



กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
Department of Thai Traditional and Alternative Medicine

การฝังเข็ม Acupuncture



ศูนย์การแพทย์ทางเลือก กองการแพทย์ทางเลือก
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข

มารู้จักฝังเข็มกันเถอะ



ฝังเข็ม (Acupuncture) คือ การใช้เข็มที่มีขนาดเล็กมากฝังลงไปตามจุดต่างๆ บนร่างกาย เป็นศาสตร์การรักษาโรคชนิดหนึ่งของจีนโบราณ มีพื้นฐานมาจากทฤษฎีพลังชีวิตหรือหลังชีที่อยู่在线ลมปราณ (Meridian line) เพื่อสร้างสมดุลให้กับร่างกาย ช่วยบำบัด บรรเทาอาการต่างๆ เช่น อาการปวดกล้ามเนื้อ ข้ออักเสบ ภูมิแพ้ เป็นต้น

ฝังเข็มรักษาโรคอะไรได้บ้าง?

องค์การอนามัยโลกได้กำหนดโรคหรืออาการที่สามารถบำบัดด้วยการฝังเข็ม ดังนี้

1. อัมพฤกษ์ อัมพาต แขน-ขาอ่อนแรง
2. ปวดเส้นประสาทบนใบหน้า, โรคใบหน้าเบี้ยวครึ่งซีก
3. เจ็บ ปวด คีง กล้ามเนื้อและเส้นเอ็นบริเวณต่างๆ เช่น
บ่า ไหล่ สะบัก ท้ายทอย ต้นคอ หลัง เอว สะโพก แขน
ขา ข้อเข่า น่อง ข้อเท้า สันเท้าเป็นคัน
4. ชา หรือปวดจากเส้นประสาทเสื่อมหรือถูกกดทับ
5. ปวดศีรษะ ไมเกรน นอนไม่หลับ เครียด ภาวะซึมเศร้า
วิตกกังวล
6. ท้องผูก ปวดท้องกระเพาะ ท้องอืด
7. โรคภูมิแพ้ หอบหืด ภูมิแพ้ชนิดต่างๆ
8. อ่อนเพลียง่าย หรือรู้สึกแขนขาหนัก
9. โรคอัลไซเมอร์ โรคพาร์กินสัน
10. รู้สึกเหมือนมีสิ่งติดอยู่ที่ลำคอตลอดเวลา
11. เวียนศีรษะ เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ภาวะมีบุตรยาก
ทั้งชาย และหญิง
12. ปวดประจำเดือน, ประจำเดือนมาไม่ปกติ ช้ำ,เร็ว,
มาไม่แน่นอน
13. ลดความอ้วน
14. ลดสิ่ว ฝ้า กระ จุดด่างดำ เส้นเลือดขอด

การเตรียมตัวก่อนการฝังเข็ม

ควรปรึกษาแพทย์ก่อนเข้ารับการรักษาด้วยวิธีการฝังเข็ม โดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีโรคเรื้อรังหรือโรคประจำตัว เนื่องจากการฝังเข็มเป็นการปรับสมดุลร่างกายและดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ดังนั้น การตอบสนองต่อการรักษาขึ้นอยู่กับสภาวะและอาการของผู้ป่วยเป็นสำคัญ บางรายอาจเห็นผลช้าหรือเร็วต่างกัน จึงอาจเลือกวิธีการฝังเข็มควบคู่ไปกับการรักษาทางแพทย์แผนปัจจุบัน หรือการแพทย์ทางเลือกรูปแบบอื่น เพื่อส่งเสริมการรักษาซึ่งกันและกัน

ระยะเวลาการฝังเข็ม

แต่แต่ละคนจะมีวิธีการความถี่และระยะเวลาในการบำบัดรักษาไม่เท่ากัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอาการและความรุนแรงของโรคในผู้ป่วยแต่ละราย สำหรับการฝังเข็มโดยทั่วไปจะใช้ระยะเวลาประมาณ 6-10 ครั้ง ครั้งละ 30-50 นาทีสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง หรือตามแพทย์นัด



ผู้ป่วยควรเตรียมตัวอย่างไรบ้าง

ก่อนฝังเข็ม

1. ไม่ควรอดนอน ก่อนฝังเข็มควรรับประทาน
มาให้เรียบร้อย เพราะหากฝังเข็มในขณะที่ท้องว่าง
อดนอน หรืออ่อนเพลีย อาจจะทำให้เสี่ยงต่อการ
เป็นลมได้
2. สวมเสื้อผ้าที่ไม่รัดแน่น ควรเป็นเสื้อแขนสั้นหรือ
กางเกงที่สามารถรูดขึ้นเหนือเข้าได้สะดวก

ขณะฝังเข็ม

1. อยู่ในลักษณะท่าทางที่ผ่อนคลายจะช่วยระบบ
ลมปราณให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. ถ้ามีความรู้สึกผิดปกติ เช่น หน้ามืด เป็นลม
ต้องแจ้งแพทย์ทราบทันที



ข้อมูลที่ต้องแจ้งให้ทราบ
ก่อนเข้ารับบริการ

1. ท่านตั้งครรรภ์อยู่หรือไม่
2. ท่านเป็นโรคมะเร็งหรือโรคประจำตัวอื่นๆ อยู่หรือไม่
3. ท่านเป็นโรคเลือดที่มีความผิดปกติของระบบการแข็งตัวของเลือด เมื่อเลือดออกแล้วหยุดยากหรือไม่
4. ท่านเป็นโรคที่จำเป็นต้องได้รับการผ่าตัดหรือไม่
5. ท่านเป็นโรคติดต่อ หรือติดเชื้อหรือไม่
6. ท่านมีโรคหัวใจหรือใส่เครื่องกระตุ้นไฟฟ้าหัวใจอยู่หรือไม่
7. ท่านมีโรคความดันโลหิตสูงอยู่หรือไม่
8. ท่านมีอาการกลัวเข็มหรือไม่



ติดต่อสอบถาม

ศูนย์การแพทย์ทางเลือก กองการแพทย์ทางเลือก

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

กระทรวงสาธารณสุข โทร. 065-5045678



Line: ศูนย์การแพทย์ทางเลือก