**ห้องผดุงครรภ์ไทย**

**การแต่งงาน**

 การผดุงครรภ์ไทยเป็นความรู้ที่สืบทอดต่อกันมาหลายชั่วอายุคน เป็นศาสตร์และศิลป์ที่เชื่อมโยงประเพณีและวัฒนธรรม ของแต่ละท้องถิ่นสืบต่อกันมา

 สังคมไทยในอดีตที่ผ่านมา การแต่งงาน มีชีวิตคู่ สร้างครอบครัวด้วยกันต้องอาศัย “**แม่สื่อ-พ่อสื่อ”** ในการแนะนำคนที่คู่ควรมาให้ทำความรู้จัก พัฒนาความสัมพันธ์ และแต่งงานกันในที่สุด บางคู่อาจจะมองแค่เรื่องความเหมาะสมทางฐานะการเงิน ฐานะสังคม วงศ์ตระกูล ซึ่งหากสิ่งเหล่านี้ผ่านแล้ว ก็สามารถลงเอยด้วยการแต่งงานได้เช่นกัน ไม่จำเป็นต้องรักกันมาก่อน ซึ่งเรื่องนี้ก็เป็นที่มาของประโยคที่ว่า อยู่กันไปเดี๋ยวก็รักกันเอง ส่วนเหตุผล ที่สังคมไทยในอดีตต้องใช้แม่สื่อก็เนื่องจากว่าที่ในอดีตที่ผ่านมาไม่มีการเปิดโอกาสให้ผู้หญิงได้ออกไปนอกบ้าน หรือเลือกคู่ครองและตัดสินใจเอง จึงต้องมีการผ่านแม่สื่อ เหมือนเป็นพิธีการ ซึ่งหน้าที่ของแม่สื่อก็คือพูดให้ฟังว่าแต่ละข้างมีคุณสมบัติอะไรบ้าง และการเลือกคู่ส่วนใหญ่ก็มักจะอยู่ในมาตรฐานของคนสังคมระดับเดียวกัน โดยการยอมรับและเห็นชอบจากพ่อแม่ทั้งสองฝ่าย

 การเลือกคู่ครอง จึงถือว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งในการดำเนินชีวิตครอบครัว หากมีคู่ครองที่ดีก็จะทำให้ชีวิตสมรสราบรื่น เกิดความสงบสุข ครอบครัวก็จะมีความเจริญรุ่งเรือง อยู่กันยืดยาว การเลือกคู่ครองจึงไม่ใช่แค่ดูเรื่องนิสัยใจคอ บุคลิก สำหรับบางคนก็เลือกที่จะดูความสมพงษ์ตามวันเดือนปีเกิด ว่าสามารถจะใช้ชีวิตคู่อยู่ด้วยกันได้หรือไม่

**พัฒนาการทารกในครรภ์**

 ตามตำราการแพทย์แผนไทยได้กล่าวไว้ว่า เมื่อเกิดการปฏิสนธิขึ้นแล้ว มูลปฏิสนธินั้นขนาดเล็กมาก (ปฐมกะละละ) เปรียบเทียบโดย การขนเอาขนทรายจามรีเส้นหนึ่ง มาชุบน้ำมันงาที่ใส แล้วสลัดเอาน้ำมันออกถึง ๗ ครั้ง ส่วนของน้ำมันงาที่ยังติดอยู่ที่ปลายขนทรายจามรีนั้น คือ **ขนาดของอนุมูลปฏิสนธิ**

 เมื่อตั้งขึ้นในครรภ์แล้ว ก็อาจจะละลายไปได้วันละ ๗ ครั้ง กว่าจะตั้งขึ้นได้นั้นยากนักแล้วมีลำดับการเจริญเติบโตทารกในครรภ์ดังนี้

 สัปดาห์ที่ ๑ กลละ เป็นหยาดน้ำใส ขนาดเล็กมากมีอาการแสดงให้เห็น คือ มารดาจะมีเลือด คล้ายเลือดประจำเดือน ออกมาเพียงเล็กน้อย เรียกว่า ระดูล้างหน้า หรือ มารดาอาจจะฝันเห็นวิปริตต่างๆ

 สัปดาห์ที่ ๒ เป็นก้อนเลือดขนาดเล็ก ข้นเข้าดังน้ำล้างเนื้อ

 สัปดาห์ที่ ๓ เป็นชิ้นเนื้อ

 สัปดาห์ที่ ๔ ลักษณะเป็นก้อนดังไข่งู

 สัปดาห์ที่ ๕ เจริญเติบโตแตกออกเป็นปัญจสาขา คือ ศีรษะ ๑ มือ ๒ เท้า ๒

 สัปดาห์ที่ ๖ เกิดเกสา โลมา นขา ทันตา ตามลำดับ

 สัปดาห์ที่ ๗ เกิดโลหิตหมุนเวียนในหัวใจ

 เดือนที่ ๓ โลหิตไหลเวียนไปตามปัญจสาขา

 เดือนที่ ๔ ตั้งอาการ ๓๒ โดยเริ่มเกิดตาและหน้าผากก่อน

 เดือนที่ ๕ มีจิตและเบญจขันธ์พร้อมบริบูรณ์ (รูป, เวทนา, สัญญา, สังขาร, วิญญาณ)

 เดือนที่ ๑๐ เจริญพร้อมด้วยอินทรีย์และเบญจขันธ์ อาการ ๓๒ ก็บริบูรณ์ครบกำหนดคลอด

**อาหารแสลง**

 อาหารแสลงมารดาขณะตั้งครรภ์ คือ อาหารที่มีรสเผ็ดร้อน อาหารรสจัด เช่น เผ็ดจัด หวานจัด เปรี้ยวจัด มันจัด ของหมักดอง อาหารกึ่งสุกกึ่งดิบ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

 อาหารแสลงมารดาหลังคลอดคือ อาหารที่มีกลิ่นฉุน เช่น ชะอม ทุเรียน และปลาที่ไม่มีเกล็ด เพราะมีความคาวมาก เช่น ปลาไหล ปลาสวาย เป็นต้น ซึ่งอาหารแสลงเป็นความเชื่อเกี่ยวกับวัฒนธรรมการกินแต่ละบุคคลและท้องถิ่นนั้นๆ

เบญจกัลยาณี

**ความหมายที่ ๑**

 คือ หญิงที่มีคุณลักษณะเป็นแม่นมที่ดี มีน้ำนมเหมาะแก่การเลี้ยงทารก ตำราการแพทย์แผนไทยแบ่งออก เป็น ๔ กลุ่ม ได้แก่

 ๑) หญิงที่มีกลิ่นตัวหอมดังกล้วยไม้ ไหล่ผาย สะเอวรัด หลังราบ สัณฐานตัวดำแลเล็ก แก้มใส มือแลเท้าเรียว เต้านมดังอุบลพึ่งแย้ม ผิวเนื้อนั้นสีแดง เสียงดังดังสังข์ รสน้ำนมนั้นหวานมัน

 ๒) หญิงที่มีกลิ่นตัวดังดอกอุบล เสียงดังเสียงแตร ไหล่ผาย ตะโพกรัด แก้มพอง นิ้วมือแลนิ้วเท้าเรียวแฉล้ม เต้านม ดังบัวบาน ผิวเนื้อเหลือง น้ำนมข้น มีรสหวาน

 ๓) หญิงที่มีกลิ่นตัวไม่ปรากฏหอมหรือเหม็น เอวกลม ขนตางอน จมูกสูง เต้านมกลม หัวนมดังดอกอุบล พึ่งจะแย้ม รสน้ำนมนั้นหวานมันเล็กน้อย

 ๔) หญิงที่มีกลิ่นตัวหอมเผ็ด เสียงดังเสียงจักจั่น ปากดังปากเอื้อน ตาดังตาทราย ผมแข็งชัน ไหล่ผาย ตะโพกผาย หน้าผากส้วย ท้องดังกาบกล้วย นมพวง น้ำนมขาวดังสังข์ รสน้ำนมมันเข้มเล็กน้อย

**ความหมายที่ ๒**

 คือ หญิงที่มีลักษณะงาม ๕ ประการ คือ ผมงาม เนื้องาม ฟันงาม ผิวงาม และวัยงาม

**การกล่อมท้องดีอย่างไร**

 เพื่อขยับตำแหน่งทารกในครรภ์ ไม่ให้กดทับเส้นทางเดินเลือดลม ลดอาการตะคริว อาการบวม ลดการดึงรั้งหน้าท้อง ของมารดา ลดอาการปวดหลัง และช่วยให้คลอดได้ง่ายขึ้น

**การดูแลหลังคลอด**

 โบราณเชื่อว่าความร้อน การอยู่ไฟ หรือการดูแลมารดาหลังคลอด จะช่วยให้มดลูกเข้าอู่ได้เร็วขึ้น ช่วยขับน้ำคาวปลา ช่วยให้เลือดลมของมารดาหลังคลอดไหลเวียนได้ดีขึ้น ลดการเกร็งและปวดเมื่อยของกล้ามเนื้อ ช่วยให้แผลที่เย็บหายเร็วขึ้น ลดอาการเจ็บปวดอันเกิดจากการหดรัดตัวของมดลูกและเต้านมคัด ช่วยให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย และช่วยกระตุ้นให้น้ำนมมากขึ้น

**การร้องเพลงกล่อมเด็ก**

 จะช่วยให้เด็กหลับง่าย เด็กเกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ ไม่รู้สึกว่าถูกทอดทิ้งขณะนอนหลับ เมื่อเด็กได้ฟังสิ่งที่ไพเราะดีงาม จะส่งผลต่อความเจริญทางด้านอารมณ์ และสังคมที่ดีงามผ่านบทเพลง ซึ่งเพลงที่นิยมนำมาร้อง ได้แก่ เพลงนกกาเหว่า เพลงจันทร์เจ้า

**การเล่านิทาน**

จะช่วยเสริมสร้างจินตนาการ เป็นการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมในเด็กผ่านตัวละครและช่วยผสาน สายสัมพันธ์ครอบครัว

**การละเล่นเด็ก**

จะช่วยสร้างเสริมพัฒนาการในเด็กเช่น ขี่ม้าก้านกล้วย เดินกะลา เดินขาโถกเถก ม้าโยกเยก ไม้หัดเดิน เป็นต้น