



ปวดศีรษะในทรรสนะแพทย์จีน

โดย แพทย์จีน รติกร อุดมไพบูลย์วงศ์ (เวินเจินฮุย 温珍慧) พจ.460

แพทย์จีนรับทุนคลินิกฯ ปี 2013-2016

ศึกษาต่อระดับปริญญาโท ณ มหาวิทยาลัยแพทย์จีนเจินตู สาขาทุยหนาและฝังเข็ม
 硕士研究生 2013-2016 年成都中医药大学，针推专业。



ภาพประกอบโดย แพทย์จีน สู่ย จิง ซิน

ในปัจจุบันโรคยอดฮิตเป็นที่นิยมนอกจากอาการปวดต้นคอบ่าไหล่แล้ว อีกอาการหนึ่งที่ทุกคนน่าจะเคยมีอาการมาบ้างไม่มากก็น้อยนั่นคืออาการปวดศีรษะหรือปวดศีรษะนั่นเอง สาเหตุมีหลากหลาย บางคนเป็นเนื่องจากความเครียด เจออากาศเย็นๆ เจอแสงไฟ หรือสิ่งกระตุ้นเร้าต่างๆ บางคนเป็นมานานจนรู้สึกรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตไปแล้วก็ว่าได้ แต่หาวิธีไม่การปล่อยอาการปวดไว้เรื่อยๆ โดยไม่รักษาให้หายนั้นยิ่งทำให้

อาการเป็นหนักขึ้นเรื่อยๆ หลายคนที่มีอาการปวดศีรษะเหมือนกันแต่ทำไมบริเวณที่ปวด ลักษณะการปวด รวมถึงสาเหตุหรือสิ่งกระตุ้นเร้าในการเกิดโรคต่างกัน วันนี้จึงขอพูดถึงอาการปวดศีรษะในมุมมองของแพทย์จีน

ในทางแพทย์จีนนั้นการแบ่งสาเหตุค่อนข้างซับซ้อน สาเหตุหลักๆ ที่ทำให้ปวดศีรษะ 3 ประเภทคือ

1. เกิดจากลมเย็นจากภายนอก อาการปวดศีรษะมักเกิดขึ้นทันทีหลังโดนลมเย็นหรือความเย็นมา

กระทบ นอกจากปวดศีรษะแล้วอาจปวดลามไปถึงบริเวณคอบ่าไหล่ได้ด้วย ลักษณะการปวดนั้น ปวดรุนแรง ลิ่นแดงซีดฟ้าบางขาว ชีพจรตึงแน่น

ในทางแพทย์จีนเชื่อว่าลมเป็นสิ่งที่เคลื่อนไหวตลอดเวลาไม่หยุดนิ่ง อาการปวดนอกจากที่ศีรษะแล้วยังลามไปถึงบริเวณคอบ่าไหล่ด้วย ลมนั้นนอกจากจะเคลื่อนไหวไปทั่วแล้วยังทำให้ไข้และเลือดในร่ายกายเรา ตัดขาดไหลเวียนไม่สะดวก ทำให้อาการปวดมีความรุนแรง

2. เกิดจากหยางดับกำเริบ อาการปวดศีรษะข้างใดข้างหนึ่งบริเวณศีรษะรู้สึกร้อน ตามัว หน้าแดง รู้สึก

กระวนกระวาย ในปากรู้สึกขมๆ คอแห้ง ลิ่นแดงฟ้าเหลือง ชีพจรตึงเร็ว

การปวดศีรษะบริเวณด้านข้างหรือแถวขมับนั้น หลายคนอาจสงสัยว่าเกี่ยวข้องกับตับ ตามทฤษฎีทางเดินเส้นลมปราณในแพทย์จีนนั้น บริเวณขมับเป็นทางผ่านของเส้นลมปราณถุงน้ำดีซึ่งมีความสัมพันธ์กับตับ ดังนั้นเมื่อหยางของตับมีมากเกินไปจึงส่งผลกระทบต่อถุงน้ำดี ทำให้มีอาการปวดบริเวณขมับและปากขมด้วยเช่นเดียวกัน

3. เกิดจากซี่และเลือดพร่อง อาการปวดศีรษะแต่ไม่รุนแรง อาการเป็นๆ หายๆ มานาน อาจมีอาการ

เวียนศีรษะร่วมด้วย ตามัว สีหน้าไม่สดใส อาการปวดจะทุเลาลงหากนวดหรือประคบร้อน แต่อาการเป็นมากขึ้นเมื่อเจอภาวะเครียด โดนลมความเย็นหรือเจอสิ่งกระตุ้นเร้าต่างๆ

การปวดหัวมานานเป็นๆ หายๆ นั้นในทางแพทย์จีนเชื่อว่าเกิดจากการขาดซี่และเลือด ทำให้ระบบกลไกการทำงานของฮิน-หยางในร่างกายแปรปรวน ซี่และเลือดไม่พอขึ้นไปหล่อเลี้ยงบริเวณใบหน้าศีรษะ ทำให้เกิดอาการเวียนศีรษะ สีหน้าไม่สดใส

จะเห็นได้ว่าถึงมีอาการปวดศีรษะเหมือนกันแต่สาเหตุการเกิดโรคไม่เหมือนกัน ดังนั้นวิธีการรักษาจึงไม่เหมือนกัน ด้วยเหตุนี้จึงคลายข้อสงสัยได้ว่าทำไมเวลาหาหมอจีน หมอจึงต้องใส่ใจกับเส้นและชีพจรเป็นพิเศษ

หมายเหตุ: เอกสารนี้เป็นลิขสิทธิ์และทรัพย์สินทางปัญญาของคลินิกหัวเฉียวฯ แพทย์แผนจีน ใช้เผยแพร่เพื่อเป็นวิทยาทานความรู้แก่ประชาชน ห้ามมิให้คัดลอกในเชิงพาณิชย์โดยไม่ได้รับอนุญาตทุกกรณี

注意: 这份文件的版权和知识产权属于华侨中医院，仅对外宣传和传播科普知识所用。禁止擅自用于任何形式的商业谋利。

Attention: The copyright and intellectual assets are belonged to the Hua Chiew (TCM) Clinic for public knowledge only. It is prohibit to copy for commercial purposes in all cases without permission.