

การส่งเสริมสุขภาพด้านศาสตร์การแพทย์แผนไทย

แสงสิทธิ์ กฤษฏี

การแพทย์แผนไทย

การแพทย์แผนไทย ความหมาย ตามพ.ร.บ.คุ้มครองและส่งเสริม
ภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2542 หมายถึง กระบวนการทางการแพทย์
เกี่ยวกับการตรวจ วินิจฉัย บำบัด รักษาหรือป้องกันโรค หรือการส่งเสริม
ฟื้นฟูสุขภาพของมนุษย์หรือสัตว์ การผดุงครรภ์ การนวดไทย และให้
หมายความรวมถึงการเตรียมการผลิตยาแผนไทย และการประดิษฐ์อุปกรณ์
และเครื่องมือทางการแพทย์ ทั้งนี้โดยอาศัยความรู้หรือตำราที่ได้ถ่ายทอดและ
พัฒนาสืบต่อกันมา

“ตำราการแพทย์แผนไทย” หมายความว่า หลักวิชาการต่างๆ เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยทั้งที่ได้บันทึกไว้ในสมุดไทย ใบลาน ศิลาจารึก หรือวัสดุอื่นใดหรือที่มิได้มีการบันทึกไว้แต่เป็นการเรียนรู้หรือถ่ายทอดสืบต่อกันมาไม่ว่าด้วยวิธีใด

“ยาแผนไทย” หมายความว่า ยาที่ได้จากสมุนไพร โดยตรงหรือที่ได้จากการผสม ปิ้ง หรือแปรสภาพสมุนไพร และให้หมายความรวมถึง ยาแผนโบราณตามกฎหมายว่าด้วยยา

“ตำรับยาไทย” หมายความว่า สูตรซึ่งระบุกรรมวิธีการผลิตและ ส่วนประกอบสิ่งปรุงที่มียาแผนไทยรวมอยู่ด้วยไม่ว่าสิ่งปรุงนั้นจะมี รูปลักษณะใด

“สมุนไพรร” หมายความว่า พืช สัตว์ จุลชีพ ธาตุวัตถุ สารสกัด ดั้งเดิมจากพืชหรือสัตว์ที่ใช้หรือแปรสภาพหรือผสมหรือปรุงเป็นยาหรือ อาหารเพื่อการตรวจวินิจฉัย บำบัด รักษา หรือป้องกันโรคหรือส่งเสริม สุขภาพร่างกายของมนุษย์หรือสัตว์ และให้ความหมายรวมถึงถิ่นกำเนิด หรือถิ่นที่อยู่ของสิ่งดังกล่าวด้วย

หลักการดูแลสุขภาพที่ดีด้วยการแพทย์แผนไทย

- ธาตุเจ้าเรือน 4
- ฤดู 3
- ที่อยู่อาศัย 4
- กาลเวลา 3
- อายุ 3 วัย
- พฤติกรรม 8

หลักและทฤษฎีการแพทย์แผนไทย

ตามหลักทฤษฎีการแพทย์แผนไทย กล่าวว่า คนเราเกิด
มาในร่างกายประกอบด้วยธาตุทั้งสี่ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ซึ่ง
ในแต่ละคนจะมีธาตุเด่น เป็นธาตุประจำตัว เรียกว่า “ธาตุเจ้าเรือน”

ธาตุเจ้าเรือน หมายถึง องค์ประกอบของธาตุทั้ง 4 ที่รวมกันอย่างปกติแต่จะมีธาตุอย่างใดอย่างหนึ่งเด่น หรือมากกว่าธาตุอื่น ๆ ซึ่งจะเป็นบุคลิกลักษณะและอุปนิสัยติดตัวมาตั้งแต่แรกเกิด หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “ธาตุกำเนิด” ภายหลังอาจเปลี่ยนแปลงได้ เนื่องจากพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงดู และสิ่งแวดล้อม ซึ่งทฤษฎีการแพทย์แผนไทย ให้ความหมายของชีวิตว่า ชีวิตคือ ชั้นที่ 5 (อันได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ) ร่างกายประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 ได้แก่ ธาตุดิน (20 ประการ) ธาตุน้ำ (12 ประการ) ธาตุลม (6 ประการ) ธาตุไฟ (4 ประการ)

วิเคราะห์จาก วัน เดือน ปีเกิด แบบไทย

ธาตุดิน คือ คนที่เกิดเดือน 11, 12, 1

หรือ เดือนตุลาคม พฤศจิกายน ธันวาคม

ธาตุน้ำ คือ คนที่เกิดเดือน 8, 9, 10

หรือ เดือนกรกฎาคม สิงหาคม กันยายน

ธาตุลม คือ คนที่เกิดเดือน 5, 6, 7

หรือ เดือนเมษายน พฤษภาคม มิถุนายน

ธาตุไฟ คือ คนที่เกิดเดือน 2, 3, 4

หรือ เดือนมกราคม กุมภาพันธ์ มีนาคม

ภาวะธาตุ 4 เสียสมดุล

หากร่างกายเกิดภาวะเสียสมดุลของธาตุทั้ง 4 บุคคลนั้นจะมี
ปัญหาด้านสุขภาพ ทำให้เกิดการเจ็บป่วยได้ง่ายด้วยอาการที่แตกต่างกัน
ไป ขึ้นอยู่กับธาตุนั้นๆ โดยอาการเจ็บป่วยที่ปรากฏจะแสดงอาการให้เห็น
ตามธาตุต่างๆ ดังนี้

ธาตุคิน

หทัยัง หรือหทัยวัตถุ (หัวใจ) หมายถึง ความสมบูรณ์ของหัวใจการทำงาน การเต้น ความสมบูรณ์ของกล้ามเนื้อหัวใจ เป็นต้นโรคที่เกิดมักเกิดจากการทำงานของหัวใจ

อุทรียัง (อาหารใหม่) หมายถึง อาหารที่รับประทานเข้าไปใหม่ๆโรคที่เกิดมักเกิดจากการกินอาหารที่ผิดปกติเรียกว่า “กินผิด” คือกินไม่ถูกต้องกับธาตุ กินอาหารไม่สะอาด กินอาหารแสลงโรค เป็นต้น

กรีสัง (อาหารเก่า) หมายถึง กากอาหารในลำไส้ใหญ่ที่จะออกมาเป็นอุจจาระ ลักษณะหรือกลิ่นของอุจจาระเป็นตัวบ่งบอกสุขภาพอุจจาระหยาบ ละเอียด แข็ง เหลว กลิ่นเหมื่อนปลาเน่า ธาตุน้ำเป็นเหตุ กลิ่นเหมื่อนหญ้าเน่า ธาตุไฟเป็นเหตุ กลิ่นเหมื่อนข้าวบูดธาตุลมเป็นเหตุ กลิ่นเหมื่อนซากศพ ธาตุดินเป็นเหตุ เป็นต้น

ธาตุน้ำ

ศอเสมหะ หมายถึง เสมหะหรือเสม็ดที่อยู่บริเวณลำคอโรคที่เกิดมักเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจส่วนบน เมื่อกินในจมูกลำคอ หลอดลมตอนต้น เช่น มีเสมหะ ไช้หน้าส ไช้หวัด เป็นต้น

อุระเสมหะ หมายถึง เสมหะหรือเสม็ดที่อยู่บริเวณทรวงอกและช่องท้องส่วนบน ได้แก่ เสมหะ น้ำย่อยในกระเพาะอาหารโรคที่เกิดมักเกี่ยวกับทรวงอกและปอด เช่น หอบหืด หลอดลมอักเสบปอดบวม โรคกระเพาะ เป็นต้น

คฤเสมหะ หมายถึง ของเหลวที่อยู่ในช่องท้องส่วนล่างหรือระบบขับถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ โรคที่เกิดมักเกี่ยวข้องกับระบบทางเดินอาหารส่วนปลาย เมื่อกินในลำไส้ น้ำในกระเพาะปัสสาวะ เช่น ท้องเสีย บิดมูกเลือด ริดสีดวงทวาร กระเพาะปัสสาวะอักเสบปัสสาวะผิดปกติ เป็นต้น

ธาตุลม

หทัยวาตะ หมายถึง ภาวะจิตใจ โรคที่เกิดมักเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพจิตใจ อารมณ์ ความหวั่นไหวความกังวล ทำให้เกิดการแปรปรวนด้านอารมณ์ได้

สัตถกะวาตะ หมายถึง ลมในร่างกาย ที่แหลมคม เหมือนคัสตราวุธ ซึ่งเกี่ยวกับระบบประสาทต่างๆ และเส้นเลือดฝอยภาวะหัวใจขาดเลือด โรคที่เกิดมักจะเกี่ยวกับเส้นเลือดฝอยแตกตีบตัน หรือเป็นอัมพาต อากาฬปวด อากาฬชา เป็นต้น

สุนาวาตะ หมายถึง การไหลเวียนของโลหิตและระบบการทำงานของประสาท สมอง ไขสันหลัง โรคที่เกิดมักเกี่ยวกับการเจ็บหลัง การช้ำ การกระตุก ความดันโลหิต ลมจากหัวใจและหลอดเลือดใหญ่กลางลำตัว

ธาตุไฟ

พัทฺธิปัตตะ (ดีในฝัก) หมายถึง ขบวนการผลิตน้ำดีของตับโรคที่เกิดมักเกี่ยวข้องกับระบบน้ำดีภายในถุงน้ำดี ท่อน้ำดีอุดตันภาวะการผลิตน้ำดีของตับผิดปกติ ตับอักเสบเกิดอาการตัวเหลือง ตาเหลือง เกิดน้ำดีอักเสบ เป็นนิ่วเป็นต้น

อพัทฺธิปัตตะ (ดีนอกฝัก) หมายถึง ขบวนการย่อยอาหารโดยน้ำดีหรือน้ำดีในลำไส้ โรคที่เกิดมักเกี่ยวกับการทำงานของน้ำดีในลำไส้ ระบบการย่อยอาหาร อาการคือ จุกเสียดอืดเฟ้อ อาหารไม่ย่อย ดีซ่าน เหลืองทั้งตัว ถ่ายเป็นสีเขียวเป็นต้น

กำเดา หมายถึง ความร้อนที่เกิดจากขบวนการเผาผลาญการทำงานของร่างกาย โรคที่เกิดมักเกี่ยวข้องกับอาการตัวร้อนเป็นไข้ ร้อนใน ติดเชื้อ อักเสบเป็นต้น

หลักการตรวจวินิจฉัยและรักษาโรคตามทฤษฎี การแพทย์แผนไทย

1. รู้ที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค
2. รู้จักชื่อของโรคที่เกิดขึ้น
3. รู้จักสรรพคุณยาสำหรับบำบัดโรค
4. รู้จักเลือกใช้ยาตามอาการ

ธาตุสมุฏฐาน

หมายถึง ธาตุที่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิดของโรคมี 4 ประการ คือ

1. ปถวีธาตุ (ธาตุดิน)
2. อาโปธาตุ (ธาตุน้ำ)
3. วาโยธาตุ (ธาตุลม)
4. เตโชธาตุ (ธาตุไฟ)

อุตุสมุฏฐาน

หมายถึง ฤดูกาลที่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิดของโรคมี 3 ฤดู คือ

1. ฤดูร้อน
2. ฤดูฝน
3. ฤดูหนาว

อายุสมมุติฐาน

หมายถึง อายุที่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิดของโรคแบ่งเป็น 3 วัย คือ

1. ปฐมวัย (แรกเกิด-16 ปี)
2. มัชฌิมวัย (16 ปี-32 ปี)
3. บัจฉิมวัย (32 ปีขึ้นไป)

กาลสมุฏฐาน

หมายถึง เวลาที่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิดของโรคแบ่งเป็น 3 ช่วงเวลา คือ

1. 06.00-10.00 น. - 18.00-22.00 น.
2. 10.00-14.00 น. - 22.00-02.00 น.
3. 14.00-18.00 น. - 02.00-06.00 น.

ประเทศสมมุติฐาน

หมายถึงถิ่นที่อยู่อาศัยที่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค แบ่งเป็น 4 ลักษณะ คือ

1. ประเทศร้อน
2. ประเทศเย็น
3. ประเทศอุ่น
4. ประเทศหนาว

ธาตุทั้ง 4 เกิดภาวะเสียสมดุล

- **กำเริบ** หมายถึง ธาตุต่าง ๆ ทำหน้าที่มากกว่าปกติ เช่น ธาตุไฟกำเริบ ทำให้ ตัวร้อน เป็นไข้ เป็นต้น
- **หย่อน** หมายถึง ธาตุต่าง ๆ ทำหน้าที่น้อยกว่าปกติ เช่น ธาตุไฟหย่อน ทำให้อาหารไม่ย่อย ตัวเย็น เป็นต้น
- **พิการ** หมายถึง ธาตุต่าง ๆ ทำหน้าที่ได้น้อยมากหรือไม่สามารถทำหน้าที่ได้เลย เช่น ไตพิการ (ธาตุดินพิการ)

พฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุการเกิดโรค

- **อาหาร**ไม่ถูกกับธาตุ กินอาหารแสงลงกับโรค
- **ฝืนอิริยาบถ** ได้แก่ การนั่ง ยืน เดิน นอน ไม่สมดุลกัน ทำให้โครงสร้างร่างกายเสียสมดุลและเสื่อมโทรม
- **อากาศ**ไม่สะอาด อยู่ในที่ที่มีอากาศร้อนหรือเย็นเกินไป
- **การอด** ได้แก่ การอดข้าว อดนอน อดน้ำ อดหรือขาดอาหาร
- **การกลั่น** อูจจาระ ปัสสาวะ
- การทำงาน**เกินกำลัง** ทำงานมากเกินไป หรือมีกิจกรรมทางเพศมากเกินไป
- **มีความโศกเศร้า** เสียใจหรือดีใจจนเกินไป ขาดอุเบกขา
- **มีโทษ**มากเกินไป ขาดสติ

รศยา 9 รศ

- ผาด = มีฤทธิ์ทางสมาน
- เมาบื่อ = แก้พิษ
- เผ็ดร้อน = แก้โรคลมจุกเสียด
- หอมเย็น = บำรุงหัวใจ
- เบี้ยว = แก้เสมหะพิการ
- จืด = ขับปัสสาวะ
- หวาน = ชุ่มซาบไปตามเนื้อ
- ขม = แก้ในทางโลหิตและดี
- มัน = ชุ่มซาบไปตามเส้นเอ็น
- เค็ม = ชุ่มซาบไปตามผิวหนัง

