

### การรักษาโรคของคนภูเก็ต

ย เลียบ ชนะศึก และอรุณรัตน์ สรรเพ็ชร

ย -----

คนภูเก็ตสมัยก่อน ยู่รวมกันเป็นกลุ่มเป็นคณะในที่ที่มีน้ำท่า ที่ทำกินย และอาหารอุดมสมบูรณ์ย สิ่งทีคนสมัยก่อนกลัวมากที่สุดคือ การไม่มีข้าวกินย เพราะความกลัวนี่เองจึงต้องปลูกบ้านในที่ราบลุ่มย เพื่อจะได้ทำนาปลูกข้าวได้ย และความกลัวอีกประการหนึ่งคือ กลัวการเจ็บไข้ได้ป่วยย จากความกลัวเรื่องการเจ็บไข้ได้ป่วยนี่เอง ทำให้คนภูเก็ตในอดีตคิดหาวิธีแก้ปัญหาย บ่อกันย และรักษาความเจ็บป่วยด้วยการอาศัยธรรมชาติเป็นหลักย อาศัยการทดลองย เรียนรู้ย สังเกต ผ่านการปฏิบัติซ้ำ จนกระทั่งแน่ใจว่ารักษาได้ย จึงเผยแพร่ให้คนอื่นได้รู้ย ย ย เช่น หมอสมุนไพบบางราย จะให้ผู้ป่วยไปเก็บยาสมุนไพโรเอง โดยหมอบเป็นผู้บอกตัวยาให้ย การกระทำเช่นนี้เป็นการทำให้ผู้ป่วยได้รู้จักกับสมุนไพโรเหล่านั้นโดยตรงย ซึ่งจะมีประโยชน์ต่อผู้ป่วยเองในแง่ของการได้รู้จักตัวยาย เป็นต้น

ย การรักษาโรคแบบพื้นบ้านของคนภูเก็ต ถือเป็นภูมิปัญญาของท้องถิ่นทีควรแก่การศึกษาย เพราะในปัจจุบันเทคโนโลยีและความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ รวมถึงภูมิปัญญาพลัดถิ่น ได้ทยอยและถาโถมเข้ามาสู่ภูเก็ตอย่างไม่ขาดสาย ทำให้ภูมิปัญญาท้องถิ่นหลายสิ่งหลายอย่างกำลังเลือนหายไปย รวมถึงการบำบัดรักษาโรคแบบพื้นบ้าน ทีกำลังสูญหายไปเช่นเดียวกันย ซึ่งย เลียบย ชนะศึก หมอพื้นบ้านในตำบลเทพกระษัตรีย อำเภอลาง จังหวัดภูเก็ต ได้กล่าวถึงการรักษาโรคของคนภูเก็ต สรุปลได้ว่า สุขภาพโดยทั่วไปของชาวบ้านอยู่ในเกณฑ์ดีย เพราะชาวบ้านออกกำลังกายอยู่เป็นประจำ ด้วยการงานหนักและเบาทั้งวัน เช่น โถนา ทำสวน หาบหาม เป็นต้นย พอมีเวลาวางจากงานก็หัดมวย หัดกาหยง(บู่จะสีละ) ทำให้มีเหงื่อออกเลยทำให้ระบบการไหลเวียนของโลหิตดีย ในส่วนของอาหารการกินชาวบ้านไม่ค่อยได้กินถูกหลักโภชนาการนัก สารอาหารบางอย่างได้รับน้อยไปย เช่น รสเปรี้ยว เป็นต้น คนภูเก็ตสมัยก่อนมักจะปวดเอว ปวดหลัง เพราะต้องตรากตรำทำงานหนัก พออายุประมาณ ๕๐ ปีกว่า ๆ จะเดินตัวแข็ง หลังเริ่มงอ ความรู้สึทางเพศเสื่อมถอยย (เลียบย ชนะศึกย เป็นผู้ให้สัมภาษณ์ย อรุณรัตน์ย สรรเพ็ชระย เป็นผู้สัมภาษณ์ ทีบ้านเลขที่ ๑๓๙ บ้านเหรียญ ตำบลเทพกระษัตรีย อำเภอลางย จังหวัดภูเก็ตย เมื่อวันที่ ๙ มกราคม ๒๕๔๒ )

วิธีการรักษาโรคแบบพื้นบ้านของคนภูเก็ตย สามารถจำแนกได้เป็น ๔ วิธี ดังนี้

๑. การรักษาด้วยเวชบำบัด
๒. การรักษาด้วยจิตบำบัด
๓. การรักษาด้วยกายบำบัด
๔. การปฏิบัติตามข้อห้าม

เป็นการรักษาด้วยสมุนไพโรย ซึ่งหมอมจะวินิจฉัยโรคให้ผู้ป่วยแล้วจัดยาสมุนไพโรรักษาให้ตามอาการของโรคย ในการรักษาโรคจะมียาทีใช้รักษาแตกต่างกันไป ได้แก่

- ๑.๑ ยากินย มีสมุนไพโรทีใช้รักษาโรคต่าง ๆ โดยการกินย เช่นย ผู้หญิงทีคลอดบุตรใหม่ ๆ ให้กินต้บค่าง ยาร้อน และสุราย เพื่อป้องกันโลหิตกระเพื่อขึ้นย หรือยาครรภ์รักษา (บำรุงครรภ์)ย ใช้ยารสหอมหวาน ประกอบสมุนไพโรจันทร์แดงจันทร์ขาว ต้มรวมกัน, ปวดท้องย ใช้พริกไทย นำมาต้ม, เหน็บชขาย ใช้ห้วยจิ้งข้าวกลอง ต้มรวมกัน, เป็นไขย ใช้ลูกสมอ ต้มน้ำย (เป็นยาระบายเหงื่อ), โรคชัษยไตพิการ ใช้รากกระดูกไก่ย ชีเหล็กแก่นย ต้นตำเสา เถาวัลย์เปรียงย ชมัน้อยย บอระเพ็ดย ทนดี ยานูตุนย ชะงอย นำมาต้มกินย จนอาการทุเลา, โรคลมย ใช้กะเพราย รากชะพลูย ตีปลีเชือกย พริกย นำมาต้มรวมกัน ให้ผู้ป่วยกิน, ท้องผูก ใช้ใบชุมเห็ด ต้ม หรือ ใช้สลอด มีสกา รากพฤษ มะขามเทศ ชุมเห็ดย ผสมกับยาทุกชนิด, โรคในเด็ก อายุ ๑-๒ เดือน หากมีอาการอาเจียน และสะอึก ให้ใช้ลูกมะตูมย ผักเสี้ยนผีย ใบคนพิสอย ต้มรวมกัน, ยย โรคตาลชมย ท้องขึ้นผอมแห้งย ให้ใช้ มะกา รากสะแก เปลือกต้นไช่นาย เปลือกมะเกลือย กะเพราทั้ง ๕ แฉงลักทั้ง ๕ย แห้วหมูย ชะพลูย สะคานย เจตมูลเพลิงย เปลือกมะตูมอ่อนย ใบเทียนย ใบทับทิมย เปลือกทุเรียน อ้อย ๗ แฉง บอระเพ็ด ๗ แฉง พริกไทย ๗ เม็ด ตีปลีเชือก ๗ ดอก ห้วยจิ้ง ๓ แฉง มะพร้าวอ่อน ๑ ผลย ต้มรวมกัน, ยาบำรุงเลือดสำหรับสตรีทีคลอดบุตรใหม่ ๆ ยย ยาค่า การบูร น้ำประสานทอง ดินประสีว สารส้ม ผาง พริกไทย ตีปลีเชือก ชิง มะกรูด มะนาวย ต้มรวมกัน, ยาบำรุงธาตุ และเจริญอาหารสำหรับผู้สูงอายุ ใช้ พริก กระเทียม ผักหอม แห้วหมู ชะงอ สะตัน อบเชย บดรวมกันให้เป็นผง ละลายกับน้ำผึ้งวอย ย ยย ปวดท้องย ให้เคี้ยวใบท่อม เป็นต้น
- ๑.๒ ยาทาย มียาสมุนไพโรทีใช้รักษาโรคต่าง ๆ ยย โดยการทาย เช่นย ใช้ทริชชย ให้ผู้ป่วยนอนบนใบตอง ใช้ใบเล็บครุฑยตามร่างกายของผู้ป่วย แล้วทาด้วยน้ำข้าวขาว, ถูกสัตว์มีพิษกัดต่อยย ใช้หัวไม้ขีดละลายกับน้ำมะนาว ทาบริเวณทีถูกสัตว์มีพิษกัดต่อยย หรือใช้ใบไม้ทีมีรสฝาดย นำมาชีย ทา, โรคผิวหนังย ใช้เปลือกต้นชอยย นำมาชีย หรือใบและเมล็ดของนอยหน่า ตำให้ละเอียดย ทาบริเวณทีเป็นย โรคเชื้อราบนศีรษะ โรคชันษนุชย ใช้ผลมะคำดีควายยทาให้พอกแตก แขน้ำ นำน้ำมาทาบนหนังศีรษะหรือสระผม แผลสดย ใช้ขม้นกับปูนชียรวมกับใบฝรั่งย แผลเปื่อยย ใช้น้ำมะนาวผสมหระดายน บวม ใช้ปูนขาวกับเปลือกมะม่วง ตำให้เข้ากันย ย ทาบริเวณทีมีอาการบวมย มะเร็งผิวหนังย ใช้สุพรรณถันย ทาบริเวณทีเป็นย เป็นหิด ใช้สุพรรณถันย ละลายกับน้ำมันมะพร้าว ทาบริเวณทีเป็นหิดย ย เป็นต้น

ย ๑.๓ ยาพอก มียาสมุนไพรที่ใช้รักษาโรคต่าง ๆ ย โดยการพอกย เช่น เด็กเป็นไขย ไข้มด้าย ใบกระดุกไก่อ เผาไฟรวมกัน มาละลายน้ำ พอกกระหม่อมเด็ก, ปวดหัว ไขกด้วยดินเหนียวเป็นแวนบาง ๆ พอกที่ขมับทั้งสองข้างย หนามตำ ใช้ใบสาบแรงสาบกา เคี้ยวกับหมากพลู พอกบริเวณที่เป็นแผล เด็กเป็นไข ใช้ใบท่อม พอกกระหม่อมเด็กย เด็กเป็นตาลไขมย ใช้ข้าวเหนียวที่ยังเป็นข้าวเปลือกคั่วให้เป็นข้าวดอก ตำรวมกับน้ำมันมะพร้าว พอกกระหม่อมเด็กย เป็นต้น

ย ๑.๔ ยาหยอดย มียาสมุนไพรที่ใช้รักษาโรคต่าง ๆ ย โดยการหยอด เช่นย ปวดฟัน ใช้กระดุกควาย ผ่นให้เป็นผงละลายกับน้ำมันาวย หยอดในฟันที่เป็นรูย เจ็บตา ใช้น้ำจากเยื่ออ่อนของลูกตาลโดนด หยอดตาเมื่อหายเจ็บแล้วให้ใช้ไขขาวของไขโกฐขุขาลี ปิดตาไว้ เป็นต้น

๑.๕ ยาป้าย มีสมุนไพรที่ใช้รักษาโรคต่าง ๆ โดยการป้าย เช่น เด็กเป็นไขไข้มด้าย ใบกระดุกไก่อ เผาไฟรวมกัน มาละลายน้ำ ป้ายที่ลิ้นย เด็กไอย เป็นขางในปากในลิ้น ใช้ลูกมะกอกเผาแล้วบดให้เป็นผง ละลายด้วยน้ำสะอาด ป้ายในปากและคอ เป็นต้น

ย

## ๒. การรักษาด้วยจิตบำบัดย ย

เป็นการบำบัดรักษาด้วยวิธีการทางไสยศาสตร์ย โดยการใช้เวทย์มนตร์ย คาถา ทำน้ำมนต์ การเข้าทรงย การขอขมา ทำสมาธิย และการสะเดาะเคราะห์ เพื่อขับไล่และป้องกันภูติผีปีศาจที่ถือว่าเป็นเสนียดจัญไรไม่ให้มารบกวนย ซึ่งเรื่องเหล่านี้เป็นเรื่องของจิตใจที่ทำให้ผู้ป่วยมีความเชื่อมั่นว่าวิธีการเหล่านี้เป็นวิธีการที่ดีย เป็นการรักษาทั้งทางกาย ใจ ถือเป็นการรักษาแบบองค์รวม เช่น ผู้ป่วยบางคนเจ็บป่วยหาสาเหตุไม่พบย รักษาด้วยยาหลายชนิด อาการก็ไม่ดีขึ้นย แต่เมื่อมารักษาที่หมอมพื้นบ้าน ซึ่งส่วนใหญ่หมอมพื้นบ้านจะมีจิตวิทยาในการรักษาอยู่ในตัวแทบทุกคนย หมอมจะใช้หลักจิตบำบัดรักษาจนผู้ป่วยหายได้ย ซึ่งถ้ามองถึงอาการป่วยที่ไม่ทราบสาเหตุย อาจจะเป็นเนื่องมาจากผู้ป่วยมีจิตใจอ่อนแอ ย หมอมก็จะใช้วิธีการพูดจาย ปลอบโยนให้ผู้ป่วยคลายกังวล แล้วทำพิธีปิดรังควานวิญญาณชั่วร้ายย ย ซึ่งทำให้ผู้ป่วย

รู้สึกคลายกังวล จนอาการป่วยเริ่มดีขึ้นเป็นลำดับย และอาจจะสืบเนื่องมาจากผู้ป่วยมีความเชื่อ ความศรัทธาย เช่น เมื่อหมอมจัดยาให้ผู้ป่วยกินย หมอมจะตมยาในหมอมซึ่งปิดปากหมอมด้วยผ้าขาว หมอมยาปิดทอง น้ำที่นำมาใช้ตมยาเป็นน้ำที่กล่าวกันว่า เป็นน้ำจากบ่อน้ำศักดิ์สิทธิ์ และหมอมตมยาต่อวงงวไวที่สูง เป็นต้นย ซึ่งวิธีการรักษาเหล่านี้เป็นที่นิยมกันมากทั้งในชนบทและในเมือง

คาถาที่ใช้ป้องกันโรคและอันตรายทุกชนิด หมอมอาจจะปลุกเสกบนสมุนไพร น้ำ หรือเป่าลงบนกระหม่อมเด็กย ย คาถามีดังนี้ โ สัพเพทเวา ปิสาวะเว อวาระพะกาหะ โยปิจะ ตาลู ปัด ตัง ทิสวา สัพพะเว ยักขา พะลายันติโ ยย หรือคาถากว่า โ กิลยะเค ลงยันต์ ปล่ายันติโ เสกลงบนด้ายที่ใช้ผูกข้อมือเด็ก ป้องกันได้สารพัดโรค หรือคาถากว่า โ วิหระคา โ มะหาราชา กุมภันทยักโข มหาราชา ภูตตะปิสาวะจักขณาเทลา อาคัจฉันตุเอหิเอหิ

ผ่นยาทาทุมารทั้งปวงสุขสบายแลโย และคาถากว่า โ สักกัตตะวาโย โ อะสังวิสุโล ปุสนุพุพะโย

คาถาในการบำบัดรักษาแผลทุกชนิดย มีดังนี้ย โ บุพพะมะโทปิ มะสะรัง สะเรนิ โยนิเน บำราบ พยัญชนะโย

คาถาสำหรับเคี้ยวสมุนไพรทำน้ำมันไวยาแผลย มีตัวยาดังนี้ ขมิ้นอ้อยย กระเทียม ข้าวสุก ไส่ลงในกะทะ ตั้งไฟ พร้อมว่าคาถาดังนี้ โ จิตตาโรย

ยเยถาแกโกปัดโตอสูถาโย

คาถาเข้าเผือกประสานกระดูก มีดังนี้ย โ เอ็นหดเอ็นหุ่ย เอ็นดูย กระดูกแตกเป็นรูถึ พระฤาษีท่านมประสมย พระพรหมท่านประสานย พระเพ็ชรฤกษณ์ย ประสิทธิเมโย ย ย ย ย ย ย

## ย ๓ การรักษาด้วยกายบำบัด

การรักษาด้วยกายบำบัดย เป็นการรักษาด้วยการบีบนิ้ว ประคบ และออกกำลังกาย วิธีการรักษาขึ้นอยู่กับชนิดและอาการของโรคย เช่นย การประคบย ผู้หญิงที่คลอดบุตรใหม่ ๆ ให้ใช้ก่อนเส้า (ก่อนหิน) เผาไฟ ไห้รอน แล้วห่อผ้าใช้ประคบบริเวณท้องจะช่วยให้โลหิตไหลเวียนดีย เป็นลม ใช้ธัญเผาไฟ นำมาห่อผ้าประคบตามฝ่ามือ ฝ่าเท้า หน้าท้องย ย และอาการฟกช้ำ ใช้ขวดใส่น้ำร้อนห่อนผ้า ประคบบริเวณที่มีอาการฟกช้ำย เป็นต้น

การบีบนิ้ว ใช้รักษาโรคลมชักย อัมพาต และปวดเมื่อยตามร่างกาย

ย

## ๔. การปฏิบัติตามข้อห้าม

ในการรักษาโรคต่าง ๆ นอกจากจะรับการบำบัดรักษาด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้นย

ในการรักษาโรคบางโรคยังมีข้อห้ามบางประการควรปฏิบัติตามย เช่น ห้ามกินของแสลง เพราะจะทำให้โรคกำเริบ ของแสลงเหล่านั้น ได้แก่ มะพร้าวอ่อน ขนมะจีน แกงกะทิ เห็ด หน่อไม้ หอย ปูย ย สำหรับผู้หญิงที่ตั้งครรภ์จะห้าม กระโดด ห้ามโกรธ เมื่อคลอดแล้วห้ามกินของที่มีรสเย็นเพราะกลัวโลหิตจะกระเพื่อขึ้นเบื้องสูง (ความดันโลหิตสูง) ทำให้เกิดอันตรายต่อชีวิตย ส่วนอาหารสำหรับคนไขได้แก่ ปลาเค็มแห้ง (ปลาเสียด) ไห่ย่างกินกับน้ำข้าวต้มจนหายป่วย ถ้ารักษาด้วยกายบำบัด (การบีบนิ้ว) ของแสลงที่คนไขต้องงดเว้น ได้แก่ ของดอง และของมีเนมาทุกชนิดย เป็นต้น

ข้อปฏิบัติของหมอมพื้นบ้านในการรักษาโรค.

๑. ไม่รับประทานข้าวบ้านคนป่วย
๒. ไม่หุงความชื้น (ไม่เลี้ยงไข้)
๓. ไม่เป็นหมอช่างแก๊ซ (รู้วิธีการรักษาโรคแต่ไม่ยอมรักษาให้หาย)
๔. ไม่เอาเงินค่ารักษาจากผู้ป่วย ถ้ารักษาโรคไม่หาย

ข้อปฏิบัติของผู้ป่วยที่มีต่อหมอพื้นบ้านตั้งค่ายาไว้ให้หมอเมื่อหมอรักษาหายแล้ว เรียกว่า ค่ำราด

การรักษาโรคแบบพื้นบ้านของชาวภูเก็ตเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นที่เกิดจากการสังสมประสบการณ์ และเรียนรู้ มาเป็นระยะเวลาชานาน เป็นความรอบรู้ เป็นองค์ความรู้ของชาวบ้าน ที่นำมาใช้แก้ปัญหาทางดานสุขภาพโดยอาศัยศักยภาพที่มีอยู่ในตัวเองมาใช้เพื่อสามารถจะดำเนินชีวิตได้ในท้องถิ่นอย่างสมสมัย ดั้งนั้นจึงควรรังสรรค์ สืบทอด

ภูมิปัญญาท้องถิ่นให้คงอยู่คู่ท้องถิ่นตลอดไปโดยไม่ปล่อยให้กระแสภูมิปัญญาจากต่างถิ่นเข้ามาเป็นแบบอย่างแทนที่ภูมิปัญญาดั้งเดิมของชาวบ้าน ซึ่งจะก่อให้เกิดปัญหาเพราะไม่สัมพันธ์กับวิถีชีวิตและการดำเนินชีวิตแบบเกาของท้องถิ่น สำหรับการรักษาโรคแบบพื้นบ้านของคนภูเก็ตหลายอย่างยังคงปฏิบัติอยู่ในชีวิตประจำวัน และหลายอย่างกำลังเลือนหายไปตามความเจริญของสังคมและการแพทย์แผนปัจจุบันมากขึ้น.