

การกัวซาบำบัดโรค

● นำเสนอเมื่อ 19 ก.ค. 2553

การรักษาแบบการแพทย์แผนจีนนั้น ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางไปทั่วโลก เป็นภูมิปัญญาที่สืบทอดมายาวนานนับพัน ๆ ปี ปัจจุบันแม้วิทยาการทางการแพทย์แผนใหม่จะเจริญรุดหน้าไปอย่างไรก็ตาม แต่การรักษาแบบดั้งเดิมหลายรูปแบบก็ยังคงมีการสืบทอดกันมาถึงปัจจุบัน

"กัวซา" คือหนึ่งในภูมิปัญญาแพทย์พื้นบ้าน ที่ตกทอดมาตั้งแต่โบราณอีกหนึ่งอย่างของชาวจีน เป็นที่นิยมอย่างกว้างขวางในหมู่ประชาชนทั่วไป เป็นการบำบัดด้วยการขีดผิวหนัง เพื่อขับพิษ ที่สามารถทำได้ง่าย สะดวก เห็นผลเร็ว และไม่มีผลข้างเคียง โดยเฉพาะคุณสมบัติเด่นในการรักษาอาการไข้แดดและไข้หวัดอย่างรวดเร็ว

คนรุ่นใหม่อาจไม่รู้จักรักษาแบบกัวซา แต่หากลองถามคนรุ่นปู่ย่าตายายเชื้อสายจีน หลายท่านคงเคยผ่านการกัวซา บำบัดโรคมาแล้ว ความก้าวหน้าอย่างไม่หยุดยั้งของวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยีอาจทำให้กังขาถูกมองว่า ไม่เป็นวิทยาศาสตร์ จึงส่งผลให้กังขาคอย ๆ ถูกละทิ้งไป แต่ในครอบครัวชาวจีนบางครอบครัว ยังมีการใช้กัวซา บำบัดความเจ็บป่วยเล็ก ๆ น้อยๆ ให้เห็นอยู่บ้าง

เนื่องจากคำว่า "กัว" ในภาษาจีนหมายถึงการขีดหรือการกวาด ส่วนคำว่า "ซา" หมายถึงเม็ดทราย เมื่อผนวกกับสัญลักษณ์ของโรคภัยไข้เจ็บ จะให้ความหมายของคำว่า "ซา" ที่เป็นอาการของพิษหรือโรค ซึ่งปรากฏบนผิวหนังเป็นรอยผื่นหรือจ้ำสีแดงคล้ายเม็ดทราย การกัวซาจึงหมายถึงการขีดเพื่อขับสารพิษออกมาทางผิวหนัง ถือเป็นการเช็กสุขภาพได้ ถ้า "ซา" หรือพิษซึ่งจะมีลักษณะเป็นผื่น หรือจ้ำสีแดงจนถึงม่วง ขึ้นตรงไหนแสดงว่าตรงนั้นกำลังจะบกพรอง หรือบกพรองแล้ว ควรรีบได้รับการรักษา

วัตถุประสงค์ของการทำกัวซา คือ เพื่อการตรวจเช็คสุขภาพ และบำบัดรักษาโรค บรรเทาอาการเจ็บป่วย เพื่อผ่อนคลายหรือเพื่อสุขภาพทำให้ร่างกายแข็งแรง ช่วยเหลือดลมภายในไหลเวียนดีขึ้น ผิวพรรณเปล่งปลั่ง

อาจารย์หยาง เผยฺเชิน ที่ปรึกษาสมาคมแพทย์แผนไทย และผู้ก่อตั้งบริษัทคลังไทสุขภาพ จำกัด ซึ่งเปิดสอนหลักสูตรกัวซา กล่าวถึงการบำบัดด้วยกัวซา ว่า "กัวซา เป็นวิธีการบำบัดด้วย การกระตุ้นจุดเสณลมปราณ คลายการฝังเข็ม การนวด และการทายารักษาที่ผิวภายนอก รวมกันไปในคราวเดียวกัน เพื่อประโยชน์ในการขับพิษ การบำบัดด้วยกัวซาจะช่วยกระตุ้นการหมุนเวียนของโลหิตภายใต้ผิวหนัง ขยายรูขุมขนให้เปิดกว้าง ทำให้ร่างกายผลัดเซลล์เก่าสร้างเซลล์ใหม่ และขับพิษออกทางต่อมเหงื่อ อวัยวะภายในได้รับการบำรุงเลี้ยงจากโลหิตอย่างเต็มที่ ทำให้ร่างกายมีการปรับสมดุล ช่วยฟื้นฟูสมรรถนะของระบบภูมิคุ้มกันโรคให้แข็งแรง ซึ่งโรคที่บำบัดด้วยกัวซาที่ได้ผลดีที่สุด คืออาการเป็นไข้ตัวร้อน ปวดเมื่อย หรือขาดามร่างกาย ปวดประจำเดือน อวัยวะภายในทำงานไม่ปกติ"

ข้อดีของการทำกัวซาบำบัด คือ เป็นศาสตร์ที่เรียนรู้ง่าย ปฏิบัติง่าย ทุกคนสามารถเรียนและฝึกทำให้ตนเองและผู้อื่นได้โดยไม่มีผลเสีย ถ้าทำถูกวิธีจะเห็นผลทันที แต่ถ้ามืดวิธีก็ไม่มีผลเสียหรือผลข้างเคียงใด ๆ เพียงแต่ไม่หายจากอาการเจ็บป่วยนั้น ขูดผ่านเสื้อผ้าได้ทุกตำแหน่งในอดีต การกัวซาจะใช้อุปกรณ์ง่าย ๆ เช่น เหรียญทองแดง ชอน หรือ ซามมาขูด

โดยก่อนการบำบัดให้ทา "ตัวนำประสาน" เช่น น้ำมันนวด เหล้า น้ำ โลชั่น หรือด้วยยาอื่นลงบนตำแหน่งที่ต้องการบำบัด จากนั้นจึงใช้แผ่นกัวซาซึ่งปัจจุบันมักทำจากเขาสัตว์ แผ่นหยกหรือใช้อุปกรณ์ที่มีพื้นผิวขอบเรียบสีอื่น ๆ แต่ที่นิยมกันทั่วไปคือทำจากเขาควางนำ เนื่องจากทำจากธรรมชาติจึงปลอดภัยจากสารเคมี และยังมีประสิทธิภาพในการระบายความร้อนและขับสารพิษในร่างกาย ไม่เป็นตัวนำไฟฟ้า ไม่ขูดผิวหนังจนเสียหายหรือถลอก สามารถเห็นผลการรักษาได้ชัดเจน เมื่อใช้ร่วมกับน้ำมันกัวซา ซึ่งสกัดจากสมุนไพรธรรมชาติกว่า 7 ชนิด ซึมซาบเข้าผิวหนังได้ดี ช่วยให้การไหลเวียนของเลือดดีขึ้นและผลการบำบัดที่ได้ก็น่าพอใจ ที่สำคัญหากทำเองในบานจะไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายและไม่ต้องกินยา

กัวซาอย่างไรให้ถูกวิธี

1. ทุกครั้งที่จะกัวซาควรเริ่มขูดที่ชีพจรหลักก่อน จากนั้นจึงขูดจุดที่ป่วย (ชีพจรหลักอยู่ที่แนวกระดูกสันหลังทั้งแกน)
2. การขูดต้องใช้แรงที่สม่ำเสมอ บนแนวชีพจรที่ขูดควรขูดจนเห็นรอยจุด (ซา) ปรากฏขึ้นมา จากนั้นจึงขูดตำแหน่งอื่นต่อไป
3. ปกติหลังจากขูดแล้ว 2-3 วัน ตำแหน่งโรคที่ขูดจะมีอาการเจ็บปวดปรากฏขึ้น ซึ่งถือเป็นเรื่องปกติหลังขูดจนซาออกหมดแล้ว ต้องรออีก 5-7 วันจึงจะสามารถขูดซ้ำได้ อีกการขูดเพื่อสุขภาพสามารถขูดผ่านเสื้อผ้าได้ทุกวัน
4. ถ้าตำแหน่งที่ขูดไม่ถูกต้องแม่นยำ หรือเทคนิคการขูดไม่ถูกต้อง ก็ไม่ก่อให้เกิดอาการแทรกซ้อนแต่อย่างใด
5. หลังขูดแล้วให้ดื่มน้ำแก้วใหญ่ เพื่อช่วยระบบเมตาบอลิซึมของร่างกาย
6. สถานที่ขูดกัวซาจะต้องไม่มีลมแรง เช่น หน้าพัดลม หรือในห้องที่เปิดแอร์เย็นน้ำ เนื่องจากจะทำให้เสียสมดุลของหยินและหยาง

ประโยชน์ของการกัวซา

- ขับพิษร้อนในร่างกาย ช่วยลดอาการปวดหัวตัวร้อน เป็นไข้เป็นหวัด ไอเรื้อรัง
- คลายกล้ามเนื้อที่เกร็งตึง เพิ่มประสิทธิภาพระบบภูมิคุ้มกันในร่างกาย
- กระตุ้นเซลล์โดยการเพิ่มออกซิเจน และระบายของเสียในเซลล์ กระตุ้นระบบเมตาบอลิซึมของร่างกาย ช่วยระบบหมุนเวียนโลหิตดีขึ้น
- เป็นการตรวจสอบความผิดปกติของอวัยวะภายใน

- ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของระบบภูมิคุ้มกันร่างกาย
- ทำให้ร่างกายแข็งแรง ลดโอกาสการเกิดโรคต่าง ๆ ค้นพบสาเหตุของโรคได้ง่าย
- เสริมความงาม ชะลอความแก่

ปัจจุบันในประเทศจีนได้มีการฟื้นฟูศาสตร์กัวชานำกลับมาอีกครั้ง โดยวิชากัวชานำมาบำบัด ได้รับการบรรจุเป็นวิชาอยู่ในหลักสูตรคณะแพทยทางเลือก ของมหาวิทยาลัยปักกิ่ง และได้มีการนำไปเผยแพร่ในประเทศต่าง ๆ หลายประเทศในเอเชีย กัวชาก็ได้รับความนิยมขึ้นมาอีกครั้งหนึ่ง ประกอบกับการกัวชาก็เป็นศาสตร์หนึ่งที่คล้ายคลึงการนวด แต่สามารถบำบัดโรคได้ จึงมีการนำไปใช้ในในกลุ่มผู้ที่ทำงานเกี่ยวกับสปาและการนวดมากขึ้น

คลิปวิดีโอเกี่ยวกับการกัวชา