

นิพนธ์ต้นฉบับ

การเลือกจุดฝังเข็มในการรักษาภาวะปวดประจำเดือนปฐมภูมิ

รติกร อุดมไพบลย์วงศ์

คลินิกการประกอบโรคศิลปะ สาขาการแพทย์แผนจีนหัวเฉียว

บทคัดย่อ: การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อหาหลักเกณฑ์ในการเลือกใช้จุดฝังเข็มในการรักษาภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ โดยใช้วิธีการสืบค้นในฐานข้อมูลออนไลน์ของสาธารณรัฐประชาชนจีนย้อนหลัง 10 ปี และใช้โปรแกรม Excel 2010 ในการรวบรวมข้อมูลและแปลผลทางสถิติ ผลจากการศึกษาพบว่า มีงานวิจัยทั้งหมด 205 เรื่องที่เข้าเกณฑ์การศึกษา จุดฝังเข็มที่ใช้บ่อยในการรักษาภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ 3 อันดับแรกคือ ซานอินเจียว (Sanyinjiao, SP6, 三阴交) กวนหยวน (Guanyuan, RN4, 关元) และจูซานหลี่ (Zusanli, ST6, 足三里) ตามลำดับ ซึ่งทั้ง 3 จุด จัดอยู่ในเส้นลมปราณที่ใช้บ่อย 3 อันดับด้วย เช่นเดียวกัน ได้แก่ เส้นลมปราณเท้าไท่อินม้าม เส้นลมปราณเร็น และเส้นลมปราณเท้าหยางหมิง กระเพาะอาหาร บริเวณขาเป็นตำแหน่งที่ถูกเลือกใช้จุดเข็มมากที่สุด และจุดพิเศษที่ถูกใช้มากที่สุดคือ crossing point

คำสำคัญ: ฝังเข็ม; ฝังเข็มรมยา; ปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ

ผู้รับผิดชอบบทความ: รติกร อุดมไพบลย์วงศ์: dr.wenzhenhui@gmail.com



Received: 17 November 2021

Revised: 6 February 2022

Accepted: 10 May 2022



บทนำ

ภาวะปวดประจำเดือน เป็นอาการที่พบบ่อยในผู้หญิงวัยเจริญพันธุ์ ซึ่งส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต ทั้งการเรียนและการทำงาน ทำให้ประสิทธิภาพและคุณภาพชีวิตลดลง อาการปวดประจำเดือนแบ่งเป็นชนิดปฐมภูมิและชนิดทุติยภูมิ การปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ เป็นอาการปวดชนิดที่ไม่พบว่ามีพยาธิสภาพที่มดลูกและรังไข่ร่วมด้วย ส่วนการปวดประจำเดือนชนิดทุติยภูมิ เป็นอาการปวดประจำเดือนที่มีพยาธิสภาพในอุ้งเชิงกรานร่วมด้วย มักพบอาการหลังจากมีประจำเดือนครั้งแรกมากกว่า 2 ปีขึ้นไป ส่วนใหญ่มักพบหลังอายุ 25 ปี^[1] อาการที่แสดงออกทางคลินิกคือ ก่อนมีประจำเดือน หลังมีประจำเดือน หรือระหว่างมีประจำเดือน มีอาการปวดช่วงบริเวณท้องน้อยและอุ้งเชิงกราน โดยไม่พบพยาธิสภาพในอุ้งเชิงกราน สาเหตุในทางการแพทย์แผนปัจจุบันอาจเกิดจากการผลิตสารโพรสตาแกลนดิน (prostaglandin) ในปริมาณที่มากเกินไป^[2]

ทางการแพทย์แผนจีน ภาวะปวดประจำเดือนเกิดจากการเปลี่ยนแปลงซึ่งเลือดของเส้นลมปราณพิเศษชง เส้นลม-

ปราณพิเศษเร็น ทำให้เกิดความเย็น เสมหะความชื้น ซีและเลือดไหลเวียนไปเลี้ยงมดลูกไม่สะดวก เกิดภาวะปวดประจำเดือน โดยแบ่งกลุ่มอาการออกเป็น 5 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มอาการที่ติดขัดเลือดคั่ง กลุ่มอาการความเย็นอุดกั้นเลือดคั่ง กลุ่มอาการเสมหะร้อนอุดกั้น กลุ่มอาการซีและเลือดพร่อง กลุ่มอาการตับและไตพร่อง^[3] วิธีการรักษาภาวะปวดประจำเดือน ทางแพทย์แผนจีนมุ่งเน้นเรื่องปรับสมดุลเส้นลมปราณพิเศษชงและเส้นลมปราณพิเศษเร็น เพิ่มความอุ่นเส้นลมปราณ เพื่อบรรเทาอาการปวด ใช้จุดฝังเข็มบนเส้นลมปราณเร็นและเส้นลมปราณเท้าไท่อินในการรักษา^[4]

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อรวบรวมข้อมูลทางสถิติ ประมวลผล และสรุปแนวทางการเลือกใช้จุดฝังเข็มรักษาภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิที่มีประสิทธิผล

วิธีการศึกษา

ดำเนินการสืบค้นข้อมูลโดยใช้ภาษาจีนจากฐานข้อมูล

ออนไลน์ China National Knowledge Internet (CNKI) และ Wanfang data ของสาธารณรัฐประชาชนจีนที่มีการเผยแพร่ในช่วงเวลาดังตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2555 จนถึงวันที่ 31 ตุลาคม 2564 โดยระบุคำสำคัญในการค้นหานี้ “ฝังเข็ม” “ฝังเข็มรมยา” “ปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ” ผลจากการค้นหางานวิจัยที่มีความเกี่ยวข้องรวมทั้ง 1,018 เรื่อง

จากบทความวิจัยทั้งหมด 1,018 เรื่อง ผ่านการคัดเลือกและตรวจสอบโดยบุคคล พบว่ามีบทความวิจัยซ้ำ 583 เรื่อง จากนั้นมีการทบทวนบทความวิจัย โดยใช้เกณฑ์ inclusion and exclusion criteria การคัดเลือกบทความวิจัยที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 205 เรื่อง

1. Inclusion criteria

1.1 เป็นบทความวิจัยที่ได้รับการตีพิมพ์แล้วและอยู่ในฐานข้อมูลออนไลน์ CNKI หรือ Wanfang Data

1.2 มีเกณฑ์การวินิจฉัยแน่ชัดว่าเป็นภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ

1.3 เพศหญิง ไม่จำกัดช่วงอายุ ระยะเวลาการเกิดโรค และกลุ่มอาการ

1.4 ใช้การรักษาด้วยการฝังเข็มอย่างเดียว หรือใช้ฝังเข็มร่วมกับการรักษาอื่น เช่น รมยา กระตุ้นไฟฟ้า ทูยหนา ยาจีน

1.5 เป็นบทความวิจัยทางคลินิกที่มีอาสาสมัครมากกว่า 30 คน

1.6 เป็นจุดฝังเข็มบน 14 เส้นลมปราณหลัก^[5] ซึ่งประกอบด้วย 12 เส้นลมปราณ ได้แก่ เส้นลมปราณมือ-ไทอินปอด เส้นลมปราณมือหยางหิงลำไส้ใหญ่ เส้นลมปราณเท้าหยางหิงกระเพาะอาหาร เส้นลมปราณเท้า-ไทอินม้าม เส้นลมปราณมือเส้าอินหัวใจ เส้นลมปราณมือ-ไทหยางลำไส้เล็ก เส้นลมปราณเท้าไทหยางกระเพาะ-ปัสสาวะ เส้นลมปราณเท้าเส้าอินไต เส้นลมปราณมือ-เจวียอินเยื่อหุ้มหัวใจ เส้นลมปราณมือเส้าหยางซานเจียว เส้นลมปราณเท้าเส้าหยางถุงน้ำดี เส้นลมปราณเท้า-เจวียอินตับ เส้นลมปราณพิเศษหู และเส้นลมปราณพิเศษเร็น

2. Exclusion criteria

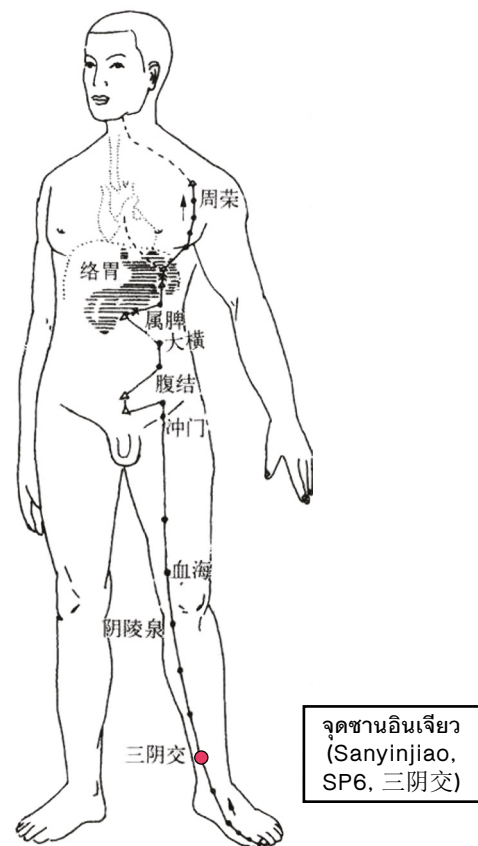
2.1 จุดฝังเข็มที่ไม่ได้อยู่บน 14 เส้นลมปราณหลัก
2.2 บทความวิจัยที่ทดลองกับสัตว์
2.3 บทความวิจัยตีพิมพ์ซ้ำซ้อนให้เลือกเพียง 1 เรื่อง
วิเคราะห์รวบรวมผลการศึกษาในรายงานที่คัดเลือกโดยพิจารณาประเด็นที่เกี่ยวข้องกับหลักเกณฑ์ในการเลือกใช้จุดฝังเข็มในการรักษาภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ

ผลการศึกษา

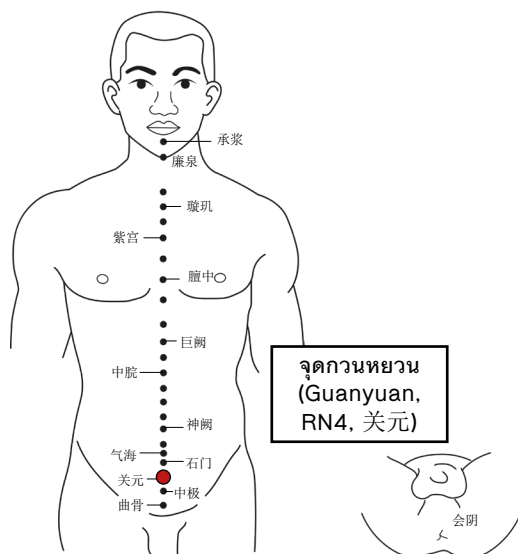
บทความวิจัยที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 205 เรื่อง ใช้วิธีการฝังเข็มรมยาอย่างดี 170 เรื่อง ฝังเข็มควบคู่กับการทานยาจีน 28 เรื่อง ฝังเข็มควบคู่กับทูยหนา 5 เรื่อง ฝังเข็มควบคู่กับกระตุ้นไฟฟ้า 2 เรื่อง เป็นบทความรูปแบบ randomized controlled trial (RCT) ทั้งหมด 167 เรื่อง

1. ความถี่ในการใช้จุดฝังเข็ม

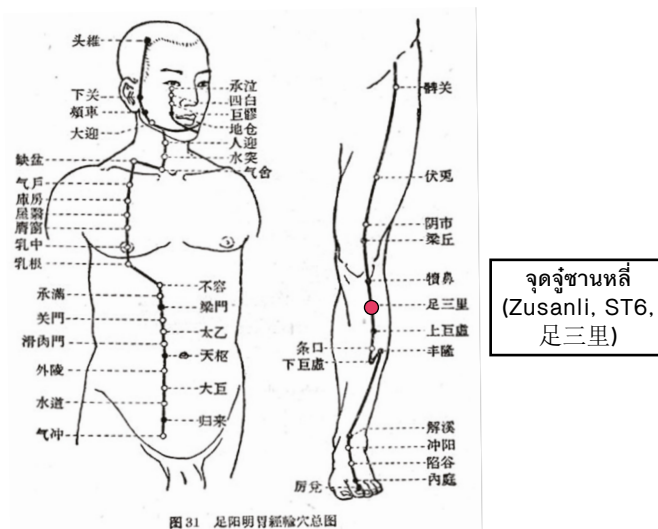
จากการศึกษาพบว่า การเลือกใช้จุดฝังเข็มรักษาภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2555-2564 มีจุดฝังเข็มทั้งสิ้น 64 จุด โดยจุดฝังเข็มที่ถูกเลือกใช้บ่อย 3 อันดับแรก ได้แก่ จุดซานอินเจียว (Sanyinjiao, SP6, 三阴交) ดังภาพที่ 1 จุดกวนหยวน (Guanyuan, RN4, 关元) ดังภาพที่ 2 และจุดจูซานหลี่ (Zusanli, ST6, 足三里) ดังภาพที่ 3 ซึ่งทั้ง 3 จุดนี้ ถูกใช้มากกว่า 90 เรื่อง (ตารางที่ 1) มี 68 เรื่อง ใช้ทั้ง 3 จุดร่วมกันในการรักษา จึงสรุปได้ว่าจุดฝังเข็มทั้ง 3 จุดนี้เป็นจุดที่ใช้ร่วมกันบ่อยในการรักษาภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ



ภาพที่ 1 เส้นลมปราณเท้าไทอินม้าม (Spleen Meridian of foot-Taiyin, SP)
จุดซานอินเจียว (Sanyinjiao, SP6, 三阴交)



ภาพที่ 2 เส้นลมปราณพิเศษเร็น
(Ren Meridian, RN)
จุดกวนหยวน (Guanyuan, RN4, 关元)



ภาพที่ 3 เส้นลมปราณเท้าหยางหมิงกระเพาะอาหาร
(Stomach meridian of foot-Yangming, ST)
จุดจู่ซานหลี่ (Zusanli, ST6, 足三里)

ตารางที่ 1 ความถี่ในการใช้จุดฝังเข็มที่ถูกเลือกใช้มากกว่า 10 ครั้ง

ชื่อจุดฝังเข็ม	ความถี่ (ครั้ง)	ร้อยละ
Sanyinjiao, SP6 (三阴交)	174	14.78
Guanyuan, RN4 (关元)	154	13.08
Zusanli, ST6 (足三里)	91	7.73
Qihai, RN6 (气海)	89	7.56
Diji, SP8 (地机)	86	7.30
Ciliao, BL32 (次髎)	72	6.11
Zhongji, RN3 (中极)	66	5.60
Taichong, LR3 (太冲)	59	5.01
Xuehai, SP10 (血海)	51	4.33
Hegu, LI4 (合谷)	40	3.39
Shenshu, BL23 (肾俞)	32	2.71
Guilai, ST29 (归来)	28	2.37
Yinlingquan, SP9 (阴陵泉)	24	2.03
Shuidao, ST28 (水道)	21	1.78
Ganshu, BL18 (肝俞)	19	1.61
Pishu, BL20 (脾俞)	19	1.61
Geshu, BL17 (膈俞)	14	1.18
Mingmen, DU4 (命门)	13	1.10
Neiguan, PC6 (内关)	12	1.01
Taixi, KI3 (太溪)	10	0.84

2. การกระจายจุดฝังเข็มบนเส้นลมปราณ

จากการศึกษาพบว่าความถี่ในการเลือกใช้เส้นลมปราณมากที่สุด 3 เส้นลมปราณ ได้แก่ เส้นลมปราณเท้าไท่อินม้าม เส้นลมปราณพิเศษเร็น และเส้นลมปราณเท้าหยางหมิงกระเพาะอาหาร ตามลำดับ โดยความถี่ในการเลือกใช้เส้นลมปราณเท้าไท่อินม้ามมากถึง 338 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 28.71 รองลงมาคือ เส้นลมปราณเร็น

327 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 27.78 และเส้นลมปราณเท้าหยางหมิงกระเพาะอาหาร ความถี่ 158 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 13.42 เส้นลมปราณที่ถูกเลือกใช้น้อยที่สุดคือ เส้นลมปราณมือไท่อินปอดและเส้นลมปราณมือไท่หยางลำไส้เล็ก ถูกเลือกใช้เพียงแค่ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 0.08 ส่วนเส้นลมปราณเส้นอื่นหัวใจไม่ได้ถูกเลือกใช้เลย ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ความถี่ในการกระจายจุดฝังเข็มบนเส้นลมปราณ

ลำดับ	เส้นลมปราณ	จำนวนจุด	ชื่อจุดฝังเข็ม	ความถี่ (ครั้ง)	จำนวนครั้งที่ใช้	ร้อยละ
1.	เส้นลมปราณเท้าไท่อินม้าม Spleen meridian of foot-Taiyin, SP	7	Sanyinjiao, SP6 (三阴交)	174	338	28.71
			Diji, SP8 (地机)	86		
			Xuehai, SP10 (血海)	51		
			Yinlingquan, SP9 (阴陵泉)	24		
			Gongsun, SP4 (公孙)	1		
			Daheng, SP15 (大横)	1		
			Yinbai, SP1 (隐白)	1		
2.	เส้นลมปราณเร็น Ren meridian, RN	10	Guanyuan, RN4 (关元)	154	327	27.78
			Qihai, RN6 (气海)	89		
			Zhongji, RN3 (中极)	66		
			Qugu, RN2 (曲骨)	8		
			Zhongwan, RN12 (中脘)	4		
			Shimen, RN5 (石门)	2		
			Xiawan, RN10 (下脘)	1		
			Danzhong, RN17 (膻中)	1		
			Shangwan, RN13 (上脘)	1		
			Yinjiao, RN7 (阴交)	1		
3.	เส้นลมปราณเท้าหยางหมิง กระเพาะอาหาร Stomach meridian of foot-Yangming, ST	9	Zusanli, ST6 (足三里)	91	158	13.42
			Guilai, ST29 (归来)	28		
			Shuidao, ST28 (水道)	21		
			TianShu, ST25 (天枢)	9		
			Fenglong, ST40 (丰隆)	5		
			Wailing, ST26 (外陵)	1		
			Daju, ST27 (大巨)	1		
			Neiting, ST44 (内庭)	1		
			Shangjuxu, ST37 (上巨虚)	1		

ตารางที่ 2 ความถี่ในการกระจายจุดฝังเข็มบนเส้นลมปราณ (ต่อ)

ลำดับ	เส้นลมปราณ	จำนวนจุด	ชื่อจุดฝังเข็ม	ความถี่ (ครั้ง)	จำนวนครั้ง	ร้อยละ
4.	เส้นลมปราณเท้าไท่หยาง กระเพาะปัสสาวะ Bladder meridian of foot-Taiyang, BL	17	Ciliao, BL32 (次髎) Shenshu, BL23 (肾俞) Ganshu, BL18 (肝俞) Pishu, BL20 (脾俞) Geshu, BL17 (膈俞) Weishu, BL21 (胃俞) Shangliao, BL31 (上髎) Zhongliao, BL33 (中髎) Xialiao, BL34 (下髎) Chengshan, BL57 (承山) Zhibian, BL54 (秩边) Qihai, BL24 (气海俞) Guanyuanshu, BL26 (关元俞) Kunlun, BL60 (昆仑) Heyang, BL55 (合阳) Sanjiaoshu, BL22 (三焦俞) Shenmai, BL62 (申脉)	72 32 19 19 14 7 5 5 4 3 1 1 1 1 1 1 1	187	15.88
5.	เส้นลมปราณเท้าเจี๋ยอินดับ Liver meridian of foot-Jueyin, LR	4	Taichong, LR3 (太冲) Ququan, LR8 (曲泉) Xingjian, LR2 (行间) Qimen, LR14 (期门)	59 5 4 1	69	5.01
6.	เส้นลมปราณมือหยางหมิง ลำไส้ใหญ่ Large Intestine Meridian of hand-Yangming, LI	1	Hegu, LI4 (合谷)	40	40	3.39
7.	เส้นลมปราณตู Du meridian, DU	3	Mingmen, DU4 (命门) Dazhui, DU14 (大椎) Zhongshu, DU7 (中枢)	13 2 1	16	1.35
8.	เส้นลมปราณมือเจี๋ยอิน เยื่อหุ้มหัวใจ Pericardium meridian of hand-Jueyin, PC	1	Neiguan, PC6 (内关)	12	12	1.01
9.	เส้นลมปราณเท้าเส้าอินไต Kidney meridian of foot-Shaoyin, KI	4	Taixi, KI3 (太溪) Zhaozhai, KI6 (照海) Qixue, KI13 (气穴) Yingu, KI10 (阴谷)	10 2 2 2	16	1.35

ตารางที่ 2 ความถี่ในการกระจายจุดฝังเข็มบนเส้นลมปราณ (ต่อ)

ลำดับ	เส้นลมปราณ	จำนวนจุด	ชื่อจุดฝังเข็ม	ความถี่ (ครั้ง)	จำนวนครั้ง	ร้อยละ
10.	เส้นลมปราณเท้าเล็กหาง ถุงน้ำดี Gallbladder meridian of foot-Shaoyang, GB	5	Yanglingquan, GB34 (阳陵泉) Zulinqi, GB41 (足临泣) Daimai, GB26 (带脉) Xuanzhong, GB39 (悬钟) Guangming, GB37 (光明)	5 2 1 1 1	10	0.84
11.	เส้นลมปราณมือ เท้าหางซานเจียว Sanjiao meridian of hand-Shaoyang, SJ	1	Waiguan, SJ5 (外关)	2	2	0.16
12.	เส้นลมปราณมือไท่หยาง ลำไส้เล็ก Small intestine meridian of hand-Taiyang, SI	1	Houxi, SI3 (后溪)	1	1	0.08
13.	เส้นลมปราณมือไท่อินปอด Lung meridian of hand-Taiyin, LU	1	Lieque, LU7 (列缺)	1	1	0.08
14.	เส้นลมปราณหัวใจ Heart meridian of hand-Shaoyin, HT	0	-	0	0	0
รวม					1,177 ครั้ง	100

3. ความถี่การใช้จุดฝังเข็มตามตำแหน่งร่างกาย

จากการศึกษาพบว่าจุดฝังเข็มตามตำแหน่งบนร่างกายที่ถูกเลือกใช้บ่อย ได้แก่ บริเวณขา มีจุดฝังเข็ม 24 จุด ความถี่ในการใช้จุดฝังเข็มบริเวณนี้มากถึง 532 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 45.58 รองลงมาคือ ช่วงบริเวณอกและ

หน้าท้อง มีจุดฝังเข็ม 19 จุด ความถี่ในการใช้จุดฝังเข็มบริเวณนี้ 392 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 33.59 และบริเวณใบหน้าและศีรษะไม่มีการใช้จุดฝังเข็มบริเวณดังกล่าวดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ความถี่การใช้จุดฝังเข็มตามตำแหน่งร่างกาย

ตำแหน่ง	จำนวนจุด	ชื่อจุดฝังเข็ม	จำนวนครั้ง	ร้อยละ
ขา	24	Sanyinjiao, SP6 (三阴交) Zusanli, ST6 (足三里) Diji, SP8 (地机) Taichong, LR3 (太冲) Xuehai, SP10 (血海) Yinlingquan, SP9 (阴陵泉) Taixi, KI3 (太溪)	532	45.58

ตารางที่ 3 ความถี่การใช้จุดฝังเข็มตามตำแหน่งร่างกาย (ต่อ)

ตำแหน่ง	จำนวนจุด	ชื่อจุดฝังเข็ม	จำนวนครั้ง	ร้อยละ
		Ququan, LR8 (曲泉)		
		Fenglong, ST40 (丰隆)		
		Yanglingquan, GB34 (阳陵泉)		
		Xingjian, LR2 (行间)		
		Chengshan, BL57 (承山)		
		Zhaohai, KI6 (照海)		
		Yingu, KI10 (阴谷)		
		Zulinqi, GB41 (足临泣)		
		Gongsun, SP4 (公孙)		
		Yinbai, SP1 (隐白)		
		Kunlun, BL60 (昆仑)		
		Heyang, BL55 (合阳)		
		Shenmai, BL62 (申脉)		
		Neiting, ST44 (内庭)		
		Shangjuxu, ST37 (上巨虚)		
		Xuanzhong, GB39 (悬钟)		
		Guangming, GB37 (光明)		
อกและหน้าท้อง	19	Guanyuan, RN4 (关元)	392	33.59
		Qihai, RN6 (气海)		
		Zhongji, RN3 (中极)		
		Guilai, ST29 (归来)		
		Shuidao, ST28 (水道)		
		TianShu, ST25 (天枢)		
		Qugu, RN2 (曲骨)		
		Zhongwan, RN12 (中脘)		
		Shimen, RN5 (石门)		
		Qixue, KI13 (气穴)		
		Xiawan, RN10 (下脘)		
		Danzhong, RN17 (膻中)		
		Shangwan, RN13 (上脘)		
		Yinjiao, RN7 (阴交)		
		Daheng, SP15 (大横)		
		Qimen, LR14 (期门)		
		Wailing, ST26 (外陵)		
		Daju, ST27 (大巨)		
		Daimai, GB26 (带脉)		

ตารางที่ 3 ความถี่การใช้จุดฝังเข็มตามตำแหน่งร่างกาย (ต่อ)

ตำแหน่ง	จำนวนจุด	ชื่อจุดฝังเข็ม	จำนวนครั้ง	ร้อยละ
เอวสะโพก	10	Ciliao, BL32 (次髎) Shenshu, BL23 (肾俞) Mingmen, DU4 (命门) Shangliao, BL31 (上髎) Zhongliao, BL33 (中髎) Xialiao, BL34 (下髎) Zhibian, BL54 (秩边) Qihai, BL24 (气海俞) Guanyuanshu, BL26 (关元俞) Sanjiaoshu, BL22 (三焦俞)	135	11.56
แขน	5	Hegu, LI4 (合谷) Neiguan, PC6 (内关) Waiguan, SJ5 (外关) Houxi, SI3 (后溪) Lieque, LU7 (列缺)	56	4.79
หลัง	6	Ganshu, BL18 (肝俞) Geshu, BL17 (膈俞) Pishu, BL20 (脾俞) Weishu, BL21 (胃俞) Dazhui, DU14 (大椎) Zhongshu, DU7 (中膂)	52	4.45
ใบหน้าและศีรษะ	0	-	0	0
ตำแหน่งทั้งหมด			1,167 ครั้ง	100

4. ความถี่การใช้จุดฝังเข็มบนจุดพิเศษ

ความถี่การใช้จุดฝังเข็มบนจุดพิเศษที่ถูกเลือกใช้บ่อย อันดับแรกคือ crossing point มีจุดฝังเข็มรวม 14 จุด มีการเลือกใช้มากถึง 418 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 32.17 รองลงมา คือ front Mu point มีจุดฝังเข็ม 8 จุด ความถี่

ในการใช้จุดฝังเข็มบริเวณนี้ 237 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 18.24 และ five Shu points มีจุดฝังเข็ม 13 จุด ความถี่ในการใช้จุดฝังเข็มบริเวณนี้ 206 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 15.85 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ความถี่การใช้จุดฝังเข็มบนจุดพิเศษ (specific points)

จุดพิเศษ Specific points	จำนวนจุด	ชื่อจุด	จำนวนครั้ง	ร้อยละ
Crossing point 交会穴	14	Sanyinjiao, SP6 (三阴交) Guanyuan, RN4 (关元) Zhongji, RN3 (中极) Qugu, RN2 (曲骨) Zhongwan, RN12 (中脘) Qixue, KI13 (气穴) Zhaohai, KI6 (照海) Dazhui, DU14 (大椎) Shangwan, RN13 (上脘) Yinjiao, RN7 (阴交) Daheng, SP15 (大横) Qimen, LR14 (期门) Shenmai, BL62 (申脉) Daimai, GB26 (带脉)	418	32.17
Front Mu point 募穴	8	Guanyuan, RN4 (关元) Zhongji, RN3 (中极) TianShu, ST25 (天枢) Zhongwan, RN12 (中脘) Shimen, RN5 (石门) Danzhong, RN17 (膻中) Qimen, LR14 (期门)	237	18.24
Five Shu points 五俞穴	13	Zusanli, ST6 (足三里) Taichong, LR3 (太冲) Yinlingquan, SP9 (阴陵泉) Taixi, KI3 (太溪) Yanglingquan, GB34 (阳陵泉) Ququan, LR8 (曲泉) Xingjian, LR2 (行间) Yingu, KI10 (阴谷) Zulinqi, GB41 (足临泣) Yinbai, SP1 (隐白) Houxi, SI3 (后溪) Neiting, ST44 (内庭) Kunlun, BL60 (昆仑)	206	15.85

ตารางที่ 4 ความถี่การใช้จุดฝังเข็มบนจุดพิเศษ (specific points) (ต่อ)

จุดพิเศษ Specific points	จำนวนจุด	ชื่อจุด	จำนวนครั้ง	ร้อยละ
Yuan-primary point 原穴	3	Taichong, LR3 (太冲) Hegu, LI4 (合谷) Taixi, KI3 (太溪)	109	8.39
lower He-sea point 下合穴	3	Zusanli, ST6 (足三里) Yanglingquan, GB34 (阳陵泉) Shangjuxu, ST37 (上巨虚)	97	7.46
Xi-cleft point 郄穴	1	Diji, SP8 (地机)	86	6.66
Back Shu point 背俞穴	5	Shenshu, BL23 (肾俞) Ganshu, BL18 (肝俞) Pishu, BL20 (脾俞) Weishu, BL21 (胃俞) Sanjiaoshu, BL22 (三焦俞)	78	6.00
eight influential points 八会穴	5	Geshu, BL17 (膈俞) Yanglingquan, GB34 (阳陵泉) Zhongwan, RN12 (中脘) Danzhong, RN17 (膻中) Xuanzhong, GB39 (悬钟)	25	1.92
eight confluent points 八脉交会穴	8	Neiguan, PC6 (内关) Zhaohai, KI6 (照海) Waiguan, SJ5 (外关) Zulinqi, GB41 (足临泣) Gongsun, SP4 (公孙) Houxi, SI3 (后溪) Shenmai, BL62 (申脉) Lieque, LU7 (列缺)	22	1.69
Luo-connecting point 络穴	6	Neiguan, PC6 (内关) Fenglong, ST40 (丰隆) Waiguan, SJ5 (外关) Lieque, LU7 (列缺) Gongsun, SP4 (公孙) Guangming, GB37 (光明)	21	1.61
รวม			1,299 ครั้ง	100

วิจารณ์

จากการศึกษาบทความวิจัย การเลือกใช้จุดฝังเข็มรักษาภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิบนฐานข้อมูลออนไลน์ของสาธารณสุขประชาชนจีนย้อนหลัง 10 ปี มีบทความวิจัยที่ผ่านเกณฑ์ ทั้งหมด 205 เรื่อง ใช้จุดฝังเข็ม 64 จุด โดยจุดฝังเข็มถูกเลือกใช้บ่อยสุด 3 อันดับแรก คือ จุดซานอินเจียว (Sanyinjiao, SP6, 三阴交) จุดกวนหยวน (Guanyuan, RN4, 关元) และจุดจูซานหลี่ (Zusanli, ST6, 足三里) ถูกเลือกใช้มากกว่า 90 ครั้ง และมีบทความวิจัย 68 เรื่อง ใช้ทั้ง 3 จุดร่วมกันรักษาภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ

จุดซานอินเจียว (Sanyinjiao, SP6, 三阴交) เป็นจุดตัดของเส้นลมปราณเท้าอิน 3 เส้น ได้แก่ เส้นลมปราณเท้าไท่อินม้าม เส้นลมปราณเท้าเล่าอินไต เส้นลมปราณเท้าเจี๋ยอินตับ สามารถกระตุ้นการไหลเวียนและเลือด ปรับสมดุลเส้นลมปราณพิเศษชงและเร็น ถือเป็นจุดสำคัญในการรักษาโรคทางนรีเวช จุดกวนหยวน (Guanyuan, RN4, 关元) เป็นจุดตัดกับเส้นลมปราณเท้าอิน 3 เส้น และเป็นจุดมู่ (front Mu point ใช้รักษาโรคของอวัยวะภายใน โดยเฉพาะอวัยวะกลางทั้ง 5 จุดกวนหยวนเป็นจุดสำคัญในการบำรุงหยวนชี่ ใช้ในส่งเสริมสุขภาพและบำรุงร่างกาย จุดจูซานหลี่ (Zusanli, ST6, 足三里) เป็นจุดเหอ (He-sea point) และเซี่ยเหอ (lower He-sea point) เป็นจุดที่ชี่ของอวัยวะกลางไหลเวียนมาบรรจบรวมอยู่ เป็นจุดในการรักษาโรคเกี่ยวกับความผิดปกติของอวัยวะกลาง สามารถใช้รักษาโรคบริเวณช่องท้อง ปรับสมดุลชี่เลือดของม้ามและกระเพาะอาหาร

ความถี่ในการเลือกใช้เส้นลมปราณ 3 อันดับแรก ได้แก่ เส้นลมปราณเท้าไท่อินม้าม เส้นลมปราณพิเศษเร็น และเส้นลมปราณเท้าหยางหมิงกระเพาะอาหาร ทางแพทย์แผนจีน ประจำเดือนมีความสัมพันธ์กับอวัยวะม้าม ตับ และไต เนื่องจากม้ามทำหน้าที่ลำเลียงและรังเล็ดให้อยู่ในหลอดเลือด ในคัมภีร์จินกั๋ยเย้าเล่ย์เปี่ยนจู้กล่าวไว้ว่า เลือดในอู่จั้งและลี้ฟู่ (อวัยวะต้นและอวัยวะกลาง) ต้องอาศัยชี่ม้ามในการลำเลียงและเหนี่ยวรั้ง^[6] (《金匱要略编注》: “五脏六腑之血, 全赖脾气统摄”) อีกทั้งม้ามยังมีความสัมพันธ์เกี่ยวพันกับกระเพาะอาหาร ซึ่งสอดคล้องกับการเลือกใช้จุดฝังเข็มบนเส้นลมปราณเท้าไท่อินม้ามและเส้นลมปราณเท้าหยางหมิงกระเพาะอาหาร ส่วนเส้นลมปราณพิเศษเร็น เป็นทะเลแห่งอิน (阴脉之海) เนื่องจากวิถีการไหลเวียนของเส้นลมปราณอยู่บริเวณหน้าท้อง และมีเส้นลมปราณอินมาเชื่อมติด ได้แก่ เส้นลมปราณเท้าอิน 3 เส้น เส้นลมปราณพิเศษชง เส้นลมปราณพิเศษ

อินเหวย เส้นลมปราณมืออิน 3 เส้นในคัมภีร์《素问·骨空论》: “所谓之任脉者, 女子得之以任养也” “任者妊也, 此是人之生养之本”^[7] กล่าวไว้ว่าสตรีนั้นมีเร็นบำรุงเลี้ยง เป็นสารตั้งต้นในการให้กำเนิด การเติบโต เมื่อถึงวัยเจริญพันธุ์ ยังมีหน้าที่ควบคุมการตั้งครรภ์และการคลอดบุตร (主胞胎) ดังนั้น เส้นลมปราณพิเศษเร็นถือเป็นหนึ่งในเส้นลมปราณที่มีความสำคัญในการรักษาโรคทางนรีเวช

ภาวะปวดท้องประจำเดือน ตำแหน่งอยู่บริเวณมดลูกหรือช่วงท้องน้อย แต่จุดฝังเข็มที่ถูกเลือกใช้มากที่สุดอยู่บริเวณขา เนื่องจากบริเวณท้องเป็นทางผ่านของเส้นลมปราณเท้าอิน 3 เส้น สอดคล้องกับหลักการ “经络所通, 主治所及” กล่าวคือ หากทางเดินเส้นลมปราณผ่านไปยังบริเวณใดของร่างกาย สามารถรักษาโรคบริเวณตำแหน่งนั้นได้ จุดฝังเข็มที่ใช้รักษาภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิอยู่ที่บริเวณขาและหน้าท้องเป็นส่วนใหญ่ จึงมีความปลอดภัยและได้ผลในการรักษาที่ดี

จุดพิเศษ crossing point หมายถึงจุดฝังเข็มที่มีเส้นลมปราณตั้งแต่ 2 เส้นขึ้นไปมาตัดผ่าน ทำให้มีคุณสมบัติรักษาโรคของทุกเส้นลมปราณที่มาตัดกัน จุดฝังเข็มใน crossing point ที่ถูกเลือกใช้มากที่สุดคือจุดซานอินเจียว (Sanyinjiao, SP6, 三阴交) เป็นจุดตัดของเส้นลมปราณเท้าอิน 3 เส้นตามที่กล่าวข้างต้น ซึ่งมีความสำคัญต่อการรักษาโรคทางนรีเวช

จากผลการศึกษาจุดฝังเข็มใช้บ่อยในการรักษาภาวะปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิ ได้แก่ จุดซานอินเจียว (Sanyinjiao, SP6, 三阴交) จุดกวนหยวน (Guanyuan, RN4, 关元) จุดจูซานหลี่ (Zusanli, ST6, 足三里) ซึ่งทั้ง 3 จุด อยู่บนเส้นลมปราณเท้าไท่อินม้าม เส้นลมปราณพิเศษเร็น และเส้นลมปราณเท้าหยางหมิงกระเพาะอาหาร ซึ่งเป็นเส้นลมปราณที่ถูกใช้บ่อยด้วยเช่นเดียวกัน ผลการศึกษานี้สืบข้อมูลจากฐานข้อมูลออนไลน์ภาษาจีนย้อนหลัง 10 ปี เป็นการรวบรวมสถิติ แนวทางในการเลือกใช้จุดฝังเข็มที่มีประสิทธิภาพ มีผลการรักษาดี เป็นฐานข้อมูลทางสถิติที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาวิจัยต่อไปในอนาคต

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณผู้อำนวยความสะดวก เอี่ยมสุรีย์ และคณะผู้บริหารคลินิกการแพทย์แผนจีนหัวเฉียว ที่ให้ความอนุเคราะห์สนับสนุนเปิดโอกาสในการทำวิจัย โดยเฉพาะแพทย์จีนสมชาย จิรพินิจวงศ์ และ ภญ.เย็นจิตร เตชะดำรงสิน ที่ให้คำปรึกษาแนะนำแนวทางตลอดจนปรับปรุงและแก้ไขรวมถึงแพทย์แผนจีนในแผนกฝังเข็มที่คอยให้ความช่วยเหลือ ทำให้งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ลุล่วงด้วยดี

References

1. Lacovides S, Avidon I, Baker FC. What we know about primary dysmenorrhea today: a critical review. *Hum Reprod Update*. 2015;21(6):762-78.
2. Angsuwathana S. Dysmenorrhea. In: Somboon K, Mongkon B, Manee R, Suwanit T (editors). *Gynecology*. Bangkok: PA Living; 2008. p. 47-55. (in Thai)
3. China Association of Chinese Medicine. Guidelines for diagnosis and treatment of common diseases of gynecology in traditional Chinese medicine. 1st ed. Beijing: China Press of Traditional Chinese Medicine; 2012. (in Chinese)
4. Shuzhong G. Acupuncture and moxibustion therapy. 3rd ed. Beijing: China Press of Traditional Chinese Medicine; 2012. (in Chinese)
5. Shen X. Meridians and acupoints. 15th ed. Beijing: China Press of Traditional Chinese Medicine; 2007. (in Chinese)
6. Sun Guang Ren. Basic theory of traditional Chinese medicine. 19th ed. Beijing: China Press of Traditional Chinese Medicine; 2007. (in Chinese)
7. Shen X. Meridians and acupoints. 15th ed. Beijing: China Press of Traditional Chinese Medicine; 2007. (in Chinese)



Original Article

Points selection for acupuncture-moxibustion treatment of primary dysmenorrhea

Ratikon Udompriboonwong

Huachiew Traditional Chinese Medicine Clinic, Thailand

Abstract: To explore the acupoints selection pattern for the treatment of primary dysmenorrhea from online database. Recent ten year's clinical studies of acupuncture-moxibustion treatment for primary dysmenorrhea in China database were summarized and analyzed. The literatures that meet inclusion criteria were established with excel 2010. A total of 205 clinical articles on primary dysmenorrhea were treated with acupuncture-moxibustion. The most frequently used acupoints for the treatment of primary dysmenorrhea are Sanyinjiao (SP6), Guanyuan (RN4), Zusanli (ST6) and 3 most frequency used meridians are spleen meridian, Ren meridian, stomach meridian and the most frequency used of specific acupoints is crossing point.

Keywords: acupuncture; acupuncture-moxibustion; primary dysmenorrhea

Corresponding author: Ratikon Udompriboonwong: dr.wenzhenhui@gmail.com

原创论文

针灸治疗原发性痛经取穴规律的探析

温珍慧

泰国华侨中医院

摘要: 挖掘针灸治疗原发性痛经的选穴规律, 为优化临床治疗方案提供参考。收集近 10 年针灸治疗原发性痛经的临床文献。将纳入的文献用 Excel 2010 进行整理、分析、归纳。本研究共纳入 205 篇针灸治疗原发性痛经的临床文献。针灸治疗原发性痛经的选穴方案中最重要及频繁的穴位为三阴交、关元、足三里; 所选经脉频率最高的是足太阴脾经、任脉、足阳明胃经; 所选特定穴位总频率最高为交会穴。

关键词: 针刺; 针灸; 原发性痛经

责任作者: 温珍慧: dr.wenzhenhui@gmail.com