

Chẩn đoán bệnh vẹo cột sống

Tên: Nguyễn Đình Thuần
Số: 7913; Ngày: 09 Tháng 12 Năm 2010 11:15

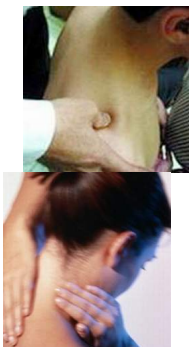
Vẹo cột sống, đông y còn gọi là thọt cột sống hay lệch cột sống.

Nguyên nhân là do tư thế ngồi đứng không hợp lý khi ngủ, học cao quá học thấp qua, học giỏi đứng quá công làm cho khí huyết không đi lưu hoà, cơ thể kéo giãn quá lâu, đứng bẻ vẹo vẹo mất bên; do lao động quá sức kéo dài, ngồi yên; hoặc do phong hàn xâm nhập vào kinh lạc làm cho kinh khí bị ngăn trở; ngoài ra, tình trạng thoái hoá cột sống cũng là nguyên nhân góp phần làm bệnh phát sinh hoặc nặng thêm.

Biểu hiện của bệnh là sáng ngủ dậy thấy cơ thể căng cứng và nhức đầu, đứng bẻ vẹo, khó quay và cúi, thậm chí đau lan xuống cổ vai, cánh tay khi nghiêng vẹo mất bên, cổ vùng cơ cổ cứng, nhức đầu. Nếu nặng có thể đau nhức cả cánh tay và ngực phía cổ vẹo. Những ngày đứng nhức đầu và kéo dài vài tuần nếu không đi trị sớm. Với tác động thông suốt lệch cột sống, xoa bóp bấm huyệt của Đông y là biện pháp điều trị hiệu quả để trở về trạng thái bình thường của cột sống này. Xin giới thiệu để bạn được tham khảo áp dụng.



Day huyết phong trì Day huyết đởi trừ



Day huyết kiên tnh Xoa bóp vùng gáy

Ngồi bệnh ngồi trên ghế, ngồi ghế cao đứng sau lưng bệnh nhân, làm các thao tác sau:

1. Ngồi ghế cao dùng mô bàn tay hoặc găng tay xoa day vùng cổ và vùng lưng phía dưới cổ

Ch a b nh v o c

Tác Giả: L ng y Đình Thu n
Thứ Năm, 09 Tháng 12 Năm 2010 11:15

gi a hai b vai, hai bên vai c a ng i b nh, day t nh t i m nh cho t i khi nóng lên (có th dùng thêm d u cao ho c c n xoa bóp đ tăng hi u qu).

2. Ng i ch a dùng ngón cái và b n ngón kia l n l t n m bóp các kh i c v ùng c t trên xu ng d i, t c t i m vai, đ c bi t đ i v i ch đầu, làm kho ng 5 phút cho đ n khi các c m ra và b nh nhân c m th y d ch u là đ c.

3. Ng i ch a ti p t c dùng ngón cái b m huy t giáp tích vùng gáy c a b nh nhân t trên xu ng, làm kho ng 5 l n.

4. Tìm đ m đau nh t c a b nh nhân, sau đó, dùng ngón tay cái ho c ngón gi a day n các đ m này trong vài phút, day đ u v i m t l c t nh đ n m nh sao cho đ t c m giác m i, tê t c là đ c. K t h p b o b nh nhân quay c sang ph i, sang trái càng nhi u l n càng t t.

5. Ng i ch a l n l t day b m các huy t phong trì, phong ph , đ i chu , kiên t nh, thiên tông, l c ch m, h u khê c a b nh nhân, m i huy t day n t 1 - 2 phút.

6. Ng i ch a đ ng sau l ng b nh nhân, m t tay đ c m, tay kia gi đ u, hai tay ph i h p nh nhàng v n đ ng đ u b nh nhân qua ph i, qua trái v i góc đ tăng d n, khi c m th y c m m có th dùng l c h i m nh l c đ u b nh nhân sang ph i và v phía sau, ti p t c làm t ng t phía bên trái. Trong khi l c nh v y có th nghe th y ti ng kêu.

- Có th k t h p dùng ng i c u sao nóng v i mu i ho c mu i rang ch m vào ch đầu tr c ho c sau khi xoa bóp.

- N u đau nhi u, nên k t h p dùng thu c gi m đau.

- Đ phòng b v o c , khi đi ng không nên g i đ u quá cao, gi đúng t th khi làm vi c ho c h c t p, không nên b t ng quay c quá m nh. Tránh n m ng n i m th p, gió l nh.

V trí huy t:

Giáp tích vùng gáy: T các đ t x ng s ng c sang ngang kho ng 0,5 - 1 t c (còn g i là th n).

Phong trì: ch l m c a b trong c c đòn chũm và b ngoài c thang bám vào đáy h p s .

Phong ph : Th ng phía d i i ch m, đ ng gi a, t i ch l m phía trên chân tóc 1 t c.

Đ i chu : N m đ m gi a đ t s ng c 7 (C7) và m m gai đ t s ng l ng 1 (D1).

Kiên t nh: N m đ m gi a đ ng n i huy t đ i chùy v i m m cùng vai, t i đ m cao nh t c a vai.

Thiên tông: Huy t gi a h d i x ng b vai.

L c ch m: mu tay, gi a hai x ng bàn tay 2 và 3, cách kh p x ng bàn tay - ngón tay 0,5 t c.

H u khê: N m đ u n p ngang th hai (phía sau) c a kh p x ng bàn tay - ngón tay út, khi bàn tay h i n m l i.