

**การป้องกันและลดความพิการผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
ด้วยนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพรมตามแนวพระพุทธศาสนา***
**The Prevention and Reduction of Disabilities in Chronic
Disease Patients by Herbal Tea Wisdom Innovation
in Buddhism Way**

ทักษิณาร์ ไกรราช และพระมหาโยธิน โยธิโก
Thaksina Krairach and Phramaha Yothin Yodhiko
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Khon Kaen Campus, Thailand
Corresponding Author, E-mail: thaksina7@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาส่วนประกอบและสรรพคุณนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพรมทางวิทยาศาสตร์และแผนโบราณ 2) พัฒนาการใช้นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพรม และ 3) วิเคราะห์ผลของนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพรมลดและป้องกันความพิการผู้ป่วยโรคเรื้อรังตามแนวพระพุทธศาสนา เลือกพื้นที่วิจัยแบบเจาะจงคือ พื้นที่จังหวัดมหาสารคาม ศึกษาผู้ป่วยเบาหวานที่เจ็บป่วยนานกว่า 3 ปี มีภาวะแทรกซ้อน ความดันโลหิตสูง เบาหวานขึ้นตา หลอดเลือดสมอง หลอดเลือดหัวใจ และไตเสื่อม 5 กลุ่ม 60 ราย เก็บข้อมูลด้วยวิธีสังเกตอย่างมีส่วนร่วม การสัมภาษณ์เชิงลึก การตรวจทางห้องปฏิบัติการ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า พืชสมุนไพรมที่มีสรรพคุณแก้ปัญหาลือดและหลอดเลือด ซึ่งเป็นต้นเหตุสำคัญของโรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อน ได้แก่ ผักหวาน หวาย เทพทาโร โดยใช้ส่วนประกอบทุกส่วนของพืชสมุนไพรมดังกล่าว และพืชสมุนไพรมบางชนิด นำมาพัฒนาผลิตนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพรมกระบวนการผลิตเริ่มจากนำพืชสมุนไพรมทั้งหมดมาตากแห้ง ทำให้เล็กลง แล้วบดเป็นผงบรรจุใส่ซองกระดาษเยื่อขาว ทำการทดลองให้กลุ่มผู้ให้ข้อมูลขงดื่ม วันละ 3 ครั้ง เป็นเวลา 3 เดือน พร้อมนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาใช้ในการดำเนินการวิจัย พบว่า เดือนแรกผู้ป่วยทุกรายรู้สึกตัวเบาขึ้น ผลทาง

*ได้รับบทความ: 20 มีนาคม 2562; แก้ไขบทความ: 20 พฤษภาคม 2563; ตอรับตีพิมพ์: 20 พฤษภาคม 2563
Received: March 20, 2019; Revised: May 20, 2020; Accepted: May 20, 2020



ห้องปฏิบัติการทุกตัวค่อยลดลง ตามลำดับ จนเมื่อตีมนวัตกรรมภูมิปัญญาชาชงสมุนไพรครบ 3 เดือน ผลทางห้องปฏิบัติการทุกรายมีระดับน้ำตาลในเลือด น้ำตาลสะสม คลอเลสเทอรอล ไขมันเลวลดลง เป็นปกติ ไขมันดีเพิ่มขึ้น ส่วนรายที่ไตเสื่อม ของเสียในร่างกายลดลง การกรองไตมากขึ้น ไม่ต้องฟอกไต และอาการทั่วไปดีขึ้น หายขามือเท้า ไม่ปวดมึนศีรษะ ตามองเห็นชัดขึ้น การปวดศีรษะหายไป พุดชัดขึ้น การทรงตัวดีขึ้น อาการจุกแน่นหน้าอกหายไป นอนราบได้หายใจสะดวก ปัสสาวะใสขึ้นไม่เป็นฟอง ยุบวม รวมถึงมีพลังแรงกลับคืนมา ไม่รู้สึกเหนื่อย อีกทั้งค่าตับปกติ ไม่มีผลต่อการทำลายตับ

คำสำคัญ: โรคเรื้อรัง; ความพิการ; นวัตกรรม; ชาชงสมุนไพร; พุทธศาสนา

Abstract

This research of objective to: 1) to study components and herbal tea wisdom innovation properties, both scientific and traditional methods, 2) to develop the use of herbal tea wisdom innovation, 3) analyze results of using innovative herbal tea to reduce and prevent disabilities among chronic diseases patients. The researchers selected Maha Sarakham Province as the research area, and selected patients with more than 3 years of diabetes, with complications, such as hypertension, diabetic eye disease, cerebral stroke, coronary artery disease and diabetic kidney disease. This five complication groups are 60 patients. Data were collected by participatory observation, in-depth interview, laboratory test, and analyse data by content analysis method.

The result is herbs that: have properties for solving problems of blood and blood vessels, which is a major cause of diabetes and complications, are *Melientha suavis* Pierre., rattan and *Cinnamomum porrectum* (Roxb.) Kosterm, so use all parts of them and some more herbs to develop and produce the innovative herbal tea. Production process begins with dry the herbs, make them smaller, then crush them into powder, and pack mixed herb powder in white tea bags. Brought the tea to sample group for 3 months, drink the tea 3 times a day, and brought Buddhism principles to apply the operation. In the first month, all patients feel lighter. All patients' laboratory results are gradually decreasing. After they drinking the tea for 3 months, all patients' results of blood sugar level, HbA1c, cholesterol level and bad fats level are reduced to normal, and good fats level is increased. In cases with kidney disease, waste in body is reduced,



kidney filter are improved, dialysis is not needed anymore and general symptoms improved, hand and foot numbness disappeared, dizziness disappeared, eyes can see more clearly, speaks faster and more clearly than before, better balance, chest pain abated, can sleep normally, breathe easier, the urine is clearer and urine bubbles are disappeared, swellings are reduced. They are also get their strength back and have less fatigue. Their liver values are normal, so the tea has no any bad effect to liver.

Keywords: chronic disease; disability; innovation; herbal tea; Buddhism

1. บทนำ

โรคเรื้อรังถือเป็นปัญหาสาธารณสุขที่ส่วนใหญ่พบมากในผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ โรคเรื้อรังเป็นโรคที่เป็นนานรักษาหายยาก หนึ่งในนั้นคือโรคเบาหวาน ปี พ.ศ. 2558 สมาพันธ์เบาหวานนานาชาติ รายงานว่า ทั่วโลกมีผู้ป่วยโรคเบาหวานจำนวน 415 ล้านคน มีแนวโน้มจะเพิ่มขึ้นเป็น 642 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2583 และผู้เสียชีวิตจากโรคเบาหวาน จำนวน 5 ล้านคน สำหรับประเทศไทย สถานการณ์มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ประชากรวัยผู้ใหญ่ 1 ใน 11 คน ป่วยเป็นเบาหวาน จากสถิติรายงานอัตราการตายด้วยโรคเบาหวานต่อประชากรแสนคน ภาพรวมของประเทศไทย ในปี 2556-2558 เท่ากับ 14.93, 17.53 และ 17.83 ตามลำดับ โรคเบาหวานนำมาซึ่งภาวะแทรกซ้อนหลากหลายโรค ไม่ว่าจะเป็นไขมันในหลอดเลือด ความดันโลหิตสูง เบาหวานขึ้นตา หลอดเลือด สมองตีบ หลอดเลือดหัวใจอุดตัน แผลเรื้อรัง นอกจากนี้หนึ่งนั้น คือ โรคไตเรื้อรัง (Chronic Kidney Disease-CKD) โดยความชุกของโรคไตเรื้อรังสูงถึงร้อยละ 17.5 (Nitiyanant, 2016)

จากการศึกษาพบว่า โรคเรื้อรังส่วนใหญ่เป็นโรคที่เกิดจากปัญหาของเลือดและหลอดเลือดระดับน้ำตาลในเลือดสูง เลือดจึงมีความหนืด หลอดเลือดตีบแข็งยืดหยุ่นน้อย ส่งผลให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะส่วนต่างๆ ได้ไม่เพียงพอ จึงเกิดภาวะแทรกซ้อนโรคอื่นๆ ตามมา นำสู่ซึ่งความพิการ ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาค้นคว้าหาพืชสมุนไพรทั้งทางวิทยาศาสตร์และแผนโบราณ เพื่อจะนำมาปรับสมดุลเลือด ถอนพิษเลือด แก้ปัญหาหลอดเลือดตีบแข็ง โดยศึกษาวิจัยเรื่องนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพรรเพื่อลดและป้องกันความพิการผู้ป่วยโรคเรื้อรัง และนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พรหมวิหาร 4 สังคหวัตถุ 4 และอิทธิบาท 4 ความเพียร และอื่นๆ มาใช้เพื่อลดและป้องกันความพิการผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาส่วนประกอบและสรรพคุณของนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพรรทั้งทางด้านวิทยาศาสตร์และแผนโบราณเพื่อลดและป้องกันความพิการผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

2. เพื่อพัฒนาการใช้นวัตกรรมภูมิปัญญา



ชาขงสมุณไพโรตามแนวพระพุทศาสนาเพื่อป้องกัน และลดความพิการผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

3. เพื่อวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ของนวัตกรรม ภูมิปัญญาชาขงสมุณไพโรเพื่อลดและป้องกันความ พิการผู้ป่วยโรคเรื้อรังตามแนวพุทศาสนา

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยทั้งเชิงเอกสาร และเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีวิทยาวิจัยเชิงคุณภาพ ดังนี้ 1) การศึกษาเชิงเอกสาร ศึกษาและรวบรวม ข้อมูลจากเอกสารและหลักฐานจากพระไตรปิฎก หนังสือ รายงานการวิจัย 2) การศึกษาภาคสนาม ศึกษาผลสัมฤทธิ์ของนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขง สมุณไพโรตามแนวพระพุทศาสนาเพื่อป้องกันและ ลดความพิการผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

พื้นที่การวิจัย ผู้วิจัยเลือกพื้นที่ศึกษาสุ่ม แบบเจาะจง (Purposive Sampling) คือ จังหวัด มหาสารคาม มีเกณฑ์การคัดเลือกพื้นที่ คือ 1) เป็น พื้นที่ในเขตจังหวัดมหาสารคาม 2) เป็นพื้นที่ที่มี ผู้ป่วยโรคเบาหวานอยู่จำนวนมาก 3) เป็นพื้นที่ที่มี ผู้ป่วยโรคเบาหวานเจ็บป่วยนานกว่า 3 ปี จนมี ภาวะแทรกซ้อน ได้แก่ เบาหวานขึ้นตา หลอดเลือด หัวใจ หลอดเลือดสมอง ไตเสื่อม ที่เสี่ยงต่อการเกิด ความพิการ และ 4) เป็นพื้นที่ที่ยินดีเข้าร่วมโครงการ วิจัย

ประชากรและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ ผู้ป่วย โรคเรื้อรังจังหวัดมหาสารคาม ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ ผู้ป่วยโรคเบาหวานในจังหวัดมหาสารคามที่มีภาวะ แทรกซ้อน คัดเลือกผู้ป่วยด้วยการสุ่มแบบเจาะจง 5 กลุ่ม เป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อน

ของโรคต่อไปนี้ 1) ความดันโลหิตสูง จำนวน 16 ราย 2) เบาหวานขึ้นตา จำนวน 7 ราย 3) หลอดเลือด สมอง จำนวน 6 ราย 4) หลอดเลือดหัวใจ จำนวน 3 ราย 5) ไตเสื่อม จำนวน 28 ราย รวมทั้งหมด จำนวน 60 ราย และผู้ให้ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ ผู้ดูแล ผู้ป่วยหลัก จำนวน 60 ราย พยาบาล จำนวน 4 ราย เจ้าหน้าที่สาธารณสุข จำนวน 2 ราย เทคนิคการ แพทย์ จำนวน 1 ราย อสม. จำนวน 10 ราย หมอยาสมุณไพโร จำนวน 2 ราย และประชาชน ทั่วไปในชุมชน จำนวน 10 ราย รวมทั้งหมด จำนวน 150 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถาม แบบสังเกตอย่างมีส่วนร่วม แบบ สัมภาษณ์เชิงลึก และแบบทดสอบทางห้องปฏิบัติ การ 6 ส่วน ได้แก่ 1) ข้อมูลทั่วไป 2) พฤติกรรม การดูแลสุขภาพ 3) ภาวะสุขภาพทางกาย 4) ภาวะ สุขภาพทางจิต 5) การบูรณาการพุทธรรมกับ การดื่มชาขงสมุณไพโร 6) ผลทางห้องปฏิบัติการ ก่อน ขณะ และหลัง และ 7) การติดตามอาการ ผู้ป่วยและแบบสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อทราบผลการ เปลี่ยนแปลงอาการ รวมถึงแบบทดสอบผล ทางห้องปฏิบัติการ ได้แก่ ค่าตับ SGOT SGPT ค่าไขมัน Cholesterol, LDL, HDL ค่าไต Bun, Cr, GFR ก่อน ขณะ และหลังการดื่มนวัตกรรม ภูมิปัญญาชาขงสมุณไพโร

การวิเคราะห์ข้อมูล เก็บรวบรวมข้อมูล และนำข้อมูลที่ได้มาสรุปจัดหมวดหมู่ เพื่อหา คำตอบให้ได้ตามวัตถุประสงค์ แบ่งวิเคราะห์ 2 ส่วน 1) การวิเคราะห์เชิงคุณภาพ ด้วยการนำ แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องมาประกอบในการ



วิเคราะห์ ตรวจสอบความน่าเชื่อถือ และวิเคราะห์จากการสังเกตอย่างมีส่วนร่วม การสอบถามการสัมภาษณ์เชิงลึก และ 2) การวิเคราะห์เชิงตัวเลขวิเคราะห์ผลลัพธ์ผลทางห้องปฏิบัติการแล้ววิเคราะห์เนื้อหาด้วยการวิธีพรรณนาวิเคราะห์

4. สรุปผลการวิจัย

1. ส่วนประกอบและสรรพคุณของนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพรรทางวิทยาศาสตร์และแผนโบราณ ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าองค์ความรู้พืชสมุนไพรทั้งทางวิทยาศาสตร์และแผนโบราณพบว่า แผนโบราณพืชสมุนไพรที่จัดการระบบเลือดและหลอดเลือดนั้น ส่วนใหญ่เป็นพืชที่มีรสขมรสฝาด ทางวิทยาศาสตร์ที่จัดการหลอดเลือดนั้น เป็นพืชที่มีสารคอนลาเจนสูง พบพืชสมุนไพร ได้แก่ ผักหวาน หวาย เทพทาโร และพืชสมุนไพรบางชนิดโดยใช้ส่วนประกอบทุกส่วนของพืชสมุนไพรดังกล่าวมาผลิตเป็นนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพรร ผักหวาน แผนโบราณนำมาใช้แก้อาการร้อนของธาตุไฟ ดับพิษร้อนถอนพิษไข้ แก้อ่อนในกระหายน้ำ สมัยโบราณนิยมนำมาปรุงเป็นยาเขียวเพื่อลดไข้ลดความร้อน (Bureau of Sanatorium and Arts of Healing, 2002) เหมาะกับการนำมาปรับสมดุลร่างกาย ถอนพิษเลือดที่เกิดจากภาวะกรดสูงในเลือด ทำให้ความร้อนเผาผลาญทำลายอวัยวะภายในเสื่อมลง ทางวิทยาศาสตร์ ผักหวาน 100 กรัม มีวิตามินซีสูง 37.49 มิลลิกรัม เป็นส่วนสำคัญสร้างคอนลาเจนถึง 4.94 กรัม ช่วยยืดหยุ่นหลอดเลือด และมีวิตามินอี 71.92 มิลลิกรัม กำจัดอนุมูลอิสระในไขมัน ป้องกันโรคหลอดเลือด (Thailand

Institute of Scientific and Technological Research, 2012) จึงนำมาแก้ปัญหาหลอดเลือดอันเป็นผลมาจากโรคเบาหวาน

หวาย ทางแผนโบราณเป็นพืชรสขมเย็น ดับพิษร้อนถอนพิษไข้ แก้อ่อนในกระหายน้ำ ขับเหงื่อ (Homhual, 2010) ระบายท้อง จึงเหมาะนำมาถอนพิษเลือด จากภาวะไตเสื่อม ที่มีการคั่งค้างของน้ำและของเสียอัดแน่นภายใน ส่วนเทพทาโร มีกลิ่นหอม สมัยโบราณนิยมทำยาหอม แก้อลมจุกเสียดแน่นเพื่อ ขับผายลม ขับลมในลำไส้และกระเพาะอาหาร (Wutithamawech, 2009) ช่วยเปิดทางเลือดลมภายในร่างกาย ถอนพิษเลือด แก้อ่อนอัดเพื่อ ระบายของเสียสะสมออกจากร่างกาย

2. พัฒนาการใช้นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพรรตามแนวพระพุทธานุชา ผู้วิจัยนำพืชสมุนไพรดังกล่าวข้างต้นมาเป็นส่วนประกอบหลักในการผลิตนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพรร มีขั้นตอนดังนี้

2.1 กระบวนการแปรรูปและวิธีการใช้นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพรร ประกอบด้วย

- 1) นำพืชสมุนไพรแต่ละชนิดทำให้ขนาดเล็กลงด้วยการใช้มีดตัดสับ
- 2) นำใส่กระดิ่งสานไม้ไผ่ตากแดด 2 วัน
- 3) นำมาบดด้วยเครื่องบดไฟฟ้ารวมกันจนเป็นผงละเอียด
- 4) นำช้อนชาตักผงสมุนไพรรปริมาณ 0.5 กรัม บรรจุใส่ซองเยื่อกระดาษขนาด 5 x 6 เซนติเมตร
- 5) ใช้เครื่องซีลไฟฟ้ารีดปากของด้านบน
- 6) นำซองบรรจุด้วยผงสมุนไพรร 1 ซีน ใส่แก้วน้ำร้อน 150 ซีซี ช้อนคนรอนน้ำอุ่นจึงดื่มวันละ 3 ครั้งๆ ละ 1 ซีน ก่อนอาหารเช้า กลางวัน และเย็น



2.2 การบูรณาการพุทธธรรมกับการ
ใช้นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพร่ผู้วิจัยนำหลัก
ธรรมทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พรหมวิหาร 4
สังคหวัตถุ 4 และอิทธิบาท 4 มาใช้ดำเนินการวิจัย
โดยพรหมวิหาร 4 เมตตา प्रารรณาให้ผู้ป่วย
มีความสุข กรุณาให้ผู้ป่วยพ้นจากทุกข์ มุทิตา ยินดี
เมื่อผู้ป่วยเจ็บป่วยทุเลาลง อุเบกขา ไม่ซ้ำเติม
เมื่อผู้ป่วยปฏิบัติตัวไม่ถูกต้อง และสังคหวัตถุ 4
ทาน ให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเรื้อรังและ
แนวทางการปฏิบัติ สละเวลาออกเยี่ยมผู้ป่วยที่บ้าน
ปิยวาจา พูดสุภาพ เห็นอกเห็นใจช่วยเหลือ อุตถ
จริยา ช่วยเหลือด้วยแรงกายแรงใจ และสมานัตต
ตา วางตนเสมอต้นเสมอปลายเป็นกันเองร่วมรับรู้
ร่วมแก้ปัญหา รวมถึงอิทธิบาท 4 ฉันทะ พอใจใน
สิ่งที่ตนกำลังกระทำ วิริยะ มีความพากเพียร จิตตะ
เอาใจใส่ติดตามผู้ป่วยอย่างต่อเนื่อง และวิมังสา
วางแผนการทำงาน หมั่นสอดส่องคอยติดตาม
ประเมินผล

นอกจากนี้ นำหลักธรรมทางพระพุทธ
ศาสนามาให้ผู้ป่วยปฏิบัติขณะดำเนินการวิจัย
โดยจัดกิจกรรมประชุมพบปะแลกเปลี่ยนเรียนรู้
โรคเรื้อรัง 5 กลุ่มโรค เดือนละครั้ง ด้วยโรคเรื้อรัง
เป็นโรคที่ยากต่อการปฏิบัติโดยเฉพาะเรื่องอาหาร
ผู้ป่วยจึงต้องมี ขันติ อดทนต่อสิ่งยั่วยุ มีทมะ รู้จัก
ข่มใจต่อความอยากอาหาร จำกัดอาหารประเภท
แป้ง น้ำตาล ไขมัน และหากไตเสื่อม ต้องปฏิบัติ
อย่างเคร่งครัด จำกัดอาหารประเภทโปรตีน เช่น
เนื้อ นม ไข่ ถั่ว งดไข่แดง รับประทานไข่ขาวให้
พอเพียงและจำกัดอาหารรสเค็ม อาหารที่มีโซเดียม
ไปแตสเซียมซึ่งมีมากในผักผลไม้ พร้อมจำกัด

ปริมาณน้ำดื่ม

อิทธิบาท 4 เป็นอีกหลักธรรมหนึ่งผู้ป่วย
นำมาใช้ขณะดื่มนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพร่
ให้ได้ตามเวลาที่กำหนด ฉันทะ พอใจในสิ่งที่กำลัง
กระทำและปรารรณาให้ได้ผลลัพธ์ในทางที่ดี วิริยะ
มีความขยันไม่ย่อท้อ จิตตะ ใส่ใจรับรู้ในสิ่งที่ทำอยู่
และวิมังสา หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ
ประเมินผล อีกทั้งจัดกิจกรรมฝึกนั่งสมาธิ สวดมนต์
ในการประชุมแต่ละเดือน พร้อมแจกเอกสารสวด
มนต์ให้ผู้ป่วยนำกลับไปสวดมนต์ทุกคืนก่อนนอน
เนื่องจากโรคเบาหวาน เป็นโรคที่ต้องทำจิตใจให้สงบ
ไม่ฟุ้งซ่านจึงจะสามารถควบคุมระดับน้ำตาลใน
เลือดได้

3. ผลของนวัตกรรมภูมิปัญญาชาข
สมุนไพร่เพื่อลดและป้องกันความพิการผู้ป่วยโรค
เรื้อรังตามแนวพุทธศาสนา ผู้วิจัยทำการทดสอบผล
ทางห้องปฏิบัติการก่อน ขณะ และหลังดื่มน
นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขสมุนไพร่ของผู้ป่วย 5
กลุ่มโรค รวม 60 ราย ดังนี้

ข้อมูลทั่วไปผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จากการศึกษา
เชิงคุณภาพด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก และการ
สังเกตอย่างมีส่วนร่วม พบว่า ส่วนใหญ่เป็นหญิง
43 ราย ร้อยละ 71.6 เพศชาย 17 ราย ร้อยละ
28.33 มีอายุ 30-87 ปี ค่าเฉลี่ย 57.50 ปี ส่วนใหญ่
อาชีพค้าขาย 21 ราย ร้อยละ 35 รองลงมารับจ้าง
ทั่วไป 15 ราย ร้อยละ 25 ทำนา 11 ราย ร้อยละ
18.33 แม่บ้าน 3 ราย ร้อยละ 5 ไม่ได้ทำงาน 3 ราย
ร้อยละ 5 และข้าราชการ ข้าราชการบำนาญ เกือบ
ชยะชขาย ประเภทละ 2 ราย ร้อยละ 3.33 ผู้ป่วย
ส่วนใหญ่เคยนิยมดื่มกาแฟ 23 ราย ร้อยละ 38.33



เนื่องจากมีโฆษณาจำหน่ายกาแฟเพื่อสุขภาพทาง
สถานีวิทย์และมีตัวแทนส่งถึงบ้าน

กลุ่มที่ 1 ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีภาวะ
แทรกซ้อนความดันโลหิตสูง ผู้ป่วย 16 ราย เมื่อตีมน
นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพรรครบ 3 เดือน
ผลทางห้องปฏิบัติการทุกตัวลดลงร้อยละ 100
ระดับน้ำตาลในเลือดลดลง ค่าเฉลี่ย 127.44
น้ำตาลสะสมลดลง ค่าเฉลี่ย 2.23 คลอเลสเทอรอล
ลดลง ค่าเฉลี่ย 60.81 ไขมันเลวลดลง ค่าเฉลี่ย
36.13 mg/dl ส่วนไขมันดีเพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ย 26.44
mg/dl ความดันโลหิตลดลง ค่าเฉลี่ย 26.88/10.69
mmHg

เมื่อจำแนกเป็นรายเดือนพบว่า สัปดาห์
แรกผู้ป่วยทุกรายรู้สึกตัวเบาขึ้น ที่เคยปวดหนัก
ศีรษะ วิงเวียน จะมีอาการคล้ายเลือดลมวิ่งตาม
เส้นเลือดไปทั่วศีรษะ ผ่านไปหนึ่งเดือนรู้สึกโล่ง
เบาศีรษะ เดือนที่สองและสาม เร็วแรงพลังกลับ
คืนมา อาการชามือชาเท้าค่อยๆ หายไป รวมถึง
ระดับน้ำตาลในเลือด ความดันโลหิตสูงลดลงตาม
ลำดับ เป็นปกติ

กลุ่มที่ 2 ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีภาวะ
แทรกซ้อนเบาหวานขึ้นตา ผู้ป่วย 7 ราย เมื่อตีมน
นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพรรครบ 3 เดือน
ผลทางห้องปฏิบัติการทุกตัวลดลง ระดับน้ำตาล
ในเลือดลดลง ค่าเฉลี่ย 105.71 mg% น้ำตาลสะสม
ลดลง ค่าเฉลี่ย 2.26 % ความดันโลหิตลดลง
ค่าเฉลี่ย 22.00/11.29 mmHg คลอเลสเทอรอล
ลดลง ค่าเฉลี่ย 29.14 mg/dl ไขมันเลวลดลง
ค่าเฉลี่ย 24.71 mg/dl ไขมันดีเพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ย
17.86 mg/dl

เมื่อจำแนกเป็นรายเดือนพบว่า สัปดาห์แรกผู้ป่วย
ทุกรายรู้สึกตัวเบาขึ้น หนึ่งเดือนสายตาที่มองพร่า
มัว เริ่มมองเห็นภาพชัด เดือนที่สองสาม ตาชัดและ
มองไกลได้ดีขึ้น สามารถกลับมาใช้ชีวิตประจำวัน
ได้ตามปกติ

กลุ่มที่ 3 ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีภาวะ
แทรกซ้อนหลอดเลือดสมอง ผู้ป่วย 6 ราย เมื่อตีมน
นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพรรครบ 3 เดือน
ผลทางห้องปฏิบัติการทุกตัวลดลง พบว่า ระดับ
น้ำตาลในเลือดลดลง ค่าเฉลี่ย 103.00 mg%
น้ำตาลสะสมลดลง 100 ค่าเฉลี่ย 2.17 % คลอเลส
เทอรอลลดลง ค่าเฉลี่ย 61.67 mg/dl ไขมันเลวลง
ค่าเฉลี่ย 33.67 mg/dl ไขมันดีเพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ย
20.33 mg/dl และความดันโลหิตลดลง ค่าเฉลี่ย
28.00/13.00 mmHg

เมื่อจำแนกเป็นรายเดือนพบว่า สัปดาห์
แรกผู้ป่วยทุกรายรู้สึกตัวเบาขึ้น ที่เคยรู้สึกตัวหนัก
แขนขาอ่อนแรง ยืนตัวตรงขึ้น หนึ่งเดือนพูดชัดขึ้น
เดือนที่สอง แขนขาแข็งแรงขึ้น ปากเบี้ยวน้อยลง
และเดือนที่สาม พูดได้ประโยคยาว ไม่ติดขัด และ
การทรงตัวดีเดินมั่นคง รวมถึงมีพลังเร็วแรงกลับ
คืนมา

กลุ่มที่ 4 ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีภาวะ
แทรกซ้อนหลอดเลือดหัวใจ ผู้ป่วย 3 ราย เมื่อตีมน
นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพรรครบ 3 เดือน
ผลทางห้องปฏิบัติการทุกตัวลดลง พบว่า ระดับน้ำตาลในเลือด
ลดลง ค่าเฉลี่ย 160.33 mg% น้ำตาลสะสมลดลง
ค่าเฉลี่ย 1.30 % คลอเลสเทอรอลลดลง ค่าเฉลี่ย
109.67 mg/dl ไขมันดีเพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ย 32.67
mg/dl ไขมันเลวลดลง ค่าเฉลี่ย 27.33 mg/dl และ



ความดันโลหิตลดลง ค่าเฉลี่ย 28.00/20.67 mmHg

เมื่อจำแนกเป็นรายเดือนพบว่า สัปดาห์แรกผู้ป่วยทุกรายรู้สึกตัวเบาขึ้น บางรายมีอาการเด่นตบๆ เบาๆ ที่หน้าอก คล้ายมีอะไรกำลังผลักดันอยู่ภายในอก หนึ่งเดือนอาการแน่นหน้าอกทุเลาลง นอนราบได้ เหนื่อยน้อยลง เดือนที่สองและสาม ผู้ป่วยหายใจโล่ง สะดวก ไม่เจ็บแน่นหน้าอก ทำงานปกติในชีวิตประจำวัน รวมถึงมีพลังแรงมากขึ้น

กลุ่มที่ 5 ผู้ป่วยโรคเบาหวานมีภาวะแทรกซ้อนไตเสื่อม เมื่อไตเสื่อมระยะท้าย คือระยะที่ 4 และ 5 ผู้ป่วยมีอาการปัสสาวะสีขุ่นเข้ม มีฟองอันเกิดจากโปรตีนรั่วออกมาทางไต ผิวน้ำซีดหมองคล้ำจากเกล็ดเลือดต่ำ บางรายมีรอยจ้ำเลือดใต้ผิวหนังแขนขาและตัวบวม จากการศึกษาผู้ป่วย 28 ราย เมื่อตีมนวัตกรรมการรักษาผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผลทางห้องปฏิบัติการทุกตัวลดลง พบว่า น้ำตาลในเลือดลดลง ค่าเฉลี่ย 62.39 mg% ระดับน้ำตาลสะสม ค่าเฉลี่ย 2.21 % คอลเลสเตอรอลลดลง ค่าเฉลี่ย 42.50 mg/dl ไชมันเลวลดลง ค่าเฉลี่ย 32.21 mg/dl ไชมันดีเพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ย 20.64 mg/dl ความดันโลหิตลดลง ค่าเฉลี่ย 27.00/16.82 mmHg ค่าการทำงานไต BUN และ Cr ของผู้ป่วยลดลง ค่าเฉลี่ย 6.08 mg/dl และ 0.98 mg/dl และการกรองไต หรือ GFR เพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ย 14.15 ml/min/1.73 m²

เมื่อจำแนกเป็นรายเดือนพบว่า สัปดาห์แรกผู้ป่วยทุกรายรู้สึกตัวเบาขึ้น แน่นอึดอัดภายในทุเลาลง ผู้ป่วยไตเสื่อมระยะที่ 5 บางรายมีอาการ

ครั้นเนื้อครั้นตัว คล้ายมีไข้ต่ำๆ เนื่องจากขาขงสมุนไพรรักษาของเสียพิษร้อนออกมาทางผิวหนัง หนึ่งเดือนสีปัสสาวะที่ขุ่นจางลง ฟองน้อยลง ยุบบวม สีผิวแดงสดขึ้นต่างจากเดิมที่มีสีผิวที่ซีดหมองคล้ำ เดือนที่สองและสาม อาการต่างๆ ดีขึ้นตามลำดับ จ้ำเลือดใต้ผิวหนังหายไป

สรุปผลการวิจัยได้ว่า นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพรมีสรรพคุณถอนพิษเลือด ลดความหนืดเลือด สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ควบคุมความดันโลหิต พัฒนาการทำงานอวัยวะส่วนต่างๆ นำเลือดไปเลี้ยงสมอง หัวใจ จอประสาทตา ตามองเห็นชัดขึ้น หายชามือเท้า เพิ่มการกรองไต ลดการเสื่อมของไต สำหรับผลต่อดัชนี ซึ่งเป็นข้อกังวลของบุคคลทั่วไป โดยเฉพาะวงการแพทย์แผนปัจจุบันที่เกรงว่าเมื่อรับประทานสมุนไพรรักษาไปนานๆ จะมีผลทำลายตับ ผลการวิจัยพบว่า ไม่มีผลกระทบต่อค่าการทำงานของตับหรือ SGOT SPOT แต่อย่างใด และในทางตรงกันข้ามกลับพบว่ากรณีผู้ป่วยที่มีค่าตับสูงกว่าปกติ เช่น บุคคลที่มีประวัติดื่มสุราเป็นประจำเป็นเวลานาน ผลค่าของตับกลับลดลงเป็นปกติ

สำหรับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้กับผู้ป่วยร่วมในกระบวนการวิจัย ได้แก่ ชันติ ความอดทน ทมะ รู้จักการข่มใจ ต่อความอยากอาหาร และอิทธิบาท 4 มีความเพียรต่อการตีมนวัตกรรมการรักษาสมุนไพรรักษาตามเวลาที่กำหนด รวมถึงดูแลจิตใจด้วยการฝึกนั่งสมาธิและสวดมนต์ก่อนนอน ส่งผลให้นอกจากสุขภาพกายดี และคลายความเครียดความวิตกกังวลลง สุขภาพจิตดีตามมา



5. อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพรมีผลผลิตจากพืชสมุนไพรหลัก 3 ชนิด คือ ทุกส่วนประกอบของผักหวาน หวาย เทพทาโร รวมถึงพืชสมุนไพรบางชนิด สามารถลดความหนืดเลือด ลดไขมันในหลอดเลือด ยืดหยุ่นหลอดเลือด ลดการตีบแข็งของหลอดเลือด จึงสามารถควบคุมความดันโลหิต ลดและป้องกันภาวะหลอดเลือดสมองตีบได้ อันเป็นผลมาจากทางวิทยาศาสตร์ของผักหวานมีวิตามินซีสูงซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการสร้างคอลลาเจนสูง ช่วยยืดหยุ่นหลอดเลือด และมีวิตามินอีช่วยกำจัดอนุมูลอิสระในไขมัน ป้องกันโรคหลอดเลือด (Thailand Institute of Scientific and Technological Research, 2012) จึงสามารถแก้ปัญหาหลอดเลือด ตีบแข็ง หลอดเลือดสมองตีบ เส้นเลือดหัวใจอุดตัน ความดันโลหิตสูง อันเป็นผลมาจากพยาธิสภาพของโรคเบาหวานได้ และตาที่พร่ามัว มองเห็นได้ชัดขึ้น ส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากทางวิทยาศาสตร์ที่ระบุว่า ผักหวานเป็นผักที่มีวิตามินเอมากมีประโยชน์กับสายตามาก และมีเบต้าแคโรทีน ช่วยบำรุงสายตา และลดความเสี่ยงต่อการตาบอด (Bureau of Nutrition, 1992) และเป็นผลมาจากทางแพทย์โบราณที่ระบุว่า ผักหวานเป็นยาเย็น มีสรรพคุณถอนพิษเลือด (Department of Health Service Support, 1995) จึงช่วยลดของเสียและลดความหนืดของเลือดลง เลือดจึงไหลเวียนไปเลี้ยงประสาทตามากขึ้น

นอกจากนี้ ไตเสื่อมน้อยลง การกรองไตดีขึ้น ส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากผักหวาน ที่ศาสตร์แผน

โบราณนำมาใช้แก้อาการร้อนของธาตุไฟ เนื่องจากมีสรรพคุณดับพิษร้อน ถอนพิษไข้ แก้อ่อนในกระหายน้ำ แก้อะเสบกระสาย แก้อ่อนมัว (Bureau of Sanatorium and Arts of Healing, 2002) และหยา มีสรรพคุณดับพิษร้อน พิษไข้เช่นกัน (Homhual, 2010) จึงช่วยปรับสมดุลร่างกาย ถอนพิษร้อนของเลือด ลดภาวะกรดในเลือดสูง ชะลอไตเสื่อม ป้องกันไตวายได้

นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพรมตามแนวพระพุทธศาสนาเพื่อป้องกันและลดความพิการผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

การดำเนินการวิจัยสำเร็จได้ด้วยดี เนื่องจากผู้วิจัยยึดพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางปฏิบัติ ไม่ว่าจะเป็นพรหมวิหาร 4 สังคหวัตถุ 4 อิทธิบาท 4 ประกอบด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา สอดคล้องกับที่พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวไว้ (Phra Dhammapitaka (Prayudh Payutto), 2003) และสัมพันธ์กับงานวิจัยของพระมนัส อคฺคธมโม (ก้อนใหญ่) (Phra Manut Aggadhhammo (Konyai), 2011) ที่ศึกษาเรื่องภาวะผู้นำของผู้บริหารตามหลักพรหมวิหาร 4 และตามที่พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) กล่าวถึงสังคหวัตถุไว้ (Phra Bhramagunabhorn (Prayudh Payutto), 2007) และการนำหลักธรรมอิทธิบาท 4 มาใช้ในการดำเนินการศึกษาวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ที่ได้กล่าวไว้ (Phra Bhramagunabhorn (Prayudh Payutto), 2008)

นอกจากนี้ เป็นผลจากผู้ป่วยนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้เป็นแนวทางในการ



ปฏิบัติในการดูแลตนเอง หลักธรรมสำคัญอิทธิบาท 4 ทำให้มีความตั้งใจเพียรพยายามเต็มวินัยกรรม ภูมิปัญญาชาขงสมุนไพร่ได้ตามเวลาที่กำหนดอย่าง ไม่ย่อท้อ และคอยใส่ใจถึงผลและความเปลี่ยนแปลง ที่ดีที่จะเกิดขึ้นต่อสุขภาพตน อีกทั้งการฝึกนั่งสมาธิ การสวดมนต์ทำให้ มีสติ จิตนิ่ง คลายความวิตกกังวล และขันติ ทมะ ทำให้ผู้ป่วยมีความอดทน และสามารถข่มใจต่อสิ่งยั่วยุต่อความอยาก เนื่องจากผู้ป่วยจำเป็นต้องปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ต่อการควบคุมอาหารประเภทแป้ง น้ำตาล ไขมัน และอาหารต่างๆ

ดังนั้น การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาใช้ในการศึกษาวิจัยนวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพร่จึงช่วยส่งผลให้สุขภาพกายดี สุขภาพจิตดี สามารถป้องกันและลดความพิการผู้ป่วยโรคเรื้อรังได้

6. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเพื่อนำการวิจัยไปใช้

1.1 รัฐบาลควรส่งเสริมการใช้สมุนไพร่อย่างจริงจัง ประเทศไทยมีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ประยุกต์ มีนโยบายส่งเสริมและผลักดันการนำพืชสมุนไพร่มาใช้ แต่ในทางตรงข้าม บุคลากรทางการแพทย์มักต่อต้านมิให้ผู้ป่วยใช้สมุนไพร่

1.2 รัฐบาลควรสนับสนุนงบประมาณในการศึกษาวิจัยเรื่องนวัตกรรมยาสมุนไพร่รักษาโรคเรื้อรังให้มากขึ้น เพื่อประโยชน์ต่อผู้ป่วยที่เป็นมานาน รพ.ควบคุมอาการไม่ได้และ

เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลของสถานบริการสุขภาพรัฐ

2. ข้อเสนอวิจัยในครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาวิจัยติดตามผู้ป่วยเบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อนที่ใช้นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพร่ในระยะเวลาที่เพิ่มมากขึ้น อย่างน้อย 12 เดือน

2.2 จากการศึกษาพบว่า นวัตกรรมภูมิปัญญาชาขงสมุนไพร่มีสรรพคุณชะล้างหลอดเลือด ชะล้างพิษเลือด จึงควรศึกษาวิจัยในกลุ่มโรคที่เกิดจากปัญหาหลอดเลือด ได้แก่ ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดสมองตีบ หลอดเลือดหัวใจ และที่เกิดจากปัญหาของเลือด ได้แก่ โรคตับ โรคไต โรคมะเร็ง โรคไตโรคหนึ่งเฉพาะ

2.3 ควรนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาอื่นๆ ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพมาประยุกต์ใช้ในการศึกษาวิจัยการใช้พืชสมุนไพร่รักษาโรคเรื้อรัง

7. องค์ความรู้ที่ได้รับ

พืชสมุนไพร่ผักหวาน หวาย เทพทาโร ส่วนประกอบทุกส่วนมีสรรพคุณทางวิทยาศาสตร์ และแผนโบราณในการชะล้างเลือดและหลอดเลือด ซึ่งเป็นสาเหตุของการเจ็บป่วยโรคเรื้อรัง สามารถนำมาป้องกันและลดความพิการผู้ป่วยโรคเรื้อรังได้ และหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาพรหมวิหาร 4 สังคหวัตถุ 4 อิทธิบาท 4 สามารถใช้เป็นแนวทางการปฏิบัติต่อผู้ป่วย รวมถึงขันติ ทมะ ผู้ป่วยสามารถนำมาใช้ในการดูแลตนเองได้เป็นอย่างดี



References

- Bureau of Nutrition, Department of Health, Ministry of Public Health. (1992). *Nutritive Values of Thai Foods*. Bangkok : The War Veterans Organization of Thailand.
- Bureau of Sanatorium and Arts of Healing, Department of Health Service Support, Ministry of Public Health. (2002). *General Traditional Medicine, Thai Pharmacy Part*. Nonthaburi : Ministry of Public Health.
- Department of Health Service Support, Ministry of Public Health. (1995). *Local Vegetables : The Meaning, and Wisdom of Thai Ordinary People*. Bangkok : WVO Officer of Printing Mill, War Veterans Organization of Thailand.
- Homhual, S. (2010). *Calamus viminalis Willd.* <http://www.phargarden.com/mainphp?action=viewpage&pid=300> (Accessed 18 January 2018).
- Nitiyanant, W. (2016). *Diabetes Increase in Thailand, 5 million patients, Cause Complications. Mostly Chronic Kidney Disease.* <http://www.hfocus.org/content/2016/11/12992>. (Accessed 18 January 2018).
- Phra Bhamagunabhorn (Prayudh Payutto). (2007). *A Constitution for Living*. Bangkok : Pimsuay.
- Phra Bhamagunabhorn (Prayudh Payutto). (2008). *Dictionary of Buddhism (Pramuan Dharma)*. Bangkok : Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Phra Dhammapitaka (Prayudh Payutto). (2003). *Dictionary of Buddhism (Vocabulary Version)*. Bangkok : Mahachulalongkorn rajavidyalaya University.
- Phra Manut Aggadhammo (Konyai). (2011). *The Leadership of Administrators According to The Principles of The Four Brahmavihara in Secondary Schools Talingchan District Bangkok. Master Thesis*. Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Thailand Institute of Scientific and Technological Research. (2012). *Phak Wan Pa Ready-To - Drink Tea*. https://www.tistr.or.th/tistr_thdata/?product (Accessed 18 January 2018).
- Wutithamawech, W. (2009). *Khrueang Ya Thai 1*. Bangkok : Silpa Siam Packaging & Printing.

