

ความเป็นมาของการเสนอ นวดไทย สู่ คุณค่ามรดกโลก

ปี พ.ศ. ๒๕๕๔ กระทรวงวัฒนธรรม โดยกรมส่งเสริมวัฒนธรรม ได้ขึ้นทะเบียน “การนวดไทย” เป็นมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมของชาติ ทั้งนี้มีมาตรการคุ้มครองและส่งเสริมการนวดไทยให้ดำรงอยู่ เพื่อสืบต่อกฎมรดกภูมิปัญญา ให้เป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้สืบไป ซึ่งมีนโยบายจากภาครัฐสนับสนุนต่อเนื่อง

การส่งเสริมและพัฒนา OTOP การนวดไทย อัตลักษณ์ไทย และผลิตภัณฑ์สมุนไพรไทย ให้เป็นที่ยอมรับในระดับประเทศและนานาชาติ ในปี ๒๕๖๒ กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข ได้ขับเคลื่อนโครงการหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์ ผลิตภัณฑ์ (OTOP = One Tambon One Product) เป็นโครงการกระตุ้นธุรกิจประกอบการท้องถิ่น ซึ่งมีที่มาจากแนวคิด One Village, One Product (OVOP) ของเมืองโออิตะ ประเทศญี่ปุ่น



タイ式マッサージ世界遺産として出場の歴史

タイ式マッサージは仏歴2554年度に文化省文化振興局により世界遺産として登録された。また、仏歴2560年度にタイ式マッサージ「ヌアットタイ」は国家文化遺産として登録された。また、仏歴2560年3月28日に文化省は内閣の下でユネスコの舞台で無形文化遺産の代表としてを承認した。

OTOPタイ式マッサージ、タイのアイデンティティ、タイのハーブ 製品の開発振興国内および国際レベルで認定

仏歴2562年にはタイ医局および代替医療により1つの地区1つの製品というプロジェクトを推進された。(OTOP = One Tambon One Product) それは地域のビジネスを刺激するプロジェクトである。また、このプロジェクトはOne Village, One Product (OVOP)という日本大分県からの概念があった。



SUPPORT NUAD THAI FOR UNESCO
INTANGIBLE CULTURAL HERITAGE



タイ医局および代替医療
厚生労働省

กลุ่มงานวิชาการนวดไทย สถาบันการแพทย์แผนไทย
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข
โทร. (+66) 02-1495617
E-Mail : Nuadthai.otop@gmail.com



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
タイ医局および代替医療

นวดไทย อัตลักษณ์ไทย คุณค่าสู่มรดกโลก

タイ式マッサージ世界遺産として出場の歴史



SUPPORT NUAD THAI FOR UNESCO
INTANGIBLE CULTURAL HERITAGE

ความเป็นมาของ “นวดไทย” (NUAD THAI)

ภูมิปัญญาของชาติไทย

การนวดไทยเป็นองค์ความรู้ที่มีการสั่งสมประสบการณ์ในการดูแลสุขภาพในครอบครัว ในชุมชน การถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นเป็นมรดกอันทรงคุณค่าที่เป็นภูมิปัญญาดั้งเดิมของชาติไทย ซึ่งมีการสืบทอดและใช้ในชีวิตคนไทยมายาวนานกว่า ๗๐๐ ปี จนตกผลึกเป็นหลักการและมีรูปแบบอัตลักษณ์เฉพาะในการดูแลสุขภาพของคนในประเทศไทย

“การนวดไทย” หมายความว่า การตรวจ การวินิจฉัย การบำบัด การรักษา การป้องกันโรค การส่งเสริมและการฟื้นฟูสุขภาพ โดยใช้องค์ความรู้ที่เกี่ยวกับศิลปะการนวดไทย โดยอาศัยความรู้หรือตำราที่ได้ถ่ายทอดและพัฒนาสืบต่อกันมา

หลักการนวดไทยตามกรรมวิธีการแพทย์แผนไทย คือ การปรับสมดุลตามแนวเส้นพลังงานหลัก ๑๐ เส้น ที่ร่างกายมนุษย์ที่เรียกว่า เส้นประธานสิบ ผ่านชั้นกล้ามเนื้อ ด้วยการบีบ กด คลึง จับ ตัด ดึง บิด กุญ สับ ทุบ ตี ด้วยมือหรือส่วนของ มือ แขน ศอก เข่า เข่าหรือส่วนของเท้า หรืออวัยวะอื่นใด รวมทั้งวัสดุอุปกรณ์อื่น เพื่อส่งเสริมสุขภาพ บำบัดโรคหรืออาการบางอย่าง ฟื้นฟูสมรรถภาพของร่างกาย หรือบางกรณีเพื่อการตรวจวินิจฉัยโรค

タイマッサージ (ヌアットタイ) の経緯

タイ式マッサージとは、タイ市民個々の健康保持のために、700年以上に渡りタイ国民の伝統的な知恵として医療経験を代々受け継ぎ積み重ねた知識である。

タイマッサージ (ヌアットタイ) とは、代々受け継がれた知識を活かし、検査、診断、治療、病気の予防を意味する。

タイの伝統的な医療プロセスに従ったタイ式マッサージの原則は、人体全体にある10の主要なエネルギーラインに沿ってバランス調整することである。手の一部、腕、肘、膝、足または足の一部にマッサージ用の道具を使用し、10の主要エネルギーラインを押ししたり、揉んだり、引っ張ったり、掴んだり、曲げたり、引いたり、ねじったり、叩いたり、刻んだりする。そうすることによって、身体のリハビリや健康の回復だけでなく、ある病気や症状の診断や治療をすることができる。

ประโยชน์ของการนวดไทย

ระบบทางเดินอาหาร

- กระเพาะอาหารและลำไส้ทำงานได้ดีขึ้น
- ช่วยลดอาการท้องอืดท้องเฟ้อ
- ช่วยทำให้ระบบขับถ่ายเป็นปกติ
- ช่วยให้ระบบการย่อยและการดูดซึมอาหารดีขึ้น

ระบบผิวหนัง

- ทำให้การไหลเวียนของโลหิตที่ผิวหนังดีขึ้น
- ทำให้อุณหภูมิที่ผิวหนังเพิ่มขึ้นสามารถดูดซึมตัวยาได้ดี

ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ

- ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงและผ่อนคลาย
- บรรเทาอาการขัดตอก
- บรรเทาอาการเจ็บปวดและลดอาการบวม
- กรณีที่มีพังผืดทำให้พังผืดอ่อนตัวลงกล้ามเนื้อมีความยืดหยุ่นดีขึ้น
- ลดการเกิดตะคริวขณะออกกำลังกาย

ระบบการไหลเวียน

- กระตุ้นการไหลเวียนของโลหิตและน้ำเหลือง
- ช่วยลดอาการบวม

ด้านจิตใจ

- รู้สึกผ่อนคลายสบายกายและใจ
- รู้สึกแจ่มใสกระฉับกระเฉง
- ลดความตึงเครียดและความวิตกกังวล



タイ式マッサージの利点

消化器系

- 胃や腸がうまく機能する
- 鼓腸を減らす
- 消化器系を正常にする
- 食物の消化と吸収を改善する

皮膚系

- 皮膚の血行を良くする
- 皮膚の温度を上げると薬物をよく吸収することができる

筋骨格系

- 筋肉を強くし、リラックスさせる
- 痛みを和らげる
- 痛みを和らげ、腫れを減らす
- 線維症の場合は、線維症が弱まり、筋肉はより柔軟になる
- 運動中の痙攣を減らす

循環器系

- 血液とリンパ循環を刺激する
- 腫れを減らす

精神的

- 心身を快適にし、リラックスできる
- 気分を爽快にする
- 緊張や不安を軽減する

