

แนวคิดการรักษาโรค

8 วิธีของการแพทย์แผนจีน (中医治疗八法概念)

ภาสกิจ วัณนาวิบูล

บทคัดย่อ

การรักษาโรคให้ได้ผลต้องอาศัยวิธีการที่หลากหลาย ตามพยาธิสภาพและสภาพร่างกายของผู้ป่วย วัตถุประสงค์ของบทปริทัศน์นี้ ได้รวบรวมสรุปวิธีการรักษาโรค 8 วิธีของศาสตร์การแพทย์แผนจีนและการประยุกต์ใช้ทางคลินิก แนวคิดวิธีการรักษานี้มีบันทึกไว้ในคัมภีร์ หวงตี้เนย์จิง (ภาคซูเวิน) ที่มีประวัติศาสตร์อันยาวนานกว่า 2,400 ปี ต่อมาได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่องมาจนถึงสมัยราชวงศ์ชิง แพทย์จีนจึงลงมือได้มีการรวบรวมประสบการณ์การรักษาทางคลินิกของแพทย์จีนในอดีต โดยได้สรุปเป็นแนวทางหลักของการรักษาโรค 8 วิธีในหนังสือชื่อ “อี่เซวียชินอู่” วิธีเหล่านี้ตั้งอยู่บนหลักการวินิจฉัยและการรักษาโรคแบบองค์รวมของทฤษฎีการแพทย์แผนจีนที่เรียกว่า “เปี่ยนเจิ้งลู่จื่อ” แล้วจึงเลือกใช้วิธีการรักษาโรคเพื่อการปรับสมดุลตามด้วยการเลือกตำรับยาและการปรับเพิ่มหรือลดด้วยยาและขนาดยาตามความเหมาะสมในผู้ป่วยแต่ละราย วิธีการรักษาโรค 8 วิธี ได้แก่ วิธีขับเหงื่อ วิธีระบาย วิธีปรับประสานให้สมดุล วิธีให้ความอบอุ่น วิธีขับความร้อน วิธีบำรุง วิธีสลาย และวิธีทำให้อาเจียน ปัจจุบันมีการใช้สมุนไพรเพื่อการปรับสมดุลในการรักษาโรคที่มีความโน้มเอียงไปทางด้านใดด้านหนึ่งทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพในระยะยาว การนำเสนอนี้เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาเปรียบเทียบ และนำไปปรับใช้กับการดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสม

คำสำคัญ: วิธีการรักษาโรค 8 วิธี, การแพทย์แผนจีน

บทนำ

ปัจจุบันการรักษาโรคหรือการเสนอทางเลือกในการดูแลสุขภาพ มักมีความโน้มเอียงไปทางด้านใดด้านหนึ่ง เช่น เน้นแต่วิธีขับพิษล้างพิษ หรือเน้นแต่วิธีบำรุงสารพัดวิธีอย่างตายตัว ซึ่งมักไม่

สอดคล้องกับพยาธิสภาพของผู้ป่วย จึงมีโอกาสเสี่ยงทำให้ร่างกายเสียสมดุลได้มากกว่าการปรับสมดุลแนวคิด การรักษาโรค 8 วิธีของการแพทย์แผนจีนจึงมีประโยชน์แก่การศึกษาพิจารณา ในการรักษาสุขภาพเพื่อสร้างสมดุลแก่ร่างกายอย่างถูกต้องและ

วิทยาลัยการแพทย์แผนตะวันออก มหาวิทยาลัยรังสิต ปทุมธานี 12000

ผู้รับผิดชอบบทความ: doctor_bhasakit@hotmail.com

Received date 24/08/15 ■ Accepted date 03/06/16

ยังยืน

การรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรจีน ถ้าพิจารณามุ่งเน้นเพียงผลการวิจัยสรรพคุณของยาแบบการแพทย์แผนปัจจุบัน แล้วนำไปใช้รักษาโรคทางคลินิก ก็จะได้เพียงการใช้ยาสมุนไพรจีนแก้อาการแทนที่การใช้ยาเคมีเท่านั้น แต่จะไม่สามารถรักษาพื้นฐานของความเสียสมดุลได้

1. ความเป็นมาของวิธีการรักษาโรค

พื้นฐานแนวคิดวิธีการรักษาโรคของการแพทย์แผนจีนมีประวัติศาสตร์อันยาวนานกว่า 2,400 ปี บันทึกไว้ในคัมภีร์ หวงตี้เนย์จิง (黄帝内经) (ภาคซูเวิน) (素问) หลายบท เช่นในบทอินหยางอิงเซียงต้าลุ่น (阴阳应象大论)

1.1 การรักษาโรคต้องรักษาที่รากฐาน (แก่นแท้) (治病必求于本)

1.2 ภาวะแกร่งต้องระบาย ภาวะพร่องต้องบำรุง (实者泻则, 虚者补则)

1.3 การรักษาที่ดี ต้องรักษาที่ระดับผิวหนังและขน (善治者, 治皮毛)

มีการกล่าวถึงในบท จื่อเจินย่าวต้าลุ่น (至真要大论)

1.4 ภาวะร้อนใช้ยาเย็น ภาวะเย็นใช้ยาร้อน (热者寒之, 寒者热之)

ได้มีการพัฒนาวิธีการรักษาโรคของการแพทย์แผนจีนอย่างต่อเนื่องจนถึงสมัยราชวงศ์ซิง แพทย์จีนเฉิงจงหลิง (程钟龄) ได้รวบรวมประสบการณ์ทางคลินิกของแพทย์จีนในอดีต และได้สรุปผลการวิเคราะห์แยกแยะสาเหตุของโรค ธรรมชาติของโรค เพื่อเป็นแนวทางหลักของการรักษาโรคในหนังสือชื่อ “อีเซวี่ซินฮู” (医学心悟) กล่าวถึง

1) สาเหตุของโรค สรุปเป็น บาดเจ็บภายในและกระทบจากภายนอก (内伤外感)

2) ธรรมชาติของโรค สรุปเป็น 8 ภาวะ ได้แก่ เย็น (寒) ร้อน (热) พร่อง (虚) แกร่ง (实) นอก (表) ใน (里) อิน (阴) หยาง (阳)

3) วิธีการรักษาโรค สรุปเป็น 8 วิธี ได้แก่ วิธีขับเหงื่อหรือขับระบายภายนอก (汗法) วิธีระบายด้วยการถ่ายอุจจาระ (下法) วิธีปรับประสานให้สมดุล (和法) วิธีให้ความอบอุ่น (温法) วิธีขับความร้อน (清法) วิธีบำรุง (补法) วิธีสลาย (消法) วิธีทำให้อาเจียน (吐法)

2. หลักการรักษาโรค

การแพทย์แผนจีนเป็นการรักษาโรคแบบปรับสมดุล หมายถึง

2.1 การปรับภาวะอิน-หยาง (ภาวะร้อน-เย็น) ภาวะเลือด-ชี่ (พลัง) ภาวะของเหลวและการปรับกลไกการเคลื่อนไหวของร่างกาย

2.2 การขจัดสิ่งก่อโรคที่มาจากภายนอกหรือที่อยู่ภายในร่างกาย เช่น ความชื้น ความแห้ง ความร้อน ความเย็น เสมหะ เลือดอุดตันพิษ ฯลฯ

ดังนั้น การรักษาเพื่อปรับสมดุล ต้องเริ่มต้นจากการเบียนเจิ้งลุ่นจื่อ^[1] (辨证论治) (คือวินิจฉัยแยกแยะสภาพร่างกายและกลไกการเกิดและพัฒนาการของโรคในแต่ละช่วงเวลาเพื่อวางหลักในการรักษา) และต้องยึดกุมหลักการบริหารยา ก่อนลงรายละเอียดของการเลือกใช้ยาแต่ละตัว ถ้าหากการรักษาโรคเริ่มต้นด้วยการเรียนรู้สรรพคุณของยาสมุนไพรจีน แล้วใช้สมุนไพรจีนรักษาตามอาการ จะไม่บรรลุจุดมุ่งหมายในการปรับสมดุลที่แท้จริง คือรักษาได้แต่อาการ หรืออาการแสดงที่แสดงออก แต่จะไม่สามารถรักษาแก่นแท้หรือรากฐานของโรคได้ การเลือกใช้ตัวยาสมุนไพรจีนถือเป็นขั้นตอนสุดท้ายของการเขียนตำรับยา เหมือนการวางกำลังรบในสงคราม ความยากลำบาก และสิ่งสำคัญยิ่งของการ

รักษา คือ การเบี่ยนเจ็ง (แยกแยะธรรมชาติของโรค และสภาพของผู้ป่วย) ซึ่งเป็นตัวกำหนดการรักษา หรือลุ่นจื้อ คือ กำหนดหลักการ (理) วิธีการ (法) ตำรับ ยา (方) ตำยา (药) และเทคนิคในขั้นตอนสุดท้าย

คนที่ เป็นโรคเหมือนกันหรืออาการเหมือนกัน แต่ภาวะเจ็ง (証) (ธรรมชาติของโรคและสภาพของผู้ป่วย) ต่างกันจะรักษาด้วยวิธีการแตกต่างกัน (同病异治) ในทางกลับกันคนที่ เป็นโรคต่างกันหรืออาการต่างกันแต่มีภาวะเจ็งเหมือนกันจะรักษาด้วยวิธีการเหมือนกัน (异病同治) กล่าวคือถ้าเจ็งเหมือนกัน การรักษา ก็เหมือนกัน

3. การรักษาโรค 8 วิธีของศาสตร์การแพทย์แผนจีน (中医疗疗大八法)

การรักษาด้วยศาสตร์การแพทย์แผนจีน มีวิธีหลัก 8 วิธี^[1-5] ได้แก่

3.1 วิธีขับเหงื่อ (汗法) หรือขับระบายภายนอก (解表法)

3.2 วิธีขับระบายด้วยการถ่ายอุจจาระ (泻下法)

3.3 วิธีการปรับประสานให้สมดุล (和法)

3.4 วิธีให้ความอบอุ่น (温法)

3.5 วิธีขับความร้อน (清法)

3.6 วิธีบำรุง (补法)

3.7 วิธีสลาย (消法)

3.8 วิธีทำให้อาเจียน (吐法)

การรักษาโรคทางคลินิก โดยเฉพาะผู้ป่วยที่เป็นโรคเรื้อรัง มักมีภาวะของโรคสลับซับซ้อน มีความเชื่อมโยงของอาการและความเสียสมดุลในหลายระบบซึ่งมีผลกระทบต่อกัน การใช้ยาสมุนไพรในการปรับสมดุลจึงมักใช้หลายวิธีร่วมกัน ตามปัญหาหลัก ปัญหาเรื่อง ความแรงอ่อนและอาการหนักหรือเบา วิธีการรักษาจึงมีลักษณะยืดหยุ่นพลิกแพลงไม่ตายตัว

สามารถปรับเปลี่ยนรายละเอียดตามสภาพเป็นจริงที่ตรวจวินิจฉัยประเมินได้

8 วิธีหลักของการรักษาโรค

3.1 วิธีขับเหงื่อหรือขับระบายภายนอก^[1-4]

หมายถึง วิธีขับสิ่งก่อโรคบริเวณผิวหนังของร่างกาย (ผิวหนังรวมถึงกล้ามเนื้อส่วนต้น) การแพทย์แผนจีนมองว่า การเปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศจะผ่านการรับรู้ของผิวหนัง ซึ่งเชื่อมโยงกับอวัยวะภายในที่ควบคุมผิวหนัง คือ ปอด ดังนั้น ผิวหนังจึงเป็นเสมือนด่านแรกที่สิ่งก่อโรคจากสภาพอากาศ (ความร้อน ลม ความเย็น ความชื้น ความแห้งไฟ) มากระทบโจมตีและสามารถบุกรุกเข้าสู่อวัยวะภายในได้ โรคที่อยู่ระดับต้นระดับผิวหนัง (ได้ผิวหนัง) เหมาะที่จะใช้วิธีการขับเหงื่อเพื่อป้องกันไม่ให้โรคเข้าสู่ระดับลึก หรืออวัยวะภายใน

โรคที่อยู่ระดับผิวหนัง (รวมถึงใต้ผิวหนัง เนื้อเยื่อเกี่ยวพัน) จัดเป็นโรคที่อยู่ระดับต้น (表証) โรคที่อยู่ระดับลึกลงไป จัดเป็นโรคภายใน (里証)

โรคที่อยู่ระดับผิวหนัง มักเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงของอากาศ เกิดขึ้นแบบเฉียบพลัน อาการไม่ค่อยรุนแรง มีอาการไข้ กลัวลม กลัวหนาว ปวดศีรษะ คัดจมูก น้ำมูกไหล ไอ เจ็บคอ ลักษณะลิ้นจะมีฝ้าขาวบางหรือเหลืองบาง ชีพจรลอย

เนื่องจากโรคผิวหนังกับโรคทางเดินหายใจเกี่ยวข้องกับอวัยวะปอด วิธีการขับเหงื่อเป็นการกระจายการทำงานของปอดไปสู่ผิวหนังและลงสู่ด้านล่าง (ช่วยปรับการหายใจและการควบคุมกระจายน้ำ ช่วยการขับปัสสาวะ) ดังนั้น ยาขับเหงื่อ นอกจากใช้รักษาโรคจากการกระทบการเปลี่ยนแปลงของร่างกายจากปัจจัยภายนอกแล้ว ยังใช้ในการรักษาโรคอื่น ๆ เช่น โรคผิวหนัง แผลอักเสบ โรคปวดข้อ ตกขาว หอบหืด ซึ่งเกี่ยวข้องกับโรคภายใน

รวมถึงภาวะดีซ่าน ปัสสาวะบ่อย บวมหน้า

ยาที่ใช้กับวิธีขับเหงื่อแบ่งเป็น 2 ชนิด คือ ยาที่มีรสเผ็ดและมีฤทธิ์ร้อนใช้รักษาปัจจัยก่อโรค คือ ลมเย็นและยาที่มีรสเผ็ดและมีฤทธิ์เย็นใช้รักษาปัจจัยก่อโรคคือลมร้อน

ความแตกต่างระหว่างการกระทบลมเย็นและลมร้อน

เมื่อร่างกายกระทบการเปลี่ยนแปลงของอากาศทำให้เกิดอาการไม่สบาย (ไม่ว่าจากลมร้อนหรือลมเย็น) มีกลไกการเกิดโรคเดียวกันคือสิ่งก่อโรคปิดกั้นหรือตกค้างอยู่ตำแหน่งระดับผิวหนังและเนื้อเยื่อเกี่ยวพันใต้ผิวหนัง (肌表) ทำให้เกิดอาการที่คล้ายกันบางส่วน คือ มีไข้ กลัวหนาว ปวดศีรษะ ชีพจรลอย

สิ่งที่ต่างกันคือ

กระทบลมร้อน - ลักษณะมีไข้ ตัวร้อน จะเด่นกว่ากลัวลม กลัวหนาว คอแห้งเล็กน้อย ปลายลิ้นขอบลิ้นแดง ชีพจรลอยและเร็ว

กระทบลมเย็น - ลักษณะกลัวลม อาการกลัวหนาว จะเด่นกว่ามีไข้ แต่คอไม่แห้ง ลิ้นซีด ชีพจรลอยและแน่น

ตัวอย่างตำรับยาขับเหงื่อ^[1,8]

1) ตำรับยาขับลมเย็น (风寒表证方剂) และขับลมร้อน (风热表证方剂)

2) ตำรับมหาหวงทัง (麻黄汤) ใช้ขับลมเย็น กรณีที่ผู้ป่วยไม่มีเหงื่อ (ร่างกายแข็งแรง)

3) ตำรับกู่จื่อทัง (桂枝汤) ใช้ขับลมเย็นกรณีที่ผู้ป่วยมีเหงื่อออกมากเนื่องจากชีพปกป้องผิว (卫气) อ่อนแอ

4) ตำรับหยินเซียวส่าน (银翘散) ใช้ขับลมร้อน ผู้ป่วยมีอาการไข้ตัวร้อนจะเด่นกว่ากลัวลมกลัวหนาวคอแห้งเล็กน้อยปลายลิ้นขอบลิ้นแดงชีพจรลอยและเร็ว

5) ตำรับยาขับลมชื้น (风湿表证方剂)

6) ตำรับเซียงหัวเซ็งสือทัง (羌活胜湿汤) ใช้ขับภาวะที่มีความชื้นกระทบร่างกายมักมีอาการหน้าเมื่อยตัว แน่นในอก ไม่สบายในท้อง เมื่ออาหารร่วมด้วย จัดเป็นกลุ่มอาการที่มีทั้งอาการภายนอกและภายในร่วมกัน มีตัวยาที่มีฤทธิ์ขับเหงื่อและขับชื้นร่วมด้วย เช่น เซียงหัว (羌活) *Notopterygium incisum* Ting ex H.T. Chang.) ตู๋หัว (独活 *Angelica pubescens* Maxim.)

ข้อควรระมัดระวัง^[3]

การเสียเหงื่อมากจะทำให้สูญเสียน้ำและซี การรักษาโรคโดยวิธีขับเหงื่อจึงต้องระมัดระวังเป็นพิเศษในผู้ป่วยที่มี Yinพร่อง ชีพพร่อง และหรือเลือดพร่อง และห้ามใช้กับผู้ป่วยที่มีโรคหัวใจล้มเหลว หรือมีร่างกายอ่อนแอ

3.2 วิธีขับระบายด้วยการถ่ายอุจจาระ^[1-5]

วิธีขับระบาย หมายถึง การปรับสมดุลเกี่ยวกับภาวะติดขัดของพลัง หรือสิ่งตกค้างในทางเดินอาหารที่สำคัญคือ กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็กและลำไส้ใหญ่ เช่น อาการท้องผูก ไม่ถ่ายอุจจาระหรือถ่ายไม่ออก จะทำให้มีการตกค้างของอาหารหรือของเสียในทางเดินอาหาร

วิธีขับระบาย ยังมีความหมายมากกว่าการรักษาอาการท้องผูก คือ การทะลวงหรือขับเคลื่อนกลไกพลังลงสู่เบื้องล่าง การกระตุ้นการไหลเวียนเลือด รวมถึงการขับภาวะร้อนชื้นออกจากร่างกาย

ขอบเขตการรักษาด้วยวิธีขับระบายจึงครอบคลุมทั้งการช่วยขับถ่ายอุจจาระ กระตุ้นการบีบตัวของกระเพาะอาหารและลำไส้ การขับเคลื่อนเลือดและพลัง ทำให้เลือดไม่ติดขัด การขับความร้อนชื้น ที่ตกค้างในร่างกาย ลดการอักเสบของทางเดินอาหาร การอักเสบของตับและถุงน้ำดี ลดอาการ

ปวดท้องที่มีลักษณะเฉพาะที่ (ปวดมีตำแหน่งที่แน่นอน เนื่องจากเลือดติดขัด อุจจาระตกค้าง)

การรักษาภาวะท้องผูกแบบร้อนแรง ใช้ยาขับระบายฤทธิ์เย็นเป็นหลัก เหมาะสำหรับการรับประทานระยะสั้น ๆ ในช่วงระยะที่มีความร้อนของสารตกค้างสะสมภายใน

คนที่ท้องผูกเรื้อรังมักจะมีปัญหาภาวะพร่องร่วมด้วย เช่น อินพร่อง หยางพร่อง เลือดหรือพลังพร่อง จะทำให้เกิดความแห้ง ทำให้พลังติดขัดมากขึ้น ทำให้เลือดไม่ไหลเวียน ไม่มีแรงเบ่ง การใช้ยาจะต้องมีการปรับเพิ่มหรือลดขนาดยาตามสภาพของร่างกาย

ตัวอย่างตำรับยาจีนที่ใช้รักษาอาการท้องผูก^[1,8]

1) ตำรับต้าเจิงชีทัง (大承气汤)

ใช้รักษาท้องผูกแบบร้อนเป็นหลัก ใช้ยาขับระบายเป็นส่วนใหญ่ จึงเป็นยาที่เหมาะสมกับการกินระยะสั้น ๆ ช่วงระยะที่มีความร้อนของตกค้างสะสมภายใน มีตัวยาดำหวงหรือโกฐน้ำเต้า (大黄 *Rheum palmatum* L.) และหมางเชียวหรือดีเกลือ (芒硝) เป็นหลัก

- ตำรับเจิงเยทัง (增液汤)

ใช้รักษาท้องผูกที่มีความแห้งเกิดขึ้น ต้องเสริมยาบำรุงอิน เช่น เสวียนเซิน (玄参 *Scrophularia ningpoensis* Hemsl.) เชงตี้หรือโกฐซี่แมว (生地 *Rehmannia glutinosa* Libosch) ม่ายตง [麦冬 *Ophiopogon japonicas* (Thunb.) Ker-Gawl.] จะเป็นการเพิ่มน้ำในลำไส้ทำให้อุจจาระไม่แห้ง และไม่แข็งตัวเกินไป โดยรวมมักใช้ร่วมกับยาช่วยขับระบาย

3) ตำรับเวินผี้ทัง (温脾汤)

เป็นภาวะท้องผูกจากความเย็นภายในหรือหยางพร่อง การรักษาท้องผูกแบบนี้ต้องใช้ยาอุ่นพลังหยางของม้ามและไตควบคู่กับการใช้ยาขับระบาย เช่น

ฟูจื่อ หรือรากแขนงของโหระพาเดียวโกที่ผ่านการฆ่าฤทธิ์ (附子 *Aconitum carmichaeli* Debx.) เหรินเซิน หรือโสมคน (人参 *Panax ginseng* C.A. Mey) กานเจียงหรือขิงแห้ง (干姜 *Zingiber officinale* (Willd.) Rosc.) และดังกู่ (当归 *Angelica sinensis* (Oliv.) Diels) เรียกว่าเป็นการขับระบายแบบอุ่น (温通)

ข้อควรระวัง^[3]

ข้อเสียของการขับระบาย คือ มีการสูญเสียพลังของร่างกาย คนที่รับประทานยาระบายเป็นประจำจะสูญเสียพลังในการขับเคลื่อนลำไส้ รวมทั้งพลังของร่างกายโดยรวม (คนที่ท้องเสียมักจะเสียสารน้ำเกลือแร่ พลัง ซึ่งสูญเสียออกมาพร้อมอุจจาระในขณะขับถ่าย)

นอกจากนี้ ยาขับระบายมักมีฤทธิ์ค่อนข้างเย็นหรือเย็นมาก การใช้ยาเป็นเวลานาน ๆ ซ้ำของกระเพาะอาหารและไตจะถูกกระทบ ทำให้การย่อยดูดซึม การขับเคลื่อนของลำไส้ไม่ดี ช่วงล่างของร่างกายจะอ่อนแอ (ตั้งแต่เอวถึงเข่าและเท้า) ทำให้ขาเย็น ไม่ค่อยมีแรง

วิธีระบายส่วนใหญ่ใช้รักษาโรคเกี่ยวกับภายในร่างกาย หรือความผิดปกติของทางเดินอาหาร ถ้ามีกลุ่มอาการโรคภายนอกหรือกลุ่มอาการกึ่งภายนอกกึ่งภายในร่วมด้วย ควรรักษาไปพร้อมกัน วิธีนี้เป็นวิธีกำจัดสาเหตุของโรคที่ค่อนข้างรวดเร็วและรุนแรง มีผลข้างเคียงคือทำให้เย็นพร่อง ซี่พร่อง จึงควรนำมาใช้กรณีจำเป็นเท่านั้นและควรใช้อย่างระมัดระวังในผู้ป่วยที่มีอินพร่อง ซี่พร่อง หยิงมีครรรค์ หยิงมีประจำเดือน

3.3 วิธีปรับประสานให้สมดุล หรือวิธีประนีประนอม^[1-5]

วิธีปรับให้สมดุล หมายถึง วิธีการรักษาโดยปรับ

สภาพของภาวะเกินและภาวะพร่องทั้ง 2 ด้าน เป็นการปรับทั้งเลือดและพลัง ภาวะอินและภาวะหยางพร้อมกัน หรือปรับสมดุลของอวัยวะภายใน เช่น ตับและม้ามในเวลาเดียวกัน เพื่อการรักษาโรค (ปรับสมดุลอย่างช้า ๆ นุ่มนวล โดยการปรับทั้งสองด้านของคู่ขัดแย้ง)

การรักษาโรคบางครั้งไม่อาจจะใช้วิธีการแก้ปัญหาเพียงด้านใดด้านหนึ่ง ต้องปรับแก้ความขัดแย้งของคู่กรณีทั้งสองด้าน ไม่ใช้วิธีแตกหักทำลายล้างฝ่ายหนึ่งเพื่อรักษาอีกฝ่ายหนึ่ง จึงจะสร้างความสมดุลได้

แนวคิดการปรับให้สมดุลถือกำเนิดมานานกว่า 2,000 ปี โดยแพทย์จีนที่มีชื่อเสียงปรมาจารย์จางจิ้งจิง (张仲景) โดยสร้างตำรับยาเสี่ยวไห่หูทัง (小柴胡汤) เป็นตัวแทนตำรับยาในการรักษาโรคซาวหยาง (少阳病) (โรคที่มีอาการร้อนหนาวสลับกัน คอขม ปวดแน่นชายโครง ซีพจรงตั้ง ใช้การรักษาโดยการขับลมเย็นที่ผิว ร่วมกับการขับความร้อนของอวัยวะภายใน) ซึ่งต่อมาภายหลังได้มีการศึกษาวิจัยอย่างต่อเนื่องทำให้มีความรู้ความเข้าใจที่สมบูรณ์ขึ้นเกี่ยวกับการรักษาด้วยวิธีการนี้

จุดเด่นของวิธีปรับให้สมดุลและการประยุกต์ใช้ทางคลินิก

1) ใช้วิธีการโจมตี (ทำลาย) และการบำรุงควบคู่กัน (攻补兼施)

เป็นการใช้ลักษณะ 2 ด้านของการรักษาโรคในเวลาเดียวกัน ส่วนประกอบของตำรับยาจึงมีส่วนประกอบของยาขับเสีย (ปัจจัยก่อโรค) เช่น ยาขับเหงื่อ ยาขับพิษร้อน ยาขับเสมหะ ยาขับเคลื่อนที่ ยาละลายการอุดตันของเลือด ในขณะเดียวกันก็มียาบำรุงเป็นส่วนประกอบ เช่น ยาบำรุงอิน ยาบำรุงหยาง ยาบำรุงพลัง หรือยาบำรุงเลือดรวมอยู่ด้วยตาม

สภาพปัญหาของผู้ป่วย

จุดมุ่งหมายคือ ขับสิ่งก่อโรค และเสริมบำรุงร่างกายเพื่อให้มีพลังพื้นฐานที่แข็งแรง เพื่อการขับสิ่งก่อโรค มักใช้กรณีที่ว่าร่างกายอ่อนแอและมีเสียที่ร่วมอยู่ด้วย

2) ใช้ยาที่มีฤทธิ์ร้อนและฤทธิ์เย็นควบคู่กัน (寒热并用)

ยาบำรุงโดยทั่วไปจะมีฤทธิ์ร้อน ในขณะที่ยาขับเสียซึ่งมักมีฤทธิ์เย็น วิธีปรับสมดุลโดยใช้ยาทั้ง 2 กลุ่มพร้อมกัน จึงใช้รักษาอาการร้อนเย็นสลับกันได้ผลดี

3) ใช้การปรับสมดุลของอวัยวะตับและม้ามพร้อมกัน เช่น กรณีซึ่งของตับติดขัด ทำให้มีผลต่อการทำงานของม้าม จำเป็นต้องลดการติดขัดของตับและเสริมบำรุงม้ามไปพร้อมกัน

4) วิธีปรับให้สมดุล ฤทธิ์ของยาไม่รุนแรง เป็นแบบค่อย ๆ ปรับสภาพ (作用和缓)^[1]

เมื่อเปรียบเทียบวิธีปรับให้สมดุลกับวิธีขับเหงื่อ วิธีขับระบาย วิธีขับพิษร้อน ซึ่งเน้นการขับเสียที่เพียงด้านเดียว จะมีฤทธิ์ในการขับเสียที่ต่ำกว่าถ้าเปรียบเทียบกับวิธีบำรุงเพียงด้านเดียว ฤทธิ์ในการบำรุงก็ไม่รวดเร็วหรือไม่รุนแรง

วิธีปรับให้สมดุลจึงเป็นการปรับสภาพทำให้ร่างกายค่อย ๆ กลับสู่สมดุลอย่างช้า ๆ เพื่อป้องกันผลแทรกซ้อนจากการแก้ปัญหาด้านเดียว ความโน้มเอียงในการปรับสมดุลด้านใดด้านหนึ่ง ทางคลินิกจัดว่าเป็นวิธีการที่ใช้บ่อยวิธีหนึ่ง

3.4 วิธีให้ความอบอุ่น^[1-4,8]

วิธีให้ความอบอุ่น หมายถึง วิธีการใช้สมุนไพรหรืออาหาร ที่มีคุณลักษณะหรือฤทธิ์อุ่นร้อน (温热性质) มารักษากลุ่มอาการเย็น (寒证) เช่น กระจายความเย็น หมายถึง วิธีใช้สมุนไพรหรือ

อาหารที่มีลักษณะอุ่นร้อน (温热性质) มารักษากลุ่มอาการเย็น (寒证) เช่น กระจายความเย็นดั้งหยางกลับคืน ทะลงชีพจร^[4] รวมถึงเทคนิคการฝังเข็มรมยา การให้คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าที่ให้ความร้อน

การแสดงออกถึงอาการรู้สึกหนาวเย็นทั้งหลายขณะไม่สบาย หรือร่างกายเสียภาวะสมดุลเรียกว่า กลุ่มอาการเย็น ซึ่งบ่งบอกถึงการทำงานหรือสรีระของร่างกายอยู่ในภาวะต่ำกว่าปกติ หรือระบบการเผาผลาญพลังงานของร่างกายลดน้อยลง

อาการสำคัญที่แสดงออก คือ กลัวหนาว (ความเย็น) ชอบความอุ่น แขนขาเย็นเฉียบ ใบหน้าขาวซีด เบื่ออาหาร (ไม่มีรสชาติ) กระหายน้ำ ปัสสาวะใสและปริมาณมาก อุจจาระเหลว ชีพจรช้า หรือแน่น

ประเภทของกลุ่มอาการเย็น แบ่งเป็น 2 ประเภท โดยพิจารณาว่าความเย็นที่เกิดขึ้นมีสาเหตุจากภายนอกมากระทบ หรือเกิดจากความเสียสมดุลภายในร่างกายเป็นหลัก

1) กลุ่มอาการเย็นที่เป็นภาวะแกร่งหรือภาวะเย็นแกร่ง (实寒证)

เกิดจากสภาพอากาศสิ่งแวดล้อมที่เป็นความเย็นมากกระทบผิวหนังกล้ามเนื้อส่วนต้น เกิดจากการค้างค้างของความเย็นบริเวณผิวหนังส่วนนอก มักจะมีความรู้สึกเย็นร่วมกับมีไข้ต่ำ ๆ รวมถึงช่องทางการนำความเย็นเข้าสู่ร่างกายด้วยการรับประทานอาหารผลไม้เครื่องดื่มที่เย็นหรือมีฤทธิ์เย็นมากเกินไป เช่น น้ำแข็ง น้ำเย็น ชาเขียว บัวบก รังจืด ผักดิบ เช่น แตงโม มะระ ฯลฯ

การได้รับความเย็นโดยการกระทบที่ผิวหนังจากอากาศที่เย็น และการรับประทานอาหารที่มีฤทธิ์เย็น ทั้ง 2 ปัจจัยจัดเป็นสาเหตุที่เกิดจากปัจจัยก่อโรคความเย็นเป็นเหตุของการเกิดโรค เรียกทั้ง 2

ภาวะนี้ว่าภาวะเย็นแกร่ง

2) กลุ่มอาการเย็นที่เป็นภาวะพร่องหรือภาวะเย็นพร่อง (虚寒证)

สาเหตุมาจากภาวะพร่องของหยางซี่ (ความสามารถในการผลิต พลังความร้อนของร่างกายลดลง) เนื่องจากการเสียสมดุลของร่างกายจากหลายปัจจัย เช่น จากพื้นฐานทางกรรมพันธุ์ การเจ็บป่วยเรื้อรัง การใช้ยาที่ผิดพลาด การได้รับความเย็นจากภายนอกต่อเนื่อง และวิธีดำเนินชีวิตที่ไม่ถูกต้องเป็นเวลายาวนาน

หลักการของวิธีการอุ่นในการรักษาโรค

1) กรณีความเย็นอยู่ที่ภายนอก (ระดับผิวหนัง กล้ามเนื้อและกระดูก)

ความเย็นที่กระทบส่วนผิวใช้วิธีขับเหงื่อด้วยสมุนไพรที่มีฤทธิ์เผ็ดอุ่นหรือร้อน เช่น คนที่กระทบลมเย็น หรือนอนเปิดแอร์ตลอดทั้งคืน โดยไม่ห่มผ้า หรือมีความอบอุ่นไม่เพียงพอ หลังตื่นนอนจะรู้สึกตัวเย็น เวียนศีรษะ (ความเย็นปิดกั้นส่วนบน) รู้สึกไม่มีแรง

พิจารณาใช้วิธีขับเหงื่อ (ขับความเย็นที่ผิว) กับวิธีให้ความอบอุ่นภายในร่างกายเพื่อช่วยในการขับเคลื่อนเลือดและซี่ (พลัง) เพื่อช่วยปกป้องร่างกายและกระตุ้นช่วยเสริมการขับเหงื่อ

2) กรณีความเย็นอยู่ที่อวัยวะภายในจึงผู้หรือเส้นลมปราณ

ตัวอย่างเช่น มีความเย็นในกระเพาะอาหาร มีความเย็นที่ปิดกั้นเส้นลมปราณตับ คนที่เลือดพร่องแล้วมีอาการหยางพร่อง ความเย็นที่ปิดกั้นบริเวณมดลูกและท้องน้อย ต้องพิจารณาใช้วิธีให้ความอบอุ่นควบคู่ไปกับวิธีบำรุงเลือด บำรุงซี่ อิน หยาง ควบคู่ไปด้วย

ตัวอย่างยาขับความเย็นที่ผิวหนัง (ขับเหงื่อ)^[9]

(1) หมาหวง (麻黄 *Ephedra sinica* Stapf, *E. intermedia* Schrenk et C.A. Mey.)

(2) กุ้ยจื่อ (桂枝 *Cinnamomum cassia* Presl)

(3) เซียงหั่ว (羌活 *Notopterygium incisum* Ting ex H.T. Chang.)

(4) ตู๋หั่ว (独活 *Angelica pubescens* Maxim.)

(5) ซีซิน [细辛 *Asarum heterotropoides* Fr. Schmidt var. *mandshuricum* (Maxim.) Kitag.]

ตัวอย่างยาอุณายใน

(1) ฟู่จื่อ (附子) โหระกู่หรือเปลือกอบเชยเทศ (肉桂 *Cinnamomum cassia* Presl) อุ๋นไต่หยาง

(2) กุ้ยจื่อหรือก้านอบเชย (桂枝) อุ๋นทะลวงเส้นเลือดหัวใจ

(3) กานเจียงหรือขิงแห้ง (干姜) อุ๋นพลึงหยางของม้ามและปอด

(4) กาวเหลียงเจียงหรือข่าเล็ก (高良姜 *Alpinia officinarum* Hance) อุ๋นกระเพาะอาหาร

(5) อุ๋นจูหยี่ [吴茱萸 *Evodia rutaecarpa* (Juss.) Benth.] เลี้ยวหุยเซียง (小茴香 *Foeniculum vulgare* Mill.) อุ๋นเส้นลมปราณตับ

(6) อุ๋นเย่า [乌药 *Lindera strychnifolia* (Sieb. et Zucc.) Villar] อุ๋นม้าม ปอด ไต กระเพาะปัสสาวะ

(7) เจินเซียง (沉香 *Aquilaria agallocha* Roxb.) อุ๋นกระเพาะอาหาร ม้าม และไต

ตัวอย่างยาสมุนไพรมารู้งที่มีฤทธิ์อุ่นร้อน^[9]

(1) โสเมเกาหลี่ (高丽参 *Panax ginseng* C.A. Mey) อุ๋นร้อนบำรุงพลัง

(2) ตังกวย (当归) อุ๋นร้อนบำรุงเลือด

(3) ปาจิเทียน (巴戟天 *Morinda officinalis* How) อุ๋นร้อนบำรุงไต

(4) เขากวางอ่อน (鹿茸 *Cervus nippon* Temminck) อุ๋นร้อนบำรุงไต

ตัวอย่างตำรับยาที่ใช้ในการขับเย็นภายใน (อุ๋นภายใน)^[1-3,8]

(1) ตำรับเหลียงฟู่หวน (良附丸) เป็นยาขับความเย็นในกระเพาะอาหารร่วมกับกระจายพลังดับอุดกั้นตัวยาลำคัญคือกาวเหลียงเจียง ยาขับความเย็นในกระเพาะอาหารเซียงฟู่ (香附 *Cyperus rotundus* L.) กระจายพลังดับอุดกั้นแก้ปวด

(2) ตำรับฮว่าเซียงเจิ้งชีส่าน (藿香正气散) เป็นยาขับความเย็นกระเพาะผิวน้ำ และทำให้ปวดท้องท้องเสีย (หวัดลงกระเพาะอาหาร) ตัวยาลำคัญคือฮว่าเซียง [藿香 *Pogostemon cablin* (Blanco) Benth.] ใช้ขับลมเย็น ปรับกระเพาะอาหารจื่อซู [紫苏 *Perilla frutescens* (L.) Britt.] ไปจื่อ (白芷 *Angelica dahurica* (Fisch. ex Hoffm.) Benth. et Hook.f.) ใช้กระจายความเย็นปรับการไหลเวียนพลังในกลางอกและท้อง

(3) ตำรับหน่วนกานเจียน (暖肝煎) เป็นยาขับความเย็นที่ปิดกั้นเส้นลมปราณตับ พบในผู้ป่วยที่ปวดท้องน้อย ไล่เลื้อน ตัวยาลำคัญคือ อุ๋นเย่า (乌药) อุ๋นไตกระจายความเย็นโหระกู่ (肉桂) อุ๋นไตกระจายความเย็นเจินเซียง (沉香) ขับเคลื่อนพลังแก้ปวดกระจายความเย็นเลี้ยวหุยเซียง (小茴香) ขับเคลื่อนพลังแก้ปวดกระจายความเย็น

(4) ตำรับตังกวยซื่อหนี่หัง (当归四逆汤) ใช้รักษาคนที่เลือดพร่องแล้วมีอาการหยางพร่องร่วมด้วย ตัวยาลำคัญคือ กุ้ยจื่อ (桂枝) อุ๋นทะลวงเส้นลมปราณตังกวย (当归) ไปสาว (白芍 *Paeonia lactiflora* Pall.) บำรุงเลือด ซีซิน (细辛) กระจายความเย็น

(5) ตำรับเวินจิงทัง (温经汤) ใช้รักษาปวดท้องน้อย มดลูกเย็นมีเลือดติดขัดอุดกั้น ทำให้ปวด

ประจำเดือน ประจำเดือนมาไม่หยุด (กะปริดกะปรอย) ภาวะมีบุตรยาก ตัวยาลำคัญคือ อุ๋จูหวี (吴茱萸) อุ๋น่ ตับ กระเพาะอาหาร กุ้ยจื่อ (桂枝) อุ๋น่ทะเลงเส้น ลมปราณกระจายความเย็น ตังกุย (当归) ชวนซยง (川芎 *Ligusticum chuanxiong* Hort.) ไป่สาว (白芍) บำรุงเลือด

ข้อควรระวัง

ห้ามใช้วิธีให้ความอบอุ่นรักษากลุ่มอาการโรค ร้อน ร้อนแท้เย็นเทียม กลุ่มอาการโรคร้อนที่มีเลือด ออกง่าย ควรระมัดระวังในการใช้ยาที่มีฤทธิ์ร้อน รุนแรงในหญิงมีครรภ์

3.5 วิธีขับความร้อน^[1-3, 5,7]

วิธีขับความร้อน หมายถึง การขับปัจจัยก่อโรค ที่เป็นความร้อนออกจากร่างกาย รวมหมายถึง อาการไข้หรือความรู้สึกว่ามีไข้ การแพทย์แผนจีนจะต้องวิเคราะห์ตำแหน่งความตื้นลึกของปัจจัยก่อโรค ที่เป็นความร้อน ว่าอยู่ของระดับผิว ระดับซี่ ระดับ เลือด หรือระดับอึ้ง (พลังที่เดินตามชีพจรหรือเดิน ในหลอดเลือด) และอยู่ที่อวัยวะใด จึงเลือกตำรับยา และตัวยาที่เหมาะสมวิธีการขับร้อน จึงแบ่งเป็น หลายประเภท ได้แก่

1) การระบายร้อนระดับผิวหนัง (รวมถึงเนื้อเยื่อ เกี่ยวพัน กล้ามเนื้อส่วนต้นไถ้ผิวหนัง)

ใช้วิธีขับเหงื่อดังกล่าวข้างต้น เมื่อเหงื่อออก ปัจจัยก่อโรคก็ออกไปพร้อมกับเหงื่อ ใช้รักษาภาวะ ร้อนแกร่งภายนอก (表热实证)

2) การขับถ่ายอุจจาระ จัดเป็นการขับความร้อน แบบแกร่งภายใน (里热实证)

ใช้วิธีขับความร้อนออกทางอุจจาระ

3) การขับความร้อนที่อยู่ระดับกึ่งนอกกึ่งใน (半表半里热证)

ใช้รักษาด้วยการระบายความร้อนของเส้นลม

ปราณชั่ววูหยาง

4) การระบายความร้อนที่เกิดจากภาวะอิน พร่อง (阴虚里热证)

ในการรักษาต้องใช้ยาเสริมบำรุงสารอินร่วมกับ ยาที่มีฤทธิ์เย็นในการขับเหงื่อ เพื่อขับปัจจัยก่อโรค ความร้อนภายในออกสู่ภายนอก

5) การระบายความร้อนจากภาวะพลังพร่อง (气虚发热)

ต้องใช้ยาอุ่นบำรุงซึ่งมาขับปัจจัยก่อโรค

6) การขับความร้อนจากอวัยวะภายใน^[9]

การขับร้อนจากอวัยวะภายในที่ต่างกัน ใช้ตำรับ ยาต่างกันและตัวยาต่างกัน เพราะการเลือกใช้ใน การขับความร้อนเป็นฤทธิ์เฉพาะตัวของตัวยาที่เรียก ว่าเข้าเส้นลมปราณ (กุยจิง) (归经) ตัวอย่างเช่น

(1) หวงเหลียน (黄连 *Coptis chinensis* Franch.) มีฤทธิ์ขับความร้อนขึ้นของกระเพาะ อาหาร

(2) หลงต่านเฉ่า (龙胆草 *Gentiana scabra* Bunge.) มีฤทธิ์ขับความร้อนขึ้นของตับ ไต

(3) หวงป้อ (黄柏 *Phellodendron amurense* Rupr.) มีฤทธิ์ขับความร้อนของกระเพาะ ปัสสาวะ

(4) ลี้อกาหรือเกลือจิด (石膏 *calcium sulfate dihydrate*) มีฤทธิ์ขับความร้อนของระดับซี่

ตัวอย่างตำรับยาในการขับร้อน^[8]

(1) ตำรับไป่หูทัง (白虎汤) ใช้สำหรับขับ ความร้อนระดับซี่

(2) ตำรับชิงเว่ยซ่าน (清胃散) ใช้ขับความ ร้อนของกระเพาะอาหารหรือเส้นลมปราณกระเพาะ อาหาร

(3) ตำรับเซี่ยซินทาง (泻心汤) และตำรับชีอ ซ่าน (导赤散) ใช้ขับไฟหัวใจแกร่ง (心火亢盛)

(4) หลงตันเฉียนกานทั้ง (龙胆泻肝汤) ใช้ขับระบายความร้อนและไฟของตับ

ข้อควรระวัง

ยาลดความร้อนมีคุณสมบัติเย็นมาก ถ้ารับประทานนานเกินไปจะกีดการทำงานของม้ามและกระเพาะอาหาร ทำให้มีอาการเบื่อ ท้องอืด อาหารไม่ย่อย ถ้าเป็นกลุ่มอาการร้อนชื้นควรใช้ยาลดความร้อนควบคู่กับยาระบายความชื้น ถ้ามีภาวะร้อนจัดทำลายอินควรใช้ยาเสริมบำรุงอินร่วมด้วย ถ้าเป็นอาการร้อนและท้องผูกควรให้ยาระบายระบายอุจจาระร่วมด้วย

3.6 วิธีบำรุง^[1-6]

วิธีบำรุง หมายถึง การปรับสมดุลภาวะที่พร่อง (เสื่อมสภาพ) ของร่างกายซึ่งครอบคลุมการบำรุงด้านหลัก 4 ด้าน คือ บำรุงเลือด บำรุงซี่ บำรุงอิน และบำรุงหยาง

ภาวะพร่อง หมายถึง ภาวะการทำงานของร่างกายเสื่อมถอยลง สมรรถภาพการทำงานน้อยกว่าปกติ สาเหตุอาจเป็นมาแต่กำเนิด (พันธุกรรม) หรือเป็นภาวะหลังกำเนิด ซึ่งจากเหตุปัจจัยต่าง ๆ เช่น การรับประทานอาหาร การพักผ่อน การนอนหลับ การมีเพศสัมพันธ์และการดำเนินชีวิตที่ไม่เหมาะสมจนถึงภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง เช่น เสียเลือดมาก เสียเหงื่อมาก ท้องเสียเรื้อรัง หญิงหลังคลอดเสียชี่มาก เป็นต้น

ความพร่องเป็นการแสดงออกโดยรวมของร่างกาย มีลักษณะแตกต่างกัน ตามสาเหตุของความพร่อง จึงต้องพิจารณาแยกแยะให้ชัดเจนว่าเป็นภาวะเลือดพร่อง ชี่พร่อง อินพร่อง และหยางพร่อง หรือพร่องหลายอย่างร่วมกัน รวมถึงความพร่องเกิดขึ้นกับอวัยวะใดหรือหลายอวัยวะ

ภาวะชี่พร่องและหยางพร่อง จัดอยู่ในกลุ่ม

หยางชี่พร่อง (阳气虚) อาการแสดงทางคลินิกมีส่วนคล้ายกัน คือ เหนื่อยง่าย เบื่ออาหาร อ่อนแรงทั่วร่างกาย แต่ความรุนแรงต่างกัน ภาวะหยางพร่องมีลักษณะกลัวหนาวง่าย แขนขาเย็น ร่วมด้วย

ภาวะเลือดพร่องและอินพร่องจัดอยู่ในกลุ่มเลือดและอินพร่อง (阴血虚) อาการแสดงทางคลินิกบางอย่างคล้ายกัน เช่น เวียนศีรษะ ตาลาย ใจสั่น นอนไม่หลับ แต่คนที่เลือดพร่องมักออกไปทางหนาว ไม่มีลักษณะร้อน แต่คนที่มีอินพร่องมักมีลักษณะร้อนหรือมีไข้ต่ำ ๆ

หลักการบำรุงต้องคำนึงถึง

1) บำรุงส่วนที่พร่อง แยกแยะให้ถูกต้อง บำรุงอิน บำรุงหยาง บำรุงเลือด หรือบำรุงชี่

2) บำรุงอวัยวะอะไร โดยทั่วไปคือจะบำรุงอวัยวะตัน (脏) ซึ่งเป็นอวัยวะที่ควบคุมการทำงานของร่างกายทั้งหมด ได้แก่ ตับ หัวใจ ม้าม ปอด และ ไต แต่ต้องวางจุดหนักในการบำรุงให้ชัดเจน

3) การใช้ยาบำรุงต้องคำนึงถึงระบบย่อยอาหาร คือ ม้ามและกระเพาะอาหาร ถ้าม้ามและกระเพาะอาหารอ่อนแอต้องใช้ยากระตุ้นการทำงานของกระเพาะอาหารและม้ามก่อนหรือให้ยากระตุ้นการทำงานร่วมไปกับยาเสริมบำรุง

ตัวอย่างตำรับยาบำรุง^[8]

(1) ตำรับชี่อจวินจื่อทั้ง (四君子汤) ใช้เสริมบำรุงม้าม (ม้ามเป็นพื้นฐานของการสร้างเลือดและชี่)

(2) ตำรับปู้จงยี่ชี่ทั้ง (补中益气汤) ใช้บำรุงชี่ขับเคลื่อนชี่ขึ้นด้านบน รักษาอาการเลือดขึ้นสมองไม่พอ มดลูกหรืออวัยวะภายในหย่อน อาการท้องเสียเรื้อรัง

(3) ตำรับชี่อู๋ทั้ง (四物汤) ใช้ยาบำรุงเลือดรักษาอาการหน้าซีดขาว เหลืองม่น เวียนศีรษะ ตาลาย ริมฝีปากซีด ใจสั่น แขนขาชา

(4) ตำรับฟู่ก๊วยปาเว่ยหวาน (附桂八味丸) ใช้บำรุงหยางเสริมพลัง เนื่องจากไตเป็นแหล่งพื้นฐานของหยาง หยางมีพื้นฐานที่อิน (阳根于阴) ยาบำรุงหยางจึงต้องเสริมช่วยด้วยยาบำรุงอิน (阴中求阳) รักษาอาการกลัวหนาว แขนขาเย็น ไม่มีชีวิตชีวา เหงื่อซา ง่วงเหงาหาวนอน (พลังความร้อนน้อย)

(5) ตำรับลิ่วเว่ยตี้หวงหวาน (六味地黄丸) ใช้บำรุงอินรักษาอาการคอแห้ง ปากแห้ง หงุดหงิดนอนไม่หลับ มีไข้เป็นเวลา (หลังเที่ยง) เหงื่อลักออกยาที่มีส่วนประกอบในการบำรุงสารอินและขับความร้อนอยู่ในตำรับเดียวกับแบบกลาง ๆ เป็นยาที่เสริมไปยังอวัยวะไตเป็นหลัก เพราะเป็นรากฐานของสมดุลอินหยางของร่างกาย

ข้อควรระวัง

กรณีมีเสียชี (邪气) (ขจัดปัจจัยก่อโรค) ต้องพิจารณาว่าจะต้องขับเสียชีออกไปก่อนที่จะบำรุง หรือต้องทั้งบำรุงและขับเสียชีออกไปพร้อมกัน บางครั้งการบำรุงในขณะที่มีเสียชีอยู่จะมีผลให้โรคหายช้าในทางกลับกันคนที่มีภาวะพร่องและมีเสียชีอยู่ ถ้าไม่บำรุงร่วมด้วย การขับเสียชีก็จะมีประสิทธิภาพโรคก็ไม่หายเช่นกัน

3.7 วิธีสลาย^[1-5]

วิธีสลาย หมายถึง วิธีเสียชี (邪气) (ขจัดปัจจัยก่อโรค) ที่เกิดขึ้นภายในร่างกายต่างกับวิธีการขับเหงื่อ (解表) ที่เป็นการขจัดสิ่งก่อโรคจากภายนอกที่กระทำอยู่ในระดับตื้นผิวหนังกล้ามเนื้อภายนอก

สาเหตุของปัจจัยเกิดโรคภายในร่างกาย อาจมีสาเหตุจากปัจจัยภายในหรือปัจจัยภายนอก

3.7.1 ปัจจัยภายนอก

เกิดจากสิ่งก่อโรคภายนอก แล้วทำให้เกิดปัจจัยก่อโรคภายในร่างกาย ตัวอย่างเช่น การที่กระทบความเย็น ความร้อน หรือการรับประทานอาหารที่มี

ฤทธิ์ร้อนหรือฤทธิ์เย็นมากเกินไปเป็นเวลานาน ๆ จะส่งผลกระทบให้กลไกพลังการไหลเวียนเลือดและพลังติดขัด ทำให้อวัยวะภายในทำงานผิดปกติ

3.7.2 ปัจจัยภายใน

เกิดจากภาวะพร่องของร่างกาย ทำให้อวัยวะภายในทำงานผิดปกติ เป็นสาเหตุสำคัญพื้นฐานของการเกิดปัจจัยก่อโรคภายใน 5 ชนิด (内生五邪) เช่น

การทำงานของระบบม้าม การย่อยและดูดซึมอาหารไม่ดีหรือภาวะม้ามพร่อง มีผลให้อาหารและของเหลวที่รับประทานเข้าไปไม่ถูกย่อยดูดซึม เกิดความชื้นหรือเสมหะตกค้างภายในร่างกาย แสดงออกด้วยอาการต่าง ๆ เช่น ท้องอืด ท้องเสีย อ้วนบวม เหนื่อยง่าย ง่วงนอน ปวดข้อ ตกขาว

ภาวะหยางพร่อง ทำให้ระบบเผาผลาญภายในร่างกายลดลง การทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ทำงานน้อยกว่าปกติ การไหลเวียนเลือดและซึ่ลดลง เกิดเลือดอุดกั้นพลังติดขัด ทำให้เกิดอาการต่าง ๆ หลายระบบ เช่น ชี้นาว ปวดเมื่อยแขนขา บวมน้ำ (การเผาผลาญอาหารน้อยลงอาหารไม่ดูดซึมและของเหลว) ปวดเมื่อยเอวและเข่า ปัสสาวะบ่อย เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ ต่อมน้ำลายมากโต ฯลฯ

วิธีการสลาย จะเน้นการสลายปัจจัยก่อโรคที่เป็นรูปลักษณะ เป็นรูปธรรมมากขึ้น ได้แก่

- 1) การสลายเลือดอุดกั้น การปรับการไหลเวียนเลือด (เลือดอุดกั้นนาน ๆ จะก่อตัวเป็นก้อน)
- 2) การปรับการไหลเวียนของชี (กระจายการติดขัดของชี)
- 3) การย่อยสลายอาหารที่คั่งค้าง
- 4) การสลายความชื้น ขับความชื้นออกทางปัสสาวะ (ความชื้นเกิดจากของเหลวในร่างกายไม่ไหลเวียน เกิดการก่อตัว)
- 5) การสลายเสมหะ (เสมหะเกิดจากความ

ขึ้นที่ตกค้างนาน ๆ)

6) การสลายก้อน^[2,3] หรือการสลายหรือสมานแผล ผิที่ผิวหนัง และอวัยวะภายใน เป็นผลจากความผิดปกติของการไหลเวียนเลือด ซึ่งของเหลวทำให้เกิดเลือดอุดตัน ความชื้น เสมหะ เมื่อสะสมตัวเป็นเวลานาน ๆ ล้วนจะก่อตัวเป็นก้อน

ดังนั้น ก้อนเนื้อทั้งที่เป็นเนื้อดีและก้อนเนื้อร้ายเป็นผลจากการไหลเวียนเลือดและพลังติดขัดที่มักมีพื้นฐานจากความพร่องของอวัยวะภายใน และร่วมกับการซ้ำเติมด้วยการกระทบจากปัจจัยก่อโรคภายนอก

ก้อนเนื้อร้ายหรือมะเร็งในทัศนะของการแพทย์แผนจีน จึงเป็นผลจากการก่อตัวของความชื้น เสมหะเลือดอุดตัน บั๊จยพิษร้อนเย็น ร่วมกับการเสียสมดุลอินหยาง และการทำงานผิดปกติของอวัยวะภายในเป็นเหตุทั้งสิ้น

ตัวอย่างตำรับยาสลาย^[8]

(1) ตำรับถาวหงชื่ออุ๊ทั้ง ร่วมกับ ชื่อหนีทั้ง (桃红四物汤合四逆汤)

ใช้กระตุ้นการไหลเวียนเลือดสลายเลือดอุดตัน บำรุงเลือด ขับความเย็นและระงับการปวด

(2) ตำรับปู้หยางหวนอู๊ทั้ง (补阳还五汤)

ใช้เสริมบำรุงซึ่งเป็นหลัก กระตุ้นการไหลเวียนเลือด สลายเลือดอุดตัน

(3) ตำรับถาวเหอเจิงชีทั้ง (桃核承气汤)

ใช้ขับบั๊จยก่อโรคร้อน ร่วมกับภาวะเลือดอุดตัน

(4) ตำรับเจินอู๊ทั้ง (真武汤)

ใช้บำรุงม้าม อุณหภูมิใน สลายความเย็นและความชื้น ทำให้ลดอาการบวม แขนขาเย็น

(5) ตำรับสือผิหยิน (实脾饮)

ใช้บำรุงม้ามอุณหภูมิในร่วมกับกระตุ้นการไหลเวียนพลัง เพื่อขับความชื้น

(6) ตำรับจีเซิงเซินชีหวน (济生肾气丸)

ใช้อุ่นไตเสริมหยางไตและม้าม แปรเปลี่ยนพลังชี่ขั้บระบายขึ้น

(7) ตำรับยาปาเจิ้งส่าน (八正散)

ใช้ขับร้อนขับชื้นในกระเพาะปัสสาวะ

(8) ตำรับ ป้านเซี่ยไปจูเทียนหมาทั้ง (半夏白术天麻汤)

ใช้รักษาผู้ป่วยมีทั้งอาการเสมหะตกค้างร่วมกับอาการลมของตับเคลื่อนไหวภายใน มีอาการแสดงออกของเสมหะในลำคอและเวียนศีรษะตาลาย แขนขากระตุกเกร็ง ผู้ป่วยอาจมีอาการแน่นหน้าอก ปากเบี้ยวตาเบี้ยว อัมพฤกษ์อัมพาตครึ่งซีก

ข้อควรระวัง

วิธีสลาย เนื่องจากสิ่งก่อโรคในร่างกายมักมีหรือเกิดจากภาวะพร่องของร่างกายเป็นมูลเหตุร่วมด้วยเสมอ ในทางคลินิกจึงต้องใช้วิธีการบำรุงร่วมด้วย และต้องแยกด้านหลังด้านรองระหว่างการบำรุงกับการสลายเพื่อกำหนดยุทธศาสตร์การปรับสมดุล ถ้าใช้เพียงการสลายด้านเดียวต้องระวังแนวโน้มที่จะทำให้ร่างกายพร่องมากยิ่งขึ้น

3.8 วิธีทำให้อาเจียน^[3,10]

วิธีทำให้อาเจียน หมายถึง การใช้ยาหรือการกระตุ้นโดยวิธีการต่าง ๆ เพื่อทำให้เกิดการอาเจียน ทำให้สิ่งตกค้างส่วนบนของร่างกาย คือ บริเวณคอหอย ทรวงอก กระบังลม หรือกระเพาะอาหาร ไม่ว่าจะเป็นอาหาร เสมหะ หรือสารพิษ ออกจากร่างกายเพื่อลดหรือขจัดความเสียหายที่เกิดขึ้นจากสิ่งเป็นพิษหรือของติดค้าง ในช่องทางเดินส่วนบนของร่างกายบริเวณลำคอและทรวงอก

เนื่องจากการใช้วิธีนี้ด้วยยาสมุนไพรมีความละเอียดอ่อนและผลข้างเคียงมาก การเลือกใช้ต้องพิจารณาด้วยผู้รู้และมีประสบการณ์อย่างแท้จริงใน

การช่วยชีวิตหรือภาวะฉุกเฉิน จึงใช้ในกรณีจำเป็นจริง ๆ เท่านั้น เพราะการอาเจียนทำให้เสียพลังชีวิตและอิน

ข้อควรระวัง^[3]

การอาเจียนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเฉียบพลันของความดันในทรวงอกและช่องท้อง จึงห้ามใช้วิธีการดันให้อาเจียน ผู้ป่วยที่มีความดันโลหิตสูง ผู้ป่วยหลอดเลือดแข็งตัว หลอดเลือดโป่งพอง โรคกระเพาะอาหารเป็นแผล วัณโรคปอด หญิงมีครรภ์ รวมถึงผู้ป่วยโรคหัวใจ ผู้ที่มีร่างกายอ่อนแอ ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ และหญิงหลังคลอด

บทสรุป

การรักษาโรคทั้ง 8 วิธีของแพทย์จีน เป็นการใช่วิธีการแก้ปัญหหรือปรับสมดุลของร่างกายตามสภาพปัญหาที่พบ สามารถใช้หลักการรักษาหลาย ๆ วิธีร่วมกัน โดยภาพรวมของการรักษาทั้ง 8 วิธี สรุปเป็นแนวทางใหญ่ ๆ รวม 3 ด้าน คือ วิธีขับปัจจัยก่อโรค วิธีการเสริมบำรุง และวิธีการปรับให้สมดุลทั้งสองด้าน

1. วิธีการขับปัจจัยก่อโรคในทฤษฎีการแพทย์แผนจีน

1.1 ถ้าปัจจัยก่อโรคอยู่ที่ผิวหนังและกล้ามเนื้อบริเวณส่วนผิวนอกของร่างกาย จะใช้วิธีขับเหวี่ยง

1.2 ถ้าปัจจัยก่อโรคอยู่ที่ส่วนบน (เหนือกระเพาะอาหารขึ้นมา) จะใช้วิธีการทำให้อาเจียน

1.3 ถ้าปัจจัยก่อโรคอยู่ภายใน ใช้วิธีขับระบายถ่ายอุจจาระ และขับออกทางปัสสาวะ

1.4 การสลายซึ่งติดขัด เลือดอุดตัน ความชื้นเสมหะ

1.5 เสริมอุ่นร้อน ขับความเย็น กระตุ้นการไหลเวียนในเส้นลมปราณ การทำงานของอวัยวะ

ภายใน

2. วิธีการเสริมบำรุง คือ การบำรุงอิน บำรุงหยาง บำรุงเลือด บำรุงชี่

3. วิธีการปรับให้สมดุลทั้งสองด้าน

การเสริมเจ็งชี่ (เจ็งชี่ คือ ชี่ หรือ พลังภายในร่างกาย หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการปรับสมดุลต่าง ๆ การป้องกันโรค และการฟื้นฟูซ่อมแซมร่างกายในภาวะปกติ) และการขับเสียชี่ (扶正祛邪) เป็นหลักการพื้นฐานของการป้องกันและรักษาโรคแบบการแพทย์แผนจีน ขณะเดียวกันต้องมีความยืดหยุ่นพลิกแพลง ใช้ศาสตร์อย่างมีศิลป์ วิเคราะห์สภาพร่างกายของผู้ป่วย (เปี่ยนเจ็ง) แยกปัญหาหลัก ปัญหารอง ปัญหาเร่งด่วน อาการหนักเบา กำหนดยุทธศาสตร์ (หลักการ 理)^[4] ยุทธวิธี (วิธีการ 法) กองกำลัง (ตำรับยา 方) และตัวบุคคล (ตัวยา 药) ในการทำสงคราม (รักษาโรค) ถ้าไม่เข้าใจองค์รวมของปัญหา การวางแผนการรักษาจะเกิดผิดพลาด อาจเกิดสภาพที่เรียกว่า “ชนะการศึกแต่แพ้สงคราม” แก้ปัญหาร่างกายได้เฉพาะส่วนแต่เกิดเสียหายแก่ร่างกายองค์รวม ซึ่งเป็นผลเสียกับสุขภาพระยะยาว

เอกสารอ้างอิง

1. Lin ZH. Zhongyi yongyao de fangfa - zhongyi ba fa jieshao. 1st ed. Guangzhou: Guangdong Science and Technology Press; 2010. (179 p.).
林政宏. 中医用药的方法-中医八法介绍. 第 1 次印刷. 广州: 广东科技; 2010. (179 p.).
2. Chen CZ. Zhongyi zhifa yu fangji. 18th ed. Beijing: People's Health Publishing House; 2013. (814 p.).
陈潮祖. 中医治法与方剂. 第 18 次印刷. 北京: 人民卫生出版社; 2013. (814 p.).
3. เย็นจิตร เตชะดำรงสิน (บรรณารักษ์). ตำรับยาจีนที่ใช้บ่อยในประเทศไทย เล่ม 1. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพยาบาลการทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์; 2549. (439 หน้า).
4. Li F. Fangji xue. Vol. I. 1st ed. Beijing: People's Health Publishing House; 2002. (1,055 p.).

- 李飞. 方剂学. 上册. 第1次印刷. 北京: 人民卫生出版社; 2002. (1,055 p.).
5. Zuo Yanfu. Internal Medicine of Traditional Chinese Medicine. 1st ed. Shanghai: Shanghai Xinhua printing works; 2002. (1,001 p.).
 6. Huang TK. Zhongyao peifang xue. 1st ed. Guangzhou: Chinese Medicine of Guangdong Science and Technology Press; 2000. (786 p.).
黄泰康. 中药配方学. 第1次印刷. 广州: 中国医药广东科技出版社; 2000. (786 p.).
 7. Li F. Fangji xue. Vol.II. 1st ed. Beijing: People's Health Publishing House; 2002. (996 p.).
李飞. 方剂学. 下册. 第1次印刷. 北京: 人民卫生出版社; 2002. (996 p.).
 8. Li QY, Yang B. Fangji xue tubiao jie. 1st ed. Beijing: People's Health Publishing House; 2004. (208 p.).
李庆业, 杨斌. 方剂学图表解. 第1次印刷. 北京: 人民卫生出版社; 2004. (208 p.).
 9. Zhong GS. Zhongyao xue tubiao jie. 1st ed. Beijing: People's Health Publishing House; 2004. (360 p.).
钟赣生. 中药学图表解. 第1次印刷. 北京: 人民卫生出版社; 2004. (360 p.).
 10. Attilio D' Alberto. The eight strategies (Ba Fa) of TCM from the aspect of formulary. [Internet]. [cited 2015 Aug 5]; Available from: <http://medvetacupuncture.org/english/articles/attilio/bafa.html>.

Abstract

The Concept of 8 TCM Therapeutic Methods

Bhasakit Wannawibool

College of Oriental Medicine, Rangsit University, Pathum Thani 12000, Thailand.

Corresponding author: doctor_bhasakit@hotmail.com

An effective treatment requires many different methods, depending on the clinical and physical conditions of the patient. The objective of this article was to collect the concepts of eight traditional Chinese medicine (TCM) therapeutic methods and their clinical applications. These methods were basically developed from the therapeutic methods that were originally recorded in the Huang Ti Nei Jing scripture (Shu Wen part) over 2,400 years ago and had been constantly evolving until the Qing Dynasty. During that period, Cheng Zhong Ling collected clinical experiences of former TCM doctors, and then got them published as the eight basic therapeutic methods in the book “Medical Revelations” (Yi Xue Xin Wu). The “Eight Methods in Therapy” were based on the holistic approach for diagnosis and treatment in the TCM theory, so-called Pian Joeng Lun Jue. And then the treatment for each individual patient is based on the analysis of symptoms and illness conditions (known as syndrome differentiation and treatment), and the use of appropriate remedy as well as proper herbal drugs according to the real situation to harmonize the body balance. The “Eight Methods in Therapy” are categorized according to their therapeutic actions, namely diaphoretic therapy, purgative therapy, regulating therapy, warming therapy, heat-clearing therapy, nourishing therapy, resolving therapy, and vomiting therapy. Currently, many treatments given by the practitioners are often inclined to choose one side of therapeutic methods for patients, which would be harmful for health in the long run. This review article should be used as guidelines for a comparative treatment study and for choosing appropriate application in clinical practice.

Keywords: eight therapeutic methods, traditional Chinese medicine