

สรุปผลการประชุม The First Meeting on the Preparation of the Book on  
“Traditional and Complementary Medicine for Primary Health Care in ASEAN”

วันที่ ๒-๓ เมษายน ๒๕๕๘ เวลา ๐๙.๐๐-๑๗.๐๐ น.

ณ ห้องประชุมตักสิลา สถานการณ์แพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

๑. ผศ.(พิเศษ) ดร.นพ.วิชชัย กมลธรรม อธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ให้เกียรติเป็นประธานในการกล่าวต้อนรับและเปิดการประชุม The First Meeting on the Preparation of the Book on “Traditional and Complementary Medicine for Primary Health Care in ASEAN” โดยมี ดร.ภญ.อัญชลี จุฑะพุทธิ ผู้อำนวยการสำนักงานความร่วมมือระหว่างประเทศ กล่าวรายงาน ความเป็นมา วัตถุประสงค์ของการประชุม และผู้ที่เข้าร่วมประชุมดังกล่าว

๒. การประชุม The First Meeting on the Preparation of the Book on “Traditional and Complementary Medicine for Primary Health Care in ASEAN” จัดขึ้น เพื่อดำเนินงานตามแผนงานของ กรอบความร่วมมืออาเซียนด้านการแพทย์ดั้งเดิม (ATFTM Workplan on Traditional Medicine) ซึ่งประเทศไทยเป็นประเทศนำด้านการส่งเสริมการแพทย์ดั้งเดิมและการแพทย์เสริมในระบบสาธารณสุขมูลฐาน โดยกิจกรรมที่ผ่านมา ประเทศไทยได้เป็นเจ้าภาพจัดการประชุมเพื่อจัดทำหนังสือ “Herbal Medicines Used in Primary Health Care in ASEAN” ๒ ครั้ง และสนับสนุนการตีพิมพ์หนังสือดังกล่าวร่วมกับมูลนิธินิปปอน เพื่อแจกจ่ายให้ประเทศสมาชิก อาเซียนนำไปแปลเป็นภาษาของตนเองต่อไป ซึ่งการประชุม The First Meeting on the Preparation of the Book on “Traditional and Complementary Medicine for Primary Health Care in ASEAN” นี้ เป็นการประชุมเพื่อหารือแนวทางและรูปแบบของหนังสือ เพื่อส่งเสริมการใช้การแพทย์ดั้งเดิมและการแพทย์เสริมในการดูแลตนเอง

๓. ในการประชุมครั้งนี้ มีผู้แทนจากประเทศสมาชิกอาเซียนทั้ง ๑๐ ประเทศ และผู้แทนจากองค์การอนามัยโลกภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เข้าร่วมประชุม โดยผู้แทนประเทศไทยในฐานะประเทศเจ้าภาพ ได้รับเลือกให้เป็นประธานในที่ประชุมร่วมกับผู้แทนจากสปป.ลาว ซึ่งเป็นประธานของคณะทำงาน ATFTM ขณะนี้

๔ คณะผู้แทนไทย ประกอบด้วย

๔.๑ ดร.ภญ.อัญชลี จุฑะพุทธิ เกษัชกรเชี่ยวชาญ และผู้อำนวยการสำนักงานความร่วมมือระหว่างประเทศ กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

๔.๒ นางเสาวณีย์ กุลสมบุรณ์ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ .และผู้อำนวยการสำนักการแพทย์พื้นบ้านไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

๔.๓ นายแพทย์วิฒนะ พันธุ์ม่วง นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ และผู้อำนวยการสำนักงานพัฒนารับบริการด้านการแพทย์ผสมผสาน กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ ทางเลือก

๕. ผลการประชุม มีดังนี้

๕.๑ ชื่อหนังสือ – Traditional Medicine Self-Care in ASEAN

๕.๒ กลุ่มเป้าหมาย – ประชาชนทั่วไป

๕.๓ รูปแบบหนังสือ – ประกอบด้วยบท ๕ บท และภาคผนวก ได้แก่

- ๑) บทที่ ๑ – บทนำ
- ๒) บทที่ ๒ – การแพทย์ดั้งเดิมในประเทศสมาชิกอาเซียน
- ๓) บทที่ ๓ – การส่งเสริมสุขภาพ
- ๔) บทที่ ๔ – การป้องกันโรค
- ๕) บทที่ ๕ – การจัดการโรคและอาการที่ไม่รุนแรง
- ๖) ภาคผนวก – รายการบัญชียาหลักแห่งชาติ

๕.๔ การมอบหมายประเทศที่รับผิดชอบ – ประเทศไทยรับผิดชอบร่างบทที่ ๑, ๓ และ ๔ จากนั้นจึงส่งให้ประเทศสมาชิกพิจารณาและให้ข้อคิดเห็นก่อนการประชุมครั้งที่ ๒ ซึ่งคาดว่าจะจัดในเดือนเมษายน ปี ๒๕๕๙ ส่วนประเทศสมาชิกอาเซียนประเทศอื่น ๆ ได้รับมอบหมายให้ร่างเนื้อหาการแพทย์ดั้งเดิมของตนเอง โดยมีเนื้อหาจำนวน ๒-๔ หน้า และร่างเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการออกกำลังกายหรือขั้นตอนการรักษาที่ต้องการนำเสนอ (ตารางแสดงรายละเอียดของเนื้อหา และประเทศรับผิดชอบตามเอกสารแนบ)

สำนักงานความร่วมมือระหว่างประเทศ

เมษายน ๒๕๕๘

**Agreed Outline of the Book on  
Traditional Medicine Self-Care in ASEAN**

Chapter & Content	Country responsible	
<b>CHAPTER 1 – INTRODUCTION</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Definition of Health – General description of health</li> <li>● Traditional medicine holistic (body, mind and spirit) approach and environment (need more clarification on spirit)</li> <li>● Summary of similarities and differences of the <b>philosophy and concept of health in TM</b> of AMS</li> <li>● Simple assessment of your health status – checklist of               <ul style="list-style-type: none"> <li>● Lifestyle (i.e. BMI, eating habit, physical activity, smoking, alcohol intake, hours of sleep, stress prone?),</li> <li>● traditional methods of assessing health status,</li> <li>● blood pressure, blood lipid &amp; blood sugar, if available (ranges of value given)</li> </ul> </li> </ul>	Thailand	<p>From official references</p> <p>Work on how to evaluate</p>
<b>CHAPTER 2 – TRADITIONAL MEDICINE PRACTICED IN AMS</b>		
Table or Map or Infographic showing types of TM each country uses		
1. Traditional Malay Medicine	Malaysia/Brunei	
2. Traditional Chinese Medicine	Singapore/Brunei	
3. Traditional Khmer Medicine	Cambodia	
4. Jamu	Indonesia	
5. Lao Traditional Medicine	Lao PDR	
6. Traditional Indian Medicine <ul style="list-style-type: none"> <li>6.1 Ayurveda</li> <li>6.2 Siddha</li> </ul>	Malaysia	

Chapter & Content	Country responsible	
6.3 Yoga		
7. Myanmar Traditional Medicine	Myanmar	
8. Philippines Traditional Medicine	Philippines	
9. Thai Traditional Medicine	Thailand	
10. Traditional Vietnamese Medicine	Vietnam	
<p><b>CONTENT – 2 pages/TM</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- History and background</li> <li>- Health (how to define health or how to stay healthy)</li> <li>- Theory and Principles and concept (Causes of illness &amp; Diagnosis)</li> <li>- Modalities of treatment</li> </ul>		
<b>CHAPTER 3 – HEALTH PROMOTION</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Definition</b> of health promotion (WHO)</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Healthy diet</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Healthy diet according to traditional medicine</li> <li>● Prefix before info about modern nutrition</li> <li>● Balanced diet, plate method &amp; benefit (decrease NCD)</li> <li>● Explain each type of food: vegetable, fruits, rice &amp; grains, protein (meat, fish, egg, legumes, soya &amp; nuts), fat/oil, give example of food more ASEAN kinds of food</li> <li>● Foods with different kinds of vitamins (ASEAN foods)</li> <li>● The kinds of foods to avoid (e.g. processed food, preserved food. fatty food, charbroiled food, too much salt &amp; sugar)</li> </ul> </li> </ul>	Thailand	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Exercise &amp; procedure-based therapies</b></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Exercise</b></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Types of exercise: moderate, vigorous, aerobic exercise</li> </ul>		

Chapter & Content	Country responsible	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Benefits of exercise</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Exercise tips</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Procedure-based therapies</b></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Yoga</li> </ul>	Malaysia	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Qi gong</li> </ul>	Singapore	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tai Chi</li> </ul>	Singapore	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reusi Dudton</li> </ul>	Thailand	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Self-massage of the eyes</li> </ul>	Thailand	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Routine physical exercise</li> </ul>	Myanmar	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Mind health</b></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Sleep</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Rest</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Meditation</li> </ul>	Myanmar	
<b>CHAPTER 4 – DISEASE PREVENTION</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Preamble</li> </ul>	Thailand	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Personal hygiene</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Food hygiene</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Water hygiene</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Prevention of communicable diseases</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Prevention of the spread of vector-borne diseases</li> </ul> </li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Prevention of STD &amp; emerging diseases (e.g. SARS)</li> </ul> </li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Foods with health benefits &amp; Disclaimer statement</b></li> </ul>	Thailand	
<ul style="list-style-type: none"> <li> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Foods shown to have blood sugar-lowering property</li> </ul> </li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Foods shown to have blood pressure-lowering property</li> </ul> </li> </ul>		

Chapter & Content	Country responsible	
● Foods shown to have lipid-lowering property		
● Foods shown to have high antioxidant vitamins		
● Table of local vegetables with vitamin C, A, beta-carotene contents & dietary fibers		
<b>All with references</b>		
<b>CHAPTER 5 –MANAGEMENT OF COMMON MINOR AILMENTS</b>		
- Diarrhea	Thailand	
- Constipation		
- Common cold		
- Insect bite		
- Fever		
- Dysuria, lower urinary tract infection		
- Muscle pain / joint pain		
- Insomnia		
- Painful menstruation		
- Headache, dizziness		
- Toothache		
- Loss appetite		
- <b>Herbal remedies</b>		
- <b>Procedure-based therapies</b>		
● Acupressure	Indonesia	
● Malay postnatal care	Malaysia	
● Thai self-massage	Thailand	
● Myanmar massotherapy	Myanmar	
● External application	Myanmar	
● Application of hot fomentation	Myanmar	
● Meditation	Myanmar	
● Shirodhara	Malaysia	

Chapter & Content	Country responsible	
2-4 pages/therapy		
APPENDIX		
<p><b>National List of Essential Medicines</b></p> <p><b>Structure of appendix</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diagram of NLEM (similar to example from Thailand)</li> <li>2. List of TM in NLEM classified by indications <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Name of medicine</li> <li>b. Herbal components of the recipe with scientific name and amount (if there are many herbal components, list the main active ones and amount)</li> <li>c. Active substance(s) (if specified)</li> <li>d. Dosage and administration</li> </ol> </li> </ol>	All AMS	