



รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

ชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ (เล่ม 1)

สำหรับ

- 1.โครงการประสานงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่
- 2.โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่เป้าหมาย
 - บ้านห้วยชมภู หมู่ 10 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย
 - บ้านห้วยป่าไร่ หมู่ 9 ตำบลแม่คะ อําเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่
- 3.โครงการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

ภายใต้

ชุดโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่าภาคเหนือ

ดำเนินการวิจัยโดย

- ทีมประสานงานวิจัยโครงการประสานงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่
- ทีมวิชาการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่
วิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ทางเลือก มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
- ทีมวิจัยโครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่เป้าหมาย

กันยายน 2550

รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

ชุดวิจัยและพัฒนากาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ (เล่ม 1)

สำหรับ

- RDG48N0014 โครงการประสานงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่
- RDG48N0022 โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนากาการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่บ้านห้วยชมพู หมู่ 10 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย
- RDG48N0023 โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนากาการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่บ้านห้วยป่าไร่ หมู่ 9 ตำบลแม่คะ อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่
- RDG48N0016 โครงการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนากาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

ภายใต้

ชุดโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่าภาคเหนือ

ทีมวิชาการสังเคราะห์

นางสาวกัญญาช เทาประเสริฐ	นางวลัยพร ชมพูพิทักษ์	นางสาวนุจดี บัวแดง
นางสาวปราณิศา คำแก้ว	นายทรงศักดิ์ สอนจ้อย	นางสาวธุมวดี ศิริสาร

ทีมประสานงานวิจัย

นางสาวปราณิศา คำแก้ว	นางสาวนุจดี บัวแดง	นายนคร จันทะวงษ์
นางสาวธุมวดี ศิริสาร	นางสาวจิรพร วงค์ขัติย์	

ทีมวิจัยในพื้นที่

นางวลัยพร ชมพูพิทักษ์	นางฉัฐริกา ชมพูพิทักษ์	นายจะสี ชมพูพิทักษ์
นางสาวอมรรรัตน์ จะโจ	นางนาที จะโบ	

สนับสนุนโดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย สำนักงานภาค (สกว.)

สำนักงานกองทุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

คำชี้แจง

ตามที่ชุดโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่าภาคเหนือ ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจาก สกว.ภาค เพื่อทำหน้าที่บริหารจัดการชุดโครงการวิจัยย่อยอีก 4 ชุด แต่ละชุดประกอบด้วยโครงการดำเนินงาน 3 ส่วน ได้แก่ ส่วนประสานงาน ส่วนเคลื่อนงานในพื้นที่ และส่วนสังเคราะห์ รวมทั้งสิ้น 17 โครงการ ประกอบด้วย

- ชุดวิจัยและพัฒนาเพื่อขยายผลการแพทย์พื้นบ้านล้านนา (2 โครงการ)
- ชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าบนพื้นที่สูง ชนเผ่าอาข่า (3 โครงการ)
- ชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าบนพื้นที่ดอน ชนเผ่าม้ง - เมี่ยน (7 โครงการ)
- ชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าบนพื้นที่ลุ่ม ชนเผ่าลาหู่ - ไทใหญ่ (5 โครงการ)

โดยแต่ละส่วนมีบทบาทและพันธกิจที่จะช่วยเหลือหนุนเสริมซึ่งกันและกัน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การประสานงานชุดวิจัยให้ดำเนินงานได้ตามเป้าหมายและเป็นเวทีกลางในการทำกิจกรรมร่วมกันของแต่ละชนเผ่า(ดำเนินการ โดยทีมวิจัยและพัฒนาจากวิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ทางเลือก)

ส่วนที่ 2 การขับเคลื่อนการดำเนินงานของแต่ละพื้นที่ให้ได้ตามเป้าหมายและเป็นพี่เลี้ยงในการทำกิจกรรมร่วมกันของแต่ละชนเผ่า โดยจะร่วมดำเนินการศึกษารวบรวมองค์ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพและสมุนไพรของชนเผ่าในแต่ละพื้นที่ รวมถึงการนำภูมิปัญญาที่คัดสรรปรับปรุงให้ร่วมสมัยแล้ว ไปฟื้นฟูและประยุกต์ใช้ในวิถีชีวิตประจำวัน ตลอดจนสืบทอดไปสู่คนรุ่นใหม่ ทั้งในระดับครอบครัว ระดับชุมชน ระดับโรงเรียนและเรียนเป็นวิชาชีพในระดับมหาวิทยาลัย (ดำเนินการ โดยทีมพี่เลี้ยงจากหน่วยงาน/องค์กรที่เป็นฐานประสานงานเครือข่ายของแต่ละชนเผ่าและหมอชนเผ่าและแกนนำชุมชนในแต่ละพื้นที่)

ส่วนที่ 3 การสังเคราะห์และพัฒนาระบบองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพและสมุนไพรของแต่ละชนเผ่า รวมถึงกระบวนการที่สามารถนำไปใช้จริงในชีวิตประจำวัน การสืบทอดไปยังคนรุ่นใหม่และการสร้างเสริมรายได้ของชุมชน(ดำเนินการ โดยทีมวิชาการของวิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านฯ และองค์กรในเครือข่าย ร่วมกับทีมหมอชนเผ่าและทีมพี่เลี้ยง)

ในส่วน of ชุดพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าบนพื้นที่ลุ่ม ชนเผ่าลาหู่-ไทใหญ่ ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจาก สกว.ภาค โดยแบ่งออกเป็น 5 โครงการย่อย ได้แก่ โครงการประสานบ้านห้วยชมภู, โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าลาหู่บ้านห้วยป่าไร่, โครงการงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าลาหู่-ไทใหญ่, โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าลาหู่

เคลื่อนงานวิจัยพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่บ้านหินแตก และโครงการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าลาหู่-ไทใหญ่

การดำเนินงานของโครงการย่อยในชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าบนพื้นที่ลุ่ม ชนเผ่าลาหู่ – ไทใหญ่ ได้มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบวิธีการดำเนินงานและปรับพื้นที่ดำเนินกิจกรรมไป ทั้งนี้ เพื่อให้การดำเนินงานของชุดวิจัยสามารถปฏิบัติงานได้ตามเป้าหมาย โดยโครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่เป้าหมายบ้านห้วยชมพูและบ้านห้วยป่าไร่สามารถดำเนินงานรวบรวมและจัดระบบองค์ความรู้การแพทย์ชนเผ่าละหู่ จัดทำทำเนียบสมุนไพรและทำเนียบหมอชนเผ่าละหู่ได้ครบถ้วนตามพันธกิจของระยะที่ 1 ส่วนการขยายผลตามพันธกิจที่ 2 และ 3 ในการนำองค์ความรู้ไปสู่การสืบทอดและใช้ประโยชน์ ทั้งสองพื้นที่ขาดความพร้อมด้านชุมชนอันเนื่องมาจากโครงสร้างของชุมชนบ้านห้วยชมพูและบ้านห้วยป่าไร่เป็นชุมชนที่อยู่ใกล้ตัวเมือง จึงส่งผลให้คนในชุมชนเดินทางออกนอกชุมชนเพื่อไปประกอบอาชีพรับจ้างในเมืองเป็นส่วนใหญ่ อีกทั้งเด็กในชุมชนต้องเดินทางไปเรียนหนังสือในเมืองจะเหลือแต่คนเฒ่าคนแก่อยู่บ้านอย่างไรก็ตาม เพื่อให้เป็นไปตามเจตนารมณ์และพันธสัญญาของโครงการจึงได้ทำเอกสาร ตำราการแพทย์ชนเผ่าลาหู่เพื่อเผยแพร่และนำไปใช้ประโยชน์ในพื้นที่อื่น ขณะเดียวกันมีหมอชนเผ่าไทใหญ่ในพื้นที่อำเภอแม่เฒ่า อำเภอฝาง อำเภอไชยปราการ จังหวัดเชียงใหม่ ที่มีความสนใจและความพร้อมสูงที่จะศึกษาและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าของตนเอง เพื่อใช้ประโยชน์ทั้งด้านสุขภาพและเสริมสร้างรายได้ ซึ่งสอดคล้องกับพันธสัญญาของชุดวิจัยการแพทย์ชนเผ่าลาหู่ – ไทใหญ่ และเพื่อรักษาเจตนาวัตถุประสงค์ของชุดวิจัย อีกทั้งยังอยู่ภายใต้ชุดวิจัยเดียวกันอยู่แล้ว จึงขอปรับเปลี่ยนพื้นที่การดำเนินงานในระยะที่ 2 ได้แก่

- 1) โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่
บ้านห้วยชมพู หมู่ 10 ตำบลแม่ยาว อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย **ปรับเป็น**
โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ในพื้นที่
บ้านแม่เฒ่าหลวง ตำบลแม่เฒ่า อำเภอแม่เฒ่า จังหวัดเชียงใหม่
- 2) โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่
บ้านบ้านห้วยป่าไร่ หมู่ 9 ตำบลแม่คะ อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ **ปรับเป็น**
โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ในพื้นที่
บ้านเวียง ตำบลม่อนปิ่น อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่

ถึงแม้โครงการเคลื่อนงานการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่จะมีเวลาดำเนินงานเพียง 1 ปี ก็สามารถดำเนินงานได้ครบตามพันธกิจของชุดวิจัย (ดังจะนำเสนอในรายงานในพื้นที่ของชนเผ่าไทใหญ่)

ส่วนโครงการเคลื่อนงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่บ้านหินแตก มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการดำเนินงานของโครงการไป เนื่องจากผลจากการศึกษาในระยะที่ 1 พบว่า มีการเปลี่ยนแปลงในส่วนของชุมชน โดยมีประชากรเคลื่อนย้ายเข้า-ออกในพื้นที่สูง และมีกลุ่มชาติพันธุ์อาศัยอยู่ในชุมชนที่หลากหลาย ซึ่งทำให้การดำเนินงานในลักษณะของชุมชนและชาติพันธุ์เดี่ยวปฏิบัติได้ยาก จึงทำให้ทางโรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวง ไม่สามารถดำเนินการตามแผนปฏิบัติการตามที่กำหนดไว้ในสัญญาได้ทั้งหมด แต่ทีมวิจัยของโรงพยาบาลกลับพบว่า มีหมอชนเผ่าจากหลายกลุ่มชาติพันธุ์ที่มีความรู้ความสามารถและยินดีมาร่วมศึกษาวิจัยพัฒนาองค์ความรู้และรูปแบบการบริการด้วยการใช้ภูมิปัญญาของหมอชนเผ่าที่มีอยู่อย่างหลากหลายในบริเวณรอบ ๆ หมู่บ้าน ดังนั้นโครงการเคลื่อนงานวิจัยฯ บ้านหินแตกจึงขออนุญาตทางชุดโครงการฯ เพื่อปรับขอบเขตการศึกษาวิจัยจากการดำเนินงานของเผ่าไทใหญ่ที่บ้านหินแตกชุมชนเดียวมาเป็นการศึกษาร่วมกับหมอชนเผ่าไทใหญ่ หมอจีนฮ่อ หมอลาหู่ และหมออาข่า ในพื้นที่ 3 หมู่บ้านรอบ ๆ โรงพยาบาล โดยปรับจากรูปแบบเดิมที่ให้ชุมชนเป็นหลักในการทำกิจกรรมด้านการถ่ายทอดองค์ความรู้ การนำความรู้ไปใช้ประโยชน์และการสร้างรายได้ มาให้ความสำคัญกับหมอชนเผ่าของแต่ละชุมชนเป็นหลัก ด้วยการนำภูมิปัญญาองค์ความรู้ของชุมชนที่ชัดเจน มาปรับใช้ในโรงพยาบาลและเชื่อมโยงสู่ชุมชนก็เป็นการแก้ไขปัญหาในพื้นที่ได้ และทำให้เกิดความชัดเจน เห็นผลมากกว่าเดิม โดยทำการศึกษารูปแบบการให้บริการสุขภาพที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมชนเผ่า โดยใช้ภูมิปัญญาของชนเผ่าในพื้นที่ระหว่างโรงพยาบาลกับหมอชนเผ่า ซึ่งบางส่วนอาจจะนำมาปรับปรุงและปฏิบัติที่โรงพยาบาลหรือบางส่วนอาจจะปฏิบัติในชุมชน ดังนั้น จึงได้ปรับโครงการให้เข้ากับเป้าหมายและกิจกรรมมากยิ่งขึ้น (ตามที่แจ้งให้กับสกว.ทราบแล้วนั้น) โดยปรับจากโครงการเคลื่อนงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่บ้านหินแตก ตำบลแม่สลองในอำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย เป็นโครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาารูปแบบการดูแลสุขภาพของชนเผ่าในพื้นที่เขตโรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวง อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย ดำเนินงานโดยทีมวิจัยของโรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวงร่วมกับชุมชนในเขตพื้นที่บริการของโรงพยาบาล

ท้ายที่สุด ผลงานที่เกิดขึ้นทั้งหมดของชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ ที่ได้ปรับเปลี่ยนรูปแบบขอบเขตการศึกษาและพื้นที่การดำเนินงานไป แต่ก็ยังคงรักษาเจตนาเดิมไว้ โดยสามารถจัดระบบองค์ความรู้ออกมาเป็นตำราการแพทย์ชนเผ่าละหู่ ตำราการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ ทำเนียบสมุนไพรชนเผ่าละหู่ ทำเนียบสมุนไพรชนเผ่าไทใหญ่ และทำเนียบหมอชนเผ่าของทั้งสองชนเผ่าได้ รวมถึงการนำองค์ความรู้ไปสืบทอดและใช้ประโยชน์ในการเสริมสร้างรายได้ของชนเผ่าไทใหญ่ แสดงให้เห็นถึงการทำงานในชุมชน ที่ได้เรียนรู้ปรับตัวให้สอดคล้องกับ

สถานการณ์และบริบทของชุมชน โดยอาศัยงานวิจัยเป็นเครื่องมือในการทำงานและเป็นสะพาน เชื่อมโยงเครือข่ายทุกส่วนร่วมกันพัฒนาท้องถิ่น จนสามารถดำเนินงานได้ครบถ้วนตามพันธกิจ รวมถึงเกิดการพัฒนาคณะและการดำรงอยู่ซึ่งวัฒนธรรมชุมชนที่ดั้งเดิมที่พร้อมจะสืบสานขยายผลต่อ ยอดสู่ลูกหลานและสร้างเศรษฐกิจฐานรากของชุมชนด้วยภูมิปัญญาและทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน ท้องถิ่น ตามแนวพระราชดำริ ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อไป

ดังนั้น เพื่อให้เห็นภาพรวมผลการดำเนินงานของชุดวิจัย จึงแบ่งการรายงานวิจัยฉบับ สมบูรณ์ออกเป็นทีละชนเผ่า ดังนี้

1) ชุดวิจัยและพัฒนาคณะแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ (เล่ม 1) ได้แก่

- โครงการประสานงานการเคลื่อนงานในพื้นที่เป้าหมายของชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่
- โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาคณะแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่เป้าหมาย
- โครงการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาคณะแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

2) ชุดวิจัยและพัฒนาคณะแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ (เล่ม 2) ได้แก่

- โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาคณะแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ในพื้นที่เป้าหมาย

3) ชุดวิจัยและพัฒนาคณะแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ (เล่ม 3) ได้แก่

- โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนารูปแบบการดูแลรักษาสุขภาพของชนเผ่าในพื้นที่เขต โรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวง อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย

รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์เล่มนี้ จึงประกอบด้วยผลงานวิจัยของ

โครงการที่ 1 การประสานงานการเคลื่อนงานในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

โดย โครงการประสานงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

โครงการที่ 2 ผลการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่

- โดย -โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาคณะแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่
บ้านห้วยชมพู หมู่ 10 ตำบลแม่ยาว อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
- โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาคณะแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่
บ้านห้วยป่าไร่ หมู่ 9 ตำบลแม่คะ อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่

โครงการที่ 3 สังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาคณะแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

โดย โครงการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาคณะแพทย์ชนเผ่า
ละหู่-ไทใหญ่

สารบัญ

	หน้า
คำชี้แจง	ก
สารบัญ	จ
โครงการที่ 1 การประสานงานการเคลื่อนงานในพื้นที่เป้าหมาย	1
ของชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่	
1.1 ภาระหน้าที่ของการประสานงานการเคลื่อนงาน	1
ในพื้นที่เป้าหมายของชนเผ่าละหู่	
1.1.1 วัตถุประสงค์	1
1.1.2 พันธกิจ	1
1.1.3 แผนการปฏิบัติงาน	2
1.2 กระบวนการเคลื่อนงานวิจัยของชนเผ่าละหู่	2
1.2.1 การจัดกิจกรรมพบปะทีมวิจัย	2
1.2.2 ลงเยี่ยมในพื้นที่และเข้าร่วมกิจกรรม	3
1.2.3 จัดเวทีกลางเพื่อรายงานความก้าวหน้าและผลการวิจัยของชุดวิจัย	5
1.2.4 ประชุมปฏิบัติการเพื่อเชื่อมโยง/ประสานงาน	6
เครือข่ายหมอชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่	
1.2.5 การประชาสัมพันธ์	9
1.3 บทเรียนที่ได้จากการเคลื่อนงาน	9
ในพื้นที่เป้าหมายของชนเผ่าละหู่	
1.3.1 ชุมชน	9
1.3.2 ภาคประชาชน	11
1.3.3 ภาครัฐ	11
โครงการที่ 2 ผลการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่	1
2.1 พันธกิจของการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่	1
2.1.1 วัตถุประสงค์	1
2.1.2 พันธกิจ	1
2.2 องค์กรความรู้การดูแลสุขภาพและสมุนไพรชนเผ่าละหู่	2

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2.2.1 ข้อมูลพื้นฐานชุมชน	2
2.2.2 แนวคิดและความเชื่อเกี่ยวกับการเกิดของคนชนเผ่าละหู่	19
2.2.3 แนวคิดและความเชื่อเกี่ยวกับการเจ็บป่วย	20
2.2.4 ประเภทของของหมอชนเผ่าละหู่	21
2.2.5 ลักษณะอาการ/โรคต่างๆที่ชนเผ่าละหู่รู้จัก	22
2.2.6 การตรวจและการวินิจฉัยโรคของหมอชนเผ่าละหู่	47
2.2.7 รูปแบบการปรงยาที่หมอชนเผ่าละหู่ใช้รักษา	49
2.2.8 วิธีการรักษาด้วยกายบำบัดของชนเผ่าละหู่	49
2.2.9 อาหารการกินที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของชาวละหู่	49
2.2.10 ประเพณี/พิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ	64
2.2.11 ความเชื่อในการเก็บยาสมุนไพรของหมอชนเผ่าละหู่	73
2.2.12 สมุนไพรที่ใช้ในการดูแลสุขภาพสุขภาพของหมอชนเผ่าละหู่	74
2.2.13 การสืบทอดองค์ความรู้ของหมอชนเผ่าละหู่	74
1.2.14 ทำเนียบหมอชนเผ่าละหู่	74
2.3 บทเรียนจากการเคลื่อนงานชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่	76
 โครงการที่ 3 สังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียน	1
การพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่	
3.1 ความเป็นมาและเจตนาในการสังเคราะห์องค์ความรู้	1
3.2 กระบวนการสังเคราะห์องค์ความรู้	2
3.3 ผลการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียน	
การพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่	3
 ภาคผนวก	
- ภาคผนวก ก ทำเนียบสมุนไพรชนเผ่าละหู่	
- ภาคผนวก ข รูปกิจกรรม	

โครงการที่ 1

การประสานงานการเคลื่อนงานในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

โดย โครงการประสานงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

โครงการที่ 1 การประสานงานการเคลื่อนงานในพื้นที่เป้าหมายของชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

โครงการประสานงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ สัญญาเลขที่ RDG48N0014 มีระยะเวลาในการดำเนินการต่อเนื่องกันตั้งแต่ตุลาคม 2547 ถึง มีนาคม 2550 รวม 2 ปี 6 เดือน มีบทบาทหน้าที่ประสานงานในภาพรวมของชุดวิจัยให้ดำเนินงานได้ตามเป้าหมายและเป็นเวทีกลางในการทำกิจกรรมร่วมกันแต่ละชนเผ่าของชุดวิจัย ซึ่งมีทีมวิจัยและพัฒนาจากวิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ทางเลือก มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย เป็นทีมประสานงานระหว่างโครงการเคลื่อนงานวิจัยในพื้นที่และทีมสังเคราะห์ของชุดโครงการ

1.1 ภาระหน้าที่ของการประสานงานการเคลื่อนงานในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

1.1.1 วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อติดตาม ประสานงานและเชื่อมโยงงานทั้งหมดของชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าอย่างให้ดำเนินการได้อย่างมีเอกภาพตามเป้าหมาย รวมทั้งการประชาสัมพันธ์ชุดวิจัยฯ
- 2) เพื่อเป็นเวทีกลางในการทำกิจกรรมร่วมกันของชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

1.1.2 พันธกิจ

- 1) จัดกิจกรรมพบปะทีมวิจัย สร้างความเข้าใจและเตรียมการด้านต่างๆ ของชุดวิจัยฯ
- 2) ติดตามประสานงานและเชื่อมโยงงานชุดวิจัยฯ ให้ดำเนินการได้อย่างมีเอกภาพตามเป้าหมาย
- 3) จัดเวทีติดตามผลความก้าวหน้าของชุดวิจัยฯ ปีละ 2 ครั้ง รวม 2 ปีไม่น้อยกว่า 4 ครั้ง
- 4) เชื่อมประสานระหว่างเครือข่ายหมอชนเผ่ากับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สาธารณสุข และ ป่าไม้ รวมทั้งเชื่อมสัมพันธ์ระหว่างเครือข่ายหมอละหู่-ไทใหญ่กับหมอชนเผ่าประเทศเพื่อนบ้าน เช่น จีน
- 5) รวบรวมความเคลื่อนไหวและผลการศึกษาเพื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อในรูปแบบต่างๆ และสร้างฐานข้อมูลสนับสนุนการดำเนินงานของชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่
- 6) จัดทำรายงานความก้าวหน้าและรายงานผลของชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

1.1.3 แผนการปฏิบัติงาน

- 1) จัดกิจกรรมพบปะทีมวิจัยสร้างความเข้าใจและเตรียมการด้านต่างๆของชุดวิจัยฯ 24 ครั้ง
- 2) ลงเยี่ยม /เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อติดตามประสานงานและเชื่อมโยงงานชุดวิจัยฯ ให้ดำเนินการได้อย่างมีเอกภาพตามเป้าหมาย ไม่น้อยกว่า 24 ครั้ง
- 3) จัดเวทีกลางเพื่อรายงานความก้าวหน้าและผลการวิจัยของชุดวิจัยฯ ปีละ 2 ครั้ง รวม 3 ปี ไม่น้อยกว่า 6 ครั้ง
- 4) ประชุมปฏิบัติการเพื่อเชื่อมโยง/ประสานงานเครือข่ายหมอชนเผ่าในพื้นที่วิจัยและประเทศเพื่อนบ้าน
- 5) ดำเนินการประชาสัมพันธ์ ผ่านสื่อในรูปแบบต่างๆ และสร้างฐานข้อมูลสนับสนุนการดำเนินงานของชุดวิจัยฯ

1.2 กระบวนการเคลื่อนงานวิจัยในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

การประสานงานเพื่อหนุนเสริมการทำงานของชุดวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ ตลอดระยะเวลา 2 ปี 6 เดือน ที่ผ่านมา ทีมได้ทำหน้าที่ประสานเชื่อมโยงการทำงานทั้งหมดของชุดวิจัยเพื่อให้สามารถดำเนินงานไปอย่างมีเอกภาพตามเป้าหมาย ซึ่งได้ประสานงานระหว่างทีมสังเคราะห์ ทีมวิจัยในพื้นที่ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ซึ่งชุดวิจัยนี้ได้มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการดำเนินงานและการขยายพื้นที่เพิ่มเติม และมีการพบปะกันอยู่อย่างต่อเนื่อง ดังนั้น เพื่อให้เห็นกระบวนการในการเคลื่อนงานจนกระทั่งสามารถ ดำเนินงานได้ตามเป้าหมาย จึงจะขอเสนอกระบวนการในการเคลื่อนงานวิจัยในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ ดังนี้

1.2.1 การจัดกิจกรรมพบปะทีมวิจัย

การจัดกิจกรรมนี้มุ่งเน้นการพบปะพูดคุยระหว่างทีมวิจัยในพื้นที่ ทีมประสานงานและทีมสังเคราะห์ เพื่อสร้างความเข้าใจและเตรียมการด้านต่างๆ ของชุดวิจัย ซึ่งตลอดระยะเวลาดำเนินงานมีการพบปะกับทีมวิจัยและทีมหมอชนเผ่าในพื้นที่กว่า 20 ครั้ง ที่ผ่านมา ทีมประสานงานได้จัดประชุมปฏิบัติการและติดตามผลการดำเนินงานของแต่ละโครงการอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้งานสามารถบรรลุผลได้ ตั้งแต่ช่วงเริ่มดำเนินงานมีการประชุมปฏิบัติการเพื่ออบรมเทคนิคการทำวิจัยในชุมชน โดยเฉพาะเทคนิคการเก็บข้อมูลในพื้นที่ตามประเด็นที่วางไว้การออกแบบบันทึกข้อมูลภาคสนามให้แก่ทีม การจัดทำทำเนียบหมอชนเผ่าในแต่ละพื้นที่ รวมถึงการจัดประชุมพบปะสร้างความเข้าใจร่วมกับหน่วยงานในพื้นที่ของแต่ละโครงการด้วย จึงทำให้ได้ทราบปัญหาอุปสรรคการ

ดำเนินงานของทีมวิจัยในพื้นที่ และได้มีการปรึกษาหารือในการปรับเปลี่ยนกระบวนการทำงาน และรูปแบบวิธีการในแต่ละพื้นที่เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของชุดวิจัยอย่างต่อเนื่อง

อาจกล่าวได้ว่า การพบปะพูดคุย และสรุปบทเรียนเป็นระยะ ๆ ทำให้ได้ทราบความเคลื่อนไหวของโครงการ ตลอดจนสามารถแก้ไขปัญหาได้ทันที่ ซึ่งเป็นส่วนที่ช่วยหนุนเสริมกระบวนการทำงานและจัดการกับภารกิจที่ได้รับมอบหมายได้ดีขึ้น

1.2.2 ลงเยี่ยมในพื้นที่และเข้าร่วมกิจกรรม

กว่า 20 ครั้ง ที่ทีมประสานงานได้ลงพื้นที่เข้าร่วมการทำกิจกรรมของโครงการในพื้นที่ ได้มีโอกาสในการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างทีมวิจัย หมอชนเผ่า ชาวบ้าน ทำให้ทราบสถานการณ์ความเคลื่อนไหว/ความก้าวหน้าและผลการดำเนินงานวิจัย ของโครงการแต่ละพื้นที่ ดังนั้น การลงพื้นที่ได้ร่วมทำกิจกรรม สังเกต และสอบถามข้อมูลต่าง ๆ จากพื้นที่ เพื่อนำมาวิเคราะห์ความเป็นไปได้ในการพัฒนาด้านอื่นๆ รวมทั้งยังเป็นโอกาสที่สำคัญยิ่งของทีมประสานงาน ที่ได้พบปะกับกับหน่วยงาน องค์กรในพื้นที่ เพื่อปรึกษาหารือเกี่ยวกับแนวทางความร่วมมือในการนำฐานจากงานวิจัยเข้าสู่งานของพื้นที่ในอนาคต โดยทีมประสานงานได้ลงพื้นที่เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมกับโครงการเคลื่อนงานวิจัยในพื้นที่ด้วยกันหลายครั้ง อาทิเช่น

- | | |
|-------------------------------|--|
| 6 – 7 พฤษภาคม 2548 | ลงพื้นที่วิจัยร่วมสำรวจสมุนไพรรชนเผ่าละหู่ บ้านห้วยชมภู ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย โดยมีหมอชนเผ่า เจ้าหน้าที่ป่าไม้ และวนอุทยานแม่กอกเข้าร่วม |
| 18 มิถุนายน 2548 | ลงพื้นที่วิจัยร่วมสำรวจสมุนไพรรชนเผ่าละหู่ ครั้งที่ 2 เพิ่มเติมที่ค้อยบ่อ บ้านจะแล ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย |
| 25-26 มิถุนายน 2548 | ลงพื้นที่วิจัยร่วมสำรวจสมุนไพรรชนเผ่าป๋าวไร่ ต.แม่คะ อ.ฝาง จ.เชียงใหม่ |
| 2-3 กรกฎาคม 2548 | ลงพื้นที่วิจัยร่วมสำรวจสมุนไพรรชนเผ่าไทใหญ่บ้านหินแตก ณ บ้านหินแตก อ.แม่ฟ้าหลวง จ.เชียงราย |
| 28 สิงหาคม 2548 | ลงพื้นที่วิจัยเพื่อร่วมสำรวจสมุนไพรรชนเผ่าไทใหญ่ครั้งที่ 2 ของโครงการเคลื่อนงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่บ้านหินแตก อ.แม่ฟ้าหลวง จ.เชียงราย |
| 12 – 13 พฤศจิกายน 2548 | ลงพื้นที่เก็บข้อมูลสัมภาษณ์เจาะลึกหมอชนเผ่าละหู่ด้านการดูแลรักษาสุขภาพ ครั้งที่ 1 ณ บ.ห้วยชมภู ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย |

- 19 พฤศจิกายน 2548** ลงพื้นที่วิจัยเพื่อเก็บข้อมูลสัมภาษณ์เจาะลึกหมอชนเผ่าละหู่ด้านการดูแลรักษาสุขภาพ ครั้งที่ 2 ณ บ้านห้วยชมภู ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย
- 11 ธันวาคม 2548** ลงพื้นที่วิจัยเพื่อเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เจาะลึกหมอชนเผ่าละหู่ ได้ลงรายละเอียดในการเก็บข้อมูลและทำการถ่ายวิดีโอและภาพการประกอบพิธีกรรมต่าง ๆ ของชนเผ่าละหู่ เพื่อเพิ่มเติม ณ บ้านจะแล ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย
- 3-4 มิถุนายน 2549** สสำรวจสมุนไพรรชนเผ่าไทใหญ่ ที่อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีหมอชนเผ่าไทใหญ่จำนวน 5 คน ที่ร่วมเดินทางสำรวจสมุนไพรรกับทีมวิจัยและทีมประสานงานของชุดวิจัย ในระหว่างการสำรวจข้อมูลได้มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกันระหว่างหมอไทใหญ่กับทีมวิจัย ซึ่งทีมวิจัยกับทีมประสานงานมีความรู้เกี่ยวกับตัวยาสมุนไพรรของหมอเมือง ผลจากการสำรวจครั้งนี้มีสมุนไพรรที่มากกว่า 320 ชนิด
- สิงหาคม – ตุลาคม 2549** ลงพื้นที่เก็บข้อมูลแบบเจาะลึกของชนเผ่าไทใหญ่ในพื้นที่อำเภอแม่อาว-ฝาง-ไชยปราการ โดยทีมประสานงานและทีมสังเคราะห์ของชุดวิจัยช่วยเป็นที่เลี้ยง
- พฤศจิกายน 2549 – ธันวาคม 2549** ประสานงานทีมวิจัยในพื้นที่ทั้ง 3 พื้นที่ เพื่อปรึกษาหารือการเข้าร่วมงานมหกรรมการแพทย์ชนเผ่าและชุมชนสมุนไพรรลุ่มน้ำโขง ระหว่างวันที่ 5 – 9 มกราคม 2550 โดยมอบหมายให้แต่ละพื้นที่เตรียมข้อมูลและการสาธิต บริการสุขภาพของชนเผ่าของตนเองเพื่อนำเสนอผลงานการศึกษาวิจัย และร่วมจัดกิจกรรมเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับชนเผ่า อ่าข่า ม้ง เมี่ยน ของแต่ละชุดวิจัย และหมอชนเผ่าจากประเทศเพื่อนบ้าน และหมอเมือง ในการนี้หมอไทใหญ่ได้ประสานงานกับหมอไทใหญ่สหภาพเมียนมาร์ เพื่อเข้าร่วมงานจำนวน 10 คน
- 5-9 มกราคม 2550** ประสานงานการจัดกิจกรรมการเข้าร่วมงานมหกรรมการแพทย์ชนเผ่าและชุมชนสมุนไพรรลุ่มน้ำโขง ระหว่างวันที่ 5 – 9 มกราคม 2550 ของแต่ละชนเผ่า โดยทีมวิจัยแต่ละทีมได้ร่วม

- นำเสนอผลงานวิจัยและจัดกิจกรรมสาธิตและนิทรรศการการดูแลรักษาสุขภาพของ
 ชนเผ่าไทใหญ่ ละหู่ และการนำองค์ความรู้เข้าสู่การปรับใช้ใน
 โรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวง
- 4-5 มีนาคม 2550** เข้าร่วมกิจกรรมการฝึกอบรมฟื้นฟูองค์ความรู้การแพทย์ชนเผ่า
 ไทใหญ่ ณ วัดแม่อายหลวง อำเภอแม่อาย จังหวัดเชียงใหม่ มี
 ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทั้งสิ้น 63 คน

1.2.3 จัดเวทีกลางเพื่อรายงานความก้าวหน้าและผลการวิจัยของชุดวิจัย

เพื่อให้ทราบความก้าวหน้าและผลการวิจัย รวมทั้ง มีการตรวจสอบข้อมูลที่ได้เก็บรวบรวม
 มาจากพื้นที่ด้วยรวมทั้งเป็นการจัดโอกาสให้ทีมวิจัย ทีมสังเคราะห์พบปะแลกเปลี่ยนเรียนรู้ปัญหา
 อุปสรรค แนวทางแก้ไขร่วมกัน โดยมีการจัดกิจกรรมเพื่อรายงานความก้าวหน้าและตรวจสอบ
 ข้อมูล ดังนี้

- 26 – 27 สิงหาคม 2548** จัดเวทีวิจัยตรวจสอบสมมุติฐานชนเผ่าละหู่ โดยมีหมอมชนเผ่าละหู่
 จากพื้นที่บ้านห้วยชมภู, บ้านจะแตะ ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย
 และบ้านห้วยป่าไร่ ต.แม่คะ อ.ฝาง จ.เชียงใหม่
- พฤศจิกายน 2549** จัดประชุมเพื่อประมวลผลและตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์
 ของข้อมูล จากผู้รู้และหมอมชนเผ่าไทใหญ่ จนได้ตำราอ้างอิง
 กลางเกี่ยวกับองค์ความรู้ในการดูแลรักษาสุขภาพและระบบ
 ข้อมูลสมมุติฐานของชนเผ่าไทใหญ่ (Shan) ได้อย่างครบถ้วน
 พร้อมจะนำไปสืบสานหรือใช้ประโยชน์ในชุมชนต่อไป
- 6 มกราคม 2550** - นำเสนอผลการวิจัยของชุดวิจัยองค์ความรู้การแพทย์/สมมุติฐาน
 ชนเผ่าการแพทย์ชนเผ่าละหู่ โดย วลัยพร ชมพูพิทักษ์ และทีม
 หมอละหู่การแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ โดย ประเดิม ส่งเสน และ
 ทีมหมอไทใหญ่
- 6 มกราคม 2550** - การนำภูมิปัญญาการดูแลรักษาสุขภาพของชนเผ่าไปปรับใช้ใน
 โรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวง โดย ผู้อำนวยการโรงพยาบาลแม่ฟ้า
 หลวงในงานมหกรรมการแพทย์ชนเผ่าและชุมชนสมมุติฐาน
 น้ำโจง ที่จัดขึ้นระหว่างวันที่ 5 – 9 มกราคม 2550

18 สิงหาคม 2549 เวทีตรวจสอบข้อมูลสมุนไพร ณ วัดแม่อาขยหลวง อำเภอแม่อาขย จังหวัดเชียงใหม่ มีหมอนขนเผ่าไทใหญ่ร่วมกันตรวจสอบข้อมูล 40 กว่าคน จากอำเภอฝาง - แม่อาขย - ไชยปราการ

1.2.4 ประชุมปฏิบัติการเพื่อเชื่อมโยง/ประสานงานเครือข่ายหมอนขนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

16-20 กรกฎาคม 2549

ตัวแทนหมอนขนเผ่าไทใหญ่ได้ร่วมเดินทางไปศึกษาดูงานและแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับหมอไต้ล้อม โรงพยาบาลไต้ลอบสองบันนา ผลทลยูนนาน สาธารณรัฐประชาชนจีน ซึ่งทำให้หมอนขนเผ่าไทใหญ่ได้เห็นตัวอย่างการพัฒนาการแพทย์ของหมอไต้ล้อมประเทศเพื่อนบ้าน เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาศักยภาพของหมอนขนเผ่าไทใหญ่ในประเทศไทยต่อไป

5-9 มกราคม 2550

เพื่อให้เกิดการจัดการสุขภาพโดยชุมชนที่นำไปสู่การเคลื่อนไหวเป็นนโยบายสาธารณะ ซึ่งทีมวิจัยได้ประสานงานเพื่อจัดโอกาสพบปะแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับพันธมิตรทั้งใน/นอกประเทศ ตามที่ชุดโครงการได้จัดงานมหกรรมการแพทย์ชนเผ่าและสมุนไพรลุ่มน้ำโขงขึ้น ระหว่างวันที่ 5 - 9 มกราคม 2550 มีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นเวทีกลางในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ด้านการแพทย์และสมุนไพรพื้นบ้านของล้านนาและชนเผ่าต่างๆ ในบริเวณอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงตอนบน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการพัฒนา “ตลาดกลางสมุนไพรของอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง บนหลักการเศรษฐกิจพอเพียง” ให้เกิดขึ้นในอนุภูมิภาคนี้ เพื่อเป็นกลไกรองรับความผาสุกของประชาชนบนพื้นฐานของการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรในลุ่มน้ำโขงร่วมกันอย่างยั่งยืน ซึ่งมีหมอนพื้นบ้านจากจังหวัดภาคเหนือตอนบนของประเทศไทยและประเทศเพื่อนบ้านมาร่วมสัมมนามากกว่า 400 คน อาทิเช่น หมอนพื้นบ้านล้านนาและหมอนขนเผ่าอาข่า, ไทใหญ่, ม้ง, เมี่ยน, และละหู่ จากประเทศไทย หมอนขนเผ่าฮานี่และหมอไต้จากสิบสองปันนา ประเทศจีน หมอนขนเผ่าอาข่าและไทใหญ่จากเชียงตุง ประเทศเมียนมาร์ หมอนขนเผ่าอาข่าและหมอนพื้นบ้านลาวจากแขวงบ่อแก้วและหลวงน้ำทา ประเทศลาว รวมทั้งมีผู้สนใจจากทั่วประเทศเข้าร่วมสัมมนาด้วยหมอนขนเผ่าดังกล่าวมากกว่า 100 คน มีทั้งนักวิชาการจากมหาวิทยาลัยต่างๆ แพทย์และบุคลากรสาธารณสุข หน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนต่างๆ ตลอดจนผู้ประกอบการค้าและอุตสาหกรรมยาสมุนไพรและผลิตภัณฑ์สุขภาพ รวมทั้งมีประชาชน นักเรียน นักศึกษา ผู้สนใจเข้าชมงานวันละประมาณ 1,000 คน

โดยทีมประสานงานวิจัยและทีมวิจัยในพื้นที่ได้ร่วมวางแผนการจัดกิจกรรมเพื่อเข้าร่วมงานในครั้งนี้ และประสานงานผู้เข้าร่วมงานกิจกรรมดังกล่าว โดยแต่ละพื้นที่ได้ร่วมทำกิจกรรมดังนี้

1) ทีมหมอชนเผ่าละหู่ ได้เข้าร่วมการนำเสนอผลงานวิจัยและร่วมแลกเปลี่ยน วัฒนธรรมร่วมกันกับ ชนเผ่าอื่น ๆ ซึ่งมีการสาธิตการเรียกขวัญคนป่วยในการนำเสนอผลงานวิจัย เพื่อให้ผู้เข้าร่วมประชุมได้ร่วมเรียนรู้

2) ทีมหมอชนเผ่าไทใหญ่ จากอำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงใหม่ ได้เข้าร่วมการ นำเสนอ ผลงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ และเนื่องด้วยกลุ่มหมอไทใหญ่เป็นกลุ่มที่มีความพร้อมในการ จัดกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งภายในงานทีมหมอไทใหญ่ได้จัดกิจกรรมสาธิตกระบวนการวิธีการในการ ดูแลรักษาสุขภาพและวัฒนธรรม เช่น บริการย่ำขาบ , บีบม่าน , หนูกน้ำมัน , อบยาแบบไทใหญ่ , คู หมอ สาธิตพิธีตานซอมต่อ , ไม้ค้ำคืบ , การสักยันต์ , พิธีหลูซอมต่อไหลง , ตัดพราย , พิธีสืบชะตา , ตាំมอ- ตាំมเทียน , พิธีข้าวเก้าปุ่น เป็นต้น และร่วมถึงการจัดนิทรรศการแสดงตัวอย่างตำรับยา สมุนไพรของชนเผ่าไทใหญ่ ดันพันธุ์สมุนไพร และการแสดงวัฒนธรรม รำก รำโต การฟ้อน ลายแซบ เป็นต้น ซึ่งมีผู้เข้าชมนิทรรศการและใช้บริการให้ความสนใจสอบถามร่วมเรียนรู้ไม่ต่ำกว่าวันละ 100 คน

3) ทีมโรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย ได้เข้าร่วมการนำเสนอผลงานการ ศึกษาวิจัยในการนำภูมิปัญญาการดูแลสุขภาพไปปรับใช้ในโรงพยาบาล ด้วยความร่วมมือกับหมอ ในเขตบริการของโรงพยาบาล และได้ส่งทีมหมอชนเผ่าอ่าล่า ละหู่ จีนฮ้อ และเจ้าหน้าที่ของ โรงพยาบาลเข้าร่วมงานมหกรรมการแพทย์ชนเผ่าฯ ในครั้งนี้ด้วย ผลจากการได้ร่วมงานทำให้หมอ แต่ละเผ่าเกิดความรู้สึกที่อยากให้มีกิจกรรมเช่นนี้อีก จะได้มีการพบปะแลกเปลี่ยนระหว่างหมอชน เผ่าและหมอเมือง เพื่อเป็นการพัฒนาตนเองด้วย

28-30 เมษายน 2550

ผลจากการลงนามความร่วมมือดังกล่าว ทีมประสานงานได้ต่อยอดขยายผลการสร้าง เครือข่ายด้วยการเดินทางไปเยี่ยมเยือนหมอไทใหญ่ในเมืองเชียงตุง ระหว่างวันที่ 28 – 30 เมษายน 2550 ที่ผ่านมา ประกอบด้วยทีมหมอชนเผ่าไทใหญ่ จำนวน 5 คน พร้อมด้วยทีมประสานงานและ ทีมสังเคราะห์ จำนวน 8 คน ได้เดินทางไปยังเมืองเชียงตุง สหภาพเมียนมาร์ เพื่อพบปะเชื่อม ความสัมพันธ์กับหมอไทใหญ่ในเมืองเชียงตุง ซึ่งได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และกิจกรรมที่หมอ ไทใหญ่ในเมืองเชียงตุงได้ปฏิบัติอยู่ ในการไปครั้งนี้ทีมวิจัยได้พบปะกับนายจายหลงยี ประธานของ กลุ่มหมอไทใหญ่เชียงตุง และกลุ่มหมอไทใหญ่ จำนวน 10 ท่าน

จากการติดตามการขยายผลของชุดวิจัยการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ พบว่า หมอไทใหญ่ใน เชียงตุงมีความต้องการที่จะพัฒนาความรู้ของตนเองอยู่ แต่คิดที่สถานการณ์ทางการเมืองที่ไม่เอื้อ และเปิด โอกาสให้หมอไทใหญ่ดำเนินการได้อย่างอิสระ อย่างไรก็ตาม ในแง่ของการดูแลสุขภาพ สภาวะของชาวบ้านยังคงพึ่งพาอาศัยหมอไทใหญ่อยู่ และการประกอบกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน

ได้แฝงอยู่ในวิถีชีวิตประจำวันเดิมอยู่แล้ว ในด้านการแปรรูปยาสมุนไพรของหมอไทใหญ่อยู่ในระดับของการผลิตเชิงอุตสาหกรรมในครัวเรือน โดยมีการผลิตประมาณเดือนละ 100,000 ยูนิต ซึ่งยังไม่ได้ขยายเป็นโรงงานใหญ่ แต่ในอนาคตก็มีโอกาสขยายผลในด้านการผลิตนี้ด้วย ส่วนการพัฒนาขีดความสามารถของหมอไทใหญ่ในเชียงตุงนั้น นายจายหลงยีประธานกลุ่มได้มีโอกาสเข้ารับการศึกษาอบรมของสาธารณสุขและได้นำความรู้ที่มีมาพัฒนาในกระบวนการผลิตของตนเองและได้ร่วมแลกเปลี่ยนกับหมอไทใหญ่ภายในกลุ่มด้วย เช่น การพัฒนาด้านการพิมพ์ผลลากยาที่ถูกต้องโดยส่งไปตีพิมพ์ที่เมืองย่างกุ้ง และการส่งยาสมุนไพรไปตอกเม็ดที่เมืองตองยี เป็นต้น และจากการไปศึกษาดูงานครั้งนี้พบว่าหมอไทใหญ่ในเมืองเชียงตุงนั้นมีความเป็นตัวตนของตนเองอยู่มาก

อย่างไรก็ตาม หากไม่เร่งฟื้นฟูองค์ความรู้ของหมอไทใหญ่คงหายไป เนื่องจากคนหนุ่มสาวส่วนใหญ่ให้ความสนใจที่จะสืบทอดความรู้น้อยเป็นผลมาจากการเปิดพื้นที่เป็นเมืองแห่งการท่องเที่ยว ซึ่งความพร้อมในการท่องเที่ยวของชุมชนยังไม่เข้มแข็งพอ ในอนาคตหากไม่รีบฟื้นฟูสืบสานและนำกลับมาใช้ประโยชน์หรือพัฒนาให้ร่วมสมัยก็อาจจะสูญหายไป ดังนั้น การริเริ่มของ สกว. ครั้งนี้เป็นส่วนช่วยจุดประกายให้กับหมอไทใหญ่เมืองเชียงตุง ได้เกิดแนวคิด ความเข้าใจ อยากจะฟื้นฟู พัฒนาคำรา โดยมีความยินดีและอยากให้วิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้าน ฯ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย ร่วมกับคนในท้องถิ่นเครือข่ายหมอไทใหญ่ 3 อำเภอ ได้สานต่อทางด้านนี้ให้ ดังนั้น จากการรับช่วงต่องานของ สกว. วิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านฯ จึงให้โอกาสทางการศึกษาแก่ทายาทของหมอไทใหญ่ของเมืองเชียงตุง จำนวน 1 คน (นางสาวนางหอม แลงทუნ) เข้ารับการศึกษาต่อในระดับปริญญาตรี โปรแกรมการแพทย์แผนไทยบัณฑิต เป็นการบ่มเพาะเมล็ดพันธุ์รุ่นใหม่ในการที่จะมาฟื้นฟูและพัฒนาความรู้ของหมอไทใหญ่ รวมทั้งจะเป็นแกนหลักในการเชื่อมประสานงานต่าง ๆ เพื่อกลับไปพัฒนาบ้านเกิดของตนเองต่อไปในอนาคต

ขณะเดียวกัน การเชื่อมความสัมพันธ์ครั้งนี้ยังได้รับความร่วมมืออีกหลายเรื่อง อาทิเช่น การฟื้นฟูองค์ความรู้ของหมอไทใหญ่ให้มีความชัดเจนสมบูรณ์ ถึงแม้ว่าผลจากการศึกษาวิจัยรวบรวมองค์ความรู้ของหมอไทใหญ่อำเภอแม่อาว - ผาง - ไชยปราการ จะได้ตำราการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ออกมา แต่เป็นเพียงการศึกษาเชิงบอกเล่าเฉพาะส่วนที่อยู่ในประเทศไทยเท่านั้น แต่การขยายผลครั้งนี้ที่มิวิจัยได้มีโอกาสพูดคุยกับหมอไทใหญ่เชียงตุงซึ่งถือเป็นหลักฐานอ้างอิงรายบุคคลที่สำคัญ รวมทั้ง ยังมีปืบสา คำรา วัตถุโบราณสถานที่ต่างๆ ยังจะทำให้ได้ตำราอ้างอิงกลาง การแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่สมบูรณ์ยิ่งขึ้นกว่าเดิม จะเห็นได้ว่า ถึงแม้ชุดวิจัยจะปิดโครงการไปแล้ว วิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้าน ฯ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายและเครือข่ายหมอไทใหญ่ก็ยังจะสานต่อเจตนารมณ์ต่างๆ ผ่านกระบวนการทางการศึกษาต่อไปในอนาคต

1.2.5 การประชาสัมพันธ์

เพื่อรวบรวมความเคลื่อนไหวและผลการศึกษาเพื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อในรูปแบบต่างๆ และสร้างฐานข้อมูลสนับสนุนการดำเนินงานของชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่า โดยทีมประสานงานได้จัดทำฐานข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานของชุดโครงการ เพื่อสนับสนุนการวิจัยและพัฒนาของชุดโครงการ ให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการจัดบันทึกกระบวนการทำงาน การจัดกิจกรรมต่างๆ ของชุดวิจัยเสนอให้กับชุดโครงการใหญ่ เพื่อนำข้อมูลหรือกิจกรรมเผยแพร่ต่อสาธารณชนทั่วไป นอกจากนี้ได้จัดทำตำราการแพทย์ชนเผ่าละหู่ ตำราการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ เพื่อคืนความรู้สู่ชุมชนและผู้สนใจ ซึ่งในช่วงที่ผ่านมาได้มีการไปเผยแพร่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการดำเนินงานของชุดโครงการฯ เช่น

- | | |
|-----------------------------|---|
| 30-31 สิงหาคม 2549 | นำเสนอผลงานวิจัยชุดโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่าภาคเหนือในงานสมุนไพรมหาชาติ ณ อิมแพคเมืองทองธานี กรุงเทพมหานคร |
| 6-8 มิถุนายน 2548 | ร่วมจัดงาน HOSPI Medica Thailand 2005 ณ ศูนย์ประชุมแห่งชาติสิริกิติ์ ภายใต้อาณัติของกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งได้ประชาสัมพันธ์งานของชุดโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่าภาคเหนือ |
| 23-27 พฤศจิกายน 2549 | ร่วมจัดงานการประชุมวิชาการและนิทรรศการ “เศรษฐกิจพอเพียง: ร่วมเรียนรู้ สานข่าย ขยายผล” ณ สำนักพิพิธภัณฑสถานและวัฒนธรรมการเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน กรุงเทพฯ ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (ฝ่าย 4) |
| 5-9 มกราคม 2550 | จัดแสดงผลงานชุดโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่าภาคเหนือ ในงานมหกรรมการแพทย์ชนเผ่าและชุมชนสมุนไพรมหาชาติ |

1.3 บทเรียนที่ได้จากการเคลื่อนงานวิจัยในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

1.3.1 ชุมชน

(1) เกิดการรวมกลุ่มหมอชนเผ่าในพื้นที่เป้าหมาย ที่มีความชัดเจนและเป็นระบบ โดยเฉพาะกลุ่มหมอชนเผ่าไทใหญ่ ที่ได้ก่อตั้งเป็นชมรมการแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ ในเขตพื้นที่อำเภอแม่ฮาด-แม่สะเรียง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อดำเนินกิจกรรมในการสืบสานความรู้การแพทย์ชนเผ่าไท

ใหญ่ การพัฒนาหมอชนเผ่าไทใหญ่ให้เป็นที่ยอมรับ และการสร้างเสริมรายได้จากการผลิตยาสมุนไพร วัตถุประสงค์สมุนไพร เป็นต้น และในขณะนี้ได้ขยายกลุ่มเครือข่ายหมอชนเผ่าจากพื้นที่แม่เอย-ฝาง-ไชยปราการ ไปสู่เขตพื้นที่ของจังหวัดแม่ฮ่องสอน โดยมีแกนนำกลุ่มได้รับการคัดเลือกให้เป็นประธานเครือข่ายหมอชนเผ่าไทใหญ่ อีกด้วย

อนึ่ง การรวมกลุ่มของหมอชนเผ่าละหู่และไทใหญ่ ครั้งนี้สามารถทำให้ผลงานการศึกษาวิจัยการศึกษารวบรวมองค์ความรู้การแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี อันประกอบด้วย ตำราการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ ทำเนียบหมอชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ และทำเนียบสมุนไพรชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ รวมทั้ง เนื้อหาความรู้การดูแลสุขภาพของชนเผ่าในเขตบริการของโรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวง

(2) หมอชนเผ่าเกิดความภาคภูมิใจที่สามารถร่วมกัน จัดระบบองค์ความรู้ที่พัฒนาออกมาเป็นตำราการแพทย์ชนเผ่า และทำเนียบสมุนไพรของชนเผ่าของตนเองได้ อาจกล่าวได้ว่าเป็นการอีกแนวทางหนึ่งที่สามารถสืบทอดภูมิปัญญาความรู้ของท้องถิ่นให้ยั่งยืน

(3) พัฒนาสู่การจัดการเรียนการสอนในระดับชุมชน ครอบคลุม ระดับโรงเรียนและระดับวิชาชีพ องค์ความรู้การแพทย์ชนเผ่าละหู่และไทใหญ่ ได้รับการคัดสรร เพื่อนำไปสืบทอดสู่เยาวชนคนรุ่นใหม่ผ่านกระบวนการเรียนการสอนในระดับ เช่น ที่วิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้าน ได้เปิดการเรียนการสอนหลักสูตรการแพทย์แผนไทยบัณฑิต สาขาวิชาการแพทย์ล้านนา โดยส่วนหนึ่งมีวิชาบังคับการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ รวมอยู่ด้วย

ส่วนของชุมชนชนเผ่าไทใหญ่ก็สามารถนำองค์ความรู้ไปสืบทอดให้กับเยาวชนคนรุ่นใหม่ผ่านการฝึกอบรมและสืบทอดในระดับครัวเรือนให้กับลูกหลานที่สนใจ และยังรวมถึงหมอชนเผ่าไทใหญ่บางท่านได้รับเชิญไปเป็นวิทยากรเรื่องสมุนไพรชนเผ่าไทใหญ่ในโรงเรียน อีกด้วย

(4) เกิดการยอมรับจากหน่วยงานราชการ โรงพยาบาล / สถานีอนามัย โดยหมอชนเผ่าไทใหญ่ – ละหู่ – จีนฮ่อ ในเขตบริการของโรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวง ได้มีส่วนในการช่วยเหลือหนุนเสริมระบบบริการสุขภาพของโรงพยาบาลที่ร่วมมือกันในการให้บริการสุขภาพของประชาชน ซึ่งเกิดรูปแบบกลไกการบริหารจัดการร่วมกัน

ส่วนหมอชนเผ่าไทใหญ่ในเขตพื้นที่แม่เอย-ฝาง-ไชยปราการ เกิดความร่วมมือระหว่างหน่วยงานสาธารณสุขกับหมอไทใหญ่ในเขตพื้นที่อำเภอแม่เอย เนื่องจากหมอไทใหญ่หลายคนมีความรู้ความสามารถและเป็นที่รู้จักของประชาชนและเจ้าหน้าที่สาธารณสุข โรงพยาบาล จึงทำให้มีการพึ่งพาอาศัย ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยหมอไทใหญ่บางท่านได้เข้าร่วมทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาลแม่เอยด้วย

(5) เกิดอาชีพและสร้างรายได้ให้กับชุมชนในท้องถิ่น ในการนำสมุนไพรมาพัฒนาเป็นเศรษฐกิจ ตัวอย่างเช่น หมอชนเผ่าไทใหญ่ ได้พัฒนาเรื่องการเพาะพันธุ์ ขยายพันธุ์สมุนไพร เพื่อใช้แลกเปลี่ยนซื้อขายภายในกลุ่มหมอชนเผ่าไทใหญ่และระหว่างหมอเมืองในเขตอำเภอแม่เฒ่า-ฝาง-ไชยปราการของจังหวัดเชียงใหม่ ด้วย

(6) กระบวนการศึกษาวิจัยครั้งนี้นอกจากจะพัฒนาให้หมอและคนในชุมชนได้ตระหนักเห็นคุณค่าของภูมิปัญญาองค์ความรู้ของตนเองแล้ว อีกส่วนหนึ่งของงานวิจัยได้ทำให้หมอชนเผ่าในแต่ละพื้นที่ รู้จักทำงานอย่างเป็นระบบ เป็นขั้นเป็นตอน มีการวางแผน และได้รับการพัฒนาทักษะขีดความสามารถทางด้านวิชาการ อาทิเช่น หมอชนเผ่าไทใหญ่ในพื้นที่อำเภอแม่เฒ่า-ฝาง-ไชยปราการ ได้เข้ารับการฝึกอบรมฟื้นฟูองค์ความรู้การแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ ในหลักสูตรฝึกอบรมได้เสริมฐานความรู้เรื่อง กฎหมายต่าง ๆ การจัดระบบบริการ ความสะอาด ส่วนโรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวง ได้ปูพื้นฐานความรู้เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดแผล ให้กับหมอกระดูก เป็นต้น จึงทำให้หมอได้รู้จักที่จะผสมผสานความรู้ท้องถิ่นกับความรู้เชิงวิชาการเพื่อปรับใช้ อีกทั้งยังยกระดับขีดความสามารถของตนเองด้วย ซึ่งถือว่าเป็นการสร้างคน พัฒนาคน สร้างนักวิจัยรุ่นใหม่ที่น่างานวิจัยเพื่อท้องถิ่นเป็นบทเรียนในการสร้างแนวคิด คิดอย่างเป็นระบบ รู้จักการทำงานอย่างเป็นขั้นเป็นตอนได้อย่างแท้จริง

1.3.2 ภาคประชาชน

เกิดการยอมรับจากประชาชน เช่น การที่โรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวงได้ดำเนินการพัฒนารูปแบบการบริการสุขภาพระหว่างหมอชนเผ่าในเขตบริการของโรงพยาบาล นั้น ทำให้ประชาชนเห็นถึงการพัฒนาที่ได้มาตรฐาน จึงทำให้ประชาชนในพื้นที่เกิดการยอมรับมากยิ่งขึ้น รวมทั้ง การจัดระบบขององค์ความรู้การแพทย์ชนเผ่าไทใหญ่ในอำเภอแม่เฒ่า คนในชุมชนได้เห็นกระบวนการทำงานดังกล่าว กอปรกับแนวคิดความเชื่อในการดูแลรักษาสุขภาพของคนในชุมชนท้องถิ่น ยังคงให้การยอมรับหมอไทใหญ่อยู่ ยิ่งเป็นการเสริมให้การดูแลตนเองด้วยภูมิปัญญาของชนเผ่าได้ถูกนำกลับมาใช้ประโยชน์เพิ่มมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะได้รับความสนใจจากเยาวชนในชุมชน ที่มีความสนใจจะเรียนรู้เรื่องสมุนไพรในการรักษาโรค/อาการ เพื่อนำไปใช้ในวิถีประจำวัน ได้เบื้องต้นอีกด้วย

1.3.3 ภาครัฐ

(1) เกิดความร่วมมือระหว่างโรงพยาบาลกับหมอชนเผ่าในเขตบริการของโรงพยาบาลในการพัฒนารูปแบบการนำภูมิปัญญาความรู้ด้านการดูแลรักษาสุขภาพของชนเผ่าในพื้นที่โรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวงไปปรับใช้เป็นส่วนหนึ่งของระบบบริการสุขภาพของโรงพยาบาล แต่เนื่องจากระยะเวลาในการทดลองเพียง 6 เดือน ทำให้ผลการทดลองยังต้องมีการติดตามประเมินผล

ต่อไปอีก ทั้งนี้โรงพยาบาลแม่ฟ้าหลวง ได้นำบรรจุเข้าแผนงานประจำปีของโรงพยาบาลในปี 2551 ด้วย

(2) เกิดการเคลื่อนงานในลักษณะพหุภาคี เครือข่ายการแพทย์พื้นบ้านในอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงอันประกอบด้วย ชนเผ่าไทใหญ่ จังหวัดเชียงตุง จากสหภาพเมียนมาร์

(3) ผลจากการจัดทำทำเนียบหมอพื้นบ้านล้านนาและชนเผ่า ทำให้หมอเมือง หมอชนเผ่า รู้จักกัน ซึ่งเป็นเครื่องมือ ทำให้คนรู้จักติดต่อสื่อสารกัน ถือเป็นสะพานเชื่อมโยงไปสู่การแลกเปลี่ยนความรู้ทางวิชาการ ความรู้ท้องถิ่นด้านสุขภาพ ตลอดจนสร้างเสริมรายได้จากสมุนไพร ทั้งนี้ผลจากการจัดงานมหกรรม 5-9 มกราคมที่ผ่านมา ทำให้เกิด “ตลาดกลางสมุนไพร” ขึ้น

สรุปโดยรวม ในแง่ของการคัดสรรองค์ความรู้ที่ร่วมสมัยเพื่อการสืบสาน พื้นฟู ปรับปรุง และนำกลับมาใช้ในวิถีชีวิตประจำวันใหม่ ตลอดจนพัฒนาเอกสารตำราและสื่อการเรียนรู้ของแต่ละชนเผ่าแล้ว ในเชิงการขยายผลยังค่อนข้างจำกัด โดยเฉพาะชนเผ่าละหู่ ที่มีบริบททางสังคมและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนแปลงจากชุมชนชนบทสู่ชุมชนเมือง มีการอพยพโยกย้ายถิ่นฐานเข้าสู่เมือง จึงทำให้แนวทางการพัฒนาและขยายผลการนำองค์ความรู้ไปใช้ประโยชน์ยังไม่ชัดเจน ขณะที่ชนเผ่าไทใหญ่ ค่อนข้างมีความเข้มแข็งของชุมชนและมีความมุ่งมั่นที่จะนำองค์ความรู้ที่ได้ไปถ่ายทอด และใช้ประโยชน์ที่ชัดเจนเช่นเดียวกับชนเผ่าอาข่าได้ต่อไปในอนาคต

โครงการที่ 2

ผลการดำเนินงานวิจัยและพัฒนาในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่

โดย - โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่
บ้านห้วยชมพู หมู่ 10 ตำบลแม่ยาว อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
-โครงการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่
บ้านห้วยป่าไร่ หมู่ 9 ตำบลแม่คะ อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่

โครงการที่ 2 ผลการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่

การเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่เป้าหมาย ประกอบด้วย 2 โครงการ ได้แก่ โครงการเคลื่อนงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่เป้าหมายบ้านห้วยชมพู ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย และโครงการเคลื่อนงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่ในพื้นที่เป้าหมายบ้านห้วยป่าไร่ ต.แม่คะ อ.ฝาง จ.เชียงใหม่ เริ่มดำเนินการมาตั้งแต่วันที่ 1 กรกฎาคม 2548 ถึง 31 มีนาคม 2549 โดยสามารถดำเนินการในระยะที่ 1 ในการรวบรวม คัดสรรและจัดระบบองค์ความรู้การแพทย์ชนเผ่าละหู่ จัดทำทำเนียบสมุนไพรและทำเนียบหมอละหู่ได้สำเร็จ

ส่วนการพัฒนาในระยะที่ 2 นั้น โครงการทั้งสองพื้นที่มีเหตุจำเป็นต้องยุติโครงการไปเนื่องจากการพัฒนาในระยะที่ 2 นั้นต้องอาศัยความพร้อมของชุมชน ด้วยโครงสร้างของชุมชนบ้านห้วยชมพูกับบ้านห้วยป่าไร่เป็นชุมชนที่อยู่ใกล้ตัวเมือง จึงส่งผลให้คนในชุมชนเดินทางออกนอกชุมชนเพื่อไปประกอบอาชีพรับจ้างในเมืองเป็นส่วนใหญ่จะเหลือแต่คนเฒ่าคนแก่อยู่บ้าน และเด็กในชุมชนต้องเดินทางไปเรียนหนังสือในเมือง จึงได้ปรับเปลี่ยนไปดำเนินงานในพื้นที่ที่มีความพร้อมโดยยังดำรงเจตนาตามพันธกิจของชุดวิจัยไว้อยู่ โดยปรับเปลี่ยนไปดำเนินงานในพื้นที่ชนเผ่าไทใหญ่ เขตอำเภอแม่อาว-ฝาง-ไชยปราการ ดังจะขอแนะนำกระบวนการและผลการดำเนินงานของโครงการเคลื่อนงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่ ดังต่อไปนี้

2.1 พันธกิจของการเคลื่อนงานวิจัยและพัฒนาในพื้นที่เป้าหมายชนเผ่าละหู่

2.1.1 วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อรวบรวม คัดสรรและจัดระบบองค์ความรู้การแพทย์ชนเผ่าอ่าข่าและสมุนไพรอ่าข่าจนได้เอกสารตำราในการสืบทอดภูมิปัญญาด้านการดูแลสุขภาพของหม้ออ่าข่า
- 2) เพื่อขับเคลื่อนโครงการในแต่ละพื้นที่ให้เกิดการดำเนินงานและเกิดผลตามเป้าหมาย
- 3) เพื่อให้ชุมชนมีเวทีในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพ รวมทั้งการมีแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างหม้อเมืองและหม้อชนเผ่า
- 4) เพื่อจัดทำทำเนียบหม้อชนเผ่าอ่าข่าและจัดโอกาสให้หม้อชนเผ่าได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ กับหม้อชนเผ่าในประเทศเพื่อนบ้าน เช่น จีน

2.1.2 พันธกิจ

- 1) ขับเคลื่อนโครงการในระดับพื้นที่ บริหารให้เกิดการดำเนินงานและเกิดผลตามเป้าหมาย

2) รวบรวมองค์ความรู้การดูแลสุขภาพสภาพ และจัดระบบข้อมูลสมุนไพรรองชนเผ่าอย่างเป็นระบบ

3) ประสาน เผยแพร่ วรรณคดี ผลักดันให้มีการใช้ภูมิปัญญาชนเผ่ารักษาสุขภาพ ทั้งในระดับชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อขยายผลในทางปฏิบัติสู่ชุมชนในพื้นที่อื่นๆ ในวงกว้าง

4) ร่วมกับโครงการวิจัยในแต่ละพื้นที่จัดทำทำเนียบหมอนชนเผ่าอำเภ

5) จัดเวทีให้ชุมชนได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และร่วมกับทีมวิชาการจัดทำตำราเพื่อการสืบทอด

6) ร่วมกับทีมวิชาการจัดเวทีแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างหมอเมืองและหมอนชนเผ่า

7) ร่วมกับ สกว.จัดโอกาสให้หมอนชนเผ่าได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับหมอนชนเผ่าในจีน

2.2 องค์ความรู้การดูแลสุขภาพสภาพและสมุนไพรรองชนเผ่าละหู่

2.2.1 ข้อมูลพื้นฐานชุมชน

2.2.1.1 ประวัติความเป็นมาของหมู่บ้าน

1) ประวัติความเป็นมาของหมู่บ้านห้วยชมภู

เมื่อปี พ.ศ. 2513 มีชาวเขาเผ่าละหู่เหลือง (ละหู่สีป่าหยา) ที่อพยพย้ายถิ่นมาจากจังหวัดเชียงใหม่ ประเทศพม่าได้ย้ายเข้ามาอยู่ ณ บ้านห้วยชมภู มีจำนวน 10 ครอบครัว ต่อมาในปี พ.ศ. 2520 ชาวเขาเผ่าละหู่ที่อาศัยอยู่บ้านแม่กรณ์ และบ้านสวนดอก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย ประมาณ 30 ครอบครัว และชาวเขาเผ่าละหู่ดำ (ละหู่ณะ) จำนวน 8 ครัวเรือนอพยพจากหมู่บ้านหนองเขียว หมู่ที่ 12 ตำบลแม่กรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย มาตั้งถิ่นฐานในหมู่บ้านห้วยชมภูเพิ่มขึ้นอีกกลุ่มหนึ่ง และปี พ.ศ. 2521 นำโดยครอบครัวของนายจะสี ชมภูพิทักษ์ ชนเผ่าละหู่ พร้อมญาติพี่น้องจำนวน 4 ครัวเรือน เข้ามาตั้งถิ่นฐานในหมู่บ้านห้วยชมภูอยู่ร่วมกับชาวเขาเผ่าละหู่เหลืองและชนเผ่าละหู่ดำ ซึ่งครอบครัวของนายจะสี ชมภูพิทักษ์ ได้เดินทางอพยพย้ายมาจากประเทศพม่าเข้ามาสู่ประเทศไทย ในปี พ.ศ. 2519 โดยเข้ามาอยู่อาศัยที่บ้านแม่เม้าะ จังหวัดกำแพงเพชรก่อน เหตุที่ย้ายมาอยู่ในประเทศไทยเนื่องจากต้องหนีสงครามในประเทศพม่า

หลังจากนั้นประมาณ 2 ปีพวกละหู่เหลือง ซึ่งเป็นชาวบ้านกลุ่มแรกได้อพยพเคลื่อนย้ายไปตั้งถิ่นฐานใหม่ในเขตพื้นที่หลายจังหวัด เช่น จังหวัดตาก จังหวัดกำแพงเพชร จังหวัดเพชรบูรณ์ และบางกลุ่มได้ย้ายไปอยู่ในหมู่บ้านใกล้เคียง เช่น หมู่บ้านหนองผ่า บ้านทุ่งพร้าว บ้านแม่ต้า และบ้านวาวิ เขตอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย หลังจากที่มีการโยกย้ายถิ่นฐานกันอย่างต่อเนื่องประชากรจึงเหลืออยู่ในหมู่บ้านเพียงแค่ 7 หลังคาเรือน

และปี พ.ศ. 2531 ได้มีชาวอาข่าและชาวละหู่จำนวนหนึ่งได้ย้ายเข้ามาอยู่ในหมู่บ้านห้วยชมภูเพิ่มอีก ซึ่งในปี พ.ศ. 2542 มีจำนวนประชากรทั้งหมด 254 คน แยกเป็นเพศชาย 118 คน และเพศหญิง 136 คน มีจำนวนครัวเรือนทั้งสิ้น 48 ครัวเรือน จึงทำให้มีจำนวนครัวเรือนที่อยู่อาศัยในหมู่บ้านเพิ่มขึ้น ต่อมาเมื่อเจ้าหน้าที่ประชาสงเคราะห์เข้ามาสำรวจข้อมูลพร้อมกับการช่วยเหลือการมีสัญชาติไทยให้แก่ชาวบ้าน พร้อมกับได้รับการสำรวจทำบัตรบุคคลบนพื้นที่ราบสูง

ปัจจุบัน (ปี พ.ศ. 2549) สมาชิกบ้านห้วยชมภูเป็นชาวเขาเผ่าละหู่ดำ และมีชนเผ่าอาข่าบางกลุ่มอยู่ร่วมด้วยไม่กี่ครอบครัว รวมแล้วมีจำนวนครัวเรือนรวมทั้งสิ้น 22 ครัวเรือน โดยมีนายจะสี ชมภูพิทักษ์ เป็นผู้นำหมู่บ้าน เหตุที่มีจำนวนครัวเรือนลดน้อยลงเนื่องจากการย้ายถิ่นฐาน เพราะชาวบ้านบางส่วนได้เข้าไปทำงานในเขตพื้นที่อำเภอเมือง เช่น เป็นลูกจ้างในร้านอาหาร หรือการทำงานก่อสร้าง ทำให้การเดินทางไปทำงานไม่สะดวก เนื่องจากทำเลที่ตั้งของหมู่บ้านไม่เหมาะต่อการสัญจรไปมา ทำให้ยากลำบากต่อการเดินทางโดยเฉพาะในช่วงฤดูฝน จึงมีเหตุให้เกิดการย้ายถิ่นฐานกันมากขึ้น

2) ประวัติความเป็นมาของหมู่บ้านจะแตะ

บ้านจะแตะเป็นหมู่บ้านชาวละหู่ญี (มุเซอแดง) ซึ่งหมู่บ้านบริวารของบ้านห้วยชม ตั้งอยู่ในหมู่ที่ 10 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย ระยะทางห่างจากตัวอำเภอเมืองเชียงรายประมาณ 20 กิโลเมตร บ้านจะแตะก่อตั้งเมื่อปี พ.ศ. 2525 ซึ่งชาวบ้านได้อพยพมาจากหมู่บ้านยะป่า มีนายจะแตะแสนคำหอม เป็นผู้นำการโยกย้ายในครั้งนี้ ดังนั้น ชาวบ้านจึงเรียกหมู่บ้านนี้ว่า บ้านจะแตะ ตามชื่อของคนก่อตั้งคนแรก ลักษณะที่ตั้งหมู่บ้านเป็นที่ราบลุ่ม มีหินก้อนเล็กก้อนใหญ่สลับซับซ้อน และมีที่ราบสูงบางส่วน ชาวบ้านได้ปลูกบ้านอยู่ริมลำห้วยบริเวณหุบเขา

3) ประวัติความเป็นมาของหมู่บ้านห้วยป่าไร่

หมู่บ้านห้วยป่าไร่ ตั้งอยู่ที่ หมู่ที่ 9 ต.แม่คะ อ.ฝาง จ.เชียงใหม่ ซึ่งมีระยะทางห่างจากอำเภอฝางจังหวัดเชียงใหม่ประมาณ 22 กิโลเมตร และห่างจากอำเภอแม่สรวย ประมาณ 31 กิโลเมตร หมู่บ้านได้ก่อตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2525 ประมาณ 25 ปีที่แล้ว มีราษฎรชาวไทยภูเขาเผ่าละหู่ญีหรือมุเซอแดง จำนวน 20 ครัวเรือน ซึ่งอพยพมาจากอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย ได้มาสร้างบ้านเรือนและอาศัยอยู่ที่นี่ แต่เดิมนั้นเป็นพื้นที่ป่าสงวนแห่งชาติ บริเวณหมู่บ้านล้อมรอบด้วยป่าไร่ ดังนั้นชาวบ้าน จึงเรียกหมู่บ้านนี้ว่าห้วยป่าไร่

ที่ตั้งหมู่บ้านอยู่สูงกว่าระดับน้ำทะเลประมาณ 1,000 - 1,200 เมตร ลักษณะพื้นที่เป็นภูเขาลูกเดี่ยว ๆ เป็นเนินสลับที่ราบสูงบางส่วน และมีลำห้วยก่อนเข้าหมู่บ้าน

2.2.1.2 ข้อมูลทางสังคม

1) อาณาเขตการติดต่อ

- บ้านห้วยชมภู

ทิศเหนือ	ติดต่อกับ	พื้นที่ทำกินของชนเผ่ากะเหรี่ยงบ้านห้วยชม
ทิศใต้	ติดต่อกับ	คอยม่อนธาตุ
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับ	คอยยาว
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับ	ที่ดิน ทำกินของชาวบ้านห้วยชมและเขตปลูกป่า ของกรมป่าไม้

- บ้านจะแตะ

ทิศเหนือ	ติดต่อกับ	เขตป่าแม่จัน
ทิศใต้	ติดต่อกับ	ที่นาของกะเหรี่ยงและลำห้วยแม่ยาว
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับ	เขตป่าบ้านสองแควพัฒนา ต.แม่ยาว
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับ	เขตป่าอุทยานและบ้านห้วยชมภู ต.แม่ยาว

- บ้านห้วยป่าไร่

ทิศเหนือ	ติดต่อกับ	บ้านปางปอย
ทิศใต้	ติดต่อกับ	บ้านจะก้วย
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับ	บ้านห้วยป่าไร่น้อย
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับ	บ้านห้วยป่าไร่

2) ลักษณะภูมิประเทศและภูมิอากาศ

บ้านห้วยชมภูและหมู่บ้านจะแตะ เป็นหมู่บ้านที่อาศัยอยู่ในเขตบริเวณเดียวกันซึ่งมีลักษณะภูมิประเทศเป็นภูเขาและมีบางพื้นที่เป็นที่ราบสูงตามหุบเขา ภายในเชิงเขาและหุบเขาจะมีน้ำไหลออกตามซอกหินอยู่หลายแห่ง จึงทำให้มีแหล่งต้นน้ำลำธารสายสั้น ๆ อยู่หลายสายซึ่งไหลมาบรรจบกันกลายเป็นลำห้วยซึ่งเป็นแหล่งน้ำ ที่ชาวบ้านใช้ในการเพาะปลูกข้าวและพืชผักต่าง ๆ

บ้านห้วยป่าไร่ เนื่องจากได้อพยพลงมาจากพื้นที่สูงมาตั้งบ้านเรือนอยู่ในพื้นที่ราบใกล้ตัวเมืองของอำเภอฝาง ลักษณะภูมิประเทศทิศใต้อยู่ติดกับที่ราบเชิงเขา มีถนนสายแม่สรวย-ฝางตัดผ่านหมู่บ้าน และมีแม่น้ำไหลผ่านก่อนเข้าหมู่บ้าน ซึ่งทั้งสามพื้นที่มีลักษณะภูมิอากาศ ที่คล้ายกันคือ ฤดูร้อน ฤดูหนาวและฤดูฝน

3) สภาพทั่วไปของหมู่บ้านในปัจจุบัน

บ้านห้วยชมภูและบ้านจะแตะ เป็นหมู่บ้านบริวารของหมู่บ้านห้วยชม ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย จึงทำให้การพัฒนาในระบบสาธารณูปโภคส่วนใหญ่ยังอยู่ในระดับที่ต้องรับการพัฒนาอยู่ทางด้านเส้นทางเข้าหมู่บ้านเป็นถนนลูกรัง ไฟฟ้าที่ใช้เป็นไฟฟ้าที่ได้จากพลังงานแสงอาทิตย์ ไม่มีโรงเรียนหรือศูนย์เด็กเล็ก และสถานีอนามัยบริการประชาชนอยู่ใกล้หมู่บ้าน ซึ่งต่างจาก

บ้านห้วยป่าไร่ ต.แม่คะ อ.ฝาง ที่มีการคมนาคมที่สะดวกเป็นถนนลาดยาง มีรถประจำทางผ่านหมู่บ้าน มีไฟฟ้าใช้ การติดต่อสื่อสารก็มีความสะดวกเนื่องจากใช้โทรศัพท์มือถือเป็นเครื่องมือในการติดต่อสื่อสารกัน

สภาพบ้านเรือน บ้านห้วยชมพูและบ้านจะแตะยังคงมีลักษณะแบบชาวละหู่ดั้งเดิมอยู่ สร้างด้วยไม้ไผ่และไม้ หลังคามุงด้วยคาและกระเบื้อง ส่วนการจัดวางพื้นที่ใช้สอยภายในบ้านก็ยังคงไว้เหมือนเดิมทุกอย่าง

บ้านห้วยป่าไร่ ชาวบ้านบางคนที่มีฐานะจะสร้างบ้านเหมือนคนพื้นราบ โดยมีการปรับเปลี่ยนพื้นที่ใช้สอยภายในบ้านอยู่บ้าง

4) ข้อมูลด้านประชากร

- บ้านห้วยชมพู มีประชากรทั้งหมด 84 คน ชาย 45 คน หญิง 39 คน จำนวนครัวเรือนมี 22 ครอบครัวยุคบ้าน 20 หลังคาเรือน

- บ้านจะแตะ มีประชากรทั้งหมด 106 คน ชาย 55 คน หญิง 51 คน บ้าน 23 หลังคาเรือน

- บ้านห้วยป่าไร่ มีประชากรทั้งหมด 87 หลังคาเรือน

5) ศาสนา

- บ้านห้วยชมพู ประชากรส่วนใหญ่นับถือคริสต์นิกายโปแตสแตนท์ คณะแบปติสต์

- บ้านจะแตะ นับถือศาสนาพุทธหรือผี(ดั้งเดิม)

- บ้านห้วยป่าไร่ นับถือศาสนาพุทธ (ดั้งเดิม) และ มีจำนวนผู้ที่นับถือศาสนาคริสต์มี 14 หลังคาเรือน

6) การประกอบอาชีพ

- บ้านห้วยชมพู ประชากรส่วนใหญ่ ประกอบอาชีพทางการเกษตรคือ ทำไร่ทำนา พืชที่ปลูกได้แก่ ข้าว ข้าวโพดและหว่าย ข้าวปลูกเพื่อบริโภคในครัวเรือน ส่วนข้าวโพดและหว่ายเป็นพืชเศรษฐกิจ (ปลูกขาย) อาชีพรอง ได้แก่ เลี้ยงสัตว์และรับจ้างทั่วไป เช่น ทำงานก่อสร้าง เป็นกรรมกร บางคนก็ทำสวน ปลูกพืชสวน เช่น ลิ้นจี่ ลำไย ส้มโอ และมะนาว

มีพื้นที่เพาะปลูกหรือพื้นที่การเกษตรมีประมาณ 500 ไร่ พื้นที่ปลูกข้าวและข้าวโพด 200 ไร่ ปลูกพืชเศรษฐกิจ เช่นลิ้นจี่ ลำไยและหว่าย 80 ไร่ และใช้เป็นพื้นที่เลี้ยงสัตว์ของหมู่บ้าน 220 ไร่

รายได้ ส่วนใหญ่ของประชากร ได้จากการหาของป่าขาย เช่น หน่อไม้ ใบตอง ข่า และผักต่าง ๆ ที่ใช้เป็นอาหารทุกชนิด รวมทั้งของป่าที่มีอยู่ตามฤดูกาล เช่น เห็ด ดักแด่ ฯลฯ

- บ้านจะแตะ ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ชาวบ้านส่วนใหญ่เพาะปลูกข้าว ข้าวโพด และเลี้ยงสัตว์(เป็นอาชีพหลัก) ส่วนอาชีพเสริม คือ หาของป่าขาย เช่น หน่อ เห็ด ดักแด่ ฯลฯ

- บ้านห้วยป่าไร่ ประกอบอาชีพเกษตรกรรม คือ ปลูกข้าว ข้าวโพดเลี้ยงสัตว์และหาของป่า เช่น หน่อ เห็ด ดักแด่ ฯลฯ

7) การศึกษา

- บ้านห้วยชมภู ประชากรส่วนใหญ่อ่านหนังสือไม่ออกเนื่องจากแต่ก่อนไม่ได้รับการศึกษาในระดับการศึกษาภาคบังคับ แต่ชาวบ้านมีความรู้ทางภูมิปัญญาด้านเกษตรกรรมทางการเพาะปลูก ทำไร่นา การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมมีการจัดการดินน้ำและป่าชุมชน ด้านองค์กรมีกลุ่มออมทรัพย์ มีการสื่อสาร ด้านปรัชญาศาสนาและประเพณี ใช้หลักธรรมคำสั่งทางศาสนาคริสต์สอนลูกหลานและถ่ายทอดประเพณีวัฒนธรรมแก่ลูกหลานของตนเอง ด้านโภชนาการที่รู้จักถนอมอาหารโดยใช้ภูมิปัญญาของชนเผ่า เพื่อเก็บอาหารไว้ได้นาน ๆ และไว้รับประทานในยามขาดแคลน

ทางด้านการศึกษาของเด็กนักเรียน ชาวบ้านจะส่งบุตรหลานไปเรียนโรงเรียน เช่น บ้านห้วยชม ซึ่งเป็นหมู่บ้านหลัก โรงเรียนบ้านแม่ยาววิทยาคม และโรงเรียนสหศาสตร์ศึกษา เนื่องจากไม่มีโรงเรียนในหมู่บ้านซึ่ง สามารถจำแนกข้อมูลการศึกษาของประชากรบ้านห้วยชมภู และจำนวนนักเรียนที่ศึกษาอยู่ในระดับต่าง ๆ ได้ ดังนี้

- ก่อนอนุบาล	13	คน
- ระดับอนุบาล	2	คน
- ระดับประถมศึกษา	16	คน
- ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	6	คน

- บ้านจะแตะ ปัจจุบันผู้ปกครองได้ส่งบุตรหลานไปเรียนยังโรงเรียนที่ใกล้หมู่บ้านที่สุดได้แก่ โรงเรียนบ้านแม่ยาววิทยาคม และโรงเรียนสหศาสตร์ศึกษา เนื่องจากไม่มีโรงเรียนในหมู่บ้านซึ่งสามารถจำแนกข้อมูลการศึกษาของประชากรบ้านห้วยชมภู และจำนวนนักเรียนที่ศึกษาอยู่ในระดับต่าง ๆ ได้ ดังนี้

- ระดับอนุบาล	2	คน
- ระดับประถมศึกษา	19	คน
- ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	3	คน
- มัธยมศึกษาตอนปลาย	2	คน

- บ้านห้วยป่าไร่ มีเรียนสูงกว่ามัธยมศึกษา 1 คน

8) ระบบการปกครอง ผู้นำ และบทบาทของผู้นำในชุมชน

บ้านห้วยชมภูและบ้านจะแตะเป็นหมู่บ้านบริวารของหมู่บ้านห้วยชม ต.แม่ยาว อ.เมือง จ. เชียงราย จึงมีการปกครองทั้งในระดับที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ คือ มีผู้ใหญ่บ้านเป็น

ทางการอยู่ที่บ้านห้วยชม แต่ภายในหมู่บ้านห้วยชมพู่และบ้านจะตะมีผู้นำหมู่บ้านที่ชาวบ้านให้การยอมรับนับถือเป็นผู้นำให้กับหมู่บ้านของตนเอง เช่นเดียวกับบ้านห้วยป่าไร่ ที่เป็นหมู่บ้านบริวารของบ้าน ต.แม่คะ อ.ฝาง จ.เชียงใหม่ ซึ่งมีผู้ใหญ่บ้านเป็นคนพื้นราบ ซึ่งในแต่ละหมู่บ้านของตนเองจะมีการตั้ง กฐระเบียบข้อบังคับของหมู่บ้านขึ้นมาเพื่อให้สามารถอยู่ด้วยกันอย่างปกติสุข โดยจะขอเสนอเป็นที่หมู่บ้านดังต่อไปนี้

- บ้านห้วยชมภู การปกครองของบ้านห้วยชมภู มีผู้นำหมู่บ้าน คือ นายจะสี ชมภูพิทักษ์ ซึ่งเป็นบุคคลที่ทางชาวบ้านให้ความเคารพนับถือ (ผู้นำธรรมชาติ) เป็นผู้ปกครองดูแลหมู่บ้าน ตามหลักแล้ว ผู้นำแต่ละหมู่บ้านก็มีเขตการปกครองที่ตนรับผิดชอบในแง่การรักษาความสงบและการให้ความร่วมมือกับทางการ แม้จะไม่มีตัวบทกฎหมายเป็นลายลักษณ์อักษร แต่ชาวบ้านทุกคนต้องปฏิบัติตามธรรมเนียมของชนเผ่า ซึ่งสืบทอดกันมาหลายชั่วคนอย่างเคร่งครัด ผู้ใดละเมิดจะต้องถูกลงโทษอย่างเบาที่ปรับ อย่างหนักก็ถูกเนรเทศออกจากหมู่บ้าน คราวเรือนใดไม่สมัครใจจะปฏิบัติตามธรรมเนียมของหมู่บ้าน ก็อาจย้ายไปอยู่หมู่บ้านอื่นได้ไม่ว่ากัน

ชาวบ้านห้วยชมภูได้จัดตั้งกฐระเบียบข้อบังคับไว้ภายในหมู่บ้าน เพื่อใช้กับสมาชิกเมื่อทำผิดจารีตประเพณีของหมู่บ้าน ดังนี้

- | | | |
|--|-----|-----|
| (1) เมื่อลูกบ้านมีการล่วงประเวณีกับลูกเมียผู้อื่น (การมีชู้)ปรับ | 800 | บาท |
| (2) ดื่มสุรามึนเมา เกิดการทะเลาะวิวาทและชกต่อยกันปรับครั้งละ | 400 | บาท |
| (3) ขาดความร่วมมือในการพัฒนาหมู่บ้านปรับครั้งละ | 100 | บาท |
| (4) พุดหยาบคายหรือดูหมิ่นผู้อื่น | 100 | บาท |

ดังนั้นทุกครอบครัวจะต้องปฏิบัติตามระเบียบหรือการตัดสินใจของผู้อาวุโสหมู่บ้าน ใครทำไม่ได้ก็จะต้องย้ายออกไป เพื่อประโยชน์ของความสามัคคีและรวมกันเราอยู่ เป็นที่เน้นหนัก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงเทศกาลปีใหม่ เพราะเป็นระยะที่ชาวบ้านบางครอบครัวกำลังคิดหนักว่าควรจะอยู่หรือควรจะไป

- บทบาทของผู้นำ เมื่อลูกบ้านมีปัญหาที่จะมาร้องทุกข์กับผู้นำ ผู้นำก็จะเรียกชาวบ้านมาประชุมตกลงกัน แล้วก็ช่วยกันหาทางแก้ไขปัญหาและหาข้อยุติร่วมกัน

- ด้านความสัมพันธ์ของชุมชนบ้านห้วยชมภู ความสัมพันธ์ของชาวละหู่ในอดีตมักจะอยู่อย่างเอกเทศ ไม่มีโยงโยสายสัมพันธ์กับองค์กรใด ๆ หรือรวมเผ่าหรือสหพันธ์ระหว่างเผ่า แม้แต่ในหมู่บ้านเองก็มักไม่สามารถรวมกันเป็นปึกแผ่นนักเพราะลูกบ้านขาดความจงรักภักดี หากเห็นทางทำมาหากินที่อื่นดีกว่าก็อาจย้ายไปรวมญาติกับหมู่บ้านอื่นได้ทุกขณะ แม้จะต้องข้ามเขตแดนเปลี่ยนประเทศหรือตัดญาติขาดมิตรกับหมู่บ้านที่เคยอยู่ก็ตาม

- ส่วนความสัมพันธ์ในปัจจุบันของชุมชนบ้านห้วยชมภู มีชนเผ่าอยู่ 2 กลุ่ม คือ เผ่าละหู่และอาข่า ทั้ง 2 กลุ่มนี้ มีการเข้าร่วมกิจกรรมหมู่บ้านด้วยกัน แล้วทำงานร่วมกันได้เป็นอย่างดี และมีความเข้าใจต่อวัฒนธรรมที่แตกต่างของแต่ละกลุ่ม เพราะชาวอาข่าก็หันมานับถือศาสนาคริสต์ด้วย และความสัมพันธ์ส่วนใหญ่เหมือนเป็นญาติพี่น้องกัน

- ความสัมพันธ์ภายนอกหมู่บ้าน เช่น หน่วยงาน องค์กรต่าง ๆ ของรัฐและเอกชน ผู้นำก็จะมอบหมายให้คณะกรรมการหมู่บ้านเป็นผู้คัดเลือก คือเสนอคนที่มีคุณสมบัติที่จะเป็นผู้ติดต่อประสานงาน คนที่พูดภาษาไทยได้ดีและสามารถสื่อสารเข้าใจกันได้เป็นอย่างดี คือ เป็นคนรู้หนังสือและอ่านออกเขียนได้ จากนั้นตัวแทนก็จะมาแจ้งให้ชาวบ้านทราบอีกทีหนึ่ง

- บ้านจะเตะ กฎระเบียบและข้อบังคับ มีดังนี้

(1) การจัดประชุมในหมู่บ้านทุกครั้งให้คณะกรรมการแจ้งให้ชาวบ้านทราบล่วงหน้าก่อนอย่างน้อย 7 วัน เมื่อทุกคนรับทราบแล้ว แต่ยังมีคนฝ่าฝืนไม่เข้าร่วมประชุม โดยไม่มีเหตุผลอันควร จะต้องถูกปรับ 50 บาท/ครั้ง

(2) การพัฒนาหมู่บ้านแต่ละครั้งคณะกรรมการจะต้องแจ้งให้ชาวบ้านทราบล่วงหน้าก่อนอย่างน้อย 7 วัน ด้วยเช่นกัน หากสมาชิกคนใดทราบแล้ว ไม่สนใจหรือไม่ให้ความร่วมมือ จะถูกปรับ 70 บาท/ครั้ง

(3) เมื่อหมู่บ้านมีพิธีกรรมทางศาสนา ชาวบ้านทุกคนจะต้องเข้าร่วมกิจกรรมด้วยกัน ส่วนผู้นำหมู่บ้าน ผู้อาวุโสและผู้ทรงคุณวุฒิ จะทำหน้าที่กำหนดการและวางแผน เช่น กำหนด วัน เวลา และนัดชาวบ้าน หากใครไม่ปฏิบัติตามข้อตกลงของหมู่บ้าน จะถูกปรับ 400 บาท/ครั้ง

(4) เมื่อไปล่าสัตว์และได้สัตว์ใหญ่ เช่น หมูป่า เก้ง ฯลฯ จะต้องแบ่งซี่โครง 1 ซ้าง และสะโพกส่วนหลัง 1 ซ้าง สำหรับหมู่บ้าน เพื่อไว้แบ่งให้ชาวบ้านทุกครัวเรือน หากใครฝ่าฝืนและไม่ทำตามข้อตกลงที่ตั้งไว้ จะถูกปรับ 300 บาท/ครั้ง

(5) ชาวบ้านที่เลี้ยงหมู ต้องทำคอกขังไว้ ห้ามปล่อยหมูออกมาเล่นพ่น และสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น หากหลุดออกจากคอกและเข้าไปทำลายพืชผักของชาวบ้านที่เพาะปลูกไว้ จนได้รับความเสียหาย ผู้เสียหายก็จะทำการดักเตือน 3 ครั้ง หลังจากนั้นยังมีเหตุการณ์อย่างนี้เกิดขึ้นอีก ผู้เสียหายจะต้องแจ้งให้คณะกรรมการหมู่บ้านทราบก่อน แล้วก็สามารถดำเนินการกับหมูได้ตามความเหมาะสม

การค้าขายเนื้อสัตว์และการกำหนดราคาเนื้อสัตว์ในหมู่บ้าน ต้องปฏิบัติตามดังนี้

- เนื้อหมู กิโลกรัมละ 60 บาท
- เนื้อวัว กิโลกรัมละ 100 บาท
- เนื้อไก่ กิโลกรัมละ 60 บาท

(6) บุคคลภายนอกที่ย้ายเข้ามาอยู่ในหมู่บ้าน เมื่อคณะกรรมการหมู่บ้านรับเข้ามาเป็นสมาชิกหมู่บ้านแล้ว จะต้องอยู่ในหมู่บ้านให้ครบอย่างน้อย 1 ปี ถ้าหากย้ายออกก่อนเมื่อครบ 1 ปี จะถูกปรับ 500 บาท/ครอบครัว

(7) การดูแลสัตว์เลี้ยง เช่น วัว ควาย เจ้าของจะต้องเลี้ยงดี ๆ อย่างเป็นรูปธรรมและความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ห้ามปล่อยปะละเลยและปล่อยสัตว์เข้าไปกินหรือทำลายพืชผักในไร่นาของคนอื่น หากไปทำให้ผู้อื่นได้รับความเสียหายก็ต้องชดเชยค่าเสียหายตามความเหมาะสม และเจ้าของสัตว์จะต้องปฏิบัติตามการตัดสินใจของคณะกรรมการหมู่บ้าน ซึ่งเป็นผู้ประเมินค่าความเสียหาย

(8) การล่วงประเวณีของหนุ่มสาวถือว่าผิดศีลธรรม หากผู้ใดล่วงเกินลูกคนอื่นจะต้องเสียค่าปรับให้กับหมู่บ้าน 30 บาท ฝ่ายชาย 20 บาท และฝ่ายหญิง 10 บาท หลังจากเสียค่าปรับแล้วก็ต้องแต่งงานกัน ถ้าหากฝ่ายชายไม่ยอมแต่ง จะต้องถูกปรับ 250 บาท หากฝ่ายหญิงเบี้ยวและไม่ยอมแต่ง ก็จะถูกปรับ 175 บาท/คน/ครั้ง

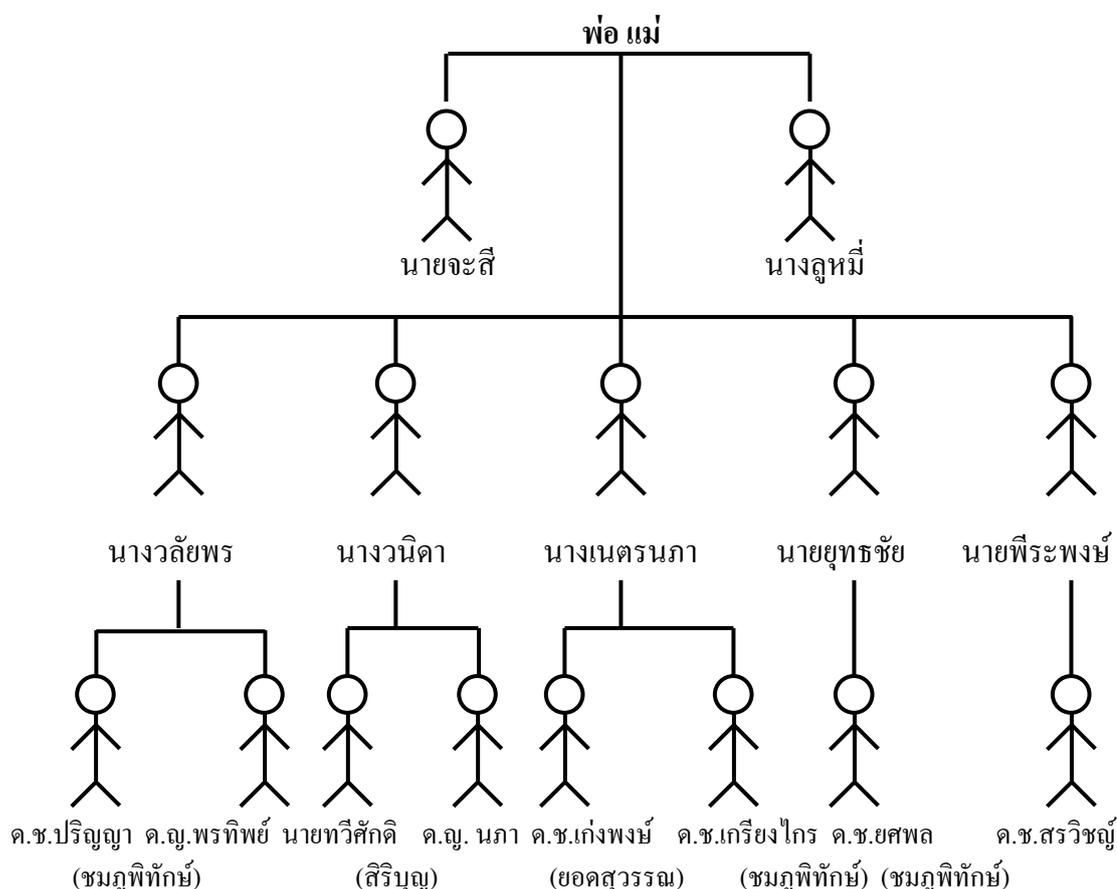
(9) กรณีการมีชู้ (การชู้สาว) ถ้าหากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีสามีหรือภรรยาอยู่แล้ว หรือมีสามีและภรรยาอยู่ทั้งสองฝ่าย ฝ่ายชายจะต้องถูกปรับ 1,200 บาท ส่วนฝ่ายหญิงจะถูกปรับ 600 บาท

- บ้านห้วยป่าไร่

ผู้นำหมู่บ้าน คือ นายจนะ จะแส ภายในหมู่บ้านจะมีผู้นำ 3 ประเภท 1.หัวหน้าหมู่บ้านและผู้นำทาง การ เช่น กำเนิด ผู้ใหญ่บ้านและอบต.มีอำนาจหน้าที่ในการปกครองดูแลลูกบ้านให้มีความสุข เช่น รับฟังคำร้องทุกข์ของประชาชน เมื่อมีปัญหา และแก้ไขปัญหของชาวบ้านที่เกิดขึ้น 2.ผู้นำทางศาสนาหรือผู้นำทางความเชื่อ มี 2 ฝ่ายได้แก่ ผู้นำทางศาสนาคริสต์ ซึ่งชาวบ้านเรียกกันว่า “สลา” ทำหน้าที่สอนเรื่องราวของพระเจ้าและเผยแพร่ข่าวประเสริฐ ฝ่ายพิธีกรรมดั้งเดิม (หมอผี) คือ ผู้ที่มีความรู้ในเรื่องของความเชื่อของชนเผ่าตนเอง ปฏิบัติตามกฎระเบียบและจารีตประเพณี 3.กรรมการหมู่บ้านทำหน้าที่รักษาความปลอดภัยของลูกบ้าน ซึ่งก็ได้มาจากการเลือกตั้งหรือชาวบ้านแต่งตั้งกันเองในหมู่บ้าน

9) ครอบครัวและหมู่บ้าน การนับญาติของชาวละหู่ไม่สลับซับซ้อนเหมือนเผ่าอื่น ๆ แต่ ละหู่ไม่มีการสืบตระกูล ไม่มีแซ่หรือนามสกุล ซึ่งทำให้ยุ่งยากมากเวลาต้องติดต่อกับหน่วยงานราชการหลายต่อหลายครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อมีการสำรวจสำมะโนครัวหรือการยื่นขอสัญชาติไทย ทำให้เจ้าหน้าที่ปวดศีรษะ เนื่องจากพ่อแม่ลูกนามสกุลไม่เหมือนกันทั้ง ๆ ที่ลูกเกิดจากพ่อแม่เดียวกัน ใครอยากใช้นามสกุลอะไรก็ใช้เปลี่ยนไปเปลี่ยนมา ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้หลักฐานเอกสารขัดแย้งกัน เพราะข้อมูลไม่ตรงกัน จึงทำให้ตกหล่นและขอสัญชาติไม่ได้ เพราะเจ้าหน้าที่เกิดความสับสนไม่แน่ใจ จึงจำเป็นต้องทำการสืบสวนสอบสวนและให้หาพยานบุคคลมารับรอง

ซึ่งทำให้เกิดความล่าช้า ส่วนพวกที่มีการศึกษา จึงหันมาใช้นามสกุลภาษาไทย โดยมีตัวอย่างการนับเครือญาติของแต่ละหมู่ในปัจจุบัน ได้ดังผังด้านล่าง



แผนผังที่ 2.1 ลำดับระบบเครือญาติ

10) การจัดการรายได้ภายในครอบครัวของชาวละหู่

ตามหลักวัฒนธรรมของชาวละหู่แล้ว ผู้หญิง (ภรรยา) จะเป็นคนเก็บรักษาเงินที่หามาได้ และมีส่วนน้อยที่ได้ผู้ชายจะเป็นผู้จัดการรายได้ภายในครอบครัว เมื่อสามีหาเงินมาได้ก็จะเอามาให้ภรรยา และภรรยาจะเป็นผู้จัดการรายได้ภายในครอบครัวทั้งหมด อีกทั้งยังเป็นผู้รับผิดชอบทรัพย์สินทั้งหมดที่มีอยู่ในบ้าน ถ้าหากสามีหรือลูกมีความจำเป็นต้องใช้เงินก็บอกภรรยาหรือแม่แล้วภรรยาก็จะจัดสรรให้ตามความเหมาะสม ถึงแม้ว่าภรรยาจะเป็นผู้จัดการรายได้ทั้งหมดก็ตามเมื่อจำเป็นต้องจะจับจ่ายใช้สอยสิ่งต่าง ๆ ในครอบครัว ภรรยาก็จะต้องบอกให้สามีทราบหรือถามไถ่ความเห็นชอบจากสามีก่อน ทั้งนี้ถือเป็นการให้เกียรติสามี

อันที่จริงแล้วครอบครัวชาวละหู่ ผู้หญิงกับผู้ชายจะช่วยกันทำมาหากิน ผู้ชายกับผู้หญิงจะมีความเสมอภาคกัน คือ ผู้ชายชาวละหู่ไม่ค่อยจะเอาเปรียบผู้หญิงเท่าใดนัก เนื่องจากว่าประชากรชาวละหู่ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ซึ่งเป็นอาชีพที่ต้องใช้พลังงาน คือ ใช้แรงงานคนในการทำมาหากิน ดังนั้นสามีภรรยาจะต้องช่วยกันทำงานคนละไม้คนละมือ เพื่อจะได้เสร็จงานเร็วและทำงานได้รวดเร็วมากขึ้นด้วยเหตุนี้เอง ชาวละหู่นิยมแต่งงานเมื่ออายุยังน้อย บางคนแต่งงานตั้งแต่อายุ 12 ปี ก็แต่งงานแล้ว คลอดลูกออกมาแล้ว ไปแจ้งเกิดก็ทำไปเกิดไม่ได้ เพราะแม่ยังเป็นเด็กหญิงอยู่ ยังถ่ายบัตรประชาชนไม่ได้ ยังไม่มีบัตรบางคนยังไม่มีประจำเดือนก็แต่งงานแล้ว เพราะอาชีพทำไร่นาน่าต้องการใช้แรงงานและอยากได้คนมาช่วยทำงาน อีกทั้งยังเป็นการแก้เหงาในยามที่เขาออกไปทำงานคนเดียวตามป่าตามดอย ถ้าหากเขามีเพื่อนพูดคุยเวลาทำงานด้วยก็จะไม่เบื่อในการทำงาน เหตุผลที่เขามักจะแต่งงานเช้าหรือเร็ว นั่น ก็คือได้ว่าเป็นวัฒนธรรมของชนเผ่าละหู่ และอีกสาเหตุหนึ่ง คือ ถึงจะเป็นสาวนาก็ไม่มีความหวังอะไรกับอนาคตไม่เหมือนนักเรียนนักศึกษา เพราะเขาไม่ได้เรียนหนังสือ จึงไม่มีเป้าหมายของชีวิต ฉะนั้นเมื่อเขาเจอคนดีหรือคนถูกใจ เช่น คนขยันทำมาหากินก็จะรีบแต่งเลย เพื่อจะได้มีเพื่อนในการทำมาหากิน ดังนั้นรายได้ทั้งหมดที่หามาได้ภายในครอบครัวก็ถือว่าได้มาจากการที่ช่วยกันทำมาหากิน

11) การสืบทอดมรดกและการจัดสรรภายในครอบครัวละหู่

เมื่อลูกต้องการแยกบ้านเรือนหรือจะไปปลูกบ้านใหม่อยู่ ก็จะบอกพ่อแม่ให้ทราบก่อน ดังนั้นพ่อแม่ก็จะเตรียมแบ่งมรดกหรือทรัพย์สินสมบัติ (ถ้ามี) ส่วนสมบัติที่ลูก ๆ ได้ ส่วนใหญ่จะเป็นเครื่องใช้ในบ้านเช่น เครื่องครัว มีถ้วย จาน ชาม ช้อนและหม้อข้าวหม้อแกง และเท่าที่เคยเห็นแม่แบ่งให้พี่ ๆ ก็จะมีมูลค่าไม่เกินไปบาท เขาจะซื้อเฉพาะของใช้ที่จำเป็น เนื่องจากชาวละหู่ส่วนใหญ่มีฐานะยากจน วิถีชีวิตของเขามีความเป็นอยู่อย่างง่าย ๆ ไม่ฟิสิกชัน ส่วนเครื่องมือทางการเกษตรก็มี มีด จอบ เสียม ฯลฯ สัตว์เลี้ยง เช่น วัว ควาย หมู หมา เป็ด ไก่ จะได้ไม่เกินไปอย่างละตัว และจะต้องเป็นตัวเมีย เพราะเลี้ยงไว้แพร่พันธุ์หรือเอาไว้เป็นเชื้อ

สำหรับชาวละหู่แล้วผู้ที่ได้รับมรดกจากพ่อแม่คือ ผู้มีฐานะและถือว่าเป็นผู้โชคดี เพราะคนส่วนใหญ่จะไม่ได้รับมรดกอะไรจากพ่อแม่เลย เนื่องจากพ่อแม่มีฐานะยากจน จึงปล่อยให้ลูก ๆ ค้นรณหาเอาเอง ส่วนผู้สืบทอดมรดกของพ่อแม่ นั่น ส่วนใหญ่จะเป็นผู้ที่อยู่ดูแลปรนนิบัติพ่อแม่จนกระทั่งตายสมบัติที่จะได้ก็มี บ้าน ที่นา ที่สวน ฯลฯ หรือเป็นคนที่พ่อแม่โปรดปราน ซึ่งอาจจะเป็นลูกหรือหลาน ที่ท่านได้สั่งเสียไว้ก่อนตาย

2.2.1.3 ข้อมูลด้านวัฒนธรรมและประเพณี

1) ความเชื่อและวิธีการเกี่ยวกับการตั้งถิ่นฐาน

(1) การเลือกที่ตั้งหมู่บ้าน

วิธีการเลือกที่ตั้งหมู่บ้าน โดยทั่วไปแล้วหัวหน้าครอบครัว, ผู้นำหมู่บ้านและผู้เฒ่าผู้แก่มักจะเป็นผู้พิจารณาคัดเลือกสถานที่ตั้งหมู่บ้านและตัดสินใจว่าจะตั้งหมู่บ้านอยู่ตรงไหน จะใช้พื้นที่บริเวณเท่าใดเมื่อจะเริ่มก่อตั้งหมู่บ้าน เขาจะต้องทำพิธีเช่น ไหว้เจ้าที่เจ้าทาง เพื่อขอขมาลาโทษ โดยใช้วิธีการสอบถามจากดวงวิญญาณบรรพบุรุษและเทพยดาอารักษ์ ส่วนวิธีการที่ใช้กันมากที่สุดคือ กดหลุมตรงบริเวณที่เลือก แล้วหยอดเมล็ดข้าวไว้ 3-4 เม็ด และคว่ำขันครอบไว้ระยะหนึ่ง หากเมล็ดข้าวยังอยู่เรียบร้อย เมื่อหงายขันก็เป็นอันว่า ภูตผีหรือเจ้าที่เจ้าทางอนุญาติให้อยู่เตรียมการปลูกสร้างบ้านได้

เดิมทีละหู่ชอบอยู่บนที่สูงและอยู่เหนือระดับน้ำทะเลตั้งแต่ 1,200 เมตร ขึ้นไป บริเวณที่มักเลือกตั้งหมู่บ้าน คือ ตามลาดไหล่เขา ซึ่งมีป่าปกทำเลดี มีแหล่งน้ำ และผิวดินพอที่จะทำการเพาะปลูก ชาวละหู่ถือว่า ป่าเป็นแหล่งปัจจัยในการตั้งหมู่บ้าน เพราะใช้ไม้ปลูกบ้าน ทำเชื้อเพลิง และยังเป็นแหล่งอาหารที่เลี้ยงชีวิต เพราะชาวละหู่ส่วนใหญ่จะหาอาหารตามป่าเขาและล่าห้วยรอบ ๆ หมู่บ้าน ส่วนอาหารที่เป็นของป่า ได้แก่ จำพวก เห็ดต่าง ๆ หน่อไม้ ใบไม้ หัวเผือก หัวมัน รากไม้ ผลไม้ น้ำผึ้ง ตัวด้วง และแมลงอื่น ๆ ที่กินได้ หากอยากกินปลาก็ไปหาปลาหรือตกปลา อยากกินสัตว์ป่า เช่น หมูป่า ไก่ป่ากระรอกก็ไปล่าสัตว์ และหาของป่ามากินมาใช้และขายเอาเงิน

แต่ปัจจุบันค่อย ๆ ย้ายเลื่อนต่ำลงมาเกือบหมดแล้ว เนื่องจากนโยบายของรัฐบาลที่ไม่ให้ชาวเขาอยู่บนต้นน้ำลำธาร หรือห้ามทำลายป่าและทำไร่เลื่อนลอย จึงจัดสรรสถานที่ตั้งหมู่บ้านให้ใหม่และเขาก็จะไม่มีทางเลือกทำเลที่ตั้งหมู่บ้านอีกว่าดีหรือไม่ดี

ส่วนความเชื่อด้านการตั้งถิ่นฐาน ชาวละหู่เชื่อกันว่า เมื่อได้ที่ตั้งหมู่บ้านดีก็จะมีสุขภาพดี ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บมาเบียดเบียนและไม่โดนผู้อื่นข่มเหงรังแกหรือถูกรุกราน เศรษฐกิจดี ฐานะดี และทำให้ชาวบ้านทำมาหากินขึ้น มีเหลือกินเหลือใช้ หากเลือกที่ตั้งหมู่บ้านผิด จะเปลืองคน คนในหมู่บ้านตายบ่อย ทำอะไรก็ไม่ขึ้น ฐานะยากจน คิดอะไรก็ไม่ค่อยออก และอาจจะประสบเหตุวิปริต เช่น ถูกฆ่าถูกทำร้ายอย่างสาหัสหรือทำปิ่นลั่นใส่ตัวเอง ผีแรง จะทนอยู่ต่อไปไม่ไหว และจะได้ย้ายที่ตั้งใหม่เป็นต้น

(2) ขั้นตอนและวิธีการเกี่ยวกับการตั้งถิ่นฐาน มีดังนี้

(2.1) หัวหน้าหมู่บ้านและผู้เฒ่าผู้แก่พากันไปสำรวจจุดสถานที่ตั้งหมู่บ้าน โดยการสังเกตภูมิประเทศภูมิอากาศและทิวทัศน์ การเลือกทำเลที่ตั้งนั้น จะต้องดูภูเขาที่อยู่รอบ ๆ และแหล่งน้ำดื่ม น้ำใช้ว่ามีแม่น้ำ ลำธารและลำห้วย พอที่จะอุปโภคบริโภคไหม

(2.2) หาวสคูอุปกรณ์ที่ใช้ในการปลูกบ้าน เช่น ไม้ คาน ฯลฯ

(2.3) หมอพิธีกรรมหมอดูสถานที่ แล้วนำวัสดุอุปกรณ์ในการปลูกสร้างบ้านมาไว้จนครบ แล้ววางหญ้าเป็นวงกลมสำหรับปักตุง (หรือธง)

(2.4) ทำตุง โดยใช้กระดาษสีขาว แดง และน้ำเงิน

(2.5) นำข้าวสารมา 3 เม็ด มาขุดหลุมฝัง เทียนไข (จี๋ผึ้ง) 4 เล่ม (2 คู่) และข้าวสาร 1 กำมือ

(2.6) อธิฐานหรือทำพิธีกล่าวขอมาเจ้าที่หรือเทพยดาอารักษ์ คือผีป่า ผีน้ำ (คอบเน่ หล่อเน่) หากทำพิธีแล้วผลออกมาไม่ดี ก็ขนวัสดุ อุปกรณ์ในการก่อสร้างทั้งหมดไปยังที่แห่งใหม่

(3) การวางผังหมู่บ้าน

ในอดีตนั้นการวางผังหมู่บ้านของชาวละหู่มีไม่ค่อยแน่ชัด แต่จะมีการกล่าวขานกันมาว่าผู้อาวุโสหรือผู้ที่อายุมากกว่าต้องอยู่ทางทิศตะวันออก แล้วให้ห้อง ๆ อยู่ถัดมาได้ ไม่เช่นนั้นจะไม่สบายและเจ็บป่วยบ่อย แต่ปัจจุบันหมู่บ้านละหู่ส่วนใหญ่จะมีการวางผังหมู่บ้าน เนื่องจากเป็นหมู่บ้านจัดสรรที่ดินคือ ทางรัฐบาลทำการโยกย้ายที่อยู่และที่ทำกินให้กับชาวละหู่ คือ จะมีชอยเข้าบ้านให้ปลูกสร้างบ้านเป็นแถว มีลานหมู่บ้านและเว้นที่ทำการสาธารณะของหมู่บ้าน แลดูแล้วเป็นระเบียบและน่าอยู่มากขึ้น

2) ความเชื่อเกี่ยวกับการสร้างบ้านเรือน

(1) การเลือกทำเลและทิศทาง ชาวละหู่มีความเชื่อเกี่ยวกับการเลือกทำเลและทิศทางดังนี้

(1.1) ละหู่แดง ห้ามต่อเติมหลังคาหน้าจั่วด้านข้าง เหมือนละหู่ดำหรืออาข่า เพราะอาจทำให้สมาชิกในครอบครัวตายหรือสูญหาย ส่วนเรื่องทิศทางมีความอิสระ จะปลูกบ้านหันไปทางทิศไหนก็ได้ หากอยู่แล้วไม่ดีก็ย้ายออกไปทางข้าง ๆ 2 ข้างได้

(1.2) ละหู่ดำ ห้ามรื้อบ้านลงไปปลูก ข้างล่าง หรือต่ำกว่าบ้านหลังเก่า ไม่อย่างนั้นแล้วจะมีอันเป็นไปกับคนในบ้านหลังนั้น เช่น สมาชิกในครอบครัวตาย หรือ แยกแยกและอาจโชคร้ายเกิดภัยพิบัติ ส่วนทิศทางละหู่ดำห้ามปลูกบ้านขวางทางลม เพราะลมแรงทำให้บ้านเสียหายได้

(2) การสร้างบ้านและลักษณะหมู่บ้านของชาวละหู่

ละหู่สร้างบ้านยกพื้น นอกจากละหู่บางพวกที่มาจากเมืองจีนสร้างบนดิน ผังบ้านของแต่ละพวกต่างกันไปตามธรรมเนียมความเป็นอยู่และจำนวนสมาชิกครอบครัว

(2.1) ลักษณะแบบบ้านละหู่ดำ จะยกพื้นสูงจากพื้นดินพอสมควร เพื่อไว้พื้นที่ใช้สอยหรือเก็บของเก็บพืชผัก และทำราวเหนือกองไฟ เพื่อไว้ตากข้าวเปลือก เมล็ดพันธุ์พืช เป็นที่เก็บอาหารกันแมว หมา (ซึ่งเปรียบเสมือนเป็นตุ๋ย่น) และไว้ตากอาหารแห้ง เช่น เนื้อสัตว์ต่าง ๆ

ตลอดจน หอม กระเทียม ฯลฯ บ่มผลไม้ เช่น กุ้งฝอย มะละกอ มะม่วง และขนุน อีกทั้งยังเป็นที่ตาก น้ำเต้า ดอก และเครื่องจักสาน เช่น กุ้ย กระบุง กระด้ง และขัน โตก เพื่อไว้ใช้งานได้นาน ๆ

(2.2) หลังคา เป็นหน้าจั่ว มุงด้วยหญ้าคา ตัวบ้านและบ้านสร้างด้วยไม้ไผ่สลับฟาก โครงสร้างบ้าน เช่นเสา คาน ซื่อ มักจะใช้ไม้เนื้อแข็ง เช่น ไม้ก่อ ไม้คู้ ซึ่งเป็นที่นิยมใช้กันมาก

(2.3) ลักษณะหมู่บ้านละหู่ญะมีวิหาร (หื้อแห่) ซึ่งชาวเผ่าจัดพิธีบูชาเทพเจ้ากฤษณา ในวันพระ ซึ่งมีเดือนละสองครั้ง

(2.4) ละหู่แซ่และไม้สร้างวิหารเพียงแต่ล้อมรั้วลานเดินร่ำทำพิธีบูชาเป็นวงกลมบน ยอดเนินของหมู่บ้าน

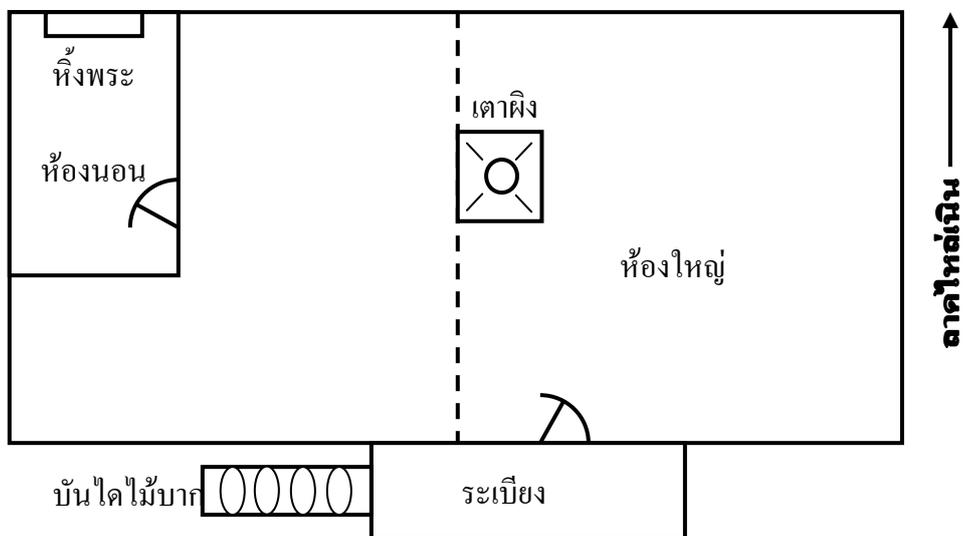
ส่วนกลุ่มของหมู่บ้านละหู่คริสต์ก็มีโบสถ์ (โบแห่) ซึ่งเป็นที่ชุมนุมนมัสการและฟังเทศน์ ทุกวันอาทิตย์อันเป็นระเบียบสากล ในอดีตโบสถ์วิหารเหล่านี้ก็มีฝาฟาก หลังคาจะเหมือน ๆ กับ บ้านราษฎรนั่นเองเพียงแต่ตั้งอยู่ในบริเวณที่รโหฐานมากกว่า

บ้านละหู่ปัจจุบัน เริ่มสร้างแบบอย่างคนไทยพื้นราบมากขึ้น หลังคามุงด้วยกระเบื้องหรือ สังกะสี ฝาบ้านและพื้น เป็นไม้กระดานหรือปูนซีเมนต์ และโบสถ์ในหมู่บ้านละหู่คริสต์หลาย ๆ แห่ง ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากชาวต่างชาติ เช่น ชาวเกาหลี มีโครงการสร้างโบสถ์ฟรีให้กับ ชาวเขาเผ่าต่าง ๆ ดังนั้น จึงทำให้มีโบสถ์ดีและทนทานถาวรมากขึ้น

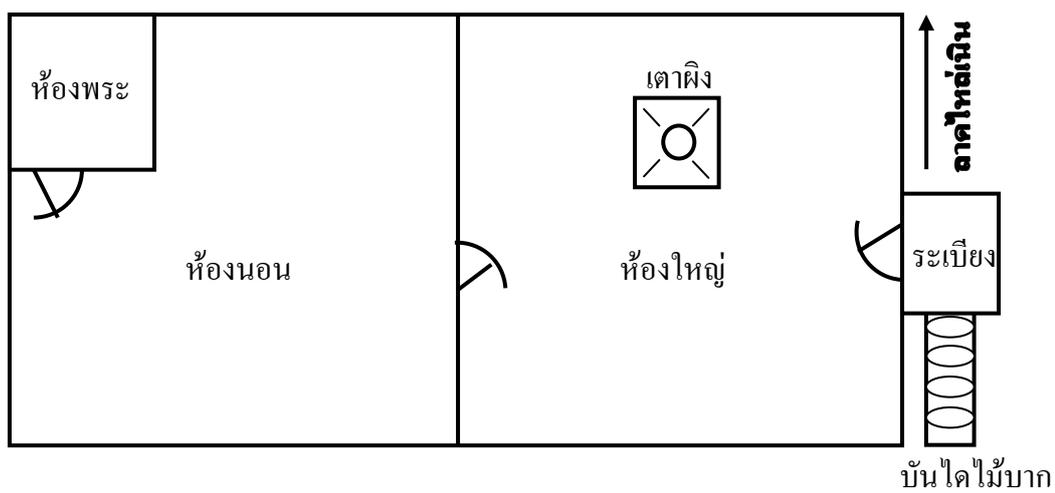
3) การจัดตำแหน่งและการจัดผังการใช้พื้นที่ภายในบ้าน

โดยทั่วไปบ้านละหู่สร้างเป็นรูปสี่เหลี่ยม มีฝาสี่ด้าน ประตูเปิดออกสู่ระเบียง ซึ่งมีแผ่น กระดานหรือซุงมาวางพาดจากพื้นดิน เป็นบันไดขึ้นลงอย่างทางขวา จำนวนขั้นบันไดจะเป็นเลขคี่ ภายในบ้านมีห้องใหญ่ คือ ห้องโถง มีเตาผิง กลางห้องเป็นศูนย์รวมกิจกรรมสังคมของบ้าน ด้านใน กั้นส่วนหนึ่งเป็นห้องนอนของครอบครัว

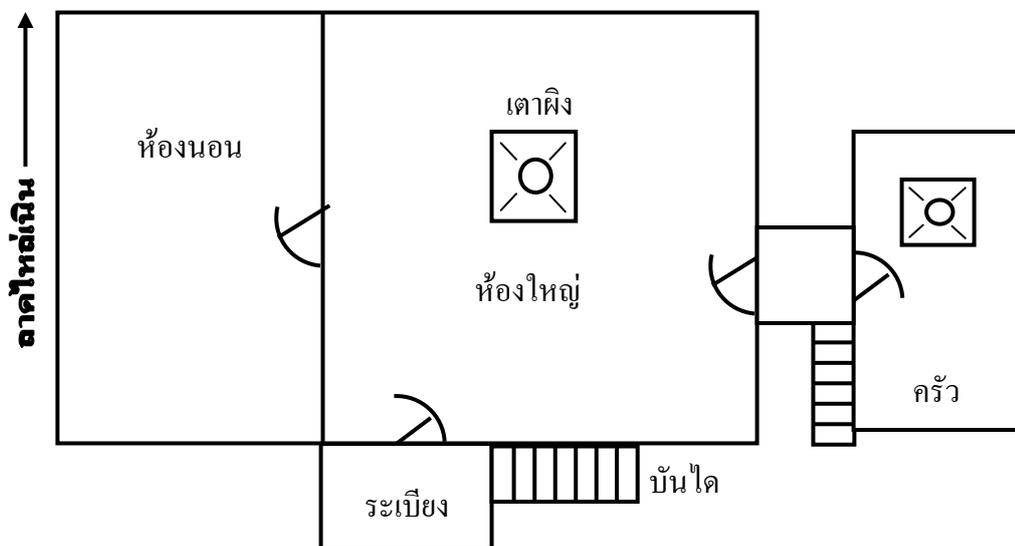
ละหู่ญี (แดง) มีศาลพระภูมิตั้งอยู่ในมุมลึกสุดของบ้าน ส่วนแซ่แล้ก็จะกั้นห้องพระไว้ที่ มุมลึกสุดในบ้านเช่นกัน เมื่อละหู่ญี หรือ แซ่แล้ สร้างบ้านเสร็จก็จะทำพิธีจุดเทียน (จี๊ซิ่ง) ไถ่ผีร้าย ซึ่งอาจสิงอยู่ในเนื้อไม้ที่ตัดมาสร้างบ้าน แล้วจัดข้าวและเนื้อหมูเลี้ยงแขกที่เชิญมาขึ้นบ้านใหม่ ให้ บรรรยากาศครึกครื้น เชื่อกันว่ายิ่งเสียงเฮฮาดังเท่าใด สมาชิกของบ้านใหม่ก็จะยิ่งสมบูรณ์พูนสุข เท่านั้น โดยมีตัวอย่างการใช้สอยพื้นที่ภายในบ้านของชนเผ่าละหู่ ดังแผนผังด้านล่างนี้



แผนผังที่ 2.2 การใช้สอยพื้นที่ภายในบ้านของละหู่ (เดิม)



แผนผังที่ 2.3 การใช้สอยพื้นที่ภายในบ้านของละหู่เซละ



แผนผังที่ 2.4 การใช้สอยพื้นที่ภายในบ้านของละหู่ที่นับถือศาสนาคริสต์

(4) ขั้นตอนและวิธีการสร้างบ้าน

(4.1) หาพื้นที่ปลูกบ้าน จัดหาเสาบ้าน ไม้ซื่อ ไม้ไผ่ใช้ทำโครงบ้าน เช่น ไม้หลังคา รองพื้นปูฟากและผ้าไม้ฟากตากแดดไว้ให้แห้ง ทำการจักตอก จัดทำก๊วไม้ไผ่ยาว ๆ ไว้ใช้มัดหนึบ เป็นไม้ฟากและหญ้าคา และเกี่ยวคา

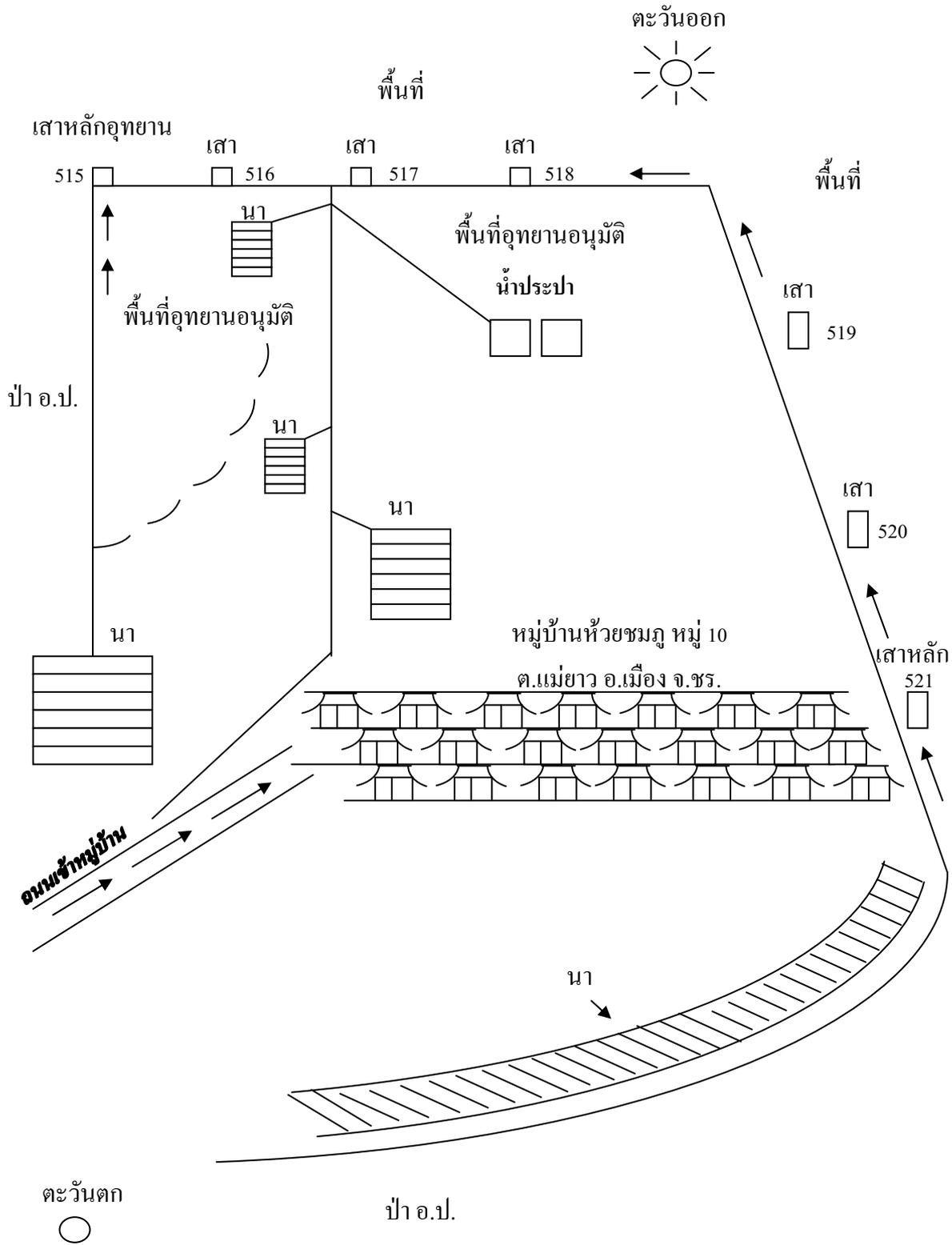
(4.2) เมื่อหาวัสดุอุปกรณ์ครบแล้วก็ลงมือปลูก โดยเริ่มจากคานหญ้า วัดพื้นที่ที่จะใช้ ปลูกบ้านและทำเครื่องหมายไว้ จากนั้นจึงถางหญ้า ขุดหลุม ผึงเสาและทำโครงบ้าน ปูพื้น(ไม้ฟาก)

(4.3) มุงหลังคา , กั้นฝาและกั้นห้อง

(4.4) ขุดดินใส่ที่ก่อไฟ ทำที่วางถ้วยชามและชั้นวางของบนเตาไฟและเก็บของเข้าบ้าน

(4.5) เก็บของเข้าบ้าน จากนั้นทำพิธีขึ้นบ้านใหม่ เสร็จแล้วจึงเข้าไปอาศัยอยู่ได้

(5) แผนผังแสดงลักษณะการตั้งหมู่บ้าน (ที่ตั้งของสถานที่สำคัญภายในหมู่บ้าน, อาณาเขต, พื้นที่ป่า, พื้นที่ทำกิน,แหล่งน้ำ การจัดสภาพแวดล้อม บริเวณหมู่บ้าน ดังผังด้านล่าง



แผนผังที่ 2.5 ลักษณะการตั้งหมู่บ้าน

4) ความเชื่อเกี่ยวกับการตาย/ความเชื่อเรื่องการตาย

ชาวละหู่เชื่อว่านอกจากมีโลกเป็นที่อยู่ของคนหรือมนุษย์แล้วยังมีสวรรค์เป็นที่อยู่ของผีฟ้าหรือเทพพระเจ้า (กือซา) ซึ่งเป็นที่เคารพสูงสุด และยังมีนรกซึ่งเป็นที่อยู่ของยมบาลเป็นผู้ทำหน้าที่สำเร็จโทษแก่วิญญาณผู้กระทำผิดลงโทษ โดยการกดหัวลงบนน้ำเดือด แต่การจะขึ้นสวรรค์หรือนรกจะมีการพิพากษาก่อนหรือ ไม่ยังไม่ทราบแน่ชัด แต่ชาวละหู่เชื่อว่าเมื่อคนเราลิ้นลมวิญญาณจะออกจากร่างและวนเวียนอยู่ระแวก รอบๆ หมู่บ้าน จากนั้นถึงจะเดินทางไปสู่สวรรค์หรือนรกแล้วแต่บาปกรรมของแต่ละคนที่สร้างขึ้น วิญญาณที่ล่องลอยวนเวียนอยู่รอบๆ หมู่บ้านเชื่อว่าจะรอเอาชีวิตบุคคลที่อยู่ในครอบครัวไปอยู่ด้วยเพราะเชื่อว่าคนเป็นมีความทุกทรมานถ้าตายไปจะพ้นทุกข์ จากความเชื่อดังกล่าวเมื่อบ้านไหนมีผู้ป่วยที่มีอาการหรือหนักใกล้ตายชาวบ้าน/ญาติจะนำค้ายสายสิญจน์มาผูกข้อมือคนเจ็บไว้เพื่อหวังจะช่วยหนุนเหนี่ยวชีวิตให้ยืดออกไปพร้อมกับภาวนาให้บาปและเวรทั้งหลายที่เขาทำไว้ได้รับอโหสิกรรมจากเจ้ากรรมนายเวร

เมื่อไม่สามารถรั้งชีวิตคนตายไว้ได้ ชาวบ้านก็จัดการศพเพื่อเตรียมไปประกอบพิธีกรรมโดยจะห่อศพด้วยผ้าดิบสีขาว จัดศพให้อยู่ในท่านอนหงายไว้ในห้องใหญ่จนกว่าจะได้เวลาฝัง ระหว่างนี้ครอบครัวผู้ตายจะเตรียมสำหรับอาหารที่ประกอบด้วยเนื้อไก่และอาหารอื่นๆ ใส่ตะกร้าปิดฝาวางไว้หน้าศพ และเติมทีละนิดให้กินทุกมื้อ ผู้ที่นำอาหารไปเติมจะกล่าวกับศพทุกครั้งเพื่อเป็นการอาลัยคนตายครั้งสุดท้ายก่อนจะไปฝัง “เรานำอาหารมาเลี้ยงท่าน กินเสียเถิด เพราะพุงนี้ท่านก็จะจากเราไปแล้ว มากินด้วยกันเป็นครั้งสุดท้ายเราจะไม่ได้กินด้วยกัน อยู่ด้วยกันอีกแล้ว กินเสียเถิด” ระหว่างนั้นผู้ชายในหมู่บ้านจะช่วยกันต่อโลงเป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้าตามขนาดของความสูงของผู้ตายแล้วบรรจุศพลงในโลง พร้อมกับขาไก่ และปีก ไก่อย่างละหนึ่งชิ้น ทั้งนี้เพื่อให้คนตายได้ใช้สิ่งเหล่านี้ในขณะที่เดินทางไปปรโลกซึ่งมีระหว่างทางที่ไกล หากเมื่อกระแสน้ำสามารถไหลเข้าไปได้ขุดบ่อน้ำเพื่อดื่ม และหากแดดร้อนก็ให้ใช้ปีกไก่บังร่มเงาได้ หลังจากนั้นก็จะนำไปป่าช้าและทำพิธีฝัง

(1) พิธีกรรมเกี่ยวกับการตาย

(1.1) พิธีฝังศพ ชาวละหู่ส่วนใหญ่จะใช้จัดการศพโดยวิธีฝัง แต่มีชาวละหู่บางพวก เช่น ชาวละหู่เซและใช้วิธีเผาออกจาก ศพ“ตายโหง” เมื่อศพมาถึงป่าช้าจะมีการเลือกสถานที่วิธีการเสียงทนาย โดยโยนไข่ไก่ 1 ฟอง ขึ้นไปในอากาศให้ไข่ตกลงมาถ้าไข่ตกลงมาแต่บริเวณใดถือว่าผู้ตายเลือกที่ตรงนั้นเป็นที่ฝัง หากไข่ตกลงมาไม่แตกก็จะเริ่มโยนใหม่ในที่ต่างๆ จนกว่าจะตกลงมาแตก นอกจากใช้ไข่ในการเสียงทนายชาวละหู่บางพวกจะใช้วิธีการ โยนมีดลงป่าแทนไข่ เป็นต้น

และเมื่อฝังศพเสร็จชาวละหู่จะทยอยกลับแต่ขณะเดินทางกลับเชื่อว่าวิญญาณในป่าช้าจะเดินทางเข้าหมู่บ้านไปด้วย ชาวบ้านป้องกันวิญญาณเหล่านี้โดยใช้กิ่งไม้มีหนามวางสองข้างขณะที่แห่ขบวนไปที่ฝังศพและให้ผู้ร่วมงานเดินถือว่าหนามและนำกลับมาเมื่อเสร็จพิธีพอลถึงบ้าน

คนตายก็ใช้กิ่งไม้หนามจุ่มน้ำพรมให้ทั่วเพื่อป้องกันการสิงร่างของผีผู้ตายที่กลับมา เสร็จแล้วจึงขึ้นไปนั่งค้ำชากันบนกระเบียง แล้วจึงไปอาบน้ำซักผ้ากันก่อนที่จะแยกย้ายเข้าบ้านตน

(1.2) พิธีส่งผี เมื่อครบสิบสองวันหลังตาย (หนึ่งรอบคล้าย 12 ปีของไทย) จะมีพิธีส่งผี คือ ญาติพี่น้องจะสร้างศาลให้คนตาย ระหว่างหลุมฝังศพกับหมูบ้าน ในศาลบรรจุเสื้อผ้าชุดใหม่หนึ่งชุดและไก่เช่นหนึ่งตัว แล้วผู้นำหมูกว่า “เราฝังเจ้าครบรอบ 12 วันแล้ว จึงเอาของมาเช่นเอาผ้ามาไหว้ ต่อแต่นี้ไปขอจงเป็นสุขในภพของเจ้าเราก็คือภพของเรา อย่ามาหาเรา เราก็คจะไม่หาเจ้า อย่ามาว้อลัยในญาติพี่น้อง อย่ามาหาเรา กรณีญาติไม่ได้ทำพิธีส่งผีเป็นที่เชื่อกันว่าผลก็คือผีกลับมาในรูปของงูและแมลงทำลายข้าวในนาจนเสียหายหมดสิ้น

ละหู่เชื่อเรื่องสาง (เสื่อผี) มากกว่า เสื่อผีเหล่านี้ชอบมาคู่ยศพกินเป็นอาหาร จะต้องคอยระวังให้ดี หากเห็นมีหมูแมลงบินว่อนใกล้ ๆ หลุมฝังศพก็อาจเป็นสัญญาณว่ามีเสื่อผีข่มคอยอยู่แถวนั้น ญาติบางรายถึงกับถือมีดตางป่าคอยที่อยู่ใกล้หลุม เมื่อเสื่อผีมาทำร้ายศพก็ต้องฟันให้ตายไปคามือ

5) ความเชื่อเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ

- ผี (เน่) มีอยู่มากมายทั้งผีผีร้าย ผีบ้าน (แห่เน่) คุ่มครองคนในบ้านหากได้รับการเช่นไหว้ไม่ละเลย ผีบ้านอาจเลิกคุ่มครองคนที่ทำให้ผีโกรธหรือละเลยไม่ทำพิธีที่ควร ผีป่า ซึ่งสิงอยู่นอกหมู่บ้านอาจไม่ตีไม่ร้าย แต่หากถูกลบหลู่ก็อาจลุกขึ้นโจมตีผู้กระทำจนเจ็บไปข้างปางตาย ผีที่เข้าสิงในร่างคนได้เป็นที่น่ากลัวที่สุดและเมื่อถูกผีสิงก็ต้องทำพิธีขับผีลำบากมาก

- พระผู้เป็นเจ้า (กุยซา) ละหู่ทุกคนเชื่อในพระเจ้า ซึ่งเขากราบไหว้บูชาและสวดมนต์ขอพรให้สมบุญผลสุข ละหู่เชื่อวกุยซาสร้างสรรค์และภรรยาของท่านอ้ายมา (มหาตมา) สร้างโลก

- วิญญาณหรือขวัญ (อ้อฮา) เป็นภาคจิตของร่างกาย หากออกจากร่างหรือถูกผีร้ายกระทำเจ้าของร่างก็จะป่วย บางครั้งวิญญาณล่องลอย จากร่าง ไปเที่ยวขณะเจ้าของหลับ เจ้าของก็จะได้รับภาพที่วิญญาณรูเห็นในรูปของความฝัน

2.2.2 แนวคิดและความเชื่อเกี่ยวกับการเกิดของคนชนเผ่าละหู่

ตามตำนานของชาวละหู่ที่เล่าขานสืบต่อกันมาเกี่ยวกับการกำเนิดของคนชนเผ่าละหู่ได้เล่าว่า ผีฟ้าหรือพระเจ้าเป็นผู้สร้างโลกและน้ำ ได้สร้างมนุษย์เพศผู้ที่มีขนและหน้าตาคล้ายลิง และสร้างมนุษย์เพศหญิงที่มีหน้าตาคล้ายคนและมีหางเป็นปลาที่เราเรียก “นางเงือก” ให้ลงมาอยู่บนโลก ต่อมาทั้งคู่ได้พบรักกันและมีความสัมพันธ์อันลึกซึ้งต่อกันจนเกิดการตั้งครรภ์เกิดขึ้น ขณะที่ฝ่ายหญิงตั้งครรภ์นั้นได้เกิดอาเพศน้ำไหลมาท่วมโลก ได้พัดกวาดสิ่งต่างๆ จมหายไปใต้น้ำ มนุษย์ชายหญิงสองสามีภรรยาจึงว่ายน้ำหนีเอาชีวิตรอดและได้พบกับน้ำเต้าใบใหญ่ จึงเข้าไปอาศัยอยู่กินใน

น้ำเต้า จนกระทั่งคลอดบุตรออกมาเป็นเพศชายและหญิงจำนวน 100 คน ต่อมาเมื่อน้ำที่ท่วมโลกเริ่มลดลงทำให้น้ำเต้าลอยติดค้างอยู่บนยอดภูเขาเตี้ยน้อยทั้ง 98 คน ได้ออกจากน้ำเต้าและจับคู่แยกย้ายกันไปอยู่อาศัยในที่ต่างๆ แต่ฝ่ายผู้เป็นพี่ชายและพี่สาวไม่สามารถไปอยู่ที่อื่นได้เหมือนกับน้องๆ จึงอาสาที่จะเฝ้าเลี้ยงดูพ่อแม่ที่เริ่มแก่ชราลง โดยฝ่ายน้องๆ ที่ออกไปจากน้ำเต้าได้ขยายพื้นที่และเจริญเผ่าพันธุ์นั้นคือ “คนในเมือง” ส่วนพี่น้องที่อาสาดูแลพ่อแม่ได้อาศัยอยู่คอยสูง “ชนเผ่าละหู่”

2.2.3 แนวคิดและความเชื่อเกี่ยวกับการเจ็บป่วย 2 ชาวละหู่มีความเชื่อเกี่ยวสาเหตุการเจ็บป่วยดังนี้

2.2.3.1 วิญญาณหรือภูตผี ชาวละหู่เชื่อว่าวิญญาณหรือภูตผี (เน) ที่มีทั้งดีหรือร้ายที่ทำหน้าที่ทั้งปกป้องรักษาดูแลทุกข์สุขของครอบครัวหรือหมู่บ้าน สามารถทำให้เกิดเจ็บป่วยขึ้นได้ เช่น ผีผี ได้แก่ ผีบ้าน(แหยม) และ ผีบรรพบุรุษ ซึ่งเป็นผีที่คุ้มครองความทุกข์สุขของคนในบ้านถ้าหากถูกลบลู่หรือ ไม่ได้รับการเซ่นไหว้หรือทำให้โกรธก็จะไม่ได้รับคุ้มครองหรืออาจทำอันตรายก่อให้เกิดอาเพศหรือเจ็บป่วยขึ้น อาการมักไม่ค่อยรุนแรง เช่น ปวดท้อง ปวดศีรษะ เป็นต้น การรักษาส่วนใหญ่จะใช้วิธีการเซ่นไหว้เพื่อขอขมาลาโทษ ส่วน ผีร้าย ที่เชื่อว่ามีอยู่ทั่วไปนอกหมู่บ้านและอยู่ในสถานที่ต่างๆ เช่น ผีป่า ผีคอย ผีน้ำ หากถูกลบลู่ก็อาจลุกขึ้นโจมตีผู้กระทำหรือเข้าสิงจนทำให้เกิดเจ็บไข้ ผู้ป่วยที่ถูกกระทำมักมีอาการรุนแรงและน่ากลัว ซึ่งการรักษา มักจะทำพิธีขับไล่

2.2.3.2 เทพเจ้า ชาวละหู่ทุกคนเชื่อว่าพระผู้เป็นเจ้า (กุษซา) ทำหน้าที่ให้การคุ้มครองและปกป้องรักษาเผ่าพันธุ์ไม่ให้สูญสิ้นและปกป้องภัยอันตรายต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นแก่ชาวละหู่ ซึ่งพระเจ้าเป็นผู้สูงส่งไม่ได้มาช่วยเหลือโดยตรงแต่จะผ่านพระประจำหมู่บ้าน **ปอซู่** หรือ (พ่อขุน) หรือ **โตโบ** (โตบนหรือตุบญ) หรือพวกแซ่และเรียก **เข้ลุปา** ได้จากชาวบ้านเป็นผู้เลือกเพื่อทำหน้าที่ทั้งสอนศาสนาและเป็นสื่อกลางระหว่างชาวบ้านกับกุษซาเมื่อเกิดความทุกข์หรือมีปัญหาเกิดขึ้น การทำหน้าที่ของ **โตโบ** จะมีผู้ช่วยในการแบ่งหน้าที่เป็นสามฝ่าย ได้แก่ **สลา** ทำพิธีด้านการเจ็บป่วยหรือทำพิธีรักษาไข้ **ลาส่อ** ทำหน้าที่ขับผีร้ายและโรคภัยออกจากหมู่บ้านและอาจทำหน้าที่ช่วยขอพรให้ชาวบ้านด้วยการเซ่นสรวง ดังนั้นเมื่อชาวบ้านเกิดเจ็บป่วยหรือไม่สบายมักจะมีการกราบไหว้บูชาและสวดมนต์ขอพรให้สมบุญพูลสุข

2.2.3.3 วิญญาณหรือขวัญ ชาวละหู่เชื่อว่าร่างกายคนเรามี 2 ภาคคือ ภาคกายกับจิต ซึ่งทั้งสองเป็นอิสระต่อกันแต่อาศัยซึ่งกันและกัน วิญญาณหรือขวัญ (อ่อฮา) สามารถร่อนลอยออกจากร่างได้เมื่อเกิดเจ็บป่วย เช่น วิญญาณไปเที่ยวขณะเจ้าของหลับ หรือ ถูกผีร้ายกระทำ “ผีขบ” ซึ่งส่วนใหญ่เจ้าของมักจะได้รับภาพวิญญาณรู้เห็นในรูปของความฝันก่อนล้มป่วย การรักษาผู้เจ็บป่วยมักจะทำพิธีเรียกขวัญหรือวิญญาณเข้าร่าง

2.2.3.4 พฤติกรรม ละหู่มิได้คิดว่าความเจ็บป่วยทุกอย่างมีสาเหตุเพราะขาดความบริสุทธิ์ เช่น เด็กทานผลไม้ดิบมากจนปวดท้องหรือคนแก่ที่ป่วยบ่อยๆ แอดๆ ก็ว่ากันไปตามเหตุ

2.2.4 ประเภทของของหมอชนเผ่าละหู่

ชาวละหู่นับถือพระเจ้าโดยผ่านพระประจำหมู่บ้าน **ปอซู่** หรือ (พ่อซุน) หรือ **โตโบ** (โตบน หรือตุ้บุญ) หรือพวกแซ่และเรียก **เชลุปา** ทำหน้าที่ในการสอนศาสนาและเป็นสื่อกลางระหว่างชาวบ้านกับกุซาเมื่อมีความทุกข์หรือปัญหาเกิดขึ้น โดย **โตโบ** มีผู้ช่วยทำหน้าที่สามฝ่ายได้แก่ **สลา** ทำพิธีด้านการเจ็บป่วยหรือทำพิธีรักษาไข้ **ลาส้อ** ทำหน้าที่ขับผีร้ายและโรคภัยออกจากหมู่บ้านและ **อาจา** ทำหน้าที่ช่วยขอพรให้ชาวบ้าน และในกระบวนการดูแลรักษาอาการเจ็บป่วยก็จะมีตัวแทนผู้มีความรู้และชำนาญเฉพาะด้านๆ เป็นที่ยอมรับของชุมชน ได้แก่

2.2.4.1 หมอผี หรือผู้นำทางวิญญาณ (สลา) คือ ผู้ทำหน้าที่เป็นสื่อกลางระหว่างชาวบ้านกับกุซา รวมทั้งกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือผีกับมนุษย์ โดยมีหน้าที่หลักคือการประกอบพิธีกรรมตามความเชื่อของชาวละหู่ ในการดูแลรักษาผู้เจ็บป่วย เช่น การเรียกขวัญหรือวิญญาณที่ออกจากร่าง การเลี้ยงผี การดูหมอ เป็นต้น

2.2.4.2 หมอสมุนไพร (หมอยา) คือ ผู้มีความรู้และความสามารถในการใช้สมุนไพรรักษาโรคต่างๆ การรักษาอาจใช้ร่วมกับพิธีกรรมซึ่งในแต่ละหมอมีลักษณะแตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับประสบการณ์และการได้รับการถ่ายทอด

2.2.4.3 หมอคาถาอาคม (เซผา) คือ ผู้ทำหน้าที่ในการรักษาหรือป้องกันการเจ็บป่วยโดยใช้คาถาอาคม เช่น การขับไล่ผี การแก้คุณไสย การใช้คาถาในการรักษาอาการข้อเท้าแพลง การห้ามเลือด การรักษาแผลไฟไหม้ หรือการใช้คาถาในการต่อกระดูก โดยส่วนใหญ่การใช้คาถาอาคมในการรักษาผู้ป่วยมักใช้ร่วมกับการใช้สมุนไพร ทั้งนี้ผู้ทำหน้าที่จะต้องประพฤติ ปฏิบัติตนอยู่ในศีลในสัตย์ ไม่เสพยาฝิ่นหรือกินของมีนเมาและไม่นอกใจเมีย ซึ่งหากทำตัวไม่ได้มาตรฐานก็จะไม่ศักดิ์สิทธิ์ เพราะเทพยดาอารักษ์ไม่โปรดอีกต่อไป

2.2.4.4 หมอนวด คือ ผู้มีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการจับเส้นในการรักษาโรคผู้เจ็บป่วย การรักษาในหมอแต่ละคนมีลักษณะแตกต่างกัน และอาจมีการใช้สมุนไพรหรือคาถาอาคมร่วมด้วย

2.2.4.5 หมอตำแย คือ ผู้มีความรู้ ความสามารถเกี่ยวกับการทำคลอด โดยหมอตำแยส่วนใหญ่เป็นผู้หญิง ซึ่งการทำคลอดจะมีการใช้สมุนไพร คาถา หรือพิธีกรรมอื่นๆที่เกี่ยวข้องกับการคลอด

2.2.5 ลักษณะอาการ/โรคต่างๆที่ชนเผ่าละหู่รู้จัก

การเจ็บป่วยของชนเผ่าละหู่ส่วนใหญ่มีทั้งโรคที่เกิดขึ้นจากภัยธรรมชาติและโรคที่เกิดจากพฤติกรรม ตลอดจนโรคที่เกิดจากความคิด ความเชื่อตาม โลกทัศน์เกี่ยวกับวิญญาณและผี ซึ่งลักษณะโรคและอาการ ที่หมอละหู่รู้จัก มีดังนี้

2.2.5.1 กลุ่มโรคระบบทางเดินอาหาร

1) ข่าน่าเว หรือ อ้อเพือโก่หน้าเว (โรคกระเพาะอาหาร)

1.1) สาเหตุ เชื่อว่าเกิดจากพฤติกรรมกินที่เปลี่ยนไป เช่น ชอบทานอาหารรสจัด ทานอาหารไม่ตรงเวลา ทานอาหารมากเกินไป ทานอาหารที่แข็ง ทานอาหารสุกๆดิบๆ เช่น ลาบ หลู้ เป็นต้น รวมทั้งยังเชื่อว่าส่วนหนึ่งเกิดมาจากความเครียดหรือมีเรื่องให้คิดมาก

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยมีอาการปวดท้องมีลักษณะแสบร้อน น้ำลายสอ หรือบางครั้งมีอาการท้องเสีย เมื่อรับประทานพริกหรือของเผ็ดเข้าไปจะทำให้เป็นมากขึ้น

1.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการที่พบ

(2) ซักประวัติผู้ป่วยเพื่อประเมินว่ามีประวัติการรับประทานอาหารที่เปลี่ยนไปหรือไม่

(3) ตรวจโดยการคลำบริเวณท้องใกล้ๆ สะดือสังเกตการเต้นของท้อง หรือการฟังเสียงดังของการเคาะถ้ามีเสียงแน่นแสดงว่าเป็นโรคกระเพาะอาหาร

1.4) วิธีการรักษา การรักษาด้วยการใช้สมุนไพร โดยมีวิธีการต่างๆ เช่น

(1) ยากินสด ใช้ใบหรือยอดของยาแก่เกี่ยวกินสด

(2) ยาต้ม โดยใช้ยอดอ่อนของต้นชาทองแช่น้ำร้อนแล้วดื่ม หรือแช่น้ำชาขาวต้มดื่ม หรือใช้รากอาไฟโปต้มดื่ม (ตำรับของหมอลูหมี่)

(3) ยาประคบ โดยนำสี่อเยฟู (หัวปลับปลิง) แคนหมู่ม่า(หญ้าตดหมา) และพอเราะกูสือ(ปูเกาะสือ) ส่วนเสมอภาคนำมาหั่นผสมรวมกัน ห่อผ้าห่มไฟแล้วประคบบริเวณท้อง

(4) การเหยียบ (ข่านะเว) โดยการนำขิงทุบให้ละเอียดใส่ในถาดผสมกับน้ำ นำจอบเผาไฟให้แดง หมอทำการเหยียบน้ำขิงในถาดแล้วเหยียบจอบเข้าไปบริเวณท้องผู้ป่วย ในระหว่างนี้หมอจะเป่าคาถาร่วมในการรักษาด้วย (สูตรลุงอาแป๊ะ)

1.5) ข้อห้าม/ข้อปฏิบัติของคนไข้ หลังการรักษาห้ามผู้ป่วยทานอาหารรสจัด และควรทานอาหารให้เป็นเวลา

1.6) ข้อห้ามหมอ ไม่เปิดเผยคาถาให้ใครรู้

2) วูเป่ ออย์เตเว (ริดสีดวงทวาร)

2.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากการกินแพ้อาหาร หรือกินอาหารที่มีรสจัด และเชื่อว่าเกิดจากน้ำที่ดื่มเข้าไปมีตะกอนเมื่อสะสมเป็นเวลานานๆ ทำให้เกิดเป็นริดสีดวง

2.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะเริ่มมีอาการแสบท้อง ท้องผูก และถ่ายเป็นมูกขาวๆ มีเลือดปน ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ระยะที่ 1 มีอาการแสบท้อง ถ่ายเป็นมูกขาวๆ ระยะที่ 2 มีท้องผูก ถ่ายเป็นมูกปนเลือด ระยะที่ 3 มีก้อนหรือเดือยโผล่ออกมาขณะขับถ่าย

2.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการที่พบ เช่น มีอาการท้องผูก ถ่ายมีเลือดปน มีก้อนหรือเดือยโผล่ออกมาหลังการขับถ่าย เป็นต้น

(2) จากการซักประวัติ เช่น การรับประทานอาหาร การดื่มน้ำ เป็นต้น

2.4) วิธีการรักษา การรักษาจะใช้สมุนไพรในรูปแบบยาต้ม โดยมีวิธีการรักษาดังนี้

(1) วิธีที่ 1 ใช้รากมะกู่ และรากอะมะจะ อย่างละ 1 กำมือ ต้มดื่มแทนน้ำ ถ้าเห็นผลอาการจะดีขึ้น ภายใน 1 วัน

(2) วิธีที่ 2 ใช้รากของปู้ปูโรย 1 กำมือ ต้มดื่มแทนน้ำ (ตำรับยาของหมอนาคา)

2.5) ข้อห้ามผู้ป่วย ไม่กินอาหารที่มีกลิ่นคาวเหม็น เพราะจะทำให้อาการหนักกว่าเดิม ไม่กินน้ำที่สกปรก อาหารที่สกปรก

3) แก่ที (อาการท้องผูก)

3.1) สาเหตุ เชื่อว่าเกิดจากพฤติกรรมรับประทานอาหารที่เปลี่ยนไป เช่น ชอบทานอาหารรสจัด ทานอาหารไม่ตรงเวลา ทานอาหารที่แข็ง ทานอาหารมากเกินไป อาหารดิบๆ สุกๆ อาหารปิ้ง หรืออาหารหมักดอง หรือมีพิษ

3.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอารมณ์เสียบ่อย มีอาการแน่นท้อง จุกอก คลื่นไส้ หรือมีอาการเรอบ่อยๆ

3.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการที่พบ เช่น มีอาการจุกเสียด แน่นท้อง คลื่นไส้ เป็นต้น

(2) จากการซักประวัติ เช่น การรับประทานอาหารที่ผิดปกติหรือมีพิษ เป็นต้น

(3) สัมผัสโดยการเคาะท้องผู้ป่วย (ตบฟังเสียงดังของท้อง) ถ้าเคาะเสียงดัง แสดงว่ามีอาการท้องผูก และสังเกตดูหน้าท้องว่าตึงเหมือนลูกบอลหรือไม่

3.4) วิธีการรักษา รักษาด้วยการเอาขี้เถ้าผสมน้ำนำมาดื่ม และนำมาพอกบนท้อง (ตำรับยาหลวงของละหู่) ถ้าอาการไม่ดีขึ้น ให้เอาควันทันไฟที่จับเป็นก้อนก้อนบนพาดานมาผสมกับ

น้ำจืดและเกลือเล็กน้อย คนให้ทั่ว ตั้งทิ้งไว้ให้ตกตะกอน แล้วเทเอาน้ำใสๆ ดื่มวันละ 2 เวลา เช้า เย็น จะทำให้อาการเรอหรือแน่นท้องดีขึ้นตามลำดับ

5) ข้อห้ามผู้ป่วย ควรระมัดระวังเรื่องอาหารการกิน

4) แคะอ้อเว หรือ ลูเปิ้ลเว หรือ อ้ากะไลเว (โรคท้องร่วง)

4.1) สาเหตุการเกิด การรับประทานอาหารไม่สะอาด อาหารที่บูดเน่า อาหารที่มีรสเปรี้ยวจัด หรือทานอาหารประเภทมันหมูมากเกินไป นอกจากนี้ยังเชื่อว่ากรณีที่เป็นตกตายคนที่ทำงานหนักจะทำให้เกิดอาการท้องร่วงได้

4.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการปวดท้อง ถ่ายเป็นน้ำ อ่อนเพลียไม่มีเรี่ยวแรง

4.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น ลักษณะการไอมีเลือดปน ถี่ แห้งๆ และดูรูปร่างลักษณะของผิวพรรณคนไข้ เช่น ผิวดำคล้ำ ชุ่มพอม เป็นต้น

(2) จากการซักประวัติ เช่น การสูบบุหรี่หรือฝิ่น หรือระยะเวลาการไอ เป็นต้น

4.4) วิธีการรักษา ใช้ยาสมุนไพรในการรักษา โดยมีวิธีการ ดังนี้

ใช้ใบหรือยอดฝรั่งสด ล้างให้สะอาดเคี้ยวกลืนครั้งละ 2-3 ใบ หรือใช้เปลือกนาฬี 1 กำมือ ทูบแช่น้ำดื่มต่างน้ำหรือวันละ 2 เวลา เช้า เย็น จะทำให้อาการท้องเสียดีขึ้น

4.5) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วย ขณะเข้ารับการรักษาจะต้องล้างมือก่อน-หลังเข้าห้องน้ำ ให้สะอาดเพื่อการป้องกันการแพร่กระจายของโรค ส่วนอาหาร ให้กินอาหารอ่อนๆ เช่น ข้าวต้ม ผสมเกลือ เป็นต้น

5) จาหยะเว (อาหารเป็นพิษ)

5.1) สาเหตุการเกิด กินอาหารผิด เช่น กินอาหารที่ร่างกายไม่รับ

5.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการหน้ามืด ตาลาย คลื่นไส้ อาเจียน

5.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น อาการหน้ามืด ตาลาย คลื่นไส้ อาเจียน

(2) จากการซักประวัติ เช่น ระยะเวลาการกินอาหารกับการเกิดอาการ การแพ้อาหารที่กินเข้าไป เป็นต้น

5.4) วิธีการรักษา การรักษา มี 2 วิธี

(1) วิธีที่ 1 การใช้วิธีหนามยอกเอาหนามบ่ง หรือเอาสิ่งที่แพ้มาแก้อาการ เช่น หากกินไก่แล้วเกิดอาการแพ้ก็จะนำกระดูกไก่ไปเผาแล้วแช่น้ำดื่ม

(2) วิธีที่ 2 การใช้สมุนไพรแก้อาการ มี 2 รูปแบบ ได้แก่

- ยาต้มดื่ม ใช้เปลือกเซจิพ้อ รากอ้อชะ รากชื่อน้อ สิ่งละ 1 กำมือต้มน้ำดื่มครั้งละ 1 แก้วหรือดื่มต่างน้ำจนอาการดีขึ้น

- ยาต้มอาบ จะใช้ในกรณีนอนไม่หลับ จะใช้ หงะซ้อจี มามูเออะ กะซุจี แคนนูมา สิ่งละ 1 กำมือมาต้มอาบ 2 ครั้ง ก่อนปล่อยวัวควายออกจากบ้าน และหลังจากวัวควายเข้าบ้าน เพราะเชื่อว่าการปล่อยวัวควายตอนเช้าเหมือนกับเอาโรคไปด้วย วัวควายเข้าบ้าน เชื่อว่าในสัตว์จะไม่มีโรคภัยไข้เจ็บติดตัวมาด้วย

6) หงูเปื้ออเว (อาการร้อนใน)

6.1) สาเหตุการเกิด ทานอาหารรสจัด เช่น กินเผ็ด

6.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีแผลในปากมีลักษณะเป็นแผลสีขาวขอบแดง ขึ้นบริเวณเพดาน ริมฝีปากด้านในหรือในลำคอ แผลดังกล่าวเมื่อโดนน้ำหรือกินของเปรี้ยวจะแสบมาก

6.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น มีแผลในปาก แสบร้อน

(2) จากการซักประวัติ เช่น การทานอาหารรสจัด

6.4) วิธีการรักษา รักษาโดยใช้สมุนไพร ได้แก่

(1) ใช้สมุนไพรรักษาแผลในปาก โดยใช้ ต้นแหละหย่อย (หญ้าเอ็นยัด) 1 กำมือตำแช่ดื่ม หรือนำใบบวบก 1 กำมือ กินสดๆ หรือน้ำดื่ม หรือน้ำต้มต่างน้ำ

(2) ใช้สมุนไพรลดความร้อนภายในร่างกายหรือแก้อาการร้อนใน โดยนำหัวพลับพลึง 1 กำมือ นำมาทุบประคบที่หน้าท้อง ทำวันละ 2 ครั้ง เช้า เย็น จะทำให้ความร้อนภายในร่างกายลดลง

6.5) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วย ขณะรักษาห้ามดื่มน้ำเย็น เพราะจะทำให้ร้อนในเพิ่มขึ้น ห้ามกินอาหารแสลง หรืออาหารที่ร้อน เช่น พริก น้ำร้อน จะทำให้แสบแผลและแผลหายช้า

2.2.5.2 กลุ่มโรคตา

1) แมะซีหน้าเว (โรคตาแดง)

1.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากตาสัมผัสกับสิ่งแปลกปลอม เช่น เศษหญ้า แมลงเข้าตา หรือถูกควันไฟหรือเขม่าที่มีพิษต่างๆ

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการเคืองและแสบตา ตาแดง บวม และมีขี้ตา เวลา มองแสงแดดมักจะไม่วิวแสง

1.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการที่พบ เช่น อาการตาแดง แสบ มีขี้ตา เป็นต้น

(2) จากการชักประวัติ เช่น การสัมผัสกับสิ่งแปลกปลอม แมลงเข้าตา เป็นต้น

1.4) วิธีการรักษา มีทั้งมีการรักษาโดยใช้สมุนไพรรักษาและวิธีป้องกันการเป็นโรคตามความเชื่อที่ปฏิบัติมา โดยการรักษาโรคตานี้มี 2 วิธี ได้แก่

(1) วิธีที่ 1 การใช้ยาปัสสาวะของผู้ป่วยมาล้างตาวันละ 1 ครั้ง ทุกเช้า

(2) วิธีที่ 2 การใช้ไอ้ร้อนจากน้ำชารมตา

1.5) วิธีการป้องกัน โรคตาแดงตามความเชื่อของชาวละหู่มี 2 วิธี ได้แก่

(1) วิธีที่ 1 ผู้ที่เป็นโรคตาแดงให้สวมเสื้อสีแดงเพื่อป้องกันการติดโรคตาแดง ส่วนผู้ที่ยังไม่เป็นให้นำผ้าสีแดงมาผูกข้อมือหรือห้อยคอไว้

(2) วิธีที่ 2 นำพริกขี้หนู จำนวน 3 เม็ด แขนงห้อยไว้ที่ประตูหน้าบ้าน เพราะเชื่อว่าโรคตาแดงจะไม่กล้าเข้ามาในบ้าน

1.6) ข้อห้ามของผู้ป่วย ห้ามผู้ป่วยที่เป็นโรคตาแดงมองเห็นคนอื่น

2) แมะฟู่หะเว (ผงเข้าตา)

2.1) สาเหตุการเกิด ฝุ่นละออง หรือผงขี้เถ้าเข้าตา

2.2) ลักษณะอาการ เคืองตา กระพริบตาจะมีการแสบตา ลืมตาไม่ได้

2.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น อาการแสบตา ลืมตาไม่ได้

(2) จากการซักประวัติมีผงเข้าตา

2.4) วิธีการรักษา โดยเอาน้ำใส่แก้วแล้วเป่าคาถา ให้คนไข้เอาน้ำไปล้างตา ประมาณ 1-2 นาทีอาการจะดีขึ้น

3) แมะมะหม่อคะเว (อาการ ตาพลาหมั่ว)

3.1) สาเหตุการเกิด เกิดจากคนอายุมาก เป็นโรคขาดสารอาหาร หรือเป็นโรคเบาหวานขึ้นตา

3.2) ลักษณะอาการ มองไม่ชัด

3.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น อาการมองเห็นไม่ชัด ตาพลาหมั่ว

(2) จากการซักประวัติ เช่น การขาดสารอาหาร หรือโรคเบาหวาน เป็นต้น

3.4) วิธีการรักษา

(1) ต้มน้ำชา และให้ไออุ่นของน้ำชาอังไออุ่นของน้ำชาให้เข้าตา

(2) ใช้ยาสมุนไพร (ยาอบ) มีตัวยาคังนี้ ใบคาไวย ใบก่ง (ใบดอกไม้กวาด) ใบหญ้าคา ใบยี่หื้อต้อย ใบและเปลือกกำสุนาปอตุ ใบหรือเปลือกกำสุ เปลือกอุ้ฟู อย่างละ 1 กำมือ นำมาต้มแล้วอบไอน้ำหรือนำมาล้างตา

3.5) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วยสาเหตุ ห้ามทานอาหารคาว เช่น ปลา ไก่ วัว ควาย

2.2.5.3 กลุ่มโรคผิวหนัง

1) แห้มแสะเว (โรคมะเร็งไขปลา)

1.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากถูกใบไม้ที่มีพิษโดยเฉพาะต้นกล้วยเน่าที่หมักหมมเป็นเวลานาน เมื่อเดินเหยียบหรือสัมผัสจะทำให้เกิดอาการคันขึ้น

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการคันและเจ็บบริเวณผิวหนัง เมื่อเกาจะทำให้เกิดเป็นตุ่มน้ำหนองใสเล็กๆ มีลักษณะเป็นวงกลมบนผิวหนัง

1.3) วิธีการวินิจฉัย

- (1) สังเกตจากอาการที่พบ
- (2) จากการซักประวัติผู้ป่วย มีประวัติการเข้าป่าและสัมผัสกับพืชมีพิษ หรือต้นกล้วยเน่า เป็นต้น

1.4) วิธีการรักษา จะเน้นการรักษาภายนอก โดยใช้สมุนไพรในรูปแบบต่างๆ ได้แก่

(1) การรมควัน เป็นการนำสมุนไพรมาเผาเอาควันรมใส่แผล โดยใช้สมุนไพรร่วม การรักษามี 2 วิธี ได้แก่

- วิธีที่ 1 ใช้ไม้เกี้ยวจุดไฟเผาควันใส่แผลโดยมีผ้าขาววางบนแผล พร้อมเป่าคาตา ผลการรักษาจะเห็นผลภายใน 1 วัน (สูตรของหมอจะแป๊ะ)

- วิธีที่ 2 ใช้น้ำมันหมูรดบนผ้าขาวนำไปจุดไฟเผาควันใส่แผล

(2) การพอก ใช้ต้นแห้มแสะเวและหมีจาเพื่อ 1 กำมือ ตำพอกจนกว่าอาการดีขึ้น

1.5) ข้อห้ามของหมอ ห้ามบอกคาตาให้คนอื่นทราบ เวลาเป่าคาตาไม่ให้ออกเสียง และถอนหายใจ

2) ชาชู (โรคฝี)

2.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากไขมันอุดตันแล้วทำให้เกิดการติดเชื้อ รวมทั้งเชื่อว่าเกิดจากไปงโมยไข่ของผู้อื่นมากินโดยไม่ได้รับอนุญาต

2.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีก้อนขึ้นบริเวณผิวหนัง ลักษณะไม่มีหัว คัน ขึ้นประมาณ 2-3 วัน ตุ่มจะขยายใหญ่ขึ้นเริ่มมีความรู้สึกร้อนบริเวณที่เป็น บางรายอาจมีไข้ เมื่อเป็นนานขึ้นตุ่มจะเริ่มมีหัวสีดำ หรือขาวขุ่นคล้ายหนองและผิวหนังมีลักษณะแดงบริเวณรอบๆ

2.3) วิธีการวินิจฉัย

- (1) สังเกตจากอาการที่พบ เช่น มีก้อนขึ้นบริเวณผิวหนัง คัน เป็นต้น
- (2) สอบถามประวัติ เช่น ไปจมน้ำของผู้อื่นมากินโดยไม่ได้รับอนุญาตหรือไม่

2.4) วิธีการรักษา ใช้สมุนไพรและสัตว์ทำเป็นยา โดยรูปแบบของยาที่ใช้รักษา 2 รูปแบบ ได้แก่

- (1) ยาพอก เพื่อให้หัวฝีหลุด ป้องกันการลามของฝีและบรรเทาอาการแสบร้อน มี 2 วิธี ได้แก่

- วิธีที่ 1 ใช้น้ำดีหมูทาบริเวณที่เป็นวันละ 2 ครั้ง เช้า เย็น
- วิธีที่ 2 ใช้น้ำเกลือผสมกับน้ำเปล่าทาบริเวณที่เป็นฝี วันละ 2 ครั้ง เช้า เย็น
- วิธีที่ 3 ใช้น้ำหรือรากสดของแห้ว (อบเชยเถา) ตำพอกเพื่อบรรเทาอาการ

แสบร้อน

- (2) ยาต้ม เพื่อป้องกันการอักเสบของฝี โดยใช้ดีหมูตากแห้งมาต้มกิน

2.5) ข้อห้ามของผู้ป่วย ห้ามกินไก่ วัว ควาย ปลา ต้มหอม ผักชี เพราะเชื่อว่าจะทำให้มีอาการปวดฝีมากขึ้น

3) คีอิจิว (โรคน้ำกัดเท้า)

3.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากการไปสัมผัสหรือเหยียบของหมักหมม เช่น ใบบัวที่เน่าเปื่อย หรือตอต้นกล้วย หรือเท้าเปียกชื้นเป็นระยะเวลานาน

3.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีคันบริเวณนิ้วมือ นิ้วเท้า หรือตามซอกง่ามมือจะเป็นมากเมื่ออับชื้นหรืออากาศร้อน

3.3) วิธีการวินิจฉัย

- (1) สังเกตจากอาการที่พบ เช่น อาการคันบริเวณนิ้วมือหรือเท้า
- (2) จากการซักประวัติ เช่น การไปสัมผัสหรือเหยียบของหมักหมม เช่น ใบบัวที่เน่าเปื่อยหรือตอต้นกล้วย

3.4) วิธีการรักษา ใช้ต้นมีคือติคาสี ตำพอกใส่ขี้เถ้า-ขี้เถ้า เช้าเย็น จนกว่าอาการดีขึ้น (สูตรของหม้ออาแปะ จูแปะ)

3.5) ข้อห้ามผู้ป่วย ห้ามเหยียบในอ่างที่มีน้ำขังและมีน้ำเน่า เพราะจะทำให้เป็นโรค น้ำกัดเท้าได้

4) บิ้อจีเว (โรคฮิต)

4.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากเทพเจ้าสาปแช่งจากการไม่ดูแลความสะอาด โดยเฉพาะการสวมเสื้อผ้าที่หมักหมม

4.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีผื่นหรือตุ่มเล็กๆ ใส ๆ ขึ้นตามบริเวณผิวหนังที่อ่อน เช่น รักแร้ หน้า หรือท้อง จะมีอาการคันยิ่งเกา ยิ่งคัน ถ้าเป็นนานจะลามไปเรื่อยๆ เป็นบริเวณกว้าง

4.3) วิธีการวินิจฉัย

- (1) สังเกตจากอาการที่พบ เช่น มีผื่นขึ้นบริเวณผิวหนังที่อ่อน อาการคัน
- (2) จากการซักประวัติ เช่น การขยายของผื่นเป็นมากขึ้น การแพ้ เป็นต้น

4.4) วิธีการรักษา

มีวิธีการรักษา 3 วิธี ได้แก่

(1) วิธีที่ 1 นำเมล็ดสบู่เฒ่าหรือคว่ำให้ใหม่ นำมาฝนกับน้ำทาบริเวณที่เป็น วันละ 2 เวลา เข้า เย็นจนอาการดีขึ้น

(2) วิธีที่ 2 นำเมล็ดมันแกวเฒ่าและบดเป็นผงห่อผ้า นำไปชุบน้ำทาบริเวณที่คัน วันละ 2 เวลา เข้า เย็นจนอาการดีขึ้น

(3) วิธีที่ 3 ใช้ดินประสิวผสมเมล็ดสบู่เฒ่าหรือคว่ำให้ใหม่ และเมล็ดมันแกวเฒ่าบดเป็นผงมาทาบริเวณที่เป็น วันละ 2 เวลา เข้า เย็น ประมาณ 5-6 วัน หรือจนอาการดีขึ้น

4.5) ข้อห้ามผู้ป่วย ห้ามกินอาหารคาวโดยเฉพาะเนื้อวัว ควาย และปลา เพราะเชื่อว่าจะทำให้คันมากขึ้น และควรรักษาความสะอาดบริเวณที่เป็น

5) แม่เว (แผลอักเสบมีหนอง)

5.1) สาเหตุการเกิด เกิดจาก อุบัติเหตุ หรือแมลงกัดต่อย

5.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะปวด บวม แดง ร้อนบริเวณแผล และมีหนอง บางรายอาจมีอาการตัวร้อนหรือมีไข้ร่วมด้วย

5.3) วิธีการวินิจฉัย

- (1) สังเกตจากอาการ เช่น ปวด บวม แดง ร้อน บริเวณแผล
- (2) จากการซักประวัติ เช่น ระยะเวลาเป็นแผล เป็นต้น

5.4) วิธีการรักษา ถ้ามีหนองให้ใช้ไม้จิ้มหนองออก จากนั้นจึงเอาน้ำร้อนเช็ด ใช้หญ้าสาบเสือผสมกับเกลือตำพอก กรณี แผลฉกรรจ์ ให้เอาใบออกกะชาก่อเยื่อ ชุบน้ำแล้วบีบเอาน้ำใส่แผล ป้องกันแผลเกิดหนอง

5.5) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วย ห้ามกินยอดฟักทอง มะเขือเทศและอาหารคาว เนื่องจาก จะทำให้มีอาการคันได้

6) กือเซะเว (อาการผื่นคัน)

6.1) สาเหตุการเกิด เกิดจากการสัมผัสต้นกือเซะ ซึ่งเป็นพืชมีพิษ

6.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีผื่นหรือตุ่มคันขึ้นตามร่างกายมีลักษณะเป็นตุ่มน้ำใสๆ

6.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น มีผื่นที่มีลักษณะตุ่มใส คัน

(2) จากการซักประวัติ เช่น การเข้าป่าหรือสัมผัสหรืออยู่ใต้ต้นกือเซะ

6.4) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วย ห้ามกินถั่วเน่า จิง หอมแป้น (หอมชู) เพราะเชื่อว่าจะทำให้แผลของตุ่มเน่า

7) อหมีชีเว อีกะฮือฮอชีเว (แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก)

7.1) สาเหตุการเกิด เกิดจากผิวหนังถูกความร้อนสูง เช่น ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

7.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยมีอาการเป็นตุ่มพุพองใสๆ แสบร้อนหลังจากผิวหนังถูกความร้อนสูง

7.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น ผิวหนังพุพอง จากการถูกความร้อนที่สูง

(2) จากการซักประวัติ เช่น การถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก หรือไฟฟ้าช็อต

7.4) วิธีการรักษา เป็นการใช้สมุนไพรในการรักษาอาการอักเสบ ปวดแสบปวดร้อนของแผล ดังนี้

(1) นำ แผลกอต 1 กำมือ ทูบบีบเอาน้ำทาแผล วันละ 2 ครั้งเช้า เย็น

(2) เอา ไข่ดิบ 1 ฟอง ทั้งไข่ขาวและแดง ทาขณะที่เป็นแผลใหม่ๆ เพื่อป้องกันการเป็นแผลเป็น

(3) ใช้ใบมะเขือสับตำใส่เกลือ ทาบริเวณแผลวันละ 2 ครั้งเช้า เย็น จะทำให้แผลหายเร็วขึ้น (หมอลู่เหม)

7.5) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วย หากแผลมีน้ำหนองหรือ อักเสบ ควรงดกินถั่วเน่า จิง หอมชู เพราะจะทำให้แผลหายช้าและอักเสบบากขึ้น

2.2.5.4 กลุ่มโรคกล้ามเนื้อ กระดูและข้อ

1) กระดูกหัก

1.1) สาเหตุการเกิด เกิดจากอุบัติเหตุ รถชน หกล้ม หรือตกต้นไม้

1.2) ลักษณะอาการ อวัยวะผิดปกติ ปวดบริเวณกระดูกหัก

1.3) วิธีการวินิจฉัย

- (1) สังเกตจากอาการ เช่น อวัยวะที่เป็นผิดปกติ หรือมีอาการปวด บวม
- (2) จากการซักประวัติ เช่น การเกิดอุบัติเหตุ การกระทบต่ออวัยวะที่เป็น

1.4) วิธีการรักษา มีการรักษาด้วยกันหลายวิธี ทั้ง การตามกระดูก การใช้สมุนไพรรักษา และการใช้คาถา ซึ่งการรักษาจะแบ่งตามระยะเวลาการเจ็บป่วย ถ้ากระดูกหักใหม่ๆ รักษาได้ประมาณ 7 วัน จะหายเป็นปกติ และกรณีที่เกิดอุบัติเหตุมานานและไม่รีบไปรักษาอาการจะหายช้าประมาณ 1-2 เดือน

(1) วัสดุ-อุปกรณ์ ผู้ที่จะรักษาต้องเตรียมอุปกรณ์ ได้แก่ ข้าวสาร 1 แก้ว ด้ายสายสิญจน์สีขาว แดง ดำ (เชื่อว่าเชือกแต่ละสีแทนเลือด ดำและเลือดแดง ส่วนสีขาวก็เพื่อให้เกิดการรักษาที่ดีขึ้นเชื่อว่าเป็นสิบริสุทธิ์) มีดหมอ เพื่อตัดทำไม้ค้ำแขนของผู้ป่วย และ ไม้สน (ไม้เกี้ยว) หรือไม้ไผ่ (เพื่อทำไม้ค้ำบริเวณที่หัก)

(2) วิธีการตาม จะเริ่มด้วยหมอเป่าคาถาและให้น้ำมนต์คนไข้ดื่มและนำไปทาบริเวณที่กระดูกหัก ถ้าคนไข้ดื่มแล้วมีก้อนเลือดออกจากปากหรือออกทางปัสสาวะ เชื่อว่าเป็นเลือดเสียออกจากร่างกาย หลังจากเป่าคาถาเสร็จจะใช้ไม้เกี้ยวผ่าเป็นซี่ๆ ถ้ากระดูกหักไม่มากจะใช้ต้นสนผ่าเป็น 2 ส่วน ทาบมัดบริเวณที่กระดูกหัก ใช้ผ้ารองหน้ากระดูกที่หัก มัดด้วยผ้า การมัดต้องมัดให้แน่นถ้ามัดไม่แน่นกระดูกจะเคลื่อนได้ กรณีกระดูกหักจนละเอียด (หักมาก) จะใช้ไม้สนผ่าเป็น 4 ส่วนและใช้ผ้าบางๆ รองก่อน แล้วหุ้มห่อด้วยไม้สนและใช้ผ้ามัดให้แน่น สมุนไพรที่ใช้ในการรักษากระดูกหัก โดยนำไปจีนะ ใบนาก้อ ใบกะนะเป่ อย่างละ 1 กำมือผสมกันตำให้ละเอียด นำไปนึ่งให้ร้อน รอให้อุ่นนำมาประคบ ทำทุกวันๆละ 2 ครั้ง เช้า เย็น จนอาการดีขึ้น ละมีการเป่าคาถาประกอบการรักษาซึ่งจะเป่าประมาณ 3 วันกว่าๆ คนป่วยจะมีอาการคันแสดงว่ากระดูกกำลังจะต่อกัน การตามไม้จะตามไว้ประมาณ 7 วัน ก็จะมีอาการดีขึ้น เมื่อตามกระดูกแล้วหมอมจะนัดมาดูอาการโดยจะแกะดูกระดูกที่ตามไว้วันละ 1 ครั้ง และถามคนไข้ว่าแน่นหรือหลวมเมื่อมัดเชือกตามไว้ เพราะอาการของแผลขนาดของการบวมจะลดหรือเพิ่มแล้วแต่อาการของคนไข้ให้การมัดเชือกแน่นหรือหลวมมากจนเกินไป

1.5) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วย

- (1) ห้ามแกะไม้ หมอมจะทำการแกะให้เอง หรือเปลี่ยนไม้ตามใหม่ให้เอง
- (2) ห้ามยกของหนัก
- (3) คนที่ป่วยนานๆ จะเป่าให้และประคบให้วันละ 2 ครั้ง ห้ามแกะไม้ตามออกเอง แต่ถ้าอาการดีขึ้นต้องให้หมอมเป็นคนเอาออกให้

(4) ห้ามดื่มเหล้าทั้งหม้อและคนป่วย เพราะเชื่อว่าเมื่อเหล้าเข้าผลกระดูกจะไม่ต่อกัน และแผลจะหายช้าและกระดูกจะต่อช้าและมีอาการเจ็บป่วย แม้กระทั่งคางยังไม่สามารถที่จะสู้เหล้าได้

(5) ทานอาหารให้ครบ 5 หมู่

2) คือแชนแฆ (อาการข้อเคล็ด-เท้าแพลง)

2.1) สาเหตุการเกิด เกิดจากอุบัติเหตุทำให้ข้อเท้าพลิก แผลง

2.2) ลักษณะอาการ เจ็บปวดตามข้อ ข้อบวม

2.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น บริเวณเส้นเอ็นจะพองหรือบวมขึ้นบริเวณ

(2) จากการซักประวัติ เช่น เกิดอุบัติเหตุทำให้ข้อเท้าแพลง เป็นต้น

2.4) วิธีการรักษา

(1) บีบนวดบริเวณที่เจ็บให้ข้อเคล็ดเข้าที่เก่า

(2) ดึงบริเวณที่เจ็บ

(3) เป่าคาถา

- กรณีที่ไม่หายจะใช้ทั้งห้าของต้นหน้าเกาะ อแชแจ้ ต้นแชแจ้ใช้ใบ ขยี้ตัวยาสดหรือทุบเอามาพอกแผล และใช้มีดกรีดแผลให้มีเลือดออกมาแล้วนำยาพอกบริเวณแผล ๆ

- กรณีกรีดผิวหนังจะใช้ใบหญ้าคาหรือผิวไม้ไผ่กรีดให้มีแผล เพื่อเป็นการขับพิษหรือเลือดที่ไม่ดีออกมาและให้ฤทธิ์ยาเข้าไปในแผลเพื่อการรักษาแผลให้ข้อไม่แพลง

2.5) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วยสาเหตุ

(1) ห้ามเดินบ่อย กรณีข้อเท้าแพลง

(2) ห้ามยกของหนัก กรณีมือเคล็ด

3) ออโตอมาหน้าเว (อาการปวดเมื่อย)

3.1) สาเหตุการเกิด เกิดจากการทำงานหนักนานๆ หรือเดินในระยะทางไกลๆ

3.2) ลักษณะอาการ ปวดเมื่อยตามร่างกาย

3.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น ปวดเมื่อย

(2) จากการซักประวัติ เช่น การทำงานที่หนักเพื่อหาสาเหตุ หรือเดินระยะไกล

3.4) วิธีการรักษา

(1) นวด

(2) ดมน้ำอุ่นล้าง เพื่อให้เส้นคลาย

(3) เอาไม้หอมมาดองเหล้า

(4) ดมยาต้ม (เอาเปลือกไม้หอม เช่น ทอกือฮอ ใช้เปลือก)

3.5) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วยสาเหตุ

2.2.5.5 กลุ่มโรคไข้

1) ฮอน่าซีหน้าเว หรือ ซาเกเว (ไข้ตัวร้อน)

1.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากสภาพอากาศเปลี่ยนแปลงไปโดยเฉพาะช่วงการเปลี่ยนฤดูกาลจากฤดูหนาวไปฤดูร้อนทำให้ร่างกายอ่อนแอ และเชื่อว่าการสูบบุหรี่ หรือการตากแดดเป็นเวลานาน ๆ ก็เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการไข้

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการปวดศีรษะ ร้อนๆ หนาวๆ

1.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น อาการปวดศีรษะ ตัวร้อน อาการร้อนๆ หนาวๆ

(2) จากการซักประวัติ เช่น การตากแดดเป็นเวลานาน หรือ การสูบบุหรี่หรือ
ฝืน เป็นต้น

(3) สัมผัสด้วยหลังมือตามผิวหนังว่าคนไข้มีอาการไข้ตัวร้อนหรือไม่

(4) ตรวจโดยการดึงผิวหนังบริเวณที่รวมของเส้นประสาท เช่น คอ หน้าผาก กลางคิ้ว หรือหลัง โดยจะสังเกตดูเลือดว่าบริเวณที่ดึงว่ามีสีคล้ำหรือไม่ ถ้าคล้ำ หรือเป็นจุดๆ สีดำ หรือเป็นก้อน แสดงว่าเป็นไข้ตัวร้อน

1.4) วิธีการรักษา มี 2 วิธี คือการดึงผิวหนัง และการใช้สมุนไพร

(1) วิธีที่ 1 การดึงผิวหนัง เพื่อผ่อนคลายการเกร็งของกล้ามเนื้อ การกระตุ้นให้เลือดไหลเวียนดี บริเวณที่ดึงมักเป็นที่รวมของเส้นประสาท เช่น บริเวณคอ หน้าผาก และหลัง วิธีนี้จะใช้เฉพาะผู้ใหญ่เด็กห้ามใช้ เนื่องจากร่างกายบอบบาง แต่ทนแต่การเจ็บป่วยขณะดึงไม่ได้

(2) วิธีที่ 2 รักษาอาการไข้ด้วยยาสมุนไพร มีด้วยกัน 2 รูปแบบ ได้แก่

- ยาพอก เพื่อลดอาการไข้ หรือขับพิษให้ออกจากร่างกาย โดยใช้ใบนอ ฝะ ใบมะขาม ใบออกาเนาะป่า อย่างละ 1 กำมือ ตำผสมกันให้ละเอียด นำมาพอกบริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้า หัว และหน้าผาก วันละ 2 ครั้ง เช้า เย็น จนอาการตัวร้อนลดลง

- ยาต้ม ใช้ลดอาการตัวร้อน โดยใช้ รากพะโล้ รากนิ้วหนู (ชื้อบู่) รากฮ่อมบ้าน (นอเก้) ใช้อัตราส่วนเสมอกากอย่างละ 1 กำมือ ต้มดื่มวันละ 2 ครั้ง เช้า เย็น หรือดื่มแทนน้ำ จนกว่าอาการตัวร้อนจะลดลง ถ้าอาการไม่ดีขึ้นใช้สมุนไพรต้มอาบ

- ยาต้มอาบ ใช้ใบยะง้า (เปล้าหลวง) เคะหนูมา (นางแย้ม) ใช้ใบและต้นคะเซยี อย่างละ 1 กำมือผสมกันนำมาต้มอาบ วันละ 2 ครั้ง เช้า เย็น

2) หนาพะเว (โรคไข้มลาเลีย)

2.1) สาเหตุ เชื่อว่าเกิดจากยุงลายกัด และคั้งน้ำสกปรกหรือน้ำที่เน่าที่มีลักษณะเป็นน้ำสีเหลืองที่อยู่ตามป่า (น้ำฮาก)

2.2) ลักษณะอาการ มีอาการหนาวสั่น (รู้สึกร้อน-รู้สึกหนาว) อาการดังกล่าวเป็นอยู่ประมาณ 10 วัน หลังจากนั้นจะเริ่มมีอาการตัวเหลืองและชืด ในระหว่างนี้เมื่อกินอาหารแสดงเข้าไป เช่น หน่อไม้คอง เนื้อไก่ จะทำให้รู้สึกร้อนหนาวขึ้นทันทีภายใน 2-3 วัน

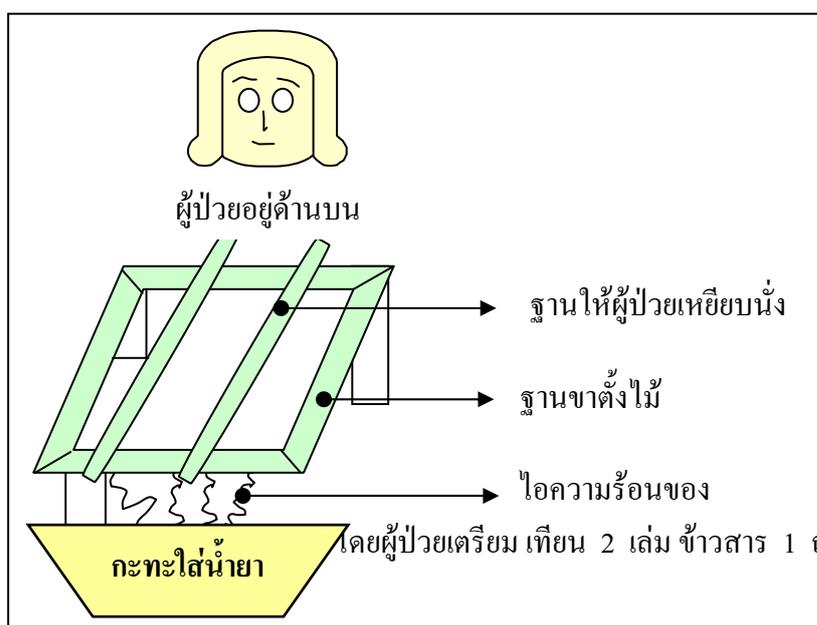
2.3) วิธีการวินิจฉัย

- (1) สังเกตจากอาการ เช่น อาการหนาวสั่นและลักษณะผิวพรรณของคนไข้
- (2) จากการซักประวัติผู้ป่วย เช่น ลักษณะไข้ ตัวเหลือง ตามถึงการถูกยุงกัด หรือมีประวัติการกินน้ำฮาก ระยะเวลาที่เกิดอาการ เป็นต้น
- (3) คูสีของเลือดจากการเจาะบริเวณปลายนิ้ว ซึ่งคนเป็นไข้มลาเลียมักจะมีเลือดสีแดงชืดออกเหลืองเล็กน้อย

2.4) วิธีการรักษา

การรักษามีการใช้สมุนไพร และการใช้พิธีกรรม ได้แก่

- (1) ยาต้ม ใช้รากนาเพื่อแซ รากยาแก้คู้ย ใบและรากของต้นนุเต้คือ รากและเถาคั้นยาแก้ขม ใช้อัตราส่วนเสมอภาค อย่างละ 1 กำมือต้มคั้งครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3 เวลา ก่อนอาหาร เข้า กลางวัน เย็น
- (2) ยาอบ ใช้ใบของต้นนาเพื่อแซ ใบและเถาคั้นยาแก้คู้ย เถาคั้นยาแก้ขม อย่างละ 1 กำมือ นำไปคั้งในกระทะให้เป็นไอและให้ผู้ป่วยนั่งบนฐานไม้ไผ่สี่เหลี่ยมที่ตรงกลางมีช่องว่าง พร้อมห่มผ้าห่ม (การห่มผ้าห่มจะต้องไม้ใส่เสื้อผ้าให้ใช้ผ้าห่มคลุมตัวทั้งหมด) นั่งอบประมาณ 30 นาที - 1 ชั่วโมงหรือขึ้นอยู่กับความทนของผู้ป่วย ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 2.1 การอบยา

2.5) ข้อห้ามและข้อปฏิบัติของผู้ป่วย ขณะรักษาห้ามผู้ป่วยมีเพศสัมพันธ์กับสามีหรือภรรยา ประมาณ 2-3 วัน และไม่ควรทำงานหนัก หลังจากการรักษาห้ามคนไข้กินอาหารแสลง เช่น หน่อไม้ดอง เนื้อไก่ ปลา ผักดอง แตงกวา ผักกาด มะขามป้อม (กินได้ไม่เกิน 3 เม็ด)

2.2.5.6 กลุ่มโรคหู คอ

1) ต้อโพะเว (โรคคางทูม)

1.1) สาเหตุการเกิด ไม่รู้ทราบสาเหตุของโรคคางทูม

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการไข้ ตัวร้อนและบริเวณคางจะมีลักษณะบวมแดงและร้อน

1.3) วิธีการตรวจวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการที่พบ

(2) จากการซักประวัติผู้ป่วย เช่น ลักษณะอาการ และระยะเวลาที่เกิด

(3) ตรวจโดยการใช้นิ้วหลังมือสัมผัสบริเวณคางถ้าเป็นจะมีความรู้สึกร้อน

และแดง

1.4) วิธีการรักษา

(1) ยาฝน คั้นแก้อาการไอและเจ็บคอ โดยใช้ไข่ขุ่นเปลือกที่ต้มผ่านเป็นช้อนนำไปนึ่งให้สุกแล้วตากให้แห้งทำเป็นยาฝนคั้นวันละ 1 ถ้วย 3 เวลาเช้า กลางวัน เย็นก่อนอาหาร

(2) ยาพอก มี 2 วิธี ได้แก่

- ใช้ปูนขาวละลายน้ำสะอาด ทาพอกบริเวณที่เป็นวันละ 1 ครั้ง ตอนเย็น จนกว่าอาการปวด บวมจะหายไป หรือใช้

- นำไข่ขุ่นเปลือกที่ต้มผ่านเป็นช้อนนำไปนึ่งให้สุกแล้วตากให้แห้งทำเป็นยาฝนทาบริเวณที่เป็น

1.5) ข้อห้ามของคนไข้ ในระหว่างการรักษาห้ามผู้ป่วยกินอาหารคาว เพราะเชื่อว่าจะทำให้เป็นหนอง

2) หนองโปแปว (หนองหัว)

2.1) สาเหตุการเกิด น้ำเข้าหูและมีการอักเสบภายในหู

2.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการเจ็บหู ดังเหมือนโดนดิ่ง จากนั้นจะมีน้ำหนองไหลออกมา มีกลิ่นเหม็น

2.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น อาการหูตึง มีน้ำหนองไหลออกมาจากหู

(2) จากการซักประวัติ เช่น การเล่นน้ำ น้ำเข้าหู

2.4) วิธีการรักษา รักษาโดยใช้สมุนไพร มี 4 วิธี ได้แก่

- (1) วิธีที่ 1 นำต้น ยี่อบอจีจี 1 กำมือ ทบบิบเอาน้ำ หยอดใส่หู วันละ 2 ครั้ง
เช้า เย็น ทำจนกว่าจะหาย
- (2) วิธีที่ 2 ยอดมะกอก 1 กำมือ ตำเอาน้ำหยอดใส่หู วันละ 2 ครั้งเช้า-เย็นทำ
จนกว่าจะหาย
- (3) วิธีที่ 3 เอาต้นมะขามป้อม ลักษณะต้นจะมีตุ่มที่เปลือก ผ่าออกจะมีตัว
หนอน ให้ใช้ไม้ขี้เ็นำน้ำจากตัวหนอนนำมาหยอดใส่หู
- (4) วิธีที่ 4 นำมระจันก เผาไฟบีบให้ละเอียดผสมน้ำหยอดใส่หู

2.2.5.7 กลุ่มโรคฟัน

1) จี๋นอนเว (อาการปวดฟัน)

1.1) สาเหตุการเกิด ไม่แปรงฟันหรือไม่รักษาความสะอาดของช่องปาก

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการปวดฟัน คางบวม บางรายอาจมีไข้หรือตัว
ร้อน

1.3) วิธีการวินิจฉัย

- (1) สังเกตจากอาการ เช่น ตัวร้อน ปวดฟัน คางบวม
- (2) จากการซักประวัติ เช่น การทำความสะอาดช่องปาก

1.4) วิธีการรักษา

- (1) ใช้ยาสมุนไพรรักษา ได้แก่ อาฝ่านะ ใช้หัว-เหง้า นำมาเผาให้ร้อนและกัด
หรืออมไว้
- (2) ใช้ผ้าอุดฟัน ละหู่เรียกว่าเป็นการระเบิดฟัน หรือการถอนฟัน
- (3) ใช้สมุนไพรใช้ใบกุ่ม่า อมหรือเคี้ยวไว้เพื่อระงับอาการปวดฟัน
- (4) เอาเกลือใส่บริเวณฟันที่เป็นรู แล้วจะทำให้ฟันแตกเป็นชิ้นเล็กๆ เวลา
ปวดก็เอาเกลือใส่เป็นก้อนๆ เพื่อให้ฟันที่มีอาการปวดแตกสลาย

1.5) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วย ห้ามกินน้ำเย็น ห้ามทานอาหารที่เป็นของแข็งๆ ห้ามกิน
ขนมหวาน เพราะจะทำให้ปวดฟันมากขึ้น

2.2.5.8 กลุ่มโรคที่เกิดจากอุบัติเหตุหรือการถูกรังทำ

1) เมอแชะเว (ปวดท้อง)

1.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าอาการปวดท้องมีสาเหตุจากอำนาจเหนือธรรมชาติ
ได้แก่ ถูกคุณไสย “เมอแชะเว” โดยเฉพาะการไปตกคนที่ทำงานหนักแล้วดมน้ำลายใส่ หรือปวด
ท้องจากผีทำ “ผีเปื้อนแชะเว” ที่ผู้ป่วยไปลบหลู่หรือไม่เคารพ

1.2) ลักษณะอาการ อาการแยกตามสาเหตุของการเจ็บป่วย คือ ถ้าถูกคุณไสย ผู้ป่วยจะมีอาการปวดท้องทันทีทันใด และถ้าเกิดจากผีทำ จะมีอาการปวดท้องคืนทึนทึนทึนทึน พุดจา เรื้อยเปื้อย เพื่อหรือมีไข้ขึ้น

1.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น ลักษณะการไอมีเลือดปน ถี่ แห้งๆ และดูรูปร่าง ลักษณะของผิวหนังพรรณคนไข้ เช่น ผิวดำคล้ำ ชูบผอม เป็นต้น

(2) จากการซักประวัติ เช่น การสูบบุหรี่หรือฝิ่น หรือระยะเวลาการไอ เป็นต้น

1.4) วิธีการรักษา ใช้วิธีการรักษาตามความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุการเกิด ถ้าเกิดจากคุณไสย จะรักษาโดยการเอาน้ำลายของคนที่เราทักมาลูบทั่วตัว หรือใช้เขาเรียงผา แต่คนป่วยตามจุดต่างๆ การรักษาอาการ ใช้ขนหางกระรอกหรือใช้เส้นผม เผาไฟดมกลิ่นหรือทาบริเวณท้อง แก้อาการผายลม

2) บาดแผลจากถูกของมีคมฟันหรือถูกยิง

2.1) สาเหตุการเกิด เกิดจากอุบัติเหตุ เช่น ถูกฟันด้วยมีด หรือถูกยิงด้วยปืน

2.2) ลักษณะอาการ มีบาดแผล ปวด และมีเลือดไหล

2.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการปวด ลักษณะแผล

(2) จากการซักประวัติ เช่น การเกิดอุบัติเหตุ ถูกของมีคมต่างๆ

2.4) วิธีการรักษา มักรักษาโดยใช้สมุนไพรร่วมกับคาถา การรักษาจะใช้ใบของต้นนางู มาตำพอกแผล ประคบด้านตรงข้ามกับแผลที่ถูกยิง เพราะเชื่อว่าเป็นการไล่พิษให้ออกมาทางด้านหนึ่ง จากนั้นก็จะเป่าคาถาให้ (หมอนาคา) กรณีเลือดไหลไม่หยุด จะใช้วิธีการเป่าโดยใช้ใบต้นนางูพอกที่แผลโดยพอกเพียงครั้งเดียวเพราะต้นดังกล่าวมีพิษมากโดยเฉพาะบริเวณราก

2.5) ข้อปฏิบัติของผู้ป่วยสาเหตุ ห้ามกินอาหารที่มีกลิ่นคาว เช่น ไก่ หอม จิงปลา ถ้ากินอาหารจำพวกนี้จะทำให้แผลเน่า แต่ถ้าหากถูกยิงใหม่ๆ สามารถรับประทานอาหารจำพวกนี้ได้

2.2.5.9 กลุ่มโรคพยาธิ

1) พูตี จื่อเว (พยาธิ)

1.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากการกินอาหารสุกๆ ดิบๆ หรือจับของสกปรกแล้วไม่ล้างมือให้สะอาดทำให้พยาธิเข้าไปในร่างกาย

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการชูบผอม กินจุ รักแร้มีสีดำ ผมจะตั้ง

1.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ รูปร่างลักษณะ ผอมหรือไม่ รักเร่ดำหรือไม่ ผมหงอกหรือ ไม่กินมากแต่ชုပ်ผอม ผมหงอก

(2) จากการซักประวัติ เช่น การกินอาหารสุกๆ ดิบๆ หรือการดูแลความสะอาดก่อนกินอาหาร เป็นต้น

1.4) วิธีการรักษา ใช้สมุนไพรในการทำยาตัวพยาธิ ได้แก่ ใช้เถาและรากพุทินะชื่อ 1 กำมือ ต้มดื่มแทนน้ำ หรือนำเถาและรากพุทินะชื่อ ไปอบแล้วใช้ประคบบริเวณหน้าท้อง จะทำให้พยาธิตายในท้อง

2.2.5.10 กลุ่มโรคเฉพาะสตรี หรือลมผัดเดือน

1) นาปะกูเว (ลมผัดเดือน)

1.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากสตรีขณะคลอดบุตรอยู่ไฟไม่ครบ 3 เดือนมีเพศสัมพันธ์กับสามี มีน้ำคาวปลาตกค้างหรือขับออกมาไม่หมดและจะจับตัวเป็นก้อนแข็ง กินอาหารแสลง เช่น ของหมักดอง หรือได้กลิ่นสาปเหม็น รวมทั้งเกิดจากการไม่ดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงเมื่อถูกความเย็น เช่น ไม่ห่มผ้าหรือใส่เสื้อผ้าหนา ๆ อาบน้ำเย็น สระผมและดื่มน้ำเย็น จะทำให้เกิดอาการ

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการอ่อนเพลีย หนาว ปวดศีรษะ ทานอาหารไม่ได้ ผอมแห้งแรงน้อย ผิวซีด กินอาหารเผ็ดมักจะทำให้เกิดท้องร่วงทนกลิ่นเหม็นสาปแรงๆ ไม่ได้

1.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการที่พบ รูปร่างหน้าตา ลักษณะภายนอก เช่น ใบหูซีดบาง

(2) จากการซักประวัติ เช่น การคลอดบุตร การมีเพศสัมพันธ์ การแพ้อาหาร หรือการเหม็นกลิ่นสาปต่างๆ

(3) การสัมผัสโดยการคลำหน้าท้องผู้ป่วยเพื่อประเมินก้อนเลือดที่แข็งตัวอยู่ ออกมาไม่หมด หรือสังเกตบริเวณใบหูเพื่อดูอาการซีดของผู้ป่วย

(4) การจับชีพจร หากชีพจรเต้นอ่อนๆ แสดงว่าเป็นโรคลมผัดเดือน

1.4) วิธีการรักษา

เป็นการใช้ยาสมุนไพรรักษาในรูปแบบต่างๆ เช่น

(1) ยาต้มดื่ม มีการรักษา 2 วิธี ได้แก่

- **วิธีที่ 1** ใช้รากและยาแก่น้อย รากชี่ชื้อกะ(ยะ) ต้นชี่นะ ต้นนาฟูก้อย เปลือกต้นปีป้าอ้อย ใบและรากห่อยแซ่ ใบและเหง้านาคู้นไค้ ใบและเถายาก้อกอย รากแคะน้อ รากแคะน้อโป้ รากหม้อฮอส้าชี่ รากยาแก่ฟู รากยาแก่นะ รากยาแก่นอ รากยาแก่ฟือ รากยาหน่านู รากกือม้านะ รากคะด้วย รากชี่นะกำ รากกือต้าชู้ และรากอ้าฝิแก้วยะ อัตราส่วนเสมอภาค ใช้อย่าง

ละ 1 กำมือ ต้มดื่มครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3 เวลา เช้า กลางวัน เย็น ก่อนอาหาร ยาตำรับนี้ถ้าได้ผล ผู้ป่วยจะมีอาการดีขึ้นภายในระยะเวลา 1-2 วัน

- **วิธีที่ 2** ใช้เปลือกต้นมาเคาะ (มะเคื่อ) และใบหรือเถาของต้นยาเกาะกอย อย่างละ 1 กำมือ ต้มดื่มครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3 เวลา เช้า กลางวัน เย็น ก่อนอาหาร

(2) ยาอาบ โดยใช้ต้น ใบ กิ่งหรือรากของต้นอีกะกือมาเนื่อะ เปลือกมาซา โตะ อี้ก้ากือชู ซิมูลู่ (ฝอยลม) ใช้อัตราส่วนอย่างละ 1 กำมือ ต้มอาบ วันละ 2 เวลา เช้าเย็นประมาณ 4-5 วันหรือจนกว่าอาการดีขึ้น

(3) ยาประคบ ใช้ทั้งต้นของเบาะหอย ใบมะไฟพะ (มะไฟ) และใบอาภูพะ (อาภู) ใช้อัตราส่วนอย่างละ 1 กำมือสับให้เป็นชิ้นห่อใบตองหมกไฟให้อุ่นๆ นำไปห่อผ้าประคบหน้าท้องผู้ป่วย ประคบวันละ 1 ครั้งตอนเย็น

1.5) ข้อห้ามของผู้ป่วย ในระหว่างการรักษาห้ามผู้ป่วยกินของคองหรืออาหาร แผลงและห้ามมีเพศสัมพันธ์

2.2.5.11 กลุ่มโรคนี้่ว

1) ยื่อเยนเว (โรคนี้่ว)

1.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากการดื่มน้ำที่ไม่สะอาด น้ำจากลำห้วย ลำธารที่ขุ่นมีทรายกรวดปนอยู่ด้วย

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการปวดหลังบริเวณบั้นเอว ปวดท้องบริเวณ กระเพาะปัสสาวะ บางรายอาจมีไข้ ปัสสาวะขัด หรือมีเลือดปนออกมากับปัสสาวะ

1.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการที่พบ
(2) จากการซักประวัติ เช่น การดื่มน้ำ ประวัติการปัสสาวะ ระยะเวลาของอาการ เป็นต้น

1.4) วิธีการรักษา รักษาด้วยการดื่มน้ำ โดยมีส่วนประกอบที่สำคัญ ได้แก่ เมล็ดชา รายัง(ฝ้าย) 1 กำมือ ลูกเดือย 1 เม็ด ก้อนหินจากลำห้วยหรือประปาภูเขาที่ถูกน้ำหยดลงตลอด 1 ก้อน ตอกู้อือ 1 กำมือ นำสมุนไพรมานำมาต้มรวมกัน ใช้ดื่มแทนน้ำดื่ม ช่วยขับปัสสาวะ (ตำรับนายจะสี ชมภูพิทักษ์)

1.5) ข้อห้ามของผู้ป่วย ขณะทำการรักษาห้ามผู้ป่วยเดินเพราะเชื่อว่าจะทำให้มีอาการปวดท้องเพิ่มขึ้น และควรดื่มน้ำมากๆ

2.2.5.12 กลุ่มโรคทางเดินหายใจ

1) ซ้าชือเว (อาการหายใจไม่คล่อง/หอบหืด)

1.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากผู้ป่วยถูกคนทำร้ายด้วยคุณไสย หรือถูกความเย็นเป็นเวลานานๆ

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการหายใจไม่คล่อง เหนื่อยง่าย ในกรณีที่ถูกคุณไสยจะมีอาการระคายเคืองหรือขัดบริเวณคอ

1.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการที่พบ เช่น อาการหายใจไม่คล่อง ผิวสีคล้ำ
(2) จากการซักประวัติ เช่น การรับประทานอาหาร การไปทำร้ายหรือการมีเรื่องกับคนอื่น เป็นต้น

(3) การสัมผัส โดยใช้มือสัมผัสบริเวณลูกกระเดือกของคนไข้ หากเป็นจะมีอาการร้อน

(4) การเสียดแทง โดยสังเกตจากลักษณะของผ้าขาวใช้เพื่อยืนยันการวินิจฉัย สังเกตและการทำงานวิธีการรักษา เช่น คุณขนาดของผ้าว่ามีการเปลี่ยนแปลงหรือเท่าเดิม ถ้าลดลงแสดงว่า สิ่งที่ทำนายไว้ไม่ใช่ ถ้ายาวออก แสดงถึงการเจ็บป่วยจากถูกผีทำ ถ้าเท่าเดิมหมายถึงไม่ต้องทำการรักษาต่อเพราะรักษาไม่ได้

1.4) วิธีการรักษา เป็นการให้ธาตุวัตุนำมาเป็นยาด้วยวิธีการประคบ โดยมีวิธีการคือ นำดินบริเวณที่ไปปีศาจระดบย่อยๆ หรือดินบริเวณใต้บันไดบ้าน ประมาณ 1 กำมือ จี้ไก่ 1 กำมือ นำทั้งสองผสมกันนำไปคั่วไฟให้แห้งแล้วนำไปห่อผ้านำมาประคบบริเวณหน้าอกวันละ 1 ครั้ง ตอนเย็น จนกว่าอาการดีขึ้น

1.5) ข้อห้ามของผู้ป่วย ขณะและหลังการรักษาห้ามกินของคาว เช่น ไก่ ไข่ และปลา เพราะเชื่อว่าจะทำให้มีอาการมากขึ้น

2) เหมะโธ๊ะคีเว (วัณโรค)

2.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากการสูบบุหรี่หรือฝิ่นเป็นเวลานานๆ

2.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการไอแห้งๆ ถี่ๆ มีเลือดปน ผิวดำคล้ำ ชูบพอม ไม่มีแรง ไอเสียงอยู่ในลำคอ หายใจไม่ทั่วท้อง

2.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น ลักษณะการไอมีเลือดปน ถี่ แห้งๆ และดูรูปร่างลักษณะของผิวดุจคนไข้ เช่น ผิวดำคล้ำ ชูบพอม เป็นต้น

(2) จากการซักประวัติ เช่น การสูบบุหรี่หรือฝิ่น หรือระยะเวลาการไอ เป็นต้น

2.4) วิธีการรักษา รักษาด้วยสมุนไพรต้มดื่ม โดยใช้ รากออทือ รากนวะมา รากเซจป้อย รากซีแคร์ อย่างละ 1 กำมือ ต้มดื่มวันละ 3 เวลา เช้า กลางวัน เย็น หรือดื่มแทนน้ำ

หมายเหตุ ถ้าอาการเริ่มเป็นรักษาเพียง 3-4 วัน อาการจะดีขึ้น แต่ถ้าเป็นนานหลายเดือนจะใช้เวลาในการรักษานาน (สัมภษณ์หมอนาคา)

2.5) ข้อห้ามผู้ป่วย ผู้เป็นโรคดังกล่าวจะต้องแยกอุปกรณ์เครื่องใช้ออกเป็นส่วนตัว และห้ามดื่มน้ำชา อาหารคาว เช่น ปลา ไก่ รวมทั้งห้ามสูบบุหรี่ เพราะจะทำให้มีอาการไอมากขึ้น

3) จี้อเว (ไอ)

3.1) สาเหตุการเกิด สภาพอากาศเปลี่ยนแปลง หรือ แพ้ฝุ่น แพ้อากาศ

3.2) ลักษณะอาการ ไอ เจ็บคอ หรือบางครั้งเจ็บหน้าอก

3.3) วิธีการวินิจฉัย

- (1) สังเกตจากอาการ ไอ เจ็บคอ เช่น ผิวหนังพุพอง จากการถูกความร้อนที่สูง
- (2) จากการซักประวัติ เช่น ประวัติการแพ้อากาศ หรือมีการตากฝน
- (3) คูในช่องคอของผู้ป่วย จะมีลักษณะบริเวณลำคอ

3.4) วิธีการรักษา

- (1) นำขี้หนูเผาหรือคั่วไฟ ผสมกับ จะเปะแก้ว(คอกข้าว) และเกลือ นำมาชুবน้ำแล้วทาบริเวณคอ เพื่อแก้อาการไอหรือระคายเคืองคอ
- (2) นำขนสัตว์ปีก มารนไฟให้ร้อนแล้วนำมาเกาบริเวณคอ
- (3) นำขนม่นมาเผาไฟเอามาทูปแล้วใส่เงินแถบ นำมาห่อผ้าขาวและเอามาห่อคอไว้ เวลาเอาออกมาให้สังเกตดูเครื่องเงิน กรณีที่เครื่องเงินดำ แสดงว่าดูพิษของอาการไอ และบรรเทาอาการไอดีขึ้น
- (4) นำไข่ไก่ ให้เอาเฉพาะไข่ขาวมาใส่เครื่องเงิน ห่อผ้าแล้วเอามาชুবกับน้ำอุ่นและเอาเช็ดคอ (เอาน้ำขี้เถ้าล้างเงินแถบ เมื่อทำการรักษาเสร็จให้ทำการรักษาด้วยวิธีการนี้หลายๆ ครั้งได้)

2.2.5.13 กลุ่มโรคลม

1) เปาะเพ้อะเว (ลมบ้าหมู-ลมชัก)

1.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากขณะที่แผ่นดินไหวคนเป็นลมและล้มลงในขณะนั้นก็จะกลายเป็น โรคลมบ้าหมู หรือเกิดจากกรรมพันธุ์ที่พ่อ-แม่ ปู่ย่า ตายาย เป็นแล้วสืบทอดมายังลูกหลาน

1.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการชักเกร็ง กัดลิ้น กัดฟันตนเอง น้ำลายฟูมปาก บางครั้งร้องเหมือนหมู

1.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการที่พบ เช่น มีอาการชักเกร็ง น้ำลายฟูมปาก หรือมีเสียงร้องคล้ายหมู เป็นต้น

(2) จากการซักประวัติ เช่น พ่อแม่หรือพี่น้องเคยเป็น เป็นต้น

(3) เสียหาย

1.4) วิธีการรักษา การรักษาจะใช้การประกอบพิธีกรรม เพื่อเสีงหายและประเมิ นการรักษาโดยจะสังเกตจากอวัยวะของสัตว์ที่นำมาเช่น ไหว้ ดังนี้ ผู้รักษาจะต้องเตรียม หมูตัวผู้ 1 ตัว ไก่ตัวผู้ 1 ตัว นูซาผี และสังเกตด้บหมู โดยสังเกตเส้นสีขาวๆ บนด้บหมู ถ้ามีแสดงว่าคนไข้มี อาการหนัก ต้องมีการฆ่าหมูเพิ่ม จนกว่าจะไม่ปรากฏ หลังจากนั้นจะสังเกตกระดูกไก่ดำ ปกติกระดูกไก่ จะมี 2 รู ถ้ามีรูปรากฏเพิ่ม หมอจะต้องรีบทำพิธีขอขมา และคนไข้จะต้องทำการถวาย หมูและไก่เพิ่ม

1.5) ข้อห้ามผู้ป่วย ห้ามเข้าใกล้ไฟ หรือบ่อน้ำ (สัมภาษณ์หมออาแปะ จูแปะ)

2) อ้อจะชู่หน้าเว (โรคเหน็บชา)

2.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากถูกผีกระทำ โดยเฉพาะผีฟ้าผ่า ผีจอมปลวก ผีดินดำ ที่ไปลบหลู่หรือไม่ให้ความเคารพ

2.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการชาตามปลายมือปลายเท้า ถ้าเป็นมากจะชาทั่วร่างกายลุกนั่งไม่ได้

2.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการที่พบ เช่น มีอาการชาตามปลายมือปลายเท้า เป็นต้น

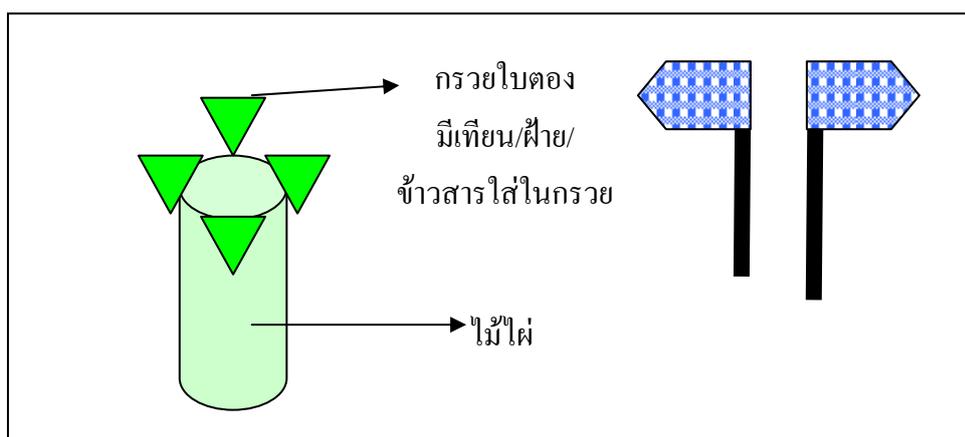
(2) จากการซักประวัติ เช่น ไปลบหลู่ หรือทำในสิ่งไม่ดีทำ เป็นต้น

2.4) วิธีการรักษา การรักษาจะมีวิธีการรักษาตามความเชื่อที่เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดเจ็บป่วย โดยมีวิธีการรักษา 2 วิธี ได้แก่ การใช้พิธีกรรมและกายบำบัด

(1) วิธีที่ 1 การรักษาด้วยพิธีกรรม

(1.1) ถ้าการเจ็บป่วยเกิดจากผีฟ้าผ่า ผีจอมปลวก จะทำพิธีกรรมเพื่อขอ โดยให้ผู้ป่วยที่จะเข้าประกอบพิธีต้องเตรียมอุปกรณ์ ได้แก่ เทียน 5 คู่ ข้าวสาร 1 ถ้วย เศษผ้า หรือด้ายที่มีสีต่างๆ เช่น สีแดง สีขาว สีเขียว ฯ ที่เชื่อว่าเป็นตัวแทนของฟ้าผ่า ไช้ไก่ 1 ฟอง ไก่ตัวผู้ 1 ตัว แกนฐานรากของดินกล้วยทำเป็นแถบเงิน จำนวน 1,000 เหรียญ ชง ที่ทำขึ้นด้วยผ้าดิบมีสีต่างๆ จำนวน 2 ผืน และ ชุดอุปกรณ์ตีมีด “โยโก” เช่น ค้อน คมตีเหล็ก เครื่องเป่าไฟในการตีมีด นำอุปกรณ์ทั้งหมดใส่ในกรวยที่ทำด้วยใบตองที่วางไว้บนกระบอกไม้ไผ่จำนวนสี่ทิศ ดังภาพที่ 3 แสดงลักษณะกรวยและชงที่ใช้ในการประกอบพิธีกรรม

การทำพิธี จะกระทำในป่าซึ่งเชื่อว่าเป็นที่อยู่ของผีที่ทำให้เกิดเจ็บป่วย การทำพิธีเริ่มด้วยการนำวัสดุ-อุปกรณ์ไปวางในพื้นที่จัดเตรียมไว้ จากนั้นจะทำการตัดหัวไก่เพื่อให้เลือดกระเด็นถูกวัสดุ-อุปกรณ์ ที่เตรียมไว้ พร้อมกันนั้นจะมีการสวดคาถาซึ่งคำกล่าวมีใจความในการขอขมาโดยขานชื่อผีที่ทำให้เจ็บป่วย เมื่อเสร็จพิธีจะนำไก่ที่ทำในพิธีเช่น ไหว่กเว้นบริเวณส่วนหัว มาเป็นอาหารให้ผู้ป่วยหรือครอบครัวรับประทาน



ภาพที่ 2.2 กรวยและธงที่ใช้ในการประกอบพิธีกรรม

(1.2) กรณีการเจ็บป่วยเกิดจากดินดำ จะให้ผู้ป่วยที่จะเข้าประกอบพิธีต้องเตรียมอุปกรณ์ ได้แก่ จี้แมลงตัวเล็กที่อยู่ตามโพรงไม้ นั้นมาไว้ก่อนให้เหมือนเทียนไข จำนวน 1 เล่ม (เรียกว่าเทียนดำ) เทียนขี้ผึ้งเหลือง 1 เล่ม ด้านด้วยสีด้าแดง เขียว ขาว อย่างละ 1 เส้น สานไม้ไผ่ให้เป็นรูปตาแห้ว (ละหู่ เรียกว่าตาแห้ว ว่า เร้ว) ไก่ดำ 1 ตัว (ต้องเป็นไก่ตัวเล็กๆ) น้ำเปล่า 1 แก้ว และ ข้าวสาร 1 กำมือ

การทำพิธี เริ่มด้วยหมอจะขุดหลุมหน้าบ้านให้กว้างพอประมาณที่จะเอาไก่ฝังไว้ได้ เอาด้ายสีพันรอบตาแห้ว 3 รอบ ผ่าหลังไก่ดำ แล้วเอาไก่ดำมาเช็ดบริเวณที่เป็นเหน็บซา ฝังไว้บริเวณหน้าบ้าน นำตาแห้ววางไว้บนปากหลุม นำข้าวสาร 1 กำมือมาวางไว้ในตาแห้ว พร้อมเอาเทียนขี้ผึ้งวางแล้วจุดเทียน หมอทำพิธีกรรมให้คนไข้ นั่งข้างๆ แล้วให้คนไข้ล้างมือและเท้ารดลงบนหลุมฝังไก่ เมื่อประกอบพิธีเสร็จ ให้คนไข้หันหลังกลับ ห้ามหันมามองทางหมอที่ประกอบพิธีกรรม หมอทำพิธีท่องคาถา แล้วเอาดินกลบหลุมไม้ให้ไก่โผล่ออกมา ให้เทียนที่จุดเหลือประมาณ 1-2 เซนติเมตร ห้ามเป่าเทียนให้ดับปล่อยให้ดับเองตามธรรมชาติหรือให้เอาดินกลบเทียนให้ดับ หมอจะทำการท่องคาถาตั้งแต่ผ่าไก่ดำ และหลังคนไข้กลับก็จะบอกว่า “ไม่ต้องออกมาบนดินให้อยู่ใต้ดิน”

(2) วิธีที่ 2 การรักษาด้วยวิธีการนวด เพื่อคลายกล้ามเนื้อและเส้นเอ็นทำให้อาการชา โดยวิธีการรักษาเริ่มด้วยให้ผู้ป่วยนอนคว่ำ แล้วเริ่มนวดบริเวณเหนือสะบักทั้งสองข้าง และตามด้วยนวดบริเวณหลังจนถึงโคนขาโดยเน้นแนวต้นขา ลักษณะการนวดจะวางมือสลับกัน ทั้ง 2 ข้างโดยใช้หัวแม่มือวางขนาดกัน การนวดจะเป็นลักษณะคลึงเบาๆ ลงน้ำหนักไม่มาก จะนวดซ้ำประมาณ 10 รอบ

วิธีการรักษาด้วยการนวด

- จัดท่าผู้ป่วยให้นอนหงาย
- กดบริเวณต้นขาพร้อมกันทั้งสองข้างประมาณ 40 วินาที เพื่อเปิดประตูลมให้เส้นคลาย จุดนี้จะช่วยแก้อาการน้ำลายสอ กินอาหารไม่อร่อย ปวดท้อง จุกเสียดท้อง
- ยกขาผู้ป่วยขึ้นวางมือนวดแนวตาตุ่ม (แนวที่ 3) การวางมือให้เอานิ้วหัวแม่มือวางสลับกัน
- นวดบริเวณแนวขาด้านในด้านบน โดยให้น้ำหนักการกดลงสู่ขาทั้งสองข้าง และกดปลายเท้าผู้ถูกนวดลง
- ยกขาของผู้ถูกนวดขึ้น มือซ้ายจับล่างของเข่า มือขวาจับสันเท้าแล้วโยกสลับ 1-2 ครั้ง
- นอนคว่ำทำเหยียบหลังเส้นแนวหลัง 1 ดิ่งมือผู้ถูกนวดขึ้น
- ให้ผู้ถูกนวดเอามือประสานท้ายทอย ยกเท้าและกดคอของผู้ถูกนวด
- ผู้ถูกนวดใช้มือประสานท้ายทอย และให้หมอนเอามือสอด เท้าของผู้ถูกนวดวางอยู่หว่างขาของหมอ
- หมอนวดคลึงขมับเป็นท่ารักษาอาการปวดหัว
- นวดแนวป่า-คอ-ศีรษะ
- จากนวดป่าเสร็จให้วางมือสับเฉียงแนวบนสะบัก (ใช้สันมือสับโดยไม่ต้องเว้ากระดูก)
- นวดแขน แก้อาการปวดแขน ท่อนแขนล่างจนถึงท่อนแขนบนและป่า แล้วกลับแขนพลิกคว่ำนวดแขนต่อท่อนบนต่อ
- นวดแก้อาการท้องแข็ง (กรณีมีอาการปวดท้อง) กดหน้าท้อง ใช้มือทั้งสองข้างกด กดนิ่งแล้วยกขึ้นให้กดประมาณ 10 ครั้ง
- นวดฝ่าเท้า มือกดฝ่าเท้าให้หัวแม่มือกดกลางฝ่าเท้า นวดบนลงล่างของฝ่าเท้า
- หายฝ่ามือขึ้น และนวดฝ่ามือ กดร่องเนินฝ่ามือใหญ่
- คว่ำฝ่ามือลง ให้กดร่องนิ้วหัวแม่โป้ง

3) ละหู่ดำเรียกว่า อุ้กู่มือเว, ละหู่แดงเรียกว่า อุ้กู่วอ้อเว (เวียนศีรษะ)

3.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดจากการเมารถ สุขภาพไม่สมบูรณ์ หรืออากาศแปรปรวน และยังเชื่อว่าอาการเวียนศีรษะยังเกิดจากผีกระทำ ซึ่งสามารถแบ่งออกตามลักษณะอาการปวด ดังนี้

(1) ถ้าเวียนหัวช่วงเช้า ตอนพระอาทิตย์ขึ้นเวลา 08.00-09.00 เชื่อว่าเกิดจากผีพระ

(2) ปวดศีรษะช่วงเวลาประมาณ 18.00 น. เชื่อว่าเป็นโรคของคนขี้เกียจ เกิดจากผีพระอาทิตย์ตก

(3) กรณีปวดหัวแบบมีอาการอาเจียนและหน้ามืดตาลาย เกิดจากเลือดลมไหลไม่ดี

3.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยมีอาการปวดศีรษะบริเวณขมับ มองไม่เห็นชัดเจน ตาลาย อาเจียน หรือมีผอมแห้งแรงน้อยไม่มีเรี่ยวแรง

3.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น อาการปวดศีรษะบริเวณขมับ ตาลาย เป็นต้น

(2) จากการซักประวัติ เช่น การเมารถ หรือแพ้อากาศ มีโรคประจำตัว

(3) จับขมับคูชีพจรเต้น ถ้ามีอาการเต้นเร็วก็ไม่ปกติ

3.4) วิธีการรักษา การใช้วิธีการรักษาตามสาเหตุที่ทำให้เกิดเจ็บป่วย ได้แก่

(1) ถ้าเวียนหัวช่วงเช้า เวลา 08.00-09.00 จะทำการรักษาโดยวิธีการไล่ผี โดยเอาใบไม้มาทำกรวย แล้วนำข้าวเปลือกที่คั่วเสร็จ จำนวน 1 กรวยหรือ 1 หยิบมือใช้วนเหนือหัวคนไข้ (เชื่อว่าการวนรอบหัวคนไข้ ก็เพื่อเกี่ยวเอาเขาของผีทิ้ง) ไม่มีคาถาประกอบ วนประมาณกี่รอบก็ได้ มีการพูดไม่ให้สิ่งไม่ดีมารบกวนคนไข้ (ไม่ใช้คาถาประกอบการรักษา) หลังจากนั้นเอากรวยทิ้งจะทิ้งที่ไหนก็ได้

(2) ปวดศีรษะช่วงเวลาประมาณ 18.00 น. จะรักษาโดยใช้ ต้นจ้อแคโก๋ ซอยใบจ้อแคโก๋ ผสมกับเกลือประมาณ 1 กำมือแล้วเอาไปหมกไฟแล้วประคบที่ขมับหรือมัดติดศีรษะประมาณ 1 ชั่วโมง

(3) กรณีปวดหัวแบบมีอาการอาเจียนและหน้ามืดตาลาย จะต้องใช้วิธีดึงผม เพื่อให้เลือดลมไหลดี เป็นการกระตุ้นหนังศีรษะทำให้ตาสว่าง (เวลาดึงต้องกระชากแรงๆ ให้มีเสียงดังในการดึง เพราะคนป่วยเวลาดึงจะไม่มีอาการเจ็บหนังศีรษะ ถ้ากรณีดึงผมไม่หายเจ็บศีรษะให้เอายามาประคบ กรณีเวียนหัวซึ่งเกิดมาจากสาเหตุถูกฝนหรืออากาศผิดปกติ)

4) หน้าค้อชื่อเกาะเว (เลือดกำเดาออก)

4.1) สาเหตุการเกิด เกิดจากการอยู่กลางแจ้งเป็นเวลานานๆ ทำให้มีอาการปวดศีรษะ หรือจากภาวะเครียด คิดมาก หรือ เกิดจากถูกของแข็งกระทบที่ศีรษะ

4.2) ลักษณะอาการ มีเลือดออกจากจมูกข้างใดข้างหนึ่ง หรือสองข้าง

(1) สังเกตจากอาการ เช่น มีเลือดออกจากจมูก

(2) จากการซักประวัติ เช่น การอยู่กลางแจ้งเป็นเวลานานๆ หรือมีเรื่องให้คิดมาก หรือมีประวัติการถูกของแข็งกระทบที่ศีรษะ เป็นต้น

4.3) วิธีการรักษา การรักษาใช้ก๊วยบับบีบเอาน้ำที่ไหลออกจากจมูก หรือ นำเปลือกและยอดต้นปอชู มาตำประคบบริเวณต้นคอด้านหลัง หรือ นำใบและยอดของต้น อะค่า มาขยี้อุดรูจมูก เพื่อป้องกันไม่ให้เลือดกำเดาออก

5) เกาะล่ากอห่อนาว (ละหู่แดง), กือแซละแซ (ละหู่ดำ) (ร้อนมือ-ร้อนเท้า)

5.1) สาเหตุการเกิด เชื่อว่าเกิดได้ทั้งชายและหญิง ผู้หญิงมักเกิดจากขณะกำลังเป็นประจำเดือนถูกความเย็น หรือแพ้อากาศ

5.2) ลักษณะอาการ ผู้ป่วยจะมีอาการแสบตามมือ ตามเท้า โดยเฉพาะเวลานอนกลางคืนจะมีอาการร้อนมือ-เท้า

5.3) วิธีการวินิจฉัย

(1) สังเกตจากอาการ เช่น ผิวน้ำพุพอง จากการถูกความร้อนที่สูง

(2) จากการซักประวัติ เช่น การถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก หรือไฟฟ้าช็อต

5.4) วิธีการรักษา

นำเปลือกของต้นมัสสะโตะ มะเดื่อน้ำ อย่างละ 1 กำมือ มาต้มอบ และล้างมือ-เท้า หรือ นำดีหมุดากแห้ง นำมารมควันหรือละลายน้ำดื่มพอประมาณ มีรสขม ใช้น้ำดื่มและทาบริเวณที่มีอาการร้อนมือ-เท้า

6) อาการที่ถูกคุณไสย

- | | |
|---|---|
| (1) เหน็บชา | เกิดจาก ผีดิน ผีจอมปลวก ผีฟ้าผ่า |
| (2) ใจ เจ็บคอ ทำให้คอแข็ง | เกิดจาก ผีคน |
| (3) ปากเบี้ยว ตาค้าง | เกิดจาก ผีป่า ผีเรือน ผีบ้าน |
| (4) คนที่ขวัญอ่อน | เกิดจาก ผีของคนรู้กาลเวลาที่ทำการปล่อยทุกปี |
| (5) คนบ้าๆ เป้อๆ บ้าๆ บอๆ | เกิดจาก ผีป่า ผีห้วย |
| (6) ไม่สบายล้มป่วยได้ง่าย กินข้าวไม่ได้ | เกิดจาก ผีคนตาย |
| (7) พูดจาภาษาคนวิญญาน (คนที่ถูกเข้าทรง) | เกิดจาก ผีคนเข้า |
| (8) การหายสาบสูญ (ผีเอาไปซ่อน) | เกิดจาก ผีเอาคนไปซ่อน (ผีป่า ผีห้วย) |

2.2.6 การตรวจและการวินิจฉัยโรคของหมอชนเผ่าละหู่

การได้มาซึ่งโรค/อาการที่นำไปสู่การรักษาด้วยวิธีต่างๆ นั้น ชาวละหู่มีวิธีการตรวจและวินิจฉัยซึ่งสามารถสรุปได้ 5 วิธี ดังนี้

2.2.6.1 การสอบถามประวัติและอาการจากผู้ป่วยโดยตรง เป็นการสอบถามอาการที่ผู้ป่วยเป็นและถามประวัติเพื่อหาสาเหตุของการเกิดโรค เช่น โรคนี้ผู้ป่วยจะมีประวัติการค้ำน้ำไม่สะอาด โรคไข้มาลาเลียผู้ป่วยจะมีประวัติการถูกยุงกัดหรือกินน้ำฮากในป่า เป็นต้น

2.2.6.2 การสังเกตดูสภาพร่างกายและอาการของผู้ป่วย เป็นวิธีการช่วยยืนยันการวินิจฉัยหลังจากทราบอาการและประวัติ เช่น ผู้ป่วยโรคลมผัดเดือนนอกจากจะมีประวัติการมีเพศสัมพันธ์ที่ห้ามหลังจากคลอดบุตร ผู้ป่วยดังกล่าวจะมีอาการอ่อนเพลียหรือซีดโดยสังเกตจากบริเวณหูผู้ป่วย เป็นต้น

2.2.6.3 การสัมผัสผู้ป่วย ได้แก่ การเคาะ การคลำ การฟัง การแตะ

2.2.6.4 การสังเกตจากสารคัดหลั่ง หรือเลือดผู้ป่วย เป็นวิธีการเพื่อเน้นย้ำถึงสิ่งที่พบเป็นโรค/อาการเจ็บป่วยที่ตั้งสมมติฐานไว้ การวินิจฉัยวิธีนี้เป็นการดูจากสารคัดหลั่งที่ผิดปกติจากเดิม เช่น คูสีเลือดในโรคไข้มาลาเลีย คูสีของระดูที่ออกมา เป็นต้น

2.2.6.5 การเสี่ยงทาย

1) การเสียบกระดูกไก่ เป็นวิธีการเสี่ยงทายเพื่อหาสาเหตุการเจ็บป่วย และการทำนายวิธีการรักษาของหมอว่าเป็นวิธีที่ถูกต้องสามารถรักษาผู้ป่วยให้หายได้

ซึ่งวิธีการเสี่ยงทายหรือทำนายด้วยการเสียบกระดูกไก่ จะกระทำเมื่อเกิดการเจ็บป่วยที่ไม่ทราบสาเหตุ ที่มีกรณีสันนิษฐานว่าเป็นโรคต่างๆ โดยเฉพาะถูก ผีบ้าน (เหย่น) เจ้าเขา เจ้าที่หุบเขา (คอเน่หล่อน) หรือ เจ้าธาร เจ้าถ้ำ หรือผีปู่ ยา ตา ยาย วิญญาณ พ่อ แม่ที่ตายมาทำร้ายเพราะทำไม่ถูกใจหรือพอใจอย่างใดอย่างหนึ่ง ชาวละหู่จะใช้วิธีการเสี่ยงทายหรือทำนายสิ่งที่เกิดขึ้นเพื่อตัดสินใจในการรักษา

ขั้นตอนที่ 1 ถือเป็นขั้นของการวินิจฉัย โดยจะเชิญหมอและผู้เฒ่าผู้แก่ที่เป็นที่เคารพประจำหมู่บ้านประมาณ 5-6 คนมาร่วมพิธี การทำพิธีเริ่มด้วยนำถ้วย 1 ใบ ใส่ไข่แดงสดไว้ในถ้วย นำต้นคาที่หักเป็นท่อนๆ ประมาณ 1 คืบ โดยทำเครื่องหมายไว้ว่าคาอันนี้แทนผีอะไร เช่น ผีป่า ผีบ้าน ผีพ่อแม่ที่ตาย ใส่ในถ้วยวางไว้รอบๆ ไข่แดง จากนั้นหมอก็ทำพิธีโดยจะเรียกผู้เฒ่าผู้แก่ประมาณ 5-6 คน มาปรึกษาหารือกัน เพื่อสรุปผลว่าผีอะไร ผีเข้าที่ไหน และกรณีใด และหาวิธีการรักษา เช่น ถูกเจ้าที่ทำอะไรใช้วิธีสะเดาะเคราะห์ หากเกิดจากผีวิญญาณพ่อแม่ที่ตายแล้วไม่ถูกใจก็ต้องฆ่า

หมู 1 ตัว และไปทำกระท่อม 1 หลัง นอกหมู่บ้านทางทิศตะวันตก เมื่อวิธีการดังกล่าวเสร็จแล้ว จะมีการเลี้ยงผีในสถานที่ดังกล่าวโดยทำซุ้มเล็กๆ ในสถานที่ ที่มีเครื่องสังเวดดังนี้

ขั้นตอนที่ 2 การสะเดาะเคราะห์ โดยนำไก่มาเชือดแล้วเอาเลือดไก่มาวางบนซุ้มเล็กๆ นำตัวไก่มาเผาครึ่งหนึ่ง ที่เหลือเป็นไก่ดิบ ให้สังเกตดูไกว่าเวลาฝักินให้ผ่าดู กระดูกไกว่าจะชนะผีหรือไม่ ถ้ากระดูกไก่อมีลักษณะมีรูหรือมีรอยแตกหัก แสดงว่าการทำวิธีการดังกล่าวประสบความสำเร็จ การเจ็บไข้ได้ป่วยของชาวบ้านก็จะหาย ส่วนเครื่องใช้ในการทำพิธี มีเทียน 1 กำมือ ดอกไม้ ไก่ มีวิธีการดังนี้

(1) ทำบ้านหลังเล็กไว้ที่ลำห้วยในป่า ภายในบ้านจำลองประกอบด้วย พันธุ์พืชทุกชนิด, เสื้อผ้าของผู้ตาย, เทียน, ดอกไม้, เครื่องบูชา

(2) นำสิ่งของเหล่านี้ไปไว้บ้านหลังดังกล่าว แล้วทำพิธีเชิญวิญญาณมารับสิ่งของ ถือเป็นการแบ่งทรัพย์สินสมบัติให้ผู้ตายจะไม่มารบกวนครอบครัวอีก

2) การ “เกี้ยกั๊ก” เป็นวิธีการที่ใช้ในการตรวจวินิจฉัยอาการเจ็บป่วย โดยใช้ลูกไก่คู่ไปตามส่วนต่างๆ ของร่างกายผู้ป่วย และผ่าดูเครื่องใน ซึ่งจะใช้ลักษณะของไก่ที่ปรากฏช่วยในวินิจฉัยและบอกถึงสาเหตุการเกิดโรค

3) การสังเอดผ้า เป็นวิธีการเสี่ยงทายเพื่อหาสาเหตุการเจ็บป่วยว่าเกิดจากอำนาจเหนือธรรมชาติหรือจากธรรมชาติ และช่วยตรวจสอบข้อสันนิษฐานของหมอในการวินิจฉัยว่าถูกต้องโดยใช้ผ้าขาวบูชาพระแล้วสังเอดลักษณะของผ้า เป็นวิธีการรักษาโดยการเสี่ยงทาย ในกรณีนี้เป็นวิธีการรักษาต่อจากการประคบที่ทำการประคบแล้วไม่หาย

(1) วัสดุ-อุปกรณ์

- 1) ข้าวสาร 1 แก้ว
- 2) เทียนไข จำนวน 2 เล่ม
- 3) ผ้าดิบ จำนวน 1 ผืน ความยาวขนาด 1 สอก
- 4) ศาลาประกอบ

(2) วิธีการเสี่ยงทาย

1) นำเทียน 2 เล่มไปจุด ณ หิ้งพระประจำหมู่บ้าน (ละหู่ เรียกว่า แยมูป่า แล้วนำข้าวสาร และผ้าดิบวางที่หิ้งพระดังกล่าว

2) นำผ้าดิบขาวไปวางไว้ใต้ แยมูป่า

3) หมอทำพิธีการสวดคาถา

4) เสร็จพิธีสวดแล้ว หมอจะสังเอดที่ผ้าขาวว่าผ้าขาวเกิดการเปลี่ยนแปลงหรือไม่ โดยสังเอดจากการยึดหรือหยดของผ้าขาว ซึ่งมีคำทำนายดังนี้

- กรณีที่ผ้าขาวสั้นหรือหด หมายถึง หมอสนั้ฐานอาการเจ็บป่วยดังกล่าวผิด
- ส่วนผ้าขาวยืดยาวออก หมายถึง หมอทายถูกต้องเกี่ยวกับอาการเจ็บป่วยตามทีสนั้ฐานไว้
- กรณีที่ผ้าไม่มีการเปลี่ยนแปลงหมอจะไม่ทำการรักษา เนื่องจากมีความเชื่อว่าเมื่อทำการรักษาแล้วคนไข้ก็จะไม่หายเป็นปกติ
- หมอจะไปหายมารักษาต่อไป เมื่อเสี่ยงทายพบว่าคนไข้ถูกคุณไสย

2.2.7 รูปแบบการปรุ่ยาทีหมอชนเผ่าละหู่ใช้รักษา มี 13 รูปแบบ ได้แก่

- 1) ยาอบ 2) ยาอาบ 3) ยาประคบ 4) ยาต้ม 5) ยาทา 6) ยาพอก 7) ยาอม 8) ยากัด
- 9) ยาสูบ 10) ยาน้ำ (หยอดหู-หยอดตา) 11) ยาคอง 12) ยาแช่ 13) ยาดม

2.2.8 วิธีการรักษาด้วยกายบำบัดของชนเผ่าละหู่ มี 8 วิธีการ ได้แก่

- 1) การสัก วิธีการ เอาไม้เกี๊ยะทำเป็นฝอยๆ ตรงปลายแล้วจุดไฟใส่แก้ว เจาะรูแผล จุดไม้เกี๊ยะใส่ขวดแล้วคว่ำลงบนแผล รอให้ไฟดับแล้วค่อยดึงออก รักษาอาการฟกช้ำ เลือดตกใน (เป็นวิธีการรักษาที่เรียกว่า ปู่โกเซเว)
- 2) นวด
- 3) บีบ
- 4) คัด
- 5) ดึง (เรียกว่า อู่ฟู่ก่อเว) วิธีการ ดึงผม บรรเทาอาการปวดหัว
- 6) ชูด (เรียกว่า ซาแซเว) วิธีการ ใช้เหรียญหรือเชือกชูดตามร่างกาย บรรเทาอาการคลื่นเนื้อคลื่นตัว
- 7) ตบ (เรียกว่า ทาเว) วิธีการ ใช้มือ ใช้ไม้ หรือทัพพีทุบ เพื่อบรรเทาอาการให้คนไข้รู้สึกตัวจากอาการที่เป็นลม หรือคนที่ไม่ได้สติ
- 8) เขี่ยบจอบ วิธีการ เผ่าจอบให้ร้อนแล้วใช้เท้าเขี่ยบที่จอบ แล้วนำเท้ามาเขี่ยบบริเวณที่มีอาการปวดของผู้ป่วย

2.2.9 อาหารการกินทีเกี่ยวข้องกั้สุขภาพของชาวละหู่

2.2.9.1 ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารการกินทีเกี่ยวข้องกั้สุขภาพของชาวละหู่

ชาวละหู่ถือหลักพลาณามัย คือ ดูแลสุขภาพโดยยึดการบริโภคอาหารให้ครบ 5 หมู่ และครบ 3 มื้อ/วัน โดยเน้นการกินข้าวเป็นหลัก เห็นได้จากคำสอนของชาวละหู่ที่มักสอนลูกว่า “ไม่มีเงินอยู่ได้

แต่ไม่มีข้าวกินอยู่ไม่ได้” ข้าวถือเป็นอาหารหลักสำคัญและเป็นสิ่งจำเป็นที่สุดในชีวิต การบริโภคข้าวจะห้ามให้ลูกหลานเอาเศษข้าวที่เหลือจากการกิน ไปทิ้งลงในแม่น้ำ ลำคลอง เพราะกว่าจะได้ข้าวมาลำบากมาก มีขั้นตอนการเพาะปลูกที่ยุ่งยาก ในแต่ละปีชาวละหู่จะมีข้าวเหลือกินเหลือใช้และยังเก็บไว้เลี้ยงสัตว์ เช่น หมู หมา เป็ด ไก่และม้า ส่วน หมู ไก่ เลี้ยงไว้เป็นอาหารและเป็นเครื่องบูชาในพิธีกรรมทางศาสนา ไม่ว่าจะป็นงานมงคลสมรส งานฉลองปีใหม่ งานศพหรือขจัดปีศาจ โรคร้าย ส่วนม้า วัวและควายที่เลี้ยงไว้ นั้นเลี้ยงจะใช้เป็นแรงงาน จากวิถีชีวิตเหล่านี้ จึงก่อเกิดวัฒนธรรมและพิธีกรรมต่างๆ ของชนเผ่าละหู่ ที่มีอยู่มากมายและแฝงไปด้วยคุณค่า ทั้งทางวัฒนธรรม เศรษฐกิจ และสังคม เช่น การก่อทราย และการสร้างศาลา ซึ่งพิธีกรรมเกี่ยวข้องกับการเพาะปลูกแทบทั้งสิ้น

2.2.9.2 ประเพณีที่เกี่ยวข้องกับการกินของชาวละหู่

การกินของชาวละหู่ถือเป็นสิ่งสำคัญมีการสืบทอดเป็นประเพณีมาอย่างต่อเนื่องและยาวนาน มีประเพณีที่สำคัญ 4 ประเพณี ได้แก่ ประเพณีการหักข้าวโพด ประเพณีการบูชารวงข้าว ประเพณีการกินข้าวใหม่หรือการถวายข้าวใหม่ และประเพณีการกินวอ หรือปีใหม่ (เขาะจ้าว)

1) ประเพณีการหักข้าวโพด

ประเพณีการหักข้าวโพด เป็นประเพณีที่ชาวละหู่ถือปฏิบัติเป็นประจำทุกปี เป็นการทำบุญหรือให้ทานเพื่อขอพรจากพระเจ้า ผีบรรพบุรุษ ผู้เฒ่าผู้แก่และเพื่อนบ้าน เพื่อให้ผลผลิตทางการเกษตรมีความอุดมสมบูรณ์ ครอบครัวยุ้ยเย็นเป็นสุขมีอาหารกินตลอดทั้งปี ทั้งนี้ชาวละหู่เชื่อว่าการแบ่งปันอาหารให้ทุกคนได้กินอิ่มถือเป็นการทำบุญที่ประเสริฐ และจะได้รับพรหลังจากที่พระเจ้าได้รับและประทานกลับคืนสู่ผู้ทำบุญ การทำพิธีมักทำก่อนวันพระ 1 วัน ชาวละหู่เรียกว่า ฉินญี่โล่ ซึ่งตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 8 (กรกฎาคม) การทำพิธีมักเริ่มด้วยการนำข้าวโพดใหม่จากไร่ที่ยังไม่มีการนำไปเป็นอาหารมาถวายผีบรรพบุรุษ และผู้เฒ่าผู้แก่ และแจกจ่ายผู้อาวุโสตามลำดับ (แม้ว่าข้าวโพดจะยังไม่ม่มีเมล็ดเมื่อถึงวันทำพิธีจะต้องหักมาทำพิธีก่อน) ข้าวโพดที่ใช้ในพิธีจะต้องไม่แกะเปลือกออกเพราะเชื่อว่าจะต้องทานในสิ่งที่บริสุทธิ์พอถึงเวลาตกเย็นประมาณ 5-6 โมงเย็น ชาวบ้านจะนำข้าวโพดใหม่ไปแจกจ่ายให้ทุกบ้าน โดยเจ้าของบ้านจะเอากระดังหรือกระบุงมาวางไว้หน้าบ้านเพื่อใส่ข้าวโพด จากนั้นจึงนำไปวางไว้บนหิ้ง (แห่โอบป่า) ในกรณีที่เจ้าของไม่ได้เอาอะไรมารองรับไว้ ผู้หักก็จะนำไปไว้บนหิ้งเองหรือบางทีก็ไม่ให้เลย เพราะถือว่าครอบครัวนั้นไม่ยอมทำบุญร่วมด้วย โดยข้าวโพดที่วางบนหิ้งจะวางไว้เป็นเวลา 1 วัน 2 คืน หลังจากนั้นจะนำมากินได้ หากกินไม่หมดหรือเหลือก็นำไปให้ไก่และหมู ประเพณีการหักข้าวโพดใหม่ชาวบ้านมองว่านอกจากจะเป็นประเพณีที่ทำให้ผู้กระทำได้บุญกุศลจากการให้ทานแล้ว การแจกจ่ายหรือการแบ่งปัน

ถือเป็นการต่อยอดความรัก ความสัมพันธ์สามัคคีของครอบครัวและชุมชนให้มีความแน่นแฟ้นมากยิ่งขึ้น

2) ประเพณีการบูชารวงข้าว

การบูชารวงข้าว เป็นพิธีของชาวละหู่แดงที่ถือปฏิบัติเป็นประจำทุกปี ประเพณีนี้จัดทำขึ้นเพื่อขอพรจากผู้สูงอายุหรือผู้เฒ่าผู้แก่เพื่อให้หมู่บ้านมีความอุดมสมบูรณ์ ผลผลิตทางการเกษตรได้ตามต้องการ วันในการทำพิธีเช่นเดียวกับการหักข้าวโศด คือจะกระทำก่อนวันศีลหรือวันพระ(ชาวละหู่เรียกว่า ชิญโล่) ซึ่งตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำหรือวันพระจันทร์เต็มดวง การทำพิธีนั้นจะเริ่มด้วยการนำรวงข้าวใหม่และพืชพันธุ์ธัญญาหาร เช่น เผือกมัน พักทอง แตงกวา พริก ผักกาด ฯลฯ ไปให้ผู้เฒ่าผู้แก่หรือผู้อาวุโสและบิดามารดาได้รับประทานก่อนที่จะมีการเก็บเกี่ยว ทั้งนี้เพื่อต้องการให้ผู้เฒ่าผู้แก่อายุพระจะได้มีผลผลิตมากมีเหลือกินเหลือใช้ตลอดทั้งปี

3) ประเพณีการกินข้าวใหม่หรือการถวายข้าวใหม่

ประเพณีกินข้าวใหม่ (ถ้าชื่อจำเว หรือ หมื่อชื่อว่าชื่อจำเว) ชาวละหู่จะทำขึ้นเป็นประจำทุกปีเพื่อเป็นการขอบคุณพระเจ้า(กุยซา) ที่ประทานทุกสิ่งทุกอย่างมาให้ เช่น พละกำลัง ดินฟ้าอากาศ ฝนรวมทั้งพืชพันธุ์ธัญญาหารต่างๆ ที่ทำให้เขาได้กินและมีชีวิตอยู่ได้ การกินข้าวใหม่จะเริ่มในประมาณปลายเดือนตุลาคม ซึ่งเป็นฤดูกาลเก็บเกี่ยว ก่อนการทำพิธีชาวบ้านจะมีการประชุมเพื่อหารือกำหนดวันทำพิธี ในระหว่างนั้นชาวบ้านจะเตรียมอาหารให้พร้อมทั้งส่วนที่ใช้ประกอบพิธีและส่วนที่ใช้เลี้ยงแขก การทำพิธีจะเริ่มด้วยการจัดเตรียมของกินต่างๆ สำหรับเช่น ไหว้และไว้เลี้ยงเพื่อนบ้าน อาหารส่วนใหญ่ที่นำมาเลี้ยงจะเป็นประเภทเนื้อสัตว์ เช่น ไก่, หมู เพื่อถือเป็นอาหารที่พิเศษของชาวละหู่ เมื่อถึงวันจริงจะเข้าโบสถ์ ไปร้องเพลงเพื่อขอบคุณพระเจ้า จากนั้นจะขอพรจากผู้เฒ่าผู้แก่และร่วมกันรับประทานอาหารโดยเวียนกินไปตามบ้านต่างๆ ตลอดทั้งวัน

4) ประเพณีการกินวอ (เขาะจำเว) หรือปีใหม่ของละหู่

การกินวอ เป็นพิธีเฉลิมฉลองปีใหม่ของชาวละหู่ การจัดพิธีมักเริ่มในช่วงหลังฤดูกาลเก็บเกี่ยวในวันขึ้นปีใหม่หรือเทศกาลตรุษจีน ทั้งนี้วันจัดพิธีนั้นไม่แน่นอนขึ้นอยู่กับแต่ละเผ่าหรือแต่ละหมู่บ้าน โดยส่วนใหญ่จะจัดขึ้นระหว่างวันที่ 30 ธันวาคม - 2 มกราคม ของทุกปี ในการกินวอถือเป็นเทศกาลที่ชาวบ้านที่เดินทางไปทำงานต่างถิ่นกลับมาเยือนถิ่นฐานบ้านเกิดของตนและถือเป็นวันหยุดประจำปี ในระหว่างนี้หนุ่มสาว ก็จะถือโอกาสออกไปเที่ยวต่างหมู่บ้าน เพื่อหาคู่ครอง ซึ่งทุกบ้านจะถือปฏิบัติให้การต้อนรับเลี้ยงดูเป็นอย่างดี และแต่ละบ้านจะมีอาหารที่นิยมทำกันเพื่อแจกจ่าย คือ ข้าวปุ้น และถ้าบ้านไหนที่มีฐานะดีก็จะเลี้ยงแขกด้วยเนื้อวัว

ก่อนถึงวันงานปีใหม่ ประมาณ 2 - 3 เดือน ชาวบ้านโดยเฉพาะผู้หญิงจะจัดแจงจัดเสื้อผ้าใหม่ให้แก่สมาชิกในครอบครัว หญิงสาวที่อยู่ในวัยรุ่นก็จะเตรียมเสื้อผ้าใหม่ และเครื่องประดับตกแต่งบ้านไหนมีอยู่แล้วที่เก็บไว้หลังจากปีที่แล้วก็จะนำออกมาขัดล้างให้สะอาด ถ้าไม่มีก็จะจัดทำขึ้นหรือหาซื้อ เพราะวันงานจะต้องใช้สวมใส่ชุดประจำเผ่าที่ประดับประดาอย่างสวยงามภายในงานและถือเป็นหน้าตาของหญิงสาวชาว ละหู่

ก่อนจะถึงปีใหม่ 1 วัน ทุกบ้านจะตื่นแต่เช้าตรู่ผู้หญิงจะซักเสื้อผ้า ล้างถ้วยชาม ทำความสะอาดบ้านให้สะอาด เพราะเชื่อว่า เทียงคินของวันสิ้นปีเก่าเทพเจ้าแห่งปีใหม่จะมาเยี่ยมเยียน หากบ้านไหนไม่ซักเสื้อผ้าก็จะถูกสาปให้เป็นโรคหิด และบ้านไหนไม่รีบรื้อยสกปรกจะถูกสาปให้โชคร้ายตลอดปี ผลผลิตทางการเกษตรไม่ได้ผลตามที่ปรารถนา เงินทองฝืดเคือง มีการเจ็บไข้ได้ป่วยเกิดขึ้น จากนั้นก็จะออกจากบ้านเข้าไปในเมืองเพื่อเลือกซื้ออาหารจำพวกของกินของใช้ เช่น แป้ง สบู่ น้ำปลา หรือเครื่องใช้อื่นๆ ไว้สำหรับใช้ในเทศกาลปีใหม่ พอตกบ่ายทุกบ้านจะฆ่าหมูและดำข้าวปุ้นเพื่อใช้เป็นของเซ่นไหว้ในพิธีและแจกจ่ายให้ผู้มาเยี่ยมบ้าน หลังจากนั้นจัดโต๊ะสำหรับเซ่นไหว้พระเจ้าจะประดับตกแต่งให้สวยงามด้วยสายรุ้งสีขาวย ตัดกระดาษเป็นรูปชายและหญิง บนโต๊ะปูด้วยใบสนที่เป็นสัญลักษณ์ของชีวิตใหม่หรือการเริ่มต้นใหม่ ไว้สำหรับวางข้าวปุ้น 2 ก้อน คือ ตัวผู้เป็นสัญลักษณ์ของพระอาทิตย์และตัวเป็นสัญลักษณ์ของพระจันทร์ เพราะถึงเวลาพระเจ้าจะลงมาประทานสัญญาโดยเขียนไว้บนแผ่นข้าวปุ้นที่รองด้วยใบสน

กิจกรรมแรกของเทศกาลปีใหม่ (เขาะต่าญี) จะมีพิธีดักน้ำใหม่ โดยหนุ่มสาวที่เป็นตัวแทนในแต่ละบ้านจะวิ่งไปยังแหล่งน้ำเพื่อนำน้ำใหม่ไปใช้ประกอบพิธีเพราะเชื่อว่าน้ำเก่าจะหยุดไหลเวลาหลังเที่ยงคืนของวันสิ้นปีและน้ำใหม่จะออกมาหลังจากนั้น ในเช้าวันที่สองชาวบ้านทุกคนจะแต่งชุดประจำเผ่า ผู้หญิงจะประดับประดาด้วยเครื่องประดับสวยงาม จากนั้นจะมีพิธีรดน้ำดำหัวพ่อแม่ ญาติพี่น้องในหมู่บ้านโดยสมาชิกในแต่ละครอบครัว จากนั้นแต่ละครอบครัวจะพากันไปรดน้ำดำหัวผู้อาวุโสประจำหมู่บ้าน โดยผู้หญิงที่เป็นตัวแทนในแต่ละครอบครัวจะทำหน้าที่นำน้ำใหม่ไปรดน้ำและขอพรจากผู้ใหญ่ตามบ้านเรือนต่างๆ ในหมู่บ้าน ผู้ใหญ่ที่ถูกรดน้ำที่มีจะนำน้ำมาล้างหน้าแล้วใช้ผ้าขนหนูเช็ดหน้า จากนั้นให้พรตอบแก่บ้านที่มารดน้ำ

ปัจจุบันพิธีการดำหัวได้เปลี่ยนแปลงไปบ้างเล็กน้อย คือ คนในหมู่บ้านจะนัดมารวมกันทั้งหมู่บ้านแล้วเดินไปดำหัวทีละบ้านพร้อมๆ กัน โดยเริ่มจากบ้านผู้มีอายุมากที่สุดแล้วสิ้นสุดลงที่บ้านคนอายุน้อย ระหว่างเดินเข้าบ้านแต่ละหลัง ขบวนก็จะมีการตีกลอง ฆ้อง ฉิ่ง และเป่าแคนมีบรรยากาศคึกคักอย่างสนุกสนาน ผู้ชายจะแบกปืน หน้าไม้หรือปืนแก๊ป เพื่อยิงเป็นเกียรติหรือต้อนรับแขก เด็กวัยรุ่นจะเล่นปะทัด ผู้หญิงนั้นนอกจากจะเป็นตัวแทนดักน้ำใหม่แล้วยัง

สะพานขึงข้ามใส่ข้าวปุ้นกับเนื้อหมู ส่วนข้าวตำจะห่อใบตอง ห่อละ 1 คู่ และห่อเนื้อหมูดิบ 1 ตัง ยาวประมาณ 5-6 เซนติเมตร เมื่อเข้าไปบ้านไหนก็จะเอาข้าวตำกับเนื้อหมูออกมาวางบนขัน โตกหรือที่ๆ เขาจัดเตรียมไว้ให้อย่างละ 1 ห่อ ถือเป็นการแลกเปลี่ยนกัน หลังจากนั้นจะมีกิจกรรมการเล่นของหมู่บ้าน คือ การเล่นลูกข่างและการเต้นจะคึก ผู้ชายทั้งเด็กและผู้ใหญ่จะเล่นลูกข่าง ส่วนหนุ่มสาวโสดจะเล่นสะล้า โดยเลือกจับคู่กับเพศตรงข้ามที่สนใจ เริ่มด้วยฝ่ายหญิงจะโยนมาลัยสื่อรักให้ฝ่ายชายด้านตรงข้ามที่เย็บด้วยผ้า มีลักษณะคล้ายหมอนสี่เหลี่ยม ข้างในจะใส่เกลบหรือทรายมีหาง 4 มุม เย็บด้วยเศษผ้าที่ตัดเป็นเส้นหลายสีสวยงาม ตรงกลางจะมีสายผ้าสำหรับจับโยน อาจจะเล่นคู่เดียวหรือหมู่ ข้างละ 2 หรือ 3 ก็ได้ เมื่อฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งโยนมา อีกฝ่ายหนึ่งจะต้องรับให้ได้ ห้ามตกพื้น หากฝ่ายใดทำตกหรือพลาด จะต้องมีการขี้ดของ เช่น กำไล ผ้าโพกหัว เงินหรืออะไรก็ได้แล้วแต่จะเรียก พอตกลงกลางคืนฝ่ายที่ได้ของที่ยืดไว้ก็จะนัดเจอกันเพื่อเอาของคืนหรือแลกของคืนกัน ตราบใดที่ทั้งคู่ยังรักกันก็เก็บของกันไว้ แต่ถ้าไม่ถูกใจก็คืนของไปก็จบ ไม่มีอะไรติดค้างแต่บางคู่ก็กลายเป็นคู่อริกันได้แต่งงานกัน

5) การเต้นจะคึก (กำเข้เว)

การเต้นรำปีใหม่จะต้องเต้นกันรอบต้นไม้ปี สำหรับละหู่และพวกอื่นๆ ต้นไม้ปีคือต้นสน แต่สำหรับละหู่เข้และจะทำเป็นจอมปลวกสี่เหลี่ยมนำไม้ไผ่สานเป็นเสื่อสี่เหลี่ยมมาวางบนจอมปลวกมีกระบุงสานด้วยไม้ไผ่ จำนวน 2 ใบ มาวางไว้ตรงปลายข้างละ 1 ใบ ส่วนข้างในตะกร้าใส่เครื่องเช่น ไห้ว จะนำพินมาทับบนเสื่อตรงปลายไว้ ข้างละ 2 เล่ม ส่วนละหู่ญี “ต้นไม้ปี” คือ ต้นไม้สมบูรณด้วยกิ่งก้านสาขาสีด้น นำมาปักเป็นสี่เหลี่ยมจัตุรัส ดอกกระดานเป็นหิ้งเจ้าตรงกลางใช้เป็นแท่นบูชา มีหัวหมูเช่นแขวนไว้ได้หิ้ง ต้นไม้ปี นี้คือแบบจำลองของ ต้นไม้แห่งชีวิต ซึ่งพวกเขาเห็นทอดเงายูบ่นดวงจันทร์ เชื่อกันว่าหากใครได้แก่เศษเล็ก ๆ ของต้นนี้มาเป็นของตนก็จะไม่มีวันตาย

ละหู่จะตั้งแถวเต้นรำที่ตีนเนินของหมู่บ้าน แล้วเดินระบำขึ้นไปต้นไม้ปี โดยมีผู้ถือโตะบูชาตามผู้นำ พอถึงจึงวางขันโตกไว้ใต้ต้นไม้ แล้วเดินรำกันรอบๆ ต้นไม้ปีเป็นเวลาหลายชั่วโมง ส่วนละหู่ญีนั้นผู้ตั้งของบูชาตั้งแล้วก็จะรินน้ำใส่กระบอกไผ่ที่ปักดินไว้ได้หิ้งด้วย

เทศกาลนี้เป็นเวลาที่คนต่างหมู่บ้านอยู่ในกลุ่มเดียวกันจะแสดงความสามัคคี โดยการไปเยือนร่วมงานปีใหม่ของกันและกัน แต่ละหมู่บ้านจะจัดกลุ่มผู้แทนเดินระบำนำ ส่วนของไหว้อันมีข้าวปุ้นและหมู ไปอวยพรผู้ใหญ่บ้านอื่นๆ (ละหู่ญีมีเทียนด้วย)

การเซ่นไหว้กุยซาและอ่ายม สวดมนต์ภาวนาขอพรแห่งพละทานามัยและความอุดมแห่งสัตว์เลี้ยงและพืชพันธุ์ธัญญาหาร ส่วนพวกละหู่คริสต์มีพิธีในโบสถ์ขอบคุณพระเจ้า (กุยซา) สำหรับพรที่ได้รับในปีที่ผ่านมาและขอประทานพรใหม่สำหรับปีหน้า หลังจากฉลองกันมาสี่ห้าวัน

ละหู่ทั้งหลายก็เหนื่อยอ่อนความยากเข็ญของปีที่แล้วได้ผ่านพ้นไป ความหวังใหม่ของปีใหม่ เช่นเดียวกับไบสน เริ่มผลิยอดใหม่อยู่ในหัวใจของเขา



ภาพที่ 2.3 การเต้นจะคี

2.2.9.3 วัฒนธรรมการบริโภคเพื่อสุขภาพของชาวละหู่

ชาวละหู่มีวัฒนธรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ โดยแบ่งออกตามวัยต่างๆ และให้ความสำคัญเกี่ยวกับการกินในช่วงวิกฤตของชีวิต เช่น ขณะป่วย ขณะอยู่เดือน ดังนี้

1) **วัยเด็ก** จะเน้นอาหารประเภทอาหารอ่อนและย่อยง่าย เช่น ข้าวต้ม หมูต้ม ไก่ต้ม ผักต้ม ฯลฯ และประกอบอาหารต้องสุก เพราะช่วงเด็กยังไม่มีฟัน สำหรับเด็กโตกินได้ทุกอย่าง

2) **วัยผู้ใหญ่** เป็นวัยที่ต้องใช้แรงงาน ใช้พลังกำลังมากการกินส่วนใหญ่ใช้ในการเพิ่มกำลัง มีแรงทำงาน การรับประทานอาหารสามารถทานได้ทุกประเภทตามฤดูกาล เช่น ผัก ผลไม้ ดกแต่ ฯลฯ

3) **วัยชรา** เป็นวัยที่มีความเสื่อมของร่างกายสูงการกินส่วนใหญ่เน้นการเสริมสร้างส่วนที่สึกหรอและเป็นอาหารที่อ่อนและย่อยง่าย

4) **ผู้ป่วยหรือผู้พักฟื้น** ชาวละหู่ให้ความสำคัญกับการดูแลขณะเจ็บป่วย เชื่อว่าร่างกายจะหายจากอาหารป่วยได้เร็วหรือช้าส่วนหนึ่งเป็นผลจากความแข็งแรงของร่างกายในการต่อสู้กับการป่วยขณะนั้น ซึ่งประเภทของอาหารที่กินเข้าไปต้องช่วยให้ร่างกายแข็งแรงและไม่มีผลต่อการบั่นทอนสุขภาพ ในอดีตชาวละหู่จะให้กินข้าวต้มใส่เกลือ ดื่มน้ำต้มสุก โดยเฉพาะขณะรักษาด้วยยาสมุนไพรให้งดผลไม้ที่มีรสเปรี้ยว เพราะเชื่อว่า ยาที่ใช้รักษาโรคอยู่นั้นจะทำให้ฤทธิ์เสื่อม ไข้ก็จะหายช้า

ปัจจุบันผู้ป่วยหรือผู้พักฟื้นชาวละหู่หันมากินผลไม้ เพื่อเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรง สร้างภูมิต้านทานโรค และทำให้ระบบอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกายทำงานเป็นปกติ

5) **คนอยู่เดือน (หลังคลอดบุตร)**

ชาวละหู่เชื่อว่า หลังจากคลอดบุตรร่างกายจะมีการปรับเปลี่ยนระบบเซลล์ต่างๆ เพื่อพักฟื้นร่างกายให้กลับคืนสู่สภาพปกติ ช่วงดังกล่าวต้องระมัดระวังเป็นพิเศษถ้าดูแลสุขภาพไม่ดีหรือ

ได้รับสิ่งที่มีผลสุขภาพจะทำให้เกิดเจ็บป่วยขึ้นได้ โดยเฉพาะอาหารการกินจะระมัดระวังเป็นพิเศษ และถือเป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่แม่เมื่อใหม่ก่อนจะกินอะไรมักจะถามผู้ใหญ่เสมอ ว่าอาหารชนิดไหนกินได้หรือไม่ได้ เพราะกลัวกินอาหารผิดแล้วจะทำให้เป็นโรคผิเคเดือน คือ มีอาการผอมแห้งแรงน้อย ไม่มีเรี่ยวแรง อ่อนเพลีย สุขภาพไม่ค่อยออกๆ แอดๆ น้ำนมจะแห้ง ลูกจะร้องไห้บ่อยเพราะ ค่อมนมไม่อิ่ม อาการของลมผิเคเดือนสามารถเป็นได้กับทุกคนทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพของร่างกายเมื่ขณะคลอด

(1) ข้อปฏิบัติเกี่ยวกับอาหารการกิน

ชาวละหู่เชื่อว่าในขณะที่อยู่เดือนร่างกายกำลังฟื้นตัวให้หาย การกินอาหารที่ดีมีประโยชน์จะช่วยบำรุงร่างกายให้ฟื้นตัวได้เร็วขึ้น ชาวละหู่นิยมกินเนื้อไก่เป็นอาหารพิเศษสำหรับคนอยู่เดือน โดยมีส่วนผสมของสมุนไพรต่างๆ ได้แก่ พริกไทยดำ ลูกจันทร์และเกลืออนามัย และไก่ที่ใช้ในการทำต้องผิวไม่เหลือง เพราะเชื่อว่าจะทำให้ไม่สบาย นอกจากนี้ยังมีข้อห้ามอื่นๆ เช่น ห้ามกินมะละกอ ห้ามเข้าไปใกล้ต้นหรือเดินผ่านใต้ต้น เพราะเชื่อว่าจะทำให้เป็นโรคเรื้อนทำให้เป็นโรคเรื้อน และห้ามกินของหมักดอง น้ำอืดลม ผงชูรส เป็นต้น

(2) ข้อห้ามและข้อปฏิบัติสำหรับคนอยู่เดือน ขณะอยู่เดือนผู้เป็นแม่จะต้องระมัดระวังในการทำกิจกรรมประจำวัน เช่น

- ห้ามนอนกับสามีหรือมีเพศสัมพันธ์
- ห้ามอ่านหนังสือ
- ห้ามกวาดบ้าน
- ห้ามร้องไห้หรือเสียใจ
- ห้ามอาบน้ำหรือสัมผัสความเย็น
- ห้ามเป่าไฟ
- ห้ามดูทีวีสี
- ห้ามดมกลิ่นฉุนหรือกลิ่นเหม็น
- ห้ามอ่านหนังสือ
- ห้ามทำงานหนักหรือยกของหนัก
- ห้ามใช้ไม้ไผ่คั้นไฟทำอาหาร
- ห้ามซักผ้าเอง กรณีอยู่ไฟไม่ครบ

2.2.9.4 ชนิดของอาหารที่เกี่ยวข้องกับการดูแลรักษาสุขภาพของละหู่

1) nga sha la ca ve (ง่าล่าจ้าว) / (ปลาไหลมกระบอกไม้ไผ่) เพื่อบำรุงสุขภาพ

(1) เครื่องปรุงและอุปกรณ์

- ปลาในห้วย 5 – 10 ซีด (500 – 1,000 กรัม)
- กระเทียม 20 – 30 กลีบ
- พริกขี้หนูแห้ง 15 – 20 เม็ด
- เกลือประมาณ 1 – 2 ช้อนโต๊ะ
- ผักกรูด 1 กำมือ หรือ 2 ซีด
- น้ำ 1 ถ้วยเล็ก

- ผักชีฝรั่ง 5 ต้น
- ใบตอง 1 พับ
- กระบอกไม้ไผ่ 1-2 อันตามต้องการ
- ถ้วยใบใหญ่ 2 ใบ
- ครก 1 ใบ
- มีด และเชียง

(2) วิธีทำ

- ล้างปลาให้สะอาดด้วยน้ำ จำนวน 1 – 2 ครั้ง คั่วไก่ส้อออก และตัดครีบน้ำมัน (กรณีมีกุ้งหรือปู ให้เอาเปลือกออก) หั่นเป็นชิ้นๆเตรียมใส่ภาชนะรอปรุง
- ล้างผักชีฝรั่ง ผักกระูดแล้วหั่นเป็นท่อน ๆ
- เตรียมเครื่องแกงโดยการตำพริกขี้หนูแห้ง กระเทียม และเกลือผสมกันให้ละเอียด ตักใส่ภาชนะ
- นำเครื่องแกงที่ได้เทใส่ในอ่างหรือถาด แล้วคลุกเคล้ากับปลาที่เตรียมไว้ หมักไว้ประมาณ 3 – 5 นาที
- นำกระบอกไม้ไผ่ที่เตรียมไว้ตัดปลาที่หมักใส่ แล้วเติมน้ำประมาณครึ่งถ้วย
- ใช้ใบตองอุดรูกระบอกไม้ไผ่ แล้วนำไปตั้งบนเตาไฟ อย่าให้ล้น
- หมั่นดูไฟให้ติดสม่ำเสมอ
- เมื่อสุกแล้ว เทออกใส่จานตั้งโต๊ะรับประทาน

2) Sha peu ve (ลำเปืออะเว) / (ลาบ) เป็นอาหารพิเศษ ส่วนใหญ่ทำในงานบุญ งานเลี้ยง เช่น การแต่งงาน ประเพณีกินข้าวใหม่ ๆ

(1) เครื่องปรุง

- เนื้อหมู 1 กิโลกรัม (5 ซีด)
- เปลือกต้นมะขามป้อม 1 ถ้วย
- พริกหนุ่ม (พริกชี้ฟ้า พริกขี้หนู) 10 เม็ด
- กระเทียม 10 – 15 กลีบ
- ต้นหอม 2 ต้น
- ผักชี 3 ต้น
- ผักชีฝรั่ง 3 ต้น
- ใบมะกรูด 3 ใบ
- เกลือ 1 ช้อนโต๊ะ

(2) วิธีทำ

- ล้างผักที่เตรียมไว้ให้สะอาด
- ล้างเนื้อให้สะอาดแล้วหั่นตามขวางเป็นชิ้นเล็ก ๆ
- นำผักและเปลือกมะขามป้อมที่เตรียมไว้มาหั่นให้เข้ากัน
- นำเนื้อหมูที่สับเป็นชิ้นเล็กๆ มาผสมกับเกลือและคลุกเคล้าจนเข้ากันดี และ

ปรุงรสตามต้องการ

- นำเนื้อหมูที่คลุกเคล้ากับเครื่องปรุงไปคั่วให้สุกหรือหมกแล้วแต่ชอบ
- สุกแล้วตักใส่จานตั้งโต๊ะอาหารรับประทานได้

3) Sha la te ve (ส่าหล่าเตเว) / (แกงกระด้าง) นิยมทำช่วงเทศกาลกินวอ (ปีใหม่)**(1) เครื่องปรุง**

- หัวหมู 1 หัว
- ขาหมู 4 ขา
- เกลือ 3 ช้อนโต๊ะ (ประมาณเอา ไม่พอใส่เพิ่มได้)
- พริกแห้ง 1 กำมือ
- กระเทียม 1 กำมือ
- ผักคองตอกแห้ง 1 กำมือ

(2) วิธีทำ

- เผาหัวหมูหรือขาหมู ขูดเอาขนเล็บ ฟันออกแล้วล้างทำความสะอาดด้วยน้ำ
- นำเนื้อที่ได้มาสับเป็นชิ้นๆ ใหญ่ใส่หม้อ
- ตำพริกแห้งใส่กระเทียมใส่เกลือ
- ยกหม้อที่สับเนื้อหมูมาใส่น้ำให้ท่วม ใส่พริกที่ตำไว้
- ยกขึ้นตั้งไฟ ต้มให้เดือดหลาย ๆ น้ำ
- เมื่อต้มจนเปื่อยแล้วตักชิมปรุงรสตามต้องการ
- ใส่ผักคองตอกแห้งที่ตัดเป็นฝอย ๆ ต้มจนเปื่อยหรือได้ที่แล้วยกลง

4) A Chu hka gui te ve (อ่าชูค่ากือเตเว) / (น้ำซุปมะแว้ง) สำหรับบำรุงสุขภาพ เจริญ

อาหาร

(1) เครื่องปรุง

- เม็ดมะแว้ง 1 กำ
- ตะไคร้ 1 ต้น

- พริกชี้หนูดิบ 5-6 เม็ด
- เกลือ 1 ช้อนโต๊ะ
- กระเทียม 5-6 กลีบ

(2) วิธีทำ

- นำเม็ดมะม่วงมาคั่วไฟอ่อนๆ ให้เหลืองหรือสุก แล้วนำมาตำให้ละเอียด
- ล้างตะไคร้สะอาดและตัดเป็นชิ้นๆ
- ตำพริกชี้หนูกระเทียม
- นำน้ำใส่หม้อยกขึ้นตั้งไฟ
- เมื่อน้ำเดือดพล่านแล้ว นำตะไคร้ทุบ ใส่พริก เกลือ เม็ดมะม่วงใส่ลงไป
- รอให้เดือด ประมาณ 5 นาที แล้วยกลง ตักใส่ชามใหญ่แล้วไปตั้งโต๊ะ

5) Na hpe (หน้าพะยะ) / (น้ำพริกถั่วเน่า) อาหารประจำวัน ทำรับประทานทั่วไป

(1) เครื่องปรุง

- พริกดิบ 1 กำ
- ถั่วเน่าแผ่น 1 แผ่น
- มะเขือส้ม 2 ลูก
- หอมแดง 4 หัว
- กระเทียม 10 กลีบ
- เกลือ ครึ่งช้อนโต๊ะ
- ต้นหอม 1 ต้น
- ผักชี 1 ต้น

(2) วิธีทำ

- ล้างผักให้สะอาด ซอยและเปลือกออกหมด (กระเทียม หอม)
- นำถั่วเน่าแผ่นย่างไฟให้เหลืองหอม นำมาตำให้ละเอียด
- นำพริก กระเทียมหัวหอมขึ้นย่างไฟให้สุกพอประมาณ
- นำพริก กระเทียมและหัวหอมที่เตรียมไว้ใส่ผสมมะเขือส้ม เกลือ ต้นหอม
- นำถั่วเน่าและพริกที่ผสมกันในชามแล้วคนให้เข้ากัน ปรุงรสตามต้องการ
- ตักใส่ชามแล้วคนให้เข้ากัน นำไปจัดตั้งโต๊ะรับประทาน

6) ha meu ca ve (สำหม้อจ้าว) / (แกงฮังเล) อาหารพิเศษเพื่อบำรุงร่างกาย

(1) เครื่องปรุง

- เนื้อหมู, ไก่, วัว, ควาย, อย่งใดอย่างหนึ่ง

- เนื้อไก่ 1 ตัว
- ตะไคร้ 1 ต้น
- พริกแห้ง 10 – 15 เม็ด
- กระเทียม 10 กลีบ
- ผักชีฝรั่ง 4 ต้น

(2) วิธีทำ

- ล้างไก่ให้สะอาดแล้วนำไปสับเป็นชิ้นใหญ่
- ล้างผักชีฝรั่ง ตะไคร้ให้สะอาดหั่นเป็นท่อนๆ
- นำพริกแห้งและกระเทียมตำรวมกัน
- นำเนื้อไก่ที่เตรียมไว้ผสมกับเครื่องปรุง เหน้าและเกลือปรุงรสใส่

พอประมาณ

- ยกขึ้นตั้งไฟ ต้มให้เดือด และปรุงรสตามต้องการ
- เมื่อต้มจนได้ที่โดยสังเกตจากเนื้อเปื่อยหรือน้ำเหลือน้อยก็ยกลงและตักใส่

ชามทานได้

7) **Va sha ca ve** (หว่าซ่าจ้าวเว) / (ต้มเนื้อหมู) สำหรับงานเลี้ยงต่าง ๆ เช่น พิธีแต่งงาน ทำบุญขึ้นบ้านใหม่ กินข้าวใหม่

(1) อุปกรณ์

- หม้อ 1 ใบ
- กะละมัง 1 ใบ
- ครก 1 อัน
- เขียง 1 อัน
- มีด 1 ค้อน

(2) เครื่องปรุง

- กระดูกหมู (ประมาณจำนวนคนในงาน)
- ซี่โครงหมู (ประมาณจำนวนคนในงาน)
- หมูสามชั้น (ประมาณจำนวนคนในงาน)
- พริก กับเกลือ (กะประมาณเอา)
- ผักหรือผักต่าง ๆ แล้วแต่ต้องการ

(3) วิธีทำ

- ล้างหมูให้สะอาดแล้วก่ใส่หม้อ

- ผักหรือผักที่เราเตรียมไว้ล้างให้สะอาด
- ตำพริกใส่เกลือ
- นำเนื้อหมูที่สับไว้มาใส่หม้อใหญ่ใส่พริกใส่เกลือแล้วยกตั้งไฟ
- คั่วให้น้ำที่มีอยู่ในเนื้อหมูออกมาให้หมด น้ำเริ่มแห้งและได้กลิ่นหอมแล้ว

ค่อยเทน้ำใส่ตามความต้องการ

- รอให้น้ำเดือดพล่านและหมูใกล้จะสุก เราก็ใส่ผักหรือผัก ตามที่เราอยากใส่
- ชิมดูรสแล้วเพิ่มเครื่องปรุงตามต้องการ
- ยกลงใส่ต้นหอมผักชี และตักใส่ถ้วยกินได้ทันที

8) **Va neh (หวะเนะ) หรือ ga neh (งะเนะ) / ข้าวต้มหมูหรือไก่** สำหรับพิธีทำบุญเรียกขวัญของละหู่ญ และพิธีแต่งงานของละหู่ญที่ไม่เป็นทางการ เช่น พ่อหม้าย แม่หม้าย หรือ คู่รักที่ได้กั้นก่อนเข้าพิธีแต่งงานหรือท้องก่อนแต่ง ทำแบบเรียบง่ายและเจียบ ๆ

(1) อุปกรณ์

- ครกกระเดื่อง 1 อัน
- หม้อ 1 ใบ
- กระจัง 1 คั้ง
- ทัพพีสำหรับคน 1 อัน

(2) เครื่องปรุง

- เนื้อหมูบดหรือเนื้อไก่
- ข้าวคั่ว
- พริก
- เกลือ
- ต้นหอมผักชี
- ตะไคร้
- กระเทียม

(3) วิธีทำ

- คั่วข้าวสารให้เหลืองและหอม แล้วนำไปตำให้ละเอียดตักใส่ภาชนะ
- คั่วพริกให้หอม ๆ แล้วตำให้ละเอียดตักใส่ภาชนะ
- หั่นเนื้อไก่
- ล้างต้นหอมผักชี
- ตำกระเทียมแล้วนำไปเจียวกับน้ำมันพืชให้หอม

- นำหม้อที่เตรียมไว้ใส่เนื้อหมูหรือไก่อย่างใดอย่างหนึ่ง นำใส่พริก เกลือใส่ แล้วยกขึ้นตั้งไฟ เติมน้ำใส่เล็กน้อยแล้วคั่วให้หอม

- รอให้น้ำเดือดพล่านแล้วเทข้าวคั่วใส่แล้วคนก้นหม้อบ่อย ๆ
- เมื่อสุกแล้วยกลงมาแล้วใส่ต้นหอมผักชีโรยหน้า
- ตักใส่ชามแล้วยกไปเสิร์ฟพร้อมกับเครื่องปรุงรสตามความชอบ

9) Fu (อู่ฝู) / (ข้าวปุ้น) ตำในเทศกาลกินวอหรือปีใหม่

(1) อุปกรณ์

- หม้อหรืออ่างแช่ข้าวสาร 1 ใบ
- ครกกระเดื่อง 1 อัน
- ไหหนึ่งข้าว 1 อัน
- กระจด 1 คีง
- ใบสนหรือใบตอง พอประมาณ

(2) เครื่องปรุง

- ข้าวเหนียว 2 ลิตร
- งา 1 ถ้วย

(3) วิธีทำ

- แช่ข้าวสารอย่างน้อย 6 – 8 ชั่วโมง
- ล้างครกกระเดื่องและกระจดให้สะอาด
- เตรียมใบสนหรือใบตอง
- คั่วงาให้เหลืองหอมแล้วตำให้ละเอียด และนึ่งข้าวไว้
- ใส่งาตำที่ก้นครกและสากครกก่อน เพื่อไม่ให้ข้าวติดก้นครกแล้วนำข้าวที่นึ่งสุกแล้วลงตำให้ละเอียด

- ตำเสร็จแล้วเอาออกมาใส่กระจดที่ทางาไว้ แล้วคลึงไปมาและนวดให้เข้างา ปิดออกมาเป็นก้อน ๆ แล้วปั้นเป็นแผ่นบาง ๆ

- นำไปวางเรียงกันไว้เป็นแถว ๆ โดยเอาใบตองกั้นกลาง
- เมื่อมีแขกมาบ้านก็นำมารับแขก เป็นของว่างได้หรือหั่นเป็นชิ้น ๆ แล้วทอดกินก็ได้ โดยโรยเกลือป่นหรือน้ำตาลตามความชอบ

10) Gu tguh (กู่จือ) / (ผักกาดดอง) อาหารที่ถนอมไว้กินทั่วไป กินแก้เลี่ยนมันหมู

(1) อุปกรณ์

- ไหหรือโอ่ง 1 ใบ

- หม้อ 1 ใบ

(2) เครื่องปรุง

- ผักกาด
- พริก
- เกลือ
- ต้นหอมผักชี

(3) วิธีปรุง

- นำผักมาล้างให้สะอาด ส่วนใหญ่เป็นยอดผัก
- ตากแดดให้เหี่ยวพอประมาณ
- ล้างโองหรือหม้อให้สะอาด อย่าให้เปื้อนน้ำมันเพราะจะทำให้ผักเน่าเสียได้
- ใส่ผัก ใส่น้ำ แล้วปิดฝาไปตั้งไว้ข้างๆ เตาไฟในครัว
- นำผักกาดออกมาหั่นใส่ชาม
- ใส่พริกใส่เกลือ ที่คั่วและตำละเอียดแล้ว
- ใส่ต้นหอมผักชี
- ใส่ชามแล้วไปตั้งโต๊ะ

11) Va hkaw hkaw – eh hu ve (หะคอกอ่ยฮูเว) / ผัดเครื่องในหมู ถือเป็นอาหารพิเศษอีกอย่างหนึ่ง (นิยมทำกินกันในช่วงเทศกาลปีใหม่ กินวอ กินข้าวใหม่ และงานเลี้ยงฆ่าหมูกันเอง)

(1) อุปกรณ์

- เขียง 1 อัน
- กระทะ 1 ใบ
- หม้อ 1 ใบ
- ครก 1 อัน

(2) เครื่องปรุง

- เครื่องในหมู เช่น ตับ ไต ใส้ กระเพาะ ปอด หัวใจ
- เครื่องเทศ เช่น พริก เกลือ ขิง กระเทียม ต้นหอมผักชี

(3) วิธีทำ

- ล้างเครื่องในหมูให้สะอาด
- หาเครื่องปรุงและล้างเตรียมไว้

- หั่นเครื่องในเป็นชิ้น ๆ
- หั่นจึงเป็นเส้นบาง ๆ และต้อหอมผักชี
- ตำพริกกระเทียม
- ตั้งกระทะแล้วเทน้ำมันใส่พอน้ำมันเดือดได้ที่แล้ว ใส่เครื่องในลงไป
- หมั่นคนเพื่อกั่นกั้นกระทะไหม้
- เมื่อสุกแล้วใส่เครื่องปรุงที่เตรียมไว้ผัดให้หอมเข้ากัน
- ยกลงและตักใส่ชามเสิร์ฟหรือตั้งโต๊ะรับประทานได้

12) ต้มไก่ เป็นอาหารเพื่อบำรุงร่างกายสำหรับคนอยู่เดือน

(1) อุปกรณ์

- กาคั้นน้ำ 1 ใบ
- มีด 1 ค้อน
- เขียง 1 อัน
- ครก 1 อัน
- เศษผ้า 1 ผืน
- หม้อสำหรับต้มไก่ 1 ใบ

(2) เครื่องปรุง - เนื้อ อก น่อง ตับ ไข่ หัวใจ และกระเพาะไก่

- เปลือกป่น 1 ช้อนชา
- พริกไทยเม็ดดำ 1 ช้อนชา
- ลูกจันทร์ 3 - 4 เม็ด
- น้ำประมาณ 4 ถ้วย

(3) วิธีทำ

- คัดเลือกไก่ ไม่เอาไก่แก่ และผิวเหลือง หากเป็นไก่กระดูกดำยิ่งดี
- จับไก่มาล้างไว้แล้วต้มน้ำให้เดือด
- จับไก่มาเช็ดคอ นำไปลวกน้ำร้อนและถอนขนไก่ให้เกลี้ยง ผ่าอกเอาไส้ออกล้างน้ำให้สะอาดส่วนเครื่องในล้างน้ำร้อนซ้ำอีกที
- สับเนื้อไก่ เป็นชิ้นใหญ่ๆ เช่น น่องจะตัดเป็นสี่ท่อน ออกเอาส่วนที่เป็นเนื้อทั้งหมดเป็นชิ้นเดียวส่วนหัว คอ ปีก ขา และซี่โครงไม่กิน (ให้คนในบ้านกิน)
- นำหม้อมาใส่เนื้อไก่ที่เตรียมไว้ ใส่น้ำให้ท่วมไก่ ใสเปลือก แล้วยกไปตั้งบนเตาไฟและต้มจนเปื่อย

- ก่อนจะยกหม้อลง ทูบเมล็ดพริกไทยดำใส่ ทูบพริกไทย โดยใช้เศษผ้าห่อ เม็ดพริกไทยแล้วใช้ตอกมัดให้แน่น ใช้สาครกรหรือก้อนทูบให้ละเอียด แล้วเทใส่หม้อรอสักครู่ แล้วยกลง

- ตักใส่ชาม ใส่ซ็อน แล้ววางบนกระด้งหรือถาดพร้อมกับข้าวสวยร้อนๆ และ น้ำร้อน 1 แก้วแล้วยกไปไว้ใกล้ ๆ ที่นอน

2.2.10 ประเพณี/พิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ

ชาวละหู่ที่นับถือผีหรือพระเจ้า จะทำพิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพด้านสุขภาพอยู่ เสมอ และมักจะทำบุญเป็นประจำอยู่ 3 อย่าง คือ 1) การทำบุญบ้าน เมื่อไม่สบายกายหรือใจ เช่น เมื่อเจ็บไข้ได้ป่วยหรือมีลางร้ายเกิดขึ้น 2) การทำบุญเรียกขวัญและสร้างสะพาน เมื่อไม่สบาย กาย ใจ ผันร้ายและเป็นผีบ้าจิตฟั่นเฟือน 3) การทำบุญให้กับผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว คือ พ่อ แม่ และญาติพี่น้องที่ตายจากไปแล้ว

2.2.10.1 การทำบุญ ชาวละหู่มีความเชื่อเรื่อง โชคลางและมักทำบุญ เมื่อเกิดเหตุการณ์ อย่างใดอย่างหนึ่งที่ขัดต่อหลักความเชื่อของเขา เช่น หมูเกิดลูกออกมาเป็นตัวเมียทั้งหมด หรือ 1 ตัว 5 ตัว 10 ตัว หรือบางทีหมูเกิดลูกออกมาแล้วตายหมดทั้งคลอก เขาก็จะไม่เลี้ยงหมูตัวนั้นไว้ เพราะเขาเชื่อว่าเป็นลางร้ายกำลังมีเคราะห์กรรม ที่พระเจ้าหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์มาบอกให้รับรู้ว่าเขา ฉะนั้นจะต้องฆ่าหมูตัวนั้นเพื่อขอพรกับเพื่อนบ้านและยังถือเป็นการทำบุญหรือให้ทาน เพื่อเสริมดวง หรือเป็นการสะเดาะเคราะห์ ทั้งนี้เขามีความเชื่อว่าสิ่งเลวร้ายหรือสิ่งไม่ดีทั้งหลายแทนที่จะเกิด กับคนในครอบครัว แต่กลับไปเกิดกับหมูและให้คนได้รอดพ้นจากภัยอันตรายต่าง ๆ ซึ่งเป็นเหตุที่ ก่อให้เกิดความไม่สบายใจขึ้น เพราะเขากลัวจะมีอันเป็นไปกับสมาชิกภายในครอบครัวของเขา ดังนั้นเขาจะทำพิธีกรรมตามประเพณี โดยการทำบุญเลี้ยงชาวบ้านแล้วไปขอมัดข้อมือด้วย สายสิญจน์ เพื่อเป็นการล้างความเฮงช่วยภายในบ้านเพราะไม่อยากจะให้คนในครอบครัวเกิดความ หายนะหรือได้รับภัยพิบัติ ที่ทำเช่นนี้ก็เชื่อว่า ทุกอย่างจะดีขึ้น ทุกคนจะ โชคดีจะไม่ตกคอย จะไม่ตก น้ำและจะเลี้ยงสัตว์ได้ดีไม่ว่าจะเป็นหมู หมา เป็ด ไก่ และวัวควาย ส่วนกรณีแม่หมูออกลูกเป็นตัว ผู้ถึงแม้จะมีเพียงแค่ตัวเดียวก็ต้องเลี้ยงไว้ และจะต้องฆ่ากินในวันปีใหม่ของละหู่ ส่วนหัวต้องเอา ไปทำพิธี โดยไปมัดห้อยต้นปีใหม่ และมีอีกกรณีหนึ่ง คือ เลี้ยงไว้จัดพิธีแต่งงาน สำหรับชายหญิง หรือคู่รักที่อยู่ด้วยกันแล้ว แต่ยังไม่จัดทำพิธีเลี้ยงแขก เขาก็จะฆ่าหมูตัวนั้นเลี้ยงเพื่อนบ้านและขอ พรกับชาวบ้าน

ขั้นตอนในการทำบุญ ดังนี้

1) ไปเชิญหมอผีหรือหมอพิธีกรรม

2) เตรียมวัสดุอุปกรณ์ที่จะใช้ในการประกอบพิธี

3) ลงมือทำพิธี

2.2.10.2 พิธีเรียกขวัญ (ฮาโคเว) ชาวละหู่เชื่อว่าวิญญาณหรือขวัญเป็นภาคจิตของร่างกาย หากออกจากร่างหรือถูกผีร้ายกระทำ เจ้าของร่างก็จะป่วย บางครั้งวิญญาณล่องลอยจากร่างไปเที่ยว ขณะเจ้าของหลับเจ้าของก็จะได้รับภาพที่วิญญาณรู้เห็นในรูปของความฝัน บางทีวิญญาณก็เที่ยว เพลินจนไปหลงระเริงตามป่าตามเขาหรือลำห้วย จึงจำเป็นต้องเรียกขวัญกลับมาเข้าร่าง

ขั้นตอนและวิธีการประกอบพิธีเรียกขวัญมีดังนี้

1) ไปเชิญหมอผีหรือหมอพิธีกรรม

2) เตรียมวัสดุอุปกรณ์ที่จะใช้ในการประกอบพิธี ซึ่งมีดังนี้ ต้นไม้เล็กหรือกิ่งไม้ 1 ต้น กิ่งไม้ดิบนำมาแกะสลักเป็นขັນบันได 1 อัน เทียนไขหรือขี้ผึ้ง 1 คู่ กำไล 1 คู่ ข้าวสาร 1 ถ้วย น้ำ 1 แก้ว ไก่ 1 ตัว (คนไข้ผู้หญิงใช้ไก่ตัวผู้ ส่วนผู้ชายใช้ตัวเมีย) ด้ายสีแดง ขาว และน้ำเงิน อย่างละ 2-3 เส้น ใช้มัดขาไก่ส่วนหนึ่ง อีกส่วนหนึ่งไว้ผูกคอคนไข้ ส่วนเงินไม่จำกัดจำนวนแล้วแต่ผู้ให้อาจจะ 20 บาท หรือมากกว่านั้นก็ได้อีก

3) นำผ้าห่มของคนป่วยที่ใช้อยู่มาพับเป็นสี่เหลี่ยมพอประมาณ จากนั้นเทน้ำโช้แก้ว แล้ววางบนผ้าห่มข้าง ๆ ที่นอนคนไข้ ส่วนหมอผีจุดเทียนไปไว้บน(แห่ขุ่นป่า) คือที่จุดวางเทียนไขของชาวละหู่

4) หมอผีนำอุปกรณ์ที่เตรียมไว้ ไปวางหน้าบ้านหรือตรงบันได จากนั้นก็เริ่มทำพิธีเรียกขวัญ จะกล่าวคำพูดให้วิญญาณที่ล่องลอยจากร่างไปเที่ยวหรือไปหลงระเริงตามป่าตามดอย หุบเขา เชิงเขากลับมา ให้เข้าร่างโดยให้มาตามขັນบันไดที่แกะไว้ พร้อมกับกำไก่เดินนำหน้าแล้วปากก็เรียกขวัญมา เรื่อย ๆ พอถึงที่หน้าประตูหมอผีจะเรียกชื่อคนไข้ แล้วถามญาติพี่น้อง ที่อยู่ข้างในบ้านว่า ขวัญมาแล้วหรือยัง เขาก็จะตอบว่า วิญญาณมาแล้ว นั่งอยู่นี่ อยู่ข้างกองไฟนี่ไง แล้วหมอผีก็จะเข้ามานั่งในบ้าน จะเป่าน้ำที่ตักวางไว้บนผ้าห่ม พร้อมกับใส่ข้าวสารนิดหนึ่ง แล้วให้คนป่วยดื่ม ต่อจากนั้นก็นำสายสิญจน์หรือด้ายสีต่าง ๆ ที่เตรียมไว้มาผูกคอคนไข้แล้วปากก็กล่าวคำอวยพรให้มีสุขภาพแข็งแรงและสมบูรณ์พูลสุข

5) เจ้าของบ้านก็จะเอากิ่งไม้กับไม้แกะสลักขັນบันไดไปเสียบไว้ได้คา

6) นำไก่มาแล้วมัดให้ผูก ไปเรียกหมอผีมากินข้าวร่วมกัน

7) เมื่อกินข้าวเสร็จแล้ว ให้หมอผีดูกระดูกไก่ว่าดวงชะตาดีแล้วหรือยัง หากยังไม่ดีต้องทำพิธีใหม่ เมื่อทำพิธีเรียกหลายครั้งแล้วขวัญไม่มาหรือเรียกบ่อย ๆ ให้ปล่อยไก่โดยไม่ต้องฆ่า หากนำไก่ไปเลี้ยงต่อไปก็จะแพร่พันธุ์ดีมาก

8) ข้าวสารที่เหลือจากการทำพิธี ตั้งวางไว้ 1 คั้น แล้วนำไปเทใส่ที่เดิม แล้ว หุงต้มกินได้ ส่วนเงินที่ใส่ในตะกร้าจักสานนั้น มอบให้หมอมผีผู้ประกอบพิธีใช้ ช่วงเวลาที่มักจะทำพิธี เรียกขวัญ คือ ช่วงเช้าและเย็น เช้าประมาณ 7 – 8 โมง เย็น 5 – 6 โมง พิธีเรียกขวัญทำเมื่อมีการฝัน ร้าย ไม่สบาย และเป็นไข้ยึดเชื้อไม่มีวิ้วแหวว่าจะหาย ภายในระยะเวลาที่กำหนดได้

2.2.10.3 พิธีขับผี (เน่กะเว) มีอยู่มากมายทั้งผีดี ผีร้ายตายโหง ผีป่าและผีบ้าน (แห่ย่น)

1) ผีตายโหง ชาวละหู่กลัวผีตายโหงมาก เชื่อกันว่าหากผู้ตายกรีดร้องก่อนตาย ผีก็จะ กลับมาร้องอยู่ตลอดเวลา จึงต้องเรียกหมอมผี มาทำพิธีขับผีก่อนจะนำศพไปฝัง ความเชื่อเรื่องการส่ง ผีที่ตายไม่ดีสาเหตุเพราะชาวบ้านเชื่อว่า ผีดังกล่าวจะชวนคนที่มิมีชีวิตไปอยู่ด้วย พิธีการนี้จะทำ ต่อเมื่อมีคนตายด้วยสาเหตุ รดชน ถูกยิง ถูกฆ่าตาย ตกน้ำตาย แขนงคอตตาย ตายท้องกลม เป็นผี บ้าบ้า ๆ เป๋ม ๆ เป็นโรคประสาทจิตหลอน จิตใจว้าวุ่น และไม่สบายจนเพื่อเจ้อ เมื่อมีการตาย ดังกล่าวขึ้น ก็จะทำพิธีไม่เกิน 12 วัน ชาวละหู่เรียกพิธีนี้ว่า แหม่เจาะเว แหม่ก็ คือ เน่(ผี) และพิธีนี้ ต้องไปทำในน้ำหรือริมลำห้วย

ขั้นตอนและวิธีการทำพิธีไล่ผีน้ำ มีดังนี้

1) เตรียมวัสดุอุปกรณ์ที่จะใช้ในการทำพิธี โดยทำเครื่องจักสานหรืองานฝีมือ จากไม้ไผ่ เช่น สานแล้วโต๊ะ 9 อัน แล้วจอมา 18 อัน แล้วเยะแเอ้ 18 อัน แล้วชู่ใหญ่ 1 อัน จ่าจ่า 18 อัน เงินแถบ 2 ห่อ ห่อละ 9 เหรียญ รวมเป็น 18 เหรียญ โต๊ะ 1 อัน กระจังผีดข้าว 1 อัน กระจังเป็นรู 1 อัน ใช้สำหรับร่อนข้าว กระจุงใส่ของที่จะใช้ในการทำพิธีและครกกระเดื่อง

2) เตรียมสิ่งของที่จะใช้ในการทำพิธี ซึ่งได้แก่ ไก่ตัวผู้ 1 ตัว (ไก่แก่) ข้าวสาร 1 ถ้วย รวงข้าว ข้าวเปลือกคั่ว ขี้เถ้า ทราย เทียนไขประมาณ 3 ซอง กำไลเงินหรือเครื่องประดับที่ทำ จากเงินแท้ เงินแถบ เงินธนบัตรและสายสิญจน์

3) เตรียมของใช้ส่วนตัว ซึ่งก็มี เสื้อผ้า มีด จอบ ถ้วย ช้อน ชาม ทัพพี และ เตาสามขา (เตาละหู่) เมื่อได้ครบแล้วก็นำวัสดุอุปกรณ์ที่จะใช้ทั้งหมด ไปยังริมลำห้วย และเริ่ม ปลุกบ้านเล็ก ๆ ซึ่งมีทั้งหมด 9 ล็อก ข้างล่าง 9 ข้างบน 9 ล็อก

4) ต่อน้ำเข้าบ้านโดยให้น้ำไหลข้ามบนหลังคาบ้านตรงห้องกลาง วิธีการตั้ง น้ำ โดยผ้าไม้ไผ่ออกเป็นครึ่งหนึ่ง ขูดเอาข้อต่อระหว่างปล้องข้างในออก แล้วนำมาเรียงต่อกัน และ หาไม้ง่ามมาค้ำไว้จากนั้นก็ปล่อยน้ำ ให้น้ำไหลผ่านเข้าไปยังซุ้ม

5) หมอมผีเริ่มทำพิธี โดยการสวดมนต์ตามประเพณี ในช่วงทำพิธี ผู้ที่อยู่รอบ ข้าง จะต้องเตรียมทรายไว้ สำหรับใช้ปาดใส่หมอมผี ในกรณีที่ผีแรงหมอมผีสู้ไม่ไหว อาจทำให้หมอมผีคลั่ง และล้มลงกับพื้นได้ถ้าเป็นเช่นนั้น ผู้คนที่อยู่รอบข้างก็ต้องช่วยกันนำทรายปาดใส่หมอมผี ดังนั้นจึง ไม่ค่อยมีคนอยากทำ ถ้าไม่เก่งจริงเพราะกลัวผีเข้าทำร้าย แล้วจะกลายเป็นคนบ้า ๆ เป๋ม ๆ เมื่อกล่าว

จบหมอผีก็จะเชือดคอไก่ให้ผี(เน่)กินเลือด วิธีการก็คือให้เลือดไก่ไหลลงไปตามสายน้ำ และปากก็พูดว่าสิ่งไม่ดีทั้งหลายเหล่า อยู่อยู่กับเราเลย เราได้เลี้ยงส่งให้ไหลไปพร้อมกับสายน้ำ ไปให้สุด ๆ ขอย้ายย้อนกลับรบกวนเราอีก ที่ทำเช่นนี้ก็เชื่อว่า คนตายไม่ดีก่อนตายเขาต้องเสียเลือด ฉะนั้นก็ต้องใช้เลือดเลี้ยงผี

ถ้าหากเลือดไก่ไหลลงไปได้อย่างสะดวกก็แสดงว่าทำสำเร็จแล้ว ไม่ต้องทำซ้ำ แต่ถ้ายังไม่สำเร็จเลือดไก่ก็จะไม่ไหลไปพร้อมกับน้ำ เลือดจะแข็งตัวเป็นก้อน และน้ำก็จะไม่สามารถไหลผ่านไปได้

6) ให้เจ้าบ้านและสมาชิกทุกคนที่ทำพิธีขึ้นเหยียบแล้ว แล้วกลับบ้าน จากนั้นหมอผีก็จะเอาไก่ไปต้มกินที่บ้านของตนเองหรือบ้านเพื่อนฝูงก็ได้ แต่ไม่ใช่บ้านผู้ทำพิธี เมื่อกินกันอิ่มแล้วก็ไปดูกระดูกไก่ว่าดีแล้วหรือยัง ถ้ายังไม่ดีหรือทำไม่ครบขั้นตอนก็ต้องได้ทำใหม่

ส่วนค่าทำถ้าหม้อใหม่หรือผีใหม่ก็จะแพง ราคาประมาณ 400-500 บาท ส่วนหม้อเก่าก็จะถูกอาจจะ 300-400 บาท

2) ผีป่า ซึ่งสิงอยู่นอกหมู่บ้านอาจไม่ดีไม่ร้าย แต่หากถูกลบหลู่ก็อาจลุกขึ้นโจมตี ผู้กระทำการเจ็บไปข้างปางตาย ส่วนผีที่เข้าสิงในร่างกายได้เป็นที่น่ากลัวที่สุดและเมื่อถูกผีสิงก็ต้องทำพิธีขับผีลำบากมาก

3) ผีป่า เมื่อเข้าป่าหาอาหารหรือหาของป่า แล้วกลับมาไม่สบายหรือล้มป่วย ชาวละหู่ญักี่สันนิษฐานว่า ผีป่าขบ ดังนั้นเขาจะต้องไปทำพิธีให้ทานกับเจ้าที่เจ้าครุฑ(ผีเจ้าของป่า) โดยนำวัสดุเหล่านี้ไปให้ คือ

- ข้าวสาร 1 กำ
- เทียนไข 1 คู่
- ยาขี้ (ทำชู้ต่า ภาษาละหู่) จากนั้นเขาก็จะหายป่วย

4) ผีน้ำ เมื่อเข้าป่า แล้วดื่มน้ำ อาน้ำ และหาปลาในน้ำ พอกลับมาถึงบ้านแล้วไม่สบาย เป็นไข้ เขาก็สันนิษฐานอีกว่า ผีผีน้ำล้าครุฑ และจะต้องไปทำพิธีผีน้ำ โดยใช้ไข่ 1 ฟอง

วิธีทำ

- ไข่ไก่ 1 ฟอง
- เทียนไข 4 เล่ม
- ยาขี้ (ทำชู้ต่า)

โดยนำสิ่งของเหล่านี้ไปที่ลำห้วยและไปทำพิธีผีน้ำ แล้วเขาก็จะหายป่วยและสบายขึ้น จากนั้นเขาก็ไปหาน้ำและดื่มน้ำเข้า-เย็น

5) ฝึบ้าน คุ่มครองคนในบ้านหากได้รับการเช่นไหว ไม่ละเลย ฝึบ้านอาจเล็ก คุ่มครองคนที่ทำให้ฝึโกรธหรือละเลยไม่ทำฝึที่ควร

2.2.10.4 ฝึขับฝึบ้านหรือไล่ฝึบ้าน (จอเตเว)

ชาวละหู่ที่นับถือฝึ มักจะทำฝึขับฝึหรือไล่ฝึบ้าน เมื่อมีการฝึนร้ายหรือฝึนไม่ดินอนไม่ หลับ อ่อนเพลีย ไม่ค่อยมีริ้วแรง ไม่สบายใจ จิตใจว้าวุ่น หรือไก่ออกไขฝึคปกติ เช่น ไขใบเล็ก(ไข จิว) และไก่ออกไขเปลือกอ่อน ไขไม่ค่อยสมบูรณ์ ฝึนี้นิยมทำกันในวันเสื่อ(ขาล) เพราะถือว่าเป็น วันแรง

วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำฝึไล่ฝึบ้าน มีดังนี้

- ลูกไก่	1	ตัว	- ต้นกล้วย	2	ต้น
- ไข่	1	ฟอง	- ต้นไม้เล็กหรือกิ่งไม้(อายุอ่อน)	1	ต้นหรือ 1 กิ่ง
- เทียน	2	เล่ม	- เตาสามขาของลำหู่	1	วง
- มีด	2	เล่ม	- เครื่องจักสาน (แล้วโต๊ะ)	18	อัน
- กระทะ	1	ใบ	- จักสาน (แล้วจอบมา)	1	อัน
- กระบุง	1	ใบ	- แล้วเยะเอ้	4	อัน
- น้ำ	1	ถ้วย	- เครื่องเงินไม่จำกัดจำนวนยิ่งใ้มากยิ่งดี		
- ป่าล่อ	2	ต้น	- ด้ายสีขาวหรือดอที่ใช้สำหรับมัดลูกไก่ความยาว		
- หญ้าคา	1	มัด	พอประมาณ		
- ผ้าดิบขาว	1	ผืน	(ป่าล่อ คือ ต้นหญ้าที่มีใบคล้ายต้นอ้อย ดอกสีขาวยาว		
- ฟืน	1	อัน	เมื่อดอกแก่คล้ายหนูจะเก็บมาทำหมอนหรือที่นอน)		

ขั้นตอนและวิธีการทำฝึ มีดังนี้

- 1) ผู้ป่วยไปหาหมอฝึ และนัดหมอฝึ
- 2) หาวัสดุอุปกรณ์ที่จะใช้ในการประกอบฝึ โดยทั่วไปแล้วหมอฝึจะเป็นคน ทำ แต่ถ้าทำเป็นหรือมีฝึมือก็ทำด้วยตนเองก็ได้ และทำตามคำบอกของหมอฝึ
- 3) เมื่อหาได้ครบทุกอย่างแล้ว หมอฝึก็จะเริ่มปลุกต้นจอตตรงหน้าบ้าน โดยใช้ ต้นไม้หรือกิ่งไม้ 1 กิ่งต้นป่าล่อ 2 ต้น มีมีดเสียบข้าง ๆ สองข้าง ข้างละ 1 เล่ม และเทียนไข 2 เล่ม แล้วมัดลูกไก่ห้อยไว้ที่ต้นจอ จากนั้นก็เอาเตาละหู่วางใส่ฟืนที่มีไฟติดอยู่แล้วตั้งกะทะน้ำใส่ลงไป
- 4) สานต้นหญ้าคาเป็นรูปจ่ามูจ่าแป๊ะจี่มา และถือมีดพร้อมใส่ปลอก ทั้งนี้เพื่อให้ฝึ (เน่) ใช้มีดแผ้วถางทางกลับบ้าน เสร็จแล้วนำไปมัดติดไว้ที่ต้นจอพร้อมกับเสื่อผ้า ที่นอน ผ้าหมอน หมอน ใส่กุยแล้วไปวางไว้ใกล้ๆ ต้นจอ

5) ช่วงทำพิธี หมอผีให้สมาชิกทุกคนไปอยู่ใต้ถุนบ้านหรือชายคาบ้านข้างล่าง จากนั้นหมอผีเข้าไปในบ้าน แล้วมัดแล้วโตะบนประตูบ้าน 1 จุด และไม้ขึ้นห้องสุดท้ายอีก 1 จุด จากนั้นก็เอาแล้วเยะแะไปเสียบหรือมัดไว้ตามมุมบ้าน 4 มุม

6) หมอผีสวดมนต์ตามพิธีกรรม บอกให้ผีไปตามสายน้ำ คูดังสายน้ำที่ไหลไปเรื่อย ๆ ไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุดและไม่มีวันไหลกลับ ไปแล้วไปให้สุด ๆ ไม่ต้องย้อนกลับมาที่เดิมอีก เมื่อกล่าวจบหมอผีก็กว้างทรายไปให้ทั่วทุกซอกทุกมุมของบ้าน

7) หมอผีไปไข่มหลังคาบ้าน หากไข่มไม่แตก ต้องใส่เงินเพิ่มอีก และทำต่อไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะสำเร็จ แต่หากไข่มแตกแสดงว่าทำสำเร็จแล้ว (ถ้าทำพิธีไม่ครบหรือไม่ดีไข่มจะไม่แตก ถึงแม้ว่าจะตกลงบนก้อนหินใหญ่หรือ โคนของแจ่งเขาก็กตาม แล้วไข่มก็จะยาวขึ้น ๆ แต่เมื่อทุกอย่างดีแล้ว ไข่มก็จะแตก บางทีไข่มยังไม่ทันตกลงบนพื้นและยังอยู่กลางอากาศก็สามารถตกลงมาได้หรือระเบิดลงมาได้)

8) เมื่อทำพิธีเสร็จแล้วหมอผีก็จะเรียกสมาชิกเข้าบ้านไปในบ้าน ก่อนเข้าบ้านสมาชิกทุกคนจะต้องถอดแล้วจอบมา โดยหมอผีจะเป็นคนสวมให้ สวมทางหัวแล้วเอาออกทางเท้า

9) ระหว่างที่เดินผ่านเข้าประตูบ้านนั้น หมอผีก็จะพรมน้ำให้กับทุกคน

2.2.10.5 พิธีการก่อทราย

ในช่วงต้นฤดูแล้ง ชาวละหู่จะเผ้วถางป่าตามไหล่เขาเพื่อเตรียมพื้นที่เพาะปลูก พอถึงเดือนเมษายนก็จะจุดไฟเผาทั้ง ต้นไม้ ใบหญ้า ที่โคนตาคแดดไว้เป็นเวลา 2-3 เดือนให้เกลี้ยงเกลา โดยปราศจากป่าหรือหญ้าคลุมดิน

หลังจากเผาไร่เสร็จ ชาวละหู่จะทำพิธีการก่อทราย (แซ่ก่อเว) ซึ่งถือเป็นการล้างบาปที่เขาได้ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตจากการเผ้วถางป่า ซึ่งรวมทั้ง ไล่เดือน ตัวหนอน แมงบั้ง ตั๊กแตน และแมลงชนิดต่าง ๆ ที่อาศัยอยู่ในอาณาบริเวณนั้น ซึ่งถือเป็นการทำลายระบบนิเวศ ซึ่งเป็นแหล่งที่อยู่ของกลุ่มสิ่งมีชีวิตอีกด้วยประเพณีนี้นิยมทำขึ้นในเดือนเมษายนวันขึ้น 15 ค่ำ วันพระจันทร์เต็มดวง

ขั้นตอนและวิธีการประกอบประเพณีมีดังนี้

1) ชาวบ้านทุกหลังคาเรือนเตรียมวัสดุอุปกรณ์ที่จะนำไปทำพิธีซึ่งได้แก่ ข้าวโพด 1 ฟัก ข้าวเปลือก 1 ถ้วย (เชื้อพันธุ์) ทราย 1 ถ้วย เทียน 1 คู่ น้ำ 1 แกรอน เสียม 1 อัน ไม้ไผ่ 1 กระบอกดอกไม้และกระดาษย่นสีต่าง ๆ อย่างละ 1 เส้น ความยาวพอประมาณนำมาเสียบปลายไม้ไผ่ เหล่า 4-5 เส้น (5 อัน) ใช้เสียบพันธุ์ข้าวเปลือกในถ้วย 1 อันและที่เหลือไว้เสียบกระบอกไม้ไผ่

2) เมื่อได้ฤกษ์ยามดี ช่วงเย็นประมาณ 4-5 โมงเย็น ชาวบ้านก็เริ่มทยอยกันไปถึงที่สถานที่ประกอบพิธี

3) เมื่อมาถึงสถานที่ประกอบพิธีแล้ว จะขุดหลุมฝังกระบอกลูกไม้ไผ่ที่ตัดเป็นรู กว้างระหว่างปล้องแล้วเอาดอกไม้และกระดาษสีเสียบตรงรูกระบอกลูกไม้ไผ่ พร้อมกับเททรายลงไป บริเวณรอบ ๆ เสร็จแล้วมือลูบรอบกระบอกลูกไม้ไผ่ แล้วล้างมือจากนั้นก็รดน้ำรอบ ๆ บริเวณก่อทราย ทั้งหมด ส่วนคนที่ไม่ได้เตรียมกระบอกลูกไม้ไผ่มาให้เอาวางพื้นบนกองทราย

4) เมื่อสมาชิกหรือ ชาวบ้านทุกคนเสียบดอกไม้ และกระดาษสีครบหมดแล้วก็ นั่งลง ห้ามไปนั่งข้างบนกองทราย ให้นั่งลงมาข้างล่าง จากนั้นหมอผีก็จะกล่าวบทสวด แล้วทุกคนก็จะร้องว่า ซ่า ๆ ซึ่งแปลว่า สาธุ พร้อมกับโยนข้าวสารขึ้นฟ้าหรือใช้ลูกเดี๋ยวก้าวหรือทราย

5) เมื่อมาถึงบ้าน ใช้สายสิญจน์มัดมุมบ้าน 4 มุม พร้อมกับดอกไม้ ที่เหลือไว้ จากทำพิธีไปเสียบ 4 มุม และทรายที่เอาออกไว้ก่อนยังสถานที่ทำพิธีไปวางไว้ทั้ง 4 มุม ของบ้าน เช่นกัน ซึ่งเป็นการป้องกันสิ่งไม่ดีทั้งหลาย

2.2.10.6 พิธีการสร้างศาลา

การทำศาลาถือเป็นพิธีกรรมประจำปี ของชาวละหู่ดั้งเดิมที่นับถือผี ซึ่งนิยมทำกันในช่วง เดือนพฤษภาคมของทุกปี และมักจะเลือกทำพิธีในวันมะเมีย (วันม้า) เพราะถือว่าฤกษ์ดี พิธีกรรมนี้ ทำก่อนที่ชาวบ้านจะทำการเพาะปลูก เพื่อเป็นการขอพรต่อพระเจ้า (กฤษณา) และญาติผู้คุ้มครอง เช่น ผีบ้าน ผีเรือน(แห่แห่น) หรือเจ้าธาร เจ้าถ้ำ (กินเฮาน) เพราะเชื่อกันว่าเป็นเจ้าข้าวเจ้าของคุ้มครองดูแล ป่าเขาลำเนาไพร

เนื่องจากชาวละหู่มีชีวิตผูกพันกับธรรมชาติมาก เพราะเป็นชนเผ่าที่ต้องพึ่งพาธรรมชาติ และใช้ชีวิตอยู่ตามป่าตามเขา คนไทยจึงเรียกพวกเขาว่าชาวไทยภูเขาหรือคนดอย นอกจากนั้นแล้ว เขายังใช้พื้นที่ตามไหล่เขาเป็นที่เพาะปลูกพืชต่าง ๆ และป่ายังเป็นแหล่งอาหารและวัสดุยังชีพ สำหรับเขา ดังนั้นชาวละหู่จึงมีความจำเป็นที่ต้องพึ่งพาสัตว์ศักดิ์สิทธิ์หรือเทพยดาอารักษ์และเทพทั้งหลายทั้งปวง เช่น แม่พระธรณีผู้รักษาผืนป่า แม่พระคงคารักษาน้ำในแม่น้ำลำคลอง และแม่โพสพ ซึ่งเป็นเทพยดารักษาดันข้าว ให้คุ้มครองดูแลผลผลิตต่าง ๆ ที่ปลูกไว้ในไร่นา ดังนั้นเขาจึงทำ พิธีบูชาแด่พระเจ้าและเทพทั้งหลายโดยการทำศาลาและสังเวทอาหาร เพื่อให้คุ้มครองชีวิตของเขา ให้ปลอดภัยพ้นจากภัยอันตรายต่าง ๆ

ตัวอย่างการขอพร และขอให้สิ่งที่ไม่อยากให้เกิดขึ้น

1) การขอพรให้พบแต่สิ่งที่ดี เช่น

- ขอให้จิตและใจเข้าเป็นสุข
- ขอข้าวงามน้ำดีแก่พี่น้อง
- ขอร่างแข็งแรงเปี่ยมพลัง
- ขอที่รักและหวังได้ตั้งใจ

- ขอกายดีที่พิสุทธ์ปราศจากใจ
- ขอเราร่วมประสงค์ดำรงธรรม
- ขอให้พ้นความบาปและหยาบช้า
- ขอคุ้มครองรักษาหมู่เรา
- ขอพืชผลเหลือเฟือจากหยาดเหงื่อและแรงงาน

2) ขออย่าให้เกิดสิ่งที่ไม่ดีกับตัวเองและครอบครัว เช่น

- ขออย่ามีเรื่องทุกข์และเศร้าสร้อย
- อย่าละห้อยหิวหาพากันตาย
- อย่าป่วยไข้มรณังลงไปได้
- อย่าให้พาลหรือผีร้ายมาบีฑา
- ทั้ง 33 โรคภัยอย่างกรายกล้า
- อย่าต่อคำรื้อนแรงหรือเข่นฆ่า
- อย่าให้ขามัวหมองต้องคดี
- อย่าให้มีคตอไม้ทำร้ายร่าง
- อย่าต้องชานเที่ยววังขอเขากิน

3) ในกรณีที่หมอผีผู้ประกอบพิธีมักจะขอพรให้กับคนในชุมชน เช่น

- โปรดประทานพรให้ไร่นาที่เราทำปีนี้
- ผลิตดอกออกผลพอกินไปสิบปี
- ให้เหย้าเรือนเต็มไปด้วยผู้คน
- วัวควายล้นใต้ถุนบ้าน
- ให้หัวใจของเราเบิกบาน

สาระส่วนใหญ่ คือ ขอให้ตนและครอบครัวอยู่ดีกินดี มีสัตว์เลี้ยงและพืชพันธุ์ธัญญาหารอุดมเหลือกินเหลือใช้และให้มวลหมู่บ้านทั้งในสี่ทิศ รวมตัวกันด้วยความสามัคคี มั่งคั่งสมบูรณ์ ซึ่งเป็นคำพูดขอที่คิดขึ้นเองตามเหตุการณ์ ชาวละหู่มีชีวิตผูกพันกับพรและความปรารถนาในสิ่งดีงาม เช่น อายุวรรณะ สุขะพละ ความสบายใจไร้กังวล แวดล้อมด้วยลูกเต็มบ้านเต็มเมือง บ้านและเมืองมั่นคงและมั่งคั่งอุดมด้วยพืชพันธุ์ธัญญาหาร ความฝักใฝ่ในลาภและความรุ่มเย็น ทำให้ชาวละหู่ฝักใฝ่ในพระเจ้าและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งปวง

วิธีการทำศาลา

การทำศาลาในปีแรก จะเริ่มจากเสา 3 ต้น และปีต่อมาก็เพิ่มขึ้นปีละ 1 ต้น จนกระทั่งถึง 9 ต้นแล้วก็หยุดได้ 3 ปี หลังจากนั้นก็เปลี่ยนสถานที่ทำศาลาแห่งใหม่ โดยย้ายไปทำทิศที่มี

ชาวบ้านไปทำไร่มามากที่สุด และเริ่มจากเสา 3 ต้นเหมือนเดิมอีก

เครื่องบูชาที่ได้ในกรวยสี่ทิศ/สี่มุม สิ่งของที่นำมาวางบนเครื่องบูชามีดังนี้

- เทียนไข (ขี้ผึ้ง) มุมละ 2 เล่ม ต่อคน
- ข้าวสาร มุมละ 1 กำมือต่อคน
- ข้าวโพดคั่ว จะต้องเป็นข้าวโพดสีเหลืองเม็ดเล็ก ๆ เม็ดใหญ่สีแดงไม่ได้ วาง

มุมละ 1 กำมือ/คน

- เม็ดเคี้ยวคั่ว มุมละ 1 กำมือต่อคน หากไม่มีใช้ข้าวโพดแทนได้
- มีชา ยาสูบ ฯลฯ
- เนื้อไก่และหมูที่ปรุงสุกแล้ว
- ข้าว ข้าวคั่ว และกับข้าวอื่น ๆ

ส่วนที่บูชาของเทพเจ้าแห่งขุนเขา ราชาทะพยดาอารักษ์ใหญ่ นั้น ห้ามวางเนื้อสัตว์ทุกชนิดและห้ามป้ายเลือดเสาะ เพราะชาวบ้านเชื่อว่าหากได้กินเลือดแล้วผีจะแรง เลี้ยงไม่ไหว และเราสู้ไม่ไหวหมายถึง เปลืองคน ผีจะทำร้ายคน เพราะคนเป็นสัตว์มีเลือด แต่เครื่องบูชาอื่น ๆ วางได้ยกเว้นเนื้อ

ขั้นตอนการทำศาลาและวิธีการประกอบพิธีมีดังต่อไปนี้

1) พอถึงเช้าวันมะเส็ง ผู้เฒ่าผู้แก่จะเตรียมเครื่องมือและอุปกรณ์ ที่จะใช้ในการทำศาลา เช่น เสียมมีด และจอบ แล้วก็พากันเข้าไปในป่า เมื่อไปถึงที่แล้ว ชาวบ้านก็สวดมนต์ขออนุญาตบอกกล่าวเจ้าที่เจ้าสารก่อนที่จะตัดไม้มาทำศาลา

2) เมื่อนำไม้มาถึงสถานที่ทำศาลาแล้ว ทุกคนก็ช่วยกันทำสิ่งที่ตนเองถนัดและทำเป็น เช่น ทำจักสาน ต่อน้ำ ถังหญ้า ตัดไม้ ผ้าไม้ ขุดหลุม ฯลฯ

3) พวกผู้หญิงจะเตรียมข้าวของ ที่จะเอาไปทำพิธีในตอนบ่าย ทุกครอบครัวจะต้องเตรียมอุปกรณ์และสิ่งของดังนี้ ข้าวสาร ชา ยาสูบ ข้าวโพดคั่วหรือเม็ดเคี้ยวคั่ว ส่วนอุปกรณ์ที่เตรียมไปใช้ มีหม้อเตาสามขาของละหู่ ถ้วย ช้อน ชาม ทัพพี เสื่อ และแกรอนใส่น้ำ แล้วอีกอย่างคือเครื่องปรุงอาหารต่าง ๆ เช่น พริก เกลือ ฯลฯ ทุกครอบครัวจะต้องนำไก่ไปครอบครัวละ 1 ตัว ตัวผู้หรือตัวเมียก็ได้ ของส่วนรวมก็มีหมู 1 ตัว (ซื้อจากเงินบริจาค)

4) เมื่อทุกคนมาพร้อมแล้วให้เอาไก่ หมู ไปมัดรวมกันไว้ที่เสาศาลา หมูผู้หญิงจะนำด้ายสีขาวจิ้งรอบ ๆ ศาลา แล้วช่วยกันตกแต่งศาลา โดยใช้กระดาษย่นสีต่าง ๆ เช่น สีเขียว แดง ขาว เหลือง ลำสีร้อยและรูปวิญญูณที่ตัดจากกระดาษสีขาว 2 รูป นำมาร้อยด้ายแล้วห้อยประดับศาลาอย่างสวยงาม

5) จากนั้นให้ชาวบ้านทุกคนมานั่งพร้อมกัน แล้วหม้อผีจะสวดและเริ่มพิธี

6) หมอผีเชือดคอไก่ หมู ทีละตัว แล้วให้เจ้าของเอาเลือดไปป้ายเสาทุกต้น รวมเสาทั้ง 4 ทิศและป้ายให้ครบทุกต้น จากนั้นตักน้ำมารดเสาทุกต้น ทั้งนี้เปรียบดังความบริสุทธิ์สะอาด อุดมสมบูรณ์ของธรรมชาติ เพราะสายน้ำเป็นแหล่งชีวิตของเกษตรกร

7) ชาวบ้านทุกคน มานั่งยอง ๆ ตรงหน้าศาลา หมอฝึกกล่าวบทสวดมนต์ (ดังนี้ กล่าวมาแล้วข้างต้น) เมื่อกล่าวจบ ทุกคน โยนข้าวสารหรือข้าวโพดคั่วขึ้นบนฟ้า แล้วร้องพร้อมกันว่า ซ่า ๆ แปลว่า สาธุ

8) รออาหารให้พร้อมกันทุกบ้าน เมื่ออาหารสุกทุกคนรอบครัวก็จะตักมาส่งเวหา อาหารทั้งสี่ทิศและราชาเทพและเสาทุกต้น แล้วตักไปไว้ในศาลา จากนั้น โดบนหรือหมอผีจะกล่าวต่อเทพทั้งปวง แล้วช่วยกัน ซ่า ๆ แล้วกินได้

2.2.10.7 พิธีกรรมในวันพระ

ละหู่ญถือวันขึ้น 1 ค่ำ และขึ้น 15 ค่ำ เป็นวันพระ (ชัญญ) เมื่อมีคนเจ็บไข้ได้ป่วยไม่สบายหรือฝันร้าย โดบนหรือพระประจำหมู่บ้านก็จะนำคนไข้ไปนั่งในวิหาร (หอแห่) แล้วจะทำการล้างบาป ตั้งแต่ค่ำวัน โคน โดยแต่ละบ้านจะนำน้ำมาเทรวมกันในอ่างใหญ่ในวิหาร เพื่อแสดงความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน แล้วหม่อผู้หญิงในกำกับของภรรยาสาละ (ผู้ช่วยในพิธีรักษาไข้) จะช่วยล้างมือให้สมาชิกของหมู่บ้าน เป็นการชำระบาปมลทินทั้งหลาย ซึ่งแต่ละคนได้ทำไปในช่วงเวลาตั้งแต่วันพระที่แล้ว ค่ำวันเดียวกันนั้นแต่ละบ้านก็จะส่งข้าวสารไปเทรวมกันในกระบุงที่บ้าน โดบนพอรุ่งเช้าภรรยาของโดบนก็จะเติมข้าวของตนลงรวมกับของชาวบ้าน แล้วหุงแบ่งให้สามีนำไปจุดเทียนกุยซาไหว้กุยซาที่วิหาร พร้อมกับน้ำหนึ่งถ้วย ตลอดพิธีบูชาคนของวิหารจะลั่นฆ้องทุ้ม เป็นระยะและเขาจะทำพิธีบูชาอีกครั้งในตอนค่ำ ซึ่งจะตามมาด้วยการเดินรำในวิหาร

พิธีรักษาไข้บางพิธีที่ทำกันในวิหารโดยพระประจำหมู่บ้าน (โดบน) นำคนไข้ไปนั่ง แล้วจุดเทียนรนทั้งภายนอก ภายในปากคน เป็นการล้างมลทินจากวาจาเท็จและไม่สุภาพทั้งหลายที่อาจเคยเอ่ย แล้วจึงจะขอพรจากพระเจ้ามาให้คนไข้ได้

2.2.11 ความเชื่อในการเก็บยาสมุนไพรของหมอชนเผ่าละหู่

หมอชนเผ่าละหู่มีความเชื่อว่าหมอต้องเก็บยาให้คนป่วยในเวลาช่วงเช้า ไม่เกินเวลาประมาณ 09.00 น. เพราะเชื่อว่ายาในตอนเย็นเป็นยาที่มีเจ้าของเมื่อนำยามารักษาฤทธิ์ยาจะไม่ดี ส่งผลให้การรักษาผู้ป่วยให้หายนั้นเป็นไปได้ยาก โดยการเก็บยาช่วงเช้าหมอเชื่อว่า

- เมื่อตอนยาออกง่าย เชื่อว่า คนไข้จะมีอาการหายเร็วเป็นปกติ
- เมื่อตอนยาออกยาก เชื่อว่า คนไข้ที่มารับการรักษาจะไม่หาย ด้วยยาสมุนไพรไม่ดี

- กรณีที่หอมเข้าไปเก็บยา แล้วมีอีกตำมาร้องทัก แสดงว่าคนไข้คนนั้นป่วยด้วยการถูกคุณไสย หอมจะรู้ว่าจะต้องไม่ทำการรักษาคนไข้คนนั้น วิธีแก้เคล็ดกรณีที่มีผู้ถามมาทัก ได้แก่ การเป่าคาถาให้สิ่งไม่ดีมาทวนหายไป

ส่วนที่ใช้ในการปรุงยา

- 1) ส่วนใบ ออพะ
- 2) ส่วนราก ออกี้
- 3) ส่วนต้น ออแจะ
- 4) ส่วนดอก ออเว้
- 5) ส่วนผล ออซี
- 6) ส่วนกิ่ง ก้าน ออก๊ะ

2.2.12 สมุนไพรที่ใช้ในการดูแลรักษาสุขภาพของหอมชนเผ่าละหู่ (โปรดดูที่ภาคผนวก)

2.2.13 การสืบทอดองค์ความรู้ของหอมชนเผ่าละหู่

ดั้งเดิมชาวละหู่ได้สืบทอดความรู้จากบรรพบุรุษที่มีความรู้ บางกรณีเป็นกิจกรรมที่ชาวบ้านรู้จักและใช้กันมานานตามวิถีชีวิตของชุมชนองค์ความรู้จึงได้สืบทอดมา แต่หากจะมีผู้สนใจเรียนจริง จะใช้เวลาเรียนรู้ตัวต่อตัวกับครูที่สอน ซึ่งใช้ระยะเวลาเรียนตั้งแต่ 5 – 6 วัน ต้องจ่ายค่าเล่าเรียนประมาณ 3,000 บาท ในสมัยก่อนจะใช้เงินแถบหรือถ้าไม่มีเงินก็สามารถนำเอาพืชผักมาตอบแทนครูผู้สอนได้ ส่วนการสอนคาถาจะเป็นภาษาจีน และจะสอนเฉพาะเวลากลางคืนเท่านั้น เพราะกลางวันสอนไม่ได้เนื่องจากเกรงว่าจะมีสัตว์ประเภท ไก่ นก มาได้ยินและคาถาจะเสื่อม

1.2.14 ทำเนียบหอมชนเผ่าละหู่

ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ความชำนาญ
1	จะกะ จะอื้อ	ห้วยป่าไร่ บ้านเลขที่ 305 หมู่ที่ 9 ต.แม่คะอำเภอ.ฝาง จ.เชียงใหม่ 50110	พิธีกรรม ทำพิธีกรรมดูแลสุขภาพ
2	นายจะกำยี่ แสนคำหอม	จะแตะ บ้านเลขที่ 212 หมู่ที่ 10 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย	การบำบัดรักษาทางกาย
3	นายจะเปะ เล่าซ่า	249 บ.จะแล หมู่ที่ 11 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย	พิธีกรรมดูแลสุขภาพ / ยาสมุนไพร

ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ความชำนาญ
4	นายจะวะ แสนใหม่	จะตะะ บ้านเลขที่ 163 หมู่ที่10 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย	ทำพิธีกรรมดูแลสุขภาพ , ทำคลอด
5	นายจะสี ชมภูพิทักษ์	70 บ.ห้วยชมภู หมู่ที่ 10 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย	ยาสมุนไพร
6	นางนะที จะบุญ	ห้วยป่าไร่ 521 หมู่ที่ 9 ต.แม่คะ อ.ฝาง จ.เชียงใหม่ 50110	ยาสมุนไพร
7	นางนาคา จะนอ	ห้วยชมภู บ้านเลขที่ 254 หมู่ที่ 10 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย	ยาสมุนไพร
8	นางนาสอ แอป่า	ห้วยป่าไร่ บ้านเลขที่ - หมู่ที่ 9 ต.แม่คะ อ.ฝาง จ.เชียงใหม่	ยาสมุนไพร
9	นางนาหา จะอื้อ	ห้วยป่าไร่ บ้านเลขที่ 350 หมู่ที่ 9 ต.แม่คะ อ.ฝาง จ.เชียงใหม่	การบำบัดรักษาทางกาย
10	นางนาอื้อ ลิฟู	221 บ.จะแล หมู่ที่ 11 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย	ยาสมุนไพร
11	นายยาป่า จะแก	ห้วยป่าไร่ บ้านเลขที่ 353 หมู่ที่ 9 ต.แม่คะ อ.ฝาง จ.เชียงใหม่	ทำพิธีกรรมดูแลสุขภาพ
12	นางลูหมี ชมภูพิทักษ์	70 บ.ห้วยชมภู หมู่ที่ 10 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย	ยาสมุนไพร
13	แสงวรรณ จะแล	บ้านเลขที่ 310 หมู่ที่ 9 ต.แม่คะ อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ 50110	ยาสมุนไพร
14	นายหลีจา หลีจาง	ห้วยชมภู บ้านเลขที่ 263 หมู่ที่ 10 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย	การบำบัดรักษาทางกาย
15	นายอาผ้อ เณช่อ	บ.ห้วยชมภู หมู่ที่ 10 ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย	ยาสมุนไพร

สรุปการดำเนินงานในระยะที่ 1 การศึกษารวบรวมองค์ความรู้การแพทย์ชนเผ่าละหู่ ให้เป็นระบบ การจัดทำทำเนียบสมุนไพรชนเผ่าละหู่ และทำเนียบหมอชนเผ่าละหู่ ทีมวิจัยในพื้นที่ พร้อมด้วยหมอชนเผ่าละหู่ในพื้นที่เป้าหมายทั้งสองหมู่บ้าน ได้ร่วมกันทำการสำรวจสมุนไพรในพื้นที่ป่าชุมชนของตนเองเพื่อจัดทำเป็นทำเนียบสมุนไพร ตลอดจนการจัดทำทำเนียบหมอชนเผ่า

ละหู่ด้วย โดยมีทีมสังเคราะห์และทีมประสานงานจากวิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านฯ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย เป็นพี่เลี้ยงช่วยหนุนเสริมการเก็บรวบรวมข้อมูลรวมกับหมอในพื้นที่ ประกอบไปด้วย หมออำเภามีความรู้ความเชี่ยวชาญด้านพิธีกรรม กายบำบัดและหมอยาสมุนไพร 15 ท่าน ที่ร่วมกันระดมความรู้ และให้ข้อมูล จนกระทั่งสามารถปฏิบัติงานบรรลุพันธกิจที่ 1 ได้อย่างสมบูรณ์ กล่าวคือ

1) **ได้องค์ความรู้ด้านการดูแลรักษาสุขภาพของชนเผ่าละหู่** ที่ผ่านการคัดสรรตรวจสอบ และได้จัดทำเป็นตำราการแพทย์ชนเผ่าละหู่ 100 เล่ม และได้นำส่งให้กับหมอชนเผ่าละหู่ของทั้งสองพื้นที่

2) **ได้ทำเนียบหมอชนเผ่าละหู่** ซึ่งมีทั้งหมอกายบำบัด หมอยา และหมอพิธีกรรม รวมทั้งสิ้นจำนวน 15 คน

3) **ได้ทำเนียบสมุนไพรชนเผ่าละหู่** ที่ผ่านการตรวจสอบจากหมอชนเผ่าละหู่จากหลายพื้นที่ทั้งในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย และอำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ ผลจากการสำรวจสมุนไพรในป่าชุมชน พบว่ามี สมุนไพรที่ชนเผ่าละหู่รู้จัก ทั้งสิ้น 263 ชนิด

4) **เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้** ระหว่างหมอชนเผ่าของทั้งสองพื้นที่ เนื่องจากหมอละหู่ทั้งสองพื้นที่เป็นชนเผ่าละหู่คนละกลุ่มกัน กล่าวคือ บ้านห้วยชมพู เป็นชนเผ่าละหู่ณะ (ดำ) ส่วนบ้านห้วยป่าไร่ เป็นชนเผ่าละหู่ญี (แดง) จากการดำเนินการศึกษาวิจัยพบว่า มีส่วนที่เหมือนกัน/คล้ายกัน และบางอย่างก็ต่างกัน ในรายละเอียดเพียงเล็กน้อย

2.3 บทเรียนจากการเคลื่อนงานชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่

1) หมอละหู่มีความภาคภูมิใจ ที่สามารถพัฒนาระบบองค์ความรู้และจัดทำเนียบสมุนไพรของตนเองได้

2) ทีมวิจัยในพื้นที่และหมอชนเผ่าได้เรียนรู้กระบวนการในการศึกษาวิจัย ทำให้ทีมวิจัยและหมอชนเผ่าละหู่ทั้ง 15 ท่านได้เรียนรู้กระบวนการทำงานอย่างมีระบบ เป็นขั้นเป็นตอน และมีการวางแผน ในการดำเนินกิจกรรมร่วมกัน

3) การศึกษารวบรวมองค์ความรู้ในครั้งนี้อย่างน้อยทำให้หมอชนเผ่าละหู่และทีมวิจัยต่างก็ได้เรียนรู้ และมีโอกาสในการพบปะแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน เนื่องจากหมอชนเผ่าละหู่ทั้งสองพื้นที่เป็นกลุ่มละหู่คนละกลุ่มกัน

โครงการที่ 3

สังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนา
การแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

โดย โครงการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนา
การแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

โครงการที่ 3 สังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

3.1 ความเป็นมาและเจตนาในการสังเคราะห์องค์ความรู้

โครงการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่า มีภารกิจในการสังเคราะห์องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาวิจัยในแต่ละพื้นที่ เพื่อจะพัฒนาองค์ความรู้ดังกล่าวให้ขึ้นไปสู่องค์ความรู้เชิงระบบทางวิชาการที่ชัดเจน จนกระทั่งสามารถพัฒนาเป็นตำราการแพทย์ของแต่ละชนเผ่าได้ ง่ายต่อการนำไปขับเคลื่อนเชิงนโยบายและนำไปขยายผลในเชิงพัฒนาที่กว้างไกลต่อไป อีกทั้งเป็นที่ปรึกษาพร้อมระดมความคิด ให้ข้อคิดเห็นต่อการนำความรู้ไปสร้างเสริมสุขภาพและวิถีชีวิตของคนในชุมชน ทั้งด้านการกิน การอยู่ การยั้งชีพและการดูแลสุขภาพ ตลอดจนความร่วมมือในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติระหว่างหน่วยงานในพื้นที่ จนสามารถขยายผลไปสู่การเสริมสร้างรายได้ให้กับชุมชนจากการเก็บสมุนไพรขายเป็นรายได้เสริม ส่งผลต่อความเข้าใจอันดีต่อกันระหว่างชาวบ้านกับเจ้าหน้าที่ของรัฐ

ซึ่งในลักษณะของการดำเนินงาน จะเป็นการทำงานร่วมกัน โดยเน้นบทบาทหน้าที่ของแต่ละฝ่าย และประสานงานร่วมกันในบางกิจกรรม กล่าวคือ โครงการวิจัยย่อยระดับพื้นที่จะทำหน้าที่ศึกษาและรวบรวมองค์ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพสุขภาพของพื้นที่ตนเอง ซึ่งจะมีบางกิจกรรมที่แต่ละโครงการวิจัยย่อยต้องทำร่วมกัน เช่น กิจกรรมการจัดระบบและตรวจสอบองค์ความรู้ระดับชนเผ่า โดยมีทีมพี่เลี้ยงประสานงานระดับชนเผ่า คอยทำหน้าที่ขับเคลื่อนและประสานงานให้โครงการวิจัยย่อยต่างๆ เข้ามาทำกิจกรรมร่วมกัน รวมถึงเป็นตัวกลางในการเชื่อมประสานหน่วยงาน และองค์กรต่างๆ ในท้องถิ่นที่เกี่ยวข้องมาร่วมเรียนรู้ เช่น อบต. กรมป่าไม้ อนามัย ชุมชน โรงเรียน ฯลฯ ส่วนทีมวิชาการจากวิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านจะเข้ามาทำหน้าที่ในการช่วยจัดระบบและสังเคราะห์องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาวิจัยในแต่ละพื้นที่ เพื่อจะพัฒนาองค์ความรู้ดังกล่าวให้ขึ้นไปสู่องค์ความรู้เชิงระบบทางวิชาการที่ชัดเจน โดยมีทีมวิชาการของวิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านฯ และองค์กรในเครือข่ายร่วมกับทีมหมอชนเผ่าและที่พี่เลี้ยง

3.2 กระบวนการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

สืบเนื่องจากชุดโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่าภาคเหนือได้แบ่งพันธกิจในการขับเคลื่อนงานเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ระดับที่ 1 การศึกษารวบรวมองค์ความรู้ด้านการดูแลรักษาสุขภาพและสมุนไพรของชนเผ่าในแต่ละพื้นที่ รวมถึงการนำภูมิปัญญาที่คัดสรรปรับปรุงให้ร่วมสมัยแล้ว ไปฟื้นฟูและประยุกต์ใช้ในวิถีชีวิตประจำวัน ตลอดจนสืบทอดไปสู่คนรุ่นใหม่ ทั้งในระดับครอบครัว ระดับชุมชน ระดับโรงเรียนและเรียนเป็นวิชาชีพในระดับมหาวิทยาลัย (ดำเนินการโดยหมอชนเผ่าและแกนนำชุมชนในแต่ละพื้นที่)

ระดับที่ 2 การประสานงานเพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานของแต่ละพื้นที่ให้ได้ตามเป้าหมาย และเป็นเวทีกลางในการทำกิจกรรมร่วมกันของแต่ละชนเผ่า (ดำเนินการโดยพี่เลี้ยง/ผู้ประสานงานจากหน่วยงานที่เป็นฐานประสานงานเครือข่ายของแต่ละชนเผ่า)

ระดับที่ 3 การสังเคราะห์และพัฒนาระบบองค์ความรู้ในการดูแลรักษาสุขภาพและสมุนไพรของแต่ละชนเผ่า รวมถึงกระบวนการที่สามารถนำไปใช้จริงในชีวิตประจำวัน การสืบทอดไปยังคนรุ่นใหม่และการสร้างเสริมรายได้ของชุมชน (ดำเนินการโดยทีมวิชาการของวิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านฯ และองค์กรในเครือข่าย ร่วมกับทีมหมอชนเผ่าและทีมพี่เลี้ยง)

อย่างไรก็ตาม ทีมวิชาการวิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ทางเลือก มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ซึ่งเป็นทีมสังเคราะห์องค์ความรู้การแพทย์แต่ละชนเผ่าตามพันธกิจระดับที่ 3 จำเป็นต้องทำงานประสานกับทีมพื้นที่อย่างใกล้ชิด โดยได้มีการติดตามและคอยเป็นที่ปรึกษาให้แก่ทีมวิจัยในแต่ละพื้นที่ ซึ่งปฏิบัติตามพันธกิจระดับที่ 1 ผ่านการประสานงานร่วมกับทีมขับเคลื่อนและประสานงาน ซึ่งปฏิบัติตามพันธกิจระดับที่ 2 เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลเชิงลึกที่ใช้ประกอบการสังเคราะห์องค์ความรู้การแพทย์ของแต่ละชนเผ่า โดยสามารถสรุปพันธกิจการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนของแต่ละชนเผ่าตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

- (1) ศึกษารวบรวมองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องจากเอกสารตำราหรือรายงานศึกษาวิจัยของแต่ละชนเผ่า
- (2) ติดตามผลการรวบรวมองค์ความรู้ของแต่ละชุดวิจัยฯ และผลการพัฒนาในแต่ละพื้นที่
- (3) เก็บรวบรวมองค์ความรู้ของแต่ละพื้นที่เพิ่มเติมในเชิงลึกและศึกษาเจาะลึกถึงแนวคิดความเชื่อ ทฤษฎีที่สนับสนุนองค์ความรู้ของแต่ละชนเผ่า
- (4) ร่วมกับทีมพี่เลี้ยงจัดเวทีตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูลและเปรียบเทียบแลกเปลี่ยนเรียนรู้ความแตกต่างของแต่ละพื้นที่และแต่ละชนเผ่า
- (5) วิเคราะห์และสังเคราะห์องค์ความรู้เชิงระบบด้านการดูแลรักษาสุขภาพและสมุนไพรของแต่ละชนเผ่า รวมทั้งช่วยคัดกรององค์ความรู้ที่ร่วมสมัยเพื่อการสืบสาน ฟื้นฟู ปรับปรุงและนำกลับมาใช้ในวิถีชีวิตใหม่ ตลอดจนพัฒนาเอกสารตำราและสื่อการเรียนรู้ของแต่ละชนเผ่า

(6) สรุบทบทเรียนจากการวิจัยและพัฒนาของแต่ละโครงการ สังเคราะห์เป็นแนวนโยบายให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปกำหนดเป็นนโยบายและปรับใช้ในงานประจำของตน

ซึ่งสามารถสรุปผลการดำเนินงานการสังเคราะห์และสรุบทบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ ได้ดังนี้

3.3 ผลการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุบทบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่

สำหรับการดำเนินงานโครงการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุบทบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ในชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่า นั้น ก่อนข้างใช้เวลาในการพัฒนาโครงการและเตรียมความพร้อมในพื้นที่ ประกอบกับต้องดำเนินการควบคู่กับโครงการประสานงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่และโครงการขับเคลื่อนงานศึกษาวิจัยและรวบรวมองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพสภาพและสมุนไพรของชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ เพื่อให้มีความสอดคล้องกับกิจกรรมการดำเนินงานในแต่ละโครงการและเกิดประสิทธิผลตามกิจกรรมการดำเนินโครงการจึงทำให้สามารถเริ่มต้นโครงการจริงได้ในเดือนมกราคม 2548 ซึ่งล่าช้ากว่ากำหนดไปมาก และส่งผลให้ทางทีมต้องวางแผนดำเนินโครงการตามระยะเวลาที่กำหนดเดิมแต่ยังคงไว้ซึ่งขั้นตอนดำเนินงานตามแผนปฏิบัติการเดิมได้ดังนี้

1. ได้ประชุมวางแผนปฏิทินที่จะร่วมกิจกรรมกับทีมโครงการประสานงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่, โครงการขับเคลื่อนงานศึกษาวิจัยและรวบรวมองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพสภาพและสมุนไพรของชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่

2. ได้ประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง เทคนิควิธีการทำวิจัยในชุมชน โดยเฉพาะเทคนิควิธีการเก็บข้อมูลในพื้นที่ตามประเด็นที่วางไว้และการออกแบบบันทึกข้อมูลภาคสนาม ให้แก่ ทีมโครงการขับเคลื่อนงานศึกษาวิจัยและรวบรวมองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพสภาพและสมุนไพรของชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ เพื่อให้ทีมวิจัยสามารถเก็บข้อมูลในประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของชนเผ่าละหู่-ไทใหญ่ได้อย่างครอบคลุมและมีความเข้าใจในทิศทางเดียวกัน

3. ได้ร่วมประชุมเครือข่ายหมอละหู่ครอบคลุมพื้นที่อำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย และอำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่และเครือข่ายหมอไทยใหญ่ครอบคลุมพื้นที่เขตอำเภอฝาง อำเภอแม่ยาว จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อทำความเข้าใจกับหมอละหู่-ไทใหญ่เรื่องความสำคัญของชุดวิจัยและพัฒนาการแพทย์ชนเผ่า

4. ได้ศึกษาค้นคว้าและทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องกับองค์ความรู้ด้านการดูแลรักษาสุขภาพของชนเผ่าครอบคลุมประเด็นเกี่ยวกับระบบการแพทย์ชนเผ่าในเขตภาคเหนือตอนบน, สถานการณ์และบทบาทการดูแลรักษาสุขภาพของหมอชนเผ่าในอดีตและปัจจุบัน, แนวคิดความเชื่อเกี่ยวกับความเจ็บป่วยของหมอชนเผ่า, ประเภทและลักษณะเฉพาะของหมอชนเผ่า, การสืบทอดความรู้ด้านการดูแลรักษาสุขภาพของหมอชนเผ่า, กลุ่มโรคที่หมอชนเผ่ารู้จัก, ขั้นตอนและวิธีการเสี่ยงทาย และกระบวนการดูแลรักษาสุขภาพของหมอชนเผ่าจากแหล่งข้อมูลต่อไปนี้

กฤษณ์กมล บุญชาติ. (2542). รายงานการฝึกภาคสนามเรื่อง ลิซุ. กรุงเทพฯ: มปป.

กันยานุช เทาประเสริฐ. (2543). รายงานการฝึกภาคสนามเรื่อง มูเซอ กลุ่มมูเซอเขล. กรุงเทพฯ: มปป.

บุญช่วย ศรีสวัสดิ์. (2545). ชาวเขาในไทย ผลงานอมตะของบุญช่วย ศรีสวัสดิ์. กรุงเทพฯ:

บริษัทพิมพ์เนชั่นเซ็นเตอร์ จำกัด.

นิวัฒน์ ตামী และคณะ. ระบบการแพทย์พื้นบ้านของประชาชนชาวเขาเผ่าลีซอ. สมาคมศูนย์รวมการศึกษาและวัฒนธรรมของชาวไทยภูเขาในประเทศไทย (สมาคม IMPECT).

พอลและอีเลน ลูวิส. (2528). หกเผ่าชาวดอย. (ศิริวรรณ สุขพานิช, ผู้แปล). เยอรมันนี่: เซตป+ไมเยอร์ ที่สตูดการ์ด.

ทรงวิทย์ เชื้อมสกุล. (2542). ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการจัดการทรัพยากรและการรักษาพยาบาลของม้ง. ศูนย์ศึกษาความหลากหลายทางชีวภาพและภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ยิ่งยง เทาประเสริฐ และธรรมา อ่อนชมจันทร์ (บรรณาธิการ). (2537). ศักยภาพของภูมิปัญญาพื้นบ้านด้านการดูแลรักษาสุขภาพ กรณีศึกษา: การรักษากระดูกหักของหมอเมืองและการดูแลครรภ์ของชาวอำเภอจังหวัดเชียงราย. เชียงราย: สถาบันราชภัฏเชียงราย.

รายงานวิจัยโครงการศึกษาวิจัยและพัฒนาศักยภาพหมอชนเผ่า: ลิซุ, ปกาเกอญอ, อาข่า, ละหู่, เมี่ยน, ม้ง. (2545). วิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้าน สถาบันราชภัฏเชียงราย.

ลักขณา ดาวรัตน์หงษ์. (2539). สารานุกรมกลุ่มชาติพันธุ์: ลิซอ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด.

ศตวรรษ สถิตย์เพียรศิริ. (2533). การลำดับวงศ์และทัศนะบางเรื่องของเผ่าอีเก้อ. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยชาวเขา กรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงมหาดไทย.

สมทรง บุรุษพัฒน์ และสรินยา คำเมือง. (2542). สารานุกรมกลุ่มชาติพันธุ์กะเหรี่ยงกะยัน. กรุงเทพฯ: บริษัท สหธรรมิก จำกัด.

สุจริตลักษณ์ ศิผดุง. (2539). สารานุกรมกลุ่มชาติพันธุ์: ม้ง. นครปฐม: โรงพิมพ์สถาบันพัฒนาการ

สาธารณสุขอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล.

สุจริตลักษณ์ ศิผดุง และสรินยา คำเมือง. (2540). สารานุกรมกลุ่มชาติพันธุ์กะเหรี่ยงโป. กรุงเทพฯ:

บริษัทสหธรรมิก จำกัด.

อุไรวรรณ แสงสร. (2542). ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการจัดการทรัพยากรและการรักษาความเจ็บป่วยของ“อีโก้”. เชียงใหม่: ศูนย์ศึกษาความหลากหลายทางชีวภาพและภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

5. ได้รวบรวมข้อมูล ตรวจสอบข้อมูล และเก็บข้อมูลเพิ่มเติมในพื้นที่เกี่ยวกับข้อมูลสมุนไพรละหู่-ไทยใหญ่ร่วมกับทีมโครงการประสานงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทยใหญ่และทีมโครงการขับเคลื่อนงานศึกษาวิจัยและรวบรวมองค์ความรู้ในการดูแลรักษาสุขภาพและสมุนไพรของชนเผ่าละหู่-ไทยใหญ่ ครอบคลุมประเด็นเกี่ยวกับชื่อท้องถิ่น, สรรพคุณ, ส่วนที่ใช้, ลักษณะ/ประเภท, แหล่งที่พบ, เขตพื้นที่ที่พบ และรูปสมุนไพร

6. ได้รวบรวมข้อมูล ตรวจสอบข้อมูล และเก็บข้อมูลเพิ่มเติมในพื้นที่เกี่ยวกับบริบทด้านสังคมวัฒนธรรมและองค์ความรู้ด้านการดูแลรักษาสุขภาพของชนเผ่าละหู่-ไทยใหญ่ โดยร่วมประชุมตรวจสอบข้อมูล ในลักษณะการเทียบเคียงกับข้อมูลที่ได้จากการทบทวนเอกสารเกี่ยวกับการแพทย์ชนเผ่าที่เกี่ยวข้องและเก็บข้อมูลเพิ่มเติมในพื้นที่โดยการนัดหมายล่วงหน้า

7. ได้เก็บข้อมูลกรณีศึกษาจากหมอละหู่-ไทยใหญ่หรือผู้รู้ในพื้นที่เพิ่มเติมในเชิงลึก เพื่อศึกษาเจาะลึกถึงจักรวาลวิทยาด้านสุขภาพเพื่อใช้เป็นข้อมูลสังเคราะห์องค์ความรู้ด้านสุขภาพของชนเผ่าละหู่-ไทยใหญ่

8. ได้ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงระบบครอบคลุมด้านการดูแลรักษาสุขภาพและสมุนไพรของชนเผ่าละหู่-ไทยใหญ่ โดยจัดเวทีประมวลผลและตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูลจากผู้รู้และหมอละหู่-ไทยใหญ่ในพื้นที่ จนได้ร่างตำราอ้างอิงกลางเกี่ยวกับองค์ความรู้ในการดูแลรักษาสุขภาพและระบบข้อมูลสมุนไพรของชนเผ่าละหู่-ไทยใหญ่ ตามสารบัญต่อไปนี้

ตำราการแพทย์และสมุนไพรชนเผ่าละหู่ ประกอบด้วย

(1) กระบวนการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าละหู่

(1.1) ความเป็นมา

(1.2) ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

(1.3) กรอบแนวคิดในการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนา

การแพทย์ชนเผ่าละหู่

(2) ประวัติความเป็นมาของชนเผ่าละหู่

- (2.1) ประวัติความเป็นมาและความเชื่อเกี่ยวกับกำเนิดชนเผ่าละหู่
- (2.2) ประเภทของผู้นำหมู่บ้าน
- (2.3) ลักษณะการประกอบอาชีพ
- (2.4) ระบบครอบครัวและเครือญาติ
- (3) จักรวาลวิทยาเกี่ยวกับสุขภาพของชนเผ่าละหู่
 - (3.1) ความเชื่อเกี่ยวกับการอยู่อาศัย การตั้งถิ่นฐาน และการสร้างบ้าน
 - (3.2) สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ
 - (3.3) สุขภาพกับการกินของชนเผ่าละหู่
 - (3.4) ประเพณีสำคัญที่เกี่ยวกับสุขภาพ
 - (3.5) วัฒนธรรมการสื่อสารกับสุขภาพ
- (4) องค์ความรู้เกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพของชนเผ่าละหู่
 - (4.1) แนวคิดและความเชื่อเกี่ยวกับการเกิดความเจ็บป่วยของชนเผ่าละหู่
 - (4.2) วัฒนธรรมการดูแลสุขภาพระยะตั้งครรรภ์ ระยะการคลอดและระยะ

หลังคลอด

- (4.3) ประเภทของหมอละหู่
- (4.4) ลักษณะอาการและโรคต่างๆ ที่ชนเผ่าละหู่ประสบ
- (4.5) การตรวจและวินิจฉัยโรคของหมอละหู่
- (4.6) ประเภทการดูแลรักษาสุขภาพของชนเผ่าละหู่
- (4.7) การสืบทอดองค์ความรู้ของหมอละหู่
- (5) สมุนไพรที่ใช้ในการดูแลรักษาสุขภาพของชนเผ่าละหู่

ตำราการแพทย์และสมุนไพรชนเผ่าไทยใหญ่ ประกอบด้วย

- (1) กระบวนการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าไทยใหญ่
 - (1.1) ความเป็นมา
 - (1.2) ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน
 - (1.3) กรอบแนวคิดในการสังเคราะห์องค์ความรู้และสรุปบทเรียนการพัฒนาการแพทย์ชนเผ่าไทยใหญ่
- (2) ประวัติความเป็นมาและความเชื่อเกี่ยวกับกำเนิดชนเผ่าไทยใหญ่
 - (3) จักรวาลวิทยาเกี่ยวกับสุขภาพของชนเผ่าไทยใหญ่
 - (3.1) ความเชื่อที่เกี่ยวกับการตั้งถิ่นฐาน การสร้างบ้านเรือน และการอยู่อาศัย

- (3.2) วัฒนธรรมการบริโภคเพื่อสุขภาพของชนเผ่าไทยใหญ่
- (3.3) ประเพณีสำคัญที่ถือปฏิบัติกันเป็นประจำเกี่ยวกับสุขภาพ
- (4) องค์ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพของชนเผ่าไทยใหญ่
 - (4.1) แนวคิดความเชื่อเกี่ยวกับการกำเนิดและองค์ประกอบของร่างกายมนุษย์
 - (4.2) แนวคิดความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุการเกิดโรคหรือความเจ็บป่วย
 - (4.3) หลักการตรวจและวินิจฉัยโรคของหมอไทยใหญ่
 - (4.4) กลุ่มโรคที่หมอไทยใหญ่รู้จัก
 - (4.5) องค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพของหมอไทยใหญ่
- (5) สมุนไพรที่ใช้ในการดูแลสุขภาพของชนเผ่าไทยใหญ่

อย่างไรก็ตาม ในแง่ของการสังเคราะห์องค์ความรู้เชิงระบบด้านการดูแลสุขภาพและสมุนไพรของชนเผ่าละหู่-ไทยใหญ่ แม้สามารถคัดกรององค์ความรู้ที่ร่วมสมัยเพื่อการสืบสาน ฟื้นฟู ปรับปรุงและนำกลับมาใช้ในวิถีชีวิตใหม่ ตลอดจนพัฒนาเอกสารตำราและสื่อการเรียนรู้ของแต่ละเผ่าแล้ว แต่ในเชิงการขยายผลยังค่อนข้างจำกัด โดยเฉพาะชนเผ่าละหู่เนื่องจากบริบททางสังคม วัฒนธรรมเช่นเดียวกับชนเผ่าม้ง-เมี่ยนซึ่งมีความแตกต่างไปจากชนเผ่าอ่าข่า จึงทำให้แนวทางการพัฒนาและขยายผลการนำองค์ความรู้ไปใช้ประโยชน์ยังไม่ชัดเจน ขณะที่ชนเผ่าไทยใหญ่ค่อนข้างมีความเข้มแข็งและมุ่งมั่นที่จะนำองค์ความรู้ที่ได้ไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาที่ชัดเจน เช่นเดียวกับชนเผ่าอ่าข่า

ดังนั้น ในภาพรวมโครงการสังเคราะห์สามารถปฏิบัติงานได้ตามพันธกิจของโครงการ โดยมีผลการดำเนินงาน ในการสังเคราะห์องค์ความรู้การแพทย์และสมุนไพรชนเผ่าละหู่-ไทยใหญ่ กระทั่งออกมาเป็นตำราการแพทย์ชนเผ่าละหู่-ไทยใหญ่ ตามรายละเอียดที่แนบมาพร้อมนี้

ทำเนียบสมุนไพรชนเผ่าละหู่



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา	กอซื่อ [หมีเหม็น]
สรรพคุณ	บำรุงเลือดลมให้เป็นปกติ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้	ใบ ต้มอบ
ถิ่นที่อยู่	ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา	กะแกสี่
สรรพคุณ	แก้อาหารเป็นพิษ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้	รากต้มดื่ม
ถิ่นที่อยู่	ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา	กะคือไถ่
สรรพคุณ	แก้กินผิด
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้	เถาต้มดื่ม
ถิ่นที่อยู่	ตามไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา	กะต่าชู [หนามแท่ง]
สรรพคุณ	แก้โรคกระเพาะ โรคปอดฝิ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้	ใบนำไปต้มดื่ม
ถิ่นที่อยู่	ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา	กะต่าชู
สรรพคุณ	แก้ผัดเดือน แก้กินผิด
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้	ใบ ราก / ต้มอบ ต้มดื่ม
ถิ่นที่อยู่	ตามไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

กะต่าชูโล่

แก้อาเจียน แก้อาหารเป็นพิษ

รากต้มดื่ม

ตามไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

กะต่าชู

แก้ฟี่หนอง ผสมเข้าตัวยาอื่น

ใบตากแห้งแล้วต้มดื่ม ตำพอก

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

กะโพะ [มะหุ่ง]

สมานแผล

ใบตำพอก

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

กะหน่าฮือ

แก้แผลไฟไหม้

ใบคั้นเอาน้ำทาแผล

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

กะห่วย , ยามาโก่ [สะป่านกั้น]

รักษาตะขาบกัดและงูสวัด ถ้าใส่

ฝิ่น(ลาหู่ณะ) รักษากระดูกหัก

(ลาหู่ญ)

ใบ ยอดตำพอก รากต้มดื่ม

ป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

กะอาก้อย [กวางหีแซะ]
แก้อาหารเป็นพิษ
รากต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

กำจู้ [ทองหลวงใบมน]
รักษาแขนขาหัก
ใบ เปลือกตำพอก
ลำห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

กำนะเป้ [สะบ้า]
แก้ข้อเคล็ด กระดูกหัก
ยอดตำประคบ
ป่าดิบเขาและป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

กำมา
แก้บวม
ทั้งต้นคั่ว, ต้มอาบ
ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

กื่อน้อเนะ
ขับปัสสาวะ แก้ปวดเส้นเอ็น
ลำต้นต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

กือู้เณะ
แก้ไข้เด็กไม่สบาย
รากต้มดื่ม
ที่ราบเชิงเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

กือม้านเาะ [มะเดื่อน้ำ]
แก้ผัดเดือน หุญหลังคลอดทาน
อาหารแสลง มีอาการเวียนศีรษะ
หน้ามืด ตามัว
ต้น ต้มดื่ม ต้มอาบ และต้มอบ
บริเวณที่ขึ้น/ริมลำห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

กือช่าหุม
แก้จ้ำใน สมานแผล ห้ามเลือด
ใบสมาน รากต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

แก้จ่า [ผักแปรม]
บำรุงร่างกาย เจริญอาหาร
ยอดอ่อนกินสดกับลาบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ชะจ้ำเค่อ [มะขามเครือ]
แก้ท้องบิด
เถาต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ขี้สึ้น [มะเขือเทศ]
ขับน้ำเหลือง แก้อักเสบ
ใบ ยอดตำพอก
พบได้ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

เข้หนุ่มมา, แกนงูเต [หญ้าตดหมา]
แก้โรคดีซ่าน (ลาหู่ชะ) แก้กินผิด
แก้อาเจียน (ลาหู่ญ)
เถา ใบชอยแล้วต้มอบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

คะจ้ำ [มะขามป้อม]
รักษาอาการปวดโดนไฟรอก
ชูดเปลือกแล้วบิเบียน้ำใส่แผล
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

คะน๊ะแง่
แก้แผลไฟไหม้
ใบบิเบียน้ำทาบริเวณที่เป็นแผล
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

คะป่าชู้ [เครือเดาหลวง]
แก้อาหารเป็นพิษ
รากต้มดื่ม ใบกินเป็นอาหาร
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ค่าเจ้า [ชุมเห็ดไทย]
แก้ไข้ปวดเมื่อย แก้หนองใน
ยอดตำประคบรากต้มดื่ม ใบต้มล้าง
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

คือจันชะ
รักษาอาการคัน แก้ น้ำกัดเท้า
ใบ ขยี้ใส่บริเวณที่คัน
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

คู่ออย [มะระจีนก]
รักษาฝี คั้นน้ำจากใบและยอด
หยอดหู น้ำหนวก
ยอดและผลอ่อนทานเป็นอาหาร
คั้นน้ำจากยอด ใบรักษา หูน้ำหนวก
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

งะแกไล่
แก้อาหารเป็นพิษ
รากต้มดื่ม ใบกับต้นต้มอาบหรืออบ
ตามไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จิวแจ [จิวป่า]
แก้ฝี
เปลือกใบ ประคบ
ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

จ๊ะกู่

สรรพคุณ

แก้เหน็บชา แก้เส้นเอ็นตึง

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ราก เถาต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

บนภูเขาสูง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

จะจี้จู้ย , ชูป๋อย [ส้มป๋อย]

สรรพคุณ

ขจัดปัดเป่า,แก้คุณไสย

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ฝักนำไปต้มอาบ

ถิ่นที่อยู่

ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

จะมีก้อเกอ [ยาแก้ฮากเหลือง]

สรรพคุณ

ใบแก้ผดผื่น รากเจริญอาหาร

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบ, ราก ต้มดื่ม ต้มอาบ

ถิ่นที่อยู่

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

จ่าก้อเลอ [ประคู้ส้ม]

สรรพคุณ

แก้ท้องร่วง แก้ไสยศาสตร์

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบตำพอกแก้ไสยศาสตร์

ถิ่นที่อยู่

เปลือกต้มดื่มแก้ท้องร่วง

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

จ่ามื่อฮ่า [สาบเสื่อ]

สรรพคุณ

แก้โรคกระเพาะ ห้ามเลือด

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบห้ามเลือด รากต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จำแลปาย
แก้ปวดท้อง แก้ท้องเสีย แก้ปวดหัว
ราก เปลือกต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จี่นะอ่อแพะ
รักษากระดูกหัก
ยอดตำประคบ
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จี่นะกำ [หอมไกล]
แก้ผัดเดือน รักษาบาดแผล
ใบต้มอบ รากต้มดื่ม
ริมน้ำ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จี่นะกำมา [ดอกเข็มป่า]
แก้อาหารเป็นพิษ
รากต้มดื่ม ใบต้มอบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จี่นะซื่อ
แก้คัน
ใช้ยางทางบริเวณที่มีอาการคัน
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จ๊อบอจ๊อเจี้ย [เอื้องหมายนา]
แก้เจ็บหู น้ำหนวก
ลำต้นเผา นำไปต้มเอาน้ำหยอดหู
ป่าดิบเขาทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จ๊อบอ้อค่า [ข่าคม]
รักษาไข้กลางคืน แก้พิษขนแมงป่อง
ลำต้นต้มอบแก้ไข้ เผาไฟเหยียบ
แก้พิษแมงป่อง
ป่าดิบเขาและป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จ๊อบออคือคือ โค้ย, มะเนาะ โก่อซี่
[มะเดื่อปล้อง]
แก้คุณไสย
ใบนำไปต้มอาบ
ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จ๊อบอโ้โก้แเอ้
แก้โดนคุณไสย
ต้นตำประคบ
ริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จู้ปานะซี่
เพิ่มน้ำนม
รากต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

จู้ป่านะจี่ [โมกมัน]

เพิ่มน้ำนม

เปลือก รากต้มกับเนื้อไก่

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

จู้ลี

สมานแผลให้หายเร็วขึ้น

ใบ เปลือกตำพอกแผลสดช่วยรักษา

แผลให้หายเร็วขึ้น ใบเคี้ยวช่วยให้

ปากสดชื่น

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ฉะฟูตู(ลาหู่ณะ)

แก้กระดูหัก

ทั้งต้นคั่วประคบ

ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ฉู่กู่วู

รักษาวัณโรค

รากต้มดื่ม

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ฉะโกไป

แก้ไข้มาลาเรีย แก้อาการน้ำนม

ไม่ไหล

รากต้มดื่ม

ตามไหล่เขาทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

เฉาะป้วย(ลาหู่ณะ)/กระทกรกป่า
แก้โคณตีป่า แก้นอนไม่หลับ
ทั้ง 5 เผาไฟนำไปประคบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ซู่แป้ [กาฝัก]
รักษา แขน ขาหัก
ใบตำ กิ่งต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ซาล่า [ฝ้าย]
ขัดเบา ขับปัสสาวะ ขับนิ่ว
เมล็ดต้มดื่มหรือคั่วแช่น้ำดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จีนะ
แก้ชักเสบ แก้อาหารเป็นพิษ
ลำต้นต้มดื่ม ใบต้มอบแก้อาหาร
เป็นพิษ
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

จีกู๊ณะ [เนาโน]
สมานแผลให้แผลหายเร็ว
เปลือกชูดใส่แผลทำให้หายเร็ว
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ชิงชันะ
รักษาอาการคัน
ใบ ต้มอาบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ชิงรูป่า, ชิงรู [ต้นดินเป็ด]
แก้ตัวเหลือง(ลาหู่ญ)
แผลตกสะเก็ด(ลาหู่ญ)
ประคบแก้ตัวเหลือง, ยางใส่แผล
ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ชีซอ [สาบแล้งสาบกา]
แก้กินผิด แก้คลื่นไส้อาเจียน
รอกนำไปทุบเข่น้ำแล้วดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ชีช็อกะ
แก้กินผิด ผิดเดือน ขับเสมหะในคอ
ทั้งต้นต้มดื่ม
ลำห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ชีนะ
แก้ผัดเดือน ประเภทกินผิด
ต้นต้มดื่ม
บนภูเขาสูง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ชีคนะ

สรรพคุณ

แก้ผดผื่น

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบ เปลือก ต้มอาบหรือต้มอบ

ถิ่นที่อยู่

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ชีแปงู [บอระเพ็ดพุงช้าง]

สรรพคุณ

ขับลมในกระเพาะ แก้คุณไสย

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

หัวตำประคบคัม

ถิ่นที่อยู่

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ชีเมอเกีย

สรรพคุณ :

สมานแผล แก้ท้องเสีย

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้:

ใบ ตำพอก ต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ชีห้อมา

สรรพคุณ

แก้อาหารเป็นพิษ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

เปลือกต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ชีวิโป [มะลิคูง]

สรรพคุณ

แก้อาหารเป็นพิษ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบ รากต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา ชื่อชาพู [ว่านน้ำ]
 สรรพคุณ ห้ามเลือด แก้ปวดฟัน
 สมานแผลสด
 ส่วนที่ใช้/วิธีใช้ เหง้าตำพอก
 ถิ่นที่อยู่ แหล่งที่มีน้ำขัง บริเวณที่ชื้น ๆ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา ชื่อโพะเต , ชื่อหน่านะซี [สบู่ขาว]
 สรรพคุณ แก้ปวดเมื่อย(ลาหู่ณะ)
 แก้ปวดฟัน(ลาหู่ญ)
 ส่วนที่ใช้/วิธีใช้ ยาง ใบ ประคบแก้ปวดเมื่อย
 นำสำลีมาชุบยางแล้วกั๊ดไว้
 ถิ่นที่อยู่ ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา ชื่อวิน้อย [กรคน้ำ]
 สรรพคุณ รักษาอาการผื่นคัน (ลาหู่ณะ)
 ปวดเมื่อยครั่นเนื้อครั่นตัว (ลาหู่ญ)
 ส่วนที่ใช้/วิธีใช้: ยอดทั้งต้นตำให้ละเอียดแล้วทา
 ถิ่นที่อยู่ ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา ชื่อวินี
 สรรพคุณ แก้วัณ โรคปอดไอเป็นเลือด
 ฝืนปอด
 ส่วนที่ใช้/วิธีใช้ รากต้มดื่ม
 ถิ่นที่อยู่ ตามไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา ชื่อเวะ [ชบา]
 สรรพคุณ แก้หอบหืดแก้แน่นหน้าอก
 ส่วนที่ใช้/วิธีใช้ ใบ ดอก คั่วประคบ
 ถิ่นที่อยู่ ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ชื่อเหม่นะ , มะก่าเลา

สรรพคุณ

[มันสำปะหลัง]

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

แก้แผลมีน้ำหนอง

ถิ่นที่อยู่

หัวตากแห้งแล้วนำมาบดใส่แผล
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

แซจี้พื่อมา [ขนาดหลวง]

สรรพคุณ

แก้จ้ำใน อาหารเป็นพิษ (ลาหู่ณะ)

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้:

แก้ผัดเดือน(ลาหู่ญ)

ถิ่นที่อยู่

ใบประกบ ใบต้มอบ รากต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

แซเล่า [ปอสา]

สรรพคุณ

แก้ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบนำไปตำแช่น้ำแล้วทาแผล

ถิ่นที่อยู่

ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

โซแบ

สรรพคุณ

รักษาเด็กเป็นไข นอนไม่หลับ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้:

ใบ ต้มอาบ ตาแห้งขยี้ผสม

ถิ่นที่อยู่

ข้าวเปลือก

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ด่ากา

สรรพคุณ

แก้บวม

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ทั้งนำไปต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

ริมน้ำ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ดาก้า [ว่านกีบแรด]

สรรพคุณ

แก้ไขหัวค้ำ(ลาหู่ณะ)

แก้ปวดบวม(ลาหู่ญ)

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้:

ใบ หัวต้มอาบ ตากแห้งต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

ป่าดงดิบ ริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ดาก้า ([ก้อแก้])

สรรพคุณ

แก้อาหารเป็นพิษ และพิษแมงป่อง

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ลำต้นต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ดาก้ามือ

สรรพคุณ

แก้ปวดท้องปวดตา

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

หัวต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

บนภูเขาสูง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ด่าดู [กระแต ไต้ไม้]

สรรพคุณ

รักษาอาการนอนไม่หลับ

แก้ท้องผูก

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบ ราก ลำต้นต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

ด่าห้อย [หญาลีเถา]

สรรพคุณ

แก้ท้องผูก

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบ รากต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

แคระน่อ [หญ้าขัดมอญ]
แก้ผดผื่น ขับน้ำเหลือง
ใบ รากต้มดื่ม อบ ตำทา
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

แคระน่อเนื้
แก้ฝี เคล็ดขัดยอก
รากต้มดื่ม ใบตำพอก
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

แคระน่อ ใปี [กาสามปีก]
แก้ผดผื่น ช่วยให้เลือดลม
ไหลเวียนดี
ใบ รากต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ตะโหย้
รักษาอาการปวดฟัน แก้कुณไสย
ใบประคบ ต้มดื่ม หัวเคี้ยวบ้วนปาก
แก้कुณไสย
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ตำไก่อ้
แก้อาหารเป็นพิษ ท้องอืด ท้องเฟ้อ
รากกินสด เคี้ยวกิน
ป่าดิบ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ถั่งบือเต
แก้ท้องร่วง
เถาต้มดื่ม แซ่ดื่ม
ป่าดิบเขาทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ท่อกู้ฮ้อย [ลั้งเสื่อโครัง]
แก้ปวดเมื่อย บำรุงร่างกาย
เปลือกต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ท่อดี
แก้ปวดเมื่อย แก้ตัวร้อน
ต้น, เปลือกต้มดื่ม
ไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ท้อพื่อญี [กวาวเครือแดง]
บำรุงร่างกาย
ใบ เถาแดงเหล้า
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

นอ
แก้ไข้ตัวร้อน
ใบตำพอกฝาเท้า ฝามีมือ รากต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อสมุนไพร

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นะจี้เจ้าชีตุ๋ [ขางปอย]

แก้ผัดเดือน

ใบต้มอบ

ป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นะจี้จ๊ะ

แก้ปวดท้อง

รากเคี้ยวกิน

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่พบ

นะจี้ค่า

รักษามะเร็ง (อาการตัวร้อนไม่สบาย จะมีตุ่มใหญ่ออกตามตัวทำให้เกิดอาการอักเสบจะเป็นบริเวณผิวหนัง อื่นๆ)

รากต้มดื่ม

ป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นะจี้ป้อย [โตไม่รู้ล้ม]

รักษาอาการนอนไม่หลับ แก้ไข้

รากต้มดื่ม

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่พบ

นะจี้น้อย

แก้ผัดเดือน

รากต้มดื่ม

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

นะเหม่อชี [ผาเป้ง]
แก้ท้องแข็ง แน่นท้อง
รากต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

นาก่อแล้ [โคลงเคลง]
รักษาแผลไฟไหม้
ใบตากแห้งขี้ใส่แผล ไฟไหม้
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

นาดือมา [กระตังใบ]
แก้อาหารเป็นพิษ
รากต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่พบ

นาคู้แต่ [หม่อนหมาขาว]
แก้กินผิด ผิดเดือน อาหารเป็นพิษ
ใบต้มอบ เหง้าต้มดื่ม
ในน้ำ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

นาบอนาเกาะ
แก้กระดูกหัก(ลาหู่ญ)
เป็นอาหาร(ลาหู่ณะ)
ใบคั่วประคบ , ทานเป็นอาหาร
ใกล้ริมน้ำ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นาโพะโกโล

แก้ขัดเบา

รากต้มดื่ม

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นาโพะโกโลโจ

แก้ลมขึ้น แก้เด็กนอนไม่หลับ

รากต้มดื่ม

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ :

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้:

ถิ่นที่อยู่

นาฟูก่อย [แก้มขาว]

เจริญอาหาร แก้กินผิด

ลำต้นต้มดื่ม

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นาหะมา

บำรุงเลือดลม สตรีอยู่เดือน เด็ก

นอนไม่หลับ (มีอาการไข้ตลอดคืน)

แก้เหงือกดำเนื่องจากมีอาการ

เจ็บป่วย

รากต้มดื่ม

ป่าดิบเขาและป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นาหะกะ [โสมดงเขียว]

เพิ่มน้ำนม

หัวต้มดื่ม

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นุ่นเต็ลื้อ

แก้ไข้ตัวร้อน มาลาเรีย แก้พิษ

ใบ ต้นต้มอาบ

ที่ราบเชิงเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อสมุนไพร

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นุ่นเพื่อโก๋สือ , มะนุน [ขนุน]

บำรุงน้ำนม

เนื้อผลดิบนำมาประกอบอาหาร

พบได้ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นุหนุ่มา

แก้โดนคุณไสย

นำไปคั่วประคบ

ริมลำห้วย ป่าดงดิบ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อสมุนไพร

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

นุ่หนุ่มา)

แก้ปวดเมื่อยร่างกาย

แก้คลื่นเนื้อคลื่นตัว ข้อเคล็ด

เปลือกต้มดื่ม/ ตำประคบ

ตามไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่พบที่พบ

เน่าะแซ่ชี [เมสึดถั่วเน่า]

แก้กินเห็ดพิษ ฝึสุกเร็ว

เมสึดคั่วบดละเอียด

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

บอเถอ [สังกรณีคอง]
รักษาโรคทางทุม
ใบ ตำพอก
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้:
ถิ่นที่อยู่

บอย้อ, อีคิว บ ต้นแมงลักล
แก้อาการลมบ้าหมู แก้ลมชัก
ใบนำไปขยี้ใส่น้ำดื่ม นำมาทาตัว
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

บอฮอ, ป้อฮอ[กระเพาแดง]
แก้เด็กไขขึ้นสูง เด็กนอนดิ้น
ใบทุบใส่น้ำนำมาทาซิกโคซิกหนึ่ง
ของร่างกาย
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

บาง๊ะแจ๋
แก้ผิเดื่อน
ใบต้มอบ
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

บู้ก [บุก]
แก้พิษงู แก้พิษตะขาบ
เอาเนื้อในหัวใช้ทั้งดิบ-สุก
ประคบ
ที่มีความชื้นทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

บู่วี [บุกคางคก]
รักษาแผลไฟไหม้
ดอกตำพอก
ป่าดิบชื้น



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ป้อ ฮอเอ็
รักษาฝีทะ โคนฝีทะ (ลักษณะคัน
ตามลำตัวโดยไม่รู้สาเหตุ)
ใบ หัวซอยแล้วตำประคบ
ป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ปอดู [สารพีป่า]
บำรุงเลือด แก้เลือดกำเดาไหล
เปลือกต้มดื่ม ใบตำประคบหน้า
ผากแก้เลือดกำเดาไหล
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ป่าเล่าโอ
แก้ขับปัสสาวะ
รอกนำไปต้มดื่ม
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ปี้เกะหอย [แห้วนกค่อ]
แก้อาหารเป็นพิษ ไข้หัวค้ำ
ใบ รากต้มดื่มแก้ไข้หัวค้ำ
หัวเผาต้มดื่มแก้อาหารเป็นพิษ
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ปี่ป่าห่ม

แก้คúmแข็ง

ใบตำแล้วคั่วพออุ่นแล้วนำไป

ประคบ

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ปี่ป่าอ้อย

แก้ท้องเสียในเด็ก แก้ผัดเดือน

เปลือกต้นต้มน้ำดื่ม

บนเขาสูง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ปู้คอ

รักษามูกเลือด แก้บิด

เปลือกแช่น้ำดื่ม

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ปู้ตีเวะ [เล็บมือนาง]

ขับพยาธิ

ราก ต้มดื่ม

เชิงเขา ใกล้ลำห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้:

ถิ่นที่อยู่

พะถู [ผักกุ่มบก]

รักษาอาการปวดหน้าผากหรือคิ้ว

ยอดตำพอก

ป่าดิบเขาและป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

พะไค้ [กุ่มบก]
แก้วิงเวียนศรีษะ
ใบนำไปเผาประคบ
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

พะนู้โก [นางแย้ม]
แก้ผัดเดือน
ต้มอบ
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

พะลื้อง่อ, ผักเรือ [ผักเดิน]
แก้ข้อเคล็ด บำรุงโลหิต
ทั้งต้นตำพอก , กินสดเป็นอาหาร
ที่มีน้ำจะอะแอะและชื้น



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

พะหน้อยโล้
แก้ปวดเสบนิ้วมือนิ้วเท้า
แก้ฝีอักเสบ
ใบ ทั้งต้น ประคบตำพอก
รินน้ำรินห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ :
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้:
ถิ่นที่อยู่

ผักหน้อยจำ [ผักหนอก]
แก้ร้อนใน ช้ำใน บวม
ใบ ราก ต้นแช่ต้ม ตำพอก
รับประทานสด
พื้นราบลุ่ม ทุ่งนาทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

พ็องแง [หม่าหวดเหล้า]
รักษาเหงือกบวม
รากเคี้ยวกินหรืออม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

พ็องจัญญี
แก้พิษทั้งปวง
รากต้มดื่ม
พบได้ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

พ็องเต [ขังจี้แก่น]
แก้ท้องร่วง
รากนำไปต้มดื่ม
ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

พ็องฮะฮะออบ
ขับลม แก้ท้องเสีย แก้ปวด
ท้องสำหรับเด็กและผู้ใหญ่
ใบขยี้ทาท้อง
ที่โล่ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

พะกุ [หม่าसान]
รักษาฝี
ใบตำประคบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

พะโวะ [แหลมกไล่]

แก้ไข้ แก้ปวด (ลาหู่ณะ)

แก้ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก(ลาหู่ญ)

รากเขี่ยาแก้ไข้

ใบนำไปตำแช่น้ำแล้วทาแผล

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่พบ

พื่อลาโก้

แก้ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

ใบนำไปตำแช่น้ำแล้วทาแผล

ป่าดิบแล้ง



138.ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

มะขี้แง [ต้นพุทรา]

แก้โดนไฟ เด็กนอนไม่หลับ

ใบนำไปต้มอาบ

บริเวณทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

มะขิ้นป่า [มะเขือป่า]

แก้คุณไสย แก้เด็กนอนไม่หลับ

ใบ ผลคั่วประคบ

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่พบ

มะขี้ชี [มะเขือแจ้]

แก้เจ็บท้อง(ลาหู่ญ)

ผลแก้มือเท้าร้อน ผลเอาเมล็ดออก

แล้วสวมไว้ (ลาหู่ณะ)

ยอด และผลคั่วประคบ

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

มะแค้เต
แก้เจ็บฟัน เจ็บเหงือก
เปลือกเคี้ยวอม
ตามไหลเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

มะดี้โหม่ม, บะโจ๊ะ
แก้เป็นคุ่มน้ำหนอง ไฟไหม้
ใบพอก เปลือกต้มล้างแผล
ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

มะนอแจ๋
แก้เส้นเอ็นเคล็ด
รากต้มดื่ม
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ม้ากูด
แก้ท้องร่วงและรักษาอาการเจ็บตา
เถาทุบแล้วบีบน้ำใส่ตา รากต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
แหล่งที่พบ

ม้ากู่พะ [ฝรั่ง]
แก้ท้องร่วง
ใบ เคี้ยวกินสดหรือต้มดื่ม
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ม้าแกแล, ก่อแจงซี [ตะขบป่า]

แก้คุณไสย ,เป็นอาหาร

ใบนำไปคั่วประคบ

กินลูกกินยอด

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ม้าคู่สี่ [มะขม]

แก้ท้องร่วง ผลเผากินช่วย

เจริญอาหาร

เปลือกต้มดื่ม , ผลเผา

บนเชิงเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่พบ

ม้าดี [ผักคืด]

รักษาแผลอักเสบ

รากต้มดื่ม ใบตำพอก

พบทั่วไป



ชื่อสมุนไพร

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ม้าเตอ [มะก้อ]

แก้ท้องร่วง

เปลือก ตัน ต้มดื่ม

บนเชิงเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้:

ถิ่นที่อยู่

ม้าเนาะเล่อ [หญ้าคอตุง]

แก้ไข้มาลาเรีย

รากต้มดื่ม

ตามไหล่เขาทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ :

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้:

ถิ่นที่อยู่

ม้าโม่ [มะม่วง]

แก้คันจากใบไม้มีพิษ

ใบ คั้นอาบ

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ม้าโม่เขือ

แก้ใจตัวร้อน

ใบตากแห้งแล้วบดใส่ตา รากคั้นดื่ม

ป่าดิบชื้น



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ม้าแฮ่ตุ๊ตี [มะเขือพวง]

แก้ปวดเมื่อย แก้อาเจียน

รากคั้นดื่ม

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

มีมี้อ่าแผ่นดิน [อบเชยเถา]

แก้ผีหนอง

ใบตำพอก

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

มือคือจะชอย [ผักชีฝรั่ง]

แก้พิษงู ผื่นต้อย

ใบ ตำพอกแก้ผื่นต้อย ,

ขี้แฉะน้ำคั้นแก้พิษงู

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา มุดนื้อแน [น้ำนมราชสี]
สรรพคุณ แก้พิษงู
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้ ใบ ตำพอก
ถิ่นที่อยู่ บริเวณไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา มุดม่วง [ว่านมหากาฬ]
สรรพคุณ: แก้พิษทั้งปวง
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้: ทั้งต้น นำมาคั่วแล้วบริเวณที่เกิดพิษ
ถิ่นที่อยู่ ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา มู่แต่
สรรพคุณ แก้พิษแมลงบึ้ง
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้ ใบขยี้ทา
แหล่งที่พบ ไหล่เขาทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา ยะต่อมุด [หนามโกโก้]
สรรพคุณ แก้ท้องร่วง
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้ รากต้มดื่ม
ถิ่นที่อยู่ ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา ยะตอมุด [หญ้าจียอบ]
สรรพคุณ แก้บวมแก้ เจ็บท้อง
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้ ทั้งต้นต้มอาบ ต้มดื่ม
ถิ่นที่อยู่ พบได้ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ยาก็อกอย

แก้ผัดเดือน แก้อาหารเป็นพิษ
แก้อาการปากเป็นแผล

เถา, ใบ ต้มดื่ม, ต้มอบ
ริมแม่น้ำ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ยาก็อก้อย [เครื่องก้องกลบ]

แก้อาหารเป็นพิษ

รากต้มดื่ม ใบอบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่พบ

ยาแก้

แก้โรคนิ้ว แก้ไข้สะบัดร้อน
สะบัดหนาว

รากต้มดื่ม ใบต้มอาบ
บนไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น /ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ยาแก้

แก้อาหารเป็นพิษ

ใบต้มอบ รากต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ยาแก้เจียว

แก้ผัดเดือน

รากต้มดื่ม
บนไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ยาแก้เจี๊ยะ

แก้ผัดเดือน

ใบต้มอบ

ป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ยาแก้ญี่ [ตัวเก็ลียง]

แก้ท้องร่วง

ใบ รากต้มดื่ม

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ยาแก้ตุ้ย

แก้ไข้มาลาเรีย

ใบ เถา ต้มอบ รากต้มดื่ม

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ยาแก่นอย (เขี้ยว)

แก้อาหารเป็นพิษ

ราก ต้มดื่ม

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ยาแก่นอย

แก้ผัดเดือน

รากต้มดื่ม ใบต้มอบ

บนไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ยาแก้เบื้อย
แก้อาหารเป็นพิษ
รากต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่พบ

ยาแก้ผื่น
แก้เจ็บท้อง แก้ผัดเดือน
ใบ, ราก ต้มอาบ ต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ยาแก้ฟู
แก้ผัดเดือน , แก้เจ็บท้อง
ใบ เปลือก ต้มอาบ รากต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ยาแก้ฟู(ขาว)
เจริญอาหาร แก้ผัดเดือน
เปลือก, ราก, ใบ ต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ยาง่า [เปล้าหลวง]
แก้อาหารเป็นพิษ แก้อาการเด็ก
ไม่สบายนอนไม่หลับ
ใบ ราก บดแล้วแช่ดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ยาโบโล้ [ปูเลย]

รักษาโรคชัก แก้ไขในเด็กที่มีไข้ขึ้น

สูง ถอนขนแมงบ่ง แก้ท้องเสีย

หัวตำประคบทั้งตัว ฝนหัว

พบได้ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ยี่อ [หญ้าคา]

แก้ห้ำในกระดุก(ลาหู่ญี),

แก้บวม(ลาหู่ณะ)

รากต้มดื่ม

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ยี่อชะ [หญ้าคมบาง]

แก้เวียนหัว อาเจียน อาหารเป็นพิษ

รากเคี้ยวกิน

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ยี่อมุดโก้

แก้ห้ำในสมานบาดแผล

ใบต้มดื่ม

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ยี่อฮ้อมา [ต้นตะไคร้]

แก้อาการลมบ้าหมู ลมชัก

ทั้งต้นขยี้ใส่น้ำดื่ม นำมาทา

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ลำเหม้ม [รางจืด]
แก้พิษงูกัด
เถาตำพอก
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ลาเหม้มเกอ
แก้หืด
รากตำแช่น้ำแล้วนำมาพอก
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ลู๊แป๊ะ [ตาลเคี้ยว]
แก้ฝ่าน้ำดำ
ราก ต้มแช่น้ำล้างหน้า
บนไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ลู๊แป
แก้อาหารเป็นพิษ
ใบอ่อนกินสด รากรากต้มดื่ม
ป่าเชิงเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

แล่ก้อเต [ผักแซ่วดูก]
แก้ไอหนัก โคนคุณไสย
รากต้มดื่ม ใบตำประคบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ແລ້ກ່ອຍໆ [หัวข้าวเย็นใต้]

แก้ปวด หัวตัวร้อน เป็นไข้

อาเซียน

เหง้า ต้มดื่ม

พื้นที่สูง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ແລ້ຄະຫມ່າ, ອ້າທອພື້ອສື້ອ, ນູ້ສາຫມ່າ

[เพกา]

แก้อาหารเป็นพิษ แก้ร้อนใน

ใบ ตำต้นต้มดื่ม ทานเป็นอาหารได้

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

โล

หม่าพยาธิเส้นด้าย(ลาหู่ณะ)

แก้ปวดฟัน (ลาหู่ญ)

ต้น ใบเผาไฟนำมาลงนึ่งหม่าพยาธิ

(ลาหู่ณะ) เผาไฟแล้วนำมากัดไว้

(ลาหู่ญ)

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ສີ່ຫຍະພູ [พลับพลึง]

แก้ร้อนใน ปวดท้อง

หัวตำพอกบริเวณท้อง

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

หน้าเกาะ

รักษาข้อเคล็ด เท้าแพลง

ใบ รากตำประคบ

ป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
 สรรพคุณ
 ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
 ถิ่นที่อยู่

หน้าคาเตวะ
 แก้ไข้มาลาเรีย
 รากต้มดื่ม
 ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
 สรรพคุณ
 ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
 ถิ่นที่อยู่

หน้าปะกุนะซี [หนาดคำ]
 แก้ผัดเดือน
 ใบ, ราก ต้มดื่ม
 ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
 สรรพคุณ
 ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
 ถิ่นที่อยู่

หน้าปะกุนะซี2 [เครือมะแตก]
 แก้ลมผัดเดือน
 ทั้งนำไปต้มดื่ม
 ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
 สรรพคุณ
 ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
 ถิ่นที่อยู่

หน้าพื่อซ้อ
 แก้ไข้ ปวดหัว อาเจียน ไข้มาลาเรีย
 ใบ รากต้มดื่ม
 ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
 สรรพคุณ
 ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
 ถิ่นที่อยู่

หมะชู
 รักษาโรคหมีน้ำหนอง
 ใช้อย่างจาก้าน ยอดหยอดหูหยอดหู
 ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

หมีเกอะ)
รักษาโรคผิเดื่อน
รากต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

หมีชื่อนะ [กระชายดำ]
แก้เจ็บท้อง, ท้องอืดท้องเฟ้อ
เหงำนำไปทุบแล้วทา
ที่ ๆ มีความชื้น



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

หมีชี [โก้ง]
รักษาเด็กท้องร่วง(ลาหู่ณะ)
แก้ขัดเบาแก้บวม(ลาหู่ญ)
ข้อที่มีสดำต้มดื่ม
หัวไร่ปลายนา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

หมีชินะ [ขมิ้นดำ]
แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ ขับลม
เหงำ กินสด
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

หมีชื้อ
แก้ไข้ตัวร้อน
หัว เหงำ ตำทาทั้งตัวสำหรับเด็ก
ที่ขึ้นไกล้าน้ำไหล



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

หมู่มู่กะ

สรรพคุณ

สมานแผล

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ยอดและใบตำพอกบาดแผล

ถิ่นที่อยู่

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

หย่อแซ้

สรรพคุณ

แก้กินผิด แก้ผัดเดือน

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบ, ราก ต้มอบ ต้มดื่ม

ถิ่นที่อยู่

ไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

หล่าจู้

สรรพคุณ

แก้ชักเสบ ร้อนใน แผลไฟไหม้

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบตำพอกแผลไฟไหม้ เคี้ยวกิน

ถิ่นที่อยู่

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

หะกอแพ [อบเซย]

สรรพคุณ

แก้อาหารเป็นพิษ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

เปลือกจากลำต้นใส่แผลสด

ถิ่นที่อยู่

ต้มดื่มช่วยรักษาแผลไม่ให้ชักเสบ

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

หะจู้ปานะซี่

สรรพคุณ

เพิ่มน้ำนมแม่หมู

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบ รากชอยใส่อาหารหมู

ถิ่นที่อยู่

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

หว่าเจยาชี
แก้กระตุกหัก
ใบคั่วประคบ
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

หว่าพื่อโก๋
แก้กระตุกหัก
ใบชอย คั่วประคบ
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

หว่าตีแก๊ส
รักษาแผลมีหนองและหนอง
ทั้งต้นผสมเกลือให้วัวกิน
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ห่าเนาะ
แก้กระตุกหัก
ใบนำไปคั่วประคบ
บนต้นไม้ บนก้อนหินและ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

เหม่อเต
แก้บวม
เถาต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

หม่มเกาะ

สรรพคุณ

แก้แผลอักเสบ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

เปลือกตากแห้งบดเป็นผงใส่แผล

ถิ่นที่อยู่

ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

หม่มชื่อ [ขมิ้นชัน]

สรรพคุณ

แก้เจ็บท้อง

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

เหง้านำมาทุบแล้วทา

ถิ่นที่อยู่

ป่าดิบชื้น



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

หม่มดา

สรรพคุณ

แก้เจ็บปาก เจ็บริมฝีปาก

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ใบเคี้ยวอมไว้บริเวณที่เป็นแผล

ถิ่นที่อยู่

ริมแม่น้ำ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

หม่มปีก้อ [หวายสะพายตะกร้า]

สรรพคุณ

แก้กินเห็ดพิษ, แก้ผื่นคัน

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

นำปลายหวายเผาไฟแล้วใส่น้ำ

ถิ่นที่อยู่

ในที่อากาศเย็น



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

หม่มเสาะ [ซ้อ]

สรรพคุณ

แก้บวม

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

เปลือกต้มอบ

ถิ่นที่อยู่

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

แห่มแสะนะจี [รางเจียว]
แก้อาหารเป็นพิษ
ขยี้ใบแล้วนำฟองมาทาแผล
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

แหละห้อยย [หญ้าเอ็นยัด]
แก้ร้อนใน
ใบ ตำต้นแช่น้ำดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อีอก่าโพะ [อ้อยช้าง]
แก้ร้อนใน ไหล แก้อาการ
นมคัด(รูน้่านมอุดตัน)
ใบตำพอกหัวนม
บนไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ่อมอะแจ้ [มะเดื่อ]
แก้ปวดหัว ปวดเอว เมื่อยล้า
รากต้มดื่ม ใบอบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อีะซู้
แก้อาการเป็นไข้ไม่สบายยามค่ำ คื่น
ใบ ก้าน เปลือกต้มดื่มและอาบ
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

อะผิแกว๊ะ

แก้ผัดเดือน กินผัด อาหาร

เป็นพิษ งูสวัด ผื่นคัน

ใบต้มดื่ม/ ยางและใบตำทา

ตามไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

อะพะว้อย

แก้ปวดเมื่อย

ทั้งต้น รากต้มดื่ม

บนเชิงเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

อาก้อยแจ้ [ไม้ค้ำ]

แก้โดนไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

ใบนำมาตำใส่น้ำแล้วทาแผล

ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

อาญู

รักษากระดูกหัก

ใบตำประคบ

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

อ้ายชะ [โกฏจุพาลัมพา]

แก้เลือดกำเดา สมานแผล(ลาหู่ชะ)

แก้ไข้(ลาหู่ญี)

ใบ ราก รากต้มดื่ม ใบขยี้ประคบ

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ้ากาชี้เระ [ดอกบัวตอง]
แก้ปวดเมื่อยตามตัว
ใบนำไปต้วประคบ (ห่อผ้าประคบ)
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ้าแคว้อย [กรุงเขมา]
ขับปัสสาวะ
หัวต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ้าชู [ไมยราบ]
แก้เด็กนอนดิ้นนอนไม่หลับ
ยอดอ่อนนำไปต้มอาบ
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อื้อฟูชะ
แก้อาการตามัวในวัย
ใบตากอบเป็นผง
เป่าใส่ตา
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ้าชู [หนามจาย]
แก้โดนผีเด็กนอนไม่หลับ
ใบนำไปต้มอาบ
ป่าดิบแล้ง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อำชุก้อย [คนทา]
แก่นอ่อนไม่หลับ โคนฝิป่า
ใบนำไปเผาแล้วประคบ
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อำชุก้อย [มะต้นขอ]
ก่อนใช้ยาอื่นต้องใช้ยาตัวนี้
ใบ, ต้น ต้มอบ ต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อำชุก่า
[มะเว้งต้น] ผลสีเขียว
แก้ไข้ตัวร้อน ปวดเมื่อย
ราก ต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อำทอเทาะนะซี
แก้บาดแผลสด สมานแผล
หว่านำไปทุบแช่น้ำแล้วใส่แผลสด
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อำนะกำเต, อำนะแก่ซี
รักษาโรคริม (ลาหู่ณะ)
กระตุกหัก (ลาหู่ญ)
ทั้ง 5 รากต้มดื่ม ประคบ
ป่าดงดิบ ริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ้านะแก้ง่า [เถากระทกรก]
แก้คุณไสย
ใบนำไปคั่วประคบ
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อาแน
แก้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ
รากต้มดื่ม
เขาสูง



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อาบาลาเกาะซื่อ, แล้โวเต
แก้กระดูกหัก
ใบคั่วประคบ
ริมน้ำ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ้าแบ้เกอ
แก้ผัดเดือน
ใบต้มอาบ
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ แก้ไอ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อาปู่จ้อย [ก้างปลาขาว]
ช่วยทำให้ตัวนอนออกจากแผล
วัว ควาย
รากต้มดื่ม ใบตากแห้งขยี้ให้เป็นผง
ใส่แผลวัว ควายที่เป็นหนอง
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

อาแป๊ะเต

แก้ปวดตามข้อ แก้ปวดกล้ามเนื้อ
แก้เจ็บตา

เถา-ยอดตำพอก แก้ปวดตามข้อ
และกล้ามเนื้อ ฟองที่ออกจากเถาเป่า
ใส่ตาเพื่อแก้อาการเจ็บตา

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

อ้าพะตะ [กว่าตายหางยเป็น]

แก้โดนไฟไหม้น้ำร้อนลวก

ใบ ยอดนำไปทุบใส่น้ำแล้วทา
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

อ้าพะนะ [คิงหว่า]

แก้ขัดเบา แก้ไข้ แผลในปาก

หัวต้มดื่ม สดเผาแล้วใช้พินักได้
แก้แผลในปาก

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

อ้าพะโล้ บอ้อมจ่าง]

แก้เป็นไข้ตัวร้อน

ใช้ทั้งต้นต้มดื่ม

ป่าดงดิบริมห้วย



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้

ถิ่นที่อยู่

อ้าพะว้อย [เกล็ดปลาช่อน]

แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ

รากต้มดื่ม

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ้าพะหยื่อ
แก้ร้อนในแก้เจ็บคอ
ใบชอยประคบบริเวณคอ
ตามไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ้าผี [พริก]
แก้แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก
ผลตำให้ละเอียดแล้วทา
พบได้ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ้าผีหมู [ผักเผ็ด]
แก้แผลอักเสบ
ใบขยี้พอกแผลอักเสบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อ้าผีโบ [โทองเทง]
รักษาโรคกระเพาะ
ราก ต้มดื่ม
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อี้กะก้อสู [ว่านน้า]
แก้ร้อนมือร้อนเท้า แก้อาการ
ท้องบวม อ่อนเพลีย
ทั้งต้น ต้มดื่ม
ในน้ำหรือที่ขึ้นแฉะ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อีชูป่านอย [ตอกข้าวสาร]
แก้ไข้ตัวร้อน ปวดเมื่อย
รากต้มดื่ม ใบอบ
ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อีโชะ [सानคำ]
แก้แผลตกสะเก็ด
ใบนำไปต้มอาบ
ทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อีโชะแจ๋ [सानเงิน]
แก้เป็นตุ่มน้ำหนองแก้โดน
ไฟไหม้
ใบเปลือกตำพอกทาแผล
ต้มล้างแผล
ไหล่เขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อีโชะเอ๋ [ต้นข่อย]
แก้บวม
ลำต้น ใบนำไปต้มอาบ
รินน้ำ



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อีมู่เนอะพะ
แก้อาหารเป็นพิษ
ใบ รากต้มดื่ม
ป่าดิบเขาทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้
ถิ่นที่อยู่

อีเม่น้ำเว
แก้ไข้มาลาเรีย
รากต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อู่ฟูพะ
แก้อาการตามัวในวัย
ใบตากบดเป็นผง
เป่าใส่ตา
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

อู่ฟูยาแก่
ต้น รากต้มดื่ม
ใช้หน่อ เมล็ด
ตามเขาทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ฮอพะงี้
แก้ไข้มาลาเรีย
รากต้มดื่ม
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา
สรรพคุณ
ส่วนที่ใช้/วิธีใช้
ถิ่นที่อยู่

ฮอหน้าปอ [ชายผ้า]
รักษาอาการบวม หนูอักเสบ
ใบตำพอก
ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ฮออะป้อ [ต้นกล้วย]

แก้เลือดกำเดาออกไม่หยุด

กาบกล้วยบีบเอาน้ำจากกาบ

หรือคั้นแล้วรดหัว

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้ ราก

ถิ่นที่อยู่

แฮพื่อมือ [มะกิ้ง]

แก้ปวดเมื่อย ไม่สบาย โรคตับ

เถาต้มดื่ม

ป่าดิบเขา



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

แฮส่าต่อกู่

รักษาโรคริดสีดวงทวาร แก้ท้องร่วง

รากต้มดื่ม

ป่าทั่วไป



ชื่อท้องถิ่น/ชื่อล้านนา

สรรพคุณ

ส่วนที่ใช้/วิธีใช้

ถิ่นที่อยู่

ไม่มีชื่อ

แก้ร้อนใน รักษาโรคกระเพาะ

ใบหั่นให้ละเอียดแล้วประคบ

ป่าทั่วไป

ภาคผนวก ข
รูปกิจกรรม

รูปกิจกรรม



หมอชนเผ่าละหู่เข้าร่วมพัฒนาโครงการ



สำรวจสมุนไพรชนเผ่าละหู่ บ.ห้วยชมพู่



สำรวจสมุนไพรชนเผ่าละหู่ บ.ห้วยป่าไร่



เก็บข้อมูลการดูแลรักษาสุขภาพ บ.ห้วยป่าไร่



รายงานผลงานวิจัยการแพทย์ชนเผ่าละหู่
ในงานมหกรรม 5-9 มกราคม 2550



สาธิตการดูแลรักษาสุขภาพด้วย
“พิธีกรรมสู่ขวัญ”

ในงานมหกรรม 5-9 มกราคม 2550