

การบำบัดโรควิธีอาบแช่

สมชัย บวรกิตติ*

บทความนี้นำเสนอด้วยประสงค์เพื่อรื้อฟื้นศัพท์แพทย์ balneotherapy ที่ไม่ค่อยคุ้นกันในวงการแพทย์ปัจจุบัน นำมาเสนอในรูปแบบศัพท์บัญญัติภาษาไทย ร่วมกับความหมายสั้น ๆ. ผู้แต่งจะยินดีมากและขอบคุณผู้ที่จะกรุณาสอนคำศัพท์บัญญัติภาษาไทยของคำ balneotherapy ที่ถูกต้องและสละสลวยกว่าที่ใช้ในบทความนี้.

Balneology^๑ เป็นวิทยาการแห่งการใช้แร่ธรรมชาติ สำหรับการรักษาผู้ป่วยและบำบัดโรคที่มีประวัติยาวนาน. ในทวีปเอเชียมีการอาบแช่น้ำแร่ตั้งแต่ยุคสัมฤทธิ์ ๕,๐๐๐ ปีมาแล้ว เช่นการใช้พุร้อนเกี่ยวกับพิธีทางศาสนาในอียิปต์ และโดยชาวยิวในตะวันออกกลาง.

Balneotherapy^๒ (L. *balneum bath + therapy*) โดยรากศัพท์หมายถึงการบำบัดโรคโดยการอาบแช่ (treatment of

disease by bathing) ผู้เขียนจึงลองบัญญัติเป็นคำไทยว่า **การบำบัดโรควิธีอาบแช่**. การบำบัดโรควิธีนี้ได้ปฏิบัติกันตั้งแตหลายพันปีมาแล้ว^๓ เช่น ให้บริการผู้ป่วยอาบแช่ในน้ำแร่ร้อนหรือเย็น, การนวดด้วยกระแสน้ำไหล; น้ำแร่ที่ใช้ส่วนใหญ่มี ซิลิกา กำมะถัน เซลีเนียม และเรเดียม ซึ่งสามารถดูดซึมผ่านผิวหนังได้.

ในปัจจุบัน^๔ วิธีบำบัดโรควิธีอาบแช่ ได้ขยายออกไปครอบคลุมงานบำบัดแทบทุกอย่างในสถานเสริมสุขภาพ (สปา) นอกเหนือจากการอาบแช่น้ำแร่ธรรมชาติ เช่น การอาบแช่น้ำร้อน (hot baths), อาบไอน้ำธรรมชาติ (natural vapor baths), แชโคลนและทรายร้อน (hot mud and sand baths), ร่วมกับเชื้อสารหอม หรือยาน้ำ ('aromatic' or 'medicated' baths) เช่นน้ำดัมหนามหรือหน่ออ่อนของต้นเฟอร์และสนซึ่งมีน้ำมัน



การอาบแช่น้ำแร่จากพุร้อน (รูปซ้าย) และการอาบแช่น้ำเชื้อสารหอม

*สำนักวิทยาศาสตร์, ราชบัณฑิตยสถาน, กรุงเทพฯ ๑๐๓๐๐



ภาพบนซ้ายเป็นภาพการนอนแช่ทรายร้อนในประเทศญี่ปุ่น. ภาพอื่น ๆ เป็นการอาบแช่น้ำจากพุ่น้ำร้อนในแหล่งต่าง ๆ ในประเทศไทย

ไม้เฟอร์ (fir wood oil) ที่ระเหยง่ายคล้ายอีเธอร์หลายชนิด, หรือสารสกัดด้วยแอลกอฮอล์ ที่มีฤทธิ์กระตุ้นการไหลเวียนเลือดบริเวณหนังและประสาทส่วนรอบ, รวมถึงการดื่มน้ำบางชนิด.

โรคที่บำบัดได้ผลในระดับต่าง ๆ ด้วยวิธีอาบแช่น้ำ ได้แก่ ภาวะผิวหนังอักเสบเหตุโรคต่าง ๆ, ใช้รูทเมดิคที่ยังคงมีอาการปวดข้อและหัวใจโต, โรคข้ออักเสบรูทเมดิคเรื้อรังที่ข้อข้อมุมและข้อติด, โรคกล้ามเนื้ออักเสบรูทเมดิคเรื้อรัง, ประสาทอักเสบระยะหลัง ๆ ที่มีอาการปวด โดยเฉพาะที่เกี่ยวกับโรคเกาต์หรือรูทเมดิสม, ภาวะเลือดคั่งในท้อง (abdominal venosity, abdominal plethora), ภาวะอ้วนเกิน, ปัสสาวะมีน้ำตาล, ภาวะเลือดจาง, นิ่วกรดยูริก และเลือดคั่งภายใน. ผู้เขียนเคยแนะนำการว่ายน้ำและการทำกายบริหารในน้ำสำหรับบรรเทาอาการปวดหลัง^๕ และการดื่มน้ำร้อนจัดแก่ไอ^๖ อาจจัดเข้าเป็นวิธีบำบัดโอโรราปิย์ สมัยใหม่ได้.

กรณีที่ไม่เหมาะกับบำบัดโอโรราปิย์ได้แก่ ผู้ป่วยโรคหัวใจมีภาวะหัวใจล้มเหลว, โรคอวัยวะภายในที่เป็นมาก เช่น โรค

ตับแข็งระยะท้าย, วัณโรคปอดระยะกัมมันต์, โรคระบบประสาทที่เป็นมาก เช่น อัมพาตรุนแรง, โรคซึมเศร้ารุนแรง, มีครรภ์.

เอกสารอ้างอิง

๑. Lund JW. Balneological use of thermal waters (Chapter 1.1). In: Intrnational Summer School on Direct Application of Geothermal Energy. GeoHeat Center, Klamath Falls (OR), U.S.A. E-mail:lundj@oit.edu. Accessed 11/7/2007.
๒. Dorland's Illustrated Medical Dictionary, 31st Ed. Philadelphia: Saunders; 2007. p. 198.
๓. Wikipedia, the free encyclopedia. Balneotherapy. [cited 2001 Jan 1]. Available from: <http://en.wikipedia.org/wiki/Balneotherapy>. Accessed 1/1/2001.
๔. Wikipedia, the free encyclopedia. Balneotherapy. [cited 2007 Oct 18]. Available from: <http://en.wikipedia.org/wiki/Balneotherapy>.
๕. สมชัย บวรกิตติ. ประโยชน์ของการว่ายน้ำและบริหารร่างกายในน้ำ. วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ๒๕๕๐;๕:๑๘๖.
๖. สมชัย บวรกิตติ. กรณีน้ำร้อนแก้อาการไอ. วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ๒๕๕๐; ๕:๗๒.