

ห้องผดุงครรภ์ไทย

แสดงเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพครรภ์ การดูแลมารดาหลังคลอดและเด็ก

เบญจกัลยาณี

ความหมายที่ 1 คือ หญิงที่มีคุณลักษณะเป็นแม่ที่ดี มีน้ำนมเหมาะแก่การเลี้ยงทารก ตำราการแพทย์แผนไทยแบ่งออก เป็น 4 กลุ่ม ได้แก่

- 1) หญิงที่มีกลิ่นตัวหอมดังกล้วยไม้ ไหล่ผาย สะเอวรัด หลังราบ สันฐานตัวดำแลเล็ก แก้มใส มือแลเท้าเรียว เต้านมตั้งอุบลฟังแยม ผิวเนื้อนั้นสีแดง เสียงดังดังสังข์ รสน้ำมนั้นหวานมัน
- 2) หญิงที่มีกลิ่นตัวดังดอกอุบล เสียงดังเสียงแตร ไหล่ผาย ตะโพกรัด แก้มพอง นิ้วมือแลนิ้วเท้าเรียวแฉล้ม เต้านม ตั้งบัวบาน ผิวเนื้อเหลือง น้ำนมข้น มีรสหวาน
- 3) หญิงที่มีกลิ่นตัวไม่ปรากฏหอมหรือเหม็น เอวกลม ขนดางอน จมูกสูง เต้านมกลม หัวนมตั้งดอกอุบลฟังจะแยม รสน้ำมนั้นหวานมันเล็กน้อย
- 4) หญิงที่มีกลิ่นตัวหอมเผ็ด เสียงดังเสียงจกจั่น ปากดั่งปากเอื้อน ตาดังตาทราย ผมแข็งชัน ไหล่ผาย ตะโพกผาย หน้าผากส้วย ท้องดังกาบกล้วย นมพวง น้ำนมขาวดั่งสังข์ รสน้ำนมมันเข้มข้นเล็กน้อย

ความหมายที่ 2 คือ หญิงที่มีลักษณะงาม 5 ประการ คือ ผมงาม เนืองงาม ฟันงาม ผิวงาม และวัยงาม

การแต่งงาน การผดุงครรภ์ไทยเป็นความรู้ที่สืบทอดต่อกันมาหลายชั่วอายุคน เป็นศาสตร์และศิลป์ที่เชื่อมโยงประเพณีและวัฒนธรรม ของแต่ละท้องถิ่นสืบทอดกันมา

สังคมไทยในอดีตที่ผ่านมา การแต่งงาน มีชีวิตคู่ สร้างครอบครัวด้วยกันต้องอาศัย “แม่สื่อ-พ่อสื่อ” ในการแนะนำคนที่คู่ควรมาให้ทำความรู้จัก พัฒนาความสัมพันธ์ และแต่งงานกันในที่สุด บางคู่อาจจะมองแค่เรื่องความเหมาะสมทางฐานะการเงิน ฐานะสังคม วงศ์ตระกูล ซึ่งหากสิ่งเหล่านี้ผ่านแล้ว ก็สามารถลงเอยด้วยการแต่งงานได้เช่นกัน ไม่จำเป็นต้องรักกันมาก่อน ซึ่งเรื่องนี้ก็เป็นที่มาของประโยคที่ว่า อยู่กันไปเดี๋ยวก็รักกันเอง ส่วนเหตุผลที่สังคมไทยในอดีตต้องใช้แม่สื่อก็เนื่องจากว่าที่ในอดีตที่ผ่านมาไม่มีการเปิดโอกาสให้ผู้หญิงได้ออกไปนอกบ้าน หรือเลือกคู่ครองและตัดสินใจเอง จึงต้องมีการผ่านแม่สื่อ เหมือนเป็นพิธีการ ซึ่งหน้าที่ของแม่สื่อก็คือพูดให้ฟังว่าแต่ละ

ข้างมีคุณสมบัติอะไรบ้าง และการเลือกคู่ส่วนใหญ่ก็มักจะอยู่ในมาตรฐานของคนสังคมระดับเดียวกัน โดยการยอมรับและเห็นชอบจากพ่อแม่ทั้งสองฝ่าย

การเลือกคู่ครอง จึงถือว่ามีผลสำคัญอย่างยิ่งในการดำเนินชีวิตครอบครัว หากมีคู่ครองที่ดีก็จะทำให้ชีวิตสมรสราบรื่น เกิดความสงบสุข ครอบครัวก็จะมี ความเจริญรุ่งเรือง อยู่กันยืนยาว การเลือกคู่ครองจึงไม่ใช่แค่ดูเรื่องนิสัยใจคอ บุคลิก สำหรับบางคนก็เลือกที่จะดูความสมพงษ์ตามวันเดือนปีเกิด ว่าสามารถใช้ชีวิตคู่อยู่ด้วยกันได้หรือไม่

พัฒนาการทารกในครรภ์ ตามตำราการแพทย์แผนไทยได้กล่าวไว้ว่า เมื่อเกิดการปฏิสนธิขึ้นแล้ว มวลปฏิสนธิ่นั้นขนาดเล็กมาก (ปฐมกะละละ) เปรียบเทียบโดย การชนเอาชนทรายจามรีเส้นหนึ่ง มาชุปน้ำมันงาที่ใส แล้วสลัดเอาน้ำมันออกถึง 7 ครั้ง ส่วนของน้ำมันงาที่ยังติดอยู่ที่ปลายชนทรายจามรีนั้น คือ ขนาดของอนุมูลปฏิสนธิ

เมื่อตั้งขึ้นในครรภ์แล้ว ก็อาจจะละลายไปได้วันละ 7 ครั้ง กว่าที่ตั้งขึ้นได้นั้นยากนักแล้วมีลำดับการเจริญเติบโตทารกในครรภ์ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 กลละ เป็นหยาดน้ำใส ขนาดเล็กมากมีอาการแสดงให้เห็น คือ มารดาจะมีเลือด คล้ายเลือดประจำเดือน ออกมาเพียงเล็กน้อย เรียกว่า ระดูล้างหน้า หรือ มารดาอาจจะฝันเห็นวิปริตต่างๆ

สัปดาห์ที่ 2 เป็นก้อนเลือดขนาดเล็ก ชันเข้าตังน้ำล้างเนื้อ

สัปดาห์ที่ 3 เป็นชิ้นเนื้อ

สัปดาห์ที่ 4 ลักษณะเป็นก้อนดั่งไข่มุก

สัปดาห์ที่ 5 เจริญเติบโตแตกออกเป็นปญจสาขา คือ ศีรษะ 1 มือ 2 เท้า 2

สัปดาห์ที่ 6 เกิดเกสา โลมา นขา ทันตา ตามลำดับ

สัปดาห์ที่ 7 เกิดโลหิตหมุนเวียนในหัวใจ

เดือนที่ 3 โลหิตไหลเวียนไปตามปญจสาขา

เดือนที่ 4 ตั้งอาการ 32 โดยเริ่มเกิดตาและหน้าผากก่อน

เดือนที่ 5 มีจิตและเบญจขันธ์พร้อมบริบูรณ์ (รูป, เวทนา, สัญญา, สังขาร, วิญญาณ)

เดือนที่ 10 เจริญพร้อมด้วยอินทรีย์และเบญจขันธ์ อากาโร 32 ก็บริบูรณ์ครบกำหนดตลอด

อาหารแสดง อาหารแสดงมารดาขณะตั้งครรภ์ คือ อาหารที่มีรสเผ็ดร้อน อาหารรสจืด เช่น เผ็ดจัด หวานจัด เปรี้ยวจัด มันจัด ของหมักดอง อาหารกึ่งสุกกึ่งดิบ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

อาหารแสดงมารดาหลังคลอดคือ อาหารที่มีกลิ่นฉุน เช่น ชะอม ทุเรียน และปลาที่ไม่มีเกล็ด เพราะมีความความมาก เช่น ปลาไหล ปลาสวาย เป็นต้น ซึ่งอาหารแสดงเป็นความเชื่อเกี่ยวกับวัฒนธรรมการกินแต่ละบุคคลและท้องถิ่นนั้นๆ

การกล่อมท้องได้อย่างไร เพื่อขยับตำแหน่งทารกในครรภ์ ไม่ให้กดทับเส้นทางเดินเลือดลม ลดอาการ ตะคริว อากาโรบวม ลดการดิ้นร้นหน้าท้อง ของมารดา ลดอาการปวดหลัง และช่วยให้คลอดได้ง่ายขึ้น

การดูแลหลังคลอด โบราณเชื่อว่าความร้อน การอยู่ไฟ หรือการดูแลมารดาหลังคลอด จะช่วยให้มดลูก เข้าอุ้งได้เร็วขึ้น ช่วยขับน้ำคาวปลา ช่วยให้เลือดลมของมารดาหลังคลอดไหลเวียนได้ดีขึ้น ลดการเกร็งและปวดเมื่อย ของกล้ามเนื้อ ช่วยให้แผลที่เย็บหายเร็วขึ้น ลดอาการเจ็บปวดอันเกิดจากการหดตัวของมดลูกและเต้านมคัด ช่วยให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย และช่วยกระตุ้นให้น้ำนมมากขึ้น

การร้องเพลงกล่อมเด็ก จะช่วยให้เด็กหลับง่าย เด็กเกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ ไม่รู้สึกหวาดกลัวทอหดทั้งขณะ นอนหลับ เมื่อเด็กได้ฟังสิ่งที่ไพเราะดีงาม จะส่งผลต่อความเจริญทางด้านอารมณ์ และสังคมที่ดีงามผ่านบทเพลง ซึ่งเพลงที่นิยมนำมาร้อง ได้แก่ เพลงนกกาเหว่า เพลงจันทร์เจ้า

การเล่านิทาน จะช่วยเสริมสร้างจินตนาการ เป็นการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมในเด็กผ่านตัวละครและ ช่วยผसान สายสัมพันธ์ครอบครัว

การเล่นเด็ก จะช่วยสร้างเสริมพัฒนาการในเด็กเช่น ชี้อ่าก้านกล้วย เดินกะลา เดินขาโถกเถก ม้าโยก
ยก ไม้หัดเดิน เป็นต้น