

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 ไม่ควรกดนวดที่ท้องเพราะหลอดเลือดอาจปริแตกได้

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)

นางสาวกนกอร ศักดาเดช

(นางสาวกนกอร ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด **กรุงเทพมหานคร**

