



หน้าฝนกับตกขาวเรื่องลับๆ ของแพทย์แผนจีน

แพทย์จีนธนภร ตันสกุล (ฉิน รุ่ย อิ่น)

ช่วงนี้ประเทศไทยอยู่ในช่วงหน้าฝน คนไข้ของหมอมีคนที่มารักษาอาการตกขาวกันเยอะเลยคะ หรือที่เคยเป็นแล้วรักษาหายดีแล้วก็กลับมาเป็นใหม่อีก คนไข้ก็มักจะถามหมอว่า แม้จะรักษาความสะอาดเป็นอย่างดีแล้วก็ตาม แต่ทำไมช่วงนี้อาการตกขาวจึงเป็นมากผิดปกติ

อย่างที่ทราบกันดีนะคะว่าบ้านเราเป็นประเทศร้อนชื้น อาการตกขาวในแพทย์แผนจีนได้กล่าวไว้ว่าอาการตกขาวแปรผันตรงกับความชื้นที่เกี่ยวข้องกับหน้าฝนนั่นเองคะ โดยแบ่งความชื้นที่ทำให้เกิดโรคออกเป็นสองชนิด คือ “ร้อนชื้น” และ “อินพร่องผสมความชื้น”

หมอขออธิบายทีละข้อ เพื่อขยายข้อมูลให้เข้าใจมากขึ้นนะคะ

1. ความร้อนและความชื้นอุดกั้น ทำลายเส้นลมปราณเหริน* และเส้นลมปราณไต** ทำให้เกิดตกขาวปริมาณมาก มีลักษณะสีขาวหรือเหลือง มีกลิ่นเหม็น ลื่นเป็นฝ้าเหลืองหนา ถ้าความชื้นในร่างกายเยอะมากตกขาวจะมีลักษณะเหมือนเศษเต้าหู้ อาจมีอาการคันร่วมด้วย
2. อินพร่องผสมความชื้น เมื่อไตน้ำอินในร่างกายมีไม่เพียงพอ ส่งผลให้ไฟลุกโหมขึ้น ทำลายเส้นลมปราณ เมื่อฝนตก ความชื้นจึงเข้ากระทบเส้นลมปราณเหรินและเส้นลมปราณไตได้ง่าย ส่งผลให้ตกขาวปริมาณมาก มีสีเหลือง หรือสีน้ำตาล มีกลิ่น ไตอินเมื่อไม่เพียงพอส่งผลให้ปวดเอว

ปวดเข้าไม่มีแรง อื่นพร่องทำให้ไฟในร่างกายเพิ่มขึ้นจึงมีอาการแสบร้อนร่วมด้วย เมื่ออินพร่องไม่สามารถควบคุมหยาง ทำให้เวียนศีรษะตาลาย ร้อนเหงื่อออกง่าย ลิ้นแดงแห้ง

หน้าฝนจึงเป็นตกขาวได้ง่าย ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่ส่งผลให้เกิดอาการตกขาว เช่น อาหารหมักดอง ปูดอง ปลา ร้า อาหารหรือผลไม้หวานๆ เช่น องุ่น มะละกอสุก อาหารรสจัด เผ็ดมัน ลดๆดๆในช่วงนี้จะดีต่อสุขภาพนะคะ

อ่านแล้วอาจจะ งง กันเลยทีเดียว เพราะหลักการอธิบายกระบวนการเกิดอาการที่มีความผิดปกติตามเหตุและผลของแผนจีนอาจจะไม่คุ้นชินสำหรับคนที่ไม่เคยมาหาหมอจีนแน่นอนค่ะ เอาเป็นว่าติดตามอ่านกันต่อไป ค่อยๆเรียนรู้ไปด้วยกัน แล้วจะเข้าใจหลักการดูแลรักษาตัวเองได้เข้าใจกลไกตามหลักธรรมชาติที่มีความละเอียดอ่อน ซึ่งก็ต้องใช้เวลาเรียนรู้ทั้งตัวหมอเองที่พยายามจะเข้าใจคนไข้ และกำลังพยายามสื่อสารข้อมูลให้คนไข้ได้เข้าใจกลไกธรรมชาติต่างๆในร่างกายเราด้วยค่ะ ถือว่าเรียนรู้ไปด้วยกันนะคะ

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.