

เรื่อง นวดท้องสัญญาณที่ 4



รายละเอียด

วิธีการนวด

คว่ำมือ (ข้างไกลผู้ถูกนวด) ให้นิ้วชี้แตะกระดูกซี่โครงซี่สุดท้ายด้านซ้าย ปลายนิ้วกลางแตะกึ่งกลางลำตัว กดสัญญาณที่ 4 ท้อง นิ้วมือลงแนวตั้ง (เหนือสะดือ) ดำบนน การกดสัญญาณแต่ละจุดใช้เวลาในการกด 1 คาบใหญ่ (30-45 วินาที)

ข้อควรระวัง

1.ไม่ควรนวดรอบสะดือ ต้องห่างอย่างน้อย 1 นิ้วมือ

2. ห้ามกวดบริเวณล้นปี (ทำให้จุกเสียดได้) และชายโครง (ทำให้กระดูกซี่โครงหักและทิ่มแทงอวัยวะภายในได้)
3. ห้ามนวดในกรณีที่มีโรคประจำตัว เช่น มะเร็งตับ มะเร็งลำไส้
4. ห้ามนวดในขณะที่อิมใหม่ ๆ หรือหิวจัด
5. ควรระวังในผู้ป่วยที่มีความดันโลหิตสูง

ประโยชน์

จ่ายความร้อนออกหลังและบั้นเอวด้านซ้าย และกระเบนเหน็บข้างซ้าย-แก้ออกหลัง โรคดานลม เถาดานพรตีก

-ช่วยแก้โรคเกี่ยวกับ สัญญาณที่ 1,3 ในบางกรณี

-จ่ายความร้อนออกหลังและบั้นเอวด้านซ้าย และกระเบนเหน็บข้างซ้าย

-แก้ออกหลัง โรคดานลม เถาดาน พรตีก

-ช่วยแก้โรคเกี่ยวกับ สัญญาณที่ 1,3 หลัง ในบางกรณี

ผู้ให้ข้อมูล

คุณสนिता ศรีบุญเรือง

คำสำคัญ : ท้องสัญญาณที่ 4

ที่มา : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลปากอ่าง เทศบาลตำบลคลองแม่ลาย ตำบลอ่างทอง อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : นักศึกษา รหัส 5912206

วันที่ : 2018-03-16

https://arit.kpru.ac.th/ap/local/?nu=pages&page_id=1038&code_db=DB0020&code_type=002