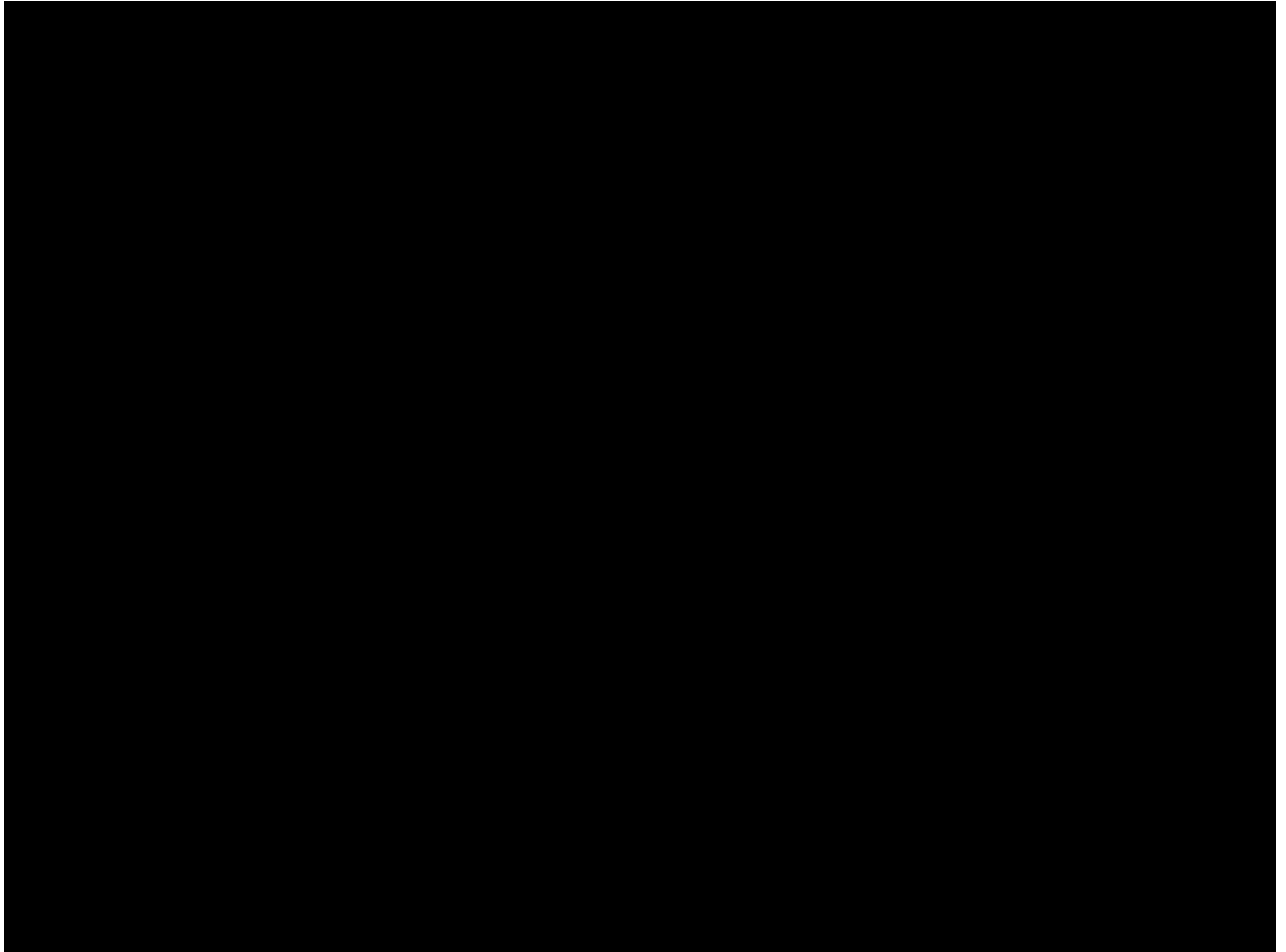


## เรื่อง นวดชาด้านในสัญญาณที่ 2



### รายละเอียด

### วิธีการนวด

วางนิ้วหัวแม่มือคู่ กด สัญญาณ2 ชาด้านใน ลงบนตำแหน่งกึ่งกลางของชาด้านในท่อนบน ห่างจากจุดที่ 1 ประมาณ 2 นิ้วมือ (จุดเดียวกับจุดเริ่มต้นการนวดพื้นฐานชาด้านในท่อนบน) ไม่นิยม X เพราะเจ็บมากการกด สัญญาณแต่ละจุดใช้เวลาในการกด 1 คาบใหญ่ (30-45 วินาที)

### ประโยชน์

จ่ายความร้อนไปทั่วขาทั่วไป-แก้โรคปราบที่ขา กล้ามเนื้อขาฉีกหรืออักเสบ โรคหมอนรอง

## ผู้ให้ข้อมูล

คุณสนิตา ศรีบุญเรือง

คำสำคัญ : ขาด้านในสัญญาฉบับที่ 2

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=1070&code\\_db=DB0020&code\\_type=002](https://arit.kpru.ac.th/ap/local/?nu=pages&page_id=1070&code_db=DB0020&code_type=002)