



ทำไมหมอจีนต้องสนใจเรื่องขับถ่าย

แพทย์จีน ต้นสกุล สังข์ทอง

สำหรับคนที่เคยมาหาหมอจีน มักจะสงสัยกันใช่ไหมครับว่า ทำไมเวลาที่หมอจีนตรวจ หมอชอบถามว่า “ถ่ายทุกวันไหม?” “อึเป็นอย่างไรบ้าง ?” “ถ่ายแข็งหรือถ่ายเหลว?” “อึสีอะไร?” “อึจมหรือลอย?” แหม ... เป็นคำถามที่ตอบยาก ยาก ... ลำบากใจที่ต้องตอบ แล้วทำไมหมอถามเยะจั่ง โดยเฉพาะคนที่ป็นน้องใหม่เพิ่งจะเคยมาหาหมอจีนครั้งแรก บางทีเวลาจะตอบก็ตอบไม่ถูกกันเลยทีเดียว คนไข้อาจมีคำถามในใจว่า ... หมอจะอยากรู้อะไรละเอียดขนาดนี้นานน) เพราะเวลาขับถ่าย บางคนก็ไม่เคยสังเกตอาการของตัวเองเลยด้วยซ้ำนะครับว่าวันนี้หน้าตาอุจจาระของเราเป็นอย่างไร ซึ่งคำถาม-คำตอบ เกี่ยวกับเรื่อง “อึ” นี้แหละครับที่จะเป็นตัวช่วยในการหาสาเหตุของปัญหาการเกิดโรค เป็นตัวช่วยในการวิเคราะห์ลักษณะอาการของคนไข้ เรื่องขี้ขี้นี้มีผลต่อการวางแผนการรักษาของหมอจีนเลยก็ว่าได้ครับ

เอาละ บทความนี้เราจะมาพูดถึงเรื่องการขับถ่ายสไตล์หมอจีนกันนะ ก็จะขอรวมไปถึงการขับถ่ายทั้งปัสสาวะและอุจจาระเลยก็เพื่อมิให้เสียเที่ยว เนื่องจากเรื่องนี้นับได้ว่าเป็นกลไกของสิ่งมีชีวิตแทบทุกชนิด เมื่อมีการกินอาหารเข้าไป ก็ต้องมีการกำจัดของเสียส่วนเกินของร่างกายออกตามระบบของธรรมชาติ ถ้าไม่มีการกำจัดออก แน่นนอนว่าต้องสร้างปัญหา เพราะในทางแพทย์แผนจีน การที่ร่างกายไม่ขับของเสียออกมาก็ทำให้เกิดการอุดตัน ผลที่ตามมาก็คือ “ลมปราณที่ไหลเวียนเกิดการติดขัด” “เลือด สารน้ำไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ปกติ” รวมไปถึงเมื่ออุดตันเป็นเวลานานก็ย่อมเกิดความร้อนและส่งผลกระทบต่อระบบต่างๆในร่างกายในเวลาต่อมา

ดังนั้นแล การที่หมอถามเรื่องของการอึการฉี่นั้น ก็เพราะต้องการทราบว่าระบบการทำงานของร่างกายโดยรวมของคุณเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อไรก็ตามที่ระบบอวัยวะในร่างกายเกิดการทํางานที่ไม่สมดุล เช่น “ระบบไตขาดพลังในการควบคุมสารน้ำที่ทำงานร่วมกับระบบกระเพาะปัสสาวะ” ทำให้ปัสสาวะบ่อย หรือผู้ป่วยที่มี

ภาวะความร้อนเกิดขึ้นในร่างกายได้ง่าย เมื่อไม่สามารถกำจัดออกไปได้ ความร้อนจึงมักลอยวนเวียนกบดานอาศัยอยู่ในตำแหน่งลำไส้หรือกระเพาะอาหาร ส่งผลทำให้ความร้อนนั้นทำลายความชุ่มชื้นในลำไส้ จนลำไส้แห้งสนิทไม่มีการหล่อลื่น เมื่อแห้งสนิทไม่มีความชุ่มชื้น อุจจาระก็ขับเคลื่อนยาก เวลาถ่ายก็ก็ต้องเบ่งจนหน้ามืด แลมบางคนเบ่งอ้อออกมาแล้ว อุจจาระก็แข็งแห้ง สร้างความทรมานในกิจกรรมการถ่ายเป็นอย่างยิ่ง

เห็นไหมล่ะครับว่า เรื่องนี้เป็นเรื่องปกติในชีวิตประจำวันก็จริง แต่ถ้าระบบการขับถ่ายชักจะไม่ใช่เรื่องปกติ ก็อย่าทำให้มันปกติซะครับ ต้องรักษาทางแก้ไขและอย่าลืมหมั่นสำรวจตรวจสอบของเสียที่ระบายออกมาในแต่ละวันว่าหน้าตาเป็นอย่างไร ควรทำความสนิทสนมกับน้องอุจจาระและน้องฉี่ของเราในทุกๆวันด้วย เพราะสิ่งเหล่านี้จะเป็นดัชนีชี้วัดความสุขภาพสบายใจของคุณ อี้ดี ฉี่ดี สุขภาพดี ...ชีวิตดี ... สวัสด์ครับ

หมายเหตุ: เอกสารนี้เป็นลิขสิทธิ์และทรัพย์สินทางปัญญาของคลินิกหัวเฉียว 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.

กรุงเทพฯ : เลขที่ 14 ซอยนาคเกษม แขวงคลองมหานาค เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพฯ 10100

โทรศัพท์ : 02-223-1111 ต่อ 102 โทรสาร : 02-223-1251

เปิดทำการทุกวัน (ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์) ตั้งแต่เวลา 08.00 - 16.00 น.

โคราช : เลขที่ 2 ถนนมิตรภาพ (โค้งวัดศาลาลอย) ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา 30000

โทรศัพท์ : 044-258-555 มือถือ : 085-325-1555 / 085-325-2555

เปิดทำการทุกวัน (ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์) ตั้งแต่เวลา 08.00 - 16.00 น.

<http://www.huachiewtcm.com>