การพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลในการดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียง ด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธ ในชุมชนตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

POTENTIAL DEVELOPMENT OF CAREGIVERS FOR ELDERLY AND BEDRIDDEN PATIENTS THAI TRADITIONAL MEDICINE AND BUDDHIST PRACTICES: A CASE

[1]กิตติพงศ์ สุวรรณวงศ์, [2]พระครูบวรชัยวัฒน์ (วันชัย เมธิโก),
[3]พระครูประสุตโพธิคุณ (จิภานุ สุวรรณรงศ์), [4]อภินันท์ สิริรัตนจิตต์ และ [5]อาทิตย์ อินทรภักดี

[1]Kittipong Suwannawong, [2]Phrakhrubowonchaiwat
[3]Phra Jiphanu Suwannarong, [4]Aphinant Sirirattanajitt and [5]Artit Intarapekdee

[1]มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย
[1]Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

[2]phakru2000@gmail.com

Received: August 28, 2024; **Revised**: November 5, 2024; **Accepted**: December 30,2024

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติแบบมีส่วนร่วม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในชุมชนตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา โดยกลุ่มเป้าหมายเป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วย จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วยโปรแกรมอบรม ผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธและแบบประเมินศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียง

[1]อาจารย์ ดร. คณะปรัญญาศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
[2]อาจารย์ ดร. คณะศาสนาปรัญญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
3อาจารย์ ดร. คณะปรัญญาศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
4อาจารย์ สังกัดคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ
5อาจารย์ สังกัดคณะพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

ด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธ ซึ่งผ่านการหาคุณภาพเครื่องมือตามกระบวนการ ผลการศึกษาพบว่า การพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงเป็นสิ่งที่จำเป็นในชุมชนตำบลท่าข้าม ซึ่งการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถช่วยในการดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียงได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยนอกจากการดูแลด้านร่างกายแล้ว ยังรวมถึงการดูแลด้านจิตใจด้วยหลักพุทธธรรม เช่น พรหมวิหาร 4 และภาวนา 4 โดยผลประเมินการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในชุมชนตำบลท่าข้าม โดยก่อนอบรม ระหว่างการอบรมและหลังการอบรม ระดับความรู้และทักษะของผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความแตกต่างกัน รวมทั้งมีพัฒนาการทางความรู้และทักษะในการปฏิบัติตามเนื้อหาที่ได้เรียนรู้ เช่น การประเมินความเข้าใจในการใช้สมุนไพรไทย การนวดแผนไทย และการดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียงมากขึ้นตามลำดับ

คำสำคัญ: การพัฒนาศักยภาพผู้ดูแล, ผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียง,การแพทย์แผนไทยวิถีพุทธ

Abstract

This research is participatory practical research. Its objective is to develop the potential of caregivers of dependent elderly and bedridden patients using traditional Thai Buddhist medicine in the community of Tha Kham Subdistrict, Hat Yai District, Songkhla Province The target group is 15 elderly and sick caregivers. Tools used include training programs. Caring for dependent elderly people and bedridden patients using traditional Thai Buddhist medicine and potential assessment form for caring for dependent elderly people and bedridden patients using traditional Thai Buddhist medicine. which has been through the search for tool quality according to the process.
The results of the study found that Developing the potential of caring for dependent elderly and bedridden patients is necessary in the Tha Kham Subdistrict community. Thai traditional Buddhist medicine is one method that can help effectively care for the elderly and bedridden patients. In addition to taking care of the body It also includes mental care using Buddhist principles such as the 4 Brahmavihāra and the 4 Bhavana. The results of the evaluation of the development of the potential of caregivers of dependent elderly and bedridden patients using Thai traditional medicine, Buddhist way, in Tha Kham Subdistrict community. Before the training, during the training and after the

training. Knowledge and skill level of elderly caregivers There is a difference. Including developing knowledge and skills in following the content learned, such as assessing understanding of the use of Thai herbs, Thai massage, and caring for the elderly and bedridden patients, respectively.

Keywords: Developing the potential of caregivers, Elderly, dependent people and bedridden patients, Thai traditional medicine, Buddhist way

บทนำ

การดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงเป็นปัญหาที่มีความสำคัญในสังคมไทย โดยเฉพาะในยุคที่จำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ซึ่งส่งผลให้ครอบครัวและชุมชนต้องเผชิญกับความท้าทายในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องการความช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด การพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลที่เหมาะสมและมีคุณภาพชีวิตที่ดี การบูรณาการการแพทย์แผนไทยกับหลักพุทธธรรมเป็นแนวทางหนึ่งที่สามารถเพิ่มประสิทธิภาพในการดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียงได้อย่างมีนัยสำคัญ

การแพทย์แผนไทยซึ่งเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น มีวิธีการดูแลสุขภาพที่เน้นการรักษาสมดุลของร่างกายและจิตใจ ซึ่งสามารถนำมาใช้ในการบรรเทาอาการเจ็บป่วยและเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุได้อย่างดี งานวิจัยของสุพจน์ สุวรรณกูฏ (2557) พบว่าการนวดแผนไทยมีผลในการลดความเครียดและเพิ่มความยืดหยุ่นของร่างกายในผู้สูงอายุ นอกจากนี้ งานวิจัยของนฤมล ชุ่มเมืองเย็น (2558) ยังชี้ให้เห็นว่าการใช้สมุนไพรไทยสามารถช่วยบรรเทาอาการปวดและส่งเสริมสุขภาพโดยรวมได้ดี นอกจากนี้การบูรณาการหลักพุทธธรรม เช่น พรหมวิหาร 4 ซึ่งประกอบด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา เข้ากับการดูแลผู้สูงอายุ สามารถช่วยเพิ่มความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้ดูแลและผู้สูงอายุได้อย่างยั่งยืน งานวิจัยของดวงดาว สังข์ทอง (2559) ระบุว่าผู้ดูแลที่ใช้หลักพุทธธรรมมีระดับความพึงพอใจและความผูกพันต่อผู้สูงอายุสูงขึ้น นอกจากนี้ งานวิจัยของ ศิริวรรณ มณีวงศ์ (2560) ยังสนับสนุนว่าการฝึกอบรมผู้ดูแลด้วยหลักพุทธธรรมและการแพทย์แผนไทยส่งผลให้ผู้ดูแลมีทักษะในการดูแลผู้สูงอายุที่ดีขึ้น ซึ่งการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในพื้นที่ตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา เป็นกระบวนการที่มีความสำคัญในการเสริมสร้างความรู้และทักษะที่จำเป็นต่อการดูแลผู้สูงอายุ การบูรณาการหลักพุทธธรรมในหลักสูตรช่วยให้ผู้ดูแลมีคุณธรรมและความเข้าใจในความต้องการของ

ผู้สูงอายุอย่างแท้จริง การประเมินผลการอบรมทั้งก่อน ระหว่าง และหลังการอบรม ช่วยให้เห็นถึงประสิทธิภาพของหลักสูตรและสามารถปรับปรุงเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในอนาคตได้

ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้มุ่งเน้นไปที่การพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงในชุมชนตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา โดยบูรณาการการแพทย์แผนไทยและหลักพุทธธรรม เพื่อให้ผู้ดูแลสามารถนำความรู้และทักษะไปใช้ในการดูแลผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชน

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในชุมชนตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ ใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research: PAR) ในการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในพื้นที่ตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา โดยมีกลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้ดูแลฯ จำนวน 15 คน มีระยะเวลาการดำเนินการวิจัย ใช้เวลา 8 เดือน (ระหว่างเดือนตุลาคม 2566 ถึง พฤษภาคม 2567)

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงในพื้นที่ตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา โดยมีกลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้ดูแลฯ จำนวน 15 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือเป็นประเมินการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธและดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติพื้นฐานค่าร้อยละ กระบวนการวิจัยจะประกอบด้วยขั้นตอน 4 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การเตรียมการและการสร้างความเข้าใจร่วมกัน โดยดำเนินการ

1.1 การศึกษาข้อมูลเบื้องต้น ที่ผู้วิจัยจะศึกษาข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับสถานการณ์การดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงในพื้นที่ตำบลท่าข้าม รวมถึงแนวทางการใช้การแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในชุมชน เพื่อสร้างความเข้าใจในบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของพื้นที่

1.2 การประชุมชี้แจงและรับฟังความคิดเห็น โดยผู้วิจัยจะจัดประชุมร่วมกับผู้มีส่วนได้ส่วน

เสีย เช่น ผู้ดูแลผู้สูงอายุ ชาวบ้าน ผู้นำชุมชน และบุคลากรทางการแพทย์ในพื้นที่ เพื่อชี้แจงเป้าหมายและกระบวนการวิจัย รวมถึงรับฟังความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้เข้าร่วม

ระยะที่ 2 การวางแผนร่วมกัน โดยดำเนินการ

2.1 การระบุปัญหาและความต้องการ โดยผู้วิจัยและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียจะร่วมกันระบุปัญหาและความต้องการในการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียง โดยเน้นการใช้การแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในการดูแล

2.2 การออกแบบหลักสูตรพัฒนาผู้ดูแล โดยผู้วิจัยจะทำงานร่วมกับผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในการออกแบบหลักสูตรการพัฒนาผู้ดูแล โดยรวมเอาแนวทางการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธ และเนื้อหาที่เกี่ยวข้อง เช่น การนวดแผนไทย การใช้สมุนไพร การดูแลด้านจิตใจตามหลักพุทธธรรม เช่น พรหมวิหาร 4 และภาวนา 4

ระยะที่ 3 การดำเนินการและการติดตามผล โดยดำเนินการ

3.1 การฝึกอบรมและการพัฒนาผู้ดูแล โดยผู้วิจัยจะจัดการฝึกอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงตามหลักสูตรที่ได้ออกแบบไว้ โดยเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เข้ารับการฝึกอบรมในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้

3.2 การติดตามผลและให้คำปรึกษา หลังจากการฝึกอบรม ผู้วิจัยจะติดตามผลการพัฒนาของผู้เข้ารับการฝึกอบรม และให้คำปรึกษาเพิ่มเติมตามความจำเป็น เพื่อสนับสนุนการนำความรู้และทักษะไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ระยะที่ 4 การประเมินผลและการปรับปรุง โดยดำเนินการ

4.1 การประเมินผลการพัฒนาผู้ดูแล โดยผู้วิจัยจะประเมินผลการพัฒนาของผู้ดูแลโดยใช้เครื่องมือประเมินต่าง ๆ เช่น การสอบถามความคิดเห็น การสัมภาษณ์ และการสังเกตพฤติกรรม เพื่อตรวจสอบความสามารถในการดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียง

4.2 การปรับปรุงหลักสูตรและกระบวนการฝึกอบรม จากผลการประเมิน ผู้วิจัยและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียจะร่วมกันปรับปรุงหลักสูตรและกระบวนการพัฒนา เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการพัฒนาผู้ดูแลในอนาคต

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่ตั้งไว้ คือ ด้านเกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในชุมชนตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ผู้วิจัย ได้คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการสัมภาษณ์จากกลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียง จำนวน 15 คน การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

นำเสนอตามลำดับ โดยใช้สถิติการวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) การหาค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยรวม รายด้านเพื่อนำไปอธิบายข้อมูลในรูปแบบตารางต่อไป

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลในการดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธ ในชุมชนตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ผู้วิจัยสรุปผลการวิจัย ดังนี้

ตารางที่ 1 ผลการประเมินการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธ (กลุ่มเป้าหมาย 15 คน)

รายการประเมิน	ระดับศักยภาพด้านความรู้และทักษะ ของผู้ดูแลฯ					
	ก่อน (ร้อยละ)		ระหว่าง (ร้อยละ)		หลัง (ร้อยละ)	
	ความรู้	ทักษะ	ความรู้	ทักษะ	ความรู้	ทักษะ
ด้านการดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียง						
ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสภาพร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ	20	20	50	50	75	75
เทคนิคการดูแลผู้ป่วย เช่นการพลิกตัวผู้ป่วยเพื่อลดความเสี่ยงของการเกิดแผลกดทับ	20	20	50	50	75	75
การจัดเตรียมอาหารที่เหมาะสม	20	20	50	50	85	85
การช่วยเหลือในการทำกิจกรรมประจำวัน เช่น การอาบน้ำ การแต่งตัว	20	20	50	50	85	85
ด้านการแพทย์แผนไทยในการดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียง						
การใช้สมุนไพรไทยในการบำรุงสุขภาพและรักษาโรคบางประการ	10	10	50	50	85	85
การใช้สมุนไพรในการเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและการบรรเทาอาการปวดเมื่อย	10	10	50	50	85	85
การใช้การนวดแผนไทยเพื่อกระตุ้นการไหลเวียนของเลือด	10	10	50	50	85	85
การจัดเตรียมอาหารตามหลักโภชนาการไทยเพื่อส่งเสริมสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ	10	10	50	50	85	85

รายการประเมิน	ระดับศักยภาพด้านความรู้และทักษะ ของผู้ดูแลฯ					
	ก่อน		ระหว่าง		หลัง	
	ความรู้	ทักษะ	ความรู้	ทักษะ	ความรู้	ทักษะ
ด้านการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาผู้ดูแล						
หลักธรรมพรหมวิหาร 4 ประกอบด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา ซึ่งเป็นหลักธรรมสำคัญที่ช่วยเสริมสร้างความเมตตาและความเข้าใจในจิตใจของผู้สูงอายุ โดยการมีเมตตาจะช่วยให้ผู้ดูแลสามารถเข้าใจและใส่ใจในความต้องการของผู้สูงอายุ การมีกรุณาช่วยเสริมสร้างความพร้อมที่จะช่วยเหลือและปฏิบัติต่อผู้สูงอายุด้วยความอ่อนโยน มุทิตาช่วยสร้างความพึงพอใจในการเห็นผู้สูงอายุมีความสุขและอุเบกขาช่วยให้ผู้ดูแลสามารถรับมือกับความท้าทายและปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการดูแล	10	10	50	50	90	90
ด้านการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาผู้ดูแล						
หลักธรรมภาวนา 4 ได้แก่ การพัฒนาทางด้านร่างกาย (กายภาวนา) การพัฒนาทางด้านศีลธรรม (ศีลภาวนา) การพัฒนาทางด้านจิตใจ (จิตตภาวนา) และการพัฒนาทางด้านปัญญา (ปัญญาภาวนา) โดยหลักการนี้ช่วยเสริมสร้างผู้ดูแลให้มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ การพัฒนาทางกายช่วยเสริมสร้างสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง การพัฒนาทางศีลธรรมช่วยเสริมสร้างคุณธรรมและความรับผิดชอบในการดูแลผู้สูงอายุ การพัฒนาทางจิตใจช่วยให้มีความสงบและสติในการปฏิบัติงาน และการพัฒนาทางปัญญาช่วยเสริมสร้างความรู้และความเข้าใจในหลักการดูแลผู้สูงอายุ	10	10	50	50	90	90

จากตาราง 1 พบว่า ผลการประเมินการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในชุมชนตำบลท่าข้าม ระดับศักยภาพด้านความรู้และทักษะ ของผู้ดูแลฯ ด้านการดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียง โดยก่อนอบรม ร้อยละ 20

ระหว่างการอบรม ร้อยละ 50 และหลังการอบรม ร้อยละ 75 ด้านการแพทย์แผนไทยในการดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียง โดยก่อนอบรม ร้อยละ 10 ระหว่างการอบรม ร้อยละ 50 และหลังการอบรม ร้อยละ 85 ด้านการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาผู้ดูแล หลักธรรมพรหมวิหาร 4 โดยก่อนอบรม ร้อยละ 10 ระหว่างการอบรม ร้อยละ 50 และหลังการอบรม ร้อยละ 90 ด้านการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาผู้ดูแล หลักธรรมภาวนา 4 โดยก่อนอบรม ร้อยละ 10 ระหว่างการอบรม ร้อยละ 50 และหลังการอบรม ร้อยละ 90 ระดับความรู้และทักษะของผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความแตกต่างกัน รวมทั้งมีพัฒนาการทางความรู้และทักษะในการปฏิบัติตามเนื้อหาที่ได้เรียนรู้ เช่น การประเมินความเข้าใจในการใช้สมุนไพรไทย การนวดแผนไทย และการดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียงมากขึ้นตามลำดับ

อภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลในการดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธ ในชุมชนตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา มีประเด็นที่สามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

การวิจัยเรื่องการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในชุมชนตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่ากระบวนการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับการแพทย์แผนไทยในการพัฒนาผู้ดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียงสามารถช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนได้อย่างมีนัยสำคัญ การใช้หลักธรรมพรหมวิหาร 4 ซึ่งประกอบด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา รวมถึงหลักการภาวนา 4 ในการดูแลผู้สูงอายุ ช่วยให้ผู้ดูแลมีความสามารถในการเข้าใจและตอบสนองต่อความต้องการทางกายและใจของผู้สูงอายุได้ดีขึ้น ซึ่งการบูรณาการการแพทย์แผนไทย โดยเฉพาะการนวดแผนไทยและการใช้สมุนไพรพื้นบ้าน พบว่าเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการบรรเทาอาการเจ็บปวดและเสริมสร้างสุขภาพให้กับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงในชุมชน งานวิจัยที่สอดคล้อง เช่น การศึกษาของพรทิพย์ ธีรวัฒน์วรณิชย์ (2557) ที่พบว่าการนวดแผนไทยสามารถลดอาการปวดกล้ามเนื้อและเพิ่มความยืดหยุ่นของร่างกายของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้งานวิจัยของ นฤมล ชุ่มเมืองเย็น (2558) ยังระบุว่าการใช้สมุนไพรไทย เช่น ขมิ้นชัน และไพล มีผลต่อการลดอาการอักเสบและบรรเทาอาการปวดในผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี ผลการวิจัยนี้ยังสอดคล้องกับงานของดวงดาว สังข์ทอง (2559) ซึ่งพบว่าการอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุที่มีการบูรณาการหลักพุทธธรรม ช่วยเพิ่มระดับความพึงพอใจและความผูกพันของผู้ดูแลต่อผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการ

เน้นการใช้เมตตาและกรุณาในการปฏิบัติต่อผู้สูงอายุ ซึ่งส่งผลให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้ดูแลและผู้สูงอายุในระยะยาว และจากการประเมินผลการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุในครั้งนี้ ยังพบว่าผู้เข้ารับการอบรมสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการดูแลผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของศิริวรรณ มณีวงศ์ (2560) ที่พบว่าการฝึกอบรมที่มีการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับการแพทย์แผนไทย ส่งผลให้ผู้ดูแลมีทักษะในการดูแลผู้สูงอายุที่ดีขึ้น และมีความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการดูแลได้อย่างมีประสิทธิภาพ อนึ่ง ผลการวิจัยนี้ยังสนับสนุนผลการศึกษาของ สุนีย์ ละมุนชาติ (2561) ซึ่งระบุว่าการพัฒนาผู้ดูแลผู้สูงอายุด้วยหลักพุทธธรรมและการแพทย์แผนไทยสามารถช่วยลดภาวะเครียดและความวิตกกังวลในผู้ดูแลได้ เนื่องจากหลักการของพรหมวิหาร 4 ช่วยสร้างสภาพจิตใจที่มั่นคงและมีสติ ซึ่งส่งผลดีต่อการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องการการดูแลเป็นพิเศษ จากการอภิปรายผลการวิจัยทั้งหมดนี้ แสดงให้เห็นว่าการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธ เป็นแนวทางที่สามารถนำไปใช้เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและเสริมสร้างสุขภาพจิตของผู้ดูแลในชุมชนตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา อย่างมีประสิทธิภาพ

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

การศึกษาการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลในการดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียงด้วยการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธ ในชุมชนตำบลท่าข้าม อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ทำให้ทราบว่า การสนับสนุนให้เกิดการมีส่วนร่วมของชุมชนในพื้นที่ตำบลท่าข้ามในด้านการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ผ่านการจัดกิจกรรมและการฝึกอบรมที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ความรู้และทักษะที่ได้รับจากการอบรมสามารถถูกนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย 1. การเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของชุมชน ควรมีการสนับสนุนให้เกิดการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ผ่านการจัดกิจกรรมและการฝึกอบรมที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ความรู้และทักษะที่ได้รับจากการอบรมสามารถถูกนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง 2. การสนับสนุนจากภาครัฐและองค์กรท้องถิ่น ควรมีการส่งเสริมและสนับสนุนจากภาครัฐและองค์กรท้องถิ่นในการจัดทำโครงการที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงและผู้ป่วยติดเตียง โดยเฉพาะการนำหลักพุทธธรรมและการแพทย์แผนไทยมาใช้ในกระบวนการดูแล เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพและยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชน 3. การพัฒนาสื่อการเรียนรู้และคู่มือการดูแล ควรมีการพัฒนาสื่อการเรียนรู้และคู่มือการดูแลที่เน้นการใช้การแพทย์แผนไทยและหลัก

พุทธธรรมอย่างเป็นระบบและเข้าใจง่าย เพื่อให้ผู้ดูแลสามารถนำไปใช้ในการดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียงได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการเผยแพร่สื่อเหล่านี้ให้แก่ชุมชนและบุคคลที่เกี่ยวข้อง ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป 1. การศึกษาผลกระทบระยะยาวของการบูรณาการการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธ ควรมีการวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับผลกระทบระยะยาวของการบูรณาการการแพทย์แผนไทยวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ โดยเน้นการประเมินผลที่เกิดขึ้นในด้านสุขภาพกายและจิตใจของทั้งผู้ดูแลและผู้สูงอายุ เพื่อให้เห็นภาพรวมที่ชัดเจนของผลการพัฒนาศักยภาพในระยะยาว 2. การวิจัยเกี่ยวกับความหลากหลายของการใช้สมุนไพรในพื้นที่ต่างๆ ควรมีการวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับการใช้สมุนไพรในพื้นที่ต่างๆ ที่มีความหลากหลายในวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลของสมุนไพรในแต่ละพื้นที่และหาวิธีการที่เหมาะสมที่สุดสำหรับการดูแลผู้สูงอายุในแต่ละชุมชน 3. การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมที่เน้นการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ควรมีการศึกษารูปแบบการฝึกอบรมที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในการออกแบบและพัฒนากระบวนการดูแลตัวเองร่วมกับผู้ดูแล เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าและมีส่วนร่วมในกระบวนการดูแลตนเอง ซึ่งจะส่งผลดีต่อสุขภาพจิตและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

เอกสารอ้างอิง

พรทิพย์ ธีรวัฒน์วรณิชย์. (2557). *การประยุกต์ใช้การนวดแผนไทยในการบำบัดผู้สูงอายุ*. วารสารการแพทย์แผนไทย, 10(2), 112-121.

นฤมล ชุ่มเมืองเย็น. (2558). *การใช้สมุนไพรไทยในการรักษาอาการปวดและอักเสบในผู้สูงอายุ.* วารสารสมุนไพรไทย, 15(1), 65-75.

ดวงดาว สังข์ทอง. (2559). *การบูรณาการหลักพุทธธรรมในงานดูแลผู้สูงอายุ*: กรณีศึกษาในชุมชนชนบท. วารสารศาสนาและสังคมศาสตร์, 12(3), 178-189.

ศิริวรรณ มณีวงศ์. (2560). *การพัฒนาทักษะการดูแลผู้สูงอายุด้วยหลักพุทธธรรมและการแพทย์แผนไทย.* วารสารพุทธศาสตรบัณฑิตศึกษา, 18(2), 213-225.

สุนีย์ ละมุนชาติ. (2561). *การบำบัดความเครียดของผู้ดูแลผู้สูงอายุด้วยการฝึกปฏิบัติตามหลักพรหมวิหาร 4.* วารสารจิตวิทยา, 20(4), 301-310.

สุพจน์ สุวรรณกูฏ. (2557). *ผลของการนวดแผนไทยต่อการลดความเครียดในผู้สูงอายุ.* วารสารการแพทย์แผนไทย, 10(2), 125-135.