

## ทะเบียนประชาชนชาวบ้าน



นายสมพงษ์ สิ้นจันทร์

ชื่อ-สกุล นายสมพงษ์ สิ้นจันทร์  
กำเนิด วันที่ ๒๘ เมษายน พ.ศ.๒๕๓๙  
ที่อยู่ ๑๑๑/๑ หมู่ที่ ๔ ตำบลไกรนอก อำเภอกงไกรลาศ จังหวัดสุโขทัย  
ประเภท ประชาชนชาวบ้าน สาขา แพทย์แผนไทย  
อาชีพ รับจ้างนวดแผนไทย

### ประวัติ

นายสมพงษ์ สิ้นจันทร์ เป็นคนบ้านคู้ยาง หมู่ที่ ๔ ตำบลไกรนอก โดยกำเนิด จบการศึกษาจากโรงเรียนวัดคู้ยาง ตำบลไกรนอก และระดับมัธยมศึกษา จาก โรงเรียนกงไกรลาศวิทยา หลังจากนั้นได้มีโอกาสได้เข้ารับการอบรมเรื่องแพทย์แผนไทย เมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๕๐ และได้นำมาต่อยอดสอนนักเรียน จนสามารถเปิดร้านนวดได้จนถึงปัจจุบัน

### ผลงาน

นายสมพงษ์ สิ้นจันทร์ เป็นประชาชนที่มีความสามารถด้านการแพทย์แผนไทย และได้รับใบอนุญาตด้านการแพทย์แผนไทย โดยทำการรักษาด้วยวิธีการแพทย์แผนไทย รวมถึงการใช้สมุนไพรพื้นบ้านร่วมในการรักษา รวมถึงนวดกดจุด นวดประคบ และยังมีจิตสาธารณะ ช่วยเหลืองานด้านสังคมอีกด้วย

หาก ใครมองว่า...การแพทย์แผนไทยเป็นเรื่องลึกลับหรือเขย่งๆ สลัดความคิดนั้นทิ้งไปได้เลย ค่ะ เพราะเดี๋ยวนี้คนหันมาดูแลสุขภาพตามแนวธรรมชาติกันมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับปรัชญาการรักษา โดยแพทย์แผนไทยที่ว่า "มนุษย์ เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ ดังนั้น การดำรงชีวิต การป้องกันโรค และการรักษาโรคต่าง ๆ ไปในแนวทางของธรรมชาติบำบัดจะช่วยให้ร่างกายแข็งแรงหายจากโรคได้อย่างถาวร ขึ้น"

### การนวดแผนไทย

เป็นการนวดเพื่อบำบัดโรคต่าง ๆ ซึ่งให้ประโยชน์ต่าง ๆ กับร่างกายดังนี้

ลดอาการปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ ลดการติดขัดของข้อต่อกระดูก ช่วยกระตุ้นกล้ามเนื้อที่อ่อนแรงให้แข็งแรง ลดอาการเกร็งของกล้ามเนื้อ ช่วยเพิ่มการหมุนเวียนของโลหิตในร่างกาย

## การประคบสมุนไพร

โดย การใช้สมุนไพรที่มีคุณสมบัติต่อกล้ามเนื้อ และหลอดเลือด เช่น ไพล ขมิ้นชัน ขมิ้นอ้อย ตะไคร้ มะกรูด และการบูร แล้วนำมาประคบ ประโยชน์ที่ได้รับคือ ช่วยให้เนื้อเยื่อพังผืดยึดตัวออก ลดการติดขัดของข้อต่อบริเวณที่ประคบ ลดอาการเกร็งของกล้ามเนื้อ บรรเทาอาการปวดเมื่อย

## การอบสมุนไพร

โดยวิธีอบไอน้ำที่ได้จากการต้มสมุนไพร เป็นวิธีบำบัดรักษาอย่างหนึ่ง ซึ่งมีประโยชน์ต่อผิวหนัง กล้ามเนื้อ และมดลูก เช่น ช่วยชำระล้าง และขับของเสียออกจากร่างกายทางผิวหนัง ช่วยผ่อนคลาย กล้ามเนื้อ และเส้นเอ็น ช่วยบำรุงผิวพรรณ บรรเทาอาการคัน รักษาผดผื่น กระตุ้นการหมุนเวียนโลหิต ช่วยบรรเทาอาการบวมแก่เหน็บชา ช่วยให้หญิงหลังคลอดบุตร มดลูกแห้ง และมดลูกเข้าอู่ได้เร็วขึ้น

## การนวดฝ่าเท้า

ตาม ทฤษฎีการนวดฝ่าเท้าถือว่า ประสาทอวัยวะทั่วร่างกายเชื่อมต่ออยู่กับเท้า ฉะนั้น การนวด ฝ่าเท้าจึงเป็นการกระตุ้นให้อวัยวะนั้น ปรับตัวเข้าสู่ความสมดุลของร่างกายได้ การนวดฝ่าเท้าจะช่วย ผ่อนคลายกล้ามเนื้อบริเวณเท้า ซึ่งเป็นจุดรับน้ำหนักมากที่สุด รักษาโรคโดยการกระตุ้นปลายประสาท ผ่านไปยังอวัยวะที่เกิดอาการไม่ปกติ เช่น รักษาโรคหัวใจ ภูมิแพ้ ความดันโลหิตสูง โรคเครียดจากวัยหลัง หมดประจำเดือน

## การนวดด้วยน้ำมันหอมระเหย

เป็น วิธีการรักษาอีกทางเลือกหนึ่งที่น่าพิศหรือสมุนไพรที่มีกลิ่นหอมมาใช้ ประโยชน์ โดยการ นวดจะช่วยให้น้ำมันหอมระเหยสามารถซึมผ่านเข้าสู่ร่างกายทางผิวหนังได้ อย่างมีประสิทธิภาพ เกิด ประโยชน์ต่อร่างกาย คือ

ช่วยเสริมสร้างความสมดุลของจิตใจ ทำให้รู้สึกสงบ ช่วยผ่อนคลายหรือกระตุ้นการทำงานของ สมอง ผ่อนคลายความเครียดและความกังวล เพิ่มเติมพลังแห่งชีวิต ช่วยเสริมสร้างสมาธิในการทำงาน ช่วยให้ร่างกายและสมองสดชื่นแจ่มใส ช่วยในการดูแลสุขภาพเส้นผมและผิวหนังชะลอความเหี่ยวย่น ช่วยในการบำบัดโรค น้ำมันหอมระเหยหลายชนิดมีสารต้านเชื้อโรค บรรเทาอาการอักเสบ ปวด กล้ามเนื้อกระตุ้นระบบต่าง ๆ ของร่างกาย โดยเฉพาะการไหลเวียนโลหิต ทางเดินหายใจและทางเดิน อาหาร

## การอยู่ไฟ

สำหรับคุณแม่หลังคลอด ให้ประโยชน์ดังนี้

ช่วยขับของเสีย (น้ำคาวปลา) ทำให้มดลูกแห้งและเข้าอู่เร็วขึ้น บรรเทาอาการปวดท้อง (ปวด มดลูก) ช่วยลดเชื้อโรคที่จะทำให้มดลูกอักเสบจากน้ำคาวปลา ช่วยให้ร่างกายกระปรี้กระเปร่า ผิวพรรณ ผ่องใส ไม่เจ็บป่วยง่าย

## การรักษาด้วยยาสมุนไพร มีประโยชน์ต่อร่างกายคือ

ใช้เป็นยารักษาโรคเรื้อรังต่าง ใช้สำหรับป้องกันโรค ใช้เป็นยาบำรุง เสริมร่างกาย เมื่อนำมาใช้เป็นเครื่องเทศจะช่วยเจริญอาหาร ย่อยอาหาร และช่วยในระบบขับถ่าย สมุนไพรสามารถนำมาใช้เป็นยาภายนอก บำรุงหัวใจแก้ความดันโลหิตสูง

## รางวัลที่รับ

- รางวัลปราชญ์ชาวบ้านดีเด่น ด้านการแพทย์แผนไทยที่ส่งเสริมและสนับสนุนการดำเนินงาน การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย เนื่องในวันที่ระลึกสากลแห่งการรู้หนังสือ ประจำปี ๒๕๕๙