

การต่อยอดอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ เพื่อการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริม
สุขภาพวิถีใหม่ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุนซิ้ง จังหวัดศรีสะเกษ
**Extending the Identity of Local Health Wisdom for New Normal
of Wellness Tourism in Hua Suea Sub-District,
Khukhan District, Sisaket Province**

ปาริฉัตร พงษ์คละ

มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ

Parichat Phongkhla

Sisaket Rajabhat University, Thailand

E-mail : parichat.phongkhla@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุนซิ้ง จังหวัดศรีสะเกษ และศึกษาแนวทางการต่อยอดอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ สำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตใหม่ การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ดำเนินการเก็บข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมายโดยการคัดเลือกแบบเจาะจง มีเครื่องมือวิจัยประกอบด้วย แนวทางการสัมภาษณ์กับผู้นำชุมชน จำนวน 14 คน จาก 14 หมู่บ้าน แนวทางการสนทนากลุ่มย่อยกับประชาชน ชาวบ้าน อาสาสมัครประจำหมู่บ้าน และแพทย์ประจำตำบล จำนวน 6 คน และแนวทางการประชุมระดมความคิดเห็นกับตัวแทนประเภทภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ แพทย์แผนไทยโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหัวเสือ สำนักงานพัฒนาชุมชน อำเภอขุนซิ้ง สำนักงานท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 9 คน การวิเคราะห์ข้อมูลมุ่งเน้นการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัย พบว่า อัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ จำแนกเป็น 4 ประเภทคือ 1) อาหารและเครื่องดื่ม 2) การจัดภูมิทัศน์ 3) การบริหารร่างกาย และ 4) หมอพื้นบ้าน แนวทางการต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ สำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตใหม่ มี 4 วิธี คือ 1) การจัดภูมิทัศน์ในชุมชนให้เป็นแหล่งเรียนรู้ทางธรรมชาติ และสถานที่พักผ่อน 2) การประยุกต์ใช้วัฒนธรรม วิถีชีวิตของชุมชน มาสร้างเป็นกิจกรรมท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ 3) การประยุกต์ใช้ทรัพยากรธรรมชาติที่มีสรรพคุณทางยา และบริโภคเป็นอาหาร มาสร้างเป็นสินค้าและบริการการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพของชาติพันธุ์เขมร และ 4) การจัดตั้งศูนย์เรียนรู้การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ

คำสำคัญ: การต่อยอด; อัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ; การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพวิถีใหม่

Abstracts

The research aimed to study the identity of local health wisdom in Hua Suea Sub-District, Khukhan District, Sisaket Province, and to study the approaches to extend the identity of local health wisdom for new normal of wellness tourism in Hua Suea Sub-District, Khukhan District, Sisaket Province. The research was a qualitative research. Proceeding of data collection from target groups through purposive selectiction. The research tools had included interview guide with 14 community leaders from 14 villages, group discussion guide with 6 total people were local philosophers, village volunteers and sub-district doctors, as well as brainstorming guide with 9 total people were representative of local health wisdom types, agencies involved in wellness tourism included traditional Thai medicine doctors from Hua Suea Sub-District Promotion Hospital, Khukhan District Community Development Office, Sisaket Provincial Tourism and Sport Office. Data analysis of this research focused on qualitative data analysis.

The research found that the local health wisdom in Hua Suea Sub-District could be classified into four types: 1) food and beverage, 2) landscaping around the house, 3) physical exercise, and 4) local healers. The approaches to extend the identity of local health wisdom in Hua Suea sub-district consistent with new normal of wellness tourism were four methods: 1) landscaping around the community to be a natural learning resource and places to relax. 2) Applying community culture to create health tourism activities. 3) Applying local natural resources that had medicinal properties and had consumed as food to create products for health tourism and services that had linked to local health wisdom of the Khmer ethnic group. 4) Establishment of a wellness tourism learning center.

Keywords: Extending; Identity of Local Health Wisdom; New Normal of Wellness Tourism

บทนำ

อัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพของชาติพันธุ์ มีการผสมผสานกับภูมิปัญญาด้านสุขภาพแบบพื้นบ้าน เช่น ภูมิปัญญาด้านอาหารพื้นบ้าน การดูแลสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์และหลังคลอด การใช้สมุนไพรและยาบำรุงร่างกาย และมีการผสมผสานกับภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้าน โดยมีหมอพื้นบ้านเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในกระบวนการดูแลสุขภาพของคนในชุมชน (รุจิณาธ อรรถสิทธิ์ และคณะ, 2564 : ออนไลน์) ด้วยความโดดเด่นของภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพที่เป็นอัตลักษณ์เฉพาะ ประเทศไทยจึงมีรายได้หลักจากอุตสาหกรรมท่องเที่ยว โดยเฉพาะการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ที่สามารถสร้างรายได้ให้กับประเทศไทยเป็นอันดับที่ 4 รองจากการท่องเที่ยวเชิงนิเวศน์ การท่องเที่ยวเชิงอาหาร และการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม โดยมีสปาและนวดแผนไทยเป็นกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่นักท่องเที่ยวชาวต่างชาตินิยมมาก เนื่องจากความมีเอกลักษณ์เฉพาะตัวที่นำเอาภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านการดูแลสุขภาพแบบดั้งเดิม เช่น การนวด การตอกเส้น การประคบหรืออบสมุนไพร และการรับประทานอาหารสมุนไพร เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของการบริการ (นุชนาฏ

หมื่นจันทร์ และคณะ, 2561 : 3) จนกระทั่งเมื่อต้นปี พ.ศ. 2563 รายได้ของประเทศไทยจากการท่องเที่ยวลดลงเป็นจำนวนมาก เนื่องจากผลกระทบของการแพร่กระจายของเชื้อไวรัสโควิด-19 ทำให้เศรษฐกิจการค้า การทำงานผลิต อุตสาหกรรมท่องเที่ยว เช่น สนามบิน โรงแรม ร้านอาหาร และธุรกิจจำนวนมากต้องหยุดกิจการ หรือทำได้ไม่เต็มประสิทธิภาพ ประชาชนทุกคนต้องปฏิบัติตามมาตรการการเว้นระยะห่าง เพื่อเข้าสู่มาตรการควบคุมโรคไม่ให้กระจายมากขึ้น จึงมีความกังวล และต้องดูแลปกป้องตัวเอง มีการกักตัวอยู่กับบ้าน หลายคนไม่สามารถมาทำงานหาเลี้ยงชีพแบบปกติได้ ทำให้ขาดรายได้มาจุนเจือครอบครัว จนเกิดความเครียด และปัญหาสุขภาพจิตตามมา สถานการณ์ต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้ประชาชนหันมาใส่ใจดูแลรักษาสุขภาพอย่างถูกวิธีมากขึ้น ด้วยการพึ่งพาภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ เช่น การรับประทานอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ การปลูกผักสวนครัวเพื่อปรับภูมิทัศน์ภายในรั้วบ้านให้มีความสัมพันธ์กับธรรมชาติเพื่อบำบัดสุขภาพจิต การทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่น การออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารจากภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ การนวดแผนไทย การอบหรือการประคบสมุนไพร ด้วยเหตุนี้ ทุกภาคส่วนเริ่มเห็นความสำคัญของภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ทั้งหน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนต่างให้การสนับสนุน และส่งเสริมให้มีการฟื้นฟูการท่องเที่ยวไทย โดยตัวอย่างที่ชัดเจนในปัจจุบันก็คือ “การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (Wellness Tourism)” กำลังได้รับความนิยมภายใต้วิกฤติการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 เนื่องจากการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพไม่ได้จำกัดแค่การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเพื่อความสวยความงามเท่านั้น แต่จะขยายขอบเขตไปถึงการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในสาขาอื่น ๆ เช่น การรักษาโรคเฉพาะทาง การตรวจสุขภาพ รวมถึงระบบสาธารณสุขที่มีคุณภาพและเข้าถึงง่าย (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), 2563 : ออนไลน์)

ศรีสะเกษเป็นจังหวัดชายแดนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง มีชาติพันธุ์ต่าง ๆ อพยพเข้ามาตั้งรกรากในบริเวณนี้ ได้แก่ ชาติพันธุ์เขมร ลาว ส่วย และเยอ เดิมศรีสะเกษเรียกว่า เมืองขุขันธ์ ซึ่งเป็นถิ่นที่อยู่อาศัยของกลุ่มชนชาติพันธุ์เขมร และชนชาติพันธุ์กวยหรือกูย เรียกโดยรวมว่า เขมรป่าดง ในสมัยก่อนเมืองขุขันธ์เต็มไปด้วยป่า และสัตว์ร้ายมากมาย เช่น เสือ จึงเป็นที่มาของชื่อตำบลหัวเสือ ซึ่งเป็นหนึ่งตำบลในเขตการปกครองส่วนภูมิภาคของอำเภอขุขันธ์ที่เต็มไปด้วยเรื่องราวทางประวัติศาสตร์ อารยธรรม ศิลปวัฒนธรรมชาติพันธุ์เขมร มีวิถีชีวิตที่มีความสัมพันธ์กับธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และมีภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพที่เป็นอัตลักษณ์

จากข้อมูลสำคัญดังกล่าว ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ เป็นอีกหนึ่งตำบลที่มีพื้นที่เหมาะสมในการต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ เพื่อการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพวิถีใหม่ ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพของชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ และศึกษาแนวทางในการต่อยอดอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ เพื่อสนับสนุน และส่งเสริมให้ชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วยการพึ่งพาตนเองจากประโยชน์ของภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ มาสร้างรายได้สู่ครอบครัวและชุมชน เพื่อให้ชุมชนมีสุขภาพกายที่สมบูรณ์

แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี ปราศจากโรคภัย อีกทั้งเพื่อสนับสนุน และส่งเสริมให้ชุมชนเตรียมความพร้อมในการรองรับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโฉมใหม่หลังโควิด-19 และมั่นใจได้ว่า ชุมชนจะสามารถผ่านวิกฤตินี้ไปได้ด้วยการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (Wellness Tourism) ซึ่งจะสามารถสร้างความประทับใจให้นักท่องเที่ยวยุคใหม่ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพชุมชน ตำบลหัวเสือ อำเภอขุนซึ้ง จังหวัดศรีสะเกษ
2. เพื่อศึกษาแนวทางการต่อยอดอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพชุมชน ตำบลหัวเสือ อำเภอขุนซึ้ง จังหวัดศรีสะเกษ สำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตใหม่

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ดำเนินการวิจัยภายใต้กรอบแนวคิดการวิจัยแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research: PAR) ในขอบเขตพื้นที่ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุนซึ้ง จังหวัดศรีสะเกษ ประกอบด้วย 14 หมู่บ้าน

1. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการเก็บข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมายโดยการคัดเลือกแบบเจาะจง ได้แก่

1.1 ผู้นำชุมชน ได้แก่ กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน หรือผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน ตำบลหัวเสือ อำเภอขุนซึ้ง จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 14 คน เป็นผู้มีความรู้เกี่ยวกับอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุนซึ้ง จังหวัดศรีสะเกษ

1.2 ปราชญ์ชาวบ้าน หรือผู้เชี่ยวชาญด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ อาสาสมัครประจำหมู่บ้านและแพทย์ประจำตำบล จำนวน 6 คน เป็นผู้มึบทบาท หน้าที่ในการจัดการภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุนซึ้ง จังหวัดศรีสะเกษ

1.3 ตัวแทนประเภทภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ แพทย์แผนไทยโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหัวเสือ สำนักงานพัฒนาชุมชน อำเภอขุนซึ้ง สำนักงานท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 9 คน ผู้มีความรู้ มีประสบการณ์ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ และมีบทบาท หน้าที่ในการส่งเสริม สนับสนุนให้เกิดการท่องเที่ยวโดยชุมชน

2. เครื่องมือในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย แนวทางการสัมภาษณ์ (Interview Guide) แนวทางการสนทนากลุ่มย่อย (Group Discussion Guide) และแนวทางการประชุมระดมความคิดเห็น (Brainstorming Guide) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

2.1 แนวทางการสัมภาษณ์ (Interview Guide) แบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้ ส่วนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพของชุมชนตำบลหัวเสือ ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

2.2 แนวทางการสนทนากลุ่มย่อย (Group Discussion Guide) แบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้ ส่วนที่ 1 ข้อมูลผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพของชุมชนตำบลหัวเสือที่สอดคล้องกับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ส่วนที่ 3 ข้อคิดเห็น/ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

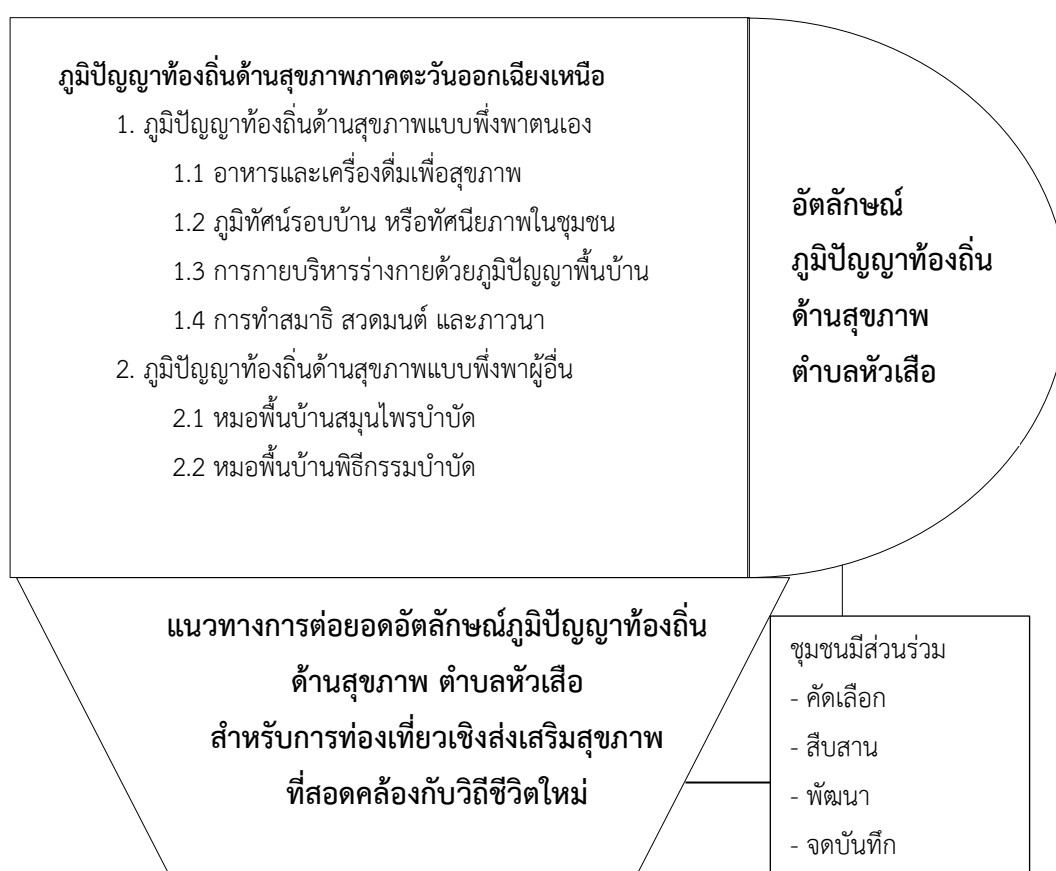
2.3 แนวทางการประชุมระดมความคิดเห็น (Brainstorming Guide) แบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้ ส่วนที่ 1 ข้อมูลผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางในการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ สำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพวิถีชีวิตใหม่ ส่วนที่ 3 ข้อคิดเห็น/ ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยครั้งนี้ มุ่งเน้นการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Content Analysis) เป็นสำคัญ ประกอบด้วย การจัดหมวดหมู่ข้อมูล การหาความน่าเชื่อถือจากการตรวจสอบความมั่นคงของข้อมูลด้วยหลักการตรวจสอบสามเส้า จากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ร่วมกับวิธีการแบบพหุมิติ (Triangulation) รวมถึงการค้นคว้างานเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การเชื่อมโยงแนวความคิด การวิเคราะห์เนื้อหา สรุปผลการวิจัยด้วยการพรรณนาประกอบแผนภาพ และอธิบายความหมายจากการตีความข้อมูลที่ได้จากแนวทางการสัมภาษณ์ แนวทางการสนทนากลุ่มย่อย และแนวทางการประชุมระดมความคิดเห็น

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ กรอบแนวคิดในการวิจัยพัฒนามาจากข้อมูลที่ได้พบทบทวนเอกสาร แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพเพื่อการบริการด้านการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพวิถีใหม่ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมถึงข้อมูลเกี่ยวกับบริบทพื้นที่ศึกษาที่ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่เก็บมา โดยกำหนดกรอบแนวคิดเพื่อสร้างเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังต่อไปนี้



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. อັถลัษณัฎฐมึปัญญาทองถึนดัานสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเลือ อำเภอูซันธุ์ จัังหวดัศรึสะเกษ
พบว่ อັถลัษณัฎฐมึปัญญาทองถึนดัานสุขภาพของชุมชนตำบลหัวเลือ อำเภอูซันธุ์ จัังหวดัศรึสะเกษ จําแนกออกเป็น 4 ประเภท ดังต่อไปนี้

1.1 อาหารและครื่งดัมฟัันบ้านเพื่อสุขภาพ

อาหารฟัันบ้านอีสานของชุมชนตำบลหัวเลือ อำเภอูซันธุ์ จัังหวดัศรึสะเกษ เป็อาหารเพื่อสุขภาพ เนื่งจากมึกรรมวิธีการประกอบอาหารที่ปราศจากไขมัน ที่สำคัญคื เนือสัตว์ที่ชาวบ้านนำมาใช้เป็นวัตถุดิบหลักในการประกอบอาหาร คื เนือปลา ที่หาได้ตามธรรมชาติ มีคุณค่าทางโภชนาการ คื โปรตีน โอเมก้า 3 วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 วิตามินเอ ไนอะซิน แคลเซียม ฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก และโอโอดีน นอกจากนี้ วัตถุดิบทองถึนอื่น ๆ เช่น กบ เขียด อัง มีสรรพคุณทางยา ช่วยบำรุงโลหิต ป้องกันมะเร็ง และป้องกันโรคหัวใจขาดเลือด อีกรั้ ปูนา มีสรรพคุณ แก้กัาใน กั้กัิด กั้เกลือ่น ช่วยควบคุมไขมันในเลือดให้สมดุล กระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต นอกจากวัตถุดิบประเภทเนือสัตว์แล้ว ภูมิปัญญาอาหารฟัันบ้านของชุมชนที่โดดเด่น คื หน่อไม้ มีสรรพคุณ ช่วยดูดซับสารพิษในระบบทางเดินอาหาร ลดการกระจายน้ำ ซึ่งการประกอบอาหารเมนูหน่อไม้ นิยมใส่ย่านาง มีสรรพคุณต่อต้านอนุมูลอิสระ ชะลอการเกิดริ้วรอยและความชรา สร้างภูมิต้านทานโรค ลดความอ้วน ป้องกันโรคมะเร็ง โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง ช่วยบำรุงตับ ไต และช่วยรักษาอาการโรคภูมิแพ้ ดังนั้น อาหารฟัันบ้านอีสานนอกจากจะมีคุณค่าทางโภชนาการแล้ว ยังมีสรรพคุณทางยาช่วยบำบัด รักษาโรคภัยต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี สำหรับเมนูอาหารและครื่งดัมฟัันบ้านเพื่อสุขภาพของชุมชนตำบลหัวเลือ อำเภอูซันธุ์ จัังหวดัศรึสะเกษ แสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ภูมิปัญญาทองถึนประเภทอาหารและครื่งดัมเพื่อสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเลือ อำเภอูซันธุ์ จัังหวดัศรึสะเกษ

ประเภทอาหาร	เมนู
ลาบ	ลาบปลา ลาบหมู ลาบไก่ ลาบเป็ด ลาบเห็ด
กั้อย	กั้อยกั้งฝอย กั้อยหอยเชอรี่
หมก	หมกปลา หมกหน่อไม้
แกง	แกงไก่ แกงปลา แกงปูนา แกงเห็ด แกงมะรุ้ม แกงหน่อไม้ แกงผักหวานใส่ไข่มดแดง
ดั้ม	ดั้มไก่ ดั้มเป็ด ดั้มกบ ดั้มเขียด
อู	อูไก่ อูปลา
อ่อม	อ่อมไก่ อ่อมปลา อ่อมกบ อ่อมเขียด

นึ่ง	นึ่งปลา
ปิ้ง	ปิ้งปลา ปิ้งกบ ปิ้งเขียด ปิ้งอึ่ง
คั่ว	คั่วไก่ คั่วกบ
ซูป	หน่อไม้ ซุปมะเขือ ซุปขนุน
ตำ	ตำมะละกอ ตำแตง ตำถั่วฝักยาว
น้ำพริก	แจ่วปลาร้า เมี่ยงปลา ป่นปลา ป่นกบ ป่นเขียด
น้ำพริก	แจ่วปลาร้า เมี่ยงปลา ป่นปลา ป่นกบ ป่นเขียด
อาหารหวาน	ข้าวต้มมัดใส่กล้วยน้ำว้า
เครื่องดื่ม	น้ำมะพร้าว น้ำตะไคร้ น้ำใบเตย น้ำอัญชัน น้ำกระเจียบ น้ำย่านางใบเตย

1.2 การจัดภูมิทัศน์รอบบ้าน

การจัดภูมิทัศน์รอบบ้าน ชาวบ้านใช้ประโยชน์ทั้งเป็นอาหาร และเป็นยา โดยนำหลักความเชื่อของชาติพันธุ์เขมรมาประกอบในการพิจารณาเลือกต้นไม้มาปลูก เช่น หมาก พลู ที่ชาวบ้านนำไปใช้ในการทำเครื่องไหว้ครู เพื่อให้หมอพื้นบ้านใช้เคี้ยว และทำพิธีเป่ารักษาอาการเจ็บป่วยของคนในชุมชน เพื่อเชิญวิญญาณ ภูตผีปีศาจ ที่ชาวบ้านเชื่อว่าเข้ามาสิงร่างคนในชุมชน จนขวัญ หรือจิตออกจากร่างกาย ทำให้มีอาการเจ็บป่วย หากมีสมุนไพรที่อยู่ใกล้มือในรั้วบ้าน จะช่วยให้หยิบใช้ได้สะดวก และใช้ในการรักษาได้ทันที จึงสรุปได้ว่า การจัดภูมิทัศน์รอบบ้าน นอกจากช่วยสร้างบรรยากาศให้บ้านดูร่มเย็น มีความเป็นธรรมชาติแล้ว ยังใช้ประโยชน์จากพืชผัก สมุนไพรรั้วบ้านมาใช้ในการประกอบอาหารบริโภคในชีวิตประจำวัน ใช้เป็นยารักษาโรคภัยไข้เจ็บ และใช้ประกอบพิธีกรรมด้วย ซึ่งเป็นการส่งเสริมสุขภาพให้คนในครอบครัวมีสุขภาวะที่ดีทั้งร่างกาย และจิตใจ แบบพึ่งพาตนเอง ภูมิปัญญาท้องถิ่นประเภทการจัดภูมิทัศน์รอบบ้านของชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ แสดงดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ภูมิปัญญาท้องถิ่นประเภทการจัดภูมิทัศน์รอบบ้าน ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภوخุขันธุ์ จังหวัดศรีสะเกษ

หมวดหมู่	ชนิดของพืชที่นิยมปลูกรอบบ้าน	วัตถุประสงค์ในการปลูก และสรรพคุณ
การจัดภูมิทัศน์รอบบ้านด้วยพืชที่กินได้	กะเพรา	ใช้ประกอบอาหาร และแก้ท้องอืด จุกเสียดแน่นท้อง
	กระชายเหลือง	ใช้ประกอบอาหาร และรักษาอาการท้องร่วง โรคเรื้อรัง ผื่นคัน บำรุงหัวใจ
	กระถิน	ใช้ยัดค้อน หรือฝักอ่อนจิ้มน้ำพริก และช่วยในการขับลม
	กล้วยน้ำว้า	ใช้ใบในการประกอบพิธีกรรม เป็นภาชนะห่ออาหาร ใช้ลำต้นประกอบอาหาร รับประทานผล ช่วยบำรุงร่างกาย บรรเทาโรคกระเพาะอาหาร
	ข่า	ใช้เป็นเครื่องเทศในการประกอบอาหาร และเป็นสมุนไพรแก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ ขับลมในกระเพาะอาหาร
	ขนุน	ใช้ผลอ่อนประกอบอาหาร ใช้ผลสุกบริโภคเป็นอาหารว่าง
	ชะอม	ใช้ประกอบอาหาร และช่วยในการขับถ่าย ป้องกันโรคท้องผูก
	ตะไคร้	ใช้ประกอบอาหาร และแก้โรคทางเดินปัสสาวะ แก้ท้องอืด จุกเสียด
	ตำลึง	ใช้ประกอบอาหาร และรักษาอาการผื่นคัน
	ต้นหอม	ใช้ประกอบอาหาร และแก้หวัด คัดจมูก ลดไข้
	บวบ	ใช้ประกอบอาหาร และบำรุงธาตุในร่างกาย
	ใบเตย	ใช้ประกอบอาหาร ใช้ดับกลิ่นอับภายในบ้าน และใช้ต้มน้ำดื่มบำรุงหัวใจ
	ใบบัวบก	ใช้ต้มน้ำดื่มแก้ไข้ ลดความเครียด บำรุงสายตา
	พริก	ใช้ประกอบอาหาร และรักษาโรคบิด แก้ อาเจียน แก้ฟกช้ำ

	ฟ้าทะลายโจร	แก้ไขหวัด แก้อาการเจ็บคอ ช่วยลดน้ำมูก ละลายเสมหะ
	มะกรูด	ใช้ประกอบอาหาร และรักษาโรคผิวหนัง ลด อาการคันบนหนังศีรษะ ช่วยบำรุงเส้นผมให้ดก ดำ
	มะรุ้ม	ใช้ประกอบอาหาร และเป็นยาใช้ถอนพิษไข้ เป็นยาบำรุงร่างกาย
	มะพร้าว	ใช้น้ำมะพร้าวจากผลอ่อนดื่มแก้กระหาย ใช้เนื้อ มะพร้าวแก่ประกอบอาหารได้ทั้งอาหารคาว และอาหารหวาน
	มะขาม	พันธุ์เปรี้ยวใช้ทั้งฝักอ่อนและเนื้อจากฝักแก่เพิ่ม ความเปรี้ยวให้กับอาหาร ส่วนพันธุ์หวาน รับประทานฝักสุกเป็นของว่าง ส่วนเมล็ดนำไป คั่วหรือจี่รับประทานเป็นยาถ่ายพยาธิ
	มะม่วง	ใช้ผลอ่อนรับประทานเป็นของว่าง และเป็นยา แก้ท้องผูก ใช้ผลสุกรับประทานเป็นขนมหวาน เช่น ข้าวเหนียวมะม่วง
	มะยม	ไว้บริโภคเป็นอาหาร เป็นยาแก้พิษไข้ แก้พิษคัน และเป็นต้นไม้มงคล แสดงถึงความนิยม ชมชอบ
	มะเขือพวง	ไว้บริโภคเป็นอาหาร และเป็นยาช่วยเจริญ อาหาร บำรุงธาตุ ช่วยให้โลหิตไหลเวียนดี
	ย่านาง	ใช้ประกอบอาหาร และเป็นสมุนไพรพื้นบ้านใช้ ในการถอนพิษไข้ แก้เมาสุรา แก้ท้องผูก บำรุง หัวใจ
	ยอ	ไว้บริโภคเป็นอาหาร เป็นยาบำรุงโลหิต แก้อาการ ท้องอืด ท้องเฟ้อ และเป็นต้นไม้มงคล แสดงถึงความยกย่อง เคารพ
	ชะพลู	ใช้ประกอบอาหาร เป็นยาช่วยเจริญอาหาร และใช้ประกอบพิธีกรรม

	อัญชัน	ประดับรั้วบ้าน เพิ่มสีในขนมหวาน ทำเครื่องดื่ม ช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต
การจัดภูมิทัศน์รอบบ้านด้วย ไม้ดอกไม้ประดับ	คูณ (ราชพฤกษ์)	ให้ร่มเงา ใช้เป็นยาระบาย และแก้ไข้ เป็นต้นไม้ มงคล แสดงถึงความเป็นใหญ่ มีอำนาจวาสนา
	พวงชมพู	ประดับรั้วบ้าน ดอกใช้ลวก หรือชุบแป้งทอดจิ้ม น้ำพริก ใช้เป็นยาช่วยกล่อมประสาท ผ่อนคลาย
	หมาก	เป็นยาใช้เคี้ยวช่วยเจริญอาหาร แก้ไอ ขับ เสมหะ และใช้ประกอบพิธีกรรม

1.3 การบริหารร่างกายด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน

ชาวบ้านชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอชูขันธุ์ จังหวัดศรีสะเกษ มีวิธีบริหารร่างกายตามช่วงอายุวัย โดยอาศัยเวลาว่างในตอนเย็น เช่น วัยเด็ก จะนัดรวมกลุ่มกันเล่นการละเล่นพื้นบ้านในเวลาหลังเลิกเรียน เพื่อความสนุกสนาน และผ่อนคลายจากการเรียน วัยรุ่น มักรวมตัวกันที่สนามกีฬาในชุมชน หรือสนามกีฬาในโรงเรียน เพื่อพบปะเพื่อนฝูง และออกกำลังกายร่วมกันด้วยการเล่นตะกร้อ หรือเตะฟุตบอล ส่วนวัยผู้ใหญ่จนถึงวัยผู้สูงอายุ หากรู้สึกเมื่อยล้า ปวดตามร่างกายจะประยุกต์ทำกายบริหารจากวัสดุพื้นบ้าน เพื่อบำบัด รักษาอาการปวดเมื่อยเฉพาะจุด จึงสรุปได้ว่า การบริหารร่างกายด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน เป็นวิธีการสร้างเสริมให้คนในชุมชนมีสุขภาพกายที่แข็งแรง และช่วยให้มีสุขภาพจิตที่ดี จากการได้พบปะเพื่อนฝูง ได้ทั้งความสนุกสนาน และผ่อนคลายความเครียด ภูมิปัญญาท้องถิ่นประเภทการบริหารร่างกายด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านของชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอชูขันธุ์ จังหวัดศรีสะเกษ แสดงดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ภูมิปัญญาท้องถิ่นประเภทการบริหารร่างกายด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอชูขันธุ์ จังหวัดศรีสะเกษ

ชุดการบริหารร่างกาย	ชื่อกิจกรรม	วัยที่เหมาะสม
การละเล่นพื้นบ้าน	กระต่ายขาเดียว	วัยเด็ก
	ตำรวจจับโจร	
	เปรี๊ยะหวาน	
	ผีบ้าไล่แปะ	
	แม่กาฟักไข่	
กีฬาไทย	เซปักตะกร้อ	วัยรุ่น
	ฟุตบอล	

การกายบริหาร ด้วยวัสดุพื้นบ้าน	กายบริหารด้วยกะลามะพร้าว	วัยผู้ใหญ่
	กายบริหารด้วยยางยืด	

1.4 หมอพื้นบ้าน

ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอบุชนิธิ จังหวัดศรีสะเกษ เป็นชุมชนชาติพันธุ์เขมร ยังมีความเชื่อ เรื่องไสยศาสตร์ ข้องชะล่า (ข้อห้าม) ต่าง ๆ และภูตผีปีศาจ ที่เข้ามาทำร้ายคนในชุมชน จึงยังมีพิธีกรรมพื้นบ้านโดยมีหมอพื้นบ้านเป็นผู้ทำพิธีสะเดาะเคราะห์ และพิธีสู่ขวัญ เพื่อเรียกจิตวิญญาณของผู้ที่มีอาการเจ็บไข้ได้ป่วยให้กลับมามีสุขภาพและชีวิตที่ดีดังเดิม ด้วยความเจริญทางด้านเทคโนโลยีสมัยใหม่ทำให้ปัจจุบันบทบาทของหมอพื้นบ้านลดน้อยลง แต่ยังคงมีการรักษาด้วยพิธีกรรมอยู่บ้าง เพื่อบำบัดทางจิตใจให้กับคนในชุมชนตามความเชื่อของบรรพบุรุษ ภูมิปัญญาท้องถิ่นประเภทหมอพื้นบ้านของชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอบุชนิธิ จังหวัดศรีสะเกษ แสดงดังตารางที่ 4

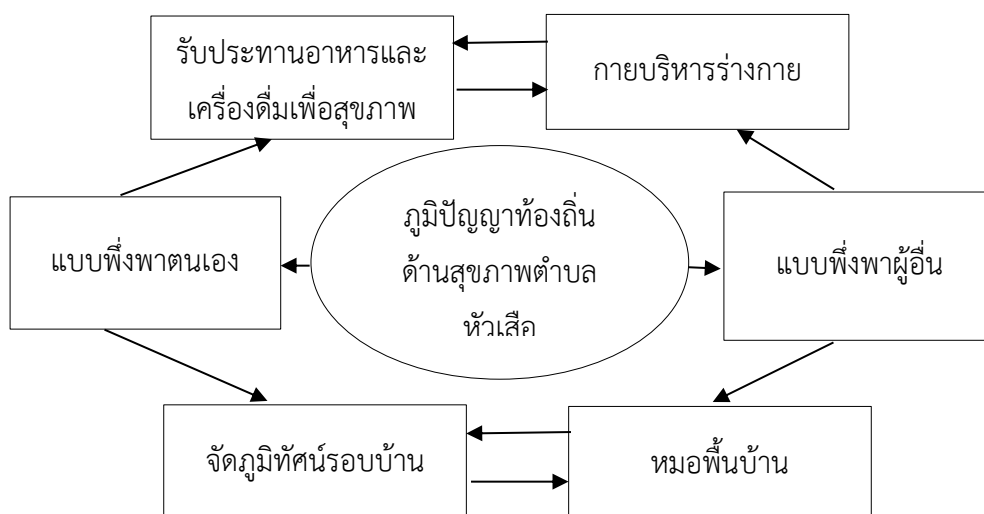
ตารางที่ 4 ภูมิปัญญาท้องถิ่นประเภทหมอพื้นบ้าน ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอบุชนิธิ จังหวัดศรีสะเกษ

กลุ่มหมอพื้นบ้าน	ประเภทความเชี่ยวชาญ	ชื่อ-สกุล	ประสบการณ์หมอพื้นบ้าน	ใบประกอบโรคศิลปะ
หมอพื้นบ้าน พิธีกรรมบำบัด	หมอกระดูก	นายชื่น จันทสุข	49	ไม่มี
	หมอพิธีกรรม	นางทด สว่างภาพ	39 ปี	ไม่มี
	หมอไสยศาสตร์	นายวารินทร์ พงษ์วิเศษ	49 ปี	ไม่มี
	หมอรักษากระดูก	นายบรรเลง สารพันธ์	28 ปี	ไม่มี
หมอพื้นบ้าน สมุนไพรบำบัด	หมอยาสมุนไพร	นายสด สว่างภาพ	44 ปี	ไม่มี
		นายคำ คำผิงษ์	33 ปี	ไม่มี
		นายนิ่ว พงษ์วิเศษ	33 ปี	ไม่มี
		นายลี พงษ์เพชร	44 ปี	ไม่มี
	หมอจับเส้นเอ็น	นางสมัย สายแก้ว	49 ปี	ไม่มี
	หมอนวด	นางพอง ศรีสมบัติ	54 ปี	ไม่มี
		นายพูลทรัพย์ พลสมิ	39 ปี	มี
		นางพชรพร สว่างภาพ	17 ปี	มี
		นางสาวธนพร สถานพงษ์	9 ปี	มี
หมอพื้นบ้านแบบ ผสมผสาน	หมอพิธีกรรมและสมุนไพร	นายถวิล สถานพงษ์	39 ปี	มี
		นายชิน วิเชียร	39 ปี	ไม่มี

		นายชัย สายแก้ว	34 ปี	ไม่มี
		นายเรียม คำผิง	34 ปี	ไม่มี
		นายบุญศรี ชัยพงษ์	44 ปี	ไม่มี
	หมอแก้งกุดและไฟไหม้	นางอิม มะโน	51 ปี	ไม่มี
	หมोजอดกระดุกและสมุนไพร	นายเชื้อ ดวงธนู	32 ปี	มี
		นายปั่น สว่างภพ	44 ปี	ไม่มี
		นายศักดิ์ จันทร์สุข	49 ปี	ไม่มี

หมายเหตุ: รายชื่อหมอฟันบ้าน นักวิจัยได้ขออนุญาตในการนำเสนอชื่อในงานวิจัยเรียบร้อยแล้ว

จากข้อมูลในตารางจะเห็นได้ว่า ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ มีอัตลักษณ์ด้านหมอฟันบ้านที่โดดเด่น เนื่องจากมีจำนวนหมอฟันบ้านที่มาก และหลากหลายความเชี่ยวชาญ แต่ละคนล้วนมีความเชี่ยวชาญในการรักษามากกว่า 10 ปี จึงสรุปได้ว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพของชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านการรักษา และการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมด้วยวัฒนธรรมชาติพันธุ์เขมร มีการบูรณาการวิถีดูแลสุขภาพจากการดูแลสุขภาพแบบพึ่งพาตนเองก่อน ด้วยการรับประทานอาหารและเครื่องดื่ມเพื่อสุขภาพ การจัดภูมิทัศน์รอบบ้าน และการกายบริหารด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน เมื่ออาการเจ็บป่วยไม่ดีขึ้น จึงหันไปพึ่งพาผู้อื่น ด้วยการพึ่งพาหมอฟันบ้าน และพึ่งแพทย์แผนปัจจุบันตามลำดับ ซึ่งผู้วิจัยได้สรุปผลการศึกษาอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ ดังแผนภาพที่ 2



แผนภาพที่ 2 อัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ

2. แนวทางการต่อยอดอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอ อุชเชนทร์ จังหวัดศรีสะเกษ สำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตใหม่

จากผลการดำเนินวิจัยแบบมีส่วนร่วมกับชุมชน 4 ขั้นตอน คือ การคัดเลือก 2) การสืบสาน 3) การพัฒนา และ 4) การจัดบันทึก พบว่า กิจกรรมส่งเสริม บำรุงรักษาสุขภาพกายและสุขภาพจิต ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภออุชเชนทร์ จังหวัดศรีสะเกษ แบ่งออกเป็น 6 ประเภท ดังนี้

ประเภทที่ 1 การรับประทานอาหารและเครื่องดื่มพื้นบ้าน คือ อาหารเข้าพื้นบ้านร่วมสมัย ได้แก่ ขนมปัง ไข่เบเนดิกต์ เสิร์ฟพร้อมกับผักพื้นบ้าน ขนมครก และกาแฟดำใบเตย ประเภทอาหารคาว ได้แก่ แกงมะรุ้ม ประเภทขนมหวาน ได้แก่ ขนมชั้น ขนมสอดไส้ ประเภทเครื่องดื่มสมุนไพร ได้แก่ น้ำกระชาย น้ำใบบัวบก

ประเภทที่ 2 การจัดภูมิทัศน์รอบบ้านด้วยพืชผักสวนครัว และสมุนไพรต่าง ๆ

ประเภทที่ 3 การบริหารร่างกายด้วยวัสดุพื้นบ้าน ได้แก่ กายบริหารด้วยกะลามะพร้าว และกายบริหารด้วยยางยืด

ประเภทที่ 4 การนวดเพื่อสุขภาพ

ประเภทที่ 5 การบำบัดร่างกายด้วยสมุนไพร ได้แก่ การแช่เท้าสมุนไพร

ประเภทที่ 6 การบำบัดจิตใจด้วยพิธีกรรมพื้นบ้าน

ซึ่งกิจกรรมทั้งหมดนี้ จะนำไปเป็นแนวทางในการต่อยอดอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภออุชเชนทร์ จังหวัดศรีสะเกษ สำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตใหม่ ดังนี้

2.1 การจัดภูมิทัศน์ในชุมชน ให้เป็นทั้งแหล่งเรียนรู้ทางธรรมชาติและสถานที่พักผ่อน เพื่อบำบัดสุขภาพจิต บนมาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัย (Amazing Thailand Safety and Health Administration: SHA) โดยเริ่มจาก 1) การรณรงค์ให้ทุกครัวเรือนหันมาจัดภูมิทัศน์รอบบ้านด้วยพืชผักสวนครัว และสมุนไพรต่าง ๆ 2) เลือกวัดหัวเสือ เป็นแหล่งเรียนรู้การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ และเป็นสถานที่รับรองนักท่องเที่ยว โดยภายในเปิดให้มีสินค้าท่องเที่ยวและบริการกิจกรรมท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ เช่น มีสวนสมุนไพร มีการให้บริการอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ มีจุดจำหน่ายของฝากเพื่อสุขภาพ มีการให้บริการนวดเพื่อสุขภาพ มีอุปกรณ์ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เป็นต้น

2.2 การประยุกต์ใช้วัฒนธรรม วิธีการดำรงชีวิตของกลุ่มชาติพันธุ์เขมรตำบลหัวเสือ มาสร้างเป็นกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ บนมาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัย (Amazing Thailand Safety and Health Administration: SHA) ดังนี้

2.2.1 กิจกรรมการบำบัดจิตใจด้วยพิธีกรรมพื้นบ้าน

2.2.2 กิจกรรมการบำบัดร่างกายด้วยการแช่เท้าสมุนไพร

2.2.3 กิจกรรมการนวดเพื่อสุขภาพ

2.2.4 กิจกรรมการบริหารร่างกายด้วยวัสดุพื้นบ้านจากกะลามะพร้าว และยางยืด

2.3 การประยุกต์ใช้ทรัพยากรธรรมชาติในท้องถิ่นที่มีสรรพคุณทางยา และบริโภคเป็นอาหาร นำมาสร้างเป็นสินค้าการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพและบริการในท้องถิ่น โดยมีความเชื่อมโยงกับภูมิปัญญาท้องถิ่น ด้านสุขภาพของชาติพันธุ์เขมรดำบลหัวเสือ ดังนี้

2.3.1 อาหารเพื่อสุขภาพ ได้แก่ การประยุกต์อาหารพื้นบ้านกับรูปแบบการบริการสากลเพื่อรองรับนักท่องเที่ยว ได้แก่ ชุดอาหารเช้าพื้นบ้านร่วมสมัย ประกอบด้วย ขนมปัง ไข่เบเนดิกต์ เสิร์ฟพร้อมกับผักพื้นบ้าน ขนมครก และกาแฟดำใบเตย เมนูอาหารคาว ได้แก่ แกงมะรุ้ม เมนูขนมหวาน ได้แก่ ขนมชั้น ขนมสอดไส้ เป็นต้น

2.3.2 เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ ได้แก่ น้ำกระชาย น้ำใบบัวบก เป็นต้น

2.3.3 ของฝากเพื่อสุขภาพ ประเภทอาหารและเครื่องดื่มแปรรูปเพื่อสุขภาพ

2.3.4 ของฝากเพื่อสุขภาพ ประเภทสมุนไพรแปรรูปเพื่อสุขภาพ

2.4 การจัดตั้งศูนย์เรียนรู้การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ เพื่อรองรับนักท่องเที่ยวยุคใหม่ บนมาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัย (Amazing Thailand Safety and Health Administration: SHA) โดยเปิดให้มีสินค้าท่องเที่ยวและบริการกิจกรรมท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ ดังเวลาเปิดทำการต่อไปนี้

เวลาเปิดทำการศูนย์เรียนรู้การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอซำสูง จังหวัดศรีสะเกษ	
บนมาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัย (Amazing Thailand Safety and Health Administration: SHA)	
07.00 น. – 10.00 น.	เปิดให้ชมสวนสมุนไพรพื้นบ้าน ให้บริการชุดอาหารเช้าพื้นบ้านร่วมสมัย (ขนมปัง ไข่เบเนดิกต์ เสิร์ฟพร้อมกับผักพื้นบ้าน ขนมครก และกาแฟดำใบเตย)
10.00 น. – 18.00 น.	ให้บริการอาหารพื้นบ้าน เมนูอาหารคาว หวาน และเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ ให้บริการกิจกรรมบำบัดร่างกายด้วยการแช่เท้าสมุนไพร ให้บริการกิจกรรมนวดเพื่อสุขภาพ ให้บริการกิจกรรมบริหารร่างกายด้วยวัสดุพื้นบ้านจากกะลามะพร้าว และยางยืด จำหน่ายของฝากเพื่อสุขภาพ สร้างความทรงจำและความประทับใจแก่นักท่องเที่ยวด้วยกิจกรรมการบำบัดจิตใจด้วยพิธีกรรมจากหมอพื้นบ้าน

แผนภาพที่ 3 เวลาเปิดทำการศูนย์เรียนรู้การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ

อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้โดยผู้วิจัยจะอภิปรายผลการวิจัยใน 2 ประเด็น ดังนี้

1. การจำแนกประเภทของภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพของชุมชนตำบลหัวเสือ จำแนกตามวัฒนธรรมการสร้างเสริมสุขภาพ และการบำบัดรักษาโรคตามคติความเชื่อของคนในชุมชน ที่สืบทอดมาจากบรรพบุรุษ ซึ่งชุมชนตำบลหัวเสือ ได้จำแนกภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพออกเป็น 4 ประเภท คือ 1) อาหารและเครื่องดื่มพื้นบ้านเพื่อสุขภาพ 2) การจัดภูมิทัศน์รอบบ้าน 3) การบริหารร่างกายด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน และ 4) หมอพื้นบ้าน ในขณะที่งานวิจัยของ ทิพย์วารี สงนอก และนนทยา จันทน์นทร์ (2563 : 129-143) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง ภูมิปัญญาท้องถิ่นจากวิถีชีวิตของชาวบ้าน ตำบลหมื่นไวย อำเภอเมืองนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งชาวบ้านตำบลหมื่นไวยส่งสมภูมิปัญญาท้องถิ่นจากวิถีชีวิต และสืบทอดปรับใช้มาจนถึงปัจจุบัน โดยจำแนกภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ 1) ภูมิปัญญาด้านการรักษาโรค คือ การรักษากระดูก เส้นเอ็น กล้ามเนื้อ ด้วยน้ำมันงา 2) ภูมิปัญญาด้านอาหาร 3) ภูมิปัญญาศิลปหัตถกรรม การทำบายศรี เช่นเดียวกันกับงานวิจัยของ ศุภางค์ นันตา (2563 : 31-40) ที่ได้ศึกษาเรื่อง การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนากับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ในตำบลแม่สุ่น อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งชุมชนตำบลแม่สุ่น อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ มีการสืบทอดภูมิปัญญาด้านสุขภาพ 4 ด้าน ได้แก่ การแช่มือแช่เท้าในน้ำสมุนไพร สมุนไพรเพื่อการรักษา การละเล่นพื้นบ้าน และการออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ จะเห็นว่า การจำแนกประเภทของภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพของชุมชนตำบลหัวเสือไม่สอดคล้องกับวิธีการจำแนกประเภทภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพของชุมชนใดเลย ทั้งนี้ เนื่องจากชุมชนตำบลหัวเสือ เป็นชุมชนที่มีเรื่องราวทางประวัติศาสตร์ อารยธรรม ศิลปวัฒนธรรมชาติพันธุ์เขมร มีวิถีชีวิตที่มีความสัมพันธ์กับธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และมีภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพที่เป็นอัตลักษณ์

2. แนวทางการต่อยอดอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภอสุโขทัย จังหวัดศรีสะเกษ สำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตใหม่ เกิดขึ้นจากการดำเนินงานวิจัยโดยชุมชนมีส่วนร่วม จึงเกิดเป็นแนวทางในการต่อยอดอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ชุมชนตำบลหัวเสือ สำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตใหม่ 4 วิธี คือ 1) การจัดภูมิทัศน์ในชุมชน ให้เป็นทั้งแหล่งเรียนรู้ทางธรรมชาติ และสถานที่พักผ่อน 2) การประยุกต์ใช้วัฒนธรรม วิถีการดำรงชีวิตของชุมชน มาสร้างเป็นกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ 3) การประยุกต์ใช้ทรัพยากรธรรมชาติในท้องถิ่นที่มีสรรพคุณทางยา และบริโภคเป็นอาหาร นำมาสร้างเป็นสินค้าการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพและบริการในชุมชน และ 4) การจัดตั้งศูนย์เรียนรู้การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับแนวทางการต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ สำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพในงานวิจัยของ กันตนา ภัทรโพธิวงศ์ และคณะ (2564 : 145-155) ที่ทำการศึกษารื่อง การส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงรักษาสุขภาพด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่น ของชุมชนยายชา อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ผลการวิจัยพบว่า แหล่งท่องเที่ยวใน

ชุมชนยายขามิทุ่งนาเป็นศูนย์การเรียนรู้ มีแหล่งเรียนรู้วิถีเกษตรแบบพึ่งพาตนเองเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงเกษตรที่เชื่อมโยงภูมิปัญญา เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพ โดยการนำเอาสมุนไพรไทยมาทำเครื่องดื่ม ส่งเสริมภูมิปัญญาการนวดแผนไทย การประยุกต์ใช้ทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ร่วมกับภูมิปัญญาที่ถ่ายทอดจากบรรพบุรุษในการรักษาสุขภาพและป้องกันโรค ซึ่งการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงรักษาสุขภาพด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนยายขามิ มีการจัดการท่องเที่ยวเชิงเกษตรควบคู่เชิงรักษาสุขภาพ มีการเปิดเส้นทางปั่นจักรยานท่องเที่ยวแบบวิถีอินทรีย์เพื่อสุขภาพ นำภูมิปัญญาท้องถิ่น อัตลักษณ์วิถีชีวิต และแหล่งท่องเที่ยวในชุมชนมาดึงดูดนักท่องเที่ยวเข้าสู่ชุมชน เพื่อให้เกิดการใช้จ่าย เป็นการสร้าง และกระจายรายได้ในชุมชน ใช้จุดเด่นในด้านแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ และวัฒนธรรมไทยสอดคล้องกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือการทำเกษตรอินทรีย์นำมาใช้ในการให้บริการด้านการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ อาหาร ขนม เครื่องดื่มออร์แกนิก

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเรื่อง การต่อยอดอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ เพื่อการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพวิถีใหม่ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภออุ้มผาง จังหวัดน่าน ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภออุ้มผาง จังหวัดน่าน ควรใช้แนวทางการต่อยอดอัตลักษณ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ไปดำเนินการภายใต้การบริหารงานของกลุ่มวิสาหกิจชุมชน เพื่อเกิดการสร้างงาน สร้างอาชีพ สร้างรายได้ให้แก่คนในชุมชนอย่างยั่งยืน ในขณะเดียวกันควรเข้าร่วมโครงการต่าง ๆ ของหน่วยงานภาครัฐ เพื่อขับเคลื่อนกิจการ และกิจกรรมของกลุ่มวิสาหกิจชุมชน

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาค้างต่อไป

2.1 เนื่องจากการวิจัยนี้ ศึกษาเฉพาะชุมชนตำบลหัวเสือ ในอนาคตควรศึกษาตำบลอื่น ๆ ในเขตอำเภออุ้มผาง จังหวัดน่าน เพื่อให้ได้บริบทภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพที่สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

2.2 ควรนำผลการวิจัยที่ได้จากการศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นประเภทอาหารและเครื่องดื่ม ไปทำการศึกษาการต่อยอดภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้านจากวิถีชีวิตของกลุ่มชาติพันธุ์เขมร ชุมชนตำบลหัวเสือ อำเภออุ้มผาง จังหวัดน่าน ด้วยนวัตกรรม BCG Tourism

เอกสารอ้างอิง

- กันตนา ภัทรโพธิวงศ์ และคณะ. (2564). การส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงรักษาสุขภาพด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนยายชา อำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม. *วารสาร มจรพุทธปัญญาปริทรรศน์*. 6 (2), 145-155.
- ทิพย์วารี สงนอก และนนทียา จันทรเนตร์. (2563). ภูมิปัญญาท้องถิ่นจากวิถีชีวิตของชาวบ้าน ตำบลหมื่นไวย อำเภอมืองนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา. *วารสารชุมชนวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา*. 14 (3), 129-143.
- นุชนาฏ หมื่นจันทร์ และคณะ. (2561). การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพด้วยความเป็นเลิศทางภูมิปัญญาของประเทศไทย. *วารสารเทคโนโลยีภาคใต้*. 11 (2), 1-14.
- รุจิณาด อรรถสิทธิ์ และคณะ. (2564). สถานการณ์การแพทย์พื้นบ้าน แผนไทยทางเลือก. *ออนไลน์*. สืบค้นเมื่อวันที่ 22 พฤษภาคม 2564. แหล่งที่มา : <https://www.hiso.or.th/hiso>.
- ศุภางค์ นันตา. (2563). การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนากับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในตำบลแม่สุ่น อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่. *วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*. 40 (3), 31-40.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). (2563). *New Norm* ท่องเที่ยววิถีใหม่ สร้างมาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัย. *ออนไลน์*. สืบค้นเมื่อวันที่ 5 มิถุนายน 2564. แหล่งที่มา : <https://www.thaihealth.or.th>.