

เรียนรู้แพทย์แผนจีน

กับ ม.หิวเฉียวฯ

พจ.โสรัจ นิโรธสมบัติ

คณะการแพทย์แผนจีน มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

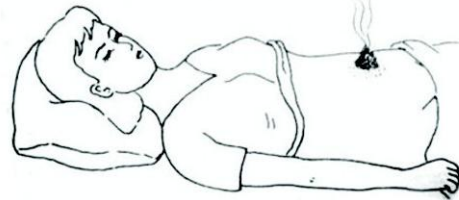
แพทย์จีนกับศาสตร์ Anti-aging 'สถาปความอ่อนวัย ด้วยการรมสะตือ'

เคยมีบันทึกในหนังสือสมัยราชวงศ์หมิง ว่า มีตำราวจ แซ่จินจับใจโรคกลุ่มหนึ่ง และ เป็นต้องตกตะลึง เมื่อได้เปิดผ้าคลุมหน้าของหัวหน้าโจร และพบว่า เป็นชายวัยย่างร้อยปี แต่ดูจากรูปลักษณ์ภายนอก เหมือนหนุ่มวัยฉกรรจ์ ท่านตำราวจแซ่จินไม่เชื่ออายุขัยของโจรผู้นี้ จึงสั่งให้ลูกน้องไปสืบดูอายุจริง จากสำมะโนครัว และพบว่าหัวหน้าโจรผู้นี้มีอายุย่างร้อยปีจริงๆ ขณะที่ท่านตำราวจจินสอบปากคำ ก็ได้ถามหัวหน้าโจรผู้นี้ว่า "ท่านทำอะไรถึงดูอ่อนกว่าวัยเช่นนี้" โจรผู้นี้ตอบว่า "ตอนเด็กได้อาศัยอยู่ในหุบเขา ได้ยินชายผู้หนึ่งบอกว่า ใช้สมุนไพรที่สะตือบ่อยๆ จะทำให้อายุยืนและแข็งแรง ดังนั้นตนเองจึงรมยาที่สะตือมาตลอด"

บันทึกข้างต้นนี้ได้พูดถึงการรมยาที่สะตือสามารถทำให้อายุยืน ซึ่งจะจริงหรือไม่ั้น วันนี้เรามาดูแนวคิดของแพทย์แผนจีนเกี่ยวกับเรื่องนี้กันนะคะ

ในการแพทย์แผนจีน สะตือจัดเป็นจุดสำคัญในการรักษาโรค มีชื่อเรียกว่าจุด "เส้นเขวีย" จุดนี้เปรียบเป็นประตูใหญ่ของเส้นลมปราณ เป็นศูนย์รวมของพลังลมปราณ (ชี่) สามารถควบคุมเส้นลมปราณที่มีอยู่ทั่วกาย และสามารถประสานกับอวัยวะภายในทั้งหมด เมื่อร่างกายเกิดการเจ็บป่วย หยีนหยางไม่สมดุล แพทย์แผนจีนจึงสามารถรักษาโดยใช้วิธีกระตุ้น หรือใช้ยาที่จุด "เส้นเขวีย" บริเวณสะตือ เพื่อปรับสมดุลหยีนหยางรักษาอาการเจ็บป่วย

การแพทย์แผนจีนมีวิธีการรมยาสะตือสองวิธี วิธีที่หนึ่งคือใช้แท่งโถงจุฬาลำพา รมเหนือสะตือประมาณ 2 เซนติเมตร โดยให้รู้สึกอุ่นๆ รมครั้งละ 15-30 นาที



วันละ 1 ครั้ง คอร์สละ 10 ครั้ง สามารถทำได้ 3-5 คอร์สต่อปี วิธีนี้เหมาะอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่สุขภาพอ่อนแอ ระบบทางเดินอาหารแปรปรวน วิธีที่สองคือใช้ขิงวางบนสะตือ วางเม็ดโกศจุฬาลำพาไว้บนขิง อีกชั้นหนึ่ง รมครั้งละ 15- 20 นาที รมวันเว้นวัน รมเดือนละ 10 ครั้ง วิธีนี้เหมาะอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่มีการอาหารไม่ย่อย ปวดท้องเนื่องจากกระเพาะความเย็น

แพทย์แผนจีนเลือกสะตือเป็นจุดในการรักษา มีบันทึกมากกว่า 2000 ปีแล้ว และเป็นวิธีการรักษาและดูแลสุขภาพกันมาอย่างต่อเนื่อง มีบันทึกไว้ว่า พระนางซูสีไทเฮาเคยใช้ครีมสมุนไพรพอกที่สะตือ เพื่อรักษาอาการระบบทางเดินอาหารแปรปรวน

ในปัจจุบันได้มีนักวิทยาศาสตร์หาอัตราส่วนทองคำ (golden ratio)

มติชน

Matichon
Circulation: 830,000
Ad Rate: 1,550

Section: Hospital Healthcare/-

วันที่: จันทร์ 25 เมษายน 2554

ปีที่: 5

ฉบับที่: 43

หน้า: 18(ล่าง)

Col.Inch: 53.07

Ad Value: 82,258.50

PRValue (x3): 246,775.50

คลิป: สีสี่

คอลัมน์: เรียนรู้แพทย์แผนจีน กับ ม.หัวเฉียวฯ: แพทย์จีนกับศาสตร์Anti-aging 'स्ताฟความอ่อน...

บนร่างกายมนุษย์ และพบว่า
สัดส่วนระหว่างความยาวจากสะดือ
ถึงขา กับความยาวจากสะดือถึง
ศีรษะเท่ากับ 0.618 ซึ่งหมายความว่า
ว่า สะดือเป็นจุด golden ratio

และจากการวิจัยทางวิทยาศาสตร์ได้พบว่า จุด golden
ratio เป็นจุดใช้ในการดูแลสุขภาพ ปรับสมดุลร่างกาย
เพิ่มภูมิคุ้มกันของร่างกายได้ดีอย่างยิ่ง

ด้วยเหตุผลทางวิทยาศาสตร์ การรรมยาที่สะดือ ที่เดิมมี
ทฤษฎีศาสตร์การแพทย์แผนจีนอยู่แล้ว เป็นอีกหนึ่งวิธีที่ชาว
จีนใช้ป้องกันและรักษาโรคกันอย่างแพร่หลาย การรักษาด้วย
วิธีนี้ เนื่องจากผิวหนังบริเวณสะดือค่อนข้างบาง การดูดซึม
ตัวยาผ่านทางผิวหนังจึงค่อนข้างไว และเนื่องจากสะดือเป็น
จุดประสานกับอวัยวะภายใน เชื่อมโยงกับเส้นลมปราณ
ทั่วร่างกาย การรรมยาที่สะดือจึงสามารถอ่อนเส้นลมปราณ
กระตุ้นการไหลเวียนของเลือด สลายเลือดคั่ง แก้ปวด
ขับความเย็นและความชื้นได้เป็นอย่างดี

สำหรับข้อควรระวังในการรรมสะดือ คือ ห้ามรรมสะดือ
ในสตรีตั้งครรภ์ หรือผู้มีอาการอักเสบหรือมีบาดแผล
บริเวณสะดือ ไม่ควรรรมสะดือขณะท้องว่างหรือหลังอาหาร
ทันที ไม่ควรรรมใกล้สะดือมากเกินไป เพราะอาจทำให้
ผิวหนังพองได้