



13

ประสบการณ์การใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการดูแลตนเอง
ของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้
Experience of Using Local Wisdom for Self-Care
among Patient with Hypertension
in the Three Southern Border Provinces

รสสุคนธ์ แสงมณี^{1*} และ อนงค์ ภิบาล¹

Rossukon Sangmanee^{1*} and Anong Phibal¹

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวราสารชนครินทร์¹

บทคัดย่อ

การวิจัยคุณภาพเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮอริเมนิวติกซ์นี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อบรรยายและอภิปรายความหมายต่อประสบการณ์การใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง จากผู้ป่วยที่มีประวัติความดันโลหิตสูงและมีประสบการณ์การใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการดูแลตนเอง จำนวน 12 ราย เก็บรวบรวมข้อมูล โดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกรายบุคคล วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้วิธีการของแวน มาเนน สร้างความน่าเชื่อถือของงานวิจัยโดยใช้เกณฑ์ของลินคอล์นและกูบา ประกอบด้วย การเขียนบันทึกสะท้อนคิด การตรวจสอบข้อมูลกับผู้ให้ข้อมูล และการตรวจสอบผลการวิเคราะห์ข้อมูลระหว่างที่วิจัย ระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2558 ถึงเดือนมีนาคม พ.ศ. 2559 ผลการวิจัยพบว่า

ผู้ให้ข้อมูลให้ความหมายต่อประสบการณ์การใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการดูแลตนเอง ของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ใน 2 ลักษณะ คือ 1) การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และ 2) ปฏิบัติกิจกรรมตามศาสนาเพื่อควบคุมความดันโลหิตสูง

ผลการศึกษานำเสนอองค์ความรู้ที่สำคัญที่เป็นแนวทางในการพยาบาลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ให้สอดคล้องกับความต้องการและความเชื่อ ตลอดจนสามารถนำมาใช้พัฒนาการพยาบาลแบบองค์รวม สอดคล้องกับบริบท ประเพณี วัฒนธรรมต่อไป

คำสำคัญ: การใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น, ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง, สามจังหวัดชายแดนภาคใต้

ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding e-mail: rossu99@gmail.com เบอร์โทรศัพท์ 081-6786405)

วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้

The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health



Abstract

This phenomenological research aimed to describe and explain the experience of using local wisdom for self-care among patients with Hypertension in the three Southern Border Provinces. The informants were 12 hypertensive patients with their experiences in using local wisdom for self-care in the 3 Southern border provinces. Data were collected by means of individual in-depth interviews and analyzed based on Van Manen's phenomenological approach. Trustworthiness of this study was enhanced according to Lincoln & Guba's criteria including reflective writing, verification of data with the informants and cross-verification of analysis results by research teams between December 2015 and March 2016.

Results showed that the meaning of using local wisdom for self-care in hypertensive patients was associated with 2 domains: 1) lifestyle modification using local wisdom, 2) the religion and believe that local wisdom can help treating hypertension.

The finding of this study may be used as a guideline for hypertensive patients in accordance with their needs and belief, and could be applied to develop a culture-based holistic that is consistent with the cultural tradition context.

Keywords: Local Wisdom, Hypertensive Patients, Three Southern Border Provinces

บทนำ

ภูมิปัญญาท้องถิ่น (Local Wisdom) คือ สิ่งที่เหมาะสมขึ้นจากประสบการณ์ของชีวิต สังคม ผ่านกระบวนการเรียนรู้ และถ่ายทอดสืบสานต่อกันมาก่อให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งอาจแตกต่างกันไปตามบริบทของแต่ละท้องถิ่น ซึ่งเกี่ยวข้องกับความเชื่อ โดยการสร้างภูมิปัญญานั้นจะทำให้บุคคลสามารถนำไปใช้แก้ปัญหาการดำรงชีวิต สร้างวิถีของตนขึ้นมา โดยใช้กรอบของจารีตประเพณีการทำมาหากินและพิธีกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เกิดการยอมรับหรืออาจกล่าวว่าเป็นความรู้ที่เกิดจากประสบการณ์ในชีวิตของคนเราผ่านกระบวนการศึกษา สังเกตคิดวิเคราะห์จนเกิดปัญญา และตกผลึกมาเป็นองค์ความรู้ที่ประกอบกันขึ้นมาจากความรู้เฉพาะหลาย ๆ เรื่อง ความรู้ดังกล่าวไม่ได้แยกย่อยออกมาเป็นศาสตร์เฉพาะสาขาวิชาต่าง ๆ ภูมิปัญญาท้องถิ่นเป็นความรู้ที่มีอยู่ทั่วไปในสังคม ชุมชน และในตัวของผู้เอง หากมีการสืบค้นหาเพื่อศึกษาแล้วนำมาใช้ก็จะเป็นที่รู้จัก และเกิดการยอมรับ ถ่ายทอด และพัฒนา ไปสู่คนรุ่นใหม่ตามยุคสมัยได้ เช่น การแต่งกาย การรับประทานอาหาร การสร้างบ้านเรือน รวมถึงการดูแลสุขภาพ และการบำบัดโรค ซึ่งภูมิปัญญาเหล่านี้ผ่านการลองผิดลองถูกจนเกิดเป็นปัญหาในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคของชุมชน ซึ่งปัจจุบัน พบว่า วิถีชีวิตของคนไทยยังคงใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการดูแลสุขภาพในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การรับประทานพืชผักใบเขียวเพื่อบำรุงร่างกาย ได้แก่ ผักบุ้ง ผักกาด ผักคะน้า (สมใจ จางวาง, เทพกร พิทยภินัน และนิรชร ชูดีพัฒนา, 2559) การรักษาโรคด้วยสมุนไพร การนวดไทยเพื่อบำบัดและบรรเทาอาการเจ็บป่วย การประคบสมุนไพรรักษาอาการปวดเมื่อย เคล็ดขัดยอก หรือการอยู่ไฟเพื่อส่งเสริมและฟื้นฟูสุขภาพของผู้หญิงหลังคลอดบุตร รวมทั้งใช้