

บทที่ 2

ทฤษฎีและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาเรื่อง การดูแลสุขภาพตนเอง ด้วยวิธีการแพทย์พื้นบ้าน สามารถแบ่งได้ดังนี้

แนวคิดเรื่องสุขภาพและความเจ็บป่วยในสังคมไทย

แนวคิดวัฒนธรรมสุขภาพแบบชาวบ้าน

ทฤษฎีการแพทย์พื้นบ้านแบบเวชกรรมชาติพันธุ์

ทฤษฎีการดูแลสุขภาพตนเองของโอเรม

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเรื่องสุขภาพและความเจ็บป่วยในสังคมไทย

ปัญหาความเจ็บป่วยนับเป็นประสบการณ์ของมนุษย์ทุกชนชาติ ดังนั้นมนุษย์ในทุกวัฒนธรรม จึงได้พยายามแสวงหาทางออกต่อปัญหาสุขภาพและความเจ็บป่วยอย่างต่อเนื่องตลอดมาโดยโกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ ได้เสนอแนะไว้ใน แนวคิดเรื่องสุขภาพและความเจ็บป่วยในสังคมไทย (2535) ว่าความรู้ความสามารถที่มนุษย์สังเคราะห์ขึ้น จากประสบการณ์ได้สั่งสมเป็นแนวคิดและระบบทฤษฎี ที่มนุษย์ใช้อธิบายปรากฏการณ์ความเจ็บป่วย และใช้เป็นแนวทางในการแก้ปัญหาภูมิปัญญาและองค์ความรู้ที่มนุษย์สังเคราะห์ขึ้นในแต่ละวัฒนธรรม ได้ถูกสะสมและสืบทอดเป็นแบบแผน ขนบธรรมเนียมประเพณีปฏิบัติที่ผิดแผกแตกต่างกันไป อันเป็นผลมาจากความคิด ความเชื่อและความเข้าใจที่มนุษย์มีต่อสรรพสิ่งและปรากฏการณ์ต่างๆ ตามความรับรู้ของตน มนุษย์ในแต่ละวัฒนธรรมซึ่งมีโลกทัศน์ที่แตกต่างกัน มีระบบวิถีคิด ความเชื่อที่ใช้ทำความเข้าใจและอธิบายปรากฏการณ์ความเจ็บป่วยที่แตกต่างกันออกไป แนวคิดไทยเรื่องสุขภาพและความเจ็บป่วย เกิดจากโลกทัศน์ที่มีฐานรากจากวัฒนธรรมที่ผสมผสานระหว่างผี พราหมณ์ พุทธ

เกี่ยวกับแนวคิดในสังคมเรื่องสุขภาพและความเจ็บป่วยนั้น มีแนวคิดที่มีความแตกต่างกันสองระดับคือแนวคิดในระดับปัญญาชนและแนวคิดในระดับประชาชน

แนวคิดในระดับปัญญาชน แนวคิดเรื่องสุขภาพและความเจ็บป่วย ในระดับปัญญาชนมีลักษณะเป็นระบบสูง มีแบบแผนทางความคิดที่ชัดเจนและอธิบายปรากฏการณ์ต่างๆ ด้วยการให้เหตุผลที่เชื่อมโยงถึงหลักการที่แจ่มชัด โดยหลักการที่ใช้อ้างอิงนั้นจะเป็นหลักการที่สามารถใช้ได้กับปรากฏการณ์ต่าง ๆ ได้ในขอบเขตกว้างขวาง แนวคิดเรื่องสุขภาพและความเจ็บป่วยในระดับปัญญาชนได้แก่ แนวคิดเรื่องระบบทฤษฎีธาตุและทฤษฎีทางโหราศาสตร์ แต่ระบบทั้งสองก็ปรากฏอยู่ในแนวคิดในระดับประชาชน แต่มีลักษณะที่เป็นระบบน้อยกว่า

แนวคิดในระดับประชาชน เป็นแนวคิดที่ไม่สลับซับซ้อนและเป็นระบบน้อย มักอธิบายปรากฏการณ์ต่าง ๆ อย่างตรงไปตรงมา ด้วยหลักการหรือเหตุผลอย่างง่าย ๆ ไม่ต้องอาศัยการอธิบายเป็นระบบทฤษฎี

แนวคิดในทั้งสองระดับดังกล่าวมิได้แยกขาดเป็นอิสระจากกัน แต่จะมีการแลกเปลี่ยนถ่ายทอดระหว่างกันตลอดมา

ในทางมานุษยวิทยาทางการแพทย์ (medical anthropology) ระบบการแพทย์จะประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 ประการ (Foster, 1978) คือ ระบบทฤษฎีโรคและระบบการดูแลรักษาสุขภาพ

ระบบทฤษฎีโรค (disease theory system) หมายถึงแนวคิดหรือทฤษฎีทางการแพทย์ที่อธิบายถึงสาเหตุของการเกิดโรค ลักษณะการดำเนินไปของโรค พยากรณ์โรคตลอดจนวิธีการดูแลรักษาโรครักษาใช้เจ็บต่าง ๆ ตัวระบบทฤษฎีโรคนี้ ในระดับปัญญาชน อาจมีลักษณะสลับซับซ้อนและเป็นระบบมาก ในขณะที่ประชาชนโดยทั่วไป อาจอธิบายความเป็นไปของโรครักษาใช้เจ็บต่าง ๆ อย่างง่าย ๆ ระบบทฤษฎีโรคนี้เองเป็นความรู้ ความเข้าใจที่ใช้สำหรับการแก้ปัญหาต่าง ๆ เป็นแนวคิดที่สำคัญในการกำหนดทำที่พฤติกรรมต่าง ๆ ที่มนุษย์ตอบสนองต่อความเจ็บป่วย ตลอดจนเป็นตัวกำหนดรูปแบบและระบบการดูแลรักษาสุขภาพ

ระบบการดูแลรักษาสุขภาพ (health care system) หมายถึงระบบที่สังคมจัดขึ้นเพื่อให้การดูแลรักษาหรือแก้ไขปัญหาสุขภาพ ซึ่งอาจมีรูปแบบแตกต่างกันไป โดยจะประกอบด้วยผู้ให้การดูแลรักษา ผู้รับการดูแลรักษา สถานที่ที่ใช้สำหรับกิจกรรมการดูแลรักษาสุขภาพ รูปแบบของการดูแลรักษาสุขภาพตลอดจนยา อุปกรณ์หรือเครื่องมือต่าง ๆ รวมไปถึงระบบความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้การดูแลรักษาและผู้รับ

โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ (2535) เสนอแนวคิดเรื่องสุขภาพและความเจ็บป่วยในสังคมไทย โดยแบ่งแนวคิดออกเป็น 4 แนวคิดดังนี้

1. แนวคิดเรื่องธาตุ สุขภาพและความเจ็บป่วย แนวคิดไทยในเรื่องธาตุนี้ถือว่าสุขภาพดีเป็นผลลัพธ์จากดุลยภาพแห่งธาตุทั้ง 4 ความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับระบบร่างกาย ต้องมีสาเหตุจากการสูญเสียสมดุลของธาตุ การเยียวยาจึงมุ่งไปที่การปรับให้เกิดภาวะสมดุลของธาตุ

ธาตุทั้ง 4 ตามแนวคิดไทยมีดังนี้

ธาตุดิน หมายถึง องค์ประกอบในส่วนที่เป็นเค้าโครงร่าง มีคุณลักษณะ ค่อนไปทางแข็ง คงตัว อยู่นิ่ง สุขุม (ไม่ร้อนไม่เย็น) เป็นองค์ประกอบที่ทำให้องค์ประกอบรูปร่างอยู่ได้ในร่างกายมนุษย์หมายถึง อวัยวะต่าง ๆ ที่ประกอบกันขึ้นมาเป็นรูปร่างกายมนุษย์

ธาตุน้ำ หมายถึง องค์ประกอบที่มีลักษณะเหลว มีคุณสมบัติที่ซึมซาบแทรกตัวไปได้ดี ทำให้อ่อนตัว เป็นตัวกลางทำให้สิ่งต่าง ๆ ไหลเวียน

ธาตุลม หมายถึง องค์ประกอบที่มีลักษณะเป็นพลังขับเคลื่อนในระบบ ก่อให้เกิดการเคลื่อนไหวหมุนเวียนของสิ่งต่าง ๆ

ธาตุไฟ หมายถึง พลังที่ให้ ความอบอุ่น ความร้อน มีคุณลักษณะที่เผาไหม้ และย่อยสลาย

ตามแนวคิดเรื่องธาตุนี้ ถือว่ามูลเหตุของโรคหรือสาเหตุที่ทำให้ธาตุต่าง ๆ เกิดการวิปริตแปรปรวน จนเกิดโรคภัยไข้เจ็บขึ้นนั้นมีมูลเหตุ 12 ประการดังนี้

อาหาร กินมากไปหรือน้อยเกินไป กินอาหารบูดเสีย กินอาหารที่ไม่เคยกิน

อิริยาบถ อิริยาบถทั้ง 4 คือ ยืน เดิน นั่ง นอน ไม่ได้สมดุลกัน

อากาศร้อน

อากาศเย็น

อดนอน

อดข้าว

อดน้ำ

การกัณฑ์อุจจาระ

การกัณฑ์ปัสสาวะ

ทำงานเกินกำลัง

ความเศร้าโศกเสียใจ

โทษะมาก

การรักษาความเจ็บป่วยตามแนวคิดเรื่องธาตุนั้นมุ่งที่การปรับให้เกิดภาวะสมดุลขึ้น แนวคิดเรื่องธาตุจะจำแนกสรรพสิ่งซึ่งเป็นสมุนไพรรวมเป็นหมวดหมู่ ซึ่งมีคุณสมบัติเฉพาะเพื่อกระทำต่อการแปรปรวนของธาตุใดธาตุหนึ่ง สมุนไพรรวมเป็นรสต่าง ๆ 9 รส ซึ่งมีสรรพคุณต่างกันดังนี้

รสฝาด มีฤทธิ์สมาน
 รสหวาน ชุ่มซาบไปตามเนื้อ ให้กำลังงาน
 รสเมาเบื่อ แก้พิษ
 รสขม แก้ทางโลหิต
 รสเผ็ดร้อน แก้ลมจับลม
 รสมัน แก้เส้นเอ็น แก้เคล็ดขัดยอก
 รสหอมเย็น ทำให้ชื่นใจ บำรุงกำลัง
 รสเค็ม ชุ่มซาบตามเนื้อ รักษาเนื้อ
 รสเปรี้ยว กัดเสมหะ

จากการศึกษาของ Marjorie A. Muecke ซึ่งแปลโดย ลภาพรรณ พันธพิพัฒน์ (2523) เรื่องโรคลมของชาวเหนือกับการแพทย์แผนปัจจุบัน ระบุว่าในทฤษฎีเรื่องธาตุของไทยโบราณกล่าวว่า ธาตุที่เป็นสาเหตุประกอบของอาการต่างๆ ก็คือธาตุลม เชื่อกันว่าคนเป็นโรคลม เพราะมีลมในร่างกายมากเกินไปหรือน้อยเกินไปหรือลมเกิดอัดแน่นติดขัด ชาวเหนือรับรู้ว่ามีนุขย์ประกอบด้วยธาตุหลักทั้ง 4 คือ

ดิน ซึ่งแข็ง เช่นผม เล็บ กระดูก
 น้ำ ธาตุซึ่งเป็นเนื้อเดียวกัน เช่นเลือด น้ำดี
 ไฟ ธาตุซึ่งให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย และช่วยการย่อยอาหาร
 ลม ธาตุซึ่งให้พลังและก่อให้เกิดความเคลื่อนไหว เช่นการหายใจ
 ยังมีธาตุอีก 2 ชนิด ที่ควบคุมและมีผลต่อการทำงานของธาตุทั้ง 4 นั่นคือ
 วิญญาณธาตุ หรือธาตุจิต ซึ่งมีอำนาจควบคุมสูงสุดมีหน้าที่รวบรวมธาตุทั้ง 4 และ
 กระตุ้นธาตุทั้ง 4

อากาศธาตุ ซึ่งล้อมรอบและอยู่ในร่างกายด้วย ซึ่งถึงความสำคัญพื้นฐานในความสำคัญ
 ของสิ่งแวดล้อมที่มีต่อสุขภาพและความเจ็บไข้

นอกจากนี้ยังมีโรคมามากมายที่เกี่ยวกับระบบธาตุนั้นคือโรคลม และที่ต้องปฏิบัติตาม
 ข้อปฏิบัติอย่างเคร่งครัดของหญิงหลังคลอดมิเช่นนั้นจะเป็นโรคลมผัดเดือนได้ ผู้หญิงจะเป็นโรคนี้

ในระยะเดือนแรกหลังจากการให้กำเนิดบุตรเท่านั้น (ยกเว้นในกรณีที่แท้งหรือทารกตายคลอด) สาเหตุก็มาจากการที่หญิงนั้นฝ่าฝืนประเพณีหลังคลอดของชาวเหนือเช่นสูดกลิ่นที่ไม่ดี รับประทานอาหารแสลงและอาบน้ำเย็นในช่วงเดือนแห่งพิธีกรรมหลังคลอด ซึ่งถ้าหากกระทำในช่วงเวลาอื่นก็จะไม่ทำให้เป็นลมผัดเดือน ที่เป็นเช่นนี้เฉพาะในเดือนแรกหลังคลอดก็เพราะเชื่อว่าการที่หญิงนั้นเสียดโลหิตไปขณะคลอดนั้น ทำให้สมดุลธาตุในร่างกายเสียไปและสิ่งรบกวนเช่นความเย็น กลิ่นสาปหรือรสที่จัด จะยิ่งทำให้เสียสมดุลมากขึ้น เชื่อกันว่าประเพณีหลังคลอดช่วยให้ธาตุของร่างกายกลับได้สมดุลดั้งเดิม โดยป้องกันไม่ให้หญิงนั้นสัมผัสสิ่งรบกวน อาการของลมผัดเดือนอาจรวมถึงอาการทุกอย่างของโรคลมแต่หนักไปในรูปอาการทางจิต โดยมีอาการซึ่งคล้ายกับอาการของภาวะจิตหลังคลอดตามความเห็นของการแพทย์สมัยใหม่อาการที่แสดงออกมาอาจรุนแรงหรือเรื้อรัง

2. แนวคิดเรื่องไสยศาสตร์กับความเจ็บป่วย (โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์, 2535) คำว่าไสยศาสตร์ตามพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 ให้ความหมายว่า ตำราทางไสย วิชาทางไสย โดยให้ความหมายของคำว่า "ไสย" ว่าลัทธิอันเนื่องมาจากเวทมนตร์คาถาซึ่งได้มาจากพรหมณ์ พระยาอนูมานราชชน ได้ให้ความหมายคำว่า "ไสยศาสตร์" ว่าหมายถึง ความเชื่อด้วยความรู้สึกเกรงขาม ในสิ่งที่เข้าใจว่าอยู่เหนือธรรมชาติ หรือสิ่งลึกลับอันไม่สามารถจะทราบได้ด้วยเหตุผลตามหลักวิทยาศาสตร์ และสิ่งนั้นอาจให้ดีหรือให้ร้ายแก่ผู้ที่เชื่อก็ได้

แนวคิดเรื่องผีหรืออำนาจนอกเหนือธรรมชาติในวัฒนธรรมไทย อาจจำแนกออกได้เป็น 3 ลักษณะใหญ่ ๆ คือ

2.1 แนวคิดที่ถือว่า ผีเป็นอำนาจศักดิ์สิทธิ์ที่ทำหน้าที่พิทักษ์รักษาหรือปกป้องคุ้มครองสิ่งต่างๆ อยู่ในธรรมชาติ ผีเหล่านี้จัดเป็นผีดีซึ่งมักมีที่อยู่อาศัยประจำอันเป็นถิ่นที่ท่านทำหน้าที่ ปกป้องรักษาอยู่และมักมีชื่อเรียกตามลักษณะท้องถิ่นที่ท่านสิงสถิตอยู่เช่น เจ้าที่ เจ้าป่า รุกขเทวดา แม่โพสพ แม่ย่านาง ผีฟ้า ผีป่า ผีดง ผีตาแฮก ผีเหล่านี้มีลักษณะถึงเทพทำหน้าที่คุ้มครองดูแลเฉพาะในท้องถิ่นที่ท่านอาศัยอยู่ในบรรดาผีทั้งหลายเหล่านี้ มีผีฟ้า หรือพญาแถนซึ่งถือว่าเป็นใหญ่กว่าผีอื่นใดทั้งหมด

2.2 แนวคิดที่ถือว่า ผีเป็นวิญญาณของผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว แต่ยังคงมีอำนาจในการควบคุมดูแลสิ่งต่างๆ และให้คุณให้โทษแก่มนุษย์ได้ ผีเหล่านี้ได้แก่ ผีบรรพบุรุษต่างๆ มีชื่อเรียกแตกต่างกันไปตามท้องถิ่นเช่น ผีปู่ตาในภาคอีสาน ผีปู่ย่าในภาคเหนือ ผีปู่ตาตายในภาคกลาง ผีตายายในภาคใต้ ผีเหล่านี้มีหน้าที่ดูแลทุกข์สุขของชุมชน นอกจากผีบรรพบุรุษเหล่านี้ยังมี

ผีวิรบุรุษที่เป็นที่เคารพกราบไหว้ของคนเช่น เจ้าพ่อพญาแล ปู่ด้วงยาดี รวมทั้งวิญญาณแห่งบูรพกษัตริย์องค์ต่างๆ ของไทย และพระราชา หรือกษัตริย์ที่มีอยู่ในตำนานพื้นเมืองต่างๆ ผีเหล่านี้มักทำหน้าที่ควบคุมกำกับสมาชิกในสังคมหรือครอบครัวปฏิบัติตนให้เหมาะสมถูกต้องต่อจารีตธรรมเนียมและข้อห้ามต่างๆ

2.3 แนวคิดว่าผีเป็นวิญญาณร้ายที่คอยให้โทษภัยแก่มนุษย์ ส่วนใหญ่มักเป็นผีไม่มีหลักแหล่งที่แน่นอน บางชนิดเป็นผีร้ายที่มีอยู่ในธรรมชาติเช่น ผีโป่ง ผีกองกอย บางชนิดเกิดจากผู้ที่เรียนวิชาด้านคุณไสยแล้วไม่สามารถรักษาวิชานั้น ๆ ไว้ได้หรือกระทำผิดต่อข้อห้ามที่กำหนดไว้ในวิชาที่ร่ำเรียนมาทำให้ต้องเป็นผีร้ายเช่น ผีปอบ ผีห่าก้อม บางชนิดเป็นวิญญาณร้ายที่ตายผิดธรรมชาติ ผีเหล่านี้เป็นผีที่ให้โทษแก่มนุษย์โดยทำให้เกิดความเจ็บป่วยได้หลายวิธี เช่น หลอกหลอนให้ตกใจกลัวจนจับไข้หวัดโกร่น หรือสิ่งสูในตัวเองแล้วทำให้เกิดความเจ็บป่วยหรือเป็นบ้า ผีบางชนิดก่อกวนอวัยวะภายในของผู้เคราะห์ร้ายทำให้ค่อยๆ ตาย พฤติกรรมของผีเหล่านี้จะเป็นไปอย่างไม่มีเหตุผลแตกต่างไปจากผี 2 ประเภทแรก ที่มักให้โทษผู้คนอย่างมีกฎเกณฑ์

แนวคิดเรื่องผีนี้ทำให้มนุษย์ดำเนินชีวิตให้สอดคล้องไปตามกฎเกณฑ์ที่ศักดิ์สิทธิ์หรือจารีตครรลอง ความเจ็บป่วยหรือภัยพิบัติที่เกิดขึ้น เป็นผลจากการที่มนุษย์ล่วงละเมิดต่อธรรมชาติหรือจารีตประเพณี อันมีผลให้อำนาจศักดิ์สิทธิ์ที่ปกปักรักษาทำการลงโทษแก่มนุษย์ การเยียวยาหรือแก้ไขภาวะนั้นๆ มนุษย์จะต้องขอขมาหรือเช่นไหว้เอาใจผี เพื่อให้อำนาจศักดิ์สิทธิ์นั้นยอมยกโทษสำหรับผีประเภทที่สาม จะต้องแก้ไขโดยการปราบหรือกำจัดด้วยวิธีที่รุนแรง โดยมนุษย์จะอาศัยอำนาจของเทพและคาถาอาคมอันศักดิ์สิทธิ์ เพื่อปราบปรามหรือขับไล่ผีที่มารังควาน แนวคิดประการหลังนี้เป็นทฤษฎีที่ได้รับการรับรองจากศาสนาพราหมณ์

3. แนวคิดเรื่องโหราศาสตร์ เเคราะห์กรรม กับความเจ็บป่วย (โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์, 2535) วิธีการเปลี่ยนแปลงของมนุษย์ถือได้ว่าสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับวิถีโคจรของดวงดาวในจักรราศี แนวคิดทางโหราศาสตร์จึงถือได้ว่าความเจ็บป่วยเป็นเคราะห์ที่เกิดขึ้น เมื่อวิธีการดำเนินไปของชีวิตได้บรรลุถึงจุดที่ชะตากรรมกำหนดไว้ ความเจ็บป่วยหรือเคราะห์กรรมนี้จึงอาจทำนายทายทักล่วงหน้าได้ด้วยการพยากรณ์ตามวิธีแห่งโหราศาสตร์ แนวคิดทางโหราศาสตร์ได้กำหนดพิธีกรรมสะเดาะเคราะห์ไว้ เพื่อปรับเปลี่ยนเคราะห์กรรมหรือผ่อนหนักให้เป็นเบาได้

ปรากฏการณ์ที่ถือว่าเป็นกลางหรืออนิมนัตนั้น โดยส่วนใหญ่จะเป็นสิ่งที่ไม่ใคร่เกิดขึ้นตามปกติเท่าใด แต่เป็นสิ่งแปลก ๆ ที่อธิบายหาสาเหตุไม่ได้เช่นสัตว์ต่างๆ เช่น โคน กา สุนัข หรือไก่ ร้องหรือเห่าหอนในยามวิกาล ฟ้าผ่าเรือนหรือมีอุกบาตตก ต้นไม้ล้มทับบ้าน ชาวบ้านไทยถือว่าเป็น

กลางหรือนิมิตรที่ผู้ประสบเหตุการณ์จะต้องไปคูดํารารเพื่อให้ทราบถึงเคราะห์กรรมและดำเนินการ สะเดาะเคราะห์เสียแต่เนิ่น ๆ เพื่อป้องกันมิให้เกิดเหตุร้ายหรือเจ็บป่วยขึ้น

แนวคิดเรื่องสุขภาพและความเจ็บป่วยทั้งในส่วนที่เป็นแนวคิดเรื่องธาตุ แนวคิดเรื่อง โหราศาสตร์ หรือแม้แต่แนวคิดทางไสยศาสตร์นั้นจะมีการผสมผสานกลมกลืนกันอยู่ในกระบวนการ บำบัดรักษาผู้ป่วย อย่างที่ไม่ได้แยกขาดเป็นอิสระจากกัน

ชาย โพรสิตา (2533 : 162 - 171) ได้กล่าวถึงไสยศาสตร์กับการรักษาพยาบาลว่า การรักษาโรคโดยวิธีทางไสยศาสตร์เป็นวิธีที่เก่าแก่ที่สุด ในสมัยปัจจุบันการรักษาพยาบาลโดยวิธี ทางไสยศาสตร์ไม่เพียงแต่ปฏิบัติในสังคมเผ่าชนที่ล้าหลังและชนบทที่อยู่ห่างไกลความเจริญเท่านั้น แต่ยังพบว่าแม้ในสังคมเมืองที่การแพทย์สมัยใหม่เจริญแล้วก็ยังมีประชาชนไม่น้อยที่พึ่งไสยศาสตร์ ในการรักษาพยาบาล ความเชื่อเป็นองค์ประกอบสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้มีการรักษาพยาบาล โดยวิธีทางไสยศาสตร์ ความเชื่อมีอยู่ในประสิทธิภาพของไสยศาสตร์ หากคนไม่เชื่อว่าไสยศาสตร์ เป็นเครื่องมือที่ใช่แล้วได้ผลในการรักษาความเจ็บป่วยแล้ว ก็คงไม่มีการนำไสยศาสตร์ไปใช้แน่

ความเชื่อที่สำคัญอีกประการคือความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วย ความ เชื่อนี้เป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยกำหนดว่า สำหรับความเจ็บป่วยที่มีสาเหตุแต่ละอย่างต่าง ๆ กันนั้นจะมีวิธีการรักษาอย่างไร การศึกษาทางมนุษยวิทยาเกี่ยวกับความเจ็บป่วยและการรักษาพยาบาลใน สังคมที่ล้าหลังพบว่าคนในสังคมเช่นนั้นเชื่อว่าความเจ็บป่วยมีสาเหตุสำคัญ 3 ประการคือสาเหตุ ทางธรรมชาติ สาเหตุอันผิดธรรมชาติและสาเหตุจากสิ่งที่มีอำนาจเหนือธรรมชาติ

สาเหตุทางธรรมชาติ ความเจ็บป่วยเช่นนี้โดยมากมักเป็นความเจ็บป่วยธรรมดาทั่วๆ ไป ไม่มีความซับซ้อนมากนัก เช่นปวดท้อง ก็เชื่อว่าเป็นเพราะรับประทานของเสียหรือของแสลง หรือ แม้แต่โรคทางกรรมพันธุ์บางอย่างก็จัดอยู่ในจำพวกที่มีสาเหตุทางธรรมชาติด้วย การรักษาพยาบาล โรคประเภทนี้โดยมากมักใช้สมุนไพร หรือวิธีอื่นๆ ที่ไม่ใช่เกี่ยวกับไสยศาสตร์

สาเหตุอันผิดธรรมชาติ ความเจ็บป่วยชนิดนี้ มักมีลักษณะซับซ้อนที่จะอธิบายด้วยเหตุ ผลทางธรรมชาติได้เช่น อยู่ดีๆ ก็เกิดมีอาการเจ็บขึ้นมาในท้อง คล้ายรู้สึกเหมือนกับมีอะไรบางอย่าง ติดอยู่ในนั้น เมื่อหาสาเหตุอื่นไม่พบ คนอาจเชื่อว่าตนถูกของหรือถูกคุณไสย คือเชื่อว่าฝ่ายศัตรู อาจใช้วิชาเวทมนต์เสกเอาของเข้าท้อง วิธีแก้ความเจ็บป่วยโดยมากใช้ไสยศาสตร์

สาเหตุจากสิ่งที่มีอำนาจเหนือธรรมชาติ ได้แก่ภูติผี เจ้าวิญญาณชั่วร้าย ดวงวิญญาณ บรรพบุรุษหรือเจ้าประจำวงศ์ตระกูล เหตุที่สิ่งที่มีอำนาจเหนือธรรมชาติเหล่านี้ทำให้เจ็บป่วย เชื่อ กันว่าเพราะคนทำผิดหรือละเมิดข้อห้าม การรักษาความเจ็บป่วยในกรณีเช่นนี้โดยมากมักเกี่ยวกับ

พิธี ขอมมา หรือเอาอกเอาใจต่อญาติพี่น้อง เช่น การเซ่นไหว้ และการสวดอ้อนวอน แต่ถ้าผีเข้าสิง การรักษาก็ต้องขับไล่ผี หรือวิญญานนั้นออกให้ได้โดยหมอผี หรือผู้เชี่ยวชาญในทางนี้

ความเจ็บป่วยที่รักษาโดยทางไสยศาสตร์ การที่คนใช้หรือไม่ใช้ไสยศาสตร์ในการรักษาความเจ็บป่วยนั้น นอกจากจะขึ้นอยู่กับความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของความเจ็บป่วยนั้นๆ แล้ว ยังขึ้นอยู่กับว่าในสังคมที่เขาอยู่นั้น มีวิธีการรักษาพยาบาลอย่างอื่นที่คิดว่าให้เลือกหรือไม่ โรคที่คนรักษาโดยไสยศาสตร์นั้นมีทั้งโรคทางจิตและโรคทางกาย การใช้ไสยศาสตร์ รักษาโรคทางจิตเป็นที่รู้จักกันดีมาแต่โบราณกาล แม้ในปัจจุบันก็ยังมีปฏิบัติกันอยู่ทั่วไปตามภูมิภาคต่างๆ ของประเทศเรา โรคทางกายที่จะใช้วิธีการรักษาทางไสยศาสตร์ขึ้นอยู่กับผู้ป่วยแต่ละรายจะศรัทธาในไสยศาสตร์มาน้อยแค่ไหน นอกจากนี้ผู้ป่วยบางรายอาจใช้วิธีการรักษาหลายอย่างสำหรับโรคอย่างเดียว หรืออาจเริ่มด้วยวิธีการทางไสยศาสตร์ก่อน เมื่อเห็นว่าไม่ได้ผลอาจไปปรึกษากับหมอยาสมุนไพร และถ้าหมอยาสมุนไพรรักษาไม่ได้ผลก็อาจไปปรึกษาหมอแผนปัจจุบัน กระบวนการรักษาอาจเริ่มด้วยวิธีอย่างใดอย่างหนึ่งก่อนก็ได้ ไม่มีขีดจำกัด และความเจ็บป่วยที่มีโอกาสที่จะคนจะใช้วิธีการรักษาทางไสยศาสตร์สูงกว่าชนิดอื่นคือ ความเจ็บป่วยที่เกี่ยวกับกระดูก, ความเจ็บป่วยที่หาสาเหตุชัดเจนไม่ได้, ความเจ็บป่วยเล็กน้อยบางชนิด (ชาย โพธิสิตา, 2533)

ความเจ็บป่วยที่เกี่ยวกับกระดูก เหตุที่มีผู้นิยมไปหาหมอไสยศาสตร์เพื่อรักษากระดูกแตกหรือหักนั้น นอกจากเพราะชื่อเสียงของหมอแล้วอาจเป็นเพราะว่าความเจ็บป่วยเนื่องจากกระดูกหักนั้นเสี่ยงต่อการที่จะสูญเสียอวัยวะสำคัญของร่างกาย เช่น แขน ขา เมื่อเป็นเช่นนี้จึงพยายามทุกวิถีทางที่จะรักษาอวัยวะนั้นๆ ไว้ ถ้าหมอแผนปัจจุบันเห็นว่าควรตัด เขาย่อมต้องเลือกไปหาหมอชนิดอื่นที่เขาหวังว่าจะไม่ต้องตัดอวัยวะส่วนนั้นๆ ทิ้งไป เช่นหมอไสยศาสตร์

ความเจ็บป่วยที่หาสาเหตุชัดเจนไม่ได้ เช่นอาการบวมตามส่วนต่างๆ ของร่างกายโดยไม่ทราบสาเหตุ ทำให้ไปหาหมอไสยศาสตร์เพื่อขอให้ฟันหรือเป่าให้หายตามที่เขาเชื่อ

ความเจ็บป่วยเล็กน้อยบางชนิดที่ทราบสาเหตุที่ชัดเจนแต่เนื่องจากขาดยา ขาดหมอกันอาจพึ่งไสยศาสตร์เช่นถูกมีดบาดก็ห้ามเลือดโดยวิธีทางไสยศาสตร์คือเสกคาถาให้เลือดหยุดเป็นแผลเปื่อยบางชนิดก็ไปหาหมอไสยศาสตร์ แม้แต่โรคตาแดง

แนวคิดวัฒนธรรมสุขภาพแบบชาวบ้าน

ลือชัย ศรีเงินยวง (2534) ได้เสนอแนะแนวคิดวัฒนธรรมสุขภาพแบบชาวบ้านไว้ว่า การทำความเข้าใจเรื่องระบบการแพทย์ว่าด้วยการดูแลรักษาสุขภาพแบบชาวบ้านนั้น Arthur Klienman จิตแพทย์และนักมานุษยวิทยา ชาวอเมริกันเสนอแนวคิดว่าด้วยระบบการดูแลรักษาสุขภาพว่าการป่วย การตอบสนองต่ออาการป่วย การที่บุคคลเคยเผชิญและจัดการกับการป่วย ตลอดจนสถานบันทางสังคมอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการป่วยนั้นๆ ของทุกๆ วัฒนธรรม ล้วนเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์เป็นระบบ ความเป็นระบบของการดูแลรักษาสุขภาพจำเป็นจะต้องมองผ่านแบบแผนรวมของความคิด ความเชื่อและพฤติกรรมของคนในกลุ่มสังคมและวัฒนธรรมหนึ่งๆ โดยระบบการดูแลรักษาสุขภาพมิใช่สิ่งที่ดำรงอยู่จริงภายนอก หากแต่เป็นสิ่งที่ดำรงอยู่ในระบบคิดของคนในสังคม ซึ่งแสดงออกด้วยพฤติกรรมที่เป็นแบบแผนร่วม ระบบการดูแลรักษาสุขภาพมีลักษณะเป็นทั้งผลและเงื่อนไข ของการที่คนในกลุ่ม สังคม วัฒนธรรมหนึ่งๆ จะมีการตอบสนองต่อปัญหาความจริงที่ว่าด้วยความเจ็บไข้ได้ป่วยหรือความจริงที่ว่าด้วยระบบการดูแลรักษาสุขภาพ จึงเป็นสิ่งที่ถูกรับรู้ ดีความ ผ่านกลไกการทำงานของบรรทัดฐาน ความสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งแตกต่างกันตามกลุ่มสังคม ครอบครัวและในระดับบุคคล Klienman กล่าวว่าปัจจัยทางสังคมต่าง ๆ เช่น การศึกษา ความเชื่อทางศาสนา การมีวัฒนธรรมย่อย อาชีพและการต่างกลุ่มสังคม ล้วนมีอิทธิพลต่อการรับรู้และพฤติกรรมการจัดการกับปัญหาความเจ็บป่วย ซึ่งอาจแตกต่างกันได้แม้ภายในท้องถิ่นเดียวกันและแม้ภายใต้ระบบการดูแลสุขภาพระบบเดียวกันการดำรงอยู่ของระบบการดูแลสุขภาพของสังคมคือท้องถิ่นหนึ่งๆ อาจมีหลายลักษณะในสังคม ที่มีเงื่อนไขทางสังคม วัฒนธรรม เช่น ความเชื่อ โลกทัศน์และโครงสร้างสังคมที่เป็นเอกภาพ ระบบการดูแลรักษาที่สะท้อนผ่านระบบวิถีคิดและการกระทำของบุคคลในสังคม อาจมีความคล้ายคลึงสูง เช่น หมู่บ้านเล็กๆ อยู่ในชุมชนห่างไกล ขณะที่สังคมขนาดใหญ่มีความทันสมัยและมีพหุลักษณะกันสูง เช่น สังคมเมือง โลกแห่งความเป็นจริงของบุคคลและกลุ่มบุคคลในสังคมแบบนี้จะแตกต่างกันได้มากมายนั้นหมายถึงความจริงว่าด้วยความเจ็บไข้ได้ป่วยของแต่ละบุคคล แต่ละสังคมจะแตกต่างกันได้มาก ระบบการดูแลรักษาสุขภาพจึงเต็มไปด้วยความหลากหลายแตกต่างโดยอาจอยู่ร่วมกันอย่างผสมกลมกลืนหรือขัดแย้งกัน

องค์ประกอบภายในระบบการดูแลรักษาสุขภาพ ระบบการดูแลรักษาสุขภาพในสังคมหนึ่งๆ นั้นประกอบไปด้วย 3 ส่วน คือ ส่วนของชาวบ้าน ส่วนของวิชาชีพ และส่วนของการแพทย์พื้นบ้าน โดยทั้ง 3 ส่วนนี้แยกจากกันแต่ก็สัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ที่ประกอบขึ้นเป็นระบบการดูแลสุขภาพของสังคมระดับท้องถิ่นแต่ละแห่ง โดยแต่ละส่วนจะประกอบไปด้วยวิธีการในการ

อธิบายและแก้ไขความเจ็บป่วยที่มีลักษณะเฉพาะของตนเอง ตั้งแต่การกำหนดว่าใครคือหมอ
ใครคือคนไข้ จนถึงแจกแจงขั้นตอนหรือกระบวนการเชี่ยวชาญรักษา

กล่าวโดยสรุประบบการดูแลสุขภาพแบบพื้นบ้าน เป็นสิ่งที่ดำรงอยู่ภายใต้
เงื่อนไขทางสังคมวัฒนธรรม ที่เป็นเอกภาพมีคุณค่าในตัวเอง และเป็นฐานรากในการกำหนด
ความจริงที่ว่าด้วยความเจ็บไข้ได้ป่วย อย่างไรก็ตามความจริงที่ว่าด้วยความเจ็บไข้ได้ป่วยแบบ
ชาวบ้านก็ถูกกระทบและถูกนำไปผสมผสานเข้าไปในระบบคิดของชาวบ้าน ด้วยส่วนประกอบอีก
2 ส่วน คือส่วนของวิชาชีพ และส่วนของการแพทย์แบบพื้นบ้าน โดยแต่ละส่วนจะมีบทบาทและ
ระบบความสัมพันธ์ในกระบวนการการรักษาที่แยกจากกัน ขณะเดียวกันแต่ละส่วนก็สัมพันธ์เช่น
กันและกัน

ทฤษฎีการแพทย์พื้นบ้านแบบเวชกรรมชาติพันธุ์ (ethnomedicine)

ภาวะ โรคภัยไข้เจ็บ ไม่เพียงแต่คุกคามความอยู่ดีมีสุขของผู้ป่วย และญาติมิตร แต่ยัง
ทำลายความมั่นคงของชุมชนอีกด้วยดังนั้นความพยายามในการรักษาสุขภาพของตนเองและผู้ป่วย
จึงมีความสำคัญเป็นอันดับแรกของการอยู่ร่วมกันเป็นชุมชน ทุกชุมชนได้พยายามเอาชนะ
ความเจ็บป่วยด้วยการพัฒนาระบบแพทย์เป็นแบบแผนของสถาบันทางสังคมและประเพณี
วัฒนธรรมที่วิวัฒนาการมาจากพฤติกรรมที่มีเจตนาส่งเสริมสุขภาพ เกี่ยวกับระบบแพทย์ของชุมชน
ที่เป็นแบบแผนของสถาบันสังคมวัฒนธรรมนี้ George M Foster ได้เสนอทฤษฎีการแพทย์พื้นบ้าน
แบบเวชกรรมชาติพันธุ์ (2540) ไว้ว่าการแพทย์พื้นบ้านแบบเวชกรรมชาติพันธุ์ หมายถึง ความเชื่อ
และวิถีปฏิบัติที่สัมพันธ์กับโรคภัยไข้เจ็บ อันเป็นผลมาจากการพัฒนาวัฒนธรรมดั้งเดิมโดยมิได้มี
เค้าโครงความคิดมาจากระบบการแพทย์สมัยใหม่

เวชกรรมชาติพันธุ์ สามารถจำแนกหลักการใหญ่ๆ ได้ 3 กลุ่มคือ สาเหตุการเกิดของ
ความเจ็บป่วย ธรรมชาติหรือบทบาทของผู้บำบัดรักษาและรูปแบบของการบำบัด

สาเหตุการเกิดของความเจ็บป่วย ในทฤษฎีแบบเวชกรรมชาติพันธุ์ได้เสนอสาเหตุ
การเกิดโรคหรือความเจ็บป่วยต่าง ๆ ว่าเกิดจากสิ่งเหล่านี้

1. พระผู้เป็นเจ้าของ โกรธ ไม่พอใจ จึงลงโทษผู้ประพฤติกผิด เช่นผู้ละเมิดข้อห้ามเป็นต้น
2. วิญญาณบรรพบุรุษ และภูติผีปีศาจ ที่รู้สึกว่าคุณถูกลืมเร็วเกินไป จึงลงโทษ ให้เกิด
อาการเจ็บป่วยขึ้น
3. พ่อมด แม่มด หมอผี รับจ้างมากระทำให้เกิดอาการเจ็บป่วย หรือทำเองด้วยเหตุผล
ส่วนตัวที่ต้องการทำร้ายให้เกิดความเจ็บป่วย

4. การสูญเสียวิญญาณ อาจเกิดจากความตกใจจนขวัญหนีดีฝ่อ ทำให้วิญญาณออกจากร่างหรือเกิดการกระทำของฟอมค หรือวิญญาณศักดิ์สิทธิ์
5. ผีเข้าหรือถูกของเข้าสู่ร่างกาย
6. การสูญเสียสมดุลพื้นฐานของร่างกาย มักเป็นเพราะร่างกายกระทบความร้อนหรือเย็นจัด

ธรรมชาติหรือบทบาทของผู้บำบัดรักษา

สังคมพื้นบ้านมีผู้รักษาอาการเจ็บป่วยมากมายแบบแต่ละคนมีความรู้ความชำนาญเฉพาะด้าน หรือหลายด้านรูปแบบ ผู้ที่ให้การบำบัดรักษาที่พบมากที่สุดคือหมอผี (shaman) และหมอพระ ซึ่งได้รับความช่วยเหลือจากสิ่งที่อยู่เหนือธรรมชาตินอกจากนั้นก็ยังมีหมอเวทมนต์ หมอสมุนไพร หมอกระดูก หมอตำแย ผู้รักษาเหล่านี้จะเกี่ยวข้องเฉพาะกับการรักษาโรคร้ายไข้เจ็บด้วยสาเหตุจากสิ่งเหนือธรรมชาติ หมอผีจะมีข้อแตกต่างกันออกไปตรงที่ได้รับอำนาจจากสิ่งที่อยู่เหนือธรรมชาติ โดยทั่วไปหมอผีมักถูกวิญญาณผู้ที่ให้การช่วยเหลือหรือคุ้มครองแล้วเข้าสิงทำให้ป่วยหนัก จากนั้นจะค่อย ๆ หายจากโรค พลังอำนาจจากวิญญาณที่ส่งผ่านทางความเจ็บป่วยมายังหมอผี อาจเพิ่มพูนขึ้นได้ด้วยการรำเรียนจากหมอผีอาวุโสในทางกลับกันหมอเวทมนต์มักได้รับอำนาจจากเวทมนต์คาถาที่ต้องฝึกฝนเป็นเวลายาวนานและจ่ายค่าครูซื้อเวทมนต์มายาและคาถาต่างๆ จากผู้เป็นอาจารย์ แต่ไม่ว่าจะได้อำนาจมาจากแหล่งใด บทบาทหมอผี หมอพระหรือหมอเวทมนต์ก็คือชี้สาเหตุของโรคว่าเกิดจากพระผู้เป็นเจ้า ภูติผีปีศาจ หรือสิ่งอื่นใด จากนั้นก็จะกำหนดวิธีปรัมหรือปราบเหตุแห่งโรคนั้นโดยมีความเชื่อว่าการรักษาจะไม่ค่อยได้ผล จนกว่าจะพบต้นเหตุของโรค

รูปแบบของการบำบัด

การบำบัดรักษาที่พบในสังคมส่วนใหญ่ จะมีความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุการเกิดของโรค อันเป็นเหตุผล ไปสู่การบำบัดรักษาโรคนั้น เช่นเชื่อว่าถูกของ (object intrusion) หมอผีชาวอินเดียนจะเข้าทรงเพื่อดูว่าเป็นการกระทำของวิญญาณใดและพยายามปราบวิญญาณนั้น ความเจ็บป่วยที่มีสาเหตุจากความไม่สมดุลระบบธาตุในร่างกายจะถูกบำบัดรักษาด้วยวิธีการที่ไม่ใช้เวทมนต์หรือพิธีกรรมทางศาสนา เช่นความเย็นที่เกิดกับร่างกายมากเกินไป จะถูกกำจัดออกไปด้วยการอาบน้ำอุ่น และเมื่อร่างกายร้อนเกินไปก็รักษาด้วยสมุนไพรที่มีฤทธิ์เย็น

ทฤษฎีการดูแลสุขภาพตนเองของโอเรม

ในด้านการดูแลสุขภาพตนเองนั้นต้องมีความสอดคล้องกับแนวคิดของบริการสุขภาพ ในปัจจุบันที่มุ่งให้ประชาชนได้พึ่งพาตนเอง ในทฤษฎีการดูแลสุขภาพตนเองของโอเรม (สมจิต หนูเจริญกุล, 2533: 127-153) การดูแลสุขภาพตนเองเป็นเป็นเรื่องของธรรมชาติและเป็นพฤติกรรมที่เรียนรู้ภายใต้ขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม ของชนแต่ละกลุ่ม แนวคิดของโอเรม การดูแลตนเองเป็นพฤติกรรมที่จงใจและมีเป้าหมายประกอบด้วย 2 ระยะ คือ

1. เป็นระยะของการพิจารณาและตัดสินใจ ซึ่งนำไปสู่การกระทำ บุคคลสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ จะต้องมีความรู้เกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อม และจะต้องเห็นด้วยว่าสิ่งที่กระทำนั้นๆ เหมาะสม จึงต้องมีความรู้ก่อนว่าสิ่งที่ต้องกระทำนั้นจะมีประสิทธิภาพ และให้ผลตามที่ต้องการ ดังนั้นการดูแลตนเองจึงต้องมีความรู้เกี่ยวกับเหตุการณ์และสภาวะการณ์ ทั้งภายในและภายนอก ความรู้ที่จะช่วยในการสังเกต การให้ความหมายของสิ่งที่สังเกตพบมองเห็นความสัมพันธ์ของความหมายของเหตุการณ์กับสิ่งที่ต้องกระทำ จึงจะสามารถพิจารณาตัดสินใจกระทำ

2. เป็นการกระทำ และผลของการกระทำ การกระทำต้องมีเป้าหมาย การตั้งเป้าหมายมีความสำคัญอย่างยิ่งในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อดูแลตนเอง เพราะเป็นตัวกำหนดการเลือกกิจกรรม ที่กระทำและเป็นเกณฑ์ที่จะใช้ในการติดตามผลของการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในการดูแลสุขภาพตนเอง บุคคลจะตั้งคำถามว่า ตนเองจะดำเนินอย่างไรเพื่อจะได้กระทำกิจกรรมการดูแลตนเองตามที่ได้เลือก จะกระทำอะไรบ้าง ต้องการแหล่งประโยชน์อะไรบ้าง ตนเองมีแหล่งประโยชน์เหล่านั้นหรือไม่ จะกระทำได้ถูกต้องและมีประสิทธิภาพหรือไม่ และจะต้องกระทำนานเท่าใด การที่ต้องกระทำการดูแลตนเองนั้นจะขัดขวางต่อกิจกรรมอื่นๆ ในชีวิตหรือไม่ จะทราบได้อย่างไรว่ากระทำได้ถูกต้อง และถ้าต้องการความช่วยเหลือมีใครช่วยได้บ้าง

แนวคิดการดูแลสุขภาพตนเองของโอเรม อยู่บนพื้นฐานความเชื่อเกี่ยวกับคนว่าเป็นผู้ที่มีความสามารถในการเรียนรู้ สามารถตัดสินใจและพัฒนาความสามารถที่จะกระทำ กิจกรรมต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย

ความบกพร่องในการดูแลตนเองเกิดขึ้น เมื่อความสามารถในการดูแลตนเองไม่เพียงพอที่จะสนองต่อความต้องการการดูแลตนเองทั้งหมดในขณะนั้นหรือทำนายได้ว่าไม่เพียงพอในอนาคต ถ้าเป็นโรคเรื้อรังไม่หายขาดอาจมีความบกพร่องในการดูแลตนเองได้ ดังนั้นจึงต้องรับรู้ทั้งความต้องการดูแลตัวเองทั้งหมด และความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วย

ความต้องการดูแลตนเองทั้งหมด โอรเมกล่าวว่าเป็นกิจกรรมที่ต้องอาศัยความรู้ที่มีหลักเกณฑ์สอดคล้องกับองค์ประกอบของบุคคลทั้งสภาพแวดล้อม ขนบธรรมเนียมและวัฒนธรรม ซึ่งเมื่อกระทำไปแล้วจะมีส่วนช่วยในการรักษาไว้ซึ่งชีวิต ส่งเสริมสุขภาพและสวัสดิภาพของบุคคล ความต้องการดูแลตนเองทั้งหมดหมายถึงกิจกรรมการดูแลตนเองทั้งหมดที่ต้องกระทำในระยะเวลาหนึ่งๆ เพื่อที่จะสนองตอบต่อความต้องการการดูแลตนเองที่จำเป็น ซึ่งโอรเม แบ่งการดูแลตนเองที่จำเป็นออกเป็น 3 อย่างคือ การดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป การดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการและการดูแลตนเองที่จำเป็นในภาวะเจ็บป่วยหรือมีความพิการเกิดขึ้น

การดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป เป็นการดูแลตนเองที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมและรักษาไว้ซึ่งสุขภาพ และสวัสดิภาพของบุคคล การดูแลตนเองเหล่านี้จำเป็นสำหรับบุคคลทุกคน ทุกวัย แต่จะต้องปรับให้เหมาะสมกับระยะพัฒนาการ กิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไปมีดังนี้

- คงไว้ซึ่งสิ่งดังต่อไปนี้ มีอากาศ น้ำ และอาหารเพียงพอ
- การขับถ่ายและการระบายให้เป็นไปตามปกติ
- ความสมดุลระหว่างการมีกิจกรรมและการพักผ่อน
- ความสมดุลระหว่างการอยู่คนเดียวกับการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น
- ป้องกันอันตรายต่างๆต่อชีวิต หน้าที่ และสวัสดิภาพ
- ส่งเสริมการทำหน้าที่และพัฒนาการให้ถึงขีดสูงสุดภายใต้ระบบสังคมและ

ความสามารถของตนเอง

การดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการ เป็นการดูแลที่เกิดขึ้นจากกระบวนการพัฒนาการของชีวิตมนุษย์ในระยะต่างๆ เช่น การตั้งครรภ์ การคลอดบุตร การเจริญเติบโตเข้าสู่วัยต่างๆ ของชีวิต และเหตุการณ์ที่มีผลต่อการพัฒนาการเช่น การสูญเสียคู่ชีวิตหรือบิดามารดา หรืออาจเป็นการดูแลตนเองโดยทั่วไปที่ปรับให้สอดคล้องเพื่อการส่งเสริมพัฒนาการ การดูแลตนเองที่จำเป็นสำหรับกระบวนการพัฒนาการแบ่งออกเป็น 2 อย่างคือ

1. พัฒนาและคงไว้ซึ่งภาวะความเป็นอยู่ที่ช่วยสนับสนุนกระบวนการของชีวิต
2. พัฒนาการที่ช่วยให้บุคคลเจริญเข้าสู่วุฒิภาวะในระหว่างที่ อยู่ในครรภ์มารดาและการคลอด ในวัยแรกเกิด วัยทารกวัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยชรา และดูแลตนเองเพื่อป้องกันการเกิดผลเสียต่อการพัฒนาการ โดยจัดการเพื่อบรรเทาเบาบางอารมณ์เครียด

การดูแลตนเองที่จำเป็นในภาวะเจ็บป่วยหรือมีความพิการเกิดขึ้น การดูแลตนเองที่จำเป็นในภาวะนี้ได้แก่

- รู้จักแสวงหาความช่วยเหลือตามความเหมาะสมจากบุคคลที่เชื่อถือได้

- รับรู้ สนใจและดูแลผลของพยาธิสภาพซึ่งรวมถึงผลที่กระทบต่อพัฒนาการเรียนรู้ที่มีผลต่อพยาธิสภาพ หรือภาวะที่อยู่รวมทั้งผลของการวินิจฉัย

-การรักษาในรูปแบบแผนการดำเนินชีวิตที่ส่งเสริมพัฒนาการของตนเองให้ดีที่สุดตามความสามารถที่เหลืออยู่ รู้จักตั้งเป้าหมายที่เห็นจริงซึ่งจะเห็นว่าการดูแลตนเองในประเด็นนี้จะต้องมีความสามารถในการผสมผสานกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นในประเด็นอื่นๆ เข้าด้วยกันเพื่อจัดระบบการดูแลตนเองทั้งหมดที่จะช่วยป้องกันอุปสรรคหรือบรรเทาเบาบางผลที่เกิดจากพยาธิสภาพ การวินิจฉัย และการรักษาต่อพัฒนาการของตนเอง

เมื่อการดูแลตนเองที่จำเป็นทั้ง 3 อย่าง ได้รับการตอบสนองอย่างมีประสิทธิภาพบุคคลนั้นจะได้รับในสิ่งต่อไปนี้

- การรอดชีวิต
- การคงไว้ซึ่งความปกติของโครงสร้าง และหน้าที่ของบุคคล
- ได้รับการสนับสนุนในเรื่องการพัฒนาการตามความสามารถของบุคคล
- ส่งเสริมให้มีการปรับหรือควบคุมผลการบาดเจ็บและพยาธิสภาพที่เกิดขึ้น
- ส่งเสริมสวัสดิภาพซึ่งทั้งหมดเป็นเป้าประสงค์สูงสุดในการดูแลตนเอง ในแง่การ

ส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคนั้น บุคคลจะต้องปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป

ความสามารถในการดูแลตนเองมี 3 ระดับคือ

1.ซึ่งประกอบด้วยความสามารถที่จะตรวจสอบสถานการณ์และองค์ประกอบในตนเอง และสิ่งแวดล้อมที่สำคัญสำหรับการดูแลตนเอง

2.ตัดสินใจเกี่ยวกับสิ่งที่สามารถจะกระทำเพื่อสนองตอบต่อความต้องการในการดูแลตนเองที่จำเป็น

3.ปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ เพื่อสนองตอบต่อความต้องการการดูแลตนเองที่จำเป็น

กล่าวโดยสรุปทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเรมเป็นทฤษฎีที่ต้องให้บริการกับประชาชนในด้านการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสมรรถภาพ บุคลากรสาธารณสุขจึงควรมีแนวคิดในการดูแลตนเอง ที่พยายามผสมผสานวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยีสมัยใหม่เข้ากับความเชื่อ สังคมขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมของบุคคลเพื่อให้ประชาชนได้รู้จักเลือกใช้เทคโนโลยีอย่างชาญฉลาดในการดูแลสุขภาพตนเอง และรู้จักปรับปรุงวิธีการดูแลตนเองที่เรียนรู้มาจากรรรมชาติ สังคม และวัฒนธรรมของตนเองให้สอดคล้องกับภาวะสุขภาพและความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นเพื่อสุขภาพของตนเอง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับตัวหมอพื้นบ้านพบว่า หมอพื้นบ้านคือบุคคลที่มีวิถีชีวิตอยู่ในหมู่บ้าน อาศัยความรู้ด้านการแพทย์แบบพื้นบ้าน ที่สืบทอดกันมาจากคนรุ่นเก่าและทรัพยากรในท้องถิ่น (รุจิราภรณ์ อรรถสิทธิ์ และคณะ, 2529: 57) ประเภทและบทบาทของแพทย์พื้นบ้านมีลักษณะหลากหลาย หมอพื้นบ้านที่ยังคงมีบทบาทรักษาในปัจจุบัน ได้แก่ หมอจับชีพจร หมอพระ หมอสมุนไพร หมอบีบนวด หมอเสก เป้าคาตา เช็ด แหก หมอกระดูก หมอทรง หมอดูเมื่อหมอสะเดาะเคราะห์ หมอที่มีบทบาทมากขึ้น ได้แก่ หมอทรง หมอบีบนวด หมอดูเมื่อ หมอที่หมดบทบาทในการทำคลอดแบบพื้นบ้านคือหมอดำแย (บุษยามาศ สิริบุษยามาศและคณะ, 2538: 52-53) หลวงพ่อโตนแห่งวัดเชิงหวาย เป็นตัวอย่างหนึ่งในเรื่องภูมิปัญญาพื้นบ้านกับการรักษาโรคเอดส์ที่แสดงให้เห็นถึงศักยภาพขององค์ความรู้หมอพื้นบ้านหรือภูมิปัญญาแพทย์แผนไทยที่มีได้ด้อยกว่าแพทย์แผนตะวันตก แต่มีหลักการวิธีคิดทฤษฎีและโลกทัศน์ที่ต่างกันอย่างสิ้นเชิง การอธิบายถึงสาเหตุของโรค อาการของโรคและวิธีการรักษาจึงแตกต่างกันไปตามภูมิปัญญาของแต่ละวัฒนธรรม (กฤษณา บุญชัย, 2539: 100-101) จากการศึกษาการวิจัยเกี่ยวกับผู้ป่วยที่มารับบริการจากหมอพื้นบ้านพบว่า การเลือกใช้บริการรักษาโรคด้วยวิธีการแพทย์พื้นบ้าน ผู้มารับบริการมีทั้งผู้ป่วยที่ปรากฏอาการทางกายชัดเจนสามารถมองเห็นและรู้ได้ด้วยตนเองและผู้ป่วยที่มีอาการเจ็บป่วยที่เกิดจากความเชื่อ (ทิพย์สุดา เณรทอง, 2534: 66) และพฤติกรรมการรักษาเยียวยาแบบพื้นบ้านจะมีเครือข่ายทางสังคม ทั้งในระดับครอบครัว เครือญาติ และชุมชน มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเพื่อการรักษา (ประยงค์ ลิ้มตระกูลและคณะ, 2536: 21)

ความเจ็บป่วย เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นทั่วไป กับชีวิตมนุษย์ทุกสังคมและทุกกาลเวลา แม้จะเป็นสิ่งที่มนุษย์ไม่ต้องการ เพราะนำมาซึ่งความทุกข์ทรมานและบางรายถึงแก่ชีวิต มนุษย์ทุกสังคม ทุกยุคสมัย จึงได้พยายามต่อสู้ป้องกันรักษาความเจ็บป่วยที่คนในสังคมประสบ เพื่อให้คนในสังคมมีสุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง ดังนั้นพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพ จึงกลายเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมการดำเนินชีวิต ในทุกสังคม ซึ่งการให้ความสำคัญต่อโรคภัยไข้เจ็บ ของคนในแต่ละสังคม ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรมของคนในสังคมนั้น การดูแลสุขภาพมิได้เกี่ยวข้องกับเฉพาะคนไข้กับผู้ทำการรักษาพยาบาลเท่านั้นแต่ยังเกี่ยวกับปัจจัยอื่นๆ ในสังคมการแพทย์พื้นบ้าน จึงนับว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งเนื่องจากการแพทย์แผนโบราณหรือแพทย์พื้นบ้านเป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม