

เรื่อง นวดชาต่านนอกสัญญาณที่ 3



รายละเอียด

วิธีการนวด

เลื่อนตัวให้นั่งเฉียง 45° กับแนวสะโพกของผู้ถูกนวด คว่ำมือ วางนิ้วหัวแม่มือคู่ กดบน สัญญาณ 3 ชาต่านนอก คือ จุดกึ่งกลางกล้ามเนื้อสะโพก (รอยนูนของข้อต่อกระดูกสะโพกกับขาท่อนบน) เป็นรอยตัดระหว่างแนวของ ชาต่านนอกกับแนวลำตัวต่านนอก (ไม่นิยมกด X เพราะเจ็บมาก) แต่ละจุดใช้เวลาในการกด 1 คาบใหญ่ (30-45 วินาที)

ประโยชน์

บังคับเลือดและความร้อนเข้าหัวต่อกระดูกสะโพกและเชิงกราน-แก้กระดูกสะโพกเคลื่อนให้เข้าที่ แก้มดลูก

อีกเสบ หมอนรองกระดูกหลัง

ช่วยแก้โรคหมอนรองกระดูกหลัง ข้อสะโพกเสื่อม อัมพาตขา

ใช้ตรวจกรณีกระดูกสะโพกเคลื่อนว่าเข้า ที่แล้วหรือยังการอีกเสบของมดลูกและเชิงกราน มดลูกเคลื่อน มดลูก
ไม่เข้าอู่ (หากผิดปกติ สัญญาณ นี้จะแข็งมากและมีความร้อน)

ผู้ให้ข้อมูล

คุณสนिता ศรีบุญเรือง

คำสำคัญ : ขาด้านนอกสัญญาณที่ 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=1082&code_db=DB0020&code_type=002