

การแพทย์แผนจีน

กมลทิพย์ หาญผดุงกิจ พ.บ.*

วิษณุ กัมมรทิพย์ พ.บ.*

ชวลิต สันติกิจรุ่งเรือง พ.บ.**

เจิ้งจื่อเจิ้ง***

สมชาย จิรพิณิจวงศ์****

บทนำ

ในปัจจุบันแม้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีทางการแพทย์จะมีวิวัฒนาการก้าวหน้าไปมาก ทำให้การแพทย์แผนปัจจุบันหรือการแพทย์ตะวันตก (Modern medicine หรือ Western medicine) มีความเจริญรุดหน้าและสามารถเอาชนะโรคภัยไข้เจ็บนานาชนิดได้ แต่ก็ยังมีโรคส่วนหนึ่งซึ่งการแพทย์แผนปัจจุบันไม่สามารถแก้ไขรักษาได้ หรือมีผลการรักษาที่ไม่น่าพอใจนัก ทำให้ผู้ป่วยส่วนหนึ่งหันไปรักษาตนเอง หรือใช้บริการการแพทย์ทางเลือก (alternative medicine) ซึ่งหมายถึงการรักษาโรคหรือความเจ็บป่วยด้วยวิธีการอื่นใดที่มีขั้นตอนการปฏิบัตินอกเหนือไปจากที่ได้รับการยอมรับในวงการศึกษาการแพทย์¹

การแพทย์ทางเลือกนั้นมีอยู่มากมายหลายชนิด เช่นการแพทย์แผนโบราณ อาจเป็นการแพทย์แผนไทย การแพทย์แผนไทยประยุกต์ หรือการแพทย์แผนจีน การนวด การฝังเข็ม การกดจุด ธรรมชาติบำบัด ฯลฯ ในที่นี้จะขอกล่าวถึงเฉพาะการแพทย์แผนจีน ซึ่ง

เป็นการแพทย์ทางเลือกอย่างหนึ่งซึ่งได้รับความนิยมเนื่องจากประเทศไทยมีประชากรชาวไทยเชื้อสายจีนอยู่มาก

นิยามและความเป็นมา

การแพทย์แผนจีน (Traditional Chinese Medicine, TCM) เป็นศาสตร์การแพทย์ที่พัฒนามาจากประสบการณ์การรักษาหรือการดิ้นรนเพื่อความอยู่รอดจากโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ของชาวจีนที่สะสมกันมานานเป็นระยะเวลาหลายพันปี² โดยประสบการณ์และการปฏิบัติจะนำไปสู่ทฤษฎี ซึ่งเป็นพื้นฐานในการป้องกันรักษาและอธิบายสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น นั่นคือ การลองผิดลองถูกและประสบการณ์นำมาซึ่งทฤษฎี ซึ่งจะแตกต่างจากการแพทย์แผนปัจจุบันที่นำผลการทดลองในห้องปฏิบัติการมาอธิบายสิ่งที่เกิดขึ้นในตัวมนุษย์

TCM นั้นมีประวัติศาสตร์ที่ยาวนานมาก ไม่น้อยกว่า 2000 ปี โดยหนังสือหรือตำรา TCM ที่เก่าแก่ที่สุดเล่มหนึ่งคือคัมภีร์หวังตี้เนยจิง (Huangdi Neijing,

*ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล, มหาวิทยาลัยมหิดล.**ที่ปรึกษากรมการแพทย์และผู้อำนวยการศูนย์ความร่วมมือการแพทย์ไทย-จีน, กรมการแพทย์, กระทรวงสาธารณสุข.***ศาสตราจารย์มหาวิทยาลัยการแพทย์แผนจีนเซี่ยงไฮ้, ประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีน.****สถานพยาบาลหัวเฉียวแผนโบราณ, สำเร็จการศึกษาจากมหาวิทยาลัยแพทย์จีนกวางเจา.

Huangdi's Classic of Internal Medicine, The Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine) ซึ่งได้มีการรวบรวมบันทึกขึ้นในช่วง 2000 ปีก่อน หนังสือนี้รวบรวมประสบการณ์การรักษาและทฤษฎีการแพทย์จีนในยุคนั้น และมีเนื้อหา 2 ส่วน คือ Shu Wen (การถามตอบ, plain questions) ที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีแพทย์จีน และ Ling Shu (จุดมหัศจรรย์, miraculous pivot) ซึ่งเกี่ยวข้องกับทฤษฎีการฝังเข็ม หนังสือเล่มนี้มีจุดเด่นคือ เน้นเรื่องการมองปัญหาที่เป็นระบบหรือองค์รวม ใช้หลักปรัชญาในการอธิบายร่างกายมนุษย์ ใช้ทฤษฎีอวัยวะภายในและเส้นลมปราณอธิบายโครงสร้างและการทำงานของร่างกายมนุษย์ และที่สำคัญคือเน้นเรื่องการป้องกันโรค³ หนังสือเล่มนี้จัดเป็นคัมภีร์ที่สำคัญและเป็นรากฐานที่สำคัญของทฤษฎี TCM มาจนถึงทุกวันนี้

นอกจากคัมภีร์หวังตี้เนี่ยจิงแล้ว ยังมีตำราการแพทย์อื่น ๆ ที่รวบรวมขึ้นในยุคสมัยหลัง ๆ อีกมาก เช่น คัมภีร์หนานจิง (Nan Jing, Classic of Medical Problems), คัมภีร์สมุนไพรเป็นเจ้ากั๋งมู่ (Bencao Gangmu), คัมภีร์ซังหัน-จินกั๋ว (Shanghan-Jingui), คัมภีร์สมุนไพรเส้นหนง (Shennong Bencao Jing, Shennong's Herbal Classic), คัมภีร์ฝังเข็มรมยาเจียวี่ (Zhenjiu Jiayi Jing, A-B Classic of Acupuncture and Moxibustion) เป็นต้น

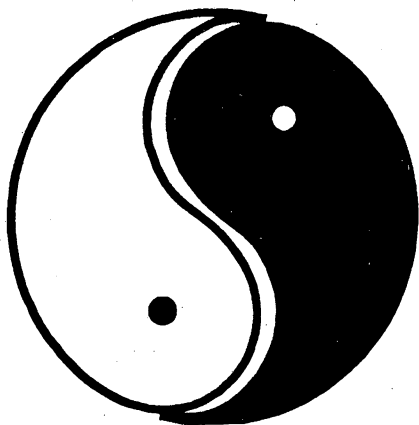
ดังนั้นจะเห็นได้ว่า TCM มีรากฐานที่ยาวนานและมีบทบาทในการช่วยเหลือประชาชนจีนซึ่งอยู่ในดินแดนที่มีอาณาเขตกว้างใหญ่ให้พ้นจากโรคภัยไข้เจ็บมาช้านาน แต่ TCM ก็มีอุปสรรคในการดำเนินการ และต้องต่อสู้กับการแพทย์แผนตะวันตกที่แพร่เข้าสู่ประเทศจีนในช่วงหลังสงครามฝิ่นเมื่อ พ.ศ. 2382 และการต่อสู้มีความรุนแรงขึ้น โดยเฉพาะในช่วงหลัง พ.ศ. 2456

เพราะรัฐบาลจีนในช่วงนั้นไม่สนับสนุน TCM แต่หลังจากการสถาปนาสาธารณรัฐประชาชนจีนขึ้นในปี พ.ศ. 2492 รัฐบาลจีนในยุคนั้นได้หันมาส่งเสริมสนับสนุนการรักษาโดย TCM และให้มีการจัดการศึกษา TCM อย่างเป็นระบบ สนับสนุนให้มีการศึกษาค้นคว้าวิจัยเชิงวิทยาศาสตร์เพื่ออธิบาย และให้มีการจัดการศึกษาสำหรับศาสตร์การแพทย์ทั้งสองอย่าง โดยในการศึกษาศาสตร์การแพทย์แต่ละอย่างนั้นจะให้มีการจัดการศึกษาอีกอย่างหนึ่งร่วมอยู่ด้วยเสมอ คือผู้ที่ศึกษาศาสตร์การแพทย์ตะวันตกจะต้องศึกษาศาสตร์การแพทย์จีนร้อยละ 30 และผู้ที่ศึกษาศาสตร์การแพทย์จีนจะต้องศึกษาศาสตร์การแพทย์ตะวันตกร้อยละ 30 เช่นกัน ซึ่งในแง่การศึกษาแล้วเป็นเรื่องที่ดีเพราะจะทำให้เกิดความเข้าใจและเคารพซึ่งกันและกันในศาสตร์การแพทย์แต่ละอย่าง และทำให้ศาสตร์การแพทย์ทั้ง 2 ชนิดดำรงอยู่ร่วมกันได้

หลักพื้นฐาน

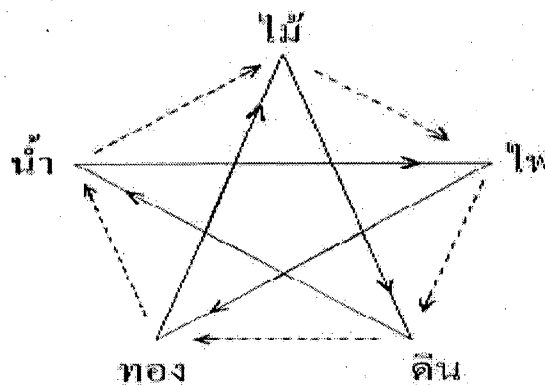
TCM มีหลักพื้นฐานที่สำคัญอยู่ 2 ประการคือ มองร่างกายมนุษย์แบบองค์รวม (concept of holism) และมนุษย์กับธรรมชาติมีความสัมพันธ์กัน โดยมีทฤษฎีพื้นฐานที่สำคัญคือ

1. หยิน-หยาง (yin-yang)
2. ปัญจุธาตุ (five elements)
3. สิ่งจำเป็นของร่างกาย (vital substances): qi (อ่านว่า ฉี่) เลือด และของเหลวในร่างกาย (body fluid)
4. อวัยวะภายใน (Zang-Fu)
5. เส้นลมปราณ (meridian)



รูปที่ 1. สัญลักษณ์หยิน - หยาง

1. หยิน-หยาง (yin-yang) (รูปที่ 1) เป็นปรัชญาแนวคิดพื้นฐานที่สำคัญของ TCM และสังคมจีน คือทุกสิ่งในโลกหรือจักรวาลนี้ประกอบด้วยหยิน-หยาง โดยที่หยินและหยางจะเป็นสิ่งที่มีลักษณะตรงข้ามกันแต่มีอาจแยกจากกันโดยเด็ดขาด แปรเปลี่ยนซึ่งกันและกันได้ และต้องดำรงอยู่ร่วมกันเพื่อให้เกิดภาวะสมดุลขึ้น โดยหยินจะมีลักษณะหยุดนิ่ง ซ้ำ มีด อยู่ด้านล่างและหดตัวเข้าสู่ภายใน ส่วนหยางจะมีลักษณะเคลื่อนไหว รวดเร็ว สว่าง อยู่ด้านบนและกระจายออก ตัวอย่างของหยิน-หยาง เช่น มีด - สว่าง ดิน - ไฟ กลางคืน - กลางวัน เย็น - ร้อน เชื่องช้า - รวดเร็ว ดำ - ขาว นุ่มนวล - แข็งแรง หญิง - ชาย ใน - นอก เป็นต้น จัดเป็นหยิน-หยาง ตามลำดับ ในร่างกายมนุษย์ก็จะมีการจัดแบ่งอวัยวะภายในเป็นหยินและหยาง ซึ่งต้องดำรงอยู่ร่วมกันอย่างสมดุล ร่างกายจึงเป็นปกติ หากมีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมากเกินไปหรือน้อยเกินไปก็จะเกิดปัญหาขึ้น



-----> การให้กำเนิด
 —————> การข่ม

รูปที่ 2. ปัญจธาตุ

2. ปัญจธาตุ (รูปที่ 2) หรือธาตุทั้งห้า ได้แก่ ไม้ ไฟ ดิน ทอง และน้ำจัดเป็นองค์ประกอบของสิ่งต่างๆ ในโลกรวมทั้งร่างกายมนุษย์ ซึ่งทองในที่นี้จะมีความหมายเทียบได้กับโลหะในปัจจุบัน โดยทฤษฎีปัญจธาตุนี้มีความสำคัญมากในลักษณะของความสัมพันธ์แม่ลูกหรือการสร้าง การให้กำเนิด คือ ไม้เป็นแม่หรือต้นกำเนิดของไฟ ไฟเป็นแม่หรือต้นกำเนิดของดิน ดินเป็นแม่หรือต้นกำเนิดของทอง (ขุดดินเพื่อหาทอง) ทองเป็นแม่หรือต้นกำเนิดของน้ำ น้ำเป็นแม่หรือต้นกำเนิดของไม้ และความสัมพันธ์เชิงการข่ม คือ ไม้ข่มดิน (ต้นไม้ดูดสารอาหารจากดิน) ดินข่มน้ำ (ดินกั้นการไหลของน้ำ) น้ำข่มไฟ (น้ำดับไฟ) ไฟข่มทอง (ไฟทำให้ทองหลอมละลาย) ทองข่มไม้ (เหล็กสามารถเลื่อยตัดไม้เป็นชิ้นเล็ก ๆ ได้) นอกจากนี้ยังมีการกล่าวถึงการข่มเกินหรือข่มกลับ ซึ่งหมายถึงภาวะผิดปกติหรือเสียสมดุล ซึ่งจะมีการข่มมากเกินไปหรือมีการข่มกลับทิศทางที่ควรเป็น เช่น ปกติ

ดินจะชุ่มน้ำ แต่ในกรณีที่มีดินน้อยหรือน้ำมาก จะทำให้ดินไม่อาจชุ่มหรือกั้นน้ำ น้ำจะซึมกลับหรือพังทลายดินได้ เป็นต้น ซึ่งความสัมพันธ์ของปัญญธาตุนี้จะเป็นหลักพื้นฐานในการรักษาโรคของ TCM ที่นิยมพูดสั้น ๆ ว่า "บำรุงแม่ ระบายลูก" คือ ขาดสิ่งใดให้บำรุงผู้ให้กำเนิดสิ่งนั้น เช่น ขาดต้นไม้ให้บำรุงรักษาต้นไม้ เทียบได้กับตับไม่ดี ต้องบำรุงม้ามและกระเพาะอาหาร หรือมีสิ่งใดเกิน

ให้เร่งใช้ลูกของสิ่งนั้น เช่น มีไม้มาก ให้เร่งระบายไฟ เนื่องจากปัญญธาตุเป็นองค์ประกอบของสิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้ ดังนั้นจึงมีการจัดแบ่งสิ่งต่าง ๆ ออกเป็นธาตุต่าง ๆ ด้วย ที่สำคัญและควรทราบได้แก่ อวัยวะภายใน สภาพอารมณ์ รสชาติ อาหาร ฤดูกาล และอากาศ เพราะจะเกี่ยวข้องกับเหตุของโรคและการรักษา (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1. ปัญญธาตุ อวัยวะภายใน อารมณ์ รสชาติอาหาร ฤดูกาล และอากาศ

ปัญญธาตุ	อวัยวะภายใน		อารมณ์	รส	ฤดูกาล	อากาศ
	หยิน	หยาง				
ไม้	ตับ	ถุงน้ำดี	โกรธ	เปรี้ยว	ใบไม้ผลิ	ลม
ไฟ	หัวใจ	ลำไส้เล็ก	ดีใจ	ขม	ร้อน	ร้อน
ดิน	ม้าม	กระเพาะอาหาร	วิตกกังวล	หวาน	ปลายฤดูร้อน	ชื้น
ทอง	ปอด	ลำไส้ใหญ่	เสียใจ	เผ็ด	ใบไม้ร่วง	แห้ง
น้ำ	ไต	กระเพาะปัสสาวะ	กลัว	เค็ม	หนาว	เย็น

3. สารจำเป็นในร่างกาย ได้แก่ qi, เลือด และของเหลวในร่างกาย (body fluid) สารเหล่านี้เป็นสิ่งที่จำเป็นพื้นฐานในการดำรงอยู่ของชีวิต

3.1 qi เป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก เป็นตัวที่ขับเคลื่อนหรือก่อให้เกิดการเคลื่อนไหว การเปลี่ยนแปลงหรือแปรสภาพของสิ่งต่าง ๆ qi ภายในร่างกายส่วนใหญ่เกิดจากปอด ม้าม และไต ทำหน้าที่ในการขับเคลื่อนสิ่งต่าง ๆ เช่น การไหลเวียนโลหิต การขับถ่าย เป็นต้น ทำหน้าที่ให้ความอบอุ่นและปกป้องร่างกาย รวมทั้งแปรสภาพ เช่น qi ช่วยในการสร้างเลือด โดยแปรสภาพจากอาหารเป็นเลือด

3.2 เลือด เป็นสิ่งสำคัญที่นำสารอาหารไปหล่อเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย มีลักษณะเป็นหยิน

ต่างจาก qi ซึ่งมีลักษณะเป็นหยาง หัวใจจะทำหน้าที่สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย โดยมี qi เป็นตัวผลักดัน

3.3 ของเหลวในร่างกาย (body fluid) รวมทั้งสิ่งคัดหลั่งปกติต่าง ๆ ในร่างกาย เช่น น้ำตา น้ำย่อย น้ำลาย น้ำไขข้อ เป็นต้น ของเหลวเหล่านี้ทำหน้าที่หล่อเลี้ยงและให้ความชุ่มชื้นแก่ร่างกาย

qi เลือด และของเหลวในร่างกายนี้ จะมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน โดยความสัมพันธ์ที่สำคัญคือ ความสัมพันธ์ระหว่าง qi และเลือด กล่าวคือ qi จะทำหน้าที่สร้างเลือด และทำให้เลือดไหลเวียนอยู่ภายในหลอดเลือด แต่เลือดก็เปรียบเหมือนมารดาของ qi คือ qi แม้จะมีพลังแต่ก็ต้องการการหล่อเลี้ยงจากเลือดเช่นกัน

4. อวัยวะภายในของศาสตร์แพทย์จีนนั้น อาจมีชื่อเรียกเหมือนอวัยวะภายในของการแพทย์แผนปัจจุบัน แต่มีรายละเอียดที่แตกต่างกันมาก อวัยวะภายในแต่ละชนิดจะมีหน้าที่และความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และเกี่ยวข้องกับสภาพร่างกาย อารมณ์ การรับรู้ความรู้สึกหรือประสาทสัมผัส และสภาพแวดล้อม

อวัยวะภายในของศาสตร์แพทย์จีน สามารถแยกเป็น 3 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

- อวัยวะตัน (Zang – viscera) 5 ชนิดที่ทำหน้าที่สร้างและสะสม qi ได้แก่ หัวใจ ปอด ม้าม ตับ และไต จัดเป็นอวัยวะประเภทหยิน (yin)

- อวัยวะกลวง (Fu-viscera) 6 ชนิดที่ทำหน้าที่ รับ แปรสภาพ (transform) และขนส่งลำเลียง (transport) อาหารและน้ำ ได้แก่ ฤๅนน้ำดี กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่ กระเพาะปัสสาวะ และชานเจียว (sanjiao) จัดเป็นอวัยวะประเภทหยาง (yang) เพราะมีการเคลื่อนไหวลำเลียง

- อวัยวะพิเศษ 6 ชนิดที่มีลักษณะกลวงคล้ายอวัยวะหยาง แต่ทำหน้าที่เก็บสะสมเหมือนอวัยวะตันหรืออวัยวะหยิน ได้แก่ สมอง ไชกระดูก (marrow) กระดูก หลอดเลือด ฤๅนน้ำดี และมดลูก⁴ ทั้งนี้ฤๅนน้ำดีจะถูกจัดเป็นทั้งอวัยวะกลวงและอวัยวะพิเศษด้วย เนื่องจากทำหน้าที่เก็บสะสมน้ำดีซึ่งเป็นของเหลว ซึ่งมีคุณสมบัติเป็นหยิน

ทั้งนี้อวัยวะหยินมักจะมียับยั้งทางสรีรวิทยาและพยาธิวิทยามากกว่าอวัยวะหยาง นอกจากนี้ อวัยวะหยินและหยางจะมีความสัมพันธ์เป็นคู่กันในเรื่องของการทำงาน (ดังตารางที่ 1) เมื่ออวัยวะหนึ่งเกิดโรค อวัยวะอีกชนิดหนึ่งที่เป็นคู่กันก็อาจเกิดปัญหาตามมา เช่น หัวใจมีความสัมพันธ์เป็นคู่กับลำไส้เล็ก เมื่อหัวใจมีปัญหาอาจส่งผลให้ลำไส้เล็กผิดปกติได้ และในทางกลับกัน เมื่อลำไส้เล็กมีปัญหา ก็อาจทำให้เกิดความผิดปกติกับหัวใจได้

อวัยวะภายในแต่ละชนิดจะมีหน้าที่แตกต่างกัน แต่สัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และแตกต่างจากการทำงานตามหลักการแพทย์แผนปัจจุบันด้วย ซึ่งตรงนี้เป็นจุดสำคัญที่ทำให้เกิดความเข้าใจหรือการรับรู้ที่ต่างกันได้ เช่น ผู้ป่วยรายหนึ่งเจาะเลือดตรวจการทำงานของไต (blood urea nitrogen และ creatinine) พบว่าปกติ แต่แพทย์จีนวินิจฉัยว่าเป็นโรคไต เรื่องนี้มาปรึกษาแพทย์แผนปัจจุบันใหม่อีกครั้งหนึ่ง จึงเป็นเรื่องที่ค่อนข้างสับสน ในที่นี้จะกล่าวถึงหน้าที่การทำงานของอวัยวะแต่ละอย่างพอสังเขป

4.1 ระบบหัวใจ จัดเป็นอวัยวะภายในที่สำคัญที่สุด คัมภีร์หวังตี้เน่ยจิงเปรียบหัวใจเหมือนจักรพรรดิ ทำหน้าที่ควบคุมเลือดและหลอดเลือด เกี่ยวข้องกับการสร้างเหงื่อ และเปิดทวารที่ลิ้น นั่นคือลักษณะสี รูปร่างของลิ้น โดยเฉพาะที่ปลายลิ้นจะบ่งบอกถึงสภาพของหัวใจ ดังนั้นผู้ป่วยที่มีเหงื่อออกมาก ผิดปกติ ความรู้สึกนึกคิดผิดปกติ บ้า คลุ้มคลั่ง ตามหลักแพทย์จีนจะถูกวินิจฉัยว่ามีอาการจากระบบหัวใจเกิดปัญหาได้ นอกจากนี้หัวใจยังสัมพันธ์ลำไส้เล็ก

4.2 ระบบปอด จัดเป็นอวัยวะที่มีความสำคัญ เปรียบเหมือนนายกรัฐมนตรี มีการประสานกับหัวใจในด้านเลือดลมที่ไหลเวียน และเปิดทวารที่จมูก มีหน้าที่หลักเกี่ยวข้องกับการหายใจ การควบคุมและสร้าง qi ซึ่งเป็นสารจำเป็นของร่างกาย ทำให้เกิดการไหลเวียนของเลือดและ qi ทั่วร่างกาย นอกจากนี้ยังทำหน้าที่เกี่ยวกับสมดุลของน้ำในร่างกาย โดยการส่งน้ำไปยังไตและกระเพาะปัสสาวะเพื่อผลิตเป็นปัสสาวะ ปอดมีความสัมพันธ์กับลำไส้ใหญ่ ตัวอย่างที่เห็นชัดคือ ท้องผูกแน่นท้อง ทำให้ปอดทำงานไม่ดี หายใจไม่สะดวก

4.3 ม้าม ทำงานควบคุมเป็นระบบกับกระเพาะอาหารในการขนส่งลำเลียง และแปรสภาพเลือดและ qi เปรียบอวัยวะทั้งสองได้กับขุนคลัง ทำหน้าที่ควบคุมเลือดให้ไหลเวียนอยู่ภายในหลอดเลือด

กำหนดการเคลื่อนไหวแขนขาหรือพลังกล้ามเนื้อ และเปิดทวารที่ปาก ดังนั้นผู้ป่วยที่มีเลือดออกง่าย ประจำเดือนมากผิดปกติ มีกล้ามเนื้ออ่อนแรง จะถูกวินิจฉัยว่ามีม้ามผิดปกติ

4.4 ตับ ทำหน้าที่ให้การไหลเวียนของ qi เป็นปกติ กักเก็บเลือดและควบคุมปริมาณของเลือดที่ไหลเวียนเกี่ยวข้องกับเอ็นและเส้นซึ่งจัดเป็นส่วนต่อของเอ็น และเปิดทวารที่ตา ดังนั้นอาจพบภาวะเล็บบาง แตกหักง่ายได้ในกรณีนี้ที่ตับทำงานไม่ดี

4.5 ระบบไต เป็นแหล่งที่ทำหน้าที่เก็บสารสำคัญของร่างกาย สร้างไขกระดูก ควบคุมดูแลการเจริญเติบโต พัฒนาการ และเกี่ยวข้องกับสมดุลของน้ำในร่างกาย การหายใจของปอด เปิดทวารที่หู และเกี่ยวข้องกับเส้นผม ดังนั้นจึงเป็นเหตุผลว่า ทำไมแพทย์แผนจีนจึงบอกผู้ป่วยโรคหอบหืดหรือผู้ป่วยกระดูกหักว่า ต้องบำรุงไต หน้าที่ของไตตาม TCM นั้นมีหลายอย่างสอดคล้องกับการแพทย์แผนปัจจุบัน ได้แก่ เรื่องของกระดูก สมดุลน้ำและเกลือแร่ โดยเฉพาะสมดุลกรดต่างซึ่งในแผนปัจจุบันไตและปอดจะทำหน้าที่ประสานกัน

4.6 ธงน้ำดี เป็นที่กักเก็บน้ำดีที่สร้างจากตับ แล้วหลังเข้าสู่ลำไส้เพื่อช่วยย่อยอาหาร นอกจากนี้ทาง TCM ยังเชื่อว่าความกล้าหาญในการตัดสินใจทำอะไรนั้นเกี่ยวกับธงน้ำดี คล้ายกับที่คนไทยเราพูดว่า "ขวัญหนีดีฝ่อ"

4.7 กระเพาะอาหาร ทำหน้าที่ในการรับและย่อยอาหารแล้วส่งต่อไปให้ลำไส้เล็ก ซึ่งการรับและย่อยอาหารจะทำได้ดีมาน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความสามารถในการแปรสภาพและขนส่งลำเลียงของม้าม นั่นคือ กระเพาะอาหารและม้ามทำงานสัมพันธ์กัน

4.8 ลำไส้เล็ก รับอาหารที่ย่อยแล้วจากกระเพาะอาหาร แยกอาหารที่ได้รับออกเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนดีที่ใส เพื่อส่งต่อไปให้ม้าม และส่วนไม่ดีที่ขุ่นส่งต่อไปยังลำไส้ใหญ่

4.9 ลำไส้ใหญ่เป็นทางผ่านของกากอาหารที่ไม่ต้องการ ทำหน้าที่ดูดซึมน้ำและขับถ่ายกากอาหารออกทางทวารหนัก

4.10 กระเพาะปัสสาวะ ทำหน้าที่รับและขับถ่ายปัสสาวะ ซึ่ง TCM เชื่อว่าจะทำหน้าที่ได้ดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับสภาพของ qi ของไต

4.11 ขานเจียว เป็นอวัยวะที่มีลักษณะเป็นนามธรรม โดยรวมเอาอวัยวะภายในอื่น ๆ เข้าไว้ด้วยกัน สามารถแบ่งเป็น 3 ส่วนได้แก่

- ส่วนบน คือ ส่วนของร่างกายที่อยู่เหนือกระบังลม ซึ่งหากมองในแง่ของอวัยวะจะได้แก่ ศีรษะ คอ ปอด หัวใจ และเยื่อหุ้มหัวใจ ทำหน้าที่เกี่ยวกับการหายใจและการไหลเวียนเลือด

- ส่วนกลาง คือ ส่วนของร่างกายที่อยู่ระหว่างกระบังลมและสะดือ อวัยวะได้แก่ กระเพาะอาหาร ม้าม และถุงน้ำดี ยกเว้นตับที่จัดอยู่ในส่วนล่าง ส่วนกลางนี้จะทำหน้าที่รับและย่อยอาหาร ลำเลียงสารจำเป็น

- ส่วนล่าง คือ ส่วนที่อยู่ต่ำกว่าสะดือ ได้แก่ ตับ ไต ลำไส้และกระเพาะปัสสาวะ ทำหน้าที่เกี่ยวกับการแยกของดีของเสีย

กล่าวโดยรวมคือ ขานเจียวจะรวมอวัยวะภายในทุกอย่างและทำหน้าที่เป็นทางขนส่งและแปรสภาพสารอาหารโดยใช้ qi ของร่างกาย

4.12 สมอง เป็นแหล่งรวมของไขกระดูก ซึ่งสร้างโดยไต ดังนั้นตามหลัก TCM ผู้ป่วยความจำไม่ดีจึงอาจเกิดจากไตไม่ดี

4.13 ไขกระดูก (marrow) ถูกสร้างโดยไต แล้วไปสะสมในช่องว่างของกระดูก เกิดเป็นไขกระดูกและสมอง

4.14 กระดูก เป็นที่เก็บของไขกระดูกและสัมพันธ์กับไต ไตช่วยให้มีการเจริญเติบโตของกระดูก ทำให้สามารถยืนเดินได้ เด็กที่มีกระดูกหักง่าย ทาง

TCM จัดว่าเป็นภาวะไตไม่ดี ซึ่งมีความสอดคล้องกับการแพทย์แผนปัจจุบัน

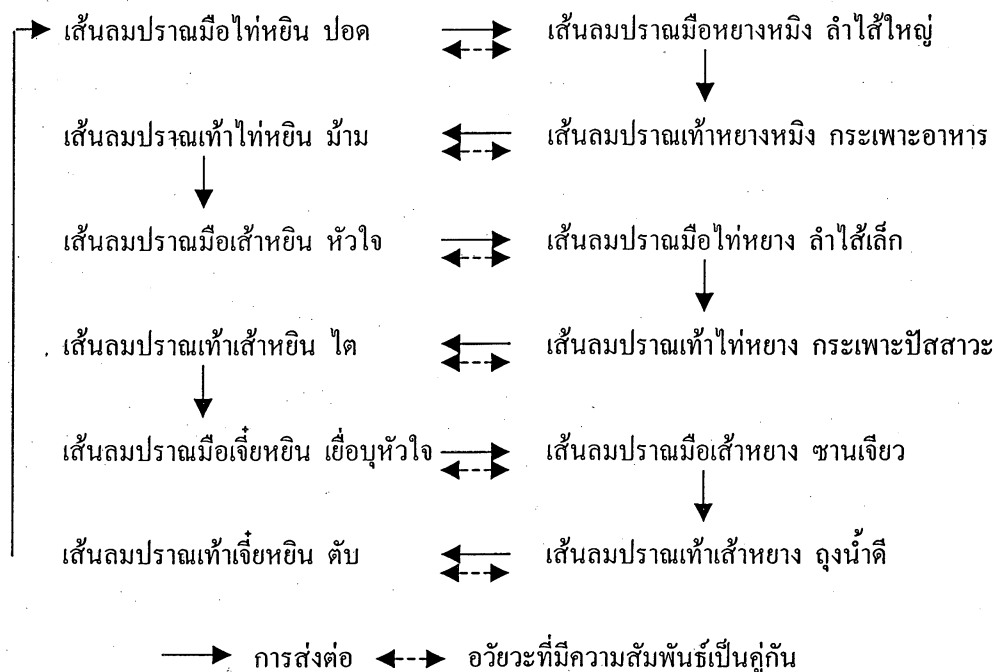
4.15 หลอดเลือด เป็นทางเดินของเลือด

4.16 มดลูก ทำหน้าที่เกี่ยวกับการมีประจำเดือนและการเจริญเติบโตของทารก เป็นอวัยวะที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับไต และเส้นลมปราณเรน (ren) และเส้นลมปราณชง (chong) ที่จะเป็นตัวกำหนดเลือดและความแข็งแรงของมดลูกในการที่จะมีประจำเดือนหรือตั้งครรภ์

4.17 เยื่อปอดหัวใจจัดเป็นอวัยวะที่เป็นส่วนเสริมเพื่อปกป้องหัวใจ เพื่อให้หัวใจหลุดพ้นจากโรคภัยไข้เจ็บ กล่าวคือ หากมีเหตุร้ายจะมากกระทำต่อหัวใจ ก็จะใช้เยื่อปอดหัวใจก่อน ดังนั้นเยื่อปอดหัวใจจึงมีหน้าที่คล้ายกับหัวใจ เยื่อปอดหัวใจจะไม่จัดเป็นอวัยวะภายใน แต่เมื่อกล่าวถึงเส้นลมปราณ จะมีเส้นลมปราณเยื่อปอดหัวใจซึ่งจะใช้มากในการรักษาโรคของจิตใจและอารมณ์ (mental and

emotional state)

5. เส้นลมปราณ (meridian) เป็นเส้นทางเดินของ qi และเลือดภายในร่างกาย เชื่อมโยงอวัยวะและเนื้อเยื่อต่าง ๆ ของร่างกาย รวมทั้งภายในและภายนอก ร่างกาย ระบบเส้นลมปราณจะประกอบด้วยเส้นลมปราณหลัก 12 เส้น เส้นลมปราณพิเศษ 8 เส้น และแขนงย่อยของเส้นลมปราณเหล่านี้ เส้นลมปราณหลักจะประกอบด้วยเส้นลมปราณมือหยิน 3 เส้น เส้นลมปราณมือหยาง 3 เส้น เส้นลมปราณเท้าหยิน 3 เส้น และเส้นลมปราณเท้าหยาง 3 เส้น โดยเส้นลมปราณเหล่านี้จะมีจุดเริ่มต้น จุดสิ้นสุด จุดเชื่อมต่อ และแนวทางเดินที่ชัดเจน โดยเส้นลมปราณหลักแต่ละเส้นจะมีอวัยวะที่สังกัดและวงจรของตนเอง 2 ชั่วโมง แล้วส่งต่อไปยังเส้นลมปราณหลักอื่นต่อไปจนครบ 12 เส้น รวมเป็นระยะเวลา 24 ชั่วโมง หรือ 1 วันพอดี แล้วจึงเริ่มวงจรของวันใหม่ต่อไปเรื่อยๆ (รูปที่ 3)



รูปที่ 3. แสดงเส้นลมปราณหลัก 12 เส้นและการเชื่อมโยงส่งต่อเป็นวงจร

เส้นลมปราณมือหยินจะมีจุดเริ่มต้นที่บริเวณทรวงอก สิ้นสุดที่บริเวณมือ ส่งต่อไปเส้นลมปราณมือหยาง ซึ่งจะสิ้นสุดที่บริเวณศีรษะ แล้วส่งต่อไปเส้นลมปราณเท้าหยาง ไปสิ้นสุดที่บริเวณเท้า ซึ่งจะเป็นจุดเริ่มของเส้นลมปราณเท้าหยิน ซึ่งจะสิ้นสุดที่บริเวณช่องท้อง จากจุดเริ่มต้นและสิ้นสุดดังกล่าวจะเห็นว่ามีการเชื่อมโยงสัมพันธ์ของร่างกายทั้งตัว

ส่วนเส้นลมปราณพิเศษ 8 เส้นจะเป็นเส้นลมปราณที่เชื่อมหรือเสริมให้ความสัมพันธ์ระหว่างเส้นลมปราณหลักทั้ง 12 เส้นนั้นแน่นแฟ้นมากขึ้นโดยเส้นลมปราณพิเศษที่สำคัญ คือ เส้นลมปราณดู (du) ซึ่งเป็นเส้นลมปราณหลักของฝ่ายหยาง และเส้นลมปราณเริน (ren) ซึ่งเป็นเส้นลมปราณหลักของฝ่ายหยินเปรียบประหนึ่งพ่อและแม่ของเส้นลมปราณหลักที่เป็นลูกชายและลูกสาว

ระบบลมปราณจะมีหน้าที่ในการเชื่อมโยงประสานส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เพื่อให้ร่างกายอยู่ในสมดุล และเป็นทางเดินของ qi และเลือดเพื่อหล่อเลี้ยงและบำรุงร่างกาย

เส้นลมปราณแต่ละเส้นจะมีจุดฝังเข็ม (acupoint) อยู่ จุดเหล่านี้จะมีคุณสมบัติที่ใช้เพื่อปรับ qi และเลือด หรือความผิดปกติของเส้นลมปราณ นอกจากนี้จุดฝังเข็มบางจุดมีคุณสมบัติพิเศษที่จะช่วยในการรักษาโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ

สาเหตุของโรค

TCM มีหลักว่า ร่างกายมนุษย์ต้องอยู่ในสมดุล โดยเป็นสมดุลภายในระหว่างอวัยวะต่าง ๆ และสมดุลภายนอกในร่างกายมนุษย์และสิ่งแวดล้อม เมื่อมีการเสียสมดุลขึ้นก็จะเกิดโรค ดังนั้นสาเหตุของโรคจึงมีทั้งสาเหตุภายในและภายนอก ได้แก่

1. สาเหตุภายนอก 6 ชนิด ซึ่งเป็นลักษณะของสภาพอากาศที่พบในธรรมชาติ ได้แก่ ลม ความร้อน ความเย็น ความชื้น ความแห้งแล้ง และไฟ ซึ่งหมายถึง

ร้อนจัด เช่นลมเย็นในฤดูหนาวกระตุ้นให้เกิดหวัดหรือไอหอบ อากาศร้อนทำให้ไม่สบาย เป็นต้น การเจ็บป่วยอาจเกิดจากปัจจัยภายนอกชนิดใดชนิดหนึ่งหรือหลายชนิดร่วมกันก็ได้ เช่น ความร้อนเพียงอย่างเดียว หรืออาจเป็นความร้อนร่วมกับความชื้นก็ได้

2. โรคระบาด

3. สภาพอารมณ์ของบุคคลนั้น ๆ ซึ่งอาจเปรียบได้กับสาเหตุภายใน ได้แก่ ดีใจ โกรธ ครุ่นคิด วิทก เสียใจ กลัว ตกใจ จากหลักปัญจธาตุจะเห็นว่าอวัยวะแต่ละชนิดสัมพันธ์กับสภาพอารมณ์ (ตารางที่ 1) ซึ่งหมายถึงสภาพอารมณ์มีผลต่อการทำงานของอวัยวะ ดังนั้นการที่บุคคลใดมีการเปลี่ยนแปลงของสภาพอารมณ์อย่างกะทันหันรุนแรง หรืออยู่ในสภาพอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลายาวนาน ย่อมทำให้การทำงานของอวัยวะภายในร่างกายผิดปกติ การไหลเวียนของ qi และเลือดผิดปกติ ทำให้ร่างกายเสียสมดุลได้ ซึ่งพบในการแพทย์แผนปัจจุบันเช่นกัน เช่น anxiety, ภาวะซึมเศร้า เป็นต้น อารมณ์แต่ละชนิดจะมีผลกระทบต้ออวัยวะต่างชนิดกัน โดยอารมณ์โกรธจะมีผลต่อดับ ดีใจเกินไปจะมีผลต่อหัวใจ ครุ่นคิดหรือคิดมากมีผลต่อม้าม เศร้าโศกเสียใจมีผลต่อดม และกลัวมาก ๆ มีผลต่อไต ตัวอย่างเช่น ครุ่นคิดมากทำให้ม้ามทำงานไม่ดี จึงเกิดอาการท้องอืด แน่นท้อง เบื่ออาหาร หรือโกรธจัดทำให้การไหลเวียน qi ของตับไม่ดี จึงเกิดอาการเสียดแน่นชายโครง เป็นต้น นอกจากนี้อารมณ์ทั้งหลายหากเป็นต่อเนื่องยาวนานก็จะเกิดเป็นไฟเผาผลาญร่างกาย ทำให้เกิดภาวะหยินพร่องได้ เปรียบเหมือนหลักธรรมที่ว่า "ไฟย่อมเผาผลาญ"

4. ภาวะโภชนาการไม่เหมาะสม การทำงานไม่เหมาะสม ภาวะโภชนาการที่ไม่เหมาะสมอาจเป็นการบริโภคมากเกินไป น้อยเกินไป หรือบริโภคอาหารอย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียว ซึ่งหากเปรียบเทียบกับทางการแพทย์แผนปัจจุบันจะเห็นได้ว่าเป็นหลักเดียวกัน คือการ

บริโภคต้องได้ปริมาณที่เหมาะสม มีคุณภาพ และหลากหลายถูกหลักโภชนาการ “อาหาร 5 หมู่” แต่ทาง TCM เป็นหลักปัญญาธาตุ อาหารต้องมีรสชาติเคล้ากันไป เพื่อให้เกิดสมดุลของอวัยวะ

การทำงานที่ไม่เหมาะสม อาจเป็นได้ทั้งหักโหมมากเกินไปหรือไม่ยอมทำอะไร การหักโหมมากเกินไป ไม่พักผ่อน อาจก่อให้เกิดอาการอ่อนเพลีย ไม่มีแรง ปวดเมื่อยร่างกายได้ เทียบได้กับการแพทย์แผนปัจจุบันคือ overuse, overstrain ซึ่งหากเป็นการใช้ร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่งมากเกินไป จะได้แก่ กลุ่มอาการ cumulative trauma disorder ซึ่งเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของคนวัยทำงาน ส่วนการอยู่นิ่งเฉย ไม่ทำงาน หรือกิจกรรมใด ๆ เทียบกับการแพทย์แผนปัจจุบัน คือ deconditioning หรือ immobilization syndrome ที่เกิดการถดถอยของสมรรถภาพของร่างกาย

5. อุบัติเหตุ

6. เสมหะและการคั่งของเลือดหรือของเสียในร่างกาย

เสมหะใน TCM นั้นไม่ได้หมายถึงเฉพาะเสมหะหรือสิ่งคัดหลั่งในระบบการหายใจที่ไอออกมา แต่จะมีความหมายที่ครอบคลุมถึงของเหลวที่มีลักษณะเหนียวข้น และทำให้เกิดโรค โดยที่อาจไม่มีรูปลักษณะให้เห็นโดยชัดเจนได้

เมื่อเกิดเสมหะ การคั่งของของเสียหรือเลือดในร่างกาย จะทำให้การไหลเวียนของ qi และเลือดไม่ดี อวัยวะต่าง ๆ จึงทำงานผิดปกติได้ ทำให้เกิดความผิดปกติของร่างกาย เช่น มีเสมหะในทางเดินหายใจ ทำให้หายใจไม่คล่องและมีอาการไอ หรือมีเลือดคั่งทำให้เลือดไหลเวียนไม่ดี เกิดการขาดเลือดของนิ้วมือนิ้วเท้า มือเท้าเย็นได้ เป็นต้น

วิธีการวินิจฉัย

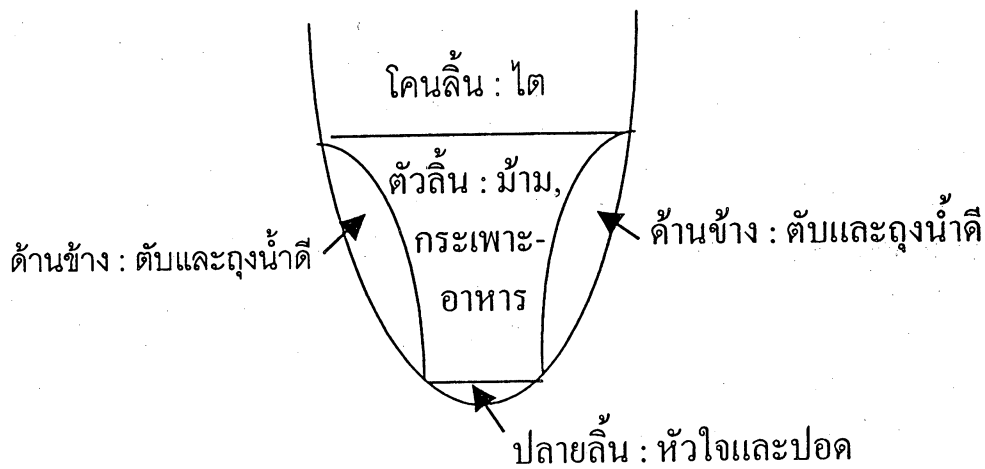
การแพทย์แผนปัจจุบันมีวิธีการในการวินิจฉัย คือ ชักประวัติ ตรวจร่างกายซึ่งได้แก่ ดู คลำ เคาะ และฟัง การตรวจทางห้องปฏิบัติการและการตรวจพิเศษต่าง ๆ ส่วน TCM จะมีวิธีหลักในการวินิจฉัย 4 ประการ คือ การดู การฟังและดมกลิ่น การถาม และการคลำ ซึ่งจะเห็นได้ว่ามีความคล้ายคลึงกันกับการชักประวัติ และตรวจร่างกายของแพทย์แผนปัจจุบัน เนื่องจาก TCM ไม่มีการตรวจทางห้องปฏิบัติการและการตรวจพิเศษต่าง ๆ ทำให้วิธีการวินิจฉัยบางอย่างมีความละเอียดอ่อนมากกว่า ซึ่งมีลักษณะเด่นพิเศษ ได้แก่ การดูลิ้นและการจับชีพจร

การตรวจดูลิ้น (รูปที่ 4) จะแบ่งลิ้นออกเป็น 4 ส่วน ซึ่งจะบ่งบอกถึงสภาพของอวัยวะต่างชนิดกัน โดยปลายลิ้นจะบ่งบอกถึงหัวใจและปอด ด้านข้างของลิ้นจะบ่งบอกถึงตับและถุงน้ำดี กลางลิ้นจะบ่งบอกถึงม้ามและกระเพาะอาหาร และโคนลิ้นบ่งบอกถึงไต การดูลิ้นจะตรวจดูทั้งตัวลิ้น ฝ้า และความชุ่มชื้น การดูตัวลิ้นจะต้องดูสี รูปร่าง การเคลื่อนไหว ซึ่งจะบ่งบอกถึงสภาวะของเลือดและอวัยวะหยินในร่างกาย การดูฝ้าจะต้องดูที่สีและความหนา ซึ่งจะบอกถึงลักษณะและความรุนแรงของโรค ส่วนความชื้นจะบอกถึงสภาพของของเหลวภายในร่างกาย

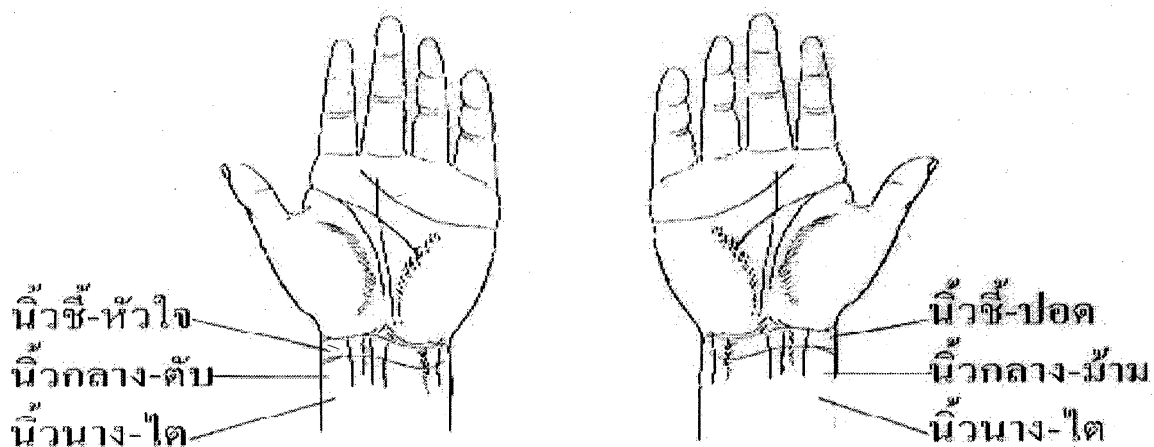
การจับชีพจร (รูปที่ 5) หรือที่เรียกกันทั่ว ๆ ไปว่า “การเมะ” เป็นการตรวจที่มีความสำคัญมาก ซึ่งจะบอกสภาพของอวัยวะภายใน, qi และเลือด การจับชีพจรใน TCM มีหลายตำแหน่ง แต่ที่นิยมและใช้บ่อยที่สุดคือการจับหลอดเลือดแดง radial บริเวณข้อมือ ซึ่งผู้ตรวจต้องใช้นิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วนาง วางบริเวณข้อมือ โดยนิ้วชี้จะอยู่บริเวณข้อมือหรือปลายสุดเสมอ

และต้องจับชีพจรทั้งด้านซ้ายและขวา เนื่องจากชีพจรที่ปลายนิ้วแต่ละนิ้วจะบอกถึงอวัยวะแต่ละชนิด นอกจากนี้ยังต้องดูความแรง ความเร็ว จังหวะ ความลึก ลักษณะ

ของแรงที่มากกระทบนิ้วมือ ดังนั้นจึงเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนและมีความยากสลับซับซ้อน ซึ่งจะไม่ขอล่าวละเอียดในที่นี้



รูปที่ 4. แสดงลิ้นและบริเวณที่สัมพันธ์กับอวัยวะ



รูปที่ 5. แสดงการจับชีพจรและตำแหน่งของนิ้วและอวัยวะ

ในกรณีของเด็กเล็กที่มีอายุน้อยกว่า 3 ขวบนั้น การจับชีพจรจะทำได้ยาก TCM จะใช้วิธีการสังเกต หลอดเลือดดำที่อยู่ด้านใน (medial) ของนิ้วชี้เพื่อช่วยในการวินิจฉัย

โดยทั่วไปการซักประวัติและการตรวจร่างกายของ TCM และการแพทย์แผนปัจจุบันก็จะมีลักษณะเป็นระบบเหมือนกัน แต่ TCM จะต้องเพิ่มการซักประวัติและการตรวจร่างกายตามระบบเส้นลมปราณด้วย เพราะความผิดปกติบางอย่างอาจปรากฏอยู่ตามแนวเส้นลมปราณ

การวินิจฉัยและวิเคราะห์โรค

จะใช้ข้อมูลที่ได้จากวิธีการวินิจฉัยมาประมวล โดยอาจวิเคราะห์วินิจฉัยตามระบบอวัยวะ ระบบเส้นลมปราณ สภาพของ qi, เลือด และของเหลวในร่างกาย หรือลักษณะอาการที่แสดงออก โดยลักษณะอาการที่แสดงออกสามารถแบ่งได้ 8 กลุ่มอาการคือ หยิน หยาง ใน นอก เย็น ร้อน พร่องและแกร่ง ซึ่งแพทย์จีนแต่ละท่านอาจวิเคราะห์โดยใช้แนวทางที่ต่างกัน เช่น ตามระบบอวัยวะหรือตามระบบเส้นลมปราณหรือตามกลุ่มอาการที่แสดงออก เป็นต้น ทำให้วิธีการรักษาต่างกันได้

หลักการรักษาสุขภาพ

TCM จะมีการดูแลรักษาสุขภาพ 2 ส่วน คือ ส่วนของการป้องกันโรคและส่วนของการรักษาโรค

ด้านการป้องกัน TCM จะเน้นสุขภาพจิตและกายที่แข็งแรง หลีกเลี่ยงความแปรปรวนของสภาพ

อากาศ นอกจากนี้ยังมีการป้องกันเมื่อเกิดโรคแล้วเพื่อไม่ให้โรคลุกลามไปสู่อวัยวะอื่น ให้มีภาวะโภชนาการที่เหมาะสม มีระดับกิจกรรมที่พอเหมาะ รวมทั้งการออกกำลังกาย การออกกำลังกายที่สำคัญอย่างหนึ่งคือการบริหารที่ลอกเลียนท่าทางของสัตว์ 5 ชนิด ได้แก่ เสือ กวาง หมู ลิง และนก ซึ่งเกิดจากความคิดของนายแพทย์หั่วโถว (Huatuo) ปรมาจารย์แพทย์จีนในสมัยราชวงศ์ฮั่นในตำนานสามก๊กที่แนะนำให้โจโฉผ่าตัดสมองเพื่อรักษาอาการปวดศีรษะ

- ด้านการรักษา จะมีการรักษาโรคหรือสาเหตุที่แท้จริงของอวัยวะนั้นๆ หรือรักษาอาการของโรคอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือรักษาทั้ง 2 อย่างไปพร้อม ๆ กัน โดยมีวิธีที่ใช้ในการรักษา เช่น การใช้ยา การฝังเข็ม การนวดยา (moxibustion) การนวดแบบจีนหรือที่เรียกว่า “ทุยหน่า”(Tuina) เป็นต้น

สรุป

TCM เป็นวิธีการรักษาโรคภัยไข้เจ็บอย่างหนึ่งของมนุษยชาติ ก่อเกิดในประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีนมานาน ในปัจจุบันได้แพร่กระจายสู่ประเทศต่าง ๆ รวมทั้งประเทศไทย TCM มีแนวคิดพื้นฐานจากปรัชญาจีน “หยิน-หยาง” ที่ทุกอย่างจะดำรงอยู่เป็นคู่กัน ในลักษณะที่สมดุล และมีแนวคิดด้านกายวิภาคและสรีรวิทยาของอวัยวะภายในที่ต่างจากการแพทย์แผนปัจจุบัน แต่แนวคิดในเรื่องวิธีการวินิจฉัยมีลักษณะคล้ายคลึงกับการแพทย์แผนปัจจุบัน เว้นแต่ไม่มีเรื่องของการตรวจทางห้องปฏิบัติการ นอกจากนี้ยังมีทั้งรูปแบบการป้องกันและรักษาด้วยเช่นกัน

เอกสารอ้างอิง

1. Reader's Digest Association. บำบัดโรคด้วยการแพทย์ทางเลือก. (Family guide to alternative medicine). กรุงเทพฯ: ริดเดอร์ส ไดเจสท์ (ประเทศไทย), 2544.
2. Chai Kefu. Basic theory of traditional Chinese medicine. People's Medical Publishing House,
3. จิฑิต วัฒนวิบูล, จิฑิต วัฒนวิบูล. ปรัชญาแนวคิดพื้นฐานการแพทย์ตะวันออก-ตะวันตก. กรุงเทพฯ : พิวารู, 2537.
4. Maciocia G. The foundations of Chinese medicine : a comprehensive text for acupuncturists and herbalists. Edinburgh : Churchill Livingstone, 1989.

หนังสือประกอบการเรียนเรียง

1. Chang Xinnong. Chinese Acupuncture and Moxibustion (revised edition). Beijing : Foreign Languages Press, 1999.
2. Wu Xiufen. Traditional Chinese diagnostics. People's Medical Publishing House,
3. The illustrated Yellow Emperor's canon of medicine. Compiled and illustrated by Zheu Chuncai, Han Yazhou. Dolphin Book,
4. Liu Zhengcai. The mystery of longevity. Beijing : Foreign Languages Press, 1996.