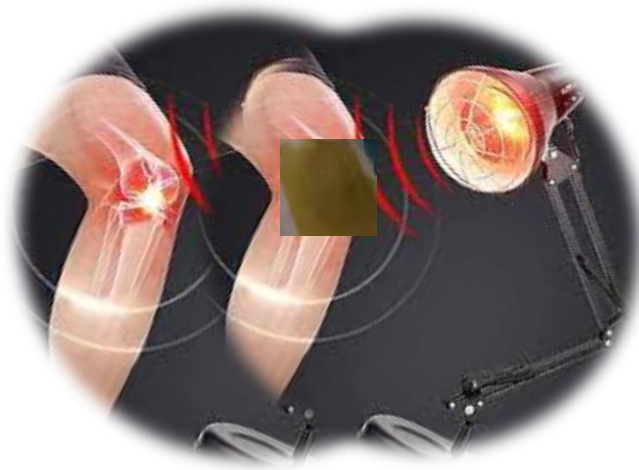


หัตถการ”กักน้ำมัน”



สมุนไพรรักไทย



พัชราพร พิจิตรศิริ
แพทย์แผนไทย

หัตถการกักน้ำมัน

หัตถการ "การกักน้ำมัน" เป็นหัตถการเพื่อบำบัดความผิดปกติของกล้ามเนื้อ ข้อ กระดูก ปวดหลัง สะโพก ขา เนื่องจากหมอนรองกระดูกสันหลังทับเส้นประสาท และปวด บวม ตามข้อจากข้ออักเสบ

หลักการ

น้ำมัน+ ความร้อน

ประโยชน์ของการกักน้ำมัน

1. ความร้อนช่วยพาน้ำมันบริเวณที่มีการกักน้ำมันซึมซาบเข้าสู่ร่างกาย
2. ช่วยในการหล่อลื่น ทำให้บริเวณนั้นได้รับการหล่อลื่นของน้ำมันจึงช่วยลดการติดขัดที่มีปัญหาได้
3. ช่วยส่งเสริมการไหลเวียนของกระแสประสาท เลือด และสารอาหารต่างๆในบริเวณที่กักน้ำมันด้วย

กลุ่มอาการที่ใช้รักษา

การกักน้ำมันใช้กับกล้ามเนื้อตึงเกร็งเรื้อรัง และใช้กักตามข้อต่อเพื่อบำบัดความผิดปกติเกี่ยวกับข้อ เช่น ข้อติด ข้ออักเสบ ข้อเสื่อม

ข้อควรระวัง

1. ผู้ที่มีอุณหภูมิสูงกว่า 37.5 องศาเซลเซียส
2. ผู้ที่มีความดันโลหิตสูงในขณะนั้น
3. ผู้ที่เป็นอัมพฤกษ์หรืออัมพาตไม่มีความรู้สึกเจ็บปวด
4. ผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน
5. บริเวณที่มีผิวหนังอ่อน มีแผลเปิด หรือมีการอักเสบ
6. ผู้ที่มีประวัติการแพ้สมุนไพร หรือน้ำมันสมุนไพร

หัตถการกักน้ำมัน

ขั้นตอนการกักน้ำมัน

1. วัดคลายกล้ามเนื้อเฉพาะจุดบริเวณที่จะทำการกักน้ำมัน
2. นำก๊อสแบบแผ่นซึบน้ำมันสมุนไพรวางไว้บริเวณที่ต้องการกักน้ำมัน
3. นำโคมไฟอินฟราเรดมาส่องบริเวณที่ทำการกักน้ำมัน
4. ระยะเวลาการกักน้ำมัน 15 นาที ต่อครั้ง จำนวน 3 วันติดต่อกัน
5. หลังการกักน้ำมันแล้ววัดกจุดเพื่อการรักษา

ข้อควรระวังขณะทำการกักน้ำมัน

1. ระยะห่างระหว่างโคมไฟอินฟราเรดกับผิวผู้รับบริการ
2. คำความร้อนและกล้ามเนื้อผู้รับบริการอยู่เสมอเพื่อป้องกันไม่ให้ผู้รับบริการร้อนเกินไป

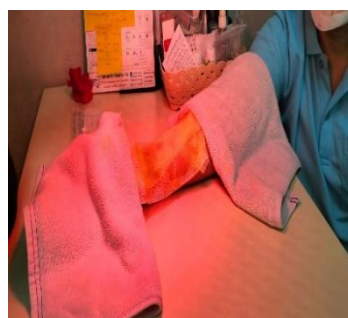
ภาพประกอบ หัตถการกักน้ำมัน



นวดคลายกล้ามเนื้อ



นำก้อนไขมันสมุนไพรวางบริเวณที่ต้องการกักน้ำมัน



นำไฟอินฟราเรดมาส่องบริเวณที่กักน้ำมันเป็นระยะเวลา30 นาที

นวดกดจุดรักษา
หลังกักน้ำมัน