

掌振法舒筋活络力学效应研究及时效分析

张仲博, 房敏, 将诗超, 张昊, 周强, 康小红,
安光辉

การวิเคราะห์ผลเชิงกลและระยะเวลาที่เหมาะสมในการลดความตึงของกล้ามเนื้อ

ด้วยการนวดทฤษฎีแบบสั่นฝ่ามือ

ทฤษฎี จัดเป็นวิธีการรักษาตามศาสตร์การแพทย์แผนจีนวิธีหนึ่ง โดยอาศัยมือของแพทย์ผู้ทำการรักษากระทำต่อร่างกายของผู้ป่วย ตามตำแหน่งของจุดลมปราณและเส้นลมปราณ ซึ่งมีรูปแบบการออกแรงของมือหรือการกระทำต่อร่างกายผู้ป่วยในลักษณะต่างๆกัน อาทิ การดัน การบีบจับ การดึงยกขึ้น การกดคลึง เป็นต้น

การนวดแบบสั่น (เงินฝ่า 振法) เป็นวิธีการนวดทฤษฎีแบบหนึ่ง แบ่งออกได้เป็น การสั่นโดยใช้ฝ่ามือ และการสั่นโดยใช้นิ้วมือ การสั่นโดยใช้ฝ่ามือนั้น กระทำโดยใช้ฝ่ามือกดลงไปบนจุดลมปราณตามร่างกาย แล้วทำการสั่นฝ่ามืออย่างรวดเร็วอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลาหนึ่ง ช่วยผ่อนคลายเส้นเอ็นและทำให้เส้นลมปราณไหลเวียนสะดวกขึ้น ส่งผลในการลดความตึงตัวของกล้ามเนื้อ ช่วยทำให้เส้นลมปราณอุ่นขึ้นและระงับอาการปวด ช่วยฟื้นฟูการทำงานของปอดและสลายเสมหะ ช่วยบำรุงลมปราณและไต บำรุงม้ามและปรับการทำงานของกระเพาะอาหาร

การวิจัยครั้งนี้จัดทำขึ้นเพื่อหาระยะเวลาที่เหมาะสมที่สุด คือระยะเวลาที่ให้ผลการรักษาที่ดีที่สุดของการนวดทฤษฎีแบบสั่นโดยใช้ฝ่ามือ โดยให้แพทย์ผู้รักษาทำการนวดทฤษฎีแบบสั่นโดยใช้ฝ่ามือโดยวางฝ่ามือบนสะดือของอาสาสมัครผู้ถูกทดลอง ใช้เครื่องมือวัดควบคุมความถี่ของการสั่นฝ่ามืออยู่ที่ประมาณ 600 ครั้งต่อนาที และควบคุมแรงกดของฝ่ามือให้ต่ำกว่า 0.1 นิวตัน ทำการนวดรักษาตามระยะเวลา โดยแบ่งออกเป็นสามกลุ่มคือ 90 วินาที, 3 นาที และ 5 นาที ซึ่งผลการทดลองปรากฏว่าระยะเวลาในการรักษาที่ให้ผลการรักษาที่ดีที่สุดคือ 3 นาที
