

**ชื่อวิทยานิพนธ์** : ผลการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยใช้หลัก พุทธโชนศาสตร์ต่อผู้ป่วย  
 เรื้อรังที่ชมรมแพทย์แผนโบราณวัดบางกร่าง อำเภอมือง นนทบุรี  
**ผู้วิจัย** : นาง ปณิตา ฅนอมวงษ์  
**ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (ชีวิตและความตาย)

#### คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินนโท ผศ.ดร.น.ธ.เอก, พธ.บ.(ครุศาสตร์),  
 MA.(Clinical Psy.) , Ph.D.(Psy.)  
 : ผศ.ดร.ประยูร สุยะใจ, น.ธ.เอก, ป.ธ.๓, พธ.บ., B.J.,  
 Dip. in SR., กศ.ม., M.A. (Po), M.A. (Eco),  
 M.A. (Psychology), Ph.D. (Psychology)

**วันสำเร็จการศึกษา** : ๘ มีนาคม ๒๕๕๘

### บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยใช้หลัก พุทธโชนศาสตร์ต่อผู้ป่วยเรื้อรัง ที่ชมรมแพทย์แผนโบราณวัดบางกร่าง อำเภอมือง นนทบุรี” นี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง และวิจัยเชิงคุณภาพ วัตถุประสงค์ (๑) เพื่อศึกษาออกแบบชุดกิจกรรมหลักพุทธโชนศาสตร์ในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวม ที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี (๒) เพื่อศึกษาประสิทธิผลชุดกิจกรรมหลักพุทธโชนศาสตร์ในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวมที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี (๓) เพื่อนำผลชุดกิจกรรมหลักพุทธโชนศาสตร์ในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยเรื้อรังแบบองค์รวมที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง นนทบุรี กลุ่มตัวอย่างประชากรประกอบด้วยผู้เข้ารับการรักษาและสมาชิกที่ชมรมแพทย์แผนโบราณ วัดบางกร่าง อำเภอมือง นนทบุรี ปีพ.ศ. ๒๕๕๗ จำนวน ๓๗ คน โดยสมัครใจและใช้เกณฑ์สุ่มอย่างง่ายไว้ทดลอง ๒๐ คน เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม แบ่งเป็น ๔ ส่วน คือข้อมูลพื้นฐาน แบบประเมินในชุดกิจกรรมสี่ด้วยข้อคำถาม ๑๕ ข้อ ชุดกิจกรรมสมาธิด้วยข้อคำถาม ๑๕ ข้อ ชุดกิจกรรมปัญญา ด้วยข้อคำถาม ๑๕ ข้อ และแบบสัมภาษณ์ผู้ป่วยเรื้อรัง เกี่ยวกับความรู้สึกในด้านกายและใจตามแบบสุขภาพองค์ด้วยหลักพุทธโชนศาสตร์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการค้นคว้าตำรา เอกสาร และงานวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องกับ

หลักพุทธโภชนศาสตร์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติพรรณนา โดยใช้ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่ออธิบายข้อมูลทั่วไป ใช้สถิติอ้างอิง ในวิเคราะห์เปรียบเทียบผลการทดลอง ใช้ชุดกิจกรรม ทั้งก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมพุทธโภชนศาสตร์ เพื่อนำไปพัฒนาจิต โดยสถิติ แบบ Paired test

### ผลการวิจัยพบว่า

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองใช้ ชุดกิจกรรมสี่พบว่า มีความตระหนักรู้ว่าอาหารสมุนไพรมีสรรพคุณเป็นยาเป็นลำดับที่๑ ด้านพฤติกรรมเรื่องอริยาบทที่ไม่เสมอ กลั่นอุจจาระและปัสสาวะมีผลทำให้เจ็บป่วยเป็นลำดับที่๒ ส่วนของอารมณ์ที่โกรธก็เป็นสาเหตุทำให้ป่วยไข้ได้เช่นกันเป็นลำดับที่๓ ชุดสมาธิการเดินให้ช้าลงทำให้มีสมาธิเป็นลำดับที่๑ การกำหนดก้าวเดินทำให้เดินช้าลงเป็นลำดับที่๒ และการเดินช้าลงทำให้มีการปรับสมดุลโครงสร้างร่างกายเป็นลำดับที่๓ ด้านปัญญา การแผ่เมตตาทำให้เป็นสุข การสวดมนต์ทำให้ผ่อนคลายเป็นลำดับที่๑ การมีสติในการพิจารณาตัวอักษรและความหมายเป็นลำดับที่๒ ท่านเข้าใจถึงเหตุแห่งการเจ็บป่วยมาจากความไม่พอดีเป็นลำดับที่๓ และพบว่า ชุดกิจกรรมทั้ง ๓ มีผลของคะแนนเฉลี่ยสูงขึ้นทุกกิจกรรม

ในการสัมภาษณ์เกี่ยวกับผลการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยใช้หลัก พุทธโภชนศาสตร์ต่อผู้ป่วยเรื้อรังที่ชมรมแพทย์แผนโบราณวัดบางกร่าง อำเภอบางบาล จังหวัดนนทบุรี จากการสังเกตพฤติกรรมของผู้ป่วย ร่วมกับการสังเกตสีหน้า แววตา การรับรู้ ผิวพรรณ ของผู้ป่วย พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่หลังร่วมกิจกรรมมีด้านกาย อาการทางกายดีขึ้น ด้านจิตใจและอารมณ์รู้สึกสงบ มีสมาธิ เข้าใจเรื่องธรรมชาติในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้านสังคมรู้สึกการถึงมีส่วนร่วมในกิจกรรม การเอื้อเฟื้อต่อกลุ่ม การอยู่ร่วมกับคนในครอบครัวและสังคมที่ดีขึ้น

**Thesis** : THE RESULT OF HOLISTIC HEALTH CARE BASED ON BUDDHIST  
NUTRITION FOR CHRONIC DISEASE PATIENT AT THAI  
TRADITIONAL MEDICINE CLUB OF WATBANGKRANG MUEANG  
DISTRIC, NONTABURI PROVINCE.

**Researcher** : MRS. PANITA THANOMWONG

**Degree** : Master of Arts (Life and Death Studies)

**Thesis Supervisory committee**

: Assoc. Prof. Dr. PhraEkapatra Abhichando  
B.A.(Edu.), B.A.(Eng.) M.A., Ph.D.(Industrial Psycholgy)

: Asst. Prof. Dr. Prayoon Suyajai  
Dhama 3<sup>th</sup> level, Pali Level 3, B.A., B.J.,  
Dip. in SR., M.A. (Po), M.A. (Eco),  
M.A. (Psychology), Ph.D. (Psychology)

**Date of Graduation** : March 8, 2015

## Abstract

The thesis title on “The Result of Holistic Health care based on Buddhist Nutrition for chronic disease Patients at Thai tradition medicine club of Wat BangKang, Muang Districe Nonthaburi Province”is used for a mutual combination of quasi – experience and qualitative studies. The main objectives of this study are like : 1.) to study in the design on the activity set of the Buddhist nutrition holistic health care program for the chronic disease pattern at Thai traditional medicine club. 2.) to study the result of the activity set of the buddhist nutrition holistic health care program for the chronic disease patients at Thai traditional Medicine Club. 3.) to apply the Holistic Health care based on Buddhist Nutrition for the chronic disease patients at Thai traditional Medicine Club.

This research is an experimental one by depending the random sample of citizens comprised of the patients and the members of traditional medicine club.Wat Bang-Krang, Muang District Nonthaburi province in 2014. All of than are 37 persons Whose 20 ones are chosen for experiment. The equipments for research are the questionnaires divided into four parts, namely the basic information is the kind of evaluation in a set of morality activity with 15 questions, and set of meditation

activity with 15 questions, the wisdom activity with 15 questions, and the kind of interviewing the chronic disease patients about a mental and bodily feeling according to the Holistic Health care based on Buddhist Nutrition, which the researcher produced by depending on a collection of these informations. form the textbook, papers and theses related to the principle of Buddhist nutrition.

The statistics used for the data analysis depends a explanation by using percentage, mean and a standard deviation to point out a general data and reference statistics, a comparative analysis for a result of experiment in the use of the activity set for developing the patient's mind and according to the way of Buddhism before and after using the set of activity by reference-paired T-test.

### **Result of Research**

The comparison of mean score before and after an experiment of using the set of morality activity is found that there is a realization of the herbal food as the first grade. To behavior about irregular poses in holding back one's urine and excrement is making sickness as the second grade. While a state of bad temper brings about sickness easily us the third grade. A set of meditation in walking slow originates more meditation as the first grade. To fix walking makes walking slow as the second grade and chanting brings about a balance of a physical structure as the third grade. To wisdom the expansion of loving-kindness gives rise to happiness, chanting causes recreation as the first grade. To have a mindfulness in considering letters and meanings is regarded the second grade. To understand a cause of sickness which comes from the insufficiency is regarded as the third grade and it is found that all three sets of activities have higher mean score.

To interview about the The Result of Holistic Health care based on Buddhist Nutrition for chronic disease Patients at Thai tradition medicine club of Wat BangKang, Muang Districe Nonthaburi Province depends on the observation of the patients' behavior at their face, eyesight, perception. and complexion. It is found that most of the patients after the have shared the activities have better bodily action, calm mind and emotion, meditation and understand the natural reality of impermanence, suffering and selflessness. To the social feeling, participation in the activities, to give support to the society and to dwell with their family and the society are satisfactorily batter.

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้จากแรงบันดาลใจ ที่ผู้วิจัยมีอาชีพเป็น ผู้รักษาผู้ป่วยด้วยยาสมุนไพร และเป็นอาจารย์สอนการแพทย์แผนไทย เมื่อมาศึกษาหลักพุทธธรรม ทำให้เกิดความคิด เรื่องการนำหลักพุทธธรรมไปใช้ ไปปฏิบัติในเรื่องฐานใจ เพื่อให้เกิดผลการรักษามีคุณภาพยิ่งขึ้น และสามารถมองเห็นได้ในลักษณะงานวิจัย เพื่อเป็นประโยชน์ต่อไปในภายหน้า และผู้วิจัย ขอขอบพระคุณในความเมตตา และความกรุณาของคณาจารย์ ตลอดจนถึงผู้เกี่ยวข้อง รวมถึงผู้ป่วย เรื้อรังของชมรมแพทย์แผนโบราณวัดบางกร่างและครอบครัว ซึ่งหลายท่านด้วยกัน ผู้วิจัยจึงขอแสดงความขอบพระคุณและอนุโมทนาบุญเป็นอย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงแต่ท่านกรรมการที่ปรึกษา คือ พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินิโท ผศ.ดร. ผศ.ดร.ประยูร สุยะใจ และนพ.นพรัตน์ วโนทยาพิทักษ์ ที่ให้คำปรึกษาเรื่อง วิทยานิพนธ์และให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยมาตลอด และขอกราบขอบพระคุณ พ่อครู ชูบ แป้น คัมภีรชาติ ที่อบรมสั่งสอนการแพทย์แผนโบราณที่เป็นศาสตร์แท้โบราณดั้งเดิม จนทำให้ผู้วิจัยสามารถ เข้าใจถึงหลักองค์รวมและหลักธรรมคำสอนเรื่องการป่วยไข้ในพระพุทธศาสนา ได้เป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณ คุณวรศักดิ์ โมกขสุทธีวงศ์ ที่อำนวยความสะดวกทางด้านเอกสารและ ช่วยดำเนินการให้ผ่านขั้นตอนตามระเบียบ ตลอดจนให้คำแนะนำต่าง ๆ

ขอกราบขอบพระคุณ ท่านเจ้าอาวาสวัดบางกร่าง ที่เปิดโอกาสให้ผู้วิจัยได้ทำวิจัยใน สถานที่ของวัด และขอบพระคุณ นายกสมาคมเภสัชและอายุรเวชแผนโบราณแห่งประเทศไทย ที่ อนุเคราะห์สถานที่ ที่ใช้ในกลุ่มทดลอง

ขอกราบขอบพระคุณ มารดาผู้ล่วงลับ ซึ่งป่วยหนัก ท่านขอไม่ไปโรงพยาบาล แต่จะขอ ตายอยู่ที่บ้านอย่างสงบท่ามกลางลูก ๆ หลาน ๆ ทำให้ผู้วิจัยจุดประกายแนวคิดการดูแลผู้ป่วยด้วยวิถี ธรรมชาติตามหลักพุทธโฆชนศาสตร์ให้ดูแลคนทุกคนไม่แยกกายใจหวังให้สมุนไพรตามศาสตร์ที่เรียน มาและธรรมโอสธเป็นการดูแล และถ้างานวิจัยนี้มีคุณประโยชน์ที่เป็นบุญกุศลอันใดที่เกิดจาก วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอน้อมถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา อีกทั้งเป็นเครื่องบูชาพระคุณ บิดามารดาทุกภพชาติ และขออุทิศให้พระอาจารย์และอาจารย์ทุก ๆ ท่านผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชา ความรู้ให้ศิษย์ด้วยความรักและเมตตา เป็นแรงบันดาลใจ คอยให้กำลังใจจนศิษย์เกิดสติปัญญา จาก การศึกษาตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบัน

นางปณิดา ถนอมวงษ์