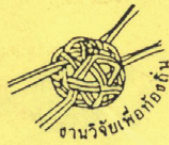


RDG 4250002



01-5431860

รายงานฉบับสมบูรณ์

โครงการการฟื้นฟูภูมิปัญญาและการขยายผลองค์ความรู้ในเป็น
ทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนของหมอนวดพื้นบ้าน

อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

โดย

นายสมบูรณ์ ทิพย์นัย และคณะ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย(สกว.)สำนักงานภาค

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.)

สถาบันวิจัย และพัฒนาสุขภาพภาคใต้ (วพส.)มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

วิทยาเขตหาดใหญ่



รายงานฉบับสมบูรณ์

โครงการการฟื้นฟูภูมิปัญญาและการขยายผลองค์ความรู้ในเป็น
ทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนของหมอนวดพื้นบ้าน

อ.เขษัยสน จ.พัทลุง

โดย

นายสมบูรณ์ ทิพย์นัย และคณะ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย(สกว.)สำนักงานภาค

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.)

สถาบันวิจัย และพัฒนาสุขภาพภาคใต้ (วพส.)มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

วิทยาเขตหาดใหญ่

สัญญาเลขที่ RDG47S0002

รายงานฉบับสมบูรณ์

โครงการการฟื้นฟูภูมิปัญญาและการขยายผลองค์ความรู้ในเป็น
ทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนของหมอนวดพื้นบ้าน

อ.เขษยสน จ.พัทลุง

โดย

นายสมบูรณ์ ทิพย์นัย และคณะ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย(สกว.)สำนักงานภาค

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.)

สถาบันวิจัย และพัฒนาสุขภาพภาคใต้ (วพส.)มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

วิทยาเขตหาดใหญ่

รายงานฉบับสมบูรณ์

โครงการการฟื้นฟูภูมิปัญญาและการขยายผลองค์ความรู้ในเป็น
ทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนของหมอนวดพื้นบ้าน

อ.เขษย์สน จ.พัทลุง

โดย

1. นายสมบูรณ์ ทิพย์นัย
2. นายพนม สังข์สินเลิศ
3. นายวัลลภ พรหมสังฆะหะ
4. นายประสิทธิ์ รามทิพย์
5. นางใจตนย์ ทองคง
6. นางสุพรรณิ ยีโชติช่วง

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย(สกว.)สำนักงานภาค

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.)

สถาบันวิจัย และพัฒนาสุขภาพภาคใต้ (วพส.)มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

วิทยาเขตหาดใหญ่

กิตติกรรมประกาศ

โครงการการฟื้นฟูภูมิปัญญาและการขยายองค์ความรู้ให้เป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนของหมอนวดพื้นบ้าน อำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง เป็นโครงการที่จัดทำขึ้นเพื่อสร้างกระบวนการเรียนรู้ ในการสร้างเสริมสุขภาพชุมชนร่วมกันโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นของหมอนวดพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน มาใช้เป็นสื่อทางเลือกในการดูแลสุขภาพร่วมกัน โครงการนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ก็เพราะได้รับการสนับสนุน และความร่วมมือ จากหน่วยงาน และองค์กรต่างๆทั้งในพื้นที่ และหน่วยงานองค์กรจากภายนอก ที่ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนงาน จนสำเร็จไปสู่เป้าหมาย และวัตถุประสงค์ของโครงการได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทางคณะทีมวิจัยต้องขอขอบคุณทุกๆองค์กรและหน่วยงานตลอดถึงกลุ่มผู้เกี่ยวข้องจากส่วนต่างๆในทุกระดับไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอขอบคุณ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) สำนักงานภาคที่ได้ให้การสนับสนุนงบประมาณและพี่เลี้ยงในการดำเนินงาน

ขอขอบคุณ สถาบันวิจัยและพัฒนาสุขภาพภาคใต้ (วพส.) มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ ที่ได้ให้การสนับสนุนทั้งงบประมาณและนักวิชาการมาช่วยในการขับเคลื่อนงาน

ขอขอบคุณ หมอนวดพื้นบ้านในอำเภอเขาชัยสนทุกท่านที่ได้ให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์กับทีมวิจัย

ขอขอบคุณ นายสวาท สังข์แสง สาธารณสุขอำเภอเขาชัยสน ที่ให้ความรู้ และให้การสนับสนุนเจ้าหน้าที่ฝ่ายวิชาการมาช่วยในการขับเคลื่อนงาน

ขอขอบคุณ นายวิศิษฐ์ ชูสง นายกองค์การบริหารส่วนโคกม่วง ที่ได้ให้การสนับสนุนทั้งงบประมาณและสถานที่ในการประชุม ตลอดถึงเจ้าหน้าที่ของ อบต.ทุกท่าน

ขอขอบคุณ นายกองค์การบริหารส่วนตำบลควรรูน ที่ได้ให้การสนับสนุนในเรื่องของสถานที่ และด้านอื่นๆ

ขอขอบคุณ นายกองค์การบริหารส่วนตำบลเขาชัยสนที่ได้ให้การสนับสนุนสถานที่ในการประชุม

ขอขอบคุณ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเขาชัยสน ที่ให้การสนับสนุนสถานที่ในการประชุม และนักวิชาการ

ขอขอบคุณ นางชุติมา หมวดสง เจ้าหน้าที่ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ ร.พ.เขาชัยสน

ขอขอบคุณ นางจามรี ไตรจันทร์ เกสร์กร โรงพยาบาลเขาชัยสน ที่ได้ร่วมกับทีมวิจัยและช่วยเหลือในการขับเคลื่อนงานที่ผ่านมา และต่อไปในอนาคต

ขอขอบคุณ ผู้อำนวยการ โรงเรียนเขาชัยสน ที่ได้ให้ความร่วมมือในเรื่องของสถานที่ และจัดแผนการเรียนการสอน เรื่องภูมิปัญญาหมอนวดพื้นบ้านให้นักเรียน โดยทีมวิจัยและหมอนวดพื้นบ้านเป็นวิทยากร

ขอขอบคุณ นายแพทย์ยอร์น จิระนคร นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพัทลุง ที่ให้เกียรติ เป็นที่
ปรึกษาโครงการ และ จัดทำเกียรติบัตร ให้แก่หมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน

ขอขอบคุณ นายแพทย์ปารกกรม วุฒิพงศ์ ที่ปรึกษาที่ได้ให้การสนับสนุนในการวิเคราะห์ข้อมูล

ขอขอบคุณ อาจารย์สมคิด ทองสง ที่ให้เกียรติ เป็นที่ปรึกษา และสนับสนุนกิจกรรมอย่างต่อเนื่องมา
ตลอด

ขอขอบคุณ นายสุนทร ทิพย์ศ ที่ปรึกษาด้านแพทย์แผนไทย

ขอขอบคุณ นายสุนทร คงทองสังข์ ที่ปรึกษาด้านวิชาการ

ขอขอบคุณ ประชาชน และผู้นำชุมชนในทุกพื้นที่อำเภอเขาชัยสนที่ได้ให้ความร่วมมือด้วยดีตลอด
ระยะเวลาในการทำงานของทีมวิจัย

คำนำ

ภูมิปัญญาของหมอนวดพื้นบ้านได้ถูกให้บริการในการดูแลสุขภาพของคนในชุมชนมาอย่างต่อเนื่อง และกว้างขวางเป็นที่ยอมรับ ได้มีการถ่ายทอด และพัฒนาสู่คน สืบทอดกันมาหลายรุ่น เป็นฐานความรู้ ที่มีการถ่ายทอดผ่านตัวบุคคล ด้วยวาจา และการปฏิบัติ เฉพาะตัวบุคคลที่มีความสนใจ ซึ่งเป็นเรื่องยากสำหรับการถ่ายทอด ผู้คนในยุคปัจจุบัน ทำให้ภูมิปัญญาเหล่านี้ กำลังจะถูกลืม และสูญหายไปจากชุมชน ทำให้กลุ่มหมอนพื้นบ้าน และชาวบ้านกลุ่มหนึ่งมีแนวคิดร่วมกันที่จะรื้อฟื้นเอาภูมิปัญญาเหล่านี้เพื่อนำมาใช้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพชุมชนตามความเหมาะสมในสังคมปัจจุบันอีกครั้ง และยังเป็นการอนุรักษ์ไว้ให้มีอยู่คู่ชุมชน การดำเนินงานในครั้งนี้ ได้ใช้กระบวนการของงานวิจัยท้องถิ่นมาใช้เป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนงานจนสามารถนำไปสู่ผลสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิภาพ

รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์เล่มนี้เนื้อหาในเล่มได้มีการรวบรวมผลของการดำเนินงานในขั้นตอนต่างๆ ของกระบวนการขับเคลื่อนงานวิจัย ทุกขั้นตอน ตั้งแต่เริ่มต้นของการทำงานจนจบขั้นตอนกระบวนการขับเคลื่อนงานในครั้งนี้ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ก็เพราะได้รับความร่วมแรงร่วมใจจากหน่วยงานและองค์กร รวมไปถึงชุมชนต่างๆ ในอำเภอเขาชัยสน ที่ได้เข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการทำงานจนสามารถลุล่วงไปได้ด้วยดี ทางคณะทีมวิจัย จึงขอขอบคุณทุกๆ หน่วยงาน องค์กรที่ได้ให้การสนับสนุนในครั้งนี้

ขอขอบคุณ

คณะทีมวิจัย

สารบัญ

หน้า

กิตติกรรมประกาศ	
คำนำ	ก
บทคัดย่อ	ข
บทที่ 1 บทนำ ความเป็นมา	1
วัตถุประสงค์	3
ผลที่คาดว่าจะได้รับ	4
บทที่ 2	
บริบทชุมชน และขอบเขตการวิจัย	5
บทที่ 3	
กระบวนการในการทำวิจัย	10
บทที่ 4	
สรุปผลที่เกิดขึ้นตามวัตถุประสงค์	40
ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นระหว่าง/และหลังจากการดำเนินงาน	42
ปัญหาอุปสรรคของการดำเนินงาน ในด้านต่างๆ	44
ภาคผนวก ก. ประวัติและองค์ความรู้ของหมอยาจำนวน 35 ท่าน	-
ภาคผนวก ข ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นของคณะที่ปรึกษางานวิจัย	
ภาคผนวก ค. ชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้านเขาชัยสน	--
ภาคผนวก ง ประวัติทีมวิจัย	

บทคัดย่อ

โครงการฟื้นฟูภูมิปัญญาและขยายผลองค์ความรู้ให้เป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนของหมอนวดพื้นบ้าน อำเภอเขาชัยสนจังหวัดพัทลุง เป็นงานวิจัยท้องถิ่นแบบมีส่วนร่วมระหว่าง ชุมชน หน่วยงาน และองค์กรต่างในอำเภอเขาชัยสน ที่ได้ร่วมกันขับเคลื่อนกระบวนการทำงานร่วมกัน โดยมีเป้าหมายหลัก ในการสร้างองค์ความรู้ เพื่อใช้ในการดูแลสุขภาพร่วมกัน โดยการนำเอาภูมิปัญญาของหมอนวดพื้นบ้านมาใช้ประโยชน์ตามความเหมาะสมกับสังคมปัจจุบัน การขับเคลื่อนงานในกระบวนการขั้นตอนของงานวิจัย ที่นำไปสู่ความสำเร็จ ทีมวิจัยได้ใช้กระบวนการต่างๆดังต่อไปนี้

กระบวนการสืบค้นข้อมูล

ทีมวิจัยได้ใช้วิธีการต่างๆ ในการสืบค้นข้อมูลจากหมอนวด ในเขตพื้นที่อำเภอเขาชัยสน จำนวน 35 คน โดยการลงพื้นที่ จดบันทึก ถ่ายภาพและการให้หมอนวดปฏิบัติให้ดู เป็นต้น เมื่อได้ข้อมูลมาแล้ว ทีมวิจัยก็ได้ใช้กระบวนการ วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้เวทีชุมชน หลายต่อหลายครั้ง เพื่อให้ชุมชนได้มีส่วนร่วมตั้งแต่ต้นให้มากที่สุด ผลจากการร่วมกันวิเคราะห์ข้อมูล ก็สามารถแยกกลุ่มประเภทของหมอนวดได้ 3 กลุ่ม ที่ให้บริการผู้ป่วยในปัจจุบัน ซึ่งแต่ละกลุ่มมีความรู้ความสามารถที่แตกต่างกันดังนี้

1. กลุ่มหมอนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา จำนวน 8 ท่าน
2. กลุ่มหมอนวดรักษาตามอาการทั่วไป จำนวน 17 ท่าน
3. กลุ่มหมอนวดตำยาพื้นบ้าน จำนวน 10 ท่าน

การศึกษาความพึงพอใจจากผู้ป่วยที่ใช้บริการกับหมอนวดพื้นบ้าน

การศึกษาความพึงพอใจของผู้ป่วยที่เคยใช้บริการกับหมอนวดพื้นบ้าน ทีมวิจัย ได้ลงพื้นที่ศึกษาข้อมูลจากผู้ป่วยในพื้นที่อำเภอเขาชัยสนจำนวน 100 คนโดยแบ่งประเภทของผู้ป่วยออกเป็น 3 กลุ่มดังนี้

1. กลุ่มผู้ป่วยจากอาการของโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา จำนวน 33 คน
2. กลุ่มผู้ป่วยที่มีอาการทั่วไป เช่น ปวดหลัง ปวดเอว ปวดเมื่อยตามร่างกาย จำนวน 33 คน
3. กลุ่มผู้ป่วยที่มีอาการเกี่ยวกับ มดลูก เช่น มดลูกเคลื่อน มดลูกไม่เข้าที่ จำนวน 34 คน

ผลจากการศึกษา ผู้ป่วยส่วนใหญ่ ต่างมีความพึงพอใจในการให้บริการของหมอนวดแต่ละคน ทั้งในด้านการรักษา วิธีการรักษา และการปฏิบัติตัวของหมอในช่วงของการรักษา

กระบวนการยกย่องชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้าน

หลังจากที่ได้มีการวิเคราะห์ข้อมูลของหมอนวด แต่ละท่าน แต่ละกลุ่ม แล้วการยกย่องชุดคู่มือการนวด ทีมวิจัยได้ใช้วิธีการประชุมกลุ่มย่อย กับหมอแต่ละกลุ่มเพื่อร่วมกันยกย่องชุดคู่มือการนวดเมื่อหมอแต่ละกลุ่มได้ร่วมกันยกย่องคู่มือ แต่ละกลุ่มออกมาก็สามารถใช้ในการนวดบำบัดรักษาโรคดังนี้

1. ชุดคู่มือการนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา
2. ชุดคู่มือการนวดรักษาตามอาการทั่วไป
3. ชุดคู่มือการดูแลแม่และเด็กก่อนคลอดและหลังคลอดโดยหมอดำแยพื้นบ้าน

กระบวนการวิเคราะห์ชุดคู่มือการนวด ก่อนนำไปปฏิบัติทดลอง

การวิเคราะห์ตรวจสอบชุดคู่มือการนวด ทั้ง 3 ชุด ทีมวิจัยได้ใช้กระบวนการจัดเวที วิเคราะห์ข้อมูลร่วมกัน โดยเปิดโอกาสให้ทุกฝ่ายที่มีความสนใจเข้าร่วมในการตรวจสอบวิเคราะห์ เพิ่มเติมในส่วนต่างๆของชุดคู่มือ ซึ่งในแต่ละครั้ง จะมีทั้งเจ้าหน้าที่จากสาธารณสุข เจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาล หมอพื้นบ้าน นักวิชาการ ผู้นำชุมชนในแต่ละพื้นที่ ที่ปรึกษาโครงการและพี่เลี้ยง หลังจากคู่มือการนวดแบบพื้นบ้านได้ผ่านการวิเคราะห์ตรวจสอบแล้วทำให้ชุดคู่มือได้รับการพัฒนาให้มีความสมบูรณ์มากขึ้น พร้อมทั้งจะนำไปปฏิบัติทดลองในแต่ละชุมชนต่อไป

ขั้นตอนและกระบวนการปฏิบัติทดลอง ชุดคู่มือการนวด ทั้ง 3 ชุด

การปฏิบัติทดลองชุดคู่มือการนวด ทีมวิจัยได้ใช้กระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนเป็นหลักโดยใช้วิธีการเปิดศูนย์บริการนวดสาธิตเคลื่อนที่ โดยใช้พื้นที่ 3 ตำบล คือตำบลโคกม่วง ตำบลเขาชัยสน และตำบลควนขนุน เป้าหมายหลักในการเปิดศูนย์บริการนวดมีดังนี้

1. เพื่อทดลองถึงประสิทธิภาพของชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้าน
2. เพื่อต้องการปรับปรุงในส่วนที่มีความบกพร่องของชุดคู่มือ
3. เพื่อประเมินถึงความพึงพอใจของผู้ป่วยที่มาใช้บริการนวดรักษา
4. เพื่อต้องการขยายผลองค์ความรู้ในการนวดสู่ชุมชน
5. เพื่อสร้างการยอมรับของชุมชนให้มีต่อหมอพื้นบ้านมากขึ้น
6. เพื่อต้องการพัฒนาหมอนวดพื้นบ้านให้มีความสามารถเพิ่มมากขึ้น
7. เพื่อหาแนวร่วมในการอนุรักษ์ฟื้นฟูหมอพื้นบ้านในแต่ละพื้นที่

สรุปผลจากการทดลองปฏิบัติชุดคู่มือ ทั้ง 3 ชุด

จากการเปิดศูนย์บริการนวดสาธิตทดลอง ในพื้นที่ต่างๆ ทำให้สามารถรู้ถึงประสิทธิภาพของชุดคู่มือการนวดทั้ง 3 ชุด ว่าสามารถใช้ในการนวดบำบัดอาการต่างๆได้ และสามารถมองเห็นจุดบกพร่องที่ต้องพัฒนาเพิ่มเติมเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์อย่างเต็มที่ ซึ่งก็มีเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่ต้องพัฒนาเพิ่มเติม ผลจากการเปิดบริการนวดเคลื่อนที่ สามารถให้บริการผู้ป่วยได้ 400 กว่าคน ผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่มาใช้บริการต่างมีความพึงพอใจในการใช้บริการในแต่ละครั้ง ทั้งในด้านการให้บริการ และวิธีการรักษาตลอดถึงความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมต่างๆในการให้บริการ มีทั้งการให้ความรู้ และการบำบัดรักษา

จากการขับเคลื่อนงานในกิจกรรมต่างๆเหล่านี้ สามารถสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นกับชุมชนได้อย่างมากมาย และสามารถประสานเชื่อมโยงให้ทุก ภาคส่วนได้มองคุณค่าของภูมิปัญญาท้องถิ่น และได้ให้ความร่วมมือในการสนับสนุนอย่างจริงจัง หมอพื้นบ้านได้รับการยอมรับจากชุมชนองค์กรและหน่วยงานต่างๆ มีคนรุ่นใหม่เข้ามาสืบทอดภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านมากขึ้น มีชุดคู่มือที่สร้างขึ้นจากองค์ความรู้ของบรรพชน และสามารถนำไปสู่การตอบคำถามงานวิจัยได้ และที่สำคัญชาวอำเภอเขาชัยสนทุกคนต่างมีความภาคภูมิใจที่สามารถรักษาภูมิปัญญาอันล้ำค่าของท้องถิ่นเอาไว้ให้ลูกหลานได้เรียนรู้และสืบทอดต่อไป

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมา

ด้วยที่มิจัยองค์ความรู้หมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน ได้ดำเนินงานวิจัยเบื้องต้นในโครงการที่ 1 “โครงการศึกษาความรู้หมอพื้นบ้านและสร้างเสริมสุขภาพชุมชนอำเภอเขาชัยสน จ.พัทลุง” โดยมีเป้าหมายในการจัดเก็บข้อมูลหมอพื้นบ้านที่มีอยู่ในอำเภอเขาชัยสน ในเรื่องของจำนวนหมอประเภทหมอประเภทหมอ ตำรายาสมุนไพร สมุนไพรที่ชาวบ้านนิยมใช้ สมุนไพรที่หายาก ตลอดจนการสอบถามความคิดเห็นของประชาชนทั่วไป เรื่องการดูแลสุขภาพและการรักษาโรคโดยหมอพื้นบ้าน ผลจากการดำเนินงานของที่มิจัย ได้จัดทำเก็บข้อมูลในภาคสนาม และเวทีวิเคราะห์ข้อมูลต่างๆ โดยใช้ระยะเวลา 5 เดือน เริ่มตั้งแต่เดือนกันยายน 2545 ถึง เดือนมกราคม 2546 โดยใช้พื้นที่ 5 ตำบล 56 หมู่บ้านในอำเภอเขาชัยสน และได้นำข้อมูลมาเสนอต่อสาธารณชน ได้ร่วมกันวิเคราะห์ในเวทีต่างๆ จำนวน 4 ครั้ง ซึ่งสามารถสรุปข้อมูลออกมาเป็นภาพรวมในแต่ละเรื่องที่จะนำมาตอบคำถามวิจัย เช่น จำนวนหมอพื้นบ้านที่ที่มิจัย สรุปรวมได้ 79 คน สามารถรักษาผู้ป่วยโดยใช้สมุนไพร รวมไปถึงพิธีกรรมควบคุมการรักษาได้จำนวน 55 คน การรักษาโดยการนวดและใช้สมุนไพรประกอบการนวดจำนวน 24 คน จำนวนสมุนไพรที่หายากในอำเภอเขาชัยสนมีมากถึง 48 ชนิด ได้สูตรยาสมุนไพร 113 สูตร ได้แนวทางฟื้นฟูหมอพื้นบ้านและสมุนไพร ฯลฯ และยังพบว่าประชาชนในอำเภอเขาชัยสนยังมีความต้องการ ดูแลรักษาสุขภาพและรักษาโรคโดยหมอพื้นบ้าน แต่ต้องมีการพัฒนาตัวหมอ และปรับปรุงในด้านต่างๆ ให้มีความเหมาะสมกับสถานการณ์ ในปัจจุบัน ข้อมูลบางอย่างก็ได้แนวทางที่นำมาใช้ในการดูแลสุขภาพได้ ข้อมูลบางอย่างที่มิจัยไม่สามารถเจาะลึกได้เนื่อง จากปัจจัยหลายๆ อย่างเข้ามาเกี่ยวข้อง ต้องมีการศึกษาข้อมูลเพิ่มเติม เพื่อสร้างความเข้าใจถึงวิธีการดูแลสุขภาพและการรักษาโรคของหมอพื้นบ้าน ให้ชาวบ้านเกิดความเชื่อมั่น มีความศรัทธาต่อหมอพื้นบ้านเพิ่มขึ้น และหันกลับมาใช้บริการกับหมอพื้นบ้านเพิ่มมากขึ้น

จากการขับเคลื่อนกระบวนการศึกษาเรียนรู้ และการรวบรวมองค์ความรู้หมอพื้นบ้านในช่วงที่ 1 ทำให้ที่มิจัยและองค์กรที่เข้าร่วมได้เรียนรู้วิถีชีวิตประเพณีวัฒนธรรม การดูแลสุขภาพ และการรักษาโรคโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น ทำให้องค์กรต่างๆ ที่เข้าร่วมเรียนรู้ได้มองเห็นถึงคุณค่าของหมอพื้นบ้านที่มีต่อชุมชนและสังคมอยู่มาก หมอพื้นบ้านเป็นแบบอย่างที่ดีสามารถสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตของคนในอดีต ไม่ว่าจะเป็นความรัก ความผูกพัน การช่วยเหลือเอื้ออาทร หมอพื้นบ้านส่วนใหญ่ได้รับการถ่ายทอดองค์ความรู้มาจากบรรพชน เพื่อต้องการช่วยเหลือผู้ที่มีความทุกข์ ทรมาณจาก

การเจ็บป่วย ให้อาการทุเลา หรือหายเป็นปกติโดยไม่คิดค่าตอบแทนใดๆ คนไข้ส่วนใหญ่เมื่อหายจากการเจ็บป่วยแล้ว หมอจะแนะนำให้เขาข้าวไปทำบุญที่วัด เพื่อระลึกถึงครูบาอาจารย์ หรือเพื่ยงตั้งราชในการให้ครูบาอาจารย์เป็นเงินเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ข้อมูลต่างๆได้นำมาวิเคราะห์โดยการมีส่วนร่วมจากหลายๆฝ่าย ทำให้หมอพื้นบ้านและสมุนไพรเป็นจุดสนใจของชุมชนต่างๆ สังเกตได้จากความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหลังจากการทำวิจัยในโครงการที่ 1 สิ้นสุดลง กลุ่มคนหลายๆ ภาคส่วน ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการผลักดันฟื้นฟูหมอพื้นบ้านและสมุนไพรร่วมกับทีมวิจัย มีทั้งโรงเรียน โรงพยาบาล กลุ่มต่างๆในชุมชน รวมไปถึง อ.บ.ค. ที่จะร่วมผลักดันในส่วนต่างๆตามความเหมาะสมของแต่ละองค์กร

ในส่วนของโรงเรียนได้เปิดโอกาสให้ทีมวิจัยและหมอพื้นบ้านเข้าไปมีบทบาทในการขยายความรู้ในเรื่องของหมอพื้นบ้านและสมุนไพรภายในโรงเรียน ซึ่งในขณะนี้ทีมวิจัย และหมอพื้นบ้านได้ดำเนินกิจกรรมในการฝึกสอน ให้ความรู้เรื่องการรณรงค์และการใช้สมุนไพรขึ้นพื้นฐานในการดูแลสุขภาพชุมชนจำนวน 2 โรงเรียน คือโรงเรียนวัดแหลมจองถนน ทำการสอนนักเรียนชั้น ป.5 และ ป.6 จำนวน 42 คน และโรงเรียนเขาชัยสนเป็นโรงเรียนระดับมัธยม ม. 1 ถึง ม.6 ทีมวิจัยและหมอพื้นบ้านไปเป็นวิทยากรบรรยาย เรื่อง สมุนไพรไทยในท้องถิ่น มีนักเรียนเข้าร่วมประมาณ 700 คนและโรงเรียนต่างๆ ที่มีความประสงค์จะให้นักเรียนได้ร่วมเรียนรู้ เรื่องการดูแลสุขภาพโดยวิธีการรณรงค์ หรือเรียนรู้เรื่องสมุนไพรในท้องถิ่น ทีมวิจัยและหมอพื้นบ้านก็พร้อมที่จะช่วยกันถ่ายทอดองค์ความรู้ให้ ในส่วนของชุมชน กลุ่มองค์กรต่างๆ ก็มีการติดต่อทีมวิจัยและหมอพื้นบ้านให้ไปทำการสอนสาธิต การรณรงค์พื้นฐาน จำนวน 2 หมู่บ้าน คือ หมู่ 10 ต.โคกม่วง และหมู่ 1 ต.ควนขนุน ซึ่งทีมวิจัยได้ดำเนินการไปแล้ว ในส่วนของโรงพยาบาลเขาชัยสนกำลังสร้างอาคารแพทย์แผนไทยขึ้นในโรงพยาบาล และมีกิจกรรมในการสร้างค่านิยมให้ชาวบ้านใช้การดูแลสุขภาพของหมอพื้นบ้าน โดยการลงพื้นที่ไปสาธิต การรณรงค์เพื่อสุขภาพขึ้นที่สถานีอนามัย 13 แห่งในอำเภอเขาชัยสนเพื่อให้ชาวบ้านได้เรียนรู้และมีความมั่นใจในการแพทย์พื้นบ้านมากขึ้น การสาธิตในแต่ละครั้ง ทีมวิจัยก็ได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมทุกครั้ง ในส่วนของ อ.บ.ค.ที่ได้เข้าร่วมกระบวนการเรียนรู้ ก็ได้เห็นความสำคัญของหมอพื้นบ้านและสมุนไพรมากขึ้น ซึ่งในแต่ละ อ.บ.ค. ก็มีการตั้งงบประมาณไว้สำหรับทำกิจกรรมในส่วนของ การสนับสนุนหมอพื้นบ้านและสมุนไพร แต่ยังขาดองค์กรที่จะเข้ามาดำเนินการเพื่อให้เกิดประโยชน์กับชุมชน โดยเฉพาะ อ.บ.ค. ควนขนุน ซึ่งได้เข้าร่วมกระบวนการเรียนรู้ กับทีมวิจัย และหมอพื้นบ้าน ได้มองเห็นความสำคัญของภูมิปัญญาท้องถิ่น เรื่องหมอพื้นบ้าน และได้สนับสนุนงบประมาณจำนวน 50,000 บาท เพื่อให้ทีมวิจัยและหมอพื้นบ้านในตำบลควนขนุน ร่วมกันดำเนินการในการถ่ายทอดภูมิปัญญาการรณรงค์และการใช้สมุนไพรประกอบการรณรงค์ และให้การสนับสนุนในส่วนของ การให้เกิดสวนสมุนไพรในระดับหมู่บ้าน จำนวน 6 หมู่บ้านในพื้นที่ตำบลควนขนุน เพื่อให้ชุมชนได้ใช้ประโยชน์และ

เพื่อขยายผลไปสู่ชุมชนอื่นๆต่อไป การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในแต่ละภาคส่วนที่กำลังให้ความสนใจ เรื่องของหมอพื้นบ้านและสมุนไพรในท้องถิ่นรวมไปถึงการสร้างสุขภาพแบบพึ่งตนเองและร่วมให้ความ สำคัญในการนำเอาองค์ความรู้ภายในท้องถิ่นนำกลับมาใช้ในการดำรงชีวิตประจำวันมากขึ้นงานวิจัย ในโครงการที่ 2 นี้ทีมวิจัย ได้นำเอาข้อมูลจากช่วงที่ 1 โดยเฉพาะบทสรุปแนวทางการฟื้นฟูหมอพื้นบ้าน และสมุนไพร นำมาวิเคราะห์ ก่อนที่จะทำการขับเคลื่อนงานวิจัย ในโครงการที่ 2 “โครงการฟื้นฟูภูมิ ปัญญาและขยายองค์ความรู้ให้เป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนของหมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัย สนาการ จ.พัทลุง”เพื่อให้เกิดความเหมาะสมกับสถานการณ์ ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ซึ่งพอสรุปได้ว่า หลายภาคส่วน ได้มีความสนใจที่จะร่วมกันเรียนรู้ในเรื่องต่างๆ ที่เกี่ยวกับองค์ความรู้ของหมอพื้น บ้านและสมุนไพร

จากข้อมูลงานวิจัย ในโครงการที่ 1 เมื่อนำมาวิเคราะห์แล้วข้อมูลส่วนใหญ่ยังไม่สามารถนำไป ใช้ประโยชน์ในการที่จะให้ทุกภาคส่วน ได้เรียนรู้ และนำไปใช้ได้เพราะข้อมูลส่วนใหญ่เป็นเพียงข้อมูล พื้นฐานที่ยังไม่ได้เจาะลึกลงไปถึงแก่นแท้ขององค์ความรู้ของหมอแต่ละคนได้อย่างชัดเจนลงไปมากนัก งานวิจัย ในโครงการที่ 2 นี้ทีมวิจัยจำเป็นต้องศึกษาข้อมูลในเชิงลึกของหมอพื้นบ้านแต่โดยทีมวิจัย จะ ทำการศึกษาข้อมูลเชิงลึกของหมอพื้นบ้านที่ใช้วิธีการนวดและการใช้สมุนไพรประกอบการนวด ตลอด ถึงผลการบำบัดรักษาโรคโดยการนวดจากผู้ป่วยที่มารับบริการกับหมอนวด ประเพณีวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้อง และการปฏิบัติตนหลังจากได้รับการรักษา การศึกษาข้อมูลทั้งหมดนี้ ทีมวิจัย หมอพื้นบ้าน รวมไปถึง องค์การต่างๆจะต้องร่วมกันศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลต่างๆร่วมกัน เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความสมบูรณ์มากที่สุด เพื่อนำมาสร้างเป็นชุดองค์ความรู้ ในการนำไปขยายผลสู่ชุมชนและองค์กรต่างๆ ได้ใช้ประโยชน์ใน การดูแลสุขภาพ และการสร้างเสริมสุขภาพร่วมกันตามความเหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาข้อมูลเชิงลึกขององค์ความรู้หมอพื้นบ้านที่ใช้วิธีการนวด และการใช้สมุนไพรประกอบการนวด
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจจากผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษากับหมอนวดพื้นบ้าน
3. เพื่อจัดทำชุดคู่มือในการนวดดูแลสุขภาพ และการบำบัดรักษาโรคด้วยวิธีการนวดและใช้สมุนไพรประกอบ
4. เพื่อหาแนวทางรูปแบบการใช้องค์ความรู้และขยายผลองค์ความรู้หมอพื้นบ้านโดยการนวด และการใช้สมุนไพรประกอบการนวด
5. เพื่อหาแนวร่วมในการอนุรักษ์ฟื้นฟูหมอพื้นบ้านไปสู่การยอมรับของชุมชนในอำเภอเขาชัยสน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ข้อมูลองค์ความรู้ของหมอพื้นบ้านที่ใช้วิธีการนวด ดูแลสุขภาพและการบำบัดรักษาโรค
2. ได้คู่มือการนวดรักษาสุขภาพ และรักษาโรค แบบพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน
3. ได้แนวทางการขยายผลองค์ความรู้ ในการนวดพื้นบ้านสู่ชุมชน
4. เกิดกลไกความร่วมมือในการอนุรักษ์ พื้นฟูหมอพื้นบ้านไปสู่การยอมรับของชุมชน

ขอบเขตการวิจัย มี 3 พื้นที่

- ตำบลโคกม่วง
- ตำบลเขาชัยสน
- ตำบลควนขนุน

ระยะเวลาในการดำเนินงาน 12 เดือน

1 ธ.ค.2546 ถึง 30 พ.ย.2547 และได้ขอขยายเวลาดำเนินงานต่อเนื่องจนถึงพฤศจิกายน 2548

บทที่ 2

บริบทชุมชน และขอบเขตการวิจัย

อำเภอเขาย้อย เป็นอำเภอหนึ่งของจังหวัดพัทลุงที่มีประวัติความเป็นมาที่ยาวนาน มีหลักฐานทางภูมิศาสตร์ที่เคยรุ่งเรืองทางวัฒนธรรมเก่าแก่หลายอย่างที่บ่งบอกถึงชนบทร่มเย็น ประเพณีต่างๆของสังคมยุคเก่านั้น เช่นมีเจดีย์วัดเขียนบางแก้ว ร่องรอยคูเมืองเก่าสถานที่ตั้งตัวเมืองเดิมของพัทลุง มีบ่อน้ำร้อนถ้ำเขาย้อย ที่ประชาชนใช้อาบเพื่อบำบัดโรคตามความเชื่อของชุมชน

ประชากร

อำเภอเขาย้อยมีประชากรประมาณ 38,511 คน จาก 8,531 ครัวเรือน ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม การนับถือศาสนา มีประชาชนที่นับถือศาสนาพุทธประมาณ 90% ส่วนที่เหลือนับถือศาสนาอิสลามประมาณ 10 % เป็นที่น่ายินดีว่าประชาชนทั้งสองศาสนาอยู่กันแบบพึ่งพาอาศัยกันซึ่งกันและกันเสมอมาไม่มีปัญหาความขัดแย้งเลย

อำเภอเขาย้อยมีพื้นที่ประมาณ 400 ตารางกิโลเมตร มีอาณาเขตทิศเหนือจดอำเภอเมืองพัทลุง ทิศใต้จด อำเภอบางแก้ว และ อำเภอตะโหมด ทิศตะวันตกจดอำเภอกงหรา และ อำเภอเมือง ทิศตะวันออกจดทะเลสาบสงขลา

การปกครอง

แบ่งเป็น 5 ตำบล คือ ตำบลเขาย้อย ตำบลโคกม่วง ตำบลควนขนุน ตำบลห่านโพธิ์ ตำบลจองถนน มีองค์การส่วนตำบล 5 องค์การ กับ 1 เทศบาล คือเทศบาลตำบลเขาย้อย มีโรงพยาบาลชุมชนขนาด 30 เตียง 1 แห่ง ที่ตั้งหมู่ที่ 3 ตำบลเขาย้อย หลังที่ว่าการอำเภอเขาย้อย ประมาณ 300 เมตร

แผนที่ อำเภอเขาย้อย จังหวัดพัทลุง



อำเภอตะโหมด

- == ทางหลวง หมายเลข 4
- ถนนลาดยาง
- ถนนรถไฟ
- ⊖ เขาย้อย
- △ ที่ว่าการอำเภอ
- ๗ อนามัย
- ๘ โรงเรียน

ลักษณะทางด้านภูมิศาสตร์ของอำเภอเขาชัยสน

เป็นพื้นที่ราบลุ่ม จากทิศตะวันออกจรดทะเลสาบสงขลา ไปจดแนวรอยต่อ กับอำเภอกงหรา ซึ่งเป็นพื้นที่เนินราบสลับเนินควน ทางทิศตะวันตก ตามลักษณะความแตกต่างของพื้นที่นี้เองที่เป็นที่มาของการประกอบอาชีพที่แตกต่างกันของประชาชน ซึ่งพอจะประมาณการได้ดังนี้ กลุ่มหมู่บ้านที่อยู่ใกล้ทะเลสาบสงขลา ประกอบอาชีพทำประมงและทำนา กลุ่มหมู่บ้านที่อยู่แถบกลางจะประกอบอาชีพทำนาเป็นส่วนใหญ่ กลุ่มหมู่บ้านที่อยู่แถบเนินควนทางทิศตะวันตกจะประกอบอาชีพทำสวนเป็นหลัก การทำนาเป็นอาชีพรอง ผลจากการประกอบอาชีพดังกล่าวนี้มีความเปลี่ยนแปลง คือประชาชน ต้องลงทุนค่อนข้างสูง แต่มีรายได้น้อย ทำให้ส่วนใหญ่มีฐานะยากจนมีหนี้สินเพิ่มขึ้น ประกอบกับสภาวะวิกฤติทางเศรษฐกิจของประเทศ ที่ตกต่ำต่อเนื่อง ส่งผลให้ประชาชนที่ยากจนต้องดิ้นรนหาเลี้ยงชีพด้วยความเร่งรีบ มีเวลาให้กับการดูแลสุขภาพครอบครัวและสุขภาพตนเองน้อย

ประเพณี และวัฒนธรรม

ชาวอำเภอเขาชัยสนที่มีการรวมตัวของชุมชน ปฏิบัติสืบทอดกันมานานเช่น ประเพณีทำบุญเดือนสิบ เป็นพิธีการจัดแบบพื้นบ้านดั้งเดิม เมื่อถึงวันขึ้น 15 ค่ำ เดือนสิบของทุกปี จะมีการจัดทำขนมเดือนสิบมี ขนมลา ขนมพอง ขนมบ้า ขนมแบ้ม ขนมเทียน จัดเป็นสำรับไปทำบุญ ที่วัดเป็นพื้นที่ดั้งเดิมของเครือญาติแต่ละสกุล จะเป็นการรวมญาติแบบหนึ่ง ที่ทำให้เกิดความสามัคคีในญาติพี่น้อง ประเพณีทำบุญชักพระ เป็นการทำบุญในวันพระออกพรรษา วันแรม 1 ค่ำ เดือน 11 ของทุกปี ประเพณีนี้จะจัดขึ้นที่วัดจะมีประชาชนเข้าร่วมชักพระไปตามชุมชน

การดูแลสุขภาพสุขภาพ

จากการบอกเล่าถึงการดูแลสุขภาพสุขภาพของคนชุมชนในอดีต ทุกชุมชนหมู่บ้านในอำเภอเขาชัยสนมีหมอพื้นบ้าน 4 ประเภท คือหมอสุมไพร หมอนวด หมอตำแย และหมอพิธีกรรม โดยเฉพาะหมอพิธีกรรมจะมีจำนวนมากเพราะเกี่ยวข้องกับการทำพิธีกรรมของคนตั้งแต่เกิดจนตายด้วยขาดสถานพยาบาลในพื้นที่ และการคมนาคมไม่สะดวกในการเข้ารับการรักษาในเมืองชาวบ้านต้องพึ่งตนเองและพึ่งหมอพื้นบ้านดังกล่าว อย่างไรก็ตามกรณีผู้ป่วยหนักญาติจะพาไปรักษาที่โรงพยาบาลพัทลุง

ช่วงประมาณปี 2518 เริ่มมีสถานอนามัยในทุกตำบลประกอบกับกฎหมายไม่อำนวยความสะดวกพื้นบ้านเปิดบริการรักษาพยาบาลอย่างถูกต้องตามกฎหมายได้ ส่งผลให้บทบาทของหมอพื้นบ้านในพื้นที่ลดจำนวนลงเรื่อยมา

สำหรับการพัฒนาการสาธารณสุขชุมชนในพื้นที่อำเภอเขาชัยสนที่ผ่านมา ประมาณปี 2536 ได้มีการจัดตั้งอาสาสมัครสาธารณสุขทั้งระดับหมู่บ้านและระดับตำบล ส่วนหนึ่งการทำงานของ อสม.ได้สัมพันธ์กับหมอพื้นบ้านและส่งเสริมสนับสนุนการปลูกและใช้สมุนไพร และในปี 2542 ได้มีการจัดตั้งกองทุนสวัสดิการชุมชนในทุกหมู่บ้าน เน้นการช่วยเหลือผู้บริการ ผู้ยากไร้ และผู้สูงอายุ และการเปิดบริการนวดในสถานพยาบาลเริ่มที่โรงพยาบาลเขาชัยสนเมื่อปี 2541 และขยายบริการ ต่อมาจนถึงปัจจุบันอีก 2 แห่งคือ สถานีอนามัยท่าควาย และสถานีอนามัยนาหย้า

อาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนยังเป็นกลไกสำคัญในการทำงานพื้นที่ด้านสุขภาพมีการ เชื่อมโยงกันโดยการสนับสนุนของเจ้าหน้าที่อนามัยบ้าง จากชุมชนรวมตัวกันเองบ้าง ด้วยความผูก พันดังเครือญาติ เมื่อยามใดที่มีปัญหาในด้านต่าง ๆ ก็จะมีการช่วยเหลือและสนับสนุนกันอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในด้านของการดูแลสุขภาพชุมชนที่มีทำกันอยู่อย่างต่อเนื่องมาโดยตลอด ไม่ว่าจะเป็น การดูแลสุขภาพแบบสมัยใหม่ และการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้ในการดูแลสุขภาพแบบมี ส่วนร่วม

การขับเคลื่อนงานวิจัยเชิงปฏิบัติการในครั้งนี้ ทีมวิจัยได้กำหนดพื้นที่ในการขับเคลื่อนงาน เอาไว้ใน 3 ตำบล ด้วยข้อจำกัดของทีมวิจัยและประกอบกับหมอนวดพื้นบ้านส่วนใหญ่จะอาศัยอยู่ ในพื้นที่ 3 ตำบล คือตำบลโคกม่วง ตำบลควนขนุน ตำบลเขาชัยสนประกอบกับการเคลื่อนงาน วิจัยที่ผ่านมาการเคลื่อนไหวกระบวนการในแต่ละพื้นที่จะมีเครือข่าย และภาคี พันธมิตร ที่ให้ การยอมรับทีมวิจัย และทีมหมอพื้นบ้านมากกว่า อย่างไรก็ตาม ก็ยังมีหมอพื้นบ้านจากตำบลอื่นๆ เข้าร่วมกิจกรรมอยู่ด้วย เช่น ตำบลห่านโพธิ์ ซึ่งมีหมอนวดพื้นบ้านที่สนใจเข้าร่วมในการขับเคลื่อนงานมาโดยตลอด ในส่วนของผู้ป่วยก็ยังใช้โอกาสนี้มาใช้บริการในช่วงที่มีการดำเนินงานกัน มากมาย ด้วยความเชื่อถือ และศรัทธาด้วยเหตุผลเหล่านี้ ทีมวิจัย จึงได้เลือกเอาพื้นที่ 3 ตำบล นี้มาเป็นพื้นที่หลักในการดำเนินงาน

บทที่ 3

กิจกรรมกระบวนการในการทำวิจัย

3.1 ประชุมเตรียมและทำความเข้าใจก่อนปฏิบัติการ

โครงการการฟื้นฟูและขยายผลองค์ความรู้ให้เป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนของหมอนวดพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจาก สกว.สำนักงานภาค เมื่อเดือนธันวาคม 2546 หลังจากได้รับงบประมาณแล้ว ทีมวิจัยก็ได้มีการประชุมทีมเพื่อเตรียมความพร้อม และร่วมกันวางแผนในการดำเนินงาน การประชุมทีมวิจัยในครั้งนี้ สมาชิกในทีมวิจัยส่วนมากได้เสนอความคิดเห็นว่าในช่วงของเดือนธันวาคมของทุกปี ในภาคใต้จะเป็นช่วงหน้าฝน ซึ่งรวมถึงจังหวัดพัทลุงด้วยที่ต้องประสบสภาวะฝนตกหนัก ถ้าให้มีการขับเคลื่อนงานในช่วงนี้ก็จะทำให้มีปัญหาอุปสรรคในการทำงานอย่างแน่นอน ไม่ว่าจะเป็นการเดินทางลงพื้นที่เป้าหมาย หรือกลุ่มเป้าหมายเองก็คงจะไม่สะดวกในการให้ข้อมูลต่างๆ กับทีมวิจัยได้อย่างเต็มที่ นอกจากนี้ยังมีปัญหาอื่นๆ อีกมากที่ส่งผลกระทบต่อการทำงานของทีม ทำให้งานออกมาไม่ค่อยมีประสิทธิภาพอย่างเต็มที่ ในการประชุมทีมวิจัย ครั้งนี้จึงมีความเห็นร่วมกันว่า ให้มีการเลื่อนระยะเวลาในการทำงานออกไปอีกสักระยะหนึ่งเพื่อรอให้ช่วงหน้าฝนผ่านพ้นไปก่อนจึงค่อยเริ่มทำงาน

เดือนมกราคม 2547 ประมาณกลางเดือนช่วงหน้าฝนก็ได้ผ่านพ้นไป เหตุการณ์ต่างๆ เข้าสู่สภาวะปกติ การดำเนินงานวิจัยก็ได้เริ่มต้นขึ้นอย่างเป็นทางการ โดยการประชุมทีมวิจัย ที่เลี้ยงและที่ปรึกษาเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อม และทบทวน ถึงเป้าหมายในการทำงานร่วมกันใหม่อีกครั้ง รวมไปถึงการจัดแบ่งบทบาทหน้าที่ในการทำงานร่วมกัน การแบ่งบทบาทหน้าที่ในการทำงาน ถือว่าเป็นเรื่องสำคัญในการทำงานเป็นทีม ต้องเน้นความสามารถและความถนัดของแต่ละคนเป็นหลัก เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากที่สุด โดยเฉพาะการทำงานในครั้งนี้นี้จะมีทั้งทีมวิจัย ที่เคยทำงานร่วมกันมาแล้วในโครงการที่ 1 และในโครงการที่ 2 นี้ ก็ได้มีทีมงานที่เข้ามาร่วมงานใหม่ อีก 3 คน การทำงานร่วมกันจึงต้องเน้นการทำความเข้าใจถึงวิธีการทำงานและกติกาในการอยู่ร่วมกัน โดยใช้ประสบการณ์ของทีมที่เคยมีประสบการณ์ในการทำงานมาก่อน เป็นตัวช่วยในการทำความเข้าใจกับทีมวิจัยที่เข้ามาร่วมงานใหม่ให้เรียนรู้งานวิจัยท้องถิ่นได้มากขึ้น เมื่อมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จนเข้าใจแล้ว ก็เริ่มการวางแผนในการทำงานตามขั้นตอนในแต่ละกิจกรรมต่อไป

3.2 กิจกรรมจัดเวทีทำความเข้าใจกลุ่มผู้เกี่ยวข้องในการขับเคลื่อนงาน

การจัดเวทีประชุมเพื่อทำความเข้าใจ และชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ในการดำเนินงานตามโครงการ ให้ผู้เกี่ยวข้องในแต่ละส่วนได้รับรู้ ก็เป็นเรื่องสำคัญที่ต้องมีการทำความเข้าใจก่อนจะมีการปฏิบัติงานในแต่ละพื้นที่ เพื่อให้เกิดความสะดวกในการทำงาน รวมไปถึงความร่วมมือจากชุมชน ซึ่งการจัดเวทีประชุมในครั้งนี้ได้จัดให้มีขึ้นที่ ห้องประชุมอาคารอเนกประสงค์ของโรงพยาบาลเขายายสอ มีกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมเวทีประมาณ 50 กว่าคนที่มาจากส่วนต่างๆในแต่ละตำบล เช่น หมอพื้นบ้าน เจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาล เจ้าหน้าที่จากสถานีอนามัย ครู-นักเรียน อบต. ในแต่ละพื้นที่ และผู้นำชุมชน ทีมวิจัย รวมไปถึงที่ปรึกษาในด้านต่างๆของโครงการ ได้เข้าร่วมประชุมอย่างพร้อมเพรียง

ผลสรุปในการจัดเวที

1. ผู้เข้าร่วมประชุมมีความเข้าใจในเป้าหมายของการจัดทำโครงการวิจัย
2. ผู้เข้าร่วมเวทีให้การสนับสนุนและเห็นด้วยกับการทำวิจัย
3. ได้อาสาสมัครที่จะเข้าร่วมทำงานกับทีมวิจัย ซึ่งเป็นนักเรียนจากโรงเรียนวัดท่าควาย หมู่ที่ 5 ตำบลโคกม่วง อำเภอเขายายสอ
4. ได้แนวร่วมในการขับเคลื่อนงานในพื้นที่ 3 ตำบล คือตำบลโคกม่วง ตำบลควนขนุน ตำบลเขายายสอ

3.3 กิจกรรมประชุมทำความเข้าใจอาสาสมัคร

หลังจากจัดเวทีประชุมทำความเข้าใจกลุ่มเป้าหมายที่เกี่ยวข้องในการขับเคลื่อนงานแล้ว ทีมวิจัยก็ได้เข้าไปทำกิจกรรมร่วมกับเด็กนักเรียนที่เป็นอาสาสมัคร ซึ่งเป็นนักเรียนชั้น ม.1 ของโรงเรียนวัดท่าควายเป็นโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในหมู่ที่ 5 ตำบลโคกม่วง การทำกิจกรรมในโรงเรียนทางผู้อำนวยการของโรงเรียนได้เปิดโอกาสให้ทีมวิจัย และพี่เลี้ยงของโครงการได้เข้าไปมีส่วนร่วมในการสร้างกระบวนการเรียนรู้ในการทำงานวิจัยท้องถิ่น และสร้างจิตสำนึกให้เด็กมีความรักท้องถิ่น อนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่มีอยู่ในชุมชน รวมไปถึงหมอพื้นบ้านด้วย เมื่อทำความเข้าใจกับนักเรียนเรียบร้อยแล้ว ทีมวิจัย และอาสาสมัครที่เป็นนักเรียนประมาณ 10 กว่าคนก็ได้ร่วมกันคิดหาวิธีการในการลงพื้นที่ศึกษาข้อมูลจากของจริง โดยกำหนดแผนการลงพื้นที่ร่วมกันในช่วงวันเสาร์ และวันอาทิตย์ ซึ่งเป็นวันหยุดของนักเรียน ก่อนทำการลงพื้นที่ที่ก็ต้องมีการเตรียมเครื่องมืออุปกรณ์ในการจัดเก็บข้อมูลจากหมอนวดพื้นบ้านแต่ละ

คน เมื่อร่วมกันคิดค้นหาเครื่องมือในการเก็บข้อมูลแล้วก็สามารถคิดวิธีการเก็บข้อมูลโดยใช้อุปกรณ์ต่างๆดังต่อไปนี้

1. แบบฟอร์มอย่างไม่เป็นทางการเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์หมอนวดที่บ้าน
2. กล้องถ่ายรูป เพื่อความแม่นยำในขณะที่ยกกำลังสถิติวิธีการนวด
3. สมุดบันทึกประจำตัวของนักวิจัยแต่ละคน
4. การใช้ภาพถ่ายรูปคน เพื่อสำหรับลงจุดการนวดและแนวนวดที่สำคัญ
5. การใช้ตุ๊กตาและเข็มหมุดเพื่อลงจุดการนวด
6. การใช้ตัวของนักวิจัยเป็นหุ่นทดลองให้หมอนวดทดลองนวด

3.5 ลงพื้นที่ศึกษาข้อมูลหมอนวดที่บ้าน

เมื่อทุกอย่างมีความพร้อมในทุกๆด้านแล้ว ทีมวิจัยและอาสาสมัครรวมประมาณ 16 คนก็ได้เริ่มปฏิบัติหน้าที่ในการลงพื้นที่เก็บข้อมูล โดยแบ่งออกเป็น 3 ทีม ซึ่งแต่ละทีมจะประกอบไปด้วย ทีมวิจัย 2 คน อาสาสมัคร 3 คน พื้นที่เป้าหมายในการเก็บข้อมูลก็จะใช้พื้นที่ของ หมู่ที่ 5- 6 – 12 – 14 ซึ่งเป็นพื้นที่หมู่บ้านใกล้ๆกับโรงเรียน และเป็นชุมชนที่เด็กนักเรียนอาศัยอยู่และมีความคุ้นเคยเป็นอย่างดีในการลงพื้นที่แต่ละครั้งที่มีอาสาสมัครร่วมด้วย ทีมวิจัยก็ได้ขออนุญาตทั้ง พ่อแม่เด็กและครูทางโรงเรียนเป็นที่เรียบร้อย การทำภารกิจร่วมกับอาสาสมัคร เมื่อมีการจัดเก็บข้อมูลหมอนวดในพื้นที่ 4 หมู่บ้านเสร็จ ก็ต้องหยุดการทำงานร่วมกันระหว่างทีมวิจัย และอาสาสมัคร ด้วยเหตุผลที่มีข้อจำกัดในเรื่องของพื้นที่ในการศึกษาข้อมูลในตำบลอื่นๆ ที่อยู่ห่างจากโรงเรียนและชุมชนของเด็กนักเรียนที่เป็นอาสาสมัครมาก ทำให้เป็นอุปสรรคในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการเดินทาง และการเรียนหนังสือ หรือการรับผิดชอบของทีมวิจัยในพื้นที่ตำบลอื่นๆ เพราะฉะนั้นการศึกษาข้อมูลหมอนวดที่บ้านที่เหลือก็ต้องเป็นหน้าที่ของทีมวิจัย ที่จะต้องดำเนินการจนกว่าจะเก็บข้อมูลได้ครบถ้วนทุกคน การทำงานร่วมกับอาสาสมัครสามารถสร้างการเรียนรู้และประสบการณ์ให้กับเด็กนักเรียนได้ในระดับหนึ่ง และสามารถช่วยทีมวิจัย ในการเก็บข้อมูลได้มาก การลงพื้นที่ศึกษาข้อมูลของหมอนวดที่บ้านตลอดระยะเวลาเดือนกว่าๆ ทีมวิจัยได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากหมอนวดที่บ้านในทุกพื้นที่ นอกจากจะได้ข้อมูลจากหมอนวดที่บ้านที่ตั้งเป้าไว้ 24 คน แล้วยังได้รับข้อมูลหมอนวดเพิ่มขึ้นเป็น 35 คน ซึ่งนับว่าเป็นผลสำเร็จอย่างมากในการทำงานของทีมวิจัย จำนวนหมอนวดที่เพิ่มขึ้น ส่วนหนึ่งมาจากการเสนอตัวของหมอนวดที่เข้ามาติดต่อกับทีมวิจัย ส่วนหนึ่งมาจากชาวบ้านช่วยแนะนำให้ทีมวิจัยเข้าไปศึกษาข้อมูล ซึ่งหมอนวดทุกคนก็ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีทุกคนด้วยความคิดที่จะมอบความรู้ของตัวเองให้ผู้สนใจได้ร่วมกันเรียนรู้และนำไปใช้ประโยชน์ได้ต่อไป

สรุปผลการศึกษาข้อมูลของหมอนวดพื้นบ้าน

จากการศึกษาข้อมูลหมอนวดในแต่ละพื้นที่ในอำเภอเขาชัยสน ทีมวิจัยสามารถจัดเก็บข้อมูลหมอนวดได้จำนวน 35 คน ซึ่งแต่ละท่านมีความสามารถในการรักษาผู้ป่วยอยู่ในระดับที่ต่างกัน ทั้งในด้านประสบการณ์ และอาการของโรคที่รักษาได้ ซึ่งเมื่อทีมวิจัย นำข้อมูลมาประมวลวิเคราะห์แล้วก็สามารถรู้ได้ว่าหมอนวดพื้นบ้านที่มีอยู่ในอำเภอเขาชัยสน มีความรู้ในการรักษาโรคได้ใน 3 ระดับ ซึ่งในจำนวนหมอนวด 35 คนเมื่อแบ่งแยกออกเป็นกลุ่มก็จะได้จำนวนหมอนวดที่มีความสามารถในระดับใกล้เคียงกันออกเป็น 3 กลุ่ม แต่ละกลุ่มมีความรู้ในการรักษาโรคดังต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 หมอนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์- อัมพาต – เหน็บชา

การศึกษาข้อมูลหมอนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา ทีมวิจัย ได้ทำการศึกษาข้อมูลจากหมอนวดจำนวน 8 ท่าน ผลการศึกษาพบว่าหมอนวดแต่ละท่านมีวิธีการรักษาผู้ป่วยที่คล้ายคลึงกันมากในส่วนของ การกดจุดสำคัญในการรักษาและแนวการนวด ในส่วนที่มีความแตกต่างกันอยู่บ้างก็จะเป็นเรื่องของ การใช้เทคนิคเสริมตามวิธีการของหมอนวดแต่ละท่าน เช่น ทำดัดตัว การกดจุดสำคัญที่ใช้เวลาในการกดที่ไม่เท่ากัน และระยะเวลาในการนวดแต่ละครั้งไม่เท่ากันเป็นต้น ปัจจุบันพบว่าผู้ป่วยจากอาการของโรคเหล่านี้ ที่มาใช้บริการกับหมอนวดแต่ละท่านมีหลายๆรายต่อปี ซึ่งดูได้จากทะเบียนผู้ป่วยของหมอนวดที่ได้จดบันทึกไว้ หรือบางท่านที่ไม่มีการลงบันทึกแต่ก็สามารถบอกเล่าถึงจำนวนผู้ป่วยที่มาใช้บริการได้อย่างชัดเจนและมีตัวตนยืนยันได้ จากการวิเคราะห์พบว่าผู้ป่วยที่มาใช้บริการจะมีทั้งคนในชุมชน และจากต่างอำเภอ ผู้ป่วยที่มารักษามีบางรายเมื่อมีอาการป่วยก็มาหาหมอนวดโดยตรง บางรายไปหาหมอนวดแผนปัจจุบันก่อนแล้วมาหาหมอนวดพื้นบ้าน หรือบางรายรักษาควบคู่กันไปทั้งหมอนวดพื้นบ้านและหมอนวดแผนปัจจุบัน จากการศึกษพบว่าหมอนวดทั้ง 8 ท่าน จะมีอายุตั้งแต่ 60 ปี – 80 ปี เป็นส่วนใหญ่ ซึ่งประสบการณ์ในการรักษาโรคตั้งแต่ 5 ปีไปจนถึง 40 ปี ส่วนใหญ่ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจากครูหมออาจารย์รุ่นเก่า บางท่านก็อาศัยการเรียนรู้และสังเกตจากหมอนวดแล้วนำมาฝึกฝนเพื่อพัฒนาตัวเองขึ้นมาจนรักษาผู้ป่วยได้ เมื่อดูจากประสบการณ์และอายุของหมอนวดแล้วก็จะเห็นได้ว่าคนรุ่นใหม่ยังไม่ค่อยมีคนเข้ามารับการสืบทอดองค์ความรู้เหล่านี้เอาไว้ ซึ่งดูได้ตามตารางข้อมูลดังนี้

ตารางการข้อมูลหมอนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา

ที่	ชื่อ	สกุล	อายุ	การศึกษา	ประสบการณ์	รับการถ่ายทอด	ที่อยู่
1	นายจิตร	สุวรรณ	65	ป.4	14 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.2 ต.ควนขนุน
2	นายเขียน	คำคง	61	ป.4	10 ปี	จากพ่อ	ม.4 ต.นานโพธิ์
3	นายเจริญ	บัวชุม	63	ป.4	5 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.14 ต.เขาชัยสน
4	นายบุญช่วย	พรหมแสง	59	ป.4	20 ปี	จากแม่	ม.11 ต.นานโพธิ์
5	นายเอี่ยม	สังขสินเลิศ	86	ป.4	40 ปี	จากพี่ชาย	ม.6 ต.โคกม่วง
6	นายเกลื่อน	นะหนู	75	ป.4	30 ปี	การฝึกฝนตัวเอง	ม.3 ต.ควนขนุน
7	นายช่วง	ลามจินดา	78	ป.4	20 ปี	จากพ่อ	ม.1 ต.ควนขนุน
8	นายกล่อม	ด้วงจุล	69	ป.4	45 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.6 ต.ควนขนุน

(หมายเหตุ รายละเอียดของหมอแต่ละท่านดูได้ในภาคผนวก)

กลุ่มที่ 2 หมอนวดรักษาอาการทั่วไป

จากการศึกษาข้อมูลหมอนวดพื้นบ้านของทมิฬวิจัย พบว่าหมอนวดพื้นบ้านอีกกลุ่มหนึ่งที่ได้รับบริการผู้ป่วยอยู่ในแต่ละชุมชน คือหมอนวดรักษาตามอาการทั่วไป เช่น อาการปวดหลัง - ปวดเอว - ปวดข้อ - ปวดเมื่อยตามร่างกาย ซึ่งเกิดจากสาเหตุต่างๆ จากการใช้ชีวิตประจำวันของชาวบ้าน จากการศึกษาในพื้นที่ 3 ตำบล คือตำบลโคกม่วง ตำบลเขาชัยสน และตำบลควนขนุน พบว่าหมอกลุ่มนี้มีจำนวน 17 ท่าน ซึ่งกระจายอยู่ตามหมู่บ้านต่างๆ ประสบการณ์ในการรักษาตั้งแต่ 4 ปีไปจนถึง 15 ปี องค์ความรู้ของหมอแต่ละท่านส่วนใหญ่มีการสืบทอดมาจากครูหมออาจารย์ ซึ่งเป็นหมอรุ่นเก่า บางส่วนก็รับการถ่ายทอดมาจากพ่อแม่ของหมอเอง วิธีการนวดของหมอในกลุ่มนี้ก็จะมีการนวด และแนวความคิดคล้ายคลึงกันมาก จะแตกต่างกันก็จะเป็นเรื่องของเทคนิคในการให้บริการของหมอแต่ละคน เช่น ท่าัดหลังนวดเสร็จ การพูดคุยให้กำลังใจผู้ป่วย เป็นต้น ในส่วนของค่าบริการก็สุดแล้วแต่ผู้ป่วยจะให้ บางท่านก็มีเพียงค่าราช 12 บาท หรือนำข้าวใส่ปิ่นโตไปวัดทำบุญเท่านั้น

สำหรับหมอนวดกลุ่มนี้โดยเฉลี่ยจะมีอายุ 40 กว่าๆ 3 คน มีอายุ 50 ปีขึ้นไป 6 คนและมีอายุ 60 ปีขึ้นไปจำนวน 8 คน ซึ่งก็สามารถวิเคราะห์ได้ว่าการสืบทอดของคนรุ่นใหม่ยังมีน้อยมาก ซึ่งข้อมูลของหมอกลุ่มนี้ได้ตามตารางต่อไปนี้

ที่	ชื่อ	สกุล	อายุ	การ	ประสบการณ์	รับการถ่ายทอด	ที่อยู่
-----	------	------	------	-----	------------	---------------	---------

			ศึกษา		ทอด	
1	นายสมบุรณ์ ทิพย์นัย	59	ม.3	12 ปี	หมอรุ่นเก่า	ม.1 ต.ควนขนุน
2	นางหนูขาว เมืองสง	48	ม.3	6 ปี	จากแม่	ม.1 ต.ควนขนุน
3	นางอุบล ทิพย์ศ	59	ม.6	5 ปี	นายสมบุรณ์	ม.4 ต.ควนขนุน
4	นางเล็ก เอียดสัน	49	ป.4	4 ปี	จากแม่	ม.1 ต.ควนขนุน
5	นางอารมย์ รักดำ	60	ม.3	5 ปี	จากแม่	ม.1 ต.ควนขนุน
6	นางเจน หนูเมียน	60	ป.4	4 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.5 ต.ควนขนุน
7	นายถาวร หนูอุ่น	63	ป.4	15 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.12 ต.โคกม่วง
8	นางพริ้ง ชุมทอง	68	ป.4	10 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.9 ต.โคกม่วง
9	นางคลี หนูนวล	63	ป.4	10 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.9 ต.โคกม่วง
10	นางเอียด อินลิต	64	ป.4	13 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.3 ต.โคกม่วง
11	นางพล ชวนวัน	50	ป.4	4 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.10 ต.โคกม่วง
12	นายตั้ง เพชรรักษ์	62	ป.4	10 ปี	จากพ่อ	ม.7 ต.เขาชัยสน
13	นางเจียม ปานเพชร	62	ป.4	11 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.7 ต.เขาชัยสน
14	นางฟอง คงศรี	63	ป.4	5 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.1 ต.เขาชัยสน
15	นางเอิม รัตนมุลิก	47	ป.4	5 ปี	จากแม่	ม.6 ต.โคกม่วง
16	นางหุน ชูกาล	57	ป.4	10 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.2 ต.โคกม่วง
17	นางคล้อย บุญเที่ยง	70	ป.4	10 ปี	จากหมอรุ่นเก่า	ม.9 ต.โคกม่วง

(หมายเหตุ รายละเอียดข้อมูลหมอแต่ละท่านดูได้ในภาคผนวก)

กลุ่มที่ 3 หมอตำแยการดูแลแม่ และเด็กก่อนคลอดและหลังคลอด

หมอตำนายเป็นหมอพื้นบ้านอีกกลุ่มหนึ่งที่ใช้วิธีการนวดในการดูแลแม่และเด็กก่อนคลอดและหลังคลอด ให้ชาวบ้านมาช้านานนับตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นการทำคลอด การดูแลหลังคลอดรวมไปถึงการรักษาอาการที่เกี่ยวข้องกับมดลูกของผู้หญิง ที่เกิดจากสาเหตุต่าง ๆ เช่นการยกของหนักบ่อยๆ การหกล้มกันกระแทกพื้นแรงๆ เป็นต้น สาเหตุเหล่านี้มีส่วนทำให้มดลูก เคลื่อนหรือเอียงทำให้เกิดอาการผิดปกติขึ้นในมดลูกได้ สิ่งเหล่านี้หมอตำนแยสามารถรักษาได้ โดยไม่ต้องไปหาหมอที่โรงพยาบาล จากการศึกษาหมอตำนแยจำนวน 10 ท่านในอำเภอเขาชัยสนพบว่าปัจจุบันหมอแต่ละท่าน

ได้หยุดการทำคลอดให้กับผู้ป่วยในชุมชนไปแล้ว เพราะในปัจจุบันได้มีการแพทย์สมัยใหม่ให้บริการได้อย่างทั่วถึง มีเครื่องมือที่ทันสมัย และมีความสะดวกกว่า บทบาทหน้าที่ในการทำคลอดของหมอด้ายก็ต้องหยุดให้บริการลงไป แต่บทบาทของหมอด้าย ในปัจจุบันที่มีต่อชุมชนก็ยังไม่ลดหย่อนไปจากเดิมมากนัก เพราะปัจจุบันหมอด้ายเป็นหมอที่สามารถช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีอาการเกี่ยวกับมดลูกในผู้หญิงได้เป็นอย่างดี จากการศึกษาข้อมูลกับหมอด้าย 10 ท่านพบว่าผู้หญิงที่มีอาการของมดลูกในปัจจุบันมีมากขึ้น สาเหตุมาจากการทำงานหนักของผู้ป่วยบ้าง จากการหกล้มบ้าง หรือบางส่วนเมื่อทำคลอดจากโรงพยาบาลแล้วก็มาให้หมอด้ายช่วยดูแลหลังคลอดให้ ทั้งหมดนี้คือหน้าที่ของหมอด้ายในปัจจุบัน ภูมิปัญญาของหมอด้ายในอำเภอเขาสันส่วนมากจะมีวิธีการดูแลผู้ป่วยที่ใกล้เคียงกัน จะมีความแตกต่างกันบ้างก็จะเป็นเรื่องของคาถาต่างๆที่ใช้ขึ้นอยู่กับการเรียนรู้มาจากครูหมอของแต่ละคน ปัญหาใหญ่ของหมอด้ายในปัจจุบันก็คือการถ่ายทอดความรู้ให้คนรุ่นหลัง ด้วยข้อจำกัดที่ว่าหมอด้ายจะต้องถ่ายทอดวิชาให้กับใครคนใดคนหนึ่งก่อนตาย จะเป็นคนในตระกูล หรือคนที่หมอด้ายเลือกแล้วว่าสามารถถ่ายทอดวิชาให้ได้ ถ้ายังหาคนรับวิชาไม่ได้เวลาจะสิ้นลมหายใจหมอด้ายจะมีการทรมานมากก่อนตาย ซึ่งจากการวิเคราะห์พบว่าหมอด้าย 10 ท่านนี้ส่วนใหญ่จะรับการถ่ายทอดความรู้มาจากต้นตระกูลของตัวเอง มีส่วนน้อยที่รับวิชามาจากคนอื่น ปัจจุบันหมอด้ายทั้ง 10 ท่านมีอายุ 60 – 90 ปี ถึง 9 ท่าน มีอายุ 40 ปีเพียง 1 ท่านเท่านั้น ซึ่งก็อยู่ในช่วงที่หมอแต่ละท่านกำลังลำบากใจมากเพราะยังไม่มีแว้วว่าจะมีใครมารับเอาวิชาจากตัวเองเลย หลายท่านบอกว่ารู้สึกเหนื่อยมากแล้ว เพราะแต่ละท่านได้ช่วยเหลือคนในชุมชนมานานนับ 30 ปีเป็นอย่างน้อย ซึ่งสามารถดูได้จากตารางประวัติและประสบการณ์ของแต่ละท่านที่แสดงให้เห็นดังนี้

ตารางข้อมูลการวิเคราะห์หมอดำยพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน

ที่	ชื่อ	สกุล	อายุ	การศึกษา	ประสบการณ์	รับการถ่ายทอด	ที่อยู่
1	นางคำแก้ว	สังข์หนู	76	ป.4	34 ปี	จากแม่	ม.8 ต.โคกม่วง
2	นางล้วน	ทิพย์สมบัติ	81	ป.4	40 ปี	หมอรุ่นเก่า	ม.6 ต.โคกม่วง
3	นางเจ้หะมะ	เต่าทอง	40	ป.4	10 ปี	หมอรุ่นเก่า	ม.1 ต.เขาชัยสน
4	นางจับ	ด้ายก	74	ป.4	30 ปี	จากแม่	ม.10 ต.ควนขนุน
5	นางเทียม	ชินทิม	81	ป.4	40 ปี	จากแม่	ม.1 ต.ควนขนุน
6	นางเนียม	ทองดำ	86	ป.4	40 ปี	จากแม่	ม.7 ต.เขาชัยสน
7	นางพราก	พรหมยา	73	ป.4	30 ปี	หมอรุ่นเก่า	ม.1 ต.โคกม่วง
8	นางอินทร์	คงศรีทอง	93	ป.4	45 ปี	จากแม่	ม.1 ต.ควนขนุน
9	นางจวน	ศรีทวี	77	ป.4	20 ปี	หมอรุ่นเก่า	ม.3 ต.โคกม่วง
10	นางนวม	โกติยะ	64	ป.4	38	จากแม่	ม.10 ต.โคกม่วง

(หมายเหตุ รายละเอียดข้อมูลหมอดแต่ละท่านดูได้ในภาคผนวก)

สรุปปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นกับหมอนวดพื้นบ้านในปัจจุบันโดยภาพรวม

1. ผู้ป่วยมาใช้บริการกันมากขึ้นหมอบริการไม่ทันในแต่ละวัน
2. หมอส่วนใหญ่มีอายุมากไม่มีเรี่ยวแรงพอในการให้บริการผู้ป่วย
3. หมอไม่สามารถให้บริการผู้ป่วยได้ทั้งวันเพราะมีงานอื่นต้องทำในแต่ละวัน
4. ค่าบริการจากผู้ป่วยในแต่ละวันไม่สามารถเลี้ยงตัวหมอได้เพราะค่าตอบแทนไม่มี
5. ขาดหมอรุ่นใหม่ที่จะมารับช่วงต่อจากหมอรุ่นเก่า
6. ชาวบ้านไม่ค่อยสนใจกับการดูแลสุขภาพตัวเองในด้านต่างๆจนทำให้มีปัญหาสุขภาพมากขึ้น

3.5 กิจกรรมลงพื้นที่ศึกษาความพึงพอใจจากผู้ป่วยที่ให้บริการกับหมอพื้นบ้าน

หลังจากที่ทีมวิจัยได้ศึกษาข้อมูลต่างๆของหมอนวดพื้นบ้านเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ทีมวิจัยได้มีการประชุมวางแผนในการลงพื้นที่ศึกษาข้อมูลของผู้ป่วยที่เคยใช้บริการกับหมอนวดพื้นบ้านแต่ละท่านถึงข้อมูลของผู้ป่วยที่จะศึกษานั้น ทีมวิจัยได้ข้อมูลบางส่วนมาจากหมอฟื้นบ้านที่ทีมวิจัยลงไปเก็บข้อ

มูลโดยจดมาจากทะเบียนผู้ป่วยของหมอแต่ละท่าน มีที่อยู่และอาการที่รักษา โดยเลือกผู้ป่วยของหมอแต่ละท่านจำนวน 3 - 4 คนเพื่อนำมาเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการลงพื้นที่ไปหาผู้ป่วยในพื้นที่ตำบลต่างๆ การประชุมที่มวิจัยในครั้งนี้ก็ได้มีการกำหนดแผนในการทำงาน โดยแบ่งกลุ่มผู้ป่วยออกเป็น 3 กลุ่ม ตามอาการของโรคจำนวน 100 คน กลุ่มที่ 1 ผู้ป่วยจากอาการของโรค อัมพฤกษ์-อัมพาต เหน็บชา จำนวน 30 คน ผู้ป่วยจากอาการทั่วไป 30 คน ผู้ป่วยจากอาการของมดลูกในผู้หญิง 30 คน เมื่อกำหนดกลุ่มเป้าหมายเสร็จ ได้มีการกำหนดพื้นที่ในการศึกษาข้อมูลผู้ป่วย โดยใช้พื้นที่อำเภอเขาชัยสนเป็นหลัก ถ้ามีความจำเป็นจริงๆ ก็ให้ออกนอกพื้นที่ได้แต่เฉพาะในจังหวัดเท่านั้น เมื่อได้จำนวนกลุ่มเป้าหมายและพื้นที่แล้ว ก็ต้องเตรียมเครื่องมืออุปกรณ์ในการจัดเก็บข้อมูลจากผู้ป่วย ในการลงพื้นที่ครั้งนี้ ทีมวิจัยก็ใช้วิธีการสัมภาษณ์โดยเตรียมหัวข้อในการสัมภาษณ์ไว้เป็นประเด็นหลักตามหัวข้อที่ได้จัดไว้ในสมุดบันทึกของนักวิจัยแต่ละคน ส่วนหัวข้ออื่นๆ ก็ให้ทีมวิจัยสอบถามได้ตามสถานการณ์ของผู้ป่วยแต่ละคนแล้วจดบันทึกไว้ เมื่อทุกอย่างพร้อมแล้วก็ได้ทำการแบ่งทีมวิจัย ออกเป็น 2 ทีม มีทีมละ 3 คนลงพื้นที่เป็นรายตำบล จนกว่าจะครบจำนวนเป้าหมายที่วางไว้ เริ่มจากการศึกษาข้อมูลของผู้ป่วยที่มีอาการของโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชาก่อนแล้วค่อยทยอยไปศึกษากลุ่มอื่นๆ ต่อไป

สรุปผลการศึกษาข้อมูลจากผู้ป่วยที่ใช้บริการกับหมอนวดพื้นบ้าน

การศึกษาข้อมูลจากผู้ป่วยที่ใช้บริการกับหมอนวดพื้นบ้าน ซึ่งทีมวิจัย ใช้เวลาในการลงพื้นที่เดือน กว่าๆ สามารถจัดเก็บข้อมูลผู้ป่วยที่ใช้บริการมาได้ 103 คน จากเดิมที่ตั้งเป้าไว้ 100 คน จากประสบการณ์ในการลงพื้นที่พบว่าผู้ป่วยในแต่ละชุมชนมีอยู่จำนวนมากที่เคยใช้บริการกับหมอพื้นบ้าน มีตั้งแต่วัยสูงอายุ ลงมาจนถึงวัยเด็กที่ใช้บริการ มีทั้งอาการเล็กน้อยๆ ไปจนถึงอาการหนักๆ ส่วนใหญ่เมื่อใช้บริการแล้วจะมีความพึงพอใจกับการให้บริการของหมอแต่ละท่าน ซึ่งถ้าทีมวิจัยจะเก็บข้อมูลให้ทุกคนก็คงจะได้มากกว่านี้ แต่ในการลงพื้นที่ครั้งนี้ก็เพื่อหาข้อมูลผู้ป่วยบางส่วนเท่านั้น ซึ่งข้อมูลของผู้ป่วยในแต่ละกลุ่มได้แยกไว้ตามประเภทของแต่ละอาการตามตารางแต่ละกลุ่มดังนี้

กลุ่มที่ 1 ผู้ป่วยที่มีอาการของโรค อัมพฤกษ์-อัมพาต-เหน็บชา

ที่	ชื่อ	สกุล	อายุ	อาชีพ	อาการ	ใช้ บริการ	ที่อยู่
1	นางจิตรา	คงชู	43	ทำนา	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน

2.	นายเพรียง ชูกิจ	59	ทำสวน	เหน็บชา	2 ครั้ง	ต.ควนขนุน
ที่	ชื่อ สกุล	อายุ	อาชีพ	อาการ	ใช้ บริการ	ที่อยู่
3	นางอารีย์ แก้วประกอบ	51	ทำสวน	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
4.	นางเรณู สุขเกษม	50	เกษตร	เหน็บชา	9 ครั้ง	ต.โคกม่วง
5	นายชิน สุขเกษม	56	เกษตร	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
6	นางพรทิพย์ แสงจง	30	รับจ้าง	เหน็บชา	4 เดือน	ต.โคกม่วง
7	นายบุญธรรม แสงจง	33	รับจ้าง	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
8	นายจิ้น ปลอดทุกข์	60	ทำนา	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.หานโพธิ์
9	นายเอื้อน จันทรเทพ	59	ทำสวน	อัมพฤกษ์	10 ครั้ง	ต.ควนขนุน
10	นายสว่าง จันทรแก้ว	75	ทำสวน	อัมพฤกษ์	12 ครั้ง	ต.ควนขนุน
11	นายหนูพัน คำแป้น	85	ทำสวน	อัมพฤกษ์	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
12	นายเชย เหล่าทอง	43	รับจ้าง	อัมพฤกษ์	3 เดือน	ต.ควนขนุน
13	นายแดง สุวรรณ	88	รับจ้าง	อัมพฤกษ์	15 ครั้ง	ต.ควนขนุน
14	นายแจ่ม สุวรรณ	80	รับจ้าง	เหน็บชา	5 ครั้ง	ต.ควนขนุน
15	นายเอื้อม เมืองสง	62	ทำนา	อัมพฤกษ์	1 เดือน	ต.เขาชัยสน
16	นายปลอด ชูแหละ	79	ทำนา	อัมพฤกษ์	3 เดือน	ต.เขาชัยสน
17	นายสุชาติ กลิ่นมาลี	56	รับจ้าง	อัมพาต	4 เดือน	ต.ท่ามะเดื่อ
18	นางละอิ่ง เศษชนะ	42	ทำนา	เหน็บชา	5 ครั้ง	ต.โคกม่วง
19	นางเจิม ทองหนู้ย	61	ทำนา	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
20	นางอุไร หนูชุม	34	ทำสวน	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.เขาชัยสน
21	นางใหม่ สารณะ	53	ทำสวน	อัมพฤกษ์	1 เดือน	ต.โคกม่วง
22	นางสมใจ ภักดี	67	รับจ้าง	เหน็บชา	5 ครั้ง	ต.เขาชัยสน
23	นางมินะ ราชกิจ	67	รับจ้าง	อัมพฤกษ์	1 เดือน	ต.เขาชัยสน
24	นายมนัส จารุพันธ์	34	ทำสวน	อัมพฤกษ์	5 ครั้ง	ต.โคกม่วง
25	นายสุชาติ หอยสกุล	43	ทำสวน	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.เขาชัยสน
26	นายเอื้อน ปราบปัญจะ	61	รับจ้าง	อัมพฤกษ์	3 เดือน	ต.หานโพธิ์
27	นางประจวบ เหล่าทอง	65	ทำนา	อัมพฤกษ์	1.เดือน	ต.เขาชัยสน

28	นางอารีย์	รงค์รัตน์	60	ทำสวน	เหน็บชา	5 ครั้ง	ต.เขาชัยสน
ที่	ชื่อ	สกุล	อายุ	อาชีพ	อาการ	ใช้ บริการ	ที่อยู่
29	นายเฉลิม	จันทร์ชิว	59	รับจ้าง	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
30	นายเดโช	ทองคง	33	ทำสวน	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
31	นายชวน	โชคไพศาล	49	ทำสวน	เหน็บชา	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง

สรุปผลการศึกษาความพึงพอใจของผู้ป่วย ที่มีอาการของโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา

จากการศึกษาผู้ป่วยในกลุ่มนี้ ซึ่งจะอาศัยอยู่ในอำเภอเขาชัยสนเป็นส่วนใหญ่ และนอกพื้นที่อำเภอใกล้เคียงบางส่วน จากผลสรุปพบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีความพึงพอใจที่ใช้บริการกับหมอนวดที่บ้าน ผู้ป่วยบางส่วน เมื่อเริ่มมีอาการของโรค ก็จะไปใช้บริการกับหมอนวดที่บ้านโดยตรง ด้วยเหตุผลที่มีความเชื่อว่าอาการของโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา เมื่อเป็นแล้วต้องรักษากับหมอนวดที่บ้านจะได้ผลดีกว่า ผู้ป่วยบางส่วนก็ไปใช้บริการกับหมอนวดปัจจุบันก่อนด้วยความเชื่อถือในความรู้ของแพทย์สมัยใหม่ และเทคโนโลยีที่มีความทันสมัยมากกว่า ผู้ป่วยอีกส่วนหนึ่งก็จะใช้วิธีการรักษาแบบควบคู่กันไป ทั้งหมอนวดที่บ้านและหมอนวดปัจจุบัน ด้วยความเชื่อที่ว่าอาการเหล่านี้ควรใช้การรักษาที่ควบคู่กันไปทั้งสองด้านจะช่วยให้หายเร็วขึ้น สำหรับความพึงพอใจของผู้ป่วยแต่ละคนนั้น ก็จะมีแตกต่างกันในแต่ละคน เช่น ถ้าในกรณีผู้ป่วยที่มีอาการในระยะแรกเริ่ม ก็จะมีความพึงพอใจมากทั้งในด้านประสิทธิภาพของการรักษา และการปฏิบัติตัวของหมอนวดที่มีต่อผู้ป่วยที่มีความเป็นกันเองมีการให้กำลังใจกันตลอดในช่วงที่ทำการรักษา สำหรับผู้ป่วยที่มีอาการหนักๆ ก็จะมีความพึงพอใจในระดับของการปฏิบัติตัวที่ดีของหมอนวด และวิธีการรักษาที่ต้องใช้ทั้งร่างกายและแรงใจของหมอนวดช่วยในการรักษา ผู้ป่วยที่มีอาการหนักๆ เขาก็รู้ตัวอยู่แล้วว่า อาการของเขามันหนักจนยากจะรักษา เพราะปัจจัยหลายๆ อย่าง ไม่ว่าจะเป็นในด้านของอายุที่มากเกินไป ร่างกายไม่แข็งแรง แต่การที่รักษากับหมอนวดที่บ้านก็จะดีในส่วนของการที่ได้นวด เพื่อคลายความปวดเมื่อย การที่ได้พูดคุยกับหมอนวดที่มีอายุใกล้เคียงกันการให้กำลังใจต่อกันทำให้มีความสบายใจ และมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับโรคภัยต่อไป สำหรับผู้ป่วยในกลุ่มนี้ก็มีอายุตั้งแต่ 33 ปีขึ้นไปจนถึง วัยอายุ 88 ปี ซึ่งจะมีอายุ ตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไปเป็นส่วนใหญ่

ที่	ชื่อ สกุล	อายุ	อาชีพ	อาการ	ใช้ บริการ	ที่อยู่
1	นางหิ็ด หนุรอด	67	ค้าขาย	ปวดเข่า	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
2	นางหนูลิ้ม ชูทอง	43	ทำสวน	ปวดเอว	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
3	นางวิเชียร สังข์แก้ว	44	ทำนา	ปวดเอว	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
4	นายลาม ลามจินดา	48	ทำนา	ปวดเอว	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
5	นายวร แก้วมาลี	64	ทำนา	ปวดหลัง	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
6	นางอารีย์ ชูกิจ	38	ทำสวน	ปวดแขน	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
7	นายณัณธิยา สุขแก้ว	17	นักเรียน	ปวดแขน	5 ครั้ง	ต.โคกม่วง
8	นายลบ ดั่งตุต	70	ทำนา	ปวดเมื่อย	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
9	นายพิภพ ขุนคำแหง	70	ทำสวน	ปวดหลัง	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
10	นาย พง สุวรรณราช	57	ทำสวน	เจ็บแขน	3 ครั้ง	ต.เขาชัยสน
11	นาย ณัฐพงศ์ หนกलय	17	นักเรียน	เจ็บแขน	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
12	นายหมัด เอียดหมง	40	ทำสวน	ปวดเอว	3 ครั้ง	โคกม่วง
13	นายเปลื้อง ดั่งตุต	40	ทำสวน	เจ็บขา	3 ครั้ง	ต.เขาชัยสน
14	นางเพ็ญ เนียมใหม่	40	ทำสวน	ปวดเอว	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
15	นายตัน อินทรส	72	ทำสวน	ปวดเอว	3 ครั้ง	ต.เขาชัยสน
16	นางกัลยา นุ่นด้วง	40	ทำสวน	ปวดเอว	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
17	นายสวัสดิ์ ขุนภักดี	65	ทำสวน	ปวดเอว	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
18	นาง แจ้ว ศิริภรณ์	55	ทำสวน	เจ็บมือ	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
19	นางบุญซ้อน วงตันหิน	49	ทำสวน	ปวดเมื่อย	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
20	นางชิง จันทร์เต็ม	56	ทำสวน	ปวดเมื่อย	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
21	น.ส. อำไพ สงผอม	42	ทำนา	ปวดกล้ามเนื้อ	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
22	นางเพรียง ชูกิจ	61	ทำสวน	ปวดเมื่อย	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
23	นางสร้อย ชูกิจ	56	ทำสวน	ปวดหัว	2 ครั้ง	ต.ควนขนุน
24	นางเล็ก เกื้อคลัง	70	ทำสวน	ปวดเมื่อย	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
25	นางชื่น โชคไพศาล	73	ทำสวน	ปวดเมื่อย	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
26	นางมุก แก้วหวัง	56	ทำนา	ปวดเมื่อย	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน

ที่	ชื่อ	สกุล	อายุ	อาชีพ	อาการ	ใช้ บริการ	ที่อยู่
27	นายวัลลภพรหมสังมะหะ		39	ทำสวน	ปวดเมื่อย	5 ครั้ง	ต.โคกม่วง
28	นางณอม ทิพนัย		54	ทำสวน	ปวดเข่า	5 ครั้ง	ต.ควนขนุน
29	นางหนูขว เมืองสง		57	ทำสวน	ปวดเมื่อย	2 ครั้ง	ต.ควนขนุน
30	นายสมยา มาสุวรรณ		29	ทำสวน	ปวดเอว	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง

กลุ่มที่ 2 ตารางแสดงรายชื่อผู้ป่วยที่มีอาการปวดเมื่อยทั่วไป

สรุปผลการศึกษาจากผู้ป่วยที่มีอาการปวดเมื่อยทั่วไป

จากการศึกษาข้อมูลผู้ป่วยที่มีอาการต่างๆ เช่น ปวดหลัง ปวดเอว ปวดเข่า ปวดเมื่อยตามร่างกาย ฯลฯ พบว่าผู้ป่วยในกลุ่มนี้ส่วนใหญ่ จะเป็นคนที่อยู่ในวัยกำลังทำงาน บางส่วนก็จะเป็นเยาวชน อาการที่เป็นก็จะเกิดขึ้นจากการใช้ชีวิตประจำวัน เช่นการทำงานตามวิถีชีวิตชุมชน ซึ่งอาการส่วนใหญ่ก็จะเป็นอาการ ปวดเอว ปวดหลัง ปวดแขน ปวดหัว และปวดเมื่อยตามร่างกาย อีกส่วนหนึ่งสาเหตุ ก็จะมาจากการเกิดอุบัติเหตุจากรถจักรยานยนต์ ซึ่งจะเป็นกลุ่มของเยาวชน อาการต่างๆ เหล่านี้ เป็นอาการที่หมอนวดพื้นบ้านสามารถรักษาได้ ซึ่งจากการศึกษาความพึงพอใจของผู้ป่วยที่ใช้บริการกับหมอนวด พบว่าผู้ป่วยต่างมีความพึงพอใจกับการให้บริการของหมอนวดทุกท่าน ด้วยเหตุผลที่ว่าหมอนวดพื้นบ้านเป็นหมอที่อยู่ใกล้ชิดชุมชน มีความสะดวกในการไปหาหมอ จะไปเวลาไหนก็ได้หมอให้บริการทั้งนั้น ไม่กำหนดเวลา ปิด หรือเปิดบริการ ไปเมื่อใดก็ได้รักษาเมื่อนั้นหรือบางครั้งพบหมอตรงไหนก็รักษากันตรงนั้นก็ได้ การรักษากับหมอนวดพื้นบ้านเป็นการรักษาที่ไม่ต้องใช้จ่ายในการรักษา ผลดีก็คือไม่เสี่ยงกับการใช้จ่าย ไม่มีผลข้างเคียง เพราะผู้ป่วยบางท่านบอกว่า ตนเองมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกายอยู่เป็นประจำ และเคยได้ใช้วิธีการรักษาในหลายรูปแบบ ทั้งการรักษาด้วยการแพทย์สมัยใหม่ ซึ่งจะใช้ยาในการรักษา กินยาครั้งหนึ่ง ก็หายประมาณ 10 วัน ก็กลับมาเป็นอีกเหมือนเดิม การรักษาด้วยวิธีการนวดก็มีคุณภาพใกล้เคียงกัน คือนวดหนึ่งครั้งก็หายได้ประมาณ 10 วันก็จะมีอาการกลับมาเป็นอีก แต่ความแตกต่างก็จะเป็นในส่วนของการรักษา ก็คือการนวดไม่ต้องกินยา แต่การรักษากับหมอนวดแผนปัจจุบันต้องกินยาเกือบทุกวัน และอาจมีผลข้างเคียงด้วย ซึ่งนั่นก็ไม่ใช่ว่า หมอนวดปัจจุบันไม่มีความสำคัญ เพราะว่าอาการเหล่านี้หมอนวดพื้นบ้านสามารถรักษาได้ และสามารถประหยัดเงินได้มากกว่าด้วย เพราะหมอนวดพื้นบ้านไม่ได้เรียกค่าบริการเอง ส่วนใหญ่ก็จะให้ผู้ป่วยกำหนดเองว่าจะให้เท่าใด หรือเพียงให้ไปทำบุญที่วัดเท่านั้น

กลุ่มที่ 3 ผู้ป่วยที่มีอาการเกี่ยวมดลูก

ที่	ชื่อ	สกุล	อายุ	อาชีพ	อาการ	ใช้บริการ	ที่อยู่
1	นางหนูริน	ชูเงิน	26	รับจ้าง	มดลูกบวม	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
2	นางสุภาพร	เมืองสง	21	รับจ้าง	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
3	นางสุกัญญา	เมืองสง	20	รับจ้าง	มดลูกบวม	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
4	นางปราณี	ไชยชนะ	20	ทำสวน	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
5	นางเดือนใจ	สังขสินเลิศ	32	ทำสวน	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
6	นางพา	คงเหล	55	ทำสวน	มดลูกต่ำ	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
7	นางลับ	หนูพริก	62	ทำสวน	มดลูกเคลื่อน	4 ครั้ง	ต.โคกม่วง
8	นางว่อง	คำหนูอินทร์	37	ทำสวน	มดลูกเอียง	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
9	นางวรรณมา	ไหมสวัสดิ์	45	ทำสวน	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
10	นางกัญญา	แสงอาทิตย์	26	รับจ้าง	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
11	นางจระนันท์	มาแปะ	29	ทำนา	ปวดหลังคลอด	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
12	นางเสริม	มาแปะ	57	ทำนา	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
13	นางเหียง	รุ่งรัตน์	55	ทำนา	มดลูกเอียง	3 ครั้ง	ต.ห่านโพธิ์
14	นางจิตร	จันทร์ชู	57	รับจ้าง	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.ห่านโพธิ์
15	นางอารยา	ดำมาก	34	ทำนา	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
16	นางสุมาลี	เมืองสง	29	ค้าขาย	ปวดแต่ท้อง	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
17	นางถนอม	ทิพย์นัย	52	ทำสวน	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
18	นางสุพรรณิ	ยี่โยติช่วง	38	ทำสวน	มดลูกไม่เข้าอยู่	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
19	นางสุนีย์	ทองแก้ว	38	ทำนา	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
20	นางสุดี	รุ่งรัตน์	35	ทำนา	มดลูกเอียง	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
21	นางยุพา	คงรักษ์	52	ทำนา	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.นาโหนด
22	นางสมใจ	เกลี้ยงแก้ว	45	ทำนา	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
23	นางละมัย	อินทรรักษ์	61	ทำนา	มดลูกเคลื่อน	5 ครั้ง	ต.ควนขนุน
24	นางอนงค์	พ่อดองคำ	47	ทำนา	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.ควนขนุน
ที่	ชื่อ	สกุล	อายุ	อาชีพ	อาการ	ใช้บริการ	ที่อยู่
25	นางคิน	ศรีทวี	42	รับจ้าง	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง

26	นางฉลอง ทุมขุน	34	ทำสวน	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
27	นางเพ็ญฟ้า สมเพชร	27	ทำสวน	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
28	นางบุบผา เรืองทุม	35	รับจ้าง	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
29	นางลัดดาวาล แก้วจำรัส	25	ทำสวน	มดลูกเคลื่อน	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง
30	นางหนูวัน ชูเงิน	26	ทำสวน	มดลูกบวม	3 ครั้ง	ต.โคกม่วง

สรุปผลการศึกษาผู้ป่วยจากอาการของมดลูกในผู้หญิง

จากการศึกษาผู้ป่วยในกลุ่มนี้ พบว่าผู้ป่วยส่วนมากจะเป็นผู้หญิงที่มีอายุ 30 ถึง 50 ปี เป็นส่วนใหญ่อาการของโรคที่เป็นก็จะมีอาการที่ใกล้เคียงกัน คืออาการมดลูกเคลื่อน ซึ่งสาเหตุส่วนมากมาจากการทำงานหนัก เช่นการยกของที่มีน้ำหนักมาก โดยเฉพาะอาชีพทำสวน และอาชีพรับจ้าง เช่น การทำงานก่อสร้าง และการกรีดยางพารา ซึ่งต้องยกของหนักๆ อยู่เป็นประจำ ทำให้มดลูกของผู้หญิงเคลื่อนออกจากอุ้งมดลูก หรือผู้ป่วยบางส่วนที่มาใช้บริการกับหมอตำแย ก็จะเป็นผู้หญิงมีครรภ์ ที่มาแต่งท้องในขณะตั้งท้อง และหลังจากคลอดจากโรงพยาบาลแล้วก็จะมาให้หมอตำแยดูแลหลังคลอดให้ สาเหตุเหล่านี้เป็นที่มาของอาการที่ทำให้มดลูกมีปัญหา ซึ่งอาการเหล่านี้ปัจจุบันมีการเป็นกันมาก อาการส่วนมากจะเหมือนอาการปวดท้อง ปวดเอว ประจำเดือนมาไม่หยุด ผู้ป่วยบางรายบอกว่าไปหาหมอแผนปัจจุบัน และทำการรักษาก็ไม่ดีขึ้น หมอจะให้ผ่าตัด แต่ค่าผ่าตัดแพงมาก ไม่มีเงินรักษา จึงมีคนแนะนำให้ไปรักษากับหมอตำแยดูบ้าง พอมารักษากับหมอตำแย 3 ครั้ง ก็อาการดีขึ้นมากจนหายเป็นปกติ โดยไม่ต้องผ่าตัด ค่ารักษาก็ไม่มากนัก เพียง 300 บาท นวดครั้งละ 100 บาท สรุปผลจากการศึกษาความพึงพอใจของผู้ป่วยในกลุ่มนี้ ต่างมีความพึงพอใจที่ได้ใช้บริการกับหมอพื้นบ้าน ทั้งในด้านการบริการ และค่ารักษา ตลอดถึงการให้คำแนะนำในการป้องกันไม่ให้เกิดอาการเหล่านี้อีก หมอตำแยเป็นหมอนวดอีกกลุ่มหนึ่งที่ควรให้การสนับสนุนให้มีอยู่กับชุมชนต่อไป เพื่อจะได้ช่วยเหลือให้ผู้หญิงที่มีปัญหาเกี่ยวกับมดลูกในชุมชนได้ ต่อไป

สรุปผลโดยรวมของผู้ป่วยที่มีความพึงพอใจกับการใช้บริการของหมอพื้นบ้าน

1. ผู้ใช้บริการมีความพึงพอใจในตัวหมอทุกคน
2. วิธีการรักษาของหมอพื้นบ้าน รักษาดี มีความเป็นกันเอง และรักษาได้ผล
3. ค่าบริการก็พึงพอใจ เพราะแล้วแต่ผู้ป่วยจะให้ บางหมอมียาเพียงค่าราช 12 บาทเท่านั้น
4. หมอพื้นบ้านทุกคนมีจรรยาบรรณ และความเมตตาต่อผู้ป่วยทุกคน เท่าเทียมกัน
5. การเดินทางสะดวก ไม่ต้องเสียเวลาในการเดินทาง เพราะหมออยู่ในชุมชนและชุมชนใกล้เคียง

ข้อเสนอแนะของผู้ป่วยที่อยากให้หมอพื้นบ้านมีการพัฒนา

1. อยากให้หมอมีสถานที่ในการให้บริการผู้ป่วยอย่างมีสัดส่วน
2. อยากให้หมอนวดปรับปรุงการแต่งกายและความสะอาด (หมอบางส่วนเท่านั้น)
3. อยากให้หมอให้บริการผู้ป่วยอยู่กับที่ ผู้ป่วยจะได้ไปหาหมอได้ง่าย
4. อยากให้หมอมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับหมอคนอื่นๆเรื่อยๆ เพื่อจะได้พัฒนาตัวเอง
5. อยากให้มีหมอรุ่นใหม่มาเพิ่มขึ้นในแต่ละชุมชน

บทวิเคราะห์ถึงความสำคัญของหมอพื้นบ้านที่มีต่อชุมชน

จากการศึกษาข้อมูลทั้งในด้านตัวหมอพื้นบ้านและผู้ให้บริการในแต่ละชุมชน หลังจากการศึกษาแล้วนำมาวิเคราะห์ก็พบว่า หมอพื้นบ้านในทุกๆแขนงมีความสำคัญต่อชุมชนอย่างมาก เพราะนอกจากความสามารถในการรักษาโรคแล้ว หมอพื้นบ้านยังเป็นศูนย์รวม สิ่งดีๆที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชนอีกมากมายหลายอย่าง ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตชุมชนในหลายๆด้าน หมอพื้นบ้านนอกจากจะช่วยเหลือผู้ป่วยในชุมชนแล้ว ยังสามารถเป็นแกนนำในการรักษาสิ่งแวดล้อม และสร้างจิตสำนึกให้ชาวบ้านในแต่ละชุมชน รู้จักคุณค่า ของสิ่งดีๆ ที่ควรรักษาไว้ให้อยู่คู่กับชุมชนได้นานๆ โดยการใช้ความรู้ความสามารถในการรักษาโรค เป็นสิ่งเชื่อมโยงไปสู่การรักษาสิ่งแวดล้อมด้านอื่นๆได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่นกัน ซึ่งการเชื่อมโยงไปสู่การรักษาสิ่งแวดล้อมด้านอื่นๆ มีดังต่อไปนี้

1. ด้านความเอื้ออาทรต่อผู้อื่นในชุมชน การรักษาโรคโดยหมอพื้นบ้าน ต้องยึดหลักความเอื้ออาทรและความเมตตาต่อเพื่อนมนุษย์ ที่มีความทุกข์ และช่วยให้เขาพ้นทุกข์โดยไม่คิดค่าตอบแทน การช่วยเหลือผู้อื่นต้องทำด้วยความเต็มใจ ไม่รังเกียจ หรือแบ่งชั้นของความเป็นคน ซึ่งในส่วนนี้ สามารถสร้างจิตสำนึกให้ชาวบ้านในชุมชน ได้รู้จักการเอื้ออาทรต่อผู้อื่นได้เป็นอย่างดี
2. ด้านศาสนา หมอพื้นบ้านเมื่อรักษาจนหายเป็นปกติแล้ว ก็จะแนะนำให้ผู้ป่วยไปทำบุญที่วัดทุกครั้ง เพื่อเป็นการรำลึกถึงผู้มีพระคุณ หรือครูหมอ อาจารย์ที่ได้ช่วยเหลือให้พ้นทุกข์ ซึ่งในส่วนนี้ก็จะเป็นการสร้างจิตสำนึกให้ชาวบ้านในชุมชนไม่ละทิ้งศาสนา และลืมนิพพานครูบาอาจารย์
3. ด้านวัฒนธรรมอันดีงามของชุมชน การทำพิธีไหว้ครูหมออาจารย์ของหมอพื้นบ้าน แต่ละคน จะมีการทำพิธีกันทุกปีในช่วงของเดือน 6 ช่วงขึ้นส่วนใหญ่จะเป็นวัน พุทธศักราช ในการทำพิธีแต่ละครั้งหมอจะทำพิธีที่บ้านของหมอ และจะมีผู้ป่วยที่เคยใช้บริการในรอบปีจะเข้ามา

ร่วมทำพิธีกับหมออย่างมากมายโดยไม่ต้องนัดหมาย ในส่วนนี้ก็จะเป็นการสร้างจิตสำนึกให้ชาวบ้านไม่ลืมวัฒนธรรมท้องถิ่นของตัวเองได้เป็นอย่างดี

4. ด้านการรักษาสิ่งแวดล้อม และธรรมชาติ ในท้องถิ่น หมอพื้นบ้านเมื่อในขณะที่รักษาผู้ป่วยอยู่นั้นก็จะพยายามถ่ายทอดความรู้บางส่วนให้กับผู้ป่วยโดยเฉพาะในเรื่องที่เกี่ยวกับการใช้สมุนไพรพื้นฐานรวมไปถึงการสร้างจิตสำนึกให้ชาวบ้านรู้จักคุณประโยชน์ของสมุนไพร ที่มีต่อมนุษย์ ให้ช่วยกันดูแลรักษาไว้ใช้ประโยชน์ได้นานๆ

3.6 กิจกรรมการวิเคราะห์ข้อมูลของหมอนวดก่อนนำไปยกร่างเป็นชุดคู่มือ

หลังจากที่ทีมวิจัยได้เสร็จสิ้นภารกิจในการลงพื้นที่ศึกษาข้อมูลในส่วนต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นข้อมูลของหมอนวด และข้อมูลของผู้ป่วยที่ใช้บริการกับหมอนวดแล้ว ทีมวิจัยได้นำเอาข้อมูลของหมอแต่ละคน จำนวน 35 ท่าน มาวิเคราะห์ตรวจสอบเพื่อให้เกิดความถูกต้อง ก่อนจะนำไปสู่ขั้นตอนของการยกร่างเป็นชุดคู่มือการนวด การร่างชุดคู่มือการนวดโดยการนำเอาความรู้ของหมอแต่ละท่านมารวบรวมไว้ให้เป็นชุดคู่มือเล่มเดียวกันนั้น เป็นเรื่องยากมากสำหรับทีมวิจัย เพราะข้อมูลที่เป็นองค์ความรู้ของหมอแต่ละท่าน มีความสำคัญ ไม่ด้อยกว่ากันเลย เพราะฉะนั้นการที่จะเอาข้อมูลที่เป็นองค์ความรู้ของหมอแต่ละท่านมาทำเป็นชุดคู่มือที่สามารถใช้ประโยชน์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ต้องทำด้วยความรอบคอบและรัดกุมเป็นอย่างมาก การวิเคราะห์ข้อมูลในครั้งนี้ ทีมวิจัยจึงต้องใช้วิธีการหลายๆอย่างเข้ามาเป็นตัวช่วยในการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งในเบื้องต้นทีมวิจัยก็ได้นำข้อมูลของหมอนวด มาวิเคราะห์ร่วมกัน ก่อน หลังจากการวิเคราะห์ในเบื้องต้นก็พบว่า หมอนวดที่ให้บริการผู้ป่วยในอำเภอเขาชัยสน มี 3 กลุ่ม ซึ่งแต่ละกลุ่มจะมีความสามารถในการรักษาโรคดังนี้—

กลุ่มที่ 1 หมอนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา

กลุ่มที่ 2 หมอนวดรักษาตามอาการทั่วไป

กลุ่มที่ 3 หมอตำแย

เมื่อแยกประเภทของกลุ่มหมอออกมาได้ใน 3 กลุ่มแล้วทีมวิจัยก็ได้ร่วมกันคิดหาวิธีการในการวิเคราะห์ข้อมูลของหมอออกเป็นรายกลุ่ม โดยใช้วิธีการในการวิเคราะห์ข้อมูลในแต่ละกลุ่มดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลกลุ่มหมอนวด รักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา

วิธีการแรกที่ทีมวิจัยใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลของหมอนวดกลุ่มนี้ ก็คือ การใช้วิธีการวาดรูปคนขนาดใหญ่ ลงในแผ่นกระดานไม้อัด ขนาดความกว้าง 1.5 เมตร ยาวขนาด 2 เมตร โดยวาดรูปคนทั้งด้านหน้า และด้านหลัง เสร็จแล้ว ก็นำเอาจุดการนวดของหมอแต่ละท่านใส่ลงไปตามส่วนต่างๆ

ของร่างกาย จุดที่ตรงกันก็จะใช้การลงครั้งเดียว ส่วนจุดที่แตกต่างกันก็จะลงตำแหน่งเอาไว้ เพื่อวิเคราะห์อีกครั้ง แต่การใช้วิธีนี้ก็ต้องพบกับปัญหาในการวิเคราะห์ข้อมูล เพราะไม่สามารถลงจุดการวัดได้อย่างครบถ้วน โดยเฉพาะในส่วนของจุดการวัดที่อยู่ในด้านข้างของร่างกาย แต่วิธีการนี้ก็สามารถทำให้การวิเคราะห์ข้อมูลการวัด ของด้านหน้า และด้านหลัง ได้อย่างชัดเจน

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบที่ 2 เมื่อวิธีการที่ 1 ใช้ไม่ได้ผลอย่างเต็มที่ ทีมวิจัยจึงได้ร่วมกันคิดหาวิธีใหม่ คราวนี้ทีมวิจัยลองใช้แผ่นพลาสติกขนาดใหญ่ มีความกว้าง 1.5 เมตร ยาว 2 เมตร แล้ววาดรูปร่างคนลงไปเหมือนเดิม คือรูปด้านหน้าและด้านหลัง ซึ่งคราวนี้ใช้วิธีการวาดรูปลงไปบนแผ่นพลาสติกหลายๆแผ่น แล้วนำไปลงจุดและแนวนวดของหมอนแต่ละท่าน จนครบจำนวน 8 ท่าน เมื่อลงจุดและแนวนวดของหมอนแต่ละท่านลงไปเรียบร้อยแล้ว ก็นำเอาแผ่นพลาสติกของหมอนทุกท่านมาวางซ้อนกัน วิธีการนี้สามารถทำให้มองเห็นถึงความแตกต่างในส่วนของการวัดของหมอนแต่ละท่านได้อย่างชัดเจน ส่วนแนวการวัดนั้นมีส่วนคล้ายคลึงเป็นแนวเดียวกันทุกคน ในส่วนของจุดสำคัญในการวัดของหมอนแต่ละท่าน ก็มีส่วนที่เหมือนกันมากกว่าในส่วนที่มีความแตกต่างกัน การใช้วิธีการนี้สามารถทำให้การวิเคราะห์ข้อมูลมีความชัดเจน และมีความแน่นอนมากขึ้น แต่ก็ยังมีปัญหาในส่วนของการวิเคราะห์จุดและแนวการวัดด้านนอก หรือด้านข้างอยู่ดี ทำให้ทีมวิจัย ต้องคิดหาวิธีการใหม่อีกครั้งหนึ่ง

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบที่ 3 เมื่อวิธีการที่ 1 และที่ 2 สามารถวิเคราะห์ข้อมูลได้เฉพาะด้านหน้า และด้านหลังเท่านั้น แต่ไม่สามารถวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนของการวัดด้านข้าง หรือด้านนอกได้ ทีมวิจัยจึงคิดค้นหาวิธีใหม่อีกครั้งโดยครั้งนี้ ทีมวิจัยได้นำเอาแผ่นโฟมขนาดใหญ่ ความหนา 1 นิ้ว

กว้าง 1 เมตร ยาว 2 เมตร หลายๆแผ่นมาวางทับกัน ประมาณ 4—5 แผ่น แล้วแกะสลักเป็นรูปหุ่นคน ขนาดเท่าตัวคนจริงๆ มีอวัยวะครบสมบูรณ์เหมือนคนทุกอย่าง เมื่อทำหุ่นเสร็จ 1 ตัว ทีมวิจัยก็ได้มีแนวคิดในการวิเคราะห์ข้อมูลแบบใหม่ขึ้นมาได้ วิธีแบบใหม่ก็คือการเชิญให้หมอนวดที่มีความรู้ในการนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา ทั้ง 8 ท่านมาร่วมกันวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้การทบทวนทำความเข้าใจถึงวิธีการต่างๆที่ทีมวิจัยทำมาแล้วทั้ง 2 ครั้ง เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง และเมื่อหมอนวดทุกท่านได้ตรวจสอบข้อมูลทั้งในแผ่นกระดานและแผ่นพลาสติกใสแล้ว ต่างคนก็ยอมรับว่าข้อมูลถูกต้องแล้วจึงเริ่มใช้วิธีการที่ 3 เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลร่วมกันในส่วนที่เหลือ การวิเคราะห์ข้อมูลในครั้งนี้เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลที่มีความสมบูรณ์แบบมาก เพราะเจ้าขององค์ความรู้ได้มีส่วนร่วมในการทำด้วยตัวเอง ซึ่งจะมีส่วนดี ในเรื่องของก่อนการลงจุดสำคัญในการวัดแต่ละจุด หมอนวดทั้ง 8 ท่านก็ได้มีข้อตกลง

เพื่อหาความเป็นกลางก่อนแล้วจึงจะลงจุด และแนวการนวดในแต่ละส่วนของตัวหุ่น หลังจากการใช้วิธีนี้แล้ว การวิเคราะห์ข้อมูลรู้สึกว่าได้ผลเป็นอย่างดี ข้อมูลในทุกส่วนมีความสมบูรณ์ สามารถนำไปสู่การยกร่างเป็นชุดคู่มือการนวดได้ ทีมวิจัยจึงได้ยึดเอาวิธีการที่ 3 คือการใช้ หุ่นโฟม เป็นเครื่องมือในการวิเคราะห์ข้อมูลของหมอนวดในกลุ่มอื่นๆ อีก 2 กลุ่มที่เหลือ โดยการเชิญให้หมอนวดแต่ละกลุ่มได้เข้ามามีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ข้อมูลทุกครั้ง หลังจากนั้นทีมวิจัยก็ได้คิดค้นวิธีการสร้างสื่อในการลงจุดการนวดและแนวการนวดได้อีกหลายๆอย่าง เช่น การลงจุดและแนวการนวดลงบนเสื้อยืด การลงจุด และแนวการนวดลงบน กางเกง เพื่อใช้ในการขยายผลองค์ความรู้ต่อไป

3.7 การวิเคราะห์ข้อมูลร่วมกับภาคีต่างๆ

หลังจากได้มีการวิเคราะห์ข้อมูลของหมอนวดแต่ละกลุ่มร่วมกันระหว่างหมอนวดพื้นบ้านกับทีมวิจัย โดยใช้หุ่นโฟมเป็นสื่อในการวิเคราะห์ก็สามารถรวบรวมเอาองค์ความรู้ของหมอนวดแต่ละกลุ่มมารวมไว้ในหุ่นโฟม จำนวน 3 ตัว ซึ่งแต่ละตัวจะมีข้อมูลที่เป็นองค์ความรู้ของหมอนวดแต่ละกลุ่ม คือ หุ่นตัวที่ 1 เป็นข้อมูลความรู้ของหมอนวดรักษา โรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา ซึ่งหมอนวดจำนวน 8 ท่าน ได้ร่วมกันวิเคราะห์ตรวจสอบเป็นที่เรียบร้อย หุ่นตัวที่ 2 เป็นข้อมูลความรู้ของหมอนวดรักษาตามอาการทั่วไปซึ่งมีหมอนวดจำนวน 17 ท่าน ได้ร่วมกันวิเคราะห์ตรวจสอบเป็นที่เรียบร้อย หุ่นตัวที่ 3 เป็นความรู้ของหมอนวดตำแย ซึ่งมีหมอนวดตำแยจำนวน 10 ท่านได้ร่วมกันวิเคราะห์ตรวจสอบเป็นที่เรียบร้อยแล้ว เมื่อข้อมูลทั้งหมดได้ผ่านการวิเคราะห์ตรวจสอบแล้วในระดับหนึ่ง ทีมวิจัย ก็ได้้นำเอาข้อมูลที่มีอยู่ในหุ่นทั้ง 3 ตัวเข้าสู่กระบวนการวิเคราะห์ตรวจสอบร่วมกันอีกครั้งกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องโดยผ่านเวทีต่างๆ 1 ครั้ง ดังนี้

จัดเวทีวิเคราะห์ข้อมูลหมอนวดร่วมกันกับภาคีต่างๆ

การจัดเวทีในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อให้กลุ่มคนจากหลายฝ่ายได้เข้ามามีส่วนร่วมในการตรวจสอบ และกลั่นกรองข้อมูลของหมอนวดแต่ละกลุ่ม โดยกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมเวทีจะประกอบไปด้วย เจ้าหน้าที่จากสำนักงานสาธารณสุขอำเภอเขาชัยสน เจ้าหน้าที่จากสถานีอนามัยแต่ละแห่ง หมอนวดพื้นบ้าน ที่ปรึกษาที่มีความชำนาญด้านการแพทย์แผนไทย กลุ่มผู้สนใจที่จะเรียนรู้ภูมิปัญญาหมอนวดพื้นบ้าน ผู้นำชุมชน รวมประมาณ 40 กว่าคน การจัดเวทีในครั้งนี้ได้รับความร่วมมือจากสำนักงานสาธารณสุขอำเภอในเรื่องของสถานที่ ห้องประชุม และอุปกรณ์ประกอบการประชุมที่จำเป็นต้องใช้ การจัดเวทีประชุมในครั้งนี้ ได้รับเกียรติ จากท่านสาธารณสุขอำเภอมาเป็นประธานเปิดการประชุมซึ่งมีกำหนดเปิดประชุมในเวลา 9.00 น เป็นต้นไป หลังจากประธานในที่ประชุมได้กล่าวเปิด

ประชุมเสร็จแล้วก็ได้มีการดำเนินการในขั้นตอนต่างๆของการประชุมโดยใช้วิธีการวิเคราะห์ตรวจสอบข้อมูลที่เป็นความรู้ของหมอนวดเป็นรายกลุ่ม โดยนำหุ่นโพนแต่ละตัวมาร่วมกันดูถึงจุดการนวด และแนวการนวดเป็นหลัก เมื่อพบจุดบกพร่อง ในที่ประชุมก็จะนำมาเป็นประเด็นในการเสนอแนะเพิ่มเติม เพื่อให้มีความสมบูรณ์มากขึ้น โดยมีทีมวิจัยคอยบันทึกข้อมูลต่างๆในส่วนที่มีการเพิ่มเติม เพื่อนำไปปรับปรุงแก้ไขต่อไป

สรุปผลที่ได้รับจากการจัดเวทีในครั้งนี้

1. ได้จุดการนวดและแนวการนวด ของหมอนวดทั้ง 3 กลุ่มที่ผ่านการวิเคราะห์จากบุคคลหลายส่วน เป็นที่ยอมรับร่วมกัน และสามารถนำไปยกร่างเป็นชุดคู่มือการนวด ทั้ง 3 ชุด ต่อไป
2. ได้แนวร่วมในการสนับสนุนการขับเคลื่อนงาน วิจัยในส่วนต่างๆมากขึ้น
3. กลุ่มผู้สนใจที่จะเรียนรู้ภูมิปัญญาการนวดแบบพื้นบ้าน ได้มีโอกาสร่วมเรียนรู้จากประสบการณ์จริง
4. หน่วยงานของรัฐ มีความเข้าใจในการทำงานของทีมวิจัยมากขึ้น
5. หมอนวดพื้นบ้านทุกท่านมีกำลังใจ ในการร่วมงานกับทีมวิจัยมากขึ้น

3.8 กระบวนการยกร่างชุดคู่มือการนวดแบบฉบับพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน

เมื่อข้อมูลของหมอนวดในกลุ่มต่างๆทั้ง 3 กลุ่ม ได้ผ่านการวิเคราะห์ตรวจสอบจากกลุ่มคนจากส่วนต่างๆ แล้วทำให้ข้อมูลองค์ความรู้ในการนวดของหมอนวดพื้นบ้านมีความสมบูรณ์มากขึ้นทั้งในด้านของจุดสำคัญในการนวดและแนวการนวด ทีมวิจัยก็ได้เริ่มเข้าสู่ขั้นตอนการยกร่างชุดคู่มือการนวดทั้ง 3 ชุด โดยการนำเอาหุ่นจำลอง ทั้ง 3 ตัวที่มีข้อมูลองค์ความรู้ของหมอนวดแต่ละกลุ่ม มาทำการร่างเป็นโครงร่างของชุดคู่มือ โดยเริ่มจากการเขียนเป็นตัวหนังสือเพื่อบอกถึงตำแหน่งของจุดสำคัญ และสรรพคุณของแต่ละจุดเป็นหลักก่อน แล้วเขียนบอกถึงการเดินของแนวเส้นการนวดแต่ละแนว โดยใช้ภาพประกอบการบรรยายเพื่อให้เข้าใจง่าย วิธีนี้ก็คือการวาดภาพเป็นรูปคนขนาดย่อลงในกระดาษ เอสี่ ทั้งด้านหน้า และด้านหลัง เสร็จแล้ว ก็ใส่จุดสำคัญ และแนวการนวดลงไป โดยการนำข้อมูลทุกอย่างมาจากหุ่นจำลอง แต่ละตัวเสร็จแล้วใส่ชื่อและสรรพคุณของแต่ละจุดลงไป การใส่ชื่อจุดสำคัญแต่ละจุดและสรรพคุณของจุดนั้น ทีมวิจัยก็ได้เชิญเอาหมอนวดแต่ละกลุ่มมาช่วยกันตั้งชื่อของจุดและสรรพคุณจนครบหมดทุกจุดและครบหมดทุกกลุ่ม ซึ่งในขั้นตอนตอนนี้ต้องใช้เวลาในการทำงานร่วมกันหลายวันมากกว่าจะยกร่างคู่มือทั้ง 3 ชุดได้สำเร็จ หลังจากที่หมอนวดพื้นบ้านและทีมวิจัย ได้

ร่วมกันยกร่างคู่มือการนวดแบบฉบับพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสนอยู่หลายวันก็สามารถยกร่างชุดคู่มือการนวดออกมาได้ จำนวน 3 ชุด ซึ่งแต่ละชุดมีชื่อต่างๆดังต่อไปนี้

- 1.ชุดคู่มือการนวด รักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา
- 2.ชุดคู่มือการนวดรักษาอาการทั่วไป ชุดนี้สามารถนวดรักษาอาการต่างๆ เช่น ปวดหลัง ปวดเอว ปวดเข่า ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ปวดหัว เป็นต้น
- 3.ชุดคู่มือการนวดดูแล แม่และเด็กก่อนคลอด และหลังคลอด รวมไปถึงอาการที่เกี่ยวข้องกับมดลูก

3.9 กระบวนการวิเคราะห์ตรวจสอบชุดคู่มือก่อนนำไปสู่การทดลองปฏิบัติ

เมื่อกระบวนการยกร่างชุดคู่มือ ทั้ง 3 ชุดได้ออกมาเป็นรูปร่างเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ทีมวิจัยก็ยังไม่ได้คิดว่า คู่มือทั้ง 3 เล่มนี้จะสามารถใช้ได้เลย จำเป็นจะต้องนำไปเข้าสู่กระบวนการวิเคราะห์ตรวจสอบเพิ่มเติมโดยการมีส่วนร่วมจากหลายๆฝ่าย เพื่อให้เกิดความชัดเจนสมบูรณ์มากขึ้น ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลในชุดคู่มือทั้ง 3 ชุด ทีมวิจัยได้ใช้เวทีวิเคราะห์ชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสนขึ้นอย่างเป็นทางการ เพื่อให้บุคคลที่มีความรู้ ความสามารถ จากส่วนต่างๆ ได้เข้ามา มีส่วนร่วมในการตรวจสอบ เพิ่มเติมในส่วนต่างๆของชุดคู่มือร่วมกันเพื่อให้ชุดคู่มือทั้ง 3 เล่ม มีความสมบูรณ์มากที่สุดก่อนที่จะนำไปใช้ทดลองปฏิบัติจริงกับผู้ป่วย การจัดเวทีวิเคราะห์ชุดคู่มือร่วมกันในครั้งนี้ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากโรงพยาบาลเขาชัยสน ที่ให้ความร่วมมือทั้งในด้านสถานที่ประชุม และบุคลากรของโรงพยาบาล เพื่อมาช่วยกันพัฒนาชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้าน นอกจากนี้ยังได้รับความร่วมมือ จากสถานีอนามัย ทั้ง 13 แห่ง ในอำเภอเขาชัยสนที่ได้ส่งเจ้าหน้าที่ของแต่ละสถานีอนามัยเข้ามามีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ชุดคู่มือร่วมกัน และที่สำคัญในการประชุมครั้งนี้ได้รับความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอำเภอเขาชัยสน และหมอฟันบ้านทั้ง 35 ท่าน อีกส่วนหนึ่งก็จะเป็นตัวแทนจากองค์การบริหารส่วนตำบลของแต่ละพื้นที่ ซึ่งนับว่าเวทีการวิเคราะห์ชุดคู่มือการนวดทั้ง 3 ชุดในครั้งนี้ก็ได้มีหน่วยงานและองค์กรต่างๆเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนา และรับรู้ถึงเป้าหมายในการขับเคลื่อนงานวิจัยด้วย วิธีการวิเคราะห์ ชุดคู่มือทั้ง 3 ชุดในครั้งนี้ ใช้รูปแบบของการร่วมกันตรวจสอบชุดคู่มือร่วมกันทีละชุด โดยการช่วยกันดูและนำประเด็นที่เห็นว่ายังไม่ถูกต้อง หรือประเด็นที่ควรเพิ่มเติม มาหารือและพิจารณา ก่อนที่จะมีการบันทึกเพิ่มเติมแก้ไข เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์มากขึ้น ซึ่งเมื่อชุดคู่มือทั้ง 3 ชุดได้ผ่านกระบวนการตรวจสอบในเวทีแล้ว ก็มีประเด็นที่ต้องพัฒนาเพิ่มเติมในส่วนต่างๆดังนี้

- 1.ในส่วนของการตรวจอาการของโรคก่อนทำการนวด ควรให้มีการใส่ไว้ในชุดคู่มือด้วย
- 2.วิธีการนวดมีกี่วิธี มีท่าไหนบ้างควรมีภาพบรรยายเอาไว้เพื่อให้เรียนรู้ได้ง่ายขึ้น

3.ข้อห้ามในการนวดของแต่ละโรค มีข้อห้ามอะไรบ้าง ควรระบุเอาไว้ในชุดคู่มือด้วย

ซึ่งเมื่อผู้เข้าร่วมประชุมได้มีการตรวจสอบเสนอแนะเพิ่มเติมเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ทีมวิจัย ก็ได้ นำเอา ข้อมูลเหล่านี้ไปเพิ่มเติมลงในชุดคู่มือแต่ละชุด จนทำให้ชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้านอำเภอ เขาชัยสนมีความสมบูรณ์มากขึ้น ซึ่งในส่วนที่เหลือนั้นจะต้องมีการพัฒนาเพิ่มเติมอีกครั้งใน ช่วงของการทดลองปฏิบัติจริงกับผู้ป่วยต่อไปจนกว่าจะสามารถออกมาเป็นชุดคู่มือการนวดที่สามารถใช้ ประโยชน์กับชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

3.10 การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่กระบวนการทดลองปฏิบัติชุดคู่มือการนวด

หลังจากกระบวนการในขั้นตอนต่างๆของการขับเคลื่อนงานวิจัย ได้ผ่านขั้นตอนต่างๆมาอย่าง ยากลำบากพอสมควร มีเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นมากมาย ทั้งด้านความสำเร็จ และด้านที่เป็นปัญหา ของการขับเคลื่อนงานวิจัย ระยะทางที่เหลือ ทีมวิจัยรู้ดีว่ายังเป็นระยะทางที่ค่อนข้างก้าวเดินไปอย่าง ลำบากต่อไปอีกไกลกว่าจะถึงเป้าหมายที่วางไว้ แต่ทีมวิจัยก็ไม่เคยคิดที่จะย่อท้อกับการเดินทางต่อไป ข้างหน้า โดยจะใช้ประสบการณ์ในด้านต่างๆที่ได้เรียนรู้มาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินงานต่อไป ซึ่ง ระยะทางที่เหลือ ก็จะเป็นการขับเคลื่อนงานในรูปแบบของการทำงานในพื้นที่แต่ละชุมชนของ 3 ตำบล เป็นหลัก แต่การขับเคลื่อนงานในครั้งนี้ ทีมวิจัยต้องใช้วิธีการทำงานที่แตกต่างจากการลงพื้นที่ในช่วง ของการทำงานในช่วงแรกๆ ซึ่งจะขับเคลื่อนงานอยู่กับกลุ่มคนส่วนน้อย เช่น หมอพื้นบ้านและ ชาว บ้านที่เป็นผู้ป่วยที่ให้บริการกับหมอนวด แต่การลงพื้นที่ในรอบนี้ จะต้องไปขับเคลื่อนงานร่วมกับกลุ่ม คนในทุกภาคส่วน ที่มีความหลากหลายกว่าเดิมมาก เพราะฉะนั้นก่อนที่จะมีการขับเคลื่อนงานทั้ง3 พื้นที่ตำบล ก็ต้องมีการวางแผนในการทำงานให้มีความเหมาะสม และสอดคล้องกับสถานการณ์ของ แต่ละชุมชนให้มากที่สุดเพื่อให้การทำงานได้ดำเนินการไปอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งวิธีการก่อนที่จะลง พื้นที่ทำการทดลองปฏิบัติในแต่ละพื้นที่ ทีมวิจัยได้ใช้วิธีการจัดเวทีประชุม หน่วยงาน และองค์กรต่างๆ ที่มีความเกี่ยวข้องกับพื้นที่ เพื่อเป็นการประชาสัมพันธ์ และให้แต่ละหน่วยงานองค์กรแต่ละพื้นที่ได้เข้า มามีส่วนร่วมในการกำหนดแนวทางในการขับเคลื่อนงานที่มีความเหมาะสมของแต่ละพื้นที่ตำบล ซึ่ง วิธีการนี้ เป็นการหาแนวร่วมในการขับเคลื่อนงานในแต่ละตำบลได้เป็นอย่างดี

การจัดเวทีประชุมหน่วยงาน และองค์กร ที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ 3 ตำบล

การจัดเวทีในครั้งนี้ ได้รับความร่วมมือจากสถานีอนามัยบ้านเกาะทองสมซึ่งอยู่ในพื้นที่ หมู่ที่ 1 ตำบลโคกม่วง ได้ให้ความสะดวกในเรื่องของสถานที่ในการประชุม สำหรับกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วม ในเวทีก็จะประกอบไปด้วย เจ้าหน้าที่จากสถานีอนามัย ผู้นำชุมชน ตัวแทนจาก อ.บ.ต. ตัวแทนจากโรง

เรียน และหมอนวดพื้นบ้าน ที่มาจากพื้นที่ 3 ตำบล คือตำบลโคกม่วง ตำบลควนขนุน และตำบลเขาชัยสน เป้าหมายหลักของการจัดเวทีในครั้งนี้ก็เพื่อให้ บุคคลในแต่ละส่วนได้เข้ามามีส่วนร่วมในการคิดหารูปแบบ ในการทดลองปฏิบัติ ชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน ที่ทำแล้วสามารถนำไปสู่ความต่อเนื่องและเกิดประโยชน์ต่อชุมชนให้มากที่สุด

สรุปผลที่ได้รับจากการจัดเวทีประชุมหาแนวทางในการทดลองชุดคู่มือ

การประชุมในครั้งนี้กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมเวที ได้มีการระดมความคิดร่วมกันอย่างหลากหลายโดยเฉพาะในส่วนของวิธีการในการทดลองชุดคู่มือ และกิจกรรมเสริมที่จะให้มีความรู้ไปกับการทดลองชุดคู่มือด้วย เช่นการขยายผลองค์ความรู้ในด้านการดูแลสุขภาพแบบการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อให้ชุมชนที่เข้ามาใช้บริการจะได้เรียนรู้และนำไปใช้ประโยชน์ควบคู่กันไป การสาธิตการนวดแบบพื้นบ้าน การจัดนิทรรศการ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ เป็นข้อเสนอแนะของผู้เข้าร่วมเวที ที่อยากให้มีการทำควบคู่กันไป และอีกประเด็นหนึ่งที่มีการเสนอกันมากในเวที ก็คืออยากให้มีการสาธิตทดลองให้มากกว่าแผนงานที่กำหนดไว้ในโครงการ เพื่อให้เกิดความคลอบคลุมได้ทั่วทุกพื้นที่โดยเพิ่มกิจกรรมจากเดิมตำบลละ 1 ครั้ง ให้เพิ่มเป็น 4—5 ครั้งซึ่งการเพิ่มกิจกรรมให้มากขึ้นก็จะช่วยเสริมในเรื่องของการเผยแพร่และการประชาสัมพันธ์ ให้ชุมชนได้รู้จักหมอนวดพื้นบ้านเพิ่มขึ้น ซึ่งบทสรุปในการจัดเวทีครั้งนี้ มีประเด็นหลักๆที่จะนำไปสู่การทดลองปฏิบัติที่มีความเหมาะสมและมีประสิทธิภาพดังนี้

1. ให้มีการเปิดเป็นศูนย์บริการนวดทดลองแบบเคลื่อนที่ในพื้นที่ 3 ตำบลคือตำบลโคกม่วง ตำบลควนขนุน และตำบลเขาชัยสนโดยใช้กระบวนการมีส่วนร่วมจากชุมชนเป็นหลัก
2. ให้มีการใช้ชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้านเขาชัยสนมาใช้ทดลองในการนวดให้บริการในทุกสถานที่
3. ให้มีการใช้หมอนวดพื้นบ้านในแต่ละพื้นที่ตำบลมาให้บริการนวดทดลอง ในศูนย์บริการนวดทดลอง
4. ให้มีการขยายผลองค์ความรู้ในการนวดขึ้นพื้นฐานแก่กลุ่มผู้สนใจเรียนรู้ในแต่ละพื้นที่ควบคู่กันไป
5. ให้มีการจัดนิทรรศการเพื่อเผยแพร่งานวิจัยท้องถิ่น ให้ชุมชนได้เรียนรู้
6. ให้มีการให้ความรู้ในการใช้สมุนไพรขึ้นพื้นฐานแก่ผู้สนใจ
7. ให้มีการสาธิตการใช้สมุนไพรประกอบการนวด แก่กลุ่มผู้สนใจ

8. ให้ผู้นำชุมชนและผู้เกี่ยวข้องในแต่ละพื้นที่ช่วยประชาสัมพันธ์ และช่วยประสานกับองค์กรและหน่วยงานในแต่ละพื้นที่
9. สถานที่ในการเปิดศูนย์บริการนวดสาธิตทดลองให้เป็นสถานที่ของสาธารณะ หรือเป็นสถานที่ของหน่วยงานต่างๆ เช่น โรงเรียน วัด และสถานีนอนามัย

หลังจากที่ได้ข้อสรุปในการเปิดศูนย์สาธิตบริการนวดแล้ว ที่ประชุมก็ได้ร่วมกันกำหนดวัน เวลา และสถานที่ในการเปิดศูนย์บริการ โดยเริ่มจากการเปิดศูนย์บริการนวดทดลอง ขึ้นที่สถานีนอนามัยบ้านเกาะทองสม ในวันที่ 24—26 พ.ย.2547 เป็นแห่งแรก จากนั้นการเปิดบริการในครั้งต่อไปก็จะใช้การหารือร่วมกันหลังจากเสร็จสิ้นการให้บริการใน จุดที่ 1 แล้วก็จะดูถึงความพร้อมของชุมชนในการเปิดบริการในครั้งต่อไป

กิจกรรมการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดศูนย์บริการนวดทดลอง

กิจกรรมการเตรียมความพร้อมของหมอนวดพื้นบ้านที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในการให้บริการผู้ป่วยในศูนย์บริการนวดก็เป็นสิ่งสำคัญเป็นอย่างมากที่ต้องทำก่อนทำการนวดทดลอง เพราะในระหว่างที่มีการขับเคลื่อนงานที่ผ่านมา ก็ถือว่าหมอนวดพื้นบ้านทุกท่าน ยังมีความเข้าใจในชุดคู่มือได้ไม่มากนัก เพราะสาเหตุและปัจจัยหลายๆ อย่างที่เข้ามาเกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็นความถนัดของหมอนวดแต่ละท่านที่มีความชำนาญในการใช้ความรู้แบบของหมอนวดแต่ละคนที่มีการใช้กันมานานนับ สิบๆ ปีการที่จะให้เปลี่ยนมาใช้วิธีการนวดที่เป็นความรู้ที่สร้างขึ้นใหม่มันก็ไม่ใช่ว่าเรื่องง่าย ปัญหาอีกอย่างหนึ่งก็คือ หมอนวดส่วนใหญ่มีอายุมาก ทำให้เป็นปัญหาในส่วนของการอ่านทำความเข้าใจในชุดคู่มือค่อนข้างลำบาก หมอนวดบางท่านอ่านหนังสือไม่ออกก็มี และที่สำคัญที่ผ่านมามีไม่ได้มีการชักชวนทำความเข้าใจในชุดคู่มือกันเลยแม้แต่ครั้งเดียว เพราะฉะนั้นการเตรียมความพร้อมหมอนวด จึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องทำเป็นอย่างมาก เพื่อให้การใช้ชุดคู่มือในการทดลองนวดเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

กิจกรรมในการเตรียมความพร้อมของหมอนวดพื้นบ้าน จึงได้มีการดำเนินการขึ้นหลายครั้ง ก่อนที่จะทำการทดลองปฏิบัติจริงกับผู้ป่วย วิธีการเตรียมความพร้อมหมอนวดพื้นบ้าน ทีมวิจัย ได้ใช้รูปแบบของการจัดเวทีประชุมกลุ่มย่อย ตามกลุ่มของหมอนวดในแต่ละกลุ่ม จำนวน 3 กลุ่ม คือกลุ่มหมอนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา กลุ่มหมอนวดรักษาอาการทั่วไป และกลุ่มหมอนวดตำแย การจัดประชุมแต่ละกลุ่ม ใช้เวลา 1 วัน วิธีการในการทำความเข้าใจในการเรียนรู้ชุดคู่มือแต่ละชุด ก็จะใช้ทั้งวิธีการให้อ่านทำความเข้าใจเป็นรายบุคคลโดยจะให้ชุดคู่มือไว้ท่านละ 1 เล่ม อีกวิธีหนึ่งก็คือ การให้หมอนวดในแต่ละกลุ่ม ได้มีการซักซ้อมโดยการปฏิบัติจริง ซึ่งเป็นการนวดแบบสาธิต ให้หมอนวดได้ดูร่วมกัน

และปฏิบัติตาม ซึ่งวิธีนี้จะเป็นวิธีที่สามารถทำให้หมอนวดที่บ้านทุกท่านจดจำได้ง่ายมากกว่าการอ่านทำความเข้าใจเอาเอง เพราะเป็นวิธีการถ่ายทอดความรู้แบบสมัยก่อน

การแบ่งบทบาทหน้าที่การทำงานในศูนย์บริการนวดทดลอง

หลังจากที่ได้มีการเตรียมความพร้อม และทำความเข้าใจหมอนวดในแต่ละกลุ่มจนทำให้หมอนวดมีความเข้าใจในชุดคู่มือแล้ว ทีมวิจัยก็ได้มีการจัดประชุมทีมงานหมอนวดที่บ้าน ทั้ง 35 คนเพื่อมาร่วมกันกำหนดแผนงานและกิจกรรมต่างๆที่จะให้มีขึ้นในศูนย์สาธิตบริการนวด เพราะการเปิดบริการนวดทดลองในขณะนี้ ได้มีการปรับเปลี่ยนไปจากแผนงานในโครงการเล็กน้อย โดยเฉพาะจำนวนครั้งในการเปิดบริการที่เพิ่มจากเดิม และกิจกรรมเสริมต่างๆที่จะให้มีขึ้นในศูนย์บริการแต่ละครั้ง ทำให้ต้องมีการปรับแผนงานเพื่อให้เกิดความลงตัวและเหมาะสมมากที่สุด ผลจากการประชุมในครั้งนี้ก็ได้ผลสรุปถึงวิธีการทำงาน และการแบ่งบทบาทหน้าที่ของแต่ละฝ่ายดังนี้

1. ให้มีการนวดบริการผู้ป่วยจากโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา โดยมีหมอนวดให้บริการ 2 คน
2. ให้มีการนวดรักษาตามอาการทั่วไป โดยมีหมอนวดให้บริการ 2 คน
3. ให้มีการนวดรักษาอาการ ที่เกี่ยวกับมดลูก และการแต่งท้องโดยมีหมอนวดให้บริการ 2 คน
4. ให้มีการจัดนิทรรศการให้ความรู้ แก่ผู้ที่เข้ามาใช้บริการ โดยทีมวิจัย เป็นผู้ดำเนินการ
5. ให้มีการสาธิตการใช้สมุนไพรประคบ แก่ผู้สนใจ โดย หัวหน้าทีมวิจัย
6. ให้มีการให้ความรู้ในการนวดพื้นฐาน แก่กลุ่มผู้สนใจ โดยหัวหน้าทีมวิจัย
7. ให้มีการลงทะเบียนของผู้ป่วยที่มาใช้บริการ โดยทีมวิจัย เป็นผู้ดำเนินการ

ทั้งหมดนี้คือกิจกรรมที่จะจัดให้มีขึ้นในศูนย์ทุกๆแห่งที่ได้ดำเนินการ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ได้มีการเสนอแนะมาจากชุมชนทั้งสิ้น แต่อย่างไรก็ตามทีมวิจัย ก็ไม่ได้ทำในสิ่งที่ออกนอกเหนือไปจากเป้าหมายเดิมในโครงการอย่างแน่นอน ยังคงยึดมั่นอยู่ในวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อต้องการทดลองถึงประสิทธิภาพของชุดคู่มือ ทั้ง 3 ชุด
2. เพื่อต้องการค้นหาจุดบกพร่องและนำไปสู่การพัฒนาปรับปรุงชุดคู่มือ
3. เพื่อต้องการประเมิน ถึงความพึงพอใจของผู้ป่วยที่ใช้บริการ
4. เพื่อต้องการขยายผลองค์ความรู้สู่ชุมชน
5. เพื่อต้องการหาแนวร่วมในการฟื้นฟู หมอนวดที่บ้าน
6. เพื่อต้องการพัฒนาระดับหมอนวดที่บ้านให้ไปสู่การยอมรับของชุมชนมากขึ้น

3.11 กระบวนการปฏิบัติทดลองชุดคู่มือการนวด และการขยายผลความรู้สู่ชุมชน

เมื่อทุกอย่างมีความพร้อมอย่างเต็มที่แล้ว การขับเคลื่อนงานในการทดลองปฏิบัติก็ได้เริ่มดำเนินการขึ้นตามแผนงานและความพร้อมของแต่ละชุมชนตามขั้นตอนลำดับ โดยเริ่มจากจุดที่ 1 คือ สถานีอนามัยบ้านเกาะทองสม ซึ่งอยู่ในเขตพื้นที่ หมู่ที่ 10 ตำบลโคกม่วง โดยมีกำหนดการในการเปิดศูนย์บริการนวด จำนวน 3 วันตามข้อตกลงร่วมกัน โดยยึดหลักเกณฑ์ที่ว่า การนวดแบบพื้นบ้านถ้าจะให้รู้ผลของการรักษาต้องใช้เวลาในการนวดอย่างน้อย 3 ครั้งจึงจะสามารถประเมินได้ว่าผลการรักษาจะเป็นอย่างไรซึ่งเมื่อนวดครบ 3 ครั้งแล้วทีมวิจัยก็จะประเมินโดยการสัมภาษณ์ผู้ป่วยทุกคนที่มาใช้บริการ นอกจากการประเมินถึงผลการรักษาแล้วทีมวิจัยก็จะสอบถามถึงจุดบกพร่องในการนวดที่เป็นสิ่งที่ต้องพัฒนาปรับปรุง ซึ่งจุดนี้ผู้ป่วยที่ให้บริการจะสามารถบอกได้ดีที่สุด เพราะได้สัมผัสด้วยตัวเอง นอกจากนี้แล้วผู้ป่วยที่มาก็ยังสามารถให้ข้อมูลที่เป็นความคิดเห็นในส่วนของการปฏิบัติตัวของหมอนวดแต่ละคน ซึ่งจะเป็นข้อมูลที่สามารถนำไปสู่การพัฒนาตัวหมอนวดแต่ละคนได้เป็นอย่างดีด้วย

กระบวนการในการปฏิบัติทดลองชุดคู่มือการนวด และการขยายผลองค์ความรู้สู่ชุมชน ได้เริ่มดำเนินการตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2547 จนถึงเดือน มิถุนายน 2548 ซึ่งใช้เวลาในการเปิดศูนย์บริการนวดเคลื่อนที่ไปถึง 5 เดือน โดยการเคลื่อนที่ไปสู่ชุมชนต่างๆทั่วทุกพื้นที่ตำบลในอำเภอเขาชัยสน เหตุผลที่ต้องให้มีการเปิดศูนย์บริการนวดในทุกพื้นที่นั้นก็เพราะความต้องการของชุมชนเอง บางส่วนก็เป็นความต้องการของหน่วยงานต่างๆ และบางส่วนก็จะเป็นงานเทศกาลประเพณีต่างๆของแต่ละตำบล เช่น งานวัฒนธรรมท้องถิ่นของตำบลและอำเภอ ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ก็มีส่วนเกี่ยวข้องกับหมอนวดพื้นบ้านโดยตรงอยู่แล้ว ทีมวิจัยจึงให้โอกาสนี้ให้เป็นประโยชน์กับงานวิจัย อีกทางหนึ่ง และที่สำคัญคือทำให้การทดลองปฏิบัติชุดคู่มือมีความชัดเจนมากขึ้น มีเวลาในการหาจุดบกพร่องของชุดคู่มือ และสามารถพัฒนาปรับปรุงให้มีความสมบูรณ์มากขึ้น อีกส่วนหนึ่งที่ส่งผลดีก็คือ สามารถสร้างความรักความสามัคคีให้เกิดขึ้นกับทีมหมอนวดพื้นบ้านที่เข้าร่วมโครงการ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันมากขึ้นและมีความชำนาญในการใช้ชุดคู่มือการนวดมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง จากการขับเคลื่อนงานตลอดระยะเวลา 5 เดือน ได้มีหมอนวดรุ่นใหม่ๆเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มขึ้นจากเดิม 35 คน เป็น 42 คน ซึ่งนับว่าเป็นผลสำเร็จอีกอย่างหนึ่งของการขับเคลื่อนงานในครั้งนี้

การเปิดศูนย์บริการนวดทดลองแบบเคลื่อนที่ไปตามชุมชนต่างๆของแต่ละตำบล ในอำเภอเขาชัยสน ทีมวิจัยได้ทำตารางเปรียบเทียบเอาไว้ ซึ่งมีทั้งระยะเวลาในการเปิดศูนย์ จำนวนผู้ป่วยที่ให้บริการ และอาการของผู้ป่วยที่มาใช้บริการตามตารางดังต่อไปนี้—

สรุปผลที่ได้รับจากการปฏิบัติทดลองชุดคู่มือ และการขยายผลความรู้สู่ชุมชน

จากการเปิดศูนย์สาธิตบริการนวดทดลองเคลื่อนที่ไปยังชุมชนต่างๆตลอดระยะเวลา 5 เดือน ทีมวิจัยก็ได้ใช้วิธีการต่างๆในการขับเคลื่อนงาน เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่วางไว้ในเบื้องต้น และกว่าที่จะไปถึงจุดหมายได้นั้น ทีมวิจัยต้องใช้กลไกต่างมากมายจนในที่สุดก็สามารถทำให้ทุกอย่างก้าวหน้าไปถึงจุดหมายได้ และยังสามารถช่วยเหลือผู้ป่วยในแต่ละชุมชนได้ถึง 400 กว่าคน ซึ่งโดยภาพรวมแล้วผู้ป่วยที่ได้เข้ามาใช้บริการจะเป็นชาวบ้านที่มีอาการที่เกิดจากอาการทั่วไป เช่น ปวดเอว ปวดหลัง ปวดเมื่อยตามร่างกาย เป็นส่วนใหญ่ รองลงมา ก็จะเป็นอาการเหน็บชา อัมพฤกษ์ และอาการที่เกี่ยวข้องกับมดลูก ตามลำดับ ผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่เข้ามาใช้บริการ จะเป็นผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป รองลงมา ก็จะเป็นวัยกลางคน ตั้งแต่อายุ 30 ปีถึง 50 ปี อีกส่วนหนึ่งก็จะเป็นเด็กนักเรียนที่มีอาการปวดเข่า ปวดขา จากการเล่นกีฬาในโรงเรียน ในส่วนของผลที่ได้รับตามเป้าหมายที่วางไว้ ทีมวิจัย ก็ได้สรุปผลออกมาในแต่ละด้านดังต่อไปนี้

ด้านการทดลองชุดคู่มือการนวดทั้ง 3 ชุด

จากการเปิดบริการนวดทดลองโดยใช้ชุดคู่มือทั้ง 3 ชุด ให้บริการนวดแก่ผู้ป่วยในพื้นที่ต่างๆ สามารถทำให้ทีมวิจัยได้มองเห็นถึงประสิทธิภาพของชุดคู่มือทั้ง 3 ชุดซึ่งเมื่อใช้นวดให้บริการผู้ป่วยแล้วสามารถส่งผลให้ผู้ป่วยมีอาการดีขึ้นตามลำดับโดยใช้หลักการเปรียบเทียบหลายๆส่วนเข้ามาประกอบ เช่นตามความรู้สึกจากผู้ป่วยเป็นรายวันหลังจากได้รับบริการแล้ว เช่นก่อนที่ผู้ป่วยมาเข้ารับบริการมีอาการปวดเมื่อย นอนไม่หลับ แต่หลังจากให้บริการนวดแล้วอาการเหล่านี้หายไปสามารถนอนหลับได้มากขึ้น หรือผู้ป่วยบางราย ก่อนเข้ารับบริการมีอาการขาตามชา ตามแขน เมื่อได้รับบริการนวดแล้วอาการเหล่านี้เริ่มดีขึ้นมีอาการขาน้อยลงจากเดิม สำหรับผู้ป่วยที่มีอาการของโรค อัมพฤกษ์ ซึ่ง มีอาการค่อนข้างอยู่ในระยะที่รุนแรง ก็จะใช้วิธีการประเมินถึงความแตกต่าง ได้ในส่วนของความรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้นอาการปวดเมื่อยลดน้อยลง ในความเป็นจริงแล้วอาการของโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เป็นอาการที่ต้องใช้ระยะเวลาในการรักษา มากกว่า 3 ครั้งอย่างแน่นอน ซึ่งต่างจากอาการอื่นๆที่นวดรักษาเพียง 3 - 4 ครั้งก็จะเห็นผลได้ดีมากกว่า จากการประเมินถึงประสิทธิภาพของชุดคู่มือการนวดในช่วงที่มีการปฏิบัติทดลอง ก็ถือว่าชุดคู่มือทั้ง 3 ชุดเมื่อนำไปใช้นวดให้ผู้ป่วยแล้วสามารถส่งผลไปในทิศทางของอาการที่ดีขึ้นได้

ด้านความพึงพอใจของผู้ป่วยที่มารับบริการในศูนย์บริการนวด

ในการเปิดบริการนวดทุกครั้ง สิ่งที่ทีมวิจัยพยายามเน้นหนักในการประเมิน อีกอย่างหนึ่งก็คือความพึงพอใจของผู้ป่วยที่เข้ามาใช้บริการ ซึ่งจุดนี้ ทีมวิจัยก็จะพยายามสอบถามจากผู้ป่วยทุกครั้ง ไม่

ว่าจะเป็นการให้บริการของหมอ การปฏิบัติตัวของหมอที่มีต่อผู้ป่วย และการใช้วิธีการนวดของหมอแต่ละคน ว่าเป็นอย่างไร มีปัญหาอะไรบ้าง และมีส่วนไหนที่ต้องให้มีการปรับปรุง ซึ่งในส่วนนี้ เมื่อทีมวิจัยได้มีการประเมินแล้ว ก็ถือว่าการให้บริการของหมอนวดอยู่ในเกณฑ์ ที่ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีความพึงพอใจ ซึ่งผู้ป่วยส่วนใหญ่จะให้ความเห็นในส่วนของความเป็นกันเองของหมอแต่ละคน ที่ให้บริการ และวิธีการรักษาที่มีความพร้อมในทุกๆด้าน คือการรักษา ด้วยกำลังกาย กำลังใจ และความเข้าใจถึงปัญหาของผู้ป่วย วิธีของการดูแลสุขภาพสุขภาพของหมอนวดที่บ้าน เป็นวิธีของการดูแลสุขภาพที่มีมาช้านาน และเป็นที่รู้จักกันเคยของชาวบ้านอยู่แล้ว แต่ปัจจุบันมีคนให้ความสำคัญน้อยลงกว่าเดิมเท่านั้น ซึ่งโดยสรุปแล้วผู้ป่วยที่มาใช้บริการในศูนย์บริการนวดในแต่ละจุดต่างมีความพอใจในการให้บริการนวดในแต่ละครั้ง ถึงแม้ว่าในบางส่วนจะต้องมีการปรับปรุงอยู่บ้างในส่วนของหมอนวดบางท่านที่ยังคงต้องปรับปรุงในเรื่องของการนวด ที่ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกเจ็บ ในขณะที่หมอกำลังนวดก็เป็นเพียงปัญหาที่ยังสามารถแก้ไขได้ไม่ยากนัก

ด้านการขยายผลองค์ความรู้สู่ชุมชน

ตลอดระยะเวลาที่ทีมวิจัยได้มีการดำเนินงานในช่วงของการเปิดศูนย์บริการนวดทดลอง ในการเปิดบริการทุกครั้ง ก็จะต้องมีการให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพชุมชนโดยการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น มาโดยตลอด ซึ่งการขยายผลองค์ความรู้ที่ทีมวิจัย ได้ให้ความรู้แก่ชุมชนมีดังนี้

1. การสาธิตการนวดขั้นพื้นฐาน ให้แก่กลุ่มผู้สนใจ ซึ่งในแต่ละครั้งจะมีทั้งนักเรียนในชั้น ประถม ของแต่ละพื้นที่เข้าร่วมเรียนรู้ วันละ 1 ชั่วโมงบางครั้งก็จะมีทั้งชาวบ้านที่สนใจเข้ามาเรียนรู้ ด้วย
2. การสาธิตการใช้สมุนไพรประคบ ซึ่งในส่วนนี้ก็จะให้ความรู้กับกลุ่มแม่บ้าน มีทั้งความรู้ในการทำลูกประคบ และวิธีการประคบ ซึ่งการสาธิตในแต่ละครั้งมีผู้สนใจเรียนรู้เพื่อนำไปใช้ ประโยชน์กันมาก
3. การจัดนิทรรศการในรูปแบบของการใช้ภาพถ่าย และบรรยายด้วยตัวหนังสือประกอบเป็นภาพ การขับเคลื่อนงานวิจัย และการใช้สื่อเกี่ยวกับความรู้ในการนวด โดยใช้หุ่นโพน ที่มีจุดการนวด และแนวการนวดแบบพื้นบ้าน รวมไปถึงการใช้สื่อครุหมอนที่ถอดเอาองค์ความรู้จากชุดคู่มือ มาใส่ไว้ในสื่อเพื่อให้ผู้เข้ารับบริการได้เรียนรู้อีกด้วย
4. การจัดแสดงพืชสมุนไพรพื้นบ้าน มีทั้งสรรพคุณ และวิธีขยายพันธุ์ เพื่อให้ผู้สนใจได้เรียนรู้ดังต่อไปนี้

ตารางการขยายผลองค์ความรู้หมอนวดพื้นบ้าน อ.เขาย้อยสน จ.พัทลุง						
ว/ด/ป	สถานที่	ทีมงาน (คน)	กลุ่มเป้าหมาย		วิธีการ	สื่อการสอน
			นักเรียน (คน)	ชาวบ้าน (คน)		
21/5/48	บ้านแหลมแขง ม.8 ต.ควนขนุน	7		23	นวดสาธิต	ใช้สื่อครูหมอน/ หุ่นโฟม/แผ่นป้าย แสดงจุดนวด
22/5/48	ร.ร. วัด ชุม ประดิษฐ์ ต. ควนขนุน	2	11		สอนการนวดพื้น ฐาน	ใช้สื่อครูหมอน/ หุ่นโฟม/แผ่นป้าย แสดงจุดนวด
23/5/48	ร.ร.บ้านนาหย้า ต.ควนขนุน	2	21		สอนการนวดพื้น ฐาน	ใช้สื่อครูหมอน/ หุ่นโฟม/แผ่นป้าย แสดงจุดนวด
26/5/48	สอ.บ้านนาหย้า ต.ควนขนุน	2		อสม. 4 คน	สอนการนวดพื้น ฐาน	ใช้สื่อครูหมอน/ หุ่นโฟม/แผ่นป้าย แสดงจุดนวด
5-6/11/48	ร.ร.บ้านนาหย้า ต.ควนขนุน	2	25		สอนการนวด อาการทั่วไป	ชุดคู่มือการนวด หุ่นโฟม
10/11/48	ร.ร.เขาย้อยสน ต. เขาย้อยสน	2	19		สอนการนวด อาการทั่วไป	ชุดคู่มือการนวด หุ่นโฟม
15/11/48	ร.ร.เขาย้อยสน ต. เขาย้อยสน	2	7		สาธิตการใช้ สมุนไพร	สมุนไพรใกล้ตัว
16/11/48	บ้านห้วยบอน ต. ควนขนุน	2		11	สาธิตการใช้ สมุนไพร	สมุนไพรใกล้ตัว

สิ่งที่เกิดขึ้นในช่วงเปิดศูนย์สาธิตบริการเคลื่อนที่

จากประสบการณ์ที่ทีมวิจัยได้คลุกคลีอยู่กับชุมชนตามพื้นที่ต่างๆในอำเภอเขาชัยสนตลอดระยะเวลาที่ทำการเปิดศูนย์บริการนวดเคลื่อนที่ ทำให้ทีมวิจัยได้มีโอกาสเรียนรู้ถึงวิถีชีวิตของการอยู่ร่วมกันของคนในชุมชน ได้มีโอกาสพบปะพูดคุยกับกลุ่มคนจากหลากหลายอาชีพ และได้รับรู้เรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นกับชุมชนมากมาย ทั้งในด้านดี และในด้านที่เป็นปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นใหญ่จะมาจาก ความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคมปัจจุบัน ที่ทำให้ชาวบ้านต้องตกอยู่ในสภาวะที่ต้องปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่เปลี่ยนแปลงอยู่อย่างต่อเนื่องเพื่อให้ทันกับสถานการณ์

แต่สำหรับการเปิดศูนย์บริการนวดเคลื่อนที่ ในแต่ละแห่ง สภาพบรรยากาศที่เกิดขึ้นเป็นภาพที่น่าพึงพอใจเป็นอย่างมาก เพราะบรรยากาศที่เกิดขึ้น คือภาพแห่งวิถีชีวิตของคนสมัยก่อน ที่มีความครบถ้วนในวิถีชีวิตดั้งเดิม ทั้งในด้านความเชื่ออาหาร ด้านการใช้ชีวิตแบบพอเพียง ด้านประเพณี วัฒนธรรม ศาสนา และการอนุรักษ์ธรรมชาติ สิ่งเหล่านี้ยังมีอยู่อย่างครบถ้วนในการเปิดบริการนวดของแต่ละชุมชน ดังนี้

หมอนวดพื้นบ้าน ก่อนเปิดบริการนวดทุกครั้งหมอนวดผู้อาวุโสก็จะทำพิธีไหว้ครูหมอนวดอาจารย์ และเจ้าที่เจ้าทางก่อนให้บริการนวดให้ผู้ป่วย การรักษาศูนย์ป่วยหมอนวดพื้นบ้านยึดหลักความเมตตาต่อผู้ป่วยโดยไม่แบ่งชั้นวรรณะ ให้บริการโดยเท่าเทียมกัน โดยไม่หวังผลตอบแทน นอกจากรักษาศูนย์ป่วยแล้วหมอนวดพื้นบ้านยังเป็นแกนหลักในการถ่ายทอดความรู้ในการดูแลสุขภาพโดยการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและยังเป็นแกนหลักในการสร้างจิตสำนึกให้ชุมชนมองเห็นความสำคัญของสมุนไพรท้องถิ่น

ผู้ป่วยที่มาใช้บริการ ในการเปิดบริการนวดเคลื่อนที่ทุกจุด ผู้ป่วยที่มาใช้บริการทุกคน ไม่เห็นแก่ตัวมีความรักความสามัคคีต่อกัน ไม่รังเกียจ และแบ่งชนชั้น หรือศาสนาในบางพื้นที่จะมีผู้ป่วยที่มาใช้บริการที่เป็นทั้งไทยพุทธ และไทยมุสลิม มาใช้บริการร่วมกันก็สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขมีการนำเอาปิ่นโตมากินข้าวร่วมกัน มีการช่วยกันทำความสะอาดสถานที่ ทั้งที่เป็นสถานที่ของศาสนาพุทธ คือวัด มีการอยู่ร่วมกันถึง 5 วันก็อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข นอกจากการกินการอยู่ร่วมกันแล้วผู้ป่วยที่มาใช้บริการในแต่ละจุดยังมีการแลกเปลี่ยนสมุนไพรเพื่อนำไปขยายพันธุ์ต่อไปด้วย โดยภาพรวมแล้วการเปิดศูนย์บริการนวดในแต่ละจุด สรุปได้ว่าเป็นวิถีชีวิตที่มีการพึ่งพาอาศัยต่อกันอย่างมีความสุขภายใต้การใช้ทรัพยากรธรรมชาติและภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้ประโยชน์ร่วมกัน

บทที่ 4

บทสรุป

สรุปผลที่เกิดขึ้นตามวัตถุประสงค์

การสรุปผลการวิจัยครั้งนี้สรุปผลในภาพรวมโดยยึดวัตถุประสงค์หลักที่วางไว้ในตอนต้นซึ่งมี 5 ข้อได้แก่

1. เพื่อศึกษาข้อมูลเชิงลึกขององค์ความรู้หมอพื้นบ้านที่ใช้วิธีการนวด และการใช้สมุนไพรประกอบการนวด
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจจากผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษากับหมอพื้นบ้านที่ใช้วิธีการนวด
3. เพื่อจัดทำชุดองค์ความรู้เป็นชุดคู่มือในการดูแลรักษาสุขภาพ และการบำบัดรักษาโรคโดยใช้วิธีการ นวด และใช้สมุนไพรประกอบ
4. เพื่อหาแนวทางรูปแบบการใช้องค์ความรู้ และขยายผลองค์ความรู้หมอพื้นบ้านโดยวิธีการนวด และ ใช้สมุนไพรประกอบ.
5. เพื่อหาแนวร่วมในการอนุรักษ์ฟื้นฟูหมอพื้นบ้านไปสู่การยอมรับของชุมชนในอำเภอเขาชัยสน

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ผลการศึกษาสามารถศึกษาข้อมูลเชิงลึกของหมอพื้นบ้านที่ใช้วิธีการนวดมาได้จำนวน 35 ท่าน ซึ่งแบ่งประเภทของการนวดออกเป็น 3 กลุ่ม คือหมอนวดรักษาโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา 8 ท่าน หมอนวดรักษาตามอาการทั่วไป 17 ท่าน และหมอตำแยที่ใช้วิธีการนวดในการดูแลแม่และเด็กก่อนคลอดและหลังคลอด จำนวน 10 ท่าน สำหรับสมุนไพรที่ใช้ประกอบการนวดสามารถศึกษามาได้ 8 สูตร แต่ปัจจุบันมีการใช้กันน้อยมาก มีการใช้น้ำมันมะพร้าวเคี้ยว และสมุนไพรประกอบบางสูตรเท่านั้น

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ผลจากการศึกษาความพึงพอใจของผู้ป่วยที่เข้ารับบริการกับหมอนวดพื้นบ้านพบว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่ต่างมีความพึงพอใจในการใช้บริการกับหมอนวดพื้นบ้าน ทั้งในด้านการให้บริการ การปฏิบัติตัวของหมอที่มีต่อผู้ป่วย ค่าบริการ วิธีการนวด และผลการรักษา ซึ่งการศึกษาจะใช้ทั้งการศึกษาผู้ป่วยจากในพื้นที่หมู่บ้าน และการศึกษาจากการเปิดศูนย์สาธิตทดลองชุดคู่มือ ซึ่งรวมแล้วกลุ่มเป้าหมายที่ทำการศึกษาประมาณ 400 กว่าคน

วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 สามารถสร้างชุดคู่มือที่เป็นองค์ความรู้ของหมอพื้นบ้านที่ใช้วิธีการนวดที่ไม่มีตำราเรียนมาเรียบเรียงเป็นชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสนได้ถึง 3 ชุด คือชุดคู่มือการนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา 2 ชุดคู่มือการนวดรักษาตามอาการทั่วไป เช่นอาการปวดเอว ปวดหลัง ปวดข้อ และปวดเมื่อยตามร่างกาย 3 ชุดคู่มือการนวดดูแลแม่และเด็กก่อนคลอด และหลังคลอดโดยหมอตำแยพื้นบ้าน ซึ่งชุดคู่มือทั้ง 3 ชุดได้ผ่านขั้นตอนการวิเคราะห์ตรวจสอบจากหน่วยงานองค์กร นักวิชาการ และปราชญ์ชาวบ้าน ที่ได้ร่วมกันตรวจสอบสังคายนาร่วมกันจนสามารถออกมาเป็นชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้านที่สามารถเรียนรู้ได้ง่าย และสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการใช้เป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนได้อีกทางหนึ่ง

วัตถุประสงค์ข้อที่ 4 สามารถหาแนวทางรูปแบบในการใช้ให้บริการผู้ป่วยและขยายผลองค์ความรู้ในการนวดที่เป็นองค์ความรู้ของหมอนวดพื้นบ้านโดยแบ่งออกเป็น 3 แนวทางคือ

1. การให้บริการผู้ป่วยที่บ้านของหมอ ซึ่งเป็นวิธีการดูแลสุขภาพที่มีมาแต่ดั้งเดิม และเป็นแนวทางที่ หลายๆฝ่ายมีความคิดเห็นว่าเป็นอยู่แล้ว
2. การให้บริการในรูปแบบเปิดศูนย์บริการเคลื่อนที่ไปตามชุมชนต่างๆ
3. การให้บริการในรูปแบบของการเปิดสถานที่ให้บริการอย่างเป็นทางการ เช่น การให้บริการควบคู่ไปกับหมอแผนปัจจุบันที่สถานีอนามัย ศูนย์สุขภาพประจำหมู่บ้าน

แนวทางการขยายผลองค์ความรู้ที่เหมาะสมเป็นแนวทางที่ 1 และ 2 ส่วนแนวทางที่ 3 ยังเป็นข้อจำกัดของหมอพื้นบ้านที่ต้องผ่านการฝึกอบรมของแพทย์แผนไทย

การขยายผลองค์ความรู้มี 2 แนวทางดังนี้

1. ใช้รูปแบบของการขยายผลความรู้ในกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเยาวชน เช่นการนำความรู้ในการนวดเข้าสู่ ระบบการสอนให้กับเด็กนักเรียน ทั้งโรงเรียน มัธยม และประถมศึกษา
2. ใช้รูปแบบของการให้ความรู้แก่ชุมชน เช่นกลุ่มแม่บ้าน กลุ่ม อสม.ในแต่ละหมู่บ้านและกลุ่มคนที่มีความสนใจในความรู้ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น

วัตถุประสงค์ข้อที่ 5 การขับเคลื่อนงานวิจัยที่ผ่านมาสามารถประสานความร่วมมือจาก องค์กร หน่วยงาน และภาคีต่างๆให้เข้ามามีส่วนร่วมในการสนับสนุนหมอพื้นบ้านร่วมกัน ตามศักยภาพของแต่ละองค์กรเพื่อให้เกิดความต่อเนื่องและยั่งยืนต่อไปในอนาคต เช่น อบต. โรงเรียน สถานีอนามัย โรงพยาบาล สาธารณสุขอำเภอ สาธารณสุขจังหวัด และชุมชนต่างๆในอำเภอเขาชัยสน

ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นระหว่าง/และหลังจากการดำเนินงานวิจัย

จากการขับเคลื่อนงานวิจัย มาตลอดระยะเวลา 3—4 ปี สามารถส่งผลไปในทิศทางที่ดีและเกิดประโยชน์ต่อชุมชนได้อย่างมากมาย ได้มีการสนับสนุนอย่างต่อเนื่องจากหน่วยงานและองค์กรต่างๆทั้งในและนอกพื้นที่ที่ได้เข้ามาสานต่อจากงานวิจัย เพื่อให้เกิดความต่อเนื่อง ซึ่งแต่ละหน่วยงานและองค์กรที่ให้การสนับสนุนสามารถแบ่งออกเป็นแต่ละเรื่องของแต่ละหน่วยงานดังนี้

ในด้านของหน่วยงาน และองค์กรในพื้นที่

หลังจากกระบวนการงานวิจัยเสร็จสิ้นลง หน่วยงานและองค์กรในพื้นที่ได้นำเอาผลงานที่ได้จากการวิจัย ไปใช้เป็นแนวทางในการสนับสนุนหมอพื้นบ้านและสมุนไพร ทั้งในระดับ อำเภอ และระดับตำบลเช่น

- โรงพยาบาลเขาชัยสน ซึ่งเป็นโรงพยาบาลในระดับอำเภอ ได้มีโครงการที่จะสนับสนุนหมอด้านพื้นบ้าน โดยให้เข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลแม่และเด็กก่อนคลอด และหลังคลอดร่วมกับโรงพยาบาล ใน 5 ตำบล ครอบคลุม 56 หมู่บ้าน ซึ่งจะมีกำหนดการในการดำเนินงานตั้งแต่ ปี2549 เป็นต้นไป
- สถานีอนามัยทั้ง 13 แห่งในพื้นที่อำเภอเขาชัยสน ก็จะเปิดให้มีบริการนวดบริการผู้ป่วยควบคู่กันไป ซึ่งจะใช้หมอพื้นบ้านในแต่ละพื้นที่เข้ามาให้บริการ สาธารณสุขอำเภอก็จะจัดให้มีการขึ้นทะเบียนหมอนวดพื้นบ้านในอำเภอเขาชัยสนทุกแขนง เพื่อให้อยู่ในการควบคุมดูแล และพัฒนาพื้นที่ต่อไป
- โรงเรียนทั้งในระดับมัธยม และระดับประถม ก็ได้มีการบรรจุการเรียนการสอนภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้านให้แก่ักเรียน ซึ่งได้มีการดำเนินการไปแล้วหลายโรงเรียน เช่น โรงเรียนเขาชัยสน ซึ่งเป็นโรงเรียนมัธยมประจำอำเภอ ได้มีแผนการเรียนการสอนที่ชัดเจน โดยกำหนดให้มีกิจกรรมการเรียนรูภูมิปัญญาพื้นบ้านโดยเฉพาะนักเรียนที่ผ่านการฝึกอบรมการนวดมาก่อน จะจัดกิจกรรมขยายผล “ที่สอนน้อง” ลงสู่ระดับชั้นประถมในพื้นที่การศึกษาเดียวกัน ทั้งนี้ชมรมหมอพื้นบ้านได้เข้าร่วมดำเนินการเป็นที่เลี้ยงและวิทยากรตามแผนงานที่กำหนด นอกจากนี้โรงเรียนเขาชัยสนแต่งตั้งหมอพื้นบ้านให้เป็นคณะกรรมการการศึกษาของโรงเรียนด้วยเช่นกัน

ส่วนโรงเรียนนาหยาและโรงเรียนท่านางพรหม ต.ควนขนุนในระดับประถมศึกษา ขณะนี้ได้บรรจุดำเนินการกิจกรรมเรียนรู้ในหลักสูตรท้องถิ่นในแผนงานโรงเรียนพร้อมงบประมาณ และโรงเรียนนาหยาได้นำเสนอเนื้อหาองค์ความรู้หมอนวดพื้นบ้านเขาชัยสนใน Website ของโรงเรียน

เรียน และคาดว่าจะในปี 2549 จะมีการดำเนินการตามหลักสูตรท้องถิ่นเพิ่มเติมในโรงเรียนบ้านโคกม่วงและโรงเรียนบ้านควนยวน ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน

- องค์การบริหารส่วนตำบลก็ได้มีการสนับสนุนอยู่อย่างต่อเนื่อง ในปี 2549 องค์การบริหารส่วนตำบลโคกม่วง ได้สนับสนุนงบประมาณในการดำเนินงานให้แก่กลุ่มหมอพื้นบ้านในตำบลโคกม่วง จำนวน 30,000 บาทเพื่อเป็นการนำร่อง และจะสนับสนุนต่อไปในทุกๆปี

ในด้านของชุมชน

จากการขับเคลื่อนงานวิจัยในพื้นที่ต่างๆ สามารถทำให้ชุมชนมีความยอมรับต่อการให้บริการกับหมอหมอพื้นบ้านมากขึ้น ซึ่งดูได้จากการที่ผู้ป่วยมาใช้บริการกับหมอพื้นบ้านแต่ละคนเพิ่มขึ้นจากเดิมมากนอกจากการให้บริการที่เพิ่มขึ้นแล้ว ยังมีกลุ่ม อสม. และกลุ่มแม่บ้านในชุมชนได้รวมกลุ่มกันเพื่อเรียนรู้ในส่วนของการนวดแบบพื้นบ้าน โดยให้หมอนวดพื้นบ้านในพื้นที่เป็นผู้ถ่ายทอดความรู้ให้ เช่นกลุ่ม อสม.ในหมู่ที่ 11 ตำบลเขาชัยสน กลุ่มแม่บ้านในหมู่ที่ 10 ตำบลควนขนุน เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป

กรณี อสม.หมู่ที่ 11 ได้จัดทำโครงการฟื้นฟูการนวดในหมู่บ้านขึ้นโดยได้รับงบประมาณสนับสนุนสำหรับบริหารจัดการกันเองรวม 10,000 บาท จากกองทุนสนับสนุนสุขภาพ ภาคประชาชน สำนักงานสาธารณสุขเขตนครศรีธรรมราช

ในด้านของการสนับสนุนจากหน่วยงานภายนอกพื้นที่

หลังจากงานวิจัยในขั้นตอนกิจกรรมหลักของโครงการเสร็จสิ้นลง สถาบันวิจัยและพัฒนาสุขภาพภาคใต้ (วพส.) มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์วิทยาเขตหาดใหญ่ ก็ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการสนับสนุนทั้งงบประมาณและนักวิชาการ เพื่อมาเสริมต่อในส่วนของการพัฒนาชุดคู่มือการนวดแบบพื้นบ้านให้มีความสมบูรณ์และมีความน่าเชื่อถือมากขึ้น โดยการให้นักวิชาการและผู้มีความรู้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาคู่มือทั้ง 3 ชุด อีกกิจกรรมหนึ่งก็คือการพัฒนายกระดับหมอนวดพื้นบ้านให้มีความรู้ความสามารถในการให้บริการผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความปลอดภัยมากขึ้น และให้การสนับสนุนในส่วนของการจัดเวทีประชุมหน่วยงานและองค์กรทั้งในระดับตำบลและระดับอำเภอ เพื่อหาแนวทางในการสนับสนุนหมอพื้นบ้านร่วมกันทั้งในระดับตำบล และระดับอำเภอ

ความเปลี่ยนแปลงของหมอพื้นบ้าน

หลังจากที่หมอนวดพื้นบ้านทั้งหมดได้เข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการงานวิจัย ทำให้หมอพื้นบ้านได้มีการพัฒนาตัวเองขึ้นอย่างต่อเนื่อง ทั้งในด้านความรู้ความสามารถในการให้บริการผู้ป่วย ที่มี

ประสิทธิภาพมากขึ้นกว่าเดิม และการพัฒนาตัวเองในด้านการการพูดคุยกับการกล้าคิดกล้าแสดงออก ในการมีส่วนร่วมในการทำงานร่วมกัน และมีความมั่นใจในการให้บริการผู้ป่วยสูงขึ้น สามารถเป็นวิทยากรในการให้ความรู้แก่ผู้อื่นได้เป็นอย่างดี รวมไปถึงการที่ได้รับเกียรติบัตร จากหน่วยงานต่างๆ มากมาย

ความเปลี่ยนแปลงของทีมวิจัย

จากการขับเคลื่อนงานวิจัย ทั้ง 2 โครงการ ทำให้ทีมวิจัยได้รับการยอมรับทั้ง หน่วยงานและองค์กร รวมไปถึงชุมชน ที่ให้การยอมรับ เพราะที่ผ่านมาทีมวิจัย เป็นทีมที่สามารถสะท้อนให้ทุกกลุ่มชนได้มองเห็นถึงสถานะการเป็นผู้นำโดยแท้จริง นอกจากการขับเคลื่อนงานในพื้นที่ของตนเองจนเป็นผลสำเร็จแล้วยังสามารถขยายผลความรู้ในการทำงานวิจัยไปยังพื้นที่อื่นๆ ให้ มีการขับเคลื่อนงานวิจัยด้วยที่ผ่านมามีส่วนร่วมในการพัฒนาโครงการ วิจัย ในพื้นที่อื่นๆจนได้รับการสนับสนุน เช่นโครงการศึกษาวิจัยสมุนไพร และหาแนวทางในการอนุรักษ์พันธุ์พืชให้อยู่คู่ชุมชน ตำบลคลองเฉลิม อำเภอกงหรา จังหวัดพัทลุง และโครงการศึกษาแนวทางในการดูแลผู้สูงอายุของหมู่ที่ 5 ตำบลเขาชัยสน อำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง นอกจากนี้ทีมวิจัยยังได้รับการคัดเลือกให้เป็นบุคคลดีเด่น ทั้งในระดับอำเภอและระดับจังหวัดในหลายๆหน่วยงานเช่นกรณีตัวอย่างนายสมบุญ ทิพย์นัย หัวหน้าโครงการวิจัยได้รับการยกย่องและประกาศเกียรติคุณดังนี้

1. ผู้ทำคุณประโยชน์ทางด้านวัฒนธรรมประจำปี 2548 ประเภทบุคคลทั่วไปสาขาวิถีชีวิตและภูมิปัญญาไทย โดยสภาวัฒนธรรมจังหวัดพัทลุง และสำนักงานจังหวัดพัทลุง
2. ผู้ทรงคุณวุฒิหมอพื้นบ้านระดับจังหวัด ประจำปี 2548 โดยสำนักงานสาธารณสุขระดับจังหวัดกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยประยุกต์เลือก กระทรวงสาธารณสุข
3. องค์กรเอกชนพัฒนาด้านการแพทย์แผนไทย ประจำปี 2548 โดยสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
4. เป็นผู้มีรายชื่อหนึ่งในเก้าที่ถูกเสนอคัดเลือกเป็นตัวแทนหมอพื้นบ้านของภาคใต้ซึ่งกรมแพทย์แผนไทยกระทรวงสาธารณสุขอยู่ระหว่างพิจารณาคัดเลือกให้ได้บุคคลภาคละ 2 ท่านเข้าร่วมเป็นกรรมการระดับชาติ

ปัญหาอุปสรรคของการทำงานในด้านต่างๆ

การทำงานวิจัยท้องถิ่นถือว่าเป็นงานท้าทายเป็นอย่างยิ่งสำหรับชาวบ้าน ที่มีวิถีชีวิตอยู่กับการทำงานที่ต้องรับผิดชอบทั้งด้านครอบครัวและด้านสังคมควบคู่กันไป เพราะงานวิจัยท้องถิ่นเป็นงานที่ต้องใช้ความอดทนและต้องมีความรับผิดชอบสูงมาก รูปแบบของการทำงานวิจัยท้องถิ่นต้องทำงาน

ร่วมกันเป็นทีม ย่อมจะมีทั้งผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลาของการทำงาน ทั้งในด้านของ ทีมวิจัยด้วยกัน และการทำงานร่วมกับกลุ่มเป้าหมายและผู้เกี่ยวข้องในส่วนต่างๆ จากประสบการณ์ ในการทำงานที่ผ่านมาปัญหาต่างๆที่พบสามารถแยกได้ในแต่ละด้านดังต่อไปนี้

ด้านปัญหาอุปสรรคของทีมวิจัย

การทำงานวิจัยในครั้งนี้ มีทีมวิจัยที่ร่วมกันทำงาน 6 คนเป็นทีมที่เคยทำงานวิจัยร่วมกันมาในช่วงโครงการที่ 1 จำนวน 3 คน และมีทีมเข้าร่วมทำงานใหม่ 3 คนที่เข้ามาร่วมในการทำวิจัยในโครงการที่ 2 เริ่มการขับเคลื่อนงานไปได้ประมาณ 8 เดือน การทำงานร่วมกันของทีมก็เริ่มเกิดปัญหาและขาดความต่อเนื่องในการขับเคลื่อนงาน เพราะทีมวิจัยที่เข้ามาร่วมงานใหม่ 3 คนไม่สามารถร่วมทีมเพื่อทำงานต่อไปได้จนเสร็จโครงการ ด้วยเหตุผลและปัจจัยหลายๆอย่างที่เข้ามาเกี่ยวข้อง ถึงแม้ว่าในแต่ละช่วงของการทำงานร่วมกัน ทีมงานได้มีการพูดคุยทำความเข้าใจ และให้กำลังใจในการทำงานร่วมกันมาโดยตลอด มีปัญหาในการทำงานก็ช่วยกันแก้ไขจนปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในการทำงานได้ทุกครั้ง แต่ปัญหาที่ทำให้ทีมต้องหลุดออกไปกลับมาจาก ปัญหาที่อยู่นอกเหนือจากการทำงานวิจัยเสียมากกว่า โดยเฉพาะปัญหาทางครอบครัวของแต่ละคน ซึ่งแต่ละคนต้องมีหน้าที่และภาระทางบ้านมากมายในชีวิตประจำวันอยู่แล้ว เมื่อมาทำงานวิจัยต้องทำให้วิถีชีวิตที่เคยเป็นอยู่ต้องปรับเปลี่ยนไปจากเดิม เช่นบางคนแต่ก่อนเคยทำงานบ้าน กี่ตยาง หรือเลี้ยงสัตว์เป็นอาชีพเสริม ซึ่งเป็นวิถีชีวิตที่ลงตัวอยู่แล้ว พอมาทำงานวิจัยก็ทำให้ทุกอย่างต้องปรับเปลี่ยนไปจากเดิมจนทำให้ไม่สามารถบริหารงานในครอบครัวได้อย่างสม่ำเสมอเช่นเดิมได้ทำให้ครอบครัวมีปัญหา หรือบางคนเคยทำหน้าที่ของแม่บ้านทำงานเลี้ยงลูกรับส่งลูกไปโรงเรียน พอมาทำงานวิจัย บางครั้งจัดการงานไม่เสร็จต้องกลับบ้านค่ำ ก็ทำให้เกิดปัญหากับครอบครัว เป็นอยู่อย่างนี้บ่อยๆครั้ง จนในที่สุดก็ต้องลาออกไปจากทีม เพราะถ้าจะให้เลือกระหว่างงานส่วนรวม กับครอบครัวทุกคนย่อมเลือกครอบครัวอย่างแน่นอน แต่ถึงอย่างไรก็ตาม การจากไปของทีมในครั้งนี้เป็นการจากกันด้วยความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจกันในการทำงานร่วมกัน ที่ผ่านมาเราทำงานร่วมกันได้อย่างลงตัวทุกคนมีความสามารถในการทำงานดีทุกคน ถึงแม้ว่าในส่วนของการขับเคลื่อนงานที่เหลือจะมีทีมงานอยู่เพียง 3 คนแต่ทุกคนที่เหลือเราไม่เคยคิดย่อท้อและไม่เคยคิดที่จะยอมแพ้ตั้งหน้าสู้ต่อไปจนกว่างานจะสำเร็จ ถึงแม้ว่าต้องแบกภาระในการทำงานที่หนักขึ้นกว่าเดิมก็ตาม

ปัญหาด้านการประสานความร่วมมือจากภาคีต่างๆ

การทำงานวิจัยท้องถิ่น กระบวนการในการทำงานบางช่วงต้องอาศัยความร่วมมือจากหน่วยงานและองค์กรต่างๆ เพื่อให้เข้ามามีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนงาน ในส่วนนี้ก็เป็นปัญหาอย่างหนึ่งในการทำงาน ปัญหาส่วนหนึ่งมาจากทีมวิจัย เป็นเพียงชาวบ้านธรรมดา แล้วมาทำงานวิจัย เป็นเรื่องที่หน่วยงานและองค์กรในแต่ละส่วนยังไม่ค่อยให้การยอมรับมากนัก ด้วยความเห็นที่หลากหลาย ของแต่ละส่วน เช่นทีมวิจัยถูกจ้างจากต่างประเทศ เพื่อให้นำข้อมูลของคนไทยไปขายให้ต่างประเทศ หรือบางหน่วยงานมองว่าทีมงานวิจัยท้องถิ่นเป็นเรื่องของชาวบ้าน งานตัวเองก็มีมากอยู่แล้วจะไปสนใจทำไมบางหน่วยงานและองค์กรมองว่าทีมวิจัยเป็นใครมีตำแหน่งอะไรหน่วยงาน อยู่ที่ไหนที่มาทำงาน วิจัยปัญหาเหล่านี้ส่วนหนึ่งอาจจะมาจาก(สกว.)เองที่ขาดการประชาสัมพันธ์และทำความเข้าใจในเรื่องนี้น้อยไปหน่อยก็ได้ ทำให้ภาคีต่างๆไม่ค่อยได้รับข่าวสารอย่างทั่วถึง ซึ่งที่ผ่านมาในการประสานความร่วมมือจากหน่วยงานและองค์กรต่างๆที่ทีมวิจัย ต้องทำความเข้าใจก่อนจึงจะได้รับความร่วมมือ

ปัญหาด้านการทำงานกับชุมชน

การทำงานวิจัยท้องถิ่นกระบวนการในการทำงานส่วนใหญ่ต้องคลุกคลีอยู่กับชุมชนเป็นหลัก คำว่าชุมชนย่อมมีหลาย สิ่งหลายอย่างที่อยู่รวมกัน ความหลากหลายในส่วนของปัญหาในการทำงาน วิจัยก็ย่อมจะมีอยู่ไม่น้อยเช่นกัน ซึ่งในการทำงานที่ผ่านมา ปัญหาส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้นในการขับเคลื่อนงานทั้งชาวบ้าน และผู้นำชุมชนในแต่ละพื้นที่ไม่ค่อยมีเวลาให้กับการขับเคลื่อนงานวิจัยมากนัก โดยเฉพาะผู้นำชุมชนที่สังกัดหน่วยงานต่างๆไม่ว่าจะเป็นผู้นำโดยธรรมชาติ และผู้นำโดยตำแหน่งซึ่งในแต่ละปีส่วนใหญ่จะมีการประชุม อบรมสัมมนาที่จัดขึ้นโดยหน่วยงานต่างๆมากมายจนแทบไม่มีเวลาเป็นของตัวเองนอกจากนี้ในชุมชนของแต่ละหมู่บ้านก็จะมีกิจกรรมที่เป็นงานส่วนรวมของหมู่บ้านมากมายในแต่ละเดือน เช่นการประชุมกลุ่มออมทรัพย์ กองทุนหมู่บ้านและการประชุมประจำเดือนของแต่ละหมู่บ้านนอกจากนี้ ชาวบ้านส่วนใหญ่ต้องใช้ชีวิตอยู่กับการทำงานของตัวเองเพื่อความอยู่ รอดในสังคมและเศรษฐกิจในปัจจุบันปัญหาเหล่านี้เป็นวิถีชีวิตที่มีอยู่อย่างต่อเนื่องในชุมชนทำให้เป็นปัญหาต่อการขับเคลื่อนงานวิจัย อยู่ไม่น้อยเช่นกัน

ปัญหาด้านอื่นๆ

ปัญหาในด้านอื่นๆที่พบจากการทำงานวิจัยที่ผ่านมาก็มีหลายอย่างที่เข้ามาเกี่ยวข้อง ปัญหาส่วนมากจะเกิดขึ้นนอกเหนือจากกิจกรรมของงานวิจัย แต่เป็นผลพวงมาจากการงานวิจัย อย่างเช่นชาวบ้านต้องการให้ทีมวิจัย เปิดศูนย์บริการนวดให้ต่อเนื่องและครอบคลุมในทุกพื้นที่ แต่ทีมวิจัยไม่

สามารถทำได้อย่างเต็มที่ เพราะมีภาระหน้าที่อื่นๆ ในกระบวนการวิจัยที่ทำต่อไปจึงไม่สามารถตอบสนองความต้องการของชุมชนได้มากนัก ปัญหาอีกส่วนหนึ่งก็คือการใช้งบประมาณในโครงการซึ่งบางครั้งต้องนำไปใช้ในกิจกรรมที่เกิดขึ้นนอกเหนือจากแผนงาน ทำให้ทีมวิจัยมีความอึดอัดในการใช้งบประมาณเป็นอย่างมาก แต่กิจกรรมบางอย่างมีความจำเป็นต้องทำ เช่นการเพิ่มกิจกรรมการประชุมหมอบ้าน และกิจกรรมการจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันของหมอบ้านเป็นต้น และจากการทำกิจกรรมต่างๆ เพิ่มขึ้นก็ส่งผลให้ทีมวิจัย ต้องทำงานล่าช้ามากขึ้น ส่งผลให้ไม่สามารถทำงานให้เป็นไปตามระยะเวลาที่กำหนดไว้ในโครงการได้ ปัญหาในแต่ละด้านที่กล่าวมานี้เป็นเพียงประเด็นหลักๆ ที่สามารถนำมายกตัวอย่างให้เห็นในส่วนปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นก็ยังมีแต่เป็นปัญหาที่สามารถแก้ไขได้และไม่ส่งผลต่อการทำงานมากนัก

ข้อค้นพบ ข้อเสนอแนะ

การทำงานวิจัยท้องถิ่น ในบางช่วงที่กำลังดำเนินการได้เกิดความเปลี่ยนแปลงขึ้นในชุมชนทั้งในด้านที่ดีและด้านที่เป็นปัญหา เพราะฉะนั้นการทำงานวิจัย ถ้าจะให้เกิดประสิทธิภาพในบางครั้งก็ต้องมีการยืดหยุ่นและปรับเปลี่ยนวิธีการทำงานเพื่อให้เกิดความเหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปและที่สำคัญต้องใช้วิธีการต่างๆ ในการทำงานร่วมกับกลุ่มผู้ที่มีความเกี่ยวข้องกับงานวิจัย ในแต่ละส่วน ก็ต้องดูถึงผลที่จะได้รับจากการทำงานร่วมกันเพื่อให้เกิดผลประโยชน์ได้มากที่สุด

สรุปผลการศึกษาสมุนไพรที่หมอบ้านใช้ประกอบการนวด

จากการศึกษาข้อมูลจากหมอบ้านในแต่ละกลุ่มต่างก็มีสูตรยาสมุนไพรในการใช้ประกอบการนวดหลายๆ ท่านใช้สูตรยาเดียวกัน บางท่านก็มีสูตรเฉพาะโรคที่แตกต่างออกไป สำหรับสูตรยาที่มีการใช้กันมากและยังมีการใช้อยู่ในปัจจุบันก็น้ำมันมะพร้าวเคี้ยว บางส่วนก็จะใช้น้ำมันนวดสมัยใหม่ที่เช่นน้ำมันมะกอก น้ำมันบำรุงผิวชนิดต่างๆ ที่วางขายในท้องตลาด อีกส่วนหนึ่งก็จะเป็นสูตรยาประกอบการนวดที่มีการใช้กันในสมัยก่อนแต่ปัจจุบันไม่ค่อยใช้ หรือแทบจะไม่ใช้เลยส่วนมากจะเป็นสูตรยาที่ใช้ประกอบการนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา และโรคที่เกิดจากอาการปวดเมื่อยที่มีอาการหนักๆ สาเหตุที่ไม่ได้ใช้ในยุคนี้น่าจะเป็นเพราะผู้ป่วยในปัจจุบันไปใช้บริการกับการแพทย์สมัยใหม่ที่มีเครื่องมือที่ทันสมัยกว่า และที่สำคัญสมุนไพรที่ต้องใช้หายากขึ้นในท้องถิ่น การทำยาแต่ละครั้งต้องใช้เวลาหาสมุนไพรหลายวันไม่เหมือนสมัยก่อนจึงต้องหยุดใช้ไป นอกจากสมุนไพรหายากแล้วยังมีปัจจัยอื่นๆ เช่นไม่ค่อยมีเวลาในการมารักษากับหมอบ่อยอย่างที่ เพราะญาติ ไม่ค่อยมีเวลามารับมาส่งหรือผู้ป่วยบางคนไม่เห็นความสำคัญของการประคบยาสมุนไพร เพราะมีขั้นตอนในการทำที่ยุ่งยาก

แต่อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่าสูตรยาเหล่านี้ไม่ได้ใช้แล้วในปัจจุบัน แต่หมอนวดพื้นบ้านหลายท่านยังคงรักษาองค์ความรู้เหล่านี้เอาไว้ และได้มอบให้กับทีมวิจัยไว้ในแต่ละสูตรดังต่อไปนี้

1. สูตรยาประคบเส้นมีส่วนผสมดังนี้ รากมะนาว รากมะกรูด รากไม้ไผ่สีสุกอ่อนๆ 3 ตา เถาเอ็นอ่อนชนิดใบเล็ก เถาเอ็นใหญ่ชนิดใบใหญ่ การบูร เหล้า วิธีทำ เอาสมุนไพรทั้งหมดมาตำให้แหลก แล้วห่อผ้าขาว แล้วใช้ก้อนหินหรือก้อนเล้า เผาไฟให้ร้อนพอเหมาะ เอาผ้าที่ห่อสมุนไพรมาจุ่มแล้วนำไปประคบเส้นที่มีอาการปวดเมื่อย ยาสูตรนี้ทีมวิจัยได้รับมาจาก นายเกลื่อน นະหนู หมอนวดพื้นบ้าน
2. สูตรยาประคบเส้น ให้เอาผักเสี้ยนผี มาตำให้แหลก ผสมการบูร แล้วห่อผ้า นำมาประคบเส้นโดยใช้วิธีเดียวกัน
3. สูตรยาแก้ันอนไม่หลับ ให้เอาย่านเครือขุ่น ย่านต้นตายปลายเป็น อย่างละเท่าๆกันมาต้มน้ำอาบให้ผู้ป่วยจะช่วยให้นอนหลับ สูตรยาเหล่านี้ได้มาจากนายเกลื่อน นະหนู
4. สูตรยาสมุนไพรประคบเส้น หัวโพ 2 ชีด ขมิ้นอ้อย 2 ชีด ส้มป่อย 2 ชีด ใบยอใหญ่ 17 ใบ ใบมะขาม 3 ชีด ตะไคร้ 3 ต้น ผิวมะกรูด 5 ผล เกลือ 1 ช้อน การบูร 1 ช้อน พิมเสน 1 ช้อน เมนทอล 1 ช้อน วิธีทำเอาสมุนไพรทั้งหมดมาตำให้แหลก แล้วห่อผ้าเป็นลูกๆใส่หมอนึ่งให้ร้อน นำมาประคบเส้นจะช่วยแก้เส้นบวม อักเสบ ทำให้เส้นหย่อน แก้ปวดเมื่อย สูตรยานี้ของนายสมบุญ ทัพย์นัย
5. สูตรสมุนไพรประกอบการนวด ให้เอาเถาต้นตายปลายเป็นมาประมาณครึ่งกิโลกรัม นำมาคองกับเหล้าขาว 7 วัน แล้วนำมาทาในขณะนวด สรรพคุณ แก้อัมพาต
6. สูตรยาสมุนไพรทาถอนปวดบำรุงเส้นเอ็น ใช้น้ำมันมะพร้าวที่หุงสุกใหม่ผสมกับการบูร 1 ช้อนนำมาใช้ทาถอนปวด
7. สูตรยาสมุนไพรประคบ หัวโพ ขมิ้นอ้อย ยาดำ ใบมะขาม ส้มป่อย เอาสมุนไพรทั้งหมดมาตำให้แหลก แล้วห่อด้วยผ้าเป็นลูกๆ นำก้อนเล้ามาเผาไฟให้ร้อน แล้วเอาสมุนไพรที่ห่อผ้ามาจุ่มประคบเส้น สรรพคุณแก้อาการปวดเมื่อย เส้นตึง สูตรยาเหล่านี้เป็นของนางเนียมทองคำ หมอพื้นบ้าน
8. สูตรยาสมุนไพรประคบ หัวโพ ขมิ้นอ้อย ผักเสี้ยนผี นำมาตำให้แหลกแล้วห่อผ้า นำก้อนเล้ามาเผาไฟให้ร้อน แล้วนำห่อสมุนไพรมาจุ่มประคบเส้น แก้ปวดเมื่อย สูตรยานี้เป็นของนายเจริญ บัวชุมหมอพื้นบ้าน

ภาคผนวก ก.

ประวัติและองค์ความรู้ของหมอจำนวน 35 ท่าน

ข้อมูลเพิ่มเติมของหมอนวดพื้นบ้าน

ชื่อหมอ นางคำแก้ว สังข์หนู

อายุ 74 ปี บ้านเลขที่ 80 ม. 11 ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ที่มาของความรู้ ได้รับการถ่ายทอดมาจากป้าคล้าย

โรคที่รักษา ทำคลอด

ประสบการณ์ในการรักษา 29 ปี เริ่มทำคลอดเมื่ออายุ 26 ปี มาหยุด 55 ปี เพราะมีอนามัยและโรงพยาบาล

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ยังไม่มีคนที่เหมาะสมกับวิชาหมอดำแย

วิธีการดูแล หญิงมีครรภ์

1. การฝากท้อง หมาก 9 คำ พลู 9 ใบ สอบหมากปากปลิ้น 3 ใบ ข้าวสาร 3 กระป๋อง ค้ายี่ว 1 ใบ เบี้ยไม่จำกัด

2. การดูแลระหว่าง 7-9 เดือน ต้องแต่งท้องอย่างน้อย เดือนละ 1 ครั้ง

วิธีการแต่งท้อง เริ่มจากให้ผู้มีครรภ์นอนหงาย หมอใช้เท้าเหยียบจากลูกต้นลงมาถึงปลายเท้าทั้ง 2 ข้าง เสร็จแล้วให้นอนตะแคงแล้วเหยียบขาด้านนอก แล้วพลิกเหยียบอีกข้างเหมือนกัน เพื่อให้คลายเส้น ขั้นตอนการแต่งท้อง ใช้มือทั้ง 2 ข้าง คลำไปรอบ ๆ ท้อง เพื่อตรวจว่าเด็กอยู่ลักษณะไหน เพราะถ้าเด็กอยู่ในท่าขวาง หรือหัวเด็กค้ำขา แม่จะทำให้เด็กคอหักได้ จึงต้องดัดหัวเด็กในลอยขึ้น

ขั้นตอนการคลอด เมื่อถึงเวลาคลอดหัวเด็กจะเลื่อนต่ำลงมา ทำให้ตึงตามสะโพกและขาอ่อนจึงต้อง “หบลง” หัวเด็กให้ตรง เมื่อแม่เด็กเริ่มเบ่ง หมอค่อย ๆ บีบที่ท้องเบา ๆ เพื่อคลายกล้ามเนื้อ พร้อมกับท่องคาถา “นะเบิกนะเริก กาะจะ กาะจะ นะหลุย โมถอน พุทธคลอน ธาเคื่อน นะเลือน ออกมา จาก กรรมมารดา โสมทรุด ๆ โทรม ๆ สะวะโหม สะวะหาย” เมื่อเด็กออกมาแล้ว ค่อย ๆ จับแล้วดัดสายสะดือด้วยไม้ไผ่ โดยใช้แม่ขมิ้นรองไว้แล้วผูกด้วยค้ายี่ว แล้ววางเด็กไว้ข้างแม่ก่อน เพื่อเอารกออกเสร็จแล้วก็ล้างเด็ก ด้วยน้ำอุ่นให้สะอาดห่อด้วย ผ้าอ้อมที่เตรียมไว้ แล้วก็ให้เด็กกินนม แต่ถ้านมไม่ออกให้ “ตัก” เอ็นนมที่อยู่ระหว่างรักแร้กับเต้านม

ขั้นตอนการอยู่ไฟ

1. ให้แม่นอนบนแคร่ไม้ไผ่ แล้วก่อไฟข้าง ๆ แคร่ เพื่อรมแม่ให้อบอุ่นอยู่เสมอ
2. ให้นำก้อนเส้าไปหมกไฟให้แดงทั้งก้อน แล้วเอานิ้วมาราด ห่อด้วยผ้า เอามาประคบที่หน้าท้องคลึงในลักษณะวงกลม ทำอยู่ ๗ วัน สำหรับท้องแรกพร้อมกับเหยียบทั้ง 7 วัน วันละ 2 มื้อ เช้า-เย็น

วิธีการเหยียบ , นวด เพื่อนำมดลูกเข้าอู่

1. เหยียบหน้าขา เริ่มจากให้ผู้ป่วยนอนตะแคง เหยียบหน้าขาด้านในข้างขวา โดยยกขาซ้ายไว้ข้างหลัง เหยียบตั้งแต่โคนขาถึงปลายเท้า เสร็จแล้วมาเหยียบขาด้านนอกข้างซ้าย ตั้งแต่โคนขาถึงปลายเท้า เสร็จแล้ว “ตัก” ปลายนิ้วทั้งห้าแล้วให้ผู้ป่วยพลิกเหยียบอีกข้างทำเหมือนกัน

2. เขี่ยบนอนคว่ำ เริ่มให้ผู้ป่วยนอนคว่ำ แล้วบีบปีกไก่ข้างซ้ายและขวาโดยกดแซ่ไว้หนึ่งอึดใจแล้วปล่อย ๑ ปล่อยเสร็จแล้วเริ่มมาเขี่ยบนเส้นหลังข้างซ้ายและขวามาจนถึงสะดือโดยเขี่ยบทีละข้าง แล้วมาเขี่ยบที่สะโพกทั้ง 2 ข้างได้ลงไปตามขาทั้ง สองข้าง โดยทำสลับกันจนเสร็จ (ทำนี้ใช้ทั้งนิ้วหัวแม่มือและเขี่ยบผสมกัน)

3. เขี่ยบนอนหงาย ทำนี้จะเขี่ยบนเฉพาะหน้าขา ด้านหน้าทั้งสองข้างสลับกันโดย เริ่มเขี่ยบจากโคนขาได้มาตามเส้นผ่านขาอ่อนหัวเข่า แล้วลงไว้ถึงปลายเท้า แล้วทำแบบนี้เหมือนกันทั้งสองข้าง

4. เขี่ยบเพื่อเคล้ากระดูก ให้ผู้ป่วยนั่งพับเพียบหรือ “แบ่งเชิง” แล้วเขี่ยบนหน้าขาทั้งซ้ายและขวาไปจนถึงหัวเข่า แล้วยกขาขวาไปได้ขาซ้ายแล้ววนคลาญเส้นขาด้านนอก เสร็จแล้วเอาขาซ้ายมาไขว้ขาขวาทำเหมือนกันทั้งสองข้าง

ทำนั้งไขว้พระจะเริ่มที่เอวเป็นส่วนแรก บีบที่บ่อเลือดแล้วได้มาสะดือขึ้นไปถึงที่เส้นหลังทั้งสองข้าง แล้วบีบหลัง บีบที่ต้นคอและที่ท้ายทอย แล้ววนไปตามไรผมด้านหลัง กดแซ่ไว้หนึ่งอึดใจ แล้วปล่อยให้เร็ว แล้วใช้มือทั้งสองคลึงศรีษะ (ทำแบบสระผม) แล้วกดขึ้นบน แล้วใช้หัวแม่มือทั้งสอง กดที่หัวคิ้วทั้งสองข้าง กดไว้สักอึดใจ แล้วรีดนิ้วทั้งสองข้างมาจนถึงตัดดอกไม้ ใช้นิ้วชี้และนิ้วกลางกดลงที่บ่อน้ำตา แล้วกดขึ้นบนเสร็จแล้วเป่ากระหม่อม “ตัก” ทั้งนิ้วมือและเท้า แล้วก็กดหลังโดยให้ผู้ป่วย นั่งทำไขว้พระอยู่ แล้วเอาหัวเข่าทั้งสองข้าง ยันข้างหลัง แล้วจับไหล่ผู้ป่วยไปข้างหลังดึงพอประมาณ

นั้งเขี่ยบขาไปข้างหน้าให้ขาทั้งสองข้างขนานกัน แล้วกดหลังให้โน้มไปข้างหน้าให้นิ้วไปจรดหัวแม่มือโป่งทั้งเท้าซ้ายและเท้าขวากดแซ่ไว้สักอึดใจ แล้วก็เริ่มเคล้ากระดูกที่หน้าท้อง โดยใช้ฝ่ามือวนคลาญให้เป็นวงกลมแล้วรีดมาที่บ่อกระดูก เพื่อให้เลือดเสียที่ค้างอยู่ในบ่อกระดูกออกมาให้หมด แล้วเคลียผิวหนังมาเกาะที่สันหลังเพื่อให้เลือดเสียออกให้หมด แล้วก็ว่าคาถา ขยับเขอ ซึ่งจะทำแบบนี้อยู่ 7 วัน ในท้องแรก ท้องต่อไปทำแค่ 5 วัน

ค่าบริการ จะคิดเป็นคนละ 25 บาท 50 บาท 100 บาท

การไหว้ครูหมอ

หลังคลอดแล้ว 3วัน ผู้ป่วยต้องยกหมรับมาให้หมอแก้ตาข่ายที่บ้าน “หมรับ” มีหมากพลู ขนมหวาน ของหวาน แต่ถ้าทำแม่ “เชื้อ” ก็ให้มาเช่นไหว้ที่บ้านผู้ป่วยเลย และจะต้องแก้ตาข่ายหมอบทุก ๆ ปี ในช่วงเดือนหก ข้างขึ้น ปัจจุบันนี้ถึงแม้จะไม่ได้ทำคลอดแล้ว ก็ต้องไหว้ตาข่ายครูหมอบทุก ๆ ปี

ชื่อหมอ นางล่วน ทิพย์สมบัติ

อายุ 81 ปี บ้านเลขที่ 49 ม.6 บ้านคลองม่วง ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางฉิม แสงใส ไม่มีตำราโดยการบอกเล่าตัวต่อตัว

โรคที่รักษา เอมคลุกเข้าอู่

วิธีการรักษา ใช้น้ำมันมะพร้าวทา ก่อนนวด

ประสบการณ์ในการรักษา 30 ปี

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ให้กับ นางสาวละมัย ทิพย์สมบัติ ซึ่งเป็นลูกสาว

การตรวจอาการ ตรวจดูว่า กุลตะแคงไปทางไหน ไปข้างขวา หรือ ข้างซ้าย

เริ่มจากการนวดคลายเส้นและเอมคลุกเข้าอู่ ให้ผู้ป่วยนอนหงาย แล้วเหยียบทั้ง 4 ด้าน

ขั้นตอนการนวด เริ่มจากด้านหน้า เหยียบจากลูกคันทันไปจนถึงปลายเท้า เหยียบเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

ด้านข้าง เริ่มจากแนวสะโพกด้านข้าง (บ่อเลือด) ลงมาจนถึงปลายเท้าเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

ด้านหลัง เริ่มจากแนวปีกไก่ ลงมาจนถึงปลายเท้าเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

ขาด้านใน ให้ผู้ป่วยนอนตะแคง ขายืดตรงไปข้างหน้าหมอ

ขั้นตอนการเอมคลุกเข้าอู่ หมอใช้มือทั้ง 2 ข้าง นวดคลึงรอบ ๆ ท้อง เพื่อให้เอ็นที่ท้องคลาย เสร็จ

แล้วใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปริมกระดูกเชิงกราน 'ด้านบนกดให้ตลอดแนวกระดูกเชิงกราน

ใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดไปหาสะดือพร้อมกัน เพื่อเอมคลุกเข้าอู่

ค่าบริการ แล้วแต่ผู้ป่วยจะให้ ถ้าหายแล้วให้หุงข้าวไปวัด เพื่อทำบุญให้ครูหมอ อาจารย์ที่ล่วงลับไปแล้ว

ชื่อหมอ นางเนียม ทองคำ

อายุ 86ปี บ้านเลขที่ 137 ม.7 ต.เขายี่สน อ.เขายี่สน จ.พัทลุง

ที่มาของความรู้ ได้รับความรู้จาก คุณแม่เอียด อยู่เขาป่าเจ้า

ประสบการณ์ในการรักษา 30 ปี

โรคที่รักษา มดลูกเคลื่อน

การใช้ยา ใช้น้ำมันมะพร้าวทาท้อง และบริเวณที่นวด

การถ่ายทอดองค์ความรู้ เมื่อถึงเวลาครูหมอจะเป็นคนเลือกเอง

วิธีการรักษา

ตรวจอาการของผู้ป่วยก่อนว่ามดลูกตะแคง มดลูกตั้ง มดลูกเคลื่อน โดยการจับดูหัวกระดูกเชิงกรานทั้งซ้ายและขวาแล้วลากไปหาสะดือ โดยห่างจากสะดือลงได้ประมาณ 1 นิ้ว (วิธีการตรวจเป็นความสามารถเฉพาะทางของแต่ละคน)

ขั้นตอนการนวดคลายเส้น

1. นวดด้านหน้า ผู้ป่วยนั่งพับเพียบให้ตัวตรง หมอเอามือซ้อนได้รักแร้ทั้ง 2 ข้าง โดยมือผู้ป่วยทั้ง 2 ข้าง วางประสานอยู่ที่ท้ายทอย แล้วคัดแขนดึงไปซ้ายประมาณหนึ่งอึดใจ โดยทำสลับกันทั้ง 2 ข้าง
2. ผู้ป่วยนั่งในท่าเดิม หมอใช้เท้าเหยียบหน้าขา จากหัวเข่ามาถึงลูกต้น โดยทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง
3. ผู้ป่วยนั่งท่าเดิม เอาขาซ้ายไขว้ขาขวา แล้วหมอใช้มือดันขา ซ้ายของผู้ป่วยไปทางขวาประมาณหนึ่งอึดใจโดยทำสลับกันทั้ง 2 ข้าง
4. ผู้ป่วยนั่งในท่าเดิม แล้วยืดขาตรง ๆ เพื่อคลายเส้นขา

การนวดคลายเส้นด้านหลัง

1. ผู้ป่วยนั่งยืดขาตรงไปข้างหน้าหมอ หมอเอาเข่าทั้ง 2ข้าง ทั้งไว้บริเวณปีกไก่ทั้ง 2 ข้าง โดยผู้ป่วยเอามือทั้งสอง

กอดอก หมอเอามือไปจับไหล่ผู้ป่วยทั้ง 2 ข้าง แล้วดึงมาข้างหลังประมาณหนึ่งอึดใจ แล้วจึงค่อย ๆ ปล่อย

2. ผู้ป่วยนั่งในท่าเดิม หมอเอามือจับไหล่ผู้ป่วยทั้ง 2 ข้าง แล้วดันไปข้างหน้าจนปลายมือผู้ป่วยไปแตะหัวแม่เท้า

วิธีการนวดมดลูกเข้าอู่

เริ่มจากการนวดรอบ ๆ ท้องโดยใช้มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปแล้วคัดขึ้น เบา ๆ เสร็จแล้วใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปหัวกระดูกเชิงกรานถ้าเส้นคอกันอยู่ลึกมากให้เอามือกดลงไปที่หัวกระดูกเชิงกรานทั้ง

2 ข้าง แล้วใช้หัวแม่มือกดลงไปให้ลึก แซ่ไว้สักอี๊ดใจ แล้วค่อย ๆ ดันขึ้นไปหาสะดือ เพื่อให้มดลูกเข้า
อุ้ง

ขั้นตอนการเปิดมช่วงล่าง

เริ่มจากให้หัวแม่มือกดลงไปข้างขาใต้ลูกคันประมาณ 1 นิ้ว ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง ซึ่งเป็นการเปิดม
ใช้หัวแม่มือกดลงไปใต้ข้อพับเข่าแซ่ไว้หนึ่งอี๊ดใจ โดยทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง แล้วนิ้วใดลงไปเรื่อย ๆ
มาที่เส้นใต้ตาตุ่มโดยกดแล้วปล่อยทันที เรียกว่าเส้นไฟโนแล้วใช้คาถา คือ “ นะให้ภูตดำ พระธรรมให้
มาเกิด รู้จักกำเนิด เกิดในด้นนะ”

คำแนะนำสำหรับผู้หญิงทั่วไป

วิธีป้องกันไม่ให้เดินคู่ตอนแก่ ก็ต้องนวดเส้นคอกุญให้ตึง และต้องแต่งกุนอย่างสม่ำเสมอ

ค่าบริการ แล้วแต่ผู้ป่วยจะให้

พิธีการไหว้ครู ไหว้ครูหมอดำแขวงเดือน 6 ของทุกปี

ชื่อหมอ นางเจ๊ะแหมะ เต้าทอง

อายุ 48 ปี อยู่บ้านเลขที่ 180 ม. 1 ต.เขาย้ายสน จ.พัทลุง อาชีพ ค้าขาย

ความรู้การแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี

1. นวดรักษามดลูกเคลื่อน

แหล่งเรียนรู้ หัดจับเส้นเอาเอง ดูจากตำราหาประสบการณ์เรื่อย ๆ

ประสบการณ์ในการรักษา 23 ปี

การถ่ายทอดองค์ความรู้ อยากรักษาทุกคนที่สนใจและอยากเรียนรู้ (โดยเฉพาะเด็กนักเรียน)

โรคที่ท่านมีความชำนาญมากที่สุด คือ นวดรักษามดลูกเคลื่อน

วิธีการรักษา นวดโดยการใช้น้ำมันจากมาเลเชีย

ขั้นตอนการรักษา

การตรวจอาการ ใช้นิ้วมือคลำดูที่หน้าท้องน้อยเพื่อดูว่ามดลูกเคลื่อนไปอยู่ห่างจากอุ้งมดลูกแค่ไหน เคลื่อนไปทางซ้ายหรือทางขวา ถ้าเคลื่อนไปทางซ้ายจะต้องนวดจากทางขวาก่อน

ขั้นตอนการนวด เริ่มจากเปิดประตูลมที่นิ้วเท้าทั้ง 5 นิ้ว แล้วนวดคลึงหลังฝ่าเท้าจนทั่ว เสร็จแล้วให้เปิดตุลมที่บริเวณใต้ตาตุ่มด้านใน แล้วเริ่มนวดขาทั้ง 2 ข้าง

1. การนวดขาด้านในให้ผู้ปวยนอนหงาย เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มด้านในนวดไต่ขึ้นไป ตามแนวเส้นกลางขาด้านในจนถึงลูกคันท่าอย่างนี้จนครบ 3 เที้ยว

2. การนวดขาด้านนอกให้ผู้ปวยนอนหงาย เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มด้านนอกนวดไต่เส้นตามแนวกลางขาด้านนอกจนถึงแนวสะโพก ทำจนครบ 3 เที้ยว

3. การนวดขาด้านใต้ให้ผู้ปวยนอนคว่ำ เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มด้านใต้นวดไต่เส้นตามแนวกลางขาด้านใต้จนถึงกัน ทำจนครบ 3 เที้ยว

4. การนวดขาด้านบนให้ผู้ปวยนอนหงาย เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่ม ขาด้านบนนวดขนานเส้นกระดูกสันหลังขึ้นไปจนถึงหัวเข่า เสร็จแล้วนวดขาช่วงบน เริ่มจากจุดเหนือเข่า นวดตามแนวเส้นกลางขาด้านบนขึ้นไปยังลูกคันท่าจนครบ 3 เที้ยว

การนวดคลายเส้นด้านหลัง ให้ผู้ปวยนอนคว่ำ เริ่มนวดจากจุดที่มีรอยบวม นวดไต่เส้นตามแนวขนานกระดูกสันหลัง (ห่างจากกระดูกสันหลังประมาณ 1 นิ้ว) นวดขึ้นไปจนถึงแนวปีกไก่ด้านล่าง นวดเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง การนวดเส้นขนานกระดูกสันหลังเพื่อคลายเส้นคอมดลูก

การนวดคลายเส้นหน้าท้อง เริ่มจากการนวดหน้าท้องด้านที่ไม่ปวดก่อน โดยใช้มือทั้ง 2 ข้าง นวดคลึงรอบ ๆ ท้องซีกที่ไม่ปวดก่อนจนทั่ว เสร็จแล้วให้นวดไปหาท้องซีกที่ปวดโดยค่อย ๆ นวดไปทาง

ได้สะอาด แล้วนวดคลึงเบา ๆ ก่อน เมื่อเส้นคลายแล้ว จะมีอาการปวดน้อยลง แล้วนวดต่อไปจนไม่มีอาการปวด (อย่างน้อย 3 มื้อ)

การเอามดลูกเข้าอุ้ง ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปแนวหน้าท้องด้านล่างริมกระดูกเชิงกราน กดแล้วดึงขึ้นมาหาสะดือ พร้อมกันทั้ง 2 นิ้ว แล้วดันขึ้นไปเพื่อให้มดลูกเข้าอุ้ง

ข้อแนะนำ สำหรับผู้ป่วยที่มดลูกอักเสบ

1. ควรกินยาตามหมอแผนปัจจุบันสั่ง ควบคู่กันไปจะทำให้หายเร็วขึ้น
2. ไม่ควรยกของหนักเพราะจะทำให้เสี่ยงต่อการเกิดมดลูกเคลื่อน
3. หลังจากคลอดจากโรงพยาบาลแล้วควรไปบำบัดหลังคลอดกับหมอดำแย

ค่าบริการ คิดเป็นมือ ๆ ละ 100 บาท

ประเพณีไหว้ครู ไม่มีเพราะนับถือศาสนาอิสลาม แต่ต้องทำบุญ (คูหรี) ปีละ 1 ครั้ง เดือน 6 โดยให้ โต๊ะครู เป็นผู้ทำพิธีให้

ปัจจุบันมีผู้ป่วยเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ โดยเฉพาะหญิงวัยกลางคน เพราะสุขภาพไม่ค่อยแข็งแรง

ชื่อหมอ นางจ๊ับ ด้ายก

อายุ 74 ปี บ้านเลขที่ 83/1 ม.10 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

อาชีพปัจจุบัน ทำหน้าที่หมอยาวงเดียว

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี

1. หมอดำยา

2. รักษาโรคลูกเกลื่อน

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางเล็ก รอดคำ แม่และเรียนเพิ่มเติมจากน้าสาว

ประสบการณ์ในการรักษา 40 ปี

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ยินดีถ่ายทอดให้ทุกคนที่มีความสนใจ อยากเรียนรู้

โรคที่ท่านมีความชำนาญมากที่สุด

1. การทำคลอด

2. การดูแลแม่หลังคลอด (เอามดลูกเข้าอุ้ง)

วิธีการดูแลก่อนคลอด การรับฝากท้อง

เริ่มจาก การตรวจท้องดูว่า ท้องกี่เดือนแล้ว โดยหมอเอามือคลำท้องดู ถ้าเด็กล่องแสดงว่าเด็กอายุไม่ต่ำกว่า 3 เดือน พร้อมกับถามประวัติจากผู้ฝากท้องด้วยว่าประจำเดือนหยุดเมื่อใด เมื่อเด็กอายุได้ 7 เดือนให้มาแต่งท้องเดือนละครึ่ง (ถ้าคุณแม่ไม่ค่อยแข็งแรงต้องมาพบหมอบ่อย ๆ)

ขั้นตอนการแต่งท้อง

เริ่มจากการเหยียบขาด้านหน้าทั้ง 2 ข้าง ๆ ละ 5 เทียว เสร็จแล้วให้ใช้น้ำมันมะพร้าวทาที่บริเวณท้องจนทั่ว แล้วใช้มือหมอทั้ง 2 ข้าง นวดคลึงจนทั่วท้อง แล้วแต่งโดยให้เด็กอยู่ในลักษณะที่ไม่ทำให้แม่รู้สึกอึดอัด เมื่อท้องได้ 9 เดือน เด็กจะเริ่มดิ้น และแปรตัวมากทำให้แม่เด็กปวดเมื่อย และตึงหน้าขา หมอต้องแต่งท้องให้ 7 วันครั้ง เพื่อให้เด็กเอาหัวลงมาอยู่ตรง เซิงกรานจะได้คลอดง่าย

การทำคลอด หมอต้องเตรียม ผ้าขาว กระเป๋ เครื่องมือการทำคลอด (หลังผ่านการอบรมจากอนามัยตำบล) ท้องแรกจะคลอดยาก หมอต้องใช้วิธีการในการช่วยให้คลอดง่ายขึ้นโดย หมอใช้เท้าทั้งสองข้างยันไว้ที่ก้นของแม่เพื่อให้เด็กหัวลอยขึ้นมาตรงช่องคลอด พอหัวเด็กโผล่ออกมาหมอใช้มือจับหัวเด็กแล้วค่อยดึงออกมา เมื่อเด็กออกมาแล้ว ใช้น้ำลายขูด ผูกสะดือเด็ก แล้วใช้กรรไกรตัดสายสะดือเสร็จแล้วล้างตัวเด็ก ด้วยน้ำอุ่นให้สะอาด

แม่เด็กต้องเตรียม น้ำมันมะพร้าว หัวไพล ขมิ้น 3 อย่างนี้เอามาตำให้ละเอียด

การเอารกออก ใช้มือนวดเกล้าหน้าท้องน้อย และถูบท้องจากจุดใต้สะดือลงมาหาท้องน้อย เพื่อให้รูก และเลือดออกมาจากท้องแม่

การฝังรูก ใช้ผ้าขี้ริ้วห่อรูกเด็ก แล้วใส่เกลือกับพริกไทย (เพื่อไม่ให้ส่งกลิ่นเหม็นกันสัตว์เอาไปกิน) แล้วเอาไปฝังไว้ที่เนินสูง (เด็กจะได้ฉลาด เพื่อเป็นความเชื่อ)

ถ้าน้ำนมไม่ออก ใช้นิ้วแม่มือคึงที่เส้นเอ็นน้ำนมทั้งสองข้าง อยู่ระหว่างรักแร้กับเต้านม สำหรับเด็กเกิดใหม่ จะมีเสลดในคอมมาก หมอจะจับเท้าเด็กโดยให้ห้อยหัวลงแล้วใช้มือ ตบที่หลังเด็กเบา ๆ 2-5 ครั้ง

การดูแลแม่หลังคลอด ต้องอยู่ไฟอย่างน้อย 7 วัน โดยใช้ก้อนเส้าหมกไฟให้ร้อน แล้วเอาผ้าชุบน้ำห่อ ก้อนเส้า แล้วเอาไปคลึงท้อง เข้า-เย็น เสร็จแล้วต้องเหยียบคลายเส้น

การนวดคลายเส้นและเอามดลูกเข้าอู่

โดยการเหยียบจุดสำคัญก่อน 5 จุด

จุดที่ 1 เหยียบหน้าผาก

จุดที่ 2 จุดหน้าอก

3 จุดหน้าท้อง

4 จุดหน้าเชิงกราน

5 จุดที่หัวเข่าทั้งสองข้าง (ทั้ง 5 จุดนี้เขาเรียกว่าการเหยียบสุม)

ขั้นตอนการนวด เริ่มจากด้านหน้า เหยียบจากลูกดันไปจนถึงปลายเท้าเหยียบเหมือนกันทั้ง 2 ขา ด้าน หลังจากแนวปีกไก่อกลงมาถึงปลายเท้าเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง ด้านข้างให้คนไข้นอนตะแคง แล้วเอาขา ซ้อนกันยึดให้ตรง หมอเริ่มเหยียบจากแนวสะโพกลงไปจนถึงปลายเท้า

ขั้นตอนการนวดเอามดลูกเข้าอู่ ใช้มือทั้ง 2 ข้าง นวดคลึงรอบ ๆ ท้อง เพื่อให้เอ็นที่ท้องคลาย เสร็จ แล้วใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปที่ริมกระดูกเชิงกราน ด้านบน กดให้ตลอด แนวกระดูกเชิง กราน หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง ขึ้นไป หาสะดือพร้อมกันเพื่อให้มดลูกเข้าอู่

ค่าบริการ แล้วแต่ผู้ป่วยจะให้

ประเพณีไหว้ครู หมอทำทุกปีช่วงเดือน 6 ข้างขึ้น

ชื่อหมอ นางเทียม จันทิม

อายุ 81 ปี บ้านเลขที่ 50 หมู่ 1 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี

1. หมอดำยา

2. เอมคลุกเข้าอู่

รับการถ่ายทอดมาจาก นางผึ่ง ภักดี คุณยาย

ประสบการณ์ในการรักษา 56 ปี ทำคลอดมาแล้ว 100-200 คน

การถ่ายทอดองค์ความรู้ คนที่จะเรียนรู้จะต้องเป็นคนดีมีศีลธรรม ถ้าหาไม่ได้ก็จะพาตายไปพร้อมกับตัวเอง

โรคที่ท่านมีความถนัด ทำคลอด เอมคลุกเข้าอู่

วิธีการดูแลช่วงคุณแม่ท้อง

การฝากท้องไม่ต้องเอาอะไรมาในวันที่มาฝากท้อง จากนั้นเมื่อตั้งท้องได้ 6 เดือน ต้องมาแต่งท้องเดือนละครึ่ง การแต่งท้องก็เพื่อให้เด็กอยู่ในท่าที่สบาย ที่ทำให้คุณแม่มีความสบาย ไม่อึดอัด และเด็กจะอยู่ในท่าที่คล่องง่าย เมื่อถึงเวลาเจ็บเกิดจะมีอาการที่คุณแม่สังเกตได้คือ จะมีอาการปวดเอวมาก และมีอาการกระดูกที่หน้าขา แสดงว่าถึงเวลาที่จะคลอดแล้ว

การเตรียมตัวก่อนทำคลอด สิ่งที่ต้องเตรียม

คุณแม่ของเด็ก ให้เตรียม ด้ายรีว 1 ใจ ข้าวสาร 1 กระป๋อง หมาก-พลู เพื่อตั้งราชให้ครูหมอ

หมอดำยา ให้เตรียม ไม้ไผ่ ขมิ้น เพื่อไว้ตัดสายสะดือเด็ก

ขั้นตอนการทำคลอด ในช่วงทำคลอด หมอจะช่วยแต่งท้องอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้เด็กอยู่ในท่าเอาหัวลง เพื่อให้แม่คลอดได้ง่ายขึ้น เมื่อเด็กออกมาแล้วใช้ด้ายรีว ผูกสะดือเด็ก แล้วทำการตัดสายสะดือโดยใช้ไม้ไผ่ที่เตรียมไว้แล้วเอารกออก เสร็จแล้วล้างตัวให้เด็กด้วยน้ำอุ่น เช็ดตัวให้แห้ง แล้วให้ดูคนแม่ ถ้าน้ำนมไม่ออกให้ใช้นิ้วมือของหมอจับที่เส้นเอ็นน้ำนมอยู่ระหว่างรักแร้กับเต้านม ใช้นิ้วมือทั้ง 5 นิ้ว ขยำลงไปแล้วดึงประมาณ 3 ครั้ง ถ้านมออกอีกให้ดึงเส้นระหว่างเต้านมทั้ง 2 ข้าง โดยใช้นิ้วหัวแม่มือ และนิ้วชี้จับเส้นระหว่างเต้านมแล้วดึง 3 ครั้ง น้ำนมจะออกมาเอง แต่ถ้าหัวนมบอดไม่สามารถแก้ไขได้ในกรณีนี้หมอลัด ให้ใช้หัวที่หัวนม หัวจากเต้านมด้านบนลงมามาหาหัวนม หัวจินหายเจ็บ

ข้อแนะนำสำหรับแม่หลังคลอด ไม่ควรคั้นน้ำเย้น และผลไม้ เช่น ขนุน จะทำให้เลือดขึ้น ให้กินของที่ มีรสชาติเผ็ดร้อน น้ำร้อน เพื่อให้มดลูกแห้งเร็ว

ขั้นตอนการอยู่ไฟ ถ้าลูกคนแรกต้องอยู่ไฟจนครบ 7 วัน คนที่ 2-3 อยู่ไฟ 5 วัน อย่างน้อย การอยู่ไฟให้ใช้ก้อนเสาประคกรอบ ๆ ท้อง วันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็น เพื่อให้มดลูกแห้งเร็ว

ข้อสังเกตว่ามดลูกแห้งหรือไม่ให้สังเกตที่สะดือเด็ก ถ้าสะดือเด็กแห้ง หรือหลุด แสดงว่ามดลูกแห้งด้วย แต่ห้ามทำงานหนักอย่างน้อย 45 วัน

ข้อแนะนำ คนที่คลอดแล้ว ควรเอามดลูกเข้าอุ้งให้เร็ว เพื่อป้องกันเลือดเข้าไปในอุ้งมดลูกจะทำให้มดลูกอักเสบได้

วิธีการนวดหลังคลอด เอามดลูกเข้าอุ้ง (การนวดอยู่ไฟต้องนวดทุกวันจนกว่าออกจากไฟจึงหยุด)

1. ให้ผู้ป่วยนอนคว่ำ เริ่มเหยียบจากจุดใต้ปีกไก่ ด้านล่าง ลงมาจนถึงสะดือ เหยียบตามเส้นขนานบนเส้นหลัง ทั้ง 2 ข้างเสร็จแล้วให้ใช้สันเท้ากดลงไปที่ย่อเลือด ทั้ง 2 ข้าง
2. นวดทางด้านหลัง เริ่มจากการใช้เท้าเหยียบที่โคนขาชิดกับกัน ลงมาจนถึงปลายเท้าทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง
3. ให้ผู้ป่วยนอนตะแคง ให้ขาทั้ง 2 ข้างยืดตรงแล้วซ้อนกัน เริ่มเหยียบจากแนวสะโพกลงมา จนถึงปลายเท้า ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง (การนวดทางด้านนอก)
4. การนวดทางด้านใน ให้ผู้ป่วยนอนตะแคงขาข้างยืดตรง ขาบนยกไปข้างหน้าในท่ากึ่งเข่า เริ่มเหยียบจากโคนขาด้านในลงมาถึงปลายเท้า ทำสลับกันทั้ง 2 ข้าง
5. การนวดทางด้านหน้า ให้ผู้ป่วยนอนหงายขาทั้ง 2 ข้าง ยืดตรง เริ่มเหยียบขาจากลูกค้นลงไปจนถึงปลายเท้า นวดทั้ง 2 ข้าง (ทั้งหมดนี้เป็นการนวดคลายเส้น)

การเอามดลูกเข้าอุ้ง เอามือทั้ง 2 ข้างกดลงไปแล้วค่อยคัดปลายนิ้วมือขึ้นมาหาสะดือ ทำให้รอบ ๆ ท้องเสร็จแล้วใช้ฝ่ามือรีดรอบ ๆ ท้องรัดเข้ามาหาสะดือ ทั้งด้านบน - ด้านล่าง ด้านข้าง เมื่อเส้นเอ็นหน้าท้องหย่อน ได้ที่แล้วให้เอามดลูกเข้าอุ้งโดยใช้หัวแม่มือ ทั้ง 2 ข้าง กดลงไปที่ย่อบริเวณกระดูก เหนือเชิงกรานด้านนอกทั้ง 2 ข้าง แล้วดันนิ้วมือ ทั้ง 2 ข้าง ขึ้นไปหาสะดือ เพื่อเอามดลูกเข้าอุ้ง (การเอามดลูกเข้าอุ้งต้องนวดอย่างน้อย 3 มือ)

ค่าบริการ มือละ 100 บาท ถ้าเป็นหนักก็ต้องนวดหลายมือ

ประเพณีไหว้ครู ทำปีละ 1 ครั้ง เดือน 6 ของทุกปีโดยจัดที่ 12

คำราช ถ้าผู้ป่วยหาย 1 คน ต้องตั้งราช 1 ครั้ง โดยผู้ป่วยเอามาให้เองตอนหายจากป่วยแล้ว

ชื่อหมอ นางพราว พรหมยา

อายุ 73 ปี บ้านเลขที่ 165/3 ม.1 ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความรู้เรื่องการแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมีคือ หมอตำแย และมดลูกเข้าอู่

แหล่งเรียนรู้ ได้มาจากประสบการณ์ของตัวเอง เมื่ออายุ 18 ปี ได้ไปเฝ้าคนโกธลัดคนคนหนึ่ง คือ ช่วงนั้นหมอยังไม่มาบังเอิญผู้ป่วยเจ็บท้องคลอดขึ้นมา จึงต้องทำคลอดเองโดยได้ผู้ปวยนั้นแหละที่ช่วยสอนให้ว่าทำอะไรบ้าง เช่น เมื่อเด็กออกมาแล้ว ก็ผูกสะดือแล้วตัดกับไม้ไผ่แล้วก็เอารกออก ส่วนวิธีเอามดลูกเข้าอู่นั้นก็ดูจากหมอตำแยคนเก่า ๆ ที่มาทำคลอด ว่าเริ่มทำอะไร จากจุดไหนไปสู่จุดไหน ส่วนในเรื่องยาต่าง ๆ นั้นก็ได้มาจากลุงแก้ว (สาม)

ความคิดในการเผยแพร่องค์ความรู้

ด้านลูก ๆ ไม่มีใครเอาวิชานี้เลย แต่ถ้ามีใครสนใจจะเรียนก็สอนให้

โรคที่มีความชำนาญมากที่สุด

1. หมอตำแย

2. มดลูกเข้าอู่

วิธีการดูแลรักษาผู้ป่วย

เรื่องการฝากท้องของผู้ป่วย ผู้ป่วยไม่ต้องนำอะไรมาโดยมาจะมาช่วงตั้งครรภ์ได้ 3 เดือน จะมาให้หมอคำท้องคว่ำเด็กสมบูรณ์ดี คุณแม่จะไม่มาหาหมอเลยจนกว่าจะคลอด ส่วนคนที่มีปัญหาคือลูกไม่คืบ ร่างกายไม่สมบูรณ์ จะต้องมาแต่งท้อง และนวดเอ็นท้องอย่างน้อยเดือนละครั้ง เมื่อถึงเวลาคลอดคุณแม่จะเจ็บที่สะดือ และหัวเด็กก็จะลงมาถึงเชิงกรานคัดเท่าไรก็ไม่ขึ้น แสดงว่าจะคลอดแล้ว คุณแม่จะต้องเตรียมตัว คือเตรียมทุกอย่างเกี่ยวกับเด็ก ส่วนหมอจะต้องเตรียมเครื่องมือ และล้างมือให้สะอาด และเตรียมไม้ไผ่ไว้ตัดสายสะดือเด็ก ค่ายรีว ขมิ้น ไข่รองดอนตัดสะดือเด็ก เมื่อคลอดแล้วก็วางเด็กไว้ก่อน แล้วก็เอารกออก ถ้ารกไม่ออก หรือออกไม่หมด จะทำให้เลือดออกอยู่ตลอดเวลา และช่วงหลัง ๆ จะมีกลิ่นเหม็นที่ช่องคลอด และช่วงหัวเด็ก จะออกจะต้องค่อย ๆ ปลิ้นช่องคลอดเล็กน้อยอย่าให้ฉีก และช่วยดึงหัวเด็กเล็กน้อยแล้วรับเด็ก ใช้สำลีเช็ดหัวและตัวเด็กให้สะอาด แล้วให้เด็กกินนมพร้อมกับการอยู่ไฟในกรณีนมไม่ออก ต้อง “ตัก” เอ็นนมทั้งสองข้าง ถ้ายังไม่ออกก็ให้เคล้านมและบีบนมเบา ๆ แล้ว “ตัก” เส้นเอ็นนมอีกครั้ง หรือทำจนกว่านมจะออก ก่อนเด็กจะกินนมแม่ครั้งแรกนั้นต้องเอา บอระเพ็ด (เจ็ดหมื่น) กับน้ำผึ้งรวมากวาดปากเด็กเพื่อทำความสะอาดช่องปากเด็ก จากนั้นก็ให้แม่อยู่ไฟ ลูกคนแรกอยู่ 7 วัน ลูกคนถัดไปก็ 5 วัน การเหยียบตอนอยู่ไฟจะเหยียบวันละ 2 มื้อ เช้า-เย็น ส่วนมดลูกเข้าอู่ทำวันที่ผลัดก่อนเส้าหรือวันสุดท้ายของการอยู่ไฟ

วิธีการนวดหลังคลอดมี 4 วิธี คือ เหยียบหน้าขา เหยียบข้างนอนตะแคง เหยียบด้านหลัง และเคล้ากุน

1. เขี่ยบนหน้าจะเริ่มจากโคนขาด้านบน ข้างท้องน้อย เขี่ยมาได้มาเรื่อย ๆ จนถึงปลายเท้าโดยทำเหมือนกันทั้งสองข้าง

2. เขี่ยข้าง นอนตะแคงโดยเขี่ยขาด้านข้าง เขี่ยขาด้านใน ซ้ายหรือขวาก่อนก็ได้ แล้วพลิกตัวผู้ป่วยอีกข้างทำเหมือนกัน

3. การเขี่ยด้านหลังโดยจะเขี่ยจากเท้าก่อน แล้วขึ้นไปถึงหัวที่หัวนั้นจะไม่เขี่ยแต่จะใช้นิ้วกดแทน

4. การเคล้ากุน การเคล้ากุนไม่ว่าคนเพิ่งคลอดลูกใหม่ ๆ หรือนานแล้ว มดลูกเข้าอู่จะทำเหมือนกัน คือเคล้ากุน จะต้องคลำดูว่า กุนของผู้ป่วยนั้นอยู่อย่างไร แล้วก็ใช้น้ำมันมะพร้าว คลุกให้ทั่วมือ แล้วคลึงจากท้องน้อยจนถึงสะดือแล้วบีบท้องน้อยให้ทั่ว

ค่าบริการ แล้วแต่ผู้ป่วยจะให้ แต่ที่ต้องเอาคือค่ายา เพราะซื้อมา หรือแล้วแต่ค่าของเงิน

การให้วัคซีน จะไม่มี แต่จะเก็บน ครุหมอมโนราห์ ตาหลวงคง ปรานดำ ปรานทอง เพราะก่อนออกไปทำคลอดจะต้องบนไว้เสมอว่า อย่าให้มีอุปสรรคในการทำคลอด จะเก็บนตอนเอามดลูกเข้าอู่เสร็จแล้วจำนวนคนไข้ มีน้อยลง เพราะหมอสุขภาพไม่ค่อยดี

ข้อแนะนำของหมอต่ผู้ป่วย

1. ห้ามทำงานหนักจนกว่าจะครบ 40-45 วัน

2. ห้ามกินของคอง ปลาแดงที่มีเส้นยาวตรงกลาง เพราะกินแล้วจะทำให้เลือดขึ้น ปลาแดงจะทำให้กุนขึ้น หายช้า

3. ให้กินของแห้ง เช่น ปลาช่อนแห้ง พริกไทย ของเผ็ด ๆ จะทำให้กุนแห้งเร็ว ห้ามไม่ขึ้นให้กินอยู่จนกว่าผลัดก้อนเส้า

ความเชื่อ คนคลอดใหม่ ๆ ให้ถือมีดหรือเหล็ก เวลาลงจากเรือน เพื่อกันผี

ชื่อหมอ นางอินทร์ คงสีทอง

อายุ 93 ปี อยู่บ้านเลขที่ 74 ม. 1 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ที่มาของความรู้ ได้รับการถ่ายทอดมาจากนางขุ่น เป็นหมอดำเขยู่พนมวังค์
โรคที่รักษา

1. ทำคลอด
2. มดลูกเคลื่อน

วิธีการใช้ยา ใช้น้ำมันมะพร้าวทาหมอมือแล้วเอาไปนวดท้องผู้ป่วย

ประสบการณ์ในการรักษา 33 ปี

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ให้กับนางสิน เมืองสง ลูกสาว

วิธีการดูแลและหญิงมีครรภ์

1. เริ่มการตั้งครรภ์ 1-7 เดือน ถ้าแม่มีสุขภาพดี แข็งแรงไม่ต้องมาหาหมอบ่อยครั้งก็ได้ (กรณีแม่ไม่แข็งแรงให้มาหาหมอบ่อยครั้งก็ได้)

2. ในช่วง 7-9 เดือน ให้มาแต่งท้องอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง เพื่อให้ตัวเด็กอยู่อย่างสบาย

3. เมื่อใกล้จะคลอดสิ่งที่แม่ต้องเตรียม มี

ด้าย 3 ร้อย

เบี่ยง 3 บาท

สอหมาก 3 ลูก (เพื่อตั้งราชให้ครุหมอม)

สิ่งที่คุณแม่ต้องเตรียม

1. ไม้ไผ่ ใช้ตัดสะดือเด็ก
2. แม่ขมิ้นไว้รองเวลาตัดสะดือเด็ก
3. น้ำอุ่น เอาไว้ล้างตัวเด็ก

วิธีการทำคลอด

ให้แม่นอนหงายทรงเข้าแล้วหมอนั่งตรงระหว่างขาแม่ หมอใช้มือทั้ง 2 ข้างคลึงท้องแม่เพื่อให้หัวเด็ก
อยู่ตรงกับช่องคลอด เมื่อแม่เจ็บเบ่งเต็มที่ หมอใช้คาถาเป่ากระหม่อม ว่าดังนี้ เปิดดู เปิดต่าง เบิกทางน้ำ
เชียว (ว่า 3 เทียว) พอเด็กออกมาแล้วหมอดำเขยู่พนมวังค์ แล้วเอาเด็กมาล้างด้วยน้ำอุ่น โดยเริ่มล้างจาก
หัวแล้วก็เช็ดให้แห้ง แล้วก็ล้างตัวเด็กเสร็จแล้วใช้ผ้าขาวห่อตัวเด็กเมื่อเสร็จแล้วให้เอาเด็กดูคนแม่
กรณีแม่ไม่ออก ให้ใช้มือจับที่เอ็นน่านมอยู่ที่บริเวณห่างจากรักแร้ ประมาณ 2 นิ้วมือ จับแล้วดึง
11 ครั้ง แล้วนวดคลึงเต้านมเบา ๆ

ขั้นตอนการอยู่ไฟ

1. ให้แม่นอนหงายบนแคร่ไม้ไผ่ แล้วก่อไฟไว้ข้างแคร่ เพื่อรมแม่ให้ร่างกายอบอุ่นเพื่อไม่ให้เลือดติดขัด (ประมาณ 7 วัน)

2. เอาก้อนเส้าหมกไฟให้ร้อนแดงแล้วเอาไปล้างน้ำ เสร็จแล้วใช้ผ้าห่อแล้วเอามาวางบนท้องแม่แล้วคลึงให้รอบ ๆ ท้อง เพื่อทำให้มดลูกแข็ง (ทำอยู่ประมาณ 7 วัน)

ข้อแนะนำสำหรับคุณแม่หลังคลอด

1. ห้ามกินน้ำเย็น ให้อาบน้ำร้อน ห้ามทำงานหนัก ห้ามหลับนอนกับสามีจนครบ 40-45 วัน

2. ห้ามกินมะเขือ สะตอ หน่อไม้ ปลาฉุก เพราะจะทำให้มดลูกอักเสบ

อาหารสำหรับแม่หลังคลอด

ให้กินของเผ็ด เช่น พริกไทย เพื่อให้เลือดติดขัดน้อยที่สุด
ปลีกกล้วย เพื่อบำรุงให้เกदन้าม

ข้อเสนอแนะ

ถ้าคุณแม่มีอาการปวดหน้าท้องให้ดื่มชาหมักกับใบชะมวงกินเพื่อขับน้ำคาวปลา

วิธีการนวดคุณแม่หลังคลอด

1. ให้แม่นอนตะแคงแล้วนวดไปตามแนวเส้นที่ขนานกับกระดูกสันหลังเพื่อให้เส้นคลาย

2. ให้แม่นอนหงายแล้วนวดตามบริเวณหน้าท้อง

ขั้นตอนการนวดเอามดลูกเข้าอู่

1. ให้แม่นอนหงายแล้วนวดคลายเส้นที่ขาทั้ง 2 ข้าง

2. ให้แม่นอนตะแคงเพื่อนวดเส้นขาอ่อนด้านใน

3. ให้แม่นอนตะแคงขาทั้ง 2 ยึดตรงข้อขึ้นท่อนนวดคลายเส้นขาด้านนอก

4. ให้แม่นอนตะแคงแล้วนวดไปตามเส้นแนวกระดูกสันหลังทั้ง 2 ข้าง

5. นวดหน้าท้องใช้มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปรอบ ๆ หน้าท้อง เพื่อคลายเส้นหน้าท้อง

6. ใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดบริเวณรอบสะดือเพื่อคลายเส้นคออุ้ง (มดลูก)

7. ใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปท้องน้อย ด้านล่างที่บริเวณริมกระดูกเชิงกราน แล้วดันนิ้ว 2 ข้าง ขึ้นไปหาสะดือพร้อม ๆ กัน

ค่าบริการ แล้วแต่ผู้ป่วยจะให้ โดยมาก 100 บาทต่อมือ

พิธีไหว้ครู ไหว้ช่วงเดือน 6 ข้างขึ้นของทุกปี เอาข้าวไปวัดทุกวันพระ

ข้อแนะนำสำหรับคุณแม่ลูกอ่อน

กรณีเด็กไม่ถ่าย ให้แม่เอามะขามเปียก โปะหัวเด็ก

กรณีเด็กหิวยาวไม่ออก ให้แม่กดเส้นรอบ ๆ สะดือเด็ก

กรณีคุณแม่เลือดขึ้น ให้เอารากทองหลาง ใบหม่น ขนกับน้ำมะนาว กินวันละครึ่ง กินจนกว่าอาการจะดีขึ้น

กรณีแม่ตกลูก (ลงเลือด) ให้เอาหัวย่านางขนกับน้ำมะนาวแล้วให้แม่เอากิน

กรณีในช่วงตั้งท้อง 3-5 เดือน ถ้าแม่มีอาการปวดท้อง หรือเจ็บท้อง ให้เอารากอีกดัมกิน

ชื่อหมอ นางจวน ศรีทวี

อายุ 77 ปี บ้านเลขที่ 65 หมู่ 3 ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี คือ การทำคลอด แต่งมดลูก

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก ยายฝ่าย สมอ่อน บ้านพนมวังก

ความชำนาญ การทำคลอด การแต่งครรภ์ แต่งมดลูก ดูแลแม่หลังคลอด

มีประสบการณ์ 40 ปี

ก่อนเป็นหมอดำแย ประมาณ 50 ปี นางจวน ศรีทวี อาศัยทำมาหาเลี้ยงชีพอยู่ในหมู่บ้าน หมู่ที่ 3 ต.โคกม่วง แต่ก่อนติดเขต ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน ด้วยชาวบ้านได้ย้ายจากอำเภอควนขนุนมาจับจองที่ดินตั้งบ้านเรือนอยู่กระจัดกระจายห่างไกลโรงพยาบาลไม่มีอนามัยไม่มีถนน มีแค่ทางเดิน การไปมาหาสู่ ก็ลำบาก เวลาเกิดเจ็บไข้ก็น้องอาศัยพึ่งพากันเอง ช่วยเหลือกันตามประสาชาวบ้าน โชคดีที่นางจวนได้สนใจวิชาหมอฟันบ้าน และฝึกหัดจากเครือญาติที่มีสายครูหมอมาร่วมด้วยจึงเกิดหมอดำแย ช่วยทำคลอดให้พี่น้องเพื่อนบ้านได้คลอดมา

แต่มาช่วงหลังประมาณ 20 ปี มานี้หมู่บ้านใกล้เคียง มีการจัดตั้งอนามัยขึ้นมีเจ้าหน้าที่จัดทำคลอดเอง บทบาทของหมอดำแยจึงลดน้อยลง เหลือแต่การดูแลแม่ก่อนคลอด หรือ หลังคลอดบ้าง พอที่จะดำรงความเป็นหมอยู่บ้าง จนถูกกลืนหรือเกือบกลืน

เมื่อ ๑๔ ก.พ. ๔๗ ทางทีมวิจัยฯ ได้มีโอกาสดังไป เยี่ยมเพื่อสัมภาษณ์ หมอจวน ศรีทวี

วิธีการดูแลแม่ก่อนคลอด

ผู้หญิงเมื่อแต่งงานแล้วอยู่กับสามี เป็นธรรมดาต้องตั้งครรภ์ เมื่อได้ครบ 6-7 เดือน ก็ไปหาผู้สูงอายุที่เป็นหมอดำแย วันนี้ บ้านหมอจวน ก็มีนางสาวจันทร์ ซึ่งอายุ 34 ปี เป็นหลานสาวของหมอจวน เองตั้งท้องได้ 7 เดือน มาหาหมอเพื่อแต่งท้อง (ฝากครรภ์) เมื่อขึ้นบนบ้านหมอบอกให้นอนลงบนฟูกหนา ซึ่งตั้งอยู่ซิดริมฝาบ้านมีที่ขีดยีเกาะกุม หญิงท้องนอนในท่าตะแคง หมอเริ่มใช้เท้าเหยียบพลาจ พร้อมกับพูดคุยไปพลาจถามถึงการทำงานว่า ทำไร่ ทำพรีอ อย่าหิวของหนัก ระวังหกล้ม

ที่มาวันนี้เพราะเป็นวันจันทร์จึงถือฤกษ์เป็นวันมาฝากท้อง สิ่งเตรียมมามี หมาก 3 คำ พลู 1 คำ น้ำตาลทราย ขนม พร้อมเงิน 20 บาท เพื่อหมอ ได้อาไปทำบุญ สิ่งเหล่านี้เอาใส่ไว้ในเชี่ยน (ภาชนะใส่ของสำหรับเตรียมไว้ไหว้ครู)

พอเหยียบเสร็จด้านซ้าย ก็ย้ายไปเหยียบด้านขวา จุดที่เน้นคือ จุดบ่อเลือด และริมขาอ่อน การนวดด้านหน้าให้นอนหงาย หมอใช้เท้าทั้งสองข้างขึ้นเหยียบบนมีที่ขีดยี เพื่อผ่อนหนักให้เบาหนักตามหน้าขา

เมื่อเหยียบครบทั้ง 3 ด้านและเห็นว่าเส้นท้องเริ่มอ่อนลง ก็ให้ถอดเสื้อเพื่อแต่งท้อง หมอหยิบขวดน้ำมันเอ็น ซึ่งทำเตรียมไว้ก่อนแล้ว มาขโลมทาให้ทั่วท้อง แล้วคลำดูที่ริมท้องน้อย เพื่อสังเกตหัวของเด็กว่าอยู่ตรงหรือไม่

กรณีนี้นางสาวมีความผิดปกติ คือ หัวตะแคงมาเกยริมเชิงกรานขวา หมอบอกว่าตะแคงชนิดเดียว แล้วจึงใช้มือโอบท้องแต่ปลงให้เด็กเคลื่อนไหว แล้วใช้มือ กดลงที่ริมท้องน้อย ด้านขวา ขยับมือนิด ๆ เพื่อเคลื่อนเด็กออกให้อยู่ตรงกลางมือหมอ ดันเบา ๆ (ท่าประคอง) จบวิธีนี้

วิธีใช้คาถาเพื่อ เพิ่มกำลังใจก่อนคลอด

เมื่อครรภ์ครบกำหนด 9 เดือน จะมีอาการปวดท้อง เพราะเด็กเริ่มดิ้น การคลอดต้องไปคลอดที่โรงพยาบาล ก่อนไป หมอจะช่วยภavnาคาถา เรียกว่า “เปิดเขอ” ดังนี้

พุทธรัง เบิกเขอให้ฤกษ์

ธัมมัง เบิกเขอให้ฤกษ์

สังฆัง เบิกเขอให้ฤกษ์

หมอบอกว่าพลงผายมือไปปลายเท้า 3 ครั้ง ถามคนท้องว่ามีผลอย่างไร บอกว่าเมื่อคลอดบุตรคนที่ 2 ก็ทำอย่างนี้ พอไปโรงพยาบาลเข้าห้องคลอดก็คลอดง่ายไม่ต้องคอยนาน ดีกว่าไม่ได้ทำ

การดูแลหลังคลอดก็ดี จะได้ใช้ก้อนเส้าประคบขับน้ำคาวปลา โลหิตเสียให้ออกหมด จะได้สบายเมื่อภายหลัง

นางสาวเล่าให้ฟัง ถึงประสบการณ์การมีครรภ์กับการดูแลของหมอนวดที่บ้านที่เรียกว่า หมอดำแยค่าบริการ แล้วแต่คนไข้จะให้ แต่ที่ผ่านมา ประมาณ 50 บาทต่อราย

การไหว้ครู ทำพิธีทุกวันพฤหัสบดีแรกของเดือน 6 ทุกปี เมื่อสบายตัวแล้วให้ไปวัดทำบุญ

สมุนไพรมะพร้าวใหม่ การบูร พิมเสน เมนทอล เลี้ยว

ขั้นตอนการแต่งท้อง

ขั้นตอนที่ 1 ให้ผู้ป่วยนอนหงายบนฟูกหนา หมอเริ่มเหยียบโดยใช้ขาข้างเดียวก่อนเริ่มจากปลายเท้าไปจนถึงหัวเข่า แล้วเหยียบต่อไปจนถึงขาหนีบลงเบา ๆ ทั้งซ้ายขวาเหยียบเหมือนกัน พอถึงจุดขาหนีบเหยียบแช่ค้างไว้ หนึ่งอึดใจ

ขั้นตอนที่ 2 เหยียบด้านข้างให้ผู้ป่วยนอนตะแคง เอาหมอนรองที่ท้อง เพื่อป้องกันไม่ให้เด็กกระทบกระเทือน แล้วเหยียบด้านขาทำโน ใช้ขาเดียวเหยียบเบา ๆ จากปลายเท้าไปถึงโคนขา เหยียบแช่ไว้หนึ่งอึดใจ

ถ้ากรณีเด็กอยู่ในท่าผิดปกติ เมื่อนวดคลึงรอบ ๆ ท้อง หมอใช้มือขวาจับไว้ที่หัวเด็กมือซ้ายอยู่อีกข้าง แล้วหมอเอามือขวาดันลง มือซ้ายดันขึ้นให้หัวเด็กขึ้นมาอยู่ตรงหน้าเขอ

การแต่งท้อง ใช้มือหมอทั้ง 2 มือ ดันท้องเบา ๆ แล้วนวดคลึงท้องรอบ ๆ

ก่อนแต่งท้อง ใช้น้ำมันมะพร้าวทาทั่วท้องก่อนทำการนวด

เมื่อถึงเวลาเจ็บคลอด หมอใช้คาถาดังนี้

พุทธรัง เบิกเขอให้เริก

ธัมมัง เบิกเขอให้เริก

สังจัง เบิกเขอให้เริก

ชื่อ หมอเวียง รัตนะ

อายุ 65 ปี บ้านเลขที่ 79/2 ม.6 ต.ควนขนุน การศึกษา ป.4

มีประสบการณ์ 30 ปี

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้าน การเผยแพร่ความรู้ ให้ทุกคนที่สนใจ

นวดแก้โรค อัมพฤกษ์ อัมพาต

วิธีการรักษา นวดกดจุดตามร่างกาย

ขั้นตอน

การตรวจดูอาการ โดยการกดจุดต่างๆ ตามร่างกาย ดูการไหลเวียนของโลหิต ในแต่ละส่วนของอวัยวะ ตรวจไปนวดบำบัดไป พร้อม ๆ กันโดยยึดหลักลม เลือดไปด้วยกัน

การกดจุดเพื่อรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต

เริ่มจากช่วงล่างของขาทั้งสองข้างดังนี้ ตามหมอเวียง อธิบายให้ฟัง

จุดที่ 1 ใช้หัวแม่มือขวา กดลงไปที่จุด นามสะคือ ทั้งด้านซ้าย และด้านขวา ห่างจากสะคือประมาณ 1 นิ้วมือ กดนาน 1 อึดใจ สังเกตจะมีความร้อนเสียว ไปตามขาทั้งสองข้าง ทดสอบโดยใช้หุ่นทดลอง

จุดที่ 2 หมอใช้หัวแม่มือ กดลงไปที่จุดริมกระดูกสะโพกด้านหน้า ทั้งสองข้างกดไว้ 1 อึดใจ ผลที่ได้ มีความร้อน และเสียวไปที่สะโพกหลัง

จุดที่ 3 หมอกดจุดกลางท้องน้อยได้สะคือ ประมาณ 2 นิ้ว กดนาน 1 อึดใจ ผลที่ได้มีความร้อน เสียวไปที่อวัยวะเพศ และทวารหนัก

จุดที่ 4 หมอกดจุด กลางระหว่าง จุดที่ 2 และที่ 3 บริเวณ หน้าท้อง ผลที่ได้รู้สึกไปที่ทวารหนักและ ลึก ๆ

จุดที่ 5 หมอกดจุดลงที่จุดกลางโคนขาด้านใน อยู่ต่ำจากลูกต้นประมาณ 1 นิ้ว ผลที่ได้ ร้อนวงกว้าง

จุดที่ 6 หมอกดจุดลงไปที่ บริเวณโคนขาด้านนอกอยู่ตรงข้ามกับจุดที่ 5 ผลที่ได้ร้อนวงกว้าง

จุดที่ 7 หมอใช้นิ้วแม่มือ กดลงไปที่จุดข้อพับ เข่าด้านนอก ซึ่งเป็นจุดรวมของเส้นนิ้วเท้าทั้ง 5 นิ้ว เริ่มกดจากริมด้านนอกค่อย ๆ เลื่อนไปที่ละนิด ๆ จะผ่านเส้นทั้ง 5 จุดกลางข้อพับใน

จุดที่ 8 ใช้นิ้วหัวแม่มือ กดลงไปที่กลางกล้ามเนื้อ ด้านนอกและด้านใน ซึ่งอยู่ตรงกันข้ามกดไว้ 1 อึดใจ ผลที่ได้ เสียวชานไปที่ปลายเท้า

จุดที่ 9 ใช้นิ้วหัวแม่มือ กดลงไปที่ จุดหลังตาตุ่มด้านหลัง ผลที่ได้ร้อนชานไปทั่วหลังเท้า

จุดที่ 10 ใช้นิ้วหัวแม่มือ กดลงไปที่จุดฝ่าเท้า ด้านในแนวเส้น หัวแม่เท้าตรงกลาง เท้าด้านใน ผลที่ได้ ร้อนไปยังหัวแม่เท้า

จุดที่ 11 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปจุดบ่อเลือด (ตรงจุดสลักเพชรหรือไม่งงสย) ผลที่ได้ เสียวซ่า
ไปตลอดขา

จุดที่ 12 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปจุดกลางขาอ่อนด้านหลังนาน 1 อึดใจ ผลที่ได้ร้อนซ่าขึ้นบนเอว
และโคนขา

จุดที่ 13 ใช้นิ้วหัวแม่มือ กดลงไปที่จุดข้อพับเข่าด้านใต้ ผลที่ได้ เจ็บเสียวร้อนเข้าหัวเข่า

จุดที่ 14 ใช้นิ้วหัวแม่มือ กดลงไปที่จุดกลางกล้ามเนื้อน่องด้านใต้ ผลที่ได้ร้อนซ่าไปที่ฝ่าเท้า

จุดที่ 15 ใช้นิ้วหัวแม่มือ กดลงไปที่จุดใต้ตาคุมทั้งด้านใน ด้านนอก ผลที่ได้เสียวซ่าไปที่ปลายนิ้ว

จุดที่ 16 ใช้นิ้วหัวแม่มือ กดลงไปที่ร่องระหว่างนิ้ว เท้าทุกนิ้ว เพื่อเปิดลม

หมอเวียง กดพลาซมอธิบายว่า การกดจุดพยายามอย่ากดบิดเอ็น คนไข้จะเจ็บ เพราะเขาเจ็บอยู่แล้ว เราอย่า
ให้เขาเจ็บเพราะมือเราอีก เล็บมือต้องตัดให้สั้น อย่าใช้เล็บหยิกให้ใช้ตรงกลางหัวแม่มือ การนวดผู้หญิง
ต้องระวังเป็นพิเศษ

การกดจุดช่วงบนด้านหลัง

จุดที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างกดลงไปที่บริเวณสะเอวตรงรอยนูน ก้นนาน 1 อึดใจ ผลที่ได้เจ็บลึก ๆ

จุดที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดจุดหัวปีกไก่ด้านบน อยู่ระหว่างกระดูกสันหลังกับหัวปีกไก่ด้านในกด
เหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดหัวปีกไก่ด้านบนอยู่ระหว่างกระดูกสันหลังกับหัวปีกไก่ด้านในกด
เหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 4 อยู่ที่ยึดต่อไหล่ด้านหลัง ก้นนาน 1 อึดใจ กดเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 5 อยู่บริเวณกลางปีกไก่ ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไป แขนข้างไว้ 1 อึดใจ กดเหมือนกันทั้งซ้ายขวา ผลที่
ได้เจ็บเสียวไปยังมือ

การกดจุดด้านหน้า

จุดที่ 1 อยู่เหนือหัวนม 3 นิ้วมือ ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไป แขนข้างไว้ 1 อึดใจ ผลที่ได้เจ็บเสียวเข้าอกลึก
ๆ กดเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 2 อยู่ที่ไหปลาร้า ริมใต้กระดูก ซี่ที่ 1 กดแขนข้างไว้ 1 อึดใจ กดเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง ผลที่ได้รับ
เจ็บเสียวไปที่สะบัก

จุดที่ 3 อยู่ใต้กระดูกไหปลาร้าด้านหน้า 1 นิ้วมือ กดแขนข้างไว้ 1 อึดใจ ผลที่ได้รับร้อนลงไปในท้อง

จุดที่ 4 อยู่ห่างจากกระดูกไหปลาร้าประมาณ 2 นิ้วมือ กดแขนข้างไว้ 1 อึดใจ ผลที่ได้รับมีความรู้สึก
ร้อนลงไปในท้อง

จุดที่ 5 อยู่กึ่งกลางกระดูกไหปลาร้าด้านใน (ซอกคอ) จุดนี้บังคับได้ 3 ทิศทาง กดลงไปที่ง่ามมือออก
นอกจะมีความรู้สึกไปทางแขน ก้นนิดเดียว ก้นนานไม่ได้ กดลงไปที่ง่ามมือเข้าในจะมีความรู้สึกเข้าใน
ทรวง กดลงไปที่ง่ามมือขึ้นบนจะมีความรู้สึกขึ้นไปศีรษะ

จุดที่ 6 กดเป็นแนวนานสะดือลงได้ไปถึงกระดูกเชิงกรานใช้หัวแม่มือกดเท่า 1 เม็ดเปลือกเพื่อป้องกันลมขึ้นเบื้องบน

การกดจุดเหนือศรีษะด้านหลัง

จุดที่ 1 อยู่กลางท้ายทอยริมไผ่ผม ใช้หัวแม่มือกดเข้ค้างไว้ 1 อึดใจ ผลที่ได้มีความรู้สึกไปที่หัวคิ้ว

จุดที่ 2 อยู่ที่ริมไผ่ผม ห่างจากจุดที่ 1 สองนิ้วมือ ใช้นิ้วหัวแม่มือกดเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง ผลที่ได้มีความรู้สึกไปที่หางคิ้ว

จุดที่ 3 อยู่บริเวณหลังกกหูทั้ง 2 ข้าง ใช้หัวแม่มือกด ผลที่ได้ มีความรู้สึกเข้าหู ทัดดอกไม้อ่อน

การกดจุดศรีษะด้านหน้า

จุดที่ 1 อยู่กลางระหว่างคิ้ว ทั้ง 2 ข้าง ใช้หัวแม่มือกด ผลที่ได้มีความรู้สึกไปท้ายทอย

จุดที่ 2 อยู่ริมขอบตาด้านหน้าใช้นิ้วชี้กดไว้ 1 อึดใจ กดเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง ผลที่ได้รับตาสว่างขึ้น

จุดที่ 3 อยู่ที่ตั้งหู (หน้าหู) ใช้มือกดเหมือนกันทั้ง 2 ข้างผลที่ได้รับหายใจ

จุดที่ 4 อยู่กึ่งกลางกระหม่อมใช้หัวแม่มือกดค้างไว้ 1 อึดใจ แล้วใช้สันมือทั้ง 2 ข้าง บีบรูหูโดยเอาใบหูทับปิดไว้ กดเข้ค้างไว้ 1 อึดใจ แล้วปล่อย ผลที่ได้มีผลดีต่อหู

การรักษาโรคอัมพาต นอกจากกดจุดหลัก ๆ แล้ว จะต้องนวดคลึงใต้แนวเส้นหลักด้วย โดยกดนวดไปตรวจไป ตรงไหนแข็งก็กดบำบัดจนนิ่ม หลังนวดแนะนำให้คนไข้ออกกำลังกาย ตามแต่จะทำได้

ข้อห้าม ห้ามกินของคองทุกชนิด

การเก็บค่าบริการ คนนอกพื้นที่ ต่างจังหวัด มีโต๊ะ 100 คนในพื้นที่ตามแต่จะให้ บางคนไม่มีเงินก็ไม่เอาบอกให้ไปทำบุญ

ประเพณีไหว้ครู ทำพิธี ทุกเดือน 6 วันพฤหัสบดีแรกของเดือนข้างขึ้นของทุกปี

การกดจุดที่แขนด้านหน้า

จุดที่ 1 อยู่ที่ข้อต่อไหล่ด้านหน้า

จุดที่ 2 อยู่ที่ข้อพับศอกด้านใน

จุดที่ 3 อยู่ที่ข้อศอกด้านนอกทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 4 อยู่ที่จุดข้อต่อมือด้านในและด้านนอก

จุดที่ 5 อยู่ที่ระหว่างนิ้วทุกนิ้ว

ชื่อ หมอเกลื่อน นะหนู

อายุ 75 ปี บ้านเลขที่ 45 หมู่ 3 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
การศึกษา ป. 4

ความรู้การแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี การนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต

รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก ตำราแพทย์แผนโบราณ วิชาหมอนวด ของ ร.อ. ชุนโยธา พิทักษ์แทน
ประทีปจิตติ เมื่ออ่านไปศึกษาไป เกิดความอยากทดลองวิชา จึงได้มีโอกาส นวดรักษาผู้ป่วยเป็นโรค
อัมพฤกษ์ โรคติดเชื้อหมอนไขสัน พื่น้องเพื่อนบ้าน เจ็บป่วยเล็ก ๆ น้อย ๆ ถิ่นนวดบำบัดให้ หายทุกราย
สิ่งที่ภูมิใจคือ ได้ถวายการนวดแด่ พระครูพุทธคุณาทร เจ้าอาวาสวัดท่าลาด ถือว่าได้บุญมาก
แนวคิดในการเผยแพร่ความรู้ ยินดีที่จะมอบความรู้ให้ทุกคนที่สนใจ วิชาหมอนวด

ประสบการณ์ 30 ปี

โรคที่ชำนาญในการนวด คือโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต

วิธีการรักษานวดจนหาย

ขั้นตอนการรักษา

- เริ่มใช้หัวแม่มือกดที่ได้ตำม 1 นิ้วมือ เพื่อเปิดประตูลม แล้วนวดกดคลึงไปตามฝ่าเท้าด้านใน
เน้นจุดกลางฝ่าเท้ากดได้ไปหานิ้ว หัวแม่เท้า กดคลึงรอบหัวแม่เท้า 2 รอบ แล้วกดร่องนิ้วเท้าทั้ง 4
เป็นการเปิดลม
- นวดจากจุดหัวแม่เท้าด้านล่างนวดคลึงเป็นแนวตรงลงมาถึงกลางเท้า
- ใช้หัวศอกจิกกดลงไปที่จุดกลางฝ่าเท้าโดยการยกขาผู้ป่วยขึ้นแล้วกดแช่ค้างไว้ 1 อึดใจ

การนวดขาช่วงล่าง

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่ม 1 นิ้ว นวดได้ขึ้นไปชิดกระดูกหน้าแข้งด้านใน นวดคลึงจนถึงหัวเข่า
นวด 3 เทีย

แนวเส้นที่ 2 เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มด้านนอก 1 นิ้ว นวดได้ขึ้นไปชิดกระดูกหน้าแข้งด้านนอก นวด
คลึงขึ้นไปจนถึงหัวเข่า 3 เทีย

แนวเส้นที่ 3 เริ่มจากจุดได้ข้อพับเข่าด้านหลัง ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองสลับนวด ลงมาตามแนวกกลางของ
กล้ามเนื้อลงมาถึงจุดเหนือตาตุ่ม 1 นิ้ว นวด 3 เทียเสร็จแล้วให้นวดคลึงรอบ ๆ หัวเข่า และขี้
ลูกสะบักด้วย

การนวดขาช่วงบน

- เริ่มกดนวดจากจุดเหนือเข่าด้านบนโดยใช้มือทั้ง 2 ข้างกำรอบใช้หัวแม่มือกดสลับกันเลื่อนมือทีละ
นิดในขณะที่ นิ้วชี้กดนวดได้ได้ขา แล้วนวดขึ้นไปถึงลูกต้น นวด 3 เทีย
- แนวที่ 2 อยู่ด้านนอกมือจับเหมือนจุดที่ 1 นวดริมด้านนอกจนถึงลูกต้นใช้เส้นมือ กดตรงขาหนีบ
ข้างละ 1 อึดใจ เพื่อเปิดลมขาทั้ง 2 ข้าง

การนวดหน้าท้อง ให้ผู้ป่วยนอนหงาย

ชื่อ หมอเกลื่อน นะหนู

อายุ 75 ปี บ้านเลขที่ 45 หมู่ 3 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
การศึกษา ป. 4

ความรู้การแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี การนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต

รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก ตำราแพทย์แผนโบราณ วิชาหมอนวด ของ ร.อ. ชุนโยธา พิทักษ์แทน
ประทีปจิตติ เมื่ออ่านไปศึกษาไป เกิดความอยากทดลองวิชา จึงได้มีโอกาส นวดรักษาผู้ป่วยเป็นโรค
อัมพฤกษ์ โรคคิเณห์หมอนขึ้น พี่น้องเพื่อนบ้าน เจ็บป่วยเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็นวดบำบัดให้ หายทุกราย
สิ่งที่ภูมิใจคือ ได้ถวายการนวดแด่ พระครูพุทธคุณาธร เจ้าอาวาสวัดท่าลาด ถือว่าได้บุญมาก

แนวคิดในการเผยแพร่ความรู้ ยินดีที่จะมอบความรู้ให้ทุกคนที่สนใจ วิชาหมอนวด

ประสบการณ์ 30 ปี

โรคที่ชำนาญในการนวด คือโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต

วิธีการรักษานวดจนหาย

ขั้นตอนการรักษา

1. เริ่มใช้หัวแม่มือกดที่ได้ตำ 1 นิ้วมือ เพื่อเปิดประตูลม แล้วนวดกดคลึงไปตามฝ่าเท้าด้านใน
เน้นจุดกลางฝ่าเท้ากดได้ไปหานิ้ว หัวแม่เท้า กดคลึงรอบหัวแม่เท้า 2 รอบ แล้วกดร่องนิ้วเท้าทั้ง 4
เป็นการเปิดลม
2. นวดจากจุดหัวแม่เท้าด้านล่างนวดคลึงเป็นแนวตรงลงมาถึงกลางเท้า
3. ใช้หัวศอกจิกกดลงไปจุดกลางฝ่าเท้าโดยการยกขาผู้ป่วยขึ้นแล้วกดแซ่ข้างไว้ 1 อึดใจ

การนวดขาช่วงล่าง

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่ม 1 นิ้ว นวดไต่ขึ้นไปชิดกระดูกหน้าแข้งด้านใน นวดคลึงจนถึงหัวเข่า
นวด 3 เที้ยว

แนวเส้นที่ 2 เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มด้านนอก 1 นิ้ว นวดไต่ขึ้นไปชิดกระดูกหน้าแข้งด้านนอก นวด
คลึงขึ้นไปจนถึงหัวเข่า 3 เที้ยว

แนวเส้นที่ 3 เริ่มจากจุดได้ข้อพับเข่าด้านหลัง ใช้หัวแม่มือทั้งสองสลับนวด ลงมาตามแนวกลางของ
กล้ามเนื้อลงมาถึงจุดเหนือตาตุ่ม 1 นิ้ว นวด 3 เที้ยวเสร็จแล้วให้นวดคลึงรอบ ๆ หัวเข่า และขี้
ลูกสะบ้าด้วย

การนวดขาช่วงบน

1. เริ่มกดนวดจากจุดเหนือเข่าด้านบนโดยใช้มือทั้ง 2 ข้างการรอบใช้หัวแม่มือกดสลับกันเลื่อนมือทีละ
นิดในขณะที่ นวดขึ้นนวดไต่ได้ขา แล้วนวดขึ้นไปถึงลูกต้น นวด 3 เที้ยว
1. แนวที่ 2 อยู่ด้านนอกมือจับเหมือนจุดที่ 1 นวดริมด้านนอกจนถึงลูกต้นใช้เส้นมือ กดตรงขาหนีบ
ข้างละ 1 อึดใจ เพื่อเปิดลมขาทั้ง 2 ข้าง

การนวดหน้าท้อง ให้ผู้ป่วยนอนหงาย

1. ให้เริ่มนวดจากจุดเหนือลูกต้น เป็นแนวเฉียงขึ้นมาหาสะดือ นวดเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง
2. ใช้หัวแม่มือกดลงไปรอบสะดือ ทั้ง 4 ด้าน ระยะห่างจากสะดือ 1 นิ้ว
3. ใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปที่ยอดขนานสะดือ ทั้ง 2 ข้างห่างจากสะดือ 1 นิ้ว นวดขึ้นบนเป็นแนวขนานกัน จนถึงริมชายโครง
4. ใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปจุดขนานสะดือ ทั้ง 2 ข้าง กดนวดขึ้นไปเป็นแนวเฉียงเดินเข้าหาชายโครง ผ่านไปข้างราวนมด้านข้างจนถึงรักแร้ ขณะนวดผ่านซี่โครงให้นวดกดลงไปร่องซี่โครงทุกซี่ ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง
5. จุดข้อต่อไหล่ใช้หัวแม่มือ กดลงแช่ค้างไว้ 1 อึดใจ แล้วกดเลื่อนเข้าหากระดูกไหปลาร้า นวดได้ตามริมกระดูกทั้งด้านในด้วย ใช้หัวแม่มือนวดขึ้นตามลำคอด้านข้าง เดินนิ้วเข้าหาโคนกระดูกขากรรไกร แล้วนวดขึ้นถึงจุดหลังใบหู ทั้ง 2 ข้าง ตั้งคั่นนวดจุดต้นคอ ด้านหลังจนถึงท้ายทอยริมไรผม ทั้ง 2 ข้าง

การนวดด้านหลัง

1. ใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปที่ย่อเลือกบริเวณก้นย้อย
2. เริ่มนวดเส้นแนวสันหลัง จากจุดรอยปุ่มทั้ง 2 ข้าง บริเวณสะเอวใช้นิ้วทั้ง 2 ข้างกดขนานกระดูกสันหลัง จนถึงต้นคอ
3. เริ่มนวดจากจุดเหนือสะดือ นวดแนวคู่เฉียง จากซี่โครงซี่สุดท้ายขึ้นผ่านโครงทุกซี่ถึงกลางสะบัก เดินเข้าหารักแร้ด้านหลัง
4. ใช้นิ้วหัวแม่มือนวดริมปีกไก่ด้านใต้ แล้วเวียนขึ้นหาบุมปีกไก่ด้านบน นวดต่อไปถึงบริเวณข้อต่อไหล่ด้านหลัง แล้วกดจุดร่วมเส้นเอ็นแขน อยู่ใต้รักแร้เพื่อไล่ลม
5. การนวดแขนด้านนอก เริ่มจากจุดกล้ามเนื้อสามเหลี่ยมใต้ไปถึงข้อพับศอกด้านนอก กดแช่ค้างไว้ 1 อึดใจ แล้วปล่อย นวดต่อจนถึงข้อมือตามแนวกลางแขน แล้วเลื่อนมือไปกดเปิดตุ่มทั้ง 4 ร่องนิ้ว
6. การนวดแขนด้านใน เริ่มจากร่องกล้ามเนื้อสามเหลี่ยมข้อต่อแขนด้านหน้า นวดลงตามแนวกลางกล้ามเนื้อ แขนด้านหน้าจนถึงข้อพับศอก กดแช่ค้างไว้ 1 อึดใจ แล้วนวดต่อจนถึง ข้อมือด้านใน กดแช่ค้างไว้ 1 อึดใจแล้วปล่อย

ข้อเสนอแนะ การนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต จะต้องอาศัยการนวดที่ละเอียดจริง ๆ นอกจากเส้นหลัก ๆ ที่กล่าวมาแล้ว ก็ต้องนวดเส้นอื่น ๆ ทุกเส้นที่เป็นเส้นย่อย สลับด้วยการดัดตัว อย่างน้อย นวด 3 มื้อ ต่อการดัด 1 ครั้ง

ข้อห้ามในการรักษา ห้ามกินของแสลง เช่น ของคองทุกชนิด กินข้าวขามเคี้ยวไม่เคี้ยว

ค่าบริการแล้วแต่คนไข้มีใจ

การไหว้ครู ไม่มี หมอจะทำบุญให้เอง ออกซื้อต่อครูหมอเอง

ชื่อหมอ นายช่วง ลาบจินดา

อายุ 78 ปี บ้านเลขที่ 1 ม.1 ต.ควนขนุน .เขาชัยสน จ.พัทลุง

การศึกษา ป.4 อาชีพทำนา

ความรู้ด้านการแพทย์ที่ท่านมี นวศรรักษาโรคอัมพาต

แหล่งความรู้ ดูตามพ่อ แต่จะศึกษาเอาเองมากกว่า คือโดยการนวดตัวเอง

ประสบการณ์ในการรักษา 20 ปี

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ยินดีแนะนำให้ทุกคนที่สนใจจะศึกษา

โรคที่ท่านมีความถนัด

นวศรรักษาอัมพาต

วิธีการรักษา จวดกดจุด-ตัดตัว

ขั้นตอนการรักษา

การตรวจอาการ

1. จับเส้นดูว่าอยู่ลึก หรืออยู่ตื้น และดูว่าเส้นแข็งมากหรือไม่ ถ้าเส้นแข็งแล้วต้องนวดและตัดตัวเป็นเดือน ๆ จึงจะหาย
2. ตรวจดูข้อต่อกระดูกทุกส่วนที่เป็นอัมพาตว่ากระดูกข้อต่อห่างจากกันมากหรือไม่ ข้อต่อไหนห่างมากก็ให้นวดบริเวณข้อต่อนั้น
3. ถามผู้ป่วยว่าเป็นเบาหวานด้วยหรือไม่ถ้าเป็นเบาหวานรักษาไม่ค่อยหาย

ขั้นตอนการนวดโดยการกดจุดและนวดใต้เส้น

การกดจุดและนวดใต้เส้น

จุดที่ 1 กดจุดตุ่มระหว่างนิ้วทุกนิ้ว กดไว้จุดละ 1 อึดใจ

จุดที่ 2 ใช้ข้อศอกกดลงไปจุดกลางฝ่าเท้ากดแชไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือ และนิ้วชี้ กดจุดบริเวณใต้ตาตุ่มทั้งด้านใน และด้านนอก กดพร้อมกันแชไว้ 1 อึดใจ เสร็จแล้วให้เริ่มนวดใต้เส้นขนานหน้าแข้งขึ้นมาโดยใช้นิ้วหัวแม่มือ และนิ้วชี้ นวดขนานเส้นหน้าแข้งทั้งด้านนอก และด้านในพร้อมกันนวดได้ถึงหัวเข่า

จุดที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปจุดใต้ข้อพับเข่า กดแชไว้ 1 อึดใจ เสร็จแล้วให้นวดคลึงรอบ ๆ สะบ้าหัวเข่า แล้วนวดขึ้นไปตามเส้นขนานขาอ่อนทั้งด้านในและด้านนอกโดยใช้หัวแม่มือและนิ้วชี้ นวดขนานขึ้นไปตามเส้นแนวกลางขาอ่อนด้านในและด้านนอกจนถึงลูกต้นและสะโพกด้านนอก เสร็จแล้วให้นวดขาด้านใต้ เริ่มจากโคนขาด้านใต้โดยใช้นิ้วมือทั้ง 2 ข้าง นวดคลึงลงมาตามแนวเส้น กลางขาด้านล่างจนถึงตาคุ่ม การนวดขาให้ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

การกดจุดช่วงบนด้านหลัง

เริ่มจากจุดที่ 1 จุดบ่อเลือดทั้ง 2 ข้าง ใช้นิ้วหัวแม่มือกดแชไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปจุดตรงรอยบุมที่สะเอว ทั้ง 2 ข้าง กดแชไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดปลายสุดชายโครงซี่สุดท้าย ด้านล่าง กดแช่ไว้หนึ่งอึดใจ ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดช่วงข้อต่อระหว่างกระดูกสันหลังและคอ ทั้ง 2 ข้าง กดแช่ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 5 ใช้นิ้วชี้และนิ้วกลางขยี้เส้นบริเวณบ่าแบกด้านหน้ามาจนถึงแนวหัวไหล่ ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 6 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปกลางปีกไก่ ทั้ง 2 ข้าง กดแช่ไว้ 1 อึดใจ

การกดจุดตัวช่วงบนด้านหน้า

จุดที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดกลางยอดอก กดแช่ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดใต้ราวนมด้านล่างอยู่ตรงกลางแล้วกดเลื่อนไปจนรอบราวนมด้านใดโดยทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดบนราวนมตรงกลางทั้ง 2 ข้าง กดแช่ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดระหว่างกระดูกไหปลาร้า กับต้นคอด้านหน้าทั้ง 2 ข้าง กดแช่ไว้ 1 อึดใจ

การกดจุดช่วงแขน

จุดที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดข้อต่อไหล่ทั้งด้านหน้า-หลัง กดแช่ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดใต้รักแร้ทั้ง 2 ข้าง กดแช่ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดกลางข้อพับศอกด้านใน ทั้ง 2 ข้าง กดแช่ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดข้อมือทั้งด้านบนและด้านล่าง กดแช่ไว้ 1 อึดใจ

การกดจุดที่ศีรษะ

จุดที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดกลางท้ายทอย กดแช่ไว้ 1 อึดใจ เสร็จแล้วนวดคลึงได้ไปตามไรผมด้านหลังทั้งด้านซ้ายและขวา จนถึงหลังใบหู

จุดที่ 2 ใช้นิ้วชี้และนิ้วกลางกดลงไปตรงจุดบ่อน้ำตา ทั้ง 2 ข้าง กดแช่ไว้แล้วถึงขึ้นบนประมาณ 1 อึดใจ

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดหน้าตาซิดขอบตาด้านล่างริมจมูกทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 4 ใช้นิ้วชี้ทั้ง 2 ข้างสอดเข้าไปในรูหู แล้วกดคืบลงล่าง กดคืบไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 5 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดกลางกระหม่อมกดแช่ไว้ 1 อึดใจ

ค่าบริการ นอกพื้นที่ มีอละ 100 บาท ในพื้นที่แล้วแต่ผู้ป่วยจะให้

ชื่อหมอ นายกล่อม ดั่งจุล

อายุ 69 ปี บ้านเลขที่ 156/1 ม.6 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความรู้เรื่องการแพทย์พื้นบ้าน การนวดแผนโบราณ การใช้สมุนไพร

รับการถ่ายทอดมาจาก หมอเจียร วัดไทรใหญ่ โดยการจ้างหมอมานวด 2 ครั้ง ๆ ละ 100 บาท เพื่อจะได้จดจำ

วิธีการนวด อาศัยความจำเอาเอง เพราะตาบอดทั้ง 2 ข้าง

ประสบการณ์ในการรักษา เริ่มนวดเมื่ออายุ 15 ปี จนถึงอายุปัจจุบันอายุ 69 ปี

โรคที่ชำนาญที่สุด โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต แรกเริ่มเป็น

วิธีการรักษา โดยการนวดและการใช้น้ำมันคลายเส้น

ขั้นตอนการรักษา เตรียมทำน้ำมันคลายเส้น

การตรวจโรค เมื่อคนป่วยมาหา ก็จับต้องดูทุกส่วนของร่างกาย เช่น ฝ่าเท้า โคนขา ห่อง คอ แขน ฝ่ามือ เริ่มจากการใช้น้ำมันมะพร้าว ทำให้ทั่วบริเวณที่จะนวด เสร็จแล้วทำการกดจุด เปิดตุ่ม จำนวน 6 จุด เพื่อตรวจดูอาการป่วย ว่าหนักมากน้อยแค่ไหน

เริ่มจากจุดที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไประหว่างตาตุ่ม กับเอ็นร้อยหวาย จะมีความรู้สึกว่าลมจะออกปลายเท้า

จุดที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ร่องนิ้วเท้าทุกนิ้วเพื่อเปิดประตูลม

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดกลางกล้ามเนื้อขา ด้านในซีกกระดูกหน้าแข้งจุดอยู่ห่างจากหัวเข่า 1 ฝ่ามือ ลมออกฝ่าเท้า

จุดที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดกลางกล้ามเนื้อน่อง เพื่อให้ลมออกฝ่าเท้า

จุดที่ 5 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดกลางขาอ่อนด้านในอยู่ห่างจากลูกตันทลงมา 2 ฝ่ามือ จะรู้สึกเจ็บเสียวถึงในท้อง

จุดที่ 6 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ จุดในข้อพับเข่า จะทำให้ลมวิ่งสู่ปลายเท้า

การกดจุดทั้ง 6 นี้เพื่อตรวจว่าเส้นเอ็น ยังใช้ได้หรือไม่และสามารถรู้ถึงความหนักเบา ของโรคได้ ถ้ามีความรู้สึกดีทั้ง 6 จุด แสดงว่ารักษาไม่ยาก

วิธีการนวดเพื่อการรักษา โดยการใช้หัวแม่มือ กดจุดใต้ตาตุ่ม แล้วนวดลงไปที่บนหลังฝ่าเท้า กดคลึงจนทั่ว แล้วกดเปิดประตูลมที่ระหว่างนิ้วเท้าทุกนิ้ว เสร็จจากการเปิดประตูลมหมอมือไปนวดแนวเส้นเอ็นของขาด้านใน เริ่มจากแนวที่ 1 จากจุดเหนือตาตุ่มซีกกระดูกหน้าแข้งด้านใน ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง นวดสลับตามกันไป จนถึงจุดหัวเข่า นวดเส้นละ 2 เที้ยว

เริ่มแนวเส้นที่ 2 อยู่ห่างจากจุดแรกประมาณ ครึ่งนิ้วมือ เริ่มจากเหนือตาตุ่ม เดินแนวไปหยุดที่จุดเดียวกับเส้นที่ 1 นวด 2 เที้ยว เริ่มแนวเส้นที่ 3 อยู่ห่างจากจุดที่ 2 ประมาณครึ่งนิ้วมือ เริ่มนวดจากจุดเหนือตาตุ่ม ไปหยุดที่จุดเดียวกัน กันเส้นที่ 2 นวด 2 เที้ยว เริ่มแนวเส้นที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือ กดนวดตรงเอ็นร้อยหวายเริ่มจากจุดเดียวกับเส้น 1 , 2, 3 นวด 2 เที้ยว

เสร็จแล้วเริ่มนวดขาช่วงบนด้านใน

เริ่มจากจุดที่ 1 ใช้หัวแม่มือกดจุดเหนือเข่าประมาณ 1 นิ้ว นวดเส้นแนวริมขอบบนของขาอ่อน ด้านในนวดคลึงถึงลูกต้น 2 เทียว แล้วนวดจุดที่ 2 โดยวางแนวให้ต่ำกว่าแนวเส้นที่ 1 ประมาณ 1 นิ้ว เดินนิ้วจนถึงขาหนีบ นวด 2 เทียว แล้วนวดจุดที่ 3 โดยวางแนวให้ต่ำกว่า แนวที่ 2 ประมาณ 1 นิ้ว เดินนิ้วจนถึงขาหนีบ นวด 2 เทียว

เมื่อนวดครบทั้ง 2 , 3 เทียว เส้นด้านในแล้ว เริ่มนวดขาด้านนอก เริ่มจากจุดที่ 1 อยู่เหนือตาตุ่มด้านนอกประมาณ 1 นิ้ว นวดเป็นแนวซิกแซกสลับหน้าข้าง เดินนิ้วมือจนถึงหัวเข่าโดยนวด 2 เทียว เสร็จแล้วเริ่มนวด แนวเส้นที่ 2 โดยลดนิ้วต่ำจากแนวที่ 1 ประมาณ 1 นิ้ว นวดเดินนิ้วจนถึงหัวเข่า นวด 2 เทียว จุดแนวเส้นที่ 3 เริ่มจากเหนือตาตุ่ม ลดนิ้วต่ำจากแนวที่ 2 ประมาณ 1 นิ้ว นวดเดินนิ้วจนถึงหัวเข่า นวด 2 เทียว

เริ่มนวดขาช่วงบนด้านนอก

นวดจากจุดเหนือเข่าประมาณ 1 นิ้ว มือนวดคลึงเดินนิ้วจนถึงหัวกระดูก นวด 2 เทียว

แนวที่ 2 เริ่มจากระดับหัวเข่าโดยลดนิ้วลงต่ำประมาณ 1 นิ้ว นวดคลึงเดินนิ้วจนถึงสะโพก นวด 2 เทียว

แนวเส้นที่ 3 เริ่มจากระดับหัวเข่าโดยลดนิ้วลงต่ำประมาณ 1 นิ้ว นวดคลึงเดินนิ้วจนถึงสะโพก นวด 2 เทียว

เริ่มนวดแนวเส้นขาด้านหลัง

จากจุดใต้ข้อพับเข่านวดคลึงไปจนถึงก้นช้อย นวด 2 เทียว เมื่อนวดครบทั้งขาด้านนอกด้านใน กดจุดเอ็นไฟ ซึ่งอยู่ที่โคนขาด้านใน บริเวณลูกต้นใช้สันมือ ซ้ายหรือขวาก็ได้ กดลงไปบริเวณลูกต้น แล้วใช้มืออีกข้างทับลงไปหลังมือที่วางอยู่ก่อนแล้ว กดแช่ค้างไว้ 1 อึดใจ แล้วจึงปล่อย

การนวดท้อง

เริ่มกรออบจุดสะดือ ซึ่งเป็นฐานของเส้นทั้งหมด จุดคู่มือที่ 1 ห่างจากสะดือประมาณ 2 นิ้วมือ ด้านซ้าย ด้านขวา

จุดคู่มือที่ 2 ห่างจากสะดือ 3 นิ้วมือ ด้านซ้ายด้านขวา นวดจากขอบสะดือเดินนิ้วไปทางลูกต้นทั้ง 2 ข้าง นวดจากขอบสะดือ เดินนิ้วไปหาราวนม นวดออกไล่ไปแขนทั้ง 2 ข้าง นวดเหมือนกัน

นวดองศาติ เริ่มจากนวดขอบสะดือด้านล่างประมาณ 1 นิ้วมือ กด 2 ครั้ง แล้วเลื่อนนิ้วไปกดที่เนินพวม ใต้สะดือประมาณ 5 นิ้ว มือใช้มืออีกคู่มือ ๑ พร้อมกับถามผู้ป่วยว่ามีความรู้สึกเสียวหรือไม่ ถ้ามีความรู้สึก พอรักษาได้ จุดที่ 2 หมอใช้นิ้วกดขนาบโคนลำองศาติกดคลึงเบา ๆ 3 ครั้ง พร้อมกับถามผู้ป่วยว่ามีความรู้สึกเสียวหรือไม่ แล้วเลื่อนมือไปถึงขั้วใต้รังไข่ใกล้ลูกอัณฑะ จะมีความรู้สึกเสียวไปที่ปลายองศาติ ให้ปฏิบัติแบบนี้ 3 รอบ แล้วไปกดจุดใต้สะดือ 2 นิ้วมือ โดยเน้นทั้งซ้าย-ขวา เลื่อนไปกดบริเวณไข่ต้นเบา ๆ เลื่อนมือเปิดประตูลม ออกหาสู่ปลายเท้า กดจุดใต้ตาตุ่ม 1 ครั้ง นวดริมฝ่าเท้าใต้ข้อพับนิ้ว

การนวดหน้าท้อง ให้ผู้ป่วยนอนหงาย

1. ให้เริ่มนวดจากจุดเหนือลูกคันทัน เป็นแนวเฉียงขึ้นมาหาสะดือ นวดเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง
2. ใช้หัวแม่มือกดลงไปรอบสะดือ ทั้ง 4 ด้าน ระยะห่างจากสะดือ 1 นิ้ว
3. ใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปที่จุดขนาบสะดือ ทั้ง 2 ข้าง ห่างจากสะดือ 1 นิ้ว นวดขึ้นบนเป็นแนวขนานกัน จนถึงริมชายโครง
4. ใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปที่จุดขนาบสะดือ ทั้ง 2 ข้าง กดนวดขึ้นไปเป็นแนวเฉียงขึ้นเข้าหาชายโครง ผ่านไปข้างราวนมด้านข้างจนถึงรักแร้ ขณะนวดผ่านซี่โครงให้นวดกดลงไปร่องซี่โครงทุกซี่ ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง
5. จุดข้อต่อไหล่ใช้หัวแม่มือ กดลงแช่ค้างไว้ 1 อึดใจ แล้วกดเลื่อนเข้าหากระดูกไหปลาร้า นวดได้ตามริมกระดูกทั้งด้านในด้วย ใช้หัวแม่มือนวดขึ้นตามลำคอด้านข้าง เดินนิ้วเข้าหาโคนกระดูกขากรรไกร แล้วนวดขึ้นถึงจุดหลังใบหู ทั้ง 2 ข้าง ตั้งคันทนวดจุดคันทันคอ ด้านหลังจนถึงท้ายทอยริมไหล่ ทั้ง 2 ข้าง

การนวดด้านหลัง

1. ใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปที่บ่อเลือดบริเวณก้นข้อย
2. เริ่มนวดเส้นแนวสันหลัง จากจุดรอยปุ่มทั้ง 2 ข้าง บริเวณสะเอวใช้นิ้วทั้ง 2 ข้างกดขนาบกระดูกสันหลัง จนถึงต้นคอ
3. เริ่มนวดจากจุดเหนือสะเอว นวดแนวคู่เฉียง จากซี่โครงซี่สุดท้ายขึ้นผ่านโครงทุกซี่ถึงกลางสะบัก เดินเข้าหารักแร้ด้านหลัง
4. ใช้นิ้วหัวแม่มือนวดริมปีกไก่อด้านใต้ แล้วเวียนขึ้นหามุมปีกไก่อด้านบน นวดต่อไปถึงบริเวณข้อต่อไหล่ด้านหลัง แล้วกดจุดร่วมเส้นเอ็นแขน อยู่ใต้รักแร้เพื่อไล่ลม
5. การนวดแขนด้านนอก เริ่มจากจุดกล้ามเนื้อสามเหลี่ยมใต้ไปถึงข้อพับศอกด้านนอก กดแช่ค้างไว้ 1 อึดใจ แล้วปล่อย นวดต่อจนถึงข้อมือตามแนวกลางแขน แล้วเลื่อนมือไปกดเปิดศอกทั้ง 4 ร่องนิ้ว
6. การนวดแขนด้านใน เริ่มจากร่องกล้ามเนื้อสามเหลี่ยมข้อต่อแขนด้านหน้า นวดลงตามแนวกลางกล้ามเนื้อ แขนด้านหน้าจนถึงข้อพับศอก กดแช่ค้างไว้ 1 อึดใจ แล้วนวดต่อจนถึง ข้อมือด้านใน กดแช่ค้างไว้ 1 อึดใจแล้วปล่อย

ข้อเสนอแนะ การนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต จะต้องอาศัยการนวดที่ละเอียดจริง ๆ นอกจากเส้นหลัก ๆ ที่กล่าวมาแล้ว ก็ต้องนวดเส้นอื่น ๆ ทุกเส้นที่เป็นเส้นย่อย สลับด้วยการดัดตัว อย่างน้อย นวด 3 มื้อ ต่อการดัด 1 ครั้ง

ข้อห้ามในการรักษา ห้ามกินของแสลง เช่น ของคองทุกชนิด กินข้าวขามเดียวไม่ดื่ม

ค่าบริการ แล้วแต่คนไข้มีใจ

การให้วีรฐ ไม่มี หมอจะทำบุญให้เอง ออกซื้อต่อครูหมอเอง

ชื่อหมอ นายช่วง ลาภจินดา

อายุ 78 ปี บ้านเลขที่ 1 ม.1 ต.ควนขนุน .เขาชัยสน จ.พัทลุง

การศึกษา ป.4 อาชีพทำนา

ความรู้ด้านการแพทย์ที่ท่านมี นวดรักษาโรคอัมพาต

แหล่งความรู้ ดูตามพ่อ แต่จะศึกษาเอาเองมากกว่า คือโดยการนวดตัวเอง

ประสบการณ์ในการรักษา 20 ปี

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ยินดีแนะนำให้ทุกคนที่สนใจจะศึกษา

โรคที่ท่านมีความถนัด

นวดรักษาอัมพาต

วิธีการรักษา จวดกดจุด-ดัดตัว

ขั้นตอนการรักษา

การตรวจอาการ

1. จับเส้นดูว่าอยู่ลึก หรืออยู่ตื้น และดูว่าเส้นแข็งมากหรือไม่ ถ้าเส้นแข็งแล้วต้องนวดและดัดตัวเป็นเดือน ๆ จึงจะหาย
2. ตรวจดูข้อต่อกระดูกทุกส่วนที่เป็นอัมพาตว่ากระดูกข้อต่อห่างจากกันมากหรือไม่ ข้อต่อไหนห่างมากก็ให้นวดบริเวณข้อต่อนั้น
3. ถามผู้ป่วยว่าเป็นเบาหวานด้วยหรือไม่ถ้าเป็นเบาหวานรักษาไม่ค่อยหาย

ขั้นตอนการนวดโดยการกดจุดและนวดไต่เส้น

การกดจุดและนวดไต่เส้น

จุดที่ 1 กดจุดตุ่มระหว่างนิ้วทุกนิ้ว กดไว้จุดละ 1 อึดใจ

จุดที่ 2 ใช้นิ้วศอกกดลงไปจุดกลางฝ่าเท้ากดแช่ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือ และนิ้วชี้ กดจุดบริเวณใต้ตาตุ่มทั้งด้านใน และด้านนอก กดพร้อมกันแช่ไว้ 1 อึดใจ เสร็จแล้วให้เริ่มนวดไต่เส้นขนานหน้าแข็งขึ้นมาโดยใช้นิ้วหัวแม่มือ และนิ้วชี้ นวดขนานเส้นหน้าแข็งทั้งด้านนอก และด้านในพร้อมกันนวดไต่ถึงหัวเข่า

จุดที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปจุดใต้ข้อพับเข่า กดแช่ไว้ 1 อึดใจ เสร็จแล้วให้นวดคลึงรอบ ๆ สะบ้าหัวเข่า แล้วนวดขึ้นไปตามเส้นขนานขาอ่อนทั้งด้านในและด้านนอกโดยใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้ นวดขนานขึ้นไปตามเส้นแนวกลางขาอ่อนด้านในและด้านนอกจนถึงลูกคันทันและสะโพกด้านนอก เสร็จแล้วให้นวดขาด้วนได้ เริ่มจากโคนขาด้วนได้โดยใช้นิ้วมือทั้ง 2 ข้าง นวดคลึงลงมาตามแนวเส้น กลางขาด้วนล่างจนถึงตาคุ่ม การนวดขาให้ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

การกดจุดช่วงบนด้านหลัง

เริ่มจากจุดที่ 1 จุดบ่อเลือดทั้ง 2 ข้าง ใช้นิ้วหัวแม่มือกดแช่ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดตรงรอยบุ๋มที่สะเอว ทั้ง 2 ข้าง กด채ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดปลายสุดชายโครงซี่สุดท้าย ด้านล่าง กด채ไว้หนึ่งอึดใจ ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดช่วงข้อต่อระหว่างกระดูกสันหลังและคอ ทั้ง 2 ข้าง กด채ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 5 ใช้นิ้วชี้และนิ้วกลางขยำเส้นบริเวณบ่าแบกด้านหน้ามาจนถึงแนวหัวไหล่ ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 6 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปกลางปีกไก่ ทั้ง 2 ข้าง กด채ไว้ 1 อึดใจ

การกดจุดตัวช่วงบนด้านหน้า

จุดที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดกลางยอดอก กด채ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดใต้ราวนมด้านล่างอยู่ตรงกลางแล้วกดเลื่อนไปจนรอบราวนมด้านใดโดยทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดบนราวนมตรงกลางทั้ง 2 ข้าง กด채ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดระหว่างกระดูกไหปลาร้า กับต้นคอด้านหน้าทั้ง 2 ข้าง กด채ไว้ 1 อึดใจ

การกดจุดช่วงแขน

จุดที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดข้อต่อไหล่ทั้งด้านหน้า-หลัง กด채ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดใต้รักแร้ทั้ง 2 ข้าง กด채ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดกลางข้อพับศอกด้านใน ทั้ง 2 ข้าง กด채ไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดข้อมือทั้งด้านบนและด้านล่าง กด채ไว้ 1 อึดใจ

การกดจุดที่ศีรษะ

จุดที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดกลางท้ายทอย กด채ไว้ 1 อึดใจ เสร็จแล้ววนวดคลึงได้ไปตามไรผมด้านหลังทั้งด้านซ้ายและขวา จนถึงหลังใบหู

จุดที่ 2 ใช้นิ้วชี้และนิ้วกลางกดลงไปที่ตรงจุดบ่อน้ำตา ทั้ง 2 ข้าง กด채ไว้แล้วถึงขึ้นบนประมาณ 1 อึดใจ

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ร่องน้ำตาชิดขอบตาด้านล่างริมจมูกทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

จุดที่ 4 ใช้นิ้วชี้ทั้ง 2 ข้างสอดเข้าไปในรูหู แล้วกดคืบลงล่าง กดคืบไว้ 1 อึดใจ

จุดที่ 5 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่จุดกลางกระหม่อมกด채ไว้ 1 อึดใจ

ค่าบริการ นอกพื้นที่ มีอละ 100 บาท ในพื้นที่แล้วแต่ผู้ป่วยจะให้

ชื่อหมอ นายกล่อม ดั่งจุล

อายุ 69 ปี บ้านเลขที่ 156/1 ม.6 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความรู้เรื่องการแพทย์พื้นบ้าน การนวดแผนโบราณ การใช้สมุนไพร

รับการถ่ายทอดมาจาก หมอเจียร วัดไทรใหญ่ โดยการจ้างหมอมานวด 2 ครั้ง ๆ ละ 100 บาท เพื่อจะได้จดจำ

วิธีการนวด อาศัยความจำเอาเอง เพราะตาบอดทั้ง 2 ข้าง

ประสบการณ์ในการรักษา เริ่มนวดเมื่ออายุ 15 ปี จนถึงอายุปัจจุบันอายุ 69 ปี

โรคที่ชำนาญที่สุด โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต แรกเริ่มเป็น

วิธีการรักษา โดยการนวดและการใช้น้ำมันคลายเส้น

ขั้นตอนการรักษา เตรียมทำน้ำมันคลายเส้น

การตรวจโรค เมื่อคนป่วยมาหา ก็จับต้องดูทุกส่วนของร่างกาย เช่น ฝ่าเท้า โคนขา ห่อง คอ แขน ฝ่ามือ เริ่มจากการใช้น้ำมันมะพร้าว ทำให้ทั่วบริเวณที่จะนวด เสร็จแล้วทำการกดจุด เปิดตุ่ม จำนวน 6 จุด เพื่อตรวจดูอาการป่วย ว่าหนักมากน้อยแค่ไหน

เริ่มจากจุดที่ 1 ใช้นิ้วแม่มือกดลงไประหว่างตาตุ่ม กับเอ็นร้อยหวาย จะมีความรู้สึกว่ามันจะออกปลายเท้า

จุดที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ย่องนิ้วเท้าทุกนิ้วเพื่อเปิดประตูลม

จุดที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดกลางกลัมนิ้วขา ด้านในซีกกระดูกหน้าแข้งจุดอยู่ห่างจากหัวเข่า 1 ฝ่ามือ ลมออกฝ่าเท้า

จุดที่ 4 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดกลางกลัมนิ้วน่อง เพื่อให้ลมออกฝ่าเท้า

จุดที่ 5 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดกลางขาอ่อนด้านในอยู่ห่างจากลูกต้นลงมา 2 ฝ่ามือ จะรู้สึกเจ็บเสียวถึงในท้อง

จุดที่ 6 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปที่ยอดในข้อพับเข่า จะทำให้ลมวิ่งสู่ปลายเท้า

การกดจุดทั้ง 6 นี้เพื่อตรวจดูว่าเส้นเอ็น ยังใช้ได้หรือไม่และสามารถรู้ถึงความหนักเบา ของโรคได้ ถ้ามีความรู้สึกดีทั้ง 6 จุด แสดงว่ารักษาไม่ยาก

วิธีการนวดเพื่อการรักษา โดยการใช้นิ้วหัวแม่มือ กดจุดได้ตาตุ่ม แล้วนวดลงไปบนหลังฝ่าเท้า กดคลึงจนทั่ว แล้วกดเปิดประตูลมที่ระหว่างนิ้วเท้าทุกนิ้ว เสร็จจากการเปิดประตูลมหมอมือเลื่อนมือไปนวดแนวเส้นเอ็นของขา ด้านใน เริ่มจากแนวที่ 1 จากจุดเหนือตาตุ่มซีกกระดูกหน้าแข้งด้านใน ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง นวดสลับตามกันไป จนถึงจุดหัวเข่า นวดเส้นละ 2 เที้ยว

เริ่มแนวเส้นที่ 2 อยู่ห่างจากจุดแรกประมาณ ครึ่งนิ้วมือ เริ่มจากเหนือตาตุ่ม เดินแนวไปหยุดที่จุดเดียวกับเส้นที่ 1 นวด 2 เที้ยว เริ่มแนวเส้นที่ 3 อยู่ห่างจากจุดที่ 2 ประมาณครึ่งนิ้วมือ เริ่มนวดจาก

จุดเหนือตาตุ่ม ไปหยุดที่จุดเดียวกัน กันเส้นที่ 2 นวด 2 เท้า เริ่มแนวเส้นที่ 4 ใช้หัวแม่มือ กดนวด ตรงเอ็นร้อยหวายเริ่มจากจุดเดียวกับเส้น 1 , 2, 3 นวด 2 เท้า

เสร็จแล้วเริ่มนวดขาช่วงบนด้านใน

เริ่มจากจุดที่ 1 ใช้หัวแม่มือกดจุดเหนือเข่าประมาณ 1 นิ้ว นวดเส้นแนวริมขอบบนของขาอ่อน ด้าน ในนวดคลึงถึงลูกต้น 2 เท้า แล้วนวดจุดที่ 2 โดยวางแนวให้ต่ำกว่าแนวเส้นที่ 1 ประมาณ 1 นิ้ว เดินนิ้วจนถึงขาหนีบ นวด 2 เท้า แล้วนวดจุดที่ 3 โดยวางแนวให้ต่ำกว่า แนวที่ 2 ประมาณ 1 นิ้ว เดินนิ้วจนถึงขาหนีบ ขวด 2 เท้า

เมื่อนวดครบทั้ง 2 , 3 เท้า เส้นด้านในแล้ว เริ่มนวดขาด้านนอก เริ่มจากจุดที่ 1 อยู่เหนือตาตุ่มด้าน นอกประมาณ 1 นิ้ว นวดเป็นแนวซิกแซกกระดูกสันหน้าแข้ง เดินนิ้วมือจนถึงหัวเข่าโดยนวด 2 เท้า เสร็จแล้วเริ่มนวด แนวเส้นที่ 2 โดยลดนิ้วต่ำจากแนวที่ 1 ประมาณ 1 นิ้ว นวดเดินนิ้วจนถึงหัวเข่า นวด 2 เท้า จุดแนวเส้นที่ 3 เริ่มจากเหนือตาตุ่ม ลดนิ้วต่ำจากแนวที่ 2 ประมาณ 1 นิ้ว นวดเดินนิ้ว จนถึงหัวเข่า นวด 2 เท้า

เริ่มนวดขาช่วงบนด้านนอก

นวดจากจุดเหนือเข่าประมาณ 1 นิ้ว มือนวดคลึงเดินนิ้วจนถึงหัวกระดูก นวด 2 เท้า

แนวที่ 2 เริ่มจากระดับหัวเข่าโดยลดนิ้วลงต่ำประมาณ 1 นิ้ว นวดคลึงเดินนิ้วจนถึงสะโพก นวด 2 เท้า

แนวเส้นที่ 3 เริ่มจากระดับหัวเข่าโดยลดนิ้วลงต่ำประมาณ 1 นิ้ว นวดคลึงเดินนิ้วจนถึงสะโพก นวด 2 เท้า

เริ่มนวดแนวเส้นขาด้านหลัง

จากจุดใต้ข้อพับเข่านวดคลึงไปจนถึงกันข้อย นวด 2 เท้า เมื่อนวดครบทั้งขาด้านนอกด้านใน กดจุด เอ็นไฟ ซึ่งอยู่ที่โคนขาด้านใน บริเวณลูกต้นใช้สันมือ ซ้ายหรือขวาก็ได้ กดลงไปทีบริเวณลูกต้น แล้ว ใช้มืออีกข้างทับลงไปหลังมือที่วางอยู่ก่อนแล้ว กดแช่ค้างไว้ 1 อึดใจ แล้วจึงปล่อย

การนวดท้อง

เริ่มกดรอบจุดสะดือ ซึ่งเป็นฐานของเส้นทั้งหมด จุดที่ 1 ห่างจากสะดือประมาณ 2 นิ้วมือ ด้านซ้าย ด้านขวา

จุดที่ 2 ห่างจากสะดือ 3 นิ้วมือ ด้านซ้ายด้านขวา นวดจากขอบสะดือเดินนิ้วไปทางลูกต้นทั้ง 2 ข้าง นวดจากขอบสะดือ เดินนิ้วไปหาราวนม นวดออกไล่ไปแขนทั้ง 2 ข้าง นวดเหมือนกัน

นวดองศาติ เริ่มจากนวดขอบสะดือด้านล่างประมาณ 1 นิ้วมือ กด 2 ครั้ง แล้วเลื่อนนิ้วไปกดที่ เนินพม ได้สะดือประมาณ 5 นิ้ว มือใช้มือจิกดูเบา ๆ พร้อมกับถามผู้ป่วยว่ามีความรู้สึกเสียวหรือไม่ ถ้ามีความรู้สึก พอรักขาได้ จุดที่ 2 หมอใช้นิ้วกดขนาบโคนล่างองศาติกดคลึงเบา ๆ 3 ครั้ง พร้อมกับ ถามผู้ป่วยว่ามีความรู้สึกเสียวหรือไม่ แล้วเลื่อนมือไปถึงซี่โครงไขไก่ลูกอ้นทะ จะมีความรู้สึกเสียว ไปที่ปลายองศาติ ให้ปฏิบัติแบบนี้ 3 รอบ แล้วไปกดจุดใต้สะดือ 2 นิ้วมือ โดยเน้นทั้งซ้าย-ขวา

เลื่อนไปกดบริเวณไข้คันเบา ๆ เลื่อนมือเปิดประตูลม ออกหาสู่ปลายเท้า กดจุดใต้ตาตุ่ม 1 ครั้ง นวด
ริมฝ่าเท้าได้ออกปลายนิ้ว

การกดที่ขาคาตุ่มด้านใน ตลอดขึ้นไปถึงเหนือหัวเข่า

ด้านนอก เริ่มจากคาตุ่มด้านนอกไปถึงหัวเข่า จากหัวเข่าไปหัวตะกอก

หน้าท้อง นวดจากเส้นขนานสะดือ ทั้ง 2 ข้าง นวดไปจนถึงกระดูกไหปลาร้านวดเป็นแนวนาน

การนวดมือ

เริ่มจากข้อต่อไหล่ นวดไต่ผ่านกล้ามเนื้อลูกหนู ผ่านข้อพับแขนมาหยุดที่ข้อมือ แล้วนวดคลึงตามข้อนิ้ว
ทุกข้อ แล้วกดที่เหนือเปราะมือทั้ง 2 ข้าง ข้างซ้ายและข้างขวา แล้วบังคับให้ออกปลายนิ้วทุกนิ้วเสร็จ
แล้วให้เปิดประตูลมที่ระหว่างหัวแม่มือกับนิ้วชี้ กรณีไม่เปิดประตูลมจะทำให้เหน็ดเหนื่อยขึ้นอีก

ข้อแนะนำ ในการนวดรักษาโรคอัมพาต ควรนวดคลึงให้ละเอียดทุกส่วนได้ผลดี ระยะเวลาขึ้นอยู่กับ
อาการของผู้ป่วย และความพร้อมของผู้ป่วยและญาติ อาการแรกเริ่มใช้นวด 15-20 วัน ก็หาย อาการ
ปานกลาง 20 วันถึง 30 วัน อาการหนัก ไม่แน่ใจ

ค่าบริการ คิดชั่วโมงละ 100 บาท (เพราะหมอตาพิการ)

การไหว้ครู หมอทำพิธี ปีละครั้ง วันพฤหัสบดีแรกของเดือน 6 ข้างขึ้น

การเผยแพร่องค์ความรู้ อยากรให้ทุกคนที่สนใจ หมอนวดให้เรียนพร้อมอธิบายไปพลาง ทำหลายครั้งจน
ผู้เรียนจำได้ นำไปนวดต่อ

ชื่อหมอ นายจิต สุวรรณ

อายุ 64 ปี อยู่บ้านเลขที่ 49 หมู่ที่ 2 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
การศึกษา จบ ป.2

อาชีพ ทำนา ทำสวน

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้าน รักษาโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต

ประสบการณ์ในการรักษา 14 ปี

ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก เรียนรู้ด้วยตนเอง

โรคที่ท่านมีความชำนาญในการรักษา รักษาโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต

ขั้นตอนในการรักษา ตรวจดูอาการจากผู้ที่ได้รับการรักษา

ขั้นตอนในการนวด

เริ่มจากการนวดด้านหน้า (ขาซ้าย) (ขาขวา) ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

ให้ผู้ป่วยนอนหงาย วิธีการเปิดลม หมอใช้น้ำมันทาตรงบริเวณที่นวดแล้วกดเปิดลมที่กลางฝ่าเท้าตรง
ร่องนิ้วหัวแม่เท้าประมาณกึ่งกลางของหัวแม่เท้า แล้วเลื่อนขึ้นไปจนถึงหัวแม่เท้าแล้วกดนิ้วเท้าทุกนิ้วให้
ตึง แล้วเลื่อนไปกดหลังเท้าด้านนอกตรงนิ้วก้อย อยู่ที่จุดกึ่งกลางฝ่าเท้าพอดี แล้วเลื่อนขึ้นไปกดหลังเท้า
ด้านนอก ตรงแนวนิ้วก้อย อยู่ที่จุดกึ่งกลางฝ่าเท้าพอดี แล้วเลื่อนขึ้นไปกดที่เอ็นร้อยหวาย กดพร้อมกัน
ทั้ง 2 ด้านตรงกระดูกข้อพับ (ข้อเท้า) พร้อมกัน แล้วกดที่จุดเหนือตาตุ่มด้านใน ค่อยไปกดที่ได้เข้า 1
ฝ่ามือแล้วเอามือ 2 มือกำให้รอบ

การนวดขาด้านหลัง กดกลางใจเท้าทำเหมือนกันกับขาซ้ายแล้วหมอพับหัวแม่เท้าคนไข้ต้องการให้เลือด
วิ่งกลับขึ้นบน พอพับหัวแม่เท้ากลับลมก็ลงมาหัวแม่เท้าตามเดิม แล้วมากดที่โคนนิ้วนางห่างจากโคน
นิ้วนางหลังเท้า 2 นิ้ว กดแซะไว้ 1 อึดใจ แล้วมากดที่ข้อเท้าใช้หัวแม่มือทั้ง 2 กด แล้วหมอเอามือซ้าย
ข้อเท้า แล้วคดนิ้วเท้าทั้ง 5 นิ้ว 2 ด้านซ้าย-ขวา ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง เพื่อให้ลมวิ่งขึ้นบนพร้อมกัน
(เพื่อเป็นการเปิดลม)

วิธีการเหยียบ

หมอเริ่มเหยียบตั้งแต่ฝ่าเท้า ขึ้นตลอดไปถึงโคนขาทั้ง 2 ข้าง เหยียบพร้อมกันพอเหยียบถึงหัวเข่า หมอ
ใช้เท้าคดไปถึงคดถึงมาที่หัวเข่าเพื่อให้เส้นร่วงไม่ให้ลมติดขัด เหยียบไปเหยียบมาจนกว่าเส้นจะร่วง แล้ว
เหยียบจากหัวเข่าไปจนถึงขาหนีบเหยียบจนกว่าเส้นจะร่วง แล้วเหยียบจากขาหนีบไปจนถึงปลายเท้า
เหยียบเหมือนกันทั้ง 2 ขาพร้อมกัน

ใช้เท้าเหยียบตรงขาหนีบกดแซะค้างไว้ 2 อึดใจ เพื่อเป็นการเปิดลมแล้วเคลื่อนมาเหยียบหน้าขาคดไปถึง
คดถึงมา เหยียบไปเรื่อย ๆ พอสักพักใช้สันเท้าซ้ายไปซ้ายมา ตรงหัวเข่าทั้ง 2 ข้าง

ต่อมาหมอเอาก้นอีว้างไว้ข้างคนไข้ด้านขวาเพื่อเป็นการเกาะกุมแล้วหมอใช้เท้าเหยียบขาซ้ายของคนไข้
ใช้เท้าทั้ง 2 เท้าเหยียบแล้วเลื่อนมาเหยียบขาขวากลับ เหยียบจนกว่าเส้นจะร่วงเสร็จแล้วใช้มือขวาจับหัว

แม่เท้าแล้วย้ายไปย้ายมาเพื่อให้เส้นร่วง แล้วหมอใช้เท้าซ้ายเหยียบที่ตรงข้อพับเท้า เหยียบແ່ຂ້າງໄວ້ 2
ອິດใจ แล้วปล่อยเสร็จแล้วให้กระดูกนิ้วทุกนิ้ว ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง (แก้เหน็บปลายเท้า) แล้วหมอ
พับเท้าขวาเข้าหัดเข้าด้านซ้าย หมอเหยียบจากฝ่าเท้าขึ้นไปถึงข้อพับเท้า แล้วเหยียบข้อพับขาไปถึงขา
หนีบเป็นการเหยียบขาด้านใน ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง แล้วกดด้วยสันเท้าที่ตาตุ่มด้านในเพื่อเป็นการ
เปิดลมที่ขาหนีบต้องทำซ้ำ

การเหยียบของหมอจิต หมอต้องถามคนไข้ตลอดเวลาว่าอาการเป็นอย่างไรบ้าง ทนได้หรือไม่

ต่อไปให้คนไข้พับขาด้านซ้ายให้เห็นขาด้านในแล้วหมอใช้เท้าเหยียบจากฝ่าเท้าไปจนถึงขาหนีบเพื่อ
เป็นการเหยียบขาด้านใน

ให้คนไข้นอนท่าแบ่งเชิงให้ฝ่าเท้าชิดกันทั้ง 2 ข้าง แล้วหมอใช้เท้าทั้ง 2 ข้าง เหยียบฝ่าเท้าจนถึงขา
หนีบเหยียบเรื่อย ๆ จนกว่าเส้นจะร่วง แล้วเปิดตุ่มที่ขาหนีบ เหยียบเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

การเหยียบหน้าท้อง ให้ผู้ป่วยนอนหงายขาซ้ายยกตั้งชันหมอใช้สันเท้าเหยียบที่ท้องน้อยเบา ๆ เดินทั่ว
แผ่นท้อง (ด้านซ้าย)

ให้ผู้ป่วยนอนหงายขาขวายกตั้งชันหมอใช้สันเท้าเหยียบที่ท้องน้อยเบา ๆ เดินทั่วแผ่นท้อง (ด้านขวา)

กรณีการเหยียบถ้าหมอไม่ระมัดระวังจะทำให้คนไข้เป็นลมได้

วิธีป้องกันไม่ให้ลมขึ้นอัดทรวงอก ให้เหยียบที่ได้ลิ้นปี 1 ครั้ง แล้วให้ผู้ป่วยนอนทรงเข้า หมอใช้เท้า
ขวาเหยียบที่ท้องน้อยได้สะคือ 1 รอบ

การนวดแขน

เปิดลมที่ฝ่ามือ กลางใจมือ หมอใช้หัวแม่เท้ากด แล้วเหยียบได้ขึ้นไปจนถึงหัวไหล่ เหยียบให้เส้นร่วง
(เหยียบเห็น ๆ ก่อน)

การเหยียบ ถ้าคนไข้ทนได้ หมอก็ใช้ 2 เท้าเหยียบ ถ้าทนไม่ได้ก็ใช้เท้าข้างเดียวเหยียบ

การเหยียบฝ่ามือ

ใช้สันเท้าเหยียบที่ฝ่ามือให้ละเอียด เหยียบจนเส้นร่วง เหยียบเบา ๆ เหยียบเส้นเสร็จแล้วใช้กลางฝ่าเท้า
เหยียบกลางข้อมือแซ่ไว้สักพัก เสร็จแล้วใช้กลางฝ่าเท้าเหยียบข้อพับศอก แซ่ไว้สักพัก แล้วเลื่อนขึ้นไป
เหยียบต้นแขนท่อนบน แล้วเลื่อนขึ้นไปข้อต่อไหล่ เหยียบแซ่ไว้สักพักจะทำให้ลมออกมาปลายมือ

กรณีถ้าลมออกไม่หมดให้คนไข้พับแขนขึ้นแล้วหมอใช้กลางใจเท้าเหยียบที่ข้อพับศอก

ต่อไป ให้คนไข้คว่ำแขนลง แล้วหมอนวดเบา ๆ ก่อน วิธีการเหยียบเหมือนกับเหยียบแขน กรณีคนไข้
เหน็บมือ ให้คว่ำมือ หมอเหยียบปลายนิ้ว แล้วเลื่อนขึ้นไปกลางหลังฝ่ามือ แล้วเลื่อนไปตรงข้อมือ แล้ว
เลื่อนขึ้นไปกลางแขนตอนล่าง เสร็จแล้วเหยียบตรงข้อพับศอก ถ้าหากว่าคนที่เป็นอัมพาตให้เหยียบขึ้น
ตลอดไปถึงหัวไหล่เสร็จแล้ว หมอดึงปลายนิ้วทุกนิ้วให้ตึงทุกนิ้ว แล้วกดข้อพับศอกด้านใด แล้วหมอ
सानมือหมอกับคนไข้จีกลงบนระหว่างนิ้วคนไข้ทุกนิ้ว เสร็จแล้วหมอกำมือคนไข้บีบนิ้วทุกนิ้วให้หยิก
นิ้วก้อย แล้วดึงเล็บทุกเล็บทุกนิ้ว เพื่อเป็นการเปิดลมที่ปลายนิ้ว ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

การนวดศรีษะ

ใช้ทำหมอดั้งบริเวณทศดอกไม้ทั้งซีกซ้าย ซีกขวา ตรงกลาง ด้านข้าง ด้านตรง เหยียบรอบศีรษะ

ให้คนไข้นอนตะแคง หมอเหยียบฝ่าเท้า เหยียบข้างเท้ารอบ ๆ เหยียบตรงกลางเท้ามาถึงปลายนิ้ว เหยียบโคนนิ้ว จมฝ่าเท้าเพื่อเปิดลม แล้วเลื่อนไปถึงน่องตั้งแต่เส้นร้อยหอย จากข้อพับเท้าเหยียบขึ้น ไปถึงแก้มก้น เน้นที่แก้มก้น ขึ้นเหยียบทั้ง 2 เท้า เท้าหนึ่งเหยียบที่แก้มก้น อีกเท้าหนึ่งเหยียบที่ กล้ามเนื้อใต้หัวเข่า

หมอบอกว่า ถ้าหากที่เท้าตึงให้เหยียบที่โคนขา เน้นแก้มก้น เหยียบจนกว่าเส้นจะร่วง เหยียบจนกว่า คนไข้รู้สึกเบาตัว

การเหยียบให้ลมตุง คือเหยียบที่ได้แก้มก้น ขาพับในเหยียบตั้งแต่ปลายมือจนถึงหัวไหล่เหยียบจนกว่า เส้นร่วง (แล้วแต่อาการ) ต่อไปหมอใช้เท้าเหยียบที่กล้ามเนื้อสามเหลี่ยมเข้ไว้สัักพักเพื่อให้ลมออก ปลายนิ้ว

ให้คนไข้นอนตะแคง หมอใช้เท้าเหยียบขาด้านนอก ด้านใน เหยียบขึ้นไปถึงสะโพก เหยียบทั้ง 2 เท้า หมอลอยนํ้าหนักพอประมาณ แล้วเหยียบชายโครงตลอดขึ้นไปต้นคอผ่านสะบัก

เหตุผลที่หมอเหยียบเพราะไม่ให้คนไข้เป็นลม ต้องเหยียบเป็นขั้นตอน แล้วต่อมาหมอใช้เท้าเหยียบที่ บั้นเอวเข้ไว้สัักพัก เหยียบเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง นอนในท่าเดียวกัน

ข้อสังเกต ของหมोजิต ถ้าเหยียบหนักกลัวเจ็บ ถ้าเหยียบเบาไม่หาย

ให้คนไข้นอนคว่ำ หมอใช้เท้าเหยียบปลายเท้าทั้ง 2 ข้าง เหยียบพร้อม ๆ กัน ไปจนถึงสันเท้า

สำหรับผู้ที่เป็นโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต ต้องมีพี่เลี้ยง คอยดูแล ตลอดเวลา ต้องออกกำลังกาย รวมไปถึง อาหารการกินด้วย

ข้อห้าม สำหรับอาหารการกิน โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต กินรสจัดไม่ได้ เค็มจัด เผ็ดจัด ของคองทุกชนิด ห้ามกิน

การเหยียบ ตามคอ หลัง

ต้องเหยียบที่บริเวณคอก่อน แล้วลงไปเหยียบที่หลัง ถ้าหากว่ามาเหยียบที่หลังก่อน อาจทำให้คนไข้เป็น ลมได้

วิธีการเหยียบหลัง

หมอใช้หัวแม่เท้ากด เพราะกลัวคนไข้จะทนไม่ได้ ถ้าหากว่าใช้เท้าเหยียบ

วิธีการดัดขา

ให้ผู้ป่วยนอนคว่ำ หมอขยักขาทั้ง 2 ขา พับเข่าขึ้นไปติดกับสะโพก แล้วหมอใช้เท้าเหยียบที่ข้อพับเข่า เหยียบเข้ไว้สัักพัก ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

วิธีการดัดแขน

ให้เอามือซ้ายสอดไปได้แขนขวาหมอจับแขนซ้ายดึง

จุดสุดท้าย ให้คนไข่นั่งยึดขาตรงไปข้างหน้า มือทั้ง 2 ข้างวางไว้ข้างตัวแล้วหมอใช้มือกระหว่ง กระตุกไปปลาร้ากับกระตุกดันแขนเพื่อให้ลมออกสะบัก เสร็จแล้วหมอเอามือกดหัวคิ้วและขอบตาทั้ง

2 ข้าง หางคิ้ว หักดอกไม้ พร้อมกันทั้ง 2 ข้าง แล้วเลื่อนมือห้อมมาบีบดันคอ เพื่อแก้ลมขึ้นเบื้องบน
แล้วมาเปิดลมที่รูกำดัน

จากนั้น หอมเป่ากระหม่อมให้คนไข้ 3 ครั้ง แล้วมาคึงนิ้วเท้าทุกนิ้ว แล้วมาคึงนิ้วมือทั้ง 2 ข้างเสร็จ
วิธีการนวด

ค่าบริการ แล้วแต่คนไข้มีน้ำใจ

พิธีไหว้ ครูตรงกับวันพฤหัสบดี เดือน 6 ของทุกปี

ชื่อหมอ นายบุญช่วย พรหมแสง

อายุ 59 ปี บ้านเลขที่ 110 ม. 11 ต.หานโพธิ์ อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
การศึกษา ป. 4

อาชีพ ทำสวน

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี นวดรักษาอัมพฤกษ์ อัมพาต

แหล่งเรียนรู้ ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางพลัด พรหมแสง ซึ่งเป็นแม่ เป็นหมอตำแย

การเผยแพร่ องค์ความรู้ให้ใครก็ได้ที่มีความจริงใจ และสนใจจะเรียนรู้

โรคที่ท่านถนัดในการรักษา โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต

วิธีการรักษา โดยการนวด

ขั้นตอนการรักษา

ซักถามประวัติคนไข้ (จากพี่เลี้ยงคนไข้)

การตรวจอาการ ทดลองกดจุดตามจุดสำคัญต่าง ๆ ตามขา เริ่มจากกดจุดกลางขาอ่อนด้านนอก แล้วมา
กดจุดใต้ข้อพับเข่า ลงมาจุดกลางน่องด้านนอก และกดจุดที่ริมตอข้อเท้า เพื่อดูว่า เส้นเอ็นยังใช้การได้
หรือไม่ ถ้ากดแล้วคนไข้แสดงอาการเจ็บ พิจารณาได้ว่ายังรักษาได้

ขั้นตอนการนวด

เริ่มจากใช้หัวแม่มือ กดจุดเปิดตุ่ม ที่ร่องนิ้วเท้าทั้ง 4 ร่อง แล้วนวดคลึงหลังฝ่าเท้าจนทั่ว แล้วเปิดตุ่ม
ที่ตาตุ่มทั้ง 2 ข้าง นวดขนาดกระดูกสันหลังด้านนอก โดยใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้ขนาดขนาด
กระดูกสันหลังด้านในไปพร้อมกัน นวดไล่ขึ้นจนถึงเข่า แล้วนวดคลึงรอบสะบ้าเข่า นวด
ขนาดแนวเส้นเอ็นขาอ่อนด้านนอก-ด้านในไปพร้อมกันจนถึงโคนขาหนีบทั้ง 2 ขา

การนวดแนวเส้นขาด้านหลัง

เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มแนวเส้นเอ็นร้อยหวาย โดยใช้นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง นิ้วก้อย ทั้ง 2 มือนวดคลึง
ขึ้นไปจนถึงข้อพับเข่า กดจุดที่ได้ข้อพับเข่าแฉะต่างๆ ไว้ 1 อึดใจ แล้วปล่อย นวดต่อขึ้นไปตามแนวเส้น
กลางขาไล่ขึ้นจนถึงแก้มก้น

การนวดท้อง

ให้ผู้ป่วยนอนหงาย เริ่มจากกดจุดริมกระดูกสะโพกด้านหน้า ท้องน้อยทั้งสองข้าง แล้วมากดจุดรอบ
สะดือด้านขวา ด้านซ้าย ด้านบน ด้านล่าง โดยใช้หัวแม่มือกดลงไปจุดระยะห่างจากสะดือ 1 นิ้วมือ
แต่ละจุดกดนาน 1 อึดใจ จากนั้น นวดตามแนวเส้นขนาดสะดือ ด้านบนสะดือ เริ่มเหนือสะดือระยะ
1 นิ้ว ทั้งขวา-ซ้าย ใช้หัวแม่มือนวดขนาดและขยายแนวขึ้นไป ราวนมทั้ง 2 ข้าง ไปต้นแขนทั้ง 2
ข้าง

การนวดด้านหลัง

ให้ผู้ป่วยนั่งพับเพียบ หรือนอนตะแคงก็ได้ เริ่มจากจุดบ่อเลือด ทั้ง 2 ข้าง กด채ไว้ 1 อึดใจ เสร็จแล้ว
นวดขึ้นตามแนวเส้นขนานสันหลังทั้ง 2 ข้าง (นวดทีละข้าง) นวดกดได้มาถึงต้นคอ

การนวดศีรษะ

เริ่มจากกดจุดกลางท้ายทอย (ริมไรผม) โดยใช้หัวแม่มือกดลงไป แขนข้างไว้ 1 อึดใจ แล้วนวดไต่ไป
ตามไรผม มาจนถึงหลังหู แล้วนวดคลึงขึ้นไปตามแนวเส้นหลังหู และขึ้นด้านบนนวดคลึงเป็นแนวตรง
ไปหาทศดอกไม้ เสร็จแล้วกดไปที่หัวคิ้วทั้ง 2 ข้าง กด채ไว้ 1 อึดใจ นวดคลึงมาหาหางคิ้ว มาทศ
ดอกไม้นจนถึงหน้าหูใช้มือปิดหูทั้ง 2 ข้าง แล้วปล่อย เพื่อให้ลมออกหู

คำแนะนำ

การนวดโรคอัมพาต หมอต้องเฝ้าระวังคนไข้อย่างใกล้ชิด เพื่อตรวจดูอาการทุกวันว่ามีผลอย่างไรบ้าง
และจะเป็นกำลังใจให้คนไข้ เพราะคนไข้แพ้ใจตัวเองช่วยตัวเองไม่ได้ เมื่ออาการดีขึ้นต้องเตือนให้
ระมัดระวังอย่าให้พลัดข้าสอง มักจะรักษายาก

เมื่อหายแล้ว ให้ไหว้ครู โดยคนไข้ให้นำมาผูก รูปเทียน เงิน 12 บาท นอกนั้นตามแต่คนไข้จะมีใจ
บริจาค เฉพาะหมอ ทำพิธีไหว้ครู ทุก ๆ เดือน 6 วันพฤหัสบดีแรกของเดือน วันไหนก็ได้แล้วแต่
ผู้ป่วยนัด

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ลูกหลานยังไม่พร้อม / กับเพื่อนหมอต้องการจะร่วมแลกเปลี่ยนวิชากัน
สมุนไพร ที่ใช้ประกอบการนวด มีหัวไพล ขมิ้นอ้อย การบูร น้ำมันมะพร้าว

วิธีทำ ตำ หัวไพล ขมิ้นอ้อย พอแหลกใช้ทอดน้ำมัน เติมการบูร

วิธีใช้ ทาถูนวด แก้เคล็ดขัดยอก บวม ช้ำ

ชื่อหมอ ฟอง คงลี

อายุ 63 ปี อยู่บ้านเลขที่ 342 หมู่ 14 ต.เขาชัยสน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

อาชีพ ทำนา เกษตรกรรม

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก เรียนรู้เอง โดยหมออื่นบิ๊บ แล้วจามาเรื่อย ๆ แล้วฝึกจนเป็น แล้วมาเรียนรู้จากตำราที่หลัง

โรคที่ท่านถนัด

1. นวดแก้ลมพฤษ อัมพาต
2. นวดแก้เจ็บเมื่อย
3. นวดแก้เหน็บชา

ประสบการณ์ในการรักษา ประมาณ 5 ปี

วิธีการรักษา โดยการนวด

วิธีการนวด ใช้น้ำมันมะพร้าว และใช้สมุนไพรประคบ

การตรวจอาการ โดยการจับเส้นดูว่าเส้นเอ็นเสียหรือไม่เสีย

ขั้นตอนการนวด

เริ่มจากฝ่าเท้า นวดจากแนวเส้นคอ หัวแม่เท้าด้านใน นวดไปตามแนวตรงไปหาสันเท้า เริ่มกดจุดที่ปลายนิ้วทุกนิ้ว

เปิดตุ่มที่นิ้วเท้าทุกนิ้ว แล้วเปิดตุ่มที่ได้ตำคัมด้านใน

การนวดขาช่วงล่าง

เริ่มจากการนวดเส้นขนานหน้าแข้งทั้งด้านใน และด้านนอกจนถึงหัวเข่าแล้วกดจุดที่ได้สะบ้าเข่าทั้งด้านใน ด้านนอกทั้ง 2 เส้น

การนวดขาช่วงบน

เริ่มจากจุดขนาบหัวเข่าทั้ง 2 ข้าง กดแซ่ไว้ 1 อึดใจ แล้วเริ่มนวดแนวเส้นขาด้านใน ด้านนอก ด้านนอกไปจดบ่อเลือด ด้านในไปจดลูกต้น

การนวดหน้าท้อง

เริ่มจากจุดริมขอบกระดูกเชิงกรานด้านข้าง กดตามกระดูกขึ้นไปหาริมกระดูกด้านบนทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง แล้วกดจุดนาบสะดือทั้ง 2 ข้าง รอบสะดือ แล้วกดจุดบริเวณม้ามทั้ง 2 ข้าง เสร็จแล้วกดจุดที่บริเวณกลางราวนมด้านบนทั้ง 2 ข้าง แล้วมากดจุดระหว่างกระดูกไหปลาร้ากับต้นคอทั้ง 2 ข้าง แล้วกดจุดที่โคนกระดูกขากรรไกรทั้ง 2 ข้างเหมือนกัน

การนวดด้านหลัง

ให้ผู้ป่วยนอนคว่ำ นวดจากเอ็นร้อยหวาย นวดได้ขึ้นไปจนถึงข้อพับเข่าแล้วกดจุดกลางข้อพับเข่า แล้วนวดด้านบนได้ขึ้นไปแนวกลางขาด้านหลัง จนถึงบ่อเลือด เสร็จแล้วให้กดจุดกลางปีกไก่อีกทั้ง 2 ข้าง

แล้ววนรอบปีกไก่ทั้ง 2 ข้าง แล้วกดจุดแนวข้อต่อไหล่ด้านหลังรอบ ๆ แล้วมากกดจุดใต้รักแร้ทั้ง 2 ข้าง

การนวดแขน

เริ่มจากจุดหัวไหล่ด้านนอก นวดตามแนวเส้นกลางแขนด้านนอก ด้านในจนถึงข้อพับศอก แล้วมากกดจุดกลางข้อพับศอกด้านใน และข้อพับศอกด้านนอก นวดใต้เส้นกลาง แขนทั้งในและนอก จนถึงข้อมือ แล้วกดจุดที่กลางข้อมือ ทั้งด้านในและด้านนอก เสร็จแล้วกดจุดที่เนินนิ้วหัวแม่มือ แล้วมากกดจุดโคนนิ้วชี้ กดต่อมาเป็นแนวเฉียงมาหาสันมือด้านนอก แล้วกดจุดที่ระหว่างนิ้วทุกนิ้ว

การนวดศรษะ

เริ่มจากจุดกลางท้ายทอย กดแช่ไว้ 1 อึดใจ แล้วกดจุดใต้โหมทั้ง 2 ข้าง แล้วเลื่อนมากกดจุดที่หลังขอบหู เสร็จแล้วมากกดจุดที่เหนือหู ทั้ง 2 ข้าง ขึ้นมาบนจุดตัดคอกไม้ทั้ง 2 ข้าง แล้วมากกดระหว่างคิ้วทั้ง 2 ข้าง เลื่อนมากกดจุดที่โหนกแก้มทั้ง 2 ข้าง แล้วเลื่อนมากกดจุดที่ลักยิ้ม (หรือแก้มปุ่ม) ทั้ง 2 ข้าง แล้วมากกดจุดที่กลางกระหม่อม แช่ไว้สักพัก

ค่าบริการ มื้อละ 50 บาท ไม่มีการไหว้ครูหมอเพราะเรียนรู้ด้วยตัวเอง แต่ค่าบริการที่ได้จากผู้ป่วยแต่ละคน 5 บาท เอาให้เด็กกินขนม เพื่อความสบายใจของหมอ 10-15 บาทเอาไว้ซื้อกับข้าวไปวัด ที่เหลือหมอเอาไว้ใช้

คนไข้ที่มาใช้บริการ ผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย

ชื่อหมอ นายเจริญ บัวชุม

อายุ 60 ปี บ้านเลขที่ 96/1 ม.14 ต.เขาชัยสน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
การศึกษา ป.4

อาชีพ ทำสวน

ความรู้การแพทย์พื้นบ้าน การรักษาโรคโดยการนวด

รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก อาจารย์ชื่อ หมอชื่น เขาพังอิฐ

ประสบการณ์ในการรักษา 5 ปี

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ยินดีให้แก่ผู้ที่สนใจทุกคนที่ต้องการ

โรคที่ท่านมีความชำนาญ

1. เส้นทับกระดูก

2. อัมพฤกษ์ อัมพาต

วิธีการรักษา นวดโดยการทาน้ำมันมวบตรงบริเวณที่เจ็บ

ขั้นตอนในการรักษาโรคเส้นทับกระดูก

วิธีการตรวจอาการ

1. จับเส้นที่ขาข้างที่เป็น เส้นในมีความร้อนให้นวดเส้นนั้นให้มาก เพราะเส้นที่มีความร้อนเป็นต้นเหตุ
ของโรค

2. ให้สังเกตเส้นที่กระดูกสันหลังบริเวณกลางหลังจะมีเส้นบวมพองขึ้นมามากหรือน้อย ถ้าบวมมาก
แสดงว่าอาการหนัก

3. ให้สังเกตช่วงข้อต่อหัวไหล่ ถ้าตรวจว่าหัวไหล่หลุดออกจากกันแล้ว การรักษาอาจจะไม่หายเพราะ
เป็นอาการขั้นสุดท้าย

ขั้นตอนการรักษาโรคนี้ ใช้ตรวจโรค เส้นทับกระดูก อัมพฤกษ์ อัมพาต ซึ่งใช้วิธีการรักษาล้ำคลึงกัน

ขั้นตอนการนวด

เริ่มจากการนวดจุดฝ่าเท้าโดยใช้ไม้สำหรับนวดฝ่าเท้า เริ่มจากกดลงที่ปลายนิ้วเท้าทั้ง 5 นิ้ว เสร็จแล้ว
ใช้ไม้คลึงบริเวณคอหัวแม่เท้า แล้วเลื่อนลงมาในแนวตรงจนถึงกลางฝ่าเท้า การกดแต่ละจุดห่างกัน
ประมาณ 1 นิ้ว เมื่อกดลงถึงกลางฝ่าเท้าแล้วให้กดขึ้นมาหาตาตุ่ม แล้วเปิดประตูลมที่จุดระหว่างตาตุ่ม
และเอ็นร้อยหวาย เสร็จแล้วให้นวดบนเส้นระหว่างเส้นหลังเท้าจนทั่ว จากนั้นให้นวดคลึงข้อเท้าจน
รอบข้อเท้า หรือใช้ไม้กดจุดจี้รอบก็ได้ จากนั้นให้นวดขาบริเวณช่วงล่าง เริ่มจากขาข้างนอก เริ่มต้น
จากจุดเหนือตาตุ่มประมาณ 1 นิ้ว

เส้นที่ 1 อยู่ติดกับกระดูกหน้าแข้ง นวดคลึงจนถึงหัวเข่า เสร็จแล้วให้เริ่มนวดเส้น ที่ 2 โดยคล
นิ้วหัวแม่มือดำจากเส้นที่ 1 ประมาณ 1 นิ้ว เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่ม 1 นิ้ว นวดคลึงจนถึงหัวเข่า เสร็จ
แล้วให้เริ่มนวดจากเส้นเอ็นแนวที่ 3 ซึ่งอยู่ต่ำลงมาจากจุดที่ 2 ประมาณ 1 นิ้ว เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่ม
นวดคลึงจนถึงหัวเข่า

การนวดขาช่วงล่างด้านใน

เริ่มจากเส้นเอ็นเส้นที่ 1 ซึ่งอยู่ติดกระดูกหน้าแข้ง เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มประมาณ 1 นิ้ว ด้านในนวดคลึงไปจนถึงหัวเข่า

เส้นเอ็นที่ 2 อยู่ต่ำจากจุดที่ 1 ประมาณ 1 นิ้ว เริ่มนวดจากจุดเหนือตาตุ่มจนถึงหัวเข่า

เส้นเอ็นที่ 3 อยู่ต่ำจากจุดที่ 2 ประมาณ 1 นิ้ว เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มจนถึงหัวเข่า

การนวดขาช่วงล่างให้นวดอย่างละเอียดอย่างน้อย เส้นละ 3 เที้ยว

การนวดขาช่วงล่างด้านใต้

ให้ผู้ป่วยนอนคว่ำแล้วใช้มือทั้ง 2 ข้าง นวดโดยใช้นิ้วมือทั้ง 2 ข้าง นวดขยี้สลับกัน เริ่มจากใต้ข้อพับเข่านวดลงมา กลางน่องจนถึงจุดเส้นเอ็นร้อยหวาย นวดจนละเอียดอย่างน้อย 3 เที้ยว

การนวดขาช่วงบน

เส้นที่ 1 เริ่มจากจุดเหนือเข่าด้านบน 1 นิ้ว นวดคลึงจนถึงลูกต้น 3 เที้ยว

เส้นที่ 2 เริ่มจากจุดเหนือเข่ากลางขาอ่อนค้ำนอกใช้นิ้วหัวแม่มือ 2 ข้าง นวดสลับกันจนถึงหัวสะโพกนวด 3 เที้ยว

เส้นที่ 3 เริ่มจากจุดเหนือเข่า 1 นิ้ว ด้านในกลางขาอ่อน ใช้นิ้วหัวแม่มือนวดสลับกันจนถึงลูกต้นหรือขาหนีบ เมื่อเสร็จจากการนวดขาแล้วให้ใช้สันมือกดลงไปจุดเส้นเอ็นไฟ ซึ่งอยู่ที่ลูกต้นกดหนึ่งอึดใจแล้วปล่อย

การนวดช่วงหน้าท้อง

เริ่มจากจุดรอบสะดือโดยใช้สันมือกดลงไปบริเวณรอบ ๆ สะดือกดแซ่ไว้จุดละ หนึ่งอึดใจ

การนวดด้านหลัง

ให้ผู้ป่วยนอนคว่ำ เริ่มจากจุดบ่อเลือดทั้ง 2 ข้าง ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปจุดบ่อเลือด 1 อึดใจ เสร็จแล้วให้นวดเส้นขนานกระดูกสันหลังทั้ง 2 ข้าง ซึ่งอยู่ห่างจากกระดูกสันหลังประมาณ 1 นิ้ว

แนวเส้นที่ 1 เริ่มจากจุดที่มีรอยปุ่มบริเวณสะเอว นวดขึ้นไปจนถึงหัวปีกไก่อด้านบนด้านซ้าย นวด 3 เที้ยว

แนวเส้นที่ 2 เริ่มจากจุดที่มีรอยปุ่มบริเวณแนวสะเอวนวดขึ้นไปจนถึงหัวปีกไก่อด้านบนด้านขวา นวด 3 เที้ยว

การนวดเส้นแนวสันหลัง สำหรับผู้ป่วยเส้นทับกระดูก เพื่อคลายความบวมพองของเส้นบริเวณเส้นสันหลัง

สำหรับหมอเจริญ บัวชุม เป็นหมอที่มีความสามารถเฉพาะตัวในเรื่องการนวด สามารถใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น มือ ศอก สันเท้า กัน อุปกรณ์เสริม ไม่กดจุด ไม่นวดท้อง หมอน้อย ฯลฯ อุปกรณ์และการใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย รักษาคนไข้จะต้องดูอาการของคนไข้ด้วย คนไข้ที่มีอาการหนักมาก

ๆ จะต้องนวดด้วยเท้าเป็นส่วนมากรวมถึงการใช้ข้อศอก สำหรับคนไข้ที่เป็นผู้หญิง จะใช้มือ และไม่กดจุด คนไข้ของหมอเจริญ ส่วนมากจะผ่านการรักษากับหมอแผนปัจจุบันมาแล้วแต่ไม่หาย

การคิดค่าบริการ ก็แล้วแต่คนไข้จะให้

การไหว้ครูหมอ หมอเจริญ บอกว่าไม่ได้ทำ เพราะถือว่าการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกันให้หลุดพ้นจากความทุกข์ถือว่าเป็นการทำบุญไปในตัวอยู่แล้ว

ข้อเสนอแนะ คนเราทุกคนควรให้หมอบีบหรือนวดอย่างน้อย เดือนละ 1 ครั้ง เพื่อให้เส้นคลาย แล้วจะช่วยป้องกันไม่ให้เกิดโรคต่าง ๆ ได้

วิธีการตัดตัว

เพื่อคลายเส้นหลังการนวดเสร็จ

ท่าที่ 1 ให้ผู้ป่วยนั่งแล้วยืดขาทั้ง 2 ข้าง ตรงไปข้างหน้า พร้อมกับยื่นแขนทั้ง 2 ข้าง ตรงไปข้างหน้า พร้อมกับยื่นแขนทั้ง 2 ข้าง ขนาบออกไปกับขาปลายนิ้วทั้ง 2 ข้าง อยู่ที่ตาคู่หมอนยื่นอยู่ด้านหลังผู้ป่วย แล้วเอาหัวเข่าทั้ง 2 ข้าง ตั้งบริเวณกลางหลังของผู้ป่วยใช้มีอนวดจากกลางหลังแนวเส้นขนานกระดูกสันหลังทั้ง 2 ข้าง นวดขึ้นไปหาต้นคอ พร้อมกับยื่นเข่าดันตัวผู้ป่วยไปข้างหน้าค่อย ๆ จนปลายนิ้วมือของผู้ป่วยถึงปลายนิ้วเท้าของผู้ป่วยจะช่วยคลายเส้นที่ขา และเส้นต่าง ๆ บริเวณสันหลัง

ท่าที่ 2 ให้ผู้ป่วยนอนหงายแล้วพับขาช่วงล่างกลับมาให้ฝ่าเท้าอยู่ได้ก้นแล้วใช้มีอนวดหน้าขา ทำสลับกันทั้ง 2 ข้าง ในท่าเดียวกัน

ท่าที่ 3 ให้ผู้ป่วยนอนหงาย ขาทั้ง 2 ข้างยืดตรง แล้วหมอบีบขาข้างหนึ่งขึ้นมาอยู่ระดับก้นของหมอน แล้วหมอนหันหลังใช้ก้นดันปลายเท้าของผู้ป่วยจะช่วยคลายเส้นที่น่อง และเส้นที่ได้ขาอ่อนจนถึงก้น การตัดตัวทั้ง 3 ท่านี้ สามารถช่วยให้อาการปวดเอวหายได้

ชื่อหมอ นางพริ้ง ชุมทอง

อายุ 68 ปี บ้านเลขที่ 112 หมู่ที่ 9 ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
การศึกษา ป.4

อาชีพ เป็นหมอนวดพื้นบ้าน
ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้าน

1. นวดแก้โรคเหน็บชา เหน็บเท้า
2. ปวดเอว

ประสบการณ์ในการรักษา

ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก นางเกลื่อน ไชยฤทธิ์ ซึ่งเป็นนำสาวจะถ่ายทอดความรู้ให้กับลูกสาว
ชื่อ นางวิไลรัตน์ ชุมทอง

วิธีการนวดรักษา โรคเหน็บชา

ตรวจดูอาการ โดยเอานิ้วหัวแม่มือกดดูตามแนวเส้น ตรงบริเวณที่มีอาการเหน็บชา ถ้าเป็นที่เท้าให้กดดู
ที่เส้นเอ็นไฟ (ตุลม) ที่บริเวณตาตุ่มดูว่าลมวิ่งตลอดทั้งขาหรือไม่ ถ้าลมยังเดินได้ตลอดทั้งขา หรือถ้า
ลมยังเดินได้ตลอดทั้งขา แสดงว่าอาการเริ่มเป็นใช้เวลาในการรักษาไม่นาน ถ้าเดินไม่ตลอดได้แค่หัวเข่า
แสดงว่าอาการเป็นแค่ปานกลาง ใช้เวลานวดรักษาเป็น 10 มือ หรือมากกว่า ขึ้นอยู่กับอายุ ของผู้ป่วย
ขั้นตอนการรักษา

1. เริ่มจากการเปิดตุลมระหว่างนิ้วเท้าทั้ง 5 นิ้ว เสร็จแล้วเริ่มนวดจากคอหัวแม่เท้าด้านหลังและนวด
เส้นเอ็นเท้าทุกนิ้วที่หลังฝ่าเท้าโดยใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้างนวดบนหลังฝ่าเท้าและใช้นิ้วที่เหลือทั้ง 2
ข้าง จับอยู่ที่แนวกลางฝ่าเท้าวนไปพร้อม ๆ กัน
2. กดจุดเอ็นไฟ (ตุลม) ที่บริเวณตาตุ่ม เสร็จแล้วให้นวดรอบ ๆ ข้อเท้า
3. นวดแนวเส้นหน้าแข้งด้านบน เริ่มนวดจากจุดเหนือตาตุ่ม นวดขนานเส้นซิกกระดูกหน้าแข้ง ทั้ง 2
ข้าง โดยใช้นิ้วหัวแม่มือ และนิ้วชี้ นวดขนานกันไปพร้อมกันทั้ง 2 ข้างหน้าแข้ง เสร็จแล้วให้นวดเส้นใต้
น่อง เริ่มจากจุดเหนือด้านหลัง (เอ็นร้อยหวาย) นวดขึ้นไปตามเส้นกลางน่องจนถึงข้อพับเข่าด้านใต้
นวดขึ้นไปจนถึงขาอ่อนที่โคนขา

การนวดแนวเส้นขาด้านนอก

ให้ผู้ป่วยนอนหงาย เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มนวดขึ้นไปตามแนวเส้นกลางขาด้านนอก จนถึงหัวเข่า นวด
คลึงรอบสะบ้าเข่า เสร็จแล้วให้นวดขาด้านนอกช่วงบน ตามแนวเส้นกลางขาจนถึงสุดแนวกระดูก
สะโพกด้านนอก

การนวดเส้นขาด้านใน

ให้ผู้ป่วยนอนหงาย เริ่มจากจุดศอกด้านใน นวดขึ้นมาตามแนวเส้นกลางขาด้านใน นวดขึ้นมาจนถึงหัวเข่า ด้านใน แล้วให้นวดรอบข้อต่อกระดูกหัวเข่า เสร็จแล้วให้นวดขาช่วงบนด้านใน เริ่มจากจุดเหนือเข่าด้านในนวดตามแนวเส้น กลางขาอ่อนด้านในจนถึงลูกค้อน เสร็จแล้วให้ใช้สันมือกดลงไปทีละบริเวณจุดลูกค้อนกดเข้าไว้ 1 อึดใจ แล้วปล่อย ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

การนวดหน้าท้อง

ให้ผู้ป่วยนอนหงาย เริ่มนวดเกลียวหน้าท้อง ทั้ง 2 ข้าง อยู่ที่จุดขนาบสะดือ ทั้ง 2 ข้าง กดแล้วคลึงจนรอบสะดือ และบริเวณหน้าท้องน้อยจนทั่ว

การนวดเส้นด้านหลัง

ให้ผู้ป่วยนอนคว่ำ เริ่มจากการกดจุดบ่อเลือดทั้ง 2 ข้าง โดยใช้ข้อศอก กดลงไปเข้าไว้หนึ่งอึดใจ เสร็จแล้วให้ใช้ข้อศอกนวดคลึงไปจนถึงเอวแล้วกดลงไปทีละเอวทั้ง 2 ข้างกดเข้าไว้หนึ่งอึดใจ จนครบทั้ง 3 ครั้ง ต่อจุด จนตลอดแนวสะเอวด้านหลัง ยกเว้นตรงกระดูกสันหลัง เสร็จแล้วให้ใช้ข้อศอกนวดคลึงตามแนวเส้นขนาบกระดูกสันหลัง นวดคลึงไปจนถึงแนวคันท่อ นวดเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

การนวดแขน

ให้ผู้ป่วยนั่งพับเพียบ เริ่มนวดจุดระหว่างซี่โครงด้านหลังทุกซี่ แนวห่างจากกระดูกสันหลังประมาณ 2 นิ้ว นวดขึ้นไปจนถึงแนวปีกไก่ เสร็จแล้วให้บีบแนวรอบสะบัก (ปีกไก่) เริ่มจากแนวล่างขึ้นไปหาต้นคอ แล้วนวดตามแนวไหล่มาหาข้อต่อช่วงแขน เสร็จแล้วให้ใช้หัวแม่มือกดลงไปจุดที่จุดกลางปีกไก่ กดเข้าไว้ประมาณหนึ่งอึดใจ แล้วเริ่มนวดจากต้นแขนโดยให้หัวแม่มืออยู่ด้านนอกแขน ส่วนนิ้วอื่น ๆ อยู่ด้านในแขน นวดไปพร้อม ๆ กัน นวดไต่ลงมาจนถึงข้อศอกใช้นิ้วชี้กดลงไปทีละเส้นกลางข้อพับศอกของผู้ป่วย เพื่อกดจุดเส้นด้านบนและด้านล่างโดยให้หัวแม่มืออยู่ด้านนอกนิ้วชี้อยู่ด้านใน กดพร้อมกันและให้น้ำหนักเท่า ๆ กัน กดเข้าไว้ 1 อึดใจ แล้วปล่อย จากนั้นให้นวดไต่ลงมาช่วงแขน ช่วงล่างโดยให้หัวแม่มืออยู่ด้านนอกนิ้วที่เหลืออยู่ด้านในนวดพร้อมกันทั้ง 2 ข้าง ไต่ลงมาจนถึงข้อมือ แล้วกดจุดที่ข้อมือด้านในโดยใช้นิ้วชี้กดเข้าไว้ 1 อึดใจ เสร็จแล้วให้นวดคลึงรอบ ๆ ข้อมือ แล้วนวดเส้นเอ็นนิ้วที่หลังฝ่ามือจนทั่ว เสร็จแล้วเปิดศอก ระหว่างนิ้วมือทุกนิ้ว แล้วดึงมือให้ตึงทุกนิ้ว ทำเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

การนวดศรีษะ

เริ่มจากกดจุดกลางท้ายทอย (ริมไรผม) โดยใช้หัวแม่มือกดลงไป เข้าข้างไว้ 1 อึดใจ แล้วนวดไต่ไปตามไรผม มาจนถึงหลังหู แล้วนวดคลึงขึ้นไปตามแนวเส้นหลังหู และขึ้นด้านบนนวดคลึงเป็นแนวตรงไปหาทศดอกไม้ เสร็จแล้วกดไปที่หัวคิ้วทั้ง 2 ข้าง กดเข้าไว้ 1 อึดใจ นวดคลึงมาหาหางคิ้ว มาทศดอกไม้งจนถึงหน้าหูใช้มือปิดหูทั้ง 2 ข้าง (แก้หน้ามืด) เสร็จแล้วให้กดจุดตุ่มที่กลางศรีษะ

ข้อเสนอแนะ นอกจากการนวดแล้วผู้ป่วยต้องออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอด้วยจึงจะหาย

ค่าบริการ ผู้ป่วยนอกพื้นที่ คิดมือนะ 100 บาท ผู้ป่วยในชุมชน และชุมชนใกล้เคียงคิดค่าบริการมือนะ 50 บาท

ประเพณีการไหว้ครู ปีละครั้ง เดือน 6 วันพฤหัสบดีข้างขึ้น โดยจัดที่ 12 และเอาข้าวไปวัดทุกวัน
พระ

ชื่อหมอ นายสมบุรณ์ ทิพย์นัย

อายุ 57 ปี บ้านเลขที่ 190 ม. 1 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความรู้เรื่องการแพทย์พื้นบ้านที่มี การนวดเพื่อสุขภาพ

เป็นการนวดแบบประยุกต์ ผสมผสานเอาการนวดแบบราชสำนักและการนวดแบบพื้นบ้านเข้าด้วยกัน
ความเป็นมา เมื่อปี 2540 ได้รับการคัดเลือกจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพัทลุงให้เข้ารับเกียรติ
บัตรจากกระทรวงสาธารณสุขให้เป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านการแพทย์แผนไทยเพราะได้จัดทำโครงการ
เผยแพร่สมุนไพรโดยไม่ใช้งบประมาณของทางราชการ มีผลงานเป็นที่ยอมรับของชุมชน ถึงปี 2541
ได้รับความไว้วางใจจากผู้อำนวยการโรงพยาบาลเขาชัยสนให้นำทีมหมอนวดเข้าไปเปิดบริการแก่
ประชาชนเป็นเวลา 2 ปี เมื่อปี 2542 ได้รับความไว้วางใจจาก นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพัทลุง
ให้นำทีมหมอนวดเข้าไปเปิดบริการแก่ประชาชนเป็นเวลา 2 ปี

จากการได้เข้าไปสัมผัสกับงานบริการ ถึงได้รู้ว่าชาวบ้านหลายคนที่ต้องมาเจ็บป่วยด้วยโรคที่สามารถ
ป้องกันได้และเรียนรู้วิธีการบำบัดโรคด้วยตนเอง ถ้าสนใจ ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน แต่ด้วยเห็นว่ายังไม่
มีแหล่งเรียนรู้ที่พอจะเปิดโอกาสให้ แนวทางการบำบัดโรคแบบหมอพื้นบ้าน คนไข้จะต้องมีความรู้
ความเข้าใจในเรื่อง ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน

การใช้วิธีการรักษาจึงจะได้เห็นผลเร็ว แต่ที่ผ่านมาเห็นคนไข้มาขึ้นรอคิวเข้ารับบริการจากหมอแผน
ปัจจุบัน ทั้ง ๆ ที่โรคที่เป็นก็เป็นโรคและอาการพื้น ๆ น่าจะใช้ภูมิปัญญาบำบัดรักษาให้หายได้
หมอสมบุรณ์ ทิพย์นัย จึงได้ริเริ่มจัดกลุ่มหมอพื้นบ้านเพื่อศึกษาค้นคว้าวิชาการที่เกี่ยวกับการนวด การ
ใช้สมุนไพรประกอบ นำมาสู่การสาธิตให้แก่ อ.ส.ม. และผู้นำชุมชน ได้ชมได้เข้าใจนะได้นำไปใช้
ประโยชน์

ผู้ที่ถ่ายทอดวิชาให้มีหลายคน เช่น คุณหมอเวส ทองคำ อาจารย์สมเกียรติ อาจารย์ลาภโปคำ คุณป้าอิน
คุณป้าเนียม คุณลุงวัน เมืองสง บุคคลดังกล่าวนี้เป็นผู้ที่มีบุญคุณ ความรู้ของท่านมีมากรับมาได้แค่
บางส่วน

การรักษาแบบพื้น ๆ ตามอาการ

เริ่มนวดส่วนเท้า

แนวฝ่าเท้าที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดจุดกลางฝ่าเท้าเดินนิ้วไปตามแนวหัวแม่เท้า กด 5 ครั้ง เดินนิ้วรอบ
หัวแม่เท้าและซอกนิ้วทั้ง 4 นิ้ว

แนวฝ่าเท้าที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดจุดจากสันเท้าเดินนิ้วไปตามแนวนิ้วกลาง กด 7 ครั้ง 7 จุด

แนวฝ่าเท้าที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดจุดริมฝ่าเท้าด้านนอกตามแนวนิ้วก้อย นวดกด 7 ครั้ง ตามลำดับ แล้วเลื่อนนิ้วไปกดจุดใต้ตาตุ่มรอบตาตุ่ม กดจุดกลางหลังเท้าห่างจากตาตุ่ม 2 นิ้วมือ แล้วนวดคลึงวนทั่วหลังเท้า กระตุนิ้วเท้าทุกนิ้ว

แนวชาด้านนอก 1 เริ่มจากเหนือข้อเท้าชิดกระดูกหน้าแข้งด้านนอก ขึ้นไปถึงใต้หัวเข่าและจากเหนือหัวเข่าขึ้นไปตามหน้าขาริมนอกถึงขาหนีบ

แนวชาด้านนอก 2 เริ่มจากเหนือข้อเท้า ห่างจากกระดูกหน้าแข้ง 1 นิ้วมือ เดินนิ้วขึ้นไปถึงใต้ข้อพับ 1 นิ้วมือ และจากเหนือข้อพับเข่าเดินนิ้วถึงจุดแนวกลางขาหนีบ

แนวชาด้านนอก 3 เริ่มจากเหนือข้อเท้า ห่างจากกระดูกหน้าแข้ง 2 นิ้วมือ เดินนิ้วขึ้นไปถึงใต้ข้อพับหัวเข่า และจากเหนือข้อพับนิ้วถึงแนวขาหนีบ

แนวชาด้านหลัง

เริ่มจากเอ็นร้อยหวายเดินนิ้วไปตามแนวกึ่งกลางน่องถึงใต้ข้อพับเข่าและจากเหนือข้อพับเข่าคืบนิ้วเลื่อนขึ้นไปถึงจุดใต้แก้มก้น

แนวชาด้านใน

เริ่มจากเหนือข้อเท้าชิดกระดูกหน้าแข้งด้านในขึ้นไปถึงใต้หัวเข่าและจากเหนือหัวเข่าด้านในขึ้นไปถึงใต้ขาหนีบ

การนวดส่วนหลัง

เริ่มจากระดับเดียวกับกลางสะบักลงมา ชิดกระดูกสันหลัง เดินนิ้วกดไปจนถึงกระดูกกระเบนเหน็บ นวดเหมือนกันทั้งสองด้านซ้ายและขวา

แนวเกลียวข้าง อยู่บนขอบกระดูกเชิงกรานเริ่มจากสี่ข้างถึงกระดูกสันหลัง

นวดเหมือนกันทั้งสองด้านซ้ายและขวา

จุดสลับเพชร (รอยต่อขากับหัวสะโพก) อยู่ตรงกึ่งกลางบริเวณสะโพก

จุดท้าวสะเอว อยู่ข้างกระดูกสันหลัง ช่วงเอวชั้นที่ 2 ประมาณ 3 นิ้วมือ

การนวดแนวบ่าและสะบัก

แนวที่ 1 เริ่มจากราวบ่า จากจุดตั้งสร้อยกดเดินนิ้วไปตามบ่า 7 ครั้ง

แนวที่ 2 เริ่มจากกระดูกคอต่อ กดเดินนิ้วไปด้านข้าง 7 ครั้ง

นวดเหมือนกันทั้งสองด้าน

นวดริมขอบสะบัก เริ่มจากริมมุมสะบักด้านบนห่างจากกระดูกสันหลัง 2 นิ้วมือ นวดกดลงได้มา 7 ครั้ง

นวดเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

การนวดแขนด้านหน้า เริ่มจาก นวดฝ่ามือ

จุดที่ 1 อยู่บนเนินใหญ่ ของฝ่ามือ ใช้หัวแม่มือกด 1 อึดใจ แล้วปล่อย

จุดที่ 2 อยู่กลางฝ่ามือ ใช้หัวแม่มือกด แรงปานกลางแล้วปล่อย

จุดที่ 3 อยู่บนเนินเล็บของฝ่ามือใช้หัวแม่มือกด 1 อีตใจ แล้วปล่อย

จุดหลังมือ กดตรงง่ามระหว่างนิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้

กดตรงง่ามระหว่างนิ้วชี้ กับนิ้วกลาง นิ้วนาง นิ้วก้อย

กดแนวที่ 1 เริ่มจากข้อมือตามแนวนิ้วกลางด้านหน้าขึ้นไปจนถึงใต้ข้อพับศอกและจากเหนือข้อพับศอกขึ้นไปจนถึงร่องกล้ามเนื้อสามเหลี่ยม (ข้อต่อแขน)

กดแนวที่ 2 เริ่มจากข้อมือ ตามแนวนิ้วก้อยด้านหน้าขึ้นไปจนถึงใต้ข้อพับศอกจากเหนือข้อพับผ่านริมกล้ามเนื้อลูกหนู จุดใต้รักแร้ด้านหน้า

ขนาดเหมือนกันทั้งด้านซ้ายและด้านขวา

แนวแขนด้านหลัง 1 เริ่มจากเหนือกึ่งกลางข้อมือทางด้านหลังขึ้นไปจนถึงใต้ข้อพับศอก ด้านนอกและจากเหนือข้อพับศอกด้านนอกขึ้นไปจนถึงกล้ามเนื้อสามเหลี่ยมระดับรักแร้

แนวแขนด้านหลัง 2 (แนวนิ้วก้อย) เริ่มจากเหนือข้อมือทางด้านหลังขึ้นไปจนถึง ปุ่มกระดูก ข้อศอก และจากเหนือปุ่มกระดูกข้อศอกขึ้นไปจนถึงจุดเหนือรักแร้ด้านหลัง

การวัดแนวคอ เริ่มจากการวัด แนวกว้างผ่านขึ้นก้านคอถึงจุดริมไผ่ผม ขนาดเหมือนกันทั้งสองข้าง กดจุดกึ่งกลางจากจุดกึ่งกลางคอด้านนี้ไปกดไปจนถึงเหนือหู ทั้งซ้ายและขวา กดจุดกึ่งกลางจากจุดกึ่งกลางคอด้านนี้ตรงไปจุดกึ่งกลางกระหม่อม (จอมประสาท) เริ่มจากด้านข้างจากเหนือหู (ตัดดอกไม้) กดเบา ๆ ขึ้นบนไปจุดจุด (จอมประสาท) ขนาดเหมือนกันทั้งสองข้าง

กดแนวจุดด้านหน้าเริ่มจากกดจุดหัวคิ้ว ทั้ง 2 ข้าง จุดหางคิ้วทั้ง 2 ข้าง แล้ววัดได้ขึ้นไปบนไปพบกับจุดจอมประสาท วัดมาถึงหน้าผากคิ้ว จบ

การวัดแก้ตามอาการ

ขนาดแก้สะบักจม อาการ ปวดกล้ามเนื้อที่อยู่ระหว่างกระดูกสันหลัง และสะบัก

ยกแขนไม่สะดวก ก้มหรือเงยคอไม่ได้เต็มที่ หันหน้าซ้าย-ขวา หรือ เวลาขกของก็ปวด เสียเวลามาที่สะบัก นอนตะแคง ข้างปวดได้ไม่สะดวก ถ้าเป็นน้อย ๆ อาจปวดตื้อ ๆ ถ้าปล่อยไว้นาน ๆ จะปวดหลังและเอวได้

การวัด ขนาดพื้นฐานบ่า แล้ววัดข้างสะบัก

กดด้านหน้า จุดตรงร่องระหว่างกระดูกซี่โครงซี่ที่ 1 และที่ 2

กดข้างคอ ตรงโค้งระหว่างคอกับบ่าก่อนข้างมาทางด้านหน้า

กดด้านหลัง จุดอยู่ตรงกลางระหว่างระดับกระดูกสะบักกับกระดูกสัน กदनาน 1 อีตใจ

ขนาดแก้ปวดหลัง

อาการ ปวดหลังบริเวณกระเบนเหน็บขึ้นบน เมื่อ นั่ง เดินนาน ๆ ก็จะปวด

การตรวจ พับข้อเข่างอเท้าไม่สะดวก เวลาปวดเข่าลงจะปวดหลัง

การวัด ให้ผู้ป่วยนอนหงาย หมอนวดพื้นฐานด้านหลังขาทั้ง 2 ข้าง

กดจุดเปิดลม แล้ววัดท้องจากจุดสะดือไปซ้าย-ขวา เอียง 45 องศา

ห่างจุดละ 2 นิ้ว 1 คู่ ระดับใต้สะดือ

จากจุดสะดือ เอียงไปทางซ้าย-ขวา 45 องศา ห่างจุดละ 2 นิ้ว 1 คู่

จากสะดือ ลงใต้ 2 นิ้วมือ 1 คู่

จากสะดือ ลงใต้ 3 นิ้วมือ 1 คู่

จากสะดือ ลงใต้ 4 นิ้วมือ 1 คู่

การตัด ให้ไปดูหน้าแสดงประมวลภาพการตัด ของหมอนวดเขาชัยสน

สมุนไพรที่ใช้ประกอบการนวด

1. หัวไพล

2. ใบขมิ้น 17 ใบ

3. ขมิ้นอ้อย ผิวมะกรูด ผักเสี้ยนผี ใบมะขาม ใบส้มป่อย ใบเตยหอม ตะไคร้ เกลือ คั่วด้วยหางายเป็น
การบูร พิมเสน เมนทอล

วิธีทำ การบูร 1 ช้อน พิมเสน 1 ช้อน เกลือ 1 ช้อน

ด้วยน้ำมัน เอาสิ่งละพอประมาณ ตำให้แหลก ห่อผ้า นึ่งให้ร้อน ใช้ประคบ แก้อาการ เกล็ด ขัด ขอก
บวม ตามข้อต่างๆ

การถ่ายทอด จะเผยแพร่ให้คนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัย ที่สนใจ ไม่หวังวิชา

ชื่อหมอ นางหนูขาว เมืองสง

อายุ 48 ปี บ้านเลขที่ 136 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความรู้เรื่องการแพทย์พื้นบ้านที่มี การนวดเพื่อสุขภาพ

การรักษาแบบพื้น ๆ ตามอาการ

เริ่มนวดส่วนเท้า

แนวฝ่าเท้าที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือ กดจุดกลางฝ่าเท้า เดินนิ้วไปตามแนว หัวแม่เท้า กด 5 ครั้ง เดินนิ้วรอบหัวแม่เท้า และชอกนิ้ว ทั้ง 4 นิ้ว

แนวฝ่าเท้าที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือ กดจุดจากสันเท้า เดินนิ้วไปตามนิ้วก้อย นวดกด 7 ครั้ง 7 จุด

แนวฝ่าเท้าที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดจุดริมฝ่าเท้าด้านนอก ตามแนวนิ้วก้อย นวดกด 7 ครั้ง ตามลำดับ แล้วเลื่อนนิ้วไปกดจุดใต้ตาตุ่ม รอบตาตุ่ม กดจุดกลางหลังเท้าห่างจากตาตุ่ม 2 นิ้วมือ แล้วนวดคลึงจนทั่วหลังเท้า กระตุนิ้วเท้าทุกนิ้ว

แนวหาด้านนอก 1 เริ่มจากแนวเหนือข้อเท้าชิดกระดูกหน้าแข้งด้านนอก ขึ้นไปถึงใต้หัวเข่าและจากเหนือหัวเข่าไปตามหน้าขาาริมนอกถึงขาหนีบ

แนวหาด้านนอก 2 เริ่มจากเหนือข้อเท้า ห่างกระดูกหน้าแข้งด้านนอก 1 นิ้วมือ เดินนิ้วขึ้นไปถึงใต้ข้อพับ 1 นิ้วมือ และจากเหนือข้อพับเข่าเดินนิ้วถึงจุดแนวกลางขาหนีบ

แนวหาด้านนอก 3 เริ่มจากเหนือข้อเท้าห่างจากกระดูกหน้าแข้ง 2 นิ้วมือ เดินนิ้วขึ้นไปถึงใต้ข้อพับหัวเข่า และจากเหนือข้อพับเดินนิ้วถึงแนวขาหนีบ แนวหาด้านหลัง

เริ่มจากเอ็นร้อยหวาย เดินนิ้วขึ้นไปตามแนวกึ่งกลางน่องถึงใต้ข้อพับเข่าและจากเหนือข้อพับเข่ากดนิ้วเลื่อนขึ้นไปถึงจุดใต้แก้มก้น

แนวหาด้านใน

เริ่มจากเหนือข้อเท้าชิดกระดูกหน้าแข้งด้านในขึ้นไปถึงใต้หัวเข่าและจากเหนือหัวเข่าด้านในขึ้นไปถึงใต้ขาหนีบ

การนวดส่วนหลัง

เริ่มจากระดับเดียวกับกลางสะบักลงมา ชิดกระดูกสันหลัง เดินนิ้วกดไปจนถึงกระดูกกระเบนเหน็บ นวดเหมือนกันทั้งสองด้านซ้ายขวา

แนวเกลียวข้อ อยู่บนขอบกระดูกเชิงกราน เริ่มจากสีก้างถึงกระดูกสันหลัง นวดเหมือนกันทั้งสองด้านซ้ายขวา

จุดสลักเพชร (รอยต่อขากับสะโพก) อยู่ตรงกึ่งกลางบริเวณสะโพก

จุดท้าวสะเอว อยู่ข้างกระดูกสันหลัง ช่วงเอวชั้นที่ 2 ประมาณ 3 นิ้วมือ

การนวดแนวบ่าและสะบัก

แนวที่ 1 เริ่มจากแนวบ่า จากจุดตั้งสรีรยกดเดินนิ้วไปตามแนวบ่า 7 ครั้ง

แนวที่ 2 เริ่มจากกระดูกคอต่อกดเดินนิ้วไปด้านข้าง 7 ครั้ง

นิ้วเหมือนกันทั้งสองด้าน

นิ้วริมขอบสะบัก เริ่มจากนิ้วมุมสะบักด้านบนห่างจากกระดูก สันหลัง 2 นิ้วมือ นิ้วกดลง
ได้มา 7 ครั้ง นิ้วเหมือนกันทั้ง 2 ข้าง

การนวดแขนด้านหน้า เริ่มจากนิ้วฝ่ามือ

จุดที่ 1 อยู่บนเนินใหญ่ของฝ่ามือ ใช้หัวแม่มือกด 1 อึดใจ แล้วปล่อย

จุดที่ 2 อยู่กลางฝ่ามือ ใช้หัวแม่มือ กดแรงปานกลางแล้วปล่อย

จุดที่ 3 อยู่บนเนินเล็บ ของฝ่ามือใช้หัวแม่มือกด 1 อึดใจ แล้วปล่อย

จุดหลังมือ กดตรงง่ามระหว่างนิ้วหัวแม่มือ กับนิ้วชี้

กดตรงง่ามระหว่างนิ้วชี้กับนิ้วชี้กับนิ้วกลาง นิ้วนาง นิ้วก้อย

กดแนวที่ 1 เริ่มจากข้อมือตามแนวนิ้วกลางด้านหน้าขึ้นไปจนถึงได้ข้อพับศอก และจากเหนือข้อพับ
ศอกขึ้นไป จนถึงกล้ามเนื้อสามเหลี่ยม (ข้อต่อแขน)

กดแนวที่ 2 เริ่มจากข้อมือ ตามแนวนิ้วก้อยด้านหน้าขึ้นไปจนถึงได้ข้อพับศอกจากเหนือข้อพับ ผ่านริม
กล้ามเนื้อลูกหนูถึงจุดใต้รักแร้ด้านหน้า

นิ้วเหมือนกันทั้งด้านซ้ายและขวา

แนวแขนด้านหลัง 1 เริ่มจากเหนือกึ่งกลาง ข้อมือทางด้านหลังขึ้นไปจนถึงได้ข้อพับศอก ด้านนอกและ
จากเหนือข้อพับศอกด้านนอกขึ้นไป จนถึงกล้ามเนื้อสามเหลี่ยมระดับรักแร้

แนวแขนด้านหลัง 2 (แนวนิ้วก้อย) เริ่มจากเหนือข้อมือ ทางด้านหลัง ขึ้นไปจนถึงปุ่มกระดูกข้อศอก
และจากเหนือปุ่มกระดูกข้อศอกขึ้นไปจนถึงจุดเหนือรักแร้ด้านหลัง

การนวดแนวคอ เริ่มจากการนวด แนวก่าผ่านขึ้นก้านคอ ถึงจุดริมไทรนม นิ้วเหมือนกันทั้งสองข้าง กด
จุดก่าดัน อยู่ตรงกลางคอริมไทรนม นิ้วริมไทรนม จากจุดก่าดันได้ขึ้นตรงไป จุดจุดกลางกระหม่อม
(จอมประสาท) เริ่มจากด้านข้างจากเหนือหู (ทัดคอไม้) กดเบา ๆ ขึ้นบนไปจุดจุดจอมประสาท
นิ้วเหมือนกันทั้งสองข้าง

กดนวดจุดด้านหน้า เริ่มจากกดจุด หัวคิ้ว ทั้ง 2 ข้าง จุดหางคิ้ว ทั้ง 2 ข้าง แล้วนวดไต่ขึ้นไปบนไป-
พบกับจุดจอมประสาท นวดคลึงหน้าผาก คิ้ว จม

การนวดแก้ตามอาการ

นวดแก้สะบักจม อาการ ปวดกล้ามเนื้อที่อยู่ระหว่างกระดูกสันหลัง และสะบัก

ยกแขนไม่สะดวก ก้มหรือเงยคอไม่ได้เต็มที่ หันหน้าซ้าย-ขวา หรือ เวลาขกของก็ปวด เลี้ยวลงมาถึง
สะบัก นอนตะแคง ข้างปวดได้ไม่สะดวก ถ้าเป็นน้อย ๆ อาจปวดตื้อ ๆ ถ้าปล่อยไว้นาน ๆ จะปวด
หลังและเอวได้

การนวด นิ้วพื้นฐานบ่า แล้วนวดข้างสะบัก

กดด้านหน้า จุดตรงร่องระหว่างกระดูกซี่โครงซี่ที่ 1 และที่ 2

กดข้างคอ ตรงโค้งระหว่างคอกับบ่าก่อนข้างมาทางด้านหน้า

กดด้านหลัง จุดอยู่ตรงกลางระหว่างระดับกระดูกสะบักกับกระดูกสัน กदनาน 1 อึดใจ

นวดแก้ปวดหลัง

อาการ ปวดหลังบริเวณกระเบนเหน็บขึ้นบน เมื่อ นั่ง เดินนาน ๆ ก็ปวด

การตรวจ พบข้อเข่างอเท้าไม่สะดวก เวลากดเข่าลงจะปวดหลัง

การนวด ให้ผู้ป่วยนอนหงาย หมอนวดพื้นฐานด้านหลังขาทั้ง 2 ข้าง

กดจุดเปิดลม แล้วนวดท้องจากจุดสะดือไปซ้าย-ขวา เยื้อง 45 องศา

ห่างจุดละ 2 นิ้ว 1 คู่ ระดับได้สะดือ

จากจุดสะดือ เยื้องไปทางซ้าย-ขวา 45 องศา ห่างจุดละ 2 นิ้ว 1 คู่

จากสะดือ ลงได้ 2 นิ้วมือ 1 คู่

จากสะดือ ลงได้ 3 นิ้วมือ 1 คู่

จากสะดือ ลงได้ 4 นิ้วมือ 1 คู่

การตัด ให้ไปดูหน้าแสดงประมวลภาพการตัด ของหมอนวดเขาชัยสน

สมุนไพรที่ใช้ประกอบการนวด

1. หัวไพล 2. ใบยอ 17ใบ 3. ขมิ้นอ้อย ผิวมะกรูด ผักเสี้ยนผี ใบมะขาม ใบส้มป่อย ใบเตยหอม

ตะไคร้ เกลือ คั่วตายหงายเป็นการบูร พิมเสน เมนทอล

วิธีทำ การบูร 1 ช้อน พิมเสน 1 ช้อน เกลือ 1 ช้อน

ด้วยอื่น เอาสิ่งละพอประมาณ ตำให้แหลก ห่อผ้า นึ่งให้ร้อน ใช้ประคบ แก้อาการ เติล็ด ขัด ยอก บวม ตามข้อต่างๆ

การถ่ายทอด จะเผยแพร่ให้คนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัย ที่สนใจ ไม่หวังวิชา

การนวดแก้ปวดศรีษะ

เริ่มจากนวดพื้นฐาน บ่า คอ 1 เที้ยว

ใช้หัวแม่มือกดจุดริมไผ่ผม ด้านซ้าย 1 จุด ด้านขวา 1 จุด กดจุดกำดันนวดริมไผ่ผมด้านซ้าย เดินนิ้ว

ขึ้นไป หลังหูด้านซ้าย ขึ้นเหนือหู 3 นิ้วมือ นวดริมไผ่ผมด้านขวา เดินนิ้วขึ้นไป หลังหูด้านขวา ขึ้น

เหนือหู 3 นิ้วมือ แล้วมากดจุดระดับกลางใบหู จากหูซ้ายไปหูขวา 5 จุด ระยะห่าง 1 นิ้วมือ ต่อจุด

กดจากกำดันเดินนิ้วขึ้นตรงไปกลางกระหม่อม

เริ่มนวดด้านหน้า จากจุดหัวคิ้ว ทั้ง 2 ข้าง หางคิ้วทั้งซ้าย-ขวา หน้าใบหู ริมปากล่าง กดได้จุมูก แล้ว

นวดคลึง หน้าผาก นวดคลึงขึ้นกลางกระหม่อม กดจุดในรูหู นวดคลึงขึ้นกลางกระหม่อม กदनาน 1

อึดใจ แล้วปล่อย

ชื่อหมอ นางอุบล ทิพย์ศ

อายุ 58 ปี บ้านเลขที่ 18 หมู่ที่ 4 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ประสบการณ์ในการรักษา 6 ปี

ความรู้การแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี คือ การนวดเพื่อสุขภาพ เป็นการนวดแบบประยุกต์ ผสมผสานเอาการนวดแบบสำนักและการนวดแบบพื้นบ้านเข้าด้วยกัน จากการได้เข้าไปสัมผัสกับงานบริการ ถึงได้รู้ว่ามีชาวบ้านหลายคนที่ต้องมาเจ็บป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้และเรียนรู้วิธีการบำบัดโรคด้วยตนเอง ถ้าสนใจ ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน แต่ด้วยเห็นว่ายังไม่มีแหล่งเรียนรู้ที่พอจะเปิดโอกาสให้ แนวทางการบำบัดโรคแบบหมอพื้นบ้าน คนไข้จะต้องมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่อง ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน

การใช้วิธีการรักษาจึงจะได้เห็นผลเร็ว แต่ที่ผ่านมาเห็นคนไข้มาขึ้นรอคิวเข้ารับบริการจากหมอแผนปัจจุบัน ทั้ง ๆ ที่โรคที่เป็นก็เป็นโรคและอาการพื้น ๆ น่าจะใช้ภูมิปัญญาบำบัดรักษาให้หายได้

ขั้นตอนการนวด

ซักถามประวัติคนไข้ ว่าสุขภาพเป็นอย่างไร อายุเท่าไร ทำงานอะไร อาการป่วยเป็นอย่างไร ถ้ารูปร่างสมบูรณ์สูงใหญ่ กล้ามเนื้อข้อกระดูกจะแข็งแรงก็ต้องใช้วิธีการนวด ธรรมดา ออกแรงไม่มาก

ถ้ารูปร่างโปร่งเล็ก ลักษณะธาตุลม ข้อกระดูกจะลั่นเวลาเดิน

วิธีการนวด ก็ต้องมีทั้งหนักและเบาสลับกัน เมื่อสังเกตดูแล้ว ก็จะลงมือนวดโดยใช้การนวดแบบพื้นฐาน 1 เที้ยว นอกจากนั้นจะดูตามอาการที่เป็น เช่น ปวดเมื่อย แขน ข้างซ้าย ก็ต้องนวดก้านหลัง ริมขอบสะบัก จนรอบคานหน้าจะกดเหนือหัวนม 4 นิ้วมือ แล้วเลื่อนไป ริมกระดูกไหปลาร้า แล้วกดข้อต่อไหล่ทั้งหน้า-หลัง ได้รักแร้กลางกล้ามเนื้อแขนท่อนบน ข้อศอกทั้งบนและล่างกลางกล้ามเนื้อแขนท่อนล่าง กดฝ่ามือจนทั่วแล้ว ดึงนิ้วมือจนลั่นทุกนิ้ว นวด 3 วัน วันละครั้ง คือ 1 มือ ถ้ายังไม่หายจะใช้น้ำมันสมุนไพรช่วย

สมุนไพรประกอบการนวด

หัวไพล

ขมิ้นอ้อย

เสลดพังพอน

การบูร

วิธีทำ หัวไพล ขมิ้นอ้อย เสลดพังพอน สิ่งละ 1 ส่วน ตำรวม การบูร พิมเสน เมนทอล อย่างละ 1 ช้อนแกง น้ำมันพืช 1 ลิตร เคี้ยวไฟอ่อน ๆ ผสมเสร็จยกลง เก็บไว้ใช้เมื่อจำเป็น

ชื่อหมอ นางอำนวย กองเอียด

อายุ 52 ปี อยู่บ้านเลขที่ 128 หมู่ที่ 1 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

อาชีพ หมอนวดแพทย์แผนไทย

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นายนำ แสงใส หมอแผนโบราณ และได้รับการอบรมมาจากกระทรวง
สาธารณสุข

วิธีการนวด

ชื่อหมอ นางเล็ก เอียดสั้น

อายุ 49 ปี อยู่บ้านเลขที่ 127 หมู่ที่ 1 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

อาชีพ ทำนา

ได้รับการอบรม จากสถานีนอนามัย และนางหมา คำกลั่น ผู้เป็นแม่

วิธีการนวด

ชื่อหมอ นางพล ขุนวัน

อายุ 50ปี บ้านเลขที่ 42 หมู่ที่ 10 ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
การศึกษา จบ ป.4

อาชีพ เกษตรกรรม

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้าน

1. รักษาโรคเข็บวม
2. นวดแก้กุนเคลื้อน
3. นวดแก้ฮัมพาด

ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก หมอคำ หมอคำแยบ้านท่าควาย
ประสบการณ์ในการรักษา 2 ปี

ความรู้ด้านหมอพื้นบ้านได้ถ่ายทอดให้กับลูกชาย ชื่อ นายอาเดียว ขุนวัน

โรคที่ท่านมีความชำนาญในการรักษา

1. แด่งกุน
2. นวดแก้เข็บวม

วิธีการรักษา นวดโดยใช้น้ำมันมะพร้าวทา ก่อน

ขั้นตอนในการรักษา

ตรวจดูอาการ โดยการสอบถามอาการจากผู้ที่มาเข้ารับการรักษา ระยะเวลาที่ป่วย ถ้าเป็นมานานเกิน 12 ปี จะไม่รับรักษาเพราะรักษาคงจะไม่หาย ถ้าป่วยไม่เกิน 8 ปี ก็ยังสามารถรักษาได้ สังเกตบริเวณที่เป็นถ้าเส้นเอ็นเป็นสีดำแล้วรักษาอาจไม่หาย

ขั้นตอนการนวด

เริ่มจากการเปิดตุลมที่นิ้วเท้าทุกนิ้ว นวดคลึงให้ทั่วหลังฝ่าเท้า เสร็จแล้วให้กดจุดเอ็นไฟที่ได้ตามจุดด้านใน นวดคลึงระหว่างข้อเท้าจนรอบ เสร็จแล้วให้เริ่มนวด เส้นเอ็นที่ขาทั้ง 3 ด้าน

แนวเส้นที่ 1 เริ่มจากเส้นแนวขา ด้านนอก เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มแนวกลางขา นวดไต่ขึ้นไปจนถึงหัวเข่า แล้วใช้หัวแม่มือกดจุดบริเวณใต้สะบ้าเข่าด้านนอก ต่ำลงจากสะบ้าหัวเข่าประมาณ 1 นิ้ว ระหว่างข้อต่อกระดูกเข่าด้านนอกนวดคลึงตามเส้นไปจนถึงสะโพก

แนวเส้นที่ 2 เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มด้านใน นวดตามแนวเส้นกลางขาตรงตาตุ่ม นวดคลึงตามแนวตรง ขึ้นมาจนถึงหัวเข่า เสร็จแล้วให้นวดแนวเส้นขาช่วงบน เริ่มจากจุดเหนือเข่านวดไต่เส้นกลางขาอ่อนด้านในจนลูกคันทัน

แนวเส้นที่ 3 นวดตามแนวเส้นได้ขา เริ่มจากจุดเหนือตาตุ่มนวดตามเส้นไต่ขึ้นมากลางเข่าจนถึงข้อพับเข่า เสร็จแล้วให้กดจุดใต้ข้อพับเข่ากดแซ่ไว้หนึ่งอึดใจ แล้วนวดไต่เส้นได้ขาช่วงบนจนถึงโคนขา

เมื่อนวดคลายเส้นขาจนครบ 3 แนวแล้ว ให้นวดคลึงบริเวณที่บวม เริ่มจากการนวดคลึงรอบ ๆ สะบ้า
เข่า โดยใช้นิ้วมือทั้ง 5 นิ้ว นวดคลึงไปรอบ ๆ เสร็จแล้วให้เริ่มนวดคลึงเส้นเอ็นได้ข้อพับเข่า ซึ่งเป็น
จุดรวมของเส้นเอ็นขาทั้งหมด โดยนวดคลึงทีละเส้น

เส้นที่ 1 อยู่ได้ข้อพับเข่าด้านริมนอก นวดคลึงโดยใช้นิ้วชี้หรือนิ้วกลางกดลงไปแล้วคลึงเส้นลงไป
ออกปลายนิ้วก้อย

เส้นที่ 2 อยู่ห่างจากเส้นที่ 1 ประมาณ 1 ซม. โดยนวดคลึงแล้วใช้นิ้วชี้หรือนิ้วกลางกดลงไปแล้ว
นวดคลึงเส้นลงไปออกปลายนิ้วนางที่ปลายเท้า

เส้นที่ 3 อยู่ห่างจากเส้นที่ 2 ประมาณ 1 ซม. นวดคลึงแล้วใช้นิ้วชี้หรือนิ้วกลางกดลงไป แล้วนวด
คลึงเส้นลงไปออกที่ปลายนิ้วกลางนิ้วเท้า

เส้นที่ 4 อยู่ห่างจากเส้นที่ 3 ประมาณ 1 ซม. นวดคลึงแล้วใช้นิ้วชี้หรือนิ้วกลางกดลงไป แล้วนวด
คลึงเส้นลงไปออกปลายนิ้วเท้า

เส้นที่ 5 อยู่ได้ข้อพับเข่าด้านริมใน นวดคลึงใช้นิ้วชี้หรือนิ้วกลางกดลงไปลงจะไปออกที่ปลายหัวแม่
เท้า เมื่อนวดเส้นได้ข้อพับเสร็จแล้ว ให้ใช้สันมือกดลงไปทีลูกคัน กดแซะไว้หนึ่งข้อนิ้ว เพื่อไล่ลมไป
ออกที่ปลายเท้า

ค่าบริการ เมื่อหายแล้วผู้ป่วยจะต้องส่งราชทุกคน โดยใช้หมาก 3 คำ พลุ 3 ใบ เทียน 1 เล่ม เงินค่า
ราชไม่จำกัด เมื่อส่งราชแล้วหมอจะต้องเอาข้าวไปถวายพระ

ข้อห้ามในการนวด หมอจะไม่นวดให้ใครในวันพระ และก่อนไหว้ครูหมอ 15 วัน หมอจะไม่นวดให้
ใครจนกว่าจะไหว้ครูหมอเสร็จเรียบร้อยแล้ว

การไหว้ครูหมอ จะทำทุกปีที่บ้านทำในช่วงเดือน 6 วันเสาร์ โดยจัดทำที่ 12

ข้อเสนอแนะ เวลาตื่นนอนตอนเช้าถ้าหากใครทำได้ให้เดินด้วยเท้าเปล่า บนก้อนกรวดเล็ก ๆ อย่างน้อย
วันละ 5 นาที เพราะจะได้นวดฝ่าเท้าซึ่งเป็นจุดรวมของเส้นประสาท

ชื่อหมอ นางเจน หนูเมียน

อายุ 58 ปี บ้านเลขที่ 271 ม. 5 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

มีประสบการณ์การนวดแผนโบราณมา 3 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก อาจารย์สุวัช ที่กรุงเทพฯ

โรคที่ชำนาญในการรักษา ปวดหลัง ปวดสะบัก

การรักษา ใช้การนวด และใช้สมุนไพรประคบ อบไอน้ำ สมุนไพร

การตรวจ ดูลักษณะ การเดินไม่ปกติ แขนงวดไม่เสมอกัน สีหน้าคูมีทุกข์ อารมณ์ไม่ดี

ขั้นตอนการนวด เตรียมปูผ้า พูกนึ่ง หมอนหนุนพอดี สถานที่โปร่ง อากาศดี หมอแต่งตัวสะอาด มีดอกไม้ที่มีกลิ่นหอม ให้คนไข้นอนหงาย หมอนั่งสมาธิระลึกถึงครูอาจารย์ผู้สอนวิชาให้ ขออนุญาตคนไข้

ท่าที่ 1 ใช้มือทั้ง 2 กดหลังเท้า แซ่ไว้ นับ 1 ถึง 39 แล้วปล่อย ต่อจากนั้นกดริมตาตุ่ม และรองนิ้วเท้าทั้งหมด นวดตามแนวเขาด้านใน ผ่านหัวเข่าเดินตามเส้น จนถึงขาหนีบ ให้คนไข้ นั่งยืดเท้าไปข้างหน้า พร้อมทั้งยื่นมือทั้ง 2 ข้าง ออกไปตรงเท้า หมอ เอาหัวเข่าดันหลังคนไข้ พร้อมกับถูหลัง 3 ครั้ง 3 จุด และละจุดห่างกัน 3 นิ้ว

ให้คนไข้ นั่งขัดสมาธิ เอามือทั้งสองประสานไว้ ท้ายทอย หมอสอดมือเข้าใต้แขนออกแรงเหยียดไปข้างซ้ายและขวา

คนไข่นั่งท่าเดิม หมอเอาศอก ทับบนขาทั้งสองข้างมือหมอ จับศรียะคนไข้อย่างออกแรงเหยียดไปข้างซ้ายและขวา

ท่านี้นี้เป็นความสามารถเฉพาะตัว ห้ามเลียนแบบอันตราย

ให้คนไข่นั่งให้เอามือประสานบนคอหมอ สอดมือเข้าใต้รักแร้ไปกุมข้อมือตัดมาหลัง หมอเอาเข่าดันเอวโยกทีหนึ่ง เอาเข่าดันหลัง แล้วโยกทีหนึ่ง เอาเข่าดันสะบักโยกทีหนึ่ง

การนวดศรียะ

หมอเอามือซ้ายประคองศรียะ มือขวากดจุดริมไรผม ท้ายทอย 3 จุด กดริมไรผมหลังหูทั้งสอง เลื่อนไปตัดดอกไม้ เลื่อนไปกดหัว gối หางคิ้วจดหน้าผาก นวดกดคลึงขึ้นบน 2 เที้ยว ใช้มือป้องหู ปิด-เปิดเพื่อไล่ลม

คนไข้ที่เคยรักษาหาย

นายพุ่ม จันทร์หนู	อาการ เหน็ดชา หลังเท้า
นายสุรินทร์ รัตนะศรี	อาการ ปวดหลัง ปวดเอว
นางละออง หนูชน	อาการ เวียนหัว อ่อนแรง ใจสั่น

สมุนไพรประกอบการนวด

มี ผิวมะกรูด ตะไคร้หอม เท้ายายหม่อม ใบมะขาม ใบจี่เหล็ก ใบข่า หัวไพล การบูร พิมเสน

วิธีทำ สับตากแดดให้แห้ง ใส่หม้อหนึ่ง ใช้รมไอน้ำ

สรรพคุณ แก้เจ็บเมื่อย บวมพอง ภูมิแพ้

การถ่ายทอด คิดจะให้ลูกหลาน แต่ขณะนี้ยังไม่มี

การไหว้ครู หมอจะจัดไหว้เอง ค่ายกครูคนละ 100 บาท

ชื่อหมอ นางเจียม ปานเพชร

อายุ 62 ปี บ้านเลขที่ 89/3 หมู่ที่ 7 ต.เขาชัยสน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ภูมิปัญญาการแพทย์ที่ท่านมี การนวดแก้ปวดเอว

รับการถ่ายทอดมาจาก นางแหม่ม ปานเพชร ผู้เป็นน้ำสาว

ประสบการณ์ 11 ปี

คนที่รักษาหาย นางสุคนธ์ รักพันธ์ อยู่ หมู่ 10 ต.คลองเฉลิม

การเตรียมสมุนไพร สมุนไพรที่ใช้ประกอบการนวด

หัวไพล ขมิ้นอ้อย เกลือ การบูร พิมเสน เมนทอล น้ำมันมะพร้าวใหม่

วิธีทำ หัวไพล 1 กก. , ขมิ้นอ้อย 1 กก. , น้ำมันมะพร้าว 2 ลิตร , เกลือ 1 ช้อนแกง , พิมเสน 1 ช้อน , เมนทอล 1 ช้อน หัวไพลและขมิ้นอ้อย ตำให้แหลก เสร็จแล้วเอาผสมตั้งไฟ เคี่ยว 20 นาที ยกตั้งให้เย็น แบ่งใส่ขวดไว้ใช้ ทาถูนวดแก้ เคล็ด ขัดยอก บวม

วิธีการรักษา ใช้วิชานวดแผนโบราณ

การตรวจ สังเกตอาการผู้ป่วย การลูกรัดไม่สะดวก เวลาลุกขึ้น มักจะหาที่ยึดเหนี่ยว

ขั้นตอนการนวด

ให้ผู้ป่วยนอนหงายที่นิ่ม และมีที่เกาะกุม คนไข้นอนหงาย หมอระลึกลึงครูอาจารย์

ลงมือตรวจ ท้องว่าเส้นท้องตึงหรือไม่ ถ้าอาการตึงเกิน จะใช้น้ำมันนวด ทาขโลมให้ทั่วท้อง ใช้มือลูบ ทั้ง 2 ข้าง สะดือ แบบโยกท้อง จากขวามาซ้าย จากซ้ายมาขวา รอบ ๆ สะดือ ประมาณว่าเส้นท้อง อ่อนลง จึงเน้นบางจุดที่ต้องการ

กดจุด 2 ข้างสะดือ ทั้งซ้ายและขวา อยู่ห่างจากสะดือ 2 นิ้ว ข้างบน 2 จุด ข้างล่าง 2 จุด เลื่อนไปกด ลูกดัน หมอเลื่อนตัวลงไปนวด ปลายเท้า ด้านนอก ด้านใน กดจุดเปิดประตูลม ระหว่างนิ้วเท้าทุกนิ้ว ใช้เท้าเหยียบคนไข้เบา ๆ เดินฝ่าเท้าขึ้นไปตามหน้าขา จนถึงจุดขาหนีบทั้ง 2 ข้าง มือหมอกอยพยุงไม่ให้ น้ำหนักลงมาก เสร็จแล้วให้คนไข้ขึ้นตะแคงขวา หมอเหยียบขาในด้านในจนนิ่ม อีกขาข้างซ้ายก็ทำเหมือนกัน

วิธีนวดสะโพก

สะโพกทั้งซ้ายและขวา นวดคลึงริมหัวกระดูกสะทาคเบา ๆ 1 เที้ยว แล้วลงน้ำหนักจุดที่สำคัญ คือ จุดบ่อเลือด บริเวณสะโพก จุดริมบั้นเอว ขนาบกระดูกสันหลัง นวดกันกบ นวดไต่ขึ้นสองข้างกระดูกสันหลัง กิ่งต้นคอ คอต่อ แล้วนวดแนวบ่าทั้งสอง นวดรอบปีกไก่ นวดขึ้นศรีษะ ทั้งด้านหน้า ด้านหลัง ริมหูทั้งสอง นวดจุดด้านมิดดอก ไปนวดไหล่ เดินมือออกแขน นวดคลึงตลอดปลายนิ้ว

การดัดแก้ปวดหลัง

ใช้ท่าบานพับ โดยผู้ป่วยนั่ง ยื่นเท้าทั้งสอง ไปข้างหน้าตรง ๆ แล้วก้มตัวยื่นแขนไป ซ้ายทีขวาที หมอช่วยเอามือขมบ่าให้คนไข้ก้มลงจนสุด

ท่าที่ 2 คนป่วยนั่งท่าเดิม ยื่นมือขวาและซ้าย แบบโอบกอดตัวเอง หมอจับมือคนไข้พร้อมกับดึงให้ตะแคงไปซ้ายทีขวาที

ท่าที่ 3 คนป่วยนั่งท่าเดิมอีก เอามือประสานต้นคอ หมอสอดมือ ทั้ง 2 พร้อมกันแล้วดึงไปหลัง หมอเอาหัวเข่า ดันรอกอยู่ระดับหลัง เหนือซี่โครงสุดท้าย 1 ฝ่ามือ ดึงเข่าไว้ 1 อึดใจ เสร็จแล้วปล่อย

จังหวะที่ 2 หมอเอาหัวเข่าดันรอกอยู่ระดับหลังให้ห่างจากจุดเดิม

ท่าที่ 4 คนป่วยนั่งท่าเดิมอีก หมอเลื่อนไปนั่งด้านหน้า ใช้เท้าทั้ง 2 ดันประกบก้นมือ หมอจับมือคนไข้ดึง เข่าไว้ 1 อึดใจ

ชื่อหมอ นายตั้ง เพชรรักษ์

อายุ 64 ปี บ้านเลขที่ 89 หมู่ที่ 7 ต.เขาชัยสน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ประวัติ นายตั้ง เพชรรักษ์ เดิมเป็นคนตำบลปรางหมู่ อ.เมือง ได้ออกจากบ้านเดิมมาอยู่ที่บ้านควนสัมพันธ หมู่ที่ 7 ต.เขาชัยสน พร้อมด้วย พี่ชายคือ นายก เพชรรักษ์ ทั้งสองคนเมื่อมาตั้งบ้านอยู่ต่างถิ่น ได้อาศัยวิชาหมอพื้นบ้านผูกมิตรกับบุคคลรอบข้าง นายกมีความรู้ด้านยาสมุนไพร นายตั้งเป็นหมอนวด ต่างคนต่างปรียาถึงวิชาที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากพ่อ ซึ่งเป็น หมอพื้นบ้าน ที่มีชื่อ ทั้งสองคนจึงเป็นที่เคารพนับถือ ขกย่องให้เป็นหมอประจำบ้านไปโดยปริยาย

อาชีพ ทำสวน

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี นวดแก้ปวดเมื่อยตามร่างกาย ปวดเอว ปวดหลัง

รับการถ่ายทอดความรู้มาจากพ่อ ซึ่งเป็นหมอพื้นบ้าน

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ยินดีให้ผู้ที่มีความสนใจจริง ได้เข้ามาเรียนรู้

วิธีการรักษา นวดโดยใช้น้ำมันมะพร้าว ทาบริเวณที่จะนวดก่อนทำการนวด

ขั้นตอนการรักษา แก้ปวดเอว

การตรวจอาการ ชักถามผู้ป่วยว่าปวดเอวเพราะอะไร ขกของหนักหรือเกิดจากอุบัติเหตุ ถ้าเกิดจากอุบัติเหตุมีรอยช้ำบวม จะค่อยนวดเมือหายจากบวมแล้ว เพราะจะทำให้อักเสบได้

ขั้นตอนการนวด

เริ่มจากให้ผู้ปวยนอนหงาย แล้วใช้น้ำมันมะพร้าวทาให้ทั่วท้อง เสร็จแล้วใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปทีจุดขนาบสะตือ กดแซ่ไว้ จุดละ 1 อึดใจ แล้วกดจุดเป็นแนวเส้นขนาบ ขึ้นมาตามกล้ามเนื้อท้องช่วงบน จนถึงลิ้นปี่ โดยกดแซ่ไว้ จุดละ 1 อึดใจ เสร็จแล้วให้ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไป จุดได้สะตือประมาณ 1 นิ้ว กดแซ่ไว้ 1 อึดใจ

การนวดคลายเส้นด้านหลัง

ให้ผู้ปวยนอนคว่ำแล้วใช้หัวแม่มือ กดลงไปทีจุดบ่อเลือดทั้ง 2 ข้าง กดแซ่ไว้ 1 อึดใจ เสร็จแล้วให้นวดคลายเส้น ขนาบกระดูกสันหลังโดยเริ่มจากจุดรอยปุ่มเหนือสะเอวทั้ง 2 ข้าง นวดตามเส้นขนาบกระดูกทั้ง 2 ข้าง ขึ้นไปจนถึงแนวปีกไก่ นวดอย่างน้อย 3 เที้ยว เสร็จแล้วให้เปิดประตูลม ช่วงล่างเพื่อไล่ลมไปสู่ปลายเท้า เริ่มจากการใช้สันมือ กดลงไปทีจุดใต้ข้อพับเข่า กดแซ่ไว้ 1 อึดใจ แล้วลงมากดจุดใต้ข้อศอกด้านใน กดแซ่ไว้ 1 อึดใจ แล้วกดจุดระหว่างนิ้วเท้าทุกนิ้ว

อาการปวดเอว

นอกจากการนวดแล้ว ต้องการใช้วิธีการคัด้วยจึงจะได้ผลเต็มที่

ท่าคัด้วยสำหรับอาการปวดเอว

ให้ผู้ปวยนั่งพับเพียบโดยเอามือทั้ง 2 ข้าง ประสานไว้ที่คอ แล้วจึงคัไปทางซ้ายของผู้ปวยทำสลับกันทั้ง 2 ข้าง

ข้อห้ามก่อนการทำการนวด ห้ามกินข้าวก่อนทำการนวด

สิ่งที่ต้องปฏิบัติก่อนการรักษา ให้ผู้ป่วยเอาเหล้ามาเพื่อตั้งหน้าหิ้ง เป็นการไหว้ครูหมอ (ครูหมอกินเหล้า)

การไหว้ครู ให้ผู้ป่วยนำข้าวไปวัด หรือจัดเตรียมมาให้พร้อมแล้วให้พาข้าวไปเองก็ได้ เมื่อนำข้าวไปวัดแล้วให้ภาวนาเพื่อรำลึกถึงครูหมออาจารย์

ครูหมอฟ่อ ครูหมอปู่ พ่อตาเพชร พ่อตาเผือก

ค่าบริการ แล้วแต่ผู้ป่วยจะให้ ตามศรัทธา

ชื่อหมอ นางเอียด อินสิดี

อายุ 64 บ้านเลขที่ 7/3 หมู่ที่ 3 ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี นวดแก้อาการเจ็บเมื่อย ปวดเอว

ประสบการณ์ในการรักษา 10 ปี

รับการถ่ายทอดมาจาก หมอคำ จันทวงศ์ ม. 12 ต.โคกม่วง และผ่านการอบรมการนวดแผนไทย โดยอาจารย์ลาก โพธิ์คำ ควนพระ

แนวคิดการถ่ายทอดองค์ความรู้ ใครก็ได้ที่สนใจอยากเรียนรู้ก็จะสอนให้ แต่ตอนนี้ยังหาคนสนใจไม่ได้ โรคที่ท่านมีความชำนาญที่สุด นวดแก้ปวดเอว ปวดเมื่อย

วิธีการรักษา นวดโดยใช้น้ำมันมะพร้าว มีอยู่ประจำที่บ้าน ใช้ทาให้ทั่วบริเวณที่ปวดก่อนนวด

ขั้นตอนการรักษา ตรวจอาการโดยถามผู้ป่วยว่าปวดเอวอย่างเฉียบหรือปวดหน้าท้องด้วยหรือไม่ ถ้าปวดท้องจะแนะนำให้ไปหาหมอแผนปัจจุบัน เพราะอาจเป็นอาการของโรคไต ไม่สามารถนวดได้ เพราะจะเกิดอันตรายต่อผู้ป่วยได้

วิธีการนวดแก้ปวดเอว

เริ่มจากการนวดหน้าท้อง โดยใช้หัวแม่มือ กดลงไปจุดขนานสะดือทั้ง 2 ข้าง กดแซะไว้จุดละ 1 อึดใจเสร็จแล้วให้ใช้หัวแม่มือทั้ง 2 ข้างกดลงไปจุดระหว่างกระดูกสะโพกด้านข้างกับกระดูกซี่โครงทั้ง 2 ข้าง กดแซะไว้ 1 อึดใจ

การนวดแนวเส้นด้านหลัง

ให้ผู้ป่วยนอนคว่ำ แล้วใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปบริเวณจุดบ่อเลือดทั้ง 2 ข้าง เสร็จแล้วให้เริ่มนวดแนวเส้นด้านหลัง เริ่มจากจุดรอยนูนเหนือสะเอวทั้ง 2 ข้าง นวดตามแนวเส้นขนานกระดูกสันหลังทั้ง 2 ข้าง นวดประมาณ 3 เที้ยวต่อมือ

การนวดแก้ปวดเมื่อยหรืออาการใด ๆ

ควรเปิดประตูลมทุกครั้งจะเปิดก่อนหรือหลังก็ตาม เพื่อป้องกันไม่ให้ลมติดค้างจุดใดจุดหนึ่งของร่างกาย ถ้านวดช่วงล่างให้เปิดให้ออกปลายเท้า ถ้านวดช่วงบนให้เปิดไปออกทางแขนหรือทางหู

ค่าบริการ หมอเอียดบอกว่าไม่ได้เอาค่าราชหรือเงินทองจากผู้ป่วยต้องการช่วยเหลือให้คนที่มีความทุกข์ได้พ้นทุกข์ถือว่าพอแล้ว

ปัจจุบันมีผู้ป่วยมาให้รักษามาก แต่หมอไม่ค่อยมีเวลา

การไหว้ครูหมอ ไม่มีการไหว้ครู เพราะท่านบอกว่าเป็นเรื่องยากสำหรับหมอที่ยังไม่มีความพร้อมแต่ทุกครั้งที่เขาเข้าไปวัดจะออกซื้อครูหมอเ็นทุกครั้ง เป็นครูหมอโดยรวมไม่ใช่คนใดคนหนึ่ง

ชื่อหมอ นางคลี หนูนวด

อายุ 61 ปี บ้านเลขที่ 121/1 หมู่ที่ 2 ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
การศึกษา จบ ป. 4

อาชีพปัจจุบัน ทำการเกษตร

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้าน

1. นวดแก้สะบักจม
2. การนวดแก้ปวดเอว
3. การนวดแก้อาการเจ็บเมื่อยต่าง ๆ

ได้รับการถ่ายทอดองค์ความรู้มาจาก นางพริ้ง ชุมทอง ซึ่งเป็นพี่สาวและหัดนวดตัวเองจนชำนาญ
การนวดรักษาโรคที่ท่านถนัด

1. นวดแก้สะบักจม
2. นวดแก้ปวดเอว

ขั้นตอนการนวดแก้สะบักจม

ผู้ป่วยนั่งพับเพียบ นวดบริเวณรอบปีกไก่ เริ่มจากแนวสุดกระดูกปีกไก่อด้านในระหว่างกระดูกสันหลัง
นวดกดจุดแต่ละจุด ห่างกันประมาณ 1 นิ้ว กดแซ่ไว้จุดละ 1 อึดใจ นวดกดมาตามแนวปีกไก่ กดแซ่
ไว้ 1 อึดใจ แล้วกดจุดแนวข้อต่อไหล่ ด้านหลังกด จากแนวบนลงมาถึง แนวรักแร้ด้านหลัง เสร็จ
แล้วใช้นิ้วหัวแม่มือ กดที่จุดใต้รักแร้ กดแซ่ไว้ 1 อึดใจ

ขั้นตอนการนวดแขน

เริ่มจากการนวดแขนด้านนอก และด้านใน ให้ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปจุดสุดกระดูกข้อต่อแขนช่วงบน
กดแซ่ไว้ 1 อึดใจ แล้วใช้นิ้ว หัวแม่มือลดต่ำลงมาอยู่ในแนวตรงรักแร้ แล้วใช้นิ้วชี้และนิ้วอื่น ๆ อยู่
ด้านในของแขนบริเวณใต้รักแร้ แล้วเริ่มนวดแขนด้านใน และด้านนอกไปพร้อม ๆ กัน นวดได้เส้น
ด้านใน ทั้ง 2 ด้าน ลงมาถึงข้อศอก เสร็จแล้วให้พับข้อศอกของผู้ป่วย โดยให้ปลายมือมาอยู่ที่
หน้าอก แล้วใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้กดจุดระหว่างข้อต่อศอกด้านนอก เสร็จแล้วให้ใช้นิ้วชี้กดลงไป
จุดข้อพับศอกด้านใน 1 อึดใจ แล้วนวดแขนช่วงล่างทั้งด้านในและด้านนอก โดยให้หัวแม่มืออยู่ด้าน
นอก นิ้วชี้และนิ้วอื่นอยู่ด้านในแขน นวดลงมาตามแนวเส้นกลางแขนทั้ง 2 ด้าน จนถึงข้อมือทั้งด้าน
ในและด้านนอก แล้วนวดคลึงหลังฝ่ามือจนทั่ว เสร็จแล้วเปิดประตูลมระหว่างนิ้วทุกนิ้ว พร้อมกับดึง
นิ้วมือจนลั่นทุกนิ้วด้วย

การกดจุดหลัก ๆ ในการนวดแก้สะบักจม

1. กดจุดรอบสะบักแนวล่าง (แนวปีกไก่) แซ่ไว้จุดละ 1 อึดใจ
2. กดจุดกลางสะบัก แซ่ไว้ 1 อึดใจ
3. กดจุดแนวข้อต่อไหล่ด้านหลัง จากแนวบนถึงแนวล่าง

4. กดจุดที่หัวไหล่ด้านนอก
5. กดจุดกลางแขนช่วงบนกลางกล้ามเนื้อ
6. กดจุดข้อต่อกระดูกข้อศอกด้านนอก และข้อพับศอกด้านใน
7. กดจุดข้อต่อข้อมือด้านบนและด้านล่าง
8. กดจุดข้อต่อกระดูกไหล่ด้านหน้าริมข้อต่อกระดูกด้านล่าง
9. กดจุดใต้รักแร้
10. กดจุดกลางแขนช่วงล่าง

การกดแต่ละจุด ควรใช้เวลา 1 อึดใจ

การนวดแก้ปวดเอว

ขั้นตอนการนวดให้คนไข้นอนคว่ำ เริ่มจากกดจุดบ่อเลือดทั้ง 2 ข้าง แล้วนวดคลึงขึ้นมาที่แนวสะเอว นวดตลอดแนวสะเอวทั้ง 2 ข้าง ทั้งซ้ายและขวา เสร็จแล้วให้นวดขึ้นมาตามแนวเส้นกระดูกสันหลังทั้ง 2 ข้าง นวดคลึงเส้นจนถึงแนวปีกไก่อี้นล่างนวดข้างละ 3 เที้ยว เสร็จแล้วให้ผู้ป่วย นอนหงาย เพื่อมานวดที่เส้นหน้าท้อง โดยเริ่มจากการใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดลงไปทีจุดบริเวณท้องน้อยแนวซิดกระดูก หัวสะโพกด้านหน้า เสร็จแล้วให้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดเลื่อนขึ้นมาตามจุดเส้นริมท้อง ด้านข้างกดได้ขึ้นมาจนถึงแนวริมชายโครง เสร็จแล้วให้เริ่มกดจากจุดขนบสะดือทั้ง 2 ข้าง นวดได้ขึ้นมาจนถึงลิ้นปี่ นวดแนวขนานขึ้นมา เสร็จแล้ว

ชื่อหมอ นายเขียน คำคง

อายุ 61 ปี บ้านเลขที่ 170 หมู่ที่ 4 ต.ห่านโพธิ์ อ.เขาสวน จ.พัทลุง
การศึกษา ป. 4

อาชีพ ทำนา

ความรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี

1. ต่อกระดูก
2. นวดคลายเส้นหลังต่อกระดูก

รับการถ่ายทอดมาจาก พ่อ หมอพูน คำคง

ประสบการณ์ในการรักษา 5 ปี

การเผยแพร่ความรู้ จะถ่ายทอดให้ลูกชาย นายมนตรี คำคง

โรคที่ท่านมีความชำนาญ ต่อกระดูกนวดคลายเส้น หลังรักษาหายแล้ว

วิธีการรักษา ใช้น้ำมัน กำกับด้วยคาถาในการต่อกระดูก

ขั้นตอนในการรักษา ตรวจดูอาการ ดูบาดแผล ที่เจ็บว่ามีกระดูกแตกหักกี่ท่อน กี่ชิ้น เมื่อตรวจดูแล้ว
ให้ผู้ป่วยนั่งคอย เพราะต้องเคี้ยวน้ำมันก่อน เพราะต้องใช้น้ำมันที่เคี้ยวใหม่ ๆ กันเชื้อโรคได้

วิธีการเยียวยา

ส่วนผสม ยาต่อกระดูก

1. พริกไทย
2. กระเทียม
3. เกล็ดตัวผู้ (เม็ดยาว)
4. หัวไพล
5. ขมิ้นอ้อย
6. ขนนมหนู
7. เขาคายขาว
8. ยาดำ
9. ผสมคน (เผาเอาขี้เถ้า)

ด้วยทุกอย่างตำให้แหลกแล้วผสมกับน้ำมันมะพร้าว ตั้งไฟเคี่ยวจนเดือด

ขั้นตอนการเข้าเฝือก

เลือกขนาดของเฝือกทำจากไม้ไผ่กำหยาบที่ตันแก่ มีหลายขนาด พอใส่เฝือกแล้ว จะมีผ้าขาวรองไว้อีก
ชั้น เพื่อสะดวกต่อการใส่ยาไม่เปื้อน

หลังจากใส่เฝือกแล้ว ผู้ป่วยจะต้องมาหาหมออีกไม่เกิน 7 วันต่อครั้ง หลังจากนั้น 15 วัน ถ้าผู้ป่วย
อาการไม่หนักเกินไปก็แก้เฝือกได้ ถ้าอาการเป็นมากก็ต้องใส่เฝือกเป็นเดือน

การดูแลหลังจากแก้เผือกแล้ว

ถามดูอาการของผู้ป่วย ว่าเป็นปกติหรือไม่ ถ้ามีอาการปวดเมื่อย เพราะลมติดก็ต้องใช้วิธีนวดคลายเส้น
ขั้นตอนการนวด

นวดคลึงบริเวณที่ผู้ป่วยรู้สึกปวดเมื่อย แล้วนวดตามแนวเส้น ถ้านวดแขนให้นวดบริเวณปวดเมื่อยก่อน
แล้วจึงเปิดประตูลมทุกร่องนิ้วมือ และนวดคลึงให้ทั่วฝ่ามือ หลังมือรอบ ๆ ข้อมือ นวดได้ทั้งแขนด้าน
นอก ด้านใน โดยใช้นิ้วหัวแม่มือ และนิ้วชี้ขนาบจนถึงข้อศอกพับ แล้วกดจุดบริเวณข้อพับศอก ทั้ง
ด้านบนด้านล่าง นวด 3 รอบ ถึงจุดรักแร้ เสร็จแล้วกดจุดกึ่งกลางระหว่าง หัวไหล่กับกระดูกไหปลาร้า
แล้วนวดรอบปีกไก่ กดจุดกลางปีกไก่ ด้านหลัง และกดจุดข้อต่อไหล่ ด้านหน้าด้านหลัง เพื่อไล่ลม ให้
เดินสะดวกขึ้น ถ้าเป็นที่ขาาก็ให้นวดในลักษณะเดียวกัน

ข้อแนะนำหลังการรักษา

ไม่ควรทำงานหนัก ในระยะแรก ๆ 1 ถึง 2 เดือน

ค่าบริการ เมื่อผู้ป่วยหายแล้วให้ไหว้ครูหมอ ทำได้ทุกเดือน โดยใช้หมากพลู 12 คำ ธูป 12 ดอก
เงิน 12 บาท ดอกไม้ 12 ดอก ค่าอื่น ๆ แล้วแต่จะให้ตามความพอใจ

ถ้าลืมไหว้ครูหมอ จะเกิดมีอันเป็นไปอย่างใดอย่างหนึ่ง

ประเพณีการไหว้ครู ของหมอจะทำการไหว้ครู ทุกปีกำหนดเดือน 6 วันพฤหัสบดีแรกของเดือน ทำ
ช่วงเช้า ถ้าหมอไม่ไหว้ครูหมอ ก็ต้องมีอันเป็นไปอย่างใดอย่างหนึ่ง

ผู้ป่วยที่รักษาหาย

นางใจ บ้านป่าแหลม มือหัก

นายแจ้ง นางพอม บ้านอยู่ไทยรัฐ มือหัก

นายไพรัช บ้านอยู่ไสกล้าย พ่อซื้อเลื่อน แม่ซื้อพูน

ชื่อหมอ นางพวงทิพย์ กล้าคง

ที่อยู่ ๓๒ ม. ๑๑ ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

โทรศัพท์ ๐๙๔-๖๑๓๐๐๘ ต่อ ๑๓๖๐ โรงพยาบาลพัทลุง

การรักษาที่ถนัด การรักษาโรคไหล่ติด การรักษาโรคปวดบ่อเลือด

ขั้นตอนการรักษา ตรวจอาการ

การรักษาโรคไหล่ติด

1. ให้คนไข้ชูแขนทีละข้าง ถ้าข้างที่ไหล่ติดจะชูขึ้นไม่สุด
2. เอามือไพล่หลังเหมือนผู้หญิงใส่ตะขอเสื้อชั้นใน ข้างที่ติดจะพาไปใส่เสื้อชั้นในไม่ได้
3. มือเท้าสะเอวทั้ง ๒ ข้างเขยื้อนหัวไหล่ข้างที่เป็นเขยื้อนไม่ได้
4. ชูมือไปหน้าทั้ง ๒ ข้าง บิดเข้าใน บิดออกนอก ถ้าบิดเข้าในไม่ได้หรือเจ็บแสดงว่าไหล่ติดด้านใน

ถ้าบิดออกนอกเจ็บแสดงว่าไหล่ติดด้านนอก

วิธีการนวดรักษา

๑. นวดพิน้ำ ๕๐,๗๐,๕๐ และ ๕๐,๕๐,๕๐ ปอนด์ ๓-๕ รอบ จนกางบ่าจะนุ่มเพราะคนที่ไหล่ติดบ่าจะแข็งมาก แล้วหมอนั่งทำพรหมสี่หน้า สัณฐาน ๕ ไหล่

กดที่ ๑ อยู่ปลายสะบักแขนนอก กด ๒ อยู่ระหว่างแนวคิงหู ถึงคิ้ว

จุด ๒ คือ อยู่ตรงกลางอย่างกล้าไปข้างหน้า เพราะเส้นเลือดดำอยู่แล้ว

จุดที่ ๓ ดำมาจาก จุด ๒ ๑ นิ้ว

จุดที่ ๔ ไหล่ปลาร้า ค้นเข้าไปจะร้าวลงสะบักและอก หมอหันหน้ากลับหาผู้ป่วย

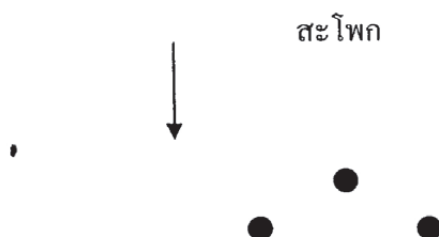
กดจุดที่ ๕ ได้รักแร้ เน้น จุด ๑ จุด ๕ ๓-๕ เที้ยว แล้วกลับมานวดบ่าอีกข้าง นวดสัก ๓ ครั้ง วันเว้น

วัน อาการดีขึ้นมาก

การรักษาโรคปวดบ่อเลือด ชาร้าวลงขา

วิธีการนวด

1. นวดฐานก่อนทั้งตัว
2. นวดรักษา



ให้คนไข้นอนตะแคงข้างที่เป็น กดจุด ๑ ๒ ๓ เน้น จุดที่ ๓ จุดที่ ๓ จะแข็ง ให้ตะแคงกลับขาข้างเดียวกัน

นวดขาด้านใน

แกว่นอนตะแคงนวดจุดเท้าสะเอวจุดที่ ๑

ทุกจุด เน้น ๓-๕ เทียว

กดจุดนับ ๑-๑๐ หนึ่งวงแน่นิ่ง

จุด ๓ สะโพกด้านนอก จุด ๒ ขาด้านใน

จุด ๑ สะเอว ๓,๒,๑

ข้างที่ ๒ คือ จุดที่เจ็บ

ชื่อหมอ นางล้น มีมูลิธี

อายุ

ที่อยู่

อาชีพปัจจุบัน ยังไม่มี

โรคที่ท่านมีความถนัด มดลูกเคลื่อน

ประสบการณ์ในการรักษา ปี

รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก

แนวคิดในการถ่ายทอดความรู้ ยินดีให้ทุกคนที่อยากเรียนรู้

วิธีการรักษา โรคมดลูกเคลื่อน ใช้การนวดและทาน้ำมันมะพร้าว

ขั้นตอนการรักษา

เริ่มจากการตรวจดูอาการของผู้ป่วยซักถามสาเหตุและที่มาของการเป็นมดลูกเคลื่อน เสร็จแล้วใช้นิ้วมือทั้ง ๒ ข้าง นวดคลึงรอบ ๆ ท้อง เพื่อดูว่ามดลูกเคลื่อนไปอยู่ในลักษณะอย่างไร

ขั้นตอนการนวด

เริ่มจากให้ผู้ปวยนอนหงายแล้วหมอนวดเส้นหน้าขาทั้ง ๒ ข้าง เพื่อคลายเส้น นวดประมาณ ๑๐ เทียว เสร็จแล้วให้เริ่มนวดบริเวณหน้าท้องโดยใช้หัวแม่มือทั้ง ๒ ข้าง นวดกดลงไปท่ริมกระดูกเชิงกรานหน้าท้องน้อยด้านล่าง ถ้าเริ่มจากทางขวาก็ให้นวดไปจนสุดริมกระดูกสะโพกด้านซ้าย เสร็จแล้วให้ใช้นิ้วมือทั้ง ๒ ข้าง นวดคลึงรอบ ๆ ท้อง ทั้งด้านบน ด้านข้าง และด้านล่าง ให้นวดในลักษณะเดียวกันหลาย ๆ ครั้งจนเอ็นหน้าท้องคลายได้ที่การนวดเคล้ามดลูกต้องนวดแบบนี้ อยู่ ๒ มือ พอมือที่ ๓ นวดเหมือนกัน นวดเสร็จแล้วก็เอามดลูกเข้าอุ้ได้เลย

การเอามดลูกเข้าอุ้ เมื่อนวดจนเอ็นหน้าท้องคลายเต็มที่แล้วให้ใช้มือทั้ง ๒ ข้าง คว่ำลงไปท่บริเวณหน้าท้องน้อยด้านล่าง แล้วค่อย ๆ ลากมือทั้ง ๒ ข้าง ขึ้นมาหาสะดือ เพื่อแต่งมดลูกให้อยู่ในอุ้มมดลูก เมื่อมดลูกลงในอุ้มแล้วให้ใช้คาถาพังหรั่งมดลูกเอาไว้ (สำหรับคาถาขอสงวนลิขสิทธิ์ไว้ก่อน)

ค่าบริการ แล้วแต่ผู้ป่วยจะให้ ส่วนมาก ๓ มือ ๑๐๐ บาท

การไหว้ครู ทำทุกปีในช่วง เดือน ๖ ข้างขึ้น

ชื่อหมอ นางนวม โกติยะ

อายุ ๖๐ ปี บ้านเลขที่ ๑๖๕/๑ ม.๑๐ ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
อาชีพ ทำนา

ความรู้การแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี คือ หมอตำแย

แหล่งเรียนรู้ ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางแควด อ่อนแก้ว ผู้เป็นแม่ ซึ่งอยู่บ้านปากสระ
ประสบการณ์ในการรักษา ๒๐ ปี

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ตอนนี้ยังไม่มีคนที่รับ แต่เมื่อถึงเวลาที่จะมีคนรับการถ่ายทอดเอง
โรคที่ท่านมีความชำนาญมากที่สุด คือ หมอตำแย

วิธีการดูแลก่อนคลอด การรับฝากท้อง

การฝากท้องจะเริ่มฝากท้องตอนอายุครรภ์ประมาณ ๗ เดือน โดยจะมาให้หมอแต่งท้องทุก ๆ เดือน
เดือนละครั้ง ถึง ๒ ครั้ง การแต่งท้องจะช่วยแต่งเด็กให้ดีให้เด็กอยู่ในท่าตรง ถ้าท้องเกิน ๕ เดือนแล้ว
จะแต่งท้องไม่ได้ การฝากท้องจะต้องเอารูปเขียน หมากพลู ๓ คำ

ขั้นตอนการแต่งท้อง

จะเหยียบตามหน้าขาโดยเริ่มตั้งแต่ปลายเท้าไปจนถึงลูกคันทัน การเหยียบหน้าขานี้จะช่วยคลายเส้นให้อ่อน
แล้วจะแต่งท้องได้ง่ายขึ้น โดยท่าที่ ๑ ท่าอักษรหมี คือนอนตะแคงแล้วเหยียบ ทั้งซ้ายและขวาสลับกัน
ท่าที่ ๒ ขาทับคือ ๒ ขา เหยียดตรงแล้วเหยียบทั้ง ๒ ขาสลับกัน โดยนอนตะแคง
ท่าที่ ๓ ท่านอนหงาย นอนเหยียดขาตรง ๆ แล้วเหยียบตั้งแต่ปลายเท้าจนถึงขาหนีบ เหยียบ ๒-๓
เที่ยว สลับกันทั้ง ๒ ข้าง

ขั้นตอนการคลอด

เมื่อถึงเวลาจะเจ็บที่ท้อง ถ้าเจ็บถี่ ๆ ก็เลือดออก มีตกเมือก ท้องพูนสูง ถ้าตกเมือกปนเลือดแสดงว่าใกล้
คลอดเต็มที แต่ถ้าช่องคลอดสูงเกิดไม่ได้ก็ส่งโรงพยาบาลเลย เมื่อได้เวลาลคลอดหัวเด็กจะเลื่อนต่ำลง
แล้วก็ออกมาที่ช่องคลอด แล้วหมอก็ให้กำลังใจแม่โดยบอกว่าให้เบ่ง เมื่อคลอดออกมาแล้วก็จะผูก
สะดือแล้วตัดสายสะดือ วางเด็กไว้แล้วก็เอารกออกแล้วก็ล้างเด็กให้สะอาด แล้วก็ให้แม่อยู่ไฟ

ขั้นตอนการอยู่ไฟ

๑. ให้แม่นอนบนแคร่แล้วก่อไฟไว้ข้าง ๆ เพื่อรมให้แม่อบอุ่นอยู่เสมอ
๒. ให้นำก้อนเสาที่หมกไฟไว้นั้นไปราดน้ำ แล้วเอาผ้ามาห่อเอาไปประคบที่หน้าท้องเพื่อให้มดลูก
แห้งเร็วทำอยู่ประมาณ ๗ วัน ใส่เวียนให้รอบก้นอย่าทับมดลูกเพราะมดลูกจะแบน เส้นจะกลบจะเดิน
ไม่ค่อยได้

วิธีการเหยียบหลังคลอด จะเหยียบเหมือนกับตอนแต่งท้อง แต่จะเพิ่มท่านอนคว่ำโดยจะเหยียบจาก
ปลายเท้าถึงต้นคอแต่จะเหยียบนานกว่าตอนเหยียบหลังคลอด

1. นั่งพับเพียบ หมออยู่ด้านหลังผู้ป่วย หมอจับมือขวาและมือซ้ายของผู้ป่วย ผู้ป่วยอยู่ในท่ากอดอก แล้วหมอก็จะจับทั้งมือซ้ายและมือขวาโดยจับมือซ้ายบิดไปทางขวา จับมือขวามือบิดไปทางซ้าย
2. นอนคว่ำอีกครั้งแล้วเอาขาพับไขว้กันคนปลายเท้าให้ถึงสะโพก โดยเข่าของหมอดันอยู่ที่ข้างสะโพกผู้ป่วยแล้วเอากลับมาไว้ที่เดิมในท่าเหยียดตรงแล้วก็พับเข่าอีกครั้งโดยไม่ต้องไขว้ แล้วก็นวดนูนโดยการคลึงที่ท้องไปรอบ ๆ
3. เหยียบนอนหงาย ทำนี้จะเหยียบเฉพาะหน้าขา ด้านหน้าทั้งสองข้างสลับกันโดยเริ่มเหยียบจากโคนขาใต้มาตามเส้นผ่านขาอ่อนแล้วผ่านหัวเข่า แล้วลงมาถึงปลายเท้า แล้วทำแบบนี้เหมือนกันทั้ง ๒ ข้าง
4. เหยียบเพื่อเคล้ามดลูกให้ผู้ป่วยนอนหงาย แล้วเริ่มเคล้านูนที่หน้าท้องโดยใช้ฝ่ามือขนาดเคล้าให้เป็นวงกลม แล้วรีดมาที่บ่อน เพื่อให้เกิดเสียดค้างอยู่ในบ่อนออกมาให้หมด แล้วค่อย ๆ เอมมดลูกเข้าอยู่คือ ๒ มือ ค่อย ๆ จัดไปที่ท้องน้อยเพื่อให้เข้าบ่อน แสดงว่ามดลูกเข้าอยู่แล้ว

ชื่อหมอ นางล้น มีมุสิก

อายุ

ที่อยู่

อาชีพปัจจุบัน ยังไม่มี

โรคที่ท่านมีความถนัด มดลูกเคลื่อน

ประสบการณ์ในการรักษา ปี

รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก

แนวคิดในการถ่ายทอดความรู้ ยินดีให้ทุกคนที่อยากเรียนรู้

วิธีการรักษา โรคมดลูกเคลื่อน ใช้การนวดและทาน้ำมันมะพร้าว

ขั้นตอนการรักษา

เริ่มจากการตรวจดูอาการของผู้ป่วยซักถามสาเหตุและที่มาของการเป็นมดลูกเคลื่อน เสร็จแล้วใช้นิ้วมือ
ทั้ง ๒ ข้าง นวดคลึงรอบ ๆ ท้อง เพื่อความคลุกเคล้าไปอยู่ในลักษณะอย่างไร

ขั้นตอนการนวด

เริ่มจากให้ผู้ปวยนอนหงายแล้วหมอนวดเส้นหน้าขาทั้ง ๒ ข้าง เพื่อคลายเส้น นวดประมาณ ๑๐ เทียว
เสร็จแล้วให้เริ่มนวดบริเวณหน้าท้องโดยใช้หัวแม่มือทั้ง ๒ ข้าง นวดกดลงไปที่ริมกระดูกเชิงกรานหน้า
ท้องน้อยด้านล่าง ถ้าเริ่มจากทางขวาก็ให้นวดไปจนสุดริมกระดูกสะโพกด้านซ้าย เสร็จแล้วให้ใช้นิ้วมือ
ทั้ง ๒ ข้าง นวดคลึงรอบ ๆ ท้อง ทั้งด้านบน ด้านข้าง และด้านล่าง ให้นวดในลักษณะเดียวกันหลาย ๆ
ครั้งจนเอ็นหน้าท้องคลายได้ที่การนวดเคล้ามดลูกต้องนวดแบบนี้ อยู่ ๒ มือ พอมือที่ ๓ นวด
เหมือนกัน นวดเสร็จแล้วก็เอามดลูกเข้าอุ้งได้เลย

การเอามดลูกเข้าอุ้ง เมื่อนวดจนเอ็นหน้าท้องคลายเต็มที่แล้วให้ใช้มือทั้ง ๒ ข้าง คว่ำลงไปทีบริเวณหน้า
ท้องน้อยด้านล่าง แล้วค่อย ๆ ลากมือทั้ง ๒ ข้าง ขึ้นมาหาสะดือ เพื่อแต่งมดลูกให้อยู่ในอุ้งมดลูก เมื่อ
มดลูกลงในอุ้งแล้วให้ใช้คาถาพั่งหรั่งมดลูกเอาไว้ (สำหรับคาถาขอสงวนลิขสิทธิ์ไว้ก่อน)

ค่าบริการ แล้วแต่ผู้ป่วยจะให้ ส่วนมาก ๓ มือ ๑๐๐ บาท

การไหว้ครู ทำทุกปีในช่วง เดือน ๖ ข้างขึ้น

ชื่อหมอ นางนวม โกติยะ

อายุ ๖๐ ปี บ้านเลขที่ ๑๖๕/๑ ม.๑๐ ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

อาชีพ ทำนา

ความรู้การแพทย์พื้นบ้านที่ท่านมี คือ หมอตำแย

แหล่งเรียนรู้ ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางแหวด อ่อนแก้ว ผู้เป็นแม่ ซึ่งอยู่บ้านปากสระ

ประสบการณ์ในการรักษา ๒๐ ปี

การถ่ายทอดองค์ความรู้ ตอนนี้ยังไม่มีคนที่รับ แต่เมื่อถึงเวลาที่จะมีคนรับการถ่ายทอดเอง

โรคที่ท่านมีความชำนาญมากที่สุด คือ หมอตำแย

วิธีการดูแลก่อนคลอด การรับฝากท้อง

การฝากท้องจะเริ่มฝากท้องตอนอายุครรภ์ประมาณ ๓ เดือน โดยจะมาให้หมอแต่งท้องทุก ๆ เดือน เดือนละครั้ง ถึง ๒ ครั้ง การแต่งท้องจะช่วยแต่งเด็กให้ดีให้เด็กอยู่ในท่าตรง ถ้าท้องเกิน ๕ เดือนแล้ว จะแต่งท้องไม่ได้ การฝากท้องจะต้องเอารูปเขียน หมากพลู ๓ คำ

ขั้นตอนการแต่งท้อง

จะเหยียบตามหน้าขาโดยเริ่มตั้งแต่ปลายเท้าไปจนถึงลูกคันทัน การเหยียบหน้าขานี้จะช่วยคลายเส้นให้อ่อน แล้วจะแต่งท้องได้ง่ายขึ้น โดยทำที่ ๑ ทำยักยัดเหยียบ คือนอนตะแคงแล้วเหยียบ ทั้งซ้ายและขวาสลับกัน ทำที่ ๒ ขาทับคือ ๒ ขา เหยียบตรงแล้วเหยียบทั้ง ๒ ขาสลับกัน โดยนอนตะแคง

ทำที่ ๓ ท่านนอนหงาย นอนเหยียบขาตรง ๆ แล้วเหยียบตั้งแต่ปลายเท้าจนถึงขาหนีบ เหยียบ ๒-๓ เท้าสลับกันทั้ง ๒ ข้าง

ขั้นตอนการคลอด

เมื่อถึงเวลาจะเจ็บที่ท้อง ถ้าเจ็บถี่ ๆ ก็เลือดออก มีตกเมือก ท้องพุงสูง ถ้าตกเมือกปนเลือดแสดงว่าใกล้คลอดเต็มที่ แต่ถ้าช่องคลอดสูงเกิดไม่ได้ก็ส่งโรงพยาบาลเลย เมื่อได้เวลาลคลอดหัวเด็กจะเลื่อนต่ำลง แล้วก็ออกมาที่ช่องคลอด แล้วหมอก็ให้กำลังใจแม่โดยบอกว่าให้เบ่ง เมื่อคลอดออกมาแล้วก็จะผูกสะดือแล้วตัดสายสะดือ วางเด็กไว้แล้วก็เอารกออกแล้วก็ล้างเด็กให้สะอาด แล้วก็ให้แม่อยู่ไฟ

ขั้นตอนการอยู่ไฟ

๑. ให้แม่นอนบนแคร่แล้วก่อไฟไว้ข้าง ๆ เพื่อรมให้แม่อบอุ่นอยู่เสมอ

๒. ให้นำก้อนเสาที่หมกไฟไว้นั้นไปราดน้ำ แล้วเอาผ้ามาห่อเอาไปประคบที่หน้าท้องเพื่อให้มดลูกแห้งเร็วทำอยู่ประมาณ ๓ วัน ใส่เวียนให้รอบก้นอย่าทับมดลูกเพราะมดลูกจะแบน เส้นจะกลบจะเดินไม่ค่อยได้

วิธีการเหยียบหลังคลอด จะเหยียบเหมือนกับตอนแต่งท้อง แต่จะเพิ่มท่านอนคว่ำโดยจะเหยียบจากปลายเท้าถึงต้นคอแต่จะเหยียบนานกว่าตอนเหยียบหลังคลอด

1. นั่งพับเพียบ หมออยู่ด้านหลังผู้ป่วย หมอจับมือขวาและมือซ้ายของผู้ป่วย ผู้ป่วยอยู่ในท่ากอดอก แล้วหมอก็จะจับทั้งมือซ้ายและมือขวาโดยจับมือซ้ายบิดไปทางขวา จับมือขวาบิดไปทางซ้าย
2. นอนคว่ำอีกครั้งแล้วเอาขาพับไขว้กันดันปลายเท้าให้ถึงสะโพก โดยเข่าของหมอดันอยู่ที่ข้างสะโพกผู้ป่วยแล้วเอากลับมาไว้ที่เดิมในท่าเหยียดตรงแล้วก็พับเข่าอีกครั้งโดยไม่ต้องไขว้ แล้วก็นวดก้นโดยการคลึงที่ท้องไปรอบ ๆ
3. เหยียบนอนหงาย ทำนี้จะเหยียบเฉพาะหน้าขาด้านหน้าทั้งสองข้างสลับกันโดยเริ่มเหยียบขาจากโคนขาใต้มาตามเส้นผ่านขาอ่อนแล้วผ่านหัวเข่า แล้วลงมาไว้ถึงปลายเท้า แล้วทำแบบนี้เหมือนกันทั้ง ๒ ข้าง
4. เหยียบเพื่อเคล้ามคลุกให้ผู้ป่วยนอนหงาย แล้วเริ่มเคล้าก้นที่หน้าท้องโดยใช้ฝ่ามือนวดเคล้าให้เป็นวงกลม แล้ววิ่งมาที่บ่อน เพื่อให้เกิดเสียดสีค้างอยู่ในบ่อนออกมาให้หมด แล้วค่อย ๆ เอามคลุกเข้าอยู่คือ ๒ มือ ค่อย ๆ จัดไปที่ท้องน้อยเพื่อให้เข้าบ่อน แสดงว่ามคลุกเข้าอยู่แล้ว

ภาคผนวก ข.

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นของคณะที่ปรึกษางานวิจัย

การเติบโตและการพัฒนาของการวิจัยท้องถิ่น

ในฐานะที่เป็นที่ปรึกษา ของหน่วยประสานงาน สกว.พัทลุงมา ตั้งแต่ต้นได้เห็นความเติบโตของทีมวิจัยหมอพั้นบ้านเขาชัยสน เป็นลำดับมา ตั้งแต่เริ่มคิดและแสวงหาภาคีร่วม จนกระทั่งได้ลงไปทำงานร่วมกับโรงเรียนบ้าง สถานีอนามัยบ้าง สาธารณสุขอำเภอบ้าง เห็นความตั้งใจจริงของทีมวิจัย เห็นความทุ่มเทและเอาใจจริงอย่างยิ่ง จนมีผลงานเป็นที่ประจักษ์ ได้รับเชิญให้ไปนำเสนอผลงานในที่ต่าง ๆ รวมทั้งมหาวิทยาลัยและประชาคมวิจัยทั่วไป นับว่าเป็นทีมวิจัยชาวบ้านที่น่าชื่นชม ทีมหนึ่ง แม้เมื่อคราวที่ สกว. จัดให้ทีมวิจัยฯ ไปดูงานการสังคายนา ตำราหมอพั้นบ้านภาคเหนือ ที่วิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านล้านนา (ในมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย) ทีมวิจัยหมอพั้นบ้านก็อุดסה นั่งรถกระบะ กันไประยะทาง ไป - กลับ รวม 3,000 กิโลเมตร ก็ไม่บ่น มีแต่บรรยากาศการเรียนรู้สนุกสนาน ทำให้คณะผู้ประสาน มีกำลังใจ สนับสนุนให้ทำวิจัยต่อ และทีมวิจัยก็ตัดสินใจ ทำวิจัยเรื่องการนวดแบบพื้นบ้านเขาชัยสน ซึ่งเป็นจุดเด่นของหมอพั้นบ้านเขาชัยสนอยู่แล้ว แต่ก็ไม่ใช่เรื่องง่ายเลย ทีมวิจัยต้องฝ่าฟันอุปสรรคนานา ในการทำวิจัยทุกขั้นตอน ต้องปรับทีมกับตลอด เพื่อให้เกิดความกระชับและได้เนื้องาน แต่การทำงานวิจัยก็ยังหนักอยู่ดี คณะผู้สนับสนุนก็ต้องให้กำลังใจโดยตลอด เพราะนอกจากเห็นความตั้งใจจริงแล้ว ยังมองว่า งานวิจัยชิ้นนี้จะมีประโยชน์ต่อสาธารณะชนอย่างมาก ทั้งในแง่การศึกษา การพัฒนาบุคลากรสาธารณสุข นับเป็นเรื่องน่ายินดีอย่างยิ่ง เมื่อสถาบันวิจัยและพัฒนาสุขภาพภาคใต้ (วพส.) ได้เข้ามาให้การสนับสนุนการต่อยอดงานวิจัยฯ ให้สามารถพัฒนางานวิจัยให้เป็นตำราของชุมชน ประกอบกับประสบการณ์การดูงาน จากวิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านล้านนา ทำให้ทีมวิจัย สามารถจัดการสังคายนาตำราการนวด แบบพื้นบ้านเขาชัยสน ขึ้นมาได้เชื่อว่า ตำราทั้ง 3 เล่ม จะเป็นบทเรียน ในการทำวิจัยให้กับชาวบ้านกลุ่มอื่น ๆ รวมทั้งเป็นกำลังใจให้กับประชาคมวิจัย ระดับชาวบ้านว่า ถึงแม้จะเป็นระดับชาวบ้าน แต่ถ้ามีความตั้งใจจริงแล้ว เรื่องยาก ๆ ที่นักวิชาการทั้งหลายอาจจะทำไม่ได้ แต่ชาวบ้าน ทำได้

ในด้านเนื้อหาสาระนั้นในระดับหนึ่ง คงจะสามารถนำไปใช้ฝึกนวดได้ แต่ยังคงต้องปรับปรุงอีกมาก เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ถึงอย่างไร งานวิจัยของชาวบ้านชุดนี้ นับว่าเป็นงานคุณภาพการต่อชุมชนอย่างยิ่ง แม้จะเป็นเพียงผู้สนับสนุน ช่วยเหลือ เป็นพี่เลี้ยงแต่ก็มีความภูมิใจอย่างยิ่งที่งานชุดนี้สำเร็จออกมาได้อย่างเต็มภาคภูมิ

นายสมคิด ทองสง บก. บว.

ผู้อำนวยการสถานศึกษาโรงเรียนวชิรธรรมสถิต

ที่ปรึกษา สกว. (หน่วยประสานงานจังหวัดพัทลุง)

คู่มือการนัดบำบัดรักษา

เวทียอบต.โคกม่วง ตำบลโคกม่วง อำเภอเขาชัยสน

1. ประเด็นข้อมูลของหมอพื้นบ้าน

- 1.1. ควรเพิ่มเติมจุดเด่นของหมอแต่ละคนว่ามีความเชี่ยวชาญในการบำบัดโรคใดเป็นพิเศษเพื่อที่จะได้จัดหมวดหมู่ของอาการได้ละเอียดยิ่งขึ้น เช่น ปวดหลังปวดสะเอว
- 1.2. ควรรวบรวมเทคนิค และวิธีการเฉพาะของหมอแต่ละคนที่ใช้ในการบำบัดดูแลผู้ที่มาใช้บริการ เช่น บางคนอาจใช้น้ำมัน น้ำมันตหรือคาถากำกับไปด้วย มีการกำหนดช่วงระยะเวลาของการนัดว่ากี่มือ รับนัดในวันไหนหรือมีอะไรที่ต้องห้ามบ้าง อาหารการกินต้องกินหรืองดกินอะไรเป็นพิเศษหรือไม่
- 1.3. หมอคนใดที่ประกอบอาชีพนี้เป็นอาชีพหลัก ดูแลผู้มีอาการอย่างต่อเนื่องจนหายหรือมีการรับไว้ดูแลค้างคืนที่บ้านของหมอเองหรือไม่
- 1.4. การเข้ารับการอบรมความรู้เพิ่มเติมของหมอแต่ละคนทั้งการอบรมจากทางราชการ หรือ เอกชน ซึ่งอาจทำให้เกิดการบูรณาการองค์ความรู้ของหมอแต่ละคนในการบำบัดเกิดเป็น พัฒนาการขององค์ความรู้ใหม่ที่ผสมผสานระหว่างองค์ความรู้เดิมและองค์ความรู้ที่ได้รับการอบรมเพิ่มเติม โดยจะมีผลต่อบทนิยามของ “ ภูมิปัญญาหมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน ” ว่ามีอัตลักษณ์ของตนเองอย่างไร

2. ข้อควรระวังของการนัดแบบอำเภอเขาชัยสน

ควรจะมีการขยายความในบางประเด็นให้ชัดเจนขึ้น เช่น มีอาการป่วย เป็นไข้ ควรจะระบุอาการให้ชัดเจนไปเลยว่า ตัวร้อน หนาวสั่น ชัก ชมปาก คลื่นไส้ อาเจียน กินไม่ได้ ฯลฯ มีการอาการอย่างเดียวหรือร่วมกันหลายอย่าง เป็นมากี่วันแล้วจึงห้ามนัด ทั้งนี้ก็เพื่อให้เห็นถึงวิธีการในการวินิจฉัยของหมอพื้นบ้านเขาชัยสนอย่างชัดเจน

3. จรรยาบรรณของหมอนัดแบบพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน

(ถ้าเป็นไปได้) ควรจะนำเสนอในมิติของเวลาด้วยว่า เมื่อก่อน 10 – 20 ปีมาแล้ว หมอมีจรรยาบรรณอะไรบ้าง ปัจจุบันมีข้อไหนเปลี่ยนแปลงไปแล้วหรือไม่ อย่างไร หรือข้อไหนที่เพิ่มเติมขึ้นใหม่เพราะเหตุใด และสุดท้ายจรรยาบรรณที่เห็นร่วมกันของหมอพื้นบ้านคืออะไร

อีกประเด็นหนึ่งที่สำคัญ คือ การจัดระบบการสมนาคุณ หรือค่าตอบแทนสำหรับหมอแต่ละคนในการให้บริการนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทบทวนหรือพูดคุยกันระหว่างกลุ่มหมอพื้นบ้านเองว่าจะมีทิศทางไปตามแนวทางใด จะไปสู่การสร้างอาชีพใหม่หรือเป็นไปเพื่อการช่วยเหลือดูแลกันเองในชุมชน เพราะหากเป็นไปในทางที่จะสร้างอาชีพหรือรายได้เป็นหลัก ก็ต้องกำหนดค่าตอบแทนที่ชัดเจนมีมาตรฐานเดียวกัน และต้องพิจารณาในประเด็นของกฎหมายที่เกี่ยวข้องด้วย ทั้งนี้จะเป็นไปในทางใดอาจแสดงเจตนาไว้ให้ชัดเจนในหมวดจรรยาบรรณก็ได้

4. การเตรียมตัวก่อนนวด

ข้อนี้ก็เช่นเดียวกันกับข้อ 3 กล่าวคือ ควรจะนำเสนอว่าเมื่อก่อนหมอต้องเตรียมตัวอย่างไร และปัจจุบันต้องเตรียมตัวอย่างไร เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของสังคม การพัฒนาที่ทันสมัยขึ้น มีไฟฟ้าใช้ มีรถยนต์ รถจักรยานยนต์ ที่ให้ความสะดวกในการเดินทางอาจมีผลต่อการเตรียมตัวของหมอแต่ละคนได้

5. เทคนิคการนวดพื้นบ้านแบบอำเภอเขาชัยสน

ตามที่เสนอไปในข้อที่ 1 แล้วว่า ควรจะมีการจัดเก็บข้อมูลในรายละเอียดเกี่ยวกับเทคนิควิธีการของหมอแต่ละคนทั้งจากที่ได้รับสืบทอดมาและที่ปฏิบัติจริง (ซึ่งบางครั้งที่ได้รับสืบทอดมาอาจจะไม่ได้ปฏิบัติแล้วในปัจจุบัน) หรือบางคนอาจใช้เทคนิควิธีการสมัยใหม่ร่วมด้วย เช่น การใช้ปรอทวัดไข้ การให้ยาแผนปัจจุบันร่วมด้วย ฯลฯ และความเห็นร่วมของหมอพื้นบ้านในการจัดทำคู่มือ ฯ เป็นอย่างไร

ทั้งนี้ ทีมวิจัยควรจะได้มีระบบการบันทึกและเก็บข้อมูลการปฏิบัติงานของหมอพื้นบ้านเขาชัยสนอย่างเป็นระบบ ตั้งแต่ข้อมูลผู้มารับบริการ การให้การบำบัด ข้อแนะนำต่าง ๆ ตลอดจนผลการให้บริการว่าดีขึ้นหรือไม่ หรือมากน้อยเพียงใด เป็นไปตามคู่มือที่ได้ร่วมกันจัดทำหรือไม่ ทั้งนี้เพื่อให้การติดตามการดำเนินงานของหมอพื้นบ้านเขาชัยสน การทบทวนองค์ความรู้เพื่อปรับปรุงคู่มือ ฯ เป็นไปอย่างมีระบบและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

นายสุนทร คงทองสังข์

เจ้าหน้าที่วิเคราะห์นโยบายและแผน 8

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพัทลุง

การนวดแบบพื้นบ้านเขษย์สน กับเส้นประธาน 10

การนวด ถือเป็นภูมิปัญญาไทย ที่มีมาช้านานก่อนประวัติศาสตร์ สันนิษฐานกันว่า มนุษย์เริ่มรู้จักการนวด อาจจะเป็นก่อนที่จจะรวมตัวกันเป็นชนเผ่า เพราะทุกคนต้องดิ้นรนในการดำรงชีพ การประสพภัยทางธรรมชาติ อาจเกิดอุบัติเหตุต่าง ๆ พลัดตกหกล้ม หรือปวดเมื่อยกล้ามเนื้อจากการ ออกแสวงหาอาหาร จึงพยายามช่วยเหลือตัวเองโดยการ กด บีบ คลำ คลึง คัด คึง ยืด ตัวเอง เพื่อให้หายจากอาการนั้น ๆ เมื่อรวมตัวกันตั้งถิ่นฐาน วิวัฒนาการในการนวด ก็ค่อยพัฒนาจากการช่วยเหลือตนเองขยายไปสู่ พ่อแม่ พี่ น้อง และเพื่อนบ้าน โดยใช้ความรู้ที่ตน ช่วยเหลือ "ตนเอง" และได้ผลมาแล้ว จดจำ ถ่ายทอดรุ่นต่อรุ่น จนถึงยุคสุโขทัย จึงได้พบหลักฐาน ศิลาจารึก ของพ่อขุนรามคำแหงมหาราช บันทึกจารึก เรื่อง การรักษาตนเอง ด้วยการนวด

สมัยที่การนวดเฟื่องฟูที่สุด คือ สมัยกรุงศรีอยุธยาเป็นราชธานี ดำรงอยู่ถึง 400 กว่าปี ศาสตร์ และศิลป์ เกี่ยวกับการนวดเฟื่องฟูถึงขีดสุด มีตำรับตำรา มีการค้นคว้า การถ่ายทอดอย่างเป็นระบบ ตั้งแต่สมัยพระบรมไตรโลกนาถ และตลอดถึงสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราช หมอนวดในสมัยนั้น เข้ารับราชการ ได้เป็นขุนหลวง, พระ, และพระยา เช่นเดียวกับข้าราชการ กรมอื่น ๆ กรมการนวดเป็นกรมใหญ่ มีศักดินามากกว่ากรมอื่น ๆ ต้องใช้นายแพทย์ จำนวนมากกว่ากรมอื่น มีหมอนวดฝ่ายขวา มีหมอนวดฝ่ายซ้าย มีขุนภักดีองค์เป็นปลัดกรม ฝ่ายซ้ายคือหมอนวดฝ่ายหญิง มีหลวงราชเป็นหัวหน้า และขุนองค์รักษาเป็นปลัดกรม แม้แต่ราชทูตของประเทศฝรั่งเศส ที่เข้ามาเจริญสัมพันธไมตรี ได้จารึกไว้ว่า "ในแผ่นดินสยามนั้น ถ้าใครป่วยไข้ลง ก็จะเริ่มทำให้เส้นสายยืด โดยให้ผู้ชำนาญในทางนี้ ขึ้นไปบนร่างกายของคนไข้ และใช้เท้าเหยียบๆ กล่าวกันว่า หญิงมีครรภ์ มักจะใช้ให้เด็กเหยียบเพื่อให้คลอดบุตรง่าย

เมื่อมีความเจริญ ย่อมมีความเสื่อมเป็นธรรมดา เพราะภัยสงครามทำให้ตำรับตำราศาสตร์ต่าง ๆ รวมถึงการนวด สูญหาย ถูกเผาไปจนเกือบหมด หมอนวดดั่งๆ ที่รู้จักจริงก็ล้มตาย ดายจากถูกจับเป็นเชลยศึก จนแทบหมดสิ้น

การนวดได้กลับมาเฟื่องฟูขึ้นอีกครั้ง ในสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ (กรุงเทพฯ) สำหรับการนวดระดับชาวบ้าน ก็ยังคงสืบทอดกันมาเรื่อย ๆ รุ่นต่อรุ่นไม่ได้สูญหายไปไหน อย่างเช่น หมอพื้นบ้าน ในชุมชนอำเภอเขษย์สน เป็นต้น ก็ได้รับถ่ายทอดจากครูบาอาจารย์ และปู่ ย่า ตา ยาย บรรพบุรุษ ถึงแม้จะไม่ได้ใช้ตำราที่ได้รับการบันทึก และพัฒนาจากสมัยกรุงศรีอยุธยา ที่ได้ค้นคว้าทดลอง จนสรุปทฤษฎีเส้น 10 เส้น ซึ่งเป็นเส้นประธานในร่างกาย ซึ่งจะกล่าวพอสังเขปดังนี้

ตามทฤษฎี การนวดคนโบราณเชื่อว่า เส้นเอ็นข้อมเป็นรู ให้เลือดและลมไหลไปได้ ถ้ากำเริบ ทำให้ร้อนรุ่ม เกิดความทุกข์ ถ้าเลือดลมไหลเวียนดี ทำให้มีความสุขสบาย

เส้นประธานทั้ง 10 เส้น โบราณบันทึกชื่อไว้ และเชื่อว่า เกิดขึ้น ณ จุดสะดือเป็นหลัก ส่วนจะเกิดจากสะดือ ทางสะดือซ้ายขวา เหนือได้อย่างไร ผู้หมวด หรือหมอนวด ต้องค้นคว้า ศึกษา และปฏิบัติจริงถึงจะบอกได้ แน่นนอน แน่นยำ เส้นประธานทั้ง 10 เส้น มีดังนี้

1. เส้น อีทา เริ่มแต่ท้อง วิ่งพาดไปหัวหน้า เลยไปด้านหลัง แล้วเลี้ยวลอดไปด้านหลัง วิ่งขนานกระดูกสันหลังด้านซ้าย ไปผ่านศรีษะเลี้ยวลงบริเวณงอกด้านซ้ายลงมประจำเส้น เรียกว่า ลม จันทะกะลา

2. เส้น ปิงคลา เริ่มแต่ท้อง แต่เป็นด้านขวา วิ่งไปแบบเดียวกันกับเส้นอีทา ลงบริเวณงอก ด้านขวา ลมประจำเส้นเรียกว่า ลมสุริยะกะลา

3. เส้น สุมณา กำเนิด ตรงกลางท้องวิ่งตรงไปยังขั้วหัวใจแนบคอหอย ไปสิ้นสุดโคนลิ้น ลมประจำเส้น เรียกว่า ลมชีวหาสดมภ์

ทั้ง 3 เส้นนี้ ที่โบราณว่า หมอที่เก่ง สามารถแก้เป็น แก้ตายได้ ในโรคที่เกี่ยวกับเลือดลม

4. เส้น กาลหารี แล่นจากท้องแล้วแตกเป็น 4 แขนงโดย 2 แขนง ผ่านขึ้นไปตามซี่โครง สุดท้าย ข้างละเส้น ร้อยไปที่สับักทั้งซ้ายและขวา แล่นขึ้นไปตามกำคั้นต้นคอ สอดเสียดเวียนลงมา ทวนไปบรรจบแขนซ้ายและขวา ออกไปที่ข้อมือ แยกเป็น 5 แฉก ตามนิ้วมือทั้ง 10 ข้างล่าง ลงตาม หน้าขา 2 ข้าง วางลงไปหน้าแข้ง หยุดที่ข้อเท้าแล้วแตกเป็น 5 แขนง ตามนิ้วเท้าทั้งสองข้าง

5 และ 6 เส้น สหสรัญญี ดาซ้าย เส้นทวารี ดาขวา เส้นสหสรัญญี แล่นจากท้องด้านซ้าย ไปยังต้นขา ตลอดไปถึงฝ่าเท้า ผ่านนิ้วเท้าบริเวณโคนนิ้วทั้ง 5 ข้อนขึ้นไปตามทางขาซ้าย ตลอดด้านม ซ้าย เข้าไปชิดคอ ลอดขากรรไกรใน ไปสุดที่ตาซ้าย ส่วนเส้นทวารี ก็เดินเช่นเดียวกันกับเส้นสหสรัญญี แต่เปลี่ยนเป็นทางขวาของร่างกาย มีลมประจำเรียกว่า ลมจักขุนิวัต และอัครนิวารคุณ เกิดจาก กิณของ หวาน มัน เกลิน

7 และ 8 เส้น จันทฐุสัง หูซ้าย เส้นรุ้ง หูขวา ทั้งสองเส้นนี้ มีชื่อเรียกอีกหลายชื่อ ในที่นี้ เอาแค่สองชื่อนี้พอ แล่นออกจากท้อง ซ้ายขวา แล่นไปตามราวมม ซ้าย ขวา ไปสิ้นสุดหูซ้าย และหูขวา มีลมประจำเส้นเรียกว่า "กะพาหุ"

เส้นที่ 9 และ 10 เส้น สลิชนี มีจุดกำเนิด จากท้องน้อยใต้สะดือ ลงไปหาอวัยวะเพศ เส้นสุษุมัง กำเนิดชิดกับเส้นสลิชนี แล่นตระหวัดรอบทวารหนัก มีหน้าที่บีบรัดอุจจาระ ระบบขับถ่าย ลมประจำไม่ได้บอกไว้

เส้นประธานทั้ง 10 เส้นนี้จะแตกแขนงย่อยไปทั่วร่างกาย ตามแนวทางเดินหลักของเส้น ตามโบราณว่า เ็นใหญ่ 500 เ็นน้อย 5,000 ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ขึ้น เมื่อเกิดกำเริบ

สำหรับการนวดพื้นบ้านเขาชัยสน เมื่อพิจารณาเทียบกับทางเล่นของเส้นประธาน ทั้ง 10 เส้น เห็นว่าน่าจะสืบทอดมาจากการนวดพื้นบ้านไทย หรือที่เรียกว่านวดแบบเชลยศักดิ์เป็นส่วน ใหญ่ แต่ไม่ละเอียดเท่า บางจุดก็ตรงกัน บางจุดก็ผิดเพี้ยนไป แต่ก็ไม่ห่างกันมาก แต่ละอาการ เพียงแต่การนวดพื้นบ้านเขาชัยสน ไม่สามารถอธิบายได้ชัดเจนว่า ทางเล่นของเส้นทำไมถึงไปทางนั้น

ทางนี้ เส้นนี้เรียกว่าอะไร วังไปสุดที่ไหน หมอนวดพื้นบ้านไม่สามารถบอกได้ เพียงแต่ถ้าผู้ป่วยบอกว่าเข็ดแหว หรือปวดท้อง หมอก็จะนัดตามกรรมวิธี ที่จดจำมา ได้รับการถ่ายทอดมาหรือรู้เห็นมาเท่านั้นว่า ถ้าอาการหรืออาการแสดงแบบนี้ ต้องนัดวิธีนี้ และนำเสนอด้วยว่า ตำรับ ตำรา ที่จะจดไว้ก็ไม่มี หมอรับมาจากครูอาจารย์โดยตรง บางคนก็พัฒนา จนมีความรู้แตกฉาน บางคนรับมา 70 ส่วน จากอาจารย์หรือบรรพบุรุษแต่ปล่อยปละละเลย ตลกลั่น หลงลืมหายไป 20-30 เหลือเพียง 40-50 ก็มี

ก็พบว่า เป็นนิมิตรหมายที่ดี ทีมวิจัยหมอนวดพื้นบ้านเขาชัยสน ได้เล็งเห็น ความสำคัญ แห่งศาสตร์นี้ ได้ติดตามศึกษาค้นคว้า รวบรวม พร้อมสรุปผลออกมาเป็น คู่มือแนวแบบพื้นบ้าน เขาชัยสน ตามภูมิปัญญาดั้งเดิมที่ได้รับการถ่ายทอดกันมา รวม 3 เล่ม คือ

1. คู่มือการนวดรักษา อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา แบบพื้นบ้านเขาชัยสน
2. คู่มือการนวดบำบัดรักษาอาการทั่วไป แบบพื้นบ้านเขาชัยสน
3. คู่มือการนวดของหมอด้าย สำหรับดูแล มารดา ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และ

หลังคลอด

ซึ่งได้รับความร่วมมือด้วยดีจากหลายฝ่าย ทั้งสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) สำนักงานภาค และสถาบันวิจัย และพัฒนาสุขภาพภาคใต้ (วพส.) คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัย สงขลานครินทร์

ข้าพเจ้าเป็นที่ปรึกษาของทีมวิจัยฯ และได้ติดตามข้อมูลตลอดมา ขอชื่นชมและให้กำลังใจ แก่คณะทำงานทุกฝ่าย ทั้งฝ่ายสนับสนุนงบประมาณ ฝ่ายวิจัยฟื้นฟูองค์ความรู้ฯ ฝ่ายหมอพื้นบ้าน

ขอเสนอแนะเพื่อเพิ่มเติมในกระบวนการฟื้นฟูที่ต่อเนื่อง และยั่งยืน ดังนี้

1. ด้านพัฒนาองค์กรหมอพื้นบ้านระดับตำบล ควรจะให้องค์กรภาคีต่าง ๆ เข้าร่วมด้วย
2. ด้านพัฒนาตัวหมอพื้นบ้านให้มีการศึกษาพัฒนาตนเองและค้นคว้า แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ให้กว้างขวาง เปิดใจให้พร้อมกับการเชื่อมโยงองค์กรภาคีอื่น ๆ ในชุมชน
3. ด้านถ่ายทอดชุดองค์ความรู้สู่คนรุ่นใหม่ ควรจะเปิดเวทีเรียนรู้ในชุมชนให้บ่อยครั้ง เพื่อการเข้าถึงข้อมูลของผู้ด้อยโอกาสการเรียนรู้ ทุกเพศวัย

ในการจัดเวทีแต่ละครั้งของการวิจัย จะเห็นได้ว่ามีประชาชนส่วนหนึ่งให้ความสนใจ แต่ ยังขาดโอกาสจะเป็นเพราะการประชาสัมพันธ์น้อย หรือ ขัดจำกัดในวัน เวลา สถานที่ ฤดูกาลที่จัด กิจกรรม ควรจะดูความเหมาะสม เปิดโอกาสให้ผู้สนใจได้เข้าร่วมมากกว่า

อย่างไรก็ตามในเมื่อคู่มือทั้ง 3 เล่ม ได้ผ่านกระบวนการสังคายนา เช่นนี้ แล้วคงจะได้รับความน่าเชื่อถือจากหลายฝ่าย ตัวอย่าง องค์กรบริหารส่วนตำบล ตำบลโคกม่วง ที่ให้โอกาส กลุ่มหมอพื้นบ้านจัดทำโครงการพัฒนาภูมิปัญญาหมอพื้นบ้าน ขึ้นเป็นการนำร่องการสนับสนุนองค์กร หมอพื้นบ้านระดับตำบล เป็นตัวอย่าง เป็นทางเลือกของชุมชน ที่จะเข้าร่วมศึกษาเรียนรู้จากชุดคู่มือ ที่หมอพื้นบ้าน ใช้เป็นสื่อการสอนเป็นการกระตุ้นให้คนรุ่นหลัง มีความสนใจใคร่รู้ ได้นำไปศึกษา ค่อยๆ ฝึกให้เป็นทฤษฎีที่เชื่อถือ และพิสูจน์ได้ดียิ่งขึ้น เพราะขณะนี้เทียบ 3 เล่ม ของไทย กำลังรีบหรี

เดิมที คือ องค์ความรู้, หมอพื้นบ้าน, สมุนไพร ถ้าขาดผู้รับการถ่ายทอด ก็เห็นที่จะดับสูญ ในยุค
ที่มนุษย์ทำอะไร เอาเงินเป็นตัวตั้ง บนหิ้งหน้าพระแทบไม่มีพระพุทธรูปแล้ว มีแต่เงินเท่านั้นที่มนุษย์
ยุคนี้บูชา จึงขอให้মনวดแบบพื้นบ้าน จงรักษา สืบทอด พัฒนา ให้การนวดแบบพื้นบ้าน
เขาชัยสน ดำรงอยู่คู่กับเขาชัยสน อันเป็นสัญลักษณ์ ตลอดไป

นายสุนทร ทิพย์ศ บก . บว.

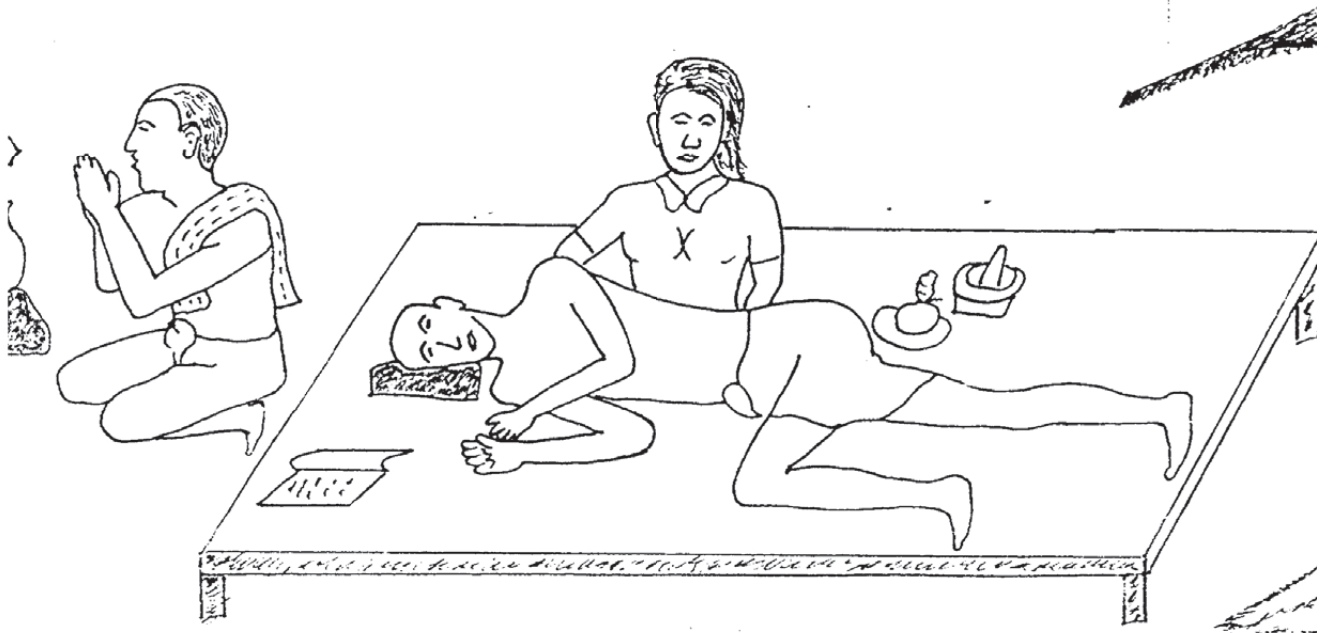
เครือข่ายสมาคมแพทย์แผนไทย (ปัญญาวุธ)

จังหวัด พัทลุง

คู่มือการนวดรักษา

โรคอัมพาต-อัมพฤกษ์-เหน็บชา

แบบพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง



เรียบเรียงโดย

ทีมวิจัยหมอพื้นบ้าน

อำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง

คำนำ

ชุดคู่มือการนวดรักษาโรคอัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชาเล่มนี้จัดทำขึ้นโดยทีมวิจัยองค์ความรู้หมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสนมีวัตถุประสงค์ที่จะรวบรวมเอาองค์ความรู้ของหมอนวดพื้นบ้านที่มีความชำนาญในการนวดรักษาโรคทั้งสามอาการนี้มารวบรวมไว้เป็นชุดคู่มือการนวดแบบฉบับพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสนโดยเฉพาะเพื่อต้องการอนุรักษ์ไว้ซึ่งภูมิปัญญาอันล้ำค่าที่ตกทอดกันมาตั้งแต่รุ่นปู่ย่าตายายโดยไม่มีตำราเรียนและภูมิปัญญาเหล่านี้ปัจจุบันเหลืออยู่ที่ตัวหมอเพียงไม่กี่คนเท่านั้นหมอส่วนใหญ่จะมีอายุมากและไม่มีตำราไว้ให้คนรุ่นหลังได้เรียนรู้และสืบทอดเอาไว้ทำให้ทีมวิจัยและผู้เกี่ยวข้องหลายๆฝ่ายได้ร่วมกันจัดทำชุดคู่มือเล่มขึ้นโดยเนื้อหาในชุดคู่มือประกอบไปด้วยสาระความรู้เกี่ยวกับการนวดรักษาโรคอัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา ของหมอพื้นบ้านเขาชัยสนและความรู้ด้านวิชาการสมัยใหม่บางส่วนเพื่อให้เกิดความเหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

การจัดทำคู่มือในครั้งนี้ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากบุคคลหลายๆฝ่ายที่ได้เข้ามามีส่วนร่วมตามขั้นตอนกระบวนการต่างๆไม่ว่าจะเป็นหมอพื้นบ้าน องค์กรและหน่วยงานต่างๆในอำเภอเขาชัยสนและหน่วยงานที่ได้ให้การสนับสนุนงบประมาณในการทำกิจกรรมต่างๆคือสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (ส ก ว) สำนักงานภาค และสถาบันวิจัยและพัฒนาสุขภาพภาคใต้ (ว พ ส) ทางคณะผู้วิจัยขอขอบคุณ ทุกๆองค์กรและหน่วยงานที่ได้ให้ความร่วมมือจนชุดคู่มือออกมาเป็นผลสำเร็จลงด้วยดีสามารถนำไปสู่การขยายผลและให้ชุมชนได้ใช้ประโยชน์ต่อไป

ขอขอบคุณ

คณะผู้วิจัยฯ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ประวัติความเป็นมาขององค์ความรู้	1-3
สาเหตุการเกิดโรคอัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา	4
วิธีการวินิจฉัยโรคอัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา	4
การตรวจอาการของโรคอัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา	5
วิธีการตรวจอาการแบบกอดจุดสำคัญ	6-8
จุดสำคัญการนวดรักษาโรคอัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา	9
จุดสำคัญการนวดรักษาโรคอัมพา อัมพฤกษ์ เหน็บชา	10
การเตรียมการก่อนนวด	11
ข้อควรระวังของหมอนวด	11
วิธีการนวดแบบหมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน	12-13
จรรยาบรรณหมอพื้นบ้าน	14
ข้อควรปฏิบัติหลังนวดเสร็จ	14
รายละเอียดการนวดและแผนการนวดของหมอพื้นบ้านอ.เขาชัยสน	15-21
ภาคผนวก	
สาระความรู้การแพทย์สมัยใหม่เกี่ยวกับโรคอัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา	22
แบบสัมภาษณ์ผู้ป่วยก่อนทำการนวด	23

ประวัติความเป็นมาขององค์ความรู้

การนวดรักษาโรคอัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชาเป็นภูมิปัญญาที่มีการถ่ายทอดกันมา จากฐานปฏัตายายและครูหมออาจารย์ของชุมชนที่มาจากในที่แตกต่างกันแต่หมอทุกท่าน มีเป้าหมายหลักในการใช้องค์ความรู้เพื่ช่วยเหลือผู้ป่วยมายาวนาน แม้ว่าปัจจุบันจะมีการ ดูแลสุขภาพของแพทย์สมัยใหม่เข้ามามีบทบาทในชุมชนมากขึ้นแต่การใช้บริการนวดแบบ พื้นบ้านก็ยังเป็นที่นิยมนวดอาการโดยเฉพาะผู้ป่วยที่เป็นโรคอัมพาต อัมพฤกษ์ และโรค เหน็บชา คณะผู้วิจัยจึงได้รวบรวมหลักการต่างๆตลอดทั้งวิธีการรักษา โดยการสัมภาษณ์ และสาธิตให้ดูหลายๆ จากหมอพื้นบ้านที่จะขอประวัติโดยย่อของแต่ละท่านมาลงไว้ด้วย ความขอบคุณและเคารพนับถือดังนี้

- | | |
|------------------------------|--|
| 1.นายจิตร สุวรรณ | เกิดเมื่อปี พ.ศ 2483 อายุ 65 ปี ที่อยู่ เลขที่49 ม.2 |
| | ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง |
| โรคที่มีความชำนาญ | อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา |
| ประสบการณ์การรักษา | 14 ปี |
| ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก | การสังเกตหมอรุ่นก่อนหลายท่านและมีฝึกฝนเรียนรู้ |
| 2.นายเอี่ยม สังข์สินเลิศ | เกิดเมื่อปี พ.ศ 2462 อายุ 86 ปี ที่อยู่ เลขที่25 ม.6 |
| | ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง |
| โรคที่มีความชำนาญพิเศษ | อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา |
| ประสบการณ์การรักษา | 40 ปี |
| ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก | นาย อ๋อม สังข์สินเลิศ พี่ชาย |

3.นายเกลื่อน นະหนู	เกิดเมื่อปี พ.ศ 2473 อายุ 75 ปี ที่อยู่ เลขที่ 45 ม.3 ต.ควนขนุน จ.พัทลุง
โรคที่มีความชำนาญพิเศษ	อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา
ประสบการณ์การรักษา	30 ปี
ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก	ตำราขุนโยธาพิทักษ์จิต และฝึกฝนโดยตนเอง

4.นาย เขียน คำคง	เกิดเมื่อปี พ.ศ 2487 อายุ 61 ที่อยู่ เลขที่ 170 ม.4 ต.ห่านโพธิ์ อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
โรคที่มีความชำนาญพิเศษ	อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา ต้อกระจก
ประสบการณ์การรักษา	10 ปี
ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก	นายพูน คำคง หมอต้อกระจก (พ่อ)

5. นายเจริญ บัวชุม	เกิดเมื่อปี พ.ศ 2485 อายุ 63 ปี ที่อยู่ เลขที่ 96/1 ม.14 ต.เขาชัยสน จ.พัทลุง
โรคที่มีความชำนาญพิเศษ	อัมพาต อัมพฤกษ์ เส้นทับกระดูก
ประสบการณ์การรักษา	5 ปี
ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก	หมอชื่น มากแก้วเป็นหมอแผนโบราณ

6. นายบุญช่วย พรหมแสง	เกิดเมื่อปี พ.ศ. 2489 อายุ 59 ปี ที่อยู่ 110 ม. 11 ต. หานโพธิ์ อ. เขาชัยสน จ. พัทลุง
โรคที่มีความชำนาญ	อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา
ประสบการณ์การรักษา	20 ปี
ได้รับความรู้มาจาก	นางพลัด พรหมแสง (มารดา) หมอตำแย

7.นายช่วง ลากจินดา เกิดเมื่อปี พ.ศ 2470 อายุ 78 ปี ที่อยู่ 1 ม.1 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

โรคที่มีความชำนาญ อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา

ประสบการณ์การรักษา 20 ปี

ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก นายแดง ลากจินดา (พ่อ)

เกิดเมื่อปี พ.ศ 2470 อายุ 78 ปี ที่อยู่ 1 ม.1 ต.

ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

โรคที่มีความชำนาญ

อัมพาท อัมพฤกษ์ เหน็บชา

ประสบการณ์การรักษา

20 ปี

ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก นายแดง ลามจินดา (พ่อ)

8.นายกมล ล้อม ดวงจุล เกิดเมื่อปี พ.ศ.2479 อายุ 69 ปีที่อยู่ 156 ม.6 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

โรคที่มีความชำนาญ อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา

ประสบการณ์การรักษา 45 ปี

ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก หมอเจียร วัดไทรใหญ่ จังหวัดสงขลาเรียนด้วยการให้หมอนวดให้สามครั้งแล้วฝึกปฏิบัติจนเกิดความชำนาญ

เกิดเมื่อปี พ.ศ.2479 อายุ 69 ปีที่อยู่ 156 ม.6 ต.

ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

โรคที่มีความชำนาญ

อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา

ประสบการณ์การรักษา

45 ปี

ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก หมอเขียว วัดไทรใหญ่ จังหวัดสงขลาเรียนด้วย
การให้หมอนวดให้สามครั้งแล้วฝึกปฏิบัติจนเกิด
ความชำนาญ

สาเหตุการเกิดโรค อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา

จากประสบการณ์หมอนวดพื้นบ้านที่ทำการรักษามายาวนานได้ศึกษารวบรวมสาเหตุการเกิดโรคทั้งสามอาการนี้และอธิบายไว้ว่าเกิดจากการไหลเวียนของเลือดลมในร่างกายติดขัดเนื่องจากสาเหตุต่างๆ เช่น ความเครียด การเกิดอุบัติเหตุต่างๆ การประกอบอาชีพที่ใช้กำลังหนัก เบา ตามวิถีชีวิต การกินอาหารที่มีสารพิษตกค้าง และกินไม่ถูกส่วน มีไขมันในเส้นเลือดสูงสาเหตุเหล่านี้ ทำให้การไหลเวียนของเลือด ลม ตามส่วนต่างๆ ในร่างกายอุดตันมีความผิดปกติ จึงเกิดเจ็บป่วยและเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดโรค อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชานอกจากนี้อาจมีสาเหตุอื่นๆ ที่ยังไม่สามารถค้นพบ

วิธีการวินิจฉัยโรค อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา

หมอนวดพื้นบ้านใช้วิธีสังเกตอาการตัวผู้ป่วยเอง บางครั้งจะสังเกตผู้ป่วยรายอื่นๆ ที่มีอาการคล้ายๆ กันนำมาศึกษาโดยใช้ภูมิปัญญาและประสบการณ์ที่มีอยู่ช่วยในการวินิจฉัยว่าผู้ป่วยเป็นโรคอะไร

1.โรคอัมพาต ผู้ป่วยส่วนใหญ่ จะมีอาการที่ซีกใดซีกหนึ่งของร่างกาย ลักษณะผิวหนังฝ่ามือ ฝ่าเท้า ชีตไม่มีเลือดเมื่อจับดูจะรู้สึกว่ามีผิวหนังเย็น แขน ขา ไม่มีแรงผู้ป่วยไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ และไม่มีความรู้สึกต่อการสัมผัสตั้งแต่ศีรษะจรดเท้าในซีกร่างกายที่มีอาการ

- 2.โรคอัมพฤกษ์ ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะมีอาการชีกใดชีกหนึ่งของร่างกาย ลักษณะอาการมือชา เท้าชา ไม่มีแรงปวดเมื่อยตามร่างกาย ชีพจรเต้นอ่อน ผิวน้ำซีด ผู้ป่วยที่มีอาการมากจะมีอาการปากเบี้ยว ตาขี้เยิ้ม และปวดศีรษะชีกเดียวร่วมด้วย
- 3.โรคเหน็บชา ผู้ป่วยมีอาการชาที่แขน และขา ในผู้ป่วยที่มีอาการมากจะชาตั้งแต่ศีรษะถึงเท้า

การตรวจอาการของโรค อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา

- 1.ซักถามประวัติผู้ป่วยจากตัวผู้ป่วยเอง หรือจากญาติของผู้ป่วยถึงอาการที่เกิดขึ้น เช่น ไปโดนอะไรมา อาการแรกเริ่มเป็นอย่างไร มีอาการส่วนไหนของร่างกาย เป็นมากี่วัน เกิดจากอุบัติเหตุหรือเปล่า เคยรักษามาจากที่ไหนบ้าง รักษาจนหายแล้ว กินยาอะไรอยู่บ้าง มีการใส่เหล็กหรือวัตถุอื่นๆอยู่ในร่างกายหรือไม่ และมีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูงหรือโรคอื่นๆ
- 2.สังเกตลักษณะสภาพร่างกาย เช่น ผิวน้ำซีดมากน้อยแค่ไหน เคลื่อนไหวร่างกายส่วนที่มีอาการได้หรือไม่
- 3.ตรวจโดยการกดจุดสำคัญตามส่วนต่างๆของร่างกาย เป็นการทดสอบระบบการไหลเวียนของเลือด ลม จะรู้ว่าอาการของโรคมากน้อยแค่ไหน ถ้าการไหลเวียนของเลือด ลมมีความผิดปกติไม่มากการรักษาก็จะทำได้ง่ายขึ้น

เทคนิคการกดจุดสำคัญ

การกดจุดสำคัญ เพื่อตรวจดูการไหลเวียนของเลือด ลม ก่อนกดจุดแต่ละครั้งให้ใช้นิ้วหัวแม่มือวนคลึงบริเวณตำแหน่งของจุดประมาณ 4-5 เทียวน แล้วค่อยๆ กดลงตรงตำแหน่งของจุดการใช้น้ำหนักในการกดให้สังเกตดูสีหน้าผู้ป่วยและถามผู้ป่วยว่าเจ็บหรือไม่การกดจุดแต่ละจุดใช้เวลาประมาณ 1 อึดใจ หรือนับ 1-10 ในใจ

วิธีตรวจอาการแบบกดจุดสำคัญส่วนบนด้านหน้า

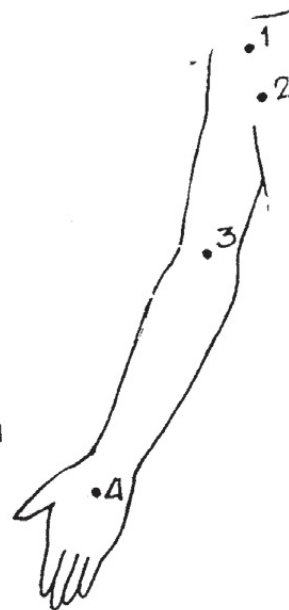
1.การตรวจอาการส่วนศีรษะด้านหน้า

ใช้นิ้วหัวแม่มือกดที่ตำแหน่งจุดที่ 1 บริเวณหัวคิ้ว ด้านในทั้งสองข้างเพื่อทดสอบการไหลเวียนของเลือด ลมเมื่อกดจุด ผู้ป่วย มีความรู้สึกเสียวไปถึง จุดกลาง กระหม่อม แสดงว่าการไหลเวียนของเลือด ลมศีรษะ ยังใช้การได้ดีอยู่การรักษาทำได้ง่ายขึ้น



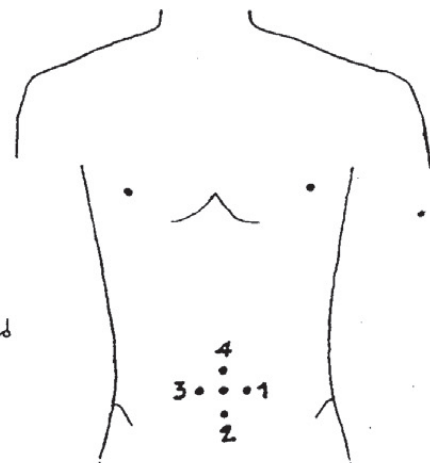
2.การตรวจอาการส่วนแขนด้านหน้า

ใช้นิ้วหัวแม่มือกดที่ตำแหน่งจุดที่ 1 บริเวณกลางข้อ ต่อไหล่เพื่อดูว่าเลือด ลม เดินไปถึงปลายนิ้วหรือไม่ถ้าเดินไม่ถึงให้กดไล่ลงมาจุดที่ 2 บริเวณข้อต่อไหล่อ้านล่างและ กดไล่ลงมาจุดที่ 3 บริเวณเหนือข้อต่อศอกประมาณ 1 นิ้ว แล้วกดจุดที่ 4 บริเวณกลางฝ่ามือ จะรู้ว่าการไหลเวียนของ เลือด ลมช่วงแขนด้านหน้าส่วนไหนมีปัญหา



3.การตรวจอาการช่วงท้อง

ใช้หลักการตรวจ 4 จุด จุดที่ 1 ใช้นิ้วหัวแม่มือกดเพื่อดู ว่าเลือด ลมเดินไปถึงกระเบนเหน็บได้หรือไม่ถ้าเดินไม่ถึงให้ กดจุดที่ 2 จุดที่ 3 และจุดที่ 4 เพื่อดูว่าท้องส่วนไหนมีปัญหา ซึ่งตำแหน่งของจุดทั้ง 4 จุดอยู่ห่างจากสะดือประมาณ 1 นิ้ว ข้อควรระวังในการกดจุดส่วนท้องใช้น้ำหนักการกดพอประมาณ ในขณะที่กดให้สังเกตสีหน้าผู้ป่วยและถามว่าเจ็บหรือไม่



วิธีตรวจอาการแบบกดจุดสำคัญร่างกายส่วนบนด้านหลัง

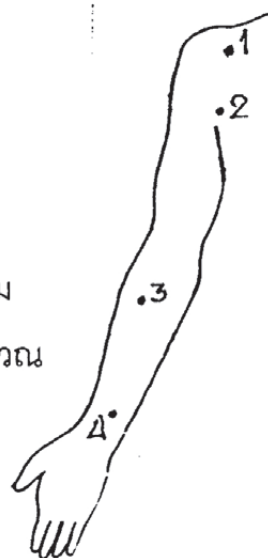
1. การตรวจอาการศีรษะด้านหลังมี 1 จุด

ใช้นิ้วหัวแม่มือกดที่ตำแหน่งจุดที่ 1 เพื่อให้รู้ว่าเลือด
ลมเดินไปถึงจุดกลางศีรษะหรือไม่



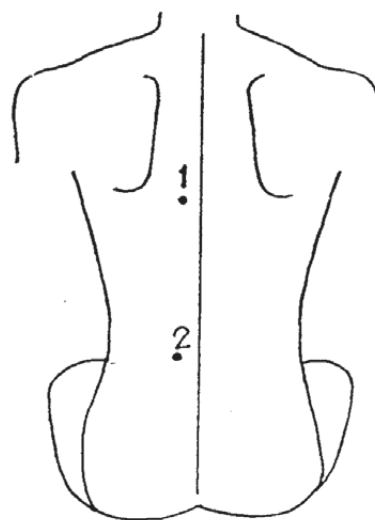
2. การตรวจอาการส่วนแขนด้านหลังมี 4 จุด

ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปตำแหน่งจุดที่ 1 เพื่อให้รู้ว่า
เลือด ลม เดินไปถึงปลายนิ้วมือหรือไม่ถ้าเดินไม่ถึงให้กด
จุดที่ 2 บริเวณข้อต่อไหล่ด้านล่างแล้วกดจุดที่ 3 บริเวณกล้ามเนื้อ
เนื้อแขนต่ำจากข้อศอกประมาณ 3 นิ้ว และกดจุดที่ 4 บริเวณ
ข้อกระดูกกลางข้อมือ



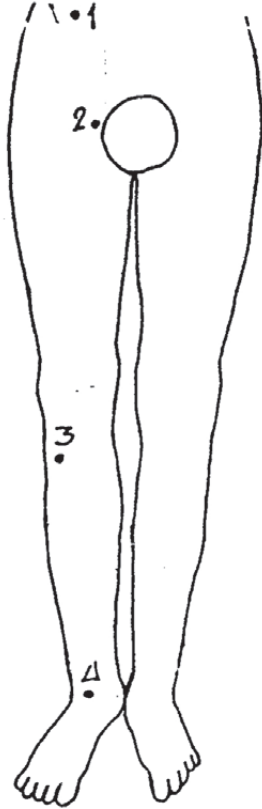
3. การตรวจอาการส่วนหลังมี 2 จุด

ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปตำแหน่งจุดที่ 1 บริเวณริมขอบ
สะบักด้านล่างห่างจากกระดูกสันหลังประมาณ 1 นิ้ว
เพื่อให้รู้ว่าเลือด ลมเดินไปถึงจุดกลางลำตัวด้านหลังหรือ
ไม่แล้วกดจุดที่ 2 บริเวณริมซี่โครงซี่สุดท้ายห่างจากกระดูก
สันหลังประมาณ 1 นิ้ว เพื่อให้รู้ว่าเลือด ลมเดินไปสู่จุดขนบ
สะดือหรือไม่



วิธีตรวจอาการแบบกดจุดร่างกาย

ส่วนล่างด้านหน้า

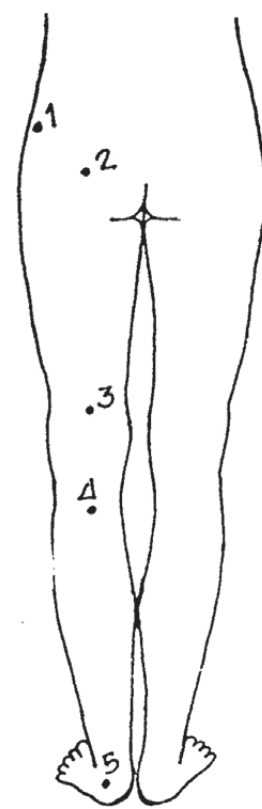


1. ส่วนขาด้านหน้ามี 4 จุด

ใช้นิ้วหัวแม่มือกดตำแหน่งจุดที่ 1 บริเวณเหนือกระดูกสะโพกด้านหน้าประมาณ 1 นิ้ว เพื่อจะได้รู้ว่าเลือดลมเดินไปสู่ปลายเท้าหรือไม่ ถ้าเดินไปไม่ถึงให้กดจุดที่ 2, บริเวณลูกต้นแล้วกดจุดที่ 3 ต่ำจากข้อต่อเข้าประมาณ 3 นิ้ว และกดจุดที่ 4 กลางข้อเท้าด้านหน้าก็จะรู้จุดที่เป็นปัญหา

วิธีตรวจอาการแบบกดจุดร่างกาย

ส่วนล่างด้านหลัง

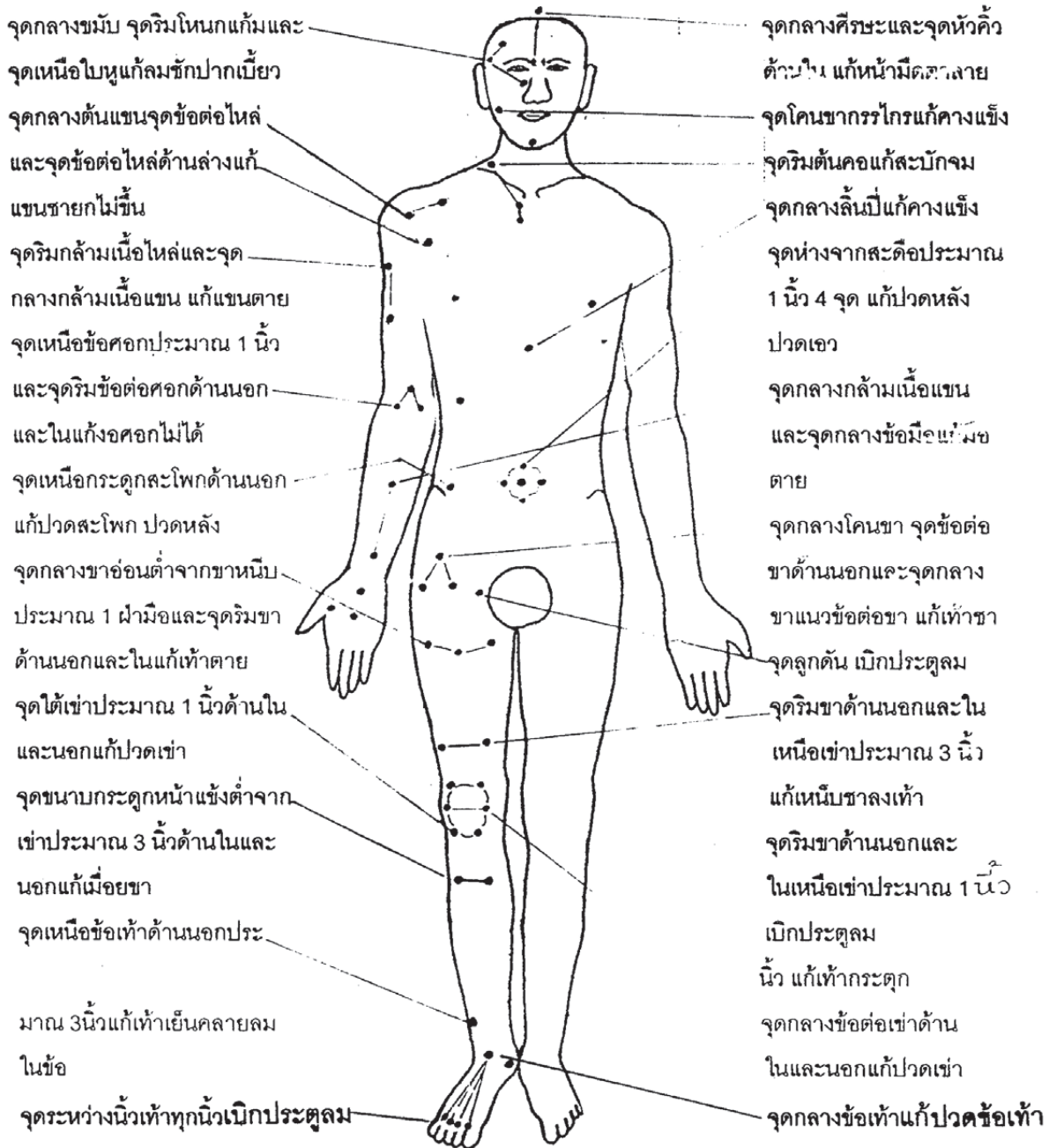


2. ส่วนขาด้านหลังมี 5 จุด

ใช้นิ้วหัวแม่มือกดตรงจุดที่ 1 บริเวณข้อต่อขาด้านนอกเพื่อจะได้รู้ว่าเลือดลมเดินไปถึงปลายเท้าได้หรือไม่ ถ้าเดินไม่ถึงให้กดจุดที่ 2 กลางสะโพกแล้วกดจุดที่ 3 เหนือข้อต่อเข้าประมาณ 2 นิ้ว และกดจุดที่ 4 ต่ำจากข้อต่อเข้าประมาณ 3 นิ้ว และกดจุดที่ 5 ได้ตามตุ่มด้านนอกก็จะรู้จุดที่มีปัญหา

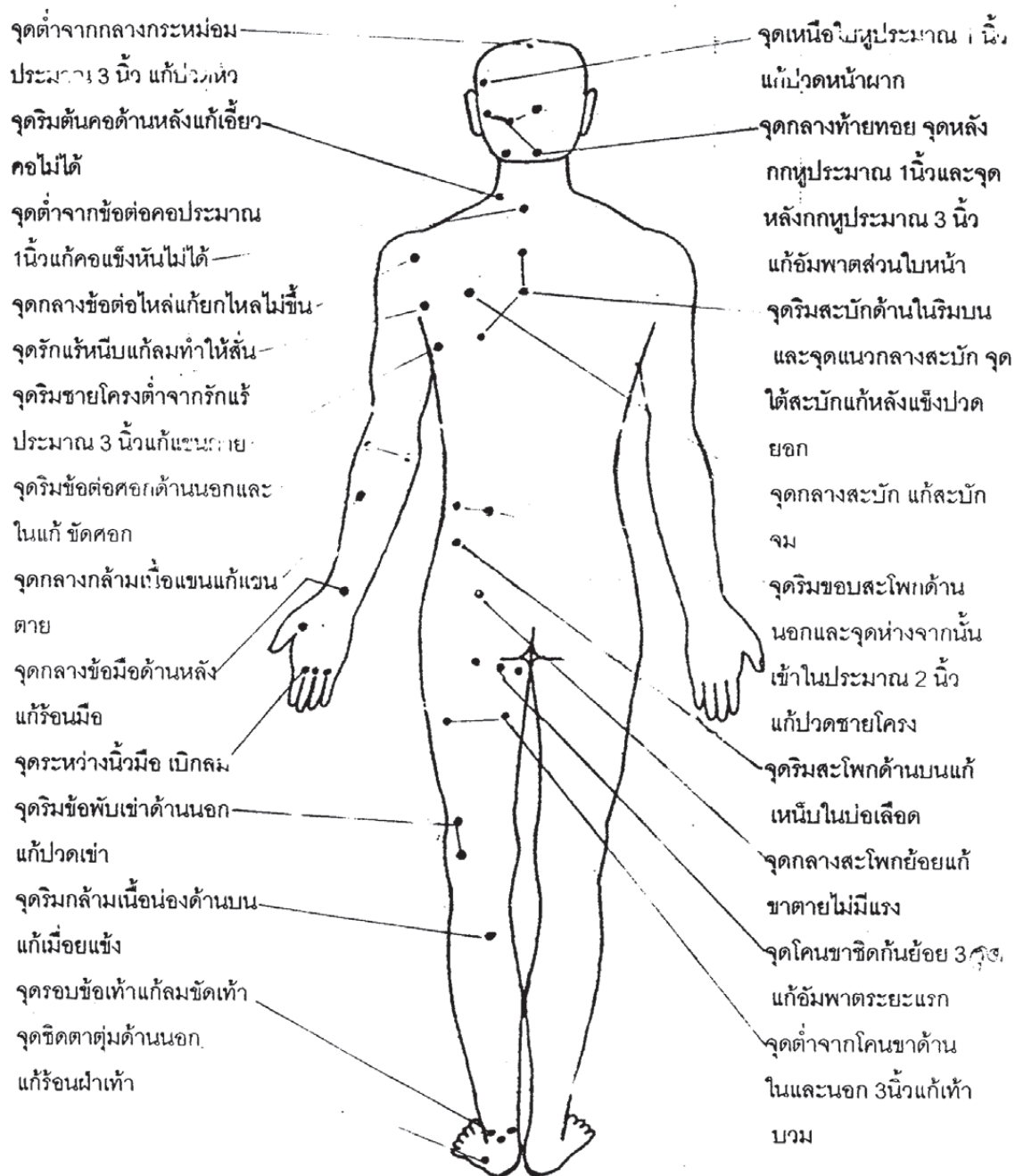
จุดสำคัญการนวดรักษาโรคอัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา แบบหมอพื้น

บ้าน อ.เขาชัยสน ด้านหน้า



จุดสำคัญการนวดรักษา โรคอัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา แบบพื้นบ้าน อ.เชาชายสน

ด้านหลัง



การเตรียมตัวก่อนนวด

ก่อนทำการนวดหมอบต้องเตรียมพร้อมอยู่เสมอในเรื่องต่อไปนี้

- 1.สถานที่ต้องสะอาด มีอากาศถ่ายเทได้ดี ไม่มีดชิดลับตาคน
- 2.อุปกรณ์ที่ใช้ในการนวดต้องเน้นความสะอาดเป็นหลัก
- 3.การแต่งกายของหมอบต้องสะอาดสภาพไม่รัดรูปจนเกินไปเพื่อความสะดวกในการเคลื่อนไหวในขณะนวด
- 4.ก่อนลงมือนวดทำความสะอาดมือ เท้า ทุกครั้ง เล็บมือ เล็บเท้าต้องสะอาดและตัดสั้นอยู่เสมอ
- 5.แนะนำผู้ป่วยให้ใส่เสื้อผ้าหลวมๆพอประมาณเนื้อผ้าไม่หนาจนเกินไปเพื่อความสะดวกและความคล่องตัวเวลานวด
- 6.แนะนำผู้ป่วยให้มีความผ่อนคลาย ไม่เครียดหรือเกร็งกล้ามเนื้อขณะที่หมอบกำลังนวด

ข้อควรระวังของหมอบนวด

- 1.ไม่นวดผู้ป่วยที่กำลังมีไข้โดยซักถามอาการและเอาหลังมือแตะหน้าผากของผู้ป่วยถ้าร้อนผิดปกติห้ามนวด
- 2.ไม่นวดผู้ป่วยที่ได้รับอุบัติเหตุแขน ขาถูกตามด้วยเหล็กโดยเฉพาะในจุดที่มีเหล็กฝังอยู่บริเวณอื่นๆนวดได้ตามปกติ
- 3.ไม่นวดผู้ป่วยที่อยู่ในอาการมึนเมาสุรา
- 4.ผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัวต่อไปนี้ควรใช้ความระมัดระวังในการนวด
 - 4.1 ผู้ป่วยที่เป็นโรคมะเร็งไม่ควรนวดจุดที่เป็นก้อนมะเร็ง
 - 4.1 ผู้ป่วยที่มีโรคผิวหนังหรือโรคอื่นที่ติดต่อร้ายแรงไม่ควรนวด
 - 4.3 ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดไม่เกิน 2 เดือน ห้ามนวด
 - 4.4 ผู้ป่วยที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงที่ไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องห้ามนวด
 - 4.5 ผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานในระยะสุดท้ายห้ามนวด

วิธีการนวดแบบหมอฟันบ้านอำเภอเขาชัยสน

วิธีนวดแบบหมอฟันบ้านอำเภอเขาชัยสนมี 3 แบบ

- 1.แบบกดใต้เส้น คือใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปตามแนวเส้นตามส่วนต่างๆของร่างกาย ระยะกดห่างกันประมาณ 1-2 นิ้วต่อครั้ง การนวดวิธีนี้ใช้ได้ทุกส่วนของร่างกาย
- 2.แบบกดแล้วคลึง ใต้เส้น คือการใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงไปตามแนวเส้นในส่วนต่างๆของร่างกายในขณะที่กดให้คลึงนิ้วไปรอบๆ เป็นวงกลมอยู่กับที่จุดละประมาณ 3-4 เที้ยว รอบๆ ทุกจุดที่กด ระยะกดห่างกันประมาณ 1-2 นิ้ว การกดวิธีนี้ใช้ได้กับทุกส่วนของร่างกาย
- 3.แบบบีบ คือการใช้นิ้วมือทั้งสองข้างพร้อมกันหรือใช้ข้างเดียวก็ได้ บีบเพื่อผ่อนคลายกล้ามเนื้อใช้วิธีการนวดแบบนี้กับส่วนขา และแขน

ขั้นตอนการนวด

ก่อนนวดส่วนต่างๆของร่างกายทุกครั้งต้องเปิดประตูลมตามจุดสำคัญให้คนไข้เพื่อเป็นการกระตุ้นให้เลือดลมเวียนได้คล่องตัวขณะทำการนวด จุดประตุลมในส่วนต่างๆมีดังนี้

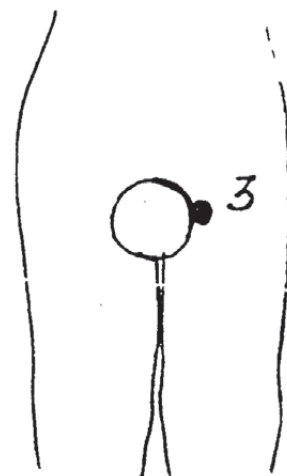
1. ส่วนขามี 3 จุดตามหมายเลข1-3



จุดที่ 1 จุดรองนิ้วทุกนิ้ว



จุดที่ 2 จุดใต้ตาตุ่มด้านใน



จุดที่ 3 จุดลูกตันทนอยู่ตรง
ขาหนีบด้านหน้าส่วนบน

2. ส่วนแขนมี 2 จุด

จุดที่ 1 กลางข้อต่อไหล่ด้านหน้า

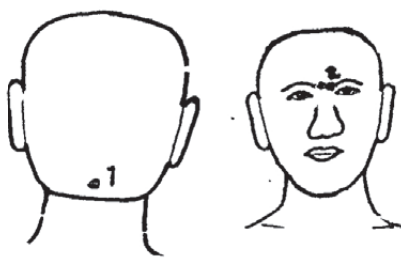
จุดที่ 2 ระหว่างนิ้วมือทุกนิ้ว



3. ส่วนศีรษะมี 2 จุด

จุดที่ 1 กลางท้ายทอย

จุดที่ 2 หัวคิ้วด้านใน



การนวดรักษาโรค อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา ของหมอนวดพื้นบ้านแบ่ง การนวดตามส่วนของร่างกายออกเป็น 5 ขั้นตอน คือ

1. นวดเท้า ขี้เท้า และฝ่าเท้า
2. นวดจากจุดตาตุ่มขึ้นไปถึงข้อต่อเข่า 4 ด้าน
3. นวดจากจุดเหนือเข่าขึ้นไปถึงจุดโคนขา 4 ด้าน
4. นวดจากจุดสะโพกขึ้นไป ถึงส่วนคอทั้งด้านหน้าและด้านหลัง
5. การนวดศีรษะและใบหน้า

เหตุผลที่ต้องแบ่งการนวดออกเป็นส่วนๆ เพราะสามารถค้นหาจุดที่เป็นสาเหตุ ของอาการได้ดียิ่งขึ้นส่วนมากจะพบจุดที่เป็นเหตุตามข้อต่อต่างๆ ลักษณะที่พบจะเป็นเม็ด เล็กๆ อยู่ตามเส้นเลือด

การนวดในแต่ละส่วนของร่างกายทุกแขนงควรนวดอย่างน้อยแนวละ 3-4 เทียวก ถ้าผู้ป่วยมีอาการกล้ามเนื้อและเส้นแข็ง ดึงมากหมอนวดอาจใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกาย ช่วยในการนวด เช่น ส้นมือ ท่อนแขน ศอก เท้า หรืออุปกรณ์เสริมคือไม้ที่ออกแบบเป็น รูปต่างๆ เหมาะสมกับการใช้งาน และบางครั้งใช้ผ้าขาวม้าช่วยในการดึง เป็นต้นการลง น้ำหนักในการนวดต้องถามคนป่วยไปพร้อมๆ กับการลงน้ำหนักที่เขารับได้พอดีกับร่าง กายของผู้ป่วยเป็นหลัก

เทคนิคหลังการนวด

- 1.เมื่อนวดเสร็จให้ดึงนิ้วมือ นิ้วเท้า แบบกระดูก จะได้ยินเสียงข้อเคลื่อนเบาๆเพื่อให้เลือดลม เดินได้สะดวก
- 2.บริหารข้อต่อเพื่อให้เลือดลมไหลเวียนได้ดี โดยการหมุนข้อเท้า ข้อมือ ข้อไหล่ หมุนไปทางซ้าย และขวา ประมาณทางละ 5-10 รอบ ควรหมุนอย่างช้าๆ

ข้อปฏิบัติของหมอนวดหลังนวดเสร็จ

- 1.ล้างมือ ล้างเท้าให้สะอาด ทุกครั้ง
- 2.ให้กำลังใจผู้ป่วยให้หายจากโรคเร็วๆ แนะนำให้ผู้ป่วยออกกำลังกายด้วยตนเอง ให้กินอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย และไม่กินอาหารที่แสลงต่อโรคเช่น ของหมักดองต่างๆ และในขณะที่รับการรักษาควรหยุดทำงานหนัก แนะนำให้ไปทำบุญที่วัดเพื่อทำบุญไปให้ครูหมออาจารย์ผู้ล่วงลับไปแล้ว

จรรยาบรรณหมอนวดพื้นบ้าน

- 1.ให้ความเคารพนับถือ ครูบาอาจารย์
- 2.มีความซื่อสัตย์ สุจริต ในอาชีพ
- 3.มีความเมตตากรุณาต่อผู้ป่วยทุกคน
- 4.ให้บริการผู้ป่วยโดยไม่แบ่งชั้นวรรณะ
- 5.ไม่ปิดบังความเขลาของตัวเอง
- 6.ไม่โอ้อวดวิชา ไม่ยกตนข่มท่าน ไม่ลบหลู่ดูถูก หมอด้วยกัน
- 7.ศึกษาค้นคว้า ฝึกฝน วิชาเพิ่มเติมอยู่เสมอ
- 8.ไม่นวดผู้ป่วยเพศตรงข้ามในที่ลับตาคน
- 9.ไม่ดื่มเหล้าก่อนทำการนวด

รายละเอียดการนวดและแนวการนวดแบบหมอพื้นบ้าน อ.เชาชัยสน

คำชี้แจง ภาพแสดงการนวดมีการแสดงแนวการนวดและจุดการนวดไว้ข้างเดียวแต่ในทางปฏิบัติให้นวดทั้ง 2 ซีกของร่างกายโดยใช้แนวการนวดและจุดนวดเหมือนกันการนวดรักษาโรค อัมพาต อัมพฤกษ์ เหน็บชา ใช้วิธีการนวดเหมือนกันเหตุผลเพราะโรคทั้ง 3 อาการนี้จะมีอาการคล้ายกันจึงใช้วิธีการนวดร่วมกันได้ส่วนระยะเวลาในการนวดรักษาแต่ละอาการ ขึ้นอยู่กับอาการมากน้อยแค่ไหน

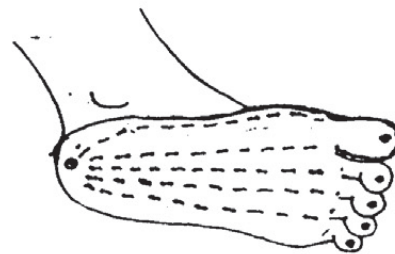
หมายเหตุ ตำแหน่งของจุดการนวดแต่ละจุดไม่แน่นอนเสนอไปขึ้นอยู่กับรูปร่างของผู้ป่วยแต่ละคนด้วยโดยหลักแล้วต้องให้การค้นหาในขณะนวดประกอบด้วยตำแหน่งจุดอาจจะคลาดเคลื่อนไปนิดหน่อยแต่ไม่เกิน 1-2 นิ้ว(นิ้ว) หมายถึงนิ้วหัวแม่มือคือความหนาของนิ้ว ซึ่งใช้เป็นตัววัดระยะความห่างของจุดของคู่มือชุดนี้

ขั้นตอนการนวด

1. นวดฝ่าเท้ามี 4 แนว

ผู้ป่วยนอนหงาย

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดส้นเท้าด้านในตามแนวรอยต่อหนังฝ่าเท้าจนถึงคอหัวแม่เท้า แนวที่ 2-3-4 นวดตามแนวระหว่างนิ้วเท้าทุกนิ้วเริ่มนวดจากปลายเท้าหรือส้นเท้าก็ได้เมื่อนวดครบแนวละ 3-4 เทียบแล้วให้กดจุดปลายนิ้วเท้าทุกนิ้ว กดจุดละ 1 อึดใจ



2. นวดข้อเท้า และหลังเท้า มี 4 แนว

ผู้ป่วยนอนหงาย

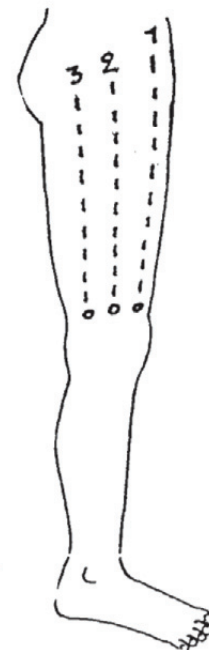
เริ่มจากจุดกลางข้อเท้าด้านหน้า นวดไปตามแนว
รอบๆ ข้อต่อ เท้า 3-4 รอบ แล้ววนดคลึง จุดกลางข้อ
เท้า กดแซ่ไว้ 1 อึดใจ แล้วนวดหลังเท้า นวดตามแนว
เส้นระหว่างนิ้วเท้าทุกนิ้ว แล้ววนดคลึงหลังเท้าจนทั่ว



3. การนวดขา ด้านนอก ข้างบน

ผู้ป่วยนอนหงาย

แนวที่ 1 จากโคนขา ด้านนอก ริมบน ลงมาถึงจุดเหนือเข่า
แนวที่ 2 จากโคนขา ด้านนอก แนวกลาง ขา ถึงจุดเหนือเข่า
แนวที่ 3 จากจุดโคนขา ด้านนอก ริมล่าง ลงมาถึงจุดเหนือเข่า



4.การนวดขาด้านนอกช่วงล่างมี 2 แนว

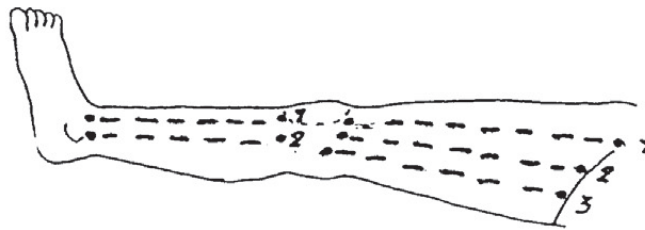
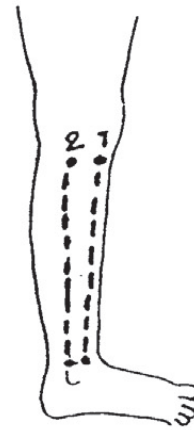
ผู้ป่วยนอนหงาย

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดใต้สะบ้าเข้าด้านนอกแนวซิดกระดูกสัน

หน้าแข้งลงมาถึงจุดเหนือข้อเท้า

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดใต้สะบ้าเข้าด้านนอกลงมาตามแนวกลางขา

ถึงจุดเหนือข้อเท้า



5.นวดขาด้านในช่วงบนมี 3 แนว

ผู้ป่วยนอนหงาย

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดโคนขาด้านใน

ริมบนลงมาถึงจุดเหนือเข่า

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดโคนขาด้านใน

แนวกลางขาลงมาถึงจุด

เหนือเข่าด้านใน

แนวที่ 3 เริ่มจากโคนขาด้านในริมล่าง

ลงมาถึงจุดเหนือเข่า

6.นวดขาด้านในช่วงล่างมี 2 แนว

ผู้ป่วยนอนหงาย

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดใต้เข่าด้านใน

แนวซิดกระดูกหน้าแข้งลง

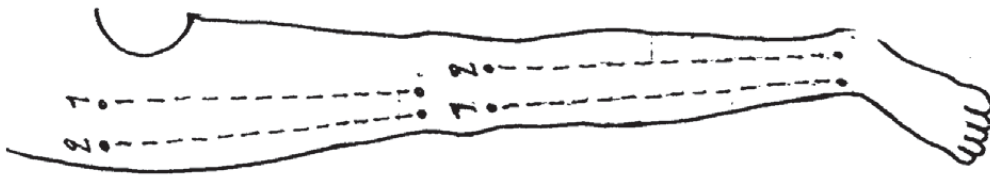
ลงมาถึงจุดเหนือข้อเท้า

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดใต้เข่าด้านใน

นวดตามแนวกลางขาด้าน

ในช่วงล่างลงมาถึงจุด

เหนือข้อเท้า



7. นวดขาด้านหน้าช่วงบนมี 2 แนว

ผู้ป่วยนอนหงาย

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดโคนขาด้านหน้าแนว

กลางขาลงมาถึงจุดเหนือเข่า

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดโคนขาด้านหน้าริม

นอกกลงมาถึงจุดเหนือเข่า

8. นวดขาด้านหน้าช่วงล่างมี 2 แนว

ผู้ป่วยนอนหงาย

แนวที่ 1 เริ่มนวดจากจุดใต้เข่าตามแนว

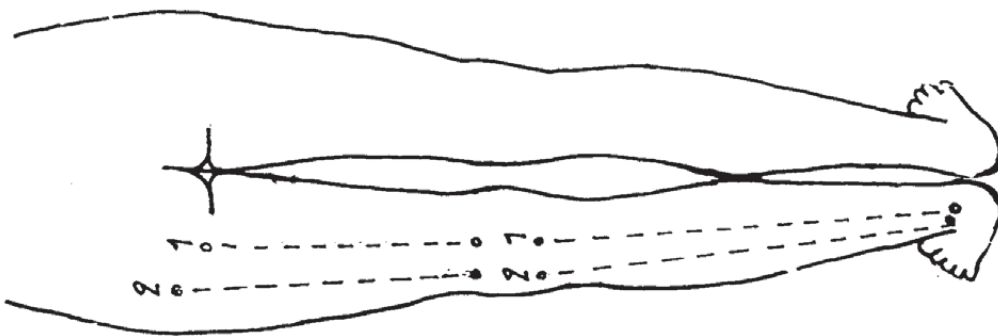
ซิดกระดูกหน้าแข้งด้านนอกลง

มาถึงจุดเหนือข้อเท้า

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดใต้เข่าตามแนวซิด

กระดูกหน้าแข้งด้านในลงมาถึง

จุดเหนือข้อเท้า



9. นวดขาด้านหลังช่วงบนมี 2 แนว

ผู้ป่วยนอนคว่ำ

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดโคนขาด้านหลังแนว

กลางขาลงมาถึงจุดข้อพับเข่า

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดโคนขาด้านหลังริม

นอกกลงมาถึงจุดข้อพับเข่า

10. นวดขาด้านหลังช่วงล่างมี 2 แนว

ผู้ป่วยนอนคว่ำ

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดใต้ข้อพับเข่าแนว

กลางขาลงมาถึงจุดเหนือข้อเท้า

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดใต้ข้อพับเข่าแนว

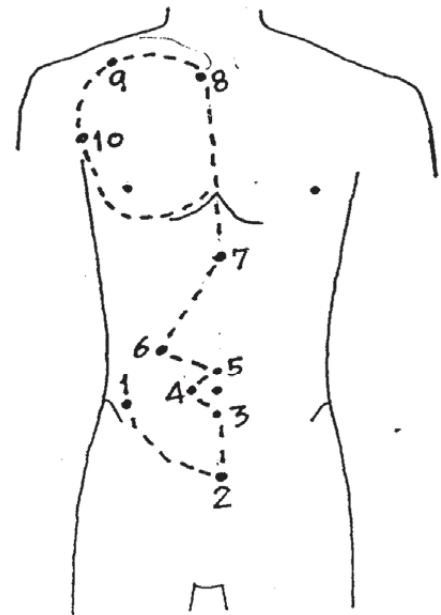
ริมขาด้านนอกกลงมาถึงจุดเหนือ

จุดเหนือข้อเท้าด้านหลัง

การนวดตัว

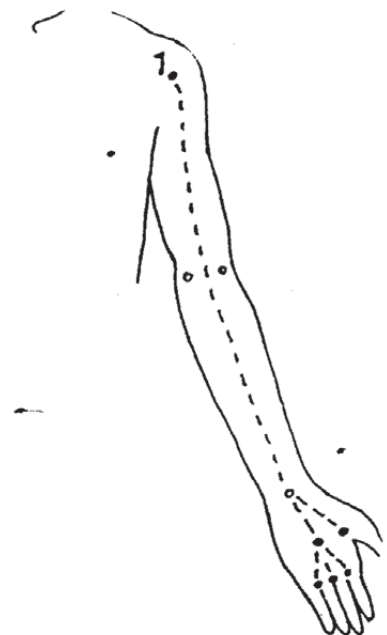
11. นวดตัวช่วงบนด้านหน้า

ใช้วิธีนวดตามแนวของ จุดสำคัญจากจุด1-10ผู้ป่วย นอนหงายเริ่มจากจุดที่ 1 นวดตามแนวซิดกระดูกสะโพก ด้านหน้าถึงจุด 2 นวดไต่ขึ้นไป หาจุดที่ 3 นวดอ้อมสะดือ ไปถึงจุดที่ 4 ไปหาจุดที่ 5 ไปจุดที่ 6 และจากจุด 5 ไป 7 จากจุดที่ 7 ให้ใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงที่ จุดระหว่างซี่โครง ทุกซี่ขึ้นไป จนถึงจุดที่ 8-9 และ10 แล้วนวดรอบเต้านม การนวดกดให้ระยะกดห่างกันประมาณช่วงละ 1 นิ้ว

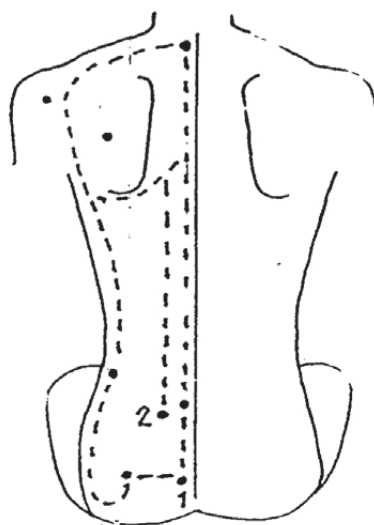


12. นวดแขนด้านหน้ามี 1 แนวนวด

เริ่มจาก จุดกลางข้อต่อไหล่ด้านหน้านวดลงไปตาม แนวกลางแขนถึงจุดข้อมือเมื่อนวดครบ 4 เทียวนแล้วนวด ฝ่ามือไว้หนึ่งข้อนิ้วแล้วนวดตามแนวร่องนิ้วทุกนิ้ว



การวัดตัวและแขนด้านหลัง



13. วัดตัวด้านหลังมี 2 แนว

ผู้ปวยนั่งตัวตรง

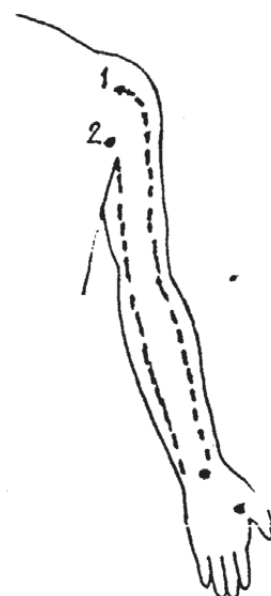
แนวที่ 1 เริ่มจากจุดก้นกบชิดกระดูกสันหลังขึ้นไปจนถึงจุดต้นคอแล้ววัดมาตามริมขอบสะบักด้านบนจนถึงจุดข้อต่อไหล่แล้ววัดไปตามขอบสะบักด้านนอกลงมาตามแนวชายโครงจนถึงจุดริมกระดูกสะโพกด้านนอก

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดตรงรอยบุ่ม แนวสะเอวห่างจากกระดูกสันหลังประมาณ 2 นิ้ว วัดตามแนวตรงขึ้นไปจนถึงริมขอบสะบักด้านล่าง วัดแนวรอบริมสะบักเมื่อนวดเสร็จให้กดจุดสะบัก 1 อีกใจ

14. วัดแขนด้านหลังมี 2 แนว

แนวที่ 1 เริ่มจากกลางข้อต่อไหล่ด้านหลังลงมาตามแนวนิ้วชี้จนถึงข้อต่อมือ

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดริมรักแร้ด้านหลังลงมาตามแนวนิ้วก้อยจนถึงข้อต่อมือ
เมื่อนวดเสร็จให้นวดคลึงหลังมือจนทั่ว

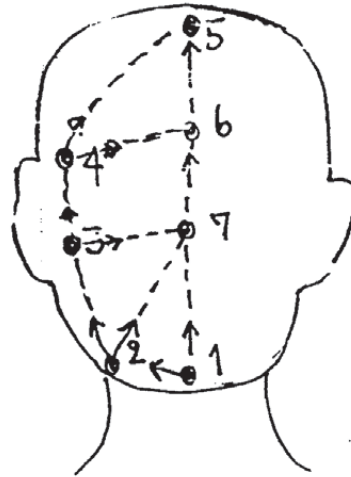


15. นวดศีรษะด้านหลังมี 5 แนว

ผู้ป่วยนั่งคอตรง

- แนวที่ 1 นวดจากจุดที่ 1 ไปตามหมายเลข 7-6 และ 5
 แนวที่ 2 นวดจากจุดที่ 1 ไปตามหมายเลข 2-3-4 และ 5
 แนวที่ 3 นวดจากจุดที่ 2 ไปจุดที่ 7
 แนวที่ 4 นวดจากจุดที่ 3 ไปจุดที่ 7
 แนวที่ 5 นวดจากจุดที่ 4 ไปจุดที่ 6

เมื่อนวดเสร็จใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้างนวดขยำให้ทั่วศีรษะแบบสระผม



16. นวดศีรษะด้านหน้ามี 5 แนว

ผู้ป่วยนั่งหน้าตรง

- แนวที่ 1 นวดจากจุดที่ 1 หัวคิ้วด้านในขึ้นไป
 กลางศีรษะถึงจุดที่ 5
 แนวที่ 2 นวดจากจุดที่ 2 ที่หางคิ้วไปขมับถึง
 จุดที่ 3 นวดต่อไปเหนือใบหูถึงจุดที่
 4 และนวดตามแนวไปกลางศีรษะถึง
 จุดที่ 5



17. นวดส่วนใบหน้ามี 2 แนว

ผู้ป่วยนั่งหน้าตรง

- แนวที่ 1 นวดจากจุด ก.ริมโหนกแก้ม
 ด้านในนวดลงมาตามร่องแก้ม
 ถึงจุด ข.
 แนวที่ 2 นวดจากจุด ข.ปลายคางขึ้น
 ไปตามขากรรไกรถึงจุด ค.
 เมื่อนวดเสร็จใช้นิ้วหัวแม่มือกดจุดริม
 ตีงหูด้านหน้า 1 อัดใจ

สาระความรู้ด้านวิชาการของแพทย์สมัยใหม่

เกี่ยวกับการรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต

โดย แพทย์หญิง วิภาวรรณ ลีลาสำราญ อาจารย์คณะแพทยศาสตร์

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

เป็นผู้ให้ความรู้แก่มอนวดีที่บ้าน อ.เขาชัยสน

-โรคอัมพาต อัมพฤกษ์ มีชื่อเรียกทางการแพทย์ว่าโรคเส้นเลือดสมองซึ่งโรคทั้ง 2 อาการนี้เป็นอาการเดียวกันแต่ความรุนแรงต่างกัน

-โรคอัมพฤกษ์ คือ อาการที่ไม่รุนแรง หรือเรียกว่า เป็นอาการเริ่มต้น คือเส้นเลือดตีบ

-โรคอัมพาต จะมีอาการที่รุนแรงและเสียชีวิตได้ผู้ป่วยจะมีอาการอยู่ในระยะที่ 2 และ 3 คือ เส้นเลือดตัน และเส้นเลือดแตก ผู้ป่วยที่เป็นอาจมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะพิการหรืออาจเสียชีวิตได้

-สาเหตุการเกิดโรคเส้นเลือดสมอง คือไขมันอุดตันในเส้นเลือดสามารถเกิดขึ้นได้ทุกส่วนของร่างกาย

-อาการที่เป็น แขน-ขา-ใบหน้าอ่อนแรงซีกใดซีกหนึ่งทันทีทันใดพูดไม่ได้ หรือพูดไม่รู้เรื่อง ฟังไม่รู้เรื่องเวลาที่ผู้อื่นพูด มองเห็นภาพซ้อน เดินเซ มีอาการสับสน ปวดหัวร่วมด้วย

-กลุ่มคนที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรค

-ผู้สูงอายุ -คนเป็นโรคหัวใจ -ไขมันในเลือดสูง -ความดันโลหิตสูง

-คนเป็นโรคเบาหวาน -สูบบุหรี่จัด -ดื่มเหล้ามาก

-ขั้นตอนการรักษาทางการแพทย์

-ตรวจอาการโดยการเอกซเรย์สมองเพื่อตรวจดูความเล็กใหญ่ของการตีบของเส้นเลือดถ้ามีขนาด

ไม่เกิน 1 เซนติเมตรไม่ต้องผ่าตัดแต่ถ้ามีขนาดใหญ่ 10 เซนติเมตรขึ้นไปต้องทำการผ่าตัด

แบบสัมภาษณ์ผู้ป่วยก่อนนวดรักษาของหมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน

ชื่อ-สกุล.....ที่อยู่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

อาการที่เป็น.....

ลักษณะของอาการแรกเริ่มเป็นอย่างไร.....

สาเหตุที่ทำให้เกิดอาการ.....

ระยะเวลาที่เป็นนานแค่ไหน.....

ท่านเคยรับการรักษามาจากที่ไหนบ้าง.....

ท่านทานยาอะไรอยู่บ้างในขณะนี้.....

ท่านมีไข้ในขณะนี้หรือไม่.....

ท่านมีโรคประจำตัวอะไรอยู่บ้างในขณะนี้.....

ท่านเคยได้รับการผ่าตัดรักษาไม่ถึงสองเดือนหรือไม่.....

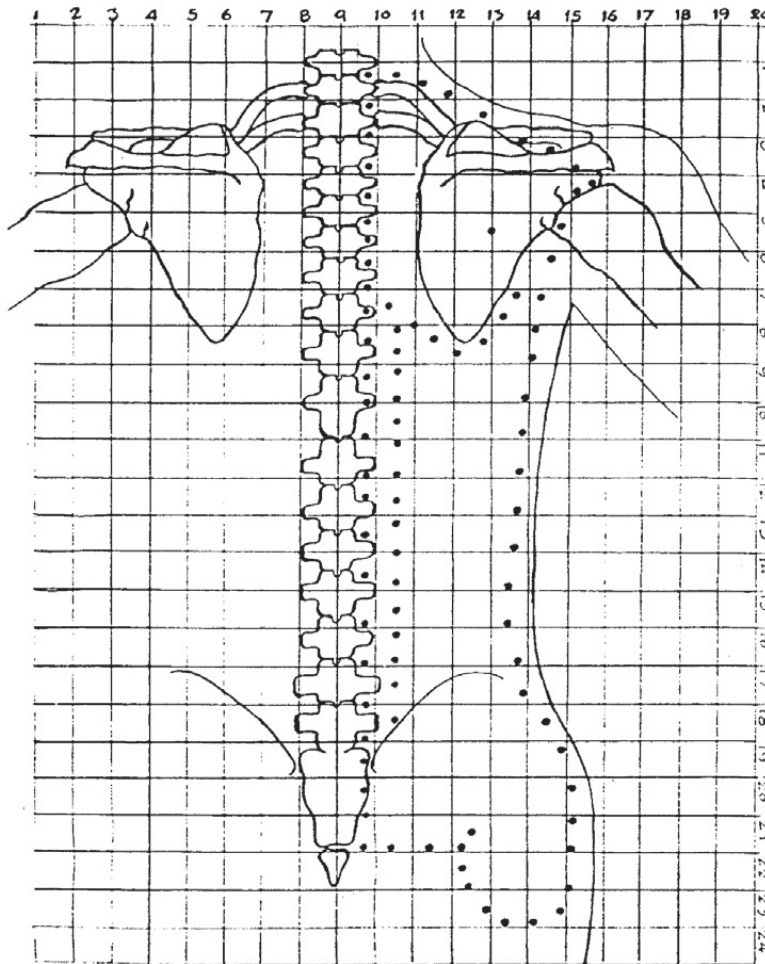
ท่านมีเหล็กฝังอยู่ในร่างกายส่วนไหนของท่านหรือไม่.....

ท่านมีโรคติดต่อทางการสัมผัสหรือไม่.....

ภาคผนวก ข.

ชุดคู่มือการนวดรักษาอาการ ทั่วไป
แบบฉบับพื้นบ้าน อำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง

คู่มือการนวดบำบัดรักษา
อาการทั่วไป
แบบพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน



ทีมวิจัยหมอพื้นบ้าน
อำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง

คำนำ

ชุดคู่มือการนวดบำบัดรักษาอาการทั่วไปเล่มนี้ ที่มีวิสัยองค์ความรู้หมอฟันบ้าน อำเภอเขาชัยสนได้จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่ออนุรักษ์และฟื้นฟูภูมิปัญญาของหมอนวดพื้นบ้านและใช้เป็นคู่มือ การนวดแบบพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสนโดยเฉพาะ จึงได้รวบรวมความรู้จากหมอฟันบ้านที่มีความรู้ความสามารถ เรื่องการบำบัดและรักษาอาการทั่วไปโดยการนวดจากหมอในพื้นที่อำเภอเขาชัยสนหลายท่าน แล้วนำมาเรียบเรียง ผสมผสานเป็นแบบฉบับเดียวกัน เพื่อให้เกิดเป็นชุดคู่มือการนวดที่สามารถเรียนรู้ได้ง่ายขึ้น เนื้อหาความรู้ในเล่มประกอบไปด้วยความรู้ในการนวดรักษาอาการทั่วไป เช่นอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ปวดข้อเท้า ปวดเข่า ปวดหลัง ปวดเอว ปวดไหล่ สะบักจม เป็นต้น

การจัดทำคู่มือการนวดรักษาอาการทั่วไปเล่มนี้ได้รับความร่วมมือจากผู้เกี่ยวข้องหลายๆ ฝ่ายทั้งหน่วยงาน องค์กรในพื้นที่อำเภอเขาชัยสน และนอกพื้นที่ ซึ่งได้เข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการต่างๆ ในการจัดทำคู่มือและได้รับการสนับสนุนงบประมาณในการดำเนินงาน จากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย(ส.ก.ว)สำนักงานภาค และสถาบันวิจัยและพัฒนาสุขภาพภาคใต้ (ว.พ.ส)จนทำให้คู่มือออกมาเป็นผลสำเร็จ ทางคณะผู้วิจัยฯจึงใคร่ขอขอบพระคุณทุกหน่วยงาน องค์กรตลอดถึงหมอฟันบ้านและประชาชนในอำเภอเขาชัยสนไว้ ณ โอกาสนี้ การจัดทำคู่มือชุดนี้อาจมีข้อบกพร่องขอให้ท่านผู้รู้ได้กรุณาแนะนำด้วย เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้นในโอกาสต่อไป

ขอขอบคุณ

คณะผู้วิจัยฯ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
แหล่งที่มาขององค์ความรู้	1
ประวัติโดยย่อของหมอพื้นบ้านที่ให้ความร่วมมือในการทำวิจัย	2-6
สาเหตุการเกิดอาการต่างๆของร่างกาย	7
ข้อควรระวังในการนวดของหมอพื้นบ้าน	7
จรรยาบรรณหมอพื้นบ้าน	8
การเตรียมตัวก่อนการนวดของหมอ	8
เทคนิคการนวดของหมอพื้นบ้าน อ.เชาชัยสน	9
จุดสำคัญการนวดรักษาอาการทั่วไปด้านหน้าของหมอพื้นบ้าน อ.เชาชัยสน	10
จุดสำคัญการนวดรักษาอาการทั่วไปด้านหลังของหมอพื้นบ้าน อ.เชาชัยสน	11
การนวดรักษาอาการต่างๆของหมอพื้นบ้าน อ.เชาชัยสน	12
ขั้นตอนการนวดและแนวการนวดรักษาอาการทั่วไปของหมอพื้นบ้าน อ.เชาชัยสน	13
การนวดบำบัดอาการปวดข้อเท้า	14
การนวดบำบัดอาการปวดเข่าและปวดเมื่อยขา	15-17
การบำบัดอาการข้อเท้าหลุดและข้อเข่าหลุด	18
การนวดบำบัดอาการปวดหลัง-ปวดเอวและแก้ท้องผูก	19-20
การนวดบำบัดอาการสะบักจม	20-21
การนวดบำบัดอาการปวดไหล่และปวดเมื่อยแขน	22-24
การนวดบำบัดอาการปวดหัวและคลายเครียด	24-25
แบบสัมภาษณ์ผู้ป่วยก่อนทำการนวด	26
สาระความรู้การแพทย์สมัยใหม่เกี่ยวกับการเกิดอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย	27-30

ประวัติความเป็นมาขององค์ความรู้

องค์ความรู้ในการนวดบำบัดรักษาอาการทั่วไปเป็นองค์ความรู้ที่มีการสืบทอดกันมานานนับเป็นเวลหลายร้อยปี จากรุ่นปู่ ย่า ตา ยาย สู่รุ่นลูกรุ่นหลาน ตราบจนถึงปัจจุบัน องค์ความรู้เหล่านี้ถูกรักษาไว้เพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกันเวลาเจ็บป่วยจากอาการต่างๆที่สามารถรักษาได้โดยวิธีการนวด เช่นอาการปวดหลัง-ปวดเอว-ปวดข้อ-ปวดเมื่อยตามร่างกายซึ่งเกิดจากสาเหตุต่างๆ หมอพื้นบ้านเป็นที่ยอมรับและมีการใช้บริการกันมากในสมัยก่อน แต่ในปัจจุบันหมอพื้นบ้านที่มีความรู้ ความสามารถในการนวดแบบพื้นบ้านในอำเภอเขาชัยสน ยังคงเหลืออยู่เพียงไม่กี่คนเท่านั้น สาเหตุเพราะในสังคมปัจจุบันคนรุ่นใหม่ไม่ค่อยมองเห็นถึงความสำคัญของหมอพื้นบ้าน ลูกหลานของหมอแต่ละท่านก็ไม่ค่อยสนใจที่จะสืบทอดองค์ความรู้เหล่านี้เอาไว้ทั้งๆที่ความนิยมในการใช้บริการของผู้ป่วยยังมีความต้องการใช้บริการกับหมอนวดพื้นบ้านอยู่มากในปัจจุบัน

ด้วยสาเหตุเหล่านี้ทีมวิจัยจึงได้ร่วมกันศึกษารวบรวมเอาองค์ความรู้ของหมอแต่ละท่านมาจัดทำเป็นชุดคู่มือการนวดรักษาอาการทั่วไปแบบฉบับหมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสนเอาไว้เพื่อให้้องค์ความรู้ ยังคงมีอยู่คู่ชุมชน และจะได้นำไปขยายผลแก่กลุ่มผู้สนใจที่อยากเรียนรู้ได้เข้ามาเรียนรู้และนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป และการรวบรวมองค์ความรู้ของหมอพื้นบ้านในครั้งนี้ทีมวิจัย ได้ร่วมมือเป็นอย่างดีจากหมอพื้นบ้านในอำเภอเขาชัยสนจำนวน 20 ท่านซึ่งแต่ละท่านมีประวัติความเป็นมาโดยย่อดังนี้

ประวัติโดยย่อของหมอพื้นบ้านที่ได้ให้ความร่วมมือในการทำวิจัย

- 1.นายสมบุรณ์ ทิพย์นุ้ย เกิดเมื่อปี พ.ศ 2490 อายุ 58 ปี ที่อยู่ 190 ม.1 ต.ควนขนุน
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ความชำนาญการรักษาโรค นวดรักษาตามอาการทั่วไป นวดเพื่อสุขภาพ
ประสบการณ์ การรักษา 12 ปี
ได้รับความรู้มาจาก อาจารย์ลาบ โปดำ และอาจารย์ สมเกียรติ คงวิทยา
- 2.นางหนูขาว เมืองสง เกิดเมื่อปี พ.ศ 2500 อายุ 48 ปี ที่อยู่ 136 ม.1 ต.ควนขนุน
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ความชำนาญการรักษาโรค นวดรักษาตามอาการทั่วไป นวดเพื่อสุขภาพ
ประสบการณ์ การรักษา 6 ปี
ได้รับความรู้มาจาก นางม่วง เมืองสง มารดา
- 3.นางอุบล ทิพย์ศ เกิดเมื่อปี พ.ศ 2490 อายุ 58 ปี ที่อยู่ 18 ม.4 ต.ควนขนุน
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ความชำนาญการรักษาโรค นวดรักษาตามอาการทั่วไป
ประสบการณ์ การรักษา 5 ปี
ได้รับความรู้มาจาก นายสมบุรณ์ ทิพย์นุ้ย
- 4.นางอำนวย กองเอียด เกิดเมื่อปี พ.ศ 2496 อายุ 52 ปี ที่อยู่ 128 ม.1 ต.ควนขนุน
ต.ควนขนุน จ.พัทลุง
ความชำนาญการรักษาโรค นวดรักษาอาการทั่วไป นวดเพื่อสุขภาพ
ประสบการณ์ การรักษา 5 ปี
ได้รับความรู้มาจาก นายน้า แสงใส หมอแผนโบราณ

5.นางเล็ก เขียดสั้น	เกิดเมื่อปี พ.ศ 2499 อายุ 49ปี ที่อยู่ 127 ม.1 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ความชำนาญการรักษาโรค	นวดรักษาตามอาการทั่วไป นวดเพื่อสุขภาพ
ประสบการณ์	การรักษา 4 ปี
ได้รับความรู้มาจาก	นางหมา ดำกลิ่น
6.นางพล ขุนวัน	เกิดเมื่อปี พ.ศ 2498 อายุ 50 ปีที่อยู่ 42 ม.10 ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ความชำนาญการรักษาโรค	นวดรักษาอาการทั่วไป
ประสบการณ์	การรักษา 4 ปี
ได้รับความรู้มาจาก	นางดำ สุขแก้ว หมอตำแย บ้านท่าควาย
7. นางเจน หนูเมียน	เกิดเมื่อปี พ.ศ 2490 อายุ 58 ปี ที่อยู่ 271 ม.5 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ความชำนาญการรักษาโรค	นวดรักษาตามอาการ
ประสบการณ์	การรักษา 4 ปี
ได้รับความรู้มาจาก	อาจารย์ สุวิติ หมอแผนโบราณอยู่กรุงเทพมหานคร
8.นางเจียม ปานเพชร	เกิดเมื่อปี พ.ศ 2486 อายุ 62 ปี ที่อยู่ 89 ม.7 ต.เขาชัยสน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ความชำนาญการรักษาโรค	นวดรักษาตามอาการ
ประสบการณ์	การรักษา 11 ปี
ได้รับความรู้มาจาก	นางแหม่ม ปานเพชร นางสาว
9.นายตั้ง เพชรรักษ์	เกิดเมื่อปี พ.ศ 2486 อายุ 62 ปีที่อยู่ 89 ม 7 ต.เขาชัยสน อ.เขาชัยสน จ. พัทลุง
ความชำนาญการรักษาโรค	นวดรักษาอาการทั่วไป ประสบการณ์ การรักษา 10 ปี
ได้รับการถ่ายทอดมาจาก	นายชู เพชรรักษ์ พ่อ

- 10.นางเอียด อินลิตี เกิดเมื่อปี พ.ศ 2484 อายุ 64 ปีที่อยู่ 7/3 ม3 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ความชำนาญในการรักษาโรค นวดรักษาอาการทั่วไป
ประสบการณ์ การรักษา 13 ปี
ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นายดำ จันทรวงศ์
- 11.นางคลี หนูนวล เกิดเมื่อปี พ.ศ 2485 อายุ 63 ปีที่อยู่ 121/1ม.2 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ความชำนาญในการรักษาโรค นวดรักษาตามอาการ
ประสบการณ์ การรักษา 8 ปี
ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางกลีน หนูนวล
- 12.นางเอี่ยม รัตนมุสิก เกิดเมื่อปี พ.ศ 2501 อายุ 47 ปีที่อยู่ 21 ม.6 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง
ความชำนาญการรักษาโรค นวดรักษาตามอาการ
ประสบการณ์ การรักษา 5 ปี
ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางลั่น มีมุสิทธ์ แม่
- 13.นางพริ้ง ชุมทอง เกิดเมื่อปี พ.ศ 2480 อายุ 68 ปีที่อยู่ 112 ม.9 ต. โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ. พัทลุง
ความชำนาญการรักษา นวดรักษาตามอาการ
ประสบการณ์ การรักษา 10 ปี
ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางเกลื่อนไชยฤทธิ์ น้าสาว

14.นางฟอง คงศรี เกิดเมื่อปี พ.ศ. 2485 อายุ 63 ปีที่อยู่ 342 ม.14 ต.เขาชัยสน
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความชำนาญการรักษานวดรักษาตามอาการ

ประสบการณ์ การรักษา 5 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก การเรียนรู้ด้วยตนเอง

15.นายถาวร หนูอ่อน เกิดเมื่อปี พ.ศ. 2485 อายุ 63 ปีที่อยู่ 168 ม.12 ต.โคกม่วง
อ.เขาร้อยสน จ.พัทลุง

ความชำนาญการรักษา นวดรักษาตามอาการทั่วไป

บ่อระสบการณ์ การรักษา 15 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก อาจารย์ลาม ไปด้า

16.นางหนู ชูกาล เกิดเมื่อปี พ.ศ 2493 อายุ 55 ปีที่อยู่ 138/8 ม.2 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความชำนาญการรักษา นวดรักษาตามอาการ

ประสบการณ์ การรักษา 10 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางลอย ชุกกาล มารดา

17.นางคล้อย บุญเพ็ง เกิดเมื่อปี พ.ศ 2478 อายุ 70 ปีที่อยู่ 112/1 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความชำนาญการรักษา นวดรักษาตามอาการ

ประสบการณ์ การรักษา 5 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางจ๋ม ปราบพันช์ มารดา

18.นางอารมย์ รักดำ เกิดเมื่อปี พ.ศ 2488 อายุ 60 ปีที่อยู่ 198 ม.1 ต.ควนขนุน
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความชำนาญการรักษา นวดรักษาตามอาการทั่วไป นวดเพื่อสุขภาพ นวดฝ่าเท้า
ประสบการณ์ การรักษา 5 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก อาจารย์หมอสันติศักดิ์ ไชตินุกูล อาจารย์หมอวิชัย ยอสิน
นายสมบูรณ์ ทิพย์นุ้ย

19.อาจารย์สมจริง เกตุนิม เกิดเมื่อปี พ.ศ 2492 อายุ 56 ปีที่อยู่ 106/1 ม.6 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความชำนาญการรักษา นวดรักษาอาการทั่วไป นวดเพื่อสุขภาพ นวดฝ่าเท้า
ประสบการณ์ การรักษา 7 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางศุภณีย์ เมธาวัชร นายสมบูรณ์ทิพย์นุ้ย อาจารย์หมอวิชัย
ยอสิน อาจารย์สันติศักดิ์ ไชตินุกูล

20.อาจารย์สุนงนิจ บุญยะวันดัง เกิดเมื่อปี พ.ศ 2486 อายุ 62 ปีที่อยู่ 23 ม.6 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ความชำนาญการรักษา นวดรักษาตามอาการทั่วไป นวดเพื่อสุขภาพ นวดฝ่าเท้า
ประสบการณ์ การรักษา 5 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางเกลื่อน ภานิชย์ มารดา อาจารย์สันติศักดิ์ ไชตินุกูล
อาจารย์วิชัย ยอสิน นายสมบูรณ์ ทิพย์นุ้ย

สาเหตุการเกิดอาการต่างๆของร่างกาย

อาการเจ็บป่วยของร่างกาย เช่น ปวดข้อเท้า ปวดเข่า ปวดเอว ปวดหลัง ปวดไหล่ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อฯ อาจมีสาเหตุ เนื่องมาจากวิถีชีวิตของแต่ละคนในชีวิตประจำวัน ได้แก่ การประกอบอาชีพ การทำนา ทำสวน การกรีดยาง การยกของหนัก การเล่นกีฬา ผู้ป่วยที่นอนอยู่กับที่เป็นเวลานานๆรวมถึงการเกิดอุบัติเหตุ และการกินอาหารไม่ถูกหลักโภชนาการ สิ่งต่างๆเหล่านี้อาจทำให้ร่างกายผิดปกติเพราะเส้นเอ็น ฟลัก จมจนเลือดลมไหลไม่ได้จึงทำให้เกิดความเจ็บปวดตรงบริเวณนั้นๆ อาการเหล่านี้หมอพื้นบ้านใช้วิธีนวดเพื่อบรรเทาอาการได้

ข้อควรระวังในการนวดของหมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน

1. ผู้ป่วยที่มีกระดูกแตก หรือหักถ้าไม่มีความรู้ในการต่อกระดูกห้ามนวด
2. ผู้ป่วยที่มีไข้ขึ้นสูงผิดปกติห้ามนวด
3. ผู้ป่วยที่มีโรคผิวหนังติดต่อร้ายแรงห้ามนวด
4. ผู้ป่วยที่มีเหล็กฝังอยู่ในร่างกายห้ามนวดบริเวณที่มีเหล็กอยู่
5. ผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานในระยะสุดท้ายห้ามนวด
6. ผู้ป่วยเป็นโรคมะเร็งห้ามนวดจุดที่เป็นก้อนมะเร็ง
7. ผู้ป่วยที่มีความดันโลหิตสูงที่ไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องห้ามนวด
8. ผู้ป่วยที่มีอาการบวมเป็นล่ำ(บวมร้อน)ห้ามนวด
9. ห้ามนวดผู้ป่วยที่อยู่ในอาการมึนเมา

จรรยาบรรณหมอฟันบ้านอำเภอเขาศูนย์

1. ให้ความเคารพนับถือ ครูบาอาจารย์
2. มีความซื่อสัตย์สุจริตในวิชาชีพ
3. มีความเมตตา กรุณาต่อผู้ป่วย
4. ให้บริการผู้ป่วยโดยไม่แบ่งชั้นวรรณะ
5. ไม่ปิดบังความเขลาของตัวเอง
6. ไม่โอ้อวดวิชาให้คนใช้หลงเชื่อ ไม่ยกตนข่มท่าน ไม่ลบหลู่ดูถูกหมอด้วยกัน
7. ศึกษาค้นคว้า และฝึกฝนวิชาเพิ่มเติมอยู่เสมอ
8. ไม่นวดผู้ป่วยเพศตรงข้ามในที่ลับตาคน
9. ไม่นวดผู้ป่วยที่กำลังเมาสุรา

การเตรียมตัวก่อนทำการนวด

1. สถานที่ในการนวดเป็นที่โปร่ง อากาศถ่ายเทได้สะดวก และเป็นที่ไม่ลับตาคน
2. อุปกรณ์ที่ใช้ในการนวดต้องมีความสะอาด และหมั่นเปลี่ยนใหม่ อย่างสม่ำเสมอ
3. ผ้าสะอาด สำหรับเช็ดมือเช็ดเท้า
4. การแต่งกายของหมอควรใส่เสื้อผ้าที่สะอาดไม่รัดรูปจนเกินไปเพื่อความคล่องตัวในขณะทำการนวด
5. หมอควรตัดเล็บมือ เล็บเท้าให้สั้นอยู่เสมอ

การเตรียมตัวของผู้ป่วย

1. ใส่เสื้อผ้าไม่รัดรูปจนเกินไปเพื่อความคล่องตัวในการเปลี่ยนท่านวด
2. ขณะที่หมอกำลังนวดไม่ควรเกร็งกล้ามเนื้อ ไม่ดิ้น ปล่อยตัวตามสบาย
3. หยุดกินยาแก้ปวดทุกชนิดก่อนให้หมอนวด

เทคนิคการนวดของหมอฟันบ้านอำเภอเขาชัยสน

- 1.การนวดตามแนวเส้น: ใช้นิ้วหัวแม่มือส่วนได้นิ้วตรงเนื้อมันเหนือข้อพับนิ้ววางลงตามแนวเส้นกตแต่ละจุดห่างกันประมาณ 1-3 นิ้วทุกจุดกดแชไว้ประมาณ 1 อึดใจแล้วปล่อยการนวดตามแนวเส้นใช้นวดได้ทุกส่วนของร่างกาย(ห้ามใช้ตรงส่วนเล็บจิก)

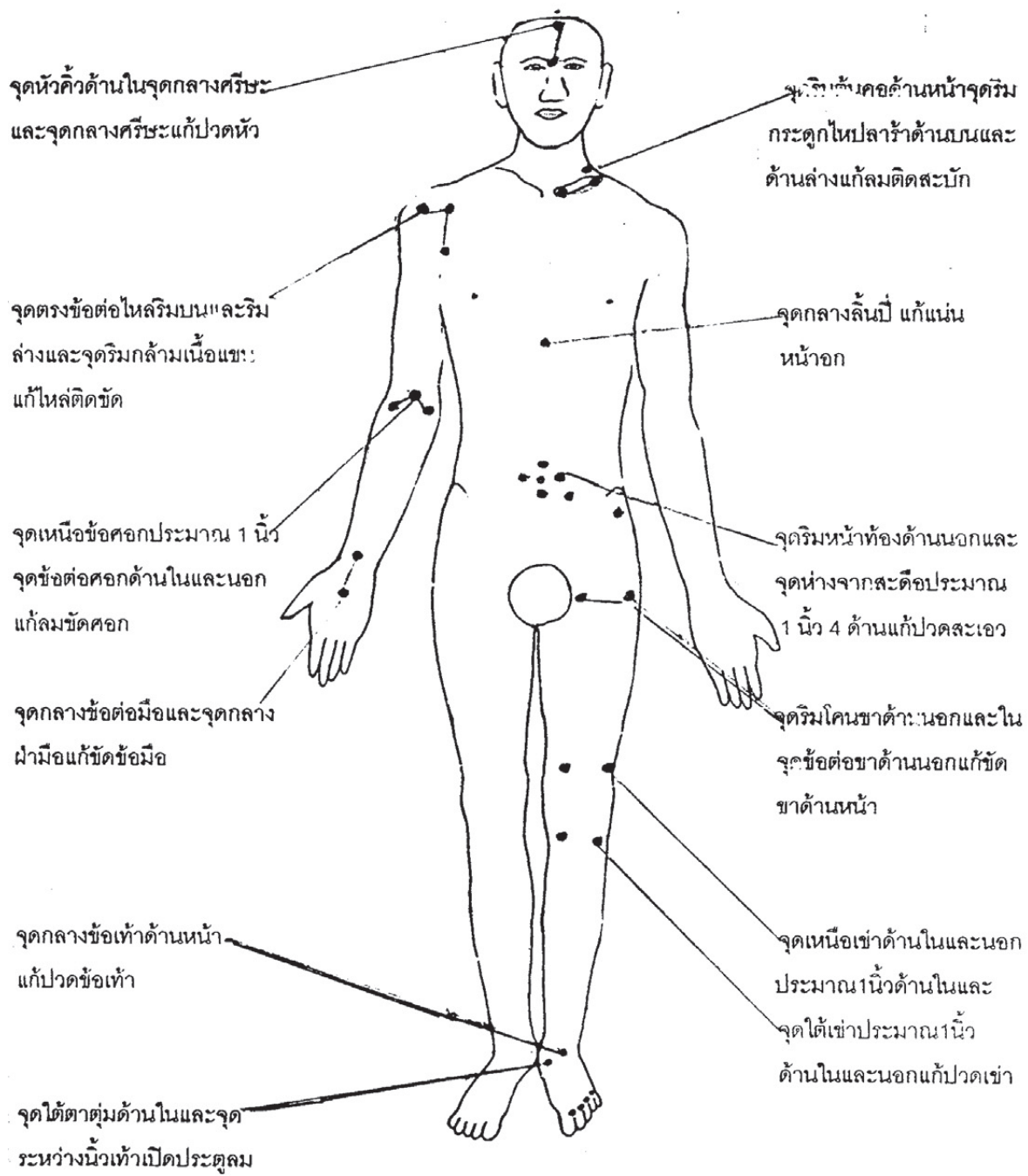


- 2.การคลึงนิ้ว ใช้นิ้วหัวแม่มือวางลงไปตามแนวเส้นแล้วค่อยๆ ขยับนิ้วเป็นวงกลมอยู่กับที่ประมาณ 3-4 รอบแล้วขยับนิ้วเลื่อนไปเรื่อยๆ จนจบการนวดการนวดวิธีนี้ใช้ได้กับทุกส่วนของร่างกาย
- 3.การบีบด้วยสองมือ ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างเต็มฝ่ามือ ไขปลายนิ้วทุกนิ้วบีบไปตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย เช่น แขน ขา ฝ่าเท้า แนวป่า ไหล่ วิธีนี้ช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อได้ดี
- 4.การนวดแบบตะแคงนิ้ว ใช้นิ้วหัวแม่มือด้านข้างกดลงไปตามแนวระหว่างซี่โครงเพื่อได้กดจุดได้ง่ายขึ้น วิธีนี้ใช้นวดตามซอกกระดูกซี่โครงหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกาย
- 5.การดึงและการหมุนอวัยวะบางส่วนเมื่อนวดเสร็จ เช่น นิ้วมือ นิ้วเท้า โดยค่อยๆ ดึงแบบกระตุกใช้แรงดึงพอประมาณจะมีเสียงดัง อวัยวะบางส่วนใช้วิธีการหมุน เช่น ข้อต่อไหล่ ข้อเท้า ข้อมือ โดยจับหมุนซ้ำๆ ไปทางซ้ายและขวาประมาณ 5-10 รอบจะช่วยผ่อนคลายข้อต่อต่างๆ ได้ดี

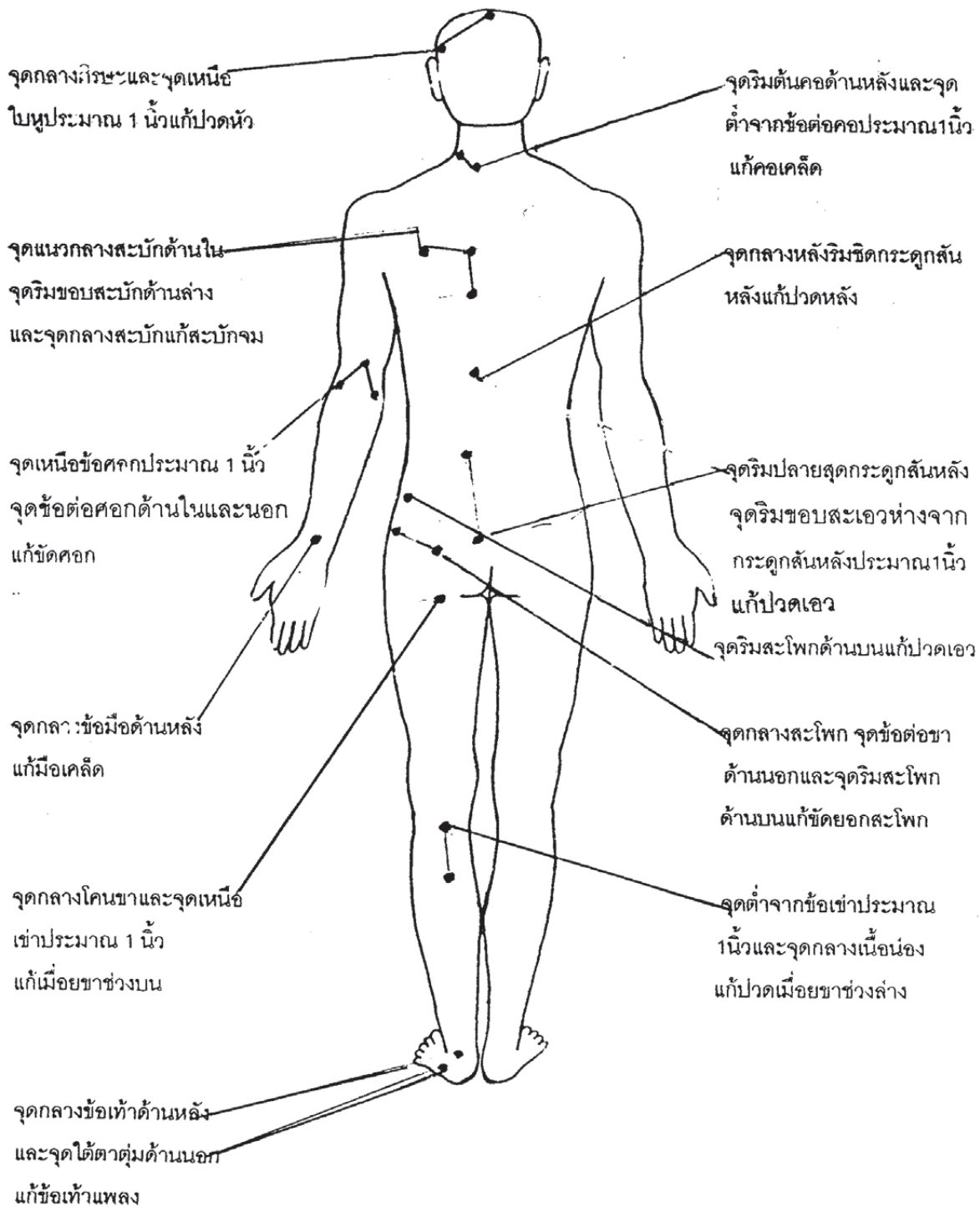
ข้อปฏิบัติหลังนวดเสร็จของหมอนวด

- 1.ล้างมือล้างเท้าให้สะอาดหลังนวดเสร็จ
- 2.ให้กำลังใจผู้ป่วยและแนะนำไม่ให้ผู้ป่วยออกกำลังกายหรือบริหารอวัยวะส่วนที่มีอาการด้วยตัวเอง ไม่กินอาหารที่ทำมาจากการหมักดองทุกชนิด ไม่ดื่มสุราในขณะที่กำลังรับการรักษา ไม่กินข้าวเหนียว และสัตวีกและผลไม้เช่น ขนุน กัลย

จุดสำคัญการนวดรักษาอาการทั่วไปของหมอฟันบ้านอำเภอเซ รัชสนด้านหน้า



จุดสำคัญการนวดรักษาอาการทั่วไปแบบพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสนด้านหลัง



การนวดรักษาอาการต่างๆ

อาการที่รักษาได้โดยวิธีการนวดของหมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสนที่รวบรวมไว้ในคู่มือเล่มนี้มี 17 อาการแยกเป็นส่วนๆได้ 5 ส่วนคือ

1.ส่วนขาจากโคนขาถึงปลายนิ้วเท้า

- 1.1 อาการปวดข้อเท้า
- 1.2 อาการปวดนิ้วเท้า
- 1.3 อาการปวดเข่า
- 1.4 อาการป่วยเมื่อยขา
- 1.5 อาการข้อเข่าหลุด
- 1.6 อาการข้อเท้าหลุด

2.ส่วนสะเอวและหลังมี 3 อาการ

- 2.1 ปวดหลัง
- 2.2 ปวดสะเอว
- 2.3 ปวดสะโพก

3.ส่วนลำคอและสับัก มี2อาการ

- 3.1 ปวดคอ
- 3.2 สับักจม

4.ส่วนแขนและไหล่มี 3 อาการ

- 4.1 ปวดข้อมือ
- 4.2 ปวดไหล่
- 4.3 ปวดเมื่อยแขน
- 4.4 ข้อไหล่หลุด

5.ส่วนศีรษะมี2อาการ

- 5.1 มึนศีรษะ
- 5.2 หูอื้อ ตาลาย

ขั้นตอนการนวดและแผนการนวดรักษาอาการทั่วไปของหมอพื้นบ้าน อ.เชาชัยสน คำชี้แจง

ภาพแสดงการนวดมีการแสดงไว้ข้างเดียวแต่ในทางปฏิบัติให้นวดเหมือนกันทั้งสองข้างการนวดตามแผนการนวดจะนวดขึ้นหรือลงก็ได้แล้วแต่ความถนัดของแต่ละคน

การนวดบำบัดอาการข้อปวดข้อเท้าและนิ้วเท้า

วิธีตรวจอาการ ชักถามประวัติจากผู้ป่วยถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการแล้วให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรงยืดขาที่เจ็บออกไปข้างหน้า แล้วตรวจอาการดังนี้

1. หมอนวดใช้มือกดปลายเท้าของผู้ป่วยให้ต่ำลง เพื่อดูว่าผู้ป่วยเจ็บมากน้อยแค่ไหน
2. ดันปลายเท้าของผู้ป่วยไปทางซ้ายและทางขวา เพื่อดูว่ามีอาการเจ็บมากน้อยเพียงใด
3. ถ้าข้อเท้ามีรอยช้ำบวมห้ามนวด ต้องรอให้อาการบวมหายก่อนแล้วค่อยนวด

ขั้นตอนการนวดรักษา

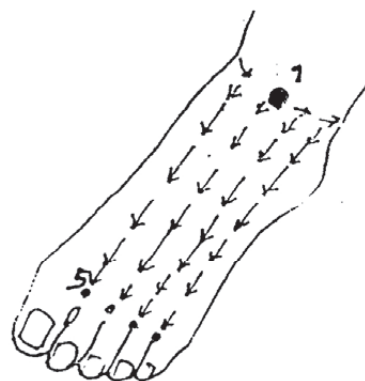
ใช้น้ำมันมะพร้าวทาให้ทั่วบริเวณที่จะนวดให้ผู้ปวยนอนหงายกดจุดเปิดประตูลมจุดที่ 1 ได้ตามจุดด้านในและจุดที่ 2 จุดระหว่างนิ้วเท้าทุกนิ้วการกดแต่ละจุดใช้เวลากดประมาณ 1 อึดใจให้น้ำหนักในการกดพอประมาณ

ขั้นตอนการวัดพื้นฐานเท้า

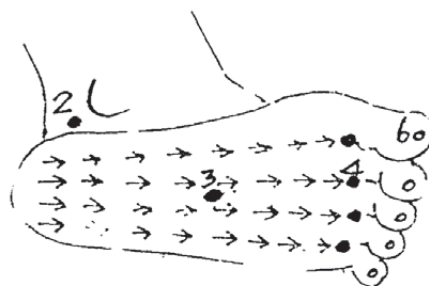
แนวที่ 1 วัดตามแนวรอยต่อหนังฝ่าเท้าด้านใน จากสันเท้าถึงโคนนิ้วแม่เท้า 3-4 เทียวใช้น้ำหนัก วัดพอประมาณหรือสังเกตสีหน้าของผู้ป่วยขณะวัด



แนวที่ 2 วัดหลังเท้า วัดตามแนวระหว่างนิ้วเท้าทุกนิ้ว จากจุดข้อเท้าถึงปลายนิ้วเท้าทุกนิ้ววัดแนวละ 3-4 เทียว แล้ววัดแนวรอยต่อหนังฝ่าเท้าด้านนอกจากจุดสันเท้าถึง ปลายนิ้วก้อยและวัดคืบรอบๆข้อเท้า 3-4 เทียว



แนวที่ 3 วัดฝ่าเท้า วัดตามแนวระหว่างนิ้วเท้าทุกนิ้ว เริ่มจากสันเท้าถึงร่องระหว่างนิ้วทุกนิ้ววัดแนวละ 3-4 เทียวใช้น้ำหนักการวัดพอประมาณหรือสังเกตและถามผู้ป่วย



จุดสำคัญที่ควรเน้นในการวัดแก้อาการปวดข้อเท้า

1. จุดกลางข้อเท้าด้านหน้า
2. จุดใต้ตาตุ่มด้านใน
3. จุดกลางฝ่าเท้า
4. จุดโคนนิ้วเท้าทุกนิ้ว
5. จุดระหว่างนิ้วเท้าทุกนิ้ว
6. จุดปลายนิ้วเท้าทุกนิ้ว

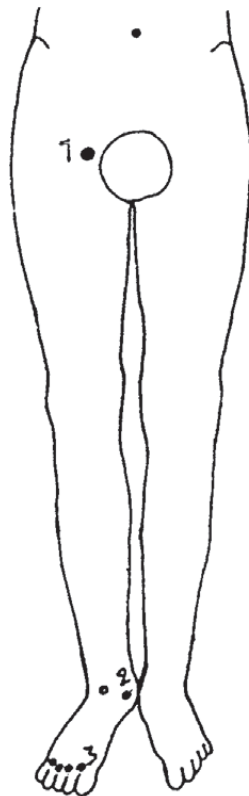
การบำบัดอาการปวดเข่าและปวดขา

การตรวจอาการ

ซักถามประวัติที่ทำให้เกิดอาการให้ผู้ป่วย ให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรงยืดขาทั้งสองข้างไปข้างหน้าเพื่อดูว่าขามีอาการบวมและยืดขาได้ตรงเสมอกันหรือไม่ ถ้ามีอาการบวมหรือข้อมากห้ามนวด ถ้าข้อมากเล็กน้อยนวดได้แต่นวดบริเวณข้อมากๆในวันแรกๆแล้วค่อยแน่นหนักในวันต่อไปเมื่ออาการบวมดีขึ้น

ขั้นตอนการนวด

1. กดจุดเปิดประจุมุม ดังนี้ จุดลูกดัน-จุดใต้ตาตุ่มด้านใน-จุดระหว่างนิ้วทุกนิ้วกดนานจุดละ 1 อึดใจ



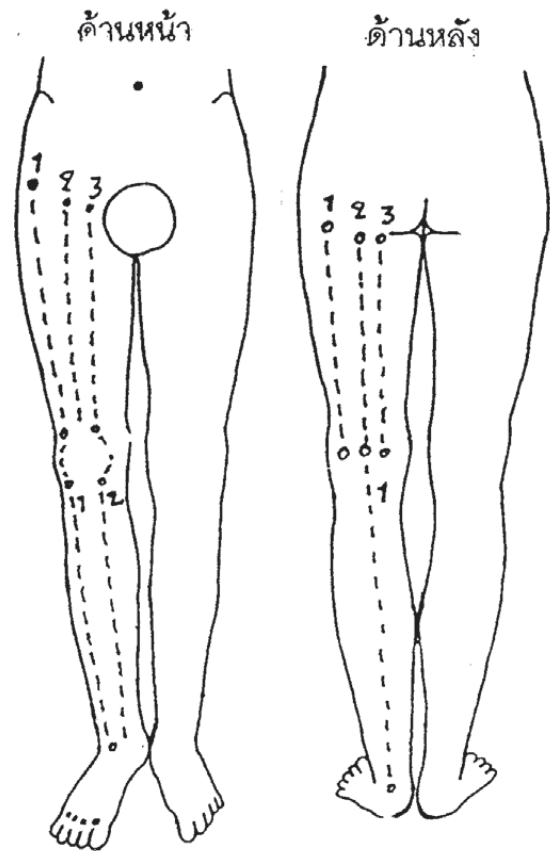
2. ขั้นตอนการนวดพื้นฐานคลายกล้ามเนื้อขา มีแผนวนวดดังนี้

2.1 แผนวนวดขาด้านหน้าช่วงบนมี 3 แนว
เริ่มจากจุดโคนขาด้านหน้าลงมาถึงจุดเหนือ
เข่านวดแนวละ 3-4 เทียวน

2.2 แผนวนวดขาด้านหน้าช่วงล่างมี 2 แนว
เริ่มจากจุดใต้สะบ้าเข่าลงไปตามแนวขิด
กระดูกหน้าแข้งด้านในและนอกถึงข้อเท้าแนว
ละ 3-4 เทียวน

2.3 แผนวนวดขาด้านหลังช่วงบนมี 3 แนวเริ่ม
จากจุดโคนขาด้านหลังลงมาถึงจุดข้อพับเข่า
นวดแนวละ 3-4 เทียวน

2.4 แผนวนวดขาด้านหลังช่วงล่างมี 1 แนวเริ่ม
จากจุดใต้ข้อพับเข่าลงไปตามแนวกลางขาถึงจุด
ข้อเท้า นวด 3-4 เทียวน



จุดสำคัญการนวดบำบัดอาการปวดเข่า

จุดที่ 1 และ 2 อยู่เหนือสะบ้าเข่าด้านนอกและใน

จุดที่ 3 และ 4 อยู่ตรงกลางข้อต่อเข่าด้านในและนอก

จุดที่ 5 และ 6 อยู่ใต้สะบ้าเข่าด้านในและนอก

จุดที่ 7 อยู่ตรงกลางข้อพับเข่าด้านหลัง

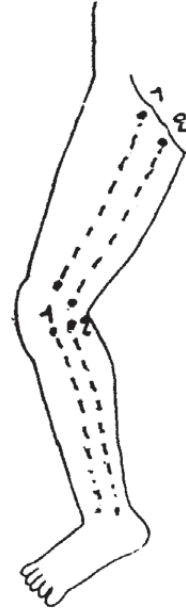
เมื่อนวดคลายกล้ามเนื้อเสร็จให้กดจุดทั้ง 7 จุดนี้จุดละ 1 อึดใจ

แนวการนวดพื้นฐานทางด้านในของบน มี 2 แนว

เริ่มจากจุดโคนขาด้านในถึงจุดข้อต่อเข่านวดแนวละ 3-4 เทียวน

แนวการนวดทางด้านในของล่างมี 2 แนว

เริ่มจากจากจุดใต้ข้อต่อเข่าถึงจุดข้อเท้า นวดแนวละ 3-4 เทียวน



แนวการนวดพื้นฐานทางด้านนอกของบนมี 2 แนว

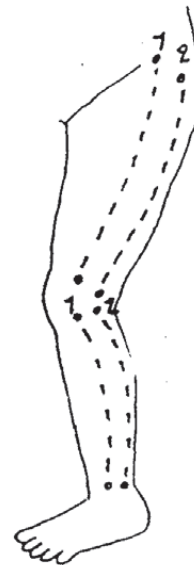
เริ่มจากจุดโคนขาด้านนอกถึงจุดข้อต่อเข่านวด

แนวละ 3-4 เทียวน

แนวการนวดทางด้านนอกของล่างมี 2 แนว

เริ่มจากจุดใต้ข้อต่อเข่าด้านนอกถึงจุดข้อเท้า นวด

แนวละ 3-4 เทียวน



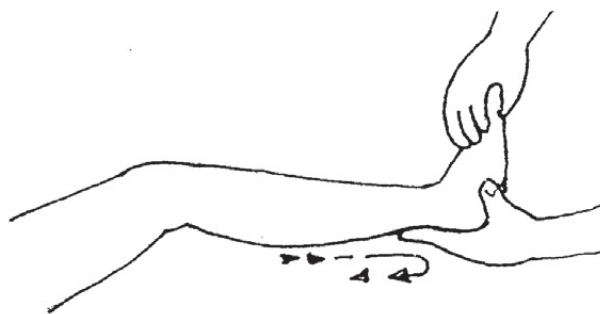
การนวดรักษาอาการปวดเข่าด้วยวิธีการนวดทั่วทั้งขา

บรรเทาได้ทั้งอาการปวดเข่าและเมื่อยขาควรนวดอย่างน้อย 3 วันติดต่อกันวันละครึ่งชั่วโมง
ได้ผลดี

การนวดบำบัดอาการข้อเท้าหลุด

วิธีการรักษา

ให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรงยืดขาข้างที่มีอาการออกไปข้างหน้า หมอนั่งพับเพียบริมปลายเท้าของผู้ป่วย ใช้มือขวาหรือมือซ้ายจับขาของผู้ป่วยมาวางบนตักหมอนแล้วใช้มือข้างไหนก็ได้จับที่ส้นเท้าผู้ป่วยแล้วดึงเข้าหาตัวขยับข้อเท้าให้ออกด้านนอกเล็กน้อยแล้วใช้หัวแม่มือกดตรงจุดกลางฝ่าเท้าดันไปข้างหน้าข้อเท้าก็จะเข้าที่ทันทีเสร็จแล้วนวดคลายกล้ามเนื้อเริ่มจากใต้เข่าลงมาถึงข้อเท้าเพื่อให้เลือด ลมเดินได้ดีขึ้น



การนวดบำบัดอาการสะบ้าเข้าหลุด

วิธีการรักษา

ให้ผู้ป่วยนอนหงายแล้วหมอนชักถามอาการ เป็นมานานแค่ไหนและเกิดจากสาเหตุอะไรหลังจากนั้นหมอนั่งลงคุกเข่าข้างขาผู้ป่วยด้านที่มีอาการใช้มือซ้ายจับที่บริเวณเหนือเข่าด้านบนมือขวาจับที่ข้อพับเข่าด้านล่างแล้วดันเข่าให้สูงขึ้น 70 องศาแล้วใช้มือซ้ายดันสะบ้าเข่าให้เลื่อนลงอยู่ในตำแหน่งปกติได้เลยเมื่อสะบ้าเข่าเข้าที่แล้วให้นวดคลายกล้ามเนื้อขาจากโคนขาถึงข้อเท้าทั้ง 4 ด้านเพื่อให้เลือด ลมเดินได้ดีขึ้น



การนวดบำบัดอาการปวดหลัง-ปวดเอว-ปวดสะโพกและแก้ท้องผูก

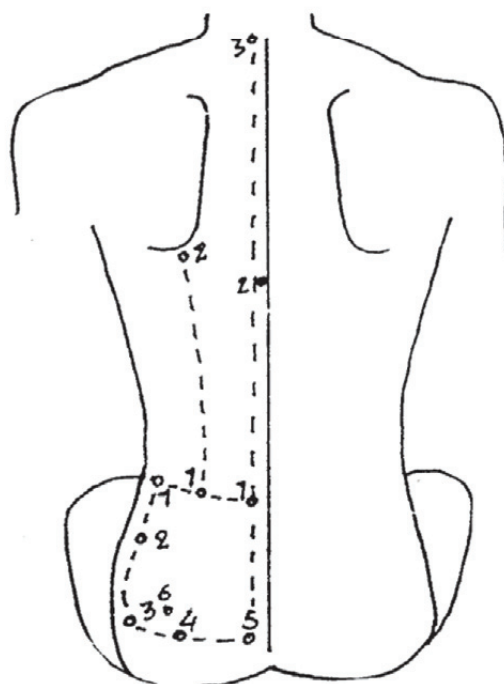
การตรวจอาการ ชักถามประวัติ และทดสอบดูว่าอาการมากน้อยแค่ไหนโดยให้ผู้ป่วยยืนตรงแล้วบิดตัวไปทางซ้าย-ขวา-ก้มหน้า-แอ่นหลังเพื่อให้รู้ว่าอาการมาก น้อยแค่ไหน อาการปวดหลัง ปวดเอว ปวดสะโพกและอาการท้องผูกสามารถนวดรักษาควบคู่กันไปได้ เพราะทั้งสามอาการนี้ใช้แนวและจุดนวดต่อเนื่องกัน

ข้อห้าม ผู้ป่วยที่เคยประสบอุบัติเหตุกระดูกสันหลังมีปัญหาไม่ควรนวด

ขั้นตอนการนวด

1. นวดพื้นฐานหลังมี 2 แนว แนวที่ 1 เริ่มจากจุดที่ 1 บริเวณขอบสะเอวห่างจากกระดูกสันหลังประมาณ 1 นิ้ว ถึงจุดต้นคอ หมายเลข 3
แนวที่ 2 เริ่มจากจุดหมายเลข 1 ห่างจากกระดูกสันหลังประมาณ 2 นิ้วถึงจุดหมายเลข 2 บริเวณริมขอบสะบัก ด้านล่างนวดแนวละ 3-4 เที่ยว

2. การนวดพื้นฐานสะโพกและขอบสะเอวมี 1 แนว เริ่มจากจุดหมายเลข 1 บริเวณริมขอบสะโพกด้านนอกนวดตามแนวขอบสะโพกถึงจุดหมายเลข 5 แล้วนวดจากหมายเลข 5 ถึงจุดหมายเลข 1 ตามแนวชิดกระดูกสันหลังและขอบสะเอวนวดประมาณ 3-4 เที่ยว



จุดสำคัญการนวดบำบัดอาการปวดหลัง-ปวดเอว-ปวดสะโพกและแก้ท้องผูก

จุดหมายเลข 1 ห่างจากกระดูกสันหลังประมาณ 1 นิ้ว หมายเลข 2 บริเวณกลางหลัง หมายเลข 3 ข้อต่อคอ หมายเลข 2 ริมขอบสะบักด้านล่าง หมายเลข 5 บริเวณก้นกบ หมายเลข 1 ห่างจากกระดูกสันหลังประมาณ 2 นิ้ว หมายเลข 1 ริมขอบสะโพกด้านหมายเลข 2 แนวกลางสะโพกด้านนอก 3 และ 4 ริมสะโพกด้านล่าง หมายเลข 6 กลางสะโพก หลังทำการนวดเสร็จให้กดจุด 1 อีกครั้ง

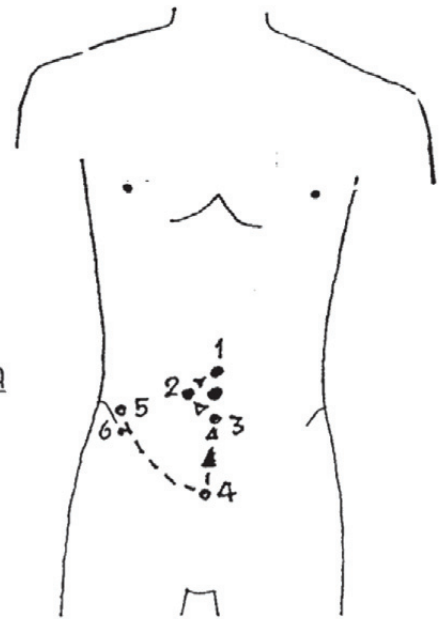
ขั้นตอนการนวดบำบัดอาการปวดเอว-ปวดหลัง-ด้านหน้า

แนวการนวดพื้นฐานคลายกล้ามเนื้อหน้าท้อง

ให้ผู้ป่วยนอนหงาย เริ่มนวดจากจุดหมายเลข 5
ตามแนวซิกกระดุกสะโพกด้านหน้าถึงจุดหมายเลข
เลข 4 กลางท้องน้อยแล้ววนขึ้นไปหาจุดหมายเลข
เลข 3 ได้สะต้อนวดอ้อมสะตอไปถึงจุดที่ 2 จน
ถึงจุดที่ 1 เหนือสะต้อนวด 3-4 เที้ยว

จุดสำคัญการนวดรักษาอาการปวดเอว-ปวดหลังด้านหน้า

จุดที่ 1 อยู่เหนือสะตอประมาณ 2 นิ้ว
จุดที่ 2 ขนาบสะตอด้านขวาและซ้ายประมาณ 2 นิ้ว
จุดที่ 3 ต่ำจากสะตอประมาณ 2 นิ้ว
จุดที่ 4 ต่ำจากสะตอประมาณ 4 นิ้ว
จุดที่ 5 อยู่ซิกกระดุกสะโพกด้านบน
จุดที่ 6 ต่ำจากจุดที่ 5 ประมาณ 1 นิ้ว



หลังนวดเสร็จให้กดจุดละ 1 ยึดใจ

ข้อควรระวังการนวดท้อง การนวดต้องกดแบบค่อยๆลงน้ำหนักไปเรื่อยๆและสังเกตสีหน้าผู้ป่วยหรือถามผู้ป่วยว่าปวดมากแค่ไหนในการกดท้องให้กดทีละข้างไม่ควรกดพร้อมกันทั้งสองข้าง

การนวดบำบัดอาการปวดคอและสะบักจม

การตรวจอาการ ชักถามประวัติผู้ป่วยถึงสาเหตุการเกิดอาการ ระยะเวลาที่เป็น แล้วให้ผู้ป่วยหันศีรษะไปทางซ้าย-ขวา-ก้มหน้า-เงยหน้าเพื่อดูว่ามีอาการปวดอยู่ตรงไหนมากที่สุด จะได้รับการได้ถูกจุด อาการสะบักจมมักจะมีอาการปวดคอร่วมด้วย การนวดรักษาควบคู่กันไปได้ผลดี ข้อจำกัดการนวดรักษา ทั้งสองอาการนี้จุดนวดไม่มีจุดที่เป็นอันตราย

ขั้นตอนการนวดรักษา

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดหมายเลข 1 บริเวณต้นคอ
ลงมาตามแนวขอบสะบักด้านในถึงจุดที่ 3 ได้รักแร้

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดหมายเลข 1 ริมต้นคอด้านนอก
นวดตามแนวขอบสะบักด้านบน ถึงจุดที่ 2 ข้อต่อไหล่

แนวที่ 3 นวดตามแนวบ่าด้านบนเริ่มจากต้นคอถึงข้อ
ต่อไหล่ นวดแนวละ 3-4 เทียว

จุดสำคัญการนวดรักษาอาการปวดคอและสะบักจม

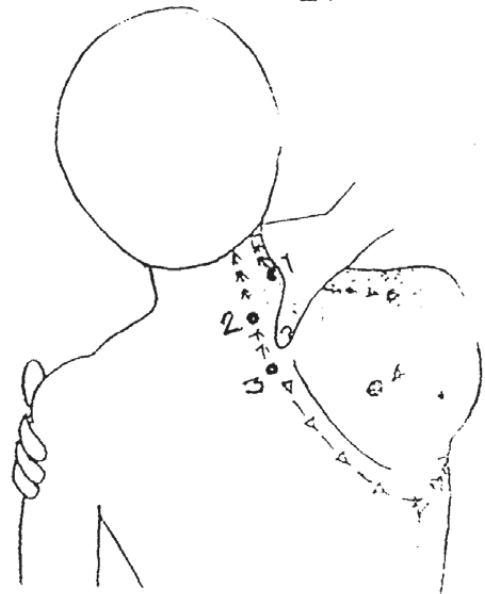
จุดที่ 1 แนวต้นคอ จุดตั้งสร้อย

จุดที่ 2 ต่ำจากข้อต่อคอประมาณ 2 นิ้ว

จุดที่ 2 ต่ำจากข้อต่อคอประมาณ 4 นิ้ว

จุดที่ 3 ริมขอบสะบักด้านล่างริมนอก

จุดที่ 4 กลางสะบัก



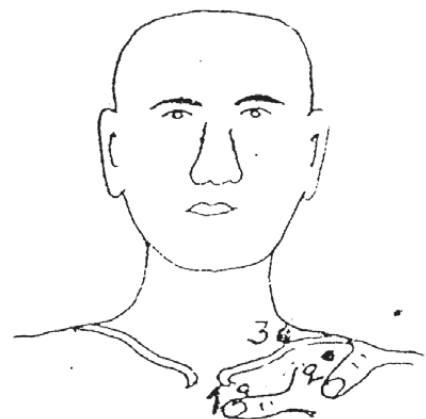
จุดสำคัญการนวดรักษาอาการสะบักจมด้านหน้ามี 3 จุด

จุดที่ 1 ริมซิดกระดูกไหปลาร้าด้านในริมล่าง

จุดที่ 2 ริมซิดกระดูกไหปลาร้าด้านบนริมล่าง

จุดที่ 3 จุดริมต้นคอด้านหน้า

หลังจากนวดเสร็จแล้วให้กดจุดเหล่านี้จุดละ 1 อึดใจ
การนวดรักษาอาการปวดคอและสะบักจมต้องนวด
อย่างน้อย 3 มือ (3 ครั้ง) วันละ 1 ครั้งจึงจะได้ผลดี



การนวดบำบัดอาการปวดข้อมือ-ปวดไหล่-ปวดเมื่อยแขน ด้านหน้า

การตรวจอาการ

- 1.อาการปวดข้อมือ ให้ผู้ป่วยคว่ำมือหมอกำปลายนิ้วมือผู้ป่วยแล้วดันมือไปข้างหน้าเบาๆ โดยให้มือผู้ป่วยลงข้างล่างเพื่อดูว่าผู้ป่วยปวดข้อมือมากหรือน้อย
- 2.ตรวจอาการปวดไหล่ ให้ผู้ป่วยชูแขนขึ้นแล้วค่อยๆ หมุนแขนไปด้านหน้า ด้านหลัง ด้านละ 3-4 รอบถ้าเจ็บแสดงว่าผู้ป่วยมีอาการปวดไหล่

ขั้นตอนการนวดแก้ปวดไหล่ปวดข้อมือ

เริ่มจากการกดจุดระหว่างนิ้วมือทุกนิ้วเพื่อเปิดประตูลม แล้วนวดตามแนวนวดดังนี้

แนวที่ 1 เริ่มจากจุดกลางข้อไหล่ด้านนอกกริมบน

นวดตามแนวริมแขนด้านนอกถึงจุดเหนือข้อมือ

แนวที่ 2 เริ่มจากจุดข้อต่อไหล่ลงนวดตามแนวกลาง

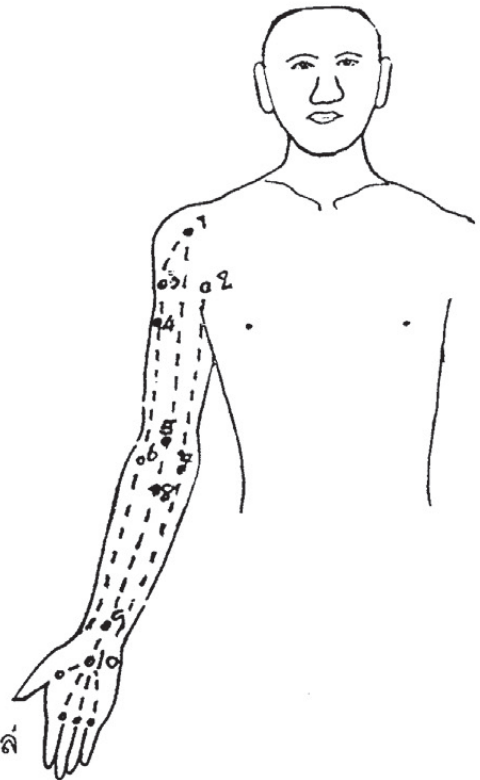
แขนถึงจุดเหนือข้อมือ

แนวที่ 3 เริ่มจากจุดต้นแขนด้านในนวดตามแนวริม

แขนด้านในถึงจุดเหนือข้อมือ นวดแนวละ 3-4 เที้ยว

เมื่อนวดทั้ง 3 แนวเสร็จแล้วให้นวดคลึงรอบข้อต่อไหล่

และข้อมืออย่างน้อย 3 เที้ยว



จุดสำคัญการนวดรักษาอาการปวดไหล่และปวดข้อมือ

จุดที่ 1 กลางข้อต่อไหล่ด้านบน จุดที่ 2 กลางข้อต่อไหล่ด้านล่าง จุดที่ 3 กลางต้นแขนด้านนอก จุดที่ 4 ริมกล้ามเนื้อแขน จุดที่ 5 เหนือข้อศอกประมาณ 1 นิ้ว จุดที่ 6 และ 7 ข้อศอกด้านนอกและใน จุดที่ 8 ต่ำจากข้อศอกประมาณ 1 ฝ่ามือ จุดที่ 9 กลางข้อมือ จุดที่ 10 กลางฝ่ามือ

หลังจากการนวดเสร็จให้กดจุดเหล่านี้จุดละ 1 อึดใจ

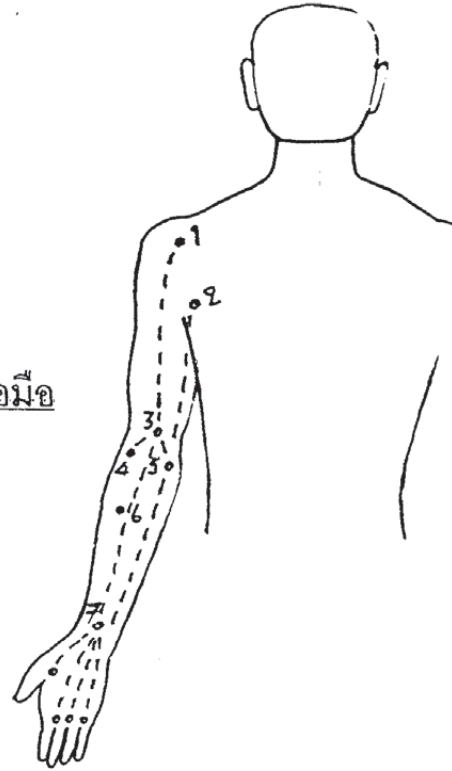
การนวดบำบัดอาการปวดข้อมือและปวดเมื่อยแขนด้านหลัง

ขั้นตอนการนวด

แนวท่อนที่1เริ่มจากกลางข้อต่อไหล่ช่วงบน
 แนวท่อนกลางแขนถึงกลางข้อต่อมือนวด3-4เที่ยว
 แนวท่อนที่2เริ่มจากจุดข้อต่อไหล่ช่วงล่างนวดตาม
 แนวนิ้วก้อยถึงจุดข้อต่อมือนวด3-4เที่ยวแล้วนวดหลัง
 มือตามแนวร่องนิ้วทุกนิ้ว

การกดจุดสำคัญการนวดแก้อาการปวดไหล่ปวดข้อมือ

จุดที่1 อยู่ตรงข้อต่อไหล่ด้านบน
 จุดที่2 อยู่ตรงข้อต่อไหล่ด้านล่าง
 จุดที่3 อยู่เหนือข้อต่อศอกประมาณ 1 นิ้ว
 จุดที่4-5 อยู่ริมข้อต่อศอกด้านในและนอก
 จุดที่6 อยู่กลางแขนดำจากข้อศอก1ฝ่ามือ
 จุดที่7 อยู่เหนือข้อต่อมือนิ้วประมาณ1 นิ้ว

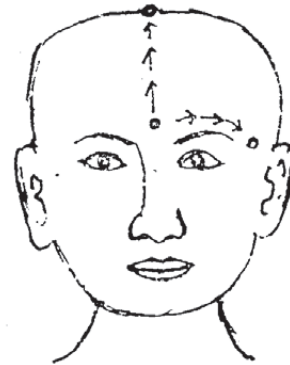


การนวดบำบัดอาการปวดหัวคลายเครียด

การตรวจอาการ

ซักถามประวัติผู้ป่วยถึงสาเหตุการปวดหรือเป็นโรค
 ประจำตัวอะไรบ้าง ที่อยู่ในหลักการห้ามนวดถ้าไม่
 มีให้หนดได้

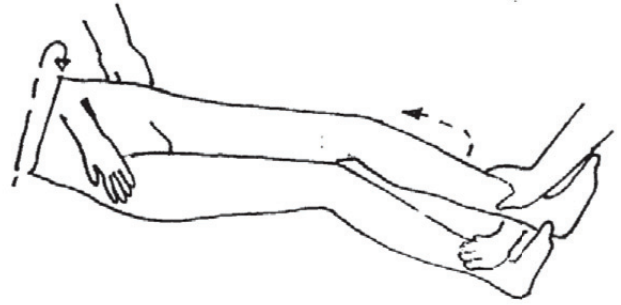
ขั้นตอนการนวด ผู้ป่วยนั่งตัวตรงนวดศีรษะด้าน
 หน้าเริ่มจากการกดจุดจากหัวคิ้วด้านใน 1 อัดใจแล้ว
 นวดขึ้นไปตามแนวตรงจนถึงจุดกลางศีรษะนวด 3
 เที่ยวแล้วเริ่มนวดจากจุดหัวคิ้วด้านในนวดออกไป
 ตามแนวเหนือคิ้วไปถึงจุดกลางขมับ



การนวดบำบัดอาการสะโพกหลุด

วิธีการรักษา

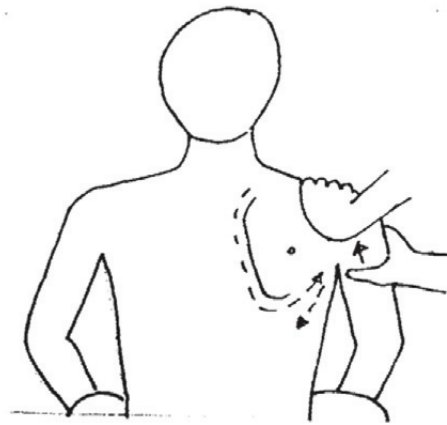
ให้ผู้ป่วยนอนหงาย หมอนั่งตรงตำแหน่งสะเอวของผู้ป่วยแล้วใช้มือทั้งสองข้างจับที่สะโพกของผู้ป่วยแล้วโยกไปทางซ้ายและขวาข้างละ 3 ครั้งเสร็จแล้วห่อใช้มือทั้งสองข้างจับที่ข้อเท้าของผู้ป่วยทั้งสองข้างแล้วดันขึ้นบนเบาๆ กระตุกสะโพกก็จะเข้าที่ทันทีที่เสร็จแล้วนวดตรงบั้นเอวและขาทั้งสองข้างเพื่อคลายเส้น



การนวดบำบัดอาการข้อไหล่หลุด

วิธีการรักษา

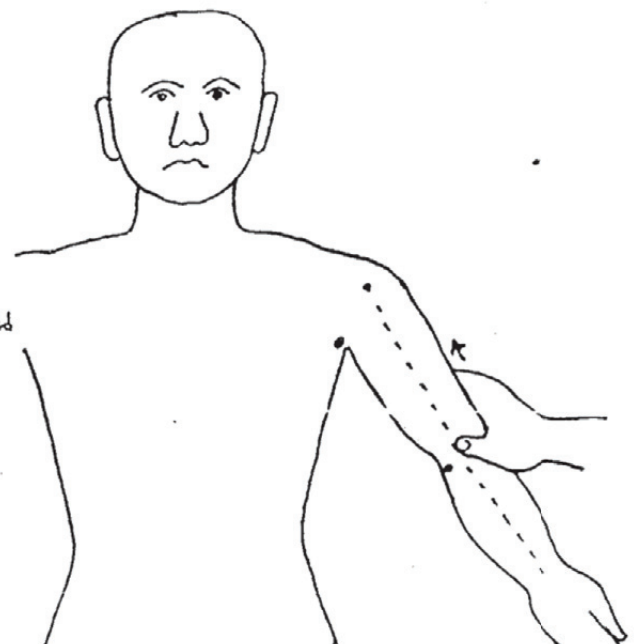
ให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรง หมอนั่งด้านข้างผู้ป่วยด้านที่มีอาการปวดแล้วใช้มือซ้ายจับหัวไหล่ด้านบนมือขวาจับที่บริเวณกล้ามเนื้อแขนแล้วดันมือข้างขวาขึ้นบนเบาๆ ข้อต่อไหล่ก็จะเข้าที่ทันที



การนวดบำบัดอาการข้อศอกหลุด

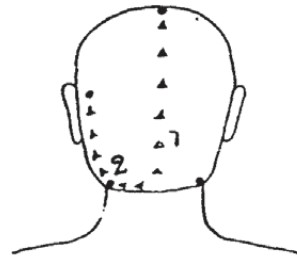
วิธีการรักษา

ให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรงยื่นแขนข้างที่เจ็บไปข้างหน้า ห่อเอามือขวาจับตรงข้อศอกของผู้ป่วยแล้วบีบเบาๆ พร้อมกับโยกแขนของผู้ป่วยขึ้น ลง ประมาณ 3-4 ครั้ง ข้อศอกก็จะเข้าที่ทันทีที่เสร็จแล้วนวดคลายกล้ามเนื้อแขนจากต้นแขนถึงข้อมือ



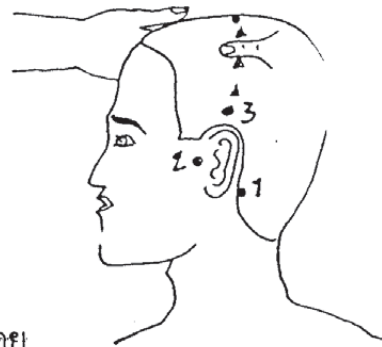
การนวดศีรษะด้านหลัง

แนวที่1กดจุดกลางได้ท้ายทอยตรงไรผมด้าน
นอกทั้งสองข้างจุดละหนึ่งข้อนิ้วแล้วนวดตามแนว
จุดกลางท้ายทอยขึ้นไปจนถึงจุดกลางศีรษะนวดครั้ง
แนวที่2เริ่มจากจุดกลางไรผมด้านหลังไปหาจุด
ริมขึ้นไปจนถึงกกหูด้านหลังนวด 3 เทียว



การนวดศีรษะด้านนอก

แนวนวดเริ่มจากการกดจุดเหนือใบหูประมาณ1นิ้ว
กดเข้าข้อนิ้วแล้วนวดตามแนวขึ้นไปจนถึงจุดกลางศีรษะ
กดเข้าข้อนิ้วนวด3เทียว



การกดจุดแก้มข้อ

จุดที่1ได้กกหูด้านหลังกดเข้าข้อนิ้วและให้ผู้ป่วยอ้าปากเล็กน้อย
จุดที่2 แนวกลางหูด้านหน้า
จุดที่3จุดเหนือใบหูประมาณ1นิ้ว

การนวดศีรษะอาจเพิ่มแนวนวดได้มากกว่านี้ขึ้นอยู่กับเทคนิคของหมอแต่ละคน

แบบสัมภาษณ์ผู้ป่วยก่อนนวดรักษาของหมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน

ชื่อ-สกุล.....ที่อยู่.....

บันทึกวันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

อาการที่เป็น.....

ลักษณะของอาการแรกเริ่มเป็นอย่างไร.....

สาเหตุที่ทำให้เกิดอาการ.....

ระยะเวลาที่เป็นนานแค่ไหน.....

ท่านเคยรับการรักษามาจากที่ไหนบ้าง.....

ท่านทานยาอะไรอยู่บ้างในขณะนี้.....

ท่านมีไข้อยู่ในขณะนี้หรือไม่.....

ท่านมีโรคประจำตัวอะไรอยู่บ้างในขณะนี้.....

ท่านเคยได้รับการผ่าตัดรักษาไม่ถึงสองเดือนหรือไม่.....

ท่านมีเหล็กฝังอยู่ในร่างกายส่วนไหนของท่านหรือไม่.....

ท่านมีโรคติดต่อทางการสัมผัสหรือไม่.....

สาระความรู้การแพทย์สมัยใหม่

เกี่ยวกับการเกิดอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย

ให้ความรู้โดยแพทย์หญิง วิจารณ์ ลีลาสำราญ อาจารย์คณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

อาการปวดคอสาเหตุการเกิดอาการมี 4 อย่าง

1. หมอนรองกระดูกเสื่อม มักเกิดกับคนวัยสูงอายุ
2. กระดูกเสื่อม ทับเส้นประสาท
3. เกิดจากอุบัติเหตุ
4. เกิดจากการทำงานที่ใช้ส่วนคอผิดลักษณะเป็นเวลานานๆ

การตรวจอาการมี 2 แบบ

1. การตรวจอาการพื้นฐานโดยให้ผู้ป่วยหันคอไปทางซ้ายและทางขวา เงยหน้าก้มหน้า เพื่อตรวจดูความหนักเบาของอาการ
2. เอ็กซเรย์เพื่อตรวจดูความผิดปกติของกระดูกและหมอนรองกระดูกว่าไปทับเส้นหรือไม่

วิธีการรักษามี 3 ระดับ

1. ใช้วิธีการนวดบำบัดและทำบริหารด้วยตนเองหรือประคบน้ำแข็ง ประคบน้ำร้อน
2. กินยาแก้อักเสบตามหมอสั่ง
3. การเอ็กซเรย์ คอมพิวเตอร์ผ่าตัด

อาการปวดคอมักจะมีอาการระบับจมร่วมด้วยอาการระบับจมส่วนมากที่พบจะมีเม็ดเล็กๆ อยู่บริเวณแนวบ่าด้านหลังซึ่งสามารถคลำหาได้ด้วยมืออาการปวดระบับถ้ามีอาการชา มาที่แขนก็จะมี อาการเกี่ยวเนื่องกับเส้นประสาทด้วย

วิธีการรักษา

- ใช้วิธีการนวดผ่อนคลายกล้ามเนื้อ
- ฉีดยาคลายกล้ามเนื้อ
- ใช้ทำบริหารเพื่อช่วยในการยืดเส้น

อาการปวดหลัง-ปวดเอว

อาการปวดหลัง-ปวดเอว สาเหตุการเกิดมาจากหลายสาเหตุและเกิดขึ้นได้กับคนทุกเพศ ทุกวัย การทำงานในชีวิตประจำวัน การเกิดอุบัติเหตุและหมอนรองกระดูกเสื่อม กระดูกพรุน ซึ่งร่างกายส่วนหลังของคนจะประกอบไปด้วย เส้นประสาท-กระดูกสันหลัง-หมอนรองกระดูกและกล้ามเนื้อซึ่งถ้าส่วนหนึ่งส่วนใดเกิดมีปัญหา ก็จะส่งผลให้เกิดอาการปวดหลังได้

การตรวจอาการแยกตามวัยของอายุผู้ป่วย

- ผู้สูงอายุต้องคำนึงถึงโรคกระดูกเสื่อมและโรคหมอนรองกระดูกเป็นหลัก
- ถ้าเกิดจากอุบัติเหตุต้องคำนึงถึงอาการกระดูกเคลื่อน กระดูกแตกหรือหักเป็นหลัก
- ถ้าเกิดจากการทำงานต้องคำนึงถึงการอักเสบของกล้ามเนื้อ เช่นการยกของหนักที่ไม่ถูกท่าหรือทำงานหนักเป็นเวลานานๆ

วิธีการรักษาแบ่ง 2 ระดับ

- ถ้าปวดเมื่อยกล้ามเนื้อใช้วิธีการนวดและการประคบร้อน
- ถ้าปวดเรื้อรังเป็นเวลานานๆควรรักษาตามขั้นตอนการรักษาด้วยการแพทย์สมัยใหม่ด้วยเครื่องมือที่ทันสมัย

อาการปวดไหล่และไหล่ติด

อาการปวดไหล่และไหล่ติด สาเหตุเกิดจากการใช้แขนและหัวไหล่มากเกินไปไม่ว่าจะเป็นการทำงานหรือการเล่นกีฬา เช่น ตีเทนนิส เล่นฟุตบอลหรือการเกิดอุบัติเหตุจากการหกล้ม เป็นต้นก็สามารถทำให้เกิดอาการเส้นเอ็นอักเสบหรือข้อต่อไหล่หลุดได้

การตรวจอาการ

- ถ้าเส้นเอ็นหรือกล้ามเนื้ออักเสบจะมีอาการปวดเมื่อยยกแขนขึ้นลงหรือหมุนแขนไม่สะดวก
- ถ้าไหล่ติดหรือหลุดจะมีอาการบวมที่บริเวณหัวไหล่ยกมือไม่ได้

วิธีการรักษาอาการปวดไหล่และไหล่ติด

- ถ้าเส้นเอ็นหรือกล้ามเนื้ออักเสบใช้วิธีการนวดเบาๆ หรือการประคบร้อนและใช้ทำบริหารไหล่ทุกวัน
- ถ้าไหล่หลุดให้ใช้ผ้าผูกประคองแขนไว้ประมาณ 3 สัปดาห์และออกกำลังกายไหล่ทุกวัน อาการก็จะดีขึ้น

อาการปวดข้อศอก

อาการปวดข้อศอกสาเหตุเกิดจากการทำงานและเล่นกีฬาหรือเกิดอุบัติเหตุ เช่นการเล่นเทนนิส การชักผ้า ทาสีบ้านและการหกล้ม เป็นต้น

การตรวจอาการ

ถ้ากดจุดกลางข้อศอกด้านหน้าแล้วมีอาการเจ็บแสดงว่ามีอาการปวดข้อศอก

วิธีการรักษา

- นวดคลายเส้นเบาๆวันแรกๆ
- กินยาแก้อักเสบ
- ถ้าอาการหนักต้องฉีดยาเข้าข้อศอก

อาการปวดข้อมือและขานิ้วมือ

อาการปวดข้อมือและขานิ้วมือ เกิดจากสาเหตุที่ไขมันทับเส้นประสาทที่บริเวณกลางฝ่ามือ มีอาการชาทำงานไม่สะดวกส่วนใหญ่อะกิดจากการทำงานบ้าน ชั้บมอเตอร์ไซด์และเขียนหนังสือมากๆมักจะเกิดอาการเหล่านี้

วิธีการตรวจอาการ

ดูจากอาการชาของนิ้วว่าชาหมดทุกนิ้วหรือไม่ถ้าชาหมดทุกนิ้วแสดงว่าอาการหนัก

ขั้นตอนการรักษา

- เอามือข้างที่มีอาการแช่ในน้ำอุ่นเพื่อละลายพังผืดที่ทับเส้นประสาทฝ่ามือ
- ผ่าตัดเอาพังผืดออก

อาการปวดสะโพก

- อาการปวดสะโพกเกิดจากหลายสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการปวดเช่นการนั่งรถนานๆหรือการหกล้มรวมไปถึงการทำงานในชีวิตประจำวันก็อาจทำให้เกิดอาการปวดสะโพกได้

การตรวจอาการ

- ถ้าเกิดจากอุบัติเหตุเช่นการหกล้มแล้วเดินไม่ได้ส่วนมากกระดูกสะโพกจะหัก
- ถ้าเกิดจากการนั่งรถนานๆหรือจากการทำงานส่วนมากจุดสะดั่งสะโพกซึ่งอยู่ส่วนกลางแก้มก้นจะมีปัญหาจุดนี้จะอยู่ลึกมาก

วิธีการรักษา

- ถ้ากระดูกสะโพกหักก็ควรรักษาด้วยขั้นตอนของการแพทย์สมัยใหม่
- ถ้าจุดสะดั่งมีปัญหาให้ใช้วิธีการนวดบ่อยๆจะทำให้อาการดีขึ้น

อาการปวดเข่า

- อาการปวดเข่าสาเหตุเกิดจากเส้นเอ็นอักเสบหรือกระดูกเสื่อมมักจะเกิดขึ้นกับคนที่ใช้เข่าเยอะโดยเฉพาะวัยรุ่น การนั่งพับเพียบนานๆ การเล่นกีฬาเช่นฟุตบอล ทำให้เส้นเอ็นถูกยืดและอักเสบ

การตรวจอาการ

- ถ้าปวดที่บริเวณสะบ้าเข่าแสดงว่าเส้นเอ็นอักเสบ
- ถ้าปวดตรงข้อเข่ามีแนวโน้มเป็นโรคกระดูกเข่าเสื่อม

วิธีการรักษา

- ประคบน้ำร้อน
- ยืดเส้นเอ็นด้วยท่าบริหาร - ออกกำลังกาย
- กินยาแก้อักเสบ - ลดน้ำหนักในกรณีผู้ป่วยอ้วน

อาการปวดข้อเท้า

-อาการปวดข้อเท้าเกิดจากหลายสาเหตุไม่ว่าจะเป็นการเดินการวิ่ง และการทำงานหรือเล่นกีฬา

การตรวจอาการ

- ถ้ามีอาการบวมมากให้ดูว่ากระดูกตาคู่หักหรือไม่
- วิธีการรักษาถ้ากระดูกไม่หักให้ประคบน้ำร้อนกินยาแก้อักเสบหรือนวดคลายเบาๆแต่ห้ามนวดที่มีอาการบวม
- ถ้ากระดูกหักให้รักษาโดยวิธีการทางแพทย์สมัยใหม่

อาการปวดส้นเท้า

-อาการปวดส้นเท้าเกิดจากการใช้ส้นเท้าผิดปกติเช่นการใส่รองเท้าที่ไม่ถูกลักษณะ การเดินหรือวิ่งมากๆเพราะเท้าต้องรับน้ำหนักมากอยู่แล้ว

วิธีการรักษา

- ถ้ารักษาด้วยวิธีการแพทย์สมัยใหม่หายช้ามาก
- การนวดหรือการฝังเข็มสามารถรักษาให้หายขาดได้

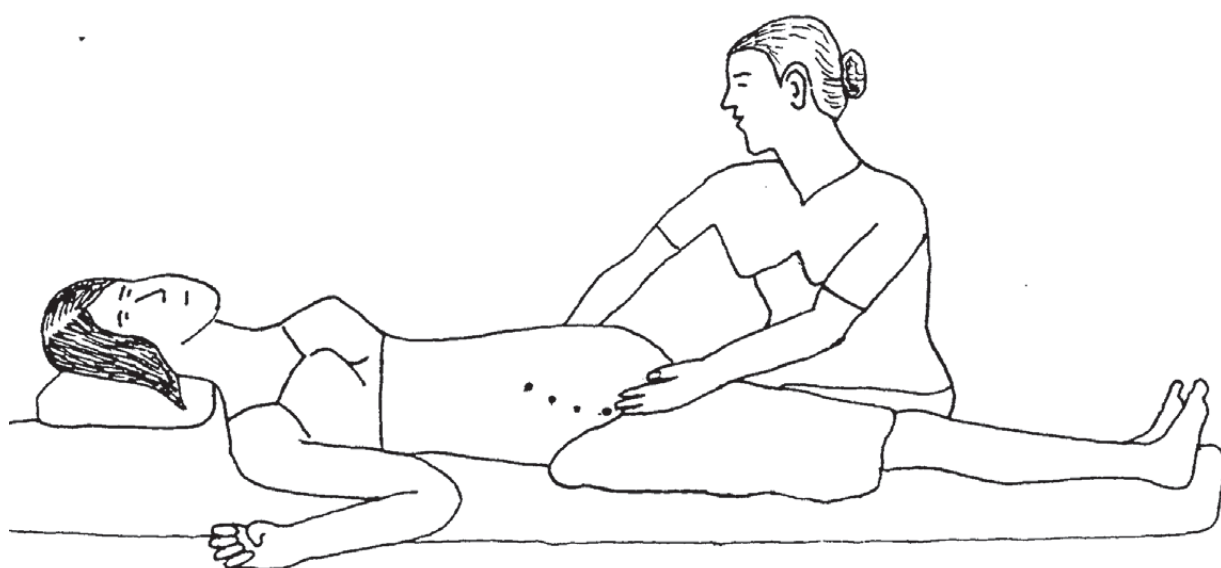
ภาคผนวก ค.

ชุดคู่มือการดูแลแม่และเด็กก่อนคลอด และหลังคลอด
แบบฉบับหมอตำแยพื้นบ้าน อำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง

ชุดคู่มือการดูแลแม่และเด็ก

ก่อนคลอดและหลังคลอด

โดยหมอต๋ามแย๊นบ้านอำเภอเขาสยส



เรียบเรียงโดย

สำนักงานสาธารณสุขบ้าน

อำเภอเขาสยส จังหวัดขอนแก่น

คำนำ

คู่มือการดูแลหญิงมีครรภ์ก่อนคลอด และหลังคลอดเล่มนี้จัดทำขึ้นโดยทีมวิจัยองค์ความรู้หมอพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการรวบรวมเอาองค์ความรู้ของหมอตำแยแต่ละท่านที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพชนนานหลายนับร้อยปีและเป็นที่พึ่งของคนในชุมชนมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันซึ่งองค์ความรู้เหล่านี้ในปัจจุบันยังคงมีอยู่ในตัวหมอเพียงไม่กี่คนเท่านั้น และไม่มีแบบตำราเรียนที่เป็นหลักฐาน ไว้ให้คนรุ่นหลังได้เรียนรู้และสืบทอดได้ ทางทีมวิจัยจึงได้รวบรวม เรียบเรียงขึ้นเป็นเล่มเพื่อเก็บไว้เป็นหลักฐาน และเป็นการอนุรักษ์ไว้ซึ่งมรดกอันล้ำค่าไม่ให้สูญหายไปจากชุมชน

รายละเอียดเนื้อหาในเล่ม ประกอบไปด้วยความรู้เกี่ยวกับการดูแลดูแลสุขภาพแบบพื้นบ้านการดูแลแม่และเด็กหลังคลอด การรักษาผู้หญิงที่มีปัญหาเกี่ยวกับกฐน(มดลูก)ตามอาการต่างๆเป็นต้น การจัดทำคู่มือในครั้งนี้ได้รับความร่วมมือจากบุคคลหลายฝ่ายและได้รับการสนับสนุนงบประมาณในการจัดทำจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย(ส ก ว.) สำนักงานภาค และสถาบันวิจัยและพัฒนาสุขภาพภาคใต้(ว พ ส.)ทางคณะทีมงานวิจัยจึงขอขอบคุณ องค์การดังกล่าวและบุคคลผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องที่มีส่วนทำให้คู่มือเล่มนี้สำเร็จลงด้วยดีหากคู่มือเล่มนี้มีส่วนบกพร่องผิดพลาดประการใดขอให้อ่านผู้รู้ได้กรุณาแนะนำเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นในโอกาสต่อไป

ขอขอบคุณ

คณะผู้วิจัยฯ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ประวัติความเป็นมาขององค์ความรู้	1-3
ขั้นตอนการดูแลแม่และเด็ก	4
ข้อห้ามสำหรับหญิงมีครรภ์	5
ขั้นตอนการแต่งห้อง	6
ขั้นตอนการเตรียมการการทำคลอดแบบโบราณ	6-8
การเตรียมเครื่องใช้สำหรับแม่และเด็กหลังคลอด	9
การทำคลอดของหมอดำแย อำเภอลำดวน	9
ขั้นตอนการตัดสายสะดือเด็ก	10
การดูแลแม่และเด็กหลังคลอดของหมอดำแย	10
วิธีการหยีนมแม่หลังคลอด	11
ขั้นตอนการเอามดลูกเข้าอู่	12
ข้อแนะนำสำหรับแม่และเด็กหลังคลอด	12
อาหารสำหรับแม่ลูกอ่อน	13
อาหารต้องห้ามสำหรับแม่ลูกอ่อน	13
ภูมิปัญญาของหมอดำแยกับการใช้ประโยชน์ในยุคปัจจุบัน	13
ขั้นตอนการรักษาอาการต่างๆเกี่ยวกับมดลูกในปัจจุบัน	13-14
คาถาที่หมอดำแยใช้ในการดูแลแม่และเด็กหลังคลอด	15-16

องค์ความรู้หมอดำแย มีการสืบทอดกันมาจากบรรชนของหมอแต่ละคนรุ่นแล้วรุ่นเล่า จากอดีตถึงปัจจุบันนับร้อยนับพันปี เป็นที่ทราบกันดีว่าในสมัยก่อนการสาธารณสุขยังไม่มีทั่วถึงเหมือนอย่างปัจจุบันการคลอดบุตรแต่ละครั้งต้องพึ่งหมอดำแยในชุมชนเป็นส่วนใหญ่ ช่วยในการทำคลอดและดูแลรักษาหลังคลอดทั้งแม่และเด็ก ตลอดจนดูแลรักษาผู้หญิงที่มี ปัญหาเกี่ยวกับมดลูกเช่นมดลูกเอียง มีบุตรยาก กุนไม่ลงบ่อ(มดลูกไม่เข้าอุ้ง)ซึ่งเกิดจาก สาเหตุต่างๆเช่นการยกของหนัก การหกล้มก้นกระแทกพื้นแรงๆหรือจากการประกอบอาชีพ ในชีวิตประจำวันเป็นต้น ปัจจุบันถึงแม้ว่าชาวบ้านได้รับบริการด้านสาธารณสุขอย่างทั่วถึง แล้วก็ตามแต่ยังมีผู้หญิงอีกมากที่ยังนิยมใช้บริการกับหมอดำแยอยู่ซึ่งเรียกตามภาษาพื้น บ้านว่าการอยู่ไฟอาบน้ำร้อนคบก้อนเฒ่า หลังคลอด เชื่อกันว่าช่วยรักษาสุขภาพ ทำให้ มดลูกปรับตัวคืนสู่สภาพปกติได้ดีแลเร็วขึ้นมีผลดีต่อร่างกายในระยะยาว

จากการสืบค้นของทีมงานวิจัยในการศึกษาข้อมูลหมอดำเฝ้าในอำเภอเขาค้อฯได้รับความร่วมมือจากหมอที่มีความรู้ความสามารถในการทำคลอดและการดูแลแม่และเด็กหลังคลอดทั้งที่ยังให้บริการผู้ป่วยและไม่สามารถให้บริการได้แล้วเพราะความชราทางทีมวิจัยก็ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีในการให้ความรู้เพื่อนำมาเรียบเรียงเป็นชุดคู่มือจากหมอดำเฝ้าในอำเภอเขาค้อฯจำนวน 11 ท่านซึ่งแต่ละท่านมีประวัติโดยย่อดังต่อไปนี้

1.นางคำแก้ว สังข์หนู เกิดเมื่อปี พ.ศ 2475 อายุ 76 ปี ที่อยู่ 80 ม.11 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ประสบการณ์

^๒ได้รับการถ่ายทอดความรู้มาจาก นางเอียด กุฑ์ทอง มารดา เป็นหมอดำแย

- 2.นางล่วน ทิพย์สมบัติ เกิดเมื่อปี พ.ศ 2467 อายุ 81 ปีที่อยู่ 49 ม. 6 ต.โคกม่วง
อ.เขาย้อยสน จ.พัทลุง
ประสบการณ์ การรักษาทำคลอด 40ปี
ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางจ๋ม แสงใส หมอตำแย
- 3.นางเนียม ทองดำ เกิดเมื่อปี พ.ศ 2462 อายุ 86 ปีที่อยู่ 137 ม.7 ต.เขาย้อยสน
อ.เขาย้อยสน จ.พัทลุง
ประสบการณ์ การรักษาทำคลอด 40ปี
ได้รับการถ่ายทอดมาจาก คุณแม่เอียด เป็นหมอตำแย
- 4.นางเจ๊ะแหมะ เต่าทอง เกิดเมื่อปี พ.ศ 2500 อายุ 48 ปีที่อยู่ 180 ม.1 ต.เขาย้อยสน
อ.เขาย้อยสน จ.พัทลุง
ประสบการณ์ การรักษาอาการเกี่ยวกับมดลูกในผู้หญิง 10 ปี
ได้รับการถ่ายทอดมาจาก การเรียนรู้ด้วยตนเองและประสบการณ์
- 5.นางจับ ด้ายก เกิดเมื่อปี พ.ศ 2473 อายุ 74 ปีที่อยู่ 83/1 ม.10 ต.ควนขนุน
อ.เขาย้อยสน จ.พัทลุง
ประสบการณ์ การรักษาทำคลอด 30ปี
ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางเล็ก รอดดำ มารดา
- 6.นางเทียม ชื่นทิม เกิดเมื่อปี พ.ศ 2467 อายุ 81 ปีที่อยู่ 50 ม.1 ต.ควนขนุน
อ.เขาย้อยสน จ.พัทลุง
ประสบการณ์ การรักษาทำคลอด 40ปี
ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางผึ้ง ภาคดี คุณยาย

7.นางพราก พรหมยา เกิดเมื่อปี พ.ศ 2475 อายุ 73 ปี ที่อยู่ 165/1 ม.1 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ประสบการณ์ การรักษา ทำคลอด 30 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก การเรียนรู้ด้วยตนเองและประสบการณ์

8.นางอินทร์ คงศรีทอง เกิดเมื่อปี พ.ศ 2455 อายุ 93 ปี ที่อยู่ 74 ม.1 ต.ควนขนุน
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ประสบการณ์ การรักษา ทำคลอด 45 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก คุณแม่หยั่ง หมอตำแย

9.นางจวน ศรีทวี เกิดเมื่อปี พ.ศ 2471 อายุ 77 ปี ที่อยู่ 63 ม.3 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ประสบการณ์ การรักษา ทำคลอด 20 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางฝ้าย สมอ่อน หมอตำแย

10.นางล้น มีมูลิธ เกิดเมื่อปี พ.ศ 2464 อายุ 84 ปี ที่อยู่ 21 ม.6 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ประสบการณ์ การรักษาอาการเกี่ยวกับมดลูก 40 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก นางเรือง ชูศรีแก้ว หมอตำแย

11.นางนวม โกติยะ เกิดเมื่อปี พ.ศ 2484 อายุ 64 ปี ที่อยู่ 165/1 ม.10 ต.โคกม่วง
อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ประสบการณ์ การรักษา ทำคลอด 38 ปี

ได้รับการถ่ายทอดมาจาก คุณแม่แก้ว อ่อนแก้ว หมอตำแย

ขั้นตอนการดูแลแม่และเด็ก ก่อนคลอด

การฝากท้องและตรวจครรภ์

1. ชักถามประวัติ ดังนี้

- ท้องแรกหรือท้องที่เท่าไร
- มีประวัติการตก (แท้ง) ลูกหรือไม่
- มีโรคประจำตัวอะไรบ้าง
- ประจำเดือนหยุดมาตั้งแต่เมื่อไร
- อื่นๆ ตามที่หมอสังเกตอาการของแต่ละคนที่เห็นสมควร

2. ให้ผู้ป่วยนอนหงาย คลำท้องดูว่าเด็กมีขนาดปรกติตามที่ซักถามหรือไม่ เพื่อจะบอกได้ว่าท้องมากี่เดือน เด็กมีอาการเป็นอย่างไร มีชีวิตอยู่หรือไม่

3. ตรวจดูความผิดปกติอย่างอื่น เช่น ครรภ์แฝด

คำแนะนำการปฏิบัติตนในระหว่างตั้งครรภ์

1. การรับประทานอาหาร ควรเป็นอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายทั้งแม่และลูก ได้แก่ อาหารประเภทแป้ง ไขมัน เนื้อสัตว์ ไข่ นม ผัก และผลไม้ เพราะผักและผลไม้ นอกจากจะบำรุงร่างกายแล้วยังแก้ท้องผูกได้ด้วย
2. ควรดื่มน้ำสะอาดมากๆ และดื่มน้ำมะพร้าวบ่อยๆจะทำให้เด็กมีผิวพรรณดีและแก้ท้องผูก
3. การออกกำลังกาย ควรออกกำลังกายเบาๆ เช่น การเดิน การทำงานบ้านเล็กน้อยๆ
4. การพักผ่อน ต้องพักผ่อนให้เพียงพอทั้งกลางวันและกลางคืน การนอนกลางวันควรใช้หมอนรองเท้าให้สูงกว่าปรกติเพื่อกันเท้าบวม
5. การทำงานการใช้ชีวิตประจำวัน ควรลดการทำงานหนัก เช่น การยก แบก หาม ของที่มีน้ำหนักมากเกินไปงานที่เสี่ยงต่อการหกล้ม หรือการพรวดตก

6. ห้ามหลับนอนกับสามีในช่วงท้องแก่

5

ข้อห้ามสำหรับหญิงมีครรภ์

1. ห้ามกินของเผ็ด ของร้อน ของดอง จะทำให้เด็กผอมไม่ดกและเด็กมีอาการร้อนตัว
2. ห้ามข้ามเชือกวัว และห้ามนั่งตรงบันไดเพราะจะทำให้สายสะดือพันคอเด็กได้
3. ห้ามอาบน้ำหลังตะวันตกดิน เพราะจะทำให้แผดน้ำ (หมายถึง ในช่วงคลอดจะมีน้ำคร่ำไหลออกมาก เด็กจะสำลักน้ำคร่ำได้)
4. ห้ามนวดข้าวโดยใช้หนังวัวรองนวดและห้ามกินข้าวดัง เพราะจะทำให้เด็กหัวแข็งคลอดยาก
5. ห้ามนั่งคาประตู่ เพราะทำให้คลอดลูกไม่ออก

หมายเหตุ ข้อห้ามข้างบนนี้เป็นความเชื่อของคนสมัยก่อนที่ยึดถือกันมาช้านาน

การแต่งท้อง

การแต่งท้องเป็นอีกวิธีหนึ่งของการดูแลผู้หญิงมีครรภ์ เป็นการตรวจดูความผิดปกติของเด็กโดยเฉพาะในระหว่างท้องได้ 7 เดือนขึ้นไปต้องทำการแต่งท้องอย่างน้อยเดือนละครั้ง โดยปกติเด็กจะเคลื่อนไหวร่างกายได้เองเพื่อปรับให้อยู่ในท่าสบายและเมื่อท้องได้ 9 เดือน เด็กจะเริ่มปรับตัวเคลื่อนไหวลงต่ำเพื่อเตรียมตัวออกจากครรภ์ตามธรรมชาติ หมอตำแยจะช่วยคัดท้อง (แต่งท้องเพื่อแต่งเด็กให้กลับหัวลง) ช่วยแม่ให้คลอดง่ายขึ้น ซึ่งต้องค่อยๆ คัดสัปดาห์ละครั้ง ก่อนคลอด 3 – 4 สัปดาห์

ขั้นตอนการแต่งท้องและอุปกรณ์ที่ต้องใช้

1. พื้นที่นอนปูด้วยเบาะบางๆ หรือถ้าไม่มีเบาะก็นอนบนเสื่อ ห้ามใช้เสื่อลายขัดเพราะจะทำให้เลือด ลม ติดขัดได้
2. ที่สำหรับจับเพื่อการทรงตัวและเพื่อผ่อนน้ำหนักตัวการเหยียบของหมอ
3. น้ำมันมะพร้าวที่หุงสุกใหม่
4. อุปกรณ์ทำความสะอาดและอื่นๆ ที่ต้องการ

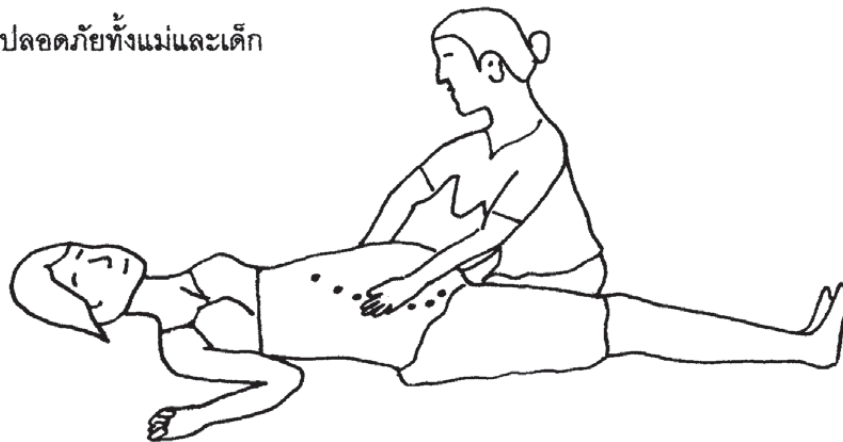
ขั้นตอนการแต่งท้อง

1. เริ่มจากการเหยียบคลายกล้ามเนื้อขา 3 ด้าน โดยให้ผู้ปวยนอนหงายเหยียบจากปลายเท้าถึงโคนขาทั้ง 2 ข้างโดยยกเท้าสลับ ข่าย ขวามือใช้มือจับที่เกาะไว้เพื่อลดน้ำในการเหยียบ เสร็จแล้วเหยียบขาด้านในโยให้ผู้ปวยนอนตะแคงโดยขาที่อยู่ด้านบนแยกไปข้างหน้ามือใช้เท้าเหยียบขาข้างที่อยู่ด้านล่างทำสลับเหมือนกันทั้งสองข้าง แล้วเหยียบขาด้ำนนอกโดยให้ผู้ปวยนอนตะแคงเอาขาทั้งสองซ้อนกันเหยียบจากปลายเท้า ถึงโคนขา ทุกแนวรอบ แนวละ 3-4 เทียว



วิธีการแต่งท้อง

เริ่มจากให้ผู้ปวยนอนหงาย หมอใช้น้ำมันมะพร้าวทาให้ทั่วท้องแล้วใช้มือทั้งสองข้างนวดเคล้ารอบๆท้องเบาๆเพื่อคลายกล้ามเนื้อท้อง ทำ 3-4 เทียวเสร็จแล้วคลำดูว่าเด็กอยู่ในท่าปกติหรือไม่ เพียงไรโดยเฉพาะในช่วงท้องได้ 7-9 เดือนหมอจะต้องแต่งท้องเพื่อตรวจสอบอย่างละเอียดสม่ำเสมอเพื่อให้กระบวนการคลอดมีความปลอดภัยทั้งแม่และเด็ก



ขั้นตอนการเตรียมการคลอดแบบโบราณ

การเตรียมตัวก่อนการคลอดของหญิง สมัยก่อนไม่มีความสะดวกสบายเหมือนในปัจจุบันต้องเตรียมอุปกรณ์ต่างๆไว้แต่เนิ่นๆ เท้าที่จะหาได้ ของบางสิ่งบางอย่างที่ต้องเตรียมต้องถามผู้ใหญ่เพื่อจะได้เตรียมได้อย่างถูกต้อง ของที่ต้องเตรียมมีดังนี้

1. เตรียมห้องคลอด การคลอดกับหมอตำแยต้องคลอดที่บ้านของตนจึงต้องเตรียมห้องไว้เพื่อความสะดวกในการคลอด

2. เครื่องใช้และสิ่งจำเป็นสำหรับเด็ก เช่น กระดังง์ ใบหนาด ใบมะอึกตามความเชื่อ สมัยก่อนใช้เพื่อกันผีกระสือจะมาทำร้ายเด็ก นอกจากนี้ต้องเตรียม ผ้าสีแดงเลือดนกด้ายริ้ว ผ้าอ้อมเล็กๆ รองตัว ผ้าอ้อมผืนใหญ่ไว้ห่อตัวเด็ก สมัยก่อนส่วนใหญ่จะใช้ผ้าถุงเก่าๆ ที่ไม่ใช่แล้ว มาตัดแต่งให้เหมาะสมกับการใช้เสร็จแล้วนำมาต้มเพื่อฆ่าเชื้อและซักตากให้แห้งพับเก็บเตรียมไว้

3. ก่อนหิวนหาน้ำหนักประมาณ 2 ก.ก ลักษณะกลมเกลี้ยง ผิวเรียบที่หมอเรียกว่า ก้อนเล่า ถ้าใครไม่มีหมอดำแยก็จะจัดเตรียมมาให้เอง

4. เครื่องใช้สำหรับแม่ เช่น เสื้อผ้าที่สะอาด ผ้าปูกันเปื้อน(สมัยก่อนใช้ใบตอง) มาระยะหลังใช้ผ้ายาง นอกจากนี้ต้องเตรียมอาหารแห้ง เช่น เนื้อย่าง กุ้งแห้ง ปลาแห้ง พริกไทยดำ เป็นต้น

5. ไม้พิน ต้องเตรียมไม้ที่เนื้อแข็งไม่ดัดง่าย เช่น ไม้กะ ไม้ปล้าว ไม้หมุย ไม้จวง เป็นต้น

6. กาน้ำหรือหม้อไว้สำหรับต้มน้ำดื่ม

7. ปิ๊บหรือหม้อใหญ่ๆ สำหรับต้มน้ำอาบ

8. เครื่องสมุนไพรสำหรับต้มน้ำอาบและสระผม เช่น ย่านสะบ้าใช้สระผม ใบมะนาว ใบเข็ม ขาวชนิดเข็มป่า ย่านเอ็น ใบยอ ต้มกับน้ำอาบจะช่วยให้เลือดลมไหลเวียนได้ดีขึ้น

9. เครื่องราช เป็นสิ่งจำเป็นมากสำหรับหมอดำแย และผู้คลอดต้องเตรียมไว้เพื่อทำพิธีไหว้ครูหมอดำแย พ่อม่ายาย พระภูมิเจ้าที่ เทวดาฟ้าดิน และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ให้มาช่วยกันคุ้มครองดูแลรักษาและช่วยปัดเป่าสิ่งชั่วร้ายทั้งปวงไม่ให้บังเกิดมี

สิ่งที่ต้องเตรียมมีดังนี้

1. สอบหมาก (ภาชนะทรงกลมสานด้วยกระจูดหรือใบเตยลักษณะ 4 มุม ขนาดเส้นศูนย์กลางประมาณ 6 นิ้ว) 3. ลูกใช้ใส่ข้าวสารลูกละประมาณ 1 กระป๋องนมหรือประมาณครึ่งสอบหมาก

2.ด้ายริ้ว 3 ริ้ว

3.เทียน 3 เล่ม

4.หมาก 3 คำ

5.เงิน 9 บาท เงินนี้เมื่อเสร็จพิธีหมอบจะนำไปซื้อของไปทำบุญให้เจ้ากรรมนายเวรที่
วัด

6.ผ้าขาวปูทับไม้กระดาน 1 แผ่นเพื่อวางสอบหมาก

วิธีเตรียมนำทุกอย่างใส่ในสอบหมากจัดให้ดูดีมีระเบียบ เสร็จแล้วหมอบทำพิธีขณะที่แม่
เริ่มเจ็บท้องคลอด กล่าวคำบูชาพระรัตนตรัย (ศึกษาจากหมอบชาวพุทธ) กล่าวชุมนุมเทวดา
และเริ่มกล่าวคำไหว้ครูหมอบ อาจารย์ตามที่แต่ละคนรับถ่ายทอดมา

หมายเหตุ ประมาณ 50-60 ปีมานี้ การสาธารณสุขเข้าถึงทุกหมู่บ้านการอยู่ไฟแบบดั้งเดิม
นี้ไม่ค่อยมีให้เห็นเพราะคนต้องต่อสู้ทำมาหากิน มีเวลาเร่งรัดจำกัดมากขึ้นทำให้ไม่มีเวลาที่จะ
จะต้องเตรียมหลายอย่างและยังหาสิ่งทดแทนได้ที่มีคุณภาพเท่ากันแต่สะดวกกว่า เช่นแทน
ที่จะนอนผิงไฟบนพื้น ก็หันมาใช้เตาถ่าน นอนบนแคร่แล้ววางเตาไฟไว้ข้างล่าง ไม่ต้องทำ
แม่ไฟ

ขั้นตอนการทำคลอด

อุปกรณ์ที่หมอบจัดเตรียม

1.ผ้ายางหรือถุงพลาสติกปูรอง 1 ผืน

2.ผ้าเช็ดมือ 2 ผืน

3.สบู่ก้อน (สมัยก่อนใช้น้ำมันมะขามเปียก)

4.ด้ายผูกสะดือ

5.มีดตัดสายสะดือและสำลีสำหรับเช็ดสะดือเด็ก

6.มะนาว1ผล แม่ขมิ้น1หัว ใช้ค้ำเชื้อและสมานแผลที่สายสะดือ

7.หนามหรือตาปูทิ้งไว้ใต้ถุนบ้าน กันผีกระสือ

การเตรียมเครื่องใช้สำหรับแม่และเด็กหลังคลอด

1. เสื้อผ้าชุดใหม่ 2-3 ชุด

2. ผ้าขนหนู 1-2 ผืน

เครื่องใช้สำหรับเด็ก

1. ผ้าสะอาดสำหรับห่อตัวเด็ก 4-5 ผืน

2. ผ้าเช็ดตัว 3-4 ผืน

3. สบู่สำหรับเด็กอ่อน

4. เบาะหรือที่นอนสำหรับเด็ก

5. ผ้า양รองเบาะ 1-2 ผืน

6. มุ้ง 1 หลัง

การทำคลอดของหมอดำแยอำเภอบาชัยสน

เริ่มจากการทำความสะอาดร่างกายของหมอ ล้างมือล้างเท้าให้สะอาดด้วยน้ำมะขามเปียก หรือสบู่ และทำความสะอาดตัวผู้คลอดโดยเช็ดตัวด้วยน้ำอุ่นตั้งแต่หน้าท้องถึงหัวเข่าเสร็จแล้วทำความสะอาดด้านหลัง เช็ดจากใต้สะดือถึงใต้ข้อพับเข่า เตรียมที่นอนคลอดใช้ผ้าYangปูรองใต้ผ้าที่รองคลอด ลวกเครื่องมือทำคลอดด้วยน้ำเดือดที่สะอาดนานพอประมาณแล้ววางไว้ในภาชนะที่สะอาด

วิธีการทำคลอดของหมอดำแยอำเภอบาชัยสน

-ให้ผู้ปวยนอนหงายบนที่นอนที่เตรียมไว้ทรงเข้าขึ้นทั้งสองข้างใช้เชือกผูกโยงกับข้อบนหลังคาบ้านเพื่อให้ผู้ปวยใช้ดึงในการเบ่งคลอด

-หมอนั่งบริเวณระหว่างขาของผู้ปวยใช้มือทั้งสองข้างนวดคลึงท้อง กดริมท้องเบาๆ บ้างในบางครั้งเพื่อให้ น้ำคล้ำแตกและหมอจะช่วยหันหัวเด็กให้อยู่ตรงช่องคลอด เมื่อผู้ปวยเจ็บเบ่งหมอใช้เท้าทั้งสองข้างยันไว้ที่ก้นผู้ปวยเพื่อให้หัวเด็กลอยขึ้นพอหัวเด็กโผล่ออกมาหมอใช้มือจับหัวเด็กแล้วค่อยๆดึงออกมาเบาๆเมื่อเด็กออกมาแล้วหมอใช้นิ้วล้วงเสมหะในลำคอเด็กให้ออกจนหมดแล้วใช้ผ้าย(สำลี)เช็ดตาเด็กให้สะอาดและวางเด็กลงในผ้าสะอาด

ขั้นตอนการตัดสายสะดือเด็ก

ผูกสายสะดือเด็ก ผูกจำนวน 4 จุด แต่ละจุดห่างกันประมาณ 2-3 เซนติเมตรเสร็จแล้วทำการตัดสายสะดือเด็ก ก่อนตัดสายสะดือหมอดึงจับสายสะดือเพื่อตรวจดูการเต้นของชีพจรที่สายสะดือ ต้องรอให้ชีพจรหยุดเต้นเสียก่อนจึงค่อยตัด การตัดสายสะดือใช้ไม้ไผ่ที่เตรียมไว้ฆ่าเชื้อด้วยน้ำมะนาว ใช้ขมิ้นหนึ่งหัวรองที่สายสะดือตรงบริเวณที่ตัด คือระหว่างการผูกครั้งที่ 3 กับครั้งที่ 4

วิธีการเอารกออก

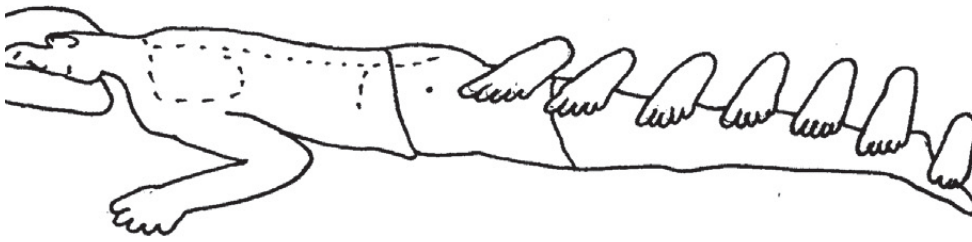
หมอใช้มือนวดเคล้าเบาๆ ที่ท้องน้อยแล้วลูบจากใต้สะดือลงมาหาท้องน้อยเพื่อช่วยให้รกหลุดตัวและเคลื่อนออกมาหมอจะใช้มือทั้งสองข้างรับรกแล้วค่อยๆ หมุนเข้าไปทางเดียวกัน จนกว่ารกจะหลุดออกมาทั้งหมด เมื่อรกออกมาแล้วตรวจดูว่ารกมีรอยฉีกขาดบ้างหรือไม่ เพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีรกบางส่วนขาดติดอยู่เพราะจะทำให้แม่ตกเลือดเป็นอันตรายได้

การฝังรก

ใช้เส้นที่ไม่ใช้แล้วหรือใส่ไข่ไก่ ฟริกไทยและเกลือลงไปในห่อรก นำไปฝังตามชายคาบ้านอย่าให้น้ำชายคาบ้านย่อยใส่ (ความเชื่อสมัยก่อนเชื่อกันว่าการที่ใส่ไข่ไก่ ฟริกไทยและเกลือลงในห่อรกจะไม่ทำให้ห่อเด็กเป็นชันตุ)

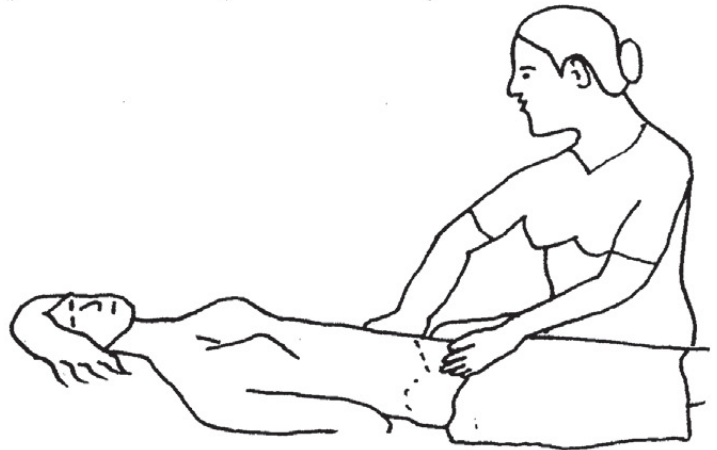
การดูแลแม่และเด็กหลังคลอด

หมอจะมาเยี่ยมใช้วันละ 2 ครั้ง ทุกวันเช้าและเย็น เป็นระยะเวลา 9 วันสำหรับท้องแรก ท้องที่ 2 และ 3 ใช้เวลา 5-7 วัน จนกว่าสายสะดือเด็กหลุด หมอจะทำพิธีขึ้นเปลให้เด็กและตั้งชื่อเด็ก เปลของเด็กทำด้วยผ้าขนาดพอเหมาะลักษณะ 4 เหลี่ยมผืนผ้า ผูกด้วยได้รื้อทั้งสองชายเปล เป็นสายเปลโดยผูกโยงกับซื่อ หรือไม้พาดบนซื่อ ใช้เบาะปูรองให้พื้นแยกออกพอที่จะให้เด็กนอนได้ การดูแลแม่และเด็กหลังคลอด หมอต้องคอยสังเกตอาการผิดปกติของแม่และเด็กที่อาจเกิดขึ้นได้ เช่น



3.เหยียบขาด้านหลัง ผู้ป่วยนอนคว่ำ แล้วเหยียบจากโคนขาลงไปถึงปลายเท้า เหยียบเหมือนกันทั้งสองข้าง ทุละ 3-4 เทียว

4.นวดหลัง ผู้ป่วยนอนในท่าเดิมหมอใช้มือขนาดกระดูกสันหลัง เริ่มจากจุดสะเอวขึ้นไปถึงจุดต้นคอ นวดแนวละ 3-4 เทียวทำเหมือนกันทั้งสองข้าง



ขั้นตอนการเอาก้อนลงบ่อ(เอามดลูกเข้าอุ้ง)

เริ่มจากการใช้นิ้วมือทั้งสองข้างขนาดเล็กรอบๆท้องเพื่อคลายกล้ามเนื้อท้อง เสร็จแล้วใช้นิ้วมือทั้งสองข้างกดลงไปที่ท้องน้อยริมกระดูกเชิงกรานด้านนอก แล้วใช้มือทั้งสองข้างจัดขึ้นไปเรื่อยๆจนถึงจุดกลางหน้าท้องทำเบาๆประมาณ 3-4 ครั้งเพื่อให้มดลูกมาอยู่ในตำแหน่งปากมดลูกขึ้นตอนต่อไปใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างกดลงไปที่จุดริมกระดูกเชิงกรานทั้งสองข้างแล้วค่อยๆดันขึ้นไปหาสะดือเพื่อให้มดลูกเข้าอุ้ง

ข้อแนะนำของหมอดำแยสำหรับแม่และเด็ก

- 1..เด็กไม่ถ่ายให้เอามะขามเปียกโปะกระหม่อมเด็ก
- 2.เด็กปัสสาวะไม่ออกให้ใช้นิ้วหัวแม่มือกดเส้นรอบๆสะดือเด็กเบาๆ
- 3.แม่มีอาการเลือดขึ้นให้เอารากทองหลางใบมน ฝนกับน้ำมะนาวกินวันละครึ่ง หรือใช้รากหม้อข้าวแกงลิงฝนกับน้ำมะนาวกินวันละครึ่ง หรือใช้เซากวางฝนกับน้ำมะนาวกินวันละครึ่งก็ได้
- 4.แม่แท้งลูก ให้เอาหัวยานางฝนกับน้ำมะนาวกินจนกว่าอาการจะดีขึ้น
- 5.เวลาอาบน้ำให้เด็กระวังอย่าให้สะดือเด็กตกน้ำ(ความเชื่อกลัวเด็กตกน้ำตายในวันหน้า).

3.เหยียบขาด้านหลัง คนไข้นอนในท่าคว่ำ แล้วเหยียบจากโคนขาหลังได้สะโพกลงมาถึงปลายเท้า เหยียบพร้อมกันทั้งสองข้างโดยวิธียกเท้าสลับ เหยียบ 3-4 เทียว

4.นวดหลัง คนไข้นอนคว่ำ ใช้มือนวดตามแนวเส้นซิดกระดูกสันหลัง เริ่มจากจุดสะเอวถึงจุดต้นคอขนาดเหมือนกันทั้งสองข้าง นวดแนวละ 3-4 เทียว

การอยู่ไฟหลังคลอดเพื่ออยู่ครบ 7-9 วันแล้ว เรียกว่าผลักก้อนเส้นหรือออกจากการอยู่ไฟก็จะเป็นขั้นตอนของการเอามดลูกเข้าอุ้ง เชื่อกันว่าการอยู่ไฟทำให้มดลูกแห้งเร็วหมอมจะสังเกตสะดือเด็กถ้าแห้งหรือหลุดออกแสดงว่ามดลูกแห้งให้นวดคลายกล้ามเนื้อท้องและเอามดลูกเข้าอุ้งได้

ขั้นตอนการเอามดลูกเข้าอุ้ง(สมัยก่อนเรียกว่าเอาขุนลงบ่อ)

เริ่มจากการเอานิ้วมือทั้งสองข้างกดลงไปท้องน้อยริมกระดูกเชิงกรานด้านนอกใช้นิ้วมือทั้งสองข้างจัดขึ้นเบาๆ ซ้ำๆ เลื่อนไปเรื่อยๆ จนถึงจุดกลางหน้าท้องแนวสะดือ ทำประมาณ 3-4 เทียวเพื่อแต่งให้มดลูกมาอยู่ในตำแหน่งปากมดลูก ขั้นตอนต่อไป ใช้หัวแม่มือทั้งสองข้างกดลงไปที่ยูตริมกระดูกเชิงกรานทั้งสองด้าน แล้วค่อยๆ ดันนิ้วขึ้นไปทางสะดือเพื่อดันให้มดลูกเข้าอุ้ง

ข้อแนะนำของหมอดำแยสำหรับแม่และเด็ก

- 1.เด็กไม่ถ่ายให้เอามะขามเปียกโปะกระหม่อมเด็ก
- 2.เด็กปัสสาวะไม่ออก ให้ใช้นิ้วหัวแม่มือกดเส้นรอบสะดือเบาๆ
- 3.แม่มีอาการเลือดขึ้น ให้เอารากทองหลางใบมน ฝนกับน้ำมะนาวกินวันละครึ่ง
- 4.แม่มีอาการเลือดขึ้น ให้เอารากหม้อแกงลิง ฝนกับน้ำมะนาวกินวันละครึ่ง หรือใช้เขากวางฝนกับน้ำมะนาวกินวันละครึ่งก็ได้
- 5.แม่ตกลูก(แห้ง) ให้เอาหัวย่านางฝนกับน้ำมะนาวกินจนกว่าอาการดีขึ้น
- 7.เวลาอาบน้ำให้เด็กระวังอย่าให้สะดือเด็กตกน้ำ(ความเชื่อสมัยก่อนกลัวเด็กตกน้ำ)

อาหารสำหรับแม่ลูกอ่อน

1. ขาหมูต้มกับยอดชะมวง กินแล้วช่วยขับน้ำคาวปลา
2. ปลีกกล้วยน้ำว้า(หัวปลี)ช่วยบำรุงน้ำนม
3. น้ำตาลแว่นกินกับน้ำร้อนช่วยบำรุงให้น้ำนมออกดี
4. พริกไทยป่นกินกับข้าวช่วยให้การไหลเวียนของเลือด ลมขึ้น
5. ปลาช่อนแห้ง พริกไทยป่นกินแล้วช่วยให้มดลูกแห้งเร็ว ท้องไม่อืด

อาหารต้องห้ามสำหรับแม่ลูกอ่อน

อาหารที่มีรสเย็น เช่น แตงโม แตงกวา พักเขี้ยว แกงเลียงซี่เหล็ก ขนุน กล้วยน้ำว้ากินได้ แต่กล้วยชนิดอื่นห้ามกิน เห็ดทุกชนิด หอยทุกชนิด ปลาเยือก ปลาช่อนไซ่ ปลาน้ำจืดที่มีหางแดง ปลาดุก ปลาไม่มีเกล็ดทุกชนิด ผักต่างเช่น มะเขือ หน่อไม้ และของดองทุกชนิด เพราะอาหารเหล่านี้เมื่อกินแล้วจะทำให้เลือดขึ้น อาจถึงตายได้

ภูมิปัญญาของหมอตำแยกับการใช้ประโยชน์ในยุคปัจจุบัน

ในยุคปัจจุบัน แม้การทำคลอดไม่ต้องพึ่งหมอตำแยแล้วก็ตามแต่ยังทำประโยชน์ให้กับผู้หญิงที่มีปัญหาเกี่ยวกับมดลูก ดังที่กล่าวมาในตอนต้น โดยใช้วิธีการรักษาแบบเดียวกับ การดูแลแม่หลังคลอด แต่จะตัดขั้นตอนบางอย่างที่ไม่จำเป็นออก เช่นการอยู่ไฟ การ ประคบก้อนเฒ่า เป็นต้น ส่วนท่าทางการเหยียบการบีบนวดก็มีการพัฒนาให้เข้ากับยุคสมัย เพราะวิถีชีวิตและโครงสร้างของคนในปัจจุบัน กับคนสมัยก่อนแตกต่างกัน เช่นรูปร่างบอบบางกว่า ทำงานหนักกว่า เพราะมีเครื่องทุ่นแรง มีความอดทนต่อการถูกบีบนวด และการเหยียบหนักๆแรงๆแบบคนสมัยก่อนไม่ได้ ทำเหยียบ และบีบนวดบางท่าในสมัยก่อนอาจเป็นอันตรายต่ออวัยวะบางส่วนได้ พอสรุปการดูแลรักษาได้ดังนี้

ขั้นตอนการรักษาอาการต่างๆเกี่ยวกับมดลูกในปัจจุบัน

1. การตรวจอาการ ถามผู้ป่วยถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการเพื่อพิจารณาประกอบการรักษา
2. การนวด เริ่มจากให้ผู้ปวยนอนหงายใช้มือคลำบริเวณท้องน้อยเพื่อตรวจดูว่ามดลูกเคลื่อนไปทางไหน ทางซ้าย หรือขวา อยู่ห่างจากอุ้งมดลูกประมาณเท่าใด

ขั้นตอนการนวด

ถ้ามดลูกเคลื่อนไปทางขวา ก็ให้เริ่มนวดจากท้องด้านซ้ายก่อน แล้วค่อยๆ นวดได้ไปหา ด้านที่เจ็บ ต่อไปเปิดประตูลมส่วนเท้าเสร็จแล้วนวดขาทั้งสองด้านโดยใช้วิธีการแบบเดียวกับการนวดหลังคลอด นวดด้านละประมาณ 3-4 เทียว แล้วนวดคลายเส้นด้านหลัง เริ่มจาก จุดขอบสะเอวแนวซิดกระดูกสันหลังทั้งสองด้านขึ้นไปจนถึงต้นคอ นวดแนวละ 3-4 เทียว การนวดคลายเส้นขากระดูกสันหลังเป็นการนวดคลายเส้นคอฤน(เส้นมดลูก)เมื่อนวด คลายเส้นทุกส่วนเสร็จแล้วก็ให้นวดคลายเส้นกล้ามเนื้อท้องโดยเริ่มจากท้องด้านที่ไม่มี อาการปวดก่อนแล้วนวดคลึงรอบๆท้องจนกล้ามเนื้อท้องผ่อนคลายได้ที่แล้วจึงเอามดลูก เข้าอุ้ง

ขั้นตอนการเอากุนลงบ่อ (เอามดลูกเข้าอุ้ง)

ต้องนวดให้ครบ 3 มื้อ (3 ครั้ง) วันละครั้ง ในวันที่ 3 เมื่อนวดคลายเส้นเสร็จแล้วจึงเอามดลูกเข้าอุ้ง เริ่มจากการใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างกดลงไปแนวหน้าท้องด้านล่างริมกระดูกเชิงกรานทั้งสองข้าง กดแล้วค่อยๆ ดันขึ้นมาหาสะดือพร้อมๆกันทั้งสองข้างเพื่อเอามดลูกเข้าอุ้ง

ข้อห้ามหลังการรักษาอาการต่างๆของมดลูก

1. ห้ามยกของหนัก
2. หยุดทำงานหนักอย่างน้อย 7 วัน
3. ไม่มีความสัมพันธ์ทางเพศอย่างน้อย 10-15 วัน

จรรยาบรรณหมอดำแยอำเภอลำปาง

1. มีคุณธรรมประจำใจ มีเมตตากรุณาต่อผู้ป่วยทุกคน
2. ไม่เห็นแก่ตัว ไม่เห็นวันไหวต่อลาภ
3. ไม่โอ้อวดวิชา ไม่ลบหลู่หมอดคนอื่น
4. มีความละเอียดรอบคอบ
5. มีความรู้ความสามารถ
6. ไม่เปิดเผยความลับของผู้ป่วยที่ตนทราบจากการทำคลอด

คาถาที่หมอดำเฝ้าใช้ในการทำคลอด

คาถากาวนา ตอนเฝ้าห้องก่อนคลอด ให้ตั้งนะโม 3 จบ แล้วว่า พระธรรมเจ้าเอ๋ย
แต่งทางให้คล่อง อย่าได้ข้องขัดในช่องแคบขาคับ แต่งให้เสร็จสืบ ลมพัดพาไป
กา ขา กางะ แล้วใช้ปากเป่าลมลงไปตามตัว ผู้หญิงใกล้คลอดพอ สังเกตเห็นว่าทารกจะ
โผล่หัวออกมา หมอท่องคาถาดังนี้ นะหลุย โมถอน พุทธลอนออกมา กา ขา กางะ จะช่วย
ให้คลอดง่าย

คาถากวาดเลือดเมื่อเด็กคลอดออกมาแล้ว ให้ตั้งนะโม 3 จบ แล้วว่า พุทธัง ธรรมมังสาต
ภูจะกวาดให้ขาดด้วยปราณา โอม เลือด ลมทั้งมูล สูญหายด้วยนะโมพุททาเยะ เลือดน้ำ
ลมไฟ เลือดไหลในกระดูก เลือดผูกในเนื้อ เลือดขึ้นบนหัว ขึ้นทั่วทั้งตัว โอมสิทธิ สะ ระ หับ
อะ ระจับ สา ระ หาย ให้ว่า 3 จบ แล้วเป่าลมลงบนหัว
คาถา 2 บทนี้ เป็นของหมอดำแก้ว สังข์หนู

คาถาให้คลอดเร็ว ปุดหลุด ปุดหลุด ให้ว่า 3 จบแล้วใช้มือลูบตั้งแต่ยอดอกลงมาถึงช่อง
คลอด คาถานี้เป็นของ หมอจับ ด้ายก

คาถาก่อนคลอด พุทริ้ง เบิกขอให้เริก รัมมังเบิกขอให้เริก สังฆังเบิกขอให้เริก
คาถานี้เป็นของหมอจวน ศรีทวี

คาถาเป่ากระหม่อมก่อนคลอด เปิดตู เปิดตาง เบิกทางน้ำเขียว ว่า 3 ครั้งแล้วเป่า
คาถานี้ ของหมออินทร์ คงสีทอง

คาถาตัดสายสะดือ ให้ว่า นะ โมตะสะ 3 ครั้ง แล้วตัด คาถาหมอจับ ด้ายก

การเอาเด็กขึ้นเปล

สิ่งที่ต้องเตรียม เชือก 2 เส้นยาวพอประมาณกับส่วนสูงของช่อ บ้านผ้าเช็ดตัวและหมอนเล็ก 1 ใบ ผ้าขาวม้าหรือผ้าถุง 1 ผืนเพื่อผูกเปล เสร็จแล้วให้เตรียม ชันน้ำ ข้าวเจ้า กล้วยเงิน ทอง เอาเด็กวางข้างเปล แล้วยกอุ้มเตรียมวางลงในเปล ตั้งนะโม 3 จบ แล้วภาวนาว่า โอมขึ้นข้าว ขึ้นทอง ขึ้นเงินขึ้นทอง ขึ้นช้างขึ้นม้า ขึ้นข้าราชการ โอมมันมหามันโอมมหาคงมันดั่งคุณง คงดั่งเชือกเหล็ก พุทธังกันดั่ง อัมมังรักษา สังฆังรักษา แล้ววางเด็กลงในเปล วัตถุมงคลที่ต้องหามาเตรียมไว้ป้องกันอันตรายกับเด็ก เฉพาะผู้ที่นับถือศาสนาพุทธ

- 1.ขมิ้นที่ผ่านพิธีอุปสมบท(ส่วนมากตามความเชื่อของชาวพุทธ มักจะใส่หัวขมิ้นไว้ในบาตรพระตอนเข้าอุโบสถเพื่อจะเก็บไว้ใช้ประโยชน์)
- 2.หว่ายผูกลูกนิมิต 1 ท่อน ไว้กันเด็กร้องไห้โดยไม่มีสาเหตุ
- 3.น้ำพุทธมนต์ หน้าพระประธานในอุโบสถ
- 4.รูปพระของเกจิอาจารย์ ที่พ่อแม่นับถือ

คาถาบังหรงกุน(คาถาผูกกุน)

เมื่อหมอดำเวยวิธีกรวดตักแตงให้มดลูกเข้าอู่แล้วก็จะใช้คาถานี้ผูกมดลูกเอาไว้ดังนี้ ให้คนป่วยนอนหงายแล้วภาวนา นะโมตะสะ ภาคะวะโต อะระหะโตสัมมาสัมพุทธ ธิสสะว่า 3 จบ

คาถาก่อนประคบก่อนแล้ว ในขณะที่ยกก้อนแล้ววางบนท้องของแม่ให้เอามือ 1 1 เล่มวางลงก่อนแล้ววางก้อนแล้วลงบนมด แล้วเอาหมาก พลุ 1 คำวางบนก้อนแล้วอีกที แล้วออกชื่อผู้มีพระคุณคือ พ่อ แม่ ตา ยาย ทั้งฝ่ายหมอ และฝ่ายผู้ป่วยให้มาช่วยปกป้องรักษาลูกหลาน แล้วภาวนาคาถานี้ นะโมก โมมัต พุทรัต ธาวิง ยะกิง แห้งอยู่ พุทธังรัตนัง โอมมัน มหามัน โอมคงมหาคง มันดั่งคุณง คงดั่งเชือกเหล็ก พุทธัง กันดั่ง อัมมังกันดั่ง สังฆังกันดั่ง พุทธังรักษา อัมมังรักษา สังฆังรักษา โอมประคต กดลงทันที โอมสิทธิ สะวะโหม

การทำแม่สื่อให้เด็ก

อุปกรณ์ที่ต้องเตรียมถาดหรือกระจานความกว้างประมาณ 1 ศอก หนึ่งหลู เทียนไข 4 เล่ม หยวกกล้วย น้ำ ข้าวสาร แป้งข้าวเจ้า แป้งข้าวเหนียว ปลาหมึกเกล็ดน้ำ ตาลแฉ่งเพื่อทำปิ่นขนมแดง ขนมขาว ปลาท่อนหัว ปลาท่อนหาง ทุกอย่างนำใส่ถ้วยใบเล็กๆ แล้ววางไว้บนถาดหรือกระจานที่เตรียมไว้ จัดออกเป็น 4 กองปักเทียนไขกองละเล่มแล้วเข้าพิธีโดยตั้งนะโม 3 จบแล้วกล่าวออกชื่อแม่สื่อทั้ง 4 คือนางเอื้อย นางเอ นางนาสสนทรี นางยักษ์ขินี ไกรสร แล้วทอว่า ขอเชิญแม่สื่อทั้งสี่ นางเอื้อย นางเอ นางนาสสนทรี ที่อยู่รักษาเชิญแม่ออกมา กันจาสาหลี่ กินแล้วเชิญไปที่ยังอยู่ใช้ รักษาให้ดี อยู่แข็ง อยู่ชา หูตามากมีหน้าหลังทั้งนี้ ให้นั่งให้นอน หนึ่งชื่อจิบปัก รักษาลูกอ่อน ยักษ์ขินีไกรสร หลอกหลอน เด็กให้กลัวพุงพองเจ็บหัวมัวตา เจ็บไข้ไม่วาง แม่สื่อสี่นางอย่าทำเพศภัย ตั้งแต่วันนี้ อย่าทำร้าย ดีตาสืบไป แม่สื่อตัวร้ายออกมาจงไว เอาบานส่งให้แล้วไปทางทิศ ปัจฉิมมา ศรีสวัสดิ์สดดา...เสร็จแล้วหมอบหยิบข้าวสารในถ้วยที่เตรียมไว้เอามาตั้งที่หน้าผากเด็ก ลากเวียนไปมาพร้อมทำปากให้ดังพับๆ เหมือนเด็กจะกิน จากนั้นก็เอาข้าวมาเน้นกับน้ำตาลแฉ่งให้ละเอียดแล้วให้เด็กกิน พร้อมอธิษฐานขอให้เด็กมีความเฉลียวฉลาด มีปัญญาเป็นเลิศให้เป็นเจ้าคนนายคน บ่อนให้ครบ 3 คำ

ยาสมุนไพรสำหรับเด็กอ่อน

1. ยาแก้ท้องขึ้น ปวดท้อง ใบสวาด 4-5 ใบขี้ทาท้องเด็กจะช่วยบรรเทาอาการได้
2. ใบเรียนเทศ(ทุเรียนน้ำ)ขี้ทาท้องเด็กป้องกันและขับพยาธิได้
3. ยาแก้ไอ น้ำมะนาว ผสมเกลือและน้ำตาลทรายแดงให้เด็กจิบแก้ไอ
4. ยาแก้หวัด เอาหัวหอม หัวเปราะ ใบมะขาม ต้มใส่กาน้ำเอาไว้ผสมน้ำอาบให้เด็ก

ภาคผนวก ง
ประวัติทีมวิจัย

รายชื่อนักวิจัย และประวัติโดยย่อ

1.นายสมบุรณ์ ทิพย์นัย หัวหน้าโครงการ

การศึกษา ม.3.อายุ 59 ปี อาชีพทำสวน

ที่อยู่ 190 ม.1 ต.ควนขนุน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง โทรศัพท์ 01-5431860

ประวัติการทำงาน

- เป็นอาสาสมัครสาธารณสุข เมื่อปี 2527 จนถึงปัจจุบัน
- เป็นประธานชมรม อ ส ม.อำเภอเขาชัยสน ปี 2537 ถึงปี 2542
- เป็นประธานชมรมหมอพื้นบ้าน ปี 2539 จนถึงปัจจุบัน
- เป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ด้านการแพทย์แผนไทย ปี 2540
- เป็นประธานกองทุนสวัสดิการชุมชน อำเภอเขาชัยสน ปี 2542 ถึงปี 2545
- เป็นหัวหน้าทีมวิจัยองค์ความรู้หมอพื้นบ้าน ปี 2545 จนถึงปัจจุบัน
- เป็นผู้ทรงคุณวุฒิผู้ทำคุณประโยชน์ สาขากฎมบัญญัติไทย ปี 2548

2.นายพนม สังข์สินเลิศ ทีมวิจัย

การศึกษา ป.6 อายุ 35 ปี ทำสวน

ที่อยู่ 126 ม.6 ต.โคกม่วง อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง

ประวัติการทำงาน

- เป็นอาสาสมัครสาธารณสุข ปี 2536 จนถึงปัจจุบัน
- เป็นคณะกรรมการชมรม อ ส ม.อำเภอเขาชัยสน ปี 2542 ถึงปี 2545
- เป็นคณะกรรมการกองทุนสวัสดิการชุมชนอำเภอเขาชัยสน ปี 2542 ถึงปี 2545
- เป็นผู้นำอาสาพัฒนาชุมชน ตำบลโคกม่วง ปี 2545 ถึงปัจจุบัน
- เป็นนักวิจัยองค์ความรู้หมอพื้นบ้าน อำเภอเขาชัยสน ปี 2545 ถึงปัจจุบัน
- เป็นประธานชมรม อ ส ม.สถานีนอนมัยบ้านท่าควาย ปี 2548 ถึงปัจจุบัน
- ได้รับคัดเลือกเป็น อ ส ม.ดีเด่นประจำปี 2548

3.นายวัลลภ พรหมสังฆะหะ ทิมวิชัย

การศึกษา ม.6 อายุ 37 ปี อาชีพทำสวน

ที่อยู่ 121 ม.1 ต.โคกม่วง อ.เขาย้อย ส.น.จ.พัทลุง

ประวัติการทำงาน

- เป็นอาสาสมัครสาธารณสุข ปี 2536 ถึงปัจจุบัน
- เป็นนักวิจัยองค์ความรู้หมอพื้นบ้านอำเภอ ปี 2542 ถึงปัจจุบัน
- เป็นอาสาพัฒนาสังคม (อ.พ.ม.) ปี 2547 ถึงปัจจุบัน

นางใจตนย์ ทองคง ทิมวิชัย

การศึกษา ระดับปริญญาตรี อายุ 33 ปี อาชีพทำสวน

ที่อยู่ 164 ม.6 ต.โคกม่วง อ.เขาย้อย ส.น.จ.พัทลุง

ประวัติการทำงาน

- เป็นอาสาสมัครสาธารณสุข ปี 47 ถึงปัจจุบัน
- เป็นคณะกรรมการกองทุนหมู่บ้าน ม.6 ต.โคกม่วง อ.เขาย้อย ส.น.จ.พัทลุง

นางสุพรรณิ ฮีโชติช่วง ทิมวิชัย

การศึกษา ม. 6 อายุ 38 ปี อาชีพทำสวน

ที่อยู่ 53/1 ม.1 ต.ควนขนุน อ.เขาย้อย ส.น.จ.พัทลุง

ประวัติการทำงาน

คณะกรรมการชมรมหมอพื้นบ้าน อำเภอเขาย้อย ปี 48 ถึงปัจจุบัน

นายประสิทธิ์ รามทิพย์ ทิมวิชัย

การศึกษา ม.6 อายุ 37 ปี อาชีพทำสวน

ที่อยู่ 3 ม.3 ต.โคกม่วง อ.เขาย้อย ส.น.จ.พัทลุง

ประวัติการทำงาน

เป็นประธาน กลุ่มส่งเสริมอาชีพเลี้ยงโคพื้นบ้าน ม.3 ต.โคกม่วง

ที่ปรึกษาโครงการ

- 1. อาจารย์ ทองสง ผู้อำนวยการโรงเรียนนวมวิจิตรธรรมสถิต ที่ปรึกษาด้านแพทย์แผนไทย**
- 2. น.พ. ปรากรม วุฒิพงศ์ อดีตปลัดกระทรวงสาธารณสุข ที่ปรึกษาด้านวิชาการ**
- 3. นายสุนทร คงทองสังข์ นักวิชาการ ที่ปรึกษาด้านวิชาการ**
- 4. อาจารย์เทวิกา เทพญา คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์**
- 5. พ.ญ. วิภาวรรณ ลีลาสำราญ ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์ และกายภาพบำบัด
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์**
- 6. นายวิศิษฐ์ ชูสง นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโคกม่วง**