

ពង្រួលកិច្ចការរដ្ឋបាល. ១២១

๑๔๗. จำนวนกิจกรรมเพื่อการอนุรักษ์และส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่น

ภูมิปัญญาชาวบ้าน
ด้านการทำแคน

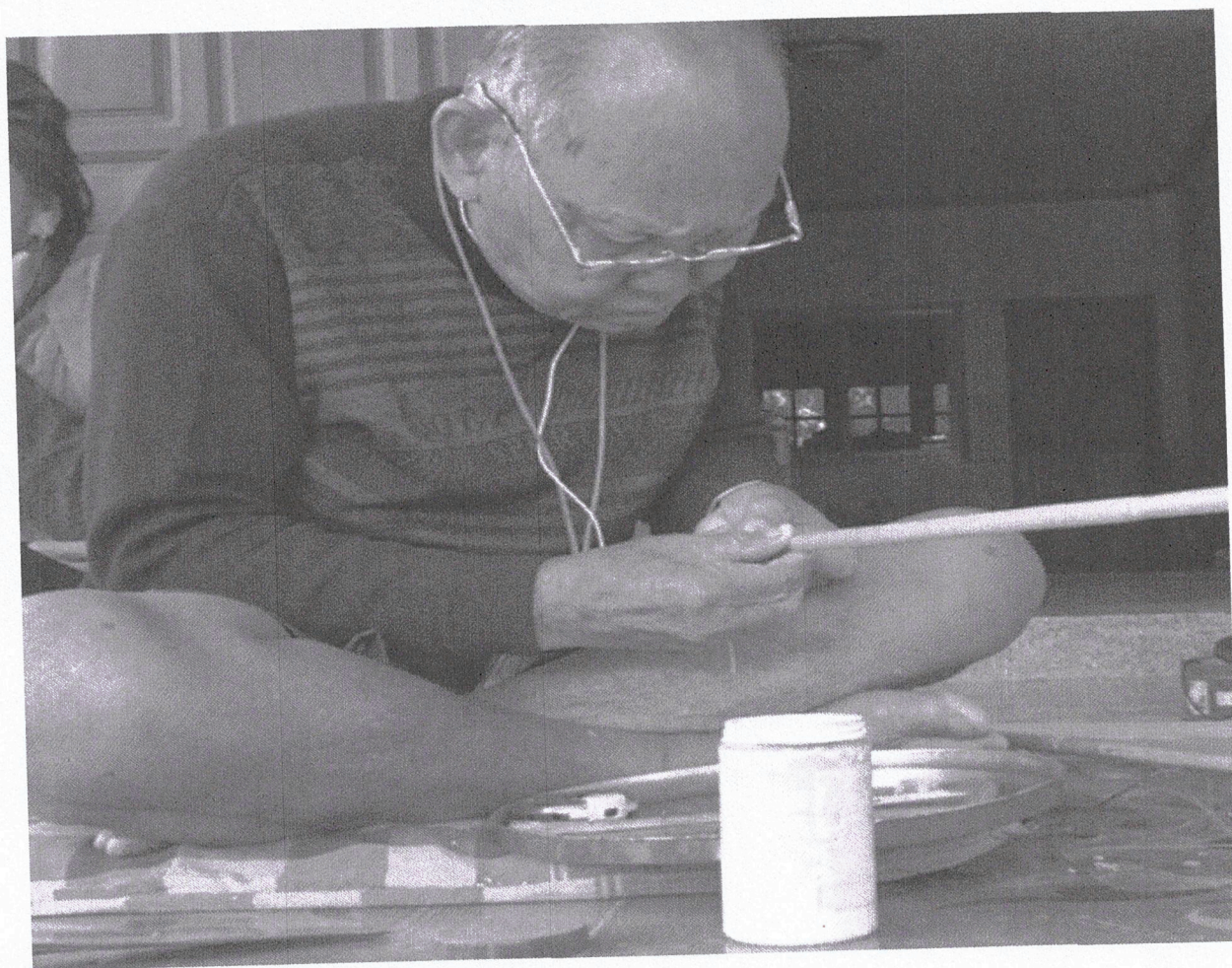
ข้อมูลภูมิปัญญาชาวบ้าน เรื่องการทำแคน ของตำบลสีแก้ว

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	บ้าน	หมู่ที่	หมายเหตุ
๑.	นายเคน สมจินดา	สีแก้ว	๕	
๒.	นายสุเมร เทพขาม	เหล่าขาม	๗	
๓.	นายสุดที่ พันสีแก้ว	สีแก้ว	๔	
๔.	นายสิงห์ อินอุ่นโชติ	บ้านหัวหนอง	๑๐	

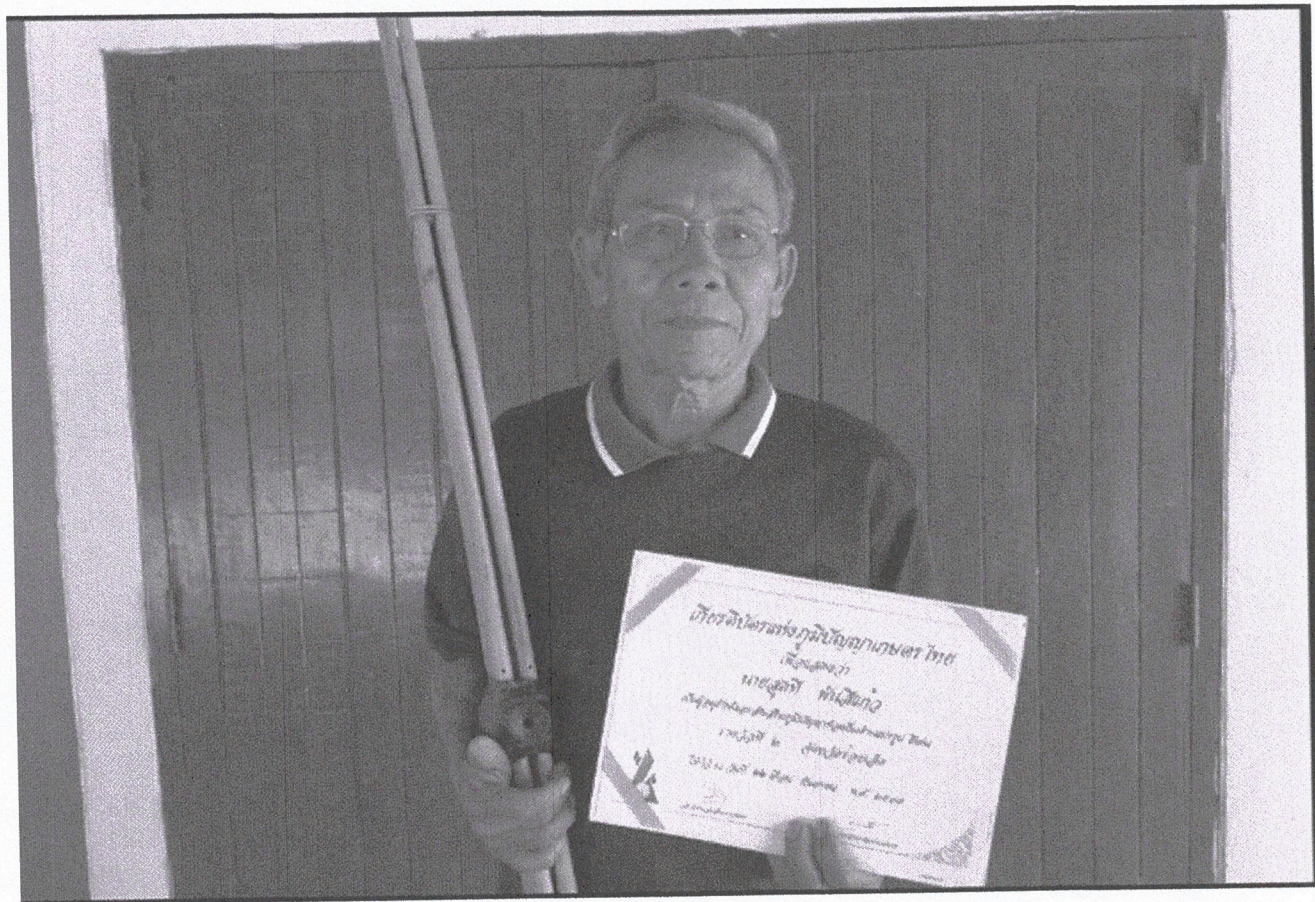




นายเคน สมจินดา บ้านสีแก้ว หมู่ที่ 5



นายสุทธิ พันสีแก้ว บ้านสีแก้ว หมู่ที่ 4





วัสดุอุปกรณ์ในการทำแคน



ภูมิปัญญาชาวบ้าน
ด้านการทอผ้าตาลีก

กลุ่มทอผ้าตาลึก บ้านหนองตุ หมู่ ๑๒ ประเพณีภูมิปัญญา



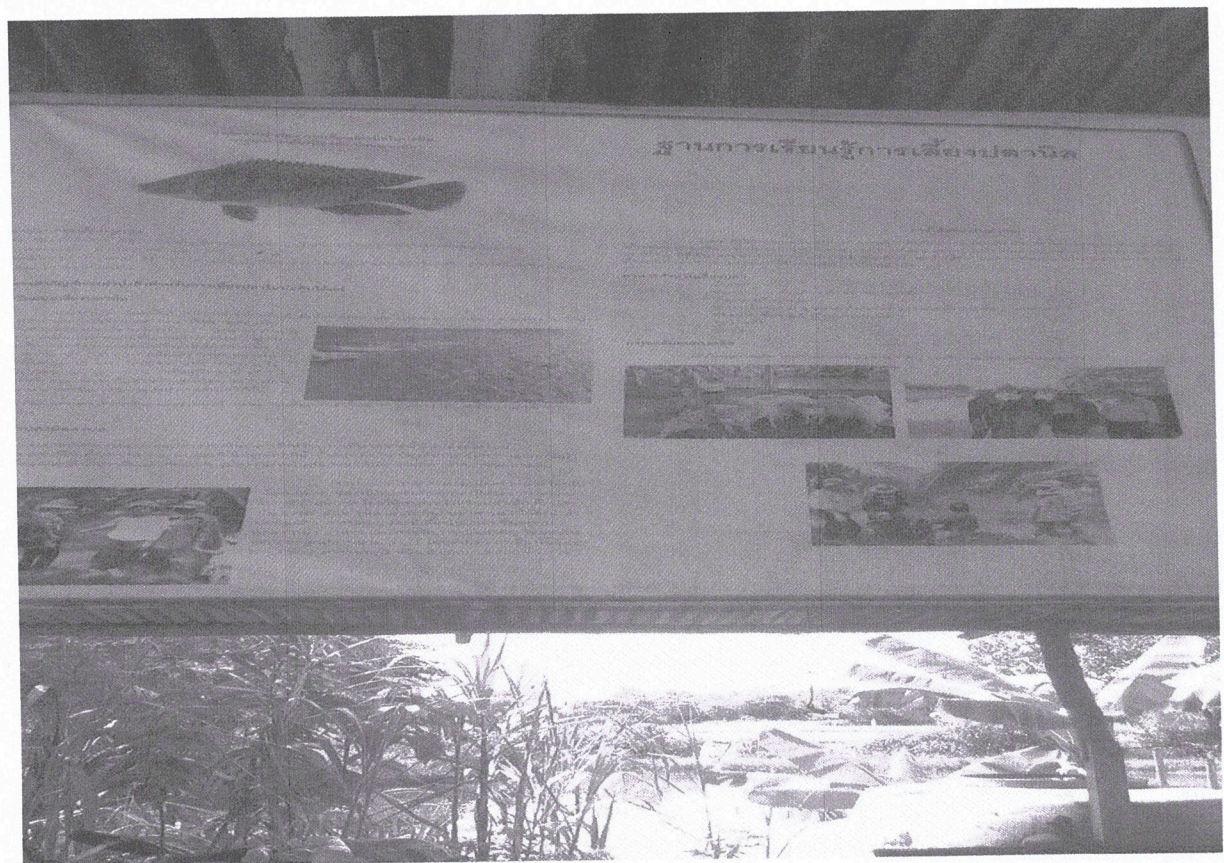


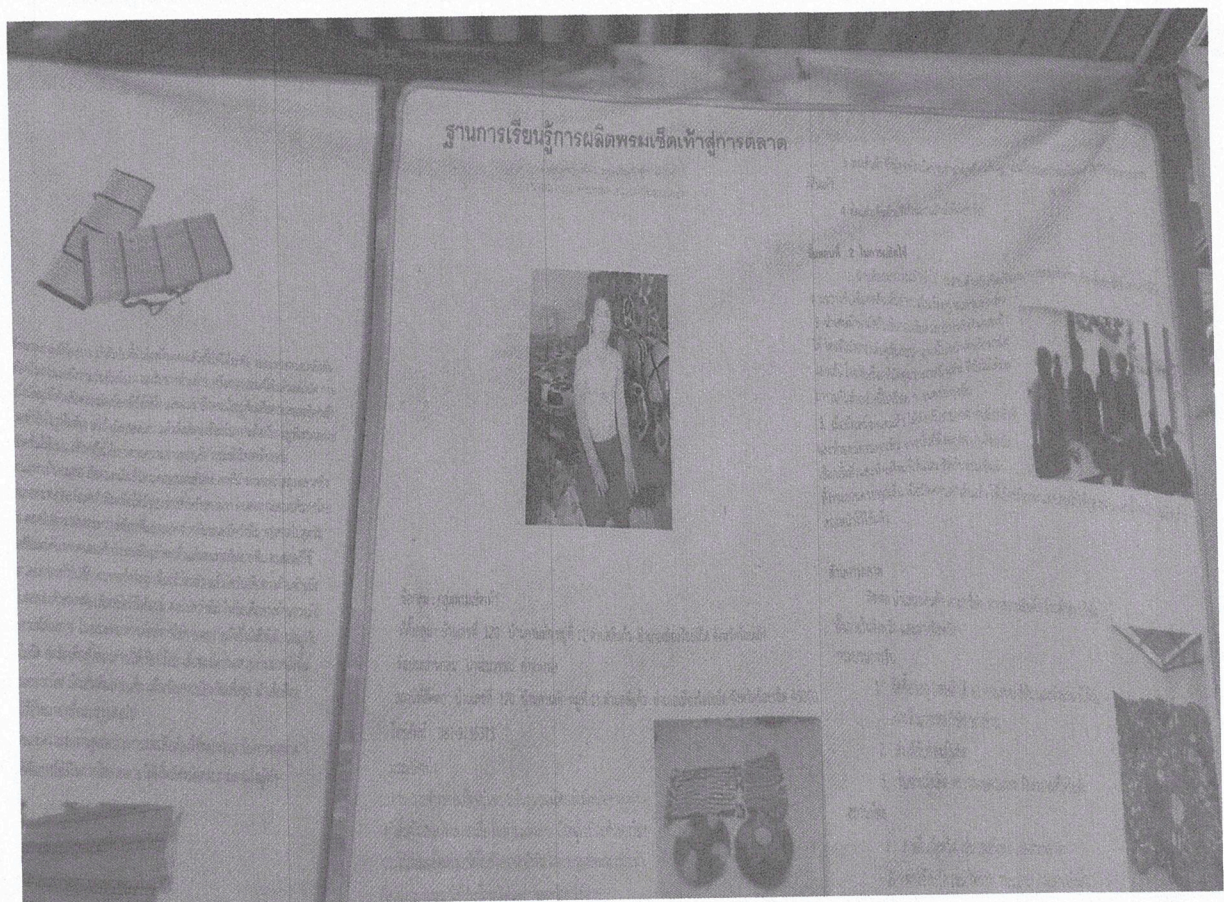
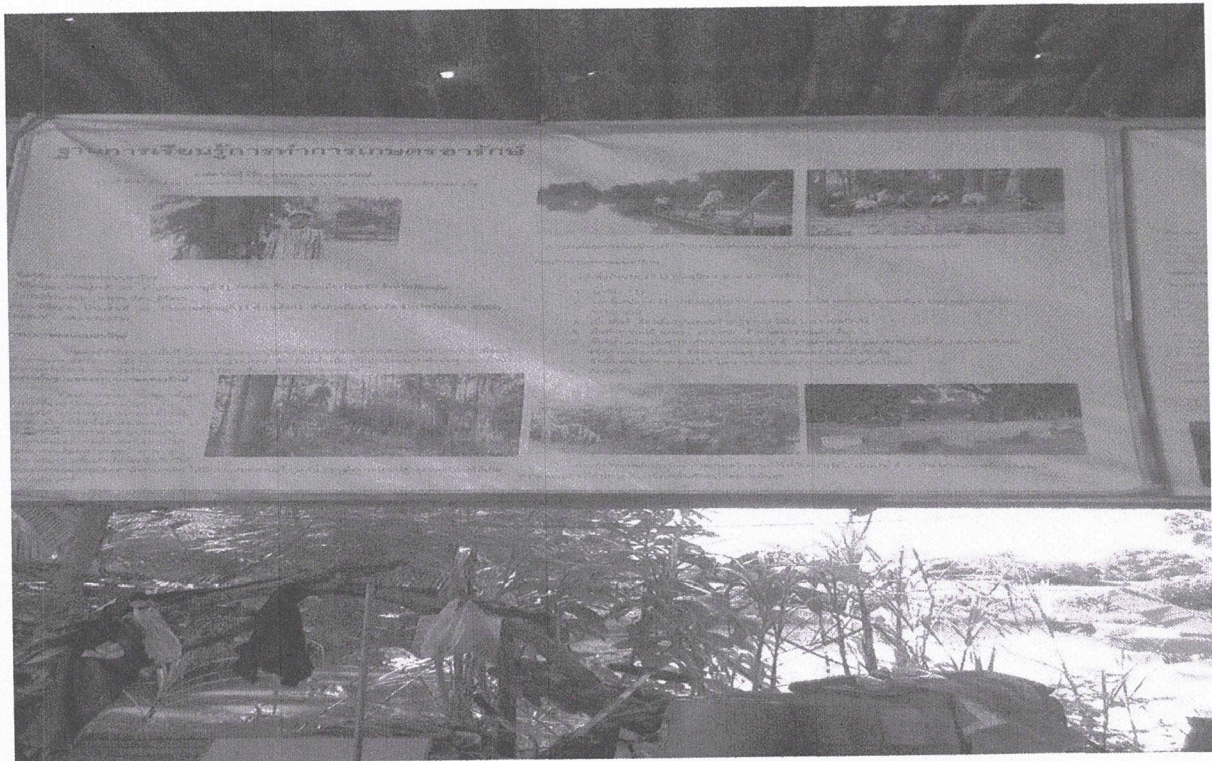
ภูมิปัญญาชาวบ้าน
ด้านการทำพรมเช็ดเท้า



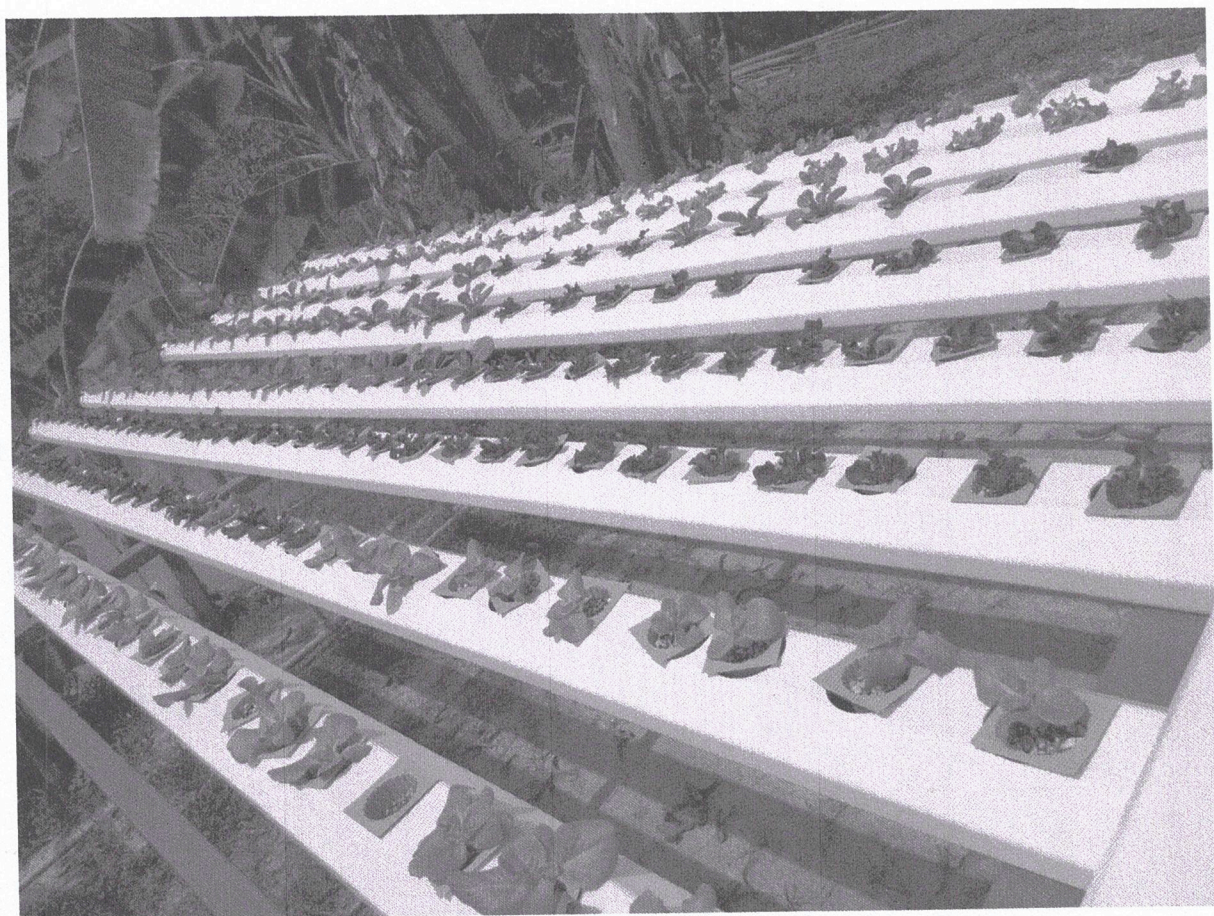
ภูมิปัญญาชาวบ้าน
ด้านเศรษฐกิจพอเพียง

ศูนย์เรียนรู้ชุมชนบ้านคานหัก ม.11 ประเภทเกษตรเศรษฐกิจพอเพียง/ภูมิปัญญา









ไร่นาสวนผสม ของ นายคำมี มณีจักร บ้านสีแก้ว หมู่ที่ 5









แหล่งท่องเที่ยวเชิง เกษตรทฤษฎีใหม่ ของนางสาวระพีพรรณ อนุรักษ์ หมู่ที่ 22









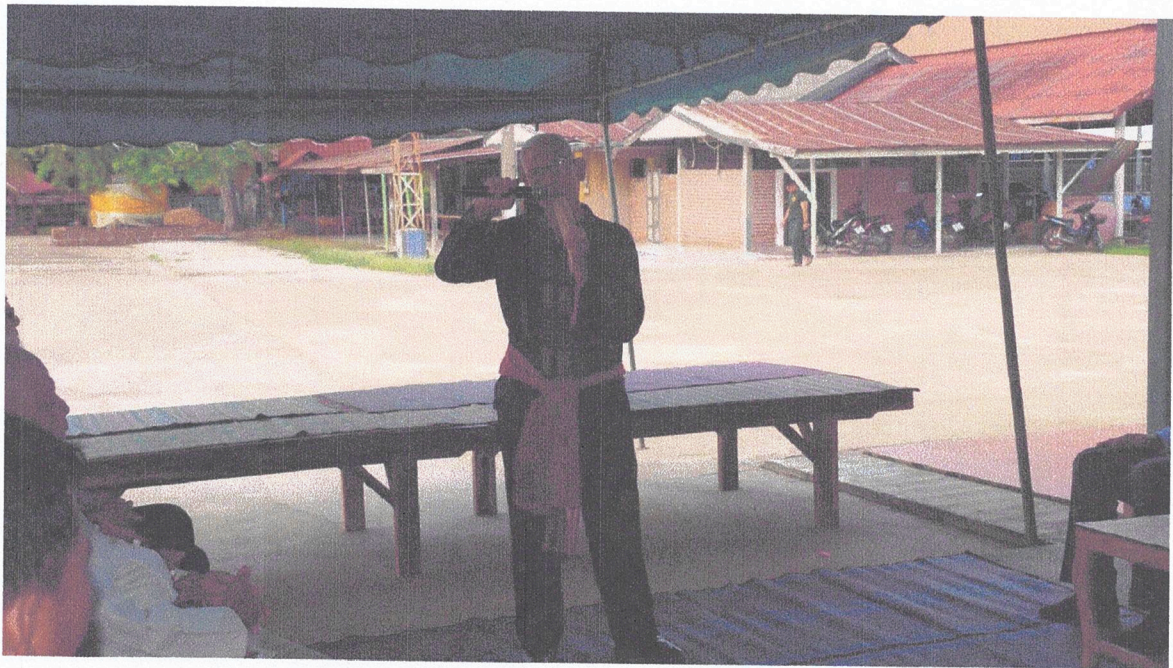
ภูมิปัญญาชาวบ้าน

ด้านหมอลำ และ หมอแคน

โดย คุณแม่สำรวย อินอุ่นโชติ

และ คุณพ่อสุดที่ พันสีแก้ว

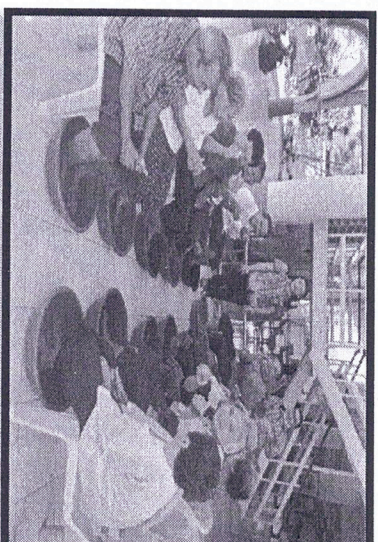
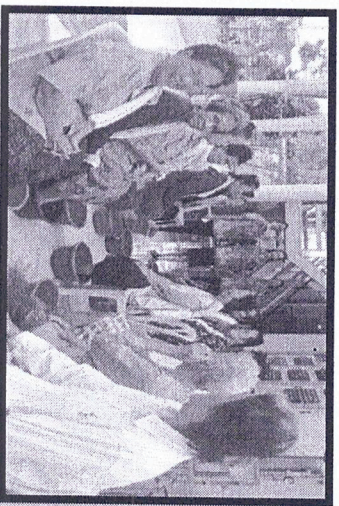
ภูมิปัญญาชาวบ้านด้านหมอลำ โดยแม่สำรวย อินอุ่นโชติ และพ่อสุดที่ พันสีแก้ว



ภูมิปัญญาท้องถิ่น
ด้านการแพทย์แผนไทย

ผลการดำเนินงาน

กลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ที่มารับบริการคลินิก DM, HT ที่มีอาการมีน้ำตาลมากเป็นผลจากการที่ไม่รู้สีก มีน้ำตาลแฝงได้ง่าย ผลของการแช่เท้าด้วยสมุนไพรว่า ผู้ป่วยเบาหวานมีอาการมีน้ำตาลลดลง ๘๐ ของผู้มารับบริการคลินิก DM, HT และลดอัตราการเกิดแผลที่เท้าได้มากขึ้น คิดเป็นร้อยละ ๘๐ ซึ่งที่เท้าของคนเรามีเส้นโลหิตกระจายกันมากมาย การแช่เท้าในสมุนไพร จะ ทำให้เส้น โลหิต ฝ่อ ย่อยายตัว กระตุ้นให้โลหิตหมุนเวียนเร็วขึ้น ลดอาการมีน้ำตาลเท้าและคลายความตึงเครียดของกล้ามเนื้อส่วนขาจากความเมื่อยล้าได้



ส่วนประกอบ

ให้ใช้สมุนไพรฤทธิ์เย็น ประมาณ ครั้ง-1 กำมือ
เช่น ใบเตย เบญจรงค์(อ่อนแซบ) ผักบุ้ง ใบ
บัวบก ย่านาง รางจิต ใบมะขาม
ใบส้มป่อย เถาเอ็นอ่อน

ต้มจนเดือด ผสมน้ำให้พออุ่น แช่เท้า 3-5 นาที



สมุนไพรแช่เท้าบำบัด อาการมีน้ำตาลเท้า



โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
เฉลิมพระเกียรติฯ บ้านสีแก้ว
อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ

ผลการดำเนินงาน

ผลของอาการปวดข้อจากการรักษาด้วยการ

พอกสมุนไพร พบว่า ผู้สูงอายุจากที่มี

ความปวดอยู่ในระดับมาก(๗-๘คะแนน) ร้อยละ

๔๖.๒ หลังจากพอกสมุนไพรผู้สูงอายุมีอาการ

ปวดระดับมากลดลงเหลือ ร้อยละ ๑๕.๕

ประเมินความสามารถในการเคลื่อนไหวข้อเข่า

พบว่า สามารถเคลื่อนไหวข้อเข่าได้ดีขึ้น ความ

ลำบากในการขึ้น-ลงบันไดลดลง สามารถนั่ง

ยองๆหรือพับเข่าได้มากขึ้น และการเปลี่ยนท่า

นั่งเป็นท่ายืนมีความลำบากลดลง ซึ่งสมุนไพร

พอกเช่นนี้ จะช่วยลดอาการ ปวด บวม อักเสบ

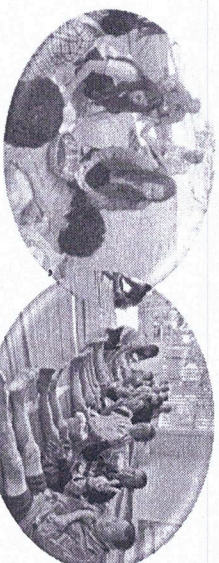
ของข้อเข่า ให้ลดลงได้ ซึ่งช่วยลดการใช้ยาแผน

ปัจจุบัน ไม่ต้องรักษาด้วยการผ่าตัด ลด

ค่าใช้จ่ายในการรักษาและก่อให้เกิดความ

ยุ่งยากลำบากในการทำงานและสามารถทำ

กิจวัตรประจำวันได้เป็นปกติอีกด้วย



การจัดเตรียม

สมุนไพรพอกเข่า

ได้แก่ หัวเื่องหมายนา เหง้าไพล ใบ

เถาเอ็นอ่อน ใบบัวบก นำมาหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ

แล้วโม่รวมกัน เติมน้ำมันและการบูร นำไป

ห่อผ้าขาวบาง แล้วนำไปพอกบริเวณข้อเข่า

ประมาณ ๑๐ - ๑๕ นาที โดยจะพอกในวันทำ

กิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ คือ วันอังคารวันศุกร์

ประเมินผลการปฏิบัติกิจกรรมและประเมิน

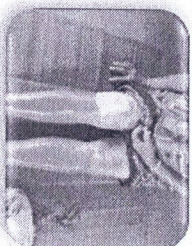
ความเจ็บปวดของข้อเข่า เป็นเวลา ๔ เดือน

กลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้สูงอายุที่มีอาการ

ปวดข้อเข่าเป็นเวลานาน และมีอาการร่วม คือ

ข้อศีกษัด มีเสียงในข้อเข่าเมื่อมีการเคลื่อนไหว

จำนวน ๕๐ คน



มหาวิทยาลัยสุรนารี

พอกสมุนไพร



โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
เฉลิมพระเกียรติบ้านสีแก้ว
อำเภอเมือง จังหวัดร้อยเอ็ด

วัตถุประสงค์ มีก่เจบ่ด้วยดว้ยระบบการให้ผลเวียมนเิลหิตและระบบ
ประสาททางโดยมีสิ่งี่ควบคุมความคุมความเป็นเบี่ยงของธาตุลุม 3
ประการคือ

2) ลงในร่างกาย ซึ่งเกี่ยวข้องกับระบบประสาทต่างๆและเส้นเลือดฝอย ภาวะหัวใจขาดเลือด โรคที่เกิดมักเกี่ยวข้องกับเส้นเลือดฝอยแตก ตีบตัน หรือเป็นอัมพาต อาการาวอด

การหาพื้นที่ภาคใต้ตามลำดับจังหวัดตามแผนที่ภาคใต้

๑) ขบวนการผลิตนำดีดีของตัวบ โฉนที่เกิดขึ้นเกี่ยวข้องกับระบบนำดีดีภายในองค์กร นำดีดีออกสู่ต้น ภาวการณ์ผลิตนำดีดี

3) โรคที่เกิดจากความอ่อนแอจากกระบวนการการเผาผลาญเป็น
การทำงานของร่างกาย โรคที่เกิดขึ้นเกี่ยวข้องกับอาการการส่ว
ร้อน เป็นไข้ ร้อนใน ตีตื้นออก แดง

๑. ๒. ๓. ๔. ๕. ๖. ๗. ๘. ๙. ๑๐. ๑๑. ๑๒. ๑๓. ๑๔. ๑๕. ๑๖. ๑๗. ๑๘. ๑๙. ๒๐. ๒๑. ๒๒. ๒๓. ๒๔. ๒๕. ๒๖. ๒๗. ๒๘. ๒๙. ๓๐. ๓๑. ๓๒. ๓๓. ๓๔. ๓๕. ๓๖. ๓๗. ๓๘. ๓๙. ๔๐. ๔๑. ๔๒. ๔๓. ๔๔. ๔๕. ๔๖. ๔๗. ๔๘. ๔๙. ๕๐. ๕๑. ๕๒. ๕๓. ๕๔. ๕๕. ๕๖. ๕๗. ๕๘. ๕๙. ๖๐. ๖๑. ๖๒. ๖๓. ๖๔. ๖๕. ๖๖. ๖๗. ๖๘. ๖๙. ๗๐. ๗๑. ๗๒. ๗๓. ๗๔. ๗๕. ๗๖. ๗๗. ๗๘. ๗๙. ๘๐. ๘๑. ๘๒. ๘๓. ๘๔. ๘๕. ๘๖. ๘๗. ๘๘. ๘๙. ๙๐. ๙๑. ๙๒. ๙๓. ๙๔. ๙๕. ๙๖. ๙๗. ๙๘. ๙๙. ๑๐๐.

ท่านได้เป็นบิดาแล้ว

[illegible]

งานแพทย์แผนไทยพ.สด.สู่แก้ว

หลักการและทฤษฎีการแพทย์แผนไทย

ตามหลักทฤษฎีการแพทย์แผนไทยกล่าวว่า

คนเราเกิดมา ร่างกายประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ลม และไฟ ซึ่งในแต่ละคนจะมีธาตุเด่นเป็นธาตุประจำตัว เรียกว่า "ธาตุเจ้าเรือน"

ธาตุเจ้าเรือน หมายถึง องค์ประกอบของธาตุทั้ง 4 ที่

รวมกันอย่างปกติแต่ละธาตุอย่างใดอย่างหนึ่งเด่น

มากกว่าธาตุอื่นๆ ซึ่งจะเป็นบุคลิกลักษณะ และอุปนิสัยที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิด หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า "ธาตุ

กำเนิด" ภายหลังอาจเปลี่ยนแปลงได้ เนื่องจากพฤติกรรม

การเลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อม ซึ่งทฤษฎีการแพทย์แผนไทย

ให้ความสำคัญของชีวิตว่าชีวิต คือ ชันธ 5 ได้แก่ รูป

เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ร่างกาย

ประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 ได้แก่ ธาตุดิน (20 ประการ)

ธาตุน้ำ(12 ประการ) ธาตุลม(6 ประการ) ธาตุไฟ(4

ประการ)

การวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือนของแต่ละบุคคลสามารถ

วิเคราะห์ได้ดังนี้

1) ธาตุดิน คือ คนที่เกิดเดือน 1,1,2,1 หรือเดือนตุลาคม

พฤศจิกายน , ธันวาคม

2) ธาตุน้ำ คือ คนที่เกิดเดือน 8,9,10 หรือเดือน

กรกฎาคม,สิงหาคม,กันยายน

3) ธาตุลม คือ คนที่เกิดเดือน 5,6,7 หรือเดือนเมษายน

,พฤษภาคม,มิถุนายน

4) ธาตุไฟ คือ คนที่เกิดเดือน 2,3,4 หรือเดือนมกราคม ,

กุมภาพันธ์, มีนาคม

ภาวะธาตุทั้ง 4 เสียสมดุล

หากร่างกายเกิดภาวะเสียสมดุลของธาตุทั้ง 4 บุคคลนั้น

จะมีปัญหาด้านสุขภาพ ทำให้เกิดการเจ็บป่วยได้ง่ายด้วย

อาการที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับธาตุนั้นๆ โดยอาการ

เจ็บป่วยที่ปรากฏจะแสดงให้เห็นตามธาตุต่างๆ ดังนี้

ธาตุดิน มักเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกี่ยวข้องกระดูกต่างๆของ

ร่างกาย โดยมีสิ่งซึ่งควบคุมความเจ็บป่วยของธาตุดิน 3

ประการคือ

1) หัวใจ หมายถึง การทำงานของหัวใจ การเต้นของหัวใจ

และโรคที่เกิดมักเกิดจากการทำงานของหัวใจ

2) อาหารใหม่ หมายถึง อาหารที่รับประทานเข้าไปใหม่ๆ

โรคที่เกิดมักเกิดจากการกินอาหารที่ผิดปกติ เรียกว่า "กิน

ผิด" คือกินไม่ถูกกับธาตุ กินอาหารไม่สะอาด กินอาหาร

แสดง

3) อาหารเก่า หมายถึง ปากอาหารในลำไส้ใหญ่ที่จะ

ออกมาเป็นอุจจาระ ลักษณะหรือกลิ่นป็นอกสุขภาพ

อาหารที่ธาตุดินควรรับประทานอาหาร รสฝาด หวาน มัน

เค็ม เช่น ฝรั่งดิบ หัวปลี กัลฉวย มะละกอ เผือก มัน

กะหล่ำปลี ผักกะหล่ำ ผักกาด ผักหอม ถั่วต่างๆ เสาระ หัวมัน

เทศ

ธาตุน้ำ มักเจ็บป่วยด้วยของเหลวหรือน้ำภายในร่างกาย

โดยมีสิ่งซึ่งควบคุมความเจ็บป่วยของธาตุน้ำ 3 ประการ

คือ

1) เสน่ห์หรือเซลล์ที่อยู่บริเวณลำคอโรคที่เกิดมัก

เกี่ยวกับ ไอม้เสน่ห์

2) เสน่ห์ที่อยู่บริเวณทรวงอก และช่องท้องส่วนบน

ได้แก่ เสน่ห์ น้ำย่อยในกระเพาะอาหาร โรคที่เกิดมัก

เกี่ยวกับทรวงอกและปอด เช่น หอบหืด หลอดลมอักเสบ

ปอดบวมโรคกระเพาะเป็นต้น

3) ของเหลวที่อยู่ในช่องท้องส่วนล่างหรือระบบขับถ่าย

อุจจาระ บัสดวะ โรคที่เกิดมักระบบทางเดินอาหารส่วน

ปลาย เมื่อถูกน้ำในลำไส้ น้ำในกระเพาะบัสดวะ เช่น

ท้องเสีย บิดมูกเลือด ริดสีดวงทวาร กระเพาะบัสดวะ

อักเสบ บัสดวะผิดปกติ เป็นต้น

อีกแบบ บัสดวะผิดปกติ เป็นต้น