน

นอกจากความเชื่อในเรื่องการห้ามไม่ให้หญิงตั้งครรภ์เข้าร่วมงานประเพณีบางอย่างแล้ว ในพื้นที่อำเภอกระนวนยังพบว่า มีความเชื่อว่าหากหญิงตั้งครรภ์ได้ไปร่วมประเพณี งานบุญทอดสมิ หรือ งานฝังลูกนิมิต จะเป็นสิริมงคลแก่ตนเองและลูก หากได้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น หวาย สายสิญจน์ จะเสริมมงคลทำให้ตนเองและลูกให้ปลอดภัยตลอดไป

สำหรับความเชื่อและข้อห้ามเกี่ยวกับสถานที่ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมดกล่าวถึงคือ การไม่ให้ไปอยู่ขวางทางเข้าออกของบ้านหรือสถานที่ต่างๆ เช่น ประตูบ้าน บันไดบ้าน เชื่อว่าจะทำให้คลอดลูกลำบาก ลูกจะค้ำหรือติดขัดในท้องไม่ยอมออก ห้ามไม่ให้ไปห้องพระเพราะถือว่าเป็นของสูงซึ่งโดยทั่วไปมักจะห้ามผู้หญิงโดยเฉพาะคนที่เป็นสะกัเข้าไประยะแล้ว



ความเชื่อและข้อห้ามเกี่ยวกับการทำงานระหว่างตั้งครรภ์

ในระหว่างตั้งครรภ์ผู้หญิงสมัยก่อนมักจะต้องทำงานตามปกติจนกระทั่งคลอดทั้งงานบ้านและงานในไร่นา กลุ่มตัวอย่างที่ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่มีความเชื่อเกี่ยวกับการทำงานที่ถือปฏิบัติเคร่งครัด คือ การห้ามยกของหนัก เช่น ตะกร้าผ้า ตักน้ำ หิ้วน้ำรดผัก และการยื่นมือไปคว้าหรือใช้แรงดึงของจากที่สูงที่ต้องใช้แรงมาก เพราะเชื่อว่าจะทำให้แท้งได้ ในช่วงนี้สามีมักจะเป็นคนทำงานหนักแทน ในสมัยปัจจุบันหญิงตั้งครรภ์มักจะไม่ได้รับความคาดหวังในเรื่องแรงงานจากครอบครัวมากนัก แต่ยังคงเชื่อว่าการทำงานที่ต้องออกแรงมากๆ จะเป็นอันตรายต่อเด็ก อย่างไรก็ตามมีกลุ่มตัวอย่างส่วนหนึ่งกล่าวว่าแม้จะมีความเชื่อว่าการทำงานหนักขณะตั้งครรภ์อาจเป็นอันตรายต่อเด็กได้แต่ก็ยังทำงานหนักทุกวันเพราะความจำเป็นของครอบครัว และในช่วงที่ท้องแก่ประมาณ 8-9 เดือน เชื่อว่าเป็นช่วงที่เด็กจะกลับหัว หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ให้ข้อมูลว่า จะได้รับคำแนะนำจากญาติหรือผู้สูงอายุในบ้านให้ลดการทำงานให้น้อยลง และมีเวลานอนพักในช่วงกลางวันบ้าง เพราะเด็กจะได้กลับหัวได้สะดวก นอกจากนี้หญิงตั้งครรภ์ยังได้รับคำแนะนำและข้อห้ามในเรื่องการทำงานไว้หลายอย่าง เช่น ห้ามวิ่ง และห้ามเดินข้ามสิ่งของ จะแท้ง ห้ามห่อข้าวต้มมัด ห้ามเย็บผ้า ห้ามยัดหมอน ห้ามสามีตอกลิ้มหรือ เข้าด้ามขวาน ด้ามมีดเพราะเชื่อว่าจะคลอดลูกยาก ถ้าห่อข้าวต้มต้องนั่งเหยียดขาเชื่อว่าจะทำให้คลอดลูกง่าย ห้ามออกนอกบ้านไปไกลๆ เพราะจะไม่มีโชค เชื่อว่าหากสามีที่พาภรรยาขณะตั้งท้องไปหาอาหารตามป่าจะไม่มีโชค ไม่ได้ของตามต้องการ รวมทั้งเชื่อว่าลูกที่เกิดมาก็จะนิสัยทำท่าย ไม่เกรงกลัวเหตุการณ์ใดๆ ทั้งสิ้น

แม้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะเชื่อว่าการทำงานหนักจะเป็นอันตรายต่อเด็กแต่ก็ไม่สนับสนุนให้แม่อยู่เฉยในระหว่างตั้งท้อง ผู้หลักผู้ใหญ่มักจะแนะนำให้ทำงานเบาๆ หรือเดินบ้างเพราะเชื่อว่าการออกกำลังกายจะทำให้เด็กไม่ตัวโตจนเกินไปซึ่งจะทำให้คลอดยาก

ข้อห้ามเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์และข้อปฏิบัติด้านอื่นๆ

การมีเพศสัมพันธ์ในระหว่างตั้งครรภ์ไม่ปรากฏว่ามีข้อห้ามหรือข้อควรปฏิบัติที่ชัดเจนนัก กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่บอกว่าไม่เคยได้รับคำแนะนำจากใครในเรื่องนี้และไม่เคยคิดจะถามใครในเรื่องนี้ด้วย มีเพียงหนึ่งรายที่ให้ข้อมูลว่า เคยถามหมอและได้รับคำตอบว่าการมีเพศสัมพันธ์ในระหว่างตั้งครรภ์ไม่เป็นอันตราย สามารถมีได้จนถึงช่วงใกล้คลอด กลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมดหยุดมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่ท้องได้ประมาณ 5-6 เดือน เพราะเชื่อว่าอาจเป็นอันตรายต่อลูก

ในระหว่างตั้งครรภ์นอกจากหญิงตั้งครรภ์จะต้องระมัดระวังเรื่องอาหารการกิน การทำงาน แล้วยังมีข้อห้ามและข้อแนะนำในการปฏิบัติตนหลายอย่าง จุดประสงค์ของข้อห้ามและคำแนะนำ คือ เพื่อให้เกิดความปลอดภัยแก่แม่และเด็กและเพื่อป้องกันอันตรายที่อาจจะเกิดในระหว่างตั้งครรภ์ ข้อห้ามที่เชื่อว่าจะมีผลต่อการคลอด คือ ห้ามนอนหงาย เพราะสะดือจะติดหลังคลอดยาก ห้ามนอนหงาย เด็กจะวิ่งเข้าชนหัวใจแม่จะหายใจไม่ออก ห้ามอาบน้ำดึก (หลังตะวันตกดิน) จะมีน้ำคร่ำมากและฝีจะมาเอา ห้ามอาบน้ำดึก ลูกจะเป็นไขหวัดสั้น ห้ามตำหนิ ห้ามหัวหัวเราะเยาะคนพิการหรือคนไม่สมประกอบ ลูกที่ออกมาจะเป็นอย่างนั้น นอก



จากจะได้รับคำแนะนำในเรื่องข้อห้ามต่าง ๆ ที่จะมีผลเสียและอันตรายต่อการท้องแล้ว กลุ่มตัวอย่างในพื้นที่อำเภอกระนวนส่วนใหญ่ ได้รับคำแนะนำในเรื่องการดูแลสุขภาพเพื่อให้ลูกเกิดมาแข็งแรงและเป็นไปตามที่ประสงค์ นั่นคือ ตอนท้องควรทำให้สบาย ไม่ควรทำหน้าบูดบึ้งหรือจู้จี้ขี้น ลูกออกมาจะได้ยิ้มแย้มแจ่มใส ดังเช่นคำกล่าวของหญิงตั้งครรภ์ต่อไปนี้

“ตอนท้องต้องทำบุญไหว้พระบ่อยๆ จิตใจจะได้สบาย”

“ตอนท้องต้องทำบุญตักบาตรบ่อย ๆ”

อย่างไรก็ตามในสถานการณ์ปัจจุบันการปฏิบัติตามข้อแนะนำนั้นมักไม่เคร่งครัดมากนักโดยเฉพาะกลุ่มแม่รุ่นใหม่ที่จะถือเอาตามความสะดวกสบายและเน้นที่กิจวัตรประจำวันเป็นหลัก

ประเพณี และความเชื่อเกี่ยวกับการคลอดและการปฏิบัติตนหลังคลอด **การเตรียมตัวก่อนคลอด**

ในช่วงใกล้คลอดถือเป็นช่วงเวลาที่สำคัญ หญิงตั้งครรภ์มักจะได้รับ การดูแลสุขภาพอย่างดีจากครอบครัว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่กล่าวถึงการปฏิบัติตัวในระหว่างนี้ว่าจะทำงานน้อยลง อย่างไรก็ตามหญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ยังได้รับคำแนะนำให้เดินหรือทำงานเล็ก ๆ น้อย ๆ เพื่อให้ร่างกายได้เคลื่อนไหวไม่ควรนอนนิ่งๆ จะช่วยให้คลอดง่าย แต่มีกลุ่มตัวอย่างบางส่วนได้รับคำแนะนำว่า ช่วงเวลาที่ท้องประมาณ 8 เดือน 9 เดือน เด็กกำลังจะกลับหัวลง หญิงมีครรภ์จึงควรจะนอนพักผ่อนมากขึ้นเพื่อให้เด็กกลับหัวลงได้สะดวก กลุ่มตัวอย่างบางรายได้รับคำแนะนำเรื่องการรับประทานอาหารจากแม่หรือคนที่มีประสบการณ์ว่า ระยะนี้ไม่มีอาการแพ้แล้ว เชื่อว่าควรทานอาหารที่ตนชอบให้มาก ๆ เพราะหลังคลอดจะต้องงดหรือ “ชะล่า” อาหารหลายอย่าง

นอกจากการเตรียมตัวด้านร่างกายให้แข็งแรงและพร้อมทั้งเรื่องการพักผ่อนและอาหารแล้ว ยังมีประเด็นที่น่าสนใจเกี่ยวกับการเตรียมทางด้านจิตใจ ซึ่งพบในรูปพิธีกรรมสำหรับหญิงตั้งครรภ์ที่ยังปรากฏอยู่ในพื้นที่อำเภอกระนวนหลายพิธี โดยกลุ่มตัวอย่างได้กล่าวถึงพิธีกรรมสำหรับหญิงตั้งครรภ์ในช่วงใกล้คลอดว่า เพื่อเป็นสร้างขวัญและกำลังใจแก่หญิงตั้งครรภ์ เช่น การผูกมือหรือผูกแขน การอาบนํ้ามนต์ การทำพิธีสะเดาะเคราะห์หรือแต่งแก้ กลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมดกล่าวว่าในระหว่างท้องได้ไปผูกแขนทุกวันพระ โดยผู้ที่ทำพิธีให้คือ หมอธรรมหรือพระที่ครอบครัวนับถือซึ่งจะมีอยู่ในทุกหมู่บ้าน นอกจาก ผูกแขน แล้ว หญิงตั้งครรภ์ยังนิยมอาบนํ้ามนต์ด้วยซึ่งปกติอาบ เพียงครั้งเดียวในช่วงใกล้คลอด แต่บางคนไปอาบทุกวันสัปดาห์โดยเฉพาะเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ทำให้ไม่สบายใจ เช่น ผื่นร้าย เป็นต้น

นอกจากการผูกแขนและอาบหรือกินนํ้ามนต์แล้ว ยังมีพิธีที่นิยมจัดขึ้นสำหรับหญิงตั้งครรภ์อีกพิธีหนึ่งคือ การทำพิธีแต่งแก้ ซึ่งการตั้งครรภ์ถือเป็นโอกาสสำคัญอย่างหนึ่งในชีวิตจึงต้องทำพิธีนี้ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่กล่าวถึงพิธีนี้ว่าเป็นสิ่งที่หญิงตั้งครรภ์ทุกคนควรทำ การแต่งแก้ในหญิงตั้งครรภ์ที่นิยมทำในพื้นที่อำเภอกระนวนมักจะทำเมื่อถ้วนปีถ้วนเดือน หมายถึงเมื่อใกล้ครบกำหนดคลอดบางครั้งเรียกว่า แต่งบูชาถ้วนปีถ้วนเดือน บางรายอาจทำเมื่อแรกตั้งท้องหากเกิดอาการเจ็บป่วยเพราะแพ้ท้องมากก็ได้ เมื่อหญิงตั้งครรภ์ผ่านพิธี



นี้แล้ว เชื่อว่าจะกำจัดปัดเป่าสิ่งชั่วร้ายหรือภูติผีไม่ให้มาทำอันตรายแม่และลูกในท้อง เด็กที่คลอดออกมาจะปลอดภัย สมบูรณ์แข็งแรง ทำให้หญิงมีครรภ์จิตใจแจ่มใส มีขวัญและกำลังใจในการคลอด สมัยก่อนหญิงมีครรภ์ที่ใกล้คลอดทุกคนต้องพิธีนี้ ปัจจุบันแม้จะไม่ได้ทำพิธีกันทุกคน แต่ก็ยังนิยมทำกันเป็นส่วนใหญ่โดยเฉพาะในรายที่เป็นท้องแรกและอาศัยอยู่ในครอบครัวขยายหรือในรายที่ผัวร้าย

การเตรียมตัวก่อนคลอดนั้นไม่เพียงแต่หญิงตั้งครรภ์เท่านั้นที่ต้องเตรียมตัว สมาชิกคนอื่นๆในบ้าน โดยเฉพาะสามีและพ่อของหญิงตั้งครรภ์ จะต้องเตรียมพื้นสำหรับอยู่ไฟและสถานที่สำหรับอยู่ไฟด้วย เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเกือบทั้งหมดเป็นหญิงที่อยู่ไฟจึงพบว่าสามีของกลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมดเตรียมพื้นไว้ล่วงหน้าก่อนคลอดประมาณ 1 เดือน เพราะต้องตากไม้ให้แห้ง สำหรับความเชื่อเรื่องไม้พื้นที่เหมาะสมสำหรับอยู่ไฟ คือ ไม้ขามป้อม ไม้มะขาม เพราะจะให้ไฟที่ไม่ร้อนมาก ถ่านไม่แตกและไม่มีความมากทำให้หญิงหลังคลอดไม่ผิดกลิ่น

ปัจจุบันไม้หายากขึ้นจึงหันมาใช้ไม้จิกเพราะหาง่าย ไม่มีควันมากและถ่านไม่แตกมาก แต่หากได้ไม้มะขามจะถือว่าดีมาก เมื่อเตรียมพื้นไม้มะขามแล้วนิยมเลื่อยและผ่าแฉกขาม ไว้ส่วนหนึ่งเพื่อใช้เป็นสมุนไพรต้มดื่มเพื่อบำรุงน้ำนมและใส่ในน้ำต้มอาบด้วย

ในช่วงการเตรียมตัวก่อนคลอดนั้นยังพบความเชื่อเรื่องการเตรียมของใช้สำหรับเด็กก่อนคลอดด้วย โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่บอกว่าเคยรับทราบเรื่องการเตรียมของใช้สำหรับเด็กว่าเป็นสิ่งที่ไม่ควรทำ เพราะเชื่อว่าจะเป็นอันตรายต่อลูก ทำให้ไม่ได้เลี้ยงเด็ก เด็กที่เกิดมาจะเสียชีวิต กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตั้งใจในตอนแรกว่าจะไม่เตรียมของใช้สำหรับเด็กทั้งด้วยเหตุผลที่เชื่อในเรื่องดังกล่าว โดยเฉพาะในกลุ่มที่เคยพบเห็นว่ามีเด็กตายระหว่างคลอดหรือตายหลังคลอดในชุมชน เหตุผลอีกประการหนึ่งที่แฝงอยู่คือ การหาซื้อของใช้เด็กในปัจจุบันมีความสะดวกสบายมากขึ้นสามารถจัดหาของที่พ่อแม่ไปคลอดที่โรงพยาบาลได้ แต่อย่างไรก็ตามพบว่าแม่กลุ่มนี้บางส่วนจัดเตรียมของใช้เด็กไว้ภายหลังเมื่อไปฝากท้องครั้งสุดท้าย เนื่องจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขบอกให้เตรียมทั้งที่ยังมีความกังวลในเรื่องนี้อยู่แต่ก็เตรียมตามที่ได้รับคำแนะนำ

กลุ่มตัวอย่างส่วนหนึ่งกล่าวว่าของใช้สำหรับเด็กนั้นไม่ได้เตรียมไว้แต่ญาติซื้อมาให้ (โดยเฉพาะที่ไปทำงานต่างถิ่น) นอกจากนี้ยังมีส่วนหนึ่งที่เตรียมของใช้ของลูกคนก่อนๆ หรือลูกหลานคนก่อนที่เลี้ยงง่ายเตรียมไว้ เพราะเชื่อว่าการเอาของใช้ของเด็กที่เลี้ยงง่ายมาใช้จะทำให้เด็กเลี้ยงง่าย ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าความเชื่อในเรื่องนี้ไม่ค่อยถือเคร่งครัดแล้วในปัจจุบัน

การปฏิบัติตนระหว่างคลอด

กลุ่มตัวอย่างในพื้นที่กระนวนเกือบทั้งหมดคลอดในโรงพยาบาล มีเพียงรายเดียวที่คลอดที่บ้าน การปฏิบัติตัวในระหว่างการคลอดนั้นจึงเป็นไปตามระบบของทางโรงพยาบาล ครอบครัว สามี พ่อแม่หรือญาติ ๆ ไม่สามารถเข้าไปเกี่ยวข้องได้ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะเดินทางไปโรงพยาบาลเมื่อเริ่มมีอาการเจ็บท้องหรือเมื่อน้ำเดิน แต่อย่างไรก็ตามนอกจากคนในครอบครัวจะเดินทางไปกับหญิงตั้งครรภ์แล้ว นิยมให้มี



หญิงที่มีประสบการณ์ในการคลอดหรือมีหมอต้อนรับร่วมเดินทางไปด้วย ตามที่สามารถไว้วางใจได้ทัน การมีหมอต้อนรับหรือคนที่มีประสบการณ์ไปด้วย ทำให้ความอุ่นใจและช่วยให้คำแนะนำหญิงตั้งครรภ์ในระหว่างเดินทาง โดยเฉพาะในกรณีที่อยู่ไกลจากโรงพยาบาล เพราะเข้าเกิดเหตุฉุกเฉินคลอดระหว่างทาง ก่อนเข้าห้องคลอด หญิงตั้งครรภ์จะได้รับคำปลอบโยนและคำอวยพรจากญาติ และคนในครอบครัวให้ทั้งแม่และลูกปลอดภัยในการคลอด

ช่วงเวลาที่คลอดถือว่าเป็นช่วงที่สำคัญที่สุดสำหรับหญิงตั้งครรภ์ ดังนั้นจึงพบว่ามีความเชื่อในเรื่องสิ่งเสริมกำลังใจและทำให้คลอดง่ายให้พบเห็นหลายรูปแบบ โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ให้ข้อมูลในเรื่องนี้ว่า ในระหว่างที่กำลังเดินทาง ญาติผู้ใหญ่จะนำดอกไม้ธูปเทียนที่เรียกว่า 'ขันห้า' ไปไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือที่เรียกว่า ของรักษาที่ศาลากลางบ้าน นอกจากนี้ยังนิยมไหว้เจ้าที่เจ้าทางที่บ้าน หรือที่เรียกว่า 'แม่ธรณี' เพื่อให้เจ้าที่เจ้าทางช่วยคุ้มครองรักษาให้คลอดโดยปลอดภัย ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนหนึ่งเชื่อว่าน้ำมนต์พระหรือคนที่ชาวบ้านนับถือมีส่วนช่วยจะทำให้คลอดง่ายและยังอิทธิพลในช่วงเวลาสำคัญนี้ด้วย โดยเชื่อว่า การได้ดื่มน้ำมนต์ก่อนคลอดเชื่อว่าจะทำให้รู้สึกคลอดง่ายขึ้น ในการศึกษาครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่าง 2 ราย ที่แหว่ดื่มน้ำมนต์ก่อนมาโรงพยาบาลอีก 1 รายมีญาติตามเอามาให้ดื่มที่โรงพยาบาล หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่แม้จะไม่ถึงกับเชื่อในเรื่องดังกล่าวแต่ก็ถือปฏิบัติตามในบางเรื่อง ส่วนใหญ่ยอมรับว่าหากได้รับการดูแลและมีญาติผู้ใหญ่ช่วยทำพิธีหรือแนะนำใส่ใจในเรื่องต่างๆ เหล่านี้ให้ ทำให้เกิดความพึงพอใจและมีกำลังใจเพราะถือเป็นการแสดงความห่วงใยและเอาใจใส่ของญาติ

สำหรับหญิงตั้งครรภ์คลอดที่บ้าน 1 รายนั้น พบว่าเคยคลอดเองที่บ้านทั้งหมด 4 ครั้งแล้ว ท้องนี้เป็นท้องที่ 5 จึงตัดสินใจดูแลตัวเองเป็นส่วนใหญ่ โดยแม่สามีและเพื่อนบ้านที่เป็นอาสาสมัครประจำหมู่บ้านมาช่วยดูแล ส่วนสามีของนางเตรียมต้มน้ำร้อนอยู่ใกล้ ๆ หลังจากคลอดแล้วแม่สามีเป็นคนช่วยอาบน้ำให้ลูก หมอต้อนรับช่วยตัดสายสะดือด้วยมีดโกนที่ซื้อใหม่จากร้านค้า การตัดจะกระะยะสายสะดือให้ห่างจากตัวเด็ก 5 เซนติเมตร จากนั้นมัดส่วนที่ถัดออกมา 3 ท่อนห่างกันท่อนละ 1 เซนติเมตร แล้วนำก็เอามาไปรองสายสะดือ และตัดตรงรอยมัดที่ท่อนกลาง สำหรับสะดือเด็กนำไปฝังไว้ที่จอมปลวกหลังบ้าน เพราะเชื่อว่าจะทำให้เด็กโตขึ้นเป็นคนที่มีใจหนักแน่น สำหรับของลูกๆ คนก่อนฝังไว้ได้บันไดและจุดไฟบนนั้นจนแห้ง

การปฏิบัติตนหลังคลอด

การอยู่ไฟหลังคลอด

การอยู่ไฟหลังคลอดยังคงพบเห็นอยู่ทั่วไปในพื้นที่อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น จากการศึกษาครั้งนี้พบรายละเอียดเกี่ยวกับความเชื่อในเรื่องการอยู่ไฟที่น่าสนใจและยังคงดำรงอยู่หลายประเด็นดังนี้ การอยู่ไฟเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า 'อยู่กรรม' ทั้งนี้เพราะต้องอยู่ร้อน คือ อยู่ข้างกองไฟ กินร้อน คือ กินน้ำร้อน และอาบน้ำร้อน นิยมใช้สมุนไพรต้มดื่มและอาบ เช่น น้ำต้มแก่นมะขาม ว่านเลือด ก้านมะพร้าว หรืออื่นๆ ตามสูตรเฉพาะของแต่ละหมู่บ้าน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่แยกหม้อต้มน้ำอาบและหม้อต้มน้ำดื่ม ในพื้นที่อำเภอกระนวนมีการอยู่ไฟที่นิยมอยู่ 2 แบบ คือ การอยู่ไฟร้อนดังกล่าวข้างต้นและการอยู่เฉพาะในร่ม ไม่ให้ร่างกายโดน



แดดหรือความร้อน ทำงานเล็กๆ น้อยๆ ได้ เรียกว่าอยู่เย็น กินน้ำเย็น อาบน้ำเย็นในอุณหภูมิปกติ การกิน การนอนและการปฏิบัติตัวเหมือนการอยู่ไฟร้อนทั่วไป นิยมสำหรับคนที่แพ้ความร้อน เช่น มีผดผื่น วิจารณ์ขณะอยู่ไฟ หรือสำหรับคนที่ไม่สามารถอยู่ไฟได้ เพราะทำหมันมีแผลหรือต้องอยู่โรงพยาบาลนานเกินไปเนื่องจากมีอาการแทรกซ้อนหลังคลอดจนกระทั่งร่างกายเย็น แล้วจึงไม่สามารถที่จะอยู่ไฟ เพราะอาจมีอาการแพ้เลือด ซึ่งเป็นภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอันตรายต่อแม่ได้ การอยู่ไฟเย็นต้องอาบน้ำเย็น ถ้าเป็นน้ำมนต์ใส่ในตุ่มดินเผาจะดี การอาบน้ำต้องอาบบ่อยเหมือนอยู่ไฟร้อน หรืออยู่ไฟทั่วไป การกินยาสมุนไพร จะใช้ยาฝนกินกับน้ำฝนไม่กินกับน้ำร้อนโดยจะฝนยาใส่กระตักเอาไว้กินแทนน้ำ

การเข้าไฟและออกไฟ รวมทั้งการอยู่ไฟเย็น ส่วนใหญ่ต้องมีผู้มาทำพิธีให้ซึ่งแต่ละคนจะมีรายละเอียดของพิธีแตกต่างกันไปตามความเชื่อของแต่ละคนแต่ละหมู่บ้าน พิธีนี้เรียกว่าพิธีดับพิษไฟ จุดประสงค์เพื่อไม่ให้รู้สึกอกร้อนเวลาอยู่ไฟและเป็นการป้องกันไม่ให้ผีร้ายมาทำอันตรายแม่และเด็กในระหว่างอยู่ไฟ การออกไฟ นิยมออกในตอนเช้าตรู่ก่อนพระอาทิตย์ขึ้นเพราะเชื่อว่าจะทำให้ไม่อกร้อนหรือมีผดผื่นตามตัว ต้องอาบน้ำในบิ๊บน้ำให้หมดและสูดไฟให้หมดและเก็บอุปกรณ์ทุกอย่างที่ใช้ให้เรียบร้อยในวันนั้น บางรายให้ข้อมูลว่าตากอุปกรณ์ทุกอย่างที่ใช้ให้แห้งก่อน 7 วันจึงเก็บโดยมีความเชื่อว่าจะทำให้ไม่มีลูกถึ

สำหรับข้อปฏิบัติในการอยู่ไฟร้อน คือ ขณะอยู่ไฟต้องพลิกตัวไปมาให้ทุกส่วนได้รับความร้อนทั่วถึงโดยเฉพาะท้องและแผล สำหรับแผลนั้นยังมีข้อมูลที่ยืนยันถึงผลกระทบส่วนใหญ่สืบสนอยู่ คือ บางคนให้ข้อมูลว่าต้องนั่งหีบแผลเอาไว้ไม่ให้เคลื่อนไหนแผลจะได้ติดกันเร็ว บางรายให้ข้อมูลว่า หมอแนะนำไม่ให้แผลโดนน้ำร้อนจะอักเสบ เวลาอาบน้ำต้องหีบเอาไว้ บางรายบอกว่าต้องให้ความร้อนโดนทั่วทั้งท้อง หน้าอกและแผล มดลูกจะได้แห้งเร็ว น้ำคาวปลาจะได้ไหลสะดวก น้ำนมจะสุกมีรสหวานและไหลดี รวมทั้งแผลจะได้แห้งเร็วด้วย ควรดื่มน้ำร้อนอาบน้ำร้อนให้เพียงพอห้ามไม่ให้ผมแห้ง ไม่ให้ออกจากไฟนานเพราะเชื่อว่า น้ำนมจะแห้ง ลูกจะไม่มีนมดื่ม บางรายให้ข้อมูลว่าผีจะมาเอาตัวลูกไป ห้ามดูตัวด้วยสบู่ และห้ามทาแป้งที่มีกลิ่นเพราะจะทำให้แพ้กลิ่นและ ผิวหนังอาจจะเป็นผื่นคันหรือมีอาการวิงเวียนได้

ขณะอยู่ไฟต้องดื่มน้ำร้อนที่มียาสมุนไพรซึ่งมีหลายขนานทั้งต้ม ฝนน้ำและละลายน้ำร้อน ยาที่ใช้ดื่มมีสรรพคุณในการบำรุงเลือดและช่วยให้มดลูกเข้าอู่เร็ว ช่วยเพิ่มปริมาณน้ำนม ยาสมุนไพรที่ใช้ส่วนใหญ่จะมีปลูกไว้ประจำในครอบครัวและได้จากญาติ ๆ หรืออาจหาซื้อตามร้านขายยาสมุนไพรซึ่งมีทั้งชนิดผงและชนิดหั่ว เช่น ว่านน้ำนม ว่านทรหด สำหรับยาแผนปัจจุบันที่นิยมใช้ เช่น ยาสตรีสิงเห ยาสตรีแก่นนคร กลุ่มมารดาที่ให้ข้อมูลเกือบทั้งหมดไม่เต็มใจที่จะอยู่ไฟแม้ทุกคนจะเชื่อว่า การอยู่ไฟเป็นสิ่งที่ดี เพราะได้พักผ่อน แต่ส่วนใหญ่บอกว่ารู้สึกไม่สบายในวิธีการที่ต้องอยู่ใกล้ไฟ อาบน้ำร้อนและดื่มน้ำร้อนบ่อย ๆ นอกจากนั้นพบว่ากลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมดอยู่ไฟน้อยวันกว่าที่ตั้งใจไว้ในตอนแรกและน้อยกว่ากำหนดที่ได้รับปากกับญาติผู้ใหญ่ โดยเฉลี่ยกลุ่มมารดาจะอยู่ไฟประมาณ 7 ถึง 9 วัน บางส่วนอยู่เพียง 2-3 วันเท่านั้น ซึ่งถือว่าน้อยมากในความคิดของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่เป็นผู้สูงอายุ เพราะตามความเชื่อเดิมในสมัยก่อนท้องแรกแม่ต้องอยู่ไฟ



ถึง 15 วัน เป็นอย่างน้อย หากครรภ์ที่สองเป็นชายต้องอยู่ 17 วันซึ่งมากกว่าปกติ เพราะลูกผู้ชายกินนมมากกว่า แต่หากเป็นหญิงจะอยู่น้อยกว่าคืออยู่ประมาณ 13 วันหรือลดหลั่นลงมาเรื่อย ๆ

สำหรับเหตุผลที่กลุ่มมารดาเหตุผลว่าทำให้ต้องออกไปก่อนที่ตั้งใจไว้ ส่วนใหญ่ คือ ไม่มีคนดูแลเพราะสงสารยาหรือแม่ที่ต้องมาดูแล บางรายว่าสิ้นเปลืองเพราะต้องซื้อถ่านเมื่อถ่านหรือฟืนหมดจึงหยุด กลุ่มที่น่าสนใจอีกกลุ่มหนึ่ง คือกลุ่มที่ได้รับอันตรายจากการอยู่ไฟ มี 2 ราย ที่ออกไปก่อนเพราะมีอาการแพ้เป็นผดผื่นและพุพองเนื่องจากใช้ไฟแรงเกินไป โดย 1 รายที่แคว้นนอนไหม้หล่นลงมาโดนเตาถ่านจึงต้องออกไปก่อนกำหนด กลุ่มตัวอย่าง 1 รายที่ออกไปเพราะละครที่ตนชอบจะอวสานแต่โทรทัศน์ที่แม่เอามาให้ดูเป็นโทรทัศน์ขาวดำเครื่องเก่าจึงขอออกไปก่อนกำหนดเพื่อจะได้ดูละครที่ชอบในโทรทัศน์สี กลุ่มมารดาที่ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่บอกว่าการอยู่ไฟเป็นสิ่งที่ดีและมีประโยชน์สำหรับหญิงหลังคลอดหลายอย่างคือทำให้ร่างกายแข็งแรงเป็นปกติและรักษาอาการต่างๆ ที่เกิดจากการคลอด ทำให้มดลูกเข้าอู่เร็ว แผลหายเร็ว และป้องกันการเจ็บป่วยเมื่ออายุมากขึ้น เช่น ปวดหลังปวดเอว หูดพาร่วมัว ทำงานได้ไม่ทน ใบหน้าไม่เป็นฝ้า เป็นต้น



รูปที่ 6 การอยู่ไฟของหญิงหลังคลอด ชาวอีสาน

ความเชื่อในเรื่องอาหารหลังคลอด

จากการสัมภาษณ์กลุ่มผู้รู้ ผู้สูงอายุและกลุ่มมารดาเด็ก ส่วนใหญ่เชื่อว่าการกินอาหารของมารดาหลังคลอดนั้นต้องมีความระมัดระวังเป็นพิเศษ เพราะร่างกายของแม่อ่อนแอเชื่อว่าอาจจะกินผิด หรือแพ้อาหารได้ง่ายต้องงดหรือชะลออาหารหลายอย่าง ไม่สามารถรับประทานอาหารรวมหรือคล้ายกับคนปกติในครอบครัวได้ สมัยก่อนหญิงที่มีลูกอ่อนที่อยู่ไฟจะกินเพียงข้าวจี๋(ข้าวเหนียวปั้นทาเกลืออย่างไฟ)และมะนาวหรือกระเทียมเท่านั้น เชื่อว่าแผลจะแห้งเร็ว แต่ในสมัยนี้แม่ส่วนใหญ่ไม่เคร่งครัดเพราะถือว่าร่างกายอยู่ในระยะพักฟื้นต้องบำรุง แต่ยังเชื่อว่าอาหารที่เหมาะสมกับแม่หลังคลอดใหม่ ๆ ควรเป็นอาหารจืดไม่มีกลิ่นหรือรสจัดจนเกินไป ส่วนใหญ่ยังมีความเชื่อว่าต้องกินอาหารแห้ง ๆ เพราะแผลและมดลูกจะได้แห้งเร็ว เช่น กินไก่ปิ้ง หนุ่ยปิ้ง ไม่ควรกินอาหารที่มี

น้ำมากเพราะเชื่อว่าจะทำให้มดลูกจะขึ้น และพบว่ามิกลุ่มมารดาเด็กที่เป็นตัวอย่าง 2 รายที่ยังคงกินอาหารตามความเชื่อเดิม คือ ข้าวจีกับเกลือและกระเทียมสลับเป็นบางมื้อเพราะรู้สึกไม่อยากกินอาหารอื่น สำหรับอาหารที่เชื่อว่าบำรุงน้ำนมและเป็นสิ่งที่ดีสำหรับหญิงหลังคลอดเพราะจะช่วยบำรุงน้ำนม คือ แกงหัวปลีใส่ปลาหรือไก่ แต่ส่วนใหญ่จะได้รับประทานเพียงครั้งหรือสองครั้งเพราะเบื่อและไม่มีใครเตรียมให้

หลังจากออกไฟแล้วหญิงหลังคลอดยังต้องระมัดระวังในเรื่องการกินอาหารอยู่ไปเรื่อย ๆ จนกว่าลูกจะหย่านม เพราะเชื่อว่าหากแม่รับประทานอาหารไม่ระวัง นอกจากแม่จะมีอาการไม่สบายแล้ว อาจจะไม่ให้น้ำนมให้ลูกกิน อาหารที่ควรงดในหญิงแม่ลูกอ่อน ได้แก่ อาหารป่า อาหารทะเล อาหารที่มีสีดำหรืออาหารที่มีกลิ่นแรงๆ เช่น ชะอม ปลาที่มีสีคล้ำดำ ผลไม้ที่มีสีม่วงหรือดำ เป็นต้น โดยหญิงหลังคลอดแต่ละคนอาจมีอาการแพ้อาหาร รวมถึงมีอาการตอบสนองต่ออาหารแต่ละชนิดแตกต่างกัน สำหรับอาการแพ้อาหารหรือผื่นอาหารนั้นบางคนจะเวียนศีรษะ อาเจียน บางคนปวดหัว เป็นไข้บางคนสลับหรือดูไปเลย บางคนไม่มีน้ำนมให้ลูกกิน บางคนผอมซีดเขียวไม่มีเรี่ยวแรง บางคนปากเปื่อยพุทไม่ได้ อาการผื่นอาหาร มีอยู่ 3 ประเภท คือ ผื่นกลืน คือได้กลืนอาหาร เช่น ชะอม ทุเรียน เป็ดเทศ มักมีอาการเวียนศีรษะ อาเจียน อ่อนเพลียผื่นเลือด เกิดจากการกินหรือได้กลืนอาหารเช่นกัน แต่เมื่อผื่นแล้วมักมีอาการไม่มีน้ำนม ผื่นซัง เป็นอาการของหญิงแม่ลูกอ่อนที่เคยกินผื่น หรือมีอาการผื่นแล้วรักษาไม่หาย มีอาการอ่อนเพลีย ผอมซีด หน้าดำ ไม่มีเรี่ยวแรง แม่ลูกจะโตแล้วก็ยังมีอาการนี้อยู่ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะเชื่อและปฏิบัติตามเพราะกลัวว่าจะไม่มีน้ำนมให้ลูก โดยเฉพาะในคนที่เคยเห็นคนในชุมชนมีอาการผื่นมาก่อนจะเคร่งครัดในเรื่องนี้เป็นพิเศษ

นอกจากการระมัดระวังเรื่องอาหารการกินแล้ว หญิงหลังคลอดส่วนใหญ่ยังกล่าวถึงสมุนไพรที่นิยมกินในช่วงที่อยู่ไฟและให้นมบุตร คือ ยาสามราก บางรายฝนกินแทนน้ำไปเรื่อย ๆ จนกว่ายาจะหมดหรือจนกว่าจะขึ้นไข้จนฝนยา ยาสามรากนี้ เชื่อว่ามีสรรพคุณบำรุงน้ำนมและฝนกินแก้ผื่นด้วย ยาสามรากประกอบด้วยรากไม้สามชนิด คือ รากพวงพี รากสองฟ้าและรากสะมัด ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่กล่าวว่าได้ยานี้มาจากการซื้อจากรถเร่ จากร้านขายยาในหมู่บ้านและญาติผู้ใหญ่ในบ้านที่เก็บไว้กินเป็นประจำอยู่แล้วเมื่อมีอาการผื่นเดือน

ความเชื่อและข้อปฏิบัติของผู้มาเยี่ยมหลังคลอด

การเยี่ยมหลังคลอดนั้นในเขตพื้นที่อำเภอกระนวน ส่วนใหญ่ญาติจะมาเยี่ยมที่บ้าน ไม่ค่อยมีความเชื่อหรือข้อห้ามที่ปฏิบัติเคร่งครัดมากนัก ในวันแรกที่กลับมาจากโรงพยาบาล ครอบครัวมักจะเลี้ยงฉลองตามสมควรแล้วแต่ฐานะของแต่ละคน หากครอบครัวใดได้ลูกสมใจ เช่น ได้เพศตามต้องการ หรือรอมานานเพิ่งจะมีลูกสมใจจะมีการฉลองใหญ่โต คนที่มาร่วมแสดงความยินดีส่วนใหญ่เป็นญาติ ๆ และเพื่อนบ้านซึ่งการไปเยี่ยมทางอีสานเรียกว่าไปห่มไปหอมเพื่อแสดงความยินดี เมื่อมาเยี่ยมมักจะมีสายสิญจน์ซึ่งอาจเตรียมมาเองหรือครอบครัวแม่และเด็กเตรียมไว้ให้ มาผูกมือรับขวัญแม่และเด็ก ซึ่งพิธีการผูกมือเด็กมักจะมีเงินหรือของขวัญ เช่น แป้ง เสื้อผ้า ติดมาด้วยและหากบ้านใดมีฐานะดีจะมีทองมาผูกให้เด็กด้วย ญาติผู้ใหญ่ที่เป็นผู้หญิงที่แวะเวียนมาเยี่ยมขณะอยู่ไฟ หากคนใดมีประสบการณ์ในการคลอดมาก่อนมักมาให้กำลังใจ และแนะนำวิธี



ปฏิบัติตัวช่วยอาบน้ำให้ บางคนจะแคะเคล็ดลับทำให้หน้าไม่เป็นฝ้า หรือให้แผลแห้งเร็วตามประสบการณ์ที่เคยเรียนรู้มา สำหรับข้อห้ามพบว่าข้อห้ามที่ห้ามไม่ให้คนที่มาเยี่ยมทักว่าร้อน จะทำให้คนที่อยู่ไฟรู้สึกร้อนไปด้วย การมาเยี่ยมหลังคลอดนั้นถือเป็นการแสดงน้ำใจ สำหรับกลุ่มที่เป็นญาติสนิทนั้นมักผลัดเปลี่ยนเวรในการมาเยี่ยม เพื่อเป็นกำลังใจและอยู่เป็นเพื่อนแม่ที่กำลังอยู่ไฟ ผู้มาเยี่ยมบางคน จะช่วยทำกิจกรรมหลายอย่าง เช่น ช่วยเติมไฟ รินน้ำร้อนและเติมน้ำให้เต็ม ช่วยอาบน้ำให้บางครั้งเพราะหญิงหลังคลอดบางคนไม่ค่อยยอมอาบน้ำร้อน

ความเชื่อและการปฏิบัติกับเด็กแรกเกิด

หญิงหลังคลอดทุกคนมักจะได้รับการสอน การอบรมเรื่องการอาบน้ำเด็กมาจากห้องคลอดของโรงพยาบาลเมื่อออกจากโรงพยาบาลมาอยู่บ้านจะทำตามที่หมอแนะนำ คือ มีอ่างอาบน้ำเด็ก และสบู่ที่ใช้จากโรงพยาบาล หญิงหลังคลอดบางส่วนให้ข้อมูลในช่วงแรกจะให้น้ำอาบน้ำให้เด็กก่อนเพราะแม่ต้องอยู่ไฟและยังไม่แข็งแรงกลัวเด็กตกจึงไม่กล้าอาบให้ การอาบน้ำเด็กส่วนใหญ่ปฏิบัติตามที่ได้รับการอบรมมา มีหญิงหลังคลอดเพียงไม่กี่คนที่ให้ลูกนอนบนขาของตนขณะอาบน้ำ การอาบน้ำจะค่อยๆ กวักน้ำใส่เด็กทีละน้อย และต้องระวังไม่ให้น้ำ หรือ สบู่เข้าตาเข้าหูเด็กซึ่งเป็นอันตรายได้ สำหรับน้ำที่ใช้อาบเด็กนั้น เป็นน้ำอุ่น เพราะเชื่อว่าจะทำให้เด็กไม่ตกใจ วิธีการอาบต้องค่อยๆ กวักใส่เด็กทีละน้อย ไม่เอาน้ำราดศีรษะเด็กจะทำให้เด็กเป็นไข้ หายใจไม่ออก เมื่ออาบน้ำเสร็จหญิงหลังคลอดอาจมีการดัดแขนดัดขาเด็กให้ตรง เพราะเชื่อว่าเป็นช่วงนี้สามารถดัดให้แขนขาเด็กเป็นไปตามที่เราต้องการได้ การอาบน้ำเด็กมีข้อพึงระวัง คือ สะดือของเด็ก โดยส่วนใหญ่จะได้รับคำแนะนำในการดูแลสะดือเด็กและได้รับยาที่ใช้เช็ดสะดือจาก โรงพยาบาลมาแล้ว แต่ก็มี 1 รายที่มีปัญหาสะดือลูกไม่แห้ง ตามเวลาที่กำหนด จึงได้รับคำแนะนำจาก ผู้สูงอายุว่าให้ใช้วิธีการรักษาแบบดั้งเดิม คือ ใช้ขมิ้นทาหลังอาบน้ำแม่เด็กใช้ขมิ้นทาจนสะดือลูกแห้งแล้วจึงหลุด

หลังคลอดหญิงส่วนใหญ่จะมีเวลาพักผ่อนเลี้ยงลูกอยู่ระยะหนึ่งก่อนที่จะกลับไปทำงานดั้งเดิม โดยส่วนมากจะเป็นเวลาประมาณ 1 ปี ซึ่งในช่วงเวลานั้นลูกเริ่มแข็งแรงแล้วจึงจะพาออกไปนาหรือไร่ด้วยกัน ส่วนการออกจากบ้านของเด็กนั้นในช่วงแรกเกิดยังไม่นิยมพาออกไปเล่นนอกบ้านเพราะเด็กยังไม่แข็งแรง ไม่ต้องการให้โดนหมอก โดนแดด โดยมากจะพาเด็กออกนอกบ้านครั้งแรกเมื่อแม่ออกไปแล้วและพาเด็กไปผูกมือกับญาติผู้ใหญ่เพื่อความเป็นสิริมงคลกับเด็กและให้เด็กอยู่รอดปลอดภัย ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่จะเชื่อเรื่อง แม่แก่แม่หลัง หรือผี ที่จะมาเอาเด็กไปอยู่ด้วย ดังนั้นจึงมีเคล็ดที่ยังถือปฏิบัติอยู่ทั่วไปในการพาลูกลงบ้านครั้งแรก คือ ต้องแต้มหน้าผากก่อน การแต้มหน้าผากคือ การเอาหมื่นหม้อหรือสีดาที่กั้นหม้อมาทาที่หน้าผากเด็ก เชื่อว่าจะทำให้ไม่ให้แม่แก่แม่หลังจำไม่ได้และเป็นการบอกว่าเด็กคนนี้เป็นคนใหม่มีเจ้าของแล้ว การออกนอกบ้านมีความเชื่อว่าขวัญ ของเด็กจะต้องไปด้วย ดังนั้นเวลาเดินทางไปไหนมักจะพุดกับเด็กเสมอว่าจะพาไปไหนเพื่อให้เด็กรู้ตัว และเมื่อจะกลับก็ต้องเรียก “ขวัญ” ของเด็กกลับมาด้วยการพุดกับลูกว่าจะพากลับบ้านและมาถึงบ้านแล้ว





รูปที่ 7 การผูกข้อมือเด็กโดยผู้สูงอายุในครอบครัว

สรุปและอภิปรายผล

จากผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ความเชื่อในเรื่องเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ยังคงมีอิทธิพลค่อนข้างสูง โดยเฉพาะทางด้านจิตใจ ทั้งนี้เป็นเพราะการตั้งครรภ์เป็นช่วงเวลาแห่งการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญทางทั้งทางร่างกายและทางสังคมของผู้หญิง เป็นทั้งช่วงเวลาแห่งความสุข ความทุกข์และความวิตกกังวล แต่เดิมบทบาทในการดูแลและให้คำแนะนำในการดูแลตนเองของผู้หญิงตั้งครรภ์เป็นของครอบครัว และผู้สูงอายุในชุมชน วิธีการและกลวิธีในการเตรียมความพร้อมของแม่ทั้งทางร่างกายและจิตใจมีหลากหลาย ปรากฏทั้งในรูปของความเชื่อและมีพิธีกรรมต่างๆ มากมาย ซึ่งใช้เป็นแนวปฏิบัติและเป็นประโยชน์ แก่หญิงตั้งครรภ์และผู้เกี่ยวข้องสืบทอดเรื่อยมา แม้บางเรื่องจะดูเหมือนไม่มีเหตุผลที่จะอธิบาย แต่เมื่อพิจารณาให้ลึกแล้ว ล้วนแต่เป็นกลวิธีที่ทำให้หญิงตั้งครรภ์เกิดความระมัดระวังในการดำเนินชีวิตประจำวันโดยคำนึงถึงผลกระทบต่ออีกหนึ่งชีวิตที่จะเกิดมาด้วยตลอดเวลา อีกทั้งยังช่วยบำรุงจิตใจให้มีความสุขและความคิดที่ดีเสมอ กลุ่มมารดาส่วนใหญ่แม้จะไม่ถึงกับเชื่อในเรื่องดังกล่าวแต่ก็ถือปฏิบัติตามในบางเรื่องที่ได้ผ่านการไตร่ตรองว่าเป็นประโยชน์จริง เท่าที่จะสามารถทำได้ นอกจากนี้ส่วนใหญ่ยังยอมรับว่าหากได้รับการดูแลและมีญาติผู้ใหญ่ช่วยทำพิธีกรรมต่างๆ แม้กระทั่งการบอกกล่าวหรือแนะนำใส่ใจเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ จะเกิดความพึงพอใจและมีกำลังใจ เพราะถือเป็นการแสดงความเอาใจใส่ความรัก ความผูกพันของญาติๆ ที่มีต่อหญิงตั้งครรภ์และเด็กที่จะเกิดมา

นอกจากนั้นยังพบว่าที่มาของความเชื่อหรือความรู้ในการปฏิบัติตัวของหญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่มาจากสื่อส่วนบุคคล โดยเฉพาะแม่หรือญาติสนิท แต่การปฏิบัติตามหรือเชื่อตามนั้นมักจะผ่านกระบวนการกลั่นกรองโดยได้รับคำยืนยันจากผู้มีประสบการณ์ในวัยใกล้เคียงกันอีกครั้งจึงนำไปปฏิบัติ ดังนั้น หากมีการเชื่อมโยงและปรับความคิดในเรื่องความเชื่อให้สอดคล้องหรือควบคู่ไปกับแนวทางการปฏิบัติของการสาธารณสุขแบบใหม่ในระหว่างฝากครรภ์ โดยไม่ถือว่าเป็นเรื่องตลกหรือล้าสมัยจะเป็นประโยชน์ต่อทั้งหญิงตั้งครรภ์

และการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่เอง เพราะในส่วนของผู้เจ้าหน้าที่เองมักจะคิดว่าหากยังคงมีความเชื่อหรือการปฏิบัติตามแบบโบราณอยู่ ถือเป็นเรื่องล้าสมัย เช่น การที่หญิงหลังคลอดอยู่ไฟจะถือว่าการดำเนินงานทางสาธารณสุขของผู้เจ้าหน้าที่ไม่บรรลุวัตถุประสงค์ เป็นต้น แต่หากมีการให้คำแนะนำถึงวิธีการที่เหมาะสม และไม่เป็นอันตรายต่อแม่และเด็ก เช่น การเลือกสถานที่ วิธีการอาบน้ำและการดื่มน้ำสมุนไพร วิธีการปฏิบัติเกี่ยวกับเด็กแรกเกิดโดยการเย็บหลังคลอด เป็นต้น มิใช่เพียงการอธิบายความรู้ตามแบบสมัยใหม่ในห้องคลอดเท่านั้น แม่ส่วนใหญ่ยังไม่พร้อมที่จะรับฟังหรือยังไม่มีประสบการณ์ที่จะเข้าใจในสิ่งที่เจ้าหน้าที่พูด ในระบบการเย็บหลังคลอดของผู้เจ้าหน้าที่ควรจะดำเนินการอย่างต่อเนื่องและจริงจัง ควรมีการอธิบายถึงผลดีและผลเสียของวิธีการตามแบบพื้นบ้านและประยุกต์ใช้ร่วมกับการสาธารณสุขแผนใหม่ การให้ความรู้ความเข้าใจและวิธีการปฏิบัติที่เหมาะสม เกี่ยวกับเรื่องความเชื่อต่างๆ เช่น ชะล่ำ ความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย อาการผิ ด เป็นต้น ซึ่งจะทำให้เกิดผลความเชื่อถือและไว้วางใจของทั้งสองฝ่าย จนเกิดผลในทางปฏิบัติที่เกิดประโยชน์กับแม่และเด็กมากขึ้น

บทที่ 5

ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอด และการปฏิบัติหลังคลอด ของมารดาไทยกลาง ในพื้นที่อำเภอพนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี

อำภาพร พัววิไล

นงนภัส วิสุทธิ

ชัยชนะ บุตรดี

ลักษณะทั่วไปของพื้นที่ศึกษา

อำเภอพนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี ตั้งอยู่ทางภาคกลางของประเทศไทย พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นที่ราบ มีประชากรทั้งสิ้น 52,740 คน เป็นเพศชาย 26,051 คน เพศหญิง 26,687 คน แบ่งการปกครองออกเป็น 8 ตำบล 128 หมู่บ้าน นอกจากนั้นยังประกอบไปด้วยพื้นที่อีกสองตำบลของอำเภอห้วยกระเจา ซึ่งมีพื้นที่ติดกับอำเภอพนมทวน ประชากรที่อาศัยอยู่ในอำเภอพนมทวนมากกว่าร้อยละ 95 เป็นคนไทย มีชนกลุ่มน้อยที่เป็นลาวโซ่ง หรือไทยทรงดำเพียงเล็กน้อย ซึ่งคนกลุ่มนี้ยังมีการยึดถือประเพณี พิธีกรรม และค่านิยม ความเชื่อที่เป็นเอกลักษณ์อยู่อย่างเข้มแข็ง ประชากรส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาในระดับประถมศึกษา มีเพียงส่วนน้อยที่ไม่ได้เรียนหนังสือ ส่วนการประกอบอาชีพ พบว่าร้อยละ 80 ของประชากรมีการประกอบอาชีพด้านเกษตรกรรม ซึ่งได้แก่ การทำนา ทำไร่ อ้อย มันสำปะรัง และเลี้ยงสัตว์ นอกนั้นก็จะมีอาชีพทางการค้าขายและรับจ้างรายวัน โดยในปี พ.ศ. 2543 รายได้ต่อคนต่อปีของประชากรอำเภอพนมทวนเท่ากับ 13,563 บาท และถ้าคิดรายได้ต่อครอบครัวเท่ากับ 56,965 บาท ข้อมูลทางด้านการศึกษาและบริการสาธารณสุข พบว่า มีโรงเรียนมัธยมศึกษา 2 แห่ง โรงเรียนประถมศึกษาขยายโอกาส 10 แห่ง และโรงเรียนประถมศึกษา 31 แห่ง มีโรงพยาบาลชุมชนขนาด 30 เตียง 1 แห่ง มีสถานอนามัยทั้งหมด 9 แห่ง มีร้านขายยาแผนปัจจุบัน 9 แห่ง และมีกองทุนยาและเวชภัณฑ์ทั้งหมด 9 แห่ง

ประเพณี และความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์

การตั้งครรภ์ ความฝันและเพศของเด็ก

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่เป็นมารดา รวมทั้งย่าหรือยาย ยังคงมีความเชื่อเกี่ยวกับความฝันในระหว่างตั้งครรภ์ พบว่ามารดาจะเชื่อมโยงสิ่งๆ ฝันกับการมีลูกและเพศของเด็กที่จะเกิดมา

ถ้ามารดาฝันเห็น พระ มีด ขวาน ปืน การต่อสู้กับโจรผู้ร้าย พระเลี่ยมทอง ทอง สร้อยพระ หรือสร้อยทองที่มีลักษณะเรียงๆ รวมทั้งฝันเห็นเด็กเพศชายต่าง ๆ เหล่านี้ เชื่อว่า ลูกที่อยู่ในครรภ์น่าจะเป็นเพศชาย ในขณะที่ถ้าลูกในครรภ์เป็นเพศหญิงมารดามักฝันเห็น แหวน ต่างหู แหวนเพชร สร้อยคอ สร้อย ข้อมือ ตุ๊กตา และเด็กเพศหญิงซึ่งในกรณีที่เป็นสิ่งของนั้น ส่วนใหญ่มักฝันว่ามีคนนำสิ่งของมาให้ ซึ่งสะท้อนความเชื่อพื้นฐานว่า ลูกเป็นของที่มีค่า การมีลูกนับว่าได้รับของที่มีค่า มีบางรายบอกว่าถ้าหากฝันเห็นสร้อย ทอง



หรือ ทองเส้นใหญ่จะได้ลูกแต่ยังไม่สามารถบอกได้ว่าเป็นเด็กเพศหญิงหรือชาย ในเรื่องความฝันนี้ ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ซึ่งมารดาบอกว่ามักจะได้นับตรงกับสิ่งที่ฝันเห็นตามความเชื่อ จึงทำให้มารดาที่ไม่เคยเชื่อมาก่อน เชื่อตาม เรื่องความฝันนี้จะเป็นเรื่องที่เล่าสู่กันฟัง ในกลุ่มหญิงที่ตั้งครรภ์ และในครอบครัว พบว่ามีน้อยรายที่ไม่เชื่อในเรื่องความฝันนี้

เรื่องเกี่ยวกับการทำนายเพศของเด็กนี้ ยังสามารถทำนายได้ด้วยวิธีการหลายวิธี เช่น ลักษณะสะดือ ผิวนิ้วและรูปร่างของท้องแม่ระหว่างตั้งครรภ์ รวมทั้งวิธีทดสอบโดยการอุ้มเด็กเล็กเหยียบท้องหญิงตั้งครรภ์ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การทำนายเพศของบุตรจากลักษณะของแม่และวิธีทดสอบ

ลักษณะแม่/วิธีการทดสอบ	จะได้ลูกเพศชาย	จะได้ลูกเพศหญิง
• ลักษณะสะดือหญิงตั้งครรภ์	คว่ำ	หงาย
• รูปทรงของท้องหญิงมีครรภ์	แหลม/ยื่นออกมา	กลม/แบน
• ผิวน้ำท้องของหญิงมีครรภ์	เป็นฝ้า	เปล่งปลั่ง ขอบแตงหน้า
• อุ้มเด็กเหยียบท้องหญิงตั้งครรภ์	เด็กเหยียบท้องขาเดียว	เด็กเหยียบท้อง 2 ขา
• เอาชื่อพ่อและแม่วางกันแล้วนับตัวอักษร	เลขคี่	เลขคู่

ความเชื่อในเรื่องทำนายเพศจากลักษณะของแม่นี้ ยังคงเป็นที่กล่าวถึงโดยทั่วไปในปัจจุบัน ความเชื่อเหล่านี้ได้รับการบอกเล่าต่อกันมาจากคนรู้จัก ญาติพี่น้อง และผู้ใหญ่ในครอบครัว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่นิยม รวมทั้งบางส่วนไม่รู้จักรับการตรวจอัลตราซาวด์เพื่อดูเพศเด็กล่วงหน้า

ความเชื่อเรื่องอาหารการกิน

เรื่องอาหารการกินในหญิงตั้งครรภ์นี้ มีทั้งอาหารที่ห้ามกิน อาหารที่ควรกิน และอาหารที่อยากกิน

อาหารที่ห้ามกิน

จากการบอกกล่าวต่อกันมา พร้อมทั้งญาติผู้ใหญ่ จะมีชุดอาหารต้องห้ามที่คล้ายกัน ซึ่งความเชื่อนั้นแม่ส่วนใหญ่ปฏิบัติตาม เพราะเชื่อว่าถ้ากินอาหารต้องห้ามจะมีผลกระทบต่อทารกคลอด และต่อลูกในครรภ์ทำให้สุขภาพไม่ดี และบางกรณีจะทำให้พิการได้ อาหารต้องห้ามที่อาจมีผลต่อการคลอด (ตารางที่ 3)



ตารางที่ 3 อาหารต้องห้ามที่อาจมีผลต่อการคลอด/ต่อเด็ก

อาหาร	ความเชื่อ/เหตุผลของการห้าม
<u>ผลต่อการคลอด</u>	
• ไข่ที่ยังไม่ฟัก	จะทำให้แท้ง และพลัดพรากจากกัน
• ข้าวติดกันหม้อ/ข้าวตัง	ทำให้คลอดยาก
• น้ำข้าว	ทำให้น้ำคร่ำหนามาก คลอดยาก
• มะเขือขื่น	เหนียว ทำให้คลอดยาก
• ไข่	ทำให้ไข่มาก คลอดออกมาจะเหม็นคาว
• ของคาว ปลาไหล เนื้อวัว สัตว์ใหญ่ที่มีไข่มาก	ทำให้ไขมันเกาะเด็กมาก คลอดยาก
<u>ผลต่อเด็ก</u>	
• อาหารรสจัดโดยเฉพาะรสเผ็ด	ทำให้ลูกไม่สบาย ทำให้ลูกปวดแสบปวดร้อนทำ ให้ผมหงอก ผมน้อย ตาฟาง ตาแผล่ สายตาไม่ดี
• อาหารรสเปรี้ยว	ทำให้ลูกปวดท้อง สายตาไม่ดี
• อาหารที่มีไขมัน กะทิ เนื้อวัว	ทำให้เด็กอ้วน คลอดยาก เป็นโรคผิวหนัง
• เหล้า บุหรี่ กาแฟ เบียร์ เครื่องดื่มชูกำลัง	ไม่ดีต่อสุขภาพของแม่และเด็ก
• น้ำอัดลม	มีกรด ทำให้ท้องโตขึ้น น้ำอัดลมกัดท้องจะเป็น อันตรายกับลูกในท้อง
• โยเกิร์ต	จะทำให้เด็กตัวดำ

นอกจากนี้ยังมีอาหารต้องห้ามเวลาแม่ไม่สบาย ได้แก่ หน่อไม้ดอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเวลาเป็นไข้จะทำให้อาการหนักมากขึ้น นอกจากนี้ ผลไม้จำพวก แตงโม ละมุด กัลยัม มะละกอ เหล่านี้ เป็นของเย็น จะทำให้ชักรได้ นอกจากนี้ยังมีข้อห้ามในเรื่อง ห้ามเดินกิน กินจุจิกพรวดพราด จะทำให้เจ็บครรภ์พรวดพราด ห้ามกินอาหารตอondึกหรือก่อนนอน จะทำให้ไม่รู้จักพออดอดท้อง และท้องโตมากเกินไป

ส่วนใหญ่ของหญิงตั้งครรภ์จะรู้เกี่ยวกับข้อห้ามเหล่านี้ แต่มีเพียงบางส่วนเท่านั้นที่ปฏิบัติตาม ส่วนใหญ่โดยเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในเมืองและเป็นครอบครัวเดียว จะบอกว่าข้อห้ามนี้มี “คนเขาว่ามา” หรือ “คนโบราณสอนว่าอย่างนี้” บางส่วนไม่ปฏิบัติตามเพราะเคยมีประสบการณ์ด้วยตนเองแล้ว พบว่าไม่จริง

อาหารที่ควรกิน

มีน้อยรายมากที่บอกว่าไม่มีอาหารต้องห้ามอะไรเลย สามารถกินได้ทุกอย่าง มี 2 รายจาก 57 ที่บอกว่า นมสด เนื้อและไข่ ทำให้ร่างกายแม่แข็งแรง และอาหารรสไม่จัดจะไม่เป็นอันตรายต่อเด็ก ความเชื่อในเรื่องอาหารที่ควรกินนี้มักกล่าวถึงเฉพาะมะพร้าวอ่อนว่ากินแล้วทำให้เด็กผิวสวย ผิวเกลี้ยง คลอดออกมาไม่มีไข ทำให้คลอดง่าย



อาหารที่อยากกิน

อาหารที่อยากกินนี้เป็นกลุ่มอาหารที่แม่ส่วนใหญ่พูดถึงมาก มักเป็นอาหารที่เป็นของแปลก ของหายาก การอยากกินอาหารแปลกๆ นี้ มักจะสัมพันธ์อาการแพ้ท้อง ยิ่งแพ้ท้องมาก ยิ่งอยากกินอาหารที่แปลกมากๆ อาการแพ้ท้องที่พูดถึงนี้จะแตกต่างจากอาการแพ้ท้องในภาษาวิชาการ (Morning sickness) ในส่วนที่ว่า จะไม่มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน แต่จะเป็นอาการที่อยากกินของแปลกๆ หรือของชอบที่เคยกินมาก่อนและไม่ได้มีโอกาสกินอีกจนกระทั่งตั้งครรภ์ ชนิดของอาหารที่อยากกินมักสัมพันธ์กับพื้นเพหรือภูมิลำเนาที่มาจากซึ่งหญิงมีครรภ์เคยอาศัยอยู่และเคยรับประทานมาก่อนดังนี้

1. อาหารจำพวกเนื้อสัตว์ ที่กลุ่มตัวอย่างพูดถึง และอยากกินมากได้แก่ ผัดเผ็ดกบ ชিংทอด ลาบเลือด เนื้อสัตว์ที่ไม่เคยกิน ไช่ผัดแดง เนื้ออีเห็น กระจ่าย แกงเต่า ปูนาต้ม คางคก งู นก กุ้ง ปลาหมึก ตัวอย่างคำพูดของแม่ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

“อยากกินของหายาก เช่น สัตว์ป่า ครึ่งหนึ่งอยากกินเนื้ออีเห็น พอให้หามาให้เราไม่ยากแบ่งใคร พอคนมาขอแบ่งจะโมโห แต่ก็กิน 2 – 3 คำ กระจ่ายก็อยากกิน”

“บางทีเห็นนกบินอยู่ก็อยากกิน แต่ไม่เคยกิน”

“อยากกินเต่า แต่พอแกงเสร็จแล้วกินไม่ได้”

2. รสชาติของอาหารและอาหารประเภทต่างๆ

การอยากกินอาหารนี้ แตกต่างออกไป ส่วนใหญ่จะอยากกินอาหารที่มีรสจัด เช่น เผ็ด บางคนอยากกินของเปรี้ยวโดยเฉพาะผลไม้ เช่น มะยม น้ำผลไม้เปรี้ยวๆ แม่รายหนึ่งกล่าวว่า

“อยากกินของเปรี้ยว มะยม ผลไม้ น้ำผลไม้เปรี้ยวๆ มะยมกินหมดเป็นต้นๆ” บางคนอยากกิน ของหวาน เพราะทำให้ชุ่มคอ ต้องหามากินทุกวัน

3. ดิน น้ำ และของบ้านอื่น

ที่น่าสนใจคือ แม่บางส่วนอยากกิน ดิน น้ำ และอาหารของคนอื่น หรือของบ้านอื่น และถ้าไม่ได้ตามที่ต้องการจะน้อยใจ ร้องไห้ นอนไม่หลับ

ในเรื่องดิน การกินดินนี้ นอกจากจะบอกว่าอร่อยมีรสชาติที่หอม มันแล้ว บางรายเชื่อว่า ทำให้ลูกตัวโต แข็งแรง ผิวสวย ดังตัวอย่างคำพูด

“คนไปงูบกินดินท้องนา เอาตรงกลางที่นิ่มๆ มากิน มันดี ถ้าไม่มีใช้ดินสอพองแทนได้ เคี้ยวจนปาก นวล ลูกออกมา ตัวโต แข็งแรง ผิวขาวสวย”

“บางคนกินดินกระเทาะ ดินแห้งที่กระเทาะเอาแผ่นด้านบนจะเป็นสีนวลหาได้ตามทุ่งนา และดินไปร่ง (ได้จากในป่า) ดินสีนวล ดินที่นากล้าข้าวเวลาแห้งจะลอดออกมาเป็นแผ่นๆ”

การอยากกินน้ำบ้านอื่น ถ้าเป็นอีกเรื่องหนึ่งที่เล่าต่อกันมาถึงแม่จะเกิดขึ้นน้อยในปัจจุบัน แต่ก็มีบ้างดังตัวอย่าง



“อยากกินน้ำบ้านอื่นคือที่บ้านดอนสระ อยากจนทนไม่ไหว ไม่มีเหตุผล ต้องไปกินให้ได้เท่านั้น ถ้าไม่ได้กินจะร้องไห้ กินเสร็จก็กลับ”

บางคนอยากกินแกวบ้านอื่น หรือ อาหารที่อื่น จนนอนไม่หลับ เช่น

“อยากกินแกวบ้านอื่นมากกว่าแกวที่บ้านของตนเอง เพราะคิดว่าอร่อยกว่า อยากกินข้าวบ้านอื่น อยากกินขนมคนอื่น แย่งกินจะอร่อย”

“อยากกินข้าวแกงที่เมืองกาญจน์ อยากกินมากจนนอนไม่หลับ ไม่อยากทำงาน อยากกินทำเดียว”

ในเรื่องความอยากอาหารแปลกๆ เหล่านี้ คนส่วนหนึ่งเชื่อว่า “เด็กในท้องอยากกินอะไร แม่ก็อยากกินอย่างนั้น เด็กจะได้สมบูรณ์”

ข้อห้ามในการปฏิบัติตนระหว่างตั้งครรภ์

ข้อห้ามเกี่ยวกับงานพิธี/พิธีกรรม

มีข้อห้ามในเรื่องการไปงานศพ งานบวช และงานแต่งงาน และห้ามออกจากบ้านในเวลากลางคืน

งานศพ ห้ามไปงานศพ ถ้าจำเป็นต้องไปงานศพ ควรต้องพกมีด เข็มกลัดติดเสื้อบริเวณหน้าท้อง หรือ ขาพก ในบางรายให้ใส่ใบทับทิมไว้ในกระเป๋าสีเสื้อ หรือ ใช้ใบมะยมพรมน้ำมันเพื่อกันผี ถ้าต้องเผาศพให้ถือดอกไม้จันทร์ 2 ดอก มี 1 รายที่บอกว่า ห้ามไปงานเผาศพ เพราะถ้าไปจะทำให้ลูกเป็นไข้โดยเฉพาะในบางรายที่ท้องแก่ใกล้คลอด อาจทำให้ลูกไม่รอดกลับมา หรือ ผีจะมาทักลูกในท้อง หรือมารบกวนเด็ก มี 1 ราย ที่มีประสบการณ์ในเรื่องนี้บอกว่า “เคยจับศพน้องสาว ทำให้ลูกในท้องไม่รอด ไม่ตื่น พอสามีตาย เลยไม่กล้าจับศพแต่ไปเอาใบทับทิมใส่กระเป๋ากลับไป”

งานบวช ห้ามหญิงตั้งครรภ์ไปงานบวช จะทำให้คนที่บวชไม่สงบ เพราะคนที่ตั้งครรภ์มี 4 ตา ไม่ได้กับนาคที่บวช บ้างเชื่อว่า งานบุญหรืองานบวชที่มีสวดมนต์ดีจะไม่ดีต่อเด็ก ทำให้แท้ง คลอดไม่ได้

งานแต่งงาน ถ้ามีการสวดมนต์ ห้ามหญิงตั้งครรภ์เพราะจะรับอันตรายกับเด็ก ถ้าหญิงมีครรภ์แต่งงานจะห้ามสวมมงคล ห้ามรดน้ำมัน น้ำสังข์ เพราะเชื่อว่า คนตั้งครรภ์เป็นคนไม่บริสุทธิ์ และจะเป็นอันตรายต่อเด็กเช่นกัน

นอกจากนี้ ยังห้ามหญิงตั้งครรภ์ออกนอกบ้านในเวลากลางคืน เพราะผีสาวจะรบกวน รวมทั้งถ้าหกล้ม จะไม่มีคนดูแล

ข้อห้ามอื่นๆ ที่ทำให้คลอดยาก

ความเชื่อที่ยังได้รับการบอกเล่าต่อกันมา ซึ่งเป็นข้อห้ามที่หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ไม่ได้ทำ เพราะในวิถีชีวิตประจำวัน ในปัจจุบันไม่ได้ทำในสิ่งต่างๆ นี้อยู่แล้ว แต่เรื่องนี้เป็นที่รับรู้โดยทั่วไปเพราะ “ผู้ใหญ่” บอกว่าจะทำให้คลอดยาก ดังนี้

- ห้ามทำงานหนัก ยกของหนัก ยืนนาน
- ห้ามนั่งคาบ้นไต้ ห้ามยืนคาบประตู หรือช่องทางเดินจะปิดทาง ทำให้คลอดไม่ได้



- ห้ามเย็บเบาะที่นอนปิดสนิท ห้ามยัดหรือเย็บปิดปากหมอนหรือที่นอน รวมทั้งห้ามขุดปมด้าย เมื่อจะสอยต่างๆ เหล่านี้จะทำให้คลอดยาก
- ห้ามขอหยวกกับต้นตะเคียน
- ห้ามตอกตะปู จะปิดทาง จะมีผลให้คลอดยาก และลูกจะตาเขด้วย
- เวลาปลูกต้นไม้ ห้ามเอาไม้ปักดิน ห้ามขุดหลุมฝังเสา
- เวลาทำงานหรือทำอะไรก็ตามต้องทำให้เสร็จห้ามคาราคาซัง
- เวลาตำครก ห้ามคาสากรไว้ในครก เพราะเมื่อคลอดจะค้างคา ต้องเก็บให้เรียบร้อย นอกจากนี้ยังมีข้อห้ามหญิงตั้งครรภ์ปฏิบัติ เพราะจะเป็นอันตรายต่อลูกในท้องดังนี้
- ห้ามย้ายของหนัก อาจจะทำให้ลูกในท้องที่ออกมาวิ่งเล่นได้
- ห้ามขับนุ่นเพราะเบา ลูกจะตายในท้อง
- ห้ามตกปลาลูกจะปากแหว่ง ควรดงฆ่าปลาเพื่อทำอาหาร เพราะบาปจะตกมาถึงลูก
- ห้ามลากหม้อข้าวกับพื้น จะทำให้เด็กมีปานขึ้นที่ก้นและหลัง
- ห้ามตื่นนอนหลังสามี จะทำให้ลูกที่เกิดมาขึ้นเกียจ
- ห้ามพูดจาตำหนิคนอื่น ๆ จะทำให้บาปถึงลูก ทำให้เมื่อลูกเกิดออกมาเป็นเหมือนกับที่ตำหนิผู้อื่นไว้
- ห้ามพูดจาโกหก จะย้อนกลับเข้าตัวลูก
- ห้ามดูหนังผี
- ห้ามยาแก้ปวด เพราะอันตรายกับลูก

นอกจากข้อห้ามปฏิบัติที่อาจเป็นอันตรายกับลูกในครรภ์แล้ว ยังมีข้อห้ามปฏิบัติซึ่งอาจเป็นผลให้เกิดอันตรายต่อแม่และการคลอดดังนี้

- ห้ามกินจุกกินจิก จะทำให้เจ็บท้องกระปริบกระปรอย
- ห้ามเดินกินจะทำให้เด็กเป็นคนฟุ่มเฟือย
- ห้ามอิมเป็นคนสุดท้าย จะทำให้ท้องใหญ่ คลอดยาก
- ห้ามข้ามเชือกผูกวัวจะทำให้ท้องนาน และคลอดยาก

ส่วนใหญ่จะพูดถึงเรื่องข้อห้ามในการอาบน้ำในเวลากลางคืนหรือตอนดึก จะทำให้เป็นแผลน้ำ แผลเลือด น้ำจะเดินนานทำให้เจ็บนาน คลอดยาก เวลาอาบน้ำให้อาบเลย ห้ามเอาน้ำลูบท้อง นอกจากนี้เวลานอนให้นอนตะแคงข้าง ถ้านอนหงายจะทำให้ของหล่นใส่ท้องเป็นอันตรายต่อเด็ก

นอกจากข้อห้ามต่างๆ ที่จะทำให้คลอดยากและเป็นอันตรายต่อเด็กแล้ว ยังมีข้อปฏิบัติที่บอกเล่าสืบต่อกันมาว่า ถ้าปฏิบัติแล้วจะทำให้คลอดง่าย เป็นผลดีต่อทั้งแม่และลูกในครรภ์ดังนี้



- เอาดอกบัวที่นำคือน้ำเข้าโบสถ์มาต้มกิน หรือดอกบัวบูชากิน
- กินหางปลาไหลตากแห้ง
- กินนมมากๆ
- กินยาบำรุงที่แพทย์ให้มา
- ต้มน้ำหญ้า ฝาคอยต้ม
- กินอาหารให้ครบมือ ครบหมู่ กินอาหารเสริมของแม่ วิตามิน ผลไม้ ชนม
- ต้มยาจีนไก่
- กินลูกเห็บตก
- ขอให้หมอตำแยใช้ไม้กลัดหรือแกนกลางของผลกล้วยมาทำเป็นอาหารให้กิน
- ทำบุญที่วัดหรือกินข้าวที่วัด จะทำให้ลูกหน้าตาดี เรียนเก่ง

ความเชื่อนี้เป็นทั้งความเชื่อเดิมและความเชื่อใหม่ ที่ได้จากการฝากครรภ์ที่สถานบริการสุขภาพ โดยเฉพาะเรื่องอาหาร วิตามิน ยาบำรุง และนม

ข้อห้ามเกี่ยวกับการทำงาน

ในเรื่องข้อห้ามในการทำงานนี้ ส่วนใหญ่จะบอกว่า “เราห้ามทำงานหนัก” ซึ่งหมายถึงญาติผู้ใหญ่ บอกเล่าต่อกันมา อย่างไรก็ตามหญิงมีครรภ์ส่วนใหญ่ ได้ได้ทำงานหนักอยู่แล้ว อย่างไรก็ตามความเชื่อนี้ยังได้รับการบอกเล่าอยู่ และเป็นที่ยอมรับกันโดยที่ในบางเรื่องจะไม่สามารถบอกเหตุผลของการห้ามได้ ในกลุ่มที่มีอาชีพเกษตรกรรมนั้น ส่วนใหญ่หญิงมีครรภ์จะยังคงทำงาน เลี้ยงวัว รับจ้างเก็บผัก เกี่ยวข้าว ส่วนจะทำจนกระทั่งท้องโตมาก ส่วนกลุ่มที่เป็นแม่บ้านจะยังคงทำงานบ้านได้ตามปกติ มีอยู่ 1 รายที่รับจ้างเย็บผ้าด้วยจักรไฟฟ้า ได้ลาออกจากงาน มีบางรายที่ได้รับคำบอกเล่ามาว่า ในช่วง 3 เดือนแรกห้ามทำงานหนัก ยกของหนักอาจทำให้แท้งลูกได้ มี 1 ราย ที่ยังคงเชื่อข้อห้าม ไม่ให้ตอกตะปู เพราะจะกระเทือนลูกในท้อง ทำให้แท้งได้ เด็กในท้องอาจพิการ หูหนวก ไม่ครบ 32 ลูกหัวจะบาน เจ็บท้องแล้วไม่คลอด

ความเชื่ออื่นๆ

ความเชื่ออื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ รวมถึง จันทรคราส สุริยคราส ดาวตก การเดินทาง และการเตรียมของใช้สำหรับเด็ก

ในเรื่องจันทรคราสนั้น บางรายเชื่อว่า เมื่อเกิดขึ้นถ้ามองจะทำให้ลูกตาบอด ถ้าเพื่อนบ้านเคาะไม้หรือไล่ยิง แม่จะเคาะบอกลูกในท้อง 3 ครั้ง พร้อมกับพูดว่า “อยู่เย็นเป็นสุขนะ” การใช้เข็มกลัด กลัดผ้าถุง ตรงหน้าท้องจะเป็นการแก้เคล็ดอันตรายที่จะเกิดจากจันทรคราสได้ นอกจากนี้เวลาเกิดสุริยคราสจะห้ามดูเพราะอาจทำให้ลูกในท้องตาบอดได้ รวมทั้งถ้าเห็นดาวตกไม่ควรตก กลางคืน หญิงมีครรภ์ไม่ควรไปไกลบ้าน ฝันจะรบกวน บางรายจะพกผ้ายันต์กันผี ป้องกันผีรบกวน และผีทักเด็กในท้อง ในเรื่องเตรียมของใช้เด็กล่วงหน้า ส่วนใหญ่จะยังคงมีความเชื่อในเรื่องนี้อยู่บ้าง ส่วนใหญ่จะซื้อที่โรงพยาบาล ภายหลังจากที่ทราบว่าคุณเกิดแล้ว



ประเพณีและความเชื่อเกี่ยวกับการคลอด

การเตรียมตัวก่อนคลอด จะรวมถึง การเตรียมอุปกรณ์เครื่องใช้และการเตรียมตัวทางด้านจิตใจ การเตรียมอุปกรณ์เครื่องใช้

ส่วนใหญ่ไม่เตรียมของใช้ก่อนไปคลอดลูกคนแรกที่โรงพยาบาล เพราะกลัวจะไม่ได้ลูก จะซื้อเมื่อแม่คลอดแล้ว มีส่วนน้อยที่ไม่เชื่อและเตรียมของใช้จากบ้านเมื่อจะไปคลอดที่โรงพยาบาล การเตรียมของใช้นี้จะเตรียมเสื้อผ้า ผ้าอ้อมเด็ก ส่วนเบาะนอนยังไม่เตรียม ถ้าจะเตรียมเบาะนอนไว้ก่อนไปคลอด จะไม่เย็บปิดตะเข็บหมดจะเหลือไว้ 1 ช่อง เพราะกลัวจะคลอดยาก ส่วนใหญ่แม่จะกังวลใจที่จะต้องเตรียมของใช้เด็กไว้ก่อน โดยเฉพาะในครรภ์แรก ซึ่งการปฏิบัติตามความเชื่อนี้จะไม่สอดคล้องกับแนวปฏิบัติของ โรงพยาบาลที่จะไปคลอดซึ่งต้องการให้เตรียมของใช้สำหรับเด็กให้พร้อมก่อนคลอด แม่รายหนึ่งกล่าวว่า

“ถ้าไปโรงพยาบาล ถ้าไม่เตรียม พยาบาลจะบอกว่า ทำไมไม่เตรียม แต่เขาถือกันว่าถ้าเตรียมลูกจะไม่รอด”

การเตรียมของที่จะใช้หลังคลอดโดยเฉพาะอยู่ไฟจะสามารถเตรียมไว้ก่อนล่วงหน้าได้ เพราะของบางอย่าง เช่น ไม้ตะเภา จะเป็นของหายาก อย่างไรก็ตามบางรายโดยเฉพาะท้องแรกจะไม่เตรียมพื้นไว้ ของที่เตรียมไว้หลังคลอดได้แก่ ไม้ตะเภา ไม้ตะโก ไม้มะขามเทศ สำหรับเป็นพื้น เปลือกต้นปืบย่างไฟให้เหลือง เป็นยาบำรุงแม่ ยาเหลืองเป็นผงละลายน้ำร้อนกินหลังคลอด ยาขับเลือดหรือยาจีนเป็นชุด บางรายเตรียมยันต์ไว้ในห้องนอนเพื่อป้องกันสิ่งรบกวน

การเตรียมทางด้านจิตใจ และจิตวิญญาณ

ส่วนใหญ่ก่อนออกจากบ้านไปคลอดที่โรงพยาบาล หญิงมีครรภ์และครอบครัวจะต้องจัดรูป บนศาลพระภูมิ อธิษฐานบูชาครู เพื่อขอให้คลอดง่ายและปลอดภัย ดังนี้

“จัดรูปบอกยายที่เสียให้คลอดง่าย เพราะกลัวตาย”

“เตรียมของบูชาครู มีข้าวสาร รูปเทียน พลุหมาก ค่าครู 22 บาท”

“เตรียมหนังสือควาย มาพันเป็นเกลียวล้อมรอบท้อง ป้องกันผีรบกวน”

“บูชาหม้อยาย ทุกเดือน 6 ขอให้ออกง่าย”

“บอกศาลพระภูมิขอให้คลอดง่าย”

การปฏิบัติตนระหว่างคลอดที่โรงพยาบาล

มารดาทั้งหมดคลอดที่โรงพยาบาล ในการคลอดโรงพยาบาลนี้ไม่มีการปฏิบัติใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อและข้อห้ามส่วนใหญ่จะวางใจ ให้อยู่ในความดูแลของผู้ทำคลอด ดังนี้

“ไม่ได้ทำอะไร เราอยู่เฉยๆ หมอเขาก็ทำหน้าที่ของเขาไป”

“หมอเขาทำให้ทุกอย่างและผ่าออกด้วยและเจ็บมาก ร้องมากตอนแรก หมอก็บอกว่าลูกเริ่มหายใจแล้ว เขาไม่ให้แม่ร้องมากเพราะลมจะออกจากปากแม่มาก ลมในท้องเราไม่มี ลูกก็ไม่มีอากาศหายใจ ถ้าเราเจ็บมาก เขาให้กัดฟัน แม่ปากไว้”



การปฏิบัติตนหลังคลอด

แม่ส่วนใหญ่ ถอยหลังกลับจากโรงพยาบาลในวันที่ 3 หลังคลอดจะอยู่ไฟ ด้วยเหตุที่สำคัญคือ ทำให้ร่างกายแข็งแรง มดลูกเข้าอู่เร็ว ในเขตพื้นที่พนมทวน การอยู่ไฟจะมี 3 แบบ อยู่ไฟแบบดั้งเดิม อยู่ไฟชุด และใช้กระเป๋าน้ำร้อน

การอยู่ไฟแบบดั้งเดิม

การอยู่ไฟแบบดั้งเดิม จะทำโดยหมอด้ายหรือผู้ใหญ่ที่มีความรู้ในเรื่องนี้ แบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ ก่อนอยู่ไฟ ขณะอยู่ไฟ และครบกำหนดการอยู่ไฟ

ก่อนอยู่ไฟ : การเตรียมการ

ใช้ห้องที่มิดชิดเตรียมเตาไฟ ที่เรียกว่า “แม่เตาไฟ” ทำพิธีไหว้ก่อน กล่าวในใจว่า “ความเจ็บอย่าได้ใกล้ ความช้ำอย่าได้มี” หลังจากนั้น เตรียมไม้ เป็นไม้ตะแบก ตัดให้ยาว 1 ศอก กองไว้ที่พื้น เติงนอนเป็นไม้ไผ่ สานเป็นแผ่น 2 แผ่น วางเรียงกัน เพราะเมื่อเลือดไหลออกมาจะตกสู่พื้นได้ เติงจะแคบมากเพราะแม่จะได้ไม่ถอยออกจากไฟ จากนั้นให้ใช้ข้าวสารเคี้ยวกับเกลือ พ่นดับพิษไฟ ป้องกันผดขึ้น

ขณะอยู่ไฟ

1. วิธีการ

- เมื่อแม่กลับถึงบ้าน หมอด้ายมาถึงจะทำพิธียกขัน มีรูปเทียน ดอกไม้ มีคำครู ให้หมอด้าย 60 บาท ยกครู
- ก่อนอยู่ไฟจะกิน “ยาเหลืองใหญ่” ซึ่งประกอบด้วยเครื่องยาสารพัด เป็นเปลือกไม้ เป็นสมุนไพร ใส่ขวดไว้ผสมเหล้า ถ้ากินเหล้าไม่ได้ก็ผสมน้ำอ้อย กินบำรุงตัวแม่ให้เลือดดี มีแรง ไม่ปวดแข็ง ปวดขา ไม่เป็นเหน็บชา ขับน้ำคาวปลา กินยาเหลืองตลอดเวลาที่อยู่ไฟ พ้นจากนี้แล้วถ้ากินยาเหลืองได้จะยิ่งดีต่อสุขภาพ
- จากนั้นหมอด้ายจะเหยียบตัว นวดตัว ดัดเส้นให้ยืดทำนาน 3 วัน
- ก่อนอาบน้ำต้องประคบ มีลูกประคบสองลูก มีไพล ใบแดง เอามาจุ่มน้ำต้มใบมะขาม มาทุบที่หัว ตามเนื้อตามตัวให้ทั่ว ให้แข็งแรง เพราะเป็นยาสมุนไพร และใช้กะลามะพร้าวตักน้ำอ้อยแล้วใช้ครอบเต้านมแม่ซ้าย เพื่อให้มีน้ำนมออก ช่วยให้นมแตกตัว เส้นน้ำนมคลายตัว
- การอาบน้ำจะอาบน้ำ เช้า – เย็น น้ำที่อาบจะเป็นน้ำต้มใบมะขาม ทำนาน 3 วัน
- หลังอาบน้ำจะใช้ขมิ้นชันตำ ทาให้ทั่วตัว ป้องกันโรคผิวหนัง บำรุงผิวพรรณ
- ผาขมิ้นกับใบมะขามอ่อน ทารอยแผล ใช้กะลาแก้วร่วครอบ ให้โอบแผล 5 – 6 วัน จะทำให้แผลแห้งเร็ว
- ทำนอนของแม่จะต้องนอนตะแคง ให้ท้องอยู่ด้านที่มีเตาไฟ
- การอยู่ไฟ จะทำนาน 3, 5, 9, 15 วัน ต้องเป็นวันคี่ ส่วนใหญ่จะอยู่นาน 9 วัน



2. ข้อห้ามและข้อปฏิบัติในระหว่างการอยู่ไฟ

ส่วนใหญ่จะห้ามอาหารจำพวก เนื้อวัว ข้าวเหนียว มะรุม หน่อไม้ดอง ไข่ แกงเผ็ด ของป่าทุกชนิด มะเขือขื่น อาหารกลุ่มนี้เป็นอาหารร้อน ทำให้แผลหายช้า นอกจากนี้ยังห้ามของเย็น เช่น แตงโม ขนมะขาม ฝรั่ง ในจำนวนนี้มี 1 รายการที่กินอาหารเฉพาะข้าวกับเกลือ

ยาที่ใช้ส่วนใหญ่เป็นยาดองเหล้า ถ้าไม่ใช้จะใช้ยาสำเร็จรูปที่มีขายคือ ยาคุณแม่ จะช่วยขับน้ำคาวปลา และบำรุงน้ำนม ยาลูกกลอนผสมน้ำผึ้ง บำรุงแม่หลังคลอด ต้องดื่มน้ำร้อนหรือน้ำต้มเปลือกต้นป๊อบ ห้ามน้ำเย็น

นอกจากนี้ขณะอยู่ไฟ ห้ามแม่พูดบ่นว่าร้อน จะทำให้ลูกไฟขึ้นตัวลูก คนมาเยี่ยมก็ห้ามพูดว่าร้อนเช่นกัน จะทำให้ผดไฟขึ้น ถ้าพูดจะต้องทำพิธีดับพิษไฟ หรือใช้คาถาดับพิษไฟ

3. ครอบกำหนดอยู่ไฟ

ก่อนจะครบวันอยู่ไฟ จะใช้ไฟ แกลบ จะค่อยๆ มอดลง หมอตำแยจะเซ็นไหว ด้วยข้าวแกง พุดสิ่งที่ดีๆ เมื่อครบกำหนดอยู่ไฟจะให้หมอที่มีคาถา ใช้น้ำมันดับไฟเมื่อไฟดับ แม่จะดื่มน้ำมันดด้วย น้ำมันนี้เป็นน้ำมันตรีศาล จะเติมน้ำร้อนให้แม่ที่อยู่ไฟก่อน 3 ครั้ง ให้ใช้อาบแม่ อาบลูกด้วย เป็นการดับพิษไฟที่แม่และลูก เมื่อถึงวันออกจะทำข้าวปากหม้อ แกงปากหม้อ มาวางไว้ทั้ง 4 มุมของแม่เตาไฟ แล้วพูดว่า “ขอให้อยู่เย็นเป็นสุข ลูกหลานอย่าได้อ่าง” ตัวแม่ก้มกราบ 3 ครั้ง กินน้ำมันดแล้วจึงจะออกมาได้ จากนั้นหมอตำแย ทำน้ำมันดเตาไฟ ก่อนหรือออก น้ำมันดที่เหลือจะให้แม่อาบ หลังจากออกจากห้องอยู่ไฟ ก็จะอุ้มเด็กแตะดิน ให้รู้จักแม่พระธรณี พอวันศุกร์ใช้หมื่นหม้อป้ายหน้าผากเด็ก และพาเด็กออกมานอกบ้าน ภายหลังออกจากการอยู่ไฟ 7 วัน จึงจะทำงานบ้านได้

การอยู่ไฟชุด

ปัจจุบัน คนส่วนใหญ่จะใช้ไฟชุดอยู่ไฟ แทนวิธีการแบบเดิมซึ่งยุ่งยากกว่า และหาคนทำพิธีได้ยาก การอยู่ไฟชุดอาจอยู่นานเกิน 7 วัน อยู่ไปได้เรื่อยๆ จนถึง 1 เดือน ชุดไฟนี้จะประกอบด้วยกล่องที่ทำด้วยโลหะ 3 กล่อง ในแต่ละกล่องจะใช้ยาชุดที่ม้วนเป็นมวนกลมๆ จุดไฟใส่กล่องละ 1 มวน ห่อกล่องนี้ด้วยของผ้าคาดไว้ที่ท้องน้อยด้านหน้า ถ้าหมดความร้อนจะจุดมวนใหม่ใส่ในกล่อง เปลี่ยนไปเรื่อยๆ จนครบจำนวนวันที่ต้องอยู่ไฟ ด้วยวิธีการนี้จะไม่ต้องระวังอะไรมาก เวลาอาบน้ำจะถอดออก น้ำที่อาบจะต้มผสมใบแจ่ง ไพล และใบมะขาม ในระหว่างการอยู่ไฟนี้ แม่ส่วนใหญ่จะซื้อยาสตรีเบนโด หรือยาคุณแม่ ด้วยเพราะเป็นยาบำรุงเลือด ช่วยขับน้ำคาวปลา

การใช้กระเป๋าน้ำร้อน

ในกลุ่มที่ไม่อยู่ไฟดั้งเดิมและไม่สามารถอยู่ไฟชุดได้จะใช้กระเป๋าน้ำร้อนแทน วิธีนี้เหมาะสมกับวิถีชีวิตปัจจุบันและสะดวก เพราะทำเฉพาะเปลี่ยนน้ำร้อน ร่วมกับการกินยาสตรีเบนโด ยาจีน หรือยาดองเหล้า ใช้ ขิง ข่า และ ไพล ปั่นเป็นก้อนกิน คนที่ใช้วิธีนี้ นอกจากจะสะดวกแล้ว ยังใช้ในคนที่ผ่าตัดเด็กออกทางหน้าท้องด้วย



การอาบน้ำเด็กแรกเกิด

ส่วนใหญ่นัก 3 เอนแรกจะอาบน้ำอุ่น ในเด็กแรกเกิดนี้ จะอาบน้ำกับใบมะขาม เช้า-บ่าย ภายหลังการอาบน้ำ จะจับเด็กให้เหยียด ปีบนิ้ว ไม่ให้ขาโก่ง ดึงขมูกให้โด่ง ดึงหูให้กาง ดัดแขนให้ตรง ปีบหัวนมเด็กไม่ให้นมบอดทั้งชายและหญิง พอกหัวด้วยหัวหอมทุบ และใบมะขามหรือเอาขมิ้นและดินสอพองโปะท้องเด็ก เพื่อป้องกันหวัด

การให้นมเด็ก

แม่ส่วนใหญ่ จะมีความเชื่อในเรื่องอาหารห้ามในระหว่างให้นมเด็ก เช่น มะเขือเปราะ ของดอง ผักดอง หน่อไม้ดอง ข้าวเหนียว เนื้อวัว ข้าวโพด ส้มตำ มะพร้าวอ่อน น้ำเย็น ของเปรี้ยวอาหารเหล่านี้เชื่อว่าจะทำให้เด็กปวดท้อง และท้องเสียได้

อาหารที่จะเพิ่มน้ำนม ส่วนใหญ่จะรวมถึง ผักขิง หัวปลี แกงเลียง ใสบางแมงลัก ต้มข่าหมู ต้มน้ำร้อนมากๆ ผัดใบกระเพรา แกงแตงโมอ่อนใสบางแมงลัก ตำลึงและผักอื่นๆ วิธีการที่จะให้น้ำนมมาก นอกจากอาหารแล้วบางรายจะประคบเต้านมด้วยใบมะขาม ขมิ้น ไพล สมุนไพร ให้หมอด้าแยบป็นวด เป็นต้น

อภิปรายและข้อเสนอแนะ

ผลจากการศึกษาในครั้งนี้ สะท้อนให้เห็นว่า ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอด และการปฏิบัติตนหลังคลอด ยังมีอิทธิพลต่อการปฏิบัติของกลุ่มหญิงตั้งครรภ์และแม่หลังคลอดอยู่ค่อนข้างมาก ในบางเรื่อง แม้ว่าวิถีชีวิตจะเปลี่ยนแปลงไปและไม่สอดคล้องกับความเชื่อที่บอกกล่าวต่อๆ กันมากก็ตาม ความเชื่อเหล่านี้ยังคงดำรงอยู่ในสังคมอย่างเหนียวแน่น ซึ่งไม่แตกต่างไปจากการศึกษาที่ผ่านมา

(ยิ่งยง เทพประเสริฐ 25 ; สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล , 252; นิยม คำนวนมาสก, 2512)

ข้อสังเกตที่พบคือ ข้อห้ามในเรื่องการรับประทานอาหารบางชนิดที่เป็นประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตของเด็กและสุขภาพของมารดา อาจก่อให้เกิดผลกระทบต่อแม่หลังคลอดและเด็กในระยะต่อมาได้ เช่น การห้ามอาหารจำพวกเนื้อสัตว์บางชนิด ควรศึกษาติดตามภาวะสุขภาพของเด็กและมารดา กลุ่มที่ยึดถือข้อปฏิบัติหรือข้อห้ามเหล่านี้ ซึ่งถ้าหากการปฏิบัตินั้นก่อให้เกิดผลเสียอย่างชัดเจนแล้ว ควรจะได้ค้นหาแนวทางในการแก้ไขที่เหมาะสมต่อไป

ในทางปฏิบัติแล้ว จะเห็นได้ว่าหญิงตั้งครรภ์และแม่ส่วนใหญ่ใช้ความรู้ที่มีอยู่ในท้องถิ่นและได้รับการบอกเล่าสืบต่อกันมา ในการดูแลสุขภาพตนเองโดยเฉพาะทางด้านอาหาร ของกิน อิทธิพลของชุดความรู้ใหม่ทางด้านโภชนาการยังไม่สามารถสอดแทรกเข้าไปในวิถีชีวิตของคนธรรมดาในชุมชนได้ บทบาทของผู้ให้บริการทางด้านสุขภาพแก่หญิงตั้งครรภ์และมารดาหลังคลอดควรจะเข้มแข็งและมีประสิทธิภาพมากกว่าที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

การยอมรับนับถือในความเชื่อของหญิงตั้งครรภ์และแม่หลังคลอดในบางเรื่องของที่มสุขภาพ เช่น การเตรียมอุปกรณ์เครื่องใช้ของหญิงตั้งครรภ์แรกนั้น ถ้าสามารถทำได้ อาจทำให้การบริการที่ให้มีประโยชน์ของความร่วมมือ



มากขึ้น ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ สะท้อนให้เห็นถึงความเชื่อ และพิธีกรรมของคนในชุมชนที่มุ่งที่ความอยู่รอดปลอดภัยของเด็ก ซึ่งไม่แตกต่างจากเป้าหมายของเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการด้านสุขภาพ เพียงแต่วิธีที่จะให้เด็กอยู่รอดปลอดภัยนั้นต่างกัน เพราะพื้นฐานของความเชื่อแตกต่างกัน การยอมรับนับถือในความเชื่อของคนในชุมชน ไม่ได้หมายความว่า จะสนับสนุนให้ปฏิบัติตามความเชื่อนั้นทั้งหมด แต่หากว่าเป็นการยอมรับความเชื่อของคน ในฐานะที่คนกลุ่มนี้เป็นบุคคลคนหนึ่งที่มีสิทธิที่จะเลือกเชื่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้ ผู้ให้บริการสุขภาพซึ่งมีชุดความรู้ใหม่ควรต้องพิจารณาและปรับปรุงวิธีการที่จะให้ชุดความรู้ใหม่นี้เข้าถึงและยั่งยืนควบคู่ไปกับวิถีชีวิตของชุมชนอย่างแท้จริง

บทที่ 6

ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครุฑการคลอด และการปฏิบัติตัวหลังคลอดของมารดาไทยทักษิณ ในอำเภอเทพา จ.สงขลา

ระวีวรรณ ชุ่มพฤษ

ภัทรา สง่า

กิตติยา รักยวงศ์

ลักษณะทั่วไปของพื้นที่ศึกษา

อำเภอเทพาจังหวัดสงขลา ตั้งอยู่ทางภาคใต้ของประเทศไทย พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นที่ราบลุ่มยกเว้นทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ จะมีสภาพเป็นเนินเขาและที่ราบสูง มีแม่น้ำที่สำคัญคือ แม่น้ำเทพาไหลผ่าน พื้นที่ประมาณร้อยละ 68 ใช้เป็นพื้นที่ในการทำสวนยางพารา และร้อยละ 27 ใช้เป็นพื้นที่ในการทำนา ที่เหลือเป็นส่วนผลไม้และป่าธรรมชาติ พื้นที่อำเภอเทพาแบ่งการปกครองออกเป็น 7 ตำบล 67 หมู่บ้าน มีเทศบาล 1 แห่ง คือ เทศบาลเทพา มีองค์การบริหารส่วนตำบล 7 แห่ง ประชากรที่อาศัยอยู่ประกอบไปด้วยชาวไทยมุสลิมร้อยละ 55 และชาวไทยพุทธ ร้อยละ 45 จึงทำให้วิถีชีวิต ขนบธรรมเนียม ประเพณีต่างๆ รวมถึงความคิด ความเชื่อในเรื่องเกี่ยวกับการตั้งครุฑ การคลอดและหลังคลอดมีความแตกต่างกัน โดยมีประชากรทั้งหมดในปี 2544 เท่ากับ 63,749 คน แบ่งเป็นเพศชาย 31,861 คน เพศหญิง 31,888 คน ประชากรส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาในระดับประถมศึกษา เพียงส่วนน้อยที่ไม่ได้เรียนหนังสือ โดยประชากรร้อยละ 77.2 มีอาชีพด้านเกษตรกรรม ที่เหลือซึ่งเป็นส่วนน้อยจะมีอาชีพด้านการประมง ค้าขาย รวมถึงรับราชการ ข้อมูลด้านการศึกษาและบริการสาธารณสุขพบว่า มีโรงเรียนมัธยมศึกษา 2 แห่ง โรงเรียนประถมศึกษาขยายโอกาส 12 แห่ง โรงเรียนประถมศึกษา 35 แห่ง และมีโรงเรียนสอนศาสนา 62 แห่ง มีโรงพยาบาล ชุมชนขนาด 30 เตียง 1 แห่ง มีสถานอนามัย 11 แห่ง และมีร้านขายยาและร้านขายของชำที่ขายยาสามัญประจำบ้านจำนวน 247 แห่ง

ประเพณีความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครุฑ

การตั้งครุฑกับความฝัน

การฝันกับการตีความตามฝัน ดำรงอยู่ในสังคมไทยมาช้านาน และยังคงมีอิทธิพลต่อคนบางกลุ่มบางคนจนกระทั่งปัจจุบัน สตรีบางคนฝันก่อนตั้งครุฑ เช่น ฝันว่าได้แหวน 1 วง เมื่อเล่าให้คนเฒ่าคนแก่ฟังก็ทำนายว่าจะได้ลูก หลังจากนั้นอีก 2 เดือนต่อมาสตรีที่ฝันนั้นก็ตั้งครุฑ หรือฝันเห็นญาติที่ล่วงลับไปแล้วขอมาอยู่ด้วย อีกไม่นานก็ตั้งครุฑ และเชื่อว่าเป็นญาติที่ตายไปแล้วกลับมาเกิดใหม่ เป็นต้น ในพื้นที่อำเภอเทพาสตรีส่วนใหญ่จะฝันระหว่างตั้งครุฑ และมีการทำนายฝันว่าจะได้ลูกชายหรือลูกสาวแล้วแต่ฝันว่าจะไร ความฝันที่พบบ่อยมากที่สุดในพื้นที่อำเภอเทพาคือ ฝันได้สายสร้อยทองแบบนี้จะได้ลูกสาว ถ้าฝันเห็นพระจะได้ลูกชาย กรณีมุสลิมก็ยังคงฝันว่าได้สายสร้อยทองจะได้ลูกสาว และถ้าฝันได้เพชรก็เป็นลูกชาย มีบ้างที่แม่ฝันว่าได้แหวนเพชรแล้วได้ลูกสาว การฝันได้สายสร้อย แหวน และเพชร ดูจะเป็นความฝันที่ปรากฏไปในในกลุ่มสตรีที่ตั้งครุฑ



นอกจากนี้มีการบอกเล่าความฝันพร้อมคำทำนายจากกลุ่มผู้อาวุโส แต่ไม่ปรากฏว่ามีหญิงตั้งครรภ์ที่พูดคุยด้วยฝันเช่นนั้น ได้แก่ ฝันว่าได้ปลาช่อน โบราณว่าจะได้ลูกชาย ฝันว่าได้นก ก็ว่าจะได้ลูกชายเช่นกัน

จากที่กล่าวมาเห็นได้ว่า การฝันในช่วงก่อนและระหว่างตั้งครรภ์ โยงไปถึงคำทำนายว่าจะได้บุตร และกำหนดเพศของบุตรด้วย เรื่องที่ฝันมักจะเป็นการได้ของที่มีค่า ซึ่งเมื่อโยงกับบุตรในครรภ์จึงเปรียบเสมือนว่าการได้บุตรเป็นเหมือนทรัพย์สินที่มีค่าของบิดามารดา อย่างไรก็ตามมีสตรีจำนวนหนึ่งที่ไม่เคยฝันไม่ว่าจะก่อนหรือระหว่างตั้งครรภ์

ความเชื่อเรื่องอาหารการกิน

การกินของหญิงตั้งครรภ์มีทั้งข้อห้ามและข้อปฏิบัติมากมายให้ต้องปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติ ทั้งนี้อาจมีความแตกต่างกันไปตามท้องถิ่นและวัฒนธรรม สตรีตั้งครรภ์ส่วนใหญ่จะอยากกินผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวมากที่สุด และเมื่ออยากกินอะไรแล้วก็ต้องหามากินให้ได้ เชื่อกันว่าการอยากกินนั้นเพราะเด็กในท้องอยากกิน และคนท้องจะเหมือนเด็ก ๆ ถ้าไม่ได้กินของที่ชอบก็จะร้องไห้เหมือนเด็ก ถ้าไม่ได้กินจะมีอาการหงุดหงิด ส่วนของแปลก ๆ ที่แม่ตั้งครรภ์อยากกินเท่าที่ได้สอบถามกับกลุ่มตัวอย่างได้แก่ อยากกินของป่า เช่น ตะกวดผัดเผ็ด กระรอกผัดเผ็ด อันผัดเผ็ด เป็นต้น บางคนอยากกินข้าวสาลี น้ำหวาน (น้ำตาลตะโหนดหมัก หรือตะหวาก) ถ่านดิน นอกนั้นก็กินของกินปกติที่บังเอิญมาอยากกินช่วงที่ท้อง เช่น จำปะตะ กล้วยหอม สะตอ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีธรรมเนียมปฏิบัติสำหรับกลุ่มสตรีที่เป็นพุทธว่าถ้าหญิงท้องไปบ้านที่กำลังฆ่าและหมูหรือสัตว์ชนิดอื่นอยู่ บ้านนั้นต้องแบ่งเนื้อสัตว์นั้นให้แก่คนท้องด้วย จากจุดนี้จะเห็นได้ว่าสตรีที่กำลังตั้งครรภ์จะได้รับการปฏิบัติเป็นพิเศษ สามีหรือญาติใกล้ชิดต้องเสาะหาของที่ชอบให้สตรีเหล่านั้นอยากกินมาให้แม้แต่เพื่อนบ้านก็ยังต้องแบ่งปันเนื้อสัตว์ ซึ่งเป็นแหล่งโปรตีนที่สำคัญมาให้

ข้อห้ามเกี่ยวกับการกินของสตรีมีครรภ์ที่พบในพื้นที่อำเภอเทพา (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 ข้อห้ามและความเชื่อเกี่ยวกับการรับประทานอาหารระหว่างตั้งครรภ์ พื้นที่ไทยภาคกลาง

ข้อห้ามเกี่ยวกับอาหาร	ความเชื่อ
ห้ามกินผักเขียว ผักทอง	เชื่อว่าจะทำให้รกเปื่อย
ห้ามคนท้องกินปลีกล้วย	เชื่อว่าจะทำให้รกเปื่อย คลอดยาก
ห้ามกินหอย	เชื่อว่าจะกินแล้ว รกจะพันเป็นอันตรายแก่เด็ก
ห้ามกินแกงบอน สับปะรด	เชื่อว่าจะกัดทำให้รกเปื่อย
ไม่ให้กินของที่มีสีดำ เช่น ไข่เต่า ถั่วดำ	เชื่อว่าลูกเกิดมาจะมีผิวดำ
ข้าวเหนียวดำ	
ไม่ให้กินเนื้อมะพร้าวมากเกินไป	เชื่อว่าลูกหัวแข็ง คลอดยาก
ห้ามกินอาหารที่ร้อน ๆ (อุณหภูมิ)	เชื่อว่าเด็กจะตัวใหญ่ คลอดลำบาก
ยาสตรี ยาแดง	มีผลต่อเด็กในท้อง อาจทำให้เด็กตาย



นอกจากข้อห้ามเรื่องการกินแล้ว ยังมีข้อที่สตรีมีครรภ์ก็พึงกินเพราะจะมีผลดีต่อลูกในท้อง (ตารางที่ 5)

ตารางที่ 5 ประเภทอาหารและความเชื่อที่หญิงตั้งครรภ์ควรรับประทานระหว่างตั้งครรภ์

รายการที่สตรีมีครรภ์พึงกิน	ความเชื่อ
กินน้ำมะพร้าวอ่อน	ทำให้ลูกผิวสวย
ให้กินยอดขี้เหล็ก	คลอดง่าย
ให้กินยอด “นิติง” (ชื่อต้นไม้ชนิดหนึ่ง ไม่ทราบชื่อภาษาไทย)	คลอดง่าย
ให้กินสมุนไพร เช่น รากต้นทุเรียน	
เปลือกต้นชมพู รากไม้ หมายพลู	ทำให้คลอดง่าย
หลังจากสระผมให้สะอาด ให้กินน้ำจาก ปลายผม	เชื่อว่าทำให้คลอดง่าย
ให้กินมะเขือเทศ นม	
ให้กินอาหารบำรุง กินผลไม้มาก ๆ	ทำให้ผิวลูกสวย ดีกับคนท้องและลูกในครรภ์

จาก 2 ตารางดังกล่าวเห็นได้ว่าสตรีมีครรภ์เกรงว่าจะเกิดผลเสียต่อลูกในท้อง และที่กลัวกันมากที่สุดก็คือการคลอดบุตรยากสตรีในอำเภอเทพายังมีความเชื่อว่าจะไม่กินอาหาร หรือบำรุงมากขณะตั้งครรภ์ เพราะ ‘กลัวลูกเติบโต’ ในกลุ่มคลอดบ้าน กลัวคลอดยากจนเป็นอันตรายทั้งแม่ลูก ในกลุ่มที่คลอดโรงพยาบาลกลัวลูกตัวโต คลอดเองไม่ได้ตามธรรมชาติ อาจต้องถูกจับผ่าตัด จึงมีทั้งข้อห้ามในการกินและให้กิน เพื่อให้คลอดบุตรง่าย การตั้งครรภ์แม้ว่าจะเป็นเรื่องธรรมชาติ แต่ทุกสังคมจะมีความเชื่อมากำกับให้สตรีมีครรภ์ปฏิบัติตามเสมอ

ข้อห้ามเกี่ยวกับประเพณีและสถานที่

ในระหว่างตั้งครรภ์นอกจากมีข้อห้ามในการกินมากมายแล้วยังมีข้อห้ามในการปฏิบัติตัวอีกมากมายที่สตรีมีครรภ์ถึงระวังและทำตามกันเป็นส่วนใหญ่ เช่น ห้ามไปงานศพ เพราะเชื่อว่าคนท้องมีกลิ่นหอม ผีชอบจะตามกลับบ้าน ถ้ามีเด็กเล็กอยู่ในบ้านก็ทำให้เด็กร้องไห้ ถ้าจำเป็นต้องไปงานศพ เมื่อกลับถึงบ้านก่อนขึ้นเรือนก็ให้ล้างมือ ล้างเท้า เรื่องไปงานศพนี้ สตรีบางกลุ่มโดยเฉพาะสตรีมุสลิมจะไม่มีข้อห้ามดังกล่าวรวมถึงการไปเยี่ยมคนเจ็บไข้ที่โรงพยาบาลด้วย

ข้อห้ามเกี่ยวกับการทำงานและข้อปฏิบัติด้านอื่นๆ

ข้อห้ามหนึ่งที่สตรีมีครรภ์ส่วนใหญ่ปฏิบัติตามก็คือ ห้ามคนท้องนั่งคาบ้นไ้เรือน หรือนั่งระหว่างประตู เรือน หรือที่เรียกว่านั่งขวางประตูเชื่อกันว่าการนั่งขวางแบบนี้จะคลอดลำบาก คลอดไม่ออก เรื่องการนั่งคาบ้นไ้เรือน เหตุผลเบื้องหลังน่าจะเป็นว่าเกรงคนท้องจะตกบันไ้และเป็นอันตรายกับลูกในท้อง อาจแท้งลูกได้ ถ้าครรภ์อ่อน ส่วนการนั่งขวางประตูก็เป็นการเกาะเกาะคนในเรือนจะเดินเข้า-ออก อย่างไรก็ตามคนแต่ก่อนก็ทำการนั่งขวางลักษณะนี้มาผูกโยงกับการคลอดว่าทำให้คลอดยาก ข้อห้ามสำหรับสตรีมีครรภ์อีกเรื่องหนึ่งได้แก่ไม่ให้อาบน้ำช่วงกลางคืน บางคนบอกว่าตั้งแต่ตะวันตกดินไม่ให้อาบน้ำ เพราะกลัวว่าจะเป้นแผลน้ำ แผลเลือด (แผลเลือด หมายความว่า คลอดยาก น้ำคร่ำไม่แตก แต่จะมีเลือดออกมาก่อน) ข้อห้ามนี้สตรีบางคนไม่ปฏิบัติตามเพราะบางวันร้อนมาก ต้องอาบน้ำถึงหายร้อน แต่แก้เคล็ดด้วยการอมน้ำไว้ในปากเวลาอาบน้ำ

ในระหว่างตั้งครรภ์ห้ามคนท้องไปดูคนที่กำลังจะคลอดเด็กขาด เพราะโบราณถือว่า คนที่กำลังจะคลอดนั้นจะคลอดไม่ได้เพราะเชื่อว่าเด็กในท้องทั้งสองท้องนั้นจะชวนให้คลอดพร้อม ๆ กัน ข้อห้ามนี้อาจเกรงว่าคนที่ท้องอาจเกิดความกลัวหรือวิตกกังวลเมื่อเห็นหญิงที่กำลังคลอดก็เป็นได้

ข้อห้ามที่พบทั่วไปทั้งกลุ่มพุทธและมุสลิมก็คือ ไม่ให้แม่เตรียมอุปกรณ์สำหรับเด็กอ่อน ไม่ว่าจะเป็นผ้าอ้อม เสื้อผ้า ขวดนม การเตรียมล่วงหน้าเชื่อกันว่าจะทำให้ลูกตาย อย่างไรก็ตามเรื่องนี้เมื่ออายุครรภ์ 8-9 เดือนใกล้คลอด ส่วนใหญ่ก็จะเตรียมของไว้ให้ลูกได้ เพราะใกล้คลอดแล้วจำเป็นต้องใช้สำหรับลูก การเตรียมของนี้ไม่ใช่แม่แต่เป็นผู้อื่นเพื่อแก้เคล็ด

ความเชื่อในเรื่องสิ่งที่ไม่เห็นโดยเฉพาะผี ดูเหมือนจะยังคงมีอยู่ทั่วไป จากข้อห้ามปฏิบัติของหญิงมีครรภ์ การไปธุระนอกบ้านของสตรีระหว่างตั้งครรภ์นั้นให้ใช้เข็มกลัด กลัดเสื้อผ้าไว้ เป็นการป้องกันตัวเองจากผี ป้องกันผีไม่ให้ทำร้าย และเมื่อกลับบ้านก็ต้องล้างมือ ล้างเท้าก่อนขึ้นเรือนด้วยเหมือนกัน กรณีที่ไปงานศพมา กรณีสตรีมุสลิมก็ต้องไปธุระนอกบ้าน ก็ให้กล่าวคำสวมนเป็นการขอพรจากพระเจ้า นอกจากนี้เมื่อไปข้างนอกห้ามหยุดยืนตรงทางสามแพร่งเพราะเป็นสถานที่ไม่ดี มีผีมาก ในความเชื่อของคนจีน ทางสามแพร่งก็ต้องติดกระจกแปดเหลี่ยม เพื่อให้สะท้อนสิ่งที่ไม่ดีงามออกไป ตำราการปลูกเรือนของไทยก็ไม่ให้สร้างบ้านบนทางสามแพร่งเช่นกัน

นอกจากข้อห้ามสำหรับสตรีมีครรภ์แล้ว บางครั้งข้อห้ามยังรวมไปถึงสามีของหญิงด้วย โดยเฉพาะไม่ให้สามีหรือหญิงมีครรภ์ ฆ่าสัตว์ หรือทำร้ายสัตว์ เพราะเกรงว่าลูกที่เกิดมาจะพิการหรือมีสภาพคล้ายกับที่สามีหรือหญิงมีครรภ์ไปทำร้ายสัตว์ชนิดนั้น เรื่องนี้ดูเหมือนว่าชาวบ้านจะเชื่อกันมากเพราะเคยมีตัวอย่างให้เห็น ในระหว่างตั้งครรภ์ สตรีนั้นจะเดินกินอาหารไม่ได้ เพราะเชื่อว่าเมื่อลูกเกิดมาจะเป็นเด็กที่ไม่ เรียบร้อย แม้แต่การนุ่งผ้าถุงก็มีข้อห้ามว่าห้ามนุ่งกระโจมอกเพราะคนเฒ่าคนแก่สอนมาว่า ถ้านุ่งผ้ากระโจมอกแล้วท้องก็จะโตขึ้น สูงไปชนอก ยังมีความเชื่ออีกมากมายที่เกี่ยวกับคนท้อง เช่น ห้ามคนท้องไปหักต้นขมิ้น เพราะกลัวนิ้วของลูกในท้องจะงอกมากกว่า 5 นิ้ว ห้ามยกของหนัก แม้แต่คนที่ถูกแมลงกัดต่อยก็อย่าให้คนท้องรู้ เพราะถ้ารู้แล้วบาดแผลนั้นจะเจ็บปวดมากขึ้น ไม่ทราบเหมือนกันว่าเรื่องนี้สัมพันธ์กันอย่างไร แต่เป็นความเชื่อประจำถิ่น



ข้อห้ามต่าง ๆ ดังกล่าวมาแล้ว มักเกี่ยวข้องกับสวัสดิภาพของแม่และลูกรวมทั้งความเชื่อที่ว่าอาจเป็นอันตรายกับสตรีมีครรภ์ได้ จึงต้องมีการแก้เคล็ด และวิธีการป้องกัน ความเชื่อและการปฏิบัติเหล่านี้ยังดำรงอยู่และสืบทอดกันมาหลายรุ่น ดังนั้นแม้จะดูเหมือนว่ามีข้อห้ามมากมายสำหรับสตรีมีครรภ์ แต่ก็ไม่ใช่สิ่งยุ่งยากลำบากใจที่สตรีเหล่านี้จะปฏิบัติตาม

ข้อพึงปฏิบัติสำหรับสตรีมีครรภ์

เท่าที่กล่าวมามักเป็นข้อห้ามต่าง ๆ สำหรับสตรีมีครรภ์ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาหารการกินหรือเรื่องการปฏิบัติตัวต่าง ๆ สำหรับความเชื่อทั้งของพุทธและมุสลิมในอำเภอกาฬสินธุ์ ระหว่างตั้งครรภ์ผู้จะเป็นแม่ควรทำจิตใจให้สบายด้วยการทำบุญตามความเชื่อ กรณีที่เป็นพุทธก็จะทำบุญตักบาตร โดยให้อธิษฐานว่าให้ลูกเกิดมาครบ 32 ประการ ทำบุญเฉพาะวันพระก็ได้ ก่อนนอนก็ให้สวดมนต์ไหว้พระ ไหว้พระคุณพ่อ-แม่ อธิษฐานให้ลูกสมบูรณ์ ถ้าเป็นมุสลิมเมื่อแม่จะคลอดก็จะขอพรต่ออัลเลาะห์ให้ได้ลูกที่สมบูรณ์เช่นกัน แม่ที่อ่านคัมภีร์อัลกุรอานได้ก็จะอ่านคัมภีร์ทุกวัน เพราะทำให้จิตใจสงบและได้บุญด้วย นอกจากนี้สตรีมีครรภ์ไม่ว่าจะเป็นพุทธหรือมุสลิมจะไม่ตกปลา ไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต เพราะเกรงจะมีผลกระทบต่อลูกในท้องให้ปากแห้ง หรือพิการได้

ประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการคลอดและการปฏิบัติตัวหลังคลอด การเตรียมตัวก่อนคลอด

เมื่อครรภ์แก่ใกล้คลอด ช่วง 8-9 เดือน จะให้หมอตายะ หรือโต๊ะบิดนมากล่อมท้อง นวดท้องด้วยน้ำมันมะพร้าวซึ่งมีการว่าคาถาลงในน้ำมันมะพร้าวนี้ด้วย การนวดกล่อมท้องนี้เพื่อให้เด็กกลับตัว เอาหัวลงเพื่อให้คลอดง่าย น้ำมันมะพร้าวนี้จะให้แม่กินสักหยดหนึ่งด้วยเชื่อว่าจะทำให้คลอดบุตรง่าย นอกจากนี้หมอตายะยังทำหมาก-พลู กับรากไม้บางชนิดมาให้กินเพื่อให้คลอดง่ายอีกด้วย

กรณีสตรีมุสลิม การตั้งครรภ์ครั้งแรกอายุครรภ์ 7 เดือนจะมีการทำละหมาดฮายัต เชิญโต๊ะอิหม่ามมาอ่านโศอาเป็นการขอพรกับอัลเลาะห์ให้คุ้มครองแม่ลูกให้อยู่ดีมีสุขปราศจากอันตรายทั้งปวง มีการทำข้าวเหนียวเหลือง เป็นข้าวเหนียวกะทิ ใส่ขมิ้นให้เหลือง กินกับปลาหลังเขียวทอด หรือไม่ก็ไข่เจียวหั่นฝอยโรยหน้าข้าวเหนียว ข้าวเหนียวเหลืองในลักษณะนี้จะเป็นอาหารเฉพาะในพิธีกรรมต่าง ๆ เท่านั้น อย่างไรก็ตามการละหมาดฮายัตนี้ทำเฉพาะครรภ์แรกเท่านั้น

การปฏิบัติตัวระหว่างคลอด

หญิงตั้งครรภ์ที่เป็นกลุ่มคนไทยทุกคนจะมีการคลอดที่โรงพยาบาลทั้งหมด ดังนั้นการปฏิบัติตัวระหว่างคลอดจึงเป็นไปตามระบบของโรงพยาบาล ซึ่งในที่นี้จะไม่พูดถึงการคลอดที่โรงพยาบาล แต่จะพูดถึงกรณีที่แม่คลอดที่บ้านกับหมอตายะหรือโต๊ะบิดนเท่านั้น



การเตรียมสถานที่คลอด

เรือนของชาวบ้านโดยทั่วไปมักเป็นเรือนไม้ และมีการยกระดับที่แตกต่างกันอย่างน้อย 3 ระดับ ระดับแรกคือระเบียบเรือน ระดับที่ 2 คือตัวเรือน ซึ่งสูงกว่าระดับแรก และระดับที่ 3 จะลดระดับลงไปเท่าระดับแรกจะเป็นส่วนที่เป็นครัวและอาจมีชานครัวต่ำระดับหรือระดับเดียวกันอีกก็ได้ สถานที่ที่จะคลอดมักอยู่ในระดับที่ 3 ซึ่งมีบริเวณกว้างพอที่จะใช้มาน้ำซักล้าง หรือใช้มุมหนึ่งซึ่งอยู่ตรงข้ามกับตำแหน่งทำครัวมาเป็นสถานที่สำหรับเกิดลูก ในวันที่แม่จะคลอดสามีของหญิงนั้นจะต้มน้ำใส่ถังเตรียมไว้ให้ รวมทั้งจะต้มน้ำร้อนไว้ให้หมอดำแยใช้ด้วย

การปฏิบัติระหว่างคลอด

การคลอดที่บ้านสำหรับสตรีที่เทพานี้ และเข้าใจว่าเป็นในพื้นที่อื่นๆ หญิงตั้งครรภ์รู้สึกอบอุ่นไม่โดดเดี่ยวเหมือนไปคลอดที่โรงพยาบาล เพราะสตรีที่จะคลอดจะนอนหนุนตักแม่ของตนเองหรือญาติผู้หญิงที่ใกล้ชิดมีหมอดำแยนั่งอยู่ข้างๆ คอยกอดท้องและบอกจังหวะให้แม่เบ่งคลอดและยังมีญาติผู้หญิงคนอื่น ๆ ที่มีบุตรแล้วแวดล้อมอยู่ใกล้ๆ อีกด้วย เป็นการให้กำลังใจแก่สตรีที่กำลังคลอดบุตร เป็นช่วงเวลาที่ทุกคนจดจ่อให้กำลังใจช่วยให้แม่ผ่านพ้นภาวะที่ถือว่าหนักหนาสาหัสสำหรับผู้หญิงคลอดบุตรทุกคน ในระหว่างนี้แม่ที่เป็นพุทธก็จะนึกถึงคุณพระให้คุ้มครองตนและลูกให้ปลอดภัย แม่ที่เป็นมุสลิมก็จะขอให้อัลเลาะห์คุ้มครองให้รอดปลอดภัยทั้งแม่ลูกเช่นกัน เมื่อเด็กพ้นช่องคลอดออกมาได้ทุกคนจะโล่งอกทันที รวมทั้งแม่เองก็ปลอบปล้ำที่ได้เห็นลูกที่เฝ้ารอคอยมานานระหว่างนี้หมอดำแยก็จะตัดสายสะดือเด็ก อาบน้ำให้เด็กด้วย น้ำมะพร้าวเพื่อให้ไขมันตามตัวออกให้หมด และตามด้วยสบู่อีกครั้งหนึ่ง เมื่ออาบน้ำให้เสร็จทารกน้อยจะถูกห่อด้วยผ้าอ้อมสีขาวห่อมิดชิดโผล่แต่ใบหน้า และวางลงในถาดซึ่งมีผ้าปูไว้เรียบร้อยญาติผู้หญิงจะคอยดูแลช่วยเหลือแม่ ให้ผลัดผ้าที่เปื้อนออก และอาบน้ำให้รวมทั้งให้ผลัดผ้าผืนใหม่ด้วย เมื่อแม่คลอดแล้วจะมีการนำกิ่งไม้ที่มีหนามมาปักใต้ถุนเรือนในตำแหน่งมีแม่คลอดเป็นการกันไม่ให้สิ่งไม่ดีต่าง ๆ เข้าไปทำร้ายเด็กได้ กรณีที่เป็นมุสลิม ทารกน้อยทั้งชาย-หญิง จะต้องผ่านพิธีอาซานเสียก่อน เป็นเหมือนการรับเด็กแรกเกิดให้เข้าอยู่ในศาสนาอิสลาม รายละเอียดเรื่องพิธีกรรมนี้จะอยู่ในรายงานอีกชุดหนึ่งต่างหาก รกที่ห่อหุ้มตัวเด็กในท้องนั้นเมื่อออกมาแล้ว หมอดำแยจะล้างทำความสะอาด โดยเชื่อว่าถ้าไม่ทำความสะอาดรกก่อนเด็กจะเป็นผื่น เป็นเม็ดคันทั้งตัว จากนั้นจะคลุกเกลือ ส้มแขก และขมิ้น ลงไปในรก และห่อผ้าซึ่งเป็นผ้าถุงเก่า ๆ ของแม่ ก่อนให้พ่อเด็กนั้นนำไปฝัง การใส่เกลือ ส้มแขกและขมิ้นนี้ มีคำอธิบายต่างกันไป บ้างว่าเป็นการป้องกันไม่ให้ทารกท้องขึ้นบ้างก็ว่าเป็นการป้องกันไม่ให้ผื่นขึ้น และกันไม่ให้สัตว์มาคุ้ยเขี่ย การนำรกไปฝังก็เชื่ออีกว่าอย่าออกแวกให้เดินตรงไป ณ ตำแหน่งที่จะฝังเลย เพราะกลัวลูกจะตาเหล่ตามคำโบราณว่าไว้ บ้างก็ว่าไม่ให้ฝังรกช่วงที่ลมกำลังพัดแรง เพราะกลัวว่าเด็กจะตกใจ ข้อมูลนี้ได้มาส่วนใหญ่จะให้นำรกไปฝังมีเพียงรายเดียวให้ข้อมูลว่า คนสมัยก่อนนำรกไปเผาเพราะเชื่อว่าเผาแล้วเด็กจะไม่เกิดอาการท้องขึ้น อย่างไรก็ตามเท่าที่สอบถามมาไม่มีใครเผารกนอกจากฝังเท่านั้น



การปฏิบัติตนหลังคลอด

การอาบน้ำหลังคลอด

สตรีหลังคลอดบุตรจะให้อาบน้ำอุ่น โดยต้มน้ำกับใบไม้ชนิดต่าง ๆ ซึ่งมีสูตรแตกต่างกันในแต่ละบ้าน บางบ้านใช้ใบกล้วยน้ำว้าต้มน้ำให้อาบบางบ้านใส่ใบชา ใบเตยหอม และตะไคร้ ในขณะที่บางบ้านใช้ใบกล้วย ใบขนุน ต้มรวมกันเพื่อให้แม่อาบ การอาบน้ำต้มน้ำที่ใส่ใบไม้ชนิดต่าง ๆ กันนี้เพื่อเป็นการดับกลิ่นคาวของหญิงหลังคลอด และเชื่อว่าดีต่อร่างกาย สตรีหลังคลอดจะอาบน้ำอุ่นที่ต้มจากใบต่าง ๆ เหล่านี้อยู่ 3 วัน การอาบน้ำแม่ห้ามนั่งยอง ๆ เพราะกลัวมดลูกจะเคลื่อน ในระหว่าง 3 วันนี้ โด๊สบีตันจะมานวดเนื้อตัวให้แก่แม่ด้วยน้ำมันมะพร้าว มีการหยิกเส้นเอ็นบริเวณใต้รักแร้เพราะเชื่อว่าเป็นเส้นเอ็นที่มีผลต่อการให้น้ำนมแม่ไหลดี บางคนก็นวดบริเวณอกเพื่อให้ น้ำนมออกดี การอาบน้ำมักเกิดขึ้นหลังการนวดเสร็จสิ้นแล้ว

การอยู่ไฟหลังคลอด

หมอด้ายหรือโตะบีตัน จะเป็นผู้ทำพิธีก่อไฟให้แม่อยู่ไฟ ส่วนพื้นเป็นหน้าที่ของสามีที่จะเตรียมหามาไว้ให้ล่วงหน้าก่อนคลอด ไม้พืนที่ใช้จะแตกต่างกันในแต่ละถิ่น สำหรับที่เทพาใช้ไม้ต้นโอ ไม้สน หรือไม้โก่งกาง อย่างใดอย่างหนึ่ง ไม้ที่ใช้ทำพืนสำหรับอยู่ไฟนี้ปกติต้องเป็นไม้ที่เมื่อจุดแล้วไม่มีควัน และความร้อนจะไม่แรงจนเกินไป แม่จะนอนอยู่บนแคร่ไม้อีกที่หนึ่ง โดยมากมักจะนุ่งโสร่งตัวเดียวนอนฟังไฟ เท่าที่สอบถามจากผู้ให้ข้อมูล หมอด้ายตั้งเตาไฟให้แม่อยู่ไฟนั้นจะมีข้าวสาร ด้ายดิบ เทียนไข เงิน 12 บาท (ไม่ใช่เงินที่ทำเครื่องประดับ) หมากพลู ทั้งหมดนี้เป็นการบูชาแม่เตาไฟ และบูชาครูด้าย ของทั้งหมดนี้วางไว้ใกล้ ๆ เตา เพื่อให้ निकภาพออกที่พูดว่าเตาไม่ใช่เตาอันโล่แบบที่ใช้กันในครัวเรือนสมัยก่อน แต่เป็นกระบะไม้ไผ่ดินและมีก้อนเส้าอยู่ตรงกลางและก่อพืนอยู่ในก้อนเส้าหรือเตานี้ บางครั้งใช้ปืบมาเจาะให้เป็นช่องสี่เหลี่ยมในส่วนความสูงของปืบนั่นและจับนอนไว้ตรงกลางกระบะใส่พืนไว้ ส่วนบนของปืบก็ใช้วางลูกประคบ (ผ้าห่อทราย) เพื่อนำมาประคบท้องของแม่หลังคลอด และบางครั้งก็ประคบท้องให้ลูกด้วย กรณีที่ลูกปวดท้องร้องโยเย ระยะเวลาการอยู่ไฟนั้นแตกต่างกันไปแล้วแต่บุคคล อาจเป็น 5 วัน 7 วัน หรือถ้านานกว่านั้นก็อาจเป็น 20,30 หรือ 40 วัน ก็แล้วแต่ความประสงค์ของหญิงนั้น ถ้าจะเลิกอยู่ไฟต้องเลิกวันคี่ คือวันที่ 5, 7, 21 หรือ 31 แล้วแต่ว่าจะอยู่กี่วัน เมื่ออยู่ไฟครบหมอด้ายผู้ที่ทำพิธีให้อีกตามเคย โดยใช้ไก่มาเชี่ยเป็นการดับไฟ (หมอด้ายอุ้มไก่มาเพื่อให้เชี่ยไฟ) และทำพิธีฝังลูกก้อนเส้า และจะขุดหลุมฝังเก้าอี้ที่เหลื่อจากการอยู่ไฟ และมีการล้างทำความสะอาดบริเวณอยู่ไฟทั้งหมด หลังจากนั้นก็จะจัดหมาก-พลู เงินค่าหมอ (แล้วแต่ให้) ข้าวเหนียวเหลือง ให้แก่โตะบีตันด้วย เสร็จพิธีเพียงเท่านี้





รูปที่ 8 การอยู่ไฟของหญิงคลอด ชาวทากษิณ

ความเชื่อเรื่องอาหารหลังคลอด

ความเชื่อเกี่ยวกับการกิน ไม่ใช่มีเฉพาะแกสตรี้มีครรภ์เท่านั้น แต่รวมไปถึงหลังคลอดบุตรด้วย มีความแตกต่างในอาหารที่กินระหว่างกลุ่มพุทธและมุสลิมอยู่บ้าง อาหารต้องห้ามสำหรับกลุ่มชาวไทยมุสลิมจะมีมากกว่ากลุ่มไทยพุทธ (ตารางที่ 6 และ 7)

ตารางที่ 6 อาหารต้องห้ามสำหรับสตรีหลังคลอด ในกลุ่มชาวไทยพุทธ อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา

ชนิด	ความเชื่อ
ห้ามกินเต่า ตะพาบน้ำ	เพราะแผลงถ้ากินแล้วจะหนาวสะท้านไปทั้งตัวอาจถึงตายได้
ห้ามกินหน่อไม้ ถั่ว	แผลงจะไม่หายดี ส่งผลถึงสายสะดือเด็กด้วย
ห้ามกินปลากระเบน นกปล้าว	มีผลต่อสายตาแม่ ต้องรอให้ลูกอายุ 1 ปี ถึงกินได้
ห้ามกินปลาตุก ปลาโอ ปลาชะโด	แผลง กินแล้วเกิดอาการคัน แผลหายยาก
บางคนห้ามกินปลาทุกชนิด น้ำปลา	กินแล้วเป็นลม อาเจียน เป็นอันตรายแก่แม่
ห้ามกินอาหารที่มีรสจัดเช่น แกงส้ม แกงเผ็ด	กลัวลูกท้องเสีย เพราะลูกกินนมแม่
ผลไม้บางชนิดห้ามกิน เช่น กลั้วย	เป็นของแผลง กินแล้วอาจเกิดอาการคางแข็ง ชักบ้างก็ว่ากินแล้ว
หอม ขนุน แตงโม ลองกอง	เกิดอาการวิงเวียนศีรษะ
ห้ามกินเนื้อวัว	ไม่ทราบแน่ชัด
ห้ามกินเห็ด 3 เดือนหลังคลอด	ไม่ทราบแน่ชัด
ห้ามกินหอย 7 เดือนหลังคลอด	กลัวมดลูกจะไม่แห้ง
ห้ามกินขนมจีน	เป็นของหมัก มีผลเสียต่อแม่
บางครอบครัวห้ามกินไก่ ไข่	กลัวว่าแผลงจะไม่แห้ง
ห้ามกินต้นหอม ผักชี	กินแล้วจะเกิดวิงเวียนศีรษะ

ตารางที่ 7 อาหารต้องห้ามสำหรับสตรีหลังคลอดกลุ่มชาวไทยมุสลิม พื้นที่อำเภอเทพา สงขลา

ชนิดอาหาร	ความเชื่อ
ห้ามกินปลาตุก ปลาโอ	เชื่อว่ามีพิษ กินแล้วจะตกเลือด
ห้ามกินเห็ด กินหอย	ไม่ทราบแน่ชัด รู้แต่ว่าคนแก่ ๆ ห้ามไว้
ห้ามกินผลไม้เย็นๆ เช่น กัลยง ขนุน	กินแล้วแม่จะชัก คางแข็ง
แตงโม เงาะ ห้ามกินเป็นเวลา 40 วันหลังคลอด	
ห้ามกินสัปะรด	เชื่อว่าจะทำให้แม่ตกเลือดได้
ห้ามกินผักทอง หน่อไม้ น้ำเต้า	เชื่อว่าเป็นผักที่ “เย็น” มีผลเสียต่อแม่

อาหารบางชนิดที่กลุ่มพุทธกินได้ในเวลาปกติ เป็นอาหารห้ามตามหลักการของศาสนาอิสลามอยู่แล้ว เช่น เต้า ตะพาน้ำ เป็นต้น ข้อห้ามการกินในกลุ่มมุสลิม ได้จากอาหารที่ให้สตรีหลังคลอดกินนั้น มีเพียงไม่กี่ชนิดเท่านั้น เช่น กินได้เฉพาะปลาที่ปรุงกับข้าวเท่านั้น หรืออาจนำปลาหมึกมาต้มก็ได้ หรือปลาชนิดอื่นที่ไม่แสดงปั้งกับพริกไทยเพื่อให้มีความร้อน อาหารประเภทโปรตีนมักทำให้ลูกดื่ยการปั้ง หรือ ย่าง เช่น ไก่ปั้ง เนื้อย่าง เป็นต้น นอกจากนี้สตรีหลังคลอดต้องกินน้ำอุ่น ชาวบ้านจะเรียกว่า น้ำต้ม

สำหรับอาหารของสตรีหลังคลอดบุตรในกลุ่มพุทธนั้น มักนิยมกินของที่ใช้ความร้อนแก่ร่างกาย เช่น ยำ ตะไคร้ พริกไทยคั่วบดละเอียด อาจนำมาผัดกับหมู หรือไก่ เชื่อว่าจะช่วยขับเลือดที่ไม่ดีที่ยังตกค้างอยู่ให้หมดได้ และยังมีผลไปถึงลูกด้วย เชื่อว่าสามารถแก้อาการลูกท้องขึ้น ปวดท้องได้ ของร้อนชนิดอื่นก็เช่น หมูผัดขิง หมูทอด หมูปั้ง เนื้อสัตว์ที่กำหนดให้กินนั้นส่วนใหญ่ คือ หมู และไก่ เมนูที่ติดปากสำหรับสตรีหลังคลอดคือ หมูผัดขิง และหมูผัดพริกไทย อาหารที่บำรุงก็คือ ไข่ นม ส่วนอาหารที่นิยมกินเป็นการช่วยเรียกน้ำนมทั้งกลุ่มพุทธและมุสลิม คือ แกงเลียง กัลยงน้ำ ปลีกกล้วยต้ม

ในกลุ่มพุทธนิยมกินยาสำหรับสตรีหลังคลอดบุตร คือ “ยาสตรีพิณภาค” เชื่อว่าช่วยขับน้ำคาวปลาได้ ในกลุ่มมุสลิมมีการกินยาสมุนไพรของจีนด้วย

การปฏิบัติตัวในเรื่องทั่ว ๆ ไป

นอกจากที่กล่าวมาแล้วทั้งหมด สตรีหลังคลอดใหม่ ๆ ยังมีข้อห้ามสำหรับแม่ไม่ใช่ไปบ้านคนอื่นหรือห้ามไปไหนมาไหน เพราะกลัวว่าเดินมากมดลูกจะล้ม เนื่องจากมดลูกยังไม่เข้าที่เข้าทาง อย่างไรก็ตามหลังคลอดก็ยังทำงานได้ แต่เป็นงานเบา ๆ การจะออกไปกรีดยางหรือทำงานในอาชีพที่เคยทำอยู่ก่อนนั้น ให้ทำได้หลังจากลูกมีอายุประมาณ 70 วัน

การมีเพศสัมพันธ์หลังคลอด จากการสนทนากลุ่ม มารดาส่วนใหญ่บอกว่าหลังคลอดไปแล้ว 40 วัน บางคนก็ว่า 100 วัน ถึงจะมีเพศสัมพันธ์กับสามีได้ตามปกติ ในบางสังคมมีกฎหมายห้ามการร่วมประเวณีระหว่างสามีภรรยาหลังการคลอดบุตรอย่างน้อย 1 ปี (ยศ สันตสมบัติ : 2534) อย่างไรก็ตามจากการสุ่ม ข้อมูลเพิ่มเติมจากแฟ้มของทุกหมู่บ้านทั้ง 62 หมู่บ้าน ของพื้นที่อำเภอเทพา ครอบคลุมทุกตำบลโดยสุ่มหาหมู่บ้านละ 1 แฟ้ม



เมื่อดูข้อมูลในส่วนการมีเพศสัมพันธ์หลังคลอด จากแม่ที่อยู่ในแฟ้มข้อมูลรวม 61 คนนั้น พบว่ามารดาหลังคลอดส่วนใหญ่มีเพศสัมพันธ์กับสามี เมื่อพ้น 40 วันไปแล้ว มีเพียงส่วนน้อยที่ทิ้งระยะห่างถึง 280 วัน ถึงจะมีเพศสัมพันธ์กับสามีได้ มีแม่ 14 รายที่บอกว่าระยะห่างที่จะมีเพศสัมพันธ์หลังคลอดได้อยู่ในช่วง 80 – 100 วัน เมื่อคำนึงถึงความกังวลของมารดาที่ต้องเลี้ยงดูลูกอ่อน และอาจจะไม่ต้องการมีบุตรถี่เกินไป ทำให้ต้องเว้นช่วงความสัมพันธ์ทางเพศนาน อย่างไรก็ตามจากการพูดคุยกับมารดาหลังคลอดบุตรในการสนทนากลุ่มนั้น ผู้หญิงเหล่านี้ยอมรับว่าผู้ชายจะอดใจไว้ไม่ได้ และไม่รอนานถึง 100 วันอย่างที่บางคนให้ข้อมูลมา

การดูแลตัวเองก็ได้แก่การระวังอย่าให้แผลอักเสบ มีการใช้กระเป๋าน้ำร้อนหรือลูกประคบ บางคนเรียกว่าก้อนเล้า วางไว้ที่ท้องเป็นประจำช่วยให้มดลูกแห้งเร็ว ทำเช่นนี้ประมาณ 20-40 วัน นอกจากนี้หลังคลอดยังห้ามไม่ให้สตรีนั้นตากฝน กราแดด เพราะกลัวว่าเลือดจะหวนกลับและเสียเลือดได้แต่ถ้าเลยเวลาไป 40 วันหลังคลอดแล้วก็ไม่สู้กระไรนัก อนึ่งสตรีหลังคลอดไม่ควรมีอาการเครียด เพราะกลัวว่าเลือดจะหวนกลับเกิดอาการชักได้

ข้อปฏิบัติอื่น ๆ ก็เช่น ห้ามสตรีหลังคลอดเย็บผ้า ดูโทรทัศน์ และอ่านหนังสือ เพราะกลัวสายตาจะเสีย และไม่ให้นั่งก้ม ๆ เงย ๆ เพราะกลัวจะหน้ามืด ล้มลงได้

ความเชื่อและข้อปฏิบัติในการอาบน้ำให้เด็ก

มารดาในโครงการวิจัยระยะยาวฯ ในพื้นที่อำเภอเทพา กรณีที่คลอดบ้านนั้น หมอตำแยจะเป็นผู้ที่ดูแลทำความสะอาดให้ อย่างไรก็ตามกรณีเด็กแรกเกิดจนถึงประมาณ 7 วัน หรือก่อนที่สะดือเด็กจะหลุด มารดาทุกคนรายงานว่าอาบน้ำอุ่นให้เด็ก เมื่ออาบเสร็จจะนำเด็กมาห่อตัวจนมิดชิด มีแต่ใบหน้าโผล่มาให้เห็นเท่านั้น การห่อตัวเด็กเช่นนี้ในภาษายาวีเรียกว่าการ “ดอง” โดยเชื่อว่าเด็กจะขาไม่โก่งเมื่อโตขึ้น และเป็นการให้ความอบอุ่นแก่เด็กด้วย



รูปที่ 9 การผูกข้อมือเด็กในพื้นที่อำเภอเทพา



รูปที่ 10 การโกนผมไฟในพื้นที่อำเภอเทพา

การให้นมบุตร

มารดาหลังคลอดบุตรทุกคนในพื้นที่เทพาจะให้ลูกกินนมแม่ “นํ้านมเหลือง” ซึ่งเป็นนํ้านมแรกของแม่นั้น จะไม่มีการบีบทิ้ง ให้ลูกกิน แต่การให้นมแม่แก่ลูกนั้น จะเริ่มที่นมข้างขวาก่อนเสมอ แล้วตามด้วยนมข้างซ้าย ด้วยเชื่อว่าข้างขวานั้นเหมือนกินข้าว ส่วนข้างซ้ายนั้นเหมือนกินน้ำ ลักษณะเช่นนี้ปฏิบัติกันเป็นส่วนใหญ่ มีแม่ที่เป็นตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้เพียง 2 รายเท่านั้นที่ไม่ได้พูดในลักษณะนี้ แต่จะให้ลูกกินนมทั้งสองข้าง เพื่อให้ขนาดของเต้านมเท่ากันไม่ใหญ่ข้างใดข้างหนึ่งเพียงข้างเดียว

สรุปอภิปรายผล

การศึกษาเรื่องประเพณี ความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอดและการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอดนี้ จะเริ่มตั้งแต่สตรีเหล่านั้นยังไม่ตั้งครรภ์ จะมีความฝันเข้ามาเกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ แม้ระหว่างตั้งครรภ์ก็ยังมีความฝันซึ่งเชื่อมโยงไปถึงเพศของบุตรในท้อง ระหว่างตั้งครรภ์ก็จะมีข้อห้ามในการปฏิบัติตัว ข้อห้ามในการกิน ข้อปฏิบัติต่าง ๆ ซึ่งทั้งหมดล้วนเกี่ยวข้องกับสุขภาพ ความสมบูรณ์ของแม่และลูกในท้อง และเป็นไปเพื่อให้คลอดลูกง่าย สตรีหลังคลอดก็ยังมีข้อปฏิบัติ ข้อห้ามทั้งเรื่องอาหารการกิน การปฏิบัติตัวในเรื่องต่าง ๆ เข้ามาเกี่ยวข้องอีก ด้วยความเชื่อว่าจะทำให้สุขภาพของสตรีหลังคลอดเป็นปกติโดยเร็ว รวมทั้งมีผลต่อการให้นมที่ดีกับบุตรด้วยข้อปฏิบัติต่าง ๆ ของสตรีที่เทพานี้อาจมีความแตกต่างกันบ้าง ในรายละเอียดของแต่ละครัวเรือน แต่เท่าที่ปรากฏตามข้อเขียนนี้เป็นปรากฏการณ์ทั่ว ๆ ไป ซึ่งมีการปฏิบัติสืบทอดกันมานานและเป็นเรื่องเฉพาะตามวัฒนธรรมของแต่ละท้องถิ่น อย่างไรก็ตามความเชื่อและการปฏิบัติตัวของมารดา ระหว่างตั้งครรภ์ การคลอด และหลังคลอดนั้น โดยภาพรวมเห็นได้ชัดเจนว่าภูมิปัญญาพื้นบ้านได้ช่วยให้แม่ตั้งครรภ์ทั้งหลายได้ระมัดระวังในเรื่องการกินอยู่ และการปฏิบัติตัวที่ดีอยู่แล้ว สิ่งที่ควรแนะนำและให้ความรู้แก่แม่เหล่านี้คือ เรื่องอาหารและโภชนาการ รวมทั้งการบำรุงรักษา สุขภาพ ทั้งเพื่อตนเองและบุตรที่จะเกิดมา อีกเรื่องที่มีผลต่อเด็กคือ การอาบน้ำให้เด็กอ่อนบ่อยๆ ตามความเชื่อจะทำให้เด็กสมบูรณ์แข็งแรงนั้น เรื่องนี้น่าจะได้มี

การพูดทำความเข้าใจและให้ความรู้ที่ถูกต้องแก่แม่ การอาบน้ำบ่อยๆ อาจมีผลต่อสุขภาพของทารกได้ทั้งทางบวกและลบ

บรรณานุกรม

เครือวัลย์ หุตานวัตร และคณะ. (2527). การศึกษาเบื้องต้นเกี่ยวกับอุปนิสัยการบริโภคอาหารของมารดาในระยะให้นมบุตร. โภชนสาร 18(4) : 274.

จุไรรัตน์ ลักษณะศิริ. (2534). ประเพณีการเกิดของชาวอีสาน. ใน คณะอนุกรรมการฝ่ายเอกสารและวิชาการเรื่องการเกิด มหาวิทยาลัยศิลปากร, ข้อมูลและบรรณนิทัศน์เกี่ยวกับการเกิด. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ธรา วิริยะพานิช, สมใจ วิชัยดิษฐ์ และอรพินท์ ทรงวิทย์ชุติ. (2527). “พฤติกรรมการกินของหญิงตั้งครรภ์ให้นมบุตรและการเลี้ยงดูทารกในชนบท จังหวัดอุบลราชธานี”, ในรายงานการประชุมปฏิบัติการเรื่องพฤติกรรมการกินของคนไทย. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527 : 76 –81.

พอล และอีเลน ลูวิส. (2528). หกเผ่าชาวดอย. (ศิริวรรณ สุขพานิช , ผู้แปล). เชียงใหม่ : หัตถกรรมชาวเขา.

มณฑิรา เขียวยิ่ง. (2534). พิธีกรรมอยู่ไฟในชนบทอีสาน. กรุงเทพฯ : โอ เอส พริ้นติ้งเฮ้าส์.

มัลลิกา คณานุรักษ์. (2530). รวมเรื่องน่ารู้ : ภาคใต้. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2530.

มานพ ถาวรวัฒน์สกุล. (2534). คัมภีร์ประณมจินดา : บทนำเสนอเบื้องต้นสำหรับศึกษาประเพณีการเกิดไทย. ใน คณะอนุกรรมการฝ่ายเอกสารและวิชาการเรื่องการเกิด มหาวิทยาลัยศิลปากร, ข้อมูลและบรรณนิทัศน์เกี่ยวกับการเกิด. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ยงยุทธ ชูแว่น. (2534). ประเพณีเกี่ยวกับการเกิดในวัฒนธรรมภาคใต้. ในคณะอนุกรรมการฝ่ายเอกสารและวิชาการเรื่องการเกิด มหาวิทยาลัยศิลปากร, ข้อมูลและบรรณนิทัศน์เกี่ยวกับการเกิด. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ยศ สันตสมบัติ. (2537). มนุษย์กับวัฒนธรรม. กรุงเทพฯ : ชมรมเด็ก.

ลลิตา ธีระสิริ และนิธราพร รุจนวิศาล. (2544). บำบัดโรคด้วยการแพทย์ทางเลือก. (พิมพ์ครั้งที่2). กรุงเทพฯ : บริษัทรีดเดอร์ส ไดเจสท์ (ประเทศไทย).

วรรณษา โชติธนานันท์. (2525). บริโภคนิสัยในระยะตั้งครรภ์ของมารดาในภาคเหนือของประเทศไทย. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วิฑูร โสถานนท์. (2528). สุขภาพดีถ้วนหน้าภายใน พ.ศ.2543 และการสาธารณสุขมูลฐาน. จุลสารสมาคมสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย ; 5 : 27-48.



สุรินทร์ ภูษจร. (2534). **ปรัชญาการเกิดจากหลักฐานทางโบราณคดี**. ใน คณะอนุกรรมการฝ่ายเอกสาร
และวิชาการเรื่องการเกิด มหาวิทยาลัยศิลปากร, ข้อมูลและบรรณนิทัศน์เกี่ยวกับการเกิด.

กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.บพที่ 4

สุวัฒนา เลี่ยมประวัติ. (2534). **ประเพณีการเกิดของชาวล้านนา**. ใน คณะอนุกรรมการฝ่ายเอกสาร
และวิชาการเรื่องการเกิด มหาวิทยาลัยศิลปากร, ข้อมูลและบรรณนิทัศน์เกี่ยวกับการเกิด.

กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

เสฐียรโกเศศ (พระยาอนุมานราชธน). (2520). **ประเพณีเก่าของไทย**. กรุงเทพฯ : บริษัทแพร่พิทยา.

เสฐียรโกเศศ. (2539). **ประเพณีเนื่องในการเกิด**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สยาม.



ภาคผนวก ก

แบบเก็บข้อมูล
ประเพณี พิธีกรรม และความเชื่อเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การคลอด
และการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด

ชื่อมารดา ชื่อเด็ก อายุ

ที่อยู่

แนวคำถาม

1. ในระหว่างการตั้งครรภ์ท่านมีความต้องการบริโภคอาหารแปลก ๆ หรือไม่อย่างไร เช่น อยากกินดินสืนวน
 อยากกินดินโป่ง เป็นต้น

.....

2. ก่อน / ในระหว่างตั้งครรภ์ท่านฝันหรือไม่ ถ้าฝันฝันเกี่ยวกับอะไร และมีความหมายอย่างไร เช่น ฝันได้
 เพชร ได้พลอย เชื่อว่าจะได้ลูกสาว ฝันได้ทอง เชื่อว่าจะได้ลูกชาย

.....

3. ในระหว่างตั้งครรภ์ท่านมีข้อห้ามอย่างไร

ประเด็นคำถาม	ข้อห้าม	ความเชื่อ
1. สถานที่	-	-
2. การบริโภค	-	-
3. การทำงาน		
4. การปฏิบัติตน		
5. ด้านไสยศาสตร์ความเชื่อ เรื่องผี		



4. ในระหว่างตั้งครรภ์ท่านมีข้อปฏิบัติอย่างไร

ประเด็นคำถาม	ข้อปฏิบัติ	ความเชื่อ
ข้อปฏิบัติขณะตั้งครรภ์	-	

5. การคลอด

5.2 คลอดที่โรงพยาบาล

5.2.1 การเตรียมตัว

.....

5.2.2 การปฏิบัติตนระหว่างคลอด

.....

5.2.3 การปฏิบัติตนหลังคลอด

.....

6. ท่านปฏิบัติอย่างไรเกี่ยวกับการตัดสายสะดือและฝังรกเด็ก

.....

7. ท่านมีความเชื่อและการปฏิบัติอย่างไรในการอาบน้ำเด็กแรกเกิด

.....

8. ท่านปฏิบัติอย่างไรกับเด็กหลังจากการอาบน้ำเด็กแรกเกิด (เช่น การร่อนกระด้าง การเข้ากระโจมและการครอบสุ่ม)

.....

9. ท่านปฏิบัติตนอย่างไรในระหว่างการอยู่ไฟ

.....

10. ท่านมีความเชื่อในการให้นมเด็กอย่างไร

.....

11. ท่านมีวิธีปฏิบัติอย่างไรเพื่อให้มีน้ำนม

.....

12. ในการดูแลเด็กก่อนท่านมีข้อปฏิบัติอย่างไร

.....

13. ในการดูแลเด็กก่อนท่านมีข้อห้ามอย่างไร

.....

14. ในการนำเด็กลงแปลท่านมีพิธีกรรมหรือข้อปฏิบัติอย่างไร

.....

15. ท่านมีพิธีสู่ขวัญเด็กหรือไม่ (เช่น สู่ขวัญวัน/สู่ขวัญเดือน)

.....

16. เมื่อเด็กมีปัญหาสุขภาพร้องไห้โยเย นอนไม่หลับ ชักกระตุกและตกใจง่ายท่านมีพิธีกรรมและการปฏิบัติอย่างไร

.....

17. ท่านมีวิธีการปฏิบัติและความเชื่ออย่างไรในการโกนผมไฟเด็ก

.....

18. ท่านมีความเชื่อในการไว้ผมและโกนผมเด็กอย่างไร (เช่น ผมจุก ผมแคะ ผมโก๊ะ ผมเปีย)

.....

19. ท่านมีการร้องเพลงกล่อมเด็กหรือไม่ ถ้ามีเนื้อร้องเป็นอย่างไร

.....

20. ท่านมีการพูดคุยหรืออ่านหนังสือให้ลูกฟังในระหว่างตั้งครรภ์หรือไม่ อย่างไร

.....