

แพทย์ศิริราชเตือน 5 จุดอันตราย หากนวดแรง นวดผิด ชีวิตเปลี่ยน



ปัจจุบันการนวดเป็นที่นิยมมาก เพจการแพทย์แผนไทยประยุกต์ศิริราช ได้มีการเปิดเผยคลิป 5 จุดอันตราย โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้ ในปัจจุบันการนวดได้รับความนิยมมาก อ.ชนกฤษ์ เขาวาน์พิระพงศ์ สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล มีการเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับ 5 จุดอันตรายดังนี้

โดยทั่วไปการนวดจะเป็นการกดจุดต่างๆ ตามร่างกาย ซึ่งจุดต่างๆ ในร่างกายเราควรระวังเป็นพิเศษมีดังต่อไปนี้

1. **ขมับ** การตอกกันของกระดูกจะไม่แข็งแรงมาก กล้ามเนื้อที่คลุมบริเวณศีรษะไม่ได้หนามาก ถ้ากดด้วยความรุนแรงจะทำให้เกิดอาการบาดเจ็บได้

2. **คอ** จะมีหลอดเลือดแดงใหญ่ซึ่งส่งเลือดไปเลี้ยงสมอง หากเรามีการกดลงบริเวณหลอดเลือดนั้นเป็นเวลานาน อาจจะทำให้เลือดไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ และอาจทำให้หมดสติ หรือเป็นลมได้

3. **บริเวณรักแร้** จะมีเส้นประสาทเป็นจำนวนมากที่เลี้ยงบริเวณแขน หากเรากดรุนแรงอาจทำให้เกิดการบาดเจ็บของเส้นบริเวณนั้น จะส่งผลให้เกิดอาการชา และอ่อนแรงที่แขนได้

4. **บริเวณท้อง** จะเป็นส่วนสำคัญภายในร่างกาย เพราะภายในช่องท้อง มีอวัยวะและหลอดเลือดต่างๆ หากเรากดด้วยความรุนแรงมากเกินไป อาจทำให้เกิดอาการปวดท้องได้ และในผู้ป่วยที่มีภาวะหลอดเลือดแดงใน

ช่องท้องโป่งพอง ไม่ควรกดนวดที่ท้องเพราะหลอดเลือดอาจฉีกขาดได้

5. **นวดปิดตัด** การนวดในลักษณะบิดตัดต้องทำด้วยความระมัดระวัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้สูงอายุ และผู้ที่มีภาวะผิดปกติของกระดูก เช่น ผู้ป่วยกระดูกพรุน หรือ มะเร็งกระดูก หากเรากดตัดด้วยความรุนแรง อาจจะทำให้กระดูกมีการแตกหักได้

โลกหน้าจะเป็นอย่างไร จะอดอยากไหม
ไม่ต้องถามใคร ถามตัวเองแหละ
ทุกวันนี้ทำบุญให้ทาน ทำคุณงามความดีไหม

หลวงพ่อบุญน กิตติโล



ที่มา: ขอขอบคุณ: <https://www.sanook.com/>



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๖๒/๒๕๖๒**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า **สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล**

เลขประจำตัวประชาชน **๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙** เชื้อชาติ **ไทย** สัญชาติ **ไทย** อายุ **๓๗** ปี อาชีพ **นักธุรกิจ**

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ **๗๔๓/๓๗** หมู่ที่ **-** ซอย **-** ซอยสิทธิ์ ๒ ถนน **เลียบฯฝั่งเหนือ**

แขวง / ตำบล **หนองแขม** เขต / อำเภอ **หนองแขม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

เป็น **เจ้าของ** หนังสือพิมพ์ชื่อ **249 สื่อออนไลน์**

มีวัตถุประสงค์ **เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด**

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก **ภาษาไทย**

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก **เป็นแผ่น**

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ **รายวัน**

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ **-**

ตั้งอยู่ ณ ที่ **-** เลขที่ **๑๐/๑๒๘๗** หมู่ที่ **-** ซอย **นวมินทร์ ๙๓** ถนน **-**

แขวง / ตำบล **นวมินทร์** เขต / อำเภอ **บึงกุ่ม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา **-**

ตั้งอยู่ ณ ที่ **-** เลขที่ **๑๐/๑๒๘๗** หมู่ที่ **-** ซอย **นวมินทร์ ๙๓** ถนน **-**

แขวง / ตำบล **นวมินทร์** เขต / อำเภอ **บึงกุ่ม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ **บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด**

ตั้งอยู่ ณ ที่ **-** เลขที่ **๑๐/๑๒๘๗** หมู่ที่ **-** ซอย **นวมินทร์ ๙๓** ถนน **-**

แขวง / ตำบล **นวมินทร์** เขต / อำเภอ **บึงกุ่ม** จังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นผู้พิมพ์

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นผู้โฆษณา

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นบรรณาธิการ

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่ วันที่ **๗** เดือน **กุมภาพันธ์** พุทธศักราช **๒๕๖๒**

(ลงชื่อ)

นางสาวกนกกร ศักดาเดช

(นางสาวกนกกร ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

