



รายงานการศึกษา เรื่อง พื้นฐานการนวดพื้นบ้าน ภาคเหนือ



กองการแพทย์พื้นบ้านไทย
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข

รายงานการศึกษา
เรื่อง

พื้นฐานการนวดพื้นบ้าน
ภาคเหนือ

กองการแพทย์พื้นบ้านไทย
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข

รายงานการศึกษา เรื่อง พื้นฐานการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ

คณะที่ปรึกษา

นายแพทย์สุเทพ วัชรปิยานันทน์	อธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
นายแพทย์ปราโมทย์ เสถียรรัตน์	รองอธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
นายแพทย์สรพongศ์ ฤทธิรักษา	รองอธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
นางสาวณีย์ กุลสมบุรณ์	ผู้อำนวยการกองการแพทย์พื้นบ้านไทย

หัวหน้าทีมผู้วิจัย

เรือดรีหญิงธิดา ขุนบุญจันทร์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
------------------------------	----------------------------------

คณะทีมผู้วิจัย

ดร.อุษา กลิ่นหอม	ผู้วิจัย/นายกสมาคมเครือข่ายหมอพื้นบ้าน
อาจารย์ดารณี อ่อนชมจันทร์	มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
นางสาวอาภากรณั์ เตชรัตน์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
นางฉันทนา กระภูฤทธิ	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
นายกฤษณะ คตสุข	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

คณะบรรณาธิการ

เรือดรีหญิงธิดา ขุนบุญจันทร์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
นายกฤษณะ คตสุข	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
นางสาวภัทร วาสนา	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
นางสาวจิราภรณ์ บุญมาก	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
นางสาวซูไมยะ เต็งสาแม	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
นางสาววิจิตรา กุกำจัด	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

ข้อมูลทางบรรณานุกรม หอสมุดแห่งชาติ

ธิดา ขุนบุญจันทร์ และคณะ, พื้นฐานการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพฯ :

โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, ๒๕๖๐.

๑๒๘ หน้า : ภาพประกอบ

๑. การนวด - - ภาคเหนือ ๒. การจัดการความรู้ - - วิจัย ๓. สมุนไพรไทย

ISBN 978-616-11-4066-3

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. ๒๕๓๗

พิมพ์ครั้งที่ ๑ กันยายน ๒๕๖๐

จำนวนพิมพ์ ๑,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย กองการแพทย์พื้นบ้านไทย กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐
โทรศัพท์ ๐ ๒๕๕๑ ๗๘๐๘

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด
๗๙ ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

คำนำ

รายงาน เรื่อง พื้นฐานการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ เป็นผลงานการวิจัยเล่มหนึ่งภายใต้โครงการศึกษาและพัฒนาภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านในการผสมผสานเข้าสู่ระบบบริการสาธารณสุขของรัฐ จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่องค์ความรู้การนวดพื้นบ้านทั้ง ๔ ภาค ให้เป็นที่รู้จักและยอมรับในวงการสาธารณสุขมากขึ้น รวมทั้งเป็นการส่งเสริมและสนับสนุนให้ภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านไทยเป็นวิชาชีพแขนงหนึ่งตามพระราชบัญญัติวิชาชีพการแพทย์แผนไทย พ.ศ. ๒๕๕๖ ว่าด้วยการนวดไทย โดยนำองค์ความรู้และภูมิปัญญาเกี่ยวกับการนวดพื้นบ้านทั้ง ๔ ภาค ซึ่งเป็นภูมิปัญญาดั้งเดิม มีกรรมวิธีในการตรวจวินิจฉัย บำบัด รักษา ส่งเสริมและฟื้นฟูสุขภาพ มาดำเนินการศึกษาวิจัยโดยจัดการความรู้และสังเคราะห์ให้เป็นรูปธรรม ผลการศึกษาที่ได้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญในการเสนอ เพื่อขอรับการพิจารณาประกอบการรับรองให้ภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านไทยเป็นวิชาชีพแขนงหนึ่งในสาขานวดไทยต่อไป

กองการแพทย์พื้นบ้านไทย ได้ดำเนินการศึกษาวิจัยในพื้นที่นำร่องทั้ง ๔ ภูมิภาค มีทีมที่ปรึกษา ๓ ท่าน ได้แก่ ๑) ดร.อุษา กลิ่นหอม ๒) อาจารย์ดารณี อ่อนชมจันทร์ ๓) อาจารย์ณัฐกิตติ์ พรบัณฑิตยัทธมา เป็นผู้เชี่ยวชาญดำเนินการศึกษาวิจัย โดยรวบรวมผลการศึกษาค้นคว้าเชิงลึกด้านองค์ความรู้การนวดของหมอพื้นบ้านการอภิปรายกลุ่ม ทั้ง ๔ ภาค และนำผลการศึกษามารวบรวมและสังเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ ทำให้ทราบถึงกระบวนการนวดแบบพื้นบ้าน การใช้สมุนไพร พิธีกรรม ข้อห้าม ข้อควรปฏิบัติ ซึ่งเป็นภูมิปัญญาดั้งเดิมของการนวดพื้นบ้านไทยที่คนในสังคมควรเรียนรู้โดยความรู้ที่ได้รวบรวมมานี้สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพของตนเองและคนในชุมชนได้ นอกจากนั้นผู้ที่มีความรู้ด้านการนวดมาแล้ว ยังสามารถนำผลการศึกษานี้ไปปรับใช้ในการพัฒนา แนวทางการนวดแก้อาการต่างๆ ได้อีกด้วย

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก เห็นความสำคัญในการศึกษาภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านไทย ๔ ภาค จึงได้จัดพิมพ์รายงานฉบับสมบูรณ์เล่มนี้ขึ้น โดยคาดหวังว่าภูมิปัญญาการนวดแบบพื้นบ้านซึ่งมีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของท้องถิ่นนั้น ๆ จะได้รับการอนุรักษ์ สืบทอดและยกย่องให้เป็นมรดกทางวัฒนธรรมสำหรับคนไทยสืบต่อไป ทั้งนี้ หากมีข้อเสนอแนะประการใดสามารถแจ้งกลับมาได้ที่ กองการแพทย์พื้นบ้านไทย หมายเลขโทรศัพท์ ๐ ๒๕๕๑ ๗๘๐๘ เพื่อการปรับปรุงแก้ไขในโอกาสต่อไป



นายแพทย์สุเทพ วชิรปยานันท์

อธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

กิตติกรรมประกาศ

รายงานผลการศึกษาเรื่อง “พื้นฐานการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ” สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ด้วยความกรุณาของท่านอธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก และผู้อำนวยการกองการแพทย์พื้นบ้านไทย ที่ให้ความสำคัญกับโครงการศึกษาและพัฒนาภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านในการผสมผสานเข้าสู่ระบบบริการสาธารณสุขของรัฐ ซึ่งโครงการนี้มีความสำคัญต่อการพัฒนาภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านเป็นอย่างยิ่ง ขอขอบคุณทีมที่ปรึกษาทุกภาค ขอขอบคุณ ดร.อุษา กลิ่นหอม และคณะ เป็นอย่างสูง ที่ได้สละเวลาอันมีค่า และเป็นกำลังสำคัญในการเก็บรวบรวมข้อมูลองค์ความรู้ของหมอนวดพื้นบ้านภาคเหนือได้ทุกมิติ ทำให้รายงานฉบับนี้สำเร็จเป็นรูปธรรม โดยเฉพาะการนำภาษาถิ่นที่เป็นวัฒนธรรมของภาคเหนือมาไว้ในรายงานฉบับนี้ได้ก็น่าสนใจ

ขอขอบคุณหมอนวดพื้นบ้านทุกท่าน ที่ได้เข้ามามีส่วนร่วมในโครงการนี้และยินดีถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจและประสบการณ์ที่สั่งสมมาเพื่อให้คณะผู้วิจัยได้นำมารวบรวม สังเคราะห์และดำเนินงานจัดพิมพ์เผยแพร่ความรู้ที่เป็นประโยชน์และเป็นวิทยาทานให้กับชนรุ่นหลังได้ต่อไป ขอขอบคุณคณะทำงาน เจ้าหน้าที่ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านของกองการแพทย์พื้นบ้านไทย ที่เข้ามามีส่วนร่วมในการทำงานโครงการนี้ คณะผู้วิจัยขอขอบคุณทุกท่านเป็นอย่างสูง รวมทั้งท่านที่ไม่ได้กล่าวนามในที่นี้ ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์และให้ความร่วมมือจนผลการศึกษาเสร็จสมบูรณ์ บุญกุศลที่ได้จากการศึกษานี้ขออุทิศให้กับผู้เป็นเจ้าของภูมิปัญญาทุกท่านที่อนุญาตให้คณะผู้วิจัยได้นำมาศึกษาและสามารถจัดพิมพ์เผยแพร่เพื่อประโยชน์ต่อบ้านเมืองและสังคมไทยต่อไป

คณะทีมผู้วิจัย

บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่องพื้นฐานการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ความรู้การนวดพื้นบ้านภาคเหนือ รูปแบบและวิธีการนวดพื้นบ้าน วิธีปฏิบัติและการดำรงความเป็นหมอพื้นบ้าน การวินิจฉัยโรคและอาการที่รักษาได้ด้วย การนวดพื้นบ้านภาคเหนือ วิธีการศึกษาเป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ กลุ่มประชากรคือ หมอนวดพื้นบ้านภาคเหนือ โดยได้กำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ ต้องเป็นหมอนวดพื้นบ้านที่มีประสบการณ์ในการนวดมากกว่า ๑๐ ปี มีจำนวนผู้ป่วยที่มารับบริการนวดมากกว่า ๑๐ รายต่อเดือน และเป็นหมอพื้นบ้านที่ชุมชนยอมรับและยังให้บริการนวดมาจนถึงปัจจุบัน ได้กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษารวมทั้งสิ้น ๑๖ คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลเป็นแนวทางการสัมภาษณ์เชิงลึกและสนทนากลุ่ม ทำการถอดองค์ความรู้จากหมอพื้นบ้านทั้ง ๑๖ คน จากนั้นจึงวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการถอดองค์ความรู้แบบเจาะลึก และนำผลการศึกษามาวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์

ผลการศึกษาพบว่า หมอพื้นบ้านล้านนามีความเชื่อและวิธีการอธิบายร่างกายของมนุษย์ตามหลักการทางพุทธศาสนา โดยเชื่อว่าร่างกายมนุษย์ประกอบไปด้วยชั้นทั้ง ๕ และธาตุทั้ง ๔ ร่างกายประกอบไปด้วยจิตซึ่งจะแตกสาขาออกมาเป็น ๓๒ ขวัญ คอยควบคุมอวัยวะต่าง ๆ ให้ทำงานอย่างเป็นปกติ มีความเชื่อและอธิบายการเจ็บป่วย จากลักษณะความแตกต่างของความเป็นมนุษย์ซึ่งมีกรรมเป็นตัวกำกับ หลักการวินิจฉัยความเจ็บป่วย ประกอบด้วย ๖ หลัก คือ ๑) ธาตุวินิจฉัย ๒) กาลหรือเวลาวินิจฉัย ๓) ฤดูกาลวินิจฉัย ๔) อายุวินิจฉัย ๕) ภูมิสำเนาวินิจฉัย ๖) กรรมวินิจฉัย เพื่อวิเคราะห์กระบวนการทำงานของธาตุทั้ง ๔ ที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับกาล/ฤดู/อายุ ซึ่งสามารถอธิบายให้เห็นความจริงของช่วงชีวิตและธรรมชาติความเป็นจริงของชีวิตตนเอง เกี่ยวโยงสัมพันธ์กับรูปแบบวิธีการรักษาโดยการนวดพื้นบ้านล้านนามีทั้งหมด ๑๘ รูปแบบ ได้แก่ ๑) การเช็ดและการแหก ๒) การย่ำขาง ๓) การตอกเส้น ๔) การเอาม่าน ๕) การบีบ ๖) การขยำ ๗) การคลึง ๘) การฮูดเส้น ๙) การตึง ๑๐) การเหยียบ ๑๑) การทุบ ๑๒) การบิดฮั่ว ๑๓) การตีก ๑๔) การจก ๑๕) การเขี่ยเส้น ๑๖) การเกาะเส้น ๑๗) การกวาซา ๑๘) การหยิกเส้นและยังมีวิธีการรักษาอื่นร่วมด้วย เช่น การฝัง (ดิน/ทราย) การแช่สมุนไพร โดยสามารถแบ่งอาการที่รักษาได้ด้วยการนวดพื้นบ้านล้านนาทั้งสิ้น ๓๕ อาการ เช่น ลมตายฝาก (อัมพฤกษ์) ลมกระด้าง (อัมพาต) ลมมะเอ็งคุด (ปวดไมเกรน) ลมสันนิบาตเข้าเส้น เอ็นเข้าเค็บ (สะบักงม) ปวดต่าง ๆ (อาการเจ็บปวด) โป่งต่าง ๆ (อาการปวด ร้อนบวม) เป็นต้น นอกจากนั้นยังมีความเชื่อเรื่องพิธีกรรมที่ใช้ร่วมกับการนวดพื้นบ้าน เช่น การดูเมื่อ ดูหมอ การดูเรื่องฤกษ์ยามดูอาการเจ็บป่วยจากสิ่งที่เหนือธรรมชาติ ทำให้รู้เรื่องราวเกี่ยวกับสาเหตุต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับญาติหรือคนในครอบครัวที่มีการเจ็บป่วย/ของหาย และมีพิธีกรรมจากการทำนายของผีย่าหม้อหนึ่ง ซึ่งเป็นวิธีการสืบถามอาการเจ็บป่วยจากโรคที่ไม่ทราบสาเหตุ วิธีการตีมน้ำมันตี่ซึ่งใช้วินิจฉัยอาการเจ็บป่วยเรื้อรังที่เป็นมานานและหาสาเหตุไม่เจอโดยเชื่อว่าสาเหตุส่วนใหญ่มาจากโรคของกรรม เป็นต้น และในการสำรวจผู้ที่มารับบริการนวดจากหมอพื้นบ้าน พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุอยู่ระหว่าง ๕๑ ถึง ๖๐ ปี มีอาชีพเกษตรกร ค่าใช้จ่ายในการรักษาส่วนใหญ่ไม่เกิน ๓๐๐ บาท ทำให้มีความพึงพอใจต่อการบริการของหมอนวดพื้นบ้านสูงมาก คิดเป็นร้อยละ ๘๔ โดยผู้ที่มาใช้บริการกับหมอพื้นบ้านส่วนใหญ่จะทราบจากญาติถึงร้อยละ ๙๒ และอาการที่มารักษามากที่สุด คือ อาการปวดข้อ

ข้อเสนอแนะ ควรมีการพัฒนาและยกระดับหมอนวดพื้นบ้านที่มีความเชี่ยวชาญการนวดแบบพื้นบ้านเป็นครูภูมิปัญญา รวมทั้งเป็นผู้ถ่ายทอดองค์ความรู้ให้เป็นที่รู้จักและสามารถนำมาบูรณาการในสถานบริการสาธารณสุขของรัฐร่วมกัน รวมทั้งการจัดทำหลักสูตรการเรียนการสอน การฝึกอบรมการนวดแบบล้านนา การศึกษาวิจัยเชิงลึกเกี่ยวกับยาตำรับต่างๆ ที่ใช้ร่วมกับการนวด/การประคบ เพื่อเป็นการอนุรักษ์และสืบทอดภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านล้านนาให้กับเยาวชนรุ่นหลังต่อไป

Abstract

A study based on indigenous massage from northern part of Thailand, The study was conducted with the objective to collect and synthesis the Thai Lanna massage. This includes the body of knowledge on types and methods of traditional massage, diagnosis, treatment procedures and way of life. The Study is a qualitative study using in-depth interviews technique and focus groups for collect of body of knowledge on traditional massage after then synthesis the data. Population is folk healers from upper northern whom expertise in Lanna massages. The criteria for selection participants: have had experience of treating patients more than 10 years, were currently treating patients, seeing more than 10 patients per month and people in communities are accept and respect them as well. We have found 16 healers who are suitable for these criteria.

The study confirms that Lanna folk healers believe and describe about human body are similar to Buddhist principles. They believe the human body consists of the five aggregates and the four elements. The body is composed of mental which branch out into 32 parts to control the organs work normally. Most of healers also explain how the illness occurs on people in difference ways, it depends on Karma each person. The diagnosis procedures consist of 6 factors which are 1) Elements, 2) Period of time, 3) Season, 4) Age, 5) Place of birth and 6) Karma. All these 6 factors are used for analyze and diagnosis together with the four elements of the body that are related to period of time, season and age which can explain the nature of realities of life span. The study also has found type of treatment procedures by Lanna folk healers can be classified into 18 forms: 1) Chet and Haek 2) Yam-Khang 3) Tok-sayn 4) Ao-maan 5) Beep 6) Kha-yam 7) Nik-nim 8) Hod-sayn 9) Deung 10) Yiap 11) Tup 12) Bit-Haow 13) Tek 14) Jor 15) Kia-sayn 16) Gor-sayn 17) Kwa-sa 18) Yik and combine with others procedures such as bury with soil or sand and bath with herbal decoction. The study of their treatments can be treated 35 symptoms, such as Lom Dtai-Fak (paresis), Lom Gra-Dang (paralysis), Lom Ma-Heng-Kut (migraine), Lom San-Ni-Bat-Kao-Sayn Sn-Kao-Khaeb (displaced shoulder blade), Pid (illness) and Pong (Inflame), etc. There are also beliefs about rituals that are used in conjunction with Lanna massage, such as to find and predict the cause of illness by fortune teller which is especially for supranational illness or unknown causes, to drink holy water to diagnosis the chronic symptoms, etc. The background interview found that most of patients were female, age between 51 to 60 years old. Most of them are agriculture. The maximum cost of treatment is not over than 300 baht. The study also found that 92% of patients know and use the services of folk healers from their relatives. 84% of the patients' satisfactions on Lanna massage treatment and the most common treatment are joint pains.

Regarding to the result of the study, the recommendations for the further development are setting up and revising curriculum in institutes on Thai Lanna massage cover in four sectors, provide documentation for the dissemination of knowledge and certificates issued by government agencies. Furthermore, the government should endorse and empower the folk healers who expertise in Lanna massages and will lead to the development models for integration of indigenous medicine in community health system.

สารบัญเรื่อง

เรื่อง	หน้า
คำนำ	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
สารบัญเรื่อง	จ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ	ซ
บทที่ ๑ บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
วัตถุประสงค์	๓
ขอบเขตการวิจัย	๓
ระยะเวลาดำเนินงาน	๓
ผลที่คาดว่าจะได้รับ	๓
บทที่ ๒ การทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
ความหมายและความเป็นมาของการนวดพื้นบ้านล้านนา	๕
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๘
กรอบแนวคิดในการศึกษา	๑๕
บทที่ ๓ วิธีการศึกษา	
ประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	๑๗
เครื่องมือการเก็บข้อมูล	๑๘
การเก็บรวบรวมข้อมูล	๑๘
การวิเคราะห์ข้อมูล	๑๙
บทที่ ๔ ผลการศึกษา	
ส่วนที่ ๑ หลักความเชื่อและวิธีการอธิบายระบบโครงสร้างมนุษย์	๒๑
ส่วนที่ ๒ การวิเคราะห์ รูปแบบ วิธีการนวดพื้นบ้านล้านนา	๓๑
ส่วนที่ ๓ การวิเคราะห์โรค อาการและกระบวนการรักษาของหมอนวดพื้นบ้านล้านนา	๔๑
ส่วนที่ ๔ พิธีกรรมที่ใช้ร่วมกับการนวดพื้นบ้านล้านนา	๖๓
ส่วนที่ ๕ การวิเคราะห์สมุนไพรที่ใช้ร่วมกับการนวด	๗๑

เรื่อง	หน้า
บทที่ ๕ สรุปอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการศึกษา	๘๙
อภิปรายผล	๙๐
ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย	๙๑
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	๙๒
เอกสารอ้างอิง	๙๓
อภิธานศัพท์	๙๕
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก หนังสือยินยอมให้บันทึกข้อมูลภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านด้านการนวด	๑๐๔
ภาคผนวก ข หนังสือแสดงการยินยอมในการรักษา	๑๐๕
ภาคผนวก ค แบบบันทึกการนวดรักษาแบบพื้นบ้าน	๑๐๖
ภาคผนวก ง รายชื่อหมอนวดพื้นบ้านล้านนา	๑๐๗
ภาคผนวก จ ภาพกิจกรรมการดำเนินงาน	๑๐๘
ภาคผนวก ฉ มาตรฐานการนวดแบบพื้นบ้าน	๑๐๙
ภาคผนวก ช กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการนวดพื้นบ้าน	๑๑๒

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
๔.๑	แสดงการทำงานของธาตุทั้ง ๔ ที่สัมพันธ์กับกาล/ฤดูกาล/อายุ	๒๕
๔.๒	โรค อาการและวิธีการรักษาตามภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้านภาคเหนือ	๔๒
๔.๓	ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยที่เข้ามารับบริการจากหมอพื้นบ้าน	๖๙
๔.๔	ตำรับยาสมุนไพรที่ใช้ประกอบการรักษาด้วยการนวดแบบล้านนา	๗๑
๔.๕	รายชื่อสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาร่วมกับการนวดพื้นบ้าน	๗๙

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
๒.๑ ตัวอย่างอักษรล้านนา	๖
๒.๒ กรอบแนวคิดในการศึกษาเรื่องพื้นฐานการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ	๑๕
๓.๑ แสดงขั้นตอนในการดำเนินงาน	๑๙
๔.๑ บริเวณจุดที่สำคัญของส่วนบนของร่างกายทางด้านหน้า	๒๗
๔.๒ จุดและเส้นที่สำคัญของร่างกายทางด้านหน้า	๒๘
๔.๓ จุดและเส้นที่สำคัญของร่างกายทางด้านหลัง	๒๙
๔.๔ การเช็ดและการแทรก	๓๑
๔.๕ การย่ำขา	๓๒
๔.๖ การตอกเส้น	๓๒
๔.๗ การเอาม่าน (ดัด ดึง)	๓๓
๔.๘ การบีบ	๓๓
๔.๙ การขยำ	๓๔
๔.๑๐ การนวดนูน (การคลึง)	๓๔
๔.๑๑ การฮูดเส้น (รีดเส้น)	๓๕
๔.๑๒ การดึง	๓๕
๔.๑๓ การเหยียบ	๓๖
๔.๑๔ การทุบและการสับ	๓๖
๔.๑๕ การบิดฮ้าว (การบิด)	๓๗
๔.๑๖ การตีก (การกด)	๓๗
๔.๑๗ การจก (ล้วง)	๓๘
๔.๑๘ การแช่สมุนไพร	๓๘
๔.๑๙ การฝัง (ดิน/ทราย)	๓๙
๔.๒๐ การกวาดหรือการขูดพิษ	๓๙

ภาพที่		หน้า
๔.๒๑	การหุ้มหรือการหยิก	๔๐
๔.๒๒	การแกะเส้น	๔๐
๔.๒๓	การแกะเส้น (การเปียเส้น)	๔๑
๔.๒๔	การนวดแก้ลมกระด้าง (อัมพาต)	๔๕
๔.๒๕	การนวดรักษาอาการกอนลงฟักหรือวูบไม่ชนหรือมะเขือเผา (นกเขาไม่ขัน)	๔๖
๔.๒๖	การนวดแก้ชากรรไกรค้ำ	๔๖
๔.๒๗	การนวดแก้เกี้ยว (ตะคริว)	๔๗
๔.๒๘	การนวดแก้อาการขางชะยื้อ (หืดหอบ ถูกลมโป่งพอง)	๔๘
๔.๒๙	การนวดครีวท้องลง (มดลูกลง มดลูกหย่อน ไล่เลื่อน)	๔๙
๔.๓๐	การนวดแก้อาการท้องผูก	๕๐
๔.๓๑	การนวดแก้紐ซี่กัน	๕๐
๔.๓๒	การนวดแก้紐ลือก ข้อศอกลือก หัวไหล่ลือก	๕๑
๔.๓๓	การนวดแก้อาการปวดหลัง ปวดเอว	๕๒
๔.๓๔	การนวดแก้อาการปวดเหงือก	๕๓
๔.๓๕	การนวดแก้มะโหกกันปูด (ริดสีดวงทวาร)	๕๓
๔.๓๖	การนวดแก้ลมตายฝาก (อัมพฤกษ์)	๕๔
๔.๓๗	การนวดแก้ลมท้องเต้น	๕๕
๔.๓๘	การนวดแก้ลมมะเอ็งคุด ออกหัวออกตา (ปวดไมเกรน)	๕๖
๔.๓๙	การนวดแก้ลมสันนิบาตเข้าเส้น	๕๗
๔.๔๐	การนวดแก้อาการเหน็บชา	๕๘
๔.๔๑	การนวดแก้อาการไหล่หลุด หัวไหล่หลุด (ไหล่หลุด)	๕๙
๔.๔๒	การนวดแก้เอ็นเข้าแค็บ (สะบ้าจม)	๕๙
๔.๔๓	การนวดรักษาเอ็นเข้าตะกามบ่อง (เอ็นเข้าสะโพก)	๖๐
๔.๔๔	การนวดแก้เอ็นเข้าเปี้ยง (สีข้าง)	๖๑
๔.๔๕	พิธีกรรมเมื่อฝิยาหมอนิ่ง	๖๕

บทที่ ๑

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การนวดพื้นบ้านมีปรากฏในทุกภูมิภาคของประเทศไทย ซึ่งในแต่ละภูมิภาคต่างมีวิธีการนวดเพื่อบำบัดอาการปวดเมื่อยที่เป็นแบบฉบับของตนเอง เช่น ภาคเหนือมีการย่ำขาг ตอกเส้น การเอาเอ็น เอาม่าน (ดัดดึง) ภาคอีสานมีการจับเส้น การขีดเส้น เป็นต้น

การนวดพื้นบ้านล้านนาเป็นภูมิปัญญาพื้นบ้านที่มีความหลากหลายรูปแบบ ซึ่งสอดคล้องกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมในแต่ละกลุ่มชาติพันธุ์ หมอนวดพื้นบ้านทางภาคเหนือ เรียกว่า หมอเอาเอ็นหรือหมอนวดเอ็น จึงเรียกรวมกันว่า หมอเอาเส้นเอาเอ็น หมอนวดเหล่านี้ต้องมืงค์ความรู้ที่ได้รับการสืบทอดมาและมีความเชี่ยวชาญเป็นที่ยอมรับนับถือจากคนทั้งในและนอกชุมชน การนวดพื้นบ้านล้านนา มีกระบวนการเรียนรู้มาจากหลายทาง ได้แก่ การสืบทอดจากบรรพบุรุษ การบวชเรียน ผู้รู้ในชุมชนและการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างหมอนวดด้วยกันเอง เป็นการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติ การติดตามครูหมอไปรักษาผู้ป่วยในชุมชนเป็นระยะเวลายาวนานจนเชี่ยวชาญ

การนวดพื้นบ้านล้านนามีอัตลักษณ์ที่เป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่สืบทอดมาเป็นเวลาช้านาน แต่เนื่องจากองค์ความรู้เหล่านี้ขาดการบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร ทำให้การถ่ายทอดและการสืบค้นข้อมูลเป็นไปได้ยาก ส่วนใหญ่จะมุ่งเน้นการศึกษาในด้านเทคนิควิธีการนวดเพียงอย่างเดียวโดยขาดการศึกษาบริบทต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

หมอพื้นบ้านล้านนาอธิบายการเจ็บป่วยของมนุษย์ ด้วยหลักความสมดุลของธาตุในร่างกายที่ประกอบด้วย ธัญทั้ง ๕ และธาตุทั้ง ๔ เช่นเดียวกับการอธิบายของการแพทย์แผนไทย เนื่องจากมีพื้นฐานที่มาขององค์ความรู้คือ หลักพระไตรปิฎกในพุทธศาสนาเช่นเดียวกัน^๑ หมอพื้นบ้านล้านนา ได้อธิบายถึงระบบสรีระร่างกายของมนุษย์ไว้ว่า มนุษย์เราประกอบไปด้วย ๒ ส่วน ได้แก่ (๑) ธัญทั้ง ๕ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ (๒) ธาตุทั้ง ๔ ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ประกอบเป็นมนุษย์ขึ้นมา เมื่อร่างกายเราแตกดับไปก็จะกลับสู่ธรรมชาติ โดยเริ่มตั้งแต่การจุติลงมาเป็นมนุษย์ได้ว่า จิตเริ่มต้นไม่ว่าภพไหนชาติไหนจะเป็นตัวกำหนดคุณลักษณะความแตกต่างของมนุษย์แต่ละคน ซึ่งจะมีกรรมเป็นตัวกำกับมาด้วยเสมอ เมื่อเริ่มมีการปฏิสนธิระหว่างธาตุเพศชาย (ธาตุดิน) กับธาตุเพศหญิง (ธาตุน้ำ) ขึ้นในครรภ์มารดา ก็จะก่อตัวเป็นรูปร่าง เป็นอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย หรืออาการ ๓๒ ขึ้นมา ประกอบด้วย ๔ ธาตุ ได้แก่ (๑) ธาตุดิน (ปถวิธาตุ) มี ๒๐ ดวง (๒) ธาตุน้ำ (อาโปธาตุ) มี ๑๒ ดวง (๓)

^๑ จากการสัมภาษณ์เชิงลึกและการสนทนากลุ่มหมอพื้นบ้านล้านนาในจังหวัดเชียงราย เชียงใหม่ พะเยา และน่าน ต่างอ้างถึงแหล่งที่มาความรู้ของตนว่ามาจากพระไตรปิฎกที่ได้เรียนรู้จากการบวชเรียนและการสืบทอดจากบรรพบุรุษ ครูอาจารย์ และมีการเปิดตำราที่จารึกมาจากพระไตรปิฎกมาเป็นหลักฐานยืนยันที่มาของความรู้



ธาตุลม (วาโยธาตุ) ๗ ดวง และ (๔) ธาตุไฟ (เตโชธาตุ) ๖ ดวง นอกจากนี้ร่างกายมนุษย์นอกจากจะประกอบได้ด้วยจิต โดยจิตเดิมจะแตกสาขาออกมาปรุงเป็นขันธ์ ๓๒ ขันธ์ คอยควบคุมและบัญชาการอวัยวะ ซึ่งมีธาตุดิน (ปฐวีธาตุ) ๒๐ และ ธาตุน้ำ (อาโปธาตุ) จำนวน ๑๒ เป็นส่วนประกอบ ทำให้เกิดตัวตน ซึ่งก็ยังไม่มีความสามารถในการขับเคลื่อน ตัวตน และขาดพลังแห่งชีวิต หากปราศจากธาตุลม (วาโยธาตุ) ทำให้มีชีวิต และธาตุไฟ (เตโชธาตุ) ๖ ทำให้มีพลัง อีกทั้งยังเชื่อมโยงอยู่กับจิตอย่างใกล้ชิดเช่นเดียวกับธาตุดินและธาตุน้ำ นอกจากนี้คนเมือง (ชาวล้านนา) ยังเชื่อว่าที่เป็นรูปร่างอย่างที่เราเห็นกันได้ เนื่องจากในร่างกายมนุษย์ยังต้องประกอบไปด้วย “ธาตุพระเจ้า หรือ อากาศธาตุ” ซึ่งหมายถึง ช่องว่างภายใน (กลวง) ร่างกายของมนุษย์มีที่เชื่อมต่อกับทวารทั้ง ๑๐ ประกอบด้วย หู ๒ จมูก ๒ ตา ๒ ปาก ๑ ทวารหนัก ๑ ทวารเบา ๑ แต่สำหรับหญิงเพิ่มช่องคลอดอีกหนึ่ง จึงรวมเป็น ๑๐ ที่ชาวล้านนาเรียกธาตุอากาศว่า “ธาตุพระเจ้า” เนื่องจากคำสอนทางพุทธศาสนาที่กล่าวถึง “อานาปานสติ” ซึ่งเป็นธรรมะที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้โดยสังเกตลมหายใจเข้า-ออกจนมีสติ และก่อให้เกิดปัญญา กอปรกับถ้าไม่มีช่องว่างเหล่านี้ธาตุลมก็จะไม่สามารถเข้าสู่ร่างกายได้ ดังนั้น ธาตุอากาศ (อากาศธาตุ) จึงถือว่าเป็นสิ่งสูงสุดของความเป็นมนุษย์ หรือการมีชีวิตอยู่ การมีลมหายใจ ถ้าองค์พหุทั้งหมดครบถ้วนก็จะทำให้มนุษย์มีชีวิตที่สมบูรณ์ มีความสุข มีสุขภาพดี แต่ถ้าสิ่งเหล่านี้ไม่สมบูรณ์ก็เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรค หรือความไม่สบายได้ หากธาตุหย่อน/พิการก็อาจทำให้ขันธ์ที่อยู่ประจำแต่ละรูป/องค์กระทบกระเทือน ทำให้ขันธ์เสีย ขันธ์หาย ขันธ์อ่อน ซึ่งจะเป็นเหตุให้เกิดการเจ็บป่วยได้

สุดท้ายแล้วมนุษย์ต้องเข้าใจในธรรมชาติของชีวิตของตนเองว่า ธรรมดา จิตตะ อุตตะ และอาหาร ซึ่งอธิบาย ความเจ็บป่วยไว้ว่า ยาก็หายป่วยก็หาย คือ บางโรคทานยากก็หายหรือไม่ต้องทานยากก็หายได้ บ่อยาจำตาย คือ ถ้าไม่รักษาตายแน่นอน ยาก็ตายป่วยก็ตาย คือ รักษาก็หลีกเลี่ยงความตายไม่ได้ หรือไม่รักษาก็ตายได้ ดังนั้น มนุษย์เราต้องเข้าใจกฎของความตั้งอยู่ ดับไป ทุกคนหนีไม่พ้นเรื่อง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วเราจะเข้าใจชีวิต มากขึ้น

ด้วยแนวคิดที่ว่า การนวดพื้นบ้านเป็นรูปแบบหนึ่งของวิธีการรักษาที่ชาวบ้านใช้บรรเทาอาการปวดเมื่อย เป็นภูมิปัญญาที่ได้รับการสืบทอดจากบรรพบุรุษ มีบทบาทในการแก้ไขปัญหาสุขภาพของคนในท้องถิ่นที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมชุมชนมาเป็นเวลาช้านาน แต่ยังคงขาดการศึกษาและอธิบายให้เข้าใจกันอย่างเป็นระบบตามแบบอย่างการศึกษาในปัจจุบัน/เชิงวิทยาศาสตร์ และยังคงขาดการจดบันทึกอย่างเป็นระบบ ซึ่งองค์ความรู้เรื่องการนวดพื้นบ้านส่วนใหญ่จะอยู่ที่ตัวบุคคล มีตำรับตำราปรากฏเป็นส่วนน้อย ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำการศึกษา รวบรวมองค์ความรู้เรื่องการนวดพื้นบ้านเพื่อจัดทำเป็นตำรานวดพื้นบ้าน และนำไปสู่การวางแผน ฟื้นฟูและการถ่ายทอดที่เป็นระบบของการนวดพื้นบ้านไทย เพื่อให้สอดคล้องกับพระราชบัญญัติวิชาชีพการแพทย์แผนไทย พ.ศ. ๒๕๕๖



วัตถุประสงค์

๑. เพื่อศึกษาองค์ความรู้การนวดของหมอนพื้นบ้านล้านนาตามหลักความเชื่อและวิถีการปฏิบัติในการดำรงความเป็นหมอนวดพื้นบ้านล้านนา
๒. เพื่อศึกษารูปแบบวิธีการนวดพื้นบ้านล้านนา โรคและอาการที่รักษาได้ด้วยการนวดพื้นบ้านล้านนา แนวทางในการฟื้นฟูและสืบทอดภูมิปัญญาของหมอนวดพื้นบ้านล้านนา
๓. เพื่อศึกษาสมุนไพรที่ใช้ร่วมกับการรักษา พิธีกรรม/ความเชื่อในการดูแลสุขภาพในชุมชนของหมอนวดพื้นบ้านล้านนา

ขอบเขตการวิจัย

๑. ศึกษาในเขตภาคเหนือ โดยมีพื้นที่ที่ศึกษาเจาะลึก ใน ๔ จังหวัด คือ เชียงราย พะเยา เชียงใหม่และลำปาง มีจำนวนหมอนวดที่ถ่ายทอดองค์ความรู้จำนวน ๑๖ คน
๒. ศึกษาวิถีการปฏิบัติในการดำรงความเป็นหมอนวดพื้นบ้านล้านนา โดยศึกษาในประเด็นเรื่องกระบวนการรักษา การวิเคราะห์ปัญหา การวินิจฉัยโรคและการนวดแบบพื้นบ้านที่ส่งผลต่อการผ่อนคลายของระบบกล้ามเนื้อ

ระยะเวลาดำเนินงาน

ระหว่างวันที่ ๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๖ ถึง วันที่ ๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๗

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผลการศึกษาจะเป็นข้อมูลเบื้องต้น ประกอบการตัดสินใจของผู้บริหารในการกำหนดทิศทางการพัฒนาการนวดพื้นบ้านภาคเหนือให้เป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพของคนในชุมชน
๒. เป็นข้อมูลในการจัดทำตำรานวดพื้นบ้านเพื่อใช้เป็นเอกสารประกอบการอบรมเสริมความรู้ให้แพทย์แผนไทยในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
๓. สามารถพัฒนาการนวดแบบพื้นบ้านให้เป็นวิชาชีพแขนงหนึ่งของการนวดเพื่อให้สอดคล้องกับ พ.ร.บ.วิชาชีพการแพทย์แผนไทย พ.ศ. ๒๕๕๖



บทที่ ๒

การทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง



จากการศึกษาการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ ได้มีการทบทวนเอกสาร โดยมีรายละเอียด ดังนี้

๑) ความหมายและความเป็นมาของการนวดพื้นบ้านล้านนา

๑.๑ ความหมายการนวดพื้นบ้าน

๑.๒ ความหมายการนวดพื้นบ้านล้านนา

๑.๓ ความเป็นมาเรื่องการนวดล้านนา

๒) งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๓) กรอบแนวคิดในการศึกษา

ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

๑) ความหมายและความเป็นมาของการนวดพื้นบ้านล้านนา

๑.๑ ความหมายการนวดพื้นบ้าน

ความหมายของการนวดพื้นบ้าน หมายถึง การใช้แรงสัมผัสต่อร่างกาย โดยใช้มือหรือศอก/เครื่องมือต่าง ๆ หรือสมุนไพร ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อบรรเทาความไม่สบายของร่างกายและจิตใจ วิธีการ/เทคนิคการนวดเป็นภูมิปัญญาที่เกิดขึ้นภายในชุมชนและมีการถ่ายทอดสืบต่อกันมา

๑.๒ ความหมายการนวดพื้นบ้านล้านนา

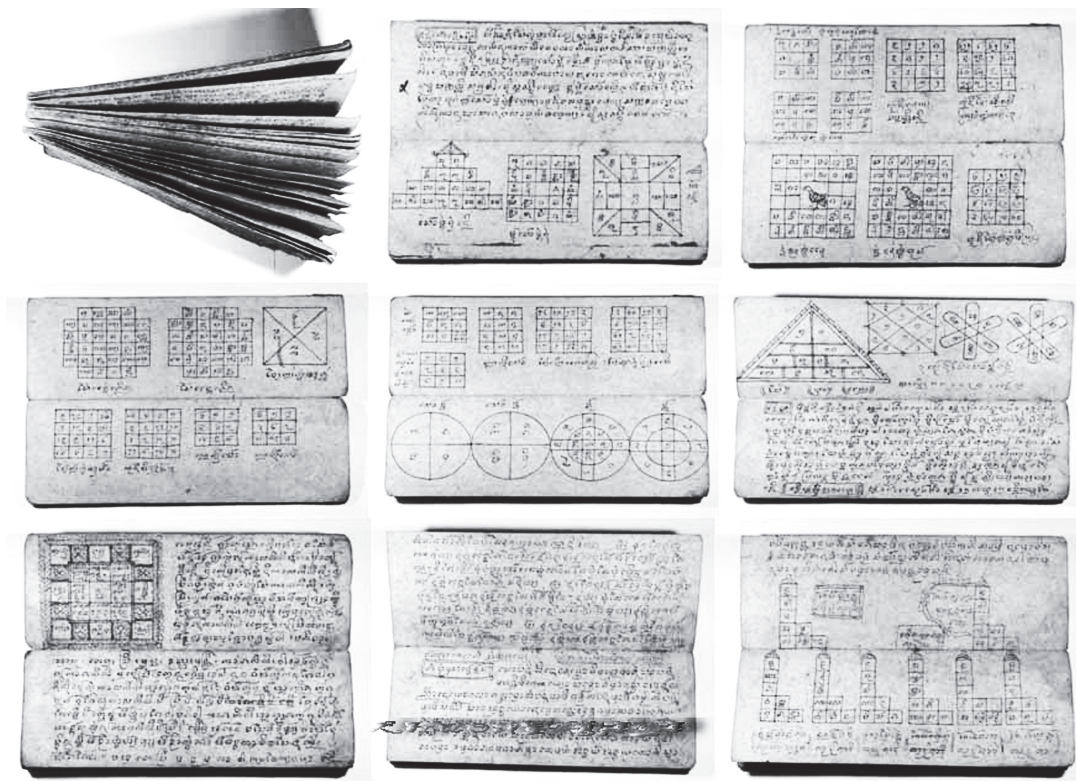
ความหมายของการนวดพื้นบ้านล้านนา หมายถึง การใช้มือ เท้า ศอก เข่า ในการกด บีบ เขี่ย จก จิก โยก ดัดดึง คลึงซัก หรือใช้อุปกรณ์เครื่องมือต่าง ๆ เช่น ย่าขาง ตอกเส้น ชูดชา (ไทยใหญ่) และเช็ดແກ เพื่อให้ บรรเทาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น กระดูก ตามร่างกาย โดยใช้เทคนิควิธีการนวดซึ่งเป็นภูมิปัญญาที่ได้รับการสืบทอดต่อ ๆ กันมาและได้รับการยอมรับจากชุมชน

๑.๓ ความเป็นมาเรื่องการนวดพื้นบ้านล้านนา

ล้านนา หมายถึง ดินแดนที่มีที่นามากมาย ประมาณนับได้เป็นจำนวนล้าน เป็นคำคู่กับล้านช้าง คือดินแดนที่มีช้างนับล้านตัว ล้านนาเริ่มใช้ตั้งแต่สมัยพญามังราย ดินแดนในแถบลุ่มน้ำกก คือ เชียงรายและเชียงแสน เรียกว่า แคว้นโยน (โยนก) หรือโยนรัฐ ส่วนดินแดนลุ่มน้ำปิง คือ เมืองลำพูน เชียงใหม่ เรียกว่าแคว้นพิงค์ หรือเมืองปิง เกิดเมื่อพญามังรายรวมดินแดนสองแคว้นใหญ่ดังกล่าวเข้าไว้ด้วยกันเรียกว่า “อาณาจักร”



อาณาเขตของรัฐล้านนาโบราณไม่มีเขตแดนแน่นอน เมื่ออาณาจักรรุ่งเรืองก็ขยายอำนาจออกไปอย่างกว้างขวาง ประมาณอย่างคร่าว ๆ ได้ว่า ดินแดนล้านนามีอาณาเขตทางทิศใต้จรดกับอาณาจักรสุโขทัย ติดต่อกับเมืองตาก (อำเภอบ้านตาก) ทิศตะวันตกจรดแม่น้ำสาละวิน ติดต่อกับรัฐฉาน ทิศตะวันออกจรดแม่น้ำโขง ติดต่อกับอาณาจักรล้านช้าง ทิศเหนือจรดเมืองเชียงรุ่ง บริเวณรอยต่อพม่า ลาวและญวน มีบ้านเมืองเล็ก ๆ อีกมากมาย เช่น เชียงตุง เชียงรุ่ง เชียงแขง เมืองยอง เมืองปุ เมืองสด เมืองนาย เป็นต้น เมื่อถึงยุคเล่าอาณานิคมของมหาอำนาจตะวันตกเมืองชายแดนดังกล่าวได้ถูกแบ่งแยกเป็นของประเทศพม่า จีนและลาว ซึ่งเท่ากับดินแดนล้านนาบางส่วนอยู่ในประเทศไทยในเขตภาคเหนือประกอบด้วย เชียงใหม่ ลำพูน ลำปาง เชียงราย พะเยา แพร่ น่าน และแม่ฮ่องสอน ซึ่งมีอายุกว่า ๗๐๐ ปี (สวัสดิ อ่องสกุล. ๒๕๕๓ : ๒๕-๒๗)



ภาพ ๒.๑ ตัวอย่างอักษรล้านนา (ที่มาของภาพ <http://www.pralanna.com>)

จากประวัติศาสตร์ล้านนากล่าวได้ว่า การแพทย์พื้นบ้านล้านนาในอดีตได้รับอิทธิพลจาก อินเดีย จีน รัฐฉาน พม่า ลาว ขอม และมอญ ผ่านมาทางการเผยแพร่ศาสนา เห็นได้จากการบันทึกในหนังสือพับสา (คัมภีร์โบราณ) ซึ่งเป็นอีกทางหนึ่งในการศึกษาที่มาที่ไปของการแพทย์พื้นบ้านล้านนา โดยภูมิปัญญาเหล่านี้มีการจารหรือจารึกในรูปอักษรธรรมล้านนาหรือตัวเมือง อักษรธรรมล้านนากำเนิดจากอักษรมอญโบราณซึ่งมีความสำคัญต่อศาสนาทางภาคเหนือ ดังนั้นความรู้ต่าง ๆ มีจุดเริ่มต้นมาจากวัดซึ่งมีการจารึกความรู้ไว้ในคัมภีร์มากมายที่ไม่ใช่แค่คำสอนทางศาสนาเท่านั้น เช่น ตำรายา โหราศาสตร์ พิธีกรรม นิทานพื้นบ้าน เป็นต้น ซึ่งต่อมาได้มีการปรับปรุงประยุกต์องค์ความรู้ให้สอดคล้องกับวิถีชีวิต วัฒนธรรมท้องถิ่นของตนเอง

การนวดพื้นบ้านล้านนายังไม่ปรากฏเป็นตำราที่เป็นลายลักษณ์อักษรส่วนใหญ่นี้อาจจะแทรกอยู่ในพระไตรปิฎก บางส่วนได้มาจากตำราซึ่งได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ ได้แก่ ตำรา กายะ วิบังกะ ซึ่งอยู่ในวินัยสูตรของประเทศรัฐฉาน (หมอประเดิม ส่างเสน : สัมภาษณ์ ๒๕๕๖) มีรากมาจากพุทธศาสนาที่ได้บันทึกไว้



ในพระไตรปิฎก นอกจากนี่ยังพบว่ามีตำราตอกเส้น (หมอสำราญ มาฟู: สัมภาษณ์ ๒๕๕๖) และตำราย่ำขา (หมอประเดิม ส่างเสน : สัมภาษณ์ ๒๕๕๖) ดังนั้นในการศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งเน้นในกระบวนการเจาะลึกองค์ความรู้จากบุคคลเป็นหลัก เนื่องจากมีเอกสาร ตำรับ ตำราที่จะใช้อ้างอิงมีน้อยมาก

การนวดพื้นบ้านล้านนาถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของภูมิปัญญาพื้นบ้านในการดูแลสุขภาพ เมื่อมีอาการปวดเมื่อยเส้นเอ็นตึง เคล็ดขัดยอกตามร่างกาย เคลื่อนไหวไม่สะดวก หรือประสบอุบัติเหตุ สืบเนื่องจากทำงานหนักเนื่องจากอาชีพส่วนใหญ่ของประชาชนในประเทศไทยคือ เกษตรกร คนโบราณได้เรียนรู้และสั่งสมภูมิปัญญาด้านการนวดผ่านการสังเกต จดจำ การลองผิดลองถูก และการทดลองทำซ้ำ ๆ จนกระทั่งเกิดเป็นประสบการณ์ ความเชี่ยวชาญ เกิดการเรียนรู้ที่สั่งสมในตัวบุคคลจนสามารถรักษาอาการเจ็บป่วยได้และได้มีการสืบทอดชุดองค์ความรู้ดังกล่าวต่อๆ กันมาจากรุ่นสู่รุ่น การให้การดูแลรักษาเริ่มต้นจากคนในครอบครัว กลุ่มเครือญาติ เพื่อนบ้าน จนเป็นที่ยอมรับมากขึ้นและพัฒนากลายเป็นศาสตร์แขนงหนึ่งที่มีบทบาทในการรักษาอาการเจ็บป่วยให้กับคนในชุมชน มีการสืบทอดกันในครอบครัวซึ่งถือว่าแต่ละคนก็มีเคล็ดลับและเทคนิควิธีการนวดที่แตกต่างกันไป ดังนั้นผู้สืบทอดความเป็นหมอพื้นบ้านส่วนใหญ่จะพบว่าเป็นการสืบทอดจากบรรพบุรุษ

นอกจากนี่ยังพบว่า วัดเป็นแหล่งเรียนรู้ที่สำคัญมากของหมอพื้นบ้านในอดีต การได้บวชเรียนทำให้ได้มีโอกาสศึกษาต่อ ซึ่งเป็นโอกาสให้คนที่สนใจได้เรียนรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้านอีกทางหนึ่ง โดยมีโอกาสอ่านตำรับตำรา คัมภีร์ต่างๆ ดังนั้นจะพบว่าหมอพื้นบ้านจะเป็นบุคคลที่มีคุณธรรม จริยธรรม และใช้ความรู้ความสามารถที่ได้รับถ่ายทอดมาดูแลสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม การรักษาแบบพื้นบ้านล้านนาไม่ได้ใช้ความรู้ประเภทใดประเภทหนึ่งโดยเฉพาะ แต่จะใช้ร่วมกัน อาทิ การนวดต้องใช้ทั้งยาสมุนไพรยังรวมไปถึงพิธีกรรมต่างๆ รวมด้วยเป็นกระบวนการรักษาทั้งทางร่างกายและจิตใจ ชาวล้านนามีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับธรรมชาติและสิ่งเหนือธรรมชาติ ซึ่งได้หลอมรวมเป็นแนวคิดในการดูแลสุขภาพแบบพื้นบ้าน สังคมวัฒนธรรมของชาวล้านนามีความเชื่อดั้งเดิมในเรื่องของ “ผี” ผีเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ซึ่งให้ทั้งคุณและโทษ อาทิ ผีป่อย่า ผีเสื้อบ้าน ผีขุนน้ำ และผีป่าผีเขา ความเชื่อเรื่อง “จิต” จิตคือข้อห้ามในล้านนา หมายถึง เสนียด จัญไร อัปมงคล การกระทำที่ละเมิดต่อผีและจิต (ข้อห้าม) จะทำให้เกิดอุปัทวขึ้น อาทิ เจ็บป่วย ถ้าหากไม่รีบแก้ไขหรือกระทำการรักษาที่ถูกต้องถูกวิธีก็จะทำให้อาการเจ็บป่วยเพิ่มมากขึ้นหรืออาจจะต้องเสียชีวิต ซึ่งแนวคิดดังกล่าวจะสัมพันธ์กับกระบวนการวินิจฉัยและการรักษา ซึ่งกล่าวได้ว่าหมอพื้นบ้านล้านนามีอัตลักษณ์ในการดูแลสุขภาพทั้งกาย จิตใจและสังคม

สรุปคือ การที่จะเป็นหมอนวดพื้นบ้านส่วนใหญ่มาจากการฝึกปฏิบัติมากกว่าการศึกษาจากสถาบันที่มีการเปิดสอนแบบเป็นระบบ ดังนั้นการเป็นหมอนวดพื้นบ้านที่ดี จะต้องมีความใฝ่รู้ หมั่นศึกษาหาความรู้อยู่เสมอเพื่อเป็นการพัฒนาตนเอง ไม่โอ้อวด ไม่ถือตัว มีจิตใจเมตตาช่วยเหลือคน วิธีการเป็นหมอพื้นบ้านจึงมิได้เกิดจากความรู้ที่ได้รับการถ่ายทอดมาเพียงอย่างเดียว แต่ยังขึ้นอยู่กับบุญบารมีที่สั่งสมมา การได้พบครูบาอาจารย์ที่มีวิชาความรู้ และรู้ว่าจะเอาความรู้นั้นไปทำประโยชน์ให้กับผู้คนอย่างไร รวมทั้งยังขึ้นอยู่กับการปฏิบัติตนเมื่ออยู่ในชุมชนด้วย หมอพื้นบ้านส่วนใหญ่มักเป็นแบบอย่างด้านคุณธรรมและจริยธรรมที่ทำให้คนที่มาพึ่งพาขอความช่วยเหลือเกิดความเลื่อมใสศรัทธา “อยากมาฝากผีฝากไข้” ด้วย



๒) งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

รุจิราภ อรรถสิทธิฐ (๒๕๓๕) ศึกษาเรื่อง “การปรับตัวของการนวดพื้นบ้านในสังคมชนบท” พบว่าส่วนใหญ่การเป็นหมอนวดพื้นบ้านเกิดจากใจรักทำให้เกิดการแสวงหาครูเพื่อเรียนรู้จากครู จากนั้นจึงมาทำการฝึกฝนด้วยตนเองจนเกิดความชำนาญ

สุทิดา ปลื้มปิติวิริยะเวช และเสาวภา พรสิริพงษ์ (๒๕๔๓) ศึกษาเรื่อง “การนวดพื้นบ้านอีสานในเชิงกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ความรู้ เทคนิค วิธีการนวดและอาการที่สามารถรักษาด้วยการนวดพื้นบ้านอีสาน ศึกษาเปรียบเทียบคำเรียก อาการต่าง ๆ ในมุมมองของหมอนวดพื้นบ้านกับชื่อทางการแพทย์ ข้อควรระวังในการนวด โดยอาศัยการสังเกตอย่างมีส่วนร่วม การฝึกปฏิบัติ การนวด การสัมภาษณ์ผู้มารับบริการนวดรวมทั้งญาติของผู้มารับบริการและคนในหมู่บ้านของหมอนวดพื้นบ้านทั้งสองราย โดยใช้เวลาศึกษารวม ๔ เดือน ระหว่างเดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๔๐ ถึงมีนาคม พ.ศ. ๒๕๔๑ พบว่า

๑. การนวดพื้นบ้านอีสานยังคงดำรงอยู่ได้ภายใต้บริบทของชุมชน
๒. หมอนวดพื้นบ้านและผู้มารับบริการมีโลกทัศน์และความเชื่อเกี่ยวกับร่างกายตรงกัน ผู้มารับบริการมีความเชื่อในเรื่อง “เส้น” ว่ามีความผิดปกติ ต้องมานวด ซึ่งมักจะแสวงหาบริการมากมายก่อนมานวด หรือตรงมานวดทันทีจากหมอที่มีประสบการณ์รักษาความเจ็บป่วยมาก่อน
๓. การเข้าถึงบริการง่าย เป็นกันเอง สะดวก ค่าใช้จ่ายไม่มาก ไม่จำกัดเวลารักษา
๔. ด้านองค์ความรู้ของหมอนวดพื้นบ้าน ได้รับการสืบทอดจากบรรพบุรุษ การศึกษาเรียนรู้เพิ่มเติมแลกเปลี่ยนกับผู้รู้ด้วยการสังเกต จดจำและลงมือปฏิบัติ
๕. การเป็นหมอนวดที่ดีต้องรักษาศีล ปฏิบัติธรรมและมีข้อห้ามข้อปฏิบัติบางประการ
๖. หมอนวดพื้นบ้านมีความเชื่อว่าการทำงานของอวัยวะภายในถูกกำกับโดยเส้นต่าง ๆ ที่มีกระจายอยู่ทั่วไปและมีการเชื่อมโยงทั่วกัน โดยออกมาจากกะโหลกศีรษะบริเวณท้ายทอย ซึ่งมีจุดรวมเส้นอยู่บริเวณแกนกลางลำตัวและข้อต่อต่าง ๆ เมื่อเส้นมีความผิดปกติจะทำให้รบกวนการทำงานของร่างกาย ทำให้อยู่ไม่เป็นสุข ไม่สามารถทำงานอย่างเป็นปกติ การตรวจประเมินอาการโดยการคลำจะทำให้สามารถทราบว่ามีเส้นอยู่ในลักษณะใดจึงทำการนวดได้ถูกต้อง โดยมีหลักการว่าต้องนวดเพื่อคลายเส้นแล้วจึงนวดเฉพาะจุดที่มีอาการหลัก และพบว่าทำนวดบางท่าที่ต้องใช้ความระมัดระวังเป็นพิเศษ บริเวณที่สำคัญ ได้แก่ บริเวณไหปลาร้า รักแร้ ขาหนีบ สะดือและอวัยวะเพศ การนวดสามารถรักษาอาการต่าง ๆ ได้แก่ กลุ่มอาการปวดเนื้อเยื่อกล้ามเนื้อ (Myofascial pain syndrome) ข้อนิ้ว ข้อไหล่ ข้อเท้าเคล็ดหรือพลิก และเอ็นอักเสบ (Tendinitis) อาการแน่นท้อง ท้องอืด มดลูกลงแต่ไม่สามารถรักษาอาการเอ็นฉีกขาด ข้อเคลื่อน หรือข้อหลุด (Dislocation) อาการหมอนรองกระดูกสันหลังเคลื่อน (Bulging disc และ Prolapsed disc) ดังนั้น จึงจำเป็นต้องให้ความรู้เพิ่มเติมแก่หมอนวดพื้นบ้านในเรื่องโครงสร้างร่างกายและอวัยวะภายใน ข้อควรระวังในการนวดบางบริเวณและอาการบางอย่างที่ไม่สามารถรักษาด้วยการนวดแต่จำเป็นต้องส่งต่อไปรักษากับแพทย์ที่ชำนาญต่อไป

ไพบุลย์ ดำริห์ (๒๕๔๕) ศึกษาเรื่อง “การศึกษาหมอเส้น : การนวดพื้นบ้านอีสาน” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการนวดพื้นบ้านอีสานโดยวิธีกดเส้น ความเชื่อ เทคนิควิธีการกดเส้น กระบวนการถ่ายทอดการเรียนรู้ตลอดจนปัญหาและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการกดเส้น เพื่อเผยแพร่ชื่อเสียง เชิดชู ยกย่องหมอเส้นให้คนทั่วไปได้รู้จัก กลุ่มตัวอย่างเป็นหมอเส้นพื้นบ้านในชนบทภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ๔ จังหวัด ได้แก่ มหาสารคาม กาฬสินธุ์ ร้อยเอ็ดและขอนแก่น โดยวิธีเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) หมอเส้นพื้นบ้านที่มีชื่อเสียง



เป็นที่ยอมรับและชาวบ้านรู้จักกันดี ใช้วิธีสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) แบบมีโครงสร้าง (Structured interview) ทั้งเป็นทางการ (Formal interview) และไม่เป็นทางการ (Non-formal interview) ประกอบกับการสังเกต แบบมีส่วนร่วม (Participant observation) และไม่มีส่วนร่วม (Non-participant observation) วิเคราะห์ข้อมูลโดย การจัดแยกประเภทและจัดหมวดหมู่ข้อมูล ผลการศึกษา พบว่า

๑. หมอเส้นพื้นบ้านอีสานมีความเชื่อว่าการเจ็บปวดตามร่างกาย การเจ็บป่วยหรืออาการผิดปกติบางอย่าง เกิดจากเส้นเอ็นหด แข็ง ตึงหรือเส้นเอ็นถูกทับ เรียกว่า “เส้นจมน” วิธีแก้ไขจะใช้วิธีกดนวดเส้นเอ็นให้คลายซึ่งมีผลทำให้ “เส้นลอย” ก็จะบรรเทาอาการเจ็บปวดหรือบำบัดอาการผิดปกติได้ หมอเส้นจะไม่ใช้วิธีจับตึงเส้นเพราะอาจทำให้เส้นเอ็นฉีกขาด

๒. เทคนิควิธีการกดเส้นของหมอเส้นพื้นบ้านอีสาน มี ๒ วิธี คือ

๒.๑ การ “ขีด” หมายถึง การใช้นิ้วหัวแม่มือกดเส้น แล้วค่อย ๆ เคลื่อนนิ้วหัวแม่มือไปทางนิ้วชี้ เป็นเทคนิคการกดเส้นเอ็นที่ใช้กับส่วนของร่างกายบริเวณที่มีความแข็ง เช่น ขมับ หลัง หน้าแข้ง หมอเส้นบางคนพัฒนาเทคนิควิธีขีดให้ได้ผลดีจากประสบการณ์ของตนเอง เช่น ใช้เทคนิคร่อนมือไปพร้อมกับการขีด

๒.๒ การใช้ฝ่ามือหรือสันมือกดเส้น เป็นเทคนิคการกดเส้นเอ็นที่ใช้กับส่วนของร่างกาย บริเวณที่มีความนุ่ม เช่น บริเวณช่องท้อง สะโพก ขาหนีบน หมอเส้นทุกคน มีการกดเส้นเพิ่มเติมบริเวณอื่น ๆ อีกให้แก่ผู้รับบริการ แม้ว่าอวัยวะส่วนนั้นจะไม่มีอาการผิดปกติ เพราะเชื่อว่า เส้นเอ็นทุกเส้นมีความเชื่อมโยงกันทั่วร่างกาย หากเส้นใดเส้นหนึ่งหด ตึง ก็จะส่งผลให้เส้นอื่น ๆ หด ตึง ตามไปด้วย จะส่งผลให้อวัยวะส่วนอื่นๆ มีอาการผิดปกติไปด้วยหมอเส้นส่วนใหญ่ ไม่มีการใช้อุปกรณ์หรือเครื่องมือประกอบในการกดเส้น ไม่มีการทำพิธีกรรม การกดเส้นเป็นการแก้ไขหรือรักษาอาการผิดปกติมากกว่าการให้ร่างกายผ่อนคลายหรือเพื่อส่งเสริมสุขภาพ

๓. กระบวนการถ่ายทอดการเรียนรู้ พบว่าหมอเส้นพื้นบ้านอีสานส่วนใหญ่มีญาติรุ่นก่อนเป็นหมอเส้น เช่น มีมารดาเป็นหมอเส้น ได้เคยให้กดเส้นและบอกให้จดจำตำแหน่งที่กด ต่อมาได้มีโอกาสลองกดเส้นให้คนอื่น ๆ ปรากฏว่าสามารถแก้ไขอาการเจ็บป่วยได้ ทำให้สนใจที่จะเป็นหมอเส้น จึงเรียนรู้โดยวิธีลงมือปฏิบัติ กดเส้นให้ญาติพี่น้องอื่น ๆ อีก ต่อมาได้ยึดเป็นอาชีพเสริม อาชีพหลักของหมอเส้นส่วนใหญ่คือเกษตรกร หมอเส้นส่วนใหญ่มีการเรียนรู้การกดเส้นเพิ่มเติมด้วยตนเอง จนสามารถพัฒนาเทคนิคการกดเส้น แก้ไขอาการเจ็บป่วยได้หลายอาการ จนมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไป

๔. อันตรายจากการกดเส้น จากการศึกษาพบว่าไม่ปรากฏอันตรายใด ๆ หมอเส้นส่วนใหญ่คิดว่าปัญหาการประกอบอาชีพหมอเส้น คือ ปัจจุบันหมอเส้นมีอายุมาก ต้องการเลิกอาชีพนี้ ต้องการพักผ่อน ขณะนี้ยังไม่มีผู้สืบทอดความรู้การกดเส้นอย่างจริงจังเกรงว่าหากหมอเส้นรุ่นเก่าหมดไป ภูมิปัญญาท้องถิ่นเรื่องการกดเส้นอาจจะสูญหายไปด้วย

เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ และคณะ (๒๕๕๖) ศึกษาเรื่อง “องค์ความรู้การนวดพื้นบ้านในภูมิภาคต่าง ๆ ของประเทศไทย” มีวัตถุประสงค์เพื่อ

๑. รวบรวมองค์ความรู้การนวดพื้นบ้านในภูมิภาคต่าง ๆ ของประเทศไทย
๒. รวบรวมองค์ความรู้จากตำรา คัมภีร์ เอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
๓. รวบรวมรายชื่อโรคที่สามารถรักษาได้ด้วยการนวด ใช้วิธีการศึกษาโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก ร่วมกับการสังเกต โดยการคัดเลือกแบบเจาะจงในแต่ละภาค โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือกคือ



- ๑) เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านการนวดเป็นระยะเวลาติดต่อกันนาน ๑๐ ปีขึ้นไป
- ๒) มีจำนวนผู้ป่วยมาขอรับบริการอย่างน้อยวันละ ๒-๓ คนต่อวัน
- ๓) ใช้วิธีนวดแบบเชลยศักดิ์
- ๔) มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านกระดูกและกล้ามเนื้อ

ผลการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่เรียนรู้ด้านการนวดมาจากบรรพบุรุษ ตั้งแต่รุ่นปู่ ย่า ตา ยาย มาสู่รุ่นพ่อ แม่ โดยการสืบทอดต่อ ๆ กันมาการเรียนรู้วิธีการนวดเพิ่มเติมจากตำรา ด้านวิธีการนวดรักษาของหมอนวดพื้นบ้าน ๔ ภาคของประเทศไทย พบว่า หมอนวดพื้นบ้านแต่ละภาค แต่ละบุคคล มีวิธีการนวดรักษาแตกต่างกันไป เช่น การใช้มือนวดอย่างเดียวในการรักษา การใช้มือและเท้าในการรักษา การนวดร่วมกับการจับเส้นและการเหยียบ การเช็ดไข้อย่างเดียว การผสมผสานระหว่างการนวด การจับเส้น การเหยียบและการเช็ดไข่นอกจากนี้ยังมีการประคบสมุนไพร การใช้ยาสมุนไพรให้กับผู้ป่วยตามลักษณะอาการ การจ่ายยาสมุนไพรตามธาตุทั้ง ๔ ได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลมและธาตุไฟ และมีการใช้น้ำมันในการนวดรักษา รวมทั้งการใช้คาถาในการรักษาร่วมด้วย ด้านโรคที่รักษาได้ด้วยการนวด พบว่า กลุ่มอาการหรือโรคที่รักษาด้วยการนวดไทย ได้แก่ ปวดศีรษะ ปวดต้นคอ (คอตกหมอน) ปวดข้อไหล่ ปวดเอว ปวดหลัง ปวดต้นขา ปวดน่อง ปวดข้อเข่า กระดูกไหปลาร้าหัก กระดูกข้อไหล่อหูด กระดูกต้นแขนหัก กระดูกข้อศอก (เคล็ด หัก) กระดูกปลายแขนหัก กระดูกข้อมือหัก กระดูกนิ้วหัก กระดูกสะโพกหัก กระดูกต้นขาหัก กระดูกสะบักหัก กระดูกปลายขาหัก กระดูกข้อเท้าและนิ้วเท้าหัก อัมพฤกษ์ อัมพาต แขนขาลีบไม่มีแรง กระดูกนิ้วมืองอ ข้อเท้าแพลง ตกต้นไม้ โรคหัวใจ โรคหัวใจตีบ ความดันโลหิตต่ำ ความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน ปวดประจำเดือนและมีไข้ ประจำเดือนมามาก/มาไม่ปกติ หญิงที่มีลูกยาก ตามองไม่ชัด เส้นตาย เส้นหาย เส้นไม่หาย และเส้นจม ซางเข้าข้อ (โปลิโอ) เลือดเป็นพิษ ส่วนกลุ่มอาการหรือโรคที่ไม่สามารถรักษาด้วยการนวดไทย ได้แก่ โรคมะเร็ง โรคเอดส์ แผลติดเชื้อ แผลเรื้อรัง ฝีหนอง ด้านหลักการนวด พบว่าหมอนวดพื้นบ้านแต่ละภาค จะมีหลักการนวดแตกต่างกันไป ซึ่งส่วนใหญ่จะใช้หลักการนวด ได้แก่ นวด กด บีบ รีด คลำ นอกจากนี้ยังมีการใช้หลักการนวดที่แตกต่างกันไป เช่น เหยียบ ขยำ คลี่ คลาย คลึง ดึง ดัด จัด เชียหรือแกะ แต่งเส้น กดเส้น เกลี่ยเส้น ดึง จำหรือกด จับเส้นหรือจับเอ็น โกย ด้านข้อห้ามในการนวด พบว่า ส่วนใหญ่มีข้อห้ามในการนวดและในการอาหารแสดงแตกต่างกันไปในแต่ละภาค ผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบว่าองค์ความรู้การนวดพื้นบ้านของหมอนวดพื้นบ้านในแต่ละภาคมีวิธีการนวดที่หลากหลายแตกต่างกันไป แม้แต่ในจังหวัดเดียวกัน พื้นที่ใกล้เคียงกัน หมอนวดพื้นบ้านยังมีวิธีการนวดที่ไม่เหมือนกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับองค์ความรู้ ภูมิปัญญาที่ได้รับการสืบทอดมาจากบรรพบุรุษแตกต่างกันไปนั่นเอง จึงเป็นสาเหตุให้หมอนวดพื้นบ้านแต่ละบุคคลมีความเชี่ยวชาญ ชำนาญ ความถนัดในการรักษาโรคที่แตกต่างกันไปด้วย อย่างไรก็ตามจุดที่ทำการนวดรักษายังมีบางจุดที่คล้ายคลึงกัน ซึ่งคณะผู้วิจัยมีความเห็นว่าควรเพิ่มกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาของแต่ละภาค และควรมีการนำมาวิเคราะห์เทียบเคียงกับกายวิภาคศาสตร์ของการแพทย์ในปัจจุบัน

สมบุญ ทัพย์นัย พนม สังข์สินเลิศ วัลลภ พรหมลัษณะ สุพรรณิ ยีโซติช่วง ประสิทธิ์ งามทิพย์ (๒๕๕๖) ศึกษาเรื่อง “การฟื้นฟูภูมิปัญญาและการขยายองค์ความรู้ให้เป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนของหมอนวดพื้นบ้าน อำเภอลำดวน จังหวัดพัทลุง” มีวัตถุประสงค์ ในการสร้างองค์ความรู้เพื่อใช้ในการดูแลสุขภาพร่วมกัน กระบวนการดำเนินงาน ประกอบด้วยการสืบค้นข้อมูลจากหมอนวดจำนวน ๓๕ คน ประกอบด้วยกลุ่มหมอนวดรักษาอาการทั่วไป จำนวน ๑๗ คน กลุ่มหมอนวดรักษาอัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา จำนวน ๘ คน



และกลุ่มหมอต้าแย จำนวน ๑๐ คน การสืบค้นข้อมูลใช้กระบวนการสาธิตโดยให้หมอนวดแต่ละคนปฏิบัติให้ดู
ทำการบันทึกภาพ จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์ร่วมกัน จากนั้นลงมือทำการนวดให้กับผู้มาใช้บริการจำนวน
๑๐๐ คน แบ่งเป็น ๓ กลุ่มอาการ คือ

๑. กลุ่มผู้มีอาการทั่วไป จำนวน ๓๓ คน
๒. กลุ่มผู้ที่เป็นอัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา จำนวน ๓๓ คน
๓. กลุ่มผู้ป่วยที่มีอาการเกี่ยวกับมดลูก จำนวน ๓๔ คน

ผลจากการศึกษาพบว่าผู้มาใช้บริการมีความพึงพอใจทุกคน จากนั้นคณะผู้วิจัยได้จัดทำคู่มือการนวด
จำนวน ๓ ชุด คือ

- ๑) ชุดคู่มือการนวดรักษาโรค อัมพฤกษ์ อัมพาต เหน็บชา
- ๒) ชุดคู่มือการนวดรักษาตามอาการทั่วไป
- ๓) ชุดคู่มือการดูแลแม่และเด็กก่อนคลอดและหลังคลอดโดยหมอต้าแยพื้นบ้าน

ดารณี อ่อนชมจันทร์ และคณะ (๒๕๔๘) ศึกษารูปแบบวิธีการทางกายภาพบำบัดในการดูแลรักษา
อาการเกี่ยวกับระบบประสาทกล้ามเนื้อและโครงร่างทางการแพทย์พื้นบ้านไทย ซึ่งดำเนินการในระหว่าง
เดือนสิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๖ ถึง เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๔๗ และได้นำมาจัดทำเป็นหนังสือในปี พ.ศ. ๒๕๔๘ โดยใช้
วิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกจากหมอนวดพื้นบ้าน ภาคละ ๒๐ คน และจัดประชุมระดมความคิดเห็นเพื่อเสนอ
มาตรฐานด้านการนวดพื้นบ้าน จากการศึกษาพบว่า หมอนวดพื้นบ้านมีเทคนิคในการนวด ๒๓ แบบ คือ บีบ ขยำ
คลี่ คลาย คลึง คล้ำ รีด ดึง เหยียบ ทบ สับ บิด กด ดัด ตอก กระตุก จก(ล้วง) ขีด(เขี่ย) โยกเส้น ประคองเส้น ดันเส้น
เข็ดไขและถกเส้น สำหรับโรค/อาการที่รักษาโดยการนวดมีทั้งสิ้น ๒๑ โรค/อาการ ได้แก่ เคล็ดขัดยอก อัมพาต
อัมพฤกษ์ ปวด/ตึงเส้นและเอ็น กระตุกทับเส้น กระตุกชั้น กระตุกหัก แขนหลุด เหน็บชา เครียด มดลูกหย่อน
ไส้เลื่อน นวดก่อนคลอดและหลังคลอด กระตุ้นน้ำนม ผิดเดือน เอ็นตกนกตาย (หย่อนสมรรถภาพทางเพศ) ปวดหัว
สะบักจม ไข้มาลาเรีย ไขข้ออักเสบและเบาหวาน นอกจากนี้ในรายงานฉบับนี้ยังได้มีการนำเสนอมาตรฐานที่เกี่ยวข้อง
กับการนวดพื้นบ้านไว้ ๒ มาตรฐานคือ

๑. มาตรฐานการให้บริการการนวดทั่วไป
 ๒. มาตรฐานการให้บริการการนวดพื้นบ้านเฉพาะถิ่น
- โดยมาตรฐานการให้บริการการนวดทั่วไป แบ่งออกเป็น ๓ ส่วน คือ
- ๑) สถานที่และอุปกรณ์การนวด
 - ๒) คุณสมบัติของหมอนวด
 - ๓) การให้บริการ

ส่วนมาตรฐานการให้บริการการนวดพื้นบ้านเฉพาะถิ่น ให้แต่ละพื้นที่จัดทำศูนย์เรียนรู้และมีการประชุม
ลงมติเพื่อกำหนดมาตรฐานของแต่ละพื้นที่

มูลนิธิกระจกเงา (๒๕๕๐) ได้รายงาน ว่า ชนเผ่าลาหู่มีภูมิปัญญาในการนวดแบบพื้นบ้านในการรักษาโรคต่าง ๆ
เช่น การนวดรักษา เมื่อปวดตามร่างกาย การนวดรักษาต่อกระดูกหัก การนวดรักษาข้อเคลือบ ขาพลิกแพลง การนวด
รักษาคนที่มีบุตรยากให้มีบุตร การนวดรักษาโรคอาจจะควบไปกับการเป่าคาถา บางคนใช้ยาสมุนไพรควบคู่กับ
นวดด้วย การนวดรักษาโรคอาจจะควบคู่ไปกับการเป่าคาถาการนวดด้วย แต่ปัจจุบันการดูแลรักษาสุขภาพ
หมอนวดพื้นบ้านของลาหู่เปลี่ยนแปลงไปมาก ถึงแม้ว่าจะเป็นการรักษาที่ได้ผลดี ทั้งประหยัดค่าใช้จ่าย และปลอดภัย



เนื่องจากขาดการสืบทอดทางพิธีกรรมทางไสยศาสตร์ และการใช้ยาสมุนไพรของคนรุ่นใหม่ไม่มีการเรียนการสอน ทำให้ยาสมุนไพรเริ่มขาดแคลนหายากมากขึ้น เพราะความเจริญก้าวหน้าด้านสาธารณสุข และมีสถานพยาบาลเข้ามาสู่ในชุมชน ชุมชนจึงหันไปใช้ยาจากโรงพยาบาล เลยไม่มีการสืบทอดต่อๆ การใช้ยาสมุนไพรจึงเริ่มขาดหายไป ทีละนิดทีละหน่อย อีกไม่กี่ปีข้างหน้าคนรุ่นใหม่คงจะไม่ได้เห็นยาสมุนไพรของชนเผ่าตนเองแน่นอน (<http://www.hilltribe.org/thai/lahu/lahu-traditional-medicine.php>)

ระพีพันธ์ ศิริสัมพันธ์ (๒๕๕๓) ศึกษาเรื่อง “การอนุรักษ์และการพัฒนาการนวดพื้นบ้าน จังหวัดนครพนม” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

๑. ศึกษาประวัติความเป็นมาของหมอนวดพื้นบ้าน
๒. เพื่อศึกษาภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้าน จังหวัดนครพนม
๓. เพื่อศึกษาการอนุรักษ์และการพัฒนาการนวดพื้นบ้าน จังหวัดนครพนม

พื้นที่ที่ทำการศึกษา ๑๒ อำเภอ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลประกอบด้วย กลุ่มผู้รู้ ๒๕ คน กลุ่มผู้ปฏิบัติ ๖๐ คน และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป ๒๐ คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง แบบสังเกตแบบมีส่วนร่วม แบบสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมและแบบบันทึกการสนทนา กลุ่มนำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบด้วยวิธีการแบบสามเส้า (Triangulation) วิเคราะห์ตามความมุ่งหมายที่ตั้งไว้ ผลจากการศึกษาพบว่า ประวัติความเป็นมาของหมอนวดพื้นบ้าน มีที่มา ๔ ประการคือ

๑. เรียนรู้จากการสืบทอดมาตั้งแต่บรรพบุรุษ
๒. เรียนรู้จากการศึกษาดูด้วยตนเอง ด้วยวิธีทดลองด้วยตัวเอง เรียนรู้จากตำราของครูอาจารย์และนักวิชาการ
๓. เรียนรู้จากหมอนวดพื้นบ้านที่มีชื่อเสียง
๔. เรียนรู้เพิ่มเติมจากการเป็นวิทยากรและประสบการณ์การนวด

ในการศึกษาครั้งนี้พบว่า การนวดพื้นบ้านมีเทคนิคการนวดและองค์ประกอบ ๖ ขั้นตอน คือ

๑. ทำการสอบถามประวัติและโรคประจำตัวก่อนทำการนวด
๒. ใช้เวทมนต์คาถา และบูชาครูอาจารย์ด้วยการไหว้ขอพรก่อนทำการนวด
๓. ใช้นิ้วมือนวดตามจุดที่ต้องการ การกดด้วยความแรงและเบาขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของรูปร่าง

ผู้ที่มารับการนวด

๔. สถานที่ตามสะดวก โถงแจ้ง อากาศถ่ายเทได้สะดวก โดยจะมีอุปกรณ์ ได้แก่ ไม้กดหลัง หิน กะลา และสมุนไพร เช่น ยาประคบและน้ำมันไพล ที่ใช้ในการรักษา

๕. ราคาการนวด ตั้งแต่ ๕๐ – ๓๐๐ บาท

๖. การนวดจะไม่มีข้อห้าม (ขะลำ) เว้นแต่ผู้ที่มีโรคประจำตัว

ภูมิปัญญาวิธีการนวดบำบัดอาการผิดปกติ ได้แก่ หูอื้อ ปวดเส้นสัน สันในจม ปวดหลัง ข้อเท้าเคล็ด ปวดสันเท้า ปวดขาและปวดข้อมือ ตะคริวที่เท้าและตะคริวที่น่อง สะบ้าหลุด แขนเคล็ดและอาการปวดที่ไหล่ คอเคล็ด ท้องอืด มดลูกหย่อน เอ็นเข้าเปื่อย ข้อขาเคล็ด ไช้นสและปวดฟัน ปวดคอ ปวดช่องอก กล้ามเนื้อไหล่ อักเสบ ปวดกล้ามเนื้อขาและหัวเข่า หน้ามืด ปวดหลังและประจำเดือนมาไม่ปกติ ปวดตานกเอี้ยง ปวดขัดกัน ปวดไหล่ ปวดศีรษะ ภูมิแพ้ เส้นคอตึง นิ้วมือชา ปวดฝ่าเท้า ข้อศอกเคลื่อน เส้นประสาทลงขาและมดลูกเอียง หมอนวดแต่ละคนมีรายละเอียดวิธีการนวดที่แตกต่างกันออกไป ส่วนอันตรายที่เกิดจากการนวดยังไม่พบ

ในด้านการอนุรักษ์และการพัฒนาการนวดพื้นบ้านพบว่า หน่วยงานที่ทำการบำบัดรักษาโรคคือ สถานีอนามัย และโรงพยาบาลควรนำภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านเข้ามาใช้ในการบริหารจัดการสุขภาพของประชาชนทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาผู้ป่วยและการฟื้นฟูสุขภาพ ทั้งนี้หมอนวดพื้นบ้านต้องศึกษา



ข้อดีและข้อเสียของการนวดในแต่ละแบบ เพื่อประมวลความรู้ให้มีประสิทธิภาพในการนวดมากขึ้น หมอนวดที่บ้าน จะต้องอธิบายวิธีการนวดอย่างละเอียด ชัดเจน ให้ผู้มารับการนวดทราบ มีการพัฒนาเพิ่มพูนความรู้ให้ทันกับการพัฒนาการบริหารจัดการสุขภาพของประชาชน นอกจากนี้ หมอนวดควรมีการวางแผน และมีมาตรฐานในการนวด โดยสรุป ผลของงานวิจัยนี้สามารถนำไปเป็นแนวทางการรักษาสุขภาพแบบแพทย์ทางเลือก การอนุรักษ์และพัฒนาการนวดที่บ้านควบคู่การรักษาตามวิทยาการสมัยใหม่ ตลอดจนสามารถนำไปพัฒนาวิชาชีพการแพทย์แผนไทยประยุกต์ได้

วิทยา ภูมิเหล่าแจ้ง (๒๕๕๔) ศึกษาเรื่อง “หมอเอ็น : การพัฒนาการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านต่อกระบวนการรักษาระบบกล้ามเนื้อในภาคอีสาน” โดยมี วัตถุประสงค์ของการศึกษา ดังนี้

๑. เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมาของหมอนวดที่บ้าน
๒. เพื่อศึกษาภูมิปัญญาการนวดที่บ้าน
๓. เพื่อศึกษาการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านของหมอเส้นเอ็นต่อกระบวนการรักษาระบบกล้ามเนื้อในภาคอีสาน

พื้นที่ศึกษา ๓ จังหวัด ได้แก่ กาฬสินธุ์ นครพนม และสกลนคร กลุ่มตัวอย่างเลือกแบบเจาะจง แบ่งเป็น ๓ กลุ่ม ประกอบด้วยกลุ่มผู้รู้ ๑๒ คน กลุ่มผู้ปฏิบัติ ๙ คน และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั่วไป ๔๐ คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง แบบสังเกตแบบมีส่วนร่วม แบบสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม และแบบบันทึกการสนทนากลุ่ม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการแบบ ๓ เสา และนำเสนอข้อมูลแบบพรรณนาวิเคราะห์ ผลการวิจัยพบว่า ประวัติความเป็นมาของหมอเส้นเอ็นซึ่งมีบทบาทต่อกระบวนการรักษาระบบกล้ามเนื้อในภาคอีสาน พบว่า การนวดที่บ้านเป็นการรักษาอาการป่วย พัฒนามาจากปัญหาด้านสุขภาพของคนในชุมชน วิธีการเรียนรู้และการถ่ายทอดภูมิปัญญาการนวดที่บ้านมี ๓ วิธี คือ

๑. เรียนรู้จากการศึกษาด้วยตนเอง ทดลองด้วยตัวเอง
๒. เรียนรู้จากตำราของครูอาจารย์และนักวิชาการ เรียนรู้จากหมอนวดที่บ้านที่มีชื่อ
๓. เรียนรู้เพิ่มเติมจากการเป็นวิทยากร ประสบการณ์การนวด สภาพปัจจุบันและปัญหาการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านของหมอเส้นเอ็นต่อกระบวนการรักษาระบบกล้ามเนื้อในภาคอีสาน กระบวนการใช้ภูมิปัญญาการนวดที่บ้านแบ่งออกเป็น ๒ ขั้นตอนคือการสอบถามประวัติผู้รับการนวดและการเตรียมความพร้อมก่อนการนวด ทั้ง ๓ ด้าน คือ

๑. ด้านสถานที่
๒. ด้านร่างกาย
๓. ด้านจิตใจของหมอนวดรวมทั้งด้านร่างกายและจิตใจของผู้มารับการนวด

จากการศึกษาพบว่า อาการไม่สบายซึ่งหมอเส้นเอ็นรักษาได้ ได้แก่ หมอนรองกระดูกทับเส้นประสาท เส้นปลายประสาทอักเสบ ตะคริว ไมเกรน ระดับน้ำตาลในเลือดไม่สมดุล ปวดฟัน ปวดตา มดลูกเอียง

สำนักการแพทย์พื้นบ้านไทย (๒๕๕๔) ศึกษาองค์ความรู้การดูแลอัมพฤกษ์ อัมพาตของหมอพื้นบ้านใน ๔ ภาค ดังนี้

๑. วัดหนองหญ้า nang จังหวัดอุทัยธานี
๒. ศูนย์การเรียนรู้การแพทย์พื้นบ้านหมอสง่า พันธุ์สายศรี จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
๓. เครือข่ายตำบลแว้งชัย อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น
๔. ตำบลปากพูนและตำบลปากนคร จังหวัดนครศรีธรรมราช



จากการทบทวนเอกสารพบว่าสถานการณ์ของคนไทยป่วยเป็นโรคหลอดเลือดสมองซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอัมพฤกษ์ อัมพาต ในปี พ.ศ. ๒๕๔๐ มีผู้ป่วย ๗๕ คนต่อประชากร ๑๐๐,๐๐๐ คน เพิ่มมาเป็นจำนวน ๒๐๖.๓๔ คนต่อประชากร ๑๐๐,๐๐๐ คน ในปี พ.ศ. ๒๕๕๐ จากสถานการณ์ที่มีผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น ทำให้ต้องมีการพึ่งพาหมอพื้นบ้านเพิ่มมากขึ้น จากการศึกษพบว่าหมอพื้นบ้านส่วนใหญ่มีองค์ความรู้ในการนวดรักษาอัมพฤกษ์ อัมพาต จากการได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษในเบื้องต้น จากนั้นทำการแสวงหาประสบการณ์ด้วยตนเองจนเกิดความเชี่ยวชาญ หลักการวินิจฉัยโรคดูจากอาการภายนอกของผู้ป่วย ทั้ง ๔ กรณี มีกระบวนการรักษา/จุดที่ทำการนวดคล้ายคลึงกัน แต่แตกต่างกันในเรื่องการใช้สมุนไพร

กัลยา มหาวัน (๒๕๕๕) ศึกษาเรื่อง “การแพทย์พื้นบ้านชาวเขาเผ่าจีนฮ่อ มูเซอดำ ปะหล่อง และไทยใหญ่” กรณีศึกษา ศูนย์พัฒนาโครงการหลวง ดอยอ่างขาง อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีการนวดบำบัดเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาในครั้งนี้ จากการศึกษาใน ๕ กลุ่มชาติพันธุ์ พบว่าแต่ละกลุ่มชาติพันธุ์ มีวิธีการนวดรักษาที่แตกต่างกันดังนี้

๑. ชนเผ่าจีนฮ่อ มีการนวดบำบัด (กัวซาบำบัด) จำนวน ๓ วิธี
๒. ชนเผ่ามูเซอดำ ฮ่อ มีการนวดบำบัด จำนวน ๕ วิธี พร้อมทั้ง ๕ วิธีเป่าบำบัด
๓. ชนเผ่าปะหล่อง มีการนวดบำบัด จำนวน ๑๑ วิธี
๔. ชนเผ่าไทยใหญ่ มีการนวดบำบัด จำนวน ๙ วิธี

การนวดทั้ง ๒๘ วิธี ส่วนใหญ่ใช้ส่วนของมือไม่ว่าจะเป็นนิ้วมือทุกนิ้ว อุ้งมือ หรือแรงจากข้อนิ้วมือและข้อมือของหมอนวดหรือหมอผี ในการนวดลงบนอวัยวะต่าง ๆ ตามร่างกายที่มีอาการปวดของผู้ป่วย โดยแบ่งตามอาการของโรคได้ดังนี้

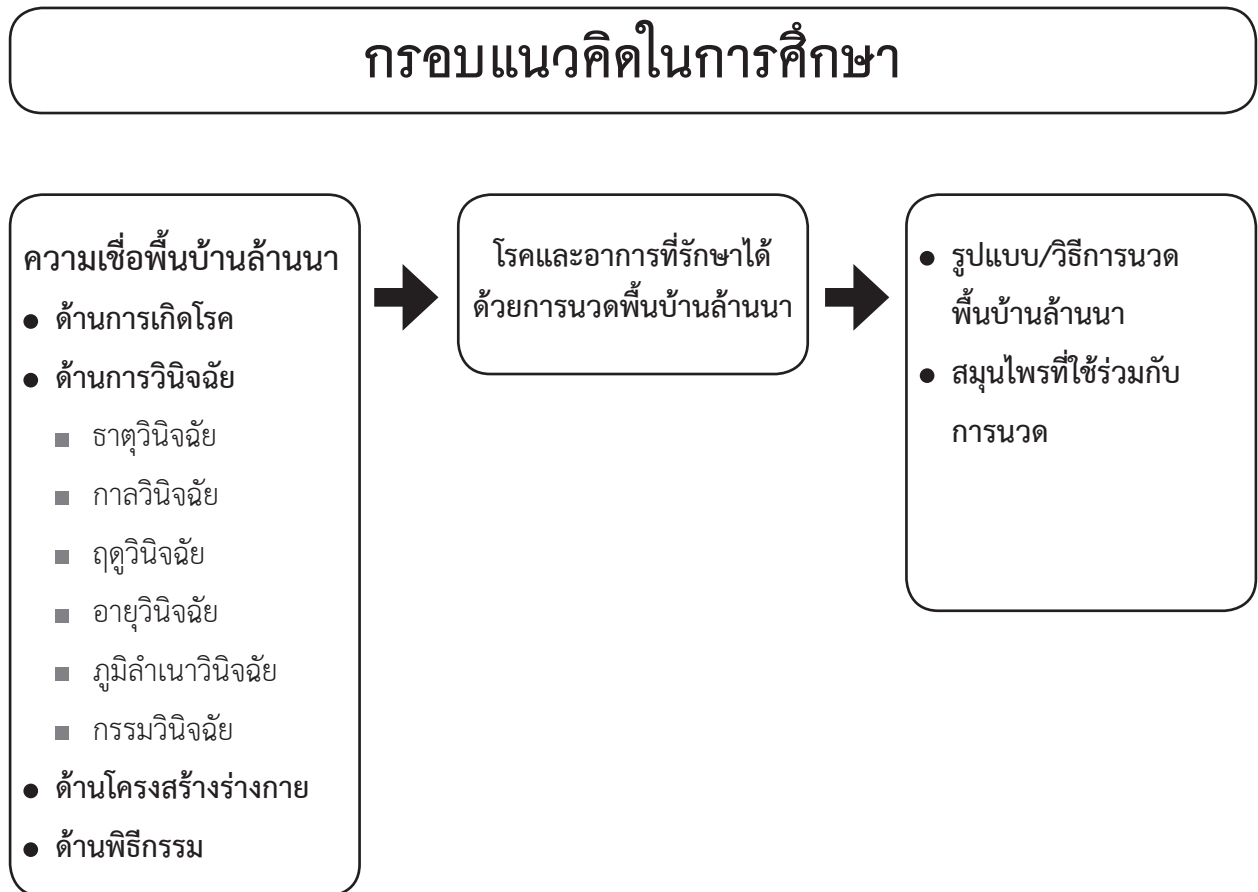
๑. เพื่อบรรเทาอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย คลายปวดหัว หลัง เอว หน้าท้อง เส้นเอ็นกล้ามเนื้อ เส้นยึดจากการทำงานหนัก
๒. เพื่อบรรเทาอาการชาตามนิ้วมือและนิ้วเท้ารวมทั้งตะคริว
๓. เพื่อรักษาอาการปวดหลังจากได้รับอุบัติเหตุ เช่น คลายเจ็บคอเพราะตกหมอน แก้อาการข้อมือข้อเท้าเคล็ดบวมเพราะหกล้ม แก้อาการไหล่หลุดหรือการเข้าเฝือกเพราะรถชน
๔. เพื่อนวดคนชัก ขากรรไกรค้างหรืออาการชักเพราะไข้สูง
๕. เพื่อรักษาหญิงมีครรภ์และหญิงเพิ่งคลอดบุตร ได้แก่ การบีบเพื่อช่วยให้ลูกในท้องพลิกตัวหรือลดอาการเจ็บท้องจากการพลิกตัว ถีบของลูกในท้อง การบีบมดลูกหย่อนให้กระชับหลังคลอดหรือการบีบตามเอว สะโพก หลัง ต้นขาหลังผ่านการเบ่งคลอดลูกเพื่อให้คลายปวดและเส้นเอ็นกลับเข้าที่

อุษา กลิ่นหอม (๒๕๕๕) ได้รายงานการนวดพื้นบ้านอีสานในหนังสือชื่อ “จิตเส้น” ซึ่งเป็นการถอดองค์ความรู้จากหมอพื้นบ้านจำนวน ๒ คน พบว่ามีการวินิจฉัยโรคที่ยังไม่เคยมีการรายงานมาก่อน นั่นคือการตรวจอาการโดยใช้มือคลำเส้นที่อยู่รอบสะดือ ตำแหน่งของเส้นที่อยู่รอบสะดือนี้นจะเป็นตัวบ่งบอกว่าส่วนใดของร่างกายผิดปกติ จากนั้นจึงใช้การนวดรักษาส่วนที่เกี่ยวข้อง จากรายงานพบว่าโรค/อาการที่สามารถรักษาได้ด้วยวิธีการนวดมีจำนวน ๓๒ โรค/อาการ โดยแสดงภาพประกอบขั้นตอนในการนวดแต่ละโรค/อาการ นอกจากนี้ยังได้รายงานสมุนไพรที่ใช้ร่วมกับการรักษาด้วยการนวดจำนวน ๑๔๐ ชนิด



๓) กรอบแนวคิดในการศึกษา

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ ทำให้เชื่อว่าการนวดล้านนา จะส่งผลต่อโรคและอาการที่รักษาตามภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านล้านนา สามารถกำหนดรูปแบบ วิธีการนวดและ สมุนไพรที่ใช้ร่วมกับการนวดได้ ซึ่งผู้วิจัยนำมากำหนดกรอบแนวคิดในการศึกษา ดังนี้



ภาพ ๒.๒ กรอบแนวคิดในการศึกษา เรื่องพื้นฐานการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ



บทที่ ๓

วิธีการศึกษา



การดำเนินงาน มี ๔ ขั้นตอนหลัก คือ

๓.๑ ประชากร และการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

๓.๒ เครื่องมือการเก็บข้อมูล

๓.๓ การเก็บรวบรวมข้อมูล

๑) การถอดองค์ความรู้รายบุคคล

๒) การจัดเสวนากลุ่ม

๓) การสอบทานองค์ความรู้

๓.๔ การวิเคราะห์ข้อมูล

๓.๑ ประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

คณะทำงานมีการกำหนดคุณสมบัติของหมอนวดพื้นบ้านที่เข้าร่วมในโครงการ ดังนี้

- ๑) เป็นที่ยอมรับของชุมชนหรือมีใบรับรองจากหน่วยงานในชุมชนหรือได้รับอนุญาตให้เป็นผู้ประกอบโรคศิลปะในสาขาการแพทย์แผนไทย มาตรา ๓๓ (๑) (ค) ตาม พรบ. การประกอบโรคศิลปะ พ.ศ.๒๕๕๒ และเงื่อนไขการรับรองหมอนวดพื้นบ้านตามมาตรา ๓๑ (๑) (๗) พรบ.วิชาชีพการแพทย์แผนไทย พ.ศ.๒๕๕๖
- ๒) มีประสบการณ์ในการนวดแบบพื้นบ้านไม่น้อยกว่า ๑๐ ปี หรือทำการนวดรักษามาไม่น้อยกว่า ๑๐๐ ราย
- ๓) ยังมีการให้บริการในปัจจุบัน

ในการคัดเลือกหมอนวดที่มีคุณสมบัติดังกล่าวได้ใช้ระบบการคัดเลือกแบบเจาะจงและ Snow ball sampling โดยเริ่มจากฐานข้อมูลของกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ผลการศึกษาที่ผ่านมา ในเบื้องต้นได้รายชื่อหมอนวดพื้นบ้านจำนวน ๕๐ คน เมื่อลงไปประสานงานเบื้องต้น ได้ทำการคัดเลือกให้เหลือเฉพาะที่มีความเชี่ยวชาญและมีผู้มารับบริการมากกว่า ๑๐ รายต่อวัน เข้ามาร่วมในการศึกษาครั้งนี้ เพื่อทำการสัมภาษณ์เชิงลึก ผลจากการคัดเลือกในรอบที่ ๒ ได้หมอนวดพื้นบ้านภาคเหนือเข้าร่วมการถอดองค์ความรู้ จำนวน ๑๖ คน โดยมีรายชื่อหมอนวดพื้นบ้าน ดังภาคผนวก ง



๓.๒ เครื่องมือการเก็บข้อมูล

- ความเชื่อและวิธีการอธิบาย
- รูปแบบการวัดพื้นบ้านล้านนา
- กระบวนการรักษา
- พิธีกรรม
- สมุนไพรใช้ร่วมกับการนวด

๓.๓ การเก็บรวบรวมข้อมูล

๑) การถอดองค์ความรู้รายบุคคล

๑. ใช้แบบสอบถามแบบมีโครงสร้างชนิดปลายเปิด (Structured interview: Open ended questions) ในการถอดองค์ความรู้จากหมอพื้นบ้าน

๒. ใช้แบบสอบถามแบบมีโครงสร้างชนิดปลายปิด เพื่อตรวจสอบประสิทธิภาพของการเข้ารับบริการ และแบบบันทึกการรักษาด้วยการนวดแบบพื้นบ้านที่เป็นที่ยอมรับในทางวิชาการและหมอนวดพื้นบ้านสามารถปฏิบัติได้ เพื่อใช้ในการควบคุมมาตรฐานและการพัฒนาการนวดพื้นบ้าน

๓. ใช้การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth interview)

๔. ใช้การศึกษาแบบมีส่วนร่วม เพื่อเรียนรู้เทคนิคการนวดจากหมอนวดพื้นบ้าน

๕. ขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูลใช้เทคนิค Exploratory data analysis

๒) การจัดเสวนากลุ่ม

๑. จัดเสวนากลุ่ม เฉพาะหมอนวดพื้นบ้านเพื่อถอดองค์ความรู้เชิงลึกและสอบถามองค์ความรู้เบื้องต้นที่ได้จากการดำเนินงานในภาคสนาม ในระหว่างวันที่ ๒๓ - ๒๗ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๖ จังหวัดเชียงราย มีหมอนวดพื้นบ้านเข้าร่วมโครงการ จำนวน ๒๗ คน

๒. จัดเสวนากลุ่มเพื่อสอบถามความรู้ ดำเนินการที่กรุงเทพฯ ในระหว่างวันที่ ๒๖-๒๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๖ มีหมอนวดพื้นบ้านและบุคลากรที่เกี่ยวข้องเข้าร่วม จำนวน ๓๐ คน

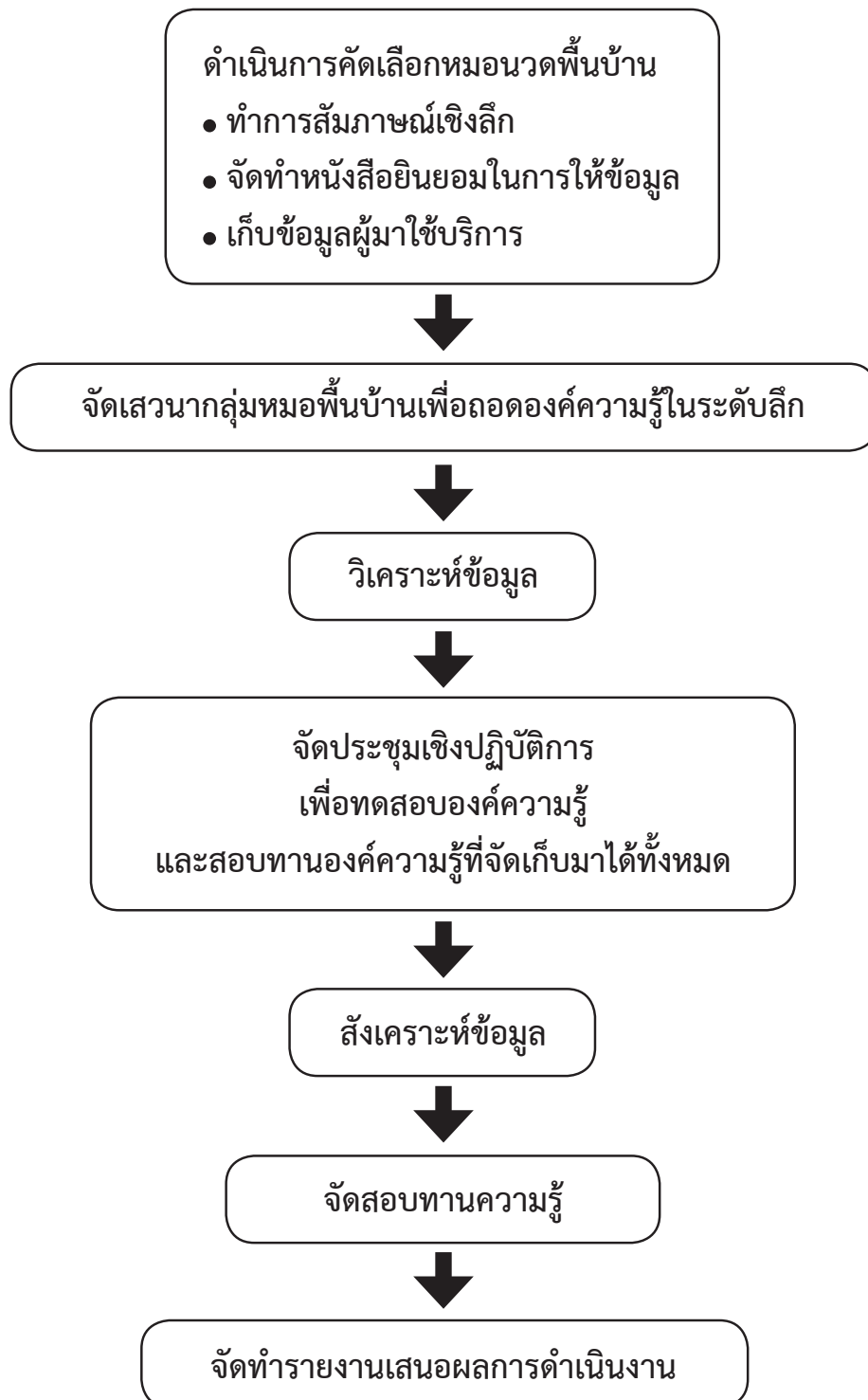
๓) การสอบถามองค์ความรู้

ในการดำเนินงานในครั้งนี้มีหมอนวดพื้นบ้านที่มีความรู้เรื่องนวดมาร่วมด้วยหลากหลายชาติพันธุ์ ได้แก่ ไทใหญ่ ม้ง และหมอเมือง เป็นต้น เมื่อถอดองค์ความรู้ได้แล้ว จึงดำเนินการสังเคราะห์ข้อมูล จากนั้นทำเป็นเอกสาร ส่งให้หมอพื้นบ้านจำนวน ๓ คน คือ หมอประเดิม ส่างเสน (ไทใหญ่) หมอหม่อ กวินยังยืน (ม้ง) และ หมอสำราญ มาฟู (หมอเมือง) ได้ทำการสอบถามในรอบสุดท้าย ตามแผนภูมิแสดงขั้นตอนในการดำเนินงานในภาพ ๓.๑



๓.๔ การวิเคราะห์ข้อมูล

เนื่องจากการเก็บข้อมูลเชิงลึกในการสัมภาษณ์เจาะลึก การสนทนากลุ่ม เป็นลักษณะเชิงคุณภาพ จึงสามารถนำมาวิเคราะห์เชิงพรรณนาในเชิงเหตุและผลได้ โดยมีขั้นตอนในการวิเคราะห์ ดังนี้



ภาพ ๓.๑ แสดงขั้นตอนในการดำเนินงาน



บทที่ ๔

ผลการศึกษา



การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาองค์ความรู้การนวดพื้นบ้านล้านนา ซึ่งเป็นองค์ความรู้ของหมอพื้นบ้านภาคเหนือ โดยนำข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมทั้งหมดมาวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ สามารถนำมาเสนอเป็น ๕ ประเด็นหลัก ดังนี้

- ส่วนที่ ๑ หลักความเชื่อและวิธีการอธิบายระบบโครงสร้างร่างกายมนุษย์
- ส่วนที่ ๒ การวิเคราะห์รูปแบบวิธีการนวดพื้นบ้านล้านนา
- ส่วนที่ ๓ การวิเคราะห์โรค อาการและกระบวนการรักษาของนวดพื้นบ้านล้านนา
- ส่วนที่ ๔ พิธีกรรมที่ใช้ร่วมกับการนวดพื้นบ้านล้านนา
- ส่วนที่ ๕ การวิเคราะห์สมุนไพรที่ใช้ร่วมกับการนวด

ส่วนที่ ๑ หลักความเชื่อและวิธีการอธิบายระบบโครงสร้างร่างกายมนุษย์

หมอพื้นบ้านภาคเหนือได้อธิบายถึงระบบสรีระร่างกายของมนุษย์ตามองค์ความรู้ของหมอนวดภาคเหนือไว้ว่า มนุษย์เราประกอบไปด้วย ๒ ส่วน ได้แก่

๑. ขันธ์ทั้ง ๕ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ
๒. ธาตุทั้ง ๔ ได้แก่ ดิน น้ำ ลม และไฟ

ความเชื่อและวิธีการอธิบายการเจ็บป่วยที่เรียกว่า สมุฏฐานโรคของการแพทย์พื้นบ้านล้านนามีรากฐานมาจากศาสนาพุทธ มีการอธิบายการเกิดโรคเริ่มตั้งแต่การจุติลงมาเกิดเป็นมนุษย์ได้ว่า จิตเริ่มต้นไม่ว่าภพไหนชาติไหนจะเป็นตัวกำหนดคุณลักษณะความแตกต่างของมนุษย์แต่ละคน ซึ่งจะมีกรรมเป็นตัวกำกับมาด้วยเสมอ เมื่อเริ่มมีการปฏิสนธิระหว่างธาตุเพศชาย (ธาตุดิน) กับธาตุเพศหญิง (ธาตุน้ำ) ขึ้นในครรภ์มารดาก็จะก่อตัวเป็นรูปร่างเป็นอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย หรืออาการ ๓๒ ขึ้นมา ประกอบด้วย ๔ ธาตุ

๑. ธาตุดิน (ปถวิธาตุ) มี ๒๐ ดวง ได้แก่ เกศา (ผม) โลมา (ขน) นขา (เล็บ) ทันตา (เขี้ยว/ฟัน) ตะโจ (หนัง) มังสัล (เนื้อ) นหารู (เอ็น) อัฐิ (กระดูก) อัฐิมิถุขัง (เยื่อในกระดูก) วักกัง (มะเขี้ยว/ไต) หทยัง (หัวใจ) ยกนัง (ตับ) กิโลมกัง (พังผืด) ปิหัง (ม้าม) ปัสสาสัง (ปอด) อันตัง (ไส้ใหญ่) อันตคุนัง (ไส้เล็ก) อุทริยัง (อาหารใหม่) กรีสัง (อาหารเก่า) และมะทะเกศา (ตุกหัว/เยื่อในสมอง)

๒. ธาตุน้ำ (อาโปธาตุ) มี ๑๒ ดวง ได้แก่ ปิตตัง (น้ำดี) เสมหัง (น้ำเสลด) ปุพโพ (น้ำหนอง) โลหิตัง (เลือด/เยื่อในกระดูก) เสโท (เหงื่อ) เมโท (มันขี้) อัสสุ (น้ำตา) วสา (มันเหลว) เขโฬ (น้ำลาย) สังฆานิกา (น้ำมูก)



มุตตัง (น้ำเยี่ยว/น้ำปัสสาวะ) และลสิกา (น้ำมันไขข้อ)

อวัยวะต่าง ๆ เหล่านี้จะเจริญเติบโตตามอายุครรภ์ของมารดาจนครบกำหนดคลอด ซึ่ง รูป/องค์/ร่าง ดังกล่าว เกิดจากการปฏิสนธิของตัวอ่อนที่มีพัฒนาการขึ้นตามลำดับ โดย

๗ วันแรกหลังปฏิสนธิ	จะมีลักษณะเหมือนน้ำล้างเนื้อ
๗ วันที่ ๒ (๑๔ วัน)	จะมีลักษณะเป็นก้อนเลือดเล็ก ๆ
๗ วันที่ ๓ (๒๑ วัน)	จะมีลักษณะเป็นไข
๗ วันที่ ๔ (๒๘ วัน)	จะมีลักษณะเป็นแหวดตานกยูง
๗ วันที่ ๕ (๓๕ วัน)	จะเกิดปัญญาสาขา
๗ วันที่ ๖ (๔๒ วัน)	จะเกิดหน้าผาก จิตเดิมจะมาจุติ ถือว่าเริ่มเกิดชีวิตใหม่

เมื่อธาตุดิน น้ำ ลม และไฟมารวมตัวกันก็จะทำให้ รูป/องค์/ร่าง มีชีวิตขึ้นมาในที่สุดเมื่อครบกำหนด ๔๒ วัน หรือภายหลังจากการมีหน้าผาก จิตเดิมก็จะเข้าจุติในร่างที่ได้มีการเจริญเติบโตขึ้นมา แต่ถ้าหากมี รูป/องค์/ร่าง ที่เติบโตขึ้นมาไม่สมบูรณ์ หรือไม่มีการจุติของจิตเดิมก็ไม่ก่อเกิดชีวิตมนุษย์ เป็นสาเหตุทำให้แท้งหรือมีการจุติของจิตเดิม แต่รูป/องค์/ร่าง ที่เติบโตขึ้นมาไม่สมบูรณ์ และจิตเดิมพกพาเอาวิบากกรรมมาจากชาติ/ภพก่อน ก็จะมีอวัยวะที่ไม่ครบถ้วนสมบูรณ์เรียกว่า “เสียองค์” ซึ่งจะมีส่งผลให้พิการแต่กำเนิด แต่กระนั้นก็ตาม รูป/องค์/ร่าง ทั้งหมดนี้จะเคลื่อนไหวได้ก็ต่อเมื่อธาตุลมเข้าไปไหลเวียนขับเคลื่อน และในขณะเดียวกันก็มีธาตุไฟเข้าไปทำหน้าที่ให้พลังแก่ชีวิตและให้ความอบอุ่น เมื่อธาตุลมและลมไฟมารวมตัวกันก็จะทำให้ รูป/องค์/ร่าง มีชีวิตขึ้นมา ภายหลังจากที่ รูป/องค์/ร่าง ได้รวมตัวกับจิตเดิมที่มาจาก จิตเดิมจะมีพลังจิต หรือที่เรียกว่า “ขวัญ” เข้ามาเชื่อมต่อกันกับ รูป/องค์/ร่าง ทั้ง ๓๒ ดวง ทำให้มีขวัญเกิดขึ้น ๓๒ ขวัญด้วย ซึ่งจะเข้ามาทำหน้าที่บัญชา รูป/องค์/ร่าง ทั้ง ๓๒ ดวง (หมอเมืองบางท่านอธิบายได้ ๓๓ ดวง เนื่องจากรวมองค์ชาติ ซึ่งเป็นอวัยวะเพศชายไว้ด้วย) ดังนั้น พลังจิต/ขวัญ/เจตนา จึงเปรียบเสมือนการแบ่งภาคของจิตออกมา โดยขวัญจะเป็นตัวกลางระหว่าง รูป/องค์/ร่าง กับจิต ก่อให้เกิด ความสัมพันธ์เชื่อมโยงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน หาก รูป/องค์/ร่าง เกิดปัญหา ก็จะกระทบถึงจิตโดยผ่านขวัญ หรือแม้แต่ธาตุบกพร่อง ธาตุแต่ละดวงไม่สมดุลก็กระทบกระเทือนถึงขวัญและจิต จึงเป็นที่น่าสังเกตว่าอาการแสดงที่เกิดขึ้นจะปรากฏที่ขวัญมิใช่ปรากฏที่จิต เนื่องจากจิตเป็นเจ้านาย จิตเป็นตัวกำหนดให้ขวัญมีความสัมพันธ์กับธรรมชาติและสิ่งเหนือธรรมชาติ โดยผลกระทบของความสัมพันธ์เหล่านี้จะเรียกว่า “กรรม” ซึ่งก่อเกิดขึ้นภายในตัวตนจากการปรุงแต่งของจิต ซึ่งสามารถสะสมและเปลี่ยนแปลงได้

๓. ธาตุลม (วาโยธาตุ) ที่กล่าว ถึงแม้จะไม่มีตัวตน แต่ก็ยังคงไหลเวียนอยู่ในองค์ทั้งหลายทั่วร่างกายของมนุษย์ โดยมีบทบาทสำคัญในการทำให้ชีวิตมนุษย์สามารถดำรงอยู่ได้ ธาตุลมมีทั้งหมด ๗ ดวง ได้แก่

๑) กุณิสายากะมาวาทา ลมขับเคลื่อนตัวตน/ลมที่หมุนเวียนตามเอ็น ทำให้รูปทั้งหมดของร่างกายเคลื่อนไหวได้

๒) อุตตังกะมาวาทา/อุทธังคมวาโย (ลมพัดล่างขึ้นบน) และอัทโทกะมาวาทา (ลมพัดบนลงล่าง) ทำให้เกิดการไหลเวียนและการถ่ายเทขึ้นในร่างกาย แต่เมื่อใดที่ลมทั้งสองพัดสวนทางกัน จะทำให้เกิดโรคโลหิตเป็นพิษ ซึ่งลักษณะของธาตุกำเริบนี้ จะเป็นสาเหตุทำให้เกิดการผิดปกติของร่างกาย ทำให้ไม่สบาย หรือเกิดโรคขึ้นได้อโรคมวาโย

๓) กวาโยจะรากะมาวาทา ลมที่อยู่ในช่องท้องแต่นอกลำไส้ ทำหน้าที่หนุน (ปีงลม) ช่องว่างในองค์ให้องค์คงรูปตามโครงสร้าง รวมถึงการช่วยหนุนให้เกิดช่องว่างในร่างกายหรือธาตุอากาศทั้ง ๑๐ ช่อง (หรือเรียกว่า ทวารทั้ง ๑๐ โดยในผู้ชายจะมี ๙ ช่อง แต่สำหรับผู้หญิงนั้นจะมี ๑๐ ช่อง เนื่องจากนับรวมช่องคลอดด้วย) เพื่อให้สามารถดำรงความเป็นช่องว่างอยู่ได้



๔) โภทสะยากะมาวาตา (โภทฐาสยวาโย/ภุจนิสยวาโย) ลมที่อยู่ในกระเพาะและลำไส้ ทำหน้าที่ขับเคลื่อนอาหารเข้า-ออก เพื่อนำพาไปสู่การเผาผลาญอาหารของธาตุไฟ และรักษาสมดุลภายในกระเพาะและลำไส้ จนกระทั่งถึงการขับถ่ายกากอาหารออกนอกร่างกาย

๕) กายากะมาวาตา (ลมอัมคัมภีร์/อัมคัมภีร์/อัมคัมภีร์) ลมที่พัดทั่วสรีระร่างกาย ทำหน้าที่หมุนเวียนขับถ่ายของเสียและระบายอากาศเข้า-ออก เพื่อรักษาสมดุลของร่างกาย

๖) อัสนาสะ คือ ลมหายใจเข้า

๗) ปัสสนาสะ คือ ลมหายใจออก

๔. ธาตุไฟ (เตโชธาตุ) เป็นองค์ประกอบสำคัญ เพื่อก่อให้เกิดพลังแห่งชีวิต โดยธาตุไฟมีทั้งหมด ๖ ดวง แต่ละดวงมีหน้าที่สำคัญ ดังนี้

๑) อุณห์ (สันตปัทท/สันตปัทท) ไฟที่ทำให้ร่างกายอบอุ่น โดยก่อก่อให้เกิดพลังงานความร้อนขึ้นในร่างกาย ถ้าไม่มีธาตุไฟดวงนี้ก็จะทำให้ตัวเย็นและถึงตายได้

๒) อาหารากี (ปริณามัคคี) ไฟที่ใช้อย่อยอาหาร/เผาผลาญอาหาร เพื่อนำพลังงานจากอาหารมาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ร่างกาย อีกทั้งยังทำให้อาการสุก อุดจากรมีสีเหลือง ถ้าธาตุไฟเผาผลาญอาหารไม่ดีก็จะส่งผลให้อุดจากรแข็ง หรือธาตุพิการ ซึ่งจะเป็นสาเหตุของการเจ็บป่วยได้

๓) เดณห์ (ภุททิมัคคี) ไฟที่ทำให้โกรธ/ร้อนรุ่ม/เครียด/หงุดหงิด ถ้าหากไม่สามารถควบคุมได้จะทำให้เกิดโรคเครียด

๔) ปัจจะกั (คิลามัคคี/ปจกเตโช) ไฟเผาผลาญร่างกายให้แก่ มีผลทำให้เกิดการเจริญเติบโตขึ้นในร่างกาย และเจริญเติบโตได้ตามปกติ

๕) จีรณากี (ชีรณเตโช) ไฟรักษาความสมดุลของอาการ/องค์ทั้ง ๓๒ ถ้าหากธาตุไฟนี้ด้อยหรืออ่อนแรงก็จะเป็นเหตุทำให้เกิดพยาธิ/ความเจ็บป่วยได้

๖) มรณากี (ทหนเตโช) ไฟที่ผูกจิตวิญญาณกับ องค์/รูป/ร่าง ไว้ หรือไฟที่ทำให้ตาย เป็นไฟที่ทำให้ร่างกายสามารถมีชีวิตอยู่ได้

ดังนั้นร่างกายมนุษย์นอกจากจะประกอบได้ด้วยจิต โดยจิตเดิมจะแตกสาขาออกมาปรุงแต่งเป็นขันธ์ได้จำนวน ๓๒ ขันธ์ คอยควบคุมและบัญชาการอวัยวะ ซึ่งมีธาตุดิน (ปถวิธาตุ) ๒๐ และธาตุน้ำ (อาโปธาตุ) ๑๒ เป็นส่วนประกอบ ทำให้ตัวตน ซึ่งก็ยังไม่มีความสามารถในการขับเคลื่อนตัวตนและขาดพลังแห่งชีวิต หากปราศจากธาตุลม (วาโยธาตุ) ทำให้มีชีวิต และธาตุไฟ (เตโชธาตุ) ๖ ทำให้มีพลัง อีกทั้งยังเชื่อมโยงอยู่กับจิตอย่างใกล้ชิด เช่นเดียวกับธาตุดินและธาตุน้ำ นอกจากนั้นคนเมือง (ชาวล้านนา) ยังเชื่อว่า ที่เป็นรูปร่างอย่างที่เราเห็นกันนี้ เนื่องจากในร่างกายมนุษย์ ยังต้องประกอบไปด้วย “ธาตุพระเจ้า หรืออากาศธาตุ” ซึ่งหมายถึง ช่องว่างภายใน (กลวง) ร่างกายของมนุษย์มีที่เชื่อมต่อกับทวารทั้ง ๑๐ ประกอบด้วย หู ๒ / ตา ๒ / จมูก ๒ / ปาก ๑ / ทวารหนัก ๑ / ทวารเบา ๑ แต่สำหรับหญิงเพิ่มช่องคลอดอีกหนึ่ง จึงรวมเป็น ๑๐ ช่องที่ชาวล้านนาเรียกธาตุนี้ว่า “ธาตุพระเจ้า” เนื่องจากคำสอนทางพุทธศาสนา ที่กล่าวถึง “อานาปานสติ” ซึ่งเป็นธรรมะที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ โดยสังเกตลมหายใจเข้า-ออก จนมีสติและก่อให้เกิดปัญญา กอปรกับถ้าไม่มีช่องว่างเหล่านี้ธาตุลมก็จะไม่สามารถเข้าสู่ร่างกายได้ ดังนั้น ธาตุอากาศ (อากาศธาตุ) จึงถือว่าเป็นสิ่งสูงสุดของความเป็นมนุษย์ หรือการมีชีวิตอยู่ การมีลมหายใจ ถ้าองค์ประกอบทั้งหมดนี้ครบถ้วนก็จะทำให้มนุษย์ มีชีวิตที่สมบูรณ์ มีความสุข มีสุขภาพดี แต่ถ้าสิ่งเหล่านี้ไม่สมบูรณ์ก็เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคหรือความไม่สบายได้

ดังนั้น การก่อเกิดอวัยวะที่เป็นตัวตนได้ก็จะมีจิต (ขันธ์) ที่เป็นนามและกาย (รูป/องค์/ร่าง) ที่เป็นรูป โดยขันธ์มีหน้าที่สำคัญในการกำกับรูป (บางทีเรียก “องค์” หรือ “ลักษณะ” หรือ “อาการ”) ซึ่งขันธ์ จะเป็นพลังจิตที่เชื่อมโยงระหว่างจิต (เดิม) กับกาย (อวัยวะ) โดยขันธ์จะมีประจำแต่ละ รูป/องค์/ร่าง ของอวัยวะรวม ๓๒ ขันธ์ เช่นเดียวกับธาตุดินและธาตุน้ำรวมกัน ขันธ์จึงเปรียบเสมือนพลังขับเคลื่อนและควบคุมการทำงานของอวัยวะ



แต่ก็สามารถออกจากร่างได้ อาจจะตกหล่นหรือกระเจิงหรือถูกหนองเหนียวไว้ทำให้ไม่สามารถกลับเข้าร่างได้ รวมทั้งหากธาตุหย่อน/พิการก็อาจทำให้ขวัญที่อยู่ประจำแต่ละรูป/องค์ ถูกกระทบกระเทือน ทำให้ขวัญเสีย ขวัญหาย ขวัญอ่อน ซึ่งจะเป็นเหตุให้เกิดการเจ็บป่วยได้ (ข้อมูลจากหมอประเดิม ส่างเสน)

การวินิจฉัยธาตุที่เกี่ยวกับการนวดพื้นบ้านล้านนา

หลักการวินิจฉัยของหมอนวดพื้นบ้านล้านนา ประกอบไปด้วย

๑. ธาตุวินิจฉัย
๒. กาลหรือเวลาวินิจฉัย
๓. ฤดูกาลวินิจฉัย
๔. อายุวินิจฉัย
๕. ภูมิลำเนาวินิจฉัย
๖. กรรมวินิจฉัย

หลักการวินิจฉัยทั้ง ๖ หลักมีรายละเอียดดังนี้

๑. ธาตุวินิจฉัย

หมอนวดพื้นบ้านล้านนาเชื่อว่าธาตุมีความสำคัญต่อการเจ็บป่วยของคนเรา และมีความสัมพันธ์กับอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อได้ และให้ความสำคัญกับธาตุดินเป็นหลักในการวินิจฉัย เนื่องจากสาเหตุส่วนใหญ่ของการปวดเมื่อยคือธาตุดินถูกกระทำจนเสียหาย เกิดการบาดเจ็บหรือพิการโดยมีสาเหตุหลัก ๓ สาเหตุคือ

- ๑) โดนกระทำจากธาตุลม ธาตุน้ำ และธาตุไฟ กระทำให้ดินเสียหายหรือพิการ
- ๒) ธาตุดินเสียและส่งผลต่อธาตุอื่น ๆ
- ๓) เกิดจากอุบัติเหตุกระทำทำให้ธาตุดินเสียหายหรือพิการ ซึ่งได้อธิบายผ่านกรณีตัวอย่างดังต่อไปนี้

กรณีที่ ๑ ปวดเข่า เนื่องจากได้รับอุบัติเหตุ เป็นการอธิบายกรณีธาตุดินเสียและส่งผลต่อธาตุอื่น ๆ อธิบายได้ว่า เมื่อได้รับอุบัติเหตุ เช่น เดินห้วยเขานทำให้ธาตุดินได้รับความเสียหายหรือพิการ ทำให้ธาตุน้ำหลังมาบริเวณดังกล่าวแล้วคั่งค้างทำให้เกิดอาการบวม ถ้าหากลมไม่เข้ามาช่วยพัดกระจาย ระบายน้ำที่คั่งค้างอยู่จะทำให้เกิดอาการบวม ข้ำเลือดข้ำหนอง ต่อมาธาตุไฟจะเข้าไปกระทำให้มีอาการร้อน บวม แดง อักเสบทำให้ธาตุดินพิการ ดังนั้นการรักษา คือการกระจายธาตุน้ำ ธาตุลม ด้วยธาตุไฟ ทำให้เลือดและลมเดินสะดวกขึ้นก็จะทำให้ธาตุดินสมบูรณ์เหมือนเดิม การกระจายทำให้ธาตุลมกับธาตุน้ำทำได้หลายวิธี เช่น นวด ประคบ อบ ตอกเส้น การใช้ยาสมุนไพร เช็ด แหก ฯลฯ

กรณีที่ ๒ ข้อเสื่อม กรณีนี้เกิดจากธาตุลมกำเริบส่งผลต่อธาตุดิน กรณีนี้อธิบายได้ว่าธาตุลมเสียทำให้เกิดการไหลเวียนของธาตุน้ำไม่ดีเกิดอาการบวมพองของตัวเส้นเอ็น ทำให้เกิดอาการตึงของกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น ทำให้เกิดอาการบวม และธาตุไฟจะเข้าไปกระทำให้เกิดอาการปวดแสบปวดร้อน บวม แดง มีผลทำให้ธาตุดินพิการ การรักษา คือ การกระจายธาตุน้ำ ธาตุลม ด้วยธาตุไฟเพื่อทำให้ธาตุน้ำ ธาตุลมกระจายได้ดีและหมุนเวียนทั่วร่างกาย ทำให้ลดอาการเจ็บปวดของกล้ามเนื้อได้เนื่องจากเลือดลมหมุนเวียนได้ดี การกระจายธาตุลมกับธาตุน้ำนั้นทำได้หลายวิธี เช่น นวด ประคบ อบ ตอกเส้น กินยาสมุนไพร เช็ด และแหก ฯลฯ

กรณีที่ ๓ กรณีอัมพฤกษ์ อัมพาต เกิดจากธาตุทั้ง ๔ ในร่างกายแปรปรวนเมื่อเจอกับสภาวะหนาวจัด ร้อนจัด เย็นจัด ทำให้ธาตุทั้ง ๔ กำเริบ เกิดการแข็งตัวของเลือดและลมไม่สามารถกระจายไปทั่วร่างกาย และธาตุไฟก็เผาผลาญไม่ดี ทำให้ธาตุดินโดนกระทำและพิการแข็งกระด้างเคลื่อนไหวไม่ได้ การรักษาต้องรักษาด้วยธาตุไฟเข้าไปช่วยกระจาย ระบายธาตุน้ำ ธาตุลมให้หมุนเวียนได้สะดวก จะส่งผลทำให้เคลื่อนไหวได้ดีขึ้น การกระจาย

ธาตุลมกับธาตุน้ำนั้นทำได้หลายวิธี เช่น นวด ประคบ อบ ตอกเส้น การใช้ยาสมุนไพร เช็ด และแหก ฯลฯ

นอกจากการวินิจฉัยโรคด้วยธาตุวินิจัยแล้วต้องมีการซักถามประวัติผู้ป่วยและนำเอามาประกอบการวิเคราะห์โรคด้วย

๒. กาลวินิจัย คือ เวลา ได้แก่ การแบ่งช่วงเวลากลางวันและกลางคืน ซึ่งเวลาจะบ่งบอกให้ทราบเวลาที่มีการอาการกำเริบ และส่งผลต่อการวินิจัยโรคได้

๓. ฤดูกาลวินิจัย คือ ฤดูกาล ได้แก่ ฤดูหนาว ฤดูร้อน และฤดูฝน ซึ่งฤดูกาลจะบ่งบอกให้ทราบฤดูกาลที่มีการอาการกำเริบและส่งผลต่อการวินิจัยโรคได้

๔. ช่วงอายุวินิจัย คือ อายุ มีผลต่อการกำเริบของธาตุและโรคได้

๕. ภูมิภานาวินิจัย คือ ภูมิภานาที่เกิด หรือที่อาศัยอยู่ ได้แก่ ที่สูง ที่ราบ ที่ลุ่ม ที่ชายทะเล ที่ใกล้น้ำ หรือไปต่างประเทศ ซึ่งภูมิภานาจะบ่งบอกให้ทราบว่า ภูมิภานาที่มีการกำเริบและส่งผลต่อการวินิจัยโรคได้

๖. กรรมวินิจัย ความประพฤติหรือกิจกรรมในการดำเนินชีวิต

ตารางที่ ๔.๑ แสดงการทำงานของธาตุทั้ง ๔ ที่สัมพันธ์กับกาล/ฤดูกาล/อายุ

ธาตุลม เป็นธาตุอิสระ พัดพาไปทุกส่วน การทำงานของธาตุลม ได้แก่ นิ่ง เคลื่อนไหว และกระจาย	ธาตุไฟ อยู่ในช่วงเดือนธันวาคม มกราคม กุมภาพันธ์ และมีนาคม (ช่วงฤดูหนาว) จะกำเริบช่วงอายุ ๐-๓๐ ปี การทำงานของธาตุไฟได้แก่ ร้อน เย็นและกระจาย
ธาตุน้ำ อยู่ในช่วงเดือนสิงหาคม กันยายน ตุลาคม และ พฤศจิกายน (ช่วงฤดูฝน) จะกำเริบระหว่าง ช่วง อายุ ๓๐-๕๐ ปีถึงอายุชั้ย การทำงานของธาตุน้ำ ได้แก่ เหนียว ไหล ละลาย	ธาตุดิน อยู่ในช่วงเดือนเมษายน พฤษภาคม มิถุนายน และ กรกฎาคม (ช่วงฤดูร้อน) จะกำเริบช่วง อายุ ๓๐-๖๐ ปี การทำงานของธาตุดิน ได้แก่ แข็ง นุ่มและละลาย

มีกลอนพื้นบ้านล้านนาที่กล่าวถึงช่วงอายุกับกาลเวลา ซึ่งสามารถอธิบายให้เห็นความเป็นจริงของช่วงชีวิตของคนไว้ว่า

๑๐ ปี อาบน้ำบ่อหนาว	(๑๐ ปี อาบน้ำไม่หนาว)
๒๐ ปี แอ้วสาวบ่ก่าย	(๒๐ ปี เที้ยวหาสาวไม่เปื้อ)
๓๐ ปี ยะจ่านเหมือนฟ้าผ่า	(๓๐ ปี ทำงานรวดเร็วมาก)
๔๐ ปี สาวน้อยด่าบ่เจ็บใจ	(๔๐ ปี ผู้หญิงด่าก็ไม่เจ็บใจ เริ่มเป็นเฒ่าหัวงู)
๕๐ ปี บ่หน่ายสงสาร	(๕๐ ปี ไม่เปื้อสังขาร)
๖๐ ปี ไอเหมือนฟานโคก	(๖๐ ปี ไอเหมือนแค้นร้อง)
๗๐ ปี ยิ้มเหมือนให้	(๗๐ ปี ยิ้มเหมือนร้องไห้)
๘๐ ปี มะโหกเต็มตัว	(๘๐ ปี โรคเต็มตัว)
๙๐ ปี ไข้กี้ตายบ่ไข้กี้ตาย	(๙๐ ปี ไข้กี้ตาย ไม่ไข้กี้ตาย)



สุดท้ายแล้วมนุษย์ต้องเข้าใจในธรรมชาติของชีวิตของตนเองว่า กรรมะ จิตตะ อุตุ และอาหาร ซึ่งได้อธิบายความเจ็บป่วยไว้ว่า

- ยาก็หายบ่ยาก็หาย คือ บางโรคกินยาก็หายหรือไม่ต้องกินยาก็หายได้
- บ่อยาจ้างตาย คือ ถ้าไม่รักษาตายแน่นอน
- ยาก็ตายบ่ยาก็ตาย คือ รักษาก็หลีกเลี่ยงความตายไม่ได้หรือไม่รักษาก็ตาย

สรุป ดังนั้นมนุษย์เราต้องเข้าใจกฎของความตั้งอยู่ ดับไปทุกคนหนีไม่พ้นในเรื่อง อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา แล้วมนุษย์จะเข้าใจชีวิตมากขึ้น

ร่างกายตามภูมิปัญญาหมอนวดพื้นบ้านภาคเหนือ ประกอบด้วยส่วนต่างๆ ดังนี้

๑. ระบบโครงสร้าง

ร่างกายแบ่งออกเป็น ๔ ส่วน (สัตตะวิญญาน) ดังนี้

ส่วนที่ ๑ ส่วนบน เรียกว่า ปฐม ประกอบด้วย หู ตา จมูก ลิ้น ฟัน และลิ้นไก่ เส้นประสาทส่วนบน และอวัยวะมีความสำคัญมาก จะเป็นส่วนควบคุมส่งการทำงานของอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย

ส่วนที่ ๒ เรียกว่า หุตียะ ส่วนประกอบไปด้วย หัวใจ ตับ ปอด ม้าม ลำไส้ใหญ่ กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก กระเพาะปัสสาวะ ไต ดี และมดลูก ประกอบด้วย ๒ ส่วน ดังนี้

๑) อยู่ในโพรง ส่วนประกอบไปด้วย หัวใจ ตับ ปอด ม้าม ลำไส้ใหญ่ กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก กระเพาะปัสสาวะ ไต ดี และมดลูก

๒) อยู่ในที่ตัน (ตัน)

(๑) ส่วนกระดูก ได้แก่ กระดูกสันหลัง กระดูกต้นคอ กระดูกซี่โครง กระดูกไหปลาร้า กระดูกหัวไหล่ กระดูกแขน (แขนบน แขนล่าง) กระดูกข้อศอก กระดูกข้อมือ และกระดูกนิ้วมือ

(๒) ส่วนเส้นเอ็น คือ เส้นที่ไม่มีเลือด หรือเส้นเอ็นขาว (ภาพ ๔.๑ – ๔.๓)

- เส้นเอ็นสันหลัง มี ๖ เส้น ด้านซ้าย ๓ เส้น ด้านขวา ๓ เส้น
- เส้นเอ็นส่วนคอ มี ๑๒ เส้น แบ่ง ด้านซ้าย ๔ เส้น ขวา ๔ เส้น ด้านหน้า ๒ เส้น ด้านหลัง ๒ เส้น
- เส้นเอ็นท้อง ๖ เส้น แบ่งด้านซ้าย ๓ เส้น ด้านขวา ๓ เส้น
- เส้นเอ็นซี่ข้าง ๔ เส้น ด้านซ้าย ๒ เส้น ด้านขวา ๒ เส้น
- เส้นเอ็นสะบักหลัง แยก สะบักด้านบน ๓ เส้น สะบักด้านล่าง ๓ เส้น เหมือนกันทั้งซ้าย - ขวา
- เส้นสันหน้าอกนอก ด้านซ้าย ๓ เส้น ด้านขวา ๓ เส้น
- เส้นหน้าอกใน (ใต้ราวนม) ด้านซ้าย ๒ เส้น ด้านขวา ๒ เส้น
- เส้นสะพายถุง ด้านซ้าย ๑ เส้น ด้านขวา ๑ เส้น
- เส้นสะพายไหล่ ด้านซ้าย ๒ เส้น ด้านขวา ๒ เส้น
- เส้นเอ็นสะดือ คือ เป็นจุดศูนย์รวมทั่วร่างกาย เรียกว่า “จุดสะแก” หมายความว่า จุดชีพจร เป็นจุดกำเนิดเส้นเอ็นทั่วร่างกาย นับไม่ถ้วน

ส่วนที่ ๓ ตะติยะ ของร่างกายประกอบไปด้วย

๑) กระดูกเชิงกราน กระดูกสะโพก กระดูกก้นกบ กระดูกกระเบนเหน็บ กระดูกต้นขา กระดูกแข้ง กระดูกเข่า (สะบักเข่า) กระดูกข้อเท้า และกระดูกนิ้วเท้า

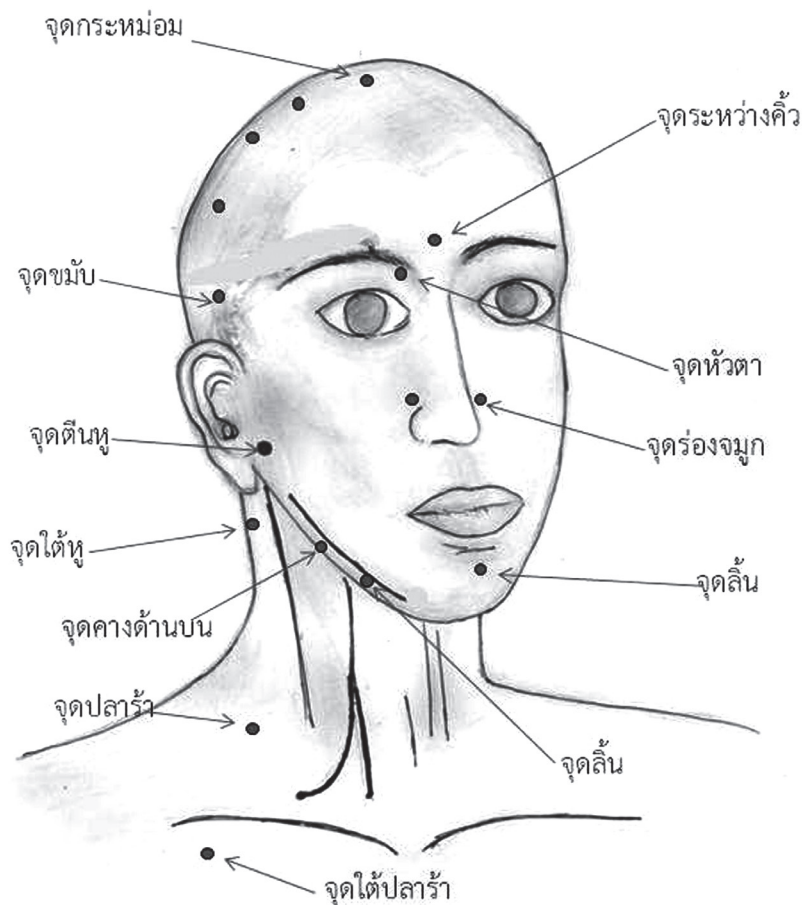


๒) เส้นเอ็น

- เส้นเอ็นเชิงกราน ๕ เส้น
- เส้นเอ็นกระดูกสะโพก ๒ เส้น ข้าย ๑ เส้น ขวา ๑ เส้น
- เส้นเอ็นกระดูกก้นกบ ๑ เส้น
- เส้นเอ็นกระเบนเหน็บ ๒ เส้น ข้างละ ๑ เส้น (ข้าย ๑ เส้น ขวา ๑ เส้น)
- เส้นเอ็นต้นขาข้างละ ๖ เส้น
- เส้นเอ็นส่วนแข้งข้างละ ๖ เส้น
- เส้นเอ็นหัวเข่าข้างละ ๗ เส้น
- เส้นเอ็นกระดูกข้อเท้าข้างละ ๖ เส้น
- เส้นเอ็นนิ้วเท้า บน ๕ เส้นต่อข้าง ล่าง ๕ เส้นต่อข้าง
- เส้นฝ่าเท้า ข้างละ ๑ เส้น

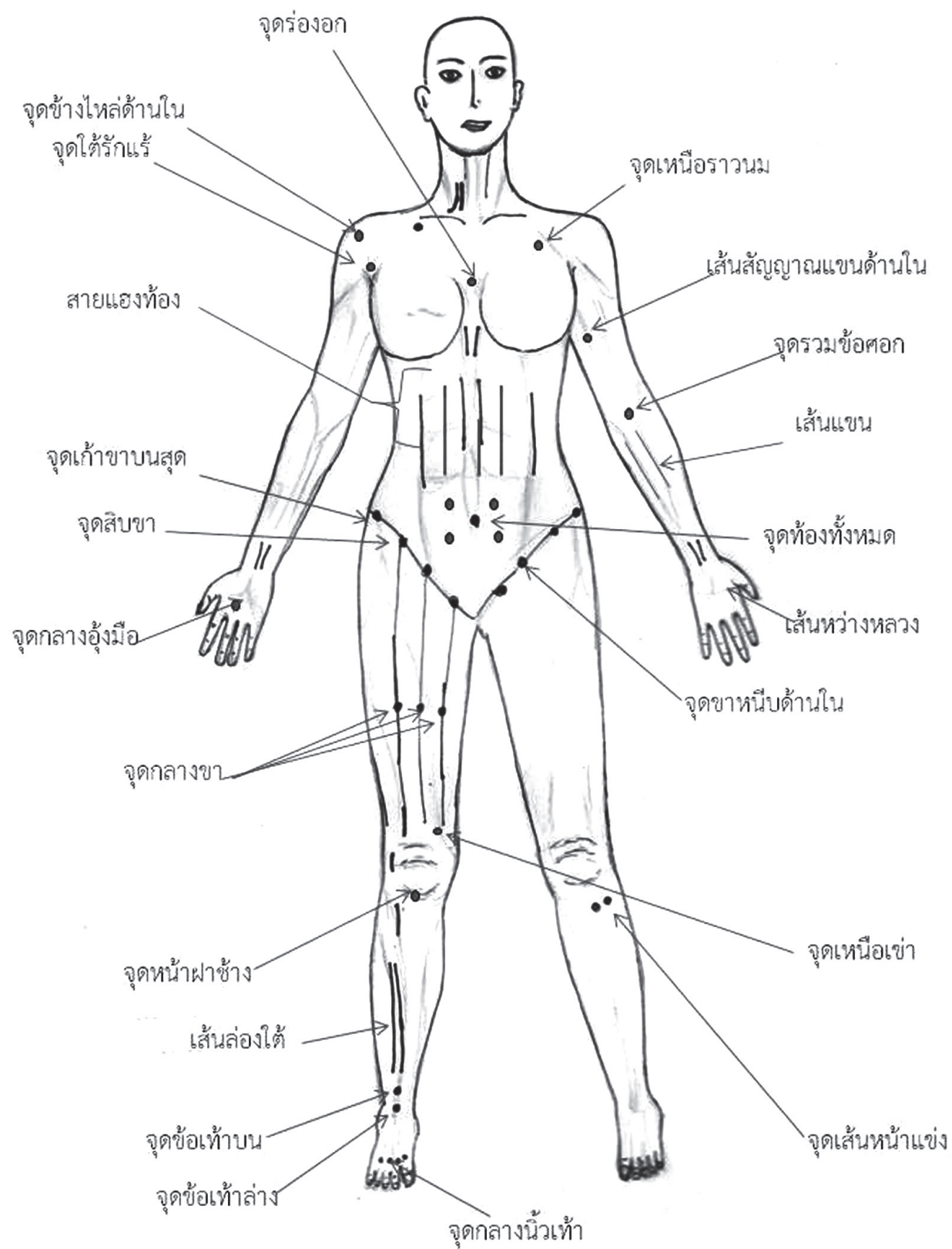
ส่วนที่ ๔ จตุกะวิญญาน คือ ศูนย์รวมของสิ่งที่มองไม่เห็น มีชั้น ๕ ธาตุ ๔ เป็นตัวควบคุม ถ้าทุกอย่างพร้อมไปจะทำให้เราแตกดับ ประกอบไปด้วย

- ชั้นทั้ง ๕ ประกอบไปด้วย รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาน
- ธาตุทั้ง ๔ ของหมอนวดล้านนาประกอบไปด้วย ดิน มี ๒๐ ดวง น้ำ มี ๑๒ ดวง ลม มี ๗ ดวง ไฟ มี ๖ ดวง และของหมอไทใหญ่ประกอบไปด้วย ดิน มี ๒๐ ดวง น้ำ มี ๑๒ ดวง ลม มี ๖ ดวง ไฟ มี ๔ ดวง



ภาพ ๔.๑ บริเวณจุดที่สำคัญของส่วนบนของร่างกายทางด้านหน้า





ภาพ ๔.๒ จุดและเส้นที่สำคัญของร่างกายทางด้านหน้า



๒. ระบบเลือด

เลือดเกิดจากธาตุทั้ง ๔ ได้แก่

- ๑) ปรวิธาตุ หรือ ธาตุดิน มี ๒๐ อย่าง
- ๒) อาโปธาตุ หรือ ธาตุน้ำ มี ๑๒ อย่าง
- ๓) วาโยธาตุ หรือ ธาตุลม มี ๗ อย่าง
- ๔) เตโชธาตุ หรือ ธาตุไฟ มี ๔ อย่าง

ซึ่งมีกระบวนการทำงานดังนี้ เตโชธาตุและอาโปธาตุ ผลิตเป็นเลือดแดงหล่อเลี้ยงทั่วร่างกาย ถ้ามีวาโยธาตุ เข้ามากระทำจะเกิดเป็นเลือดขาว ซึ่งเป็นทั้งเลือดขาวที่ติดต่อร่างกายและไม่ติดต่อร่างกาย ได้แก่ น้ำนม น้ำอสุจิ น้ำเหลือง และน้ำหนอง ซึ่งถ้าวาโยแทรกจนเสียสมดุลจะทำให้เลือดขาวเป็นโทษและวาโยธาตุจะพัดให้เลือดขาวไปคั่งค้างตามปรวิธาตุเป็นเลือดดำและเลือดเหลืองทำให้ปรวิธาตุพิการ

ระบบเลือดที่จะทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยดังต่อไปนี้

- ๑) เลือดน้อย ทำให้เลือดไปเลี้ยงส่วนปลายอวัยวะหรืออวัยวะต่าง ๆ ไม่เพียงพอ ทำให้เกิดอาการชาตามปลายประสาท ปลายเส้น ปลายเอ็น ปลายมือ และปลายเท้า
- ๒) เลือดข้น ทำให้เกิดอาการปวดกล้ามเนื้อทั่วร่างกาย บางครั้งทำให้มีอาการไข้ขึ้น
- ๓) เลือดเหนียว ทำให้เป็นเกี้ยว (ตะคริว) นิ้วล็อก ไหล่ติด ข้อติด และแน่นหน้าอก
- ๔) เลือดจาง ทำให้เกิดอาการมือเย็น เท้าเย็น ซาบริเวณปลายมือ ปลายเท้า ชาตามใบหน้า ปวดบริเวณหน้าผาก หน้ามืดตาลาย ตับไหว และหัวใจสั่น
- ๕) เลือดมากเกินไป ทำให้เลือดไหลแรง มีอาการเลือดกำเดาไหล ปวดเมื่อยทั่วร่างกาย ปวดตา ตามัว ตาฟาง หน้าแดง ตาร้อน ตาแดง หูแดง บวมตามร่างกาย เป็นไข้ ง่วงซึม และอาเจียน ทำให้เส้นเลือดแตกเป็นอัมพฤกษ์ ปากเปื่อย ตาเหล่ ลิ้นกระด้างคางแข็ง อัมพฤกษ์จะเป็นครึ่งซีก ถ้าไม่รักษาจะเป็นอัมพาต
- ๖) เส้นเลือดพับ เส้นเลือดงอ เส้นเลือดขาด ทำให้ปวด เนื่องจากเลือดไหลเวียนไม่สะดวก ทำให้เกิดอาการปวด บวม ชา ไหล่ติด นิ้วล็อก และกระดูกบดงอ ถ้าอาการรุนแรงทำให้เกิดอัมพฤกษ์ อัมพาตได้ เรียกว่า เส้นเลือดแตก
- ๗) ขางกระดูกพลั่ว (ขางกินดูก ขางกินเอ็น) เกิดจากเลือดไปหล่อเลี้ยงเยื่อในกระดูกไม่เพียงพอและเกิดจากเลือดแข็งตัวในกระดูก ทำให้เกิดกระดูกพรุน และกระดูกผุ

๓. ระบบลม

ลมทำให้เกิดอาการปวดเมื่อย ได้แก่

- ๑) ลมต้องเดิน เกิดจากการกินอาหารแสลง กินข้าวผัดเวลา สิบสาม (ผัดกลืน) ทำให้มีอาการปวดประจำเดือน นกเขาไม่ขัน ลมเข้าเส้น ปัสสาวะกะปริดกะปรอย มะโหกกันขุด (มะโหกกันปูด) เป็นนิ่ว มดลูกคว่ำ ไล่เลื่อน ลมเสียดลันปี และหายใจไม่ออก
- ๒) ลมสันนิบาตจิก (ชัก) เกิดจากไข้หลบใน ไข้ขึ้นสูง ร้อนในมาก กินผัด และสับผัด มีอาการลิ้นกระด้าง คางแข็ง น้ำลายไหล กัดฟัน พุดไม่ขัด แข็ง แขน ขา กระตุก หนึ่งตากระตุก ลมออกหู กล้ามเนื้อเต้นไม่หยุด และพุดไม่หยุด กระตุกทั้ง ๒ ข้าง หรือข้างเดียว เกิดการกระตุก (อาการเหล่านี้ไม่ได้เป็นมาตั้งแต่กำเนิด)
- ๓) ลมปี (ลมสะตุ) เกิดจากการหิวมาก ร้อนมาก หนาวมาก เย็นมาก ทำให้ธาตุทั้ง ๔ ไม่สมดุล หรือเป็นลมหน้ามืด หายใจไม่ออก ตามัว ตาพร่า ตาลาย ใจสั่น อ่อนแรง ยืนไม่อยู่ และสับสนว้าว



๔) **ลมเข้าเส้น** เกิดจาก กินผิด สาบผิด นั่งมาก นอนมาก และยืนมาก มีอาการปวดชาวิ่งลงตามเส้น คล้ายหนูวิ่งตามเส้น หรือกล้ามเนื้อกระดูกเป็นที่ ปวดตามข้อ ปวดในกระดูก เป็นตะคริว และปวดแสบปวดร้อนตามเส้น เวลานวดจะมีการเรอออกมา ลมจะออกหู ออกตา หรือผายลม ร้อนในอก ร้อนคอ และร้อนออกตา ทำให้ตัวเป็นไข้และก่อให้เกิดโรคเรื้อรังต่าง ๆ ตามมา

๕) **ลมในเลือด** เกิดจาก การกิน การสูดดม อากาศเป็นพิษ มีอาการทำให้เลือดข้น เลือดจาง เลือดเหนียว เลือดแข็งตัว เส้นเลือดหด ถ้าร้ายสุดทำให้เกิดภาวะเลือดจาง เส้นเลือดเปราะแตกง่าย ทำให้เกิดรอยช้ำตามร่างกาย เกิดฝีและเป็นโรคผิวหนังง่าย

๔. ระบบกล้ามเนื้อ

ระบบกล้ามเนื้อของหมอนวดล้านนา แบ่งออก เป็น ๔ ส่วน ได้แก่ ส่วนด้านหน้า ส่วนด้านหลัง ส่วนด้านข้าง ๒ ข้างและส่วนล่าง

๑) **กล้ามเนื้อส่วนหน้า** ประกอบไปด้วย กล้ามเนื้อใบหน้าทั้งหมด กล้ามเนื้อส่วนอก ข้าง ขวากล้ามเนื้อไหล่และแขน ข้างละ ๖ มัด มือ กล้ามเนื้อท้องมี ๖ มัด ข้างละ ๓ มัด

๒) **กล้ามเนื้อส่วนหลัง** ประกอบไปด้วย กล้ามเนื้อส่วนคอด้านหลัง ไหล่ด้านหลัง กล้ามเนื้อสันหลังทั้ง ๒ ข้าง

๓) **กล้ามเนื้อส่วนสี่ข้าง** เริ่มตั้งแต่กล้ามเนื้อใต้รักแร้และกล้ามเนื้อสี่ข้างทั้งหมด สิ้นสุดที่กระดูกหัวตะคาก (กระดูกเอว) หรือกระดูกโขนขา

๔) **กล้ามเนื้อส่วนล่าง** ประกอบด้วยกล้ามเนื้อสะโพกทั้ง ๒ ข้าง ข้างละ ๒ มัด กล้ามเนื้อหน้าขา กล้ามเนื้อขาใน กล้ามเนื้อขานอก กล้ามเนื้อขาด้านหลัง สันหน้าแข้ง น่อง ข้างละ ๒ มัด ใต้ตาตุ่ม หนังกิ้งก่า และใต้อุ้งเท้า

ส่วนที่ ๒ การวิเคราะห์รูปแบบวิธีการนวดพื้นบ้านล้านนา

จากการศึกษารูปแบบและวิธีการนวดของหมอพื้นบ้านล้านนามีหลากหลายวิธีการบำบัดในการดูแลรักษา มีการนำเอาอุปกรณ์ต่าง ๆ เข้ามาใช้ในการนวด มีคาถาและพิธีกรรมร่วมกับการรักษา และมีการใช้สมุนไพรร่วมกับการรักษาด้วย ผลการศึกษาพบว่าวิธีการของการนวดพื้นบ้านล้านนามีวิธีการและรูปแบบการนวดพื้นบ้านทั้งหมดจำนวน ๑๘ แบบ (ไม่รวมการแช่สมุนไพร และการฝังดิน/ทราย) ดังนี้

๑. การเช็ดและการแหก

การเช็ดและการแหก เป็นวิธีการนวดอีกรูปแบบหนึ่งที่รักษาอาการปวดจากสิ่งเหนื่อธรรมชาติ และธรรมชาติ ที่เรียกว่าเป็นโปง เป็นยำ (ภาพ ๔.๔)



(ก)



(ข)



(ค)

ภาพ ๔.๔ การเช็ดและการแหก (ก) วิธีการการเช็ดและการแหก (ข) อุปกรณ์การเช็ดและการแหก (ค) ใบพลู



๒. การย่ำขา

การย่ำขา เป็นรูปแบบวิธีการ นวดแบบการใช้การเหยียบและความร้อนจากขา (ใบผาน ไถนา) สมุนไพร (ไพล น้ำมันงา) และคาถา ช่วยในการรักษาอาการปวดตามร่างกาย ช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อทุกส่วนของร่างกาย (ภาพ ๔.๕)



ภาพ ๔.๕ การย่ำขา เป็นการนวดที่ใช้แรงและความร้อนร่วมกัน

๓. การตอกเส้น

การตอกเส้น เป็นรูปแบบการนวดที่ใช้อุปกรณ์ ประกอบด้วย แห่ลมไม้ และไม้ทุบ นำมาตอกตามแนวกล้ามเนื้อ ตามแนวเส้นเอ็น รักษาอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อทุกส่วนของร่างกาย (ภาพ ๔.๖)



ภาพ ๔.๖ การตอกเส้น ใช้อุปกรณ์ที่เป็นแท่งไม้และค้อนไม้ ตอกไปตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย





๔. การเอาม่าน (ดัด ดึง)

การเอาม่าน การบีบม่านหรือการลั่น เป็นความรู้การนวดพื้นบ้านล้านนาที่ได้รับอิทธิพลมาจากเมียนมา (พม่า) ซึ่งมีหลักการคือ การดัด ดึง เป็นการยืดเส้นเอ็น เพื่อคลายความตึงของเส้นเอ็น แก้อาการปวดเมื่อยตามร่างกายจากการทำงานหนัก ช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น (ภาพ ๔.๗)

ภาพ ๔.๗ การเอาม่าน เป็นการดัด ดึง โดยที่หมอนวดพื้นบ้านใช้มือและเท้าช่วยในการนวด

๕. การบีบ

การบีบ เป็นการนวดโดยการจับกล้ามเนื้อใช้แรงบีบจากนิ้วมือทั้งหมดบีบก้อนเนื้อเข้าหากัน บางครั้งใช้แรงยกกล้ามเนื้อด้วย การบีบจะทำให้กล้ามเนื้อผ่อนคลาย ส่งผลให้เลือดมาเลี้ยงบริเวณที่ปวดได้ดีขึ้น ช่วยลดอาการกล้ามเนื้อตึง หด และเกร็งตัว (ภาพ ๔.๘)



ภาพ ๔.๘ การบีบ



๖. การขยำ

การขยำหรือการขยี้ม เป็นวิธีการจับกล้ามเนื้อ แล้วบีบพร้อมขยับมือ เป็นการจับบ่อยๆ เหมือนกับการขยำ เป็นการกระตุ้นกล้ามเนื้อ ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ วิธีนี้จะช่วยให้กล้ามเนื้อผ่อนคลายหลังจากการนวดแบบหนัก ๆ มาแล้ว (ภาพ ๔.๙)



ภาพ ๔.๙ การขยำหรือการขยี้ม

๗. การนิกนีน (การคลึง)

การนิกนีน (การคลึง) เป็นการใช้นิ้วมือหรือศอก ออกแรงกดแล้วค่อยหมุนวนเป็นวงกลม เป็นการกระตุ้นกล้ามเนื้อ ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ทำให้ก้อนเนื้อที่แข็งเกร็งเป็นก้อนขนาดเล็กและใหญ่ ลดการคลายตัวและมีขนาดลดลง (ภาพ ๔.๑๐)



ภาพ ๔.๑๐ การนิกนีน (การคลึง)

๘. การอุดเส้น (ริดเส้น)

การอุดเส้น (ริดเส้น) เป็นการกดพร้อมกับออกแรงดึงรูตลงมา ส่วนใหญ่จะรูตจากส่วนต้นลงส่วนปลายที่จะใช้ในผู้ป่วยที่มีอาการชา เนื่องจากการริดจะทำให้เลือดมาเลี้ยงส่วนปลายอวัยวะได้ดี ส่วนใหญ่การริดจะใช้น้ำมันสมุนไพรช่วยเพื่อลดการเสียดสีของผิวหนังพร้อมทั้งน้ำมันสมุนไพรจะช่วยให้กล้ามเนื้อผ่อนคลาย (ภาพ ๔.๑๑)



ภาพ ๔.๑๑ การอุดเส้น (ริดเส้น)

๙. การดึง

การดึง เป็นการดึงเอาเส้นที่จมอยู่หรือถูกกดทับไว้ออกมา เพื่อลดอาการปวดและชา ส่วนใหญ่จะใช้กับข้อต่าง ๆ เช่น ข้อนิ้วมือ นิ้วเท้า ข้อศอก หัวไหล่ ข้อสะโพก และข้อเข่า เป็นต้น (ภาพ ๔.๑๒)



ภาพ ๔.๑๒ การดึง



๑๐. การเหยียบ

การเหยียบ เป็นวิธีการนวดแบบพื้นบ้านอย่างแท้จริง การใช้เท้าเหยียบเพื่อลดความปวดเมื่อยอยู่คู่กับสังคมไทยทุกยุคทุกสมัย เห็นตั้งแต่ระดับครอบครัว ลูกเหยียบให้พ่อแม่ ปู่ย่า ตา ยาย และเพื่อน ๆ การเหยียบทำให้กล้ามเนื้อที่ตึงผ่อนคลายและทำให้เลือดหมุนเวียนได้ดีขึ้น (ภาพ ๔.๑๓)



ภาพ ๔.๑๓ การเหยียบ

๑๑. การทุบและการสับ

การทุบและการสับ เป็นการนวดโดยใช้กำปั้นหรือสันมือทุบหรือเคาะไปตามกล้ามเนื้อ เพื่อให้กล้ามเนื้อที่ตึงผ่อนคลายและทำให้เลือดหมุนเวียนได้ดีขึ้น ส่วนใหญ่จะใช้ร่วมกับวิธีการนวดอื่น ๆ เป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ (ภาพ ๔.๑๔)



ภาพ ๔.๑๔ การทุบและการสับ

๑๒. การบิดฮ้าว (การบิด)

การบิดฮ้าว (การบิด) เป็นการดัดดึง อีกรูปแบบหนึ่งคล้าย ๆ กับการลั่นม่าน แต่จะใช้หลังจาก การนวดเสร็จแล้ว เป็นการผ่อนคลายและทำให้เลือดหมุนเวียนได้ดีขึ้น (ภาพ ๔.๑๕)



ภาพ ๔.๑๕ การบิดฮ้าว (การบิด)

๑๓. การตีก (การกด)

การตีก (การกด) เป็นการนวดที่ใช้มือและศอกในการออกแรงกดลงไปบริเวณที่ตึง ปวด ของกล้ามเนื้อ ซึ่งการตีกเป็นการนวดที่ใช้แรงค่อนข้างมาก ถ้าผู้ป่วยรูปร่างใหญ่ต้องใช้ศอกในการตีก การตีกส่วนใหญ่จะทำบริเวณที่มีกล้ามเนื้อหนา ๆ เช่น สะโพก หลัง บ่า และขา เป็นต้น (ภาพ ๔.๑๖)



ภาพ ๔.๑๖ การตีก (การกด)



๑๔. การจก (ล้วง)

การจก (ล้วง) เป็นวิธีการล้วงไปยังส่วนที่มีช่องว่าง เช่น สะบัก รักแร้ ข้อเข่า เพื่อให้เส้นที่ถูกกดทับอยู่ฟูและคลายตัว และลดอาการชา แต่ต้องมีความชำนาญสูง มิฉะนั้นอาจทำให้อาการปวด ชาเพิ่มมากขึ้น (ภาพ ๔.๑๗)



ภาพ ๔.๑๗ การจก (ล้วง)

๑๕. การแช่สมุนไพร

การแช่สมุนไพร เป็นอีกหนึ่งรูปแบบผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ส่วนใหญ่จะใช้ร่วมกับการนวด เป็นวิธีการฟื้นฟูผู้ป่วย อัมพฤกษ์ อัมพาต ได้ดี ทำให้กล้ามเนื้อลดการเกร็งตัว ระบบไหลของเลือดและลมดีขึ้น โดยการต้มสมุนไพรให้ร้อน ๆ ทั้งให้ร้อน ๆ แล้วให้คนไข้นอนแช่ (ภาพ ๔.๑๘)



ภาพ ๔.๑๘ การแช่สมุนไพร

๑๖. การฝัง (ดิน/ทราย)

การฝัง (ดิน/ทราย) เป็นอีกหนึ่งรูปแบบผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ส่วนใหญ่จะใช้ร่วมกับการนวด เป็นวิธีการฟื้นฟูผู้ป่วยอัมพฤกษ์ อัมพาต ได้ดี ทำให้กล้ามเนื้อลดการเกร็งตัว ระบบไหลเวียนของเลือดและลมดีขึ้น โดยการขุดดินหรือทรายแล้วฝัง เชื่อว่าดินหรือทรายสามารถดูดเอาสิ่งที่ไม่ดีออกจากร่างกายได้ (ภาพ ๔.๑๙ ที่มาของภาพ www.oknation.net/blog/print)



ภาพ ๔.๑๙ การฝัง (ดิน/ทราย)

๑๗. การกวาซา หรือการขุดพิษ

การกวาซา เป็นการถอนพิษทุกอย่าง ช่วยดูดความร้อนออกจากร่างกาย ในกรณีปวดเมื่อย มีลมที่คั่งค้างอยู่ทำให้กล้ามเนื้อแข็งเกร็ง การกวาซาจะทำระบายลมกระจายออกมารูขุมขน ทำให้กล้ามเนื้อที่เกร็งผ่อนคลาย เป็นการขยายท่อน้ำเหลือง ท่อเส้นเลือดฝอย และทำให้เลือดลมไหลเวียนดีขึ้น (ภาพ ๔.๒๐)



ภาพ ๔.๒๐ การกวาซา (ขุดพิษ)



๑๘. การหุ้มหรือการหยิก

การหยิก เป็นการสะกดตามข้อนิ้วทั้งนิ้วมือ และนิ้วเท้า เพื่อให้ลมหรือเลือดที่คั่งค้างที่ข้อได้กระจายออกไปเพื่อลดการปวดตามข้อ ทดสอบการรับรู้ ความเจ็บปวด และอาการชา (ภาพ ๔.๒๑)



ภาพ ๔.๒๑ การหุ้มหรือการหยิก

๑๙. การเกาะเส้น

การเกาะเส้น เป็นการนวดและจัดเส้นออกจากกระดูกโดยออกแรงกดพร้อมกับจับมาด้านผู้นวด เพื่อให้ เส้นจม หรือถูกกดทับ และลดอาการปวด (ภาพ ๔.๒๒)



ภาพ ๔.๒๒ การเกาะเส้น



๒๐. การแกะเส้น (การเชี่ยเส้น)

การแกะเส้น การเชี่ยเส้น เป็นการใช้นิ้วกด พร้อมกับแกะ แคะ หรือเชี่ยเส้นเอ็นที่ตึง หรือกล้ามเนื้อที่เป็นก้อนอยู่ให้มันลน ลดขนาดของก้อนลง และลดความตึงลง (ภาพ ๔.๒๓)



ภาพ ๔.๒๓ แกะเส้น การเชี่ยเส้น

ส่วนที่ ๓ การวิเคราะห์โรค อาการและกระบวนการรักษาของหมอนวดพื้นบ้านล้านนา

๓.๑ การวิเคราะห์โรคและอาการด้วยการนวดพื้นบ้านล้านนา

จากการถอดองค์ความรู้ของหมอพื้นบ้านภาคเหนือพบว่าโรค/อาการที่สามารถรักษาได้ด้วยการนวด จำนวน ๓๕ โรค ดังตารางที่ ๔.๒ การรักษานอกจากจะใช้กระบวนการนวดแล้วยังมีกระบวนการรักษาในรูปแบบอื่น ๆ ได้อีก ได้แก่ การเช็ด การแหก ดูดดูด ประคบ เป่า ย่ำขาง ก๊อบยา ตอกเส้น นวดน้ำมัน โสมยา แห่ยาสมุนไพร ขวากซุย เป่าเส้น พอกยา นอนยา ผิง (ดิน/ทราย) และเผายา เป็นต้น



ตารางที่ ๔.๒ โรค อาการและวิธีการรักษาตามภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้านภาคเหนือ

ลำดับ	โรค	อาการ	การรักษา
๑	กระดูกทับเส้น	อ่อนล้า ขา ปวดร้าวเสียวแปลบ นั่งก็ปวด นอนก็ปวด (เส้นจม เส้นบิด) เช่น เอ็นเข้าแคบ เอ็นเข้าตะกาม	นวด ประคบ ย่ำขา ตอกเส้น เช็ดแห้ง
๒	กอนลงฟัก/วัวไม่ชน /มะเขือเผา (นกเขาไม่ขัน)	ไม่มีความต้องการทางเพศ อวัยวะเพศชายไม่แข็งตัว	นวด กินยาสมุนไพร
๓	กางค้ำ (ขากรรไกรค้ำ)	พูดไม่ชัด ลิ้นแข็ง ปากเปี้ยว ข้างปากหุบไม่ได้ เกิดจาก หาวแล้วค้ำ เคี้ยวข้าวแล้วค้ำ หัวเราะค้ำ	นวด ย่ำขา ตอกเส้น กวาดยา กินยาสมุนไพร โสมยาสมุนไพร ประคบ
๔	เกี้ยว (ตะคริว)	กล้ามเนื้อแข็งเกร็งเป็นก้อนบิด เจ็บ ปวดมาก ขา กระดูก	นวด ย่ำขา ตอกเส้น กินยาสมุนไพร โสมยาสมุนไพร ประคบ
๕	ขาขะยื้อ (หืดหอบ ถุงลมโป่งพอง)	หายใจลำบาก หายใจไม่สะดวก แน่นหน้าอก ปวดท้ายทอย แน่นหลัง อ่อนเพลีย หน้ามืด หน้าซีด มือเย็นเท้าเย็นและซีด ตาและปากมีสีคล้ำ	นวด ย่ำขา ตอกเส้น กินยาสมุนไพร โสมยาสมุนไพร ประคบ แช่ยาสมุนไพร พอกยา
๖	ครีวท้องลง (มดลูกลง มดลูกหย่อน ไส้เลื่อน)	ปวดท้องน้อยร้าวลงขา ปวดหลัง ปัสสาวะและอุจจาระ ลำบาก เวลามีประจำเดือนจะปวดมาก แน่น จุกใต้ลิ้นปี่ สามารถนวดแก้อาการปวดประจำเดือน แก้ไขภาวะ ที่มีบุตรยาก และนวดแก้อาการมดลูกต่ำหรือกรณี ไส้เลื่อนในผู้ชายได้	นวดกดเส้น นั้ยา ดิ่งเส้น กินยา
๗	ท้องผูก	หายใจผิด พะอืดพะอม แน่นท้อง แน่นหลัง ปวดเสบปวดร้อน ถ่ายยาก อุจจาระเป็นเม็ดเล็ก ๆ แข็ง	นวด ย่ำขา ตอกเส้น กินยาสมุนไพร
๘	นิ้วขี้กัน	เส้นที่มือตึงเรื้อรัง การกดของกระดูก ปวดตามข้อ ทำให้นิ้วบิดไปซ้อนกัน ส่วนใหญ่จะเป็นที่นิ้วมือ	นวด ย่ำขา ตอกเส้น กินยาสมุนไพร โสมยาสมุนไพร ประคบ ฯลฯ
๙	นิ้วล็อก ข้อศอกล็อก หัวไหล่ล็อก	ปวดแขนขาลงนิ้วมือ นิ้วมืองอผิดรูป มี ๓ กรณี (๑) งอนิ้วไม่ได้ (๒) เขยียดนิ้วไม่ได้ (๓) นิ้วโกป็น	นวด ประคบ ย่ำขา ตอกเส้น แช่ยาสมุนไพร
๑๐	ปวดหลัง ปวดเอว	ปวดแน่นหลัง ทำให้ท้องตึง ขาตึง ปวดสะโพก จนถึงก้นกบ	นวด ย่ำขา ตอกเส้น กินยาสมุนไพร นวดน้ำมัน แช่ยาสมุนไพร
๑๑	ปวดเข่า	เจ็บ บวม ที่เข่า ปวดหัวไหล่ เจ็บคอ เจ็บศีรษะ เจ็บคาง ปวดกระบอกตา ปวดอกหู ตา และขมับ น้ำหู น้ำตา น้ำมูกไหล	นวด ตอกเส้น กินยาสมุนไพร อมยาสมุนไพร ประคบ



ตารางที่ ๔.๒ โรค อาการและวิธีการรักษาตามภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้านภาคเหนือ (ต่อ)

ลำดับ	โรค	อาการ	การรักษา
๑๒	ปัดน้ำ	เกิดอาการเจ็บปวดหลังการอาบน้ำ มีการปวดบวมตามร่างกาย ตัวเย็น	การเช็ด การແກ່ เป่า
๑๓	ปัดไฟ	เจ็บปวด ร้อนตามผิวหนังหรือทั่วร่างกาย	การเช็ด การແກ່
๑๔	ปัดภายนอก	เจ็บปวดกล้ามเนื้อมาก เวลาจับลูบคลำเพียงเบา ๆ บางครั้งแค่ลมพัดผ่านผิวหนังก็จะเกิดอาการเจ็บปวดมาก	การเช็ด การແກ່ ดูดยอด
๑๕	ปัดภายใน	เจ็บปวดมากเวลาจับและกดแรง ๆ หรือได้รับการกระทบกระเทือนภายใน บางครั้งนั่งรถที่สั่นสะเทือนมาก ๆ ก็จะเกิดอาการเจ็บปวดทันที	การเช็ด การແກ່ นวด ประคบ
๑๖	ปัดลม	เจ็บปวดเมื่อมีลมพัดผ่านผิวหนัง บางครั้งมีอาการบวมด้วย	การเช็ด การແກ່ เป่า
๑๗	โป่ง	ปวด ร้อน บวม บริเวณข้อหรือกระดูก	การเช็ด การແກ່ ย่ำขาง ดุด เป่า ประคบ
๑๘	โป่งกินเส้น กินดุก	ปวดตามข้อบางครั้งจะมีอาการบวมร่วมด้วย	การเช็ด การແກ່
๑๙	โป่งปอง	ปวด บวม และร้อน ไม่มีแผล เดินลากขา	การเช็ด การແກ່ ย่ำขาง ก๊อบยา ประคบ
๒๐	โป่งเยียน	ปวดร้อน เป็นแผลที่มีลักษณะเป็นรูเล็ก ๆ มีน้ำเหลืองหรือน้ำหนองไหลออกจากแผล	การเช็ด การແກ່ เป่าก๊อบยาเย็น
๒๑	โป่งแห้ง	อาการจะปวดชา อ่อนแรง กระดูกปูดโปนออกมา แขนขาลีบเล็กแห้ง ผิวหนังเหี่ยวดำ	การเช็ด การແກ່ ย่ำขาง
๒๒	มะโห้กันปุด (ริดสีดวงทวาร)	มีก้อนเนื้อออกจากทวาร ท้องผูก อูจจะระลำบาก เป็นก้อนแข็ง ปวดแสบปวดร้อนรูทวาร มีเลือดออก ปวดแหว เจ็บท้อง	นวดและทายา กินยา นั่งยา ยาสด
๒๓	ย่ำ (ย่ำปวด)	เจ็บปวดเป็นบางครั้ง มีอาการคัน มีการบวมของกล้ามเนื้อ กล้ามเนื้อแข็งเป็นก้อนตามร่างกาย และก้อนดังกล่าวสามารถเคลื่อนย้ายไปในทุกส่วนของร่างกาย	การเช็ด การແກ່ ย่ำขาง นวด ประคบ
๒๔	ย่ำขำ	จะปวดอยู่กับที่ เจ็บ และร้อน เมื่อทำการเช็ดหรือແກ່ จะย้ายที่ไป	การเช็ด การແກ່
๒๕	ย่ำสะลี (ที่นอน)	ปวดมากเวลาตื่นนอนตอนเช้า จะปวดบริเวณช่วงเอว คอตกหมอนก็อยู่ในกลุ่มนี้	การเช็ด การແກ່ ย่ำขาง นวด
๒๖	ลมกระด้าง (อัมพาต)	เป็นอัมพาตที่ไม่ใช่เกิดจากอุบัติเหตุ แต่เกิดจากการที่เส้นเคลื่อนออกจากตำแหน่งปกติ แล้วไม่ได้รับการรักษา จนกลายเป็นอัมพาตไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้เลย ส่วนใหญ่จะเป็นครั้งท่อน	นวด ย่ำขาง ตอกเส้น



ตารางที่ ๔.๒ โรค อาการและวิธีการรักษาตามภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้านภาคเหนือ (ต่อ)

ลำดับ	โรค	อาการ	การรักษา
๒๗	ลมตายผาก (อัมพฤกษ์)	อ่อนแรง ยกแขนและขาไม่ขึ้น ปากเบี้ยว ลิ้นกระด้าง คางแข็ง พุดไม่ชัด น้ำหู น้ำตาไหล ข้างในที่อ่อนแรง ขามือ ขาเท้า จิตใจแปรปรวน อัมพฤกษ์จะเป็นครึ่งซีก	นวด ย่ำขาง ตอกเส้น
๒๘	ลมต๋องเต็น	เส้นเอ็นหน้าท้องตึง เป็นก้อน เป็นดานแข็ง มีลมในท้อง เส้นเลือดบริเวณสะดือเต้นแรงมาก เวลาขับบริเวณท้องจะเรอออกมา	นวด ย่ำขาง
๒๙	ลมมะเอ็งคุดออกหัว ออกตา (ไมเกรน)	ปวดศีรษะข้างเดียว อายากอาเจียน ปวดตาข้างเดียว หงุดหงิดง่าย เท้าเย็นมือเย็น ปวดท้ายทอย ลมออกหู หูอื้อ น้ำในหูไม่เท่ากัน หายใจติดขัด น้ำตาไหล ตามัว ตากระตุก หนังตาตก ตาเหล่	นวด ยาสมุนไพร แก้ลมไมเกรน ย่ำขาง เป่า โสมยา (อบ) ก๊อบยา เผายา
๓๐	ลมสันนิบาตเข้าเส้น หรือสะเดาดิดจิก	ปวดตามเส้น ตามเอ็น ตามข้อ ชักกระตุก สั่น เขย่าแข้ง ขา แขน ก้ม แหงน เอียงข้าง อยู่ไม่เป็นสุข อยู่นิ่งไม่ได้ พุดไปเรื่อย ชัก เกร็ง กัดฟัน (คล้ายอาการผีเข้า)	นวด ย่ำขาง ตอกเส้น กินยาสมุนไพร โสมยาสมุนไพร ประคบ แช่ยาสมุนไพร พอกยา นอนยา ฝังดิน ฝังทราย เผายา
๓๑	เหน็บชา	ชาบริเวณปลายมือปลายเท้า หรือชาทั่วบริเวณแขน และขา ซึ่งเกิดจากเลือดลมหมุนเวียนไม่ปกติ	นวด ย่ำขาง ตอกเส้น
๓๒	ไหล่หลด หัวไหล่หลด (ไหล่หลุด)	เกิดจากการได้รับอุบัติเหตุ หรือการกระทบกระทั่ง อย่างแรง เล่นกีฬาแรง ๆ ยกของหนัก ทำให้ปวดมาก รอยต่อหัวกระดูกเคลื่อนออกจากกัน	เข้าเฝือก ขวักซุย ทาน้ำมัน ก๊อบยา กินยา กดเส้น เป่าเส้น
๓๓	เอ็นเข้าแค็บ (สะบักจม)	ปวด เมื่อย ล้า แขนจนถึงศีรษะทั้งสองข้าง เวลายกแขนจะปวด หรือยกแขนไม่ได้ ตรงที่ปวด จะมีอาการร้อนร่วมด้วย บางครั้งทำให้มีไข้	นวด ประคบย่ำขาง ตอกเส้น โสมยา (อบ) ก๊อบยา นวดน้ำมัน
๓๔	เอ็นเข้าตะก่าบ่อง (เอ็นเข้าสะโพก)	ปวดขา ปวดสะบักปวดร่อนลงหน้าขา ลงแข้ง ปวดเอว ปวดท้อง ปวดหัวเข่า ข้อพับ หลังเท้า น่อง นิ้วเท้า (ปวดขาตั้งแต่สะโพกถึงปลายเท้า)	นวด ย่ำขาง ตอกเส้น กินยาสมุนไพร โสมยาสมุนไพร ประคบ แช่ยาสมุนไพร พอกยา นอนยา ฝังดิน ฝังทราย เผายา
๓๕	เอ็นเข้าเปี่ยง (สีข้าง)	เจ็บแปลบเสียดแทงสีข้าง ก้มไม่ได้ เงยไม่ได้ ลูกยาก นังยาก เจ็บท้องเป็นก้อนแข็งเกร็ง ปวดท้องร้าวลงขา และสะโพก	นวด ย่ำขาง ตอกเส้น กินยาสมุนไพร โสมยาสมุนไพร ประคบ แช่ยาสมุนไพร พอกยา นอนยา ฝังดิน ฝังทราย เผายา

ในการประคบใช้ลูกประคบที่เรียกว่า “ยานิ่ง” ซึ่งเป็นห่อยาขนาดใหญ่ ประกอบด้วยสมุนไพรหลายชนิด ห่อด้วยผ้าฝ้าย เมื่อจะใช้นำไปนึ่งกับหวดหนึ่งข้าวเหนียว แล้วนำมาประคบบริเวณที่มีอาการ ปวด บวมหรือซ้ำ

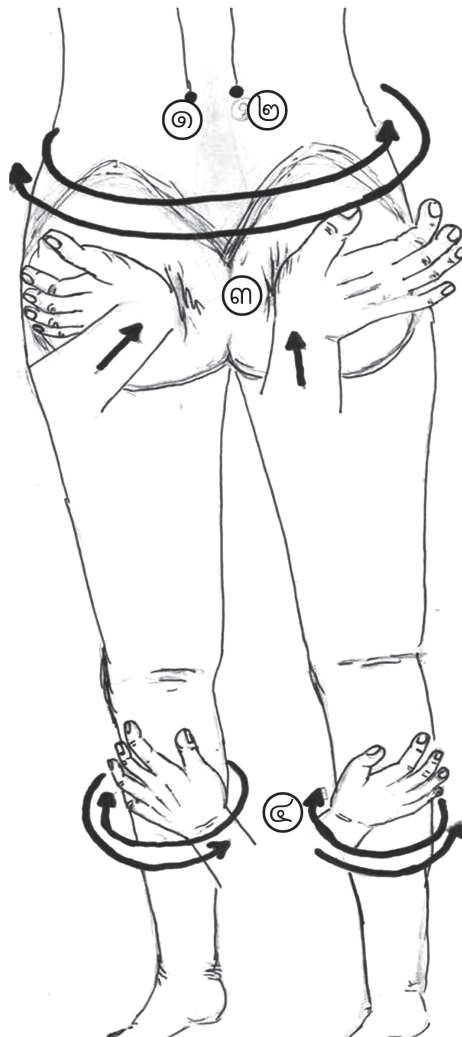
๓.๒ กระบวนการรักษาของหมอนวดพื้นบ้านล้านนา

จากการถอดองค์ความรู้แบบเจาะลึกพบว่าโรคที่เกี่ยวข้องกับระบบกล้ามเนื้อ กระดูก เส้นเอ็นและจุดที่สำคัญบนร่างกายมีทั้งสิ้น ๓๕ โรค/อาการ เป็นโรคที่ไม่ต้องใช้วิธีการนวดรักษา จำนวน ๑๓ โรค สำหรับวิธีและขั้นตอนการนวดรักษามีเทคนิคที่แตกต่างกันไปแล้วแต่ความชำนาญของตัวหมอ มีองค์ประกอบ คือ ทำรักษาเทคนิคการกดเส้น ยาสมุนไพร และพิธีกรรม แต่จะขาดไม่ได้คือ จุดเส้นสำคัญของแต่ละโรค ที่หมอนวดทุกคนต้องใช้เหมือนกัน ดังนั้นขั้นตอนของการรักษาโรค/อาการที่รักษาได้ด้วยการนวดมี ๒๒ โรค/อาการ ดังต่อไปนี้

๑. ชื่อโรค/อาการ กระดูกทับเส้น

อาการ อ่อนล้า ขา ปวดร้าว เสียวแปลบ นั่งก็ปวด นอนก็ปวด (เส้นจม เส้นบิด) เช่น เอ็นเข้าแค็บ (สะบ้าจม) เอ็นเข้าตะก้ำป่อง (เอ็นเข้าสะโพก)

วิธีการรักษา นวด ประคบ ย่ำขา ตอกเส้น เช็ดแหก วิธีการนวดและประคบสมุนไพร (ภาพ ๔.๒๔)



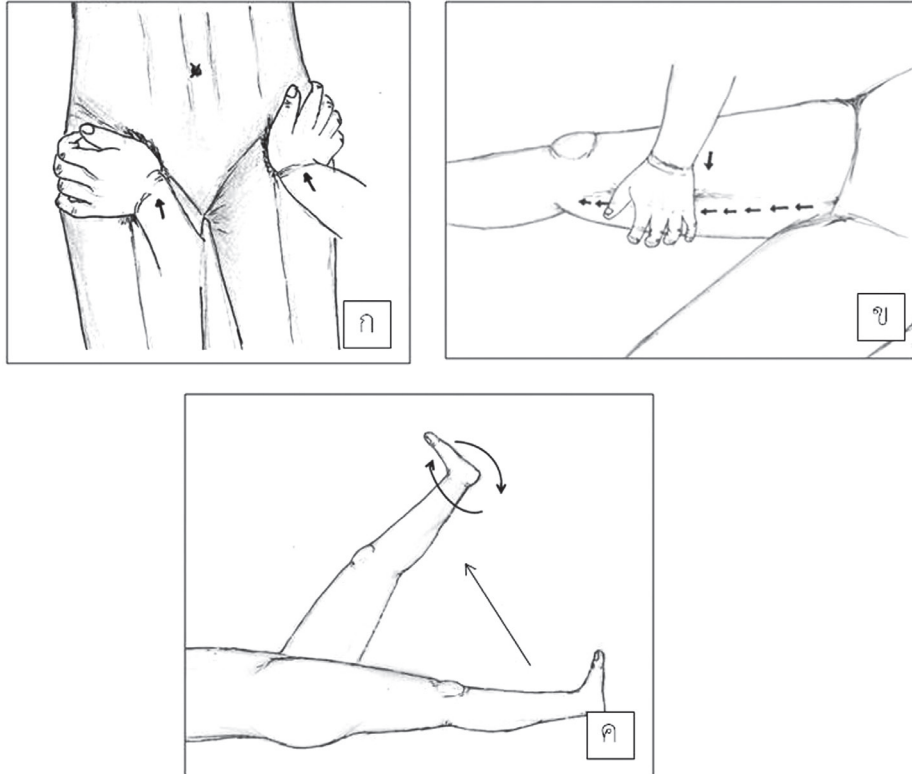
ภาพ ๔.๒๔ การนวดแก้ลมกระด้าง (อัมพาต) ให้ผู้ป่วยนอนในท่าคว่ำ หมอนวดกดเส้นหลังหมายเลข ๑-๒ จากนั้นทายาสมุนไพรที่ขา แล้วทำการหมุนเอวกลับไปมาในลักษณะวงกลม ดังภาพ หมายเลข ๓-๔



๒. ชื่อโรค/อาการ กอนลงฟักหรือวัวไม่ชนหรือมะเขือเผา (นกเขาไม่ขัน)

อาการ ไม่มีความต้องการทางเพศ อวัยวะเพศชายไม่แข็งตัว

วิธีการรักษา นวดและใช้ยาสมุนไพร (ภาพ ๔.๒๕)



ภาพ ๔.๒๕ การนวดรักษาอาการกอนลงฟักหรือวัวไม่ชนหรือมะเขือเผา (นกเขาไม่ขัน) (ก) ให้ผู้ป่วยนอนในท่าหงายกดจุดเส้นชาหนีบ และจุดขาหนีบด้านใน (ข) ใช้สันมือจุดเส้นข้างหน้าขาในด้านในทั้งสองขา (ค) ให้ผู้ป่วยนอนในท่าหงายหมอยกขาขึ้นแล้วหมุนกลับไปมา ซ้าย - ขวา ทำทั้งสองขา

๓. ชื่อโรค/อาการ คางค้ำ

(ขากรรไกรค้ำ)

อาการ ฟูดไม่ชัด ลิ้นแข็ง ปากเปี้ยว ข้างปาก
หุบไม่ได้ เกิดจากหวาแล้วค้ำ เคี้ยวข้าวแล้วค้ำ หัวเราะ
ค้ำ

วิธีการรักษา ย่ำขา ตอกเส้น กวาดยา กิน
ยาสมุนไพร โสมยา ประคบและนวด (ภาพ ๔.๒๖)

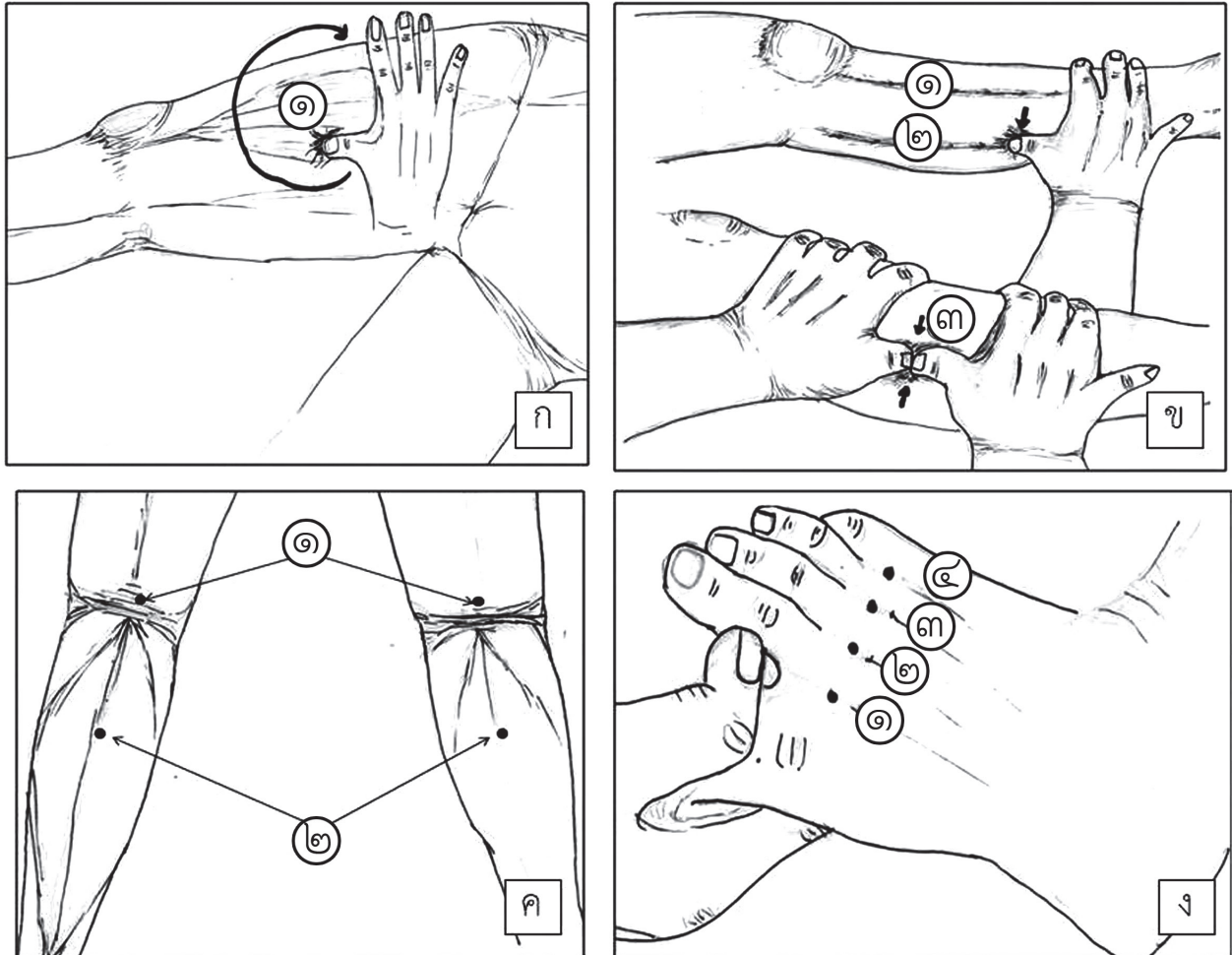
ภาพ ๔.๒๖ การนวดแก้ขากรรไกรค้ำ ให้กดเส้นกรามขากรรไกร
หมายเลข ๑ และ ๒ ในลักษณะบีบ
แล้วลัดกับขากรรไกรเข้า



๔. ชี้อโรค/อาการ เกี้ยว (ตะคริว)

อาการ กล้ามเนื้อแข็งเกร็งเป็นก้อนบิด เจ็บ ปวดมาก ซา และกระตุก

วิธีการรักษา ย่ำขา ตอกเส้น กินยาสมุนไพร โสมยา ประคบและนวด (ภาพ ๔.๒๗)



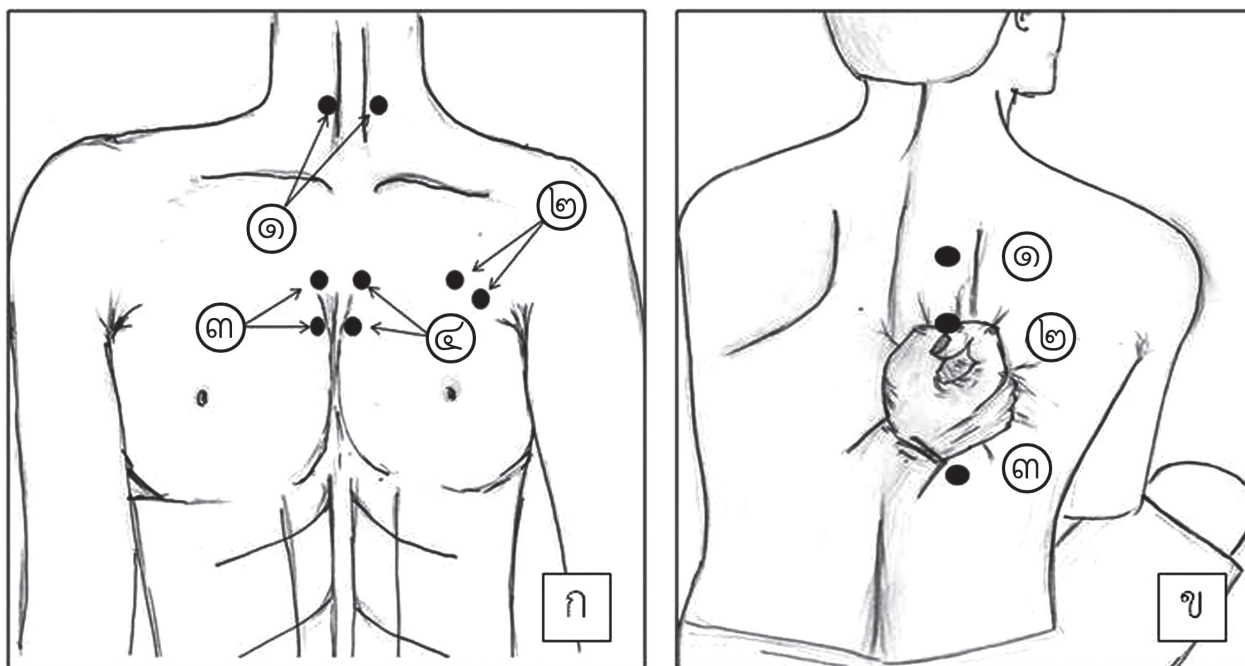
ภาพ ๔.๒๗ การนวดแก้เกี้ยว (ตะคริว) (ก) การรักษาอาการตะคริว หมอต้องรีบกดกล้ามเนื้อที่เป็นตะคริวให้อ่อนตัวลง กล้ามเนื้อตะคริวจะมีลักษณะแข็ง บั่น หมอต้องกดในลักษณะคลึง ย่ำไปมา รอบ ๆ ดังหมายเลข ๑ (ข) กดจุดเส้นขาด้านใน ดังหมายเลข ๑ และ ๒ และเส้นแข็งด้านนอก หมายเลข ๓ (ค) กดเส้นพับหมายเลข ๑ และเส้นน่องหมายเลข ๒ (ง) กดจุดตามร่องนิ้วดังหมายเลข ๑ - ๔



๕. ชื่อโรค/อาการ ขางชะยื่อ (หืดหอบ ถุงลมโป่งพอง)

อาการ หายใจลำบาก หายใจไม่สะดวก แน่นหน้าอก ปวดท้ายทอย แน่นหลัง อ่อนเพลีย หน้ามืด หน้าซีด มือเย็นเท้าเย็นและซีด ตาและปากมีสีคล้ำ

วิธีการนวดรักษา ย่ำขาง ตอกเส้น กินยาสมุนไพร โสมยา แซ่ยา พอกยา ประคบและนวด (ภาพ ๔.๒๘)



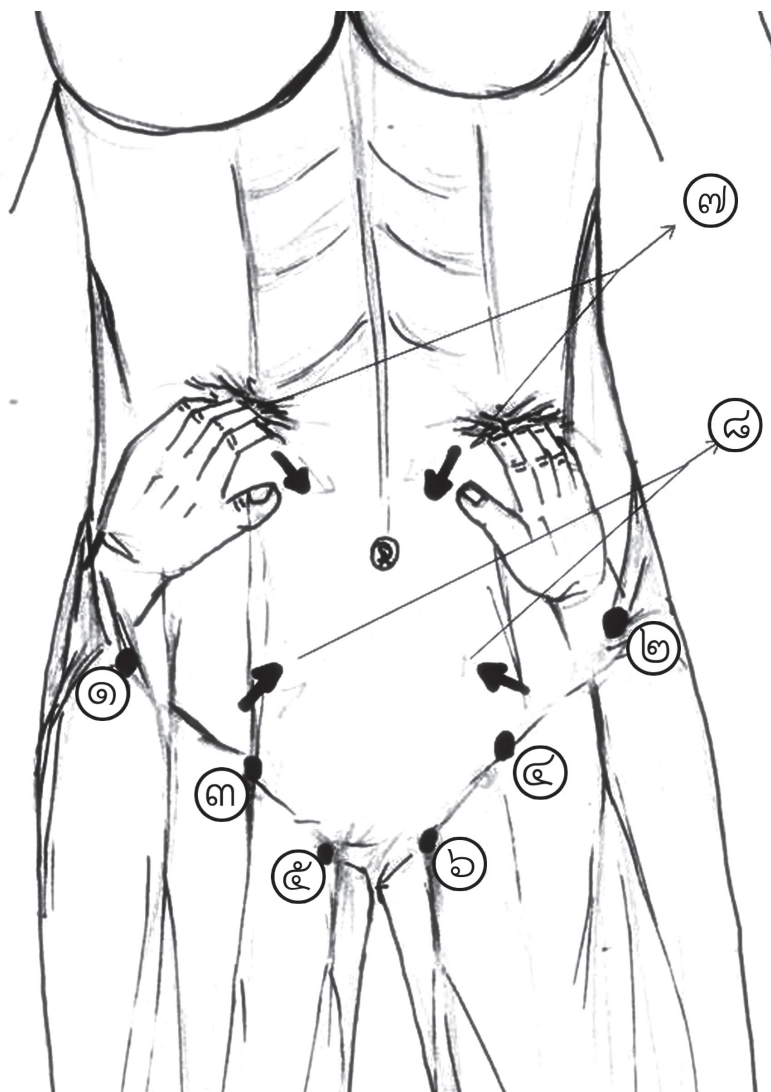
ภาพ ๔.๒๘ การนวดแก้อาการขางชะยื่อ (หืดหอบ ถุงลมโป่งพอง) (ก) เปิดลมที่เส้นหลอดลมหมายเลข ๑ โดยกดเบา ๆ ซ้ำ ๒-๓ ครั้ง ขึ้นลง และจุดหมายเลข ๒ เส้นกล้าม จากนั้นกดจุดหมายเลข ๓ และ ๔ จุดระหว่างอก (ข) เคาะที่จุดปอดด้านขวามือ ลักษณะกำปั้นทุบสลับกับตบในแนวเส้นหลังดังจุดหมายเลข ๑-๓



๖. ชื่อโรค/อาการ คริวท้องลง (มดลูกลง มดลูกหย่อน ไล่เลื่อน)

อาการ ปวดท้องน้อยร้าวลงขา ปวดหลัง ปัสสาวะและอุจจาระลำบาก เวลาเป็นประจำเดือนจะปวดมาก แน่น จุกใต้ลิ้นปี่

วิธีการรักษา นั้ยา ดึงเส้น กินยาสมุนไพร และนวดกดเส้น (ภาพ ๔.๒๙)



ภาพ ๔.๒๙ การนวดคริวท้องลง (มดลูกลง มดลูกหย่อน ไล่เลื่อน) ให้ผู้ป่วยนอนในท่าหงาย หมอใช้สันมือหรือหัวแม่มือกดลงไปจุดขาบน หมายเลข ๑ และ ๒ ต่อด้วยจุดเส้นหน้าขา หมายเลข ๓ และ ๔ และจุดแอบแอขา หมายเลข ๕ และ ๖ จากนั้นโกยท้องให้มดลูกเข้าตำแหน่ง ดังภาพหมายเลข ๗ และ ๘

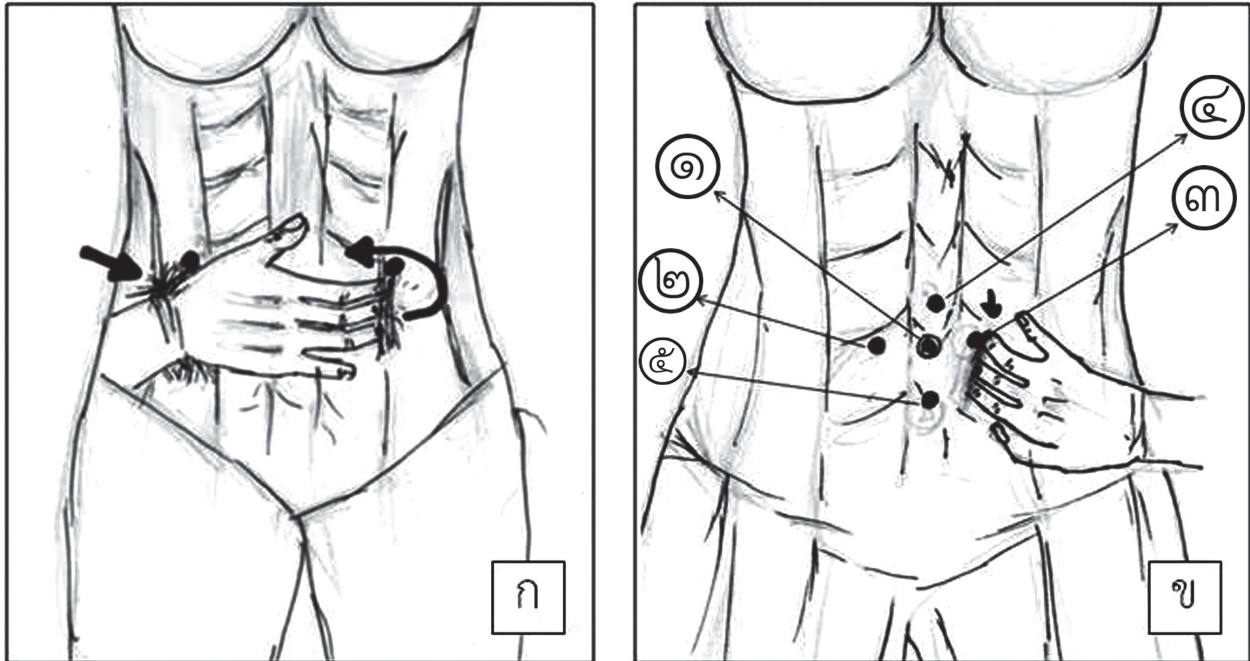
หมายเหตุ สามารถใช้วิธีการนวดแบบนี้แก้อาการปวดประจำเดือน แก้ไขภาวะที่มีบุตรยาก นวดแก้อาการมดลูกต่ำในผู้หญิงหรือกรณีไล่เลื่อนในผู้ชายได้



๗. ชื่อโรค/อาการ ท้องผูก

อาการ หายใจผิด พะอืดพะอม แน่นท้อง แน่นหลัง ปวดแสบปวดร้อน ถ่ายอุจจาระยาก และอุจจาระเป็นเม็ด เล็ก ๆ แข็ง ๆ

วิธีการรักษา ย่ำขา ตอกเส้น กินยาสมุนไพรและนวด (ภาพ ๔.๓๐)

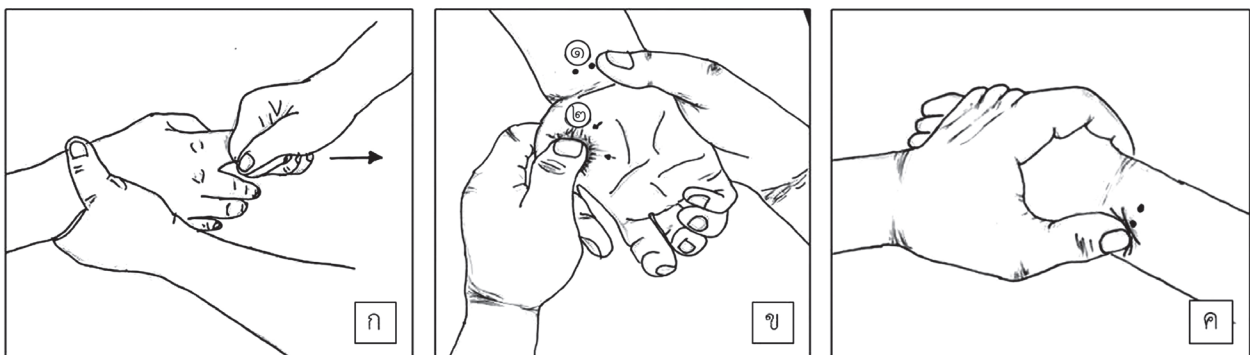


ภาพ ๔.๓๐ การนวดแก้อาการท้องผูก (ก) ใช้สันมือและปลายนิ้วโยกท้องทวนเข็มนาฬิกา (ข) กดเส้นสะดือหมายเลข ๑ และกดเส้นท้องทั้ง ๔ ทิศ ดังหมายเลข ๒-๕

๘. ชื่อโรค/อาการ นิ้วชี้กัน

อาการ เส้นที่มือตึงเรื้อรัง การกดของกระดูก และปวดตามข้อ ทำให้นิ้วบิดไปซ้อนกัน ส่วนใหญ่จะเป็นที่นิ้วมือ

วิธีการรักษา ย่ำขา ตอกเส้น กินยาสมุนไพร โสมยา ประคบและนวด (ภาพ ๔.๓๑)



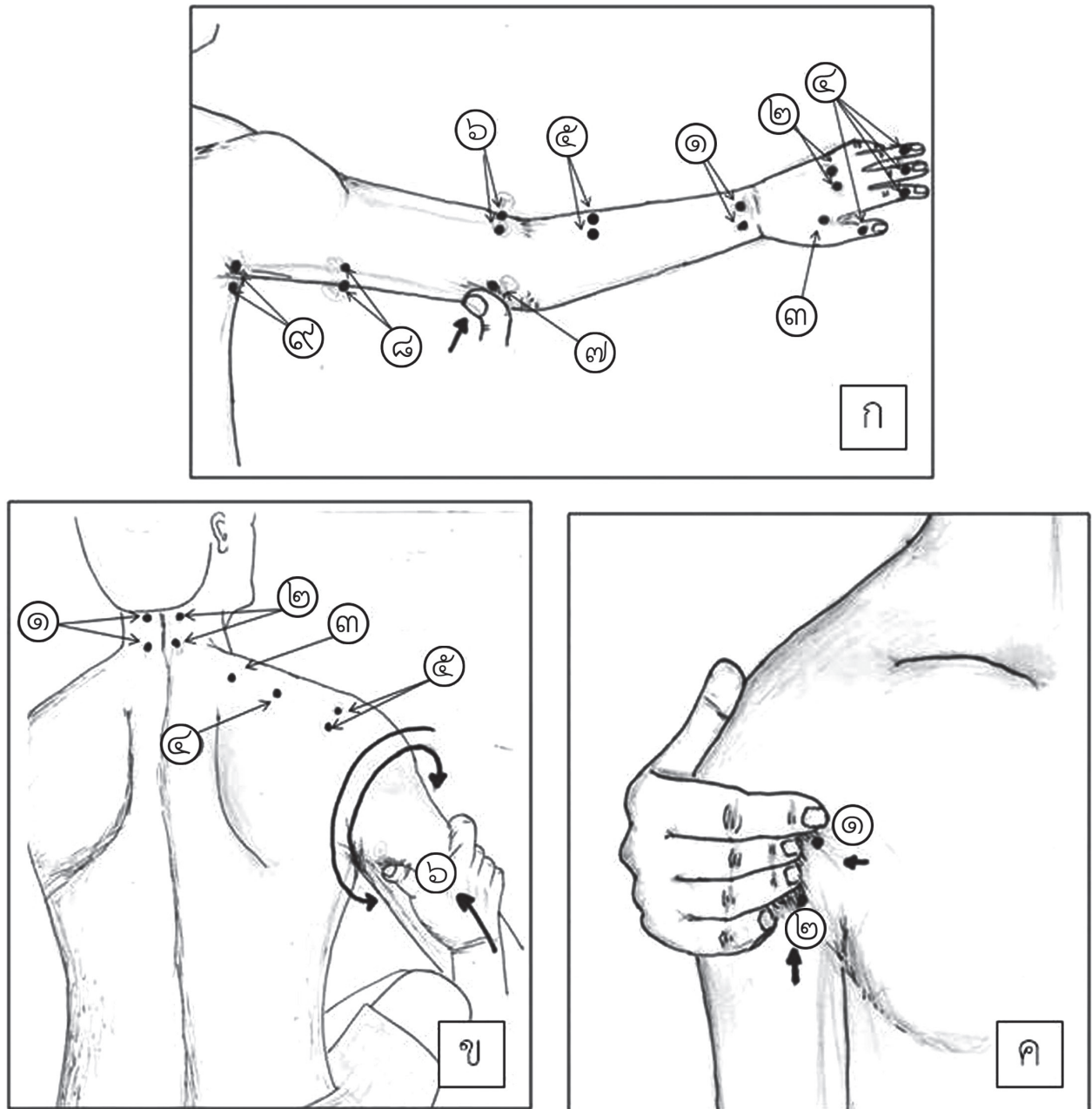
ภาพ ๔.๓๑ การนวดแก้ นิ้วชี้กัน (ก) ดึงเส้นนิ้วในลักษณะหมุน (ข) กดข้อนิ้วด้านท้องมือในลักษณะขีด และกดยาที่เดิมในจุดใกล้เคียง หมายเลข ๑ แล้วกดจุดง่ามมือ หมายเลข ๒ (ค) กดจุดเส้นข้อมือ กดซ้ำในบริเวณใกล้เคียง ลักษณะกดผลักเข้า-ออก



๙. ชื่อโรค/อาการ นิ้วล็อก ข้อศอกล็อก หัวไหล่ล็อก

อาการ ปวดแขนชาลงนิ้วมือ นิ้วมืองอผิดรูป มี ๓ กรณี คือ (๑) งอนิ้วไม่ได้ (๒) เขยียดนิ้วไม่ได้ และ (๓) นิ้วโก่ง

วิธีการรักษา ย่ำขา ตอกเส้น เข้ายา ประคบและนวด (ภาพ ๔.๓๒)



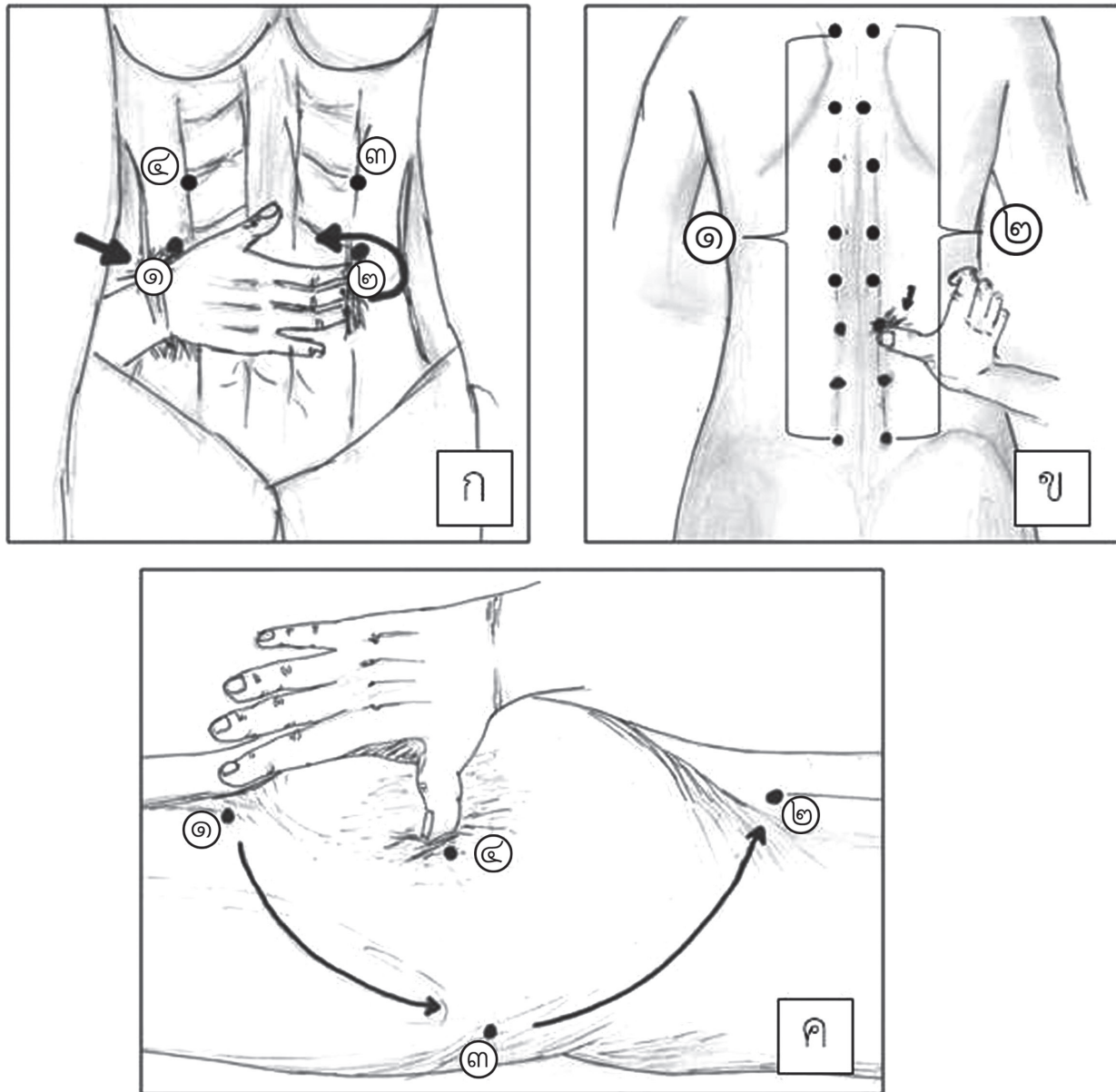
ภาพ ๔.๓๒ การนวดแก้ นิ้วล็อก ข้อศอกล็อก หัวไหล่ล็อก (ก) นิ้วล็อกกดเส้นหมายเลข ๑-๔ (ข) ข้อศอกล็อกกดเส้นหมายเลข ๑ - ๕ (ค) กดจุดข้างไหล่ด้านใน หมายเลข ๑-๒



๑๐. ชื่อโรค/อาการ ปวดหลัง ปวดเอว

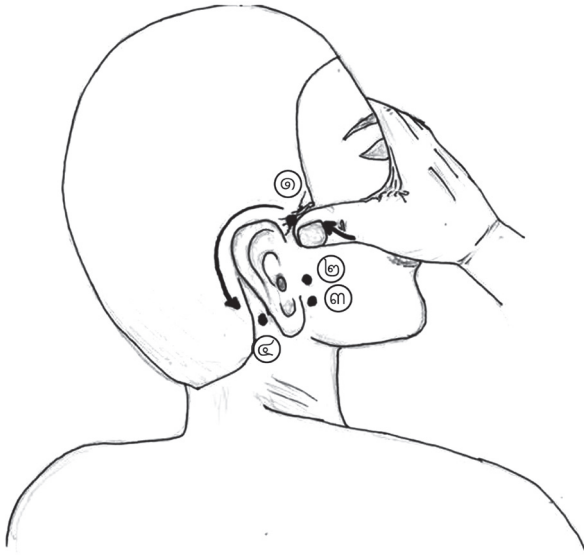
อาการ ปวดแน่นหลัง ทำให้ท้องตึง ขาดัง และปวดสะโพกจนถึงก้นกบ

วิธีการรักษา ย่ำขา ตอกเส้น กินยาสมุนไพรและนวด (ภาพ ๔.๓๓)



ภาพ ๔.๓๓ การนวดแก้อาการปวดหลัง ปวดเอว (ก) ใช้สันมือและปลายนิ้วโกยท้องทวนเข็มนาฬิกา หมายเลข ๑-๔ (ข) กดแนวเส้นหลังหมายเลข ๑-๒ (ค) ใช้มือเป็นตัววัดจุดตำแหน่งเส้น โดยกางมือออกให้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้กางออกจากกัน วัดระยะจากปลายมือ กดไล่ไปตามหมายเลข ๑-๔





๑๑. ชื่อโรค/อาการ ปวดเหงือก

อาการ เจ็บ บวม ที่เหงือก ปวดหัวไหล่ เจ็บคอ เจ็บศีรษะ เจ็บคาง ปวดกระบอกตา ปวดออกหู ตา และขมับ น้ำหู น้ำตา และน้ำมูกไหล

วิธีการรักษา ตอกเส้น อมยาสมุนไพร กินยาสมุนไพร ประคบและนวด (ภาพ ๔.๓๔)

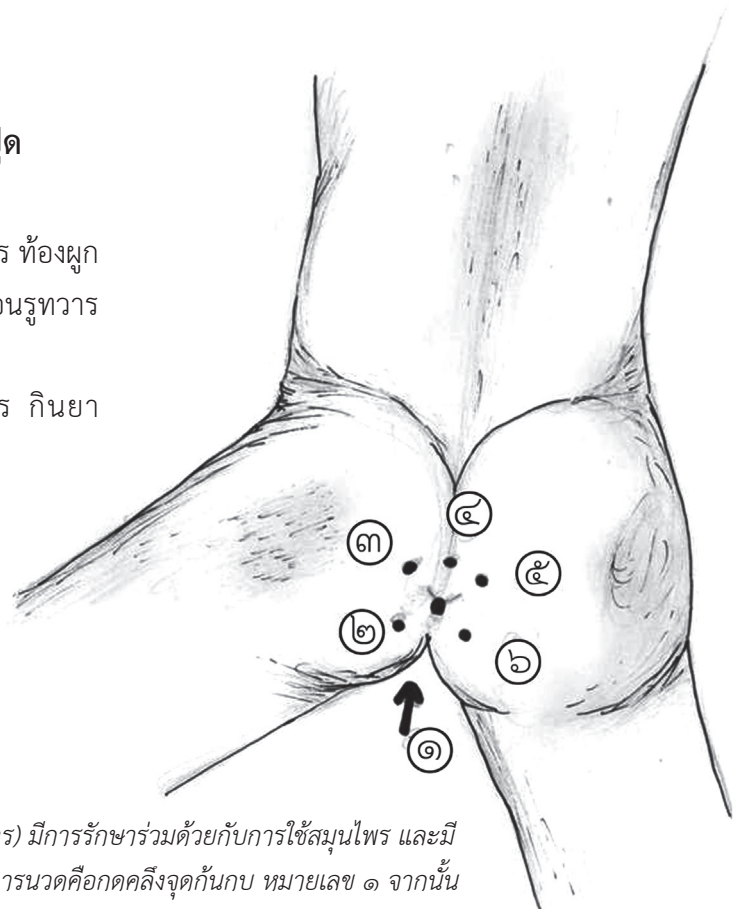
ภาพ ๔.๓๔ การนวดแก้อาการปวดเหงือก มีการรักษาร่วมกับการใช้ยา ในการนวดเป็นการกดคลึง เริ่มจากจุดหมายเลข ๑ ขมับ กดเวียนไปตามลูกศร ทำซ้ำ ๑-๒ ครั้ง ทั้งสองข้างและกดจุด หมายเลข ๒-๔

๑๒. ชื่อโรค/อาการ มะโหกกันปุด

(ริดสีดวงทวาร)

อาการ มีก้อนเนื้อออกจากทวาร ท้องผูก อุจจาระลำบากเป็นก้อนแข็ง ปวดแสบปวดร้อนรูทวาร มีเลือดออก ปวดเอว และเจ็บท้อง

วิธีการรักษา ทายาสมุนไพร กินยาสมุนไพร นึ่งยา สอดยาและนวด (ภาพ ๔.๓๕)



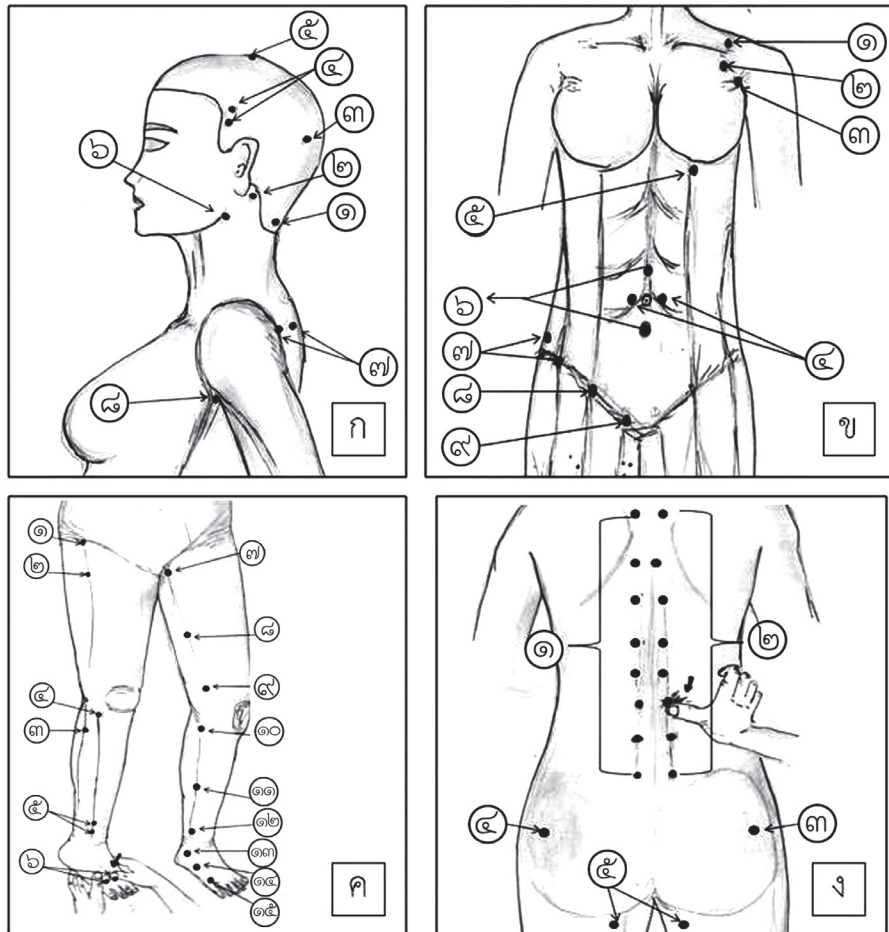
ภาพ ๔.๓๕ การนวดแก้มะโหกกันปุด (ริดสีดวงทวาร) มีการรักษาร่วมด้วยกับการใช้สมุนไพร และมีอุปกรณ์ในการสวนทวาร มีขั้นตอนในการนวดคือกดคลึงจุดกันบก หมายเลข ๑ จากนั้น กดรอบจุดกันบกดังภาพหมายเลข ๒-๖



๑๓. ชื่อโรค/อาการ ลมต่ายผาก (อัมพฤกษ์)

อาการ อ่อนแรง ยกแขนและขาไม่ขึ้น ปากเบี้ยว ลิ้นกระด้างคางแข็ง พูดไม่ชัด น้ำหู น้ำตาไหล ข้างในอ่อนแรง ขามือ ขาเท้า และจิตใจแปรปรวน อัมพฤกษ์จะเป็นครึ่งซีก

วิธีการรักษา ย่ำขาг ตอกเส้นและนวด (ภาพ ๔.๓๖)



ภาพ ๔.๓๖ การนวดแก้ลมต่ายผาก (อัมพฤกษ์) (ก) กดเส้นหัวหมายเลข ๑-๖ เส้นไหล่หมายเลข ๗ เส้นรักแร้หมายเลข ๘ (ข) เส้นไหล่ด้านหน้า ๑-๓ กดจุดไต้้นมหมายเลข ๕ จุดท้อง ๖ และ ๔ มุมขา ๗-๙ (ค) กดจุดก้นขาบนสุด หมายเลข ๑-๓ กดจุดหน้าแข้ง หมายเลข ๔ ข้อเท้าบนล่าง หมายเลข ๕ จุดระหว่างนิ้วเท้าหมายเลข ๖ กดเส้นขา หมายเลข ๗-๙ ขาพับหมายเลข ๑๐ จุดขาหมายเลข ๑๑-๑๕ (ง) จุดแนวเส้นหลัง ๑-๒ กดจุดตะกามบ่อง ๓-๔ เส้นร่องกัน หมายเลข ๕

๑๔. ชื่อโรค/อาการ ลมกระด้าง (อัมพาต)

อาการ เป็นอัมพาตที่ไม่ใช่เกิดจากอุบัติเหตุ แต่เกิดจากเส้นอยู่ผิดที่จนเกิดการเคลื่อนไหวลำบาก แล้วไม่ได้รับการรักษาจนกลายเป็นอัมพาตช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ส่วนใหญ่เป็นครึ่งท่อน

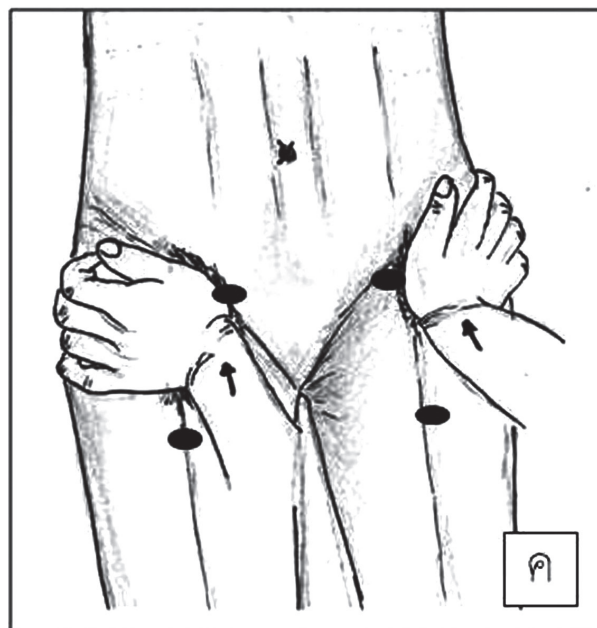
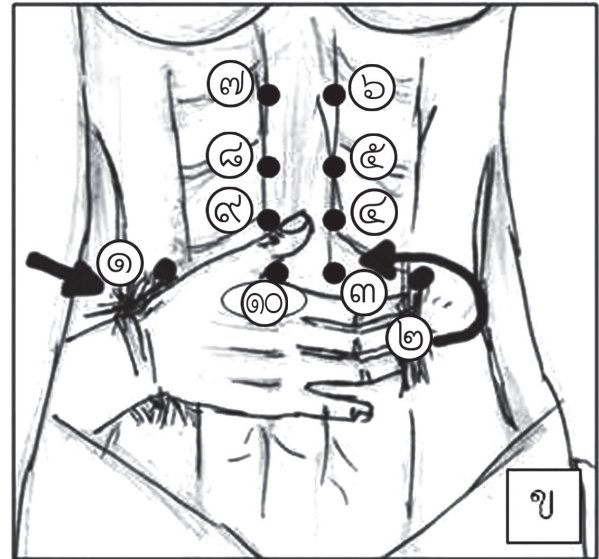
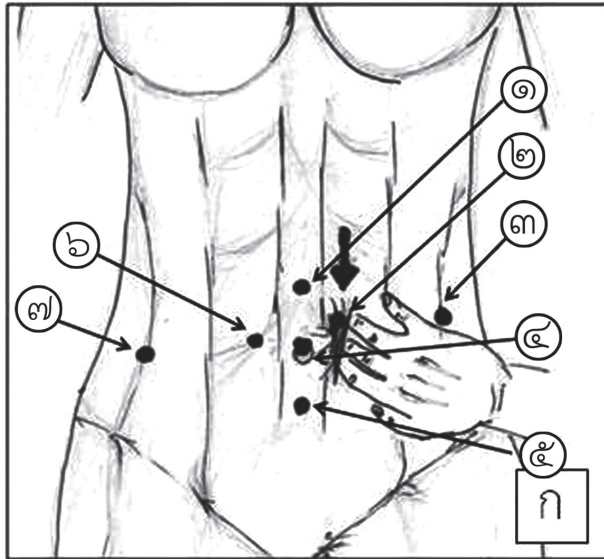
วิธีการรักษา ย่ำขาг ตอกเส้นและนวดรักษาเหมือนกับโรคอัมพฤกษ์ (ภาพ ๔.๓๖) มีการใช้ยาร่วม แต่มีตำรับที่แตกต่างกัน และต้องใช้เวลาในการรักษา มีการกดเส้นทุกระบบทั่วร่างกายเพื่อเป็นการกระตุ้นและฟื้นฟูระบบเส้นเอ็น



๑๕. ชื่อโรค/อาการ ลมท้องเต้น

อาการ เส้นเอ็นหน้าท้องตึง เป็นก้อน เป็นดานแข็ง มีลมในท้อง เส้นเลือดบริเวณสะดือเต้นแรงมาก เวลากดบริเวณท้องจะเรอออกมา

วิธีการรักษา ย่ำขางและทำการนวดคลายเส้นบริเวณหน้าท้อง (ภาพ ๔.๓๗)



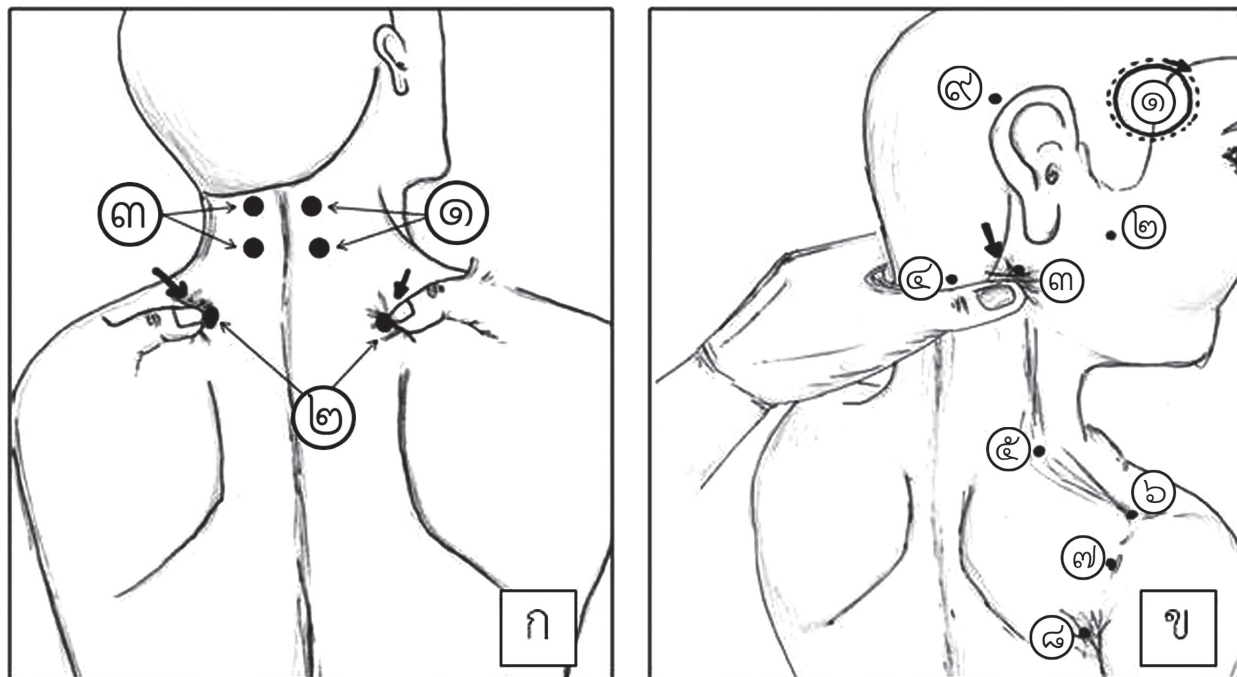
ภาพ ๔.๓๗ การนวดแก้ลมท้องเต้น (ก) ให้ผู้ป่วยอยู่ในท่านอนหงาย กดที่บริเวณท้องซึ่งเป็นจุดสำคัญในการตรวจท้องและชีพจรท้อง หมายเลข ๑-๗ มีจุดสำคัญคือสายแสงท้อง หมายเลข ๓ และ ๗ (ข) โภยท้อง จากหมายเลข ๑ และ ๒ ตามด้วยเส้นท้องหมายเลข ๓-๑๐ (ค) ใช้สันมือกดจุดหมายเลขสิบของขา ยาวมาตามจุดกลางขา



๑๖. ชื่อโรค/อาการ ลมมะเอ็งคุต ออกหัวออกตา (ปวดไมเกรน)

อาการ ปวดศีรษะข้างเดียว อายากอาเจียน ปวดตาข้างเดียว หงุดหงิดง่าย ทำเอียนมือเอียน ปวดท้ายทอย ลมออกหู หูอื้อ น้ำในหูไม่เท่ากัน หายใจติดขัด น้ำตาไหล ตามัว ตากระตุก หนังตาตก และตาเหล่

วิธีการรักษา กินยาสมุนไพรแก้ลม ย่ำขาง เป่า โสมยา ก้อบยา เผายาและนวด (ภาพ ๔.๓๘)



ภาพ ๔.๓๘ การนวดแก้ลมมะเอ็งคุต ออกหัวออกตา (ปวดไมเกรน) (ก) กดจุดหมายเลข ๑ และ ๓ และจุดหลังหมายเลข ๒ (ข) ให้ผู้ป่วยนั่งหันหลังแล้วกดในลักษณะคลึงเป็นวงกลมรอบจุดขมับ หมายเลข ๑ ทั้งสองด้าน แล้วกดจุด หมายเลข ๒-๘ ตามลำดับ

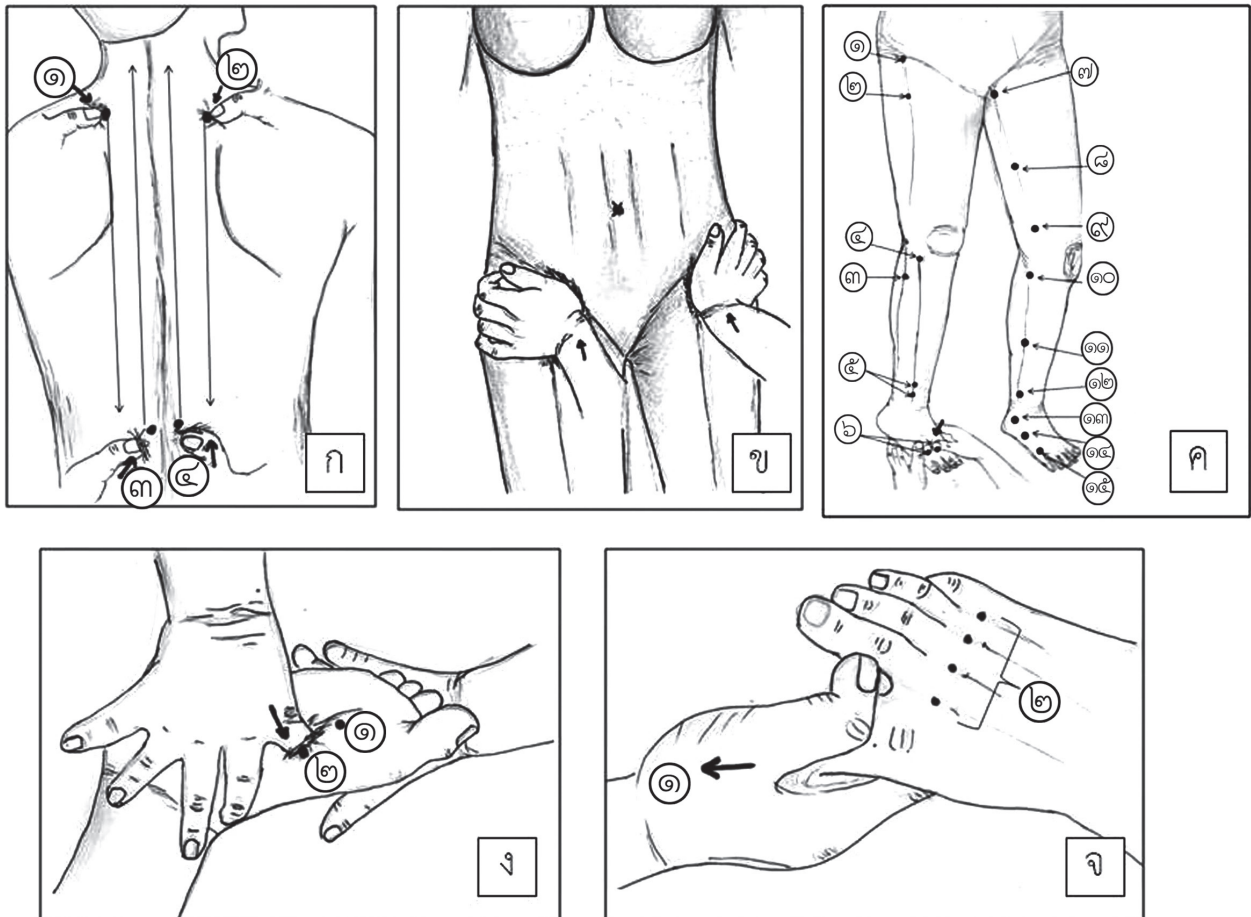


๑๗. ชื่อโรค/อาการ ลมสันนิบาตเข้าเส้น

อาการ ปวดตามเส้น ตามเอ็น ตามข้อ ชักกระตุก สั่น เขียวแข็ง ขา แขน ก้ม แหงน เอียงข้าง อยู่ไม่เป็นสุข
อยู่หนึ่งไม่ได้ พุดไปเรื่อย ชัก เกร็ง กัดฟัน (คล้ายอาการผีเข้า)

วิธีการรักษา ย่ำขา ตอกเส้น กินยา โสมยา แซ่ยา พอกยา นอนยา ฝัง (ดิน/ทราย) ประคบและนวด

(ภาพ ๔.๓๙)



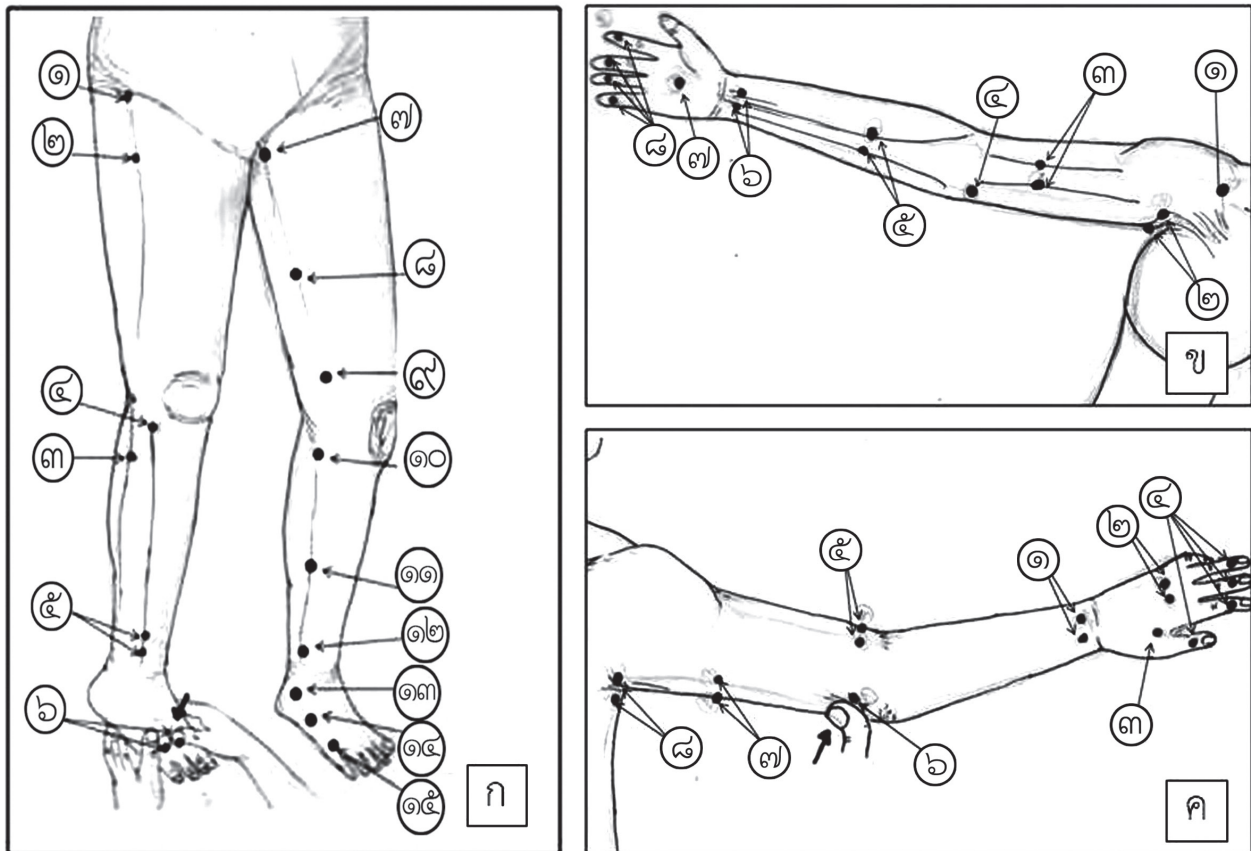
ภาพ ๔.๓๙ การนวดแก้ลมสันนิบาตเข้าเส้น (ก) กดแนวเส้นหลัง หมายเลข ๑-๔ (ข) กดจุดขาหนีบ (ค) กดจุดก้นขาบนสุด หมายเลข ๑-๓ กดจุดหน้าแข้ง หมายเลข ๔ ข้อเท้าบนล่าง หมายเลข ๕ จุดระหว่างนิ้วเท้า หมายเลข ๖ กดเส้นขา หมายเลข ๗-๙ ขาพับหมายเลข ๑๐ จุดขาหมายเลข ๑๑-๑๕ แล้วพลิกฝ่าเท้าขึ้นแล้วกดจุดใต้ฝ่าเท้าหมายเลข ๑ และ ๒ (จ) ดึงนิ้วทั้ง ๕ นิ้วดังหมายเลข ๑ และกดตามร่องนิ้วเท้า หมายเลข ๒



๑๘. ชื่อโรค/อาการ เหน็บชา

อาการ ชาบริเวณปลายมือปลายเท้า หรือชาทั่วบริเวณแขนและขา ซึ่งเกิดจากเลือดลมหมุนเวียนไม่ปกติ

วิธีการรักษา ย่ำขา ตอกเส้นและนวดไปตามลำดับของจุด (ภาพ ๔.๔๐)



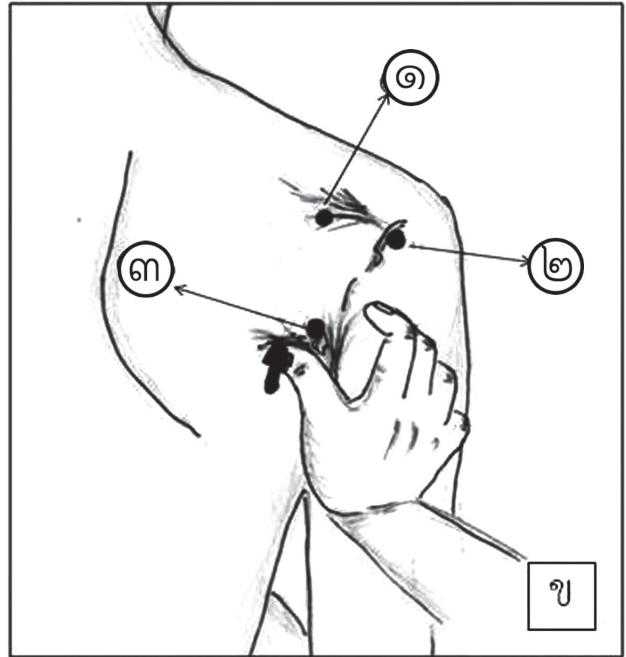
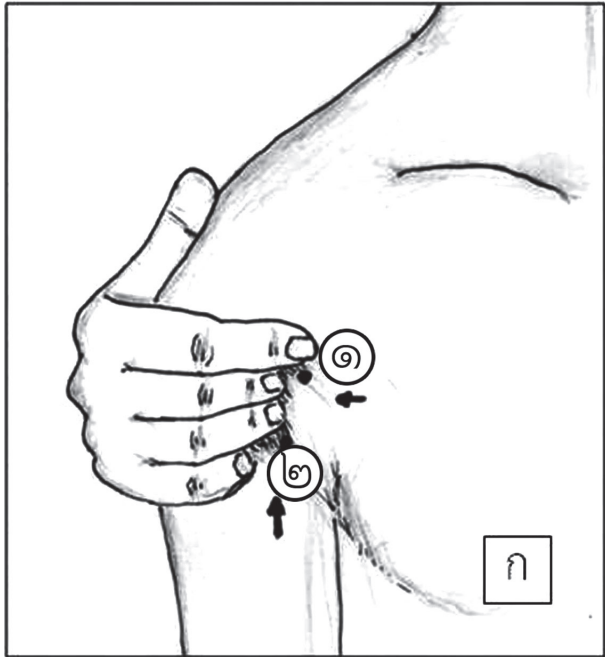
ภาพ ๔.๔๐ การนวดแก้อาการเหน็บชา (ก) กดจุดหน้าขาบนสุด หมายเลข ๑-๓ กดจุดหน้าขาข้างเข้า หมายเลข ๔ ข้อเท้าบนล่าง หมายเลข ๕ จุดระหว่างนิ้วเท้าหมายเลข ๖ กดเส้นขา หมายเลข ๗-๙ ขาพับ หมายเลข ๑๐ จุดขา หมายเลข ๑๑-๑๕
(ข) ให้ผู้ป่วยนอนหงาย จากนั้นหมอกดเส้นหมายเลข ๑ เส้นสะพายยาม สองครั้งลักษณะขีดไปมา แล้วกดหมายเลข ๒ เส้นใต้รักแร้ กดผลักไปมาและขยับมายังจุดใกล้ ๆ กัน กดจุดเส้นคอกหมายเลข ๔ กดเส้นแขนหมายเลข ๓ ๕ ๖ กดเส้นฝ่ามือหมายเลข ๗ และเส้นนิ้วมือหมายเลข ๘ (ค) กดจุดที่แขนหมายเลข ๑-๘



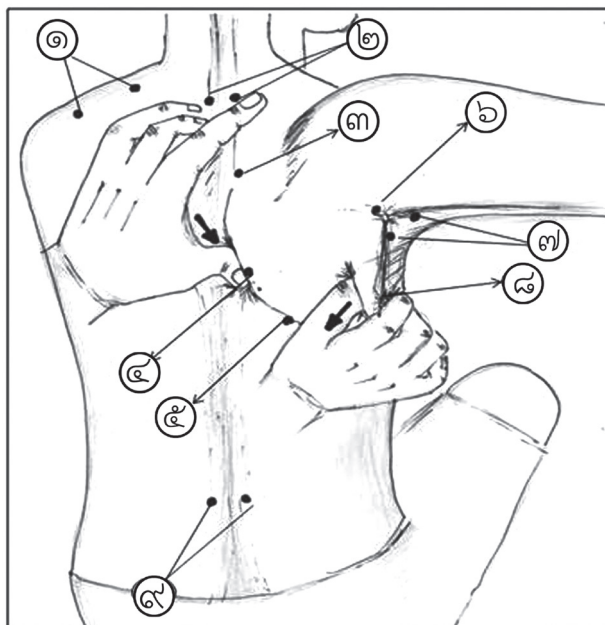
๑๙. ชื่อโรค/อาการ ไหล่หลุด หัวไหล่หลุด (ไหล่หลุด)

อาการ เกิดจากการได้รับอุบัติเหตุหรือการกระทบกระแทกอย่างแรง เล่นกีฬาแรงๆ ยกของหนัก ทำให้ปวดไหล่มาก รอยต่อหัวกระดูกไหล่เคลื่อนออกจากกัน

วิธีการรักษา เข้าเฝือก ขวากซุ่ย ทาน้ำมัน ก๊อบยา กินยา เป่าเส้นและนวด (ภาพ ๔.๔๑)



ภาพ ๔.๔๑ การนวดแก้อาการไหล่หลุด (ก) ให้ผู้ป่วยอยู่ในท่านั่ง กดลงไปทีเส้นหัวไหล่หมายเลข ๑ และขยับลงใกล้จุดหมายเลข ๒ (ข) จากนั้นกดเส้นสะพายยามหมายเลข ๑ และ ๒ และกดเส้นมุมใต้รักแร้หมายเลข ๓



๒๐. ชื่อโรค/อาการ เอ็นเข้าแค็บ (สะบ้าจม)

อาการ ปวด เมื่อย ล้า แขนจนถึงศีรษะ ทั้งสองข้าง เวลายกแขนจะปวด หรือยกแขนไม่ได้ ตรงที่ปวดจะมีอาการร้อนร่วมด้วย บางครั้งทำให้มีไข้

วิธีการรักษา ย่ำขาг ตอกเส้น โสมยา ก๊อบยา นวดน้ำมันและนวด (ภาพ ๔.๔๒)

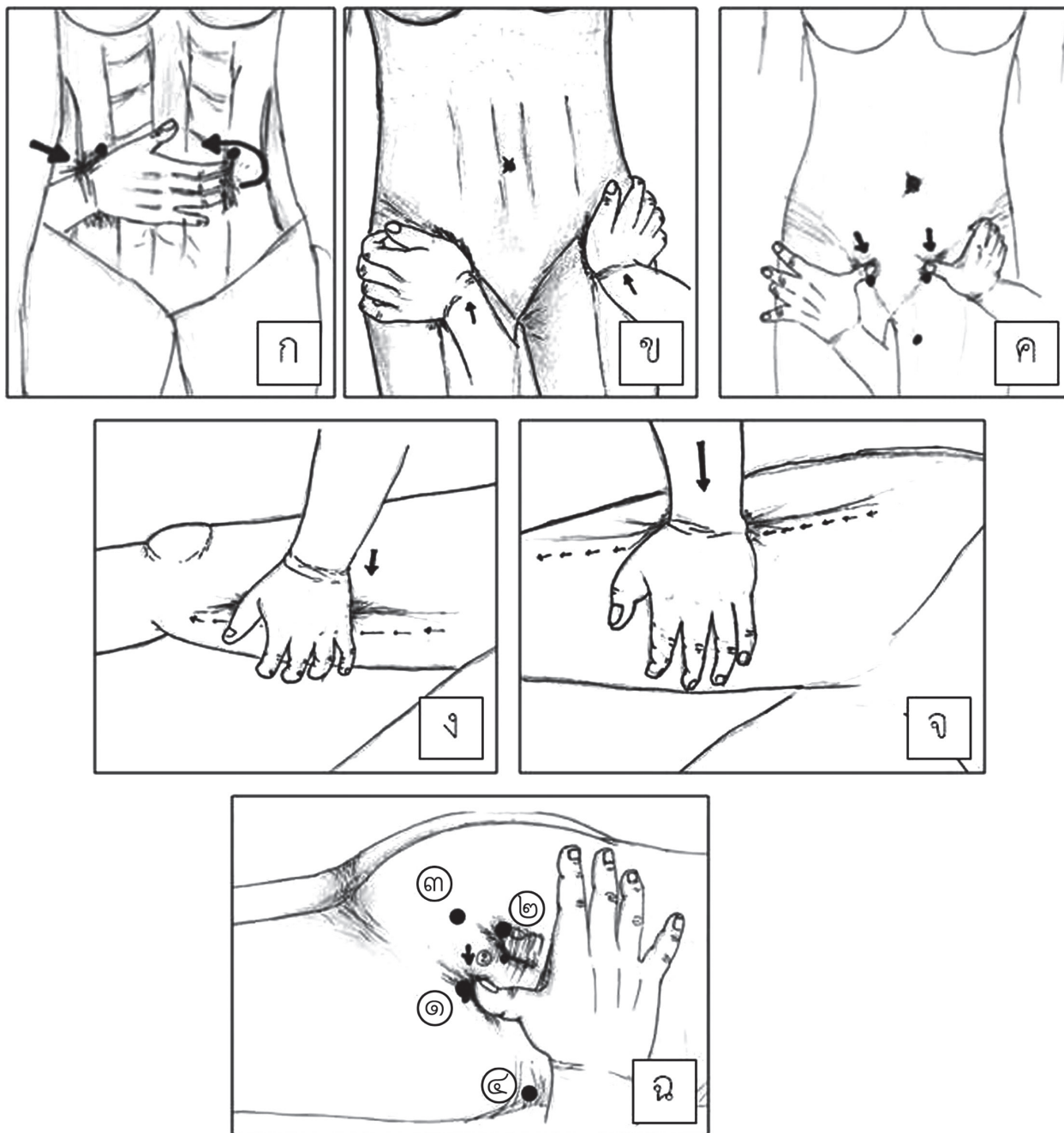
ภาพ ๔.๔๒ การนวดแก้เอ็นเข้าแค็บ (สะบ้าจม) หมอนวดใช้มือกดในลักษณะขีดเส้นหมายเลข ๑-๒ และกดเส้นหมายเลข ๓-๗ และดึงเส้นข้างหมายเลข ๘ และกดจุดสะบ้าเอาจทั้งสองข้าง ย้ำกลับไปมาดังหมายเลข ๙



๒๑. ชื่อโรค/อาการ เอ็นเข้าตะก้ำบ่อง (เอ็นเข้าสะโพก)

อาการ ปวดขา ปวดสะบับปวดรื้อนลงหน้าขา ลงแข้ง ปวดเอว ปวดท้อง ปวดหัวเข่า ข้อพับ หลังเท้า น่อง และนิ้วเท้า (ปวดขาตั้งแต่สะโพกถึงปลายเท้า)

วิธีการรักษา ย่ำขา ตอกเส้น กินยา โหมยาและนวด (ภาพ ๔.๔๓)



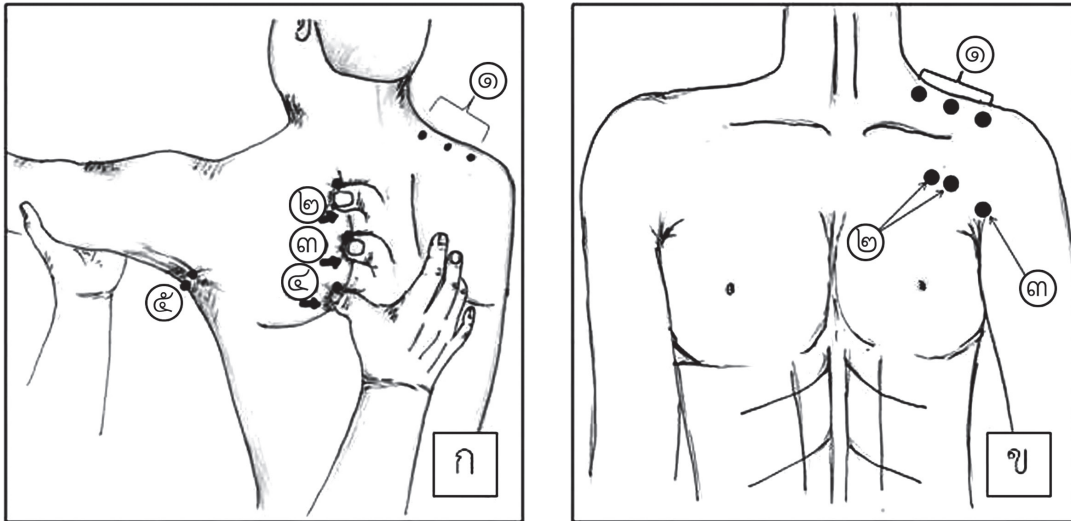
ภาพ ๔.๔๓ การนวดรักษาเอ็นเข้าตะก้ำบ่อง (เอ็นเข้าสะโพก) (ก) ใช้สันมือและปลายนิ้วโยกท้องทวนเข็มนาฬิกา (ข) กดจุดข้างขา (ค) กดจุดขาหนีบด้านในยาวมาตามจุดกลางขาด้านใน (ง) กดจุดเส้นขาด้านใน (จ) กดจุดกลางขาหน้า (ฉ) กดจุดสะโพก ๑-๓ และจุดก้นขาหน้าบน



๒๒. ชื่อโรค/อาการ เอ็นเข้าเป็ยง (ลีซ้าง)

อาการ เจ็บแปลบเสียดแทงลีซ้าง ก้มไม่ได้ เงยไม่ได้ ลุกยาก นั่งยาก เจ็บท้องเป็นก้อนแข็งเกร็ง ปวดท้องร้าวลงขาและสะโพก

วิธีการรักษา ย่ำขา ตอกเส้น กินยา โสมยา แซ่ยา พอกยา นอนยา ฝัง (ดิน/ทราย) เผายา ประคบ และนวด (ภาพ ๔.๔๔)



ภาพ ๔.๔๔ การนวดแก้เอ็นเข้าเป็ยง (ลีซ้าง) (ก) กดเส้นบ่าหมายเลข ๑ เส้นแขนงหมายเลข ๒-๔ และใต้รักแร้ หมายเลข ๕ (ข) ให้ผู้ป่วยนั่งหันหน้าเข้าหาหมอนวด แล้วใช้มือทั้งสองกดลงไปทีละจุดตามในลักษณะผลึกออก ดังภาพหมายเลข ๑ และกดเส้นกล้ามเนื้อ หมายเลข ๒ และมูมรักแร้ หมายเลข ๓

๒๓. ชื่อโรค/อาการ ย่ำ (ย่ำปวด)

อาการ เจ็บปวดเป็นบางครั้ง มีอาการคัน มีการบวมของกล้ามเนื้อ กล้ามเนื้อแข็งเป็นก้อนตามร่างกาย ก้อนดังกล่าวสามารถเคลื่อนย้ายไปได้ในทุกส่วนของร่างกาย

วิธีการรักษา เช็ด แหก และย่ำขา

๒๔. ชื่อโรค/อาการ ย่ำขำ

อาการ ปวดอยู่กับที่ เจ็บ ร้อน เมื่อทำการเช็ดหรือแหกบริเวณที่ปวดจะย้ายไป

วิธีการรักษา เช็ด และแหก

๒๕. ชื่อโรค/อาการ ย่ำสะลี (ทีนอน)

อาการ ปวดมากเวลาตื่นนอนตอนเช้า โดยเฉพาะบริเวณช่วงเอว อาการตกหมอนก็จัดอยู่ในกลุ่มนี้

วิธีการรักษา เช็ด แหก ย่ำขา และนวด

๒๖. ชื่อโรค/อาการ ปัดน้ำ

อาการ เกิดอาการเจ็บปวดหลังจากการอาบน้ำ มีการบวมตามร่างกาย และตัวเย็น

วิธีการรักษา เช็ด แหกและเป่า



๒๗. ชื่อโรค/อาการ ปวดไฟ

อาการ เจ็บปวด ร้อนตามผิวหนังหรือทั่วร่างกาย

วิธีการรักษา เช็ด และແກ

๒๘. ชื่อโรค/อาการ ปวดภายนอก

อาการ เจ็บปวดกล้ามเนื้อมากเวลาลูบคลำเพียงเบา ๆ บางครั้งแค่ลมพัดผ่านผิวหนังก็เกิดอาการ
เจ็บปวดมาก

วิธีการรักษา เช็ด แหก ดูด และซูด

๒๙. ชื่อโรค/อาการ ปวดภายใน

อาการ เจ็บปวดมากเวลาจับและกดแรง ๆ หรือได้รับการกระทบกระเทือนภายใน บางครั้งนั่งรถที่
สะเทือนมาก ๆ ก็เกิดอาการเจ็บปวดทันที

วิธีการรักษา เช็ด แหก นวด และประคบสมุนไพร

๓๐. ชื่อโรค/อาการ ปวดลม

อาการ เจ็บปวดเมื่อมีลมพัดผ่านผิวหนัง บางครั้งมีอาการบวมด้วย

วิธีการรักษา เช็ด แหก และเป่า

๓๑. ชื่อโรค/อาการ โป่ง

อาการ ปวด ร้อน และบวม บริเวณข้อหรือกระดูก

วิธีการรักษา เช็ด และແກ

๓๒. ชื่อโรค/อาการ โป่งกินเส้นกินตุก

อาการ ปวดตามข้อ บางครั้งมีอาการบวมร่วมด้วย

วิธีการรักษา เช็ด และແກ

๓๓. ชื่อโรค/อาการ โป่งปอง

อาการ ปวด บวม ร้อน ไม่มีแผล เดินขาลาก

วิธีการรักษา เช็ด แหก ย่ำขาง ก๊อบยา และประคบ

๓๔. ชื่อโรค/อาการ โป่งเยียน

อาการ ปวดร้อน เป็นแผลที่มีลักษณะเป็นรูเล็ก ๆ มีน้ำเหลืองหรือหนองไหลออกมาจากรูแผล

วิธีการรักษา เช็ด แหก เป่า และก๊อบยาเย็น

๓๕. ชื่อโรค/อาการ โป่งแห้ง

อาการ ปวดชา อ่อนแรง กระดูกปูดโปนออกมา แขนขาลีบเล็กแห้ง และผิวหนังเหี่ยวดำ

วิธีการรักษา เช็ด แหก และย่ำขาง



ส่วนที่ ๔ พิธีกรรมที่ใช้ร่วมกับการนวดพื้นบ้านล้านนา

๑. พิธีกรรมป้องกันตัวหมอนวดพื้นบ้าน

พิธีกรรมที่ใช้ร่วมกับการนวดพื้นบ้านภาคเหนือ กล่าวได้ว่า คาถา มีความสำคัญกับการรักษาดูแลผู้ป่วย และตัวหมอนวดพื้นบ้านเป็นอย่างมาก โดยมีวัตถุประสงค์ของการใช้ดังนี้

๑) เพื่อป้องกันตัวหมอนวดพื้นบ้านเอง

๒) เพื่อป้องกัน บิดเป่า รักษาผู้ป่วย ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการนวดของหมอนวดพื้นบ้านภาคเหนือจะมีคาถา กำกับเสมอ อาทิ

(๑) คาถาปิดปิด (พิช) ปิดยา ปิดไฟ เพื่อปิดเอาปิดหรือสิ่งไม่ดีออกจากผู้ป่วยและป้องกัน ตัวหมอ

(๒) คาถาฤษีนิ้วเพชร เพื่อทำให้นิ้วมือของหมอนวดมีพลังในการรักษาผู้ป่วย

(๓) คาถาโมคคัลลาดับเปลวไฟนรก เพื่อดับปัดจากความร้อนของไฟไม่ให้ทำหมอและผิวหนังของ ผู้ป่วยพุพอง คาถานี้จะใช้กับผู้ป่วยที่ปวดเมื่อยโดนความร้อนและใช้วิธีนวดที่มีความร้อนร่วม เช่น ย่ำขาง

(๔) คาถาโมคคัลลาประสานกระดูก ประสานเอ็น เพื่อประสานกระดูกและเส้นเอ็น ส่วนใหญ่จะใช้ ในกลุ่มหมอกระดูก

(๕) คาถาประสานบาตร เพื่อประสานกระดูกและเส้นเอ็น

(๖) คาถาแก้ปวด ดับปัด ใช้ร่วมกับการเช็ด การแหก และการเป่า เพื่อดับพิษจากเส้นเอ็น

(๗) คาถาคลายเส้น เพื่อให้เส้นเอ็นคลายความตึงตัว

(๘) คาถาดึงเส้นหรือโมคคัลลาดึงเส้น เพื่อให้เส้นเอ็นคลายความตึงตัว

(๙) คาถาหนุนมานประสานกาย รักษากรณีกระดูกหัก

(๑๐) คาถาล้างบาตร เพื่อดับปัดร้อน กรณีปวดแสบ ปวดร้อน ตามร่างกาย

๒. พิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวินิจฉัยโรค

๑) วิธีการ “ดูเมื่อดูหมอ” อาทิ ผีย่าหม้อหนึ่ง แกว่งข้าว วาไม้

ในอดีต “เมื่อ” คือ คนที่มีองค์ความรู้ด้านเวทมนต์คาถา การเป็น “หมอเมื่อหมอ” จะได้รับการ สืบทอดจากบรรพบุรุษ แต่ไม่ว่าทุกคนในครอบครัวจะเป็นหมอเมื่อกันได้หมดทุกคน ส่วนใหญ่จะได้รับการคัดเลือก จากสิ่งเหนือธรรมชาติ สิ่งลี้ลับ หรือการได้รับอนุญาตจากผีบรรพบุรุษจึงจะสามารถเป็นหมอเมื่อ หมอได้

การ “ดูเมื่อดูหมอ” เป็นความเชื่อของชาวล้านนาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันและยังมีอิทธิพลทางด้าน จิตใจของคนล้านนา วัตถุประสงค์การ “ดูเมื่อดูหมอ” ของชาวล้านนาเพื่อยากทราบถึงอาการเจ็บป่วยของบุคคล ในครอบครัว ญาติ และเพื่อดูฤกษ์ยามที่เหมาะสม เชื่อกันว่าการเริ่มต้นที่ดีต้องถูกต้องตามวัน เวลาจึงจะทำให้ อยู่เย็นเป็นสุขทั้งตัวบุคคล ครอบครัว และชุมชน ความเชื่อเรื่อง “ดูเมื่อดูหมอ” ของชาวล้านนา มีหลายประเภท ซึ่งออกจะแยกออกเป็นกลุ่ม ๒ กลุ่ม ดังนี้

(๑) กลุ่ม “ดูเมื่อ” เรื่องฤกษ์ยาม : การดูมือสัณฐานดี หมอเมื่อในกลุ่มนี้ส่วนใหญ่จะเป็นพระอาจารย์ ที่อยู่ในวัด หรือหมอสูต (ผู้ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ผ่านการบวชพระมาแล้ว) ซึ่งกลุ่มนี้จะได้รับเวทมนต์คาถา มาด้วย และสามารถทำพิธีเพื่อรักษาได้ด้วย เช่น สู่ขวัญ ส่งเคราะห์ รดน้ำมันต์ สะเดาะเคราะห์ เป็นต้น ชาวล้านนา มีความเชื่อเรื่องวันและเวลามาก เชื่อว่าจะทำให้อยู่เย็นเป็นสุขในครอบครัวและชุมชน ถ้าหากทำผิดจากคำสอน



ความเชื่อ จารีตประเพณีของชุมชนจะนำเอาความวิบัติ ฉิบหาย หายนะ ความอัปมงคลมาสู่ตนเอง ครอบครัวและชุมชนได้ ชาวล้านนาเรียกว่า “ชิต” และเมื่อเกิดชิตขึ้นจะส่งผลต่อสุขภาพของผู้กระทำหรือคนในครอบครัวก่อนเป็นอันดับแรก เรียกว่า “ชิตบ้าน” และถ้าส่งผลกระทบต่อชุมชนด้วยเรียกว่า “ชิตเมือง” ซึ่งในกรณีชิตเมืองถือว่าเป็นเรื่องใหญ่และมีผลรุนแรงต่อชุมชนมาก เช่น ทำให้คนในชุมชนตาย ทำให้เกิดอาเพศ ฝนแล้งน้ำท่วม ฯลฯ ดังนั้น ต้องทำพิธีกรรมต่าง ๆ แล้วแต่กรณี เช่น การถอดชิต การส่งชิต การบูชาสังเวีย การลอยเคราะห์ การสะเดาะเคราะห์ การส่งเคราะห์ การสืบชะตา เป็นต้น ถ้าไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยพิธีกรรมใด ๆ ผู้กระทำต้องได้รับโทษจากการกระทำนั้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้นการกระทำใด ๆ ต้องไม่ขัดกับชิต หรือข้อห้ามตามจารีตประเพณีโบราณ ยกตัวอย่างเช่น ฤกษ์แต่งงาน ฤกษ์สร้างใหม่/ฤกษ์ขึ้นบ้านใหม่ ฤกษ์ปลูกข้าว/เก็บเกี่ยวข้าว/เอาข้าวเข้ายุ้ง ฤกษ์เดินทาง ฤกษ์เผาศพ ฤกษ์ตัดผม สระผม ฤกษ์บวชพระ บวชเณร ฤกษ์เอาเด็กนอนอยู่ (ขึ้นแปลนอน) เป็นต้น ความเชื่อเรื่องชิตยังเชื่อมโยงกับประเพณี วัฒนธรรม พิธีกรรมต่าง ๆ ของชุมชนนั้น ๆ ดังนั้นการดูฤกษ์ยาม ดูวัน ดูเวลาที่ดีจึงมีความสำคัญต่อวิถีชีวิตของชาวล้านนา ตั้งแต่เกิดจนถึงตาย การเลือกมือนัดวันดีทำให้อยู่เย็นเป็นสุข มีความเจริญรุ่งเรือง เป็นมงคลกับชีวิต

(๒) กลุ่ม “ดูเมื่อ” เรื่องสุขภาพ “หมอเมื่อ” จะทำหน้าที่เสี่ยงทายเพื่อวิเคราะห์สาเหตุของการเจ็บป่วยใช้หลักการทางโหราศาสตร์แบบพื้นบ้าน โดยการซักถามวัน เดือน ปีเกิดของผู้ป่วยแล้วนำมาคำนวณ จากนั้นก็ทำนายทายทักว่าเป็นเพราะอะไร พร้อมทั้งบอกวิธีแก้ไขด้วย ซึ่งจะมีการแก้ไขได้หลายแบบ เช่น ทำพิธี สะเดาะเคราะห์ ทำพิธีขอขมาต่อสิ่งที่ผู้ป่วยไปล่วงเกินทั้งกาย วาจา ใจ ซึ่งกรรมวิธีแก้ไขนี้จะผสมผสานกันไปทั้งทางความเชื่อเรื่องผีและพิธีกรรมทางพุทธศาสนาหรือบางครั้งมีการรักษาโดยใช้ยาสมุนไพรร่วมด้วย ในเขตล้านนา นั้นมีความเชื่อเรื่อง “ปู่ย่าดำ” หรือบางพื้นที่เรียกว่า “ผีปู่ย่า” ซึ่งเป็นผีบรรพบุรุษของคนล้านนามีหน้าที่คอยคุ้มครอง ดูแล ปกปักรักษาลูกหลาน ผีปู่ย่าจะอาศัยอยู่ที่บ้านต้นตระกูลของฝ่ายหญิง เรียกว่า “บ้านเก๊าผี” เพราะผีปู่ย่าสืบสายตระกูลมาจากทางแม่ ในแต่ละปีจะมีพิธีเลี้ยงผีปู่ย่า โดยลูกหลานในสายตระกูลจะช่วยกันทำอาหารมาเลี้ยง ส่วนใหญ่จะใช้ไก่และสุราในพิธีเช่นหัว หลังจากเลี้ยงผีเสร็จ ญาติ ๆ จะกินอาหารที่เป็นเครื่องเซ่นร่วมกัน ชาวล้านนาเชื่อว่า ผีปู่ย่าจะคุ้มครองลูกหลานให้อยู่ดีมีสุข แต่ถ้าคนไหนคนใดทำผิดผี เช่น มีการแตะเนื้อต้องตัวกันหรือท้องก่อนพิธีแต่งงานจะทำให้ผีปู่ย่าโกรธ เรียกว่า “ผิดผี” ซึ่งจะส่งผลให้หัวหน้าครอบครัวล้มป่วยต้องไปทำพิธีขอขมาและเลี้ยงผี (เช่นหัว) ก่อนจึงจะแต่งงานเมื่อแต่งงานแล้วต้องไปจ่ายค่าผีให้กับผีทางฝ่ายผู้หญิง เรียกว่า ค่าเสียผี หรือ บางพื้นที่เรียกไขว้ผี ค่าเสียผีในแต่ละชุมชนไม่เหมือนกัน ค่าเสียผีส่วนใหญ่ประกอบด้วย หัวหมู ๑ หัว เงิน ๑ แถบ (เงินแต่ล้านนาโบราณเป็นเหรียญเงินมีรูตรงกลางร้อยด้วยเชือก) เหล้าขาว ๑ ขวด เป็นต้น ซึ่งไม่ใช่ค่าสินสอด กล่าวได้ว่าผีมีอิทธิพลต่อความเชื่อของชาวล้านนามาก ผีมีทั้งคุณและโทษ ทำให้เจ็บป่วยได้ ทำให้เสียชีวิตได้ ถ้าหากเรากระทำผิด

ในพื้นที่ล้านนายังคงมี “หมอเมื่อ” ที่ทำหน้าที่ทำนายการเจ็บป่วยโดยใช้ผี เรียกกันว่า “ผีย่าหม้อหนึ่ง” บางพื้นที่เรียกว่า “ผีปู่ย่า” บางพื้นที่เรียกว่า “ปู่ย่าดำ” คือ ผีที่เข้าไปสิงอยู่ในชุดนึ่งข้าว ประกอบไปด้วย หม้อหนึ่ง ไหข้าว และฝาหม้อ ชาวล้านนาเชื่อกันว่า ถ้าเด็กร้องไห้ตลอดกลางคืนโดยไม่ได้เจ็บป่วย ร้องไม่รู้สาเหตุ เกิดจากการรบกวนของพ่อเกิดแม่เกิด (พ่อแม่เด็กในเมืองผี) เนื่องจากเด็กหนีมาเกิด ดังนั้นพ่อเกิดแม่เกิดมาตามเอาตัวกลับ ดังนั้นต้องทำพิธีบอกกล่าวผีปู่ย่าโดยพิธีกรรมประกอบด้วย สวย (กรวย) ดอกไม้ ข้าวเหนียว ๑ ปั้น กล้วย ๑ ลูก ไปที่เตาไฟ (ห้องครัว) เพราะเชื่อว่าเป็นที่ที่ผีปู่ย่าดำสิงสถิตอยู่ กล่าวคำขอให้ปู่ย่าดำปกปักรักษาคุ้มครองดูแลเด็ก เสร็จแล้วเอาหม้อหม้อหนึ่ง (เขม่าที่ติดกันหม้อหนึ่ง) ไปป้ายหน้าผากเด็กและกล่าวว่า “ขอให้กินข้าวร่ำ



น้ำลง อ้วนหล่ำบันสิงห์ นอนหลับนิ่งเหมือนขอนไม้ ปันใหญ่ปันสูง จะไปให้ไปกวน” ลำนนาเชื่อว่าการนำเด็กทารก ออกนอกบ้านนั้นต้องเชิญ “ปู่ด้ายดำ” ไปด้วย เพื่อปกป้องรักษาเด็กไม่ให้ผีตามทีต่าง ๆ มาทำร้ายเด็ก โดยก่อน ออกจากบ้านจะไปบอกกล่าวอันเชิญปู่ด้ายดำที่เตาไฟและนำเอาหมิ่นหม้อหนึ่งมาป้ายหน้าผากเด็กก่อนจึงจะ ออกนอกบ้านได้ การดำเนินการเช่นนี้จะทำจนกระทั่งเด็กพูดได้เป็นวิธีง่าย ๆ ที่ทำกันเป็นทุกครัวเรือนไม่ต้องไป พึ่งหมอเมื่อ

สรุปการลงผีปู่ด้ายเป็นการวินิจฉัยให้ทราบถึงอาการเจ็บป่วยที่หาสาเหตุไม่ได้ ในกรณีนี้มักจะทำหลังจาก การไปรักษาด้วยวิธีการอื่น ๆ แล้วอาการไม่ดีขึ้น

หมอเมื่อที่เป็นคนประกอบพิธีลงผีย่าหม้อหนึ่งนั้นจะได้รับการถ่ายทอดและคัดเลือกจากตระกูล ไม่ใช่ทุกคน ที่สามารถประกอบพิธีลงผีย่าหม้อหนึ่งได้ ขั้นตอนการลงผีย่าหม้อหนึ่งมีดังต่อไปนี้ เครื่องประกอบพิธีกรรม (แต่ละพื้นที่ จะแตกต่างกัน) ได้แก่ ข้าวสาร กระจัง ใบพลู ๔ ใบ กล้วย ๒ ลูก ข้าวเหนียว ๒ ปั้น เสื้อผ้าสำหรับสวมหม้อหนึ่ง ไหข้าว ค่าขันตั้ง สวยดอกไม้รูปเทียน (กรวย) เสื้อผ้าผู้ป่วย

วิธีการลงผีย่าหม้อหนึ่ง ผู้ประกอบพิธีนำเอาเสื้อผ้ามาสวมให้กับไหข้าว นำเอาไม้มาพาดไว้ที่ปากไห ทำให้เหมือนว่าเป็นแขน ขา (ภาพ ๔.๔๕) เอากระจังมาใส่ข้าวสารเกลี่ยข้าวให้เต็มกระจัง นำไหข้าวที่สวมเสื้อผ้า เสริม ไปทำพิธีอันเชิญผีปู่ด้ายดำที่เตาไฟ โดยตั้งหม้อหนึ่งไว้บนเตาไฟ เอาไหข้าวที่สวมเสื้อผ้าเสร็จเรียบร้อยแล้วไปตั้ง บนหม้อหนึ่งทำเหมือนการนั่งข้าวเหนียว ทำพิธีกรรมอันเชิญผี “ปู่ด้ายดำ” ให้มาสิงสถิตในไหข้าว ต่อด้วยขั้นตอน การทำนาย ผู้ประกอบพิธีกรรมจะยกไหข้าวออกจากครีวไฟมาที่กระจังที่เตรียมไว้พร้อมกับถามว่า “ตอนนี้ผีลง หรือยัง” ถ้าลงเข้าให้เอาไม้ที่ทำเป็นแขนขาของที่กระจัง ขาวลำนนาจะมีเรื่องให้ใช้ “ผีย่าหม้อหนึ่ง” ทำนายอยู่ ๓ เรื่อง คือ



ภาพ ๔.๔๕ พิธีกรรมเมื่อผีย่าหม้อหนึ่ง



(๑) เรื่องการถามอาการเจ็บป่วยที่ไม่รู้สาเหตุของญาติหรือคนในครอบครัว ส่วนใหญ่เป็นพิธีกรรมที่ทำหลังจากไปหาหมอมาแล้วไม่หาย ซึ่งจะเป็นการถามว่าอาการเจ็บป่วยเกิดจากการทำของผีอะไร เช่น ผีป่า ผีบ้านผีเรือน ผีตายโหง ไปโดนผีกระทำมาจากทางทิศไหน และจะจบด้วยการบนบานศาลกล่าวว่ เช่น ผีจะกินอะไร จะให้เลี้ยงอะไร พอได้คำตอบว่า ผีต้องการของเช่นเป็นอะไร เช่น จิ้นลาบ แกงอ่อม ไก่ต้ม กวางคำ (สุนัข) หัวหมู เหล้าขาว เป็นต้น ก็จะมีการต่อรองกับผีว่า “จากนี้สามวันเจ็ดวัน ขอให้อาการเจ็บป่วยทุเลาและหายไป แล้วจะมาเลี้ยงตามที่ผีขอ ถ้าไม่หายก็ไม่เลี้ยง ผีมีสัจจะคนก็มีสัจจะ” เสร็จแล้วกลับบ้านไปรอดูอาการ ถ้าหายต้องมาเลี้ยงผี ถ้าไม่เลี้ยงจะทำให้เป็นหนักยิ่งกว่าเดิม ผู้ประกอบพิธีหรือคนมาใช้บริการสามารถมีคำถามว่าใช่หรือไม่ก็ได้ ถ้าใช่ให้ผียำหม่องโขลกกับกระดังหรือวาดรูปเป็นสัญลักษณ์ ผู้ประกอบพิธีกรรมจะเป็นผู้ถอดรหัสและสื่อสาร

(๒) เรื่องเกี่ยวกับเด็กไม่สบาย คำถาม ประมวลได้ดังนี้ ต้องการเปลี่ยนชื่อใหม่หรือไม่ เปลี่ยนเป็นชื่ออะไร ถามไปจนกว่า “ผียำหม่อง” จะบอกแสดงว่ายอมรับชื่อนั้น หรือต้องการของมัดมือหรือไม่ เช่น ทอง เงิน และนาค ด้ายสายสิญจน์ ถามไปจนกว่า “ผียำหม่อง” จะบอกแสดงว่ายอมรับ และใครมาเกิด จะขานชื่อตามกลุ่มญาติทั้งฝ่ายพ่อและแม่ ที่เสียชีวิตไปแล้วโดยเรียงลำดับจากคนที่เสียชีวิตก่อน บางครั้งคนเสียชีวิตหนึ่งคนสามารถมาเกิดใหม่ได้หลายคน คนลำนนาเชื่อว่าคนมี ๓๒ ขวัญ ดังนั้นสามารถมาเกิดกับญาติได้หลายคนถามไปจนกว่า “ผียำหม่อง” จะบอกแสดงว่ายอมรับ อยากได้อะไร ถามจากความชอบในอดีตที่ยังไม่ตาย ถามไปจนกว่า “ผียำหม่อง” จะบอกแสดงว่ายอมรับ คำถามนี้ส่วนใหญ่จะเป็นคำถามสุดท้าย

(๓) เรื่องสิ่งของมีค่าหรือคนในครอบครัว ญาติหาย กรณีของหายจะมีข้อห้ามคือ ห้ามถามชื่อคนเอาไป เพราะจะเป็นการสร้างบาปให้กับผู้ประกอบพิธีกรรม แต่สามารถถามถึงลักษณะ รูปร่าง สีผิว หรือทิศที่อยู่ได้ คำถามที่นิยมถามคือ จะได้ของคืนหรือไม่ ส่วนใหญ่จะไม่ได้คืนให้ทำใจ และบางครั้งผลการทำนายออกมาว่าไม่หาย แต่เอาไว้ลืมนี่ (ซ่อนจนลืมนี่) “ผียำหม่อง” จะบอกลักษณะที่ซ่อนของให้ด้วยการวาดรูปบนข้าวสาร คนหายจะใช้ในกรณีคนในครอบครัวออกจากบ้านไปหลายปีขาดการติดต่อ ทางครอบครัวต้องการทราบว่ามีชีวิตอยู่ไหม อยู่ที่ไหนสบายดีหรือไม่ ถ้ายังมีชีวิตอยู่ขอให้ “ผีปู่ย่าตาทวด” ช่วยคลำให้กลับมาเยี่ยมบ้านบ้าง และถ้าผลออกมาว่าเสียชีวิตจะถามต่อว่าอยู่ที่ไหน ต้องการอะไรจะทำบุญไปให้ เป็นต้น

ขั้นตอนสุดท้ายเมื่อผู้มาหา “เมื่อ” ถามจนได้คำตอบที่พอใจแล้ว ผู้ประกอบพิธีกรรมจะนำเอาไหข้าวกลับไปวางที่หม่องที่ครัวไฟอีกครั้งหนึ่ง เจริญ “ผีปู่ย่าตาทวด” ออกแล้วปลดเสื้อผ้าออกจากไห เอาสวดยดอกไม้ธูปเทียนไปวางไว้ที่เตาไฟ บางคนเอามาไว้ที่หิ้งพระ (โต๊ะบูชาพระ) เป็นอันเสร็จพิธี

ความเชื่อเรื่องการนับถือผีของคนลำนนามีมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน โดยเฉพาะความเชื่อเรื่องผีบรรพบุรุษ ยังคงมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิต นอกจากพิธีลง “ผียำหม่อง” แล้ว ยังมีอีกวิธีหนึ่งที่มาจากความเชื่อเรื่อง “ผีปู่ผีย่า” คือ การแวงข้าว ใช้ทำนายทายทัก “เมื่อ” กับ “ผียำหม่อง” แต่แตกต่างวิธีกันโดยมีอุปกรณ์ของพิธีแวงข้าว ได้แก่ ข้าวสาร กระดัง ใบพลู ๔ ใบ ข้าวเหนียว ๑ ก้อนปั้นกลม ๆ ไม้ยาว ๑ วา ค่าขันตั้งสวดยดอกไม้ธูปเทียน (กรวย) เสื้อผ้าผู้ป่วย การแวงข้าว มีวิธีการดังนี้ ผู้ประกอบพิธีแวงข้าวจะนำเอาข้าวเหนียวที่หุงสุกแล้วมาปั้นเป็นก้อนกลมใหญ่พอประมาณ แล้วผูกกับเชือกหรือด้าย จากนั้นเอาปลายเชือกอีกด้านหนึ่งไปมัดติดกับด้ามไม้ยาวประมาณ ๑ วา จากนั้นตั้งคำถามซึ่งเหมือนกับคำถามของพิธีลงผียำหม่อง แตกต่างกันตรงวิธีการทำนายที่ผียำหม่องจะใช้การโขลก แต่พิธีแวงข้าวผู้ประกอบพิธีจะถามว่า “ถ้าเป็นจ๊ะอ้นแต่ขอให้ข้าวนั้นแวงไปแวงมา แวงแรงจนพันขอบดังขอบหิ้ง (กระดัง) ถ้าบ่เป็นจะอ้นขอให้อย่างแวงฮื้อหยุดอยู่กับดี”

หมายความว่า ถ้าเป็นไปตามที่ถามให้เชือกที่มัดติดข้าวไว้ให้แกว่งแรงจนพันขอบกระดัง ถ้าไม่ใช่ให้เชือกที่มัดข้าวหยุดนิ่ง ผู้ประกอบพิธีจะถือไม้ หรือบางคนก็ถือเชือกก็ได้

ชาวล้านนาเชื่อว่า **ครัวไฟ** (ห้องครัว) แต่ละครอบครัวจะมีผีปู่ด้าย่าด่าอยู่ เป็นผีที่คอยดูแลทรัพย์สินในบ้าน และคุ้มครองคนในครอบครัวให้อยู่เย็นเป็นสุข และยังสามารถพยากรณ์เรื่องราวต่าง ๆ ที่มนุษย์ต้องการทราบ ดังนั้นเมื่อจะออกไปไกลบ้านไปต่างถิ่น ต่างจังหวัดคนเฒ่าคนแก่มักจะเอา หมากคำพลูใบ (หมาก จำนวน ๑ คำ พลู จำนวน ๑ ใบ) สวยดอกไม้ธูปเทียน ข้าวปั้นกล้วยหนวย (ข้าวเหนียว จำนวน ๑ ปั้น กล้วย จำนวน ๑ ลูก) ไปบอกกล่าวผีปู่ด้าย่าด่าที่ครัวไฟเสมอ ขอให้เดินทางปลอดภัยและปกป้องรักษาบ้านเรือน ความเชื่อเหล่านี้ยังคงดำรงอยู่ในชุมชนท้องถิ่นในเขตภาคเหนือตอนบนจนไม่สามารถแยกออกจากวิถีชีวิตได้ (นางต๋น ลาวตุม : สัมภาษณ์ พ.ศ. ๒๕๕๖)

๒) วิธีการตีมน้ำมนต์ ขั้นตอนนี้จะใช้วินิจฉัยอาการเจ็บป่วยเรื้อรังที่เป็นมานาน ไปรักษาหลายวิธีแล้วไม่หาย อาการไม่ดีขึ้นหรือแย่ลงกว่าเดิม หาสาเหตุไม่เจอส่วนใหญ่จะเป็นโรคของกรรม หรือโรคที่โดนกระทำจากสิ่งเหนือธรรมชาติ ยกตัวอย่างในกลุ่มปวดเมื่อยตามร่างกายที่ไปประสบอุบัติเหตุรถจักรยานยนต์ล้มบริเวณโค้งที่มีอุบัติเหตุและมีจำนวนผู้เสียชีวิตมาก ในกลุ่มหมอพื้นบ้านจะให้ตีมน้ำมนต์แล้วจะสอบถามรสชาติของน้ำมนต์คือถ้ากินน้ำมนต์แล้วมีรสชาติหวานแสดงว่าผีดีกระทำให้โทษ เช่น ผีบรรพบุรุษ ผีบ้าน ผีป่าที่โกรธและให้โทษลูกหลาน แต่ถ้ากรณิดีแล้วมีรสขม เผ็ด แสดงว่าผีร้ายกระทำให้โทษ เช่น ผีตายโหง ผีป่า เป็นต้น วิธีการรักษามีหลายรูปแบบ อาทิ การเป่า พู ฟ่น หรืออาบน้ำมนต์ เพื่อขับไล่สิ่งชั่วร้าย หรือการส่งเคราะห์ การปัดรังควาญ การสวดวิญญู หรือการเลี้ยงผี เป็นต้น

๓) การตรวจวินิจฉัยด้วยวิธีอื่น ๆ เช่นการดูธาตุทั้งห้า ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ และอากาศ การสีกยา การก๊อบขี้ผึ้ง การดูดน้ำมัน การก๊อบยาสมุนไพร ยกตัวอย่างกรณีการก๊อบยาสมุนไพร (พอกยา) ในผู้ป่วยเป็นโป่งพองที่มีอาการปวดบวมบริเวณข้อ จะใช้สมุนไพรที่มีสรรพคุณเย็น เช่น ผีเสื้อน้อย ผีเสื้อใหญ่ และรางควา ผสมกับข้าวเหนียวหมา (ข้าวเหนียวแช่) ตำผสมกันแล้วนำมาพอกบริเวณที่ปวด สังเกตอาการร้อนบริเวณพอกลดลงหรือไม่หรือพอกทั้งไว้ ประมาณ ๓๐ นาที เอายาออกจับดูว่ายาร้อนหรือไม่ ถ้าร้อนให้พอกไปเรื่อย ๆ และหมั่นคอยเปลี่ยนยาจนกระทั่งความร้อนที่ยาพอกและบริเวณที่บวมลดลง จึงจะตามด้วยสมุนไพรต้ม หรือการเช็ด และการทา



ข้อห้ามและข้อควรปฏิบัติในการนวด

๑. ข้อห้าม ผู้เข้ามาใช้บริการที่มีลักษณะไม่ควรนวด ได้แก่

- ผู้ป่วยที่เป็นโรคร้ายแรง เช่น มะเร็ง (ระยะที่รุนแรง)
- กระดูกหัก กระดูกพรุน
- ผิวหนังบาง มีแผลพุพอง มีบาดแผล
- หญิงตั้งครรภ์
- หญิงระหว่างมีประจำเดือน
- ระวังเป็นไข้
- ข้ำเลือด ข้ำหนอง ปวด บวม แดง และร้อน

๒. ข้อควรระวัง

- ผู้ป่วยเบาหวาน
- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง
- ผู้ป่วยมะเร็ง มีก้อนเนื้อ (สาร)

ในกรณีข้อห้ามหรือข้อควรระวังอาจมีความแตกต่างกันไป บางโรคการนวดก็สามารถช่วยบรรเทาอาการเจ็บป่วยได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวิจารณญาณของผู้ป่วย ญาติ และความเชี่ยวชาญของหมอนวดพื้นบ้านของแต่ละท่าน ซึ่งการกำหนดกฎเกณฑ์ร่วมกันในครั้งนี้เพื่อให้ได้มาตรฐานกลางร่วมกันของกลุ่มหมอนวดพื้นบ้าน และจะส่งผลดีต่อหมอนวดพื้นบ้านรุ่นใหม่ ๆ ที่ยังไม่เชี่ยวชาญให้ได้มีแนวทางเพื่อยึดถือเป็นหลักปฏิบัติต่อไป

ผลการสำรวจการใช้บริการจากหมอนวดพื้นบ้าน

จากการสัมภาษณ์ผู้มารับบริการจากหมอนวดพื้นบ้าน จำนวน ๑๒๐ คน พบว่ามีเพศหญิงมารับบริการมากกว่าเพศชาย โดยช่วงอายุที่มารับบริการสูงสุดอยู่ระหว่าง ๕๑-๖๐ ปี เป็นจำนวนมากที่สุดร้อยละ ๓๐ ค่าใช้จ่ายในการมารับบริการ มีตั้งแต่ไม่มีค่าบริการจนถึง ๒,๙๙๙ บาท เกษตรกรเป็นกลุ่มอาชีพที่เข้ามารับบริการสูงสุดร้อยละ ๓๙ ผู้มารับบริการมีความพึงพอใจต่อการรักษาของหมอนวดพื้นบ้านมากที่สุด ร้อยละ ๘๔ ผู้มารับบริการรู้จักหมอ โดยได้รับการบอกจากญาติ ร้อยละ ๙๒ อาการที่มารักษามากที่สุดคือ การปวดข้อ ร้อยละ ๓๒ รายละเอียด ดังตารางที่ ๔.๓



ตารางที่ ๔.๓ ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยที่เข้ามารับบริการจากหอผู้ป่วยบ้าน

รายการ	จำนวน (N=๑๒๐)	ร้อยละ	หมายเหตุ
เพศของผู้มารับบริการ			
หญิง	๗๑	๕๙	
ชาย	๔๙	๔๑	
ช่วงอายุที่มารับบริการ (ปี)			
๒๑ - ๓๐	๑๑	๙	
๓๑ - ๔๐	๑๙	๑๖	
๔๑ - ๕๐	๒๐	๑๗	
๕๑ - ๖๐	๓๖	๓๐	
มากกว่า ๖๐ ปีขึ้นไป	๓๔	๒๘	
ค่ารักษา (บาท)			
๐ - ๑๐๐	๕๗	๔๗.๕	
๑๐๑ - ๒๐๐	๓๗	๓๐.๘	
๒๐๑ - ๓๐๐	๒๒	๑๘.๓	
๓๐๑ - ๔๐๐	-	-	
๔๐๑ - ๕๐๐	๒	๑.๗	
มากกว่า ๕๐๐ บาทขึ้นไป	๒	๑.๗	
อาชีพของผู้มารับบริการ			
เกษตรกร	๔๗	๓๙	
ค้าขาย	๓๔	๒๘	
รับจ้าง	๒๔	๒๐	
รับราชการ	๑๓	๑๑	
นักศึกษา	๑	๑	
แม่บ้าน	๑	๑	



ตารางที่ ๔.๓ ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยที่เข้ามาใช้บริการจากหมอพื้นบ้าน (ต่อ)

รายการ	จำนวน (N=๑๒๐)	ร้อยละ	หมายเหตุ
จำนวนญาติที่มาด้วย (คน)			
๐	๑๔	๑๒	
๑	๕๙	๔๙	
๒	๑๖	๑๓	
๓	๑๐	๘	
๔	๗	๖	
๕	๕	๔	
๖	๓	๓	
๙	๖	๕	
ความพึงพอใจในการมาใช้บริการ			
มาก	๑๐๑	๘๔	
พอใช้	๑๙	๑๖	
น้อย	-	-	
การรู้จักหมอนวดพื้นบ้านจาก			
ญาติ	๑๑๐	๙๒	
สื่อสาธารณะ	๙	๗	
เพื่อน	๑	๑	
อาการที่มารักษา			
ปวดข้อ	๓๘	๓๒	
ปวดหลัง	๑๘	๑๕	
ปวดทั้งตัว	๑๐	๘	
เส้นท่อนดึง	๑๐	๘	
เส้นจม	๑๐	๘	
นิ้วล็อก	๘	๗	
ปวดขา	๘	๗	
ปวดหัว	๘	๗	
อัมพาต อัมพฤกษ์	๖	๕	
ปวดคอ	๒	๑.๖	
เอ็นพลิก	๒	๑.๖	



ส่วนที่ ๕ การวิเคราะห์สมุนไพรที่ใช้ร่วมกับการนวด

ในการถอดองค์ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรที่ใช้ร่วมกับการนวดในครั้งนี้หมอนวดพื้นบ้านแต่ละคนได้ให้ตำรับยาที่ใช้ร่วมกับการนวด จำนวน ๕๔ ตำรับ (ตาราง ๔.๔) นำเสนอพืชสมุนไพรที่ใช้เป็นประจำทั้งสิ้น ๑๘๔ ชนิด (ตาราง ๔.๕) มีสมุนไพรบางชนิดที่ยังไม่สามารถจัดจำแนกได้ เนื่องจากยังขาดตัวอย่างในการศึกษา โดยมีรายละเอียดของสูตรตำรับยาและวิธีใช้ยา ดังตารางที่ ๔.๔

ตารางที่ ๔.๔ ตำรับยาสมุนไพรที่ใช้ประกอบการรักษาด้วยการนวดแบบล้านนา

ลำดับ	โรค/อาการ	ตำรับยาและวิธีใช้ยา	ผู้ให้ข้อมูล
๑	กระดูกทับเส้น	เอาลูกมะกรูดไปเผาไฟบีบเอาแต่น้ำ นำไปผสมกับเหล้าขาว โดยมีสัดส่วนมะกรูด ๕ ลูกต่อเหล้าขาว ๑ เป็ก ทาวันละ ๒ ครั้ง โดยมีวิธีทาดังนี้ ทาครั้งที่ ๑ ทาให้ทั่วตรงบริเวณปวดแล้วนวดให้ยาซึมลงไปจนแห้ง จากนั้นจึงทาครั้งที่ ๒ ทำเหมือนครั้งที่ ๑ และทาครั้งที่ ๓ พร้อมทาบยานี้นลงบริเวณที่ปวดทำเข้า เย็นจนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอสำราญ มาฟู
๒	กอนลงฟัก/ นกเขาไม่ขัน/ มะเขือเผา	(ยาต้ม) บำรุงกำหนด เถาคันแดง ๑ ส่วน นมวัว ๑ ส่วน กำแพงเจ็ดชั้น ๑ ส่วน ต้มดื่มแทนน้ำ ดื่มติดต่อกันเป็นระยะเวลา ๓-๗ วัน	หมอสุนทร แก้วทอง
๓	กอนลงฟัก/ นกเขาไม่ขัน/ มะเขือเผา	(ยาต้ม) บำรุงกำหนด ไม้ปลาไหลเผือก ๓ ส่วน ไม้ประดู่เครือ ๓ ส่วน ไม้มะหน่อ ๔ ส่วน และเครือจุมจังรี ๑ ส่วน ต้มดื่มแทนน้ำ ดื่มติดต่อกันเป็นระยะเวลา ๗ วัน	หมอสมบุรณ์ ปัญญาพิท
๔	กอนลงฟัก/ นกเขาไม่ขัน/ มะเขือเผา	(ยาต้ม) ชูกำลัง มะเขือแจ้เครือ ๔ ส่วน กำลังเสือโคร่ง ๔ ส่วน กวางหิและ ๑ กำมือ โดไม้รู้ลัม ๑ กำมือ และฝางเสน ๔ ส่วน ต้มดื่มแทนน้ำ ดื่มติดต่อกันเป็นระยะเวลา ๓-๗ วัน	หมอสำราญ มาฟู
๕	เกี่ยว (ตะคริว)	(ยาลูกกลอน) ฮ่อมเกี่ยวเงิน ฮ่อมเกี่ยวคำ โกฎจุพาลัมพา รากเป่าทองแตก พริกไทย กานพลู และพิมเสน นำมาสับ ตากให้แห้ง บดเป็นผงทำเป็นลูกกลอนเท่าเมล็ดมะแว้ง กินครั้งละ ๓ เม็ด วันละ ๓ ครั้ง ก่อนหรือหลังอาหารก็ได้	หมอสมบุรณ์ ปัญญาพิท



ตารางที่ ๔.๔ ตำรับยาสมุนไพรที่ใช้ประกอบการรักษาด้วยการนวดแบบล้านนา (ต่อ)

ลำดับ	โรค/อาการ	ตำรับยาและวิธีใช้ยา	ผู้ให้ข้อมูล
๖	เกี้ยว (ตะคริว)	พริกไทย ใบพลู ใบจะค่าน ดิปลี อ้อมเกี่ยวเงิน อ้อมเกี่ยวคำ โกฐจุฬาลัมพา ใบปัดปิวแดง ใบปัดปิวขาว ใบหนาดเงิน และ ใบหนาดคำ นำมาสับตากให้แห้ง บดเป็นผง ละลายน้ำอุ่น กินครั้งละปริมาณ ๒ ช้อนกาแฟ วันละ ๓ เวลา ก่อนอาหาร เช้า กลางวัน และเย็น หรือเอาผงยານำมาผสมเหล้าขาว ทาใช้ในกรณีเร่งด่วน	หมอประเดิม สร้างเสน
๗	เกี้ยว (ตะคริว)	(ยาพอก) ยาเกี้ยวเกี้ยว ใบจะค่าน ใบดิปลี ใบพลับพลึง ใบอ้อมเกี่ยว ใบผีเสื้อน้อย ใบเป่าเลือด ใบชะเอม ปูเลย และใบส้มป่อย นำเอา มาตำให้พืด เสร็จแล้วนำไปนึ่งให้ร้อน ทิ้งให้อุ่น นำไปพอกแล้ว เอาผ้าพันทับบริเวณที่เป็น ในกรณีที่เป็นบ่อยต้องมีการเตรียม สมุนไพรพร้อมใช้อยู่เสมอ	หมอรุณวรรณ นวลจันทร์
๘	ขางชะยื้อ (หิดหอบ)	มะนาวจำนวน ๗ ลูก และน้ำผึ้งปริมาณ ๑ ชีด (๑๐๐ กรัม) นำเอามะนาวมาสับให้ละเอียด แล้วนำมาต้มจนและ เคี่ยวกับ น้ำผึ้งประมาณครึ่งชั่วโมง กินครั้งละปริมาณ ๑ ช้อนกาแฟ วันละ ๒ ครั้ง เช้า และเย็น ก่อนหรือหลังอาหารก็ได้	หมอตามมะ สร้างวิ
๙	ขางชะยื้อ (หิดหอบ)	ฝ่ามือผี (หนูมานประสานกาย) รากเย็น ยอดมะเกว่น โกฐจุฬาลัมพา มะแว้งขมขาว และเกล็ดปลาทุง นำมาสับ ตากแดดให้แห้ง บดเป็นผง นำมาผสมน้ำผึ้ง กินครั้งละ ๑-๒ ช้อนชา กินบ่อย ๆ วันละ ๔-๖ ครั้ง/วัน	หมอประเดิม สร้างเสน
๑๐	ครีวท้องลง (มดลูกลง มดลูกหย่อน)	หัลบมีนน้อยเอาแต่ราก ปอกเอาเปลือกรากออกให้หมด นำมามัดให้ได้จำนวน ๓ มัด แต่ละมัดเท่า ๑ ว่องมือ ต้มมัดแรก ใส่น้ำปริมาณ ๓ แก้ว เหลือน้ำปริมาณ ๑ แก้ว กินให้หมด มัดที่สองและสาม ต้มใส่น้ำพอท่วม ต้มพอเดือด ดื่มไปเรื่อย ๆ แทนน้ำ จนนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอจามขึ้น กุ้งนะ
๑๑	ครีวท้องลง (มดลูกลง มดลูกหย่อน)	(ยานั่ง) ยาแก้ไส้ลงทำ หย้าปากควาย หย้าถอดปล้อง หัวปูเลย หัวค่างควาย ปึงสมุทรทั้งสาม ไม่น้ำหัด และว่านหัวหลวง นำเอาสมุนไพรสด ๆ มาตำพอแหลก ห่อด้วยใบตองกล้วยดิบ หรือตองกล้วยนวล และใบขมิ้น นำไปหมกไฟ ทิ้งให้อุ่นจัด ๆ แล้วนั่งทับ ทำวันละ ๑ ครั้ง จนนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอประเดิม สร้างเสน



ตารางที่ ๔.๔ ตำรับยาสมุนไพรที่ใช้ประกอบการรักษาด้วยการนวดแบบล้านนา (ต่อ)

ลำดับ	โรค/อาการ	ตำรับยาและวิธีใช้ยา	ผู้ให้ข้อมูล
๑๒	ครีวท้องลง (มดลูกลง มดลูกหย่อน)	(ยานั่ง) ยาแก้ไส้ลงทำ เป้าน้อย เป้าหลวง เป้าตอกแตก และใบปูเลย ผิงไฟให้ร้อนนำมานึ่งทับ ทำติดต่อกัน ๓ วัน	หมอจันทร์ทรา มงคลดี
๑๓	ท้องผูก	(ยาระบาย) ต้นหญ้านมแพะ ๔-๘ ใบ นำมาต้มดื่ม ๑ แก้ว (ดื่มทันที)	หมออรุณวรรณ นวลจันทร์
๑๔	ท้องผูก	(ยาระบาย) น้ำมะขาม ๑ แก้ว ดื่มวันละ ๒ ครั้ง เช้า และเย็น	หมออรุณวรรณ นวลจันทร์
๑๕	ท้องผูก	(ยาระบาย) ฝักลมแล้ง (ฝักคูน) ทูบเอาแต่เมล็ดข้างใน จำนวน ๑ เมล็ด นำไปต้มกับน้ำ ๓ แก้วให้เหลือ ๑ แก้ว ดื่มทันที	หมอสมบุรณ์ ปัญญพิท
๑๖	ท้องผูก	(ยาสวน) ปีบเอาน้ำมันจากผิวมะกรูดนำไปผสมกับน้ำสะอาด ปริมาณครึ่งแก้ว สวนเข้าทวารหนัก เหมาะสำหรับผู้ติดป่วยติดเตียงที่ลุกไม่ได้	หมอสมบุรณ์ ปัญญพิท
๑๗	ปวดหลัง ปวดเอว	รากหญ้าตดหมา รากหอมป้อมเปือ (ผักชีฝรั่ง) และรากหญ้าฮามปาย นำมาหั่นตากแดดให้แห้ง บดเป็นผง นำเอาผงมาผสมน้ำตาลสด ปั้นเป็นลูกกลอนเท่ากับเมล็ดมะขาม กินครั้งละ ๒ เม็ด เช้า และเย็น หรือเมื่อมีอาการปวด	หมอสมบุรณ์ ปัญญพิท
๑๘	ปวดหลัง ปวดเอว	ไม้เฒ่าใน เครื่องหน้าแน เครื่องก้องแกบ มะแจ้เครือ และแก่นฝาง นำมาต้มดื่มแทนน้ำ กินจนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอจ๋ามขิ่น กุ่มนะ
๑๙	ปวดหลัง ปวดเอว	ตาไม้บงป่า หัวค่างควา รากมะลิซ้อนหลวง กาฝากฝักหละ รากมะแว้งขาวขม รากผักหวานบ้าน ต้นหังวันตากหงาย และปูเลย นำไปต้มหรือฝนกิน กินติดต่อกันจนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอจันทร์ทรา มงคลดี
๒๐	ปวดหลัง ปวดเอว	เครือเขาหมวก เครื่องก้องแกบ มะเขือแจ้เครือ ผาแบ่ง รากชะจาว รากขี้เหล็ก รากลมแล้ง เกล็ดเกี้ยว และแก่นฝาง ต้มใส่ข้าวเจ้าเปลือก ดื่มแทนน้ำจนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอสำราญ มาฟู
๒๑	ปวดหลัง	ใบอุบบ้าน ทูบพอข้า เอาไปลงไฟ นำมาห่อผ้าประคบบริเวณ ที่ปวด	หมอหม่อ กวิณยังยืน
๒๒	ปวดเข่า	ยางฝิ่นต้น หักก้านใบเอาอย่างสีขาวใส่ที่เข่าหรือฟันที่ปวด	หมออรุณวรรณ นวลจันทร์



ตารางที่ ๔.๔ ตำรับยาสมุนไพรที่ใช้ประกอบการรักษาด้วยการนวดแบบล้านนา (ต่อ)

ลำดับ	โรค/อาการ	ตำรับยาและวิธีใช้ยา	ผู้ให้ข้อมูล
๒๓	ปวดเหงือก	รากผักโขมไข่ นำมาล้างให้สะอาดทุบให้ละเอียดนำไปอุดที่เหงือกหรือฟันที่ปวด	หมอจ๋ามขิ่น กุงนะ
๒๔	ปวดเหงือก	เปลือกข่อย เปลือกขางหัวหมู ใบฝี่เสี้ยนน้อย และเปลือกไม้จี่ นำเอามาต้ม เป็นน้ำยาบ้วนปาก หรือใช้้อมก็ได้	หมอประเดิม สร้างเสน
๒๕	ปวดเหงือก	เปลือกกอกในดิน เปลือกมะกึ้มในดิน และเปลือกไม้คั่วหัดในดิน นำเอามาต้ม เป็นน้ำยาบ้วนปาก หรือใช้้อมก็ได้	หมอประเดิม สร้างเสน
๒๖	ปวดเหงือก	ยอดไม้แหว ๗ ยอด พริกน้อย ๗ เม็ด การบูร ๑ ชีด นำเอาทั้งหมดมาตำเป็นผงแล้วปั้นเป็นลูกกลอน เท้ากับเมล็ดมะแว้ง นำมาอุดตามฟันที่เป็นรู	หมอต้ามมะ สร้างวิ
๒๗	มดลูกหย่อน	(ยามหาเสน่ห์) ว่านชักมดลูก ว่านหัวหลวง และว่านนางคำ อย่างละ ๗ ชิ้น ต้มกินต่างน้ำ จนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอประเดิม สร้างเสน
๒๘	มะโห้กัณปูด	เครื่องเจน ๑ กำมือ มัดตัดหัวตัดหางต้มพอให้น้ำท่วมยา กินวันละ ๑ แก้ว จนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมออรุณวรรณ นวลจันทร์
๒๙	มะโห้กัณปูด (ริดสีดวงทวาร)	หนามจายแดง เครื่องเจน หนามเค็ดเก้า ไม้มะแตก และไม้ฝาง ต้มใส่น้ำใส่ข้าวเจ้าเปลือกกินต่างน้ำ จนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอจันทร์ฉาย เขตสิทธิ์
๓๐	มะโห้กัณปูด (ริดสีดวงทวาร)	เครื่องก้องแกบ เครื่องเจน แกนฝาง ฮ้อสะพายควาย มะเขือแจ้เครือ เครือออน เพชรสังฆาต รากพลู และหมาปู้หมาเมีย ต้มใส่น้ำใส่ข้าวเจ้าเปลือกกินต่างน้ำ จนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอสำราญ มาฟู
๓๑	ลมท้องเดิน	รากหญ้าตองกง (รากหญ้าไม้กวาด) นำมาต้มกิน	หมอสมบูรณ์ ปัญญาพิท
๓๒	ลมท้องเดิน	(ยาดำ) ยาแก้แหล่ ข้าวคั่ว พริกไทย เทียนทั้ง ๕ แดงเถื่อน หมูปล่อย ดิงหว่า และดีปลี	หมอสำราญ มาฟู
๓๓	ลมท้องเดิน	น้ำ ขิง ข่า ตะไคร้ และฮ้อมเกี้ยว มาต้มรวมกัน ต้มขับลม	หมอบุญ อุปันนั
๓๔	ลมมะเฮ็งคุด ออกหัวออกตา (ปวดไมเกรน)	(ยาก็อบ ยาพอก) ใบค้ำควา เมล็ดข่า ใบปุดัน ใบแมงดาตัน ใบกฤษณา ใบจันผา ใบยาแก้ดอกขาว ใบขมิ้น ใบปูเลย และใบเล็บครุฑทั้งสอง นำมาตำให้แหลกนำมาพอกที่ศีรษะ แล้วนำเอาผ้าพันทับทิ้งไว้ จำนวน ๑ ชั่วโมง ขึ้นอยู่อาการปวด ถ้าเป็นมากพอกวันละ ๒ ครั้ง ทำจนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอประเดิม สร้างเสน



ตารางที่ ๔.๔ ตำรับยาสมุนไพรที่ใช้ประกอบการรักษาด้วยการนวดแบบล้านนา (ต่อ)

ลำดับ	โรค/อาการ	ตำรับยาและวิธีใช้ยา	ผู้ให้ข้อมูล
๓๕	ลมมะเอียงคุด ออกหัวออกตา (ปวดไมเกรน)	(ยาก๊อบ ยาพอก) ใบพลับพลึง ผักเสี้ยนผี ใบผีเสื้อน้อย ตะไคร้ หัวปูลุย มะขามป้อมดิน ใบฮ่อมเกี้ยว ใบส้มป่อย ใบค่างขาว ใบกฤษณา และใบเล็บครุฑทั้งสอง นำมาตำให้แหลก เอามาพอก บริเวณที่ปวดแล้วนำเอาผ้าพันทับทิ้งไว้ ๑ ชั่วโมง ขึ้นอยู่กับอาการปวดถ้าเป็นมากพอกวันละ ๒ ครั้ง พอกจนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมออรุณวรรณ นวลจันทร์
๓๖	ลมมะเอียงคุด ออกหัวออกตา (ปวดไมเกรน)	หนาดเงิน หนาดคำ ผีเสื้อน้อย ทองกล้วยดิบ รากกล้วยนวล ทองเครือคำ สُر่ปะดิดำ ปัดเตอะ ทองพันชั่ง โป่งหญ้าตัดหมา กาฝากเดื่อเกลี้ยง เตื่อป่อง และโป่งผักสาบ ต้มกินต่างน้ำจนกว่า อาการจะดีขึ้น	หมอสำราญ มาฟู
๓๗	ลมสันนิบาต เข้าเส้น	โกฐจุฬาลัมพา เป้าตองแตก ฮ่อมเกี้ยวเงิน ฮ่อมเกี้ยวทอง ข่า ต้นกตน้ำ หัวละแอน (กระชาย) ว่านหอม ตาลค่อม้าหรือ หญ้าคอตุง ดอกมะละกอ พริกไทย การพลู ยาแก้ดอกขาว ยาแก้เครือดำหรือกอนหมาดำ รากไม้ล้มแล้ง และรากไม้แมงดาตัน นำมาสับตากให้แห้งบดเป็นผง กินกับน้ำอุ่นครั้งละ ๑ ช้อนโต๊ะ วันละ ๒ ครั้ง เช้า และเย็น	หมอสมบุรณ์ ปัญญาพิท
๓๘	ลมสันนิบาต เข้าเส้น	(ยาทา ยาบีบ ยานวด) ใบข่า หัวขมิ้นชัน หัวตุ่น ใบผักไผ่ และขี้ชะเยื่อคำ (ย่ายอนไฟ) นำมาตำให้ละเอียด เอาน้ำหมอนึ่ง มาผสม แล้วทาแล้วบีบนวดทุกวัน วันละหลาย ๆ ครั้ง จนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอสำราญ มาฟู
๓๙	ลมสันนิบาต เข้าเส้น	(ยาพญาอินทร์ ตาปราบลมสันนิบาต) เทียนทั้งห้า (เทียนดำ เทียนแดง เทียนขาว เทียนข้าวเปลือก และเทียนตาตุ๊กแตน) โกฐทั้งห้า (โกฐสอ โกฐเขมา โกฐหัวบัว โกฐเชียง และโกฐจุฬาลัมพา) บัวทั้งห้า (บัวสัตตบพูน บัวสัตตบรรณ บัวลินจง บัวจงกลนี และบัวนิลกุล) จันทน์ทั้งสอง (จันทน์แดง จันทน์ขาว) ขมิ้นทั้งสอง (ขมิ้นชัน และขมิ้นอ้อย) ใบพลู ใบการบูร ใบกฤษณา ใบหนาด ปั้งสมุทรทั้งสาม ไม้สน ไม้ดู่ แก่นไม้ขนุน แก่นไม้ฝาง ใบกาสะลอง ใบหม่าไข่มอก ดอกไม้ไผ่ และหญ้าหวาน นำไปสับตากแห้ง บดเป็นผง ละลายกับน้ำอุ่นกิน สำหรับคนที่เริ่มเป็นกินวันละ ๒ ครั้ง ถ้าอาการไม่หนักมาก กินวันละ ๓ ครั้ง ถ้ามีอาการหนักกินวันละ ๔ ครั้ง	หมอประเดิม สำอาง



ตารางที่ ๔.๔ ตำรับยาสมุนไพรที่ใช้ประกอบการรักษาด้วยการนวดแบบล้านนา (ต่อ)

ลำดับ	โรค/อาการ	ตำรับยาและวิธีใช้ยา	ผู้ให้ข้อมูล
๔๐	ลมอัมพฤกษ์ เย็น ที่เกิดจากความดันโลหิตต่ำ	ปูเลย จันจี จันบาน เทียนทั้งห้า โกฐทั้งเก้า (โกฐสอ โกฐเขมา โกฐหัวบัว โกฐเชียง โกฐจุฬาลัมพา โกฐกระดูก โกฐก้านพร้าว โกฐขมิ้นมั่งสี และโกฐพุงปลา) บัวทั้งห้า เครื่องก้องแกบ เครื่องหม่าหนัง เพิ่มขิง เหม้าตะไคร้ พริกน้อย และดีปลี สัดส่วนอย่างละเท่ากันมาต้มดื่ม ดื่มน้ำวันละ ๓ ครั้ง ก่อนอาหารเช้า กลางวัน และเย็น ปริมาณครั้งละ ๑ แก้ว หรือดื่มแทนน้ำก็ได้หรือนำมาแช่ตัวได้วันละ ๑ ครั้ง จนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอประเดิม สร้างเสน
๔๑	ลมอัมพฤกษ์ ร้อน ที่เกิดจากความดันโลหิตสูง	ปูเลย จันจี จันบาน เทียนทั้งห้า โกฐทั้งเก้า บัวทั้งห้า เครื่องก้องแกบ และเครื่องหม่าหนัง สัดส่วนอย่างละเท่ากัน มาต้มดื่ม ดื่มน้ำวันละ ๓ ครั้ง ก่อนอาหารเช้า กลางวัน และเย็น ปริมาณครั้งละ ๑ แก้ว หรือดื่มแทนน้ำก็ได้ หรือนำมาแช่ตัวก็ได้ วันละ ๑ ครั้ง จนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอประเดิม สร้างเสน
๔๒	เหน็บชา	รากหนามเล็บแมว รากหนามเค็ดเค้า หล้าฮ่อมเกี่ยว รากผักคัต และไม้ฝาง ทั้งหมดสัดส่วนเท่ากันต้มดื่ม ๓ เวลา เช้า กลางวัน และเย็น ก่อนอาหาร จนกระทั่งอาการดีขึ้น	หมอบุญ อุปันน
๔๓	เหน็บชา	ไม้เป่าเลือด ยาแก้ดอกขาว หล้าฮ่อมเกี่ยว ใบหนาด ปูเลย ว่านหัวหลวง และผีเสื้อน้อย ต้มดื่มจำนวนวันละ ๒ ครั้ง ก่อนอาหารเช้า และเย็น และสูตรดังกล่าวนำไปอบยาสมุนไพร จนกระทั่งอาการดีขึ้น	หมอตามมะ ส่างวิ
๔๔	เหน็บชา	โคกกระสุน กระเทียมโทน มหาหิงส์ หัวข้าวเย็นเหนือ พญานาคราช ปูเลย ปิดปิวแดง ขิงแห้ง และเป่าเลือด นำมาสับ แล้วตากแห้งบดเป็นผง นำเอาผงมาผสมกันโดยใช้สัดส่วนเท่ากัน กินเป็นผงหรือปั้นเป็นลูกกลอน ถ้าเป็นลูกกลอนให้กิน วันละ ๓ ครั้ง ครั้งละ ๓ เม็ด ก่อนอาหารเช้า กลางวัน และเย็น ถ้ากินในรูปที่เป็นผง ให้กินปริมาณ ๑ ช้อนกาแฟ	หมอสมบูรณ์ ปัญญาทิพ
๔๕	อัมพฤกษ์ (ย่าย่าง)	(ย่าย่าง) ใบเป่าทั้งสาม (ตองแตก เป่าหลวง เป่าน้อย) ใบชา หัวปูเลย ใบชุมเห็ดขาว ใบชุมเห็ดแดง ใบปิดปิวขาวและแดง ใบมูกนัง ใบผีเสื้อน้อย ใบขมิ้นชัน ใบตะไคร้ และตองกล้วยดิบ สับรวมกัน สัดส่วนเท่ากันนำไปตากให้แห้ง นำไปโรยไว้บนแคร่ สุมไฟแล้วให้ผู้ป่วยไปย่าง ระยะแรก ๆ ทำวันละ ๒ ครั้ง เช้า และเย็น ถ้าอาการดีขึ้นทำวันละ ๑ ครั้ง จนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอสำราญ มาฟู



ตารางที่ ๔.๔ ตำรับยาสมุนไพรที่ใช้ประกอบการรักษาด้วยการนวดแบบล้านนา (ต่อ)

ลำดับ	โรค/อาการ	ตำรับยาและวิธีใช้ยา	ผู้ให้ข้อมูล
๔๖	อัมพฤกษ์ เกิดจาก อุบัติเหตุ	ปูเลย ค้างคาว โกฐจุฬาลัมพา เครือบระเพ็ด ว่านหัวหลวง ตาไม้ไผ่สีสุก ไม้ปูเลยตัน ไม้มะตูม ไม้มะเดะ ไม้ขี้ ไม้ข่อย หญ้าถอดปล้อง และล้านผีปาย ต้มแล้วแช่หรือต้มอาบและต้มดื่ม สัดส่วนเท่ากัน กินวันละ ๓ ครั้ง ก่อนอาหารเช้า กลางวัน และเย็น ครั้งละ ๑ แก้ว จนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอประเดิม สร้างเสน
๔๗	อัมพาต	ฝางแดง ควยงูน้อย ควยงูหลวง รากและดอกแก้ว รากต้นขี้เหล็ก รากต้นระงับพิษ รากต้นหัสสะกิน รากแห่นเครือ รากต้นหมามุ่น รากต้นส้มป่อย รากไม้มะตูม และรากต้นตบเต้าน้อย ใช้สัดส่วนเท่ากันนำไปต้มใส่ข้าวเจ้าเปลือก ๑ หยิบมือ กินต่างน้ำจนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอสำราญ มาฟู
๔๘	อัมพาต	ดอกดีปลี เมล็ดพริกไทย ขิง ปูเลย ใบโบล่าขาว ใบโบลาดำ ใบหัสสะกิน ใบจุ่มจะลิง (บระเพ็ด) ใบดอกรัก ใบข่อย เครือเขาคำ และใบลมแล้ง นำมาสับแล้วตากแห้งบดเป็นผง นำเอามาผสมกันสัดส่วนเท่ากัน แบ่งออกเป็นสองส่วน ส่วนที่ ๑ เอาไปดองสุรานำมาทาตามร่างกายวันละ ๒ เวลา เช้า และเย็น และส่วนที่ ๒ นำไปกินครั้งละ ๑ ช้อนชา กินผสมน้ำอุ่น วันละ ๒ เวลา เช้า และเย็น หลังอาหาร ดื่มจนกว่าอาการจะดีขึ้น	หมอบุญ อุบันท์
๔๙	อัมพาต	ผักเสี้ยนผี ใบกวาดตัน ใบมะตาเสือ และใบพลับพลึง สัดส่วนเท่ากัน นำมาต้มแบ่งออกเป็นสองส่วน ส่วนที่หนึ่งนำมาทาตามร่างกาย ให้เพิ่มการบูร ส่วนที่สอง นำมาดื่มวันละ ๓ ครั้งๆ ละปริมาณ ๑ แก้ว หลังอาหาร เช้า กลางวัน และเย็น	หมอวิเชียร รักสิทธิ์
๕๐	เอ็นเข้าแค็บ	ใช้น้ำมันปูเลยนวด	
๕๑	เอ็นเข้าแค็บ	ใช้น้ำมันตะไคร้นวด	
๕๒	เอ็นเข้าแค็บ	ใช้น้ำมันพลับพลึงนวด	
๕๓	เอ็นเข้าแค็บ	ผีเสื้อน้อย โกฐจุฬาลัมพา ขนาด ใบพลับพลึง ว่านน้ำ เถาว์ลย์เปรียง เปล้าน้อย เปล้าหลวง ใบโคคลาน เกลือ การบูร พิมเสน ตะไคร้ ใบมะกรูด ใบมะขาม ใบส้มป่อย ปูเลย ขมิ้น และข่า นำไปนึ่งใช้ประคบ	หมอจันทร์ฉาย เขตสิทธิ์



ตารางที่ ๔.๔ ตำรับยาสมุนไพรที่ใช้ประกอบการรักษาด้วยการนวดแบบล้านนา (ต่อ)

ลำดับ	โรค/อาการ	ตำรับยาและวิธีใช้ยา	ผู้ให้ข้อมูล
๕๔	เอ็นเข้าเค็บ (สะบักจม)	(ยานี้) ผีเสี้ยนน้อย ใบหนาด พลับพลึง เสี้ยนผี ใบฮ่อมเดียว เป้าน้อย เป้าหลวง ตะไคร้ ปูเลย ขมิ้น มะขามป้อมดิน เล็บครุฑ และโกฐจุฬาลัมพา	หมออรรถวรรณ นวลจันทร์

จากตำรับยาทั้ง ๕๔ ตำรับ ทำการจำแนกชนิดสมุนไพรจากแต่ละตำรับ พบสมุนไพรที่อยู่ในกลุ่มพืช จำนวน ๑๘๔ ชนิด และผลิตภัณฑ์จากสัตว์ ๑ ชนิด คือ ขี้ชะเยื่อค่าหรือภาษาไทยกกลางเรียกว่ายอยอนไฟ หมายถึง ไขมันหมูที่อยู่บนหลังคาในครัวแล้วมีเขม่าควันไฟจับอยู่ ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จัดจำแนก ชื่อวิทยาศาสตร์ ของสมุนไพร โดยใช้วิธีการเทียบชื่อจากเอกสาร ๒ ฉบับ คือ ชื่อพรรณไม้แห่งประเทศไทย เต็ม สมิตินันท์ (สำนักวิชาการป่าไม้ กรมป่าไม้ ๒๕๔๔) และพจนานุกรมสมุนไพรล้านนา (จิรเดช มโนสรั้อย และคณะ ๒๕๕๒) และมีการยืนยันจากหมอพื้นบ้านโดยใช้ภาพถ่ายและตัวอย่างบางชนิดที่เก็บมาได้ ตามตารางที่ ๔.๕

ตารางที่ ๔.๕ รายชื่อสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาร่วมกับการนวดพื้นบ้าน

ลำดับ	ชื่อพื้นเมือง	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	จำนวนที่พบในตำรายา
๑	กรตน้ำ	กรตน้ำ	<i>Scoparia dulcis</i> Linn	ไม้ล้มลุกมาจากต่างประเทศ	๑
๒	กระเทียมโทน	กระเทียมโทน	<i>Allium ampeloprasum</i> var. <i>ampeloprasum</i>	ไม้ล้มลุก	๑
๓	กฤษณา	กฤษณา	<i>Aquilaria crassna</i> Pierre ex Lecomte	ไม้ต้น	๓
๔	กล้วยตีบ	กล้วยตีบ	<i>Musa x paradisiaca</i> L. (ABB group)	ไม้ล้มลุก	๓
๕	กล้วยนวล	กล้วยหัวโต	<i>Ensete glaucum</i> (Roxb.) Cheesman	ไม้ล้มลุก	๒
๖	กวาวจีแฉะ	ใต้ใบ	<i>Sauropus amoebliflorus</i> Airy Shaw	ไม้ล้มลุก, ไม้พุ่ม	๑
๗	กว้าวตัน	ทองกวาว	<i>Butea monosperma</i> (Lam.) Taub	ไม้ต้น	๑
๘	กอก	มะกอก	<i>Spondias pinnata</i> (L.f.) Kurz	ไม้ต้น	๑
๙	กาฝากเตื่อเกลี้ยง			กาฝาก	๑
๑๐	กำฝากฝักหละ			กาฝาก	๑
๑๑	การบูน	การบูน	<i>Cinnamomum camphora</i> (L.) J. Presl	ไม้ต้นมาจากต่างประเทศ	๔
๑๒	กาสะลอง	ปีบ	<i>Millingtonia hortensis</i> L.f.	ไม้ต้น	๑
๑๓	กำแพงเจ็ดชั้น	กำแพงเจ็ดชั้น	<i>Salacia chinensis</i> L.	ไม้พุ่มที่เลื้อยทอดลำต้นเกาะเกี่ยวขึ้นไป	๑
๑๔	กำลั่งเสือโคร่ง	กำลั่งเสือโคร่ง	<i>Betula alnoides</i> Buch.-Ham. ex G.Don	ไม้ต้น	๑
๑๕	เกล็ดปลากุง				๑
๑๖	เกลือ	มะเกลือ	<i>Diospyros mollis</i> Griff.	ไม้ต้น	๑
๑๗	โถษกระตุก	โถษกระตุก	<i>Saussurea lappa</i> C.B.Clarke	ไม้ล้มลุก	๒





ตารางที่ ๔.๕ รายชื่อสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรคผิวหนัง (ต่อ)

ลำดับ	ชื่อพื้นเมือง	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	จำนวนที่พบในตำรายา
๑๘	โกฐก้านพร้าว	โกฐก้านพร้าว	<i>Picrorhiza kurroa</i> Royle ex Benth.	ไม้ล้มลุก	๒
๑๙	โกฐเขมาหรือโกฐหอม	โกฐเขมาหรือโกฐหอม	<i>Atractylis lyrata</i> Sieb & Zuce		๓
๒๐	โกฐจุฬาล้มพา	โกฐจุฬาล้มพา	<i>Astemisia abrotanum</i> L.	ไม้ล้มลุก	๑๐
๒๑	โกศขุขามังซี (โกศขุขามังลี)	โกศขุขามังซี (โกศขุขามังลี)	<i>Nardostachys jatamansi</i> DC.	ไม้ล้มลุก	๒
๒๒	โกฐเชียง	โกฐเชียง	<i>Levisticum officinale</i> Koch.		๓
๒๓	โกฐพุงปลา (ปุดกส้มมอ)	โกฐพุงปลา (ปุดกส้มมอ)	<i>Terminalia chebula</i> Retz.	ไม้ต้น	๒
๒๔	โกฐสอ	โกฐสอ	<i>Angelica sylvestris</i> L.		๓
๒๕	โกฐหัวบัว	โกฐหัวบัว	<i>Conioselinum vaginatum</i> (Spreng.) Thell.		๓
๒๖	ขุนุน	ขุนุน	<i>Artocarpus heterophyllus</i> Lam.	ไม้ยืนต้นมาจากต่างประเทศ	๑
๒๗	ขมิ้น ขมิ้นชัน	ขมิ้นชัน	<i>Curcuma longa</i> L.	ล้มลุก	๖
๒๘	ขมิ้นน้อย	ขมิ้นน้อย	<i>Curcuma zedoaria</i> (Christm.) Roscoe	ล้มลุกมาจากต่างประเทศ	๑
๒๙	ข่อย	ข่อย	<i>Streblus asper</i> Lour.	ไม้ต้น	๓
๓๐	ชะจาว	ชะจาว	<i>Holoptelea integrifolia</i> Planch.	ไม้ต้น	๑
๓๑	ข้า	ข้า	<i>Alpinia galanga</i> (L.) Willd.	ไม้ล้มลุก	๖
๓๒	หางรอก	หางหัวหมู	<i>Milium velutinum</i> (Dunal) Hook.f. & Thomson	ไม้ต้น	๑
๓๓	ข้า	ข้า	<i>Oryza sativa</i> L.	หญ้า	๑
๓๔	ชิง	ชิง	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe	ไม้ล้มลุก	๓

ตารางที่ ๔.๕ รายชื่อสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาร่วมกับการนวดพื้นบ้าน (ต่อ)

ลำดับ	ชื่อพื้นเมือง	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	จำนวนที่พบในตำรายา
๓๕	จิงแห้ง	จิงแห้ง	<i>Zingiber ligulatum</i> Roxb.	ไม้ล้มลุก	๑
๓๖	ชีเหล็ก	ชีเหล็ก	<i>Senna siamea</i> (Lam.) H.S. Irwin & Barneby	ไม้ต้น	๒
๓๗	ควยงน้อย	หญ้าพญาน้อย	<i>Achyranthes bidentata</i> Blume	ไม้ล้มลุก	๑
๓๘	ควยงหลวง	หญ้าพญู	<i>Achyranthes aspera</i> L.	ไม้ล้มลุก	๑
๓๙	คำหุด ไม้คำหุด	คำหุด	<i>Engelhardtia spicata</i> Lechen ex Blume var. <i>spicata</i>	ไม้ต้น	๒
๔๐	เครือก้องแกบ	รางแดง	<i>Ventilago denticulata</i> Willd.	ไม้เถา	๕
๔๑	สังวาลย์พระอินทร์	เครือเขาคำ	<i>Cuscuta reflexa</i> Roxb.	กาฝาก	๒
๔๒	เครือเขาหมวก	เถาหมวกขาว	<i>Urceola minutiflora</i> (Pierre) D.J.Middleton	ไม้เถา	๑
๔๓	เครือเอเจน เตรีอเงิน	เครือปลาสดแดง	<i>Ichnocarpus frutescens</i> (L.) W.T.Aiton	ไม้เถา	๓
๔๔	เครือบอระเพ็ด (เครือจุ่มจรีง จุ่มจะลิง)	บอระเพ็ด	<i>Tinospora crispa</i> (L.) Hook.f.& Thomson	ไม้เถา	๓
๔๕	เครือหนำแน่	รางจืด	<i>Thunbergia laurifolia</i> Lindl.	ไม้เถา	๑
๔๖	เครือหมาหนัง	เครือหนึ่ง	<i>Aspidocarya uvifera</i> Hook.f.&Thomson	ไม้เถา	๒
๔๗	เครือออน	เครือออน	<i>Congea tomentosa</i> Roxb.	ไม้เถา	๑
๔๘	เค็ล็ดเก๊า หมามเค็ล็ดเก๊า	คัตเค้าเครือ	<i>Oxyceros horridus</i> Lour.	ไม้พุ่มรอเลื้อย	๓
๔๙	โคกกระสุน	หมามกระสุน	<i>Tribulus terrestris</i> L.	ไม้ล้มลุก	๑
๕๐	โคกลาน	โคกลาน	<i>Anamirta cocculus</i> (L.) Wight & Arn.	ไม้เถา	๑
๕๑	จะค่าน	สะค่าน	<i>Piper interruptum</i> Opiz	ไม้เถา	๒
๕๒	จันทน์ กานพลู	กานพลู	<i>Syzygium aromaticum</i> (L.) Merr.& L.M.Perry	ไม้ต้นขนาดเล็ก	๓
๕๓	จันทน์ขาว(จันทน์สอง)	จันทนา	<i>Tarenna hoaensis</i> Pit.	ไม้ต้น	๑



ตารางที่ ๔.๕ รายชื่อสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาร่วมกับการนวดพื้นบ้าน (ต่อ)

ลำดับ	ชื่อพื้นเมือง	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	จำนวนที่พบในตำรายา
๗๓	ทองพันชั่ง	ทองพันชั่ง	<i>Rhinacanthus nasutus</i> (L.) Kurz	ไม้พุ่ม	๑
๗๔	เทียนขาว	อีหრა	<i>Cuminum cyminum</i> L.	ไม้ล้มลุก	๔
๗๕	เทียนขาวเปลือก	เทียนขาวเปลือก	<i>Anethum graveolens</i> L.	ไม้ล้มลุก	๔
๗๖	เทียนดำ	เทียนดำ	<i>Nigella sativa</i> L.	ไม้ล้มลุก	๔
๗๗	เทียนแดง	เทียนแดง	<i>Lepidium sativum</i> L.	ไม้ล้มลุก	๔
๗๘	เทียนตาคั่วแทน	เทียนขาวเปลือก	<i>Anethum graveolens</i> L.	ไม้ล้มลุก	๔
๗๙	นมวัว	พิพวนน้อย	<i>Uvaria rufa</i> Blume	ไม้เถา	๑
๘๐	เฒ่าใน	เฒ่าใน	<i>Ilex umbellulata</i> (Wall.) Loes.	ไม้พุ่ม/ไม้ต้นขนาดเล็ก	๑
๘๑	บัวจกกลนี้	จกกลนี้	<i>Nymphaea pubescens</i> Willd.	พืชน้ำ	๓
๘๒	บัวนิลุบล/นิโรบล	บัวเผื่อน	<i>Nymphaea nouchali</i> Burm. f..	พืชน้ำ	๓
๘๓	บัวลินจง	บัวลินจง	<i>Nymphaea lotus</i> L.	พืชน้ำ	๓
๘๔	บัวสัตตบุษย์	บัวหลวง	<i>Nelumbo mucifera</i> Gaerth.	พืชน้ำ	๓
๘๕	บัวสัตตบรรณ	บัวสาย/จกกลนี้	<i>Nymphaea pubescens</i> Willd.	พืชน้ำ	๓
๘๖	โปลากาว	เสียด	<i>Justicia adhatoda</i> L.	ไม้พุ่ม	๑
๘๗	โปลาดำ	สันพร้าวอญ	<i>Justicia gendarussa</i> Burm.f.	ไม้พุ่มขนาดเล็ก	๑
๘๘	ประดู่เครือ			ไม้เถา	๑
๘๙	ไหลเผือก	ปลาไหลเผือก	<i>Eurycoma longifolia</i> Jack	ไม้พุ่ม	๑
๙๐	บึงสมุทรทั้งสาม	บึงหอม	<i>Clerodendrum chinense</i> (Osbeck) Mabb. var. <i>chinense</i>	ไม้พุ่ม	๒
๙๑	ปืดเตอะ	หนามพุงดอ	<i>Azima sarmentosa</i> (Blume) Benth. & Hook. f.	ไม้เถา	๑





ตารางที่ ๔.๕ รายชื่อสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรคฟันบ้าน (ต่อ)

ลำดับ	ชื่อพื้นเมือง	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	จำนวนที่พบในตำบล
๙๒	บีตปิวขาว	เจตมูลเพลิงขาว	<i>Plumbago zeylanica</i> L.	ไม้พุ่มขนาดเล็ก	๒
๙๓	บีตปิวแดง	เจตมูลเพลิงแดง	<i>Plumbago indica</i> L.	ไม้พุ่มขนาดเล็ก	๓
๙๔	ปูเลย	ไพล	<i>Zingiber montanum</i> (J. Koenig) Link ex A. Dietr.	ไม้ล้มลุก	๑๖
๙๕	ปูเลยต้น	อบเชย	<i>Cinnamomum</i> sp.	ไม้ต้น	๒
๙๖	เป้าตองแตก	เป้าตองแตก	<i>Baliospermum calycinum</i> Müll. Arg.	ไม้พุ่ม	๔
๙๗	เป้าน้อย เป้าน้อย	เป้าน้อย	<i>Croton stellatopilosus</i> H. Ohba	ไม้พุ่ม	๔
๙๘	เป้าเลียด	เป้าใหญ่	<i>Croton robustus</i> Kurz	ไม้พุ่ม/ไม้ต้นขนาดเล็ก	๓
๙๙	เป้าหลวง	เป้าใหญ่	<i>Croton poilanei</i> Gagnep.	ไม้ต้น	๔
๑๐๐	ผักโงมไข่	ผักขมสวน	<i>Amaranthus tricolor</i> L.	ไม้ล้มลุก	๑
๑๐๑	ผักติ๊ด	ต้อยตึง	<i>Solanum spirale</i> Roxb.	ไม้พุ่มขนาดเล็ก	๑
๑๐๒	ผักไผ่, ผักแพว	ผักไผ่	<i>Persicaria odorata</i> (Lour.) Soják	ไม้ล้มลุก	๑
๑๐๓	ผักสาบ, อีหนู	ผักสาบ	<i>Adenia viridiflora</i> Craib	ไม้เถา	๑
๑๐๔	ผักเสี้ยนผี	ผักเสี้ยนผี	<i>Cleome viscosa</i> L.	ไม้ล้มลุก	๒
๑๐๕	ผักหวานบ้าน	ผักหวานบ้าน	<i>Sauropus androgynus</i> (L.) Merr.	ไม้พุ่ม	๑
๑๐๖	ผาแป้ง, ผาแป้ง	ต้อยตึง	<i>Solanum erianthum</i> D. Don	ไม้พุ่ม	๑
๑๐๗	ผีเสื้อน้อย	คนทีสอ	<i>Vitex trifolia</i> L. subsp. trifolia	ไม้พุ่ม	๘
๑๐๘	ไผ่เสี้ยน	ไผ่เสี้ยน	<i>Bambusa blumeana</i> Schult.f.	ไม้	๑
๑๐๙	ผาง ผางเสน ผางแดง	ผาง	<i>Caesalpinia sappan</i> L.	ไม้ต้นขนาดเล็ก	๘
๑๑๐	ผามือผี (หนุมานประสานกาย)	นิ้วมือพระนารายณ์	<i>Schefflera heptaphylla</i> (L.) Frodin.	ไม้ต้น	๑

ตารางที่ ๔.๕ รายชื่อสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาร่วมกับการนวดพื้นบ้าน (ต่อ)

ลำดับ	ชื่อพื้นเมือง	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	จำนวนที่พบในตำรับยา
๑๑๑	ผื่นต้น	ผื่นต้น	<i>Jatropha multifida</i> L.	ไม้พุ่ม/ไม้ต้นขนาดเล็ก	๑
๑๑๒	พญานาคราช	ว่านพญานาคราช	<i>Monadenium</i> sp.	ไม้พุ่ม	๑
๑๑๓	พริกน้อย พริกไทย	พริกไทย	<i>Piper nigrum</i> L.	ไม้เถา	๙
๑๑๔	พลับพลึง	พลับพลึง	<i>Crinum asiaticum</i> L.	ไม้ล้มลุก	๖
๑๑๕	พลู	พลู	<i>Piper betle</i> L.	ไม้เถา	๓
๑๑๖	พืมนเสน	พืมนเสน	<i>Pogostemon cablin</i> (Blanco) Benth.	ไม้ล้มลุก	๑
๑๑๗	เพ็ดสังฆาต	เพชรสังฆาต	<i>Cissus quadrangularis</i> L.	ไม้เถา	๑
๑๑๘	มหาหิงส์	มหาหิงค์	<i>Ferula sinkiangensis</i> K.M. Shen	ไม้ล้มลุก	๑
๑๑๙	มะกรูด	มะกรูด	<i>Citrus hystrix</i> DC.	ไม้ต้นขนาดเล็ก	๓
๑๒๐	มะนาว	มะนาว	<i>Zanthoxylum rhetsa</i> (Roxb.) DC.	ไม้ต้น	๑
๑๒๑	มะเกี๋ย	มะกอกเกลื่อน	<i>Canarium subulatum</i> Guillauimin	ไม้ต้น	๑
๑๒๒	มะขาม	มะขาม	<i>Tamarindus indica</i> L.	ไม้ต้น	๒
๑๒๓	มะขามป้อมดิน	ลูกใต้ใบ	<i>Phyllanthus amarus</i> Schumach. & Thonn.	ไม้ล้มลุก	๒
๑๒๔	มะเขือแจ้เครือ	ของระอา	<i>Securidaca inappendiculata</i> Hassk.	ไม้เถา	๔
	มะแจ้เครือ				
๑๒๕	มะดุก	มะดุก	<i>Siphonodon celastrineus</i> Griff.	ไม้ต้น	๒
๑๒๖	มะตำลึง, ยอบ้าน	ยอ	<i>Morinda citrifolia</i> L.	ไม้ต้น	๑
๑๒๗	มะแตก	กระทุงลาย	<i>Celastrus paniculatus</i> Willd.	ไม้เถา	๑
๑๒๘	มะนาว	มะนาว	<i>Citrus x aurantifolia</i> (Christm.) Swingle	ไม้ต้นขนาดเล็ก	๑
๑๒๙	มะละกอ	มะละกอ	<i>Carica papaya</i> L.	ไม้ต้นขนาดเล็ก	๑



ตารางที่ ๔.๕ รายชื่อสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาร่วมกับการนวดพื้นบ้าน (ต่อ)

ลำดับ	ชื่อพื้นเมือง	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	จำนวนที่พบในตำรายา
๑๔๘	ว่านชักมดลูก	ว่านชักมดลูก	<i>Curcuma zanthorrhiza</i> Roxb.	ไม้ล้มลุก	๑
๑๔๙	ว่านนางคำ	ว่านนางคำ	<i>Curcuma aromatica</i> Salisb.	ไม้ล้มลุก	๑
๑๕๐	ว่านน้ำ	ว่านน้ำ	<i>Acorus calamus</i> L.	ไม้น้ำ	๑
๑๕๑	ว่านหอม	เปราะหอม	<i>Kaempferia galanga</i> L.	ไม้ล้มลุก	๑
๑๕๒	ว่านหัวหลวง	ว่านหัวครู	<i>Eulophia spectabilis</i> (Dennst.) Suresh	กล้วยไม้ดิน	๔
๑๕๓	สน	สนสองใบ	<i>Pinus merkusii</i> Jungh.& de Vriese	ไม้ต้น	๑
๑๕๔	สน	สนสามใบ	<i>Pinus kesiya</i> Royle ex Gordon.	ไม้ต้น	๑
๑๕๕	ส้มป่อย	ส้มป่อย	<i>Acacia concinna</i> (Willd.) DC.	ไม้เถาหรือเลื้อย	๔
๑๕๖	สระบัวดำ	-	<i>Dimocarpus</i> sp.	ไม้ต้น	๑
๑๕๗	เสี้ยนผี	ผักเสี้ยนผี	<i>Cleome viscosa</i> L.	ไม้ล้มลุก	๑
๑๕๘	หังจวนตากหางาย	หญ้าจิมฟันควาย	<i>Arundina graminifolia</i> (D. Don) Hochr. subsp. <i>graminifolia</i>	กล้วยไม้ดิน	๑
๑๕๙	หญ้าตดหมา	เถาตดหมา	<i>Merremia tridentata</i> (L.) Hallier f.	ไม้เถา	๒
๑๖๐	หญ้าตองกง (รากหญ้าไม่กวาด)	ตองกง	<i>Thysanolaena latifolia</i> (Roxb. ex Hornem.) Honda	หญ้า	๑
๑๖๑	หญ้าถอดปล้อง	หญ้าถอดปล้อง	<i>Equisetum ramosissimum</i> Desf. subsp. <i>debile</i> (Roxb. ex Vaucher) Hauke	เฟิร์น	๒
๑๖๒	หญ้าขนแพะ	มียาง		ไม้ล้มลุก	๑
๑๖๓	หญ้าปากควาย	หญ้าปากควาย	<i>Dactyloctenium aegyptium</i> (L.) Willd.	หญ้า	๑
๑๖๔	หญ้าหวาน	หญ้าหวาน	<i>Stevia rebaudiana</i> (Bertoni) Bertoni	ไม้ล้มลุก	๑
๑๖๕	หญ้าหอมเกี้ยว ฮ้อมเกี้ยว ฮ้อมเกี้ยวเงิน	กะเม็ง	<i>Eclipta prostrata</i> (L.) L.	ไม้ล้มลุก	๙





ตารางที่ ๔.๕ รายชื่อสมุนไพรรักษาที่ใช้ในการรักษาผู้ป่วยบ้าน (ต่อ)

ลำดับ	ชื่อพื้นเมือง	ชื่อสามัญ	ชื่อวิทยาศาสตร์	ลักษณะวิสัย	จำนวนที่พบปีใน ตำบลบิยา
๑๖๖	หญ้าฮามปาย				๑
๑๖๗	หนาด	หนาดใหญ่	<i>Blumea balsamifera</i> (L.) DC.	ไม้พุ่ม	๔
๑๖๘	หนาดคำ	หนาดคำ	<i>Duhaldea cappa</i> (Buch.-Ham. ex D. Don) Pruski & Anderb.	ไม้พุ่ม	๒
๑๖๙	หนาดเงิน				๒
๑๗๐	หนามจายแดง	แก้วตาไว	<i>Pterolobium macropterum</i> Kurz	ไม้เถา	๑
๑๗๑	หนามเล็บแมว	เล็บเหยี่ยว	<i>Ziziphus oenoplia</i> (L.) Mill. var. <i>oenoplia</i>	ไม้เถา	๑
๑๗๒	หมาไฉมอก	คำมอกหลวง	<i>Gardenia sootepensis</i> Hutch.	ไม้ต้นขนาดเล็ก	๑
๑๗๓	หมาปู้ หมาเมีย	หมากผู้หมากเมีย	<i>Cordyline fruticosa</i> (L.) A. Chev.	ไม้พุ่ม	๑
๑๗๔	หมามุ่น	มะมุ่น	<i>Elaeocarpus stipularis</i> Blume	ไม้ต้น	๑
๑๗๕	หมูปลอย				๑
๑๗๖	หลับบินน้อย ชุมเห็ดแดง	ชุมเห็ดไทย	<i>Senna tora</i> (L.) Roxb.	ไม้พุ่มขนาดเล็ก	๒
๑๗๗	หอมป้อมป้อ	ผักชีฝรั่ง	<i>Eryngium foetidum</i> L.	ไม้ล้มลุก	๑
๑๗๘	หัวเข้าเย็นเหนือ	ข้าวเย็นเหนือ	<i>Smilax corbularia</i> Kunth	ไม้เถา	๑
๑๗๙	หัวละแอน (กระชาย)	กระชาย	<i>Boesenbergia rotunda</i> (L.) Mansf.	ไม้ล้มลุก	๑
๑๘๐	หัสสะกิน	หัสตุณ	<i>Micromelum minutum</i> (G.Forst.) Wight & Arn.	ไม้ต้น	๒
๑๘๑	แหนเครือ	แหนเครือ	<i>Combretum deciduum</i> Collet & Hemsl.	ไม้เถา	๑
๑๘๒	อุ้นบ้าน	พวงไฉมูก	<i>Sambucus simpsonii</i> Rehder	ไม้พุ่ม	๑
๑๘๓	ฮ้อมเกียคำ ฮ้อมเกียทอง	เบญจมาศขึ้น	<i>Wedelia chinensis</i> (Osbeck) Merr.	ไม้เถาล้มลุก	๓
๑๘๔	ฮ้อสะพายควาย	ฮ้อสะพายควาย	<i>Berchemia floribunda</i> Wall. Brongn.	ไม้เถา	๑

บทที่ ๕

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ



การศึกษาเรื่อง พื้นฐานการนวดพื้นบ้านล้านนา เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ความรู้การนวดพื้นบ้านล้านนา ตามหลักความเชื่อ กระบวนการรักษาของหมอพื้นบ้านล้านนา รูปแบบการนวดพื้นบ้าน พิธีกรรม และสมุนไพรที่ใช้ร่วมกับการนวด ผู้วิจัยดำเนินการศึกษาในกลุ่มหมอนวดพื้นบ้านที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ คัดเลือกหมอนวดพื้นบ้านได้ จำนวน ๑๖ คน ดำเนินการถอดองค์ความรู้จากหมอพื้นบ้านทุกคน เก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือนกรกฎาคม ๒๕๕๖ ถึง กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗ โดยสามารถนำเสนอข้อมูลผลการศึกษาที่สำคัญได้ ดังนี้

สรุปผลการศึกษา

๑) ความเชื่อและวิธีการอธิบายร่างกายมนุษย์ โดยพบว่า สมุฏฐานโรคตามความเชื่อของการแพทย์พื้นบ้านล้านนามีรากฐานความเชื่อมาจากศาสนาพุทธ เริ่มตั้งแต่การกำเนิดมาเป็นมนุษย์จนกระทั่งตาย โดยมนุษย์ประกอบไปด้วย ๒ ส่วน คือ ๑) ขันธ์ทั้ง ๕ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ และ ๒) ธาตุทั้ง ๔ ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ประกอบเป็นมนุษย์ขึ้นมา เมื่อร่างกายเราแตกดับไปก็จะกลับสู่ธรรมชาติ อวัยวะต่างๆ ของร่างกายหรืออาการ ๓๒ ประกอบด้วย ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ และจะวินิจฉัยโรคตามธาตุ กาลเวลา ฤดูกาล อายุ ภูมิลำเนา และกรรมของคนๆ นั้น

ส่วนวิธีการอธิบายร่างกายมนุษย์ พบว่า ร่างกายมนุษย์แบ่งเป็น ๔ ส่วน ส่วนที่ ๑ เรียกว่า ปฐม ประกอบไปด้วย หู ตา จมูก ลิ้น ฟัน ลิ้นไก่ เส้นประสาทส่วนบน จะเป็นส่วนควบคุมการทำงานของอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย ส่วนที่ ๒ เรียกว่า ทุตริยะ ส่วนประกอบไปด้วย หัวใจ ตับ ปอด ม้าม ลำไส้ใหญ่ กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก กระเพาะปัสสาวะ ไต ตี มดลูก ส่วนที่ ๓ เรียกว่า ตะตริยะ ประกอบด้วย กระดูกและเส้นเอ็นต่างๆ ส่วนที่ ๔ เรียกว่า จตุกะวิญญาณ คือ ศูนย์รวมของสิ่งที่มองไม่เห็น มีขันธ์ทั้ง ๕ และธาตุทั้ง ๔ เป็นตัวควบคุม ถ้าทุกอย่างพร่องไปจะทำให้เรามีอาการเจ็บป่วยไม่สบายหรือแตกดับไป

๒) รูปแบบการนวดพื้นบ้านล้านนา พบว่า มีวิธีการและรูปแบบการนวดพื้นบ้านทั้งหมด ๑๘ รูปแบบ ได้แก่ ๑) การเช็ด/การแหก ๒) การย่ำขาง ๓) การตอกเส้น ๔) การเอาม่าน (ดัด ดึง) ๕) การบีบ ๖) การขยำ ๗) การนิกนัม (การคลึง) ๘) การฮูดเส้น (รีดเส้น) ๙) การดิ่ง ๑๐) การเหยียบ ๑๑) การทุบและการสับ ๑๒) การบิดฮ้าว (การบิด) ๑๓) การตีก (การกด) ๑๔) การจก (การล้วง) ๑๕) การกวาซา ๑๖) การหยีมหรือการหยิก ๑๗) การเกาะเส้น ๑๘) การเกาะเส้น/การเชี่ยเส้น นอกจากนั้นยังมีรูปแบบที่ใช้ร่วมกับการรักษา คือ การแช่สมุนไพร และการฝัง (ดิน/ทราย) ซึ่งเป็นรูปแบบในการรักษาของหมอพื้นบ้านล้านนาร่วมด้วยเช่นกัน



๓) โรค อาการและกระบวนการรักษาของหมอนวดพื้นบ้านล้านนา พบว่าหมอนวดพื้นบ้านล้านนาสามารถรักษาอาการต่างๆ ได้ จำนวน ๓๕ อาการ แต่ในการศึกษานี้ได้เจาะลึกเฉพาะโรคที่ยังมีการรักษาอยู่ในปัจจุบัน และสามารถติดตามผู้ป่วยได้ มีทั้งหมด ๒๒ อาการ อาทิเช่น ๑) ลมท้องเดิน ๒) เหน็บชา ๓) อัมพฤกษ์ ๔) อัมพาต ๕) กระตุกทับเส้น ๖) ลมมะเอียงคุดอกหัวออกตา ๗) เอ็นเข้าแค็บ ๘) นิ้วล็อก คอกล็อก ไหล่ล็อก ๙) ท้องผูก ๑๐) ปวดหลังปวดเอว ๑๑) ปวดเข่า ๑๒) เกี้ยว (ตะคริว) ๑๓) นิ้วชี้กัน ๑๔) ขากรไรค่าง ๑๕) หืดหอบ ๑๖) ไหล่หลุด ๑๗) ลมสันนิบาตเข้าเส้น ๑๘) เอ็นเข้าตะกามบ่อง (เอ็นเข้าสลักเพชร) ๑๙) เอ็นเข้าเป้ง ๒๐) นวดครว้ท้องลง (มดลูกลง มดลูกหย่อนไส้เลื่อน) ๒๑) มะโหกกันปุด (ริดสีดวงทวาร) และ ๒๒) นกเขาไม่ขัน (กอนลงฟัก/มะเชื้อเผา) เป็นต้น นอกนั้นจะเป็นอาการปวดเมื่อยต่างๆ

๔) พิธีกรรม พบว่า หมอนวดพื้นบ้านส่วนใหญ่มีคาถาใช้ร่วมกับการนวด ทั้งนี้คาถาที่หมอนวดพื้นบ้านล้านนาใช้มีความสำคัญทั้งในด้านการรักษาผู้ป่วยและด้านการป้องกันตัวของหมอนวดพื้นบ้านเป็นอย่างมาก โดยคาถานั้นมี ๒ ส่วน ได้แก่ คาถาที่ใช้ประกอบพิธีกรรมป้องกันตัวหมอนวดพื้นบ้าน และคาถาในพิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับการรักษาโรค

๕) สมุนไพรที่ใช้ร่วมกับการนวด พบว่า มีจำนวน ๕๔ ตำรับ ประกอบด้วย สมุนไพร ๑๘๔ ชนิด โดยตำรับยาแต่ละตำรับที่ใช้ในการรักษาอาการเดียวกันอาจใช้สมุนไพรทั้งที่เหมือนกันและแตกต่างกันออกไปบ้างเล็กน้อย โดยแยกตามการรักษาโรคที่ยังมีอยู่ในปัจจุบัน

อภิปรายผล

จากการศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยและคณะ ได้นำประเด็นที่สำคัญจากการศึกษามาอภิปราย โดยผลการศึกษาจะนำไปสู่ข้อเสนอแนะ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

๑) ด้านความเชื่อ และกระบวนการนวดพื้นบ้านล้านนา ยังคงมีบทบาทและเชื่อมโยงกับชีวิตความเป็นอยู่ของคนในชุมชน โดยใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านช่วยดูแลรักษาแก้ไขความเจ็บป่วย อันมีสาเหตุที่เกี่ยวข้องกับระบบกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น กระดูก ระบบเลือด และระบบลม จากการทำไร่นาซึ่งเป็นสังคมเกษตรกรรมมาช้านาน ทำให้ความรู้ความเชื่อด้านการเจ็บป่วยได้รับการสั่งสมมีการถ่ายทอดจากรุ่นหนึ่งสู่อีกรุ่นหนึ่ง ผ่านระบบการเรียนรู้เชิงปฏิบัติการ สืบทอดผ่านบรรพบุรุษที่มีคุณูปการต่อชุมชนในสังคมชนบท กระบวนการดูแลรักษาเป็นการช่วยเหลือและดูแลกันของคนในครอบครัว เพื่อนบ้านตลอดจนถึงการดูแลชุมชนกระทั่งกลายเป็นองค์ความรู้ที่เป็นทั้งศาสตร์และศิลปะ ที่มีคุณค่าเป็นที่ยอมรับและมีบทบาทมากในสังคมปัจจุบัน จนกลายเป็นฮีต (จารีต) วัฒนธรรมของท้องถิ่นภาคเหนือ มาจนถึงทุกวันนี้

๒) ด้านรูปแบบการนวด จากการศึกษานี้มีทั้งหมด ๑๘ รูปแบบ แต่จากการศึกษาของดารณี อ่อนชมจันทร์และคณะ พบว่ามีเทคนิคการนวดมีทั้งสิ้น ๒๓ รูปแบบ โดยมีการนับรูปแบบการนวดที่มีลักษณะเดียวกันเป็นคนละวิธี เช่น “ทุบ” และ “สับ” นับเป็น ๒ รูปแบบ หรือรูปแบบ การคลี่ คลาย คลึง คลำ นับเป็น ๔ รูปแบบ ซึ่งผู้วิจัยพิจารณาแล้วเห็นว่าน่าจะเป็นรูปแบบหรือเทคนิคการนวดแบบเดียวกัน โดยในการศึกษานี้ผู้วิจัยจะนับเป็นวิธีเดียวกัน เรียกว่า การคลึงเส้น โดยนับเป็นเพียงหนึ่งวิธีเท่านั้น ทำให้จำนวนรูปแบบในการนวดตามรายงานการศึกษาของดารณี อ่อนชมจันทร์ มีจำนวนรูปแบบการนวดที่แตกต่างกันไปบ้าง นอกจากนั้นการศึกษาของกัลยา มหาวัน (๒๕๕๕) พบว่ากลุ่มชาติพันธุ์ต่างๆ บนดอยอ่างขางของจังหวัดเชียงใหม่มีวิธีการนวดที่แตกต่างกันทั้ง ๕ กลุ่มชาติพันธุ์ โดยมีจำนวนรวมทั้งสิ้น ๒๘ วิธี ส่วนใหญ่ใช้มือในการนวดอาการต่างๆ ของผู้ป่วยไม่มีรูปแบบอื่นเช่น การเหยียบ การบิด การแช่สมุนไพร การฝัง (ดิน/ทราย) ให้เห็นในรูปแบบการนวดเลย โดยผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่าโรคหรืออาการต่างๆ ที่รักษาได้ด้วยการนวดทั้ง ๓๕ อาการนั้น มีเพียง ๒๒ อาการที่รักษาได้



ด้วยการนวด และอีกจำนวน ๑๓ อาการไม่สามารถรักษาด้วยการนวดแบบล้านนา แต่จะรักษาด้วยวิธีการอื่น เช่น การเช็ด การแทรก หรือการเป่า โดยอาการต่างๆ ที่ไม่สามารถรักษาได้ด้วยการนวดเหล่านี้ ส่วนใหญ่จะเป็นอาการไม่ทราบสาเหตุ เช่น อาการย่ำปวก, ย่ำขำ, ย่ำสะลิ, อาการปัดน้ำ, ปัดไฟ, ปัดภายนอก, ปัดภายใน, ปัดลม และอาการโป่งกินเส้นกินตุก, โป่งปอง, โป่งเยียน, โป่งแห้ง เป็นต้น โดยจะพบว่าหมอพื้นบ้านที่ทำการรักษาส่วนใหญ่จะใช้วิธีการรักษาด้วยคาถาเพื่อเป็นการปิดเป่าอาการต่างๆ ให้ทุเลาเบาบางลง และเป็นการป้องกันอาการเหล่านั้นไม่ให้เกิดขึ้นซ้ำอีกด้วย

๓) ระบบการถ่ายทอดความรู้ พบว่า การนวดพื้นบ้านล้านนาส่วนใหญ่เป็นการฝากตัวเป็นศิษย์กับหมอพื้นบ้าน โดยผู้ที่ศึกษาจะต้องมีความเคารพและศรัทธาครูหมอ ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้การสืบทอดมาจากบรรพบุรุษ โดยส่วนใหญ่ความรู้พื้นฐานมาจากความเชื่อและความศรัทธาในคัมภีร์พระไตรปิฎกยึดหลักความสมดุลของคนกับธรรมชาติและสิ่งเหนือธรรมชาติ รวมทั้งความสมดุลและความผิดปกติของธาตุในร่างกายที่เป็นสาเหตุของความเจ็บป่วยโดยเชื่อว่าเกิดจากธาตุและขันธ หมอนวดล้านนาต้องเป็นผู้ที่อยู่ในศีลในธรรม ตั้งมั่นในศีล ๕ และหมั่นฝึกฝนวิชาความรู้ต่างๆ ให้เชี่ยวชาญ จึงจะสามารถให้การดูแลรักษาผู้ป่วยได้ ดังนั้น การนวดพื้นบ้านล้านนาจึงเป็นภูมิปัญญาดั้งเดิมที่สมควรได้รับการรวบรวมและจัดเก็บข้อมูลองค์ความรู้เพื่อการอนุรักษ์ฟื้นฟูและถ่ายทอดอย่างเป็นรูปธรรมให้กับชนรุ่นหลังต่อไป สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในดูแลสุขภาพของประชาชนได้อย่างมีอัตลักษณ์และเป็นที่ยอมรับของคนในวงการสาธารณสุข จากการศึกษาในครั้งนี้ทำให้ทราบว่าหมอนวดพื้นบ้านล้านนา นอกจากมีความรู้ความเข้าใจในบริบทของภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านแบบล้านนา ตั้งแต่ระบบความเชื่อโครงสร้างร่างกายมนุษย์ การวินิจฉัยความเจ็บป่วย รูปแบบและกระบวนการนวดแล้ว ยังต้องมีการเรียนรู้เรื่องพิธีกรรมคาถาการใช้สมุนไพรตำรับพื้นบ้าน ซึ่งเป็นรูปแบบของกระบวนการนวดพื้นบ้านล้านนา ดังนั้น ในการสืบทอดความรู้การนวดพื้นบ้านล้านนานั้น จึงจำเป็นต้องมีการพัฒนาแนวทางในการถ่ายทอดความรู้อย่างเป็นระบบ ปัจจุบันมีสถาบันการศึกษาที่สามารถถ่ายทอดภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาในระบบการเรียนการสอนแล้ว แต่จากการศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมและนำข้อมูลจากการระดมความคิดของหมอพื้นบ้านที่ให้จัดทำเป็นแผนการเรียนการสอน เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาองค์ความรู้การนวดพื้นบ้านล้านนาอย่างเป็นระบบ สามารถถ่ายทอดความรู้ด้านนวดพื้นบ้านล้านนาได้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑. ควรมีการจัดทำหลักสูตรการเรียนการสอนการนวดพื้นบ้านล้านนา ให้เป็นวิชาหนึ่งของการเรียนการสอน ในสถาบันการศึกษาที่มีการเรียนการสอนแพทย์แผนไทย ทั้งนี้ในการถ่ายทอดความรู้การนวดพื้นบ้านล้านนา ทางคณะผู้วิจัยได้พัฒนาและจัดทำแนวทางการเรียนการสอน โดยกำหนดเป็นแผนการเรียนรู้สำหรับนักศึกษาแพทย์จัดทำเป็นวิชาเลือก เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาต่อไป ดังนี้

๑. แผนการเรียนการสอน

ชั้นปีที่ ๑

- ๑) การเรียนรู้วิชาพื้นฐาน เกี่ยวกับทฤษฎีการเป็นหมอนวดพื้นบ้านที่พึงประสงค์ ประกอบไปด้วย
 - (๑) คุณลักษณะของการเป็นหมอนวดพื้นบ้าน
 - (๒) จรรยาบรรณของหมอนวดพื้นบ้าน
 - (๓) คุณธรรมของหมอนวดพื้นบ้าน



๒) ขั้นตอนการขึ้นชั้นตั้งครุ หรือการมอบตัวเป็นศิษย์ ซึ่งเป็นขั้นตอนสำคัญมาก เป็นขั้นตอนการทดสอบจิตใจของผู้เรียน โดยการติดตามครุหมอย่างใกล้ชิดและฝึกปฏิบัติเรียนรู้วิถีชีวิตครุหมอ เรียนรู้เป็นผู้ช่วยครุหมอ เช่น การเก็บยาสมุนไพร การประคบ การอบ หรือการนวดผ่อนคลาย ยังไม่เรียนถึงเนื้อหาวิชาเฉพาะโรค

ชั้นปีที่ ๒-๓

- ๑) การเรียนรู้ภาคทฤษฎีของการนวดพื้นบ้าน
 - (๑) เรียนรู้เรื่องการวินิจฉัยโรค/วิเคราะห์/สังเคราะห์โรค
 - (๒) เรียนรู้เรื่องระบบโครงสร้างร่างกายตามทฤษฎีของการนวดพื้นบ้านล้านนา
 - (๓) เรียนรู้ระบบกระดูกตามทฤษฎีของการนวดพื้นบ้านล้านนา
 - (๔) เรียนรู้ระบบประสาทตามทฤษฎีของการนวดพื้นบ้านล้านนา
 - (๕) เรียนรู้ระบบกล้ามเนื้อตามทฤษฎีของการนวดพื้นบ้านล้านนา
 - (๖) เรียนรู้ระบบเลือดตามทฤษฎีของการนวดพื้นบ้านล้านนา
 - (๗) เรียนรู้ระบบลมตามทฤษฎีของการนวดพื้นบ้านล้านนา
 - (๘) เรียนรู้ระบบเส้นเอ็นตามทฤษฎีของการนวดพื้นบ้านล้านนา
 - (๙) เรียนรู้ระบบย่อยอาหารตามทฤษฎีของการนวดพื้นบ้านล้านนา

- ๒) เรียนรู้เรื่องระบบธาตุ/วิเคราะห์โรคด้วยธาตุ
- ๓) การเรียนรู้เรื่องสมุนไพรในกลุ่มแก้ปวดเมื่อย
- ๔) เรียนรู้เรื่องการปรุงยาสมุนไพรแก้ปวดเมื่อย

ชั้นปีที่ ๔

- ๑) เรียนรู้การนวดพื้นบ้านเพื่อรักษาโรค จำนวน ๒๒ อาการ
- ๒) เก็บข้อมูลกรณีศึกษาผู้ป่วยอย่างน้อย ๑๕ โรค โรคละ ๑๐ คน
- ๓) เรียนรู้การรักษาโรคและสะสมประสบการณ์

๒. สนับสนุนการจัดตั้งสถาบันการเรียนการสอนการนวดพื้นบ้านล้านนา พร้อมมีใบรับรองหรือใบประกาศที่ออกจากหน่วยงานในกระทรวง ทบวง กรม หรือหน่วยงานภาครัฐที่ให้การรับรองตามมาตรฐานการเรียนการสอนอย่างเป็นรูปธรรม

๓. ควรมีการประเมินผลการเรียนการสอนหรือการอบรมผู้รับการสืบทอดความรู้ โดยหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง สามารถออกใบรับรองการนวดพื้นบ้านล้านนาให้กับผู้เรียนหรือผู้รับการอบรมสืบทอดความรู้การนวดพื้นบ้านล้านนาตามเกณฑ์

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

๑. ควรจัดให้มีการศึกษาวิจัยเชิงลึกเกี่ยวกับตำรายาที่ใช้ร่วมกับการนวดพื้นบ้านล้านนา เพื่อให้ภูมิปัญญาเหล่านี้เป็นที่ยอมรับในวงกว้าง รวมทั้งเป็นการสืบทอดภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาให้กับคนรุ่นหลังเรียนรู้และเกิดการอนุรักษ์ สืบทอด สามารถใช้ประโยชน์จากสมุนไพรที่มีอยู่ในท้องถิ่นได้อย่างเหมาะสม

๒. ควรจัดให้มีการศึกษาวิจัยสมุนไพรที่ใช้ร่วมกับการนวด โดยการศึกษาสรรพคุณต่างๆ วิธีใช้ วิธีปรุงยารวมทั้งแนวทางในการพัฒนาตำรายาสมุนไพรพื้นบ้านเพื่อประโยชน์ในเชิงเศรษฐกิจต่อไป

๓. ควรมีการศึกษาและรวบรวมองค์กระบวนการนวดพื้นบ้านที่นับว่าเป็นอัตลักษณ์ของการนวดแบบพื้นบ้านภาคเหนือ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาและสร้างชื่อเสียงให้กับประเทศไทยต่อไป รวมทั้งการพัฒนาเป็นหลักสูตรขั้นพื้นฐานให้กับผู้สนใจสามารถนำไปประกอบวิชาชีพต่อไป



เอกสารอ้างอิง

- กัลยา มหาวัน. (๒๕๕๔). การแพทย์พื้นบ้านชาวเขาเผ่าจีนฮ่อ มูเซอดำ ปะหล่อง และไทยใหญ่” กรณีศึกษา ศูนย์พัฒนาโครงการหลวงดอยอ่างขาง อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่. รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ เสนอต่อสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- จิรเดช มโนสร้อย, อรัญญา มโนสร้อยและอุดม รุ่งเรืองศรี. (๒๕๕๒). พจนานุกรมสมุนไพรล้านนา. ศูนย์วิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ดารณี อ่อนชมจันทร์และคณะ. (๒๕๔๘). การนวดพื้นบ้านไทย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ. (๒๕๔๖). การศึกษาองค์ความรู้การนวดพื้นบ้านในภูมิภาคต่าง ๆ ของประเทศไทย รายงานฉบับสมบูรณ์ นำเสนอต่อ สถาบันการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข.
- ไพบุลย์ ดำริห์. (๒๕๔๕). การศึกษาหมอเส้น : การนวดพื้นบ้านอีสาน. รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ เสนอต่อสำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.
- มูลนิธิกระจกเงา. (๒๕๕๐). ชนเผ่าลาหู่ - หมอพื้นบ้าน. (อินเทอร์เน็ต). สืบค้นจาก <http://www.hilltribe.org/thai/lahu/lahu-traditional-medicine.php>
- ระพีพันธ์ ศิริสัมพันธ์. (๒๕๕๓). การอนุรักษ์และการพัฒนาการนวดพื้นบ้าน จังหวัดนครพนม. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม).
- รุจิณาธ อรรถสิขฐ. (๒๕๓๕). คุณสมบัติและพฤติกรรมของหมอพื้นบ้านในชุมชน. *สาธารณสุขปริทัศน์*, ๓(๑). ๓๓-๓๘.
- รุจิณาธ อรรถสิขฐ. (๒๕๓๘). การปรับตัวของการนวดพื้นบ้านในสังคมชนบท. (วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยมหิดล).
- วิทยา ภูมิเหล่าแจ้ง. (๒๕๕๔). หมอเอ็น : การพัฒนาการใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านต่อกระบวนการรักษาระบบกล้ามเนื้อในภาคอีสาน. (วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม).
- สุทิดา ปลื้มปิติวิริยะเวช และเสาวภา พรสิริพงษ์. (๒๕๔๓). การนวดพื้นบ้านอีสานในเชิงกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา. นนทบุรี : สถาบันการแพทย์แผนไทย กระทรวงสาธารณสุข.
- สมบูรณ์ ทิพย์นัย, พนม สังข์สินเลิศ, วัลลภ พรหมสังฆะหะ, สุพรรณิ ยี่ไชติช่วง และประสิทธิ์ งามทิพย์. (๒๕๔๖). การฟื้นฟูภูมิปัญญาและการขยายองค์ความรู้ให้เป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพชุมชนจึงหมอนวดพื้นบ้านอำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง, รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ เสนอต่อ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.
- สัวสวดี อ่องสกุล. (๒๕๕๓). ประวัติศาสตร์ล้านนา. พิมพ์ครั้งที่ ๗ ฉบับปรับปรุงและเพิ่มเติม. นนทบุรี : อมรินทร์บุ๊คเซ็นเตอร์.



สำนักการแพทย์พื้นบ้านไทย. (๒๕๕๔). องค์ความรู้การดูแลอัมพฤกษ์ อัมพาต ของหมอพื้นบ้าน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

ส่วนพฤกษศาสตร์ป่าไม้. (๒๕๕๔). ชื่อพรรณไม้แห่งประเทศไทย เต็ม สมิตินันท์ ฉบับแก้ไขเพิ่มเติม พ.ศ. ๒๕๕๔. กรุงเทพฯ : สำนักวิชาการกรมป่าไม้ กรมป่าไม้.

ผู้จัดการออนไลน์ ๖ เมษายน ๒๕๕๔ <http://www.manager.co.th/Travel/>

อุษา กลิ่นหอม. (๒๕๕๕). ชิดเส้น: วิชาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านอีสาน. กรุงเทพฯ : อุษาการพิมพ์.

J.H. Kellogg MD ๑๘๙๕ “The art of massage” (page ๙).

Robert Noah Calvert ๒๐๐๒: “The History of Massage” (page ๓๕).

Alan Steinfeld ๒๐๐๓: “Careers in Alternative Medicine” By (page ๔๘).

Thomas Claire ๒๐๑๐: “Body Work”

http://ittm.dtam.moph.go.th/data_articles/thai_mssg/thaimssg๐๑.htm

<http://www.soundtransformations.co.uk/therapymain.htm>

<http://www.google.co.th/imgres?q=Charaka+Samhita>

<http://en.wikipedia.org/wiki/Massage#History>

<http://www.google.co.th/imgres?q=Dr+Sun+Si+Miao>

<http://www.google.co.th/imgres?q=Commiphora+myrrha>

<https://www.google.co.th/search?q=Bian+Que&isch=tbm&th=hl>

<https://www.ratchakitcha.soc.go.th/DATA/PDF/2485/D/033/1346.PDF>

http://en.wikipedia.org/wiki/Huangdi_Neijing

<http://en.wikipedia.org/wiki/File:Akmanthor.jpg>

Andrienko, N & Andrienko, G (๒๐๐๕) Exploratory Analysis of Spatial and Temporal Data. A Systematic Approach. Springer

Tukey, J. W. (๑๙๗๗). Exploratory Data Analysis. Addison-Wesley.

ตัวอย่างอักษรล้านนา. (อินเทอร์เน็ต). สืบค้นจาก <http://www.pralanna.com>

อภิธานศัพท์

ศัพท์	คำอธิบาย
กดจุด	การออกแรงกดลงบนกล้ามเนื้อ หรือบริเวณที่ปวด เพื่อผ่อนคลายความตึงตัวของกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น
กระด้าง	เครื่องจักรสานชนิดหนึ่งในอดีตเมื่อตำข้าวเสร็จจะใช้สำหรับตากข้าว คัดเลือกข้าว
กระดุกทับเส้น	อาการอ่อนล้า ซา มีอาการปวดร้าวเสียวแปลบ นั้งก็ปวด นอนก็ปวด (เส้นจม เส้นบิด) เช่น เอ็นเข้าแค็บ (สะบักจม) เอ็นเข้าตะกามป้อง (เอ็นเข้าสะโพก)
กระดุกผุ	เชื่อว่ากระดุกที่หักง่าย แตกง่ายมาจากกระดุกที่ผุกร่อน
กระดุกพรุณ	เชื่อว่ากระดุกพรุณคือกระดุกที่เป็นรูมาก ๆ จนไม่สมบูรณ์ทำให้กระดุกหัก แตก ได้ง่าย
กระบวนการวินิจฉัย	ขั้นตอน/วิธีการ ในการตรวจและวิเคราะห์โรค
กล้วย	ผลไม้ชนิดหนึ่ง
กวางคำ	สุนัข
กััดฟัน	การกัดฟัน หรือขบฟัน
การก๊อบซี่ฝั้ง	การพอกซี่ฝั้ง
การก๊อบยาสมุนไพร	การพอกยาสมุนไพร
การเกร็ง	อาการเกร็งของกล้ามเนื้อ
การแกว่งข้าว	วิธีการทำนายด้วยวิธีแกว่งข้าว เป็นอีกหนึ่งวิธีการของการทำนาย
การขยำ การขยุ่ม	เป็นวิธีการจับกล้ามเนื้อแล้วบีบพร้อมขยับมือ เป็นการจับบ่อย ๆ เหมือนกับการขยำ เป็นการกระตุ้นกล้ามเนื้อ ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ วิธีนี้จะช่วยให้กล้ามเนื้อ ผ่อนคลายหลังจากการนวดแบบหนัก ๆ มาแล้ว
การขยี้เส้น	การนวดโดยการใช้มือขยี้กล้ามเนื้อและเส้นเอ็นอย่างแรงและรวดเร็ว เพื่อให้กล้ามเนื้อและเส้นเอ็นผ่อนคลาย
การเขี่ยเส้น	แกะเส้น การเขี่ยเส้น คือ การใช้นิ้วกดพร้อมกับแกะ แคะ หรือเขี่ยเส้นเอ็นที่ตึง หรือกล้ามเนื้อที่เป็นก้อนอยู่ให้นิ่มลง ลดขนาดของก้อนลง ลดความตึงลง
การจก	เป็นวิธีการล้วงไปยังส่วนที่มีช่องว่าง เช่น สะบัก รักแร้ ข้อเข่า เพื่อให้เส้นที่ถูกกดทับอยู่ฟูและคลายตัว ลดอาการชา แต่ต้องมีความชำนาญสูง มิฉะนั้น อาจทำให้อาการปวด ซาเพิ่มมากขึ้น
การจ๊อบไข่	คือ การนำเอาไข่มาลึงบริเวณที่เจ็บปวดเพื่อล่อโรค พิษ หรือสิ่งที่ไม่ดี ออกมากับไข่ ทำให้อาการเจ็บปวดดีขึ้น



ศัพท์	คำอธิบาย
การแช่ยา	คือ การนำเอาสมุนไพรมาต้มทิ้งไว้ให้อุ่นแล้วให้ผู้ป่วยลงไปนอนแช่น้ำสมุนไพร
การแช่สมุนไพร	ความหมายเดียวกันกับการแช่ยา
การตัด การดิ่ง	เป็นการยืดเส้นเอ็น เพื่อคลายความตึงของเส้นเอ็น แก้ปวดเมื่อยตามร่างกายจากการทำงานหนัก ช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น
การทุบและการสับ	การทุบเป็นการนวดโดยใช้กำปั้น หรือสันมือทุบ หรือเคาะไปตามกล้ามเนื้อเพื่อทำให้กล้ามเนื้อที่ตึงผ่อนคลายและทำให้เลือดหมุนเวียนได้ดีขึ้น ส่วนใหญ่จะใช้ร่วมกับวิธีการนวดอื่น ๆ เป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ
การตีก	การตีก (การกด) เป็นการนวดที่ใช้มือ และศอก ในการออกแรงกดลงไปบริเวณที่ตึง ปวด ของกล้ามเนื้อ ซึ่งการตีกเป็นการนวดที่ใช้แรงค่อนข้างมาก ถ้าคนป่วยตัวใหญ่ต้องใช้ศอกในการตีก และการตีกส่วนจะทำบริเวณที่มีกล้ามเนื้อหนา ๆ เช่น สะโพก หลัง บ่า ขา เป็นต้น
การนอยยา	คือ การนอนทับบนยาสมุนไพรแล้วก่อไฟด้านล่าง คล้าย ๆ การย่างของคนอีสาน
การนิกนีน	การนิกนีน (การคลึง) จะทำการกระตุ้นกล้ามเนื้อ ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ และทำให้ก้อนเนื้อที่แข็งเกร็งเป็นก้อนขนาดเล็กและใหญ่ ลดการคลายตัวและมีขนาดลดลง การนิกนีนจะให้นิ้วมือ หรือศอกออกแรงกดแล้วค่อยหมุนวนเป็นวงกลม
การบิดฮ้าว	การบิดฮ้าว (การบิด) เป็นการดัดดึง อีกรูปแบบหนึ่งคล้าย ๆ กับการลั่นม่าน แต่จะใช้หลังจากการนวดเสร็จแล้ว
การคู่มือสันวันดี	การคูฤกษ์ คูยาม คูวัน ที่เป็นมงคล
การบีบม่าน	การเอาม่าน การบีบม่าน หรือการลั่น เป็นความรู้การนวดพื้นล้านล้านนาที่ได้รับอิทธิพลมาจากประเทศพม่า ซึ่งมีหลักการคือ การดัด ดึง เป็นการยืดเส้นเอ็น
การบีบ	การบีบเป็นการนวดโดยการจับกล้ามเนื้อใช้แรงบีบจากนิ้วมือทั้งหมดบีบกล้ามเนื้อเข้าหากัน บางครั้งใช้แรงยกกล้ามเนื้อด้วย การบีบจะทำให้กล้ามเนื้อผ่อนคลาย และส่งผลให้เลือดมาเลี้ยงบริเวณที่ปวดได้ดีขึ้น ช่วยลดอาการกล้ามเนื้อตึง หด เกร็ง แข็งตัว
การบูชาสังเว	การแสดงความเคารพนับถือ ผ่านเครื่องเซ่นไหว้
การเป่า	การเป่าลมพร้อมกับการบริกรรมคาถา
การบำบัด	การรักษาให้อาการที่ผิดปกติบรรเทาลงหรือหายเป็นปกติ
การฝังดิน/ทราย	การขุดหลุมบริเวณดินหรือทรายก็ได้ แล้วนำผู้ป่วยไปนอนแล้วถมดินหรือทราย เชื่อว่าดินและทรายสามารถดูดพิษหรือสิ่งที่ไม่ดีออกจากร่างกายได้



ศัพท์	คำอธิบาย
การพ่น	การพ่นน้ำมนต์ลงในบริเวณที่ต้องการที่จะรักษา
การพู่	ความหมายเดียวกันกับการพ่น มักจะเรียกรวมกันว่า การพู่การพ่นน้ำมนต์
การรักษา	วิธีการดูแลเพื่อให้ผู้ป่วยมีอาการดีขึ้นโดยวิธีการอย่างใดอย่างหนึ่ง
การลงผี	การอันเชิญผีเข้าประทับร่าง เรียกว่าเป็นการทรงเจ้าเข้าผี มี ๒ ชนิด (๑) ประทับกับร่างทรง (๒) สิ่งสถิตอยู่วัสดุอุปกรณ์ เช่น ผีย่าหมอนึ่ง
การลอยเคราะห์	คือ การนำเอาเคราะห์ให้สะตวงนำไปลอย (สะตวงทำมาจากเปลือกต้นกล้วย ทำเป็น ๔ หรือ ๖ ห่อง) เอาไปลอยน้ำหรือเอาไว้ตามทางสามแพร่ง เพื่อปลดปล่อยเคราะห์
การส่งเคราะห์	พิธีกรรมที่ทำให้กับคนที่เคราะห์ร้าย ได้รับอุบัติเหตุต่าง ๆ เชื่อว่าถ้าส่งเคราะห์แล้ว จะทำให้พบแต่ความสุขสบายอาการเจ็บป่วยก็ดีขึ้น
การสะเดาะเคราะห์	คือ พิธีกรรมที่ทำให้กับคนที่เคราะห์ร้าย ได้รับอุบัติเหตุต่าง ๆ เชื่อว่าถ้าสะเดาะ เอาเคราะห์ออกจากตัวแล้วจะทำให้พบแต่ความสุขสบายอาการเจ็บป่วย ก็ดีขึ้น โดยมีขั้นตอน (๑) สะเดาะ (๒) ส่งเคราะห์ (๓) ลอยเคราะห์
การเลี้ยงผี	การนำเอาของกิน ของใช้ไปเช่นไหว้ผี
การส่งขี้ด	การส่งเคราะห์เพื่อแก้ไขสิ่งที่ทำผิดจารีตประเพณี เพื่อให้เกิดความเป็นสิริมงคล กับตนเองและรอดพ้นจากสิ่งชั่วร้าย หรือเป็นการขอโทษกับเทวดา ภูติ ผี ต่าง ๆ
การสักยา	การสักยาสมุนไพรลงตามร่างกายพร้อมกับคาถา ส่วนใหญ่จะทำไว้เพื่อป้องกัน เช่น ป้องกันงูกัด หรือสัตว์อื่น ๆ กัด
การสับ	การใช้สันมือสับลงไปในบริเวณกล้ามเนื้อต่าง ๆ ความหมายคล้ายกับการทุบ แต่การทุบใช้กำปั้น
การสืบชะตา	การต่ออายุผู้ป่วย หรือคนปกติให้มีความสุขมีอายุยืนยาวได้
การสู่ขวัญ	เชื่อว่าคนเรามี ๓๒ ขวัญ เมื่อไปประสบอุบัติเหตุ หรือโดนผีหลอก ผีทำ ฯลฯ ทำให้ขวัญหายขวัญไม่อยู่กับตัว จึงต้องทำพิธีกรรมการสู่ขวัญเพื่อให้ขวัญ มาอยู่เหมือนเดิมแล้วอาการต่าง ๆ จะดีขึ้น
การเหยียบ	การเหยียบเป็นวิธีการนวดแบบพื้นบ้านอย่างแท้จริง การใช้เท้าเหยียบเพื่อลด ความปวดเมื่อยอยู่คู่กับสังคมไทยทุกยุคทุกสมัย เห็นตั้งแต่ระดับครอบครัว ลูกเหยียบให้พ่อแม่ ปู่ย่า ตา ยาย และเพื่อน ๆ การเหยียบทำให้กล้ามเนื้อที่ตึง ผ่อนคลายและทำให้เลือดหมุนเวียนได้ดีขึ้น
การแหก	การใช้อุปกรณ์ เช่น มีดหมอ กระดุกสัตว์ งามสัตว์ เขาสัตว์ กรีดหรือแหกไปตาม กล้ามเนื้อ เพื่อให้พิษที่มีอยู่แสดงออกมาเป็นทั้งการวินิจฉัยโรคและการรักษา ร่วมกัน



ศัพท์	คำอธิบาย
การอาบน้ำมนต์	การนำเอาน้ำจาก ๗ บ่อมารวมกันแล้วบริกรรมคาถาแล้วนำมารดผู้ป่วย ส่วนใหญ่จะใช้ในกรณี โดนทำไสยศาสตร์ ผีเข้า ดวงตก ป่วยหนักเกือบตาย หรือได้รับอุบัติเหตุหนัก ๆ
การดูดเส้น (รีดเส้น)	การกดพร้อมกับบอกรวดลงมา ส่วนใหญ่จะดูดจากส่วนต้นลงส่วนปลาย ใช้ในผู้ป่วยที่มีอาการชา เนื่องจากการรีดจะทำให้เลือดมาเลี้ยงส่วนปลายอวัยวะได้ดี การรีดจะใช้น้ำมันสมุนไพรช่วยเพื่อลดการเสียดสีของผิวหนัง พร้อมทั้ง น้ำมันสมุนไพรจะช่วยให้กล้ามเนื้อผ่อนคลาย
การโหม	การอบยาสมุนไพร
กินข้าวรำ น้ำลง	กินอาหารได้ร่อย ดื่มน้ำได้ดี
กินผิด	กินอาหารแล้วเกิดอาการอาหารเป็นพิษ
เกี่ยว	ตะคริว
แกงฮ่อม	แกงเนื้อชนิดหนึ่ง
แกวงข้าว	การทำนายทายทักด้วยวิธีการแกวงข้าว หลักการคล้ายผียาหม่อง
ขวัญ	สิ่งที่ไม่มีตัวตน ซึ่งประจำตัวคนมาตั้งแต่เกิดจนตาย มีความเชื่อต่อ ๆ กันมาว่า ขวัญเป็นสิ่งที่ให้คุณแก่มนุษย์เรา คนเราทุกคนมีขวัญจำนวน ๓๒ ขวัญ
ขวัญเสีย	การกระทำที่ทำให้เกิดอาการไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ตกใจ หรือวิตกกังวล เชื่อว่าขวัญเสียเมื่อขวัญไม่ครบ ๓๒ ก็ทำให้จิตใจไม่อยู่กับเนื้อกับตัว
ขวัญหาย	อาการตกใจง่าย ส่วนใหญ่จะเกิดจากการตกใจมาก ๆ เช่น การเห็นผี เห็นอุบัติเหตุร้ายแรง จนทำให้ตกใจกลัว ขวัญเลยหายไปไม่ครบ ๓๒
ขวัญอ่อน	อาการที่ช็อกง่าย ๆ ตกใจง่าย และสามารถติดต่อกับผีได้
ขอบตัง ขอบหึง	ภาชนะชนิดหนึ่งที่สานจากไม้ไผ่ หึงรูปร่างคล้ายกระดังแต่พื้นมีรู เอาไว้ตากของให้แห้ง
ขันตั้ง	ขันบูชาคุณครูบาอาจารย์
ขันธทั้งห้า	คือ รูป เวทนา สังขาร สัญญา และวิญญาณ ขวัญล้านนาเชื่อว่าการบูชา ขันธทั้ง ๕ เพื่อเป็นสิริมงคลและส่งผลต่อการรักษาผู้ป่วย
ขางเขยื่อ	อาการหายใจไม่ออก อาการคล้ายกับหืดหอบ
ข่าง	๑) กระทะ ๒) กลุ่มโรคชนิดหนึ่งในล้านนา เป็นกลุ่มโรคที่มีอาการคล้ายกลุ่มโรคขาง
ข่างกระดุกพลัวะ	กลุ่มโรคที่เกิดจากข่างทำให้กระดุกเปราะแตกง่าย
ข้าวเหนียวหมา	การนำข้าวเหนียวมาแช่น้ำก่อนนำไปนึ่ง



ศัพท์	คำอธิบาย
ขีด	ข้อห้ามของคนล้านนาในสมัยอดีต มีความสำคัญอย่างยิ่งในการจัดระเบียบความสัมพันธ์ของคนในสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งความสัมพันธ์ระหว่างคนกับธรรมชาติและสิ่งเหนือธรรมชาติ
ขีดบ้าน	การกระทำที่เป็นเสนียดจัญไรทำให้ชุมชนได้รับผลกระทบด้วย เช่น การถมสมุทรเป็นการเปลี่ยนทิศทางน้ำเชื่อว่าเป็นขีดใหญ่ทำให้ชุมชนเกิดการวิบัติได้
ขีดเมือง	การกระทำผิดจารีตประเพณี ก่อให้เกิดเสนียดจัญไรให้กับบ้านเมือง เช่น การกินปลาไหลเผือกในตำนานล้านนาที่เชื่อว่าเป็นพญานาคทำให้เมืองล่มสลายเป็นต้น
โขก	การโขกสับ
ไข้	อาการที่มีตัวร้อน หน้าแดง
ไข้ขึ้นสูง	อาการไข้ที่มีความร้อนสูงจัด มีอาการหน้าแดง เพื่อไม่รู้สึกรู้สึ
ไขว่ฝี	การแลกฝีบรพบุรุษจะทำในกรณีการแต่งงาน ต้องมีการแลกฝีกันเพื่อให้ฝีบรพบุรุษรู้จักกัน
ไข้หลบใน	อาการไข้แต่ไม่มีความร้อนออกมาตามผิวหนัง หนาวสะท้าน
คร้วไฟ/เตาไฟ	ห้องครัวในอดีตจะมีเตาไฟอยู่ตรงกลางห้องครัวจึงเรียกว่าคร้วไฟ
ค่าขันตั้ง	ค่าบูชาครูให้มาช่วยทำการรักษาผู้ป่วยและตัวหมอ
จิ้นลาบ	ลาบเนื้อ
จู่ติ	การตายหรือการเคลื่อน เปลี่ยนสภาพจากกำเนิดหนึ่งไปเป็นอีกกำเนิดหนึ่ง
จู้ยา	การประคบยา
เซ่น	การนำของไปให้กับผี
ดำหัว	พิธีกรรมที่แสดงถึงความนอบน้อม การเคารพ ระลึกถึงบุญคุณ
ตอกเส้น	การนวดโดยใช้ไม้เป็นอุปกรณ์ในการตอกบนกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น
ตั้งไข่	การตรวจโรคโดยการไข้ไข่ ถ้าไข่ตั้งขึ้นบริเวณไหนแสดงว่ามีอาการผิดปกติบริเวณนั้น
ตัวเมือง	ตัวหนังสือล้านนา
นกเขาไม่ขัน	อาการไม่แข็งตัวของอวัยวะเพศชาย
ครวลงท้อง	อวัยวะที่อยู่ในท้องต่ำกว่าสะดือ เช่น มดลูก
น้ำปู	การนำเอาปูนำมาตำให้ละเอียดนำมาเคี่ยวจนเป็นเนื้อสีดำ คล้ายกะปิ แต่มีสีดำทำมาจากปูนา



ศัพท์	คำอธิบาย
บ้านแก้าผี	บ้านบรรพบุรุษหลังแรก และมีที่อยู่ของผีบรรพบุรุษ เมื่อมีการขยายบ้านออกมา ก็ต้องไปเลี้ยงผีเก้าในทุกปีที่บ้านหลังแรก
ปวดเหงือก	อาการปวดระบมที่เหงือกทำให้ฟันมีปัญหา จะไม่เรียกปวดฟัน
ปืด	พิษซึ่งมาจากธรรมชาติ และสิ่งเหนือธรรมชาติ
ปืดน้ำ	ลักษณะอาการเกิดจากหลังการอาบน้ำจะมีการเจ็บ ปวด บวมตามร่างกาย ตัวเย็น
ปืดไฟ	ลักษณะอาการจะเจ็บปวด ร้อนตามผิวหนัง ตามเนื้อตามตัว (ตามร่างกาย)
ปืดภายนอก	ลักษณะอาการเจ็บป่วยจะมากเวลาจับลูกคำเพียงเบา ๆ บางครั้งแค่ลมพัดผ่าน ผิวหนังก็จะเกิดอาการเจ็บปวดมาก
ปืดภายใน	ลักษณะอาการจะเจ็บปวดมากเวลาจับและกดแรง ๆ หรือได้รับการกระทบกระเทือน ภายใน บางครั้งนั่งรถที่สั่นสะเทือนมาก ๆ ก็จะเกิดอาการเจ็บปวดทันที
ปืดลม	ลักษณะอาการเจ็บปวดเมื่อมีลมพัดผ่านผิวหนัง บางครั้งมีอาการบวมด้วย
ปู่จาร์	คนที่ผ่านการบวชเรียนแล้วสามารถทำพิธีกรรมต่าง ๆ ได้ เช่น ปู่จาร์สู่ขวัญ ปู่จาร์วัด (มรรคนายก) เป็นต้น
ปู่ดำย่าดำ	ผีที่สิงสถิตที่ครัวไฟ (ห้องครัว)
เป็นตาน	อาการแฉะมาก กดไม่ลงเหมือนไม้กระดาน
โป่ง	อาการปวด ร้อน บวม บริเวณข้อหรือบริเวณกระดูก
โป่งกินเส้น กินตุก	อาการจะปวดตามข้อ ตามกระดูกบางครั้งจะมีอาการบวมร่วมด้วย
โป่งปอง	อาการจะปวด บวม ร้อน ไม่มีแผล เดินลากขา
โป่งย่ำ	อาการปวด บวม ร้อน และย่ำที่ได้ตลอดเวลา คล้ายตัวจืด
โป่งเยียน	อาการปวดร้อน เป็นแผลเป็นรูเล็ก ๆ มีน้ำเหลือง น้ำหนองไหลออกจากรูแผล
โป่งแห้ง	อาการปวดชา อ่อนแรง กระดูกปูดโปนออกมา แข็งขาลีบเล็กแห้ง ผิวหนังเหี่ยวดำ
ผัดดีด	ผัดพื้นบ้านภาคเหนือชนิดหนึ่ง
ผิดผี	การกระทำที่ลบหลู่ผี ทำให้ผีไม่พอใจ ทำให้มาลงโทษเกิดอาการเจ็บป่วยไม่สบาย
ผี	สิ่งที่ไม่มีตัวตน สิ่งที่ไม่มองเห็น
ผีขุนน้ำ	ผีที่อาศัยอยู่ที่แม่น้ำลำธาร
ผีเขา	ผีที่อาศัยอยู่ในป่าเขา
ผีจำ	ผีที่อยู่ตามหนอง บึง ต่าง ๆ
ผีตายโหง	คนที่ตายจากการถูกฆ่าหรืออุบัติเหตุ



ศัพท์	คำอธิบาย
ผีบรรพบุรุษ	บรรพบุรุษที่เรานับถือต่อ ๆ กันมาตามสายตระกูล
ผีบ้าน ผีเรือน	ผีที่รักษาบ้านเรือน
ผีป่า	ผีที่อยู่ในป่า
ผีปู่ย่า	ผีบรรพบุรุษที่ดูแลคุ้มครองลูกหลานให้อยู่ในจารีต ประเพณี วัฒนธรรม
ผีโป่ง	ผีที่อยู่ตามโป่ง (หนองน้ำนิ่งๆ)
ผีอำหมอนิ่ง	ผีที่อาศัยอยู่ห้องครัว เชื่อว่าสามารถคุ้มครองดูแลลูกหลานได้
ผีเสื้อน้อย	เป็นพืชสมุนไพรชนิดหนึ่ง
ผีเสื้อบ้าน	ผีที่ดูแลชุมชน หมู่บ้าน
ผีเสื้อใหญ่	เป็นพืชสมุนไพรชนิดหนึ่ง
ผี	อาการอักเสบจนเกิดฝีหนองพุพองขึ้นมา
พังผืด	เยื่อเหนียวที่เกิดขึ้นเมื่อเส้นหรือเอ็นอยู่ผิดตำแหน่ง
พอก	การนำเอายามาพอกทับตรงบริเวณเจ็บป่วย
พ่อเกิด แม่เกิด	พ่อแม่ที่เป็นผี พ่อแม่ชาติก่อนที่ได้ตายไปแล้ว หรือพ่อแม่เบื้องบนที่ส่งเราให้มาเกิด
พ่อเลี้ยง	เป็นการยกย่องหมอเมือง หมอพื้นบ้าน ที่ผู้ป่วยมารักษาจนหายแล้วจะเรียกว่า พ่อเลี้ยง เนื่องจากมีลูกเลี้ยงที่เป็นผู้ป่วยมากมาย และได้มาช่วยทำงานให้ เช่น ทำนา
พับสา	ตำราโบราณที่ทำมาจากกระดาษสา หรือใบลานที่จารึกภาษาล้านนาไว้
พิธีกรรม	วิธีการหนึ่งที่ชาวล้านนามักจะประกอบขึ้นเพื่อร่วมกับการรักษา
มดลูกคว่ำ	มดลูกที่อยู่ในตำแหน่งผิดปกติ
มะโห่กันขูด/มะโห่กันปูด	ริดสีดวงทวาร
มะโห่เลือด	อาการที่เป็นริดสีดวงทวารแล้วมีเลือดออก
มะเฮ้งคุด	ลมชนิดหนึ่งที่ทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยได้
มีดหมอ	มีดที่หมอใช้ร่วมกับการรักษา
ไม้ทุบ	ไม้ที่ใช้ในการทุบ
ยาก๊อบ	ยาสมุนไพรที่ใช้พอก
ยาครัว	ให้ไปดูรายละเอียดคุณหูกี้
ยานั่ง	ยาสมุนไพรที่ใช้นั่ง
ยามหาเสน่ห์	ยาที่เพิ่มเสน่ห์
ลมเข้าเส้น	อาการลมที่กำเริบทำให้เจ็บปวด ปวดเมื่อย เมื่อนวดไปแล้วมักจะเรอออกมา
ลมต้องเส้น	อาการเจ็บ ปวด แน่น ท้อง เมื่อกดท้องเส้นเลือดใหญ่ที่บริเวณสะดือจะเต้นแรงมาก ๆ
ลมในเลือด	อาการที่ลมเข้าไปในเส้นเลือดทำให้เลือดไหลเวียนได้ไม่มี เลือดจาง เลือดเป็นฟอง



ศัพท์	คำอธิบาย
ลมปี	อาการหน้ามืด ตาลาย เวียนศีรษะ ที่เกิดจากการหิวข้าว หรือ การเป็นลมนั่นเอง
ลมมะเฮิงคุด	อาการปวดศีรษะข้างเดียว อายากาเจียน ปวดตาข้างเดียว หงุดหงิดง่าย เพ้อเย็น มือเย็น ปวดท้ายทอย ลมออกหู หูอื้อ น้ำในหูไม่เท่ากัน หายใจไม่ค่อยออก
ลมสันนิบาตเข้าเส้น	น้ำตาไหล ตามัว ตากระตุก หนังตาตก ตาเหล่ อาการปวดตามเส้น ตามเอ็น ตามข้อ ชักกระตุก สั่น เขย่า แขน ขา อยู่ไม่เป็นสุขอยู่นิ่งไม่ได้ พุดไปเรื่อย ชัก เกร็ง กัดฟัน (คล้ายอาการผีเข้า)
ลมสันนิบาตจ๊ก	คล้ายกับสันนิบาตเข้าเส้น
ลมเสียดลิ้นปี	อาการจุกแน่นบริเวณใต้ลิ้นปี
ล้นม่าน	การนัดแบบการดัดดึงของประเทศพม่า
ลูกเลี้ยงเอียงคำ	ผู้ป่วยที่มารับการรักษาจากหมอพื้นบ้าน
เลี้ยงผี	การนำเอาสิ่งของไปเซ่นไหว้ ขอโทษผี
สาบผิต	การไต่กลิ่นหอมมาก ๆ เหมือนมาก ๆ จนทำให้มีอาการแพ้ เช่น หาว น้ำหู น้ำตาไหล ปากเปี้ยว ปวดศีรษะ เป็นต้น และเป็นอาการเรื้อรัง
สู่ขวัญ	พิธีกรรมที่ทำให้ขวัญทั้ง ๓๒ ขวัญมาอยู่กับเนื้อกับตัว ทำในกรณีตกใจ ป่วย เชื่อว่าขวัญหายไปต้องทำพิธีสู่ขวัญ
สิ่งเหนือธรรมชาติ	เทวดา ภูติ ผี ต่าง ๆ
เสียผี	เมื่อทำการผีดผีต้องไปเสียผี จะเกิดขึ้นในกรณีผีดจาริตประเพณี เช่น การอยู่ก่อนแต่ง การทะเลาะกันในครอบครัว
เสียองคะ	เสียสมดุลของร่างกาย โครงสร้างบิดเบี้ยว หรือมีการผิดปกติทางร่างกาย
ไล่ลงห้าหรือไล่เลื่อน	อาการที่ไล่ไล่เคลื่อนลงมาอยู่ในถุงหุ้มอ้นทะ
ห้าว	อาการริบแรง ใจร้อนดาวน์ได้ บางครั้งไม่รอบคอบ หรือเป็นอาการแสบตึงของผิวหนังเมื่อกระทบความเย็นและแตกเป็นขุย
หน้ามืด	อาการใกล้จะหมดสติ ตามัวมองไม่ชัด ใจสั่นหวิว ๆ
หมอดู	หมอพื้นบ้านที่มีความเชี่ยวชาญในการดูโชคชะตาราศี
หมอนึ่ง	หม้อทั่วไปที่รูปทรงคล้ายหม้อแต่ปากจะบานออกมาเป็นอุปกรณ์ในการนึ่งข้าวเหนียว
หมอพื้นบ้าน	ผู้ที่ทำการรักษาโรคในชุมชน เป็นที่พึ่งของชาวบ้านและชุมชนเรียกว่า “หมอ”
หมอเมื่อ	หมอพื้นบ้านอีกประเภทหนึ่งที่มีความเชี่ยวชาญในการดูฤกษ์ ดูยาม เช่น ฤกษ์ยามทำบุญบ้าน การแต่งงาน งานบวช ฯลฯ
หมอเมือง	หมอพื้นบ้านในภาคเหนือตอนบน หรือในเขตล้านนาจะเรียกว่า หมอเมือง มาจาก “คนเมือง” หรือกลุ่มคนที่อาศัยอยู่พื้นราบ



ศัพท์	คำอธิบาย
หม่าข้าว	การแช่ข้าวเหนียวเพื่อให้ข้าวสารนึ่ง อิ่มน้ำ การแช่ต้องแช่ทิ้งไว้ประมาณ ๑ คืน และนำไปนึ่งตอนเช้าตรู่ของอีกวันหนึ่ง
หมิ่นหม้อนึ่ง	เขม่าสีดำที่ติดอยู่ที่ก้นหม้อนึ่ง เนื่องจากในอดีตจะนึ่งข้าวด้วยฟืนทำให้ก้นหม้อนึ่งดำ
หัวหมู	เครื่องเซ่นไหว้ผี ศีรษะหมู
หายใจพะอืดพะอม	อาการหายใจเข้าออกลำบาก เกิดการพะอืดพะอมบางครั้งอาเจียนเอาแต่ลม และเสียงเรอออกมา
หายใจไม่ออก	อาการแน่นหน้าอก ไม่หายใจ หายใจลำบาก
หึ่ง (ขอบหึ่ง)	ภาชนะที่มีลักษณะเหมือนกระดิ่ง แต่พื้นเป็นรู ใช้ตากของ
หืดหอบ	อาการที่หายใจลำบาก หายใจติดขัด จะมีอาการกำเริบเมื่อมีความชื้นมาก ๆ เช่น ฝนใกล้ตกหรืออากาศเย็นในฤดูหนาว
เหน็บชา	อาการปวดและชาตามปลายมือปลายเท้าหรืออาการเหน็บที่เท้า ที่มีมือ
เหล้าขาว	สุราขาวหรือสุราพื้นบ้าน
เหล้าไหไก่คู่	เครื่องเซ่นไหว้ผี มีสุราขาว ๑ ขวด ไก่ต้ม ๒ ตัว
ไหข้าว	อุปกรณ์สำหรับนึ่งข้าว ในอดีตทำมาจากไม้
อ้วนลำป็นสิงห์	ร่างกายอ้วนท้วมสมบูรณ์แข็งแรงเหมือนราชสีห์
อัมพฤกษ์	อ่อนแรง ยกแขนและขาไม่ขึ้น ปากเบี้ยว ลิ้นกระด้างคางแข็ง พูดไม่ชัด น้ำหู น้ำตาไหลในข้างที่อ่อนแรง ชามือชาเท้า จิตใจแปรปรวน อัมพฤกษ์จะเป็นส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกาย
อัมพาต	อัมพาตที่ไม่ใช่อาการที่เกิดจากอุบัติเหตุแล้วเส้นประสาทขาด เกิดจากการเป็นอัมพฤกษ์ไม่ได้รับการรักษาก็จะกลายเป็นอัมพาตไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้เลย ส่วนใหญ่จะเป็นครึ่งท่อน
อุบาทว์	สิ่งที่เกิดโดยปัจจุบันทันด่วน ภัย อันตราย ความทุกข์ร้อน ภัยซึ่งลุกลามไปทั่ว
เอ็นเข้าเคັบ	เอ็นข้าวสะบัก หรือสะบักจม
เอ็นเข้าตะกามบ่อง	เอ็นเข้าสะโพก
เอ็นเข้าเปี้ยง	เอ็นเข้าสีข้าง
ฮีด	จารีตประเพณี



ภาคผนวก ก

หนังสือยินยอมให้บันทึกข้อมูลภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านด้านการนวด

ทะเบียน เลขที่

เขียนที่

วันที่เดือน.....พ.ศ.

ชื่อ - สกุล.....เพศ () ชาย () หญิง

วัน/เดือน/ปีเกิด.....

ที่อยู่

ชื่อเครือข่าย/ชุมชน..... ที่อยู่เครือข่าย/ชุมชน.....

การให้คำยินยอม

ในหนังสือยินยอมนี้ข้าพเจ้า/ผู้แทนเครือข่าย ยินยอมให้มีการเปิดเผยองค์ความรู้ด้านการนวดพื้นบ้าน ตำรับยา วิธีการรักษา และหรือการใช้ประโยชน์จากสมุนไพรตามเอกสารแนบท้าย โดยมอบให้ กรมการแพทย์แผนไทย และการแพทย์ทางเลือก เป็นผู้มีสิทธิ์ดำเนินการแทนข้าพเจ้า/เครือข่ายตามข้อข้างบนนี้ ข้าพเจ้า/เครือข่ายได้รับการอธิบายและเข้าใจในเรื่องต่อไปนี้

๑. การจัดเก็บข้อมูล/การถอดองค์ความรู้เรื่องการนวดพื้นบ้านในครั้งนี้ มีเพื่อฟื้นฟูและส่งเสริมการใช้ภูมิปัญญาด้านการแพทย์พื้นบ้านไทย เพื่อสาธารณประโยชน์ของชุมชน
๒. การจัดเก็บข้อมูล/การถอดองค์ความรู้เรื่องการนวดพื้นบ้านในครั้งนี้ ประกอบด้วยองค์ความรู้ด้านการวินิจฉัย สมุนไพรของโรค ชื่อโรคและการรักษาโรค ด้วยการนวดแบบพื้นบ้าน เพื่อเป็นการส่งผ่านข้อมูลที่เป็นสมบัติของข้าพเจ้า/ชุมชนให้กับลูกหลานรุ่นต่อ ๆ ไป
๓. การดำเนินงานในครั้งนี้เป็นการจัดดำเนินการเพื่อเป็นการคุ้มครองและรักษาองค์ความรู้ที่เป็นภูมิปัญญา และการใช้ประโยชน์จากภูมิปัญญาท้องถิ่นให้กับชุมชน
๔. ในกรณีที่มีการนำเอาภูมิปัญญาที่มีการจัดเก็บในครั้งนี้ไปใช้ประโยชน์ในทางการค้า ทางกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกจะเป็นผู้แทนชุมชนในการเจรจาการแบ่งปันผลประโยชน์ที่เกิดขึ้น

ลงชื่อ.....ผู้ให้ข้อมูล
(.....)

ลงชื่อ.....ผู้บันทึกข้อมูล
(.....)

ลงชื่อ.....พยาน
(.....)

ลงชื่อ.....พยาน
(.....)



หนังสือแสดงการยินยอมในการรักษา

เขียนที่

วันที่เดือน.....พ.ศ.

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....อายุปี

อยู่บ้านเลขที่หมู่.....ถนน/ซอย.....แขวง/ตำบล.....

เขต/อำเภอ.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....

ได้มาพบ นาย/นาง/นางสาวอายุ.....ปี

อยู่บ้านเลขที่หมู่.....ถนน/ซอย.....แขวง/ตำบล.....

เขต/อำเภอ.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....

ซึ่งเป็นหมอนวดพื้นบ้าน เพื่อขอรับความช่วยเหลือในการบำบัดรักษาอาการเจ็บป่วยด้วยความยินยอมและสมัครใจ
ตามหน้าที่ธรรมจรรยาด้วยอาการ.....

ซึ่งในการขอรับความช่วยเหลือในการบำบัดรักษาอาการเจ็บป่วยนี้ ข้าพเจ้าแจ้งลักษณะอาการเจ็บป่วย
หรือโรคประจำตัว ตามความเป็นจริงและไม่ปิดบัง หรือในข้อเท็จจริงที่ไม่ครบถ้วนหรือเป็นเท็จ ตลอดจนได้รับทราบ
ถึงกระบวนการ หรือวิธีการรักษาที่เกี่ยวข้องทั้งหมดเป็นอย่างดี จึงได้ยินยอมและสมัครใจด้วยตนเองขอรับความ
ช่วยเหลือในการรักษาอาการเจ็บป่วยในครั้งนี้

ทั้งนี้ หากการบำบัดรักษาอาการเจ็บป่วยตามหน้าที่ธรรมจรรยาที่ข้าพเจ้าได้ยินยอมและสมัครใจด้วย
ตนเอง มีความเสียหายหรือเกิดผลร้ายขึ้น หรืออาจมีหรือเกิดขึ้นในอนาคต ข้าพเจ้าแสดงเจตนาต่อหน้าพยาน
เป็นสำคัญ ไม่ถือว่าเป็นความผิดหรือความบกพร่องของผู้ทำหน้าที่ตามธรรมจรรยาในการบำบัดรักษาอาการ
เจ็บป่วยให้ข้าพเจ้า จึงลงลายมือชื่อไว้เป็นหลักฐาน

ลงชื่อ.....ผู้ให้ข้อมูล
(.....)

ลงชื่อ.....ผู้บันทึกข้อมูล
(.....)

ลงชื่อ.....พยาน
(.....)

ลงชื่อ.....พยาน
(.....)



ภาคผนวก ค

แบบบันทึกการนวดรักษาแบบพื้นบ้าน

ส่วนที่กรอกโดยผู้มารับการรักษา/ญาติที่ร่วมเดินทางมาด้วย

๑. ผู้มารับการรักษา นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....เพศ () หญิง () ชาย
วัน/เดือน/ปีเกิด
เลขที่บัตรประชาชน
ที่อยู่ เลขที่.....หมู่ที่.....บ้านตำบล.....
อำเภอ.....จังหวัด.....
หมายเลขโทรศัพท์ หมายเลขโทรศัพท์ มือถือ.....อาชีพ
๒. วันที่เข้ามาใช้บริการ วันที่.....เดือน.....พ.ศ.
๓. ค่าเดินทาง ไป- กลับ ในการมาหาหมอ.....บาท
๔. การชำระค่าบริการ
() ไม่ได้เสียค่าบริการ () บริจาคเป็นเงินบาท
() หมอนวดเรียกเก็บจำนวนบาท (ค่ากาย/ยกครู.....บาท ค่าปังกาย.....บาท)
() ตอบแทนหมอเป็นสิ่งของ คือ.....
๕. จำนวนญาติที่ร่วมเดินทางมาด้วย.....คน
๖. การบริการด้านอื่น ๆ ของครีวเรือนของหมอ () ที่พัก () อาหาร () ค่าเดินทางกลับ
๗. รู้จักหมอนวดด้วยวิธีการใด () ญาติ () สื่อสาธารณะ () เพื่อน
๘. ความพึงพอใจในการมาใช้บริการ พึงพอใจในระดับ () มาก () พอใช้ () น้อย
๙. หลังจากรับบริการไปแล้ว () จะไปบอกต่อ () จะกลับมารักษากันอีกถ้ากลับมาเป็นใหม่
๑๐. สิ่งที่ต้องการให้หมอนวดปรับปรุงคือ
๑๑. มารักษาด้วยอาการ
๑๒. ใช้เวลาในการรักษาชั่วโมง/วัน

()

ผู้มารับบริการ/ผู้ป่วย

()

ผู้บันทึกข้อมูล/ผู้ฝึกปฏิบัติ

หมายเหตุ : ให้แนบสำเนาบัตรประชาชนของผู้มารับบริการ/ผู้ป่วย



ภาคผนวก ง

รายชื่อหมอนวดพื้นบ้านล้านนา

นายสำราญ มาฟู	๖๕ หมู่ ๔ ตำบลโรงช้าง อำเภอป่าแดด จังหวัดเชียงราย
นายวิเชียร รักสิทธิ์	๑๙๔ หมู่ ๑๐ ตำบลบ้านแซว อำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย
นางจันทร์ทา มูลดี	๒๗๖ หมู่ ๘ บ้านศาลา ตำบลแม่จัน อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย
นางแสงเดือน เพ็ธธสา	๘๘/๙ ถนนราชโยธา แยกประตูเชียงใหม่ ตำบลเวียง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
นายประเดิม ส่างเสน	๑๒๓ หมู่ ๑๗ บ้านใหม่ร่องไคร้ ตำบลแม่นาวาง อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๘๐
นายบุญ อุปันท์	๗๙/๑ หมู่ ๑๔ ตำบลหนองตอง อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๓๔๐
นายจ๋ามจีน กุงนะ	๒๑๘ หมู่ ๕ ตำบลม่อนปิ่น อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๑๑๑
นายตามมะ ส่างวิ	๕๔ หมู่ ๕ ตำบลโป่งน้ำร้อน อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๑๑๑
นายสมบุรณ์ ปัญญาพิท	๖๔/๔ หมู่ ๕ บ้านเบอ ตำบลสันผักหวาน อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่
นางสาวจันทร์ฉาย เขตสิทธิ์	๗๕ หมู่ ๖ ตำบลสันปูเลย อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๒๐
นางอรุณวรรณ นวลจันทร์	๑๑๙/๔ ซอย ๕ ท้องสาย หมู่ ๒ ตำบลริมเหนือ อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่
นายหม่อ กวินยังยืน	๔๓ หมู่ ๗ ถนน กม.๓๑ ดอยอินทนนท์ บ้านขุนกลาง ตำบลบ้านหลวง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่
นางบัวเรียม มาทา	๑๒ หมู่ ๘ ตำบลนาแก้ว อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง
นางบัวลอย มาวงศ์วัน	๗๖/๒ หมู่ ๒ ตำบลใหม่พัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง
นายสมเกียรติ สมควร	๙๑ หมู่ ๒ ตำบลโรงช้าง อำเภอป่าแดด จังหวัดเชียงราย
นางถนอม มีแก้ว	๑๓ หมู่ ๕ ตำบลโรงช้าง อำเภอป่าแดด จังหวัดเชียงราย



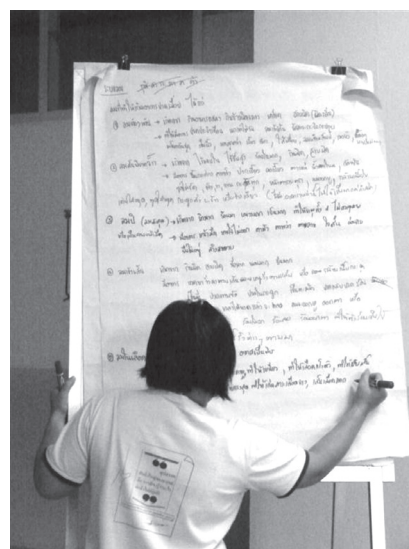
ภาคผนวก จ

ภาพกิจกรรมการดำเนินงาน



การสาธิตการวินิจฉัยการเจ็บปวดตามร่างกาย
โดยการตึงไข

การนวดสาธิตแสดงการรักษาโรค
ด้วยการนวดแบบต่างๆ



การถอดองค์ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรและตำรับยาที่ใช้เกี่ยวกับการนวดพื้นบ้าน



มาตรฐานการนวดแบบพื้นบ้าน

จากการประชุมหมอนวดพื้นบ้าน ๔ ภาค โดยเฉพาะการประชุมหมอนวดพื้นบ้านภาคเหนือได้กำหนดมาตรฐานการนวดแบบพื้นบ้าน ประกอบ ๔ ด้านดังนี้

- ๑) ด้านคุณสมบัติที่ดีของหมอนวดพื้นบ้าน
 - ๒) ด้านคุณลักษณะของสถานที่ให้บริการ
 - ๓) ด้านหลักเกณฑ์ในการประเมินผลการปฏิบัติงานของหมอนวดพื้นบ้าน
 - ๔) ด้านการบันทึกก่อนและหลังการรักษา
- มีรายละเอียดดังนี้

๑. คุณสมบัติที่ดีของหมอนวดพื้นบ้านแบ่งออกเป็น ๒ ด้าน ดังนี้

๑.๑ คุณสมบัติทางกายภาพ

- ๑) แต่งกายสะอาดเรียบร้อย
- ๒) ดูแลรักษาร่างกายสะอาด
- ๓) ไม่เป็นโรคติดต่อร้ายแรงหรือในระหว่างป่วยห้ามรักษา
- ๔) ถือศีล ๕ อย่างเคร่งครัด
- ๕) มีความน่าเชื่อถือ สำนวน พูดจาสุภาพ

๑.๒ คุณสมบัติทางจิตวิญญาณและจรรยาบรรณ

- ๑) เป็นผู้ที่มีพรหมวิหาร ๔ คือ เมตตา กรุณา มุติตา และอุเบกขา
- ๒) มีความต้องการช่วยเหลือผู้อื่น ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน มีความเสียสละ มีจิตสาธารณะ
- ๓) อยู่ในศีลธรรมอันดี ซื่อสัตย์ สุจริต ไม่ลักขโมย ไม่ผิดในกามคุณ
- ๔) มีความศรัทธาในวิชาชีพของตนเอง
- ๕) ไม่หลอกลวง ไม่หวังผลตอบแทน ลาภ ยศ ศรัทธา
- ๖) ไม่โอ้อวด ไม่ยกตนข่มท่าน
- ๗) สนใจศึกษาหาความรู้ใหม่ ๆ อยู่เสมอ
- ๘) ไม่เลียดใจ ถ้าเกินความสามารถของตนเองต้องมีการส่งต่อให้กับหมอนวดท่านอื่นที่เก่งกว่าตนเอง
- ๙) ไม่แบ่งชั้นวรรณะ รักษาทุกคนอย่างเท่าเทียม
- ๑๐) ไม่ดื่มของมึนเมาในขณะที่ทำการรักษา



๒. สถานบริการที่เหมาะสม

สถานที่ให้บริการนวดแบบพื้นบ้านพบว่ามี ๒ ลักษณะ คือ

๒.๑ การให้บริการที่บ้านของหมอนวดพื้นบ้าน

- ๑) ต้องเป็นที่โล่งแจ้ง อากาศถ่ายเทได้สะดวก
- ๒) ในกรณีที่หมอนวดและผู้มารับบริการที่เป็นคนละเพศห้ามนวดในที่ลับตาคน ถ้าจำเป็นต้องนวดในที่ลับตาห้ามอยู่ลำพังสองต่อสอง ควรมีบุคคลที่สามอยู่ด้วย
- ๓) สถานที่ต้องสะอาด
- ๔) อุปกรณ์ ได้แก่ ที่นอน หมอน ปลอกหมอน ต้องสะอาด

๒.๒ การให้บริการนอกสถานที่ ได้แก่ การให้บริการในสถาบันของรัฐ/เอกชน ซึ่งต้องมีมาตรฐาน

ตามที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด

๓. หลักเกณฑ์ในการประเมินผลการปฏิบัติงานของหมอนวดพื้นบ้าน

๓.๑ วิธีการประเมินการนวดแบบพื้นบ้านเพื่อให้ใบประกอบโรคศิลปะ มีรายละเอียดดังนี้

การทดสอบทักษะการแพทย์พื้นบ้าน สาขาอาชีพนวดพื้นบ้าน มีการทดสอบทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ดังนี้

ภาคทฤษฎี (การทดสอบความรู้) เป็นการทดสอบความรู้ที่นำไปใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างถูกต้องตามหลักวิชาการลักษณะข้อสอบเป็นแบบปรนัย ๔ ตัวเลือก จำนวนข้อสอบ ๑๐๐ ข้อ เวลา ๒ ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ ๒๐ ของคะแนนทั้งหมด ผู้เข้ารับการทดสอบจะต้องได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ จึงจะถือว่าสอบผ่านภาคความรู้และมีสิทธิสอบภาคปฏิบัติ (ถ้าสอบไม่ผ่าน จะไม่มีสิทธิสอบภาคปฏิบัติ)

ภาคปฏิบัติ (การทดสอบทัศนคติ) โดยผู้ทดสอบจะต้องสัมภาษณ์ผู้เข้ารับการทดสอบตามที่กำหนด โดยพิจารณาจาก บุคลิกภาพ ความมีมนุษยสัมพันธ์ มีคุณธรรมจริยธรรม รู้ข้อห้ามและข้อควรระวังในการนวด

ภาคปฏิบัติ (การทดสอบความสามารถ) เป็นการทดสอบความสามารถซึ่งเกิดจากการสะสมประสบการณ์จนเกิดความชำนาญเพียงพอที่จะปฏิบัติงานได้อย่างมีคุณภาพตามข้อกำหนดถูกขั้นตอนและเสร็จตามเวลาที่กำหนด (ใช้เวลาสอบ ๑ ชั่วโมง) ลักษณะแบบทดสอบเป็นการทดสอบปฏิบัติโดยให้ผู้เข้ารับการทดสอบสอบถามประวัติและตรวจร่างกายผู้มารับบริการก่อนที่จะนวดซึ่งผู้เข้ารับการทดสอบสามารถเลือกนวดตามอาการที่ปรากฏ

เอกสารประกอบการสมัครเข้าทดสอบการแพทย์พื้นบ้าน(สาขานวดพื้นบ้าน)

- (๑) สำเนาทะเบียนบ้าน
- (๒) สำเนาบัตรประชาชน
- (๓) รูปถ่าย ๑ นิ้ว จำนวน ๒ รูป
- (๔) ใบรับรองวุฒิจากสถาบันการศึกษา
- (๕) ใบรับรองการเรียนนวดพื้นบ้าน จำนวน ๑๐๐ ชั่วโมง
- (๖) ใบนวดเก็บประสบการณ์งานนวด จำนวน ๑๐๐ ราย
- (๗) ค่าลงทะเบียนทดสอบ จำนวน ๓๐๐ บาท



๓.๒ เกณฑ์การประเมินการปฏิบัติงานของหมอนวดพื้นบ้าน

จากการระดมความคิดเห็นเรื่องการประเมินสถานประกอบการของหมอนวดพื้นบ้าน ที่ประชุมมีความเห็นดังนี้

หัวข้อที่ทำการประเมิน	คะแนนเต็ม	คะแนนที่ได้	หมายเหตุ
๑. ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ๑.๑ อาคารที่ใช้แนวสะอาด เรียบร้อย ๑.๒ พื้นนอนสำหรับนวดและผ้าคลุม สะอาด ๑.๓ หมอนและปลอกหมอนสะอาด	๒๐ ๑๐ ๕ ๕		
๒. ด้านหมอนวด ๒.๑ แต่งกายสะอาด เรียบร้อย ๒.๒ มีขั้นตอนในการวินิจฉัยโรคที่ถูกต้อง ไม่ก่อให้เกิดความเสี่ยง ๒.๓ สุขภาพ ไม่อ้วน ๒.๔ ไม่ดำเนินการหรือก่อให้เกิดความเสี่ยง หรือเป็นอันตรายต่อผู้มาใช้บริการ	๒๕ ๕ ๑๐ ๕ ๕		
๓. ด้านอุปกรณ์/สมุนไพร/คาถา ๓.๑ อุปกรณ์ที่ใช้เหมาะสม (สะอาด ปลอดภัย ต่อผู้ใช้บริการ) ๓.๒ สมุนไพรที่ใช้ในการอบ ประคบมีความ เหมาะสม (สะอาด ปลอดภัย) ๓.๓ พิธีกรรม	๒๐ ๕ ๑๐ ๕		
๔. การติดตามประเมินผลการรักษา	๑๕		
๕. การยอมรับของชุมชน	๒๐		
รวมคะแนน	๑๐๐		



กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการนวดพื้นบ้าน

มีกฎหมายหลายฉบับ ที่ผู้ประกอบการวิชาชีพการนวดไทยควรทราบ หลัก ๆ ที่สำคัญ มีดังนี้ คือ

๑. พระราชบัญญัติวิชาชีพการแพทย์แผนไทย พ.ศ. ๒๕๕๖
๒. พระราชบัญญัติยา พ.ศ. ๒๕๑๐
๓. พระราชบัญญัติสถานพยาบาล พ.ศ. ๒๕๔๑
๔. พระราชบัญญัติสถานพยาบาล (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๔๗
๕. มาตรฐานโรงพยาบาลส่งเสริมและสนับสนุนการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ผสมผสาน (รพ.สส.พท)
๖. ระเบียบกระทรวงสาธารณสุข ว่าด้วยการรับรองหมอพื้นบ้าน พ.ศ. ๒๕๖๒
๗. ระเบียบกระทรวงสาธารณสุข ว่าด้วยการรับรองหมอพื้นบ้าน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๖๒

สามารถดาวน์โหลด เพื่อศึกษารายละเอียดได้จากลิงค์ด้านล่าง

https://drive.google.com/drive/u/0/folders/193VUo-ojbTXBYT9_BZligV4F4zkrlsLP











จากองค์ความรู้ในตำราหมอพื้นบ้าน สู่ความรู้ที่บันทึกไว้



กระทรวงสาธารณสุข

๔๘/๒๐ ตำบลดงขี้เหล็ก อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐