



ภาคผนวก ก

แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

แบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย

คำสั่ง โปรดเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด ลงในกระดาษคำตอบ เวลา 30 นาที

1. การแพทย์แผนไทยเกิดจากการผสมความรู้ในข้อใดถูกต้องที่สุด
 - ก. การแพทย์จีนผสมการแพทย์อายุรเวทของอินเดีย
 - ข. การแพทย์พื้นบ้านผสมการแพทย์จีน
 - ค. การแพทย์พื้นบ้านผสมกับการแพทย์อายุรเวทของอินเดีย
 - ง. การแพทย์พื้นบ้านผสมกับการแพทย์อายุรเวทของอินเดียและการแพทย์จีน
2. ตำรายาเล่มแรกของไทย คือข้อใด
 - ก. ตำราจินดามณี
 - ข. ตำราพระโอสถพระนารายณ์
 - ค. ตำราแพทย์ศาสตร์สงเคราะห์
 - ง. จารึกตำราของวัดโพธิ์
3. ข้อใดคือการรักษาโดยใช้การแพทย์แบบตะวันตก
 - ก. การนวด
 - ข. การประคบด้วยสมุนไพร
 - ค. การใช้ยาสมุนไพร
 - ง. การปลูกฝีป้องกันไข้ทรพิษ
4. ข้อใดไม่ใช่ลักษณะของการประกอบโรคศิลปะประเภทแผนโบราณ
 - ก. มีการทดลองของผู้รู้ทางวิทยาศาสตร์
 - ข. อาศัยการสังเกตหรือความชำนาญ
 - ค. อาศัยตำราอันมีมาแต่โบราณ
 - ง. มิได้ดำเนินไปในทางวิทยาศาสตร์
5. การรักษาโรคด้วยการใช้อาหารและยาสมุนไพร เพื่อประโยชน์ในข้อใด
 - ก. ปรับพฤติกรรมมูลเหตุที่ก่อโรค
 - ข. ปรับให้ธาตุสมดุล
 - ค. แก้ไขปัจจัยที่เกิดจากธรรมชาติ
 - ง. แก้ไขปัจจัยที่เกิดจากกาลเวลา

6. ข้อใดคือความหมายที่ถูกต้องมากที่สุดของคำว่า สมุนไพร
- ผลิตผลจากธรรมชาติที่ได้จากส่วนต่าง ๆ ของพืช
 - ผลิตผลจากส่วนต่าง ๆ ของพืชที่ใช้รักษาโรคได้เท่านั้น
 - ผลิตผลจากมนุษย์ที่ปรุงขึ้นเพื่อรักษาโรค
 - ผลิตผลธรรมชาติได้จากพืช สัตว์ และแร่ธาตุ ที่เป็นยา
7. การใช้ยาสมุนไพรในการดูแลรักษาและส่งเสริมสุขภาพด้วยตนเองหรือใช้ภายในครอบครัว รูปแบบของสมุนไพรที่ใช้คือข้อใด
- ยาสมุนไพรแบบตำรับ
 - ยาแผนโบราณ
 - ยาสมุนไพรเดี่ยว
 - ยาตำราหลวง
8. วิธีต้มสมุนไพรเพื่อเอาน้ำดื่มที่ถูกต้องคือข้อใด
- ต้มให้เดือดจัดและทิ้งไว้ให้เย็น
 - ต้มน้ำให้เดือดเหลือ 1 ส่วนจาก 3 ส่วน
 - ต้มให้เดือด 10 – 15 นาที เป็นใช้ได้
 - ต้มให้ยาสมุนไพรละลายในน้ำ
9. สมุนไพรที่ใช้รักษาโรคกระเพาะอาหารคือข้อใด
- ขมิ้นชัน โพล
 - ขมิ้นชัน กล้วยคิบ
 - ขมิ้นอ้อย กล้วยคิบ
 - ขมิ้นอ้อย โพล
10. วิธีใช้ขิงสดเพื่อรักษาอาการไอ ข้อใดถูกต้องที่สุด
- ใช้เหง้าขิงแก่ฝ่นกับน้ำมะนาว
 - ใช้เหง้าขิงแก่ฝ่นผสมเหล้าขาว
 - ใช้เหง้าขิงแก่ฝ่นต้มให้เดือด
 - ใช้เหง้าขิงแก่ตำผสมเหล้าขาว
11. ข้อใดคือความหมายที่ถูกต้องของธาตุเจ้าเรือน
- ธาตุประจำตัว
 - ธาตุของผู้ใหญ่

- ก. ชาติประจำที่อยู่อาศัย
 ง. ชาติในร่างกาย
12. ชาติเจ้าเรือนแบ่งได้เป็นกี่ลักษณะ
 ก. 2 ลักษณะ
 ข. 3 ลักษณะ
 ค. 4 ลักษณะ
 ง. 5 ลักษณะ
13. บุคคลที่ชาติเจ้าเรือนคือ ชาติุน้ำ ควรรับประทานอาหารที่มีรสใด
 ก. เปรี้ยว ผาด
 ข. เปรี้ยว ขม
 ค. ผาด มัน
 ง. เผ็ดร้อน
14. เมฆอาหารที่เหมาะสมกับชาติุน้ำ คือข้อใด
 ก. แกงส้มคอกแค ผักกูดผัดน้ำมันงา
 ข. ต้มโคล้งขอมะขาม สะเคาแป้ง
 ค. ต้มยำกุ้ง แกงปลาดุก
 ง. หมี่กะทิ ยำหัวปลี
15. สรรพคุณของอาหารรสหวาน คือข้อใด
 ก. ช่วยสมานปิตธาตุ
 ข. แก้เส้นเอ็นพิการ ปวดเสียว ขัดยอก
 ค. แก้เสมหะพิการ กัดฟอกเสมหะ
 ง. ชิมซาบไปตามเนื้อ ทำให้ชุ่มชื้น บำรุงกำลัง
16. การอบสมุนไพรที่ได้ประโยชน์สูงสุดคือข้อใด
 ก. ให้อิอน้ำออกมาสัมผัสผิวหนัง
 ข. สูดคมไอน้ำ และให้สัมผัสผิวหนัง
 ค. ใช้สมุนไพรหลาย ๆ ชนิดต้ม
 ง. อบสมุนไพร โดยใช้เวลานานที่สุด

17. ถ้าเรามีอาการเป็นหวัด คัดจมูก เมื่อจะอบสมุนไพรจะต้องเพิ่มสมุนไพรที่รักษาอาการ
ดังกล่าว คือข้อใด

- ก. เถาเอ็นอ่อน
- ข. เถาวัลย์เปรียง
- ค. เหงือกปลาหมอ
- ง. เปราะหอม หอมแดง

18. ข้อใดเรียงขั้นตอนการอบสมุนไพรได้ถูกต้องที่สุด

- ก. ต้มสมุนไพร อ่างน้ำ อบสมุนไพร อ่างน้ำ
- ข. ต้มสมุนไพร อบสมุนไพร อ่างน้ำ
- ค. อ่างน้ำ ต้มสมุนไพร อบสมุนไพร เปลี่ยนเสื้อผ้า
- ง. ต้มสมุนไพร อ่างน้ำ อบสมุนไพร เปลี่ยนเสื้อผ้า

19. สมุนไพรในข้อใดที่ใช้ช่วยพาด้วยเข็มผ่านผิวหนังได้สะดวก

- ก. ไบมะขาม
- ข. พิมเสน
- ค. เกลือแกง
- ง. การบูร

20. การทดสอบความร้อนของลูกประคบข้อใดถูกต้องที่สุด

- ก. ใช้ลูกประคบแตะที่ท้องแขน
- ข. ใช้ปลายนิ้วสัมผัสลูกประคบ
- ค. ใช้ฝ่ามือทาบกับลูกประคบ
- ง. ใช้ลูกประคบแตะเบา ๆ ที่หลังมือ

21. การนวดแผนไทย ได้รับวัฒนธรรมจากประเทศใดมากที่สุด

- ก. จีน
- ข. อินเดีย
- ค. เขมร
- ง. พม่า

22. ข้อใดคือลักษณะของการนวดแบบราชสำนัก
- ใช้การนวดในท่านั่ง นอนคว่ำ และนอนตะแคงเท่านั้น
 - ใช้นิ้วหัวแม่มือ ปลายนิ้ว และอุ้งมือในการนวดเท่านั้น
 - เริ่มนวดที่ฝ่าเท้า
 - ใช้อวัยวะทุกส่วนในการนวด
23. ประโยชน์ของการนวดแบบกดจุดคือข้อใด
- กระตุ้นการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ
 - ช่วยให้กระดูกและข้อต่ออยู่ในตำแหน่งที่ถูกต้อง
 - ช่วยให้กล้ามเนื้อแข็งแรง
 - ช่วยให้เส้นเอ็นยืดตัว
24. ข้อบ่งชี้ใดที่เป็นอาการที่รักษาด้วยการนวดแผนไทยได้
- โรคผิวหนัง
 - นวดรักษาบาดแผล
 - มีไข้
 - จับเสมหะโดยการเคาะปอด
25. ข้อใดคือหลักปฏิบัติหลังการนวดที่ถูกต้อง
- บีบ คัด ส่วนที่มีอาการปวดอย่างต่อเนื่อง
 - รับประทานอาหารได้ทุกชนิด
 - งดอาหารแสลง เช่น หน่อไม้ เครื่องในสัตว์
 - ผู้ถูกนวดแช่มือในน้ำอุ่น เพื่อคลายกล้ามเนื้อ
26. การอยู่ไฟในสมัยก่อนทำเพื่อเหตุใด
- เพื่อขับน้ำคาวปลา
 - เพื่อให้มีผิวพรรณดี
 - เพื่อชำระล้างมลทิน
 - เพื่อให้รูปร่างสวยงาม

27. ข้อใดคือประโยชน์ของการรักษาด้วยวิธีนั่งถ่าน
- ใช้รักษาแผลช่องคลอด
 - ใช้รักษาแผลผ่าตัด
 - ใช้รักษามดลูก
 - ใช้รักษาอาการปวดเมื่อย
28. ข้อใดคือความหมายของการเข้ากระโจม
- การอบตัวด้วยความร้อนจากแสงแดด
 - การอบตัวด้วยความร้อนจากการเผาอิฐ
 - การอบตัวด้วยความร้อนจากไอน้ำ
 - การอบตัวด้วยไอน้ำที่มาจากสมุนไพร
29. การประคบสมุนไพรสำหรับหญิงหลังคลอดจะกระทำควบคู่กับข้อใด
- การนวด
 - การอยู่ไฟ
 - การเข้ากระโจม
 - การทับหม้อเกลือ
30. ข้อใดบอกลำดับขั้นการวางหม้อเกลือได้ถูกต้อง
- ผ้าขาว สมุนไพร ใบพลับพลึง หม้อเกลือ
 - ผ้าขาว ใบพลับพลึง สมุนไพร หม้อเกลือ
 - ผ้าขาว ใบพลับพลึง หม้อเกลือ สมุนไพร
 - ใบพลับพลึง ผ้าขาว สมุนไพร หม้อเกลือ

เฉลยแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย

- | | |
|-------|-------|
| 1. ง | 16. ข |
| 2. ข | 17. ง |
| 3. ง | 18. ก |
| 4. ก | 19. ค |
| 5. ข | 20. ก |
| 6. ง | 21. ข |
| 7. ข | 22. ข |
| 8. ข | 23. ก |
| 9. ข | 24. ง |
| 10. ก | 25. ค |
| 11. ก | 26. ค |
| 12. ค | 27. ก |
| 13. ข | 28. ค |
| 14. ข | 29. ค |
| 15. ง | 30. ข |

แบบบันทึกคะแนนการทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน(ชุดรวมใหญ่)
เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริมและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย

| เลขที่ | ชื่อ-สกุล | คะแนนผลการสอบ | | | | | |
|--------|-----------|-------------------|---------------|------------------|-------------------|---------------|------------------|
| | | การทดสอบก่อนเรียน | | | การทดสอบหลังเรียน | | |
| | | คะแนน (30) | ผลประเมิน | | คะแนน (30) | ผลประเมิน | |
| | | | ผ่าน เกณฑ์ | ไม่ผ่าน เกณฑ์ | | ผ่าน เกณฑ์ | ไม่ผ่าน เกณฑ์ |
| 1 | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | |
| | รวม | | | | | | |
| | เฉลี่ย | | | | | | |

นักเรียนต้องผ่านเกณฑ์การประเมิน ร้อยละ 80 หรือ 24 คะแนน ขึ้นไป

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



ภาคผนวก ข

ตัวอย่างแผนการจัดการเรียนรู้

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา รายวิชาสุขศึกษา
หน่วยที่ 1 การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย
เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย
สอนวันที่.....

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
เวลา 2 ชั่วโมง
เวลา 1 ชั่วโมง
เวลา.....น.

สาระที่ 4 : การสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคและการดูแลสุขภาพตนเอง

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค
การดูแลสุขภาพของตนเองและการเลือกใช้บริการสุขภาพ

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. นักเรียนมีความภูมิใจและเห็นคุณค่าในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค
ด้วยภูมิปัญญาไทย

สาระสำคัญ

การแพทย์แผนไทยเป็นการผสมผสานระหว่างการแพทย์พื้นบ้านกับการแพทย์
อายุรเวทของอินเดีย ปรากฏหลักฐานในประเทศไทยยาวนานกว่าพันปีด้วยวิธีการรักษา เช่น
การใช้ยาสมุนไพร การนวด การปรับพฤติกรรมกรกินอาหารตามธาตุเจ้าเรือน ซึ่งในปัจจุบัน
มีการส่งเสริมให้ใช้ภูมิปัญญาไทยเหล่านี้ ในการป้องกันโรคและดูแลสุขภาพขั้นพื้นฐาน
ของประชาชนทั่วไป

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. บอกความหมายความสำคัญของการแพทย์แผนไทยได้
2. บอกประโยชน์ของการแพทย์แผนไทยได้
3. ปฏิบัติกิจกรรมในเอกสารประกอบการเรียนได้ถูกต้องตามขั้นตอน

คุณลักษณะที่พึงประสงค์ที่ต้องการเน้น

1. มีความรับผิดชอบในการทำงาน
2. มีความตรงต่อเวลา
3. ตระหนักถึงคุณค่าของภูมิปัญญาด้านการแพทย์แผนไทย

สาระการเรียนรู้

1. ความหมายการแพทย์แผนไทย
2. ประวัติการแพทย์แผนไทย
3. ประโยชน์ของภูมิปัญญาด้านการแพทย์แผนไทย

กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ทดสอบก่อนเรียน โดยแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวน 30 ข้อ
2. ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ
3. นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน จำนวน 20 ข้อ
4. ครูนำนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับวิธีการรักษาอาการเจ็บป่วยที่นักเรียนรู้จัก

มีวิธีการใดบ้างสามารถใช้บริการได้ที่ไหน

ขั้นสอน

1. นักเรียนเข้ากลุ่มตามความสมัครใจ แบ่งกลุ่มเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน แต่ละกลุ่มเลือกประธาน กรรมการ และเลขานุการ
2. นักเรียนแต่ละกลุ่มรับเอกสารประกอบการเรียน ชุดที่ 1 เรื่อง การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย โดยให้ศึกษาตอนที่ 1 เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย นักเรียนศึกษาคำชี้แจงการใช้เอกสารประกอบการเรียนให้เข้าใจ ร่วมกันสรุปขั้นตอนการปฏิบัติกิจกรรมภายในกลุ่ม
3. นักเรียนทุกกลุ่ม ศึกษาใบความรู้ เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย ร่วมกันอภิปรายสรุปสาระสำคัญและปฏิบัติกิจกรรมในใบงานที่ 1 ตามที่ได้รับมอบหมาย
4. ขณะที่นักเรียนแต่ละกลุ่มปฏิบัติกิจกรรม ครูให้คำแนะนำเกี่ยวกับคุณธรรมเกี่ยวกับการปฏิบัติงาน เช่น ความซื่อสัตย์ ความอดทน ความเสียสละ ความสามัคคี เพื่อให้ นักเรียนตระหนักและเห็นความสำคัญ จากนั้นครูสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน โดยใช้

แบบประเมินผลการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้เป็นรายบุคคล

ขั้นสรุป

1. นักเรียนทุกกลุ่มร่วมกันสนทนาเพื่อสรุปสาระสำคัญของการแพทย์แผนไทย และประวัติการแพทย์แผนไทย ครูร่วมสรุปสาระสำคัญที่เป็นองค์ความรู้เพิ่มเติมหากยังบกพร่อง
2. นักเรียนทุกคนสรุปองค์ความรู้ด้วยตนเองและจดบันทึกลงในสมุดบันทึก

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

สื่อการเรียนรู้

1. เอกสารประกอบการเรียน ชุดที่ 1 เรื่อง การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย ตอนที่ 1 เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย
2. ใบความรู้ เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย

แหล่งการเรียนรู้เพิ่มเติม

1. ห้องสมุด
2. อินเทอร์เน็ต

การวัดผลและประเมินผล

วิธีการวัดและประเมินผล

1. การทดสอบก่อนเรียน
2. การสังเกตจากพฤติกรรมการเรียนรู้เป็นรายบุคคล
3. การตรวจใบงานที่ 1 เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย

เครื่องมือวัดผลและประเมินผล

1. แบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวน 30 ข้อ
2. แบบทดสอบก่อนเรียน จำนวน 20 ข้อ
3. แบบประเมินผลการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้รายบุคคล
4. แบบประเมินการตอบคำถามในใบงานที่ 1

เกณฑ์การวัดผลและประเมินผล

1. ผลการทดสอบก่อน - หลังเรียน
ใช้เกณฑ์คะแนนผ่านการประเมินร้อยละ 80 ขึ้นไป
2. ผลการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้เป็นรายบุคคล
ใช้เกณฑ์คะแนนผ่านการประเมินอย่างน้อยร้อยละ 80
3. ผลการตรวจผลงาน ใบงานที่ 1
ใช้เกณฑ์คะแนนผ่านการประเมินร้อยละ 80

ข้อเสนอแนะ

ครูจัดการทดสอบข้อสอบชุดรวมใหญ่ จำนวน 30 ข้อ โดยการจัดสอบนอกเวลาเรียนและไม่นับเป็นเวลาเรียน ควรบันทึกคะแนนของนักเรียนไว้เพื่อเปรียบเทียบกับคะแนนหลังการเรียน

ความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(ลงชื่อ)

(.....

.....

วันที่ เดือน พ.ศ.....

บันทึกผลหลังสอน

1. ผลการสอน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ปัญหาอุปสรรค

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ข้อเสนอแนะ/แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(ลงชื่อ)

(.....)

.....

วันที่ เดือน พ.ศ.....

ระดับคุณภาพ

คะแนน 8 - 10 หมายถึง ดี

คะแนน 5 - 7 หมายถึง พอใช้

คะแนน 0 - 4 หมายถึง ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมิน คะแนนผ่านเกณฑ์การประเมินร้อยละ 80 ขึ้นไป

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

รายละเอียดเกณฑ์การประเมินแบบสังเกตพฤติกรรมกรรมการเรียนรู้
วิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

| รายการประเมิน | เกณฑ์การให้คะแนน | | |
|---|--|---|--|
| | 2 | 1 | 0 |
| 1. ความตั้งใจ / ความสนใจในการเรียน | มีความสนใจและตั้งใจเรียนจนจบเรื่องที่เรียนเป็นอย่างดี | มีความสนใจเรียนแต่มีสมาธิสั้น | ไม่สนใจการเรียนชอบเล่นในห้องเรียน |
| 2. ปฏิบัติกิจกรรมที่ครู / กลุ่มมอบหมาย | กระตือรือร้น ตั้งใจทำกิจกรรมที่ครูมอบหมายจนสำเร็จ | มีความกระตือรือร้นเป็นบางครั้ง งานที่มอบหมายไม่สำเร็จ | ไม่มีความรับผิดชอบต่องานที่ครูหรือกลุ่มมอบหมาย |
| 3. ซักถามเมื่อไม่เข้าใจในบทเรียน | มีความกล้าและซักถามปัญหาในเรื่องที่ไม่เข้าใจเป็นประจำ | ซักถามครูในบางโอกาส ไม่มีความมั่นใจ | ขาดความมั่นใจ ไม่กล้าซักถามปัญหาเมื่อไม่เข้าใจ |
| 4. มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนในกลุ่ม / ในห้องเรียน | มีมนุษยสัมพันธ์ มีความเอื้อเฟื้อ เข้ากับเพื่อน ๆ ได้ดี | มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี แต่ใช้อารมณ์ บางโอกาส | อยู่คนเดียวตามลำพังเพื่อน ไม่อยากคบ |
| 5. ผลงานสำเร็จ มีคุณภาพ | งานที่มอบหมายเสร็จทันเวลาทุกครั้งและผลงานดีมาก | งานที่มอบหมายมีคุณภาพ แต่เสร็จทันเวลาบางครั้ง | งานที่มอบหมายไม่เสร็จทันเวลา |

ระดับคุณภาพ

คะแนน 8 - 10 หมายถึง ดี

คะแนน 5 - 7 หมายถึง พอใช้

คะแนน 0 - 4 หมายถึง ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมิน คะแนนผ่านเกณฑ์การประเมินร้อยละ 80 ขึ้นไป

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

รายละเอียดเกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม
วิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

| รายการประเมิน | เกณฑ์การให้คะแนน | | |
|--|----------------------------------|--------------------------------------|--|
| | 2 | 1 | 0 |
| 1. ตอบคำถามได้ตรงเนื้อหา | ตอบคำถามได้ตรงเนื้อหาทุกข้อ | ตอบคำถามได้ตรงเนื้อหาแต่ไม่ถูกทุกข้อ | ตอบคำถามไม่สอดคล้องกับเนื้อเรื่อง |
| 2. ตอบคำถามไม่วกวนแสดงเหตุและผล | ตอบคำถามไม่วกวนแสดงเหตุและผล | ตอบคำถามวกวนเป็นบางข้อ | ตอบคำถามวกวน |
| 3. ใช้ภาษาสุภาพเหมาะสมกับเรื่อง | ใช้ภาษาถูกต้องสุภาพ | ใช้ภาษาไม่ถูกต้องเป็นบางข้อ | ใช้ภาษาไม่สุภาพและไม่ถูกต้อง |
| 4. มีนิสัยที่ดีในการเขียน สะอาดเรียบร้อย | ตั้งใจเขียนผลงานสะอาดเป็นระเบียบ | ตั้งใจเขียนแต่ผลงานมีที่งูศขีคลบ | ผลงานไม่เป็นระเบียบสกปรก มีรอยงูศขีคลบหลายแห่ง |
| 5. ตอบคำถามได้ตามกำหนดครบทุกข้อ | ตอบคำถามได้ครบทุกข้อ | ตอบคำถามได้แต่ไม่ครบทุกข้อ | ตอบคำถามไม่ได้เลย |

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา รายวิชา สุขศึกษา
หน่วยที่ 1 การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย
เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค
สอนวันที่.....

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

เวลา 2 ชั่วโมง

เวลา 1 ชั่วโมง

เวลา.....น

สาระที่ 4 : การสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคและการดูแลสุขภาพตนเอง

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค
การดูแลสุขภาพของตนเองและการเลือกใช้บริการสุขภาพ

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

- นักเรียนมีความภูมิใจและเห็นคุณค่าในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค
ด้วยภูมิปัญญาไทย

สาระสำคัญ

การแพทย์แผนไทยเป็นการผสมผสานระหว่างการแพทย์พื้นบ้านกับการแพทย์
อายุรเวชของอินเดีย ปรากฏหลักฐานในประเทศไทยยาวนานกว่าพันปีด้วยวิธีการรักษา เช่น
การใช้ยาสมุนไพร การนวด การปรับพฤติกรรมการกินอาหารตามธาตุเจ้าเรือน ซึ่งในปัจจุบัน
มีการส่งเสริมให้ใช้ภูมิปัญญาไทยเหล่านี้ในการป้องกันโรคและดูแลสุขภาพขั้นพื้นฐาน
ของประชาชนทั่วไป

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายขั้นตอนการสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทยได้
2. เลือกใช้การแพทย์แผนไทยในการดูแลสุขภาพได้ถูกต้องเหมาะสม
3. ปฏิบัติกิจกรรมในเอกสารประกอบการเรียน ได้ถูกต้องตามขั้นตอน

คุณลักษณะที่พึงประสงค์ที่ต้องการเน้น

1. มีความรับผิดชอบในการทำงาน
2. มีความตรงต่อเวลา

3. ตระหนักถึงคุณค่าของภูมิปัญญาด้านการแพทย์แผนไทย

สาระการเรียนรู้

1. การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย
2. การเลือกใช้บริการแพทย์แผนไทยในการดูแลสุขภาพ

กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ
2. ครูนำนักเรียนสนทนาทบทวนความรู้เกี่ยวกับประวัติการแพทย์แผนไทยที่เรียนมา

ในชั่วโมงเรียนที่แล้ว

ขั้นสอน

1. นักเรียนเข้ากลุ่มโดยแบ่งเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน แต่ละกลุ่มเลือกประธานกรรมการและเลขานุการ

2. นักเรียนแต่ละกลุ่มรับเอกสารประกอบการเรียน ชุดที่ 1 เรื่อง การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย โดยให้ศึกษาตอนที่ 2 เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค นักเรียนศึกษาคำชี้แจงการใช้เอกสารประกอบการเรียนให้เข้าใจ ร่วมกันสรุปขั้นตอน การปฏิบัติกิจกรรมภายในกลุ่ม

3. นักเรียนทุกกลุ่ม ศึกษาใบความรู้ เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค ร่วมกันอภิปรายสรุปสาระสำคัญและปฏิบัติกิจกรรมในใบงานที่ 2 ตามที่ได้รับมอบหมาย

4. ขณะที่นักเรียนแต่ละกลุ่มปฏิบัติกิจกรรม ครูให้คำแนะนำแก่นักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือ จากนั้นครูสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนเป็นรายบุคคล โดยใช้แบบประเมินผลการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้

ขั้นสรุป

1. นักเรียนทุกกลุ่มร่วมกันสนทนาเพื่อสรุปความสำคัญขององค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค ครูร่วมสรุปสาระสำคัญที่เป็นองค์ความรู้เพิ่มเติม หากยังบกพร่อง

2. นักเรียนทุกคนสรุปองค์ความรู้ด้วยตนเองและจดบันทึกลงในสมุดบันทึก

3. นักเรียนทุกคน ทดสอบหลังการเรียน จากนั้นตรวจคำตอบกับแบบเฉลย การทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน บันทึกคะแนนที่ได้ลงในแบบบันทึก ประชาชนกลุ่ม รวบรวมส่งครู

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

สื่อการเรียนรู้

1. เอกสารประกอบการเรียน ชุดที่ 1 เรื่อง การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย ตอนที่ 2 องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค
2. ใบความรู้ เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค
3. ใบงานที่ 2 เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค
(การทำใบงานและกระดาษคำตอบ ประกอบเอกสารการเรียนรู้รับที่ครู)

แหล่งการเรียนรู้เพิ่มเติม

1. ห้องสมุด
2. อินเทอร์เน็ต

การวัดผลและประเมินผล

วิธีการวัดและประเมินผล

1. การทดสอบหลังเรียน
2. การสังเกตจากพฤติกรรมการเรียนรู้เป็นรายบุคคล
3. การตรวจใบงานที่ 2 เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและ

การเกิดโรค

เครื่องมือวัดผลและประเมินผล

1. แบบทดสอบหลังเรียน จำนวน 20 ข้อ
2. แบบประเมินผลการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้รายบุคคล
3. แบบประเมินการตอบคำถามในใบงานที่ 2

เกณฑ์การวัดผลและประเมินผล

1. ผลการทดสอบก่อน-หลังเรียน
ใช้เกณฑ์คะแนนผ่านการประเมินร้อยละ 80 ขึ้นไป
2. ผลการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้

ใช้เกณฑ์คะแนนผ่านการประเมินอย่างน้อยร้อยละ 80

3. ผลการตรวจผลงาน ใบงานที่ 2

ใช้เกณฑ์คะแนนผ่านการประเมินร้อยละ 80

ข้อเสนอแนะ

ครูควรแนะนำนักเรียนให้สืบค้นข้อมูลจากแหล่งการเรียนรู้ต่าง ๆ ที่ทันสมัย เช่น ในเว็บไซต์เพื่อสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองในหัวข้อที่นักเรียนสนใจ นอกจากนี้ ควรแนะนำให้นักเรียนหาแหล่งเรียนรู้ในท้องถิ่นที่มีการใช้การแพทย์แผนไทยในการรักษาโรค ด้วย

ความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

(ลงชื่อ)

(.....)

.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

บันทึกผลหลังสอน

1. ผลการสอน

2. ปัญหาอุปสรรค

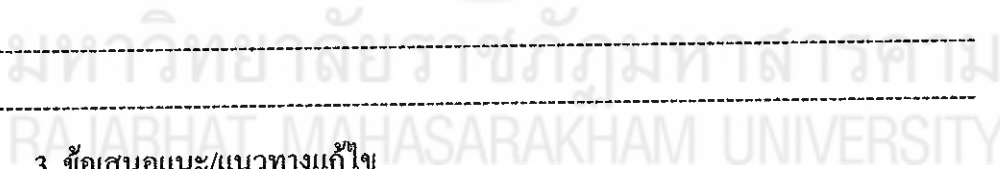
3. ข้อเสนอแนะ/แนวทางแก้ไข

(ลงชื่อ)

(.....)

.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



ระดับคุณภาพ

คะแนน 8-10 หมายถึง ดี

คะแนน 5-7 หมายถึง พอใช้

คะแนน 0-4 หมายถึง ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมิน คะแนนผ่านเกณฑ์การประเมินร้อยละ 80 ขึ้นไป

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

รายละเอียดเกณฑ์การประเมินแบบสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้

วิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

| รายการประเมิน | เกณฑ์การให้คะแนน | | |
|---|--|---|---|
| | 2 | 1 | 0 |
| 1. ความตั้งใจ / ความสนใจในการเรียน | มีความสนใจและตั้งใจเรียน จนจบเรื่องที่เรียนเป็นอย่างดี | มีความสนใจเรียน แต่มีสมาธิสั้น | ไม่สนใจการเรียน ชอบเล่นในห้องเรียน |
| 2. ปฏิบัติกิจกรรมที่ครู / กลุ่มมอบหมาย | กระตือรือร้น ตั้งใจทำกิจกรรมที่ครูมอบหมายจนสำเร็จ | มีความกระตือรือร้นเป็นบางครั้ง งานที่มอบหมายไม่สำเร็จ | ไม่มีความรับผิดชอบ ต่องานที่ครูหรือกลุ่มมอบหมาย |
| 3. ชักถามเมื่อไม่เข้าใจในบทเรียน | มีความกล้าและซักถามปัญหาในเรื่องที่ไม่เข้าใจเป็นประจำ | ซักถามครูในบางโอกาส ไม่มี ความมั่นใจ | ขาดความมั่นใจ ไม่กล้าซักถามปัญหาเมื่อไม่เข้าใจ |
| 4. มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนในกลุ่ม / ในห้องเรียน | มีมนุษยสัมพันธ์ มีความอดทน เข้ากับเพื่อนๆ ได้ดี | มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี แต่ใช้อารมณ์ บางโอกาส | อยู่คนเดียวตามลำพัง เพื่อนไม่ยอมคบ |
| 5. ผลงานสำเร็จ มีคุณภาพ | งานที่มอบหมายเสร็จทันเวลาทุกครั้งและผลงานดีมาก | งานที่มอบหมาย มีคุณภาพ แต่เสร็จทันเวลาบางครั้ง | งานที่มอบหมาย ไม่เสร็จทันเวลา |

ระดับคุณภาพ

คะแนน 8-10 หมายถึง ดี

คะแนน 5-7 หมายถึง พอใช้

คะแนน 0-4 หมายถึง ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมิน คะแนนผ่านเกณฑ์การประเมินร้อยละ 80 ขึ้นไป

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

รายละเอียดเกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม
วิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

| รายการประเมิน | เกณฑ์การให้คะแนน | | |
|---|----------------------------------|--------------------------------------|---|
| | 2 | 1 | 0 |
| 1. ตอบคำถามได้ตรงเนื้อหา | ตอบคำถามได้ตรงเนื้อหาทุกข้อ | ตอบคำถามได้ตรงเนื้อหาแต่ไม่ถูกทุกข้อ | ตอบคำถามไม่สอดคล้องกับเนื้อเรื่อง |
| 2. ตอบคำถามไม่วกวนแสดงเหตุและผล | ตอบคำถามไม่วกวนแสดงเหตุและผล | ตอบคำถามวกวนเป็นบางข้อ | ตอบคำถามวกวน |
| 3. ใช้ภาษาสุภาพเหมาะสมกับเรื่อง | ใช้ภาษาถูกต้องสุภาพ | ใช้ภาษาไม่ถูกต้องเป็นบางข้อ | ใช้ภาษาไม่สุภาพและไม่ถูกต้อง |
| 4. มีนิสัยที่ดีในการเขียนสะอาดเรียบร้อย | ตั้งใจเขียนผลงานสะอาดเป็นระเบียบ | ตั้งใจเขียนแต่ผลงานมีที่ขูดขีดลบ | ผลงานไม่เป็นระเบียบสกปรกมีรอยขูดขีดลบหลายแห่ง |
| 5. ตอบคำถามได้ตามกำหนดครบทุกข้อ | ตอบคำถามได้ครบทุกข้อ | ตอบคำถามได้แต่ไม่ครบทุกข้อ | ตอบคำถามไม่ได้เลย |

ภาคผนวก ก

ตัวอย่างเอกสารประกอบการเรียน

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

เอกสารประกอบการเรียน

เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค
ด้วยภูมิปัญญาไทย

ชุดที่ 1 การสร้างเสริมคุณเดสุภาพ
ด้วยการแพทย์แผนไทย



รายวิชา สุขศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

นายสุจิตร ทรงคาศรี

โรงเรียนปลาเค้าวิทยาคาร

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาฬสินธุ์ เขต 1

คำนำ

การส่งเสริมเพื่อสร้างสุขภาพให้แข็งแรง เป็นการป้องกันการเกิดโรคที่ดีและลงทุนน้อย ในปัจจุบันนี้เกิดกระแสความนิยมในการใช้สมุนไพรหรือวิธีการบำบัดรักษา ป้องกันโรคด้วยวิธีทางธรรมชาติ เพื่อลดปริมาณการใช้ยาซึ่งสังเคราะห์จากสารเคมีที่ทำให้เกิดผลข้างเคียง

เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย จัดทำขึ้นเพื่อให้ประกอบการเรียนการสอนใน วิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยรวบรวมเนื้อหา สาระ ช่วยให้ท่านเข้าใจง่าย ผู้อ่านได้รับความรู้ สามารถประเมินผลได้ด้วยตนเองจากใบงาน แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน โดยได้จัดทำเอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย จำนวน 6 เล่ม ดังนี้

- ชุดที่ 1 การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย
- ชุดที่ 2 การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพร
- ชุดที่ 3 การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยอาหารสมุนไพรประจำธาตุเจ้าเรือน
- ชุดที่ 4 การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการอบและประคบด้วยสมุนไพร
- ชุดที่ 5 การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการนวดแผนไทย
- ชุดที่ 6 การสร้างเสริมดูแลสุขภาพมารดาหลังคลอด

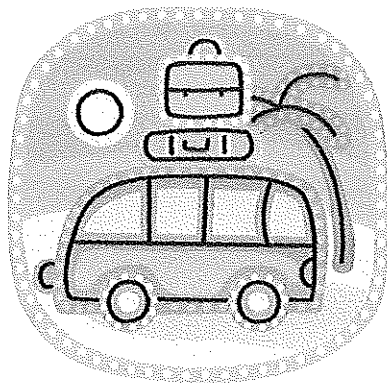
จึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงจะเป็นประโยชน์ต่อผู้เรียน และผู้ที่สนใจในการศึกษา

ค้นคว้าด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ

สุจิตร ทรงศาครี

สารบัญ

| เรื่อง | หน้า |
|---|------|
| คำนำ | ก |
| สารบัญ | ข |
| จุดประสงค์ของการศึกษาเอกสาร | 1 |
| คำแนะนำการใช้ | 2 |
| กระดาษคำตอบ | 3 |
| แบบทดสอบก่อนเรียน | 4 |
| ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย | 8 |
| ใบงานที่ 1 เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย | 15 |
| เฉลยใบงานที่ 1 เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย | 17 |
| ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค | 19 |
| ใบงานที่ 2 เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค | 27 |
| เฉลยใบงานที่ 2 เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค | 29 |
| แบบทดสอบหลังเรียน | 31 |
| เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน | 35 |
| บรรณานุกรม | 36 |



จุดประสงค์การศึกษาเอกสาร

หลังจากศึกษาเอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย ผู้เรียนจะมีความรู้ความเข้าใจดังนี้

1. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย
2. บอกความหมายของการแพทย์แผนไทยได้ถูกต้อง
3. บอกประโยชน์ของการแพทย์แผนไทยได้ถูกต้อง
4. อธิบายขั้นตอนการสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทยได้
5. เลือกใช้การแพทย์แผนไทยในการดูแลสร้างเสริมสุขภาพได้ถูกต้อง เหมาะสม



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

คำแนะนำการใช้

เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย

เอกสารประกอบการเรียนชุดนี้ แบ่งเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ประวัติการแพทย์แผนไทย

ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

ตอนที่ 2 องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค

ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

โดยให้ปฏิบัติกิจกรรม ตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1

1. ทำแบบทดสอบก่อนเรียนจำนวน 20 ข้อ ลงในกระดาษคำตอบ (รับที่ครู)
2. ศึกษาเนื้อหา สาระ รายละเอียด ในเรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย
3. ทำแบบฝึกหัดในใบงานที่ 1 ลงในกระดาษคำตอบตามลำดับ (รับที่ครู)
4. ตรวจสอบคำตอบใบงานที่ 1 จากแบบเฉลย เพื่อวัดผลการเรียนรู้
5. ถ้าตอบผิดควรกลับไปศึกษาเนื้อหาใหม่อีกครั้งหนึ่ง

ตอนที่ 2

1. ศึกษาเนื้อหา สาระ รายละเอียด ในเรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค

2. ทำแบบฝึกหัดในใบงานที่ 2 (รับที่ครู)

3. ตรวจสอบคำตอบใบงานที่ 2 จากแบบเฉลย เพื่อวัดผลการเรียนรู้

4. ถ้าตอบผิดควรกลับไปศึกษาเนื้อหาใหม่อีกครั้งหนึ่ง

5. เมื่อตอบคำถามและตรวจสอบครบทุกข้อแล้ว ให้ทำแบบทดสอบหลังเรียน

จำนวน 20 ข้อ (รับที่ครู)

6. ตรวจสอบคำตอบแบบทดสอบก่อนเรียนและแบบทดสอบหลังเรียน

7. สรุปผลคะแนนที่ได้ลงในกระดาษคำตอบ

8. ประธานกลุ่มรวบรวมกระดาษคำตอบส่งครู

กระดาษคำตอบ

เรื่อง การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย

ชื่อ เลขที่ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

ทดสอบก่อนเรียน

ทดสอบหลังเรียน

| ข้อ | ก | ข | ค | ง |
|-----|---|---|---|---|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |
| 12 | | | | |
| 13 | | | | |
| 14 | | | | |
| 15 | | | | |
| 16 | | | | |
| 17 | | | | |
| 18 | | | | |
| 19 | | | | |
| 20 | | | | |

| ข้อ | ก | ข | ค | ง |
|-----|---|---|---|---|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |
| 12 | | | | |
| 13 | | | | |
| 14 | | | | |
| 15 | | | | |
| 16 | | | | |
| 17 | | | | |
| 18 | | | | |
| 19 | | | | |
| 20 | | | | |

สรุปผลการเรียน

| ประเมินผล | ใบงานที่ 1 | ใบงานที่ 2 | รวม | ก่อนเรียน | หลังเรียน |
|-----------|------------|------------|-----|-----------|-----------|
| คะแนนเต็ม | 10 | 10 | 20 | 20 | 20 |
| ได้ | | | | | |

แบบทดสอบก่อนเรียน

เรื่อง การสร้างเสริมดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย

คำสั่ง โปรดเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด ลงในกระดาษคำตอบ เวลา 10 นาที

1. ความรู้เรื่องการใช้พืชเพื่อบำบัดโรคน่าจะเริ่มต้นจากข้อใด
 - ก. มนุษย์ทดลองใช้ต่อเนื่องกันมา
 - ข. มนุษย์นำไปใช้กับสัตว์
 - ค. มนุษย์สังเกตสัตว์รักษาอาการเจ็บป่วยด้วยพืช
 - ง. การศึกษาจากตำรา
2. การแพทย์แผนไทยเกิดจากการผสมผสานความรู้ในข้อใดถูกต้องที่สุด
 - ก. การแพทย์จีนผสมการแพทย์อายุรเวทของอินเดีย
 - ข. การแพทย์พื้นบ้านผสมการแพทย์จีน
 - ค. การแพทย์พื้นบ้านผสมกับการแพทย์อายุรเวทของอินเดีย
 - ง. การแพทย์พื้นบ้านผสมกับการแพทย์อายุรเวทของอินเดียและการแพทย์จีน
3. สถานพยาบาลที่เรียกว่า “อโรคยาศาลา” สร้างในสมัยกษัตริย์พระองค์ใด
 - ก. พระเจ้าชัยวรมันที่ 7
 - ข. พ่อขุนรามคำแหง
 - ค. พ่อขุนผาเมือง
 - ง. สมเด็จพระนารายณ์มหาราช
4. ข้อใดกล่าวถึงการแพทย์แผนไทยในสมัยอยุธยาได้ถูกต้องที่สุด
 - ก. พระภิกษุมีบทบาทในการใช้สมุนไพรรักษาโรค
 - ข. มีการบูชาด้วยยาและอาหารก่อนแจกจ่ายแก่ผู้ป่วย
 - ค. การแพทย์แผนไทยรุ่งเรืองมากโดยเฉพาะการนวดแผนไทย
 - ง. การรวบรวมตำรายา ฤๅษีคัดคนและตำรานวดไว้ตามศาลาราย
5. ตำรายาเล่มแรกของไทย คือข้อใด
 - ก. ตำราจินคามาณี
 - ข. ตำราพระโอสถพระนารายณ์
 - ค. ตำราแพทย์ศาสตร์สงเคราะห์
 - ง. จารึกตำรายาของวัดโพธิ์

6. มีการจัดตั้งโรงพยาบาลรักษาโรค โดยมิชชันนารีชาวฝรั่งเศส ในสมัยกษัตริย์พระองค์ใด
- พระเจ้าอยู่หัว
 - สมเด็จพระนารายณ์มหาราช
 - พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช
 - พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว
7. ในสมัยรัชกาลที่ 1 ผู้ที่รับราชการในกรมหมอ จะเรียกชื่อในข้อใด
- หมอเชลยศักดิ์
 - หมอลวง
 - หมอพื้นบ้าน
 - หมอราษฎร
8. นายแพทย์แดน บีช บรัดเลย์ เข้ามาในประเทศไทยและนำการแพทย์แผนตะวันตกมาใช้ในรัชกาลใด
- รัชกาลที่ 1
 - รัชกาลที่ 2
 - รัชกาลที่ 3
 - รัชกาลที่ 4
9. ข้อใดคือการรักษาโดยใช้การแพทย์แบบตะวันตก
- การนวด
 - การประคบด้วยสมุนไพร
 - การใช้ยาสมุนไพร
 - การปลูกฝีป้องกันไข้ทรพิษ
10. ข้อใดไม่ใช่ลักษณะของการประกอบโรคศิลปะประเภทแผนโบราณ
- มีการทดลองของผู้รู้ทางวิทยาศาสตร์
 - อาศัยการสังเกตหรือความชำนาญ
 - อาศัยตำราอันมีมาแต่โบราณ
 - มิได้ดำเนินไปในทางวิทยาศาสตร์
11. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเจ็บป่วยในมนุษย์ตามความเชื่อที่เกิดจากธรรมชาติ คือ
- การเสียดุลของธาตุทั้ง 4 ในร่างกาย
 - เกิดจากพลังของผีป่า ปีศาจ
 - พระเจ้าลงโทษผู้ทำผิดจารีตประเพณี
 - อิทธิพลของดวงดาวต่าง ๆ

12. ข้อใดไม่ใช่สาเหตุการเจ็บป่วยตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย
- มูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4
 - อิทธิพลของฤดูกาล
 - อิทธิพลของกาลเวลาและสุริยะจักรวาล
 - อิทธิพลของเชื้อโรคต่างๆ
13. “องค์ประกอบของสิ่งมีชีวิต ที่มีลักษณะเป็นของแข็งมีความคงรูป” ข้อความนี้ หมายถึง ลักษณะธาตุในข้อใด
- ธาตุดิน
 - ธาตุน้ำ
 - ธาตุลม
 - ธาตุไฟ
14. ข้อใดไม่ใช่ธาตุน้ำภายใน
- มันเหลว
 - น้ำตา
 - น้ำดี
 - น้ำฝน
15. ข้อใดคือความหมายของ อุดุมภูฐาน
- สิ่งมีชีวิตที่เกิดมาล้วนประกอบด้วยธาตุทั้ง 4
 - ร่างกายของมนุษย์จะเปลี่ยนแปลงตามอายุขัย
 - ฤดูกาลต่างๆ มีผลทำให้ร่างกายแปรปรวน
 - ที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมมีผลต่อสุขภาพ
16. ปัจจุบันวัย ตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทยเริ่มที่อายุเท่าไร
- 32 ปีขึ้นไป
 - 42 ปีขึ้นไป
 - 52 ปีขึ้นไป
 - 60 ปีขึ้นไป
17. ถ้าพวกเราอาศัยอยู่ในประเทศหนาว สถานที่ที่เป็นน้ำเค็ม มักเจ็บป่วยจากธาตุใด
- ธาตุน้ำ
 - ธาตุดิน
 - ธาตุลม
 - ธาตุไฟ

18. โรคไหลตาย ซึ่งมักเกิดช่วงเวลา 02.00 – 04.00 น. เชื่อว่าเกิดจากอิทธิพลของธาตุใด
- ก. ธาตุดินและธาตุน้ำ
 - ข. ธาตุน้ำและธาตุไฟ
 - ค. ธาตุไฟและธาตุดิน
 - ง. ธาตุไฟและธาตุลม
19. การแก้การเจ็บป่วยที่มีสาเหตุจากพฤติกรรม โดยฝึกทางสายกลางได้เขียนไว้ในตำราเล่มใด
- ก. ตำราสุริยยาตร์
 - ข. ตำราพระโอสถ
 - ค. กัมภีร์โรคนิทาน
 - ง. ตำราอุตุสมุฏฐาน
20. การรักษาโรคด้วยการใช้อาหารและยาสมุนไพร เพื่อประโยชน์ในข้อใด
- ก. ปรับพฤติกรรมมูลเหตุที่ก่อโรค
 - ข. ปรับให้ธาตุสมดุล
 - ค. แก้ไขปัจจัยที่เกิดจากธรรมชาติ
 - ง. แก้ไขปัจจัยที่เกิดจากกาลเวลา



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ใบความรู้ที่ 1

เรื่อง ประวัติแพทย์แผนไทย

การแพทย์แผนไทย หมายถึง ปรัชญา องค์ความรู้และวิถีการปฏิบัติ เพื่อการดูแลสุขภาพ และการบำบัดรักษาโรค ความเจ็บป่วยของประชาชนไทยแบบดั้งเดิม สอดคล้องกับขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมไทยและวิถีชีวิตแบบไทย วิถีการปฏิบัติของการแพทย์แผนไทย ประกอบด้วยการใช้สมุนไพร (ด้วยการต้ม การอบ การประคบ การปั้นเป็นลูกกลอน เป็นอาทิ) หัตถบำบัด การรักษากระดูกแบบดั้งเดิม การใช้พุทธศาสนาหรือพิธีกรรมเพื่อดูแลรักษาสุขภาพจิต การคลอด การดูแลสุขภาพแบบไทยเดิมและธรรมชาติบำบัด ซึ่งได้จากการสะสมและถ่ายทอดประสบการณ์อย่างเป็นระบบ โดยการบอกเล่า การสังเกต การบันทึกและการศึกษาผ่านสถาบันการศึกษาด้านแพทย์แผนไทย

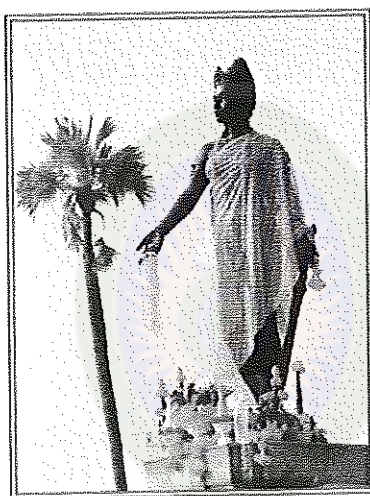
จากวิถีชีวิตของคนไทยแต่ดั้งเดิมที่มีความผูกพันอยู่กับธรรมชาติและพึ่งพาผลผลิตจากป่า ความรู้เรื่องการใช้พืชเพื่อบำบัดรักษาน่าจะเริ่มขึ้นจากพรานป่าที่เฝ้าสังเกตอาการของสัตว์ที่ได้รับบาดเจ็บ สัตว์ป่าได้รู้จักวิธีการรักษาตนเองโดยวิธีการกินต้นไม้ใบหญ้าบางชนิด ทำให้พรานป่าเกิดการจดจำและนำมาทดลอง กระทั่งเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง มีการจดบันทึกเป็นรูปหรือคำรับยา โดยมีหมอพื้นบ้านเป็นผู้สืบทอดความรู้

การแพทย์แผนไทยเกิดจากการผสมผสานระหว่างการแพทย์พื้นบ้านที่มีการจัดระบบ องค์ความรู้กับการแพทย์อาชुरเวทของอินเดีย โดยปรากฏหลักฐาน คือ การกล่าวขย่งของท่านชีวกโกมารภัจจ์เป็นบรมครู ซึ่งท่านเป็นแพทย์หลวงและเป็นหมอประจำตัวของพระพุทธเจ้า มีความสามารถในการรักษาโรคด้วยยาและการผ่าตัด การรับวัฒนธรรมจากอินเดียน่าจะผ่านทางค่านศาสนา จากการศึกษาคัมภีร์ที่สำคัญต่างๆ นอกจากนั้นการแพทย์แผนไทยยังได้ผสมผสานศาสตร์การแพทย์ของจีนเข้ามาไว้ด้วยแต่น้อยกว่าของอินเดีย การแพทย์แผนไทยได้มีวิวัฒนาการติดต่อกันมายาวนานหลายยุคหลายสมัยดังนี้

วิวัฒนาการการแพทย์แผนไทย

1. การแพทย์แผนไทยยุคก่อนอาณาจักรสุโขทัย

สมัยพระนางจามเทวี (พ.ศ. 1204 - 1211) จากตำนานพระธาตุลำปางหลวงกล่าวว่า ฤๅษีวาสุเทพ กับสุกกทันฤๅษี ได้ สร้างนครหริภุญชัยขึ้น จึงได้อัญเชิญ พระนางจามเทวี (พระธิดาของ เจ้าผู้ครองนครละโว้ปุระ หรือเมืองลพบุรีในปัจจุบัน) จากเมืองละโว้ ให้มาครองนครหริภุญชัย ในราว พ.ศ. 1204 พระนางจามเทวี ได้ขอพระราชทานสิ่งที่เป็นมงคลจากพระราชบิดาไปด้วย เพื่อนำไปประกอบกิจให้เป็นประโยชน์ ซึ่งมีหมอยาจำนวน 500 คนติดตามไปด้วย



ที่มา : หนังสือประวัติบรมครู ชีวโกมารภัก.

ศิลาจารึกของอาณาจักรขอมได้จารึกไว้ว่า ประมาณ พ.ศ. 1725-1729 พระเจ้าชัยวรมันที่ 7 ทรงบำเพ็ญพระราชกุศลตามความเชื่อในศาสนาพุทธ โดยสร้างสถานพยาบาลเรียกว่า อโรคยาศาลา ขึ้น 102 แห่ง ในบริเวณภาคตะวันออกเฉียงเหนือของไทยและบริเวณใกล้เคียง และกำหนด ผู้ทำหน้าที่รักษาพยาบาลไว้อย่างชัดเจน ได้แก่ หมอ, พยาบาล, เกสัช, ผู้จดสถิติ, ผู้ปรุงอาหารและยา รวม 92 คน รวมทั้งมีพิธีกรรมบวงสรวงพระโคตมพุทธเจ้าไว้ตามความเชื่อทางศาสนาพุทธ ลัทธิมหายาน ด้วยการบูชาด้วยยาและอาหารก่อนแจกจ่ายให้แก่ผู้ป่วย อโรคยาศาลานี้ สันนิษฐานว่า สร้างด้วยไม้ สำหรับให้ผู้ป่วยพักอาศัย จึงหักพังสูญหายไป คงเหลือแต่วิหาร หรือ ศาสนสถาน ของ โรงพยาบาล และศิลาจารึกที่สร้างด้วยอิฐหิน หรือศิลาแลง ไว้เป็นหลักฐานเท่านั้น ศิลาจารึก ที่พบ บริเวณโรงพยาบาล เรียกว่า ศิลาจารึกโรงพยาบาล ปัจจุบันมีอโรคยาศาลาที่ยังเหลือปราสาทที่ สมบูรณ์ที่สุด คือ ถูบ้านเขวา จังหวัดมหาสารคาม

2. การแพทย์แผนไทยสมัยสุโขทัย (พ.ศ.1763-1920)

จากหลักฐานทางประวัติศาสตร์ ไม่พบข้อมูลเกี่ยวกับระบบการแพทย์ในสมัยนี้เลย แต่เชื่อว่า ต้องมีระบบการแพทย์ที่มีการใช้ยาจากสมุนไพร โดยนำมาต้ม พอก หรือบดให้ละเอียดรับประทาน เพราะมีการค้นพบหินบดยาสมัยทวารวดีซึ่งเป็นยุคก่อนสุโขทัย และจากศิลาจารึกของพ่อขุนรามคำแหง ได้บันทึกไว้ว่า ทรงสร้างสวนสมุนไพรขนาดใหญ่บนเขาหลวงหรือเขาสรพรพยา เพื่อให้ราษฎรได้เก็บสมุนไพรไปใช้รักษาโรคนานเจ็บป่วย ปัจจุบันภูเขาดังกล่าวอยู่ในอำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย ในยุคนี้ศาสนาพุทธลัทธิหินยานมีบทบาทอย่างมาก พระภิกษุนิยมรูดงค์ ศูนย์รวมของวัฒนธรรมและการศึกษาอยู่ที่วัด เชื่อว่าพระภิกษุยุคนี้มีความรู้ในการรักษาตนเองด้วยสมุนไพรและช่วยเหลือแนะนำประชาชนด้วย

3. การแพทย์แผนไทยสมัยอยุธยา

การแพทย์แผนไทยเท่าที่มีเอกสารพอจะค้นคว้าได้ ก็มีแต่เพียงในสมัยกรุงศรีอยุธยาเท่านั้นที่มีการบันทึกไว้ พอสรุปได้ว่า การแพทย์สมัยอยุธยามีลักษณะการผสมผสานปรับประยุกต์องค์ความรู้จากการแพทย์พื้นบ้านทั่วราชอาณาจักร ผสมกลมกลืนกับความเชื่อตามปรัชญาแนวพุทธ รวมทั้งความเชื่อทางไสยศาสตร์และโหราศาสตร์ เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพของชุมชน แนวคิดหลักของการแพทย์แผนไทยมีเป้าหมายที่สภาวะสมดุลของธาตุ 4 อันเป็นองค์ประกอบของชีวิต ผู้ที่จะเป็นแพทย์ได้ ต้องมีวัตรปฏิบัติที่งดงามในทุกด้าน ด้วยความกตัญญูรู้คุณครูบาอาจารย์ ครูดั้งเดิมที่แพทย์แผนไทยนับถือคือพระฤๅษี เพราะต้องออกไปบำเพ็ญเพียรในป่าจึงต้องพึ่งตนเอง และหาวิธีรักษาตนเองยามเจ็บป่วย ทำให้เกิดการค้นพบพืชสมุนไพรที่สามารถใช้รักษาความเจ็บป่วย และการบริหารร่างกายที่เรียก ตำรับฤๅษีคัดคน

ในสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราช พบบันทึกว่า มีระบบการจัดหายาที่ชัดเจนสำหรับประชาชน มีแหล่งจำหน่ายยาและสมุนไพรหลายแห่ง ทั้งในและนอกกำแพงเมือง มีการรวบรวมตำรับยาต่างๆ ขึ้นเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์การแพทย์แผนไทย เรียกว่า ตำราพระโอสถพระนารายณ์ การแพทย์แผนไทยสมัยนี้รุ่งเรืองมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการนวดแผนไทย การแพทย์ตะวันตกเริ่มเข้ามามีบทบาท โดยมีชนชั้นนารีชาวฝรั่งเศสได้จัดตั้งโรงพยาบาลรักษาโรค จึงเกิดการแข่งขันกับการแพทย์แผนไทย ทำให้เกิดการรวบรวมตำราพระโอสถพระนารายณ์ขึ้น โรงพยาบาลรักษาโรคที่ตั้งขึ้นขาดความนิยมและล้มเลิกไปเพราะขัดกับประเพณีและความเชื่อของคนไทยในยุคนั้น

4. การแพทย์แผนไทยสมัยต้นรัตนโกสินทร์

การแพทย์ไทยในสมัยรัตนโกสินทร์ มีแบบแผนการรักษาได้รับการถ่ายทอดความรู้ มาจาก สมัยอยุธยา โดยผ่านทางตำรายาและคัมภีร์ต่างๆ ซึ่งส่วนหนึ่ง ได้รับการสืบทอด มาจากแพทย์รุ่นก่อน และอีกส่วนหนึ่ง ได้มีการรวบรวม คัดลอกขึ้นมาใหม่ ในสมัยรัตนโกสินทร์ โดยการเรียกประชุม ให้ แพทย์และผู้มีความรู้ นำตำรายา มาตรวจทาน แก้ไข เรียบเรียงขึ้นใหม่ โดยเลือกเอาแต่ตำรายา ที่เห็นว่า ดีและเชื่อถือได้มาคัดลอกเก็บไว้ใช้เป็นตำราในกรมหมอลวง ซึ่งต่อมา ตำราเหล่านี้ก็ได้เป็นที่ แพร่หลายโดยทั่วไป ผู้ที่มีส่วนสำคัญในการนี้ นอกจากเป็นผู้มีความรู้และแพทย์ทั้งหลายแล้ว พระเจ้าแผ่นดินก็ทรงเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญด้วยเช่นกัน ซึ่งจะ ได้กล่าวรายละเอียดในแต่ละรัชกาล ตามลำดับ

4.1 การแพทย์สมัยรัชกาลที่ 1

พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช ได้ทรงปฏิสังขรณ์วัดโพธารามหรือ วัดโพธิ์ขึ้นเป็นอารามหลวง ให้ชื่อว่าวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม และทรงได้รวบรวมและจารึก ตำรายาและฤๅษีคัตคนและตำรานวดไทยไว้ตามศาลาราย สำหรับการจัดหาของทางราชการ มีการจัดตั้งกรมหมอ โรงพระโอสถคล้ายกับในสมัยอยุธยา ผู้ที่รับราชการ เรียกว่า หมอลวง ส่วน หมอที่รักษาประชาชนทั่วไป เรียกว่า หมอราษฎรหรือหมอเขลยศักดิ์

4.2 การแพทย์สมัยรัชกาลที่ 2

พระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัยทรงเห็นว่าคัมภีร์แพทย์ ณ โรงพระโอสถ สมัยอยุธยาสูญหายไป จึงมีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าฯ ให้เหล่าผู้ชำนาญลักษณะโรคและ สรรพคุณยา รวมทั้งผู้ที่มีตำรายาคีๆ นำเข้ามาทูลเกล้าฯ ถวายและให้กรมหมอลวงคัดลอก และจด เป็นตำราหลวงสำหรับ โรงพระโอสถ

พ.ศ. 2359 มีพระราชโองการโปรดเกล้าฯ ให้ตรากฎหมายชื่อว่า กฎหมายพนักงานพระโอสถ ถวาย จากกฎหมายฉบับนี้ จะเห็นได้ว่า รัชกาลที่ 2 ทรงให้ความสำคัญกับการปรุ่งยามาก โดยจัดเป็น ศิลปะและศาสตร์ชั้นสูง ผู้ที่ได้รับความไว้วางพระราชหฤทัย ในตำแหน่ง เจ้าพนักงานพระโอสถ ซึ่งมี หน้าที่ปรุ่งยา ต้องมีทั้งความซื่อสัตย์ ความละเอียดถี่ถ้วน และต้องปรุ่งยาสม่ำเสมอ เป็นหน้าที่ที่ต้องมี ความรับผิดชอบสูงมาก ดังนั้นการศึกษาเพื่อเข้ารับราชการเป็นพนักงานพระโอสถ จึงจำกัดอยู่ในวงศ์ ตระกูลที่สืบเป็นมรดกตกทอดกันมาเท่านั้น ในการดูแลรักษาสุขภาพ สมัยรัชกาลที่ 2 ได้มีการแยก แพทย์ไทยเป็น 2 ประเภท คือ หมอลวง และหมอเขลยศักดิ์ หมอลวงและหมอเขลยศักดิ์ มีความ แตกต่างกันดังนี้

หมอลวง คือหมอที่เชี่ยวชาญเป็นพิเศษ รับราชการสังกัดอยู่ในกรมราชแพทย์ หมอเฉลยศักดิ์ (หมอราษฎร์) คือ หมอที่ไม่ได้รับราชการ ประกอบอาชีพอิสระ ฝึกฝนเล่าเรียนจากบรรพบุรุษที่เป็นหมอยุ่ก่อน หรือศึกษาจากตำรา แล้วทดลองฝึกหัดจนมีความชำนาญ

4.3 การแพทย์สมัยรัชกาลที่ 3

พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงปฏิสังขรณ์วัดพระเชตุพนฯ อีกครั้งและโปรดเกล้าฯ ให้จาริกตำรายาไว้บนแผ่นหินอ่อน ประดับไว้ตามผนัง โบสถ์และศาลารายในบริเวณวัด ศิลจาริกนี้เป็นตำราบอกสมุฏฐานของโรคและวิธีการรักษา และได้จัดหาต้นสมุนไพรที่ใช้ปรุงยาและหาได้ยากมาปลูกไว้ในวัดเป็นจำนวนมาก นับเป็นการจัดการศึกษาให้แก่ประชาชนอีกรูปแบบหนึ่ง ซึ่งมีได้จำกัดอยู่เพียงในวงศ์ตระกูลเหมือนแต่ก่อน นอกจากนี้ยังรับสั่งให้บูรณปฏิสังขรณ์วัดราชโอรสาราม และได้จาริกตำราไว้ในแผ่นศิลาดามเสาระเบียงพระวิหาร โปรดเกล้าฯ ให้มีการจัดตั้งโรงเรียนแพทย์แผนโบราณแห่งแรก คือ "โรงเรียนแพทย์แผนโบราณวัดโพธิ์"

รัชสมัยนี้ มีการนำการแพทย์แบบตะวันตกเข้ามาเผยแพร่โดยคณะมิชชันนารีชาวอเมริกัน โดยการนำของนายแพทย์แคน บีช บรัคเลย์ ซึ่งคนไทยเรียกว่าหมอบรัคเลย์ ซึ่งนำวิธีการแพทย์แบบตะวันตกมาใช้ เช่น การปลูกฝีป้องกันไข้ทรพิษ การใช้ยาเม็ดควินินรักษาโรคไข้จับสั่น เป็นต้น นับเป็นวิวัฒนาการการแพทย์แผนไทยและแผนตะวันตกที่ชัดเจน

4.4 การแพทย์สมัยรัชกาลที่ 4

ในรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ได้มีการนำการแพทย์แผนตะวันตกมาใช้มากขึ้น แต่พระองค์ก็ยังสนพระทัยในวิชาการแพทย์แผนโบราณ เพราะสมัยนี้ พระองค์ตั้งพระทัยศึกษาขึ้นมา พระส่วนใหญ่จะถือพระองค์เป็นพระป่า ไม่อยู่ในบ้านหรือเมือง ดังนั้นจึงจำเป็นต้องรู้เรื่องสมุนไพรและวิธีการรักษา จึงเผยแพร่ให้กับประชาชน พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าฯ ได้นำการแพทย์แผนตะวันตกมาใช้มากขึ้น เช่น การสูติกรรมสมัยใหม่ แต่ไม่สามารถให้ประชาชนเปลี่ยนความนิยมได้ เพราะการรักษาพยาบาลแผนไทยเป็นจารีตประเพณีและวัฒนธรรมสืบเนื่องกันมาและเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตคนไทย

การจัดการเรียนการสอนและบริการรักษาทางการแพทย์ทั้งแผนไทยและแผนตะวันตก ร่วมกันเป็น ไปด้วยความยากลำบากและขัดแย้งระหว่างผู้สอนและผู้เรียนเป็นอย่างมาก ด้วยหลักการแนวคิดและวิธีการเรียนการสอนที่แตกต่างกัน ทำให้ยากที่จะผสมผสานกันได้

4.5 การแพทย์สมัยรัชกาลที่ 5

รัชสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ปี พ.ศ. 2431 มีการจัดตั้งศิริราชพยาบาลขึ้น และมีการเรียนการสอน และให้การรักษาทั้งการแพทย์แผนไทยและแผนตะวันตกร่วมกัน หลักสูตร 3 ปี มีการพิมพ์ตำราแพทย์สำหรับใช้ในโรงเรียนแพทย์เป็นครั้งแรกขึ้นในปี พ.ศ. 2438 ชื่อ ตำราแพทย์ศาสตร์สงเคราะห์ เล่ม 1-5 พ.ศ. 2450 ได้รับยกย่องให้เป็นตำราแห่งชาติฉบับแรก ต่อมาพระยาพิณอุปประสาทเวช (หมอกง) เห็นว่าตำราเหล่านี้ยากแก่ผู้ศึกษา จึงพิมพ์ตำราขึ้นใหม่ ได้แก่ ตำราแพทย์ศาสตร์สงเคราะห์ฉบับหลวง 2 เล่ม และตำราแพทย์ศาสตร์สังเขป 3 เล่ม ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขยังคงใช้มาจนถึงทุกวันนี้

4.6 การแพทย์แผนไทยสมัยรัชกาลที่ 6

ในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ปี พ.ศ. 2456 มีการส่งยกเลิกวิชาการแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2466 มีประกาศให้ใช้พระราชบัญญัติการแพทย์เพื่อเป็นการควบคุมการประกอบโรคศิลปะ เพื่อเป็นการป้องกันอันตรายที่อาจเกิดกับประชาชน อันเนื่องมาจากการประกอบอาชีพของผู้ที่ไม่มีความรู้และไม่ได้ฝึกหัด ด้วยความไม่พร้อมในด้านการเรียนการสอน การสอบ และการประชาสัมพันธ์ ทำให้หมอพื้นบ้านจำนวนมากกลัวถูกจับจึงยกเลิกประกอบอาชีพนี้บ้างก็เผาตำราทิ้ง จะมีหมอโบราณเพียงจำนวนหนึ่งเท่านั้นที่สามารถปฏิบัติได้ตามพระราชบัญญัติดังกล่าว นับเป็นทั้งข้อดีและข้อเสียที่ควรคำนึงถึง

4.7 การแพทย์แผนไทยสมัยรัชกาลที่ 7

กฎหมายเสนาบดี แบ่งการประกอบโรคศิลปะออกเป็นแผนปัจจุบันและแผนโบราณ และกำหนดว่า

(ก) ประเภทแผนปัจจุบันคือ ผู้ประกอบโรคศิลปะโดยความรู้จากตำราอันเป็นหลักวิชาโดยสากลนิยมซึ่งดำเนินและจำเริญขึ้น โดยอาศัยการศึกษา ตรวจสอบ และทดลองของผู้รู้ในทางวิทยาศาสตร์ทั่วโลก

(ข) ประเภทแผนโบราณ คือผู้ประกอบโรคศิลปะโดยอาศัยการสังเกตความชำนาญอันได้สืบทอดกันมาเป็นที่ตั้ง หรืออาศัยตำราอันมีมาแต่โบราณ มิได้ดำเนินไปในทางวิทยาศาสตร์

มีการศึกษาวิจัยสมุนไพรขึ้นในระหว่างปี พ.ศ. 2485-2486 ขณะที่สงครามโลกครั้งที่ 2 ลูกหลานเข้ามาในเขตเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ทำให้เกิดภาวะการขาดแคลนยา ศาสตราจารย์ นายแพทย์อวย เกตุสิงห์ ได้ศึกษาวิจัยสมุนไพรที่ใช้รักษาไข้มาลาเรียที่โรงพยาบาลสตึก หลังสงครามโลกสงบลง ยังคงมีปัญหายาขาดแคลนยาแผนปัจจุบัน รัฐบาลจึงมีนโยบายให้โรงงานเภสัชกรรม กระทรวงสาธารณสุข ผลิตยาสมุนไพรเป็นยารักษาโรค

4.8 สมัยรัชกาลที่ 8 (พ.ศ. 2477- 2489)

มีการตั้งกระทรวงสาธารณสุข ขึ้นในปี พ.ศ.2485 ซึ่งเป็นนโยบายเกี่ยวกับสมุนไพรว่าจะจัดให้มีการตรวจค้นหาความรู้ในเรื่องสรรพคุณยาสมุนไพร และยาอื่นๆ ในประเทศ เพื่อนำมาดัดแปลงเป็นยาแผนตะวันตก เพราะเป็นระยะที่มีสงครามโลกครั้งที่ 2 มีปัญหายาขาดแคลนยาตะวันตก จึงผลิตยาแผนตะวันตกจากสมุนไพร โดยมีศาสตราจารย์ชาวเยอรมัน ชื่อ ดร.ชารเลอร์ ผู้เชี่ยวชาญด้านสมุนไพรของบริษัท เบอเยอร์ ประเทศเยอรมนี เข้ามาทำการวิจัยสมุนไพรไทย เพื่อผลิตเป็นยารักษาโรค และสร้างสวนสมุนไพร ที่ตำบล บ้านอ่าง อำเภอ มะขาม จังหวัดจันทบุรี รวมทั้งได้รวบรวม สรรพคุณของยาไทย ซึ่งได้จัดทำการศึกษาแล้ว เกือบ 400 ชนิดจัดพิมพ์ เป็น 2 ภาษา อย่างสมบูรณ์

4.9 สมัยรัชกาลที่ 9 (พ.ศ. 2489- ปัจจุบัน)

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ภูมิพลอดุลยเดชมีเหตุการณ์ที่สำคัญต่อการพัฒนาการแพทย์แผนไทยดังนี้

ปี พ.ศ. 2500 สมาคมของโรงเรียนแพทย์แผนโบราณ ได้ก่อตั้งขึ้นที่วัดโพธิ์ กรุงเทพฯ นับแต่นั้นมาสมาคมต่างๆ ก็ได้แตกสาขาออกไป ปัจจุบันก็ได้มีโรงเรียนแพทย์แผนโบราณที่มีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่องอยู่เป็นจำนวนมาก ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด

ปี พ.ศ. 2526 ศาสตราจารย์ นายแพทย์ อวย เกตุสิงห์ แพทย์แผนปัจจุบันซึ่งเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์ของการแพทย์แผนไทยเป็นอย่างดี ได้ก่อตั้งมูลนิธิฟื้นฟูการแพทย์ไทยเดิมขึ้น ทำให้เกิดอาชีวเวชวิทยาลัย (ชีวกโกมารภักจ) ในโอกาสต่อมา

ใบงานที่ 1
เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามในใบงาน โดยนำความรู้จากใบความรู้มาตอบ (เวลา 10 นาที)

1. การแพทย์แผนไทย หมายถึง.....

2. การแพทย์แผนไทยเกิดจากการผสมผสานระหว่าง.....

3. อโรคยาศาลา คือ

4. เหตุการณ์สำคัญของการแพทย์แผนไทยสมัยสุโขทัยมีดังนี้

5. เหตุการณ์สำคัญของการแพทย์แผนไทยสมัยอยุธยา มีดังนี้.....

6. ให้อธิบายเกี่ยวกับกฎหมายพนักงานพระ โอสถถวายเป็น

.....
.....
.....
.....
.....

7. การแพทย์แผนตะวันตกในสมัยรัชกาลที่ 3 มีดังนี้

.....
.....
.....
.....
.....

8. ตำราแพทย์เล่มแรกพิมพ์สมัยรัชกาลที่.....มีชื่อว่า.....

.....

9. จงอธิบายผลกระทบที่มีประกาศให้ใช้พระราชบัญญัติการแพทย์ในรัชกาลที่ 6 คือ

.....
.....
.....

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์

10. ในรัชกาลที่ 9 เกิดวิทยาลัยเกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยชื่อ.....

ก่อตั้งโดย.....
.....

เฉลยใบงานที่ 1

เรื่อง ประวัติการแพทย์แผนไทย

1. การแพทย์แผนไทย หมายถึง ปรัชญา องค์ความรู้และวิถีการปฏิบัติ เพื่อการดูแลสุขภาพ และการบำบัดรักษาโรค ความเจ็บป่วยของประชาชนไทยแบบดั้งเดิม สอดคล้องกับขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมไทยและวิถีชีวิตแบบไทย วิถีการปฏิบัติของการแพทย์แผนไทย ประกอบด้วยการใช้สมุนไพร หัตถบำบัด การรักษากระดูกแบบดั้งเดิม การใช้พุทธศาสนาหรือพิธีกรรมเพื่อดูแลรักษาสุขภาพจิต การคลอด การดูแลสุขภาพแบบไทยเดิมและธรรมชาติบำบัด

2. การแพทย์แผนไทยเกิดจากการผสมผสานระหว่างการแพทย์พื้นบ้านที่มีการจัดระบบองค์ความรู้กับการแพทย์อายุรเวทของอินเดีย ผ่านทางค่านศาสนา จากการศึกษาคัมภีร์ที่สำคัญต่างๆ นอกจากนั้นการแพทย์แผนไทย ยัง ได้ผสมผสานศาสตร์การแพทย์ของจีนเข้ามาไว้ด้วย แต่น้อยกว่าของอินเดีย

3. อโรคยาศาลา คือ สถานพยาบาลที่พระเจ้าชัยวรมันที่ 7 ทรงสร้างขึ้นในบริเวณภาคตะวันออกเฉียงเหนือของไทยและบริเวณใกล้เคียง อโรคยาศาลานี้สร้างด้วยไม้ สำหรับให้ผู้ป่วยพักอาศัย

4. เหตุการณ์สำคัญของการแพทย์แผนไทยสมัยสุโขทัยมีดังนี้

เชื่อว่า มีระบบการแพทย์ที่มีการใช้ยาจากสมุนไพร โดยนำมาต้ม พอก หรือบดให้ละเอียดแล้วรับประทาน เนื่องจากมีการค้นพบหินบดยาสมัยทวารวดีซึ่งเป็นยุคก่อนสุโขทัย และจากศิลาจารึกของพ่อขุนรามคำแหงได้บันทึกไว้ว่า ทรงสร้างสวนสมุนไพรขนาดใหญ่บนเขาหลวงหรือเขาสรรพยา เพื่อให้ราษฎรได้เก็บสมุนไพรไปใช้รักษาโรคนานเจ็บป่วย

5. เหตุการณ์สำคัญของการแพทย์แผนไทยสมัยอยุธยา มีดังนี้

การแพทย์สมัยอยุธยามีแนวคิดหลักของการแพทย์แผนไทยมีเป้าหมายที่สภาวะสมดุลของธาตุ 4 อันเป็นองค์ประกอบของชีวิต

ในสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราช พบบันทึกว่า มีแหล่งจำหน่ายยาและสมุนไพรมากมาย มีการรวบรวมตำรับยาต่างๆ ขึ้นเป็นครั้งแรก เรียกว่า ตำราพระโอสถพระนารายณ์ การแพทย์แผนไทยสมัยนี้รุ่งเรืองมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการนวดแผนไทย การแพทย์ตะวันตกเริ่มเข้ามามีบทบาท โดยมีชนนริชาวฝรั่งเศสได้จัดตั้งโรงพยาบาลรักษาโรค จึงเกิดการแข่งขันกับการแพทย์แผนไทย ทำให้เกิดการรวบรวม ตำราพระโอสถพระนารายณ์ขึ้น โรงพยาบาลรักษาโรคที่ดั่งขึ้นขาดความนิยมและล้มเลิกไปเพราะขัดกับประเพณีและความเชื่อของคนไทยในยุคนั้น

6. กฎหมายพนักงานพระโสดถวาย คือ กฎหมายเกี่ยวกับการปรุงยา

โดยการปรุงยาจัดเป็นศิลปะและศาสตร์ชั้นสูง ผู้ที่ได้รับความไว้วางพระราชหฤทัย ในตำแหน่ง
เจ้าพนักงานพระโสด ซึ่งมีหน้าที่ปรุงยา ต้องมีทั้งความซื่อสัตย์ ความละเอียด ถี่ถ้วน และต้องปรุงยา
สม่ำเสมอ เป็นหน้าที่ที่ต้องมีความรับผิดชอบสูงมาก ดังนั้นการศึกษาเพื่อเข้ารับราชการเป็นพนักงาน
พระโสด จึงจำกัดอยู่ในวงศ์ตระกูลที่สืบเป็นมรดกตกทอดกันมาเท่านั้น

7. การแพทย์แผนตะวันตกในสมัยรัชกาลที่ 3 มีดังนี้

รัชสมัยนี้ มีการนำการแพทย์แบบตะวันตกเข้ามาเผยแพร่โดยคณะมิชชันนารีชาวอเมริกัน
โดยการนำของนายแพทย์แคน มิช บรัคเลย์ ซึ่งคนไทยเรียกว่าหมอบรัคเลย์ ซึ่งนำวิธีการแพทย์แบบ
ตะวันตกมาใช้ เช่น การปลูกฝีป้องกันไข้ทรพิษ การใช้ยาเม็ดควินินรักษาโรคไข้จับสั่น เป็นต้น

8. ตำราแพทย์เล่มแรกพิมพ์สมัยรัชกาลที่ 5 มีชื่อว่า ตำราแพทย์ศาสตร์สงเคราะห์

9. จงอธิบายผลกระทบที่มีประกาศให้ใช้พระราชบัญญัติการแพทย์ในรัชกาลที่ 6 คือ

ในรัชสมัยรัชกาลที่ 6 มีการส่งยกเลิควิชา การแพทย์แผนไทย มีประกาศให้ใช้

พระราชบัญญัติการแพทย์เพื่อเป็นการควบคุมการประกอบโรคศิลปะ เพื่อเป็นการป้องกันอันตราย
ที่อาจเกิดกับประชาชน อันเนื่องมาจากการประกอบของผู้ที่ไม่มีความรู้และไม่ได้ฝึกหัด ทำให้
หมอพื้นบ้านจำนวนมากกลัวถูกจับจึงยกเลิกประกอบอาชีพนี้ จะมีหมอโบราณเพียงจำนวนหนึ่งเท่าที่
สามารถปฏิบัติได้ตามพระราชบัญญัติดังกล่าว

10. ในรัชกาลที่ 9 เกิดวิทยาลัยเกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยชื่อ อายูรเวทวิทยาลัย

(จิวก โคมารักจัจ) ก่อตั้งโดย ศาสตราจารย์ นายแพทย์ อวย เกตุสิงห์

ใบความรู้ที่ 2

เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยและการเกิดโรค

แนวคิดทฤษฎีการแพทย์แผนไทย

การแพทย์แผนไทย (Thai Traditional Medicine) หมายถึง กระบวนการทางการแพทย์ เกี่ยวกับการตรวจวินิจฉัย บำบัด รักษา ป้องกัน โรค หรือการส่งเสริมฟื้นฟูสุขภาพของมนุษย์หรือสัตว์ การผดุงครรภ์ การนวดไทย และให้หมายความรวมถึง การเตรียม การผลิตยาแผนไทย การประดิษฐ์ อุปกรณ์ และเครื่องมือทางการแพทย์ ทั้งนี้โดยอาศัยความรู้หรือตำราที่ได้ถ่ายทอดและพัฒนาสืบต่อกันมา การแพทย์แผนไทยแต่ดั้งเดิมคล้ายคลึงกับการแพทย์พื้นเมืองอื่น ๆ ก็มีความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุที่ทำให้เกิดความเจ็บไข้ได้ป่วยในมนุษย์ แบ่งได้เป็น 3 กลุ่ม ใหญ่ ๆ ดังนี้

1. เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากสิ่งที่เหนือธรรมชาติ ได้แก่ผีบรรพบุรุษ สิ่งที่มีอำนาจ เช่น ผีป่า ปีศาจ ผีหรือสิ่งของที่ผู้อื่นเสกมากระทำโทษ เชื่อในเรื่องของพระเจ้าลางไทยผู้ทำผิดจารีต ประเพณี ความเชื่อนี้มีอยู่โดยทั่วไปแตกต่างกันตามที่อยู่และวัฒนธรรมของแต่ละท้องถิ่น
2. เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากธรรมชาติ ได้แก่ การเสียดสมดุลของร่างกายอัน ประกอบ ด้วยธาตุทั้ง 4 การเสียดสมดุลของความร้อนความเย็น การเสียดสมดุลของโครงสร้างร่างกาย
3. เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากพลังจักรวาล ได้แก่ อิทธิพลของดาวต่าง ๆ ซึ่งมีทั้งพลังที่สร้างสรรค์ และพลังที่ทำลายสุขภาพ หากพลังใดมากกว่าจะส่งผลให้สุขภาพดีหรือร้ายไปตามนั้น

การรักษาจึงเป็นไปตามความเชื่อถือ มีทั้งการใช้พิธีกรรม ได้แก่ การบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การบวงสรวงเทพเจ้า การเสียดเคราะห์ต่อชะตา การใช้สมุนไพรและการกินอาหารปรับสมดุลของร่างกาย การนวด การอบ การประคบ และการปรับสมดุลทางจิตด้วยสมาธิ ผู้รักษาได้แก่ หมอแผนโบราณ หมอพื้นบ้านที่มีการเรียนการสอนสืบต่อกันมา ทั้งการเรียนการสอนในสถาบัน และจากการสืบทอดความรู้กันภายในครอบครัว หมอแผนไทยในอดีต มีความรู้มากมายหลายสาขา เป็นทั้งผู้ชำนาญการประกอบพิธีกรรม การใช้ยา การนวด และโหราศาสตร์ บางคนเคยบวชเรียนจึงเก่งในเรื่องการนั่งสมาธิ การแพทย์แผนไทยเคยรุ่งเรืองมาก จนมีผู้ชำนาญเฉพาะทางในสมัยอยุธยา ทำให้มีตำราคัมภีร์เฉพาะ โรคมากมาย

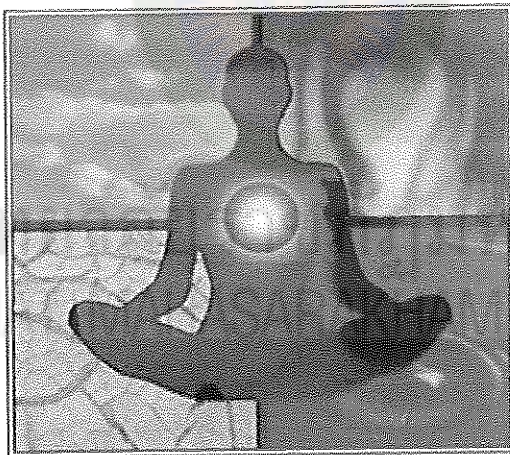
สาเหตุการเจ็บป่วยตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย

นอกเหนือจากความเชื่อเกี่ยวกับสิ่งที่เหนือธรรมชาติแล้ว การแพทย์แผนไทยเชื่อว่าสาเหตุแห่งการเจ็บป่วยเกิดจากอิทธิพลดังต่อไปนี้

1. มูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4
2. อิทธิพลของฤดูกาล
3. อายุที่เปลี่ยนไปตามวัย
4. อิทธิพลของกาลเวลาและสุริยจักรวาล
5. ถิ่นที่อยู่อาศัย
6. พฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุก่อโรค

1. มูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4

สิ่งมีชีวิตที่เกิดมาล้วนประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 อัน ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ที่เรียกว่า สมุฏฐานธาตุ ซึ่งอยู่ในภาวะสมดุลเกี่ยวข้องกันและกัน โดยแบ่งออกเป็นรายละเอียดดังนี้



ที่มา : หนังสือประวัติและวิวัฒนาการการแพทย์แผนไทย.

ธาตุดิน

ธาตุดิน คือองค์ประกอบของสิ่งมีชีวิตที่มีลักษณะเป็นของแข็ง มีความคงรูป เช่น อวัยวะต่างๆ ธาตุดินโดยส่วนใหญ่มี 20 ประการ ได้แก่ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เส้นเอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังศิไล ไต ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า เยื่อในสมอง สิ่งเหล่านี้จัดเป็นธาตุดินภายใน ส่วนธาตุดินภายนอก ได้แก่ โด่ะ แก้ว คัน ไม้ เป็นต้น

ธาตุน้ำ

ธาตุน้ำ คือ องค์ประกอบของสิ่งมีชีวิตที่มีลักษณะเป็นน้ำ เป็นของเหลว มีคุณสมบัติไหลไปไหลมา ซึมซับไปในร่างกาย อาศัยธาตุดินเพื่อการคงอยู่ อาศัยธาตุลมเพื่อการเลื่อนไหล ธาตุน้ำภายในมีโดยประมาณ 12 ประการ ได้แก่ น้ำดี เสดล น้ำหนอง น้ำเลือด น้ำเหลือง มันข้น น้ำตา มันเหลว น้ำลาย น้ำมูก น้ำไขข้อ น้ำปัสสาวะหรือน้ำมูล และน้ำในอุจจาระ ธาตุน้ำภายนอก ได้แก่ น้ำฝน น้ำท่า น้ำหรือของเหลวในสิ่งแวดล้อมทั้งหลาย ภายในคินมีน้ำซึมซับอยู่ ให้ความชุ่มชื้นแก่ดินและต้นไม้

ธาตุลม

ธาตุลม คือ องค์ประกอบของสิ่งมีชีวิต มีลักษณะเคลื่อนไหวได้ มีคุณสมบัติคือ ความเบา เป็นสิ่งที่มิพลง ทำให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหว เดิน นั่ง นอน ภู่เหี่ยยกได้ ธาตุลมย่อมอาศัยธาตุดินและธาตุน้ำเป็นเครื่องนำพาพลัง และขณะเดียวกันธาตุลมพยุ้งคินและทำให้น้ำเคลื่อนไหวไปมาได้ ธาตุลมที่สำคัญมี 6 ประการ จัดเป็นธาตุลมภายใน ได้แก่

- ลมพัดจากเบื้องล่างสู่เบื้องบน
- ลมพัดจากเบื้องบนสู่เบื้องล่าง
- ลมพัดอยู่ในห้องนอกลำไส้
- ลมพัดในกระเพาะอาหาร และลำไส้
- ลมพัดทั่วทั้งร่างกาย
- ลมหายใจเข้าออก

ลมภายนอก ได้แก่ ลมพัดต่างๆ ลมบก ลมทะเล ลมที่พัดอันเป็นปกติของโลก หรืออากาศที่มีการเคลื่อนไหวไปมานั่นเอง

ธาตุไฟ

ธาตุไฟ คือองค์ประกอบของสิ่งมีชีวิต มีลักษณะที่เป็นความร้อน คุณสมบัติหลอมละลาย วัตถุให้แตกสลาย ไฟทำให้ลมและน้ำในร่างกายเคลื่อนที่ด้วยพลังแห่งความร้อนอันพอเหมาะ ไฟทำให้อินอุ่น ทำให้น้ำไม่เน่า ไฟภายในมี 4 ประการ ได้แก่

- ไฟทำให้ร่างกายอบอุ่น
- ไฟทำให้ร้อนระส่ำระสาย
- ไฟทำให้ร่างกายเหี่ยวแห้งทรุดโทรม
- ไฟย่อยอาหาร

ไฟภายนอก ได้แก่ ความร้อนจากดวงอาทิตย์ ไฟที่จุดขึ้น พลังความร้อนอื่น ที่ได้จากหลอมละลายวัตถุจากการเผาผลาญต่างๆ

ธาตุทั้ง 4 ต้องอยู่ในภาวะสมดุล ร่างกายจึงจะเป็นปกติ ไม่เจ็บป่วย โดยธาตุดินอาศัยน้ำให้ชุ่มและเต่งตึงพอเหมาะ อาศัยลมพยุ่งให้คงรูปและเคลื่อนไหว อาศัยไฟให้พลังงานอุ่นไว้ ไม่เผ่าเปื่อย น้ำต้องอาศัยดินเป็นที่เกาะกุมซับไว้มิให้ไหลเหือดแห้งไปจากที่ที่ควรอยู่ อาศัยลมทำให้น้ำไหลซึมซับทั่วร่างกาย ลมต้องอาศัยน้ำและดินเป็นที่อาศัยและนำพาพลังไปในที่ต่าง ๆ ดินปะทะลมให้เกิดการเคลื่อนที่แต่พอเหมาะ ไฟอุ่นดินและอาศัยเพื่อการเผาผลาญให้เกิดพลัง ไฟต้องอาศัยน้ำเพื่อการเผาผลาญที่พอเหมาะ ไฟทำให้ลมเคลื่อนที่ไปได้ ในขณะที่ลมสามารถทำให้ไฟลุกโชนเผาผลาญมากขึ้นได้ จะเห็นได้ว่าธาตุทั้ง 4 ต่างอาศัยซึ่งกันและกัน จะขาดสิ่งใดสิ่งหนึ่งไม่ได้ หากมีความแปรปรวน เสียสมดุลขึ้นได้แก่ ห่อนกำเร็บ หรือพิการ จะทำให้ร่างกายไม่สบาย เกิดเป็นโรคขึ้นได้

2. อิทธิพลของฤดูกาล

อตุสมุฏฐาน คือ อตุค่างๆ มีผลทำให้ร่างกายแปรปรวน โดยช่วงรอยต่อระหว่างฤดูกาล เช่น ฤดูหนาวต่อฤดูร้อนความเย็นจะเจือผ่านเข้าไปและความร้อนเริ่มเจือผ่านเข้ามา ฤดูร้อนต่อฤดูฝน ความร้อนย่อมเจือเข้าไปมีผลต่อธาตุลมที่กำลังมา มีผลกระทบ และธาตุลมย่อมเข้ากระทบความร้อนด้วย ฤดูฝนต่อฤดูหนาว เมื่อถึงอากาศหนาวกำลังมา ละอองฝนปลายฤดูฝนและธาตุลมเจือเข้าสู่ความเย็น ในขณะที่ความหนาวเย็นต้นฤดูหนาวเริ่มเจือเข้ามารับลมปลายฤดูฝน สภาวะดังกล่าวมนุษย์ต้องปรับตัวเป็นอย่างมากปีแล้วปีเล่า หากปรับตัวไม่ได้จะเกิดเสียสมดุลทำให้เจ็บป่วย ร่างกายจึงต้องพยายามปรับตัวให้เข้ากับฤดูกาลต่าง ๆ ซึ่งมี 3 ฤดู คือ

1. ฤดูร้อนเจ็บป่วยด้วยธาตุไฟ
2. ฤดูฝนเจ็บป่วยด้วยธาตุลม
3. ฤดูหนาวเจ็บป่วยด้วยธาตุน้ำ

3. อายุที่เปลี่ยนไปตามวัย

ร่างกายมนุษย์จะเปลี่ยนแปลงไปตามอายุขัย แบ่งเป็น 3 วัย คือ

- ปฐมวัย (อายุ 0-16 ปี) เกิดโรคทางธาตุน้ำ
- มัชฌิมวัย (อายุ 16-32 ปี) เกิดโรคทางธาตุไฟ
- ปัจฉิมวัย (อายุ 32 ปีขึ้นไป) เกิดโรคทางธาตุลม

เรามักได้ยินเสมอว่า เลือดจะไปลมจะมาเป็นอาการของผู้ที่เข้าปัจฉิมวัย บางคนอาจสงสัยว่าเหตุใดจึงแบ่งวัยให้แก่เร็ว คือ 32 ทั้งนี้เพราะธาตุทั้ง 4 จะทยอยกันเสื่อม แม้จะยังไม่แสดงอาการชัดเจน ซึ่งการแพทย์แผนปัจจุบันยอมรับว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเริ่มเสื่อมเมื่ออายุเกิน 30 ปี ปัจจุบันส่วนใหญ่เข้าใจว่าผู้สูงอายุคือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปี แล้วจึงจะเริ่มส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ซึ่งอาจสายเกินไป การแบ่งวัยแบบไทยๆ เป็นการเตือนสติไม่ให้ประมาทในการดำรงชีวิต ให้เริ่มรอบคอบในการกินอยู่หลับนอน หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง นอกจากนี้แพทย์แผนไทยยังใช้อายุสำหรับการจัดยาที่แตกต่างกันอีกด้วย เช่น วัยชราต้องจัดยาที่ค้ำึงถึงธาตุลมมากกว่าธาตุอื่น เป็นต้น

4. สถานที่ถิ่นที่อยู่อาศัย

ที่อยู่อาศัยหรือสิ่งแวดล้อมเรียกว่าประเทศสมุฏฐาน ย่อมมีผลต่อชีวิตความเป็นอยู่และสุขภาพ ได้แก่

- ประเทศร้อน สถานที่ที่เป็นภูเขา เนินผา มักเจ็บป่วยด้วยธาตุไฟ
- ประเทศเย็น สถานที่ที่เป็นน้ำฝน โคลนตม มีฝนตกชุก มักเจ็บป่วยด้วยธาตุลม
- ประเทศอุ่น สถานที่ที่เป็นน้ำฝน หนาว ทรายเป็นที่เก็บน้ำไม่อยู่ มักเจ็บป่วยด้วยธาตุน้ำ
- ประเทศหนาว สถานที่ที่เป็นน้ำเค็มมีโคลนตมเค็มและได้แก่ชายทะเลมักเจ็บป่วยด้วยธาตุดิน

เกี่ยวกับสถานที่ บางตำรากล่าวว่าถิ่นเกิด บางตำรากล่าวว่าถิ่นที่อยู่อาศัย หมอแผนโบราณบางคนกล่าวว่า ให้พิจารณาที่อยู่อาศัยซึ่งอยู่นานเกิน 6 เดือน การคำนึงถึงที่อยู่อาศัยนั้น การแพทย์แผนปัจจุบันใช้ประกอบการวินิจฉัยโรคเช่นกัน โดยอาศัยข้อมูลว่าถิ่นใดมีโรคชุกชุม ก็จะคำนึงถึงโรคนั้นเป็นพิเศษ การแพทย์แผนไทย เมื่อทราบว่าผู้ป่วยอยู่ในท้องถิ่นที่เป็นภูเขาสูงเนินผา เป็นภูมิประเทศธาตุไฟ ก็จะคำนึงถึงการเจ็บป่วยด้วยธาตุไฟเป็นสำคัญ และเมื่อเปลี่ยนที่อยู่อาศัยก็ต้องปรับตัวให้เข้ากับธาตุของท้องถิ่นนั้น หากปรับไม่ได้ก็จะป่วยไข้ จึงต้องกินอาหารในท้องถิ่นนั้นปรับธาตุอยู่เสมอ

5. อิทธิพลของกาลเวลา

กาลสมมูลฐาน คือ สาเหตุการเกิดโรคอันเนื่องจากเวลา คือ การเปลี่ยนแปลงทุก 24 ชั่วโมง ในรอบ 1 วัน การที่โลกหมุนรอบตัวเองทำให้เกิดกลางวันและกลางคืน และน้ำขึ้นน้ำลง เกิดด้วยอิทธิพลจากแรงดึงดูดของดวงจันทร์ ยามใดที่เกิดจันทร์ปราศหรือสุริยุปราศ มักจะเกิดปรากฏการณ์ทางธรรมชาติบนโลกมนุษย์ เช่น น้ำท่วม แผ่นดินไหว สิ่งมีชีวิตจะได้รับผลกระทบเพียงใด เป็นเรื่องที่น่าสนใจอย่างยิ่ง ยังมีดวงดาวอื่น ๆ อีกมากมาย ที่คนโบราณได้สังเกต สรุปข้อมูลอิทธิพลไว้ใน

ตำราสุริยยาตร์

การหมุนรอบตัวเองของโลกใน 24 ชั่วโมง เกิดการแปรปรวนของธาตุต่าง ๆ แตกต่างกันไป คือ

- เวลา 06.00 - 10.00 น. และ 18.00 - 22.00 น. ธาตุน้ำกระทำโทษ มักมีอาการน้ำมูกไหล หรือท้องเสีย

- เวลา 10.00-14.00 น. และ 22.00-02.00 น. ธาตุไฟกระทำโทษ มักมีอาการไข้หรือ แสบท้อง ปวดท้อง

- เวลา 14.00-18.00 น. และ 02.00-06.00 น. ธาตุลมกระทำโทษ มักมีอาการวิงเวียน ปวดเมื่อย อ่อนเพลีย เป็นลมในยามบ่าย

ตัวอย่างโรคที่สัมพันธ์กับเวลาได้แก่ โรคไหลตาย ซึ่งมักเกิดช่วง 02.00-4.00 น. น่าจะเป็นโรคที่เกี่ยวกับธาตุไฟและธาตุลมหทัยวาตะ อาจเกี่ยวข้องกับภารกิจินอาหาร ไม่ถูกกับธาตุและการย้ายสถานที่ ประกอบกับความเครียด

6. พฤติกรรมมูลเหตุก่อโรค

ในปัจจุบันมีผู้เจ็บป่วยด้วยโรคทางพฤติกรรมมากขึ้น ทั้งนี้เกิดขึ้นด้วยการรู้เท่าไม่ถึงการณ์ และเกิดจากการตามใจตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการกินอาหาร การมีพฤติกรรมที่ก่อโรค เช่น การสำส่อนทางเพศ การติดสิ่งเสพติดต่างๆ ล้วนเกิดจากความอ่อนแอทางจิต การยึดติดในกิเลสตัณหา คนโบราณทราบว่า การเจ็บป่วยมีสาเหตุจากพฤติกรรม และได้สอนให้ยึดหลักมัชฌิมาปฏิปทา คือ การเดินทางสายกลาง ดังในคัมภีร์โรคนิทาน และในตำราอื่น ๆ พอสรุปได้ดังนี้

1. กินอาหารมากหรือน้อยเกินไป กินอาหารบูดหรืออาหารที่ไม่เคยกินกินอาหารไม่ถูกกับธาตุ ไม่ถูกกับโรค

2. ฝืนอิริยาบถ ได้แก่ การนั่ง ยืน เดิน นอน ไม่สมดุลกัน ทำให้โครงสร้างร่างกายเสียสมดุล และเสื่อมโทรม

3. อากาศไม่สะอาด อยู่ในที่อากาศร้อนหรือเย็นเกินไป

4. การอด ได้แก่ การอดข้าว อดนอน อดน้ำ อดอาหาร
5. การกลั่นอุจจาระ ปัสสาวะ
6. ทำงานเกินกำลังมาก หรือมีกิจกรรมทางเพศมากเกินไป
7. มีความโศกเศร้าเสียใจหรือดีใจเกินไป ขาดอุเบกขา
8. มีโทษะมากเกินไป ขาดสติ

จะเห็นได้ว่า นับตั้งแต่ลี้มนตามอง โลก มนุษย์มีธาตุเจ้าเรือนติดตัวมาตั้งแต่ปฏิสนธิในครรภ์ มารดา เรียกว่า ธาตุกำเนิด ต่อมาต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อม และธรรมชาติของธาตุภายนอก อิทธิพลของฤดูกาล ดินที่อยู่อาศัย อิทธิพลของกาลเวลา สุริยจักรวาล และชีวิตที่เติบโตท่ามกลางการเลี้ยงดู ครอบครัวยุค และพฤติกรรมแห่งตนจนเติบโตผ่านสามวัย มนุษย์ต้องปรับตัวซ้ำแล้ว เพื่อให้ร่างกายสมดุลไม่เจ็บป่วยหรือให้ทรมาณน้อยที่สุดจนสิ้นอายุขัย เป็นไปตามกฎแห่งพระไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สิ่งทีกระทบต่อสุขภาพอย่างเป็นองค์รวมดังที่กล่าวมา

การวินิจฉัยโรคด้วยการแพทย์แผนไทย

วิธีตรวจและการวินิจฉัยโรคตามแนวทางทฤษฎีการแพทย์แผนไทยพอสรุปได้ดังนี้

1. การซักประวัติบุคคล การแพทย์แผนไทยให้ความสำคัญกับข้อมูลประวัติส่วนตัวของผู้ป่วย ได้แก่ วัน เดือน ปีเกิด ที่ชัดเจน ที่อยู่อาศัย สถานที่เกิด อายุ อาชีพ ประวัติครอบครัว การวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือน/ธาตุกำเนิด การเจ็บป่วยในอดีตกับฤดูกาลที่เจ็บป่วย อุณิษย์ และพฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุของการเกิดโรค
2. ประวัติของโรค เช่น เริ่มป่วยเมื่อไร อาการเริ่มแรกจนมาพบหมอ อาการหนักเบา ในช่วงเวลาใด การรักษาที่ได้รับก่อนมา
3. การตรวจร่างกาย เช่น ดูรูปร่าง กำลัง สติอารมณ์ ซิพจร ปาก ลิ้น ตา ผิวพรรณ และการตรวจเฉพาะที่ป่วย
4. การตรวจอาการ เช่น วัดปรอท ดูเหงื่อที่ออก ซักถามอุจจาระ ปัสสาวะ อาหารและพฤติกรรมกรบิโรค เสี่ยงการนอนหลับ ความรู้สึกต่าง ๆ (เจ็บคอ ขมปาก เป็นต้น)
5. การวิเคราะห์โรค โดยทำความเข้าใจกับอาการของคนไข้ โดยพิจารณาจากธาตุเจ้าเรือน / ธาตุกำเนิด ฤดูกาลและเวลาที่มีอาการเจ็บป่วย ช่วงอายุ ที่อยู่อาศัย และพฤติกรรมที่สงสัยเป็นมูลเหตุก่อโรค เมื่อวิเคราะห์โรคได้แล้วจึงจะทำการรักษาต่อไป

การรักษาตามแนวทางการแพทย์แผนไทย

การแพทย์แผนไทยเป็นการแพทย์แบบองค์รวม จึงต้องพิจารณาปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆ ร่วมไปกับการรักษา ดังนี้

1. ปัจจัยที่ธรรมชาติกำหนด ได้แก่ ชาติเจ้าเรือน ฤดูกาล สุริยจักรวาล ความอนิจจัง การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้
2. ปรับปรุงพฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุเกิดโรค โดยใช้หลักกรรมนามัยซึ่งประกอบด้วย กายานามัย จิตตานามัย และชีวิตานามัย
3. การรักษาด้วยการใช้อาหารหรือยาสมุนไพร เพื่อปรับให้ธาตุสมดุล
4. การรักษาด้วยการนวด อบสมุนไพร ประคบสมุนไพร

จะเห็นได้ว่าทฤษฎีการแพทย์แผนไทยที่กล่าวมานั้นเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ และเป็น การดูแลแบบองค์รวม ซึ่งคนไทยในอดีตได้ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง และถ่ายทอดภูมิปัญญาอันยาวนาน นับพันปี เป็นสิ่งที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตและสิ่งแวดล้อมของคนไทยในการดูแลสุขภาพแห่งสุขภาพ

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ใบงานที่ 2
เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยกับการเกิดโรค

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามในใบงาน โดยนำความรู้จากใบความรู้มาตอบ (เวลา 10 นาที)

1. ความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุการเจ็บป่วยของการแพทย์แผนไทยแบบดั้งเดิม แบ่งเป็น

.....กลุ่ม ดังนี้คือ

.....

.....

.....

2. การเจ็บป่วยตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทยมี.....สาเหตุ คือ.....

.....

.....

.....

.....

3. มูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4 เรียกอีกชื่อคือ.....

.....

.....

.....

.....

4. จงอธิบายเกี่ยวกับลักษณะธาตุลมคือ.....

.....

.....

.....

.....

5. จุดสมมุติฐาน คือ.....

6. การแบ่งวัยตามทฤษฎีแพทย์แผนไทยแบ่งเป็น.....วัย ดังนี้.....

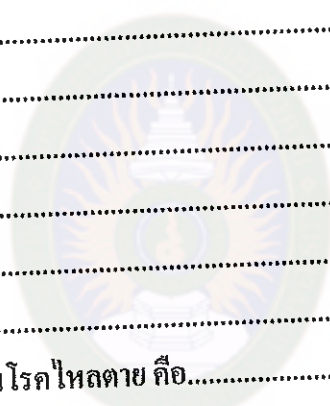
7. ตามประเทศสมมุติฐานจงอธิบายเกี่ยวกับสถานที่และอาการเจ็บป่วย

- ประเทศอื่น
- ประเทศหนาว

8. กาลสมมุติฐาน คือ

9. สาเหตุของการป่วยเป็นโรคไหลตาย คือ.....

10. การรักษาตามแนวทางการแพทย์แผนไทย ต้องพิจารณาปัจจัย.....ปัจจัย ได้แก่



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

เฉลยใบงานที่ 2

เรื่อง องค์ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยกับการเกิดโรค

1. ความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุการเจ็บป่วยของการแพทย์แผนไทยแบบดั้งเดิม แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้ คือ

- เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากสิ่งที่เหนือธรรมชาติ ได้แก่ ผีบรรพบุรุษ สิ่งที่มีอำนาจ เช่น ผีป่า ปีศาจ

- เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากธรรมชาติ ได้แก่ การเสียดุลของร่างกายอันประกอบด้วยธาตุทั้ง 4

- เชื่อว่าความเจ็บป่วยเกิดจากพลังจักรวาล ได้แก่ อิทธิพลของดาวต่าง ๆ ซึ่งมีทั้งพลังที่สร้างสรรค์ และพลังที่ทำลายสุขภาพ

2. การเจ็บป่วยตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทยมี 6 สาเหตุ คือ

- มูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4

- อิทธิพลของฤดูกาล

- อายุที่เปลี่ยนแปลงไปตามวัย

- อิทธิพลของกาลเวลาและสุริยจักรวาล

- ดินที่อยู่อาศัย

- พฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุก่อโรค

3. มูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4 เรียกอีกชื่อคือ สมุฏฐานธาตุ อันประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ซึ่งอยู่ในภาวะสมดุลเกี่ยวข้องซึ่งกันและกัน

4. ธาตุลม คือ องค์ประกอบของสิ่งมีชีวิต มีลักษณะเคลื่อนไหวได้ มีคุณสมบัติ คือ ความเบาเป็นสิ่งที่ มีพลัง ทำให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหว เดิน นั่ง นอน กู้เหยียดได้ ธาตุลมย่อมอาศัย ธาตุดินและธาตุน้ำเป็นเครื่องนำพาพลัง และขณะเดียวกันธาตุลมพยุ่งดินและทำให้น้ำเคลื่อนไหวไปมาได้

5. อุดมสมุฏฐาน คือ อุดมต่างๆ มีผลทำให้ร่างกายแปรปรวน โดยช่วงรอยต่อระหว่างฤดูกาล เช่น ฤดูหนาวต่อฤดูร้อนความเย็นจะเฉียดผ่านเข้าไป และความร้อนเริ่มเฉียดผ่านเข้ามา ฤดูร้อนต่อฤดูฝน ความร้อนย่อมเฉียดเข้าไปมีผลต่อธาตุลมที่กำลังมา มีผลกระทบ เป็นต้น

6. การแบ่งวัยตามทฤษฎีแพทย์แผนไทยแบ่งเป็น 3 วัย ดังนี้

- ปฐมวัย (อายุ 0-16 ปี) เกิดโรคทางธาตุน้ำ
- มัชฌิมวัย (อายุ 16-32 ปี) เกิดโรคทางธาตุไฟ
- ปังฉิมวัย (อายุ 32 ปีขึ้นไป) เกิดโรคทางธาตุลม

7. ตามประเทศสมุฏฐานจงอธิบายเกี่ยวกับสถานที่และอาการเจ็บป่วย

- ประเทศร้อน สถานที่ที่เป็นภูเขา เนินผา มักเจ็บป่วยด้วยธาตุไฟ
- ประเทศหนาว สถานที่ที่เป็นน้ำเค็ม มีโคลนตมชื้นแฉะ ได้แก่ ชายทะเล มักเจ็บป่วย

ด้วยธาตุดิน

8. กาลสมุฏฐาน คือ สาเหตุการเกิดโรคอันเนื่องจากเวลา คือ การเปลี่ยนแปลงทุก 24 ชั่วโมง ในรอบ 1 วัน การที่โลกหมุนรอบตัวเองทำให้เกิดกลางวันและกลางคืน และน้ำขึ้นน้ำลง ขามใดที่เกิด จันทรุปราคาหรือสุริยุปราคา มักจะเกิดปรากฏการณ์ทางธรรมชาติบน โลกมนุษย์ เช่น น้ำท่วม แผ่นดินไหว เป็นต้น

9. สาเหตุของการป่วยเป็นโรคไหลตาย คือ เป็นโรคที่เกี่ยวกับธาตุไฟและธาตุลมหทัยวาตะ อาจเกี่ยวข้องกับการกินอาหารไม่ถูกต้องกับธาตุและการย้ายสถานที่ ประกอบกับความเครียด ซึ่งมักเกิด ช่วง 02.00-4.00 น.

10. การรักษาตามแนวทางการแพทย์แผนไทย ต้องพิจารณาปัจจัย 4 ปัจจัย ได้แก่

- ปัจจัยที่ธรรมชาติกำหนด ได้แก่ ธาตุเจ้าเรือน ฤดูกาล สุริยจักรวาล ความอนิจจัง
- การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้
- ปรับปรุงพฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุเกิดโรค โดยใช้หลักกรรมนามัยซึ่งประกอบด้วย
- กายานามัย จิตตานามัย และชีวิตานามัย
- การรักษาด้วยการใช้อาหารหรือยาสมุนไพร เพื่อปรับให้ธาตุสมดุล
- การรักษาด้วยการนวด อบสมุนไพร ประคบสมุนไพร

แบบทดสอบหลังเรียน

เรื่อง การสร้างเสริมคุณลักษณะด้วยการแพทย์แผนไทย

คำสั่ง โปรดเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด ลงในกระดาษคำตอบ เวลา 10 นาที

1. การแพทย์แผนไทยเกิดจากการผสมความรู้ในข้อใดถูกต้องที่สุด
 - ก. การแพทย์จีนผสมการแพทย์อายุรเวทของอินเดีย
 - ข. การแพทย์พื้นบ้านผสมการแพทย์จีน
 - ค. การแพทย์พื้นบ้านผสมกับการแพทย์อายุรเวทของอินเดีย
 - ง. การแพทย์พื้นบ้านผสมกับการแพทย์อายุรเวทของอินเดียและการแพทย์จีน
2. สถานพยาบาลที่เรียกว่า “อโรคยาศาลา” สร้างในสมัยกษัตริย์พระองค์ใด
 - ก. พระเจ้าชัยวรมันที่ 7
 - ข. พ่อขุนรามคำแหง
 - ค. พ่อขุนผาเมือง
 - ง. สมเด็จพระนารายณ์มหาราช
3. ข้อใดกล่าวถึงการแพทย์แผนไทยในสมัยอยุธยาได้ถูกต้องที่สุด
 - ก. พระภิกษุมิมีทบาทในการใช้สมุนไพรรักษาโรค
 - ข. มีการบูชาด้วยยาและอาหารก่อนแจกจ่ายแก่ผู้ป่วย
 - ค. การแพทย์แผนไทยรุ่งเรืองมากโดยเฉพาะการนวดแผนไทย
 - ง. การรวบรวมตำรายา ฤๅษีคัดคนและตำรานวดไว้ตามศาลาราย
4. ตำรายาเล่มแรกของไทย คือข้อใด
 - ก. ตำราจินดามณี
 - ข. ตำราพระโอสถพระนารายณ์
 - ค. ตำราแพทย์ศาสตร์สงเคราะห์
 - ง. จารึกตำราของวัดโพธิ์
5. มีการจัดตั้งโรงพยาบาลรักษาโรค โดยมิชชันนารีชาวฝรั่งเศส ในสมัยกษัตริย์พระองค์ใด
 - ก. พระเจ้าอู่ทอง
 - ข. สมเด็จพระนารายณ์มหาราช
 - ค. พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช
 - ง. พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว

6. ในสมัยรัชกาลที่ 1 ผู้ที่รับราชการในกรมหมอ จะเรียกชื่อในข้อใด
- หมอเชลยศักดิ์
 - หมอหลวง
 - หมอพื้นบ้าน
 - หมอราษฎร
7. นายแพทย์แคน บีช บรัดเลย์ เข้ามาในประเทศไทยและนำการแพทย์แผนตะวันตกมาใช้ในรัชกาลใด
- รัชกาลที่ 1
 - รัชกาลที่ 2
 - รัชกาลที่ 3
 - รัชกาลที่ 4
8. ข้อใดคือการรักษาโดยใช้การแพทย์แบบตะวันตก
- การนวด
 - การประคบด้วยสมุนไพร
 - การใช้ยาสมุนไพร
 - การปลูกฝีป้องกันไข้ทรพิษ
9. ข้อใดไม่ใช่ลักษณะของการประกอบโรคศิลปะประเภทแผนโบราณ
- มีการทดลองของผู้รู้ทางวิทยาศาสตร์
 - อาศัยการสังเกตหรือความชำนาญ
 - อาศัยตำราอันมีมาแต่โบราณ
 - มิได้ดำเนินไปในทางวิทยาศาสตร์
10. สาเหตุที่ทำให้เกิดความเจ็บป่วยในมนุษย์ตามความเชื่อที่เกิดจากธรรมชาติ คือ
- การเสียดสมดุลของธาตุทั้ง 4 ในร่างกาย
 - เกิดจากพลังของผีป่า ปีศาจ
 - พระเจ้าลงโทษผู้ทำผิดจารีตประเพณี
 - อิทธิพลของดวงดาวต่าง ๆ
11. ข้อใดไม่ใช่สาเหตุการเจ็บป่วยตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย
- มูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4
 - อิทธิพลของฤดูกาล
 - อิทธิพลของกาลเวลาและสุริยะจักรวาล
 - อิทธิพลของเชื้อโรคต่าง ๆ

12. “องค์ประกอบของสิ่งมีชีวิต ที่มีลักษณะเป็นของแข็งมีความคงรูป” ข้อความนี้หมายถึง ลักษณะธาตุในข้อใด

- ก. ธาตุดิน
- ข. ธาตุน้ำ
- ค. ธาตุลม
- ง. ธาตุไฟ

13. ข้อใดไม่ใช่ธาตุน้ำภายใน

- ก. มันเหลว
- ข. น้ำตา
- ค. น้ำดี
- ง. น้ำฝน

14. ข้อใดคือความหมายของ อุดมสมบูรณ์

- ก. สิ่งมีชีวิตที่เกิดมาล้วนประกอบด้วยธาตุทั้ง 4
- ข. ร่างกายของมนุษย์จะเปลี่ยนแปลงตามอายุขัย
- ค. ฤดูกาลต่างๆ มีผลทำให้ร่างกายแปรปรวน
- ง. ที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมมีผลต่อสุขภาพ

15. ปัจจุบันวัย ตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทยเริ่มที่อายุเท่าไร

- ก. 32 ปีขึ้นไป
- ข. 42 ปีขึ้นไป
- ค. 52 ปีขึ้นไป
- ง. 60 ปีขึ้นไป

16. ถ้าพวกเราอาศัยอยู่ในประเทศหนาว สถานที่ที่เป็นน้ำเค็ม มักเจ็บป่วยจากธาตุใด

- ก. ธาตุน้ำ
- ข. ธาตุดิน
- ค. ธาตุลม
- ง. ธาตุไฟ

17. โรคไหลตาย ซึ่งมักเกิดช่วงเวลา 02.00 – 04.00 น. เชื่อว่าเกิดจากอิทธิพลของธาตุใด

- ก. ธาตุดินและธาตุน้ำ
- ข. ธาตุน้ำและธาตุไฟ
- ค. ธาตุไฟและธาตุดิน
- ง. ธาตุไฟและธาตุลม

18. การแก้การเจ็บป่วยที่มีสาเหตุจากพฤติกรรม โดยฝึกทางสายกลางได้เขียนไว้ในตำราเล่มใด
- ก. ตำราสุริยยาตร์
 - ข. ตำราพระโอสถ
 - ค. คัมภีร์โรคนิทาน
 - ง. ตำราอุตุสมุฏฐาน
19. การรักษาโรคด้วยการใช้อาหารและยาสมุนไพร เพื่อประโยชน์ในข้อใด
- ก. ปรับพฤติกรรมมูลเหตุที่ก่อโรค
 - ข. ปรับให้ธาตุสมดุล
 - ค. แก้ไขปัจจัยที่เกิดจากธรรมชาติ
 - ง. แก้ไขปัจจัยที่เกิดจากกาลเวลา
20. ความรู้เรื่องการใช้พืชเพื่อบำบัดโรคน่าจะเริ่มต้นจากข้อใด
- ก. มนุษย์ทดลองใช้ต่อเนื่องกันมา
 - ข. มนุษย์นำไปใช้กับสัตว์
 - ค. มนุษย์สังเกตสัตว์รักษาอาการเจ็บป่วยด้วยพืช
 - ง. การศึกษาจากตำรา

เฉลยแบบทดสอบ

เรื่อง การสร้างเสริมคุณภาพด้วยการแพทย์แผนไทย

ทดสอบก่อนเรียน

- | | |
|-------|-------|
| 1. ค | 11. ก |
| 2. ง | 12. ง |
| 3. ก | 13. ก |
| 4. ค | 14. ง |
| 5. ข | 15. ค |
| 6. ข | 16. ก |
| 7. ข | 17. ข |
| 8. ค | 18. ง |
| 9. ง | 19. ค |
| 10. ก | 20. ข |

ทดสอบหลังเรียน

- | | |
|-------|-------|
| 1. ง | 11. ง |
| 2. ก | 12. ก |
| 3. ค | 13. ง |
| 4. ข | 14. ค |
| 5. ข | 15. ก |
| 6. ข | 16. ข |
| 7. ค | 17. ง |
| 8. ง | 18. ค |
| 9. ก | 19. ข |
| 10. ก | 20. ค |

บรรณานุกรม

ชมรมรักยสมุนไพร. เภสัชกรรมไทย. ม.ป.ท. : ม.ป.พ. ม.ป.ป.

ทินรัตน์ สถิตนิมานการ. “มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา,” พัฒนาการของอายุรเวทไทย
ในอนาคต. <<http://www.thaiherbclub.com/showclassified.asp?pid=350>> 10 มกราคม
2550.

เนริสา เอกปัทมา. “มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา,” ประวัติบรมครู ชิวโกโกมารภัก.
<<http://www.thaiherbclub.com/showclassified.asp?pid=349>> 12 ,dik8, 2550.

เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ. ประวัติและวิวัฒนาการการแพทย์แผนไทย. กรุงเทพฯ : กรีนฟอร์ก พับลิช
ซิง, 2538.

———. การแพทย์แผนไทย การแพทย์แบบองค์รวม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์
องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์, 2544.

ลลิตา ทีระสิริ และคณะ. บำบัดโรคด้วยการแพทย์ทางเลือก. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ :
รีดเคอร์ โดเจสท์, 2546.

วิชัย โชควิวัฒน์ และคณะ. คู่มือประชาชนในการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย. กรุงเทพฯ :
สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2547.

วุฒิ วุฒิชรรณเวช. สารานุกรมสมุนไพร รวมหลัทธิเภสัชกรรมไทย. กรุงเทพฯ : โอเอสพรีนติ้ง
เฮ้าส์, 2540.



ภาคผนวก ง

การวิเคราะห์ข้อมูลและแบบสอบถามความพึงพอใจ

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ผลการวิเคราะห์ค่าความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับจุดประสงค์การเรียนรู้ (IOC)
ของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของผู้เชี่ยวชาญ

ตารางภาคผนวกที่ 1 ตารางวิเคราะห์ค่า IOC ของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

| ข้อที่ | ผู้เชี่ยวชาญคนที่ | | | | | รวม | ค่า IOC | ความหมาย |
|--------|-------------------|---|---|---|---|-----|---------|----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 6 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 7 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 9 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 10 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 11 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 12 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 13 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 14 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 15 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 16 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 17 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 18 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 19 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 20 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |

| ข้อที่ | ผู้เชี่ยวชาญคนที่ | | | | | รวม | ค่า IOC | ความหมาย |
|--------|-------------------|---|---|---|---|-----|---------|----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 21 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 22 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 23 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 24 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 25 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 26 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 27 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 28 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 29 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 30 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |

ผลการวิเคราะห์ค่าความยาก (p) ค่าอำนาจจำแนก (B)

ของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตารางภาคผนวกที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่า (P) และค่า (B) ของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์
ทางการเรียน

| ข้อที่ | ค่าความยาก (p) | ค่าอำนาจ จำแนก (B) | ข้อที่ | ค่าความยาก (p) | ค่าอำนาจจำแนก (B) |
|--------|-------------------|--------------------------|--------|-------------------|----------------------|
| 1 | 0.91 | 0.58 | 16 | 0.77 | 0.66 |
| 2 | 0.71 | 0.30 | 17 | 0.63 | 0.60 |
| 3 | 0.51 | 0.44 | 18 | 0.60 | 0.56 |
| 4 | 0.71 | 0.30 | 19 | 0.69 | 0.26 |
| 5 | 0.80 | 0.56 | 20 | 0.66 | 0.22 |
| 6 | 0.74 | 0.34 | 21 | 0.54 | 0.34 |
| 7 | 0.83 | 0.46 | 22 | 0.60 | 0.42 |
| 8 | 0.63 | 0.32 | 23 | 0.57 | 0.66 |
| 9 | 0.80 | 0.28 | 24 | 0.54 | 0.34 |
| 10 | 0.83 | 0.32 | 25 | 0.51 | 0.58 |
| 11 | 0.54 | 0.48 | 26 | 0.57 | 0.24 |
| 12 | 1.00 | 0.84 | 27 | 0.54 | 0.48 |
| 13 | 0.97 | 0.52 | 28 | 0.63 | 0.48 |
| 14 | 0.74 | 0.62 | 29 | 0.40 | 0.28 |
| 15 | 0.40 | 0.42 | 30 | 0.77 | 0.38 |

ตารางภาคผนวกที่ 3 การวิเคราะห์ค่าดัชนีประสิทธิผล (E.I.) ของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
โดยใช้เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพและ
การป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา
และพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

| คนที่ | คะแนนเต็ม | คะแนนก่อนเรียน | คะแนนหลังเรียน | ผลต่าง |
|------------|------------|----------------|----------------|-------------|
| 1 | 30 | 13 | 26 | +13 |
| 2 | 30 | 12 | 27 | +15 |
| 3 | 30 | 14 | 26 | +12 |
| 4 | 30 | 14 | 28 | +14 |
| 5 | 30 | 11 | 27 | +16 |
| 6 | 30 | 13 | 28 | +15 |
| 7 | 30 | 13 | 26 | +13 |
| 8 | 30 | 10 | 27 | +17 |
| 9 | 30 | 12 | 26 | +14 |
| 10 | 30 | 16 | 29 | +13 |
| 11 | 30 | 17 | 28 | +11 |
| 12 | 30 | 12 | 25 | +13 |
| 13 | 30 | 16 | 28 | +12 |
| 14 | 30 | 13 | 26 | +13 |
| 15 | 30 | 12 | 27 | +15 |
| รวม | 450 | 198 | 404 | +206 |
| \bar{X} | 30 | 13.20 | 26.93 | +13.73 |

แบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยเอกสารประกอบการเรียน
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบแบบสอบถาม โดยทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความคิดเห็น
ที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด และการให้น้ำหนักของคะแนน
ตามความหมาย ดังนี้

- ให้ 5 หมายถึง เหมาะสมมากที่สุด
ให้ 4 หมายถึง เหมาะสมมาก
ให้ 3 หมายถึง เหมาะสมปานกลาง
ให้ 2 หมายถึง เหมาะสมน้อย
ให้ 1 หมายถึง เหมาะสมน้อยที่สุด

| ข้อคำถาม | ระดับความพึงพอใจ | | | | |
|---|------------------|---|---|---|---|
| | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1. ขนาด รูปเล่ม ตัวอักษร มีความเหมาะสม | | | | | |
| 2. รูปภาพและเนื้อเรื่องมีความเหมาะสม | | | | | |
| 3. เนื้อหาอ่านเข้าใจง่ายชัดเจน | | | | | |
| 4. เอกสารประกอบการเรียนให้ความรู้แก่นักเรียนเพิ่มขึ้น | | | | | |
| 5. เอกสารประกอบการเรียนช่วยกระตุ้นให้ผู้เรียน เกิดความกระตือรือร้นในการเรียน | | | | | |
| 6. นักเรียนได้รับประโยชน์จากเรื่องที่ได้ศึกษา | | | | | |
| 7. นักเรียนสนุกสนานเพลิดเพลินกับเรื่องที่ได้ศึกษา | | | | | |
| 8. นักเรียนเรียนแล้วมีความน่าสนใจ | | | | | |
| 9. นักเรียนมีความพึงพอใจต่อเอกสารประกอบการเรียน | | | | | |
| 10. นักเรียนนำความรู้ที่ได้จากการศึกษาเอกสารประกอบ การเรียนนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้ | | | | | |



ภาคผนวก จ
หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญ

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/ว ๐๕๕๓



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๑๗ กรกฎาคม ๒๕๕๓

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย
เรียน คุณบรรจบ ไชยชาติ

คือนายสุจิตร์ ทรงกาศรี รหัสประจำตัว ๕๒๑๒๑๒๐๖๒๑ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชา
หลักสูตรและการสอน รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์โรงเรียนกาฬสินธุ์พิทยาสรรพ์ กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริม
สุขภาพและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ ๒" เพื่อให้การวิจัยดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุตามวัตถุประสงค์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
เครื่องมือการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสมด้านการวัดและประเมินผล ดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี ขอขอบคุณ
มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรรพรม)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐-๔๓๗๒-๕๔๓๘

ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/ว ๐๕๕๓



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๑๓ กรกฎาคม ๒๕๕๓

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน อาจารย์ดาริน บุญพรหมมา

ช่วยนายสุจิตร์ ทรงกาศรี รหัสประจำตัว ๕๒๑๒๑๒๐๖๒๑๑ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชา
หลักสูตรและการสอน รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์โรงเรียนกาฬสินธุ์พิทยาสรรพ์ กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริม
สุขภาพและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ ๒” เพื่อให้การวิจัยดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุตามวัตถุประสงค์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
เครื่องมือการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสมด้านเนื้อหา ภาษา คึงเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี ขอขอบคุณ
มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

๓

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เกรียงศักดิ์ ไพรรพรม)

กณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๗๒ - ๕๕๓๘

ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/ว ๐๕๕๓



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๑๗ กรกฎาคม ๒๕๕๓

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน คุณนภศร ดวงหัตถ์ชัย

ด้วยนายสุจิตร์ ทรงกาศรี รหัสประจำตัว ๕๒๑๒๑๒๐๖๒๑ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชา
หลักสูตรและการสอน รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์โรงเรียนกมลสินธุ์พิทยาสรรพ์ กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริม
สุขภาพและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ ๒” เพื่อให้การวิจัยดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุตามวัตถุประสงค์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
เครื่องมือการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสมค่านเนื้อหา ภาษา สติติ การวัดและประเมินผล
ดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี ขอขอบคุณ
มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เกรียงศักดิ์ ไทวรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐-๔๓๗๒-๕๕๓๗



ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑๖ ๐๕๕๓

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๑๙ กรกฎาคม ๒๕๕๓

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย
เรียน นายแพทย์รัชชัย อิ่มชูอ

ด้วยนายสุจิตร์ ทรงศาศรี รหัสประจำตัว ๕๒๑๒๑๒๐๖๒๑ นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม สาขาวิชา
หลักสูตรและการสอน รูปแบบการศึกษามอนวการราชการ ศูนย์โรงเรียนเทพินธุ์พิทยาสรรพ์ กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริม
สุขภาพและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ ๒" เพื่อให้การวิจัยคืบหน้าไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุตามวัตถุประสงค์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
เครื่องมือการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสมค้ำเนื้อหา ภาษา สติติ การวัดและประเมินผล
คังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี ขอขอบคุณ
มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เกริญศักดิ์ ไพรวรรณ)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย
โทรศัพท์, โทรสาร ๐-๔๓๗๒-๕๕๓๘



ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/ว ๐๕๕๓

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๑๗ กรกฎาคม ๒๕๕๓

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ดร.ชาญชัยณรงค์ ทรงคาศรี

ด้วยนายสุจิตร์ ทรงคาศรี รหัสประจำตัว ๕๒๑๒๑๒๐๖๒๑ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชา
หลักสูตรและการสอน รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์โรงเรียนกาฬสินธุ์พิทยาสรรพ์ กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริม
สุขภาพและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ ๒” เพื่อให้การวิจัยดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุตามวัตถุประสงค์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
เครื่องมือการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสมด้านเนื้อหา ภาษา สถิติ การวัดและประเมินผล
คังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี ขอขอบคุณ
มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เกรียงศักดิ์ ไพรวรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๗๒ - ๕๕๓๘

ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/๐๕๕๔



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๕๐๐๑

๑๗ กรกฎาคม ๒๕๕๓

เรื่อง ขออนุญาตให้ผู้วิจัยเข้าทดลองใช้เครื่องมือและเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย
เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสะอาดประชาสรรค์

ด้วยนายสุจิตร์ ทรงกาศรี รหัสประจำตัว ๕๒๑๒๑๒๐๖๒๑ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชา
หลักสูตรและการสอน รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์โรงเรียนกาฬสินธุ์พิทยาสรรพ์ กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริม
สุขภาพและการป้องกันโรคภัยไข้เจ็บไทย กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ ๒"

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงขออนุญาตให้ผู้วิจัยเข้าทดลองใช้เครื่องมือและ
เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ เพื่อนำข้อมูลไปทำการ
วิจัยให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

/๙

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เกรียงศักดิ์ ไพวรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐-๔๓๗๒-๕๕๓๗

ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/๐๕๕๕



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๑๗ กรกฎาคม ๒๕๕๑

เรื่อง ขออนุญาตให้ผู้วิจัยเข้าเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนปณาลัทธิวิทยาคาร

ด้วยนายสุจิตร์ ทรงศาตรี รหัสประจำตัว ๕๒๑๒๑๒๐๖๒๑ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชา
หลักสูตรและการสอน รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์โรงเรียนเทพินธุ์พิทยาสรรพ์ กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การสร้างเสริม
สุขภาพและการป้องกันโรคด้วยภูมิปัญญาไทย กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ ๒”

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงขออนุญาตให้ผู้วิจัยเข้าทดลองใช้เครื่องมือและ
เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ เพื่อนำข้อมูลไปทำการ
วิจัยให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

๓

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรวรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๗๒ - ๕๔๓๗