

รักษาโรคระบบประสาทด้วยการฝังเข็ม

บทความโดย ศาสตราจารย์แพทย์จีน เหียน ลี
หัวหน้าแผนกฝังเข็ม คลินิกหัวเฉียวฯ แพทย์แผนจีน

ฝังเข็ม (针灸) ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่

1. เข็ม (针) คือ อุปกรณ์เข็ม ทำจากโลหะ ใช้เข็มแทงเข้าไปในจุดฝังเข็ม เพื่อกระตุ้นการไหลเวียนของเลือดและลมปราณ ทะลวงเส้นลมปราณ ปรับสมดุลอิน-หยาง ทั้งนี้ก็เพื่อบรรลುವัตถุประสงค์ในการรักษาโรค

2. จิว (灸) คือ การให้ความร้อนบนจุดฝังเข็ม เพื่ออุ่นเส้นลมปราณ ปรับสมดุลอิน-หยาง ทั้งนี้ก็เพื่อบรรลುವัตถุประสงค์ในการรักษาโรคเช่นกัน ในทางคลินิกวิธีจิวที่พบบ่อยที่สุดคือ การใช้โกฐจุฬาลัมภาทำเป็นแท่งจุดไฟรมยา

การฝังเข็มรักษาโรคทางระบบประสาทได้บ้าง

1. โรคทางสมอง ได้แก่ เวียนศีรษะ อัมพฤกษ์อัมพาต (โรคหลอดเลือดสมอง) อาการกลืนลำบาก อาการสมองเสื่อม อาการสั้น (โรคพาร์กินสัน) กลุ่มอาการขี้ดเคี้ยวเดอลาดูเรตต์ในเด็ก โรคสมาธิสั้นในเด็ก อัมพาตของเส้นประสาทใบหน้า โรคลมชัก

2. กลุ่มอาการกล้ามเนื้ออ่อนแรง ได้แก่ การอักเสบชนิดเฉียบพลันของเส้นประสาทหลายเส้นจากการหลุดลอกของฉนวนหุ้ม (GBS) , โรคของไขกระดูกสันหลัง , โรคของเซลล์ประสาทการเคลื่อนไหว [โรค Amyotrophic lateral sclerosis (ALS) , โรค Primary lateral sclerosis (PLS) , โรค Spinal muscular atrophy(SMA) , โรค Progressive bulbar palsy (PBP)] นอกจากนี้ยังมีโรค Multiple Sclerosis (MS) โรค Myasthenia gravis (MG) โรค multiple myositis

3. กลุ่มอาการปวดต่างๆ ได้แก่ ปวดศีรษะ ปวดประสาทไตรเจมินัล ปวดตามเส้นประสาทไซอาติก โรคงูสวัด ตกหมอน เนื้อเท่าเน่าจากโรคเบาหวาน ปลายประสาทอักเสบจากโรคเบาหวาน ปวดตามร่างแหเส้นประสาทส่วนแขน

โรคหลอดเลือดในสมองคืออะไร

โรคหลอดเลือดสมอง เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางพยาธิวิทยาของหลอดเลือดสมองทำให้การทำงานของสมองผิดปกติ ในทางแพทย์จีนเรียกว่าจิ้งเฟิง (中风) เมื่อเปรียบเทียบกับธรรมชาติโรคนี้นี้เหมือนกับลมพัดแรงและเปลี่ยนแปลง

เร็ว เช่นเดียวกับโรคหลอดเลือดสมองที่เกิดขึ้นทันทีทันใด และอาการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สาเหตุเกิดจากอิน-หยางขาดความสมดุล เลือดลมปราณแปรปรวนไปรบกวนสมอง ทำให้เส้นเลือดในสมองอุดตันหรือเลือดออกในสมอง

ความเสี่ยงของโรคหลอดเลือดสมอง

1. อัตราการเกิดโรคสูง
2. อัตราการเสียชีวิตสูง
3. อัตราการพิการสูง
4. อัตราการเกิดซ้ำสูง

สาเหตุการเกิดโรค

สาเหตุหลัก

1. ความดันโลหิตสูง
2. โรคเบาหวาน
3. ไขมันในเลือดสูง โรคหัวใจ (กล้ามเนื้อหัวใจตาย โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ)
4. ภาวะสมองขาดเลือดชั่วคราว (TIA) และมีประวัติเคยป่วยเป็นโรคหลอดเลือดสมอง (หมดสติ)
5. กรรมพันธุ์และประวัติครอบครัว ผู้ที่มีประวัติครอบครัวจะมีโอกาสเป็นโรคได้มากกว่าผู้ที่ไม่ประวัติครอบครัว ในอัตรา 3.5 ต่อ 1

สาเหตุรอง

1. สูบบุหรี่ ผู้สูบบุหรี่มีโอกาสเป็นมากกว่าผู้ไม่สูบ 3 เท่า บุหรี่ทำให้เส้นเลือดหดตัว เกร็ง ความข้นของเลือดมากขึ้น
2. ความอ้วน ไม่ได้มีผลโดยตรง แต่ความอ้วนเป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคหัวใจ
3. รับประทานยาคุมกำเนิด
4. ได้รับเกลือและโซเดียมในปริมาณมาก
5. อื่น ๆ การติดเชื้อ โดยเฉพาะติดเชื้อในสมอง การบาดเจ็บที่สมอง ค่าบิลิรูบินในซีรัมที่ผิดปกติ

ภาวะHyperhomocysteinemia โรคหลอดเลือดแดงอักเสบทางกายาสุ ภาวะขาดน้ำ(รวมถึงดื่มน้ำน้อย) ภาวะขาดเลือด ความดันโลหิตต่ำ อารมณ์แปรปรวน

อาการหลัก 5 ประการ

1. ความผิดปกติของสติสัมปชัญญะ คือ มีการหมดสติทันทีทันใด ไม่รู้สึกตัว หรือ ความรู้สึกน้อยลง
2. ร่างกายครึ่งซีกอ่อนแรงเป็นอัมพาตใช้การไม่ได้
3. อาการพูดไม่ชัดติดขัดหรือพูดไม่ได้
4. ปากเบี้ยว ลิ่นเฉ
5. อาการแขนขาซีกหนึ่งของร่างกายชา

วิธีการใช้ยา “อังกงหนิวหวงหวาน” สรรพคุณ ลดความร้อนทำให้เลือดเย็นลง ขับพิษเปิดทวาร

วิธีการใช้ทางคลินิก

1. โรคหลอดเลือดสมอง จิ้งจางฟู (中脏腑) กลุ่มอาการหยางปี้ (阳闭) มีอาการหมดสติอย่างกะทันหัน ร่างกายครึ่งซีกใช้การไม่ได้ ขณะเดียวกันมีอาการกระวนกระวาย หน้าแดง ตัวร้อน ท้องผูก ฝ้าลิ้นเหนียวเหลือง พิษความร้อนถูกปิดกั้นอยู่ภายใน
2. อาการไข้สูง หมดสติ
3. โรคติดต่อ ไข้เลือดออกเดงกี ไข้เลือดออกอีโบลา สมออักเสบ เชื้อหุ้มสมองอักเสบ

วิธีป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

1. ป้องกันและรักษาโรคความดันโลหิตสูง
2. ป้องกันและรักษาโรคหัวใจ
3. ป้องกันและรักษาโรคเบาหวาน
4. ป้องกันและรักษาภาวะไขมันในเลือดผิดปกติ
5. เลิกบุหรี่
6. งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
7. ควบคุมน้ำหนัก
8. หมั่นตรวจเช็กความดันโลหิต ระดับไขมันและน้ำตาลในเลือด ค่าไฟบริโนเจน (โปรตีนที่ช่วยในการแข็งตัวของเลือด) ค่า HCY ลดน้ำหนัก ออกกำลังกาย ไม่ควรเหนื่อยหรือขี้เกียจจนเกินไป ผู้ที่มีโรคความดันโลหิตสูงควรหลีกเลี่ยงการก้ม เอว ก้มศีรษะ ออกแรงเบ่งถ่ายอุจจาระ ควบคุมอารมณ์ ไม่โกรธหรือตื่นเต้นจนเกินไป

สรุปได้ 14 ตัวอักษร

“养心在静，养身在动，腿要动，肚要小”

ดูแลจิตใจโดยการสงบ ดูแลร่างกายโดยการขยับ ขาดต้องขยับ ท้องต้องแบน

รักษา 3 ท่า

“เกลือต่ำ โปรตีนต่ำ ไขมันต่ำ”

เส้นเลือดอุดตันได้อย่างไร

ของเสียในหลอดเลือด ได้แก่ คอเลสเตอรอล ไตรกลีเซอไรด์ ซึ่งมักจะเกาะเป็นก้อนตามผนังหลอดเลือด ทำให้หลอดเลือดแข็งตัว เมื่อเวลาผ่านไปความยืดหยุ่นของหลอดเลือดลดลง การไหลเวียนของเลือดติดขัด เกิดโรคหลอดเลือดในสมอง

สาเหตุที่ทำให้เกิดความผิดปกติของหลอดเลือด

1. การรับประทานปลาตัวใหญ่ เนื้อสัตว์ใหญ่
2. ขาดวินัยในการใช้ชีวิตประจำวัน
3. สูบบุหรี่
4. ออกกำลังกายน้อย
5. อารมณ์ไม่ดี
6. โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน ส่งผลต่อหลอดเลือด

อาการเตือนโรคหลอดเลือดสมอง

1. ความดันสูงผิดปกติ แล้วลดลงอย่างฉับพลัน
2. มีเลือดกำเดาออก
3. ทำเดินผิดปกติ เดินสะดุด
4. เวียนศีรษะ บ้านหมุนเฉียบพลัน
5. ปวดศีรษะเฉียบพลัน ปวดรุนแรง และ อาเจียน นอนหลับตลอดเวลา

การฝังเข็มกับโรคหลอดเลือดสมอง

โรคหลอดเลือดสมองแบ่งเป็น 2 ประเภทใหญ่ ได้แก่

- เส้นเลือดในสมองตีบ
- เส้นเลือดในสมองแตก

คำถาม 1 : ฟังเข็มรักษาโรคหลอดเลือดสมองได้หรือไม่ ?

คำตอบ : ได้แน่นอน ยิ่งรักษาได้เร็ว ผลการรักษาที่ดี อาการที่หลงเหลืออยู่ยิ่งน้อย

แรงกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้น อาการพูดไม่ได้ดีขึ้น อาการกลืนลำบากบรรเทาลง

คำถาม 2: ฟังเข็มสามารถรักษาเลือดออกในสมองในภาวะเฉียบพลันได้หรือไม่

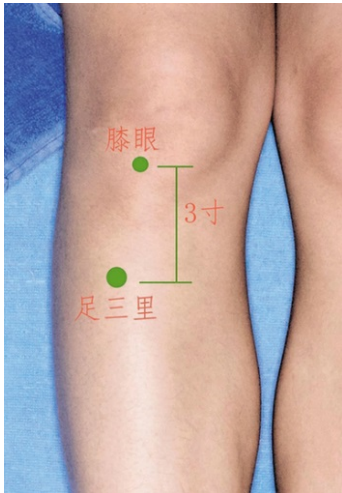
คำตอบ : ได้ การฟังเข็มช่วยลดแรงดันในสมอง ลดความดันโลหิต ทำให้เลือดออกในสมองน้อยลง

ทำอย่างไรเส้นเลือดจะแข็งแรง

1. อาหาร อาหารที่ทำความสะอาดหลอดเลือด ได้แก่ เชียมจา ข้าวโอ๊ต เห็ดหูหนูดำ ส้ม มะเขือ มันเทศ กระเทียม หัวหอม น้ำส้มสายชู ปลาทะเล ปลิงทะเล งา ฮ่วยซัว แปะก๊วย มันสำปะหลัง ฟองเต้าหู้ เมล็ดทานตะวัน
2. เสริมกรดโฟลิก ซึ่งมีในแครอท ผักโขม ปวยเล้ง หน่อไม้ฝรั่ง ถั่วทุกชนิด ยีสต์ แอปเปิ้ล ส้ม
3. ผักผลไม้ที่ช่วยลดการแข็งตัวของเลือดและลดไขมันในเลือด ได้แก่ กระเทียม หัวหอม ต้นหอม เห็ดหอม สตอร์เบอร์รี่ สับปะรด มะเขือม่วง องุ่นเป็นต้น อาหารที่ช่วยลดไขมันในเลือด ได้แก่ ขึ้นฉ่าย แครอท เชียมจา สาหร่าย ถั่ววอลนัต น้ำมันมะกอก น้ำมันงา
4. ออกกำลังกายก่อนรับประทานอาหาร เช่น เดิน (เสริมความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ เพิ่มความยืดหยุ่นให้กับหลอดเลือด) จี้จักรยาน ว่ายน้ำ วิ่งจ็อกกิ้ง
5. รับประทานคาร์กซ์ซ็อก โกลเลตวันละ 2 ซิน
6. ดื่มน้ำชาเขียว ไวน์แดง (ในปริมาณที่พอดีเหมาะสม)
7. ไม่รับประทานผลไม้แทนผัก

วิธีป้องกันและรักษาโรคหลอดเลือดสมองด้วยตนเอง

จุดจู่ซานหลี่ (足三里穴)



- ‘人要安，三里不干’ หมายถึง ร่างกายคนจะสงบเมื่อจุดจู่ซานหลี่ไม่แห้ง
- จุดนี้ อยู่ใต้หัวเข่าลงไป 3 นิ้ว ห่างจากกระดูกหน้าแข้งออกไปด้านนอก หนึ่งนิ้วกลางคั่น
- ป้องกัน โรคใช้วิธีการรมยาเป็นหลัก ทำทุกวัน ๆ ละครึ่งชั่วโมง
- ลดไขมันในเลือด ไฟบริโนเจน เพิ่มภูมิคุ้มกันในร่างกาย รักษากระเพาะ ลำไส้ และหลอดเลือดหัวใจ

จุดกวนหยวน (关元穴)

- ‘男子藏精，ตำแหน่งจุดกวนของผู้ชาย และเก็บ
- ‘每年灸三ทุกปีรมยาจุดกวนอายุยืน
- จุดนี้ อยู่ใต้สะดือ 3
- จากการวิจัยทดลองในประเทศจีน พบว่า ฟังเข็มหรือรมยาหรือใช้เข็มอุ่นที่จุดกวนหยวน ส่งผลดีต่อระบบปัสสาวะ ระบบสืบพันธุ์ จนถึงระบบภูมิคุ้มกัน เพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของต่อมไฮโปทาลามัส ต่อมใต้สมอง ต่อมสืบพันธุ์ ทั้งนี้เพื่อร่างกายที่แข็งแรง ต่อด้านรื้อรอยและความแก่



- ‘女子藏血之处’ หยวนเป็นตำแหน่งที่เก็บสารจำเป็นเลือดของผู้หญิง
- ‘百壮，令人长寿不老’ หยวนครบ 300 จ้วง ทำให้คนผู้นั้น
- นี๊

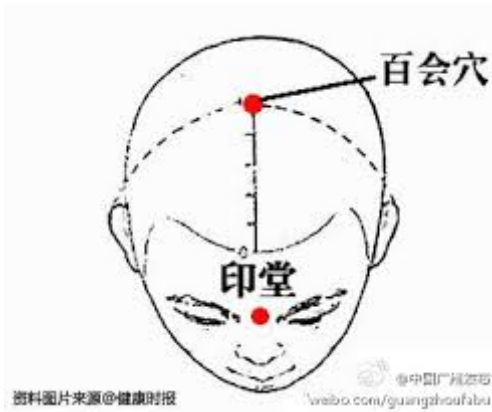
• จุดหยั่งเฉวียน (涌泉穴)



‘长寿二穴’ ใช้ร่วมกับจุดจู่ซานหลี่ เป็นสองจุดอายุยืน

- ได้ฝ่าเท้าก่อนมาทางซ้ายหน้า 1/3
- รมยาจุดนี้เพื่อบำรุงลมปราณไต ให้อายุยืน หยุดเลือด
- ฟังเข็มรักษาโรคหลอดเลือดสมอง ปากขบแน่นไม่เปิด พูดไม่ได้

จุดไป๋ฮุย (百会穴)



ตำแหน่งอยู่กลางกะหม่อม นิ้วมือค้ำได้เป็นหลุม

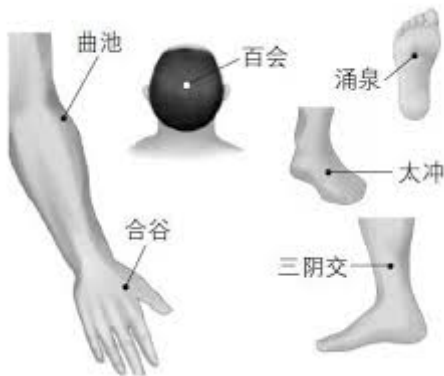
- ฟังเข็มและรมยารักษาอาการเวียนศีรษะ เป็นจุดหลักที่ใช้รักษาความดัน โลหิตสูง

จุดชานอินเจียว (三阴交穴)



- อยู่บริเวณน่อง เหนือตาตุ่มด้านในขึ้นมา 3 นิ้ว
- เป็นจุดหลักในการรักษาโรคหลอดเลือดสมอง
- รมยาเพื่อลดระดับน้ำตาลในเลือด ลดความหนืดของเลือด ทำให้เลือดไหลเวียนเร็วขึ้น มีผลปรับระดับน้ำตาลในเลือด ป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมองได้

จุดชวีฉือ เหนือฝ่าเท้า (曲池、合谷、太冲)



- ฟังเข็มจุดดังกล่าวนี้ ช่วยลดความดันโลหิต ปรับระดับเลือดที่ไปเลี้ยงสมอง ลดอาการสมองขาดเลือด

แปลบทความภาษาไทยโดย : พจ.ศิริลักษณ์ ทวีโชคช่วง แผนกฝังเข็ม

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.