

การแพทย์ทางเลือก

สำนักงานการแพทย์ทางเลือก
(<http://www.thaicam.go.th>)

การแพทย์ทางเลือกคืออะไร

คำว่า “ทางเลือก” เทียบกับ “ทางหลัก” จะเข้าใจว่า เป็นอีกทางหนึ่ง ที่นำมาเป็นตัวเลือกในการตัดสินใจ ที่จะใช้ทางไหน ทางหลัก คือทางที่ คนส่วนใหญ่ใช้กัน ส่วน ทางเลือก เป็นทางใหม่ หรือ ทางอื่น ที่เป็นตัวที่จะเลือกใช้ หากคนยอมรับและใช้กันมากก็จะกลายเป็นทางหลักไปอีกเช่นกัน

ความหมาย ของการแพทย์ทางเลือก นั้นขึ้นกับ เวลา และสถานที่ ในระยะเวลาแตกต่างกัน ความหมายก็แตกต่างกันเช่น ในประเทศไทยสมัยรัชกาลที่ 4 ในสมัยนั้น มีหมอฝรั่งนำการแพทย์แผนตะวันตกเข้ามาใช้ในสยามประเทศ เราเรียกการแพทย์แผนตะวันตกในตอนนั้นว่า การแพทย์ทางเลือก ในสถานที่ต่างกันจะมีความหมายแตกต่างกัน เช่น ในประเทศอินเดีย จะใช้การแพทย์แผนอินเดีย เป็น การแพทย์หลักของประเทศอินเดีย เช่น การแพทย์อายุรเวช ถือเป็น การแพทย์แผนปัจจุบัน ของอินเดีย ถูกต้องตามกฎหมาย เพราะประชาชนทั้งประเทศยอมรับที่จะใช้เป็นหลัก ประเทศจีน มีการใช้ การแพทย์แผนโบราณของจีน เป็นหลัก ถือเป็น การแพทย์กระแสหลักของจีนเช่นเดียวกัน

ในปี 2001 มีการประชุมกัน ของประเทศที่เป็นสมาชิกของ องค์การอนามัยโลก WHO ได้ให้ คำจำกัดความของ Complementary And Alternative Medicine หรือ CAM ว่า “The term CAM often refers to a broad set of health-care practices that are not part of a country’s own tradition and are not integrated into the dominant health-care system. Other terms sometimes used to describe these health-care practices include ‘natural medicine’ , ‘non-conventional medicine’ and ‘holistic medicine’.” สำหรับในประเทศไทย นั้น การแพทย์ทางเลือก คือ การแพทย์ที่ไม่ใช่ การแพทย์แผนปัจจุบัน การแพทย์แผนไทยและการแพทย์พื้นบ้านไทย การแพทย์อื่น ๆ ที่เหลือถือเป็น การแพทย์ทางเลือกทั้งหมด

การแพทย์ทางเลือก คือ การรักษาพยาบาลอีกรูปแบบหนึ่ง แตกต่างไปจากการแพทย์แผนปัจจุบัน (Conventional Medicine) ซึ่งผู้ที่ให้การรักษา จะต้องสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี และได้รับใบประกอบโรคศิลปะ เป็นแพทย์ทั่วไป หรือแพทย์เฉพาะทาง ส่วนแพทย์ทางเลือก เป็น วิทยาการผสมผสานให้ใกล้เคียงกับการดำรงชีวิตของมนุษย์ มิใช่การแพทย์ที่ให้การรักษาโดยใช้ยาแผนปัจจุบัน ผู้ให้การรักษา ไม่จำเป็นต้องจบวุฒิทางการแพทย์แผนปัจจุบัน แต่เป็นผู้ที่ผ่านการอบรม และได้รับการฝึกฝนจนเป็นที่ชำนาญในแต่ละสาขา

การแพทย์ทางเลือก(Alternative Medicine) หมายความว่า ศาสตร์เพื่อการวินิจฉัย รักษา และป้องกันโรค นอกเหนือจากศาสตร์ การแพทย์แผนปัจจุบัน การแพทย์แผนไทย และการแพทย์พื้นบ้านไทย

การแพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine) คือ การรักษาโดยไม่ใช้ยาหรือสารเคมีใดๆ จะใช้น้ำร้อน น้ำเย็น การนวด ผลไม้ อาหาร สมุนไพร โยคะ การฟุตุคย เป็นต้น

สรุปได้ว่า การแพทย์ทางเลือก หมายความว่า ศาสตร์เพื่อการวินิจฉัย รักษาและป้องกันโรค นอกเหนือจากศาสตร์ การแพทย์แผนปัจจุบัน

ประเภทของการแพทย์ทางเลือก

การจำแนกการแพทย์ทางเลือกนั้น จำแนกได้หลายแบบ

วิธีแรก การจำแนกตามการนำไปใช้ มีดังนี้

1. Complementary Medicine คือ การแพทย์ทางเลือกที่นำไปใช้เสริมหรือใช้ร่วมกับ การแพทย์แผนปัจจุบัน

2. Alternative Medicine คือ การแพทย์ทางเลือกที่สามารถนำไปใช้ทดแทนการแพทย์แผนปัจจุบันได้ โดยไม่ต้องอาศัยการแพทย์แผนปัจจุบัน

วิธีการที่สอง การจำแนกตามกลุ่มของการแพทย์ทางเลือก

หน่วยงานของ National Center of Complementary And Alternative Medicine (NCCAM, 2005) ของสหรัฐอเมริกา ได้จำแนกออกเป็น 5 กลุ่มดังนี้

1. Alternative Medical Systems คือ การแพทย์ทางเลือกที่มีวิธีการตรวจรักษาวินิจฉัย และการบำบัดรักษาที่มีหลากหลายวิธีการ ทั้งด้านการให้ยา การใช้เครื่องมือมาช่วยในการบำบัดรักษา และหัตถการต่างๆ เช่น การแพทย์แผนโบราณของจีน (Traditional Chinese Medicine) การแพทย์แบบอายุเวช ของอินเดีย เป็นต้น

2. Mind-Body Interventions คือ วิธีการบำบัดรักษาแบบใช้กายและใจ เช่น การใช้สมาธิ บำบัด โยคะ ชี่กง เป็นต้น

3. Biologically Based Therapies คือวิธีการบำบัดรักษาโดยใช้ สารชีวภาพ สารเคมี ต่าง ๆ เช่น สมุนไพร วิตามิน Chelation Therapy , Ozone Therapy หรือแม้กระทั่งอาหารสุขภาพ เป็นต้น

4. Manipulative and Body-Based Methods คือ วิธีการบำบัดรักษาโดยใช้ หัตถการ ต่างๆ เช่น การนวด การตัด การจัดกระดูก Osteopathy ,Chiropractic เป็นต้น

5. Energy Therapies คือวิธีการบำบัดรักษา ที่ใช้ พลังงาน ในการบำบัดรักษา ที่สามารถวัดได้และไม่สามารถวัดได้ ในการบำบัดรักษา เช่น การสวดมนต์บำบัด พลังกายทิพย์ พลังจักรวาล เรกิ โยเร เป็นต้น

ศาสตร์การแพทย์ทางเลือก

การให้ความหมายและความครอบคลุมของการแพทย์ทางเลือกในแง่ของศาสตร์เพื่อการวินิจฉัย รักษา และป้องกันโรค นอกเหนือจากศาสตร์ของการแพทย์ปัจจุบันนั้น กองการแพทย์

ทางเลือก กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุขปี2545 ได้จัดไว้เป็นศาสตร์3กลุ่ม ดังต่อไปนี้

1.กลุ่มศาสตร์หรือเทคนิคของศาสตร์เพื่อปรับสมดุลของธาตุและสารชีวภาพในร่างกาย ศาสตร์ในกลุ่มนี้มีมากมายได้แก่

- 1.1.สมุนไพรชนชาติต่างๆ
- 1.2.สูตรอาหารต่างๆ อาทิเช่น อาหารแมคโครไบโอติกส์(Macrobiotics) อาหารเจ อาหารมังสวิรัต และอาหารสูตรเฉพาะสำหรับผู้ป่วย
- 1.3.วิตามินบำบัด(Megavitamin)
- 1.4.ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร
- 1.5.การล้างพิษ(Detoxification)
- 1.6.สารชีวภาพอื่นๆเช่น โฮมีโอพาธี(Homeopathy) ไบโอมเลกุลบำบัด(Bio-Molecular Therapy) และการขับสารพิษ(Chelation Therapy)

2. กลุ่มศาสตร์หรือเทคนิคของศาสตร์เพื่อปรับสมดุลของโครงสร้างร่างกายในส่วนของกระดูกและกล้ามเนื้อ ศาสตร์ในกลุ่มนี้มีมากมายได้แก่

- 2.1. การนวด ดัด และดึง ในแบบของวัฒนธรรมต่างๆ
- 2.2.การจัดกระดูกแบบจีน
- 2.3.การแพทย์จัดกระดูก(Chiropractic Medicine)
- 2.4.ดุลยภาพบำบัด
- 2.5.การออกกำลังกายแบบต่างๆเช่น โยคะ ชี่กง และไท้เก๊ก
- 2.6.วารีบำบัด(Hydrotherapy)

3. กลุ่มศาสตร์หรือเทคนิคของศาสตร์เพื่อปรับสมดุลของพลังงานในร่างกายและความสัมพันธ์กาย-จิต ศาสตร์ในกลุ่มนี้มีมากมาย ได้แก่

- 3.1. สมาธิในแบบของวัฒนธรรมต่างๆ
- 3.2.การเสริมสร้างพลังในวัฒนธรรมต่างๆเช่น พลังกายทิพย์ พลังจักรวาล พลังออร่า พลังปิรามิด โยเร โยคะ ไท้เก๊ก-ชี่กง พลังจิต การสะกดจิต จินตภาพบำบัด และเวทย์มนต์
- 3.3.การฝังเข็ม(Acupuncture)
- 3.4.การกดจุด(Reflexology)
- 3.5.ดนตรีบำบัด(Music Therapy)
- 3.6.สுகนธบำบัด(Aroma Therapy)
- 3.7.สนามแม่เหล็กบำบัด(Magnetic Field Therapy)

แนวทางดำเนินงานด้านการแพทย์ทางเลือกของกระทรวงสาธารณสุข

กองการแพทย์ทางเลือก กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
(Department for Development of Thai Traditional and Alternative Medicine:DTAM
) กำหนดแนวทางการดำเนินงานไว้ดังต่อไปนี้

1. การแพทย์แผนจีน(Chinese Medicine)

การแพทย์แผนจีนหมายความว่า การกระทำต่อมนุษย์เกี่ยวกับการตรวจ การวินิจฉัย การบำบัดโรค การป้องกันโรค หรือการฟื้นฟูสมรรถภาพของร่างกายตามศาสตร์และความรู้แบบแพทย์แผนจีนที่ถ่ายทอดและพัฒนาสืบต่อกันมา หรือตามการศึกษาจากสถาบันการศึกษาในระดับอุดมศึกษาในหลักสูตรไม่ต่ำกว่าห้าปีของประเทศนั้น และคณะกรรมการประกอบโรคศิลปะให้การรับรอง ซึ่งประกอบด้วยการฝังเข็ม และการออกกำลังกายเช่น ไท้เก๊กและซี้กง

2. การแพทย์ทางเลือกอื่นๆ เช่นการรักษาทางกายภาพ(Physical Therapy) ประกอบด้วย

2.1. การนวด(Massage)หมายถึงการจัดการกับเนื้อเยื่อที่อ่อนนุ่มเพื่อวัตถุประสงค์ในการรักษา เช่น การนวดแบบไทย และการนวดแบบสวีเดน(นियามการนวดโดยสมาคมการนวดของอเมริกัน)

2.2. การฝังเข็ม(Acupuncture) ที่ใช้ในผู้ปวดศีรษะไมเกรนและปวดศีรษะจากความเครียด ถือเป็นทฤษฎีลมปราณฝังเข็มตำแหน่งจุดต่างๆ(Acupoint)

2.3. การกดจุด(Reflexology or Zone Therapy) เป็นการนวดหรือใช้แรงกดบนฝ่าเท้าใช้เพื่อลดความเครียดและทำให้เกิดการผ่อนคลาย

2.4. การแพทย์จัดกระดูก(Chiropractic Medicine) ซึ่งมีหลักเกี่ยวกับการไหลเวียนของพลังชีวิต กระดูกสันหลังปกป้องไขสันหลังไว้

3. วารีบำบัด(Hydrotherapy)

3.1. วารีบำบัดภายนอก (External Hydrotherapy):Bath and Douches

3.2. วารีบำบัดภายใน (Internal Hydrotherapy):Colonic Irrigation and Enemas

4. โภชนบำบัด ประกอบด้วย แมคดครไปโอติกส์ อาหารเสริม และมังสวิรัต

5. การบำบัดด้วยพืช(Plant-based Therapy) เช่น Aroma Therapy

6. การบำบัดด้วยคลื่นและรังสี(Wave and Radiation Therapy) เช่น Oregon Therapy ,Pyramid Therapy และManetic Therapy

7. การบำบัดทางจิตและวิญญาณ(Mind and Spiritual Healing)

7.1. Biofeedback ฝึกฝนเพื่อควบคุมองค์ประกอบต่างๆของร่างกายที่ถูกควบคุมโดยระบบประสาทอัตโนมัติตามความสมัครใจ

7.2. Hypnosis ภาวะที่จิตถูกสะกด เป็นภาวะของจิตสำนึกที่เปลี่ยนแปลงไป ความสัมพันธ์ระหว่างการทำงานของจิตสำนึกและจิตใต้สำนึกในระหว่างภาวะปกติและภาวะถูกสะกดจิตจะกลับกัน

7.3. Mediation/Transcendental Meditation มีลักษณะของการสร้างประสบการณ์ เริ่มจากการผ่อนคลาย ปล่อยให้ความคิดในใจสงบลง ทำให้ความคิดไปถึงระดับการคิดที่ละเอียดอ่อน มากยิ่งขึ้น

7.4. Psychodrama มีพื้นฐานจากการที่คนเราต้องมีการเปลี่ยนบทบาทหน้าที่อยู่เสมอ

7.5. Spiritual Healing

8. Self Exerciseการออกกำลังกายประเภทต่างๆเช่น Yoga, Tai Chi, and Dancing

หลักในการพิจารณาเลือกใช้การแพทย์ทางเลือก

ในการพิจารณาเลือกใช้การแพทย์ทางเลือกควรคำนึงถึงหลัก 4 ประการ คือ

1. ความน่าเชื่อถือ (RATIONAL) โดยดูจากที่ว่า วิธีการหรือองค์ความรู้ด้านการแพทย์ ทางเลือกชนิดนั้น ประเทศต้นกำเนิดให้การยอมรับหรือไม่ หรือมีการใช้แพร่หลายหรือไม่ ใช้มาเป็น เวลานานแค่ไหน มีการบันทึกไว้หรือไม่ อย่างไร

2. ความปลอดภัย (SAFETY) เป็นเรื่องสำคัญมาก ว่ามีผลกับสุขภาพของผู้ใช้อย่างไร การเป็น พิษแบบเฉียบพลันมีหรือไม่ พิษแบบเรื้อรัง มีเพียงไร อันตรายที่จะเกิดขึ้นในระยะยาวมีหรือไม่ หรือ วิธีการนั้นทำให้เกิดภัยอันตรายต่อร่างกายหรือไม่ เป็นต้น

3. การมีประสิทธิภาพ (EFFICACY) เป็นเรื่องที่จะต้องพิสูจน์ หรือมีข้อพิสูจน์มาแล้ว ว่า สามารถใช้ได้จริง มีข้อมูลยืนยันได้ว่าใช้แล้วได้ผล ซึ่งอาจต้องมีจำนวนมากพอหรือใช้มาเป็นเวลานาน จนเป็นที่ยอมรับ จากการศึกษาวิจัยหลากหลายวิธีการ เป็นต้น

4. ความคุ้มค่า (Cost - Benefit - Effectiveness) โดยเทียบว่า ค่าใช้จ่ายที่เกิดด้วยวิธีนั้นๆ คุ้มค่า สำหรับผู้ป่วยนั้นๆ หรือไม่ ในโรคที่ผู้ป่วยที่ต้องทนทุกข์ทรมาน โดยอาจเทียบกับ เศรษฐฐานะ ของผู้ป่วยแต่ละคน เป็นต้น

สถานการณ์การแพทย์ทางเลือกในประเทศไทย

จากรายงานสำรวจความต้องการและอัตราการใช้ประโยชน์จากการแพทย์ทางเลือก / การแพทย์แบบผสมผสานของประชาชนในภาพรวมของโลกพบว่า ในช่วงสองทศวรรษที่ผ่านมา มี อัตราการขยายตัวที่สูงมาก ยกตัวอย่างเช่น จากรายงานของ ดร.ไอเซนเบิร์กและคณะ (มหาวิทยาลัย ฮาวาร์ด) ทำการสำรวจการใช้ประโยชน์การแพทย์ทางเลือกของประชาชนชาวอเมริกันระหว่างปี 1990 และ 1997 พบว่าประชาชนใช้บริการการแพทย์ทางเลือกสูงเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 47 (629 ล้าน ครั้ง) และเป็นตัวเลขที่สูงมากเมื่อเปรียบเทียบกับการใช้บริการการแพทย์แบบปฐมภูมิในปีเดียวกัน (386 ล้านครั้ง) นอกจากนี้ จากการศึกษาและเก็บรวบรวมสถิติการใช้ประโยชน์การแพทย์ทางเลือก / การแพทย์แบบผสมผสาน ของ National Center for Complementary and Alternative Medicine (National Institution of Health) ปี 2002 (ปีล่าสุด) ร่วมกับสำนักงานสถิติแห่งชาติของ อเมริกา (National Center for Health Statistics) โดยสำรวจจากประชากรอายุ 18 ปีขึ้นไปทั้งสิ้น จำนวน 31,044 คน พบว่า ปัจจุบันประชาชนชาวอเมริกันประมาณร้อยละ 62 มีการใช้ประโยชน์ จากการแพทย์ทางเลือก / การแพทย์แบบผสมผสาน ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา (ดังแผนภูมิที่ 1.1)

และตัวเลขเพิ่มเป็นร้อยละ 74.6 เมื่อถามว่าเคยมีการใช้ประโยชน์หรือไม่ และจากการสำรวจพบว่า ประชากรที่ใช้ประโยชน์จากการรักษาในรูปแบบนี้เป็นประชากรที่มีการศึกษาสูง (ยกเว้น การสวดมนต์) โดยมีเหตุผลหลัก 5 ประการคือ การแพทย์ทางเลือก / การแพทย์แบบผสมผสานจะช่วยให้การรักษาดีขึ้นเมื่อใช้ร่วมกับการแพทย์แผนปัจจุบัน (ร้อยละ 55) น่าสนใจที่จะลองดู (ร้อยละ 50) การรักษาแบบแผนปัจจุบันใช้ไม่ได้ผล (ร้อยละ 28) แพทย์แผนปัจจุบันแนะนำให้ทดลองใช้ (ร้อยละ 26) และยาแผนปัจจุบันราคาแพงเกินไป (ร้อยละ 13)

จากแนวโน้มดังกล่าวนี้เอง ส่งผลกระทบให้เกิดความตื่นตัวและมีการจัดระบบองค์ความรู้ในเรื่องการแพทย์ทางเลือก / การแพทย์แบบผสมผสานอย่างเอาใจจริงเอาใจในต่างประเทศตลอดระยะเวลา 10 กว่าปีที่ผ่านมา รวมทั้งองค์การอนามัยโลกเองก็ตระหนักเห็นถึงความสำคัญดังกล่าว จึงมีการกำหนดยุทธศาสตร์ทางด้านนี้ออกมาในแผนปี 2002 – 2005 ว่า จะช่วยเหลือประเทศต่าง ๆ ในการ กำหนดนโยบายระดับชาติเพื่อประเมินและควบคุมการใช้ประโยชน์จากการแพทย์ทางเลือก / การแพทย์แบบผสมผสาน ส่งเสริมการสร้างหลักฐาน (Evidence) ที่น่าเชื่อถือในด้านความปลอดภัย ศึกษภาพ และคุณภาพของการรักษาและผลิตภัณฑ์ในกลุ่มนี้ และจะให้ความมั่นใจว่าจะสามารถมีบริการที่มีคุณภาพ มีราคาที่เหมาะสมได้ให้แก่ประชาชน(รวมสมุนไพรด้วย) รวมทั้งจะส่งเสริมให้เกิดการใช้ประโยชน์(ที่มีหลักฐานอ้างอิงได้จริง) โดยผู้ให้บริการและผู้มารับบริการ และจากการสำรวจขององค์การอนามัยโลกเองพบว่ามี การแพทย์ทางเลือก 5 เรื่องที่มีการใช้ประโยชน์ในโลกมากที่สุดคือ การแพทย์พื้นบ้านของจีน โสมมีโอพาตี ไคโรแพรกติก อายุรเวทและ ยูนาไน ซึ่งก็เป็นเรื่องการแพทย์ทางเลือกลำดับแรกของการดำเนินงานโดยองค์การอนามัยโลก ณ ขณะนี้เององค์การอนามัยโลกมีเอกสารรับรองอย่างเป็นทางการในการใช้ประโยชน์จากการฝังเข็ม และไคโรแพรกติก ส่วนอีก 3 เรื่องนั้นกำลังอยู่ระหว่างดำเนินการ และจากข้อมูลอย่างไม่เป็นทางการทราบว่า การบำบัดแบบโสมมีโอพาตีกำลังอยู่ระหว่างการสรุปผลและรอการประกาศอย่างเป็นทางการเพื่อการนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป เช่นเดียวกับประเทศอื่น ๆ จากรายงานสุขภาพทางเลือกของ สำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข (ตุลาคม 2540) กล่าวว่า กระแสความตื่นตัวเรื่องศาสตร์การแพทย์ทางเลือกในสังคมไทยนั้นเริ่มก่อตัวอย่างเด่นชัดเมื่อประมาณปี พ.ศ. 2530 โดยเริ่มต้นจากการนำสมุนไพรมาใช้ การรื้อฟื้นภูมิปัญญาการแพทย์แบบพื้นบ้าน ไปจนถึงการแสวงหารูปแบบ/วิธีการรักษาแบบต่าง ๆ จากต่างประเทศมาใช้กันอย่างหลากหลาย จนกระทั่งกระทรวงสาธารณสุขได้มีการก่อตั้งกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกขึ้นในปี 2545 ตามกฎกระทรวงการแบ่งส่วนราชการกรมฯ

ความจำเป็นของการแพทย์ทางเลือก

1. พัฒนาการของเทคโนโลยีอุตสาหกรรมและเกษตรกรรม ก่อให้เกิดมลภาวะ เป็นเหตุให้ร่างกายของเราเจ็บป่วย แต่โรคเรื้อรังเหล่านี้ยากที่จะรักษาหายได้ด้วยยาแผนปัจจุบัน หากไม่มีการแพทย์ทางเลือกมาใช้ในการรักษาควบคู่กันไป
2. ความเครียดในการทำงานหรือการแข่งขันในสังคม ทำให้มีอาการต่างๆที่การแพทย์ทั่วไปไม่สามารถสังเกตเห็นหรือไม่สามารถรักษาได้ แต่การแพทย์ทางเลือกกลับมีบทบาทสำคัญในกรณีดังกล่าว

3. ยาทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นยาแผนโบราณสมุนไพร หรือยาแผนปัจจุบันของโลกตะวันตก เมื่อใช้รักษาเป็นเวลานานก็จะหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่ต้องเผชิญกับผลข้างเคียงไม่มากนักน้อย แต่ก็ก็เป็นโอกาสของการแพทย์ทางเลือกที่ได้แสดงศักยภาพในการรักษาอย่างไร้ผลทางลบ

4. สำหรับโรคเรื้อรัง การรักษาด้วยยาบางทีก็แค่เพื่อยืดเวลาชีวิตหรือผ่อนคลายความเจ็บปวดอย่างชั่วคราวเท่านั้น โดยเชิงลึกแล้วอาจจะเป็นการให้เวลาเชื้อโรคในการระบาดอย่างช้าๆ แต่ไม่อาจจะรักษาโรคได้จากต้นเหตุเลย (อย่างเช่นโรคความดันสูง โรคเบาหวาน โรคนอนไม่หลับ โรคหัวใจเฉียบพลัน และอาการปวดหัวเป็นต้น) และการใช้เป็นเวลานานยังทำให้เกิดดื้อยา ในแง่นี้การแพทย์ทางเลือกก็จะมีส่วนช่วยในการแก้ไขปัญหาดังกล่าว

5. ที่ไม่เหมือนกับการแพทย์ทั่วไปก็คือ การแพทย์ทางเลือกไม่จำเป็นต้องมีผู้เชี่ยวชาญมารักษา และไม่ต้องมีค่าใช้จ่ายที่สูงมาก แต่อาศัยเครื่องมืออุปกรณ์ที่ปฏิบัติใช้อย่างง่ายดาย

6. หากครอบครัวไหนมีผู้ป่วย ก็ต้องเป็นการเพิ่มภาระแก่ครอบครัวนั้นไม่ว่าจะเป็นทางการแพทย์หรือความรู้สึกรักก็ตาม แต่ความประหยัดและความง่ายในการรักษาด้วยการแพทย์ทางเลือกสามารถแบ่งเบาภาระของครอบครัวได้

7. ความเป็นธรรมชาติของมนุษย์ต้องการมีวิธีการรักษาโรคที่เป็นธรรมชาติเช่นกัน หากรักษาได้โดยไม่ต้องอาศัยการทานยาหรือฉีดยา ก็จะเป็นทางออกที่ดีที่สุด

8. การรักษาด้วยวิธีทางฟิสิกส์แทนที่จะเป็นวิธีเคมีก็เป็นแนวทางการพัฒนาและเป็นความฝันของมนุษย์เช่นกัน

9. การรักษาด้วยตัวเองเป็นข้อได้เปรียบอีกข้อหนึ่งของการแพทย์ทางเลือก เพราะผู้ป่วยเองจะมีโอกาสทำความเข้าใจกับต้นสายปลายเหตุของโรคโดยตรง รับรู้สถานการณ์ของการรักษา และสามารถปรับปรุงการรักษาจากประสบการณ์ของตนเอง ซึ่งดีกว่าและมีประสิทธิภาพสูงกว่าการรักษาด้วยคนอื่น จากเหตุผลดังกล่าว เรามองเห็นความกว้างขวาง ความจำเป็นและความง่ายของการใช้ประโยชน์การแพทย์ทางเลือก และอุปกรณ์การแพทย์ประเภทนี้จะกลายเป็นของประจำบ้านที่ขาดไม่ได้

ประโยชน์ที่การแพทย์ทางเลือก

ประโยชน์ที่การแพทย์ทางเลือกสร้างขึ้นให้แก่โลกมนุษย์ ก็คือได้เสนอวิธีการรักษาที่ใช้ได้อย่างกว้างขวาง ซึ่งเป็นวิธีที่รักษาด้วยพลังผสมหลายชนิดและอาศัยปฏิกิริยาของอวัยวะร่างกาย เซลล์ ตลอดจนกระทั้งยีนของมนุษย์ โดยสร้างการรักษาดังกล่าวไว้อยู่บนพื้นฐานของเครื่องอุปกรณ์ที่มีความละเอียดอ่อน การรักษาด้วยวิธีนี้เป็นการควบคุมไม่ให้เชื้อโรคเกิดการกระจายและเปลี่ยนแปลงทางเคมี จนกว่าการทำงานของอวัยวะร่างกายคืนสู่สภาพเดิม

ดังนั้น ความสำคัญของการแพทย์ทดแทนเหล่านี้ จึงเท่ากับการกินอาหารในชีวิตประจำวัน คาดกันว่า ในอนาคตอันใกล้ อุปกรณ์การแพทย์ทดแทนจะมีอยู่ทั่วไปในครัวเรือนเช่นเดียวกับกล่องการแพทย์ฉุกเฉินในศตวรรษที่ผ่านมา ในการใช้ชีวิตแต่ละวันของเรา หลีกไม่ได้ที่ต้องเจ็บไข้ได้ป่วยโดยการคุกคามของเชื้อโรค อย่างเช่นปวดหัว เจ็บกระเพาะ การย่อยอาหารไม่ปกติ เป็นหวัด ท้องเสีย นอนไม่หลับ และปวดกล้ามเนื้อเป็นต้น หากที่บ้านมีอุปกรณ์รักษาด้วยการแพทย์ทางเลือก ก็จะสามารถใช้งานได้ที่ทันที โดยไม่ต้องไปลำบากกับการเดินทางหาหมอเลย

สถานการณ์การให้บริการในประเทศไทย

จากรายงานการศึกษาของ สำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข (ตุลาคม 2540) โดยทำการส่งแบบสอบถามไปยังหน่วยงานกรม กองทางวิชาการในส่วนกลาง และหน่วยงานส่วนภูมิภาคของกระทรวงสาธารณสุขที่คาดว่าจะเกี่ยวข้อง จำนวน 253 หน่วยงาน เพื่อศึกษาผลการดำเนินงานด้านการแพทย์ทางเลือกจากหน่วยงานต่าง ๆ ดังกล่าว โดยให้นิยามความหมายของสุขภาพทางเลือกว่า เทคนิควิธีการทางการแพทย์อื่น ๆ ที่ไม่เป็นที่รู้จักหรือยอมรับอย่างเป็นทางการโดยบุคลากรทางการแพทย์ในระบบการแพทย์กระแสหลัก หรือการแพทย์แผนปัจจุบัน กล่าวคือไม่ได้มีการสอนในโรงเรียนแพทย์ หรือไม่มีการจัดบริการในโรงพยาบาลหรือสถาบันการแพทย์แผนปัจจุบัน เทคนิคเหล่านี้ส่วนใหญ่จะมีลักษณะ “ไม่กระทำต่อร่างกายอย่างรุนแรง” หรือ “ไม่ใช้เภสัชภัณฑ์ที่เป็นสารเคมี” และเป็นศาสตร์สุขภาพทางเลือกที่มาจากสังคมและวัฒนธรรมอื่น สามารถสรุปผลได้ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงผลการสำรวจการให้บริการการแพทย์ทางเลือกปี 2540

| ประเภทสถานพยาบาล | จำนวน รพ.ที่ส่งแบบสอบถามไป (แห่ง) | จำนวน รพ.ที่ตอบแบบสอบถามกลับ (แห่ง/ร้อยละ) | จำนวน รพ.ที่มีการดำเนินงานการแพทย์ทางเลือก (แห่ง/ร้อยละ) |
|--------------------------|-----------------------------------|--|--|
| 1. โรงพยาบาลทั่วไป/ศูนย์ | 93 | 53(56.33) | 13(13.98) |
| 2. สสจ. | 76 | 36(47.37) | 16(21.05) |
| 3. กรมการแพทย์ | 34 | 13(38.23) | 9(26.47) |
| 4. กรมสุขภาพจิต | 19 | 10(52.63) | 9(47.37) |
| 5. กรมควบคุมโรค | 15 | 9(66.67) | 5(33.33) |
| 6. กรมอนามัย | 16 | 12(75.00) | 7(43.75) |
| รวม | 253 | 133(52.57) | 59(23.32) |

หมายเหตุ ไม่รวมการให้บริการการแพทย์แผนไทยในการศึกษาและผู้สรุปนำเสนอข้อมูลภายใต้สมมุติฐานว่าผู้ที่ไม่ตอบแบบสอบถามถือว่าไม่มีการดำเนินงานด้านการแพทย์ทางเลือก

และจากการสำรวจและประเมินสถานการณ์การให้บริการการแพทย์ทางเลือกในโรงพยาบาลและสถานบริการสุขภาพ ปีงบประมาณ 2546 (ต.ค. 45 – ส.ค. 46) ของกองการแพทย์ทางเลือก กรมพัฒนาฯ โดยส่งแบบสอบถามสำรวจและสุ่มเข้าเก็บข้อมูลบางแห่ง แบ่งตามเขตพบว่า จากการส่งแบบสอบถามไปยังสถานพยาบาลทั้งสิ้น 1,092 แห่ง เป็นโรงพยาบาลทั่วไป/โรงพยาบาลศูนย์จำนวน 92 แห่ง โรงพยาบาลชุมชน 720 แห่ง และโรงพยาบาลเอกชน 280 แห่ง สรุปผลดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงผลการสำรวจสถานการณ์การให้บริการด้านการแพทย์ทางเลือกปี 2546

| ประเภท สถานพยาบาล | จำนวน รพ.ที่ส่ง แบบสอบถามไป (แห่ง) | จำนวน รพ.ที่ตอบ แบบสอบถามกลับ (แห่ง/ร้อยละ) | จำนวน รพ.ที่มีการ ดำเนินงาน การแพทย์ทางเลือก (แห่ง/ร้อยละ) |
|-----------------------|--|---|---|
| โรงพยาบาลทั่วไป/ศูนย์ | 92 | 63 (68.48) | 48(52.17) |
| โรงพยาบาลชุมชน | 720 | 202 (28.05) | 59(8.19) |
| โรงพยาบาลเอกชน | 280 | 112(40.00) | 22(7.85) |
| รวม | 1092 | 377(34.52) | 129(11.81) |

หมายเหตุ ไม่รวมการให้บริการการแพทย์แผนไทยในการศึกษา และผู้สรุปนำเสนอข้อมูลภายใต้สมมติฐานว่าผู้ที่ไม่ตอบแบบสอบถามถือว่าไม่มีการดำเนินงานด้านการแพทย์ทางเลือก

โดยการแพทย์ทางเลือกที่มีการให้บริการมากที่สุดคือ คลินิกฝังเข็มมีจำนวน 85 แห่ง คิดเป็น 65.89% ของจำนวนโรงพยาบาลที่ให้บริการด้านการแพทย์ทางเลือก (129 แห่ง) ส่วนการให้บริการอื่น ๆ เช่น การทำตุลยภาพบำบัด ชีกง ดนตรีบำบัดในเด็กออทิสติก การฝึกสมาธิ วารีบำบัด การจัดโปรแกรมอาหารสุขภาพ ฯลฯ

จากผลการศึกษาทั้งสองจะเห็นว่าในช่วงเวลาประมาณ 6 ปี (2540-2545) โรงพยาบาลทั่วไป/ศูนย์ มีการดำเนินงานด้านการแพทย์ทางเลือกสูงขึ้นอย่างชัดเจนจาก ร้อยละ 13.98 เป็นร้อยละ 52.17 หรือคิดเพิ่มเป็นประมาณ 3.73 เท่า

การใช้การแพทย์ทางเลือกในประเทศไทย

ศาสตร์การแพทย์ทางเลือกที่ได้รับความนิยมและถูกเลือกมาใช้ในสังคมไทย พบว่ามีการทำวิจัยเชิงสำรวจในภาพกว้างของประชาชนที่เกี่ยวข้องอยู่ 2 งานวิจัย ดังนี้

1. จากรายงานสุขภาพทางเลือกของสำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข (ตุลาคม 2540) เป็นการสำรวจในภาพกว้างของประชาชน โดยศึกษาจากหน่วยงานของกระทรวงสาธารณสุขและหน่วยงานเอกชนที่มีบทบาทการดำเนินงานด้านการแพทย์ทางเลือกถึงเทคนิคเฉพาะของศาสตร์สุขภาพทางเลือกที่ได้รับความนิยมและถูกเลือกมาใช้ในกลุ่มเป้าหมาย แบ่งได้ 3 อันดับ ดังนี้

อันดับ 1 Massage, Exercise, Juice Therapy, Meditation, Relaxation, Yoga

อันดับ 2 Fasting, Lifestyle change, Natural food, Breathing pattern, Counseling, Music Therapy, Herbals

อันดับ 3 Acupuncture, Colon Therapy, Detoxification, Nutritional Therapy, Nutrition supplement, Macrobiotic, Guide imaginary

หมายเหตุ อันดับที่ 1 หมายถึงได้รับความนิยมสูงสุด และอันดับอื่น ๆ ได้รับความนิยมรองลงมาตามลำดับ

2. จากรายงานการวิจัย ของ สมพร เตรียมชัยศรี และคณะ เรื่อง การสำรวจข้อมูลและการดูแลสุขภาพทางเลือกในคนไทย ปี พ.ศ. 2543 เป็นการสำรวจตัวอย่างจำนวน 400 คน ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 357 คน (89.3%) โดยมีลักษณะดังนี้ เป็นหญิง 241 คน (68.3%) ชาย 112 คน (31.7%) มีการศึกษาสูงกว่าอุดมศึกษา 268 คน (80%) ต่ำกว่าอุดมศึกษา 65 คน (20%) มีวิธีการรักษาโรคดังนี้

- พบแพทย์แผนปัจจุบัน 222 คน คิดเป็น 62.1%
- ใช้แผนโบราณและแผนปัจจุบัน 85 คน คิดเป็น 23.8%
- ซื่อยาเอง 16 คน คิดเป็น 5.1%
- ใช้ยาแผนโบราณและยาสมุนไพร 10 คน คิดเป็น 3.2%
- ที่เหลือใช้วิธีอื่นๆ

จากการศึกษาสรุปได้ว่า ศาสตร์ที่คนไทยรู้จัก ให้ความสำคัญและมีความนิยมใช้จำนวน 25 ศาสตร์ ดังนี้ สมุนไพร การนวด สมาธิ/โยคะ การนวดศีรษะ รำมวยจีน/ไทเก๊ก พลังรังสีธรรม สมาธิ หมุน ชีวจิต พลังจักรวาล/โยเร การฝังเข็ม การฝังดนตรี การสวดมนต์/ภาวนา ออบสมุนไพร การใช้เครื่องหอม/ยาต้ม การใช้วิตามิน/เกลือแร่/อาหารปลอดสารพิษ ต้มน้ำผัก/ผลไม้ การสวนล้างพิษ การดูหมอ/รดนํ้ามนต์ ศิลปะบำบัด การผ่อนคลายแบบ Biofeedback การใช้คาถา/เวทมนต์ การเพ่งโดยการใส่แสง สี เสียง การเข้าทรงนั่งทางใน การใช้เก้าอี้แม่เหล็กไฟฟ้า การใช้วิชาธรรมจักร

นอกจากนี้ยังมีการนำศาสตร์การแพทย์ทางเลือกรูปแบบต่าง ๆ ไปใช้ในกลุ่มผู้ป่วยเรื้อรังต่าง ๆ ร่วมกับการแพทย์แผนปัจจุบัน ที่ชัดเจนที่สุดคือ กลุ่มเพื่อนมะเร็งที่มีการนำเอาการแพทย์ทางเลือกทั้งในรูปแบบของอาหารสุขภาพ การนั่งสมาธิ การใช้หินบำบัด ฯลฯ มาใช้ร่วมด้วย

สรุปในภาพรวม

จากรายละเอียดและข้อมูลต่าง ๆ จะเห็นได้ว่าในช่วง 7 ปีที่ผ่านมา (นับจากปี 2540) เรื่องการแพทย์ทางเลือกมีอัตราการขยายตัวสูงมากขึ้นเรื่อย ๆ และกำลังเป็นที่สนใจของประชาชนในสังคมเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้น กองการแพทย์ทางเลือกจึงควรมีภารกิจเร่งด่วนที่ต้องเร่งจัดการและทำการศึกษาองค์ความรู้ด้านการแพทย์ทางเลือกต่าง ๆ เพื่อเผยแพร่ข้อมูลได้อย่างถูกต้องแก่ประชาชนต่อไป