

ALTERNATIVE MEDICINE



แพทย์จีนมยุรี อาสาวดีรส

หน่วยแพทย์ทางเลือก ฝ่ายการแพทย์

โรงพยาบาลรามาริบดี

ชื่อ นามสกุล แพทย์จีนมยุรี อาสาวศิรส

ตำแหน่ง แพทย์แผนจีน

สถานที่ทำงาน หน่วยแพทย์ทางเลือก ฝ่ายการแพทย์ โรงพยาบาลรามาริบดี

โทรศัพท์ที่ทำงาน 0483

E-mail address nuu_nunka@hotmail.com

ประวัติการศึกษา

- 1.ปริญญาตรี การแพทย์แผนจีน มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติร่วมกับมหาวิทยาลัยการแพทย์เซี่ยงไฮ้ สาธารณรัฐประชาชนจีน ปี พ.ศ.2552
- 2.นักเรียนทุนแลกเปลี่ยนภาษาและวัฒนธรรมระหว่างมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติกับมหาวิทยาลัยนานาชาติกวางสี ณ สาธารณรัฐประชาชนจีน

ประวัติการทำงาน

- 1.แพทย์เพิ่มพูนทักษะ ปีพ.ศ.2551ที่ โรงพยาบาลการแพทย์เซี่ยงไฮ้สาธารณรัฐประชาชนจีน
2. แพทย์เพิ่มพูนทักษะปีพ.ศ. 2551-2552ที่ คลินิกแพทย์จีน หัวเฉียวไทย – จีน ประเทศไทย
- 3.แพทย์แผนจีนในโรงพยาบาลปิยมินทร์ จ.สมุทรปราการ ปีพ.ศ.2552-2555 ด้านผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์แผนจีนและการฝังเข็ม
- 4.แพทย์แผนจีนในโรงพยาบาลกรุงเทพจันทบุรี แผนกกายภาพบำบัดและคลินิกฝังเข็ม
- 5.แพทย์แผนจีนประจำหน่วยแพทย์ทางเลือก ฝ่ายการแพทย์ โรงพยาบาลรามาริบดี ประสบการณ์ทำงานในรามาริบดี 6ปี



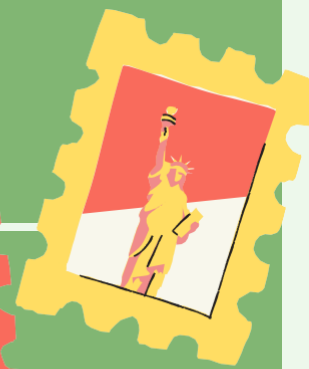
ความแตกต่างระหว่างแพทย์ปัจจุบัน และการแพทย์ทางเลือก

- ทฤษฎีพื้นฐาน
- ระบบแยกส่วนและองค์รวม
- ระบบพึ่งพากันและช่วยตัวเอง

Complementary And Alternative Medicine

การแพทย์ทางเลือกเป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic Care)

- ผ่อนคลาย ลดความเครียด สร้างความสุข
- ลดผลข้างเคียงจากการใช้ยาแผนปัจจุบัน
- ราคาต่ำ
- ฝึกปฏิบัติได้ด้วยตัวเอง สร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค



หลักการพิจารณาการเลือกใช้การแพทย์เลือก

- 1. ความน่าเชื่อถือ (**Rational**)
- 2. ความปลอดภัย (**Safety**)
- 3. การมีประสิทธิผล (**Efficacy**)
- 4. ความคุ้มค่า (**Cost-benefit-effectiveness**)

การจัดการความปวดกับแพทย์ทางเลือก

ประเทศสหรัฐอเมริกาใช้การแพทย์ทางเลือกในการช่วยรักษา
บรรเทาความเจ็บปวดมากขึ้น รวมไปถึงโรงเรียนแพทย์ที่มี
หลักสูตรการแพทย์ทางเลือกรวมอยู่ในการแพทย์แผนปัจจุบัน



National Center of Complementary and Alternative Medicine (NCCAM)

ของสหรัฐอเมริกา ได้จำแนกออกเป็น 5 กลุ่ม

1. Alternative Medical Systems
 2. Mind-body interventions
 3. Biologically based therapies
 4. Manipulative and body-based methods
 5. Energy Therapies
-





ALTERNATIVE MEDICAL SYSTEMS

การแพทย์ทางเลือกที่มีวิธีการตรวจรักษา การวินิจฉัยมีการให้ยา การใช้เครื่องมือมาช่วยในการบำบัดรักษาและหัตถการต่าง ๆ

○ ธรรมชาติบำบัด (Naturopathy)

○ การแพทย์แผนโบราณของจีน (Traditional Chinese medicine)

○ การแพทย์แบบอายุรเวชของอินเดีย (Ayurveda)

○ การแพทย์โฮมีโอพาธี (Homeopathic remedies)



Alternative Medical Systems



chinese medicine



Ayurveda



Homeopathic
remedies

MIND-BODY INTERVENTIONS



การบำบัดรักษาคนไข้แบบใช้ความสัมพันธ์ของร่างกายและจิตใจ

- การใช้สมาธิบำบัด (Meditation)
- การสวดมนต์ (Prayer therapy)
- โยคะ (Yoga)
- การผ่อนคลาย (Relaxation techniques)
- ดนตรีบำบัด (Music therapy)



Biologically Based Therapies

การใช้สารชีวภาพธรรมชาติในการบำบัด

○การใช้สมุนไพร

○วิตามิน

○คีเลชั่นบำบัด (Chelation therapy)

○อาหารสุขภาพหรืออาหารเสริม (Prebiotics, Probiotics)



MANIPULATIVE AND BODY-BASED METHODS

วิธีการบำบัดรักษา โดยการใช้หัตถการต่าง ๆ จัดโครงสร้างของร่างกาย

การนวด (Massage)

การจัดกระดูก (Osteopathy)



Energy Therapies

การบำบัดรักษาที่ใช้พลังงานในการบำบัดรักษาที่สามารถวัดได้และไม่สามารถวัดได้ในการบำบัดรักษา

○ ชีกงง (Qigong)

○ เรกิ (Reiki)

○ สัมผัสช่วยรักษา (Therapeutic touch)

○ การบำบัดโดยใช้พลังแม่เหล็กไฟฟ้าชีวภาพ



การแพทย์ทางเลือกในรามาริบัติ

❖ แพทย์แผนจีน

❖ แพทย์แผนไทยประยุกต์

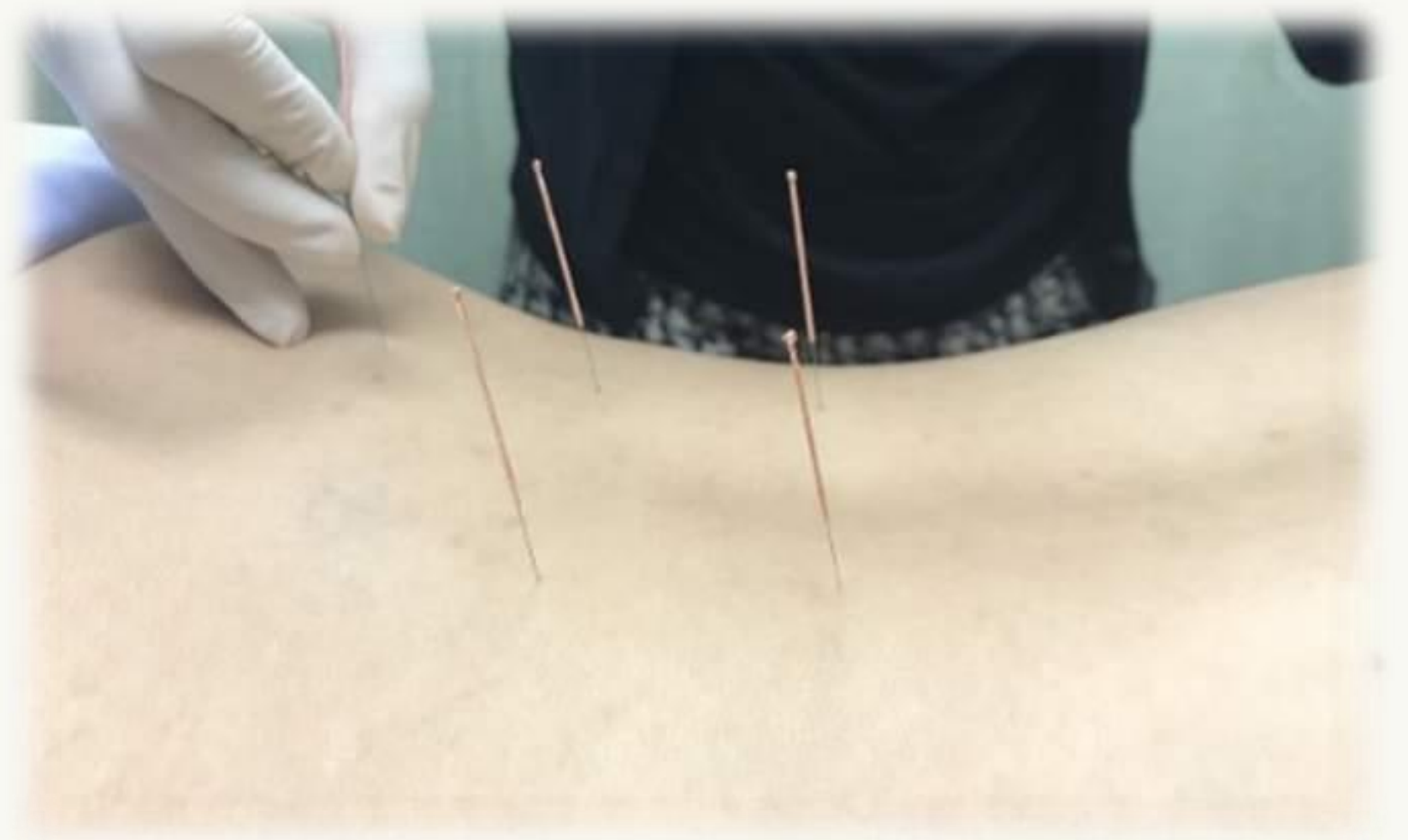


Ocam

Ramathibodi

หน่วยตรวจผู้ป่วยนอกแพทย์ทางเลือก
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

TRADITIONAL CHINESE MEDICINE (TCM)



ทฤษฎีการแพทย์แผนจีน

1. ทฤษฎีพื้นฐานของการกำเนิดการเปลี่ยนแปลงและความสัมพันธ์ของสิ่งมีชีวิต

ทฤษฎีอิน-หยาง และปัญจธาตุ

2. ทฤษฎีกายวิภาคและสรีรวิทยา

อวัยวะภายใน ซี่ เลือด ของเหลวในร่างกาย ระบบเส้นลมปราณและจุดฝังเข็ม

3. ทฤษฎีเกี่ยวกับโรคและการรักษา

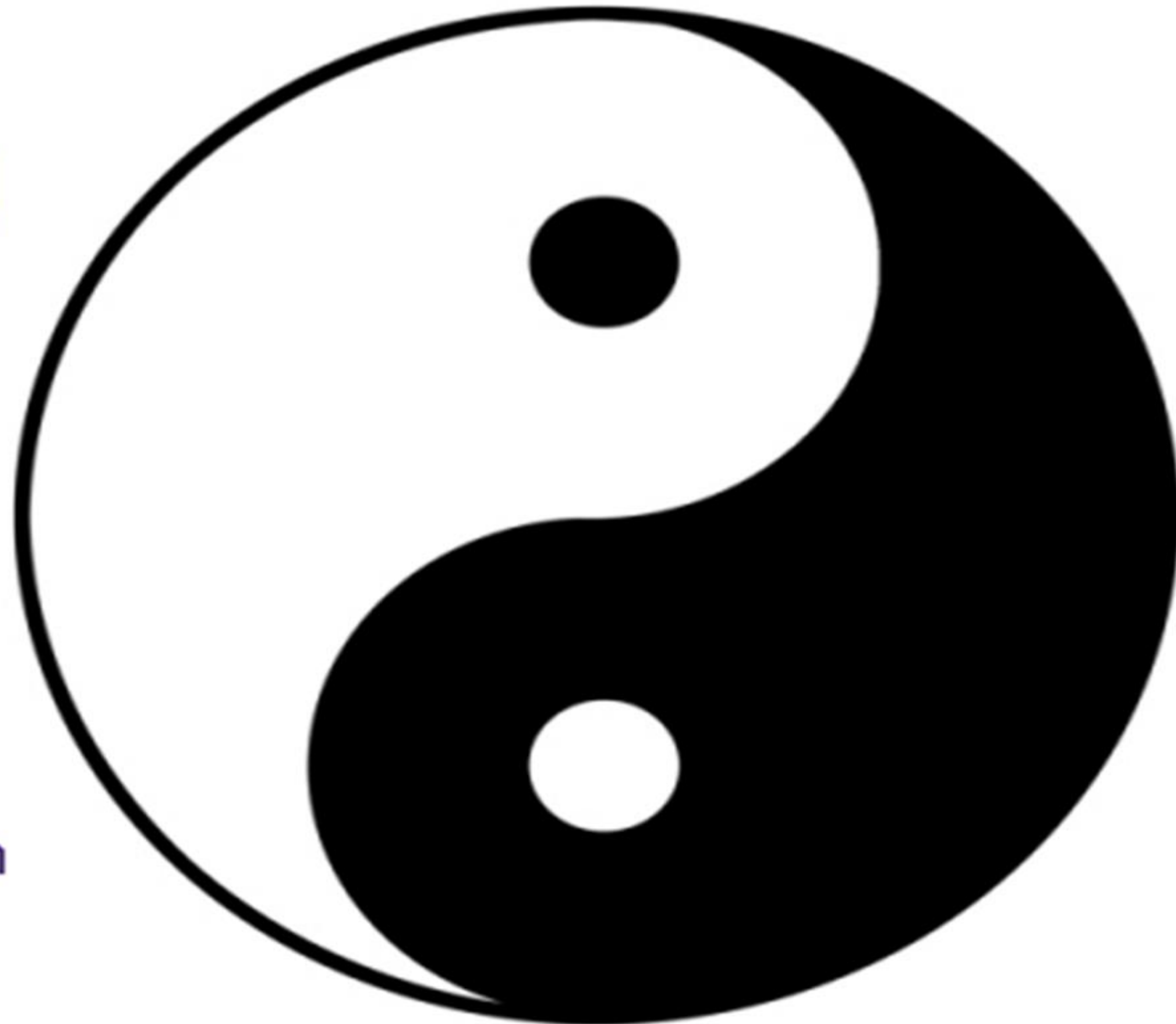
ปัจจัยการก่อโรค พยาธิกำเนิด การวินิจฉัยโรค การตรวจร่างกาย การวินิจฉัยแยก

โรคอย่างเป็นระบบ

ความสมดุล

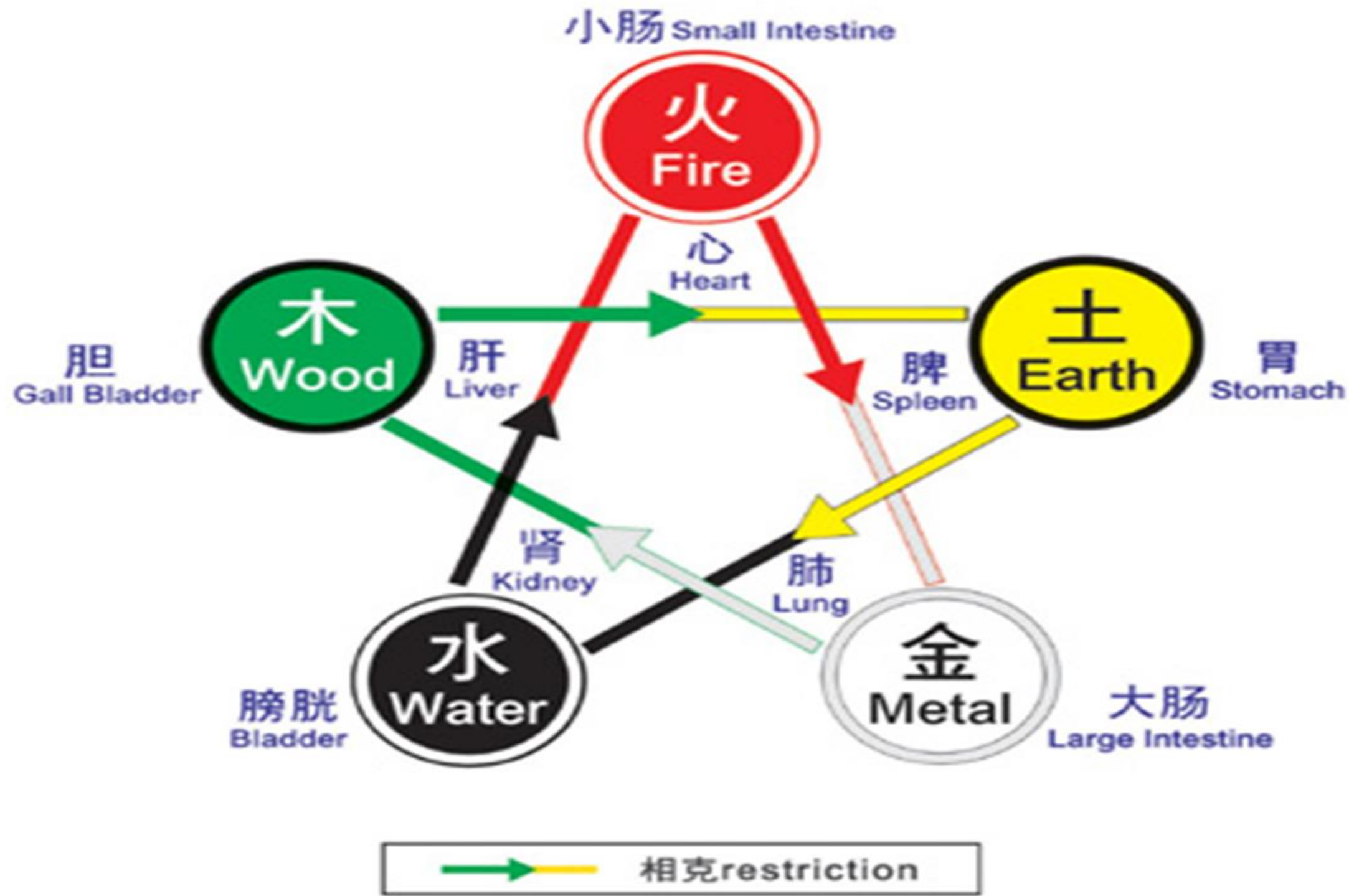
Yang

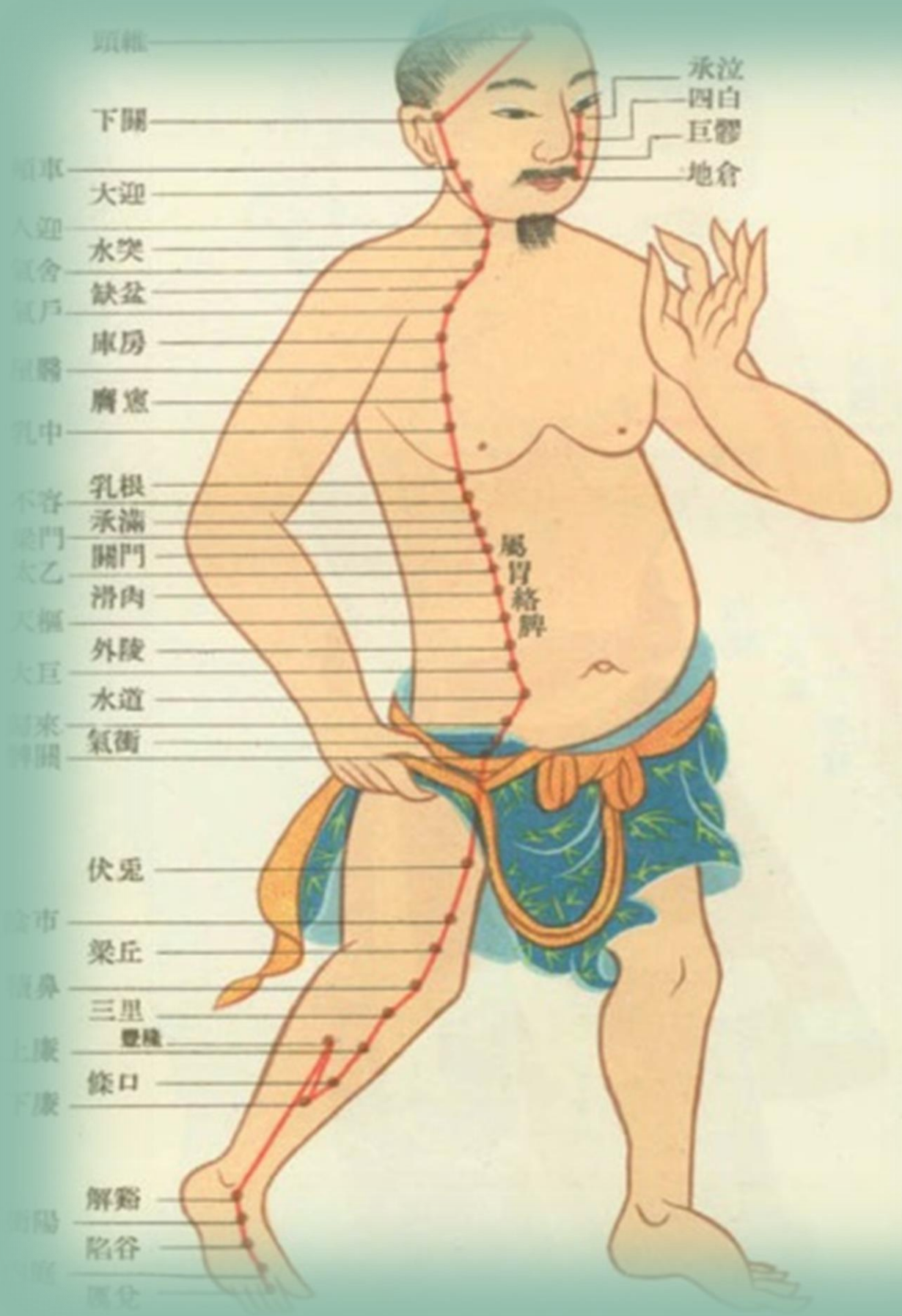
positive
sun
light
heaven
active
fire
above
heat
generation



Yin

negative
moon
dark
earth
passive
water
below
cold
growth





足陽明胃經之圖

凡四十五穴
左右共九十穴

ทฤษฎีจุดฝังเข็ม

การฝังเข็มรักษาโรคได้อย่างไร

ประยุกต์ใช้ตามการวินิจฉัยแยกโรค
พื้นฐานมาจากทฤษฎีการแพทย์แผนจีน

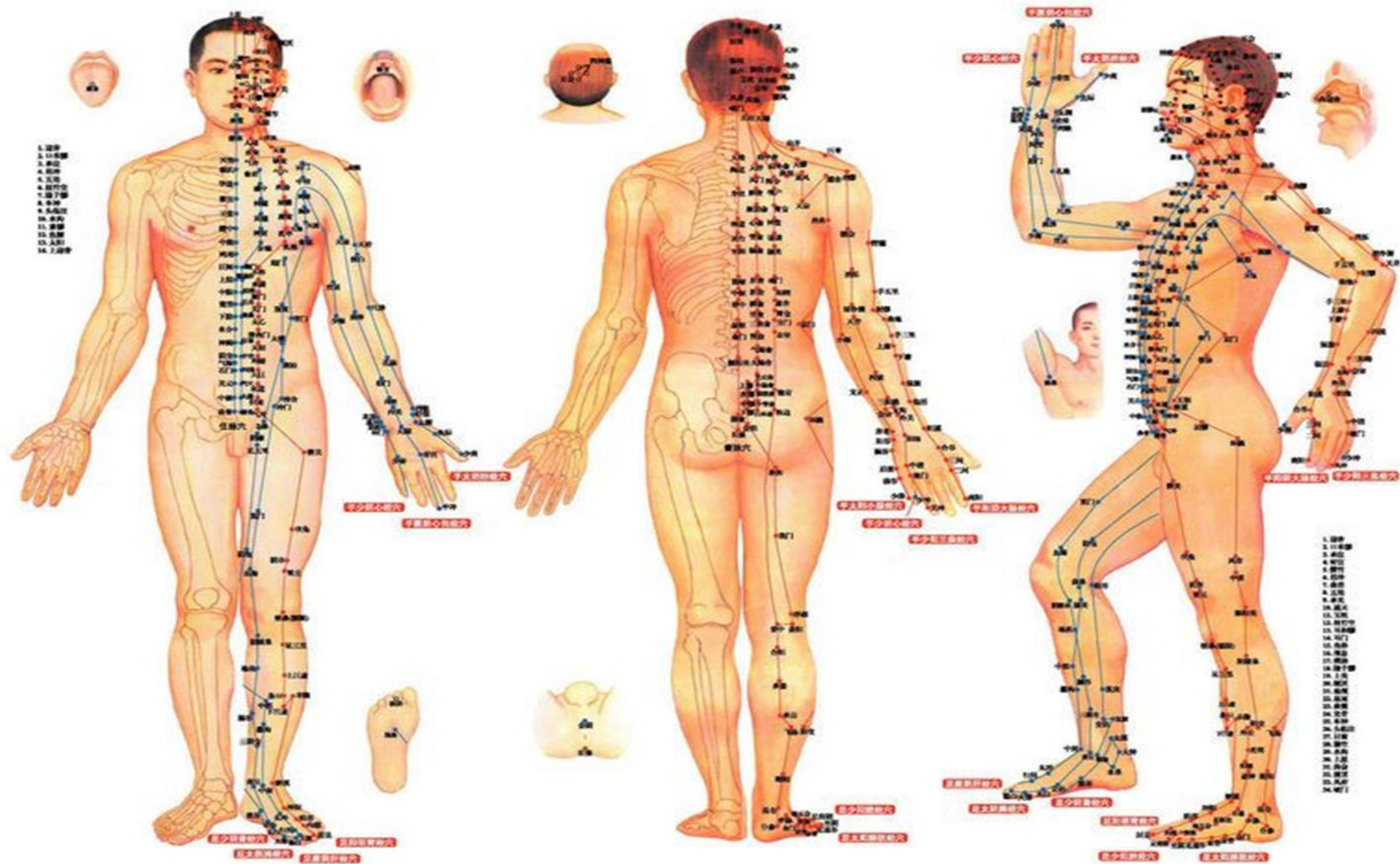
จุดฝังเข็ม

☯ จุดฝังเข็ม คือ ตำแหน่งร่างกายที่ชีและเลือดจากอวัยวะภายในไหลผ่านมาเพิ่มเติมและกระจายออก โดยอาศัยการทำงานจากระบบเส้นลมปราณ ในทางเวชปฏิบัติ จุดฝังเข็ม หมายถึง จุดที่ใช้แทงเข็มหรือกระตุ้นด้วยวิธีการต่างๆ เพื่อการรักษาโรค

☯ จุดฝังเข็มอยู่บนเส้นลมปราณ 14เส้น อยู่ลึกระดับใต้ผิวหนัง หรือเอ็นและกล้ามเนื้อ มีตำแหน่งที่แน่นอน

☯ ใช้รักษาโรค บรรเทาอาการผิดปกติ เสริมสร้างสุขภาพ เสริมภูมิคุ้มกัน และปรับสมดุลการทำงานของร่างกาย

国家标准经穴部位挂图



องค์การอนามัยโลก (WHO) ประกาศยอมรับ
การรักษาโรค/บรรเทาอาการด้วยวิธีฝังเข็ม



World Health Organization

การฝังเข็มเผยแพร่ไปทั่วโลก เป็นเวลาหลายร้อยปี องค์การอนามัยโลก (WHO) ให้การรับรองและระบุโรคที่สามารถรักษาได้ด้วยการฝังเข็ม

มีงานวิจัยพบว่า โรคบางโรค เช่น กรดไหลย้อน ปวดหัว ปวดศีรษะไมเกรน การรักษาด้วยการฝังเข็มให้ผลการรักษาดีเทียบเท่า หรือ มากกว่าการใช้ยา โดยปลอดภัย และ ไม่ต้องเสี่ยงต่อผลข้างเคียงจากการใช้ยา

กลุ่มโรคและอาการที่พบบ่อย

1. กลุ่มอาการปวดและโรคทางระบบกล้ามเนื้อ เช่น Office syndrome ปวดหลัง ปวดต้นคอ ปวดไหล่ ปวดเข่า ปวดศีรษะ ปวดไมเกรน
2. กลุ่มโรคระบบประสาท เช่น ชาปลายมือ ปลายเท้า อัมพฤกษ์ อัมพาต โรคอัมพาตใบหน้า กล้ามเนื้ออ่อนแรง
3. กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ เช่น ภูมิแพ้ หวัดเรื้อรังและหอบหืด
4. กลุ่มโรคระบบต่อมไร้ท่อ เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง ความดันต่ำ
5. กลุ่มโรคระบบทางเดินอาหารและลำไส้ เช่น กรดไหลย้อน ท้องผูก อาหารไม่ย่อย
6. กลุ่มโรคทางนรีเวช เช่น ปรับสมดุล ปรับฮอร์โมน ประจำเดือนมาไม่ปกติ เข้าสู่วัยทองทั้ง บวชและสตรี และเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ
7. กลุ่มโรคอื่นๆ เช่น การฝังเข็มเพื่อเสริมสุขภาพ เช่น เครียด กังวล ซึมเศร้า นอนไม่หลับ ลดน้ำหนัก ปรับสมดุล

โรคและอาการ ที่ WHO Approved การรักษาด้วยการฝังเข็ม

Group A : พบแพทย์แผนจีน
1. กลุ่มอาการปวด เช่น ปวดหลัง ปวดไหล่ ปวดต้นคอ ปวดข้อเข่า ปวดฟัน ปวดข้อศอก ปวดกล้ามเนื้อเคล็ดขัดยอก ปวดจากอุบัติเหตุ ปวดจากการผ่าตัด ปวดศีรษะไมเกรน โดยมีเกณฑ์ดังต่อไปนี้
1.1 มีอาการปวดเรื้อรัง มากกว่า 3 เดือน 1.2 มีอาการปวดเฉียบพลันที่ไม่รุนแรง (Mild or moderate pain) 1.3 มีอาการแบบไม่ต่อเนื่อง (Intermittent pain) 1.4 ไม่มีภาวะอาการร่วมดังต่อไปนี้ร่วม - อุบัติเหตุและการบาดเจ็บ - ปวดตลอดเวลา โดยเฉพาะ มีอาการปวดเวลากลางคืน - มีอาการ Systemic signs ร่วมกับอาการปวด เช่น ไข้ อาเจียน แขนขาอ่อนแรง หมดสติ
2. กลุ่มอาการระบบทางเดินหายใจ : ภูมิแพ้
3. กลุ่มอาการระบบทางเดินททางอาหาร : ท้องผูก คลื่นไส้ อาเจียน น้ำหนักเกิน โรคกระเพาะอาหารเรื้อรัง* กรดไหลย้อน* (*ต้องไม่มีอาการไข้ หนาวสั่น ปวดท้องรุนแรง ร่วมด้วย)
4. กลุ่มอาการทางจิตเวช : เครียด วิตกกังวล นอนไม่หลับ อารมณ์แปรปรวน
5. กลุ่มอาการระบบหลอดเลือดและหัวใจ : ความดันโลหิตต่ำปฐมภูมิ ความดันโลหิตสูง
6. กลุ่มอาการระบบสูติรีเวช : ปวดประจำเดือน Morning sickness เวียนทอง
7. กลุ่มอาการระบบผิวหนัง : ลิว ผื่น Cosmetics
8. กลุ่มอาการทางเดินระบบปัสสาวะ : ปัสสาวะบ่อยตอนกลางคืน ปัสสาวะรดที่นอน ปัสสาวะเล็ด
หมายเหตุ : อาการดังกล่าวข้างต้น ต้องไม่เกิดจากโรคประจำตัวอื่น ๆ ที่เป็นสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดอาการ

Group B : แพทย์แผนปัจจุบันส่งปรึกษา

Acute <u>tonsilitis</u>	Pharyngitis	Laryngitis
Sinusitis	Pain after <u>tonsilectomy</u>	Asthma
Chronic diarrhea	Irritable bowel syndrome	<u>Gastroptosis</u>
Stroke / CVA	<u>Male&female infertility</u>	Impotence
Facial pain/spasm	Bell's <u>pulsy</u>	Vertigo/Dizziness
De <u>Quervain disease</u>	TFC injury	Epicondylitis
Complex regional pain syndrome	Carpal tunnel syndrome	Tobacco addiction
Alcohol addiction	Renal colic pain	Rheumatoid arthritis
<u>Spondylosis/spondylolithesis</u>	Parkinson's disease	Hearing loss/Tinnitus
MS, MG, GBS, ALS	Dysphagia	Mood disorder/Depression

Group C : กลุ่มห้ามฝังเข็ม

1. โรคมะเร็ง (Malignant Tumor)	2. โรคที่มีการติดเชื้อ (Infection)
3. อาการที่ต้องรักษาแบบเร่งด่วน เช่น MI / Arrhythmia / chest pain / dyspnea / Acute asthmatic <u>attact</u> / Syncope / CVA / Convulsion / Acute abdomen / Bleeding disorders / Acute or severe psychogenic condition / Ophthalmologic conditions Etc.	4. ข้อห้ามสำหรับการฝังเข็ม เช่น (Needle syncope , convulsion , non-cooperation , some skin condition , bleeding tendency)
5. ความดันโลหิตสูง (systolic สูงกว่าหรือเท่ากับ 160 mmHg และ/หรือ diastolic สูงกว่าหรือเท่ากับ 100 mmHg) ที่มีอาการหน้ามืด ใจสั่นปวดศีรษะ หรือคลื่นไส้ อาเจียน	

บริการด้านการแพทย์แผนจีน



ข้อดีของการฝังเข็ม

การฝังเข็มมีคุณลักษณะการรักษาโรค 4 ประการ คือ

1. แก้ไขการไหลเวียนของเลือดลมปราณที่ติดขัด
2. ปรับสภาพความสมดุลการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายให้อยู่ในสมดุล
3. กระตุ้นภูมิคุ้มกันในร่างกาย เพื่อกำจัดเหตุปัจจัยที่เป็นอันตรายออกไปจากร่างกาย
4. ช่วยบรรเทาความเจ็บปวด และช่วยในการหดเกร็งตัวของกล้ามเนื้อ

การฝังเข็ม เป็นการรักษาอาการปวด โดยไม่ต้องใช้ยาเพื่อหลีกเลี่ยงโอกาสในการแพ้ยา
ผลข้างเคียงจากยาและปัญหาการติดยาแก้ปวด รวมทั้งเป็นทางเลือกสำหรับผู้ที่เคยรักษา
อาการปวดด้วยวิธีอื่นแล้วไม่ได้ผล

การฝังเข็ม (Acupuncture)



การฝังเข็ม คือศาสตร์หนึ่งในแพทย์แผนจีน ซึ่งชาวจีนใช้กันมานานกว่า 4,000 ปี โดยมีหลักการ
การใช้เข็มขนาดเล็กมาก ฝังตามจุดฝังเข็มบนร่างกาย ซึ่งเป็นจุดที่มีพลังงานมากกว่าจุดอื่นๆ เพื่อทำ
พลังงาน และอวัยวะต่างๆของร่างกายที่เสียสมดุลไป กลับมาอยู่ในภาวะสมดุล



การฝังเข็ม รักษาโรคอะไรได้บ้าง ?

ผู้ที่มีอาการต่อไปนี้พบว่า การรักษาด้วยการฝังเข็มได้ผล

- ปวดศีรษะ ปวดไมเกรน เวียนศีรษะ บ้านหมุน
- นอนไม่หลับ เครียด วิตกกังวล ซึมเศร้า
- ภูมิแพ้ หอบหืด โรคข้อต่างๆ รูมาตอยด์
- โรคกระเพาะ กรดไหลย้อน ปวดท้องประจำเดือน
- ความดันโลหิตสูง เบาหวาน
- อัมพฤกษ์ อัมพาต อัมพาตใบหน้า
- ปรับสมดุลร่างกายให้แข็งแรง เพิ่มภูมิคุ้มกัน
- ฝังเข็มกระชับใบหน้า ความงาม ลดความอ้วน

หน่วยตรวจผู้ป่วยนอกแพทย์ทางเลือก คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

โทร. 064 585 0938, 064 585 0939

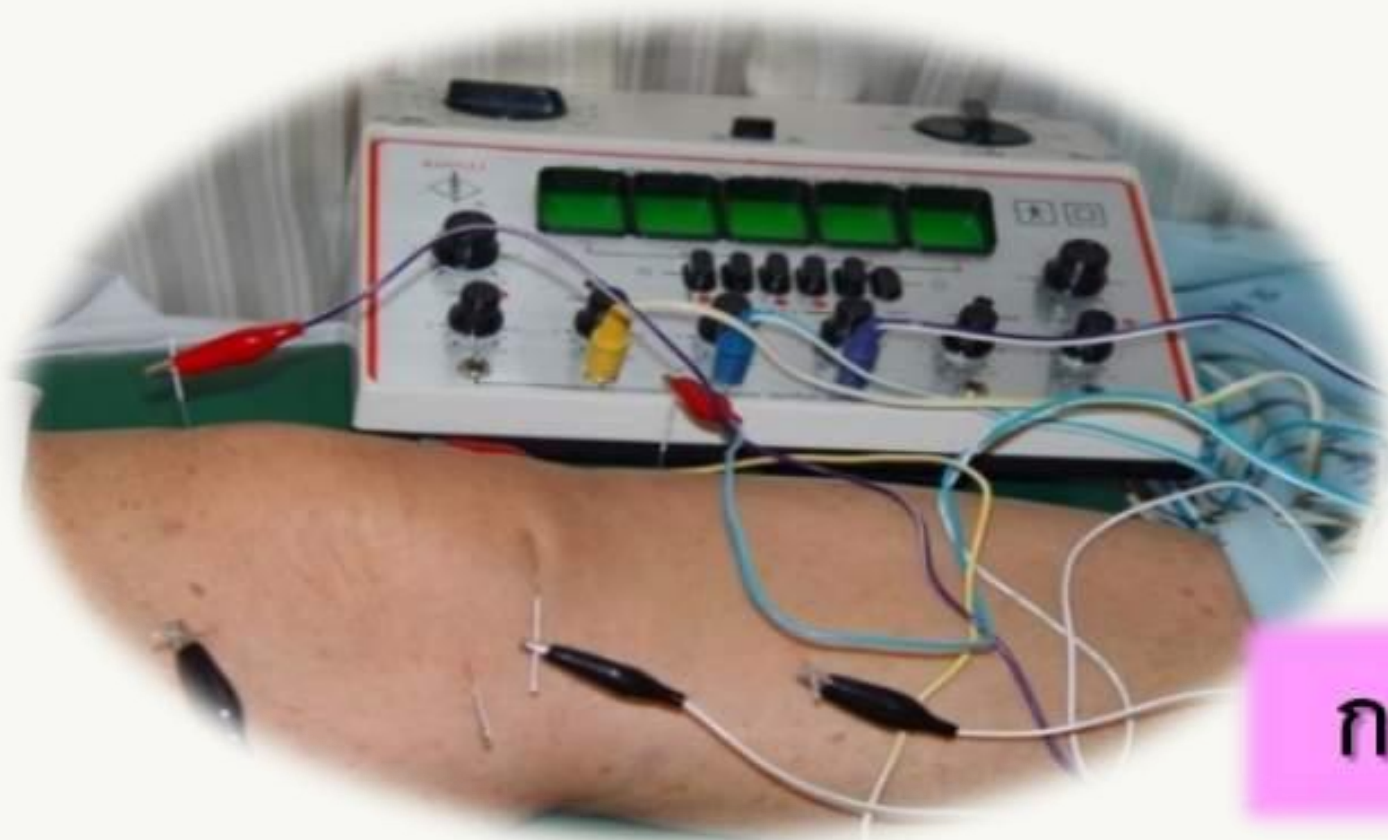
บริการด้านการแพทย์แผนจีน



การตรวจชีพจร(แฉะ)



การฝังเข็มร่วมกับการใช้ความร้อนอินฟราเรด



การฝังเข็มร่วมกับการกระตุ้นไฟฟ้า

Cupping

"Cupping therapy"



การครอบแก้ว คือ การใช้แก้วครอบลงบนผิวหนังจากนั้นจึงลดความดันภายใน โดยการใช้ความร้อนหรือการดูดอากาศออก จนผิวหนังและกล้ามเนื้อดูดเข้าไปในแก้ว สามารถช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของเลือดในบริเวณที่มีการติดขัดทำให้เลือดและพลัง มีการไหลเวียนที่ดีขึ้น สามารถรักษาอาการปวด โดยเฉพาะบริเวณ บ่า หลัง และเอว เหมาะสำหรับผู้ทำงานนั่งโต๊ะหรือใช้คอมพิวเตอร์เป็นระยะเวลานาน

ด้านการส่งเสริมความงาม

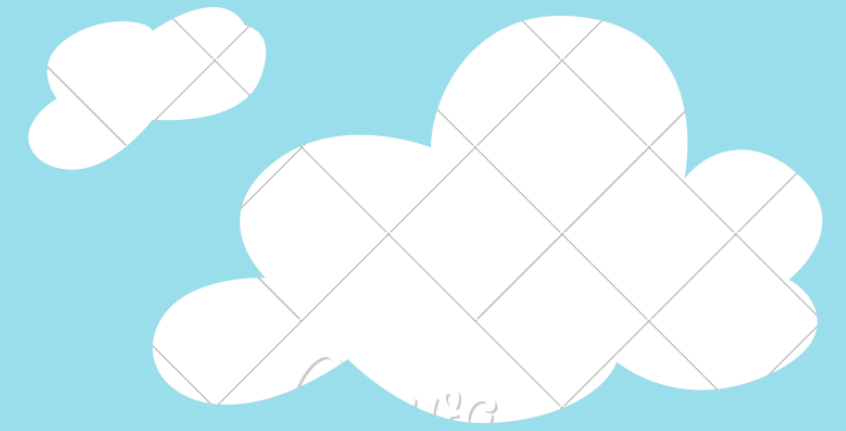
ช่วยให้ผิวพรรณดูเปล่งปลั่ง มีเลือดฝาด

หลังจากการทำครอบแก้วแล้ว บริเวณผิวหนังอาจมีรอยคล้ำ แต่ไม่มีอันตราย รอยจะหายเองในเวลาประมาณ 5 - 7 วัน





โทรติดต่อนัดหมาย **064-5850938-9** (APPOINTMENT)



THANK YOU.

