



## แพทย์จีนกับกระบวนการเกิดประจำเดือน

ศาสตร์แพทย์จีนมองว่าสตรีจะมีประจำเดือนเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยกลไกการเปลี่ยนแปลงของ อิน-หยาง ลมปราณ(ชี่)และเลือดในแต่ละช่วงของรอบเดือน ส่งผลให้มดลูกมีการเก็บกักและระบายเลือด การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลให้แพทย์แผนจีนแบ่งรอบเดือนได้เป็น 4 ช่วงคือ

1. **ช่วงมีประจำเดือน (月经期)** เป็นช่วงที่ประจำเดือนมา การที่ประจำเดือนจะมาได้ต้องอาศัยหลายปัจจัย ดังนี้
  - 1) การผลักดันของหยางชี่
  - 2) ปริมาณเลือดต้องบริบูรณ์
  - 3) มดลูกต้องระบายถ่ายเทไม่มีการกักเก็บ
  - 4) ห่วงเลือดเปิด เมื่อมีปัจจัยดังกล่าวครบสมบูรณ์จึงเป็นประจำเดือนไหลออกมา โดยที่ลมปราณจะไหลตามประจำเดือนออกมามีด้วย ช่วงนี้จึงถือเป็นช่วงเวลาแห่งการระบาย เพื่อเตรียมพร้อมที่จะกักเก็บในช่วงต่อไป ซึ่งทำให้วงจรของเลือดและลมปราณเป็นไปโดยปกติ

เพราะฉะนั้นหลักการรักษาทางแพทย์แผนจีนในช่วงนี้คือ กระจายลมปราณตับ เพิ่มการไหลเวียนเลือดและปรับสมดุลเส้นลมปราณและประจำเดือน

**2. ช่วงหลังมีประจำเดือน (经后期)** หลังจากที่ประจำเดือนมาแล้ว เลือดและธาตุอินจะไม่เพียงพอ ดังนั้นช่วงนี้ห้องเลือดต้องปิด มดลูกจะเก็บสะสมเลือดไว้ ลมปราณไตก็ต้องกักเก็บด้วย รวมถึงมีการเก็บสะสมของสารน้ำที่มีประโยชน์ เพื่อที่จะทำให้เกิดเลือด ช่วงนี้จึงถือเป็นช่วงแห่งการสร้างเลือดและสารน้ำอิน

เพราะฉะนั้นหลักการรักษาทางแพทย์แผนจีนในช่วงนี้คือบำรุงไตอินและเลือด

**3. ช่วงระหว่างประจำเดือน (经间期)** หลังจากช่วงที่แล้วมีการเก็บสะสมทำให้สารน้ำอินเส้นลมปราณชง เส้นลมปราณเร็นมีลมปราณ(ชี)และเลือดปริมาณมากเพียงพอ ช่วงนี้เป็นช่วงที่สารน้ำอินมาก ตามธรรมชาติของอิน-หยาง หากธาตุใดมากขึ้นจนถึงที่สุดแล้วจะเปลี่ยนเป็นขั้วตรงข้ามกัน สารน้ำอินจึงเปลี่ยนแปลงเป็นหยาง เกิดการตกไข่ ถือเป็นช่วงที่สำคัญในการตั้งครรรภ์

เพราะฉะนั้นหลักการรักษาทางแพทย์แผนจีนในช่วงนี้ ควรอุ่นเส้นลมปราณ เพิ่มหยางและเพิ่มการไหลเวียนของเลือด

**4. ช่วงก่อนมีประจำเดือน (经前期)** ในช่วงระหว่างมีประจำเดือนมีการเปลี่ยนแปลงของอินและหยาง โดยหยางจะค่อยๆ เพิ่มปริมาณขึ้นเรื่อยๆ จนถึงสภาวะหยางที่เพิ่มมากที่สุด ในช่วงนี้สารน้ำอิน หยางชี เส้นลมปราณชง เร็น และมดลูกจะสมบูรณ์ เพื่อเตรียมพร้อมในการตั้งครรรภ์ ถ้าหากมีการปฏิสนธิ และเกิดการตั้งครรรภ์ ลมปราณและเลือดในไตและมดลูกจะเก็บสะสมต่อเนื่องไปเรื่อยๆ ไม่มีการระบายออก แต่หากไม่มีการตั้งครรรภ์ ร่างกายจะอาศัยการผลักดันของหยางชี การเปิดของห้องแห่งเลือด และการระบายของมดลูกเกิดเป็นประจำเดือนขึ้น

หลักการรักษาช่วงนี้ จึงต้องบำรุงไตเป็นหลักและเพิ่มอินเป็นรอง

ในแต่ละช่วงหากการเปลี่ยนแปลงของลมปราณซี่ เลือด อิน หยาง มีการเพิ่มหรือลดปริมาณที่เหมาะสมจะทำให้หมดลูกกักเก็บและระบายได้อย่างมีกฎเกณฑ์ เกิดเป็นวงจรประจำเดือน การแพทย์แผนจีนอาศัยหลักการดังกล่าวในการรักษาโรค ซึ่งต้องมีการปรับเปลี่ยนหลักการรักษา ตามการวินิจฉัยและกลไกในแต่ละช่วงเพื่อให้สอดคล้องกับกระบวนการเกิดประจำเดือน

ผู้เขียนบทความ : แพทย์จีน กฤตยา โจ้จาง (钟缘缘) แผนกอายุรกรรม คลินิกหัวเฉียวฯ แพทย์แผนจีน

หมายเหตุ: เอกสารนี้เป็นลิขสิทธิ์และทรัพย์สินทางปัญญาของหัวเฉียว 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.