

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ความเชื่อเรื่องอาหารและการปฏิบัติตัวหลังคลอดของหญิงชาวม้ง
ผู้เขียน นางยุพา ภัทรเกษะ
ปริญญา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (โภชนศาสตร์ศึกษา)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์เทียมศร ทองสวัสดิ์ ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ยุพา สุภากุล กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเชื่อเรื่องอาหารและการปฏิบัติตัวหลังคลอดของหญิงชาวม้ง ประชากรเป็นหญิงหลังคลอดชาวม้งทุกคนที่ผ่านการคลอดบุตรไม่เกิน 1 ปี จำนวน 15 คน และหญิงสูงอายุชาวม้งซึ่งเลือกแบบเจาะจงจำนวน 5 คน ที่อาศัยอยู่ในบ้านน้ำเป็นหมู่ที่ 1 ตำบลปากกลาง อำเภอปัว จังหวัดน่าน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วยแบบบันทึกข้อมูลทั่วไป และการสัมภาษณ์เชิงลึก วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการศึกษาพบว่า หญิงหลังคลอดชาวม้งมีความเชื่อในการรับประทานอาหารและการปฏิบัติตัวที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะที่ถ่ายทอดต่อกันมาอย่างเคร่งครัด โดยหลังคลอดหญิงชาวม้งจะอยู่เดือนเป็นเวลา 1 เดือน อาหารที่รับประทานได้มีเฉพาะข้าวสวย ไข่ต้มและใช้น้ำโรยด้วยพริกไทยป่นซึ่งปรุงสุกใหม่ ดื่มน้ำอุ่น สวมใส่เสื้อผ้าหนาๆ แขนยาว สวมหมวกและถุงเท้าเพื่อให้ร่างกายอบอุ่น อาบน้ำสระผมด้วยน้ำอุ่น ใช้เวลาส่วนใหญ่ในการพักผ่อน นอนในท่าศีรษะสูง ใช้ผ้าผืนยาวรัดหน้าท้อง ห้ามเข้าบ้านผู้อื่น ไม่ตากผ้าอ้อมนอกบ้าน รวมทั้งมีการประกอบพิธีกรรมต่างๆ เพื่อดูแลปกป้องมารดาและบุตรให้ปลอดภัย และเชื่อว่าจะช่วยให้บุตรมีการเจริญเติบโตดีมีสุขภาพแข็งแรง

Independent Study Title Food Belief and Post-Partum Practice of Hmong Women

Author Mrs. Yupa Pattarakaeha

Degree Master of Science (Nutrition Education)

Independent Study Advisory Committee

Assoc. Prof. Tiamsorn Tongswas Chairperson

Assoc. Prof. Yupa Supakul Member

ABSTRACT

The objective of this study was to study Hmong post-partum women's food belief and practice. Population in this study comprised of 15 Hmong women who had given birth within 1 year and purposive sampling of 5 elderly Hmong women living in Nampern Village, Paklang Subdistrict, Pua District, Nan Province. The instrument included the record form of the demographic data and guideline of question for the interview. Data were collected by in-depth interviews. Data were analyzed by using descriptive statistics and content analysis.

The result revealed that Hmong women had long inherited of unique food beliefs and strictly practiced during post-partum period. Post-partum Hmong women had to spent a month of "Yu Duen". During this period, they consumed only cooked white rice, boiled chicken, newly cooked egg with ground pepper, and drank warm water. They also were dress with thick long sleeve clothes, and band long pieces of cloth around their belly, hats and sock to keep body warm, bath and shampoo with warm water, spent most of the time for rest their bodies in head up high position, they were prohibited to visit neighborhood, and were not allow to dry napkins outside their houses. They also performed rituals in order to protect a mother and a baby to be safe and with the belief that it would help a baby for growing up and had good health.