

## การพัฒนางานเวชกรรมไทยให้เป็นเวชศาสตร์เชิงประจักษ์

### ตัวอย่างเวชปฏิบัติ : ไข้

ภูมิฉัตร แสงสุมาศ, สิริกานต์ ภูโปร่ง, สร้อยศรี เอี่ยมพรชัย

สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ในการพัฒนาให้เวชปฏิบัติการแพทย์แผนไทยเป็นเวชศาสตร์เชิงประจักษ์ แพทย์แผนไทยประยุกต์จะต้องร่วมกันพัฒนาให้มีการบันทึกข้อมูลจากการสอบถามประวัติและการตรวจร่างกายผู้ป่วย การวิเคราะห์สมุฏฐานของโรค การสังเคราะห์การวินิจฉัยและแผนการรักษา และการบันทึกข้อมูลการติดตามประเมินผลการรักษาที่ครบถ้วน ข้อมูลที่เป็นแบบแผนนี้ จะเป็นพื้นฐานสำหรับการศึกษาวิจัยรวมทั้งการรวบรวมองค์ความรู้เพื่อให้เป็นเวชศาสตร์ของประจักษ์ต่อไป

ไข้เป็นปัญหาที่พบได้บ่อยในเวชปฏิบัติ หากวิเคราะห์ความรู้ที่มีบันทึกอยู่ในคัมภีร์ต่างๆ ที่กล่าวถึงเรื่องไข้ จะพบว่ามียุทธศาสตร์และวิธีการที่แพทย์แผนไทยประยุกต์สามารถสังเคราะห์ขึ้นเป็นวิธีการสำหรับใช้ในการดูแลรักษาผู้ที่ไข้ได้

คำว่า ไข้ เป็นคำที่ใช้ในหลายความหมาย ครอบคลุมตั้งแต่ความรู้สึกที่รู้ตัวว่าไม่ปกติ หรือรู้สึกไม่สบายของร่างกายโดยไม่สามารถตรวจพบความผิดปกติของอุณหภูมิกาย หรือตรวจพบว่ามีอุณหภูมิสูงขึ้นเล็กน้อยที่เรียกว่าตัวร้อนรุ่มๆ ครั่นเนื้อครั่นตัว หนาวสั่น สะท้าน อาจมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย จนถึงภาวะที่อุณหภูมิสูงกว่าปกติ และตรวจพบอาการอื่น ๆ ได้ เช่น หน้าแดง ตาแดง ปากแดง คอแห้ง ฟันแห้ง ผิวแห้ง ฝ่ามือฝ่าเท้าร้อน บางรายอาจมีน้ำมูกไหล มีเสมหะ มีแผลร้อนในในปาก มีอาการกระหายน้ำ และ/หรือท้องผูกร่วมด้วย เป็นต้น

#### การวิเคราะห์หาสมุฏฐานของไข้เป็นขั้นตอนสำคัญ

หากพิจารณาจากบันทึกในคัมภีร์และตำราการแพทย์แผนไทยที่กล่าวถึงสาเหตุของไข้ เช่นคัมภีร์ฉันทศาสตร์ คัมภีร์ตักกะศิลา คัมภีร์วรัโยคสาร คัมภีร์สมุฏฐานวินิจฉัย และตำราเวชศึกษา จะพบว่าไข้ เกิดได้จากหลายสาเหตุ หรือมีหลายสมุฏฐาน

โดยปกติธาตุทั้ง ๔ ในร่างกายจะต้องอยู่ในความสมดุล แต่อาจจะมีธาตุใดธาตุหนึ่งมีอิทธิพลมากกว่าธาตุอื่น เรียกว่าธาตุเจ้าเรือน มนุษย์ยังมีธาตุสมุฏฐานประจำแต่ละช่วงของวัย เช่น ปฐมวัย (วัยเด็กอายุระหว่าง แรกเกิด - ๑๖ ปี) มีธาตุสมุฏฐานเสมหะเป็นเจ้าเรือน หากเจ็บไข้มักมีสาเหตุหรือ อาการสัมพันธ์กับธาตุน้ำพิการมากกว่าธาตุสมุฏฐานอื่นๆ มัชฌิมวัย (วัยผู้ใหญ่อายุระหว่าง ๑๖ - ๓๐ ปี)

มีธาตุสมุฏฐานปิตตะเป็นเจ้าเรือน หากเจ็บไข้มักมีสาเหตุหรืออาการสัมพันธ์กับธาตุไฟพิการมากกว่า ธาตุสมุฏฐานอื่น ปัจฉิมวัย (วัยชราอายุระหว่าง ๓๐ปี - สิ้นอายุขัย) มีธาตุสมุฏฐานวาตะเป็นเจ้าเรือนหากเจ็บไข้มักมีสาเหตุหรืออาการสัมพันธ์กับธาตุลมพิการมากกว่าธาตุสมุฏฐานอื่น นอกจากนี้ฤดู (ฤดู) กาล (ช่วงเวลาของแต่ละวัน) ภูมิประเทศ และพฤติกรรมของมนุษย์ ก็มีธาตุสมุฏฐานประจำและมีอิทธิพลกับธาตุทั้ง ๔ ในร่างกายของมนุษย์

ตัวอย่างเช่น

เมื่อฤดูเปลี่ยนร่างกายของมนุษย์จะต้องปรับให้เข้ากับสมุฏฐานแห่งฤดูที่เปลี่ยนไป หากปรับตัวได้ไม่ดี ก็จะเป็นเหตุแห่งไข้ได้จึงมักพบว่าช่วงรอยต่อของฤดูเป็นช่วงที่มีการเจ็บไข้ได้ป่วยบ่อย

ช่วงเวลาแต่ละวันจะมีธาตุสมุฏฐานประจำ ซึ่งอาจเป็นเหตุกระตุ้นหรือส่งเสริมให้เป็นไข้ได้ง่ายยิ่งขึ้น แบ่งออกเป็น ๓ ช่วงเวลา ได้แก่

ยามรุ่ง มีสมุฏฐานเสมหะเป็นเจ้าเรือน หากเจ็บไข้มักมีสาเหตุหรืออาการสัมพันธ์กับธาตุน้ำพิการมากกว่าธาตุสมุฏฐานอื่น

กลางวันมีสมุฏฐานปิตตะเป็นเจ้าเรือ หากเจ็บไข้มักมีสาเหตุหรืออาการสัมพันธ์กับธาตุไฟพิการมากกว่าธาตุสมุฏฐานอื่น

ช่วงเวลาค่ำ มีสมุฏฐานวาตะเป็นเจ้าเรือน หากเจ็บไข้มักมีสาเหตุหรืออาการสัมพันธ์กับธาตุลมพิการมากกว่าธาตุสมุฏฐานอื่น

ลักษณะภูมิประเทศซึ่งเป็นที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม ทรัพยากร และแหล่งข่าวปลาอาหารจะมีธาตุสมุฏฐานเจ้าเรือนประจำอยู่ เช่น

**ประเทศภูเขาสูง** เรียกว่าประเทศร้อน มีสมุฏฐานธาตุไฟเป็นเจ้าเรือน หากเจ็บไข้มักมีสาเหตุหรืออาการสัมพันธ์กับธาตุไฟพิการมากกว่าธาตุสมุฏฐานอื่น

**ประเทศน้ำกรวดทราย** เรียกว่าประเทศอบอุ่น มีสมุฏฐานธาตุน้ำ พิกัดเสมหะและโลหิตเป็นเจ้าเรือน หากเจ็บไข้มักมีสาเหตุหรืออาการสัมพันธ์กับธาตุน้ำพิการมากกว่าธาตุสมุฏฐานอื่น

**ประเทศน้ำฝนเปือกตม** เรียกว่าประเทศเย็น มีสมุฏฐานธาตุลมเป็นเจ้าเรือนหากเจ็บไข้มักมีสาเหตุหรืออาการสัมพันธ์กับธาตุลมพิการมากกว่าธาตุสมุฏฐานอื่น

**ประเทศน้ำเค็มเปือกตม** เรียกว่าประเทศหนาว มีสมุทฐานธาตุดินเป็นเจ้าเรือน หากเจ็บไข้มักมีสาเหตุหรืออาการสัมพันธ์กับธาตุดินพิการมากกว่าธาตุสมุทฐานอื่น

มูลเหตุและพฤติกรรมที่มีอิทธิพลต่อธาตุในร่างกายได้แก่การกินอาหาร อุบัติเหตุ ถูกทุบถอง โภชกิจ อริยาบถที่ไม่สมดุล ความคิดวิตกกังวลทางจิตใจ และมูลเหตุ ๘ ประการ ตามตำราเวชศาสตร์ เช่นการกระทบความร้อน กระทบความเย็น อดนอน อดข้าว อดน้ำ กลั่นอุจจาระ กลั่นปัสสาวะ และการทำงานเกินกำลัง ร่างกายของแต่ละคนมีความไวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากมูลเหตุและพฤติกรรมเหล่านี้ต่างกัน

เมื่อเหตุปัจจัยภายนอกในร่างกายปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งหรือหลายปัจจัยเปลี่ยนแปลงจะมีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของธาตุใดธาตุหนึ่งในร่างกายซึ่งจะส่งผลกระทบต่อธาตุอื่นที่สัมพันธ์ต่อ ๆ กันไปหากกลไกของร่างกายไม่สามารถปรับให้ธาตุต่าง ๆ กลับอยู่ในสมดุล ก็จะเกิดอาการหรือความผิดปกติ หรือ โรคเกิดขึ้น

ไข้มักถือว่าเป็น **สมุทฐานปิตตะ**หรือธาตุไฟที่พิการ เหตุที่ทำให้ธาตุไฟพิการหรือกำเริบจนเกิดเป็นไข้นั้นมีหลายอย่าง อาจเกิดจากเหตุที่ทำให้ธาตุไฟผิดปกติเอง หรือเป็นผลจากธาตุอื่นที่ผิดปกติก่อนแล้วมีผลกระทบกับธาตุไฟ" เช่น

**ปิตตะ (ธาตุไฟ) ผิดปกติ** หรือ **กำเริบ** เรียกว่า **ไข้เพื่อปิตตะ** เหตุที่ทำให้ธาตุไฟกำเริบได้ เช่นการรับประทานอาหารรสเผ็ด รสเปรี้ยว รสเค็ม อาหารร้อนด้วยไฟ อาหารหยาบย่อยยาก การดื่มสุราเมรัย อารมณ์โกรธ การถูกแดดร้อน การผิงไฟ การกระทำความเพียรในกิจการต่างๆมากจนเกินกำลัง นอกจากนี้ยาสมุนไพรบางชนิดที่เป็นตำรับยาที่มีรสร้อน หรือมีส่วนประกอบของสมุนไพรร้อน อาจทำให้เป็นไข้ได้ เช่น ยาเบญจกูล ยาสหัชชารา ยาไฟห่ากอง ยาไฟประลัยกัลป์ ยาปลุกไฟธาตุ หรือยาที่มีส่วนประกอบของสมุนไพรร้อน เช่น เจตมูลเพลิง พริกไทย ขิง พริก

**วตะ (ธาตุลม) ผิดปกติ** หรือ **กำเริบ** เรียกว่า **ไข้เพื่อวตะ** เกิดจากมีธาตุลมมากเกินไปส่งผลให้ธาตุไฟมีกำลังกล้าขึ้นและกำเริบในที่สุด เหตุที่ทำให้ธาตุลมกำเริบ เช่น การกลั่นปัสสาวะ อุจจาระ การอดอาหาร การอดนอน การพูดมาก การแบกหามของหนัก การขี่ช้างม้าอูฐหรือขี่จักรยานยนต์ การรับประทานอาหารรสขมเย็น การเคี้ยวอาหารไม่ละเอียด ความวิตกกังวล ความหวาดกลัว ความทุกข์ ความเศร้าโศก การกระโดดโลดเต้นหรือเล่นกีฬา การเสพมถุน การถูกเย็นหรืออยู่ในที่ที่อากาศเย็น

**เสมหะ (ธาตุน้ำ) ผิดปกติ** หรือ **กำเริบ** เรียกว่า **ไข้เพื่อเสมหะ** เกิดจากมีธาตุน้ำมากเกินไปส่งผลให้ร่างกายเย็นลง ร่างกายจะปรับตัวโดยการเพิ่มธาตุไฟเพื่อให้สมดุลกับธาตุน้ำ ถ้าร่างกายปรับตัวได้ไม่ดีก็พออาจทำให้ธาตุไฟกำเริบขึ้นได้ ภาวะนี้มักเกิดขึ้นเมื่อร่างกายอ่อนแอหรือในคนที่มีความไวต่อการเปลี่ยนแปลงของธาตุในร่างกาย เช่น คนที่กำลังเจ็บป่วยด้วยโรคอื่นอยู่ การตากฝน การถูกอากาศเย็น เช่น ฤดูหนาว

ไข้ที่เกิดจากสมุฏฐานเพียงสมุฏฐานเดียวเป็นเหตุ หรือมีอาการและอาการแสดงที่เกิดจากสมุฏฐานเพียงสมุฏฐานเดียวดังกล่าวนั้น เรียกว่า **ไข้เอกโทษ** แต่หากมีสองสมุฏฐานระคนกัน เช่น ปิตตะระคนวาทะ วาตะระคนสมหะ เสมหะระคนปิตตะ เรียกว่า **ไข้ทวันโทษ** และหากสมุฏฐานทั้ง ๓ ประการระคนกัน คือ ปิตตะ วาตะเสมหะ เรียกว่า **ไข้ตรีโทษ** หรือไข้สันนิบาต

ดังนั้นในการทำเวชปฏิบัติของแพทย์แผนไทยประยุกต์จะต้องสอบถามประวัติการเจ็บป่วยของผู้ป่วยให้ครอบคลุมข้อมูลสำคัญครบถ้วนมากที่สุดจึงจะช่วยให้การวินิจฉัยว่าไข้นั้นเกิดจากสมุฏฐานใด

### การตรวจไข้เพื่อค้นหาสมุฏฐานและผลกระทบของไข้

วิธีการตรวจไข้ทางการแพทย์แผนไทยที่แสดงไว้ในตำราเวชศึกษาและตำราอายุรเวชศึกษา สรุปประเด็นสำคัญสำหรับการวินิจฉัยไข้ดังนี้

**สภาพทั่วไปของผู้ป่วย** อาจสังเกตพบว่าผู้ป่วยที่มีไข้จะรู้สึกไม่สบายตัว อาจมีลักษณะอ่อนเพลีย แลดูไม่สดชื่น ถ้ามีไข้สูงอาจพูดคุยโต้ตอบได้ไม่ดี

**การสัมผัสดูความร้อนในร่างกาย** เป็นการตรวจขั้นพื้นฐานที่สำคัญในการตรวจไข้ของแพทย์แผนไทยแม้ปัจจุบันแพทย์แผนไทยประยุกต์จะสามารถใช้เครื่องมือทางวิทยาศาสตร์ช่วยตรวจวัดไข้ก็ตาม การตรวจไข้โดยวิธีการสัมผัสดูความร้อนตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกายยังคงเป็นพื้นฐานที่สำคัญ ซึ่งทำได้โดยใช้หลังมือหรือฝ่ามือสัมผัสส่วนของร่างกายผู้ป่วยจากบนลงล่าง คือ กระจม่อม หน้าผาก ซอกคอ รักแร้ ข้อพับศอก ฝ่ามือ ท้อง ข้อพับเข่า และฝ่าเท้า ความร้อนที่สัมผัสได้จะช่วยบอกระยะของไข้ได้ดังนี้

**ระยะต้นไข้และระยะปลายไข้** จะสัมผัสได้ความร้อนรุ่ม ๆ

**ระยะเป็นไข้** จะสัมผัสได้ความร้อนชัดเจน

**ระยะไข้สูง** จะสัมผัสเปลวแห่งความร้อนได้โดยไม่ต้องวางมือสัมผัสร่างกายของผู้ป่วย

**การดมกลิ่น** ผู้ที่มีไข้จะมีกลิ่นเฉพาะ แพทย์แผนไทยที่มีความชำนาญจะบอกได้จากตรวจดมกลิ่นของผู้ป่วย โดยทั่วไปมักเป็นกลิ่นปาก กลิ่นลมหายใจ และกลิ่นตัว

**การตรวจจับชีพจร** จากตำราอายุรเวชศึกษา กล่าวถึงการตรวจชีพจรของผู้ที่เป็นไข้ดังนี้

**ตำแหน่งการเต้นของชีพจร** ผู้ที่เป็นไข้ชีพจรจะเต้นชัดเจนที่ตำแหน่งปิตตะมากกว่าตำแหน่งเสมหะและวาตะ

**ลักษณะเส้นหรือก่อนชีพจร** ผู้ที่เป็นไข้เส้นชีพจรจะมีขนาดปานกลาง ไม่เล็กหรือใหญ่เกินไป

**จังหวะการเต้นของชีพจร** ผู้ที่เป็นไข้ชีพจรจะเต้นแรงและเร็วตามความรุนแรงของไข้ ระยะต้นไข้และระยะปลายไข้มีจังหวะการเต้นของชีพจรไม่เร็วและไม่แรงมากนักแต่สัมผัสรู้ถึงความผิดปกติได้ ระยะเป็นไข้และระยะไข้สูง จังหวะการเต้นของชีพจรจะเร็วและแรงชัดเจนมาก

ทั้งนี้ลักษณะเส้นหรือก่อนชีพจรและจังหวะการเต้นของชีพจร จะมีความสัมพันธ์กับระยะและความรุนแรงของไข้

## สมมุติฐานของไข้กำหนดหลักการและวิธีการรักษา

คัมภีร์การแพทย์แผนไทยได้บันทึกวิธีการรักษาไข้ไว้หลายอย่าง ที่สำคัญ ได้แก่

๑. การรักษาด้วยสมุนไพร ในการใช้ยาสมุนไพรที่มีสรรพคุณรักษาไข่นั้น แพทย์แผนไทยประยุกต์สามารถเลือกใช้ได้ทั้งที่เป็นชนิดสมุนไพรอย่างเดียว" เช่น บอระเพ็ด ชิงช้าชาลี ก้านสะเดา ลูกกระดอม ปลาไหลเผือก หรือยาตำรับที่มีสรรพคุณลดไข้ เช่น ยาจันทร์ลีลา ยาประสะจันทร์แดง ยาเขียวหอม ยาห้าราก เป็นต้น
๒. การรักษาด้วยหัตถการทางการแพทย์แผนไทย การรักษาไข้ด้วยวิธีการนวดนั้นมีที่กรณีเดียวเท่านั้น คือ ไข้อันเกิดจากการปวดเกร็งตึงของเส้น ที่เรียกว่า ไข้เส้นหรือไข้เพื่อเส้น แต่จะต้องนวดด้วยความระมัดระวัง แพทย์ผู้นวดรักษาจะต้องแต่งรสมือเป็นอย่างดีเพราะหากเกิดภาวะระบม หรือเกิดการอักเสบของเส้น อาจทำให้เป็นไข่มากขึ้นหรือไข้กำเริบได้
๓. คำแนะนำในการปฏิบัติตัวของผู้ที่ เป็นไข้" ในคัมภีร์ตักศิลา คัมภีร์ฉันทศาสตร์ คัมภีร์ธาตุนิวรณ์และคัมภีร์วโรคสา ได้กล่าวถึงเรื่องของการแสดงไข้ และสิ่งที่ควรปฏิบัติตัวเพื่อลดไข้ ดังนี้
๑. ของแสดงไข้ หมายถึง สิ่งที่ห้ามปฏิบัติในขณะที่มีไข้ เพราะเชื่อว่าจะทำให้ไข้กำเริบขึ้น หากไข้กำเริบมาก อาจทำให้เสียชีวิตได้ แม้ในภาวะที่ร่างกายเป็นปกติก็อาจทำให้เป็นไข้ได้เช่นกัน เช่น
  - ห้ามใช้ยารสร้อน เช่น ยาสหัสธารา ยาปราบชมพูทวีป ยาไฟประลัยกัลป์ ยาไฟห้ากอง หรือยาที่มีส่วนประกอบของสมุนไพรที่มีรสร้อน เช่น เจตมูลเพลิง พริกไทย ชิง พริก เพราะยารสร้อนจะทำให้ธาตุไฟกำเริบขึ้นได้
  - ห้ามรับประทานอาหารรสเผ็ดร้อน เช่นอาหารที่มีส่วนประกอบของ พริกไทย ชิง พริก เพราะสมุนไพร รสร้อนจะทำให้ธาตุไฟกำเริบขึ้นได้
  - ห้ามนวด เพราะการนวดจะทำให้กล้ามเนื้อระบม ทำให้เป็นไข้ได้ในคนปกติบางราย ส่วนคนที่ เป็นไข้ อยู่ก่อนแล้วการนวดก็จะทำให้ไข้กำเริบขึ้นได้อีกยกเว้นเฉพาะกรณีของคนที่เป็นไข้เส้นเท่านั้นจึงสามารถนวดได้
  - ห้ามประคบหรืออบสมุนไพร ความร้อนที่เกิดจากการประคบหรืออบสมุนไพรจะทำให้ไข้กำเริบได้
  - ห้ามทำให้เลือดออก กอกโลหิต ปล่อยปดิ่ง หรือปรีจากเลือด เพราะคนที่ เป็นไข้ร่างกายกำลังอยู่ในภาวะที่อ่อนแอ อาจทำให้ไข้กำเริบขึ้นได้
  - ห้ามกินหรือทายาที่มีส่วนประกอบของกะทิและน้ำมัน การรับประทานยาที่มีส่วนประกอบของกะทิ และน้ำมันจะทำให้ไข้กำเริบได้ เพราะกะทิและน้ำมันแสดงกับไข้ เนื่องจากเป็นสารอาหารที่ให้พลังงานสูง พลังงานในที่นี้หมายถึง ธาตุไฟนั่นเอง ส่วนการทายาที่มีส่วนประกอบของกะทิและน้ำมันนั้น น้ำมัน

จะไปปิดกั้นการระบายน้ำเหงื่อและความร้อนออกทางผิวหนังและรูขุมขน เมื่อร่างกายระบายความร้อนได้ไม่ดีก็จะทำให้ไข้กำเริบขึ้นได้

- **ห้ามกินหรือทายาที่มีส่วนประกอบของเหล้าหรือแอลกอฮอล์** การรับประทานยาที่มีส่วนประกอบของเหล้าหรือแอลกอฮอล์อาจทำให้ไข้กำเริบ เพราะเหล้าหรือแอลกอฮอล์แสดงกับไข้เนื่องจากเป็นสารอาหารที่ให้พลังงานสูง พลังงานในที่นี้หมายถึงธาตุไฟนั่นเอง ส่วนการทายาที่มีส่วนประกอบของเหล้าหรือแอลกอฮอล์จะช่วยให้ระบายความร้อนอย่างรวดเร็วจนบางครั้งร่างกายอาจปรับตัวไม่ทัน อาจทำให้เกิดปัญหาแทรกซ้อนตามมา เช่น ภาวะช็อค หรือ ไข้กลับสูงขึ้นในภายหลังได้ เป็นต้น
- **ห้ามอาบน้ำร้อน** การอาบน้ำร้อนจะทำให้ไข้ขึ้นได้เพราะร่างกายของคนที่เป็นไข่นั้นมีความร้อนอยู่แล้ว จะเป็นการไปเพิ่มธาตุไฟขึ้นอีก อาจทำให้คนที่ไข้ต่ำกลายเป็นไข้สูงได้
- **ห้ามเสพเมถุน** เพราะธรรมชาติของการเสพเมถุน ร่างกายต้องไ้กำลังงานมาก และต้องสูญเสียพลังชีวิต จึงทำให้ร่างกายอ่อนแอ และทำให้ไข้กำเริบได้
- **ห้ามทำงานหนัก** การทำงานหนักทำให้ธาตุในร่างกายนเสียสมดุล และทำให้ไข้กำเริบได้
- **ห้ามตัดผมโกนหนวดเครา** ในพระคัมภีร์ชาตุมุขวิวัฒน์ อธิบายไว้ว่า การตัดผม โกนหนวดเคราจะทำให้ร่างกายระบมช้าทำให้ไข้กลับและไข้กำเริบขึ้นได้ ในขณะที่เป็นไข้หรือเจ็บป่วยไม่สบายด้วยโรคใด ๆ จึงไม่ควรตัดผม โกนหนวดเคราจนกว่าไข้จะหาย

## ๒. การปฏิบัติตัวเพื่อลดไข้

- **การอาบน้ำเย็น** ความเย็นของน้ำจะช่วยระบายความร้อนและพิษไข้ได้ดี ดังนั้นการอาบน้ำเย็นหรือการเช็ดตัวด้วยน้ำเย็น จะสามารถลดไข้หรือควบคุมอิทธิพลของธาตุไฟให้น้อยลงได้
- **การดื่มน้ำมาก ๆ** จะมีผลเหมือนกับการอาบน้ำเย็น
- **การอยู่ในร่มไม้ที่เย็นสบายหรืออยู่ในที่ที่อากาศเย็นสบายถ่ายเทสะดวก** จะช่วยระบายความร้อนและถ่ายพิษไข้ได้ดี
- **การอาบแสงจันทร์** ในพระคัมภีร์วโรยสารกล่าวไว้ว่า การอาบแสงจันทร์ เป็นวิธีการควบคุมธาตุไฟให้สมดุลโดยอาศัยความเย็นของแสงจันทร์ช่วยให้คนไข้ รู้สึกสบาย และช่วยระบายพิษไข้
- **การรับประทานผักผลไม้รสขมเย็น** เช่น มะระ สะเดา เป็นต้น ความเย็นของผักผลไม้จะช่วยควบคุมธาตุไฟให้สมดุลและช่วยระบายพิษไข้

หากวิเคราะห์วิธีการรักษาไข้ที่มีบันทึกไว้ข้างต้นนั้น จะพบว่าแบ่งได้เป็นกลุ่มตามหลักการ ดังนี้

๑. การลดบทบาทหรืออิทธิพลของธาตุไฟ โดยการใช้ยาและอาหารสเย็นเพื่อให้ความเย็นไปดับความร้อนของธาตุไฟ ซึ่งจะได้กล่าวรายละเอียดในลำดับต่อไป นอกจากนั้นจะต้องหาทางป้องกันไม่ให้ธาตุไฟกำเริบขึ้นมาอีก โดยการห้ามใช้ยาอาหาร หรือมีพฤติกรรมที่จะส่งเสริมธาตุไฟ เช่น ห้ามใช้ยาและอาหารรสร้อน ห้ามนวด ห้ามอบและประคบสมุนไพร
  ๒. การเพิ่มบทบาทหรืออิทธิพลของธาตุน้ำ ความเย็นของธาตุน้ำจะช่วยดับความร้อนของธาตุไฟ เช่น การให้ดื่มน้ำมากๆ
  ๓. การควบคุมธาตุลมให้ทำงานปกติไม่มากหรือน้อยเกินไป ถ้ามีธาตุลมมากเกินไปจะไปส่งเสริมธาตุไฟให้กำเริบได้ หรือถ้ามีธาตุลมน้อยเกินไปทำให้การไหลเวียนของเลือดลมไม่ดี ส่งผลให้ร่างกายอ่อนเพลีย และการระบายความร้อนของธาตุไฟจะน้อยลงไปด้วย ทำให้ไข้หายช้า ตัวอย่างการควบคุมธาตุลม เช่น การนอนพักผ่อนเพื่อลดการเคลื่อนไหวของร่างกาย การให้ยาหอม เช่น ยาหอมเทพจิตร ยาหอมทิพโอสถ หรือยาหอมนวโกฐเพื่อปรับธาตุลมและบรรเทาอาการอ่อนเพลีย
- จะเห็นว่าวิธีการรักษาไข้ในทางการแพทย์แผนไทยมีหลายวิธี การรักษาที่จะมีประสิทธิผลหรือไม่

ขึ้นกับการตรวจวินิจฉัยของแพทย์ผู้ให้การดูแลรักษาว่า จะสามารถสอบถามประวัติและตรวจร่างกายให้ได้ข้อมูลถูกต้องและครบถ้วน เพื่อหาสาเหตุหรือสมุฏฐานของโรคได้ถูกต้อง เมื่อได้สมุฏฐานแล้ว จึงสามารถกำหนดหลักการและเลือกวิธีการรักษาให้สอดคล้องกับสมุฏฐานของโรคได้ถูกต้อง

## บทสรุป

แพทย์แผนไทยประยุกต์จะรักษาไข้ได้ดี ต้องรู้สมุฏฐานของไข้ กล่าวคือต้องรู้ว่าไข้ใด ๆ ก็ตามเป็นภาวะที่เกิดจากธาตุไฟกำเริบ หรือธาตุไฟมีบทบาทและอิทธิพลต่อร่างกายมากกว่าธาตุอื่น ทั้งนี้แพทย์ผู้ให้การรักษาต้องคำนึงถึงสมุฏฐานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งหมด ทั้งสมุฏฐานธาตุ อุดู อายุ กาล ประเทศ และมูลเหตุต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการเกิดไข้ เพราะการเกิดไข้อาจเกิดจากปัจจัยหลายอย่างส่งเสริมกัน รวมทั้งอาจทำให้เกิดความผิดปกติที่กระทบธาตุอื่น ๆ ให้ผิดปกติตามไปด้วย

วิธีการรักษาไข้ที่เลือก นอกจากจะมีวัตถุประสงค์เพื่อหาทางลดอิทธิพลของธาตุไฟลง หรือปรับธาตุไฟให้อยู่ในภาวะที่สมดุลซึ่งมีหลายแนวทางด้วยกัน แพทย์แผนไทยประยุกต์จะต้องคำนึงถึงสมุฏฐานต่าง ๆ และมองผู้ป่วยอย่างเป็นองค์รวมด้วย เพื่อจะได้สามารถตัดสินใจเลือกวิธีการรักษาให้สอดคล้องและเหมาะสมกับผู้ป่วยมากที่สุด