

แนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนา
เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง

Guidelines for Mental Health Care by Lanna Medicine to Enhancing
Life Quality of Cancer Patients

นิศรา ชัยวงศ์ กัญยานุช เทาประเสริฐ นภาพร ณ อุโมงค์ วณิชชา ปันฟ้า
และหทัยกาญจน์ เยาวบุตร*

*Nissara Chaiwong, Kanyanoot Taoprasert, Napaporn Na Umong, Wanisa Punfa
and Hathaikan Yaowaboot**

วิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ทางเลือก มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย จ. เชียงราย 57100

School of Traditional and Alternative Medicine, Chiang Rai Rajabhat University, Chiang Rai 57100, Thailand

*Corresponding author: E-mail: Kaiyaowaboot@gmail.com

(Received: December 22, 2023; Revise: February 12, 2024; Accepted: March 8, 2024)

Abstract: This research article aims to study guidelines for mental health care by Lanna medicine to enhance life quality of cancer patients. This research is a qualitative study that collects data through the synthesis of documents containing information about the mental health problems of cancer patients. Additionally, in-depth interviews were conducted with three individuals, including the head of a research project and the coordination team of a folk medicine and tribal medicine research project related to the health care process involving rituals of Lanna medicine. The data were analyzed using content analysis methods, and the results were further analyzed using descriptive content analysis techniques. The findings revealed three groups of mental health problems in cancer patients: 1) fear, anxiety, and stress, 2) self-anger, and feelings of worthlessness, and 3) discouragement, hopelessness, and depression. These issues can be addressed through preventive and treatment methods rooted in Lanna medicine wisdom, utilizing healing rituals such as auspicious time prediction, elimination and exorcism, morale-boosting, mindfulness, and providing comfort and support. These approaches aim to enhance the healthcare efficiency of Thai traditional medicine practitioners and improve the quality of life for cancer patients.

Keywords: Mental health care, Lanna medicine, life quality, cancer patients

บทคัดย่อ: บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยรวบรวมข้อมูลจากการสังเคราะห์เอกสารเกี่ยวกับปัญหาด้านจิตใจของผู้ป่วยมะเร็งและการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกจากหัวหน้าชุดโครงการวิจัยและทีมประสานงานโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่า จำนวน 3 คน เกี่ยวกับกระบวนการดูแลรักษาสุขภาพด้วยพิธีกรรมของการแพทย์พื้นบ้านล้านนา วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา จากนั้นจึงนำข้อมูลไปใช้และวิเคราะห์ผลโดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาด้านจิตใจของผู้ป่วยมะเร็งมี 3 กลุ่มอาการ ได้แก่ 1) กลัว วิตกกังวลและเครียด 2) โกรธตัวเอง รู้สึกตัวเองไม่มีคุณค่า และ 3) ท้อแท้ สิ้นหวัง ซึมเศร้า สามารถประยุกต์ใช้กระบวนการป้องกันและการดูแลรักษาด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาด้วยพิธีกรรมบำบัด

ได้แก่ กลุ่มคู่มือและทำนายนฤกษ์ยาม กลุ่มขจัดปัดเป่า กลุ่มสร้างขวัญและกำลังใจ กลุ่มเจริญสติและทำใจ และกลุ่มสร้างความร่วมมือเป็นสิริมงคล เพื่อเสริมประสิทธิภาพการดูแลรักษาของแพทย์แผนไทยและเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง

คำสำคัญ: การดูแลจิตใจ การแพทย์พื้นบ้านล้านนา คุณภาพชีวิต ผู้ป่วยมะเร็ง

คำนำ

โรคมะเร็งถือเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศไทย โดยอุบัติการณ์การเกิดโรคมะเร็งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นในทุก ๆ ปี จากสถิติพบว่าโรคมะเร็งเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับต้น ๆ ของคนทั่วโลกและประเทศไทย ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) พบว่า ในปี พ.ศ. 2566 มีผู้ป่วยมะเร็งรายใหม่จำนวน 12,176,526 ราย และมีผู้เสียชีวิตจากโรคมะเร็ง 7,054,094 ราย (World Health Organization, 2023) สำหรับประเทศไทยพบว่ามีจำนวนผู้ป่วยโรคมะเร็งรายใหม่ 140,000 คนต่อปี หรือคิดเป็น 400 คนต่อวัน (National Cancer Institute, 2023) จากสถานการณ์ผู้ป่วยมะเร็งเพิ่มขึ้นย่อมมีผลกระทบต่อเศรษฐกิจ สังคม ชุมชน และครอบครัว โรคมะเร็งนั้นเป็นโรคที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตทั้งด้านร่างกาย จิตใจ เนื่องจากผู้ป่วยโรคมะเร็งมีการรับรู้เกี่ยวกับการเจ็บป่วยว่าเป็นโรคร้ายแรง ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ทำให้เกิดอาการทางจิตใจ ได้แก่ รู้สึกกลัวตาย กลัวความเจ็บปวด กลัวถูกทอดทิ้ง เครียด วิตกกังวล ท้อแท้และสิ้นหวัง รู้สึกตนเองไม่มีค่า ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย (Treenetphaibun, et al., 2023) นอกจากนี้ยังมีผลให้เกิดอาการซึมเศร้าเสียใจ หดหู่ และอาการต่าง ๆ เช่น เบื่ออาหาร วิตกกังวล นอนไม่หลับ เฉื่อยชา ก็จะตามมาด้วย (Srimuninnimit et al., 2009)

จากการศึกษาภาวะสุขภาพจิตและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยมะเร็งระยะลุกลามกับการดูแลสุขภาพแบบประคับประคองของครอบครัวในชุมชนชนบทในพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 37 คน ผลการศึกษาพบว่า การรับรู้ของผู้ป่วย

ต่อการแสดงออกถึงความรู้สึกสภาพจิตใจของครอบครัว คือ ตกใจ เครียด วิตกกังวล สูงถึงร้อยละ 89.2 ซึ่งให้เห็นถึงความสำคัญในการดูแลสภาพจิตใจที่ไม่ใช่เพียงผู้ป่วยแต่หมายรวมถึงครอบครัวและญาติมิตรที่มีส่วนสำคัญต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยด้วย (Savisit, 2023) นอกจากนี้ยังพบว่าผู้ป่วยมะเร็งระยะประคับประคองที่เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา มีความต้องการด้านจิตวิญญาณอยู่ในระดับสูง ($M = 2.67, SD = 0.12$) ต่อการรับรู้ความรุนแรงของการเจ็บป่วย การปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา และการสนับสนุนทางสังคมที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความต้องการด้านจิตวิญญาณอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Tirapongprasert et al., 2021) มะเร็งจึงไม่ใช่เป็นเพียงโรคที่เป็นปัญหาทางด้านการแพทย์เท่านั้น แต่นับเป็นปัญหาทางสังคมที่ส่งผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ วัฒนธรรม วิถีชีวิตและคุณภาพชีวิต เนื่องจากมะเร็งอาจมองว่าเป็นปัญหาส่วนบุคคล แต่ยังมีส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจของคนในครอบครัว ชุมชนและสังคม

การรวบรวมความรู้วิธีการดูแลรักษาสุขภาพในระบบการแพทย์พื้นบ้านล้านนา เป็นผลที่เกิดจากชุดโครงการวิจัยองค์ความรู้หมอเมือง ที่สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ได้ทำการรวบรวมองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านล้านนาผ่านการสังคายนางค์ความรู้จากหมอพื้นบ้าน (หมอเมือง) จึงได้องค์ความรู้ที่เป็นกระบวนการวิธีการป้องกันและการดูแลรักษาสุขภาพอย่างเป็นระบบ โดยเฉพาะกลุ่มป้องกันรักษาและถือปฏิบัติด้วยพิธีกรรมหรือพิธีกรรมบำบัด (จิตบำบัด) เป็นการประกอบพิธีกรรมตามวิถีชีวิตที่ได้สืบทอดกันมาเป็นภูมิปัญญาที่มีการแฝงกุศโลบายในการป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตของคนในท้องถิ่น (Chaiwong et al., 2022) ที่บูรณาการ

ครอบครัว ชุมชน สังคม จิตใจหรือจิตวิญญาณผ่านความเชื่อและศรัทธาสู่กระบวนการดูแลรักษาจิตใจอย่างเป็นขั้นตอนชัดเจน จึงเป็นโอกาสในการแสวงหาและพัฒนาแนวทางการดูแลจิตใจเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็งผ่านภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านมาปรับประยุกต์เป็นทางเลือกในการดูแลรักษาจิตใจ โดยเฉพาะการแพทย์พื้นบ้านล้านนาที่ถือเป็นระบบการแพทย์ที่อยู่บนพื้นฐานของภูมิปัญญาชาวบ้าน มีบทบาทในการดูแลสุขภาพของคนในสังคมที่มีการหล่อหลอมให้คนในชุมชนมีโลกทัศน์ในการกำหนดแนวทางสร้างสรรค์วัฒนธรรมที่สืบทอดมาเป็นวิถีชีวิตได้

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาแนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง

อุปกรณ์และวิธีการ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) โดยใช้ การศึกษาจากเอกสาร และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก เพื่อศึกษาแนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง

ระยะเวลาในการวิจัย

ตั้งแต่เดือน กุมภาพันธ์ - กันยายน พ.ศ. 2566

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักประกอบด้วยหัวหน้าชุดโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่า ทีมประสานงานโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่า จำนวน 3 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบสัมภาษณ์โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (in depth interview) ใช้คำถามลักษณะการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ เพื่อศึกษากระบวนการดูแลรักษาสุขภาพด้วย

พิธีกรรมบำบัดของการแพทย์พื้นบ้านล้านนาและวัตถุประสงค์ของแต่ละพิธีกรรมในการกระทำต่อผู้ป่วยเพื่อแก้ปัญหาทางจิตใจที่มีความแตกต่างกัน โดยใช้ในการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงเลือก และใช้แบบตรวจสอบคุณภาพความเที่ยงตรงของเนื้อหาโดยหาดัชนีความสอดคล้องของข้อความกับวัตถุประสงค์ (index of item object congruence: IOC) ผลทดสอบค่าความแต่ละข้อได้ค่า IOC เท่ากับ 0.85 ซึ่งได้ทำการทดสอบการใช้เครื่องมือวิจัย และปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือวิจัยให้สมบูรณ์ด้วยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลโดย 1) การศึกษาจากเอกสาร เป็นการเก็บข้อมูลจากหนังสือและเอกสารงานวิชาการต่าง ๆ ทั้งที่เป็นหนังสือและสิ่งพิมพ์อิเล็กทรอนิกส์ ได้แก่ ตำราการแพทย์พื้นบ้านล้านนา สาขาหมอพิธีกรรมบำบัด และตำราการดูแลสุขภาพในระบอบการแพทย์พื้นบ้านล้านนารวมทั้งผลงานวิจัย วิทยานิพนธ์ บทความทางวิชาการต่าง ๆ เพื่อทราบถึงสถานการณ์ปัญหาด้านจิตใจของผู้ป่วยมะเร็ง การแสวงหาแนวทางการดูแลจิตใจความเป็นมาของภูมิปัญญาการดูแลสุขภาพของล้านนาและรูปแบบวิธีการดูแลสุขภาพจิตโดยผ่านพิธีกรรมบำบัด และ 2) ลงพื้นที่สัมภาษณ์เชิงลึก ได้แก่ หัวหน้าชุดโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่า ทีมประสานงานโครงการวิจัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ชนเผ่า เกี่ยวกับแนวคิดทฤษฎีความเชื่อเกี่ยวกับสุขภาพและการเจ็บป่วย กระบวนการดูแลรักษาสุขภาพด้วยพิธีกรรมของการแพทย์พื้นบ้านล้านนาและวัตถุประสงค์ของแต่ละพิธีกรรม

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (content analysis) โดยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลไปพร้อมกับการศึกษาข้อมูลและการเก็บข้อมูล เพื่อเป็นการตรวจสอบว่าข้อมูลที่ได้นั้นมีความสมบูรณ์ ถูกต้อง และเพียงพอที่จะตอบ

ปัญหาตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ รวมทั้งสภาพความเป็นจริง เจ็อนไขตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น หลังจากการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (triangulation) แล้วจึงมีการรวบรวมข้อมูลเป็นหมวดหมู่ตามประเด็นที่วิจัย แล้วนำเสนอผลการวิเคราะห์และสรุปข้อมูลด้วยการพรรณานำไปสู่แนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง

ผลการศึกษา

ผลการศึกษาแนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็งมีผลการศึกษาประกอบด้วย 2 ส่วนหลัก ได้แก่ สภาพปัญหาทางด้านจิตใจของผู้ป่วยมะเร็ง และแนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. สภาพปัญหาทางด้านจิตใจของผู้ป่วยมะเร็ง

ผู้ป่วยมะเร็งจะมีอาการทางคลินิกที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เลวลง ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายลดลง การมีอาการที่เกิดขึ้นเริ่มจากอาการปวดที่เป็นอาการแรก ๆ ของโรคมะเร็งและมักจะมากขึ้นตามอาการของโรค โดยเฉพาะผู้ป่วยมะเร็งที่อยู่ในระยะลุกลาม หรือแพร่กระจายซึ่งร้อยละ 70 – 80 ของผู้ป่วยในระยะนี้จะมีอาการปวด โดยความปวดคือสิ่งหนึ่งที่ผู้ป่วยมะเร็งกังวลมากที่สุดนอกเหนือจากกลัวว่าจะรักษาไม่หายและการเสียชีวิต และพ่วงมากับอาการนอนไม่หลับ หรือนอนหลับ ๆ ตื่น ๆ เป็นปัญหาที่พบได้บ่อย โดยเฉพาะผู้ป่วยมะเร็งสูงวัย อันเป็นผลสืบเนื่องมาจากอาการปวดจากตัวโรคที่เป็นอยู่หรือการมีภาวะปัญหาทางจิตใจคือมีความเครียดเพิ่มมากขึ้น อารมณ์แปรปรวน วิตกกังวล ซึมเศร้าและความสามารถในการเผชิญกับความเครียดลดลงส่งผลให้เกิดภาวะความอยากอาหารลดลง/เบื่อ

อาหาร และน้ำหนักลด เป็นปัญหาทางกายที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ผู้ป่วยมะเร็งจำนวนมากจะมีภาวะเบื่ออาหาร นอกจากนี้ยังส่งผลต่อระบบขับถ่ายของผู้ป่วยที่ทำให้เกิดปัญหาท้องผูกจากปัญหาที่แสดงออกทางร่างกายทำให้ได้พบว่าผู้ป่วยมะเร็งไม่ได้เกิดปัญหาที่มาจากทางร่างกายด้วยโรคมะเร็งเพียงอย่างเดียวแต่เป็นปัญหาที่ส่งผลมาจากจิตใจของผู้ป่วยที่สะท้อนออกมาทางร่างกาย

เนื่องจากผู้ป่วยมะเร็งต้องเผชิญกับอาการเจ็บปวดและภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ จากการดำเนินโรคหรืออาการข้างเคียงของการรักษาเพื่อประคับประคองอาการในช่วงระยะเวลาที่ยังมีชีวิตอยู่ ส่งผลกระทบต่อจิตใจที่มาจากผู้ป่วยรับสภาพไม่ได้กับสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นกับตัวเอง ไม่ยอมรับและเข้าใจการดำเนินของโรค การขาดคนเข้าใจและดูแลทำให้ผู้ป่วยมีปัญหาทางด้านจิตใจที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตซึ่งสามารถสรุปปัญหาที่มีโอกาสใช้ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเสริมประสิทธิภาพการดูแลรักษาของแพทย์แผนไทยได้ 3 กลุ่มอาการหลัก คือ 1) กลัว วิตกกังวลและเครียดมักเกิดขึ้นเมื่อผู้ป่วยเริ่มรู้ว่าตัวเองมีแนวโน้มหรือโอกาสจะเป็นโรคมะเร็ง ทำให้ผู้ป่วยเกิดความกลัว ตั้งแต่กลัวการพบแพทย์ กลัวที่จะต้องเข้ารับการตรวจกลัวผลการวินิจฉัย กลัวระดับความรุนแรงของโรคลกลัวผลข้างเคียงของโรค กลัวที่ต้องเป็นภาระให้ครอบครัว โดยเฉพาะผู้นำครอบครัวกลัวไม่มีคนดูแลครอบครัว รวมทั้งการที่อยู่ในช่วงรอการวินิจฉัย ทำให้เกิดภาวะวิตกกังวล กังวลเรื่องในอนาคต กังวลกระบวนการรักษา เวลาที่ต้องใช้ในการรักษา จะรักษาหายจากโรคหรือไม่ จะมีชีวิตอยู่ได้นานเท่าใด ซึ่งความวิตกกังวลนำมาซึ่งอาการข้างเคียงต่อร่างกายหลายอย่าง อาทิ คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร ท้องเสียบ่อย นอนไม่หลับ เป็นต้น 2) โกรธตัวเอง รู้สึกตัวเองไม่มีคุณค่า จากสภาพปัญหาทางจิตใจของผู้ป่วยจะมีความรู้สึกผิดโทษตนเอง โกรธตนเอง ส่วนใหญ่ผู้ป่วยมักรู้สึกผิดต่อครอบครัว หรือการที่ต้องรับผิดชอบดูแลเป็นเสาหลัก

ของครอบครัวแต่เมื่อตนเองมาเจ็บป่วยทำให้ผู้ป่วยรู้สึกผิดต่อตนเองและครอบครัว หรือต่อหน้าที่การทำงานที่ตนเคยรับผิดชอบแต่ต้องมาทิ้งบทบาทหน้าที่เพื่อมารักษาตัวทำให้ผู้ป่วยรู้สึกโกรธตัวเองรู้สึกตัวเองไม่มีคุณค่า ไม่มีค่าในสังคม และ 3) ท้อแท้สิ้นหวัง ซึมเศร้า มักเกิดขึ้นตั้งแต่รอการวินิจฉัยโรคนจนกระทั่งทราบว่าตนเองเป็นมะเร็ง ทำให้มีความรู้สึกเศร้าหมองหมดกำลังใจ ไม่อยากพบใครอยากอยู่กับตัวเอง ร้องไห้ตลอดเวลา

เมื่อได้ทราบถึงปัญหาด้านจิตใจของผู้ป่วยมะเร็ง จึงต้องมีการแสวงหาแนวทางในการดูแลจิตใจเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง ซึ่งจากการศึกษาและรวบรวมปัญหาทำให้ได้ทราบว่าปัญหาทางด้านจิตใจของผู้ป่วยมะเร็งไม่ได้เกิดขึ้นและกระทบจากตัวผู้ป่วยเพียงอย่างเดียว ยังหมายรวมไปถึงครอบครัว ชุมชน สังคม และวิถีการปฏิบัติตนตามวิถีวัฒนธรรมด้วย

2. แนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง

วิถีการดูแลรักษาสุขภาพในระบบการแพทย์พื้นบ้านล้านนามีแนวคิดและความเชื่อเกี่ยวกับสุขภาพองค์รวมบนรากฐานบริบททางสังคมวัฒนธรรมของคนล้านนาที่เชื่อมโยงกันอย่างเป็นองค์รวมไม่สามารถแยกแต่ละวิธีออกมาเป็นเอกเทศ โดยได้กล่าวไว้ว่า “การเจ็บป่วยจึงไม่ได้มองเพียงส่วนใดส่วนหนึ่งเท่านั้นแต่เป็นความสัมพันธ์ของทุกสิ่งที ประกอบขึ้นมาในชีวิตที่ ครอบครัวถึง

ครอบครัว ชุมชน สังคม จิตใจหรือจิตวิญญาณ ที่ผ่านความเชื่อและศรัทธาที่สามารถสะท้อนและปรากฏในกระบวนการรักษาความเจ็บป่วย การป้องกันและดูแลรักษาสุขภาพด้วยพิธีกรรมหรือพิธีกรรมบำบัดเป็นการประกอบพิธีกรรมตามวิถีชีวิตที่แฝงกุศโลบายในการป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพจิต ซึ่งแต่ละกระบวนการและพิธีกรรมสามารถนำมาใช้ดูแลปัญหาจิตใจได้หลายปัญหา ประกอบด้วย 1) กลุ่มคู่มือและทำนายฤกษ์ยาม เป็นการตรวจสอบหาเหตุปัจจัยของความเจ็บป่วย โดยการพูดคุยเพื่อประเมินสภาพจิตใจ รวมทั้งความเชื่อเรื่องความเจ็บป่วยทั้งตัวผู้ป่วย ครอบครัว ชุมชน ให้ผู้ป่วยได้ระบายความไม่สบายใจโดยมีคนในครอบครัวชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมเป็นการสร้างความหวังเมื่อผู้ป่วยท้อแท้สิ้นหวัง 2) กลุ่มขจัดปัดเป่า เป็นการประกอบพิธีกรรมเพื่อขจัดปัดเป่าสิ่งที่ไม่สบายใจที่ผู้ป่วยรู้สึกไม่สบายใจ รู้สึกผิด คิดว่าตนเองไม่ดี ไม่มีคุณค่า เพื่อให้ผู้ป่วยไม่ค้างคาใจพร้อมจะเริ่มต้นใหม่ 3) กลุ่มสร้างขวัญและกำลังใจ เป็นการประกอบพิธีกรรมเพื่อเสริมความเชื่อมั่นและกำลังใจให้แก่ผู้ป่วยโดยมีญาติและคนในชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม ลดปัจจัยที่ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกกลัว วิตกกังวล ท้อแท้ สิ้นหวัง และ 4) กลุ่มเจริญสติและทำใจ เป็นการเตรียมพร้อมรับสภาพความจริงและการเสริมสิริมงคลให้เกิดความสงบร่มเย็นลดความกลัวและวิตกกังวล” โดยมีแนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง (Figure 1) ดังนี้

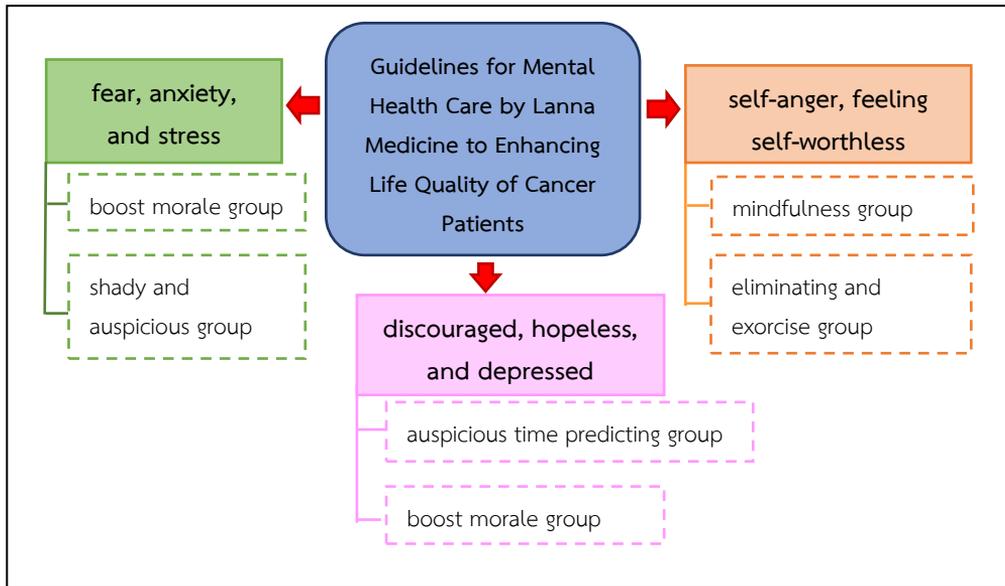


Figure 1. Guidelines for mental health care by Lanna medicine of cancer patients

2.1) กลัว วิดกกังวลและเครียด จากสภาพปัญหาทางจิตใจของผู้ป่วยความต้องการของผู้ป่วยที่ต้องการมากที่สุดเมื่อรู้ว่าตัวเองเป็นมะเร็งอันดับแรก คือ แนวทางการปฏิบัติตน และข้อมูลที่จะช่วยให้เกิดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับโรค การรักษาและอาการข้างเคียงจากการรักษา ดังนั้นจึงต้องเพิ่มความเชื่อมั่นและกำลังใจให้มีความสำคัญกับครอบครัว บุคคลใกล้ชิดญาติมิตรและชุมชนในการเข้าใจสภาพปัญหาของผู้ป่วยที่เป็นอยู่ การมีกิจกรรมร่วมกันในครอบครัวและชุมชน เพื่อให้มีโอกาสพูดคุยกัน ทำให้ผู้ป่วยมีกำลังใจและเชื่อมั่นว่าตนเองต้องมีกำลังใจต่อสู้กับโรคที่ตนเองเป็นอยู่ และตนเองสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับครอบครัว ชุมชนและสังคมได้ ซึ่งสามารถปรับประยุกต์กระบวนการส่งเสริมป้องกันและดูแลรักษาสุขภาพด้วยวิถีกรรมบำบัดของการแพทย์พื้นบ้านล้านนา ได้แก่

1) กลุ่มสร้างขวัญกำลังใจ เช่น การพูดคุยด้วยภาษาที่เป็นกันเอง เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยได้พูดระบายความรู้สึกวิตกกังวลเพื่อช่วยลดความกดดันทางอารมณ์และความกลัว ให้กำลังใจและ

เห็นใจผู้ป่วย การดูแลและช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด ค้นหาสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจของผู้ป่วยและสนับสนุนในสิ่งที่ผู้ป่วยต้องการโดยไม่ขัดต่อโรคที่เป็นอยู่ รวมถึงมีการจัดพิธีกรรมต่าง ๆ เช่น สูขวัญ ฮ้องขวัญ และสืบชะตาชีวิต เป็นต้น เพื่อมาเสริมกำลังใจและสร้างความเชื่อมั่นในการมีชีวิตต่อไป

2) กลุ่มสร้างความร่มเย็นเป็นสิริมงคล เริ่มจากการเปลี่ยนสภาพแวดล้อมและบรรยากาศ การจัดบรรยากาศภายในห้องพักผู้ป่วยให้มีบรรยากาศที่โปร่ง โล่งสบาย อากาศถ่ายเทได้สะดวกปลูกไม้มงคลบริเวณบ้าน เป็นการทำกิจกรรมเพื่อช่วยลดความเครียดและเมื่อมีโอกาสพาผู้ป่วยออกไปเปลี่ยนบรรยากาศนอกบ้าน ได้มีโอกาสไปพักผ่อนกับเพื่อนบ้านหรือการทำกิจกรรมร่วมกันกับคนในชุมชนและสังคมก็จะเป็นการสร้างความปลอดภัย สุนุกสนานและการมีส่วนร่วมพบปะเพื่อนฝูง คลายความเหงา เบื่อและวิตกกังวลลงได้

2.2) โกรธตัวเอง รู้สึกตัวเองไม่มีคุณค่า จากสภาพปัญหาทางจิตใจส่วนใหญ่ผู้ป่วยมักรู้สึกผิดต่อครอบครัว หรือการที่ต้องรับผิดชอบดูแลพ่อแม่ที่เจ็บป่วย แต่เมื่อตนเองมาเจ็บป่วยก็จะทำให้ผู้ป่วย

รู้สึกผิดต่อตนเองและครอบครัว หรือต่อหน้าที่การงาน ที่ตนเคยรับผิดชอบแต่ต้องมาทาบพาทหน้าทีเพื่อมารักษาตัว จึงมักทำให้ผู้ป่วยรู้สึกโกรธตัวเอง คิดว่าตนเองไม่มีค่าในสังคม ต้องเน้นให้สติกับผู้ป่วยให้เข้าใจอาการและพัฒนาการของโรคมะเร็งในระยะที่ตนเองกำลังเป็นอยู่และต้องให้อภัยตนเอง เข้าใจ ยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นและมีกำลังใจในการมีชีวิตอยู่ต่อไป ซึ่งสามารถปรับประยุกต์กระบวนการส่งเสริมป้องกันและดูแลสุขภาพสุขภาพด้วยพิธีกรรมบำบัดของการแพทย์พื้นบ้านล้านนา ได้แก่

1) กลุ่มเจริญสติและทำใจเพื่อให้ผู้ป่วยทำใจยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองให้ได้ ให้มีจิตใจที่สงบขึ้น มีสติ ช่วยลดความกระวนกระวายใจ ความโกรธและการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว โดยการใช้แนวปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ การไหว้พระ การสวดมนต์ การทำบุญตักบาตร ทานขันข้าว และการฟังธรรมะ จะทำให้รู้สึกสงบ สบายใจ รวมทั้งได้มีการอธิษฐานขอพรให้พระและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ตนนับถือช่วยคุ้มครองให้หายจากอาการเจ็บป่วย ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นเสมือนสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจที่ผู้ป่วยมะเร็งใช้เป็นที่พักทางใจในยามเจ็บป่วย

2) กลุ่มขจัดปัดเป่า ถือเป็นการจัดหรือปัดเป่าสิ่งที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจออกไป รวมทั้งรู้สึกผิด ตนเองไม่มีคุณค่า เพื่อให้ผู้ป่วยไม่ค้างคาใจพร้อมจะเริ่มต้นใหม่ เช่น การส่งเคราะห์ บูชาเทียน รดหรืออาบน้ำมนต์ ถอนขีด เป็นต้น

2.3) ท้อแท้ สิ้นหวัง ซึมเศร้า จากสภาพปัญหาทางจิตใจของผู้ป่วยมีกระบวนการดูแลสภาพจิตใจโดยใช้หลักการสร้างความหวัง เริ่มจากการพูดคุยและรับฟังอย่างตั้งใจผู้ดูแลต้องยอมรับกับพฤติกรรมที่ผู้ป่วยแสดงออกมารับฟังการระบายความรู้สึกต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ป่วยได้ระบายความรู้สึก ทำความเข้าใจและยอมรับสภาพที่ตนเองกำลังเป็นอยู่ รวมทั้งการทำความเข้าใจกับญาติให้เห็นว่า

ทุกคนพร้อมเป็นกำลังใจให้ผู้ป่วย ซึ่งสามารถปรับประยุกต์กระบวนการส่งเสริมป้องกันและดูแลรักษาสุขภาพด้วยพิธีกรรมบำบัดของการแพทย์พื้นบ้านล้านนา ได้แก่

1) กลุ่มดูแลและทำนายฤกษ์ยาม เป็นการคัดกรองผู้ป่วยเพื่อประเมินสภาพจิตใจ รวมทั้งความเชื่อเรื่องความเจ็บป่วยที่มีการใช้หลักการพูดคุยสอบถามที่มาของเหตุปัจจัยที่มาจากทั้งตัวผู้ป่วย ครอบครัว ชุมชน ให้ผู้ป่วยได้ระบายความไม่สบายใจ โดยมีคนในครอบครัวชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมเป็นการสร้างความหวังเมื่อผู้ป่วยท้อแท้ สิ้นหวัง

2) กลุ่มสร้างขวัญกำลังใจ เป็นการรับสิ่งที่ดีเป็นสิริมงคลเข้ามาในจิตใจตั้งแต่การพูดคุยให้กำลังใจและการรับฟังอย่างตั้งใจ เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยพูดระบายความรู้สึกทุกซอกทุกที่ที่ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกอึดอัดใจ ปลอดภัยและให้กำลังใจ โดยจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้ดูแลเข้าใจเรื่องราว ความคิดและความรู้สึกของผู้ป่วย และเสริมด้วยพิธีกรรมบำบัด เช่น ฮ้องขวัญ สู่ขวัญ สืบชะตา เป็นต้น เน้นการเสริมกำลังใจและสร้างความหวังในการมีชีวิตต่อไป ซึ่งการประกอบพิธีกรรมต้องมีญาติและคนในชุมชนมาร่วมพิธีกรรม

จากการพัฒนาแนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็งดังกล่าวเพื่อนำองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยถ่ายทอดสู่กระบวนการเรียนการสอนรวมถึงการฝึกประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษาของวิทยาลัยการแพทย์ฯ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย จึงได้จัดทำคู่มือแนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง เพื่อใช้เป็นแนวปฏิบัติในการดูแลผู้ป่วยมะเร็งในชุมชนดังแสดงใน Figure 2



Figure 2. Handbook guidelines for mental health care by Lanna medicine of cancer patients

วิจารณ์

จากผลการศึกษาสภาพปัญหาทางด้านจิตใจของผู้ป่วยมะเร็งที่ต้องเผชิญกับอาการเจ็บปวดและภาวะแทรกซ้อน ต่าง ๆ จากการดำเนินโรคหรืออาการข้างเคียงของการรักษา จึงส่งผลกระทบต่อจิตใจโดยตรงทางด้านจิตใจ (Zisook and Shear, 2009) ซึ่งสามารถสรุปปัญหาและมีโอกาสที่จะใช้ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาได้ 3 กลุ่มอาการหลัก คือ 1) กลัว วิดกกังวลและเครียด 2) โกรธตัวเอง รู้สึกตัวเองไม่มีคุณค่า และ 3) ท้อแท้ สิ้นหวัง ซึมเศร้า ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Pumsri *et al.* (2022) พบว่า การศึกษาการประเมินภาวะจิตใจในผู้ป่วยมะเร็ง พบว่าผู้ป่วยมะเร็งที่มีภาวะทุกข์ใจมีความต้องการความช่วยเหลือทางด้านจิตใจมากถึงร้อยละ 74 ได้แก่ ความเครียด วิดกกังวล ความกลัว ความสิ้นหวังหมดหนทางรักษา ซึมเศร้า ท้อแท้ เบื่อ รู้สึกว่า

ตนเองเป็นภาระ ซึ่งได้สะท้อนให้ทราบว่าจากปัญหาที่เกิดขึ้นที่มีต้นเหตุมาจากทางร่างกายแต่ยังส่งผลต่อสภาพจิตใจของผู้ป่วยที่สะท้อนออกมาทางร่างกายด้วยเช่นกัน

แนวทางในการดูแลจิตใจเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็งได้มีการปรับประยุกต์โดยนำเอาภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาที่มีการผสมผสานวิถีคิดวิถีการ รวมทั้งวิถีปฏิบัติของชุมชนท้องถิ่นที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม จึงทำให้สามารถอธิบายถึงสาเหตุและการดำรงอยู่ของชีวิตมนุษย์ที่เป็นองค์รวม ซึ่งการป้องกันและดูแลรักษาสุขภาพด้วยพิธีกรรมหรือพิธีกรรมบำบัดเป็นการประกอบพิธีกรรมตามวิถีชีวิตที่แฝงกุศโลบายในการป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตประกอบด้วย กลุ่มคู่มือและทำนายฤกษ์ยาม กลุ่มขจัดปัดเป่า กลุ่มสร้างขวัญและกำลังใจ และกลุ่มเจริญสติและทำใจ จากปัญหาทางด้านจิตใจของ

ผู้ช่วยมะเร็งที่สามารถสรุปปัญหาที่มีโอกาสใช้ ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาได้มาช่วยเสริม ประสิทธิภาพการดูแลได้ทั้งหมด 3 กลุ่มอาการหลัก ดังนี้ 1) กลัว วิตกกังวลและเครียด ต้องเพิ่มความ เชื่อมั่นและกำลังใจ ให้ความสำคัญกับครอบครัว บุคคลใกล้ชิด ญาติมิตรและชุมชน สามารถปรับ ประยุกต์กระบวนการส่งเสริมป้องกันและดูแลรักษา สุขภาพด้วยพิธีกรรมบำบัดของการแพทย์พื้นบ้าน ล้านนา ได้แก่ 1.1) กลุ่มสร้างขวัญกำลังใจ เช่น การพูดคุย เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยได้พูดระบาย ความรู้สึกวิตกกังวลเพื่อช่วยลดความกดดันทาง อารมณ์ ให้กำลังใจและเห็นใจผู้ป่วย รวมถึงการจัด พิธีกรรมต่าง ๆ เช่น สู่ขวัญ ฮ้องขวัญ และสืบชะตา ชีวิต เป็นต้น สอดคล้องกับการศึกษาของ Itdhiphol (2015) กล่าวว่าการศึกษาวิจัยนกรรม จากคำเรียกขวัญในพิธีกรรมรักษาโรคของหมอ เหยาชาวมอญมีวิธีการรักษาโดยใช้คำพูดเพื่อ ปลอบประโลมใจ แสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของคำพูด ว่ามีผลต่อความรู้สึกนึกคิดของผู้ฟัง เป็นการเยียวยา รักษาจิตใจและเรียกขวัญกำลังใจให้กลับคืนมาสู่ตัว ของผู้ป่วยเมื่อขวัญกลับมา ผู้ป่วยจะมีจิตใจเข้มแข็ง ร่างกายก็จะกลับมามีเรี่ยวแรงดีขึ้น และพร้อมที่จะ ต่อสู้กับโรคร้ายไข้เจ็บ รวมทั้งสอดคล้องกับ การศึกษาของ Sritong *et al.* (2022) กล่าวว่า พิธีเรียกขวัญของชาวมอญจะเป็นการเรียกขวัญเพื่อ รักษาคนที่เจ็บป่วยหรือเป็นโรคที่หมอทั่วไป ไม่สามารถรักษาได้ โดยที่ผู้ทำพิธีจะใช้การพูดหวานล่อม หรือพูดขกจูงเพื่อให้ขวัญของผู้ป่วยกลับมาเข้มแข็ง ดังเดิม ลักษณะการพูดจะพูดในทิศทางที่ทำให้ ผู้ป่วยเกิดแรงกายและมีกำลังใจในการต่อสู้กับ โรคร้ายไข้เจ็บที่ตนประสบอยู่ 1.2) กลุ่มสร้างความ ร่วมเย็นเป็นสิริมงคล เริ่มจากการเปลี่ยน สภาพแวดล้อมและบรรยากาศ เมื่อมีโอกาส พาผู้ป่วยออกไปเปลี่ยนบรรยากาศนอกบ้าน ทักทายกับเพื่อนบ้านหรือการทำกิจกรรมร่วมกันกับ คนในชุมชนและสังคมก็จะเป็นการสร้างความ เพลิดเพลิน สนุกสนาน คลายความเหงา เบื่อ และ

วิตกกังวลลงได้ 2) โกรธตัวเอง ส่วนใหญ่ผู้ป่วยมัก รู้สึกผิดต่อครอบครัว ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกโกรธตัวเอง คิดว่าตนเองไม่มีค่าในสังคม ต้องเน้นให้สติกับผู้ป่วย ให้เข้าใจ ยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นและมีกำลังใจใน การมีชีวิตอยู่ต่อไป ซึ่งสามารถปรับประยุกต์ กระบวนการส่งเสริมป้องกันและดูแลรักษาสุขภาพ ด้วยพิธีกรรมบำบัดของการแพทย์พื้นบ้านล้านนา ได้แก่ 2.1) กลุ่มเจริญสติและทำใจ โดยต้องให้ผู้ป่วย ทำใจยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง เพื่อให้ทำ ใจดีใจสงบขึ้น มีสติ ช่วยลดความกระวนกระวายใจ การใช้แนวปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ การไหว้พระ การสวดมนต์ การฟังธรรมมะ การทำบุญตักบาตร และทานขันข้าว 2.2) กลุ่มขจัด ปัดเป่า ถือเป็นกรขจัดหรือปัดเป่าสิ่งที่ทำให้รู้สึก ไม่สบายใจออกไปเพื่อให้ผู้ป่วยเกิดความสบายใจ ไม่ค้างคาใจ เช่น การส่งเคราะห์ บูชาเทียน รดหรือ อาบน้ำมนต์ ถอนชิต เป็นต้น 3) ท้อแท้ สิ้นหวัง ซึมเศร้า การดูแลสภาพจิตใจโดยใช้หลักการสร้าง ความหวัง เริ่มจากการพูดคุยและรับฟัง การทำ ความเข้าใจกับญาติให้เห็นว่าทุกคนพร้อมเป็น กำลังใจให้ผู้ป่วย ซึ่งสามารถปรับประยุกต์ กระบวนการส่งเสริมป้องกันและดูแลรักษาสุขภาพ ด้วยพิธีกรรมบำบัดของการแพทย์พื้นบ้านล้านนา ได้แก่ 3.1) กลุ่มดูเมื่อและทำนายฤกษ์ยาม พูดคุย สอบถามผู้ป่วยเพื่อประเมินสภาพจิตใจและความ เชื่อมเกี่ยวกับความเจ็บป่วยของผู้ป่วย ครอบครัว ชุมชน 3.2) กลุ่มสร้างขวัญกำลังใจ เปิดโอกาสให้ ผู้ป่วยพูดระบายความรู้สึกทุกข์ที่ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกอึด อัดใจ ให้กำลังใจ เสริมด้วยพิธีกรรมบำบัด เช่น ฮ้อง ขวัญหรือสู่ขวัญ สืบชะตา เป็นต้น ซึ่งได้สอดคล้อง กับการศึกษาของ Ngoengam *et al.* (2022) ที่ได้มีการศึกษาแนวทางการดูแลผู้ป่วยด้วยโรค เรื้อรังและมีภาวะติดเตียงโดยได้ประยุกต์ใช้ ภูมิปัญญาการดูแลรักษาสุขภาพจิตทางการแพทย์ แผนไทยโดยเฉพาะวิธีการดูแลรักษาสุขภาพใน ระบบการแพทย์พื้นบ้านล้านนามาช่วยเสริม กระบวนการดูแลรักษาผู้ป่วยโดยเฉพาะด้านจิตใจ

เพื่อเพิ่มคุณภาพที่ดีให้กับผู้ป่วยโดยการดูแลสุขภาพจิตของการแพทย์พื้นบ้านล้านนาที่เป็นภูมิปัญญาการดูแลสุขภาพสภาพภายใต้พื้นฐานทางด้านวัฒนธรรมความเชื่อเดิมของท้องถิ่นมาประกอบการดูแลที่ผสมผสานไปกับความเชื่อและศรัทธาทางศาสนา และสอดคล้องกับการศึกษาของ Pokpalagon *et al.* (2017) กระบวนการสร้างเสริมสุขภาพของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายโดยมีปัจจัยด้านบริบท ได้แก่ วิถีชีวิตไทย ภูมิปัญญาไทย สมุนไพรไทย การดำเนินชีวิตเป็นวิถีชีวิตไทยที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี มีแนวทางการรักษาด้วยภูมิปัญญาไทย ภูมิปัญญาท้องถิ่นทั้งแพทย์แผนไทย สมุนไพรไทย และวิถีธรรม คือ ธรรมะ ธรรมชาติ บริบทความเป็นอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติและมีการนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการบูรณาการกับการดูแลสุขภาพ จนเกิดความพึงพอใจและมีความสุขเห็นคุณค่าของตน นำมาสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามอรรถภาพของแต่ละบุคคล

สรุป

การแพทย์พื้นบ้านล้านนาเป็นการแพทย์เชิงวัฒนธรรมที่มีความหลากหลายและเชื่อมโยงกับวิถีชีวิตของคนในชุมชนท้องถิ่น มีการสั่งสมภูมิปัญญาและองค์ความรู้ถ่ายทอดสู่คนรุ่นหลัง การดำเนินวิถีชีวิตมีการพึ่งพาเกื้อกูลกันระหว่างคนในครอบครัว ญาติมิตร ชุมชน และสังคม มองการเจ็บป่วยทางร่างกายสัมพันธ์กับจิตใจและจิตวิญญาณ ซึ่งได้ยึดถือเรื่องจิตใจเป็นสำคัญ การนำกระบวนการดูแลสุขภาพจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนามาปรับประยุกต์ใช้กับผู้ป่วยมะเร็งที่ถือเป็นการเพิ่มคุณภาพชีวิตและเป็นทางเลือกให้กับผู้ป่วย ซึ่งสามารถนำไปปรับประยุกต์ภูมิปัญญาให้สอดคล้องกับสภาพบริบทและวัฒนธรรมของชุมชนหรือภูมิภาคนั้นๆ และนำไปต่อยอดในการดูแลผู้ป่วยในชุมชนกลุ่มโรคอื่น ๆ

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณวิทยาลัยการแพทย์พื้นบ้านและการแพทย์ทางเลือก มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย ที่ให้การสนับสนุนจัดทำบทความวิจัยเรื่องแนวทางการดูแลจิตใจด้วยภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านล้านนาเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยเรื่องการศึกษาแนวทางการดูแลรักษาผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายด้วยกรรมวิธี การแพทย์แผนไทยงบประมาณประจำปี พ.ศ. 2566

เอกสารอ้างอิง

- Chaiwong, N., Y. Taoprasert, K. Taoprasert and S. Tansuwanwong. 2022. Wisdom of mental health care by spiritual therapy in Lanna medicine. pp. 295-307. *In*: Proceedings of the National Conference on Humanities and Social Science 2022. Rajabhat Maha Sarakham University, Maha Sarakham. (in Thai)
- Itdhiphol, A. 2015. Soul recalling in therapeutic ceremonies of the Phu-Thai shamans. *Journal of Liberal Arts, Prince of Songkla University* 7(1): 35-55. (in Thai)
- National Cancer Institute. 2023. The 15th National Cancer Conference (NCC15) "Oncology in Agile Era: Challenge, Cure and Care". (Online). Available:https://www.matichon.co.th/local/qualitylife/news_3836793 (October 04, 2023). (in Thai)
- Ngoengam, P., S. Kaewjanta and N. Chaiwong. 2022. Guidelines for caring and developing life quality

- of bedridden elderly in community with Thai traditional medicine: case study in Bandu subdistrict, Mueang district, Chaing Rai province. *Journal of Community Development and Life Quality* 10(2): 190-200. (in Thai)
- Pokpalagon, P., S. Chaiviboontham and W. Thuntittrakul. 2017. The success on promote health for good death in the patients with cancer by religious organization: Arokhayasala Khampramong temple, Sakon Nakhon. *Nursing Journal of the Ministry of Public Health* 27(2): 198-213. (in Thai)
- Pumsri, J., P. Panya and J. Thiplourlert. 2022. Counselor: A role of nurse in psychological therapy for hematological cancer patients undergoing chemotherapy. *Siriraj Medical Bulletin* 15(2): 114-122. (in Thai)
- Savisit, W. 2023. Psychological and quality of life of the advanced cancer patients receiving palliative care in communities in the northeast region of Thailand. *Primary Health Care Journal (Northeastern Edition)* 38(1): 141-155. (in Thai)
- Srimuninnimit, V., V. Sriuranpong and S. Laohavinij. 2009. *Let's Get to Know Cancer*. Thai Society of Clinical Oncology, Bangkok. 60 p. (in Thai)
- Sritong, O., S. Paksee and C. Sritong. 2022. Soul calling ceremony, a ritual ceremony for the healing of the Khmu in Ban Nong Ped, Si Sawat district, Kanchanaburi province. *Research and Development Journal Suan Sunandha Rajabhat University* 14(2): 16-38. (in Thai)
- Tirapongprasert, S., N. Samartkit and W. Wiseso. 2021. Factors related to spiritual needs in palliative cancer patients. *The Journal of Faculty of Nursing, Burapha University* 29(1): 67-79. (in Thai)
- Treenetphaibun, K., A. Suaysom and A. Lalun. 2023. Factors related to quality of life of terminally ill cancer patients receiving palliative care, KaengKhro hospital, Chaiyaphum province. *Udonthani Hospital Medical Journal* 31(2): 251-261 (in Thai)
- World Health Organization. 2023. *Cancer today*. (Online). Available: <https://gco.iarc.fr/today/home> (October 4, 2023)
- Zisook, S. and K. Shear. 2009. Grief and bereavement: what psychiatrists need to know. *World Psychiatry* 8(2): 67-74.
-