



สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา

# โครงการออกแบบภายในศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด

ลงทะเบียนวันที่	15 ก.พ. 2555
เลขทะเบียน	121117
เลขหมู่	QH RA 976
หัวเรื่อง	น 416ค การออกแบบ mscm 11 พฤศจิกายน 2554
	- mscm 11 ม.ค. 2555
	- วัสดุอุปกรณ์

นางสาวนันทกาญจน์ สาทิด

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาสถาปัตยกรรมภายใน คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

พ.ศ.2553

THE INTERIOR DESIGN PROJECT OF  
NATURAL HEALTH CARE & THERAPY

NUNTHAKAN SAKERD

A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILMENT OF REQUIREMENTS  
FOR THE DEGREE OF BACHEL DEGREE OF ARCHITECTURE IN ARCHITECTURE  
FACULTY OF ARCHITECTURE  
RAJAMANGALA UNIVERSITY OF TECHNOLOGY THANYABURY  
ACADEMIC YEAR 2010

หัวข้อวิทยานิพนธ์      โครงการออกแบบภายในศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด  
โดย                              นางสาวนันทกาญจน์ สาเกิต  
ภาควิชา                        สถาปัตยกรรมภายใน  
อาจารย์ที่ปรึกษา            อาจารย์พุทธพร ไพบูลย์  
ปีการศึกษา                    2553

---

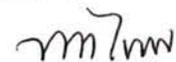
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์  
ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสถาปัตยกรรมศาสตรบัณฑิต

..........คณบดีคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธีรวัลย์ วรรณโนทัย)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..........ประธาน

(อาจารย์นันทิรา มิลินทานุช)

..........อาจารย์ที่ปรึกษา

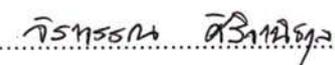
(อาจารย์พุทธพร ไพบูลย์)

..........กรรมการ

(อาจารย์พิมพ์ณภัท จันทรศรี)

..........กรรมการ

(อาจารย์วรุฒน์ วีระศิลป์)

..........กรรมการ

(อาจารย์จิราวรรณ ศิริวานิชกุล)

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์หัวข้อ โครงการออกแบบภายในศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี ได้รับความช่วยเหลือและความอนุเคราะห์จากบุคคลหลายๆท่าน ดังต่อไปนี้

ขอขอบคุณ พ่อและแม่ ที่คอยเป็นกำลังใจและคอยดูแลเอาใจใส่มา โดยตลอด คอยสนับสนุนด้านทุนทรัพย์ ค่าศึกษาเล่าเรียนจนจบการศึกษา

ขอขอบคุณ อาทั้งสองคน ที่คอยเลี้ยงดูจนเติบโตมาได้ทุกวันนี้ คอยดูแลเอาใจใส่เป็นกำลังใจให้เสมอ

ขอขอบคุณ พี่สาว ที่เป็นกำลังใจ และแรงเชียร์ให้สู้กับทุกๆเรื่องมา โดยตลอด

ขอขอบคุณ อาจารย์ พุทธพร ไพบุลย์ อาจารย์ที่ปรึกษา กับคำแนะนำดีๆ ไม่ว่าจะเป็นการเรียนหรือการใช้ชีวิตประจำวันต่างๆมา โดยตลอด

ขอขอบคุณ คณาจารย์ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สาขาออกแบบภายใน มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรีทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ต่างๆให้

ขอขอบคุณ เพื่อนๆที่คอยช่วยเหลือมา โดยตลอด

นันทกาญจน์ สาเก็ด

สารบัญ

ห้ามฉีก ตัด หรือทำให้เสียหาย

ผู้ใดพบเห็น กรุณาส่งคืนได้ที่

โทรศัพท์ 0-2549-3079

สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ

มทร.ธัญบุรี

ค.ลจธ.มทอ.ธัญบุรี อ.ปทุมธานี 12110

กิตติกรรมประกาศ.....	ก
สารบัญ.....	ข
สารบัญตาราง.....	ค
สารบัญภาพ.....	ง
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ที่มาและความสำคัญของโครงการ.....	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา.....	1
1.3 ขอบเขตของการศึกษา.....	2
บทที่ 2 ศึกษาข้อมูลทั่วไปและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	
2.1 ประวัติความเป็นมา.....	6
2.2 ความหมายของโรงพยาบาล.....	6
2.3 การศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับหลักการออกแบบ.....	9
2.3.1 ข้อมูลสถาปัตยกรรม.....	9
2.3.2 ประเภทของสถาปัตยกรรม.....	10
2.4 ข้อมูลการรักษาแบบธรรมชาติบำบัด.....	11
2.5 งานระบบและอุปกรณ์ประกอบอาคาร.....	16
2.5.1 งานระบบไฟฟ้าแสงสว่าง.....	16
2.5.2 ระบบปรับอากาศ.....	17
2.5.3 ระบบสื่อสาร.....	18
2.6 กรณีศึกษาเปรียบเทียบ.....	19
2.6.1 ศูนย์สุขภาพชีวาธรรม.....	20
2.6.2 ถิ่นดาวดีสถาปัตยกรรม.....	24

## สารบัญ(ต่อ)

	หน้า
2.6.3 อายุรเวทวิทยาลัย(ชีวกโกมารภักทจจ์).....	26
<b>บทที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูล</b>	
3.1 ผู้ให้บริการ.....	29
3.2 ผู้รับบริการ.....	30
3.3 ที่ตั้งโครงการ.....	31
3.4 ข้อกำหนดต่างๆในการปรับปรุง.....	41
<b>บทที่ 4 รายละเอียดโครงการ</b>	
4.1 วัตถุประสงค์ของการออกแบบ.....	44
4.2 รายละเอียดโครงการ.....	44
4.3 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการออกแบบ.....	45
<b>บทที่ 5 การออกแบบทางเลือก</b>	
5.1 ทางเลือกที่ 1.....	46
5.2 ทางเลือกที่ 2.....	50
5.3 ทางเลือกที่ 3.....	53
<b>บทที่ 6 แนวความคิดและการออกแบบ</b>	
6.1 ที่มาและความสำคัญของแนวความคิดในการออกแบบ.....	56
6.2 วัตถุประสงค์ของแนวความคิดในการออกแบบ.....	56
6.3 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากแนวความคิดในการออกแบบ.....	56

## สารบัญตาราง

	หน้า
3.1 ผลการศึกษาและวิเคราะห์ผู้รับบริการ.....	30
5.1 การวิเคราะห์จุดเด่นจุดด้อยทางเลือกที่ 1.....	49
5.2 การวิเคราะห์จุดเด่นจุดด้อยทางเลือกที่ 2.....	52
5.3 การวิเคราะห์จุดเด่นจุดด้อยทางเลือกที่ 3.....	55

## สารบัญภาพ

	หน้า
5.2 บรรยากาศภายในชีวาธรรม.....	20
5.3 แผนผังแสดงพื้นที่ส่วนสปปา ชั้น 1.....	21
5.4 แผนผังแสดงพื้นที่ส่วนสปปา ชั้น 2.....	22
5.5 แผนที่ลิวาดีสปปา.....	24
5.6 บรรยากาศภายในลิวาดีสปปา.....	24
5.7 ผังพื้นที่และบริเวณภายในลิวาดีสปปา.....	25
5.9 บรรยากาศภายในห้องเรียนอายุรเวทวิทยาลัย.....	28
3.1 ผังองค์กร.....	29
3.2 สภาพแวดล้อมทางด้านรูปธรรม (อาณาบริเวณ).....	31
3.3 ภาพทัศนเหนือติดกับบ้านพักอาศัย.....	32
3.4 ภาพทัศนตะวันออกติดกับสวนสุขภาพ.....	32
3.5 ภาพทัศนตะวันตกติดกับทางด่วน.....	33
3.6 ภาพทัศนใต้ติดกับร้านอาหารสวัสดิการ.....	33
3.7 ความยากง่ายในการเข้าถึง.....	34
3.8 มุมมองระหว่างการเข้าถึง.....	34
3.9 ที่จอดรถ.....	35
3.10 การรับรู้ของทางเข้า.....	35
3.11 ทางเข้าอาคาร.....	36
3.12 อาคารที่ตั้งโครงการ.....	37
3.13 อาคาร โดยรอบ.....	38

# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 ที่มาและความสำคัญของโครงการ

ปัจจุบัน ชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ได้มีการพัฒนา และปรับเปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว ไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงในแบบธรรมดาอย่างที่เคยเป็นมา แต่เป็นการเปลี่ยนแปลงไปแบบก้าวกระโดด เป็นผลให้เกิดการปรับตัวของการใช้ชีวิตในสังคมที่รีบเร่ง เกิดการทำงานลักษณะการแข่งขัน แข่งแย่งกัน อันทำให้เกิดความเครียดทางอารมณ์ และส่งผลกระทบต่อสุขภาพของร่างกาย สะสมมาทีละเล็กละน้อย อีกทั้งวิวัฒนาการของเทคโนโลยี ที่ก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว ยังส่งผลกระทบโดยตรงกับสภาพแวดล้อม และธรรมชาติ

ผลกระทบต่างๆเหล่านี้ ค่อยๆส่งผลกระทบต่อสุขภาพของมนุษย์ เป็นบ่อเกิดแห่งโรคร้าย และความบกพร่องของการทำงานของร่างกาย ซึ่งเป็นอันตรายต่อชีวิต ได้จึงนำที่จะมาลองทบทวนดูการใช้ชีวิตประจำวัน และสภาพแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อตัวเรา แล้วปรับเปลี่ยนวิธีการ รับผลกระทบต่างๆ ได้อย่างถูกต้องและเป็นประโยชน์แก่ร่างกายให้มากขึ้น เพื่อหลีกเลี่ยงการเจ็บป่วยด้วยโรคร้ายต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น โดยไม่รู้ตัว

โรคภัยไข้เจ็บเมื่อเกิดขึ้นแล้ว ก็จำเป็นต้องพึ่งสถานพยาบาล อันเป็นที่ให้การรักษาโรค โดยใช้วิทยาการขั้นสูง ประกอบกับวิวัฒนาการต่างๆของอุปกรณ์ทางการแพทย์ และยาที่ทันสมัย ซึ่งเป็นการรักษา เพื่อให้ผู้ป่วยหายจากอาการของโรคต่างๆอย่างรวดเร็ว ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อร่างกายและภาวะจิตใจ ได้ยังมีการรักษาอีกประเภทหนึ่งซึ่งเน้นการบำบัดรักษาอาการของโรคด้วยวิธีธรรมชาติ ส่งผลกระทบต่อข้างเคียงน้อย มีวิธีการที่ไม่ยุ่งยาก มีผลดีต่อทั้งสภาพร่างกายและจิตใจไปพร้อมๆกัน จึงทำให้ในปัจจุบันเกิดกระแสความสนใจในการรักษาแบบธรรมชาติบำบัดเพิ่มมากขึ้น

จึงนำไปสู่การทำวิทยานิพนธ์ การปรับปรุงและออกแบบภายใน ศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด ให้เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวและเพื่อการรองรับการขยายตัว ของศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด ในวงกว้าง เป็นที่รู้จักและมีชื่อเสียงมากยิ่งขึ้น ด้วยภาพลักษณ์ที่ทันสมัย พร้อมกลับผสมผสานความเป็นธรรมชาติ ควบคู่กันไปอย่างลงตัว

### 1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1.2.1 เพื่อศึกษาหลักการและการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในประเภท สถานเสริมสุขภาพ

1.2.2 เพื่อศึกษาเรื่องราวเกี่ยวกับสถานส่งเสริมสุขภาพให้เป็นที่เข้าใจและรู้จักมากยิ่งขึ้น

### 1.3 ขอบเขตของการศึกษา

1.3.1 การออกแบบสถาปัตยกรรมภายในประเภท สถานเสริมสุขภาพ จำเป็นต้องศึกษาและวิเคราะห์ประเด็นดังต่อไปนี้

#### 1.3.1.1 ผู้รับบริการ

1. พฤติกรรมและลักษณะเฉพาะของกลุ่มเป้าหมายหลัก คือ ผู้ที่สนใจในสุขภาพ
2. พฤติกรรมและลักษณะเฉพาะของกลุ่มเป้าหมายหลัก คือ ผู้ที่มาโดยรถส่วนตัว

#### 1.3.1.2 ผู้ให้บริการ

##### 1.3.1.2.1 ส่วนรักษา

1. ห้องตรวจ
2. ห้องสวนลำไส้
3. ห้องสวนกาแฟ

##### 1.3.1.2.2 ส่วนบริหาร

1. ห้องผู้บริหาร
2. ประชาสัมพันธ์

##### 1.3.1.2.3 ส่วนบำบัด

1. คนตรีบำบัด
2. ศิลปะบำบัด
3. ละครบำบัด
4. วารีบำบัด
5. นวดแผนไทย

##### 1.3.1.2.4 ส่วนบริการสาธารณะ

1. ร้านขายของ
2. ร้านอาหาร
3. ร้านกาแฟ

#### 1.3.1.3 ที่ตั้ง

โครงการ ตั้งอยู่ที่ 60 ถ.พหลโยธิน ต.ประชาธิปไตย อ. รัษฎบุรี จ.ปทุมธานี  
โดยมีพื้นที่ทั้งหมดรวม 4,900 ตารางเมตร

1. บริบท
2. การเข้าถึง
3. ทางเข้าอาคาร
4. ทิศทางการวางอาคาร
5. สถาปัตยกรรมเดิม
6. โครงสร้างและงานระบบ

1.3.2 การสังเคราะห์เรื่องการบำบัดด้วยธรรมชาติบำบัด ผู้การออกแบบสถาปัตยกรรมภายในประเภทสถานเสริมสุขภาพ จำเป็นต้องศึกษา และวิเคราะห์ประเด็นดังต่อไปนี้

#### 1. ประวัติความเป็นมา

ความหมายของธรรมชาติบำบัด Mr.Jacob Vadakkanchary คุณหมอชาวอินเดีย ผู้เชี่ยวชาญด้านการรักษาแบบธรรมชาติบำบัดและเจ้าของศูนย์ธรรมชาติบำบัดคนวิเศษวัน เมืองอาร์วอนา คูถัม รัฐเครลาทางตอนใต้ของอินเดีย

Dr.Jacob ได้บรรยายเรื่อง “ธรรมชาติบำบัด” ที่ห้องประชุมเบญจกุล สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ไว้ว่า

ธรรมชาติบำบัดคือการดูแลรักษาภายใน โดยขบวนการทางธรรมชาติ ตั้งอยู่บนหลักที่ว่าโรคทุกชนิดในร่างกายและจิตใจของคนเราสามารถเยียวยารักษาตัวเองได้ ถ้าร่างกายอยู่ในสภาพสมดุลปกติ โรคภัยต่างๆ ที่เกิดขึ้นจำนวนมาก เช่น มะเร็ง เบาหวาน ความดันโลหิตสูง เส้นเลือดหัวใจตีบตัน ภูมิแพ้ หืดหอบ ฯลฯ เกิดจากการดำเนินชีวิตผิดธรรมชาติ โดยเฉพาะคนที่อยู่ในเมืองใหญ่ๆ และรับประทานอาหารที่มีสารเคมีปนเปื้อน เช่น เนื้อสัตว์ที่เลี้ยงด้วยฮอร์โมนเร่งการเจริญเติบโต ยาปฏิชีวนะ หรือรับประทานยาหรือฉีดยาที่ทำจากสารเคมี สารเหล่านี้จะตกค้างอยู่ในร่างกายมาก การใช้ชีวิตที่เครียดเกินไป หักโหมเกินไป กังวลเกินไป ออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ พักผ่อนไม่เพียงพอ ดังนั้นการดูแลสุขภาพจะเน้นเรื่องการรับประทานอาหารที่ดีจะทำให้มีสุขภาพดี สุขภาพของคนขึ้นอยู่กับพฤติกรรมของการรับประทานอาหาร Bacteria ไม่มีผลทำให้เกิดโรคต่อร่างกาย การเจ็บป่วยของคนล้วนเกิดจากอาหารที่มีสารพิษปนเปื้อน ที่คนเรารับประทานเข้าไป เรื่องดิน น้ำ ลม ไฟ เป็นเรื่องของธรรมชาติที่ต้องเรียนรู้

ขบวนการขับสารพิษออกจากร่างกายมี 4 ทางคือ ทางจมูก ทางเหงื่อ ทางปัสสาวะ และทางอุจจาระ คนเราควรหมั่นหายใจลึกๆจะได้อากาศบริสุทธิ์เข้าไปในปอด เพื่อนำออกซิเจนเข้าไปหล่อเลี้ยงร่างกาย และควรตากแสงแดดอ่อนๆ ทั้งในตอนเช้าและตอนเย็น เพื่อดูดสารพิษออกจากร่างกาย ซึ่งเป็นวิธีดูแลสุขภาพสุขภาพอย่างง่ายที่คนทั่วไปสามารถปฏิบัติได้เวลามีอาการเจ็บป่วยร่างกายจะเสียสมดุลถ้าจะแก้ไขให้สมดุลก็ต้องปรับสภาพทั้งร่างกายและจิตใจ

ร่างกายมีกลไกกำจัดสารพิษอยู่ในตัวเอง เช่น เวลาไอ จาม หรือมีผื่น วิชาธรรมชาติบำบัดอธิบายว่าไม่ใช่อาการป่วยเป็นโรค แต่ร่างกายกำลังทำความสะอาดตัวเองตามธรรมชาติ เวลาที่มีสารพิษเข้าไปในปอดร่างกายก็จะจาม การจามแรงๆ เป็นการขับพิษออกจากร่างกายซึ่งธรรมชาติ ก็ช่วยขับพิษอยู่แล้ว การรับประทาน ยาแก้ไอจะทำให้ร่างกายไม่สามารถขับสารพิษออกมาได้ การที่เราเป็น ไข้ก็เป็น ขบวนการทำลายเชื้อโรค เมื่อมีอาการเจ็บคอ อาการไอ ก็ให้ใช้วิธีธรรมชาติบำบัด เวลาท้องเสีย วิชาธรรมชาติบำบัดอธิบายว่าเป็นการทำความสะอาดของร่างกายครั้งใหญ่ การถ่ายให้หมดจะช่วยขจัด สารพิษออกจากร่างกาย แต่คนเราไม่เข้าใจธรรมชาติ นี้กว่าท้องเสียเป็นอาการของ โรคเลยไปซื้อยามา รับประทานให้หยุดถ่าย อาการท้องเสียหยุดทันที ทำให้อาหารปนเปื้อนสารพิษที่รับประทานเข้าไป ซึ่ง ร่างกายต้องการขับออก แต่เราไปรับประทานยาให้หยุดถ่าย ทำให้ร่างกายกักสารพิษเอาไว้ ซึ่งไม่ ถูกต้อง วิธีที่ถูกคือค่อยรับประทานยาให้หยุดถ่าย ถ้าเรารับประทานยาให้หยุดถ่ายพิษต่างๆก็จะซึม เข้าสู่ร่างกาย หากซึมผ่านเส้นเลือดไปที่ผิวหนังก็จะเป็นผื่น ซึมไปที่ไตก็จะเป็นโรคไต ซึมไปที่ระบบ หายใจก็จะเป็นหืดหอบ ซึ่งเป็นเรื่องไม่ถูกต้อง ต้องใช้ธรรมชาติบำบัดขับพิษออกให้หมด

แนะนำให้รับประทานอาหารมังสวิรัต ไม่แนะนำให้รับประทานอาหารที่เป็นเนื้อสัตว์ เช่น หมู ปลา Dr.Jacob บรรยายว่า ถ้านำเนื้อสัตว์ไปทิ้งไว้ในตู้หลายวันก็จะมีกลิ่นเหม็นเน่า มีสารพิษ เหมือนกับคนรับประทานเนื้อสัตว์ไปหมักหมมอยู่ในลำไส้ ร่างกายก็จะได้รับสารพิษนั้นด้วย

ในกรณีคนที่ปวดศีรษะเนื่องจากเป็นเนื้องอกที่สมอง จริงๆแล้วกลไกของร่างกายต้องการให้ หยุดทำงาน หากรับประทานยาแก้ปวดศีรษะ อาการปวดบรรเทาที่ยังคงทำงานต่อไปได้ เนื้องอกก็จะ ลูกตามต่อไป จึงควรรักษาโดยธรรมชาติบำบัด (Health Life Style) การรับประทานยาต่างๆ เช่น Brufen, Paracetamol, Penicillin และ Tetracycline เป็นต้น ซึ่งจะมีพิษต่อดับและไต ยาจะให้ผลดีใน ระยะสั้น แต่จะเกิดผลเสียในระยะยาว

ทุกวันนี้คนเราป่วยเพราะมีสารพิษตกค้างในร่างกาย การบริโภคอาหารแต่ละชนิดใช้เวลาในการ ย่อยไม่เหมือนกัน เช่น เนื้อสัตว์ใช้เวลาในการย่อยนานถึง 12 ชั่วโมง ขณะที่ผักดิบใช้เวลาย่อย 2 ชั่วโมง 30 นาที ส่วนน้ำผลไม้ใช้เวลาย่อยเพียง 1 ชั่วโมง

วิธีการอดอาหารเพื่อล้างพิษเป็นทางเลือกหลักของวิชาธรรมชาติบำบัด บางคนอาจอดอาหาร 7 วัน บางคนอดอาหาร 14 วัน แต่บางคนอาจต้องอดอาหารถึง 21 วัน แล้วแต่อาการของโรค ก่อนการอด อาหารต้องเตรียมความพร้อมก่อน โดยให้รับประทานผักและผลไม้เพื่อปรับสภาพร่างกาย 3 วัน หลังจากนั้น 4 วันแรกให้ดื่มน้ำเปล่าอย่างเดียว อีก 3 วันต่อมาให้ดื่มน้ำผึ้งผสมน้ำมะนาว และ 3 วัน สุดท้ายให้ดื่มน้ำผลไม้ จากนั้นค่อยๆปรับสภาพร่างกาย โดยให้รับประทานผักสดและผลไม้ แล้ว กลับมาใช้ชีวิตปรกติตามเดิม

ในรายผู้ป่วยที่เป็นโรคมะเร็ง อาจให้อุดอาหาร 20 วัน เพื่อไม่ให้มะเร็งเจริญเติบโต ระหว่างนั้น จะให้น้ำผลไม้อ่อนๆ ให้เอาผ้าเปียกมาประคบบริเวณที่มีอาการปวดจะทำให้เลือดหมุนเวียนได้ดีขึ้น

เพราะระบบภายในของผู้ป่วยโรคมะเร็งจะสูญเสียสมดุลเกือบหมด ระหว่างการรักษาหากผู้ป่วยมีอาการไข้ นอนไม่หลับ หงุดหงิด วิตกกังวล เพราะเป็นวิธีการที่ธรรมชาติรักษาตัวเอง อุณหภูมิในร่างกายของผู้ป่วยสูงขึ้นเพื่อฆ่าเชื้อโรค Dr.Jacob บอกว่าเมื่อผู้ป่วยมีอาการนอนไม่หลับ 4-5 วันนั้นเป็นการส่งสัญญาณว่าการรักษาได้ผล บางครั้งผู้ป่วยจะมีอาการเจ็บคอ ปากไหม้ ไม่อยากรับประทานอาหาร เพราะร่างกายต้องการเยียวยาตัวเอง หากผู้ป่วยมีอาการเจ็บปวดบริเวณที่เป็นโรคมะเร็ง ก็จะใช้โคลนพอกเพื่อช่วยบรรเทาอาการเจ็บ ปวดนอกจากนี้ยังใช้วิธีฝึกเปลี่ยนจิตใจของผู้ป่วย ด้วยการให้ฝึกภาวนาและเปลี่ยนวิถีคิดของผู้ป่วย โดยให้คิดว่าวันนี้อาการดีขึ้น หรือให้ผู้ป่วยด้วยกันช่วยกันเยียวยาจิตใจ เช่น ให้พูดบอกกันว่าวันนี้อาการดีขึ้น

วิชาธรรมชาติบำบัดมีหลักว่าจิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว หากจิตตายร่างกายจะตายด้วย Dr.Jacob กล่าวว่า การฝึกโยคะ ก็เป็นอีกวิธีหนึ่งของการรักษา เพื่อให้เข้าถึงจิตตัวเอง คนทั่วไปมักจะนึกว่าเราเป็นเจ้าของร่างกาย แต่ที่จริงแล้วไม่ใช่ ต้องกลับไปดูที่จิต ตัวอย่างเช่นคนที่ออกกำลังกายในโรงยิมก็เหมือนคนภาวนาเพื่อให้ร่างกายแข็งแรง เพราะจิตบอกว่าออกกำลังกายเพื่อให้มีกล้ามเนื้อ ต่างจากกรรมกรที่แบกหามกล้ามเนื้อจะไม่สมบูรณ์เหมือนคนออกกำลังกายในโรงยิม เพราะจิตไม่ได้สั่ง

ในการรักษาผู้ป่วยโรคเบาหวานที่เป็นแผลเรื้อรัง เมื่อผู้ป่วยมีแผลตามแขนขา ซึ่งเป็นแผลที่รักษาไม่หายอาจจะต้องตัดอวัยวะส่วนที่เป็นแผลทิ้ง ซึ่งรักษาโดยวิธีธรรมชาติบำบัดอย่างง่าย ๆ ด้วยการให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานใช้หรือรับประทาน raw diet (อาหารดิบ น่าจะหมายถึงผักผลไม้สด) ใช้สมุนไพร tamaric root (พืชเป็นหัวใต้ดินตระกูลขิง ข่า ขมิ้น) และน้ำเย็นล้างแผลวันละ 2-3 ครั้ง แล้วให้ผู้ป่วยตากแดด เน้นเรื่องการตากแดด แผลนั้นจะค่อยๆแห้งและยุบ จนกระทั่งแผลหาย

การรักษาผู้ป่วยเป็นไมเกรนหรือไซนัส การล้างจมูกด้วยน้ำอุ่นผสมเกลือจะช่วยชำระล้างสิ่งสกปรกออกจากร่างกาย หรือล้างตาในน้ำสะอาดจะทำให้ระบบประสาทตาเย็นลง และช่วยขจัดไขมัน Dr.Jacob กล่าวว่า หากคนเราดูแลเรื่องอาหารการกิน ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตให้สอดคล้องกับธรรมชาติ รับประทานยา เพราะยาไม่เพียงแต่ฆ่าเชื้อโรคเท่านั้น แต่ยังทำลายภูมิคุ้มกันโรคในร่างกาย ยาแผนปัจจุบันแม้จะช่วยยับยั้งอาการปวดหรืออาการไข้ แต่นั่นเป็นเพียงการกดอาการ ไม่ได้เป็นการรักษาให้หายขาด การรักษาอยู่ที่ตัวของเราเองที่หันมารักษาตามแนวทางธรรมชาติบำบัด วิชาธรรมชาติบำบัดขนานแท้ไม่ใช่หมอบำบัดคน หมอเป็นเพียงผู้ให้คำแนะนำปรึกษา จากนั้นผู้ป่วยจะเป็นผู้บำบัดเอง วิชาธรรมชาติบำบัดเปรียบเปรยให้เห็นว่าห้องครัวก็คือโรงพยาบาล คุณแม่ก็เหมือนหมอในบ้าน จะทำให้คนในบ้านเจ็บป่วยหรือสุขภาพดีก็ขึ้นอยู่กับคุณหมอนั่น

#### 1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษา

- 1.4.1 สามารถออกแบบสถาปัตยกรรมภายในประเภทสถานเสริมสุขภาพได้อย่างสัมฤทธิ์ผล
- 1.4.2 สามารถสังเคราะห์ เรื่องราวเกี่ยวกับธรรมชาติบำบัดสู่การออกแบบสถาปัตยกรรมภายในประเภทสถานเสริมสุขภาพได้

## บทที่ 2

### ศึกษาข้อมูลทั่วไปและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

#### 1. ประวัติความเป็นมา

ปัจจุบันนี้แนวทางการรักษาโรคเหล่านี้ยังอาศัยแนวทางการรักษาโรคแผนปัจจุบัน ซึ่งมักก่อให้เกิดผลข้างเคียงในการรักษาและเป็นการรักษาหลังจากเกิดอาการเจ็บป่วยแล้ว ซึ่งเป็นการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุมากกว่าการมองไปที่ต้นเหตุของโรค จึงทำให้ผู้รักษาสุขภาพทั้งหลายหันกลับไปสู่การบำบัดตามแนวทางธรรมชาติ ซึ่งนอกจากจะลดภาวะเสี่ยงของผลข้างเคียงอันเกิดจากการรักษาแล้วเรายังสามารถเรียนรู้แนวทางธรรมชาติบำบัดเพื่อนำมาปรับใช้กับวิถีชีวิตซึ่งเป็นการป้องกันที่ต้นเหตุมากกว่า นำมาซึ่งการพึ่งพาตนเองอย่างยั่งยืน

“ธรรมชาติบำบัด” ศาสตร์แห่งสุขภาพแผนใหม่ที่มีรากฐานอันยาวนานมาจากตะวันออกผสมผสานกับศาสตร์ตะวันตก ซึ่งมีแนวความคิดว่าความเจ็บป่วยเป็นผลมาจากวิถีชีวิตที่แปรเปลี่ยนและเสียสมดุลตามหลักธรรมชาติ ท่ามกลางความความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ การรักษาแผนปัจจุบันไม่สามารถแก้ปัญหาโรคบางอย่างให้หายขาดได้จึงต้องหันไปหาการรักษาด้วยวิถีทางธรรมชาติ

วิธีการธรรมชาติบำบัด สามารถรักษาอาการและโรคที่ไม่มีทางรักษาหาย หรือทุเลาอาการลงได้ โดยที่มีผลข้างเคียงน้อยกว่าการแพทย์สมัยใหม่ ซึ่งธรรมชาติไว้ด้วยกัน ซึ่งในปัจจุบัน วงการแพทย์มีความตื่นตัวและให้ความสนใจในแนวทางการรักษาแบบใหม่นี้มาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในต่างประเทศมีคลินิกและโรงพยาบาลในแนวทางธรรมชาติบำบัดเป็นจำนวนมาก และในประเทศไทยเองก็มีชมรมธรรมชาติบำบัดซึ่งประกอบด้วยแพทย์ผู้สนใจในด้านนี้มารวมตัวกันมากมาย

#### 2. ความหมายของโรงพยาบาล

มีการจัดตั้งสถานพยาบาลในทวีปเอเชีย ตั้งแต่ 213-232 ปีก่อนคริสตกาล เช่น สถานพยาบาลในสมัยพระเจ้าอโศกมหาราชแห่งอินเดีย พระเจ้าชัวยรมันที่ 7 ในอาณาจักรขอมโบราณที่เรารู้จักกันในชื่อว่า “อโรคยาศาล” ซึ่งปรากฏหลักฐานทางโบราณคดี ส่วนในทวีปยุโรป กรีก และโรมัน ได้ใช้เทวสถานเป็นสถานพยาบาลและพัฒนาเรื่อยมา จนในราวปี ค.ศ.1070-1084 ฝรั่งเศสมีโรงพยาบาลชื่อ

ว่า “ไฮเทลควิ” ส่วนในเยอรมนี ได้มีโรงพยาบาลชื่อ “ไฮล์เกส” และในอังกฤษมีโรงพยาบาล “เซนต์จอห์น” เป็นต้น ส่วนในทวีปอเมริกา มีโรงพยาบาลแห่งแรกที่แม็กซิโก เมื่อประมาณปี ค.ศ. 1524 ส่วนในสหรัฐอเมริกา เริ่มมีโรงพยาบาลประมาณปี ค.ศ.1663 เช่น โรงพยาบาลเซนต์โรมัส จอห์น ฮ็อบกินส์ และพัฒนาเรื่องมาจนมีสมาคมโรงพยาบาลอเมริกาในปี ค.ศ.1899

ส่วนในประเทศไทย แม้จะไม่มีปรากฏหลักฐานว่ามีลักษณะอาคารที่เป็นโรงพยาบาลมาในสมัยโบราณ แต่มีปรากฏหลักฐานว่า ในรัชสมัยอยุธยา ได้มีการติดต่อกับต่างประเทศและรับเอาวิชาการแพทย์ปัจจุบันเข้ามาใช้โดยผ่านหมอสอนศาสนาคริสต์ชาวโปรตุเกส และฝรั่งเศส ตั้งแต่ พ.ศ.2054 ในสมัยสมเด็จพระราชาธิบดีที่ 2 และเจริญเฟื่องฟูจนถึงรัชสมัยของสมเด็จพระนารายณ์มหาราช พ.ศ.2231จากนั้น สมัยสมเด็จพระเพทราชา มีนโยบายไม่ติดต่อกับฝรั่งเศส อันเนื่องจากความมั่นคง ทำให้การแพทย์แผนปัจจุบันพลอยสูญไปด้วย และหันกลับไปใช้การแพทย์แผนโบราณ จนถึงสมัยรัตนโกสินทร์ ในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 3 การแพทย์แผนปัจจุบันได้กลับมาอีก พร้อมกับหมอสอนศาสนาคริสต์นิกายโปรเตสแตนต์ ซึ่งรู้จักกันดีในชื่อ หมอ บรัดเลย์ (Dan Beach Bradley) และ หมอ เฮาส์(Reynolds Samuel House) ซึ่งได้เข้ามาปฏิบัติการแพทย์แผนปัจจุบันทำให้วงการแพทย์ในไทยมีความเปลี่ยนแปลงมากที่สุด เนื่องจากเป็นผู้นำวิธีป้องกันโรคฝีดาษด้วยการปลูกหนองผี การแพทย์เริ่มมีความเจริญมากขึ้นในสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 โดยได้มีการก่อตั้ง “ศิริราชพยาบาล” เพื่อเป็นอนุสรณ์แด่ สมเด็จพระเจ้าลูกยาเธอเจ้าฟ้าชายศิริราชกฤษณ์ ซึ่งสิ้นพระชนม์ด้วยโรคบิด ในสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 6 ได้มีการก่อตั้งโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์และสภากาชาดไทย ซึ่งทั้งสองโรงพยาบาล เป็นสถานศึกษาโรงเรียนแพทย์ ด้วยพระมหากรุณาธิคุณของสมเด็จพระราชบิดาเจ้าฟ้ากรมหลวงสงขลานครินทร์ จนมีการก่อตั้งโรงพยาบาลของรัฐเพิ่มขึ้นในเวลาต่อมาเช่น โรงพยาบาลกลาง โรงพยาบาลโรคทรวงอก โรงพยาบาลบาราศนราดรุ เป็นต้น ส่วนโรงพยาบาลเอกชนในประเทศไทยมีบทบาทตั้งแต่ในสมัยรัชกาลที่ 5 เป็นโรงพยาบาลดำเนินการโดยมูลนิธิ อำนวยการโดยหมอสอนศาสนา เช่น โรงพยาบาลแมคคอมมิค โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ และเริ่มมีบทบาทมากขึ้นเมื่อช่วง 30 ปีที่ผ่านมาเอง โดยมีโรงพยาบาลเอกชนที่มีได้ดำเนินการโดยมูลนิธิเกิดขึ้นเป็นจำนวนมาก จนขยายเป็นโรงพยาบาลตามที่มีอยู่ในปัจจุบัน

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization หรือ WHO) ได้ให้ความหมายของโรงพยาบาลว่า เป็นองค์กรที่ทำงานด้านการแพทย์ทั้งในสถานที่และในชุมชน มีหน้าที่ในการให้บริการสาธารณสุขทุกด้านแก่ประชาชนทั้งด้านการรักษาพยาบาล การป้องกันโรค การบริการผู้ป่วย ควร

ครอบคลุมขยายไปถึงบ้านของผู้ป่วยเอง โรงพยาบาลยังเป็นที่ฝึกอบรมของบุคลากรสาธารณสุขและ  
ค้นคว้าวิจัยปัญหาสาธารณสุขของชุมชนอีกด้วย

แม้คำว่า “โรงพยาบาล” จะมิได้ถูกบัญญัติไว้ใน พระราชบัญญัติสถานพยาบาล (ฉบับที่ 2)  
พ.ศ.2547 แต่ได้ให้นิยามคำว่า “สถานพยาบาล” ไว้ หมายถึง สถานที่รวมตลอดถึงยานพาหนะซึ่งจัดไว้  
เพื่อการประกอบโรคศิลปะตามกฎหมายว่าด้วยการประกอบโรคศิลปะ การประกอบวิชาชีพเวชกรรม  
ตามกฎหมายว่าด้วยวิชาชีพเวชกรรม การประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ตามกฎหมาย  
ว่าด้วยวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ การประกอบวิชาชีพทันตกรรมว่าด้วยกฎหมายวิชาชีพ  
ทันตกรรม การประกอบวิชาชีพกายภาพบำบัดตามกฎหมายว่าด้วยวิชาชีพกายภาพบำบัด หรือการ  
ประกอบวิชาชีพเทคนิคการแพทย์ตามกฎหมายว่าด้วยวิชาชีพเทคนิคการแพทย์ ทั้งนี้ โดยกระทำเป็น  
ปกติธุระไม่ว่าจะได้รับการประ โยชน์ตอบแทนหรือไม่ แต่ไม่รวมถึงสถานที่ขายยาตามกฎหมายว่าด้วยยา  
ซึ่งประกอบธุรกิจการขายยาโดยเฉพาะ แต่ได้มีการให้ความหมายของคำว่า “โรงพยาบาล” ตาม  
กฎกระทรวงว่าด้วยลักษณะของสถานพยาบาลและลักษณะการให้บริการของสถานพยาบาล พ.ศ. 2545  
ออกตามความในพระราชบัญญัติสถานพยาบาล พ.ศ. 2541 หมวด 2 ลักษณะของสถานพยาบาลและ  
ลักษณะการให้บริการของสถานพยาบาลประเภทที่รับผู้ป่วยไว้ค้างคืน ข้อ 4 (1) “โรงพยาบาล” เป็น  
สถานพยาบาลที่จัดให้บริการผู้ป่วยโดยสามารถรับผู้ป่วยไว้ค้างคืนเกินสามสิบเตียงขึ้นไป ซึ่งมีบริการ  
ด้านเวชกรรม ด้านการพยาบาล ด้านเภสัชกรรม และด้านเทคนิคการแพทย์เป็นอย่างน้อยและอาจจะมี  
บริการด้านทันตกรรมหรือด้านการประกอบโรคศิลปะอื่นๆคำที่เราเรียกกันว่า “โรงพยาบาล” นั้น  
ขึ้นอยู่กับการจัดตั้งชื่อของการดำเนินการของผู้ก่อตั้งสถานพยาบาลนั้น การที่จะเรียกว่า “โรงพยาบาล”  
ได้ “สมาคมโรงพยาบาลเอกชน” จะยอมรับให้เป็นโรงพยาบาลและให้เข้าร่วมเป็นสมาชิกได้ ก็ต่อเมื่อ  
สถานพยาบาลนั้นมีเตียงที่รับผู้ป่วยไว้ค้างคืนมากกว่า 25 เตียงขึ้นไป

## 2.1 ประเภทของโรงพยาบาล

### 2.1.1 สถานพยาบาล

### 2.1.2 คลินิก

### 2.1.3 ศูนย์การแพทย์

## 2.2 ข้อจำกัดว่าด้วยกฎหมายอาคาร

### 2.2.1 พระราชบัญญัติควบคุมอาคาร

"อาคารสูง" หมายความว่า อาคารที่บุคคลอาจเข้าอยู่หรือเข้าใช้สอยได้ที่มี ความสูง  
ตั้งแต่ยี่สิบสามเมตรขึ้นไป การวัดความสูงของอาคารให้วัดจากระดับพื้นดินที่ก่อสร้าง ถึงพื้น

คาดฟ้า สำหรับอาคารทรงจั่วหรือปั้นหยาให้วัดจากระดับพื้นดินที่ก่อสร้างถึงยอดคาน้ำของชั้นสูงสุด \* "อาคารขนาดใหญ่พิเศษ" หมายความว่า อาคารที่ก่อสร้างขึ้นเพื่อใช้พื้นที่อาคารหรือส่วนใดของอาคารเป็นที่อยู่อาศัยหรือประกอบกิจการประเภทเดียวหรือหลายประเภท โดยมีพื้นที่รวมกันทุกชั้นในหลังเดียวกันตั้งแต่หนึ่งหมื่นตารางเมตรขึ้นไป "อาคารชุมนุมคน" หมายความว่า อาคารหรือส่วนใดของอาคารที่บุคคลอาจเข้าไปภายในเพื่อประโยชน์ในการชุมนุมคนที่มีพื้นที่ตั้งแต่หนึ่งพันตารางเมตรขึ้นไป หรือชุมนุมคนได้ตั้งแต่ห้าร้อยคนขึ้นไป \* "โรงมหรสพ" หมายความว่า อาคารหรือส่วนใดของอาคารที่ใช้เป็นสถานที่ สำหรับฉายภาพยนตร์ แสดงละคร แสดงดนตรี หรือการแสดงรื่นเริงอื่นใด และมีวัตถุประสงค์ เพื่อเปิดให้สาธารณชนเข้าชมการแสดงนั้นเป็นปกติธุระ โดยจะมีค่าตอบแทนหรือไม่ก็ตาม บทนิยามคำว่า "อาคารสูง" คำว่า "อาคารขนาดใหญ่พิเศษ" คำว่า "อาคาร ชุมนุมคน" และคำว่า "โรงมหรสพ" เพิ่มความโดยพระราชบัญญัติฯ (ฉบับที่ ๓) พ.ศ. ๒๕๔๓] "ที่สาธารณะ" หมายความว่า ที่ซึ่งเปิดหรือยินยอมให้ประชาชนเข้าไปหรือใช้ เป็นทางสัญจรได้ ทั้งนี้ ไม่ว่าจะมีการเรียกเก็บค่าตอบแทนหรือไม่ "แผนผังบริเวณ" หมายความว่า แผนที่แสดงลักษณะ ที่ตั้ง และขอบเขตของ ที่ดินและอาคารที่ก่อสร้าง คัดแปลง รื้อถอน เคลื่อนย้าย ใช้หรือเปลี่ยนการใช้ รวมทั้งแสดง ลักษณะและขอบเขตของที่สาธารณะและอาคาร ในบริเวณที่ดินที่ติดต่อโดยสังเขปด้วย "แบบแปลน" หมายความว่า แบบเพื่อประโยชน์ในการก่อสร้างคัดแปลง รื้อถอน เคลื่อนย้าย ใช้หรือเปลี่ยนการใช้อาคาร โดยมีรูปแสดงรายละเอียดส่วนสำคัญ ขนาดเครื่องหมาย วัสดุและการใช้สอยต่าง ๆ ของอาคาร อย่างชัดเจนพอที่จะใช้ในการดำเนินการได้ "รายการประกอบแบบแปลน" หมายความว่า ข้อความชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับ คุณภาพและชนิดของวัสดุ ตลอดจนวิธีปฏิบัติหรือวิธีการสำหรับการก่อสร้าง คัดแปลง รื้อถอน เคลื่อนย้าย ใช้หรือเปลี่ยนการใช้อาคารเพื่อให้เป็นไปตามแบบแปลน "รายการคำนวณ" หมายความว่า รายการแสดงวิธีการคำนวณกำลังของวัสดุ การรับน้ำหนัก และกำลังต้านทานของส่วนต่าง ๆ ของอาคาร "ก่อสร้าง" หมายความว่า สร้างอาคารขึ้นใหม่ทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นการสร้าง ขึ้นแทนของเดิมหรือไม่

### 3. การศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับหลักการออกแบบ

#### 3.1 ข้อมูลสถาปนา

สถาปนา มาจากภาษาละติน "Sanus Per Aquam" หมายความว่า การดูแลสุขภาพโดยการใช้ น้ำ ซึ่งช่วยให้มีสุขภาพที่ดีและผ่อนคลาย ตามคำนิยามที่เป็นที่รู้จักกัน โดยทั่วไป สถาปนาหมายถึงการบำบัดดูแลสุขภาพแบบองค์รวมด้วยวิธีทางธรรมชาติ ที่ใช้น้ำเป็นองค์ประกอบในการบำบัด ควบคู่ไป

กับการบำบัดด้วยวิธีการแพทย์ทางเลือกอื่นๆ โดยใช้ศาสตร์สัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัส เป็นปัจจัยที่สร้างภาวะสมดุลระหว่างร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ อารมณ์ สปาจึงเป็นส่วนผสมของศาสตร์และศิลป์แห่งการบำบัดเพื่อสุขภาพที่รวมเอาหลักการของประสาทสัมผัสทั้ง 5 เข้าไว้ด้วยกัน

สปาเป็นการบำบัดแบบองค์รวม ที่เน้นการป้องกันการเจ็บไข้ได้ป่วยมากกว่าการรักษาที่อาการ Wild wood, Chrissie, 1997 กล่าวว่า การที่อารมณ์แปรปรวนมีโอกาสทำให้เกิดการเจ็บไข้ได้ป่วย ประเทศไทยต้อง ถือได้ว่าเป็นประเทศแรก ที่มีการกำหนดมาตรฐานให้บริการด้านสปาเพื่อสุขภาพ ออกมาอย่างชัดเจน โดยมี การกำหนดคำจำกัดความประเภทกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง กำหนดสถานที่เพื่อสุขภาพและเสริมสวย ตามพระราชบัญญัติสถานบริการ พ.ศ.2509 (แก้ไขเพิ่มเติมฉบับที่ 4 พ.ศ. 2547) มีใจความ ดังนี้ “กิจการสปาเพื่อสุขภาพหมายความว่า การประกอบกิจการที่ให้การดูแลและเสริมสร้างสุขภาพ โดยบริการหลักที่จัดไว้ประ กอบด้วยการนวดเพื่อสุขภาพ และการใช้น้ำเพื่อสุขภาพโดยอาจมีบริการเสริม เช่น การอบเพื่อสุขภาพ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โภชนาบำบัด และการควบคุมอาหาร โยคะ และการทำสมาธิ การใช้สมุนไพร หรือผลิตภัณฑ์สุขภาพตลอดจนการแพทย์ทางเลือกอื่นๆ หรือไม่ก็ได้”

### 3.1.1 ประเภทของสปา

องค์กรสปาระหว่างประเทศ ได้แบ่งธุรกิจสปาออกเป็น 7 ประเภท ดังนี้

#### 3.1.1.1 Destination Spa

สถานบริการที่ให้บริการด้านการดูแล และเสริมสร้างสุขภาพ ด้วยบริการสปา โดยเฉพาะ สปาประเภทนี้จะมีบริการห้องพักและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ สำหรับผู้ใช้บริการอย่างครบวงจร โดยผู้ให้บริการจะต้องเข้าพัก และร่วมกิจกรรมภายใต้โปรแกรมที่สถานบริการจัดเตรียมไว้ เช่น โปรแกรมพักผ่อนคลายเครียด โปรแกรมทำสมาธิ และดูแลสุขภาพจิต เป็นต้น

#### 3.1.1.2 Resort / Hotel Spa

สถานบริการในรีสอร์ทหรือโรงแรมซึ่งตั้งอยู่ในแหล่งท่องเที่ยว หรือสถานที่พักผ่อนอากาศที่มีความสวยงามตามธรรมชาติ เช่น ริมทะเล ภูเขา บ่อน้ำร้อน สปาประเภทนี้เกิดขึ้นเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวที่ต้องการผ่อนคลายความตึงเครียด ด้วยบริการสปา นอกเหนือจากการใช้บริการห้องพักของรีสอร์ทหรือโรงแรมนั้นๆ

#### 3.1.1.3 Day Spa / city Spa

สถานบริการสปาที่มีรูปแบบการให้บริการที่สะดวก รวดเร็ว ขั้นตอนการ บริการไม่ยุ่งยาก สามารถใช้บริการในระหว่างวัน ได้ โดยไม่จำเป็นต้องมีห้องพักสำหรับผู้ให้บริการ ที่ตั้งของสปาประเภทนี้ส่วนใหญ่จะอยู่ในเมืองใหญ่ หรือย่านธุรกิจสำคัญๆ ที่ผู้ใช้บริการสามารถเข้าถึง ได้ง่าย เน้นการให้บริการเสริมความงาม และการผ่อนคลายความตึงเครียดด้วยน้ำมันหอมระเหย สปาประเภทนี้ได้รับความนิยมมากในกลุ่มผู้ใช้บริการที่มีเวลาน้อยหรือผู้ที่ทำงานในเมือง

#### 3.1.1.4 Medical Spa

สถานบริการที่มีการบำบัดรักษาควบคู่กับศาสตร์ทางการแพทย์ และใช้เครื่องมือแพทย์บางอย่าง การให้บริการจะอยู่ภายใต้การดูแล ของบุคลากรทางการแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ สปาประเภทนี้มักอยู่ในสถานรักษา พยาบาล เช่น โรงพยาบาล คลินิก เป็นต้น

#### 3.1.1.5 Mineral Spring Spa

การให้บริการสปาตามแหล่งท่องเที่ยวที่มีบ่อน้ำแร่ หรือน้ำพุร้อนที่เกิดตามธรรมชาติ

#### 3.1.1.6 Club Spa

สถานบริการสปา ที่มีการผสมผสานกับการออกกำลังกาย เพื่อบริการสมาชิกที่ต้องการผ่อนคลายหลังจากออกกำลังกาย

#### 3.1.1.7 Cruise Ship Spa

สถานบริการบนเรือสำราญ ผสานการออกกำลังกาย และการจัดเตรียมอาหาร เพื่อสุขภาพเพื่อให้ผู้ใช้บริการมีความสุขสบายและรู้สึกผ่อนคลายในระหว่างเดินทาง

### 3.2 ข้อมูลการรักษาแบบธรรมชาติบำบัด

3.2.1 **อดเพื่อสุขภาพ Fasting for Health** ในความควบคุมของผู้เชี่ยวชาญ โดย ในการอดอาหารเพื่อล้างพิษนั้น จะต้องอดอาหารจำพวกโปรตีน ไขมัน และคาร์โบไฮเดรต ทั้งข้าวและขนมปังรับประทานเฉพาะผักและผลไม้ชนิดใดชนิดหนึ่งตลอดทั้งวัน

3.2.2 **ครัวธรรมชาติ Organic Kitchen** บริการอาหารสุขภาพและสาธิตการปรุงอาหารสุขภาพหรืออาหารหลักสูตรล้างพิษ

3.2.3 **โยคะ Yoga** ซึ่งเป็นการเคลื่อนไหวอย่างช้าๆ ช่วยการหายใจ สร้างสมาธิใช้แรงน้อย เหมาะสำหรับผู้สูงอายุและ โยคะการคัดตัวเพื่อบริหารระบบในร่างกาย

**3.2.4 วารีบำบัด Hydro Therapy** เป็นศาสตร์ที่สืบทอดมาจากยุคกรีกและโรมัน ได้แพร่ ไปสู่ยุโรปภาคตะวันออก กลายเป็นการอบไอน้ำแบบรัสเซีย (Russian bath) และการอบชาม่นาแบบฟินแลนด์(Finnish bath) มาภายหลังได้รับการพัฒนาเพื่อการบำบัดรักษาโรค โดย วินเซนด เพเรียนสันนิช และ เซบัสเตียน คไนป์ ชาวเยอรมัน วารีบำบัดสร้างสมดุลของร่างกายโดยอาศัยความร้อนและความเย็นของน้ำที่มากกระทบผิวกายคนเรามีพื้นที่สัปปาทาลามัสคอยควบคุมอุณหภูมิของร่างกายให้เป็น 37 องศาเซลเซียสอยู่ตลอดเวลาเมื่อใดที่เราถูกความหนาวเย็นร่างกายจะปก ป้องตนเองโดยหดเส้นผิวกายเพื่อรักษาความร้อนไว้และเพิ่มการทำงานของอวัยวะภายในเพื่อสร้างความร้อนเพิ่มขึ้น ทำให้กล้ามเนื้อสั้นกระตุก ทำให้หัวใจ ปอด ต่อมฮอร์โมนต่างๆ ทำงานเพิ่มขึ้นเพื่อผลิตความร้อนออกมาในทางตรงกันข้ามถ้าเราเข้าไปอยู่ในที่ร้อนสัปปาทาลามัสจะสั่งให้เส้นเลือดขยายตัวเพื่อระบายความร้อนออกสั่งให้หัวใจ ปอด ตับ กล้ามเนื้อ และต่อมฮอร์โมนทำงานน้อยลงเพื่อลดความร้อนเหตุนี้เองเราสามารถใช้ความร้อนเย็นของน้ำที่มากกระทบผิวกาย ออกคำสั่งไปยังอวัยวะต่างๆ ให้ปรับการทำงานสู่สมดุล

เมื่อเราถูกความเย็นระยะแรก เส้นเลือดผิวกายหดตัว ผิวหนังซีด ขนลุก รู้สึกหนาว เจ็บสะท้าน ชีพจรเต้นเร็ว แต่เมื่อออกจากความเย็นระยะหนึ่งจะเกิดปฏิกิริยาตรงกันข้ามคือ เส้นเลือดขยายตัว ผิวหนังแดง หยุดขนลุก รู้สึกอุ่น และผ่อนคลายสบาย

เมื่อถูกความร้อนระยะแรกเส้นเลือดขยายตัว ผิวแดง ชีพจรเต้นช้า เหงื่อออก ประสาทตื่นตัว กล้ามเนื้อกระชับกระเฉง แต่เมื่อถูกความร้อนนานๆระยะหนึ่ง จะเกิดผลคือเส้นเลือดที่ขยายตัวจะขยายต่อไปจนเกิดอาการคันเลือด ชีพจรเต้นเร็ว เหงื่อไม่ออก เกิดกระวนกระวายประสาทอ่อนล้า ง่วงนอน ซึมเศร้า กล้ามเนื้อปวกเปียก อ่อนล้า และเงื่องหงอย

สามารถประยุกต์วารีบำบัดในชีวิตประจำวันได้คือ ถ้าจะอาบน้ำเพื่อความสดชื่น ให้ความเย็นแทนที่จะอาบน้ำร้อน เพราะถ้าอาบน้ำร้อนหรือแช่น้ำร้อนนานๆ จะมีผลทำให้เลือดคั่งประสาทอ่อนล้า กระวนกระวาย และง่วงเหงาซึมเซา ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องของการถูกความร้อนนานๆ แต่อาบน้ำเย็นจะมีผลสืบเนื่องทำให้อบอุ่น สดชื่น และสบายตัว การอาบน้ำร้อนควรทำกรณีเดียวคือ เมื่ออาบน้ำแล้วเข้านอน เพราะผลของความร้อนจะทำให้นอนหลับ

มีประโยชน์มากในการเสริมภูมิคุ้มกันและปรับภูมิคุ้มกัน เช่นภูมิแพ้ หอบหืด ภูมิคุ้มกันทานไวเกิน เช่น SLE รูมาตอยด์ และมีประโยชน์อย่างยิ่งในการเสริมรักษาผู้ป่วยมะเร็ง

นอกจากนี้ประโยชน์ของการออกกำลังภายในน้ำหรือ ไฮโดรแอโรบิค จะเหมาะสำหรับผู้ที่ มีน้ำหนักตัวมาก ปวดข้อ ปวดเข่า เพราะเมื่ออยู่ในน้ำจะมีแรงพยุงตัวทำให้น้ำหนักตัวลดลง

ประมาณ 30% ซึ่งจะไม่ทำให้เกิดอาการบาดเจ็บ ผู้ป่วยที่เป็นอัมพฤกษ์ อัมพาต จะใช้การฝังเข็ม ประกอบการเดินในน้ำ สตรีมีครรภ์ก็จะคลอดได้ง่ายขึ้น

**3.2.5 ขาวน่า Sauna** การอบสมุนไพร หรืออบขาวน่า ซึ่งปัจจุบันเป็นสิ่งที่หาปฏิบัติได้ไม่ยากนัก ที่ถูกหลักจะต้องใช้การอบร้อนสลับเย็น เช่น อบขาวน่าให้อบร้อน 3 นาที แล้วลงบ่อน้ำเย็น หรือรดน้ำฝักบัวน้ำเย็นสัก 2 นาที สลับกัน 3 รอบ ผลที่เกิดขึ้นจะเป็นการปรับสมดุลของอวัยวะ ภายในใหม่ ช่วยให้หัวใจ ปอด ตับ ไต ต่อมฮอร์โมน และภูมิคุ้มกันทำงานเป็นปกติ การอบร้อน สลับเย็นยังมีผลช่วยลดความอ้วนในทางอ้อม เพราะสาเหตุของความอ้วนมีปัจจัยหนึ่งคือ ระบบ ฮอร์โมนชนิดเสริมสร้าง (Anabolic hormone) และฮอร์โมนชนิดสลาย (Catabolic hormone) ทำงานไม่ได้สมดุลกัน เมื่ออบขาวน่าจะช่วยให้ออร์โมนทั้ง 2 กลุ่มนี้ปรับตัวทำงานเสียใหม่

การอบขาวน่าและสมุนไพรที่ถูกวิธีต้องอบร้อนสลับเย็นเสมอ โดยอบร้อน 2 นาที สลับ เย็น 1 นาที จำนวน 3 รอบ ส่วนอบสมุนไพร 10 นาที อาบน้ำเย็นแล้วอบใหม่ 3 รอบเช่นเดียวกัน การอบร้อนอย่างเดียวเป็นเวลานานๆเป็นอันตรายต่อร่างกายทำให้หน้ามืด เป็นลม หัวใจขาดเลือด

**3.2.6 สมาธิบำบัด Meditation Cure** การใช้สมาธิบำบัดทางใจ และช่วยการบำบัดทางกาย เมื่อ ใจสงบการใช้สมาธิเพื่อฝึกใจให้มีพลังและมีอำนาจสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ในที่นี้ใช้เป็นยา รักษาโรคที่เกิดจากความเครียดความกังวลไม่เกี่ยวกับโรคที่มีเชื้อโรคโดยตรงแต่สามารถรักษาใจ ที่เป็นทุกข์อันเกิดจากโรคได้ วิธีการฝึกสมาธิบำบัดมีหลายวิธี ได้แก่ การนั่งภาวนา การเดินจงกรม การใช้พลังภายในร่างกาย การใช้พลังภายนอก การฝึกเพ่งลูกแก้ว การอธิษฐานจิต การแผ่เมตตา เป็นการเปลี่ยนคลื่นความถี่ที่خابไปสู่ความละเอียดเมื่อใจสงบกายกับใจก็จะแยกกันเมื่อสามารถ รู้จักใจได้ก็สามารถให้ใจทำอะไรได้ตามต้องการเท่าที่พลังของใจจะทำได้ แต่ก่อนถึงขั้นนั้นใจ ต้องสงบก่อน ผู้ฝึกต้องมีความอดทน มีศรัทธา และมีความสม่ำเสมอในการฝึกก็จะบรรลุถึงสิ่งที่ ต้องการ

**3.2.7 โปรแกรมจิต Sub – conscious Training** จัดระเบียบจิตใจ ให้สงบ เลิกบุหรี เสริมพลังจิต รักษาอะเร็งผลผลข้างเคียงของรังสีและเคมีบำบัดการสั่งจิตได้สำนึกอยู่บนทฤษฎีที่ว่าจิตของเรา เป็นตัว กำหนด ความเป็นไปของร่างกาย หรือเรียกว่า "จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว" จิตของเรา ประกอบขึ้นด้วย 2 ส่วน ได้แก่จิตสำนึกและจิตใต้สำนึกจิตสำนึกเป็นตัวกำหนดกริยาท่าทางการเข้า สังคม เดินเหิน ทำการงานในชีวิตประจำวัน มีพลังงานเพียง 10 % เท่านั้น ส่วนจิตใต้สำนึกเป็นตัว เก็บรับข้อมูลต่างๆทั้งหลายในชีวิตตั้งแต่อดีตกาลอันไกลโพ้นจนถึงปัจจุบันสั่งจิตให้เพิ่ม-ลด น้ำหนักคนสั่งจิตใช้กระดาษตัดตะเกียบให้ขาดทั้งข้อมูลที่ดีและเลวนอกจากนี้จิตใต้สำนึกยัง

ควบคุมการทำงานของอวัยวะภายในทั้งหัวใจปอด กระเพาะอาหาร ตับม้าม ต่อมฮอร์โมนต่างๆ โดยระบบประสาทอัตโนมัติ โดยจิตใต้สำนึกมีอำนาจถึง 90 %

ถ้าจิตใต้สำนึกของเรารับรู้แต่ข้อมูลดีๆ อวัยวะภายในของเราก็ทำงานสงบเรียบร้อยเป็นปกติแต่ถ้าจิตใต้สำนึกของเรารับรู้แต่ข้อมูลแย่ๆ ความเร่งรีบ เคร่งเครียด ผิดหวัง เศร้า โศกเสียใจ ซึ่งเป็นธรรมชาติที่คนเราจะต้องมีสิ่งที่ไม่สมหวังในชีวิตบ้างแต่ถ้าไม่รู้จักรหัสที่จะระเหิดความกดดันเหล่านั้นออกไปก็จะทำให้ประสบการณ์และอารมณ์ด้านลบเหล่านี้จะถูกสะสมอยู่ในจิตใต้สำนึกและรบกวนการทำงานของอวัยวะภายในได้ เช่นผู้ที่เครียดจัด มักอาหารไม่ย่อย ปวดกระเพาะใจเต้นสั่น หอบเหนื่อยง่าย นอนไม่หลับ อารมณ์แปรปรวน น้ำตาลในเลือดสูง กระทั่งมีภาวะไขมันในเลือดสูงด้วย เนื่องจากการทำงานของตับ ของต่อมฮอร์โมนต่างๆ รวนเรไป ไม่สามารถหมุนใช้ไขมันในร่างกายให้เป็นปกติได้ ด้วยเหตุนี้ ถ้าเรามีวิธีผ่อนคลายความเครียดก็เท่ากับช่วยเปิดโอกาสให้อวัยวะภายในทำงานเข้าสู่ภาวะปกติ ซึ่งถ้าได้รับการปฏิบัติผ่อนคลายด้วยการนั่งจิตใต้สำนึกให้สงบ เช่น การฝึกสมาธิ การกำหนดครุฑมหายใจเข้า - ออก หรืออาณานิพานสติ ก็จะทำให้จิตสงบ สะอาด สว่าง และว่องไวในการทำงาน ช่วยลดความเครียดปรับสภาพร่างกายและจิตใจสู่คุณภาพ จึงใช้วิธีนี้บำบัดโรคได้อีกหลายโรค เช่น โรคนอนไม่หลับ โรคความดันเลือดสูง ภูมิแพ้ หอบ หืด เครียด ภาวะอาหารไม่ย่อย โรคแผลในกระเพาะอาหาร เป็นต้น

**3.2.8 วิตามิน กินแทนยา** มีการให้วิตามินไฮโดรโซลในรายที่จำเป็น เช่น ภูมิแพ้ โรคมะเร็ง ฯลฯ วิตามิน หมายถึง สารอาหารที่จำเป็นและร่างกายได้รับจากอาหารที่กินเข้าไป ไม่ได้สังเคราะห์ขึ้นมาเอง (ยกเว้นวิตามินดี) ถ้าปราศจากวิตามินแล้วเราก็ไม่อาจมีสุขภาพที่ดีได้และที่สำคัญคือดำรงชีวิตอยู่ไม่ได้

วิตามินทุกชนิด (ยกเว้นวิตามินบี 12) ถูกสร้างขึ้นโดยพืช และเชื้อจุลินทรีย์ เราจึงจำเป็นต้องกินผักผลไม้ รวมทั้ง ข้าว ถั่ว ผลไม้ประเภทเปลือกแข็ง เมล็ดในของผลไม้ เพื่อให้ได้วิตามินมากขึ้น หรือในทางตรงกันข้ามเราอาจกินเนื้อสัตว์หรือปลาซึ่งได้สะสมวิตามิน จากพืชผักที่มีมันกินเป็นอาหาร เนื้อปลาเป็นแหล่งที่ดีของวิตามินที่ละลายในไขมัน - ส่วนผักและผลไม้เป็นแหล่งที่อุดมด้วยวิตามินบีและซี

- วิตามินที่ละลายในไขมัน ได้แก่ วิตามิน เอ/ดี/อี/เค
- วิตามินที่ละลายในน้ำ ได้แก่ วิตามิน ซี และบีทุกตัว

ใช้ในการรักษาโรคนอนไม่หลับ ภูมิแพ้ การปวดข้อเนื่องจากเข้าเสื่อม นอกจากนี้วิตามินแอนติออกซิแดนซ์ระดับสูง จะช่วยในการรักษาโรคมะเร็ง ซึ่งมีชนิดกินและชนิดให้น้ำเกลือประกอบด้วยกัน

**3.2.9 นวดรักษา Massage Therapy** ผสมผสานการนวดแบบยุโรป กับการนวดแผนไทย เพื่อผ่อนคลายร่างกายและจิตใจผู้คนให้ความสนใจการนวดกันมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการนวดตัว นวดเท้า นวดอโรม่า นวดกดจุด ซึ่งจุดประสงค์ของการนวดนั้น บางคนชอบนวดเพื่อการผ่อนคลาย บางคนก็นวดเพื่อการรักษาโรค ปวดหัว ปวดคอ ปวดหลัง หรือโรคอะไรต่างๆ มากมาย

ประโยชน์ของการนวดรักษา ช่วยปรับสมดุลให้กับร่างกาย ในร่างกายคนเรานั้น ประกอบด้วยความเป็นหยินและหยาง หยินคือความเย็น หยางคือความร้อน อวัยวะทุกส่วนในร่างกายของเรามีความเป็นหยินและหยางในตัวของมันเอง อย่างเช่น ไต ก็จะมีทั้งไตหยินและไตหยาง ถ้าไตมีความเป็นหยินมากกว่าเป็นหยาง ไตมันก็ไม่สามารถทำงานได้ดี เกิดความผิดปกติในร่างกาย ไม่สามารถปัสสาวะได้ หรือหมดสมรรถภาพทางเพศ ว่าง่ายๆ คือ ทั้งหยินและหยาง ต้องมีความสมดุลกัน ไม่มากเกินไปไม่น้อยเกินไปทั้งสองฝ่าย ถ้าหากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีมากกว่าอีกฝ่ายหนึ่ง ก็จะส่งผลกับร่างกาย ทำให้เกิดการล้มป่วย ไม่สบายเกิดขึ้นการนวดสามารถสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกายได้ด้วย ถ้ามีภูมิคุ้มกันที่แข็งแรง โรคภัยไข้เจ็บก็จะไม่มาเยือน ผู้ป่วยโรคภูมิแพ้ แสดงว่าร่างกายมีภูมิคุ้มกันที่อ่อนแอ ไม่สามารถสู้กับโรคภัยนอกได้ จึงควรต้องนวดให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกันที่แข็งแรง

**3.2.10 ดนตรีบำบัด Music Therapy** พลังเสียงด้วยสุนทรีระแห่งเสียง สามารถใช้ทั้งป้องกันและบำบัดโรคที่เกิดจากจิตใจได้หลายประเภท ตั้งแต่โรคเครียด โรคไมเกรน โรคนักบริหารก้าวร้าวผิดปกติ ฯลฯ ในการบำบัดนั้นสามารถทำได้ 2 รูปแบบ คือเปิดเพลงให้ผู้ป่วยฟัง โดยต้องเลือกท่วงทำนองให้เหมาะสมกับโรคนั้นๆ เช่นเพลงประเภทบรรเลง หรือเพลงคลาสสิก ช่วยให้ผู้รู้สึกสบายและผ่อนคลาย เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคเครียด ไมเกรน ส่วนผู้ป่วยที่มีอาการซึมเศร้า จะใช้เพลงจังหวะสนุกสนาน ส่วนการบำบัดอีกรูปแบบหนึ่งคือ การบำบัดเป็นกลุ่ม ประมาณ 6-10 คน เป็นกิจกรรมเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกายไปตามจังหวะเสียงเพลง เพื่อเบนความสนใจในเรื่องที่หมกมุ่นอยู่ หรือระบายความเครียด

**3.2.11 ศิลปะบำบัด Art Therapy** เป็นศาสตร์แห่งการรักษาบุคคลที่มีปัญหาทางอารมณ์และจิตใจ โดยเฉพาะ ผู้ที่ไม่สามารถถ่ายทอดความรู้สึก นึกคิดออกมาเป็น คำพูด มีปัญหาเรื่องความสัมพันธ์กับคนอื่น เจ็บป่วยจากโรคพิษสุราเรื้อรัง ดิคาเสพติด เบื่ออาหาร มีความพิการทางกายหรือสมอง ซึ่งการทำงานศิลปะจะช่วยให้บุคคลเหล่านี้ ได้แสดงความรู้สึกนึกคิดที่เก็บกดไว้ ออกมา นอกจากจะใช้ในการบำบัดรักษาแล้วศิลปะยังใช้ในการตรวจคนไข้ได้ด้วย โดยนักจิตวิทยาจะวิเคราะห์ห่อการได้จากผลงานหรือการแสดงออก

**3.2.12 ละครบำบัด Drama Therapy** ละครจิตบำบัด สามารถใช้ได้กับผู้ที่ปัญหาหลากหลายรูปแบบ ใช้ได้กับทุกวัยในวงกว้าง ไม่จำกัดเฉพาะผู้ป่วยเท่านั้น ยังรวมไปถึงผู้ที่มีปัญหา ความเครียด การเข้าสังคม การทะเลาะเบาะแว้ง อิจฉาริษยา คนที่ปฏิเสธใครไม่เป็น เด็กที่เริ่มเข้าสู่ วัยรุ่น แต่พ่อแม่ไม่รู้จะสอนเรื่องเพศสัมพันธ์หรือยาเสพติดอย่างไร ก็พาถูกมาทำกิจกรรมนี้ได้ แม้แต่ผู้ที่ไม่มียุทธศาสตร์อะไรเลย แต่อยากค้นพบตัวเอง อยากพัฒนาศักยภาพของตัวเอง เสริมความ มั่นใจ หรืออยากทำกิจกรรมที่สนุกสนาน ผ่อนคลาย ก็สามารถทำกิจกรรมดังกล่าวได้

#### 4. งานระบบและอุปกรณ์ประกอบอาคาร

##### 4.1 งานระบบไฟฟ้า

###### 4.1.1 งานระบบไฟฟ้าแสงสว่าง

การส่องสว่างภายในโรงพยาบาล มีพื้นที่ที่ต้องการให้แสงมากมายหลายแบบ และ แต่ละพื้นที่ก็มีการให้แสงที่แตกต่างกันออกไป หลอดที่เหมาะสมที่จะใช้ในงานโรงพยาบาล คือ หลอดที่ 4000 องศาเคลวิน เพราะให้สีแดงออกมาด้วย ซึ่งเหมาะสำหรับการตรวจรักษาทั่วไปยกเว้น โรคติดเชื้อ ซึ่งหลอดที่เหมาะสม คือ หลอดที่มีสีน้ำเงิน คือ หลอดเดไลท์ เนื่องจากการเปลี่ยนสีผิวที่เหลือง เห็นได้ชัดในหลอดประเภทนี้ แต่อย่างไรก็ตามหลอดคูโลไวท์ก็เหมาะสำหรับการรักษาส่วนใหญ่ อยู่ ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าหลอดที่เหมาะสมที่สุดสำหรับงานโรงพยาบาล คือ หลอดคูโลไวท์

หลอดที่ใช้ในงานโรงพยาบาลควรใช้หลอดที่เหมือนกันทั้งหมดเพื่อไม่ให้เกิดการหลอกตา เนื่องจากแสงที่ไม่เหมือนกันของหลอดในแต่ละพื้นที่ เพราะอาจทำให้การตรวจวินิจฉัยโรคผิดได้ ยกเว้นบริเวณที่ไม่เกี่ยวกับการรักษาหรือไม่เกี่ยวกับการวินิจฉัย โรคก็อาจใช้หลอดชนิดอื่นเพื่อให้เกิดสีสันที่สวยงามได้ผู้คนที่มาโรงพยาบาลส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วย ดังนั้นการให้แสงสว่างพึงระวังในเรื่องของแสงบาดตา โดยเฉพาะในบริเวณที่ผู้ป่วยมีโอกาสต้องนอนเตียงเพื่อการเคลื่อนย้าย โคมที่เหมาะสมสำหรับงานโรงพยาบาล คือ โคมประเภทที่มีลูมิแนนซ์ต่ำ เช่น โคมที่มีแผ่นกรองแสง เกล็ดแก้ว(Prismatic) หรือแผ่นกรองแสงขาวจุ่น(White Diffuser) เป็นต้น นอกจากนี้คนไข้ที่นอน รดเงินแล้วต้องถูกเซ็นไปในโรงพยาบาลแล้วต้องมองขึ้นไปเพดานแล้วถ้าพบกับแสงบาดตา เช่น จากโคมสะท้อนแสงอะลูมิเนียม ทำให้รู้สึกไม่สบายมากขึ้น แต่ทั้งนี้ก็ต้องพิจารณาเรื่องความ ประหยัดไฟฟ้าด้วยก่อนเลือกโคม เพราะโคมแบบมีแผ่นกรองแสงใช้จำนวนหลอดมากกว่าโคมที่มี ตัวสะท้อนแสงอะลูมิเนียมที่ความส่องสว่างเดียวกัน ถ้าเป็นบริเวณที่ไม่มีปัญหาเรื่องแสงบาดตาที่ เกิดกับคนไข้ก็ควรใช้โคมประหยัดพลังงานซึ่งได้แก่โคมฟลูออเรสเซนต์ตัวสะท้อนแสง อะลูมิเนียม

## 4.2 ระบบปรับอากาศ

ชนิดของระบบปรับอากาศมีอยู่ 3 ระบบ คือ ระบบคิดหน้าต่าง ระบบแยกส่วน ที่เรียกว่า สปลิตไทป์ (Split Type) และระบบเครื่องทำน้ำเย็น (Water Chiller) ระบบคิดหน้าต่าง ต้องเตรียมโครงไว้สำหรับรับน้ำหนักของตัวเครื่อง เพราะมีน้ำหนักมาก และต้องติดตั้งอยู่ กลางกำแพง ถ้าไม่เตรียมไว้จะเกิดการแตกร้าวได้ เพราะความ สั่นสะเทือนของเครื่อง ระบบแยกส่วน จะมีปัญหา มาก ถ้าตัวเครื่องเป่าลม เย็นอยู่กลางห้อง เพราะต้องคำนึงถึงการระบายน้ำว่าจะไปทาง ไค และถ้า ต่อลงห้องน้ำ ก็อาจมีกลิ่นย้อนเข้ามา ทำให้ภายในห้องมีกลิ่นเหม็นและภายนอกต้องมีที่วาง คอนเดนเซอร์ เครื่องทำลมเย็นของเครื่องปรับอากาศแบบแยกส่วน จะประกอบด้วย โบลเวอร์ และคอยล์เย็น ซึ่งมีสารทำความเย็นระเหยอยู่ภายในคอยล์ที่ความดันต่ำ ถ้าเป็นสารทำความเย็นฟรี ออน 22 ที่ใช้กันจะมีความดันประมาณ 4.5 บาร์ ขณะที่ท่อทนความดัน ได้กว่า 20 บาร์ โอกาสที่จะ เกิดการระเบิดจึงน้อยมาก และหากจะมีการระเบิดเกิดขึ้น เพราะความบกพร่องของฝีมือการ ประกอบก็จะ ไม่เกิดไฟไหม้ขึ้น เพราะสารทำความเย็น ไม่ติดไฟ เป็นสารที่สามารถใช้ดับไฟได้ โดยเฉพาะใช้เป็นสารดับไฟในห้องอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์คอมพิวเตอร์ ฯลฯ โดยการเข้าไปได้ อากาศ (ออกซิเจน) ออกไปจากห้อง หรือทำให้อากาศภายในห้องมีสัดส่วนออกซิเจนเจือจางจน ไฟดับไป ระบบเครื่องทำน้ำเย็น (Water Chiller) เครื่องปรับอากาศที่ใช้ในอาคารขนาดใหญ่ โดยทั่วไปจะเป็นเครื่องปรับอากาศระบบน้ำเย็น ซึ่งมีน้ำเย็นไหลเวียนไปยังเครื่องทำลมเย็นที่ติด ตั้งอยู่ในบริเวณที่จะปรับอากาศของอาคาร น้ำเย็นที่ไหลเข้าไปใน เครื่องทำลมเย็นมีอุณหภูมิ ประมาณ 7 C แลไหลออกไปมีอุณหภูมิประมาณ 13 C ในขณะที่อากาศที่ไหลเข้าไปมีภาวะที่ 26 C ภาวะแห้ง ความชื้นสัมพัทธ์ 55 เปอร์เซ็นต์ และออกจากเครื่องที่ภาวะ 15.5 C ภาวะแห้ง 14.5 C ภาวะเปียก น้ำที่ออกจากเครื่องทำลมเย็นจะถูกปั๊มเข้าไปในเครื่องทำน้ำเย็นขนาดใหญ่ ที่ติดตั้งอยู่ในห้องเครื่องประธาน (Main Machine Room) เพื่อให้มีน้ำมีอุณหภูมิลดลงจาก 13 C เป็น 7 C เครื่องทำลมเย็นที่ติดตั้งอยู่ในบริเวณที่ปรับอากาศ มีส่วนประกอบคือ แผ่นกรองอากาศ ซึ่งโดยทั่วไปจะเป็นแผงใยอะลูมิเนียม แผงท่อน้ำเย็นที่มีน้ำเย็นไหลอยู่ภายใน มีโบลเวอร์และ มอเตอร์ไฟฟ้าที่ดูดอากาศ จากบริเวณที่ปรับอากาศ ให้ไหลผ่านแผ่นกรอง และแผงท่อน้ำเย็น แล้ว ส่งอากาศ ที่ถูกกรองให้สะอาดและถูกทำให้เย็นลงเข้าไป ปรับอากาศในบริเวณที่ปรับอากาศ จะ เห็นได้ว่าบริเวณที่ปรับอากาศนั้นมีเฉพาะเครื่องทำลมเย็นท่อน้ำ และท่อลมที่ต่อเข้ากับ เครื่องทำ ลมเย็นเท่านั้น ไม่มีส่วนที่จะทำให้เกิดไฟไหม้ ไม่มีส่วนที่จะระเบิด ท่อน้ำอาจจะแตกได้ถ้า ประกอบหรือเชื่อมไม่ดี และหากท่อแตก ก็จะทำให้น้ำรั่วกระจายทำความเสียหายเพราะเปียกน้ำ เท่านั้น

### 4.3 ระบบสื่อสาร

ระบบโทรศัพท์ แบ่งเป็นระบบภายนอกและภายใน

ระบบโทรศัพท์ภายนอก คือ ระบบที่ใช้เบอร์ โทรศัพท์ ที่ติดต่อกับ เบอร์โทรที่มีตัวเลข 9 หลัก ทั้งในกรุงเทพมหานครและส่วนภูมิภาค รวมทั้งระบบโทรศัพท์ เคลื่อนที่ต่าง ๆ หรือแม้แต่ เบอร์โทรศัพท์การให้บริการต่าง ๆ เช่นการสั่งอาหาร, โทรสอบถามเส้นทาง, โทรสอบถาม รายละเอียด อื่น ๆ การใช้โทรศัพท์ ในรูปแบบนี้ จะต้องทำเรื่องขอใช้บริการจาก องค์การ โทรศัพท์และบริษัทเอกชนที่รับสัมปทานจากรัฐบาล ระบบโทรศัพท์ภายใน คือ ระบบ ที่ใช้ติดต่อกันเองภายในบ้าน, อาคาร หรือภายในหน่วยงานระบบนี้ไม่เสียค่าบริการให้กับผู้ให้ บริการ แต่ต้องเสียค่าใช้จ่าย อุปกรณ์ตามปกติแล้ว ระบบ โทรศัพท์ภายใน และภายนอก สามารถเชื่อมต่อกันได้ สามารถโอนสาย หรือพ่วงสาย ให้โทรศัพท์ได้หลายเครื่องตามต้องการ เราสามารถมีเครื่องอำนวยความสะดวก ในการสื่อสารภายในบ้านได้ เช่น ระบบเสียง ตามสาย โดยการ เดินระบบ เครื่องเสียงได้แก่ ไมโคร โฟน และลำโพง กระจายเสียงไปในส่วนที่ ต้องการระบบเสียงตามสาย อาจไม่ต้องมี ไมโคร โฟน สื่อสารก็ได้ แต่อาจเป็นระบบเสียงเรียก แบบคนตรีหรือเสียงกริ่งได้

อินเทอร์เน็ตความเร็วสูง (Boardband)

อินเทอร์เน็ตเป็นระบบการสื่อสาร ที่ทันสมัยและใช้ประโยชน์ได้หลากหลายที่สุดใน ปัจจุบันส่วนประกอบที่สำคัญ ในการใช้ ระบบ อินเทอร์เน็ตคือ

1. เครื่องคอมพิวเตอร์
2. ระบบโทรศัพท์
3. โมเด็ม และ โปรแกรมใช้งานอินเทอร์เน็ต
4. สิทธิในการใช้อินเทอร์เน็ต หรือชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตจากผู้ให้บริการ หรือ ISP

ในปัจจุบันมีการพัฒนาสายอินเทอร์เน็ต ความเร็วสูงจากสายโทรศัพท์ธรรมดาเป็นสายเคเบิลใยแก้ว มีผลให้การค้นหาข้อมูล และการใช้งานมีความเร็ว เพิ่มขึ้นมาก

การใช้งาน อินเทอร์เน็ต โดยทั่วไปจะต้อง ต่อระบบสายต่างๆ เข้าไปในเครื่องคอมพิวเตอร์ ี่ ไม่ว่าจะเป็นสายไฟต่างๆ โดยเฉพาะ สายโทรศัพท์ จะเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้

เพราะข้อมูลต่างๆ ในการใช้อินเทอร์เน็ต จะผ่านมา ทางสายโทรศัพท์เป็นหลัก สำหรับ ระบบคอมพิวเตอร์ในสำนักงาน ที่มีหลายเครื่องนั้น สามารถเชื่อมต่อระหว่างเครื่องให้ถึงกันได้โดยใช้ระบบ LAN โดยผ่านแม่ข่าย เฉพาะ หรือ Server ซึ่งถือเป็น อินเทอร์เน็ต แบบย่อย อย่างหนึ่งการใช้ระบบ LAN ทั่วๆ ไป จะต้องเดิน ระบบสายสัญญาณ จากแม่ข่าย ไปยังเครื่องคอมพิวเตอร์ แต่ละเครื่อง ซึ่งจะให้มี สายสัญญาณต่างๆ มากมาย การติดตั้งและซ่อมบำรุงทำได้ยาก แต่ในปัจจุบันมี การเชื่อมต่อ ระบบ LAN โดยไม่ต้องใช้สายสัญญาณ เรียกกันว่าระบบ WI-FI ซึ่งจะใช้กับคอมพิวเตอร์ Note Book เพราะเป็น

คอมพิวเตอร์ที่ต้อง เคลื่อนย้ายอยู่ตลอดเวลา ทำให้ไม่ต้องมี สายสัญญาณระกะระกะ ถ้าระบบแม่ข่ายกำลังเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต อยู่ด้วย คอมพิวเตอร์ เครื่องนั้นก็สามารใช้งาน อินเทอร์เน็ต ไปด้วยกันได้เลย

ระบบโทรทัศน์ ที่เราใช้งานตามปกติเป็น การรับสัญญาณภาพ และเสียงจากสถานีเครื่องข่ายของสถานีโทรทัศน์ต่างๆ ในประเทศ ทางช่อง 3,5,7,9,11 และ ITV นอกจากนี้ ยังมีสัญญาณโทรทัศน์ ที่เก็บค่าชม โดยสัญญาณ จะแพร่มาตาม สายเคเบิล เคเบิลทีวี เป็นการส่งข้อมูลจากต้นกำเนิดผ่าน สายเคเบิลใยแก้ว มาสู่เครื่องรับแต่ละส่วนซึ่งแปรออกเป็นภาพ และเสียงผ่านทาง เครื่องรับโทรทัศน์ และสามารถเชื่อมโยงจาก เครื่องหนึ่งสู่เครื่องหนึ่งได้ เคเบิลทีวีมีข้อดีคือภาพคมชัด มีรายการให้รับชมมาก และหลากหลายรูปแบบ และทันเหตุการณ์ ซึ่งล้วนเป็นรายการ ที่เป็นที่นิยมของผู้รับชมส่วนใหญ่ นอกจากนั้นยังมีการพ่วง สัญญาณโทรทัศน์ จากสถานีปกติทำให้สัญญาณมีความคมชัด เพราะ ไม่ขึ้นกับสภาพอากาศในการแพร่ภาพ แต่ข้อเสียในการใช้บริการ เคเบิลทีวีคือต้องเสียค่าใช้จ่ายในการติดตั้งและเสียค่าใช้จ่ายรายเดือนอีกด้วย

## 5. กรณีศึกษาเปรียบเทียบ

เพื่อศึกษาข้อมูลทั่วไปและทฤษฎีในการออกแบบ โครงการออกแบบภายในศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด นั้นต้องทำการศึกษาจาก สถานที่จริงอันมีลักษณะใกล้เคียงกัน โดยมีทั้งหมด 3 โครงการได้แก่ ศูนย์สุขภาพชีวาธรรม ลีลาวดีสป่า และ อายุรเวทวิทยาลัย (ชีวกโกมารภัทจ์) ดังนี้

## 5.1 ศูนย์สุขภาพชีวาธรรม

ชื่อโครงการ	ศูนย์สุขภาพชีวาธรรม
เจ้าของ	ธรรม
โครงการ	Chivasom
ประเภทโครงการ	international health resort co.ltd.
ที่ตั้ง	73/4 ถนนเพชรเกษม อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์
เนื้อที่	17 ไร่ (27,200 ตารางเมตร)
พื้นที่อาคาร	25,600 ตารางเมตร
งบประมาณ	งานสถาปัตยกรรม 600 ล้านบาท
สถาปนิก	งานภูมิสถาปัตยกรรม 35 ล้านบาท (ระดับ 5 ดาว)
มัณฑนากร	บริษัท เดอะชินแทกซ์ กรุ๊ป จำกัด
	บริษัท เดอะชินแทกซ์ กรุ๊ป จำกัด
ภูมิสถาปนิก	บริษัท แลนด์สเคป



Chiva-Som  
RESORT & SPA



ภาพที่ 5.2 บรรยากาศภายในชีวาธรรม

แพลนนิ่ง จำกัด

ก่อสร้างแล้ว ตุลาคม พ.ศ. 2538

เสร็จ

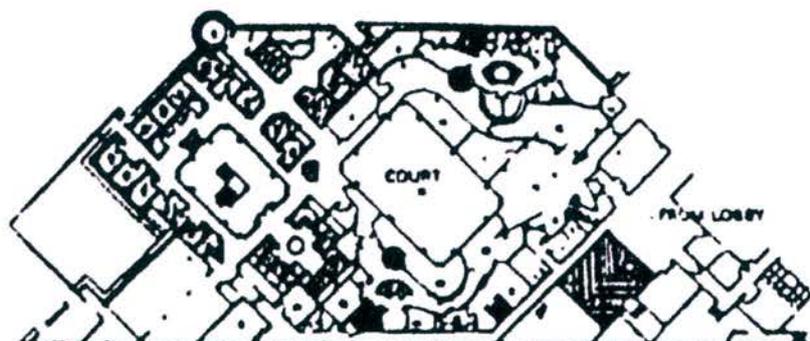
### 5.1.1 วิเคราะห์โครงการ

#### 5.1.1.1 แนวความคิดของโครงการ

ศูนย์สุขภาพชีวาธรรมเป็นรีสอร์ทเพื่อสุขภาพ เพื่อให้คนไทยได้มีโอกาสเรียนรู้ และทำความเข้าใจกับการสร้างสุขภาพที่ได้อย่างถูกต้องโดยให้ชื่อว่า “ชีวาธรรม” หมายถึง “ที่พำนักแห่งชีวิต” (Heaven of life) ซึ่งมาจากคำว่า “ชีวา” และ “อาศรม” คือที่พักพิงของชีวิต เน้นความแตกต่างของตนเองตรงที่เป็นรีสอร์ทที่เน้นในด้านสุขภาพอย่างแท้จริง เนื่องจากมีการจัดวาง โปรแกรมต่างๆ อย่างมีระบบและเข้มงวดต่อเนื่องไปในแต่ละวัน โดยเน้นการสร้างสภาพแวดล้อมที่ตั้งอยู่ท่ามกลางธรรมชาติที่ร่มรื่นของต้นไม้พุ่มไม้พันธุ์ ให้ผู้ใช้บริการรู้สึกได้ว่าการพักที่นี้ได้นำความสงบ นำพาธรรมชาติที่จะทำให้ร่างกาย และจิตใจของผู้เข้ามาพักผ่อนคลายอย่างแท้จริง

#### 5.1.1.2 แนวความคิดในการวางผัง

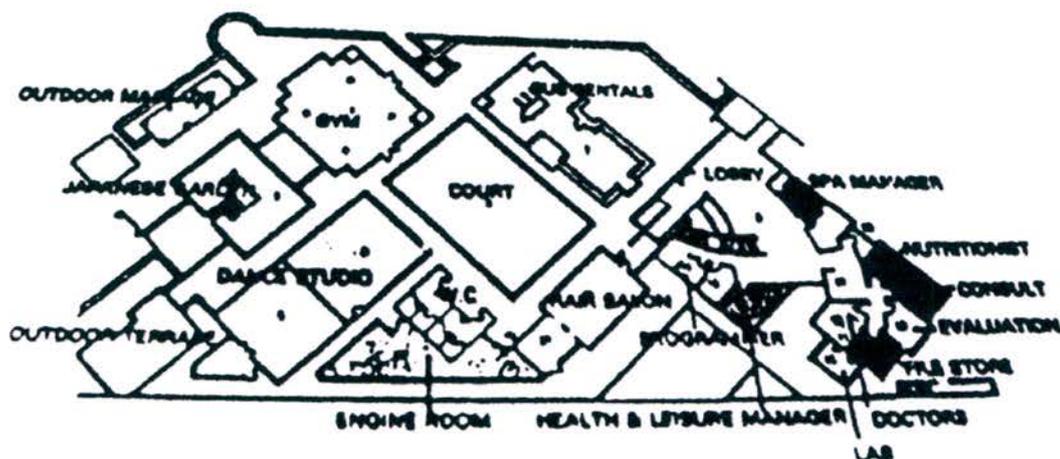
เนื่องจากกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการใช้ที่ดินที่ติดกับชายทะเล จึงทำให้จำเป็นต้องแบ่งแยกอาคาร ออกเป็นกลุ่มอาคารหลายกลุ่ม ประกอบด้วย กลุ่มอาคารต้อนรับ กลุ่มอาคารพักอาศัยลักษณะบ้านชั้นเดียว กลุ่มอาคารอเนกประสงค์และอื่นๆ โดยมีเส้นทางสัญจรเชื่อมกลุ่มอาคารต่างๆ เข้าด้วยกัน เพื่อสร้างบรรยากาศ ลักษณะเรือนไทยประยุกต์ ตามแนวคิดหลักของ โครงการ เนื่องจากเป็นโครงการระดับนานาชาติ ที่มุ่งเน้นลูกค้าต่างชาติเป็นหลักต้องการลักษณะการวางผังที่เป็นไทยเป็นธรรมชาติเป็นชุมชน เพื่อให้เกิดความเป็นกันเอง โดยศึกษาค้นคว้าจากกลุ่มอาคารตลาดอยุธยาในเมืองโบราณซึ่งมีความสวยงาม มาพัฒนาให้เข้ากับโครงการ



ภาพที่ 5.3 แผนผังแสดงพื้นที่ส่วนสปา ชั้น 1

เนื่องจากสัดส่วนของที่ดินมีลักษณะแคบและยาวจึงได้จัดวางแนวอาคารทั้งหมดในแกน 45 องศาจากขอบเขตของที่ดินเพื่อให้เกิดที่ว่างที่น่าสนใจโดยตลอดทั้งโครงการไม่สร้างความรู้สึกแคบหรืออึดอัดทั้งยังมีที่ว่างริมอาคารพอเหมาะกับการปลูกต้นไม้ใหญ่ได้สะดวกมุมมองโดยทั่วไปจะเห็นอาคารในลักษณะหันมุมเข้าหากันทำให้หลีกเลี่ยงความรู้สึกเข้าแถวกันของอาคาร

เนื่องจากที่ดินของโครงการมีต้นไม้ใหญ่ของเดิมอยู่เป็นจำนวนมากการจัดวางอาคารจึงให้สอดคล้องกลมกลืนกับแนวต้นไม้ไว้ให้มากที่สุดเพื่อให้สอดคล้องกับแนวความคิดหลักของโครงการ



ภาพที่ 5.4 แผนผังแสดงพื้นที่ส่วนสปา ชั้น 2

### 5.1.1.3 แนวความคิดในการออกแบบประโยชน์ใช้สอย

พื้นที่ทั้งหมดถูกจัดแบ่งออกเป็น 5 โซน ที่มีความต่อเนื่องกัน แต่เป็นเอกเทศต่อกัน และกำหนดให้เกิดการติดต่อระหว่าง โซนด้วยรถกอล์ฟและการเดินเท่านั้นเพื่อไม่ให้เกิดมลภาวะด้านเสียงและอากาศ ประกอบด้วย ห้องพักรวม 33 ห้อง ห้อง Suite 7 ห้อง, และห้องพักแบบ Thai Pavilion 17 ห้อง ซึ่งเป็นการจัดรูปแบบการใช้สอยกลุ่มสร้างความรู้สึกละมุนเป็นสถานที่พักผ่อนแบบไทยยังรวมไปถึงสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัยทั้งหลายในร่มอย่าง Salas สถานที่สำหรับอาบน้ำ, สระว่ายน้ำติดทะเล ห้องอบไอน้ำหลายระดับ, สระกระโดดน้ำ, สระบำบัดและอื่นๆอีกมากมายการรักษาทางการแพทย์การผสมผสานการรักษาหลายๆแบบและเครื่องอำนวยความสะดวกแบบครบครัน

#### 5.1.1.4 การแบ่งโซน

**โซนที่ 1** ส่วน Hotel Business อยู่บริเวณด้านหน้า เป็นกลุ่มอาคารต้อนรับ ประกอบด้วย พื้นที่จอดรถ โถงต้อนรับ ส่วนบริการ และ โถงพักคอย ซึ่งเป็นบริเวณที่ให้แขกค้อยพนักงานที่จะมานำผู้ที่พักด้วย รถกอล์ฟ กลุ่มอาคารในโซนนี้ มีลักษณะเป็นอาคารเปิดโล่งเพื่อรับบรรยากาศโดยรอบ ซึ่งเป็นการเข้าถึงที่ สามารถสร้างความรู้สึกอยากเข้ามาสัมผัสตัวโครงการ

**โซนที่ 2** บ้านเรือนไทย Thai Pavilion 17 หลัง 17 ห้อง เป็นพื้นที่ต่อเนื่องจากโซนด้านหน้าเชื่อมต่อพื้นที่ด้วยสะพานไม้ นำสู่กลุ่มอาคารพักอาศัย ทรงไทยประยุกต์ บริเวณนี้ถูกโอบล้อมด้วยทะเลสาบขนาดใหญ่ และต้นไม้ขนาดใหญ่

**โซนที่ 3** ส่วนสันทนาการประกอบด้วยสระว่ายน้ำในร่มห้องอบไอน้ำ ห้องนวดเท้า ห้องสมุด ห้องอาหาร ห้องนวดตัว ภายนอกอาคารศาลาโยคะ ห้องเดินอาราบิก ห้องออกกำลังกาย และร้านขายของที่ระลึก พื้นที่ส่วนใหญ่จะอยู่ภายในอาคารสร้างความกลมกลืนกับธรรมชาติภายนอกเพื่อสร้างบรรยากาศให้เหมาะกับโครงการโดยรวม ด้วยการเลือกใช้วัสดุหินภูเขาไฟในการตกแต่ง เนื่องจากต้องการเน้นวัสดุพื้นถิ่นและความต้องการสร้างบรรยากาศแบบรีสอร์ทพักผ่อนท่ามกลางธรรมชาติ

**โซนที่ 4** เป็นกลุ่มอาคารสปาซึ่งเป็นหัวใจหลักของโครงการพื้นที่ส่วนนี้แบ่งออกเป็นห้องให้คำปรึกษาเรื่องสุขภาพของผู้ชายและผู้หญิง ห้องนวดตัว ห้องอบไอน้ำห้องชาน้ำที่ประดับด้วยสวนหย่อมหลากสไตล์ ห้องเก้าอี้นวดตัว เตียงน้ำที่สามารถปรับ

อุณหภูมิได้ และห้องทะเลเกลือสำหรับลอยตัวและฝึกสมาธิ ซึ่งมีการจัดรูปแบบตามแนวความคิดที่ว่า นำธรรมชาติจากภายนอกมาสู่การทำสปาภายใน โดยการพยายามให้ห้องสปาได้รับวิวธรรมชาติ ภายนอกให้มากที่สุด โดยที่ยังคงความเป็นส่วนตัว

โซนที่ 5 เป็นพื้นที่อยู่ติดริมทะเล ประกอบด้วยโรงแรม สระว่ายน้ำภายนอกอาคาร ห้องอาหารริมทะเล ห้องครัวสาธิต ห้องสาธิตกิจกรรมเพื่อสุขภาพ และชายหาด ที่มีการออกแบบโดยคำนึงถึงแนวคิดที่ว่า “โรงแรมสุขภาพ ริมทะเล” จึงทำให้ต้องออกแบบวิธีรับทิวทัศน์ของทะเลอย่างเต็มที่ โดยที่ห้องทุกห้อง มีระเบียงมองออกสู่ทะเล สระว่ายน้ำภายใน ที่มองออกสู่ทะเลได้

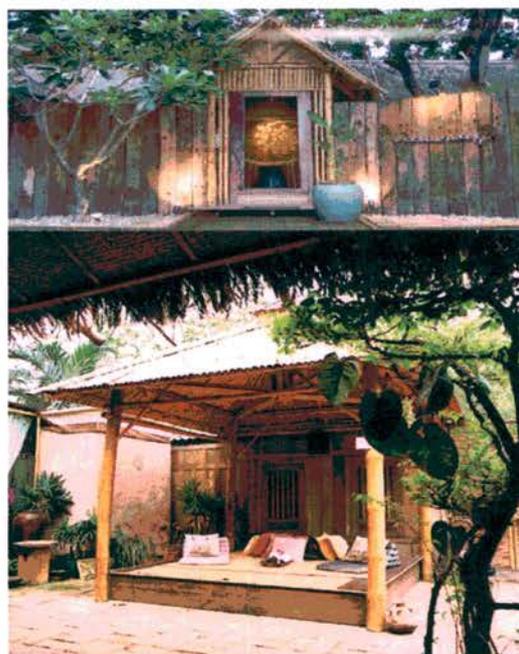
### 5.1.2 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษาโครงการ

5.1.2.1 ได้ศึกษาถึงการนำรูปแบบไทย มาประยุกต์กับรูปแบบตะวันตกได้อย่างกลมกลืน

5.1.2.2 ได้ศึกษาถึงการใช้วัสดุประกอบอาคารที่ดูเป็นธรรมชาติการใช้แสง สี และเสียงประกอบ กันการออกแบบสถาปัตยกรรมและภูมิสถาปัตยกรรมที่สร้างบรรยากาศที่ส่งเสริมกิจกรรม แบบธรรมชาติบำบัด ทั้งในแง่พฤติกรรม ความเป็นส่วนตัวบรรยากาศ มุมมอง การแบ่งส่วนพื้นที่ และการสร้างลำดับในการเข้าถึงอย่างมีจังหวะได้อารมณ์ที่แสดงถึงรูปแบบกิจกรรมนั้นๆ

## 5.2 ลีลาวดีสปา

ชื่อโครงการ	ลีลาวดีสปา
ประเภทโครงการ	Day Spa
เจ้าของโครงการ	คุณสมเกียรติ จันทร์พราหมณ์ คุณกীরติ เทพธัญญ์ คุณกรณพล เทียนสุวรรณ
ที่ตั้งโครงการ	89/462 ซ.สัมมาร 2 ถ.เทศบาล สงเคราะห์ จตุจักร กทม. <a href="http://www.leelawadeespa.com">www.leelawadeespa.com</a>
ขนาดพื้นที่อาคาร	400 ตารางเมตร
ออกแบบ – ตกแต่ง	คุณสมเกียรติ จันทร์พราหมณ์



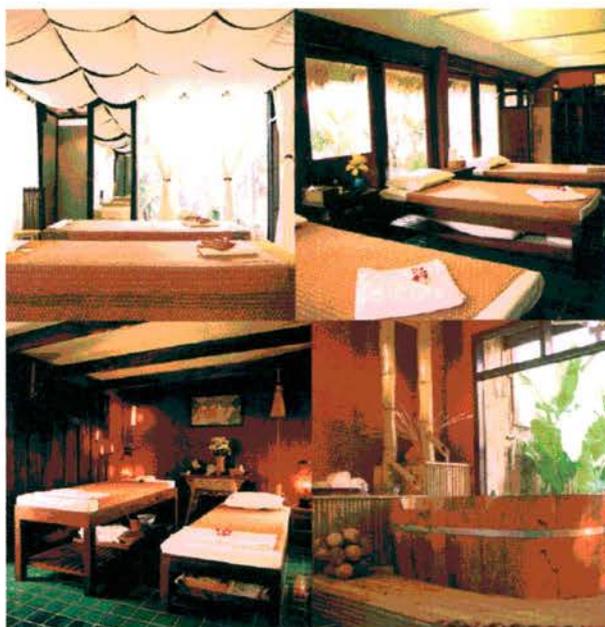


### 5.2.2.2 สิ่งอำนวยความสะดวก

- ห้องวีไอพี 1 ห้อง
- ห้องทรีตเมนต์ (เตียงคู่) 2 ห้อง
- ห้องอบสมุนไพร 1 ห้อง
- ห้องนวดไทย 2 ห้อง
- ห้องนวดฝ่าเท้า 1 ห้อง

### 5.2.3 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษาโครงการ

- 5.2.3.1 เป็นการศึกษาด้านการออกแบบทางสถาปัตยกรรมที่เป็นพื้นถิ่น แบบสไตล์ไทย
- 5.2.3.2 สามารถศึกษาวัสดุในการตกแต่งของโครงการ ที่เป็นพื้นถิ่น แสดงเอกลักษณ์ของความเป็นไทย



ภาพที่ 5.7 ผังพื้นที่และบริเวณภายในสปา

### 5.3 อายurvedวิทยาลัย (ชีวกโกมารภัทจ์)

ชื่อโครงการ	อายurvedวิทยาลัย (ชีวกโกมารภัทจ์)
ที่ตั้ง	238/1 ถนนวิภาวดี จ. เชียงใหม่
ขนาดพื้นที่อาคาร	320 ตารางเมตร
ประเภทโครงการ	อดีตวิทยาลัยแพทย์แผนไทยประยุกต์ ปัจจุบันสมาคมแพทย์อายurvedแผนไทยประยุกต์ฯและคลินิกแพทย์แผนไทยประยุกต์



ภาพที่ 5.8 อายurvedวิทยาลัย (ชีวก โกมารภัทจ์)

#### 5.3.1 ข้อมูลโครงการ

เปิดสอนในหลักสูตรแพทย์แผนไทยประยุกต์แห่งแรกของประเทศไทยมีชื่อเต็มๆว่าอายurvedวิทยาลัย(ชีวกโกมารภัทจ์)ในพระบรมราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯได้รับการก่อตั้งโดยศาสตราจารย์นายแพทย์อวย เกตุสิงห์ อดีตคณบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราช ทั้งนี้ศ.นพ.อวย เล็งเห็นว่าแพทย์แผนไทยมีข้อดีมากมายโดยเฉพาะวิธีการรักษา แต่ยังคงบ่งชี้ตรงการวินิจฉัยโรคซึ่งยังไม่เป็นวิทยาศาสตร์ ทำให้บางครั้งมีการวินิจฉัยผิดพลาดส่งผลถึงการรักษาและไม่ได้ได้รับความเชื่อถือจากคนไข้ จึงได้ก่อตั้งมูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิม ขึ้นเมื่อวันที่ 6 ตุลาคม 2523 และได้ก่อตั้งอายurvedวิทยาลัย (ชีวกโกมารภัทจ์)ขึ้นที่หน้าวัดควนนิเวศ ในปี 2525 เปิดสอนหลักสูตรแพทย์แผนไทยประยุกต์ในระดับวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) 3 ปี รับนักเรียนทั้งที่จบม.6 และผู้ที่จบปริญญาตรีมาแล้วเข้ารับการศึกษ ในวิชาหลักทางด้านการแพทย์แผนโบราณของไทย ทั้งทางเวชกรรม เกษษกรรม และผดุงครรภ์ ผสมผสานกับพื้นฐานการแพทย์แผนปัจจุบัน ได้แก่กายวิภาคศาสตร์ สรีระวิทยา พยาธิวิทยา จุล

ชีววิทยา ปรสติวิทยา ชีวเคมี ฯลฯ ต่อมาวัดบวรฯ ขอพื้นที่ตั้ง โรงเรียนคืน มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมจึงมีมติให้ย้ายโรงเรียนไปยังสถานที่ตั้งใหม่ ณ โรงเรียนสวนบัว ช.ราชครู โรงเรียนอายุเวทวิทยาลัยฯ เนื่องจากโรงเรียนอายุเวทฯ มีการบริหารงานในรูปมูลนิธิเอกชน ไม่ได้รับการสนับสนุนจากภาครัฐ

หลังศ.นพ.อวยซึ่งมีบารมีในการขอความช่วยเหลือและร่วมมือจากหน่วยงานต่างๆ ถึงแก่กรรมในปี 2533 คณะกรรมการมูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิม จึงมีนโยบายร่วมมือกับสถาบันการศึกษาอื่นๆ ปรับหลักสูตรแพทย์แผนไทยประยุกต์จากระดับปวส. เป็นหลักสูตรปริญญาตรี ตามความต้องการของตลาด แรงงาน ในช่วงเดียวกันนี้ได้เกิดกระแสความตื่นตัวด้านแพทย์แผนไทยและอายุเวทวิทยาลัยเป็นสถานการศึกษาขั้นสูงทางด้านแพทย์แผนไทยประยุกต์แห่งแรกและแห่งเดียว จึงเป็นที่หมายปองของมหาวิทยาลัยต่างๆ ที่มีนโยบายเปิดสอนหลักสูตรการแพทย์แผนไทยประยุกต์ในระดับปริญญาตรี มีหลายสถาบันได้เข้ามาทาบทามโรงเรียนอายุเวทฯ ซึ่งมีความเพียบพร้อมทางด้านทรัพยากรทั้งอาจารย์ ตำรับตำรา เครื่องผลิตยา และองค์ความรู้เข้าไปร่วมกันจัดตั้งอาชีวศึกษาการแพทย์แผนตะวันออกมหาวิทยาลัยรังสิต คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ แต่ในที่สุดมูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมมีมติให้โอนโรงเรียนอายุเวทฯ ไปเป็นสาขาวิชาแพทย์แผนไทยประยุกต์ในคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ปัจจุบันสถานที่ตั้งโรงเรียนอายุเวทที่โรงเรียนสวนบัว ช.ราชครู เป็นที่ตั้งของสมาคมแพทย์อายุเวทแผนไทยประยุกต์ฯ และคลินิกแพทย์แผนไทยประยุกต์รักษาคนไข้ทั่วไป

### 5.3.2 แนวความคิดในการออกแบบ

เป็นโรงเรียนซึ่งเปิดสอนในหลักสูตรแพทย์แผนไทยประยุกต์แห่งแรกของประเทศไทย

### 5.3.3 วิเคราะห์โครงการ

เป็นวิทยาลัยเพื่อการศึกษา แพทย์แผนไทยประยุกต์ มีการแบ่ง โชนของห้อง เพื่อการเรียนการสอน ภายในเน้นการเปิดห้องคล้ายลานกิจกรรมเพื่อเป็นสถานที่ในการเรียนเป็นสถานที่รวบรวมข้อมูลทางการแพทย์แผนไทยที่เน้นการรักษาแบบธรรมชาติบำบัดมีการจัดการเรียนการสอนเพื่อคงไว้ซึ่งองค์ความรู้ทางการแพทย์ไทย

### 5.3.4 ประกอบไปด้วยห้องเรียน

ห้องนวดแผนไทย, ห้องเทคนิคการนวดแผนไทย, ห้องนวดน้ำมัน, ห้องนวดเท้า, ห้องสมุนไพรไทย



ภาพที่ 5.9 บายากาภายในห้องเรียนอายุรเวทวิทยาลัย

### 5.3.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษาโครงการ

เป็นสถานที่รวบรวม ข้อมูลทางการแพทย์แผนไทย ที่เน้นการรักษาแบบธรรมชาติบำบัด มีการจัดการเรียนการสอนเพื่อคงไว้ซึ่งองค์ความรู้ทางการแพทย์ไทย

### บทที่ 3

## การวิเคราะห์ข้อมูล



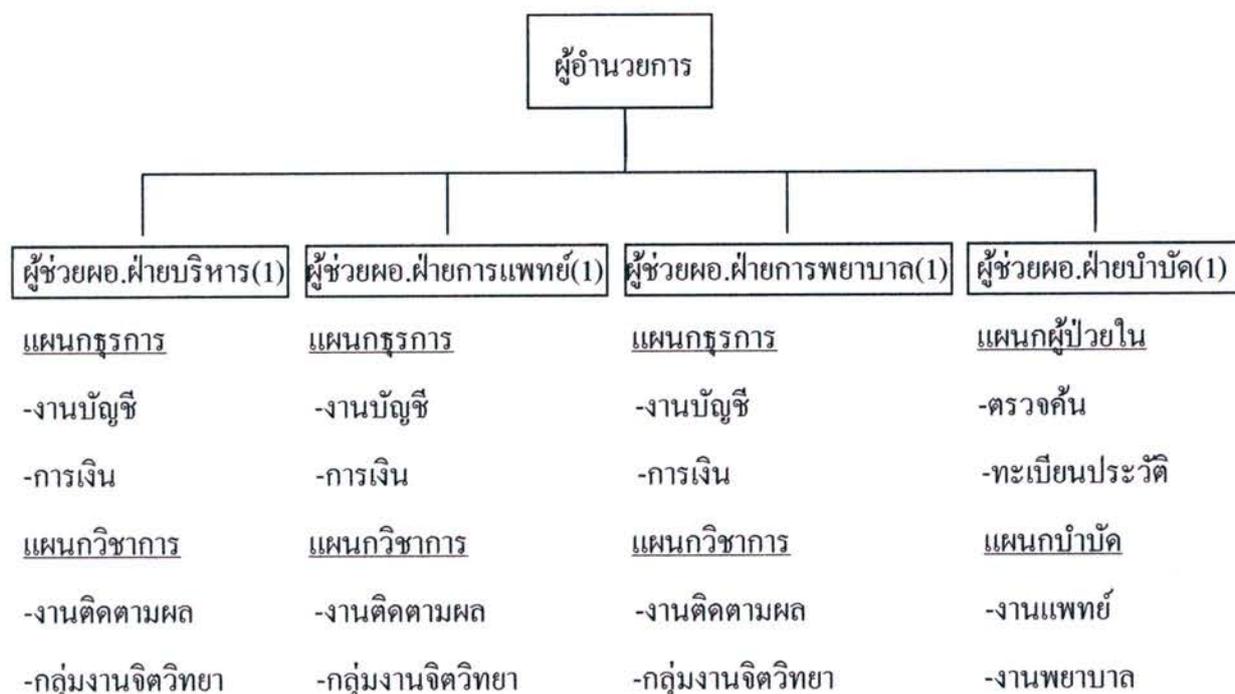
งานบริหารการแพทย์ในโรงพยาบาล

การออกแบบโครงการเสนอแนะปรับปรุงออกแบบสถาปัตยกรรมภายในศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด เพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ จำเป็นต้องมีการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลต่างๆ 3 ประเด็นดังต่อไปนี้ ได้แก่ ผู้ให้บริการ ผู้รับบริการและที่ตั้งโครงการ

#### 1. ผู้ให้บริการ

ผู้ให้บริการของโครงการเสนอแนะปรับปรุงออกแบบสถาปัตยกรรมภายในศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด คือ ผู้ประสานงานภายในโครงการศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด มีการบริหารงานตามแผนภูมิดังต่อไปนี้

แผนภาพที่ 3.1 ผังองค์กร



แผนภาพที่ 1 ผังองค์กร

จากการศึกษาและวิเคราะห์ผู้ให้บริการ ทำให้เกิดโปรแกรมดังต่อไปนี้

1. ฝ่ายบริหาร
  - 1.1 บริหารงานภายในโครงการ
2. ฝ่ายปฏิบัติการ
  - 2.1 ควบคุมดูแลเจ้าหน้าที่เฉพาะทาง
3. ฝ่ายธุรการ
  - 3.1 เดินเรื่องเอกสาร/หนังสือ และติดต่อแผนกต่างๆ
4. ฝ่ายสนับสนุน
  - 4.1 ดูแลส่วนบริการต่างๆ

## 2. ผู้รับบริการ

โครงการสามารถแบ่งประเภทของผู้รับบริการออกได้เป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มหลัก และกลุ่มรอง ดังนี้

### 2.1 กลุ่มหลัก ได้แก่

- 2.1.1 วัยทำงาน
- 2.1.2 ผู้สูงอายุ

### 2.2 กลุ่มรอง ได้แก่

- 2.2.1 วัยเด็ก
- 2.2.2 วัยรุ่น

จากการศึกษาพฤติกรรมสามารถวิเคราะห์ความต้องการและโปรแกรมได้ตามตารางที่ 1 ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 3.1 ผลการศึกษาและวิเคราะห์ผู้รับบริการ

ประเภทผู้รับบริการ	พฤติกรรม	ความต้องการ	โปรแกรม
-วัยทำงาน	ขับรถมาเอง	เจ้าหน้าที่ดูแล	ลานจอดรถ
-ผู้สูงอายุ	ใส่ใจเรื่องอาหารการกิน	นักโภชนาการ	ครัวสุขภาพ
-วัยเด็ก	ผู้ปกครองพามา	เจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษา	ห้องรับคำปรึกษา
-วัยรุ่น	มารลประจำทาง	เจ้าหน้าที่ต้อนรับ	ประชาสัมพันธ์

จากการศึกษาและวิเคราะห์ผู้ให้บริการ ทำให้เกิด โปรแกรมดังต่อไปนี้

1. เมื่อผู้ใช้บริการมาถึงจะพบกับเจ้าหน้าที่ประชาสัมพันธ์ จากนั้นจึงเข้าไปทำบัตรผู้ป่วย
2. พยาบาลมีหน้าที่ตรวจเบื้องต้น จึงจะส่งให้แพทย์ต่อไป
3. แพทย์ให้คำแนะนำ และคำปรึกษา เพื่อจะทำการบำบัดต่อไป

### 3. ที่ตั้งโครงการ

โครงการ ตั้งอยู่ที่ 60 ถ.พหลโยธิน ต.ประชาธิปไตย อ. รัษฎา จ.ปทุมธานี มีพื้นที่รวมทั้งหมด 2,400 ตร.ม. อาคารเป็น โครงสร้าง คสล. ชั้นที่ตั้ง โครงการคือชั้น 1 และชั้น 2 จากอาคาร 5 ชั้นที่เป็นอาคารผู้ป่วย นอก เมื่อปี พ.ศ. 2510 เป็นต้นมา

การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลของที่ตั้งในประเด็นต่างๆ 6 ประเด็น ดังต่อไปนี้ คือ บริบท การเข้าถึง ทางเข้าอาคาร ทิศทางการวางอาคาร สถาปัตยกรรม โครงสร้างและงานระบบที่เกี่ยวข้อง

#### 3.1 บริบท (Context)

##### 3.1.1 สภาพแวดล้อมทางด้านนามธรรม

###### 3.1.1.1 ความเชื่อ

ความเชื่อที่ว่าหลายคนยังคงรักษาแบบแพทย์แผนปัจจุบัน ทำให้แพทย์ทางเลือก หรือ ธรรมชาติบำบัด ยัง ไม่เป็นที่รู้จัก

###### 3.1.1.2 กลุ่มชาติพันธุ์

ธรรมชาติบำบัด มีมากในประเทศอินเดีย และจีน จึงส่งผลมายังประเทศไทย ทำให้คนไทย เริ่มเป็นที่รู้จักกับธรรมชาติบำบัดมากขึ้น

##### 3.1.2 สภาพแวดล้อมทางด้านรูปธรรม (อาณาบริเวณ)



แผนภาพที่ 2 อาณาบริเวณ

### 3.1.2.1 ทิศเหนือ ติดกับ บ้านพักอาศัย



แผนภาพที่ 3 บ้านพักอาศัย

### 3.1.2.2 ทิศตะวันออก ติดกับ สวนสุขภาพ



แผนภาพที่ 4 สวนสุขภาพ

### 3.1.2.3 ทิศตะวันตก ติดกับ ทางด่วน



แผนภาพที่ 5 ทางด่วน

### 3.1.2.4 ทิศใต้ ติดกับ ร้านอาหารสวัสดิการ



แผนภาพที่ 6 ร้านอาหารสวัสดิการ

### 3.2 การเข้าถึง (Approach)

#### 3.2.1 ความยากง่ายในการเข้าถึง



แผนภาพที่ 7 การเข้าถึง

เนื่องจากอาคารอยู่ติดริมถนนจึงสะดวกต่อการเข้าถึง

#### 3.2.2 มุมมองระหว่างการเข้าถึง



แผนภาพที่ 8 มุมมองระหว่างการเข้าถึง

### 3.2.3 ที่จอดรถนะ



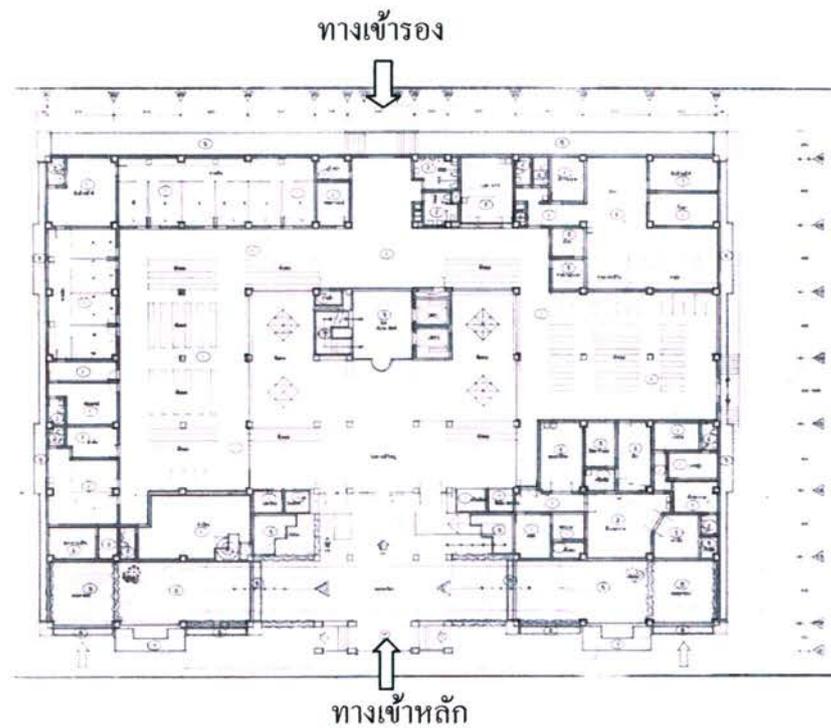
แผนภาพที่ 9 ที่จอดรถนะ

### 3.2.4 การรับรู้ช่องทางเข้า



แผนภาพที่ 10 การรับรู้ช่องทางเข้า

### 3.3 ทางเข้าอาคาร (Building Entrance)



แผนภาพที่ 11 ทางเข้าอาคาร

#### 3.3.1 ทางเข้าสำหรับผู้ให้บริการ

##### 3.3.1.1 กลุ่มหลัก

เข้าทางด้านหลังของอาคาร ที่เป็นทางเข้ารอง

##### 3.3.1.2 กลุ่มรอง

เข้าทางด้านหลังของอาคาร ที่เป็นทางเข้ารอง

#### 3.3.2 ทางเข้าสำหรับผู้รับบริการ

##### 3.3.2.1 กลุ่มหลัก

เข้าทางด้านหน้าของอาคาร ที่เป็นทางเข้าหลัก

##### 3.3.2.2 กลุ่มรอง

เข้าทางด้านหน้าของอาคาร ที่เป็นทางเข้าหลัก

### 3.4 ทิศทางการวางอาคาร (Orientation)

#### 3.4.1 ความสัมพันธ์ระหว่างทิศทางการวางอาคารกับภูมิอากาศ

##### 3.4.1.1 อาคารที่ตั้งโครงการ



แผนภาพที่ 12 ทิศทางการวางอาคาร

ทิศเหนือ ส่งผลต่อการวางผังชั้น คือ อาคารทางด้านทิศเหนือไม่โดนแดดเหมาะแก่การบำบัดด้วยวารีบำบัด

ทิศตะวันออก ส่งผลต่อการวางผังชั้น คือ อาคารทางทิศตะวันออกโดนแดดในยามเช้าเหมาะแก่ห้องพักฟื้นผู้ป่วย

ทิศตะวันตก ส่งผลต่อการวางผังชั้น คือ อาคารทางทิศตะวันตกเป็นทางเข้าและประชาสัมพันธ์ ซึ่งอยู่ด้านหน้าของอาคาร

ทิศใต้ ส่งผลต่อการวางผังชั้น คือ อาคารทางทิศใต้ รับอิทธิพลจากลมมรสุมตะวันตกเฉียงใต้เหมาะแก่การบำบัดด้วยดนตรีบำบัด

### 3.4.1.2 อาคาร โดยรอบ



แผนภาพที่ 13 อาคาร โดยรอบ

ทิศเหนือ ส่งผลกระทบต่อตั้งโครงการ คือ เนื่องจากทิศเหนือติดกับบ้านพักอาศัยของผู้คน และอยู่ห่างจากตัวโครงการเลยไม่ส่งผลกับตัวอาคารมากนัก

ทิศตะวันออก ส่งผลกระทบต่อตั้งโครงการ คือ ติดกับสวนสุขภาพ ไม่มีผลต่อตัวโครงการ

ทิศตะวันตก ส่งผลกระทบต่อตั้งโครงการ คือ เนื่องจากติดกับถนนและทางด่วน ทำให้เกิดเสียงดังต่อตัวโครงการ

ทิศใต้ ส่งผลกระทบต่อตั้งโครงการ คือ เนื่องจากทิศใต้ติดกับ อาคารร้านอาหาร สวัสดิการ อาจเกิดเสียงรบกวนได้

### 3.4.2 ความสัมพันธ์ระหว่างทิศทางการวางอาคารกับมุมมอง



แผนภาพที่ 14 ความสัมพันธ์ระหว่างทิศทางการวางอาคารกับมุมมอง

### 3.5 สถาปัตยกรรมเดิม (Existing Architecture)

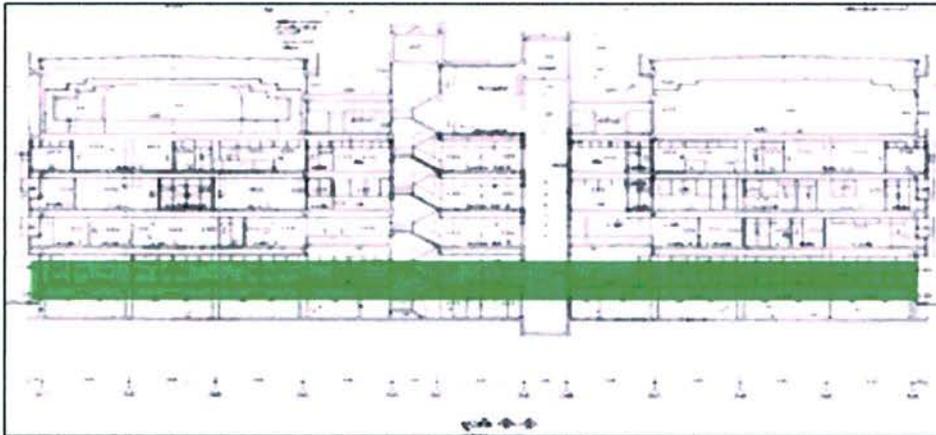
#### 3.5.1 การสัญจรทั้งแนวตั้งและแนวนอน

##### 3.5.1.1 การสัญจรทางนอน



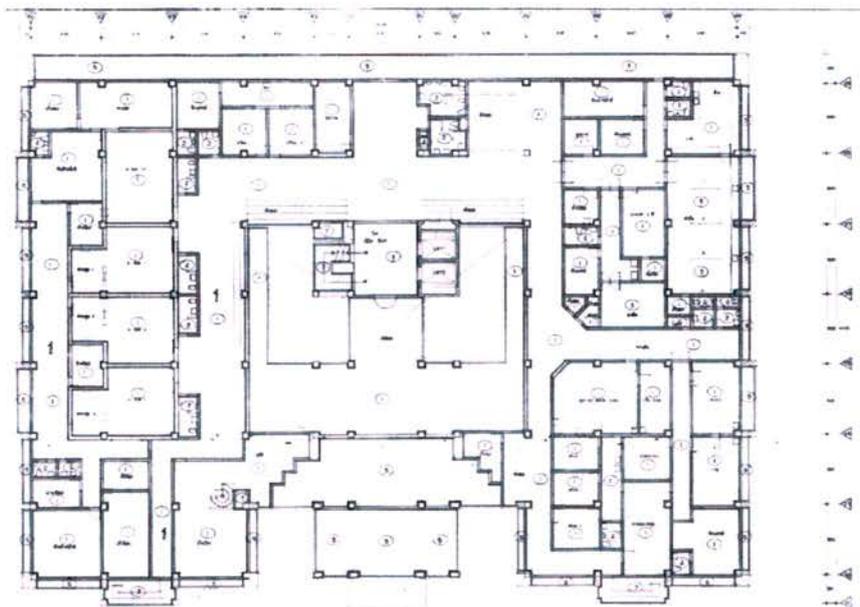
แผนภาพที่ 15 การสัญจรทางนอน

##### 3.5.1.2 การสัญจรทางตั้ง

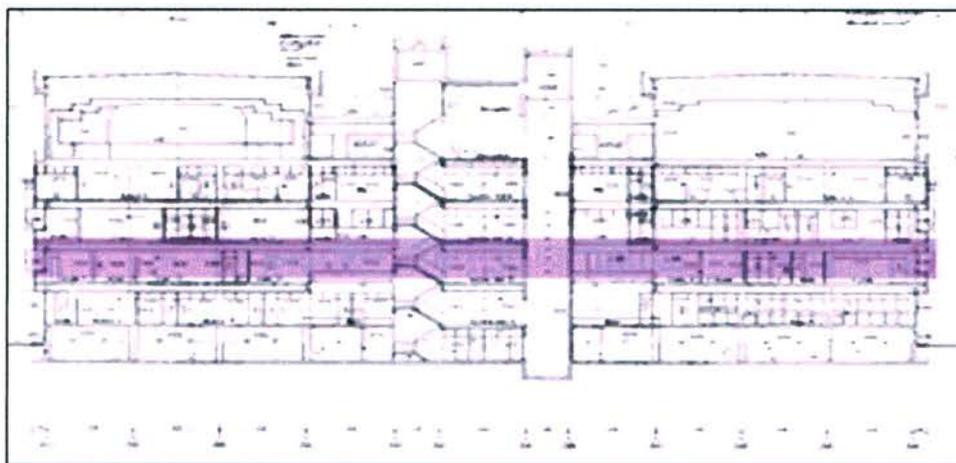


แผนภาพที่ 16 การสัญจรทางตั้ง

### 3.5.2 ที่วางภายในอันเกิดจากสถาปัตยกรรมหลัก



แผนภาพที่ 17 ที่วางภายในอันเกิดจากสถาปัตยกรรมหลัก



แผนภาพที่ 18 การสัญจรแนวตั้ง

### 3.5.3 ข้อกำหนดต่างๆในการปรับปรุง (กฎหมาย พ.ร.บ.)

#### ข้อที่ 1 ในกฎกระทรวงนี้

“อาคารสาธารณะ” หมายความว่า อาคารที่ใช้เพื่อประโยชน์ในการชุมนุมคนได้โดยทั่วไป เพื่อกิจกรรมทางราชการ การเมือง การศึกษา การศาสนา การสังคม การนันทนาการ หรือพาณิชยกรรม เช่น โรงแรม หอประชุม โรงแรม โรงพยาบาล สถานศึกษา หอสมุด สนามกีฬากลางแจ้ง สนามกีฬาในร่ม ตลาด ห้างสรรพสินค้า ศูนย์การค้า สถานบริการ ท่าอากาศยาน อุโมงค์ สะพาน อาคารจอดรถ สถานีรถ ท่าจอดเรือ เป็นต้น

บันไดของอาคารอยู่อาศัยรวม หอพักตามกฎหมายว่าด้วยหอพัก สำนักงาน อาคารสาธารณะ อาคารพาณิชย์ โรงงาน และอาคารพิเศษ สำหรับที่ใช้ชั้นที่มีพื้นที่อาคารชั้นเหนือขึ้นไปรวมกันไม่เกิน 300 ตารางเมตร ต้องมีพื้นที่กว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 1.20 เมตร แต่สำหรับบันไดของอาคารดังกล่าวที่ใช้กับชั้นที่มีพื้นที่อาคารชั้นเหนือขึ้นไปรวมกันเกิน 300 ตารางเมตร ต้องมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร ถ้าความกว้างสุทธิของบันไดน้อยกว่า 1.50 เมตร ต้องมีอย่างน้อยสองบันได และแต่ละบันไดต้องมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 1.20 เมตร

#### บันไดหนีไฟ

ข้อที่ 27 อาคารที่สูงตั้งแต่สี่ชั้นขึ้นไปและสูงไม่เกิน 23 เมตร หรือ อาคารที่สูงสามชั้นและมีลาดฟ้าเหนือชั้นที่สามที่มีพื้นที่เกิน 16 ตารางเมตร นอกจากมีบันไดของอาคารตามปกติแล้ว ต้องมีบันไดหนีไฟที่ทำด้วยวัสดุทนไฟอย่างน้อยหนึ่งแห่งและต้องมีทางเดินไปยังบันไดหนีไฟนั้นได้โดยไม่มีสิ่งกีดขวาง บันไดหนีไฟต้องมีความลาดชันน้อยกว่า 60 องศา เว้นแต่คิกแถว และบ้านแถวที่สูงไม่เกินสี่ชั้น ให้มีบันไดหนีไฟที่มีความลาดชันเกิน 60 องศาได้ และต้องมีชานพักบันไดทุกชั้น

### 3.6 โครงสร้างและงานระบบ (Structure and Engineering System)

#### 3.6.1 โครงสร้าง

ระบบโครงสร้างในอาคารประเภทสถานพักฟื้นทั่วไปจะมีความเรียบง่าย ตรงไปตรงมา เนื่องจากไม่ค่อยมีความต้องการพิเศษทางโครงสร้าง ส่วนประกอบในอาคารส่วนใหญ่จะเป็นห้องขนาดไม่ใหญ่มากนัก อาจมีความต้องการช่วงเสาที่กว้างมากเป็นบางส่วน เช่น ห้องประชุมใหญ่ที่ไม่ต้องการให้มีเสากลางห้อง นอกจากนี้ยังต้องคำนึงถึงการเลือกระบบโครงสร้างที่สามารถก่อสร้างได้ง่าย มีราคาไม่แพง วัสดุที่หาได้ง่ายในท้องถิ่น เนื่องจากเป็นอาคารทางราชการมีข้อจำกัดในเรื่องงบประมาณ

ระบบโครงสร้างที่เหมาะสมประกอบด้วย

- ระบบพื้นสำเร็จรูป

- ระบบ Post-tension ใช้ในส่วนที่ต้องการความสะดวกในการก่อสร้าง มี น้ำหนัก เบา ไม่ต้องมีคาน ช่วยลดความสูงอาคาร

- ระบบคอนกรีตเสริมเหล็ก (คสล.) เป็นระบบที่มีความสะดวก ก่อสร้างง่าย เหมาะกับ อาคาร scale เล็กที่มีความสูงอาคาร ไม่มาก เช่น อาคารประเภทพักพื้น

- ระบบ Wide-Span อาจใช้เป็น โครงสร้างประกอบในบางส่วนของอาคารที่ ต้องการ พื้นที่กว้าง เป็นที่รวมคน และ ไม่ต้องการให้มีเสากลางห้อง เช่น ห้อง ประชุมใหญ่ ลานกีฬาในร่ม

- ระบบ Flat Slab วัสดุโครงสร้างที่เหมาะสม คือ คอนกรีตเสริมเหล็กที่มี ความ สะดวกในการก่อสร้าง และสามารถปรับเปลี่ยนการใช้สอยได้ง่าย

- ระบบผนัง

สำหรับภายนอกใช้ผนังก่ออิฐฉาบปูนทั่วไป อาจมีการหุ้มฉนวนเพื่อป้องกันความร้อนจากภายนอก เนื่องจากเป็นอาคารราชการ ควรมีการคำนึงถึงเรื่องราว ประหยัดพลังงาน

- ระบบฝ้าเพดาน

มีการเดินท่อต่างๆในฝ้าเพดาน ฝ้าจึงควรเปิดออกดูเพื่อตรวจสอบงานระบบ

- ระบบพื้นระบบพื้น ค.ส.ล. หล่อกับที่ ใช้ในส่วนประกอบกรทั่วไประบบอาคาร

### 3.6.2 ระบบไฟฟ้า

ระบบไฟฟ้าแสงสว่าง (Lighting System)

เป็นระบบไฟฟ้าที่ให้แสงสว่างในส่วนต่างๆของอาคาร ในส่วนสถานพักพื้นจะไม่ค่อยมีความต้องการในเรื่องของแสงสว่างมากเป็นพิเศษ หากมีการออกแบบให้อาคารได้รับแสงธรรมชาติทำให้ไม่ต้องใช้ไฟฟ้าในช่วงเวลากลางวันก็จะช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายลงไปได้มาก แสงสว่างจากระบบไฟฟ้าแสงสว่างแบ่งออกเป็น

- Direct Light เป็นแสงโดยตรงจากหลอดไฟ อยู่เหนือหรือด้านหลังผู้ใช้ อาจทำให้เคืองตาได้หากใช้เป็นเวลานาน ใช้ในบริเวณที่ต้องการความสว่างมากหรือส่วนทำงาน

- Indirect Light เป็นแสงจากการสะท้อน มีความสว่างนุ่มนวลไม่เป็นอันตรายต่อสายตา เช่น ไฟ Down Light

- Semi-Direct Light เป็นแสงจากการผสมทั้งสองแบบ

### 3.6.3 ระบบปรับอากาศและระบายอากาศ

## ระบบปรับอากาศ (Air-Conditioning System)

การเลือกใช้ระบบปรับอากาศ แบ่งออกเป็น 2 ระบบ ดังนี้

- ระบบ Central Chilled Water System เป็นระบบปรับอากาศส่วนกลาง ใช้น้ำเป็นตัวระบายมาทำความเย็นใหม่ ใช้ในส่วนของเจ้าหน้าที่ฝ่ายบริหาร ฝ่ายสนับสนุนการรักษา และส่วนบำบัดรักษาส่วนกลาง ที่มีความต้องการพื้นที่มาก และมีเวลาในสถานที่พร้อมกัน ระบบนี้จะประหยัดค่าใช้จ่าย ในระยะยาว มีอายุการใช้งานนาน และเสียงรบกวนน้อยกว่าระบบอื่น

- ระบบ Split Type เป็นระบบการแยกส่วนการใช้งานและมีขนาดครอบคลุมสำหรับพื้นที่เล็กๆ สามารถติดตั้งเครื่องกรองอากาศในอาคารใช้ในส่วนของห้องพักผู้ป่วย และที่พักเจ้าหน้าที่ที่มีลักษณะเป็นห้องนอนแยกกัน เนื่องจากพื้นที่ที่ปรับอากาศแบ่งเป็นแต่ละห้องมีเวลาและความต้องการในการใช้สถานที่แตกต่างกัน และอาจแยกกันอยู่ในคนละส่วนของอาคาร การติดตั้งที่มีความสะดวก ดูแลรักษาง่าย

## บทที่ 4

### รายละเอียดโครงการ

#### 1. วัตถุประสงค์ของการออกแบบ

- 1.1 แก้ปัญหาข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับธรรมชาติบำบัด และข้อมูลต่างๆที่เกี่ยวข้องในรูปแบบและวิธีการบำบัดต่างๆที่สมเหตุสมผล เชื่อถือได้ เพื่อเลือกรูปแบบและจัดระบบกิจกรรมที่เหมาะสม
- 1.2 แก้ปัญหาและศึกษารูปแบบการให้บริการ กิจกรรมทางธรรมชาติบำบัดรวมทั้งพฤติกรรมและความต้องการในการใช้สอยในแต่ละกิจกรรมในแง่จิตวิทยา เทคนิค อุปกรณ์และสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม
- 1.3 แก้ปัญหาและพัฒนาระบบการใช้พื้นที่อาคาร โดยคำนึงถึงพฤติกรรมและความต้องการของผู้ใช้ในแต่ละกิจกรรม เพื่อให้กิจกรรมที่เกิดขึ้นสอดคล้องส่งเสริมซึ่งกันและกัน บรรลุตามเป้าหมายวัตถุประสงค์และแนวความคิดของโครงการมากที่สุด

#### 2. รายละเอียดโครงการ

โครงการออกแบบภายในศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด สามารถแบ่งพื้นที่ออกได้เป็น 5 ส่วน คือ โถงทางเข้า ส่วนบริการ ส่วนบำบัด สำนักงานและงานระบบ ดังต่อไปนี้คือ

##### 2.1 โถงทางเข้า ประกอบด้วย

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| - โถงพักคอย     | 133.5 ตารางเมตร |
| - ประชาสัมพันธ์ | 18 ตารางเมตร    |

##### 2.2 ส่วนบริการ ประกอบด้วย

- |                              |                  |
|------------------------------|------------------|
| - ร้านอาหาร                  | 108 ตารางเมตร    |
| - ร้านกาแฟ                   | 72 ตารางเมตร     |
| - ร้านเครื่องคั้นเพื่อสุขภาพ | 100.75 ตารางเมตร |

##### 2.3 ส่วนบำบัด ประกอบด้วย

- |              |               |
|--------------|---------------|
| - คนตรีบำบัด | 258 ตารางเมตร |
| - ศิลปะบำบัด | 108 ตารางเมตร |
| - ละครบำบัด  | 258 ตารางเมตร |

- วารี่บำบัด 63 ตารางเมตร
- สมารี่บำบัด 68.75 ตารางเมตร

#### 2.4 สำนักงาน ประกอบด้วย

- ห้องทำงานผู้อำนวยการ 43.75 ตารางเมตร
- ห้องทำงานเจ้าหน้าที่ 75 ตารางเมตร
- ห้องเลขานุการ 8.75 ตารางเมตร

#### 2.5 งานระบบ ประกอบด้วย

- ห้องเครื่องลิฟท์ 22.75 ตารางเมตร
- ห้องระบบไฟฟ้า 40 ตารางเมตร
- ห้องระบบสุขาภิบาล 18 ตารางเมตร

### 3. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการออกแบบ

- 3.1 ได้ศึกษาการแพทย์ในรูปแบบเชิงป้องกัน การแพทย์องค์รวม และการแพทย์แบบผสม เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการทำโครงการประเพณีนี้ในภายภาคหน้าต่อไป
- 3.2 ช่วยให้ประชาชนได้มีความรู้ความเข้าใจ และสำนึกในการดูแลรักษาสุขภาพของตนเองอย่างถูกวิธี ด้วยวิถีชีวิตที่เหมาะสม

## บทที่ 5

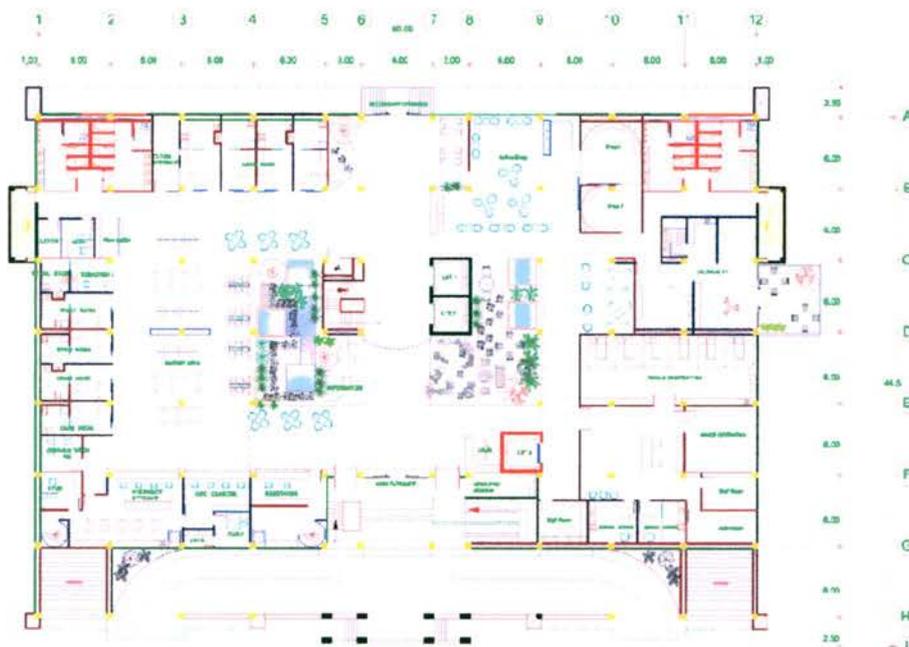
### การออกแบบทางเลือก

การออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน โครงการออกแบบภายในศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด เพื่อให้เหมาะสมที่สุดกับผู้ให้บริการ ผู้รับบริการและที่ตั้งโครงการนั้น จำเป็นต้องทำการทดลองออกแบบ (Experimental Design) โดยการออกแบบทางเลือก (Schematic Design) เพื่อทดลองความเป็นไปได้ (Possibility) ในแบบต่างๆ โดยกำหนดวัตถุประสงค์ (Objective) หรือเป้าหมาย (Goal) พร้อมทั้งวิเคราะห์จุดเด่นและจุดด้อยของแต่ละแบบ เพื่อเปรียบเทียบหาแนวทางที่เหมาะสมที่สุดในการพัฒนาการออกแบบขั้นต่อไป โดยทั้งนี้ก็มีเกณฑ์

ได้ทดลองออกแบบมาทั้งหมด 3 แบบดังนี้คือ 1. ข้อมูลเบื้องต้นและรูปแบบการจัดระบบกิจกรรมที่เหมาะสม 2. ศึกษารูปแบบการให้บริการรวมทั้งพฤติกรรมและความต้องการในการใช้สอยในแต่ละกิจกรรมในแง่จิตวิทยา 3. พัฒนาระบบการใช้พื้นที่อาคาร โดยคำนึงถึงพฤติกรรมและความต้องการของผู้ใช้ในแต่ละกิจกรรม

#### 1.1 ทางเลือกที่ 1. ข้อมูลเบื้องต้นและรูปแบบการจัดระบบกิจกรรมที่เหมาะสม

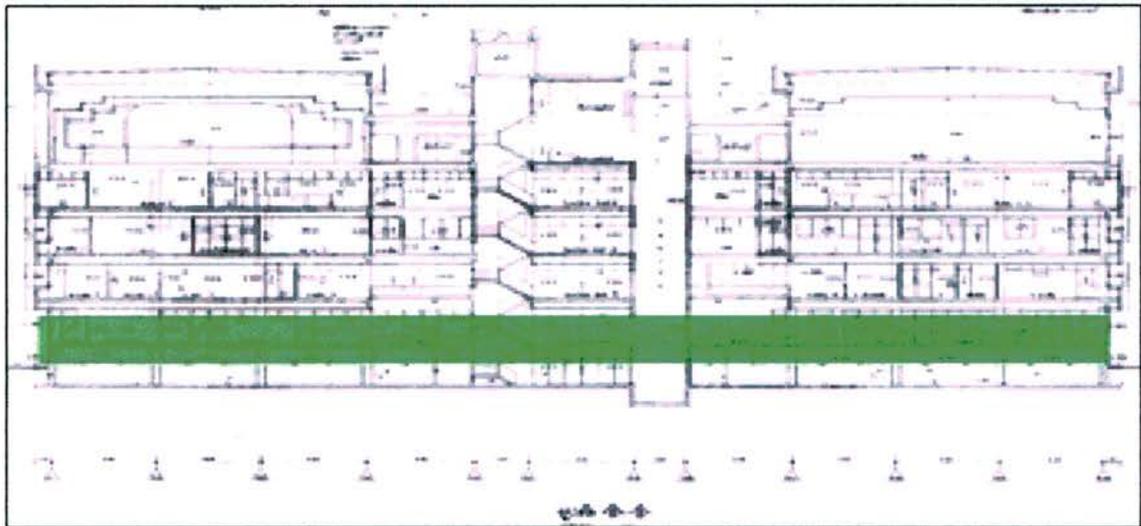
เป็นทางเลือกเพื่อ อธิบายการเข้าถึงของการออกแบบที่เหมาะสมกับพื้นที่ใช้สอยของกิจกรรมนั้นๆ ให้มีการจัดวางอย่างถูกต้องเหมาะสมกับการออกแบบ



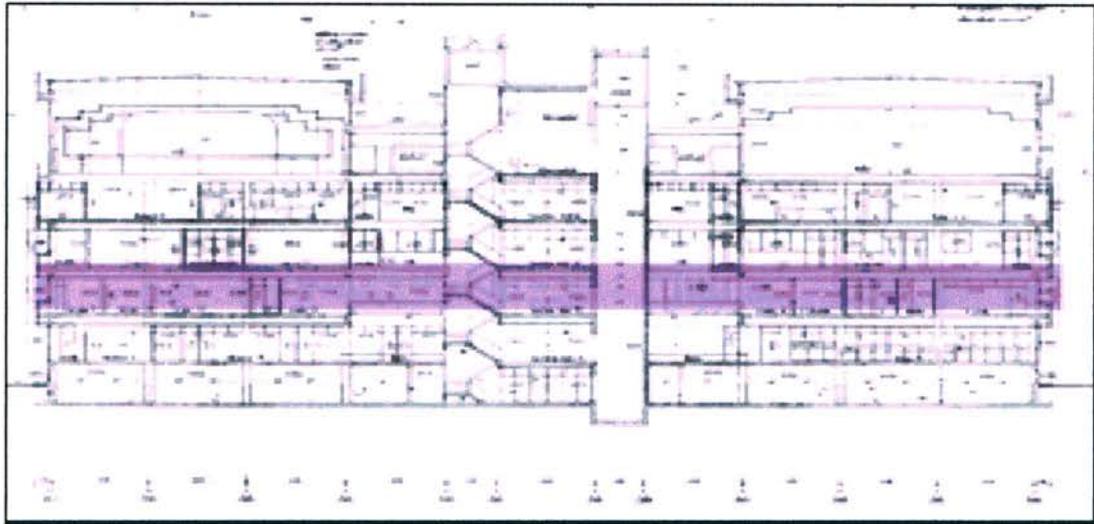
แผนภาพที่ 1 ผังพื้นชั้น 1



แผนภาพที่ 2 ผังพื้นชั้น 2



แผนภาพที่ 3 รูปตัดชั้น 1



แผนภาพที่ 4 รูปตัดชั้น 2

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์จุดเด่นจุดด้อยทางเลือกที่ 1

หัวข้อ	รายละเอียด	จุดเด่น	จุดด้อย	หมายเหตุ
ระบบ (ความสัมพันธ์ ของที่ว่าง)	ระบบรวมศูนย์ (Centralized) ตาม แนวนอน/ ระบบ เชิงเส้น (Linear) ตามแนวตั้ง	มีการจัดวางเต็ม พื้นที่ใช้สอย	ดูแออัดเกินไป	
ลำดับของกิจกรรม	พบปะ ทำงาน พักก่อน	มีการเรียงลำดับ ก่อนหลังอย่าง เหมาะสม	ไม่มีการจัดวางอย่าง ถูกต้อง	
ความต่อเนื่อง ของกิจกรรม	แยกเป็นส่วนๆตาม แนวนอน	ถูกจัดวางอย่าง ต่อเนื่อง	การเข้าถึงดูซับซ้อน	
ความต่อเนื่อง ของการมองเห็น	ไม่มีความต่อเนื่อง ของการมองเห็น	มุมมองการมองเห็น เป็นสัดส่วน	การเข้าใจในการ มองอาจดูซับซ้อน	
ความเข้าใจ/สับสน	ไม่สามารถเข้าใจ ระบบ ความสัมพันธ์ของ ที่ว่างได้ภายในครั้ง เดียว	เข้าใจง่ายไม่สับสน	ไม่รู้ถึงรายละเอียด ความเข้าใจ	

ทางเลือกที่ 1 นั้นเป็นการออกแบบผังพื้นที่ชั้น 1 และชั้น 2 ให้เป็นรูปแบบการจัดวางเน้นปริมาณของห้องตรวจ  
ผู้ให้บริการมีความจำเป็นต่อผู้รับบริการ

1.2 ทางเลือกที่ 2 ศึกษารูปแบบการให้บริการรวมทั้งพฤติกรรมและความต้องการในการใช้สอยในแต่ละกิจกรรมในแง่จิตวิทยา

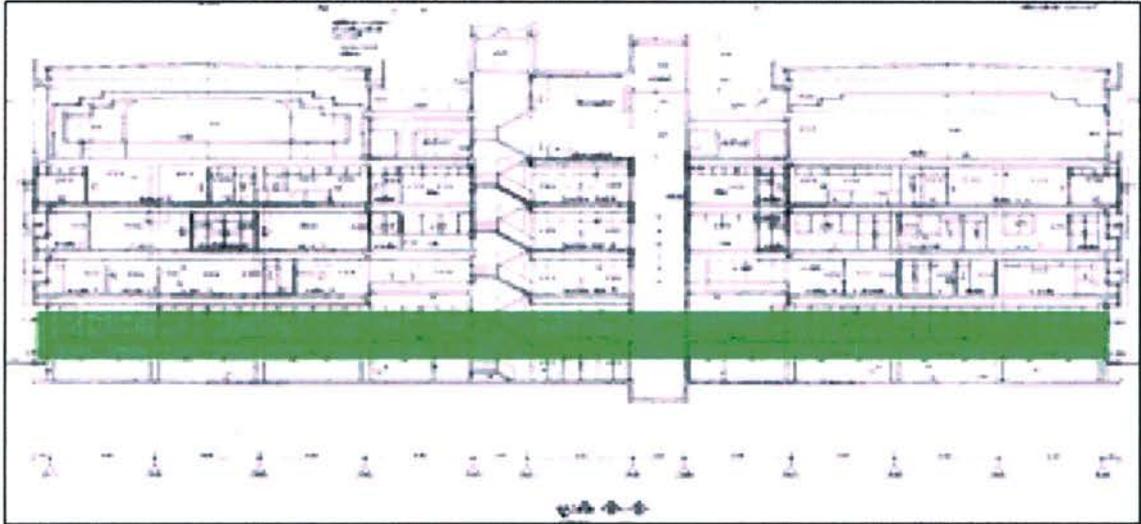
เป็นทางเลือกเพื่อ อธิบายถึงเหตุผลของการออกแบบที่ตรงกับพฤติกรรมของผู้ให้และผู้รับบริการ



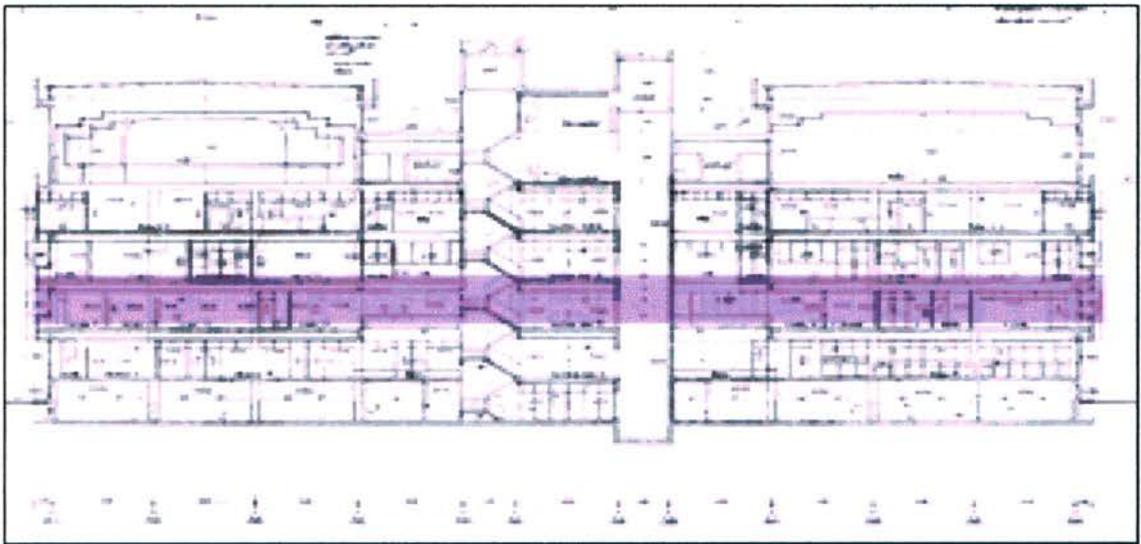
แผนภาพที่ 5 ผังพื้นชั้น 1



แผนภาพที่ 6 ผังพื้นชั้น 2



แผนภาพที่ 7 รูปตัดชั้น 1



แผนภาพที่ 8 รูปตัดชั้น 2

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์จุดเด่นจุดด้อยทางเลือกที่ 2

หัวข้อ	รายละเอียด	จุดเด่น	จุดด้อย	หมายเหตุ
ระบบ (ความสัมพันธ์ ของที่ว่าง)	ระบบรวมศูนย์ (Centralized) ตาม แนวนอน/ ระบบ เชิงเส้น (Linear) ตามแนวตั้ง	ความสัมพันธ์ของ พื้นที่มีการจัดเรียง อย่างเป็นระบบ	ไม่มีความสัมพันธ์ ของที่ว่าง	
ลำดับของกิจกรรม	พบปะ ทำงาน พักผ่อน	มีการจัดลำดับของ กิจกรรมอย่าง ต่อเนื่อง	การจัดลำดับยากต่อ การเข้าใจ	
ความต่อเนื่อง ของกิจกรรม	แยกเป็นส่วนๆตาม แนวนอน	ถูกแบ่งสัดส่วนอย่าง ลงตัว	ความต่อเนื่องของ กิจกรรมเป็นไปได้ ยาก	
ความต่อเนื่อง ของการมองเห็น	ไม่มีความต่อเนื่อง ของการมองเห็น	มุมมองและกิจกรรม ดูกลมกลืน	ไม่มีความต่อเนื่อง ของการมองเห็น	
ความเข้าใจ/สับสน	ไม่สามารถเข้าใจ ระบบ ความสัมพันธ์ของ ที่ว่างได้ภายในครั้ง เดียว	มีความเข้าใจใน ความสัมพันธ์ของ ที่ว่างได้อย่างลงตัว	ยากต่อความเข้าใจ ในความสัมพันธ์ ของที่ว่าง	

ทางเลือกที่ 2 เป็นการนำการออกแบบที่เหมาะสมต่อผู้ที่เข้ามาใช้บริการได้อย่างลงตัว

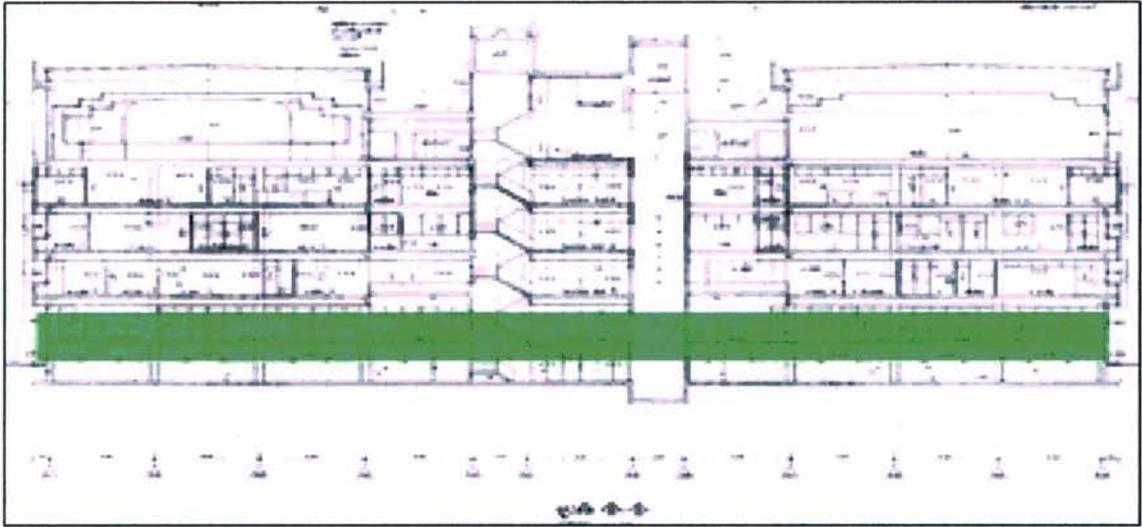
1.3 ทางเลือก 3. พัฒนาระบบการใช้พื้นที่อาคาร โดยคำนึงถึงพฤติกรรมและความต้องการของผู้ใช้ในแต่ละกิจกรรม



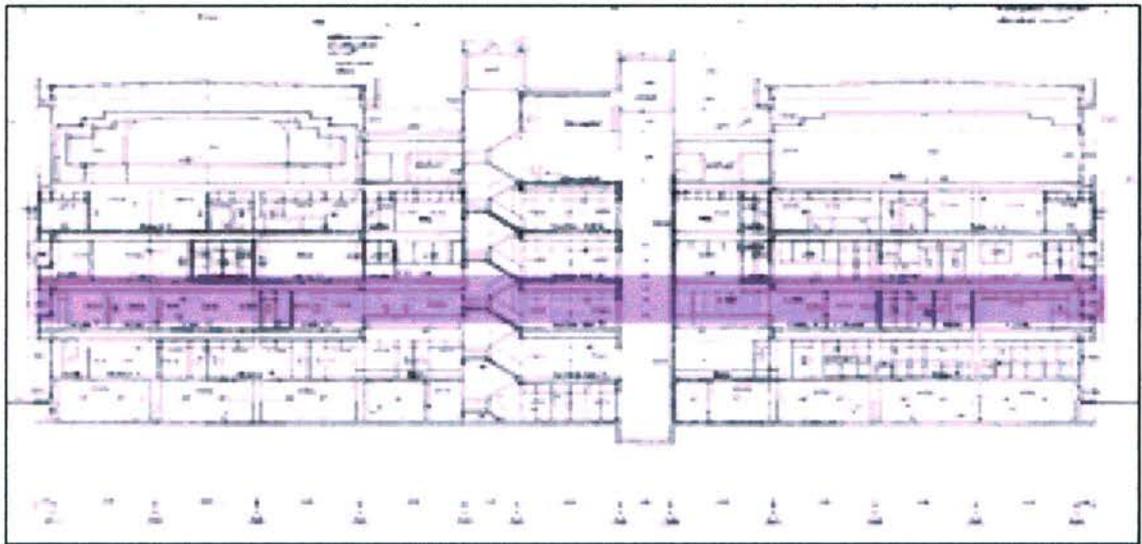
แผนภาพที่ 9 ผังพื้นที่ 9



แผนภาพที่ 10 ผังพื้นที่ 10



แผนภาพที่ 11 รูปตัดชั้น 1



แผนภาพที่ 12 รูปตัดชั้น 2

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์จุดเด่นจุดด้อยทางเลือกที่ 3

หัวข้อ	รายละเอียด	จุดเด่น	จุดด้อย	หมายเหตุ
ระบบ (ความสัมพันธ์ของที่ว่าง)	ระบบรวมศูนย์ (Centralized) ตามแนวนอน/ ระบบเชิงเส้น (Linear) ตามแนวตั้ง	จัดความสัมพันธ์ของที่ว่างได้อย่างลงตัว	ไม่มีความสัมพันธ์ของที่ว่าง	
ลำดับของกิจกรรม	พบปะ ทำงาน พักผ่อน	เรียงลำดับกิจกรรมได้อย่างเหมาะสม	การจัดลำดับยากต่อการเข้าใจ	
ความต่อเนื่องของกิจกรรม	แยกเป็นส่วนๆตามแนวนอน	ถูกแบ่งสัดส่วนอย่างลงตัว	ความต่อเนื่องของกิจกรรมเป็นไปได้ยาก	
ความต่อเนื่องของการมองเห็น	ไม่มีความต่อเนื่องของการมองเห็น	มุมมองและกิจกรรมดูกลมกลืน	ไม่มีความต่อเนื่องของการมองเห็น	
ความเข้าใจ/สับสน	ไม่สามารถเข้าใจระบบความสัมพันธ์ของที่ว่างได้ภายในครั้งเดียว	มีความเข้าใจในความสัมพันธ์ของที่ว่างได้อย่างลงตัว	ยากต่อความเข้าใจในความสัมพันธ์ของที่ว่าง	

จากการทดลองการออกแบบพบว่า ทางเลือกที่ 2 ศึกษารูปแบบการให้บริการรวมทั้งพฤติกรรมและความต้องการในการใช้สอยในแต่ละกิจกรรมในแง่จิตวิทยา มีความเหมาะสมกับ โครงการออกแบบภายในศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด มากที่สุด เนื่องจากการจัดวางพื้นที่ใช้สอยเป็นระเบียบ เหมาะสมและกลมกลืนไปกับธรรมชาติ

## บทที่ 6

### แนวความคิดและการออกแบบ

ในงานสถาปัตยกรรมภายในนอกจากการออกแบบให้ตอบสนองผู้ให้บริการและรับบริการ และเป็น การแก้ปัญหาของที่ตั้งโครงการให้สามารถใช้สอยได้เต็มประสิทธิภาพแล้วการสร้างสรรค์ให้มีความแตกต่าง มี รูปแบบที่ชัดเจน จำเป็นต้องมีแนวความคิดในการออกแบบ(Design Concept)อันมาจากการศึกษา เพื่อ สร้างสรรค์ที่ว่างภายในให้เกิดความสมดุลกับที่ว่างภายนอก สำหรับ โครงการออกแบบภายในศูนย์สุขภาพ ธรรมชาติบำบัด นี้คือ การนำต้นไม้มาเป็นแนวความคิดในการออกแบบ

#### 1. ที่มาและความสำคัญของแนวความคิดในการออกแบบ

นำเอาต้นไม้มาเป็นแนวความคิดหลัก โดยได้รับแรงบันดาลใจจากธรรมชาติที่อยู่รอบตัวเรา การสร้าง พื้นที่ไม่จำเป็นต้องเป็นกล่องเสมอไป ถ้าเรามองไปถึงรอบตัวก็สามารถสร้างพื้นที่ได้เช่นกัน มีหญ้าสีเขียวเป็น พื้น มีร่มไม้เป็นเพดาน และมีทิวแถวของต้นไม้เป็นผนัง การออกแบบจึงนำเอารูปแบบองค์ประกอบของต้นไม้ มาเป็นแนวความคิดหลักในการออกแบบ

#### 2. วัตถุประสงค์ของแนวความคิดในการออกแบบ

- 2.1 เพื่อสร้างสรรค์ที่ว่างภายในให้เกิดความสมดุลกับที่ว่างภายนอก
- 2.2 เพื่อเป็นหลักยึดแนวความคิดในการออกแบบ

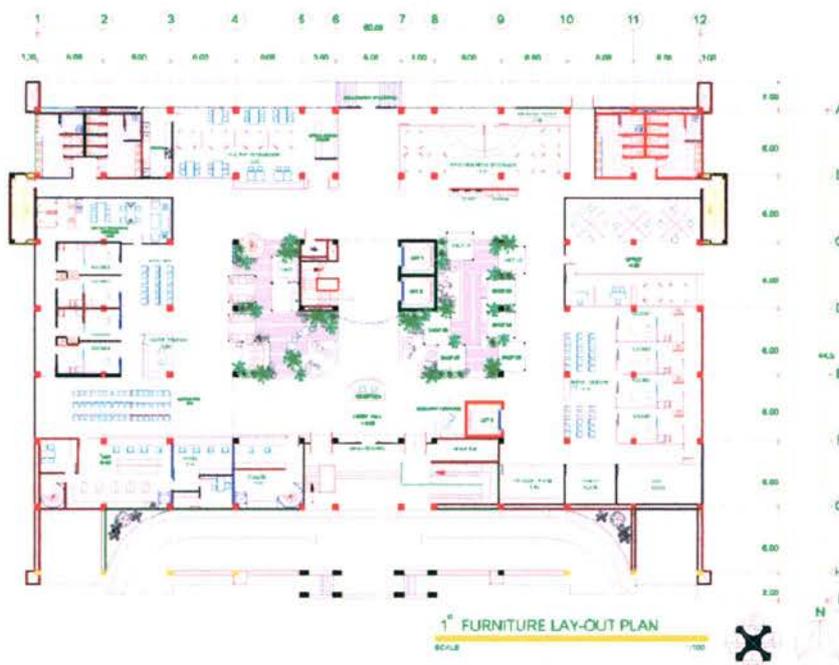
#### 3. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากแนวความคิดในการออกแบบ

- 3.1 สามารถเข้าถึงรูปแบบงานสถาปัตยกรรมภายในได้อย่างสัมฤทธิ์ผล
- 3.2 สามารถเข้าใจถึงหลักแนวความคิดในการออกแบบ

จากเกณฑ์และข้อกำหนดต่างๆที่ได้จากการวิเคราะห์ และแนวความคิดในที่ได้จากการศึกษาข้อมูล เฉพาะของโครงการสู่การออกแบบ โครงการศูนย์สุขภาพธรรมชาติบำบัด อัคประกอบด้วยแบบทาง สถาปัตยกรรมดังต่อไปนี้

## 6.5 ผังเครื่องเรือน (Furniture Plan)

### 6.5.1 ผังเครื่องเรือนชั้น 1



ภาพที่ 1 ผังเครื่องเรือนชั้น 1

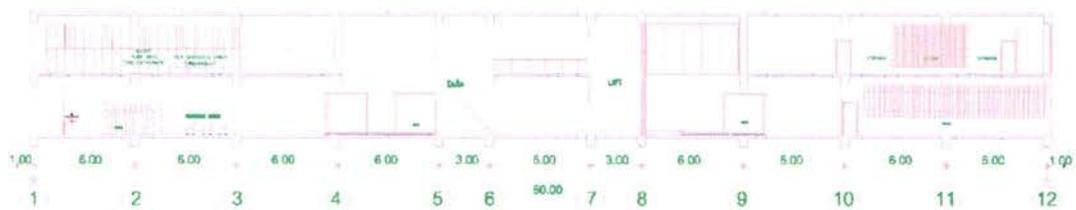
### 6.5.2 ผังเครื่องเรือนชั้น 2



ภาพที่ 2 ผังเครื่องเรือนชั้น 2

## 6.6 รูปด้าน(Elevation)

### 6.6.1 รูปด้านตามยาว



ภาพที่ 3 รูปด้านตามยาว

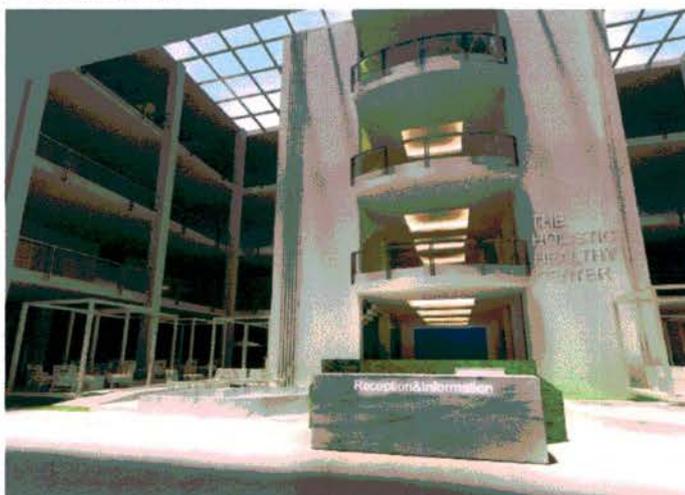
### 6.6.2 รูปด้านตามขวาง



ภาพที่ 4 รูปด้านตามขวาง

## 6.7 ทักษะนียภาพ (Perspective)

### 6.7.1 ทักษะนียภาพด้านหน้า โครงการ



ภาพที่ 5 Reception

### 6.7.2 ทรรศนียภาพ Seating Area



ภาพที่ 6 Seating Area

### 6.7.3 ทรรศนียภาพ Examination room



ภาพที่ 7 Examination room

## 6.7.4 ทรรศนียภาพ Juice Bar



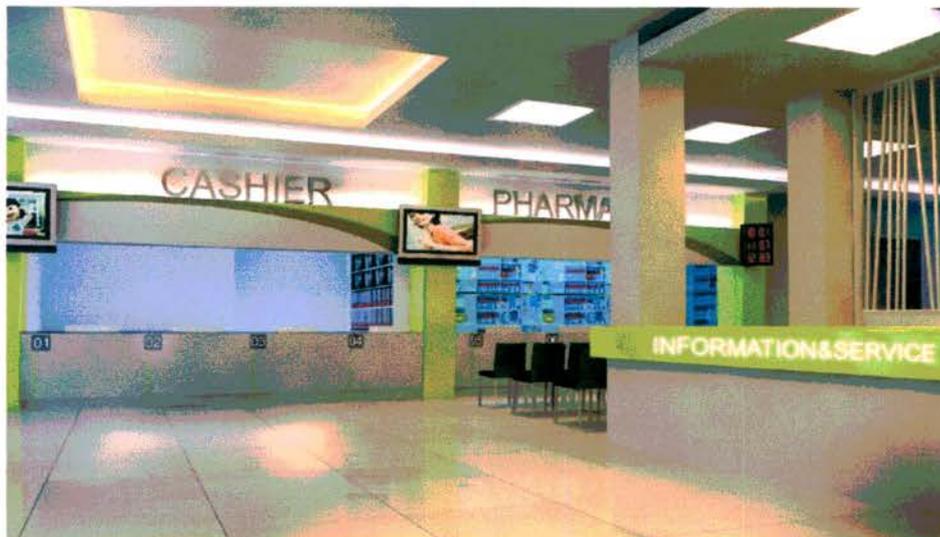
ภาพที่ 8 Juice Bar

## 6.7.5 ทรรศนียภาพ Pharmacy



ภาพที่ 9 Pharmacy

## 6.7.6 ทศนียภาพ Cashier



ภาพที่ 10 Cashier

## 6.7.7 ทศนียภาพ Drink Beverage



ภาพที่ 11 Drink Beverage

## 6.7.8 ทรรศนียภาพ Shop



ภาพที่ 12 Shop

## 6.7.9 ทรรศนียภาพ Healthy Restaurant



ภาพที่ 13 Healthy Restaurant

## 6.7.10 ทรรศนียภาพ Healthy Restaurant



ภาพที่ 14 Healthy Restaurant

## 6.7.11 ทรรศนียภาพ Yoga Studio



ภาพที่ 15 Yoga Studio

## 6.7.12 ทรรศนียภาพ Yoga Studio



ภาพที่ 16 Yoga Studio

## 6.7.13 ทรรศนียภาพ Art therapy



ภาพที่ 17 Art therapy

#### 6.7.14 ทรรศนียภาพ Art therapy



ภาพที่ 18 Art therapy

#### 6.7.15 ทรรศนียภาพ Lobby Hall



ภาพที่ 19 Lobby Hall

## 6.7.16 ทรรศนียภาพ Spa Entrance



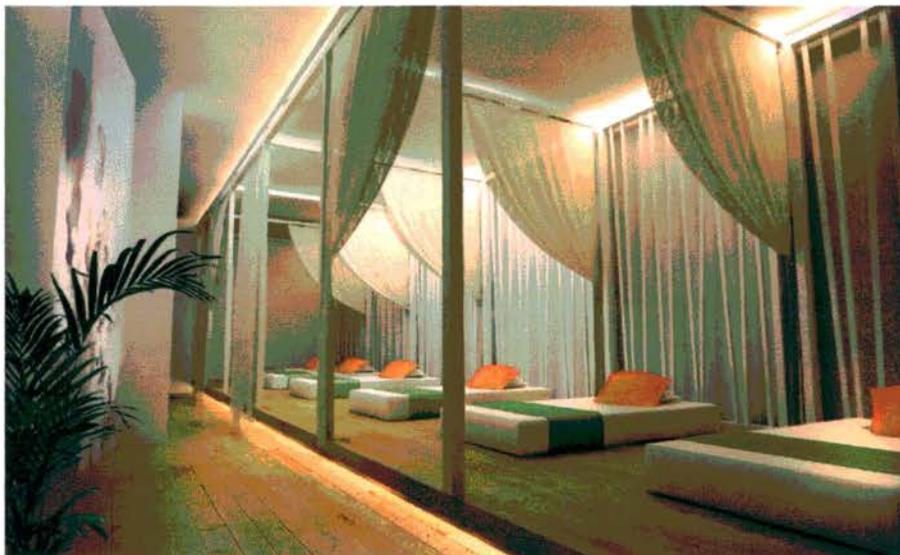
ภาพที่ 20 Spa Entrance

## 6.7.17 ทรรศนียภาพ Spa reception



ภาพที่ 21 Spa reception

## 6.7.18 ทรรศนียภาพ Thai Massage



ภาพที่ 22 Thai Massage

## 6.7.19 ทรรศนียภาพ Aroma therapy



ภาพที่ 23 Aroma therapy

6.7.20 ทักษะภาพ Aroma therapy



ภาพที่ 24 Aroma therapy

## บรรณานุกรม

เอื้อชาติ กาญจนพิทักษ์. HOSPITAL MANAGEMENT. เอกสารประกอบคำบรรยายโครงการศึกษาต่อเนื่อง  
หัวข้อการจัดการอาคาร.

อมรินทร์. RELAX SPA DESIGN. คู่มือการจัดตกแต่งสปา

นวลวรรณ ทวยเจริญ. วิทยานิพนธ์ โครงการ โรงพยาบาล ปีการศึกษา 2540 คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ทรงยศ ชัยชนะ. HEALTH SYSTEMS RESEARCH JOURNAL. VOL.5NO.41997,p286.

## ประวัติผู้เขียน

นางสาวนันท์กาญจน์ สาเกด เกิดวันที่ 8 มกราคม พ.ศ. 2528

Email : kuaeng\_int5@hotmail.com

ประวัติการศึกษา

ระดับมัธยมปลาย

ระดับปริญญาตรี

โรงเรียนสตรีนนทบุรี

สถาปัตยกรรมศาสตร์ สาขาออกแบบภายใน มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี

ราชมงคลธัญบุรี



สำนักงานวิทยบริการแห่งชาติ