

บทที่ ๔

วิธีการใช้ยาสมุนไพรเชิงพุทธบูรณาการ

ในบทที่ ๔ นี้ จะได้นำเสนอว่าข้อมูลที่ค้นพบสมัยพุทธกาลกับสมัยปัจจุบัน มียาตัวไหนบ้างจากการเปรียบเทียบ ยาสมุนไพรในสมัยพุทธกาล กับ ยาสมุนไพรในปัจจุบันที่ได้เปรียบเทียบไว้ในบทที่ ๓ นั้นมียาบางอย่างใช้เหมือนกัน ยาตัวไหนบ้างที่รักษาโรคเดียวกัน ยาตัวไหนที่รักษาโรคต่างกัน และมีสรรพคุณต่างกัน ดังนั้นวิธีบูรณาการเป็นองค์รวม หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สูตรตำรับยาเชิงผสม และทำให้ได้พิถีพิถันดังต้องการ เช่น จิงในสมัยพุทธกาลใช้รักษาโรคขับลม จิงในปัจจุบันใช้รักษาโรคขยายหลอดเลือดได้ผิวหนัง สะเดาในสมัยพุทธกาลใช้รักษาโรคผิวหนัง, บำรุงน้ำดี สะเดาในปัจจุบันใช้รักษาโรคช่วยย่อยอาหาร กระเทียมในสมัยพุทธกาลใช้รักษาโรคลมเสียดท้อง กระเทียมในปัจจุบันใช้รักษาโรคกลากเกลื้อน งาในสมัยพุทธกาลใช้รักษาโรคหูด งาในปัจจุบันใช้เป็นน้ำมันใส่แผล เป็นต้น

๔.๑ วิธีการใช้ยาสมุนไพรบำบัดรักษาโรคทางกาย

ตามหลักพระพุทธศาสนา โรคมี ๒ ประเภท คือกายิกโรค โรคทางกาย และเจตสิกโรค โรคทางจิตหรือทางใจ โรคประเภทหลังนี้ ท่านพุทธทาสภิกขุยังจำแนกต่อไปเป็น ๒ โรค คือ โรคทางจิตและโรคทางวิญญาณ^๑ ซึ่งจะได้กล่าวต่อไป

ตำรับยาในบทนี้เป็นที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์ต่างๆ จะได้นำมาบูรณาการตามตำราแพทย์ศาสตร์สงเคราะห์ เป็นตำรายาที่ได้ผ่านการตรวจมาแล้วจากสมัยรัชกาลที่ ๕ ผ่านการใช้และรับรองจากแพทย์แผนโบราณในสมัยนั้นมาแล้ว และเป็นตำราที่กระทรวงรับรอง ให้ผู้ประกอบการโรคศิลปะปรุงเพื่อใช้กับคนไข้ของตนและขายปลีกได้ เป็นข้อยกเว้นตามพระราชบัญญัติยา นอกจากนี้ยังมีตำรับยาจากศิลาจารึกวัดโพธิ์ และจากที่อื่นๆ ซึ่งจะบอกที่มาของตำรับยาต่างๆไว้ด้วย เพื่อสะดวกในการค้นคว้าและอ้างอิง ในบางตำรับอาจมีคำอธิบายอาการของโรคประกอบอยู่ด้วย ในส่วนของ วิธีทำ วิธีใช้ และขนาดการใช้ยานั้น ส่วนใหญ่จะไม่ละเอียดนัก เนื่องจากการใช้ยาต่างๆ ท่านมุ่งให้ผู้เป็นแพทย์ได้พิจารณาให้ยา ตามหลักการแพทย์แผนไทย ที่จะต้องคำนึงถึงสมุฏฐานโรค ความหนักเบาของโรค กำลังของคนไข้ และกำลังยา ประกอบกัน สำหรับการเขียนตำรับยาแบบสากลนั้น จะต้องแยกเป็นรายละเอียด ซึ่งผู้เป็นหมอจะสามารถกำหนดได้ตามหลักและวิธีการบูรณาการตัวยาที่ใช้ในสมัยพุทธกาล และสมัยปัจจุบัน พอสังเขป ดังนี้

^๑ พุทธทาสภิกขุ, ยาระงับสรรพโรค, (นนทบุรี : บริษัทสายน้ำจำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๖-๖๒.

๔.๑.๑ วิธีการใช้ยาสมุนไพรรักษาโรคทางกาย

๑) วิธีการใช้ยาเบญจขันธ์เชิงบูรณาการ

- มีสูตรส่วนประกอบยา : ใบพิมเสน ใบผักกระฉ่อน ใบฝ้ายแดง ใบสันป้าหอม ใบ
สันป้ามอญ เสมอภาค (อย่างละเท่าๆ กัน)
- วิธีทำ : บดเป็นผง
- ขนาดรับประทาน : รับประทานครั้ง ละ ๑-๒ ช้อนกาแฟ ก่อนอาหาร เข้า กลางวัน
เย็น
- สรรพคุณ : กระทุ้งพิษไข้หัว (ไข้ทรพิษ ฝีดาษ) พิษหัด ใช้น้ำรากผักชีต้ม
เป็นกระสายละลายยา กิน แก้อาเจียน แก้ไข้เพื่อกลุ่ม ใช้น้ำข้าวข้าวเป็น
กระสายละลายยา^๒

๒) วิธีการใช้ขิงเชิงบูรณาการ

- สมัยพุทธกาล : ใช้รักษาโรคขับลม
- ปัจจุบัน : ใช้รักษาโรคขยายหลอดเลือดใต้ผิวหนัง
- บูรณาการ : ใช้น้ำอ้อยสดครึ่งแก้ว ผสมกับน้ำคั้นจากขิงสดหนึ่งช้อนชา คน
ให้เข้ากันดีแล้วตั้งไฟพออุ่นๆ แล้วกินให้หมดในครั้งเดียว ทำ
กินเช้า ๑ ชด เย็น ๑ ชด กินไปเรื่อยๆ หรือ นำขิงสดแต่น้อย
บดด้วยน้ำแรมคั้น น้ำมะนาวก็ได้
- สรรพคุณ : แก้อาเจียนไม่หาย กินอาหารแล้วอาเจียนออกมาหมด (เพราะ
มีโรคอยู่ในกระเพาะ) ให้หยุดอาเจียนได้กินแก้ปวดท้องและ
ท้องขึ้น^๓

๓) วิธีการใช้บอระเพ็ดเชิงบูรณาการ

- สมัยพุทธกาล : ใช้รักษาโรคแก้ไข้, ขับเหงื่อ
- ปัจจุบัน : ใช้รักษาโรคแก้ร้อนใน, แก้พิษฝีดาษ
- บูรณาการ : บดผสมน้ำผึ้ง ปั่นลูกกลอนเท่าปลายนิ้วก้อย
- ขนาดรับประทาน : รับประทานครั้งละ ๓-๕ เม็ด

^๒ วุฒิ วุฒิธรรมเวช, คัมภีร์เภสัชรัตนโกสินทร์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทศิลปสยามบรรจ
ภัณฑ์และการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๓๕๖.

^๓ บุขบา ประภาสพงศ์, อ่างใน, พระคัมภีร์ปฐมจินดาร์ แพทย์ศาสตร์สงเคราะห์, หน้า ๘๘.

สรรพคุณ : แก้มะเร็งภายในต่างๆ เบาหวาน โลหิตจาง มุตกิตระดูขาว
ปวดศีรษะ^๔ น้ำฝาดจากบอระเพ็ด แก้ไข้ตัวร้อน

๔) การใช้ขมิ้นเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : แก้ไข้
ปัจจุบัน : เป็นยาสมานแก้ท้องร่วง
บูรณาการ : ผสมกับปูนกินหมาก
สรรพคุณ : แก้ฟกช้ำ ดำ เขียว สมานแผลแก้ลมจุกเสียดแก้ริดสีดวงทวาร^๕

๕) การใช้ขมิ้นชันเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : แก้ไข้
ปัจจุบัน : เป็นน้ำมันใส่แผล
วิเคราะห์ : มีคุณสมบัติในตัวเอง รสเบื่อเมา เป็นยาพอกปากฝี
มีสูตรส่วนประกอบเครื่องยา : ยาต้มประสมน้ำมันมโห^๖ ขนานนี้มีตัวยาคือ ขมิ้นชัน ต้น
ท้าวยายม่อมเทพธาโร ลำพัน สมอไทย รวมยา ๕ สิ่งนี้
เสมอภาคกัน
วิธีปรุงยา : ต้ม ๓ เา ๑ ขนาดรับประทาน กินชำระน้ำมันมโห^๗

๖) การใช้แห้วหมูเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : ป้ายตา, หยอดตา
ปัจจุบัน : บำรุงครรภ์, บำรุงธาตุ
วิเคราะห์ : มีคุณสมบัติในตัวเอง ใช้เป็นยาบำรุง ขับปัสสาวะ ลดไข้

๗) การใช้เกลือสินเธาว์เชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : ขับพยาธิในท้อง
ปัจจุบัน : แก้ไข้ตรีโทษ, เสมหะ, กำเดา และลมให้โทษ

^๔ วุฒิ วุฒิธรรมเวช, คัมภีร์เภสัชรัตนโกสินทร์, หน้า ๕๓๙.

^๕ บุษบา ประภาสพงค์, อ้างใน, พระคัมภีร์วโรยคสาร แพทย์ศาสตร์สงเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การค้ำของคุรุสภา สกสค. ลาตพรว, ๒๕๕๔), หน้า ๔๗๒.

^๖ น้ำมันมโห หมายถึง น้ำมันมารดาผิตกิด ทำให้ทารกที่บริโภคน้ำมันมีอากาศท้องเสีย (ถ่ายหนัก) ท้องขึ้น เป็นไข้ ตัวร้อน เป็นต้น

^๗ บุษบา ประภาสพงค์, อ้างใน, พระคัมภีร์ปฐมจินดาร แพทย์ศาสตร์สงเคราะห์, หน้า ๑๓๒-๑๓๓.

วิเคราะห์ : มีคุณสมบัติในตัวเอง เป็นธาตุวัตถุ ละลายน้ำได้ง่ายผ่าตัด
ริดสีดวง หมักเนื้อไม่ให้เน่า ชัดผิว บำรุงผิว

๘) การใช้ น้ำต่างดิบเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : แก่ท้องผูก
ปัจจุบัน : ล้างปัสสาวะ, แก้นิ้ว
วิเคราะห์ : มีคุณสมบัติในตัวเอง รักษาโรคท้องผูก (พรรตีก) และ
ล้างปัสสาวะ^๘

๙) การใช้ น้ำเหง้าบัวเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : แก้โรคลงแดง, แก้อ่อนในกาย
ปัจจุบัน : แก้อ่อนใน, บำรุงกำลัง
บูรณาการ : นำเหง้าบัวและรากบัวมาต้มเพื่อต้มน้ำ
สรรพคุณ : แก้โรคร้อนในกายของพระสารีบุตร, ก้านบัวทำให้ถ่ายท้อง^๙
ขนาดรับประทาน : รับประทานครั้งละ ๒-๓ ถ้วย

๑๐) การใช้ การบูรเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : บำรุงหัวใจ
ปัจจุบัน : บำรุงธาตุ, ขับลมในลำไส้, แก้ไอ
บูรณาการ : บดเป็นผงการบูร ใช้ปรุงกลิ่นรส ในยาอื่นๆ
สรรพคุณ : รสร้อนปร่าเมา บำรุงธาตุ ขับเสมหะและลม แก้อาตุพิการ
แน่นจุกเสียด ปวดท้อง ขับลมในลำไส้ แก้ไอ แก้เลือดลม ชู
กำลัง แก้ก้น แก้อ่อนใน ขับลมให้ผาย กระจายลม บำรุง
กำหนด ขับเหงื่อ แก้ปวดตามเส้น แก้ขัดขัดยอกบวม แก้
กระดูก แก้ปวดข้อ แก้ปวดเส้นประสาท แก้อ่อนผิวน้ำแตก
แก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อย เป็นยาเฉพาะที่ แก้อ่อนผิวน้ำเรื้อรัง
ขับน้ำเหลือง บำรุงหัวใจ วางไว้ในห้องหรือตู้เสื้อผ้า ไล่มด และ
แมลง

^๘ วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๙/๖๑.

^๙ วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๓๖/๑๙๕.

๑๑) การใช้จันทน์เทศเชิงบูรณาการ^{๑๐}

สมัยพุทธกาล	: แก้วไข
ปัจจุบัน	: บำรุงตับ, แก้น้ำดี, แก้กูกเสียด, แก้วปวดมดลูก
บูรณาการ	: กลั่นได้น้ำหอม
สรรพคุณ	: บำรุงผิวเนื้อให้งาม ทาผิว ^{๑๑}

๑๒) การใช้ผลสมอไทยเชิงบูรณาการ^{๑๒}

สมัยพุทธกาล	: แก้วโลหิตในอุทร
ปัจจุบัน	: ระบายท้อง, บำรุงธาตุ
วิธีปรุยาบูรณาการ	: นำมาบดเป็นผงใส่แคปซูล นำมาดองกับน้ำมูตรเน่า บดเป็นผง
ขนาดรับประทาน	: ทานมื้อละ ๔ แคปซูล เข้า ๒ แคปซูล เย็น ๒ แคปซูล หลังอาหาร
สรรพคุณ	: กินเป็นยาระบาย ถ่ายเสมหะ แก้กิดพิการ ดีพลุ่ง แก้วบิดแก้นอนสะดุ้ง ทำให้ถ่ายอุจจาระสะดวก ยาระบายอ่อนๆ โรยแผล

๑๓) การใช้เขากวางอ่อนเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: แก้วไข
ปัจจุบัน	: บำรุงประสาท, บำรุงกำลัง
บูรณาการ	: นำมาดองกับโสม นำมาบรรจุใส่แคปซูล
ขนาดรับประทาน	: รับประทานตามอาการ
สรรพคุณ	: บำรุงกำลัง เสริมสมรรถภาพทางเพศ ยากระตุ้น
ข้อห้าม	: ไม่ควรใช้ในผู้ป่วยที่มีไข้ร้อนในบุคคลที่มีความดันโลหิตสูงตับเสื่อมสมรรถภาพ ห้ามรับประทาน เพราะเป็นยาร้อน ^{๑๓}

๑๔) การใช้ต้นกระดอมหรือขี้กาเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: บำรุงน้ำดี, แก้วไข
ปัจจุบัน	: ฆ่าเชื้อเลือดไร, ล้างเสมหะ
บูรณาการ	: ตำคั้นเอาน้ำมาหยอดตา

^{๑๐} วิ.ม. (ไทย) ๔/๕๓๗/๕๑๑.

^{๑๑} วุฒิ วุฒิธรรมเวช, คัมภีร์เภสัชรัตนโกสินทร์, หน้า ๕๐๕.

^{๑๒} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๓๖/๔๗.

^{๑๓} วุฒิ วุฒิธรรมเวช, คัมภีร์เภสัชรัตนโกสินทร์, หน้า ๔๙๐.

ขนาดวิธีใช้	: หยอดตาเวลามีอาการตาอักเสบ
สรรพคุณ	: แก้ตาอักเสบ ^{๑๔}
ผลสุก	: สีแดงมีพิษ ห้ามรับประทาน

๑๕) วิธีการใช้มะขามป้อมเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: ยาระบาย, สมานแผล
ปัจจุบัน	: ทำให้เนื้อหนังสมบูรณ์
บูรณาการ	: นำมาบดเป็นผงใส่แคปซูล นำไปมาดัมอาบลดไข้
ขนาดรับประทาน	: รับประทานหลังอาหารเช้า-เย็น ครั้งละ ๒ แคปซูล
สรรพคุณ	: ยาระบาย ทำให้เสียงไพเราะ แก้ไอ แก้โรครักปิดรักเปิด
จุดเด่น	: มีวิตามินซีมากกว่าน้ำส้มคั้นถึง ๒๐ เท่า ^{๑๕}

๑๖) วิธีการใช้ว่านน้ำเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: บำรุงหัวใจ, แก้ปวดฟัน
ปัจจุบัน	: แก้ปวดท้อง, แก้จุกเสียด
บูรณาการ	: นำรากตากแห้งแล้วฝนกับสุรา นำมาเผาให้เป็นผงถ่าน
ขนาดวิธีใช้	: ผสมน้ำดื่มเพื่อขับพิษตลอด, ดื่มผสมน้ำแก้หอบหืด, นำมาฝนกับสุราทาหน้าอกเด็กแก้ปอดและหลอดลมอักเสบ
สรรพคุณ	: นำมาทาหน้าอกเด็กแก้ปอดและหลอดลมอักเสบ, แก้พิษตลอด (ตลอด คือ ต้นไม้ที่มีพิษ), แก้หวัด แก้หอบหืด

๑๗) วิธีการใช้กระถินพิมานเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: แก้ปวดฝีในหู
ปัจจุบัน	: แก้พิษงู, แก้งูสวัด
บูรณาการ	: เอารากที่ขονไปทางทิศตะวันออกมาฝนกับเหล้ากินและทาถอนพิษ, ฝนกับน้ำปูนใส
ขนาดวิธีใช้	: กินและทาถอนพิษงู, นำมาฝนกับน้ำปูนใสหยอดหู, นำมาทาบาดแผล

^{๑๔} วุฒิ วุฒิธรรมเวช, สารานุกรมสมุนไพร รวมหลักเภสัชกรรมไทย, (กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พรีนติ้งเฮาส์, ๒๕๔๐), หน้า ๗๓.

^{๑๕} วุฒิ วุฒิธรรมเวช, คัมภีร์เภสัชรัตนโกสินทร์, หน้า ๕๖๘.

สรรพคุณ : ถอนพิษงู แก้วปวดฝีในหู แก้วบาดแผลเน่าเปื่อย แก้วเริ่ม

๑๘) วิธีการใช้ยางเชิงบูรณาการ^{๑๖}

สมัยพุทธกาล : รักษาหูด
 ปัจจุบัน : ทำให้ร่างกายอบอุ่น, น้ำมันใส่แผล
 บูรณาการ : นำมาทำน้ำมันทาผิว, เส้นผม น้ำมันแก้ปวดเมื่อย น้ำมันพืช
 ขนาดวิธีใช้ : ใช้ทาผิวหนัง ทาเส้นผม นำมาทาแก้ปวดเมื่อย นำมาประกอบ
 อาหาร
 สรรพคุณ : ทาผิวหนังให้ชุ่มชื้น ทาเส้นผมให้เงางาม ทาแก้ปวดเมื่อยตาม
 ร่างกาย ทำอาหาร

๑๙) วิธีการใช้กฤษณาเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : แก้วเวียนศีรษะ, ขับเสมหะและลม
 ปัจจุบัน : บำรุงโลหิต, บำรุงหัวใจ
 วิเคราะห์ : เป็นไม้เนื้อแข็ง เป็นพืชที่เศรษฐกิจระดับโลกแพงกว่าทองคำ มี
 คุณสมบัติในตัว บำรุงปอด บำรุงหัวใจ แก้วปอดพิการ แก่นของ
 ต้นกฤษณาคุมธาตุบำรุงโลหิตนำมาประกอบเครื่องยาบดผสม
 ยาตา

๒๐) วิธีการใช้กระลำพักเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : ถ่ายพยาธิในท้อง
 ปัจจุบัน : แก้วลมกััดศีรษะ, แก้วมูกเลือด
 วิเคราะห์ : ๑ กระลำพักต้นตาตุ่ม ได้จากแก่นของต้นตาตุ่มที่ตายยืนต้น
 ๒ กระลำพักต้นสลัดไต่ ได้จากแก่นของต้นสลัดไต่ที่ตายยืน
 ต้น หรือ ต้นแก่อายุ ๑๐ ปี
 สรรพคุณ : แก้วไข้ ขับลม บำรุงหัวใจ บำรุงครรภ์รักษา^{๑๗}

๒๑) วิธีใช้กานพลูเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : แก้วปวดท้อง, แก้วลม

^{๑๖} วิม. (ไทย) ๕/๒๖๗/๕๙.

^{๑๗} วุฒิ วุฒิธรรมเวช, แก้วชุกรมไทยรวมสมุนไพรฉบับปรับปรุงใหม่, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : โอ.
 เอส.พรีนตติ้งเฮ้าส์, ๒๕๔๐), หน้า ๒๖๕.

ปัจจุบัน	: แก้วปวดฟัน, ขับผายลม
บูรณาการ	: ทุบใส่ขวดนม ๑ ดอก ให้เด็กกินแก้หรือป้องกันเด็กท้องขึ้นและไอ เป็นยาดับกลิ่น ไส่ยุ่ง นำมาทำเป็นน้ำมันยาชาเฉพาะที่
ขนาดวิธีใช้	: นำมาทาเฉพาะที่ ทำให้ชา ทุบใส่ขวดนม ๑ ดอก ให้เด็กกินแก้ท้องขึ้น
สรรพคุณ	: แก้เหน็บชา แก้ท้องขึ้น แก้วปวดท้อง แก้วปวดฟัน แก้วรำมะนาด ขับน้ำคาวปลา น้ำมันกานพลูนำมาผสมยาควักคอ แต่งกลิ่นอาหาร แต่งกลิ่นขนม เครื่องดื่ม มีฤทธิ์ในการฆ่าเชื้อโรคหลายชนิด

๒๒) วิธีการใช้มูลโคเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: แก้วตุ่มพุพอง, แก้วฝิดาษ
ปัจจุบัน	: ดับพิษร้อน, ถอนพิษไข้
บูรณาการ	: นำมูลโค ดินเหนียว กากน้ำย้อมนำมาตำเป็นผง
ขนาดวิธีใช้	: นำมาทาตัวบริเวณที่เป็นแผลพุพอง แผลหนอง
สรรพคุณ	: แก้วโรคพุพอง ตุ่ม หิด ฝิดาษ ดับกลิ่นตัว ^{๑๘}

๒๓) วิธีการใช้ยี่โถ, ดอกยี่โถเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: รักษาโรคผิวหนัง
ปัจจุบัน	: แก้วบวม, แก้วไข้ป่า, บำรุงหัวใจ, แก้วปวดศีรษะ, ขับปัสสาวะ
บูรณาการ	: ยี่โถทั้ง ๕ ใบนำมาต้มกินแก้บวม แก้วไข้ป่า ทำให้หัวใจชุ่มชื้น ดอก ต้มน้ำดื่มบำรุงหัวใจ แก้วอักเสบ เปลือกและใบ ตำผสมน้ำมันทาแก้แผลพุพอง ผล ขับปัสสาวะ และ บำรุงหัวใจ ราก ต้มดื่มแก้แท้งลูก ฆ่าพิษ
ประเภท	: ยี่โถไทย ยี่โถดอกแดง ยี่โถดอกขาวพืชที่มีพิษทั้งต้น
ขนาดวิธีใช้	: เปลือก, ใบ, ราก ใช้ทาบริเวณที่เป็นแผลพุพอง ดอก นำมาต้มน้ำดื่มตามอาการ ต้มต่างน้ำชาบำรุงหัวใจ ผล ต้มเมื่อมีอาการปัสสาวะติดขัด ราก ต้มเวลาโดนพิษ
สรรพคุณ	: แก้วพิษ บำรุงหัวใจ ขับปัสสาวะ

^{๑๘} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๔/๔๘-๔๙.

ข้อสังเกต : ส่วนมากปลูกในบริเวณป่าใกล้บ้านที่มีงูชุกชุม

๒๔) การใช้ฝ้ายเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : แก้วไข, ขั้วเหว, ขั้วโลหิตระดู
 ปัจจุบัน : รักษาฝี, แก้วพิษ, แก้วสตรีตกเลือด
 ประเภท : ฝ้ายดอกแดง, ฝ้ายดอกขาว
 บูรณาการ : นำเปลือกกับรากมาต้มเอาน้ำดื่มขั้วระดูทำให้มดลูกบีบตัวแรง
 นำเมล็ดฝ้ายมาประกอบกับเครื่องยาชนิดอื่น แก้วกามโรค
 แก้วนี้
 ขนาดรับประทาน : ดื่ม เมื่อมีอาการ
 สรรพคุณ : ขั้วระดู ทำให้มดลูกบีบตัวแรง อาจทำให้แท้ง แก้วกามโรค
 แก้วท้องเสีย ขั้วนี้^{๑๙}

๒๕) การใช้ต้นชุมเห็ดเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : รักษาโรคเรื้อน
 ปัจจุบัน : แก้วกลากเกลื้อน, ยาระบาย, แก้วพยาธิตัวดี, ไล่เดือน
 บูรณาการ : นำใบมาผสมกระเทียม หรือน้ำปูนใส แก้วกลากเกลื้อน นำใบ
 มาดองสุราหรือปิ้งไฟชงกับน้ำดื่มเป็นยาระบาย และสมานธาตุ
 วิธีทำ : นำใบมาบดผสมกระเทียม หรือน้ำปูนใส นำใบมาดองสุรา
 ขนาดวิธีใช้ : นำมาดื่มนเวลามีอาการ และนำมาทาแผลที่เป็นกลากเกลื้อน
 สรรพคุณ : เป็นยาระบาย นำมาทากกลากเกลื้อน แก้วพยาธิตัวดี^{๒๐}

๒๖) การใช้มหาหิงคุ์เชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : ลดอาการปวดท้อง, ขั้วเสมหะ, ยากล่อมประสาท
 ปัจจุบัน : แก้วลม, แก้วเส้นเอ็นพิการ
 บูรณาการ : ฝนผสมน้ำข้าวข้าว ผสมสุรา หรือน้ำปูนใส ทาแก้ปวดท้องใน
 เด็ก

^{๑๙} วุฒิ วุฒิธรรมเวช, แก้วสรรพคุณไทยรวมสมุนไพรฉบับปรับปรุงใหม่, หน้า ๓๔๐.

^{๒๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๑๐.

สรรพคุณ : ปวดท้อง บำรุงธาตุ ขับเสมหะ ขับผายลม แก้อาการเสียด
ช่วยย่อยอาหาร แก้ปวด แก้อาการระดู แก้อิสที่เรื้อรัง (โรคขาด
ผู้ขายไม่ได้)^{๒๑}

๒๗) การใช้ผักโขม (ผักหัวแหวน)เชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : ทำให้ชุ่มชื้น, แก้อาการ
ปัจจุบัน : ขับปัสสาวะ, แก้อาการ
วิเคราะห์ : มีคุณสมบัติในตัวเอง รสขมเย็นถอนพิษ ถอนพิษไข้หัว แก้อาการ
ใน แก้อาการ ขับปัสสาวะ แก้อาการ
ขนาดวิธีใช้ : ใช้อาบแก้อาการ นำมากินเวลาถอนพิษ

๒๘) การใช้โมกมันเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : ขับน้ำเหลืองเสียสำหรับคนท้องมาน
ปัจจุบัน : รักษาโรคแรกเริ่มที่ต่อมน้ำเหลือง
วิเคราะห์ : มีคุณสมบัติในตัวเอง ใช้โมกมันทั้ง ๕ เพื่อบำบัดรักษาโรคตาม
ลักษณะของสมุนไพร
สรรพคุณ : ใบ รสเย็น ขับน้ำเหลือง แก้อาการ แก้อาการ
ดอก รสจืด ระบายท้อง แก้อาการ
ลูก รสเมา แก้อาการ
เปลือก ต้น รสขมร้อนผาดเมา บำรุงธาตุทั้ง ๔ ให้เจริญรู้ปิด
ธาตุแก้บิดมูกเลือด แก้อาการ แก้อาการ แก้อาการ แก้อาการ
ไต เจริญอาหาร
กระพี้ รสขม แก้อาการ
แก่น รสขมร้อน ขับเลือด
ราก รสร้อน ขับลม
ยางจากต้น รสผาด แก้อาการ^{๒๒}

๒๙) การใช้หญ้าแฝกเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล : แก้อาการ, แก้อาการ
ปัจจุบัน : ทำให้จิตใจชุ่มชื้น, ขับลมในลำไส้, จุกเสียด, ขับปัสสาวะ

^{๒๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๖๒.

^{๒๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๗๕.

บูรณาการ	: นำเนยใสผสม กับ หญ้าแฝก ^{๒๓}
วิธีทำ	: นำเนยใส ๑ ขงมือ หุงด้วยยาต่างๆ เช่น รากหญ้าแฝก ด้วย
ขนาดวิธีใช้	: นัตถุยาเข้าไปในจมูก
สรรพคุณ	: ขับลมในลำไส้ ให้หาเรอ ทำดวงจิตให้ชุ่มชื้น ^{๒๔}

๓๐) วิธีการใช้บุนนาค, ไม้โลทเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: รักษาโรคโลหิต, ละลายเสมหะ, รักษาโรคน้ำดี, รักษาโรคเบาหวาน
ปัจจุบัน	: สมานแผลสด, แก้พิษงู, แก้ใจสั่นหวิว, ชูกำลัง, บำรุงโลหิต, แก้กลิ่นสาบสาบในร่างกาย, บำรุงครรภ์, แก้ไข้, แก้เสมหะในคอ, แก้เลือดออกตามไรฟัน
บูรณาการ	: นำดอกบุนนาคมาบดเป็นแท่งละลายน้ำรวมกับตัวยาอื่นๆ
ส่วนประกอบยา	: ดอกบุนนาค รากบัวหลวง ดอกพิกุล ดอกสารภี เกสรบัวหลวง
วิธีทำ	: นำตัวยาทั้งหมดอย่างละเท่าๆกัน มาบดทำเป็นแท่งละลายน้ำทั้งกิน ทั้งพิน ^{๒๕}
สรรพคุณ	: ระบายน้ำ แก้อ่อนภายในกาย

๓๑) วิธีใช้สะเดาเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: แก้โรคผิวหนัง, รักษาแผลพุพอง, บำรุงน้ำดี, แก้พิษโลหิต
ปัจจุบัน	: บำรุงไฟธาตุ, ช่วยย่อยอาหาร, ทำให้อุจจาระละเอียด
วิเคราะห์	: มีคุณสมบัติในตัวเอง รสขมสะเดาทั้ง ๕ นำมารักษาตามลักษณะของสมุนไพร
สรรพคุณ	: ดอก บำรุงธาตุ ยาง ดับพิษร้อน เปลือก แก้ท้องเดิน รากแก้ไข้ ทำให้อาเจียน ลูกอ่อน ถ่ายพยาธิแก้ริดสีดวง แก้ปัสสาวะพิการ

^{๒๓} วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๓๐/๑๘๔.

^{๒๔} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๓/๔๖.

^{๒๕} บุชบา ประภาสพงค์, อ่างใน, คัมภีร์โรคานิทานแพทย์ศาสตร์สงเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ สกสค. ลาตพรวัว, ๒๕๕๔), หน้า ๕๘๑.

๓๒) การใช้สียี่เสียดแข็งบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: ใช้สีฟันทำให้ฟันสะอาดปราศจากโรค
ปัจจุบัน	: สมานและคุมธาตุ, แก้บิด, แก้ท้องร่วง
บูรณาการ	: เปลือก นำมาผสมกับสมุนไพรรื่นนำมาต้มกับน้ำล้างแผลเปื่อย เรื้อรัง นำแก่นที่สกัดแล้วมาบดเป็นผงต้มเหมือนชงน้ำชา นำ เมล็ดมาฝนเป็นยาแก้โรคหิด
วิธีทำ	: นำเปลือกมาต้มไว้ล้างแผลเปื่อย นำแก่นมาบดเป็นผงต้ม เหมือนชงน้ำชา
ขนาดรับประทาน	: ๑ ใน ๓ หรือ ๑ ใน ๒ ช้อนชา
สรรพคุณ	: แก้ท้องร่วง สมานแผล แก้บิด แก้ธาตุพิการ ^{๒๖}

๓๓) การใช้น้ำมันแข็งบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: ใช้ทาเท้าแตก
ปัจจุบัน	: ใช้ทาศีรษะ, แก้เคล็ดยอกขัดแผลง, แก้เส้นตึง
วิเคราะห์	: น้ำมันเสี่ยงผาได้จากตัวเสี่ยงผา มีคุณสมบัติในตัวเอง ทานวด แก้ปวดเมื่อย
สรรพคุณ	: นวดแก้ปวดเมื่อย ขัดยอก ฟกบวม ทาแผลจากน้ำร้อนลวก

๓๔) การใช้น้ำอ้อยแข็งบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: ใช้รักษาโรคลงแดง
ปัจจุบัน	: แก้เสมหะ, แก้หิดไอ, แก้ใช้สำประชวร
บูรณาการ	: นำเอาสมุนไพรรื่น “ซานเหย้า” จำนวนพอประมาณ มาสับให้ ละเอียดผสมน้ำอ้อย
วิธีทำ	: คนให้เข้ากันดีแล้วนำไปต้มหรือตุ๋นจนสุก
ขนาดรับประทาน	: แบ่งกินวันละ ๒ ครั้ง กินสัปดาห์ ๒-๓ วัน
สรรพคุณ	: แก้ไอเรื้อรัง แก้หอบมีเสมหะในผู้ป่วยที่เป็นโรคหลอดลม อักเสบ ^{๒๗}

๓๕) การใช้เนื้อมดและเลือดสดแข็งบูรณาการ

^{๒๖} ศ.ดร. วิทย์ เทียงบูรณธรรม, พจนานุกรมสมุนไพรรื่นไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : อักษร
พิทยา, ๒๕๔๘), หน้า ๗๘๔.

^{๒๗} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๘๔/๙๓.

สมัยพุทธกาล	: รักษาโรคฝีสิ่ง
ปัจจุบัน	: ในหนังสือไม่ได้กล่าวไว้
วิเคราะห์	: วิเคราะห์แล้วว่าเนื้อดิบและเลือดสดนั้นรักษาโรคฝีเข้าสิงในร่างภิกษุได้ ^{๒๘} โรคอมนุษย์เข้าสิงของภิกษุนั้นจึงสงบ ^{๒๙}

๓๖) วิธีการใช้กระเทียมเชิงบูรณาการ

สมัยพุทธกาล	: แก้ลมเสียดท้อง
ปัจจุบัน	: ขับลมในลำไส้, แก้โรคผิวหนัง, แก้กลากเกลื้อน, แก้แผลเน่า, ขับโลหิตระดูสตรี
บูรณาการ	: กระเทียม นำมาครึ่งละ ๗๕ กรัม ตำเสียก่อนค่อยโขง แฉลงไปในน้ำมันพาราฟิน ๕๐ ซีซี แชไว้สัก ๒๔ ชั่วโมง แล้วเอาสบู่มาประมาณ ๒๐ กรัม ละลายลงในน้ำมันประมาณ ๕๗๕ ซีซี แล้วเอาน้ำกระเทียมกับพาราฟินที่แชไว้ผสมลงไป คนให้เข้ากันกรองเอาแต่น้ำ ส่วนที่เป็นกากทิ้งไป เมื่อได้ตัวยาจากกระเทียมแล้วก็ใส่ภาชนะที่เป็นแก้วหรือที่เคลือบเก็บไว้
ขนาดวิธีใช้	: เวลาจะใช้ก็นำนํ้ายาไปละลายกับนํ้าธรรมดา โดยอัตราส่วน ๑ ส่วน ต่อนํ้าธรรมดา ๒๐ ส่วน หรือจะให้ฤทธิ์เจือจางก็ใช้อัตราส่วน ๑ ต่อ ๑๐๐ ไปฉีดในแหล่งนํ้า สามารถทำลายและฆ่าลูกนํ้า ^{๓๐}
สรรพคุณ	: เป็นยาฆ่าแมลง เป็นยาทำลายลูกนํ้าได้ดี
บูรณาการเป็นยารักษาโรค	: นำกระเทียมมาผสมกับมะนาวแล้วนํ้าผึ้งช่วยโรคหลอดลมอักเสบ
วิธีทำ	: นำกระเทียมมา ๕๐ กรัม สับให้ละเอียดใส่ภาชนะไว้แล้วเทนํ้าเดือดลงไป ๕๗๐ ซีซี ปิดฝาตั้งไว้ ๑๐ ชั่วโมง นำมากรองทิ้งกากไป เติมนํ้ามะนาวและนํ้าผึ้งผสมลงไป
ขนาดรับประทาน	: จิบกินบ่อยๆ

^{๒๘} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๔/๔๙.

^{๒๙} ภิกษุผู้เป็นไข้ไม่ได้กินเนื้อดิบ ไม่ได้ดื่มเลือดสด แต่อมนุษย์ (ผี) ที่สิงอยู่ในร่างกายภิกษุนั้น กินและดื่มพอกินเนื้อดิบเลือดสดแล้ว ก็ออกจากร่างภิกษุนั้นไป (วิ.อ. ๗/๒๖๔/๑๗๔).

^{๓๐} วิพุทธโยคะรัตนรังษี, เพชรน้ำเอกกรุยยอดตำรับยาสมุนไพร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สุริยวิยาสาน จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๕๕.

สรรพคุณ : แก้หลอดลมอักเสบได้ดี ขับเสมหะไอแห้งๆ ป้องกันหวัด ป้องกันไม่ให้เป็นโรคหัวใจ มีวิตามินบี๑ ทำให้ไม่เป็นโรคเหน็บชา ทำให้ระบบไหลเวียนเลือดทำงานดีขึ้น นำไปพอกกำจัดสิวหรือหัวสิวอักเสบ รักษาพยาธิตัวตืดในเด็ก ทำให้ความดันปกติ มีฤทธิ์ทำลายไขมันจึงป้องกันไม่ให้หลอดเลือดตีตัน ต้านสตรีไม่ให้เป็นมะเร็งเต้านม แก้อาการผื่นงูสวัด

บูรณาการเป็นยารักษาโรค : นำหัวกระเทียมมาดองน้ำผึ้ง

ขนาดรับประทาน : รับประทานวันละ ๕-๑๐ กลีบ

สรรพคุณ : แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ ทำให้ไม่มีกลิ่นปาก ฆ่าเชื้อโรคในปาก แก้อาการปวดท้อง แก้อาการท้องอืด ขจัดไขมันที่อุดตันในหลอดเลือด นำมาดองเหล้าลดความดันโลหิต^{๓๑}

บูรณาการเป็นยารักษาโรค : บดทำแท่งไว้ละลายน้ำมะกรูดแก้ลมชักในเด็ก

ส่วนประกอบของยา : พริกไทย ขิง ดีปลี กระเทียม ว่านน้ำ ผิวมะกรูด ไพล มหาหิงค์ ยาดำ การบูร เอาสิ่งละ ๑ บาท

วิธีปรุงยา : ตำให้ละเอียด บดทำแท่งไว้ละลายน้ำมะกรูดแก้ลมชักในเด็ก ทำจะแก้ท้องขึ้นให้ละลายน้ำปูนใส

สรรพคุณ : แก้ท้องขึ้นแก้ลมชักในเด็ก^{๓๒}

๔.๑.๒ วิธีใช้ยาสมุนไพรเชิงพุทธบูรณาการในการรักษาโรคทางกาย

การรักษาโรค การคืนสู่สภาพปกติจิตวิญญาณ หลักที่สำคัญคือต้องหาสาเหตุของการเจ็บป่วยที่ทำให้เกิดการขาดความสมดุลและแก้ไขส่วนขาดและลดส่วนเกิน โดยทั่วไปจะเป็นส่วนประกอบของสมุนไพรหลายๆ ชนิด ซึ่งจะเข้าไปช่วยระบบการทำงานของอวัยวะต่างๆ ของร่างกายพร้อมๆ กันและบำรุงร่างกายไปด้วย สมุนไพรสามารถออกฤทธิ์ต่างๆ ดังนี้

- ๑) ระงับการสร้างเส้นเลือดใหม่
- ๒) ยับยั้งการเจริญของเซลล์มะเร็ง
- ๓) ระงับการอักเสบ
- ๔) ซ่อมแซม DNA

^{๓๑} วุฒิ วุฒิชัยธรรมเวช, สารานุกรมสมุนไพรรวมหลักเภสัชกรรมไทย, (กรุงเทพมหานคร : โอ. เอส. พรินต์ติ้งเฮาส์, ๒๕๔๐), หน้า ๘๔.

^{๓๒} บุษบา ประภาสพงศ์, อังโน, คัมภีร์ปฐมจินดาร์แพทย์ศาสตร์สงเคราะห์, หน้า ๑๑๙.

๕) ด้านการออกซิไดส์ กำจัดอนุมูลอิสระ

๖) ยับยั้งจุลชีพ เป็นต้น สมุนไพรต่อไปนี้ล้วนมีผลการทดสอบที่เป็นประโยชน์ต่อการรักษามะเร็ง

ฟ้าทะลายโจร ในอินเดียใช้กันมานานรักษาไทฟอยด์ แก้อักเสบ แก้อาเจียร กระตุ้นภูมิคุ้มกัน สารสำคัญสามารถยับยั้งเซลล์มะเร็งได้หลายชนิด

มะตูม สารจากผลมะตูมสามารถยับยั้ง และมีฤทธิ์ยับยั้งไวรัส และด้านการอักเสบ

บัวบก มีสาร ที่ช่วยให้แผลเรื้อรังหายได้เร็วขึ้น เพิ่มภูมิคุ้มกัน และในบราซิลมีการใช้เพื่อรักษามะเร็งมดลูก

ขมิ้น สารสำคัญคือ มีฤทธิ์ด้านการออกซิไดส์และด้านการอักเสบที่แรง สามารถทำให้เกิดการตายของเซลล์มะเร็งหลายชนิดเช่น ผีเสื้อ ลำไส้ใหญ่ กระเพาะ ลำไส้เล็ก รังไข่ และยังมีฤทธิ์ต้านไวรัส แบคทีเรียและราอีกด้วย

หญ้าวางช้างดอกขาว อายุรเวทใช้ใบในการรักษาไข้ ลมพิษ แผล การอักเสบเฉพาะที่ กลาก ปวดข้อ มีอัลคาลอยด์ ที่มีฤทธิ์ยับยั้งเนื้องอก มีการทดลองทางคลินิกในลิ่วคีเมีย

ว่านหางจระเข้ มีสาร ที่กระตุ้นให้กำจัดเซลล์มะเร็ง และยังมีช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกัน ว่านหางจระเข้ช่วยกระตุ้นการเจริญของเซลล์ปกติและยับยั้งการเจริญของเซลล์มะเร็ง

กะเพรา เป็นสมุนไพรที่ใช้ในการแพทย์โบราณหลายระบบ เช่นอายุรเวทยูนาไน โรมัน เป็นต้น ใช้ในระบบทางเดินอาหาร ทางเดินหายใจ หัวใจ ผื่นหนัง ฯลฯ

ทุเรียนเทศสาร จากผลทำให้เซลล์มะเร็งตายได้

ลูกใต้ใบ/หญ้าใต้ใบเป็นที่รู้จักว่าเป็น stonebreaker และมีการใช้แพร่หลายทั่วโลก ในระบบปัสสาวะและน้ำดี ตับอักเสบ หัวใจ วัณโรค และโรคจากไวรัสอื่นๆ

ติปลี มี ซึ่งมีฤทธิ์ด้านการออกซิไดส์ทั้ง และ จึงเป็นส่วนประกอบของตำรับยารักษามะเร็งของอายุรเวท

บอระเพ็ด สารสำคัญจากบอระเพ็ดกระตุ้นภูมิคุ้มกันโดยการเพิ่มระดับเม็ดเลือดขาวและสามารถลดขนาดเนื้องอกได้ ๕๘.๘% เทียบเท่า

รักขณ ผลของรักขณมีการใช้ในอายุรเวทเพื่อรักษามะเร็ง มีงานวิจัยแสดงว่าสารสกัดคลอโรฟอร์มมีฤทธิ์ต้านมะเร็งและยืดอายุในกรณี และ ในสัตว์ทดลองที่ถูกเหนี่ยวนำให้เป็นมะเร็งตับ สารสกัดจากรักขณทำให้น้ำเยื่อตับเป็นปกติ ยาเตรียม forte นิยมใช้รักษามะเร็งหลอดอาหาร และมะเร็งตับ

ยังมีสมุนไพรอีกมากที่มีฤทธิ์ในการยับยั้งเซลล์มะเร็งโดยตรงหรือช่วยระงับอาการข้างเคียงต่างๆ ของผู้ป่วยมะเร็งซึ่งรอผลการสนับสนุนจากงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์ความสับสนประการหนึ่งในวงการแพทย์ คือ สมุนไพรรักษาโรคมะเร็งได้จริงหรือไม่ ผู้ป่วยมะเร็งจำนวนมากเชื่อว่าสมุนไพรมีประสิทธิภาพรักษามะเร็งได้ หลักสูตรแพทยศาสตร์ในประเทศจีนบางหลักสูตร รวมการแพทย์แผนจีนและได้บรรจุเรื่องสมุนไพรเข้าไว้ในหลักสูตรแพทยศาสตร์มากถึงร้อยละ ๓๐ มีการใช้ยาสมุนไพรหลายชนิดในการบำบัดทุเลาผลข้างเคียงจากการรักษามะเร็ง

ยาเคมีบำบัดที่ใช้รักษาโรคมะเร็งในปัจจุบัน มากกว่าร้อยละ ๒๐ ของยาเคมีบำบัดมีต้นกำเนิดมาจากสมุนไพร เช่นยาไอริโนทีแคน เป็นยาหลักในการรักษาโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ระยะแพร่กระจาย ยาดังกล่าวสังเคราะห์มาจากสมุนไพรจีนชนิดหนึ่งมีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า แคมโตทีก้า แอควิมินาต้า ยาพาคลีแท็กซีเซลสังเคราะห์มาจากต้นสนในประเทศสหรัฐอเมริกาชื่อว่า แปซิฟิกยิว หรือชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า เท็กซัสบริวโฟเลีย หรือยาเคมีบำบัดวินคริสติน วินบลาสติน และวินเรลปิ่น มีต้นกำเนิดมาจากต้นพังพวยฝรั่ง ยาดีออกซีแท็กซีเซล มาจากต้นสนในยุโรป ชื่อ เท็กซัสแบคคาต้ายาเคมีบำบัดอีโตโปไซด์ ซึ่งใช้รักษามะเร็งปอด มะเร็งอวัยวะ มีต้นกำเนิดจากต้นไม้ในเทือกเขาหิมาลัย เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า กว่ายาสมุนไพรจะใช้รักษาโรคมะเร็งอย่างได้ผลต้องผ่านการสกัดสังเคราะห์ วิเคราะห์ ผลิตภัณฑ์ยา ศึกษาผลในเซลล์มะเร็งในสัตว์ทดลอง ศึกษาในมนุษย์ระยะที่ ๑ เพื่อตรวจสอบระดับยาสูงสุดที่รับได้ศึกษาเภสัชจลนศาสตร์ศึกษาในผู้ป่วยมะเร็งระยะที่๒เพื่อตรวจสอบประสิทธิภาพและผลข้างเคียงของยา ต่อมาเมื่อพบว่ายามีประสิทธิภาพและปลอดภัยจึงมีการศึกษาต่อเนื่องในระยะที่ ๓ โดยศึกษาแบบสุ่ม เปรียบเทียบกับยามาตรฐาน ถ้ายาใหม่ที่ศึกษาทดลองได้ผลดีกว่ายามาตรฐานเดิมข้อมูลการศึกษาจะประเมินโดยองค์การอาหารและยาอย่างรอบครอบเมื่อคณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิมีมติเห็นชอบกับการอนุมัติให้ใช้ในผู้ป่วยมะเร็ง ยาดังกล่าวจะได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นยาให้ใช้ในผู้ป่วยมะเร็ง และยังต้องมีการศึกษาติดตามผลของยาหลังจากมีการใช้ยาดังกล่าวในการรักษาโรคมะเร็งในชุมชน เรียกว่าการศึกษาระยะที่ ๔

ดังนั้น กว่าที่ยาใหม่ชนิดหนึ่งจะสามารถนำมาใช้รักษาโรคมะเร็งต้องผ่านการตรวจสอบอย่างเข้มงวด และใช้ระยะเวลายาวนานกว่าจะได้รับอนุมัติจากองค์การอาหารและยาให้ใช้ได้อย่างปลอดภัยสำหรับผู้ป่วยมะเร็ง มีผลทำให้ยาเคมีบำบัดชนิดใหม่ๆ มีราคาสูง ถ้าผู้ป่วยประสงค์ที่จะใช้ยาสมุนไพรรักษามะเร็ง ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบประสิทธิภาพ คุณภาพ มาตรฐานและความปลอดภัยของยา และต้องตรวจสอบว่ายาดังกล่าวได้รับอนุมัติจากองค์การอาหารและยาหรือขึ้นบัญชียาหลักของกระทรวงสาธารณสุขหรือไม่ ยิ่งถ้าได้รับอนุมัติในประเทศต่างๆ โดยเฉพาะประเทศที่มีมาตรฐานทางการแพทย์ เช่น สหรัฐอเมริกา ยุโรป ออสเตรเลีย นิวซีแลนด์ ญี่ปุ่น ก็ยิ่ง

จะสร้างความมั่นใจในการนำยาดังกล่าวมาใช้รักษาผู้ป่วยมะเร็ง ควรต้องแจ้งแพทย์ที่รักษาด้วย เพราะยาสมุนไพรอาจมีปฏิกิริยากับยาแผนปัจจุบันที่ใช้อยู่ ไม่ว่าจะเป็นการต้านฤทธิ์หรือเสริมกันได้

กล่าวโดยสรุปหลักการใช้สมุนไพรประกอบเครื่องยาในการรักษาโรคตามการแพทย์แผนไทยนั้น การใช้ยาจะเป็นยาชนิดไหน ประเภทใดก็ตามต่างก็มีทั้งคุณและโทษ ซึ่งแพทย์จะต้องวินิจฉัยโรคให้ถ่องแท้ จึงจะวางยาให้ตรงกับโรคได้ การใช้ยาสมุนไพรมีมาแต่บรรพกาล ดังตัวอย่างหมอชีวก โกมารภัจที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ได้มีการสืบทอดผสมผสานกับภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นที่ยอมรับและเป็นการแพทย์ทางเลือกในปัจจุบัน

๔.๒ วิธีการใช้ธรรมโอสถกับสมุนไพรเพื่อบำบัดและรักษาโรคทางใจ

เป็นที่ยอมรับและนำมาปฏิบัติกันเกี่ยวกับการรักษาโรคโดยการประยุกต์ใช้ธรรมโอสถในการบำบัดรักษา ไม่ว่าจะเป็นการแพทย์สมัยใหม่หรือการแพทย์ทางเลือกในสมัยปัจจุบัน กระทรวงสาธารณสุขได้ตั้งกรมขึ้นมาชื่อว่า “กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก” เพื่อเสนอทางเลือกในการบำบัดรักษา มีการผลิตเอกสารออกเผยแพร่มากมาย เช่น “แนวทางการพึ่งตนเองด้านสุขภาพของประชาชนที่ได้รับผลกระทบจากพิษโลหะหนัก” มี นพ. เทวัญ ธานีรัตน์ และคณะ เป็นผู้เรียบเรียงและบรรณาธิการ ทั้งนี้ โดยเน้นการใช้การแพทย์ทางเลือกวิถีธรรม ที่ถือว่าเป็นยาเม็ดขนานที่ ๘ ใช้ธรรมะ ละบาป บำเพ็ญบุญกุศล ทำจิตใจให้ผ่องใส คบมิตรดีและสร้างสังคมสิ่งแวดล้อมที่ดี ซึ่งสรุปความได้ดังนี้

กลไกการทำให้สุขภาพดีก็คือ สัญญาของชีวิตจะทำหน้าที่เป็นปกติคือผลักดันเอาพลังงานหรือสารที่ไม่สมดุลร้อนเย็นออกจากชีวิต และดึงดูดเอาพลังงานหรือสารที่สมดุลร้อนเย็นเข้ามาหล่อเลี้ยงชีวิต วิชากรรมของบุญกุศลเป็นพลังงานที่ช่วยผลักดันเอาพลังงานหรือสารที่ไม่สมดุลร้อนเย็นออกจากชีวิต และดึงดูดเอาพลังงานหรือสารที่สมดุลร้อนเย็นเข้ามาหล่อเลี้ยงชีวิตอีกแรงหนึ่ง ส่วนวิชากรรมร้ายเป็นพลังงานที่ดึงดูดเอาพลังงานหรือสารที่ไม่สมดุลร้อนเย็นเข้ามาทำร้ายชีวิต และผลักดันเอาพลังงานหรือสารที่สมดุลร้อนเย็นออกจากชีวิต

ดังนั้น ความไม่สมดุลร้อนเย็นด้านวัตถุ สังเคราะห์กับวิชากรรมร้ายจากการทำบาป เบียดเบียนสัตว์ (การทำให้ตนเอง หรือคนอื่น หรือสัตว์อื่น ได้รับความทุกข์/เดือดร้อน/ไม่สบาย/บาดเจ็บ/ล้มตาย) ด้วยวิธีการต่างๆ จะทำให้เกิดอาการไม่สบายต่างๆ ทำให้มีโรคต่างๆ มากมายหลากหลายชนิด (แม้จะใส่สิ่งที่ไม่สมดุลร้อนเย็นชนิดเดียวกันปริมาณเท่ากันเข้าไปในชีวิตคนแต่ละคน ก็เกิดอาการไม่สบาย/โรค ต่างกัน เพราะวิชากรรมต่างกัน) ทำให้อายุสั้น และเกิดสิ่งเลวร้ายต่างๆ ในชีวิต ส่วนการทำความสมดุลร้อนเย็น สังเคราะห์กับวิชากรรมดีจากการไม่เบียดเบียนสัตว์ (การไม่ทำให้ตนเอง หรือคนอื่น หรือสัตว์อื่น ได้รับความทุกข์/เดือดร้อน/ไม่สบาย/บาดเจ็บ/ล้มตาย) ด้วยวิธีการต่างๆ ซึ่งก็คือการละบาป บำเพ็ญบุญกุศล เพิ่มพูนในไร่กังวล (หยุดชั่ว ทำดี ทำจิตใจให้ผ่องใส) นั้นเองเป็นการสร้างวิชากรรมดี ที่

ส่งผลให้อาการไม่สบายต่างๆ ทำให้มีโรคต่างๆ ลดน้อยลง อายุยืน และเกิดประโยชน์ในชีวิต “**ทบทวนธรรม เพื่อการสร้างจิตวิญญาณที่ติงามและผาสุกที่สุดในโลก**” ได้แก่

๑. เรื่องการเข้าใจผิดของเรากับผู้อื่น เราต้องระลึกไว้ว่า มันคือวิบากกรรม เขาวิบากกรรมเราแก้ไขได้ด้วยการทำดีไม่มีถือสาไปเรื่อยๆ แล้ววันใดวันหนึ่งข้างหน้าในชาตินี้หรือชาติหน้าหรือชาติอื่นๆ สืบไป ความเข้าใจผิดนั้นก็หมดไป

๒. เราต้องรู้ว่าแต่ละคนมีฐานจิตใจแตกต่างกัน เราจึงควรประมาณการกระทำให้เหมาะสมกับฐานจิตของเรา และฐานจิตของผู้อื่น “**คิดดี ทำดีไว้ก่อน**” ดีที่สุด

๓. การกระทำเดียวกัน มีเหตุผลในการกระทำว่าล้านเหตุผลต้องระวัง “**อคติ หรือความเข้าใจผิดจากการคาดเดาที่ผิดของเรา**”

๔. สิ่งที่เราทำได้ คือสิ่งที่เราทำมา ไม่มีสิ่งใดที่เราได้รับ โดยที่เราไม่เคยทำมา

๕. เมื่อเกิดสิ่งเลวร้ายกับเรา ไม่มีอะไรบังเอิญ ทุกอย่างยุติธรรมเสมอ เพราะเราเคยทำเช่นนั้นมากกว่านั้น เมื่อได้รับแล้วก็หมดไป เราก็จะโชคดีขึ้น

๖. เมื่อเกิดสิ่งเลวร้ายกับเรา โลกนี้ไม่มีใครผิดต่อเรา เราเท่านั้นที่ผิดต่อเรา คนอื่นที่ไม่ทำดีนั้นเขาผิดต่อตัวเขาเองเท่านั้น และเขาต้องได้รับวิบากร้ายนั้นเอง เขาจึงไม่ได้ผิดต่อเราแต่เขานั้นผิดต่อตัวเขาเอง ถ้าเรายังเห็นว่าคนที่ไม่ดีกับเราเป็นคนผิดต่อเรา แสดงว่าเรานั้นแหละผิด อย่าโทษใครในโลกใบนี้ ผู้ใดที่โทษผู้อื่นว่าผิดต่อตัวเรา จะไม่มีทางบรรลุธรรม นี่คือคนไม่ยอมรับความจริง เพราะไม่เข้าใจเรื่อง “กรรม” อย่างแจ่มแจ้งว่า “**ทุกสิ่งทุกอย่างที่ทุกคนได้รับล้วนเกิดจากการกระทำของตนเองทั้งนั้น เมื่อรับผลดีจากการกระทำแล้วผลนั้นก็จบดับไป และสุดท้ายเมื่อปรินิพพานทุกคนก็ต้องสูญเสียทั้งดีและร้ายไป ไม่มีอะไรเป็นสมบัติของใคร เพราะสุดท้ายทุกสิ่งทุกอย่างก็ต้องดับไป จึงไม่ต้องยึด ไม่ต้องทุกข์กับอะไร**”

๗. ยึดอาศัย “ดีที่สามารถทำให้เกิดขึ้นได้จริง” นั้น “ดี” แต่ยึดมั่นถือมั่นว่า “ต้องเกิดดีดังใจหมาย” ทั่วๆ ที่องค์ประกอบเหตุปัจจัย ณ เวลานั้นไม่สามารถทำให้ดีนั้นเกิดขึ้นได้จริงนั้น “ไม่ดี”

๘. เรามีหน้าที่ทำแต่ละสิ่งแต่ละอย่างให้อยู่ในสภาพที่ดีที่สุดเท่าที่จะพึงทำได้ ให้โลกและเราได้อาศัยก่อนที่ทุกสิ่งทุกอย่างจะดับไปเท่านั้น

๙. เราทำดีด้วยการช่วยไม่ให้คนอื่นทำ “ผิด” ได้ “ก็ช่วย” แล้ววางให้เป็นไป ตามวิบากดีของเขา “ช่วย ไม่ได้” ก็ “วาง” ให้เป็นไปตามวิบากร้ายของเขา เมื่อเขาเห็นทุกข์จนเกินทนจึงจะเห็นธรรม แล้วจะปฏิบัติธรรมสู่ความพ้นทุกข์

๑๐. การได้พบกับเหตุการณ์ที่ไม่ถูกใจเรา ไม่ได้ตั้งใจเราเป็นสหายอดแห่งเครื่องมืออันล้ำค่าที่ทำให้ได้ฝึกล้างกิเลสคือความหลงซังขังรังเกียจ หลงยึดมั่นถือมั่นในใจเรา และทำให้ได้ล้างวิบากร้ายของเรา

๑๑. ถ้าเรายังไม่เข้าใจคนอื่น แสดงว่าเรายังไม่เข้าใจตนเอง

๑๒. หลักการทำความดีอย่างมีสุข ๖ ข้อได้แก่ ๑) รู้ว่าอะไรดีที่สุด ๒) พยายามให้เกิดสิ่งที่ดีที่สุด ๓) ลงมือทำให้ดีที่สุด ๔) ยินดีเมื่อได้ทำให้ดีที่สุดแล้ว ๕) ไม่ติดไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งที่ดีที่สุด ๖) นั้นแหละคือสิ่งที่ดีที่สุด

๑๓. ทำดีให้มากๆ เพื่อจะให้ดีขึ้นออกฤทธิ์แทนร้ายที่เราเคยพลาดทำมาในชาตินี้หรือชาติก่อน ๆ จะได้มีดีไว้ในปัจจุบันและอนาคต ในชาตินี้และชาติอื่นๆ สืบไป

๑๔. จงทำดีเต็มที่ เหนื่อยเต็มที่ สุขเต็มที่ ไม่มีอะไรคาใจ ไม่เอาอะไร คือสุดยอดแห่ง “ความอึดอึดเบิกบานแจ่มใส”

หากชีวิตทุกชีวิต ได้พยายาม ทบทวนธรรมให้ได้ทุกวัน พิจารณาทบทวนซ้ำๆ จากคำเดิมๆ ทบทวนทุกๆ วัน แล้วจะพบกับปาฏิหาริย์ได้ผู้ทบทวนธรรมจะมีปัญญามากขึ้นทุกวันๆ มากขึ้นกว่าภาษาที่เราทบทวน จะมีญาณปัญญามากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวันใดที่เราทุกข์ ด้วยอะไรก็แล้วแต่ ธรรมนี้คือปัญญา/คาถาดับทุกข์ วันใดที่ทุกข์การได้ทบทวนธรรมเข้าไป พยายามทำความเข้าใจความหมายที่ถูกต้องในบททบทวนธรรมนี้เข้าไปในจิต ทบทวนทุกคำทุกประโยคแล้วพยายามทำความเข้าใจว่าหมายถึงอะไร มีเนื้อหาอย่างไร การ **“ทบทวนทั้งหมดนี้ซ้ำๆ อย่างเข้าใจจะสามารถทำลายกิเลสความติดยึดที่เป็นเหตุแห่งทุกข์ได้”** หากถ้าใครทำได้ถึงจิตอย่างเข้าใจแตกฉานในทุกคำทุกประโยค ในเรื่องกรรม ทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคตอย่างแจ่มแจ้งถึงระดับ “ปฏิจจนุปบาท” (การอาศัยกันและกันเกิดขึ้น ความเป็นเหตุปัจจัยสืบเนื่องกันเป็นไปตามลำดับ) ของกรรมดีกรรมชั่วที่สั่งสมเป็นพลังสร้างผลคือวิบากดีวิบากชั่วจนเข้าใจอย่างชัดเจนแจ่มแจ้ง ว่าตัวปีศาจร้าย (กิเลส) ทั้งของเราทั้งของผู้อื่น มันทำอะไรมาบ้าง จึงทำให้เกิดปัญหานั้นๆ และเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งว่าในขณะที่มีสติจับอาการและปัญญาของปีศาจ (กิเลส) โลกโกรธหลงตัวนั้น ๆ ได้การพิจารณาโทษของปีศาจ (กิเลส) ร้ายตัวนั้น ประโยชน์ของการไม่มีปีศาจ (กิเลส) ร้ายตัวนั้น พิจารณาซ้ำแล้วซ้ำอีกให้มาก ๆ จะเกิดเป็นพลังงานที่ทำลายปีศาจ (กิเลส) ร้ายตัวนั้นได้ เป็นการสร้างพลังแห่งพุทธะขึ้นมาในชีวิต เป็นธรรมะแห่งพุทธะที่มีคุณค่ามหาศาลยิ่งใหญ่ที่สุดในชีวิตของเรา ธรรมะดังกล่าวจะเข้าไปเติมพลังในจิตวิญญาณของเราแทนปีศาจร้าย เข้าไปคุ้มครอง เข้าไปดำเนินการ เข้าไปดูแลชีวิตของเรา ไม่ให้ปีศาจร้ายใดๆ เข้าไปทำร้าย/ทำความเสียหายต่อชีวิตของเราได้อีก ผู้ที่นั้นก็จะไม่มีทุกข์ มีแต่ความสุขกับปัญญาที่มากขึ้น ๆ เท่านั้น จึงเป็นความผาสุกที่สุดในโลก トラบปริณิพพาน

คำว่า **“ทำดีให้ดีที่สุด”** ลึกซึ้งในระดับต่าง ๆ มี **“ดีธรรมดา”** คือ **“ดีกุศล”** กับดีที่มีคุณค่าประเสริฐสูงสุด คือ **“ดีบุญ”** เราต้องทำ **“ดีกุศล”** ทำเต็มที่ เท่าที่เราทำได้ และ **“ดีบุญ”** ก็ทำสุดหัวใจ^{๓๓}

หนังสืออีกเล่มหนึ่งคือ “แนวทางการดูแลผู้ป่วยอัมพฤกษ์อัมพาตด้วยการแพทย์ผสมผสาน” ของ นพ. เทวัญ ธานีรัตน์ ผู้อำนวยการสำนักการแพทย์ทางเลือก กล่าวถึงการบำบัดรักษาโรคอัมพฤกษ์อัมพาตด้วยการสวดมนต์ เป็นเครื่องอุ้มปัญญา มีความดังนี้

ในที่นี้อุ้มปัญญา คือ ความรู้ทั่ว คือรู้ทั่วถึงเหตุถึงผล รู้อย่างชัดเจน, รู้เรื่องบาปบุญคุณโทษ, รู้สิ่งที่ควรทำ ควรเว้น เป็นต้น เป็นธรรมที่คอยกำกับศรัทธาเพื่อให้เชื่อประกอบด้วยเหตุผล ไม่ให้หลงเชื่ออย่างงมงาย ปัญญาทำให้เกิดได้ ๓ วิธี คือ ๑) ปัญญาโดยการสดับรับฟังการศึกษาเล่าเรียน

^{๓๓} นพ. เทวัญ ธานีรัตน์ และคณะ, แนวทางการพึ่งตนเองด้านสุขภาพของประชาชนที่ได้รับผลกระทบจากพิษโลหะหนัก, (กรุงเทพมหานคร : กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก, ๒๕๕๘), หน้า ๕๓-๕๗.

(สุดท้ายปัญญา) ๒) ปัญญาโดยการคิดค้นการตรึงตรอง (จินตามยปัญญา) ๓) ปัญญาโดยการอบรมจิต การเจริญภาวนา (ภาวนามยปัญญา) ในผู้ป่วยอัมพฤกษ์อัมพาตสามารถทำให้เกิดปัญญาได้ด้วยการใช้เทคนิคทางการแพทย์ทางเลือก เช่น การให้ผู้ป่วยฝึกปัญญาโดยการเจริญภาวนาด้วยการสวดมนต์การฝึกสมาธิ เป็นต้น

การสวดมนต์ได้รับความนิยมมากขึ้นในฐานะทางเลือกในการรักษาทางการแพทย์ เรียกว่า สวดมนต์บำบัด (Vibrational Therapy) หรือพลังดุริยมন্ত্রา หรือพลังรังสีธรรมที่ ดร. พระอาจารย์สิงห์หน นราสโร ท้อธิบายว่าพลังรังสีธรรมคือพลังธรรมชาติหรือพลังจากการปฏิบัติธรรมที่สามารถเอาชนะโรคร้ายได้เป็นการรักษาโรคด้วยพลังปรมาณูโดยอาศัยสมาธิเป็นตัวช่วย ส่วนพลังดุริยมন্ত্রาคือการสวดมนต์ ซึ่งทำให้เกิดพลังรังสีธรรมคล้ายกับศาสตร์แห่งการรักษาหนึ่งในมรณศาสตร์ของชาวทิเบต ซึ่งผู้ปฏิบัติจะเน้นการสวดมนต์ภาวนา ดังนั้น จึงสามารถกล่าวได้ว่าการสวดมนต์บำบัดคือหลักการหนึ่งของ Vibrational Therapy หรือ Vibrational Medicine คือการใช้คุณสมบัติของคลื่นบางคลื่นมาบำบัดความเจ็บป่วย ซึ่งมีหลากหลายวิธี อาทิ แก้อ้อไฟฟ้า

เครื่องนวดต่างๆ ซึ่งเป็นคลื่นไฟฟ้าเชิงฟิสิกส์ที่เกิดจากสิ่งไม่มีชีวิตต่างจากสวดมนต์บำบัด เป็นคลื่นที่เกิดจากสิ่งมีชีวิต การสวดมนต์บำบัดทำให้เกิดทั้งคลื่นเสียงที่สามารถเดินทางลึกเข้าไปในสมองและคลื่นไฟฟ้าที่ส่งกระจายไปในชั้นบรรยากาศไกลๆ ได้ การสวดมนต์ใช้หลักการทำให้เกิดคลื่นเสียงที่มีความสม่ำเสมอ เพื่อเข้าไปกระตุ้นร่างกายให้เกิดการเยียวยา

มีผู้กล่าวไว้ว่าหากเราสวดมนต์ไม่ว่าศาสนาใดก็ตามเพื่อให้ใครสักคนหายป่วย แม้จะอยู่ห่างกันคนละซีกโลก แต่พลังแห่งบทสวดนั้นจะเดินทางไปเยียวยาความเจ็บป่วยของเขาได้ กลไกการบำบัดเริ่มต้นเมื่อหูของเราได้ยินเสียงบทสวด ก็จะส่งสัญญาณต่อไปยังศูนย์การได้ยินที่อยู่บริเวณสมองกลีบขมับก่อนส่งไปบริเวณก้านสมอง ซึ่งเมื่อได้รับคลื่นเสียงซ้ำๆ สม่ำเสมอจะหลั่งสารสื่อประสาทที่มีประโยชน์มากมาย

รองศาสตราจารย์ ดร. สมพร กันทรดุษฎี เตรียมชัยศรี หัวหน้าภาควิชาการพยาบาล สาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล อธิบายไว้ สรุปได้ดังนี้

สมองของเราเมื่อได้รับการกระตุ้นด้วยคลื่นเสียงซ้ำๆ สม่ำเสมอประมาณ ๑๕ นาทีขึ้นไป จะทำให้เซลล์ประสาทของระบบประสาทสมองส่งเคราะห์สารสื่อประสาทหลายๆ ชนิดบริเวณก้านสมองจะหลั่งสารสื่อประสาทชื่อ ซีโรโทนิน (Serotonin) เพิ่มขึ้นซึ่งมีฤทธิ์คล้ายยานอนหลับ ช่วยการเรียนรู้ ลดความเครียด ลดอาการซึมเศร้า ลดระดับน้ำตาลในเลือด และเป็นสารตั้งต้นในการสังเคราะห์สารสื่อประสาทอื่นๆ เช่น เมลาโทนิน ซึ่งเปรียบคล้ายกับยาอายุวัฒนะ เพราะจะช่วยยืดอายุการทำงานของเซลล์ประสาทเซลล์ร่างกายให้ชีวิตยืนยาวขึ้น และยังมีคุณสมบัติช่วยให้นอนหลับเพิ่มภูมิต้านทาน ทำให้เซลล์สดชื่นขึ้น รวมถึง โดปามีน มีฤทธิ์ลดความก้าวร้าวและอาการพาร์กินสัน นอกจากนี้ปริมาณของซีโรโทนินมีความสัมพันธ์ต่อการกระตุ้นการหลั่งสารสื่อประสาทอื่นๆ เช่น อะเซทิลโคลีน ช่วยในกระบวนการเรียนรู้และความจำช่วยขยายเส้นเลือด ทำให้ความดันลดลง และยังช่วยลดปริมาณอาร์กีนินวาโซเพรสซิน ซึ่งมีหน้าที่ควบคุมความก้าวร้าว ความสมดุลของน้ำ และซีโรโทนิน ยังเข้าไปลดปริมาณของสารเคมีชนิดหนึ่งที่เป็นตัวกระตุ้นของการทำงานของต่อมหมวกไตให้ลดลง ส่งผลให้ระบบประสาทส่วนกลางทำงานน้อยลง ร่างกาย จึงรู้สึกผ่อนคลาย ปลอดภัย และไม่เครียด ภูมิต้านทานเพิ่มขึ้น และไม่ใช่ว่าเฉพาะสารสื่อประสาท ที่มีประโยชน์เท่านั้นที่เราจะได้จากการ

สวดมนต์ แต่การสวดมนต์ยังทำให้อวัยวะต่างๆ ได้รับการกระตุ้น คล้ายกับการนวดตัวเอง จากการแปลงเสียงสวดมนต์”

รองศาสตราจารย์ จุฑาทิพย์ อุมะวิชนี ภาควิชาปรัชญาและศาสนา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ สรุปว่ามี ๒ ข้อ คือ

๑. การสวดมนต์เป็นเครื่องช่วยให้เกิดสมาธิ โดยต้องสวดเสียงดัง ให้หูได้ยินเสียงตัวเอง และจิตใจต้องจดจ่ออยู่กับเสียงสวด เมื่อใจไม่ฟุ้งไปที่อื่น ใจอยู่กับเสียงเดียว จึงเกิดสมาธิ

๒. ถ้าเข้าใจความหมายของบทสวดนั้นๆ จะทำให้เรามีความเลื่อมใสศรัทธา เพราะบทสวดของทุกศาสนาเป็นเรื่องของความดีงาม จิตใจก็จะสะอาดขึ้นบริสุทธิ์ขึ้น เป็นการยกระดับจิตใจของผู้สวดเมื่อร่างกายที่รับสารสื่อประสาทที่มีประโยชน์และการกระตุ้นระบบอวัยวะต่างๆ ให้ทำงานเป็นปกติ เท่ากับว่าเราได้ผ่อนคลายทั้งอวัยวะและโรคที่เป็นอยู่

การสวดมนต์ในผู้ป่วยอัมพฤกษ์

คุณสมบัติของผู้ป่วย

ผู้ป่วยอัมพฤกษ์ที่นั่งได้ อ่านหนังสือ หรือรับฟังเสียงได้

ข้อบ่งชี้ ๑

ผู้ป่วยที่นอนไม่หลับ เครียดวิตกกังวล ไม่สบายใจ

วิธีปฏิบัติ

๑. ให้ผู้สวดมนต์เตรียมตนเองโดยไม่ควรสวดมนต์หลังกินอาหารทันที ควรทิ้งช่วงให้ร่างกายเริ่มผ่อนคลาย อาจเป็นเวลาก่อนเข้านอน

๒ หาสถานที่ที่สงบเงียบ

๓ สวดบทสั้นๆ ๓-๔ พยางค์ โดยใช้เวลาประมาณ ๑๐-๑๕ นาทีขึ้นไป จะทำให้ร่างกายได้หลังสารซีโรโทนิน แต่หากสวดมนต์ด้วยบทยาวๆ จะได้ความผ่อนคลายและความศรัทธา โดยบทสวดมนต์ที่แนะนำ คือ ให้เลือกตามความชอบ เช่น อิติปิโส หรือ นะโม ตัสสะ นะโมพุทธานะ หรือสัพเพสัตตา เป็นต้น เลือกท่องใดท่อนหนึ่งแล้วสวดวนไปวนมา หรือโพชฌงค์ ๗ ที่หลายคน นิยมสวดให้ตัวเองหรือคนไข้หายป่วย

การสวดมนต์ในผู้ป่วยอัมพาต

คุณสมบัติของผู้ป่วย

ผู้ป่วยอัมพาตที่สามารถรับฟังเสียงจากภายนอกได้

ข้อบ่งชี้ ๑

ผู้ป่วยที่นอนไม่หลับ เครียดวิตกกังวล ไม่สบายใจ

วิธีปฏิบัติให้ญาติสวดมนต์ให้โดยสวดอย่างมีสมาธิ เสียงสวดนั้นจะต้องนุ่มนวล ทำให้เกิดคลื่นที่ช่วยเยียวยา (Healing) ได้ หรือเปิดเสียงสวดมนต์ทางเครื่องเล่นเสียง^{๓๔}

^{๓๔} นพ. เทวัญ ธานีรัตน์, แนวทางการดูแลผู้ป่วยอัมพฤกษ์อัมพาตด้วยการแพทย์ผสมผสาน, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานแพทย์ทางเลือก กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก, ๒๕๕๘), หน้า ๑๗๑-๑๗๓.

พลังสมาธิมีบทบาทช่วยบำบัดโรค มีข้อพิสูจน์มากมาย ทั้งในและต่างประเทศ อย่างไรก็ตาม มีสรรพวิธีประการต่างๆ ที่ช่วยให้คนเราเกิดสมาธิได้ดีขึ้น ถ้าเลือกใช้วิธีที่เหมาะสมกับตน พระอาจารย์ ดร. สิงห์หน นราสโภ (คำขาว) ได้แนะนำทางเลือกที่ช่วยให้เกิดสมาธิไว้ ดังนี้

คนส่วนใหญ่มักเข้าใจว่าสมาธิเป็นวิธีที่ทำได้ยาก ต้องเป็นผู้ที่ปลงแล้วเท่านั้นจึงจะทำได้ แต่ความจริงคนเราแต่ละคนก็ตามล้วนต้องมีสมาธิ แม้แต่การทำอะไร จะคิดอะไร ก็ต้องมีสมาธิ จึงจะไม่มีผิดพลาด การจะมีสุขภาพดีก็ต้องมีสติ พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้เป็นพระสูตรในการรักษาโรค เช่น โพชนกเจ็ด ก็เริ่มด้วยสติ ซึ่งก็คือสติปัฏฐานสี่ มีบทสรุปที่สำคัญว่า “ไม่ยึดติดไม่แต้นิดเดียวว่ามีตัวของเราหรือมีตัวตน” ซึ่งต่างกับความเชื่อในศาสนาพราหมณ์ ที่เชื่อในความเป็นอัตตาตัวตน พระองค์ได้มาตรัสในอนัตตลักขณสูตรได้บอกว่า ไม่มีอัตตา มีแต่ขันธ์ อายตนะ ดังนั้น ถ้าใครก็ตามสามารถทำลายอัตตา ทำลายตัวตน ก็เลสก็ไม่มีที่อาศัย โรคภัยไข้เจ็บก็ไม่มีที่อาศัยเช่นเดียวกัน คนเราที่มีทุกข์ก็เพราะมีอัตตาสูง เมื่อมีตัวเราของเราสูง ก็ทำให้เกิดความทุกข์ เพราะเข้าใจว่ามันเป็นตัวเราเป็นของเรา ฉะนั้นพระองค์จึงตรัสสอนว่า ต้องทำให้เป็นสติปัฏฐาน เป็นกาย เวทนา จิต และธัมมานุปัสสนา^{๓๕}

สังคมเป็นการรวมตัวของผู้อยู่ร่วมกัน ชีวิตคนย่อมเผชิญอุปสรรคได้ เท่าๆ กับที่สังคมก็เผชิญอุปสรรคได้เช่นเดียวกัน บ่อยครั้งที่การเจริญธรรมช่วยให้คนมีสติ มีเมตตา แล้วผลแห่งการเจริญสติ แผ่เมตตา อุปสรรคชีวิตก็ผ่านพ้นไป ยามเมื่อสังคมเผชิญอุปสรรค การชี้ชวนให้ผู้คนในสังคมเจริญสติและแผ่เมตตา ก็ช่วยให้สังคมผ่านพ้นวิกฤตได้เช่นเดียวกัน

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เวลาที่สังคมเกิดการเผชิญหน้า เอาแพ้เอาชนะกันอยู่ ฝ่ายหนึ่งก็ครองตนในอำนาจ ฝ่ายหนึ่งก็รวมพลังเพื่อสลายอำนาจ เป็นภาวะที่สังคมอยู่ในความเครียด และอันตรายอาจจะมีขึ้น โดยเฉพาะการที่ผู้คนนับจำนวนแสนรวมตัวกันอยู่ เคลื่อนพลกันไป ภาวะนั้นนำความเครียดมาสู่ทุกคน

ขอแนะนำว่า ถ้าทั้งสังคมช่วยกันในการเจริญสติ สดุดยธรรมจะชี้ทางสว่างขึ้นมาเอง แล้วสังคมก็จะแคล้วคลาดปลอดภัย

วิธีเจริญสติที่สำคัญคือการทำสมาธิ แต่บางครั้งความวุ่นวายรอบตัว ก็ทำให้การทำสมาธิทำได้ลำบาก การเจริญสติอีกวิธีหนึ่งคือการสวดมนต์ ซึ่งบทสวดจะโน้มนำให้เจ้าตัวครองสติได้ แลเมื่อน้อมความในบทสวดก็ช่วยให้เกิดอานาปานะอีกหลายประการ ขึ้นกับเนื้อหาสำคัญในบทสวดมนต์นั้น

บทสวดมนต์ที่สำคัญ ๆ เขามักนิยมการสวดพระปริตร พระปริตร แปลว่า เครื่องคุ้มครอง คือ คุ้มครองป้องกันอันตรายภายนอก เช่น โจร ยักษ์ สัตว์เดรัจฉาน และป้องกันอันตรายภายใน คือ โรคภัยไข้เจ็บ อานิสงส์ที่ได้รับจากการสวดพระปริตรนี้เกิดจากอานาปานะของพระรัตนตรัยและเมตตา

^{๓๕} นพ.บรรจบ ชุณหสวัสดิกุล, **ธรรมชาติดำบัดในมือแพทย์**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์รวมธรรม, ๒๕๔๙), หน้า ๓๘-๓๙.

เพราะพระปรีตรกล่าวถึงคุณของพระรัตนตรัยและการเจริญเมตตาภาวนา ฉะนั้นผู้หมั่นสาธยายพระปรีตรจึงได้รับผลานิสงส์ต่างๆ เช่น ประสบความสุขสวัสดิ์ ความเจริญรุ่งเรือง ได้รับชัยชนะ แคล้วคลาดจากอุปสรรคอันตราย มีสุขภาพพลานามัยดีและมีอายุยืน^{๓๖}

ท่านพุทธทาสภิกขุ กล่าวถึงยาระงับสรรพโรคไว้ว่า โรคมี ๓ อย่าง คือกายโรค โรคทางกาย และเจตสิกโรค โรคทางจิต ซึ่งแยกเป็น ๒ คือ โรคทางสติปัญญา และโรคทางวิญญาน ซึ่งอย่างหลังนี้สำคัญมากและเป็นกันมาก และโรคทางวิญญานนี้เองที่เป็นเหตุให้เกิดโรคทางกาย ท่านพุทธทาสภิกขุ ยกตัวอย่างโรคทางจิตให้เป็นเครื่องสังเกตได้ง่ายๆ ว่า ความรัก เป็นโรคทางจิต ความโกรธ เป็นโรคทางจิต ความเกลียด เป็นโรคทางจิต ความกลัว เป็นโรคทางจิต ความตื่นเต้น เป็นโรคทางจิต ความอิจฉาริษยา เป็นโรคทางจิต ความหวง เป็นโรคทางจิต ความหึง เป็นโรคทางจิต ความยึดมั่นเป็นคิด บวกลบตีชั่ว บุญบาป ยึดมั่นเป็นคู่ๆ แล้วก็ตีใจ เสียใจ นี่เรียกว่าความยึดมั่นเป็นคู่ นี่ก็เรียกว่าโรคทางจิต ความสงสัย ไม่แน่ใจไปเสียทุกอย่าง กระทั่งว่าไม่แน่ใจว่าได้สิ่งที่ควรจะได้แล้ว

โรคทางจิตทางวิญญาน จึงเป็นโรคที่มหาศาลน่ากลัวยิ่งกว่าโรคใดๆ เลยเสียอีก ถ้าเราไม่มีโรคทางจิตแล้ว เราก็ไม่มีความทุกข์ คิดดูให้ดีๆ ถ้าเราไม่มีโรคทางจิตแล้ว เราก็ไม่มีความทุกข์ แล้วเราก็ไม่ต้องมาศึกษาพุทธศาสนาให้ลำบากหรอก ถ้าเราไม่มีโรคทางวิญญาน คือโรคที่เป็นไปทางจิต เดียวนี้มันมีโรคที่เป็นไปทางจิต มีความทุกข์ จึงต้องพยายามอย่างยิ่งที่จะศึกษา ที่จะต่อสู้ ที่จะรักษาโรคทางจิต

โรคทางจิตวิญญานนั้น ท่านจำแนกไว้ ๑๒ อย่างคือ ความรัก ความโกรธ เป็นโรคทางจิต ความเกลียด ความกลัว ความตื่นเต้น ความวิตกกังวล ความหวง ความหึง ความยึดติดของคู่ และความสงสัย^{๓๗}

ความรัก ก็เป็นโรคทางวิญญาน ความโกรธ ก็เป็นโรคทางวิญญาน ความเกลียด ก็เป็นโรคทางวิญญาน ความกลัว ก็เป็นโรคทางวิญญาน ความตื่นเต้นสงบอารมณ์ไว้ไม่ได้ ก็เป็นโรคทางวิญญาน ความวิตกกังวล ก็เป็นโรคทางวิญญาน ความอิจฉาริษยาในอดีต ก็เป็นโรคทางวิญญาน ความอิจฉาริษยา ก็เป็นโรคทางวิญญาน ความหวง เป็นโรคทางวิญญาน ความหึง เป็นโรคทางวิญญาน ความหลงใหลในของเป็นคู่ ดึงซ้ายดึงขวาอยู่ไม่หยุดหย่อน นี่ก็เป็นโรคทางวิญญาน ความสงสัย ไม่แน่ใจว่าปลอดภัยแล้ว แนใจว่าหลุดพ้นแล้ว ก็เป็นโรคทางวิญญาน ทรมานใจ เห็นได้หรือยังว่ามันเป็นโรคทางวิญญาน เป็นได้ติดต่อกันทุกลมหายใจเข้าออกได้ ส่วนโรคทางกายนั้นบางทีก็เดือนหนึ่งไม่ได้เป็นอะไรเลยก็มี โรคทางกายตั้งเดือนหนึ่งก็ไม่ได้เป็นอะไรเลย แต่โรคทางวิญญานนี้ในวันหนึ่งเท่านั้นมันจะเป็นเสียตั้งสิบอย่าง ยี่สิบอย่าง ร้อยอย่างก็ได้ ถ้ามันเก่ง ความคิดที่มันผิดปกติไป ผิด

^{๓๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๕๔-๑๕๕.

^{๓๗} พุทธทาสภิกขุ, ยาระงับสรรพโรค, (นนทบุรี : บริษัทหนังสือสายน้ำจำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๖-๒๒.

หลักธรรมะไปเท่านั้นแหละ มันก็เป็นโรคทางวิญญาณ เรามารักษาโรคทางวิญญาณนั้นแหละ มันจึงจะหมดโรค หรือจึงจะปลอดโรค

ยาแก้โรคทางวิญญาณ ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้จำแนกว่า ได้แก่

ต้น “ไม่รู้-ไม่ชี้”	นี่เอาเปลือก	
ต้น “ช่างหัวมัน”	นั่นเปลือก	เอาแก่นแข็ง
“อย่างนั้นเอง”	เอาแต่ราก	ฤทธิ์มันแรง
ต้น “ไม่มีกู-ของกู”	นี่แสง	เอาแต่ใบ
ต้น “ไม่น่าเอา- "ตายก่อนตาย" หกอย่างนี้ "ดับไม่เหลือ"	ไม่น่าเป็น" เปลือกออก อย่างละซัง สิ่งสุดท้าย	ฟันเอาดอก ลูกใหญ่ ๆ ตั้งเกณฑ์ไว้ ใช้เมล็ดมัน
หนักหกซัง เคล้ากันไป	เท่ากับ เสกคาถา	ยาทั้งหลาย ที่อาถรรพณ์
"สพเพ ธมฺมา นาลํ อภินิเวสย" เป็นธรรมชั้น	หุทัย	อัน ในพุทธนาม
จัดลงหม้อ เคี้ยวไฟกล้ำ	ใส่น้ำ เหลือได้	พอท่วมยา หนึ่งในสาม
หนึ่งช้อนชา กินเพื่อความ	สามเวลา หมดสรรพโรค	พยายาม เป็นโลกอุดรฯ

ยานี้ต้องการเครื่องยา ๗ อย่างคือ เปลือกต้น “ไม่รู้ไม่ชี้” แล้วก็แก่นต้น “ช่างหัวมัน” แล้วก็รากต้น “อย่างนั้นเอง” แล้วก็ใบต้นที่ว่า “ไม่มีตัวกู-ของกู” แล้วก็ดอกต้น “ไม่น่าเอา-น่าเป็น” แล้วก็ลูกต้นที่ว่า “ตายเสียก่อนตาย” แล้วก็เมล็ดต้นที่ว่า “ดับไม่เหลือ” ๖ อย่างแรกเอามาอย่างละซัง อย่างสุดท้าย “ดับไม่เหลือ” นี่สำคัญมาก เอามา ๖ ซัง เท่ากับสิ่งอื่นรวมกัน เรียกว่าเท่ายาทั้งหลายรวมกันแล้วก็ เป็น ๑๒ ซัง ก็ใส่หม้อใส่น้ำ ต้มให้เหลือ ๑ ใน ๓ กิน ๓ เวลา ครั้งละหนึ่งช้อนชาเรื่อยๆ ไป ก็จะหมดโรค หมดสรรพโรคเป็นโลกอุดร อยู่เหนือโรค อยู่เหนือโลกซึ่งเป็นโรค เครื่องยาเหล่านี้มันคงไม่มีร้านที่ไหนขายหรอก แล้วที่ในป่าในนาที่มันก็คงจะไม่มี มันก็ต้องหาในตัวตน ในตัวท่านเอง ที่กาย วาจา ใจ ของท่าน ในชีวิตของท่าน ก็ลองหาเครื่องยานี้ดู ยกตัวอย่างเช่น โรคไม่รู้ไม่ชี้ ท่านพุทธทาสภิกขุ แก้วว่า ไม่รู้ไม่ชี้ๆ ก็อย่าไปจู้จี้อะไรให้มันเกินไป อย่าจู้จี้พิถีพิถันนี้นั่นมากเกินไป ไม่มีเรื่องก็ทำให้มันมีเรื่อง เรื่องมันน้อยก็ไปทำให้มันมาก นั่นนะเรียกว่า มันรู้มันซึ้งมากเกินไป มันวิตกกังวลไม่เข้าเรื่อง อาลัยอาวรณ์ไม่เข้าเรื่อง นี่รู้จักไม่รู้ไม่ชี้เสียบ้าง ที่มันควรจะไม่รู้ไม่ชี้ได้ก็อย่าไปรู้ไปชี้ๆมัน คน

แก่ๆ เขาว่า จู้จี้พิถีพิถันมากจะเป็นโรค นี่ต้องรู้จักไม่รู้ไม่ชี้เสียบ้าง บางอย่างแกล้งทำหูหนวกตาบอด เสียดีกว่าไม่รู้ไม่ชี้^{๓๘}

จากหลักการแนวคิดเกี่ยวกับสมุนไพรเพื่อบำบัดรักษาโรคในพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยพบว่าสมุนไพรนั้น เป็นยารักษาโรคตั้งแต่โบราณดังจะเห็นได้จากการที่พระพุทธองค์ได้ใช้พืช สมุนไพร ในการบำบัดรักษาโรคในส่วนพระองค์เอง และหมู่ภิกษุสาวก และได้อนุญาตสมุนไพรที่เป็นยา เช่น รากไม้ ใบไม้ เปลือกไม้ ยางไม้ น้ำผาดของต้นไม้ เป็นต้น เพื่อประกอบเป็นยาบำบัดและรักษาโรค เมื่อภิกษุสาวกอพาธป่วยเป็นไข้ ไม่สบาย และพระพุทธองค์ยังทรงอนุญาต เกสรทั้ง ๕ คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้งและน้ำอ้อย ใช้เป็นยาบำบัดรักษาโรค แก่ภิกษุสงฆ์ที่อาพาธป่วยไข้ เป็นโรคผอม เหลือง ในฤดูสารท ดังปรากฏในพระไตรปิฎก เกสรชขันธกะว่าด้วยเรื่องสมุนไพรและเกสรทั้ง ๕ ที่เป็นยารักษาโรค และก็สมุนไพรนี้เอง ที่ถือว่าเป็นยาแผนโบราณ ที่การแพทย์แผนไทย และการแพทย์แผนไทยประยุกต์ ได้นำมาปรุงเป็นยาเพื่อใช้รักษาโรคดังเห็นทั่วไปในปัจจุบัน ในยุคสังคมปัจจุบัน กำลังตื่นตัวเรื่องสมุนไพรที่ใช้ยารักษาโรค และเป็นเหตุให้ทางรัฐมองเห็นความสำคัญได้เป็น โรงพยาบาลเฉพาะทางขึ้นหลายแห่ง เพื่อทำการวิเคราะห์ สังเคราะห์ สกัดยาสมุนไพร เช่น โรงพยาบาลอภัยภูเบศ เป็นโรงพยาบาลทางเลือก สำหรับกลุ่มชนผู้บริโภคนิยม โรงพยาบาลศิริราช ได้เปิดบริการการแพทย์แผนไทย และการแพทย์ไทยประยุกต์ โดยให้บริการ บำบัดแบบแผนโบราณ คือ มีการนวด ประคบด้วยลูกประคบสมุนไพร เป็นต้น ซึ่งวิธีดังกล่าวนี้ได้มีมาแล้วในสมัยพุทธกาล ซึ่งหมอชีวกโกมารภัจ ได้ทำการรักษาโรคโดยใช้วิธีการนี้ เป็นต้นเป็นตัวอย่าง เช่น ถวายการรักษาโรค แก่พระพุทธองค์โดยให้สูตรมควันด้วยดอกอุบล ในครั้งนั้นปรากฏว่าได้ผลดียิ่ง ทำให้พระพุทธองค์หายจากประชวร

แสดงให้เห็นได้ว่าการใช้สมุนไพรเป็นยารักษาโรค ยังเป็นสิ่งจำเป็นและยังเป็นที่มิ ประโยชน์เพื่อนำไปรักษาโรค แต่ต้องกระบวนกรจากผู้เชี่ยวชาญ คือ เกสรชกร ต้องนำไปสกัด สังเคราะห์ ให้เป็นยาและเพื่อให้ถูกกรรมวิธีมากขึ้น เพราะในปัจจุบันนี้ สังคมโลกเจริญขึ้น โรคก็เจริญ ตามมาด้วย ดังคำกล่าว ที่ “ยาทุกตัวเป็นอันตราย” นั้นก็หมายถึงการบริโภคจะต้องรู้วิธีการใช้ ใช้ให้ถูกส่วน ใช้ให้ถูกกาล หรือต้องปรึกษาแพทย์ และจะกินยาตามแพทย์สั่ง ถึงจะปลอดภัย

แต่หากจะกล่าวถึงโรคแล้วย่อมมีสมุฏฐานที่เกิดของโรค มี ๒ อย่าง คือ โรคที่เกิดทางกาย และโรคที่เกิดทางใจ บางครั้งโรคอันเกิดกับจิต คือ โรคทางใจ หากแต่โรคทั้ง ๒ อย่างนี้ เมื่อเกิดขึ้น แล้วแก่นมนุษย์จะต้องได้รับการเยียวยา โดยเฉพาะโรคทางกายนั้น ต้องได้รับการตรวจวินิจฉัยจาก หมอว่าเกี่ยวกับอวัยวะส่วนใด และอะไรเป็นเหตุเป็นสมุฏฐานของโรค แล้วจึงประกอบยารักษาด้วยยา แพทย์แผนปัจจุบันหรือแพทย์โบราณจึงจะได้ผล ส่วนโรคทางใจ จะต้องรักษาพุทธวิธีบำบัดด้วยธรรม โอสธ หรือ ธรรมชาติบำบัด จึงจะได้ผลและหายขาดจากโรค โดยขั้นตอนก็มีการวินิจฉัยโรค

^{๓๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒-๒๕.

เช่นเดียวกัน คือ ชักประวัติของผู้ป่วย ประกอบหลักฐานว่าสุขภาพจิตเป็นอย่างไร เหมือนประหนึ่งจิตแพทย์ที่ทำการตรวจรักคนป่วยทางจิตใจฉันใด พุทธวิธีบำบัดรักษาก็ฉันนั้น แต่ทว่า ผู้ที่ป่วยเป็นโรคทางจิตย่อมได้รับความทุกข์ที่เกิดกับจิตขาดสมดุลภาพทางจิตใจต้องใช้หลักพุทธธรรมดังเช่นในสมัยพุทธกาล พระพุทธองค์ เมื่อตรวจวินิจฉัยโรคที่เกิดกับจิตแล้ว ควรใช้หลักกรรมหมวดใด โดยส่วนมาก พระพุทธองค์ทรงใช้หลักโพชฌคสูตร (โพชฌงค์ ๗) สวดให้ฟังแล้วก็หายโรค เช่น พระมหากัสสปะ อาพาธหนักอยู่ ณ ปิณฑลคูหา พระพุทธองค์ เสด็จไปเยี่ยมถึงที่พัก แล้วทรงแสดงธรรม “โพชฌงค์ ๗” พระมหากัสสปะฟังแล้วน้อมจิตพิจารณาตามกระแสแห่งธรรมนั้น ก็หายจากอาพาธนั้น เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า การสวดหลักพุทธธรรมนั้นเป็นการปลอบขโลมจิตให้จิตแจ่มใส ร่าเริง แข็งแกร่ง เพื่อขจัดความทุกข์ คือ ความทุกข์ อันจากอาการที่เกิดกับใจอันเกาะกลุ่มหุ้มห่อด้วยกิเลส นอกจากพระพุทธองค์ที่ใช้หลักธรรม โพชฌคสูตร (โพชฌงค์ ๗)แล้วยังมีพระอรหันต์สาวก ได้ใช้บทสวดโพชฌงค์ ๗ นี้เช่นกัน หรือ แม้แต่ พระคิริमानนท์ อาพาธหนัก พระอานนท์เรียนบทมนต์จากพระพุทธองค์แล้วนำบทมนต์บทสวดให้ พระคิริमानนท์ ฟัง ซึ่งขณะนั้นอาพาธหนัก ทำให้พระคิริमानนท์ หายจากอาพาธทันที บทมนต์นี้จึงเรียกว่า “คิริมานทนสูตร” เป็นสูตรว่าด้วย สัญญา ๑๐ ประการนั้น ก็แสดงให้เห็นได้ว่า พุทธวิธีในการบำบัดรักษาโรค โดยการสวดสาธยายธรรมให้ฟังก็หายจากโรคได้ นั่นก็เป็นการรักษาโรค อีกประการหนึ่ง ในทางพระพุทธศาสนา นอกใช้สมุนไพรมานะยาในการบำบัดรักษาแล้ว ยังต้องใช้พุทธวิธีบำบัด ดังกล่าว คือการรักษาโรคทางใจที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ที่ยังมีปรากฏอยู่จนถึงปัจจุบัน

นอกจากการใช้พุทธวิธีในการบำบัดรักษาโรคแล้ว ในด้านการแพทย์แผนไทยประยุกต์ นอกจากการใช้สมุนไพรมานะยาแล้ว การบำบัดรักษาด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย คือ เมื่อแพทย์แผนไทยประยุกต์ให้การวินิจฉัยโรคแล้ว จะวางแผนการบำบัดรักษาด้วยการแพทย์แผนไทยให้ผู้ป่วย ซึ่งประกอบด้วยวิธี ดังนี้

๑) การใช้ยาสมุนไพรมานะยา อาจเป็นการปรุงยาสำหรับผู้ป่วยแต่ละราย เช่น ยาต้ม หรือจ่ายยาสำเร็จรูปที่ผลิตในรูปแบบต่างๆ เช่น ยาลูกกลอน ยาเม็ด ยาแคปซูล เป็นต้น

๒) การใช้หัตถการ/วิธีการทางการแพทย์แผนไทย เช่น การนวด การประคบสมุนไพรมานะยา การอบไอน้ำสมุนไพรมานะยา การทักหม้อเกลือ การนึ่งถ่าน การพอกผิว เป็นต้น

๓) การให้คำแนะนำในเรื่องต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเจ็บป่วย และการส่งเสริมสุขภาพ เช่น การปฏิบัติตัว การบริหารร่างกาย การรับประทานอาหาร การปรับพฤติกรรม เป็นต้น

ดังนั้น เมื่อวินิจฉัยโรคได้แล้ว แพทย์แผนไทยประยุกต์ จะต้องดูสมุฏฐานอื่นๆประกอบ เช่น สมุฏฐานอายุของผู้ป่วย ฤดูที่เจ็บป่วยและฤดูที่มาพบแพทย์ ช่วงเวลาในแต่ละวันที่โรคจะกำเริบ ที่อยู่อาศัย พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของผู้ป่วย สิ่งเหล่านี้จะเป็นปัจจัย ที่ต้องนำมาพิจารณาร่วมกับโรคและธาตุ เพื่อใช้ประกอบในการวางแผนการรักษาต่อไป แต่ถ้าแพทย์แผนไทยประยุกต์ตรวจพบว่า

ข้อบ่งชี้สมควรส่งผู้ป่วยไปรับการตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม หรือรับการรักษาที่เหมาะสมทางแผนปัจจุบัน ก่อน ก็จะส่งต่อผู้ป่วยให้แพทย์แผนปัจจุบัน

ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่า การบำบัดรักษาโรคด้วยสมุนไพรไม่มีอะไรแตกต่างจากสมัยพุทธกาล ตามที่กล่าวไว้ในพระวินัยปิฎก เพียงแต่วิธีการผลิตยาอาจก้าวหน้าพัฒนาดีกว่าอดีต เช่น แทนที่จะนำวัตถุดิบพวกพืชสมุนไพรมาหุงต้มหรือบดผสมเป็นยา ปัจจุบันอาจสกัดเอาสารออกมาผลิตเป็นเม็ดๆ โดยใช้เครื่องมือผลิตที่ทันสมัย การเสาะแสวงหาโดยธรรมชาติ ปัจจุบันอาจจัดสถานที่เป็นแปลงปลูก เพื่อความสะดวกในการเก็บรักษา เช่น ที่โรงพยาบาลอภัยภูเบศรดำเนินการที่จังหวัดปราจีนบุรี

แม้ในส่วนการบำบัดรักษาด้วยธรรมโอสธทั้งทางกายและใจไม่มีอะไรใหม่ เพียงแต่ปรับขยายวิธีการให้พิสดารออกไป เช่น การบริโภคอาหารมังสวิรัต เพื่อชำระล้างมลพิษในท้องไส้ เป็นต้น ตลอดจนสวดมนต์ภาวนา หรือฝึกสมาธิเพื่อใจสงบ เกิดปัสสัทธิ คลายความเครียดซึ่งเป็นเหตุให้เกิดโรคซึมเศร้า วิดกกังวล ฟุ้งซ่าน ซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพตัวเองเป็นอย่างยิ่ง

๔.๓ วิธีกรใ้ยาสมุนไพรเชิงพุทธบูรณาการในการรักษาโรคแบบองค์รวม

แนวคิดองค์รวมเป็นปรัชญาพื้นฐานทางด้านสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ที่มีความสำคัญในการศึกษาทำความเข้าใจเกี่ยวกับมนุษย์ คำว่าองค์รวมถูกกล่าวถึงในทางสุขภาพตั้งแต่สมัยกรีกโบราณ ในปัจจุบันนี้แนวคิดดังกล่าวได้รับความสนใจเพิ่มมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะในบริบททางสุขภาพมีการกล่าวถึงในเรื่องการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic care) การแพทย์แบบองค์รวม (Holistic medicine) และการพยาบาลแบบองค์รวม (Holistic nursing)

องค์รวม คือ สิ่งที่เป็นหน่วยเดียวกันโดยรวมทั้งหมด ไม่สามารถทำความเข้าใจโดยการศึกษาแยกเป็นส่วนๆ ได้ Holistic มาจากรากศัพท์ภาษากรีกคือ คำว่า Holos มีความหมายว่าหน่วยรวม หรือ องค์รวม เช่นเดียวกับคำว่า Whole หมายถึง การรวมสิ่งที่เกี่ยวข้องเข้าเป็นหน่วยเดียวกัน Holism เป็นคำนามมาจากภาษาอังกฤษโบราณคือ คำว่า Hal หมายถึง ทั้งหมด (Whole) หรือเพื่อบำบัด (To heal) หรือความสุข (Happy) และใช้แทนกันได้ทั้งสองคำ ดังนั้น องค์รวม ในภาษาอังกฤษจึงเขียนได้ทั้ง Holistic หรือ Wholistic

ปรัชญาตะวันออก โดยหลักสำคัญของปรัชญา เน้นเรื่องความสมดุลภายในร่างกายของบุคคลที่เชื่อมโยงกับธรรมชาติอย่างกลมกลืน (harmony) ทฤษฎีทางการแพทย์ส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกับแนวคิดองค์รวมทางสุขภาพ โดยการพยาบาลมุ่งเน้นการดูแลที่ครอบคลุมองค์รวมของบุคคล ซึ่งช่วยในการตอบสนองความต้องการทางด้านสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ดังนั้น การพยาบาลแบบองค์รวมจึงคือ การดูแลบุคคลทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ

ปัจจุบันบุคลากรทางด้านสุขภาพเริ่มให้ความสนใจและกล่าวถึงมิติของความเป็นองค์รวมมากขึ้น โดยเฉพาะการดูแลในมิติด้านจิตวิญญาณ

จิตวิญญาณเปรียบเหมือนแหล่งของความหมาย ความหวัง กำลังใจหรือเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจที่ช่วยให้บุคคลสามารถก้าวผ่านปัญหา อุปสรรค ความยากลำบากและความยุ่งยากในชีวิต จิตวิญญาณทำหน้าที่เป็นทั้งตัวเชื่อมประสานกับองค์ประกอบอื่นๆ ของบุคคล คือทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมให้มีความหมายเป็นองค์รวม ดังนั้น จึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่พยาบาลต้องให้การดูแล ผู้รับบริการแบบองค์รวม ตลอดทั้งการนำศาสตร์อื่นๆ เข้ามาสอดแทรกในการปฏิบัติดูแลเพื่อ สนับสนุนให้ผู้รับบริการดึงศักยภาพของตนเองมาใช้ในการเยียวยาตนเองได้อย่างเหมาะสม

มนุษย์ทุกคนมีองค์ประกอบสองส่วน คือ จิตกับกาย คุณค่าสำคัญของมนุษย์ที่แตกต่าง กับสัตว์ที่เห็นได้ง่ายๆ คือ ความมีเหตุผล สัตว์ไม่รู้จักเหตุผล ไม่มีเหตุผล สิ่งที่ทำให้มนุษย์มีเหตุผลนั้น คือ มนุษย์มีการใช้การทำหน้าที่ของสมองในขั้นสูง ซึ่งก็คือการคิดทั้งการคิดขั้นพื้นฐานและการคิดขั้นสูง จึงทำให้มนุษย์รู้จักผิดชอบชั่วดี มีเมตตากรุณา สามารถพัฒนาตนเองและพัฒนาหรือดูแลบุคคลอื่นให้มีชีวิตที่ดีงาม มีอิสรภาพ มีความสุข ได้ ซึ่งเป็นคุณค่าสำคัญของมนุษย์ หากคุณค่าสำคัญนี้ความเป็นมนุษย์ย่อมไม่สมบูรณ์ เป็นการบูรณาการการดูแลรักษาโรคด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์อีกมิติหนึ่งที่มีความสำคัญต่อความเชื่อมโยงความเป็นองค์รวมของบุคคลให้มีคุณค่ามากยิ่งขึ้น เพราะเป็นการดูแล มิติที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับศาสนา ความเชื่อ ความหวัง ความรัก ความศรัทธา เป้าหมายของชีวิต และการแสดงออกพฤติกรรมความรู้สึกที่อยู่ส่วนลึกของบุคคล และส่งผลกระทบต่อกาย และจิตใจ

ปรัชญาเล่าจื๊อหรือปรัชญาเต๋า (Tao) อันเป็นปรัชญาจีนที่ให้ความสำคัญกับการเข้าใจ ธรรมชาติ และสังคม มองทุกสิ่งทุกอย่างเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันทั้งจักรวาล มีความสอดคล้องกับแนวคิด องค์รวมอย่างชัดเจน ในการมองทุกสิ่งทุกอย่างไม่แยกจากกัน ตามแนวคิดของเต๋ามองทุกสรรพสิ่งใน โลกย่อมเกิดมาคู่กัน หรือมีความตรงข้ามกันเสมอ สรรพสิ่งในจักรวาลจะคงอยู่ในสภาพปกติได้ต้อง อาศัยภาวะสมดุลของ หยิน (Yin) และ หยาง (Yang) ซึ่งต่างฝ่ายต่างสนับสนุนซึ่งกันและกัน เพศ หญิง ความมืด ความเย็น เพศชาย แสงสว่าง ความร้อน หากปริมาณหรือคุณภาพของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง มีอัตราส่วนมากกว่า ก็จะมีผลกระทบต่อภาวะสมดุล การดูแลรักษาสุขภาพตามแนวคิดปรัชญาเต๋า คือ การคงไว้ซึ่งภาวะสมดุล และลักษณะตามธรรมชาติของชีวิตมนุษย์นั่นเอง

หลักการทางแพทย์ของอินเดียที่เรียกว่า “อายุรเวท” เน้นความสมดุลของพลังงาน ๓ ส่วนในร่างกาย หรือ ตรียโทษ คือวาตะ ปิตตะ และ กะเฟะ นอกจากนั้นยังแบ่งองค์ประกอบของมนุษย์ ๔ ประการ คือ ๑) ร่างกาย ๒) จิตใจ ๓) วิญญาณและสติสัมปชัญญะ และ ๔) ปัจจัยทั้ง ๕ (ดิน น้ำ ลม ไฟ และอากาศธาตุ) หลักการทางแพทย์ของอินเดียจึงให้ความสำคัญกับหลักสมดุลของพลังงาน ทั้ง ๓ ส่วนในร่างกาย และสมดุลขององค์ประกอบต่างๆ ทั้ง ๔ ประการ

หลักการแพทย์ทางพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับธรรมชาติที่เป็นผลรวมของสิ่งต่างๆ อย่างสมดุลเพื่อสร้างชีวิต โดยสอนว่าองค์รวมของบุคคลมีองค์ประกอบ ๒ ประการ คือ รูป และนาม ซึ่งก็คือผลรวมของสิ่งต่างๆ อย่างสมดุล คือ ชันธ ๕ ได้แก่ กาย เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ องค์รวมทางธรรมะ เรียกว่า อิทัปปัจจยตา กระบวนการแห่งเหตุ และปัจจัยอาศัยการเกิดขึ้นซึ่งกันและกัน (Cause & Condition) ซึ่งเป็นที่มาของกฎแห่งกรรมนั่นเอง

ทฤษฎีทางการแพทย์ของฟลอเรนซ์ ไนติงเกล เน้นหลักการพยาบาลเกี่ยวกับการดูแล และจัดสิ่งแวดล้อมให้ผู้ป่วยอย่างเหมาะสม จัดให้ผู้ป่วยได้รับน้ำ อาหาร อากาศ แสงแดด สิ่งแวดล้อมที่สะอาดและเงียบสงบ เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการพักผ่อนอย่างเพียงพอ โดยเชื่อว่าสิ่งเหล่านี้จะช่วยให้ผู้ป่วยหายจากภาวะเจ็บป่วยได้เอง แสดงว่าไนติงเกลก็มองเห็นถึงอำนาจ และธรรมชาติที่ผสมผสานของมนุษย์ในการหายได้เอง ซึ่งเป็นความเชื่อของแนวคิดสุขภาพแบบองค์รวมนั่นเอง

บุคคลที่เกี่ยวข้องกับระบบโดยความเป็นองค์รวมมีลักษณะเฉพาะที่แสดงออกในรูปของสนามพลังงานของชีวิตหน่วยเดียว เราจึงไม่สามารถเข้าใจบุคคลจากการศึกษาส่วนประกอบทางชีวภาพหรือจิตสังคมมารวมกัน ดังนั้น จึงต้องคำนึงถึงลักษณะเฉพาะของบุคคลในรูปของพลังซึ่งมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างต่อเนื่องซึ่งกันและกัน บุคคลเป็นระบบการปรับตัวที่เป็นองค์รวม (Holistic adaptive system) หลักการพยาบาลเน้นการส่งเสริมการปรับตัวของบุคคลเพื่อให้มีสุขภาพภาวะครบองค์รวม

บุคคลเป็นระบบพฤติกรรม (Behavior system) ที่ประกอบด้วย ระบบย่อยๆ ๗ ระบบ โดยมีปฏิสัมพันธ์และพึ่งพากันและกันตลอดทั้ง ๗ ระบบ คือ ระบบการรับเข้า ระบบการพึ่งพา ระบบการสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ระบบสืบพันธุ์ ระบบการขับถ่าย ระบบก้าวหน้าและการป้องกัน และระบบความสำเร็จ การพยาบาลมุ่งที่จะช่วยให้ระบบต่างๆ มีเสถียรภาพและทำงานได้อย่างสมดุล

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นการผสมผสานส่วนประกอบ ๓ ส่วน คือ ร่างกาย จิต และจิตวิญญาณ เป็นเป้าหมายสูงสุดในการดูแลทางการรักษาพยาบาล เป็นองค์รวมโดยสามารถทำหน้าที่ได้ครบถ้วนทั้งทางด้านชีวภาพ ด้านสัญลักษณ์และด้านสังคม หลักการพยาบาลเน้นความสามารถของบุคคลในการดูแลตนเองเป็นพื้นฐานสำคัญเพราะเชื่อว่ามนุษย์มีศักยภาพ และมีความตั้งใจในการกระทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อดูแลสุขภาพตนเองให้อยู่ในสถานะที่สมบูรณ์ได้

ภาวะสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic health) คือ ภาวะสุขภาพที่มีดุลยภาพครบองค์ประกอบของบุคคลทุกมิติ คือ มิติด้านกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ ต้องพิจารณาทุกสิ่งที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันทั้งหมด โดยเน้นที่ตัวบุคคลมากกว่าการเจ็บป่วยหรืออาการของโรค เพื่อให้สอดคล้องกับความหมายภาวะสุขภาพขององค์การอนามัยโลก ที่ต้องการให้ประชาชนมีสุขภาพที่สมบูรณ์ครบทุกมิติเช่นเดียวกัน

นอกจากนี้ยังเป็นการเน้นถึงทางเลือกของกิจกรรมการดูแลตนเอง และความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้การดูแลสุขภาพ และผู้ใช้บริการ ที่ให้ความหมายภาวะสุขภาพแบบองค์รวม หมายถึง การรวมแนวคิดทางการแพทย์เชิงมนุษยนิยม (Humanistic medicine) ระบบสุขภาพทางเลือก (Alternative health care) การดูแลพื้นฐาน (Primary care) และการปรับเปลี่ยนสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้บริการและผู้ใช้บริการ (Altered provider-patient relationships) มาไว้ด้วยกัน

การแพทย์เชิงมนุษยนิยมเป็นการดูแลรักษาโดยคำนึงถึงความเป็นมนุษย์ ไม่ใช่คำนึงแต่โรค และการวินิจฉัยโรค ผู้ใช้บริการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเลือกทางเลือกต่างๆ ให้กับภาวะสุขภาพของตนเอง แพทย์ต้องกระตุ้น และสนับสนุนให้ผู้ใช้บริการมีความรับผิดชอบเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของตนเองเพิ่มมากขึ้น การรักษาภาวะสุขภาพเป็นการรักษา ภาวะสมดุลองค์รวมของมนุษย์ กับสภาพแวดล้อมที่แปรเปลี่ยนไป เป็นขบวนการบำบัดเยียวยาที่คำนึงถึงองค์ประกอบของบุคคลทุกมิติอย่างผสมผสานและสมดุล โดยเป็นการนำวิธีการดูแลแบบผสมผสาน (Complementary therapies) มาบูรณาการในการปฏิบัติการรักษาพยาบาลที่คำนึงถึงความเป็นองค์รวมของบุคคลเพิ่มมากขึ้น

นอกจากการบำบัดรักษาด้วยยาแล้ว การดูแลสุขภาพผู้ป่วยแบบองค์รวม ถือว่าเป็นเรื่องสำคัญ ศาสตร์ด้านการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก จะเน้นธรรมชาติบำบัด มีวิธีการทางการแพทย์ทางเลือกมากมายที่ผู้ป่วยสามารถนำมาบูรณาการในการดูแลตนเอง เช่น การทำสมาธิ บำบัด ธรรมชาติบำบัด ดนตรีบำบัด และวิธีการออกกำลังกายในรูปแบบต่างๆ รวมถึงสมุนไพรที่ถูกนำมาเป็นทางเลือกในการบำบัดโรคเช่นโรคเมี่ยงด้วยกลุ่ม พืชผักสมุนไพร ที่เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยเมี่ยง ได้แก่ ฟ้าทะลายโจร มะตูม มีฤทธิ์ยับยั้งไวรัส และด้านการอักเสบ บัวบก ด้านการออกซิไดส์และการอักเสบ ว่านหางจระเข้ มีฤทธิ์ช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกัน ลูกใต้ใบ รักษาโรคจากไวรัสต่างๆ

อีกตัวอย่างหนึ่งคือ ตำรายาสมุนไพรโบราณ "เบญจอำมฤตย์" ประกอบด้วยสูตรยาใน คัมภีร์แพทยศาสตร์สงเคราะห์ ๙ ตัว ได้แก่ มหาหิงค์ ยาดาบรีสุทธี รงทอง มะกรูด ขิงแห้ง ดีปลี พริกไทย รากหนตี่ และดีเกลือ^{๓๙} ซึ่งจากการศึกษาพบว่า มีสรรพคุณต้านเซลล์มะเร็ง และรักษาโรคเมี่ยงได้ นอกจากการบำบัดด้วยยาแล้ว ยังต้องให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพผู้ป่วยเมี่ยงแบบองค์รวม เช่น การรับประทานผัก พืชสมุนไพรที่มีประโยชน์ เช่น ฟ้าทะลายโจร มะตูม มีฤทธิ์ยับยั้งไวรัสและด้านการอักเสบ, บัวบก ด้านการออกซิไดส์และการอักเสบ, ว่านหางจระเข้ มีฤทธิ์ช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกัน และ ลูกใต้ใบ รักษาโรคไวรัสต่างๆ

ดังนั้น การดูแลผู้ป่วยเมี่ยงจึงมีหลักสำคัญ ๔ อย่าง คือ บำรุงสุขภาพ รักษาโรค การคืนสู่สภาพปกติ และสภาพจิตใจ มีหลักสำคัญคือ หาสาเหตุที่ทำให้ร่างกายขาดความสมดุล และแก้ไขส่วน

^{๓๙} รองศาสตราจารย์ รุ่งระวี เต็มศิริฤกษ์กุล, “เบญจอำมฤต-รักษามะเร็งตับ”, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/19> / เบญจอำมฤต-รักษามะเร็งตับ/[18 ม.ค. 2559].

ขาด ลดส่วนเกิน ทฤษฎีของการแพทย์ทางเลือกเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพผู้ป่วยมะเร็งที่ต้องปฏิบัติ อย่างเคร่งครัด มีดังนี้

๑. งดโปรตีนจากสัตว์ระยะหนึ่ง เพราะโปรตีนจากสัตว์จะเป็นสารที่เร่งการเจริญเติบโต ของเซลล์มะเร็ง

๒. งดไขมันจากสัตว์ เพราะไขมันจากสัตว์จะไปเร่งขบวนการสร้างเยื่อหุ้มเซลล์เสริมให้ มะเร็งโตเร็วขึ้น

๓. งดการใส่น้ำตาล ลงในอาหารหรือเครื่องดื่มทุกชนิด

๔. งดอาหารที่มีรสเค็มจากเกลือหรือน้ำปลาที่ปรุงในอาหารเพื่อป้องกันภาวะโซเดียมเกิน

๕. รับประทานผักที่ปลอดสารพิษเช่นผักที่ปลูกเอง ซึ่งผักมีแร่ธาตุที่สำคัญและวิตามิน รวมมากมายและไม่เป็นการเพิ่มสารพิษเข้าสู่ร่างกายจากผัก พร้อมทั้งมีกากอาหารเพื่อดูดซับสารพิษ ให้ออกจากร่างกาย โดยเฉพาะน้ำผักปั่น แบบต่างๆทานสม่ำเสมอทุกวัน

๖. พักผ่อนให้เพียงพอ โดยควรนอนหลับก่อน ๒๑.๐๐ น.

๗. ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอทุกวันอย่างน้อยวันละ ๑๕ นาที โดยใช้โยคะ ชีกง หรือฤๅษีดัดตน

๘. ทำจิตใจให้แจ่มใส โดยการฝึกทำสมาธิหรือเดินจงกรมอย่างน้อยวันละ ๑๕ นาที เพราะผลเสียของความเครียดจะกดภูมิคุ้มกันร่างกายให้ต่ำลง

๙. สวดมนต์ภาวนาแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ตามความเชื่อของแต่ละศาสนาทำสม่ำเสมอ ทุกวันนี่คือการบูรณาการอีกทางหนึ่ง ของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่สามารถปฏิบัติเองได้ง่ายๆ เพื่อสร้าง คุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้ป่วยมะเร็ง

ข้อแตกต่างระหว่างการแพทย์ทางเลือกที่มีคุณภาพกับการแพทย์แผนปัจจุบัน

ข้อแตกต่างระหว่างการแพทย์ทางเลือกที่มีคุณภาพกับการแพทย์แผนปัจจุบัน ดังนี้

๑. การแพทย์ทางเลือกให้ความสำคัญของการหายจากความเจ็บป่วยโดยวิถีธรรมชาติ ส่วนเทคนิคและวิธีการรักษาเป็นลำดับรอง ผู้ให้การรักษาทางเลือก (ที่มีคุณภาพ) ยอมรับว่าบุคคลมี ความสามารถที่จะหายจากการเจ็บป่วยได้เองตามธรรมชาติ หน้าที่ของผู้ให้การรักษา คือ ช่วยกระตุ้น และสนับสนุนให้ผู้ป่วยได้ใช้ความสามารถที่มีอยู่ตามธรรมชาติได้เต็มที่ ส่วนการแพทย์แผนปัจจุบัน (Biomedicine or Conventional Medicine) พยายามที่จะลดเวลาของกระบวนการหายจากการ เจ็บป่วย โดยใช้ขั้นตอนของการทำงานของร่างกาย ปฏิบัติทางเคมีที่มีการศึกษาค้นคว้าและจัดได้ โดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ ให้ความสำคัญกับเทคนิค และวิทยาการการรักษามากกว่ากระบวนการ หายโดยวิถีธรรมชาติ

๒. การรักษาแบบการแพทย์ทางเลือก จะใช้แนวคิดที่ให้ผู้ป่วยเป็นศูนย์กลางมากกว่าให้ แพทย์เป็นศูนย์กลาง ผู้ให้บริการการแพทย์ทางเลือกที่มีคุณภาพ จะให้ความสำคัญกับความเห็น ความ

เชื่อของผู้รับบริการ ให้ผู้รับบริการมีส่วนร่วมในกระบวนการตัดสินใจ เมื่อเลือกวิธีการรักษา ส่วนแพทย์แผนปัจจุบันส่วนใหญ่ จะให้ความสำคัญกับความเห็นของแพทย์มากกว่าความเห็นของผู้ป่วย

๓. การแพทย์ทางเลือกยึดหลัก “ทำในสิ่งที่ไม่เป็นอันตราย” ซึ่งหมายความว่า วิธีการรักษาต้องเป็นอันตรายน้อยที่สุด และได้ผลตามที่ต้องการ ส่วนการรักษาโดยการแพทย์แผนปัจจุบัน คำนึงถึงหลักข้อนี้้น้อยมาก

๔. ผลการรักษาจากหลักการรักษาโดยการแพทย์ทางเลือก มักจะอยู่ได้นานกว่าการรักษาโดยการแพทย์แผนปัจจุบัน เพราะเป็นการหายที่แท้จริง

๕. การแพทย์ทางเลือกรักษาโดยใช้สารจากธรรมชาติ ซึ่งได้แก่ สมุนไพร พืช อาหารเสริม และอาหารที่ใหม่และสด การแพทย์ทางเลือกที่มีคุณภาพ เชื่อว่า การใช้ยาและยาที่เป็นผลผลิตตามธรรมชาติจะช่วยให้หายจากการเจ็บป่วยได้ดีกว่าสารสังเคราะห์ ซึ่งยาที่ได้จากการสังเคราะห์ส่วนใหญ่จะมีปฏิกิริยาเร็ว การรักษาได้ผลรวดเร็ว แต่ก็มีผลข้างเคียงค่อนข้างสูง การแพทย์แผนปัจจุบันส่วนใหญ่จะใช้ยาที่ได้จากสารสังเคราะห์

๖. การแพทย์ทางเลือกมอง “สุขภาพ” ได้กว้างกว่าการแพทย์แผนปัจจุบันที่ส่วนใหญ่เป็นการตรวจสุขภาพประจำปี จะไปพบแพทย์เมื่อมีอาการเจ็บป่วย สุขภาพของบุคคลประเมินโดยการตรวจร่างกายโดยแพทย์ ส่วนการแพทย์ทางเลือกเห็นว่า สุขภาพเป็นกระบวนการที่มีการเคลื่อนไหวจากความแข็งแรงของพลังชีวิต (Vital Energy) ถึงความผาสุก การประเมินความผาสุกของคน จะประเมินบุคคลทั้งคน คือ ร่างกาย จิตใจ วิญญาณ ตลอดจนวิถีชีวิต

เมื่อเกิดการเจ็บป่วยขึ้น ผู้ป่วยควรไปรับการตรวจวินิจฉัย และรักษาโรคกับแพทย์แผนปัจจุบัน หรือผู้ปฏิบัติการแพทย์ทางเลือก เพราะมีวิธีการตรวจวินิจฉัยโรคที่ใช้กระบวนการวิทยาศาสตร์ที่มีคุณภาพและมีประสิทธิภาพ และน่าเชื่อถือได้มากกว่า เมื่อทราบว่าเป็นโรคอะไรแล้ว จึงพิจารณาเลือกวิธีการรักษาว่า ควรจะใช้การรักษาตามแผนการแพทย์แผนปัจจุบันอย่างเดียวหรือใช้ร่วมกับการแพทย์ทางเลือก หรือใช้การแพทย์ทางเลือกอย่างเดียว ทั้งนี้เพราะโรคหรืออาการบางอย่างรักษาได้ผลดีเฉพาะการแพทย์แผนปัจจุบัน และการแพทย์ทางเลือก

ทัศนะของ Dr. Michael T. Murray ที่กล่าวไว้ว่า การแพทย์แผนปัจจุบัน ไม่ประสบความสำเร็จในการสอนคนให้รู้จักการมีสุขภาพดี เพราะแทนที่จะให้ความสำคัญกับการรักษาสุขภาพ แต่กลับให้ความสำคัญกับการ “รักษาโรค” ซึ่งมุ่งไปที่การใช้ยา หรือการผ่าตัดเพื่อให้อาการดีขึ้น แนวคิดที่ยึดติดอยู่กับการรักษา นับวันก็จะถูกแทนที่ด้วยการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการแพทย์ทางเลือก คือส่งเสริมรักษาสุขภาพ ไม่ใช่รักษาอาการเจ็บป่วย

นอกจากนี้ Dr. Murray ยังได้อธิบายถึงหลักการของ “การแพทย์ทางเลือก” หรือ “การแพทย์ทางธรรมชาติ” ว่าเกี่ยวข้องกับร่างกายทั้งหมด โดยอาศัยความสัมพันธ์กันของร่างกายและจิตใจ มีแนวการรักษาแบบผสมผสานมากกว่าแบบแยกส่วน มองคนโดยภาพรวม ซึ่งประกอบด้วย

ความสัมพันธ์ซับซ้อนของร่างกาย จิตใจ/อารมณ์ การรับรู้ สังคม และปัจจัยแวดล้อมอื่นๆ เน้นที่การส่งเสริมรักษาสุขภาพ ไม่ใช่การรักษาอาการเจ็บป่วยอย่างเดียว เน้นในเรื่องโภชนาการ แนวการดำเนินชีวิต และรูปแบบการป้องกัน เชื่อในพลังการรักษาของธรรมชาติ แพทย์ต้องเป็นเพื่อนคู่คิด เป็นครูคอยให้คำปรึกษา ผู้ป่วยต้องเป็นหลักในการรักษาตามสิ่งที่พวกเขาเลือก

ในปัจจุบันความแตกต่างของการแพทย์ทางเลือก กับการแพทย์แผนปัจจุบันดังกล่าว มีช่องว่างหรือความแตกต่างลดลงมาก เพราะแพทย์แผนปัจจุบันได้ให้ความสำคัญของการดูแลคนแบบองค์รวม และให้ผู้รับบริการมีส่วนร่วมในการวางแผนการรักษา ตลอดจนแนะนำวิธีการรักษาทางเลือก ร่วมกับการรักษาแผนปัจจุบันมากขึ้น แพทย์แผนปัจจุบันที่ยึดแนวปฏิบัติ ในการให้การรักษาโดยมองคนเป็นองค์รวม และรักษาโดยการแพทย์แผนปัจจุบันร่วมกับการแพทย์ทางเลือก จะเรียกรักษาว่าเป็นการแพทย์องค์รวม (Holistic Medicine) ดังนั้น คำว่า การแพทย์องค์รวม (Holistic Medicine) การแพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine) และการแพทย์เสริม (Complementary Medicine) จึงเป็นคำที่ใช้ในบางกรณีให้ความหมายเหมือนกัน แต่ในบางกรณี ก็มีความหมายแตกต่างกัน

การรักษาแบบองค์รวม เป็นการย้อนกลับไปดูพื้นฐานของชีวิต และจะทำการสำรวจผู้ป่วยเป็นรายบุคคลอย่างละเอียดทุกแง่มุม โดยการค้นหาทุกต้นเหตุของความเจ็บป่วยและรักษาที่สาเหตุ แทนที่จะรักษาเฉพาะอาการที่เป็นอยู่ขณะนั้น เป็นการกลับไปสู่พื้นฐานของสุขภาพร่างกาย และ ใช้พลังที่มีอยู่ในตัวของเราเอง เช่น ระบบภูมิคุ้มกันและพลังที่ได้รับจากธรรมชาติ เพื่อช่วยทำให้เรามีสุขภาพดี และช่วยกำจัดโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ออกไปจากร่างกาย

สถาบันสุขภาพแห่งชาติของสหรัฐอเมริกา (National Institute of Health : NIH) ได้จัดประเภทการดูแลสุขภาพองค์รวมแบบทางเลือกออกเป็น ๕ วิธีการใหญ่ๆ ตามวิธีการปฏิบัติดังนี้

๑. ระบบการแพทย์ทางเลือก (Alternative medical system) ได้แก่ โฮมีโอพาธิท (Homeopathic medicine) การรักษาตามธรรมชาติ (Naturopathic medicine) วิธีการรักษาของแพทย์แบบตะวันออก เช่น อายุรเวท (Ayurveda)

๒. การเยียวยาด้วยมือ ได้แก่ การนวด (Massage) ไคโอแพรคติก (Chiropractic)

๓. การใช้พลังบำบัด ได้แก่ ชีกง (qi gong) ไรกิ (Reiki) สัมผัสบำบัด (Therapeutic touch) พลังงานสนามแม่เหล็ก (Magnetic fields)

๔. การบำบัดทางชีวภาพ (Biologically based therapies) ได้แก่ วิธีการทางโภชนาบำบัด (Dietary supplements) Macrobiotic Diet

๕. การบำบัดรักษาเชื่อมโยงกาย-จิต (Mind-body intervention) ได้แก่ กลุ่มบำบัด การบำบัดทางพฤติกรรมและการรับรู้ (Cognitive-behavioral therapy) รวมทั้งการทำสมาธิ การสวดมนต์ ดนตรีบำบัดการเต้นรำ การดูแลพื้นฐาน (Primary care) เช่น การดูแลรักษาปัญหาสุขภาพกันเองภายในชุมชนและสังคม เช่น การดูแลตนเอง กลุ่มช่วยเหลือตนเอง

การบูรณาการผลิตภัณฑ์และการบริการที่ผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์ธรรมชาติ

การบูรณาการผลิตภัณฑ์และการบริการที่ผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์ธรรมชาติ เพื่อใช้ในการรักษาคนไข้ดังต่อไปนี้

- การฝังเข็ม (Acupuncture) คือ การใช้เข็มที่ใช้ครั้งเดียวเล่มบางๆ กระตุ้นเฉพาะบางจุดในร่างกาย เพื่อสร้างพลังงานให้สมดุล

- การแพทย์อายุรเวช (Ayurvedic Medicine) เป็นวิธีการรักษาแบบเก่าแก่ ซึ่งรวมถึง โภชนาการ การล้างพิษ การออกกำลังกาย ยาสมุนไพร และการทำสมาธิ ใช้รักษาภาวะเรื้อรังต่างๆ รวมทั้งข้อต่ออักเสบ โรคหืด และโรคภูมิแพ้

- การควบคุมระบบประสาท (Biofeedback) เป็นการฝึกระบบประสาทอัตโนมัติ โดยใช้อุปกรณ์ทางเสียงเพื่อรักษาภาวะบางอย่าง เช่น ภาวะเครียด โรคไมเกรน โรคหืด และโรคความดันโลหิตสูง

- การกระทำต่อร่างกาย (Body Work) เช่น การนวด (Massage) เป็นการกระทำบำบัดต่อร่างกาย เพื่อให้เกิดความสมดุลในร่างกาย คลายกล้ามเนื้อ และยังช่วยลดอาการเจ็บป่วยจากโรคต่างๆ ที่เกี่ยวกับโครงสร้างของร่างกาย มีผลต่อการลดปวดในผู้ป่วยมะเร็ง และลดปวดในผู้ป่วยหลังผ่าตัดช่องท้อง ช่วยเพิ่มความอดทนต่อการล้างของกล้ามเนื้อหลังในผู้ป่วยโรคปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง และช่วยลดอาการปวดศีรษะจากความเครียด

- การขับโลหะหนัก (Chelation Therapy) คือ การให้สารละลายทางหลอดเลือดดำ เพื่อการขับสารประเภทโลหะหนัก และสารพิษอื่นๆ ออกจากร่างกาย ส่วนมากใช้ในการรักษา โรคหัวใจ

- การดัดกระดูก (Chiropractic Care) คือ การรักษาโดยการจัดกระดูกสันหลัง การให้คำปรึกษาในเรื่องโภชนาการ และวิถีการดำเนินชีวิต วิธีนี้ใช้ในการรักษาโรคเรื้อรัง

- การใช้แบบสอบถามที่ครอบคลุม เป็นการหาข้อมูลโดยละเอียดในเรื่องประวัติสุขภาพ อาการเจ็บป่วยในปัจจุบัน และความใส่ใจอื่นๆ

- การล้างพิษ (Detoxification Therapy) เป็นรูปของการล้างพิษ รวมถึงการอดอาหาร การบำบัดด้วยน้ำ และการให้น้ำคั้นผักและผลไม้ (Juicing) ซึ่งช่วยกำจัดสารเคมีออกจากร่างกาย

- การทดสอบเพื่อการวินิจฉัย (Diagnostic Test) เช่น การตรวจเลือด การตรวจปัสสาวะ การวิเคราะห์เส้นผมและอื่นๆ

- การสร้างจินตนาการตามคำชี้แนะ (Guided Imagery) คือ การสร้างภาพโดยพลังจากจิตใจ เป็นภาพในจินตนาการ ซึ่งถูกสร้างขึ้นเพื่อช่วยกระตุ้นการตอบสนองภายในทางบวก

- การรักษาด้วยต่อม (Glandular Therapy) เป็นวิธีการให้สารสกัดจากต่อม ซึ่งตรงกับอวัยวะที่มีปัญหา จะช่วยให้ร่างกายสามารถรักษาตัวเองได้ (เช่น ตับ ม้าม ต่อมไทมัส และอื่น ๆ)
- การใช้สมุนไพร (Herbal Medicines) เป็นการใช้พืชที่มีการพิสูจน์แล้วว่า มีผลทางการแพทย์ ซึ่งรักษาโรคได้มากมาย
- การรักษาแบบ Homeopathy ใช้สารถอนพิษที่มีฤทธิ์ทางยา ซึ่งเพียงเจือจางก็อาจก่อให้เกิดอาการต้านพิษ ที่รับเข้าไปก่อนเพื่อกระตุ้นขบวนการซ่อมแซมร่างกาย
- วารีบำบัด (Hydrotherapy) เป็นการใช้ความร้อน น้ำเย็นรักษาโรค
- การทำให้หลับเพื่อการรักษา หรือการบำบัดด้วยจิตใต้สำนึก (Hypnotherapy) เป็นเครื่องมือที่ใช้เจาะเข้าไปในจิตไร้สำนึกของคนเพื่อช่วยในการรักษาโรค
- การให้คำแนะนำทางโภชนาการและทางจิต (Nutritional and Psychological Counseling) คือ การทำงานกับคนไข้ โดยให้คำแนะนำเรื่องอาหาร และความช่วยเหลือทางด้านจิตใจ
- การให้สารอาหารเสริม (Nutritional Supplement) เป็นพวกวิตามิน แร่ธาตุ กรดอะมิโน สารสกัดต่อม สมุนไพร และสารอาหารอื่นๆ ชนิดเดียวกัน หรือรวมกันหลายๆ ชนิด ทำออกมาเป็นสูตร เพื่อส่งเสริมการทำงานของร่างกาย หรือรักษาโรค

โปรแกรมการรักษาแบบองค์รวมที่แท้จริงเชื่อในแนวทาง การเข้าหาการรักษา ด้วยความเข้าใจทั้งหมด ซึ่งรวมการแพทย์ทั้งแนวหลัก และแนวธรรมชาติเข้าไว้ด้วยกัน และรับรองเรื่องพลังของร่างกายมนุษย์ และพลังของจิตใจ ซึ่งควบคุมร่างกายอีกทีหนึ่ง และทั้งสองสิ่งนี้เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการมีสุขภาพที่ดีที่สุด

องค์การอนามัยโลก ได้ให้คำจำกัดความของคำว่า “สุขภาพ” ไว้ว่า สุขภาพ มิได้หมายความว่าเพียงการไม่มีโรคเท่านั้น แต่หมายถึง กายดี จิตดี สังคมดี อย่างสมบูรณ์แบบ คำว่า “องค์รวม” คือ การมองกระบวนการสุขภาพ ชีวิต กระบวนการการดูแลรักษา ผู้ดูแลรักษา ผู้ป่วย ที่เน้นการเชื่อมโยงถึงกันที่ดึงมาเข้าหากัน แล้วนำมาเป็นเครื่องมือในการดูแล สุขภาพ กล่าวคือ มองเรื่องสุขภาพอย่างเป็นระบบ ไม่มองเฉพาะการป่วยไข้ และการบำบัดรักษาเท่านั้น ชีวิตโดยองค์รวม คือ กายกับจิต การดูแลรักษาชีวิต ก็คือ การทำให้ชีวิตบริสุทธิ์ สมดุล ดำเนินไปได้อย่างสอดคล้องกับธรรมชาติ และกฎธรรมชาติ โดยไม่เน้นด้านใดด้านหนึ่งเป็นการเฉพาะ

กระบวนการดูแลรักษาแบบองค์รวม คือการดูแลรักษาสุขภาพโดยวิธีการต่างๆ ในสภาพปกติมากกว่าการรักษาโรคในเวลาป่วยไข้ หรือแม้เวลาป่วยไข้ก็นำเอาวิธีการต่างๆ ที่สอดคล้องกัน ได้ อันมีประสิทธิภาพต่อการดูแลรักษา มารักษาอย่างถูกวิธี ผู้ดูแลรักษาแบบองค์รวม คือ ผู้ดูแลรักษาไม่จำกัดกลุ่มบุคคลอยู่เฉพาะแพทย์ และพยาบาลเท่านั้น แต่จะต้องรวมไปถึงผู้ป่วย ซึ่งจะต้อง

เปลี่ยนแปลงทัศนคติจากเดิมที่เคยคิดว่าตนเอง เป็นเพียงเหยื่อของโรคที่รอการช่วยเหลือจากแพทย์และพยาบาลเท่านั้น แต่ต้องเปลี่ยนความเชื่อ ทัศนคติและความคิด โดยมาคิดใหม่ว่า อาการป่วยไข้ที่เผชิญอยู่นั้น เป็นบทเรียนที่ตนได้มีส่วนร่วมเข้าไปเรียนรู้ และหาทางรักษาร่วมกันกับหลายๆ ฝ่าย ที่เกี่ยวข้อง

ในนโยบาย ทิศทาง และยุทธศาสตร์ในการพัฒนาระบบสุขภาพทางเลือกของกระทรวงสาธารณสุข นั้น ได้อธิบายถึงลักษณะของศาสตร์สุขภาพทางเลือกว่าสอดคล้องกับหลักการของสุขภาพองค์รวมที่มีเป้าหมายไปสู่สภาวะที่ดี ทั้งกาย จิต จิตวิญญาณ และสังคมได้ครบถ้วน กล่าวคือ

๑. ศาสตร์สุขภาพทางเลือก โดยเฉพาะศาสตร์การแพทย์ดั้งเดิม ทางภูมิภาคตะวันออก มีหลักการและวิธีการที่เป็นองค์รวม นั่นคือ ได้ให้ความสำคัญกับปัจจัยทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ และปัจจัยแวดล้อมที่สัมพันธ์กับมนุษย์ อย่างกลมกลืนเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ

๒. ศาสตร์สุขภาพทางเลือกมอง “สุขภาพดี” ว่า เกิดจากภาวะสมดุล เช่น การแพทย์แผนไทย และการแพทย์ตะวันออกอื่นๆ ถือว่าสุขภาพของคนเราจะดีขึ้นได้ ต่อเมื่อมีภาวะสมดุลในร่างกาย และระหว่างกายกับจิต ความเจ็บป่วยที่แท้จริงเป็นผลจากการเสียสมดุลของร่างกาย ทั้งระบบโดยจะปรากฏอาการออกมาที่ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย ความตึงเครียดในจิตใจ ตลอดจนชีวิตที่ขาดสมดุลระหว่างกายกับใจ ก็สามารถส่งผลให้เกิดความเจ็บป่วยได้ การดูแลรักษาจึงมุ่งเน้นการฟื้นฟูและเสริมสร้างความสมดุลให้เกิดแก่ชีวิตทั้งกายและจิตให้สอดคล้องกับ ธรรมชาติ โดยปรับการกินอาหารให้สอดคล้องกับธรรมชาติของมนุษย์และเสริมสร้างดุลยภาพให้กับร่างกาย

๓. ศาสตร์สุขภาพทางเลือกมองร่างกายในลักษณะที่สัมพันธ์เชื่อมโยงกัน

๔. ศาสตร์สุขภาพทางเลือกเน้นการใช้วิธีการแบบธรรมชาติ เช่น การใช้สูตรอาหาร ธรรมชาติต่างๆ การนวด วารีบำบัด ฯลฯ หลายเทคนิคให้ความสำคัญกับการปรับสมดุลของ พลังชีวิต การกระตุ้นกลไกการเยียวยาตนเอง เช่น การฝึกโยคะ ฤๅษีดัดตน ชี่กง การใช้สมุนไพร การกระตุ้นพลังแม่เหล็กไฟฟ้าชีวภาพในร่างกาย การฝังเข็ม การบำบัดด้วยกลิ่น การใช้ศิลปะบำบัด การบำบัดด้วยความร้อน การบำบัดด้วยเสียงหัวเราะ การสร้างจินตนาการ รวมทั้งการให้ความสำคัญกับการปรับสมดุลของจิตใจ ส่งผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย เช่น การทำสมาธิ การฝึกการหายใจ เทคนิคการควบคุมจิต/กายต่าง ๆ เป็นต้น

๕. ศาสตร์สุขภาพทางเลือก สามารถเสริมซึ่งกันและกัน เพื่อประโยชน์สูงสุดต่อสุขภาพ กล่าวคือ เทคนิคการดูแลสุขภาพหรือบำบัดด้วยศาสตร์สุขภาพทางเลือก แม้จะมีจุดเน้นที่แตกต่างกัน แต่ก็ล้วนหนุนเสริมซึ่งกันและกัน อันจะทำให้การบำบัดแบบองค์รวมได้ผลอย่างแท้จริง โดยผู้ป่วยจะต้องเปลี่ยนแบบแผนการกินอาหาร ออกกำลังกายให้มากขึ้น หรือปฏิบัติสมาธิเป็นประจำ หากไม่มีการปรับเปลี่ยนดังกล่าว สมดุลของธาตุ หรือพลังที่เคยไหลเวียนด้วยดี ก็อาจถูกสกัดอีกครั้งหนึ่ง การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต พฤติกรรมสุขภาพและสภาพแวดล้อมจะหนุนเสริม ร่างกายให้สามารถปรับสู่ความสมดุลได้เร็วขึ้นและยั่งยืน

สรุปได้ความว่า สมุนไพรที่ใช้ในคัมภีร์และสมุนไพรไทยเชิงพุทธบูรณาการนั้น หมายรวมเอาสิ่งที่เหมือนกันเข้าเป็นองค์เดียวกัน เช่น ตำรายาที่มีรสเดียวกันจัดเข้าในพิกัดเดียว หรือ แบ่งประเภท เช่น ตำยาสมุนไพรประเภทราก ก็จักเข้าด้วยกันในเครื่องยา ตำรับยาบางตัวก็เป็นตำรับยาเชิงเดียว และบางตัวก็จัดเข้ากันเป็นตำรับเชิงผสม แนวการบูรณาการเชิงพุทธ กล่าวคือ การบำบัดรักษาโรค โดยอาศัยหลักธรรมะเข้าไปเป็นองค์รวมพบว่าใช้หลักการทำสมาธิ บำบัดรักษาโรคทางใจ ใช้ธรรมะโอสธบำบัดรักษา ดังปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก พระโมคคัลลานะเถระ อาพาธหนัก พระพุทธองค์ ทรงสวดบทมนต์โพชฌงค์ ๗ ให้ฟัง เมื่อสาธยายมนต์จบ พ้นพระโมคคัลลานะเถระ ก็หายจากอาพาธ เป็นต้น แม้พระพุทธโฆ พระองค์ทรงประสงฆ์หนัก แล้วพระพุทธองค์ยังเลือกให้พระมหาจุณทะ สวดโพชฌงค์ ๗ ให้ฟัง พอพระมหาจุณทะ สวดสาธยายพระปริตร คือ โพชฌคปริตรจบลง พระพุทธองค์ก็หายจากอาการประชวรทันที หากจะวิเคราะห์ว่า คืออะไร ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ผู้วิจัยได้ให้มุมมองในที่นี้ว่า ความศรัทธาในองค์ธรรมมีมากกว่าอาการไข้เจ็บ เพราะเหตุติดประกาศธรรมคือธรรมโอสธ และในปัจจุบัน การแพทย์ทั้งแผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบัน ต่างสืบสานยอมรับว่า การบำบัดเชิงพุทธบูรณาการนั้น ได้ผลดีอีกระดับหนึ่ง คาถา มন্ত্রา พุทธมนต์ เถกเป่า เช่นกัน ทั้งนี้ วิธีการใช้ยาสมุนไพรในการรักษาโรคเชิงพุทธบูรณาการ กล่าวคือตามหลักการและวิธีการทางพระพุทธศาสนาสามารถแสดงเป็นแผนภูมิให้เห็นชัดเจน ดังแผนภูมิที่ทำไว้ข้างล่าง พอเป็นอนุสั เป็นปัจจัยส่งให้เข้าถึงได้พอสังเขป ดังนี้

ดังนั้น การบำบัดรักษาจึงเน้นที่การรักษาที่ต้นเหตุเบื้องต้นของการเจ็บป่วย โดยใช้วิธีดูแลเยียวยาสุขภาพของปัจจัยองค์รวมทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นสุขภาพกาย สุขภาพใจ สภาพสังคม สิ่งแวดล้อม ให้อยู่ในดุลยภาพที่เหมาะสม โดยอาศัยทั้งวิธีการทางการแพทย์แผนปัจจุบันและการแพทย์ทางเลือก (Alternative therapy) ที่เน้นการกลับคืนสู่วิถีแห่งธรรมชาติ รวมทั้งสนับสนุนให้ผู้ป่วยได้มีโอกาสช่วยเหลือตนเองให้ได้มากที่สุด โดยเน้นที่การส่งเสริมสุขภาพให้แข็งแรงสมบูรณ์มากกว่าที่จะบำบัดความเจ็บป่วยให้หายแต่เพียงอย่างเดียว

จากหลักการของการแพทย์แบบบูรณาการดังกล่าว เมื่อนำมาพิจารณาประกอบกับการศึกษาหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาจะพบปรากฏการณ์ที่น่าสนใจคือ การดูแลรักษาสุขภาพแบบบูรณาการหรือแบบองค์รวมนั้น มีหลักการที่สอดคล้องกับหลักพุทธธรรมในพระพุทธศาสนาหลายประการ โดยเฉพาะหลักของ “อิทัปปัจจยตา” ที่ถือว่า สรรพสิ่งล้วน อิงอาศัย และเป็นเหตุปัจจัยของกันและกันในการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ไม่มีสิ่งใดที่สามารถดำเนินไปอย่างเป็นเอกเทศจากสิ่งอื่นได้ เช่นเดียวกันกับแนวคิดในเรื่อง “ชีวิต” ที่พระพุทธศาสนาอธิบายว่า ชีวิตประกอบด้วยรูปกับนาม หรือ กายกับใจ ที่มีการทำงานร่วมกัน แบบพึ่งพาอาศัยกันและกันอย่างแยกจากกันไม่ได้ ดังนั้น เมื่อเกิดภาวะความเจ็บป่วยขึ้นมา เราสามารถนำเอาหลักการในเรื่ององค์รวมของชีวิตตามหลักพุทธธรรมดังกล่าว มาประยุกต์ใช้เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพให้ดีขึ้นได้

โรคภัยไข้เจ็บนั้น จัดเป็นความทุกข์อย่างหนึ่งที่เกิดกับทุกชีวิต เป็นธรรมดาของชีวิต และอาจเป็นอุปสรรคต่อการดำเนินชีวิตที่ดีงาม แม้ว่าจุดยืนของพระพุทธศาสนาจะอยู่ที่การฝึกฝนเพื่อความเจริญของงามของจิตใจ แต่ทั้งนี้ก็ตระหนักดีว่าการบำบัดโรคและรักษาสุขภาพนั้นเป็นสิ่งเกื้อหนุนให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ด้วยดี ดังพระพุทธทวณะที่ว่า “อาโรคย ปรมา ลาภา”^{๔๐} หรือ “ความไม่มีโรค เป็นลาภอย่างยิ่ง”^{๔๑}

^{๔๐} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, ครั้งที่ ๓๓, พุทธศาสนสุภาษิต (เล่ม ๑), (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๓๑.

^{๔๑} พ.ร.บ. (ไทย) ๒๕/๒๐๔/๙๖.