

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สุขสภาวะที่พบเห็นในสังคมปัจจุบันพบว่าความเจริญในทางสังคมและเศรษฐกิจ และสภาพทางสังคมของคนในเมืองต่างๆ มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการเปลี่ยนพฤติกรรมของปัจเจกชนในการดูแลสุขภาพเรื่องสุขภาพ สภาวะรีบร้อน,เร่งรีบแข่งขันตั้งแต่ลืมตาตื่นออกจากบ้านเพื่อหนีปัญหาทางด้านจราจร ทำให้เกิดความเครียดสภาวะความเครียดเรื้อรังและสะสมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ^๑ บางครั้งสภาวะการณ์ที่เร่งรีบทำให้ละเลยในเรื่องอาหารมื้อเช้า ซึ่งเป็นอาหารมื้อหลักที่สำคัญในการหล่อเลี้ยงร่างกาย นานวันเข้าทำให้เกิดสภาวะขาดสารอาหารในร่างกายสมองไม่สดใส,และในภาวะที่เร่งรีบเดินทางให้ทันกับเวลา ในที่ทำงานก็ต้องแข่งขันรีบเร่งทำงานเพื่อให้ทันกับเวลาเพื่อให้ได้ปริมาณตามกำหนด,ย่อมเกิดสภาวะเครียด,คับข้องใจขึ้นบ่อยๆ จนทำให้กลายเป็นโรคต่างๆจากสาเหตุของความเครียดทางใจได้

สังคมในยุคคนเมืองต้องรีบเร่งกับทุกอย่างรวมทั้ง พฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เร่งรีบ,นิยมรับประทานอาหารฟาสฟู๊ด ซึ่งสะดวกแต่ขาดในเรื่องคุณค่าสารอาหารและยังเป็นอาหารที่มีไขมันให้พลังงานสูง และย่อยยากไปอีกผนวกกับการรับประทานอาหาร ทำให้อาหารย่อยไม่ละเอียด ทำให้เพิ่มภาระระบบย่อยอาหารในร่างกายมากไปอีก ในการกำจัดของเสียออกมา การที่มีพฤติกรรมซ้ำๆ นานวันเข้าย่อมส่งผลกับสุขภาพก่อเกิดเป็นโรคจากการเจ็บป่วย เมื่อป่วยนานๆแต่ยังไม่มากจึงไม่คิดรักษา ซ้ำยังคงทำพฤติกรรมเดิมซ้ำๆเดิมบ่อยๆเข้า ย่อมแปรเข้าสู่สภาวะโรคเรื้อรัง^๒

ทางพุทธศาสนามองเรื่องโรคภัยไข้เจ็บไว้ว่า โรคทางกายนั้นมีอยู่ครั้งได้บำบัดก็ส่งผลให้หายฟื้นคืนได้ และเป็นโรคที่สืบเนื่องมาจากทางใจก่อนที่เราเรียกว่าทุกข์ การนำหลักอริยสัจ ๔ มีอยู่สี่ประการ คือ

๑.) ทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก ภาวะที่ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ สภาพที่บีบคั้น ได้แก่ ชาติ (การเกิด) ชรา (การแก่) การเจ็บ มรณะ (การตาย การสูญสิ้น) การประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก การปรารถนาสิ่งใดแล้วไม่สมหวังในสิ่งนั้น

^๑ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) “จากจิตวิทยาสู่จิตภาวนา” พิมพ์ครั้งที่๑๑ (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก ๒๕๕๓) หน้า ๑๘-๒๑.

^๒ นพ.บรรจบ ชุณหสวัณกุล แพทย์ศาสตร์บัณฑิต งามาธิปดี ม.มหิดล เวชกรรมฝังเข็ม ปักกิ่ง วุฒิปัตร เวชศาสตร์ครอบครัว วาริบำบัด บทความ “ทุนนิยมสามานย์กับสุขภาพของคนไทย” วันที่ ๑๔ มกราคม ๒๕๕๗.

๒.) ทุกขสมุทัย คือ สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา ๓ คือ กามตัณหา-ความทะยานอยากในกาม ความอยากได้ทางกามารมณ์, ภวตัณหา-ความทะยานอยากในภพ ความอยากเป็นโน่นเป็นนี่ และ วิภวตัณหา-ความทะยานอยากในความปราศจากภพ ความอยากไม่เป็นโน่นเป็นนี่

๓.) ทุกขนิโรธ คือ ความดับทุกข์ ได้แก่ ดับสาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ กล่าวคือ ดับตัณหาทั้ง ๓ ได้อย่างสิ้นเชิง

๔.) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา คือ แนวปฏิบัติที่นำไปสู่หรือนำไปถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรค ซึ่งรวมเรียกอีกชื่อหนึ่งได้ว่า "มัชฌิมาปฏิปทา" หรือทางสายกลาง ส่วนมรรคมีองค์แปดนี้สรุปลงในไตรสิกขา ได้ดังนี้

๑. อริสีลสิกขา (ศีล) ได้แก่ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ
๒. อริจิตสิกขา (สมาธิ) ได้แก่ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ และ
๓. อริปัญญาสิกขา (ปัญญา) ได้แก่ สัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ

ผู้วิจัยเห็นว่าในทางปฏิบัติมรรค ๘ ย่อลงแล้ว จะเป็นตัวสำคัญในการทำกิจกรรมศีลสมาธิ ปัญญาต่อไป โดยนำหลักโพชฌงค์มาปรับนี้จะใช้ได้ผลดีกับเรื่อง การปฏิบัติตัวของคนไข้เรื้อรังว่าให้มีสติระลึกตัวตน และอยู่กับปัจจุบันที่ต้องงดในข้อห้ามต่างๆขณะรักษาตัว และการนำสมุนไพรมานำใช้ในการบำบัด ร่วมกับการทำสมาธิ การสวดมนต์เพื่อให้เกิดสติ

ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง อำเภอบางบาล นนทบุรี มีวัตถุประสงค์ในการรักษาเป็นแนวรักษาแบบการแพทย์องค์รวมที่เน้นไปทางหลักแพทย์แผนไทย คือการดูแลตนเองแบบ ยาสมุนไพรปรับสมดุลธาตุ, อาหารเป็นยา, อารมณ์จากสมาธิโดยการสวดภาวนาและการแผ่เมตตาเป็นธรรมโอสธ, การบริหารร่างกายในรูปแบบการทำสมาธิด้วยเดินย่างก้าวภาวนา ซึ่งมีผลในเรื่องการลดอัตราการป่วยในกลุ่มโรคเรื้อรังที่มีขีดจำกัดอยู่แต่ในแผนปัจจุบัน เพิ่มคุณภาพชีวิตด้วยการตระหนักถึงการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง ช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายทางยาของภาครัฐและภาคเอกชน รวมถึงการกระจายรายได้ไปสู่ภาคการเกษตรในเรื่องการแปรรูปสมุนไพร

ดังที่กล่าวมาในเบื้องต้น ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจว่า การดูแลแบบองค์รวมมีหลักพุทธธรรมด้าน พุทธโชนศาสตร์นำมาประยุกต์ใช้ในรูปแบบองค์รวม(กายกับจิตใจ) และองค์ความรู้นี้มีโอกาสพัฒนาไปสู่การรักษาแบบการแพทย์ทางเลือก ที่รักษากาย ใจ สังคม อารมณ์จิตวิญญาณไปพร้อมกัน การดูแลผู้ป่วยแบบองค์รวมโดยการนำหลักพุทธโชนศาสตร์เข้ามามีส่วนในการรักษาดูแลโดยใช้ทั้งหลักพุทธธรรม ยาสมุนไพรปรับสมดุลธาตุ บริหารกายและจิตใจด้วยสมาธิบำบัด บริหารอารมณ์และการรับรู้ด้วยปัญญาในการสวดโพชฌงค์และการแผ่เมตตา รวมถึงพิธีกรรมที่ร่วมเกื้อกูลกำลังใจ ที่ ชมรมแพทย์แผนโบราณวัดบางกร่าง อำเภอบางบาล นนทบุรี สามารถส่งเสริมฟื้นฟูสุขภาพและมีทัศนคติในการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการใช้ชีวิต ทั้งนี้ในส่วนหนึ่งของผู้วิจัยต้องการให้ผล

การศึกษาดังกล่าวเป็นรูปธรรม เพื่อใช้เป็นต้นแบบที่สามารถไปประยุกต์ใช้ในพื้นที่อื่นๆ ที่มีความประสงค์ในการดูแลผู้ป่วยกลุ่มโรคเรื้อรัง โดยใช้หลักพุทธธรรมดังที่กล่าวมา.

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาออกแบบชุดกิจกรรมหลักพุทธโภชนศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวม ที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาประสิทธิผลชุดกิจกรรมหลักพุทธโภชนศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวมที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี

๑.๒.๓ เพื่อนำผลชุดกิจกรรมหลักพุทธโภชนศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวมที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี มาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วย

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ สร้างหรือพัฒนา ชุดกิจกรรมหลักพุทธโภชนศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวม ที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี มีประสิทธิผลอย่างไร

๑.๓.๒ ประสิทธิภาพ ชุดกิจกรรมหลักพุทธโภชนศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวมที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรีเป็นอย่างไร

๑.๓.๔ ผลเพื่อนำผลชุดกิจกรรมหลักพุทธโภชนศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวมที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี มาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วยไปใช้เป็นอย่างไ

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา ศึกษาเฉพาะเรื่องผลการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยใช้หลัก พุทธโภชนศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์ ที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง อำเภอมือง นนทบุรี

๑.๔.๒ ประชากร ผู้เข้ารับการรักษาและสมาชิกที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง อำเภอมือง นนทบุรี

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านระยะเวลา ช่วงเวลาตั้งแต่ เดือนกันยายน ๒๕๕๗ ถึง เดือนพฤศจิกายน ๒๕๕๗

๑.๔.๔ ขอบเขตด้านตัวแปร

๑. ตัวแปรต้น ได้แก่ ชุดกิจกรรม ศีล สมาธิ ปัญญา

๒. ตัวแปรจัดทำ ได้แก่ การดูแลปฏิบัติกิจกรรมในแบบองค์รวมตามหลักพุทธโภชนศาสตร์

๓. ตัวแปรตาม ได้แก่ ผลของการพัฒนาทางกาย,ใจ,สังคม,อารมณ์ ของผู้ป่วยเรื้อรังที่ปฏิบัติตามกิจกรรมแบบองค์รวมตามหลักพุทธโภชนศาสตร์

๑.๕ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

สุขภาพแบบองค์รวม (Holistic Health) หมายถึงการดูแลสุขภาพที่มีการบูรณาการความรู้ดั้งเดิมของการแพทย์แผนไทยเข้ากับการบำบัดเสริมในหลักพุทธในที่นี้ผู้วิจัยหมายรวมด้าน ศิล สมาธิ ปัญญา เพื่อส่งเสริมให้เกิดสุขภาวะที่ดี และป้องกันรักษาโรค เป็นภาวะที่สมบูรณ์และเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวม ๔ ด้าน คือด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านการรับรู้ทางสังคมสิ่งแวดล้อม และด้านความเข้าใจระดับปัญญา

ด้านร่างกาย หมายถึง การที่ร่างกายสมดุลธาตุทั้ง ๔ จากอาหาร และพฤติกรรมก่อโรคให้พึงระวังในเรื่องอาหารที่รับประทานประจำวัน เป็นปัจจัยทำให้เกิดโทษ เป็นโรคเรื้อรังทางโบราณเรียก กองอิน อชินมี ๓ ประการคือ อชินธาตุ) ได้แก่ การบริโภคอาหารมิได้ชอบธาตุทำให้มีอาการทรุดลงไป อชินโรค) ได้แก่ การให้ยารับประทาน เมื่อรักษาไม่ถูกต้องกับอาการของไข้ อชินโทษ) คือการเจ็บป่วยในไข้(โรค) และธาตุทั้งปวง

ด้านพฤติกรรมก่อโรคเรื้อรังจากการฝืนกาย ยืน เดิน นั่ง นอน ในอิริยาบถไม่เสมอ การกลืนปัสสาวะและกลืนอุจจาระ การไปกระทบอากาศที่ร้อนสลับเย็นหรือเย็นสลับร้อน

ด้านจิตใจ หมายถึง ทางศาสนาและการแพทย์แผนโบราณกล่าวว่า ด้านจิตใจที่ทุกข์ย่อมมาจากอารมณ์ ๓ ประการคือ โลก โทสะ โมหะ ทุกข์ทางใจ ย่อมส่งผลทางกายมี ๓ ประการคือ ตัวโลก จะทำให้เกิดธาตุลม(วาตะ)แปรปรวน ตัวโทสะ จะทำให้เกิดธาตุไฟ(ปิตะ)แปรปรวน ตัวหลงหรือโมหะ(เสมหะ) ทำให้ธาตุน้ำแปรปรวน

ด้านการรับรู้ทางสังคมสิ่งแวดล้อม หมายถึง รับรู้ตนเอง ว่าเหตุที่ทำให้เจ็บไข้มาจากสิ่งใด จากตนเองทางกายและจิตใจ จากนั้นไปมีผลกับสังคมรอบๆตัวที่ใกล้ชิดคือ ครอบครัว เพื่อนญาติมิตรย่อมกระทบตามสายใยแมงมุมไปด้วย หรือสังคมรอบตัวเข้ามากระทบจากสาเหตุ การงานอาชีพ ครอบครัว เพื่อนบ้าน ย่อมส่งผลมาที่กายและใจของเราเช่นกัน

ด้านความเข้าใจระดับปัญญา หมายถึง การเข้าใจในสิ่งต่างตามสภาวะที่เกิดขึ้น ล้วนเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ไม่ว่าจะป่วยทางกายหรือจิตใจ เป็นสภาวะตามธรรมชาติ มีเกิดมีดับ ตามสภาพปัจจุบัน แต่มีการรับรู้การดูแลสุขภาพชีวิตและการพัฒนาจิตให้ยกสูงขึ้น

พุทธโภชนศาสตร์ หมายถึง การนำหลักธรรมมาประยุกต์เพื่อสนองความต้องการทางด้านร่างกายและทางปัญญา มาใช้กับผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เกี่ยวกับ

๑) อาหารสูตร อาหาร๔อย่าง ๑.กวมิงการาหาร(อาหารคือคำข้าว)ที่หยาบหรือละเอียด ๒. ผัสสาหาร(อาหารคือผัสสะ) ๓. มโนสัญเจตนาหาร(อาหาร คือมโนสัญเจตนา) ๔. วิญญานาหาร(อาหาร คือวิญญาน)

๒) เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติตนของผู้ป่วยไข้ขณะป่วยและผู้พยาบาลคนไข้รวมหมายถึงหลักที่ว่าด้วยโภชนบำบัดโรค สมุนไพรรักษา การจัดสถานที่ให้สบายๆ อารมณ์ที่เป็นเหตุแห่งการป่วยไข้

๓) ว่าด้วยความต้องการทางโภชนาการของร่างกายเพื่อการดำรงชีวิต เจริญเติบโต ซ่อมเสริมฟื้นฟูร่างกายในทำกิจกรรมต่างๆ

๔) ใช้หลักการแพทย์แผนไทย ใช้เภสัชรักษา ผู้วิจัยเลือกหลักอริยสัจ ๔ ที่เน้นเรื่องกายและใจต้องมีสัมพันธ์กันแยกจากกันไม่ได้ ถ้ามีอาการป่วยไข้อย่อมแปรผลมาจาก การกินอาหารที่ไม่ถูกกับธาตุเป็นเหตุ เนื่องจากความชอบในรสอาหาร และแก้ไขโดยใช้การปรับสมดุลเรื่องอาหารตามธาตุเจ้าเรือน โดยพิจารณาเรื่องของคุณประโยชน์มากกว่ารสที่ชอบ ในที่นี้ผู้ศึกษา ได้ศึกษาหลักพุทธโภชนศาสตร์ ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวม โดยจัดชุดกิจกรรมโปรแกรมรวมทั้งหมด ๔ ชุด กิจกรรม ดังนี้

กิจกรรมชุดที่ ๑ ศิล หมายถึง การปฏิบัติตัวเรื่องกิจวัตรประจำวันในเรื่องอาหารการกิน การพึงระวังในเรื่องอาหารที่เรารับประทานประจำวันด้วยการไตร่ตรองถึงประโยชน์และคุณค่า การจัดชุดกิจกรรมนี้ จะมุ่งเน้นให้ผู้ป่วยมีความปกติทางกาย ทางวาจา ทางใจ ได้แก่ การดูแลสุขภาพด้วยการรับประทานอาหารที่มีสมุนไพร อาหารที่อยู่ในรูปอาหารเป็นยาเช่นชาใบหม่อน งดของแสลงกับยาสมุนไพรและงดอาหารที่จะมีผลไปเพิ่มโรคบำรุงโรค ให้รับประทานตำหรับยาสมุนไพรที่ช่วยปรับสมดุลธาตุ ตามสูตรการรักษา

กิจกรรมชุดที่ ๒ สมธิ หมายถึง การกำหนดรู้ตัวสติให้เท่าทันกับกายคือการเคลื่อนไหวในชีวิตประจำวัน ช่วงกิจกรรมการทำงานในช่วงเวลาต่างๆได้เหมาะสม ออกกำลังกายในรูปแบบการทำสมาธิด้วยการเดินย่างก้าวยาวนานเพื่อให้ผ่อนคลายจากการเคร่งเครียดหรืออ่อนล้าของร่างกาย การจัดชุดกิจกรรมนี้ จะเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้ผู้ป่วยมีความรู้สึกละคลายควบคู่กับการออกกำลังกายแบบกำหนดสติในการก้าวเดิน ให้เกิดสมาธิ

กิจกรรมชุดที่ ๓ ปัญญา หมายถึงการให้ผู้ป่วยมีสติกับตัวเองให้หนึ่งเพื่อให้เกิดสมาธิ มีสติไตร่ตรองโดยใช้บทสวดภาวนา และการเจริญสติด้วยการแผ่เมตตา มีอารมณ์ที่เป็นสุข ทำให้เกิดความเข้าใจในตัวเอง และผู้อื่น การจัดชุดกิจกรรมนี้ จะเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้ผู้ป่วยเกิดปัญญา เห็นความเป็นอนิจจัง เป็นทุกข์ของชั้น ๕ ว่าเป็นธรรมดาว่ากายกับใจนั้นเป็นสิ่งที่อาศัยกันและกัน พอกายเจ็บป่วยไม่สบาย คนทั่วไปก็มักจะพาลจิตใจไม่สบาย เศร้าหมอง กระวนกระวาย กระสับกระส่ายไปด้วย และในทำนองเดียวกัน เมื่อจิตใจไม่สบายก็พลอยให้กายไม่สบายไปด้วย เริ่มต้นตั้งแต่รับประทานอาหารไม่ได้ ร่างกายเศร้าหมอง ผิพรรณชুবซีด เป็นสิ่งที่เนื่องอาศัยกัน ในทางตรงข้าม คือในทางที่ดี ถ้าจิตใจดี สบาย บางทีก็กลับมาช่วยกาย เช่นในยามเจ็บป่วย ถ้าจิตใจสบาย เช่น มีกำลังใจ หรือจิตใจผ่องใสเบิกบาน โรคที่เป็นมากก็กลายเป็นน้อย หรือที่จะหายยากก็หายง่ายขึ้น ยิ่งถ้าหากว่า กำลังใจที่ดั้นมีมากถึงระดับหนึ่ง ก็ไม่เพียงแต่ทำให้โรคบรรเทาเท่านั้น แต่อาจจะช่วยรักษาโรคไปด้วยเลย ทั้งนี้ก็อยู่ที่ว่าจะช่วยทำใจของเราหรือรักษาใจของเราได้มากแค่ไหน พระพุทธเจ้าและพระมหาสาวกนั้น ท่านมีจิตใจที่พัฒนาให้ถึงขั้นเต็มที่มีสุขภาพด้านจิตที่สมบูรณ์แล้ว เมื่อถึงเวลาที่ต้องการ ก็จึงเรียกเอาด้านจิตมาช่วยด้านกายได้เต็มที่ ถ้าไม่เหลือวิสัยของเหตุปัจจัย ก็เอาของดีที่มีในใจออกมารักษากายที่เป็นโรคให้หายไป ซึ่งการป่วยไข้ที่เกิดขึ้นได้เสมอเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา การเจริญสติด้วยการสวดมนต์พร้อมแปลความหมายได้แก่ การสวดมนต์ การสวดมนต์แปล โพชฌงค์พร้อมคำแปล และการแผ่เมตตา

กิจกรรมชุดที่ ๔ กลุ่มการให้คำปรึกษาโดยการสัมภาษณ์ การมุ่งเน้นให้ผู้ป่วยเกิดปัญญาด้วยตัวของผู้ป่วยเองในเรื่องการเกิดเป็นทุกข์ทางกายและใจ เข้าใจในเรื่องธรรมชาติของชีวิตย่อมเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปล้วนเกิดดับได้ทุกคน เมื่อเข้าใจก็พร้อมยอมรับกับเหตุที่เป็นปัจจัยที่ส่งเสริม พร้อมยอมรับในสภาพที่เป็นและแก้ไขให้มีคุณภาพชีวิตที่สมบูรณ์ด้วยตัวของผู้ป่วยเอง ซึ่งมีทุกคนในกลุ่มเป็นผู้ให้คำแนะนำ มีส่วนช่วยกันในการตัดสินใจเสนอข้อมูลที่ถูกต้อง และที่จะเอื้อให้ผู้ป่วยได้พิจารณาในเรื่องที่เป็นทุกข์จนเกิดความเข้าใจชีวิต (ปัญญา)

โรคเรื้อรัง หมายถึง โรคทางสมุฏฐานจากธาตุทั้งสี่ ดิน, น้ำ, ลม, ไฟ และหยาธาตุทั้งสี่ มิได้เสมอกันเมื่อใด สมุฏฐานธาตุทั้งสี่ย่อมแปรไป มีผลให้เกิดโรคในทางเสียสมดุลธาตุ^๓ และโรคที่หายช้า หายยาก หรือรักษาไม่หายขาด อาจแบ่งออกได้เป็น ๓ ประเภท ประเภทที่ ๑) คือโรคที่ดำเนินไปอย่างช้า ๆ มีทางบำบัดรักษาให้หายได้ แต่ต้องใช้เวลาานาน ประเภทที่ ๒) คือโรคที่ดำเนินไปอย่างช้า ๆ ชนิดที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ แต่การรักษาแบบประคับประคองก็สามารถทำให้อาการของโรคทุเลา ประเภทที่ ๓) คือโรคที่กลายหรือสืบเนื่องมาจากโรคเฉียบพลันที่ไม่ได้รับการรักษาอย่างทันทั่วทั้งที่เป็นอยู่ยาวนานกำหนด ๓๐ วันขึ้นไป

๑.๖ สมมติฐานการวิจัย

๑.๖.๑ กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมทดลอง ควบคุม ก่อนการอบรมที่ต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยแตกต่างกัน

๑.๖.๒ กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมทดลอง ควบคุม หลังการอบรมที่ต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยแตกต่างกัน

๑.๗ ประโยชน์ที่จะได้รับ

๑.๗.๑ ทำให้ทราบถึงชุดกิจกรรมหลักพุทธโภชนศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวมที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี

๑.๗.๒ ทำให้ทราบถึงประสิทธิภาพชุดกิจกรรมหลักพุทธโภชนศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวมที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี

๑.๗.๓ ทำให้ทราบถึงผลชุดกิจกรรมหลักพุทธโภชนศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวมที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี มาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วย

^๓ พันตรีเฉลิม พงษ์สนิท, กำลังธาตุกำเริบร้าย ๔ สถานและกำลังไข้ ในฉันทศาสตร์ พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: บริษัทฟ้าอภัย จำกัด, ๒๕๔๕). หน้า ๔๕