

**รูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์
บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้าน และภูมิปัญญาท้องถิ่น
ของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ ***
**Creative Health Tourism Model Based on the Knowledge of
Folk Medicine and The Local Wisdom, Pa Miang Sub-district,
Doi Saket District, Chiang Mai**

งามนิจ แสนนำพล, มณวิภา ยาเจริญ, และ จารุณี ศรีบุรี
Ngamnid Saennampol, Monwipa Yajaroen and Jarunee Sriburi
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
Faculty of Humanities and Social Sciences, Chiang Mai Rajabhat University
Corresponding Author, Email: ngamnid_sae@g.cmru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาศักยภาพและสถานการณ์ของแหล่งท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ 2) เพื่อศึกษาองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่น 3) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักท่องเที่ยวต่อการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่น 4) เพื่อสร้างรูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่น การวิจัยนี้ใช้กระบวนการวิจัยและพัฒนา โดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างเก็บข้อมูลจากผู้นำชุมชน ผู้ประกอบการธุรกิจและนักวิชาการ 15 คน แบบประเมินแหล่งท่องเที่ยวเก็บข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญ 6 คน ใช้แบบบันทึกการประชุมเก็บข้อมูลจากผู้นำชุมชน ผู้ประกอบการธุรกิจ ผู้บริหารแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ปราชญ์ท้องถิ่น

* ได้รับความเห็นชอบ: 7 มกราคม 2566; แก้ไขบทความ: 15 เมษายน 2566; ตีพิมพ์: 20 เมษายน 2566



และผู้รู้ด้านการแพทย์พื้นบ้าน 50 คน ใช้แบบประเมินโปรแกรมการท่องเที่ยวเก็บข้อมูลจากนักท่องเที่ยว 97 คน ใช้แบบบันทึกการประชุมเก็บข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญ ผู้ประกอบการธุรกิจและผู้แทนจากแหล่งท่องเที่ยวโดยชุมชน 10 คน

ผลการวิจัยพบว่า 1) แหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่มีศักยภาพมากที่สุด คือ น้ำพุร้อนดอยสะเก็ด 2) ชุมชนมีภูมิปัญญาด้านการแพทย์พื้นบ้านด้านการใช้ยาสมุนไพรพื้นบ้านด้านการนวดแผนไทย และการรักษาตามความเชื่อ สำหรับภูมิปัญญาด้านการดูแลสุขภาพ และอาหารพื้นบ้าน พบว่า ชาวบ้านนิยมปลูกและรับประทานผักสมุนไพรหลากหลายชนิด 3) จุดเด่นของโปรแกรมการท่องเที่ยวคือมีกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ ด้วยการเรียนรู้การดูแลสุขภาพด้วยธาตุเจ้าเรือน เรียนรู้การแช่ไข่และการทำยาไช่ออนเซ็น การเรียนรู้วิถีไทลื้อผ่านการรับประทานอาหารท้องถิ่นและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ การทำพวงกุญแจลูกประคบสมุนไพร 4) รูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ ประกอบด้วยชุมชนมีฐานทรัพยากรการท่องเที่ยวในท้องถิ่น กระบวนการเตรียมความพร้อมของชุมชน กระบวนการพัฒนาการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ ตามแนวคิด 1) การบริหารจัดการการท่องเที่ยวโดยชุมชน 2) การดูแลสุขภาพตามลักษณะบุคคล 3) การออกแบบกิจกรรมอย่างสร้างสรรค์

คำสำคัญ: การท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์; การแพทย์พื้นบ้าน; ภูมิปัญญาท้องถิ่น

Abstract

The objectives of this research were 1) to study the potential and situation of the creative health tourism of Pa Miang, Doi Saket District, Chiang Mai. 2) to study the knowledge of folk medicine and local wisdom. 3) to study the opinions of tourists towards creative health tourism based on knowledge of folk medicine and local wisdom. 4) to create the creative health tourism model based on knowledge of folk medicine and local wisdom. This study was research and development. The research instruments were the semi- structure interviews with 15 local leaders, and community entrepreneurs and scholars; the health tourism



attraction evaluation form with 6 experts; recorded meeting with 50 local leaders, community entrepreneurs, health tourism executive and local experts, or folk medicine experts; tour program evaluation questionnaires with 97 tourists; recorded meeting with 10 health tourism experts, business entrepreneurs and representatives from community-based tourism destinations.

The research results showed that 1) Doi Saket Hot Spring was the most potential health tourism destination in Pa Miang. 2) The community has folk medical wisdom on the use of traditional herbal medicines, Thai massage and faith healing. For health care wisdom and local food, the villagers grew and had a variety of herbs and vegetables. 3) The highlight of the tourism program was the tourism activities that created learning experiences by learning how to take care of your health based on the life elements, soaking onsen eggs, making onsen egg salad, learning local Tai Lue ethical way of life through eating local food and healthy beverages and making herbal compress keychains. 4) A creative health tourism management model consisting of local tourism resources base, community preparation process, the process of developing creative health tourism according to the concepts; (1) community-based tourism management, (2) health care according to individual characteristics (3) creative activity design.

Keywords: creative health tourism; folk medicine; local wisdom

1. บทนำ

ประเทศไทยมีเป้าหมายในการเป็นศูนย์กลางสุขภาพของเอเชีย (Medical Hub of Asia) และมีนโยบายพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในหมู่บ้านน้ำพุร้อนนาร่อง ให้กลายเป็นเมืองสปา “Spa City and Onsen Village” ควบคู่กับการพัฒนากิจกรรมการท่องเที่ยวโดยชุมชน ซึ่งมีเป้าหมายในการดึงดูดนักท่องเที่ยวกลุ่มคุณภาพ ซึ่งคำนึงถึงความปลอดภัยและสุขภาพระหว่างการเดินทาง สอดคล้องกับการพัฒนาที่ยั่งยืน (SDGs) เป้าหมายที่ 3 รับรองการมีสุขภาพ และ



ความเป็นอยู่ที่ดีของทุกคน จังหวัดเชียงใหม่มีแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประเภทน้ำพุร้อนที่มีจำนวนมากที่สุด น้ำพุร้อนดอยสะเก็ด ตำบลป่าเมี่ยง จังหวัดเชียงใหม่ได้รับการคัดเลือกให้เป็นหมู่บ้านน้ำพุร้อนนาร่องของประเทศไทย เป็นน้ำพุร้อนที่ชุมชนเป็นเจ้าของและบริหารจัดการโดยชุมชน มีเอกลักษณ์ของวัฒนธรรมการอาบน้ำพุร้อนกลางแจ้งของคนในชุมชน และ มีความโดดเด่นของภูมิปัญญาท้องถิ่นและการแพทย์พื้นบ้าน การใช้น้ำและอุณหภูมิในการฟื้นฟูสุขภาพ เช่น แช่น้ำในแบบออนเซ็น

แหล่งน้ำพุร้อนดอยสะเก็ดมีกิจกรรมเพื่อสุขภาพ อาทิ การนวดไทย นวดเท้า แช่น้ำพุร้อน แช่เท้า วาดน้ำในสระน้ำแร่ การต้มไข่ออนเซ็น (มติชนออนไลน์, 2560) กิจกรรมที่ได้รับความนิยมโดยเฉพาะจุดอาบน้ำแช่เดียว และการนวด แต่มีจำนวนพื้นที่และจุดบริการจำกัดไม่สามารถรองรับนักท่องเที่ยวได้ในช่วงเวลาที่นักท่องเที่ยวใช้บริการสูงสุด (นิพล เชื้อเมืองพาน, นีออน ศรีสมยง, ธนธร วชิรขจร, อรรพรรณ บุญพัฒน์, และ วงศ์ระวิทย์ น้อมนำทรัพย์, 2563) แม้ว่าตำบลป่าเมี่ยงมีกิจกรรมทางการท่องเที่ยวโดยชุมชนใกล้เคียงกับแหล่งน้ำพุร้อน เช่น ฐานกิจกรรมการทำทอหมวน ข้าวหลาม การทำถ่าน ศูนย์การเกษตรพอเพียงในชุมชน แต่บางกิจกรรมไม่ได้ให้บริการตลอดปี ดังนั้นทั้งในน้ำพุร้อน หรือแหล่งท่องเที่ยวใกล้เคียง จึงควรเพิ่มฐานกิจกรรมการท่องเที่ยวและการบริการที่ใช้ประโยชน์จากทรัพยากรในพื้นที่เพื่อรองรับนักท่องเที่ยวอย่างเพียงพอในทุกฤดูกาล โดยเฉพาะกลุ่มนักท่องเที่ยวปัจจุบันใส่ใจสุขภาพและการป้องกันความเจ็บป่วยมากขึ้น (Kaewchuay & Kitcharoen, 2021) อีกทั้ง บุคลากรขาดประสบการณ์ในการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ รวมถึงกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ และขาดการบำรุงรักษาสภาพของอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก (ราณี อธิชัยกุล, รชพร จันทรสว่าง, และ ปภาวดี มนตรีวัต, 2561) ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาข้อมูลเพื่อสร้างรูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานการแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่

2.วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาศักยภาพและสถานการณ์ของแหล่งท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่
2. เพื่อศึกษาองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่



3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักท่องเที่ยวต่อการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่

4. เพื่อสร้างรูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่

3. วิธีดำเนินการวิจัย

วัตถุประสงค์ที่ 1 เพื่อศึกษาศักยภาพและสถานการณ์ของแหล่งท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่

ขอบเขตเนื้อหา ได้แก่ ฐานข้อมูล แหล่งท่องเที่ยวสุขภาพตำบลป่าเมี่ยง ศักยภาพของแหล่งท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง แบบประเมินศักยภาพแหล่งท่องเที่ยว (IOC โดยผู้เชี่ยวชาญ 5 คน ค่าดัชนีความสอดคล้องค่าเฉลี่ย 0.90) ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้นำชุมชนตำบลป่าเมี่ยง ผู้ประกอบการธุรกิจตำบลป่าเมี่ยง นักวิชาการจำนวน 15 คน ผู้ประเมินแหล่งท่องเที่ยว 6 คน โดยใช้การกำหนดผู้ให้ข้อมูลหลักแบบเฉพาะเจาะจง และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เชิงพรรณนา และค่าเฉลี่ย ร้อยละ

วัตถุประสงค์ที่ 2 เพื่อศึกษาองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่

ขอบเขตเนื้อหา ได้แก่ องค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้าน ภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบบันทึกการประชุม (IOC โดยผู้เชี่ยวชาญ 5 คน ค่าดัชนีความสอดคล้องค่าเฉลี่ย 0.85) การศึกษาข้อมูลในเอกสาร การสำรวจ และการประชุมกลุ่มย่อย รวมถึงการอบรมเชิงปฏิบัติการ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้นำชุมชน ผู้ประกอบการธุรกิจในชุมชน ผู้บริหารแหล่งท่องเที่ยวสุขภาพ ประชาชนท้องถิ่น และผู้รู้ด้านการแพทย์พื้นบ้านตำบลป่าเมี่ยง 50 คน กำหนดผู้ให้ข้อมูลหลักแบบเฉพาะเจาะจง โดยมีการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เชิงพรรณนา



วัตถุประสงค์ที่ 3 เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักท่องเที่ยวดูการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่

ขอบเขตเนื้อหา คือ ความคิดเห็นต่อการพัฒนานักสื่อความหมาย กิจกรรมการท่องเที่ยว สิ่งอำนวยความสะดวก อาหารและเครื่องดื่ม โปรแกรมการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ในภาพรวม โดยใช้วิธีการเก็บข้อมูลจากแบบประเมินจากนักท่องเที่ยวหลังจากร่วมทดลองท่องเที่ยว การสะท้อนความคิดเห็นของผู้เข้าร่วมกิจกรรมทดลองท่องเที่ยว ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ร่วมประเมินฐานกิจกรรม คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ อาจารย์ สาขาการท่องเที่ยว คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ และเจ้าของบริษัทนำเที่ยวเชิงสุขภาพ รวม 97 คน และวิเคราะห์ข้อมูลโดย วิเคราะห์ผล ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์เชิงพรรณนา

วัตถุประสงค์ที่ 4 เพื่อสร้างรูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด เชียงใหม่

ขอบเขตเนื้อหา ได้แก่ การพัฒนาโปรแกรมการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ การสร้างรูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ โดยใช้เครื่องมือได้แก่ประเมินผลโปรแกรมการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ตำบลป่าเมี่ยง “อาบโป่ง ห่มดอย ตามรอยวิถีชีวิตชุมชน” และแบบบันทึกการประชุมการสร้างรูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ตำบลป่าเมี่ยง โดยเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองท่องเที่ยว ผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลโครงการวิจัย มีการประชุมและอบรมเชิงปฏิบัติการ หลังการทดลองท่องเที่ยว ผู้วิจัยจึงสอบถามความคิดเห็นของการพัฒนาโปรแกรมและรูปแบบการท่องเที่ยว และสรุปบทเรียนและรับรองรูปแบบการท่องเที่ยว โดยประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ แหล่งท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ที่มีคุณสมบัติผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้ประกอบการในธุรกิจการท่องเที่ยวสุขภาพ และผู้แทนจากแหล่งท่องเที่ยวโดยชุมชน 10 คน โดยเลือกตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง และใช้การวิเคราะห์เชิงพรรณนา



4. สรุปผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ศึกษาศักยภาพและสถานการณ์ของแหล่งท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่

ผลการวิจัยพบว่า ตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ดจังหวัดเชียงใหม่ แบ่งเขตการปกครองออกเป็น 6 หมู่บ้าน และมีสถานที่สำคัญ แหล่งท่องเที่ยว และแหล่งเรียนรู้ดังนี้

หมู่ที่ 1 บ้านปางอัน มี 2 กลุ่มบ้าน คือ บ้านปางอันและบ้านปางน้ำฤ เป็นที่ตั้งของ สำนักสงฆ์ปางน้ำฤ หรือวัดปางน้ำฤ วัดปางอัน และวิสาหกิจชุมชนกลุ่มผู้ผลิตและแปรรูปเห็ดหอม บ้านปางน้ำฤ

หมู่ที่ 2 บ้านห้วยหม้อ มี 5 กลุ่มบ้าน คือ บ้านห้วยหม้อ บ้านดอย บ้านฝิ่งหมื่น บ้านปางหมื่นและบ้านปางจิว เป็นที่ตั้งของ น้ำตกห้วยหม้อ และ สำนักสงฆ์อุดมมงคล

หมู่ที่ 3 บ้านแม่หวาน มี 6 กลุ่มบ้าน คือ บ้านแม่หวาน บ้านปางกอก บ้านท่าสุด บ้านใหม่สันลมจอย บ้านโป่งทราย และบ้านปางแหน เป็นที่ตั้งของ วัดแม่หวาน

หมู่ที่ 4 บ้านโป่งกุ่ม มี 5 กลุ่มบ้าน คือ บ้านโป่งกุ่ม บ้านโป่งดิน บ้านห้วยป่าบอน บ้านแม่วะ และบ้านทุ่งข้าวปุก เป็นที่ตั้งของ อุทยานแห่งชาติแม่ตะไคร้ สวนรุกขชาติดงเย็น วัดโป่งน้ำร้อนเหนือ (โป่งกุ่ม)

หมู่ที่ 5 บ้านปางแฟน มี 4 กลุ่มบ้าน คือ บ้านห้วยผาตั้น บ้านปางแฟน บ้านปางอ้อ และปางแดง เป็นที่ตั้งของ วัดพระบาทปางแฟน สำนักสงฆ์ปางแดง หรือวัดปางแดง สำนักสงฆ์ปางอ้อ และปางแฟน Rock & River

หมู่ที่ 6 บ้านโป่งสามัคคี มี 5 กลุ่มบ้าน คือ บ้านโป่งสามัคคี บ้านกิว บ้านเหล่าป่าฮู้ บ้านเกาะ และบ้านท่าก่ากอก เป็นที่ตั้งของ น้ำพุร้อนดอยสะเก็ด บ้านพักโฮมสเตย์ และร้านเตาแฉ่ว Take a Walk

จากการประเมินศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวสุขภาพในพื้นที่ตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า มีแหล่งท่องเที่ยวที่ได้คะแนนเฉลี่ยไม่น้อยกว่า ร้อยละ 60 (ไม่น้อยกว่า 20.4 คะแนน) มี 2 แห่ง คือ น้ำพุร้อนดอยสะเก็ด(คะแนนสูงสุด) และร้านเตาแฉ่ว และมีแหล่งท่องเที่ยวที่ได้คะแนนเฉลี่ยไม่น้อยกว่า ร้อยละ 50 (ไม่น้อยกว่า 17 คะแนน) มี 2 แห่ง คือ วิสาหกิจชุมชนกลุ่มผู้ผลิตและแปรรูปเห็ดหอม บ้านปางน้ำฤ และวัดปางแฟน



วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ศึกษาองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่

จากการศึกษาองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง พบว่า มีภูมิปัญญาด้านการแพทย์พื้นบ้านด้านการใช้ยาสมุนไพรพื้นบ้าน อาทิ รากไม้สมุนไพรสำหรับต้มรักษาอาการริดสีดวงทวาร ยาฝึบอก ที่ใช้รักษาอาการปวดเกร็งกล้ามเนื้อสมุนไพรลดระดับน้ำตาลในเลือด เป็นต้น รวมทั้ง มีภูมิปัญญาด้านการนวดแผนไทย และการรักษาตามความเชื่อ อีกด้วย

สำหรับภูมิปัญญาด้านการดูแลสุขภาพ และอาหารพื้นบ้านนั้น พบว่า ชาวบ้านนิยมปลูกผักสมุนไพรหลากหลายชนิดภายในบ้าน ประกอบด้วย สมุนไพรรสเผ็ด หวาน มัน เค็ม เปรี้ยว ขม เมาเปื้อ สุกุม ผัดร้อน เย็น จืด จากผลการศึกษาดังกล่าว นำมาสู่กระบวนการออกแบบการให้บริการและกิจกรรม อาหาร และเครื่องดื่มน้ำเพื่อสุขภาพ บนฐานภูมิปัญญาท้องถิ่นภายใต้โปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง

1. ฐานคัดกรอง ตรวจสุขภาพ เช็กธาตุเจ้าเรือน บริการเครื่องดื่มน้ำตามธาตุเจ้าเรือน (มีการเตรียมเครื่องดื่มต้อนรับสำหรับ 4 ธาตุ ได้แก่ ธาตุดิน-น้ำมะตูม ธาตุน้ำ-น้ำอัญชันมะนาว ธาตุลม-น้ำตะไคร้ ธาตุไฟ-น้ำใบเตย) และแพทย์พื้นบ้านของชุมชนมอทยาหอมเป็นของที่ระลึก ซึ่งเป็นยาหอมช่วยขับลมในกล้ามเนื้อได้ดี

2. ฐานการแช่น้ำแร่ธรรมชาติ เพื่อขับของเสีย และขับลมในเส้น ความร้อนจะช่วยขยายหลอดเลือดทำให้กล้ามเนื้อยืดหยุ่นก่อนรับบริการนวด แต่อุณหภูมิความร้อนของน้ำแร่ ทำให้เพิ่มความร้อนในร่างกายหรือธาตุไฟ ซึ่งควรมีการบริการน้ำสมุนไพรหลังจากการแช่น้ำแร่ และควรพักผ่อน 30 นาที

3. ฐานกิจกรรมการทำลูกประคบสมุนไพรเป็นของที่ระลึก ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ผ่อนคลาย และพักหลังจากแช่น้ำร้อน 30 นาที ทำให้ช่วยลดความร้อนในร่างกายหรือธาตุไฟ

4. ฐานนวดไทย เพื่อรักษาธาตุน้ำ ระบบเลือดและระบบน้ำเหลืองให้มีความทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

5. ฐานกิจกรรมการแช่ไข่ออนเซ็นในบ่อน้ำแร่ธรรมชาติ สร้างความเพลิดเพลินผ่อนคลายลดความเครียด ลดความร้อนหรือธาตุไฟในร่างกายหลังการนวด



6. ฐานกิจกรรมการทำยาไช่ออนเซ็น และรับประทานอาหารท้องถิ่นช่วยบำรุงกล้ามเนื้อหรือธาตุดินของร่างกาย ทำให้มีความอุดมสมบูรณ์จากการรับประทานอาหารที่มีความหลากหลายและครบรสชาติ ซึ่งบำรุงธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ทั้ง 4 ให้เกิดความสมดุล

7. เมนูอาหารท้องถิ่นเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 1) เมนูยาไช่ออนเซ็น ซึ่งส่วนผสมของน้ำยาและเครื่องปรุงเน้นรสชาติเผ็ดร้อน เปรี้ยว เพื่อขับลม ตะไคร้ มีรสหอมปร่า แก่ความดันสูง (บำรุงธาตุลม) ผักชี มีรสเผ็ดร้อนหอม (ธาตุดิน-ลม) พริกไทย มีรสเผ็ดร้อน ซึ่งเป็นยาขับลม (ธาตุลม) มะนาว มีรสเปรี้ยว (ธาตุน้ำ) 2) เมนูน้ำเมี่ยง (อาหารท้องถิ่นไทลื้อ) ซึ่งมีส่วนผสมจากขิง มีรสเผ็ดร้อน (ธาตุลม) 3) เมนูยาไช่เมี่ยงหรือส้าไบเมี่ยง ซึ่งมีส่วนผสมจากพืชสมุนไพรครบทุกรสชาติ ซึ่งบำรุงธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ 6) เครื่องดื่มตามธาตุเจ้าเรือน (ธาตุดิน-น้ำมะตูม ธาตุน้ำ-น้ำอัญชันมะนาว ธาตุลม-น้ำตะไคร้ ธาตุไฟ-น้ำใบเตย) และการบริการชาสมุนไพรอุ่น

วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 ศึกษาความคิดเห็นของนักท่องเที่ยวต่อการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่

การประเมินและทดสอบความพร้อมในด้านบุคลากร การให้บริการ สถานที่ การสื่อความหมาย และหาแนวทางในการพัฒนาให้เป็นโปรแกรมการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ต่อไป จากผู้ตอบแบบประเมินโปรแกรมการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ ของตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 97 ราย เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 80 เพศชาย คิดเป็นร้อยละ 19 และไม่ระบุ คิดเป็นร้อยละ 1 เป็นผู้ที่มียอายุ 20-29 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 93 รองลงมาคือ อายุต่ำกว่า 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 3 ผู้ที่มีอายุ 30-39 ปี คิดเป็นร้อยละ 2 และผู้ที่มีอายุ 40-49 ปี คิดเป็นร้อยละ 2 ผู้ตอบแบบประเมินกว่าร้อยละ 51 มีประสบการณ์ในการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของชุมชน และร้อยละ 49 ไม่เคยมีประสบการณ์ในการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

ผลการประเมินระดับความคิดเห็นต่อการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์

ด้านนักสื่อความหมาย พบว่า 1) หัวข้อการให้ข้อมูลและองค์ความรู้ ที่มีประโยชน์และมีความน่าสนใจมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.04) 2) ความเพียงพอของจำนวนนักสื่อความหมายที่ให้บริการ มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.00) และ 3) บุคลิกภาพและการเตรียมความพร้อมของนักสื่อความหมายท้องถิ่น มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.90)



ด้านกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างสร้างสรรค์ พบว่า 1) กิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.13) 2) กิจกรรมการท่องเที่ยวตอบสนองความต้องการของท่าน มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.07) และ 3) กิจกรรมการท่องเที่ยวมีส่วนส่งเสริมสุขภาพของท่าน มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.04)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก พบว่า 1) รูปแบบความสร้างสรรค์และความสวยงามของสิ่งอำนวยความสะดวก มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.97) และ 2) ความเหมาะสมและความเพียงพอของสิ่งอำนวยความสะดวก มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.90) ตามลำดับ

ด้านอาหารและเครื่องดื่ม พบว่า 1) อาหารและเครื่องดื่ม มีการเสริมสร้างสุขภาพที่ดี มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.04) 2) ความเพียงพอของอาหารและเครื่องดื่ม มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.03) และ 3) รูปแบบความสร้างสรรค์และการนำเสนออาหารและเครื่องดื่ม มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.0) ตามลำดับ

ภาพรวมของโปรแกรมการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ พบว่า มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.98) โดยผู้ประเมินมีความคิดเห็นว่าโปรแกรมการท่องเที่ยวมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 57.84 รองลงมาคือ ระดับมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็น ร้อยละ 21.57 และระดับปานกลาง คิดเป็น ร้อยละ 18.63

วัตถุประสงค์ข้อที่ 4 เพื่อสร้างรูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่

ผู้วิจัยได้นำผลการประเมินศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ และการทดสอบฐานกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ มาพัฒนาจนเกิดโปรแกรมการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ตำบลป่าเมี่ยง “อาบโป่ง ห่มดอย ตามรอยวิถีชีวิตชุมชน” โดยได้มีการเชิญผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 10 ท่าน เพื่อเป็นทดสอบความพร้อม และเสริมสร้างประสบการณ์ในการบริหารจัดการและการให้บริการการท่องเที่ยว ภายใต้โปรแกรมที่ชุมชนได้ร่วมกับผู้วิจัยออกแบบขึ้นมา ทั้งนี้ผู้วิจัยได้มีการซักซ้อมเสมือนจริงก่อนถึงการจัดกิจกรรมทดลองท่องเที่ยว (Pilot tour) เพื่อเตรียมความพร้อมให้กับชุมชน ผลการดำเนินการพบว่า ในภาพรวมของการจัดการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ของชุมชน สามารถทำได้เป็นอย่างดี อันเนื่องมาจากศักยภาพของ



แหล่งทรัพยากรทางการท่องเที่ยว รวมทั้งบุคลากรของชุมชนที่มีความรู้ ประสบการณ์ และทักษะฝีมือในการให้บริการกิจกรรมเชิงสุขภาพ นอกจากนี้ทำเลที่ตั้งของแหล่งท่องเที่ยวและชุมชนถือเป็นจุดแข็งที่สามารถส่งเสริมการตลาด และการประชาสัมพันธ์ ให้เป็นที่รู้จัก

จากผลการวิจัยและการดำเนินงานที่ผ่านมา ผู้วิจัย ผู้เชี่ยวชาญได้ร่วมประชุมสรุปบทเรียน และรับรองรูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ จะเห็นได้ว่าฐานที่สำคัญและเป็นปัจจัยของการก่อเกิดการท่องเที่ยวของชุมชนนั้นคือฐานทรัพยากรทางการท่องเที่ยว โดยในพื้นที่ตำบลป่าเมี่ยงนั้น ถือได้ว่าเป็นพื้นที่ที่มีความหลากหลายและอุดมสมบูรณ์ในด้านทรัพยากรธรรมชาติและระบบนิเวศน์ รวมทั้งมีความหลากหลายทางด้านวัฒนธรรม วิถีชีวิต ซึ่งมีผู้คนจากหลากหลายชาติพันธุ์ อาศัยอยู่ร่วมกัน จึงก่อให้เกิดการสังสรรค์และแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ ภูมิปัญญา ด้านการดูแลสุขภาพ และการแพทย์พื้นบ้าน โดยใช้ฐานทรัพยากรในท้องถิ่น ทั้งพืชสมุนไพร แร่ธาตุ น้ำพุร้อน ซึ่งเป็นคุณค่าของท้องถิ่น (Soft Power) ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาชุมชนให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ต่อไป

อย่างไรก็ตาม ในการพัฒนาการท่องเที่ยวโดยชุมชนนั้น มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการกระบวนการในการเตรียมความพร้อมชุมชน เนื่องจากจะต้องมีการสร้างความรู้ ความเข้าใจและกระบวนการมีส่วนร่วม ในการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว สิ่งอำนวยความสะดวก บุคลากร และการจัดการองค์ความรู้ เรื่องราวที่จะนำมาใช้ในการสื่อสาร และให้บริการผู้มาเยือน เพื่อให้เกิดความประทับใจและสอดคล้องกับความต้องการของชุมชน ดังนั้นองค์ความรู้ที่สำคัญในการพัฒนาการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ ของชุมชนตำบลป่าเมี่ยงในครั้งนี้ จึงต้องบูรณาการและประยุกต์เอาแนวคิด 3 แนวคิดที่สำคัญ ได้แก่ 1) การบริหารจัดการการท่องเที่ยวโดยชุมชน 2) การดูแลสุขภาพตามลักษณะเฉพาะของบุคคล และ 3) การออกแบบกิจกรรมอย่างสร้างสรรค์ จากกระบวนการทั้งหมดนี้ ถือได้ว่าเป็นแนวทางการพัฒนาที่จะนำไปสู่การสร้างมูลค่าและคุณค่าผ่านการจัดการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด เชียงใหม่

5. อภิปรายผลการวิจัย

ผลศึกษารูปแบบการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า พื้นที่ตำบลป่าเมี่ยงใช้ทรัพยากรในท้องถิ่น มาเป็นฐานในการพัฒนาชุมชนให้เป็นแหล่ง



ท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ สอดคล้องกับ ลินธุ์ สโรบล (2546, น. 60) ที่กล่าวว่า การท่องเที่ยวโดยชุมชน คือ การนำเอาทรัพยากรท่องเที่ยวที่มีอยู่ในท้องถิ่นทั้งด้านธรรมชาติ ประวัติศาสตร์วัฒนธรรมประเพณี รวมทั้งวิถีชีวิตความเป็นอยู่ และวิถีการผลิตของชุมชนมาใช้ เป็นปัจจัยหรือต้นทุนสำคัญในการจัดการการท่องเที่ยวอย่างเหมาะสม เพื่อก่อให้เกิดประโยชน์ ต่อท้องถิ่นทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม รวมทั้งมีการใช้ทรัพยากรอย่างยั่งยืนไปถึง คนรุ่นลูกหลาน สอดคล้องกับ วีระพล ทองมา (2559, น. 5-6) ชุมชนควรค้นหาเอกลักษณ์ เฉพาะถิ่น หรือของดีในชุมชน เพื่อนำมาปรับเป็นกิจกรรมท่องเที่ยวให้สอดคล้องต่อชุมชน ตอบสนองความต้องการความเพลิดเพลิน ความตื่นตัวและการเรียนรู้

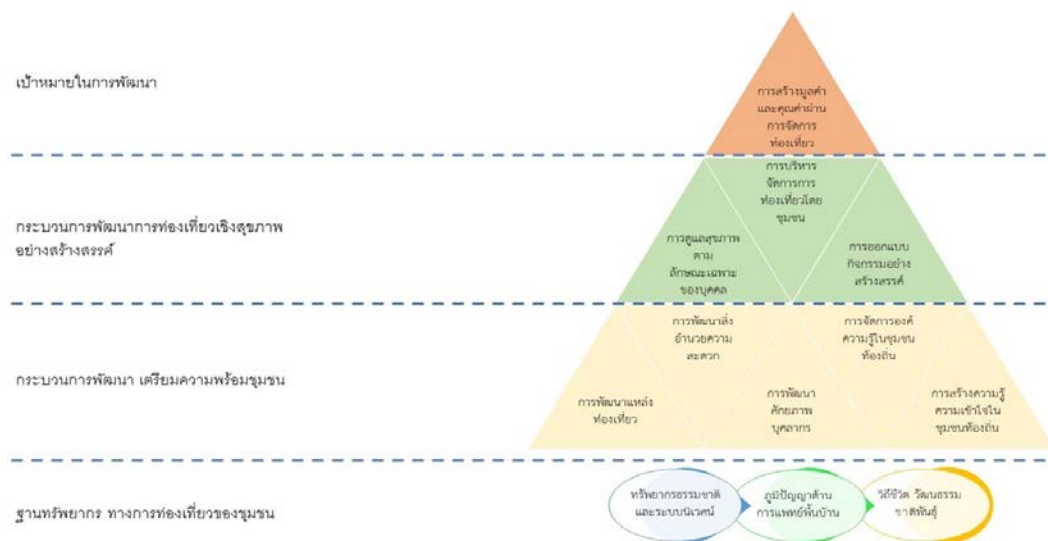
ในการพัฒนาการท่องเที่ยวโดยชุมชนมีความจำเป็นที่จะต้องมีการสร้างการมีส่วนร่วมแก่บุคลากรในการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว พัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวก มีความรู้ เรื่องราวที่จะนำมาใช้ในการสื่อสาร และให้บริการผู้มาเยือน สอดคล้องกับ วีระพล ทองมา (2559, น. 5-6) กล่าวว่าการพัฒนาบุคลากร การอบรมบุคลากรด้านการบริหารจัดการ การท่องเที่ยวและอบรมการสื่อความหมายทางธรรมชาติและวัฒนธรรม เป็นปัจจัยสำคัญในการ เตรียมความพร้อมชุมชนในด้านต่าง ๆ และกระบวนการพัฒนาต้องบูรณาการและประยุกต์เอา แนวคิดที่หลากหลายเข้าด้วยกัน ก่อให้เกิดความรู้ที่เกิดขึ้นในตัวบุคคลและผ่านการปฏิบัติและ ทดลอง (พรธิดา วิเชียรปัญญา, 2547) และโอภาส เอี่ยมสิริวงศ์ (2554) โดยมี 3 แนวคิดที่สำคัญ เป็นแกนหลักในกระบวนการพัฒนาการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ ได้แก่ 1) แนวคิดการ บริหารจัดการการท่องเที่ยวโดยชุมชน สอดคล้องกับ พิมพะระวี โรจน์รุ่งสัจย์ (2553, น. 3) ที่กล่าวว่า ชุมชนต้องเข้ามามีส่วนร่วมมีบทบาทหลักในการจัดการ ควบคุมดำเนินกิจกรรมการ ท่องเที่ยว และร่วมในการดำเนินงานเพื่อสร้างความประทับใจให้แก่นักท่องเที่ยว สอดคล้องกับ รชพร จันทรสว่าง (2546, น. 3) ที่กล่าวในทำนองเดียวกันว่า การมีส่วนร่วมของชุมชนที่ช่วยใน การจัดการการท่องเที่ยวของพื้นที่ สามารถช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจของท้องถิ่นด้วยการสร้างงาน และกระจายรายได้ในขณะเดียวกันก็ช่วยในการอนุรักษ์วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีของ ชุมชนที่มีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวให้สืบทอดกันไป 2) แนวคิดการดูแลสุขภาพตามลักษณะ ของบุคคล ผลการวิจัยมีการออกแบบอาหารพื้นถิ่นให้ครบรสชาติเพื่อสร้างความสมดุลของธาตุ ในร่างกาย และเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพสำหรับผู้ที่มีธาตุเจ้าเรือนแตกต่างกัน (ธาตุดิน-น้ำมะตูม ธาตุน้ำ-น้ำอัญชันมะนาว ธาตุลม-น้ำตะไคร้ ธาตุไฟ-น้ำใบเตย) ดังที่ Shi, Shahidi, & Ho (2019) กล่าวว่าพืช ผัก สมุนไพรบางชนิดเหมาะสำหรับบางคนเท่านั้น ซึ่งสมุนไพรแต่ละชนิดจะมีธาตุ



และรสชาติที่แตกต่างกัน ซึ่งช่วยในการดูแลรักษาอวัยวะที่แตกต่างกัน ดังนั้นการบริการอาหาร พื้นถิ่นนครบรสและควบคุมอาหารบางประเภทให้เหมาะสมตามลักษณะบุคคล โดยจะทราบข้อมูล จากฐานคัดกรอง ก็จะช่วยให้สุขภาพดีและป้องกันโรคได้ 3) แนวคิดการออกแบบกิจกรรมอย่าง สร้างสรรค์ จากผลวิจัยพบว่า จุดเด่นของโปรแกรมการท่องเที่ยวคือมีกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้าง ประสบการณ์การเรียนรู้ จึงควรเพิ่มกิจกรรมการเรียนรู้ในท้องถิ่นให้มากขึ้น ควรมีการพาเดินชม และแนะนำ ให้ข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่และชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับ Pollock, Williams, Gartner, & Lime (2000, pp. 165-173) พบว่า โปรแกรมการท่องเที่ยวควรบูรณาการกิจกรรมเสริมสร้าง จิตใจ (กิจกรรมเดินชมชุมชนเพื่อความผ่อนคลายทางใจและการเรียนรู้สิ่งใหม่)

6. องค์ความรู้จากการวิจัย

จากผลการวิจัยและข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญในการรับรองรูปแบบการท่องเที่ยว สุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชน ตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีแนวทางการบริหารจัดการดังนี้



ภาพ 1. รูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์บนฐานองค์ความรู้การแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนตำบลป่าเมี่ยง อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่



7. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

- 1.1 ควรมีการส่งเสริมกลุ่ม องค์กรชุมชน ให้มีสถานะทางกฎหมาย เช่น วิสาหกิจชุมชน
- 1.2 ควรมีการนำมาตรฐานการท่องเที่ยวที่เกี่ยวข้อง เช่น มาตรฐานแหล่งท่องเที่ยว น้ำพุร้อน มาตรฐานแหล่งท่องเที่ยวโดยชุมชน มาเป็นแนวทางการพัฒนาในระยะยาว
- 1.3 ควรมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยวและการจัดการการท่องเที่ยวโดยชุมชน จากแหล่งท่องเที่ยวที่มีประสบการณ์
- 1.4 องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการสนับสนุนงบประมาณในการพัฒนาการท่องเที่ยวอย่างมีแบบแผนและต่อเนื่อง

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษากลุ่มตัวอย่างนักท่องเที่ยวที่มีความหลากหลายของพื้นที่ อาชีพ ช่วงอายุ วัฒนธรรม เพื่อให้การออกแบบพัฒนาการท่องเที่ยวสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ตอบสนอง กลุ่มเป้าหมายทั้งผู้ให้บริการและผู้รับบริการได้

เอกสารอ้างอิง

- นิพล เชื้อเมืองพาน, นีออน ศรีสมยง, ธนธร วชิรขจร, อรรวรรณ บุญพัฒน์, และ วงศ์ระวิทย์ น้อมนำทรัพย์. (2563). ศักยภาพและขีดความสามารถในการรองรับได้ของแหล่งท่องเที่ยว น้ำพุร้อนกลุ่มท่องเที่ยวอารยธรรมล้านนา. *วารสารศิลปกรรมบูรพา*, 23(2), 167-187.
- พรธิดา วิเชียรปัญญา. (2547). *การจัดการความรู้ : พื้นฐานและการประยุกต์ใช้*. กรุงเทพฯ: ธรรมกลการพิมพ์.
- พิมพ์ระวี โรจน์รุ่งสัจย์. (2553). *การท่องเที่ยวชุมชน*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- วีระพล ทองมา. (2559). *การท่องเที่ยวโดยชุมชน (Community Based Tourism :CBT) สำหรับการพัฒนา คุณภาพชีวิตของชุมชนในเขตที่ดินป่าไม้*. สืบค้นจาก www.dnp.go.th/fca16/file/i49xy4ghqzsh3j1.doc



- มติชนออนไลน์. (2560). พัฒน่าน้ำพุร้อนดอยสะเก็ดเป็นเมืองสปา หลังนักท่องเที่ยวยุโรปนิยม อาบน้ำแร่-แช่น้ำอุ่น. สืบค้นจาก https://www.matichon.co.th/news-onitor/news_776865
- รขพร จันทรสว่าง. (2546). *ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเอกสารชุดฝึกอบรม*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ราณี อิศัยกุล, รขพร จันทรสว่าง, และ ปภาวดี มนต์รีวัต. (2561). การพัฒนาสมรรถนะการจัดการอย่างมีส่วนร่วมแหล่งท่องเที่ยวพุน้ำร้อนกลุ่มท่องเที่ยวอารยธรรมล้านนา. *วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี*, 12(3), 1-17.
- สินธุ์ สโรบล. (2546). *การท่องเที่ยวโดยชุมชนแนวคิดและประสบการณ์พื้นที่ภาคเหนือ* (รายงานวิจัย). เชียงใหม่: วนิดาการพิมพ์.
- โอภาส เอี่ยมศิริวงศ์. (2554). *ระบบสารสนเทศเพื่อการจัดการ*. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- Kaewchuay, S., & Kitcharoen, P. (2021). The Guideline of Wellness Tourism Development: A Case study of natural hot sprint and hot spring tour route, Chiangmai province. *Multicultural Education*, 7(12), 418-424.
- Pollock, A., Williams, P., Gartner, W. C., & Lime, D. W. (2000). *Health tourism trends: closing the gap between health care and tourism. Trends in outdoor recreation, leisure and tourism*. Retrieved from <https://doi.org/10.1079/9780851994031.0165>
- Shi, J., Shahidi, F., & Ho, C. T. (2019). *Asian funtional foods*. New York, NY: CRC Press.