



เรียนรู้แพทย์แผนจีน กับ ม.หัวเฉียว

แพทย์จีนโสรั้ง นิโรตสมบัติ
คณบดีแพทย์แผนจีน
มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

ความดันสูง กับแพทย์แผนจีน



การแพทย์แผนจีนมองว่า โรคความดันโลหิตสูง เกี่ยวข้องการทำงานของตับ ม้ามและไต โดยสัมพันธ์กับตับมากที่สุด กลุ่มโรคความดันโลหิตสูงที่พบบ่อยของการแพทย์แผนจีนมักมีอยู่ 3 กลุ่ม ดังนี้

1. กลุ่มหยางดับแรงแรง

เกิน เป็นกลุ่มที่พบบ่อยที่สุด กลุ่มนี้ใบหน้าจะแดง หงุดหงิด โมโหง่าย

อารมณ์ร้อน ปากขม ลิ้นแดง ฝ่าลิ้นเหลือง อาจมีอาการเวียนศีรษะ ปวดตึงๆ ศีรษะเหมือนมีแรงดันศีรษะ และอาจปวดร้าวที่ตาด้วย กลุ่มนี้มักมีสาเหตุมาจากอารมณ์หรือมีความเครียดสะสม หรืออายุมาก อินทรีย์ลดลงทำให้หยางดับแรงแรงเกิน การรักษาจึงต้องใช้วิธีสยบหยางดับ ระบายความร้อนออก ด้วยยาสมุนไพรที่ช่วยลดความดันโลหิตในกลุ่มนี้ เช่น เทียนหมา (เทียนมั่ว) โกวเถิง หนิวซี (งูชิก) ตูจิ่ง (โต้วตัง) ชางจี้เซิง ดอกเก็กฮวย เชียงคูเช่า (แห้วโกวเช่า) ไบหม่อน เม็ดเก๋ากี้ กลุ่มนี้สามารถดูแลตัวเองด้วยการนำเก็กฮวย 10 ดอก เม็ดเก๋ากี้ 1 ซ่อนโต๊ะ ชงน้ำร้อนดื่ม หรือจะดื่มชาไบหม่อนเป็นประจำ ช่วยควบคุมภาวะหยางดับแรงแรงเกิน

2. กลุ่มสารจាំเป็นจิงของไตไม่เพียงพอ

เป็นกลุ่มที่มักเป็นในผู้สูงอายุ หรือผู้ที่เป็นความดันโลหิตสูงเป็นเวลานานแล้ว กลุ่มนี้มักมีอาการเวียนศีรษะ ปวดเมื่อยเอวเข่านอนไม่หลับ หลังลึมง่ายตาแห้งตาพร่ามัว หรือการรักษาจะใช้วิธีบำรุงตับและไต ด้วยยาสมุนไพรที่ช่วยลดความดันโลหิตในกลุ่มนี้ เช่น ซานเย่า (ห่วยซัว) สูตี (เซกตี) ไสวอู (คิวโอว) กระจดองเต่า เม็ดเก๋ากี้ หนิวซี (งูชิก) ตูจิ่ง (โต้วตัง)

3. กลุ่มเสมหะความชื้นมากเกิน

กลุ่มนี้จะรู้สึกศีรษะหนักๆ มีน้ำๆ แฉกๆ ฝ่าลิ้นขาวและเหนียวเหนอะ มักมีสาเหตุจากการรับประทานอาหารที่หวานมันเกิน หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้ความชื้นสะสมกลายเป็นเสมหะ การรักษาจึงต้องสลายเสมหะ ขับความชื้นออก เสริมม้ามให้แข็งแรง ด้วยยาสมุนไพรที่มักใช้ เช่น เปลือกส้มจีน ลูกเดือย ผู้หลิง (ฮกหลง) เทียนหมา (เทียนมั่ว) ป่านเซีย ไปจู่

ประชาชาติ ธุรกิจ

Prachachart Turakij
Circulation: 120,000
Ad Rate: 1,350

Section: Hospital Healthcare/--

วันที่: จันทร์ 5 - พุธ 7 พฤษภาคม 2557

ปีที่: 8

ฉบับที่: 80

หน้า: 22(ขวา)

Col.Inch: 46.46

Ad Value: 62,721

PRValue (x3): 188,163

คลิป: สีสี่

คอลัมน์: เรียนรู้แพทย์แผนจีน กับ ม.หัวเฉียว: ความดันสูง กับแพทย์แผนจีน

นอกจากนี้ เมื่อป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูงเป็นระยะ
เวลาหนึ่งแล้ว มักมีภาวะเลือดคั่งร่วมด้วย สังเกตได้จากลิ้น
จะมีสีคล้ำหรือเป็นจ้ำเลือด การดูแลตัวเองของผู้ป่วยโรคนี้
ในทางการแพทย์แผนจีน นอกจากรับประทานยาลดความดัน
โลหิตแล้ว ควรงดอาหารรสจัด ทำจิตใจให้เบิกบาน พักผ่อนให้
เพียงพอ และออกกำลังกาย รำไท่เก๊ก หรือฝึกชี่กงก็เป็นอีกวิธี
หนึ่งที่ช่วยปรับสมดุลร่างกาย ควบคุมความดันโลหิตได้ค่ะ