

### เรื่อง นวดหลังสัญญาณที่ 3



#### รายละเอียด

#### วิธีการนวด

เลื่อนนิ้วชี้แตะขอบกระดูกซี่โครงซี่สุดท้าย กางนิ้วหัวแม่มือขนานกับนิ้วชี้ เลื่อนนิ้วหัวแม่มือขีดขอบกระดูกสันหลัง กดสัญญาณที่ 3 หลัง ด้านบน การกดสัญญาณแต่ละจุดใช้เวลาในการกด 1 คาบใหญ่ (30-45 วินาที)

#### ประโยชน์

จ่ายความร้อนเข้าปล้องกระดูก สัญญาณมี 3 ช่วยระบบไตออกไปขาด้านนอก แก้โรคเกี่ยวกับ สัญญาณที่ 3 หลัง แก้เสียวขาที่ขาและปลิ้น่อง ช่วยแก้เกี่ยวกับการอักเสบระบบไตจากการถูกกระทบกระแทก เช่น นักมวย ถูกเตะเหนือโดนเข้า

## ผู้ให้ข้อมูล

คุณสนิตา ศรีบุญเรือง

คำสำคัญ : หลังสัญญาตอนที่ 3

ที่มา : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลปากอ่าง เทศบาลตำบลคลองแม่ลาย ตำบลอ่างทอง อำเภอ  
เมือง จังหวัดกำแพงเพชร

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : นักศึกษา รหัส 5912206

วันที่ : 2018-03-16

[https://arit.kpru.ac.th/ap/local/?nu=pages&page\\_id=1042&code\\_db=DB0020&code\\_type=002](https://arit.kpru.ac.th/ap/local/?nu=pages&page_id=1042&code_db=DB0020&code_type=002)