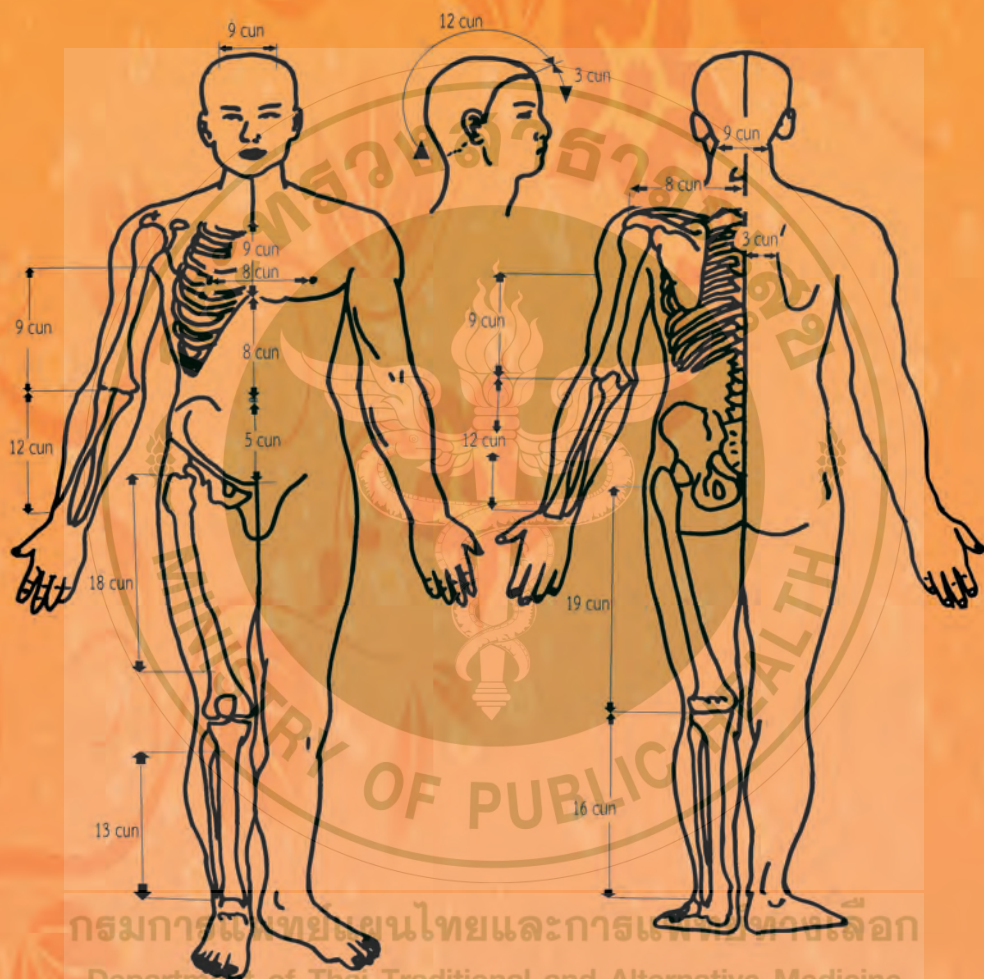


ตำราฝังเข็ม-นยา เล่ม 1

ทฤษฎีเส้นจิงลั่วและจุดฝังเข็ม

Acupuncture & Moxibustion

针灸学：经络腧穴与刺法灸法



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine



สถาบันการแพทย์ไทย-จีน
กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
แพทย์สมาคมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ผสมผสาน





ตำราฝังเข็ม-นยา เล่ม 1

Acupuncture & Moxibustion

สถาบันการแพทย์ไทย-จีน

กรมพัฒนาการแพทย์ไทยและการแพทย์ทางเลือก
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

Department of Thai Traditional and Complementary Medicine
กระทรวงสาธารณสุข

ISBN 978-616-11-2912-5

ตำราฝังเข็ม-ลunya เล่ม 1

ทฤษฎีจุดฝังเข็มและเส้นจิงลั่ว

ที่ปรึกษา:

ผศ.(พิเศษ) ดร.นพ.ธวัชชัย กมลธรรม อธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
นพ. ปภัสสร เจียมบุญศรี รองอธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

ผู้แต่งและบรรณาธิการ:

นพ. ธวัช บุรณถาวรสม

กองบรรณาธิการ:

นพ. สมคิด ปิยะมาน แพทย์จีนโสรจ นิโรจสมบัติ รศ. นพ. จันทร์ชัย เจริญประเสริฐ
นพ. ศิริยศ วณิชชานนท์ พญ. สุชาดา อโณทยานนท์

คณะทำงาน:

นายพีรชัช เชื้อแก้ว น.ส.เสาวภา ยศกันโท น.ส.พัชรา ม่วงไหมทอง
น.ส.ยุภาพร ศรีคำภา น.ส.ศศิพิมพ์ ปิ่นประยูร น.ส.จิตรารัตน์ ศุทธะชัยอนันต์
น.ส.พจนกร ธารีเทียน

เจ้าของลิขสิทธิ์:

กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข

ออกแบบปก:

นพ.ธวัช บุรณถาวรสม นายพีรชัช เชื้อแก้ว น.ส.พัชรา ม่วงไหมทอง

ภาพประกอบ:

นายพีรชัช เชื้อแก้ว น.ส.ยุภาพร ศรีคำภา

Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

พิมพ์ครั้งที่ 1 : มิถุนายน 2558 จำนวน 500 เล่ม

พิมพ์ที่: โรงพิมพ์สาวิณีการพิมพ์
71/121 หมู่ที่ 5 หมู่บ้านพุกษา 49/1 ตำบลเสาธงหิน อำเภอบางใหญ่
จังหวัดนนทบุรี 11140
262 หน้า
กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข
ISBN 978-616-11-2912-5

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ:

ธวัช บุรณถาวรสม

ตำราฝังเข็ม-ลนยา เล่ม 1 กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์สาวิณีการพิมพ์
262 หน้า
กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข
ISBN 978-616-11-2912-5

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

คำนำ

การแพทย์แผนจีนได้เข้ามามีบทบาทร่วมกับการแพทย์แผนปัจจุบันในการดูแลสุขภาพของคนไทยมากกว่า ๒๐๐ ปี ศาสตร์การแพทย์แผนจีนประกอบด้วยการใช้ยาจีน การฝังเข็ม และการนวดทุยหน่าเป็นหลัก มีทฤษฎี หลักการวินิจฉัย และการรักษาโรคที่แตกต่างจากการแพทย์แผนปัจจุบัน การฝังเข็ม-ลunya เป็นศาสตร์ที่มีมาหลายพันปี ได้รับความนิยมในประเทศจีนและประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกในปัจจุบัน โดยองค์การอนามัยโลกได้จัดประเภทของโรคหรืออาการที่รักษาได้ด้วยการฝังเข็มเป็น ๔ กลุ่ม โดยกลุ่มที่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ว่ารักษาได้ผลดีมี ๒๘ โรคหรืออาการ สำหรับกลุ่มที่มีหลักฐานว่ารักษาได้ผลดีแต่ควรมีงานวิจัยเพิ่มเติมมี ๖๒ โรคหรืออาการ ขณะเดียวกัน การรักษาที่ได้ผลดีจนมีการบอกกล่าวต่อๆ กัน ทำให้ผู้ป่วยมีความเชื่อมั่นและศรัทธา จึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการดูแลรักษาสุขภาพ

ปัจจุบันประเทศไทยมีสถาบันการศึกษาที่เปิดหลักสูตรการแพทย์แผนจีนระดับปริญญาตรี ๗ แห่ง และมีหลักสูตรอบรมวิชาฝังเข็ม-ลunya ให้กับแพทย์แผนปัจจุบันมาเป็นเวลา ๑๗ ปี มีแพทย์ที่จบหลักสูตรการฝังเข็ม-ลunya พื้นฐานประมาณ ๑๐๐ คนต่อปี จึงมีผู้ที่ศึกษาและประกอบโรคศิลปะด้านการฝังเข็ม-ลunya จำนวนไม่น้อย เนื่องจากทฤษฎีการแพทย์แผนจีนเต็มไปด้วยหลักปรัชญาและแนวคิดการแพทย์แบบองค์รวม ซึ่งแตกต่างจากทฤษฎีด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์สมัยใหม่ ประกอบกับผู้เรียนทั้งแพทย์แผนปัจจุบันและนิสิตปริญญาตรีส่วนใหญ่ไม่มีพื้นฐานความรู้ภาษาจีนและศัพท์การแพทย์แผนจีนมาก่อน จึงเป็นเรื่องยากที่จะเข้าใจความหมายที่แท้จริง การมีตำราภาษาไทยจะช่วยเพิ่มความเข้าใจสำหรับผู้ที่กำลังศึกษาได้เป็นอย่างดี ง่ายกว่าการอ่านตำราภาษาจีนหรืออังกฤษ ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจเนื้อหาได้เร็วขึ้นสามารถใช้ศัพท์ภาษาไทยในการสื่อสารกับเพื่อนร่วมวิชาชีพ นักวิชาการสาขาอื่นๆ ตลอดจนประชาชนทั่วไป และอธิบายให้ผู้ป่วยเข้าใจได้ง่ายขึ้น ตำราฝังเข็ม-ลunya ฉบับภาษาไทยที่ได้มาตรฐานจึงมีประโยชน์ต่อการการศึกษาแพทย์แผนจีนในประเทศไทยเป็นอย่างมาก สถาบันการแพทย์ไทย-จีนในฐานะหน่วยงานที่รับผิดชอบในการพัฒนามาตรฐานศาสตร์การแพทย์แผนจีนของกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก เห็นความสำคัญของการจัดทำตำรามาตรฐานการฝังเข็ม-ลunya

เพื่อให้ผู้เรียนและผู้ที่อยู่ในวงการวิชาชีพการแพทย์แผนจีนได้ใช้ประกอบการเรียนการศึกษา และค้นคว้าอ้างอิง จึงได้ผลิตตำราฝังเข็ม-ลunya เล่ม ๑ ขึ้น เนื้อหาประกอบด้วยทฤษฎีเส้นจิงลั่ว และจุดฝังเข็ม การฝังเข็มร่างกาย เข็มศีรษะ และเข็มหู การลunya และการครอบกระปุก

ในนามของกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยการแพทย์ทางเลือก ผมขอขอบคุณผู้เขียน และคณะบรรณาธิการ ซึ่งประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญของมหาวิทยาลัยและโรงพยาบาลต่างๆ ตลอดจนคณะทำงานที่ได้ร่วมกันเรียบเรียงจัดทำเนื้อหาให้สมบูรณ์จนเป็นตำรามาตรฐาน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะเป็นประโยชน์ต่อการแพทย์ฝังเข็มและแพทย์จีนในประเทศไทยต่อไป



ผศ.(พิเศษ) ดร.นพ. รัชชัย กมลธรรม
อธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

คำแนะนำการใช้หนังสือ

การทับศัพท์พินอิน

การใช้อักษรไทยทับศัพท์ภาษาจีนกลางในหนังสือเล่มนี้ ยึดตามหลักเกณฑ์การทับศัพท์ภาษาจีนกลางของราชบัณฑิตยสถานเป็นส่วนใหญ่ แต่ได้ปรับเปลี่ยนรายละเอียดบางประการเพื่อให้ผู้ที่ไม่รู้ภาษาจีนกลางออกเสียงได้ง่ายขึ้นและใกล้เคียงภาษาเดิมที่สุด ดังนี้

1. พยัญชนะและสระ ส่วนใหญ่เทียบตามตารางการเทียบเสียงที่ราชบัณฑิตยสถานให้ไว้ เช่น f = ฟ, eng = เอิง; fèng = เฟิง

2. พยัญชนะ d, t, n, l, z, c, s, r ซึ่งทับศัพท์เป็นพยัญชนะไทย ด, ท (ถ), น, ล, จ, ช (ฉ), ซ (ส), ร ตามลำดับ เมื่อผสมกับสระเลื่อน uai, uan, uang โดยมีพยัญชนะ ว ควบกล้ำอยู่ ทับเสียงให้ใกล้เคียงกับเสียงภาษาจีน โดยสะกดด้วยรูปภาษาไทยที่คนส่วนใหญ่คุ้นเคย เช่น chuān = ชวน, shuài = ช่วย

3. พยัญชนะ g, k, h ซึ่งทับศัพท์เป็นพยัญชนะไทย ก, ค (ข), ฮ (ห) เมื่อผสมกับสระเลื่อน ua, uai, uan, uang โดยมีพยัญชนะ ว ควบกล้ำอยู่ หนังสือเล่มนี้เลือกรูปเสียงยาว โดยเพิ่มสระ -า ตามหลังพยัญชนะ ว และใส่เครื่องหมายพินทุใต้พยัญชนะต้น เช่น huá = หวา (ไม่ใช่ หัว) guān = กวาน (ไม่ใช่ กวน)

4. สระที่ราชบัณฑิตยสถานกำหนดให้ทับศัพท์ได้หลายแบบ เช่น ao ราชบัณฑิตยสถานกำหนดให้ใช้รูป -เา หรือ -าว ก็ได้ หนังสือเล่มนี้เลือกรูปเสียงยาว คือ -าว เพียงรูปเดียว เช่น yāo = ยาว

5. เสียงสระประสม ue เมื่อผสมกับพยัญชนะ j, q, x, y ซึ่งทับศัพท์เป็นพยัญชนะไทย จ, ช (ฉ), ซ (ส), ย ตามลำดับ โดยใช้พยัญชนะ ว ควบกล้ำอยู่ด้วย จะใส่เครื่องหมายพินทุใต้พยัญชนะต้น จ, ช (ฉ), ซ (ส), ย นั้น และใช้ -เีย เป็นสระ เช่น xué = เสวีย

6. เสียงสระประสม ie เมื่อผสมกับพยัญชนะ j, q, x ซึ่งทับศัพท์เป็นพยัญชนะไทย จ, ช (ฉ), ซ (ส) ตามลำดับ จะใส่เครื่องหมายพินทุใต้พยัญชนะ จ, ช (ฉ), ซ (ส) และใช้ -เีย เป็นสระ เช่น xié = เสีย

แต่เมื่อผสมกับพยัญชนะ *y* แล้วลดรูปเป็น *ye* ทับศัพท์เป็นพยัญชนะ *ย* จะใช้ *เ-* แทน เช่น *yè* = เย

7. กรณีทับศัพท์เป็นอักษรต่ำและเป็นเสียงควบกล้ำ หากผันวรรณยุกต์เทียบเสียงวรรณยุกต์จัตวาในภาษาไทย จะใช้ *ห* นำหน้าพยัญชนะต้นอักษรต่ำที่ควบกล้ำนั้น เช่น *yú* = หยวี

8. กรณีเสียงพยัญชนะภาษาจีนกลางมีเสียงเทียบได้กับพยัญชนะไทยทั้งอักษรสูงและอักษรต่ำ เช่น *x* เทียบได้ทั้ง *ส* และ *ซ*; *f* เทียบได้ทั้ง *ฝ* และ *ฟ* จะเลือกใช้ใช้อักษรสูงหรืออักษรต่ำตามหลักการผันเสียงวรรณยุกต์ของไทย เช่น *xīng* = ชิง, *xíng* = ลิง; *fāng* = ฟาง, *fáng* = ฝาง

แต่หากคำภาษาจีนกลางมีเสียงวรรณยุกต์เทียบได้กับวรรณยุกต์โท ซึ่งภาษาไทยเขียนได้ 2 รูป คือ อักษรสูงใช้ไม้โท กับ อักษรต่ำใช้ไม้เอก เลือกใช้แต่รูปอักษรต่ำใช้ไม้เอกเพียงรูปเดียว เช่น *sào* = ซ่าว (ไม่ใช่ ส้าว)

9. คำว่า *yuán* ราชบัณฑิตยสถานกำหนดให้ทับศัพท์เป็น เยหวียน แต่เนื่องจากอ่านยากจึงปรับเป็น *หยวน* แทน

10. พยัญชนะต้น *y-* อาจทับศัพท์เป็น *อ-* หรือ *ย-* สุดแต่แต่เสียงใดจะตรงคำภาษาจีนกลางนั้นๆ เช่น *yī* = อี้ แต่ *yīn* = ยิน

11. พยัญชนะต้น *w-* อาจทับศัพท์เป็น *อ-* หรือ *ว-* สุดแต่แต่เสียงใดจะตรงคำภาษาจีนกลางนั้นๆ เช่น *wū* = อู แต่ *wō* = วอ

12. พยัญชนะต้น *r-* ราชบัณฑิตยสถานกำหนดให้ทับศัพท์เป็น *ร-* โดยมากนิยมออกเสียงเป็น *ย-*

13. หนังสือเล่มนี้ไม่ใช่เครื่องหมายทัศนมาตรกำกับ ดังนั้น สระ *ei* จึงทับศัพท์เป็น *เ-ย* ไม่ใช่ *เ-ย์* เช่น *nèi* = เนย

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
คำแนะนำการใช้หนังสือ	ค
สารบัญ	จ
บทที่ 1	1
ทฤษฎีเส้นจิงลั่ว	2
องค์ประกอบของระบบเส้นจิงลั่ว	2
เส้นเจ็งจิง 12 เส้น	7
เส้นฉีจิง 8 เส้น	8
เส้นจิงเป๋ย 12 เส้น	9
เส้นลั่ว 15 เส้น	9
เส้นจิงจิน 12 เส้น	10
ผิปปู่ 12 แนว	13
บทที่ 2	13
ทฤษฎีจุดฝังเข็ม	13
การแบ่งประเภทของจุดฝังเข็ม	14
สรรพคุณของจุดฝังเข็ม	20
การหาตำแหน่งจุดฝังเข็ม	25
บทที่ 3	25
จุดฝังเข็มและเส้นจิงลั่ว	25
จุดเฉพาะ	25
จุดอู่ซู่	28
จุดหยวน	28
จุดลั่ว	29
จุดเป๋ยซู่	30
จุดมู่	31
จุดเซี่ยเหอ	31
จุดซี้	32
จุดปาฮุย	33
จุดปามายเจียวฮุย	34
จุดเจียวฮุย	

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
เส้นทางเดินของเส้นจิงลั่ว	39
จุดฝังเข็มบนเส้นจิงลั่ว	54
จุดฝังเข็มบนเส้นปอด	54
จุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้ใหญ่	58
จุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะอาหาร	64
จุดฝังเข็มบนเส้นม้าม	76
จุดฝังเข็มบนเส้นหัวใจ	82
จุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้เล็ก	85
จุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะปัสสาวะ	90
จุดฝังเข็มบนเส้นไต	107
จุดฝังเข็มบนเส้นเยื่อหุ้มหัวใจ	114
จุดฝังเข็มบนเส้นชานเจียว	117
จุดฝังเข็มบนเส้นถุงน้ำดี	124
จุดฝังเข็มบนเส้นตับ	137
จุดฝังเข็มบนเส้นตุ	142
จุดฝังเข็มบนเส้นเร็น	149
จุดฝังเข็มนอกระบบเส้นจิงลั่ว	155
จุดพิเศษบนศีรษะและคอ	155
จุดพิเศษบนหน้าอกและท้อง	159
จุดพิเศษบนหลัง	160
จุดพิเศษบนแขน	163
จุดพิเศษบนขา	167
บทที่ 4 เทคนิคการฝังเข็ม	171
ประเภทของเข็ม	171
มุมมองและความลึกในการแทงเข็ม	173
ขั้นตอนและวิธีการรักษาด้วยการฝังเข็ม	175
ภาวะแทรกซ้อนจากการฝังเข็ม	182

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5	การลนยาและครอบกระดูก
	การลนยา
	สรรพคุณ
	รูปแบบการลนยา
	ข้อปฏิบัติในการลนยา
	การครอบกระดูก
	ชนิดของกระดูก
	วิธีการครอบกระดูก
	สรรพคุณและข้อบ่งชี้ของการครอบกระดูก
บทที่ 6	เทคนิคการฝังเข็มอื่นๆ
	เข็มสามเหลี่ยม
	เข็มผิวหนัง
	เข็มใต้ผิวหนัง
	การฝังเข็มร่วมกับการกระตุ้นไฟฟ้า
	เข็มน้ำ
บทที่ 7	การฝังเข็มคีรีชะและหู
	การฝังเข็มคีรีชะ
	การฝังเข็มคีรีชะแบบ “เจียว ชุ่นฟา”
	แนวเขตหนังคีรีชะ
	การฝังเข็มคีรีชะตามมาตรฐานสากล
	วิธีการฝังเข็มคีรีชะ
	การฝังเข็มหู
	ส่วนประกอบของหู
	ตำแหน่งพื้นที่ของหู
	หลักการเลือกพื้นที่ฝังเข็มบนหู
	วิธีการฝังเข็มหู
	ดัชนีจุดฝังเข็ม
	บรรณานุกรม

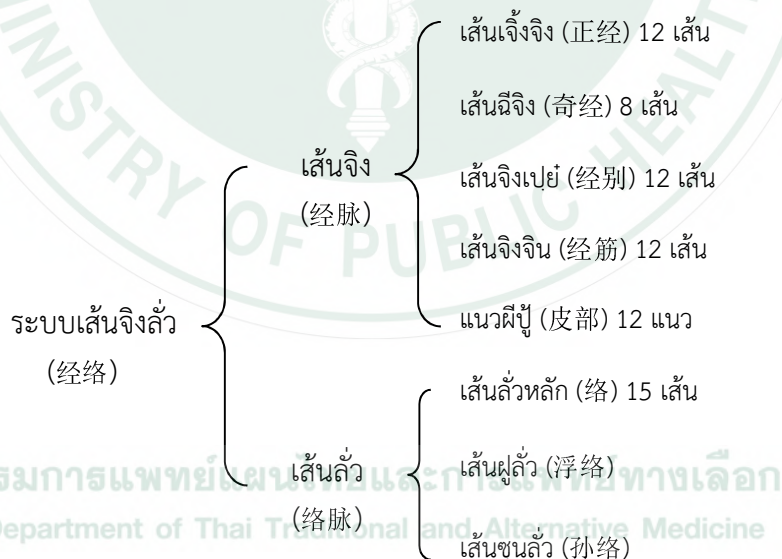
บทที่ 1

ทฤษฎีเส้นจิงลั่ว

Theory of the Meridians & Collaterals

เส้นจิงลั่ว เป็นชื่อเรียกรวมของเส้นจิงกับเส้นลั่ว ซึ่งเป็นเส้นทางไหลเวียนของชีและเลือดในร่างกาย “จิง” ภาษาจีนโบราณ หมายถึง เส้นทาง เส้นจิงเชื่อมโยงภายนอกกับภายใน และส่วนบนกับส่วนล่างของร่างกาย อยู่ในตำแหน่งที่ลึก มองไม่เห็น เป็นแกนหลักของระบบเส้นจิงลั่ว เปรียบเสมือนลำต้นของต้นไม้ “ลั่ว” หมายถึง เครือข่าย เส้นลั่วเป็นเส้นที่แตกแขนงออกจากเส้นจิง เหมือนกิ่งก้านของต้นไม้ มีขนาดเล็กกว่าเส้นจิง โยงใยไปมากระจายอยู่ทั่วร่างกาย เส้นลั่วยังประกอบด้วยเส้นฝูลั่ว (浮络) และเส้นซุนลั่ว (孙络) ซึ่งมีอยู่มากมาย อยู่ในตำแหน่งที่ตื้นสามารถมองเห็นด้วยตาเปล่า

ทฤษฎีเส้นจิงลั่วเป็นส่วนหนึ่งของทฤษฎีการแพทย์แผนจีนที่สำคัญ เกิดจากการสังสมประสบการณ์และการสังเกตผลการรักษาเป็นเวลายาวนาน เป็นทฤษฎีที่ว่าด้วยการไหลเวียนและการกระจายของชีในระบบเส้นจิงลั่ว รวมถึงสรีรวิทยา พยาธิวิทยา และความสัมพันธ์ของอวัยวะต่าง ๆ องค์ประกอบของระบบเส้นจิงลั่วเป็นดังนี้



แผนภูมิที่ 1.1 แสดงระบบของเส้นจิงลั่ว

องค์ประกอบของระบบเส้นจิ้งจิว

1. เส้นจิ้งจิง 12 เส้น (十二正经)

ชื่อของเส้นจิ้งจิง 12 เส้น มีองค์ประกอบของอวัยวะข้างผู้ Yin หยาง และแขนขา เส้นจิ้งจิง ไหลเวียนผ่านแขนเป็นเส้นมือ ไหลเวียนผ่านขาเป็นเส้นเท้า เส้นจิ้งจิงของอวัยวะข้างเป็น Yin ของอวัยวะผู้เป็นหยาง ตำแหน่งอยู่แขนขาด้านในเป็น Yin อยู่ด้านนอกเป็นหยาง เมื่อเทียบปริมาณชีในเส้น Yin หยาง จากมากไปน้อย จะแบ่ง Yin เป็น 3 ระดับ คือ ท่ายิน ช่ว Yin และเจวี่ Yin แบ่งหยางเป็น 3 ระดับ คือ หยางหมิง ท่ายหยาง และช่าวหยาง

ตารางที่ 1.1 เส้นจิ้งจิง 12 เส้น

เส้นจิ้งจิง 12 เส้น	
เส้น Yin มือ 3 เส้น	เส้นปอดท่าย Yin มือ
	เส้นเยื่อหุ้มหัวใจเจวี่ Yin มือ
	เส้นหัวใจช่าว Yin มือ
เส้นหยาง มือ 3 เส้น	เส้นลำไส้ใหญ่หยางหมิงมือ
	เส้นซานเจียวช่าวหยางมือ
	เส้นลำไส้เล็กท่ายหยางมือ
เส้นหยาง เท้า 3 เส้น	เส้นกระเพาะอาหารหยางหมิงเท้า
	เส้นถุงน้ำดีช่าวหยางเท้า
	เส้นกระเพาะปัสสาวะท่ายหยางเท้า
เส้น Yin เท้า 3 เส้น	เส้นม้ามท่าย Yin เท้า
	เส้นตับเจวี่ Yin เท้า
	เส้นไตช่าว Yin เท้า

1.1 การเรียงตัวและวิธีการไหลเวียนของเส้นจิ้งจิง 12 เส้น

คัมภีร์หวางตี้เน่ยจิง ภาคหลิงซู บทท่ายหลุน กล่าวถึงลักษณะการเรียงตัวของเส้นจิ้งจิง 12 เส้นว่า “เส้นจิ้งจิง 12 เส้น ภายในสังกัดและสัมพันธ์กับอวัยวะข้างผู้ ภายนอกเชื่อมกับแขนขา” เส้นจิ้งจิง 12 เส้น เรียงตัวสมมาตรซ้ายขวาบริเวณศีรษะ ใบหน้า ลำตัว และแขนขา

ข้างละ 12 เส้น โดยในท่ายืนตรง ฝ่ามือแนบลำตัว นิ้วหัวแม่มืออยู่ด้านหน้า การเรียงตัวของเส้นเจ็จจิง 12 เส้น คือ ท่ายืนและหยางหมิงอยู่ข้างหน้า เจวียยินและช่าวหยางอยู่ตรงกลางหรือด้านข้าง ช่าวยินและท่ายหยางอยู่ข้างหลัง

ตารางที่ 1.2 ตำแหน่งการเรียงตัวของเส้นเจ็จจิง

เส้นเจ็จจิง			ตำแหน่ง
เส้นหยาง 6 เส้น ไหลเวียนอยู่แขนขา ด้านนอก ศีรษะ ใบหน้า และลำตัว	เส้นหยางมือ 3 เส้น	เส้นลำไส้ใหญ่หยางหมิงมือ	แขนด้านนอก - ข้างหน้า
		เส้นซานเจียวช่าวหยางมือ	แขนด้านนอก - ตรงกลาง
		เส้นลำไส้เล็กท่ายหยางมือ	แขนด้านนอก - ข้างหลัง
	เส้นหยางเท้า 3 เส้น	เส้นกระเพาะอาหารหยางหมิงเท้า	ขาด้านนอก - ข้างหน้า
		เส้นถุงน้ำดีช่าวหยางเท้า	ขาด้านนอก - ตรงกลาง
		เส้นกระเพาะปัสสาวะท่ายหยางเท้า	ขาด้านนอก - ข้างหลัง
เส้นยิน 6 เส้น ไหลเวียนอยู่ แขนขาภายใน ทรวงอก และท้อง	เส้นยินมือ 3 เส้น	เส้นปอดท่ายยินมือ	แขนด้านใน - ข้างหน้า
		เส้นเยื่อหุ้มหัวใจเจวียยินมือ	แขนด้านใน - ตรงกลาง
		เส้นหัวใจช่าวยินมือ	แขนด้านใน - ข้างหลัง
	เส้นยินเท้า 3 เส้น	เส้นม้ามท่ายยินเท้า	ขาด้านใน - ข้างหน้า*
		เส้นตับเจวียยินเท้า	ขาด้านใน - ตรงกลาง*
		เส้นไตช่าวยินเท้า	ขาด้านใน - ข้างหลัง

* ช่วงจากเท้าถึงเหนือตาตุ่มใน 8 ชุน เส้นตับเจวียยินเท้าอยู่ข้างหน้า เส้นม้ามท่ายยินเท้าอยู่ตรงกลางเหนือตาตุ่มใน 8 ชุน ขึ้นมาถึงโคนขา เส้นม้ามท่ายยินเท้าอยู่ข้างหน้า เส้นตับเจวียยินเท้าอยู่ตรงกลาง

1.2 ความสัมพันธ์คั่นอก-ใน (เปี้ยวหลี่) ของเส้นเจ็จจิง 12 เส้น

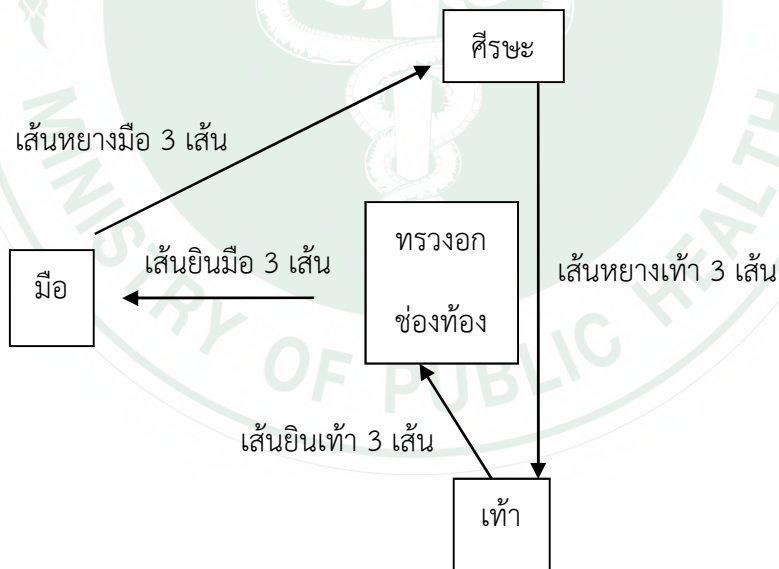
อวัยวะข้างผู้มีความสัมพันธ์เป็นคั่นอก-ในกัน เส้นเจ็จจิง 12 เส้น ซึ่งสังกัดอวัยวะข้างผู้มีความสัมพันธ์เป็นคั่นอก-ในด้วยเช่นกัน เส้นยินสังกัดอวัยวะข้างจัดเป็นคั่นใน เส้นหยางสังกัดอวัยวะข้างจัดเป็นคั่นอก เส้นยินและหยางจึงเชื่อมโยงสัมพันธ์เป็นคั่นอก-ในกัน เส้นยินสังกัดอวัยวะข้างและเชื่อมโยงสัมพันธ์กับอวัยวะผู้ เส้นหยางสังกัดอวัยวะผู้และเชื่อมโยงสัมพันธ์กับอวัยวะข้างโดยจับคู่กันเป็น 6 คู่ ดังนี้

เส้นปอดท่ายืนมือ	↔	เส้นลำไส้ใหญ่หยางหมิงมือ
เส้นม้ามท่ายืนเท้า	↔	เส้นกระเพาะอาหารหยางหมิงเท้า
เส้นหัวใจท่ายืนมือ	↔	เส้นลำไส้เล็กท่ายหยางมือ
เส้นไตท่ายืนเท้า	↔	เส้นกระเพาะปัสสาวะท่ายหยางเท้า
เส้นเยื่อหุ้มหัวใจเจี๋ยยืนมือ	↔	เส้นซานเจี๋ยท่ายหยางมือ
เส้นตับเจี๋ยยืนเท้า	↔	เส้นถุงน้ำดีท่ายหยางเท้า

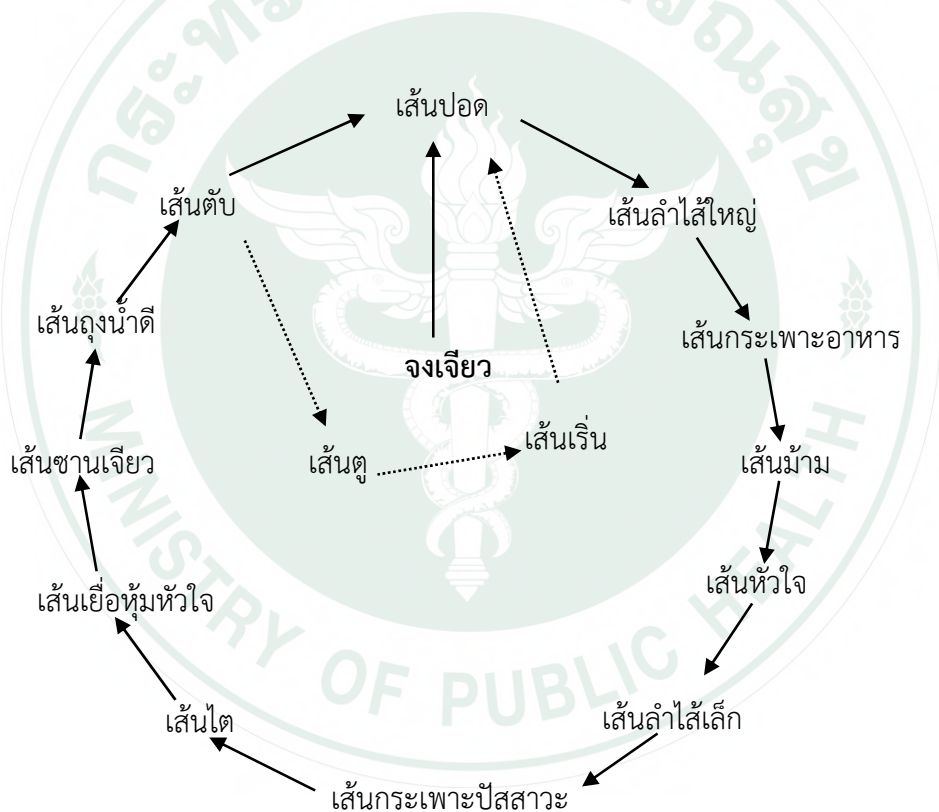
แผนภูมิที่ 1.2 แสดงคู่ความสัมพันธ์นอก-ในของเส้นจิ้งจิว 12 เส้น

1.3 วงจรการไหลเวียนและตำแหน่งเชื่อมต่อของเส้นจิ้งจิว 12 เส้น

การไหลเวียนของเส้นจิ้งจิว 12 เส้นมีวงจรที่แน่นอนคือ เส้นยืนมือ 3 เส้น ไหลเวียนจากทรวงอกไปมือ เส้นหยางมือ 3 เส้น ไหลเวียนจากมือไปศีรษะ เส้นหยางเท้า 3 เส้น ไหลเวียนจากศีรษะไปเท้า เส้นยืนเท้า 3 เส้น ไหลเวียนจากเท้าไปช่องท้องแล้วต่อไปยังทรวงอก



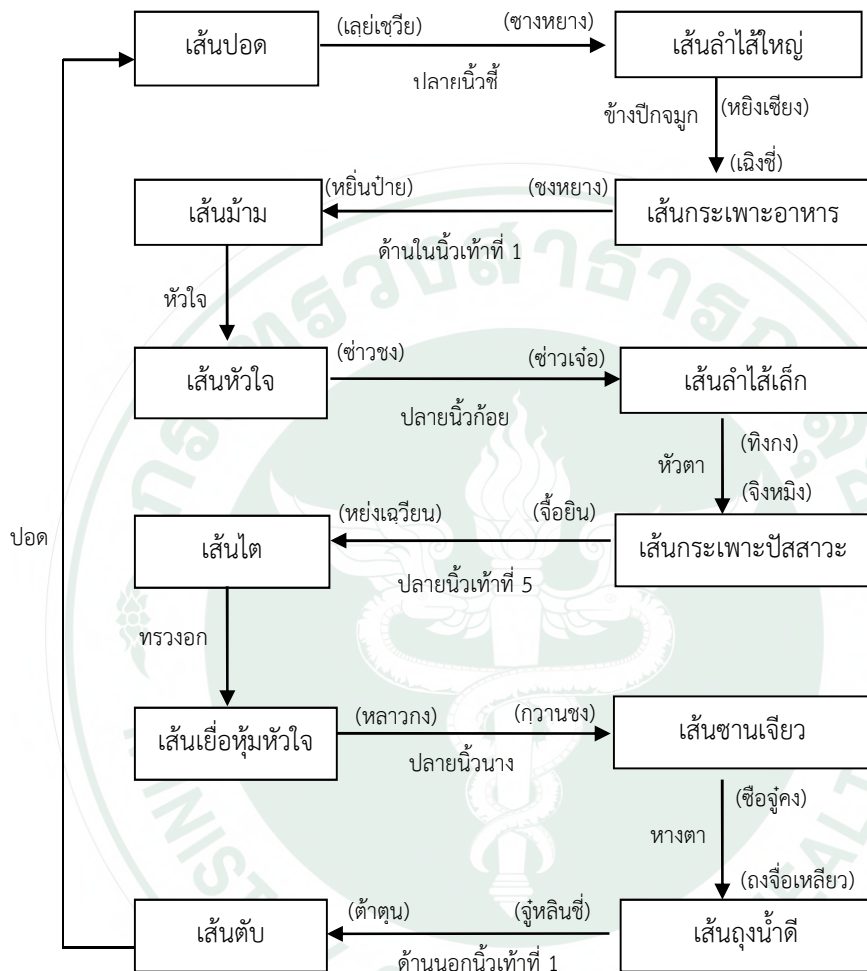
การไหลเวียนของชีและเลือดในเส้นเจ้จิง 12 เส้น มีกฎเกณฑ์ที่แน่นอน โดยจิงเจียวเป็นแหล่งรับและแปรสภาพสารอาหารให้เป็นชีและเลือด ดังนั้น ชีและเลือดในเส้นเจ้จิง 12 เส้น มีแหล่งกำเนิดมาจากจิงเจียว การไหลเวียนของชีและเลือดต้องพึ่งพาชีปอดช่วยผลักดัน การไหลเวียนของชีและเลือดในเส้นเจ้จิง 12 เส้น จึงเริ่มที่เส้นปอด จากนั้นส่งต่อไปเส้นอื่นๆ เป็นทอดๆ หมุนเวียนไปเรื่อยๆ ไม่มีที่สิ้นสุดเหมือนห่วงโซ่ และยังเชื่อมโยงกับเส้นตู่และเส้นเร้นที่ไหลเวียนผ่านกึ่งกลางลำตัวด้านหน้าและด้านหลัง นำพาชีและเลือดไปหล่อเลี้ยงอวัยวะต่างๆ ทั่วร่างกาย (แผนภูมิที่ 1.4 และ 1.5)



แผนภูมิที่ 1.4 แสดงทิศทางการไหลเวียนของชีและเลือดในเส้นจิง 14 เส้น

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

Department of Thai Traditional and Alternative Medicine



แผนภูมิที่ 1.5 แสดงการเชื่อมต่อของเส้นจิ้งจิว 12 เส้น

1.4 การเชื่อมโยงระหว่างเส้นจิ้งจิว 12 เส้นกับอวัยวะต่างๆ

เส้นจิ้งจิว 12 เส้น นอกจากเชื่อมโยงกับอวัยวะข้างผู้แล้ว ยังมีความสัมพันธ์กับอวัยวะอื่นๆ ที่เส้นจิ้งจิวนั้นๆ ไหลเวียนผ่านเชื่อมโยงถึงกัน (ตารางที่ 1.3) จึงเป็นอีกวิธีหนึ่งในการเลือกใช้จุดตามเส้นจิ้งจิวเพื่อรักษาตามการวินิจฉัยแยกภาวะโรค

ตารางที่ 1.3 การเชื่อมโยงระหว่างเส้นเจ็ดสิบ 12 เส้น กับอวัยวะต่างๆ

เส้นเจ็ดสิบ	อวัยวะข้างผู้เชื่อมโยง	อวัยวะอื่นๆ ที่เชื่อมโยง
เส้นปอด	ปอด ลำไส้ใหญ่ จมูก กระเพาะอาหารตอนบน	หลอดลม กล้องเสียง จมูก ผิวหนัง
เส้นลำไส้ใหญ่	ลำไส้ใหญ่ ปอด	ฟันล่าง ปาก จมูก
เส้นกระเพาะอาหาร	กระเพาะอาหาร ม้าม	จมูก ฟันบน ริมฝีปาก หู ลำคอ
เส้นม้าม	ม้าม กระเพาะอาหาร หัวใจ	คอหอย ลิ้น ไต
เส้นหัวใจ	หัวใจ ลำไส้เล็ก ปอด	หลอดเลือด ลิ้น ตา
เส้นลำไส้เล็ก	ลำไส้เล็ก หัวใจ กระเพาะอาหาร	คอหอย หู หัวตา หางตา จมูก
เส้นกระเพาะปัสสาวะ	กระเพาะปัสสาวะ ไต	หัวตา หู สมอ
เส้นไต	ไต กระเพาะปัสสาวะ ตับ ปอด หัวใจ	คอหอย ลิ้น
เส้นเยื่อหุ้มหัวใจ	เยื่อหุ้มหัวใจ ขานเจ็ดสิบ	
เส้นขานเจ็ดสิบ	ขานเจ็ดสิบ เยื่อหุ้มหัวใจ	หู หางตา
เส้นถุงน้ำดี	ถุงน้ำดี ตับ	หางตา หู
เส้นตับ	ตับ ถุงน้ำดี กระเพาะอาหาร ปอด	อวัยวะเพศ คอหอย ริมฝีปาก โพรงหลังจมูก ตา

2. เส้นเจ็ดสิบ 8 เส้น (奇经八脉)

เส้นเจ็ดสิบ หมายถึง เส้นพิเศษ 8 เส้น ประกอบด้วยเส้นตู่ เส้นเร็น เส้นชง เส้นต้าย เส้นหยางเฉียว เส้นยินเฉียว เส้นหยางเหว และเส้นยินเหว รวม 8 เส้น เส้นเจ็ดสิบ 8 เส้น เป็นเส้นเจ็ดสิบที่แตกต่างจากเส้นเจ็ดสิบ 12 เส้น คือ ไม่มีความสัมพันธ์กับอวัยวะข้างผู้เชื่อมโยงและไม่มีความสัมพันธ์แบบคู่ใน-แต่มีหน้าที่เฉพาะ คือ ควบคุมกำกับเชื่อมโยงเส้นเจ็ดสิบเส้นและปรับสมดุลชีและเลือด

เส้นทางไหลเวียนของเส้นเจ็ดสิบ 8 เส้น จะเชื่อมติดกับเส้นเจ็ดสิบ 12 เส้น ทั้งแนวอนและแนวตั้ง โดยเส้นตู่ไหลเวียนผ่านกึ่งกลางลำตัวด้านหลัง เส้นเร็นไหลเวียนผ่านกึ่งกลางลำตัวด้านหน้า เส้นตู่และเส้นเร็นมีจุดฝังเข็มบนเส้นเจ็ดสิบในตัว จึงเรียกรวมกับเส้นเจ็ดสิบ 12 เส้น เป็น “เส้นเจ็ดสิบ 14 เส้น” (แผนภูมิที่ 1.4) ส่วนจุดฝังเข็มของเส้นชง เส้นต้าย เส้นยินเฉียว เส้นหยางเฉียว เส้นยินเหว และเส้นหยางเหว จะเชื่อมติดกับเส้นเจ็ดสิบ 14 เส้น

ตารางที่ 1.4 เส้นทางไหลเวียนและสรรพคุณของเส้นจิ้งจิว 8 เส้น

เส้นจิ้งจิว 8 เส้น	เส้นทางไหลเวียน	สรรพคุณ
เส้น	เริ่มจากฝ่าเท้า ไหลเวียนตามแนวกระดูกกลางท้องและหน้าอก สิ้นสุดที่ไตคาง	หล่อเลี้ยงเส้นเอ็น 6 เส้น ปรับการไหลเวียนของเส้นเอ็น มีสมณานาม “ทะเลแห่งเส้นเอ็น”
ตุ	เริ่มจากกันบก ไหลเวียนตามแนวกระดูกกลางเอวและหลัง ขึ้นไปศีรษะ วกลงไปหน้าผาก สิ้นสุดที่เหงือกบน	กำกับเส้นหยาง 6 เส้น ปรับการไหลเวียนของเส้นหยาง มีสมณานาม “ทะเลแห่งเส้นหยาง”
ซง	เริ่มที่ท้องน้อย ฝ่าเท้า ฝ่าเท้า ไหลเวียนตามแนว สันหลังด้านใน เส้นสาขาแรกเชื่อมกับเส้นไต แล้ววิ่งคู่ขนานกันขึ้นมาตามแนวเส้นกระดูกกลางท้อง ขาข้างสะตือ ขึ้นไปที่หน้าอก เส้นสาขาที่ 2 ไหลเวียนไปที่ลำคอ วนรอบริมฝีปาก เส้นสาขา ที่ 3 ไหลเวียนไปทางด้านใน ถึงขอกนิ้วหัวแม่เท้า และฝ่าเท้า	สะสมและเลือดของเส้นจิ้งจิว 12 เส้น มีสมณานาม “ทะเลแห่งเส้นจิ้งจิว 12 เส้น” และ “ทะเลแห่งเลือด”
เต๋าย	เริ่มที่ไตชายโครง วนรอบเอว	ควบคุมเส้นจิ้งจิวที่ไหลเวียน ผ่านลำตัวทั้งหมด
ยิ่นเหวย	เริ่มที่น่องด้านใน ไหลเวียนตามแนวเส้นม้าม และเส้นตับ ขึ้นมาถึงลำคอ บรรจบกับเส้นเส้น	เชื่อมโยงเส้นเอ็นทั้งหมด
หยางเหวย	เริ่มที่เท้าด้านนอก ไหลเวียนตามแนวเส้นถุงน้ำดี ขึ้นมาถึงท้ายทอย บรรจบกับเส้นตุ	เชื่อมโยงเส้นหยางทั้งหมด
ยิ่นเซียว	เริ่มที่ไตตุ่มใน ไหลเวียนตามแนวเส้นไตขึ้นมา ถึงหัวตา บรรจบกับเส้นหยางเซียว	ปรับการเคลื่อนไหวของขา ควบคุมการนอนหลับ
หยางเซียว	เริ่มที่ไตตุ่มนอก ไหลเวียนตามแนวเส้น กะเพาะปัสสาวะ ขึ้นมาถึงหัวตา บรรจบกับเส้นยิ่นเซียว	ปรับการเคลื่อนไหวของขา ควบคุมการนอนหลับ

3. เส้นจิ้งเป๋ย 12 เส้น (十二经别)

เส้นจิ้งเป๋ย 12 เส้น เป็นเส้นจิ้งจิวแขนงที่แยกออกจากเส้นจิ้งจิว 12 เส้น ไหลลึกเข้าสู่ภายในทรวงอกและช่องท้อง เพิ่มการเชื่อมโยงโครงข่ายระหว่างเส้นจิ้งจิวคู่ขนานในกับอวัยวะข้างผู้ให้มากขึ้น เส้นจิ้งเป๋ย 12 เส้น มักแยกออกจากเส้นจิ้งจิว 12 เส้น บริเวณใกล้ข้อศอกและเข่า กระจ่ายเข้าสู่ทรวงอก ช่องท้อง และศีรษะ การไหลเวียนมี 4 ทิศทาง คือ “แยก เข้า ออก รวม” หมายถึง แยกออกจากเส้นจิ้งจิว 12 เส้น เข้าสู่ทรวงอกและช่องท้อง แล้วออกที่ลำคอ

และศีรษะ เส้นจึงเป๋ของเส้นหยางบรรจบที่เส้นจึงลั่วเดิม เช่น เส้นจึงเป๋ของเส้นหยางหมิงเท้า บรรจบที่เส้นหยางหมิงเท้า ส่วนเส้นจึงเป๋ของเส้นยินบรรจบที่เส้นหยางที่สัมพันธ์นอก-ใน กับเส้นยิมนั้น เช่น เส้นจึงเป๋ของเส้นท่ายินเท้าบรรจบที่เส้นหยางหมิงเท้า ทำให้ได้ความสัมพันธ์ นอก-ใน เป็น 6 คู่ เรียกว่า “ลั่วเหอ” (6 คู่บรรจบ) การไหลเวียน 4 ทิศทาง “แยก เข้า ออก รวม” ช่วยเชื่อมความเป็นคู่นอก-ในของเส้นจึงจึงทั้งสอง เพิ่มความสัมพันธ์ระหว่างเส้นจึงจึงกับอวัยวะ จ้างฝู ทำให้เส้นยินสามารถเชื่อมโยงไปถึงใบหน้าและศีรษะ

4. เส้นลั่ว 15 เส้น (十五络脉)

เส้นจึงจึง 12 เส้น ต่างมีเส้นลั่ว 1 เส้น แยกออกมาที่บริเวณแขนขา รวมกับเส้นลั่วของเส้นเร็น ที่ลำตัวด้านหน้า เส้นลั่วของเส้นตู่ที่ลำตัวด้านหลัง และเส้นลั่วใหญ่ของม้ามที่ลำตัวด้านข้าง ทั้งหมดเป็นเส้นลั่ว 15 เส้น

เส้นลั่วที่แยกออกมาจากจุดลั่วของเส้นจึงจึง 12 เส้น ที่บริเวณแขนขาจะไหลเวียน ไปเชื่อมกับเส้นจึงจึงที่สัมพันธ์เป็นคู่นอก-ใน มีหน้าที่เชื่อมความสัมพันธ์ความเป็นคู่นอก-ใน และเสริมการไหลเวียนในส่วนที่เส้นจึงจึงไปไม่ถึง เส้นลั่วบริเวณลำตัวจะกระจายอยู่ที่ด้านหน้า ด้านหลัง และด้านข้างลำตัว มีหน้าที่เพิ่มการไหลเวียนชีและเลือด

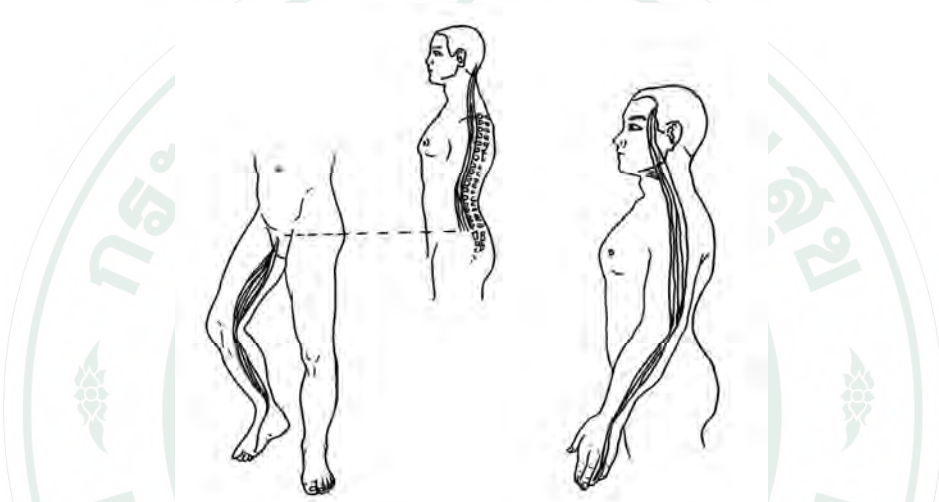
เส้นลั่วกับเส้นจึงเป๋ 12 เส้น ล้วนแยกออกมาจากเส้นจึงจึง 12 เส้น มีหน้าที่เชื่อมสัมพันธ์ ความเป็นคู่นอก-ใน แตกต่างกันว่าเส้นจึงเป๋ 12 เส้น อยู่ลึกลงไปในร่างกาย จึงไม่มีจุดฝังเข็มและไม่มี ข้อบ่งชี้ในการรักษาโรค ส่วนเส้นลั่วอยู่ใกล้ผิวกาย ต่างมีจุดลั่วเป็นจุดฝังเข็มและมีข้อบ่งชี้ ในการรักษาโรค

เส้นลั่วมีชื่อเรียกแตกต่างกันตามลักษณะ ขนาด และตำแหน่ง เส้นลั่วที่แยกออกมา อยู่ในตำแหน่งตื้น เรียกว่า **ฝูลั่ว** เส้นลั่วที่มีขนาดเล็กที่สุดกระจายทั่วร่างกาย เรียกว่า **ซุนลั่ว** ส่วน **เซวี่ลั่ว** หมายถึง หลอดเลือดฝอย ทั้งนี้เส้นลั่วหลัก 15 เส้น เป็นเส้นลั่วที่ใหญ่ที่สุด มีหน้าที่ ควบคุมกำกับเส้นฝูลั่ว เส้นซุนลั่ว และเส้นเซวี่ลั่ว เพื่อกระจายชีและเลือดให้ไหลเวียน ไปหล่อเลี้ยงทั่วร่างกาย เส้นลั่วทำให้การไหลเวียนของเส้นจึงจึง 12 เส้น จากแนวเส้นหลัก กระจายออกเป็นตาข่าย การไหลเวียนของชีและเลือดจึงกระจายไปทั่วร่างกาย หล่อเลี้ยง การทำงานของอวัยวะต่างๆ ให้เป็นปกติ

5. เส้นจึงจิง 12 เส้น (十二经筋)

เส้นจึงจิง 12 เส้น เป็นระบบเอ็นและกล้ามเนื้อที่ชีของเส้นจึงจึง 12 เส้น ไหลเวียนผ่าน แบ่งตามการไหลเวียนของเส้นจึงจึงเป็นยินมือและเท้า 6 เส้น เส้นหยางมือและเท้า 6 เส้น รวมเป็น 12 เส้น

เส้นจิงจิ้นมีจุดเริ่มที่ปลายแขนขา ไหลเวียนผ่านกระดูกและข้อต่อ บางเส้นไหลเวียนเข้าทรวงอกหรือช่องท้อง แต่ไม่ผ่านอวัยวะข้างผู้ เส้นหยางมือและเท้า 6 เส้น ไหลเวียนผ่านศีรษะและตา ส่วนเส้นยินมือ 3 เส้น ไหลเวียนผ่านทรวงอก และเส้นยินเท้า 3 เส้น ไหลเวียนผ่านอวัยวะเพศ หน้าที่ของเส้นจิงจิ้น 12 เส้น คือ ควบคุมกระดูก การเคลื่อนไหวข้อต่อ ดูแลการเคลื่อนไหวของร่างกายให้เป็นปกติ และช่วยให้ร่างกายทรงตัวอยู่ในท่าปกติ (ตัวอย่างดังภาพที่ 1.1 และ 1.2)

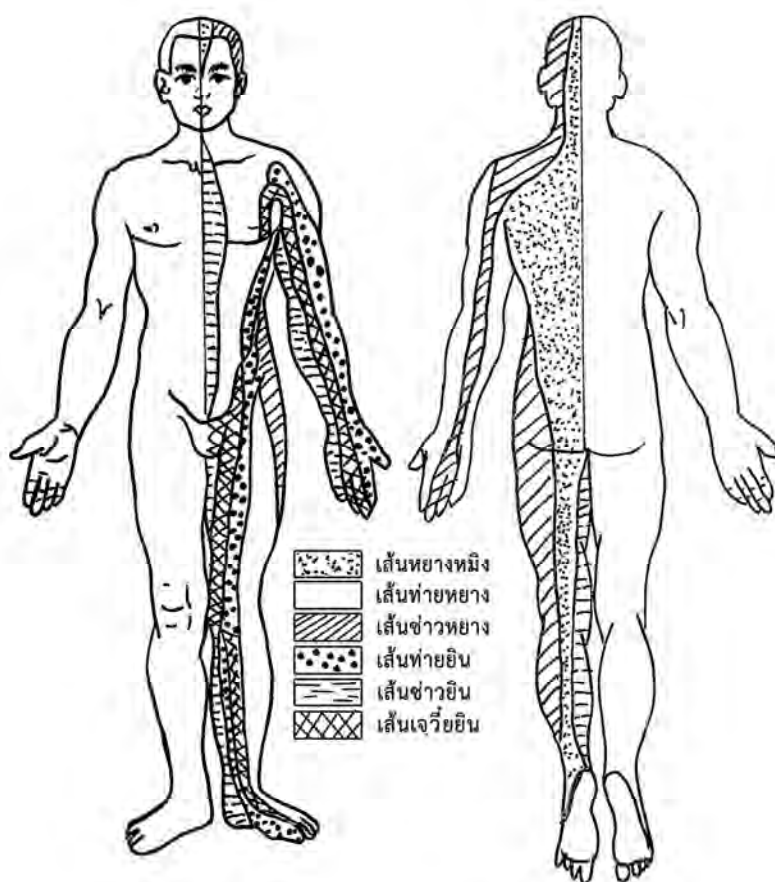


ภาพที่ 1.1 เส้นจิงจิ้นที่หล่อเลี้ยงโดยเส้นไต

ภาพที่ 1.2 เส้นจิงจิ้นที่หล่อเลี้ยงโดยเส้นซานเจียว

6. ฝิปปู 12 แนว (十二皮部)

ฝิปปู 12 แนว เป็นบริเวณผิวหนังที่สะท้อนการทำงานของเส้นจิงจิ้น 12 เส้น และเป็นบริเวณที่ชีของเส้นลั่วกระจายอยู่ ฝิปปูแบ่งผิวหนังตามอินและหยางของมือและเท้าเป็น 12 แนว เนื่องจากผิวหนังเป็นส่วนนอกสุดของร่างกาย จึงเป็นเสมือนกำแพงกันข้าศึก ปกป้องร่างกายจากเสียชี นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงของโรคที่เส้นจิงลั่วยังสะท้อนออกมาที่ฝิปปูได้ ดังนั้น การวินิจฉัยแยกภาวะโรค และรักษาตามอาการและอาการแสดงภายนอก จึงสามารถประเมินและรักษาโรคที่อยู่ภายในได้ การใช้เข็มผิวหนัง การนยา และการครอบกระบูก เป็นหลักการรักษาระดับฝิปปู เพื่อให้ได้ผลถึงภายใน



ภาพที่ 1.3 ผีปู่ 12 แนว

หน้าที่ของเส้นจิง絡

คัมภีร์หวางตี้เน่ยจิง ภาคหลังซู บทจิงมา่ย (经脉) กล่าวถึงหน้าที่ของเส้นจิง絡ว่า “เส้นจิง絡กำหนดชะตาชีวิต สะท้อนโรค ปรับภาวะแกร่ง-พร่อง จะปล่อยให้ติดขัดไม่ได้” จึงสรุปหน้าที่ของเส้นจิง絡ได้ดังนี้

1. เชื่อมโยงภายนอกและภายในร่างกาย ทำให้อวัยวะข้างคู่ แขนขา ผิวหนัง กล้ามเนื้อ กระดูก และเนื้อเยื่อทุกส่วนของร่างกาย (นอก-ใน บน-ล่าง หน้า-หลัง ซ้าย-ขวา) เป็นหนึ่งเดียวกัน
2. เป็นเส้นทางไหลเวียนของชีและเลือด เพื่อหล่อเลี้ยงร่างกายและปรับสมดุลอินหยาง
3. ปกป้องร่างกายจากเสียชี สะท้อนการเปลี่ยนแปลงของโรคและอาการ
4. ส่งต่อสัญญาณสู่ตำแหน่งหรืออวัยวะที่เกี่ยวข้อง ปรับสมดุลภาวะแกร่ง-พร่อง

การประยุกต์ทฤษฎีเส้นจิงลั่วทางคลินิก

1. การวินิจฉัยแยกภาวะโรค

1.1 การวินิจฉัยแยกภาวะโรคด้วยเส้นจิงลั่ว เป็นวิธีหนึ่งที่ใช้แยกภาวะโรคตามชนิดเส้นจิงลั่ว เนื่องจากเส้นจิงลั่วมีแนวทางการไหลเวียนผ่านตำแหน่งของตนเองและเชื่อมโยงกับอวัยวะต่างๆ สามารถสะท้อนภาวะโรคของเส้นจิงลั่วต่างๆ และอวัยวะต่างๆ ที่เชื่อมโยงสัมพันธ์ ในทางคลินิกสามารถวิเคราะห์จากอาการของโรค ตำแหน่งที่ไหลเวียนผ่าน และอวัยวะที่สังกัดเส้นจิงลั่วแล้วแยกภาวะโรคตามเส้นจิงลั่ว เช่น ปวดศีรษะบริเวณหน้าผากเกี่ยวข้องกับเส้นหยางหมิง ปวดศีรษะด้านข้างเกี่ยวข้องกับเส้นช่าวหยาง ปวดศีรษะด้านหลังเกี่ยวข้องกับเส้นท่ายหยาง ปวดกลางกระหม่อมเกี่ยวข้องกับเส้นเจียยิน เป็นต้น

1.2 การวิเคราะห์โรคด้วยการสังเกตเส้นจิงลั่ว เป็นการวินิจฉัยโรคด้วยการสังเกตการเปลี่ยนแปลงบริเวณผิวหนังที่เส้นจิงลั่วไหลเวียนผ่าน โดยสังเกตการเปลี่ยนแปลงของสี ความมันวาว เนื้อเยื่อ และผิวหนังบริเวณจุดฝังเข็ม เช่น ผิวฉุน ผิวเป็นริ้วรอย เปลี่ยนสี หมองคล้ำ เป็นต้น โดยผิวสีเขียวสะท้อนถึงความเย็นและอาการปวด ผิวสีแดงสะท้อนถึงความร้อน เช่น ภาวะอาหารมีความร้อนบริเวณเนินโคนหัวแม่มือจะแดง เป็นต้น

1.3 การตรวจโรคด้วยการกดคลำเส้นจิงลั่วหรือจุดฝังเข็ม วินิจฉัยโรคด้วยการหาความผิดปกติบนเส้นจิงลั่วหรือจุดฝังเข็ม เช่น กดเจ็บ ชา ก้อนแข็ง บวม รอยบุ๋ม เป็นต้น ด้วยการกดคลำมักใช้กับบริเวณจุดเป๋ยซู จุดมู่ จุดหยวน จุดชี จุดเหอ และจุดปฏิกิริยา

2. การรักษา

2.1 ใช้เลือกจุดฝังเข็ม นอกจากเลือกใช้จุดบริเวณใกล้เคียงที่มีพยาธิสภาพแล้ว ยังใช้จุดไกลซึ่งอยู่บนเส้นจิงลั่วที่อวัยวะสังกัดมีพยาธิสภาพ หลักการ คือ ป่วยข้างบนใช้จุดข้างล่าง ป่วยด้านหน้าใช้จุดด้านหลัง เช่น ปวดกระเพาะอาหารเลือกจุดไกล คือ จงหว่าน (CV 12) และเลือกจุดไกล คือ จูซานหลี่ (ST 36) หรือเหลียงชีว (ST 34) เป็นต้น นอกจากนี้ยังใช้วิธีเจาะปล่อยเลือดรักษาโรค เช่น เจาะปล่อยเลือดที่เหว่ยจง (BL 40) รักษาอาการปวดหลัง เป็นต้น

2.2 ใช้เลือกยาสมุนไพรตามตำแหน่งการออกฤทธิ์ ยาสมุนไพรมีสรรพคุณในการรักษาตามการออกฤทธิ์ต่อเส้นจิงลั่ว โดยภาวะโรคต่างๆ สามารถแยกตามเส้นจิงลั่วได้ ดังนั้น ยาสมุนไพรที่รักษาภาวะโรคนั้นๆ จึงเป็นยาของเส้นจิงลั่วต่างๆ ด้วย เช่น กุ้ยจื่อรักษาอาการกลัวหนาว เป็นไข้ซึ่งเป็นกลุ่มอาการท่ายหยาง จึงเป็นยาสมุนไพรของเส้นท่ายหยาง เป็นต้น

บทที่ 2

ทฤษฎีจุดฝังเข็ม

Theory of the Acupoints

การแบ่งประเภทของจุดฝังเข็ม

จุดฝังเข็มแบ่งเป็น 3 ประเภท คือ

1. **จุดจิง (经穴)** เป็นจุดที่มีชื่อเรียกและตำแหน่งที่แน่นอนในเส้นจิง 14 เส้น มีสรรพคุณสำคัญในการรักษาโรคหรืออาการผิดปกติของเส้นจิงล้วนและอวัยวะที่สัมพันธ์กัน

2. **จุดนอกกระบบ (经外奇穴)** เป็นจุดที่มีชื่อเรียกและตำแหน่งที่แน่นอน แต่ไม่ได้สังกัดในเส้นจิง 14 เส้น ส่วนมากมีสรรพคุณการรักษาเฉพาะโรค ประวัติศาสตร์การแพทย์แผนจีนมีการบันทึกจุดนอกกระบบต่างๆ กันไป และมีพัฒนาการจัดบางจุดเข้าเป็นจุดจิงในเส้นจิง 14 เส้น

3. **จุดอาชือ (阿是穴)** เป็นจุดที่มีการสะท้อนพยาธิสภาพของโรค แสดงออกด้วยการกดเจ็บหรือมีการเปลี่ยนแปลงของผิวหนัง ไม่มีชื่อและตำแหน่งที่แน่นอน; **จุดเทียนอิง (天应)** **จุดบู๊ตัง (不定)** **จุดกดเจ็บ** ก็เรียก

การตั้งชื่อจุด ชื่อจุดทุกจุดล้วนมีความหมาย แพทย์จีนยุคก่อนใช้วิธีเปรียบเทียบลักษณะตำแหน่งและสรรพคุณของจุดเป็นพื้นฐาน ร่วมกับนำลักษณะธรรมชาติของโรคและหลักทฤษฎีการแพทย์แผนจีนมาใช้ในการตั้งชื่อจุด การเข้าใจความหมายของชื่อจุดจะช่วยให้จดจำตำแหน่งและสรรพคุณของจุดได้ดี โดยมีหลักเกณฑ์ดังนี้

1. **ตั้งชื่อตามตำแหน่งของร่างกาย** เช่น วานกู่ (SI 4) แปลว่า “กระดูกข้อมือ” ตำแหน่งจุดอยู่ที่ด้านหลังของข้อมือ ต้าจู (GV 14) แปลว่า “ปุ่มกระดูกใหญ่” ตำแหน่งจุดอยู่ใต้ปุ่มกระดูกคอที่ 7 ซึ่งสูงใหญ่ที่สุด เป็นต้น

2. **ตั้งชื่อตามสรรพคุณการรักษา** เช่น จิงหมิง (BL 1) แปลว่า “ตาสว่าง” กวางหมิง (GB 37) แปลว่า “แสงสว่าง” ใช้รักษาโรคตา; ส่วยเฟิน (CV 9) แปลว่า “สันป็นน้ำ” ส่วยต้า (ST 28) แปลว่า “ทางน้ำไหล” ใช้รักษาโรคบวมน้ำ เป็นต้น

3. **ตั้งชื่อตามธรรมชาติขององค์ประกอบฟ้าดิน** โดยนำชื่อของวัตถุฟากฟ้า เช่น รื่อ (日: ดวงอาทิตย์) เยวี่ (月: ดวงจันทร์) ชิง (星: ดวงดาว) และชื่อของสภาพภูมิประเทศ เช่น ซาน (山: ภูเขา) ห่าย (海: ทะเล) มารวมกันเป็นชื่อจุด เช่น รื่อเยวี่ (GB 24) เฉิงซาน (BL 57) ช่าวห่าย (HT 3) เป็นต้น

4. **ตั้งชื่อตามชื่อพืชหรือสัตว์** โดยเปรียบเทียบตามสภาพลักษณะของจุด เช่น ผู่ทู่ (ST 32) แปลว่า “กระต่ายหมอบ” หลิวจี (LU 10) แปลว่า “ขอบด้านข้างของปลา” ฉวนจู่ (BL 2) แปลว่า “กอไผ่” เป็นต้น

5. **ตั้งชื่อตามลักษณะสถานที่** โดยนำลักษณะสถานที่มาพรรณนาเปรียบเทียบกับตำแหน่งจุดหรือสรรพคุณเด่นในการรักษาของจุด เช่น เทียนจิง (TE 10) แปลว่า “บ่อสวรรค์” ตำแหน่งอยู่ตรงแอ่งเหนือปลายข้อศอก เส้นถาง (BL 44) แปลว่า “ห้องโถงของจิตใจ” มีสรรพคุณในการรักษาอาการใจสั่น เจ็บหน้าอก นอนไม่หลับ เป็นต้น

6. **ตั้งชื่อตามทฤษฎีการแพทย์แผนจีน** โดยอาศัยตำแหน่งหรือสรรพคุณในการรักษา ร่วมกับหลักยิน-หยาง อวัยวะ臟腑 เส้นจิงลั่ว หรือชี่และเลือด มาตั้งชื่อ เช่น ชี่ห่าย (CV 6) แปลว่า “ทะเลแห่งชี่” ยินหลิงเฉวียน (SP 9) แปลว่า “น้ำพุแห่งยิน” หยางหลิงเฉวียน (GB 34) แปลว่า “น้ำพุแห่งหยาง” เป็นต้น

สรรพคุณของจุดฝังเข็ม

จุดฝังเข็มมีสรรพคุณที่เหมือนและต่างกัน มีกฎเกณฑ์ตามกายวิภาคซึ่งแบ่งได้ดังนี้

1. **รักษาโรคใกล้** มีสรรพคุณรักษาโรคในตำแหน่งที่จุดอยู่ บริเวณข้างเคียง และโรคของอวัยวะในตำแหน่งใกล้เคียง สรรพคุณนี้เป็นคุณสมบัติทั่วไปของจุดฝังเข็มทุกจุด ดังคำกล่าวที่ว่า “จุดอยู่ที่ไหน รักษาโรคที่นั่น” เช่น จิงหมิง (BL 1) และฉวนจู (BL 2) อยู่ใกล้ตา รักษาโรคตา; ตู่ปี้ (ST 35) และเน่ยชี่เหยียน (EX-LE 4) อยู่ที่เข่า รักษาโรคข้อเข่า เป็นต้น

2. **รักษาโรคไกล** มีสรรพคุณในการรักษาโรคที่อยู่ไกลจากตำแหน่งของจุดในเส้นจิง 14 เส้น โดยเฉพาะจุดบริเวณแขนขาตั้งแต่ข้อศอกและข้อเข่าลงไปบนเส้นเจิ้งจิง 12 เส้น จะมีสรรพคุณในการรักษาโรคไกลได้โดดเด่นเป็นพิเศษ เช่น หลอกู่ (LI 4) ใช้รักษาโรคคอและใบหน้า ซึ่งเป็นบริเวณที่เส้นลำไส้ใหญ่ไหลเวียนผ่าน เป็นต้น เป็นไปตามหลักที่ว่า “เส้นจิงลั่วผ่านที่ใด ให้ผลการรักษาไปถึงที่นั่น”

สรรพคุณเฉพาะ

1. **สรรพคุณออกฤทธิ์ 2 ทิศทาง** จุดฝังเข็มจุดเดียวมีสรรพคุณ 2 อย่างที่มีฤทธิ์ตรงกันข้ามต่ออวัยวะเดียวกันซึ่งมีพยาธิสภาพต่างกัน เช่น อุจจาระร่วง ใช้เทียนชู่ (ST 25) เพื่อระงับการถ่ายขณะที่ท้องผูกก็ใช้เทียนชู่ (ST 25) เพื่อระบาย หรือเน่ยกวาน (PC 6) สามารถรักษาได้ทั้งภาวะหัวใจเต้นช้าและเต้นเร็วผิดปกติ เป็นต้น

2. **สรรพคุณออกฤทธิ์ทั่วร่างกาย** เช่น ต้าจฺย (GV 14) ใช้ขจัดความร้อน เป็นต้น

3. **สรรพคุณพิเศษ** เช่น จี้ยิน (BL 67) ใช้ปรับเปลี่ยนท่าทารก เป็นต้น

หลักการแบ่งสรรพคุณจุด

สรรพคุณจุดมีลักษณะและกฎเกณฑ์ที่แน่นอน หลักการสำคัญแบ่งเป็น 2 ข้อ คือ

1. **แบ่งสรรพคุณตามเส้นจิงลั่ว** จุดฝังเข็มบนแขนขาที่สังกัดเส้นเจิ้งจิง 12 เส้น สามารถใช้รักษาโรคบริเวณที่เส้นจิงลั่วไหลเวียนผ่านและรักษาโรคของอวัยวะที่สัมพันธ์กับเส้นจิงลั่ว ในการฝังเข็มรักษาโรค แพทย์จีนสมัยโบราณจะให้ความสำคัญกับเส้นจิงลั่วที่สัมพันธ์กับโรคมากกว่าจุดฝังเข็ม กล่าวคือ เน้นเส้นจิงลั่วมากกว่าเน้นจุดฝังเข็ม เช่น ปวดฟัน กระหายน้ำ ใช้เส้นหยางหมิง

เป็นต้น จากประสบการณ์ทางคลินิกพบว่า จุดต่างๆ บนเส้นจิงลั่วเดียวกันสามารถรักษากลุ่มโรคพื้นฐานบนเส้นจิงลั่วเดียวกันได้ เช่น ฉื่อเจ้อ (LU 5) เลี้ยวเซวีย (LU 7) และหยิววีจี้ (LU 10) บนเส้นปอดสามารถรักษาผู้ป่วยกลุ่มโรคปอด ไอ หรือหอบหืดได้ เป็นต้น ตามกฎเกณฑ์การแบ่งสรรพคุณการรักษาตามเส้นจิงลั่ว จึงมีคำกล่าวว่า “ยอมให้ใช้จุดผิด แต่ไม่ยอมให้เลือกเส้นจิงลั่วผิด”

เส้นจิงลั่วแต่ละเส้นมีสรรพคุณเด่นเฉพาะตัวและสรรพคุณร่วมกับเส้นจิงลั่วอื่นในส่วน of เส้นตู่และเส้นเร็นก็มีสรรพคุณนี้ เช่น เส้นเร็นมีสรรพคุณดึงหยางกลับ เน้นยวรั้งจิง และเสริมสุขภาพ เส้นตู่รักษาโรคหลอดเลือดสมอง หมดสติ และกลุ่มโรคไข้ เส้นจิงลั่วทั้ง 2 เส้นนี้มีสรรพคุณร่วมในการรักษาโรกระบบจิตประสาท อวัยวะข้างผู้ และโรคเนื้องอกได้ เป็นต้น (ตารางที่ 2.1-2.5)

ตารางที่ 2.1 ข้อบ่งชี้ของเส้นยินมือ 3 เส้น

เส้นจิงลั่ว	ข้อบ่งชี้	ข้อบ่งชี้ร่วม 2 เส้น	ข้อบ่งชี้ร่วม 3 เส้น
เส้นปอด	โรคปอด โรคในคอหอย		โรคในทรวงอก
เส้นเยื่อหุ้มหัวใจ	โรคหัวใจ โรคกระเพาะอาหาร	โรกระบบจิตประสาท	
เส้นหัวใจ	โรคหัวใจ		

ตารางที่ 2.2 ข้อบ่งชี้ของเส้นหยางมือ 3 เส้น

เส้นจิงลั่ว	ข้อบ่งชี้	ข้อบ่งชี้ร่วม 2 เส้น	ข้อบ่งชี้ร่วม 3 เส้น
เส้นลำไส้ใหญ่	โรคบริเวณใบหน้า จมูก ปาก ฟัน	โรคตา โรคหู	โรคบริเวณลำคอ กลุ่มโรคไข้
เส้นชานเจียว	โรคบริเวณศีรษะด้านข้าง ศีรษะข้าง		
เส้นลำไส้เล็ก	โรกระบบจิตประสาท โรคบริเวณศีรษะด้านหลัง ไหล่ สะบัก		

ตารางที่ 2.3 ขอบ่งชี้ของเส้นอินเท้า 3 เส้น

เส้นจิงลั่ว	ข้อบ่งชี้	ข้อบ่งชี้ร่วม 2 เส้น	ข้อบ่งชี้ร่วม 3 เส้น
เส้นม้าม	โรคกระเพาะอาหาร โรคม้าม		โรคในช่องท้อง โรคในรีเวช
เส้นตับ	โรคตับ	โรคของอวัยวะเพศ	
เส้นไต	โรคไต โรคปอด โรคในคอหอย		

ตารางที่ 2.4 ขอบ่งชี้ของเส้นหยางเท้า 3 เส้น

เส้นจิงลั่ว	ข้อบ่งชี้	ข้อบ่งชี้ร่วม 2 เส้น	ข้อบ่งชี้ร่วม 3 เส้น
เส้นกระเพาะอาหาร	โรคบริเวณใบหน้า ปาก ฟัน คอหอย กระเพาะอาหาร และลำไส้	โรคตา	โรคระบบจิตประสาท กลุ่มโรคไข้
เส้นถุงน้ำดี	โรคบริเวณศีรษะด้านข้าง สีข้างต้นคอ โรคหู โรคถุงน้ำดี		
เส้นกระเพาะปัสสาวะ	โรคบริเวณศีรษะด้านหลัง ต้นคอ หลัง โรคลำไส้ใหญ่ และทวารหนัก โรคอวัยวะข้างฝู		

ตารางที่ 2.5 ขอบ่งชี้ของเส้นเร็นและเส้นตู

เส้นจิงลั่ว	ขอบ่งชี้	ขอบ่งชี้ร่วม 2 เส้น
เส้นเร็น	โรคหลอดเลือดสมองชนิดหลุด ภาวะเย็นพร่อง โรคของเสียเจียว	โรคระบบจิตประสาท โรคอวัยวะจำฝู โรคในรีเวช
เส้นตู	โรคหลอดเลือดสมอง ภาวะหมดสติ กลุ่มโรคไข้ โรคบริเวณใบหน้าและศีรษะ	

2. แบ่งสรรพคุณตามตำแหน่ง จุดอยู่บริเวณร่างกายส่วนใด สามารถรักษาโรคบริเวณนั้นได้ อาศัยสรรพคุณตามตำแหน่งจุดและสรรพคุณเด่นของจุดร่วมกัน เช่น จุดบริเวณศีรษะ ใบหน้า ท้ายทอย สามารถรักษาโรคของใบหน้า หู ตา คอ จมูก และท้ายทอย จุดบริเวณศีรษะด้านหลังสามารถรักษาโรคระบบจิตประสาท เป็นต้น (ตารางที่ 2.6-2.15)

ตารางที่ 2.6 ตำแหน่งและสรรพคุณของจุดฝังเข็มบริเวณศีรษะ

ตำแหน่งจุดฝังเข็ม	รักษาบริเวณ/โรค/อาการ
หน้าผาก ด้านข้าง	หน้าผาก ศีรษะด้านข้าง ตา จมูก
แก้ม	แก้ม ฟัน ปาก ริมฝีปาก
ด้านหลัง	ศีรษะด้านหลัง ท้ายทอย ระบบจิตประสาท
ต้นคอ	ต้นคอ ระบบจิตประสาท ตา เสียงแหบหาย
ตา	ตา
จมูก	จมูก
หู	หู
ลำคอ	ลำคอ ลิ้น หลอดอาหาร หลอดลม หอบหืด เสียงแหบหาย

ตารางที่ 2.7 ตำแหน่งและสรรพคุณของจุดฝังเข็มบริเวณลำตัวด้านหน้า

ตำแหน่งจุดฝังเข็ม	รักษาบริเวณ/โรค/อาการ
ทรวงอก	ทรวงอก ปอด หัวใจ
แนวกึ่งกลางทรวงอกช่วงกระดูกซี่โครงที่ 1- 5	ทรวงอก ปอด
แนวกึ่งกลางทรวงอกช่วงลิ้นปี่	ระบบจิตประสาท
ท้อง	ม้าม กระเพาะอาหาร ถุงน้ำดี
แนวกึ่งกลางท้อง	กระเพาะอาหาร
ส่ายเฟิน (CV 9)	บวม น้ำ
ท้องน้อย	อวัยวะเพศ ไต กระเพาะปัสสาวะ ลำไส้ รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว
แนวกึ่งกลางท้องน้อย	ไต กระเพาะปัสสาวะ อวัยวะเพศ ตกขาว รอบเดือนผิดปกติ เชื้อเจียว ภาวะพร่อง หลอดเลือดสมองชนิดหลอดเลือด

ตารางที่ 2.8 ตำแหน่งและสรรพคุณของจุดฝังเข็มบริเวณหลัง ไหล่ และเอว

ตำแหน่งจุดฝังเข็ม	รักษาบริเวณ/โรค/อาการ
ไหล่ กระดูกสะบัก	ไหล่ กระดูกสะบัก ศีรษะ ท้ายทอย
ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 1-7	ปวด กลุ่มโรคไข้ ระบบจิตประสาท
ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 9 ถึงกระดูกสันหลังเอวที่ 1	ม้าม กระเพาะอาหาร กระดูกสันหลังเอว ระบบจิตประสาท
ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 2 ถึงกระดูกก้นกบ	ไต รอบเดือนผิดปกติ
หลังส่วนบน	ปวด หัวใจ
หลังส่วนล่าง	ตับ ถุงน้ำดี ม้าม กระเพาะอาหาร
เอว ก้นกบ	ไต กระเพาะปัสสาวะ ทวารหนัก รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว

ตารางที่ 2.9 ตำแหน่งและสรรพคุณของจุดฝังเข็มบริเวณลำตัวด้านข้าง

ตำแหน่งจุดฝังเข็ม	รักษาบริเวณ/โรค/อาการ
ซี่ข้าง	ตับ ถุงน้ำดี สี่ข้าง
เอว	ม้าม กระเพาะอาหาร รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว

ตารางที่ 2.10 ตำแหน่งและสรรพคุณของจุดฝังเข็มบริเวณแขนด้านใน

ตำแหน่งจุดฝังเข็ม	รักษาบริเวณ/โรค/อาการ
รักแร้ถึงข้อศอก	เหนือข้อศอก
เส้นปอด	ทรวงอก ปอด คอหอย
เส้นเยื่อหุ้มหัวใจ	ทรวงอก กระเพาะอาหาร ระบบจิตประสาท
เส้นหัวใจ	ทรวงอก ระบบจิตประสาท
นิ้วมือ	ระบบจิตประสาท ไข้สูง หมดสติเฉียบพลัน

ตารางที่ 2.11 ตำแหน่งและสรรพคุณของจุดฝังเข็มบริเวณแขนด้านนอก

ตำแหน่งจุดฝังเข็ม	รักษาบริเวณ/โรค/อาการ
ไหล่ถึงข้อศอก	ไหล่ แขนด้านนอก
เส้นลำไส้ใหญ่	ใบหน้า ตา จมูก ปาก ฟัน กลุ่มโรคไข้
เส้นขานเจียว	ศีรษะด้านข้าง หู ตา คอ กลุ่มโรคไข้
เส้นลำไส้เล็ก	ศีรษะด้านหลัง หู ตา ไหล่ สะบัก ระบบจิตประสาท
นิ้วมือ	ไข้สูง หมดสติเฉียบพลัน

ตารางที่ 2.12 ตำแหน่งและสรรพคุณของจุดฝังเข็มบริเวณก้นและขาด้านหลัง

ตำแหน่งจุดฝังเข็ม	รักษابرเวณ/โรค/อาการ
ก้นถึงต้นขา	ก้น
ข้อพับเข่าถึงข้อเท้า	หลังส่วนล่าง ทวารหนัก
ข้อเท้าถึงปลายเท้า	หลังส่วนล่าง ระบบจิตประสาท กลุ่มโรคไข

ตารางที่ 2.13 ตำแหน่งและสรรพคุณของจุดฝังเข็มบริเวณขาด้านหน้า

ตำแหน่งจุดฝังเข็ม	รักษابرเวณ/โรค/อาการ
ขาหนีบถึงเข่า	ขา หัวเข่า
เข่าถึงข้อเท้า	กระเพาะอาหารและลำไส้
ข้อเท้าถึงปลายเท้า	ใบหน้า ปาก ฟัน หลอดคอ กระเพาะอาหารและลำไส้ กลุ่มโรคไข ระบบจิตประสาท

ตารางที่ 2.14 ตำแหน่งและสรรพคุณของจุดฝังเข็มบริเวณขาด้านนอก

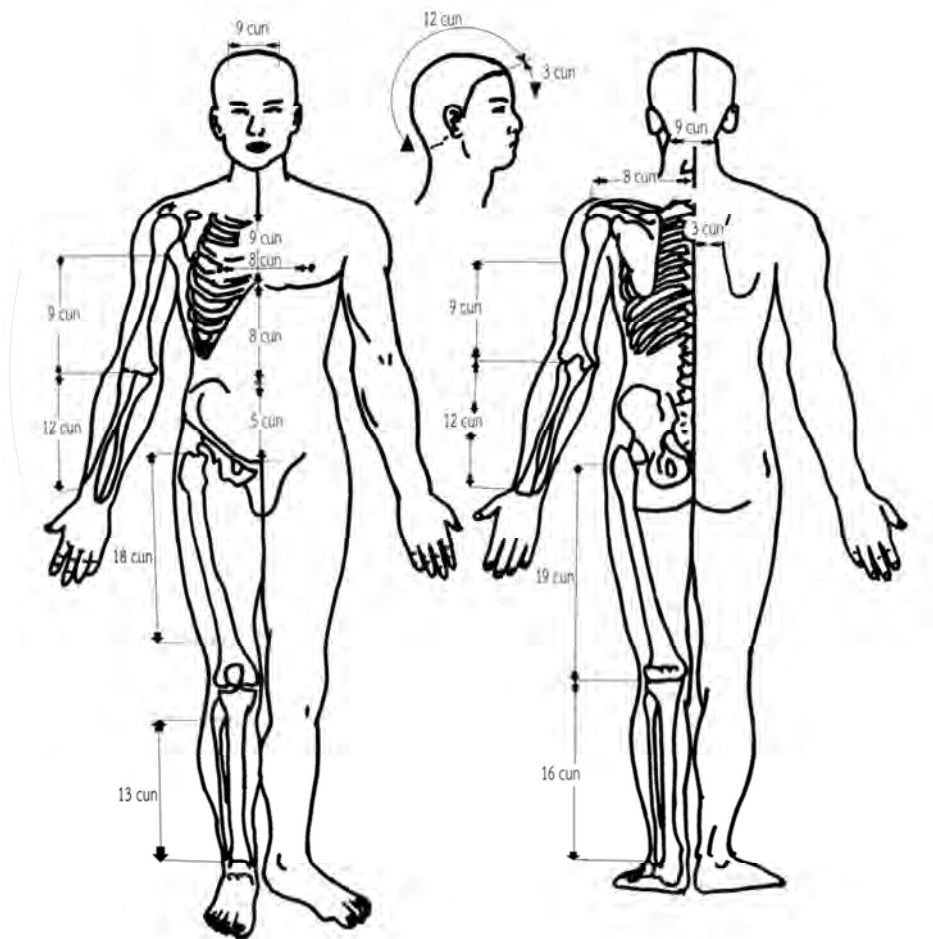
ตำแหน่งจุดฝังเข็ม	รักษابرเวณ/โรค/อาการ
สะโพกถึงเข่า	เอว ก้นกบ เข่า
เข่าถึงตาตุ่ม	สี่ข้าง ลำคอ ท้ายทอย ตา ศีรษะด้านข้าง
ตาตุ่มถึงปลายเท้า	ศีรษะด้านข้าง ตา หู สี่ข้าง กลุ่มโรคไข

ตารางที่ 2.15 ตำแหน่งและสรรพคุณของจุดฝังเข็มบริเวณขาด้านใน

ตำแหน่งจุดฝังเข็ม	รักษابرเวณ/โรค/อาการ
ขาหนีบถึงเข่า	รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว อวัยวะเพศ ปัสสาวะผิดปกติ
เส้นม้าม	รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว ม้าม กระเพาะอาหาร ปัสสาวะผิดปกติ
เส้นตับ	ตับ อวัยวะเพศ รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว ปัสสาวะผิดปกติ
เส้นไต	ไต บอด คอหอย รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว ปัสสาวะผิดปกติ

การหาตำแหน่งจุดฝังเข็ม

ตำแหน่งจุดฝังเข็มเป็นเรื่องสำคัญ มีผลต่อการรักษาโดยตรง การวัดหาตำแหน่งจุดใช้หน่วยวัดความยาวเป็น “ซุน (cun)” ซึ่งมีความยาวผันแปรไปตามขนาดรูปร่างของผู้ป่วย โดยกำหนดมาตรฐานความยาวแต่ละส่วนของร่างกาย (ภาพที่ 2.1) เช่น ระยะห่างระหว่างรอยพับข้อมือถึงรอยพับข้อศอกด้านในยาวเท่ากับ 12 ซุน ดังนั้น ความยาว 3 ซุน สามารถกำหนดได้จากความยาว $\frac{1}{4}$ ของระยะห่างระหว่างรอยพับข้อมือกับข้อศอก



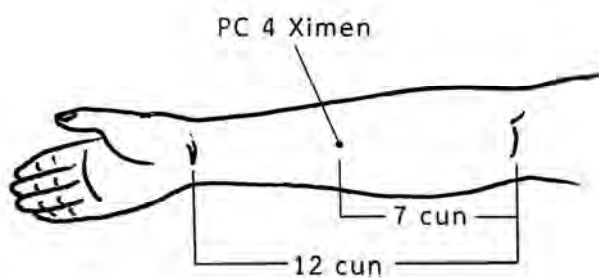
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
ภาพที่ 2.1 การวัดระยะห่างตามกายวิภาค โดยมีหน่วยเป็นซุน (cun)
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

ตารางที่ 2.16 การวัดระยะห่างตามกายวิภาค โดยมีหน่วยเป็นซุน

บริเวณ	ระยะห่างระหว่าง	ซุน
ศีรษะ	ชายผมขอบหน้าผากถึงชายผมขอบท้ายทอย	12
	กึ่งกลางระหว่างหัวคิ้วถึงชายผมขอบหน้าผาก	3
	ปุ่มกระดูกต้นคอที่ 7 ถึงชายผมขอบท้ายทอย	3
	กึ่งกลางระหว่างหัวคิ้วถึงปุ่มกระดูกต้นคอที่ 7	18
	กกหู	9
	มุมหน้าผาก	9
หน้าอกและท้อง	แอ่งเหนือกระดูกหน้าอก (suprasternal notch) ถึงลิ้นปี่	9
	หัวนม	8
	ลิ้นปี่ถึงสะดือ	8
	สะดือถึงขอบบนกระดูกหัวไหล่	5
	กึ่งกลางรอยพับรักแร้ถึงปลายกระดูกซี่โครงที่ 11	12
หลัง	ขอบในกระดูกสะบักถึงกึ่งกลางแนวกระดูกสันหลัง	3
	ปลายหัวไหล่ถึงกึ่งกลางแนวกระดูกสันหลัง	8
แขน	รอยพับรักแร้ด้านหน้าถึงรอยพับข้อศอก	9
	รอยพับข้อศอกถึงรอยพับข้อมือ	12
ขา	ระดับขอบบนกระดูกหัวไหล่ถึงระดับขอบบน medial epicondyle ของกระดูกต้นขา	18
	ขอบล่าง medial condyle ของกระดูกแข้งถึงยอดตาตุ่มใน	13
	รอยพับแก้มก้นถึงข้อพับเข่า	14
	ปุ่มนูนกระดูกต้นขาถึงระดับรอยพับเข่าด้านข้าง	19
	ระดับรอยพับเข่าด้านข้างถึงยอดตาตุ่มนอก	16
	ยอดตาตุ่มนอกถึงส้นเท้า	3

วิธีหาตำแหน่งจุดฝังเข็ม

1. โดยการแบ่งส่วน วิธีนี้นิยมใช้กับจุดที่อยู่ตามแขน ขา หรือลำตัว ซึ่งไม่มีจุดสังเกตทางกายวิภาคเป็นตัวช่วยบอกชัดเจน เช่น ซี้เหมิน (PC 4) อยู่ปลายแขนด้านใน ต่ำจากระดับรอยพับข้อศอกลงไป 7 ชุ่น โดยที่ระยะห่างจากรอยพับข้อศอกถึงรอยพับข้อมือด้านในยาวเท่ากับ 12 ชุ่น จุดกึ่งกลางของระยะห่างนี้ คือ 6 ชุ่น ดังนั้น ตำแหน่งซี้เหมิน (PC 4) อยู่ต่ำจากจุดกึ่งกลางของระยะห่างนี้ลงไปทางข้อมืออีก 1 ชุ่น (ภาพที่ 2.2)



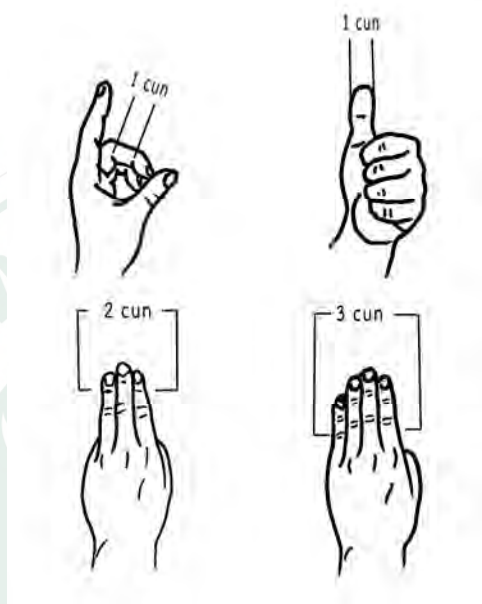
ภาพที่ 2.2 ตำแหน่งซี้เหมิน (PC 4)

2. โดยจุดสังเกตทางกายวิภาค (anatomical landmarks) เป็นวิธีที่นิยมใช้มากที่สุด อาศัยจุดสังเกตต่างๆ ทางกายวิภาคที่เห็น คล้ายได้ง่าย และชัดเจน มาช่วยหาตำแหน่งจุด โดยแบ่งเป็น

2.1 จุดอ้างอิงทางกายวิภาคที่ไม่เคลื่อนที่ (fixed anatomical landmarks) คือ ไม่มีการเปลี่ยนตำแหน่งไปตามการเปลี่ยนท่าร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นปุ่มกระดูก ร่อง แอ่ง หรือรอยพับต่างๆ ของร่างกาย เช่น ยืนถาง (EX-HN 3) อยู่ตรงกลางระหว่างหัวคิ้ว 2 ข้าง ถานจง (CV 17) อยู่กึ่งกลางระหว่างห้านม 2 ข้าง เป็นต้น

2.2 จุดอ้างอิงทางกายวิภาคที่เคลื่อนที่ได้ (movable anatomical landmarks) คือ ผู้ป่วยต้องอยู่ในท่าเฉพาะบางท่าเท่านั้นจึงจะหาจุดได้ เช่น ทิงกง (SI 19) อยู่ตรงร่องหน้าต่อกระบังหู ขณะผู้ป่วยอ้าปาก เป็นต้น

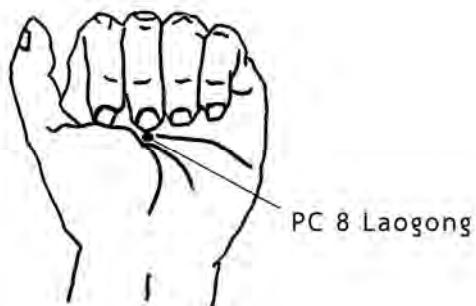
3. โดยใช้นิ้วมือผู้ป่วยวัด วิธีนี้ใช้กับจุดที่มีระยะห่างสั้นๆ จากจุดอ้างอิงหรือใช้ประกอบกับ 2 วิธีข้างต้น โดยอาศัยความยาวแต่ละส่วนของนิ้วมือผู้ป่วย (ภาพที่ 2.3)



ภาพที่ 2.3 การเทียบความยาวเป็นซุนโดยใช้นิ้วมือของผู้ป่วย

- ก. ความยาวตามรอยพับกระดูกท่อนกลางของนิ้วกลางเท่ากับ 1 ซุน
- ข. ความกว้างตามแนวขวางของข้อปลายนิ้วหัวแม่มือเท่ากับ 1 ซุน
- ค. ความกว้างตามแนวขวางของข้อปลายนิ้วชี้ถึงนิ้วนางรวมกันเท่ากับ 2 ซุน
- ง. ความกว้างตามแนวขวางของข้อต้นนิ้วชี้ถึงนิ้วก้อยรวมกันเท่ากับ 3 ซุน

4. โดยวิธีพิเศษ เป็นวิธีการหาตำแหน่งของจุดฝังเข็มบางจุด เช่น หลาวกง (PC 8) อยู่ที่ฝ่ามือตรงปลายนิ้วกลางสัมผัสในท่ากำมือ (ภาพที่ 2.4) เฟิงซือ (GB 31) อยู่ที่ต้นขาด้านข้างตรงปลายนิ้วกลางสัมผัสในท่ายืนตรง (ภาพที่ 2.5) เป็นต้น



ภาพที่ 2.4 วิธีพิเศษในการหาตำแหน่งหลาวกง (PC 8)



ภาพที่ 2.5 วิธีพิเศษในการหาตำแหน่งเฟิงซือ (GB 31)

บทที่ 3

จุดฝังเข็มและเส้นจิงล้าว

Acupoints and Meridians

จุดเฉพาะ (特定穴)

จุดเฉพาะ คือ จุดฝังเข็มในระบบเส้นจิง 14 เส้น ที่มีคุณสมบัติเฉพาะเพิ่มเติมและใช้บ่อย อาศัยคุณสมบัติเฉพาะที่เหมือนกันของจุดในแต่ละเส้นจิงล้าวมาจัดหมวดหมู่เป็น 10 กลุ่ม ทำให้ง่ายต่อการจดจำและประยุกต์ใช้ เนื่องจากใช้จำนวนจุดน้อย ข้อบ่งชี้กว้าง เป็นการเพิ่มประสิทธิภาพการรักษา

1. จุดอุ๋ซู่ (五腧穴)

อยู่บนเส้นจิงจิง 12 เส้น เส้นละ 5 จุด เรียงลำดับจากปลายมือถึงข้อศอกหรือจากปลายเท้าถึงข้อเข่า รวม 60 จุด ชื่อจุดตั้งตามลักษณะของขี้ที่ออกมา การไหลผ่าน แล้วเข้าสู่อวัยวะต่าง ๆ เทียบได้กับสายน้ำจากตาน้ำที่ไหลเบา ปริมาณน้อย อยู่ต้น แล้วค่อยๆ ไหลแรง ปริมาณมาก และอยู่ลึก แต่ละจุดมีความสัมพันธ์กับปฏิจาต (ตารางที่ 3.1)

ตารางที่ 3.1 จุดอุ๋ซู่เปรียบเทียบกับสายน้ำ ตำแหน่ง สรรพคุณ และความสัมพันธ์กับปฏิจาต

ชื่อจุด	เปรียบเสมือน	ลักษณะ	ตำแหน่งใกล้เคียงบริเวณ	รักษาโรค/อาการ	สัมพันธ์กับปฏิจาต	
					เส้นอิน	เส้นหยาง
จิง	ตาน้ำ	ผุดขึ้น	โคนเล็บ*	แน่นหน้าอก หดสติ	ไม้	ทอง
หยิง	ต้นน้ำ	ไหลเอื่อย	ง่ามนิ้ว*	กลุ่มโรคไข	ไฟ	น้ำ
ซู่	ลำธาร	ปริมาณมากขึ้น	ข้อมือ ข้อเท้า*	ปวดข้อ อวัยวะจาง	ดิน	ไม้
จิง	แม่น้ำ	ไหลแรง	เหนือข้อมือ ข้อเท้า	เจ็บคอ ไอ หอบ	ทอง	ไฟ
เหอ	ทะเล	ปริมาณเต็มเปี่ยม	ข้อศอก ข้อเข่า	อวัยวะฝู	น้ำ	ดิน

* ตำแหน่งจุดในเส้นจิงล้าวบางเส้นอยู่ต่างจากบริเวณนี้

การเลือกใช้จุดอุ๋ซู่

- ใช้ตามสรรพคุณจุด จิง หยิง ซู่ จิง เหอ (ตารางที่ 3.1)
- เลือกจุดบนเส้นจิงล้าวที่มีพยาธิสภาพหรือเส้นจิงล้าวคู่สัมพันธ์ อาศัยทฤษฎีปฏิจาตตามกฎความสัมพันธ์แม่ลูก “พร่องเสริมแม่ แกร่งระบายลูก” (ตารางที่ 3.2 และ 3.3) เช่น

ตารางที่ 3.2 จุดอยู่ชู ปัญจธาตุ และจุดแม่-ลูกของเส้นยิน

จุด	จิง	หยิง	ซุ	จิง	เหอ
ธาตุ	ไม้	ไฟ	ดิน	ทอง	น้ำ
เส้นปอด	ซ่าวซาง (LU 11)	หยวี้จี้ (LU 10)	ท่ายเยวี่ยน (LU 9) แม่	จิงฉวี (LU 8)	ฉื่อเจ้อ (LU 5) ลูก
เส้นเยื่อหุ้มหัวใจ	จงซง (PC 9) แม่	หลาวกง (PC 8)	ต้าหลิง (PC 7) ลูก	เจียนสื่อ (PC 5)	ชวีเจ้อ (PC 3)
เส้นหัวใจ	ซ่าวซง (HT 9) แม่	ซ่าวฝู (HT 8)	เสินเหมิน (HT 7) ลูก	หลิงต้าว (HT 4)	ซ่าวท่าย (HT 3)
เส้นม้าม	หยิ่นป่าย (SP 1)	ต้าตู (SP 2) แม่	ท่ายป่าย (SP 3)	ซางซิว (SP 5) ลูก	ยินหลิงเฉวี่ยน (SP 9)
เส้นตับ	ต้าตุน (LR 1)	สิงเจียน (LR 2) ลูก	ท่ายซง (LR 3)	จงเฟิง (LR 4)	ชวีเฉวี่ยน (LR 8) แม่
เส้นไต	หย่งเฉวี่ยน (KI 1) ลูก	หฺรานกู่ (KI 2)	ท่ายซี (KI 3)	ฟูลิว (KI 7) แม่	ยินกู่ (KI 10)

- ก) **เลือดดับพร่อง:** มีอาการวิงเวียน ตาแห้ง ตาพร่ากลางคืน หูอื้อ ขามือเท้า ประจำเดือนมาน้อย
- ชีฟจรตึง (xian) เล็ก (xi) เลือกได้ 3 แบบคือ
- จุดแม่บนเส้นจิงลั่วที่มีพยาธิสภาพ: เส้นตับ (ธาตุไม้) เลือก ชวีเฉวี่ยน (LR 8) (ธาตุน้ำ) กระตุ้นแบบบำรุง
 - จุดแม่บนเส้นจิงลั่วคู่สัมพันธ์: เส้นถุงน้ำดี (ธาตุไม้) เลือก เสี่ยซี (GB 43) (ธาตุน้ำ) กระตุ้นแบบบำรุง
 - จุดแม่บนเส้นจิงลั่วแม่: เส้นไต (ธาตุน้ำ) เลือก ยินกู่ (KI 10) (ธาตุน้ำ) กระตุ้นแบบบำรุง

ตารางที่ 3.3 จุดอยู่ชู ัญจรธาตุ จุดแม่-ลูกของเส้นหยาง

จุดฝังเข็ม	จิ่ง	หยิง	ซู	จิง	เหอ
ธาตุ	ทอง	น้ำ	ไม้	ไฟ	ดิน
เส้นลำไส้ใหญ่	ซางหยาง (LI 1)	เอ๋อร์เจียน (LI 2) ลูก	ซานเจียน (LI 3)	หยางซี (LI 5)	ชวีฉือ (LI 11) แม่
เส้นซานเจียว	กวางซง (TE 1)	เย่เหมิน (TE 2)	จงจู่ (TE 3) แม่	จื่อโกว (TE 6)	เทียนจิ่ง (TE 10) ลูก
เส้นลำไส้เล็ก	ซ่าวเจ้อ (SI 1)	เฉียนกู่ (SI 2)	โห้วซี (SI 3) แม่	หยางกู่ (SI 5)	เสี่ยวท่าย (SI 8) ลูก
เส้นกระเพาะ อาหาร	ลี่ตู่ย (ST 45) ลูก	เน่ยถิง (ST 44)	เซี่ยนกู่ (ST 43)	เจ๋ยซี (ST 41) แม่	จู่ซานหลี่ (ST 36)
เส้นถุงน้ำดี	จู่เซี่ยววิน (GB 44)	เสี่ยซี (GB 43) แม่	จู่หลินซี (GB 41)	หยางฝู (GB 38) ลูก	หยางหลิงฉวียน (GB 34)
เส้นกระเพาะ ปัสสาวะ	จื่อยิ่น (BL 67) แม่	จู่ทงกู่ (BL 66)	ซู่กู่ (BL 65) ลูก	คุนหลุน (BL 60)	เหว่ยจง (BL 40)

ข) **ไฟดับแกร้ง:** มีอาการโกรธง่าย ปวดศีรษะ ตาแดง หูอื้อ ขมปาก เลือดกำเดาไหล กระหายน้ำ นอนไม่หลับ ปัสสาวะสีเหลืองเข้ม ท้องผูก ลิ้นแดงแห้ง ฝ้าเหลือง ชีพจรตึง (xian) เร็ว (shuo) เลือกได้ 3 แบบคือ

- จุดลูกบนเส้นจิงลั่วที่มีพยาธิสภาพ: เส้นตับ (ธาตุไม้) เลือก สิงเจียน (LR 2) (ธาตุไฟ) กระตุ้นแบบระบาย

- จุดลูกบนเส้นจิงลั่วคู่สัมพันธ์: เส้นถุงน้ำดี (ธาตุไม้) เลือก หยางฝู (GB 38) (ธาตุไฟ) กระตุ้นแบบระบาย

- จุดลูกบนเส้นจิงลั่วลูก: เส้นเยื่อหุ้มหัวใจ (ธาตุไฟ) เล็ก หลาวกง (PC 8) (ธาตุไฟ) กระตุ้นแบบระบาย

2. จุดหยวน (原穴)

เป็นจุดบริเวณใกล้ข้อมือข้อเท้าที่หยวนซี่ของอวัยวะข้างผู้ไหลเวียนมาสะสมในเส้นจิงจิง 12 เส้น เส้นละ 1 จุด เป็น 12 จุด จุดหยวนของเส้นยินเป็นจุดเดียวกับจุดชู่ สำหรับเส้นหยางเป็นจุดในลำดับถัดไป

คุณสมบัติ รักษาความผิดปกติของอวัยวะข้างผู้ของเส้นจิงลั่วต่างๆ ยังเป็นจุดปฏิบัติกริยาที่ช่วยในการวินิจฉัยโรคของอวัยวะข้างผู้ (ตารางที่ 3.4)

การเลือกใช้จุดหยวน

1. ใช้เป็นจุดเดี่ยว มักเป็นการบำรุง
2. ใช้คู่กับจุดลั่ว รักษาโรคเรื้อรัง
3. ใช้เปิดจุดในการฝังเข็มอิงกาลเวลาแบบเทียนกานจื่ออู่หลิวจู้ (天干子午流注) ซึ่งใช้จุดอู่ชู่ และจุดหยวน รวม 66 จุด

3. จุดลั่ว (络穴)

เป็นจุดในเส้นจิง 14 เส้น ซึ่งเส้นลั่วแยกออกไปเชื่อมกับเส้นจิงลั่วคู่สัมพันธ์ เส้นละ 1 จุด รวมกับจุดลั่วใหญ่ของเส้นม้ามเป็น 15 จุด

จุดลั่วของเส้นเรินจะเชื่อมโยง-ควบคุมเส้นลั่วของเส้นยิน

จุดลั่วของเส้นตู่จะเชื่อมโยง-ควบคุมเส้นลั่วของเส้นหยาง

จุดลั่วใหญ่ของม้ามจะเชื่อมโยง-ควบคุมเส้นลั่วและหลอดเลือดทั่วร่างกาย

คุณสมบัติ รักษาความผิดปกติของอวัยวะข้างผู้และเส้นจิงลั่วคู่สัมพันธ์ (ตารางที่ 3.4)

การเลือกใช้จุดลั่ว

1. ใช้เป็นจุดเดี่ยว รักษาโรคของเส้นลั่ว เช่น
 - เส้นหัวใจแกร่ง มีอาการแน่นหน้าอก ใช้ทงหลี่ (HT 5) กระตุ้นแบบระบาย
 - เส้นหัวใจพร่อง มีอาการเสียงแหบ ใช้ทงหลี่ (HT 5) กระตุ้นแบบบำรุง
2. ใช้เป็นจุดเดี่ยว รักษาโรคของเส้นจิงลั่วต้นสังกัดและคู่สัมพันธ์ เช่น เลย์เชวีย (LU 7) รักษาโรคของเส้นปอด มีอาการไอ หอบ; โรคของเส้นลำไส้ใหญ่ มีอาการปวดฟัน ปวดตึงต้นคอ เป็นต้น
3. ใช้คู่กับจุดหยวน รักษาโรคเรื้อรัง โดยเลือกจุดหยวนของเส้นจิงลั่วที่มีพยาธิสภาพ และจุดลั่วของเส้นจิงลั่วคู่สัมพันธ์ เช่น โรคปอดเรื้อรัง เลือกจุดหยวนของเส้นปอด คือ ท่ายเยวียน (LU 9) กับจุดลั่วของเส้นลำไส้ใหญ่ คือ เพียนลี่ (LI 6) เป็นต้น

ตารางที่ 3.4 จุดหยวนและจุดลั่ว

เส้นจิงลั่ว	จุดหยวน	จุดลั่ว
ปอด	ท่ายเยวียน (LU 9)	เล่ย์เซวี่ (LU 7)
ลำไส้ใหญ่	เหอกู่ (LI 4)	เพียนลี่ (LI 6)
กระเพาะอาหาร	ซงหยาง (ST 42)	เฟิงหลง (ST 40)
ม้าม	ท่ายปาย (SP 3)	กงซุน (SP 4)
หัวใจ	เส้นเหมิน (HT 7)	ทงหลี่ (HT 5)
ลำไส้เล็ก	ว่านกู่ (SI 4)	จื่อเจี๊ (SI 7)
กระเพาะปัสสาวะ	จิงกู่ (BL 64)	เพยหยาง (BL 58)
ไต	ท่ายซี (KI 3)	ต้าจาง (KI 4)
เยื่อหุ้มหัวใจ	ต้าหลิง (PC 7)	เน่ยกวาน(PC 6)
ซานเจียว	หยางฉือ (TE 4)	ว่ายกวาน(TE 5)
ถุงน้ำดี	ชีวชีวี่ (GB 40)	กวางหมิง (GB 37)
ตับ	ท่ายซง (LR 3)	หลี่โกว (LR 5)
เร็น	-	จิวเหว่ย (CV 15)
ตู	-	ฉางเฉียง (GV 1)
จุดลั่วใหญ่	-	ต้าปาว (SP 21)

4. จุดเป่ยซู (背俞)

เป็นจุดที่ซี่ของอวัยวะข้างผู้ไหลเวียนมาสะสมอยู่บริเวณแผ่นหลัง เรียงรายบนเส้นกระเพาะปัสสาวะเส้นที่ 1 ซึ่งอยู่ใกล้กับอวัยวะนั้นๆ มี 12 จุด

คุณสมบัติ รักษาความผิดปกติของอวัยวะข้างผู้ รวมทั้งเนื้อเยื่อ และอวัยวะรับสัมผัสที่เกี่ยวข้อง ยังเป็นจุดปฏิกิริยาที่ช่วยในการวินิจฉัยโรค

การเลือกใช้จุดเป่ยซู (ตารางที่ 3.5)

1. ใช้เป็นจุดเดี่ยว เช่น โรคหัวใจ เลือกซินซู (BL 15); โรคตาหรือเส้นเอ็น เลือกกานซู (BL 18) เป็นต้น
2. ใช้คู่กับจุดหยวน รักษาโรคของอวัยวะข้างเป็นหลัก

3. ใช้คู่กับจุดมู่ รักษาโรคของอวัยวะข้างผู้

ตารางที่ 3.5 จุดเป็ชูและจุดมู่ของอวัยวะข้างผู้ เนื้อเยื่อ และทวารเปิดที่เกี่ยวข้อง

อวัยวะข้างผู้	เนื้อเยื่อ	ทวารเปิด	จุดเป็ชู	จุดมู่
ปอด	เส้นขน ผิวหนัง	จมูก	เฟยชู (BL 13)	จงฝู่ (LU 1)
เยื่อหุ้มหัวใจ	หลอดเลือด		เจี๋ยยินชู (BL 14)	ถานจง (CV 17)
หัวใจ	หลอดเลือด	ลิ้น	ซินชู (BL 15)	จวีเซี๋ย (CV 14)
ตับ	เอ็น	ตา	กานชู (BL 18)	ซีเหมิน (LR 14)
ถุงน้ำดี			ต่านชู (BL 19)	รื่อเยี๋ย (GB 24)
ม้าม	กล้ามเนื้อ	ปาก	ผีชู (BL 20)	จางเหมิน (LR 13)
กระเพาะอาหาร			เว่ยชู (BL 21)	จงหว่าน (CV 12)
ชานเจียว			ชานเจียวชู (BL 22)	สือเหมิน (CV 5)
ไต	เส้นผม กระดูก	หู	เซิ่นชู (BL 23)	จิงเหมิน (GB 25)
ลำไส้ใหญ่			ต้าฉางชู (BL 25)	เทียนชู (ST 25)
ลำไส้เล็ก			เสี่ยวฉางชู (BL 27)	กวานหยวน (CV 4)
กระเพาะปัสสาวะ			ผางกวางชู (BL 28)	จงจี (CV 3)

5. จุดมู่ (募穴)

เป็นจุดที่ซี่ของอวัยวะข้างผู้ไหลเวียนมาสะสมอยู่บริเวณหน้าอกและหน้าท้องซึ่งอยู่ใกล้กับอวัยวะนั้นๆ มี 12 จุด

คุณสมบัติ รักษาความผิดปกติของอวัยวะข้างผู้ ยังเป็นจุดปฏิกิริยาที่ช่วยในการวินิจฉัยโรค
การเลือกใช้จุดมู่

1. ใช้เป็นจุดเดี่ยว เช่น โรคของกระเพาะอาหาร มีอาการปวดแน่นลิ้นปี่ เลือกจงหว่าน (CV 12) เป็นต้น
2. ใช้คู่กับจุดเป็ชู รักษาโรคของอวัยวะข้างผู้ เช่น โรคของลำไส้ใหญ่ มีอาการปวดท้องท้องร่วง เลือกเทียนชู (ST 25) ร่วมกับต้าฉางชู (BL 25) เป็นต้น
3. ใช้คู่กับจุดเซี่ยเหอ รักษาโรคของอวัยวะข้างผู้เป็นหลัก เช่น โรคของถุงน้ำดี มีอาการปวดสีข้างและชายโครง อาเจียน เลือกจุดมู่ คือ รื่อเยี๋ย (GB 24) คู่กับจุดเซี่ยเหอ คือ หยางหลิงเฉวียน (GB 34) เป็นต้น

6. จุดเซี่ยเหอ (下合穴)

เป็นจุดบนเส้นหยางเท้า 3 เส้นที่รวมชีของเส้นหยางทั้ง 6 เส้น ไหลเวียนเข้าสู่อวัยวะสำหรับจุดเซี่ยเหอของเส้นหยางเท้า 3 เส้น เป็นจุดเดียวกับจุดเหอในจุดอู่ซู ส่วนจุดเซี่ยเหอของเส้นหยางมือ 3 เส้นเป็นคนละจุดกับจุดเหอ ได้แก่ ช่างจี้ซวี (ST 37) เซี่ยจี้ซวี (ST 39) และเหว่ยหยาง (BL 39)

คุณสมบัติ รักษาโรคของอวัยวะ

การเลือกใช้จุดเซี่ยเหอ

1. ใช้เป็นจุดเดี่ยว (ตารางที่ 3.6)
2. ใช้คู่กับจุดมู่ รักษาโรคของอวัยวะเป็นหลัก (ตารางที่ 3.5)

ตารางที่ 3.6 จุดเซี่ยเหอและสรรพคุณในการรักษา

เส้นจิงลั่วอวัยวะ	จุดเซี่ยเหอ	รักษาโรค/อาการ
กระเพาะอาหาร	จู่ซานหลี่ (ST 36)	ปวดกระเพาะอาหาร
ลำไส้ใหญ่	ช่างจี้ซวี (ST 37)	ไส้ติ่งอักเสบ บิด
ลำไส้เล็ก	เซี่ยจี้ซวี (ST 39)	อุจจาระร่วง ท้องร้อง บิด
กระเพาะปัสสาวะ	เหว่ยจง (BL 40)	ปัสสาวะหยุด ปัสสาวะไม่ออก ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้
ชานเจียว	เหว่ยหยาง (BL 39)	ท้องมาน ปัสสาวะหยุด ปัสสาวะไม่ออก ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้
ถุงน้ำดี	หยางหลิงเฉวียน (GB 34)	ปวดเกร็งท่อน้ำดี อาเจียน

7. จุดซี่ (郄穴)

เป็นจุดที่ชีไหลเวียนอยู่ลึกเข้าไปข้างในแขนขาบนเส้นจิงจิง 12 เส้นและเส้นฉีจิง 4 เส้น ได้แก่ ยินเซียว หยางเซียว ยินเหว่ย และหยางเหว่ย เส้นละ 1 จุด รวมเป็น 16 จุด ทำหน้าที่ควบคุมการไหลเวียนชีและเลือดบนเส้นจิงลั่ว ยังเป็นจุดปฏิกิริยาที่ช่วยในการวินิจฉัยโรคเฉียบพลันของอวัยวะข้างต้นๆ (ตารางที่ 3.7)

คุณสมบัติ รักษาโรคเฉียบพลันของอวัยวะและบริเวณที่เส้นจิงลั่วไหลเวียนผ่าน

- จุดซี่ของเส้นยิน มักใช้รักษาอาการเลือดออกผิดปกติ
- จุดซี่ของเส้นหยาง มักใช้รักษาอาการปวด

การเลือกใช้จุดซี่

1. ใช้เป็นจุดเดี่ยว (ตารางที่ 3.7)
2. ใช้คู่กับจุดปาอู่ รักษาโรคเฉียบพลัน (ตารางที่ 3.8)

ตารางที่ 3.7 จุดชี้และสรรพคุณในการรักษา

เส้นจิงลั่ว	จุดชี้	รักษาโรค/อาการ
ปอด	ช่งจู้ย (LU 6)	ริดสีดวงทวาร (เลือดออก) ไอเป็นเลือด หอบ
ลำไส้ใหญ่	เวินลิว (LI 7)	ปวดฟัน ปวดริดสีดวงทวาร ปวดศีรษะ ปวดคางทูม
กระเพาะอาหาร	เหลียงชิว (ST 34)	ปวดลิ้นปี่ ปวดบวมเข้า ปวดเต้านม
ม้าม	ตี่จี้ (SP 8)	อุจจาระร่วงเฉียบพลัน รอบเดือนผิดปกติ ปวดประจำเดือน
หัวใจ	ยิ่นชี่ (HT 6)	เจ็บหน้าอก อาเจียนเป็นเลือด เลือดกำเดาไหล
ลำไส้เล็ก	หยางหล่าว (SI 6)	ปวดไหล่ ข้อศอก หลัง และเอว
กระเพาะปัสสาวะ	จินเหมิน (BL 63)	ตะคริวที่น่อง ปวดศีรษะ ปวดหลังส่วนล่าง ปวดตาตุ่มนอก ปวดขา ชักในเด็ก คลุ้มคลั่ง
ไต	ส่วยเฉียน (KI 5)	ปวดประจำเดือน ปัสสาวะขัด รอบเดือนผิดปกติ
เยื่อหุ้มหัวใจ	ชี่เหมิน (PC 4)	เจ็บหน้าอก อาเจียนเป็นเลือด ไอเป็นเลือด
ซานเจียว	ฮู่ยง (TE 7)	ปวดแขน
ถุงน้ำดี	ว่ายชิว (GB 36)	ปวดท้ายทอย เจ็บหน้าอก ปวดสีข้าง
ตับ	จิงตู (LR 6)	เลือดออกช่องคลอด ปวดสีข้าง ปวดท้องน้อยด้านข้าง
ยิ่นเซียว	เจียวชิ่น (KI 8)	ปวดอัมพาต รอบเดือนผิดปกติ เลือดออกช่องคลอด
หยางเซียว	ฟุหยาง (BL 59)	อุจจาระร่วงเฉียบพลัน ปวดศีรษะ ปวดเอวร้าวลงขา ปวดหลังส่วนล่าง ปวดขา ปวดตาตุ่มนอก
ยิ่นเหวย	จู้ปิ่น (KI 9)	ปวดขาด้านใน โรคลมชัก คลุ้มคลั่ง
หยางเหวย	หยางเจียว (GB 35)	เจ็บหน้าอก ปวดสีข้าง ชาขา

8. จุดปาฮ่วย (八会穴); จุดอิทธิพล 8 ก็เรียก

เป็นจุดศูนย์รวมซึ่งของอวัยวะหรือเนื้อเยื่อ 8 อย่าง ได้แก่ อวัยวะข้าง อวัยวะผู้ ชี เลือด หลอดเลือด ไชกระดูก กระดูก และเส้นเอ็น

คุณสมบัติ รักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับอวัยวะหรือเนื้อเยื่อที่สัมพันธ์กับจุดนั้นๆ (ตารางที่ 3.8)

การเลือกใช้จุดปาฮ่วย

1. ใช้เป็นจุดเดี่ยว รักษาโรคเรื้อรัง เช่น ชีพรวง ชีตก ชีตดซัด เลือดคั่ง เลือดถ่านจง (CV 17) ซึ่งเป็นจุดอิทธิพลของชี เป็นต้น
2. ใช้คู่กับจุดชี รักษาโรคเฉียบพลัน เช่น ไข้เป็นเลือด เลือดข่งจู้ (LU 6) คู่กับถ่านจง (CV 17) เป็นต้น

ตารางที่ 3.8 จุดปาฮ่วยและสรรพคุณในการรักษา

อวัยวะ/เนื้อเยื่อ	จุดปาฮ่วย	รักษาโรค/อาการ
อวัยวะข้าง	จางเหมิน (LR 13)	ตับโต ม้ามโต
อวัยวะผู้	จางหว่าน (CV 12)	ปวดกระเพาะอาหาร แน่นท้อง
ชี	ถ่านจง (CV 17)	แน่นหน้าอก อ่อนเพลีย หอบหืด สะอึก เชื้อซิม สำนอกอาหาร เรอ
เลือด	เก้อชู่ (BL 17)	ชีต เลือดคั่ง เลือดออกง่าย อาเจียนเป็นเลือด ถ่ายเป็นเลือด ไข้เป็นเลือด เลือดกำเดาไหล รอบเดือนผิดปกติ ริดสีดวงทวาร (เลือดออก)
หลอดเลือด	ท่ายเยวียน (LU 9)	หลอดเลือดอักเสบ หลอดเลือดตีบ หลอดเลือดแข็ง ความดันโลหิตสูง ความดันโลหิตต่ำ
ไขกระดูก	เสวียนจง (GB 39)	ชีต โรคหลอดเลือดสมอง ขาอ่อนแรง
กระดูก	ต้าจู้ (BL 11)	ปวดกระดูก ปวดข้อ
เส้นเอ็น	หยางหลิงเฉวียน (GB 34)	ข้อติด เอ็นอักเสบ เส้นเอ็นหดรั้งจากอัมพาต เอ็นหดเกร็ง เอ็นกระดูก

9. จุดปาม่ายเจียวฮ่วย (八脉交会穴)

เป็นจุดอยู่ใกล้ข้อมือข้อเท้าบนเส้นเจิ้งจิงที่เชื่อมโยงกับเส้นฉีจิง 8 เส้น

คุณสมบัติ ควบคุมสมดุลของชีและเลือดในเส้นจิงลั่ว

การเลือกใช้จุดปาม่ายเจียวฮ่วย

1. ใช้เป็นจุดเดี่ยว รักษาโรคของเส้นฉีจิงและเส้นเจิ้งจิง เช่น โรคของเส้นตู่ ใช้โหว่ชี (SI 3) ซึ่งเชื่อมกับเส้นตู่ เป็นต้น
2. ใช้เป็นจุดคู่ มี 4 คู่ รักษาครอบคลุมพื้นที่ส่วนต่างๆ ของร่างกาย (ตารางที่ 3.9)
3. ใช้เปิดจุดในการฝังเข็มอิงกาลเวลาแบบหลิงกู่ปาฝ่า (灵龟八法)

ตารางที่ 3.9 จุดปamayเจียวฮุย เส้นจิงที่เชื่อมต่อ และสรรพคุณในการรักษาของจุด

จุดปamayเจียวฮุย	เส้นจิงที่เชื่อมต่อ	การรักษาครอบคลุมบริเวณ
เน่ยกวาน(PC 6)	อินเหวย	ทรวงอก หัวใจ กระเพาะอาหาร
กงซุน (SP 4)	ชง	
เลย์เซวีย (LU 7)	เร็น	ทรวงอก ปอด กระบังลม คอหอย หลอดลม
จ้าวห่าย (KI 6)	อินเซียว	
โฮ่วซี (SI 3)	ตู	หัวตา หู ท้ายทอย ต้นคอ ไหล่ หลัง
เจินมาย (BL 62)	หยางเซียว	
ว้ายกวาน (TE 5)	หยางเหวย	หางตา แก้ม หลังหู ลำคอด้านข้าง ไหล่
จู่หลินซี (GB 41)	ต้าย	

10. จุดเจียวฮุย (交会穴)

เป็นจุดฝังเข็มในเส้นจิง 14 เส้น ซึ่งมีเส้นจิงลั่วตั้งแต่ 2 เส้นขึ้นไปเชื่อมต่อกัน ทำให้สามารถรักษาโรคของเส้นจิงลั่วทุกเส้นที่เชื่อมต่อกัน มีประมาณ 100 จุด ส่วนใหญ่อยู่บนลำตัว (ตารางที่ 3.10 และ 3.11)

คุณสมบัติ รักษาโรคแตกต่างกัน ขึ้นกับตำแหน่งและเส้นจิงลั่วที่เชื่อมต่อกัน เช่น ซานยินเจียว (SP 6) เป็นจุดเชื่อมต่อของเส้นอินเท้า 3 เส้น ใช้รักษาโรคของเส้นม้าม ตับ และไต โดยเป็นจุดพื้นฐานซึ่งใช้ร่วมกับเส้นจิงลั่วที่มีพยาธิสภาพ; ต้าจูย (GV 14) เป็นจุดเชื่อมต่อของเส้นหยางทุกเส้น ใช้รักษาโรคของเส้นตูและเส้นหยางทุกเส้น โดยใช้ร่วมกับจุดอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับเส้นจิงลั่วที่มีพยาธิสภาพ

ตารางที่ 3.10 จุดเจียวฮุย (X) บนเส้นหยาง

เส้นจิงลั่ว จุด	ตู	กระเพาะปัสสาวะ	ลำไส้เล็ก	ถุงน้ำดี	ซานเจียว	กระเพาะอาหาร	ลำไส้ใหญ่	หยางเหวย	หยางเซียว	ต้าย	หมายเหตุ
เสินลิ่ง (GV 24)		X				X					
ส่วยโกว (GV 26)						X	X				
ปายฮุย (GV 20)		X	X	X	X						

[illegible]

ตารางที่ 3.10 จุดเจียวฮ่วย (X) บนเส้นหยาง (ต่อ)

เส้นจิงลั่ว จุด	ตู่	กระเพาะปัสสาวะ	ลำไส้เล็ก	ถุงน้ำดี	ชานเจียว	กระเพาะอาหาร	ลำไส้ใหญ่	หยางเหวย	หยางเจียว	ไต	หมายเหตุ
ฝูปั๋าย (GB 10)		X									
โถวเซียววิน (GB 11)		X									
หวานกู่ (GB 12)		X									
เปิ่นเสิน (GB 13)								X			
หยางปั๋าย (GB 14)								X			
โถวหลินซี (GB 15)		X						X			
มู่ชวง (GB 16)								X			
เจิ้งหยิง (GB 17)								X			
เฉิงหลิง (GB 18)								X			
หน่วคัง (GB 19)								X			
เฟิงฉือ (GB 20)								X			
เจียนจิง (GB 21)					X	X		X			
รื่อเยวี่ (GB 24)								X			เชื่อมติดกับเส้นม้าม
ต้ายม่าย (GB 26)										X	
อู่ชู (GB 27)										X	
เวยตั้ว (GB 28)										X	
จวีเหลียว (GB 29)									X		
หวานเทียว (GB 30)		X									
หยางเจียว (GB 35)								X			จุดชี้ของเส้นหยางเหวย
เทียนเหลียว (TE 15)								X			
อู่เฟิง (TE 17)				X							
เจียวซุน (TE 20)				X			X				
เอ๋อร์เหอเหลียว (TE 22)			X	X							
ซือจู่คัง (TE 23)				X							จุดชี้ของเส้นถุงน้ำดีกระจายออก

ตารางที่ 3.10 จุดเจียวอยู่ (X) บนเส้นหยาง (ต่อ)

เส้นจิงลั่ว จุด	ดู	กระเพาะปัสสาวะ	ลำไส้เล็ก	ถุงน้ำดี	ซานเจียว	กระเพาะอาหาร	ลำไส้ใหญ่	หยางเหวย	หยางเจียว	ไต	หมายเหตุ
เฉิงซี (ST 1)									X		เชื่อมติดกับเส้นเร็น
จิวเหลียว (ST 3)									X		
ตี่ซาง (ST 4)							X		X		
เซี่ยกวาน (ST 7)				X							
โถวเหวย (ST 8)				X				X			
เหรินหยิง (ST 9)				X							
ชีซง (ST 30)											จุดเริ่มต้นของเส้นซง
เจียนหยวี (LI 15)									X		
จิวกู่ (LI 16)									X		
หยิงเซียง (LI 20)						X					

ตารางที่ 3.11 จุดเจียวอยู่ (X) บนเส้นยิน

เส้นจิงลั่ว จุด	เร็น	ม้าม	ปอด	ตับ	เยื่อหุ้มหัวใจ	ไต	หัวใจ	ยินเหวย	ยินเจียว	ซง	หมายเหตุ
เฉิงเจียง (CV 24)											เชื่อมติดกับเส้นกระเพาะอาหาร
เหลียนเฉวียน (CV 23)								X			
เทียนทู (CV 22)								X			
ซ่างหวาน (CV 13)											เชื่อมติดกับเส้นลำไส้เล็กและเส้นกระเพาะอาหาร
จงหวาน (CV 12)											เชื่อมติดกับเส้นลำไส้เล็กกระเพาะอาหาร และซานเจียว
เซี่ยหวาน (CV 10)		X									
ยินเจียว (CV 7)						X				X	
กวานหยวน (CV 4)		X		X		X					

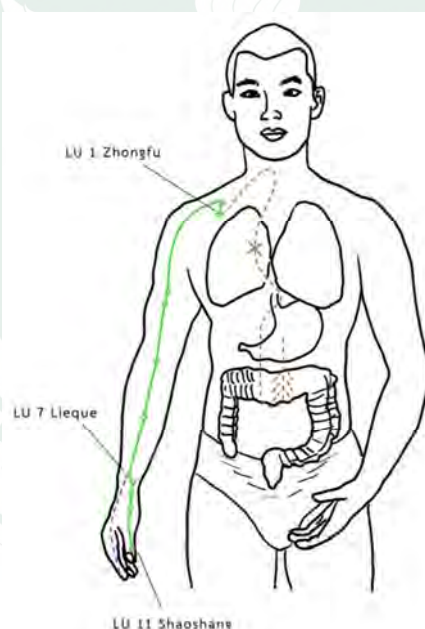
ตารางที่ 3.11 จุดเจียวฮ่วย (X) บนเส้นยิน (ต่อ)

เส้นจิงลั่ว จุด	เส้น	ม้าม	ปอด	ตับ	เยื่อหุ้มหัวใจ	ไต	หัวใจ	ยินเหวย	ยินเซียว	ชง	หมายเหตุ
จิงจี (CV 3)		X		X		X					
ชวีกุ๋ (CV 2)				X							
ฮ่วยยิน (CV 1)										X	เชื่อมติดกับเส้นตู่
ชงเหมิน (SP 12)				X							
ฝูเซ่อ (SP 13)				X				X			
ต้าเหิง (SP 15)								X			
ฟู่อาย (SP 16)								X			
จิงฝู (LU 1)		X									
จางเหมิน (LR 13)											เชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดี
ซีเหมิน (LR 14)		X						X			
เทียนฉือ (PC 1)											เชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดี
เหิงกุ๋ (KI 11)										X	
ต้าเฮ่อ (KI 12)										X	
ซีเสวีย (KI 13)										X	
ชือหม่าน (KI 14)										X	
จิงจู (KI 15)										X	
ฮวงชู (KI 16)										X	
ชางชวี (KI 17)										X	
สือกวาน (KI 18)										X	
ยินตู่ (KI 19)										X	
ฟู่ทงกุ๋ (KI 20)										X	
ยิวเหมิน (KI 21)										X	
จ้าวห่าย (KI 6)									X		จุดเริ่มต้นของเส้นยินเซียว
เจียวซัน (KI 8)									X		จุดซึ้งของเส้นยินเซียว
จูปิ่น (KI 9)								X			
ซานยินเจียว (SP 6)				X		X					

เส้นทางเดินของเส้นจิงล้าว

1. เส้นปอดท่ายินมือ (手太阴肺经)

1.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มต้นจากจิงเจียว ลงไปเชื่อม (สัมพันธ์) ต่อกับลำไส้ใหญ่ซึ่งเป็นอวัยวะคู่สัมพันธ์ แล้ววกขึ้นเลียบบนของกระเพาะอาหาร ผ่านกระบังลมเข้าสู่ (สังกัด) ปอดซึ่งเป็นอวัยวะต้นสังกัด จากนั้นขึ้นไปตามหลอดลมถึงกล่องเสียง แล้ววกลงไปที่ทรวงอกด้านบน ออกมาเป็นจุดแรกที่ได้กระดูกไหปลาร้าตรงช่องซี่โครงที่ 1 คือ จิงฝู (LU 1) ไหลเวียนผ่านไหปลาร้าด้านหน้าลงไปตามขอบหน้าของต้นแขนด้านใน ผ่านรอยพับศอก ไหลเวียนตามขอบหน้าของปลายแขนด้านใน เข้าสู่ข้อมือโดยอยู่ด้านนอกต่อหลอดเลือดแดง radial และผ่านฝ่ามือไปสิ้นสุดที่มุมฐานเล็บนิ้วหัวแม่มือด้าน radial ที่ข่าวซาง (LU 11) เนื้อข้อมือเล็กน้อยมีเส้นจากเฉื่อยเหวีย (LU 7) แยกไปตามหลังมือถึงปลายนิ้วชี้ ไปเชื่อมต่อกับเส้นลำไส้ใหญ่หยางหมิงมือ (ภาพที่ 3.1)



ภาพที่ 3.1 เส้นทางไหลเวียนของเส้นปอดท่ายินมือ

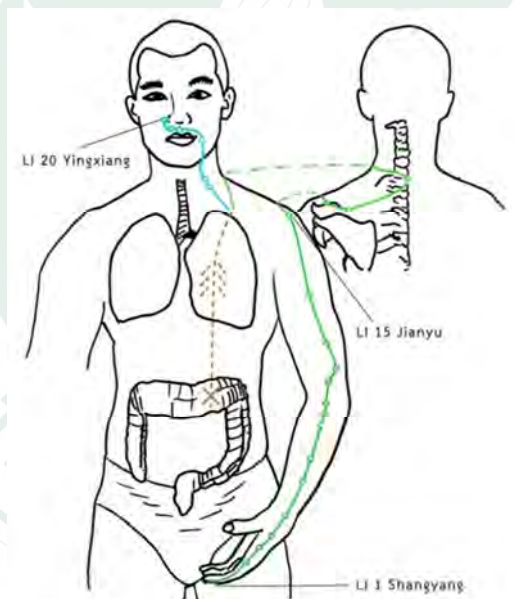
- 1.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: ปอด หลอดลม กล่องเสียง ลำคอ ลำไส้ใหญ่
- 1.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ไอ ไอเป็นเลือด เป็นหวัด เจ็บคอ เลือดกำเดาไหล แขนหน้าอกหอบ หายใจระจัน ปวดไหปลาร้า ปวดแขนขอบหน้า-ด้านใน ปวดเอ็นสะบัก
- 1.4 ข้อบ่งชี้: โรคของลำคอ หลอดลม ปอด และทรวงอก อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงล้าว
- 1.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 11 จุด

2. เส้นลำไส้ใหญ่หยางหมิงมือ (手阳明大肠经)

2.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มต้นจากปลายนิ้วชี้ด้านradial ที่ซางหยาง (LI 1) ขึ้นมาอยู่ระหว่างกระดูกฝ่ามือที่ 1 กับ 2 ผ่านข้อมือแล้วไหลเวียนตามขอบหน้าของแขนด้านนอก ข้อศอก ขอบหน้าของต้นแขนด้านนอก ถึงหัวไหล่ตรงเจียนหยวี (LI 15) จากนั้นไหลเวียนผ่านหน้าต่อ acromian process วกลงด้านหลังไปถึงใต้ปุ่มกระดูกต้นคอที่ 7 เชื่อมติดกับเส้นตุ แล้ววกกลับมาด้านหน้าตรงแอ่งไหปลาร้า จึงแยกเป็น 2 สาขา

สาขาแรก เข้าในทรวงอกไปเชื่อมสัมพันธ์กับปอด แล้วลงไปผ่านกระบังลม เข้าไปสังกัดที่ลำไส้ใหญ่ จากนั้นมีเส้นทางเดินภายในไปถึงซางจวิชีวี (ST 37)

สาขาที่ 2 แยกขึ้นไปผ่านลำคอ แก้ม เหนือกและฟันล่าง แล้ววกขึ้นเหนือริมฝีปากบน ข้ามแนวกึ่งกลางใบหน้าตรงร่องใต้จมูก ไปสิ้นสุดที่ข้างปีกจมูกด้านตรงข้าม คือ หยินเซียง (LI 20) แล้วเชื่อมต่อกับเส้นกระเพาะอาหาร (ภาพที่ 3.2)



ภาพที่ 3.2 เส้นทางไหลเวียนของเส้นลำไส้ใหญ่หยางหมิงมือ

2.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: ลำไส้ใหญ่ ปอด เหนือก ฟันล่าง

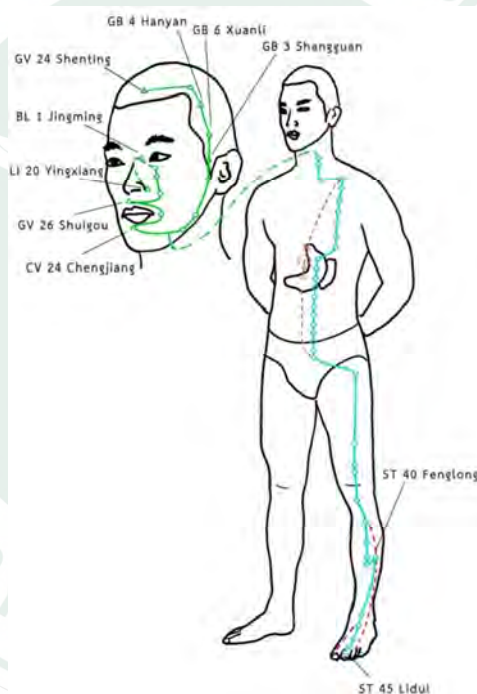
2.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ปวดศีรษะ ปวดใบหน้า ปวดฟัน เลือดกำเดาไหล เจ็บคอ น้ำมูกไหล หูอื้อ หูหนวก ปวดท้อง ท้องร้อง ท้องเดิน ท้องผูก บิด

2.4 ข้อบ่งชี้: โรคของศีรษะ ใบหน้า และลำคอ เช่น อัมพาตใบหน้า เป็นต้น กลุ่มโรคใช้อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว เช่น ปวด บวม โรคผิวหนัง เป็นต้น

2.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 20 จุด

3. เส้นกระเพาะอาหารหยางหมิงเท้า (足阳明胃经)

3.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มจากปักจมูกขึ้นไปข้างจมูก ไปเชื่อมติดกับเส้นกระเพาะปัสสาวะบริเวณหัวตาตรงจิงหมิง (BL 1) แล้ววกผ่านข้างจมูกลงมาใต้ตาที่เฉิงซี่ (ST 1) เป็นจุดแรกของเส้นกระเพาะอาหาร จากนั้นไหลเวียนขนานข้างจมูก วกลงเข้าเหงือกบนไปเชื่อมติดกับส่วยโกว (GV 26) แล้วออกมาที่มุมปากตรงตี่ซาง (ST 4) วกลงริมฝีปากล่างไปเชื่อมติดกับเฉิงเจียง (CV 24) จากนั้นผ่านขากรรไกรล่างที่ต้าหยิง (ST 5) ไปที่มุมกรรไกรล่างตรงเจียเซอ (ST 6) วกลงไปที่หน้าหู เชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดีที่ซางกวาน (GB 3) เลี้ยวขึ้นไปเหนือแนวชายผมมุมหน้าผากเล็กน้อย แล้วไหลเวียนขนานเหนือแนวชายผมขอบหน้าผากไปที่กลางศีรษะ เชื่อมติดกับเสินถิง (GV 24) เป็นการสิ้นสุดสาขาแรก (ภาพที่ 3.3)



ภาพที่ 3.3 เส้นทางไหลเวียนของเส้นกระเพาะอาหารหยางหมิงเท้า

ตรงกึ่งกลางขากรรไกรล่างที่คลำได้ชีพจร มีเส้นสาขายกกลงไปที่ลำคอด้านหน้า ถึงกลางแอ่งไหปลาร้ามีเส้นแยกเข้าไปในทรวงอก ผ่านกระบังลมไปสังกัดกระเพาะอาหารและไปสัมพันธ์กับม้าม

ส่วนเส้นภายนอกไหลเวียนลงไปที่หน้าอก โดยห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอก 4 ชู้น ผ่านหัวนมถึงช่องซี่โครงที่ 5 แล้วเฉียงเข้าใน ลงไปผ่านหน้าท้อง โดยห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าท้อง 2 ชู้น จนถึงขาหนีบตรงที่คลำได้ชีพจร คือ ซี่ง (ST 30) ซึ่งเป็นจุดที่เส้นสาขายกในจากอวัยวะข้างผู้ออกมาบรรจบ แล้วไหลเวียนลงไปตามขาหน้า ผ่านกล้ามเนื้อ quadriceps ลงไปตามขอบนอก

ของกระดูกสะบ้า ผ่านไปตามแนวสันกระดูกแข้งด้านนอกถึงข้อเท้า ไหลเวียนต่อไปที่หลังเท้า ผ่านบริเวณคลำได้ชีพจรที่ขงหยาง (ST 42) ไปสิ้นสุดที่ปลายนิ้วเท้าที่ 2 ตรงโคนเล็บด้านนอกที่สี่ตู่ย (ST 45)

ตรงจู่ซานหลี่ (ST 36) มีเส้นสาขากายในผ่านลงไปตามกระดูกแข้งด้านนอกไปถึงจุดลั่วที่เฟิงหลง (ST 40) แล้วลงไปหลังเท้า ไปสิ้นสุดที่นิ้วเท้าที่ 3 ด้านนอก ตรงขงหยาง (ST 42) มีเส้นสาขากายในแยกไปที่ปลายนิ้วหัวแม่เท้าด้านใน เพื่อเชื่อมต่อกับเส้นม้าม

3.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: กระเพาะอาหาร ม้าม ลำคอ

3.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ปวดกระเพาะอาหาร อาเจียน ท้องเดิน แน่นท้อง ท้องร้อง ปวดศีรษะ ปวดฟัน เจ็บคอ เลือดกำเดาไหล

3.4 ข้อบ่งชี้: โรคกระเพาะอาหารและลำไส้ ปวดบริเวณศีรษะ ใบหน้า ตา จมูก ปาก และฟัน อัมพาตใบหน้า โรคระบบจิตประสาท อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว เช่น ปวดกล้ามเนื้อ กล้ามเนื้ออ่อนแรง กล้ามเนื้อสับ ปวดทรวงอก โรคของเข่าและสะบ้า เป็นต้น

3.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 45 จุด

4. เส้นม้ามท่ายินเท้า (足太阴脾经)

4.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มจากมูฐานเล็บนิ้วหัวแม่เท้าด้านในที่หยินปาย (SP 1) ไปตามขอบในของเท้าบนแนวรอยต่อส้นนิ้ว ผ่านกระดูกฝ่าเท้าขึ้นมาหน้าต่อตาตุ่มใน มาตามแนวหลัง-ขอบในของกระดูกแข้ง เลยกึ่งกลางหน้าแข้งจะไหลเวียนหน้าต่อเส้นดัด ผ่านเข่าและต้นขาด้านในมาที่ขาหนีบ เข้าช่องท้องไปสังกัดม้ามและไปสัมพันธ์กับกระเพาะอาหาร จากนั้นผ่านกระบังลมขึ้นมาตามหลอดอาหาร ผ่านคอหอยขึ้นมาถึงโคนลิ้น แล้วกระจายในปากและลิ้น

บริเวณกระเพาะอาหาร มีเส้นสาขายกไปที่หัวใจ เพื่อเชื่อมต่อกับเส้นหัวใจ

บริเวณขาหนีบ เส้นสาขากายนอกจะไหลเวียนผ่านแนวกึ่งกลางหน้าท้องที่จิงจี (CV 3) ถึงกวนหยวน (CV 4) จากนั้นเฉียงออกไปด้านข้างห่างจากกึ่งกลางหน้าท้อง 4 ชุ่น แล้ววกกลับมากึ่งกลางหน้าท้องที่เชียวฮวาน (CV 10) จากนั้นเฉียงออกไปห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าท้อง 6 ชุ่น ขึ้นมาที่เต้านม ถึงใต้ไหปลาร้าที่จิงฝู (LU 1)

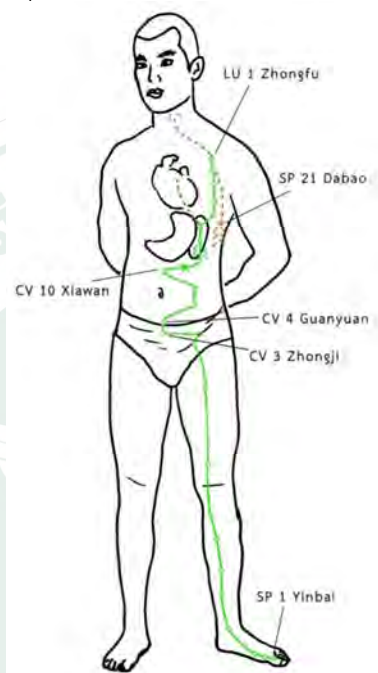
เส้นสาขากายในไหลเวียนลงไปออกสู่ภายนอกที่สี่ซาง ไปสิ้นสุดที่ดำปาว (SP 21) (ภาพที่ 3.4)

4.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: ม้าม กระเพาะอาหาร หัวใจ ลำคอ ลิ้น

4.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ปวดกระเพาะอาหาร อาเจียน ท้องเดิน แน่นท้อง ท้องร้อง บิดอาหารไม่ย่อย ดีซ่าน

4.4 ข้อบ่งชี้: โรคของม้าม กระเพาะอาหาร และอวัยวะเพศ โรคนรีเวช อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว

4.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 21 จุด



ภาพที่ 3.4 เส้นทางไหลเวียนของเส้นม้ามท่ายืนเท้า

5. เส้นหัวใจช่าวยินมือ (手少阴心经)

5.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มต้นที่หัวใจ ไปสังกัดระบบหัวใจ มีเส้นสาขาลงไปสัมพันธ์กับลำไส้เล็ก ขณะเดียวกัน มีเส้นสาขากายในผ่านขึ้นไปที่หลอดลม หลอดอาหาร สิ้นสุดที่ระบบตา (รวมถึงส่วนเชื่อมต่อกับสมอง)

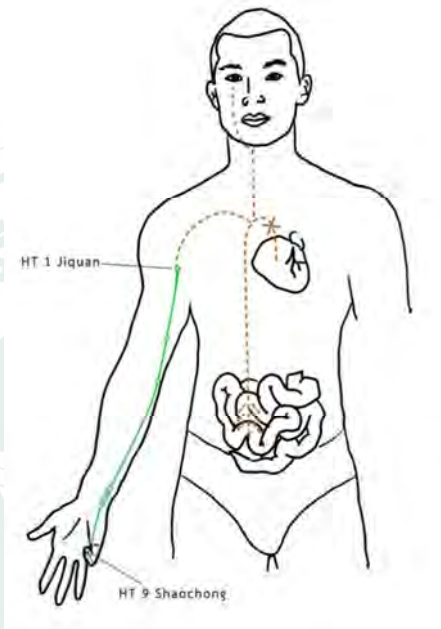
เส้นจิงลั่วหลักไหลเวียนอยู่ภายในทรวงอก ผ่านปอด และออกสู่ภายนอกตรงรักแร้ ที่จี้เฉวียน (HT 1) ไหลเวียนไปตามต้นแขนด้านใน ลงไปบริเวณศอกและปลายแขนด้าน ulnar ผ่านข้อมือบริเวณกระดูก pisiform แล้วเข้าสู่ฝ่ามือ ไปสิ้นสุดที่ปลายนิ้วก้อยด้าน radial ที่ช่าวซิง (HT 9) แล้วเชื่อมต่อกับเส้นลำไส้เล็ก (ภาพที่ 3.5)

5.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: หัวใจ ลำไส้เล็ก ปอด ลำคอ ระบบตา

5.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ใจสั่น เจ็บหน้าอก คอแห้ง กระจายน้ำ ตาเหลือง ปวดศีรษะ ปวดแขนด้านใน ร้อนฝ่ามือ นอนไม่หลับ โรคลมชัก

5.4 ข้อบ่งชี้: โรคของหัวใจและทรวงอก โรคระบบจิตประสาท อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว

5.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 9 จุด



ภาพที่ 3.5 เส้นทางไหลเวียนของเส้นหัวใจซ้ายข้อมือ

6. เส้นลำไส้เล็กท่ายหยางมือ (手太阳小肠经)

6.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มต้นจากโคนเล็บนิ้วก้อยด้าน ulnar ที่ข้อมือ (SI 1) ขึ้นมาที่สันมือและข้อมือด้าน ulnar ผ่าน styloid process จากนั้นขึ้นตามขอบล่างของกระดูก ulna เข้าสู่บริเวณศอกตรงร่องระหว่าง medial epicondyle กับ olecranon process แล้วไหลเวียนอยู่ด้านหลังของต้นแขน เมื่อขึ้นมาที่หัวไหล่จะไหลเวียนแบบสลับฟันปลาไปถึงสะบัก ไปเชื่อมติดกับเส้นกระเพาะปัสสาวะ 2 ตำแหน่ง และเชื่อมติดกับเส้นตู่ที่ต่าจู (GV 14) จากนั้น ข้ามบ่าลงไปที่กึ่งกลางแอ่งไหปลาร้า แล้วแยกเป็นสาขาภายในกับภายนอก

สาขาภายใน จะผ่านลงไปที่สัมพันธ์กับหัวใจ ผ่านหลอดอาหาร กระบังลม ไปสัมพันธ์กับกระเพาะอาหารและสังกัดลำไส้เล็ก

สาขาภายนอก แยกจากกึ่งกลางแอ่งไหปลาร้าแล้วขึ้นศีรษะ ผ่านข้างลำคอ แก้ม หางตา ไปสิ้นสุดบริเวณหน้าหูที่ทิงกง (SI 19)

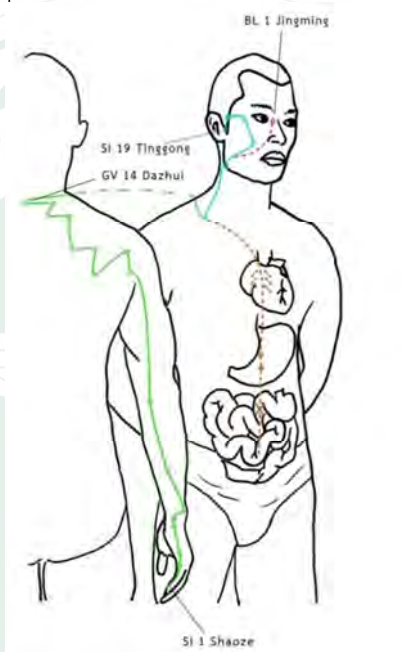
บริเวณแก้ม มีสาขาผ่านข้างจมูกขึ้นมาที่หัวตา เพื่อเชื่อมต่อกับเส้นกระเพาะปัสสาวะที่จิงหมิง (BL 1) (ภาพที่ 3.6)

6.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: ลำไส้เล็ก หัวใจ กระเพาะอาหาร หลอดอาหาร ไบหน้า หู ตา จมูก

6.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: หูอื้อ หูหนวก คางทูม เจ็บคอ ปวดฟัน ปวดตึงต้นคอ ปวดสะบัก ปวดท้องน้อยด้านข้าง ปวดตามแนวสันหลังร้าวไปอذنทะ ตาเหลือง แก้มบวม

6.4 ข้อบ่งชี้: โรคของศีรษะ ต้นคอ หู ตา และคอหอย โรคระบบจิตประสาท กลุ่มโรคไข้ อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว

6.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 19 จุด



ภาพที่ 3.6 เส้นทางไหลเวียนของเส้นลำไส้เล็กท่ายหยางมือ

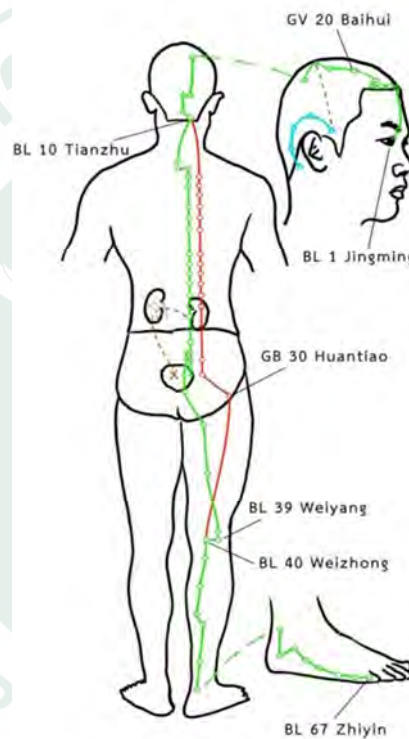
7. เส้นกระเพาะปัสสาวะท่ายหยางเท้า (足太阳膀胱经)

7.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มต้นจากหัวตาที่จิงหมิง (BL 1) ขึ้นไปผ่านหัวคิ้ว หน้าผาก ไปยอดกระหม่อมเชื่อมติดกับเส้นตูที่ปายฮุย (GV 20) จากจุดนี้มีเส้นสาขายกไปด้านข้างถึงบริเวณหู แล้ววนรอบหูด้านหลังขนานกับเส้นถุงน้ำดี

ตรงยอดกระหม่อม มีเส้นสาขายกเข้าไปเชื่อมกับสมองแล้วออกมา ไหลเวียนต่อไปด้านหลังศีรษะและท่ายหยางถึงเทียนจู๋ (BL 10) แล้วแยกเป็น 2 เส้น

เส้นที่ 1 ไหลเวียนผ่านต่าจู่ (CV 14) แล้วเฉียงออกจากแนวกึ่งกลางกระดูกสันหลัง 1.5 ชู่น บริเวณเอวมีเส้นสาขายกเข้าไปสัมผัสกับไตและสังกัดกระเพาะปัสสาวะ โดยเส้นหลักจะไหลเวียนตามแนวกระดูกสันหลังไปแก้มก้น ขาด้านหลัง จนถึงข้อพับเข่าที่เหว่ยหยาง (BL 39) แล้ววกเข้ากึ่งกลางข้อพับเข่าที่เหว่ยจง (BL 40)

เส้นที่ 2 แยกจากเทียนจู (BL 10) ไหลเวียนขนานลงไปกับเส้นที่ 1 โดยห่างจากแนวกึ่งกลางกระดูกสันหลัง 3 ชู่น ถึงกระเบนเหน็บแล้วเฉียงออกด้านข้าง ไปเชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดีที่หวนเทียน (GB 30) ลงไปด้านหลังของขาโดยอยู่ด้านนอกต่อเส้นที่ 1 ไปถึงข้อพับเข่าที่เหว่ยจง (BL 40) แล้วรวมเป็นเส้นเดียวกันลงไพลางน่อง จากนั้นเฉียงออกด้านข้างเล็กน้อย ผ่านหลังตาตุ่มนอกไปตามขอบนอกของเท้าในแนวรอยต่อส้นนิ้ว สิ้นสุดตรงโคนเล็บนิ้วเท้าที่ 5 ด้านนอกที่จื่อยิ่น (BL 67) (ภาพที่ 3.7)



ภาพที่ 3.7 เส้นทางไหลเวียนของเส้นกระเพาะปัสสาวะท่ายหยางเท้า

7.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: กระเพาะปัสสาวะ ไต สมอ

7.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ โรคลมชัก โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ไข้จับสั่น โรคตา คัดจมูก เลือดกำเดาไหล ปวดศีรษะ ปวดต้นคอ ปวดหลังส่วนล่าง ปวดสะโพก ปวดขาด้านหลัง

7.4 ข้อบ่งชี้: โรคของศีรษะ ต้นคอ ตา หลัง เอว และขา โรคระบบจิตประสาท โรคของอวัยวะจิ้งฝู

7.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 67 จุด

8. เส้นไตซ้าย Yin เท้า (足少阴肾经)

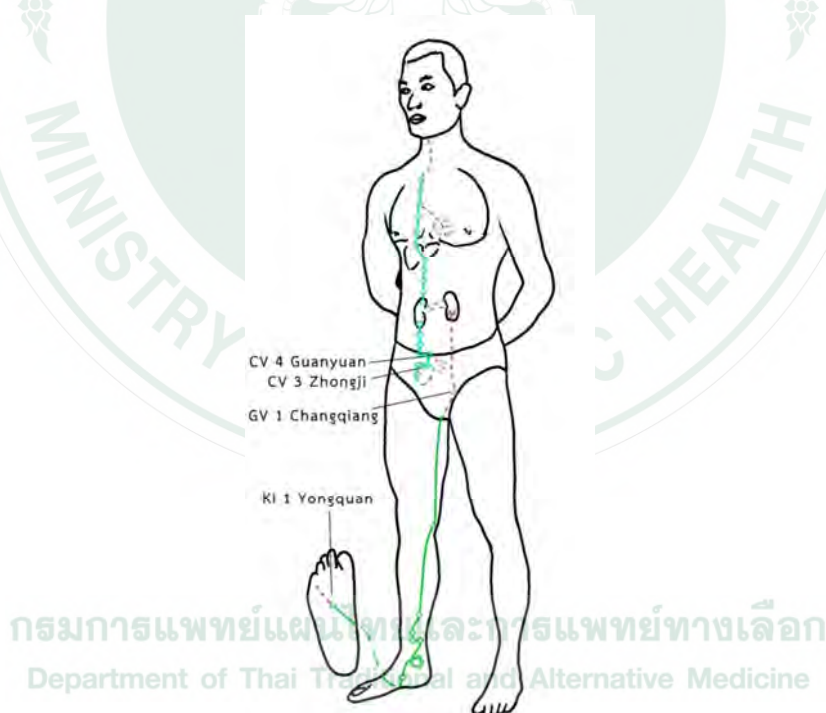
8.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มจากนิ้วเท้าที่ 5 ด้านนอกที่เส้นกระเพาะปัสสาวะไปเชื่อมต่อกับเส้นไตบริเวณใต้ฝ่าเท้าที่หย่งเฉวียน (KI 1) ไหลเวียนขึ้นมาที่ได้ปุ่มกระดูก navicula ผ่านตาตุ่มในบริเวณข้างสันเท้าด้านใน แล้วขึ้นบนผ่านขาและต้นขาด้านใน เข้าช่องท้อง ผ่านฉางเฉียง (GV 1) บริเวณฝีเย็บ ไปตามกระดูกสันหลัง ไปสังกัดไตแล้วแยกเป็น 2 เส้น

เส้นแรก ออกมาข้างสะดือ ลงไปเชื่อมติดกับเส้นเร็นที่กวนหยวน (CV 4) ต่อไปที่จงจี (CV 3) แล้วออกมาที่ต้าเฮ่อ (KI 12) ซึ่งห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าท้อง 0.5 ชู่น จากนั้นลงไปที่เหิงกู่ (KI 11) แล้วเข้าไปสัมพันธ์กับกระเพาะปัสสาวะ

เส้นที่ 2 ออกมาเหนือสะดือ 2 ชู่นที่ซางชวี่ (KI 17) ขึ้นมาผ่านตับและกระบังลม เข้าไปที่ปอด ไหลเวียนขึ้นมาตามแนวหลอดคอ ไปสิ้นสุดที่โคนลิ้น

เส้นภายนอกจะขนานกับเส้นภายในไปพร้อมกัน โดยไหลเวียนห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าท้อง 0.5 ชู่น จนถึงยิวเหมิน (KI 21) เมื่อถึงหน้าอกตรงช่องซี่โครงที่ 5 ที่ปู้หลาง (KI 22) จะไหลเวียนห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอก 2 ชู่น จนถึงขอบล่างของกระดูกไหปลาร้า ไปสิ้นสุดที่ซูฝู่ (KI 27)

บริเวณปอด มีเส้นสาขากายในไหลเวียนผ่านหัวใจ แล้วส่งต่อให้เส้นเยื่อหุ้มหัวใจ (ภาพที่ 3.8)



ภาพที่ 3.8 เส้นทางไหลเวียนของเส้นไตซ้าย Yin เท้า

8.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: ไต กระเพาะปัสสาวะ ตับ ปอด หัวใจ กระจกสันหลัง คอหอย ไคน์ลิ้น

8.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะคั่งค้าง ปัสสาวะบ่อย ผื่นเปื่อยก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ รอบเดือนผิดปกติ หูอื้อ หูหนวก ปวดฟัน เจ็บคอ หอบหืด ไอเป็นเลือด ปากแห้ง บวม ท้องผูก ท้องเดิน ปวดหลังส่วนล่าง ปวดขา กล้ามเนื้ออ่อนแรง ร้อนฝ่าเท้า โรคลมแดด โรคหลอดเลือดสมอง

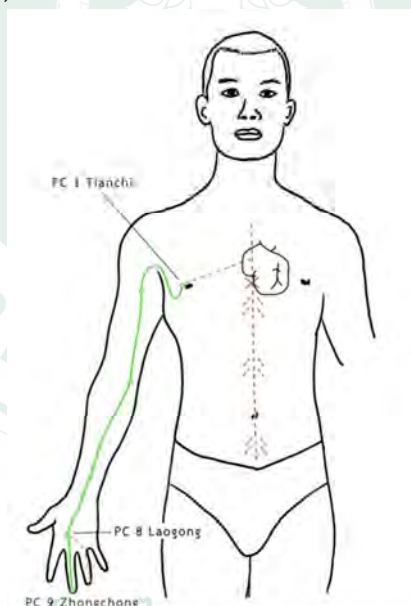
8.4 ข้อบ่งชี้: โรคทางนรีเวช อวัยวะเพศ ไต ปอด และคอหอย อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว

8.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 27 จุด

9. เส้นเยื่อหุ้มหัวใจเจี๋ยยินมือ (手厥阴心包经)

9.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มต้นจากทรวงอกไปสังกัดเยื่อหุ้มหัวใจ ไหลเวียนผ่านกระบังลม เข้าสู่ช่องท้อง ไปสัมพันธ์กับซานเจียว เส้นหลักไหลเวียนออกจากทรวงอกมาที่บริเวณต่ำกว่าปลายรอยพับรักแร้ด้านหน้า 3 ชุน ระดับราวมม ห่างจากหัวนมออกไป 1 ชุน ที่เทียนฉือ (PC 1) แล้วขึ้นมาที่รักแร้ จากนั้นวิ่งลงไปตามแนวกิ่งกลางแขนด้านในถึงกลางฝ่ามือ ไปสิ้นสุดตรงปลายนิ้วกลางที่จงชง (PC 9)

บริเวณฝ่ามือตรงหลาวกง (PC 8) มีเส้นสาขากายในแยกลงไปที่ปลายนิ้วนาง เชื่อมต่อกับเส้นซานเจียว (ภาพที่ 3.9)



ภาพที่ 3.9 เส้นทางไหลเวียนของเส้นเยื่อหุ้มหัวใจเจี๋ยยินมือ

9.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: เยื่อหุ้มหัวใจ ซานเจียว

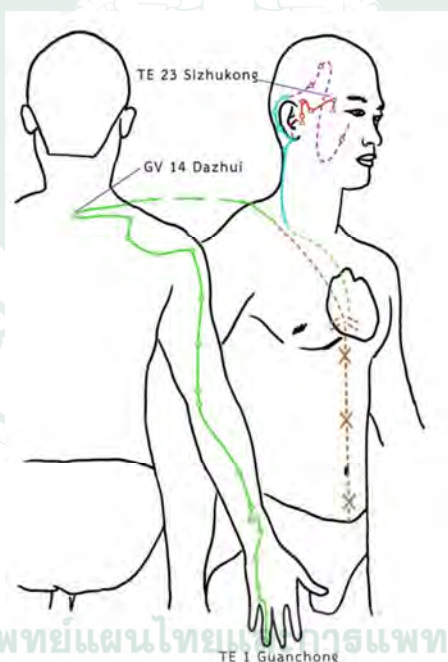
9.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ใจสั่น หัวใจเต้นเร็ว หัวใจเต้นช้า เจ็บหน้าอก แน่นหน้าอก ปวดกระเพาะอาหาร ภาวะนกระวาย วิดกกังวล โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก รักแร้บวม ปวดเกร็งข้อศอก รื้อนฝ่ามือ ปวดสีข้าง

9.4 ข้อบ่งชี้: โรคของหัวใจ ทรวงอก และกระเพาะอาหาร โรคระบบจิตประสาท อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว

9.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 9 จุด

10. เส้นซานเจียวซ่าหยางมือ (手少阳三焦经)

10.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มต้นจากกวนชง (TE 1) ที่โคนเล็บนิ้วนางด้าน ulnar ผ่านมา ระหว่างกระดูกฝ่ามือที่ 4 กับ 5 ผ่านข้อมือแล้วมาตามต้นแขนด้านนอกระหว่างกระดูก radius กับ ulna ผ่านปลายข้อศอก มาตามกระดูกต้นแขนด้านนอกถึงหัวไหล่ เชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดี แล้วไปต้าจู๋ (GV 14) จากนั้นข้ามบ่าลงไปที่แอ่งไหปลาร้า เข้าทรวงอกไปสัมพันธ์กับเยื่อหุ้มหัวใจ แล้วผ่านกระบังลมลงไปยังกัตซานเจียว



บริเวณทรวงอก มีเส้นสาขารูขึ้นมาที่แอ่งไหปลาร้า แล้วตรงขึ้นมาผ่านลำคอด้านข้าง วกลงไปหลังหู ไหลเวียนอ้อมหลังหู แล้วขึ้นมาเหนือหู ไปถึงมุมหน้าผากแล้ววกกลางผ่านแก้ม จากนั้นวกขึ้นบน มาสิ้นสุดที่ไตตา

บริเวณหลังหู มีเส้นสาขายกเข้าหูแล้วออกมาที่หน้าหู ทิศทางไหลเวียนไปหางตา เชื่อมติดกับเส้นที่แยกไปแก้ม ไปสิ้นสุดที่หางตาตรงชื่อจู่คง (TE 23) แล้วเชื่อมต่อกับเส้นถุงน้ำดี (ภาพที่ 3.10)

10.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: ซานเจียว เยื่อหุ้มหัวใจ หู ตา

10.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ไมเกรน หูอื้อ หูหนวก ปวดตา ตาบวม เจ็บคอ คอบวม แก้มบวม อัมพาตใบหน้า บวมหลังใบหู ปวดไหล่ ปวดศอกด้านนอก ท้องอืด ปัสสาวะขัด กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะรดที่นอน

10.4 ข้อบ่งชี้: โรคของศีรษะด้านข้าง ตา หู ทรวงอก และสีข้าง กลุ่มโรคใช้ อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว

10.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 23 จุด

11. เส้นถุงน้ำดีชาวหยางเท้า (足少阳胆经)

11.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มต้นบริเวณหางตาที่ถั่งจื่อเหลียว (GB 1) ไปที่หน้าหู ขึ้นไปบริเวณมุมหน้าผากที่ฮ่านเยียน (GB 4) ไหลเวียนเป็นเส้นโค้งขนานตามขอบชายผมลงมาถึงบริเวณเหนือใบหู แล้วโค้งลงไปตามแนวหลังหูถึงหวานกู่ (GB 12) จากนั้นวกขึ้นเป็นเส้นโค้งผ่านเหนือหู ลงมาหน้าผากที่หยางปาย (GB 14) แล้ววกขึ้นบนศีรษะ ลงไปชายผมด้านหลังที่เฟิงฉือ (GB 20) ไปถึงต้นคอที่เทียนหรง (SI 17) ต่อไปที่ต้าจู่ย (GV 14) แล้วไหลเวียนผ่านสะบักข้ามบ่าไปที่แอ่งไหปลาร้า ต่อไปที่รักแร้ ลงไปตามสีข้างและชายโครงถึงสะโพก อ้อมหลังไปกระเบนเหน็บ แล้ววกกลับไปหัวหวานเทียว (GB 30) ไหลเวียนต่อไปที่ด้านข้างของต้นขา ผ่านเข่าลงไปอยู่หน้าต่อกระดูกน่อง ผ่านตาตุ่มนอก ไปตามหลังเท้าโดยอยู่ด้านนอกของกระดูกฝ่าเท้าที่ 4 ไปสิ้นสุดตรงนิ้วเท้าที่ 4 ที่จู่เซียวอิน (GB 44)

บริเวณหลังเท้า มีเส้นสาขากายในจากจู่หลินซี (GB 41) ไหลเวียนไประหว่างกระดูกฝ่าเท้าที่ 1 กับ 2 ไปเชื่อมต่อกับเส้นตับที่หัวแม่เท้า (ภาพที่ 3.11)

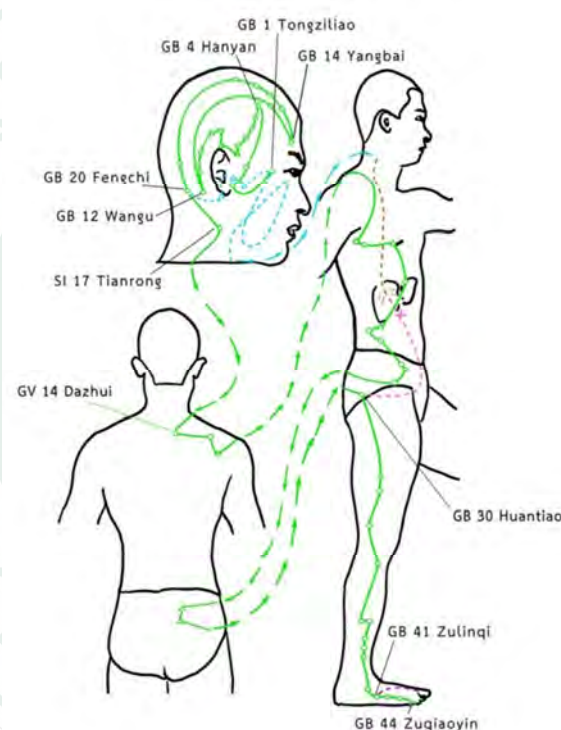
บริเวณหลังหู มีเส้นสาขาไหลเวียนเข้าหู แล้วออกมาที่หน้าหู ตรงไปหางตา แล้วลงไปถึงต้าหยิง (ST 5) จากนั้นวกขึ้นมาเชื่อมติดกับเส้นซานเจียวที่ไตตา แล้วลงไปผ่านเจี๋ยเซอ (ST 6) ไหลเวียนลงไปตามลำคอ เข้าแอ่งไหปลาร้าไปบรรจบกับเส้นหลัก แล้วเข้าทรวงอก ผ่านกระบังลมไปสัมพันธ์กับตับและสังกัดถุงน้ำดี จากนั้นไหลเวียนภายในลงไปตามแนวสีข้างชายโครง ต่อไปที่ขาหนีบ ใกล้กับหลอดเลือดแดง femoral แล้วผ่านแนวชายขอบขนหัวหน่าว ไปถึงสะโพกที่หัวหวานเทียว (GB 30)

11.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: กระจกน้ำดี ตับ ตา หู

11.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ไมเกรน เวียนศีรษะ หูอื้อ หูหนวก ปวดตา ปวดฟัน เจ็บคอ ขมปาก อัมพาตใบหน้า ปวดบวมไหล่ปลาร้า ปวดบวมรักแร้ ปวดสีข้างชายโครง ปวดต้นขา ปลายขา และเท้า กระจกน้ำดีอักเสบ นิ่วในกระจกน้ำดี ตับอักเสบ

11.4 ข้อบ่งชี้: โรคของศีรษะด้านข้าง ตา หู และลำคอ โรคระบบจิตประสาท กลุ่มโรคใช้อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว

11.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 44 จุด



ภาพที่ 3.11 เส้นทางไหลเวียนของเส้นกระจกน้ำดีซ้ายขวาทั้ง

12. เส้นตับเจี๋ยอินเท้า (足厥阴肝经)

12.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มจากบริเวณที่มีขนหลังนิ้วหัวแม่เท้า ขึ้นมาตามหลังเท้า ถึงจงเฟิง (LR 4) ไหลเวียนมาตามแนวขาด้านใน ข้ามเส้นม้ามบริเวณเหนือตาตุ่มใน 8 ชุน ไปอยู่หลังต่อเส้นม้าม ไปตามเข่าและต้นขาด้านใน วนรอบอวัยวะเพศ แล้วเข้าไปบริเวณท้องน้อย จากนั้นไหลเวียนขึ้นมาวนรอบกระเพาะอาหาร ไปสังกัดตับและสัมพันธ์กับกระจกน้ำดี แล้วผ่านกระบังลมไปที่สีข้างชายโครง ขึ้นมาด้านหลังคอหอย เข้าสู่โพรงจมูกไปติดต่อกับระบบตา แล้วขึ้นมาที่หน้าผาก เชื่อมติดกับเส้นตู่ที่ยอดกระหม่อม

บริเวณตา มีเส้นสาขาลงไปที่แก้ม วนรอบในปาก

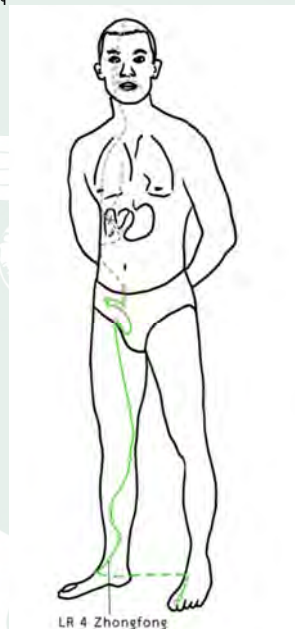
บริเวณตับ มีเส้นสาขาผ่านกระบังลม ไปเชื่อมต่อกับเส้นปอด (ภาพที่ 3.12)

12.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: ตับ ถุงน้ำดี กระเพาะอาหาร ปอด คอหอย จมูก ตา

12.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ดีซ่าน ปวดประจำเดือน เลือดออกจากโพรงมดลูก รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนไม่มา ฝืนเปียก ไข้เลื่อน เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะคั่งค้าง ปัสสาวะขัด คลื่นไส้อาเจียน สะอึก ท้องเดิน ความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมอง ชักในเด็ก โรคลมชัก ปวดบวมตา ปวดหลังส่วนล่าง แน่นหน้าอก

12.4 ข้อบ่งชี้: โรคของตับ ถุงน้ำดี และอวัยวะเพศ โรคเนื้องอก อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว

12.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 14 จุด



ภาพที่ 3.12 เส้นทางไหลเวียนของเส้นตับเจี๋ยอินเท้า

13. เส้นเริน (任脉)

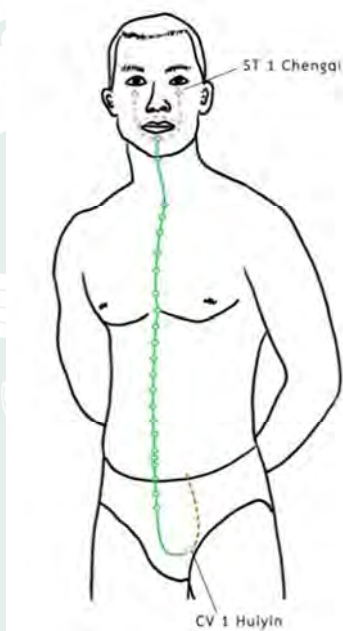
13.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มจากช่องเชิงกรานลงไปผ่านฝีเย็บ ออกมาที่จุดแรกคือ ชู่ยิน (CV 1) ขึ้นมาตามแนวกึ่งกลางลำตัว ผ่านหน้าท้อง หน้าอก และลำคอ ถึงใต้ริมฝีปากแล้ววนรอบปาก ต่อไปที่สายรัดระหว่างริมฝีปากบนกับเหงือกที่หยินเจียว (GV 28) เชื่อมต่อกับเส้นตู แล้วแยกไปที่ไต 2 ข้าง เชื่อมติดกับเส้นกระเพาะอาหารที่เฉิงซี (ST 1) (ภาพที่ 3.13)

13.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: มดลูก ลำคอ ริมฝีปาก และตา

13.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ก้อนในท้องน้อย ปวดท้อง แน่นท้อง เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ไข่เลื่อน ตกขาว ภาวะมีบุตรยาก คอพอก นอนไม่หลับ ชักกระตุก โรคลมชัก

13.4 ข้อบ่งชี้: โรคของช่องท้อง ทรวงอก ลำคอ ใบหน้า และศีรษะ โรคระบบจิตประสาท โรคนรีเวช โรคระบบอวัยวะสืบพันธุ์ ภาวะโรคพร่อง โรคของอวัยวะจำผู้ที่เกี่ยวข้องกับเส้นจึงลั่ว

13.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 24 จุด



ภาพที่ 3.13 เส้นเริน

14. เส้นตู่ (督脉)

14.1 วิธีการไหลเวียน: เริ่มต้นภายในช่องเชิงกราน ผ่านฝีเย็บออกมาที่ฉางเฉิง (GV 1) ไหลเวียนมาตามแนวกระดูกสันหลัง ผ่านต้นคอถึงเฟิงฝู (GV 16) ขึ้นข้างบนตามแนวกึ่งกลางศีรษะ ผ่านยอดกระหม่อมแล้วลงมาหน้าผาก จมูก ริมฝีปากบน ไปสุดที่สายรัดระหว่างริมฝีปากบน กับเหงือกที่หยินเจียว (GV 28)

ตรงเฟิงฝู (GV 16) มีเส้นสาขาเข้าไปในสมอง

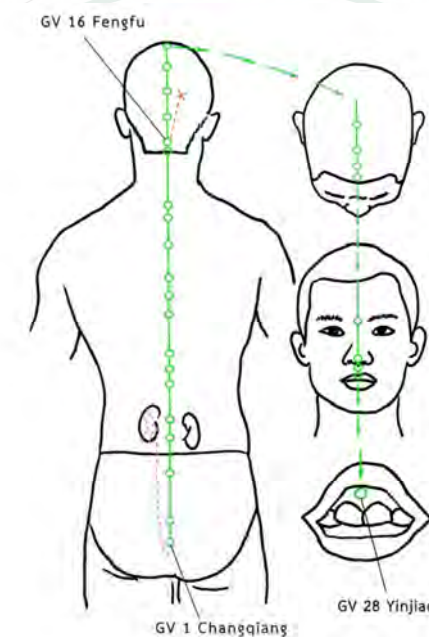
บริเวณปลายกระดูกก้นกบ มีเส้นสาขาไปเชื่อมต่อกับเส้นไตและเส้นกระเพาะปัสสาวะ แล้วผ่านกระดูกสันหลังไปที่ไต (ภาพที่ 3.14)

14.2 อวัยวะที่เกี่ยวข้อง: มดลูก สมอง กระดูกสันหลัง

14.3 อาการที่เกี่ยวข้อง: ภาวะมีบุตรยาก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปวดตึงหลัง ชัก พัฒนาการทางสมองช้า หลงลืมง่าย รีดสีดวงทวาร ภาวะเกร็งแ่นทั้งตัว

14.4 ข้อบ่งชี้: โรคระบบจิตประสาท กลุ่มโรคไข้ โรคของเอด สะโปก ศีรษะ และคอ อาการผิดปกติตามแนวเส้นจิงลั่ว

14.5 จำนวนจุดฝังเข็ม: 28 จุด



ภาพที่ 3.14 เส้นทางไหลเวียนของเส้นดู

จุดฝังเข็มบนเส้นจิงลั่ว

1. จุดฝังเข็มบนเส้นปอดท่ายืนมือ

● **จงฝู่ 中府 Zhōngfǔ (LU 1):** จุดมู่ของปอด จุดเชื่อมติดกับเส้นม้าม

จง หมายถึง จงเจียว **ฝู่** หมายถึง การรวม เส้นปอดเริ่มต้นจากจงเจียว จุดนี้เป็นตำแหน่งที่ซี่ของม้าม-กระเพาะอาหารในจงเจียวรวมกับซี่ปอดแล้วไหลออกสู่ภายนอก

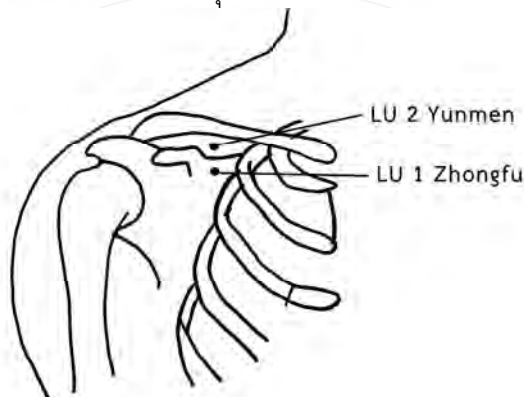
ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 1 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 6 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ เจ็บหน้าอก แน่นหน้าอก ปวดสะบัก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชุ่น ปลายเข็มชี้ออกไปด้านข้างลำตัว

☯ หยวินเหมิน 云门 Yúnmén (LU 2)

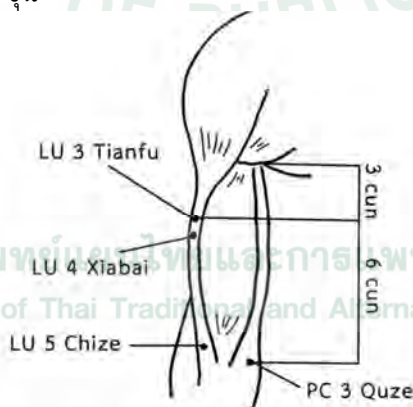
หยวิน แปลว่า เมฆ เปรียบเป็นซี่ปอด เหมิน แปลว่า ประตู จุดนี้เป็นประตูเข้าออกของซี่ปอด
 ตำแหน่ง: ได้กระดูกไหปลาร้า ห่างจากแนวกิ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 6 ชूं เหนือจงฝู (LU 1) 1 ชूं
 ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ แน่นหน้าอก เจ็บหน้าอกกร้าวไปหลัง ปวดสะบัก
 วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชूं ปลายเข็มชี้ไปสี่ข้าง



ภาพที่ 3.15 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นปอด (LU 1 - LU 2)

☯ เทียนฝู 天府 Tiānfǔ (LU 3)

เทียน แปลว่า ฟ้า ฝู แปลว่า การรวม พ้องเสียงกับอวัยวะข้างฝู ปอดอยู่ตำแหน่งสูงสุดเปรียบเป็นฟ้า
 ของอวัยวะข้างฝู
 ตำแหน่ง: ได้ปลายรอยพับรักแร้ด้านหน้า 3 ชूं ตรงขอบกล้ามเนื้อ biceps brachii ด้าน radial
 หรือยื่นแขนไปข้างหน้าให้ตั้งฉากกับลำตัว แล้วหันหน้าให้ปลายงูมูกและแขนจะเป็นจุดนี้พอดี
 ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ หงุดหงิด แน่นหน้าอก เต้านมอักเสบ โรคไทรอยด์ ปวดแขน
 วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชूं



ภาพที่ 3.16 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นปอด (LU 3 - LU 5)

● เสียว่ขาว 俠白 Xiábái (LU 4): จุดที่จิงเป๋ยแยกออกจากเส้นปอด

เสียว แปลว่า หนีบ ป่าย แปลว่า ขาว หมายถึง ปอด จุดนี้ขนาด 2 ข้างปอด

ตำแหน่ง: ได้ปลายรอยพับรักแร้ด้านหน้า 4 ชุ่น หรือเหนือรอยพับข้อศอก 5 ชุ่น ตรงขอบด้าน radial ของกล้ามเนื้อ biceps brachii

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ไอจากซีไหลย๋อน แน่นหน้าอก คลื่นไส้ กระสับกระส่าย ปวดแขนตามแนวเส้นปอด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น

● ฉื่อเจ้อ 尺澤 Chǐzé (LU 5): จุดเหอ

ฉื่อ หมายถึง บริเวณศอก เจ้อ แปลว่า บึง จุดนี้อยู่ตรงรอยพับศอก เป็นที่รวมของซีปอด เปรียบเสมือนน้ำที่ไหลมารวมกันเป็นบึง

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งรอยพับข้อศอก อยู่ด้าน radial ต่อเอ็น biceps brachii

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ แน่นหน้าอก ไอเป็นเลือด ใช้เป็นเวลาหลังเที่ยง เจ็บคอ ปวดต้นแขน ชักในเด็ก ไฟลามทุ่ง อาเจียน อุจจาระร่วง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

● ข่งจู่ย 孔最 Kǒngzuì (LU 6): จุดซี

ข่ง แปลว่า ช่อง รู่ จู่ย แปลว่า มาก ลึก เป็นจุดที่ซีรวมกันอยู่ในส่วนลึก

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมือ 7 ชุ่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างท่ายูเวียน (LU 9) กับฉื่อเจ้อ (LU 5)

ข้อบ่งชี้: ไข้ไม่มีเหงื่อ ไอ ไอเป็นเลือด หอบ เจ็บคอ ปวดแขน ปวดศอก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

ภาพที่ 3.17 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นปอด (LU 5 - 6, LU 9)

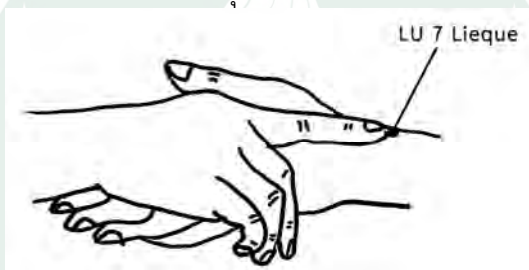
☉ เลย์เชวีย 列缺 Lièquē (LU 7): จุดลั่ว จุดปาม่ายเจียวฮู่ยี่ที่เชื่อมกับเส้นเร็น

เลย์ แปลว่า แยก เชวีย หมายถึง ร่อง เลย์เชวีย โบราณหมายถึง ฟาผ่า 1) จุดนี้อยู่บนร่องกระดูกที่ข้อมือเหมือนรอยฟาผ่า 2) การฝังเข็มจุดนี้ในผู้ป่วยที่มีอาการชักศีรษะตาลาย เพราะกระทบเสียชีพระเภทยีน ช่วยให้ศีรษะโล่งเหมือนฟาผ่าแล้วท้องฟ้าแจ่มใส 3) จุดนี้มีเส้นลั่วแยกไปที่เส้นลำไส้ใหญ่

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมือด้านใน 1.5 ชุ่น อยู่เหนือต่อ styloid process ของกระดูก radius ตรงร่องระหว่างเอ็น extensor pollicis brevis กับ abductor pollicis longus หรือเมื่อประสานง่ามนิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้ทั้ง 2 มือเข้าหากัน ตำแหน่งจะอยู่ที่ปลายนิ้วชี้พอดี

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ เจ็บคอ โรคหลอดเลือดสมอง อัมพาตใบหน้า ปวดศีรษะ ปวดตึงต้นคอ ปวดฟัน ปวดข้อมือ นิ้วหัวแม่มือหรือนิ้วชี้อ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงไปทางข้อศอก 0.5-1 ชุ่น



ภาพที่ 3.18 แสดงวิธีพิเศษในการกำหนดจุดเลย์เชวีย (LU 7)

☉ จิงฉวี 经渠 Jīngqú (LU 8): จุดจิง

จิง แปลว่า เส้นทาง ฉวี แปลว่า ทางระบายน้ำ

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมือด้านใน 1 ชุ่น ตรงร่องระหว่าง styloid process ของกระดูก radius กับหลอดเลือดแดง radial

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ เจ็บหน้าอก เจ็บคอ ปวดข้อมือ นิ้วหัวแม่มือหรือนิ้วชี้อ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชุ่น

☉ ท่ายเยวียน 太渊 Tàiyuān (LU 9): จุดชู จุดหยวน จุดอิทธิพลของหลอดเลือด

ท่าย แปลว่า ใหญ่ เยวียน แปลว่า ห่วงน้ำลึก จุดนี้เป็นศูนย์รวมของหลอดเลือดซึ่งเชื่อมต่อกับเส้นจี้จิง 12 เส้น เหมือนจุดรวมของสายน้ำ

ตำแหน่ง: อยู่ด้าน radial ของหลอดเลือดแดง radial บนแนวรอยพับข้อมือ

ข้อบ่งชี้: ไอ ไอมีเสมหะ ไอเป็นเลือด หอบ เจ็บคอ ความดันโลหิตสูง ปวดแขน ปวดข้อมือ นิ้วหัวแม่มือหรือนิ้วชี้อ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชุ่น

● **หฺยวี้จี้ 鱼际 Yújì (LU 10):** จุดหยิง

หฺยวี้ แปลว่า ปลา จี้ แปลว่า ขอบเขต จุดนี้อยู่บนขอบที่มีเนื้อหนาของฝ่ามือ ลักษณะคล้ายท้องปลา

ตำแหน่ง: กึ่งกลางกระดูกฝ่ามือที่ 1 ตรงขอบฝ่ามือด้าน radial บนแนวรอยต่อสี่นิ้ว

ข้อบ่งชี้: ไอ ไอเป็นเลือด คอแห้ง เจ็บคอ เสียงแหบ ไข้ ปวดศีรษะ ปวดเต้านม

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.7 ชุ่น

● **ซ่าวซาง 少商 Shàoshāng (LU 11):** จุดจิง

ซาง เป็นระดับเสียงดนตรีโบราณ สังกัดธาตุทองเช่นเดียวกับปอด ซ่าว แปลว่า น้อย เป็นจุดสุดท้ายของเส้นปอดซึ่งมีขี้น้อย

ตำแหน่ง: โคนเล็บนิ้วหัวแม่มือด้าน radial ห่างจากมุมฐานเล็บ 0.1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บคอ เลือดกำเดาไหล ไอ หอบ ชักในเด็ก โรคลดซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ปวดเกร็งนิ้วมือ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.1 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

2. จุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้ใหญ่หยางหมิงมือ

● **ซางหยาง 商阳 Shāngyáng (LI 1):** จุดจิง

ซาง เป็นระดับเสียงดนตรีโบราณ สังกัดธาตุทองเช่นเดียวกับปอด หยาง คือ หยางในอินหยาง เป็นจุดเริ่มต้นของเส้นลำไส้ใหญ่ซึ่งเป็นเส้นหยาง

ตำแหน่ง: โคนเล็บนิ้วชี้ด้าน radial ห่างจากมุมฐานเล็บ 0.1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บคอ แก้มบวม ปวดฟัน กลุ่มโรคไข้ โรคลมแดด หมดสติ ชานิ้วมือ ปวดบวมนิ้วมือ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.1 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

● **เอ๋อร์เจียน 二间 Èrjiān (LI 2):** จุดหยิง

เอ๋อร์ แปลว่า สอง จุดนี้เป็นจุดที่ 2 ของเส้นลำไส้ใหญ่ เจียน แปลว่า ช่องว่างหรือแอ่ง

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งหน้าต่อข้อสันหมัดที่ 2 ด้าน radial บนแนวรอยต่อสี่นิ้ว

ข้อบ่งชี้: ปวดฟัน ต้อเนื้อ ต้อกระจก เลือดกำเดาไหล rosacea อัมพาตใบหน้า เจ็บคอ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.2-0.3 ชุ่น

● **ซานเจียน 三间 Sānjiān (LI 3):** จุดชู

ซาน แปลว่า สาม จุดนี้เป็นจุดที่ 3 ของเส้นลำไส้ใหญ่ เจียน แปลว่า ช่องว่างหรือแอ่ง

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งหลังต่อข้อสันหมัดที่ 2 ด้าน radial บนแนวรอยต่อสี่นิ้ว

ข้อบ่งชี้: ปวดตา ปวดฟัน เจ็บคอ ปวดไหล่ ปวดอวัยวะเพศ ปวดบวมข้อ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชุ่น

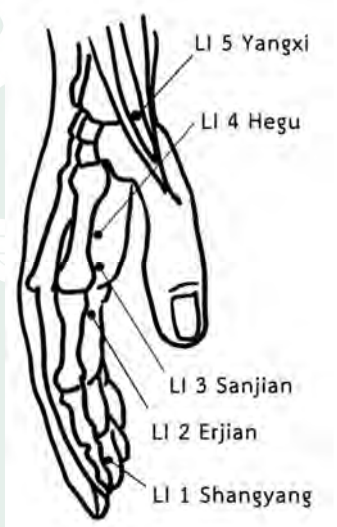
☯ **เหอ गु์ 合谷 Hégu (LI 4):** จุดหยวน

เหอ แปลว่า รวบรวม **กุ์** หมายถึง บริเวณที่มีกล้ามเนื้อมาก จุดนี้อยู่บริเวณง่ามนิ้วซึ่งมีกล้ามเนื้อมาอยู่รวมกันมาก

ตำแหน่ง: บริเวณหลังมือ อยู่กึ่งกลางกระดูกฝ่ามือที่ 2 ด้าน radial ตรงเนื้อง่ามนิ้ว

ข้อบ่งชี้: ปวดฟัน ปวดศีรษะ ตาปวดบวมแดง เลือดกำเดาไหล หูติ่ง หูหนวก เจ็บคอ ขาดประจำเดือน ภาวะคลอดยาก โรคหลอดเลือดสมอง อัมพาตใบหน้า โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคหวัด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น



ภาพที่ 3.19 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้ใหญ่ (LI 1- LI 5)

☯ **หยางซี 阳溪 Yángxī (LI 5):** จุดจิง

หยาง คือ หยางในอินหยาง **ซี** แปลว่า ห้วย จุดนี้อยู่ด้านหยางของมือ ตรงแอ่งระหว่างเส้นเอ็น

ตำแหน่ง: ตรงรอยพับหลังข้อมื่อด้าน radial อยู่ตำแหน่งปลายสุดของ radial styloid process ตรง anatomical snuff box

ข้อบ่งชี้: ตาปวดบวมแดง ปวดฟัน เจ็บคอ ปวดศีรษะ หูติ่ง หูหนวก หูอื้อ ปวดข้อมือ นิ้วหัวแม่มือหรือนิ้วชี้อ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **เพียนลี 偏历 Piānlì (LI 6):** จุดลั่ว

เพียน แปลว่า แยกออก **ลี** แปลว่า ไหลผ่าน จุดนี้อยู่ใกล้ข้อมือ มีเส้นลั่วแยกออกไปที่เส้นปอด

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมื่อด้านนอก 3 ชู่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างหยางซี (LI 5) กับชวีฉือ (LI 11)

ข้อบ่งชี้: ปวดฟัน หูอื้อ หูตึง หูหนวก เลือดกำเดาไหล เจ็บคอ บวม น้ำ ปลายแขนอ่อนแรง
ปวดหลังมือ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

● **เวินลิว 溫溜 Wēnlǐu (LI 7):** จุดชี้

เวิน แปลว่า อบอุ่น **ลิว** แปลว่า ไหล หมายถึง หยางชีไหลลึกลงมาพักที่จุดนี้

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมือด้านนอก 5 ชู่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างหยางชี (LI 5) กับชวีฉือ (LI 11)

ข้อบ่งชี้: หน้าบวม เจ็บคอ ปวดศีรษะ ปวดท้อง ท้องร้อง ปวดเมื่อยไหล่ แผลฝี

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

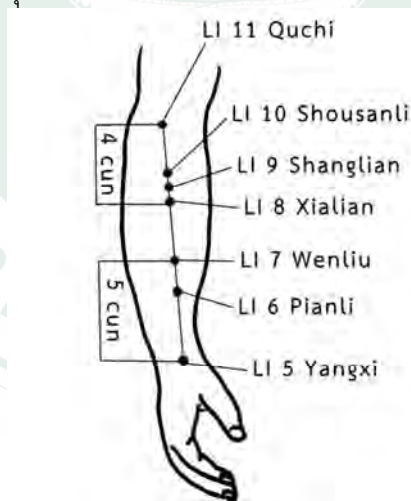
● **เซี่ยเหลียน 下廉 Xiàlián (LI 8)**

เซี่ย แปลว่า ด้านล่าง **เหลียน** แปลว่า ด้านข้าง จุดนี้อยู่ขอบล่างของมัดกล้ามเนื้อส่วนนูนที่สุด
ขณะกำหมัด

ตำแหน่ง: ใต้รอยพับศอก 4 ชู่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างหยางชี (LI 5) กับชวีฉือ (LI 11)

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ เจ็บตา ริมฝีปากแห้ง น้ำลายยืด อาหารไม่ย่อย ท้องอืด อูจจาระร่วง
อุจจาระมีเลือดปน ปวดบริเวณศอก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น



ภาพที่ 3.20 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้ใหญ่ (LI 5 - LI 11)

● **ซ่างเหลียน 上廉 Shànglián (LI 9)**

ซ่าง แปลว่า ด้านบน **เหลียน** แปลว่า ด้านข้าง จุดนี้อยู่ขอบบนของมัดกล้ามเนื้อส่วนนูนที่สุด
ขณะกำหมัด

ตำแหน่ง: ใต้รอยพับศอก 3 ชุ่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างหยางซี (LI 5) กับชวีฉือ (LI 11)

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง อุจจาระร่วง เวียนศีรษะ ปวดศีรษะ โรคหลอดเลือดสมอง ซามือ ปวดไหล่ ปวดแขน ปวดมือ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น

☉ **โส่วซานหลี่ 手三里 Shǒusānlǐ (LI 10)**

โส่ว แปลว่า มือ ซาน แปลว่า สาม หลี่ หมายถึง ระยะทางเป็นลิ จูตนี้อยู่ห่างจากปลายแขน ศอก 3 ชุ่น ซานหลี่ เป็นการเปรียบว่าจุดนี้รักษาโรคได้กว้างมาก

ตำแหน่ง: ใต้รอยพับศอก 2 ชุ่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างหยางซี (LI 5) กับชวีฉือ (LI 11)

ข้อบ่งชี้: แก้มบวม กระหายน้ำ ปวดฟัน ปวดเส้นประสาทใบหน้า เสียงแหบหาย ปวดท้อง อุจจาระร่วง อาเจียน ปวดหลังส่วนล่าง ปวดสะบัก ปวดศอก ปวดแขน แขนอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชุ่น

☉ **ชวีฉือ 曲池 Qūchí (LI 11): จูตเหอ**

ชวี แปลว่า โค้ง ฉือ แปลว่า สระน้ำ หมายถึง แอ่ง จูตนี้อยู่บนแอ่งไกล้มุมหักศอก

ตำแหน่ง: บริเวณศอก อยู่ตรงจุดกึ่งกลางระหว่างฉือเจ้อ (LU 5) กับ lateral epicondyle ของกระดูก ต้นแขน

ข้อบ่งชี้: กลุ่มโรคไข ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ หูตึง หูหนวก ตาแดง เจ็บคอ ปวดฟัน ปวดบวมแขน แขนอ่อนแรง ลมพิษ วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ผิวหนังอักเสบ โรคลมชัก โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุ่น

☉ **โจ่วเหลี่ยว 肘髎 Zhǒuliáo (LI 12)**

โจ่ว แปลว่า ศอก เหลี่ยว แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก จูตนี้อยู่ตรงร่องเหนือปลายศอก

ตำแหน่ง: ตรงร่องอยู่ขอบหน้าของกระดูกต้นแขนด้านนอก เหนือชวีฉือ (LI 11) 1 ชุ่น ในท่าข้อศอก

ข้อบ่งชี้: ปวด ชา หรือเกร็งบริเวณศอก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชุ่น

☉ **โส่วอู่หลี่ 手五里 Shǒuwǔlǐ (LI 13)**

โส่ว แปลว่า ศอก อู่ แปลว่า ห้า หลี่ เทียบเป็น ชุ่น จูตนี้อยู่ห่างจากปลายศอก 5 ชุ่น

ตำแหน่ง: เหนือชวีฉือ (LI 11) 3 ชุ่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างชวีฉือ (LI 11) กับเจียนหยวี (LI 15)

ข้อบ่งชี้: ปวดเกร็งแขน วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น ระวังถูกหลอดเลือดแดง

● ปีน่าว 臂臑 Bìnào (LI 14)

ปี แปลว่า แขน น่าว แปลว่า กล้ามแขน จุดนี้อยู่บนส่วนนูนของกล้ามเนื้อ

ตำแหน่ง: เหนือข้อมือ (LI 11) 7 ชู่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างข้อมือ (LI 11) กับเจียนหยวี (LI 15)

อยู่ตรงปลายสุดของกล้ามเนื้อ deltoid พอดี

ข้อบ่งชี้: วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ โรคตา ปวดไหล่ยกแขนไม่ขึ้น

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียงขึ้นบน 0.5-1.2 ชู่น



ภาพที่ 3.21 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้ใหญ่ (LI 11 - LI 15)

● เจียนหยวี 肩髃 Jiānyú (LI 15)

เจียน แปลว่า ไหล่ หยวี แปลว่า มุมด้านหน้า จุดนี้อยู่ที่มุมไหล่ด้านหน้า

ตำแหน่ง: ใต้ acromion process ตรงรอยบุ๋มหน้าต่อเอ็นกล้ามเนื้อ deltoid เมื่อกางแขน 90 องศา

ข้อบ่งชี้: แขนอ่อนแรง ปวดไหล่ ลมพิษ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียงลงล่าง 0.8-1.5 ชู่น

● จี้กู่ 巨骨 Jùgǔ (LI 16)

จี้ แปลว่า ใหญ่ กู่ แปลว่า กระดูก จี้กู่ เป็นชื่อเรียกกระดูกไหปลาร้าในสมัยโบราณ

ตำแหน่ง: บริเวณไหล่ ตรงแอ่งระหว่าง acromion process กับ spine ของกระดูกสะบัก

ข้อบ่งชี้: ปวดไหล่ ยกแขนไม่ขึ้น

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

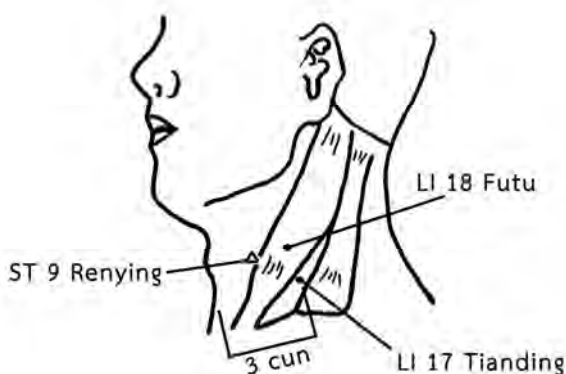
● เทียนต๋ง 天鼎 Tiāndǐng (LI 17)

เทียน แปลว่า ฟา ต๋ง คือ ภาชนะโบราณ 3 ขา กระดูกไหปลาร้า กล้ามเนื้อ sternocleidomastoid และกล้ามเนื้อ trapezius ประกอบกันเป็นรูปสามเหลี่ยมเหมือนภาชนะนี้

ตำแหน่ง: อยู่ชิดขอบหลังของกล้ามเนื้อ sternocleidomastoid ในระดับเดียวกับกระดูกอ่อน cricoid ใต้ผู่หู (LI 18) 1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: เสียงแหบหาย กลืนไม่ลง เจ็บคอ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชุ่น



ภาพที่ 3.22 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้ใหญ่ (LI 17 - LI 18)

● ผู่หู 扶突 Fútū (LI 18)

ผู่ แปลว่า พุง หู แปลว่า ส่วนนูน จุดนี้อยู่บนกล้ามเนื้อ sternocleidomastoid 2 มัดที่พุงกัน

ตำแหน่ง: อยู่กึ่งกลางมัดกล้ามเนื้อ sternocleidomastoid ห่างจากลูกกระเดือกตามแนวระนาบ 3 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บคอ เสียงหายเจ็บปื้น ไอ หอบ คอพอก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชุ่น

● โช่วเหอเหลียวว 口禾膠 Kǒuhéliáo (LI 19)

โช่ว แปลว่า ปาก เหอ แปลว่า ธัญญาหาร เหลียวว แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก จุดนี้อยู่ใกล้ปาก ปากมีหน้าที่รับอาหาร จุดนี้อยู่ในร่องกระดูกขากรรไกรบนระหว่างฟันตัดกับฟันเขี้ยว

ตำแหน่ง: ตรงจุดตัดของเส้นที่ลากจากส่วยโกว (GV 26) ตามแนวระนาบกับเส้นที่ลากจากขอบล่างของปีกจมูกด้านนอกในแนวตั้ง

ข้อบ่งชี้: คัดจมูก เลือดกำเดาไหล อัมพาตใบหน้า ขากรรไกรแข็ง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 0.3-0.5 ชุ่น

● หยิงเซียง 迎香 Yíngxiāng (LI 20)

หยิง แปลว่า ต้อนรับ เซียง แปลว่า หอม จุดนี้อยู่ข้างจมูก ใช้รักษาความผิดปกติของการรับกลิ่น

ตำแหน่ง: ตรงร่องแก้ม ระดับเดียวกับกึ่งกลางปีกจมูก

ข้อบ่งชี้: คัดจมูก เลือดกำเดาไหล อัมพาตใบหน้า คันใบหน้า พยาธิไส้เดือนในท่อน้ำดี

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง แทะเฉียง หรือแทงราบ 0.3-0.5 ชู่น

3. จุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะอาหารหยางหมิงเท้า

● **เฉิงชี 承泣 Chéngqì (ST 1):** จุดเชื่อมต่อกับเส้นเร็น และเส้นหยางเซียว

เฉิง แปลว่า รับ **ชี** แปลว่า น้ำตา หมายถึง จุดรับน้ำตา

ตำแหน่ง: ระหว่างลูกตากับขอบล่างของกระดูกเบ้าตา ตรงกับรูม่านตาในแนวดิ่ง

ข้อบ่งชี้: ตาปวดบวมแดง น้ำตาไหลเมื่อถูกลม ตาบอดกลางคืน สายตาสั้น อัมพาตใบหน้า พุดลำบาก หนังตากระตุก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง ลึก 0.5-1 ชู่น

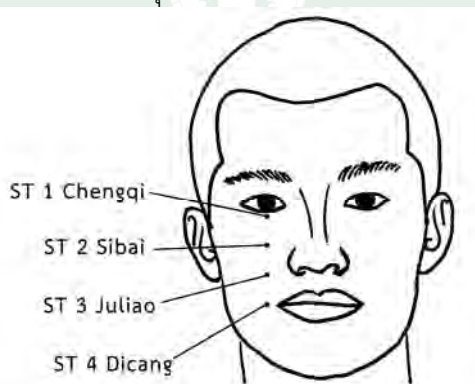
● **ซือปายี 四白 Sībái (ST 2)**

ซือ แปลว่า สี่ **ปายี** แปลว่า ขาว หมายถึง สว่าง จุดนี้ใช้รักษาโรคตา ช่วยให้มองเห็นคมชัด ทุกทิศทาง

ตำแหน่ง: ตรงกับ infraorbital foramen

ข้อบ่งชี้: ต้อเนื้อ ต้อกระจก ตาแดง คันตา ปวดตา น้ำตาไหลเมื่อถูกลม หนังตากระตุก อัมพาตใบหน้า ปวดเส้นประสาทใบหน้า กล้ามเนื้อใบหน้ากระตุก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือเฉียง 0.3-0.5 ชู่น



ภาพที่ 3.23 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะอาหาร (ST 1 – ST 4)

● **จูวี่เหลียว 巨髎 Jùliáo (ST 3):** จุดเชื่อมต่อกับเส้นหยางเซียว

จูวี่ แปลว่า ใหญ่ **เหลียว** แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก จุดนี้อยู่ในร่องระหว่างกระดูกโหนกแก้ม กับกระดูกขากรรไกรบน

ตำแหน่ง: ตรงจุดตัดของเส้นที่ลากจากขอบล่างของปีกจมูกตามแนวระนาบกับเส้นที่ลากจากรูม่านตาในแนวดิ่ง

ข้อบ่งชี้: ต้อเนื้อ ต้อกระจก ตาพร่า หนังตากระตุก อัมพาตใบหน้า ปวดฟัน เลือดกำเดาไหล แก้มบวม ริมฝีปากบวม

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.4 ชู่น

● **ตี้ซาง 地倉 Dīcāng (ST 4):** จุดเชื่อมติดกับเส้นลำไส้ใหญ่และเส้นหยางเฉียว

ตี แปลว่า พื้นดิน **ซาง** แปลว่า ยุงฉาง อาหารที่เคี้ยวค้างอยู่บริเวณกระพุ้งแก้มตรงนี้เปรียบเป็นยุงฉาง
ตำแหน่ง: ตรงจุดตัดของเส้นที่ลากจากมุมปากตามแนวระนาบกับเส้นที่ลากจากกรู๋มานตา ในแนวตั้ง ห่างจากมุมปากเท่ากับ 0.4 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดเส้นประสาทใบหน้า อัมพาตใบหน้า พุดล่าปาก น้ำลายยืด

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชู่น

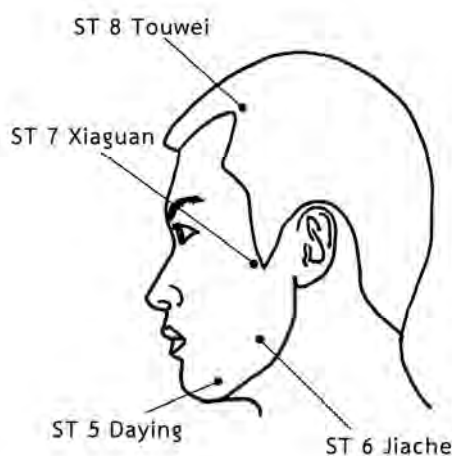
● **ต้าหยิง 大迎 Dàiyíng (ST 5)**

ต้า แปลว่า ใหญ่ **หยิง** แปลว่า รับ **ต้าหยิง** หมายถึง กระดูกขากรรไกรล่าง

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งอยู่ขอบหน้าของกล้ามเนื้อ masseter ที่ยึดเกาะขากรรไกรล่าง ซึ่งคลำได้ชีพจร facial artery

ข้อบ่งชี้: อัมพาตใบหน้า ใบหน้ากระตุก ขากรรไกรแข็ง หน้าบวม ปวดฟัน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3 ชู่น หรือแทงราบ ระว่างถูกหลอดเลือดแดง facial



ภาพที่ 3.24 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะอาหาร (ST 5 - ST 8)

● **เจี๋ยเชอ 颊车 Jiǎchē (ST 6):** เหนือไทยและการแพทย์ทางเลือก

เจี๋ย แปลว่า แก้ม **เชอ** โบราณ หมายถึง แก้มส่วนล่างใกล้คาง **เจี๋ยเชอ** หมายถึง กระดูกขากรรไกรล่าง

ตำแหน่ง: อยู่ห่างจากมุมขากรรไกรล่างในแนวเฉียง 45 องศาขึ้นมา 1 ชู่น ตรงจุดนูนที่สุดของกล้ามเนื้อ masseter เวลาขบกราม

ข้อบ่งชี้: ข้อชากรรไกรติดขัด แก้มบวม ปวดฟัน อัมพาตใบหน้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น หรือแทงเฉียง 0.5-1 ชู่น

● **เซี่ยกวาน 下关 Xiàguān (ST 7):** จุดเชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดี

เซี่ย แปลว่า ด้านล่าง **กวาน** แปลว่า ด้าน จุดอยู่ด้านล่างของกระดูกโหนกแก้ม เป็นด้านเปิดปิดปาก

ตำแหน่ง: หน้าต่อใบหู ตรงแอ่งระหว่างกึ่งกลางขอบล่างของ zygomatic arch กับ mandibular notch

ข้อบ่งชี้: ชากรรไกรแข็ง ปวดเส้นประสาทใบหน้า อัมพาตใบหน้า แก้มบวม ปวดฟัน หูอื้อ หูตึง หูหนวก หน้าที่หนวก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **โถวเหวย 头维 Tóuwéi (ST 8):** จุดเชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดีและเส้นหยางเหวย

โถว แปลว่า ศีรษะ **เหวย** แปลว่า มุม จุดนี้อยู่เหนือมุมหน้าผาก

ตำแหน่ง: เหนือมุมซ้ายผมขอบหน้าผากขึ้นไป 0.5 ชู่น และห่างจากแนวกึ่งกลางศีรษะ 4.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตา น้ำตาไหลเมื่อถูกลม ต้อเนื้อ ต้อกระจก ตาตาย หนังตากระตุก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-1 ชู่น ปลายเข็มชี้ไปหาดำแหน่งของโรค

หมายเหตุ: ห้ามลนยา

● **เหรินหยิง 人迎 Rényíng (ST 9):** จุดเชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดี

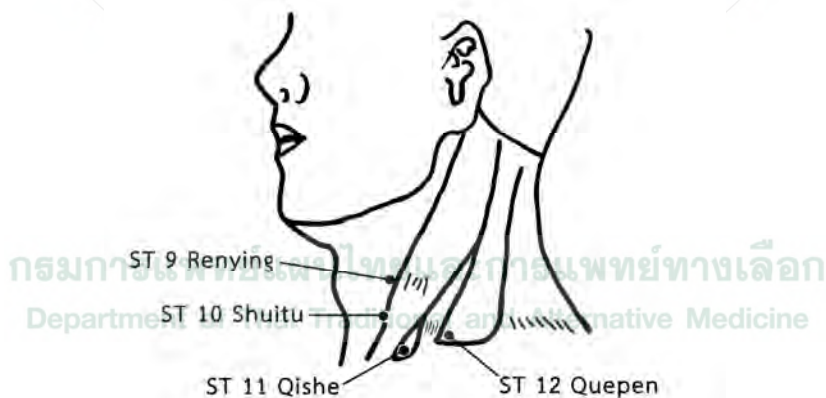
เหริน แปลว่า คน หมายถึง ตำแหน่งหนึ่งในชีพจรสามส่วนแก้ตำแหน่ง **หยิง** แปลว่า พบกัน

ตำแหน่ง: อยู่ชิดขอบหน้าของกล้ามเนื้อ sternocleidomastoid ในระนาบเดียวกับลูกกระเดือก ตรงที่คลำได้ชีพจร common carotid

ข้อบ่งชี้: หอบ ปวดศีรษะ เจ็บคอ วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ คอพอก ความดันโลหิตสูง ปวดเข่า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.4 ชู่น ระวังถูกหลอดเลือดแดง

หมายเหตุ: ห้ามแทงลึก ห้ามลนยา



ภาพที่ 3.25 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะอาหาร (ST 9 - ST 12)

☯ **ส่ายทู 水突 Shǔitū (ST 10)**

ส่าย แปลว่า น้ำ หมายถึง อาหาร ทู แปลว่า ส่วนนูน จุดนี้อยู่ 2 ข้างของลูกกระเดือก เวลากลืนอาหารจุดนี้จะเคลื่อนขึ้นบน

ตำแหน่ง: อยู่ชิดขอบหน้าของกล้ามเนื้อ sternocleidomastoid ในระนาบเดียวกับกระดูก hyoid

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ เจ็บคอ คอพอก

วิธีแทงเข็ม: แขนงตรง 0.3-0.4 ชู่น

☯ **ชีเช่อ 气舍 Qìshè (ST 11)**

เช่อ แปลว่า ที่พักอาศัย ขณะหายใจเข้าเต็มที่ ชีปอดจะขึ้นถึงตำแหน่งนี้

ตำแหน่ง: อยู่ตรงขอบบนของปลายกระดูกไหปลาร้าด้าน medial ระหว่าง sternal head กับ clavicular head ของกล้ามเนื้อ sternocleidomastoid

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ สะอึก เจ็บคอ คอบวม คอพอก วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ปวดตึงต้นคอ

วิธีแทงเข็ม: แขนงตรง 0.3-0.5 ชู่น

☯ **เซวียนเฟิน 缺盆 Quēpén (ST 12)**

เซวียนเฟิน คือแอ่งกระดูกไหปลาร้า

ตำแหน่ง: ตรงกลางแอ่งไหปลาร้า ห่างจากแนวกิ่งกลางลำคอตามแนวระนาบ 4 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ เจ็บคอ คอบวม วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ปวดแอ่งไหปลาร้า

วิธีแทงเข็ม: แขนงตรง 0.3-0.5 ชู่น

หมายเหตุ: ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์

☯ **ชีฮู่ 气户 Qìhù (ST 13)**

ฮู่ แปลว่า ประตู จุดนี้อยู่ที่หน้าอกส่วนบน เปรียบเสมือนประตูเข้าออกของชี

ตำแหน่ง: อยู่ชิดขอบล่างของกระดูกไหปลาร้า ห่างจากแนวกิ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 4 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ สะอึก เจ็บหน้าอก เจ็บแน่นหน้าอก ปวดซี่ข้าง

วิธีแทงเข็ม: แขนงเฉียง 0.3-0.5 ชู่น

☯ **คูฝาง 库房 Kùfáng (ST 14)**

คู แปลว่า คลัง โกดัง ฝาง แปลว่า ห้อง จุดนี้เป็นที่เก็บรักษาชีและสารอาหาร

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 1 ห่างจากแนวกิ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 4 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดซี่ข้าง ไอ ไอเป็นเลือดปนหนอง หอบ

วิธีแทงเข็ม: แขนงเฉียง 0.3-0.5 ชู่น

● อุอี้ 屋翳 Wūyì (ST 15)

อุ แปลว่า บ้าน อี้ แปลว่า ที่กำบัง อุอี้ เปรียบเสมือนหลังคาบ้าน เมื่อหายใจเข้าซี่จะผ่านตำแหน่งนี้ ก่อนเข้าสู่ปอดส่วนลึก

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 2 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 4 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ เจ็บหน้าอก เต้านมอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.3-0.5 ชุ่น

● อิงชวง 膻窗 Yīngchuāng (ST 16)

อิง แปลว่า ออก ชวง แปลว่า หน้าต่าง จุดนี้เปรียบเสมือนหน้าต่างใต้ชายคาบ้านซึ่งลมพัดผ่านได้สะดวก มีสรรพคุณระบายซี่ที่อุดอับบริเวณทรวงอก

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 3 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 4 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ เจ็บแน่นหน้าอก หายใจกระชั้น เต้านมอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.3-0.5 ชุ่น

● หู่จง 乳中 Rǔzhōng (ST 17)

หู่ แปลว่า นม จง แปลว่า กลาง จุดนี้อยู่กลางหัวนม

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 4 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 4 ชุ่น ตรงหัวนม

หมายเหตุ: ใช้เป็นตำแหน่งอ้างอิงในการหาจุดฝังเข็ม ห้ามฝังเข็ม-ลนยา

● หู่เกิน 乳根 Rǔgēn (ST 18)

หู่ แปลว่า นม เกิน แปลว่า ฐาน จุดนี้อยู่ที่ราวนม

ตำแหน่ง: บริเวณราวนม ตรงช่องซี่โครงที่ 5 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 4 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: เต้านมอักเสบ น้ำมน้อย เจ็บหน้าอก ไอ หอบ สะอึก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.3-0.5 ชุ่น

● ปู่หง 不容 Bùróng (ST 19)

ปู่ แปลว่า ไม่ หรง แปลว่า รongรับ เป็นจุดสูงสุดที่กระเพาะอาหารไม่สามารถรับอาหารเพิ่มได้อีก

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 6 ชุ่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด ปวดท้อง ปวดท้องร้าวไปหลัง ปวดใต้ชายโครง อาเจียน เบื่ออาหาร

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น

● เฉิงหม่าน 承滿 Chéngmǎn (ST 20)

เฉิง แปลว่า รับ หม่าน แปลว่า เต็ม เป็นตำแหน่งที่อาหารเต็มกระเพาะอาหารพอดี

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 5 ชุ่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ท้องร้อง ปวดท้อง กลืนไม่ลง เบื่ออาหาร อาเจียนเป็นเลือด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

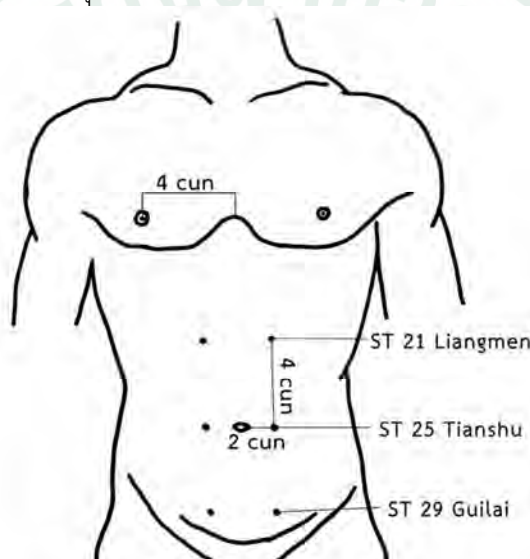
● **เหลียงเหมิน 梁门 Liángmén (ST 21)**

เหลียง แปลว่า คาน **เหมิน** แปลว่า ประตู จุดนี้ใช้รักษาอาการจุกแน่นเพราะซีกระเพาะอาหารถูกขวาง

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 4 ชู่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด ปวดท้อง อุจจาระร่วง เบื่ออาหาร อาเจียน อาหารไม่ย่อย

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น



ภาพที่ 3.26 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะอาหาร (ST 21, T 25, ST 29)

● **กวนเหมิน 关门 Guānmén (ST 22)**

กวน แปลว่า ด่าน **เหมิน** แปลว่า ประตู จุดนี้อยู่บริเวณกระเพาะอาหารส่วนต่อกับลำไส้เล็ก เปรียบเสมือนประตูเปิดปิดควบคุมการทำงานของกระเพาะอาหาร

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 3 ชู่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด ปวดท้อง ท้องร้อง อุจจาระร่วง บวม น้ำ ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.7-1 ชู่น

● **ท่ายื่อ 太乙 Taiyi (ST 23)**

ท่ายื่อ เป็นตำแหน่งกึ่งกลาง ม้ามสังกัดธาตุดินอยู่ตรงกลาง จุดนี้อยู่ต่ำกว่ากระเพาะอาหาร ซึ่งอยู่กึ่งกลางช่องท้อง

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 2 ชู่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ลึนแลบควบคุมไม่ได้ ท้องอืด ปวดท้อง อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.7-1 ชู่น

● **หว่าโร่วเหมิน 滑肉門 Huáròumèn (ST 24)**

หว่า แปลว่า ลื่น โร่ว แปลว่า เนื้อ เหมิน แปลว่า ประตู่ เป็นชื่อเรียกกล้ามเนื้อหน้าท้องในสมัยโบราณ

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 1 ชู่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ลึนแลบควบคุมไม่ได้ ปวดท้อง อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.7-1 ชู่น

● **เทียนซู 天枢 Tiānshū (ST 25): จุดมู่ของลำไส้ใหญ่**

เทียน แปลว่า ฟ้า ซู แปลว่า แกนหมุน เป็นจุดแบ่งท้องส่วนบนกับส่วนล่าง

ตำแหน่ง: ห่างจากสะดือตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด ปวดท้อง ท้องร้อง อุจจาระร่วง ท้องผูก ปวดท้องรอบสะดือ บิด รอบเดือนผิดปกติ ปวดประจำเดือน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1.0-1.5 ชู่น

หมายเหตุ: ห้ามลงยาในหญิงตั้งครรภ์

● **ว้ายหลิง 外陵 Wàilíng (ST 26)**

ว้าย แปลว่า ด้านนอก หลิง แปลว่า เนินเขา กล้ามเนื้อบริเวณนี้จะแข็งตึงดูเป็นเนินเวลาแบ่งท้อง

ตำแหน่ง: ใต้สะดือ 1 ชู่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง ไล่เลื่อน ปวดประจำเดือน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **ต้าจวิ๋ 大巨 Dàjù (ST 27)**

ต้า แปลว่า ใหญ่ จวิ๋ แปลว่า ใหญ่มาก เป็นจุดที่นูนที่สุดของหน้าท้อง

ตำแหน่ง: ใต้สะดือ 2 ชู่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: แน่นท้องน้อย ปัสสาวะขัด ไล่เลื่อน ผื่นเปียก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **ส่วยต้าว 水道 Shuǐdào (ST 28)**

ส่วย แปลว่า น้ำ ต้าว แปลว่า เส้นทาง ได้จุดนี้ตรงกับกระเพาะปัสสาวะ

ตำแหน่ง: ใต้สะดือ 3 ชู่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: แน่นท้องน้อย ปัสสาวะขัด ไส้เลื่อน ปวดประจำเดือน ภาวะมีบุตรยาก เป็นจุดที่ใช้บ่อยในการขับน้ำ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **กุยหลาย 归来 Gūilái (ST 29)**

กุย แปลว่า กลับ หลาย แปลว่า มา จุดนี้ใช้รักษาอวัยวะภายในหย่อน

ตำแหน่ง: ใต้สะดือ 4 ชู่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไส้เลื่อน ปวดท้องน้อย สตรีเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว มดลูกหย่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1.0-1.5 ชู่น

● **ชีชง 气冲 Qìchōng (ST 30)**

ชง หมายถึง ทางหลัก เป็นจุดเริ่มต้นของเส้นชง

ตำแหน่ง: ตรงร่องขาหนีบ ระดับเดียวกับขอบบนของกระดูกหัวหน่าว ห่างจากแนวกึ่งกลางท้องน้อยตามแนวระนาบ 2 ชู่น บริเวณที่คลำได้ชีพจร hypogastric โดยอยู่ด้านในต่อหลอดเลือด

ข้อบ่งชี้: ไส้เลื่อน รอบเดือนผิดปกติ ภาวะมีบุตรยาก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ อวัยวะเพศบวม ปวดท้อง ท้องร้อง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **ปี้ก๊วาน 脾关 Bìguān (ST 31)**

ปี้ แปลว่า ต้นขา ก๊วาน แปลว่า ด่าน เป็นจุดที่เส้นจิงลั่วผ่านจากท้องน้อยไปสู่ต้นขาด้านหน้า และเปลี่ยนจากยिनเป็นหยางเหมือนการผ่านด่าน

ตำแหน่ง: จุดตัดของเส้นที่ลากจาก anterior superior iliac spine ถึงขอบนอกของฐานกระดูกสะบ้า กับเส้นแนวระนาบระดับร่องแก้มกัน ตรงรอยปุ่มด้าน lateral ของกล้ามเนื้อ sartorius

ข้อบ่งชี้: ชาขา ปวดขา ชาลิบ ขาอ่อนแรง ปวดหลังส่วนล่าง เย็นเข้า ข้อติดขัด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.6-1 ชู่น

● **ฝูทุ่ 伏兔 Fútù (ST 32)**

ฝู แปลว่า หมอบ ทุ่ แปลว่า กระต่าย จุดนี้อยู่บนกล้ามเนื้อที่มีลักษณะคล้ายกระต่ายหมอบ

ตำแหน่ง: เหนือฐานกระดูกสะบ้า 6 ชู่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างขอบนอกของกระดูกสะบ้า กับ anterior superior iliac spine

ข้อบ่งชี้: ชาลิบ ขาอ่อนแรง ปวดหลังส่วนล่าง เย็นแหว ปวดหัวเข่า เย็นหัวเข่า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-2 ชู่น

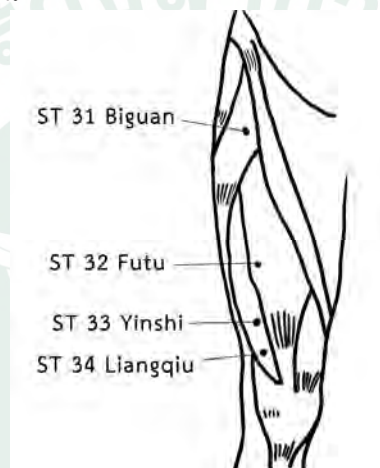
● ยินซือ 阴市 Yīnshì (ST 33)

Yin คือ Yin ใน Yin หยาง หมายถึง เสยซี่ความเย็น ซื่อ แปลว่า ตลาดที่รวมอาหาร หมายถึง กระเพาะอาหาร จุดนี้ใช้อุ่นเส้นจิงลั่วและคลายความเย็น

ตำแหน่ง: เหนือฐานกระดูกสะบ้า 3 ชุ่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างขอบนอกของกระดูกสะบ้า กับ anterior superior iliac spine โดยอยู่ชิดขอบนอกของกล้ามเนื้อ rectus femoris

ข้อบ่งชี้: ปวดไล่เลื่อน ปวดเข่า หรือปวดขาเหตุความเย็น ชาลิบ ขาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น



ภาพที่ 3.27 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะอาหาร (ST 31 - ST 34)

● เหลียงชีว 梁丘 Liángqiū (ST 34): จุดซี่

เหลียง แปลว่า คาน ชิว แปลว่า เนิน จุดนี้อยู่เหนือฐานกระดูกสะบ้าบนกล้ามเนื้อที่เป็นเนิน

ตำแหน่ง: เหนือฐานกระดูกสะบ้า 2 ชุ่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างขอบนอกของกระดูกสะบ้า กับ anterior superior iliac spine อยู่ระหว่างกล้ามเนื้อ vastus lateralis กับเอ็น rectus femoris

ข้อบ่งชี้: เต้านมอักเสบ ปวดบวมเข่า ขาอ่อนแรง ปวดกระเพาะอาหาร

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.2 ชุ่น

● ตู่ปี้ 膝髌 Dúbí (ST 35)

ตู่ แปลว่า ลูกวัว ปี้ แปลว่า จมูก จุดนี้อยู่ใกล้กระดูกสะบ้าซึ่งดูคล้ายจมูกลูกวัว

ตำแหน่ง: ตรงรอยปุ่มอยู่ขอบล่างและด้านนอกต่อเอ็นสะบ้า

ข้อบ่งชี้: ข้อเข่าติดขัด ปวดบวมข้อเข่า เหน็บชา

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-1 ชุ่น ให้ปลายเข็มชี้เข่าด้านใน

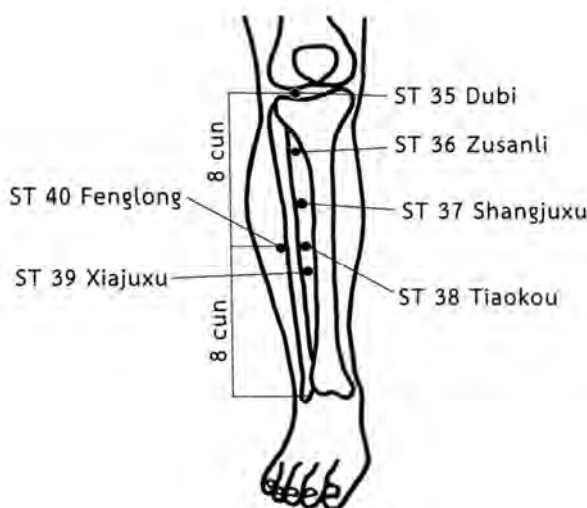
● **จูซานหลี่ 足三里 Zúsānlǐ (ST 36):** จุดเหอ

จู แปลว่า เท้า ซาน แปลว่า สาม หลี่ มี 3 ความหมาย 1) ความยาวหน่วยเป็นชุน จุดนี้อยู่ใต้กระดูกสะบ้า 3 ชุน 2) พ้องกับความหมายว่า จัดการ ดูแล จุดนี้ใช้รักษาโรคของช่องท้องส่วนบน ส่วนกลาง และส่วนล่าง 3) หมายถึง ระยะทางเป็นลี ซานหลี่ เปรียบว่าจุดนี้รักษาโรคได้กว้างมาก

ตำแหน่ง: ใต้ตู่ปี้ (ST 35) 3 ชุน อยู่ด้านนอกต่อสันกระดูกแข้งเท่ากับความกว้างนิ้วกลางทาบ

ข้อบ่งชี้: ปวดกระเพาะอาหาร อาเจียน ท้องอืด ท้องร้อง ขาอ่อนแรง อุจจาระร่วง ท้องผูก บิด เด็กขาดสารอาหาร โรคจิต, ซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคหลอดเลือดสมอง ขาปลายเท้า บวม น้ำ ขาอ่อนแรง ใจสั่น หายใจกระชั้น ร่างกายทรุดโทรมชুবวม เต้านมอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แขนงตรง 1-2 ชุน



ภาพที่ 3.28 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะอาหาร (ST 35 - ST 40)

● **ซ่างจี้ซวี 上巨虛 Shàngjùxū (ST 37):** จุดเขี้ยวเหอของเส้นลำไส้ใหญ่

ซ่าง แปลว่า ด้านบน จี้ แปลว่า ใหญ่มาก ซวี แปลว่า ช่องว่าง จุดนี้อยู่ตอนบนของช่องว่างระหว่างกระดูกแข้งกับกระดูกน่อง

ตำแหน่ง: ใต้ตู่ปี้ (ST 36) 6 ชุน อยู่ด้านนอกต่อสันกระดูกแข้งเท่ากับความกว้างนิ้วกลางทาบ

ข้อบ่งชี้: ท้องร้อง ปวดท้อง อุจจาระร่วง ท้องผูก ไส้ติ่งอักเสบ โรคหลอดเลือดสมอง ขาลีบ ขาอ่อนแรง โรคเหน็บชา

วิธีแทงเข็ม: แขนงตรง 1-1.5 ชุน

● **เถียวโข่ว 条口 Tiáokǒu (ST 38)**

เถียว แปลว่า เส้นยาว โข่ว แปลว่า ปาก จุดนี้อยู่ระหว่างช่วงจี้ชวี (ST 37) กับเฉียจี้ชวี (ST 39) ในช่องระหว่างกระดูกแข้งกับกระดูกน่องซึ่งเป็นแนวยาว หากกระดูกปลายเท้าจะพบเป็นร่องใหญ่

ตำแหน่ง: ใต้ตุ๋ปี้ (ST 36) 8 ชุน อยู่ด้านนอกต่อสันกระดูกแข้งเท่ากับความกว้างนิ้วกลางทาบ

ข้อบ่งชี้: ปวดกระเพาะอาหาร ปวดท้อง ปวดไหล่ ตะคริวที่น่อง ชาลิบ ขาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุน

● **เฉียจี้ชวี 下巨虚 Xiàjùxū (ST 39): จุดเฉียเหอของเส้นลำไส้เล็ก**

เฉีย แปลว่า ด้านล่าง จี้ แปลว่า ใหญ่มาก ชวี แปลว่า ช่องว่าง จุดนี้อยู่ตอนล่างของช่องว่างระหว่างกระดูกแข้งกับกระดูกน่อง

ตำแหน่ง: ใต้ตุ๋ปี้ (ST 36) 9 ชุน อยู่ด้านนอกต่อสันกระดูกแข้งเท่ากับความกว้างนิ้วกลางทาบ

ข้อบ่งชี้: ปวดท้องน้อย อุจจาระร่วง บิด เต้านมอักเสบ ปวดหลังร้าวไปอัมตะ ชาลิบ ขาอ่อนแรง ตะคริวที่น่อง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุน

● **เฟิงหลง 丰隆 Fēnglóng (ST 40): จุดลั่ว**

เฟิง แปลว่า สมบูรณ์ อิ่มเอิบ หลง แปลว่า นูนขึ้น จุดนี้อยู่บนตำแหน่งที่กล้ามเนื้อนูนขึ้น

ตำแหน่ง: ห่างจากเถียวโข่ว (ST 38) ออกไปด้านข้าง 1 ชุน

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง ท้องอืด ท้องผูก ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ไขมันสะสมมาก โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก ชาลิบ ขาอ่อนแรง เป็นจุดสำคัญที่ใช้สลายเสมหะ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุน

● **เจยซี 解溪 Jiěxī (ST 41): จุดจิง**

เจย แปลว่า แยก ซี แปลว่า ลำธาร หมายถึง แอ่ง จุดนี้อยู่บริเวณร่องระหว่างเอ็น 2 เส้น

ตำแหน่ง: อยู่กึ่งกลางรอยพับข้อเท้าด้านหน้า ตรงแอ่งระหว่างเอ็น extensor hallucis longus กับ extensor digitorum longus

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ชาลิบ ขาอ่อนแรง เท้าตก ท้องอืด ท้องผูก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุน

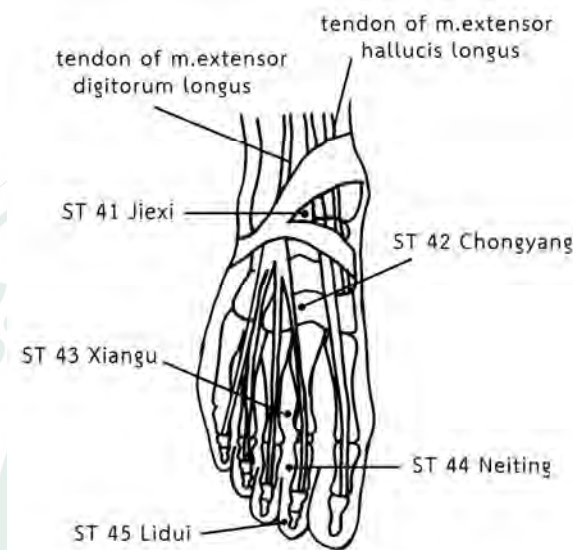
● **ชงหยาง 冲阳 Chōngyáng (ST 42): จุดหยวน การแพทย์ทางเลือก**

ชง แปลว่า ชน กระทบ หยาง คือ หยางในอินหยาง จุดนี้อยู่บนหลังเท้าตรงที่ชีพจรกระทบนิ้วมือ

ตำแหน่ง: บริเวณรอยต่อของกระดูกฝ่าเท้าที่ 2 และ 3 กับกระดูก cuneiform ตรงเนินสูงสุดของหลังเท้าที่คลำได้ชีพจร dorsalis pedis

ข้อบ่งชี้: ปวดกระเพาะอาหาร ท้องอืด อัมพาตใบหน้า หน้าบวม ปวดฟัน โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก เหน็บชา เหน็บอ่อนแรง ปวดบวมเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชूं ระวังถูกหลอดเลือดแดง



ภาพที่ 3.29 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะอาหาร (ST 41 - ST 45)

☉ **เซี่ยนกู่ 陷谷 Xiàngǔ (ST 43):** จุดชู

เซี่ยน แปลว่า ร่องบุ่ม กู่ แปลว่า หุบเหว จุดนี้อยู่ตรงร่องบุ่มระหว่างกระดูก

ตำแหน่ง: บริเวณหลังเท้า ตรงร่องหน้ารอยต่อของกระดูกฝ่าเท้าที่ 2 กับ 3

ข้อบ่งชี้: ท้องร้อง ปวดท้อง อุจจาระร่วง หน้าบวม บวมน้ำ ตาปวดบวมแดง ปวดบวมหลังเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 0.5-1 ชूं

☉ **เนย์ตึง 内庭 Nèitíng (ST 44):** จุดหยิง

เนย์ แปลว่า ภายใน **ตึง** แปลว่า ลานบ้าน จุดนี้อยู่ถัดจากประตูเข้าบ้าน คือ ลี้ตู่ย (ST 45)

ตำแหน่ง: กึ่งกลางง่ามนิ้วเท้าที่ 2 กับ 3 ตรงรอยต่อส้นผิว

ข้อบ่งชี้: ปวดฟัน เจ็บคอ เลือดกำเดาไหล อัมพาตใบหน้า ปวดกระเพาะอาหาร เรอเปรี้ยว ท้องอืด เบื่ออาหาร อุจจาระร่วง บิด ท้องผูก ปวดบวมหลังเท้า กลุ่มโรคไซ้

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 0.3-0.8 ชूं

☉ **ลี้ตู่ย 厉兑 Lìduì (ST 45):** จุดจิง

ลี้ เป็นชื่อโบราณของเกือกม้า ซึ่งดูเหมือนชอบบนเล็บเท้า **ตู่ย** เป็นชื่อโบราณของปากหรือประตู จุดนี้เปรียบเสมือนประตูเข้าบ้าน เป็นจุดแรกของเส้นกระเพาะอาหาร

ตำแหน่ง: โคนเล็บนิ้วเท้าที่ 2 ด้านนอก ห่างจากมุมฐานเล็บ 0.1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: เลือดกำเดาไหล ปวดฟัน หน้าบวม อัมพาตใบหน้า เจ็บคอ กลุ่มโรคไข้ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ฝันมาก ฝันร้าย ตกใจง่าย หมดสติ

วิธีแทงเข็ม: แทงตื้นๆ 0.1 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

4. จุดฝังเข็มบนเส้นม้ามท่ายืนเท้า

● **หยินปาย 隱白 Yīnbái (SP 1):** จุดจิ่ง

หยิน แปลว่า ซ่อน เรือนราง ปาย แปลว่า สีขาว จุดนี้รับส่งต่อมาจากลิ่ตู่ย (ST 45) ซึ่งเป็นจุดธาตุทอง สีขาวสังกัดธาตุทอง จุดนี้อยู่บนเส้นยินเหมือนมังกรหลบซ่อน

ตำแหน่ง: โคนเล็บนิ้วหัวแม่เท้าด้านใน ห่างจากมุมฐานเล็บ 0.1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนมามาก ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย อูจจระมีเลือดปน ปัสสาวะปนเลือด เลือดกำเดาไหล ท้องอืด อูจจระร่วง อาเจียน หมดสติ

วิธีแทงเข็ม: แทงตื้น ๆ 0.1 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

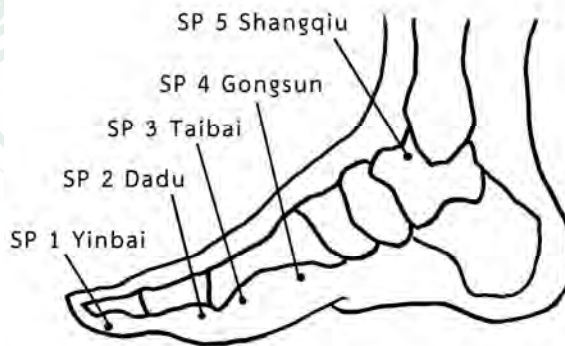
● **ต้าตุ 大都 Dàdū (SP 2):** จุดหยิง

ต้า แปลว่า ใหญ่ ตุ แปลว่า ศูนย์รวม ต้าตุ หมายถึง จุดที่เป็นศูนย์รวมชีของเส้นจิงลั่ว

ตำแหน่ง: นิ้วหัวแม่เท้าด้านใน ตรงแอ่งหน้าต่อข้อ metatarsophalangeal บนแนวรอยต่อสัฟว

ข้อบ่งชี้: ไข้ ท้องอืด อูจจระร่วง ท้องผูก ปวดกระเพาะอาหาร อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชุ่น



ภาพที่ 3.30 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นม้าม (SP 1 - SP 5)

● **ท่ายปาย 太白 Tàibái (SP 3):** จุดชู จุดหยวน

ท่าย แปลว่า ใหญ่ ปาย แปลว่า ขาว จุดนี้อยู่บนหัวแม่เท้าซึ่งเป็นบริเวณที่มีผิวสีขาวกว้างที่สุด โบราณใช้เรียกชื่อดาวศุกร์ ซึ่งถือเป็นดาวด้านการทหารที่ใช้ปราบปรามข้าศึก เปรียบได้กับการรักษาโรคเฉียบพลัน

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งหลังต่อข้อ metatarsophalangeal ที่ 1 ของเท้าด้านใน บนแนวรอยต่อสรีร

ข้อบ่งชี้: อาเจียน ปวดกระเพาะอาหาร ท้องอืด ท้องร้อง อูจจากระวัง ท้องผูก หนักเมื่อยตัว
ปวดตามข้อ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชุน

● **กงซุน 公孙 Gōngsūn (SP 4):** จุดลั่ว

กง แปลว่า ศูนย์การเชื่อมต่อ ซุน แปลว่า หลาน เปรียบเสมือนเส้นลั่วฝอยส่วนเชื่อมขยาย

กงซุน หมายถึง จุดลั่วที่เชื่อมต่อกับเส้นกระเพาะอาหาร โดยใช้จุดนี้เป็นจุดหลักเปรียบเป็นกง
และใช้จุดอื่นร่วมเปรียบเป็นซุน

ตำแหน่ง: ด้านหน้าและใต้ต่อฐานกระดูกฝ่าเท้าที่ 1 ตรงแนวรอยต่อสรี

ข้อบ่งชี้: ปวดกระเพาะอาหาร ปวดท้อง ท้องอืด อูจจากระวัง หงุดหงิด อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.6-1.2 ชุน

● **ชางชีว 商丘 Shāngqiū (SP 5):** จุดจิง

ชาง เป็นระดับเสียงดนตรีโบราณ สังกัดธาตุทองเช่นเดียวกับจุดจิง ชิว แปลว่า เนิน ตาตุ่มข้อเท้า
เปรียบเสมือนภูเขา ธาตุทองตรงกับฤดูใบไม้ร่วง จุดนี้มีคุณลักษณะร้อน แกร่ง แข็ง ใช้รักษาโรค
ชนิดเย็น ภาวะพร่อง หรือความชื้นอุดกั้น

ตำแหน่ง: ด้านหน้าและใต้ต่อตาตุ่มใน ตรงแอ่งอยู่กึ่งกลางของแนวเส้นเชื่อมระหว่าง tuberosity
ของกระดูก navicula กับยอดตาตุ่มใน

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด อูจจากระวัง ท้องผูก ไอ หอบ ปวดไล่เลื่อนร้าวไปต้นขาและหัวเข่าด้านใน
ริดสีดวงทวาร ปวดข้อเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชุน

● **ซานยินเจียว 三阴交 Sānyīnjiāo (SP 6):** จุดเชื่อมตัดกับเส้นตับและเส้นไต

ซาน แปลว่า สาม ยิน คือ ยินในอินหยาง เจียว แปลว่า เชื่อมตัด เป็นจุดที่เส้น Yin 3 เส้นเชื่อมตัดกัน

ตำแหน่ง: เหนือยอดตาตุ่มใน 3 ชุน ชิดขอบหลังของกระดูกแข้ง

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด ท้องร้อง อูจจากระวัง รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย
ประจำเดือนมามาก ตกขาว มดลูกหย่อน สตรีภาวะมีบุตรยาก คลอดยาก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ
ฝันเปียก ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะขัด ไล่เลื่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุน ห้ามใช้ในสตรีตั้งครรภ์

● **โล่วกู่ 漏谷 Lòugǔ (SP 7): จุดลั่ว**

โล่ว แปลว่า ลั่วไหล กู่ แปลว่า หุบเหว จุดนี้อยู่บริเวณร่องระหว่างกระดูกน่องกับกระดูกแข้ง เปรียบเสมือนหุบเหวมีช่องทางเดินของเลือด

ตำแหน่ง: เหนือยอดตาตุ่มใน 6 ชุ่น ตรงขอบด้านในและหลังต่อกระดูกแข้ง

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด ท้องร้อง ปัสสาวะขัด ผื่นเปียก ไข่เลื่อน ขาลีบ ขาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น



ภาพที่ 3.31 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นม้าม (SP 5 - SP 9)

● **ตี้จี 地机 Diji (SP 8): จุดชี่**

ตี้ แปลว่า พื้นดิน จี แปลว่า พลังการเคลื่อนไหว จุดนี้อยู่ที่ขา บนเส้นม้ามซึ่งสังกัดธาตุดิน จึงใช้รักษาอาการเดินไม่สะดวก

ตำแหน่ง: ไตยินหลังเฉวียน (SP 9) 3 ชุ่น ตรงขอบด้านในและหลังต่อกระดูกแข้ง

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง อุจจาระร่วง ปวดประจำเดือน รอบเดือนผิดปกติ ผื่นเปียก ปวดหลังส่วนล่าง ปวดไข่เลื่อนร้าวไปอวัยวะเพศ ปวดต้นขาด้านใน ขาลีบ ขาอ่อนแรง บวม น้ำ ปัสสาวะขัด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุ่น

● **ยินหลิงเฉวียน 阴陵泉 Yīnlíngquán (SP 9): จุดเหอ**

ยิน คือ ยินในอินหยาง หลิง แปลว่า เนินเขา เฉวียน แปลว่า บ่อน้ำพุ จุดนี้อยู่ที่ร่องใต้เนินกระดูกแข้ง ด้านบน เปรียบเสมือนบ่อน้ำพุที่อยู่เชิงเขาด้านอิน

ตำแหน่ง: ตรงรอยต่อระหว่างแนวขอบล่างของ medial condyle กับขอบหลังของกระดูกแข้งที่เป็นแอ่ง

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง ท้องอืด อุจจาระร่วง บวมน้ำ ปวดอวัยวะเพศ ปวดประจำเดือน ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ผื่นเปียก ปวดบวมหัวเข่า ขาลิ็บ ขาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-2 ชूं

☯ เซวี่หย่าย 血海 Xuèhǎi (SP 10)

เซวี่ แปลว่า เลือด **หย่าย** แปลว่า ทะเล ซึ่งเป็นแหล่งที่น้ำมารวมกัน จุดอยู่ที่แอ่งเหนือเข่า เปรียบเป็นทะเลแห่งเลือด ใช้รักษาโรคเลือด

ตำแหน่ง: เหนือจุดตัดของเส้นแนวขอบบนกับเส้นแนวขอบในของฐานกระดูกสะบ้า 2 ชूं ตรงส่วนนูนของกล้ามเนื้อ vastus medialis หรืออยู่ที่ปลายนิ้วหัวแม่มือของผู้รักษา เมื่อวางฝ่ามือบนกระดูกสะบ้าด้านตรงข้ามของผู้ป่วยและกางนิ้วหัวแม่มือ 45 องศา (ภาพที่ 3.32)

ข้อบ่งชี้: ประจำเดือนมามาก ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย ขาดประจำเดือน ผิวน้ำอึกเสบ ไฟลามทุ่ง ผื่นลมพิษ คันผิวน้ำ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชूं



ภาพที่ 3.32 แสดงการหาตำแหน่งเซวี่หย่าย (SP 10) โดยผู้รักษาวางฝ่ามือซ้ายหรือขวามือบนกระดูกสะบ้า ด้านตรงข้ามของผู้ป่วย กางนิ้วหัวแม่มือ 45 องศา ปลายนิ้วหัวแม่มือชี้ตรงจุดนี้พอดี

☯ จีเหมิน 箕門 Jīmén (SP 11)

จี เป็นชื่อกลุ่มดาว 4 ดวง ในราศีธนูซึ่งอยู่ทางทิศเหนือ ทิศเหนือสังกัดธาตุน้ำ เหมิน แปลว่า ประตู เปรียบเสมือนประตูเปิดปิดของธาตุน้ำ ใช้รักษาความผิดปกติของการปัสสาวะ

ตำแหน่ง: ตรงจุดแบ่งระหว่าง 1/3 บนกับ 2/3 ล่างของแนวเส้นเชื่อมระหว่างขอบในของกระดูกสะบ้ากับขงเหมิน (SP 12) บริเวณคล้ำดำซีพจร เป็นตำแหน่งบรรจบกันของกล้ามเนื้อ sartorius กับ adductor longus

ข้อบ่งชี้: ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปวดบวมขาหนีบ หนีงหุ้มอัณฑะอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น

● **ขงเหมิน 冲门 Chōngmén (SP 12):** จุดเชื่อมติดกับเส้นตับและเส้นยินเหว

ขง แปลว่า ปะทะ **เหมิน** แปลว่า ประตู เป็นจุดที่เส้นม้ามเข้าสู่ช่องท้อง เปรียบเสมือนประตูเปิดปิดควบคุมการขึ้นลงของชีให้ปกติ ใช้พยุ่งชี้ขึ้นหรือรักษาชีให้ลอยอ่อน

ตำแหน่ง: ตรงรอยพับขาหนีบ อยู่ด้านนอกต่อซีพจร external iliac

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด แน่นเฟ้อ เรอเปรี้ยว ปวดท้องเป็นก้อน ไล่เลื้อน ริดสีดวงทวาร ตกเลือดหลังคลอด ปัสสาวะขัด ปัสสาวะไม่ออก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น

● **ฝูเซ่อ 府舍 Fǔshè (SP 13)**

ฝู แปลว่า ตำหนัก **เซ่อ** แปลว่า ที่พักอาศัย จุดนี้อยู่บริเวณท้องน้อย เป็นตำแหน่งที่ชีของเส้นตับ เส้นม้าม และเส้นยินเหว มารวมตัวกันก่อนเข้าสู่ช่องท้อง แล้วไปเชื่อมต่อกับเส้นปอดและเส้นหัวใจ

ตำแหน่ง: อยู่เหนือและด้านนอกต่อขงเหมิน (SP 12) 0.7 ชุ่น และห่างจากแนวกึ่งกลางท้องน้อยตามแนวระนาบ 4 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง ปวดท้องเป็นก้อน ท้องอืด ท้องผูก อุจจาระร่วง อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุ่น

● **ฝูเจย์ 腹结 Fùjié (SP 14):** จุดเชื่อมติดกับเส้นตับและเส้นยินเหว

ฝู แปลว่า ท้อง **เจย์** แปลว่า เกาะตัวกัน กล้ามเนื้อบริเวณนี้จะแข็งตึงเวลาเบ่งท้อง ใช้รักษาภาวะปวดท้องเป็นก้อน

ตำแหน่ง: ใต้สะดือ 1.3 ชุ่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 4 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดรอบสะดือ อุจจาระร่วง ท้องผูก ไล่เลื้อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-2 ชุ่น

● **ต้าเหิง 大横 Dàhéng (SP 15):** จุดเชื่อมติดกับเส้นยินเหว

ต้า แปลว่า ใหญ่ **เหิง** แปลว่า แนวขวาง เปรียบเป็นตำแหน่งลำไส้ใหญ่ส่วนขวาง

ตำแหน่ง: ห่างจากสะดือตามแนวระนาบ 4 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง อุจจาระร่วง ท้องผูก กระจายอาหารหย่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-2 ชุ่น

☯ **ฟูอ้าย 腹哀 Fù'āi (SP 16):** จุดเชื่อมติดกับเส้นอินเหวย

ฟู แปลว่า ท้อง อ้าย แปลว่า เสียงร้องเศร้าโศก บริเวณนี้ลำไส้เคลื่อนไหวจนได้ยินเสียง

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 3 ชู้น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 4 ชู้น

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง อาหารไม่ย่อย อจจระเป็นมูกเลือด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู้น

☯ **สือโต้ว 食突 Shídòu (SP 17)**

สือ แปลว่า อาหาร โต้ว แปลว่า ช่อง เปรียบเป็นหลอดอาหาร

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 5 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 6 ชู้น

ข้อบ่งชี้: แน่นหน้าอก ปวดสีข้าง อาเจียน บวม น้ำ หอบ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชู้น ปลายเข็มชี้ไปสีข้าง

☯ **เทียนซี 天溪 Tiānxī (SP 18)**

เทียน แปลว่า ท้องฟ้า ซี แปลว่า ลำธาร ทรวงอกอยู่ส่วนบนเปรียบเป็นท้องฟ้า จุดนี้ใช้กระตุ้นให้น้ำนมไหลเหมือนกระแสน้ำในลำธาร มักใช้คู่กับจูหลินซี (GB 41) ซึ่งอยู่ส่วนล่างเปรียบเป็นดิน

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 4 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 6 ชู้น

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ไอ หอบ เสมหะมาก น้ำมน้อย เต้านมอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชู้น ปลายเข็มชี้ไปสีข้าง

☯ **ชุงเซียง 胸乡 Xiōngxiāng (SP 19)**

ชุง แปลว่า ทรวงอก เซียง แปลว่า ฟุ้งกว้าง เปรียบเสมือนซี่ไหลผ่านทรวงอกอันโล่งกว้าง

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 3 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกไปตามแนวระนาบ 6 ชู้น

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอกและไอบนอกราบไม่ได้ ปวดสีข้าง แน่นหน้าอก เต้านมอักเสบ น้ำมน้อย

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชู้น ปลายเข็มชี้ไปสีข้าง

☯ **โจวหรง 周荣 Zhōuróng (SP 20)**

โจว แปลว่า ทัว หรง แปลว่า หล่อเลี้ยง ซี่ของเส้นม้ามเชื่อมกับเส้นตับ เส้นถุงน้ำดี และเส้นเยื่อหุ้มหัวใจ เส้นหัวใจ เส้นกระเพาะอาหาร เส้นปอด และเส้นไต ไหลเวียนผ่านทรวงอก ช่วยกระจายเลือดไปหล่อเลี้ยงทั่วร่างกาย

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 2 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 6 ชู้น

ข้อบ่งชี้: แน่นหน้าอก ไอ หอบ ปวดทรวงอก ปวดสีข้าง เบื่ออาหาร

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชู้น ปลายเข็มชี้ไปสีข้าง

● **ต้าปาว 大包 Dàbāo (SP 21): จุดลั่วใหญ่**

ต้า แปลว่า ใหญ่ ปาว แปลว่า ล้อม เส้นม้ามมีหน้าที่กำกับเส้นจิงจิง 12 เส้น ต้าปาว (SP 21) เป็นจุดลั่วใหญ่และเป็นจุดสุดท้ายของเส้นม้าม โดยโอบล้อมและเชื่อมประสานทั่วร่างกาย

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางซี่ข้าง ตรงช่องซี่โครงที่ 6

ข้อบ่งชี้: หอบ ปวดทรวงอก ปวดซี่ข้าง ปวดตามร่างกาย แขนขาไม่มีแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชู่น ปลายเข็มชี้ไปซี่ข้าง

5. จุดฝังเข็มบนเส้นหัวใจชาวยินมือ

● **จีเฉวียน 极泉 Jíquán (HT 1)**

จี แปลว่า ที่สุด เฉวียน แปลว่า บ่อน้ำพุ เส้นชาวยินอยู่ด้านในสุดของเส้นจิงลั่ว 6 เส้น หัวใจอยู่ในตำแหน่งลึกที่สุดของทรวงอก ซึ่งจากเส้นม้ามผ่านกระเพาะอาหารขึ้นสู่กระบังลม ส่งต่อให้เส้นหัวใจและไหลเวียนออกสู่ภายนอกที่จุดนี้ เปรียบเสมือนบ่อน้ำพุุดจากส่วนลึกที่สุด

ตำแหน่ง: กึ่งกลางรักแร้ ตรงที่คลำได้ชีพจร axillary

ข้อบ่งชี้: แน่นหน้าอก หายใจกระชั้น ใจสั่น เจ็บหน้าอก อัมพาตครึ่งซีก อาเจียน คอแห้ง ปวดซี่ข้าง วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ รักแร้มีกลิ่น น่านมไม่พอง ปวดไหล่ ปวดเอ็นศอก ปวดตึงนิ้วมือ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 0.3-0.5 ชู่น ระวังถูกหลอดเลือดแดง axillary

● **ชิงหลิง 青灵 Qīnglíng (HT 2)**

ชิง แปลว่า กำเนิด หลิง แปลว่า จิตใจ เปรียบเสมือนพลังหยางในฤดูใบไม้ผลิ เริ่มก่อเกิดชีวิตและจิตใจ

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับศอก 3 ชู่น ตรงร่องอยู่ด้านหลังต่อกล้ามเนื้อ biceps brachii

ข้อบ่งชี้: ปวดไหล่ ยกแขนไม่ขึ้น รักแร้บวม ตามัว ตาเหลือง ปวดศีรษะ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น



ภาพที่ 3.33 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นหัวใจ (HT 1 - HT 3)

☯ **ซ่าวห่าย 少海 Shàohǎi (HT 3): จุดเหอ**

ซ่าว หมายถึง เส้นซ่าวยิน ห่าย แปลว่า ทะเล จุดเหอเป็นแหล่งรวมของสายน้ำ เปรียบเสมือนแหล่งรวมชีและเลือดของเส้นหัวใจ

ตำแหน่ง: ตรงกึ่งกลางระหว่างปลายรอยพับศอกกับ medial epicondyle ของกระดูกต้นแขน ในทางข้อศอก

ข้อบ่งชี้: ปวดตึงต้นคอ ปวดเกร็งข้อศอก ปวดสีข้าง วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ชาแขน มือสั่น เจ็บหน้าอก โรคลมชัก โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคฮิสทีเรีย โรกระบบจิตประสาท

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

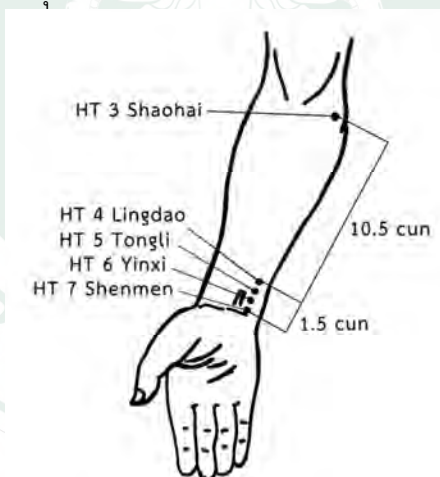
☯ **หลิงต้าว 灵道 Língdào (HT 4): จุดจิง**

หลิง แปลว่า จิตใจ ต้าว แปลว่า เส้นทาง จุดนี้อยู่บนร่องข้างเอ็น เปรียบเสมือนเส้นทางไปสู่เส้น

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อศอกด้านใน 1.5 ชู่น อยู่ชิดขอบด้าน radial ของเอ็น flexor carpi ulnaris

ข้อบ่งชี้: เวียนศีรษะหมุน ปวดบวมตา ลื่นแข็ง เสียการสื่อความ เจ็บหน้าอก เสียงหายเฉียบพลัน ใจสั่น ปวดกระเพาะอาหาร คลื่นไส้ ชักกระตุก โรคจิตเภท โรคฮิสทีเรีย ปวดเกร็งข้อศอก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น



ภาพที่ 3.14 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นหัวใจ (HT 3 - HT 7)

☯ **ทงลี่ 通里 Tōnglǐ (HT 5): จุดลั่ว**

ทง แปลว่า เชื่อมถึงกัน หลี่ แปลว่า ภายใน จุดนี้เป็นจุดลั่ว ไปเชื่อมต่อกับเส้นลำไส้เล็ก

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อศอกด้านใน 1 ชู่น อยู่ชิดขอบด้าน radial ของเอ็น flexor carpi ulnaris

ข้อบ่งชี้: ใจสั่น นอนไม่หลับ ปวดศีรษะ ลื่นแข็งพูดไม่ได้ เสียงหายเฉียบพลัน ปวดข้อมือ ตาลาย

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

● **ยิ่นซี 阴郄 Yīnxì (HT 6):** จุดซี

ยิ่น คือ ยิ่นในยิ่นหยาง ซี แปลว่า ซอกแคบ จุดนี้เป็นจุดซีของเส้นยิ่น

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมือด้านใน 0.5 ชู่น อยู่ชิดขอบด้าน radial ของเอ็น flexor carpi ulnaris

ข้อบ่งชี้: ใจสั่น เจ็บหน้าอก ร้อนเป็นเวลาหลังเที่ยง เหงื่อออกขณะหลับ ปวดข้อมือ อาเจียนเป็นเลือด เลือดกำเดาไหล ตกใจกลัว

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

● **เสินเหมิน 神門 Shénmén (HT 7):** จุดชู จุดหยวน

เสิน หมายถึง สติสัมปชัญญะ จิตใจ เหมิน แปลว่า ประตู่ หัวใจกำกับเส้น จุดนี้ใช้ผ่อนคลายภาวะอัดอั้นของศีรษะหัวใจ

ตำแหน่ง: บนรอยพับข้อมือด้านใน อยู่ชิดขอบด้าน radial ของเอ็น flexor carpi ulnaris

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก โรคสมองเสื่อม หลงลืมง่าย นอนไม่หลับ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก หงุดหงิด ใจสั่น ความดันโลหิตสูง ปวดทรวงอก ปวดศีรษะ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

หมายเหตุ: เป็นจุดสำคัญในการรักษาโรคระบบจิตประสาท

● **ซ่าวฝู่ 少府 Shàofǔ (HT 8):** จุดหยิง

ซ่าว หมายถึง เส้นซ่าวยิ่น ฝู่ แปลว่า จวน เป็นจุดรวมชีของเส้นหัวใจ

ตำแหน่ง: อยู่ระหว่างกระดูกฝ่ามือที่ 4 กับ 5 ตรงจุดกึ่งกลางระหว่างปลายนิ้วนางกับนิ้วก้อย ที่สัมผัสฝ่ามือขณะกำมือ

ข้อบ่งชี้: ใจสั่น คั่นอวัยวะเพศ ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะขัด ปวดทรวงอก ปวดอวัยวะเพศ แผลฝีหนอง ปวดเกร็งนิ้วมือ ร้อนฝ่ามือ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น



ภาพที่ 3.35 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นหัวใจ (HT 8 - HT 9)

☯ **ซ่าวชง 少冲 Shàochōng (HT 9): จุดจิ่ง**

ซ่าว หมายถึง เส้นซ่าวยิน ชง แปลว่า พุง จุดนี้เป็นจุดจิ่ง เปรียบเสมือนตาน้ำที่พลังซัพุงออกมา

ตำแหน่ง: โคนเล็บนิ้วก้อยด้าน radial ห่างจากมุมฐานเล็บ 0.1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ใจสั่น หดสติ ปวดสีข้าง โรคลมแดด โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง กลุ่มโรคไข้ววดทรวงอก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.1 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

6. จุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้เล็กท่ายหยางมือ

☯ **ซ่าวเจ้อ 少泽 Shàozé (SI 1): จุดจิ่ง**

ซ่าว แปลว่า เล็ก เจ้อ แปลว่า บึง เป็นจุดเริ่มต้นของซี่เส้นลำไส้เล็กซึ่งเริ่มที่บึงเล็กๆ

ตำแหน่ง: โคนเล็บนิ้วก้อยด้าน ulnar ห่างจากมุมฐานเล็บ 0.1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: เต้านมอักเสบ น้ำมน้อย กลุ่มโรคไข้วต่อเนื้อ ต้อกระจก เจ็บคอ หดสติ ปวดศีรษะ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.1 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

หมายเหตุ: เป็นจุดที่ใช้บ่อยในโรคฉุกเฉินและโรคเต้านม

☯ **เฉียนกู่ 前谷 Qiángǔ (SI 2): จุดหยิง**

เฉียน แปลว่า ด้านหน้า กู่ แปลว่า หุบเขา จุดนี้อยู่ตรงรอยบุ๋มหน้าต่อข้อสันหมัด

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งหน้าต่อข้อสันหมัดที่ 5 ด้าน ulnar บนแนวรอยต่อสี่นิ้ว

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตา หูอื้อ เจ็บคอ กลุ่มโรคไข้ว น้ำมน้อย ขานิ้วมือ โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชุ่น

☯ **โฮ่วซี 后溪 Hòuxī (SI 3): จุดชู จุดปามายเจียวอยู่ที่เชื่อมกับเส้นตู่**

โฮ่ว แปลว่า ด้านหลัง ซี แปลว่า ลำธาร เหมือนสายน้ำไหลผ่านหุบเขาแล้วลงสู่ลำธารที่อยู่ด้านหลัง

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งหลังต่อข้อสันหมัดที่ 5 ด้าน ulnar บนแนวรอยต่อสี่นิ้ว

ข้อบ่งชี้: ปวดตึงต้นคอ หูตึง หูหนวก ตาแดง โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก ไข้จับสั่น

ปวดหลังส่วนล่าง เจ็บคอ ปวดเกร็งนิ้วมือ ปวดเกร็งข้อศอก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1.0 ชุ่น

☯ **ว่านกู่ 腕骨 Wàngǔ (SI 4): จุดหยวน**

ว่าน แปลว่า ข้อมือ กู่ แปลว่า กระดุก จุดนี้อยู่ใกล้กับกระดูกข้อมือ

ตำแหน่ง: ตรงรอยบุ๋มระหว่างฐานกระดูกฝ่ามือที่ 5 กับกระดูก triquetrum บนแนวรอยต่อสี่นิ้ว

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตึงต้นคอ ต้อเนื้อ ต้อกระจก หูอื้อ ตีข่าน กลุ่มโรคไขข้อ ไขข้ออักเสบ ปวดเกร็งนิ้วมือ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชุน

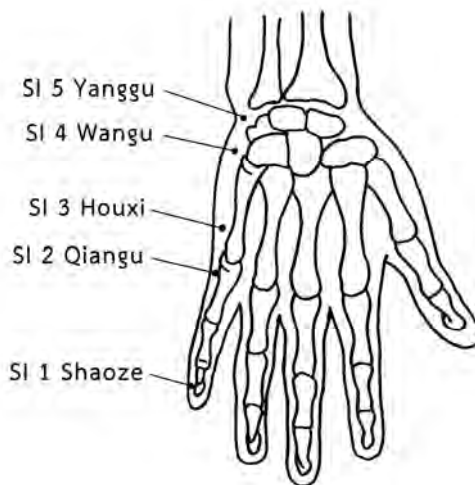
● **หยางกู่ 阳谷 Yánggǔ (SI 5):** จุดจิง

หยาง คือ หยางในอินหยาง กู่ แปลว่า หุบเขา จุดนี้อยู่ที่ข้อมือด้านหยางบริเวณร่องระหว่างกระดูก

ตำแหน่ง: ตรงรอยบุ๋มระหว่าง styloid process ของกระดูก ulna กับกระดูก triquetrum บนแนวรอยต่อสรีรวิทยา

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ หูอื้อ หูตึง หูหนวก กลุ่มโรคไขข้อ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก ปวดข้อมือ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชุน



ภาพที่ 3.36 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้เล็ก (SI 1 - SI 5)

● **หยางหล่าว 养老 Yǎnglǎo (SI 6):** จุดชี

หย่าง แปลว่า เลี้ยงดู **หล่าว** แปลว่า ชรา ใช้บำรุงรักษาโรคในผู้สูงอายุ

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมือด้านนอก 1 ชุน ตรงรอยบุ๋มเหนือต่อหัวกระดูก ulna ด้าน radial หรือวางนิ้วชี้ของมือข้างหนึ่งบนจุดบนสูงสุดของหัวกระดูก ulna ของมืออีกข้างหนึ่ง แล้วหันฝ่ามือข้างที่ถูกชี้เข้าหาหน้าอก จุดจะอยู่ตรงปลายนิ้วชี้พอดี

ข้อบ่งชี้: ตาพร่า ปวดหลังส่วนล่าง ปวดแขนยกไม่ขึ้น ปวดข้อศอก ปวดสะบัก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น กรณีโรคตาหรือโรคของสะบักให้แทงเฉียงขึ้น กรณีปวดข้อมือให้แทงเฉียงลง



ภาพที่ 3.37 แสดงตำแหน่งหยางหล่าว (SI 6)

● **จื่อเจิ้ง 支正 Zhīzhèng (SI 7):** จุดลั่ว

จื่อ แปลว่า เส้นแขนง **เจิ้ง** หมายถึง เส้นเจิ้งจิง เส้นลั่วแยกจากจุดนี้ไปเชื่อมต่อกับเส้นหัวใจ

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมือนอก 5 ชู่น ระหว่างกระดูก ulna กับกล้ามเนื้อ extensor carpi ulnaris

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตึงต้นคอ กลุ่มโรคไข้ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ปวดเมื่อยแขน ปวดข้อศอก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

● **เสี่ยวไห่ 小海 Xiǎohǎi (SI 8):** จุดเหอ

เสี่ยว แปลว่า เล็ก **ไห่** แปลว่า ทะเล จุดนี้อยู่ในร่องของปลายข้อศอก เหมือนทะเลที่สายน้ำไหลมาบรรจบ

ตำแหน่ง: ตรงร่องระหว่าง olecranon process กับ medial epicondyle ของกระดูกต้นแขน

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตึงต้นคอ ปวดแขน โรคลมชัก ไล่เลื้อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

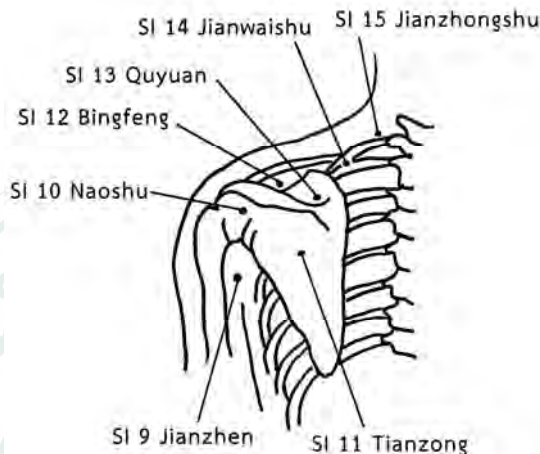
● **เจียนเจิน 肩貞 Jiānzhēn (SI 9)**

เจียน แปลว่า ไหล่ **เจิน** หมายถึง ใช้งาน จุดนี้จะเคลื่อนตามการเคลื่อนไหวของไหล่

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับรักแร้ด้านหลัง 1 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดไหล่ ปวดรื้อนสะบัก แขนอ่อนแรง วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ

วิธีแทงเข็ม: แขนตรง 1-1.5 ชู่น



ภาพที่ 3.38 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้เล็ก (SI 9 - SI 15)

● **นำวซู 腧俞 Nàoshū (SI 10):** จุดเชื่อมติดกับเส้นกระเพาะปัสสาวะ เส้นหยางเหวย และเส้นหยางเฉียว

นำว แปลว่า กล้ามเนื้อแขนส่วนบน ซู แปลว่า จุด

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับรักแร้ด้านหลัง ตรงแอ่งใต้ spine ของกระดูกสะบัก

ข้อบ่งชี้: ปวดบวมสะบัก ปวดไหล่ ปวดแขน ไหล่ติด

วิธีแทงเข็ม: แขนตรงหรือแทงเฉียง 0.5-1.5 ชู่น

● **เทียนจง 天宗 Tiānzōng (SI 11)**

เทียน แปลว่า ท้องฟ้า หมายถึง ปอด จง แปลว่า มารวมกัน เป็นจุดที่ซี่ของเส้นลำไส้เล็กไหลมารวมกัน เข้าสู่ปอด

ตำแหน่ง: ตรงจุดแบ่งระหว่าง 1/3 บนกับ 2/3 ล่างของแนวเส้นเชื่อมระหว่างจุดกึ่งกลางของ spine กับมุมล่างของกระดูกสะบัก

ข้อบ่งชี้: ปวดไหล่ ปวดสะบัก ปวดขาแขน แขนยกไม่ขึ้น หอบ เต้านมอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แขนตรงหรือแทงเฉียง 0.5-1 ชู่น

● **ปิงเฟิง 秉風 Bǐngfēng (SI 12):** จุดติดกับเส้นถุงน้ำดี เส้นลำไส้ใหญ่ และเส้นซานเจียว

ปิง แปลว่า รับ เฟิง แปลว่า ลม เป็นจุดที่ง่ายต่อการถูกลมรุกราน

ตำแหน่ง: เหนือจุดกึ่งกลาง spine ของกระดูกสะบัก ตรงกลาง supraspinous fossa

ข้อบ่งชี้: ปวดไหล่ ปวดขาแขน ปวดสะบัก คอเคล็ด ยกแขนไม่ขึ้น

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 0.5-1 ชู่น

☯ **ซูวิหยวน 曲垣 Qūyuán (SI 13)**

ซูวิ แปลว่า โค้ง **หยวน** แปลว่า กำแพงต่ำ จุดนี้อยู่ตรงปลาย spine ด้าน medial ซึ่งต่ำกว่า

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งที่อยู่ขอบบนปลาย spine ของกระดูกสะบักด้าน medial

ข้อบ่งชี้: ปวดสะบัก ปวดไหล่ ปวดหลัง ปวดแขน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 0.5-1 ชู่น

☯ **เจียนว้ายชู 肩外俞 Jiānwàishū (SI 14)**

เจียน แปลว่า ไหล่ **ว้าย** แปลว่า ด้านนอก **ชู** แปลว่า จุด จุดนี้อยู่ด้านนอกต่อขอบกระดูกสะบักด้าน medial

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังคอที่ 1 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดตึงต้นคอ ปวดสะบัก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **เจียนจงชู 肩中俞 Jiānzhōngshū (SI 15)**

เจียน แปลว่า ไหล่ **จง** แปลว่า ตรงกลาง **ชู** แปลว่า จุด จุดนี้อยู่ตรงกลางระหว่างตำจุดย (GV 14) กับเจียนจิง (GB 21)

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังคอที่ 7 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ตาพร่า ปวดสะบัก ไอ หอบหืด ไข้หนาวสั่น อาเจียนเป็นเลือด

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **เทียนชวง 天窗 Tiānchuāng (SI 16)**

เทียน แปลว่า ท้องฟ้า **ชวง** แปลว่า หน้าต่าง ช่องเปิดสู่ภายนอก หมายถึง หู เป็นจุดรักษาโรคของทวารเปิดส่วนบน

ตำแหน่ง: อยู่ขอบหลังของกล้ามเนื้อ sternocleidomastoid ระดับเสมอแนวลูกกระเดือก

ข้อบ่งชี้: หูตึง หูหนวก หูอื้อ เจ็บคอ เสียงหายเฉียบพลัน ปวดตึงต้นคอ แก้มบวม อัมพาตใบหน้า เสียการสื่อความ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

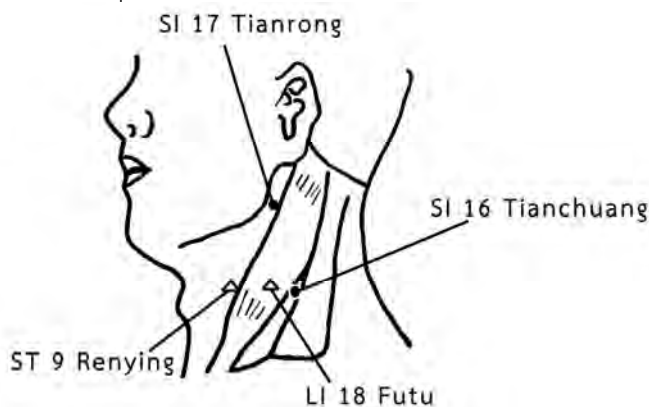
☯ **เทียนหลง 天容 Tiānróng (SI 17)**

เทียน แปลว่า ท้องฟ้า หมายถึง ส่วนบน **หลง** แปลว่า สมบูรณ์ จุดนี้อยู่บริเวณศีรษะซึ่งมีซี่โครงซี่เต็มเปี่ยม ใช้รักษาโรคของทวาร 5

ตำแหน่ง: หลังมุมขากรรไกรล่าง ตรงร่องที่อยู่ขอบหน้าของกล้ามเนื้อ sternocleidomastoid

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก หอบ หูอื้อ หูตึง หูหนวก เจ็บคอ หอบหืด คอพอก

วิธีแทงเข็ม: แขนงตรง 0.5-1 ชู่น



ภาพที่ 3.39 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นลำไส้เล็ก (SI 16 - SI 17)

● **เฉวียนเหลียว 颞髎 Quánliáo (SI 18):** จุดเชื่อมติดกับเส้นซานเจียว

เฉวียน คือกระดูกโหนกแก้ม เหลียว แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก จุดนี้อยู่ที่แอ่งใต้โหนกแก้ม

ตำแหน่ง: แอ่งใต้กระดูกโหนกแก้ม ตรงกับปลายหางตาในแนวตั้ง

ข้อบ่งชี้: อัมพาตใบหน้า หนังตากระตุก ปวดเส้นประสาทใบหน้า ตาแดง ดีซ่าน ปวดฟัน แก้มบวม

วิธีแทงเข็ม: แขนงตรง 0.3-0.5 ชู่น แขนงเฉียงหรือแขนงราบ 0.5-1 ชู่น

● **ทิงกง 听宫 Tīnggōng (SI 19):** จุดเชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดี เส้นกระเพาะปัสสาวะ และเส้นซานเจียว

ทิง แปลว่า ฟัง กง แปลว่า คำหนัก เป็นจุดสำคัญที่ใช้รักษาโรคหู

ตำแหน่ง: ตรงร่องระหว่างกิ่งกลางกระดูกกับ condyloid process ของกระดูกขากรรไกรล่าง

ข้อบ่งชี้: หูอื้อ หูตึง หูหนวก หูชั้นกลางอักเสบ ปวดฟัน โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง

วิธีแทงเข็ม: แขนงตรง 1-1.5 ชู่น

7. จุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะปัสสาวะท้ายหางเท้า

● **จิงหมิง 睛明 Jīngmíng (BL 1):** จุดเชื่อมติดกับเส้นลำไส้เล็ก เส้นกระเพาะอาหาร เส้นอินเซียว

และเส้นหยางเซียว

จิง แปลว่า ดวงตา หมิง แปลว่า สว่าง จุดนี้ใช้รักษาโรคตาเพื่อเพิ่มการมองเห็น

ตำแหน่ง: ตรงรอยบุ๋มเหนือบวมหัวตา อยู่ด้านในของขอบเปลือกตา

ข้อบ่งชี้: ตาปวดบวมแดง น้ำตาไหล เวียนศีรษะ ตาบอดกลางคืน ต้อเนื้อ ต้อกระจก

วิธีแทงเข็ม: ให้ผู้ป่วยหลับตา ใช้มือข้างหนึ่งดันลูกตาไว้ แหว่งตรงระหว่างลูกตากับขอบเบ้าตาลึก 0.5-1 ชุ่น

หมายเหตุ: ไม่ควรกระตุ้นเข็ม ห้ามลนยา

● จวนจู 攒竹 Cuánzhú (BL 2)

จวน แปลว่า รวมกัน จู แปลว่า ไม้ หัวคิ้วเปรียบเสมือนกอไม้

ตำแหน่ง: ตรงร่องบุ่มของขอบกระดูกเบ้าตาด้านหัวคิ้ว (supraorbital notch)

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดหัวคิ้ว หนึ่งตากระตุก หนึ่งตาดก อัมพาตใบหน้า ตาปวดบวมแดง ตาพร่า น้ำตาไหล

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชุ่น โรคตาให้แทงเข็มเฉียงลง ปวดคิ้วให้แทงเข็มตามแนวคิ้ว ปวดศีรษะให้แทงเข็มเฉียงขึ้น

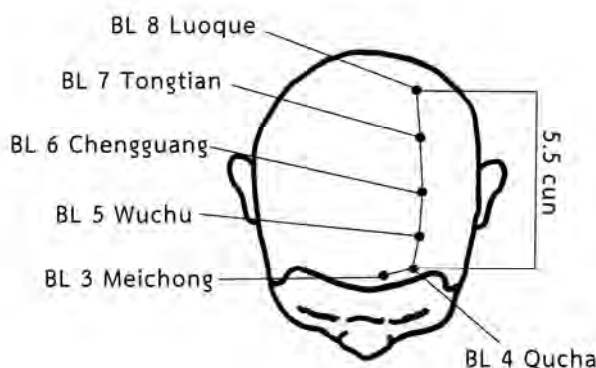
● เหมยชง 眉冲 Méichōng (BL 3)

เหมย แปลว่า คิ้ว ชง แปลว่า ชน กระทบ จากหัวคิ้วลากเส้นขึ้นไปชนเลยขอบชายผมเป็นจุดนี้

ตำแหน่ง: จากรอยบุ่มของขอบกระดูกเบ้าตาด้านหัวคิ้ว ขึ้นไปเหนือต่อแนวชายผมขอบหน้าผาก 0.5 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ คัดจมูก โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชุ่น



ภาพที่ 3.40 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะปัสสาวะ (BL 3 - BL 8)

● ขวี่ชา 曲差 Qūchā (BL 4)

ขวี่ แปลว่า คด โค้ง ชา แปลว่า ต่าง หมายถึง ต่างจากแนวเส้นเดิม จุดนี้เบี่ยงโค้งออกจากเหมยชง (BL 3) เป็นจุดแรกที่เบี่ยงออกจากแนวเดิมของเส้นกระเพาะปัสสาวะ

ตำแหน่ง: เหนือจุดกึ่งกลางแนวชายผมขอบหน้าผาก 0.5 ชุ่น และห่างออกไปด้านข้าง 1.5 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ คัดจมูก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น

● **อู่ชู่ 五处 Wǔchù (BL 5)**

อู่ แปลว่า ห้า ชู่ แปลว่า ตำแหน่ง เป็นจุดที่ 5 ของเส้นจิงลั่วนี้

ตำแหน่ง: เหนือจุดกึ่งกลางแนวชายผมขอบหน้าผาก 1 ชุ่น และห่างออกไปด้านข้าง 1.5 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น

● **เฉิงกวาง 承光 Chéngguāng (BL 6)**

เฉิง แปลว่า รับ กวาง แปลว่า แสงสว่าง จุดนี้ช่วยฟื้นฟูการมองเห็น

ตำแหน่ง: เหนือจุดกึ่งกลางแนวชายผมขอบหน้าผาก 2.5 ชุ่น และห่างออกไปด้านข้าง 1.5 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ คัดจมูก ตาตาย ตามัว หงุดหงิด

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น

● **ทงเทียน 通天 Tōngtiān (BL 7)**

ทง แปลว่า สูง ทะลวง เทียน แปลว่า ท้องฟ้า เป็นจุดสูงสุดของเส้นจิงลั่วนี้

ตำแหน่ง: เหนือจุดกึ่งกลางแนวชายผมขอบหน้าผาก 4 ชุ่น และห่างออกไปด้านข้าง 1.5 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ คัดจมูก ไซนัสอักเสบ เลือดกำเดาไหล

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น หรือลนยา

● **ลั่วเชวี่เยี 络却 Luòquè (BL 8)**

ลั่ว แปลว่า เชื่อมโยง เชวี่เยี แปลว่า ย้อนกลับ เป็นจุดที่เส้นจิงลั่วไหลเวียนกลับสู่ภายนอก ภายหลังเชื่อมต่อกับสมอง

ตำแหน่ง: เหนือจุดกึ่งกลางแนวชายผมขอบหน้าผาก 5.5 ชุ่น และห่างออกไปด้านข้าง 1.5 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ หูอื้อ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น หรือลนยา

● **ยวี่เจิน 玉枕 Yùzhěn (BL 9)**

ยวี่ แปลว่า หยก เปรียบศีรษะเป็นสิ่งมีค่ามาก เจิน แปลว่า หมอน เป็นชื่อโบราณของกะโหลกท้ายทอย

ตำแหน่ง: เสมอขอบ external occipital protuberance ห่างจากกึ่งกลางแนวศีรษะตามแนวระนาบ 1.3 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตึงต้นคอ ปวดตา คัดจมูก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น หรือลนยา

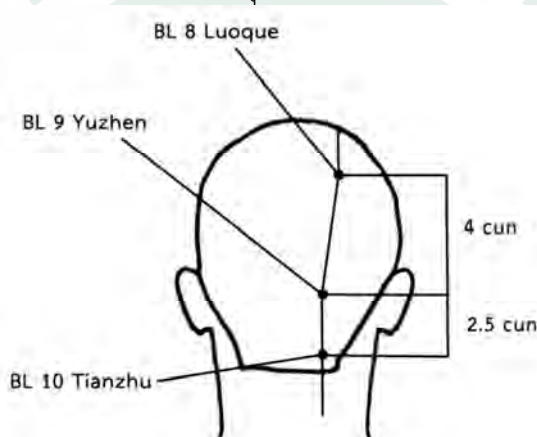
● เทียนจู๋ 天柱 Tiānzhù (BL 10)

เทียน แปลว่า ท้องฟ้า **จู๋** แปลว่า เสา ศีรษะเปรียบเสมือนฟ้า คอเปรียบเสมือนเสา สมัยโบราณเรียกกระดูกสันหลังบริเวณคอว่า “จู๋กู๋”

ตำแหน่ง: บริเวณท้ายทอย อยู่ขอบนอกของกล้ามเนื้อ trapezius ที่เป็นแอ่ง ระดับเสมอขอบบนของปุ่มกระดูกต้นคอที่ 2 หรือวัดจากแนวชายผมขอบท้ายทอยขึ้นมา 0.5 ชู่น และห่างจากแนวกึ่งกลางต้นคอตามแนวระนาบ 1.3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ปวดตา ปวดตึงต้นคอ คอเอียง ปวดสะบัก โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก คัดจมูก สูญเสียการรับกลิ่น เจ็บคอ กลุ่มโรคไข

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชู่น



ภาพที่ 3.41 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะปัสสาวะ (BL 8 - BL 10)

● ด้าจู๋ 大杼 Dàzhù (BL 11): จุดเชื่อมติดกับเส้นลำไส้เล็ก

ด้า แปลว่า ใหญ่ **จู๋** แปลว่า กระสวย หมายถึง กระดูกสันหลัง จุดนี้อยู่ด้านข้างของกระดูกสันหลังอกที่ใหญ่ที่สุด

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 1 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ ไข้ ปวดตึงต้นคอ ปวดไหล่ ปวดหลัง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

● เฟิงเหมิน 风门 Fēngmén (BL 12): จุดเชื่อมติดกับเส้นตุ

เฟิง แปลว่า ลม **เหมิน** แปลว่า ประตู จุดนี้เป็นประตูเข้าออกของเสียชื้นลม

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 2 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไอ ไข้ ปวดศีรษะ คัดจมูก น้ำมูกใส ปวดตึงต้นคอ ปวดหลัง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงเข้าหาแนวกึ่งกลาง 0.5-0.8 ชู่น

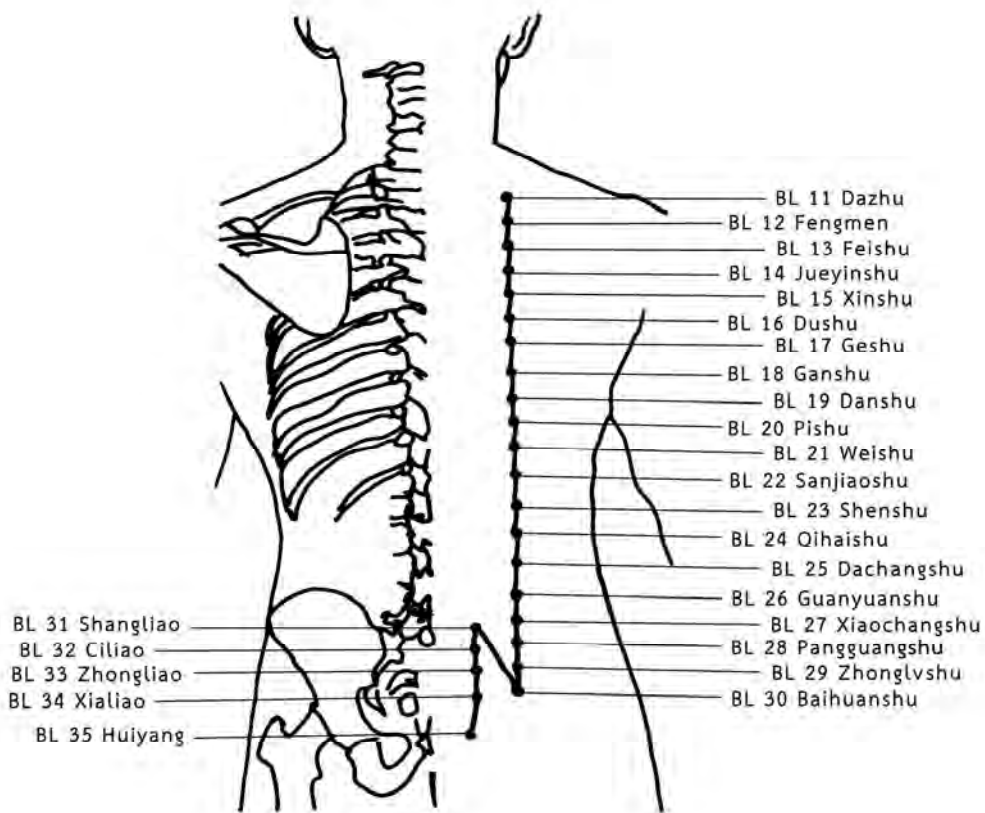
● **เฟยชู 肺俞 Fèishū (BL 13):** จุดเบ้าชูของปอด

เฟย แปลว่า ปอด **ชู** แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของปอดรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 3 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ ไอเป็นเลือด วัณโรคปอด ไข้เป็นเวลาหลังเที่ยง เหงื่อออกขณะหลับ เด็กหลังค่อม

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงเข้าหาแนวกึ่งกลาง 0.5-0.8 ชู่น



ภาพที่ 3.42 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะปัสสาวะ (BL 11 - BL 35)

● **เจวียินชู 厥阴俞 Juéyīnshū (BL 14):** จุดเบ้าชูของเยื่อหุ้มหัวใจ

เจวียิน คือ เส้นเยื่อหุ้มหัวใจ **ชู** แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของเยื่อหุ้มหัวใจรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 4 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 0.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก แน่นหน้าอก ไอ อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงเข้าหาแนวกึ่งกลาง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **ซินชู 心俞 Xīnshū (BL 15):** จุดเบ้าชูของหัวใจ

ซิน แปลว่า หัวใจ ชู แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของหัวใจรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 5 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดเค้นหน้าอก ไอเป็นเลือด เหงื่อออกขณะหลับ ใจสั่นเพราะตกใจ นอนไม่หลับ หลงลืมง่าย ผื่นเปื่อย ปัสสาวะขุ่นขาว โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงเข้าหาแนวกึ่งกลาง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **ตูชู 督俞 Dūshū (BL 16)**

ตู แปลว่า เส้นตู ชู แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของเส้นตูรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 6 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ปวดท้อง ท้องอืด ท้องร้อง ชีไหลย่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงเข้าหาแนวกึ่งกลาง 0.5 ชู่น

☯ **เก๋อชู 膈俞 Géshū (BL 17):** จุดอิทธิพลของเลือด

เก๋อ แปลว่า กะบังลม ชู แปลว่า จุด จุดนี้อยู่ระนาบเดียวกับกะบังลม

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 7 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: อาเจียน สะอึก หอบ อาเจียนเป็นเลือด

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงเข้าหาแนวกึ่งกลาง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **กานชู 肝俞 Gānshū (BL 18):** จุดเบ้าชูของตับ

กาน แปลว่า ตับ ชู แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของตับรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 9 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดสีข้าง ดีซ่าน ตาแดง ตาพร่า ตาบอดกลางคืน น้ำตาไหล โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก อาเจียนเป็นเลือด

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงเข้าหาแนวกึ่งกลาง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **ต่านชู 胆俞 Dǎnshū (BL 19):** จุดเบ้าชูของถุงน้ำดี

ต่าน แปลว่า ถุงน้ำดี ชู แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของถุงน้ำดีรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 10 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: อาเจียน ขมปาก ปวดสีข้าง ดีซ่าน

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงเข้าหาแนวกึ่งกลาง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **ผิชู 脾俞 Píshū (BL 20):** จุดเบ้าชูของม้าม

ผิ แปลว่า ม้าม ชู แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของม้ามรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 11 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด กินเก่งแต่ซูบผอม อาเจียน อุจจาระร่วง บวม น้ำ ตีข่าน

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงเข้าหาแนวกึ่งกลาง 0.5-0.8 ชู่น

● **เว่ยชู่ 胃俞 Wèishū (BL 21):** จุดเป๋ยชู่ของกระเพาะอาหาร

เว่ย แปลว่า กระเพาะอาหาร ชู่ แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของกระเพาะอาหารรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 12 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดกระเพาะอาหาร ท้องอืด อาเจียน ท้องร้อง กินเก่งแต่ซูบผอม

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

● **ซานเจียวชู่ 三焦俞 Sānjiāoshū (BL 22):** จุดเป๋ยชู่ของซานเจียว

ซานเจียว หมายถึง ซานเจียว ชู่ แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของซานเจียวรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 1 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด อาเจียน ท้องร้อง อุจจาระร่วง ปัสสาวะขัด บวม น้ำ ปวดหลังส่วนล่าง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **เชิ่นชู่ 腎俞 Shèنشū (BL 23):** จุดเป๋ยชู่ของไต

เชิ่น แปลว่า ไต ชู่ แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของไตรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 2 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: หูอื้อ หูตึง หูหนวก ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะขัด บวม น้ำ ผื่นเปียก
เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ รอบเดือนผิดปกติ ตกขาวมีเลือดปน หอบหืด ปวดหลังส่วนล่าง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **ชีห่ายชู่ 气海俞 Qìhǎishū (BL 24)**

ชีห่าย เป็นชื่อจุดฝังเข็มบนเส้นเร็น ชู่ แปลว่า จุด เป็นจุดที่หยวนชีรวมกันบริเวณหลัง อยู่ระดับเดียวกับชีห่าย (CV 6)

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 3 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดประจำเดือน ฝีก้นทสุตร

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

● **ต้าฉางชู่ 大肠俞 Dàchángshū (BL 25):** จุดเป๋ยชู่ของลำไส้ใหญ่

ต้าฉาง แปลว่า ลำไส้ใหญ่ ชู่ แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของลำไส้ใหญ่รวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 4 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด ท้องร้อง อุจจาระร่วง ท้องผูก ปวดหลังส่วนล่าง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น

☯ กวานหยวนซู 关元俞 Guānyuánshū (BL 26)

กวานหยวน เป็นชื่อจุดฝังเข็มบนเส้นเร็น ซู แปลว่า จุด เป็นจุดที่หยวนซึ่งรวมกันบริเวณหลัง อยู่ระดับเดียวกับกวานหยวน (CV 4)

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 5 ห่างตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด อุจจาระร่วง ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ ปัสสาวะบ่อย ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.7-1 ชู่น

☯ เสี่ยวฉางซู 小肠俞 Xiǎochángshū (BL 27): จุดเป๋ยซูของลำไส้เล็ก

เสี่ยวฉาง แปลว่า ลำไส้เล็ก ซู แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของลำไส้เล็กรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ระดับเดียวกับกระดูกกระเบนเหน็บที่ 1 ห่างจาก median sacral crest ตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ผื่นเปียก ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะเป็นเลือด ปัสสาวะปวดแสบ ปัสสาวะขัด ไล่เลื้อน อุจจาระร่วง ตกขาว ปวดเอวร้าวลงขา ปวดกระเบนเหน็บ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

☯ ผางกวางซู 膀胱俞 Pángguāngshū (BL 28): จุดเป๋ยซูของกระเพาะปัสสาวะ

ผางกวาง แปลว่า กระเพาะปัสสาวะ ซู แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของกระเพาะปัสสาวะรวมกันบริเวณหลัง

ตำแหน่ง: ระดับเดียวกับกระดูกกระเบนเหน็บที่ 2 ห่างจาก median sacral crest ตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ อุจจาระร่วง ท้องผูก ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 0.8-1.2 ชู่น

☯ จงหลวี่ซู 中膂俞 Zhōnglǚshū (BL 29)

จง แปลว่า กลาง หลวี่ แปลว่า กล้ามเนื้อข้างกระดูกสันหลัง ซู แปลว่า จุด เป็นจุดที่ซี่ของกล้ามเนื้อบริเวณหลังมารวมกัน

ตำแหน่ง: ระดับเดียวกับกระดูกกระเบนเหน็บที่ 3 ห่างจาก median sacral crest ตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ ท้องอืด อุจจาระร่วง บิด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

☯ ปายหวานซู 白环俞 Báihuánshū (BL 30)

ปาย แปลว่า สะอาด หวาน แปลว่า วน วงแหวน ซู แปลว่า จุด ปายหวาน เป็นชื่อโบราณของอวัยวะที่กักเก็บจิง เป็นจุดที่จิงซึ่งรวมกัน

ตำแหน่ง: ระดับเดียวกับกระดูกกระเบนเหน็บที่ 4 ห่างจาก median sacral crest ตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ผื่นเปียก ปัสสาวะขุ่นขาว รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย ตกขาว

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **ข้างเหลียว 上膠 Shàngliáo (BL 31)**

ช่า แปลว่า ด้านบน **เหลียว** แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก หมายถึง รูกระเบนเหน็บ

ตำแหน่ง: ตรงรูกระเบนเหน็บที่ 1

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย ตกขาว มดลูกหย่อน ไส้เลื่อน ผื่นเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ปัสสาวะขัด ท้องผูก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.7-1 ชู่น

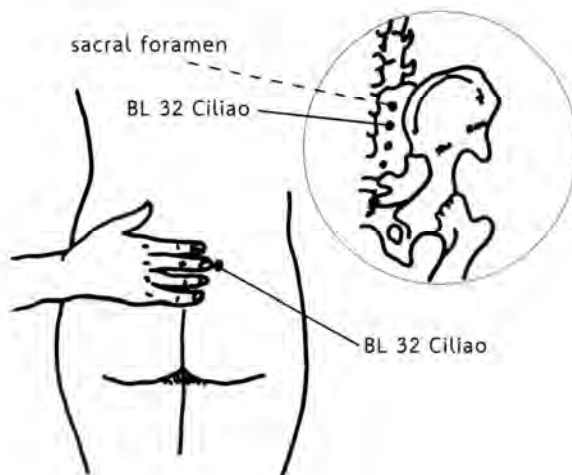
● **ชื่อเหลียว 次膠 Cìliáo (BL 32)**

ชื่อ แปลว่า อันดบรอง **เหลียว** แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก หมายถึง รูกระเบนเหน็บ

ตำแหน่ง: ตรงรูกระเบนเหน็บที่ 2

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ชาลิบ ขาอ่อนแรง ไส้เลื่อน ปัสสาวะขัด ผื่นเปียก รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย ปวดประจำเดือน ตกขาว

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น



ภาพที่ 3.43 แสดงวิธีกำหนดตำแหน่งชื่อเหลียว (BL 32)

● **จงเหลียว 中膠 Zhōngliáo (BL 33)**

จง แปลว่า กลาง **เหลียว** แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก หมายถึง รูกระเบนเหน็บ

ตำแหน่ง: ตรงรูกระเบนเหน็บที่ 3

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ ท้องผูก อุจจาระร่วง ปัสสาวะขัด รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย ตกขาว

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.7-1 ชู่น

☉ **เซี่ยเหลียว 下膠 Xiàliáo (BL 34)**

เซี่ย แปลว่า ด้านล่าง เหลียว แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก หมายถึง รูกระเบนเหน็บ

ตำแหน่ง: ตรงรูกระเบนเหน็บที่ 4

ข้อบ่งชี้: ปวดไล่เลื่อนร้าวไปท้องน้อย ปวดหลังส่วนล่าง ตกขาว ท้องผูก อุจจาระมีเลือดปน ปัสสาวะขัด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.7-1 ชู่น

☉ **ฮุยหยาง 会阳 Huìyáng (BL 35)**

ฮุย แปลว่า พบกัน ตัดกัน หยาง คือ หยางในอินหยาง เป็นจุดเชื่อมต่อของเส้นกระเพาะอาหารกับเส้นตู

ตำแหน่ง: ระดับปลายกระดูกก้นกบ ห่างออกไปตามแนวระนาบ 0.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ริดสีดวงทวาร อุจจาระเป็นมูกเลือด เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ตกขาว

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

☉ **เฉิงฝู 承扶 Chéngfú (BL 36)**

เฉิง แปลว่า รับ ฝู แปลว่า พุง ขณะอุ้มเด็กจะใช้แขนพุงก้นตรงจุดนี้พอดี

ตำแหน่ง: กึ่งกลางรอยพับก้นย้อย

ข้อบ่งชี้: ริดสีดวงทวาร ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ ปวดสะโพก ปวดต้นขา ไล่ตรงหย่อนท้องผูก ปัสสาวะขัด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1.5-2 ชู่น

☉ **ยิ่นเหมิน 殷門 Yīnmén (BL 37)**

ยิ่น แปลว่า ใหญ่ เหมิน แปลว่า ประตู่ จุดนี้อยู่บริเวณกล้ามเนื้อมัดใหญ่ เป็นจุดที่ซี่ผ่านเข้าออก

ตำแหน่ง: ต่ำจากกึ่งกลางรอยพับก้นย้อย 6 ชู่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างเฉิงฝู (BL 36) กับเหว่ยจง (BL 40) อยู่ระหว่างกล้ามเนื้อ biceps femoris กับ semitendinosus

ข้อบ่งชี้: ปวดเอวร้าวลงขา ชาลิบ ชาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-2 ชู่น

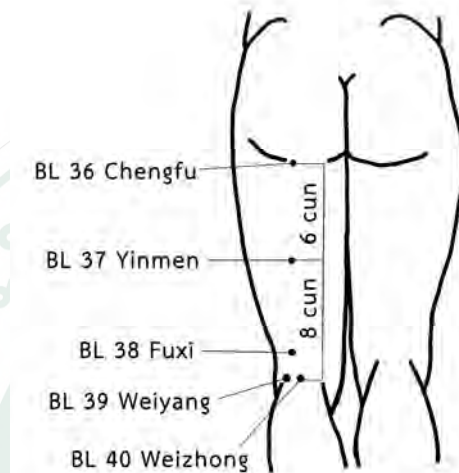
☉ **ฝูซี่ 浮郤 Fúxì (BL 38)** Thai Traditional and Alternative Medicine

ฝู แปลว่า ลอย หมายถึง ส่วนบน ซี่ แปลว่า ร่องลึก จุดนี้อยู่เหนือเหว่ยหยาง (BL 39) ตรงร่องระหว่างกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับเข่า 1 ชุ่น อยู่ด้านในต่อเอ็น biceps femoris

ข้อบ่งชี้: ปวดตึงต้นแขน ชากรัน ชาต้นขา ปวดต้นขา ปวดหลังเข่า ท้องผูก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น



ภาพที่ 3.44 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะปัสสาวะ (BL 36 - BL 40)

● **เหว่ยหยาง 委阳 Wěiyáng (BL 39):** จุดเฉียดเหวของเส้นชานเจียว

เหว่ย แปลว่า คด โค้ง หมายถึง รอยพับเข่า **หยาง** คือ หยางในอินหยาง เป็นจุดบนแนวรอยพับเข่า ด้านนอก

ตำแหน่ง: ตรงรอยพับเข่า อยู่ชิดขอบด้านในของเอ็น biceps femoris

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด ปัสสาวะขัด ปวดหลังส่วนล่าง ปวดหลัง ปวดเกร็งขาหรือเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุ่น

● **เหว่ยจง 委中 Wěizhōng (BL 40):** จุดเหว

เหว่ย แปลว่า คด โค้ง หมายถึง รอยพับเข่า **จง** แปลว่า กลาง จุดนี้อยู่บนกึ่งกลางรอยพับเข่า

ตำแหน่ง: กึ่งกลางรอยพับเข่า

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดหลัง ชาลีบ ขาอ่อนแรง ปวดท้องน้อย ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

● **ฟู่เฟิน 附分 Fùfēn (BL 41):** จุดเชื่อมติดกับเส้นลำไส้เล็ก

ฟู่ แปลว่า แนบ สังกัด **เฟิน** แปลว่า แบ่ง เป็นจุดแรกที่แยกจากเส้นกระเพาะปัสสาวะเส้นที่ 1

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 2 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดเกร็งสะบัก ปวดตึงต้นคอ ชาศอก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **พ้อฮู่ 魄戶 Pòhù (BL 42)**

พ้อ แปลว่า ขวัญ เป็นเส้นที่ปอดกำกับดูแล **ฮู่** แปลว่า ประตุ จุดนี้อยู่ข้างเฟยซู (BL 13) เสมือนเป็นประตูผ่านเข้าออกของซี่ปอด

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 3 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: วัณโรคปอด ไอหอบ ปวดตึงต้นคอ ปวดไหล่ ปวดหลัง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **กาหวาง 膏肓 Gāohuāng (BL 43)**

กา เป็นตำแหน่งใต้หัวใจ **หวาง** เป็นตำแหน่งใต้หัวใจเหนือกระบังลม เป็นตำแหน่งของเยื่อหุ้มหัวใจ อยู่ข้างเจี๋ยยินซู (BL 14)

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 4 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: วัณโรคปอด ไอ หอบ เหนื่อยออกขณะหลับ ผื่นเปื่อย เป็นจุดที่ใช้บ่อยในการบำรุงสุขภาพ ด้วยการนยา

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **เสินถาง 神堂 Shéntáng (BL 44)**

เสิน หมายถึง สติสัมปชัญญะ จิตใจ กำกับดูแลโดยหัวใจ **ถาง** แปลว่า ห้องโถง จุดนี้อยู่ข้างชินซู (BL 15) เป็นที่อยู่ของจิตใจ

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 5 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ แน่นหน้าอก ปวดหลังส่วนล่าง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **อี้สี่ 諛諛 Yìxī (BL 45)**

อี้ เป็นเสียงร้องจากความเจ็บปวด **สี่** เป็นเสียงร้องด้วยความเสียใจ **อี้สี่** หมายถึง เสียงถอนหายใจ

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 6 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดเกร็งสะบักร้าวไปสีข้าง ไอหอบ ไข้จับสั่น กลุ่มโรคไข

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **เกอถูวาน 膈关 Géguān (BL 46)**

เกอ แปลว่า กะบังลม **ถูวาน** แปลว่า ด่าน จุดนี้อยู่ข้างเกอซู (BL 17) ได้จุดนี้เป็นกระบังลม

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 7 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: แน่นหน้าอก อาเจียน สะอึก เรอ ปวดหลังส่วนล่าง ปวดหลัง กลืนลำบาก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

● **หุนเหมิน 魂门 Húnmén (BL 47)**

หุน หมายถึง วิญญาณ กำกับดูแลโดยตับ เหมิน แปลว่า ประตุ จุดนี้อยู่ข้างกานซู (BL 18) เสมือนเป็นประตูผ่านเข้าออกของซี่ตับ

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 9 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดซี่ข้าง ปวดหลัง อาเจียน อุจจาระร่วง แน่นหน้าอก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

● **หยางกัง 阳纲 Yánggāng (BL 48)**

หยาง คือ หยางในอินหยาง กัง แปลว่า กำกับ หมายถึง จุดเชื่อมหลัก จุดนี้อยู่ข้างต่านซู (BL 19) เป็นจุดสำคัญในการรักษาโรคของถุงน้ำดี

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 10 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: กลืนลำบาก ปวดท้อง ท้องร้อง อุจจาระร่วง ดีซ่าน เบาหวาน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชู่น

● **อี้เซ่อ 意舍 Yìshè (BL 49)**

อี้ แปลว่า สัญญา สมาธิ หมายถึง จำได้ หมายถึง กำกับดูแลโดยม้าม เซ่อ แปลว่า ตำแหน่งที่อยู่ จุดนี้อยู่ข้างผิซู (BL 20) ม้ามเป็นที่อยู่ของอี้

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 11 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด อุจจาระร่วง ไข้ เบาหวาน ดีซ่าน

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

● **เว่ยซาง 胃仓 Wèicāng (BL 50)**

เว่ย แปลว่า กระเพาะอาหาร ซาง แปลว่า คลังเก็บเสบียง จุดนี้อยู่ข้างเว่ยซู (BL 21) เปรียบว่ากระเพาะอาหารเป็นเสมือนคลังเก็บเสบียง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 12 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด บวม น้ำ ปวดกระเพาะอาหาร อาหารไม่ย่อยในเด็ก ปวดหลัง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

● **ฮวางเหมิน 育门 Huāngmén (BL 51)**

ฮวาง หมายถึง เยื่อหุ้ม เหมิน แปลว่า ประตุ จุดนี้อยู่ข้างชานเจียวซู (BL 22) เชื่อมกับเยื่อหุ้มภายในช่องท้อง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 1 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องผูก ปวดท้อง เป็นก้อนในท้อง ด้านมอัสเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **จื่อซือ 志室 Zhìshì (BL 52)**

จื่อ แปลว่า ผนัง ก้านกระดูกโดยใต้ **ซือ** แปลว่า ห่อง จุดนี้อยู่ข้างเขินซู (BL 23) ใต้เป็นที่อยู่ของจื่อ

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 2 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ผื่นเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ปัสสาวะขัด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.7-1 ชู่น

● **ปาวฮวง 胞育 Bāohuāng (BL 53)**

ปาว หมายถึง กระเพาะปัสสาวะ **ฮวง** หมายถึง เยื่อ จุดนี้อยู่ข้างผางกวางซู (BL 28)

ตำแหน่ง: ระดับกระดูกสันหลังที่ 2 ห่างจาก median sacral crest ตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ผื่นเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ปัสสาวะขัด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.7-1.3 ชู่น

● **จื่อเปียน 秩边 Zhìbiān (BL 54)**

จื่อ แปลว่า ลำดับ **เปียน** แปลว่า จุดสิ้นสุด จุดนี้เป็นจุดสุดท้ายของเส้นกระเพาะปัสสาวะเส้นที่ 2

ตำแหน่ง: ระดับกระดูกสันหลังที่ 4 ห่างจาก median sacral crest ตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ ชาลิบ ชาอ่อนแรง ปัสสาวะขัด ท้องผูก ริดสีดวงทวาร
ปวดอวัยวะเพศ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียง 1-1.5 ชู่น

● **เหอหยาง 合阳 Héyáng (BL 55)**

เหอ แปลว่า รวม **หยาง** คือ หยางในอินหยาง จุดนี้อยู่ที่กล้ามเนื้อ 2 หัวบรรจบกัน

ตำแหน่ง: ใต้รอยพับเข่า 2 ชู่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างเหว่ยจง (BL 40) กับเฉิงซาน (BL 57)

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ไส้เลื่อน ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย ประจำเดือนมามาก ชาลิบ
ชาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.5 ชู่น

● **เฉิงจิน 承筋 Chéngjīn (BL 56)**

เฉิง แปลว่า รับ **จิน** แปลว่า เส้นเอ็น หมายถึง กล้ามเนื้อ จุดนี้อยู่บนส่วนนูนของกล้ามเนื้อ

ตำแหน่ง: ใต้รอยพับเข่า 5 ชู่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างเหว่ยจง (BL 40) กับเฉิงซาน (BL 57)
ตรงส่วนนูนของกล้ามเนื้อ

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดขา ตะคริวที่ขา ริดสีดวงทวาร

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1.5 ชู่น

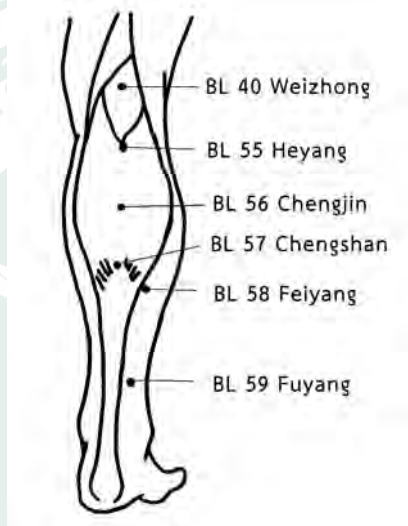
● เฉิงซาน 承山 Chéngshān (BL 57)

ฉิง แปลว่า รับ ซาน แปลว่า เขา จุดนี้อยู่ส่วนปลายของกล้ามเนื้อ โดยเปรียบฉิงจิน (BL 56) เป็นยอดเขา จุดนี้เป็นหุบเขา รับพลังจากยอดเขาที่ไหลลงมา

ตำแหน่ง: จุดบรรจบกันของกล้ามเนื้อน่อง 2 หัวที่เชื่อมต่อเป็นเอ็น

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดขา ชาขา ตะคริวที่ขา ริดสีดวงทวาร ท้องผูก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-2 ชู่น



ภาพที่ 3.45 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะปัสสาวะ (BL 40, BL 55-59)

● เฟียหยาง 飞扬 Fēiyáng (BL 58): จุดลั่ว

เฟีย แปลว่า บิน หยาง แปลว่า ทะยานขึ้น เมื่อชี้จากฉิงซาน (BL 57) ไหลมาถึงจุดนี้จะทะยานขึ้น

ตำแหน่ง: เหนือคุนหลุน (BL 60) 7 ชู่น ระหว่างขอบนอก-ขอบล่างของกล้ามเนื้อน่องกับส่วนต่อที่เป็นเอ็น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ เลือดกำเดาไหล ปวดเอวร้าวลงขา ปวดขา ริดสีดวงทวาร

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.7-1 ชู่น

● ฟุหยาง 跗阳 Fūyáng (BL 59): จุดชี้ของเส้นหยางเฉียว

ฟุ แปลว่า หลังเท้า หยาง หมายถึง ส่วนที่อยู่เหนือกว่า จุดนี้อยู่เหนือหลังเท้า

ตำแหน่ง: เหนือคุนหลุน (BL 60) 3 ชู่น ระหว่างกระดูกน่องกับเอ็นร้อยหวาย

ข้อบ่งชี้: ปวดเอวร้าวลงขา ชาลิบ ชาอ่อนแรง ตะคริวที่น่อง ปวดบวมตาตุ่มน่อง ปวดศีรษะ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น

● **คุนหลุน 昆仑 Kūnlún (BL 60):** จุดจึง

คุนหลุน เป็นชื่อเทือกเขา จุดนี้อยู่ด้านหลังตาตุ่มนอก เปรียบตาตุ่มนอกตั้งเขาคุนหลุน

ตำแหน่ง: ตรงจุดกึ่งกลางระหว่างยอดตาตุ่มนอกกับขอบในของเอ็นร้อยหวาย

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ปวดตา ปวดตึงต้นคอ เลือดกำเดาไหล ปวดหลังส่วนล่าง ขาอ่อนแรง
ปวดบวมข้อเท้า โรคลมชัก ชักกระตุก ไข้จับสั่น หอบหืด แน่นหน้าอก ปวดท้อง อุจจาระร่วง คลอดยาก
รูก้าง ปวดบวมอวัยวะเพศสตรี

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชู่น

หมายเหตุ: ห้ามใช้ในสตรีตั้งครรภ์

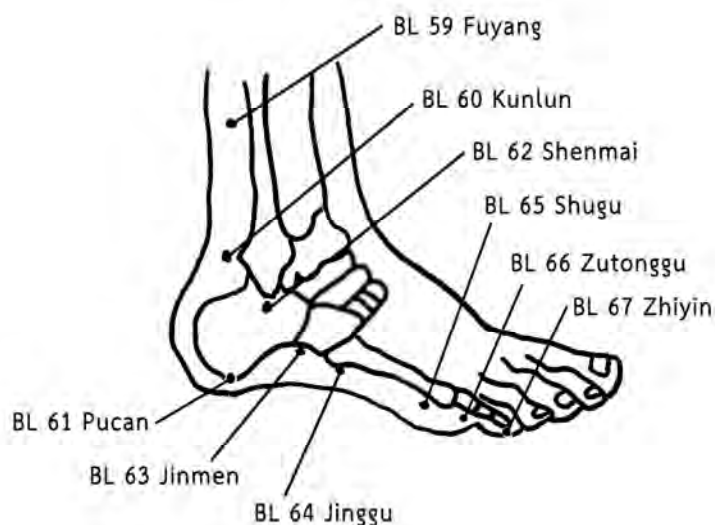
● **ผุซัน 仆参 Púcān (BL 61)**

ผุ แปลว่า คนใช้ ซัน แปลว่า น้อมคารวะ จุดนี้อยู่ที่สันเท้าด้านนอก สมัยโบราณเวลาคนใช้เข้าพบ
เจ้านาย ต้องคุกเข่าโค้งคำนับศีรษะจรดพื้น จุดนี้จะโผล่พ้นชายกางเกงพอดี

ตำแหน่ง: ใต้คุนหลุน (BL 60) ตรงรอยต่อส้นเท้า

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ขาลีบ ขาอ่อนแรง ปวดขา ตะคริว ปวดส้นเท้า โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น



ภาพที่ 3.46 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นกระเพาะปัสสาวะ (BL 59 - BL 67)

● **เชินม่าย 申脉 Shēnmài (BL 62):** จุดปamayเจียวอยู่ที่ยึดกับเส้นหยางเฉียว

เชิน พ้องเสียงกับคำที่แปลว่า ยึด เหยียด ม่าย หมายถึง เส้นหยางเฉียว เป็นจุดเริ่มต้น
ของเส้นหยางเฉียว ใช้รักษาข้อเท้าติดขัด

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งระหว่างขอบล่างของตาตุ่มนอกกับกระดูกสันเท้า

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ตาแดง หนังตาตก ง่วงนอน นอนไม่หลับ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก เสียการสื่อความ หลังแอ่น ปวดหลังส่วนล่าง ปวดขา ขาอ่อนแรง ปวดเท้า ข้อเท้าติดขัด บวมข้อเท้าด้านนอก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

● **จินเหมิน 金門 Jīnmén (BL 63):** จุดชี้

จิน แปลว่า ทอง เหมิน แปลว่า ประตู่ เป็นประตู่สู่เส้นหยางเหวย เมื่อชี้ไหลเวียนผ่านมาจุดนี้จะอุ่นร้อนขึ้น ซึ่งมีคุณลักษณะเหมือนชี้อุด ปอดสังกัดธาตุดวง

ตำแหน่ง: จากขอบหน้าตาตุ่มนอกเฉียงลงไปตามหน้า อยู่ตรงแอ่งใต้กระดูก cuboid หลังต่อ tuberosity ของกระดูกฝ่าเท้าที่ 5

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดหลังส่วนล่าง ชาลิบ ขาอ่อนแรง ปวดบวมตาตุ่มนอก ชักในเด็ก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

● **จิงกู่ 京骨 Jīnggǔ (BL 64):** จุดหยวน

จิง แปลว่า ใหญ่ กู่ แปลว่า กระดูก **จิงกู่** เป็นชื่อโบราณของกระดูกฝ่าเท้าที่ 5 ส่วนต้น

ตำแหน่ง: อยู่หน้าและใต้ต่อ tuberosity ของกระดูกฝ่าเท้าที่ 5 ตรงรอยต่อส้นนิ้ว

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตึงต้นคอ เลือดกำเดาไหล ปวดเอวร้าวลงขา โรคลมชัก ต้อเนื้อ ต้อกระจก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

● **ชู่กู่ 束骨 Shùgǔ (BL 65):** จุดชู

ชู่ แปลว่า มัด กู่ แปลว่า กระดูก **ชู่กู่** เป็นชื่อโบราณของกระดูกฝ่าเท้าที่ 5 ส่วนปลาย

ตำแหน่ง: อยู่หลังต่อข้อ metatarsophalangeal ที่ 5 ตรงรอยต่อส้นนิ้ว

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ กล้ามเนื้อ ปวดตึงต้นคอ ปวดเอวร้าวลงขา เวียนศีรษะ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

● **จู่ทงกู่ 足通谷 Zútōnggǔ (BL 66):** จุดหยิง

จู่ แปลว่า เท้า ทง แปลว่า สู่ กู่ แปลว่า หุบเขา จุดนี้อยู่บริเวณร่องของกระดูกนิ้วเท้าซึ่งมีชี้ไหลผ่าน

ตำแหน่ง: อยู่หน้าต่อข้อ metatarsophalangeal ที่ 5 ตรงรอยต่อส้นนิ้ว

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตึงต้นคอ เลือดกำเดาไหล โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.2-0.3 ชู่น

☯ **จื่ออิน 至阴 Zhìyīn (BL 67):** จุดจิ่ง

จื่อ แปลว่า ถึง **อิน** คือ Yin ใน Yin หยาง เป็นจุดสุดท้ายของเส้นกระเพาะปัสสาวะก่อนเชื่อมต่อกับเส้นอิน

ตำแหน่ง: โคนเล็บนิ้วเท้าที่ 5 ด้านนอก ห่างจากมุมฐานเล็บ 0.1 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตา คัดจมูก เลือดกำเดาไหล ทารกไม่กลืนหัว คลอดยาก ปวดบวมเข้าปอดบวมเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.1 ชู่น กรณีปรับท่าทารกในครรภ์ใช้วิธีสนยา

8. จุดฝังเข็มบนเส้นไตชาวยินเท้า

☯ **หย่งเฉวียน 涌泉 Yǒngquán (KI 1):** จุดจิ่ง

หย่ง แปลว่า ทะลัก **เฉวียน** แปลว่า น้ำพุ เป็นจุดที่น้ำของเส้นไตทะลักขึ้น เป็นจุดแรกบนเส้นไต

ตำแหน่ง: ตรงรอยบุ๋มที่สุดเวลาจุ่มฝ่าเท้า หรือจุดแบ่งระหว่าง 1/3 หน้ากับ 2/3 หลังของแนวเส้นเชื่อมระหว่างฐานของนิ้วเท้าที่ 2 และ 3 กับสันเท้า

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ วิงเวียน ตาพร่า เจ็บคอ พูดไม่มีเสียง ปัสสาวะขัด นอนไม่หลับ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ท้องผูก ชักในเด็ก หมดสติ ขาอ่อนแรง โรคลมแดด โรคฮีสที่เรีย

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

☯ **หรงกู่ 然谷 Rángǔ (KI 2):** จุดหยิง

หรงกู่ โบราณ หมายถึง กระดูก navicula **กู่** แปลว่า หุบเขา จุดนี้อยู่บริเวณแอ่งใต้กระดูก

ตำแหน่ง: บริเวณเท้าด้านใน อยู่ใต้ tuberosity ของกระดูก navicula ตรงรอยต่อส้น

ข้อบ่งชี้: รอบเดือนผิดปกติ คันอวัยวะเพศ ตกขาว มดลูกหย่อน ปัสสาวะขัด ฝันเปียก ไอเป็นเลือด เจ็บคอ เบาหวาน ดีซ่าน อูจจาระร่วง บาดทะยักในทารก ปวดบวมหลังเท้า ขากรรไกรแข็ง ขาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

☯ **ท่ายซี 太溪 Tàixī (KI 3):** จุดชู่ จุดหยวน

ท่าย แปลว่า ใหญ่ **ซี** แปลว่า ลำธาร จุดนี้อยู่ด้านหลังตาตุ่มใน เป็นร่องลึกใหญ่

ตำแหน่ง: อยู่จุดกึ่งกลางระหว่างยอดตาตุ่มในกับขอบในของเอ็นร้อยหวาย

ข้อบ่งชี้: ฝันเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ เจ็บคอ ปวดฟัน หอบ ไอเป็นเลือด เบาหวาน ปัสสาวะบ่อย ท้องผูก รอบเดือนผิดปกติ ปวดหลังส่วนล่าง หูอื้อ หูตึง หูหนวก นอนไม่หลับ หงุดหงิด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

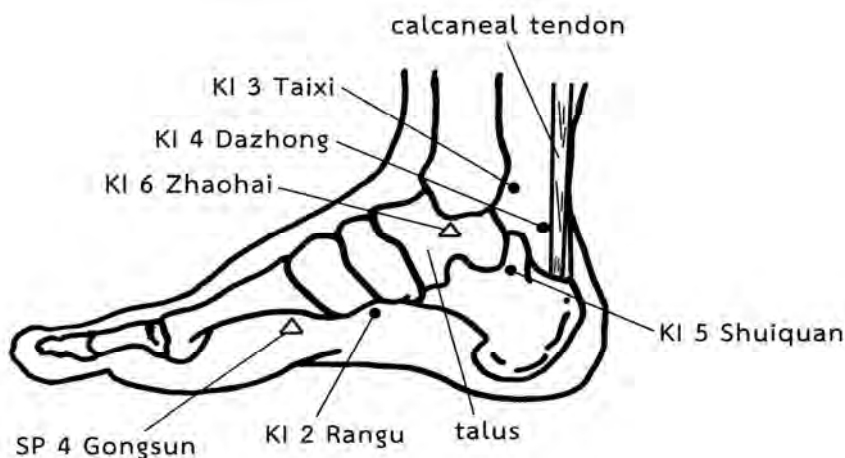
● **ต้าจง 大钟 Dàzhōng (KI 4): จุดลั่ว**

ต้า แปลว่า ใหญ่ **จง** หมายถึง สันเท้า

ตำแหน่ง: ขอบบนของกระดูกสันเท้า อยู่หน้าต่อเอ็นร้อยหวาย

ข้อบ่งชี้: ปัสสาวะหยุด ปัสสาวะไม่ออก ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ท้องผูก ไอเป็นเลือด หอบ สมองเสื่อม ง่วงเหงาหาวนอน ปวดสันเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น



ภาพที่ 3.47 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นไต (KI 2 - KI 6)

● **ส่วยเฉวียน 水泉 Shuǐquán (KI 5): จุดชี**

ส่วย แปลว่า น้ำ **เฉวียน** แปลว่า น้ำพุ เป็นจุดที่ชีไหลแรงขึ้น

ตำแหน่ง: ใต้ท้ายชี (KI 3) 1 ชู่น ตรงรอยบุ๋มของ tuberosity ของกระดูกสันเท้า

ข้อบ่งชี้: รอบเดือนผิดปกติ ปวดประจำเดือน ขาดประจำเดือน มดลูกหย่อน ปัสสาวะขัด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

● **จ้าวห่าย 照海 Zhàohǎi (KI 6): จุดป๋ายเฉียวฮ่วยที่เชื่อมกับเส้นยินเซียว**

จ้าว แปลว่า ส่องแสง ชัดเจน **ห่าย** แปลว่า ทะเล หมายถึง เป็นจุดที่มีชีมากดังทะเล เป็นจุดแรก
ของเส้นยินเซียว

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งใต้ตาตุ่มใน

ข้อบ่งชี้: คอแห้ง รอบเดือนผิดปกติ ตกขาวปนเลือด มดลูกหย่อน ปัสสาวะหยุด ปัสสาวะไม่ออก
ปัสสาวะบ่อย ท้องผูก โรคลมชัก นอนไม่หลับ โรคเหน็บชา

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

● **ฟูลิว 复溜 Fùliū (KI 7):** จุดจิง

ฟู แปลว่า ย้อนกลับ ลิว แปลว่า ไหล เป็นจุดที่เส้นไตไหลวนจากจ้าวห่าย (KI 6) แล้ววกขึ้นบน

ตำแหน่ง: เหนือท่ายซี (KI 3) 2 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด อุจจาระร่วง บวม น้ำ เหนือออกขณะหลับ ไข้ไม่มีเหงื่อ เหงื่อออกมาก ขาลีบ
ขาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น

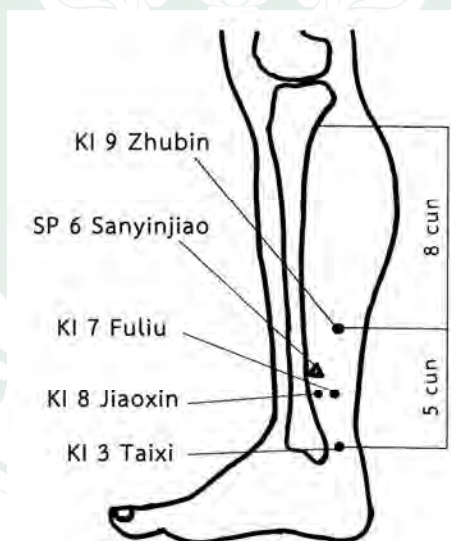
● **เจียวซิน 交信 Jiāoxìn (KI 8):** จุดชีของเส้นอินเขียว

เจียว แปลว่า ส่งมอบ ซิน แปลว่า ความน่าเชื่อถือ เป็นจุดส่งมอบชีและเลือดให้ซานอินเขียว (SP 6)

ตำแหน่ง: หน้าฟูลิว (KI 7) 0.5 ชุ่น อยู่ชิดขอบหลังของกระดูกแข้ง

ข้อบ่งชี้: ประจำเดือนมามาก ประจำเดือนมากระปริบกระปรอย มดลูกหย่อน ไข่เลื่อน อุจจาระร่วง
ท้องผูก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.6-1.2 ชุ่น



ภาพที่ 3.48 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นไต (KI 3, KI 6 - KI 9)

● **จู๋ปิ่น 筑宾 Zhùbīn (KI 9):** จุดชีของเส้นอินเหวย

จู๋ แปลว่า สาก อุปมาถึงความแข็งแรง ปิ่น พ้องเสียงกับกระดูกสะบ้า จุดนี้ใช้รักษาอาการปวดเท้า
ปวดแข้ง ช่วยเสริมความแข็งแรงให้เข้า

ตำแหน่ง: เหนือท่ายซี (KI 3) 5 ชุ่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างท่ายซี (KI 3) กับยิ่นกู่ (KI 10)

ข้อบ่งชี้: โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ลมชัก ไล่เลื้อน ปวดขาด้านใน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

● **ยinqu 阴谷 Yīngǔ (KI 10):** จุดเหอ

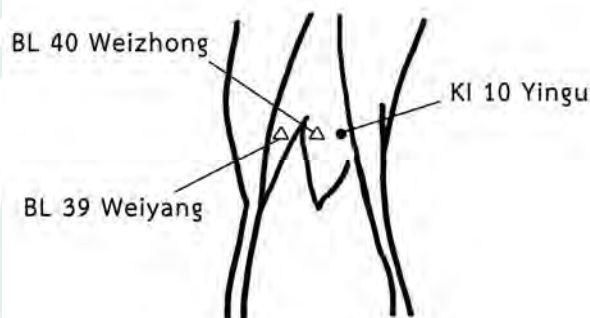
ยinqu คือ ยinqu ในยinqu หาง กู แปลว่า หุบเขา จุดนี้อยู่ตรงร่องรอยพับเข้าด้านใน

ตำแหน่ง: รอยพับเข้าด้านใน ระหว่างเอ็น semitendinosus กับ semimembranosus

ข้อบ่งชี้: เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ประจำเดือนมามาก ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย

ปัสสาวะขัด ไล่เลื้อน ปวดข้อพับเข้าด้านใน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น



ภาพที่ 3.49 แสดงตำแหน่งยinqu (KI 10)

● **henggu 横骨 Hénggǔ (KI 11):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

henggu เป็นชื่อโบราณของกระดูกหัวหน้า

ตำแหน่ง: อยู่ชิดขอบบนของกระดูกหัวหน้า ห่างจากแนวกึ่งกลางท้องน้อยตามแนวระนาบ 0.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไล่เลื้อน ปวดแน่นตึงท้องน้อย ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ฝืนเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

● **dahe 大赫 Dàhè (KI 12):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

da แปลว่า ใหญ่ **he** แปลว่า สมบูรณ์ เป็นจุดเชื่อมติดกับเส้นชงซึ่งมี Yin Xi Shun Bu Ren เส้นชงเชื่อมต่อไปยังมดลูกหรืออันทะ

ตำแหน่ง: ใต้สะดือ 4 ชู่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 0.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ฝืนเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ มดลูกหย่อน ตกขาว

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

☉ **ชีเสวีย 气穴 Qìxué (KI 13):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

ชีเสวีย แปลว่า จุดฝังเข็มของชี จุดนี้อยู่แนวเดียวกับกุวานหยวน (CV 4) ซึ่งเป็นด้านเข้าออกของหยวนชี
ตำแหน่ง: ใต้สะดือ 3 ชُن และห่างออกไปตามแนวระนาบ 0.5 ชُن

ข้อบ่งชี้: รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว ปัสสาวะขัด อุจจาระร่วง ภาวะมีบุตรยาก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชُن

☉ **ชีอหฺมาน 四满 Sì mǎn (KI 14):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

ชีอ แปลว่า สี่ อหฺมาน แปลว่า แน่น เต็ม เป็นจุดที่ 4 ของเส้นไต่บนหน้าท้อง ใช้รักษาอาการแน่นท้อง
ตำแหน่ง: ใต้สะดือ 2 ชُن และห่างออกไปตามแนวระนาบ 0.5 ชُن

ข้อบ่งชี้: รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว ผื่นเปื่อย ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ท้องผูก
อุจจาระร่วง ปวดท้อง บวม น้ำ ไล่เลื่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชُن

☉ **จงจู้ 中注 Zhōngzhù (KI 15):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

จง หมายถึง จงเจียว จู้ แปลว่า เต็ม เป็นจุดที่ชีไตเทเข้าสู่จงเจียว

ตำแหน่ง: ใต้สะดือ 1 ชُن และห่างออกไปตามแนวระนาบ 0.5 ชُن

ข้อบ่งชี้: ท้องผูก ปวดท้อง อุจจาระร่วง รอบเดือนผิดปกติ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชُن

☉ **ฮวางซู 育俞 Huāngshū (KI 16):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

ฮวาง แปลว่า เยื่อ ซู แปลว่า จุด จุดนี้ตรงกับฮวางเหมิน (BL 51) ซึ่งอยู่ด้านหลัง เป็นจุดที่ชีไตไหลไปเชื่อมต่อกับเยื่อช่องท้อง

ตำแหน่ง: ห่างจากสะดือตามแนวระนาบ 0.5 ชُن

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง ท้องอืด ท้องผูก อุจจาระร่วง อาเจียน ปวดหลังส่วนล่าง ไล่เลื่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชُن

☉ **ชางซูวี 商曲 Shāngqū (KI 17):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

ชาง เป็นระดับเสียงดนตรีโบราณ สังกัดธาตุทองเช่นเดียวกับเส้นลำไส้ใหญ่ ซูวี แปลว่า คด หมายถึง ลำไส้ใหญ่ซึ่งมีลักษณะคดเคี้ยว จุดนี้ใช้รักษาโรคของลำไส้ใหญ่

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 2 ชُن และห่างออกไปตามแนวระนาบ 0.5 ชُن

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง โรคบิด อุจจาระร่วง ท้องผูก เบื่ออาหาร

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชُن

● **สือกวาน 石关 Shíguān (KI 18):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

สือ แปลว่า ก้อนหิน กวาน แปลว่า ด้าน จุดนี้อยู่แนวเดียวกับกวานเหมิน (ST 22) ใช้รักษาโรคในช่องท้องที่มีลักษณะแน่นแข็ง เช่น ท้องผูก จุกแน่นท้อง เป็นต้น

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 3 ชُن และห่างออกไปตามแนวระนาบ 0.5 ชُن

ข้อบ่งชี้: อาเจียน สะอึก ปวดกระเพาะอาหาร แน่นยอดอก ปวดท้องหลังคลอด ภาวะมีบุตรยาก ท้องผูก รอบเดือนผิดปกติ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชُن

● **ยินตู 阴都 Yīndū (KI 19):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

ยิน คือ Yin ใน Yin หยาง ตู แปลว่า รวมกัน เป็นจุดเชื่อมติดกับเส้นชงซึ่งเป็นเส้น Yin ทั้งคู่

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 4 ชُن และห่างออกไปตามแนวระนาบ 0.5 ชُن

ข้อบ่งชี้: ท้องร้อง ท้องอืด ปวดท้อง ท้องผูก ภาวะมีบุตรยาก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชُن

● **ฟู่ทงกู่ 腹通谷 Fùtōnggǔ (KI 20):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

ฟู่ แปลว่า ท้อง ทง แปลว่า ผ่าน กู่ แปลว่า อาหารและน้ำ จุดนี้อยู่แนวเดียวกับชางหวาน (CV 13) เป็นทางผ่านของอาหารและน้ำ

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 5 ชُن และห่างออกไปตามแนวระนาบ 0.5 ชُن

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด ปวดท้อง อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชُن

● **ยิวเหมิน 幽門 Yōumén (KI 21):** จุดเชื่อมติดกับเส้นชง

ยิว แปลว่า เลื่อน จาง เหมิน แปลว่า ประตู ขี่ของเส้นไตและเส้นชงไหลมาพบกันที่จุดนี้และแผ่กระจายหายเข้าไปในทรวงอก

ตำแหน่ง: เหนือสะดือ 6 ชُن และห่างไปตามแนวระนาบ 0.5 ชُن

ข้อบ่งชี้: สะอึก อาเจียน ปวดกระเพาะอาหาร ท้องอืด อุจจาระร่วง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชُن ห้ามแทงลึก ระวังถูกตับ

● **ปู้หลาง 步廊 Bùláng (KI 22)**

ปู้ แปลว่า ก้าวเดิน หลาง แปลว่า เฉลียง จุดนี้ขนานกับกระดูกอกและอยู่ระดับเดียวกับจงถิง (CV 16) ถิง แปลว่า ห้องโถง เปรียบเสมือนเฉลียงทางเดินรอบห้องโถง

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 5 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 2 ชُن

ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดซี่ข้าง ไอบ หอบ อาเจียน เต้านมอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือเฉียง 0.5-0.8 ชُن

☯ **เส้นเฟิง 神封 Shénfēng (KI 23)**

เส้น หมายถึง สัมผัสสัญญาณ จิตใจ เฟิง แปลว่า ขอบเขต จุดนี้อยู่ระดับเดียวกับถ่านจง (CV 17) ซึ่งเป็นที่อยู่ของเส้น

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 4 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ไอ หอบ อาเจียน เต้านมอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **หลิงซวี 灵墟 Língxū (KI 24)**

หลิง มาจากเส้นหลิง แปลว่า จิตวิญญาณ ซวี แปลว่า สถานที่ จุดนี้อยู่ระดับเดียวกับยวี่ถาง (CV 18) ซึ่งเป็นที่อยู่ของเส้น

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 3 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ไอ หอบ อาเจียน เต้านมอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **เส้นฉาง 神藏 Shéncáng (KI 25)**

เส้น หมายถึง สดสัมผัสสัญญาณ จิตใจ ฉาง แปลว่า กักเก็บ จุดนี้อยู่ด้านข้างจื่อกง (CV 19) เหนือหลิงซวี (KI 24) เป็นจุดที่เส้นเก็บตัวอยู่ใน

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 2 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ไอ หอบ อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **ยวี่จง 彗中 Yùzhōng (KI 26)**

ยวี่ แปลว่า อุดมสมบูรณ์ จง แปลว่า กลาง หมายถึง ทรวงอก เป็นจุดที่ซี่ไตอุดมสมบูรณ์ที่สุด ขณะไหลเวียนเข้าสู่ทรวงอก

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 1 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ไอ หอบ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

☯ **ซูฝู 俞府 Shūfǔ (KI 27)**

ซู หมายถึง จุดฝังเข็ม ฝู แปลว่า ศูนย์รวม ซี่ไตขึ้นมาจากเท้าแล้วรวมตัวกันที่จุดนี้

ตำแหน่ง: อยู่ขอบล่างของกระดูกไหปลาร้า ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ เจ็บหน้าอก อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

9. จุดฝังเข็มบนเส้นเยื่อหุ้มหัวใจเจี๋ยยีนมือ

● **เทียนฉือ 天池 Tiānchí (PC 1):** จุดเชื่อมติดกับเส้นตับ เส้นถุงน้ำดี และเส้นซานเจียวเทียน แปลว่า ฟ้า ฉือ แปลว่า สระ จุดนี้อยู่ใกล้เต้านมซึ่งเก็บน้ำนมเปรียบเสมือนสระ หน้าอกอยู่ส่วนบนของร่างกายเปรียบเป็นฟ้า

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 4 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก แน่นหน้าอก หอบ ไอ เต้านมอักเสบ น้ำนมไม่พอ วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.3-0.5 ชู่น ห้ามแทงลึก ระวังถูกปอด

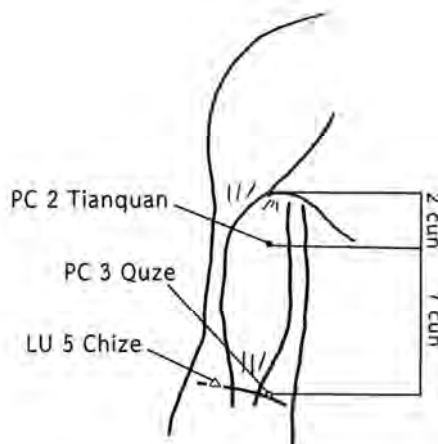
● **เทียนเฉวียน 天泉 Tiānquán (PC 2)**

เทียน แปลว่า ฟ้า **เฉวียน** แปลว่า น้ำพุ จุดนี้รับชีจากเทียนฉือ (PC 1) อยู่ใกล้กับเทียนฝู (LU 3) และจีเฉวียน (HT 1)

ตำแหน่ง: ได้ปลายรอยพับรักแร้ด้านหน้า 2 ชู่น ระหว่าง long head กับ short head ของกล้ามเนื้อ biceps brachii

ข้อบ่งชี้: ไอ เจ็บหน้าอก แน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ปวดแขนด้านใน ปวดแผ่นหลังทรงอก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น



ภาพที่ 3.50 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นเยื่อหุ้มหัวใจ (PC 2 - PC 3)

● **ขวีเจ้อ 曲泽 Qūzé (PC 3):** จุดเหอไทยและการแพทย์ทางเลือก

ขวี แปลว่า โค้ง **เจ้อ** แปลว่า บึง จุดอยู่ตรงแอ่งของรอยพับข้อศอกด้านใน

ตำแหน่ง: รอยพับข้อศอก ตรงรอยบุ๋มฝัง ulnar ของเอ็น biceps brachii

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ใจสั่น ตกใจง่าย ปวดกระเพาะอาหาร อุจจาระร่วง อาเจียน อาเจียนเป็นเลือด กลุ่มโรคไข้ ปวดเกร็งแขน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น หรือเจาะปล่อยเลือด

☉ **ซี่เหมิน 郗門 Ximén (PC 4):** จุดซี่

ซี่ แปลว่า ร่อง ซอก เหมิน แปลว่า ประตู่ จุดนี้อยู่ลึกลงไปนร่องระหว่างเอ็น 2 เส้น

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมือด้านใน 5 ชู่น ระหว่างเอ็น palmaris longus กับ flexor carpi radialis

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ใจสั่น ไอเป็นเลือด อาเจียนเป็นเลือด โรคลมชัก แผลฝีหนอง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

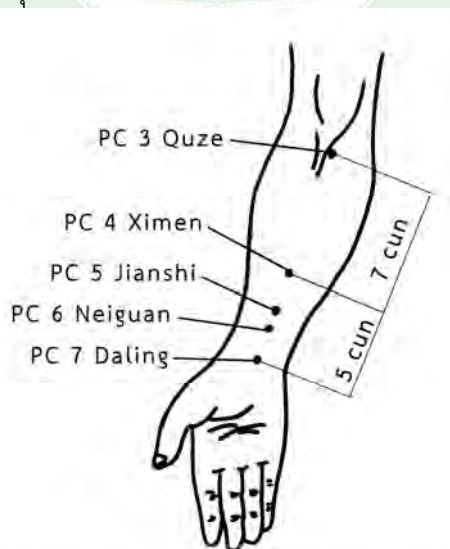
☉ **เจียนสื่อ 间使 Jiānshǐ (PC 5):** จุดจิง

เจียน แปลว่า ระหว่าง จุดอยู่ระหว่างเส้นเอ็น 2 เส้น **สื่อ** แปลว่า รับใช้ เยื่อหุ้มหัวใจเปรียบเสมือน ขุนนางรับใช้หัวใจ

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมือด้านใน 3 ชู่น ระหว่างเอ็น palmaris longus กับ flexor carpi radialis

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ใจสั่น ปวดกระเพาะอาหาร อาเจียน กลุ่มโรคไข้ หงุดหงิด โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก เสียการสื่อความ ไข้จับสั่น

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น ให้หลบเส้นประสาท median



ภาพที่ 3.51 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นเยื่อหุ้มหัวใจ (PC 3 - PC 7)

☉ **เน่ยกวน 内关 Nèiguān (PC 6):** จุดลั่ว จุดปามายเจียวอยู่ที่ยึดกับเส้นยिनเหว

เน่ย แปลว่า ด้านใน หมายถึง อวัยวะข้างผู้ **กวน** แปลว่า ด้าน เป็นจุดที่ใช้รักษาโรคของอวัยวะข้างผู้

ตำแหน่ง: เหนือรอยพับข้อมือด้านใน 2 ชู่น ระหว่างเอ็น palmaris longus กับ flexor carpi radialis

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ใจสั่น แน่นหน้าอก ปวดกระเพาะอาหาร อาเจียน ไอ โรคลมชัก กลุ่มโรคไข้หวัดใหญ่ นอนไม่หลับ โรคหลอดเลือดสมอง แขนอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น ให้หลบเส้นประสาท median

● **ต้าหลิง 大陵 Dàlíng (PC 7):** จุดชู จุดหยวน

ต้า แปลว่า ใหญ่ **หลิง** แปลว่า เนินเขา จุดอยู่บริเวณร่องของข้อมือซึ่งมีปุ่มนูนขึ้นเหมือนเนินเขา

ตำแหน่ง: บนรอยพับข้อมือนั่นใน อยู่ระหว่างเอ็น palmaris longus กับ flexor carpi radialis

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ใจสั่น ปวดศีรษะ ปวดกระเพาะอาหาร อาเจียน โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง แผลฝี ปวดข้อมือ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชู่น

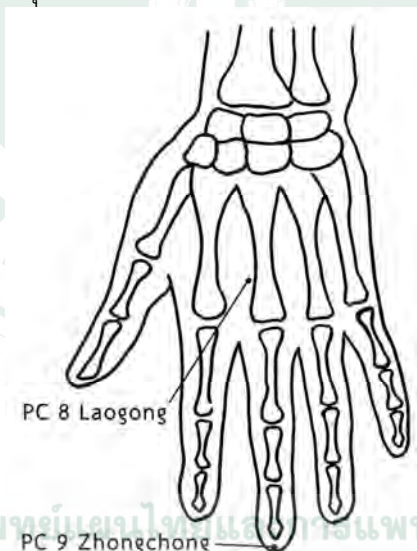
● **หลาวกง 劳宫 Láogōng (PC 8):** จุดหยิง

หลาว แปลว่า การใช้แรงงาน หมายถึง มือ **กง** แปลว่า วง หมายถึง ตรงกลาง จุดอยู่กลางฝ่ามือ

ตำแหน่ง: อยู่กลางฝ่ามือ ระหว่างกระดูกฝ่ามือที่ 2 กับ 3 โดยอยู่ก่อนไปทางกระดูกฝ่ามือที่ 3 หรืออยู่ที่ตำแหน่งปลายนิ้วกลางสัมผัสขณะกำมือ

ข้อบ่งชี้: แผลในปาก มีกลิ่นปาก ฝ่ามืออักเสบเรื้อรัง โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก เจ็บหน้าอก อาเจียน โรคลมแดด หมดสติ โรคหลอดเลือดสมอง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

ภาพที่ 3.52 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นเยื่อหุ้มหัวใจ (PC 8 - PC 9)

● จงชง 中冲 Zhōngchōng (PC 9): จุดจี้

จง แปลว่า กลาง ชง แปลว่า พุ่ง จุดอยู่ปลายนิ้วกลาง ชีพพุ่งออกมาจากจุดนี้แล้วไหลขึ้นบน

ตำแหน่ง: จุดปลายสุดของนิ้วกลาง

ข้อบ่งชี้: ลิ้นแข็งพูดไม่ได้ เจ็บหน้าอก โรคลมแดด กลุ่มโรคไข้ หมดสติ โรคหลอดเลือดสมอง ชักในเด็ก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.1 ชู่น หรือเจาะปล่อยเลือด

10. จุดฝังเข็มบนเส้นชานเจียวข้าวหยาบมือ

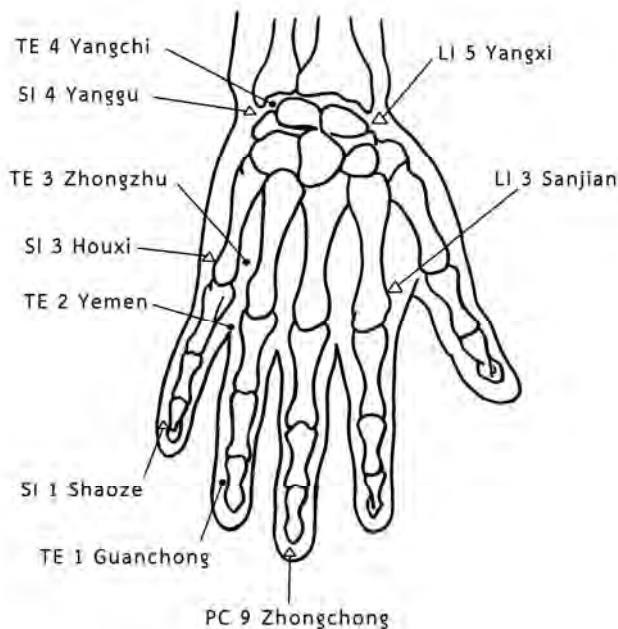
● กวานชง 关冲 Guānchōng (TE 1): จุดจี้

กวาน แปลว่า ด้าน ชง แปลว่า พุ่ง ชีพพุ่งออกมาจากจุดนี้แล้วไหลขึ้นบน

ตำแหน่ง: โคนเล็บนิ้วนางด้านนิ้วก้อย ห่างจากมุมฐานเล็บ 0.1 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ตาแดง หูอื้อ หูตึง หูหนวก เจ็บคอ ลิ้นแข็ง เป็นลม กลุ่มโรคไข้

วิธีแทงเข็ม: แทงตื้นๆ 0.1 ชู่น หรือเจาะปล่อยเลือด



ภาพที่ 3.53 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นชานเจียวข้าวหยาบ (TE 1 - TE 4)

● เย่เหมิน 液门 Yèmén (TE 2): จุดหยิง

เย่ แปลว่า ของเหลว เหมิน แปลว่า ประตู จุดนี้เปรียบเสมือนประตูควบคุมทางผ่านเข้าออกของน้ำ

ตำแหน่ง: กึ่งกลางง่ามนิ้วนางกับนิ้วก้อย ตรงรอยต่อสรีร

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังมือ ปวดศีรษะ ตาแดง หูตึง หูหนวก หูอื้อ เจ็บคอ โรคมะเร็ง ไข้จับสั่น
ปวดบวมเหงือก กลุ่มโรคไข

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

● **จงจู 中渚 Zhōngzhǔ (TE 3):** จุดชู

จง แปลว่า กลาง **จู** แปลว่า เกาะแก่ง เมื่อชี้โหลเวียนถึงจุดนี้ จะพัวรวมตัวกันโหลเวียนต่อไป
เปรียบเสมือนมีเกาะแก่งกลางสายน้ำ

ตำแหน่ง: ตรงร่องระหว่างกระดูกฝ่ามือที่ 4 กับ 5 หลังต่อข้อสันหมัด

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ตาแดง หูตึง หูหนวก หูอื้อ เจ็บคอ โรคมะเร็ง ไข้จับสั่น กลุ่มโรคไข ปวดเมื่อยไหล่
ปวดข้อศอก ข้อนิ้วมือติดขัด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

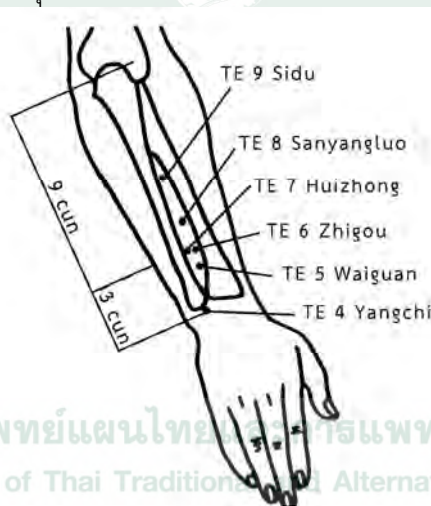
● **หยางฉือ 阳池 Yángchí (TE 4):** จุดหยวน

หยาง คือ หยางในอินหยาง **ฉือ** แปลว่า สระ จุดอยู่ตรงร่องของกระดูกข้อมือเหมือนสระน้ำ หลังมือ
เป็นหยาง

ตำแหน่ง: ตรงรอยบุ๋มบนแนวรอยพับข้อมือนอก อยู่ชิดขอบเอ็น extensor digitorum communis
ด้าน ulnar

ข้อบ่งชี้: ตาปวดบวมแดง หูตึง หูหนวก เจ็บคอ ปวดศีรษะ ปวดข้อมือ ปวดข้อศอก ปวดสะบัก
ไข้จับสั่น เบาหวาน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

ภาพที่ 3.54 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นซานเจียว (TE 4 - TE 9)

☯ **ว้ายกุวาน 外关 Wàiguān (TE 5):** จุดลั่ว จุดปาม่ายเจียวอยู่ທີ່เชื่อมกับเส้นหยางเหว

ว้าย แปลว่า ด้านนอก หมายถึง ผิวกาย กุวาน แปลว่า ด้าน เส้นหยางเหวเชื่อมต่อกับเส้นหยางทั่วร่างกาย จึงใช้จุดนี้รักษาภาวะโรคภายนอก

ตำแหน่ง: เหนือแนวรอยพับข้อมือนอก 2 ชุ่น อยู่กึ่งกลางระหว่างกระดูก ulna กับ radius

ข้อบ่งชี้: ตาปวดบวมแดง หูอื้อ หูตึง หูหนวก วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ปวดนิ้วมือ ปวดไหล่ ปวดแขน แขนอ่อนแรง ข้อศอกติดขัด ปวดศีรษะ กลุ่มโรคไข

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น

☯ **จื่อโกว 支沟 Zhīgōu (TE 6):** จุดจิง

จื่อ ฟ้องเสียงกับคำที่แปลว่า แขนขา ในที่นี้หมายถึง แขน โกว แปลว่า ร่องน้ำ จุดอยู่ในร่องระหว่างกระดูก

ตำแหน่ง: เหนือแนวรอยพับข้อมือนอก 3 ชุ่น อยู่กึ่งกลางระหว่างกระดูก ulna กับ radius

ข้อบ่งชี้: มือสั่นหรือกระดูก หูอื้อ หูตึง หูหนวก เสียงหายเฉียบพลัน วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ตกหมอน ปวดชายโครง ปวดสีข้าง ท้องผูก กลุ่มโรคไข

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชุ่น

☯ **ฮุยจง 会宗 Huìzōng (TE 7):** จุดชี้

ฮุย แปลว่า รวบรวม จง แปลว่า ต้นกำเนิด หยางชี้ของเส้นซานเจียวรวมกันที่จุดนี้ก่อนส่งให้ซานหยางลั่ว (TE 8)

ตำแหน่ง: เหนือแนวรอยพับข้อมือนอก 3 ชุ่น อยู่ชิดขอบด้าน radial ของกระดูก ulna

ข้อบ่งชี้: หูอื้อ หูตึง หูหนวก โรคลมชัก ปวดแขน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น

☯ **ซานหยางลั่ว 三阳络 Sānyángluò (TE 8)**

ซาน แปลว่า สาม ลั่ว หมายถึง เส้นลั่ว เส้นหยางมือ 3 เส้นจะเชื่อมติดกันที่จุดนี้

ตำแหน่ง: เหนือแนวรอยพับข้อมือนอก 4 ชุ่น อยู่กึ่งกลางระหว่างกระดูก ulna กับ radius

ข้อบ่งชี้: หูตึง หูหนวก เสียงหายเฉียบพลัน ปวดฟัน ปวดข้อมือ ปวดแขน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชุ่น

☯ **ซื่อตุ๋ 四渎 Sīdú (TE 9)**

ซื่อ แปลว่า สี่ ตุ๋ แปลว่า แม่น้ำ ซื่อตุ๋ หมายถึง แม่น้ำสำคัญ 4 สาย คือ แยกชีเกียง ฮวงโห หวายเหอ และจีสุ่ย ซึ่งจากซานหยางลั่ว (ST 8) เมื่อมาถึงจุดนี้จะไหลแรงเหมือนแม่น้ำ 4 สายนี้

ตำแหน่ง: ใต้รอยพับศอก 5 ชุ่น อยู่กึ่งกลางระหว่างกระดูก ulna กับ radius

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน หูตึง หูหนวก เจ็บคอ เสียงหายเฉียบพลัน ปวดฟัน ปวดแขน แขนชา

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **เทียนจิง 天井 Tiānjīng (TE 10):** จุดเหอ

เทียน แปลว่า ฟ้า จิง แปลว่า บ่อน้ำ จุดอยู่เหนือปลายแหลมศอกเปรียบเป็นฟ้าและอยู่ในแอ่งเปรียบเป็นบ่อน้ำ

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งเหนือปลายแหลมศอก 1 ชู่น ในทางข้อศอก

ข้อบ่งชี้: หูตึง หูหนวก โรคลมชัก ไมเกรน วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ปวดต้นแขน ปวดข้อศอก ลมพิษ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

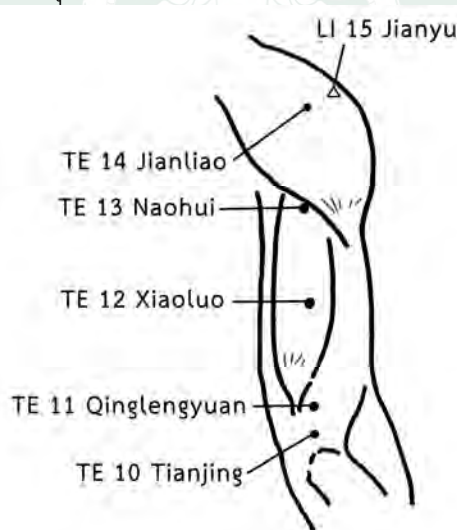
● **ชิงเหลิ่งเยวียน 清冷淵 Qīnglěngyuān (TE 11)**

ชิง แปลว่า เยียบสบ เหลิ่ง แปลว่า เย็น เยวียน แปลว่า ห้วงน้ำลึก เปรียบเสมือนน้ำไหลจากเทียนจิง (TE 10) มาเป็นห้วงน้ำที่ลึกและเย็น จึงใช้ขจัดความร้อนที่ซานเจียว

ตำแหน่ง: แขนด้านนอก เหนือปลายศอก 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดตา ปวดศีรษะ ปวดคอ ปวดฟัน ปวดสะบัก ตาเหลือง ไข้หนาวสั่น

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น



ภาพที่ 3.55 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นซานเจียว (TE 10 - TE 14)

● **เซียวลั่ว 消渴 Xiāoluò (TE 12)**

เซียว แปลว่า สลาย ลั่ว แปลว่า หนองน้ำ เปรียบเสมือนก้อนเมฆที่มาถึงจุดนี้จะถูกสลายกลายเป็นฝนตกลงมาจนเกิดเป็นหนองน้ำ

ตำแหน่ง: เหนือปลายศอก 5 ชู่น อยู่กึ่งกลางระหว่างชิงเหลิ่งเยวียน (TE 11) กับน่าวส่วย (TE 13)

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดฟัน ปวดตึงต้นคอ ปวดสะบัก ปวดแขน ปวดไหล่ เบาหวาน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

☉ **นำวฮ่วย 膈会 Nàohuì (TE 13):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหว่ย

นำว แปลว่า ต้นแขน **ฮ่วย** แปลว่า บรรจบ เป็นจุดบริเวณต้นแขนที่เชื่อมติดกับเส้นหยางเหว่ย

ตำแหน่ง: ใต้เจียนเหลียว (TE 14) 3 ชู่น บนแนวเส้นเชื่อมระหว่างเจียนเหลียว (TE 14) กับปลายศอก อยู่ซีกขอบหลังและใต้ต่อกล้ามเนื้อ deltoid

ข้อบ่งชี้: คอพอก วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ปวดบวมสะบัก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

☉ **เจียนเหลียว 肩髃 Jiānlǎo (TE 14)**

เจียน แปลว่า ไหล่ **เหลียว** แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก จุดอยู่บริเวณร่องกระดูกที่ไหล่

ตำแหน่ง: ใต้ acromion process ตรงรอยบุ๋มด้านหลังของไหล่เมื่อกางแขน 90 องศา

ข้อบ่งชี้: ปวดไหล่ ยกแขนไม่ขึ้น

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

☉ **เทียนเหลียว 天髃 Tiānlǎo (TE 15):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหว่ย

เทียน แปลว่า ฟัน เหลียว แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก จุดอยู่ตรงร่องกระดูกบริเวณแผ่นหลังส่วนอก เปรียบเป็นฟัน

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งระดับมุมบนสุดของกระดูกสะบัก โดยอยู่กึ่งกลางระหว่างเจียนจิ่ง (GB 21) กับชิววิหวน (SI 13)

ข้อบ่งชี้: ปวดไหล่ ปวดตึงต้นคอ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชู่น



ภาพที่ 3.56 แสดงตำแหน่งเทียนเหลียว (TE 15)

● เทียนหยิว 天牖 Tiānyǒu (TE 16)

เทียน แปลว่า ฟ้า หยิว แปลว่า รูเปิด จุดอยู่ที่คอเปรียบเสมือนฟ้า สรรพคุณรักษาโรคของทวารเปิดบนศีรษะ

ตำแหน่ง: ลำคอด้านข้าง ระดับเดียวกับมุมขากรรไกรล่าง อยู่ชิดขอบหลังของกล้ามเนื้อ sternocleidomastoid

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ใบหน้าบวม ปวดตึงต้นคอ วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ปวดตา หูอื้อ หูตึง หูหนวก เสียงหายเฉียบพลัน เจ็บคอ เลือดกำเดาไหล

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

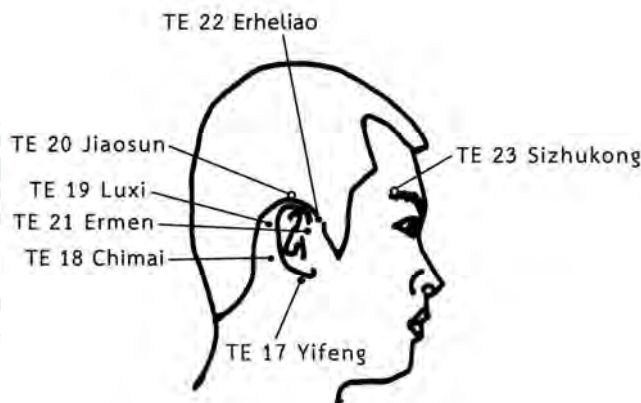
● อี้เฟิง 翳风 Yìfēng (TE 17): จุดเชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดี

อี้ แปลว่า กำบัง เฟิง แปลว่า ลม จุดอยู่หลังติ่งหูซึ่งช่วยกำบังเสียชีลม

ตำแหน่ง: ตรงร่องระหว่างมุมขากรรไกรล่างกับกกหู อยู่ระดับเดียวกับติ่งหู

ข้อบ่งชี้: หูอื้อ หูตึง หนองหู อัมพาตใบหน้า ขากรรไกรแข็ง วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ปวดฟัน แก้มบวม

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น



ภาพที่ 3.57 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นซานเจียว (TE 17 - TE 23)

● ชีอ๋ม่าย 瘕脉 Chìmai (TE 18)

ชีอ๋ แปลว่า ชักเกร็ง ม่าย แปลว่า หลอดเลือด เมื่อเกิดอาการชัก จะเห็นหลอดเลือดบริเวณนี้เป็นสีเขียวม่วง จุดนี้ใช้รักษาอาการชักเกร็ง

ตำแหน่ง: กึ่งกลางกกหู ตรงจุดแบ่งระหว่าง 2/3 บน กับ 1/3 ล่างของเส้นโค้งหลังใบหูที่เชื่อมระหว่างเจียวซุน (TE 20) กับอี้เฟิง (TE 17)

ข้อบ่งชี้: ชักในเด็ก ปวดศีรษะ หูอื้อ หูตึง หูหนวก ตาพร่า

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุน หรือเจาะปล่อยเลือด

● หลูซี 廬息 Lúxī (TE 19)

หลู แปลว่า กะโหลก ซี แปลว่า พักผ่อน จุดนี้มีสรรพคุณสงบเส้น

ตำแหน่ง: ตรงจุดแบ่งระหว่าง 1/3 บน กับ 2/3 ล่างของเส้นโค้งหลังใบหูที่เชื่อมระหว่างเจียวซุน (TE 20) กับอีเฟิง (TE 17)

ข้อบ่งชี้: ชักในเด็ก ชักเกร็ง ปวดศีรษะ หูอื้อ หูตึง หูหนวก หอบหืด น้ำลายไหลย่อย ปวดศีรษะข้าง

อาเจียน กลุ่มโรคไข

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุน

● เจียวซุน 角孙 Jiǎosūn (TE 20)

เจียว แปลว่า มุมปลายแหลม ซุน หมายถึง เส้นล้วยผอย จุดอยู่ระดับยอดใบหูซึ่งมีเส้นล้วยผอยแยกออกมา

ตำแหน่ง: แนวชายผมตรงกับยอดใบหู

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน ปวดตึงต้นคอ คางทูม ปวดฟัน แก้มบวม ต้อเนื้อ ต้อกระจก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุน

● เออร์เหมิน 耳门 Ērmén (TE 21)

เออร์ แปลว่า หู เหมิน แปลว่า ประตู เป็นจุดที่ซี่ของเส้นซานเจียวไหลจากหูเข้าสู่ภายใน

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งหน้าต่อ suprtragic notch และหลังต่อ condyloid process ของกระดูกขากรรไกร

ข้อบ่งชี้: หูอื้อ หูตึง หูหนวก ปวดฟัน หูน้ำหนวก

วิธีแทงเข็ม: อ้าปาก แทงตรง 0.5-1 ชุน

● เออร์เหอเหลียว 耳和髎 Ērheliáo (TE 22): จุดเชื่อมติดกับเส้นถุงน้ำดีและเส้นลำไส้เล็ก

เออร์ แปลว่า หู เหอ แปลว่า สมดุล เหลียว แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก จุดอยู่ตรงร่องเหนือหู

ตำแหน่ง: แนวชายผมหลังจอน ระบายเดียวกับส่วนบนสุดของฐานใบหู อยู่หลังต่อหลอดเลือดแดง superficial temporal

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ หูอื้อ ขากรรไกรแข็ง อัมพาตใบหน้า ลำคอใต้คางบวม

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.3-0.5 ชุน ให้ระวังแทงถูกหลอดเลือดแดง

● ซือจู่กง 丝竹空 Sīzhúkōng (TE 23)

ซือ หมายถึง เส้นล้วยผอย จู แปลว่า ไม้ กง แปลว่า ช่องว่าง คิ้วเหมือนใบไม้ จุดอยู่ตรงรอยบุมหางคิ้ว รอบๆ มีเส้นล้วยผอยเชื่อมถึงกัน

ตำแหน่ง: รอยบุมตรงขอบกระดูกเบ้าตาด้านหางคิ้ว

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ตาปวดบวมแดง หนังตากระตุก ปวดฟัน เวียนศีรษะ โรคลมชัก โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-1 ชู่น

11. จุดฝังเข็มบนเส้นถุงน้ำดี

● **ถ้งจื่อเหลี่ยว 瞳子髎 Tóngzǐliáo (GB 1):** จุดเชื่อมต่อตัดกับเส้นลำไส้เล็กและเส้นซานเจียว

ถ้งจื่อ คือลูกตาดำ **เหลี่ยว** แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก หมายถึง รอยบุ่ม

ตำแหน่ง: รอยบุ่มตรงขอบกระดูกเบ้าตาด้านหางตา ห่างจากปลายหางตา 0.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ตาปวดบวมแดง สายตาเลื่อม ต้อเนื้อ ต้อกระจก แพ้แสงน้ำตาไหล อัมพาตใบหน้า

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3 - 0.5 ชู่น หรือเจาะปล่อยเลือด

● **ทิงฮุย 听会 Tīnghuì (GB 2)**

ทิง แปลว่า ฟัง **ฮุย** แปลว่า บรรจบ หมายถึง ศูนย์รวมของการได้ยิน จุดนี้อยู่ใกล้กับทิงกง (SI 19) เออร์เหมิน (TE 21) และเออร์เหอเหลี่ยว (TE 22)

ตำแหน่ง: กึ่งกลางในร่องระหว่าง intertragic notch กับ condyloid process ของขากรรไกรล่าง

ข้อบ่งชี้: หูอื้อ หูตึง หูหนวก หูน้ำหนวก ปวดฟัน ขากรรไกรหลุด อัมพาตใบหน้า คางทุม

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น ขณะผู้ป่วยอ้าปาก

● **ซ่างกวน 上关 Shàngguān (GB 3):** จุดเชื่อมต่อตัดกับเส้นกระเพาะอาหารและเส้นซานเจียว

ซ่าง แปลว่า ด้านบน **กวน** แปลว่า ด้าน จุดนี้อยู่ด้านบนของกระดูกโขนก้าน

ตำแหน่ง: บริเวณขมับ ตรงแอ่งเหนือขอบบนของ zygomatic arch อยู่เหนือเขี้ยวกวน (ST 7)

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน หูอื้อ หูตึง หูหนวก หูน้ำหนวก ปวดฟัน อัมพาตใบหน้า ปวดประสาทใบหน้า ขากรรไกรแข็ง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **ฮ่านเยียน 颌厌 Hànyàn (GB 4):** จุดเชื่อมต่อตัดกับเส้นกระเพาะอาหารและเส้นซานเจียว

ฮ่าน แปลว่า คาง **เยียน** แปลว่า ประคบ เวลาเคี้ยวอาหารจุดนี้จะขยับตามขากรรไกรล่าง

ตำแหน่ง: บริเวณขมับ ตรงจุดแบ่งระหว่าง 1/4 บน กับ 3/4 ล่างของเส้นโค้งขนานแนวชายผม ที่เชื่อมระหว่างโหวเหวย (ST 8) กับชวีปิ่น (GB 7)

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน ปวดหางตา เวียนศีรษะ หูอื้อ ปวดฟัน โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบไปด้านหลัง 0.5-0.8 ชู่น

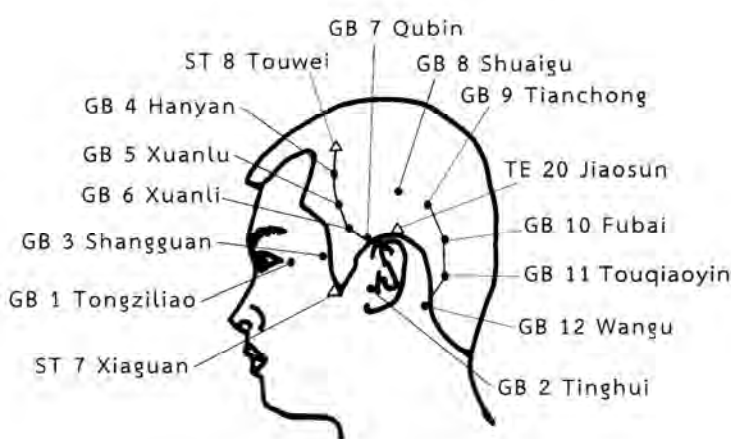
● เสวียนหลู 悬颅 Xuánlú (GB 5)

เสวียน แปลว่า แขนง หลู แปลว่า กะโหลก จุดนี้อยู่ข้างขมับ เสมือนแขนงอยู่ด้านข้างของกะโหลกศีรษะ

ตำแหน่ง: บริเวณขมับ ตรงจุดกึ่งกลางของเส้นโค้งขนานแนวชายผมที่เชื่อมระหว่างโถงเหว (ST 8) กับชวีปิ่น (GB 7)

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน ปวดทางตา ปวดฟัน หน้าบวม

วิธีแทงเข็ม: แทงราบไปด้านหลัง 0.5-0.8 ชู่น



ภาพที่ 3.58 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นถุงน้ำดี (GB 1 - GB 12)

● เสวียนหลี่ 悬厘 Xuánlí (GB 6): จุดเชื่อมติดกับเส้นชานเจียว เส้นลำไส้ใหญ่ และเส้นกระเพาะอาหาร

เสวียน แปลว่า แขนง หลี่ แปลว่า เส้นผม จุดนี้อยู่ที่ขมับใต้เส้นผม

ตำแหน่ง: บริเวณขมับ ตรงจุดแบ่งระหว่าง 3/4 บนกับ 1/4 ล่างของเส้นโค้งขนานแนวชายผมที่เชื่อมระหว่างโถงเหว (ST 8) กับชวีปิ่น (GB 7)

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน ปวดตา หูอื้อ ปวดฟัน หน้าบวม

วิธีแทงเข็ม: แทงราบไปด้านหลัง 0.5-0.8 ชู่น

● ชวีปิ่น 曲鬓 Qūbìn (GB 7): จุดเชื่อมติดกับเส้นกระเพาะปัสสาวะ

ชวี แปลว่า โค้ง ปิ่น แปลว่า จอนผม จุดนี้อยู่ช่วงโค้งของจอนผม

ตำแหน่ง: ตรงจุดตัดระหว่างเส้นแนวระนาบระดับยอดใบหูกับขอบหลังจอนผม

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดฟัน แก้มบวม ขากรรไกรแข็ง ตาปวดบวมแดง หูอื้อ เสียงหายเฉียบพลัน

วิธีแทงเข็ม: แทงราบไปด้านหลัง 0.5-0.8 ชู่น

● **ช่วยกู่ 率谷 Shuàigǔ (GB 8):** จุดเชื่อมติดกับเส้นกระเพาะปัสสาวะ

ช่วย แปลว่า บัญชาการ กู่ แปลว่า หุบเขา จุดนี้อยู่เหนือยอดใบหูบริเวณร่องของกะโหลกขมับ เป็นจุดที่อยู่ตำแหน่งสูงสุดของจุดฝังเข็มที่มีชื่อเป็นหุบเขา (กู่) เปรียบเสมือนผู้บัญชาการ

ตำแหน่ง: เหนือยอดใบหู 1.5 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน เวียนศีรษะ อาเจียน ชักในเด็ก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชุ่น

● **เทียนชง 天冲 Tiānchōng (GB 9):** จุดเชื่อมติดกับเส้นกระเพาะปัสสาวะ

เทียน แปลว่า ฟ้า ชง แปลว่า พุ่ง ซี้และเลียดจะไหลพุ่งเข้าสู่บริเวณกระหม่อมจากจุดนี้

ตำแหน่ง: หลังฐานหู อยู่เหนือแนวชายผม 2 ชุ่น และหลังช่วยกู่ (GB 8) 0.5 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: โรคลมชัก ปวดศีรษะ ปวดบวมเหวือก คอพอก ใจสั่นเพราะตกใจ หูอื้อ หูตึง หูหนวก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชุ่น

● **ฝูปาย 浮白 Fúbái (GB 10):** จุดเชื่อมติดกับเส้นกระเพาะปัสสาวะ

ฝู แปลว่า ลอย หมายถึง อยู่ต้น ปาย แปลว่า ขาว หมายถึง สรรพคุณช่วยเปิดทวารและทำให้ตาสว่าง

ตำแหน่ง: อยู่เหนือและหลังต่อกกหู ตรงจุดแบ่งระหว่าง 1/3 บน กับ 2/3 ล่างของแนวเส้นโค้งที่เชื่อมระหว่างเทียนชง (GB 9) กับหวานกู่ (GB 12)

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตา ปวดฟัน หูอื้อ หูตึง หูหนวก วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ คอพอก ขาเลีย ขาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชุ่น

● **โถวเฉียวยิน 头窍阴 Tóuqiàoyīn (GB 11):** จุดเชื่อมติดกับเส้นกระเพาะปัสสาวะ

โถว แปลว่า ศีรษะ เฉียว แปลว่า ทวารเปิด ยิน คือ ยินในยินหยาง อวัยวะข้างเป็นยิน จุดนี้ใช้รักษาโรคของทวารเปิดอวัยวะข้าง โดยเฉพาะหูและตา

ตำแหน่ง: อยู่เหนือและหลังต่อกกหู ตรงจุดแบ่งระหว่าง 2/3 บน กับ 1/3 ล่างของแนวเส้นโค้งที่เชื่อมระหว่างเทียนชง (GB 9) กับหวานกู่ (GB 12)

ข้อบ่งชี้: ปวดหู หูอื้อ หูตึง หูหนวก ปวดตา ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชุ่น

● **หวานกู่ 完骨 Wángǔ (GB 12):** จุดเชื่อมติดกับเส้นกระเพาะปัสสาวะ

หวานกู่ เป็นชื่อเรียกโบราณของปุ่มกระดูกกกหูและการแพทย์ทางเลือก

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งด้านหลัง-ด้านล่างต่อปุ่มกระดูกกกหู and Alternative Medicine

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตึงต้นคอ แก้มบวม ปวดฟัน อัมพาตใบหน้า นอนไม่หลับ หูอื้อ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชุ่น

● **เป็นเส้น 本神 Běns Shen (GB 13):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหวย

เป็น แปลว่า ฐาน เส้น หมายถึง สติสัมปชัญญะ จิตใจ จุดนี้อยู่แนวเดียวกับเส้นถึง (GV 24) เป็นตำแหน่งที่ตั้งของสมอง ซึ่งเป็นฐานควบคุมสติสัมปชัญญะและจิตใจ

ตำแหน่ง: เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 0.5 ชุ่น และห่างจากแนวกึ่งกลางศีรษะไปด้านข้าง 3 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ปวดตึงต้นคอ ชักในเด็ก โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชุ่น

● **หยางปาย 阳白 Yángbái (GB 14):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหวย

หยาง คือ หยางในอินหยาง ปาย แปลว่า สว่าง จุดนี้อยู่บริเวณหน้าผากถือเป็นหยาง มีสรรพคุณช่วยให้ตาสว่าง

ตำแหน่ง: เหนือคิ้ว 1 ชุ่น ตรงกับรูม่านตาในแนวดิ่ง

ข้อบ่งชี้: ปวดหน้าผาก เวียนศีรษะ ปวดตา คันตา ต้อเนื้อ ต้อกระจก ตาปวดบวมแดง หนังตาตก หนังตากระตุก อัมพาตใบหน้า

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น

● **โถวหลินซี 头临泣 Tóulínqì (GB 15):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหวยและเส้นกระเพาะปัสสาวะ

โถว แปลว่า ศีรษะ หลิน แปลว่า ควบคุม ซี แปลว่า น้ำตา จุดนี้อยู่ที่หน้าผาก ใช้รักษาความผิดปกติเกี่ยวกับการหลั่งน้ำตา

ตำแหน่ง: เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 0.5 ชุ่น ตรงกับรูม่านตาในแนวดิ่ง

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ น้ำตาไหล ตาปวดบวมแดง ต้อเนื้อ ต้อกระจก ปวดทางตา คัดจมูก น้ำมูกไหล ไช้สออักเสบ ชักในเด็ก โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น

● **มู่ชวง 目窗 Mùchuāng (GB 16):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหวย

มู่ แปลว่า ดวงตา ชวง แปลว่า หน้าต่าง จุดนี้อยู่เหนือลูกตา ใช้รักษาความผิดปกติของการมองเห็น เปรียบเสมือนเปิดหน้าต่างรับแสงสว่าง

ตำแหน่ง: เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 1.5 ชุ่น ตรงกับรูม่านตาในแนวดิ่ง

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ตาปวดบวมแดง สายตาสั้น ประสาทตาเสื่อม คัดจมูก ชักในเด็ก โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3 - 0.5 ชุ่น

● **เจิ้งหยิง 正营 Zhèngyíng (GB 17):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหวย

เจิ้ง แปลว่า พอดี หยิง แปลว่า บรรจุ หมายถึง จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหวย

ตำแหน่ง: เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 2.5 ชุ่น ตรงกับรูม่านตาในแนวดิ่ง

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ปวดฟัน ริมฝีปากเกร็ง

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชู่น

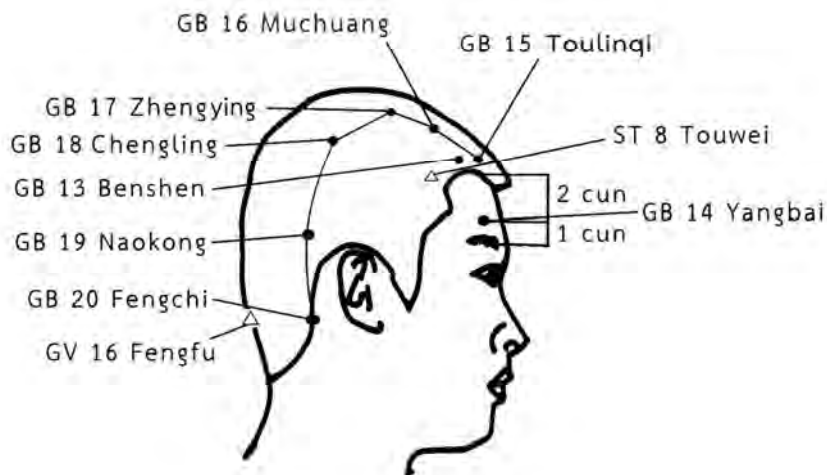
● **เฉิงหลิง 承灵 Chénglíng (GB 18):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหวย

เฉิง แปลว่า รับ **หลิง** แปลว่า จิตวิญญาณ จุดนี้อยู่ด้านบนของศีรษะ เปรียบเสมือนจุดรองรับจิตวิญญาณ

ตำแหน่ง: เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 4 ชู่น ตรงกับรูม่านตาในแนวดิ่ง

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ คัดจมูก น้ำมูกไหล ไซนัสอักเสบ เลือดกำเดาไหล ปวดตา

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชู่น



ภาพที่ 3.59 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นถุงน้ำดี (GB 13 - GB 20)

● **หน่วคอง 脑空 Nǎokōng (GB 19):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหวย

หน่ว แปลว่า สมอง **คอง** แปลว่า ร่อง จุดนี้อยู่ตรงร่องของกะโหลกท้ายทอย ด้านข้างของหน่วอู่ (GV 17)

ตำแหน่ง: บริเวณท้ายทอย ระบายเดียวกับขอบบนของ external occipital protuberance อยู่เหนือเฟิงฉือ (GB 20) ในแนวดิ่ง

ข้อบ่งชี้: ปวดตึงต้นคอ ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ปวดตา เลือดกำเดาไหล หูอื้อ โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชู่น

● **เฟิงฉือ 风池 Fēngchí (GB 20):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหวย

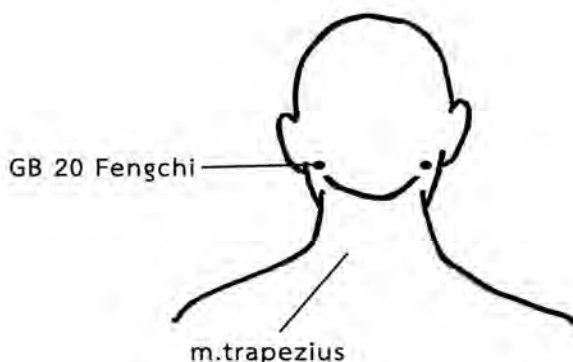
เฟิง แปลว่า ลม **ฉือ** แปลว่า สระ หมายถึง ร่อง เป็นจุดที่ถูกเสยซี่ลมรุกรานได้ง่ายและใช้ขับเสยซี่ลม

ตำแหน่ง: ตรงแอ่งระหว่างมุมบนของกล้ามเนื้อ sternocleidomastoid กับ trapezius ระดับเดียวกับเฟิงฝู (GV 16)

ข้อบ่งชี้: โรคหลอดเลือดสมอง โรคลมชัก ปวดศีรษะ ไมเกรน เวียนศีรษะ หูอื้อ หูตึง ตาปวดบวมแดง โรคหัวใจ ไช้น้ำสออักเสบ เลือดกำเดาไหล อัมพาตใบหน้า ปวดตึงต้นคอ กลุ่มโรคไขข้อ ไขข้ออักเสบ ลมพิษ คอพอก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.8-1.2 ซุน ปลายเข็มชี้ไปที่ปลายจมูกหรือแทงราบไปทางเฟิงฝู (GV 16)

หมายเหตุ: ห้ามแทงลึกขึ้นบน เพราะอาจเป็นอันตรายต่อ medulla



ภาพที่ 3.60 แสดงตำแหน่งเฟิงฉือ (GB 20)

● **เจียนจิง 肩井 Jiānjīng (GB 21):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเหวยและเส้นซานเจียว

เจียน แปลว่า บ่าหรือไหล่ **จิง** แปลว่า บ่อน้ำ จุดอยู่ตรงแอ่งบนบ่า

ตำแหน่ง: จุดกึ่งกลางของแนวเส้นเชื่อมระหว่างตำจุก (GV 14) กับ acromion process

ข้อบ่งชี้: ปวดตึงต้นคอ ปวดบ่าไหล่ โรคหลอดเลือดสมอง แขนอ่อนแรง วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ เจ็บครรภ์เนิ่นนาน เต้านมอักเสบ น้ำนมไม่มา เลือดออกผิดปกติจากโพรงมดลูก ไทรอยด์เป็นพิษ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ซุน ห้ามแทงลึกเพราะอาจทะลุปอด

หมายเหตุ: ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์

● **เยวียนเย่ 淵腋 Yuānyè (GB 22)**

เยวียน แปลว่า ห้วงน้ำลึก หมายถึง อยู่ในช่องซี่โครง **เย่** แปลว่า รักแร้

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางรักแร้ ตรงช่องซี่โครงที่ 4

ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ปวดเกร็งแขนจนยกไม่ขึ้น รักแร้บวม

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ซุน

● **เจ้อจิง 臑筋 Zhēnjīn (GB 23)**

เจ้อ คือ ทูบหรือไม้แม่แคร่เกวียน มีลักษณะโค้งเหมือนกระดูกซี่โครง **จิง** แปลว่า เอ็น จุดนี้ใช้เสริมความแข็งแรงของเอ็นกล้ามเนื้อบริเวณกระดูกซี่โครง

ตำแหน่ง: บริเวณสีข้าง ตรงช่องซี่โครงที่ 4 ระดับเดียวกับหัวนม หน้าต่อเยวียนเย่ (GB 22) 1 ซุน

ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง หอบจนนอนราบไม่ได้ เรอเปรี้ยว อาเจียน รักแร้บวม ปวดบ่าไหล่

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชู่น

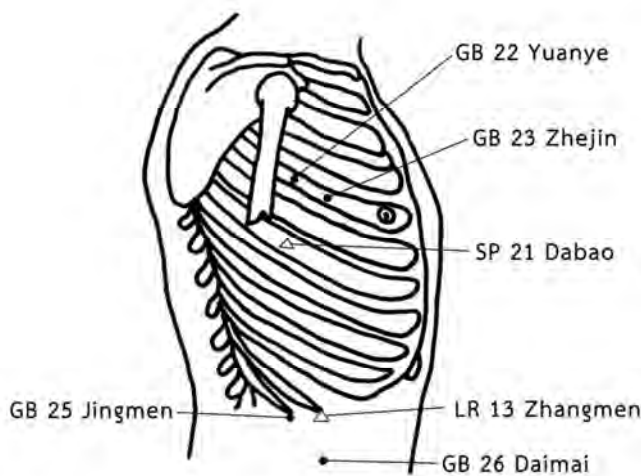
● **รื่อเยวี่ 日月 Rìyuè (GB 24):** จุดมู่ของถุงน้ำดี จุดเชื่อมติดกับเส้นม้าม

รื่อ แปลว่า ดวงอาทิตย์ **เยวี่** แปลว่า ดวงจันทร์ อักษร 2 ตัวนี้รวมกัน หมายถึง ความชัดเจน (明) ถุงน้ำดีเป็นอวัยวะที่ทำหน้าที่ตัดสินใจได้อย่างเด็ดขาด

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 7 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 4 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดสีข้าง ปวดชายโครง เรอเปรี้ยว สะอึก ดีซ่าน อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชู่น



ภาพที่ 3.61 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นถุงน้ำดี (GB 22-23, GB 25-26)

● **จิงเหมิน 京門 Jīngmén (GB 25):** จุดมู่ของไต

จิง แปลว่า เมืองหลวง หมายถึง มีความสำคัญ **เหมิน** แปลว่า ประตู จุดนี้เป็นประตูผ่านเข้าออกของซี่และเลือดไต จึงมีความสำคัญในการรักษาความผิดปกติของไต

ตำแหน่ง: บริเวณเอว ตรงขอบล่างของปลายกระดูกซี่โครงที่ 12

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดสีข้าง ปวดชายโครง ปวดสะโพก ท้องร้อง อุจจาระร่วง ท้องอืด ปัสสาวะขัด บวมหน้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● **ด้ายม่าย 帶脉 Dàimài (GB 26):** จุดเชื่อมติดกับเส้นด้าย

ด้าย แปลว่า เข็มขัด **ม่าย** แปลว่า เส้นจิงลั่ว จุดนี้อยู่บริเวณแนวรัดเข็มขัด

ตำแหน่ง: ตรงจุดตัดระหว่างเส้นแนวดิ่งจากปลายกระดูกซี่โครงที่ 11 กับเส้นแนวระนาบจากสะดือ

ข้อบ่งชี้: รอบเดือนผิดปกติ ขาดประจำเดือน ตกขาว มดลูกหย่อน ปวดท้อง ปวดท้องน้อยด้านข้าง ไข่เลื่อน ปวดหลังส่วนล่าง ปวดสีข้าง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

● **อุ๋ชู่ 五枢 Wǔshū (GB 27):** จุดเชื่อมติดกับเส้นต้าย

อุ๋ แปลว่า ห้า ชู่ แปลว่า แกนกลาง จุดนี้อยู่กึ่งกลางของความสูงร่างกาย ห้าเป็นเลขตัวกลาง

ตำแหน่ง: บริเวณท้องน้อย ต่ำจากระดับสะดือ 3 ชู่น อยู่หน้าต่อขอบในของ anterior superior iliac spine 0.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไข่เลื่อน ปวดท้องน้อยด้านข้าง ปวดเอว ปวดสะโพก รอบเดือนผิดปกติ มดลูกหย่อน ตกขาว ท้องผูก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

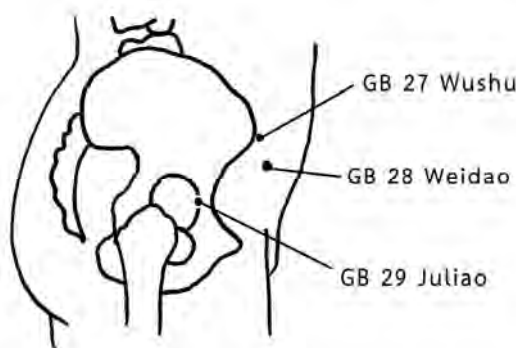
● **เว่ยด้าว 维道 Wéidào (GB 28):** จุดเชื่อมติดกับเส้นต้าย

เว่ย แปลว่า เชื่อม ต้าว แปลว่า ทางผ่าน เป็นจุดเชื่อมติดกับเส้นต้าย เส้นต้ายเชื่อมติดกับเส้นเจิ้งจิง 12 เส้น จุดนี้จึงเป็นช่องทางที่เชื่อมต่อกับเส้นเจิ้งจิงด้วย

ตำแหน่ง: จากอุ๋ชู่ (GB 27) เฉียงลงด้านหน้า 0.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: อาเจียน เบื่ออาหาร บวมหน้า ไข่เลื่อน มดลูกหย่อน ตกขาวปนเลือด รอบเดือนผิดปกติ ไข่ตึงอักเสบ ปวดเอวร้าวลงขา ปวดท้องน้อยด้านข้าง ปวดสะโพก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือเฉียงเข้าในและลงล่าง 1-1.5 ชู่น



ภาพที่ 3.62 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นถุงน้ำดี (GB 27 - GB 29)

● **จวีเหลียว 居髎 Jūliáo (GB 29):** จุดเชื่อมติดกับเส้นหยางเฉียว

จวี แปลว่า นั่งยอง เหลียว แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก เมื่อนั่งยองจุดนี้จะเป็นรอยบุ๋ม

ตำแหน่ง: ตรงจุดกึ่งกลางของแนวเส้นที่เชื่อมระหว่าง anterior superior iliac spine กับ greater trochanter

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดต้นขา ชาลิบ ขาอ่อนแรง ไล่เลื้อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

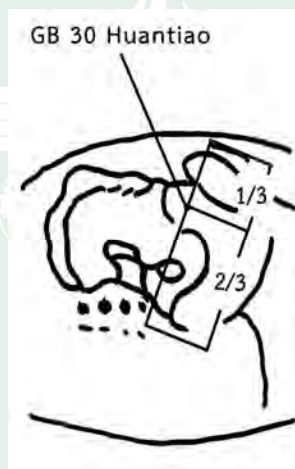
● **หวนเทียน 环跳 Huántiào (GB 30):** จุดเชื่อมติดกับเส้นกระเพาะปัสสาวะ

หวนเทียน แปลว่า วงแหวน เทียน แปลว่า กระโดด เวลานั่งยองเพื่อเตรียมกระโดด ส้นเท้าจะแตะจุดนี้ที่สะโพกพอดี และจากแนวสะโพกถึงส้นเท้าจะกลายเป็นวงแหวน

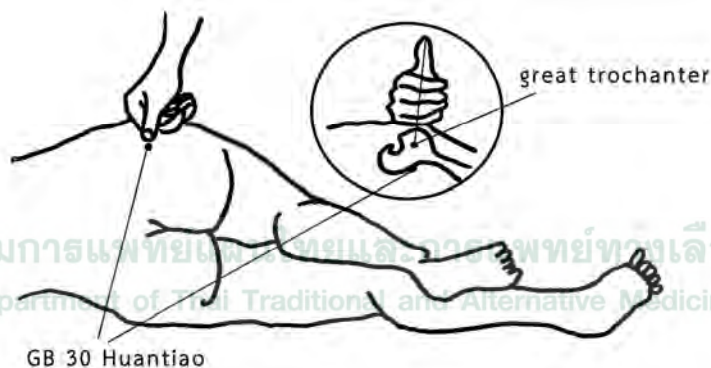
ตำแหน่ง: ตรงจุดแบ่ง 1/3 นอก กับ 2/3 ในของแนวเส้นเชื่อมระหว่าง sacral hiatus กับ greater trochanter ในท่านอนตะแคงและงอเข่า หรือจุดกึ่งกลางของแนวเส้นเชื่อมระหว่าง sacral hiatus กับ greater trochanter ในท่านอนคว่ำ

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดสะโพก ปวดขา ชาลิบ ขาอ่อนแรง อัมพาตครึ่งซีก ลมพิษ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 2-3 ชู่น



ภาพที่ 3.63 แสดงตำแหน่งหวนเทียน (GB 30) ในท่านอนตะแคงและงอเข่า



ภาพที่ 3.64 แสดงวิธีพิเศษในการหาจุดหวนเทียน (GB 30)

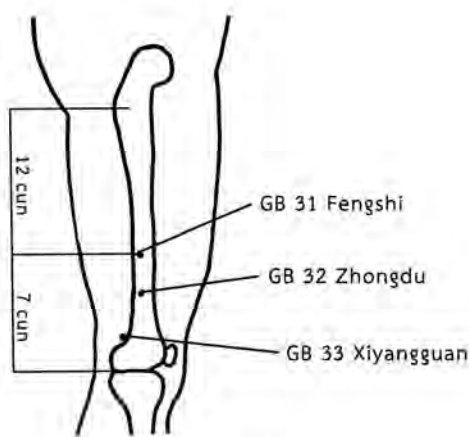
เฟิงซือ 风市 Fēngshì (GB 31)

เฟิง แปลว่า ลม ซื่อ แปลว่า ศูนย์รวม เป็นจุดสำคัญสำหรับขจัดเสียชีลม

ตำแหน่ง: เหนือระดับรอยพับเข่าด้านนอก 7 ชู่น อยู่ชิดขอบหลังของ iliotibial band หรือในท่ายืนตรง ปล่อยแขนลงให้แนบชิดกับลำตัวและต้นขาด้านข้าง จุดอยู่ตรงร่องที่ปลายนิ้วกลางชี้พอดี

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดต้นขา ชาลิบ ขาอ่อนแรง โรคเหน็บชา อัมพาตครึ่งซีก ลมพิษ คันทั่วร่างกาย หูดับ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น



ภาพที่ 3.65 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นถุงน้ำดี (GB 31 - GB 33)

จงตู 中渚 Zhōngdú (GB 32)

จง แปลว่า กลาง ตู แปลว่า แม่น้ำ ทางระบายน้ำ ชีที่ไหลผ่านจุดนี้อยู่ตรงกลางระหว่างเส้นหยางเท้า 2 เส้น

ตำแหน่ง: เหนือระดับรอยพับเข่าด้านนอก 5 ชู่น อยู่ชิดขอบหลังของ iliotibial band

ข้อบ่งชี้: ชาลิบ ขาอ่อนแรง อัมพาตครึ่งซีก ปวดเข่า โรคเหน็บชา

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

ชีหยางกวน 膝阳关 Xīyángguān (GB 33)

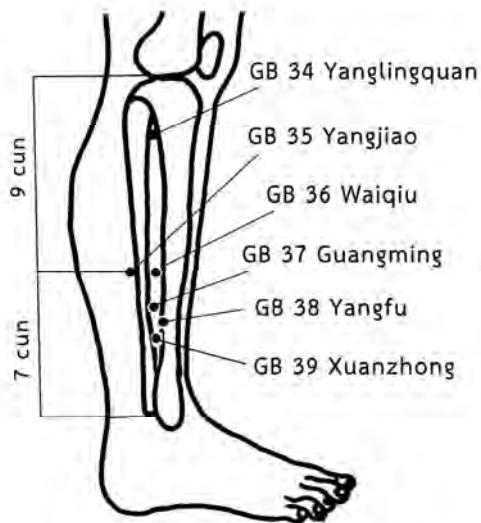
ชี แปลว่า เข่า หยาง คือ หยางในยินหยาง กวน หมายถึง ข้อต่อ จุดอยู่ด้านนอกต่อข้อเข่าซึ่งเป็นด้านหยาง

ตำแหน่ง: ตรงรอยบุ๋มเหนือ lateral epicondyle ของกระดูกต้นขา เหนือต่อหยางหลังเฉียน (GB 34) 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดบวมเข่า เย็นเข่า ชาขา ข้อพับเข่าเกร็ง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

● **หยางหลิงเฉวียน 阳陵泉 Yánglíngquán (GB 34):** จุดเหอ จุดอิทธิพลของเส้นเอ็น
 หยาง คือ หยางในอินหยาง หลิง แปลว่า เนินเขา หมายถึง ปุ่มกระดูกน่อง เฉวียน แปลว่า น้ำพุ
 จุดอยู่ด้านนอกของขาซึ่งเป็นหยาง ใต้ปุ่มกระดูกน่องเป็นแอ่งเปรียบเสมือนน้ำพุ
ตำแหน่ง: ปลายขาด้านนอก ตรงแอ่งข้างหน้าและใต้ต่อหัวกระดูกน่อง
ข้อบ่งชี้: ปวดสีข้าง ขมปาก อาเจียน ดีซ่าน ปวดบวมเข่า โรคเหน็บชา ขาอ่อนแรง ชักในเด็ก
วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น



ภาพที่ 3.66 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นถุงน้ำดี (GB 34 - GB 39)

● **หยางเจียว 阳交 Yángjiāo (GB 35):** จุดชี้ของเส้นหยางเหว
 หยาง คือ หยางในอินหยาง เจียว แปลว่า ตัดกัน เป็นจุดเชื่อมต่อของเส้นหยาง 2 เส้น
ตำแหน่ง: เหนือยอดตาตุ่มนอก 7 ชู่น อยู่ขอบหลังของกระดูกน่อง
ข้อบ่งชี้: แน่นหน้าอก เจ็บสีข้าง เจ็บคอ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ชักกระดูก ขาลีบ ขาอ่อนแรง
 ตะคริวขา ใจสั่นเพราะตกใจ
วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

● **ว้ายชีว 外丘 Wàiqiū (GB 36):** จุดชี้
 ว้าย แปลว่า ด้านนอก ชิว แปลว่า เนินเขาเล็กๆ จุดอยู่ด้านนอก เวลาเดินกล้ามเนื้อรอบจุดนี้จะนูนขึ้น
ตำแหน่ง: เหนือยอดตาตุ่มนอก 7 ชู่น อยู่ขอบหน้าของกระดูกน่อง
ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ขาลีบ ขาอ่อนแรง ปวดตึงต้นคอ โรคลมชัก
วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

☯ **กวางหมิง 光明 Guāngmíng (GB 37): จุดลั่ว**

กวาง แปลว่า แสง หมิง แปลว่า สว่าง จุดนี้ใช้รักษาโรคตา ช่วยการมองเห็น

ตำแหน่ง: เหนือยอดตาตุ่มนอก 5 ชุ่น อยู่ขอบหน้าของกระดูกน่อง

ข้อบ่งชี้: ปวดตา ตาบอดกลางคืน สายตาสั้น ต้อเนื้อ ต้อกระจก ไมเกรน ชาลิบ ชาอ่อนแรง คัดตึงเต้านม ระบายการหลั่งน้ำนม

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุ่น

☯ **หยางฝู 阳辅 Yángfǔ (GB 38): จุดจิง**

หยาง คือ หยางในอินหยาง ฝู แปลว่า เสริม กระดูกน่องเสริมกระดูกแข้ง จุดนี้อยู่ด้านนอกต่อกระดูกน่องซึ่งเป็นด้านหยาง

ตำแหน่ง: เหนือยอดตาตุ่มนอก 4 ชุ่น อยู่ขอบหน้าของกระดูกน่อง

ข้อบ่งชี้: เจ็บคอ เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ปวดรักแร้ วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ชาลิบ ชาอ่อนแรง ชาขา ไมเกรน ปวดศีรษะ ปวดหางตา ปวดไหปลาร้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุ่น

☯ **เสวียนจง 悬钟 Xuánzhōng (GB 39); เจวี่กู่ 绝骨 Juégǔ** ก็เรียก จุดอิทธิพลของไขกระดูก

เสวียน แปลว่าแขวน จง แปลว่า ระฆัง กระดิ่ง จุดนี้เป็นตำแหน่งห้อยกระดิ่งเหนือข้อเท้าเด็ก หรือข้อเท้านางรำในสมัยโบราณ

ตำแหน่ง: เหนือยอดตาตุ่มนอก 3 ชุ่น อยู่ขอบหน้าของกระดูกน่อง

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด ท้องผูก เบื่ออาหาร อาหารไม่ย่อย สมอเสื่อม ความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมอง ชาลิบ ชาอ่อนแรง อัมพาตครึ่งซีก โรคเหน็บชา ปวดเกร็งขาและเท้าด้านข้าง เลือดกำเดาไหล โพรงจมูกแห้งและปวด เจ็บคอ ปวดตึงต้นคอ เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ปัสสาวะขัด ปัสสาวะแสบ ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ ริดสีดวงทวาร ไมเกรน กลุ่มโรคไข

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชุ่น

☯ **ชีวซวี 丘墟 Qiūxū (GB 40): จุดหยวน**

ชีว แปลว่า เนินดินเล็ก ซวี แปลว่า เนินดินใหญ่ จุดอยู่ระหว่างตาตุ่มนอกซึ่งเปรียบเสมือนเนินดินใหญ่ กับปุ่มกระดูกสันเท้าซึ่งเปรียบเสมือนเนินดินเล็ก

ตำแหน่ง: จากตาตุ่มนอกเฉียงลงด้านหน้า ตรงแฉ่งซึ่งอยู่ด้านนอกต่อเอ็น extensor digitorum longus

ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ปวดลำคอ รักแร้บวม ไข้จับสั่น ตาปวดบวมแดง อาเจียน เรอเปรี้ยว ปวดขาชา ชาลิบ ชาอ่อนแรง โรคเหน็บชา เท้าบิดเข้าใน ปวดบวมข้อเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชุ่น

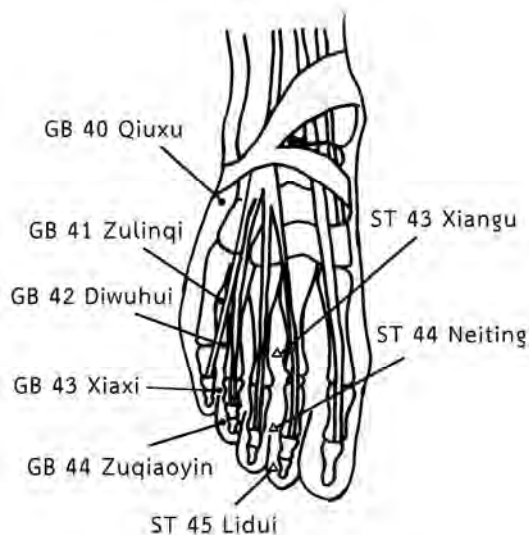
● **จูหลินซี 足臨泣 Zúlínqì (GB 41):** จุดชู่ จุดปาม่ายเจียวฮู่ยี่ที่เชื่อมกับเส้นต้าย

จู แปลว่า เท้า หลิน แปลว่า ควบคุม ซี แปลว่า น้ำตา จุดอยู่ที่เท้า ใช้รักษาความผิดปกติเกี่ยวกับการหลั่งน้ำตา

ตำแหน่ง: บริเวณหลังเท้า ตรงร่องระหว่างกระดูกฝ่าเท้าที่ 4 กับ 5 โดยอยู่ด้านนอกต่อเอ็น extensor digiti minimi

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน เวียนศีรษะ ตาปวดบวมแดง ตาแห้ง น้ำตาไหล ปวดหางตา ปวดศีรษะข้าง หูอื้อ หูตึง หูหนวก วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ รอบเดือนผิดปกติ เต้านมอักเสบ ปวดบวมหลังเท้า ปวดเกร็งเท้า ไข้จับสั่น

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชุน



ภาพที่ 3.67 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นถุงน้ำดี (GB 40 - GB 44)

● **ตี้ฮู่ฮู่ 地五会 Diwǔhuì (GB 42)**

ตี้ แปลว่า พื้นดิน ฮู่ แปลว่า ห้า ฮู่ แปลว่า บรรจบ หมายถึง นิ้วเท้าทั้ง 5 สัมผัสกับดิน การฝังเข็มจุดนี้ช่วยบรรเทาอาการปวด ทำให้ลงน้ำหนักได้เต็มเท้า

ตำแหน่ง: บริเวณหลังเท้า ตรงร่องระหว่างกระดูกฝ่าเท้าที่ 4 กับ 5 โดยอยู่ด้านในต่อเอ็น extensor digiti minimi

ข้อบ่งชี้: ตาปวดบวมแดง ปวดหางตา คันตา ไมเกรน หูอื้อ หูตึง หูหนวก ขากเป็นเลือด รักแร้บวม เต้านมอักเสบ ปวดหลังส่วนล่าง ปวดศีรษะข้าง ปวดขา ปวดบวมหลังเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชุน

● เสี้ยซี 俠溪 Xiáxī (GB 43): จุดหยิง

เสี้ย หมายถึง ช่องแคบ ซี แปลว่า ลำธาร จุดนี้อยู่ตรงซอกระหว่างนิ้วเท้า 2 นิ้ว ซึ่งเปรียบเป็นลำธาร
ตำแหน่ง: กึ่งกลางง่ามนิ้วเท้าที่ 4 กับ 5 ตรงรอยต่อสรีร

ข้อบ่งชี้: กลุ่มโรคไข้ ปวดศีรษะ วิงเวียน ตาลาย แก้มบวม หูอื้อ หูตึง หูหนวก ตาปวดบวมแดง
เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ปวดบวมหลังเท้า เต้านมอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น

● จู๋เฉียวยิน 足竈陰 Zúqiàoyīn (GB 44): จุดจิง

จู๋ แปลว่า เท้า เชี่ยว แปลว่า ทวารเปิด ยิน คือ ยินในยินหยาง อวัยวะข้าง 5 เป็นยิน จุดอยู่ที่เท้า
ใช้รักษาโรคของทวารเปิดอวัยวะข้าง

ตำแหน่ง: โคนเล็บนิ้วเท้าที่ 4 ด้านนอก ห่างจากมุมฐานเล็บ 0.1 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน ตาปวดบวมแดง หูอื้อ หูตึง หูหนวก คออักเสบ โรคคอติด เจ็บแน่นหน้าอก
ปวดสีข้าง ปวดบวมหลังเท้า นอนไม่หลับ ผื่นมาก รอบเดือนผิดปกติ กลุ่มโรคไข้ อัมพาตครึ่งซีก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.1 ชู่น หรือเจาะปล่อยเลือด

12. จุดฝังเข็มบนเส้นตับ

● ต้าตุน 大敦 Dàdūn (LR 1): จุดจิง

ต้า แปลว่า ใหญ่ หมายถึง นิ้วหัวแม่เท้า ตุน แปลว่า หนา จุดนี้อยู่บนนิ้วหัวแม่เท้าซึ่งเป็นบริเวณ
ที่ใหญ่และหนา

ตำแหน่ง: โคนเล็บนิ้วหัวแม่เท้าด้านนอก ห่างจากมุมฐานเล็บ 0.1 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ประจำเดือนมามาก ประจำเดือนมาเกปรตึกะปรอย ประจำเดือนไม่มา มดลูกหย่อน
ไส้เลื่อน ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะหยด ปัสสาวะไม่ออก ปวดบวมอ้นทะ
โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.1-0.2 ชู่น หรือเจาะปล่อยเลือด

● สิงเจียน 行間 Xíngjiān (LR 2): จุดหยิง

สิง แปลว่า เดิน เจียน หมายถึง ร่องหรือแอ่ง จุดนี้อยู่ตรงร่องระหว่างข้อนิ้วเท้า 2 นิ้ว ซึ่งชี้ของ
เส้นจิงลั่วไหลเวียนผ่าน

ตำแหน่ง: กึ่งกลางง่ามนิ้วหัวแม่เท้ากับนิ้วเท้าที่ 2 ตรงรอยต่อสรีร

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ปัสสาวะขัด ไส้เลื่อน รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนมามาก
ประจำเดือนมาเกปรตึกะปรอย ปวดประจำเดือน ตกขาว ตาปวดบวมแดง ต้อหิน ปวดทรวงอก
ปวดสีข้าง อัมพาตใบหน้า โรคหลอดเลือดสมอง โรคลมชัก ปวดบวมหลังเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือเฉียง 0.5-0.8 ชู่น

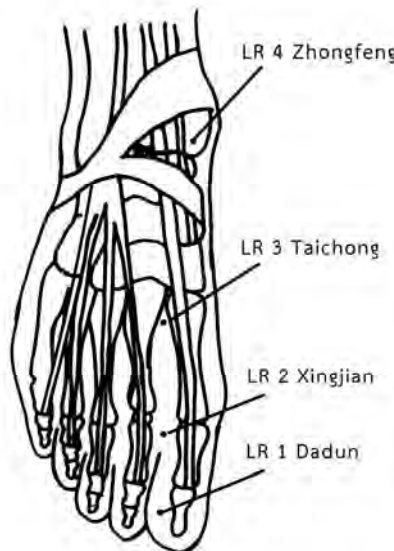
● **ท่ายชง 太冲 Tàichōng (LR 3):** จุดชู จุดหยวน

ท่าย แปลว่า ใหญ่ มาก **ชง** แปลว่า พุ่งออก จุดนี้เป็นทางผ่านเข้าออกของซี่ปริมาณมาก เนื่องจากเป็นจุดที่เส้นจิงเป๋ยของเส้นชงแยกออกมา

ตำแหน่ง: บริเวณหลังเท้า ตรงร่องหน้าต่อตำแหน่งที่บรรจบกันของกระดูกฝ่าเท้า 1 กับ 2

ข้อบ่งชี้: ชักในเด็ก โรคลมชัก ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ อัมพาตใบหน้า ตาปวดบวมแดง อาเจียน สะอึก ปวดสีข้าง รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนมามาก ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย ปัสสาวะหยุด ปัสสาวะไม่ออก ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ชาลิบ ขาอ่อนแรง ไล่เลื้อน ความดันโลหิตสูง ปวดบวมหลังเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น



ภาพที่ 3.68 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นตับ (LR 1 - LR 4)

● **จงเฟิง 中封 Zhōngfēng (LR 4):** จุดจิง

จง แปลว่า กลาง **เฟิง** แปลว่า ขอบเนิน จุดนี้อยู่ระหว่างขอบของเส้นเอ็น 2 เส้น

ตำแหน่ง: หน้าต่อตาตุ่มใน ตรงร่องอยู่ด้านในต่อเอ็น tibialis anterior อยู่ระหว่างเฉยซี่ (ST 41) กับขางชีว (SP 5)

ข้อบ่งชี้: ไล่เลื้อน ปวดหลังส่วนล่าง ปวดท้องน้อยด้านข้าง ผื่นเปียก ปัสสาวะขัด ชาลิบ ขาอ่อนแรง ปวดตาตุ่มด้านใน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชู่น

● หลี่โกว 蠡沟 Lígōu (LR 5): จุดลั่ว

หลี่ แปลว่า รอยแห้วของไม้ที่ถูกหนอนแทะ โกว แปลว่า ร่อง เมื่อกระดูกข้อเท้าขึ้น จุดอยู่ตรงร่องระหว่างกล้ามเนื้อกับกระดูก

ตำแหน่ง: เหนือยอดตาตุ่มใน 5 ชุน อยู่กลางกระดูกแข้ง

ข้อบ่งชี้: ไล่เลื้อน ปวดบวมอันทะ ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ มดลูกหย่อน รอบเดือนผิดปกติ ตกขาวปนเลือด คั่นอวัยวะเพศ ปวดขา

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชุน



ภาพที่ 3.69 แสดงตำแหน่งฝังเข็มบนเส้นตับ (LR 5 - LR 7)

● จงตู 中都 Zhōngdū (LR 6): จุดชี

จง แปลว่า กลาง ตู แปลว่า เมืองหลวง หมายถึง ศูนย์รวมของชีและเลือด จุดนี้อยู่กึ่งกลางปลายขาด้านใน

ตำแหน่ง: เหนือยอดตาตุ่มใน 7 ชุน อยู่กลางกระดูกแข้ง

ข้อบ่งชี้: ไล่เลื้อน อูจจาระร่วง ท้องอืด ประจำเดือนมามาก ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย น้ำคาวปลาไม่แห้ง ปวดท้องน้อยด้านข้าง ปวดสีข้าง ชาลิบ ชาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชุน

● ซีกุวาน 膝关 Xīgūān (LR 7)

ซี แปลว่า เช้า กุวาน หมายถึง ข้อต่อ จุดอยู่ที่ข้อเข่า

ตำแหน่ง: อยู่หลังและใต้ต่อ medial condyle ของกระดูกแข้ง หลังยีนหลังเฉวียน (SP 9) 1 ชุน

ข้อบ่งชี้: ปวดบวมเข่า ปวดบวมสะบ้า ขาลีบ ขาอ่อนแรง เจ็บคอ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น

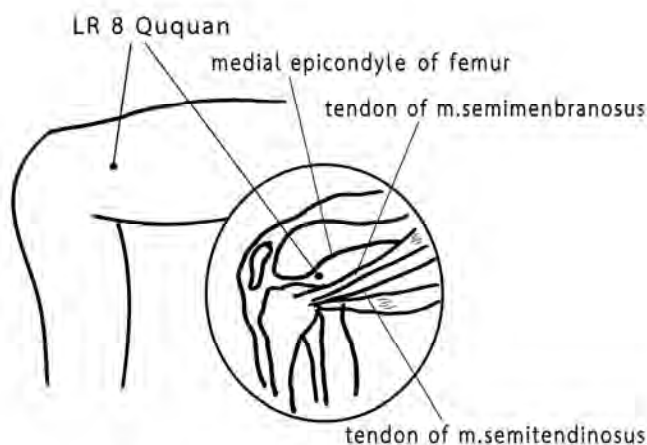
● **ชวีเฉวียน 曲泉 Qūquán (LR 8):** จุดเหอ

ชวี แปลว่า โค้ง **เฉวียน** แปลว่า น้ำพุ หมายถึง แอ่ง เมื่องอเข่าจุดนี้อยู่ที่แอ่งเหนือข้อเข่าด้านใน

ตำแหน่ง: เหนือปลายรอยพับเข่าด้านในเมื่องอเข่า หน้าต่อจุดเกาะของเอ็น semitendinosus และ semimembranosus อยู่ชิดขอบหลัง medial epicondyle ของกระดูกต้นขา

ข้อบ่งชี้: ไล่เลื้อน ปวดอวัยวะเพศ ผื่นเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ปัสสาวะแสบ ปัสสาวะขัด ปัสสาวะบ่อย รอบเดือนผิดปกติ ปวดประจำเดือน ตกขาว มดลูกหย่อน คั่นอวัยวะเพศ ปวดท้องน้อยด้านข้าง ขาลีบ ขาอ่อนแรง ปวดเข่า ปวดขาด้านใน ปวดท้องหลังคลอด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู่น



ภาพที่ 3.70 แสดงตำแหน่งชวีเฉวียน (LR 8)

● **ยินปาว 阴包 Yīnbāo (LR 9)**

ยิน คือ Yin ใน Yin หยาง **ปาว** แปลว่า ห่อหุ้ม หมายถึง มดลูกหรืออวัยวะ จุดอยู่ที่ขาด้านในเป็น Yin ชีของเส้นตับเชื่อมต่อกับมดลูกและอวัยวะที่จุดนี้

ตำแหน่ง: เหนือต่อ medial epicondyle ของกระดูกต้นขา 4 ชู่น ระหว่างกล้ามเนื้อ vastus medialis กับ sartorius

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ ปวดท้องน้อยด้านข้าง รอบเดือนผิดปกติ ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ไล่เลื้อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-2 ชู่น

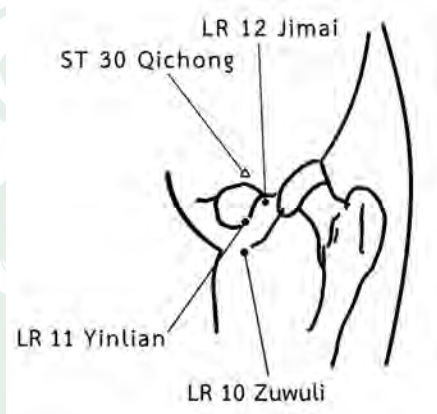
● **จู๋อู่หลี่ 足五里 zúwǔlǐ (LR 10)**

จู๋ แปลว่า เท้า อู่ แปลว่า ห้า หลี่ หมายถึง ความยาวชุน จุดนี้อยู่เหนือจีเหมิน (SP 11) 5 ชุน

ตำแหน่ง: ไต้ชีซิง (ST 30) 3 ชุน อยู่ชิดขอบนอกของกล้ามเนื้อ abductor longus

ข้อบ่งชี้: ปวดท้องน้อยด้านข้าง ท้องอืด ปัสสาวะขัด ปวดบวมอัมตะ หนีงหุ้มอัมตะอีกเสบ มดลูกหย่อน คั่นอวัยวะเพศ วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ง่วงเหงาหาวนอน

วิธีแทงเข็ม: แหวงตรง 1-2 ชุน



ภาพที่ 3.71 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นตับ (LR 10 - LR 12)

● **ยิ่นเหลียน 阴廉 Yīnlián (LR 11)**

ยิ่น คือ ยิ่นในยิ่นหยาง เหลียน แปลว่า ด้านข้างหรือขอบ หมายถึง ด้านข้างของอวัยวะสืบพันธุ์ ภายนอก จุดนี้อยู่ที่ต้นขาด้านในซึ่งเป็นยิ่น

ตำแหน่ง: ไต้ชีซิง (ST 30) 2 ชุน อยู่ชิดขอบนอกของกล้ามเนื้อ abductor longus

ข้อบ่งชี้: รอบเดือนผิดปกติ ปวดท้องน้อย ตกขาว ปวดต้นขา

วิธีแทงเข็ม: แหวงตรง 1-2 ชุน

● **จี๋ม่าย 急脉 Jímài (LR 12)**

จี๋ แปลว่า เร็ว ม่าย แปลว่า ชีพจร จุดอยู่ที่ต้นขาด้านใน ชิดหลอดเลือดแดงซึ่งคลำได้ชีพจร

ตำแหน่ง: ตรงรอยพับขาหนีบ ระดับเดียวกับขอบบนของกระดูกหัวหน้า ห่างจากแนวกึ่งกลาง ท้องน้อยตามแนวระนาบ 2.5 ชุน

ข้อบ่งชี้: ไล่เลื้อน ปวดอวัยวะเพศ ปวดท้องน้อยด้านข้าง มดลูกหย่อน ปวดประจำเดือน

วิธีแทงเข็ม: แหวงตรง 0.5-0.8 ชุน ระวังถูกหลอดเลือดแดง femoral

หมายเหตุ: นิยมลงนยามากกว่าฝังเข็ม

● **จางเหมิน 章門 Zhāngmén (LR 13):** จุดมู่ของม้าม จุดอิทธิพลของอวัยวะจาง

จาง แปลว่า รุ่งเรือง มาก เหมิน แปลว่า ประตุ หมายถึง ทางเข้าออกของซี่อวัยวะจาง 5

ตำแหน่ง: ใต้ปลายกระดูกซี่โครงที่ 11 หรืออยู่ตรงปลายข้อศอกซึ่งสัมผัสแนวเส้นกึ่งกลางรักแร้
ในท่านอนหงายและงอข้อศอก

ข้อบ่งชี้: ดีซ่าน ปวดสีข้าง เป็นก้อนในท้อง ตับม้ามโต ปวดแน่นท้อง ท้องอืด อุจจาระร่วง ท้องร้อง
อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1 ชู่น

● **ชีเหมิน 期門 Qīmén (LR 14):** จุดมู่ของตับ

ชี หมายถึง รอบ เหมิน แปลว่า ประตุ ชีในเส้นจิงลั่วไหลเวียนครบ 1 รอบที่จุดนี้

ตำแหน่ง: ตรงช่องซี่โครงที่ 6 ห่างจากแนวกึ่งกลางหน้าอกตามแนวระนาบ 4 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง อาเจียน ท้องอืด อุจจาระร่วง เต้านมอักเสบ เรอเปรี้ยว
สะอึก จุกเสียดยอดอก ซึมเศร้า เป็นจุดสำคัญในการรักษาโรคของตับและถุงน้ำดี

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงหรือแทงราบ 0.5-0.8 ชู่น

หมายเหตุ: ไม่ควรแทงลึก เพราะอาจเป็นอันตรายต่อตับ

13. จุดฝังเข็มบนเส้นดู

● **ฉางเฉียง 长强 Chángqiáng (GV 1):** จุดลั่ว

ฉาง แปลว่า ยาว เฉียง แปลว่า แข็งแกร่ง มาก หมายถึง จุดนี้มีประสิทธิผลในการรักษามาก
เนื่องจากเป็นที่รวมของเส้นหยางจึงมีปริมาณหยางซึ่มาก จากจุดนี้ชีไหลเวียนขึ้นบนเป็น
ระยะทางยาวมาก

ตำแหน่ง: อยู่กึ่งกลางระหว่างปลายกระดูกก้นกบกับทวารหนัก

ข้อบ่งชี้: อุจจาระร่วง ท้องผูก อุจจาระมีเลือดปน ริดสีดวงทวาร ไส้ตรงหย่อน โรคจิตซึมเศร้า
คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ ปวดก้นกบ

วิธีแทงเข็ม: แทงชิดกระดูกก้นกบ 0.8-1 ชู่น

หมายเหตุ: การแทงตรงอาจเป็นอันตรายต่อไส้ตรง

● **ยาวชู 腰俞 Yāoshū (GV 2)**

ยาว แปลว่า เหว ชู แปลว่า จุดฝังเข็ม พ้องเสียงกับคำที่แปลว่า ขนส่ง เป็นจุดที่ส่งชีไปสู่เอว

ตำแหน่ง: กึ่งกลาง sacral hiatus

ข้อบ่งชี้: ปวดกระดูกสันหลังเอว ริดสีดวงทวาร รอบเดือนผิดปกติ ชาลิบ ชาอ่อนแรง โรคบิด
ไส้ตรงหย่อน อุจจาระเลือดปน ท้องผูก โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

☯ ยาวหยางกวน 腰阳关 Yāoyángguān (GV 3)

ยาว แปลว่า เอว หยาง คือ หยางในอินหยาง กวน แปลว่า ด่าน จุดนี้อยู่บริเวณเอวซึ่งมีหยางไตมาก และเป็นทางผ่านของหยางชี

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 4

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปวดกระเบนเหน็บ ชาลิบ ขาอ่อนแรง ตกขาว รอบเดือนผิดปกติ ผื่นเปื่อยกเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

☯ มิ่งเหมิน 命门 Mìngmén (GV 4)

มิ่ง แปลว่า ชีวิต เหมิน แปลว่า ประตุมิ่งเหมิน คือ ประตูแห่งชีวิต ตำแหน่งอยู่ระหว่างไต 2 ข้าง เป็นแหล่งทุนพื้นฐานของร่างกาย

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 2

ข้อบ่งชี้: ปวดกระดูกสันหลังเอว ปวดท้องน้อยด้านข้าง อูจจาระร่วง ปัสสาวะบ่อย ชาลิบ ขาอ่อนแรง รอบเดือนผิดปกติ ตกขาวมีเลือดปน ปวดประจำเดือน สตรีมีบุตรยาก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ผื่นเปื่อยก เป็นจุดสำคัญในการรักษาภาวะหยางพร่อง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

หมายเหตุ: นิยมใช้การนยา

☯ เสวียนซู 悬枢 Xuánshū (GV 5)

เสวียน แปลว่า แขนง ลอย ซู แปลว่า แกนหมุน เป็นตำแหน่งที่ไม่แตะพื้นเวลานอนราบและเป็นแกนของการหมุนเอว

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 1

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนเอว ปวดท้อง ท้องอืด อูจจาระร่วง โรคบิด อาหารไม่ย่อย

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

หมายเหตุ: นิยมใช้การนยา

☯ จี้จง 脊中 Jǐzhōng (GV 6)

จี แปลว่า กระดูกสันหลัง จง แปลว่า กลาง เป็นจุดกึ่งกลางของแนวกระดูกสันหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 11

ข้อบ่งชี้: ปวดกระดูกสันหลังเอว โรคลมชัก ดีซ่าน อูจจาระร่วง ริดสีดวงทวาร ไล่ตรงหย่อน อูจจาระมีเลือดปน เด็กขาดสารอาหาร

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

● จงซู 中樞 Zhōngshū (GV 7)

จง แปลว่า กลาง ซู แปลว่า แกนหมุน จุดนี้เป็นแกนหมุนของกระดูกสันหลัง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 10

ข้อบ่งชี้: ปวดกระดูกสันหลังเอว ดีซ่าน อาเจียน ท้องอืด ปวดกระเพาะอาหาร สะอึก เบื่ออาหาร

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

● จินซัว 筋縮 Jīnsuō (GV 8)

จิน แปลว่า เอ็น กล้ามเนื้อ ซัว แปลว่า หดเกร็ง ด้านข้างจุดนี้เป็นจุดเปียชู่ของตับ ตับกำกับเอ็น จุดนี้ใช้รักษาภาวะเอ็นกล้ามเนื้อหดเกร็ง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 9

ข้อบ่งชี้: โรคลมชัก หลังแข็ง ปวดกระเพาะอาหาร

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

● จื่อหยาง 至陽 Zhìyáng (GV 9)

จื่อ แปลว่า ถึง หยาง คือ หยางในอินหยาง แผ่นหลังเป็นหยาง จุดนี้ตรงกับกระบังลม ซึ่งเป็นแนวแบ่งระหว่างอินกับหยาง ขี่ของเส้นดูไหลมาถึงจุดนี้จะเปลี่ยนจากอินในหยางเป็นหยางในหยาง

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 7

ข้อบ่งชี้: ปวดกระเพาะอาหาร ดีซ่าน เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ไอ หอบ ปวดหลัง หลังแข็ง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

● หลิงถาย 靈台 Língtái (GV 10)

หลิง แปลว่า จิตวิญญาณ ถาย แปลว่า แทน หลิงถาย คือ แทนว่าราชการของจักรพรรดิ จุดนี้อยู่ใกล้หัวใจซึ่งเป็นจักรพรรดิของอวัยวะข้างผู้

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 6

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ ปวดหลัง ปวดตึงต้นคอ ตุ่มฝีหนอง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

● เลินต้าว 神道 Shéndào (GV 11)

เลิน หมายถึง สติสัมปชัญญะ จิตใจ ต้าว แปลว่า เส้นทาง จุดนี้อยู่ข้างชินซู (BL 15) เป็นจุดที่ขี่ของเส้นดูไหลเวียนเชื่อมกับหัวใจซึ่งควบคุมเส้น

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 5

ข้อบ่งชี้: โรคลมชัก ชีมีเศร้า ใจสั่น หลงลืมง่าย หลังแข็ง ปวดสันหลัง เจ็บหน้าอก นอนไม่หลับ อ่อนเพลียเรื้อรัง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

☯ **เซินจู้ 身柱 Shēnzhù (GV 12)**

เซิน แปลว่า ร่างกาย จู้ แปลว่า เสาค้ำ จุดนี้อยู่ข้างเพยชู (BL 13) ปอดกำกับซี่ทั้งร่างกายซึ่งมี
พละกำลังเหมือนเสาค้ำ

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 3

ข้อบ่งชี้: ไข้ ปวดศีรษะ โรคลมชัก ปวดหลัง หลังแข็ง ฝีที่หลัง ไหว หอบ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

☯ **ถาวต้าว 陶道 Táodào (GV 13)**

ถาว หมายถึง ปล่องไฟ ต้าว แปลว่า เส้นทาง ซึ่งและความร้อนลอยขึ้นผ่านจุดนี้ เปรียบเสมือน
ควันที่ออกจากปล่องไฟ

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 1

ข้อบ่งชี้: ไหว หอบ ไข้จับสั่น ไข้ ไข้เป็นเวลาหลังป่วย ปวดศีรษะ หลังแข็ง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น

☯ **ต้าจุย 大椎 Dàzhuī (GV 14)**

ต้า แปลว่า ใหญ่ จุย คือ กระดูกสันหลัง กระดูกต้นคอที่ 7 มีขนาดใหญ่ที่สุด

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกต้นคอที่ 7

ข้อบ่งชี้: ไข้จับสั่น ไหว หอบ ร้อนจากกระดูก เหงื่อออกง่าย เหงื่อออกขณะหลับ กลัวหนาว ไข้หวัด
ตาปวดบวมแดง ปวดศีรษะ ปวดตึงต้นคอ ปวดไหล่ ปวดตึงหลัง หลังแอ่น โรคลมชัก ชักในเด็ก
โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ลมพิษ หัด โรคลมแดด อหิวาตกโรค หัดเยอรมัน ดีซ่าน

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.5-1 ชู่น หรือเจาะปล่อยเลือด

☯ **หย่าเหมิน 哑门 Yǎmén (GV 15)**

หย่า แปลว่า ไ้ เหมิน แปลว่า ประตูด้านหน้าจุดนี้ตรงกับลิ้นและคอหอย ใช้รักษาอาการเสียงหาย

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกต้นคอที่ 1

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ปวดตึงต้นคอ เสียงหายเฉียบพลัน โรคฮีสทีเรีย ลิ้นแข็งพูดไม่ได้ เลือดกำเดาไหล
โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก หูหนวก เป็นไข้ โรคสมองพิการ โรคหลอดเลือดสมอง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียงลง 0.5-1 ชู่น

หมายเหตุ: ไม่ควรแทงเฉียงขึ้นหรือแทงลึกเกินไป อาจเป็นอันตรายต่อ medulla

☯ **เฟิงฝู่ 风府 Fēngfǔ (GV 16)**

เฟิง แปลว่า ลม ฝู่ แปลว่า จวน จุดนี้อยู่บนสุดของแนวกระดูกสันหลัง แนวเดียวกับเฟิงฉือ (GB 20)

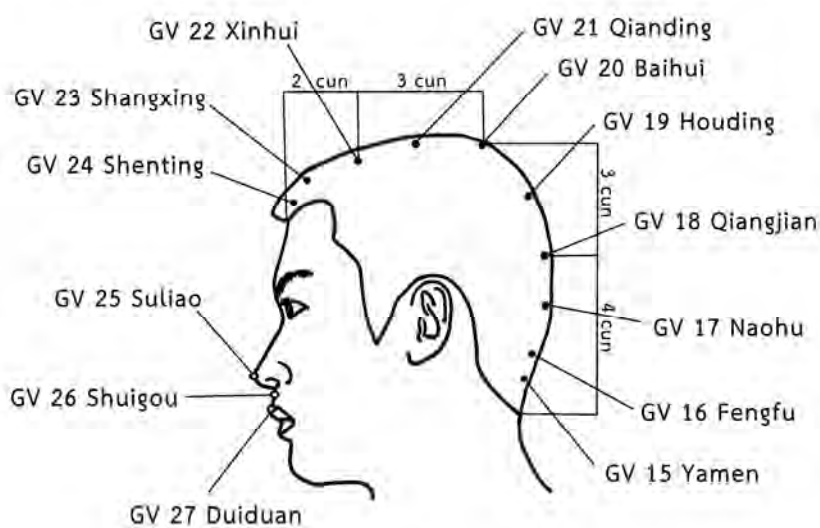
และอู่เฟิง (TE 17) โดยมีตำแหน่งอยู่กึ่งกลาง เป็นจุดควบคุมลมและเป็นทางผ่านเข้าออกของเสยชีลม

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางศีรษะ ใต้ external occipital protuberance ตรงร่องระหว่างกล้ามเนื้อ trapezius สองข้าง เนื้อแนวชายผมขอบท้ายทอย 1 ชู่น

ข้อบ่งชี้: โรคหลอดเลือดสมอง เสียหายเฉียบพลัน โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ปวดตึงต้นคอ ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ เจ็บคอ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียงลง 0.5-1 ชู่น

หมายเหตุ: ไม่ควรแทงเฉียงขึ้นหรือแทงลึกเกินไป อาจเป็นอันตรายต่อ medulla



ภาพที่ 3.72 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นดู (GV 15 - GV 27)

● หน่าวฮู่ 脑户 Nǎohù (GV 17)

หน่าว แปลว่า สมอ ฮู่ แปลว่า ประตู่ จุดนี้เป็นประตู่สำหรับซี่เข้าสู่สมอง

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางศีรษะ ตรงรอยบุ๋มที่ขอบบนของ external occipital protuberance เนื้อแนวชายผมขอบท้ายทอย 2.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ปวดตึงต้นคอ เสียงแหบ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-1 ชู่น

● เฉียงเจียน 强间 Qiángjiān (GV 18)

เฉียง แปลว่า แข็งแกร่ง เจียน แปลว่า ร่องหรือแอ่ง จุดนี้อยู่ระหว่างกะโหลกศีรษะ 2 แผ่นซึ่งแข็งแรง

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางศีรษะ เนื้อแนวชายผมขอบท้ายทอย 4 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ปวดตึงต้นคอ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชู่น

● **โหล่วต้ง 后顶 Hòudǐng (GV 19)**

โหล่ว แปลว่า ด้านหลัง **ต้ง** แปลว่า ยอด จุดสูงสุด จุดนี้มีตำแหน่งอยู่ด้านหลังยอดกระหม่อม

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางศีรษะ เหนือแนวชายผมขอบท้ายทอย 5.5 ชู่น หรือ 1.5 ชู่น หลังป่ายฮ่วย (GV 20)

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะกลางกระหม่อม ปวดท้ายทอย ปวดตึงต้นคอ เวียนศีรษะ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชู่น

● **ป่ายฮ่วย 百会 Bǎihuì (GV 20)**

ป่าย แปลว่า ร้อย **ฮ่วย** แปลว่า จุดรวมพล เป็นจุดเชื่อมต่อระหว่างเส้นตู่กับเส้นหยางทุกเส้น

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางศีรษะ เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ หูอื้อ โรคหลอดเลือดสมอง โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก นอนไม่หลับ หลงลืม ไล่ตรงหย่อน มดลูกหย่อน อูจจาจะร่วงเรื้อรัง ภาวะช็อก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชู่น

หมายเหตุ: ใช้การลดหย่อนที่ที่ต้องการดึงหยางขึ้น

● **เจียนต้ง 前顶 Qiándǐng (GV 21)**

เจียน แปลว่า ด้านหน้า **ต้ง** แปลว่า ยอด จุดสูงสุด จุดนี้อยู่ด้านหน้าของยอดกระหม่อม

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางศีรษะ เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 3.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ตาพร่ามัว ไซนัสอักเสบ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชู่น

● **ซินฮ่วย 囟会 Xīnhuì (GV 22)**

ซิน แปลว่า กระหม่อมหน้าของเด็ก **ฮ่วย** แปลว่า บรรจบ เมื่อโตขึ้นกระหม่อมหน้าจะปิด

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางศีรษะ เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ไซนัสอักเสบ เลือดกำเดาไหล โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก ชักในเด็ก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชู่น

หมายเหตุ: ไม่ควรฝังเข็มในทารกที่กระหม่อมหน้ายังไม่ปิด

● **ซ่างซิง 上星 Shàngxīng (GV 23)**

ซ่าง แปลว่า ด้านบน **ซิง** แปลว่า ดาว สมัยโบราณเชื่อว่าจุมูกเชื่อมกับจักรวาล ดวงตาเชื่อมกับดวงจันทร์และดวงดาวที่จุดนี้ จึงใช้รักษาโรคของจุมูกและการมองเห็น

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางศีรษะ เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง น้ำมูกไหล ไซนัสอักเสบ เลือดกำเดาไหล
ปวดตา ไข้จับสั่น กลุ่มโรคไข

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-1 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

● เลินถึง 神庭 Shéntíng (GV 24)

เลิน หมายถึง สติสัมปชัญญะ จิตใจ ถึง แปลว่า ลาน ห้องโถง จุดนี้เปรียบเสมือนเป็นที่อยู่ของเลิน

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางศีรษะ เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 0.5 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ไซนัสอักเสบ เลือดกำเดาไหล โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง
นอนไม่หลับ ใจสั่น วิตกกังวล ตาปวดบวมแดง โรคลมชัก ตาบอดกลางคืน ต้อเนื้อ ต้อกระจก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชุ่น

● ชู่เหลียว 素膠 Sùliáo (GV 25)

ชู่ แปลว่า บริสุทธิ์ หมายถึง สีขาว **เหลียว** แปลว่า ร่องระหว่างกระดูก จุดนี้อยู่ตรงปลายยอดจมูก
ตรงร่องหนังกันจมูก จมูกเป็นทวารเปิดของปอด สีของปอด คือ สีขาว

ตำแหน่ง: กึ่งกลางปลายจมูก

ข้อบ่งชี้: เลือดกำเดาไหล ไซนัสอักเสบ, rosacea ภาวะขาดออกซิเจนในทารก หมดสติ ชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.3-0.5 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

● สู่โกว 水沟 Shuǐgōu (GV 26); เหวินจง 人中 Rénzhōng ก็เรียก

สู่ แปลว่า น้ำ **โกว** แปลว่า ร่องน้ำ จุดนี้อยู่บนร่องใต้จมูก

เหวิน แปลว่า คน **จง** แปลว่า ตรงกลาง จุดนี้อยู่ระหว่างปากกับจมูก จมูกเชื่อมกับฟ้า ปากเชื่อมกับดิน
ส่วนคนอยู่ตรงกลาง

ตำแหน่ง: ตรงจุดแบ่งระหว่าง 1/3 บนกับ 2/3 ล่างของร่องใต้จมูก

ข้อบ่งชี้: ภาวะช็อก หมดสติ เป็นลม โรคลมชัก โรคลมแดด โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง เลือดกำเดาไหล
ชากรรไกรแข็ง โรคหลอดเลือดสมอง อัมพาตใบหน้า คัดจมูก เอวเคล็ด

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.3-0.5 ชุ่น

● ต๋วยตวน 兑端 Duìduān (GV 27)

ต๋วย ภาษาโบราณ หมายถึง ปาก ริมฝีปาก **ตวน** แปลว่า ส่วนปลาย จุดนี้อยู่ตรงปลายจุดกึ่งกลาง
ขอบบนของริมฝีปากบน

ตำแหน่ง: จุดกึ่งกลางขอบบนของริมฝีปากบน

ข้อบ่งชี้: หมดสติ เป็นลม โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ริมฝีปากกระตุก อัมพาตใบหน้า ปวดบวมเหงือก มีกลิ่นปาก ปวดฟัน เลือดกำเดาไหล

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.2-0.3 ชุน

● **หยินเจียว 銀交 Yínjiāo (GV 28)**

หยิน แปลว่า เหงือก **เจียว** แปลว่า ตัดกัน เป็นจุดที่เส้นตู่กับเส้นเร็นเชื่อมติดกัน และเป็นจุดที่เหงือกบนเชื่อมกับริมฝีปากบน

ตำแหน่ง: ตรงรอยต่อระหว่างเหงือกกับเยื่อรั้งริมฝีปากบน

ข้อบ่งชี้: อัมพาตใบหน้า เหงือกอักเสบ มีกลิ่นปาก เลือดกำเดาไหล ไช้นส์อักเสบ เอวเคล็ด โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ริดสีดวงทวาร

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงขึ้น 0.2-0.3 ชุน หรือเจาะปล่อยเลือด

14. จุดฝังเข็มบนเส้นเร็น

● **ฮุยยิน 会阴 Huìyīn (CV 1): จุดลั่ว**

ฮุย แปลว่า พบกัน เชื่อมกัน **ยิน** คือ ยินในอินหยาง เป็นจุดเริ่มต้นของเส้นเร็น เส้นตู่ และเส้นชง ตำแหน่งอยู่ระหว่างทวารเปิดของยินทั้งสอง

ตำแหน่ง: บริเวณฝีเย็บ ตรงจุดกึ่งกลางระหว่างขอบหลังโคนอวัยวะเพศชาย หรือระหว่างขอบล่างแคมใหญ่กับทวารหนักในเพศหญิง

ข้อบ่งชี้: รอบเดือนผิดปกติ ปัสสาวะขัด คั้นอวัยวะเพศ ช่องคลอดอักเสบ ปวดบวมอวัยวะเพศ มดลูกหย่อน ไส้ตรงหย่อน ไส้เลื่อน ผื่นเปียก โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง ภาวะขาดออกซิเจนเหตุจมน้ำ หมดสติ ริดสีดวงทวาร

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุน หรือถอนยา

หมายเหตุ: ไม่ควรใช้ในสตรีตั้งครรภ์

● **ชวีกู๋ 曲骨 Qūgǔ (CV 2)**

ชวี แปลว่า โค้ง **กู๋** แปลว่า กระดูก จุดนี้อยู่บนช่วงโค้งของขอบบนกระดูกหัวหน้า

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้องน้อย อยู่ชิดขอบบนของกระดูกหัวหน้า

ข้อบ่งชี้: ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ไส้เลื่อน เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ผื่นเปียก ปวดประจำเดือน รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว หนึ่งหุ้มอวัยวะเพศอักเสบ ช่องคลอดอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุน

หมายเหตุ: ตั้งแต่ CV 2 - CV 13 ไม่ควรใช้ในสตรีตั้งครรภ์

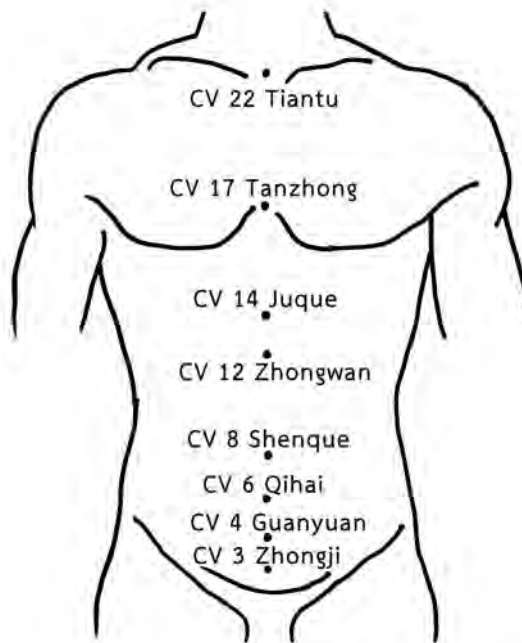
● **จงจี 中极 Zhōngjí (CV 3):** จุดมู่ของกระเพาะปัสสาวะ

จง แปลว่า กลาง **จี** แปลว่า ขั้ว เป็นจุดกึ่งกลางของระยะห่างระหว่างกระหม่อมกับสันเท้า

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้องน้อย ใต้สะดือ 4 ชู้น

ข้อบ่งชี้: ปัสสาวะขัด ปัสสาวะไม่ออก ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ไข่เลื่อน ฝืนเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ รอบเดือนผิดปกติ ปวดประจำเดือน ช่องคลอดอักเสบ ตกขาว สตรีมีบุตรยาก มดลูกหย่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.5 ชู้น ควรให้ปัสสาวะก่อนทุกครั้ง



ภาพที่ 3.73 แสดงจุดฝังเข็มบนเส้นเริน (CV 3 - CV 22)

● **กวนหยวน 关元 Guānyuán (CV 4):** จุดมู่ของลำไส้เล็ก

กวน แปลว่า ด้าน **หยวน** หมายถึง หยวนชี เป็นแหล่งสะสมหยวนชีของร่างกาย

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้องน้อย ใต้สะดือ 3 ชู้น

ข้อบ่งชี้: โรคหลอดเลือดสมอง ร่างกายทรุดโทรม ไข่ตรงหย่อน ไข่เลื่อน เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ฝืนเปียก รอบเดือนผิดปกติ ปวดประจำเดือน ตกขาว ตกเลือดหลังคลอด ภาวะมีบุตรยาก ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปวดท้องน้อย อาเจียน อุจจาระร่วง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1.5 ชู้น

หมายเหตุ: นิยมใช้การนวด

☯ **สือเหมิน 石门 Shímén (CV 5):** จุดมู่ของชานเจียว

สือ แปลว่า หิน หมายถึง ก้อนจากซีตีดซัด **เหมิน** แปลว่า ประตู จุดนี้ใช้รักษาภาวะซีตีดซัดบริเวณท้องน้อย

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้องน้อย ใต้สะดือ 2 ชุน

ข้อบ่งชี้: บวมน้ำ ปัสสาวะขัด ไข่เลื่อน ฝืนเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ตกขาว รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนไม่มา ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย ประจำเดือนมามาก ตกเลือดหลังคลอด ปวดท้องอุจจาระร่วง ท้องอืด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-2 ชุน

☯ **ชีห่าย 气海 Qìhǎi (CV 6)**

ชี หมายถึง หยวนชี **ห่าย** แปลว่า ทะเล จุดนี้เป็นทะเลแห่งหยวนชี

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้องน้อย ใต้สะดือ 1.5 ชุน

ข้อบ่งชี้: ภาวะช็อก ปวดท้อง ท้องผูก อุจจาระร่วง โรคบิด ไข่เลื่อน ฝืนเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ปวดประจำเดือน ประจำเดือนไม่มา รอบเดือนผิดปกติ มดลูกหย่อน ภาวะมีบุตรยาก ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะขัด โรคหลอดเลือดสมอง เป็นจุดสำคัญในการบำรุงสุขภาพ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1.2 ชุน

หมายเหตุ: นิยมใช้การนยา

☯ **ยินเจียว 阴交 Yīnjiāo (CV 7)**

ยิน คือ ยินในอินหยาง **เจียว** แปลว่า ตัดกัน เป็นจุดที่เส้นยิน 3 เส้น คือ เส้นซง เส้นเร็น และเส้นไตมาเชื่อมตัดกัน

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้องน้อย ใต้สะดือ 1 ชุน

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง บวมน้ำ รอบเดือนผิดปกติ ประจำเดือนไม่มา ไข่เลื่อน ตกขาว ตกเลือดหลังคลอด คันอวัยวะเพศ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-2 ชุน

☯ **เสินเชวี่ 神阙 Shénquē (CV 8)**

เสิน หมายถึง สติสัมปชัญญะ จิตใจ **เชวี่** หมายถึง ประตูวัง ทารกในครรภ์รับชีและเลือดจากมารดาทางสายสะดือ สะดือจึงเป็นประตูของเสินชี

ตำแหน่ง: กึ่งกลางสะดือ

ข้อบ่งชี้: ภาวะช็อก โรคหลอดเลือดสมอง ปวดท้อง ท้องอืด ท้องร้อง อุจจาระร่วงเรื้อรัง ท้องผูก บวมน้ำ ปัสสาวะขัด ไข่ตรงหย่อน

วิธีแทงเข็ม: ไม่นิยมฝังเข็ม มักใช้การนยาคันเกลือหรือขิง

● ส่วยเฟิน 水分 Shuǐfēn (CV 9)

ส่วย แปลว่า น้ำ เฟิน แปลว่า แยก จุดนี้อยู่ตรงกับตำแหน่งลำไส้เล็กซึ่งมีหน้าที่คัดแยกของเสียออกจากสารอาหารและน้ำ

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้อง เหนือสะดือ 1 ชู่น

ข้อบ่งชี้: บวมน้ำ ปัสสาวะขัด ปวดท้อง คลื่นไส้ อาเจียน ท้องอืด อุจจาระร่วง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-2 ชู่น

หมายเหตุ: นิยมใช้การนวด

● เชี่ยว่ว่าน 下脘 Xiàwǎn (CV 10)

เฉียว แปลว่า ด้านล่าง ่ว่าน แปลว่า กระเพาะอาหาร ใต้จุดนี้ตรงกับกระเพาะอาหารส่วนล่าง

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้อง เหนือสะดือ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง ท้องร้อง ท้องอืด อุจจาระร่วง อาเจียน อาหารไม่ย่อย เป็นก้อนในท้อง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น

● เจี้ยนหลี่ 建里 Jiànlǐ (CV 11)

เจี้ยน แปลว่า สร้าง หลี่ แปลว่า ใน หมายถึง ช่องท้อง จุดนี้ช่วยปรับชีในจิงเจียว

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้อง เหนือสะดือ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดท้อง ปวดกระเพาะอาหาร ท้องร้อง ท้องอืด สะอึก คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร บวมน้ำ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น

● จง่ว่าน 中脘 Zhōngwǎn (CV 12): จุดมู่ของกระเพาะอาหาร จุดอิทธิพลของอวัยวะผู้

จง แปลว่า กลาง ่ว่าน แปลว่า กระเพาะอาหาร ใต้จุดนี้ตรงกับกระเพาะอาหารส่วนกลาง

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้อง เหนือสะดือ 4 ชู่น หรือกึ่งกลางระหว่าง xiphisternal symphysis กับสะดือ

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด อุจจาระร่วง ปวดกระเพาะอาหาร คลื่นไส้ อาเจียน เรอเปรี้ยว สะอึก เบื่ออาหาร อาหารไม่ย่อย ดีซ่าน โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง นอนไม่หลับ โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.5 ชู่น

● ช่าง่ว่าน 上脘 Shàngwǎn (CV 13)

ช่าง แปลว่า ด้านบน ่ว่าน แปลว่า กระเพาะอาหาร ใต้จุดนี้อยู่ตรงกับกระเพาะอาหารส่วนบน

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้อง เหนือสะดือ 5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ท้องอืด อุจจาระร่วง ปวดกระเพาะอาหาร คลื่นไส้ อาเจียน เรอเปรี้ยว สะอึก เบื่ออาหาร โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น

❶ จวีเซวี่ 巨阙 Jùquè (CV 14): จุดมู่ของหัวใจ

จวี แปลว่า ใหญ่ เซวี่ แปลว่า ประตูล้าง ซี่ไหลจากจุดนี้ไปสู่หัวใจ

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางท้อง เหนือสะดือ 6 ชุน

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ใจสั่น โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง หงุดหงิด ปวดกระเพาะอาหาร อาเจียน เรอเปรี้ยว สะอึก โรคลมชัก หมดสติ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงลง 0.5-1 ชุน

หมายเหตุ: ไม่ควรแทงลึก เพราะอาจเป็นอันตรายต่อดับ

❷ จิวเหว่ย 鳩尾 Jiūwěi (CV 15): จุดลิ้ว

จิว เป็นชื่อนกเขาจำพวกหนึ่ง เหว่ย แปลว่า หาง จุดนี้อยู่บริเวณลิ้นปี่ซึ่งมีลักษณะเหมือนหางนกเขา

ตำแหน่ง: ใต้ xiphoid process

ข้อบ่งชี้: แน่นหน้าอก เจ็บหน้าอก ใจสั่น โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก ท้องอืด สะอึก อาเจียน

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงลง 0.4-0.6 ชุน

❸ จงถึง 中庭 Zhōngtíng (CV 16)

จง แปลว่า กลาง ถึง หมายถึง ห้องโถง จุดนี้อยู่บริเวณรอยต่อของกระดูกอกกับลิ้นปี่ เปรียบเสมือนห้องโถงกลางวัง

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางหน้าอก ตรง sternocostal angle ระดับเดียวกับช่องซี่โครงที่ 5

ข้อบ่งชี้: แน่นหน้าอก ปวดซี่ข้าง เจ็บหน้าอก เบื่ออาหาร สะอึก อาเจียน สำรอกนม

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุน

❹ ถานจง 膻中 Tánzhōng (CV 17): จุดมู่ของเยื่อหุ้มหัวใจ จุดอิทธิพลของซี่

ถาน แปลว่า วังของหัวใจ หมายถึง เยื่อหุ้มหัวใจ จง แปลว่า กลาง จุดนี้อยู่กลางหน้าอก

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางหน้าอก ระดับช่องซี่โครงที่ 4 หรือกึ่งกลางระหว่างห้วงนม

ข้อบ่งชี้: แน่นหน้าอก เจ็บหน้าอก หายใจกระชั้น ใจสั่น ไอ หอบ สะอึก อาเจียน กลืนลำบาก น้ำนมไม่พอ เต้านมอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุน

❺ ยวี่ถาง 玉堂 Yùtáng (CV 18)

ยวี่ แปลว่า หยก เป็นของมีค่า ถาง แปลว่า วัง จุดนี้ตำแหน่งตรงกับหัวใจ

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางหน้าอก ระดับช่องซี่โครงที่ 3

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ แน่นหน้าอก เจ็บหน้าอก อาเจียน หงุดหงิด

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุน

● **จื่อกง 紫宮 Zǐgōng (CV 19)**

จื่อ แปลว่า สีม่วง กง แปลว่า วัง สีม่วงเป็นสีเข้มที่สุดของไฟ หมายถึง หัวใจ จุดนี้เป็นที่อยู่ของหัวใจ

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางหน้าอก ระดับช่องซี่โครงที่ 2

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ แน่นหน้าอก เจ็บหน้าอก หงุดหงิด

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น

● **หวาก้าย 華蓋 Huágài (CV 20)**

หวาก้าย แปลว่า ฉัตร ซึ่งตำแหน่งอยู่สูงสุด เปรียบเป็นปอดซึ่งมีหน้าที่ปกป้องหัวใจ

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางหน้าอก ระดับช่องซี่โครงที่ 1

ข้อบ่งชี้: เจ็บแน่นหน้าอก ปวดสีข้าง ไอ หอบ

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น

● **เสวียนจี 璇玑 Xuánjī (CV 21)**

เสวียน เป็นชื่อดาวดวงที่ 2 จี เป็นชื่อดาวดวงที่ 3 ของกลุ่มดาวหมีใหญ่ ซึ่งเป็นศูนย์กลางของฟากฟ้า

ตำแหน่ง: ใต้ suprasternal fossa 1 ชุ่น ตรงกึ่งกลางกระดูก manubrium

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ เจ็บหน้าอก เจ็บคอ

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น

● **เทียนทู 天突 Tiāntū (CV 22)**

เทียน แปลว่า ฟ้า ทู แปลว่า ปล่องไฟ ตำแหน่งจุดนี้อยู่ส่วนบนสุดของหลอดลม เปรียบเสมือนปล่องไฟของปอด

ตำแหน่ง: กึ่งกลาง suprasternal fossa

ข้อบ่งชี้: ไอ หอบ เจ็บหน้าอก เจ็บคอ เสียงหายเฉียบพลัน คอพอก กลืนลำบาก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.2-0.3 ชุ่น แล้วเอียงปลายเข็มขนานไปตามขอบหลังของ sternum เข้าไป 0.5-1 ชุ่น

หมายเหตุ: แทงเข็มให้ทิศทางและความลึกตามกำหนด เพื่อป้องกันอันตรายต่อปอดและหลอดเลือด

● **เหลียนเฉวียน 廉泉 Liánquán (CV 23)**

เหลียน แปลว่า ไส้สะอาด เฉวียน แปลว่า น้ำพุ หมายถึง น้ำลาย

ตำแหน่ง: แนวกึ่งกลางลำคอ เนื้อลูกกระเดือก ตรงแอ่งอยู่ขอบบนของกระดูก hyoid

ข้อบ่งชี้: ลิ้นแข็งพูดไม่ได้เหตุโรคหลอดเลือดสมอง กลืนลำบาก เสียงหายเฉียบพลัน น้ำลายยืด ปวดบวมใต้ลิ้น เจ็บคอ

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงไปโคนลิ้น 0.5-0.8 ชุ่น

☯ **เจิงเจียง 承漿 Chéngjiāng (CV 24)**

เจิง แปลว่า รับ เจียง หมายถึง น้ำลาย น้ำลายไหลออกจากปากมาที่จุดนี้

ตำแหน่ง: กึ่งกลางรอยบุ๋ม ใต้ริมฝีปากล่าง

ข้อบ่งชี้: อัมพาตใบหน้า เสี่ยงหายเจ็บพลัน น้ำลายยืด โรคปากนกกระจอก เหงือกและแก้มบวม ปวดฟัน โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง โรคลมชัก ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.3-0.5 ชู่น

จุดฝังเข็มนอกระบบเส้นจิงลั่ว

1. จุดพิเศษบนศีรษะและคอ

☯ **ชื่อเส้นซิง 四神聰 Sishéncōng (EX-HN 1)**

ชื่อ แปลว่า สี่ หมายถึง มี 4 จุด หน้า-หลัง-ซ้าย-ขวา รวม 4 ทิศ เส้น หมายถึง สติสัมปะชัญญะ จิตใจ ซิง แปลว่า ฉลาด เส้นซิง หมายถึง สติปัญญาเฉียบแหลม

ตำแหน่ง: เป็นกลุ่ม 4 จุด อยู่ห่างจากปลายหู (GV 20) ไปด้านหน้า-หลัง-ซ้าย-ขวา ข้างละ 1 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ นอนไม่หลับ หลงลืมง่าย โรคลมชัก โรคตา

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชู่น หรือลนยา

☯ **ตางหยาง 当阳 Dāngyáng (EX-HN 2)**

ตาง แปลว่า เป็น หยาง คือ หยางในอินหยาง

ตำแหน่ง: เหนือแนวชายผมขอบหน้าผาก 1 ชู่น ตรงกับรูม่านตาในแนวตั้ง

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ มึนงง ตาแดง ตาบวม เจ็บตา คัดจมูก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.5-0.8 ชู่น หรือลนยา

☯ **ยี่นถาง 印堂 Yìntáng (EX-HN 3)**

ยี่น แปลว่า ประทับตรา ถาง แปลว่า ห้องโถง ยี่นถาง เป็นชื่อเรียกตำแหน่งนี้ตั้งแต่โบราณ

ตำแหน่ง: กึ่งกลางระหว่างหัวคิ้วทั้ง 2 ข้าง บนแนวเส้นตูด

ข้อบ่งชี้: ปวดหน้าผาก เวียนศีรษะ มึนงง เลือดกำเดาไหล น้ำมูกมาก ไซนัสอักเสบ นอนไม่หลับ ชักในเด็ก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชู่น หรือลนยา

☯ **หยูย่าว 鱼腰 Yúyāo (EX-HN 4)**

หยูวี แปลว่า ปลา ยาว แปลว่า เอว จุดนี้อยู่กึ่งกลางคิ้วซึ่งโค้งเหมือนท้องปลา

ตำแหน่ง: กึ่งกลางคิ้ว ตรงกับรูม่านตาในแนวตั้ง

ข้อบ่งชี้: ปวดขอบเปลือกตา หนังตากระตุก หนังตาคตก ต้อเนื้อ ต้อกระจก ตาปวดบวมแดง

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชู่น

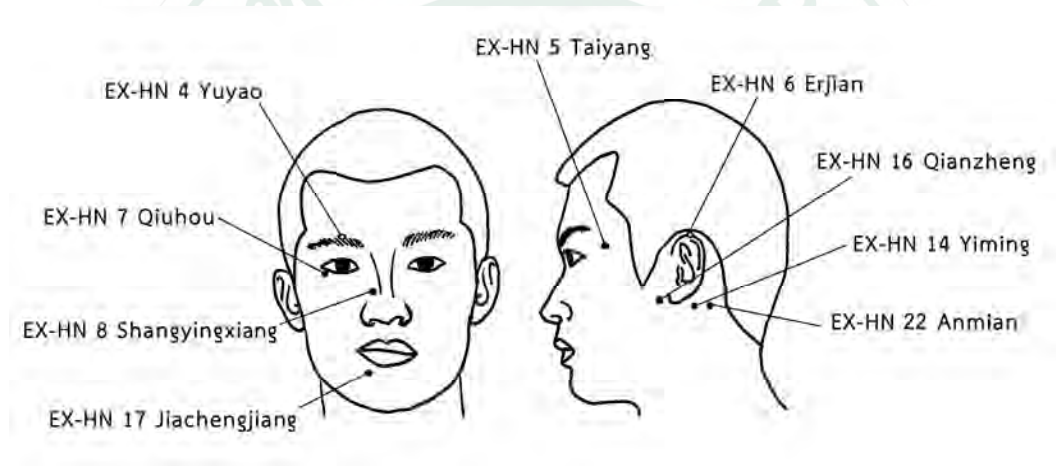
☉ ท้ายหยาง 太阳 Tàiyáng (EX-HN 5)

ท่าย แปลว่า ใหญ่มาก **หยาง** คือ หยางในอินหยาง เป็นแอ่งใหญ่ที่สุดบนศีรษะซึ่งเป็นหยาง

ตำแหน่ง: ตรงรอยปุ่มบริเวณขมับ ห่างจากจุดกึ่งกลางแนวเส้นเชื่อมระหว่างหางคิ้วกับหางตา ออกไปด้านข้างประมาณ 1 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ ไมเกรน โรคตา ตาเข อัมพาตใบหน้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น หรือเจาะปล่อยเลือด



ภาพที่ 3.74 แสดงตำแหน่งจุดพิเศษบนใบหน้าและศีรษะ

☉ เออร์เจียน 耳尖 Ērjiān (EX-HN 6)

เออร์ แปลว่า หู **เจียน** แปลว่า ยอดแหลม

ตำแหน่ง: ตรงยอดรอยพับใบหูตามแนวยาว

ข้อบ่งชี้: ตาปวดบวมแดง เป็นไข้ ปวดศีรษะ เจ็บคอ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.1-0.2 ชู่น หรือเจาะปล่อยเลือด

☉ ฉิวโหล่ว 球后 Qiúhòu (EX-HN 7)

ฉิว แปลว่า ลูกบอล หมายถึง ลูกตา **โหล่ว** แปลว่า ด้านหลัง จุดนี้อยู่ก่อนไปทางหางตา

ตำแหน่ง: รอยเว้าของขอบกระดูกเปลือกตาล่าง ตรงจุดแบ่งระยะ 1/4 จากหางตาไปหัวตา

ข้อบ่งชี้: โรคตา

วิธีแทงเข็ม: ดันลูกตาขึ้นบน แทงตรง 0.5-1 ชู่น ชิดขอบเปลือกตา ห้ามกระตุ่นเข็ม

☯ **ช่างหยิงเซียง 上迎香 Shàngyíngxiāng (EX-HN 8)**

ช่าง แปลว่า บน หยิงเซียง เป็นชื่อจุดฝังเข็ม จุดนี้อยู่เหนือหยิงเซียง (LI 20)

ตำแหน่ง: ตรงปลายบนของร่องข้างจมูก

ข้อบ่งชี้: ปวดจมูก น้ำมูกมาก ฝีบริเวณจมูก ไช้ส้ออักเสบ

วิธีแทงเข็ม: แทงราบ 0.3-0.5 ชุ่น ไปตามแนวสันจมูก

☯ **เน่ยหยิงเซียง 内迎香 Nèiyíngxiāng (EX-HN 9)**

เน่ย แปลว่า ด้านใน หยิงเซียง เป็นชื่อจุดฝังเข็ม จุดนี้อยู่ด้านในของหยิงเซียง (LI 20)

ตำแหน่ง: อยู่ในโพรงจมูก ตรงรอยต่อระหว่างกระดูกอ่อนของปีกจมูกกับ nasal turbinate ตรงกับ

ช่างหยิงเซียง (EX-HN 8) ทางด้านนอก

ข้อบ่งชี้: ตาปวดบวมแดง โรคจมูก เจ็บคอ โรคลมแดด เวียนศีรษะ

วิธีแทงเข็ม: เจาะปล่อยเลือดตรงเยื่อจมูก 10-15 หยด

หมายเหตุ: ห้ามใช้ในผู้ป่วยที่มีภาวะเลือดออกง่าย

☯ **จวีเฉวียน 聚泉 Jùquán (EX-HN 10)**

จวี แปลว่า รวมกัน เฉวียน แปลว่า น้ำพุ

ตำแหน่ง: ตรงจุดกึ่งกลางของแนวเส้นกลางบนลิ้น

ข้อบ่งชี้: ลิ้นแข็ง ลิ้นอ่อนแรง การรับรสลดลง หอบหืด

วิธีแทงเข็ม: เจาะปล่อยเลือด

☯ **ห้ายเฉวียน 海泉 Hǎiquán (EX-HN 11)**

ห้าย แปลว่า ทะเล เฉวียน แปลว่า น้ำพุ

ตำแหน่ง: กึ่งกลางเส้นรั้งลิ้น

ข้อบ่งชี้: เบาหวาน สะอึก คลื่นไส้ อาเจียน ไข้สูง ปวดบวมลิ้น ลิ้นอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: เจาะปล่อยเลือด

☯ **จินจิน 金津 Jīnjīn (EX-HN 12) - ยวี่เย่ 玉液 Yùyè (EX-HN 13)**

จิน คำแรก แปลว่า ทอง จิน คำหลัง แปลว่า น้ำ ยวี่ แปลว่า หยก เย่ แปลว่า ของเหลว

ตำแหน่ง: บริเวณใต้ลิ้น ตรงฐานหลอดเลือดดำด้านซ้าย คือ จินจิน (EX-HN 12) ส่วนด้านขวา คือ ยวี่เย่ (EX-HN 13)

ข้อบ่งชี้: แผลในช่องปาก ลิ้นบวม ลิ้นแข็ง เสียการสื่อความ เจ็บคอ อาเจียน อุจจาระร่วง

เบาหวาน Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

วิธีแทงเข็ม: เจาะปล่อยเลือดตรงหลอดเลือดดำ

● อี้หมิง 翳明 Yímíng (EX-HN 14)

อี้ แปลว่า มัว สิ่งบังตา หมิง แปลว่า สว่าง จุดนี้ใช้รักษาโรคเกี่ยวกับการมองเห็น

ตำแหน่ง: หลังอู่เฟิง (TE 17) 1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ นอนไม่หลับ โรคระบบจิตประสาท ตาบอดกลางคืน สายตาสั้น สายตายาว ประสาทตาเสื่อม ต้อกระจกระยะแรก หูอื้อ หูตึง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชุ่น

● จิงปายหลาว 颈百劳 Jǐngbǎiláo (EX-HN 15)

จิง แปลว่า ต้นคอ ปาย แปลว่า ร้อย หลาว แปลว่า ล้าจากการตรากตรำทำงาน

ตำแหน่ง: เหนือตำจุก (GV 14) 2 ชุ่น และห่างออกไปตามแนวระนาบ 1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดตึงต้นคอ วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ปวดเส้นประสาทท้ายทอย ไอ่ หอบ ไอกรน หลอดลมอักเสบเรื้อรัง วัณโรคปอด เหงื่อออกง่าย เหงื่อออกขณะหลับ ร้อนจากกระดูกเป็นเวลา

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชุ่น หรือลนยา

● เชียนเจิ้ง 牵正 Qiānzhèng (EX-HN 16)

เชียน แปลว่า จูง เจิ้ง แปลว่า ตรง เชียนเจิ้ง แปลว่า ดึงให้ตรง

ตำแหน่ง: บริเวณแก้ม หน้าต่อปลายติ่งหู 0.5-1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: อัมพาตใบหน้า แผลที่ลิ้นหรือปาก ปวดฟันล่าง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-1 ชุ่น

● เจี่ยเฉิงเจียง 夹承浆 Jiāchéngjiāng (EX-HN 17)

เจี่ย แปลว่า ขนาบ เฉิงเจียง เป็นชื่อจุดฝังเข็ม จุดนี้อยู่ด้านข้างเฉิงเจียง (CV 24)

ตำแหน่ง: ห่างจากเฉิงเจียง (CV 24) ออกไปด้านข้าง 1 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ปวดประสาทใบหน้า ใบหน้าเกร็งกระตุก อัมพาตใบหน้า ปวดบวมเหงือก

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-1 ชุ่น

● ช่างเหลียนเฉวียน 上廉泉 Shàngliánquán (EX-HN 21)

ช่าง แปลว่า ด้านบน เหลียนเฉวียน เป็นชื่อจุดฝังเข็ม จุดนี้อยู่เหนือเหลียนเฉวียน (CV 23)

ตำแหน่ง: บนแนวเส้นเร็น ไตคาง 1 ชุ่น อยู่ระหว่างคางกับกระดูก hyoid

ข้อบ่งชี้: ลิ้นแข็ง เสียงแหบ พูดไม่ชัด เสียการสื่อสาร น้ำลายมาก กลืนลำบาก เจ็บคอ ลิ้นเป็นแผล

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.8-1.2 ชุ่น ปลายเข็มชี้ไปที่โคนลิ้น

● อานเหมียน 安眠 Ānmíán (EX-HN 22)

อาน แปลว่า สงบ ราบรื่น เหมียน แปลว่า นอนหลับ อานเหมียน แปลว่า นอนหลับสบาย

ตำแหน่ง: จุดกึ่งกลางของแนวเส้นเชื่อมระหว่างอู่เฟิง (TE 17) กับเฟิงฉือ (GB 20)

ข้อบ่งชี้: นอนไม่หลับ เวียนศีรษะ ปวดศีรษะ ใจสั่น โรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1 ชู่น

☉ เซวียยาเตียน 血压点 Xuèyādiǎn (EX-HN 32)

เซวียยา แปลว่า ความดันโลหิต เตียน แปลว่า จุด

ตำแหน่ง: จุดกึ่งกลางระหว่างปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 6 กับ 7 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ความดันโลหิตสูง ความดันโลหิตต่ำ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น หรือลนยา

2. จุดพิเศษบนหน้าอกและท้อง

☉ จี๋กง 子宫 Zīgōng (EX-CA 1)

จี๋กง แปลว่า มดลูก

ตำแหน่ง: ห่างจากจงจี (CV 3) ตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: มดลูกหย่อน รอบเดือนผิดปกติ ปวดประจำเดือน ภาวะมีบุตรยาก ปวดหลังส่วนล่าง ไส้เลื่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น

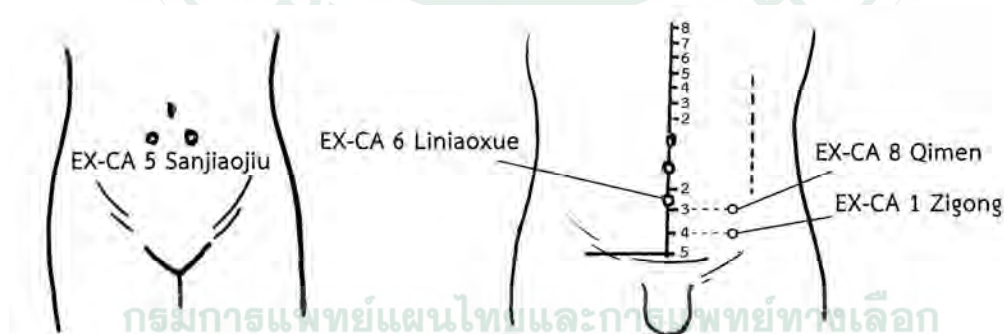
☉ เว่ยซ่าง 胃上 Wèishàng (EX-CA 4)

เว่ย แปลว่า กระเพาะอาหาร ซ่าง แปลว่า ด้านบน เหนือจุดนี้เป็นกระเพาะอาหาร

ตำแหน่ง: ห่างจากเซี่ยหว่าน (CV 10) ตามแนวระนาบ 4 ชู่น

ข้อบ่งชี้: กระเพาะอาหารหย่อน ปวดกระเพาะอาหาร ท้องอืด

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงไปทางสะดือหรือเทียนซู (ST 25) ลึก 2-3 ชู่น หรือลนยา



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

ภาพที่ 3.75 แสดงจุดพิเศษบนหน้าท้อง

● ซานเจียวจี้ว 三角灸 Sānjiǎojiǔ (EX-CA 5)

ซาน แปลว่า สาม เจียว แปลว่า มุม จี้ว แปลว่า ลนยา

ตำแหน่ง: เป็นจุดคู่ซ้ายขวาที่มุมของฐานสามเหลี่ยมด้านเท่า ซึ่งมีความยาวเท่ากับระยะห่างระหว่างมุมปากของผู้ป่วย ยอดสามเหลี่ยมอยู่ที่สะดือ ฐานสามเหลี่ยมอยู่ในแนวระนาบ

ข้อบ่งชี้: ไล่เลื้อน ท้องร้อง ปวดรอบสะดือ ภาวะมีบุตรยาก

วิธีแทงเข็ม: ฝังเข็ม ให้ลนยา 5-7 จ้วง

● ลี่เนี่ยวเสวีย 利尿穴 Lìniào xué (EX-CA 6)

ลี่ แปลว่า สะดวก คล่อง เนี่ยว แปลว่า ปัสสาวะ เสวีย แปลว่า จุดฝังเข็ม

ตำแหน่ง: ใต้สะดือ 2.5 ชู่น หรืออยู่จุดกึ่งกลางระหว่างสะดือกับขอบบนกระดูกหัวหน้า

ข้อบ่งชี้: ปัสสาวะขัด ปัสสาวะหยด ปัสสาวะไม่ออก ปัสสาวะเป็นเลือด ปวดท้อง อุจจาระร่วง มดลูกหย่อน กระเพาะอาหารหย่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น หรือลนยา

● ชีเหมิน 气门 Qimén (EX-CA 8)

เหมิน แปลว่า ประตู ชีเหมิน หมายถึง ประตูชี

ตำแหน่ง: ห่างจากกวนหยวน (CV 4) ตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ภาวะมีบุตรยาก น้ำคาวปลาไม่หยุด ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย ปัสสาวะขัด ปวดท้องน้อย

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น หรือลนยา

● ถีทัว 提托 Títuō (EX-CA 9)

ถี แปลว่า ดึงขึ้น ยก ทัว แปลว่า พยุง จุดนี้ใช้รักษาอวัยวะภายในหย่อน

ตำแหน่ง: ห่างจากกวนหยวน (CV 4) ตามแนวระนาบ 4 ชู่น

ข้อบ่งชี้: มดลูกหย่อน ปวดประจำเดือน ไล่เลื้อน ท้องอืด ไตหย่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น หรือแทงเฉียงเข้าหากลางลำตัว 3-4 ชู่น หรือลนยา

3. จุดพิเศษบนหลัง

● ดิ่งฉวน 定喘 Dìngchuǎn (EX-B 1)

ดิ่ง แปลว่า ระงับ ฉวน แปลว่า หอบ

ตำแหน่ง: ห่างจากต้าจู๋ (GV 14) ตามแนวระนาบ 0.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: หอบหืด ไอ แน่นหน้าอก หายใจกระชั้น ปวดตึงต้นคอ ตกหมอน ปวดไหล่

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชู่น หรือลนยา

● **เจี๋ยจี 夹脊 Jiǎjǐ (EX-B 2); ฮว่าถัวเจี๋ยจี 华佗夹脊 Huàtuójiǎjǐ** ก็เรียก

เจี๋ย แปลว่า ขนาบ จี แปลว่า กระดูกสันหลัง

ตำแหน่ง: กลุ่มจุด 34 จุด อยู่ 2 ข้างตามแนวกระดูกสันหลัง ข้างละ 17 จุด แต่ละจุดอยู่ห่างจากขอบล่างของปุ่มกระดูกสันหลังตามแนวระนาบ 0.5 ชู่น เริ่มตั้งแต่กระดูกสันหลังอกที่ 1 ถึงกระดูกสันหลังเอวที่ 5

ข้อบ่งชี้: ขึ้นกับตำแหน่ง (ตารางที่ 4-1)

วิธีแทงเข็ม: ตำแหน่งอกแทงเฉียง 0.5-1 ชู่น ตำแหน่งเอวแทงตรง 1-1.5 ชู่น อาจใช้เข็มฉีดยาแทงเคาะตามแนวหรือลนยา

ตารางที่ 4-1 แสดงข้อบ่งชี้จุดเจี๋ยจีในตำแหน่งต่าง ๆ

ตำแหน่งจุดเจี๋ยจี	ข้อบ่งชี้
กระดูกสันหลังอกที่ 1 ถึง 3	โรคของแขนและมือ
กระดูกสันหลังอกที่ 1 ถึง 8	โรคในทรวงอก
กระดูกสันหลังอกที่ 6 ถึงกระดูกสันหลังเอวที่ 5	โรคในช่องท้อง
กระดูกสันหลังเอวที่ 1 ถึง 5	โรคของขาและเท้า

● **เว่ยหว่านเจี๋ยชู 胃脘下俞 Wèiwǎnxiàshū (EX-B 3); อี้ชู่ 胰俞 Yíshū** ก็เรียก

เว่ยหว่าน หมายถึง กระเพาะอาหาร เจี๋ย แปลว่า ด้านล่าง ชู แปลว่า จุดฝังเข็ม

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 8 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เบาหวาน คอแห้ง ปวดกระเพาะอาหาร เจ็บหน้าอก ปวดลิ้นข้าง

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.3-0.5 ชู่น หรือลนยา

● **ฝี่เก็น 痞根 Pǐgēn (EX-B 4)**

ฝี่ แปลว่า จุกแน่นเป็นก้อน เก็น แปลว่า ราก

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 1 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ตับม้ามโต เป็นก้อนในท้อง ปวดหลังส่วนล่าง ไส้เลื่อน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น หรือลนยา

● **เจี๋ยจื่อชือ 下志室 Xiàzhìshì (EX-B 5); เจี๋ยจีชู่ 下极俞 Xiàjíchū** ก็เรียก

เจี๋ย แปลว่า ด้านล่าง จื่อชือ เป็นชื่อจุดฝังเข็ม จุดนี้อยู่ต่ำกว่าจื่อชือ (BL 52)

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 3 บนแนวเส้นดู

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง อุจจาระร่วง ปัสสาวะขัด กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ขาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1 ชู่น หรือลนยา

● ยาวอี้ 腰宜 Yāoyí (EX-B 6)

ยาว แปลว่า เอว อี้ แปลว่า เหมาะสม

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 4 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง รอบเดือนผิดปกติ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.7 ชู่น หรือลนยา

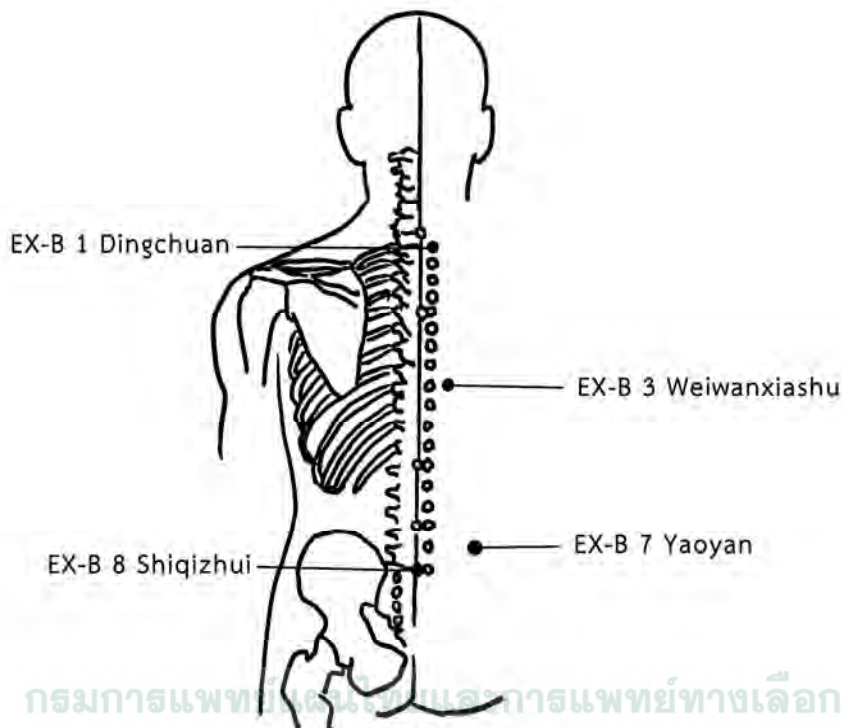
● ยาวเหยียน 腰眼 Yāoyǎn (EX-B 7)

ยาว แปลว่า เอว เหยียน แปลว่า ดวงตา จุดนี้อยู่บนแอ่งบริเวณเอว 2 ข้าง เปรียบเสมือนดวงตาของเอว

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 4 ห่างออกไปตามแนวระนาบ 3.5-4 ชู่น เมื่อนอนคว่ำหน้าจะเป็นแอ่ง

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังส่วนล่าง ปัสสาวะบ่อย รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว ร่างกายทรุดโทรม

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น หรือลนยา



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

ภาพที่ 3.76 แสดงจุดพิเศษบนหลัง

● สือชีจยุ 十七椎 Shíqīzhūī (EX-B 8)

สือชี แปลว่า สิบเจ็ด จยุ แปลว่า กระดูกสันหลัง เป็นกระดูกสันหลังชั้นที่ 17 นับจากกระดูกสันหลังอกที่ 1

ตำแหน่ง: ใต้ปุ่มกระดูกสันหลังเอวที่ 5 บนแนวเส้นตู่

ข้อบ่งชี้: ปวดหลัง ปวดก้นกบ ปวดต้นขา ปวดเอวร้าวลงขา ขาอ่อนแรง ประจำเดือนมามาก ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย รอบเดือนผิดปกติ ปวดประจำเดือน

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียงขึ้นบน 0.5-1 ชู่น หรือลนยา

● ยาวฉี 腰奇 Yāoqí (EX-B 9)

ยาว แปลว่า เอว ฉี แปลว่า แผลก พิเศษ

ตำแหน่ง: เหนือปลายกระดูกก้นกบ 2 ชู่น บนแนวเส้นตู่

ข้อบ่งชี้: โรคลมชัก ปวดศีรษะ นอนไม่หลับ ท้องผูก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบปลายเข็มชี้ขึ้นบน 1-2 ชู่น หรือลนยา

● จวีเซวี่ยชู 巨阙俞 Jùquèshū (EX-B 12)

จวี แปลว่า ใหญ่มาก เซวี่ย แปลว่า ประตู่วัง ชู แปลว่า จุด จุดนี้อยู่กึ่งกลางของจุดเป่ยชูที่สี่ เชื่อมต่อกับหัวใจซึ่งเปรียบเป็นจักรพรรดิ

ตำแหน่ง: ตรงรอยบุ๋มระหว่างปุ่มกระดูกสันหลังอกที่ 4 กับ 5 บนแนวเส้นตู่

ข้อบ่งชี้: เจ็บหน้าอก ปวดทรวงอก ปวดสีข้าง ปวดไหล่ นอนไม่หลับ ไอ หอบหืด

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-1 ชู่น หรือลนยา

4. จุดพิเศษบนแขน

● โจ้วเจียน 肘尖 Zhǒujiān (EX-UE 1)

โจ้ว แปลว่า ข้อศอก เจียน แปลว่า ปลายแหลม

ตำแหน่ง: ปลายศอกขณะงอข้อศอก

ข้อบ่งชี้: วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ ผื่นหนอง ผื่นฝักบัว ไล่ตึงอักเสบ อหิวาตกโรค

วิธีแทงเข็ม: ลนยา 7-14 จั้วง

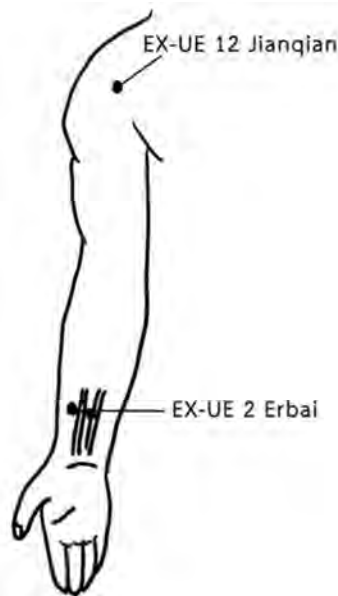
● เอ้อร์ปาย 二白 Èrbái (EX-UE 2)

เอ้อร์ แปลว่า สอง ปาย แปลว่า ขาว

ตำแหน่ง: เป็นจุดคู่ เหนือแนวรอยพับข้อมือด้านใน 4 ชู่น อยู่ชิดขอบนอกและขอบในของเอ็น flexor carpi radialis

ข้อบ่งชี้: ริดสีดวงทวาร ไล่ตรงหย่อน ปวดแขน ปวดทรวงอก ปวดสีข้าง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชู่น



ภาพที่ 3.77 แสดงจุดพิเศษบนแขน

● จงเฉวียน 中泉 Zhōngquán (EX-UE 3)

จิง แปลว่า ตรงกลาง เฉวียน แปลว่า น้ำพุ

ตำแหน่ง: บนแนวรอยพับข้อมือด้านนอก ตรงขอบของเอ็น extensor digitorum communis ด้าน radial หรือตรงรอยบุ๋มระหว่างหยางซี (LI 5) กับหยางฉือ (TE 4) ในท่ากระดกข้อมือ

ข้อบ่งชี้: หอบหืด ไอเป็นเลือด เจ็บหน้าอก ปวดทรวงอก ปวดศีรษะ ปวดท้อง แน่นท้อง ปวดกระเพาะอาหาร ร้อนฝ่ามือ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.3-0.5 ชู่น หรือลนยา

● จงชุย 中魁 Zhōngkuí (EX-UE 4)

จิง แปลว่า ตรงกลาง ชุย แปลว่า ตำแหน่งสูงสุด เมื่อกำมือตำแหน่งนี้อยู่ตรงกลางและสูงที่สุด

ตำแหน่ง: จุดกึ่งกลางข้อ proximal interphalangeal ของนิ้วกลางด้านหลังมือ

ข้อบ่งชี้: คลื่นไส้ อาเจียน กรดไหลย้อน สะอึก เบื่ออาหาร กลืนลำบาก โรคต่างขา เลือดกำเดาไหล

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.2-0.3 ชู่น หรือลนยา 5-7 จั้ว

● ต้ากู่กง 大骨空 Dàgǔkōng (EX-UE 5)

ต้า แปลว่า ใหญ่ กู่ แปลว่า กระดูก กง แปลว่า ว่าง หมายถึง ช่องว่างระหว่างกระดูก

ตำแหน่ง: กึ่งกลางข้อ interphalangeal ของนิ้วหัวแม่มือด้านหลังมือ

ข้อบ่งชี้: ปวดตา ต้อเนื้อ ต้อกระจก อาเจียน อุจจาระร่วง เลือดกำเดาไหล

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.2-0.3 ชู่น หรือลนยา 5-7 จั้ว

❶ เสียวกระดูก 小骨空 Xiǎogǔkōng (EX-UE 6)

เสียว แปลว่า เล็ก กระดูก แปลว่า กระดูก คง แปลว่า ว้าง หมายถึง ช่องว่างระหว่างกระดูก

ตำแหน่ง: กึ่งกลางข้อ proximal interphalangeal ของนิ้วก้อยด้านหลังมือ

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังเฉียบพลัน ตาปวดบวมแดง เจ็บคอ ปวดข้อนิ้วมือ

วิธีแทงเข็ม: แขนงตรง 0.2-0.3 ชุน หรือลนยา 5-7 จ้วง



ภาพที่ 3.78 แสดงจุดพิเศษบนมือ

❷ ยาวท่งเตียน 腰痛点 Yāotòngdiǎn (EX-UE 7)

ยาว แปลว่า เอว ท่ง แปลว่า ปวด เตียน แปลว่า จุด

ตำแหน่ง: เป็นจุดคู่บนหลังมือ อยู่ระหว่างกระดูกฝ่ามือที่ 2 กับ 3 เป็น 1 จุด และระหว่างกระดูกฝ่ามือที่ 4 กับ 5 อีก 1 จุด โดยอยู่กึ่งกลางระหว่างรอยพับข้อมือกับข้อสันหมัด

ข้อบ่งชี้: ปวดหลังเฉียบพลัน ปวดศีรษะ ชักในเด็ก ปวดบวมแดงหลังมือ

วิธีแทงเข็ม: แขนงเฉียง 0.5-0.8 ชุน ปลายเข็มทั้งสองชี้เข้ากลางฝ่ามือ

❸ ว่ายหลาวกง 外劳宫 Wàiláogōng (EX-UE 8); ล่าวจิ้น 落枕 Laòzhěn ก็เรียก

ว่าย แปลว่า ด้านนอก หลาวกง เป็นชื่อจุดฝังเข็ม จุดนี้อยู่ด้านนอกต่อหลาวกง (PC 8)

ตำแหน่ง: ระหว่างกระดูกฝ่ามือที่ 2 กับ 3 ด้านหลังมือ เหนือข้อสันหมัด 0.5 ชุน

ข้อบ่งชี้: ตกหมอน ปวดมือ ปวดแขน ปวดกระเพาะอาหาร

วิธีแทงเข็ม: แขนงตรงหรือเฉียง 0.5-0.8 ชุน

● ปาเสย 八邪 Bāxié (EX-UE 9)

ปา แปลว่า แปรต เสย หมายถึง เสยซี่

ตำแหน่ง: กึ่งกลางง่ามนิ้วมือ ตรงรอยต่อสี่นิ้ว ข้างละ 4 จุด รวม 2 ข้าง เป็น 8 จุด

ข้อบ่งชี้: ไข้สูง ชานิ้วมือ นิ้วมือเกร็ง นิ้วมือหดรั้ง ปวดบวมหลังมือ ปวดตา หงุดหงิด บวมจากงูกัด

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียง 0.5-0.8 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

● ซื่อเฟิง 四缝 Sìfèng (EX-UE 10)

ซื่อ แปลว่า สี่ เฟิง แปลว่า ช่องแคบ หมายถึง ช่องระหว่างกระดูก

ตำแหน่ง: ตรงจุดกึ่งกลางข้อ proximal interphalangeal ของนิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วนัยย
ด้านฝ่ามือ รวม 4 จุด

ข้อบ่งชี้: โรคตานขโมย ไ้กรรณ

วิธีแทงเข็ม: เจาะปล่อยเลือดหรือบีบคั้นให้น้ำเหลืองออกเล็กน้อย

● สือเซวียน 十宣 Shíxuān (EX-UE 11)

สือ แปลว่า สิบ เซวียน แปลว่า ระบาย

ตำแหน่ง: ตรงปลายนิ้วมือทั้งสิบ ห่างจากปลายเล็บประมาณ 0.1 ชุ่น รวม 10 จุด

ข้อบ่งชี้: โรคหลอดเลือดสมอง หมดสติ โรคลมชัก ไข้สูง เจ็บคอ ชักในเด็ก ชาปลายนิ้วมือ

วิธีแทงเข็ม: แทงเข็มตื้น 0.1-0.2 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

● เจียนเจียน 肩前 Jiānqián (EX-UE 12); เจียนเนยหลิง 肩内陵 Jiānnèilíng ก็เรียก

เจียน แปลว่า ไหล่ เจียน แปลว่า ด้านหน้า

ตำแหน่ง: ตรงจุดกึ่งกลางระหว่างรอยพับรักแร้ด้านหน้ากับเจียนหยวี (LI 15)

ข้อบ่งชี้: ปวดไหล่ ปวดแขน ยกแขนไม่ขึ้น แขนอ่อนแรง ไหล่ติด

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชุ่น หรือฉีดยา

● ปี้จง 臂中 Bìzhōng (EX-UE 13)

ปี้ แปลว่า แขน จง แปลว่า ตรงกลาง

ตำแหน่ง: ตรงจุดกึ่งกลางระหว่างแนวรอยพับข้อมือนิ้วกับรอยพับข้อศอก อยู่ระหว่างเอ็น
palmaris longus กับ flexor carpi radialis

ข้อบ่งชี้: แขนอ่อนแรง แขนหดเกร็ง ปวดแขน เต้านมอักเสบ น้ำนมไม่ไหล เจ็บหน้าอก
ปวดสีข้าง ตะคริวขา ชาสัน โรคฮีสทีเรีย

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชุ่น หรือฉีดยา

5. จุดพิเศษบนขา

● ความกู่ 髌骨 Kuāngǔ (EX-LE 1)

ควาน แปลว่า เขิงกราน กู่ แปลว่า กระดูก

ตำแหน่ง: เป็นจุดคู่ อยู่ 2 ข้างซ้ายขวาของเขียงขิว (ST 34) โดยห่างออกไปข้างละ 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ปวดเข่า ปวดขา ขาอ่อนแรง ปวดบวมข้อเข่า ปวดเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-1.2 ชู่น หรือแทงราบชี้ไปที่หัวเข่า หรือลนยา

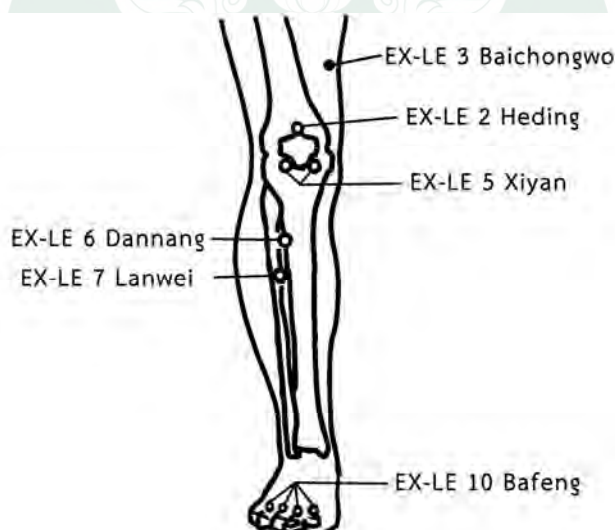
● เฮ่อต้ง 鹤顶 Hèdǐng (EX-LE 2)

เฮ่อ แปลว่า นกกระเรียน ต้ง แปลว่า ยอด จุดนี้ใช้รักษาข้อเข่าเสื่อมที่โบราณเปรียบเป็นข้อเข่านกกระเรียน

ตำแหน่ง: ตรงร่องอยู่กึ่งกลางของฐานกระดูกสะบ้า

ข้อบ่งชี้: ปวดเข่า ขาอ่อนแรง เหน็บชา

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.5-0.8 ชู่น หรือลนยา



ภาพที่ 3.79 แสดงจุดพิเศษบนขา

● ป้ายฉงวอ 百虫窝 Bǎichóngwō (EX-LE 3)

ป้าย แปลว่า ร้อย ฉง แปลว่า หนอน วอ แปลว่า รัง จุดนี้ใช้รักษาโรคผิวหนังที่มีอาการคันเหมือนถูกหนอนได้

ตำแหน่ง: เหนือฐานกระดูกสะบ้าด้านใน 3 ชู่น หรืออยู่เหนือเขวียหาย (SP 10) 1 ชู่น

ข้อบ่งชี้: แผลไฟส่วนที่ต่ำกว่าระดับสะดือ หัดเยอรมัน ผื่นงูสวัด อักเสบ โรคพยาธิ

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชู่น หรือลนยา

● เน่ยซีเหยียน 内膝眼 Nèixīyǎn (EX-LE 4)

เน่ย แปลว่า ด้านใน ซี แปลว่า เข่า เหยียน แปลว่า ตา

ตำแหน่ง: รอยบุ่มด้านในต่อเอ็นสะบ้า

ข้อบ่งชี้: ปวดบวมข้อเข่า ปวดขา ขาอ่อนแรง ชาบวม

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียงปลายเข็มชี้ไปกลางเข่า 0.5-1 ชุ่น หรือลนยา

● ซีเหยียน 膝眼 Xīyǎn (EX-LE 5)

ซี แปลว่า เข่า เหยียน แปลว่า ตา

ตำแหน่ง: เป็นจุดคู่ ตรงรอยบุ่ม 2 ข้างของเอ็นสะบ้า ด้านใน คือ เน่ยซีเหยียน (EX-LE 4)

ด้านนอก คือ ว้ายซีเหยียนหรือตู่ปี้ (ST 35)

ข้อบ่งชี้: ปวดบวมข้อเข่า ปวดขา ขาอ่อนแรง ชาบวม

วิธีแทงเข็ม: แทงตรงหรือแทงเฉียงปลายเข็มชี้กลางเข่า 0.5-1 ชุ่น หรือลนยา

● ต่านหนาง 胆囊 Dǎnnáng (EX-LE 6)

ต่านหนาง แปลว่า ถุงน้ำดี

ตำแหน่ง: ใต้หยางหลิงเฉวียน (GB 34) 2 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ถุงน้ำดีอักเสบ นิ้วในถุงน้ำดี พยาธิไส้เดือนในทางเดินน้ำดี ชาลิบ ขาอ่อนแรง ชาขา

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.8-1.2 ชุ่น หรือลนยา

● หลานเหว่ย 阑尾 Lánwěi (EX-LE 7)

หลานเหว่ย แปลว่า ไส้ติ่ง

ตำแหน่ง: ใต้จู่ซานหลี่ (ST 36) 2 ชุ่น

ข้อบ่งชี้: ไส้ติ่งอักเสบ อาหารไม่ย่อย ขาอ่อนแรง

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 1-1.2 ชุ่น หรือลนยา

● เน่ยหฺวายเจียน 内踝尖 Nèihuáijiān (EX-LE 8)

เน่ย แปลว่า ด้านใน หฺวาย แปลว่า ข้อเท้า เจียน แปลว่า ยอดแหลม

ตำแหน่ง: ยอดตาตุ่มใน

ข้อบ่งชี้: ตะคริวเหตุจุกจิกระแวง พัฒนาการทางการพูดช้า ขาหดเกร็งเข้าด้านใน ปวดฟัน เจ็บคอ

ทอนซิลอักเสบ

วิธีแทงเข็ม: เจาะปล้อยเลือดหรือลนยา 5-7 จั้ว

๙ ว่ายหวายเจียน 外踝尖 Wàihuáijīān (EX-LE 9)

ว่าย แปลว่า ด้านนอก หวาย แปลว่า ข้อเท้า เจียน แปลว่า ยอดแหลม

ตำแหน่ง: ยอดตาตุ่มนอก

ข้อบ่งชี้: ปวดฟัน นิ้วเท้าหดรัดเกร็ง โรคเก๊าท์ โรคหนองใน ปวดบวมเท้า ตะคริวขา

วิธีแทงเข็ม: เจาะปล่อยเลือดหรือสนยา

๑๐ ปาเฟิง 八风 Bāfēng (EX-LE 10)

ปา แปลว่า แปด เฟิง แปลว่า ลม

ตำแหน่ง: กึ่งกลางง่ามนิ้วเท้า ตรงรอยต่อสรีดิว ข้างละ 4 จุด รวม 2 ข้าง เป็น 8 จุด

ข้อบ่งชี้: เหน็บชา ปวดนิ้วเท้า ปวดบวมหลังเท้า งูกัด

วิธีแทงเข็ม: แทงเฉียงปลายเข็มชี้เข้าฝ่าเท้า 0.5-0.8 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

๑๑ ตูยีน 独阴 Dúyīn (EX-LE 11)

ตู แปลว่า เดี่ยว ยีน คือ ยืนในยืนหยาง

ตำแหน่ง: กึ่งกลางข้อ distal interphalangeal ของนิ้วเท้าที่ 2 ด้านฝ่าเท้า

ข้อบ่งชี้: รอบเดือนผิดปกติ คลอดยาก รกค้าง ปวดเค้นหัวใจ ปวดทรวงอก ปวดสี่ข้าง อาเจียน อาเจียนเป็นเลือด ไล่เลื้อน โรคลมชัก

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.1-0.2 ชุ่น หรือสนยา

ข้อควรระวัง: ห้ามใช้ในสตรีตั้งครรภ์

๑๒ ชีตวน 气端 Qìduān (EX-LE 12)

ตวน แปลว่า ปลาย ชีตวน แปลว่า ปลายสุดที่ชีไปถึง

ตำแหน่ง: ตรงปลายนิ้วเท้า ห่างจากปลายเล็บ 0.1 ชุ่น ข้างละ 5 จุด รวม 2 ข้าง เป็น 10 จุด

ข้อบ่งชี้: โรคหลอดเลือดสมอง ชานิ้วเท้า ปวดบวมแดงหลังเท้า

วิธีแทงเข็ม: แทงตรง 0.1-2 ชุ่น หรือเจาะปล่อยเลือด

๑๓ หวานจง 环中 Huánzhōng (EX-LE 13)

หวาน แปลว่า วงเวียน จง แปลว่า ตรงกลาง

ตำแหน่ง: กึ่งกลางระหว่างหวานเทียว (GB 30) กับยาวซู (GV 2)

ข้อบ่งชี้: ปวดเอวร้าวลงขา ขาอ่อนแรง ริดสีดวงทวาร ปวดสะโพก

วิธีแทงเข็ม: แทงราบปลายเข็มชี้ขึ้นบน 2-2.5 ชุ่น หรือสนยา

บทที่ 4

เทคนิคการฝังเข็ม

Acupuncture technics

การฝังเข็ม เป็นวิธีการรักษา ฟันฟูสุขภาพ สร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค โดยการแทงเข็มผ่านผิวหนังเข้าไปตำแหน่งที่เป็นจุดเฉพาะของร่างกาย เป็นการปรับสมดุลให้อวัยวะและระบบต่างๆ ของร่างกายกลับมาทำงานได้เป็นปกติ ภายใต้หลักการแพทย์แผนจีนที่ว่า “ร่างกายมีความสามารถในการฟื้นฟูสภาพตนเอง” ปัจจุบันมีการใช้ร่วมกับเทคนิคอื่นๆ เช่น การนวดกดจุด การนยา การครอบกระปุก การกระตุ้นไฟฟ้า เป็นต้น เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการรักษา

การฝังเข็มให้ได้ผลดีต้องอาศัยเทคนิคตามขั้นตอนต่างๆ ตั้งแต่การจับเข็ม การแทงเข็มผ่านผิวหนัง จนกระทั่งการถอนเข็ม ผู้รักษาจำเป็นต้องมีความรู้เกี่ยวกับเข็มและอุปกรณ์ฝังเข็มเป็นอย่างดี รวมทั้งข้อบ่งชี้ ข้อห้าม วิธีการใช้ และเทคนิคต่างๆ เพื่อให้ได้ผลในการรักษาโรค และหลีกเลี่ยงภาวะแทรกซ้อน

ประเภทของเข็ม

การฝังเข็มมีการคิดค้นและพัฒนาหลายพันปี เข็มแต่ละประเภทได้ถูกปรับเปลี่ยนไปตามความเหมาะสมและความเจริญของยุคสมัย จากเข็มหิน เข็มกระดูก เป็นเข็มโลหะประเภทต่างๆ และมีการพัฒนารูปลักษณะให้เหมาะสมกับการใช้งานมากขึ้นเรื่อยๆ

เข็มที่นิยมใช้ในปัจจุบันมี 5 ชนิด คือ เข็มใบสน เข็มสามเหลี่ยม เข็มผิวหนัง เข็มกด และเข็มไฟ

1. เข็มใบสน (Filiform needle) (毫针)

เป็นเข็มที่นิยมใช้มากที่สุด ตัวเข็มมีลักษณะกลมยาวคล้ายใบสน ความยาวอยู่ระหว่าง 15–115 มม. ส่วนใหญ่ทำด้วยเหล็กปลอดสนิม มีความทนทาน ยืดหยุ่น และไม่เปราะหักง่าย บางประเภททำด้วยเงินหรือทอง

ส่วนประกอบของเข็ม

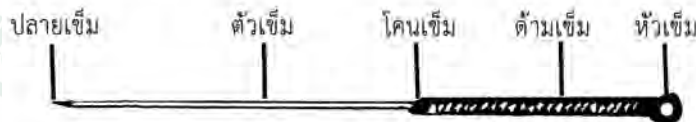
ปลายเข็ม (tip) คือ ส่วนปลายสุดของเข็ม มีลักษณะแหลมคม ไม่เป็นเงี่ยง เป็นส่วนที่ใช้แทงนำผ่านผิวหนัง

ตัวเข็ม (body) คือ ส่วนระหว่างปลายเข็มกับโคนเข็ม มีลักษณะเป็นแท่งกลมตรงผิวเรียบ เป็นส่วนที่แทงผ่านเข้าร่างกาย เป็นส่วนที่ใช้วัดเส้นผ่าศูนย์กลางกับความยาวของเข็ม คือ ตั้งแต่ปลายเข็มถึงโคนเข็ม

โคนเข็ม (root) คือ ส่วนรอยต่อระหว่างด้ามเข็มกับตัวเข็ม เป็นส่วนที่งอและหักง่ายที่สุด

ด้ามเข็ม (handle) คือ ส่วนระหว่างโคนเข็มกับหัวเข็ม ถูกพันด้วยลวดโลหะหรือวัสดุอื่นๆ ทำให้มีขนาดใหญ่กว่าตัวเข็ม เพื่อความสะดวกในการจับเข็ม ป้องกันไม่ให้เข็มลื่นหลุดเข้าร่างกาย ขณะคาเข็ม และใช้ติดอุปกรณ์เสริมการฝังเข็ม ได้แก่ เครื่องกระตุ้นไฟฟ้า โกะฐ์อายุเย่สำหรับลดนยา

หัวเข็ม (tail) คือ ส่วนปลายสุดด้านตรงข้ามกับปลายเข็มหรือส่วนปลายของด้ามเข็ม มักทำเป็นรูกลมเล็กๆ ใช้เป็นจุดสังเกตองศาในการหมุนเข็ม



ภาพที่ 4.1 เข็มใบสน

ขนาดของเข็ม

ใช้ # เป็นสัญลักษณ์ โดยวัดจากเส้นผ่าศูนย์กลางกับความยาวของตัวเข็ม แสดงตัวเลขเป็น เส้นผ่าศูนย์กลาง x ความยาว หน่วยที่ใช้มี 2 ระบบคือ

1. ระบบขนาด (gauge) ใช้เส้นผ่าศูนย์กลางเป็นเบอร์ x ความยาวเป็นซุน เบอร์ของเส้นผ่าศูนย์กลาง ทั่วๆ ไป คือ 26-35 ส่วนความยาวที่ใช้บ่อย คือ 1-3 ซุน (25-75 มม.) เช่น #32 x 1 เป็นต้น
2. ระบบเมตริกเป็นมิลลิเมตร เช่น 0.25 มม. x 25 มม. เป็นต้น

ตาราง 4.1 เปรียบเทียบความยาวของตัวเข็มระหว่างหน่วยเป็นซุนกับมิลลิเมตร (มม.)

หน่วยเป็นซุน	0.5	1	1.5	2	2.5	3	4	4.5	5	6
หน่วยเป็น มม.	15	25	40	50	65	75	100	115	125	150

ตาราง 4.2 เปรียบเทียบเส้นผ่าศูนย์กลางของตัวเข็มระหว่างหน่วยเป็นเบอร์กับมิลลิเมตร (มม.)

เบอร์เข็ม	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
เส้นผ่าศูนย์กลาง (มม.)	0.45	0.42	0.38	0.34	0.32	0.30	0.28	0.26	0.23	0.22

การเลือกเข็ม

เข็มใหม่ต้องบรรจุอยู่ในภาชนะปลอดเชื้อเข็ม ทั้งเล่มต้องไม่คดงอ โดยเฉพาะตรงโคนเข็ม ซึ่งเป็นส่วนที่หักง่าย ตัวเข็มกลม ผิวเรียบ มีความยืดหยุ่น สามารถโค้งงอและคืนสภาพได้ดี ปลายเข็มแหลมคมไม่เป็นเงี่ยงซึ่งอาจเกี่ยวทำลายเนื้อเยื่อขณะแทงเข็มได้

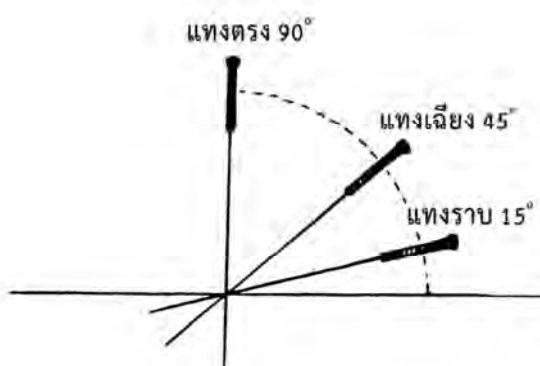
การเลือกขนาดและความยาวเข็มขึ้นกับตำแหน่งของร่างกาย สภาพร่างกาย เทคนิคการแทงเข็ม และผลการวินิจฉัยแยกภาวะโรค เช่น ตำแหน่งที่มีกล้ามเนื้อหนา ได้แก่ แขนขา สะโพก แผ่นหลังส่วนเอว และการแทงจากตำแหน่งหนึ่งขึ้นไปยังอีกตำแหน่งหนึ่ง จะเลือกใช้เข็มยาว ส่วนตำแหน่งที่มีกล้ามเนื้อบาง ได้แก่ ศีรษะใบหน้า ทรวงอก แผ่นหลังส่วนอกและบ่า หรือมือเท้าสำคัญภายใน จะเลือกใช้เข็มสั้น ผู้ป่วยภาวะเกร็ง ขาดการรับรู้ และวัยรุ่น จะเลือกใช้เข็มขนาดใหญ่ ส่วนผู้ป่วยภาวะพร่อง เด็ก วัยชรา และการแทงบริเวณบ่าตา หรือใบหน้า จะเลือกใช้เข็มขนาดเล็ก เป็นต้น

มุมและความลึกในการแทงเข็ม

มุมและระดับความลึกที่เหมาะสมในการแทงเข็มขึ้นกับปัจจัยหลายอย่าง ได้แก่ ตำแหน่งจุดฝังเข็ม เป้าประสงค์ของการฝังเข็ม และรูปร่างผู้ป่วย

1. มุมในการแทงเข็ม

มุมในการแทงเข็ม หมายถึง มุมระหว่างตัวเข็มกับผิวหนัง แบ่งมุมในการแทงเข็มเป็น 3 ระดับ ได้แก่ แทงตรง แทงเฉียง และแทงราบ โดยทั่วไปการแทงลึกมักจะใช้วิธีแทงตรง ส่วนการแทงตื้น มักจะใช้วิธีแทงเฉียงหรือแทงราบ



ภาพที่ 4.2 มุมในการแทงเข็ม

แทงตรง หมายถึง การแทงเข็มให้ตัวเข็มทำมุมกับผิวหนังเป็นมุมฉากหรือ 90 องศา จุดฝังเข็มส่วนใหญ่ใช้การแทงตรง

แทงเฉียง หมายถึง การแทงเข็มให้ตัวเข็มทำมุมกับผิวหนังประมาณ 45 องศา เหมาะสำหรับจุดที่อยู่ตื้นหรือมีกล้ามเนื้อบาง จุดที่เสี่ยงจะเป็นอันตรายต่ออวัยวะภายใน เช่น บริเวณหน้าอก แผ่นหลังส่วนนอก เป็นต้น หรือเพื่อหลบหลีกหลอดเลือดและเส้นประสาท

แทงราบ หมายถึง การแทงเข็มให้ตัวเข็มทำมุมกับผิวหนังประมาณ 15 องศา เหมาะสำหรับจุดที่อยู่ตื้นหรือมีกล้ามเนื้อบางมาก เช่น บริเวณกะโหลกศีรษะ เป็นต้น

กรณีจะเปลี่ยนมุมเข็ม ให้ถอยเข็มถึงระดับใต้ผิวหนัง แล้วเปลี่ยนมุมแทงใหม่ โดยไม่ต้องถอนเข็มออกมา

2. ความลึกของการแทงเข็ม

ความลึกที่เหมาะสม คือ ความลึกที่เข็มสามารถกระตุ้นให้เนื้อเยื่อโดยไม่เป็นอันตรายต่อเนื้อเยื่อหรืออวัยวะภายใน ความลึกของการแทงเข็มขึ้นกับปัจจัยหลายอย่างดังต่อไปนี้

- **ตำแหน่งจุดฝังเข็ม** จุดบริเวณศีรษะและใบหน้าจะแทงเข็มตื้นกว่าจุดตามลำตัวและแขนขา บริเวณใบหน้าจะแทงเข็มลึกประมาณ 0.5-1 ซม. บริเวณหลังหรือแขนขาจะแทงลึกประมาณ 1-3 ซม. บริเวณสะโพกอาจแทงลึกถึง 10 ซม. โดยต้องเหลือส่วนตัวเข็มให้พ้นผิวหนังประมาณ 1-2 ซม.

- **รูปร่างผู้ป่วย** ผู้ที่รูปร่างอ้วน ขึ้นไขมันใต้ผิวหนังหนา ต้องแทงเข็มให้ลึกกว่าผู้ที่รูปร่างผอม

- **พยาธิสภาพของผู้ป่วย** ผู้ที่มีสภาพร่างกายอ่อนแอ ชี้อ่อนแอหรือชรา ผู้สูงอายุ หรือเด็ก ควรแทงเข็มตื้น ผู้ที่มีสุขภาพแข็งแรงหรืออยู่ในวัยเจริญพันธุ์ควรแทงเข็มลึก

- **สภาวะโรค** โรคระยะเฉียบพลันหรือลักษณะเป็นหยางควรแทงเข็มตื้น โรคระยะเรื้อรังหรือลักษณะเป็นยินควรแทงเข็มลึก

การเตรียมผู้ป่วย

การเตรียมตัวก่อนการฝังเข็ม

1. นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอในคืนก่อนไปรับการฝังเข็ม
2. ไม่รับประทานอาหารมากหรือน้อยเกินไปก่อนรับการรักษา
3. สวมเสื้อผ้าหลวมๆ สบายๆ เพื่อความสะดวกในการแทงเข็ม

ขณะคาเข็ม ผู้ป่วยอาจเกิดความรู้สึกได้ 2 อย่างคือ

1. รู้สึกหนักๆ หน่วงๆ ตื้อๆ
2. รู้สึกเหมือนมีกระแสไฟฟ้าแล่นแปลบๆ เนื่องจากเข็มอาจชิดกับเส้นประสาท

โดยทั่วไปจะคาเข็มไว้ประมาณ 20-30 นาที อาจกระตุ้นเข็มด้วยมือหรือกระแสไฟฟ้า ระหว่างคาเข็มผู้ป่วยต้องไม่ขยับกล้ามเนื้อบริเวณที่ฝังเข็ม เพราะเข็มอาจบิดงอในกล้ามเนื้อ

ทำให้เจ็บมากขึ้นหรือมีเลือดออกเมื่อถอนเข็ม หากผู้ป่วยมีอาการผิดปกติใดๆ เช่น รู้สึกหวิวๆ หน้ามืด จะเป็นลม แน่นหน้าอก หายใจไม่สะดวก เป็นต้น ให้รีบถอนเข็มออกทั้งหมดและให้นอนราบ ศีรษะต่ำทันที

การปฏิบัติตนหลังการฝังเข็ม

1. ควรดื่มน้ำอุ่นหลังการฝังเข็ม
2. สำรวจร่างกายบริเวณฝังเข็มว่ามีสิ่งผิดปกติใดๆ หรือไม่ เช่น มีเข็มค้างอยู่ มีเลือดออก มีรอยบวม รู้สึกเจ็บปวด เป็นต้น เพื่อที่แพทย์จะได้แก้ไขให้ก่อนกลับบ้าน
3. ไม่ควรอาบน้ำหรือถูกลมเย็นภายใน 2 ชั่วโมงหลังการฝังเข็ม
4. ไม่ควรทำงานหนักภายใน 24 ชั่วโมงหลังการฝังเข็ม
5. หลังการฝังเข็มผู้ป่วยสามารถกลับไปทำงานหรือใช้ชีวิตประจำวันได้ตามปกติ

ภาวะหรือโรคที่เป็นข้อพึงระวังในการฝังเข็ม

1. การตั้งครรภ์ใน 3 เดือนแรก ไม่ควรฝังเข็มบริเวณท้องน้อย การตั้งครรภ์ที่มากกว่า 3 เดือน ไม่ควรฝังเข็มบริเวณท้อง แผ่นหลังส่วนเอว และกระเบนเหน็บ รวมทั้งจุดที่มีสรรพคุณกระตุ้นให้เกิดการหดตัวของมดลูก เช่น ซานยินเจียว (SP 6) เทอกู๋ (LI 4) คุณหลุน (BL 60) จื่อยิ่น (BL 67) เป็นต้น
2. โดยทั่วไปขณะมีรอบเดือนไม่ควรฝังเข็ม ยกเว้นเพื่อการรักษารอบเดือนผิดปกติ
3. ทารกที่กระหม่อมหน้ายังไม่ปิด
4. มีความผิดปกติของระบบการแข็งตัวของเลือด
5. ไม่ควรฝังเข็มในตำแหน่งที่มีการติดเชื้อ แผลอักเสบ แผลเป็น และบริเวณที่มีเนื้องอก
6. มีข้อบ่งชี้ในการผ่าตัด
7. โรคที่ยังไม่ทราบการวินิจฉัยที่แน่นอน

ขั้นตอนและวิธีการรักษาด้วยการฝังเข็ม

ขั้นตอนที่ 1 การวินิจฉัยโรค

ซักประวัติและตรวจร่างกายผู้ป่วยเพื่อวินิจฉัยแยกภาวะโรคก่อน ให้พิจารณาว่าอาการใดเป็นอาการหลักหรืออาการสำคัญ อาการใดเป็นอาการรอง อาการใดต้องรักษาก่อนหลัง มีภาวะแทรกซ้อนหรือมีโรคอื่นๆ ร่วมด้วยหรือไม่

ขั้นตอนที่ 2 การกำหนดแผนการรักษา

วางแผนการรักษาโดยพิจารณาเลือกจุดฝังเข็มว่าจุดใดเป็นจุดหลักที่จะต้องใช้ทุกครั้ง จุดใดเป็นจุดรองที่จะใช้เป็นบางครั้ง จำนวนจุดที่ใช้ ความถี่ในการฝังเข็ม การสิ้นสุดการรักษา และการส่งต่อปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ

โดยทั่วไปอาจฝังเข็มวันละครั้ง วันเว้นวัน หรือสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง แล้วแต่สภาพของโรคและความสะดวกของผู้ป่วย

ขั้นตอนที่ 3 การจัดท่าผู้ป่วย

จัดผู้ป่วยให้อยู่ในท่าที่เหมาะสมกับการแทงเข็ม เช่น ใช้ท่านอนคว่ำในกรณีแทงเข็มบริเวณหลังหรือเอว ใช้ท่านอนหงายในกรณีแทงเข็มบริเวณใบหน้า หน้าท้อง หรือแขนขา ใช้ท่านั่งในกรณีแทงเข็มบริเวณต้นคอหรือท้ายทอย ใช้ท่านอนตะแคงในบางกรณี เป็นต้น

การจัดท่าผู้ป่วยที่เหมาะสมจะช่วยให้การแทงเข็มและกระตุ้นเข็มในจุดที่ต้องการได้สะดวกและช่วยลดภาวะแทรกซ้อนจากการฝังเข็ม เช่น เข็มติด เข็มงอ เข็มหัก เป็นต้น ผู้ป่วยควรอยู่ในท่าที่สบายและผ่อนคลาย ท่าที่ใช้ในการฝังเข็ม ได้แก่

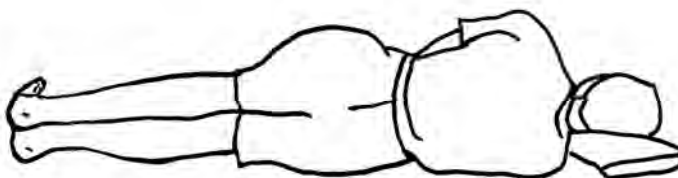
1. ท่านอนหงาย เหมาะสำหรับการฝังเข็มบริเวณศีรษะ ใบหน้า ท้อง และแขนขา



2. ท่านอนคว่ำ เหมาะสำหรับการฝังเข็มบริเวณศีรษะ ต้นคอ หลัง และแขนขาด้านหลัง



3. ทำนอนตะแคง เหมาะสำหรับการฝังเข็มบริเวณด้านข้างของลำตัวและแขนขา



4. ทำนั่งเอนหลังพิงพนักเก้าอี้ เหมาะสำหรับการฝังเข็มบริเวณศีรษะ หน้า ลำคอ หน้าอก และแขนขา



5. ทำนั่งคว่ำหน้า เหมาะสำหรับการฝังเข็มบริเวณศีรษะ ต้นคอ และหลัง



6. ทำนั่งตะแคงศีรษะ เหมาะสำหรับการฝังเข็มบริเวณศีรษะด้านข้าง หู และใบหน้าด้านที่ตะแคงขึ้น



7. ทำนั่งตัวตรงวางศอกบนโต๊ะ เหมาะสำหรับการฝังเข็มบริเวณศีรษะ ต้นคอ ไหล่ และแขน



ขั้นตอนที่ 4 การแทงเข็ม

ทำให้ปราศจากเชื้อบริเวณผิวหนัง แทงเข็มลงไปบนจุดฝังเข็มที่กำหนดไว้ตามแผนการรักษา การแทงเข็มจะต้องแทงผ่านชั้นผิวหนังอย่างรวดเร็ว เพื่อให้ผู้ป่วยไม่รู้สึกเจ็บมาก ผู้ป่วยอาจรู้สึกเจ็บเล็กน้อยเหมือนถูกมดกัดหรือคล้ายถูกฉีดยา ความรู้สึกเจ็บขณะแทงเข็มจะมากหรือน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความชำนาญของผู้รักษา การแทงเข็มที่คล่องแคล่วแม่นยำช่วยให้ผู้ป่วยรู้สึกเจ็บน้อยลง

ผลการรักษาขึ้นกับว่าเต๋อซี่ (得气) หรือไม่ หากเต๋อซี่แพทย์จะรู้สึกได้ว่าปลายเข็มถูกรัดแน่นหรือตึงผิดเหมือนเบ็ดถูกปลาตอด ส่วนผู้ป่วยจะรู้สึกตื้อๆ หนัๆ หรือเสียแปลบบริเวณที่ถูกเข็มแทง หากแทงเข็มแล้วเต๋อซี่ ผลการรักษาจะดี ยิ่งผู้ป่วยรู้สึกว้าวิ่งไปตามเส้นจึงล้าว ผลการรักษาก็จะยิ่งดี หากผู้ป่วยไม่เต๋อซี่หรือแพทย์ไม่รู้สึกมีแรงต้าน ผลการรักษาจะไม่ดีเท่าที่ควร

สาเหตุที่ไม่เต๋อซี่

1. ทิศทางเข็มไม่ถูกต้อง
2. ความลึกของการแทงเข็มไม่เหมาะสม

3. การกระตุ้นเข็มไม่ถูกวิธี
4. การจัดทำในการฝังเข็มไม่เหมาะสม
5. สภาพร่างกายผู้ป่วยอ่อนแอมาก อาจต่อซี่ชำ
6. ภาวะการเจ็บป่วยบางอย่าง

กรณีฝังเข็มแล้วไม่ต่อซี่ ให้กระตุ้นเข็มต่อครู่หนึ่งหรือใช้เทคนิคการกระตุ้นวิธีอื่นๆ เสริม อาจทำให้ต่อซี่ได้

ขั้นตอนที่ 5 การคาเข็ม

หลังจากแทงเข็มแล้วให้ปล่อยเข็มค้างไว้ที่จุดฝังเข็ม เพื่อเพิ่มผลการรักษา และใช้ในการกระตุ้นเข็ม ความจำเป็นและระยะเวลาในการคาเข็มขึ้นกับภาวะโรคของผู้ป่วย เป็นสำคัญ โดยทั่วไปใช้เวลาคาเข็ม 15-30 นาที กรณีโรคเรื้อรัง โรคที่รักษายาก กลุ่มโรคปวด หรือมีการหดเกร็งของกล้ามเนื้อ อาจเพิ่มเวลาตามความเหมาะสม ระหว่างคาเข็มอาจกระตุ้นเข็ม เพื่อให้ต่อซี่และให้เกิดผลในการบำรุงหรือระบาย

ขั้นตอนที่ 6 การกระตุ้นเข็ม

การกระตุ้นเข็มมี 2 วิธี คือ

1. การกระตุ้นด้วยมือ อาจใช้วิธีหมุนเข็มไปซ้ายขวาหรือขยับเข็มขึ้นลง โดยทั่วไปกระตุ้น ประมาณ 1 นาที ทุกๆ 5-10 นาที
2. การกระตุ้นด้วยไฟฟ้า ผู้ป่วยจะรู้สึกวักกล้ามเนื้อบริเวณที่ฝังเข็มมีการกระตุกเบาๆ เป็นจังหวะตามรูปแบบคลื่นของเครื่องกระตุ้นไฟฟ้า

ผู้ป่วยร่างกายอ่อนแอไม่เหมาะกับการถูกกระตุ้นแรง ควรกระตุ้นเข็มเบาๆ หรือคาเข็ม ไว้เฉยๆ เท่านั้น

การกระตุ้นเข็มแบบบำรุงหรือแบบระบาย

การกระตุ้นเข็มเพื่อเพิ่มเจ็ชหรือเสริมการทำงานของอวัยวะผู้ให้กลับมาทำหน้าที่ได้ตามปกติ เรียกว่า การกระตุ้นแบบบำรุง ส่วนการกระตุ้นเข็มเพื่อขจัดเสียชให้ออกไปจากร่างกาย เรียกว่า การกระตุ้นแบบระบาย คัมภีร์หวางตี้เน่ยจิงกล่าวว่า “ให้กระตุ้นเข็มแบบบำรุงเพื่อรักษาภาวะพร่อง กระตุ้นเข็มแบบระบายเพื่อรักษาภาวะแกร่ง”

เทคนิคที่ใช้ในการกระตุ้นเข็มเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์ภายในร่างกายมีหลายเทคนิคให้เลือกใช้ตามสภาพร่างกายของผู้ป่วย ภาวะโรค และสรรพคุณของจุดฝังเข็ม เทคนิคที่ใช้บ่อย ได้แก่

1. การปั่นและหมุนเข็ม (捻转补泻)

ก. การกระตุ้นเข็มแบบบำรุง เป็นการหมุนเข็มโดยใช้นิ้วหัวแม่มือปั่นเข็มไปข้างหน้าอย่างแรงและช่วงกว้าง แล้วหมุนกลับไปข้างหลังอย่างนุ่มนวลและช่วงแคบ

ข. การกระตุ้นเข็มแบบระบาย เป็นการหมุนเข็มโดยใช้นิ้วหัวแม่มือปั่นเข็มไปข้างหลังอย่างแรงและช่วงกว้าง แล้วหมุนกลับไปข้างหน้าอย่างนุ่มนวลและช่วงแคบ

2. การขยับเข็มขึ้นลง (提插补泻)

ก. การกระตุ้นเข็มแบบบำรุง เป็นการแทงเข็มลึกลงไปในผิวหนังอย่างแรงและรวดเร็ว แล้วถอยเข็มขึ้นมาอย่างช้าๆ และเบาๆ

ข. การกระตุ้นเข็มแบบระบาย เป็นการแทงเข็มลึกลงไปในผิวหนังอย่างช้าๆ และเบาๆ แล้วถอยเข็มขึ้นมาอย่างแรงและรวดเร็ว

3. การกระตุ้นเข็มแบบอื่นๆ

3.1 การแทงและถอยเข็มแบบเร็วหรือช้า (疾徐补泻)

ก. การแทงเข็มช้าๆ จนถึงความรู้สึกของจุดฝังเข็ม แล้วถอยเข็มเร็วมาอยู่ใต้ผิวหนัง เป็นการกระตุ้นแบบบำรุง

ข. การแทงเข็มเร็วจนถึงความรู้สึกของจุดฝังเข็ม แล้วค่อยๆ ถอยเข็มมาอยู่ใต้ผิวหนังช้าๆ เป็นการกระตุ้นแบบระบาย

3.2 การแทงเข็มสัมพันธ์กับการหายใจ (呼吸补泻)

ก. การแทงเข็มขณะผู้ป่วยหายใจออกและถอยเข็มขณะหายใจเข้า เป็นการกระตุ้นแบบบำรุง

ข. การแทงเข็มขณะผู้ป่วยหายใจเข้าและถอยเข็มขณะหายใจออก เป็นการกระตุ้นแบบระบาย

3.3 การแทงเข็มตามหรือย้อนแนวทางไหลเวียนของเส้นจิงลั่ว (迎随补泻)

ก. ทิศทางปลายเข็มชี้ไปตามแนวทางไหลเวียนของเส้นจิงลั่ว เป็นการกระตุ้นแบบบำรุง

ข. ทิศทางปลายเข็มชี้ย้อนแนวทางไหลเวียนของเส้นจิงลั่ว เป็นการกระตุ้นแบบระบาย

3.4 การปิดหรือเปิดรูเข็มภายหลังการถอนเข็ม (开阖补泻)

ก. การกดปิดรูเข็มทันทีภายหลังการถอนเข็ม เป็นการกระตุ้นแบบบำรุง

ข. การโยกเข็มเพื่อขยายรูเข็มให้กว้างขึ้นในขณะที่ถอนเข็มและไม่กดปิดรูเข็มทันที เป็นการกระตุ้นแบบระบาย

3.5 การกระตุ้นเข็มแบบกลางๆ (平补平泻)

เป็นการขยับเข็มขึ้นลงด้วยความแรงและเร็วเท่าๆ กันพร้อมๆ กับการปั่นหรือหมุนเข็มไปซ้ายขวา (提插捻转) ด้วยความแรงและวงกว้างที่เท่าๆ กันอย่างนุ่มนวล

ในทางคลินิกอาจกระตุ้นเข็มโดยใช้เทคนิคต่างๆ ข้างต้นเพียงเทคนิคเดียวหรือหลายเทคนิคพร้อมๆ กัน

เทคนิคการกระตุ้นเข็มเชิงประกอบ

1. เเผาภูเขาไฟลูกเป็นไฟ (烧山火) ใช้ในการรักษาภาวะต่างๆ เช่น ภาวะเย็นพร่อง (ปวดท้องอุจจาระร่วง เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ผื่นเปียก อวัยวะหย่อน จังเฟิงชนิดหลุด) อาการชาที่ต่อต่อการรักษา ปี้เจิ้งเหตุความเย็น กล้ามเนื้อลีบ กล้ามเนื้ออ่อนแรง เป็นต้น วิธีนี้ใช้ร่วมกับการกระตุ้นเข็มแบบบำรุงสัมพันธ์กับการหายใจ

วิธีการ: ให้ผู้ป่วยหายใจเข้าทางจมูกและหายใจออกทางปาก ขณะที่ผู้ป่วยหายใจออกให้แทงเข็มลึกลงไปในตัวหนังเพียง 1 ใน 3 ของความลึกจุดฝังเข็ม (ระดับฟ้าหรือระดับต้น) จนเต๋อซี แล้วกระตุ้นเข็มแบบบำรุงตามวิธีข้อ 1 ก. หรือ 2 ก. จำนวน 9 ครั้ง จากนั้นแทงเข็มลึกลงไปที่ระดับ 2 ใน 3 ของความลึกจุดฝังเข็ม (ระดับชั้นคนหรือระดับกลาง) จนเต๋อซี แล้วกระตุ้นเข็มแบบบำรุงตามวิธีข้อ 1 ก.หรือ 2 ก. จำนวน 9 ครั้ง จึงแทงเข็มลึกลงไปถึงจุดฝังเข็ม (ระดับชั้นดินหรือระดับลึก) จนเต๋อซี แล้วกระตุ้นเข็มแบบบำรุงตามวิธีข้อ 1 ก.หรือ 2 ก. จำนวน 9 ครั้ง จนผู้ป่วยรู้สึกอุ่นบริเวณจุดฝังเข็ม ให้คาเข็ม 15-20 นาที แล้วถอนเข็มอย่างรวดเร็วในขณะที่ผู้ป่วยหายใจเข้าพร้อมกับกดปิดรูเข็ม หากผู้ป่วยไม่รู้สีก่อนบริเวณจุดฝังเข็ม สามารถทำวิธีการนี้ซ้ำได้อีกรวมกันไม่เกิน 3 รอบ

2. ทะลงฟ้าให้เย็น (透天凉) ใช้ในการรักษาภาวะต่างๆ เช่น ปี้เจิ้งเหตุความร้อน ผื่นหนองเหตุภาวะร้อนแกร้ง (ปวดฟัน ปากเหม็น โรคบิด ปวดท้องไส้สูง ไฟลามทุ่ง) จังเฟิงชนิดปิดโรคจิตซึมเศร้า คลุ้มคลั่ง เป็นต้น วิธีนี้ใช้ร่วมกับการกระตุ้นเข็มแบบระบายสัมพันธ์กับการหายใจ

วิธีการ: ให้ผู้ป่วยหายใจเข้าทางปากและหายใจออกทางจมูก ขณะที่ผู้ป่วยหายใจเข้า ให้แทงเข็มลึกถึงจุดฝังเข็ม (ระดับชั้นดินหรือระดับลึก) จนเต๋อซี แล้วกระตุ้นเข็มแบบระบายตามวิธีข้อ 1 ข. หรือ 2 ข. จำนวน 6 ครั้ง จากนั้นให้ถอยเข็มขึ้นมาที่ระดับ 2 ใน 3 ส่วนของความลึกจุดฝังเข็ม (ระดับชั้นคนหรือระดับกลาง) จนเต๋อซี แล้วกระตุ้นเข็มแบบระบายตามวิธีข้อ 1 ข.หรือ 2 ข. จำนวน 6 ครั้ง จากนั้นถอยเข็มขึ้นมาที่ระดับ 1 ใน 3 ของความลึกจุดฝังเข็ม (ระดับฟ้าหรือระดับต้น) จนเต๋อซี แล้วกระตุ้นเข็มแบบระบายตามวิธีข้อ 1 ข.หรือ 2 ข. จำนวน 6 ครั้ง จนผู้ป่วยรู้สึกเย็นบริเวณจุดฝังเข็ม ให้ถอนเข็มอย่างช้าๆ ในขณะที่ผู้ป่วยหายใจออก หากผู้ป่วยไม่รู้สีก่อนบริเวณจุดฝังเข็ม สามารถทำวิธีการนี้ซ้ำได้อีกรวมกันไม่เกิน 3 รอบ

ขั้นตอนที่ 7 การถอนเข็ม

ให้ถอนเข็มออกเมื่อคาเข็มครบตามเวลาที่กำหนด โดยอาจหมุนเข็มทดสอบว่าไม่ติดแล้วค่อยๆ ถอยเข็มขึ้นช้าๆ จนถึงชั้นใต้ผิวหนัง จากนั้นจึงถอนออกอย่างรวดเร็ว แล้วใช้ผ้าก๊อชหรือสำลีกดไว้ชั่วขณะเพื่อป้องกันเลือดออก ตรวจนับเข็มให้แน่ใจว่าไม่มีค้างในตัวผู้ป่วย

ภาวะแทรกซ้อนจากการฝังเข็ม

1. เป็นลม เกิดขณะแทงเข็มหรือขณะคาเข็ม ส่วนใหญ่พบในผู้ป่วยที่ได้รับการฝังเข็มเป็นครั้งแรก สาเหตุที่พบบ่อย ได้แก่ ตื่นเต้นหรือหวาดกลัว หิวหรืออิ่มเกินไป ร่างกายอ่อนเพลีย หรืออดนอน

วิธีการแก้ไข: ให้ถอนเข็มออกหมด แล้วให้ผู้ป่วยนอนหงาย คลายเสื้อผ้าให้หลวม ตรวจวัดสัญญาณชีพ รักษาอุณหภูมิร่างกายให้อุ่น ให้ดื่มน้ำอุ่นหรือน้ำหวาน โดยทั่วไปอาการจะดีขึ้นอย่างรวดเร็ว หากไม่ดีขึ้นให้กดจุดหรือแทงเข็มที่เหรินจง (GV 26) ชูเหฺลียว (GV 25) เหลื่อ (LI 4) เน่ยกวาน (PC 6) จูชานหลี่ (ST 36) หย่งเฉวียน (KI 1) จุดใดจุดหนึ่ง หรือลนยาปายฮุย (GV 20) ชี๋ห่าย (CV 6) กวานหยวน (CV 4) หย่งเฉวียน (KI 1) จุดใดจุดหนึ่ง ถ้าไม่ดีขึ้นให้ส่งห้องฉุกเฉิน

การป้องกัน: แนะนำผู้ป่วยรับประทานอาหารและพักผ่อนให้เพียงพอก่อนการฝังเข็ม อธิบายขั้นตอนการฝังเข็มให้ผู้ป่วยเข้าใจเพื่อลดความกลัว โดยเฉพาะรายที่ฝังเข็มครั้งแรก หรือวิตกกังวลง่าย จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย ใช้จุดฝังเข็มจำนวนน้อย กระตุ้นเข็มด้วยความนุ่มนวล คอยสังเกตผู้ป่วยโดยเฉพาะสีหน้าอย่างใกล้ชิด หากเริ่มมีอาการเหมือนจะเป็นลม ให้รีบถอนเข็มออกให้หมดและทำการปฐมพยาบาล

2. หื่อเลือด อาจพบเลือดออกใต้ผิวหนังจนเกิดหื่อเลือดในบริเวณที่มีหลอดเลือดฝอยมาก เลือดที่ออกมักจะหยุดเองหรือโดยการกดไว้ชั่วคราว

วิธีการแก้ไข: โดยทั่วไปมักไม่มีอันตรายหรือผลข้างเคียงใดๆ หื่อเลือดจะจางหายภายในไม่กี่วัน กรณีบวมเป็นก้อนใต้ผิวหนังภายใน 24 ชั่วโมงแรกให้ประคบเย็น หลังจาก 24 ชั่วโมงไปแล้วให้ประคบร้อน

การป้องกัน: หลีกเลี่ยงการแทงเข็มถูกหลอดเลือด หลังถอนเข็มให้ใช้สำลีแห้งกดปิดรูเข็มทันที

3. เข็มติด ภายหลังจากฝังเข็มแล้วดึงไม่ออก ดันเข็มไม่ลง หรือหมุนซ้ายขวาไม่ได้ เพราะกล้ามเนื้อหดเกร็งบีบรัดเข็มจนแน่น สาเหตุเกิดจากผู้ป่วยวิตกกังวลมาก ขยับเปลี่ยนท่าขณะคาเข็ม หรือการกระตุ้นเข็มโดยหมุนไปทิศทางเดียว

วิธีการแก้ไข: ให้ผู้ป่วยผ่อนคลาย ทำการนวดเบาๆ เคาะกล้ามเนื้อรอบๆ เข็ม หรือเกาตามเข็มเพื่อลดการหดเกร็งของกล้ามเนื้อ อาจแทงเข็มเพิ่มอีก 1 เล่มในบริเวณใกล้เคียง เพื่อคลายกล้ามเนื้อบริเวณที่เกร็งและกระจายชีและเลือด กรณีเข็มติดเนื่องจากการมีการหมุนเข็มในทิศทางเดียว ให้หมุนกลับในทิศทางตรงกันข้ามและเกาตามเข็ม กรณีเข็มติดเนื่องจากการขยับเปลี่ยนท่า ให้ผู้ป่วยกลับมาอยู่ในท่าเดิม แล้วถอนเข็มออก

การป้องกัน: อธิบายขั้นตอนการฝังเข็มอย่างละเอียดให้ผู้ป่วยเข้าใจ เพื่อลดความกลัว และให้รู้สึกผ่อนคลาย เลือกวิธีการกระตุ้นเข็มที่เหมาะสม หลีกเลี่ยงการหมุนเข็มในทิศทางเดียว

4. เข็มงอ มีอาการเหมือนเข็มติด สาเหตุเกิดเพราะขณะแทงเข็มใช้แรงดันมากเกินไป แขนงเข็มถูกเนื้อเยื่อที่แข็ง (กระดูกหรือพังผืด) เข็มถูกกดทับหรือเคลื่อนจากตำแหน่งเดิม ผู้ป่วยขยับเปลี่ยนท่าขณะคาเข็ม หรือขาดความชำนาญในการฝังเข็ม

วิธีการแก้ไข: ค่อยๆ ถอนเข็มออกช้าๆ ตามการโค้งงอของเข็ม หากเข็มโค้งงอมากให้ตัดเข็มกลับให้มากที่สุด ค่อยๆ ถอนเข็มหลังจากกลัมนี้อธิบาย คลายตัว ห้ามถอนเข็มอย่างรุนแรง เพราะเข็มอาจหักคาอยู่ภายใน

การป้องกัน: การแทงเข็มให้ใช้แรงสม่ำเสมอ ไม่ควรดันเข็มเข้าอย่างรวดเร็ว ไม่อนุญาตให้ผู้ป่วยเปลี่ยนท่าขณะคาเข็ม และไม่ควรวางสิ่งของอื่นใดใกล้กับผู้ป่วย

5. เข็มหัก มีโอกาสเกิดได้น้อย สาเหตุจากคุณภาพเข็มไม่ดี มีการสีกร่อนของโคนเข็ม การกระตุ้นเข็มแรงเกินไป กลัมนี้อธิบาย มีการหดเกร็งอย่างรุนแรง ผู้ป่วยขยับเปลี่ยนท่าทันที หรือการถอนเข็มที่งอโดยไม่ถูกเทคนิค

วิธีการแก้ไข: ให้ผู้ป่วยอยู่ในความสงบและอยู่ในท่าเดิม เพื่อป้องกันไม่ให้เข็มเคลื่อนลงลึกกว่าเดิม หากพบส่วนปลายของเข็มโผล่พ้นผิวหนัง ให้ใช้คีมคีบออก หากส่วนที่หักอยู่ระดับผิวหนัง ให้กดเนื้อเยื่อรอบๆ เพื่อให้เห็นส่วนของเข็มแล้วใช้คีมคีบออก หากส่วนที่หักอยู่ใต้ผิวหนัง ให้ส่งต่อเพื่อการรักษา

การป้องกัน: ให้ตรวจสอบและเลือกใช้เข็มที่มีคุณภาพ หลีกเลี่ยงการกระตุ้นเข็มอย่างรุนแรง ไม่แทงเข็มลึกจนถึงโคนเข็ม อธิบายให้ผู้ป่วยร่วมมือและปฏิบัติตาม ไม่เปลี่ยนท่าขณะคาเข็ม หากพบว่าเข็มงอให้ถอนออกทันที

6. ปวดขณะแทงหรือคาเข็ม เกิดจากปลายเข็มอยู่ที่ผิวหนังนานเกินไป คุณภาพเข็มไม่ดี เช่น ปลายเข็มไม่คม เป็นต้น เปลี่ยนท่าขณะคาเข็ม กระตุ้นเข็มรุนแรง มีสิ่งกดทับ ผิงเข็มโดยผู้ไม่ชำนาญ และแขนงเข็มถูกเส้นเอ็น เยื่อหุ้มกระดูก หรือหลอดเลือด

วิธีการแก้ไข: ปรับความลึกหรือทิศทางของเข็มให้เหมาะสม

การป้องกัน: ตรวจสอบและเลือกใช้เข็มที่มีคุณภาพ ทบทวนกายวิภาคก่อนการฝังเข็ม แขนงเข็มให้ผ่านผิวหนังด้วยความรวดเร็ว กระตุ้นเข็มด้วยแรงและวิธีที่เหมาะสม ไม่อนุญาตให้ผู้ป่วยเปลี่ยนท่าขณะคาเข็ม และหลีกเลี่ยงการแทงเข็มถูกเส้นเอ็น เยื่อหุ้มกระดูก หรือหลอดเลือด

7. ภาวะมีลมในช่องเยื่อหุ้มปอด มีอาการแน่นหน้าอก หายใจขัด ใจสั่น เหงื่อออก ตัวเย็น ความดันโลหิตลดลง มีภาวะช็อก เกิดเพราะแขนงเข็มลึกเกินไปบริเวณหน้าอก แขนงหลังส่วนอกหรือรอบๆ ไหล่ปลาร้า ทำให้ปลายเข็มแทงทะลุเยื่อหุ้มปอด เกิดลมรั่วเข้าในช่องเยื่อหุ้มปอด

วิธีการแก้ไข: ให้ถอนเข็มออกทันที จัดท่าให้ศีรษะสูง ช่วยให้ผู้ป่วยผ่อนคลายโดยไม่เปลี่ยนท่า และส่งต่อเพื่อการรักษา

การป้องกัน: จัดท่าให้เหมาะสม เลือกระดับความลึกของการฝังเข็มให้เหมาะกับตำแหน่ง บริเวณหน้าอก แผ่นหลังส่วนอก หรือรอบๆ ไหล่บ่า ระวังแทงเข็มราบหรือเฉียงและไม่คาเข็ม นานเกินไป การกระตุ้นเข็มด้วยวิธีขยับขึ้นลงให้ปฏิบัติด้วยความนุ่มนวล พยายามเลือกจุดฝังเข็ม บริเวณแขนขาแทนจุดที่มีความเสี่ยงข้างต้น

8. การบาดเจ็บต่อระบบประสาท

8.1 การบาดเจ็บต่อก้านสมองหรือไขสันหลัง เกิดจากการแทงเข็มบริเวณท้ายทอย ต้นคอ หรือเจ็ยจี ทำให้เกิดอาการปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน ชักกระตุก หายใจลำบาก หรือหยุดหายใจ เกิดภาวะช็อก หรือหมดสติ หากแทงเข็มถูกไขสันหลัง อาจเกิดอาการเหมือน ไฟช็อตไปที่แขนขาหรืออัมพาตชั่วคราว ซึ่งอาจเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้

วิธีการแก้ไข: ให้รีบถอนเข็มแล้วส่งต่อเพื่อการรักษาทันที

การป้องกัน: ระมัดระวังเรื่องความลึกและทิศทางของการฝังเข็มบนเส้นตูดและแนวเจ็ยจี โดยเฉพาะจุดฝังเข็มที่สูงกว่ากระดูกสันหลังอกที่ 12 ส่วนเฟิงฝู (GV 16) หย่าเหมิน (GV 15) ทิศทาง ของปลายเข็มไม่ควรเฉียงขึ้นบนหรือแทงลึกเกินไป เพื่อหลีกเลี่ยงการบาดเจ็บต่อก้านสมอง ไม่ควรกระตุ้นเข็มด้วยวิธีขยับเข็มขึ้นลง ให้ใช้วิธีปั่นหรือหมุนเข็มแทน

8.2 การบาดเจ็บต่อเส้นประสาทส่วนปลาย ทำให้เกิดอาการชา ร้อน ปวด อ่อนแรง หรือกล้ามเนื้อลืบต่อมา เกิดจากกระตุ้นเข็มรุนแรงหรือนานเกินไป ไม่มีความชำนาญในการแทงเข็ม บนจุดตามแนวเส้นประสาท หรือคาเข็มนานเกินไป

วิธีการแก้ไข: หากเกิดอาการขณะฝังเข็มให้ถอนเข็มทันที ภายใน 24 ชั่วโมงแรกให้ฝังเข็ม หรือนวดทุยหนาเพื่อเป็นการรักษา หากไม่ดีขึ้นให้ส่งต่อเพื่อการรักษา

การป้องกัน: กระตุ้นเข็มด้วยความนุ่มนวล ไม่คาเข็มนานเกินไป

9. การบาดเจ็บต่ออวัยวะภายใน เกิดจากขาดความรู้ทางกายวิภาคและจุดฝังเข็ม หรือแทงเข็ม ลึกเกินกว่าที่กำหนด

แทงถูกม้ามหรือตับ: จะเกิดเลือดออกในช่องท้อง ซึ่งมีอาการปวดสีข้าง ท้องแข็งเป็นดาน ปวดท้อง หรือกดเจ็บ

แทงถูกหัวใจ: จะรู้สึกปวดเหมือนเข็มแทงอย่างรุนแรงหรือปวดเหมือนถูกฉีกอก เกิดภาวะช็อก และอาจเสียชีวิตในที่สุด

แทงถูกไต: จะรู้สึกปวดเอว ปวดเวลาเคาะที่ costovertebral angle ปัสสาวะมีเลือดปน อาจเกิดภาวะช็อก

แทงถูกถุงน้ำดี กระเพาะปัสสาวะ กระเพาะอาหาร หรือลำไส้: จะรู้สึกปวดบริเวณที่บาดเจ็บ
อาจมีอาการปวดท้องมาก ท้องแข็งเป็นดาน หรือกดเจ็บ

วิธีการแก้ไข: รีบถอนเข็มออกและส่งต่อเพื่อการรักษา

การป้องกัน: ไม่แทงเข็มลึกเกินไป เลือกทิศทางเข็มที่หลีกเลี่ยงการบาดเจ็บต่ออวัยวะ
ภายใน หลอดเลือดใหญ่ และเส้นประสาท จัดทำให้เหมาะสม ให้ระมัดระวังในผู้ป่วยที่มีตับม้ามโต
หัวใจโต ปัสสาวะคั่งค้าง หรือมีพังผืดในช่องท้อง

10. อาการผิดปกติภายหลังถอนเข็ม เช่น ปวด ชา หนักบริเวณฝังเข็ม หรืออาการเดิม
ที่มาพบแพทย์รุนแรงขึ้น เกิดเพราะกระตุ้นเข็มรุนแรง คาเข็มนานเกินไป หรือจัดทำผู้ป่วย
ไม่เหมาะสม

วิธีการแก้ไข: ภายหลังถอนเข็มให้ผู้ป่วยพักสักครู่ ใช้น้ำมือกดนวดรอบๆ บริเวณที่มีอาการ
หรือใช้วิธีอื่นๆ

การป้องกัน: กระตุ้นเข็มอย่างนุ่มนวลและถูกวิธี ไม่คาเข็มนานเกินไป

บทที่ 5

การนยาและครอบกระปุก

Moxibustion and cupping

1. การนยา 灸法 Moxibustion

การนยา เป็นวิธีการให้ความร้อนบนจุดฝังเข็มหรือบริเวณรอบๆ เพื่อปรับสมดุลการทำงานของเส้นจิงลั่วและอวัยวะต่างๆ มีผลในการรักษาและป้องกันโรคต่างๆ สมุนไพรที่นิยมใช้เป็นวัสดุในการนยา คือ “อ้ายเย่” โดยแปรรูปเป็นเส้นใยขนาดเล็กสีเหลืองอ่อน เส้นใยอ้ายเย่ที่เก็บนานจะมีคุณภาพดี ตำราหวางตี้เน่ยจิงภาคหลังซูกกล่าวว่า “โรคที่ฝังเข็มรักษาไม่หาย ให้ลนยา” ตำราโบราณกล่าวว่า “ถ้าต้องการมีสุขภาพดี ควรลนยาจู่ซานหลี่เป็นประจำ”

สรรพคุณ

1. อุ่นเส้นจิงลั่วเพื่อสลายความเย็น ใช้ในกรณีความเย็นชื้นอุดกั้นหรือเสียความเย็นรุกราน ความเย็นทำให้การไหลเวียนเลือดช้าลง เกิดการติดขัด มีอาการต่างๆ เช่น ปวดลั้นปี่ ปวดท้อง ท้องร่วง โรคบิด ปวดประจำเดือน ประจำเดือนไม่มา ไข่เลื่อน ปัสสาวะขุ่น เป็นต้น การนยาช่วยอุ่นเส้นจิงลั่วและกระตุ้นการไหลเวียนของเลือด

2. ขับลมแก้เปี้ยวเจ็ง อุ่นจางเจียวสลายความเย็น รักษาอาการต่างๆ เช่น ภาวะโรคภายนอก เหตุลมเย็น ท้องร่วง ปวดกระเพาะอาหาร อาเจียนเหตุม้าม-กระเพาะอาหารเย็น เป็นต้น

3. อุ่นไตบำรุงหยางม้าม รักษาอาการต่างๆ เช่น ท้องร่วงเรื้อรัง ปัสสาวะบ่อย กลั้นปัสสาวะไม่ได้ เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ เป็นต้น

4. พ้นหยางกู้อาการหลุด รักษาอาการต่างๆ ของหยางสูญสิ้น เช่น เหงื่อออกเม็ดโต มือเท้าเย็นเฉียบ ชีพจรแผ่วใกล้หมด เป็นต้น

5. บำรุงซี่ตึงหยางขึ้น รักษาภาวะจางซี่พร่องและซี่ตก เช่น กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ไข่ตรงหย่อน มดลูกหย่อน ตกขาว ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย ประจำเดือนมามาก เป็นต้น

6. สลายเลือดคั่งและถอนพิษร้อน โดยกระตุ้นการไหลเวียนของชี้นำพาสารอาหารไปหล่อเลี้ยง ทำให้เจ็งซี่กลับมาปกติ และช่วยสลายเลือดคั่ง ใช้รักษาโรคต่างๆ เช่น ฝีเต้านมระยะแรก คอพอก วัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ แผลเรื้อรัง เป็นต้น

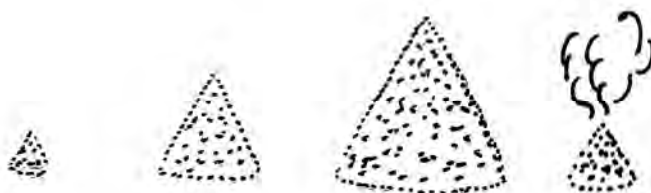
7. ป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพ ช่วยกระตุ้นเจ็งซี่และเสริมภูมิต้านทานโรค การนยาที่กุวานหยวน (CV 4) ชีห่วย (CV 6) มิ่งเหมิน (GV 4) และจงหว่าน (CV 12) เป็นประจำช่วยให้อายุยืน

รูปแบบการนยา

1. การนยาโดยใช้ไยอ้ายเย่

1.1 การนยาด้วยกรวยอ้ายเย่ 艾炷灸

ปั้นอ้ายเย่ให้เป็นรูปทรงกรวยขนาดต่างๆ ที่เหมาะกับภาวะโรคโดยขนาดกลาง = เส้นผ่าศูนย์กลางของฐาน 1 ซม. X ความสูง 1 ซม. ขนาดเล็กจะเท่ากับครึ่งหนึ่งของขนาดกลาง ขนาดใหญ่จะเป็น 2 เท่าของขนาดกลาง การนยาด้วยกรวยอ้ายเย่ 1 กรวยจนหมด เรียกว่า “1 จ้วง” แบ่งวิธีการนยาด้วยกรวยอ้ายเย่เป็น 2 ประเภท คือ



ภาพที่ 1.1 แสดงกรวยอ้ายเย่ขนาดต่างๆ

1.1.1 การนยาโดยตรง เป็นการใช้กรวยอ้ายเย่วางบนผิวหนังโดยตรง แบ่งเป็น 2 ชนิด คือ
 ก. การนยาแบบมีรอยแผลเป็น (Scarring moxibustion) กำหนดจุดที่จะนยา อาจใช้น้ำกระเทียมคั้นหรือวาสลีนทาบริเวณจุด เพื่อให้ไยอ้ายเย่เกาะผิวหนังได้ดี วางกรวยอ้ายเย่ลง แล้วใช้ธูปติดไฟจุดที่ยอดกรวย ปลอ่ยให้เผาไหม้จนหมดนับเป็น 1 จ้วง ทำซ้ำจนเกิดตุ่มน้ำเหลืองบนผิวหนัง ให้ทำความสะอาดแผลทุกวันเพื่อป้องกันการติดเชื้อแทรกซ้อน จะเกิดรอยแผลเป็นภายใน 5-6 สัปดาห์ วิธีนี้มักใช้รักษาโรคเรื้อรัง เช่น หอบหืด วัณโรค โรคลมชัก เป็นต้น กรณีอุจจาระร่วงเรื้อรังให้ใช้กรวยอ้ายเย่จุดละ 5-7 จ้วง กรณีหอบหืดให้ใช้กรวยอ้ายเย่จุดละ 7 จ้วง วิธีนี้ไม่ควรทำบริเวณข้อต่อ เพราะอาจทำให้ข้อติดจากแผลเป็น

ข. การนยาแบบไม่มีรอยแผลเป็น (Non-scarring moxibustion) อาจใช้น้ำกระเทียมคั้นหรือวาสลีนทาอ่อนวกรวยอ้ายเย่ลงบนผิวหนังแล้วจุดไฟ ให้เปลี่ยนกรวยทันทีที่ผู้ป่วยรู้สึกร้อนหรือกรวยถูกเผาไปประมาณ 2 ใน 3 ส่วน แต่ละจุดใช้กรวย 3-7 จ้วง วิธีนี้จะไม่มีการไหม้ อาจมีเพียงรอยแดงหรือตุ่มน้ำใสเกิดขึ้น เมื่อหายแล้วไม่เกิดรอยแผลเป็น มักใช้รักษาโรคเรื้อรังในภาวะพร่องและกลุ่มความเย็น เช่น หอบหืด อุจจาระร่วงเรื้อรัง ท้องอืด อาหารไม่ย่อย เป็นต้น

1.1.2 การนยาทางอ้อม (Indirect moxibustion) กรวยอ้ายเย่จะไม่วางบนผิวหนังโดยตรงแต่จะวางบนสิ่งรองรับต่างๆ ได้แก่

ก. การนยาคันชิ่ง (Moxibustion with ginger) ให้ฝานชิ่งเป็นแผ่นบางๆ ความหนา 0.2-0.3 ซม. และกว้าง 2-3 ซม. เจาะให้เป็นรูพรุน วางบนผิวหนังแล้ววางกรวยอ้ายเย่บนแผ่นชิ่ง

จุดไฟเผากรวยจนหมดหรือจนผู้ป่วยรู้สึกร้อนมาก จึงเอากรวยออกแล้วเปลี่ยนอันใหม่ จุดละ 5-10 จั้วง จนผิวหนังแดงเรื่อแต่ไม่เกิดตุ่มน้ำ ใช้รักษาโรคในกลุ่มเย็นพร่องซึ่งมีอาการต่างๆ เช่น อาเจียน ปวดท้อง ท้องร่วง ผื่นเปื่อยก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ หลังเร็ว มีบุตรยาก ปวดประจำเดือน อัมพาตใบหน้า ปัสสาวะเหตุลมเย็นขึ้น เป็นต้น

ข. การลนยากันกระเทียม (Moxibustion with garlic) ให้ฝานกระเทียมสดเป็นแผ่นหนา 0.2-0.3 ซม. เจาะให้เป็นรูหรือนำกระเทียมสดไปตำก่อนวางบนผิวหนัง วางกรวยอ้ายเย่บนกระเทียม จุดไฟจนเผาหมดแล้วเปลี่ยนกรวยใหม่ จุดละ 5-7 จั้วง วิธีนี้มีสรรพคุณในการลดบวม ถอนพิษ สลายก้อน และแก้ปวด ใช้รักษาวัณโรคปอด ฝีที่ยังไม่แตก แผลพุพองระยะแรก พิษจากแมลง ู หรือแมงป่อง ก้อนในท้อง และวัณโรคต่อมน้ำเหลืองที่คอ

ค. การลนยากันเกลือ (Moxibustion with salt) ใช้ลนยาเส้นเซวี่ (CV 8) โดยใส่เกลือลงในสะดือจนเต็ม วางกรวยอ้ายเย่ลงบนเกลือแล้วจุดไฟ (หากสะดือผู้ป่วยไม่เป็นรอยบุ๋ม อาจใช้วัสดุต่างๆ เช่น แผ่นขิง เป็นต้น มาวางโดยรอบก่อน แล้วจึงใส่เกลือจนเต็ม) แต่ละครั้งใช้ 5-9 จั้วง ใช้รักษาภาวะปวดท้องชนิดเย็น ปวดท้องเหตุไส้เลื่อน อาเจียนร่วมกับถ่ายเหลว บิด หนองใน จังเฟิงชนิดหลุด และช่วยดึงหยางในภาวะหยางหลุดซึ่งมีอาการต่างๆ เช่น เหงื่อออกมาก มือเท้าเย็น คลำชีพจรไม่ได้ เป็นต้น กรณีนี้จะใช้กรวยอ้ายเย่ขนาดใหญ่เผาจนกว่าเหงื่อหยุดไหล คลำชีพจรได้ และมือเท้าอุ่นขึ้น

ง. การลนยากันแผ่นยา (Moxibustion with medicated biscuit) เป็นการนำเอาผงฟูจี้จือ มาผสมกับเหล้าจีน (หวางจั้ว) ทำให้เป็นแผ่นกลมเส้นผ่าศูนย์กลาง 3 ซม. หนา 0.3-0.8 ซม. เจาะให้เป็นรูพูนตรงกลาง แล้วนำไปวางบนจุด วางกรวยอ้ายเย่บนแผ่นยาแล้วจุดไฟเผา ใช้อุ่นบำรุงหยาง รักษาภาวะหยางพร่องซึ่งมีอาการต่างๆ เช่น เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ผื่นเปื่อยก หลังเร็ว มีบุตรยาก แผลเรื้อรัง เป็นต้น

1.2 การลนยาด้วยแท่งอ้ายเย่ 艾条灸

แท่งอ้ายเย่เตรียมจากการนำใบอ้ายเย่มาห่อหุ้มด้วยกระดาษ ทำเป็นแท่งทรงกระบอก ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 1.5 ซม. ยาวประมาณ 20 ซม. ทำให้สะดวกในการใช้งาน โดยจุดไฟที่ปลายด้านใดด้านหนึ่งของแท่งอ้ายเย่ แล้วลนไปที่จุดฝังเข็มหรือบริเวณที่มีพยาธิสภาพ ใช้น้ำยาล้างและควบคุมความร้อนได้ดี นิยมใช้ในกลุ่มโรคปวดท้องหรือปวดข้อ แบ่งเป็น 2 วิธี คือการลนยาเหนือจุดและการลนยาแบบกด

1.2.1 การลนยาเหนือจุด มี 3 แบบ คือ

ก. การลนยาแบบอ่อนพอดิ 温和灸 Warm moxibustion ใช้แท่งอ้ายเย่ที่ติดไฟลนเหนือจุดฝังเข็มหรือบริเวณที่มีพยาธิสภาพ 2-3 ซม. จนผู้ป่วยรู้สึกอุ่นๆ นาน 10-15 นาที หรือจนผิวหนังแดงเรื่อใช้รักษาโรคเรื้อรังและภาวะพร่อง



ข. การนยาแบบนกกระจอกจิก 雀啄灸 Sparrow-peaking moxibustion ใช้แท่ง艾葉ที่ติดไฟลงห่างจากผิวหนังไม่เกิน 3 ซม. พอเริ่มร้อนให้ถอยออกมาแล้วจึงจ่อเข้าไปที่ระยะเดิม ขึ้นลงสลับกันเหมือนนกกระจอกจิก นานประมาณ 5 นาที เหมาะสำหรับเด็กเล็ก โรคเฉียบพลัน ภาวะแกร่ง ภาวะหมดสติ ทารกในครรภ์ไม่หมุนเปลี่ยนท่า และน้ำนมไม่ไหล



ค. การนยาแบบวน 回旋灸 Circling moxibustion ใช้แท่ง艾葉ที่ติดไฟลงห่างจากผิวหนังไม่เกิน 3 ซม. วนเป็นวงกลมนาน 10-15 นาที ใช้รักษาอาการปวดข้อและอัมพฤกษ์อัมพาต



1.2.2 การนยาแบบกด วางเศษผ้าหรือกระดาษ 6-7 ชั้น บนบริเวณจุดฝังเข็ม ใช้แท่ง艾葉ที่ติดไฟกลงไปบนผ้าหรือกระดาษ 1-2 วินาที ให้ความร้อนแผ่ลงไปยังล่าง หากแท่ง艾葉ดับให้จุดใหม่ กดซ้ำๆ จุดละ 7-10 ครั้ง หรือจนผิวหนังแดงเรื่อ ทำทุกวันหรือวันเว้นวันครบ 10 ครั้ง ถือเป็น 1 รอบการรักษา ใช้รักษาปฏิกิริยาช็อคหลังฝังเข็ม ชาลิบ ขาอ่อนแรง อาการปวดเรื้อรังต่างๆ และภาวะเย็นพร่อง

1.3 การนยาด้วยเข็มอุ่น 温针灸

ขณะที่คาเข็มให้ใช้แท่งอ้ายเยียว 2 ซม. หรือปั่นโยอ้ายเยเป็นก้อนขนาดเล็กติดบริเวณด้ามเข็ม แล้วจุดไฟที่ฐานของแท่งหรือก้อนอ้ายเย เมื่อเผาไหม้หมดให้นำเข้าอ้ายเยออกแล้วเปลี่ยนอันใหม่ จำนวนจ้วงที่ใช้ขึ้นกับพยาธิสภาพของโรค เหมาะสำหรับโรคที่ต้องการคาเข็มและนยาพร้อมกัน



1.4 การนยาด้วยกล่องนยา 温灸器灸

กล่องนยาทำจากไม้หรือโลหะ มีหลายลักษณะ เช่น ทรงกลม ทรงกระบอก บางชนิดใช้แท่งอ้ายเยเสียบกับเข็มที่ติดอยู่ภายใน บางชนิดสอดเข้าไปในช่อง บางชนิดจุดแท่งอ้ายเยหรือโยอ้ายเยแล้ววางในกล่อง เลือกลักษณะกล่องให้เหมาะสมกับตำแหน่งที่จะวาง วางกล่องนยาที่มีแท่งหรือโยอ้ายเยติดไฟไว้บริเวณตำแหน่งจุดหรือบริเวณที่มีอาการ 15-20 นาที เหมาะสำหรับบริเวณที่มีพื้นที่กว้าง เช่น แผ่นหลัง หน้าท้อง ก้น เป็นต้น

2. การนยาด้วยวิธีอื่นๆ

2.1 นยาด้วยเต็งฉ่าว 灯草灸

ใช้ไส้ของต้นเต็งฉ่าว ความยาว 10-15 ซม. จุ่มลงในน้ำมันงาแล้วจุดไฟ จี้ที่จุดฝังเข็ม ใช้รักษาภาวะชักในเด็ก หมดสติ คางทูม คอตีบ หัด ต่อมทอนซิลอักเสบ อาเจียน อุจจาระร่วงในเด็ก และเลือดกำเดาไหล

2.2 นยาด้วยสารระคายเคือง 天灸

หาสารระคายเคืองบริเวณจุดฝังเข็มหรือบริเวณที่มีอาการ เพื่อให้เกิดตุ่มน้ำและการอักเสบของผิวหนัง วัสดุที่ใช้ ได้แก่

2.2.1 กระเทียมบด 蒜泥灸 ใช้กระเทียมบด 3-5 กรัม วางบริเวณจุดฝังเข็มหรือบริเวณที่มีอาการนาน 1-3 ชม. จนผิวหนังเป็นสีแดงหรือเกิดตุ่มน้ำ นิยมใช้ที่หย่งเฉวียน (KI 1) เพื่อรักษาอาการไอเป็นเลือดหรือเลือดกำเดาไหล ที่เหอกู่ (LI 4) เพื่อรักษาต่อมทอนซิลอักเสบ และที่หฺยวี้จี้ (LU 10) เพื่อรักษาหลอดคออักเสบ

2.1.2 ซี่ซิน 细辛灸 บดซี่ซินเป็นผงผสมกับน้ำส้มสายชูเล็กน้อย ทำให้เป็นแผ่นวางบริเวณจุดฝังเข็มหรือบริเวณที่มีอาการ ปิดด้วยกระดาษชุบน้ำมัน แล้วปิดพลาสติกทับที่บริเวณหย่งเฉวียน (KI 1) หรือเส้นเซวี่ (CV 8) ใช้รักษากระเพาะอาหารอักเสบในทารก

2.1.3 ป้ายเจย์จื่อ 白芥子灸 บดเมล็ดป้ายเจย์จื่อเป็นผงผสมกับน้ำ ทำให้เป็นแผ่นวางบริเวณจุดฝังเข็มหรือบริเวณที่มีอาการ ปิดด้วยกระดาษชุบน้ำมัน แล้วปิดพลาสติกทับ ใช้รักษาอาการปวดข้อและอัมพาตใบหน้า หรืออาจใช้ร่วมกับยาอื่นๆ เพื่อรักษาอาการหอบหืด

3. ข้อปฏิบัติในการลนยา

3.1 ลำดับในการลนยา

โดยทั่วไปจะลนยาที่เส้นหยางก่อนเส้นยิน ที่ส่วนบนของร่างกายก่อนส่วนล่าง และบริเวณที่ใช้จำนวนกรวยน้อยหรือขนาดเล็กก่อน

3.2 ปริมาณและระยะเวลาในการลนยา

ปริมาณของการลนยาขึ้นกับขนาดของกรวย เวลาที่ใช้ พยาธิสภาพของโรค สภาพร่างกาย อายุผู้ป่วย และตำแหน่งจุดที่ใช้ โดยทั่วไปใช้ 3-5 จั้ว ในแต่ละจุด สำหรับการลนยาด้วยแท่งอ้ายเย่จะใช้เวลาประมาณ 10-20 นาที

3.3 การบำรุงและการระบายด้วยวิธีลนยา

ตำราจินจิวต้าเฉิงกล่าวว่า “ถ้าต้องการบำรุงให้กตแท่งอ้ายเย่ที่จุดฝังเข็ม ขณะแท่งอ้ายเย่ใกล้หมด ถ้าต้องการระบายให้เป่าแท่งอ้ายเย่จนเกิดการเผาไหม้อย่างรวดเร็ว เพื่อเปิดจุดให้ขับเสียออกจากร่างกาย”

4. ข้อห้ามในการลนยา

4.1 ภาวะร้อนแรงแกร่งหรือไข้จากอินพร่อง แม้ว่าความร้อนจากการลนยาจะไม่มาก แต่อาจก่อให้เกิดผลเสียได้ ยกเว้นกรณีเต้านมอักเสบระยะแรกที่มีไข้สูง

4.2 หลีกเลียงการลนยาแบบมีแผลเป็นบริเวณใบหน้า ข้อต่อ หลอดเลือดขนาดใหญ่ หัวนม และใกล้อวัยวะสำคัญ เช่น จิงหมีง (BL 1) ซึ่งอยู่ใกล้ตา เป็นต้น

4.3 บริเวณท้อง เหว และกระดูกสันกบในหญิงตั้งครรภ์

4.4 ควรลนยาด้วยความระมัดระวังในผู้ป่วยที่หมดสติ แขนขาชา หรืออัมพาต

5. การดูแลภายหลังการลนยา

การลนยาที่นานหรือมากเกินไปอาจทำให้เกิดตุ่มน้ำ กรณีมีขนาดเล็กและยังไม่แตก ไม่ต้องรักษา ของเหลวจะถูกดูดซึมในเวลาต่อมา กรณีตุ่มน้ำขนาดใหญ่ อาจเจาะระบายของเหลว และทำความสะอาดแผลเพื่อป้องกันการติดเชื้อ ภายหลังการลนยาแบบมีแผลเป็น ควรหลีกเลี่ยงการใช้งานหนักบริเวณที่เป็นแผลเป็นประมาณ 1 เดือน

2. การครอบกระปุก 拔罐法 Cupping

การครอบกระปุกเป็นวิธีการทำให้เกิดสุญญากาศภายในกระปุก แล้วครอบลงบนผิวหนัง ทำให้เกิดการบวมและคั่งเลือดภายในกระปุก ใช้เพื่อป้องกันและรักษาโรค สมัยโบราณนิยมใช้ไฟในการทำให้เกิดสุญญากาศแล้วครอบกระปุก เพื่อขจัดเลือดหรือระบายหนองจากฝี เรียกว่า “ครอบกระปุกไฟ” วัสดุที่ใช้ทำกระปุกในปัจจุบัน ได้แก่ ไม้ไผ่ เซรามิก โลหะ แก้ว หรือพลาสติก

ชนิดของกระปุก

1. **กระปุกไม้ไผ่** นำไม้ไผ่ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 3-5 ซม. มาตัดให้เป็นปล้องยาวประมาณ 6-10 ซม. โดยมีด้านหนึ่งเป็นข้ออยู่ ขัดผิวตรงขอบให้เรียบ ข้อดี คือ น้ำหนักเบา ราคาถูก ทำเองได้ง่าย ทนทาน ข้อเสีย คือ ถ้าทิ้งให้แห้งเป็นระยะเวลานานอาจเกิดรอยปริและไม่เกิดสุญญากาศ

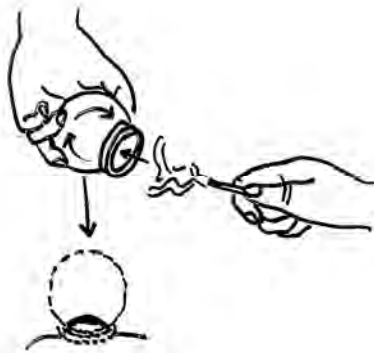
2. **กระปุกเซรามิก** มีลักษณะพิเศษ คือ ปากกระปุกแคบ ตัวกระปุกและก้นกระปุกใหญ่ เหมือนหน้ากลอง ข้อดี คือ แรงดูดมาก ข้อเสีย คือ น้ำหนักมาก แตกง่าย

3. **กระปุกแก้ว** มีขนาดต่างๆ กันให้เลือก ข้อดี คือ ใส มองเห็นผิวหนังผู้ป่วยภายในกระปุกได้ชัดเจน ข้อเสีย คือ น้ำหนักมาก แตกง่าย

4. **กระปุกพลาสติก** ทำจากพลาสติกใส มีก้านลูกสูบสำหรับต่อกับเครื่องสูบล้างสุญญากาศ ข้อดี คือ สะดวก แรงดูดมาก แตกยาก ข้อเสีย คือ เสื่อมสภาพเร็ว ใช้ความร้อนในการฆ่าเชื้อไม่ได้ และใช้กับวิธีเคลื่อนกระปุกไม่ได้

วิธีการทำให้เกิดสุญญากาศ มี 3 วิธี คือ

1. **ใช้เปลวไฟ 火罐法** คือใช้สำลีชุบแอลกอฮอล์ 95% จุดไฟวนเปลวไฟภายในก้นกระปุก 2-3 รอบเอาไฟออกแล้วรีบครอบกระปุกลงบนผิวหนังทันที ไม่ควรลนไฟใกล้ปากกระปุก เพราะความร้อนจะทำให้ผิวหนังไหม้ หรือใช้สำลีชุบแอลกอฮอล์ 95% จุดไฟใส่ค้ำไว้ ในกระปุกแล้วครอบทันที วิธีนี้มักใช้ครอบบริเวณผิวหนังที่อยู่ในแนวตั้งฉากกับพื้นขณะทำการรักษามีฉะนั้นไฟอาจหล่นมาลวกผิวหนังได้



2. ใช้ไอน้ำ 水罐法 แบ่งเป็น 2 วิธี คือ

2.1) ต้มกระปุกไม้ไผ่ในน้ำหรือยาสมุนไพรจนเดือด นำกระปุกไม้ไผ่ต้มในน้ำเดือดหรือยาสมุนไพรที่เดือด 2-3 นาที ใช้คีบคีบถ้วยขึ้นมาในท่าคว่ำ วางบนผ้าขนหนูเพื่อซับน้ำและอุดปากกระปุกเพื่อรักษาความเป็นสุญญากาศ แล้วรีบครอบลงบนผิวหนังโดยกดกระปุกค้างไว้ประมาณ 30 วินาที

2.2) พ่นไอน้ำเข้าไปในก้นกระปุก โดยใช้ไอน้ำจากพวยกาต้มน้ำหรือจากท่อ พ่นเข้าไปในก้นกระปุก 2-3 นาที แล้วครอบกระปุกทันที

3. ใช้กระบอกลูกสุญญากาศ 抽气罐法 วางกระปุกพลาสติกขนาดที่ต้องการบนผิวหนัง ดึงคันสูบให้เกิดสุญญากาศขึ้นภายในจนเห็นเลือดคั่งใต้ผิวหนัง แล้วถอดแยกคันสูบออก



วิธีการครอบกระปุก มี 5 วิธี คือ

1. การครอบคากะปุก 留罐法 Retaining cupping แพทย์ทางเลือก

หลังจากกระปุกดูดติดผิวหนัง ให้คากะปุกไว้ 10-15 นาที แล้วจึงนำกระปุกออก การพิจารณาครอบกระปุกเดียวหรือหลายกระปุกขึ้นกับขนาดของบริเวณที่ทำการรักษา ไม่ควรวางกระปุกชิดกันเกินไป เพราะจะทำให้เกิดแรงดึงมากจนเกิดอาการปวด

2. การครอบและเคลื่อนกระปุก 走罐法 Moving cupping หรือ Sliding cupping

ใช้วาสลินโลชั่น ครีม น้ำมันสมุนไพร หรือยาหม่องทาบริเวณผิวหนังก่อนแล้วครอบกระปุก จากนั้นใช้มือหนึ่งตรึงผิวหนังบริเวณใกล้ๆ กระปุก อีกมือหนึ่งจับกระปุกเคลื่อนขึ้นลงหรือซ้ายขวา ตามแนวกล้ามเนื้อหรือเส้นเอ็นจนผิวหนังแดง มีเลือดคั่ง หรือมีจุดเลือดออก เหมาะสำหรับ บริเวณที่พื้นผิวเรียบและกล้ามเนื้อมากหรือหนา เช่น แผ่นหลัง ต้นขา หน้าท้อง เอว หัวไหล่ เป็นต้น ใช้รักษาอาการปวดหรือชา ไข้ และอัมพฤกษ์อัมพาต

3. การครอบกระปุกแบบปล่อยเร็วและซ้ำ 閃罐法 Flashing cupping

หลังจากครอบกระปุกติดผิวหนังแล้วดึงกระปุกออกทันที ทำซ้ำหลายๆ ครั้งจนผิวหนังแดง มีเลือดคั่ง หรือมีจุดเลือดออก หากกระปุกร้อนมากควรเปลี่ยนใหม่ ใช้รักษาไข้เจ็บ โรคหลอดเลือดสมอง กล้ามเนื้ออ่อนแรง กล้ามเนื้อลีบและอาการชา

4. การครอบกระปุกร่วมกับเจาะปล่อยเลือด 刺络拔罐法 Blood letting and cupping

ใช้เข็มสามเหลี่ยมเจาะปล่อยเลือด จากนั้นครอบกระปุกลงไป คากะปุกไว้ 10-15 นาที วิธีนี้ช่วยเสริมประสิทธิภาพของการเจาะปล่อยเลือด ใช้รักษาภาวะร้อนแฉะ เย็นแฉะ เลือดคั่ง เคล็ดขัดยอก เต้านมอักเสบ หอบหืด ปวดเส้นประสาทไซแอติก และโรคผิวหนังบางชนิด เช่น คันตามผิวหนัง ผิวหนังอักเสบเรื้อรัง ไฟลามทุ่ง เป็นต้น

5. การครอบกระปุกร่วมกับคาเข็มในกระปุก 留针拔罐法 Needle-retaining cupping

เป็นการฝังเข็มร่วมกับการครอบกระปุก คากะปุกไว้ 5-10 นาที หรือจนกระทั่งผิวหนังแดง เลือดคั่ง หรือมีจุดเลือดออก จากนั้นเอากระปุกและเข็มออกตามลำดับ ใช้รักษาไข้เจ็บเหตุลมชื้น ไม่ควรใช้วิธีนี้บริเวณแผ่นหลังส่วนอก เพราะอาจทำให้เข็มเคลื่อนลึกลงไปกว่าเดิมจนเป็นอันตรายต่อเยื่อหุ้มปอดได้

สรรพคุณและข้อบ่งชี้ของการครอบกระปุก

สรรพคุณ อุณหภูมิเส้นเอ็นลดลง สลายความเย็น ขับลมหรือความชื้น กระตุ้นการไหลเวียนของเลือด บรรเทาอาการปวดบวม ขจัดความร้อน ถอนพิษ ระบายหนอง เสริมพลัง

ข้อบ่งชี้ ไข้เจ็บเหตุลมชื้น ข้ออักเสบรูมาตอยด์ เคล็ดขัดยอก ปวดกระเพาะอาหาร ปวดท้อง อาหารไม่ย่อย อุจจาระร่วงเรื้อรัง ท้องผูก ปวดเส้นประสาทใบหน้า ปวดศีรษะ โรคหลอดเลือดสมอง ปัสสาวะคั่งค้าง กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปวดประจำเดือน วัยทอง ตกขาว สีผิวหนังอักเสบ ไฟลามทุ่ง ลมพิษ โรคต่างๆ ภูสวัตร โรคในเด็ก เช่น อาหารไม่ย่อย เบื่ออาหาร ปัสสาวะรดที่นอน คางทูม เป็นต้น เสริมความงาม และใช้ร่วมกับการเจาะปล่อยเลือดรักษาภาวะเลือดคั่ง

ข้อห้าม โรคหัวใจชนิดรุนแรง ภาวะเลือดออกง่าย โรคติดต่อชนิดสัมผัสทางผิวหนัง ผิวหนังติดเชื้อ กระดูกหัก ขนชะงืด อิม หรืออ่อนเพลียมาก และบวม น้ำรุนแรง

ข้อควรปฏิบัติ

1. ให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย ไม่ควรขยับเปลี่ยนท่าขณะครอบกระปุก
2. เลือกขนาดของกระปุกให้เหมาะกับตำแหน่งที่ทำการรักษา
3. เลือกบริเวณที่มีกล้ามเนื้อ น้อย และไม่มีปุ่มกระดูก
4. ควรครอบกระปุกด้วยความรวดเร็วเพื่อให้กระปุกติดแน่น
5. ควรครอบกระปุกด้วยความระมัดระวังเพื่อป้องกันผิวหนังไหม้หรือถลอก
6. ไม่ครอบกระปุกบริเวณที่มีผื่นแพ้ แผล แผลเป็น บวม หรือบริเวณที่มีหลอดเลือดขนาดใหญ่
7. ไม่ครอบกระปุกในผู้ป่วยที่มีไข้สูงหรือชัก
8. ไม่ครอบกระปุกบริเวณเอว ท้อง หรือก้นกบของหญิงตั้งครรภ์
9. หลังการครอบกระปุก รอยจ้ำเลือดที่เกิดขึ้นจะหายไปเองภายในเวลาไม่กี่วัน กรณีเกิดถุงน้ำขึ้น หากเป็นถุงน้ำขนาดเล็กจะยุบหายไปเอง หากเป็นถุงน้ำขนาดใหญ่ อาจเจาะระบายของเหลว ทำความสะอาดแผลทุกวันเพื่อป้องกันการติดเชื้อ

บทที่ 6

เทคนิคการฝังเข็มอื่นๆ

Other Acupuncture Techniques

1. เข็มสามเหลี่ยม 三棱针 Three-Edged needle

ทำจากสแตนเลสยาว 6.5 ซม. ลักษณะด้านหน้าและกลม ตัวเข็มเป็นสามเหลี่ยมปลายแหลมคม ใช้สำหรับเจาะปล่อยเลือดเพื่อรักษาโรค

วิธีการรักษา

เข็มที่ใช้ต้องผ่านการทำให้ปราศจากเชื้อ ทายาฆ่าเชื้อบริเวณที่จะทำการรักษา แล้วเลือกวิธีการรักษาตามลักษณะของโรค ดังนี้

1. **เจาะเฉพาะจุด** ใช้เข็มสามเหลี่ยมเจาะบริเวณผิวหนังลึกประมาณ 3-5 มม. เค้นบริเวณรอบๆ ให้มีเลือดออกมา 2-3 หยด ใช้สำลีแห้งกดให้เลือดหยุด เหมาะสำหรับบริเวณยอดใบหู และแขนขา เช่น จุดจิง 12 จุด สื่อเซวียน (EX-UE 11) เป็นต้น

2. **เจาะแบบกระจาย** ใช้เข็มสามเหลี่ยมเจาะรอบๆ บริเวณที่มีพยาธิสภาพ 10-20 จุด โดยเจาะจากบริเวณรอบนอกเข้าหาด้านใน ใช้รักษาเลือดคั่งเฉพาะที่ อาการบวม ผิวหนังอักเสบเรื้อรัง

3. **เจาะหลอดเลือด** รัดสายยางเหนือบริเวณหลอดเลือดดำแขนขาที่จะทำการเจาะ ใช้เข็มสามเหลี่ยมเจาะที่ตำแหน่งหลอดเลือดดำให้เลือดออก แล้วใช้สำลีแห้งปราศจากเชื้อกดใช้รักษาโรคเฉียบพลัน เช่น การเจาะหลอดเลือดที่เหวี่ยง (BL 40) กับขุวีเจ้อ (PC 3) รักษาอาการอาเจียน อุจจาระร่วง หงุดหงิด แน่นหน้าอก โรคลมแดด การเจาะหลอดเลือดที่ยืนถาง (EX-HN 2) รักษาอาการปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ตาปวดบวมแดง จมูกอักเสบ การเจาะหลอดเลือดที่จินจิน (EX-HN 6) กับ ยวี่เย่ (EX-HN 7) รักษาภาวะพูดไม่ได้เหตุโรคหลอดเลือดสมอง เป็นต้น

4. **เจาะลึกใต้ผิวหนัง** ใช้เข็มสามเหลี่ยมแทงเฉียงลงไปที่ผิวหนังลึก 1-2 มม. และเกี่ยวผิวหนังให้มีเลือดหรือเยื่อเมือกไหลออกมา อาจแทงเข็มลึกลงไปได้ถึง 5 มม. เพื่อเกี่ยวเนื้อเยื่อเกี่ยวพันที่อยู่ลึก เสร็จแล้วทายาฆ่าเชื้อแล้วปิดด้วยผ้าปิดแผล ใช้รักษาอาการปวดกระเพาะอาหารนอนไม่หลับ หอบหืด ปวดบวมข้อไหล กระตุกคอเสื่อม ปวดศีรษะ

สรรพคุณและข้อบ่งชี้

สรรพคุณ ทะลวงเส้นจิงลั่ว ขจัดความร้อน เปิดทวาร ลดบวม ลดอาการปวด

ข้อบ่งชี้ ภาวะแกร่ง เลือดคั่ง โรคที่มีไข้ อาการปวด หมดสติ ไข้สูง ปวดศีรษะ เจ็บคอ โรคลมแดด ผื่นผื่นอักเสบเรื้อรัง ไฟลามทุ่ง ปวดบวมสะบัก ชาแขนขา อัมพาตชนิดเกร็ง

ข้อควรระวัง

1. ควรทำด้วยความรวดเร็ว แม่นยำ และไม่ลึกจนเกินไป ระวังอันตรายต่อหลอดเลือดแดง และเนื้อเยื่ออื่นๆ
2. เครื่องกระตุ้นการทำให้ปราศจากเชื้อทุกขั้นตอน
3. ไม่ควรใช้ในผู้ป่วยที่ร่างกายอ่อนแอ โลหิตจาง ความดันโลหิตต่ำ หญิงตั้งครรภ์ หญิงหลังคลอด ทารก และผู้ป่วยที่มีภาวะเลือดออกง่าย

2. เข็มผิวหนัง 皮肤针 Skin Needle

เข็มผิวหนังทำจากสแตนเลสขนาดสั้นๆ 5-7 อัน เรียงเหมือนรูปเมล็ดบัวในฝักบัว ปลายเข็มไม่คมมาก มีด้ามจับยาว 15-19 ซม. มักทำจากวัสดุที่มีความยืดหยุ่น เช่น พลาสติก เข็มผิวหนังมีชื่อเรียกต่างกันไปตามจำนวนเข็ม เช่น เข็ม 5 เล่ม เรียก “เข็มดอกเหมย” เข็ม 7 เล่ม เรียก “เข็ม 7 ดาว” เข็ม 18 เล่ม เรียก “เข็มอรหันต์” เป็นวิธีการรักษาโดยเคาะผิวหนังบริเวณ จุดฝังเข็มหรือตำแหน่งที่เหมาะสม เพื่อทะลวงเส้นจิงลั่ว ปรับสมดุลของซี่และเลือด ปรับการทำงานของอวัยวะต่างๆ นอกจากนี้ ยังมีเข็มผิวหนังชนิดลูกกลิ้ง (roller needle) ใช้กลิ้งไปบนผิวหนัง ซึ่งจะครอบคลุมพื้นผิวได้กว้างกว่าในเวลาอันสั้น

วิธีการรักษา

1. แบ่งตามบริเวณที่เคาะ

1.1 *เคาะตามแนวเส้นจิงลั่ว* ใช้รักษาเส้นจิงลั่วที่มีพยาธิสภาพ เส้นจิงลั่วที่ใช้บ่อย คือ เส้นตูและเส้นกระเพาะปัสสาวะ โดยเคาะตามแนวกระดูกสันหลังบริเวณแผ่นหลัง คอ เอว และกระเบนเหน็บ การเคาะที่เส้นตูจะช่วยปรับสมดุลของหยางซี่ทั่วร่างกาย การเคาะที่จุดเป็ชู จะช่วยปรับสมดุลอวัยวะต่างๆ ส่วนการเคาะเส้นจิงลั่วระดับใต้ข้อศอกและข้อเข่า จะช่วยรักษาอวัยวะต่างๆ เนื่องจากเป็นตำแหน่งของจุดอยู่ชู่

1.2 *เคาะจุดฝังเข็ม* จุดที่เลือกใช้บ่อยเช่น จุดเป็ชู จุดมู่ จุดซี่ จุดลั่ว จุดหยวน ฮว่าถั่วเจี๋ยจี (EX-B2) จุดอาซือ เป็นต้น

1.3 *เคาะบริเวณที่มีพยาธิสภาพ* โดยเคาะเป็นวงกลมวนเข้าหาศูนย์กลางหรือเคาะกระจายให้ทั่วบริเวณ ใช้รักษาอาการบวม ปวดจากเคล็ดขัดยอก และผื่นผื่นอักเสบเรื้อรัง

2. **แบ่งตามความแรงของการเคาะ** ความแรงของการเคาะขึ้นกับสภาพร่างกายของผู้ป่วย พยาธิสภาพ และตำแหน่งของการรักษา ความแรงที่ใช้เคาะแบ่งเป็น 3 ระดับ

2.1 ระดับเบา เคาะด้วยความนุ่มนวล จนผิวหนังแดงเรื่อหรือมีเลือดคั่งเล็กน้อย ผู้ป่วยจะไม่รู้สึกเจ็บ เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ สภาพร่างกายอ่อนแอ พยาธิสภาพบริเวณใบหน้า ภาวะพร่อง และโรคเรื้อรัง

2.2 ระดับกลาง เคาะด้วยความแรงปานกลาง จนผิวหนังมีเลือดคั่งแต่ไม่มีเลือดออก ความแรงอยู่ระหว่างการเคาะเบากับเคาะหนัก ผู้ป่วยจะรู้สึกเจ็บเล็กน้อย เหมาะสำหรับผู้สูงอายุหรือพื้นฐานร่างกายปกติ ไม่ควรใช้กับบริเวณที่กล้ามเนื้อบาง เช่น ศีรษะ ใบหน้า เป็นต้น

2.3 ระดับหนัก เคาะด้วยความแรงค่อนข้างมาก จนผิวหนังมีเลือดออกเล็กน้อย ผู้ป่วยจะรู้สึกเจ็บปวดชัดเจน เหมาะสำหรับผู้ป่วยอายุน้อย พื้นฐานสภาพร่างกายแข็งแรง พยาธิสภาพบริเวณหลังและก้น และภาวะเกร็ง

วิธีปฏิบัติ

1. เครื่องคิดในการทำให้ปราศจากเชื้อ
2. จับปลายด้ามของเข็มผิวหนังด้วยนิ้วหัวแม่มือ นิ้วกลาง และนิ้วนาง ส่วนนิ้วชี้ให้กดบริเวณกลางด้าม หรือใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้จับที่ด้าม ใช้แรงเคาะของข้อมือ เมื่อปลายเข็มสัมผัสผิวหนังแล้วปล่อยให้ด้ามเข็มติดกลับ เคาะซ้ำตามความต้องการด้วยความแรงและจังหวะสม่ำเสมอ การเคาะต้องให้เข้มข้นลงตรงๆ ในแนวตั้ง
3. รอบการรักษา เคาะทุกวันหรือวันเว้นวัน วันละ 1 ครั้งรักษา 10 ครั้ง นับเป็น 1 รอบ เมื่อครบรอบการรักษาให้พัก 3-5 วัน

ข้อบ่งชี้

เข็มผิวหนังมีขอบเขตการรักษาโรคค่อนข้างกว้าง เช่น ปวดศีรษะ ปวดเอว ปวดสีข้าง ผิวหนังอักเสบเรื้อรัง ผดผื่นเป็นหย่อม อูจจากระวังเรื้อรัง ท้องผูก สายตาสั้น ประสาทตาเสื่อม นอนไม่หลับ สมองพิการในเด็ก สมองเสื่อม โรคหลอดเลือดสมอง อัมพาตใบหน้า เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ เป็นต้น

ข้อควรระวัง

1. ตรวจดูความแข็งแรงของด้ามเข็มและตัวเข็ม ปลายเข็มต้องไม่งอหรือเป็นตะขอ
2. เคาะเข้มข้นลงในแนวตั้ง เพื่อลดความเจ็บปวด
3. ไม่ควรใช้ในผู้ป่วยที่มีภาวะเลือดออกง่าย
4. ไม่ควรเคาะบริเวณที่มีการบาดเจ็บเฉพาะที่ เป็นแผล หรือมีแผลเป็น

3. เข็มใต้ผิวหนัง 皮内针 Intradermal needle

เป็นการรักษาโดยใช้เข็มที่ออกแบบมาโดยเฉพาะฝังเข้าไปใต้ผิวหนังและคาเข็มไว้ ช่วงระยะเวลาหนึ่ง มักใช้ฝังติดบริเวณที่ไม่ส่งผลต่อการเคลื่อนไหว เช่น จุดเขี้ยว ไบหู หรือแขนขา บางตำแหน่ง เป็นต้น ใช้ปรับสมดุลของอวัยวะข้างผู้และเส้นจิงลั่ว รักษาโรคเรื้อรังและอาการปวดที่กำเริบบ่อยๆ

ชนิดของเข็มใต้ผิวหนัง มี 2 ชนิด

1. เข็มรูปเมล็ดข้าวสาลี (grain-like type) ตัวเข็มยาว 1 ซม. มีด้ามจับเป็นหัวกลมรี ขนาดเท่าเมล็ดข้าวสาลี

2. เข็มรูปตะปูกด (thumbtack type) ตัวเข็มยาว 0.2–0.25 ซม. ด้ามจับเป็นวงแหวน

วิธีปฏิบัติ

ใช้ตัวหนีบจับ (forceps) หยิบตัวเข็ม กรณีใช้เข็มรูปเมล็ดข้าวสาลีให้แทงราบ 0.5-0.8 ซม. แล้วปิดทับด้วยพลาสติกเหนียวให้แน่น กรณีใช้เข็มรูปตะปูกดให้กดลงบนจุดโดยตรง แล้วปิดด้วยแผ่นพลาสติกเหนียวให้แน่น ระยะเวลาคาเข็มขึ้นกับสภาพของโรค โดยปกติคาเข็มไว้นาน 3-5 วัน หรือสูงสุด 7 วัน ในช่วงฤดูร้อนหรืออากาศร้อนไม่ควรคาเข็มนานเกิน 1-2 วัน เพื่อป้องกันการติดเชื้อ แนะนำให้ผู้ป่วยใช้นิ้วมือกดบริเวณเข็ม ตำแหน่งละ 1-2 นาที ทุก 4 ชม. เป็นการกระตุ้นเข็มเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการรักษา

ข้อบ่งชี้

โรคหรือภาวะเรื้อรังที่ต่อการรักษา เช่น ปวดเอว เอวเคล็ด ปวดประจำเดือน ปวดเส้นประสาทใบหน้า หน้าที่กระดูก ความดันโลหิตสูง ปัสสาวะรดที่นอนในเด็ก กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ไมเกรน อาการนอนยา ปวดเกร็งกล้ามเนื้อ ลดความอ้วน เป็นต้น

ข้อควรระวัง

- หลีกเลี่ยงการใช้เข็มใต้ผิวหนังบริเวณข้อ เนื่องจากเมื่อเคลื่อนไหวข้อจะทำให้ปวด
- ไม่ควรใช้เข็มใต้ผิวหนังบริเวณหน้าท้องหรือหน้าอก เนื่องจากการหายใจจะทำให้ปวด
- เมื่อฝังเข็มใต้ผิวหนังแล้วเกิดอาการปวดมาก ให้ถอนเข็มออกแล้วฝังใหม่ในตำแหน่งเดิม หรือตำแหน่งใหม่ที่ปวดน้อยกว่า
- บริเวณที่ฝังเข็มไม่ควรถูกน้ำเพื่อป้องกันการติดเชื้อ ในฤดูร้อนไม่ควรคาเข็มนาน เนื่องจากมีเหงื่อออกมาก

4. การฝังเข็มร่วมกับการกระตุ้นไฟฟ้า 电针 Electro-acupuncture

เป็นการฝังเข็มรักษาร่วมกับการกระตุ้นไฟฟ้าโดยอาศัยกระแสไฟฟ้าปริมาณน้อย ข้อดีคือ สามารถควบคุมความแรง ความถี่ ระยะเวลา และประหยัดแรงงานที่ต้องคอยกระตุ้นเข็ม

วิธีปฏิบัติ

1. แหวงเข็มจนต๋อชี้ เลือกรจุดที่ต๋องการกระตุ้นด้วยไฟฟ้า 1-3 คู่
2. ปรับความแรงของกระแสไฟฟ้าให้อยู่ที่ตำแหน่งศูนย์ ใช้ขั้วไฟฟ้าคืบตามเข็ม โดยขั้วลบคืบที่จุดหลัก ขั้วบวกคืบที่จุดรอง หรือล้แล้วแต่ความต๋องการ จากนั้นเปิดเครื่องให้กระแสไฟฟ้าเข้าเลือกรชนิดคลื่นและความถี่ ล้แล้วค่อยๆ ปรับกระแสไฟฟ้าเพิ่มขั่นจนถึงระดับที่ผู้ป่วยทนได้ กระตุ้นนาน 10-30 นาที ในกลุ่มโรคปวดให้กระตุ้นไม่เกิน 20 นาที หากรู้สึว่าความแรงลดลงระหว่างกระตุ้น แสดงว่าผู้ป่วยเกิดภาวะทนต่อแรงกระตุ้น ซึ่งจะทำให้ประสิทธิผลการรักษาลดลง ให้ปรับความแรงเพิ่มหรือปิดเครื่อง 1-2 นาที ล้แล้วเปิดใหม่ เมื่อครบเวลาที่กำหนดให้ปรับความถี่และความแรงของกระแสไฟฟ้าไปที่ศูนย์ ปิดเครื่อง ปลดสายไฟ ล้แล้วถอนเข็มออก

การเลือกรชนิดคลื่นและความถี่

ความถี่กระแสไฟฟ้าต่ำช่วยลดอาการปวด ทำให้สงบ เพิ่มการไหลเวียนของข้และเลือด ลดความตึงของกล้ามเนื้อ ชนิดของคลื่นและความถี่ให้ประสิทธิผลการรักษาต๋างกัน ดังนี้

1. คลื่นความถี่สูง (dense wave) ความถี่มากกว่า 200 รอบต่อนาที เหมาะสำหรัเข็มศึระะช่วยลดความไวของเส้นประสาท รักษาอาการปวด นอนไม่หลับ กล้ามเนื้อและหลอดเลือดหดเกร็ง เหมาะสำหรัการฝังเข็มช่วยเสริมการระงับความรู้สึกในการผ่าตัด
2. คลื่นความถี่ต่ำ (disperse wave) ความถี่น้อยกว่า 50 รอบต่อนาที เหมาะสำหรัการฝังเข็มร่างกาย ช่วยกระตุ้นการหดตัวของกล้ามเนื้อ เพิ่มความตึงของกล้ามเนื้อและเอ็นยึด ใช้รักษากลุ่มโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรง การบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น เอ็นยึด กระดูก และข้อ
3. คลื่นความถี่สูงสลับความถี่ต่ำ (dense-disperse wave) มีระยะเวลาเปลี่ยนความถี่ห่างกัน 1.5 วินาที ช่วยกระตุ้นการสันดาป กระตุ้นการไหลเวียนของข้และเลือด ช่วยลำเลียงสารอาหารไปหล่อเลี้ยงเนื้อเยื่อ ลดบวม ใช้ในการห้ามเลือด รักษาเคล็ดขัดยอก ฟกช้ำ ข้อแพลงปวดรอบข้อ ปวดประสาทไซแอติก อัมพาตใบหน้า กล้ามเนื้ออ่อนแรง และแผลจากความเย็น
4. คลื่นความถี่เต็นหยุดสลับกัน (intermittent wave) เป็นคลื่นต่อเนื่องซึ่งเต็นนาน 1.5 วินาที ล้แล้วหยุดเต็น 1.5 วินาที สลับกันไป ช่วยกระตุ้นให้กล้ามเนื้อเต็นตัวและมีการหดตัว ใช้รักษาโรคกล้ามเนื้อลีบ กล้ามเนื้ออ่อนแรง และอัมพาตทุกขัอัมพาต

ข้อควรระวัง

1. ควรตรวจสอบเครื่องกระตุ้นสม้าเสมอ โดยเฉพาะบริเวณที่สายไฟบิดงอบ่อยๆ สายภายในอาจขาดหรือหลวมได้ง่าย ทำให้กระแสไฟฟ้าอาจเข้าเครื่องไม่ต่อเนื่อง หากแบตเตอรี่ใช้นานเกินไปควรเปลี่ยนใหม่ ปิดสวิตช์ทุกครั้งก่อนเปิดใช้เครื่อง
2. ควรเพิ่มความแรงของกระแสไฟฟ้าทีละน้อย เพื่อป้องกันการหดตัวของกล้ามเนื้ออย่างรุนแรง ซึ่งอาจทำให้เข็มงอหรือหักได้
3. ความต่างศักย์ไฟฟ้าสูงสุดไม่ควรเกิน 40 โวลต์ ความแรงของกระแสไฟฟ้าไม่ควรเกิน 1 มิลลิแอมป์ เพื่อป้องกันผู้ป่วยถูกไฟฟ้าดูด
4. ไม่ควรติดขั้วไฟฟ้าให้กระแสไฟฟ้าไหลข้ามแนวกึ่งกลางของร่างกาย
5. หลีกเลี่ยงการกระตุ้นไฟฟ้าผ่านหัวใจหรือบริเวณหน้าอกเหนือหัวใจ
6. ควรหลีกเลี่ยงการกระตุ้นอย่างรุนแรงในผู้ป่วยที่มีสภาพร่างกายอ่อนแอหรือตื่นเต้น เพราะอาจทำให้เป็นลม
7. ในหญิงตั้งครรภ์ควรใช้การกระตุ้นไฟฟ้าด้วยความระมัดระวัง

ข้อห้าม

1. ผู้ป่วยที่ติดเครื่องกระตุ้นหัวใจ (pace maker) เนื่องจากกระแสไฟฟ้าอาจรบกวนการทำงานของเครื่องกระตุ้นหัวใจ
2. ผู้ป่วยโรคลมชักหรือชักกระตุก

5. เข็มน้ำ 水針 Acupuncture injection

เป็นการฉีดยาหรือสารบางอย่างเข้าที่จุดฝังเข็ม นิยมใช้ยาสมุนไพรจีนหรือยาแผนปัจจุบัน โดยอาศัยฤทธิ์ยาและสรรพคุณของจุดร่วมกัน ทำให้ได้ผลในการรักษาเพิ่มขึ้น

ยาสมุนไพรจีนที่ใช้บ่อย เช่น ตางกุย หงฮวา ป่านหลานเกิน ตานเฉิน หวางฉี หยวชิงฉว่ เป็นต้น ยาแผนปัจจุบันที่ใช้บ่อย เช่น วิตามินต่างๆ น้ำเกลือ กลูโคส เป็นต้น

วิธีการปฏิบัติ

1. เข็มงดเรื่องการทำให้ปราศจากเชื้อ
2. เลือกเข็มฉีดยาเบอร์ 24 หรือ 25
3. เลือกตำแหน่งจุดฝังเข็มตามสภาพปัญหาของผู้ป่วย 2-4 จุด ตำแหน่งที่ฉีดยาควรมีกล้ามเนื้อหนา อาจเลือกจุดอาซิ๋ว จุดปฎิกริยา เช่น มีตุ่ม ผิวหนังเกิดรอยนูนหรือเปลี่ยนสี เป็นต้น
4. ปริมาณยาที่ใช้ฉีดเป็นไปตามปริมาณการใช้ของยาแต่ละชนิด โดยทั่วไปใช้ยาเพียง 1/5-1/2 ของปริมาณยานั้นๆ ในแต่ละตำแหน่งจะใช้ปริมาณยาต่างกัน เช่น ใบหน้าและศีรษะ ใช้ 0.3-0.5 มล. ใบหูใช้ 0.1 มล. แขนขาใช้ 1-2 มล. แผ่นหลังและหน้าอกใช้ 0.5-1 มล. เอวหรือสะโพกใช้ 2-5 มล.

5. วิธีการฉีดยาเหมือนฉีดยาทั่วไป หลังจากแทงเข็มแล้วต้องให้เตอซี่ ลองดูกลับ เพื่อตรวจสอบว่าแทงเข็มเข้าหลอดเลือดหรือไม่ เมื่อไม่พบเลือดจึงฉีดยา ในผู้ป่วยโรคเฉียบพลัน หรือสุขภาพแข็งแรงสามารถบริหารยาได้เร็ว สำหรับผู้ที่ร่างกายอ่อนแอหรือเป็นโรคเรื้อรัง ให้บริหารยาช้าๆ กรณีที่ใช้ยาปริมาณมากให้ฉีดยาไปเรื่อยๆ หรือฉีดยากระจายรอบๆ จุดนั้น

6. รอบการรักษา โรคเฉียบพลันฉีดยาวันละ 1-2 ครั้ง โรคเรื้อรังฉีดยาทุกวันหรือวันเว้นวัน รักษา 6-10 ครั้ง เป็น 1 รอบการรักษา ยาที่ออกฤทธิ์นานให้ฉีดยาทุก 2-3 วัน จุดที่ใช้ฉีดยา ควรสลับกันไป โดยให้พักจุด 5-7 วัน จึงฉีดยาซ้ำที่เดิม

ข้อบ่งชี้

1. โรคระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ เช่น กระดูกต้นคอเสื่อม ไหล่ติดเอวเคล็ด ข้ออักเสบ ข้อแพลง เป็นต้น
2. โรคระบบประสาท เช่น อัมพาตใบหน้า ปวดเส้นประสาทใบหน้า ปวดประสาทไซแนติก ปวดประสาทอักเสบ โรคจิตเภท โรคลมชัก อ่อนเพลียเรื้อรัง เป็นต้น
3. โรคระบบทางเดินอาหาร เช่น กระเพาะอาหารหย่อน อุจจาระร่วง บิด ลำไส้แปรปรวน เป็นต้น
4. โรคระบบทางเดินหายใจ เช่น หลอดลมอักเสบ หอบหืด วัณโรคปอด เป็นต้น
5. โรคระบบหัวใจและหลอดเลือด เช่น ความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดหัวใจ ปวดแสบหัวใจ เป็นต้น
6. โรคผิวหนัง เช่น ลมพิษ สิว ผื่นอักเสบเรื้อรัง เป็นต้น

ข้อควรระวัง

1. ต้องเลือกยาให้เหมาะสม ควรคำนึงถึงฤทธิ์ สรรพคุณ ปริมาณ และผลข้างเคียงของยา
2. ตรวจสอบวันหมดอายุ ลักษณะทางกายภาพของยาว่ามีตะกอนหรือเปลี่ยนสีหรือไม่
3. ก่อนฉีดยาควรซักประวัติการแพ้ยา อธิบายให้ผู้ป่วยเข้าใจถึงสรรพคุณและอาการข้างเคียงหลังฉีดยา เช่น ปวด บวม ตึง หรือหน่วง เป็นต้น ซึ่งจะหายไปภายในไม่เกิน 1 วันหลังฉีดยา
4. ห้ามแทงเข็มลึกบริเวณต้นคอ ท้ายทอย หน้าอก เพราะอาจบาดเจ็บต่ออวัยวะภายใน
5. ห้ามฉีดยาเข้าข้อ ช่องไขสันหลัง หลอดเลือด และเส้นประสาทขนาดใหญ่ หากแทงเข็มถูกหลอดเลือดหรือเส้นประสาท ให้ถอยเข็มแล้วเปลี่ยนทิศทางใหม่
6. สตรีมีครรภ์ห้ามฉีดยาบริเวณบั้นเอว ซานินเจียว (SP 6) หรือเหอตู (LI 4) เพราะอาจเกิดภาวะแท้งบุตรได้
7. ผู้สูงอายุหรือผู้ป่วยที่สภาพร่างกายอ่อนแอ ให้ลดจำนวนจุดที่ฉีดยาและปริมาณยา

บทที่ 7

การฝังเข็มศีรษะและหู Scalp and Ear Acupuncture

1. การฝังเข็มศีรษะ (Scalp acupuncture)

การฝังเข็มศีรษะเป็นการฝังเข็มรักษาโรคตามแนวเขตหนังศีรษะ แนวเขตหนังศีรษะมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับหน้าที่ของอวัยวะต่างๆ เนื่องจากศีรษะและใบหน้าเป็นตำแหน่งสำคัญที่จึงเชื่อมกัน ศีรษะเป็นศูนย์รวมของเส้นหยางทั้งหมด สมองเป็นทะเลแห่งไขกระดูก เป็นที่อยู่ของหยวนเสินซึ่งควบคุมการทำงานของอวัยวะต่างๆ และเส้นจิงลั่ว เป็นตำแหน่งสำคัญในการปรับชีและเลือดทั่วร่างกาย

ตั้งแต่ปี คศ. 1970 เป็นต้นมา มีการใช้เข็มศีรษะหลายรูปแบบในทางคลินิกจนกลายเป็นวิธีฝังเข็มที่ใช้บ่อยในการรักษาโรคหลายชนิด โดยเฉพาะโรคทางสมอง การฝังเข็มศีรษะมีทฤษฎีที่ใช้อ้างอิง 2 ทฤษฎี ในการเลือกตำแหน่งแนวเขตหนังศีรษะที่สัมพันธ์กัน คือ

1. อ้างอิงตามหลักทฤษฎีอวัยวะต่างๆ และเส้นจิงลั่ว
2. อ้างอิงตามหน้าที่ของเปลือกสมอง (cerebral cortex) ตำแหน่งต่างๆ ซึ่งสะท้อนไปที่แนวเขตหนังศีรษะ

วิธีการฝังเข็มศีรษะมีหลายสำนัก ที่นิยมกันมาก คือ การฝังเข็มศีรษะแบบ “เจียว ชุ่นฟา” และการฝังเข็มศีรษะตามมาตรฐานสากล

การฝังเข็มศีรษะแบบ “เจียว ชุ่นฟา”

เป็นวิธีการฝังเข็มศีรษะที่ได้รับความนิยมมาก คิดค้นโดยศาสตราจารย์เจียว ชุ่นฟา แห่งมณฑลซานซี โดยเริ่มศึกษาค้นคว้าพัฒนาการฝังเข็มศีรษะตั้งแต่ปี คศ. 1970 ประสิทธิภาพในการรักษาโดยเฉพาะโรคทางสมองเป็นที่ยอมรับและเผยแพร่ไปทั่วประเทศจีนและทั่วโลก โดยเรียกชื่อแนวเขตหนังศีรษะตามชื่อหน้าที่ของเปลือกสมอง

แนวเขตหนังศีรษะ

วิธีหาแนวเขตหลัก 2 แนว

1. **เส้นแนวกึ่งกลางหน้าหลัง (Antero-posterior median line)** จุดเริ่มต้นอยู่ที่จุดกึ่งกลางระหว่างหัวคิ้ว ไปตามแนวกึ่งกลางกะโหลกศีรษะถึงปุ่มกะโหลกท้ายทอย (external occipital protuberance)

2. **เส้นแนวด้านข้างศีรษะ (Supraciliary-occipital line)** จุดเริ่มต้นอยู่ที่กึ่งกลางระหว่างหัวคิ้ว ไปทางด้านข้าง ผ่านจอนผมถึงปุ่มกะโหลกท้ายทอย (external occipital protuberance)

แนวเขตหนังศีรษะ ประกอบด้วย 13 แนวเขตดังนี้

1. แนวเขตการเคลื่อนไหว (Motor area)

ตำแหน่ง: เส้นที่ลากจากจุดเริ่มต้นซึ่งอยู่หลังต่อจุดแบ่งครึ่งของเส้นแนวกึ่งกลางหน้าหลัง 0.5 ซม. ไปสิ้นสุดที่จุดเชื่อมต่อกันระหว่างเส้นแนวด้านข้างศีรษะกับขอบหน้าของจอนผม

ข้อบ่งชี้: แบ่งเส้นนี้เป็น 5 ส่วนเท่าๆ กัน โดย

1/5 ตอนบน: รักษาอาการอ่อนแรงของขาและลำตัวด้านตรงข้าม

2/5 ตอนกลาง: รักษาอาการอ่อนแรงของแขนด้านตรงข้าม

2/5 ตอนล่าง: รักษาอาการอ่อนแรงของกล้ามเนื้อใบหน้าด้านตรงข้าม ได้แก่ อัมพาตใบหน้า น้ำลายไหล ปัญหาการพูด เช่น พูดไม่ได้ (motor aphasia) เป็นต้น; **เขตการพูดที่ 1 (speech 1 area)** ก็เรียก

2. แนวเขตรับรู้ความรู้สึก (Sensory area)

ตำแหน่ง: เส้นที่ขนานกับแนวเขตการเคลื่อนไหว โดยห่างไปทางด้านหลัง 1.5 ซม.

ข้อบ่งชี้: แบ่งเส้นนี้เป็น 5 ส่วนเท่าๆ กัน โดย

1/5 ตอนบน: รักษาความผิดปกติของการรับรู้ความรู้สึกของขาและลำตัวด้านตรงข้าม ได้แก่ ปวดหรือชาขา ปวดเอวร้าวลงขา ปวดท้ายทอย หูอื้อ

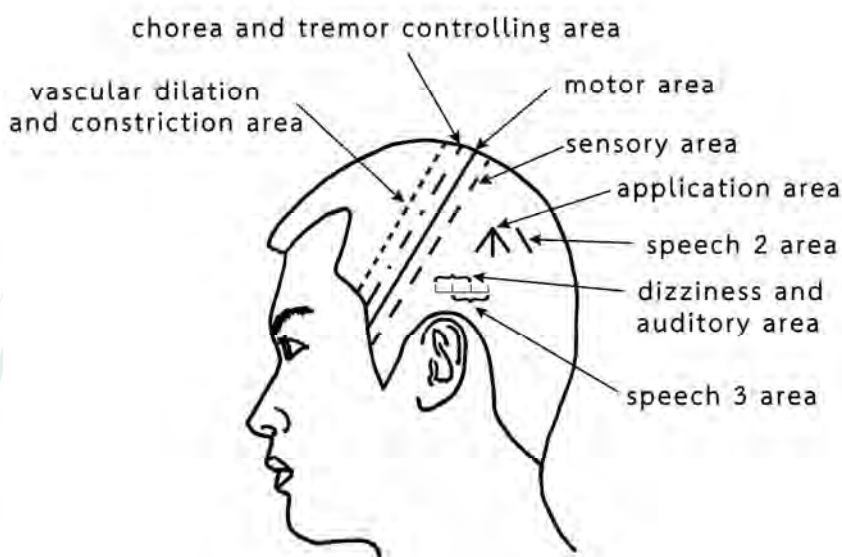
2/5 ตอนกลาง: รักษาความผิดปกติของการรับรู้ความรู้สึกของแขนด้านตรงข้าม ได้แก่ อาการปวดชาไหล่และแขน

2/5 ตอนล่าง: รักษาความผิดปกติของการรับรู้ความรู้สึกของใบหน้าด้านตรงข้าม ได้แก่ ปวดเส้นประสาทใบหน้า (trigeminal neuralgia) ไมเกรน ปวดกราม ปวดฟัน

3. แนวเขตควบคุมการสั่น (Chorea and tremor controlling area)

ตำแหน่ง: อยู่ขนาบและหน้าต่อแนวเขตการเคลื่อนไหว 1.5 ซม.

ข้อบ่งชี้: กลุ่มโรคที่มีอาการสั่น เช่น โรคพาร์กินสัน, chorea เป็นต้น



ภาพที่ 7.1 แสดงแนวเขตต่างๆ ของหนังศีรษะ

4. แนวเขตเวียนศีรษะและการได้ยิน (Dizziness and auditory area)

ตำแหน่ง: จากเหนือยอดใบหู 1.5 ซม. ลากเส้นตามแนวระนาบไปด้านหน้า 2 ซม. และด้านหลัง 2 ซม. รวม 4 ซม. จุดกึ่งกลางอยู่ตรงกับยอดใบหู

ข้อบ่งชี้: Meniere's disease, เวียนศีรษะ

5. แนวเขตการพูดที่ 2 (speech 2 area)

ตำแหน่ง: จากปุ่มด้านข้างศีรษะ (parietal tubercle) ออกไปทางด้าน postero-inferior 2 ซม. ลากเส้นขนานกับเส้นแนวกึ่งกลางหน้าหลังลงล่าง 3 ซม.

ข้อบ่งชี้: nominal aphasia คือ ป่วยพูดได้ บอกได้ว่าสิ่งนั้นใช้ทำอะไร แต่บอกชื่อไม่ได้

6. แนวเขตการพูดที่ 3 (speech 3 area)

ตำแหน่ง: จากจุดกึ่งกลางของแนวเขตเวียนศีรษะและการได้ยิน ลากเส้นไปด้านหลัง 4 ซม. จะทับเส้นแนวเขตเวียนศีรษะและการได้ยิน แต่ยาวต่อไปด้านหลังอีก 2 ซม.

ข้อบ่งชี้: sensory aphasia คือ ผู้ป่วยพูดได้ แต่ฟังไม่เข้าใจ ทำให้พูดจาโต้ตอบไม่รู้เรื่องถามอย่างหนึ่งตอบอย่างหนึ่ง

7. แนวเขตการใช้งาน (Application area)

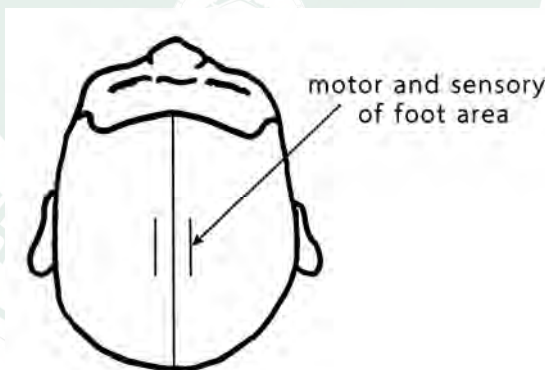
ตำแหน่ง: จากปุ่มด้านข้างศีรษะ (parietal tubercle) ลากเส้น 3 เส้น ยาวเส้นละ 3 ซม. เส้นแรกลากลงมาแนวตั้ง เส้นที่ 2 ทำมุม 40° กับเส้นแรกไปทางด้านหน้า เส้นที่ 3 ทำมุม 40° กับเส้นแรกไปทางด้านหลัง

ข้อบ่งชี้: apraxia คือ ผู้ป่วยเคลื่อนไหวได้ แต่ไม่สามารถควบคุมการใช้งาน เช่น ตีกระดุมไม่ได้ เป็นต้น

8. แนวเขตการเคลื่อนไหวและรับรู้ความรู้สึกของขา (Motor and sensory of foot area)

ตำแหน่ง: จากจุดแบ่งครึ่งเส้นแนวกึ่งกลางหน้าหลังออกไปด้านข้าง 1 ซม. ลากเส้นขนานกับเส้นแนวกึ่งกลางหน้าหลังไปด้านหลัง 3 ซม.

ข้อบ่งชี้: อาการปวดและอ่อนแรงขาด้านตรงข้าม ปัสสาวะมากเหตุได้เปลือกสมอง (subcortical diuresis) ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ มดลูกหย่อน

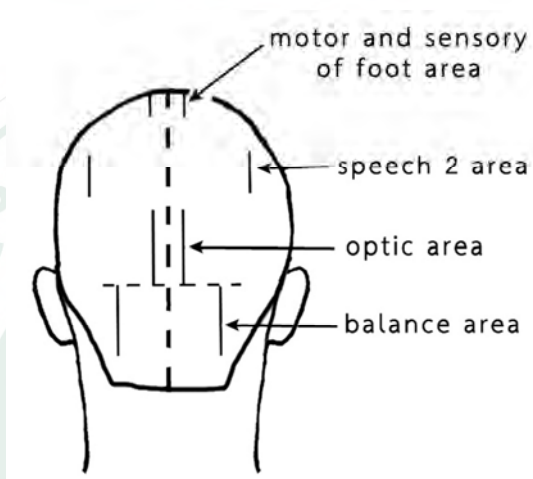


ภาพที่ 7.2 แสดงแนวเขตการเคลื่อนไหวและรับรู้ความรู้สึกของขา

9. แนวเขตการมองเห็น (Optic area)

ตำแหน่ง: จากจุดที่ห่างออกจากปุ่มกะโหลกท้ายทอยในแนวระนาบ 1 ซม. ลากเส้นขนานกับเส้นแนวกึ่งกลางหน้าหลังขึ้นบน 4 ซม.

ข้อบ่งชี้: ความผิดปกติของการมองเห็นเหตุเปลือกสมอง (cerebrocortical visual disturbance)



ภาพที่ 7.3 แสดงแนวเขตต่างๆ ของหนังศีรษะ

10. แนวเขตการทรงตัว (Balance area)

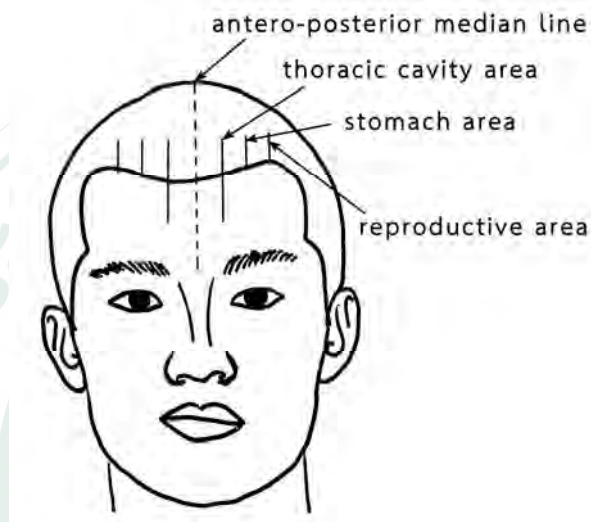
ตำแหน่ง: จากจุดที่ห่างจากปุ่มกะโหลกท้ายทอยในแนวระนาบ 3.5 ซม. ลากเส้นขนานกับเส้นแนวกึ่งกลางหน้าหลังลงไป ยาว 4 ซม.

ข้อบ่งชี้: เสียการทรงตัวเหตุสมองน้อย (cerebellum equilibrium disturbance)

11. แนวเขตกระเพาะอาหาร (Stomach area)

ตำแหน่ง: จากแนวชายผมขอบหน้าผากตรงกับรูม่านตาในแนวดิ่ง ลากเส้นขนานกับเส้นแนวกึ่งกลางหน้าหลังขึ้นบนยาว 2 ซม.

ข้อบ่งชี้: กระเพาะอาหารอักเสบ ปวดกระเพาะอาหาร ปวดท้อง



ภาพที่ 7.4 แสดงแนวเขตต่างๆ ของหนังศีรษะ

12. แนวเขตทรวงอก (Thoracic cavity area)

ตำแหน่ง: จากแนวชายผมขอบหน้าผากตรงจุดกึ่งกลางระหว่างเส้นแนวกึ่งกลางหน้าหลังกับแนวเขตกระเพาะอาหาร ลากเส้นขึ้นบน 2 ซม. และลงล่าง 2 ซม. รวมเป็น 4 ซม.

ข้อบ่งชี้: ใจสั่น ใจหวิว แน่นหน้าอก ปวดทรวงอก สะอึก หอบ

13. แนวเขตระบบสืบพันธุ์ (Reproductive area)

ตำแหน่ง: จากแนวชายผมมุมขอบหน้าผาก ลากเส้นขนานกับเส้นแนวกึ่งกลางหน้าหลังขึ้นบน 2 ซม.

ข้อบ่งชี้: มดลูกหย่อน ประจำเดือนมาไม่ปกติ

หมายเหตุ: อาจใช้ร่วมกับแนวเขตการเคลื่อนไหวและรับรู้ความรู้สึกของขาเพื่อรักษามดลูกหย่อน

การฝังเข็มศีรษะตามมาตรฐานสากล

ในปี ค.ศ. 1984 สำนักงานภาคพื้นแปซิฟิกตะวันตกขององค์การอนามัยโลกได้จัดให้มีการประชุมเพื่อปรับปรุงตำแหน่งจุดฝังเข็มศีรษะ รวมทั้งการเรียกชื่อให้เป็นมาตรฐานสากล โดยแบ่งพื้นที่ศีรษะออกเป็น 4 บริเวณ คือ หน้าผาก (forehead) กระหม่อม (vertex) ขมับ (temporal) และท้ายทอย (occipital) มีแนวเส้นต่างๆ ดังนี้

1. เส้นกึ่งกลางหน้าผาก (Middle line of forehead: MS 1)

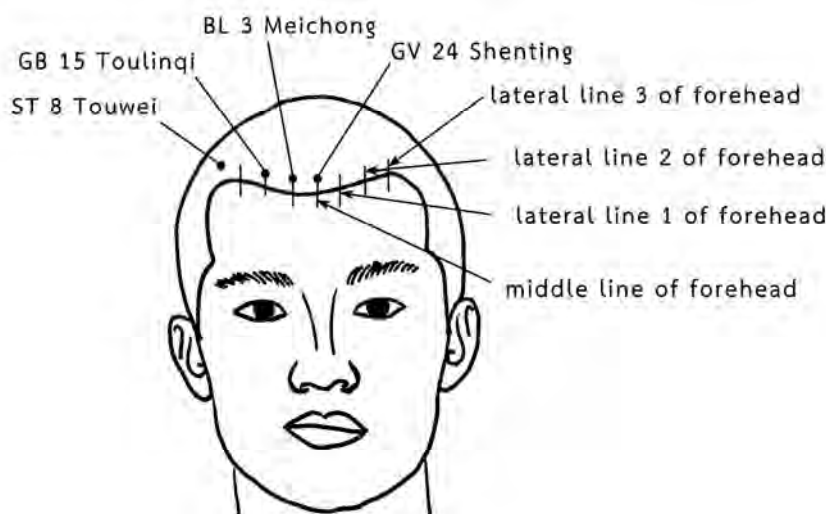
ตำแหน่ง: บริเวณหน้าผาก เป็นเส้นที่ลากจาก Shenting (GV 24) มายังด้านหน้า ยาว 1 ซม.

ข้อบ่งชี้: โรคลมชัก โรคทางจิตเวช โรคของจมูก

2. เส้นข้างหน้าผากเส้น 1 (Lateral line 1 of forehead: MS 2)

ตำแหน่ง: บริเวณหน้าผาก เป็นเส้นที่ลากจาก Meichong (BL 3) มายังด้านหน้า ยาว 1 ซม.

ข้อบ่งชี้: กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด ปวดเค้นหัวใจ หอบหืด



ภาพที่ 7.5 แสดงแนวเส้นต่างๆ ของหนังศีรษะ

3. เส้นข้างหน้าผากเส้น 2 (Lateral line 2 of forehead: MS 3)

ตำแหน่ง: บริเวณหน้าผาก เป็นเส้นที่ลากจาก Toulunqi (GB 15) มายังด้านหน้า ยาว 1 ซม.

ข้อบ่งชี้: ภาวะอาหารอหิวาต์ แผลในกระเพาะอาหารหรือลำไส้เล็กส่วนต้น โรคของตับหรือถุงน้ำดี

4. เส้นข้างหน้าผากเส้น 3 (Lateral line 3 of forehead: MS 4)

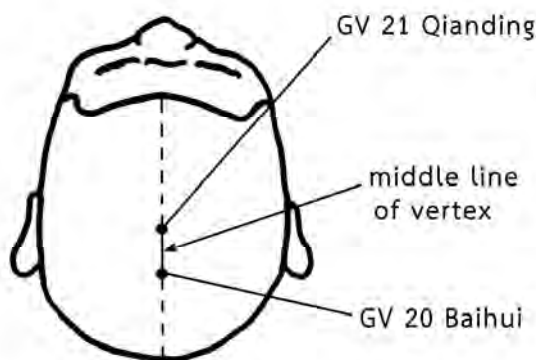
ตำแหน่ง: บริเวณหน้าผาก เป็นเส้นที่ลากจากจุดที่อยู่ medial ต่อ Touwei (ST 8) 0.75 ชู่น มายังด้านหน้า ยาว 1 ซม.

ข้อบ่งชี้: เลือดออกผิดปกติจากโพรงมดลูก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ฝันเปียก มดลูกหย่อน ปัสสาวะบ่อย กลั้นปัสสาวะไม่ได้

5. เส้นกลางกระหม่อม (Middle line of vertex: MS 5)

ตำแหน่ง: บริเวณกระหม่อม เป็นเส้นที่เชื่อมระหว่าง Baihui (GV 20) กับ Qinding (GV 21)

ข้อบ่งชี้: ปวดบริเวณกระหม่อม โรคของเอว ขา และเท้า เช่น อาการอ่อนแรง ขา ปวด เป็นต้น ปัสสาวะมากเหตุเปลือกสมอง (cortical diuresis) ไข้ตรงหย่อน ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ความดันโลหิตสูง



ภาพที่ 7.6 แสดงแนวเส้นกลางกระหม่อม

6. เส้นเฉียงกระหม่อม-ขมับเส้นหน้า (Anterior oblique line of vertex-temporal: MS 6)

ตำแหน่ง: อยู่ระหว่างกระหม่อมกับขมับ เป็นเส้นที่เชื่อมระหว่าง Qianshenchong กับ Xuanli (GB 6)

ข้อบ่งชี้: แบ่งเส้นนี้เป็น 5 ส่วนเท่าๆ กัน โดย

1/5 ตอนบน: รักษาอาการอ่อนแรงของขาและลำตัวด้านตรงข้าม

2/5 ตอนกลาง: รักษาอาการอ่อนแรงของแขนด้านตรงข้าม

2/5 ตอนล่าง: รักษาอาการอ่อนแรงของใบหน้าด้านตรงข้าม พูดไม่ได้ (motor aphasia)

น้ำลายไหลย่อย

7. เส้นเฉียงกระหม่อม-ขมับเส้นหลัง (Posterior oblique line of vertex-temporal: MS 7)

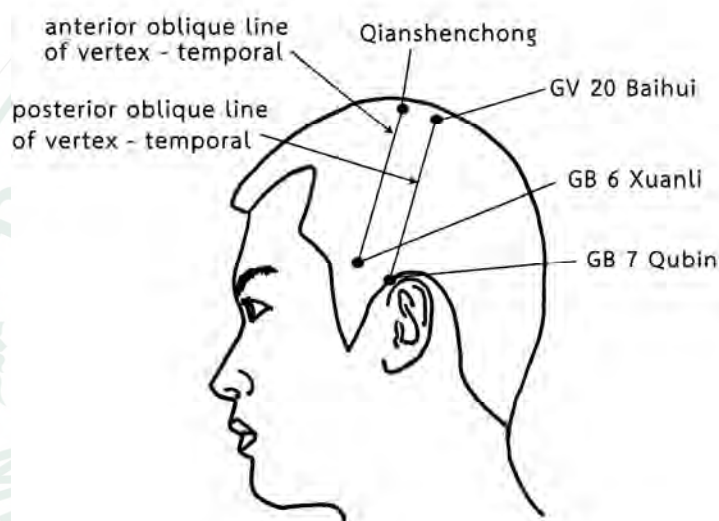
ตำแหน่ง: อยู่ระหว่างกระหม่อมกับขมับ เป็นเส้นที่เชื่อมระหว่าง Baihui (GV 20) กับ Qubin (GB 7)

ข้อบ่งชี้: แบ่งเส้นนี้เป็น 5 ส่วนเท่าๆ กัน โดย

1/5 ตอนบน: รักษาความผิดปกติของการรับรู้ความรู้สึกของขาและลำตัวด้านตรงข้าม

2/5 ตอนกลาง: รักษาความผิดปกติของการรับรู้ความรู้สึกของแขนด้านตรงข้าม

2/5 ตอนล่าง: รักษาความผิดปกติของการรับรู้ความรู้สึกของใบหน้าด้านตรงข้าม



ภาพที่ 7.7 แสดงแนวเส้นต่างๆ ของหนังศีรษะ

8. เส้นข้างกระหม่อมเส้น 1 (Lateral line 1 of vertex: MS 8)

ตำแหน่ง: บริเวณกระหม่อม เป็นเส้นที่ลากจาก Tongtian (BL 7) ไปด้านหลัง 1.5 ชู่น โดยขนานและห่างจากเส้นหู 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: โรคของแผ่นหลังส่วนเอวและขา เช่น ขาอ่อนแรง ขา ปวด เป็นต้น

9. เส้นข้างกระหม่อมเส้น 2 (Lateral line 2 of vertex: MS 9)

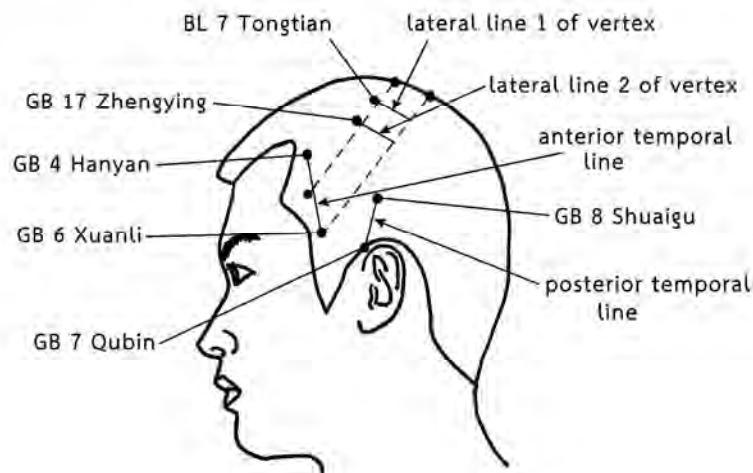
ตำแหน่ง: บริเวณกระหม่อม เป็นเส้นที่ลากจาก Zhengying (GB 17) ไปด้านหลัง 1.5 ชู่น โดยขนานและห่างจากเส้นหู 2.2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: โรคของไหล่ แขน และมือ เช่น อ่อนแรง ขา ปวด เป็นต้น

10. เส้นขมับหน้า (Anterior temporal line: MS 10)

ตำแหน่ง: บริเวณขมับ เป็นเส้นที่เชื่อมระหว่าง Hanyan (GB4) กับ Xuanli (GB6)

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน พูดไม่ได้ (motor aphasia) อัมพาตใบหน้า โรคของช่องปาก



ภาพที่ 7.8 แสดงแนวเส้นต่างๆ ของหนังศีรษะ

11. เส้นขมับหลัง (Posterior temporal line: MS 11)

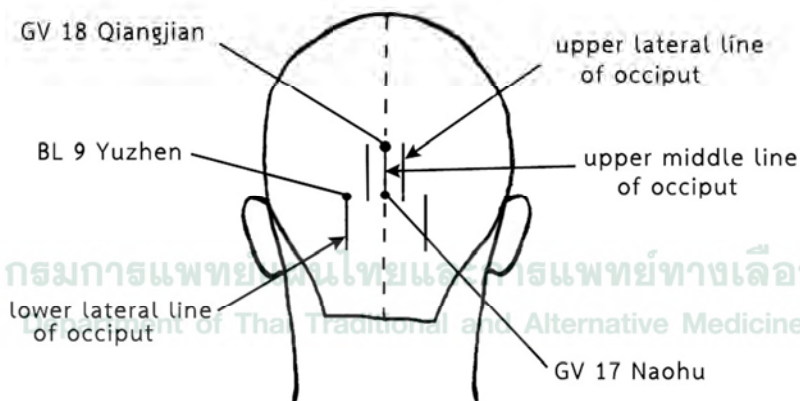
ตำแหน่ง: บริเวณขมับ เป็นเส้นที่เชื่อมระหว่าง Shuaigu (GB 8) กับ Qubin (GB 7)

ข้อบ่งชี้: ไมเกรน หูอื้อ หูตึง เวียนศีรษะ

12. เส้นกลางท้ายทอยเส้นบน (Upper middle line of occiput: MS 12)

ตำแหน่ง: ศีรษะด้านหลัง เป็นเส้นที่เชื่อมระหว่าง Qiangjian (GV 18) กับ Naohu (GV 17) ยาว 1.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: โรคตา ผิวน้ำหนักอักเสบเรื้อรังที่เท้า



ภาพที่ 7.9 แสดงแนวเส้นต่างๆ ของหนังศีรษะ

13. เส้นข้างท้ายทอยเส้นบน (Upper lateral line of occiput: MS 13)

ตำแหน่ง: ศีรษะด้านหลัง เป็นเส้นที่ลากจากแนวระดับปุ่มกะโหลกท้ายทอยขึ้นมา 1.5 ชู่น โดยขนานและห่างจากเส้นคิ้ว 0.5 ชู่น

ข้อบ่งชี้: ความผิดปกติของสายตาเหตุเปลือกสมอง ต้อกระจก สายตาสั้น

14. เส้นข้างท้ายทอยเส้นล่าง (Lower lateral line of occiput: MS 14)

ตำแหน่ง: บริเวณท้ายทอย เป็นเส้นที่ลากจาก Yuzhen (BL 9) ลงไป 2 ชู่น

ข้อบ่งชี้: เสียการทรงตัวเหตุสมองน้อย (cerebellum equilibrium disturbance) ปวดท้ายทอย

ข้อบ่งชี้

การฝังเข็มศีรษะส่วนมากใช้ในกรณีมีความผิดปกติของสมอง เช่น แขนขาอ่อนแรงหรือชา เสียการสื่อความ (aphasia) ปัสสาวะมากเหตุเปลือกสมอง (cortical diuresis) มึนงง เวียนศีรษะ หูอื้อ, chorea, โรคลมชัก สมองพิการ (cerebral palsy) ปัญญาอ่อน อัมพาตเหตุโรคสมอง เป็นต้น นอกจากนี้ ยังใช้รักษาอาการปวดศีรษะ ผม่วง ขาอ่อนแรงเหตุไขสันหลัง ความดันโลหิตสูง โรคระบบจิตประสาท นอนไม่หลับ โรคของตาและจมูก ข้อไหล่อักเสบ ปวดหลังส่วนล่าง ปวดขา และภาวะโรคปวดอื่นๆ

วิธีการฝังเข็มศีรษะ

ให้ผู้ปวยนั่งหรือนอน ใช้เข็มเบอร์ 28-30 ยาว 1.5-2.5 ชู่น แผลงเข็มทำมุม 30° กับหนังศีรษะ ลึกลงชั้นใต้ผิวหนังโดยใช้ความเร็ว ให้ปลายเข็มอยู่ระหว่างชั้นหนังศีรษะ (galea aponeurotica) กับชั้นเยื่อหุ้มกะโหลกศีรษะ (pericranium) เมื่อแรงต้านเข็มลดลง ให้ดันเข็มขนานไปกับหนังศีรษะ ร่วมกับการหมุนเข็ม ความลึกของเข็มขึ้นกับบริเวณที่จะฝังเข็ม โดยทั่วไปลึกประมาณ 0.5-3 ชู่น

การกระตุ้นเข็มใช้การหมุนเข็มเท่านั้น ไม่ใช้การขยับเข็มเข้าออก ความเร็วในการหมุนเข็ม ประมาณ 200 รอบต่อนาที นาน 2-3 นาที จะได้ผลดีที่สุด จากนั้นกระตุ้นซ้ำทุก 5-10 นาที อีก 2-3 รอบแล้วถอนเข็มออก ผู้ป่วยอัมพาตอัมพาตระหว่างกระตุ้นเข็มและคาเข็ม ให้เคลื่อนไหว แขนขาข้างที่มีพาราสาพเท่าที่ทำได้ ถ้าผู้ป่วยเคลื่อนไหวไม่ได้ ให้ช่วยเหลือโดยจับให้เคลื่อนไหว ในการถอนเข็มให้ค่อยๆ หมุนเข็มจนรู้สึกไม่แน่นแล้วจึงถอนออกพร้อมกับใช้มือกดบริเวณรูเข็ม ถ้ามีเลือดออกให้ใช้สำลีแห้งกดค้างนาน 1-2 นาที

ข้อควรระวัง

1. การฝังเข็มศีรษะอาจเกิดการกระตุ้นอย่างแรงจนทำให้ผู้ป่วยเป็นลมได้ ควรดูแลใกล้ชิด และควบคุมให้การกระตุ้นเข็มอยู่ในระดับพอเหมาะ
2. ไม่แนะนำให้ใช้เข็มศีรษะในทารกที่กระหม่อมหน้ายังไม่ปิด
3. ไม่แนะนำให้ใช้เข็มศีรษะในผู้ป่วยหลอดเลือดสมองชนิดแตกซึ่งสัญญาณชีพยังไม่คงที่
4. ควรดูแลอย่างใกล้ชิดในการฝังเข็มให้ผู้ป่วยที่มีไข้สูง มีภาวะอักเสบเฉียบพลัน หรือหัวใจวาย

2. การฝังเข็มหู (Ear acupuncture)

การฝังเข็มหูเป็นวิธีการฝังเข็มระบบหนึ่งซึ่งใช้ป้องกันและรักษาโรคได้ โดยการฝังเข็มหูเพียงอย่างเดียวหรือรวมกับการฝังเข็มร่างกาย เป็นวิธีที่ง่ายและสะดวก สามารถทำได้ทุกวัน ข้อบ่งชี้กว้าง นอกจากนี้ จุดฝังเข็มหูยังใช้ประกอบการวินิจฉัยทางคลินิกได้

ความสัมพันธ์ระหว่างหู เส้นจิงลั่ว และอวัยวะข้างหู

หูมีความสัมพันธ์กับเส้นจิงลั่วต่างๆ โดยเส้นลำไส้เล็ก เส้นชานเจียว เส้นถุงน้ำดี และเส้นลำไส้ใหญ่ มีเส้นทางไหลเวียนผ่านหู ส่วนเส้นกระเพาะอาหาร เส้นกระเพาะปัสสาวะ มีเส้นทางผ่านด้านหน้าและด้านหลังของหูตามลำดับ เส้นหยางเฉียวและเส้นอินเฉียวผ่านหลังหู ส่วนเส้นอินทั้ง 6 เส้น แม้ไม่ไหลเวียนผ่านหูโดยตรง แต่ก็เชื่อมเส้นคู่นอก-ในกับเส้นหยาง ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า เส้นจิงจิง 12 เส้น เชื่อมกับหูไม่โดยทางตรงก็โดยทางอ้อม

หูมีความสัมพันธ์กับอวัยวะข้างหู คัมภีร์หวางตี้เน่ยจิงกล่าวว่า “ในทางสรีรวิทยา หูเชื่อมต่อกับอวัยวะข้าง 5” คัมภีร์หนี่เจิ้งอ้านหมอย่าวซู กล่าวว่า “บริเวณหูแบ่งเป็น 5 ส่วน ซึ่งสัมพันธ์กับอวัยวะข้าง 5 กล่าวคือ หลังใบหูสัมพันธ์กับตับ ตรงข้ามขอบใบหูขาบนสัมพันธ์กับหัวใจ ขอบใบหูสัมพันธ์กับม้าม ผิวหนังใบหูสัมพันธ์กับปอด กระบังหูสัมพันธ์กับไต”

หูมีความสัมพันธ์กับการเจ็บป่วยของร่างกาย สามารถใช้ประกอบในการวินิจฉัยโรคได้ เช่น ใบหูสีคล้ำเล็กแสดงว่าไตเล็ก ใบหูใหญ่แสดงว่าไตใหญ่ ใบหูอยู่สูงแสดงว่าไตอยู่ค่อนข้างสูง ใบหูด้านหลังมีรอยบวมเล็กแสดงว่าไตอยู่ค่อนข้างต่ำ ใบหูแข็งและหนาแสดงว่าไตสมบูรณ์ ใบหูบางและอ่อนแสดงว่าไตไม่แข็งแรง เด็กเล็กที่เป็นโรคสุกใสหรือผิวดำ หากหลังใบหูแดงร้อนแสดงว่าพยากรณ์โรคดี แต่หากหลังใบหูคล้ำแสดงว่าโรคจะรุนแรงมากขึ้น ยอดใบหูเย็นแสดงว่าเด็กกำลังจะออกหัด หลังตั้งหูแดงและมีแผลรื้อรังที่กกหู มักแสดงถึงการมีพยาธิสภาพในสมอง ผู้ป่วยเบาหวานขอบใบหูจะแห้งเกรียม

ส่วนประกอบของหู

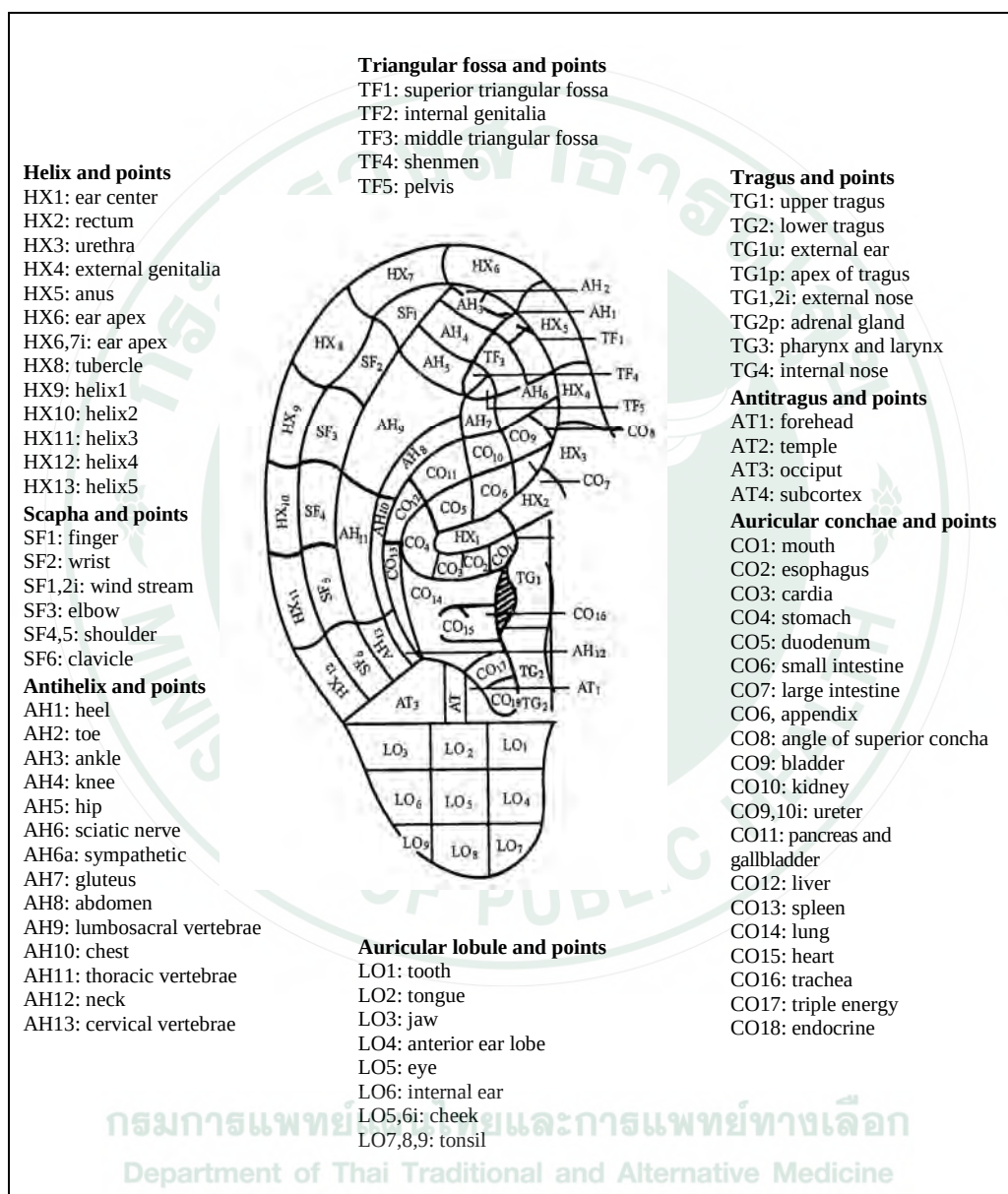
หูประกอบด้วยกระดูกอ่อน ไขมัน เนื้อเยื่อต่างๆ และเส้นประสาทฝอยมากมาย นอกจากนี้ ยังมีเส้นประสาทไขสันหลังคอที่ 2 และ 3 เส้นประสาทสมองคู่ที่ 5, 7 และ 10 มาหล่อเลี้ยง ดังนั้น โรคที่มีสาเหตุจากเส้นประสาทเหล่านี้จึงรักษาได้ด้วยการฝังเข็มหู

ชื่อเรียกส่วนต่างๆ ของหูและความสัมพันธ์กับอวัยวะต่างๆ

1. ขี้ขอบใบหู (耳轮脚: Helix crus) เป็นส่วนของขอบใบหูที่ยื่นเข้าไปเหนือต่อรูหู สัมพันธ์กับกระดูกขมับ
2. ขอบใบหู (耳轮: Helix) เป็นส่วนขอบนอกสุดของใบหู สัมพันธ์ทางเดินหายใจส่วนบน และทอนซิล
3. ตุ่มขอบใบหู (耳轮结节: Helix tubercle) เป็นปุ่มเล็กๆ บนขอบใบหูด้านหลัง - ด้านบน
4. ตรงข้ามขอบใบหู (对耳轮: Antihelix) เป็นส่วนนูนรูปตัว Y ขนานกับขอบใบหู สัมพันธ์กับกระดูกสันหลังตั้งแต่ส่วนคอ ออก เอว ถึงกระเบนเหน็บ
5. ตรงข้ามขอบใบหูขาบน (对耳轮上脚: Superior antihelix crus) เป็นขาบนของส่วนนูนรูปตัว Y สัมพันธ์กับขา เข่า ตาตุ่ม สันเท้า และนิ้วเท้า
6. ตรงข้ามขอบใบหูขาล่าง (对耳轮下脚: Inferior antihelix crus) เป็นขาล่างของส่วนนูนรูปตัว Y สัมพันธ์กับสะโพก เส้นประสาท sciatic และ sympathetic
7. ท้องเรือ (耳舟: Scapha) อยู่ระหว่าง helix กับ antihelix สัมพันธ์กับแขน ไหล่ ลำตัว คอ ข้อมือ และนิ้วมือ
8. แอ่งสามเหลี่ยม (三角窝: Triangular fossa) เป็นแอ่งระหว่างขาทั้งสองของส่วนนูนรูปตัว Y สัมพันธ์กับอวัยวะสืบพันธุ์รวมถึงมดลูก กระดูกเชิงกราน และเส้นหมืน
9. รอบข้างขี้ขอบใบหู (耳轮脚周围: Periphery of the helix crus) สัมพันธ์กับทางเดินอาหาร ตั้งแต่ปาก หลอดอาหาร ถึงลำไส้ใหญ่
10. อังหู่ (耳甲艇: Cyma conchae) เป็นแอ่งเหนือขี้ขอบใบหู สัมพันธ์กับท้อง ไต ตับอ่อน ฤๅน้ำดี ตับ ม้าม และกระเพาะปัสสาวะ
11. อังหู่รูหู (耳甲腔: Cavum conchae) เป็นแอ่งใต้ขี้ขอบใบหู อยู่หลังอังหู่ สัมพันธ์กับทรวงอก หัวใจ ปอด และซานเจียว
12. รอยหยักกระดูกขมับ (屏间切迹: Intertragic notch) สัมพันธ์กับต่อมไทรอยด์ รังไข่ และอัณฑะ
13. กระบังหู (耳屏: Tragus) สัมพันธ์กับจมูกชั้นในและคอหอย
14. ตรงข้ามกระดูกขมับ (对耳屏: Antitragus) สัมพันธ์กับศีรษะด้านหน้า, subcortex, ท้ายทอย ตีงฉนวน และต่อมน้ำลาย

15. ดั้งหู (耳垂: Ear lobule) สัมพันธ์กับใบหน้า ขากรรไกรบน-ล่าง เพดานปาก ลิ้น ต่อมทอนซิล แก้ม และหูชั้นใน

16. หลังหู (耳背: Ear back) สัมพันธ์กับแผ่นหลังส่วนอกและเอว



ภาพที่ 7.10 แสดงรหัสและชื่อเรียกส่วนต่างๆ ของหู

ตำแหน่งพื้นที่ของหู

ตารางที่ 7.1 แสดงส่วนต่างๆ ของหู ชื่อตำแหน่งและรหัส และข้อบ่งชี้ในการรักษา

ส่วนของหู	ชื่อตำแหน่งและรหัส	ข้อบ่งชี้
ขั้วขอบใบหู (Helix crus)	ขั้วขอบใบหู (HX1)	ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ สะอึก ลมพิษ คันผิวหนัง ไอเป็นเลือด
ขอบใบหู (Helix)	ลำไส้ตรง (HX2)	ท้องผูก ท้องเสีย ลำไส้ตรงหย่อน ริดสีดวงทวาร
	ท่อปัสสาวะ (HX3)	ปัสสาวะบ่อย ปัสสาวะขัด ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะคั่งค้าง
	อวัยวะสืบพันธุ์ภายนอก (HX4)	ตกขาว คันช่องคลอด ผื่นเปื่อย อังทะอักเสบ เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ
	ทวารหนัก (HX5)	แผลปริขอบทวารหนัก (anal fissure) ลำไส้ตรงหย่อนริดสีดวงทวาร
	ยอดหู (HX6,7)	ไข้ ปวดฟัน ความดันโลหิตสูง เยื่อตาอักเสบ ตาขี้ขี้
	ตุ่มหู (HX8)	เวียนศีรษะ ปวดศีรษะ ความดันโลหิตสูง
	ขอบใบหู 1-4 (HX9-12)	ไข้ ทอนซิลอักเสบ ติดเชื้อทางเดินหายใจส่วนบน
ตรงข้ามขอบใบหู (Antihelix)	สันเท้า (AH1)	ปวดสันเท้า
	นิ้วเท้า (AH2)	เล็บขบ ปวดนิ้วเท้า
	ข้อเท้า (AH3)	ข้อเท้าแพลง
	เข่า (AH4)	ปวดเข่า
	สะโพก (AH5)	ปวดข้อสะโพก ปวดประสาท sciatic, ชาอ่อนแรง
	Sciatic nerve (AH6)	ปวดประสาท sciatic, ชาอ่อนแรง
	Sympathetic nervous system (AH6a)	กระเพาะอาหารและลำไส้เกร็ง ปวดเค้นหัวใจ ปวดบิดท่อน้ำดี นิ่วในท่อน้ำดี ความผิดปกติของระบบประสาทอัตโนมัติ
	ก้น (AH7)	ปวดประสาท sciatic, gluteal fasciitis

ตารางที่ 7.1 แสดงส่วนต่างๆ ของหู ชื่อตำแหน่งและรหัส และข้อบ่งชี้ในการรักษา (ต่อ)

ส่วนของหู	ชื่อตำแหน่งและรหัส	ข้อบ่งชี้
ตรงข้ามขอบใบหู (Antihelix)	ท้อง (AH8)	ปวดแน่นท้อง ท้องเสีย เอวเคล็ด ปวดประจำเดือน เจ็บครรภ์คลอด
	กระดูกสันหลังเอว (AH9)	ปวดกระดูกสันหลังเอว ปวดกระเบนเหน็บ
	ทรวงอก (AH10)	ปวดทรวงอก แน่นหน้าอก เต้านมอักเสบ ปวดซี่ข้าง ปวดประสาทซี่โครง
	กระดูกสันหลังอก (AH11)	เจ็บหน้าอก เจ็บเต้านมก่อนมีประจำเดือน เต้านมอักเสบ น้ำนมไม่พอ
	คอ (AH12)	ปวดบวมต้นคอ คอแข็ง ตกหมอน
	กระดูกต้นคอ (AH13)	คอแข็ง กระดูกคอเสื่อม
ท้องเรือ (Scapha)	นิ้วมือ (SF1)	ชานิ้ว ปวดนิ้ว เล็บขบ
	เฟิงซี (SF1,2i)	ลมพิษ คันผิวหนัง จมูกอักเสบชนิดภูมิแพ้
	ข้อมือ (SF2)	ปวดข้อมือ
	ข้อศอก (SF3)	Tennis elbow, ปวดข้อศอก
	ข้อไหล่และรอบไหล่ (SF4,5)	ข้อไหล่อักเสบ ปวดไหล่
	ไหปลาร้า (SF6)	ข้อไหล่อักเสบ
แอ่งสามเหลี่ยม (Triangular fossa)	Upper triangular fossa (TF1)	ความดันโลหิตสูง
	อวัยวะสืบพันธุ์ภายใน (TF2)	เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ผื่นเปียก หลังเร็ว ปวดประจำเดือน รอบเดือนผิดปกติ ตกขาว เลือดออกผิดปกติจากโพรงมดลูก
	Middle triangular fossa (TF3)	หอบหืด
	เส้นเหมิน (TF4)	นอนไม่หลับ ฝันมาก กลุ่มโรคปวด โรคลมชัก ความดันโลหิตสูง ปวดประสาท อาการนอนยา
	เชิงกราน (TF5)	อัมพฤกษ์อัมพาต ปีกมดลูกอักเสบ

ตารางที่ 7.1 แสดงส่วนต่างๆ ของหู ชื่อตำแหน่งและรหัส และข้อบ่งชี้ในการรักษา (ต่อ)

ส่วนของหู	ชื่อตำแหน่งและรหัส	ข้อบ่งชี้
รอบข้าง ข้าวขอบใบหู (Periphery of the helix crus)	ปาก (CO1)	อัมพาตใบหน้า ช่องปากอักเสบ โรคปริทันต์ ลิ้นอักเสบ กระจกตาอักเสบ นิ้วในกระจกตา อากาธอนยา
	หลอดอาหาร (CO2)	หลอดอาหารอักเสบ หลอดอาหารหดเกร็ง
	กระเพาะอาหารส่วนบน (CO3)	กระเพาะอาหารส่วนบนหดเกร็ง, nervous vomiting
	กระเพาะอาหาร (CO4)	กระเพาะอาหารหดเกร็ง กระเพาะอาหารอักเสบ แผลในกระเพาะอาหาร อาหารไม่ย่อย คลื่นไส้ อาเจียน ปวดหน้าผาก ปวดฟัน นอนไม่หลับ
	ลำไส้เล็กส่วนต้น (CO5)	แผลในลำไส้เล็กส่วนต้น กระจกตาอักเสบ นิ้วในกระจกตา ปวดแน่นท้อง กระเพาะอาหารส่วนล่างหดเกร็ง อุจจาระร่วง
	ลำไส้เล็ก (CO6)	อาหารไม่ย่อย ปวดแน่นท้อง หัวใจเต้นเร็ว หัวใจเต้นผิดจังหวะ
	ลำไส้ใหญ่ (CO7)	อุจจาระร่วง ท้องผูก ไอ ปวดฟัน สิว
	ไส้ติ่ง (CO6,7i)	ไส้ติ่งอักเสบ อุจจาระร่วง
อึ่งหู (Cymba conchae)	มุมอึ่งใบหู (Angle of cymba conchae) (CO8)	ต่อมลูกหมากอักเสบ ท่อปัสสาวะอักเสบ
	กระเพาะปัสสาวะ (CO9)	กระเพาะปัสสาวะอักเสบ ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ปัสสาวะคั่งค้าง ปวดท้ายทอย ปวดประสาท sciatic, ปวดหลังส่วนล่าง
	ไต (CO10)	ปวดหลังส่วนล่าง หูอื้อ หอบหืด กรวยไตอักเสบ ปัสสาวะรดที่นอน กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ผื่นเปียก เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ หลังเร็ว รอบเดือนผิดปกติ อ่อนเพลียเรื้อรัง
	ท่อนไต (CO9,10i)	นิ้วในท่อนไต
	ตับอ่อน กระจกตา (CO11)	กระจกตาอักเสบ นิ้วในกระจกตา พยาธิไส้เดือนในท่อน้ำดี ไมเกรน งูสวัด หูน้ำหนวก หูอื้อ ตับอ่อนอักเสบ

ตารางที่ 7.1 แสดงส่วนต่างๆ ของหู ชื่อตำแหน่งและรหัส และข้อบ่งชี้ในการรักษา (ต่อ)

ส่วนของหู	ชื่อตำแหน่งและรหัส	ข้อบ่งชี้
อังกู (Cymba conchae)	ตับ (CO12)	ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ สายตาสั่น ต้อหิน รอบเดือนผิดปกติ กลุ่มอาการวัยทอง กลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน ความดันโลหิตสูง
	กึ่งกลางอังกู (Middle cymba concha) (CO6,10i)	ปวดแน่นท้อง คางทูม พยาธิไส้เดือนในท่อน้ำดี
	ม้าม (CO13)	เวียนศีรษะเหตุประสาทหู แน่นท้อง อุจจาระร่วง ท้องผูก เบื่ออาหาร เลือดออกผิดปกติจากโพรง มดลูก ตกขาว
อังกูน้ำหู (Cavum conchae)	ปอด (CO14)	ไอ แน่นหน้าอก เสี่ยงหอบ คั่นผิวหนัง ลมพิษ ท้องผูก อาการถอนยา หูดราบ
	หัวใจ (CO15)	หัวใจเต้นเร็ว หัวใจเต้นผิดจังหวะ ปวดเค้นหัวใจ aortic arch syndrome, อ่อนเพลียเรื้อรัง โรคฮิสทีเรีย เจ็บลิ้น เจ็บปาก
	หลอดลม (CO16)	หลอดลมอักเสบ หอบหืด
	ชานเจียว (CO17)	ท้องผูก แน่นท้อง ปวดต้นแขนด้านนอก
	ต่อมไทรอยด์ (CO18)	ปวดประจำเดือน รอบเดือนผิดปกติ กลุ่มอาการวัยทอง สิว มาลาเรีย ต่อมไทรอยด์ทำงานผิดปกติ
กระบังหู (Tragus)	กระบังหูส่วนบน (TG1)	คออักเสบ จมูกอักเสบ
	หูภายนอก (TG10)	หูชั้นนอกอักเสบ หูน้ำหนวก หูอื้อ
	ยอดกระบังหู (TG1p)	ปวดฟัน ตาเข
	จมูกหูภายนอก (TG1,2i)	จมูกอักเสบ
	กระบังหูส่วนล่าง (TG2)	จมูกอักเสบ คัดจมูก
	กระบังหูด้านหน้าส่วน ล่างสุด (TG2L)	คออักเสบ เยื่อช่องปากอักเสบ

ตารางที่ 7.1 แสดงส่วนต่างๆ ของหู ชื่อตำแหน่งและรหัส และข้อบ่งชี้ในการรักษา (ต่อ)

ส่วนของหู	ชื่อตำแหน่งและรหัส	ข้อบ่งชี้
กระบังหู (Tragus)	ต่อมหมวกไต (TG2p)	ความดันโลหิตต่ำ เวียนศีรษะ ปวดข้อรูมาติก คางทูม พิษจากยา streptomycin, หอบหืด ภาวะช็อก
	คอหอยและกล่องเสียง (TG3)	เสียงแหบ คออักเสบ เสียการสื่อสาร หอบหืด
	จมูกภายใน (TG4)	จมูกอักเสบ ไชน์สอักเสบ เลือดกำเดาไหล
ตรงข้าม กระบังหู (Antitragus)	หน้าผาก (AT1)	ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ นอนไม่หลับ ฝันมาก
	ขมับ (AT2)	ไมเกรน เวียนศีรษะ
	ท้ายทอย (AT3)	ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ หอบหืด สมชัก อ่อนเพลียเรื้อรัง
	ใต้เปลือกสมอง (Subcortex) (AT 4)	กลุ่มอาการปวด มาลาเรีย อ่อนเพลียเรื้อรัง นอนไม่หลับ สายตาสั้นชั่วคราว (pseudomyopia)
	ก้านสมอง (AT3,4i)	สายตาสั้นชั่วคราว เวียนศีรษะ ปวดท้ายทอย
	ตั้งฉนวน (จุดหอบ) (AT1,2,4i)	หอบหืด คางทูม อัมพาตอักเสบ ท่อน้ำเชื้ออักเสบ ผิวหนังอักเสบเรื้อรัง
	Central rim (AT2,3,4i)	เลือดออกผิดปกติจากโพรงมดลูก ปัสสาวะรดที่ นอน กลืนปัสสาวะไม่ได้ เวียนศีรษะเหตุประสาท หู เบาใจ
ติ่งหู (Ear lobule)	ฟัน (LO1)	ปวดฟัน โรคปริทันต์ ความดันโลหิตต่ำ
	ลิ้น (LO2)	ลิ้นอักเสบ ช่องปากอักเสบ
	กราม (LO3)	ปวดฟัน ข้อขากรรไกรทำงานผิดปกติ
	ติ่งหูด้านหน้า (LO4)	อ่อนเพลียเรื้อรัง ปวดฟัน
	ตา (LO5)	เยื่อบุตาอักเสบเฉียบพลัน ตากุ้งยิง สายตาสั้น
	หูชั้นใน (LO6)	เวียนศีรษะเหตุประสาทหู หูอื้อ หูตึง หูน้ำหนวก
	แก้ม (LO5,6i)	อัมพาตใบหน้า ปวดประสาทใบหน้า ลิว หูดราบ หน้ากระตุก คางทูม
	ทอนซิล (LO7,8,9)	ทอนซิลอักเสบ คออักเสบ

ตารางที่ 7.1 แสดงส่วนต่างๆ ของหู ชื่อตำแหน่งและรหัส และข้อบ่งชี้ในการรักษา (ต่อ)

ส่วนของหู	ชื่อตำแหน่งและรหัส	ข้อบ่งชี้
หลังใบหู (Ear back)	หัวใจ (P1)	ใจสั่น นอนไม่หลับ ฝันมาก
	ปอด (P2)	หอบหืด คั่นผิวน้ำ
	ม้าม (P3)	ปวดกระเพาะอาหาร อาหารไม่ย่อย เบื่ออาหาร
	ตับ (P4)	ถุงน้ำดีอักเสบ นิ่วในถุงน้ำดี ปวดสีข้าง
	ไต (P5)	อ่อนเพลียเรื้อรัง ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ
	ร่องหลังใบหู (PS)	ความดันโลหิตสูง คั่นผิวน้ำ
โคนหู (Root of the ear)	โคนหูส่วนบน (R1)	เลือดกำเดาไหล
	Root of auricular vagus nerve (R2)	ถุงน้ำดีอักเสบ พยาธิไส้เดือนในท่อน้ำดี นิ่วในถุงน้ำดี ปวดท้อง อุจจาระร่วง คัดจมูก หัวใจเต้นเร็ว
	โคนหูส่วนล่าง (R3)	ความดันโลหิตต่ำ ขาอ่อนแรง โปลิโอในเด็ก

ตำแหน่งของใบหูที่สะท้อนถึงพยาธิสภาพในส่วนต่างๆ ของร่างกาย

- ท้องเรือ (scapha): ความผิดปกติของแขน
- ตรงข้ามขอบใบหูขาบนและขาล่าง (superior and inferior antihelix crus): ความผิดปกติของขา
- ตรงข้ามขอบใบหู (antihelix): ความผิดปกติของลำตัว
- กระบังหู (tragus) และติ่งหู (ear lobule): ความผิดปกติของใบหน้า หู จมูก และลำคอ
- ตรงข้ามกระบังหู (antitragus): ความผิดปกติของศีรษะ
- อู้งหู (cymba concha): ความผิดปกติของช่องท้องส่วนล่าง
- ขั้วขอบหู (helix crus): ความผิดปกติของระบบทางเดินอาหาร
- แอ่งสามเหลี่ยม (triangular fossa): ความผิดปกติของอุ้งเชิงกราน

การหาพยาธิสภาพบนใบหู มี 3 วิธี

1. หากจุดกดเจ็บด้วยด้ามเข็ม หัวเข็มหมุน หรือหัวไม้ขีดไฟ
2. สังเกตโดยตรง ในบางภาวะหรือบางโรคจะมีการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพหรือเปลี่ยนแปลงสี เช่น ผิวน้ำเปลี่ยนสี สะเก็ดหลุดลอก บวม ตุ่มก้อน ตุ่มน้ำใส เป็นต้น
3. ใช้อุปกรณ์วัดความต่างศักย์ไฟฟ้า

หลักการเลือกพื้นที่ฝังเข็มบนหู

- เลือกพื้นที่ตามตำแหน่งของอวัยวะที่เกิดโรค เช่น เลือกกระเพาะอาหารสำหรับอาการปวดกระเพาะอาหาร เป็นต้น
- เลือกพื้นที่ประสาทซิมพาเทติก สำหรับความผิดปกติในการทำงานของอวัยวะข้างผู้และการไหลเวียนของเลือด
- เลือกพื้นที่ตามทฤษฎีการแพทย์แผนจีน จากการวินิจฉัยแยกภาวะโรค เช่น เลือกตาและตับสำหรับรักษาโรคตา เนื่องจากตับเปิดทวารที่ตา; เลือกปอดกรณีเป็นไข้หวัดและโรคผิวหนังเนื่องจากปอดควบคุมกำกับผิวหนัง เป็นต้น
- เลือกพื้นที่ตามทฤษฎีแพทย์แผนปัจจุบัน เช่น ปวดประจำเดือน เลือกมดลูก ต่อมไร้ท่อ และ subcortex เป็นต้น
- เลือกพื้นที่ตามประสบการณ์ เช่น เลือกร่องหลังใบหูสำหรับรักษาความดันโลหิตสูง เลือกตั้งฉนวนสำหรับรักษาโรคหอบหืด เลือกตำแหน่งไส้ติ่งสำหรับรักษาโรคไส้ติ่งอักเสบ เป็นต้น

การเลือกตำแหน่งบนใบหูสำหรับการรักษาโรคในระบบต่างๆ

1. โรคระบบทางเดินอาหาร: เลือกกระเพาะอาหาร ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก ตับอ่อน ถุงน้ำดี ม้าม ตับ ประสาทซิมพาเทติก ท้อง ต่อมไร้ท่อ เส้นหมื่น
2. โรคระบบทางเดินหายใจ: เลือกตั้งฉนวน หลอดลม ปอด ทรวงอก ท้ายทอย เส้นหมื่น ประสาทซิมพาเทติก ต่อมไร้ท่อ
3. โรคระบบหัวใจและหลอดเลือด: เลือกหัวใจ ปอด ต่อมหมวกไต ต่อมไร้ท่อ เส้นหมื่น ประสาทซิมพาเทติก
4. โรคระบบทางเดินปัสสาวะและสืบพันธุ์: เลือกไต กระเพาะปัสสาวะ ต่อมหมวกไต ท้ายทอย เส้นหมื่น ประสาทซิมพาเทติก ต่อมไร้ท่อ
5. โรคระบบจิตประสาท: เลือก subcortex, ท้ายทอย ศีรษะด้านหน้า กระเพาะอาหาร หัวใจ ไต เส้นหมื่น
6. โรคสูติรีเวชกรรม: เลือกรังไข่ ต่อมไร้ท่อ ไต มดลูก ประสาทซิมพาเทติก
7. โรคของอวัยวะรับรู้ความรู้สึก
 - หู: เลือกหูชั้นใน ท้ายทอย ต่อมหมวกไต ไต เส้นหมื่น
 - จมูก: เลือกจมูกภายใน จมูกภายนอก ต่อมหมวกไต
 - คอหอย: เลือกคอหอย ต่อมไร้ท่อ ปลายติ่งหู ไต หัวใจ ต่อมหมวกไต เส้นหมื่น
 - ตา: เลือกตา ตับ

8. **การอักเสบและปวด:** เลือกตำแหน่งที่สัมพันธ์กับบริเวณที่เป็น ร่วมกับเส้นหมื่น ต่อมหมวกไต ท้ายทอย, subcortex

9. **โรคผิวหนัง:** เลือกตำแหน่งที่สัมพันธ์กับบริเวณที่เป็น ร่วมกับปอด ต่อมไทรอยด์ ต่อมหมวกไต เส้นหมื่น

วิธีการฝังเข็ม

ใช้เข็มขนาดความยาว 0.5 ชู่น ทำการปราศจากเชื้อแล้วแทงตรงหรือแทงราบลึกถึงกระดูกอ่อน จะรู้สึกตึงๆ หรือร้อน ถ้าผู้ป่วยไม่รู้สึกลึกใดๆ ให้ยกเข็มขึ้นแล้วเปลี่ยนทิศทางอื่นจนกระทั่งผู้ป่วยแต่ชีให้ระวังการแทงทะลุใบหู คาเข็ม 20-30 นาที กระตุ้นเข็มเป็นช่วงๆ ผู้ป่วยที่กล้ำมเนื้ออ่อนแรงหรือบาดเจ็บแขนขา ให้ขยับแขนขาข้างนั้นในขณะที่คาเข็มอยู่ด้วย ฝังเข็มวันละครั้งหรือวันเว้นวัน ครบ 10 ครั้ง เป็น 1 รอบการรักษา กรณีการกระตุ้นไฟฟ้า เนื่องจากเข็มฝังไม่ลึก ให้ใช้ตัวหนีบเล็กๆ หนีบเข็มไว้และคั่นระหว่างเข็มแต่ละจุดด้วยสำลีแห้ง กระตุ้นด้วยความแรงระดับที่ผู้ป่วยทนได้

อาจติดเมล็ดหวางปู่หลิวสิง เม็ดแม่เหล็ก หรือเข็มกด ซึ่งเหมาะกับโรคเรื้อรังที่ต้องรักษานาน เมื่อติดแล้วให้ผู้ป่วยกระตุ้นด้วยการกดเอง ตำแหน่งละ 1-3 นาที วันละ 3-5 ครั้ง คาไว้ 2-5 วัน แล้วเปลี่ยนชุดใหม่ โดยติดสลับหูอีกข้างหนึ่ง

ข้อควรระวัง

1. การฝังเข็มต้องทำภายใต้เทคนิคการปราศจากเชื้ออย่างเคร่งครัด
2. ขณะแทงเข็ม ผู้ป่วยอาจเป็นลมได้
3. ไม่ควรกระตุ้นเข็มในผู้ป่วยที่มีโรคหัวใจหรือความดันโลหิตสูงรุนแรง
4. ผู้สูงอายุหรือผู้ที่สภาพร่างกายอ่อนแอ ควรพักผ่อนให้เพียงพอก่อนและหลังฝังเข็ม และควรฝังเข็มในท่านอน

ข้อห้าม

1. ใบหูอักเสบ
2. หญิงตั้งครรภ์ที่มีประวัติแท้งเป็นอาจัน
3. การทำงานของอวัยวะล้มเหลว
4. ภาวะโลหิตจางรุนแรง
5. ผู้ป่วยที่มีปัญหาการแข็งตัวของเลือด

ดัชนีจุดฝังเข็ม

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
กงซุน	Gongsun	公孙	SP 4
กวางหมิง	Guangming	光明	GB 37
กานชู	Ganshu	肝俞	BL 18
กาวฮฺวาง	Gaohuang	膏肓	BL 43
กุยหลาย	Guilai	归来	ST 29
กฺวานชง	Guanchong	关冲	TE 1
กฺวานหยวน	Guanyuan	关元	CV 4
กฺวานหยวนชู	Guanyuanshu	关元俞	BL 26
กฺวานเหมิน	Guanmen	关门	ST 22
เก๋อกฺวาน	Geguan	膈关	BL 46
เก๋อชู	Geshu	膈俞	BL 17
ช่งจฺยี้	Kongzui	孔最	LU 6
โข่วเหอเหลียว	Kouheliao	口禾髎	LI 19
คุนหลุน	Kunlun	昆仑	BL 60
คฺู่ฝาง	Kufang	库房	ST 14
ควานกฺู่	Kuangu	髌骨	EX-LE 1
จงชฺยู่	Zhongkui	中魁	EX-UE 4

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
จงจี	Zhongji	中极	CV 3
จงจู่	Zhongzhu	中渚	TE 3
จงจู้	Zhongzhu	中注	KI 15
จงเฉวียน	Zhongquan	中泉	EX-UE 3
จงชง	Zhongchong	中冲	PC 9
จงชู	Zhongshu	中枢	GV 7
จงตู	Zhongdu	中都	LR 6
จงตุ๋	Zhongdu	中渎	GB 32
จงติง	Zhongting	中庭	CV 16
จงฝู่	Zhongfu	中府	LU 1
จงเฟิง	Zhongfeng	中封	LR 4
จงหลวี่ชู่	Zhonglüshu	中膺俞	BL 29
จงเหลี่ยว	Zhongliao	中髎	BL 33
จงหวาน	Zhongwan	中腕	CV 12
จางเหมิน	Zhangmen	章门	LR 13
จ้าวไห่	Zhaohai	照海	KI 6
จิงกู่	Jinggu	京骨	BL 64
จิงควี้	Jingqu	经渠	LU 8
จิงป่ายหลาว	Jingbailao	颈百劳	EX-HN 15

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
จิงหมิง	Jingming	睛明	BL 1
จิงเหมิน	Jingmen	京门	GB 25
จินจิน	Jinjin	金津	EX-HN 12
จินซัว	Jinsuo	筋缩	GV 8
จินเหมิน	Jinmen	金门	BL 63
จิ่วเหว่ย	Jiuwei	鸠尾	CV 15
จีจง	Jizhong	脊中	GV 6
จีเฉวี่ยน	Jiquan	极泉	HT 1
จี๋ม่าย	Jimai	急脉	LR 12
จีเหมิน	Jimen	箕门	SP 11
จี๋กง	Zigong	紫宫	CV 19
จี๋กง	Zigong	子宫	EX-CA 1
จี๋โกว	Zhigou	支沟	TE 6
จี๋เจิ้ง	Zhizheng	支正	SI 7
จี๋ชื้อ	Zhishi	志室	BL 52
จี๋เปียน	Zhibian	秩边	BL 54
จี๋ยิ่น	Zhiyin	至阴	BL 67
จี๋หยาง	Zhiyang	至阳	GV 9
จู๋ปิ่น	Zhubin	筑宾	KI 9

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
จู๋เซี่ยวยิน	Zuqiaoyin	足窍阴	GB 44
จู๋ซานหลี่	Zusanli	足三里	ST 36
จู๋ทงกู่	Zutonggu	足通谷	BL 66
จู๋หลินซี	Zulinqi	足临泣	GB 41
จู๋อู่หลี่	Zuwuli	足五里	LR 10
จู๋กู่	Jugu	巨骨	LI 16
จู๋เฉวี่ยน	Juquan	聚泉	EX-HN 10
จู๋เซวี่	Juque	巨阙	CV 14
จู๋เซวี่ชู่	Juqueshu	巨阙俞	EX-B 12
จู๋เหลี่ยว	Juliao	居髎	GB 29
จู๋เหลี่ยว	Juliao	巨髎	ST 3
เจ้อจิน	Zhejin	辄筋	GB 23
เจิ้งหิง	Zhengying	正营	GB 17
เจี่ยจี ฮว่าถัวเจี่ยจี	Jiaji (Huatuojiaji)	夹脊 (华佗夹脊)	EX-B 2
เจี่ยเฉิงเจียง	Jiachengjiang	夹承浆	EX-HN 17
เจี่ยเชอ	Jiache	颊车	ST 6
เจียนจงชู่	Jianzhongshu	肩中俞	SI 15
เจียนจิ่ง	Jianjing	肩井	GB 21

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
เจียนเจิน	Jianzhen	肩贞	SI 9
เจียนเฉียน (เจียนเน่ยหลิง)	Jianqian (Jianneiling)	肩前 (肩内陵)	EX-UE 12
เจียนว่ายฺชู่	Jianwaishu	肩外俞	SI 14
เจียนสื่อ	Jianshi	间使	PC 5
เจียนหฺยวี่	Jianyu	肩髃	LI 15
เจียนหลี่	Jianli	建里	CV 11
เจียนเหลี่ยว	Jianliao	肩髎	TE 14
เจียวซิน	Jiaoxin	交信	KI 8
เจียวซุน	Jiaosun	角孙	TE 20
เจยซี	Jiexi	解溪	ST 41
เจวี่ยิ่นชู่	Jueyinshu	厥阴俞	BL 14
โจ้วเจียน	Zhoujian	肘尖	EX-UE 1
โจ้วหรง	Zhourong	周荣	SP 20
โจ้วเหลี่ยว	Zhouliao	肘髎	LI 12
ฉวนจู่	Cuanzhu	攒竹	BL 2
ฉางเฉียง	Changqiang	长强	GV 1
ฉิวฮั่ว	Qiuhou	球后	EX-HN 7
ฉื่อเจ้อ	Chize	尺泽	LU 5

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
เฉิงกวาง	Chengguang	承光	BL 6
เฉิงจิน	Chengjin	承筋	BL 56
เฉิงเจียง	Chengjiang	承浆	CV 24
เฉิงชี	Chengqi	承泣	ST 1
เฉิงซาน	Chengshan	承山	BL 57
เฉิงฝู	Chengfu	承扶	BL 36
เฉิงหม่าน	Chengman	承满	ST 20
เฉิงหลิง	Chengling	承灵	GB 18
เฉียงเจียน	Qiangjian	强间	GV 18
เฉียนกู่	Qianggu	前谷	SI 2
เฉียนต้ง	Qiangding	前顶	GV 21
เฉวียนเหลี่ยว	Quanliao	颧髎	SI 18
ชงหยาง	Chongyang	冲阳	ST 42
ชงเหมิน	Chongmen	冲门	SP 12
ชิงหลิง	Qingling	青灵	HT 2
ชิงเหลิ่งเยวี่ยน	Qinglengyuan	清冷渊	TE 11
ชีวซวี	Qiuxu	丘墟	GB 40
ชีชง	Qichong	气冲	ST 30
ชีเซ่อ	Qishe	气舍	ST 11

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
ชีตวน	Qiduan	气端	EX-LE 12
ชีเสวีย	Qixue	气穴	KI 13
ชีห่าย	Qihai	气海	CV 6
ชีห่ายชู	Qihaishu	气海俞	BL 24
ชีเหมิน	Qimen	期门	LR 14
ชีเหมิน	Qimen	气门	EX-CA 8
ชีฮู่	Qihu	气户	ST 13
ชีม่าย	Chimai	瘕脉	TE 18
ชีเหลียว	Ciliao	次髎	BL 32
ชวีกุ่	Qugu	曲骨	CV 2
ชวีเจ้อ	Quze	曲泽	PC 3
ชวีฉือ	Quchi	曲池	LI 11
ชวีเฉวียน	Ququan	曲泉	LR 8
ชวีชา	Qucha	曲差	BL 4
ชวีปิ่น	Qubin	曲鬓	GB 7
ชวีหยวน	Quyuan	曲垣	SI 13
เซียนเจิ้ง	Qianzheng	牵正	EX-HN 16
เซวียนเฟิน	Quepen	缺盆	ST 12
ชว่ยกู่	Shuaigu	率谷	GB 8

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
ช่าangguan	Shangguan	上关	GB 3
ช่างจู่ซวี	Shangjuxu	上巨虚	ST 37
ชางซวี	Shangqu	商曲	KI 17
ชางชีว	Shangqiu	商丘	SP 5
ช่างซิง	Shangxing	上星	GV 23
ชางหยาง	Shangyang	商阳	LI 1
ช่างหยิงเซียง	Shangyingxiang	上迎香	EX-HN 8
ช่างหว่าน	Shangwan	上皖	CV 13
ช่างเหลียน	Shanglian	上廉	LI 9
ช่างเหลียนเฉวียน	Shanglianquan	上廉泉	EX-HN 21
ช่างเหลี่ยว	Shangliao	上髎	BL 31
ซานเจียน	Sanjian	三间	LI 3
ซานเจียวจิว	Sanjiaojiu	三角灸	EX-CA 5
ซานเจียวซู	Sanjiaoshu	三焦俞	BL 22
ซานยินเจียว	Sanyinjiao	三阴交	SP 6
ซานหยางลั่ว	Sanyangluo	三阳络	TE 8
ซ่าวจื่อ	Shaoze	少泽	SI 1
ซ่าวชง	Shaochong	少冲	HT 9
ซ่าวซาง	Shaoshang	少商	LU 11

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
ช่าวฝู่	Shaofu	少府	HT 8
ช่าวห่าย	Shaohai	少海	HT 3
ซินชู	Xinshu	心俞	BL 15
ซินฮุย	Xinhui	膻会	GV 22
ซีกวน	Xiguan	膝关	LR 7
ซีหยางกวน	Xiyangguan	膝阳关	GB 33
ซีเหมิน	Ximen	郛门	PC 4
ซีเหยียน	Xiyan	膝眼	EX-LE 5
ซือจู่กง	Sizhukong	丝竹空	TE 23
ซือตุ้	Sidu	四渎	TE 9
ซือป่าย	Sibai	四白	ST 2
ซือเฟิง	Sifeng	四缝	EX-UE 10
ซือเสินชง	Sishencong	四神聪	EX-HN 1
ซือหม่าน	Siman	四满	KI 14
ชูฝู่	Shufu	俞府	KI 27
ชูกู่	Shugu	束骨	BL 65
ซูเหลียว	Suliao	素膠	GV 25
ซุนเจียง	Xiongxiang	胸乡	SP 19
เซินจู้	Shenzhu	身柱	GV 12

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
เซินชู	Shenshu	肾俞	BL 23
เซินม่าย	Shenmai	申脉	BL 62
เซี่ยกวาน	Xiaguan	下关	ST 7
เซี่ยจื่อซือ (เซี่ยจีซู)	Xiazhishi (Xiajishu)	下志室 (下极俞)	EX-B 5
เซี่ยจู้ซวี	Xiajuxu	下巨虚	ST 39
เซี่ยนกู่	Xiangu	陷谷	ST 43
เซียวลั่ว	Xiaoluo	消渴	TE 12
เซี่ยหวาน	Xiawan	下腕	CV 10
เซี่ยเหลียน	Xialian	下廉	LI 8
เซี่ยเหลียว	Xialiao	下髎	BL 34
เซวียยาเตียน	Xueyadian	血压点	EX-HN 32
เซวียห่าย	Xuehai	血海	SP 10
ต้ากู่กง	Dagukong	大骨空	EX-UE 5
ตางหยาง	Dangyang	当阳	EX-HN 2
ต้าจง	Dazhong	大钟	KI 4
ต้าจุย	Dazhui	大椎	GV 14
ต้าจู๋	Dazhu	大杼	BL 11
ต้าจู้	Daju	大巨	ST 27

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
ต้าฉางชู	Dachangshu	大肠俞	BL 25
ต้าตุน	Dadun	大敦	LR 1
ต้าตู	Dadu	大都	SP 2
ต่านชู	Danshu	胆俞	BL 19
ต่านหนาง	Dannang	胆囊	EX-LE 6
ต้าปาว	Dabao	大包	SP 21
ต้ายม่าย	Daimai	带脉	GB 26
ต้าหิง	Daying	大迎	ST 5
ต้าหลิง	Daling	大陵	PC 7
ต้าเหิง	Daheng	大横	SP 15
ต้าเฮ่อ	Dahe	大赫	KI 12
ตั้งฉ้วน	Dingchuan	定喘	EX-B 1
ตี้จี	Diji	地机	SP 8
ตี้ซาง	Dicang	地仓	ST 4
ตี้อู่ฮุย	Diwuhui	地五会	GB 42
ต่วยตวน	Duiduan	兑端	GV 27
ตู่ชู	Dushu	督俞	BL 16
ตู่ปั๋ว	Dubi	犊鼻	ST 35
ตู่ยิ่น	Duyin	独阴	EX-LE 11

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
ถงจื่อเหลียว	Tongziliao	瞳子膠	GB 1
ถานจง	Tanzhong	膻中	CV 17
ถาวต้าว	Taodao	陶道	GV 13
ถืทัว	Tituo	提托	EX-CA 9
เถียวโข่ว	Tiaokou	条口	ST 38
โถวเฉี่ยวอิน	Touqiaoyin	头窍阴	GB 11
โถวหลินชี	Toulinqi	头临泣	GB 15
โถวเหวย	Touwei	头维	ST 8
ทงเทียน	Tongtian	通天	BL 7
ทงหลี	Tongli	通里	HT 5
ท่ายชง	Taichong	太冲	LR 3
ท่ายซี	Taixi	太溪	KI 3
ท่ายปาย	Taibai	太白	SP 3
ท่ายเยวี่ยน	Taiyuan	太渊	LU 9
ท่ายหยาง	Taiyang	太阳	EX-HN 5
ท่ายอี้	Taiyi	太乙	ST 23
ทิงกง	Tinggong	听宫	SI 19
ทิงฮุ่ย	Tinghui	听会	GB 2
เทียนจง	Tianzong	天宗	SI 11

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
เทียนจิง	Tianjing	天井	TE 10
เทียนจู้	Tianzhu	天柱	BL 10
เทียนฉือ	Tianchi	天池	PC 1
เทียนเฉวียน	Tianquan	天泉	PC 2
เทียนชง	Tianchong	天冲	GB 9
เทียนชวง	Tianchuang	天窗	SI 16
เทียนซี	Tianxi	天溪	SP 18
เทียนชู	Tianshu	天枢	ST 25
เทียนตี่ง	Tianding	天鼎	LI 17
เทียนทู่	Tiantu	天突	CV 22
เทียนฝู่	Tianfu	天府	LU 3
เทียนหฺยิว	Tianyou	天牖	TE 16
เทียนหรง	Tianrong	天容	SI 17
เทียนเหลียว	Tianliao	天膠	TE 15
หน่วคง	Naokong	脑空	GB 19
หน่วฮู่	Naohu	脑户	GV 17
น่าวซู่	Naoshu	臑俞	SI 10
น่าวฮุ่ย	Naohui	臑会	TE 13
เน่ยกวน	Neiguan	内关	PC 6

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
เน่ยซีเหยียน	Neixīyan	内膝眼	EX-LE 4
เน่ยถิง	Neiting	内庭	ST 44
เน่ยหิงเซียง	Neiyingxiang	内迎香	EX-HN 9
เน่ยหฺวายเจียน	Neihuaijian	内踝尖	EX-LE 8
ปาเฟิง	Bafeng	八风	EX-LE 10
ป่ายฉงวอ	Baichongwo	百虫窝	EX-LE 3
ป่ายหฺวานชู	Baihuanshu	白环俞	BL 30
ป่ายฮุย	Baihui	百会	GV 20
ปาวฮฺวาง	Baohuang	胞育	BL 53
ปาเสย	Baxie	八邪	EX-UE 9
ปิงเฟิง	Bingfeng	乘风	SI 12
ปี้กฺวาน	Biguan	髌关	ST 31
ปี้จง	Bizhong	臂中	EX-UE 13
ปี้น่าว	Binao	臂臑	LI 14
ปู้หฺรง	Burong	不容	ST 19
ปู้หลาง	Bulang	步廊	KI 22
เบิ่นเสิน	Benshen	本神	GB 13
ผางกฺวางชู	Panguangshu	膀胱俞	BL 28
ผี้เกิน	Pigen	痞根	EX-B 4

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
ผิซู	Pishu	脾俞	BL 20
ผูซาน	Pucan	仆参	BL 61
ผูซี่	Fuxi	浮郤	BL 38
ผูเซ่อ	Fushe	府舍	SP 13
ผูทู่	Futu	扶突	LI 18
ผูทู่	Futu	伏兔	ST 32
ผูป้าย	Fubai	浮白	GB 10
พ่อฮู่	Pohu	魄户	BL 42
เพียนลี่	Pianli	偏历	LI 6
ฟู่เจย์	Fujie	腹结	SP 14
ฟู่ทงกู่	Futonggu	腹通谷	KI 20
ฟู่เฟิน	Fufen	附分	BL 41
ฟูลิว	Fuliu	复溜	KI 7
ฟู่หยาง	Fuyang	跗阳	BL 59
ฟู่อาย	Fu'ai	腹哀	SP 16
เฟ้ยซู	Feishu	肺俞	BL 13
เฟ้ยหยาง	Feiyang	飞扬	BL 58
เฟิงฉือ	Fengchi	风池	GB 20
เฟิงซือ	Fengshi	风市	GB 31

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
เฟิงฝู่	Fengfu	风府	GV 16
เฟิงหลง	Fenglong	丰隆	ST 40
เฟิงเหมิน	Fengmen	风门	BL 12
มิ่งเหมิน	Mingmen	命门	GV 4
มู่ชวง	Muchuang	目窗	GB 16
หย่งเฉวี่ยน	Yongquan	涌泉	KI 1
หยางกาง	Yanggang	阳纲	BL 48
หยางกู่	Yanggu	阳谷	SI 5
หยางเจียว	Yangjiao	阳交	GB 35
หยางฉือ	Yangchi	阳池	TE 4
หยางซี	Yangxi	阳溪	LI 5
หยางปาย	Yangbai	阳白	GB 14
หยางฝู่	Yangfu	阳辅	GB 38
หยางหล่าว	Yanglao	养老	SI 6
หยางหลิงเฉวี่ยน	Yanglingquan	阳陵泉	GB 34
หย่าเหมิน	Yamen	哑门	GV 15
หยิงเซียง	Yingxiang	迎香	LI 20
หยินเจียว	Yinjiao	龈交	GV 28
หยินปาย	Yinbai	隐白	SP 1

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
หยววินเหมิน	Yunmen	云门	LU 2
หยววิจี้	Yuji	鱼际	LU 10
หยววิยาว	Yuyao	鱼腰	EX-HN 4
ยาวฉี	Yaoqi	腰奇	EX-B 9
ยาวชู	Yaoshu	腰俞	GV 2
ยาวท่งเตียน	Yaotongdian	腰痛点	EX-UE 7
ยาวหยางกวน	Yaoyangguan	腰阳关	GV 3
ยาวเหยียน	Yaoyan	腰眼	EX-B 7
ยาวอี้	Yaoyi	腰宜	EX-B 6
ยinqu	Yingu	阴谷	KI 10
ยินเจียว	Yinjiao	阴交	CV 7
ยินซี่	Yinxi	阴郛	HT 6
ยินซือ	Yinshi	阴市	ST 33
ยินตู	Yindu	阴都	KI 19
ยินปาว	Yinbao	阴包	LR 9
ยินหลิงเฉวียน	Yinlingquan	阴陵泉	SP 9
ยินเหมิน	Yinmen	殷门	BL 37
ยินเหลียน	Yinlian	阴廉	LR 11
ยิ่นถาง	Yintang	印堂	EX-HN 3

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
ยิวเหมิน	Youmen	幽门	KI 21
ยู่จีง	Yuzhong	臍中	KI 26
ยู่เจิ้น	Yuzhen	玉枕	BL 9
ยู่เถียง	Yutang	玉堂	CV 18
ยู่เย่	Yuye	玉液	EX-HN 13
เย่เหมิน	Yemen	液门	TE 2
เยวี่ยนเย่	Yuanye	渊液	GB 22
รื่อเยวี่	Riyue	日月	GB 24
หฺรังกู่	Rangu	然谷	KI 2
หฺรุเกิน	Rugen	乳根	ST 18
หฺรุจง	Ruzhong	乳中	ST 17
ลั่วเซวี่	Luoque	络却	BL 8
หลานเหว่ย	Lanwei	阑尾	EX-LE 7
หลาวกง	Laogong	劳宫	PC 8
หลิงต้าว	Lingdao	灵道	HT 4
หลิงเถย	Lingtai	灵台	GV 10
หลี่โกว	Ligou	蠡沟	LR 5
ลี่ตุ้ย	Lidui	厉兑	ST 45
ลี่เนี่ยวเสวี่	Liniaoxue	利尿穴	EX-CA 6

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
หลูซี	Luxi	颅息	TE 19
เลยเขวีย	Lieque	列缺	LU 7
โล่วกู่	Lougu	漏谷	SP 7
หวานกู่	Wangu	完骨	GB 12
วานกู่	Wangu	腕骨	SI 4
ว้ายกวน	Waiguan	外关	TE 5
ว้ายชีว	Waiqiu	外丘	GB 36
ว้ายหลาวกง (ล่าวจิ้น)	Wailaogong (Laozhen)	外劳宫 (落枕)	EX-UE 8
ว้ายหลิง	Wailing	外陵	ST 26
ว้ายหวายเจียน	Waihuaijian	外踝尖	EX-LE 9
เว่ยซาง	Weicang	胃仓	BL 50
เว่ยซ่าง	Weishang	胃上	EX-CA 4
เว่ยชู	Weishu	胃俞	BL 21
เว่ยหวานเซียชู (อี้ชู)	Weiwanxiashu (Yishu)	胃脘下俞 (胰俞)	EX-B 3
เวินลิ่ว	Wenliu	温溜	LI 7
สิงเจียน	Xingjian	行间	LR 2
ส่วยเฉวียน	Shuiquan	水泉	KI 5

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
สื่อกวาน	Shiguan	石关	KI 18
สื่อชีจฺย	Shiqizhui	十七椎	EX-B 8
สื่อเซวียน	Shixuan	十宣	EX-UE 11
สื่อโถ้ว	Shidou	食窦	SP 17
สื่อเหมิน	Shimen	石门	CV 5
ส่วยโกว (เหรินจง)	Shuigou (Renzhong)	水沟 (人中)	GV 26
ส่วยต้าว	Shuidao	水道	ST 28
ส่วยทู่	Shuitu	水突	ST 10
ส่วยเฟิน	Shuifen	水分	CV 9
เส้นฉาง	Shencang	神藏	KI 25
เส้นเซวี่	Shenque	神阙	CV 8
เส้นต้าว	Shendao	神道	GV 11
เส้นถาง	Shentang	神堂	BL 44
เส้นถิง	Shenting	神庭	GV 24
เส้นเฟิง	Shenfeng	神封	KI 23
เส้นเหมิน	Shenmen	神门	HT 7
เสี่ยซี	Xiaxi	侠溪	GB 43
เสี่ยป่าย	Xiabai	侠白	LU 4

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
เสี้ยวกู่กง	Xiaogukong	小骨空	EX-UE 6
เสี้ยวชางชู	Xiaochangshu	小肠俞	BL 27
เสี้ยวห่าย	Xiaohai	小海	SI 8
เสวียนจง (เจวียกู่)	Xuanzhong (Juegu)	悬钟 (绝骨)	GB 39
เสวียนจี	Xuanji	璇玑	CV 21
เสวียนชู	Xuanshu	悬枢	GV 5
เสวียนหลี่	Xuanli	悬厘	GB 6
เสวียนหลู	Xuanlu	悬颅	GB 5
โส่วซานหลี่	Shousanli	手三里	LI 10
โส่วอู่หลี่	Shouwuli	手五里	LI 13
ห่ายเฉวียน	Haiquan	海泉	EX-HN 11
หุนเหมิน	Hunmen	魂门	BL 47
หฺวาก้าย	Huagai	华盖	CV 20
หฺวาโร่วเหมิน	Huaroumen	滑肉门	ST 24
หฺวานจง	Huanzhong	环中	EX-LE 13
หฺวานเตี่ยว	Huantiao	环跳	GB 30
เหมยชง	Meichong	眉冲	BL 3
เหรินหยิง	Renying	人迎	ST 9

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
หลิงซู่	Lingxu	灵墟	KI 24
เหลียงชิว	Liangqiu	梁丘	ST 34
เหลียงเหมิน	Liangmen	梁门	ST 21
เหลียนเฉวี่ยน	Lianquan	廉泉	CV 23
เหว่ยจง	Weizhong	委中	BL 40
เหว่ยถ้าว	Weidao	维道	GB 28
เหว่ยหยาง	Weiyang	委阳	BL 39
เหอคุ	Hegu	合谷	LI 4
เหอหยาง	Heyang	合阳	BL 55
เหิงคุ	Henggu	横骨	KI 11
อานเหมียน	Anmian	安眠	EX-HN 22
อิงชวง	Yingchuang	鹰窗	ST 16
อี้ซี	Yixi	臆嘻	BL 45
อี้เซ่อ	Yishe	意舍	BL 49
อี้เฟิง	Yifeng	翳风	TE 17
อี้หมิง	Yiming	翳明	EX-HN 14
อู่ชู่	Wuchu	五处	BL 5
อู่ชู่	Wushu	五枢	GB 27
อู่อี้	Wuyi	屋翳	ST 15

ชื่อทับศัพท์	พินอิน	ชื่อจีน	รหัสจุด
เออร์เจียน	Erjian	耳尖	EX-HN 6
เออร์เจียน	Erjian	二间	LI 2
เออร์ปาย	Erbai	二白	EX-UE 2
เออร์เหมิน	Ermen	耳门	TE 21
เออร์เหอเหลี่ยว	Erheliao	耳禾髎	TE 22
ฮ่านเยียน	Hanyan	颌厌	GB 4
ฮุยจง	Huizong	会宗	TE 7
ฮุ่ยยิ่น	Huiyin	会阴	CV 1
ฮุ่ยหยาง	Huiyang	会阳	BL 35
ฮวงชู	Huangshu	育俞	KI 16
ฮวงเหมิน	Huangmen	育门	BL 51
เฮ่อต้ง	Heding	鹤顶	EX-LE 2
โฮ่วซี	Houxi	后溪	SI 3
โฮ่วต้ง	Houding	后顶	GV 19

บรรณานุกรม

1. Qiu ML, Zhang SZ. Acupuncture & Moxibustion. Shanghai: Shanghai Ke Xue Ji Shu Press; 1984.
2. Xu HZ. Acupuncture & Moxibustion. Beijing: Ren Min Wei Sheng Press; 2002.
3. Wang H, Du YH. Acupuncture and Moxibustion. Beijing: Zhong Guo Zhong Yi Yao Press; 2013.
4. Chen MX. Atlas of Cross Sectional Anatomy of Human 14 Meridians and Acupoints. Beijing: Science Press; 1998.
5. Cheng XN. Chinese Acupuncture and Moxibustion. Revised ed. Beijing: Foreign Languages Press; 1999.
6. Gao HL. The Atlas of Layered Anatomy of Acupoints. Beijing: Foreign Languages Press; 1999.
7. Geng JY, Huang WQ, Sun YP. Selecting the Right Acupoints. Beijing: New World Press; 1995.
8. George AU. Principles and Practice of Physiologic Acupuncture. St. Louis: Warren H. Green Inc.; 1982.
9. Long ZX. Acupuncture and Moxibustion. Beijing: Academy Press (Xue Yuan); 1999.
10. Nanjing University of Traditional Chinese Medicine. Chinese-English Diagram of Acupoints Location; 1996.
11. Pan Y. Illustration of Channels and Points for Acupuncture and Moxibustion and Qigong. Beijing: Third Xinhua Printed House of Hunan Province, 1992.
12. Sun GJ, Wang H. Science of Acupuncture and Moxibustion. 1 ed. Wuhan: Wuhan University Press; 1996.

13. World Health Organization Regional Office for the Western Pacific. Standard Acupuncture Nomenclature. 2 ed. Manila: 1993.
14. Yan ZG. English-Chinese Applied Anatomical Atlas of Acupoint. Shanghai: Shanghai Publishing House of Shanghai University of Traditional Chinese Medicine; 2003.
15. Yang JS. The Way to Locate Acupoints. Beijing: Foreign Languages Press; 1998.
16. Yu L, Chun Y, Michael H, Bernard CL. The Seirin Pictorial Atlas of Acupuncture: An Illustration Manual of Acupuncture Points. Slovenia: Mladinska Knjiga Tiskarna D.D. Ljubljana; 2000.
17. Zhang DB, Wang JL. Chinese-English Illustration of Commonly Used Methods of Locating the Acupoints. Shandong: Shandong Science and Technology Press; 1998.
18. Zhang EQ. Chinese Acupuncture and Moxibustion. Shanghai: Publishing House of Shanghai University of Traditional Chinese Medicine; 1988.
19. Zhang ZF, Zhuang D. Fundamental and Clinical Practice of Electroacupuncture. Beijing: Beijing Science & Technology Press; 1994.