

## พระพุทธานิเวศน์โรค 2 : พุทธสมาธิในการลดน้ำตาลในเลือด ผู้ป่วยเบาหวาน

สมพร กันทรดุษฎี-เตรียมชัยศรี\*, สิริพิชญ์ เตรียมชัยศรี\*\*

\* ภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\* โรงพยาบาลนพรัตนราชธานี กรุงเทพมหานคร

พระพุทธานิเวศน์โรค 2 ได้รับการพัฒนาเป็นเทคนิคการนิเวศน์โรคในผู้ป่วยที่มีระดับน้ำตาล ในเลือดสูง จากผลการวิจัยของ กัญญา เลื่อนเครือ และสมพร เตรียมชัยศรี ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2541 หลังจากนั้นมีการพัฒนาเทคนิคและทำการวิจัยต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน ผลการพัฒนาพบว่า พระพุทธานิเวศน์โรค 2 ประกอบด้วย เทคนิค 3 ขั้นตอน ขั้นตอนที่ 1 นั่งผ่อนคลายหายใจเหี่ยวยา 30 ครั้ง ขั้นตอนที่ 2 ยืนพิจารณา เหี่ยวยาแบบ 180 ครั้ง ขั้นตอนที่ 3 เดินจงกรม 3 กระบวนท่า เหี่ยวยาปราน ระบบน้ำ ระบบไฟ ผลการศึกษาในผู้ป่วยเบาหวาน 30 ราย ในคลินิกเอกชนแห่งหนึ่ง พบว่า พระพุทธานิเวศน์โรค 2 ขั้นตอนที่ 1 และ ขั้นตอนที่ 2 สามารถลดน้ำตาลในเลือดผู้ป่วยเบาหวานประเภทที่ 2 ได้ ร้อยละ 100 พระพุทธานิเวศน์โรค 2 ขั้นตอนที่ 1-3 สามารถลดน้ำตาลในเลือดผู้ป่วยเบาหวานทุกประเภทได้ ร้อยละ 100 (บัลวี, 2548) ผลการวิจัยนี้จะนำไปสู่การประยุกต์ใช้ในการนิเวศน์ตนเองสำหรับผู้ป่วยในชุมชนต่อไป

