

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการดูแลสุขภาพตนเองของหญิงหลังคลอด  
ชาวลีซู

ผู้เขียน นายจตุพร วิศิษฎ์โชติอังกูร

ปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การส่งเสริมสุขภาพ)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

อาจารย์ ดร. นิมนงค์ งามประภาสม ประธานกรรมการ  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุชาติ ไกรพิบูลย์ กรรมการ

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาแบบแผนของการดูแลสุขภาพตนเองของหญิงหลังคลอดชาวลีซูโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม การเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อบันทึกปรากฏการณ์ต่างๆ รวมทั้งศึกษาเอกสารวิชาการและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การวิเคราะห์ และตรวจสอบข้อมูล ได้กระทำควบคู่ไปกับการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม จากนั้นนำข้อมูลที่วิเคราะห์ แล้วนำมาจำแนกและจัดหมวดหมู่ เชื่อมโยง ตีความ และสร้างข้อสรุป

ผลการศึกษาพบว่า หญิงหลังคลอด มีวิธีการดูแลสุขภาพตนเอง แบ่งออกเป็น 3 ช่วง ได้แก่ ช่วงก่อนคลอด ช่วงอยู่ไฟ และช่วงอยู่เดือน การดูแลสุขภาพตนเอง เริ่มจากการเตรียมตัวก่อนคลอด การเตรียมสมุนไพร สำหรับใช้รับประทาน และอบสมุนไพรในช่วงหลังคลอด ภูมิปัญญาในด้านการเลือกอาหารที่นำมารับประทานเพื่อบำรุงร่างกายหลังคลอด เครื่องรางป้องกันสิ่งชั่วร้าย ตลอดจนปฏิบัติตามความเชื่อดั้งเดิมของชุมชน หลีกเลียงข้อห้ามต่างๆที่อาจส่งผลเสียต่อหญิงหลังคลอด ในด้านการแสวงหาการรักษาพยาบาล พบว่า หากมีเกิดอาการผิดปกติ หรือป่วย หญิงหลังคลอด จะใช้วิธีการรักษาเบื้องต้นด้วยตนเอง และการดูแลโดยญาติ เพื่อนบ้าน หากอาการไม่ดีขึ้น จะไปรักษากับหมอสุมไพร บำบัด รักษาอาการโดยการประกอบพิธีกรรมผ่านหมอพิธีกรรม เช่น พิธีการเลี้ยงผี การเรียกขวัญเป็นต้น หรือไปรับบริการจากระบบการแพทย์แผนปัจจุบัน โดยวิธีการแสวงหาวิธีการรักษาพยาบาลเป็นแบบผสมผสานไม่จำกัดรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง

All rights reserved

Thesis Title	Local wisdom in the Self Health Care of <i>Lisu</i> Postpartum	
Author	Mr.Jatuporn Visitchotioungoon	
Degree	Master of Education (Health Promotion)	
Thesis Advisory Committee		
	Lect. Dr.Nimanong Ngamprapasom	Chairperson
	Asst.Prof.Dr.Suchada Kraiphibul	Member

### Abstract

The purpose of this study was to investigate the self health care pattern of *Lisu* postpartum by the application of local wisdom. The study was qualitatively conducted; the data was collected through small group discussions conducted profoundly, non-participatory observation, activity participation, and records of evidence. All of these activities were conducted while the field data was collected. The data derived was then analyzed and classified, related, interpreted and concluded.

The results showed that those postpartum had their self health care which included: preparation made prior to the delivery; herbal medicine prepared for consumption and healing treatment made after child delivery; local wisdom regarding foods aimed at nourishing the mother well after delivering the child; sacred objects that helped drive evil away; traditional practices of the communities brought down from former generations; and prohibitive regulations regarding different treatments considered harmful to those postpartum. As for seeking remedies, it was found that the *Lisu* themselves handled some symptoms or sicknesses of those postpartum with the close supervision of their relatives and neighbors. If things turned worse, some herbal medicines would be applied by their traditional healers. Some of them conducted animistic practices like ghost feeding, spirit recall, etc. Some of them had their illnesses treated with modern medical methods that could consist of either single or multiple treatments.