

**ความร่วมมือของพยาบาลในการนำวัฒนธรรม
และภูมิปัญญาท้องถิ่นมาแก้ปัญหาลุขภาพของผู้ป่วย**

สุมิตรา สิทธิฤทธิ์*

ภาควิชาการพยาบาลสูติ - นรีเวชศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร

“สุขภาพดี” เป็นปัจจัยพื้นฐานแห่งชีวิต เป็นสุดยอดปรารถนาของมนุษย์จากสภาวะจิตที่ว่า “อโรคยาปรมา ลาภา” หมายถึง ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ แต่ด้วยเหตุที่ปัจจุบันโลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะยุคของข้อมูลข่าวสารมีการติดต่อสื่อสารได้อย่างสะดวกและรวดเร็วกว่าอดีต มีการสร้างสิ่งสาธารณูปโภค และเครื่องอำนวยความสะดวกต่าง ๆ เช่น ถนน การขนส่ง ไฟฟ้า การคมนาคมสะดวกและรวดเร็ว มีการนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยมาใช้แพร่กระจายทั่วเขตเมือง โดยเฉพาะอย่างยิ่งกรุงเทพมหานคร กลายเป็นเมืองศูนย์กลางที่ทันสมัยมากขึ้นซึ่งถ้ามองดูผิวเผินแล้ว การพัฒนาสุขภาพอนามัยของคนไทยน่าจะดีขึ้น แต่ในทางตรงกันข้ามความทันสมัยและความเป็นวัตถุนิยมดังกล่าวกลับส่งผลให้คนในสังคมไทยเจ็บป่วยมากขึ้น จากสถิติกระทรวงสาธารณสุขพบว่าโรคที่เป็นสาเหตุการตายอันดับที่ 1 คือ โรคหัวใจ และหลอดเลือด รองลงมาคือความดันโลหิตสูงและเบาหวาน อัตราตายด้วยโรคหัวใจและหลอดเลือด ตามสถิติสาธารณสุขในปี พ.ศ. 2518 = 16.2/ประชากร 100,000 คน พ.ศ. 2527 = 33.3/ประชากร 100,000 คน พ.ศ. 2536 = 55.8/ประชากร 100,000 คน พ.ศ. 2540 = 98.6/ประชากร 100,000 คน จะเห็นว่าอัตราตายสูงขึ้น ดังนั้นระบบบริการสุขภาพจึงจำเป็นต้องมีการพัฒนาให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมในลักษณะของหลากหลายวัฒนธรรม และหลากหลายภูมิปัญญาท้องถิ่นบุคลากรในทีมสุขภาพ เช่น พยาบาลในยุคปัจจุบันจึงจำเป็นต้องตื่นตัว หาความรู้ เสริมสร้างความเข้าใจ และมีความมั่นใจในการให้การพยาบาลแก่ผู้ป่วยโดยนำวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่นมาแก้ปัญหาสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

ความสำคัญ : วัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น และการแก้ปัญหาสุขภาพของผู้ป่วย

“วัฒนธรรม” พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2525) ได้ให้ความหมายว่า เป็นสิ่งที่ทำให้เจริญงอกงาม วิถีชีวิตของหมู่คณะ และได้อ้างถึงพระราชบัญญัติวัฒนธรรม (2485) หมายถึง ลักษณะที่แสดงถึงความเจริญงอกงาม ความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความกลมเกลียว ก้าวหน้าของชาติและศีลธรรมอันดีงามของประชาชน

คำว่า “ภูมิปัญญาท้องถิ่น” ประเวศ วะสี (2537) ได้ให้คำอธิบายไว้ว่าวัฒนธรรมเป็นภูมิปัญญาที่ผูกติดกับแดนดินถิ่นต่าง ๆ หรือแผ่นดิน ซึ่งการให้คำจำกัดความว่าวัฒนธรรมคือภูมิปัญญา (อ่านว่า พู - มิ - บัน - ยา) จึงมีความเหมาะสม เพราะภูมิแปลว่า แผ่นดิน ดังนั้น ภูมิปัญญา จึงหมายรวมถึงปัญญาที่ผูกติดอยู่กับแผ่นดินหรือท้องถิ่น

คำว่า “สุขภาพ” มีรากศัพท์มาจากภาษาเยอรมัน หมายถึง ความปลอดภัยและความ

ไม่มีโรคทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยองค์การอนามัยโลก ได้ให้คำนิยามของคำว่า “สุขภาพ” หมายถึง สภาวะความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจ ทั้งนี้ไม่ได้หมายถึงเพียงแต่การปราศจากโรคหรือปราศจากทุพพลภาพเท่านั้น แต่ยังหมายรวมถึงความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างดีด้วย

ความสำคัญของคำว่า วัฒนธรรม ประเพณีหรือภูมิปัญญาท้องถิ่น ถ้านำมาพิจารณาโดยรวมกันแล้ว ย่อมหมายถึง ผลผลิตจากสติปัญญาของผู้คนในท้องถิ่นที่สร้าง ผลิตหรือคิดค้นขึ้นมาเพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกายหรือจิตใจของท้องถิ่นตนเองโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการอยู่ดีกินดี และมีการถ่ายทอดเป็นมรดกสืบเนื่องต่อ ๆ กันมาจากบุคคลรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่งด้วย ดังนั้นมนุษย์ซึ่งจัดว่าเป็นบุคคลที่มีความคิดอ่านและมีสติปัญญาอยู่แล้วย่อมพยายามสรรหาคิดค้นและประดิษฐ์สิ่งต่าง ๆ ที่จะอำนวยความสะดวกและช่วยให้สังคมของตนเองดีขึ้นต่างก็มีความปรารถนาอยากให้สังคมของตนเองมีความเป็นอยู่ที่ดี มีความสุขและสงบเรียบร้อยดังจะเห็นได้จากสังคมไทยในอดีตได้มีกระบวนการหรือกลวิธีหลายอย่างที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เช่น มีประเพณี “การสู่วัณ” สำหรับคนเจ็บป่วยให้มีสุขภาพดีขึ้นได้ โดยกระบวนการหรือพิธีกรรมในการสู่วัณนั้นจะมีการเชื้อเชิญเทพดาอารักษ์และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลกตามที่แต่ละบุคคลจะเลื่อมใส นั้น ๆ ให้มาช่วยคุ้มครองและช่วยบำบัดรักษาให้บุคคลนั้น ๆ หายจากการเจ็บป่วย ซึ่งเป็นเรื่องของความเชื่อในสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หรืออำนาจเหนือธรรมชาติต่าง ๆ ที่จะช่วยส่งผลให้บุคคลนั้น ๆ มีกำลังใจหรือมีพลังจิตที่จะต่อสู้กับปัญหาต่าง ๆ หรือโรคร้ายไข้เจ็บได้ นอกจากนี้การทำพิธีสู่วัณมักจะมีญาติพี่น้องมาร่วมงานด้วยเป็นจำนวนมากทำให้บุคคลที่เจ็บป่วยรู้สึกว่าจะตนเองยังเป็นที่รักใคร่ห่วงใยของญาติพี่น้อง ยิ่งส่งผลให้มีกำลังใจและอบอุ่นใจมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ประเพณีต่าง ๆ เช่น “วันสงกรานต์” ก็เป็นประเพณีหนึ่งของสังคมไทยที่แสดงถึงความรักและความผูกพันของคนในครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่ง “ผู้สูงอายุ” จะมีขวัญและกำลังใจมากส่งผลให้มีชีวิตที่ยืนยาวยิ่งขึ้น เพราะสังคมไทยไม่ว่าจะไปทำมาหากิน ณ ที่ใดก็ตาม เมื่อถึงวันสงกรานต์ทุกคนจะต้องเดินทางกลับไปยังภูมิลำเนาเดิมที่พ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย อาศัยอยู่ มีการรดน้ำขอพรจากผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ และทำบุญอย่างสนุกสนานร่วมกัน และภูมิปัญญาท้องถิ่นที่เป็นที่ยอมรับของสังคมปัจจุบันมีเหตุผลที่ทันสมัยอยู่เสมอ คือ วิธีการคลอดแบบธรรมชาติ (Active birth) และการปฏิบัติตัวในระยะหลังคลอดที่เรียกว่า “การอยู่ไฟ” ซึ่งมีความคิดรวบยอด (Concept) ว่าการคลอดจะประสบผลสำเร็จด้วยดีขึ้นอยู่กับ การปฏิบัติตนและกระบวนการสรีระให้เป็นไปตามธรรมชาติ บนหลักการที่ว่าสตรีมีสิทธิโดยพื้นฐานที่จะได้รับการดูแลก่อน

คลอดและหลังคลอดอย่างเหมาะสม บทบาทของพยาบาล คือ เป็นผู้มีส่วนร่วมในการดูแล วางแผน และประเมินผล ในระหว่างการตั้งครรภ์ตลอดถึงระยะคลอดและหลังคลอดเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจให้กับคนในชุมชน โดยผสมผสานภูมิปัญญาท้องถิ่นเข้ากับขั้นตอนต่าง ๆ ในการดูแลผู้คลอด (มูลนิธิส่งเสริมการคลอด และการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แห่งประเทศไทย)

ซึ่งประเพณีต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นวัฒนธรรมที่ก่อให้เกิดความรักและความผูกพันของผู้คนในสังคมไทยอย่างแท้จริง

องค์ประกอบของสุขภาพ

องค์ประกอบสุขภาพจะต้องรวมถึงการมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์มีสุขภาพจิตดีสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข คนที่มีความสุขสบายดีกับคนที่เจ็บป่วยจะมองสุขภาพในลักษณะที่แตกต่างกัน เพราะสุขภาพมีผลกระทบต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลสุขภาพไม่ได้เกิดจากการมีญาติ หรือมีหมอประจำตัวที่ดีแต่ประการเดียว แต่สุขภาพยังหมายถึงการมีวิถีชีวิตที่ดี และมีสิ่งแวดล้อมที่ดีด้วย ดังนั้นสุขภาพของประชาชนจะดีหรือเลว นั้น ย่อมขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย 2 อย่างคือ มนุษย์กับสิ่งแวดล้อม ดังนี้

1. ปัจจัยทางด้านมนุษย์ ได้แก่

1.1 กรรมพันธุ์ เป็นตัวกำหนดรูปร่าง หน้าตา สติปัญญา จิตใจ อารมณ์ บุคลิกภาพ ภูมิคุ้มกันโรค และการเกิดโรคต่าง ๆ

1.2 พฤติกรรม หมายถึง วิถีดำเนินชีวิต หรือการประพฤติปฏิบัติของบุคคลในเรื่องต่าง ๆ เช่น อาหารการกิน การพักผ่อน การออกกำลังกาย สุขนิสัยส่วนบุคคลที่เกี่ยวกับการทำงาน การกินอาหาร ฯลฯ

1.3 จิตใจหรือจิตวิญญาณ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด และความเชื่อที่ฝังลึกอยู่ในจิตสำนึกของบุคคล อันเป็นผลมาจากกรรมพันธุ์ และสิ่งแวดล้อม รวมทั้งวัฒนธรรม การศึกษา การอบรมเลี้ยงดู ย่อมส่งผลถึงสุขภาพของคนเราได้ตรงกับพุทธภาษิตที่ว่า “จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว”

2. ปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่

2.1 สิ่งแวดล้อมทางชีวภาพ ได้แก่ เชื้อโรคต่าง ๆ พืชที่ทำให้เกิดพิษ หรือมนุษย์ทำให้เกิดความเครียด ความขัดแย้งหรือเป็นแหล่งกำเนิดของการก่อภัยพิบัติต่าง ๆ ได้

2.2 สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ เช่น ที่อยู่อาศัย อาหาร น้ำใช้ น้ำดื่ม ส้วม อากาศ แสง เสียง ความร้อน รังสี เหล้า บุหรี่ มลภาวะ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อการเกิดโรค

ติดเชื่อ ภาวะทุพโภชนาการ อุบัติเหตุ การบาดเจ็บ การเกิดพิษ ความพิการ

2.3 สิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่น การศึกษา วัฒนธรรม ศาสนา เทคโนโลยี เศรษฐกิจ กฎหมาย การเมือง สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลต่อสุขภาพของคนเราในแง่ต่าง ๆ ไม่โดยตรงก็โดยอ้อม

2.4 เทคโนโลยีทางการแพทย์และการบริการสาธารณสุข ได้มีวิวัฒนาการก้าวหน้าจนสามารถใช้ป้องกันและรักษาโรคต่าง ๆ มากมาย ช่วยลดความพิการ ช่วยให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

จะเห็นได้ว่า ปัจจัยทั้งสองประการดังกล่าวนี้เป็นผลมาจากการกระทำของตัวบุคคล รวมทั้งโครงสร้างและกลไกทางสังคม หรือเรียกอีกนัยหนึ่งว่า “สัมมาทิฐิเกี่ยวกับสุขภาพ” เป็นต้น

อิทธิพลของวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน

ด้วยเหตุที่วัฒนธรรมของแต่ละสังคม มีคุณลักษณะที่แสดงออกถึงวิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคม และมีส่วนส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชนได้ ดังนั้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอนามัยของประชาชนให้ถูกต้องและเหมาะสมจึงเป็นงานหนึ่งของการดำเนินงานด้านสาธารณสุขที่เจ้าหน้าที่ในทีมสุขภาพทุกคนต้องตระหนัก ดังเช่นศูนย์ศึกษานโยบายสาธารณสุขได้ริเริ่มโครงการวิจัยเพื่ออธิบายแบบแผนพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของชาวบ้าน และได้มีการอภิปรายเกี่ยวกับแนวคิดการดูแลสุขภาพตนเองไว้อย่างกว้างขวางโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในส่วนที่เป็นภาพสะท้อนวัฒนธรรมสุขภาพของชุมชนและให้ความสำคัญกับเรื่อง ภูมิปัญญาท้องถิ่น (Local Wisdom) อย่างแท้จริง เช่นประชาชนมีรายได้ไม่เพียงพอกับการรักษาสุขภาพตนเองเมื่อมีอาการเจ็บป่วย รายได้ของครอบครัวไม่ดีก็ต้องหันมารับการรักษาแบบแผนโบราณที่บรรพบุรุษเคยปฏิบัติแล้วได้ผลดีสืบต่อกันมา เช่นการรักษาด้วยยาสมุนไพร การนวดแผนโบราณต่าง ๆ ดังนั้นการเคลื่อนไหวขององค์กรพัฒนาเอกชนทางด้านสาธารณสุขจึงได้รวมตัวกันเป็นองค์กรต่าง ๆ ขึ้น เช่น กลุ่มสมุนไพรเพื่อการพึ่งตนเอง ชมรมสมุนไพรไทยอีสาน และโครงการฟื้นฟูการนวดไทย เป็นต้น จะเห็นได้ว่า “วัฒนธรรมไทย” เป็นสิ่งที่สามารถบูรณาการได้เป็นอย่างดีกับสุขภาพของประชาชนถ้ามีพฤติกรรมที่ถูกต้องและเหมาะสม ประชาชนเหล่านั้นก็จะมีสุขภาพที่ดีและเป็นสุขได้ ดังพระราชดำรัสของในหลวงที่ว่า “การดำรงชีวิตอย่างเศรษฐกิจที่พอเพียง” นั่นเอง