

บันทึกภูมิปัญญา : การนวดพื้นบ้านไทย กรณี หมอทองเลื่อน วิเศษสิงห์ จังหวัดกาญจนบุรี

ฉันทนา กระภูฤทธิ*
ธนิดา ชุนบุญจันทร์
อาภากรณ์ เตชรัตน์
กฤษณะ คตสุข

บทนำ

การนวดไทยเป็นภูมิปัญญาของคนไทยที่สืบทอดกันมาตั้งแต่สมัยโบราณ คนไทยมีการนวดกันเอง เพื่อช่วยเหลือกันในยามเจ็บป่วยมาตั้งแต่อดีต การนวดเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ ในการนวดผู้นวดจะใกล้ชิดกับตัวผู้ป่วยและถ่ายทอดความรู้สึกเมตตาและความปรารถนาที่จะให้ผู้ป่วยหายจากโรคผ่านการสัมผัส หมอนวดจึงต้องเป็นผู้ที่มีคุณธรรมและมีจรรยาบรรณอย่างแท้จริง

การศึกษาภูมิปัญญาการนวดของหมอพื้นบ้านซึ่งเป็นภูมิปัญญาที่สั่งสมมาตั้งแต่บรรพบุรุษ นับเป็นการอนุรักษ์ภูมิปัญญาอันทรงคุณค่าไว้ไม่ให้สูญหาย โดยครั้งนี้สำนักงานการแพทย์พื้นบ้านไทยกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ได้ดำเนินการศึกษาภูมิปัญญาการนวดของหมอทองเลื่อน วิเศษสิงห์ ใช้วิธีการศึกษาโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อถอดองค์ความรู้และภูมิปัญญา

จากหมอทองเลื่อน ร่วมกับสังเกตการณ์ในกระบวนการรักษา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ความรู้ของหมอทองเลื่อนในการนวดระดับพื้นฐานเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาองค์ความรู้การนวดพื้นบ้านให้มีความเหมาะสม และสามารถถ่ายทอดสู่ผู้สนใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ประวัติหมอทองเลื่อน

หมอทองเลื่อน วิเศษสิงห์ ปัจจุบันอายุ 64 ปี เป็นหมอนวดพื้นบ้านมา 34 ปี เป็นคนอำเภอพนมทวน



หมอทองเลื่อน

สำนักงานการแพทย์พื้นบ้านไทย กรมพัฒนาการแพทย์
แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

*ผู้รับผิดชอบบทความ: summom1703@hotmail.com

โดยกำเนิด อยู่บ้านเลขที่ 24 หมู่ 10 ตำบลหนองโรง อำเภอนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี อาชีพหลักทำนา และทำไร่มันสำปะหลัง หมอทองเลื่อนอาศัยอยู่กับลูกมาตั้งแต่เด็ก เนื่องจากพ่อเสียชีวิตและแม่มีสามีใหม่ จึงไม่ได้เรียนหนังสือ แต่งงานและมีบุตร 3 คน

ภูมิปัญญาการนวดของหมอทองเลื่อน เป็น การสืบทอดภูมิปัญญาของบรรพบุรุษเกี่ยวกับการนวด ซึ่งได้ทดลองนำมาใช้ในการรักษาตนเองก่อน เมื่อได้ผลจึงนวดให้ผู้อื่น การรักษาเน้นที่พื้นฐานของเส้นตามร่างกาย ซึ่งจะสอดคล้องกับทฤษฎีการของ แต่ละคนที่แตกต่างกัน หมอทองเลื่อนมีความชำนาญในรักษา เช่น กระดูกทับเส้น อัมพฤกษ์ อัมพาต นิ้วเหนียวโกป็น ไหล่ติด หมอนรองกระดูกเคลื่อน ข้อเท้าพลิก ซา มีนัง สะบักจม หมอทองเลื่อนได้รับการยอมรับ เชื่อถือ ครีฑาจากคนในชุมชนและคนต่างพื้นที่เป็นอย่างดี ซึ่งในแต่ละวันมีผู้ป่วยมารับการรักษาอย่างต่อเนื่อง ผู้มารับการนวดมีทั้งคนในพื้นที่จังหวัดกาญจนบุรี จากกรุงเทพฯ และจากต่างจังหวัด เช่น พระนครศรีอยุธยา ปทุมธานี จำนวนผู้ป่วยที่รักษาเฉลี่ยสัปดาห์ละ 30-40 ราย แต่ละราย ต้องใช้เวลาในการนวดประมาณ 2 ชั่วโมง

กว่าจะมาเป็นหมอนวดพื้นบ้าน หมอทองเลื่อนเคยป่วยเป็นอัมพาตตอนอายุ 30 ปี จากการล้มกันกระแทกพื้นได้รับความทุกข์ทรมานมาก เพราะช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ แต่จากความเชื่อมั่นและแรงอธิษฐานขอให้หายจากอาการเจ็บป่วย จึงทำให้ได้รับสิ่งที่มาดลใจในการเรียนรู้ที่จะรักษาตนเองให้หาย หมอทองเลื่อนเรียนวิชาจากพ่อของสามี (พ่อเซย วิเศษสิงห์) ซึ่งสมัยที่ยังมีชีวิตอยู่ พ่อเซยเป็นหมอยาประจำหมู่บ้าน รักษาโรคผีหนอง ลมพิษ ภูสวด เริ่มทำน้ามนต์รักษาคนที่ถูกหมาบ้ากัด โดยหมอทองเลื่อนเป็นผู้ช่วยในการเก็บยาสมุนไพร พ่อเซยได้

ถ่ายทอดศาสตร์เหล่านี้ให้หมอทองเลื่อน และเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝันกับตนเอง จึงมีความเชื่อว่าพ่อเซยคงต้องการถ่ายทอดองค์ความรู้ให้กับตนเอง โดยผ่านการเรียนรู้จากการต้องรักษาตัวเอง

ซึ่งหมอทองเลื่อนได้ตั้งจิตอธิษฐานขออนุชาครู และขอสืบทอดวิชาต่อไป จากเหตุการณ์ที่หมอทองเลื่อนสามารถเรียนรู้การรักษาผ่านอาการเจ็บป่วยของตนเอง จนหายเป็นปกติได้ หมอทองเลื่อนจึงใช้วิชาความรู้ในการช่วยเหลือผู้อื่น โดยเฉพาะผู้ป่วย อัมพฤกษ์ หลายรายจนมีอาการดีขึ้นมาก ทำให้หมอทองเลื่อนมีประสบการณ์และมีผู้ป่วยมารับการรักษาอย่างต่อเนื่อง หมอทองเลื่อนได้รับการยกย่องให้เป็นครูภูมิปัญญาพื้นบ้าน ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกาญจนบุรี ปัจจุบัน หมอทองเลื่อนได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นผู้ประกอบโรคศิลปะ ตามมาตรา 33 (1)(ก) สาขาการแพทย์แผนไทย ประเภทการนวดไทย หมอทองเลื่อนเป็นคนใจดี มีน้ำใจ ชอบทำบุญและช่วยเหลือผู้อื่น

สิ่งหนึ่งที่หมอทองเลื่อนกระทำทุกปี คือ พิธีไหว้ครูประจำปี ซึ่งจัดขึ้นในวันพฤหัสบดีแรกของเดือนหก เพื่อระลึกถึงพระคุณครูบาอาจารย์ นอกจากนี้ หมอทองเลื่อนยินดีถ่ายทอดความรู้ให้ศิษย์ด้วยความเต็มใจ โดยสอนให้กับลูกหลาน นักเรียนโรงเรียนบ้านหลุมหิน ตำบลหนองโรง อำเภอนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี และเป็นวิทยากรสอนให้สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) เขต 8 รวมทั้ง อสม. และบุคคลทั่วไป¹

การรักษาอาการ

หมอทองเลื่อนจะสอบถามอาการ และตำแหน่งที่เป็น รวมถึงระยะเวลาที่เป็นจากผู้ป่วย และประวัติการรักษา โรคประจำตัว รวมถึงอุบัติเหตุที่

เคยประสบมาก่อน ตรวจร่างกายเพื่อการวินิจฉัยเบื้องต้น จากนั้นจึงสังเกตความผิดปกติของผู้ป่วย ตั้งแต่ท่าทางเดิน ร่วมกับสังเกตอาการอื่น ๆ แล้วจึงนวดรักษา

ขั้นตอนการนวดเพื่อการรักษา

1) การเตรียมพิธีกรรม หมอทองเลื้อนจะให้ผู้ป่วยทำบุญใส่ขันธู จำนวน 12 บาท โดยใส่เพียงครั้งเดียวใน 1 ปี ใช้เวลานวดครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมงครึ่ง ถึง 2 ชั่วโมง โดยนวดเฉพาะที่บ้าน ไม่รับนวดนอกสถานที่ ยกเว้นการเป็นวิทยากรสาธิตในการประชุมต่าง ๆ และหยุดรักษาทุกวันพระ

2) วิธีการนวดรักษา ใช้วิธีการนวดด้วยมือ ข้อศอก ปลายแขน เท้า สันเท้า โดยไม่ใช้น้ำมันหรือสมุนไพรใด ๆ ระหว่างนวดหมอทองเลื้อนจะชวนคุยเล่าเรื่องความเชื่อในกฎแห่งกรรม ให้กำลังใจ และแนะนำให้ผู้ป่วยทำบุญตามความเชื่อและความศรัทธา

3) การติดตามและประเมินผลการรักษา

ผู้ป่วยที่มีอาการมาก เมื่อทำการนวดครั้งแรก โดยทั่วไปจะนัดครั้งต่อไปทุกสัปดาห์ เป็นเวลา 3 สัปดาห์ติดต่อกัน ส่วนในกรณีที่เพิ่งเริ่มป่วย จะนัดครั้งต่อไปอีก 1 สัปดาห์ หรือแล้วแต่ผู้ป่วยต้องการจะมานวดรักษาต่อไปก็ได้ ส่วนการประเมินผลการนวด จะใช้วิธีตรวจร่างกายและจากคำบอกเล่าของผู้ป่วย

ภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านรักษาอาการ หมอทองเลื้อนมีความสามารถบำบัดรักษาได้หลายอาการ แต่ในครั้งนี้นำเสนอภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้าน 3 อาการ ได้แก่ นวดผู้ป่วยที่มีอาการ อัมพฤกษ์/ อัมพาต อาการนิ้วเหนียวโกป็น และอาการไหล่ติด

1. อัมพฤกษ์/อัมพาต

อาการแสดงที่ผู้รับการนวดบอก ข้อเท้าไม่กระดก เดินลากขา เดินเกร็ง ข้อเท้าบิดเบี้ยวเสียรูปทรงไปจากเดิม

สาเหตุ เส้นเลือดตีบตัน หรือเส้นเลือดแตก เส้นเอ็นอยู่ผิดตำแหน่ง จากอุบัติเหตุ/ผ่าตัด

การนวดรักษา หมอทองเลื้อนนวด 3 แนว คือ

- 1) แนวสะบักถึงหลัง
- 2) แนวบ่า แขน และมือ
- 3) แนวสะโพกและขา

1.1 การนวดแนวสะบักถึงหลัง

ผู้รับการนวดนอนตะแคงคู่เข้า ผู้นวดนั่งทับสันอยู่ด้านหลังผู้รับการนวด

ใช้ศอกกดที่จุดร่องใต้สะบัก **ระวังไม่นวดบริเวณกระดูกสันหลังตั้งแต่โค้งคอดลงมาที่ใต้รักแร้** นวดตามแนวร่องสะบัก นวดที่บริเวณสะบักที่เป็นรูปสามเหลี่ยมระหว่างแขนกับสะบักด้วยศอก คลึงรอบสะบักด้วยแขนทั้งสองด้าน ทำซ้ำหลาย ๆ รอบ เพื่อให้เส้นคลายตัวไม่เกาะรั้ง ดังรูปที่ 1-4

นวดหลังด้วยศอกตั้งแต่โค้งคอเส้นสันด้านใน ไหลลงมาเรื่อย ๆ จนถึงบั้นเอว นวดสันนอกจากบั้นเอวขึ้นไปจุดกลางสะบักทั้งสองด้าน

1.2) การนวดแนวบ่า แขน และมือ

ผู้รับการนวดนอนตะแคง ผู้นวดนั่งทับสันอยู่ด้านหลังผู้รับการนวด

นวดที่บ่ารองด้วยนิ้วโป้ง นิ้วชี้ และนิ้วกลาง จากโค้งคอดลงมาที่หัวไหล่ ใช้ศอกนวดจากด้านหลัง แขนตั้งแต่หัวไหล่จนถึงข้อศอกด้านนอกจะวิ่งไปที่นิ้วกลาง ใช้นิ้วกดที่ใต้ข้อศอกเส้นนี้จะวิ่งไปที่นิ้วก้อยและนวดจนถึงข้อมือกดที่กลางข้อมือ ผู้ป่วยนอนหงาย คว่ำมือลงบนฝ่ารองมือใช้แขนคลึงที่นิ้วมือทุกนิ้วตั้งแต่นิ้วก้อยจนถึงนิ้วโป้งแล้วหงายมือขึ้น วางบนฝ่า กदनวดที่ข้อมือด้วยนิ้วโป้งและนวดกลม



รูปที่ 1-4 การนวดแนวสะบักถึงหลัง



รูปที่ 5-12 การนวดแนวบ่า แขนและมือ

เนื้อนิ้วโป้งง่ามนิ้วข้อมนิ้วหวดรีดเส้นที่ฝ่ามือและข้อมนิ้วทุก ๆ นิ้วพร้อมกับทดสอบการงอของนิ้วทุก ๆ นิ้ว หงายมือผู้รับการหวดขึ้นงอแขนผู้รับการหวด ใช้ท่อนแขนค้ำค้ำที่ แขนท่อนบนและใช้ศอกกดที่สามเหลี่ยมหัวใจด้านหลังหน้า กัดที่ได้รักแร้ด้วยนิ้วโป้ง ลมจะวิ่งไปที่ปลายมือ ดังรูปที่ 5-12

1.3 การหวดแนวสะโพกและขา

ผู้รับการหวดนอนตะแคง หวดด้วยศอก จุดที่หวด คือ เอวทั้งสองข้าง ขยับมาที่จุดเหนือกันย้อย (สลักเพชร) และโคนขาลงไปจนถึงเข่า

ใช้ศอกกดที่รอบ ๆ เนื้อนูนใต้เข่า หวดคลึงลงไปจนถึงเอ็นร้อยหวาย กัดที่ได้ตามู่มเฉียงไปทางสันเท้าเล็กน้อย คลึงเอ็นร้อยหวายด้วยแขน

ผู้รับการหวด นอนคว่ำ ผู้หวดนั่งบริเวณปลายเท้า จับข้อเท้าผู้ถูกหวดขึ้น เพื่อประคองเท้า ใช้ศอกคลึงจากสันเท้าไปที่ปลายเท้า 3 แนว คือแนวนิ้วก้อยกลางโป้ง ใช้ศอกกดคลึงโคนข้อมนิ้วทุก ๆ นิ้ว พับขาขึ้นไปด้านบนหากพับไม่ได้ถึงก้นให้หวดรอบรอยนูนใต้ขาพับจนสามารถพับได้ชิดก้น ใช้ศอกกดที่ข้อเท้าแล้วคลึงลงไปร่องสันหน้าแข้งใต้หัวเข่าขึ้นลงหลายเที่ยวจนคลาย วางขาลง หวดที่ข้อมฝ่าเท้า ด้านนอกด้วยแขนตั้งแต่สันเท้าถึงนิ้วก้อยหลาย ๆ รอบ ดังรูปที่ 13-20

จัดทำผู้รับการหวดนอนตะแคงคู่เข่า (เข่าบนงอ ขาล่างเหยียด) ผู้หวดนั่งด้านปลายเท้า ใช้เท้ายันที่โคนขาด้านนอกลงมาที่เหนือหัวเข่า



รูปที่ 13-20 การหวดแนวสะโพกและขา



รูปที่ 21-29 การนวดรักษาอาการนิ้วเหนียวไถป็น

2. นิ้วเหนียวไถป็น

อาการแสดงที่ผู้รับการนวดบอก กำมือแล้วคลายออกไม่ได้ บางรายปวดและชานิ้วขยับและกระดิกนิ้วไม่ได้

วิธีการนวด

1. ทำนวด ผู้รับการนวดตะแคง ผู้นวดนั่งพับเพียบ
2. พับแขนผู้รับการนวด ใช้ศอกนวดที่เหนือข้อศอก และนวดที่แขนด้านนอกถึงข้อมือ วางแขนลงนวดที่สามเหลี่ยมเหนือปุ่มกระดูกแขนศอก ใช้นิ้วนวดแขนด้านนอกถึงข้อมือและนิ้วกลาง ดังรูปที่ 21-25
3. ผู้รับการนวด นอนหงาย นวดแขนด้านใน กัดที่ข้อพับข้อศอก นวดที่แขนบนถึงข้อไหล่ นวดแขนล่างถึงข้อมือ นวดคลึงด้วยท่อนแขนที่นิ้วมือทุก

นิ้วทั้งหลังมือและฝ่ามือ หมุนนิ้วทุกนิ้ว แกะข้อนิ้วที่มีปัญหา หมุนนิ้ว พับข้อนิ้ว ตรวจสอบการเคลื่อนไหวของข้อที่ติด นวดจนคลาย ดังรูปที่ 26-29

3. ไหล่ติด

อาการแสดงที่ผู้ถูกนวดบอก ยกแขนไม่ขึ้น มีอาการปวดบริเวณรักแร้ มือชา แขนอ่อนแรง

วิธีการนวด

1. ทำนวด ผู้รับการนวดนอนตะแคง ผู้นวดนั่งขัดสมาธิ
2. ใช้นิ้วมือนวดร่อนเบา ใช้ท่อนแขนนวดที่จุดกลางหัวไหล่ หัวไหล่ด้านหน้า หัวไหล่ด้านหลัง ใช้ศอกนวดที่ได้ไหลตรงสามเหลี่ยมและที่กล้ามเนื้อได้สะบัก ดังรูปที่ 30-33



30



31



32



33

รูปที่ 30-33 การนวดรักษาอาการไหล่ติด

บทสรุป

การนวดแบบพื้นบ้าน เป็นภูมิปัญญาที่สืบทอดมายาวนาน สัมมาตั้งแต่บรรพบุรุษ ทำในการนวดมีความหลากหลาย การพัฒนาแนวทางการถ่ายทอดองค์ความรู้นวดพื้นบ้านให้เป็นระบบ และมีความเหมาะสมจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อให้การถ่ายทอดสู่ผู้เรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ² และสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาเป็นหลักสูตรการนวดพื้นบ้านภาคกลาง รวมทั้งสามารถนำไปใช้ในการรักษาผู้ป่วย

เรื่อรังด้วยภูมิปัญญาการนวดพื้นบ้านไทยได้เป็นอย่างดี

เอกสารอ้างอิง

1. สิริรัตน์ จันทระมะโน, เจนระวี สว่างอารีย์รักษ์. รายงานการวิจัย ภูมิปัญญาของหมอนวดพื้นบ้านในการดูแลรักษาสุขภาพของผู้สูงอายุ; นนทบุรี : (อัสสัมชัญ); 2555.
2. สุรน พรบัตติตย์ปัทมา. เอกสารประกอบการอบรมการนวดพื้นฐาน. หลักสูตรอบรมนวดแบบพื้นบ้าน 150 ชั่วโมง. 19 พฤษภาคม -17 มิถุนายน 2557. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านศาละวัน ตำบลศาลาया อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม: (อัสสัมชัญ); 2557.