

ศาสตร์การแพทย์ แผนจีน

กับการวิเคราะห์โรคตามธาตุ

การรักษาโรคตามศาสตร์การแพทย์แผนจีนนั้น จะอาศัยการตรวจสอบความสมดุลของ**ปัญจธาตุ หรือธาตุทั้ง 5** ซึ่งประกอบไปด้วย ธาตุไม้, ธาตุไฟ, ธาตุดิน, ธาตุโลหะ และ ธาตุน้ำ ที่อยู่ภายในร่างกายของเรา หากเรามีสุขภาพทางกายและจิตที่ดี หมายถึง ความกลมกลืนของธาตุทั้ง 5 อยู่ในสมดุลที่ปกติ แต่หากพบว่าร่างกายของเรานั้นเต็มไปด้วยปัญหาสุขภาพและเกิดความผิดปกติทางด้านจิตใจ นั่นแสดงว่า สมดุลธาตุทั้ง 5 ภายในร่างกายกำลังเกิดความผิดปกติขึ้น

สมดุลธาตุทั้ง 5 นั้น เราจะเรียกว่า พลังงานชี (Qi) หรือ พลังปราณจกภายใน เหมือนที่พวกเราเคยได้ยินมาจากภาพยนตร์จีนโบราณที่พูดถึงวิทยายุทธกำลังภายในทำนองนั้นค่ะ ศาสตร์การแพทย์แผนจีนมีความเชื่อดั้งเดิมว่า ทุกสรรพสิ่งที่เกิดขึ้นในจักรวาลรวมไปถึงร่างกายมนุษย์นั้นถูกขับเคลื่อนด้วยพลังงานชี โดยในแต่ละวันพลังงานชีของแต่ละคน ก็มีการแปรเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ ตามระดับพลังงานของแต่ละธาตุที่ไม่คงที่ เราจะเห็นได้ว่า ร่างกายของคนเราแต่ละคนได้รับอิทธิพลขององค์ประกอบทั้ง 5 ธาตุไม่เหมือนกัน ดังนั้นเราจึงมีบุคลิกณ์ ลักษณะความคิด นิสัยใจคอ รวมถึงปัญหาสุขภาพที่แตกต่างกัน นอกจากนี้เมื่อได้รับอิทธิพลจากปัจจัยภายนอก เช่น เวลา, สภาพฤดูกาล, สภาพแวดล้อมภายนอก, โภชนาการ (อาหาร), ความเครียด รวมไปถึง สีที่ใช้ในชีวิตประจำวัน สิ่งเหล่านี้ล้วนมีผลต่อสภาพร่างกายและจิตใจของเราเช่นกัน

ปัญจธาตุ หรือ ธาตุทั้ง 5 นี้ เมื่อทำงานกันอย่างเป็นระบบและสอดคล้องกัน ซึ่งจะทำให้เกิดเป็นวัฏจักรที่สร้างสรรค์ ร่างกายจะแข็งแรง สดชื่น จิตใจผ่องใส มีชีวิตชีวา แต่หากสมดุลของธาตุผิดปกติไป เช่น ธาตุน้ำแข็งแกร่ง (ธาตุน้ำมากเกินไป-กำเริบ) หรือธาตุน้ำพร่อง (ธาตุน้ำน้อยเกินไป-หย่อน) ย่อมส่งผลต่อสุขภาพภายในร่างกายอย่างแน่นอนทำให้เกิดวัฏจักรทำลายล้าง ร่างกายจึงไม่แข็งแรงและเกิดโรคภัยไข้เจ็บตามมาค่ะ

พท.ป.ภัทกร บุรณสันติกุล
sw.เพ็ญชี ศุภวรรณภูมิ



ปัญญาธาตุ หรือ ธาตุทั้ง 5 มีอะไรบ้าง?

1. ธาตุไม้ : 木

ธาตุไม้ จัดเป็นธาตุที่แสดงถึงพลังหยางหรือพลังความเป็นเพศชาย มีความเชื่อว่าดาวเคราะห์ประจำธาตุไม้คือ ดาวพฤหัสบดี ดาวแห่งสติปัญญาและความมีวิสัยทัศน์ เราจะเห็นว่าธาตุไม้เป็นสัญลักษณ์ของการเติบโตและแผ่ขยาย ดังเช่นที่ต้นไม้แผ่กิ่งก้านสาขาออกไปไม่มีที่สิ้นสุด ชาวธาตุไม้จึงเป็นผู้ที่มีจินตนาการที่สร้างสรรค์ ชอบการสร้างเครือข่าย และมีทักษะการคิดวิเคราะห์ที่เป็นระบบระเบียบ เหมาะที่จะเป็นที่ปรึกษา, ผู้นำองค์กร ฤดูกาลประจำธาตุไม้ คือ ฤดูใบไม้ผลิ (Spring) หรือช่วงประมาณต้นเดือนกุมภาพันธ์ ถึง ต้นเดือนพฤษภาคม เป็นช่วงเวลาแห่งการเพาะเมล็ดพันธุ์ การเริ่มต้น การเจริญเติบโต, สีประจำธาตุไม้คือ สีเขียว, ทิศประจำธาตุไม้ คือ ทิศตะวันออกและสัญลักษณ์ประจำธาตุไม้ คือ มังกรสีฟ้า หรือ Azure Dragon

อวัยวะที่สัมพันธ์กับธาตุไม้ คือ ตับและถุงน้ำดี, เนื้อเยื่อ คือ เส้นเอ็น, อวัยวะรับสัมผัส คือ ดวงตา, อารมณ์ที่สัมพันธ์กับธาตุไม้คือ ความใจดีมีเมตตา / อารมณ์โกรธเกรี้ยว โมโหร้ายและหากสมดุลธาตุไม้ผิดปกติ อาจพบอาการปวดศีรษะไมเกรน, แสบ-ระคายเคืองตา, ตาแห้ง, ปวดกล้ามเนื้อ-เส้นเอ็น, ปวดบริเวณชายโครง, ปวดบริเวณท้องน้อย, จุกแน่นท้อง, รู้สึกอึดอัด, ไม่กล้าตัดสินใจ, หดหู่ และนอนไม่หลับ เป็นต้น

2. ธาตุไฟ : 火

ธาตุไฟ จัดเป็นธาตุที่แสดงถึง

พลังหยางมากที่สุด ในบรรดาธาตุทั้ง 5 ดาวเคราะห์ประจำธาตุไฟ คือ ดาวอังคาร ดาวแห่งนักรบ บุคลิกภาพร่าเริงชอบงานช่าง งานสายบู๊ ต่อสู้พาดฟัน งานที่มีความแฉกที่ฟลุ้ง ชาวธาตุไฟเป็นคนที่กระตือรือร้นตลอดเวลา ชอบการสื่อสาร ไม่ชอบอยู่นิ่งกับที่งานด้านโฆษณาประชาสัมพันธ์/ สื่อสารมวลชนจึงเหมาะกับคนธาตุนี้ ฤดูกาลที่สัมพันธ์กับธาตุไฟ คือ ฤดูร้อน (Summer) ฤดูแห่งความอบอุ่น หรือช่วงประมาณต้นเดือนพฤษภาคมถึงต้นเดือนกรกฎาคม ทำให้เกิดความสว่าง กล้าพินิจที่ปลูกในช่วงฤดูใบไม้ผลิจะเจริญงอกงาม และออกดอกออกผลเต็มที่ในฤดูกาลนี้, สีประจำธาตุไฟคือ สีแดง, ทิศประจำธาตุไฟคือ ทิศใต้และสัญลักษณ์ประจำธาตุไฟคือ นกฟีนิกซ์สีแดง หรือ Red Phoenix

อวัยวะที่สัมพันธ์กับธาตุไฟ คือ หัวใจและลำไส้เล็ก, เนื้อเยื่อคือ หลอดเลือด, อวัยวะรับสัมผัส คือ ลิ้น, อารมณ์ที่สัมพันธ์กับธาตุไฟคือ ความเร็นแรงดีใจ / เกรี้ยวดุดกั๊งวลงและหากสมดุลธาตุไฟผิดปกติ อาจพบอาการ นอนไม่หลับ/หลับไม่สนิท, พบปัญหาเรื่องสมาธิ การจดจำไม่ดี, หลงลืมง่าย, เกิดภาวะซึมเศร้า, ย้ำคิดย้ำทำ, ภาวะกินอาหารอย่างบ้าคลั่ง (Binge Disorder), ลิ้นเป็นฝ้าขาว, ลิ้นมีรอยข้ำสีแดงปนม่วง, มดลูกทำงานผิดปกติ, ภาวะโรคหัวใจ เป็นต้น

3. ธาตุดิน : 土

ธาตุดิน หรือธาตุที่อยู่ระหว่างกลางของสมดุลพลังหยิน-หยาง เป็นศูนย์กลางของธาตุทั้ง 5 แต่ในความเป็นจริงแล้วธาตุดินจัดเป็นธาตุที่แสดงพลังหยิน หรือพลังความเป็นเพศหญิง เปรียบดัง พระแม่ธรณีของโลกเรานั่นเอง ดาวเคราะห์ประจำธาตุดิน

คือ ดาวเสาร์ ดาวแห่งการกสิกรรม เป็นตัวแทนของความมานะอดทน ความเพียรพยายาม รู้จักสะสมทรัพย์ รักและห่วงหาสิ่งของเป็นที่สุด ชาวธาตุดินจึงเหมาะที่จะทำงานในสายอาชีพเพาะปลูก งานด้านการเกษตร กิจการก่อสร้าง งานอสังหาริมทรัพย์ หรือ งานด้านการธนาคาร ได้เพราะเป็นงานที่ต้องใช้การรอคอยและอาศัยความเพียรฤดูกาลที่สัมพันธ์กับธาตุดินคือ ช่วงรอยต่อฤดูร้อนและฤดูใบไม้ร่วงหรือช่วงระหว่างต้นเดือนกรกฎาคม ถึงต้นเดือนสิงหาคม, สีประจำธาตุดินคือ สีเหลือง-ส้ม, ทิศประจำธาตุดิน คือ จุดศูนย์กลางและสัญลักษณ์ประจำธาตุดิน คือ มังกรสีเหลือง หรือ Yellow Dragon

อวัยวะที่สัมพันธ์กับธาตุดิน คือ ม้ามและกระเพาะอาหาร, เนื้อเยื่อ คือ กล้ามเนื้อ, อวัยวะรับสัมผัส คือ ริมฝีปาก, อารมณ์ที่สัมพันธ์กับธาตุดินคือ การปล่อยวาง / การครุ่นคิดไม่หยุด กระวนกระวาย กระสับกระส่ายและหากสมดุลธาตุดินผิดปกติ อาจพบความผิดปกติดังนี้ เช่น เกิดจ้ำเลือดหรือรอยฟกช้ำตามร่างกายได้ง่าย, ระบบย่อยอาหารและระบบเผาผลาญในร่างกายทำงานได้ไม่ดี, ภาวะอ้วนลงพุง, ภาวะท้องผูกขับถ่ายยาก, โรคเครียดดวงตารวมหนัก, แขน-ขาอ่อนแรง ไม่มีกำลัง, ความสามารถในการคิดถูกลดทอนลง, เกิดความรู้สึกอึดอัดไหวต่อความกังวลและโรคมะเร็ง เป็นต้น

4. ธาตุโลหะ : 金

ธาตุโลหะ จัดเป็นธาตุที่แสดงพลังหยิน ลึกลงไปในชั้นผิวดินประกอบไปด้วยสารอาหารและแร่ธาตุมากมายที่ช่วยให้พืชเจริญเติบโต เป็นช่วงเวลาของการเก็บเกี่ยวพืชพรรณธัญญาหาร ดาวเคราะห์

“ชาวธาตุไม้เป็นผู้ที่มีจินตนาการที่สร้างสรรค์ ชอบการสร้างเครือข่าย และมีทักษะการคิดวิเคราะห์ที่เป็นระบบระเบียบ”



ประจำธาตุโลหะ คือ ดาวศุกร์ ดาวแห่งศิลปะและอารมณ์สุนทรีย์ ชาวธาตุโลหะจึงเป็นคนที่รักสวยรักงาม ชอบศิลปะทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นภาพยนตร์ละครดนตรี หรือแม้กระทั่งงานศิลปะต่างๆ การประพันธ์นิม เพราะให้ความสำคัญกับรูปลักษณ์ภายนอก ดังนั้นจึงเหมาะกับงานประเภทนักแสดง-ดารา, งานเกี่ยวกับเครื่องประดับอัญมณี, งานอุตสาหกรรมต่าง ๆ, งานที่เกี่ยวข้องกับโลหะหนัก เช่น ช่างทำทอง, งานผลิต-ซ่อมรถยนต์ หรืองานที่เกี่ยวข้องกับกฎหมาย เป็นต้น ทั้งนี้เพราะธาตุโลหะเป็นธาตุที่เกี่ยวข้องกับความถูกต้องและความยุติธรรมในสังคม ฤดูกาลที่สัมพันธ์กับธาตุโลหะ คือ ฤดูใบไม้ร่วง (Autumn) หรือ ช่วงประมาณต้นเดือนสิงหาคมถึงต้นเดือนพฤศจิกายน, สีประจำธาตุโลหะคือ สีขาว-สีเทา, ทิศประจำธาตุโลหะคือ ทิศตะวันตกและสัญลักษณ์ประจำธาตุโลหะคือ เสือขาว หรือ White Tiger

อวัยวะที่สัมพันธ์กับธาตุโลหะ คือ **ปอดและลำไส้ใหญ่**, เนื้อเยื่อ คือ ผิวหนังและเส้นผม-เส้นขน, อวัยวะรับสัมผัส คือ จมูก, อารมณ์ที่สัมพันธ์กับธาตุโลหะคือ ความกล้าหาญชาญชัย/ความโศกเศร้าเสียใจและหากสมดุลธาตุโลหะผิดปกติ อาจพบความผิดปกติดังนี้ เช่น

ไอเรื้อรัง, เป็นหวัด-ภูมิแพ้ากาศได้ง่าย, ระบบภูมิคุ้มกันบกพร่อง, ภาวะหลอดลมอักเสบ, ภาวะปอดบวม, การรับกลิ่นบกพร่อง, ระบบขับถ่ายทำงานผิดปกติ, รู้สึกโศกเศร้ามากกว่าปกติ, ปลอ่ยวางเรื่องในอดีต, คน หรือ สิ่งของที่รักได้ยาก เป็นต้น

5. ธาตุน้ำ : 水

ธาตุน้ำจัดเป็นธาตุที่แสดงพลังหยินมากที่สุด ในบรรดาธาตุทั้ง 5 ดาวเคราะห์ประจำธาตุน้ำคือ ดาวพุธ ดาวแห่งการคิดวิเคราะห์ สื่อสารจับใจและการคมนาคม ชาวธาตุน้ำจึงเป็นคนที่สุขุมลุ่มลึกและชอบเดินทาง โดยธรรมชาติของน้ำจะต้องไหลเวียนตลอดเวลา น้ำไม่ชอบการอยู่กับที่ เพราะถ้าไม่มีการเคลื่อนย้าย ถ่ายเท น้ำจะกลายเป็นน้ำที่เน่าเสีย และส่งผลต่อระบบความคิดทำให้รู้สึกทึบตัน ปัญญาไม่เฉียบคม ดังนั้นชาวธาตุน้ำจึงเหมาะกับงานที่ต้องอาศัยการเดินทาง เช่น ไกด์ท่องเที่ยว, งานโลจิสติกส์, งานขนส่ง, นักธุรกิจ เป็นต้น งานที่ต้องอาศัยการเจรจาและทักษะการพูด เพราะดาวพุธชอบการสื่อสาร เช่น ขายของออนไลน์, พ่อค้า-แม่ค้า, งานโรงพยาบาล, งานธุรกิจการค้าระดับใหญ่ เป็นต้น ฤดูกาลที่สัมพันธ์กับธาตุน้ำ คือ

ฤดูหนาว (Winter) หรือ ช่วงประมาณต้นเดือนพฤศจิกายนถึงต้นเดือนกุมภาพันธ์, สีประจำธาตุน้ำคือ สีน้ำเงิน-สีดำ, ทิศประจำธาตุน้ำคือ ทิศเหนือ และสัญลักษณ์ประจำธาตุน้ำคือ เต่าดำ หรือ Black Tortoise

อวัยวะที่สัมพันธ์กับธาตุน้ำ คือ **ไตและกระเพาะปัสสาวะ**, เนื้อเยื่อ คือ กระดูก, อวัยวะรับสัมผัส คือ หู, อารมณ์ที่สัมพันธ์กับธาตุน้ำคือ ความสุขุมาอ่อนโยน เยียบสงบ/ความหวาดกลัว และหากสมดุลธาตุน้ำผิดปกติ อาจพบความผิดปกติดังนี้เช่น **รู้สึกเหนื่อยล้าอ่อนเพลีย ไม่อยากลุกจากที่นอน, มึนศีรษะ หัวตื้อ ๆ, ได้ยินเสียงวี้ดในหู หูอื้อ, เกิดสิวบริเวณใบหู, ปากแห้ง-คอแห้ง, เหงื่อออกมากในเวลากลางคืน, ประจำเดือนผิดปกติ (มามากเกินไป/น้อยเกินไป), ปวดบั้นเอวส่วนล่าง, ระบบปัสสาวะผิดปกติ ปัสสาวะขจัด, ร่างกายบวม น้ำ, สมดุลความดันโลหิตร่างกายผิดปกติ เป็นต้น**

แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้า เราจะมาเรียนรู้วิธีปรับสมดุลของแต่ละธาตุกันนะคะ. สวัสดีค่ะ 😊 #หมอบู้ค สุขภาพสร้างได้ด้วยตัวเรา

