

## แพทย์ศิริราชเตือน 5 จุดอันตราย หากนวดแรง นวดผิด ชีวิตเปลี่ยน



ปัจจุบันการนวดเป็นที่นิยมมาก เพจการแพทย์แผนไทยประยุกต์ศิริราช ได้มีการเปิดเผยคลิป 5 จุดอันตราย โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้ ในปัจจุบันการนวดได้รับความนิยมมาก อ.ธนภักษ์ เขาวินทร์พงศ์ สถานการณ์แพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล มีการเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับ 5 จุดอันตรายดังนี้

โดยทั่วไปการนวดจะเป็นการกดจุดต่างๆ ตามร่างกาย ซึ่งจุดต่างๆ ในร่างกายเราควรระวังเป็นพิเศษดังต่อไปนี้

**1. ไขมับ** การตอกกันของกระดูกจะไม่แข็งแรงมาก กล้ามเนื้อที่คลุมบริเวณศีรษะไม่ได้หนามาก ถ้ากดด้วยความรุนแรงจะทำให้เกิดการบาดเจ็บได้

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

**3. บริเวณรักแร้** จะมีเส้นประสาทเป็นจำนวนมากที่เลี้ยงบริเวณแขน หากเรากดรุนแรงอาจทำให้เกิดการบาดเจ็บของเส้นบริเวณนั้น จะส่งผลให้เกิดอาการชา และอ่อนแรงที่แขนได้

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

ช่องท้องโป่งพอง ไม่ควรกดนวดที่ท้องเพราะหลอดเลือดอาจปริแตกได้

**5. นวดปิดคอต** การนวดในลักษณะบิดคอตต้องทำด้วยความระมัดระวัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้สูงอายุ และผู้ที่มีภาวะผิดปกติของกระดูก เช่นผู้ป่วยกระดูกพรุน หรือมะเร็งกระดูก หากเรานวดคอตด้วยความรุนแรง อาจจะทำให้กระดูกมีการแตกหักได้

โลกหน้าจะเป็นอย่างไร จะอดอยากไหม  
ไม่ต้องถามใคร ถามตัวเองแหละ  
ทุกวันนี้ทำบุญให้ทาน ทำคุณงามความดีไหม

หลวงพ่อบุญรอด กิตติโล



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



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน  
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๖๖๒/ชธ๖๒**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

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

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๗๔๓/๓๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย ซอยสิทธิ์ ๒ ถนน เลียบบ้างเหนือ

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 ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย 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 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)

นางสาว กนกอร ศักดาเดช

(นางสาวกนกอร ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร

