

วิทยานิพนธ์

โครงการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในเสนอแนะศูนย์สุขภาพและความงามแบรนด์ อภัยภูเบศร
Design Proposal for Interior Architecture Design of Abhaibhubejhr Thai herb Center



นางสาว จริยานุฎย์ พันธุ์ไผ่
(Miss Jariyanart Phanphai)
รหัสนักศึกษา 55020106

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาตรี

สถาปัตยกรรมศาสตร์บัณฑิต

ภาควิชา สถาปัตยกรรมภายใน คณะ สถาปัตยกรรมศาสตร์

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

ปีการศึกษา 2559-2560

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง อนุมัติให้รับ
วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร ปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตร์บัณฑิต
(สถาปัตยกรรมภายใน)

.....คณบดีคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พิเศษ โสวิทยสกุล)

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

| | |
|--------------------------|---------------------|
| ผศ.พิเศษ โสวิทยสกุล | ประธาน |
| อ.ฉัตรชัย อินทรโชค | กรรมการ |
| อ.ศักดิ์ดา ทรงศรีวิสุทธิ | กรรมการ |
| อ.ธันว์ ศรีจันทร์ | กรรมการ |
| ผศ.ดร.ชุมพร มูรพันธ์ | กรรมการและเลขานุการ |

.....
.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

(ผศ.ดร.ชุมพร มูรพันธ์)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หัวเรื่องวิทยานิพนธ์

| | |
|-------------------|---|
| หัวข้อวิทยานิพนธ์ | โครงการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในเสนอแนะศูนย์สปาสมุนไพร ภายใต้แบรนด์ อภัยภูเบศร (Design Proposal for Interior Architecture Design of Abhaibhubejhr Thai herb Center) |
| ประเภทโครงการ | โครงการเสนอแนะ |
| ชื่อ | นางสาว จริยานุฎย์ พันธุ์ไผ่ Miss Jariyanart Phanphai |
| รหัส | 55020106 |
| สาขาวิชา | สถาปัตยกรรมภายใน |
| กลุ่มวิชา | สถาปัตยกรรมและการวางแผน |
| คณะ | สถาปัตยกรรมศาสตร์ |
| สถาบัน | เทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง |
| ปีการศึกษา | 2558 - 2559 |
| ที่อยู่ | 42/24 ซอยวิภาวดีรังสิต 41 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงสีกัน เขต ดอน เมือง กรุงเทพ 10210 |
| โทรศัพท์ | 086-985-8092 |
| E-Mail | nutlista@hotmail.com |
| อาจารย์ที่ปรึกษา | ผศ.ดร. ชุมพร มูรพันธุ์ |

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทคัดย่อ

โครงการเสนอแนะ ศูนย์สุขภาพและความงามแบนด์อภัยภูเบศร เกิดขึ้นเพื่อส่งเสริมสุขภาพและความงาม โดยนำวัสดุดิบจากสมุนไพรไทยมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เพื่อสร้างทางเลือกแก่คนที่รักสุขภาพ และความงาม รวมถึงส่งเสริมสมุนไพรไทยให้เป็นที่รู้จักในระดับโลกอีกด้วย

ความเป็นมาของโครงการ

เนื่องจากโลกในยุคปัจจุบันมีภาวะการแข่งขันสูง ทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และการเมืองนั้นส่งผลกระทบต่อประชากรที่อาศัยอยู่ภายในประเทศให้มีวิถีชีวิตที่รีบเร่ง เคร่งเครียด แลยังมีปัญหาสุขภาพด้านต่างๆเกิดขึ้นตามมา ทำให้ประชากรในยุคปัจจุบันหันมาสนใจคุณภาพชีวิต ทางด้านการดูแลสุขภาพมากยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้เกิดศูนย์สุขภาพและความงามแบนด์อภัยภูเบศรแห่งนี้ขึ้นมา เพื่อเป็นสถานที่อีกหนึ่งทางเลือกสำหรับคนรักสุขภาพ โดยใช้สมุนไพรของอภัยภูเบศรเป็นตัวกลาง ผ่านบริการ 3 อย่างคือ บริการ เรียนรู้[ลองทำ] จำหน่าย ผสมผสานวิถีทาง ธรรมชาติ และศาสตร์ต่างๆ เพื่อ การบำบัดสุขภาพ และเพื่อความงาม จากภายในสู่ภายนอก

วัตถุประสงค์โครงการ

1. เพื่อเป็นสถานที่ให้บริการสปาเพื่อสุขภาพและความงาม จากสมุนไพรไทยแบนด์อภัยภูเบศร
2. เพื่อเป็นสถานที่ให้ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรไทย และศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพรไทย รวมทั้งเป็นสถานที่ทำ Work Shop สมุนไพรสำหรับบุคคลที่ต้องการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพและความงาม
3. เพื่อเป็นสถานที่จัดจำหน่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรของอภัยภูเบศร แก่ผู้ที่รักสุขภาพและความงาม หรือ แก่บุคคลที่ต้องการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพและความงาม
4. เพื่อเสนอแนวทางในการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในสำหรับ ศูนย์สปาสมุนไพรไทย อภัยภูเบศรให้เป็นสถานที่ที่รวบรวมการให้บริการทั้ง 3 อย่างเข้าไว้ด้วยกัน คือ “การบริการ เรียนรู้ (ลองทำ) จำหน่าย” โดยใช้สมุนไพรไทยอภัยภูเบศรเป็นตัวกลาง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

วิธีการวิจัย

1. ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมทั่วไปของโครงการ
2. ศึกษาข้อมูลจำเพาะที่เกี่ยวข้องกับโครงสร้างอาคารและงานระบบเพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการออกแบบ
3. ศึกษาข้อมูลของหน่วยงาน, ลักษณะการดำเนินงานของแบรนด์ อภัยภูเบศร และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
4. ศึกษาโครงการเปรียบเทียบที่มีลักษณะใกล้เคียงกับโครงการด้านต่างๆ ทั้งทางด้านการออกแบบ ตกแต่งวัสดุ รวมไปถึงการจัดวางผังแปลน เป็นต้น
5. ศึกษาการให้บริการของโครงการเปรียบเทียบ เพื่อเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในการออกแบบ
6. ศึกษาเกี่ยวกับสมุนไพรไทย ที่ใช้ในการรักษา และบำบัดต่างๆ ของแบรนด์อภัยภูเบศร และเอกลักษณ์ของแบรนด์ อภัยภูเบศร

สรุปการวิจัย

1. งานออกแบบที่ผสมผสานความทันสมัย และเอกลักษณ์เดิมของแบรนด์อภัยภูเบศรลงไปในงานออกแบบสถาปัตยกรรม และสถาปัตยกรรมภายในและสภาพแวดล้อม โดยนำเอาลวดลาย ชู่ม โค้งประตู รูปแบบอาคาร รวมถึงสี ของแบรนด์อภัยภูเบศร มาพัฒนาและผสมผสานพัฒนาและใช้อย่างเหมาะสม โดยการจัดองค์ประกอบที่ลงตัวให้ทันสมัยมากขึ้น
2. การออกแบบที่ดึงเอาเอกลักษณ์ของแบรนด์อภัยภูเบศร มาใช้ในการออกแบบให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมของพื้นที่นั้นๆ ได้
3. ผู้เข้าใช้บริการเป็นตัวกำหนดรูปแบบการออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน
4. การกำหนดรูปแบบการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในนั้น จะต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานความเป็นจริง รวมไปถึงความต้องการของผู้ใช้อาคาร ซึ่งจะคำนึงถึงความงาม ประโยชน์ใช้สอย โครงสร้างของอาคารและสภาพแวดล้อมอาคาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ข้อเสนอแนะ

1. ในการสร้างสภาพแวดล้อมในสถาปัตยกรรมภายในให้มีเอกลักษณ์ของอภัยภูเบศรอยู่ หากพิจารณาในการออกแบบย่อมส่งผลกระทบต่ออย่างแน่นอนไม่น้อย ดังนั้นในการออกแบบควรตระหนักถึงการแก้ปัญหาเพื่อลดผลกระทบต่อให้น้อยที่สุดจนถึงไม่มีผลกระทบ ทั้งนี้วิธีการออกแบบยังรวมถึงวิธีการการคิด, ขั้นตอนการออกแบบ, การจัดการ, การบริการและกิจกรรมต่างๆภายในศูนย์
2. จิตสำนึกในการออกแบบเพื่อชุมชนนั้นย่อมเกิดจากความเข้าใจในเอกลักษณ์นั้นๆจนกลั่นออกมาเป็นงานออกแบบ ซึ่งจะกลายเป็นงานที่มีคุณค่าที่จะคงอยู่ตลอดไป มิใช่งานออกแบบแค่ความสวยซึ่งไร้ความเข้าใจในเอกลักษณ์อันดีงาม งานออกแบบนั้นย่อมเสื่อมสลายไปตามยุคสมัยและกาลเวลา

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ยกระดับมาตรฐานของศูนย์สปาเพื่อสุขภาพให้มีระดับที่ดีขึ้น ทั้งด้านการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในและการให้บริการ
2. ได้เรียนรู้ข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพรไทยที่ใช้ในการบำบัดทั้งสุขภาพและความงาม เพื่อนำมาประยุกต์ใช้และพัฒนาสถาปัตยกรรมอีกด้วย
3. ค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับประเภทของสปาต่างๆ และข้อมูลที่นำมาใช้ในงานออกแบบต่อไป
4. สามารถเข้าใจและได้เรียนรู้เกี่ยวกับการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในสปาและการจัดการสปาที่เป็นโครงการจริง

คำนำ

ในปัจจุบันผู้คนหันมาใส่ใจสุขภาพกันมากขึ้นจึงทำให้เกิด ศูนย์สุขภาพและความงามแบรนด์อภัยภูเบศร เพื่อตอบสนองกลุ่มคนที่ต้องการดูแลสุขภาพจากภายในสู่ภายนอก ผ่านกระบวนการผลิตต่างๆ ที่เกิดจากวิสูตรธรรมชาติของประเทศไทย และเพื่อส่งเสริมสมุนไพรไทยให้เป็นที่รู้จักมากขึ้นทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ ให้คนรุ่นใหม่หันมาบริโภคสินค้าจากธรรมชาติ และแบรนด์ของคนไทย

โดยโครงการเสนอแนะ ศูนย์สุขภาพและความงามแบรนด์อภัยภูเบศร แห่งนี้ เกิดจากความตั้งใจที่จะพัฒนาแบรนด์อภัยภูเบศร ให้มีระดับมากขึ้นเพื่อเพิ่มกลุ่มลูกค้าให้เข้าถึงสมุนไพรของไทยและอนุรักษ์ภูมิปัญญาไว้ให้คนรุ่นหลัง โดยภายในศูนย์นี้ จะประกอบไปด้วยกิจกรรมต่างๆ ที่ช่วงส่งเสริมสุขภาพตั้งแต่ภายในสู่ภายนอก โดยมีผลิตภัณฑ์ของอภัยภูเบศรเป็นตัวกลางภายในศูนย์ เพื่อให้คนที่เข้ามาได้สุขภาพที่ดีกลับไปและยังได้ความรู้สมุนไพรมากขึ้นในตัวอีกด้วย

นางสาว จรียนาภรณ์ พันธุ์ไผ่

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้ได้เสร็จลุล่วงเป็นอย่างดี ทั้งนี้ต้องขอขอบคุณ

อันดับแรกต้องขอบคุณ พ่อแม่และแนน ที่คอยเป็นกำลังใจและคอยส่งข้าวส่งน้ำารวมถึงส่งเงินมาให้ใช้ตลอดไม่เคยขาด และทุกอย่าง ทำให้สำเร็จไปได้ด้วยดี

อันดับต่อไป อาจารย์เบงค์ หรือ ผศ.ดร. ชุมพร มูรพันธ์ ที่รับหนูและคอยให้ความรู้ คำปรึกษา และแนวทางต่างๆ ที่มีประโยชน์มากๆ และขอบคุณสำหรับแรงผลักดันต่างๆที่ทำให้งานชิ้นนี้สำเร็จไปได้ด้วยดี และที่ขาดไม่ได้ คืออาจารย์กลุ่ม 6 อีก 3 ท่าน อาจารย์ ฉัตร ,อาจารย์ ศักดา และอาจารย์ ธันต์ ที่ให้คำปรึกษาที่ดีทั้งการออกแบบ และข้อมูลต่างๆมาโดยตลอด

ขอบคุณเพื่อนทั้งสามคน กระแต ปู แอน ที่คอยถามและให้กำลังใจกันมาตลอดตั้งแต่ปีหนึ่งถึงปีห้า ทำให้เราทั้งสองคนจบได้ไปพร้อมๆกัน

ขอบคุณ แกงค์ thesis team B ข้าวหอม ไนท์ และหยก ที่ต่อสู้อาด้วยกัน ทั้งให้กำลังใจและข้อมูลต่างๆที่เป็นประโยชน์มากๆ

ขอบคุณ รหัส 10 49 57 ทุกคนเลย ทั้งพี่แจ๊ส สำหรับคำแนะนำและขนมอร่อยๆ พี่นุ่น ที่มาหาพร้อมขนมต่างๆมากมาย พี่มัน ที่ช่วยลงสีแปลง และคอยถามตลอดว่าเป็นยังไงบ้าง และที่ขาดไม่ได้ กุ้ย แดงกว่า เปรม และลูกเกด ที่มาช่วงตัดโม ลงสีแปลง แล้วทำแปลงไฟให้อีก ทำให้งานนี้ออกมาดีและสมบูรณ์มากๆ

ขอบคุณ เพื่อนทุกคน int40 ที่อยู่ข้างกันมาตลอด 5 ปี มีปัญหาอะไรก็คอยให้คำปรึกษาตลอด สนุกด้วยกัน เดือดด้วยกัน และจบด้วยกันน

และสุดท้ายขอขอบคุณคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ ภาควิชาสถาปัตยกรรมภายใน อาจารย์ทุกท่าน ที่ให้ประสบการณ์ ความรู้ ทำให้ได้รู้จักกับผู้คนที่ดี มีช่วงเวลาดีๆตลอด 5 ปี และเก็บไว้ในความทรงจำตลอดไป

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญ

| | |
|---|----|
| บทคัดย่อ | ก |
| คำนำ | ข |
| กิตติกรรมประกาศ | ค |
| บทที่ 1 บทนำ | |
| 1.1 ความเป็นมาของโครงการ | 1 |
| 1.2 เหตุผลในการเลือกโครงการ | 3 |
| 1.3 วัตถุประสงค์ในการเลือกโครงการ | 4 |
| 1.4 กลุ่มเป้าหมาย | 5 |
| 1.5 ภาพลักษณ์โครงการ | 5 |
| 1.6 ที่ตั้งโครงการ | 6 |
| 1.6.1 ตำแหน่งที่ตั้งโครงการ | 6 |
| 1.7 ลักษณะพึงประสงค์ของที่ตั้ง/อาคาร | 6 |
| 1.8 การวิเคราะห์ที่ตั้ง/อาคาร | 7 |
| 1.8.1 ข้อพิจารณาในการเลือกอาคาร | 7 |
| 1.9 การเข้าถึงโครงการ | 7 |
| 1.10 ลักษณะที่ตั้งโครงการ | |
| 1.10.1 อาคาร The Maze | 8 |
| 1.10.2 ผังอาคาร The Maze | 9 |
| 1.11 สภาพแวดล้อมโครงการ | 11 |
| 1.12 องค์ประกอบโครงการ | 12 |
| 1.13 ขอบเขตโครงการ | 14 |
| 1.14 ขอบเขตวิทยานิพนธ์ | 14 |
| บทที่ 2 เอกสารและข้อมูลสนับสนุนโครงการ | |
| 2.1 ข้อมูลพื้นฐานของโครงการ | |
| 2.1.1 ประวัติความเป็นมาและความหมายของการดูแลสุขภาพแผนตะวันออก | 16 |
| 2.1.2 ประเภทของโครงการ | 18 |
| 2.1.3 ลักษณะเฉพาะของโครงการ | 21 |
| 2.1.4 องค์ประกอบพื้นฐาน | 23 |

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญ

| | | |
|---|--|----|
| 2.1.5 | สายการบริหารและอัตรากำลังพื้นฐาน | 26 |
| 2.1.6 | รายละเอียดองค์ประกอบพื้นฐาน | 27 |
| 2.2 | กรณีศึกษาเปรียบเทียบ | |
| 2.2.1 | การแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร | 35 |
| 2.2.2 | ชีวาศรมอินเตอร์เนชั่นแนลเฮลท์รีสอร์ท | 38 |
| 2.2.3 | สมาคมพัฒนาศิลปินอาชีพ | 39 |
| 2.2.4 | โรงเรียนสอนวิชาชีพความงามและสุขภาพสปา ชีวาศรม | 41 |
| 2.2.5 | สรุปเพื่อนำสู่การออกแบบ | 41 |
| 2.3 | ข้อมูลสนับสนุนโครงการ | |
| 2.3.1 | ประวัติความเป็นมาของโครงการ | 43 |
| 2.3.2 | เอกลักษณ์องค์กร | 44 |
| 2.3.3 | สายการบริหารและอัตรากำลัง | 46 |
| 2.3.4 | องค์ประกอบของโครงการ | 47 |
| 2.4 | ระบบสภาพแวดล้อมภายในอาคารและวัสดุ | |
| 2.4.1 | ลักษณะทางสถาปัตยกรรม | 50 |
| 2.4.2 | ระบบโครงสร้างของอาคาร | 50 |
| 2.5 | ระบบสภาพแวดล้อมภายในอาคาร | |
| 2.5.1 | ระบบปรับอากาศ | 51 |
| 2.5.2 | ระบบไฟฟ้า | 51 |
| 2.5.3 | ระบบสุขาภิบาล | 53 |
| 2.5.4 | ระบบดับเพลิง | 54 |
| 2.6 | วัสดุและการใช้สี | 55 |
| | | |
| บทที่ 3 ผู้ใช้ กิจกรรม พฤติกรรม และพื้นที่ที่ต้องการ | | |
| 3.1 | ประเภทผู้ใช้บริการ | 58 |
| 3.2 | กิจกรรมและพฤติกรรมของผู้รับบริการและผู้ให้บริการ | 58 |
| 3.3 | การบริหารทรัพยากร | 60 |
| 3.4 | พื้นที่ที่ต้องการ | 62 |

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญ

บทที่ 4 วิเคราะห์ข้อมูลและแนวความคิดในการออกแบบ

| | |
|---|----|
| 4.1 การวิเคราะห์ที่ตั้งและอาคาร | 66 |
| 4.2 การวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ของพื้นที่ | 68 |
| 4.3 การวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ | 68 |
| 4.4 การวิเคราะห์ขนาดพื้นที่ | 69 |
| 4.5 การวิเคราะห์ขนาดพื้นที่และการสัญจร | 69 |
| 4.6 การวิเคราะห์กลุ่มพื้นที่สัมพันธ์ | 70 |
| 4.7 แนวความคิดในการออกแบบ | 70 |

บทที่ 5 ผลงานการออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน

| | |
|-------------------------------|----------|
| 5.1 ผังการเข้าถึงโครงการ | 72 |
| 5.2 ผังเฟอร์นิเจอร์ของโครงการ | 73 |
| 5.3 รูปตัดของโครงการ | 78 |
| 5.4 ภาพทัศนียภาพภายในโครงการ | 79 |
| 5.5 หุ่นจำลอง บรรณานุกรม | 93 95 |

บทที่ 1

1. บทนำ

1.1 ความเป็นมาของโครงการ

เนื่องจากโลกในยุคปัจจุบันมีภาวะการแข่งขันสูง ทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และการเมืองนั้นส่งผลกระทบต่อประชากรที่อาศัยอยู่ภายในประเทศให้มีวิถีชีวิตที่รีบเร่งและเคร่งเครียด แถมยังมีปัญหาสุขภาพด้านต่างๆเกิดขึ้นตามมา ทำให้ประชากรในยุคปัจจุบันหันมาสนใจคุณภาพชีวิตทางการดูแลสุขภาพมากยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดธุรกิจทางด้านความสวยงามและด้านสุขภาพมากยิ่งขึ้น ด้วยสาเหตุดังกล่าว ธุรกิจสปา จึงได้ก่อตัวขึ้นในขณะที่กระแสการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพนั้นกำลังมาแรงในปัจจุบัน เมืองไทยจึงมีการสร้างสถานบริการสปาขึ้นอย่างมากมาย ทำให้รัฐบาลมีนโยบายจากกระทรวงพาณิชย์ จัดทำแผนยุทธศาสตร์การส่งเสริมธุรกิจบริการสุขภาพ พุทธศักราช 2556-2560 ส่งเสริมธุรกิจสปาเพื่อสุขภาพและความงาม ทั้งในด้านการบริการ บุคลากร ผลิตภัณฑ์ รวมไปถึงการเผยแพร่ภูมิปัญญาไทย เพื่อชักจูงกลุ่มคนที่รักสุขภาพมาใช้บริการในประเทศไทย และส่งเสริมการผลิตสินค้ารวมถึงการบริการ ให้เป็นที่ยอมรับของชาวต่างชาติมากยิ่งขึ้น

Spa คือ การบำบัดด้วยน้ำภายใต้การดูแลของนักบำบัด แพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญ รวมถึงเป็นสถานที่พักผ่อนเพื่อให้ได้มาซึ่งสุขภาพองค์รวมที่ดี สปานั้นแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. กิจการสปาเพื่อสุขภาพ
2. กิจการนวดเพื่อสุขภาพ
3. กิจการนวดเพื่อความงาม

และหนึ่งในสปาของไทยที่เป็นที่นิยมมากในปัจจุบัน คือ สปาที่ผสมศาสตร์แพทย์แผนไทย ซึ่งธุรกิจสปานี้ จะแบ่งออกเป็นสองส่วนหลักๆคือ สปาเพื่อการผ่อนคลาย และ สปาเพื่อบำบัดอาการเจ็บปวด ซึ่งสปาแต่ละแห่ง จะมีสูตรการบริการที่เป็นเฉพาะตน และสูตรส่วนใหญ่ในประเทศไทย จะเน้นหนักไปที่กลิ่น และการนวดผ่อนคลาย เพื่อเป็นจุดดึงดูดลูกค้าเข้ามาใช้บริการของธุรกิจสปา แต่จากการสำรวจพบว่า การใช้สูตรบริการของแต่ละแห่งนั้น ไม่ได้เน้นหนักไปที่สมุนไพรไทยมากนัก

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สปาในกรุงเทพฯ ส่วนใหญ่นิยมใช้ผลิตภัณฑ์ที่มาจากต่างประเทศ เพื่อเป็นจุดดึงดูด และบริการต่างๆ จะเน้นไปที่การบริการการนวดเป็นหลัก การใช้สมุนไพรเพื่อฟื้นฟูสุขภาพและความงามยังไม่เป็นที่นิยมมากนักในหมู่สปาของกรุงเทพมหานคร นอกจากนี้ ภายในสปาแต่ละแห่งจะประกอบไปด้วยสิ่งอำนวยความสะดวก อาทิเช่น ร้านอาหาร ห้องพัก ห้องตรวจ หรือถ้าเป็นสปาที่รู้จักในระดับสากล จะเปิดสถาบันสอนเพื่อเผยแพร่สูตรให้เป็นที่รู้จักในวงกว้างมากขึ้น แม้สปาแต่ละแห่งจะมีบริการที่ต่างกันไปแล้ว หัวใจของสปา ก็คือ การสร้างความผ่อนคลายทั้งร่างกายและจิตใจ เพื่อให้เกิดความสมดุล โดยเน้นความสุขจากการผ่อนคลายที่เกิดจากรูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัส

ในประเทศไทย มีผลิตภัณฑ์ที่ตอบสนองกลุ่มคนที่ใช้สมุนไพรเพื่อสุขภาพ และเพื่อความงามคือ ผลิตภัณฑ์ของ อภัยภูเบศร ที่ทำจากสมุนไพรไทยแท้ที่เป็นภูมิปัญญาของคนโบราณที่สั่งสมชื่อยาวนานเข้าไว้ด้วยกัน เป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้รับความนิยม และเป็นที่รู้จัก โดยผลิตภัณฑ์ต่างๆ ส่วนมากเป็นผลิตภัณฑ์ที่ตอบสนองกลุ่มคนที่ใช้สมุนไพรเพื่อสุขภาพ และเพื่อความงาม มีการจัดจำหน่ายยาสมุนไพร รวมถึงการให้คำปรึกษา รักษาโรคโดยทีมแพทย์แผนไทย มีบริการ Day Spa ที่ให้บริการนวดผ่อนคลายต่างๆ ทั้งนวดแผนไทย นวดอโรมา นวดกดจุด เป็นต้น แต่สิ่ง อภัยภูเบศร ยังขาด และยังไม่เป็นที่รู้จักและแพร่หลายในกลุ่มคนรุ่นใหม่ทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ เนื่องจาก มีการจัดจำหน่ายยาสมุนไพรและให้การรักษารักษาโรคโดยแพทย์แผนไทย เพียงที่เดียวคือ ที่อาคารเจ้าพระยาอภัยภูเบศร ซึ่งอยู่ภายในโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร จังหวัดปราจีนบุรี ไม่มีการขยายการให้บริการมาถึงกรุงเทพฯ ที่เป็นแหล่งเข้าถึงได้ง่ายของคนรุ่นใหม่ที่รักสุขภาพและความงาม และอีกหนึ่งสาเหตุที่ อภัยภูเบศร ยังไม่เป็นที่นิยม เพราะ ผลิตภัณฑ์ของ อภัยภูเบศร มีรูปแบบผลิตภัณฑ์ที่ยังไม่ได้รับการพัฒนาให้ดีขึ้น และยังไม่มีการเผยแพร่ว่าสมุนไพรมีประโยชน์อะไรบ้าง สามารถทำอะไรได้บ้างได้เท่าที่ควร เพื่อให้ผลิตภัณฑ์ขึ้นไปสู่ World Class และสามารถเป็นตัวดึงดูดให้กลุ่มคนรุ่นใหม่ที่สนใจดูแลสุขภาพเกิดความสนใจ และรู้จักสมุนไพรไทยมากยิ่งขึ้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ดังนั้นเพื่อส่งเสริมผลิตภัณฑ์อภัยภูเบศร และเพิ่มความรู้จักทั้งในตัวแบรนด์อภัยภูเบศรและสมุนไพรไทย แก่กลุ่มคนรุ่นใหม่ จึงเกิดเป็นศูนย์สปาที่มีการรวมบริการ 3 อย่างเข้าด้วยกัน คือ “บริการ เรียนรู้(ลองทำ) จำหน่าย” โดยใช้สมุนไพรไทยอภัยภูเบศรเป็นตัวกลาง ผสมผสานวิถีทางธรรมชาติ และศาสตร์ต่างๆ เพื่อ การบำบัดสุขภาพ และเพื่อความงาม จากภายในสู่ภายนอก

- บริการ ศูนย์รวมสปาทั้ง นวดแผนไทย นวดผ่อนคลาย นวดกดจุด และ นวดอโรมา เป็นต้น โดยใช้สมุนไพรอภัยภูเบศร ที่เป็นสูตรเฉพาะเพื่อสร้างจุดเด่นในการดูแลรักษาสุขภาพและความงาม และการรักษาโดยแพทย์แผนไทย ซึ่งเป็นจุดเด่นของอภัยภูเบศร จากนั้นเพื่อร่างกายที่ดีตั้งแต่ภายในสู่ภายนอก ศูนย์สปายังให้บริการ ร้านอาหารสมุนไพร สถานที่รองรับการออกกำลังกายเป็นต้น
- เรียนรู้ (ลองทำ) การเรียนรู้เกิดได้จาก การอ่าน การดู สังเกต และ ปฏิบัติ ทำให้เกิด Work Shop ขึ้นเพื่อให้บุคคลที่สนใจเรียนรู้สมุนไพรไทยจากการลงมือปฏิบัติ และมีห้องสมุดสมุนไพรไทย เพื่อเผยแพร่ข้อมูลสมุนไพรไทยให้เป็นที่รู้จักมากยิ่งขึ้น
- จำหน่าย เมื่อได้รับบริการ และการเรียนรู้แล้ว จึงนำมาสู่การจำหน่ายสินค้าที่ได้ทั้งทดลองใช้ ทดลองรับประทาน เพื่อส่งเสริมสมุนไพรไทยให้เป็นที่รู้จักและเผยแพร่ไปสู่ภายนอกมากยิ่งขึ้น ตามนโยบายของรัฐบาล

1.2 เหตุผลในการเลือกโครงการ

1. เพื่อเป็นสถานที่ที่รองรับการรักษาแบบสมุนไพรยังมีไม่มากในกรุงเทพ และมีการเข้าถึงยาก
2. เพื่อยกระดับสินค้าสมุนไพรให้เป็นที่ยอมรับของทั้งคนไทย และชาวต่างชาติ
3. เพื่อเป็นศูนย์รวม ในการผ่อนคลายความตึงเครียดของคนในยุคปัจจุบัน

1.3 วัตถุประสงค์ในการเลือกโครงการ

1. เพื่อเป็นสถานที่ให้บริการสปาเพื่อสุขภาพและความงาม จากสมุนไพรไทยของแบรนด์อภัยภูเบศร แก่working hard ที่ต้องการมาฟื้นฟูร่างกาย และดูแลความงาม ด้วยวิถีทางธรรมชาติ
2. เพื่อเป็นสถานที่ให้ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรไทย และศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพรไทย รวมทั้งเป็นสถานที่ทำ Work Shop สำหรับบุคคลที่ต้องการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพและความงาม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3. เพื่อเป็นสถานที่จัดจำหน่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรของอภัยภูเบศร แก่ผู้ที่รักสุขภาพและความงาม หรือ แก่บุคคลที่ต้องการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพและความงาม
4. เพื่อเสนอแนวทางในการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในสำหรับ ศูนย์ฯ สปสมุนไพรรไทย อภัยภูเบศรให้เป็นสถานที่ที่รวบรวมการให้บริการทั้ง 3 อย่างเข้าไว้ด้วยกัน คือ “การบริการ เรียนรู้(ลงมือทำ) จำหน่าย” โดยใช้สมุนไพรไทยอภัยภูเบศรเป็นตัวกลาง

1.4 กลุ่มเป้าหมายของโครงการ

จากการศึกษาวัตถุประสงค์ของโครงการสามารถจำแนกกลุ่มเป้าหมายลักษณะความต้องการและปริมาณของกลุ่มเป้าหมาย โดยสรุปเป็นตารางได้ดังนี้

| ประเภท | ลักษณะและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย |
|---------------------------------|--|
| 1. นักรธุรกิจ และ working women | <ul style="list-style-type: none"> - เป็นเพศหญิง อายุประมาณ 25-45 ปี - เป็นคนที่ทำงานหนัก มีความกดดันสูง - ไม่มีเวลาที่จะดูแลแต่ต้องการฟื้นฟูร่างกายในระยะเวลาสั้นๆ - สนใจในการดูแลสุขภาพและความงามโดยธรรมชาติ |
| 2. คุณหญิง แม่บ้าน | <ul style="list-style-type: none"> - กลุ่มอายุโดยเฉลี่ย ประมาณ 30-45 ปี - มีเวลาว่างจากการดูแลบ้านและลูก - ต้องการมาผ่อนคลายความเครียด |
| 3. คนรุ่นใหม่ | <ul style="list-style-type: none"> - กลุ่มอายุโดยเฉลี่ย ประมาณ 25-50 ปี - ต้องการมานวดเพื่อผ่อนคลาย - ต้องการหาสมุนไพรที่เหมาะสมกับตัวเอง |

ตารางที่ 1 แสดงกลุ่มเป้าหมายของโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.5 ภาพลักษณ์โครงการ

ต้องการเป็นศูนย์กลางสปาสมุนไพร อภัยภูเบศร เป็นศูนย์ที่ส่งเสริมสมุนไพรไทยและการพึ่งพาตนเองโดยใช้สมุนไพรไทยเป็นศูนย์กลาง นอกจากนี้ ยังพัฒนาให้ทีมงานบริการด้านการแพทย์แผนไทย ทั้งศาสตร์การนวด โดยมีความมุ่งมั่นว่าทุกผลิตภัณฑ์และบริการของอภัยภูเบศรจะเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมการพึ่งพาตัวเองของประเทศในด้านยาลดดุลการค้าด้านยาจากต่างประเทศ ช่วยส่งเสริมการยั่งยืนของสภาพแวดล้อม และเพื่อตอบสนองต่อวิถีชีวิตของคนในสังคม

1.6 ที่ตั้งโครงการ

1.6.1 ตำแหน่งที่ตั้งโครงการ

- ลักษณะที่ตั้งของโครงการ

สถานที่ตั้งโครงการ : พื้นที่ว่างระหว่าง คอนโด park view และ ศูนย์ฝึกลูกเรือการบินไทย ตั้งอยู่บนถนน วิทยาดิรั้งสิต กรุงเทพมหานคร 10210 ประเทศไทย



รูปภาพที่ 1 แสดงแผนที่โครงการ

รูปภาพที่ 2 แสดงแผนที่โครงการ

สถานที่ตั้งโครงการอยู่ติดถนนวิทยาดิรั้งสิต ใกล้กับแหล่งชุมชน หมู่บ้านคอนโด และใกล้กับออฟฟิศของการบินไทยสำนักงานใหญ่ และเชื่อมต่อกับถนนแจ้งวัฒนะ ซึ่งเป็นที่ตั้งของศูนย์ราชการ ซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายหลักของโครงการ การเดินทางสะดวก และอีก1ปีจะมีรถไฟฟ้าตัดผ่านทางด้านหน้าโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.7 ลักษณะพึงประสงค์ของที่ตั้ง/อาคาร

- ตั้งอยู่ในตัวเมืองกรุงเทพมหานครที่สามารถให้ความสะดวกแก่นักธุรกิจ working women ที่เข้ามาในโครงการ รวมทั้งมีความเหมาะสมกับภาคลักษณะโครงการ
- การเข้าถึงของโครงการ เนื่องจากโครงการให้ความสำคัญกับนักธุรกิจ และ ผู้ประกอบการสปา การเข้าถึงจะมาโดยรถยนต์ส่วนตัวเป็นหลัก ดังนั้นที่ตั้งโครงการ ควรมีการสัญจรที่สะดวก ไม่มีปัญหาการจราจรมากนัก และถ้าสามารถเข้าถึงได้ง่ายโดยระบบขนส่งสาธารณะ จะเพิ่มกลุ่มเป้าหมายอื่นๆที่มีความสะดวกในการเข้าถึง เช่น รถไฟฟ้าBTS รถไฟฟ้าใต้ดิน MRT เป็นต้น

1.8 การวิเคราะห์ที่ตั้ง/อาคาร

1.8.1 ลักษณะพึงประสงค์ของที่ตั้ง

ข้อพิจารณาในการเลือกการเลือกอาคารและเกณฑ์การเลือกอาคาร

- มีการเชื่อมต่อพื้นที่ภายในและภายนอกได้เป็นอย่างดี
- ภายในอาคารมีกระจกหรือหน้าต่างเป็นจำนวนมากเพื่อเพิ่มการเชื่อมต่อกับพื้นที่ภายนอก
- อาคารสูงไม่เกิน 2 ชั้น เหมาะแก่การพักผ่อน พื้นฟูร่างกาย

1.9 การเข้าถึงโครงการ



รูปภาพที่ 3 แสดงเส้นทางการสัญจร

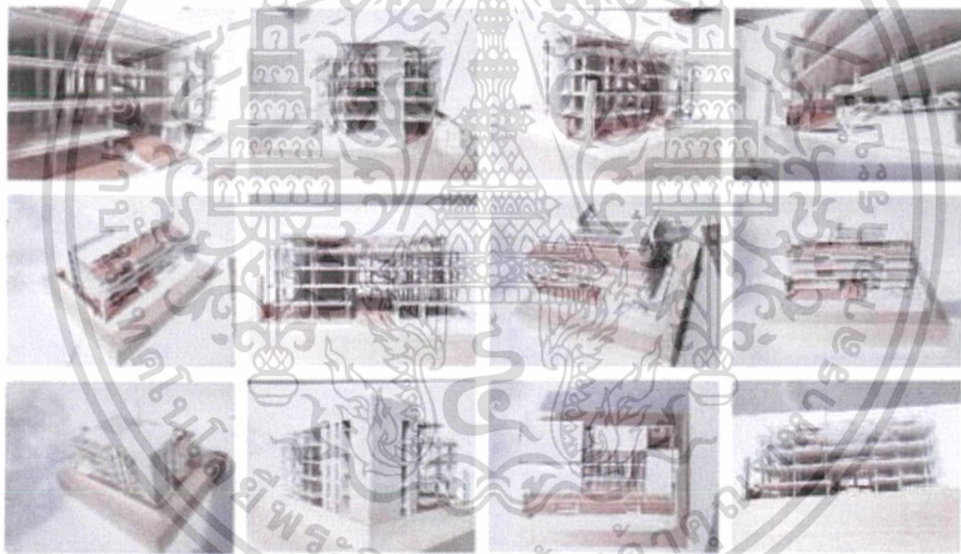
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สถานที่ตั้งโครงการติดถนน local road วิวทิวทัศน์ และเชื่อมต่อกับถนนแจ้งวัฒนะ สามารถเข้าถึงได้สะดวกด้วยรถยนต์ส่วนบุคคล และรถโดยสารสาธารณะ เช่น รถแท็กซี่ รถไฟฟ้าสาย สีแดง ลงสถานีหลักสี่

1.10 ลักษณะที่ตั้งโครงการ

1.10.1 อาคาร The Maze

มีพื้นที่ขนาด 6,900 ตารางเมตร เป็นอาคาร community mall อยู่ในย่านทองหล่อ โครงการ เป็นอาคารขนาด 4 ชั้น และสองชั้นสำหรับที่จอดรถ โดยชั้นที่ 1 และ 2 เป็นโซนอาหาร ชั้น 3 เป็น ร้านเสริมความงามและสปา และชั้น 4 โยคะ สถานออกกำลังกาย และไวน์ & ค็อกเทลบาร์ ภายในอาคารมี พื้นที่เปิดโล่งตรงกลาง เชื่อมต่อชั้นหนึ่งและชั้นสองได้เป็นอย่างดี ภายในมีการออกแบบให้เปิดพื้นที่ ทางเดิน เพื่อประหยัดพลังงาน การตกแต่งภายในและโครงสร้างที่สถาปัตยกรรม เป็นสไตล์ modern



รูปภาพที่ 4 แสดงหุ่นจำลองของอาคาร



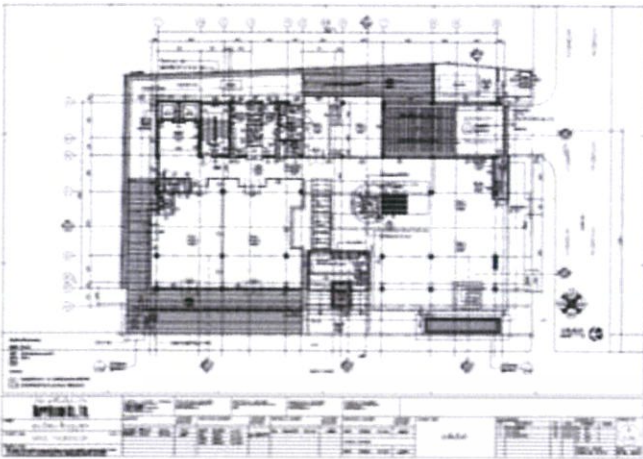
รูปภาพที่ 5 แสดงทางเข้าด้านหน้าอาคาร



รูปภาพที่ 6 แสดงรูปด้านด้านหน้าอาคาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

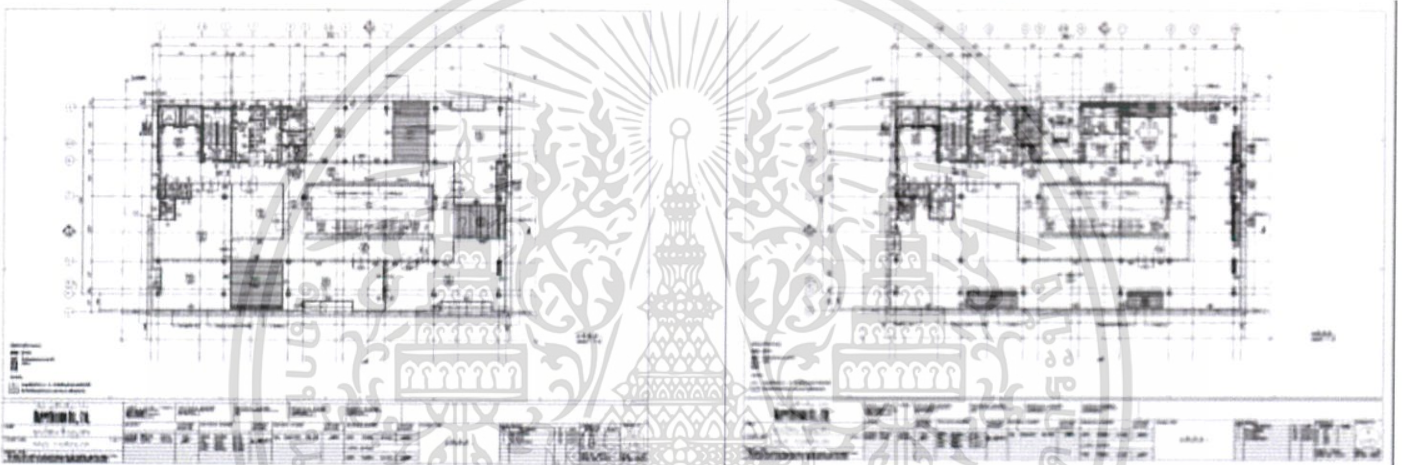
1.10.2 ผังอาคาร The Maze



รูปภาพที่ 7 แสดงผังอาคารชั้น1

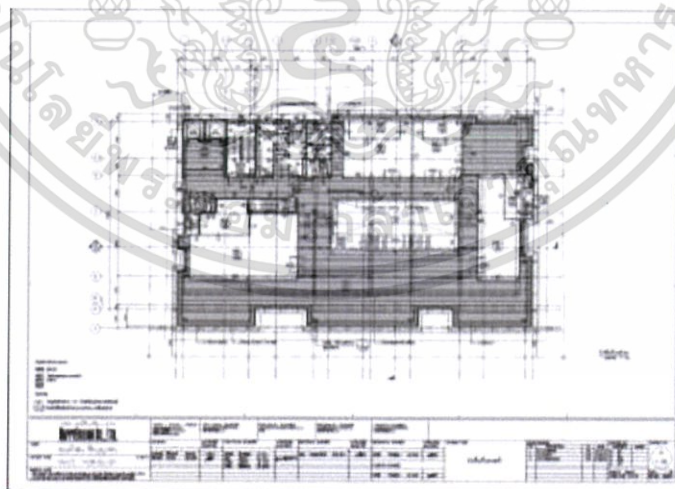


รูปภาพที่ 8 แสดงผัง



รูปภาพที่ 9 แสดงผังอาคารชั้น3

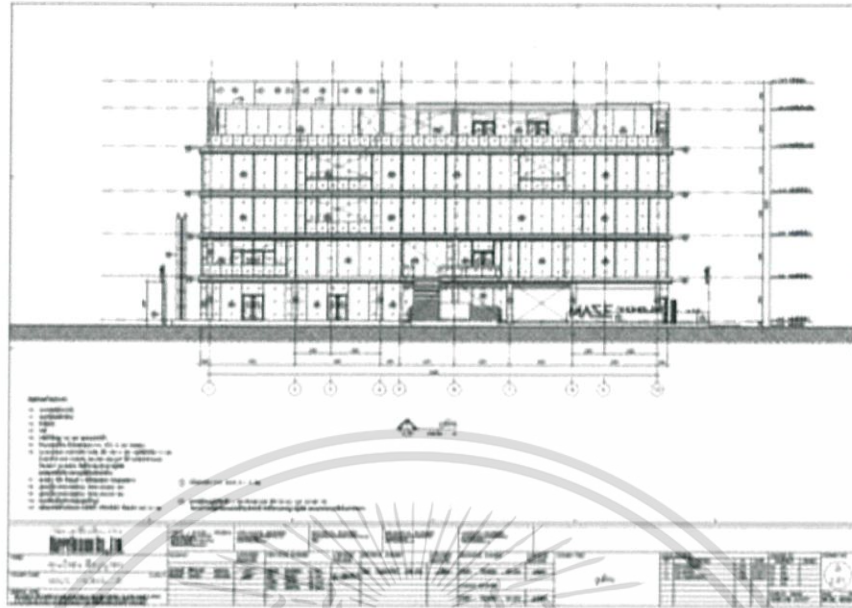
รูปภาพที่ 10 แสดงผังอาคารชั้น4



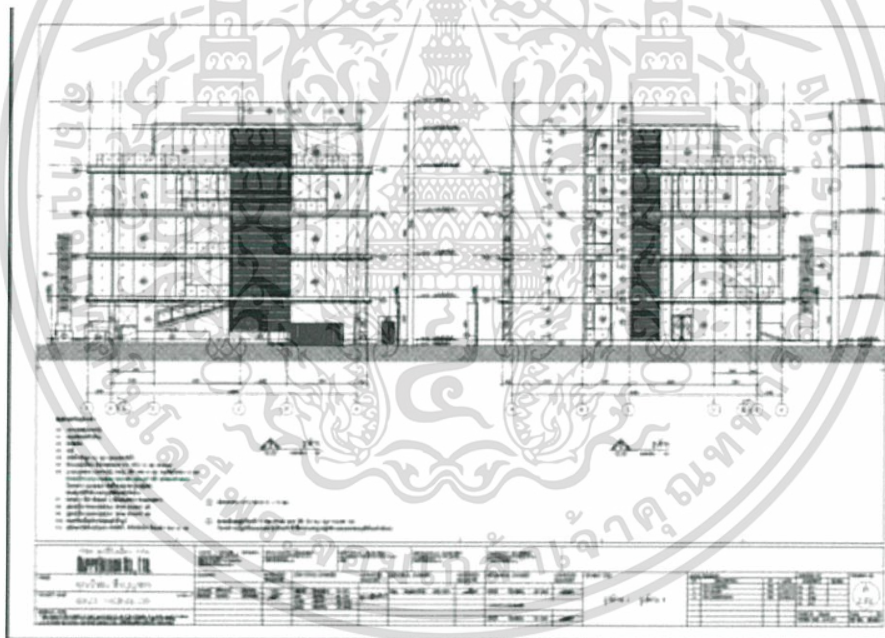
รูปภาพที่ 11 แสดงผังอาคารหลังคา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- รูปด้านอาคาร



รูปภาพที่ 12 แสดงรูปด้านอาคาร



รูปภาพที่ 13 แสดงรูปด้านอาคาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.11 สภาพแวดล้อมโดยรอบอาคาร



รูปภาพที่ 14 ภาพถ่ายดาวเทียมแสดงสภาพแวดล้อมอาคาร

ทิศเหนือ ติดกับ ถนน local road วิทยาลัยรังสิต
 ทิศตะวันออก ติดกับ ศูนย์ฝึกลูกเรือการบินไทย
 ทิศใต้ ติดกับ คอนโดลุมพินี ปาร์ค
 ทิศตะวันตก ติดกับ ชุมชน และ คลองเปรมประชา



รูปภาพที่ 15 รูปภาพทัศนียภาพโดยรอบของพื้นที่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.12 องค์ประกอบโครงการ

จากการพิจารณาจากวัตถุประสงค์และกิจกรรมที่ตอบสนองเพื่อหาค่าองค์ประกอบที่จำเป็นต่อโครงการโดยสรุปเป็นตารางได้ดังนี้

| จุดประสงค์โครงการ | กิจกรรม | องค์ประกอบโครงการ |
|---|--|--|
| 1. เพื่อเป็นสถานที่ให้บริการสปาเพื่อสุขภาพและความงาม จากสมุนไพรไทยของโรงพยาบาลอภัยภูเบศร แก่ working hard ที่ต้องการมาฟื้นฟูร่างกายและดูแลความงาม ด้วยวิธีทางธรรมชาติ | <ul style="list-style-type: none"> - ส่วนให้บริการการนวดเพื่อสุขภาพ - ส่วนให้บริการการบำบัดเพื่อสุขภาพ - ส่วนให้บริการการนวดเพื่อความงาม - ส่วนให้บริการการรักษาเพื่อความสวยงาม | <ul style="list-style-type: none"> <u>ส่วนบริการสาธารณะ</u> - โถงต้อนรับ ส่วนพักผ่อน - ส่วนติดต่อสอบถาม - ส่วนชำระค่าบริการ <u>ส่วนบริการเพื่อสุขภาพ</u> - ห้องให้คำปรึกษา - ห้องนวดแผนไทย - ห้องน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้า - ส่วนพักผ่อน <u>ส่วนบริการเพื่อความงาม</u> - พื้นที่ห้องนวด+พื้นที่แต่งตัว ห้องน้ำ - พื้นที่บริการ treatment - ส่วนพักผ่อน - ส่วนเจ้าหน้าที่ |
| 2. เพื่อเป็นสถานที่ให้ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรไทย รวมทั้งเป็นสถานที่ทำ Work Shop สมุนไพรสำหรับบุคคลที่สนใจสมุนไพรไทย | <ul style="list-style-type: none"> - ส่วนให้บริการความรู้และข้อมูล - รวบรวมหนังสือและสื่อต่างๆ เพื่อให้บริการทางข้อมูล - จัดกิจกรรมรวมกลุ่มให้ผู้ที่สนใจในเรื่องสมุนไพร (Work Shop) - เผยแพร่ความรู้โดยการจัดกิจกรรมสัมมนาวิชาการหรือจัดกิจกรรมต่างๆ | <ul style="list-style-type: none"> <u>ส่วนบริการข้อมูลสมุนไพร</u> - ห้องสมุดสมุนไพร - ส่วนบริการข้อมูลและแลกเปลี่ยนความรู้ - ส่วนพักผ่อน - ส่วนคอมพิวเตอร์ - ส่วนเจ้าหน้าที่ <u>ส่วนบริการส่งเสริมสมุนไพร</u> - ส่วนทำ Work Shop - ห้องจัดบรรยายสัมมนา - ส่วนบริการร้านอาหารและเครื่องดื่ม |

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

| | | |
|---|--|---|
| | | สมุนไพรร |
| 3. เพื่อเป็นสถานที่จัด จำหน่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรร ของอภัยภูเบศร แก่ผู้ที่รัก สุขภาพและความงาม หรือ แก่บุคคลที่ต้องการใช้ สมุนไพรรในการดูแลสุขภาพ และความงาม | - ให้คำปรึกษาด้าน สมุนไพรร - ให้บริการจ่ายยาสมุนไพรร | <u>ส่วนให้บริการจำหน่าย</u> - พื้นที่สำหรับจ่ายยาสมุนไพรร - พื้นที่สำหรับจำหน่ายผลิตภัณฑ์ สมุนไพรร - พื้นที่พักผ่อน |

ตารางที่ 2 แสดงองค์ประกอบของโครงการ



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.13 ขอบเขตและขอบข่ายของโครงการ

ตารางแสดงขอบเขตและขอบข่ายของโครงการ

| ลำดับ | องค์ประกอบ | ขอบข่ายของโครงการ | ขอบเขตของโครงการ | พื้นที่(ตร.ม.) |
|-------|---|-------------------|------------------|----------------|
| 1. | <u>ส่วนบริการสาธารณะ</u> 1.1 โถงต้อนรับ ส่วนพักคอย 1.2 ส่วนติดต่อสอบถาม 1.3 ส่วนชำระค่าบริการ 1.4 พื้นที่จอดรถ | / | / | 177.00 |
| 2. | <u>ส่วนบริการเพื่อสุขภาพ</u> 2.1 ห้องให้คำปรึกษา 2.2 ห้องนัดแผนไทย 2.3 ห้องน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้า 2.4 ส่วนพักคอย | / | / | 367.00 |
| 3. | <u>ส่วนบริการเพื่อความงาม</u> 3.1 พื้นที่ห้องนวด+พื้นที่แต่งตัว ห้องน้ำ 3.2 พื้นที่บริการ treatment 3.3 ส่วนพักคอย 3.4 ส่วนเจ้าหน้าที่ | / | / | 310.80 |
| 4. | <u>ส่วนบริการข้อมูลสมุนไพร</u> 4.1 ห้องสมุดสมุนไพร 4.2 ส่วนบริการข้อมูลและแลกเปลี่ยนความรู้ 4.3 ส่วนพักคอย 4.4 ส่วนคอมพิวเตอร์ 4.5 ส่วนเจ้าหน้าที่ | / | / | 264.22 |

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

| | | | | |
|-------------------------|--|---|---------|--------|
| 5. | ส่วนบริการส่งเสริมสมุนไพร 5.1 ส่วนทำ work shop 5.2 ห้องจัดบรรยายสัมมนา 5.3 ส่วนบริการร้านอาหารและเครื่องดื่ม สมุนไพร | / | / | 118.80 |
| 6. | ส่วนสำนักงานบริหาร 6.1 ฝ่ายบริหาร 6.2 ฝ่ายการธุรการ 6.3 ห้องประชุม 6.4 ห้องจัดเก็บวัสดุ 6.5 พื้นที่ส่วนกลาง | / | - | 100.00 |
| 7. | อื่นๆ 7.1 ส่วนซ่อมบำรุงและทำความสะอาด 7.2 ห้องเครื่องระบบในอาคาร 7.3 ห้องเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย | / | - | 150.00 |
| รวมขนาดพื้นที่ (ตร.ม.) | | | 2342.62 | |

ตารางที่ 3 แสดงขอบเขตและขอบข่ายของโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทที่ 2

2.เอกสารและข้อมูลสนับสนุนโครงการ

2.1 ข้อมูลพื้นฐานของโครงการ

2.1.1 ประวัติความเป็นมาและความหมายของการดูแลสุขภาพแผนตะวันออก

การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม เป็นการดูแลสุขภาพที่มีการบูรณาการความรู้ดั้งเดิมเข้ากับการบำบัด เพื่อส่งเสริมให้เกิดสุขภาพที่ดี และป้องกันรักษาโรค ในปัจจุบันมีการนำการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมไปใช้ในการบำบัดรักษาคนไข้หรือผู้ที่ไม่สบาย ทำให้เกิดเป็นการแพทย์แบบองค์รวมขึ้น (Holistic Medicine) การแพทย์แบบองค์รวมได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายในหลายประเทศ เปรียบเสมือนปรัชญาการสร้างสุขภาพและการรักษาโรค ซึ่งจะพิจารณาองค์ประกอบทุกอย่างของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ นอกจากนี้ยังมุ่งเน้นไปที่การให้ผู้เข้ารับการบำบัดเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการบำบัดรักษา หรือปฏิบัติตนเพื่อให้หายจากโรคภัยด้วยตนเอง จะเห็นได้ว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงบทบาทพฤติกรรมสุขภาพจาก “เชิงรับ” มาเป็น “เชิงรุก” ในบางครั้งเรียกการแพทย์แบบองค์รวม ว่าเป็นการแพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine) โดยไม่ได้จำกัดอยู่ที่วิธีใดวิธีหนึ่ง หากแต่ครอบคลุมถึงการวินิจฉัยโรค การบำบัดรักษา และการส่งเสริมสุขภาพ

สุขภาพ (Well-Being) คือ การมีสุขภาพดี มีความรู้สึกเป็นสุข ความสมดุล ความเป็นองค์รวมของ 4 มิติ คือ กาย จิต สังคม ปัญญาหรือจิตวิญญาณ ที่บูรณาการอยู่ในพัฒนามนุษย์และสังคม เพื่อสร้าง “ความอยู่เย็นเป็นสุข” (ดวงกมล ศักดิ์เลิศสกุล, 2549 อ้างถึงใน กองบรรณาธิการ ไกล่หมอ, 2547)

สำหรับคำจำกัดความของสุขภาพแบบองค์รวมของไทย ตาม (ร่าง) พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ ระบุไว้ว่า เป็นสุขภาพที่สมบูรณ์และเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวม ทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ไม่ได้หมายถึงความไม่พิการและการไม่มีโรคเท่านั้น โดย (ร่าง) พระราชบัญญัติสุขภาพได้จำแนกภูมิปัญญาท้องถิ่นที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพได้เป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

1. ระบบการแพทย์แผนไทย เป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม โดยอาศัยความรู้ ความสามารถ เกี่ยวกับการแพทย์แผนไทยที่ถ่ายทอดและพัฒนาสืบต่อกันมาตั้งแต่ในอดีต เช่น รักษาด้วยการใช้สมุนไพร การนวด ประคบ การใช้ธรรมชาติบำบัด การนั่งสมาธิ
2. ระบบแพทย์พื้นบ้าน คือ ระบบการดูแลสุขภาพกันเองในชุมชน จนเป็นส่วนหนึ่งของวิถีการดำเนินชีวิต

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3. การแพทย์ทางเลือก หมายถึง ระบบการแพทย์อื่นๆที่ไม่ใช่การแพทย์แผนปัจจุบัน การแพทย์แผนไทย หรือการแพทย์พื้นบ้าน เช่น โยคะ ชีกง หรือ การฝังเข็ม

● แนวคิดสุขภาพแบบองค์รวม

คำว่า “องค์รวม” หรือ “Holism” มาจากคำว่า Holos หรือ Whole ในภาษากรีก หมายถึง ความเป็นจริงทั้งหมดหรือความสมบูรณ์ทั้งหมดของสิ่ง (Wholeness) มีเอกลักษณ์และเป็นเอกภาพ (Unity) ที่มีอาจแบ่งแยกเป็นส่วนย่อยได้ (รุจินาถ อรรถสิทธิรัฐ, อ้างในปัจจุบัน เหมหงษา, บรรณาธิการ ,2541 : 48)

ทัศนคติการมองสุขภาพแบบองค์รวมที่ให้ความสำคัญกับทุกมิติที่สัมพันธ์กับชีวิตได้จุดประกายความเคลื่อนไหวของผู้คนในสหรัฐอเมริกาและยุโรปในช่วงครึ่งศตวรรษที่ 20 เนื่องจากข้อจำกัดของการแพทย์ปัจจุบันที่มีทัศนคติการมองสุขภาพแบบแยกส่วน ส่งผลให้ประชาชนจำนวนมากหันมาพึ่งตนเองในการดูแลสุขภาพมากขึ้น เมื่อแนวคิดและกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมได้รับความสนใจอย่างแพร่หลาย มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องทั้งวิธีการและการทดลองเพื่อเสนอทางเลือกใหม่ๆ เช่น การใช้สมุนไพร ธรรมชาติบำบัด การฝังเข็ม เป็นต้น ปัจจุบันแนวคิดแบบองค์รวมถือเป็นกระบวนการทัศนคติใหม่ต่อการมองชีวิตและสุขภาพที่มีบทบาทสำคัญในวงการแพทย์และการสาธารณสุขปัจจุบัน องค์การที่ดำเนินงานด้านสุขภาพแบบองค์รวมในหลายๆ ภูมิภาคทั่วโลกได้ให้ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพองค์รวมไว้ใกล้เคียงกัน

Susan Walter ประธาน American Holistic Health Association กล่าวว่าสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic Health) เป็นเรื่องเกี่ยวข้องกับชีวิตทั้งหมดมากกว่าการเน้นแต่ความเจ็บป่วยหรือการจัดการกับส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย โดยพิจารณาที่ “ตัวคนทั้งคน” ความเกี่ยวเนื่องของร่างกายจิตใจ และจิตวิญญาณ รวมถึงปัจจัยแวดล้อมต่างๆ ที่มีปฏิสัมพันธ์กับคนๆ นั้น และเธอได้เสนอหลักการพื้นฐานของสุขภาพองค์รวมไว้ 5 ประเด็น ดังนี้

1. สุขภาพแบบองค์รวมให้คุณค่าของคำว่า “สุขภาพ” ว่าไม่ใช่เพียงแค่การไม่เจ็บป่วยแต่หมายถึง การปรับ แก้ไข และพัฒนาให้เกิดการมีสุขภาวะที่ดียิ่งอย่างต่อเนื่อง
2. สุขภาพของเราจะเป็นแบบเดียวกับวิถีชีวิตของเราที่เป็นอยู่ การเลือกบริโภคสิ่งใดเข้าสู่ทั้งทางร่างกายและจิตใจจะมีส่วนกำหนดสภาวะสุขภาพกายและใจของบุคคลนั้นๆ
3. การป้องกันและการส่งเสริมสุขภาพเป็นเรื่องสำคัญที่สุด หลักการของสุขภาพแบบองค์รวมจะเน้นการพัฒนาในระดับการมีสุขภาพดีให้สูงขึ้นเรื่อยๆ โดยให้บทวนพฤติกรรมในแต่ละวันที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. สุขภาพแบบองค์รวมเน้นการให้คุณค่าต่อวิถีการดำรงชีวิต การเรียนรู้และการสร้างความรับผิดชอบให้แก่แต่ละบุคคลได้พยายามดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่สมดุลและสมบูรณ์
5. เมื่อเจ็บป่วยจะใช้หลักการสุขภาพแบบองค์รวมในการแลกเปลี่ยนเรื่องการรักษาและการดูแลสุขภาพระหว่างหมอมและคนไข้ โดยการเยียวยาแบบธรรมชาติ และพิจารณาปัจจัยทั้งตัวคนและสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง
(ปัทมาวดี กสิกรรม, 2541:8-9)

สุขภาพ ในมุมมองแบบองค์รวมมิใช่การปราศจากโรคเท่านั้น แต่ว่าสุขภาพ คือสุขภาพของชีวิต(Wellness) หรือคุณภาพชีวิตทั้งหมด ซึ่งสอดคล้องกับการให้คำนิยาม “สุขภาพ” ของ WHO ณ ที่ประชุมนครเจนีวา เมื่อปีค.ศ. 1986 ดังนี้ “Health is a state of complete physical, mental and social well-being, not merely and absence of diseases and infirmity” สุขภาพ หมายถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต และทางสังคม มิใช่เพียงการปราศจากโรคและความพิการเท่านั้น และในที่ประชุมสมัชชา WHO เมื่อพฤษภาคม พ.ศ. 2541 มีการเพิ่มคำว่า “Spiritual well-being” หรือความสุขทางวิญญาณเข้าไปด้วย (ประเวศ วะสี, 2541:4)

2.1.2 ประเภทของโครงการ

การแบ่งประเภทสปาตามคำนิยามของประกาศกระทรวงสาธารณสุขตามพระราชบัญญัติสถานบริการ แก้ไขเพิ่มเติม(ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2546 ได้กำหนดรูปแบบของธุรกิจประเภทสปาไว้ 3 แบบ ดังนี้

1. กิจการสปาเพื่อสุขภาพ
2. กิจการนวดเพื่อสุขภาพ
3. กิจการนวดเพื่อเสริมสวย

กิจการสปาเพื่อสุขภาพ คือ การประกอบกิจการที่ให้การดูแลเสริมสร้างสุขภาพ โดยประกอบไปด้วยบริการหลักและบริการเสริมประเภทต่างๆ

- บริการหลัก ประกอบด้วย การนวดเพื่อสุขภาพและการใช้น้ำเพื่อสุขภาพ
- บริการเสริม คือ กิจกรรมต่างๆ ที่ควรจัดให้มีอยู่ในเมนู เพื่อเป็นการดึงดูดให้ลูกค้าสนใจ ให้มาใช้บริการบ่อยขึ้นและมีความหลากหลายในสปามากขึ้น ตัวอย่างของกิจกรรมต่างๆ เช่น :
 1. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
 2. การทำสมาธิและโยคะ
 3. การอบเพื่อสุขภาพ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. การแพทย์ทางเลือก
5. โภชนบำบัดและการควบคุมอาหาร

ตามคำนิยามของThe International Spa Association (ISPA- พ.ศ. 2538) แบ่งชนิดของสปาออกเป็น 7 ประเภทดังนี้

1. Club Spa

คือ สปาที่ตั้งขึ้นเพื่อให้บริการเฉพาะสมาชิก (Member) โดยเน้นการให้ความสะดวกสบายและครบครันเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ในการออกกำลังกายและดูแลสุขภาพภายในร่างกาย พร้อมกับบริการด้านอื่นๆ

2. Day Spa

คือ สปาที่ตั้งอยู่ในทำเลที่สะดวกต่อการเดินทางสำหรับลูกค้ามาใช้บริการ เช่น ในที่พักอาศัย อาคารพาณิชย์ ห้างสรรพสินค้า หรือตามสนามบิน โปรแกรมการบริการค่อนข้างหลากหลาย ลักษณะผู้มาใช้บริการจะเป็นระยะเวลาสั้นๆ จากการสำรวจพบว่าเป็นสปาที่เปิดให้บริการมากที่สุด

3. Hotel & Resort Spa

คือ สปาที่ตั้งอยู่ภายในหรือในบริเวณเดียวกันกับโรงแรมหรือรีสอร์ท ที่มีสถานที่ออกกำลังกาย อาหาร โปรแกรมบริการมักประกอบด้วย การนวดแบบต่างๆ เพื่อผ่อนคลายสำหรับผู้คนที่ต้องการเปลี่ยนบรรยากาศและหลีกเลี่ยงความจำเจในชีวิตประจำวัน มักจะมีขนาดใหญ่กว่าเมื่อเทียบกับ Day Spa ทั่วไป

4. Cruise Ship Spa

คือ สปาที่ตั้งอยู่ในเรือ โปรแกรมการบริการประกอบด้วย การนวดแบบต่าง ๆ การออกกำลังกายกิจกรรมเพื่อสุขภาพ อาหารเพื่อสุขภาพ

5. Mineral Spring Spa

คือ สปาที่ตั้งอยู่ในสถานที่ที่เป็นแหล่งน้ำพุร้อน หรือน้ำแร่ธรรมชาติ โปรแกรมการบริการจะเน้นการบำบัดโดยการใช้ความร้อนของน้ำ หรือแร่ธาตุต่าง ๆ เช่น ใช้เกลือมาเป็นส่วนหนึ่งในการบำบัดรักษา ตัวอย่างเช่น สปาที่ตั้งอยู่ตามแหล่งบ่อน้ำร้อนในประเทศญี่ปุ่นและรัสเซีย ประเทศไทยมีโอกาสที่จะพัฒนาแหล่งน้ำพุร้อนธรรมชาติหลายแห่งให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวได้เป็นอย่างดีในอนาคต เช่น ที่จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย ระนอง สุราษฎร์ธานี

6. Destination Spa

คือ สปาที่ตั้งขึ้นเพื่อให้การดูแลสุขภาพเป็นหลักโดยมีที่พักอยู่ภายในนั้น มีกิจกรรมเพื่อสุขภาพครบวงจร อาหารสุขภาพ การออกกำลังกาย การให้ความรู้ในด้านต่าง ๆ ผู้มาใช้บริการส่วนใหญ่มักจะมีความต้องการการพักผ่อนอยู่เป็นระยะเวลาสั้นเพื่อผ่อนคลายและปรับปรุงวิถีชีวิตให้ดีขึ้น ปรับความสมดุลของร่างกายและจิตใจ ลดน้ำหนัก ออกกำลังกายที่ถูกต้อง โดยทีมงานที่เชี่ยวชาญจะเป็นผู้พิจารณาจัดโปรแกรมให้เหมาะสมกับลักษณะสุขภาพแต่ละคน มักตั้งอยู่ใกล้แหล่งทรัพยากรทางธรรมชาติ โดยส่วนใหญ่จะใช้ประโยชน์จากแหล่งธรรมชาตินั้นเข้ามาเป็นตัวช่วยในการจัดกิจกรรม เช่น ภูเขา ทะเล น้ำพุร้อน โคลน ฯลฯ



รูปภาพที่ 16 destination spa



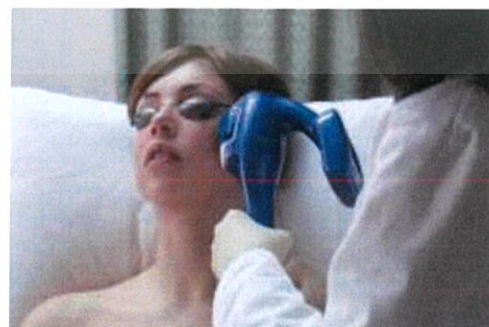
รูปภาพที่ 17 destination spa

7. Medical Spa

คือ สปาที่ตั้งโดย พ.ร.บ.สถานพยาบาล โดยมีแพทย์ และพยาบาลดูแลกำกับ มีวัตถุประสงค์เพื่อบำบัดรักษาสุขภาพและความสวยงาม โปรแกรมการบริการประกอบด้วยโภชนาการบำบัดและอาหารสุขภาพ การออกกำลังกาย กิจกรรมเพื่อสุขภาพ การนวดแบบต่างๆ การบำบัดและดูแลลูกค้าโดยใช้ความรู้ด้านสุขภาพ มีบริการทางการแพทย์ให้เลือก ทั้งแพทย์แผนปัจจุบัน และการแพทย์แผนไทย แผนจีน ฯลฯ มีโปรแกรมการนวดที่รักษาอาการเจ็บป่วย เช่น การนวดกดจุด การบำบัดด้วยสมุนไพร การปรับโครงสร้างร่างกาย การสะกดจิต การฝังเข็ม ศัลยกรรมผิวหนัง การต่อต้านริ้วรอย ผู้มาใช้บริการส่วนใหญ่มักจะมีความต้องการการพักผ่อนระยะยาวและการบำบัดที่ชี้เฉพาะ เช่น การลดน้ำหนัก การออกกำลังกายที่ถูกต้อง การเลิกบุหรี่ เป็นต้น



รูปภาพที่ 18 medical spa



รูปภาพที่ 19 medical spa

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.1.3 ลักษณะเฉพาะของโครงการ

Medical Spa นอกจากบริการทางการแพทย์แล้ว ไทยยังมีศักยภาพสูงในการให้บริการส่งเสริมและสนับสนุนสุขภาพ (Health promotion services) เช่น สปา นวดแผนไทย และธุรกิจความงาม เป็นต้นโดยตั้งแต่ปีพ.ศ. 2547 เป็นต้นมา รัฐบาลไทยได้ให้การสนับสนุนธุรกิจนี้ในสาขาหนึ่ง ด้วยการประกาศนโยบายการพัฒนาประเทศให้เป็นศูนย์กลางสุขภาพนานาชาติ ซึ่งสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติและกระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดวิสัยทัศน์ Thailand as World Class Healthcare Destination โดยธุรกิจบริการส่งเสริมสุขภาพ เป็นหนึ่งในบริการหลักภายใต้แผนยุทธศาสตร์การพัฒนาให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางสุขภาพนานาชาติ

● ธุรกิจสปา

สปา มาจากภาษาละติน ว่า “Sanus per Aquam” หรือ Sanitas per aquas แปลว่า สุขภาพจากสายน้ำ การบำบัดด้วยน้ำ การดูแลสุขภาพโดยการใช้น้ำ ทั้งนี้ จากความเชื่อแลแนวคิดต่างๆ ที่เกี่ยวข้องอาจสรุปความหมายกว้างๆ ได้ว่า สปา คือ การบำบัดด้วยน้ำภายใต้การดูแลของนักบำบัด แพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญ รวมถึงเป็นสถานที่พักผ่อนเพื่อให้ได้มาซึ่งสุขภาพองค์รวมที่ดีจากประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง กำหนดสถานที่เพื่อสุขภาพหรือเพื่อเสริมสวยฯ แบ่งสถานประกอบการออกเป็น 3 ประเภท คือ

2.1.1 กิจการสปาเพื่อสุขภาพ

หมายถึง การประกอบกิจการเพื่อให้การดูแลและเสริมสร้างสุขภาพ โดยมีบริการหลัก คือ การนวดเพื่อสุขภาพและการใช้น้ำเพื่อสุขภาพ และอาจมีบริการเสริมประเภทต่างๆ อาทิ การทำสมาธิและโยคะ การอบเพื่อสุขภาพ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โภชนาการบำบัดและการควบคุมอาหาร การใช้สมุนไพรหรือผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ ตลอดจนการแพทย์ทางเลือกอื่นๆ ประกอบด้วย ซึ่งตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขข้างต้น ได้กำหนดเพิ่มเติมไว้ว่า กิจการฯ ต้องมีบริการหลัก และให้มีบริการเสริมอื่นอีกอย่างน้อย 3 รายการ อาทิ การพอกโคลน การเสริมสวยโยคะ ฯลฯ เป็นต้น

2.1.2 กิจการนวดเพื่อสุขภาพ

หมายถึง การนวดเพื่อการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ความเมื่อยล้าเช่น การนวดแผนไทย (ที่ไม่ใช่การรักษาโรค) และการนวดฝ่าเท้า เป็นต้น

2.1.3 กิจการนวดเพื่อเสริมสวย

หมายถึง การนวดที่มีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมความงาม เช่นการนวดในร้านทำผม / เสริมสวย

ทั้งนี้กิจการทั้ง 3 ประเภทนี้ ต้องอยู่ภายใต้การควบคุมตามกฎหมาย คือ พรบ.การสาธารณสุข และประกาศกระทรวงสาธารณสุข ตาม พรบ. สถานบริการ นอกจากนี้ ในการประกอบกิจการยังมีกฎหมายอื่นๆที่เกี่ยวข้องด้วย อาทิ กฎหมายว่าด้วยการคุ้มครองแรงงาน กฎหมายประกันสังคม พรบ. ภาษีสรรพสามิตกฎหมายว่าด้วยการควบคุมอาคาร ฯลฯ

2.2 นวดแผนไทย

การนวดแผนไทย หมายถึง การรักษาโรคโดยสุขสัมผัสและการกดลงบนร่างกายอย่างมีระบบ และจากการที่นวดแผนไทยสามารถช่วยรักษา/บรรเทาอาการของโรคได้ ส่งผลให้นวดแผนไทย เป็นที่รู้จักไปทั่วโลกโดยเฉพาะในแวดวงกายภาพบำบัด อย่างไรก็ตาม การให้บริการนวดแผนไทยมีปัญหาสำคัญเกี่ยวกับภาพลักษณ์ในทางลบของการให้บริการนวดแผนไทยในประเทศเนื่องจากมีผู้ประกอบการบางรายมีการให้บริการในลักษณะแอบแฝงการค้าบริการทางเพศในกิจการของตน นอกจากนี้ ในการดำเนินธุรกิจสปาและนวดแผนไทยยังมีข้อจำกัดเรื่องการขาดแคลนบุคลากรที่มีคุณภาพ โดยมักเกิดปัญหาการแย่งชิงตัวบุคลากรที่มีความสามารถและความรู้ในการนวดแผนไทยระหว่างผู้ประกอบการในประเทศด้วยกันเอง

2.3 ธุรกิจอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

เนื่องจากสปาในปัจจุบันกินความหมายกว้างมาก โดยรวมถึงกิจกรรมและบริการอื่นๆ ที่ผ่อนคลายร่างกายและจิตใจ เสริมสร้างความเป็นสุขภาพที่ดี จึงทำให้เกิดบริการต่อเนื่องหลายประเภทซึ่งถือเป็นกิจกรรมเสริมของสปา อันได้แก่ เสริมสวย ทำผม อาหารแบบสปา (Spa Cuisine) การล้างพิษ ฯลฯ ความนิยมในธุรกิจสปาไทยช่วยทำให้ผู้ประกอบการรู้จักและคุ้นเคยกับผลิตภัณฑ์สมุนไพรไทยได้อย่างรวดเร็ว ดังนั้น การสนับสนุนธุรกิจสปาไทย ในอีกทางหนึ่งจึงเป็นการส่งเสริมธุรกิจบริการและสินค้าอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ให้เป็นที่ต้องการของตลาดทั้งในประเทศและต่างประเทศมากขึ้น อาทิ การบริโภคผลิตภัณฑ์สมุนไพรไทย อาหารเสริมเพื่อสุขภาพ เครื่องสำอาง สิ่งทอเสื้อผ้า เพอร์นิเจอร์และอุปกรณ์ตกแต่งสถานที่ ซอฟต์แวร์ บริการโฆษณา การตลาดและประชาสัมพันธ์ เป็นต้น



รูปภาพที่ 20 face massage



รูปภาพที่ 21 Thai massage

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.1.4 องค์ประกอบพื้นฐาน

2.1.4.1 เครื่องมือและอุปกรณ์

เครื่องมือ หมายถึง เครื่องที่นำมาใช้งานในสปาเพื่อการทำทรีทเมนท์และบริการให้กับลูกค้า
อุปกรณ์ หมายถึง สิ่งที่นำมาตกแต่งหรือนำมาช่วยเสริมการทำงานในสปาและการใช้เครื่องมือ
 เพื่อให้ การบริการเกิดผลสมบูรณ์ที่สุด

เครื่องมือไฟฟ้าและอุปกรณ์ที่ใช้ในสถานประกอบการสปาเพื่อสุขภาพ(Electrical equipment) มีมากมายหลายชนิดโดยสร้างขึ้นมาเพื่อตอบสนองความต้องการของธุรกิจที่มีการขยายตัวอย่างรวดเร็ว เพื่อความสะดวก ในการใช้งาน ดังนั้นในการที่จะตัดสินใจว่าจำเป็นต้องมีเครื่องมือและอุปกรณ์อะไรบ้างในสถานประกอบการสปา ต้องอาศัยหลักการในการตัดสินใจอย่างถูกต้องและชาญฉลาดโดยต้องคำนึงถึง งบประมาณ ประเภทหรือชนิด ของสปา รูปแบบการตกแต่ง กลุ่มลูกค้าเป้าหมาย ทำเลที่ตั้ง ขนาดของสถานประกอบการสปา และปัจจัยอื่นๆ เป็นส่วนประกอบช่วยในการตัดสินใจ เช่น

- ใช้ที่ไหน มีวิธีการใช้งานอย่างไร
- ใช้แล้วจะเก็บที่ไหน เก็บอย่างไร จะตั้งโชว์หรือเก็บไว้ในตู้ มีพื้นที่เก็บขนาดไหน
- เมื่อซื้อแบบเครื่องเดียวที่มีครบทุกการใช้งาน หากส่วนใดส่วนหนึ่งเสียหรือชำรุดไป ก็จะไม่ มี เครื่อง ใว้ใช้งานเมื่อส่งไปซ่อม
- น้ำหนัก หนัก-เบา เคลื่อนย้ายสะดวก การใช้งานคล่องตัวหรือไม่
- อายุการใช้งาน เมื่อไหร่ต้องซ่อม ราคาซ่อมแต่ละครั้ง ระยะเวลาซ่อม
- มีการอบรมการใช้งานให้หรือไม่ ถ้ามีต้องจ่ายเพิ่มหรือไม่ สถานที่อบรมที่ไหน
- การบริการหลังการขาย
- คู่มือการใช้งาน
- เมื่อซื้อเครื่องมือไฟฟ้ามาจากต่างประเทศต้องตรวจสอบใช้ระบบไฟฟ้า สายไฟ ปลั๊กว่าสามารถใช้ งาน ในประเทศเราได้หรือไม่

ข้อควรระวังในการใช้งานกับเครื่องมือไฟฟ้า (Safety precautions to be observed when using electrical equipment)

1. มีการดูแล บำรุงรักษาเครื่องอย่างถูกต้อง ต่อเนื่องสม่ำเสมอ
2. มีการจัดวางไว้อย่างมั่นคง แข็งแรง
3. ไม่เก็บหรือวางไว้ใกล้กับน้ำหรือของเหลว

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. ไม่สัมผัสกับเครื่องในขณะที่มือเปียก
5. สำรองปลั๊ก ขั้วหลอดไฟ ต้องไม่ฉีกขาด
6. จัดเก็บสายไฟให้เรียบร้อย จะได้ไม่สะดุด
7. ตรวจสอบการใช้งานให้เครื่องอยู่ในสภาพที่ดีไม่ชำรุดอย่างสม่ำเสมอ
8. ไม่ให้ลูกค้าแตะหรือสัมผัสกับเครื่องตามลำพัง ต้องอยู่ภายใต้การดูแลของพนักงานเท่านั้น
9. มีการทดสอบการใช้งานและอธิบายขั้นตอนการทำงานให้ลูกค้าทราบก่อน
10. สำหรับลูกค้าที่มีผิวแพ้ง่ายต้องทดสอบการใช้งานกับผิวก่อนลงมือทำทรีทเม้นท์ทุกครั้ง

- เครื่องมือสำหรับใช้งานในสถานประกอบการสปาเพื่อสุขภาพ

ตู้อบฆ่าเชื้อ (Sterilizer)

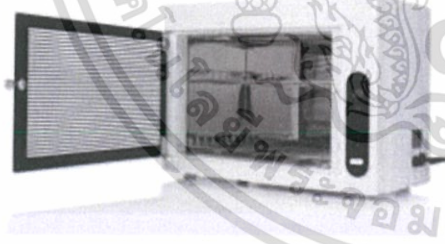
ใช้สำหรับอบฆ่าเชื้อทำให้อุปกรณ์และ เครื่องมือปลอดเชื้อเมื่อนำมาใช้งาน

ตู้อบผ้าร้อน (Hot Towel Cabbies)

ใช้ทำผ้าร้อน/ผ้าอุ่น

ตู้อบเซาน่า (Sauna)

การอบเซาน่าเป็นการอบแห้งในห้องเซาน่า ใช้เทคนิคบำบัดด้วยความร้อนอากาศ ในห้องเซาน่าจะร้อนและแห้ง



รูปภาพที่ 22 ตู้อบผ้าร้อน



รูปภาพที่ 23 ตู้อบเซาน่า

ตู้อบไอน้ำ(Steam)

การอบไอน้ำเป็นการบำบัด ด้วยความร้อนแบบเปียก ให้ความชุ่มชื้นแก่ร่างกาย จะมีความชื้นสูงมากจนเหงื่อไม่สามารถระเหยได้ขณะที่ อบไอน้ำอยู่ ร่างกายจึงไม่สามารถระบายความร้อนออกมาในเวลานั้นเพื่อให้ร่างกายเย็นลงได้ แต่หลังการทำทรีทเม้นท์ จะทำให้เหงื่อออกมาก เครื่องอบไอน้ำ (Steam treatment) มี 2 แบบ คือ แบบตู้อบ (Steam cabinet) และแบบ ห้องอบ (Steam room)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

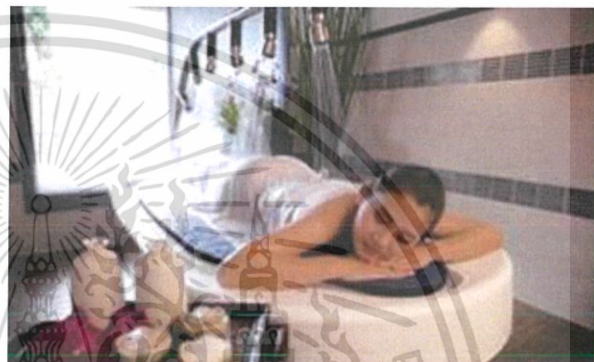
ไฮโดรเธราพี (Hydrotherapy Tubs & Whirlpool)

อ่างใช้สำหรับแช่ตัวในน้ำมีชื่อเรียกหลายชื่อขึ้นอยู่กับประเภทการใช้งาน เช่น

- Hydrotherapy: general term for treatment using water.
- Balneotherapy: treatments using tap water.
- Thalassotherapy: treatments using sea water and sea water products.
- Thermaltherapy: treatments using hot spring mineral water or and therma blanket.
- Algotherapy: treatments using algae.
- Vichy Showers Light, rain like shower



รูปภาพที่ 24 Hydrotherapy



รูปภาพที่ 25 Vichy Showers Light

ผ้าห่มไฟฟ้า/ผ้าห่มความร้อน (Thermal Blanket)

ใช้เป็นเครื่องมือประกอบการพอกเพื่อช่วยในการขับ ของเสียออกจากร่างกายได้ดียิ่งขึ้น หรือช่วยให้ผลิตภัณฑ์ บำรุงผิวทำงานได้ดีขึ้น หรือช่วยทำให้ลูกค้า เกิดความอบอุ่นขณะรับบริการ

เครื่องอบไอน้ำหน้า (Steamer/ Vaporizer)

ช่วยทำให้ เซลผิวอ่อนตัวลง ขยายรูขุมขนให้กว้าง ทำให้ง่ายต่อการขจัด สิ่งสกปรกที่อุดตันใต้ ผิว และบางชนิดสามารถผลิตไอโซน ช่วยในการทำลายเชื้อโรคบนผิวหนังด้วย



รูปภาพที่ 26 Magnifying Lamp



รูปภาพที่ 27 Steamer/ Vaporizer

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หม้อนึ่งและลูกประคบ

ใช้สำหรับ การประคบเพื่อคลายกล้ามเนื้อ สำหรับเทคนิค การนวดของไทยแบบโบราณ



รูปภาพที่ 28 ลูกประคบ

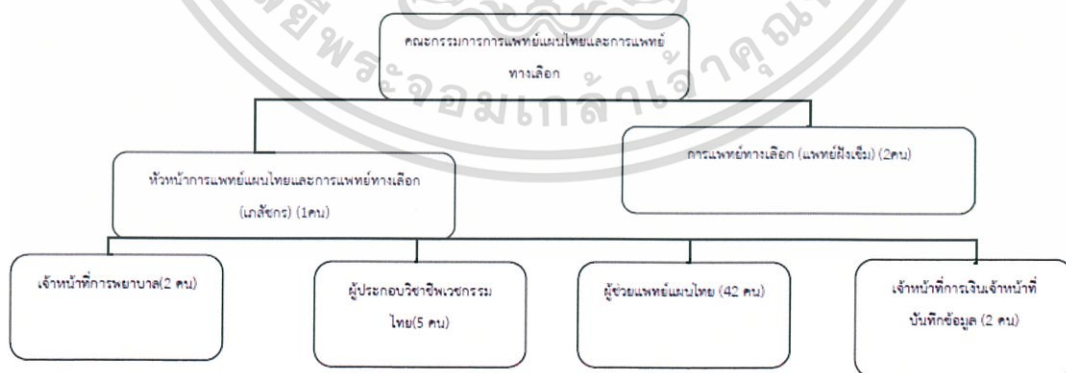
เตียงนวด (Massage bed)

ใช้สำหรับการนวด ประเภทต่างๆ เช่นการนวดหน้า การนวดน้ำมัน การนวดไทย ลักษณะของเตียงจะมีความกว้าง ความยาวแตกต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการใช้งาน



รูปภาพที่ 29 เตียงนวด

2.1.5 สายการบริหารและอัตรากำลังพื้นฐาน



รวมอัตรากำลัง ทั้งหมด 54 คน แต่เฉพาะส่วนเจ้าหน้าที่บริการไม่รวมออฟฟิต

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.1.6 รายละเอียดองค์ประกอบพื้นฐาน

- **ความหมายของการแพทย์แผนไทย**

การแพทย์แผนไทย หมายถึง ปรัชญา องค์ความรู้และวิธีการปฏิบัติ เพื่อการดูแลสุขภาพและการบำบัดรักษาโรค ความเจ็บป่วยของประชาชนไทยแบบดั้งเดิม สอดคล้องกับขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมไทยและวิถีชีวิตแบบไทย วิธีการปฏิบัติของแพทย์แผนไทย ประกอบด้วยการใช้สมุนไพร (ด้วยการต้ม การอบ การประคบ การปั้นเป็นลูกกลอน เป็นต้น) หัตถบำบัด การรักษากระดูกแบบดั้งเดิม และถ่ายทอดประสบการณ์อย่างเป็นระบบ โดยการบอกเล่า การสังเกต การบันทึกและการศึกษาผ่านสถาบันการศึกษาด้านแพทย์แผนไทย

- **ทฤษฎีการแพทย์แผนไทยและแนวทางการรักษา**

ทฤษฎีการแพทย์แผนไทย เป็นองค์รวมที่เน้นธรรมชาติ ความสมดุลในร่างกายและจิตใจ คำนึงพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดโรค เน้นระบาวินิจฉัย อายุ ฤดูกาล เวลา ที่อยู่ และ พันธุกรรม (ธาตุเจ้าเรือน)

- **การวินิจฉัยโรคด้วยแพทย์แผนไทย**

วิธีตรวจและการวินิจฉัยโรคตามแนวทางทฤษฎีการแพทย์แผนไทยพอสรุปได้ดังนี้

1. การซักประวัติบุคคล การแพทย์แผนไทยให้ความสำคัญกับข้อมูลประวัติส่วนตัวของ ผู้ป่วย ได้แก่ วัน เดือน ปีเกิดที่ชัดเจน ที่อยู่อาศัย สถานที่เกิด อายุ อาชีพ ประวัติครอบครัว การวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือน/ธาตุกำเนิด การเจ็บป่วยในอดีตกับฤดูกาลที่เจ็บป่วย อุปนิสัยและพฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุของการเกิดโรค
2. ประวัติของโรค เช่น เริ่มป่วยเมื่อไร อาการเริ่มแรกจนมาพบหมอ อาการหนักเบา ในช่วงเวลาใด การรักษาที่ได้รับก่อนมา
3. การตรวจร่างกาย เช่น ดูรูปร่าง กำลัง สติอารมณ์ ซีพจร ปาก ลิ้น ตา ผิวพรรณ และการตรวจเฉพาะที่ป่วย
4. การตรวจอาการ เช่น วัดปรอท ดูเหงื่อที่ออก ชักถามอุจจาระ ปัสสาวะ อาหารและพฤติกรรมการบริโภค เสียงการนอนหลับ ความรู้สึกต่างๆ (เจ็บคอ ขมปาก เป็นต้น)
5. การวิเคราะห์โรค โดยทำความเข้าใจกับอาการของคนไข้ โดยพิจารณาจากธาตุเจ้าเรือน/ธาตุกำเนิด ฤดูกาลและเวลาที่มีการเจ็บป่วย ช่วงอายุ ที่อยู่อาศัย และพฤติกรรมที่สงสัยเป็นมูลเหตุก่อโรค เมื่อวิเคราะห์โรคได้แล้วจึงจะทำการรักษาต่อไป

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- **สาเหตุการเจ็บป่วยตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย**

นอกเหนือจากความเชื่อเกี่ยวกับสิ่งที่เหนือธรรมชาติแล้ว การแพทย์แผนไทยเชื่อว่าสาเหตุแห่งการเจ็บป่วยเกิดจากอิทธิพลดังต่อไปนี้

1. มูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4
2. อิทธิพลของฤดูกาล
3. อายุที่เปลี่ยนไปตามวัย
4. อิทธิพลของกาลเวลาและสุริยะจักรวาล
5. ถิ่นที่อยู่อาศัย
6. พฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุก่อโรค

- **ธาตุเจ้าเรือน**

ธาตุเจ้าเรือน หมายถึง ลักษณะที่หมายรวมถึงบุคลิกและอุปนิสัยที่ติดตัวมาตั้งแต่แรกเกิดและอาจเปลี่ยนแปลงได้ในภายหลัง ซึ่งได้อิทธิพลมาจากการเลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อม ในทฤษฎีการแพทย์แผนไทยเชื่อว่า การเกิดชีวิตใหม่จะเกิดขึ้นได้ต้องมีพ่อแม่ที่มีลักษณะของหญิงชายครบถ้วน หมายถึง พ่อมีลักษณะของชายครบ และแม่มีลักษณะของหญิงครบ โดยให้ความหมายของชีวิตไว้ว่า ชีวิตคือชั้น 5 อันได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ

จะเห็นได้ว่าชีวิตคือชั้น 5 ซึ่งคือร่างกายและจิตใจนั่นเอง มนุษย์ที่เกิดมาต่างก็มีชีวิตแตกต่างกันไป มีรูปร่างหน้าตาแตกต่างกัน มีความรู้สึกนึกคิดและจิตสำนึก ความรู้แจ้งทางอารมณ์ หรือที่เรียกว่าวิญญาณที่แตกต่างกันไป ทางการแพทย์แผนปัจจุบันเชื่อว่า การที่มีความแตกต่างและความเหมือนกัน ถูกกำหนดโดยสารพันธุกรรมที่เรียกว่า “ดีเอ็นเอ” เป็นรหัสของชีวิตที่มนุษย์ได้รับการถ่ายทอดจากมารดาและบิดา เป็นลักษณะต่างๆ ไปของมนุษย์

การแพทย์แผนไทยเป็นการแพทย์แบบองค์รวม จึงต้องพิจารณาปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆ ควบคู่ไปกับการรักษา ดังนี้

1. ปัจจัยที่ธรรมชาติกำหนด ได้แก่ ธาตุเจ้าเรือน ฤดูกาล สุริยะจักรวาล ความอนิจจัง การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้
2. ปรับปรุงพฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุเกิดโรค โดยใช้หลักธรรมานามัยซึ่งประกอบด้วย กายานามัย จิตตานามัย และชีวิตานามัย (ซึ่งจะกล่าวต่อไป)
3. การรักษาด้วยการใช้อาหารหรือยาสมุนไพร เพื่อปรับให้ธาตุสมดุล
4. การรักษาด้วยการนวด อบสมุนไพร ประคบสมุนไพร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

จะเห็นได้ว่าทฤษฎีการแพทย์แผนไทยที่กล่าวมานั้นเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ และเป็นการดูแลแบบองค์รวม ซึ่งคนไทยในอดีตได้ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง และถ่ายทอดภูมิปัญญากันมานานนับพันปี เป็นสิ่งที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตและสิ่งแวดล้อมของคนไทยในการดูแลสุขภาพสมดุลแห่งสุขภาพ

การใช้อยาสุมุนไพร โดยมีวิธีต่างๆดังนี้

- ยาหม้อ เป็นการรักษาโดยใช้อยาสุมุนไพรที่เหมาะสมกับโรคหรืออาการของแต่ละคน โดยยาจะปรุงตามสูตรตำรายาที่ตกทอดกันมา
- การอบสมุนไพร เป็นการอบแบบอบไอน้ำ โดยวิธีการต้มสมุนไพรแล้วรมไอน้ำแก่ผู้บำบัดเป็นการเปิดรูขุมขน ขับของเสียจากร่างกายรวมทั้งเป็นการรับยาเข้าสู่ผิวหนังโดยการสูดกับซึมเข้าทางผิวหนัง
- การประคบ เป็นการนำเอาสมุนไพรหลายชนิดที่มีสรรพคุณในการแก้ฟกช้ำและ การปวดเมื่อย โขลกพอแหลก ห่อใส่ในผ้า ก่อนการใช้เอาไปนึ่งให้ร้อน นำไปประคบในจุดที่ปวดเมื่อย สามารถใช้คู่กับการนวดได้
- การทำเป็นยาผงหรือยา ลูกกลอน
- ยาใช้ภายนอก เช่น ยาต้ม น้ำมันไหล

การใช้หัตถบำบัด มีดังนี้

- นวดไทยเป็นการดูแลสุขภาพและการรักษาความเจ็บป่วย การนวดทำให้เลือดไหลเวียน คลายเส้น แก้ปวดเมื่อยล้า
- การนวดฝ่าเท้า การนวดฝ่าเท้าเป็นการวินิจฉัยและรักษาโรคที่ชาวตะวันออก จีน อินเดีย ใช้กันมานานกว่า 300 ปีก่อนคริสตกาลและคงเกิดมาพร้อมกับการกดจุดฝังเข็ม การกดนวดจุดบริเวณใด บริเวณหนึ่งบนฝ่าเท้าจะเป็นการกระตุ้นอวัยวะต่างๆที่สัมพันธ์กัน หากเกิดการเจ็บป่วยหรือผิดปกติที่ส่วนใดของร่างกาย จุดที่สัมพันธ์บนฝ่าเท้าจะเกิดปมใต้ผิวหนัง เรียกว่า “Crystalline” หรือ “Gritty” เมื่อกดที่ปมจะรู้สึกเจ็บมาก สถาบันการแพทย์แผนไทยได้สนับสนุนการนวดฝ่าเท้าเพื่อใช้ในการส่งเสริมสุขภาพ



รูปภาพที่ 30 วิธีการนวดตามธาตุเจ้าเรือน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- **ความหมายของการแพทย์แผนจีน**

การแพทย์แผนจีน มีประวัติยาวนานมากกว่า 5000 ปี เริ่มเกิดขึ้นตั้งแต่มีมนุษย์ชาติ เกิดมาจากการจัดเจนในการต่อสู้ เพื่อดำรงชีวิตท่ามกลางธรรมชาติ และโรคร้ายไข้เจ็บที่คอยเบียดเบียน ผ่านการบันทึกตกทอดมาตามยุคสมัย จากคนรุ่นแล้วรุ่นเล่า รวบรวม กลั่นกรองสรุปยกระดับให้เป็นระบบ นำเอาปรัชญาโบราณ ผสมผสานเข้ากับความรู้ทางวิทยาศาสตร์ธรรมชาติ และวิทยาศาสตร์สังคม จนกลายเป็นทฤษฎีพื้นฐาน ให้แพทย์รุ่นหลังได้ยึดถือเป็นบรรทัดฐานในการปฏิบัติเรื่อยมา ทฤษฎีที่สำคัญตามหลักแพทย์แผนจีน คือ

ทฤษฎีองค์รวม (ทฤษฎีเจิงที่กวนเนี่ยน) ร่างกายของมนุษย์เป็นองค์รวม หมายถึง การทำงานของระบบต่างๆในร่างกายมนุษย์ล้วนเกี่ยวเนื่องกันไม่แบ่งแยกจากกัน (หัวอวัยวะต้น , หกอวัยวะกลางและอวัยวะพิเศษ) ทุกอวัยวะมีหน้าที่รับมา และส่งต่อ ที่แตกต่างกัน แต่ทุกส่วนก็ล้วนเกี่ยวเนื่องกันอย่างลึกซึ้งและทำงานร่วมกัน หากขาดอวัยวะใดอวัยวะหนึ่งไปร่างกายก็ไม่สามารถจะดำรงอยู่ได้ ซึ่งการทราบถึงทฤษฎีองค์รวมนี้จะนำไปสู่การวินิจฉัยหาเหตุปัจจัยก่อโรคและหลักการรักษาโรคต่อไป (ทฤษฎีเจิงที่กวนเนี่ยนและเปี่ยนเจิงลุ่นจื่อ)

- **การรักษาแบบแพทย์แผนจีน**

การรักษาแบบแพทย์แผนจีน แบ่งออกเป็น 6 วิธี คือ การกด-ดูดสูญญากาศ โดยใช้ความร้อนผิวหนัง หรือการเจาะ เช่น การผลิกตัวแล้วฉีดทำเส้นยึดที่หลังก็ทำการเจาะที่ข้อพับด้านหลังให้กล้ามเนื้อคลาย ให้เลือดไหลเวียนได้และเส้นกลับเข้าที่ได้อีก , การฝังเข็ม , การนวด เช่นการนวดแบบทุยหนา (推拿) การจับเส้น , การรักษาโดยการออกกำลังกายแบบซิงกง , การใช้อาหาร และ สูดทำย การไชยาจีน

การฝังเข็ม

การใช้เข็มปักลงไปบนจุดฝังเข็มตามร่างกาย การฝังเข็มรักษาโรคให้หายได้ โดยผ่านจุดฝังเข็มที่อยู่บนเส้นลมปราณ ซึ่งเป็นเส้นทางไหลเวียนและลำเลียงของพลัง, เลือด และของเหลวในร่างกายรวมทั้งเชื่อมโยงอวัยวะภายในและเนื้อเยื่อต่างๆทำให้การไหลเวียนและลำเลียงไม่ติดขัด อวัยวะและเนื้อเยื่อทำงานประสานกลมกลืนกัน โดยในปัจจุบันมีการใช้เครื่องอบความร้อนและเครื่องกระตุ้นไฟฟ้าเพื่อช่วยเสริมประสิทธิภาพ

การเปิดตำรับยาจีน

การใช้ยาจีนเกิดจากการลองผิดลองถูก การจดบันทึกฤทธิ์ต่างๆของยาแต่ละตัวไว้โดยปรมาจารย์ของยาจีนจนเกิดเป็นคัมภีร์ เส้นหนงเป็นเฉ่าจิง อธิบายถึงรูปร่าง ลักษณะของยา การออกฤทธิ์และรสของยา สรรพคุณที่ใช้ในการรักษา โดยการเปิดตำรับยาจีนแพทย์จะเลือกใช้ยาจีนเพื่อรักษาโรคตามสาเหตุปัจจัยการก่อโรคโดยการเลือกใช้ยาหลายๆตัว ทั้งยาที่มีสรรพคุณเหมือนกันใกล้เคียงกันเพื่อช่วยเสริมฤทธิ์ยา และยาที่ฤทธิ์ตรงข้ามกันเพื่อลดพิษที่เกิดจากยาตัวอื่นมาเข้าตำรับ เพื่อให้มีคุณสมบัติในการรักษาโรคต่างๆ ยาจีนในปัจจุบันมีทั้งยาต้ม ยาเม็ดลูกกลอน ยาแคปซูล และยาผง

การครอบแก้ว (Cupping)

ใช้แก้วครอบลงบนผิวหนังจากนั้นจึงลดความดันภายใน โดยการใช้ความร้อนหรือการดูดอากาศออก จนผิวหนังและกล้ามเนื้อถูกดูดเข้าไปในแก้ว สามารถช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของเลือดในบริเวณที่มีการติดขัดทำให้เลือดและพลังมีการไหลเวียนที่ดีขึ้น เสมือนเป็นดีท็อกซ์ทางผิวหนัง สามารถรักษาอาการปวด โดยเฉพาะบริเวณ บ่า หลัง การครอบแก้วก็ยังแบ่งได้หลายประเภท อาทิ เช่น โจ้วก้วน ส่านก้วน หลิวก้วน หลิวเงินปาก้วน เป็นต้น

การนวดทุยหนา

ทุย คือ การผลัก หนา คือ การเหยียบกล้ามเนื้อ รวมแล้วคือการนวดตามศาสตร์แพทย์แผนจีน ใช้วิธีการนวดโดยเฉพาะในจุดตำแหน่งบนร่างกาย จะต้องทำไปอย่างต่อเนื่องมีพลัง ใช้แรงสม่ำเสมอ ละมุนละม่อมและลุ่มลึก วิธีการนวดนั้น มีหลายอย่างที่นิยมใช้กันมี วิธีการผลัก การกด การกดด้วยนิ้วเดียว การคลึง การเหยียบ การสั่น การตบ การถู เป็นต้น การนวดทุยหนาและการกดจุดสามารถใช้ในการบำรุงสุขภาพ เช่นการนวดตา การนวดแขนขา การนวดเพื่อบำรุงกระเพาะอาหารและการนวดเพื่อสงบจิตใจ เป็นต้น สรรพคุณของการนวดทุยหนา คือ เสริมสมรรถนะของอวัยวะภายในร่างกาย , ทำให้เลือดลมหมุนเวียนได้ดี , ปรับและเสริมกล้ามเนื้อ เอ็นและไขข้อให้แข็งแรงขึ้น และสามารถเพิ่มภูมิต้านทานร่างกายได้อีกด้วย

การกวาซา

การบำบัดด้วยการดูดผิวหนังใช้เขาสัตว์หรือหยก มาดูดผิวหนังเพื่อขับพิษ กวาซาจะช่วยกระตุ้นการหมุนเวียนของโลหิตภายใต้ผิวหนัง ขยายรูขุมขนให้เปิดกว้าง ทำให้ร่างกายผลิตเซลล์เก่า

สร้างเซลล์ใหม่ และขับพิษออกทางต่อมเหงื่อ ทำให้ร่างกายมีการปรับสมดุล ช่วยฟื้นฟูสมรรถนะของระบบภูมิคุ้มกันต้านโรคให้แข็งแรง ได้ผลดีในการรักษา เป็นไข้ตัวร้อน ปวดเมื่อย หรือขาดตามร่างกาย

โกศจุฬาลัมพา

เป็นไม้ล้มลุก สูงได้ถึง 1.5 เมตร รากมีกลิ่นหอม ใบเดี่ยว ใช้ใบตากแห้งมาบดอัดแท่ง การรักษาใช้ไฟจุดที่ปลายแท่งโกฐฯ และนำปลายแท่งโกฐฯ ไปรมบริเวณจุดฝังเข็มและจุดที่ต้องการ โดยให้ความร้อน และน้ำมันหอมระเหยจากแท่งโกฐฯออกฤทธิ์ในการรักษา การใช้โกฐจุฬาลัมพารมตามจุดฝังเข็มเฉพาะนอกจากการรักษาโรคแล้วยังสามารถใช้ดูแล สร้างเสริมสุขภาพให้แข็งแรง ชาวจีนจึงมีความเชื่อว่าจะทำให้มีอายุวัฒนะได้อีกด้วย

- การส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย

โยคะ

คือ การบริหารกาย ลมหายใจ และ การผ่อนคลาย (อาสนะ และ พรารณายาม) โดยเว้นหรือข้ามส่วนที่เป็นการฝึกจิตโดยตรง ขณะเดียวกันยังคงแผ่เมตตาแห่ง การฝึกจิตโดยอ้อมอยู่อย่างครบถ้วน เพื่อให้เกิดความสมดุลในร่างกายเรา การฝึกโยคะจะประกอบไปด้วยส่วนที่สำคัญ 3 อย่าง ได้แก่ การออกกำลังกายหรือการฝึกท่าโยคะ การหายใจหรือลมปราณ การทำสมาธิ การฝึกท่าโยคะจะกระตุ้น อวัยวะและต่อมต่างๆในร่างกายทางานดีขึ้นสุขภาพจึงดีขึ้น การหายใจเป็นแห่งก่อให้เกิดพลังของชีวิต การควบคุมการหายใจจะทำให้จิตใจและสุขภาพดีขึ้น การฝึกท่าโยคะและการหายใจจะเป็นพื้นฐานในการทำสมาธิ หากท่านได้ฝึกทั้งสามอย่างจะทำให้ผู้ฝึกมีสุขภาพที่แข็งแรง จิตใจผ่องใสและเข้มแข็ง

การฝึกโยคะนั้นต่างจากการออกกำลังกายแบบอื่นๆ ที่เป็นที่ยอมรับกัน เช่น แอโรบิก ยกน้ำหนัก หรือวิ่งอย่างสิ้นเชิง การฝึกอาสนะไม่ใช่การพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ หรือความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหัวใจ แต่โยคะมีจุดประสงค์เพื่อฟื้นฟูจิตใจของกายให้กับมาสู่ความเป็นสภาวะความเป็นอยู่ที่ดี ผ่อนคลายและตื่นตัวอยู่เสมอ



รูปภาพที่ 31 ท่าโยคะ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ไทเก๊ก

การออกกำลังกายแบบไทเก๊ก ซึ่งเป็นภูมิปัญญาของชาวตะวันออก ที่มีศิลปะการรำเฉพาะแบบ เป็นวิธีการปรับสมดุลทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้ผสมผสานกลมกลืน เพื่อความสมดุลของระบบการใช้พลังงานในร่างกาย เป็นการออกกำลังกายที่มีการเคลื่อนไหวด้วยวิธีการหดและคลายกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกายให้เข้าจังหวะ การใช้ท่าต่างๆ และเป็นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีที่สุดอีกวิธี

ชี่กง

เป็นการฝึกพลังแท้เรียกว่า “หยวนชี่” เรียกสั้นๆว่า ชี่ (qi) sหรือ พลังชีวิต ชี่กงเป็นการออกกำลังกายของจีนโบราณ เป็นการบำบัดตัวเอง สร้างการไหลเวียนของพลังชีวิตให้ไหลตามเส้นพลังในร่างกาย เป็นการฝึกการหายใจ อย่างสมดุลก่อให้เกิดพลังและการเปลี่ยนแปลงในร่างกาย

- โรค office syndrome

ออฟฟิศซินโดรม (Office syndrome) หรือ คอมพิวเตอร์ซินโดรม (Computer syndrome) เป็นกลุ่มอาการที่เกิดจากระบบต่างๆ ในร่างกาย เช่น ระบบกล้ามเนื้อและโครงสร้าง ระบบสายตา และการมองเห็น ระบบการย่อยอาหารและการดูดซึม ระบบฮอร์โมน หรือระบบหัวใจและหลอดเลือดทำงานผิดปกติ เนื่องจากธรรมชาติของมนุษย์ไม่ได้ถูกสร้างมาให้ ร่างกายอยู่นิ่งๆ ดังนั้นคนที่มีพฤติกรรมที่ต้องนั่งนิ่งๆ อยู่กับที่เป็นเวลานานๆ ร่วมกับการไม่ได้ออกกำลังกายและการรับประทานอาหารที่ไม่มีคุณภาพ จึงมีโอกาสเป็นออฟฟิศ ซินโดรมได้ทั้งหมด ปัจจุบันออฟฟิศซินโดรม เป็นกลุ่มอาการฮิตติดอันดับของประเทศไทยไปแล้ว โดยไม่ได้เกิดเฉพาะกลุ่มคนทำงานเท่านั้น ยังรวมไปถึงเด็กๆ ที่ติดเล่นเกมสบนคอมพิวเตอร์ หรือ สมาร์ทโฟนต่างๆ ทำให้ โครงสร้าง ร่างกายไม่ได้พัฒนาอย่างสมบูรณ์เหมือนเด็กสมัยก่อนที่มีกิจกรรมกลางแจ้ง เช่น วิ่งเล่น เตะฟุตบอล เป็นต้น ดังนั้น “ออฟฟิศซินโดรม เป็นเหมือนภัยมืด” ที่ค่อยๆ เข้ามาคุกคามชีวิตโดยไม่รู้ตัว อาการของ โรคมักจะดำเนินไปอย่างช้าๆ อย่างค่อยเป็นค่อยไปควบคู่กับร่างกายที่มี ความเสื่อมสภาพตามอายุ จนกลายเป็นภาวะเรื้อรังที่มีความรุนแรงขึ้น ตามอายุที่เพิ่มขึ้น

(<http://www.pt.or.th/knowledge/hu1.pdf> , บทความเรื่อง ออฟฟิศซินโดรม)

ในที่นี้จะขอยกตัวอย่างออฟฟิศ ซินโดรมที่เกิดจากความผิดปกติของระบบกล้ามเนื้อและโครงสร้าง (Musculoskeletal disorders) อาการแสดง ได้แก่ อาการปวด เจ็บ ชา หรืออ่อนแรงตามบริเวณต่างๆ ของร่างกายที่ถูกใช้งานแบบคงค้างหรือมีการเคลื่อนไหวช้าๆ เป็นระยะเวลาอันเป็นประจำ บริเวณที่พบบ่อยมักเป็นกล้ามเนื้อที่ใช้ในการทรงท่าทางระหว่างการทำงาน เช่น กล้ามเนื้อ

บริเวณคอ บ่า หลัง หรือเส้นประสาทบริเวณหน้าข้อมือและเอ็นกล้ามเนื้อหน้าข้อมือที่ถูกกดทับขณะใช้เมาส์หรือใช้คีย์บอร์ดเวลาพิมพ์งาน หรือข้อมืออยู่ในท่าบิดเอียงผิดจากแนวธรรมชาติ เป็นต้น ความรุนแรงของอาการแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 คุณจะมีอาการปวดเมื่อยล้า ในบริเวณที่ถูกใช้งานเป็นประจำ หลังจากทำงานต่อเนื่อง 3-4 ชั่วโมง และอาการจะหายไปทันที เมื่อมีการเปลี่ยนท่าทางหรือปรับเปลี่ยนอิริยาบถ ถ้าหากไปพบแพทย์อาจตรวจไม่พบความผิดปกติโครงสร้างร่างกาย แต่เป็นเพียงความรำคาญหรือหงุดหงิดกับอาการเมื่อยล้าเท่านั้น เพราะเคยทำงานได้เป็นระยะเวลาช้านานได้โดยไม่มีอาการ

ระยะที่ 2 คุณจะมีอาการปวด เมื่อยล้า ชา หรืออ่อนแรง หลังจากทำงานไประยะเวลาสั้นๆ ประมาณ 1-2 ชั่วโมง ต้องลุกเปลี่ยนอิริยาบถบ่อยครั้ง และอาการมักจะเป็นนานไม่หายไปทันที เมื่อเปลี่ยนท่าทาง และอาจรบกวนการนอนหลับบ้าง หลังจากนอนพักอาการจะทุเลาลงบ้างเล็กน้อย และอาจมีอาการปวดตึงเมื่อตื่นนอน พอได้ลุกขึ้นมาเคลื่อนไหวอาการเหมือนดีขึ้น แต่พอมาทำงานท่าเดิมๆ สักพักอาการก็กลับแย่งลง ระยะนี้ถ้าคุณดูแลตัวเองดีทำตามคำแนะนำของแพทย์หรือนักกายภาพบำบัดที่เชี่ยวชาญ คุณจะสามารถกลับมาหายเป็นปกติได้

ระยะที่ 3 อาการปวด เจ็บ ชา หรืออ่อนแรงจะมากขึ้นและเร็วขึ้นเรื่อยๆ จนกระทั่งมีอาการตลอดเวลา แม้ว่าจะแค่เพียงทำกิจวัตรประจำวันเล็กๆ น้อยๆ ก็ปวดจนแทบทนทำต่อไม่ได้ คุณอาจจะต้องขอลาออกจากงาน เพราะไม่สามารถทนทำงานในหน้าที่ต่อไปได้อีก อาการปวดรบกวนการนอนของคุณมาก จนคุณพักผ่อนไม่เพียงพอ จำเป็นต้องหยุดงานเพื่อรักษาตนเองอย่างจริงจังและต้องใช้เวลาในการฟื้นฟูสภาพร่างกายยาวนาน

โรคออฟฟิศซินโดรมสามารถรักษาได้ง่ายๆ เพียงแค่ปรับพฤติกรรมการใช้ชีวิต และ รู้จักวิธีการผ่อนคลายความตึงเครียดต่างๆ ปรับเปลี่ยนท่าทางไม่นั่งทำงานเป็นเวลานานๆหลายชั่วโมง ก็จะช่วยให้อาการหายไปและหายจากอาการเจ็บป่วยในโรคออฟฟิศซินโดรม

2.2 กรณีศึกษาเปรียบเทียบ

กรณีศึกษาลักษณะตัวอย่าง จะเลือกโครงการที่มีลักษณะใกล้เคียงกันในด้านวัตถุประสงค์ของโครงการ หรืออาจจะเลือกศึกษาโครงการประเภทใกล้เคียงทางด้านการใช้งาน มีหัวข้อในกรณีศึกษาดังนี้

- ศึกษาข้อมูลคอร์สสปาและองค์ประกอบในแต่ละแห่ง
- ศึกษาองค์ประกอบของการเรียนการสอน work shop
- ศึกษาลักษณะของการออกแบบการวางแนวคิดในการออกแบบ

- กรณีศึกษาคอร์สสปา

2.3.1 การแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร

2.3.2 ชีวศาสตร์อินเทอร์เนชันแนลเฮลท์รีสอร์ท

- กรณีศึกษา work shop

2.3.4 สมาคมพัฒนาศิลปาชีพ

2.3.5 โรงเรียนสอนวิชาชีพความงามและสุขภาพสปา ชีวศาสตร์

2.2.1 การแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร

- สถานที่ตั้ง 32/7 หมู่12 ตำบล ท่างาม อำเภอบางบาล จังหวัด พระนครศรีอยุธยา 25000
- ลักษณะและวัตถุประสงค์ของโครงการ ผสมผสานและพัฒนากิจการแพทย์แผนไทยเข้าสู่ระบบบริการสาธารณสุข จัดบริการสาธารณสุข จัดบริการด้านการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกประสิทธิภาพ ได้มาตรฐานวิชาชีพ ผู้รับบริการพึงพอใจ

1. ดูแลผู้ป่วยด้วยการแพทย์ผสมผสาน
2. บริการครอบคลุมมิติการส่งเสริม รักษา ป้องกันและฟื้นฟูสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร
3. พัฒนางานวิจัยด้านการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร
4. พัฒนาฝึกอบรมความรู้แก่บุคลากรและประชาชนทั่วไปด้านการแพทย์แผนไทย

- กลุ่มเป้าหมาย เป็นบุคคลทั่วไปส่วนใหญ่ผู้ที่มาใช้งานจะเป็นคนในพื้นที่จังหวัดพระนครศรีอยุธยา การเข้าใช้บริการประมาณ 80 คนต่อวัน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

● คอร์สการบำบัดของอภัยภูเบศร

1. คอร์สนวดเพื่อสุขภาพ

-ล้างพิษ 150 นาที 2,400 บาท

ทรีตเมนต์ที่ช่วยกำจัดและขับของเสียในร่างกายทำให้ระบบต่างๆในร่างกายทำงานได้ดีขึ้นเป็นการเติมพลังคืนสมดุลคืนให้กับร่างกายและจิตใจ

-นวดปรับธาตุ 150 นาที 2,400 บาท

ทรีตเมนต์ที่จะสัมผัสกับประสบการณ์ของการผ่อนคลายโดยใช้สมุนไพรปรับตามเจ้าเรือนของแต่ละบุคคลทำให้ร่างกายคืนสมดุลอย่างเต็มรูปแบบ

-นวดไทยอภัยภูเบศร

เน้นปรับสมดุลและโครงสร้างร่างกายตามเจ้าเรือนของแต่ละบุคคล แบ่งย่อยออกเป็น

- 1. นวดไทย 90 นาที 1,500 บาท
- 2. นวดไทยห้อง 60 นาที 1,500 บาท
- 3. นวดกะบังลมหย่อน 60 นาที 1,500 บาท

-เผายา 150 นาที 2,400 บาท

การเผายา เป็นรูปแบบการรักษาของหมอไทยแต่โบราณ การเผายาที่ท้องเป็นการช่วยปรับสมดุลของพลังงานในร่างกาย เนื่องจากบริเวณสะดือเป็นจุดกำเนิดของเส้นประธานสิบหรือเส้นพลังงานของไทย แต่ที่สำคัญกว่านั้นคือ การกระจายลมในลำไส้ให้ลงสู่ด้านล่างของร่างกายและกระตุ้นการทำงานของระบบอวัยวะทางเดินอาหาร การเผายาที่ท้องจึงทำให้ลำไส้มีความสมดุลมากยิ่งขึ้น

2. คอร์สนวดเพื่อความงาม

-ผอกตัว

ช่วยกระตุ้นระบบเผาผลาญในร่างกาย เร่งการขับของเสีย ทำให้ผิวนุ่ม เพิ่มความเปล่งปลั่งให้กับร่างกาย แบ่งย่อยออกเป็น

| | | |
|------------------------------|---------|---------|
| 1. สมุนไพรตามเจ้าเรือน | 60 นาที | 650 บาท |
| 2. Whitening body mark cream | 60 นาที | 700 บาท |
| 3. Bamboo mark powder | 60 นาที | 700 บาท |

-ขัดผิว

ขัดผิวด้วยผลิตภัณฑ์ที่เหมาะสมกับสภาพผิว ช่วยขัดเซลล์ผิวที่เสื่อมสภาพ กระตุ้นการไหลเวียนของเลือดลม ทำให้ผิวดูกระจ่างใสขึ้น และกลิ่นของอโรมาจะช่วยให้จิตใจรู้สึกผ่อนคลายแบ่งออกเป็น

| | | |
|-----------------------------|---------|---------|
| 1. เกลือสปาตามเจ้าเรือน | 60 นาที | 650 บาท |
| 2. บัว ใฝ่ ข้าว | 60 นาที | 800 บาท |
| 3. Massage Scrub Gel (Rose) | 60 นาที | 800 บาท |

-สปาเท้า

60 นาที 800 บาท

ผสมผสานการให้บริการหลายรูปแบบโดยมุ่งเน้นคุณสมบัติและความรู้สึกผ่อนคลาย ทั้งการแช่เท้าด้วยสมุนไพร การขัดผิวด้วยสปาอโรมา นวดกดจุดฝ่าเท้า และประคบสมุนไพร ซึ่งจะช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของเลือดลม ช่วยลดอาการปวดส้นเท้า ปวดน่อง และตะคริวเท้า

-สปาหน้า

นวดหน้าช่วยผลิตเซลล์ผิวใหม่ และเพิ่มความกระจ่างใสให้กับใบหน้า เพิ่มความนุ่มชุ่มชื้นให้กับผิวบนใบหน้า โดยแบ่งย่อยออกเป็น

| | | |
|-------------------------|---------|-----------|
| 1. มาร์กสิว | 60 นาที | 900 บาท |
| 2. Whitening Jelly Mark | 60 นาที | 1,000 บาท |
| 3. บัว ใฝ่ ข้าว | 60 นาที | 1,000 บาท |

2.2.2 ชีวาศรมอินเตอร์เนชั่นแนลเฮลท์รีสอร์ท

- สถานที่ตั้ง 73/4 ถ.เพชรเกษม ต.หนองแก อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์ 77110
- ลักษณะและวัตถุประสงค์ของโครงการ ชีวาศรม คือ “Heaven of life” เป็นรีสอร์ตสุขภาพ ตั้งอยู่ริมทะเล ประกอบด้วยห้องพักทั้งหมด 58 ห้อง การทำสปาของที่นี่ ไม่ได้เน้นแค่การนวด และการทรีทเม้นท์ แต่เป็นการบำรุงร่างกาย จากอาหารเพื่อสุขภาพ การล้างพิษและการเสริมสร้างการพักผ่อนด้วยธรรมชาติรอบๆตัว ชีวาศรมสปา และมีบริการอาหารเพื่อสุขภาพ ได้ถูกคำนวณแคลอรีมาให้เรียบร้อยแล้ว ซึ่งได้สัดส่วนที่เหมาะสมแก่ร่างกายของผู้รับการบำบัดแต่ละบุคคล
- กลุ่มเป้าหมาย ผู้มาใช้บริการเป็นทั้งชาวไทยและต่างชาติ 50:50 ชาวไทยผู้มารับการบริการ อายุ 50 ปีขึ้นไป ส่วนชาวต่างชาติ อายุประมาณ 30 ปีขึ้นไป เน้นกลุ่มที่มีรายได้สูง
 - คอร์สการบำบัดของชีวาศรม
 การบริการด้านสปาแบ่งออกเป็น 4 ส่วน
 1. Facial Treatment เป็นการบำบัดรักษาบนใบหน้า
 2. Body Treatment ส่วนบำบัดร่างกายแบ่งเป็น
 - 2.1 Thai Massage
 - 2.2 Swedish Massage
 - 2.3 Aromatherapy Massage
 - 2.4 Foot Massage
 - 2.5 Body Polish and Hydrotherapy
 - Spa Bath
 - Sauna and Stream Bath
 - Body Blitz
 - Floatation
 - 2.6 Body Wrap
 3. Body Treatment ส่วนเสริมความงาม(ไม่แยก ชาย-หญิง)
 - 3.1 Hand and Feet Treatment
 - 3.2 Hair Treatment

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. Medical Treatment มีส่วนของบริการ Fitness Service และส่วนของ Activity Program ที่เลือกเข้ารับบริการ โดยมีผู้เชี่ยวชาญให้คำแนะนำในการเลือก

- Fitness Service ประกอบด้วย
 - Swimming Lesson
 - Tennis and Squash
 - Beach Biking
 - Yoga
 - Thai Boxing (Muay Thai)
- Activity Program ประกอบด้วย
 - Aqua Aerobics
 - Step Aerobics
 - Cardio- Kick(Aerobics)
 - Tai Chi
 - Krabi-Krabong
 - Spa Cuisine Classes

2.2.3 สมาคมพัฒนาศิลปะอาชีพ

ศูนย์ส่งเสริมพัฒนาธุรกิจสุขภาพและความงาม ผู้สนับสนุนธุรกิจเครื่องสำอาง อคาเดมี ได้เริ่มต้นให้คำปรึกษาครั้งแรกเมื่อ วันที่ 24 พฤศจิกายน พ.ศ. 2545 โดยผู้เชี่ยวชาญชำนาญการ อันดับ 1 ในธุรกิจสุขภาพและความงาม และมีหลักสูตรการเรียนการสอนที่หลากหลายมากกว่า 20 หลักสูตร

- ระยะเวลาในการเรียน : 3 – 10 วัน
- จำนวนคนต่อกลุ่มในการเรียน : เป็นคอร์สขนาดใหญ่ เรียนกลุ่มละ 16 คน

2.2.3.1 หลักสูตรนวดไทยระยะสั้น สำหรับผู้เริ่มต้น

ระยะเวลา 1 วัน

หลักสูตรนี้จะเป็นการเรียนรู้อาชีพนวดไทยแบบมืออาชีพเบื้องต้น ผู้เรียนจะได้เรียน ความรู้พื้นฐานที่จำเป็นของการนวดไทย อาทิเช่น ความรู้เบื้องต้นทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ ได้แก่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ความรู้เกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์ และสรีรวิทยาของมนุษย์ ทฤษฎีการแพทย์แผนไทย และการนวดไทยตาม แนวเส้นพื้นฐานทั่วร่างกาย เป็นต้น จบหลักสูตรนี้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปผสมผสานหรือต่อยอดการนวดไทยแบบมืออาชีพได้

2.2.3.2 หลักสูตรการนวดตอกเส้น

การสลักเส้น จะใช้รักษาโรคที่เกิดจากเส้นเอ็น กล้ามเนื้อตึง หรือแข็งตัวเกินไป หลังจากตอกเส้นแล้วจะทำให้กล้ามเนื้อและเส้นเอ็นผ่อนคลาย และการตอกเส้นเป็นการกระตุ้นเส้นที่อยู่ลึกให้สะดุ้งขึ้นมาและกระตุ้นกล้ามเนื้อและเส้นเอ็นให้เลือดสูบฉีดมากขึ้น จากนั้นใช้น้ำมันสมุนไพรหรือลูกประคบในการรักษา เพื่อให้ยาซึมเข้าได้ดีผู้เป็นหมอสลักเส้นจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับเส้นต่างๆ โดยเฉพาะเส้นประธานสิบ การตอกเส้นเป็นการรักษาการคลายเส้นได้เร็วกว่าการนวด เพราะมุ่งเน้นหรือกระตุ้นจุดหรือเส้นที่สำคัญในร่างกายคนเรา

2.2.3.3 หลักสูตรนวดประคบสมุนไพร

พืชสมุนไพรได้รับความนิยมนำมาใช้สำหรับอุปโภคและบริโภคเพื่อสุขภาพอย่างกว้างขวางและนอกจากนี้พืชสมุนไพรใกล้ตัวยังสามารถเป็นยาใช้ทั้งภายในและภายนอกได้อีกด้วย ลูกประคบสมุนไพรมีสรรพคุณมากมาย ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของการลดอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ลดอาการบวม ลดการอักเสบหลังจากการนวด หรือลดการอักเสบที่มีสาเหตุมาจากการเกิดอุบัติเหตุ

2.2.3.4 หลักสูตรนวดไทยราชสำนัก

อดีตการนวดไทยราชสำนักเป็นการนวดที่สืบทอดกันมาภายในราชสำนักเท่านั้น เป็นการนวดรักษาที่ใช้ขนาดกษัตริย์ เชื้อพระวงศ์ เจ้าขุนมูลนายชั้นสูงเท่านั้น ท่วงท่าที่ใช้ในการนวดจึงมีความสวยงาม แต่จะแพร่หลายในการรักษาโรค แพทย์ทางเลือกและการดูแลสุขภาพแบบบูรณาการ

2.2.3.5 หลักสูตรนวดหัตถศาสตร์บำบัด

นวดหัตถบำบัดเป็นการนวดได้รับความนิยมในปัจจุบัน ซึ่งการนวดในลักษณะนี้จะมีรูปแบบของการนวดรักษาที่อาศัยพื้นฐานและแนวเส้นในการนวดเข้ามา มีแบบแผนของการรักษาที่ชัดเจนตามแต่ละโรคนั้น ผู้นวดจึงจำเป็นต้องมีความรู้ทั้งเรื่องเกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์ สรีรวิทยา และลักษณะอาการของโรคนั้นๆ เป็นต้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.2.3.5 หลักสูตรการจัดการร้านนวดไทยและสปา

หลักสูตรการบริหารจัดการร้านนวดไทยและสปามืออาชีพ หลักสูตรที่จะทำให้คุณได้เข้าถึงข้อมูลเชิงลึกในธุรกิจนวดไทยและสปา มีทุกองค์ความรู้ทางด้านนวดไทยและสปาที่จำเป็นและเพียงพอ ได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดจากทีมอาจารย์ ผู้ออกแบบและพัฒนาหลักสูตร Spa Management Professional เฉกเช่นเดียวกับสปาชั้นนำทั่วโลกและสปาชั้นนำในประเทศไทย

2.2.4 โรงเรียนสอนวิชาชีพความงามและสุขภาพสปา ชีวาศรม

โรงเรียนสอนวิชาชีพความงามและสุขภาพสปา ชีวาศรม เป็นส่วนหนึ่งของชีวาศรม อินเตอร์เนชั่นแนล เฮลท์ รีสอร์ทซึ่งเป็นศูนย์ดูแลสุขภาพองค์รวมที่เป็นที่รู้จักกันดีในระดับนานาชาติ ชีวาศรมได้สั่งสมชื่อเสียง มาตรฐาน ประสบการณ์และความเชี่ยวชาญด้านสปาและสุขภาพมากกว่าสิบห้าปี โดยให้ชีวาศรมอคาเดมีซึ่งตั้งอยู่ที่ถนนเอกมัย กรุงเทพฯ เป็นศูนย์กลางการเรียนการสอนและการฝึกพนักงานในเรื่องสปาและสุขภาพรวมถึงเปิดสำหรับบุคคลภายนอกที่สนใจในธุรกิจสปาและสุขภาพ

- ระยะเวลาในการเรียน : 2-3 สัปดาห์
- จำนวนคนต่อกลุ่มในการเรียน : เป็นคอร์สขนาดเล็ก เรียนกลุ่มละ 6 คน

2.2.4.1 หลักสูตรสปา (การนวด)

การแพทย์แผนไทยคือการรักษาที่ใช้ธรรมชาติและหลักการดูแลแบบองค์รวมเพื่อช่วยทำให้มีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี การนวดแผนไทยเป็นการนวดกดจุดไปตามส่วนต่างๆบนร่างกาย ทั้งกล้ามเนื้อและเอ็นข้อต่อ ร่วมกับการยืดเหยียดกล้ามเนื้อเพื่อช่วยบรรเทาอาการเมื่อยล้า เจ็บปวด ไร้อภัยไข้เจ็บบางชนิด นอกจากนี้ การนวดไทยยังช่วยเพิ่มความยืดหยุ่นของข้อต่อและกล้ามเนื้อส่วนต่างๆอีกด้วย

- เวลาเรียน จันทร์-ศุกร์ (09.00-16.00)
3 อาทิตย์ (90 ชั่วโมง)

2.2.4.2 หลักสูตรสปา (ความงาม)

ขั้นตอนหนึ่งที่สำคัญของการทำทรีทเมนท์สปาตัว คือ การขัดผิวตัว ซึ่งจะมีการขจัดเซลล์ผิวที่ตายแล้ว ทำให้ผิวแลดูกระจ่างใส และยังเป็นกระตุ้นระบบการไหลเวียนน้ำเหลืองและเป็นการผ่อนคลายอย่างหนึ่งด้วย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เวลาเรียน จันทร์ – ศุกร์ (09.00-16.00)

2 อาทิตย์ (60 ชั่วโมง)

2.2.4.3 หลักสูตรการบำบัดองค์รวม

แบ่งออกเป็น 7 หลักสูตรย่อย คือ

- อายุรเวทเบื้องต้น
- การนวดระบายน้ำเหลือง
- มุขะ-ชีโรดารา
- เรกิ1
- การนวดศีรษะแบบอินเดีย
- การนวดมยา
- การนวดกดจุดสะท้อนฝ่าเท้า

● เวลาเรียน จันทร์ – ศุกร์ (09.00-16.00)

3 อาทิตย์ (90 ชั่วโมง)

●

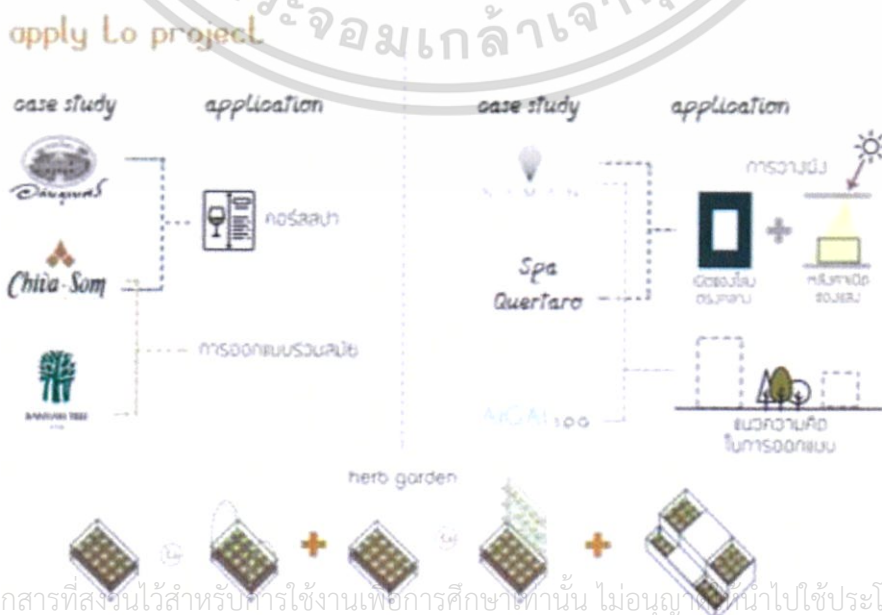
2.2.4.4 หลักสูตรคอร์สการพัฒนารูจิรสปา

คอร์สการพัฒนารูจิรสปามีเหมาะสำหรับผู้ที่กำลังวางแผนดำเนินกิจการสปาเป็นของตนเอง เนื้อหาของหลักสูตรครอบคลุมแนวความคิดในการจัดตั้งกิจการสปา ประเภทของอุตสาหกรรมสปา การวางแผนการตลาด การวางโครงสร้างและรูปแบบ การบริหารด้านการเงิน ตลอดจนชนิดของผลิตภัณฑ์และบริการของรูจิรสปาในท้องตลาด

● เวลาเรียน จันทร์ – ศุกร์ (09.00-16.00)

1 อาทิตย์ (30 ชั่วโมง)

2.2.5 สรุปเพื่อนำสู่การออกแบบ

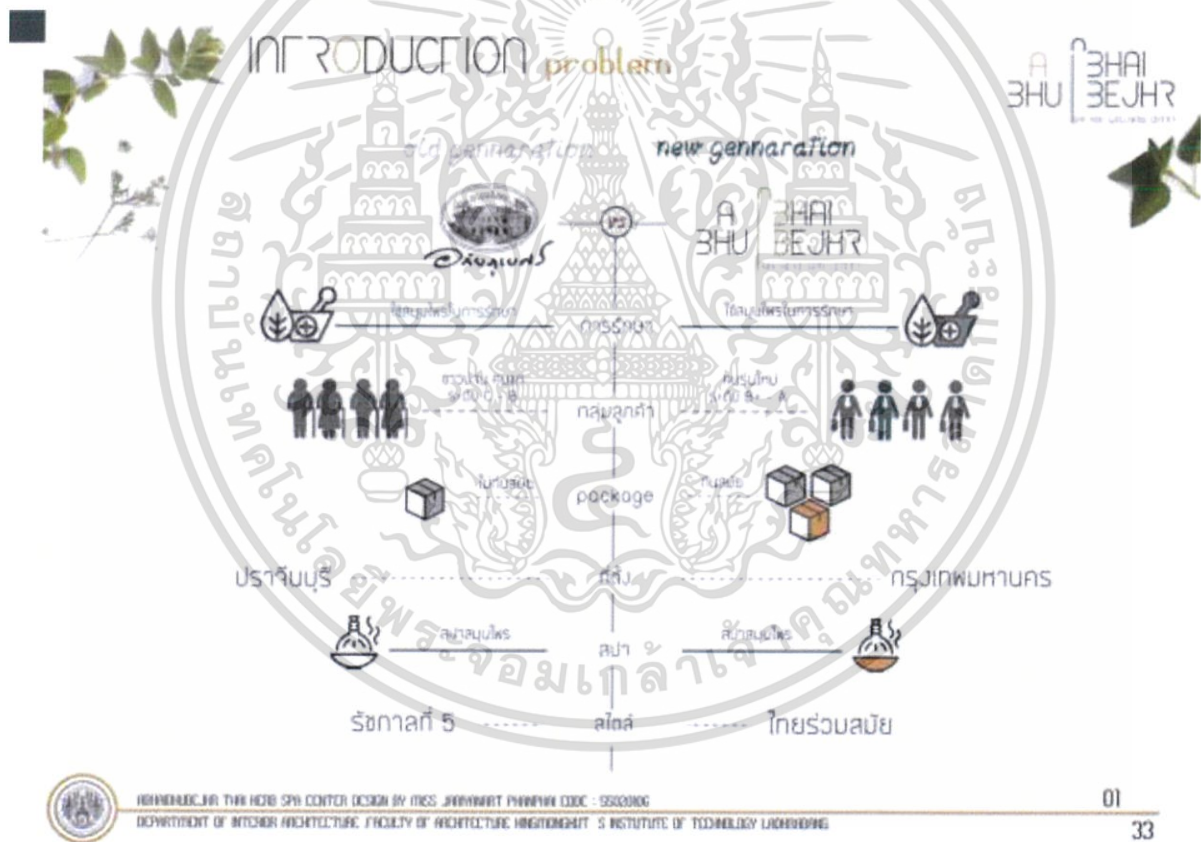


เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.3 ข้อมูลสนับสนุนโครงการ

2.3.1 ประวัติความเป็นมาของโครงการ

โครงการศูนย์สปาสมุนไพรไทยแบรนด์ อภัยภูเบศรเป็นโครงการที่ต่อยอดจาก โครงการอภัยภูเบศรเวชนคร ที่ศูนย์ใหญ่ตั้งอยู่จังหวัดปราจีนบุรี ที่จะมีโครงการขยายบริการทางการแพทย์ไปยังเมืองแหล่งท่องเที่ยวต่างๆ ที่เข้าถึงได้ง่ายของคนในยุคปัจจุบัน จึงได้เสนอแนะ มายัง กรุงเทพมหานครซึ่งเป็นเมืองหลวง เพื่อตอบสนองคนเมืองกรุงที่อยากมีสุขภาพดีแต่ไม่มีเวลา ที่ต้องการเรียนรู้สมุนไพรไทยและนำเอาผลิตภัณฑ์ไปเป็นแบรนด์ของร้านสปาในกรุงเทพ รวมทั้งยังเป็นการเปิดตลาด สร้างความรู้จักเกี่ยวกับแบรนด์และสมุนไพรให้เป็นที่รู้จักและมีชื่อเสียงมากขึ้น วิทยานิพนธ์นี้ได้เสร็จลุล่วงเป็นอย่างดี ทั้งนี้ต้องขอขอบคุณ



รูปภาพที่ 32 ความเป็นมาของโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



2.3.2 เอกลักษณ์องค์กร

- ประวัติโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร

- มูลนิธิ โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร

สมุนไพรอภัยภูเบศรพัฒนามาจากภูมิปัญญาพื้นบ้าน ได้มาจากการเดินป่าศึกษาหาความรู้จากหมอพื้นบ้าน จึงได้ตระหนักถึงคุณค่าของ ภูมิปัญญาพื้นบ้านซึ่งเป็นองค์ความรู้ที่กระจุกกระจายในชุมชน ป่าธรรมชาติซึ่งเป็นแหล่งของพันธุกรรมสมุนไพรรวมถึงสัตว์ป่า สืบสานอารังรักษา ส่งต่อให้คนรุ่นต่อไป

การพัฒนางานสมุนไพรอภัยภูเบศรแบ่งได้เป็น 3 ยุค

- ยุคแรก : ยุคส่งเสริมการพึ่งตนเองและสืบทอดภูมิปัญญาไทย

นับแต่ปี 2526 เป็นต้นมา โรงพยาบาลได้มีการพัฒนาสมุนไพรมาย่างต่อเนื่อง โดยเข้าไปส่งเสริมการใช้สมุนไพรรักษาโรคในชุมชน ซึ่งทำให้ทราบว่าภูมิปัญญาในการใช้ประโยชน์จากพรรณพืชมากมายที่สะสมกันมาหลายชั่วอายุคนในชุมชน ดังนั้นเภสัชกรในโรงพยาบาล จึงได้เข้าไปเรียนรู้ภูมิปัญญาเหล่านั้นสะสมข้อมูล และนำวิจัยพัฒนาเป็นยาขึ้นใช้ในโรงพยาบาล

- ยุคที่สอง : ยุคพัฒนาสมุนไพรรักษาโรคชุมชน

ในปี 2540 - 2541 ประเทศไทยเกิดวิกฤติเศรษฐกิจโรงพยาบาล จึงได้นำภูมิปัญญาที่ได้เก็บรวบรวมไว้และสมุนไพรรักษาโรคมาพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์ เพื่อช่วยเศรษฐกิจชุมชนโดยขยายผลิตภัณฑ์สมุนไพรรักษาโรคจากที่มีเฉพาะยาให้ครอบครัวถึง อาหารเสริม เครื่องสำอาง และเครื่องดื่ม จากการพัฒนาสมุนไพรรักษาโรคของโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร ได้จุดประกายให้ผู้คนในสังคมเห็นคุณค่าของการพัฒนาสมุนไพรรักษาโรคบนพื้นฐานภูมิปัญญาและวิชาการสมัยใหม่

- ยุคที่สาม : พัฒนาสมุนไพรรักษาโรค

จากการพัฒนาการผลิตอย่างต่อเนื่อง การควบคุมคุณภาพโดยยึดมาตรฐานสากลเป็นแนวทางในการพัฒนา ทำให้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรรักษาโรคของโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร ได้รับความสนใจจากต่างประเทศต่อเนื่องแต่จากกฎระเบียบทางราชการทำให้โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศรไม่สามารถขอขึ้นทะเบียนตำรับจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาได้ ทางโรงพยาบาล จึงได้จัดตั้งมูลนิธิ

โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศรขึ้นโดยแบ่งภารกิจหลักของมูลนิธิฯ เป็น 2 ฝ่ายคือ ฝ่ายกิจกรรมของโรงพยาบาล และ ฝ่ายพัฒนาภูมิปัญญาไทย โดยฝ่ายพัฒนาภูมิปัญญาไทยมีบทบาทหน้าที่ในการพัฒนาผลิตภัณฑ์สมุนไพรรักษาโรค ซึ่งรวมการวิจัยและพัฒนาด้านโรงงานผลิตและด้านการตลาด

เกษตรอินทรีย์

วัตถุประสงค์พืชสมุนไพรของอภัยภูเบศรได้รับการรับรองมาตรฐานเกษตรอินทรีย์จากสำนักงานมาตรฐานเกษตรอินทรีย์ (มกท.) ซึ่งได้รับการรับรองมาตรฐานระบบเกษตรอินทรีย์จากสหพันธ์เกษตรอินทรีย์นานาชาติ (International Federation of Organic Movement; IFOAM) และได้ให้คำนิยามของเกษตรอินทรีย์ไว้ว่า"ระบบการเกษตรที่ผลิตอาหารและเส้นใย ด้วยความยั่งยืนทางสิ่งแวดล้อม สังคม และเศรษฐกิจโดยเน้นที่การปรับปรุงบำรุงดิน การเคารพต่อศักยภาพทางธรรมชาติของพืช สัตว์และนิเวศน์การเกษตร

เกษตรอินทรีย์จึงลดการใช้ปัจจัยการผลิตจากภายนอก และหลีกเลี่ยงการใช้สารเคมีสังเคราะห์ เช่น ปุ๋ย สารกำจัดศัตรูพืชและ เวชภัณฑ์สำหรับสัตว์ แต่ในขณะเดียวกันก็พยายามประยุกต์ใช้ธรรมชาติ ในการเพิ่มผลผลิตและพัฒนาความต้านทานต่อโรคของพืชและสัตว์เลี้ยง หลักการเกษตรอินทรีย์นี้เป็นหลักการสากล ที่สอดคล้องกับเงื่อนไขทาง เศรษฐกิจ – สังคม ภูมิศาสตร์ สภาพอากาศและวัฒนธรรมของท้องถิ่น

- วัตถุประสงค์สมุนไพรเกษตรอินทรีย์ของอภัยภูเบศร

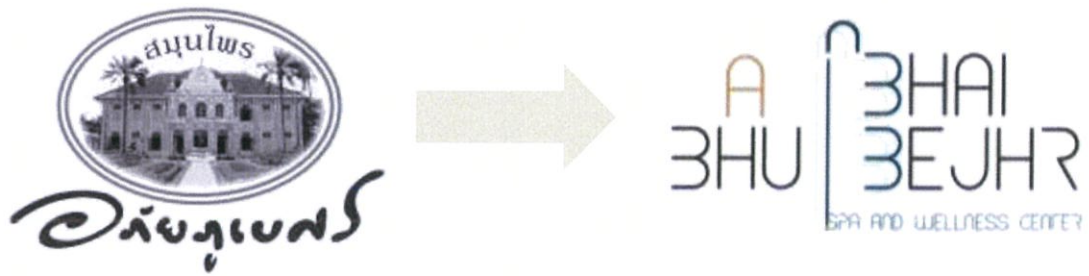
มูลนิธิโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศรได้ส่งเสริมการปลูกพืชแบบเกษตรอินทรีย์มาตั้งแต่ปี 2541 โดยมีเกษตรกรผู้ปลูก “กลุ่มสมุนไพรบ้านดงบัง” จังหวัดปราจีนบุรีเป็นเกษตรกรกลุ่มแรกๆ ที่ร่วมกับมูลนิธิโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศรในการผลิตวัตถุประสงค์สมุนไพรเกษตรอินทรีย์ ซึ่งสมาชิกทุกคนจะต้องทำข้อตกลงเข้าร่วมโครงการสมุนไพรเกษตรอินทรีย์ เป็นลายลักษณ์อักษร ยอมรับการปฏิบัติตามมาตรฐานเกษตรอินทรีย์ และยินยอมให้มีการตรวจพื้นที่ทำเกษตรทุกแปลง เพื่อให้สามารถรับรองกระบวนการผลิตและการจัดการในการแปรรูปวัตถุประสงค์ว่าเป็นไปตามมาตรฐานเกษตรอินทรีย์ คือไม่มีการใช้ปุ๋ยเคมี และสารเคมีในการป้องกันกำจัดศัตรูพืชและโรคพืช และมีระบบการผลิตที่มีความยั่งยืนและเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ซึ่งกำหนดให้เกษตรกรต้องมีมาตรการในการป้องกันการปนเปื้อนของสารเคมี ตั้งแต่การทำแนวกันชนในบริเวณที่เสี่ยงต่อการปนเปื้อนทั้งทางน้ำและอากาศ การนำเข้าปัจจัยการผลิต การปลูก การดูแล การเก็บเกี่ยว



รูปภาพที่ 33 เกษตรอินทรีย์ของอภัยภูเบศร

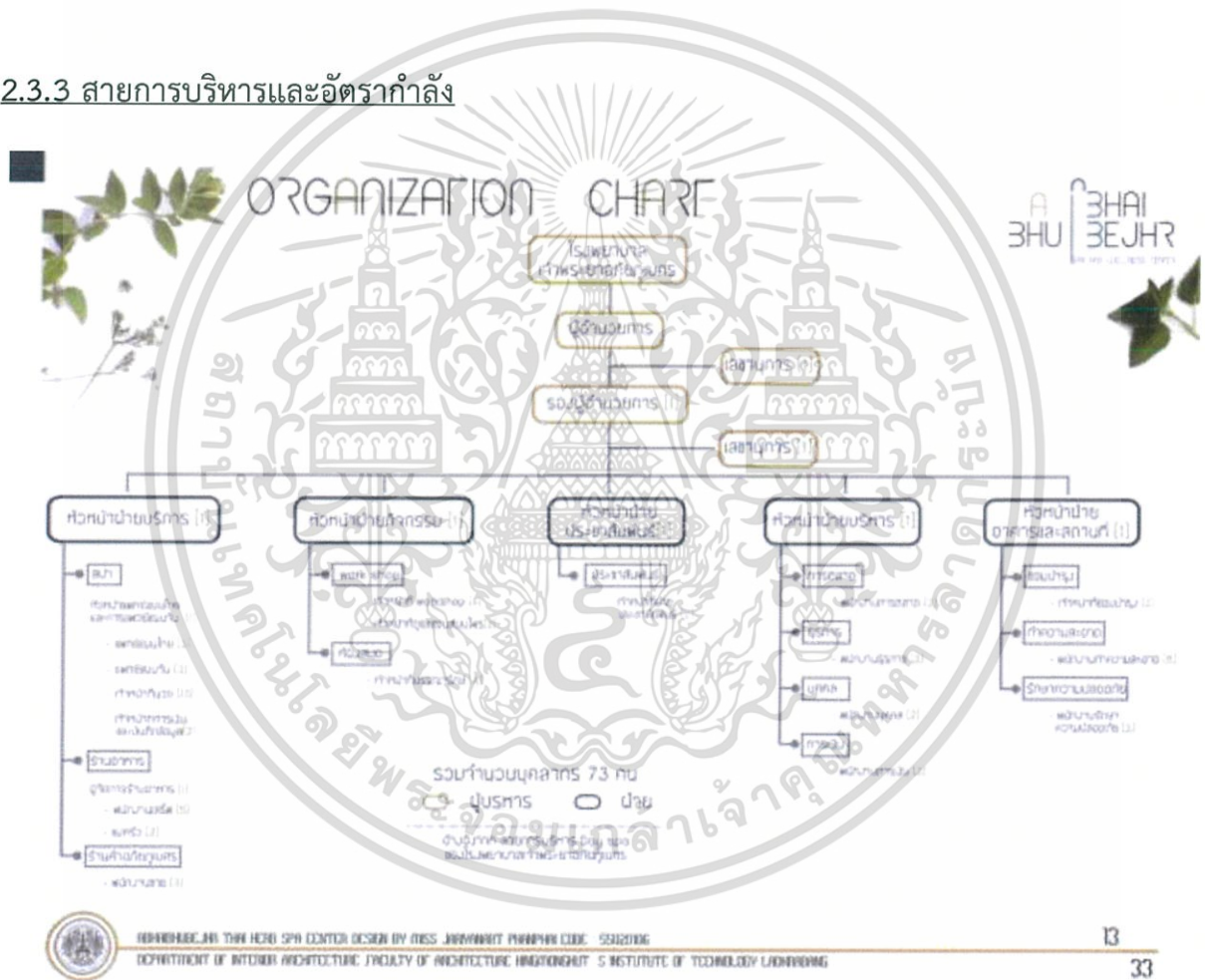
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตราของแบรนด์อภัยภูเบศร มีรูปลักษณะที่ยังไม่น่าสนใจ จึงได้พัฒนารูปแบบโลโก้ให้มีความทันสมัยขึ้น เข้าถึงกลุ่มคนได้มากขึ้น



รูปภาพที่ 34 ภาพตราสัญลักษณ์ประจำโครงการ

2.3.3 สายการบริหารและอัตรากำลัง



รูปภาพที่ 35 สายการบริหารและอัตรากำลัง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.3.4 องค์ประกอบของโครงการ

- การออกแบบโถง

ทางเข้าหลัก (Main hall) ควรก่อให้เกิดความประทับใจ และแสดงภาพลักษณ์ที่ชัดเจนของแบรนด์ ในการออกแบบควรมีจุดเด่น ให้เป็นจุดสำคัญ นำไปสู่บริเวณต้อนรับของโครงการ ควรมีโลโก้ของแบรนด์ อยู่ในที่ที่สามารถมองเห็นได้ชัดเจน ใช้แสงสว่างในพื้นที่ให้ดูนวลตา

องค์ประกอบในการใช้สอยบริเวณนี้ประกอบด้วย

1. เคาน์เตอร์สอบถาม บริการผู้มาโครงการและแจกข่าวสารใหม่ๆ
2. พื้นที่นั่งคอย

- การออกแบบส่วนดูแลรักษา [การแพทย์แผนไทย]

- หัตถบำบัด

เพดานปิดฝ้าเก็บความไม่เรียบร้อยของงานระบบและเป็นการซ่อนรางผ้าม่าน นอกจากนี้ เนื่องจาก มีการใช้ลูกประคบ จึงต้องการความเป็นส่วนตัวเลยต้องมีการกันม่านทึบ บรรยากาศโดยรวมต้องมีความสงบ

อุปกรณ์ภายในห้องนวด มีพุกวางบนพื้นที่ยกขึ้นมา 0.40 เพื่อการรักษาสำหรับนั่งห้อยขาลงไป รวมทั้งพุกต้องมีขนาด 2.00x1.20 เป็นอย่างน้อยและต้องมีระยะห่างกันอย่างน้อยค่า 0.80 มีพื้นที่วางอุปกรณ์นวด ลูกประคบ ซึ่งต้องร้อนดังนั้นห้องนวดจึงจำเป็นต้องอยู่ใกล้ ส่วน service

แสงสว่าง ควรเป็นแสงแบบ indirect light ให้ความนุ่มนวล และใช้ไฟดาวน์ไลท์เน้นในบางจุดที่ต้องการเน้น

- การฝังเข็ม

ใช้เตียงเหมือนกันกับเตียงนวดน้ำมันและนวดหน้า เป็นเตียงสูง เพื่อเหมาะแก่การฝังเข็มตามระยะการรักษาของแพทย์ ห้องควรมีบรรยากาศผ่อนคลาย เป็นห้องเดี่ยวหรือห้องรวมก็ได้ ควรมีตู้ไว้เก็บอุปกรณ์ทางการแพทย์ เช่น โคมไพอินฟาเรดที่ช่วยในการรักษา

แสงไม่ต้องสว่างมากนักเพื่อความผ่อนคลายแก่ผู้มาบำบัดควรเป็นแสงแบบ indirect light



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

-เล่นโยคะ

ควรเป็นพื้นที่เปิดโล่ง หรือห้องอาคารที่ไม่มีช่วงเสาภายในห้อง ต้องมีแสงธรรมชาติเข้ามา เพื่อให้รู้สึกถึงการผ่อนคลายในการทำบ๊อบบ์ ภายในห้องต้องมีตู้เก็บอุปกรณ์การเล่นโยคะ ทั้ง แผ่นรองกันลื่น ลูกบอล เป็นต้น

● การออกแบบส่วนดูแลรักษา [ความงาม]

- นวดน้ำมัน

เป็นส่วนที่ต้องเปลือยร่างกายจำเป็นต้องการความเป็นส่วนตัวมาก ต้องมีการออกแบบแยกห้องเดี่ยวรวมทั้งมีห้องน้ำในตัว เติยงนวดเป็นแบบสูง มีอ่างล้างมืออยู่ภายในห้องสำหรับเจ้าหน้าที่ เวลานวด และต้องมีล็อกเกอร์เก็บของให้กับลูกค้า

แสงสว่าง ควรเป็นแสงแบบ indirect light ให้ความนุ่มนวล เพราะกับใช้ไฟ ดาวน์ไลท์เน้นในบางจุด

- นวดหน้า

ไม่ต้องการความเป็นส่วนตัวมาก จึงไม่จำเป็นต้องกั้นห้องแยกจากกัน สำหรับเติยงนวดเป็น เติยงเฉพาะสำหรับการนวดหน้า ภายในห้องควรมีอ่างล้างมือแยกสำหรับแต่ละเตียง เพื่อความสะดวกในการใช้งานเวลานวดหน้า และมีตู้เก็บอุปกรณ์ภายในเป็นตู้เย็นยิ่งดีเพราะยาบางตัวต้องอยู่ใน อุณหภูมิที่ค่อนข้างต่ำ

- นวดเท้า

เนื่องจากเป็นส่วนที่ไม่ต้องเปลือยร่างกายจึงไม่จำเป็นต้องมีความเป็นส่วนตัวมากนัก ไม่ควรที่จะอยู่ติดกับห้องนวดหน้า ด้วยความรู้สึกของผู้มาใช้บริการบางคนอาจจะไม่ชอบ อาจจะเว้นความเป็น ส่วนตัวด้วยโต๊ะเล็กคั่นกลาง หรือเว้นความห่างของเก้าอี้ให้มากๆ เก้าอี้ควรจะนั่งสบายสามารถปรับได้ มีที่พักเท้า มีโต๊ะกลางสำหรับวางหนังสือและเครื่องดื่ม



รูปภาพที่ 36 เติยงนวดหน้าและนวดเท้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- การออกแบบส่วน work shop

- ห้องสอนนวดสปาเพื่อบำบัดและเพื่อผ่อนคลาย

เนื่องจากการเรียนการสอน จำเป็นต้องมีการสาธิตทดลองทำการนวด ห้องจึงควรเป็นห้องขนาดใหญ่ที่สามารถวางอุปกรณ์การสอนได้ เช่น เตียงนวด ส่วนพื้นที่บรรยายก่อนเข้าทำการสาธิต โต๊ะควรเป็นโต๊ะตัวซีให้สามารถมองเห็นได้รอบ และต้องมีส่วนเก็บอุปกรณ์สำหรับการเรียนการสอน

- ห้องเรียนสมุนไพร

ห้องเรียนสมุนไพร ต้องติดกับสวนสมุนไพรภายในโครงการ เพื่อสะดวกต่อการเรียนรู้ของลูกค้ำ ภายในห้อง ต้องมีตู้เก็บอุปกรณ์สำหรับการเรียนการสอน เช่น เครื่องบดสมุนไพรต่างๆ และภายในห้องควรมีอ่างล้างมือ เพื่อล้างทำความสะอาด

- ห้องเรียนทำผลิตภัณฑ์สมุนไพร

ห้องเรียนทำผลิตภัณฑ์สมุนไพร ภายในต้องมีพื้นที่เก็บอุปกรณ์การทำ รวมทั้งอ่างล้างมือเพื่อทำความสะอาดต่างๆ และที่สำคัญ ต้องมีห้องเปลี่ยนชุดผ้ากันเปื้อน เนื่องจาก การทำอาจมีการเลอะเทอะได้

- การออกแบบส่วนรับประทานอาหาร

ร้านอาหารสุขภาพที่ไม่ได้แยกเป็นร้านๆแบบโรงอาหาร แต่เป็นครัวใหญ่เสิร์ฟอาหารเพื่อสุขภาพโดยเน้นสมุนไพรที่มาจากศูนย์ มีทั้งอาหารคาวและอาหารหวานรวมถึงน้ำสมุนไพรต่างๆ

การตกแต่ง บรรยากาศเป็นกันเองอบอุ่น ดูสะอาด เห็นวิวทิวทัศน์ที่เป็นสวนของโครงการ โทนสีเอิร์ทโทน การตกแต่งทันทานเหมาะสมต่อการใช้งาน ให้แสงแดดส่องถึง ส่วนประกอบของส่วนรับประทานอาหาร

- ที่นั่งรับประทานอาหาร มีทั้งแบบ 2 คนและ 4 คน เพียงพอต่อการให้บริการ 60 คน

- เคาน์เตอร์แลกบัตร 1 จุด

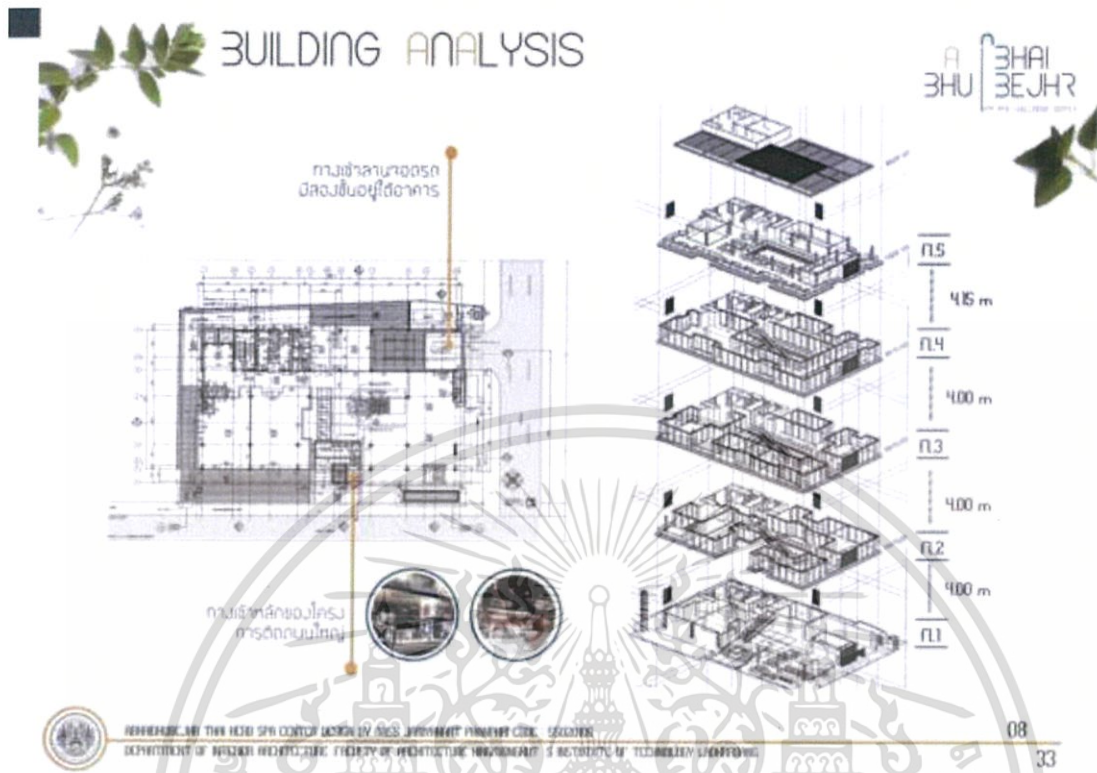
- ห้องครัวและส่วนทำความสะอาด

- Service station 3 จุด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.4 ระบบสภาพแวดล้อมภายในอาคารและวัสดุ

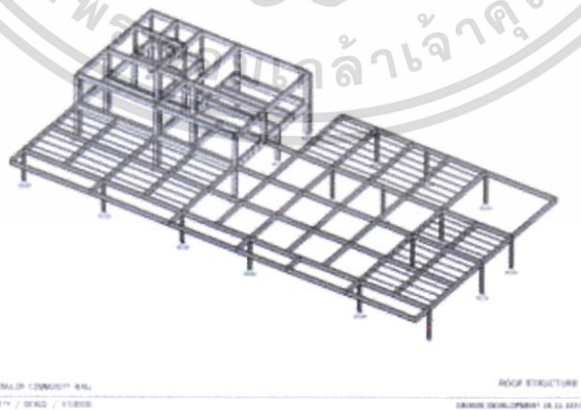
2.4.1 ลักษณะทางสถาปัตยกรรม



อาคารของโครงการสูง 5 ชั้น ที่จอดรถใต้ดินอีกสองชั้น รูปทรงอาคารเป็นทรงmodern

2.4.2 ระบบโครงสร้างของอาคาร

- วิศวกรรมโครงสร้าง : ระบบโครงสร้างคอนกรีตเสริมเหล็ก เสาคาน
- วัสดุหลักและวัสดุพิเศษ : แผ่นคอนกรีตสำเร็จรูป กระฉก



รูปภาพที่ 37 รูปภาพประกอบโครงสร้างอาคาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.5 ระบบสภาพแวดล้อมภายในอาคาร

2.5.1 ระบบปรับอากาศ

ระบบปรับอากาศของโครงการเป็นระบบปรับอากาศแบบรวมศูนย์ (central Air-Conditioning System) โดยเครื่องทำน้ำเย็น (chiller) เป็นแบบระบายความร้อนด้วยน้ำ โดยน้ำเย็นที่ได้จะถูกจ่ายไปตามท่อน้ำเย็น (chiller Water Supply) ไปยังระบบส่งจ่ายความเย็น (Air Handling Unit : AHU)



รูปภาพที่ 38 ระบบปรับอากาศ

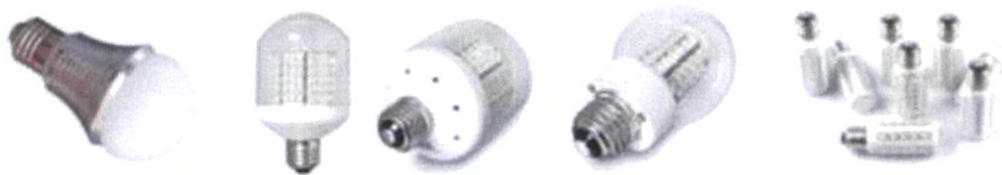
2.5.2 ระบบไฟฟ้า

เป็นการจัดความเข้มของแสงให้เหมาะสมกับบริเวณต่างๆ ภายในอาคาร ตามลักษณะและ การใช้งานแต่ละประเภท ซึ่งจะต้องพิจารณาถึง ตำแหน่ง จำนวน ระยะทาง และความเข้มของแสงใน อุปกรณ์แสงสว่างแต่ละประเภทที่มาติดตามความเหมาะสม การใช้แสงสว่างในโครงการแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

- ก. แสงธรรมชาติ ก่อให้เกิดบรรยากาศตามธรรมชาติและมีชีวิตชีวา สามารถนำมาใช้ในอาคาร โดยการเจาะช่องเปิดส่วนต่างๆ เช่น ประตู หน้าต่าง
- ข. แสงประดิษฐ์ สามารถเลือกใช้และควบคุมได้ง่าย ใช้กับช่วงเวลาที่ไม่ได้รับแสงสว่างตาม ธรรมชาติและบริเวณที่ไม่ได้รับแสงจากช่องเปิด แบ่งตามลักษณะการให้แสงได้เป็น 2 ลักษณะคือ การให้แสงแบบ Indirect Light และแบบ direct Light

ประเภทของไฟLED(ต่างกันตามตัวแทนจำหน่าย) จำแนกได้ดังนี้

1. ไฟ LED Bulb (แบบหลอด) มีรูปแบบคล้ายหลอดincandescent ทั่วไป



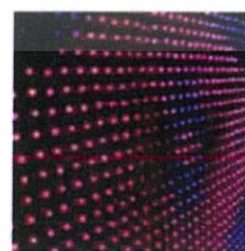
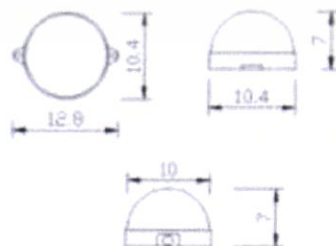
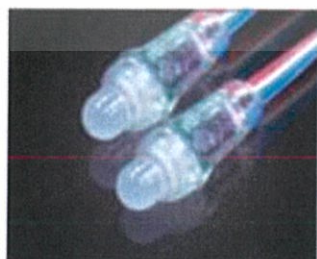
2. ไฟLED downrightใช้ฝังในฝ้า ไฟเพดาน ให้แสงสว่างได้เหมือน down lightทั่วไป



3. ไฟLED Strip(LED RIBBON) ใช้ซ่อนในฝ้าฝ้า เคาน์เตอร์ต่างๆ ทำให้แสงสว่างเท่ากันตลอดแนว



4. ไฟLED RGB Pixel Lamp



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.5.3 ระบบสุขาภิบาล

ระบบท่อสุขาภิบาลภายในอาคารมีอยู่ 7 ระบบ ได้แก่

- 1) ระบบน้ำดี (หรือน้ำประปา) Cold water pipe system เป็นระบบท่อที่ใช้งานในการลำเลียงน้ำสะอาดไปใช้งานตามจุดต่างๆ ที่ต้องการใช้ภายในอาคาร
- 2) ระบบระบายน้ำโสโครก Soil pipe system เป็นระบบท่อที่นำน้ำเสียที่ถูกใช้งานจากโถส้วม หรือโถปัสสาวะออกจากพื้นที่และนำเข้าสู่ระบบบำบัดน้ำเสียก่อนระบายออกนอกอาคาร
- 3) ระบบระบายน้ำทิ้ง Waste pipe system เป็นระบบท่อที่นำน้ำเสียที่ถูกใช้งานจากกิจกรรมอื่นๆ ออกจากพื้นที่ และนำเข้าสู่ระบบบำบัดน้ำเสียก่อนระบายออกนอกอาคาร
- 4) ระบบบำบัดน้ำเสีย Water treatment system เป็นระบบที่ใช้บำบัดน้ำจากการใช้งานภายในอาคาร ให้มีค่าดัชนีวัดค่าคุณสมบัติต่างๆ ของน้ำ อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดก่อนระบายออกสู่ระบบระบายน้ำสาธารณะ
- 5) ระบบท่อระบายอากาศ Vent pipe system หรือเรียกสั้นๆ ว่าท่ออากาศ ระบบท่อ vent นี้จะติดตั้งเข้ากับระบบท่อระบายน้ำป้องกันปัญหาสุญญากาศในเส้นท่อระบายน้ำ ทำให้ระบบระบายน้ำในเส้นท่อสามารถระบายน้ำได้สะดวก
- 6) ระบบท่อระบายน้ำฝน Rain drainage pipe system ระบบท่อที่ทำหน้าที่ลำเลียงน้ำฝนที่เกิดขึ้นกรณีฝนตก ออกจากตัวอาคาร
- 7) ระบบระบายน้ำภายนอกอาคาร Building sewer system เป็นระบบท่อระบายน้ำบริเวณโดยรอบของอาคาร ทำหน้าที่ลำเลียงน้ำออกจากบริเวณอาคารเข้าสู่ระบบระบายน้ำสาธารณะ

2.5.4 ระบบดับเพลิง

ระบบดับเพลิงภายในอาคารแบ่งเป็น 2 ประเภท

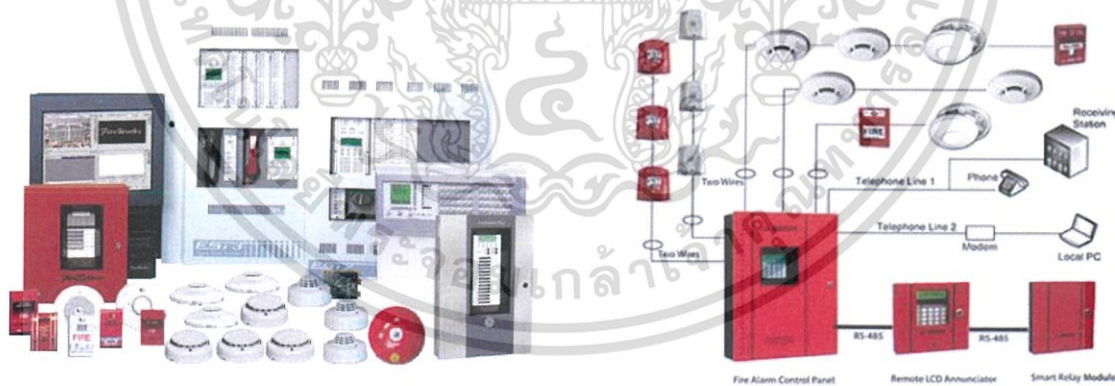
1. การป้องกันอัคคีภัยวิธี Passive

- เริ่มจากการจัดวางผังอาคารให้ปลอดภัยต่ออัคคีภัย คือการวางผังอาคาร ให้สามารถป้องกันอัคคีภัยจากการเกิดเหตุสุดิวสัยได้ มีวิธีการได้แก่ เว้นระยะห่างจากเขตที่ดิน เพื่อกันการลามของไฟตามกฎหมาย การเตรียมพื้นที่รอบอาคาร สำหรับเข้าไปดับเพลิง ได้เป็นต้น

- การออกแบบให้ตัวอาคารมีความสามารถในการทนไฟ หรืออย่างน้อยให้มีเวลาพอสำหรับหนีไฟได้ และที่ทำให้การเข้าดับเพลิงทำได้ง่าย

2. การป้องกันอัคคีภัยวิธี Active

-คือการป้องกันโดยใช้ระบบเตือนภัย,การควบคุมควันไฟ,ระบายควันไฟและระบบดับเพลิงที่ดี ดังนั้นภายในโครงการจะใช้ระบบป้องกันอัคคีภัยโดยใช้วิธี Active โดยจะติดตั้งจุดตามจุดตามๆรอบๆตัวอาคาร และสามารถบอกแจ้งเตือนได้เร็วกว่าวิธี Passive



รูปภาพที่ 39 ระบบป้องกันอัคคีภัย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.6 วัสดุ

วัสดุส่วนใหญ่ที่ใช้จะเป็นวัสดุที่ได้จากธรรมชาติ หรือจากการประดิษฐ์โดยทั่วไป เช่น ไม้ทุกชนิด เช่น ไม้สัก ไม้หวาย ไม้ไผ่ ฯลฯ กระดาษ ปูนเปลือย และอื่นๆ ผนัง ดิน หินในสวน

กระเบื้อง

เป็นวัสดุที่สามารถปูได้ทั้งพื้นและผนัง ใช้ได้ทุกห้องตามต้องการมีหลายขนาด

ปูนฉาบ

เป็นวัสดุที่คงทนและแข็งแรงมากที่สุด แต่ยากต่อการดูแลรักษา เหมาะกับผนังภายนอก

อลูมิเนียม อัดลอย

เป็นโลหะที่ถูกผลิตมาเพื่อแทนเหล็ก มีความแข็งแรงแต่น้ำหนักเบา ไม่เป็นสนิม เหมาะสำหรับห้องงานที่มีลวดลายละเอียด ราคาแพงกว่าเหล็ก 2 เท่า

ไม้ธรรมชาติ

มีความงามและลายของมันเองสามารถนำมากรุผนังภายในอาคาร นำมาใช้ในการทา

เฟอร์นิเจอร์

แก้ว

พวกกระจกต่างๆ กระจกเงา ทำให้ห้องดูกว้างขึ้น สว่างและช่วยสะท้อนแสงต่างๆได้ดี บล็อกแก้ว เป็นอิฐแก้วโปร่งแสง ช่างในเป็นช่องว่าง



ผ้า

มีหลายสีหลายลาย แต่ในโครงการเลือกผ้า มี ครีမ် ขาว เขียว ลวดลายให้เป็นลวดลายธรรมชาติ ใบไม้ ลายพรรณพฤกษา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ลามิเนต

พื้นไม้ลามิเนต เป็นพื้นไม้ที่ถูกผลิตขึ้นด้วยวิธีทางวิทยาศาสตร์ โดยมีไม้เป็นส่วนประกอบแค่บางส่วนเท่านั้น ข้อดีของพื้นไม้ลามิเนต คือ สามารถเลือกสี หรือลายไม้ตามแบบที่เราต้องการ



- **พื้น**

พื้นในอาคารสาธารณะทั่วไป คำนึงถึงความทนทานถาวรและความสวยงามควบคู่กันไปแบ่งออกเป็นส่วน ๆ โดยเฉพาะศูนย์การค้าขนาดใหญ่ มักใช้พื้นกระเบื้องยางโดยสังขนาตทาพิเศษ และพื้นหินขัด ในบางแผนกก็มีการออกแบบเป็นพิเศษ โดยต้องการความหรูหราที่ใช้พื้นปูพรม เช่นแผนกเครื่องเสียง เป็นต้น

- **ผนัง**

ผนังในงานสถาปัตยกรรมแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ

1. ผนังหนัก (WALL) หมายถึง ผนังอาคาร ซึ่งส่วนของสถาปัตยกรรมมีน้ำหนักมากเป็นจำเป็นต้องมีคานรับ ผนังหนักทำหน้าที่เป็นกรอบของอาคาร เน้นแสดงรูปฟอร์มของอาคารภายนอก ความสำคัญในการใช้ผนัง ภายในส่วนใหญ่ขึ้นอยู่กับผนังเบา (PARTITIONS) เป็นผนังภายใน โครงสร้างเบาไม่จำเป็นต้องมีคาน มารับ ใช้กันแบ่งส่วนต่าง ๆ ของห้องทำงาน ความต้องการของเนื้อที่ใช้สอย ส่วนใหญ่เป็นงานตกแต่งภายในซึ่งช่างไม้เป็นผู้ทำ

- **เพดาน**

ในปัจจุบันศูนย์การค้าที่ได้มาตรฐาน ได้รับการออกแบบติดตั้งวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่มีระบบกลไกที่ทันสมัย อาทิเช่น ระบบป้องกันไฟ ระบบป้องกันเสียงสะท้อนและระบบปรับอากาศเพดานแขวน กริดอลูมิเนียม บู ACUSTIC (SUSPENDED SSCUSSTICAL GLID CELLING) มีความสำคัญมากในงานดังกล่าว ระบบการติดตั้ง ระบบกริด (GRID SYSTEMS) ประกอบขึ้นด้วย

- 1.MAIN TEES เป็นอลูมิเนียม รูปตัวทีแขวนกับพื้นอาคารด้วยเส้นลวด
- 2.CROS TEE เป็นตัวเสริมระหว่างแผ่นฝ้าเพดาน
- 3.WALL ANGLES ใช้สำหรับเป็นตัวประกอบเข้ามุมผนัง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- **การใช้สี**

ตัวโครงการได้เลือกใช้สีเอิร์ทโทนเป็นหลัก เพื่อความสบายตาและให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลายแก่ผู้มาใช้บริการ เน้นสี ขาว เขียว น้ำตาลครีม และเทา เป็นหลัก

สีส่วนใหญ่ถูกใช้กับการเชื่อมต่อหน้าทีของบางส่วนหรืออวัยวะของมนุษย์และสัตว์ในรูปแบบแสงสี การเลือกเฉดสีใการบำบัดขึ้นอยู่กับความแรงของผลทางสรีระที่ต้องการ

- **สีแดง**

สีแดงกระตุ้นประสาทรับความรู้สึก ดังนั้นจึงให้ผลกับการรับกลิ่น การมองเห็น การฟัง การรับรส และการรับสัมผัส การกระตุ้นหมุนเวียนของเลือด กระตุ้นเร้าของเหลวในสมองและกระดูกสันหลัง และการกระตุ้นเร้าระบบประสาทที่ควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายซึ่งอยู่เหนือการควบคุม จิตใจ ฮีโมโกลบินถูกสร้างโดยรังสีสีแดง ซึ่งผลิตความร้อนที่ให้ความกระปรี้กระเปร่าและให้พลังงานกับตับ ระบบกล้ามเนื้อและสมองซีกซ้ายเป็นตัวผ่อนคลายเนื้อที่หดตัวลง ผลการลดการระคายเคืองของสีแดง ดีเยี่ยมสำหรับวัตถุประสงค์ในการบำบัดรักษา

- **สีเหลือง**

สีเหลืองกระตุ้นประสาทที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหว และก่อให้เกิดพลังงานสำหรับกล้ามเนื้อ สีเหลืองเป็นการผสมผสานของรังสีสีแดงกับรังสีสีเขียว มีพลังกระตุ้นของการสันตะเทือนสีแดงผสมกับพลังการชดเชยของการสันตะเทือนสีเขียวดังนั้นจึงมีแนวโน้มของทั้งหน้าที่กระตุ้นและซ่อมแซม ส่วนที่เสียหาย ทาความสะอาดกาจัดของเสียให้กับตับ ลาไส้และผิวหนัง ให้พลังงานแก่ทางเดินอาหาร ช่วยฟอกเลือด กระตุ้นหลอดน้ำเหลืองและกดม้าม ช่วยยกเอาความทุกข์โศก ความหมัดหวังออกไป และนำมาซึ่งความปิติยินดี รื่นเริง ปัญญา การรับรู้และความสนุกสนาน

- **สีส้ม**

สีส้ม รวมรังสีสีแดงและรังสีสีเหลือง พลังงานความร้อนของสีส้มมากกว่าทั้งสีแดงและสีเหลือง สีส้มกระตุ้นต่อมไทรอยด์และการกดต่อมพาราไทรอยด์ ช่วยขยายปอด มีผลในการลดอาการชักกระตุกหรือเกร็งจากการเป็นตะคริวกล้ามเนื้อ ช่วยการดูดซึมของแคลเซียม ทำหน้าที่เป็นยาทาให้อาเจียนและเพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจ แต่สีส้มไม่มีผลกระทบต่อความดันโลหิต การผลิตน้ำนมในทรวงอกถูกกระตุ้นเมื่อสตรีหลังคลอดสวมเสื้อผ้าสีส้ม สีส้มยังมีผลต่อม้ามและตับอ่อน เพื่อช่วยดูดซึมอาหารที่ย่อยแล้วและการหมุนเวียนของน้ำย่อย

- **สีเขี้ยว**

ทั้งสีเขี้ยวเข้มและสีเขี้ยวอ่อนสร้างกล้ามเนื้อ กระดูกและเซลล์เนื้อเยื่ออื่นๆไม่ใช่ทั้งกรดและด่าง และสามารถใช้ได้ในลักษณะเดียวกับสีน้ำเงิน สีเขี้ยวเยือกเย็นและปลอดภัย ให้ความสงบทั้งทางร่างกายและจิตใจ สีเขี้ยวช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดลดความดันโลหิต ทำตัวเป็นเหมือนยานอนหลับต่อระบบประสาทที่บังคับการเคลื่อนไหวของร่างกายซึ่งอยู่นอกเหนืออำนาจจิตใจ ขยายหลอดเลือดฝอย และสร้างความรู้สึกรอบอุ่น รังสีสีเขี้ยวช่วยสร้างสมดุลของอารมณ์และกระตุ้นต่อมพิทูอิตารียังสามารถใช้เป็นยากระตุ้นและเสริมเรื่องเพศให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น การสั่นสะเทือนของสีเขี้ยวจะช่วยฆ่าเชื้อแบคทีเรีย ไวรัส และเชื้อโรคอื่นๆ

- **สีม่วง**

สีม่วงกระตุ้น สมองส่วนบนและกระดูก กดต่อมน้ำเหลือง กล้ามเนื้อหัวใจและประสาท ขับเคลื่อนสีม่วงทำให้เย็นลงในกรณีการป่วยทางจิต ควบคุมการไวต่อการกระตุ้น ลดความหิว สร้างเม็ดเลือดขาว และรักษาความสมดุลของไอออนโดยเฉพาะอย่างยิ่งโปแตสเซียมและโซเดียม ลิโอนาร์โต ดา วินชี กล่าวว่า พลังแห่งสมาธิสามารถเพิ่มเป็นสิบเท่าภายใต้แสงสีม่วงที่ตกผ่านหน้าต่างกระจกสีในโบสถ์อันเงียบสงบ

หมายเหตุ สีและอิทธิพลของสีที่ลำดับไว้ข้างต้น เป็นเพียงตัวอย่างที่ระบุว่ามีการตอบสนองสูงต่อการบำบัดรักษาด้วยสี ยังคงมีการศึกษาเทคนิคใหม่ๆ กับโรคอีกมากมาย



บทที่ 3

3.ผู้ใช้ กิจกรรม พฤติกรรม และพื้นที่ที่ต้องการ

3.1 ประเภทผู้ใช้บริการ

ผู้ใช้บริการ แบ่งออกเป็น 3 กลุ่มหลักๆ ได้แก่

3.1.1 แอร์โฮสเตส และพนักงานบริษัท

อายุประมาณ 26-35 ปี ทำงานในสนามบินดอนเมือง และศูนย์ลูกเรือการบินไทย ส่วนใหญ่เป็นผู้หญิงที่รักสุขภาพ และต้องการผ่อนคลายความเครียดจากการทำงานเป็นเวลาหลายๆชั่วโมง

3.1.2 คุณนาย

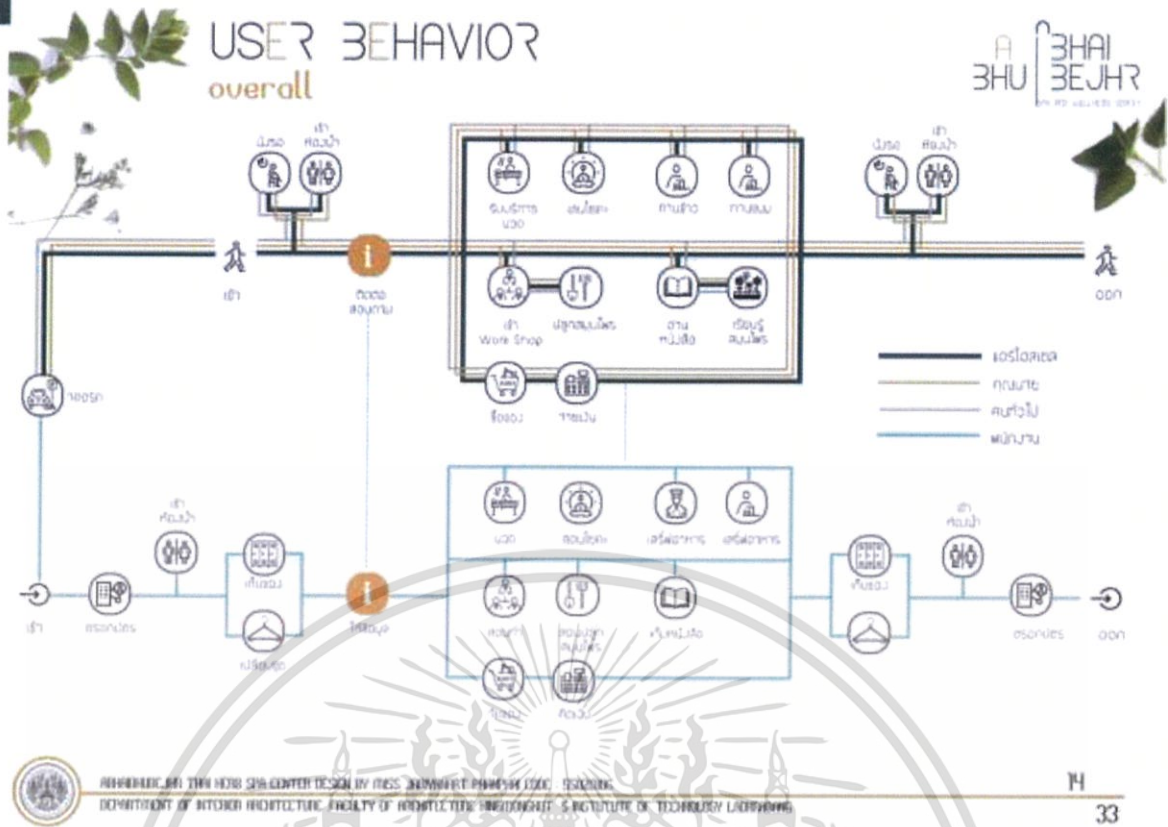
อายุประมาณ 30-45 ปี อาศัยอยู่ภายในหมู่บ้านจัดสรร รอบๆโครงการ ต้องการหาที่ผ่อนคลายในเวลาว่างระหว่างวัน

3.1.3 คนทั่วไป

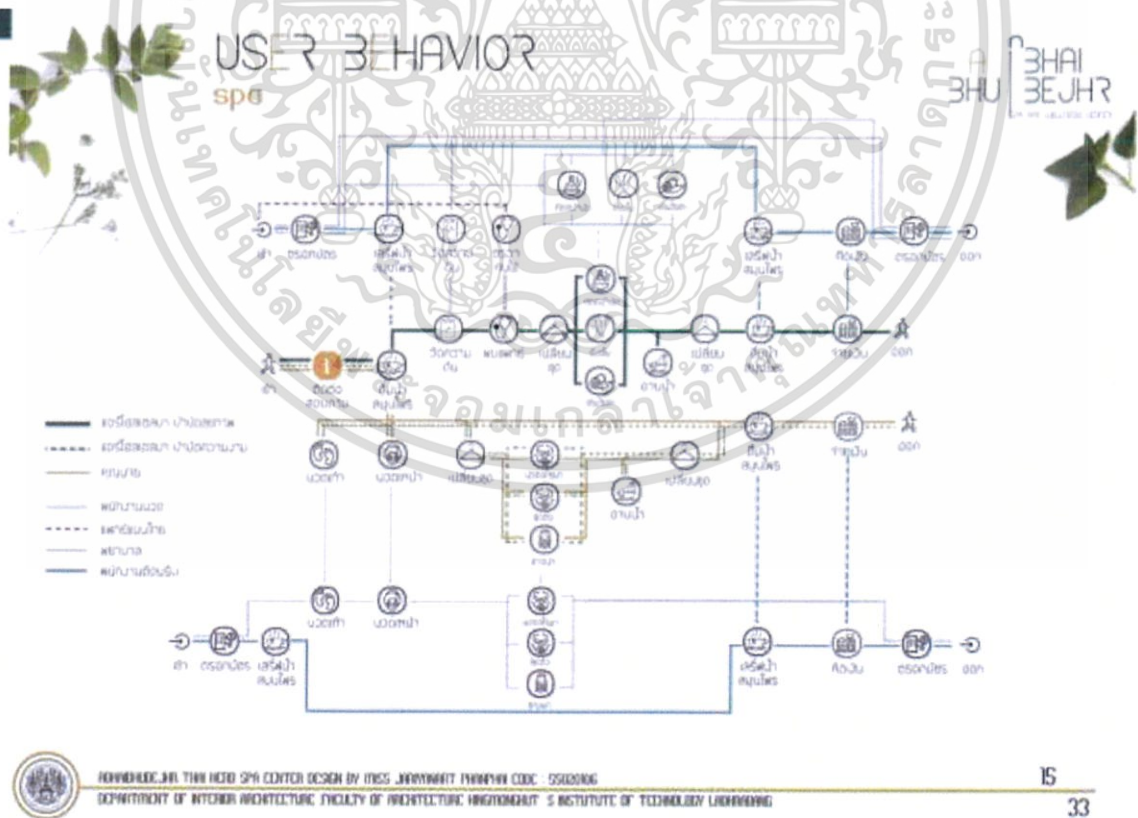
คนที่อาศัยอยู่รอบๆโครงการ ต้องการหาพื้นที่พักผ่อน และเรียนรู้เกี่ยวกับสมุนไพรไทย

3.2 กิจกรรมและพฤติกรรมของผู้รับบริการและผู้ให้บริการ

1. ผู้รับบริการ จะแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มหลักตามจุดประสงค์ของโครงการ ได้แก่
 - 1.1 คนที่มาใช้บริการ มีพื้นที่รองรับได้แก่ spa ,yoga ,restaurant ,café'
 - 1.2 คนที่มาเรียนรู้ [ลองทำ] มีพื้นที่รองรับได้แก่ work shop , library
 - 1.3 คนที่ต้องการมาจำหน่าย มีพื้นที่รองรับได้แก่ shop and pharmacy
2. ผู้ให้บริการ จะแจกจ่ายไปยังส่วนต่างๆของโครงการ ตามจุดประสงค์ของโครงการ

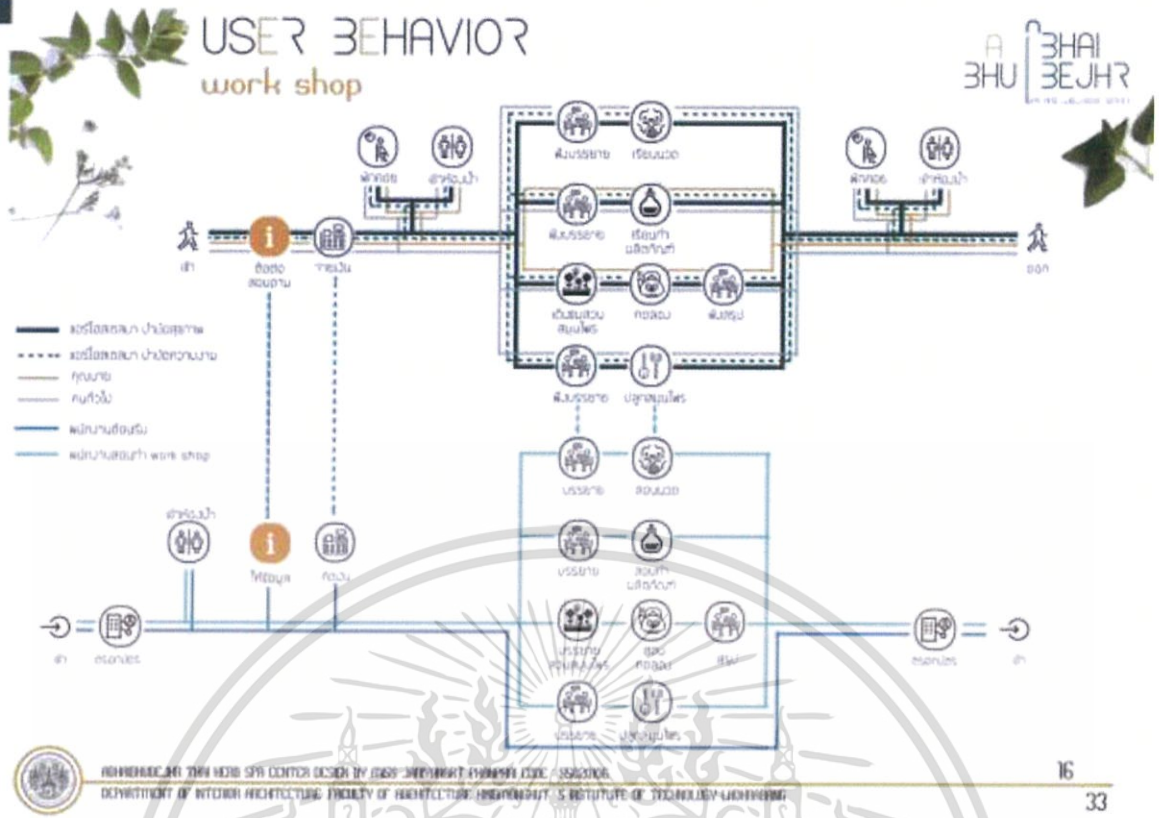


รูปภาพที่ 40 พฤติกรรมผู้รับบริการและผู้ให้บริการทั้งโครงการ



รูปภาพที่ 41 พฤติกรรมผู้รับบริการและผู้ให้บริการส่วนสปา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปภาพที่ 42 พฤติกรรมผู้รับบริการและผู้ให้บริการส่วนwork shop

3.3 การบริหารทรัพยากร

- ผู้อำนวยการ 1 ตำแหน่ง
- เลขานุการผู้อำนวยการ 1 ตำแหน่ง
- รองผู้อำนวยการ 1 ตำแหน่ง
- เลขานุการรองผู้อำนวยการ 1 ตำแหน่ง

● ฝ่ายบริการ

1. ผู้จัดการร้านอาหาร 1 ตำแหน่ง
 - พนักงานเสิร์ฟ 5 ตำแหน่ง
 - แม่ครัว 2 ตำแหน่ง
2. ผู้จัดการสปา 1 ตำแหน่ง
 - แพทย์แผนไทย 3 ตำแหน่ง
 - แพทย์แผนจีน 3 ตำแหน่ง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- เจ้าหน้าที่หมวด 10 ตำแหน่ง
- เจ้าหน้าที่การเงินและบันทึกข้อมูล 2 ตำแหน่ง
- 3. ผู้จัดการร้านค้า 1 ตำแหน่ง
 - พนักงานขาย 2 ตำแหน่ง
 - แคชเชียร์ 1 ตำแหน่ง

● ฝ่ายธุรการ

- 4. หัวหน้าฝ่ายธุรการ 1 ตำแหน่ง
 - พนักงานการตลาด 2 ตำแหน่ง
 - พนักงานธุรการ 2 ตำแหน่ง
 - พนักงานฝ่ายบุคคล 2 ตำแหน่ง
 - พนักงานการเงิน 2 ตำแหน่ง
 - เจ้าหน้าที่ฝ่ายประชาสัมพันธ์ 2 ตำแหน่ง
 - เจ้าหน้าที่ฝ่ายประสานงาน 2 ตำแหน่ง
 - เจ้าหน้าที่ฝ่ายจัดซื้อ 2 ตำแหน่ง

● ฝ่ายกิจกรรม

- 5. ผู้จัดการ work shop 1 ตำแหน่ง
 - เจ้าหน้าที่ work shop 6 ตำแหน่ง
 - เจ้าหน้าที่ดูแลสวนสมุนไพร 2 ตำแหน่ง
- 6. หัวหน้าบรรณารักษ์ 1 ตำแหน่ง
 - เจ้าหน้าที่บรรณารักษ์ 4 ตำแหน่ง

● ฝ่ายอาคารและสถานที่

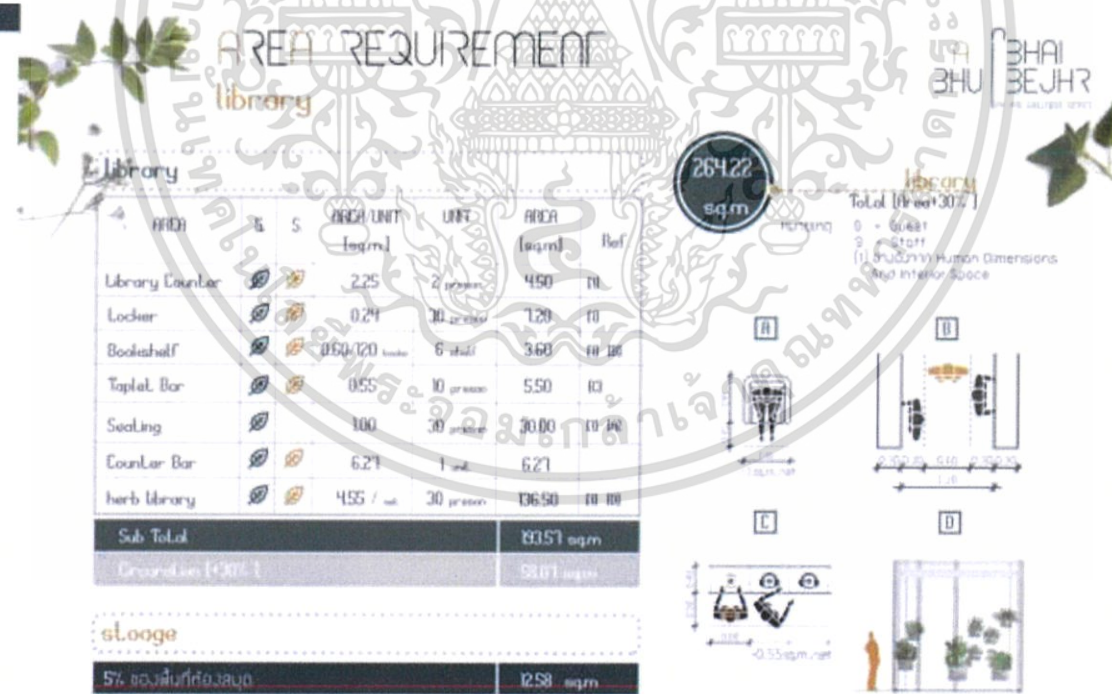
- 7. หัวหน้าซ่อมบำรุงและทำความสะอาด 1 ตำแหน่ง
 - เจ้าหน้าที่ซ่อมบำรุง 2 ตำแหน่ง
 - พนักงานทำความสะอาด 5 ตำแหน่ง
- 8. หัวหน้ารักษาความปลอดภัย 1 ตำแหน่ง
 - พนักงานรักษาความปลอดภัย 2 ตำแหน่ง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.4 พื้นที่ที่ต้องการ



รูปภาพที่ 43 พื้นที่ส่วน lobby hall ในโครงการ



รูปภาพที่ 44 พื้นที่ส่วน library ในโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

AREA REQUIREMENT restaurant



| AREA | E | S | AREA UNIT (sqm.) | UNIT | AREA (sqm.) | Ref. |
|-------------------------|---|---|------------------|-----------|------------------|---------|
| Counter Cashier | | | 2.10 | 1 person | 2.10 | (B) |
| Service Station | | | 2.00 | 2 station | 4.00 | (B) |
| Salad Bar & Kitchen | | | 16.00 | 1 unit | 16.00 | (B) |
| Seating 2 seat. | | | 1.02 | 8 seat * | 8.16 | (B) (C) |
| Seating 4 seat. | | | 4.00 | 8 seat | 32.00 | (B) (C) |
| Total (Area+30%) | | | | | 54.30 sqm | |
| Reservation (+30%) | | | | | 16.29 sqm | |

91.76 sqm

restaurant
Total (Area+30%)

Multiplying: G = Guest, S = Staff
(1) ตามเกณฑ์ Human Dimensions And Interior Space



| Kitchen & Storage | | |
|---------------------------------|--|----------|
| Kitchen 30% ของพื้นที่ร้านอาหาร | | 2.17 sqm |
| Storage 5% ของพื้นที่ครัว | | 2.00 sqm |



รูปภาพที่ 45 พื้นที่ส่วน restaurant ในโครงการ

AREA REQUIREMENT shop & pharmacy

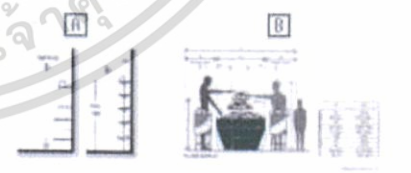


| AREA | E | S | AREA UNIT (sqm.) | UNIT | AREA (sqm.) | Ref. |
|--------------------|---|---|------------------|----------|------------------|-------------|
| Counter Cashier | | | 2.10 | 1 person | 2.10 | (B) |
| Shelf | | | 0.75 | 8 unit | 6.00 | (B) (C) (D) |
| Product Display | | | 3.00 | 1 unit | 3.00 | (B) |
| Counter | | | 5.00 | 1 unit | 5.00 | (B) |
| Medicine Cabinet | | | 11.88 | 1 unit * | 11.88 | (B) (C) |
| Total | | | | | 31.98 sqm | |
| Reservation (+30%) | | | | | 9.59 sqm | |

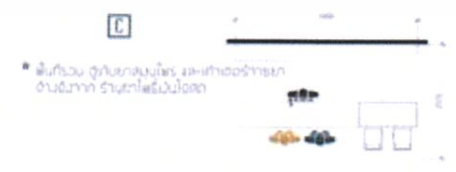
45.76 sqm

shop & pharmacy
Total (Area+30%)

Multiplying: G = Guest, S = Staff
(1) ตามเกณฑ์ Human Dimensions And Interior Space



| Storage | | |
|-----------------------|--|----------|
| 10% ของพื้นที่ร้านค้า | | 4.20 sqm |



รูปภาพที่ 46 พื้นที่ส่วน shop & pharmacy ในโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

AREA REQUIREMENT medical spa

medical spa

| AREA | G | S | AREA UNIT (sqm.) | UNIT | AREA (sqm.) | Ref |
|----------------------|---|---|------------------|----------|--------------------|---------|
| Counter Cashier | ● | ● | 2.00 | 2 person | 4.00 | (1) |
| Sofa sat. | ● | | 9.52 | 2 sat. | 19.04 | (1) (1) |
| Examination Room | ● | ● | 6.00 | 2 room | 12.00 | (1) |
| Private Thai Massage | ● | ● | 11.00 (1) | 10 room | 110.00 | (1) (1) |
| Acupuncture Massage | ● | ● | 11.00 (1) | 5 room | 55.00 | (1) (1) |
| Yoga room | ● | ● | 5.00 | 1 room | 5.00 | (2) |
| Bath Room & locker | ● | | 32.00 | 1 unit | 32.00 | (1) |
| Total | | | | | 282.24 sqm. | |
| Dimension (x 30'): 1 | | | | | | |

367.00
sqm

จำนวน
0 • Guest
5 • Staff

(1) ข้อมูลจาก Human Dimensions And Interior Space
(2) ข้อมูลจาก <http://reference.weebly.com/horizon-yoga-studio.html>
(A) พื้นรวม ส่วนห้อง ส่วนโถง ส่วนโถงเก็บ สาน-เตียงรวม

medical spa

Total (Area 30'): 1

รูปภาพที่ 47 พื้นที่ส่วน medical spa ในโครงการ

AREA REQUIREMENT beauty spa

beauty spa

| AREA | G | S | AREA UNIT (sqm.) | UNIT | AREA (sqm.) | Ref |
|----------------------|---|---|------------------|----------|--------------------|---------|
| Foot Massage Area | ● | ● | 2.00 | 2 person | 4.00 | (1) |
| Facial Room | ● | ● | 2.00 | 2 person | 4.00 | (1) (1) |
| Massage Room | ● | ● | 11.00 | 5 room | 55.00 | (2) (1) |
| Couple Massage Room | ● | ● | 22.70 | 5 room | 113.50 | (2) (1) |
| Sauna Room | ● | ● | 5.22 | 2 room | 10.44 | (2) (1) |
| Total | | | | | 213.34 sqm. | |
| Dimension (x 30'): 1 | | | | | | |

310.80
sqm

จำนวน
5 • Guest
5 • Staff

(1) ข้อมูลจาก Human Dimensions And Interior Space
(2) ข้อมูลจาก Jit Frahen Wellness Spa

beauty spa

Total (Area 30'): 1

storage & staff room

| | |
|--------------------|-----------|
| พื้นที่เก็บสิ่งของ | 21.25 sqm |
|--------------------|-----------|

รูปภาพที่ 48 พื้นที่ส่วน beauty spa ในโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

AREA REQUIREMENT work shop & herb garden

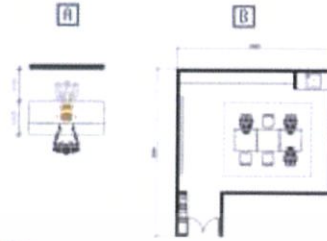


work shop

| AREA | G. | S. | AREA/UNIT (sqm.) | UNIT (person) | AREA (sqm.) | Ref. |
|---------------------|----|----|---------------------|------------------|------------------|---------|
| Cashier | 1 | 1 | 2.10 | 1 | 2.10 | (1) (1) |
| Work Shop Room 1 | 1 | 1 | 33.60 (10) | 1 room | 33.60 | (1) (1) |
| Work Shop Room 2 | 1 | 1 | 33.60 | 1 room | 33.60 | (1) (1) |
| Sofa set. | 1 | 1 | 9.52 | 2 set. | 19.04 | (1) |
| Staff floor | 1 | 1 | 3.00 | 1 unit. | 3.00 | (1) |
| Total | | | | | 91.24 sqm | |
| General Area (30%) | | | | | 273.6 sqm | |

118.80
sqm

work shop
Total Area (30%)
(1) จำนวน ส่วนประกอบภายใน
โต๊ะเรียน และโต๊ะรับผู้มาเรียน



herb garden

| | |
|-------------------|------------|
| 25% ของพื้นที่รวม | 228.80 sqm |
|-------------------|------------|

328.80
sqm

herb garden

- จำนวน
- G - Guest
 - S - Staff
- (1) จำนวนที่ Human Dimensions And Interior Space
(2) จำนวนที่ Ultrawell Wellness Spa



RENDERING THE HEDS QM CENTER DESIGN BY MISS JETANUNT PHUMPHI DEE, S2021001
DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE / FACULTY OF ARCHITECTURE AND ENVIRONMENT'S INSTITUTE OF TECHNOLOGY UPHONGRANG

25

33

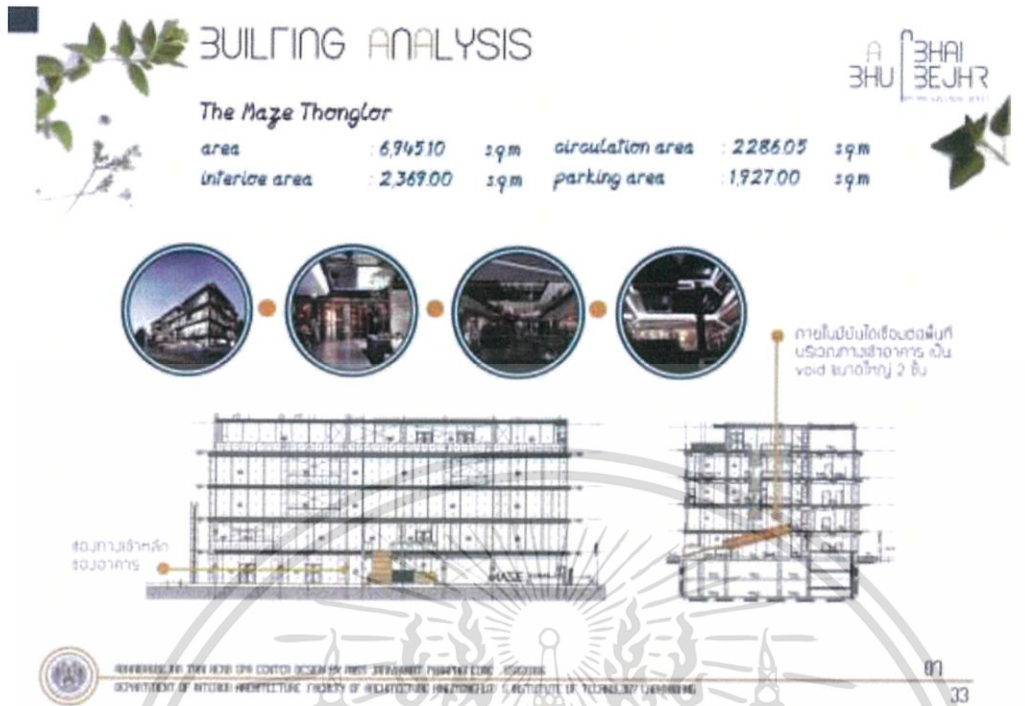
รูปภาพที่ 49 พื้นที่ส่วน work shop ในโครงการ

สรุปภายในโครงการศูนย์สุขภาพและความงามแบรนด์ อภัยภูเบศร จะประกอบไปด้วยพื้นที่ ส่วนให้บริการ เรียนรู้[ลองทำ] และจำหน่าย มีพื้นที่รวมทั้งหมด 2342.62 ตารางเมตร

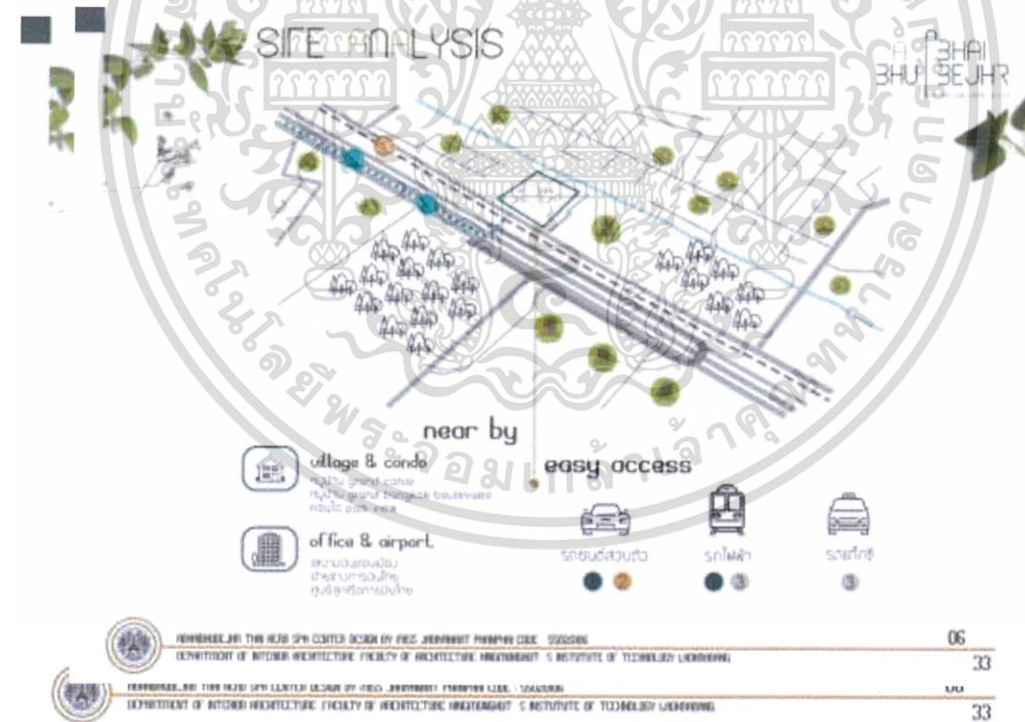


เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การวิเคราะห์อาคาร



รูปภาพที่ 52 รูปด้านและพื้นที่อาคาร



รูปภาพที่ 53 แพลนและการเข้าถึงอาคาร

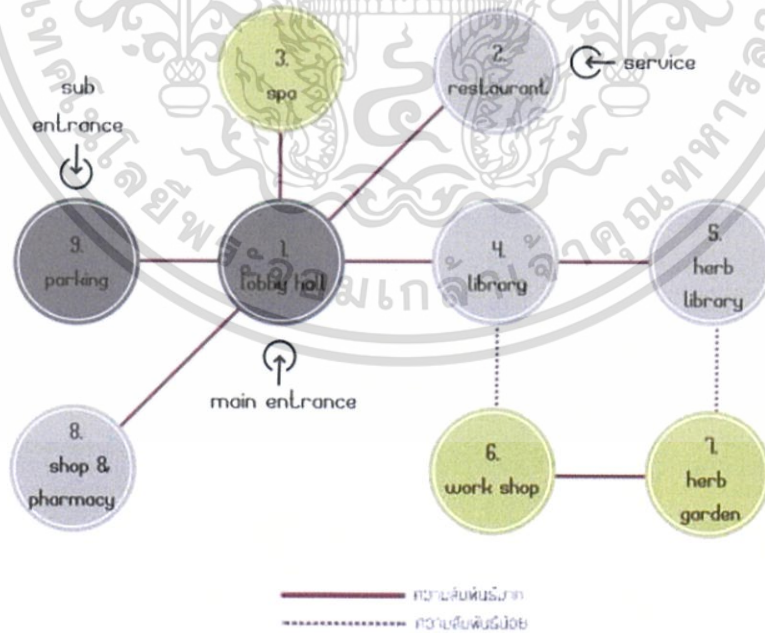
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.2 การวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ของพื้นที่



รูปภาพที่ 54 ภาพการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ของพื้นที่

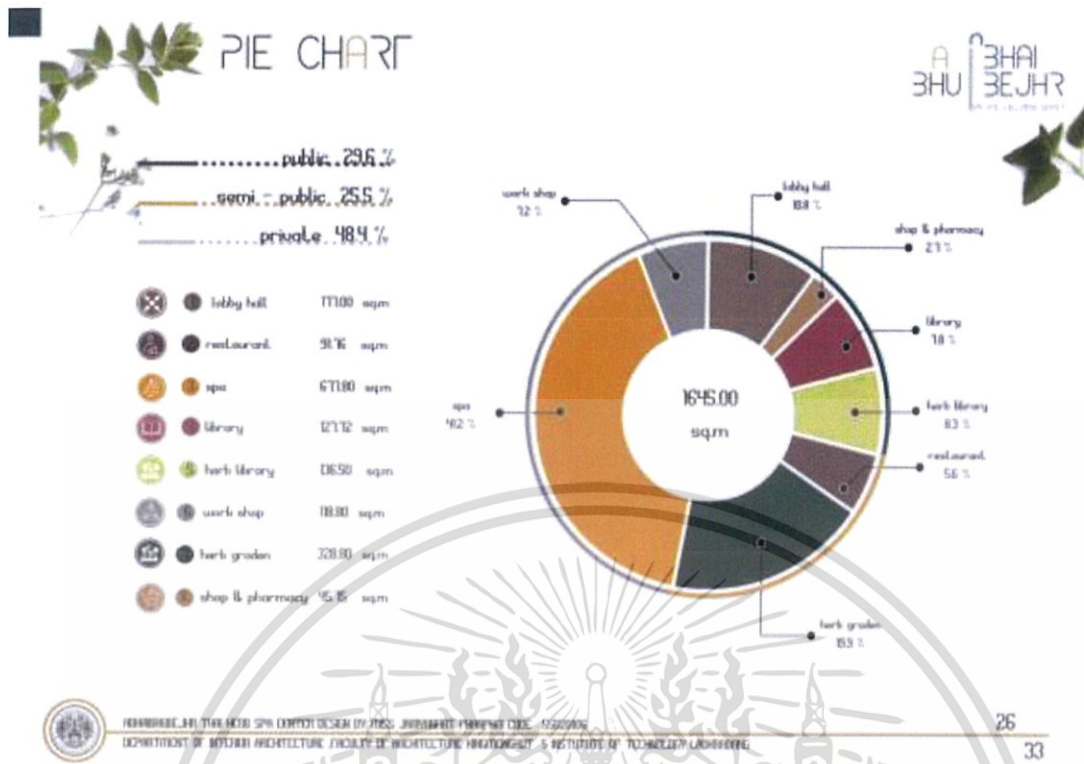
4.3 การวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์



รูปภาพที่ 55 ภาพการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์

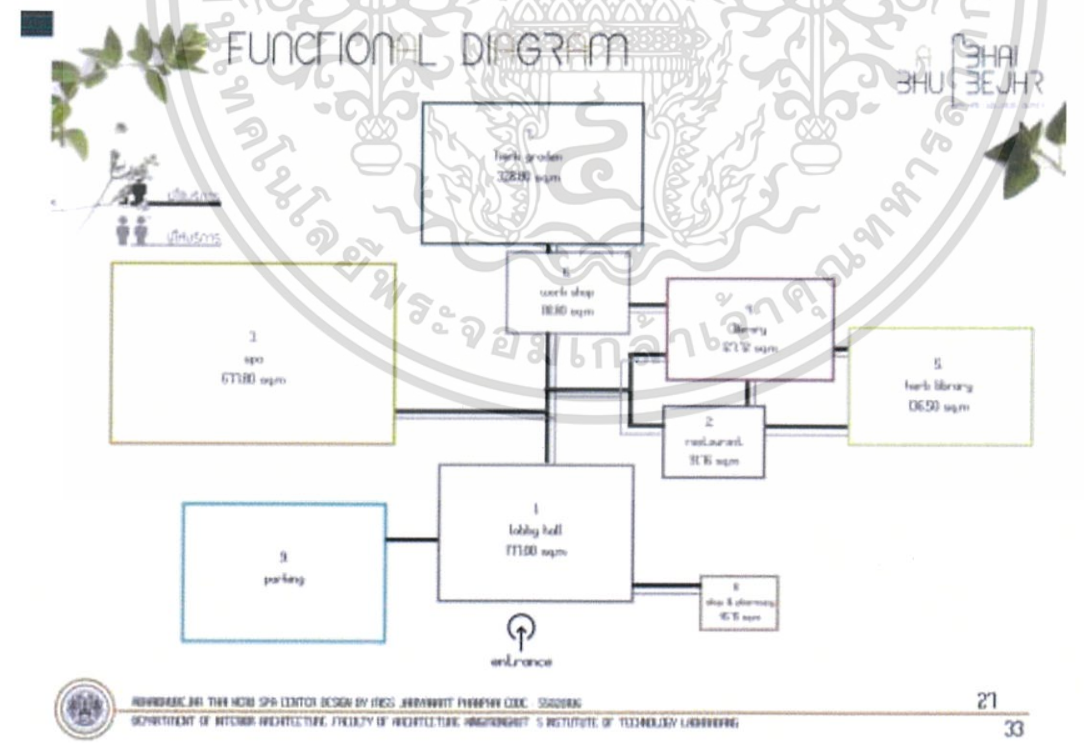
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.4 การวิเคราะห์ขนาดพื้นที่



รูปภาพที่ 56 ภาพการวิเคราะห์ขนาดพื้นที่

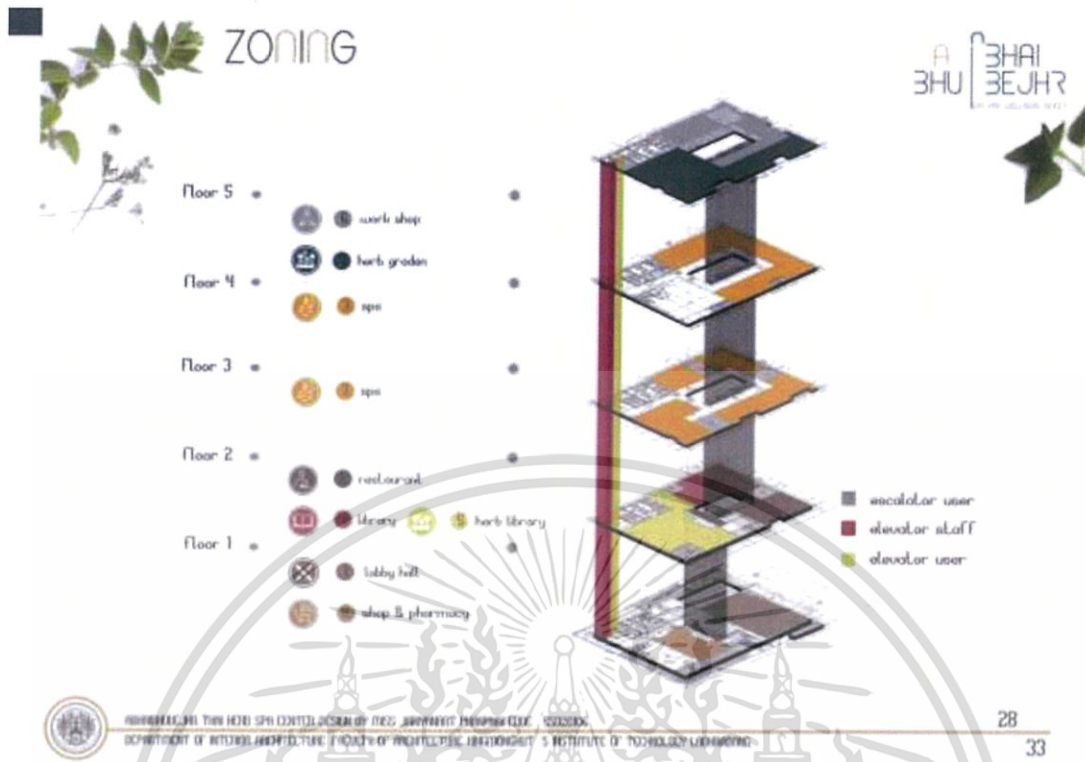
4.5 การวิเคราะห์ขนาดพื้นที่และการสัญจร



รูปภาพที่ 57 ภาพการวิเคราะห์ขนาดพื้นที่และพื้นที่สัญจร

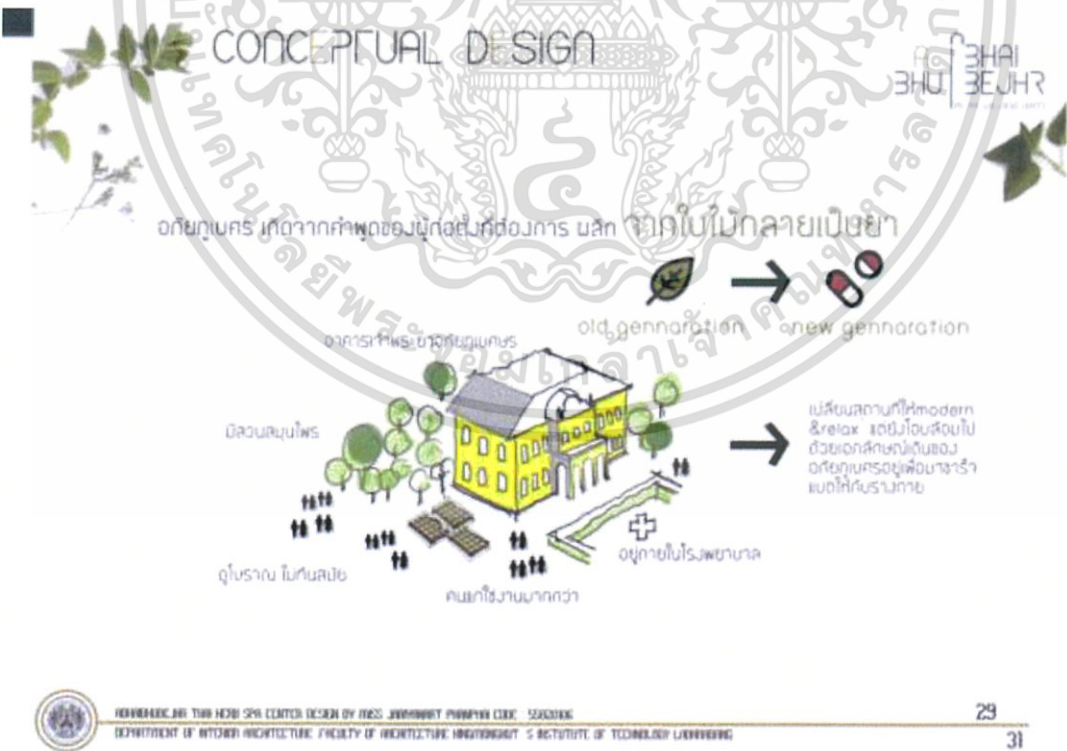
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.6 การวิเคราะห์กลุ่มพื้นที่สัมพันธ์



รูปภาพที่ 58 ภาพการวิเคราะห์กลุ่มพื้นที่สัมพันธ์

4.7 แนวความคิดในการออกแบบ



รูปภาพที่ 59 ภาพแนวความคิดในการออกแบบ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทที่ 5

5.ผลงานการออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน

5.1 ผังการเข้าถึงโครงการ



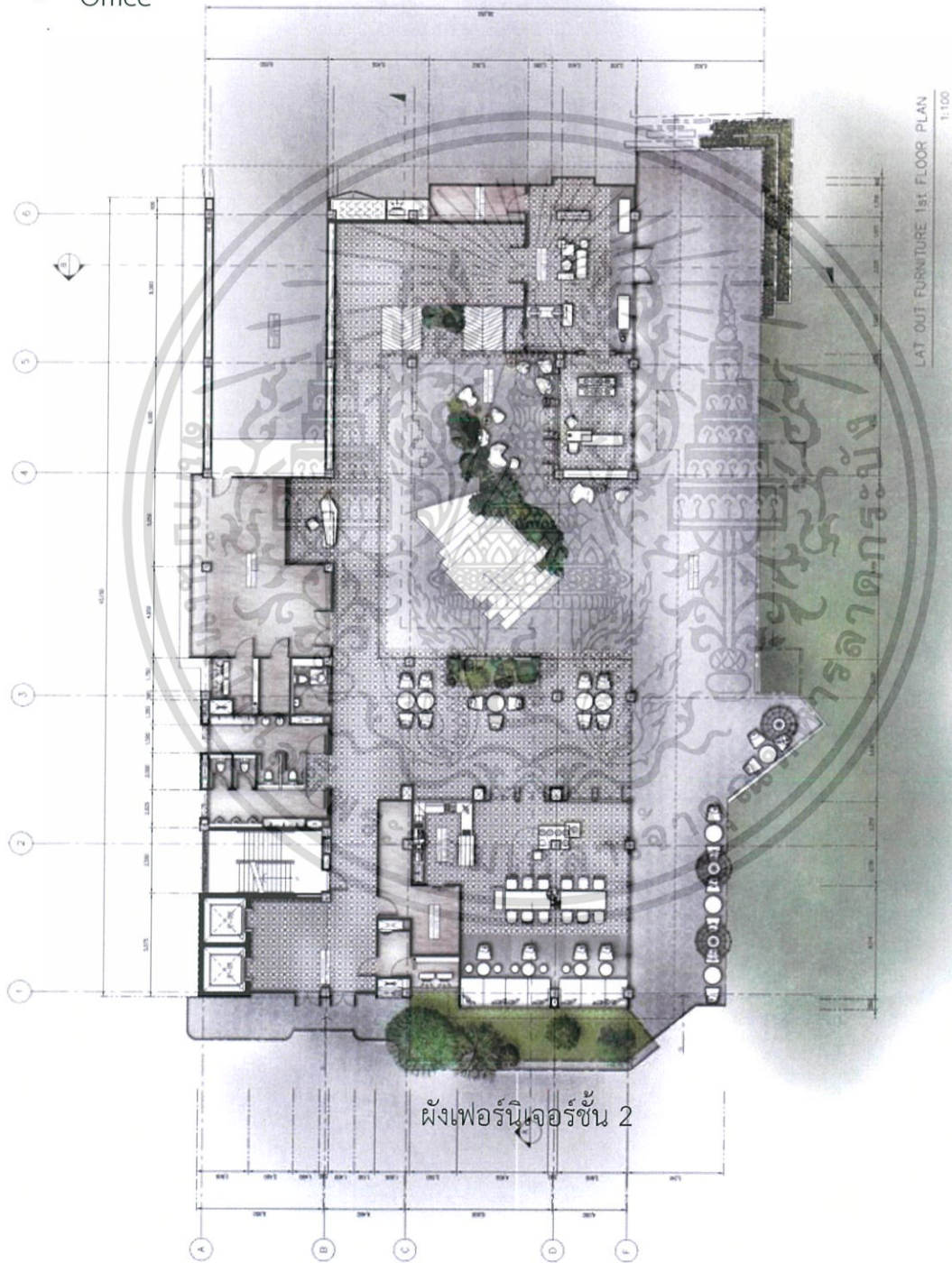
รูปภาพที่ 62 ภาพผังการเข้าถึงโครงการ

- เดินทางจาก ถนนกำแพงเพชร 6 เข้าสู่ตัวอาคารทางด้านขวา
- ผังอาคาร ตั้งตามทิศทางลม โดยลมจะเข้าผ่านตัวอาคารทางด้านหน้า ทะลุด้านหลัง ทำให้อาคารไม่จำเป็นต้องติดแอร์ทุกชั้น
- ด้านหน้าของโครงการ ออกแบบเป็นสวนสมุนไพร ให้คนภายนอกมาพักผ่อนนั่งเล่น หรือทำกิจกรรมกลางแจ้งร่วมกัน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.2 ผังเฟอร์นิเจอร์ของโครงการ

- ผังเฟอร์นิเจอร์ชั้น 1 ประกอบไปด้วย
 - Hall and information
 - Café'
 - Shop and pharmacy
 - Office



ผังเฟอร์นิเจอร์ชั้น 2

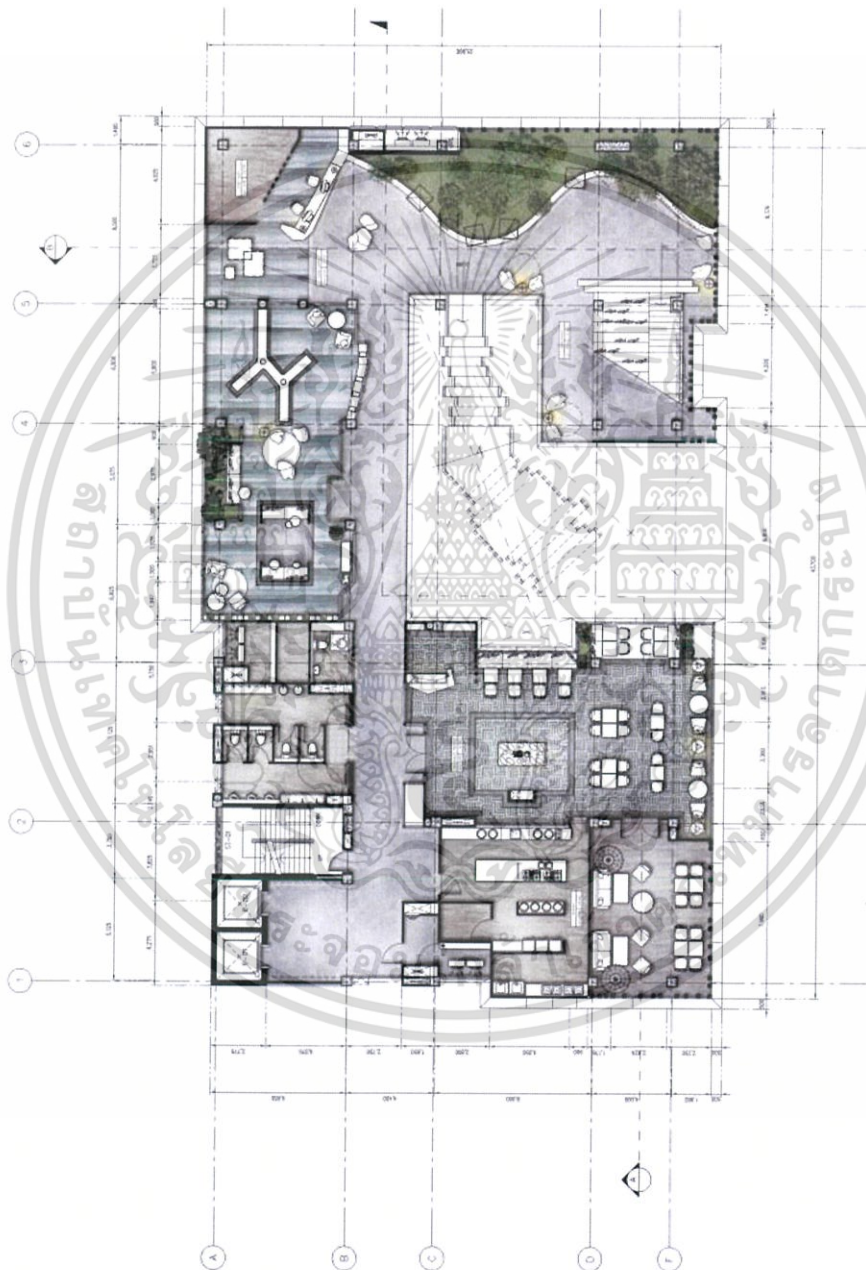


ARCHITECTURE, HR, SPA AND WELLNESS CENTER
 DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE, FACULTY OF ARCHITECTURE, MAHACHULALONGKORN UNIVERSITY
 CREATED BY MISS JARATWATT KANPANA CODE: 55202016

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้าน
 ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



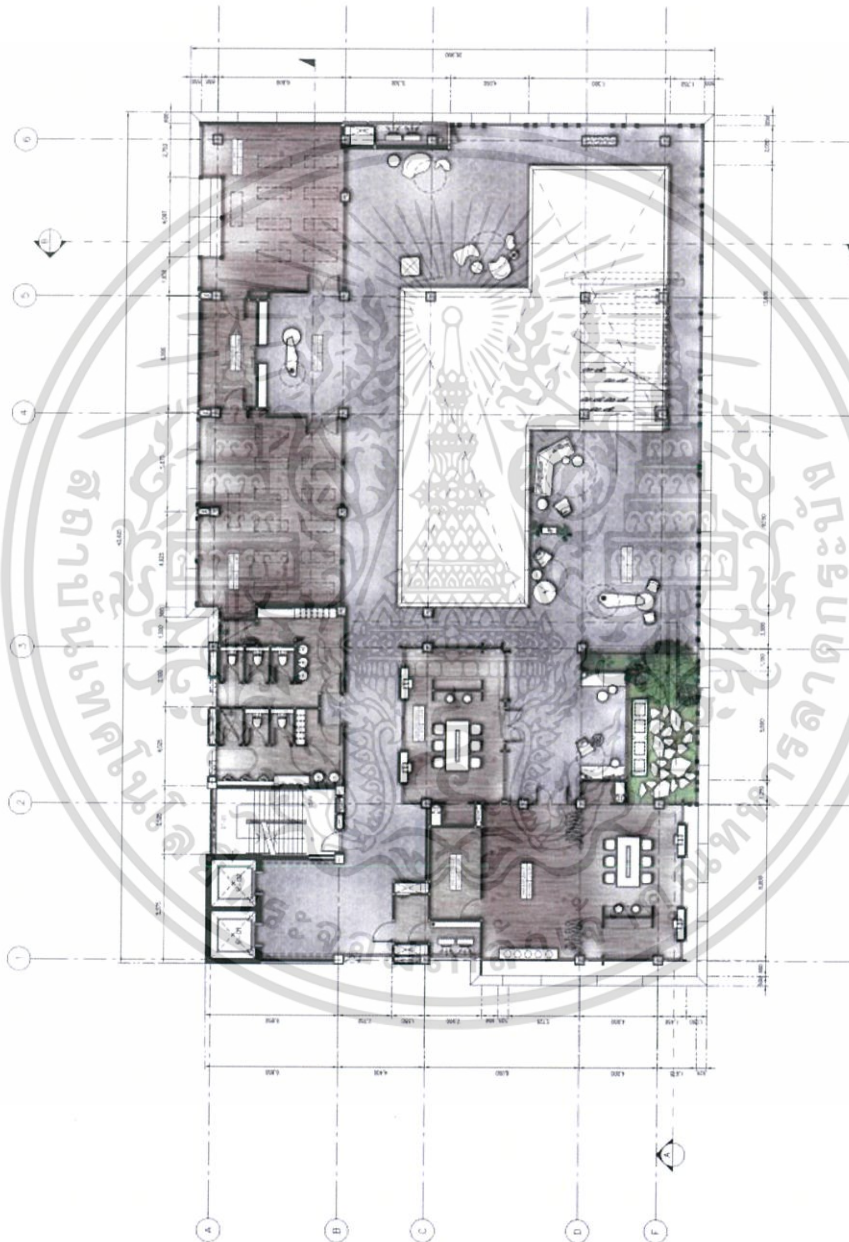
- ผังเฟอร์นิเจอร์ชั้น 2 ประกอบไปด้วย
 - Herb garden hall
 - Restaurant
 - Library



LAT OUT FURNITURE 2nd FLOOR PLAN
SCALE 1:100

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ผังเฟอร์นิเจอร์ชั้น 3 ประกอบไปด้วย
 - Work shop
 - Yoga room



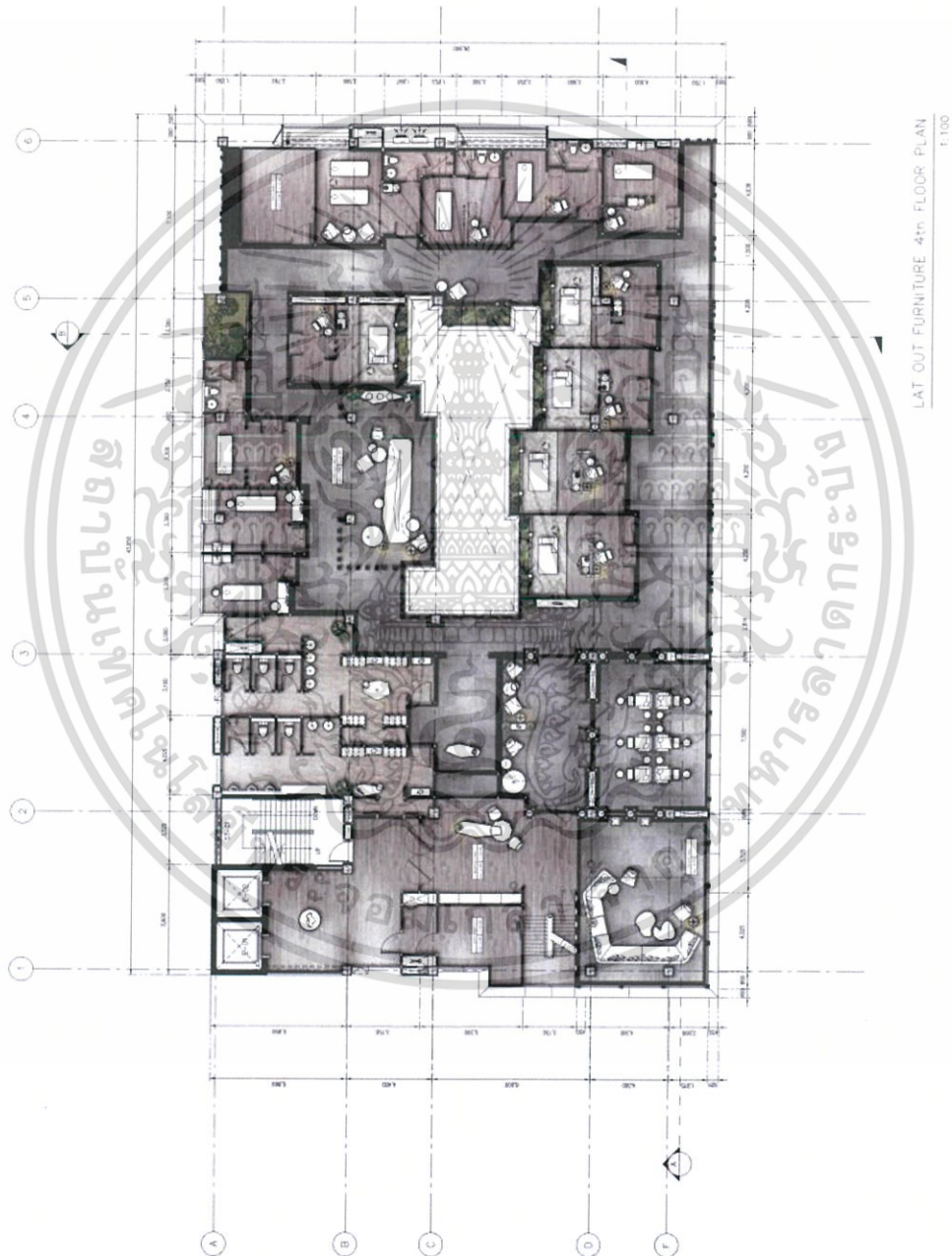
LAT OUT FURNITURE 3rd FLOOR PLAN
1:100

ARABHUBIC SPA AND WELLNESS CENTER
DEPARTMENT OF ARCHITECTURE FACULTY OF ARCHITECTURE HONGKONGUT 5 INSTITUTE OF TECHNOLOGY UMBANGUNG
CREATED BY MISS JARANTHAT KANPORN CODE: 5502006



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ผังเฟอร์นิเจอร์ชั้น 4 ประกอบไปด้วย
 - Lobby spa
 - Foot massage
 - Face massage
 - Thai massage
 - Aroma massage



ASU BHAI
ASU BEJHR
SPA AND WELLNESS CENTER

ASU BHAI SPA AND WELLNESS CENTER
DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE, FACULTY OF ARCHITECTURE, MAHACHULALONGKORNRAJavidyalaya UNIVERSITY OF TECHNOLOGY LAOUBONG
CREATED BY MISS JIRAWATT PANNATHI CODE : 55020106

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ผังเฟอร์นิเจอร์ชั้น 5 ประกอบไปด้วย
 - Lobby spa VIP
 - VIP room massage



HA BHAI
ZHU BEJHR
FOR THE WELLNESS CENTER

HA
ARCHITECTURE, SPA AND WELLNESS CENTER
DEPARTMENT OF ARCHITECTURE, FACULTY OF ARCHITECTURE, HONGKONGUAT 5 INSTITUTE OF TECHNOLOGY LAO/PHONGSANG
CREATED BY MISS JIRATHANIT PHANPHAN LOOC : 5502006

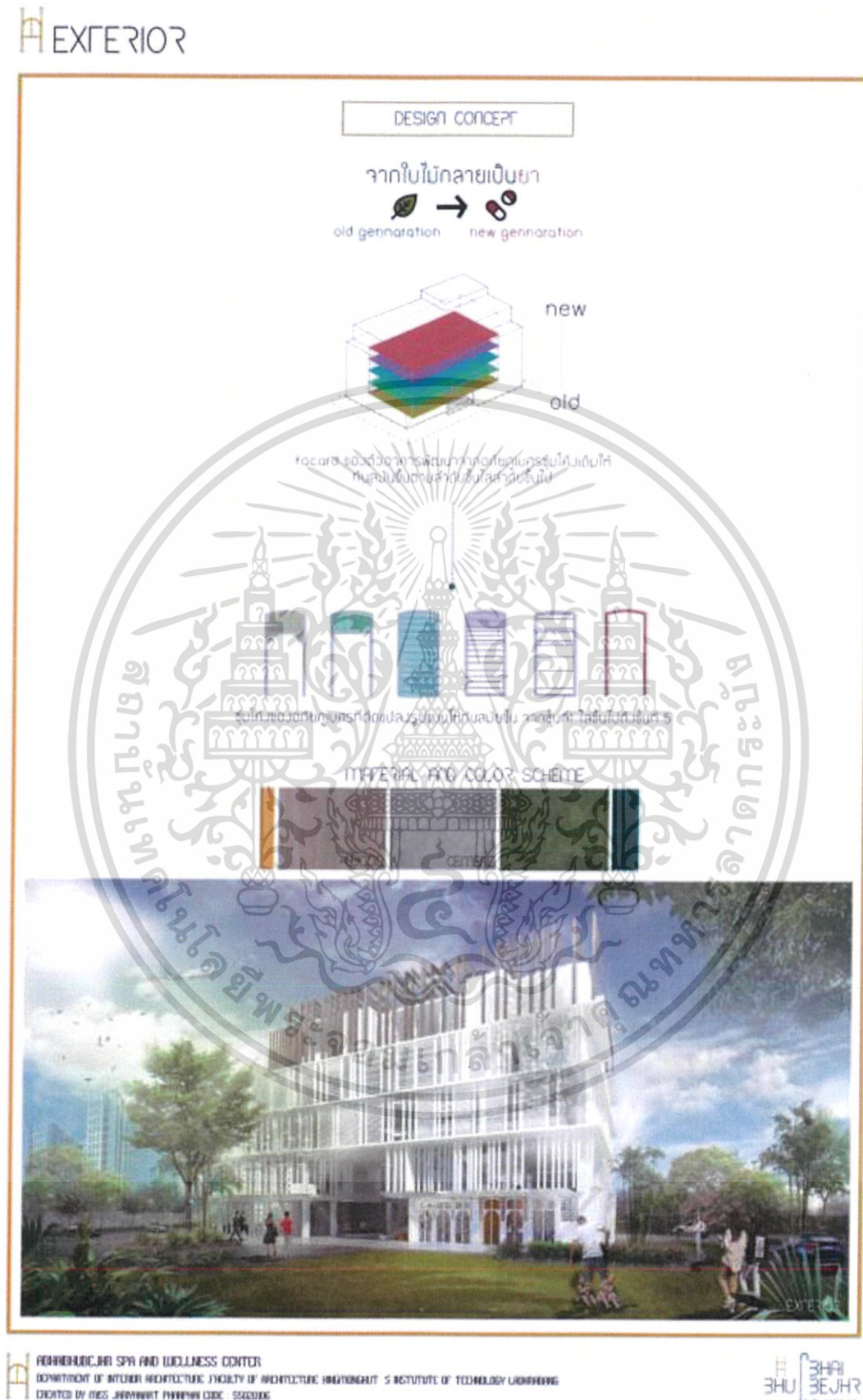
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.3 รูปตัดของโครงการ



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.4 ภาพทัศนียภาพภายในโครงการ



รูปภาพที่ 65 รูปทัศนียภาพภายนอก

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

HALL AND INFORMATION AREA

DESIGN CONCEPT

"ซุ้มทางเข้า"

ภาคเริ่มต้นของอสังหาริมทรัพย์ในรูปแบบใหม่ ที่สะท้อนถึงบรรยากาศของอาคารอสังหาริมทรัพย์

ต้นแบบภายใน (Interior Design) ขึ้นทำเนียบค้ำฟ้าให้เกิดบรรยากาศอสังหาริมทรัพย์

LAT DUT FUHN 1096 Top Floor PLAN

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

THU BEJHR

HALL AND INFORMATION AREA

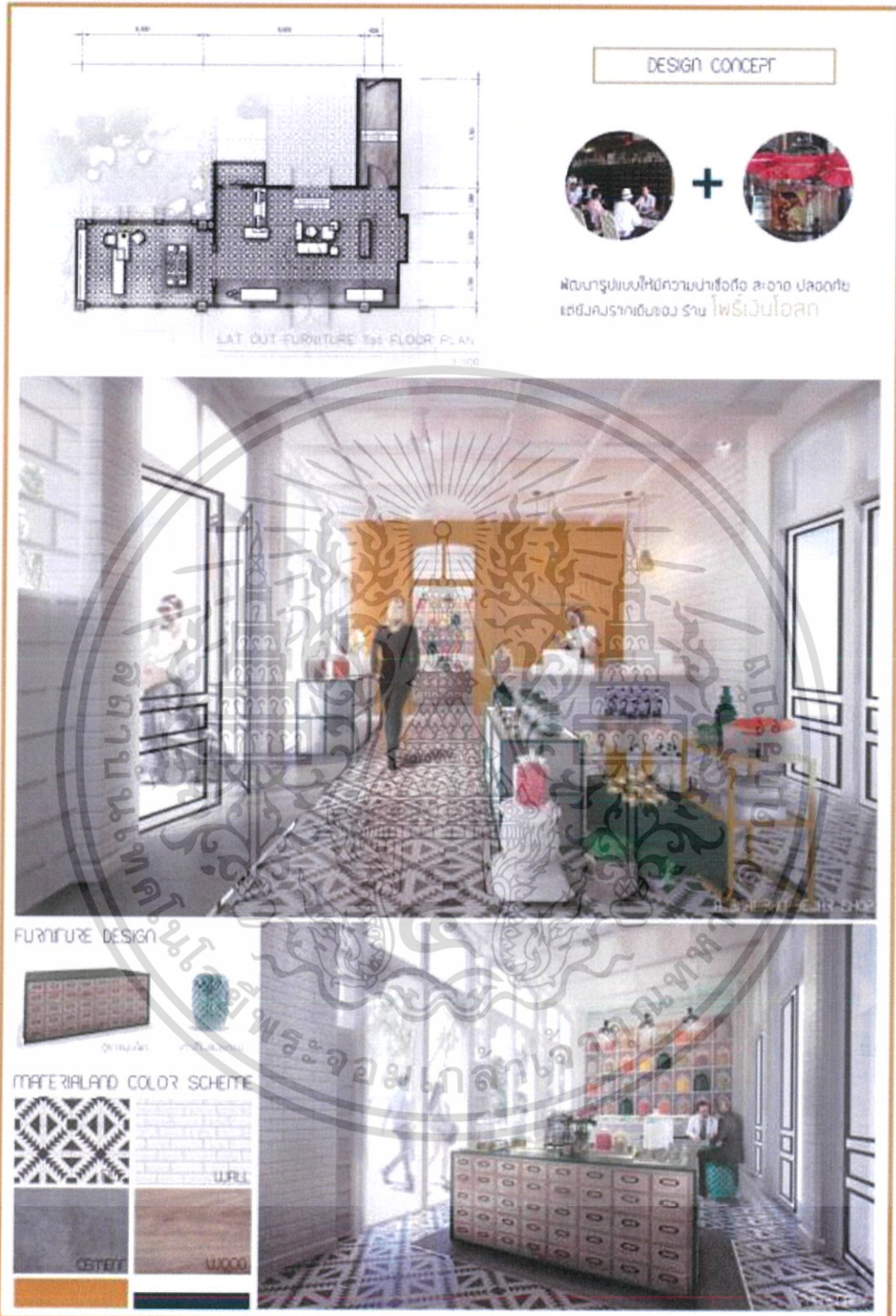
MATERIAL AND COLOR SCHEME

FILE WALL FABRIC FABRIC FABRIC FABRIC

รูปภาพที่ 66 รูปทัศนียภาพโถงทางเข้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

SHOP AND PHARMACY



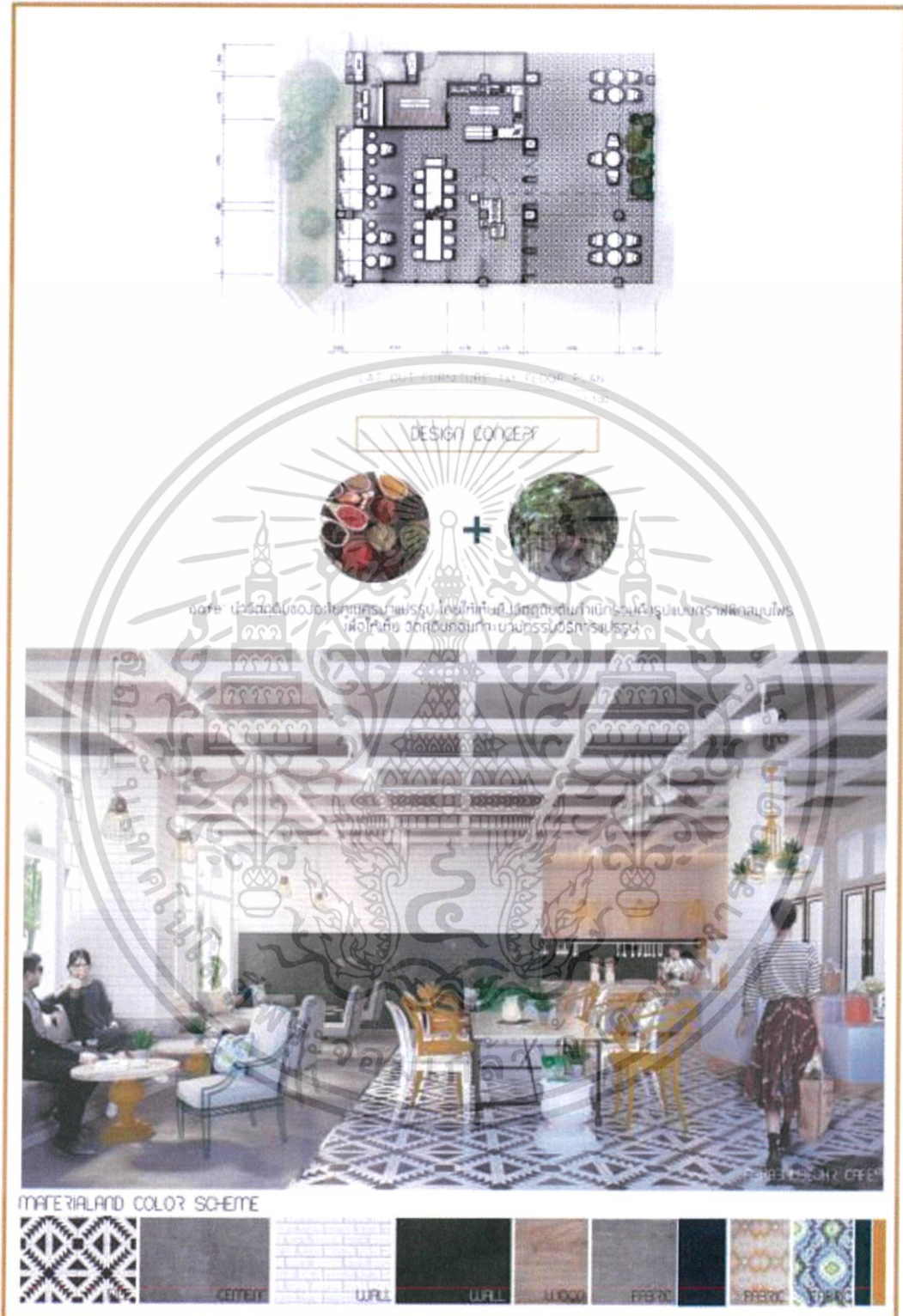
ARCHITECTURAL SPA AND WELLNESS CENTER
 DEPARTMENT OF ARCHITECTURE FACULTY OF ARCHITECTURE HONGKONG S INSTITUTE OF TECHNOLOGY LIAISONING
 CREDITED BY MISS JIRAWATT PHANPHU CODE: 55020103



รูปภาพที่ 67 รูปทัศนียภาพร้านขายของและจำหน่ายยาแบรนด์อภัยภูเบศร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ABHAIBHUBEJHR CAFE'



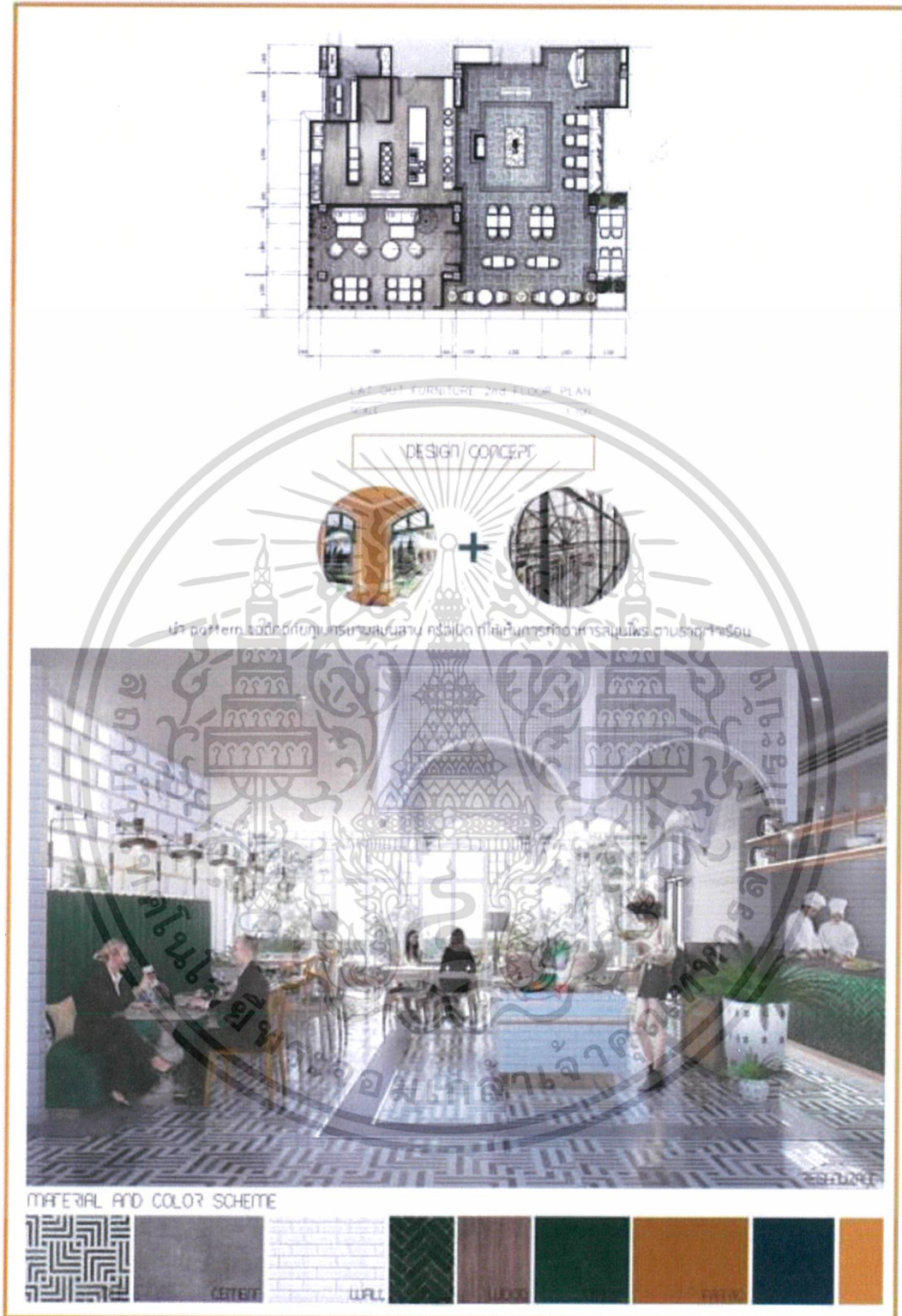
ABHAIBHUBEJHR SPA AND WELLNESS CENTER
 DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE FACULTY OF ARCHITECTURE AND URBAN PLANNING S INSTITUTE OF TECHNOLOGY SURABHUMI
 CREATED BY MISS JIRAWANT PHANPHA COOK SS200106

ABHAIBHUBEJHR

รูปภาพที่ 68 รูปทัศนียภาพคาเฟ่แบรนด์ อภัยภูเบศร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

A RESTAURANT



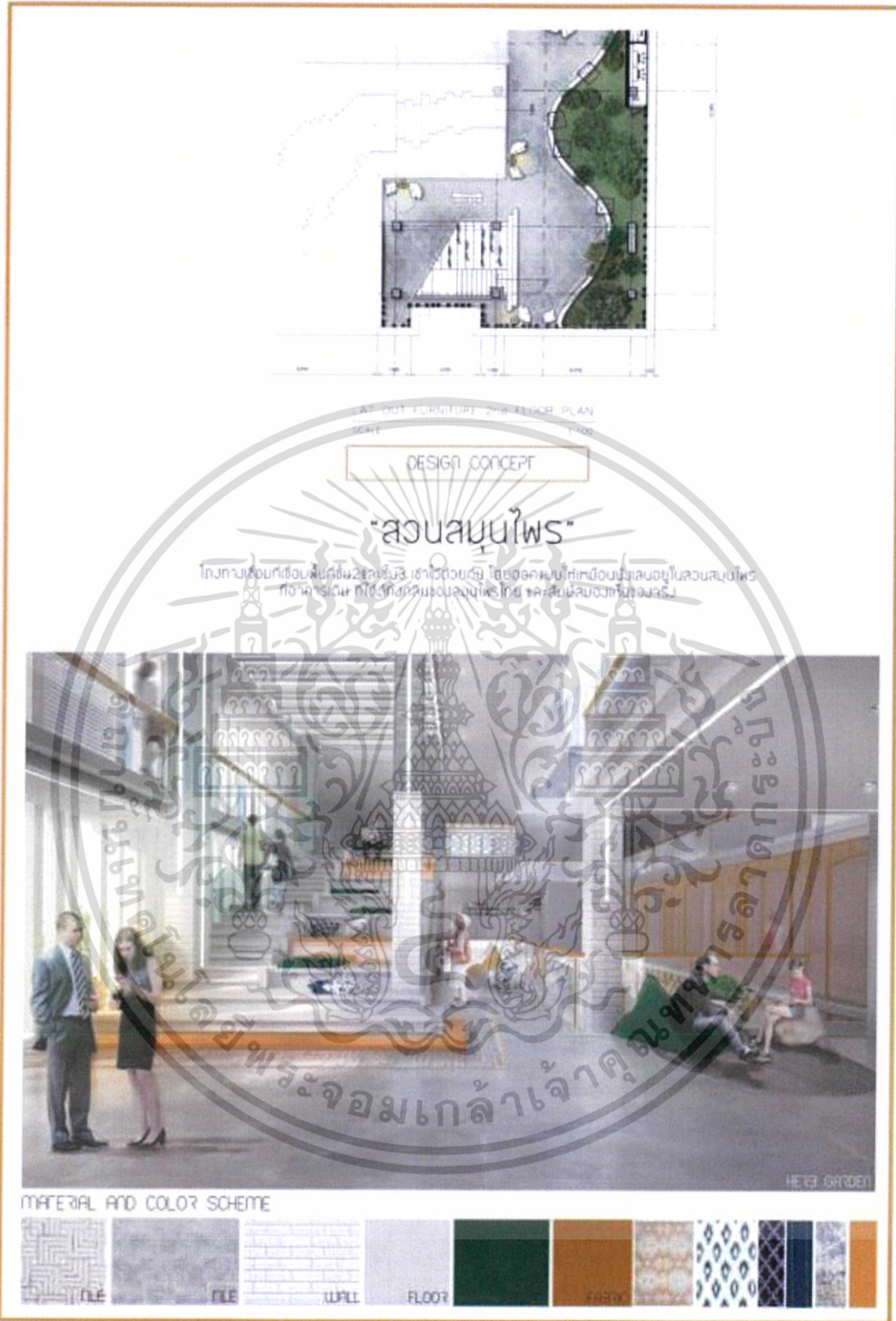
ARANNHUC, JHI SPA AND WELLNESS CENTER
 DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE FACULTY OF ARCHITECTURE HONGKONG S INSTITUTE OF TECHNOLOGY URBANVIEW
 CREDITED BY MISS JIRAWANT PANNAN CODE: 5500006



รูปภาพที่ 69 รูปทัศนียภาพร้านอาหาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

HERB GARDEN



ARCHIBHIC, JHU SPA AND WELLNESS CENTER
DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE, FACULTY OF ARCHITECTURE AND URBAN PLANNING, SUTUTSITHU INSTITUTION OF TECHNOLOGY URBAN PLANNING
CREATED BY MISS JIRAWANIT PHANRONG CODE: 5520006



รูปภาพที่ 70 รูปทัศนียภาพโถงทางเชื่อมชั้น 2 และ 3

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้




RAJABHURACHAI SPA AND WELLNESS CENTER
 DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE FACULTY OF ARCHITECTURE ENGINEERING & INSTITUTE OF TECHNOLOGY URBANISING
 CREDITED BY MISS JARAWANT PATTANAK CODE: 55200303



รูปภาพที่ 71 รูปทัศนียภาพห้องสมุด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



WORK SHOP




LAT OUT FURNITURE 3rd FLOOR PLAN
1:100

DESIGN CONCEPT

"บ้านดงบัง"


+


แหล่งให้ความรู้และสัมผัสกับธรรมชาติแบบอินทรีย์ที่ผสมผสานกับสถาปัตยกรรมที่ผสมผสานกัน โดยให้ความรู้กับชุมชนโดยรอบ โดยได้แรงบันดาลใจในการทำ และใช้ได้จริงกับพื้นที่

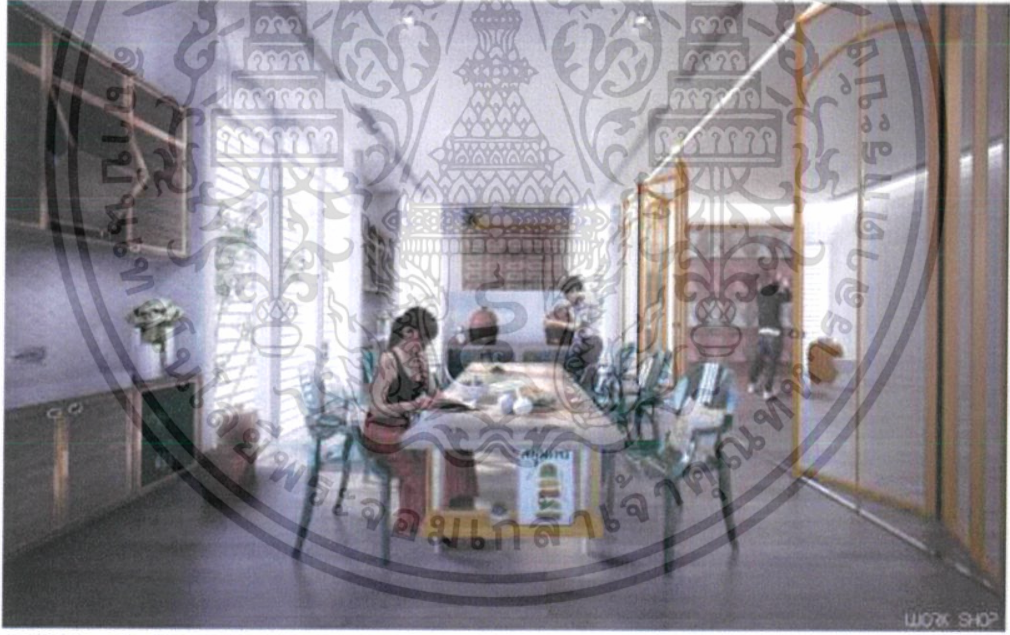


+2.50 ระดับพื้นที่ ๑


4.00

-4.50 ระดับพื้นที่ ๒

ในกรณี work shop ได้เป็นแบบโปร่งแสง ๗๖ สามารถนำแบบไปปรับใช้ตามสถานที่ขององค์กร ในส่วน work shop



MATERIAL AND COLOR SCHEME



WORK SHOP

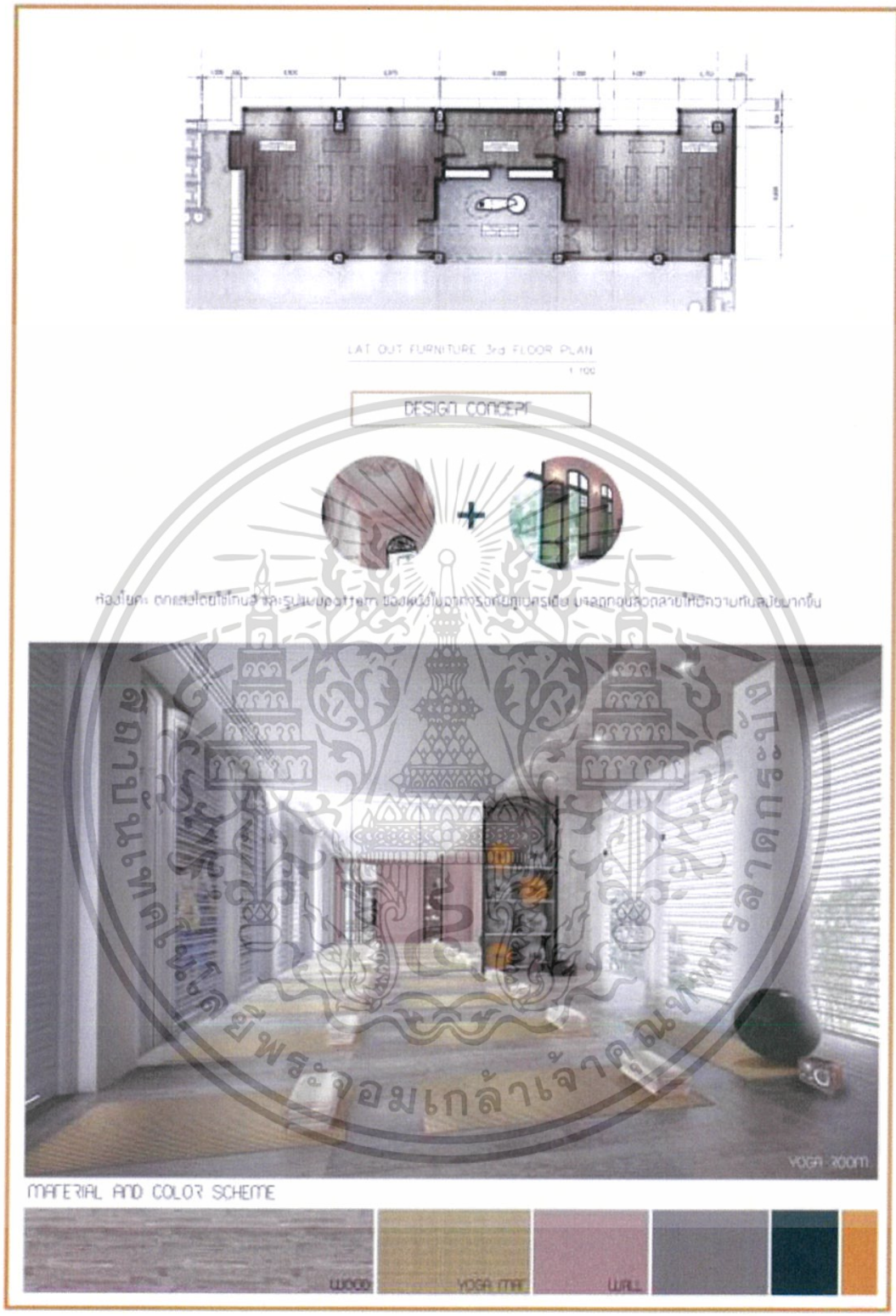
ARCHITECTURE SPA AND WELLNESS CENTER
DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE FACULTY OF ARCHITECTURE INNOVATION & INSTITUTE OF TECHNOLOGY URBANISING
EXHIBIT BY MISS JIRAWATT PATTANA CODE: 5500306



รูปภาพที่ 72 รูปทัศนียภาพห้อง work shop

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

YOGA ROOM



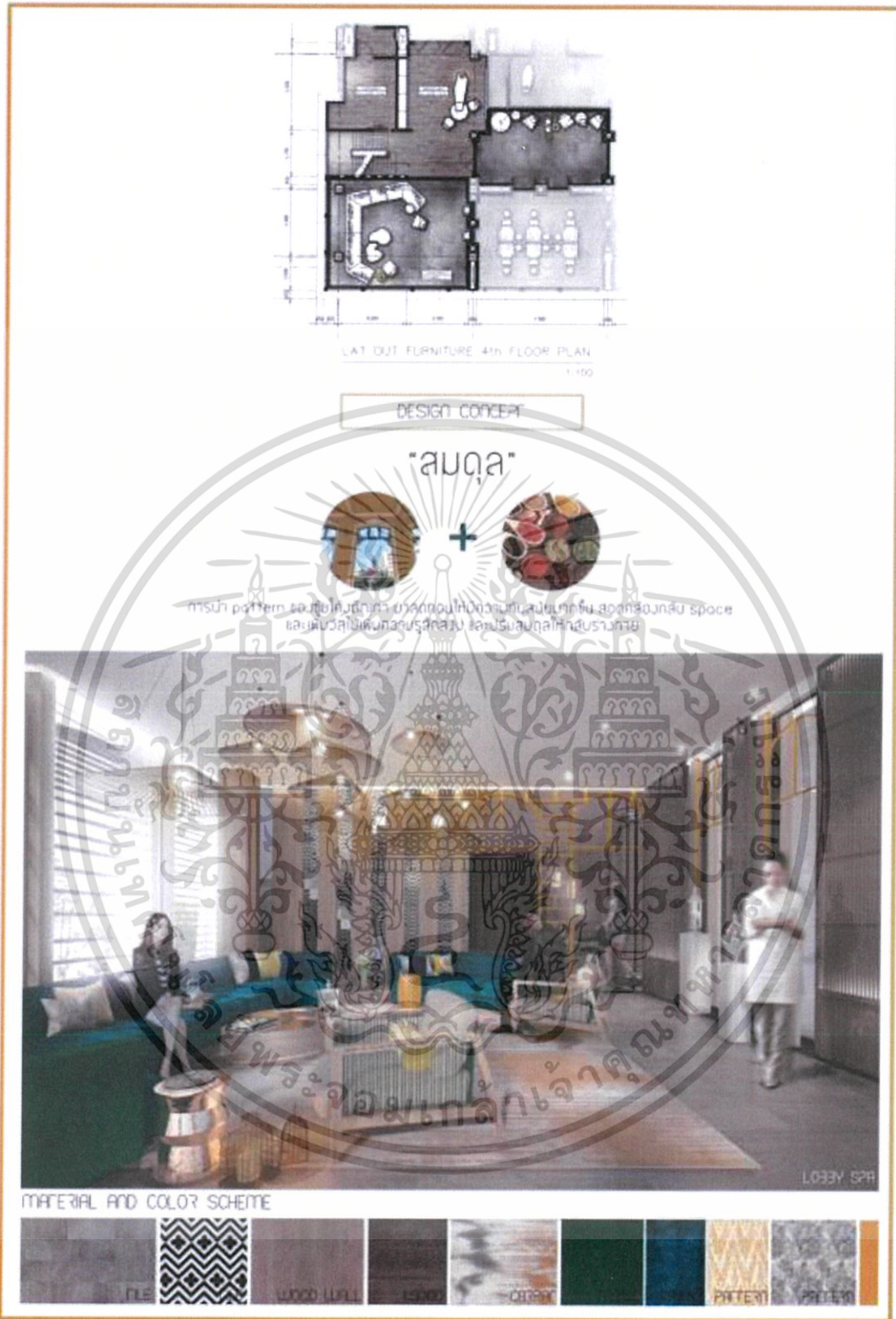
ABHINAVJHA SPA AND WELLNESS CENTER
 DEPARTMENT OF ARCHITECTURE ARCHITECTURE FACULTY OF ARCHITECTURE HONGKONG S INSTITUTE OF TECHNOLOGY HONGKONG
 CREATED BY MISS JARAWANT PATTANAKUL CODE: 5502006



รูปภาพที่ 73 รูปทัศนียภาพห้องโยคะ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

LOBBY SPA



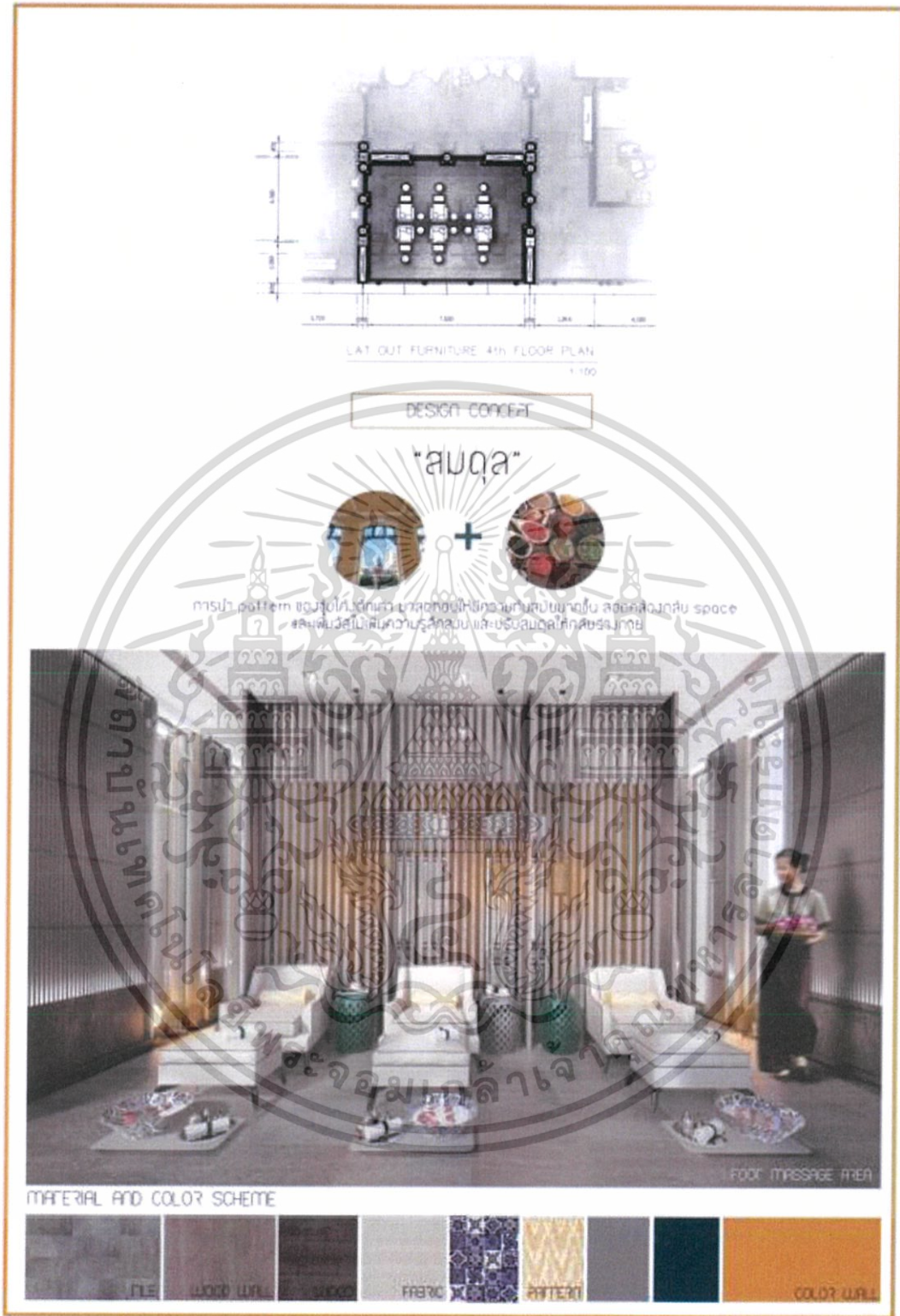
RENDERING: SPA AND WELLNESS CENTER
 DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE, FACULTY OF ARCHITECTURE, KHROHKAHUT SIKHITRUTE OF TECHNOLOGY UMBERRANG
 CREATED BY MISS JIRAWANIT PATTANAKORN 55520163



รูปภาพที่ 74 รูปทัศนียภาพโถงต้อนรับสปา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

FOOT MASSAGE AREA



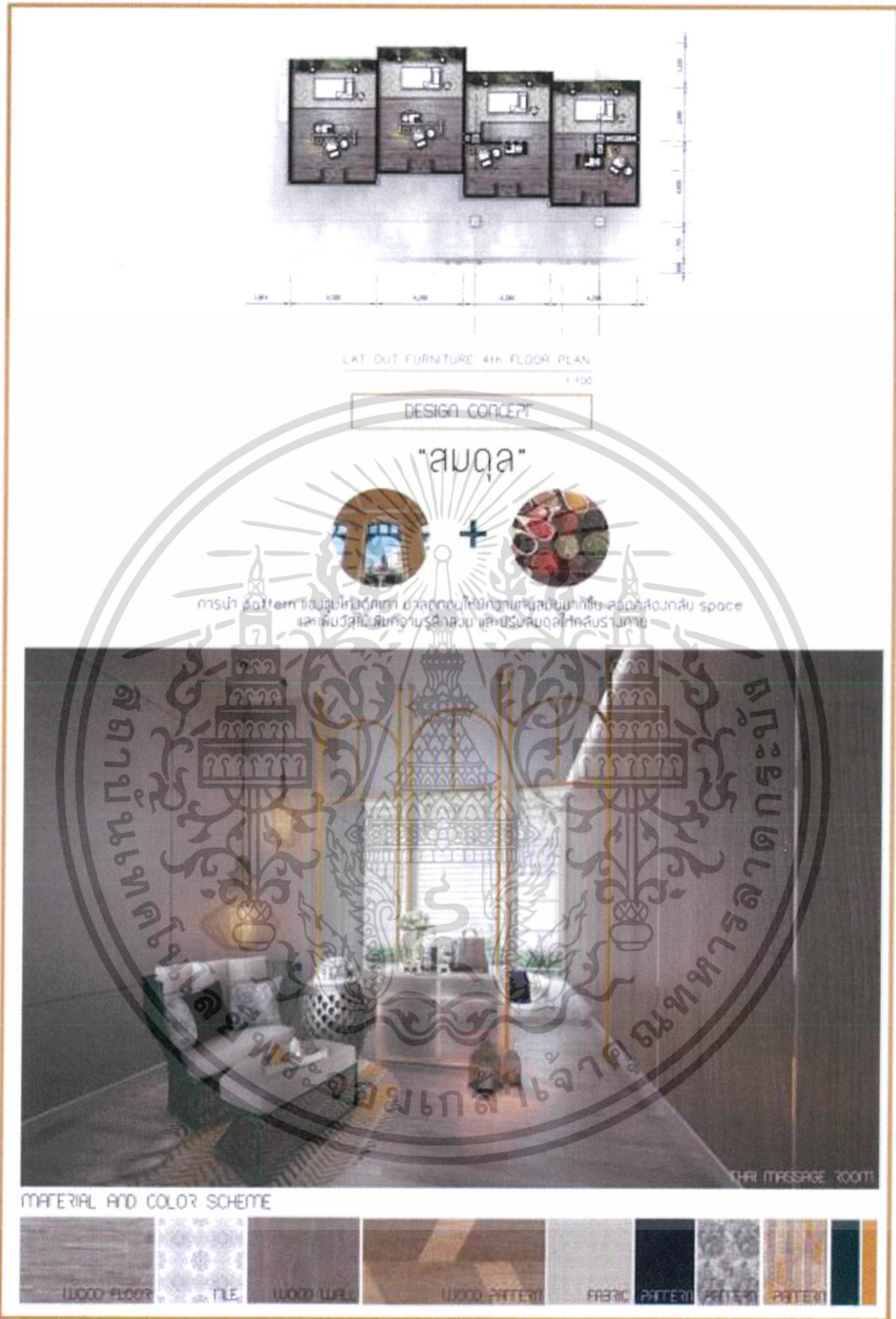
ARCHITECTURE SPA AND WELLNESS CENTER
 DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE, FACULTY OF ARCHITECTURE, KHROHNGHUT 5 INSTITUTE OF TECHNOLOGY UDHOMTHANI
 CREATED BY MISS JIRAWATT PATTANAKORN 55252006



รูปภาพที่ 75 รูปทัศนียภาพห้องนวดฝ่าเท้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

THAI MASSAGE ROOM



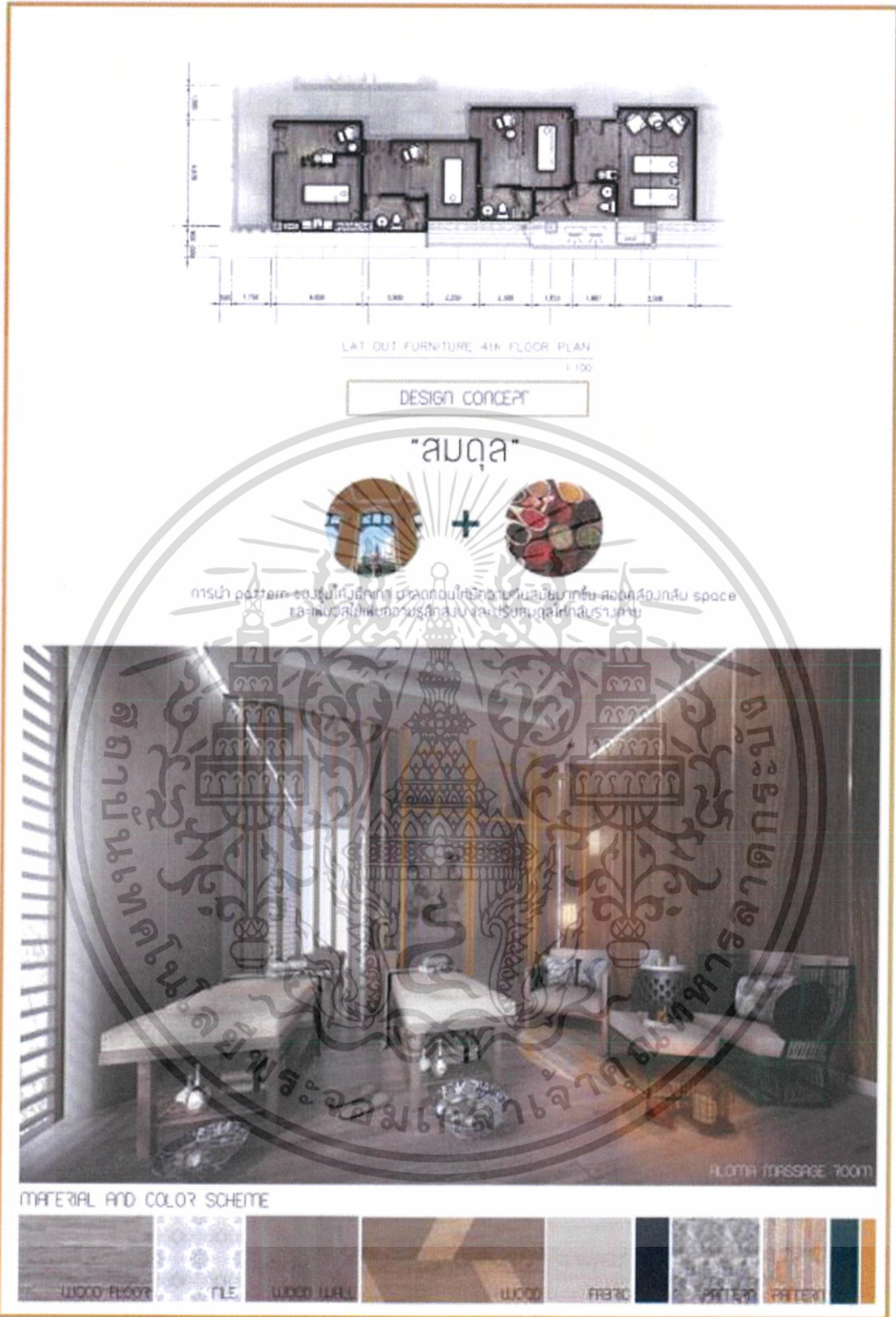
ARABHUBIC.HR SPA AND WELLNESS CENTER
DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE, FACULTY OF ARCHITECTURE AND URBAN PLANNING, SICHUAN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY, CHENGDE
CREATED BY MISS JIRAPAVIT PANNAPH CODE: 5553103



รูปภาพที่ 76 รูปทัศนียภาพห้องนวดแพทย์แผนไทย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ALOMA MASSAGE ROOM



ARCHITECTURE SPA AND WELLNESS CENTER
 DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE FACULTY OF ARCHITECTURE HONGKONG S INSTITUTE OF TECHNOLOGY URBANISING
 CREATED BY MISS JIRAPORN PUNYAN LOBE SS2020G



รูปภาพที่ 77 รูปทัศนียภาพห้องนวดโรมา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

H VIP MASSAGE ROOM



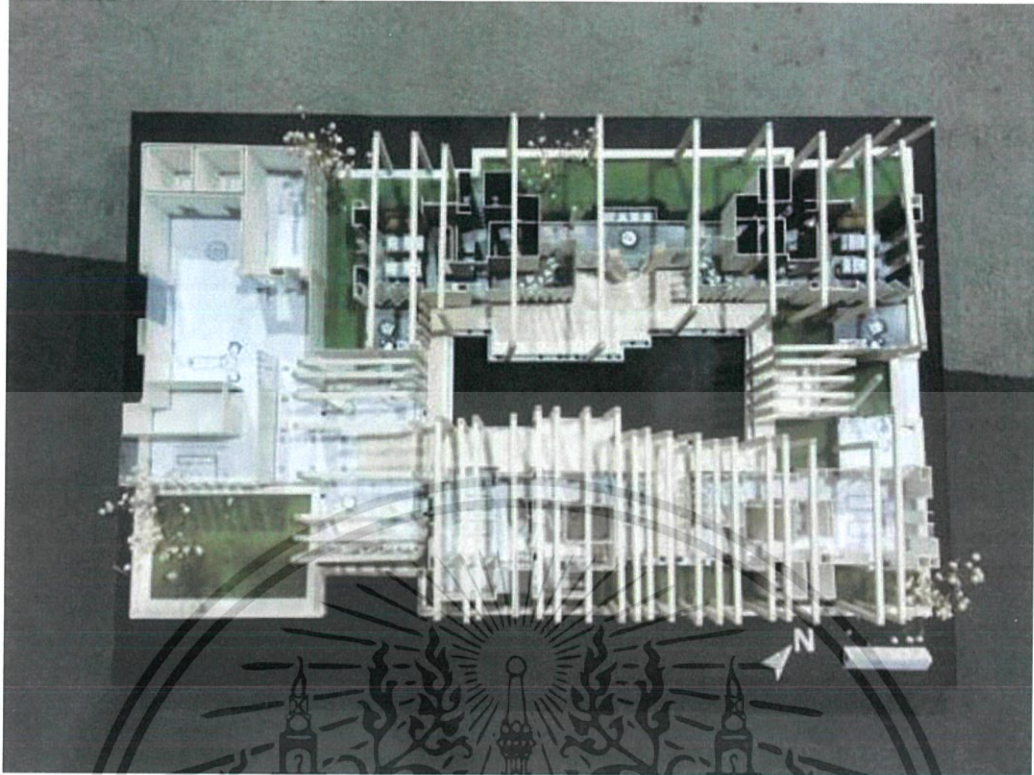
H ARCHITECTURE SPA AND WELLNESS CENTER
DEPARTMENT OF INTERIOR ARCHITECTURE, FACULTY OF ARCHITECTURE BANGKOKMAJ 5 INSTITUTE OF TECHNOLOGY LAMKONG
CREATED BY MISS JIRAWANT PHAPPAWONG 55202018



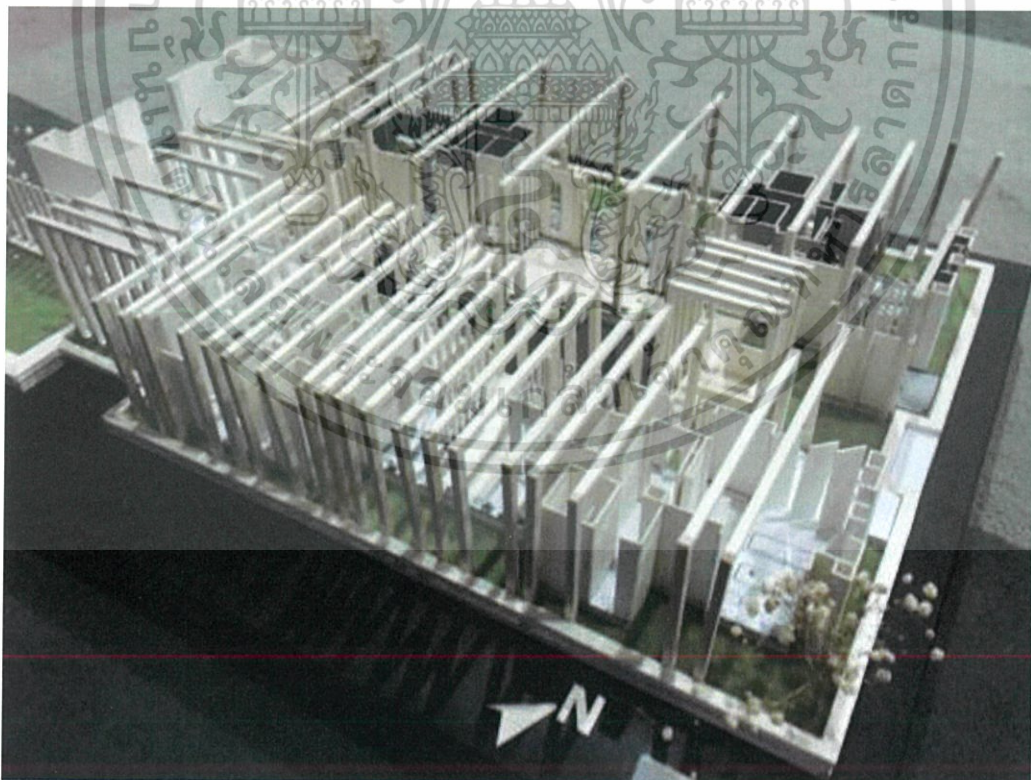
รูปภาพที่ 78 รูปทัศนียภาพห้องนวด VIP

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.4 หุ่นจำลอง

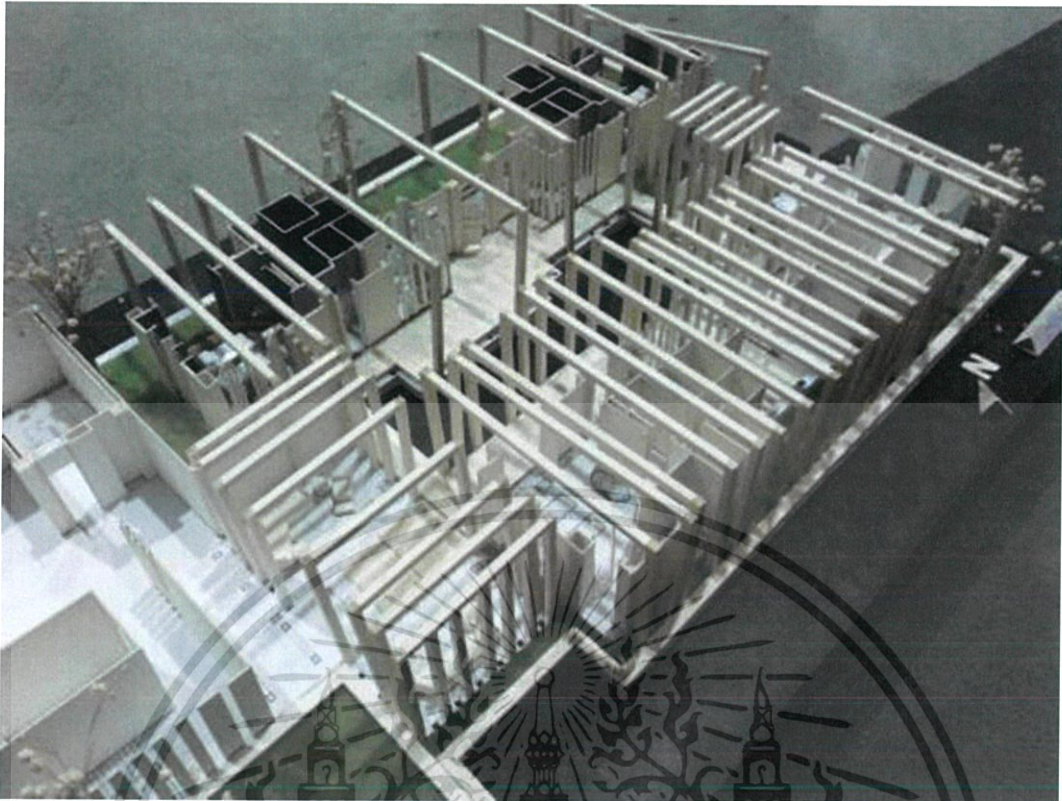


รูปภาพที่ 79 หุ่นจำลอง

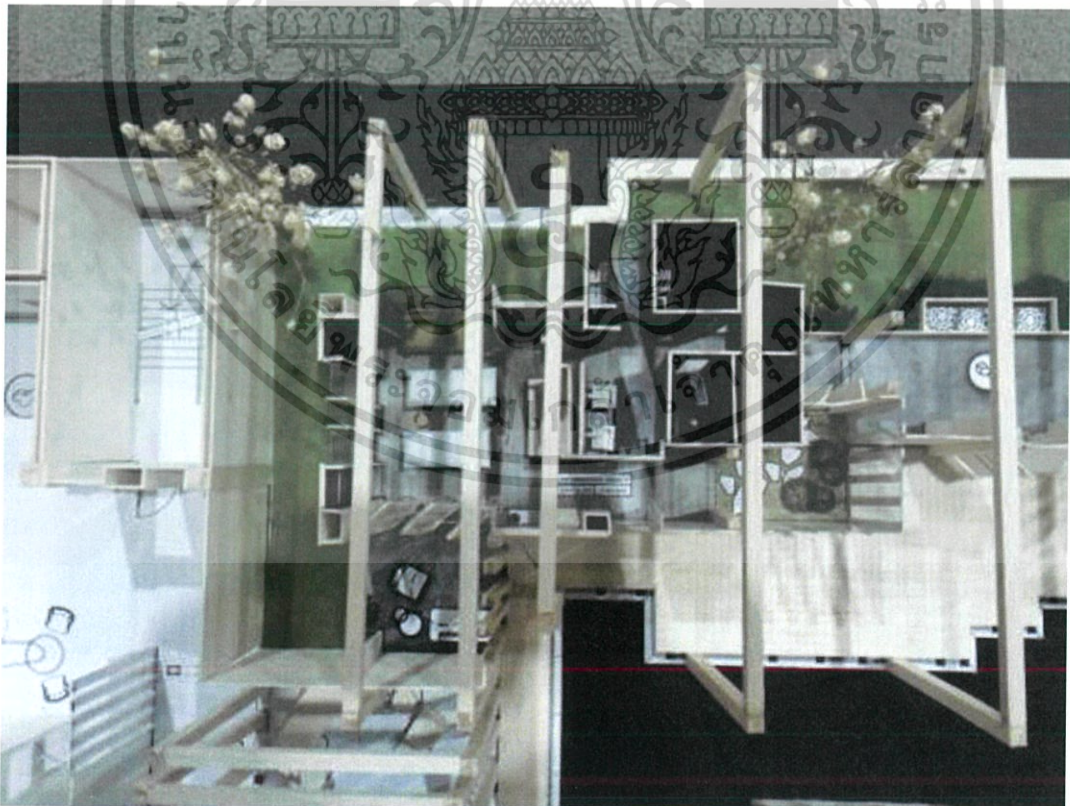


รูปภาพที่ 80 หุ่นจำลอง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปภาพที่ 81 หุ่นจำลอง



รูปภาพที่ 82 หุ่นจำลอง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บรรณานุกรม

"สปาและนวดเพื่อสุขภาพ" [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: www.dtam.moph.go.th สืบค้นวันที่ 25 ธันวาคม 2559.

"สินค้าแบรนด์ท์อภัยภูเบศร" [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.abhaiherb.net> สืบค้นวันที่ 28 ธันวาคม 2559.

"สมุนไพรไทย" [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.เกร็ดความรู้.net/สมุนไพรไทย/> สืบค้นวันที่ 28 ธันวาคม 2559.

"คอร์สworkshopชีวาศรม"[ออนไลน์].เข้าถึงได้จาก:<http://www.chivasomacademy.com/th/> สืบค้นวันที่ 28 ธันวาคม 2559.

