



โรงพยาบาลวังเจ้า อำเภอวังเจ้า จังหวัดตาก

แนวทางปฏิบัติ (CPG) เรื่อง

แนวทางการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ

ประเภทเอกสาร	ระเบียบปฏิบัติการ	
ชื่อเอกสาร	แนวทางการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคเวียนศีรษะ	
รหัสเอกสาร	WC-TTM-๐๐๓	
แผนกที่เกี่ยวข้อง	ทุกหน่วยบริการ	
วันที่ประกาศใช้	๑ สิงหาคม ๒๕๖๗	
ผู้จัดทำ	หน่วยงานแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก (นางเจนจิรา รุจิรวงศ์วรรณ)
ผู้ทบทวน	ประธานคณะกรรมการจัดทำคู่มือการบริการ (นางสาวศรสวรรค์ นุ่มมีศรี)
ผู้อนุมัติ	ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า (นายพิจารณ์ สารเสวก)

สำเนาฉบับที่ : ๐๑

จำนวนเอกสาร : ๑๖ หน้า

โรงพยาบาลวังเจ้า	หน้า : 1/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ : ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ	วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า	
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย	ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

แนวทางการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ คป.สอ.วังเจ้า

1. วัตถุประสงค์

- 1.1 เพื่อใช้เป็นมาตรฐานในการปฏิบัติงาน
- 1.2 เพื่อใช้เป็นแนวทางในการดูแลผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ

2. นโยบายที่เกี่ยวข้อง

ผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะในอำเภอวังเจ้าได้รับการดูแลอย่างถูกต้องตามมาตรฐานวิชาชีพ

3. ขอบข่าย

ใช้เป็นผู้มีในการปฏิบัติงานของแพทย์แผนไทยในโรงพยาบาลวังเจ้าและรพ.สต.

4. นิยามศัพท์

อาการเวียนศีรษะ ทางการแพทย์แผนไทยเกิดจากการติดขัดของลมอุทอังคมาวาตา (ลมเบื้องสูง) ทำงานพร่องไป (หย่อน) ทำให้เลือดไม่สามารถหล่อเลี้ยงสมองได้เพียงพอ เกิดอาการ หน้ามืดตาลาย วิงเวียนศีรษะ คล้ายจะเป็นลม หรือเกิดภาวะเนื้อตัวเย็นก่อนหมดสติ เป็นต้น

ความหมายและกำเนิดแห่งธาตุลม ในทางการแพทย์แผนไทย

วาตะ หมายถึง ระบบแห่งลมที่โคจรหมุนเวียนภายในร่างกาย มีลักษณะไหลไปไม่หยุดนิ่ง ทำหน้าที่พัดพาน้ำ (ระบบเสมหะ) ให้เคลื่อนตามไป ลมนั้นเกิดได้เพราะมีไฟ ลมจึงเกิดขึ้นตามมา เป็นไปตามกฎแห่งธรรมชาติ ดังนั้นปิตตะ(ระบบแห่งความร้อน) จึงเป็นเหตุให้เกิดวาตะ(ระบบแห่งลม) ตามมาเสมอ

วาโย หมายถึง ลักษณะแห่งลมที่หายาบ และละเอียดต่างกัน เกิดแต่ลักษณะแห่งกำเดาที่มีไฟต่างกัน และต่างกันตามลักษณะแห่งอวัยวะที่ไฟนั้นอยู่ แบ่งเป็น2ประเภท

- ลมกองหายาบ คือ ลมที่เกิดจากไฟอุ่นกายและไฟย่อยอาหารที่อยู่ตามลำไส้ใหญ่น้อยหรือ กระจายอาหารที่กลวงเป็นช่องใหญ่

- ลมกองละเอียด คือ ลมที่เกิดจากไฟอุ่นกายที่ดำรงอยู่ในพื้นที่แคบเล็ก เช่น เส้นเลือดฝอย, เส้นประสาทสมอง มีลักษณะเป็นเส้นฝอยเล็กๆละเอียดมาก ดังนั้นลมละเอียดจึงไม่จำเป็นต้องมาจากลมหายาบเสมอไป เกิดกันต่างที่ตามลักษณะแห่งอวัยวะนั้นๆ

ลม หมายถึง ลมที่รับรู้ได้ด้วยการสัมผัส มีร้อนมีเย็น เหตุเพราะในลมนั้น มีกำเดาแทรกอยู่เพราะลมนั้นเกิดแต่กำเดาเสมอ

มูลเหตุแห่งอาการทางลม ๖ กอง

(1) ลมหายใจเข้าและออก เกิดแต่ระบบอูระเสมหะ หรือระบบทางเดินหายใจทำงานนำพาอากาศเข้าเมื่อหายใจเข้า และนำพาลมออกเมื่อหายใจออก หากมีอาการทางคอเสมหะหรืออูระเสมหะจะทำให้เกิดคอเสมหะและอูระเสมหะ ส่งผลโดยตรงต่อลมหายใจเข้าออกให้กำเริบ หย่อน หรือพิการไป

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 2/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

(2) ลมแล่นทั่วกาย เกิดแต่ลมหายใจเข้าออกและไฟสีกองเป็นเหตุให้เกิด หากต้นเหตุปรกติลมจะแล่นในกายเป็นปรกติสุข หากต้นเหตุหย่อนลมแล่นทั่วกายจะหย่อนตาม และหากต้นเหตุกำเริบลมแล่นทั่วกายจะกำเริบตาม

(3) ลมพัดขึ้นบน เกิดแต่ลมหายใจเข้าออก, ลมแล่นทั่วกาย และไฟสีกอง เป็นต้นเหตุ ลักษณะเป็นลมที่มีกำเดาอยู่มาก จึงพัดขึ้นบนตามธรรมชาติ ปรกติของกำเดาหากมากไปลมจะกำเริบพัดขึ้นบนเร็วและแรง เป็นลมที่ขึ้นบนจนถึงศีรษะก่อให้เกิด อาการตามมามากมายและโดยมากจะเป็นอาการอันตราย เช่น ลมปะกำ ลมอัมพฤกษ์ ลมอัมพาต ความดันเลือดตีขึ้นบน เป็นต้น หากน้อยไปลมจะไปดันโลหิตตั้งให้น้อยตาม ไม่สามารถหล่อเลี้ยงสมองได้เพียงพอเกิดอาการ หน้ามืดตาลายเวียน เวียน คล้ายจะเป็นลม หรือเกิดภาวะเนื้อตัวเย็นลงก่อนหมดสติ เป็นต้น

(4) ลมพัดลงล่าง เกิดแต่ลมหายใจเข้าออก, ลมแล่นทั่วกาย และไฟสีกอง เป็นต้นเหตุ ลักษณะเป็นลมที่มีกำเดาอยู่น้อย จึงพัดลงล่างตามธรรมชาติปรกติของกำเดา นำพาเสมหะกองอาโปให้ลงไปหล่อเลี้ยงอวัยวะส่วนล่างทั้งหมด หากการไหลลงของลมหย่อนเมื่อใดกระทำให้เกิดอาการต่างๆ เช่น เหน็บชา, ตะคริว, ปวดขัดตามข้อเข่าข้อกระดูก, ขาอ่อนแรง เป็นต้น

(5) ลมพัดในลำไส้ใหญ่ เกิดแต่กองลมทั้งสี่ (ลมหายใจเข้าออก, ลมแล่นทั่วกาย, ลมพัดขึ้นบน, ลมพัดลงล่าง) และไฟสีกอง แต่กองสำคัญที่สุดคือ ไฟ้อย เกิดตามด้วยลมพัดในไส้ช่วยคลุกเคล้าและช่วยนำพาอุทริย (อาหารใหม่) เคลื่อนไปตามระบบ ยังช่วยเพิ่มไฟ้อยทำให้กำเดาย่อยมากขึ้นใช้ในการเผาผลาญอุทริย นอกจากนั้นลมในลำไส้ใหญ่ยังช่วยนำพากรีสัง (อาหารเก่า) ให้เคลื่อนออกจากระบบด้วย

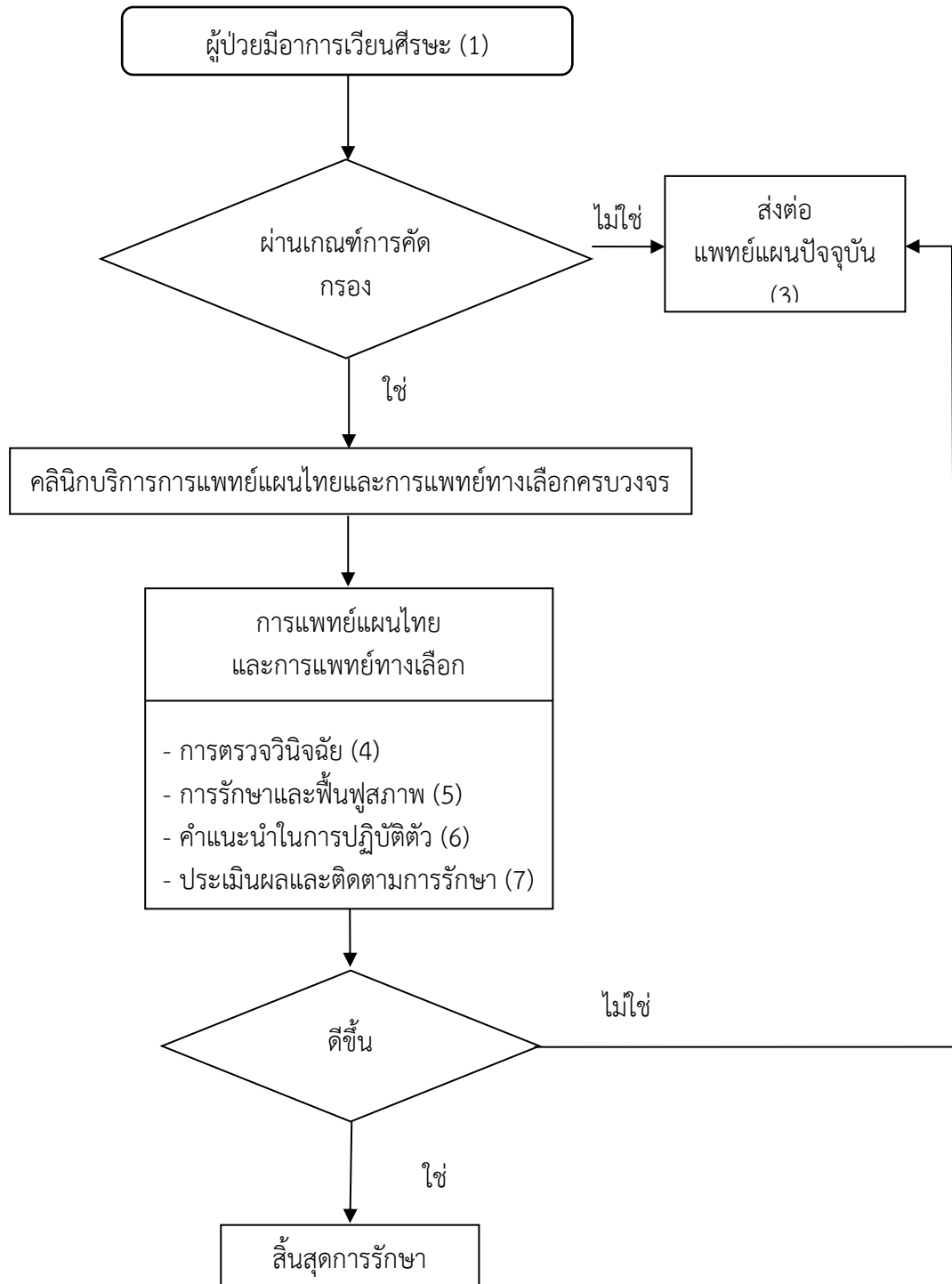
(6) ลมพัดนอกลำไส้ใหญ่ เกิดแต่ไฟสีกอง, กองลมหายใจเข้าออก, ลมแล่นทั่วกาย และลมพัดลงล่าง ซึ่งสำคัญที่สุดพัดพาน้ำโลหิตตั้ง น้ำเหลือง น้ำระดู น้ำปัสสาวะ น้ำกาม น้ำไขข้อ กระทำให้ธาตุน้ำ และธาตุดินในช่องท้องทำงานเป็นปรกติได้และลมนี้ยังเกิดจากการทำงานของอวัยวะในช่องท้องเช่น ลมกำเดาที่เกิดจากการทำงานของตับ, ไต, ม้าม เป็นต้น แต่เกิดอยู่นอกลำไส้ใหญ่

5. รายละเอียด

แนวทางเวชปฏิบัติการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ

5.1 แผนภูมิแสดงแนวทางเวชปฏิบัติการดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 3/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า



โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 4/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

5.2 เกณฑ์การคัดกรองเข้ารับการรักษา

- มีอาการเวียนศีรษะ บ้านหมุน หน้ามืด ทรงตัวไม่อยู่ ใจสั่น ตาลาย เหงื่อออก ปวดมวนท้อง อาจมีอาการคลื่นไส้ อาเจียนร่วมด้วย

- ไม่มีไข้ อุณหภูมิน้อยกว่า 38 องศาเซลเซียส
- ความดันโลหิต SBP 90-140 mmHg และ DBP 60-90 mmHg
- ชีพจร 60-100 ครั้ง/นาที
- ไม่มีประวัติประสออุบัติเหตุทางศีรษะ

การวางยารักษา ตามบัญชียาหลักแห่งชาติ ฉบับประกาศปี พ.ศ. ๒๕๕๖

ในการรักษาแบบแพทย์แผนไทยดั้งเดิมนั้น แพทย์จะไม่จ่ายเพียงยาตามอาการเท่านั้น แต่จะมุ่งตรงไปที่สมุฏฐานต้นเหตุของอาการของโรค แพทย์จะต้องวางยาตามลำดับดังนี้

- ตำรับยารุ เพื่อขับของเสียอันเกิดแต่อาการของคนไข้
 - ตำรับยาล้อม เพื่อรักษาอาการตามจากอาการหลักของคนไข้
 - ตำรับยารักษา เพื่อรักษาไปตรงกับสมุฏฐานต้นของอาการนั้น
 - ตำรับยาบำรุง เพื่อรักษาสมดุลของธาตุทั้งสี่
- ตำรับยาหอมทิพโอสถใช้เพื่อรักษาอาการดังนี้

- (1) แน่นเข้าอก หายใจขัดไม่เต็มปอด
 - (2) มีลมจุกเข้าคอกลิ้นไม่เข้าคายนอก
 - (3) ไอชอบมีเสมหะ ให้ทานร่วมกับยาประสะมะเวียง
 - (4) ไอแห้งๆ ให้ทานร่วมกับยาเขียวหอม
 - (5) ท้องอืดท้องเฟ้อแล้วเกิดแน่นเข้าอกให้ทานร่วมกับยาธาตุบรรจบ
 - (6) แน่นเข้าอกเข้าคอแล้วเกิดวิงเวียน หน้ามืดตาลาย ให้ทานร่วมกับยาหอมเทพจิตร
 - (7) เรอเหม็นเปรี้ยวจนแสบอก ต้องทานร่วมกับยาเขียวหอม และยาธาตุบรรจบ
- ตำรับยาหอมเทพจิตรใช้เพื่อรักษาอาการดังนี้

- (1) หน้ามืด ตาลาย วิงเวียน หูอื้อ หูดับ เสียงดังในหู ทรงตัวไม่อยู่ ตาลาย ตาพร่ามัว
- (2) มึนในศีรษะ หนักศีรษะ ตื้อๆ ในศีรษะ
- (3) ปวดหัว ลมปะกำ (อาการลำดับ ๑-๓ ให้วางแบบดั่งข้างต้น)
- (4) ออกแห้ง, ใจแห้ง, คอแห้ง ให้ทานร่วมกับยาเขียวหอม
- (5) นอนไม่หลับ กระสับกระส่าย ให้ทานร่วมกับยาเขียวหอม
- (6) วิตกจริต ใจหวีใจสั่น จิตใจกระสับกระส่าย ให้ทานร่วมกับยาเขียวหอม เข้าเขตหทัยวาตะ
- (7) เมื่อมีไข้กำเดาจะเกิดลมพัดขึ้นบน ให้ใช้ร่วมกับยาเขียวหอม
- (8) เมื่อโลหิตตีขึ้นบน ทานร่วมกับยาเขียวหอมเช่นกัน

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 5/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

(9). ช่วยบำรุงหัวใจ และระบบประสาท

ตำรับยาหอมนวโกฐใช้รักษาอาการดังนี้

- (1) แก้อาการเรือเหมันเปรี้ยว แต่ต้องทานร่วมกับยาหอมทิพโอสถ และยาเขียวหอม
 - (2) ลดอาการโลหิตลึ้ม แต่ต้องวางร่วมกับยาเขียวหอม
 - (3) ลดอาการคลื่นเหียนพะอืดพะอม จะอาเจียน ทานทันทีที่เกิดอาการ
 - (4) ลดอาการเสียดแทงสองราวข้าง แต่ต้องทานร่วมกับยาหอมทิพโอสถ
 - (5) ลดอาการเสลดในคอในอกแต่ต้องทานร่วมกับยาประสะมะแว้ง
 - (6) ลดอาการลมในไส้ นอกไส้ จากกำเดามาก ให้ทานร่วมกับยาเขียวหอม
 - (7) ลดอาการลมแน่นเข้าอกเข้าคอ แต่ต้องทานร่วมกับยาหอมทิพโอสถ
 - (8) ลดอาการท้องผูกจากลมเบ่งหย่อน ต้องทานร่วมกับยาธรณีสังฆฆาต
- ตำรับยาหอมอินทจักร์ (รสสุขุม-ร้อน) ใช้รักษาอาการดังนี้
- (1) ลมตันไส้-ลมปลายไส้ที่ยังมีกำเดาแทรกอยู่บังเกิดลมตามมา
 - (2) อาการลมตีขึ้นเบื้องบน เหตุแต่กำเดา ต้องใช้ร่วมกับยาหอมเทพจิตร
 - (3) อาการโลหิตร้อนจากใช้กำเดาทำให้เนื้อตัวร้อน ให้ทานร่วมกับยาเขียวหอม
 - (4) อาการกระส่ำกระส่ายจากใช้กำเดา ให้ทานร่วมกับยาหอมแก้ลมวิงเวียน
 - (5) ช่วยบำรุงเลือดและลม พร้อมหยั่ง ให้ทานร่วมกับยาบำรุงโลหิต

5.3 เกณฑ์ส่งต่อแพทย์แผนปัจจุบัน

- 1.) มีอาการเรื้อรังนานกว่า 1 สัปดาห์
- 2.) มีภาวะฉุกเฉิน เช่น โรคหลอดเลือดสมอง ภาวะช็อก โรคกล้ามเนื้อหัวใจตาย ภาวะตกเลือดรุนแรง เป็นต้น
- 3.) มีภาวะสมองขาดเลือด เช่น มีความผิดปกติทางการมองเห็น อาการอ่อนแรงของนิ้วมือ มือ หรือทั้งแขนและขา มีความบกพร่องทางการพูดชั่วคราว
- 4.) มีภาวะของโรคเส้นเลือดในสมองตีบ หรือเนื้องอกในสมอง เช่น ตาพร่ามัว เห็นภาพซ้อน พูดลำบาก พูดไม่ชัด แขนขาชาหรืออ่อนแรง
- 5.) มีอาการแทรกซ้อนทางระบบประสาท เช่น ชัก ซึมลง อาเจียนพุ่ง ควบคุมการขับถ่ายไม่ได้ เป็นต้น
- 6.) อุณหภูมิ ≥ 38 องศาเซลเซียส
- 7.) ความดันโลหิต SBP ≥ 160 mmHg หรือ DBP ≥ 100 mmHg หลังจากนอนพักแล้ว 30 นาที
- 8.) ชีพจร < 60 ครั้ง/นาที หรือ > 100 ครั้ง/นาที หรือคล้ำแล้วชีพจรไม่สม่ำเสมอ
- 9.) มีภาวะแทรกซ้อนอื่นตามดุลยพินิจของแพทย์ผู้ดูแล

5.4 วิธีการตรวจและวินิจฉัยโรค

5.4.1 การซักประวัติ

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 6/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

การซักประวัติและวิเคราะห์โรคทางการแพทย์แผนไทยในอาการวิงเวียน ต้องถามอาการและอาการแสดงที่สอดคล้องกับโรคดังกล่าว โดยคำนึงถึงช่วงเวลา ฤดูกาล ปัจจัยหรือสิ่งกระตุ้นที่ทำให้มีอาการกำเริบมากขึ้น เพื่อให้นำไปสู่การหาสาเหตุของโรคและสามารถนำไปสู่การรักษาได้อย่างถูกต้อง

- การสังเกตลักษณะทั่วไป เป็นการสำรวจขั้นต้นด้วยสายตาว่าผู้ป่วยมีสิ่งผิดปกติอย่างไรบ้าง ควรเริ่มดูตั้งแต่ผู้ป่วยเดินเข้ามาและขณะซักถามพูดคุยกันสิ้นสุดการรักษา เพื่อใช้ประกอบในการรักษา

- การพูดคุย สอบถาม สอบถามโรคประจำตัว กิจวัตรประจำวัน พฤติกรรมของผู้ป่วยก่อนมีอาการ เช่น ก่อนมีอาการ ผู้ป่วยนอนดึก พักผ่อนน้อย เครียดจากการทำงาน ทำให้เกิดอาการเวียนศีรษะ ทั้งนี้ต้องวิเคราะห์สาเหตุที่มีความสัมพันธ์ของโรคดังกล่าวตามตารางต่อไปนี้

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 7/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

ข้อมูล	เหตุผล
ธาตุเจ้าเรือน	เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือนปัจจุบันของผู้ป่วย - เนื่องจากอาการ หากเกิดในกลุ่มของผู้ที่มีธาตุไฟ/ธาตุลมเป็นเจ้าเรือน จะกระทำโทษที่รุนแรงขึ้น
ธาตุสมุฏฐาน	เพื่อให้ทราบสมุฏฐานการเกิดโรค อาการเวียนศีรษะ เกิดจากการไหลเวียนของเลือดลมไม่สะดวก อาจสัมพันธ์วโยธาตุ (ธาตุลม) ได้แก่ ลมอุทอังคมาวาตาหย่อน ทำให้มีอาการเวียนศีรษะ
ธาตุสมุฏฐาน	เพื่อใช้ร่วมในการประเมินอาการของผู้ป่วยว่าฤดูกาลใดที่เริ่มมีอาการเจ็บป่วย มีการกำเริบของโรคสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศหรือไม่ - เนื่องจากฤดูร้อน (คิมหันตฤดู) เป็นสมุฏฐานของธาตุไฟ และฤดูฝน (วสันตฤดู) เป็นสมุฏฐานของธาตุลม ที่จะกระทำให้อาการของเวียนศีรษะรุนแรงขึ้น
กาลสมุฏฐาน	เพื่อใช้ร่วมในการประเมินอาการของผู้ป่วยว่าช่วงเวลาใดมีอาการเจ็บป่วย หรือกำเริบของโรคสัมพันธ์กับเวลาหรือไม่ - ช่วงเวลา 10.00 - 14.00 น. และ 22.00 - 02.00 น. เป็นช่วงที่ธาตุไฟ (ปิตตะ) กระทำโทษ - ช่วงเวลา 14.00 - 18.00 น. และ 02.00 - 06.00 น. เป็นช่วงที่ธาตุลม (วาตะ) กระทำโทษ ส่งผลให้อาการเวียนศีรษะกำเริบรุนแรงขึ้น
อายุสมุฏฐาน	อายุเป็นปัจจัยส่งเสริมในการเกิดโรคของผู้ป่วย - ช่วงอายุ 16 - 30 ปี เป็นช่วงอายุที่ปิตตะเป็นเจ้าสมุฏฐาน และช่วงเวลา 30 ปีถึงสิ้นอายุไขเป็นช่วงที่วาตะเป็นช่วงสมุฏฐาน ส่งผลให้อาการรุนแรงขึ้น
ประเทศสมุฏฐาน	เพื่อใช้ร่วมในการประเมินอาการของผู้ป่วยว่าถิ่นที่อยู่อาศัยหลักมีความสัมพันธ์กับการเจ็บป่วย - ผู้ที่อาศัยอยู่ในลักษณะภูมิประเทศแบบที่สูง เนินเขา (ประเทศร้อน) มีปิตตะเป็นสมุฏฐานหลัก - ผู้ที่อาศัยอยู่ในลักษณะภูมิประเทศแบบน้ำฝนเปือกตม (ประเทศเย็น) มีวาตะเป็นสมุฏฐานหลัก ทำให้อาการเวียนศีรษะกำเริบ
มูลเหตุการเกิดโรค 8 ประการ	เพื่อใช้ในการวิเคราะห์สาเหตุว่ามีการกำเริบ หย่อน พิการของธาตุใดที่ก่อให้เกิดโรค และเพื่อให้คำแนะนำในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมาะสม

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 8/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

5.4.2 การตรวจร่างกาย

- 1.) การประเมินลักษณะทั่วไป
 - คูสีหน้าผู้ป่วยไม่สดชื่น สีหน้าอิดโรย
- 2.) การตรวจอื่น ๆ
 - อาจมีเหงื่อออกตามใบหน้า ตามมือ ตามตัว
 - ตรวจจับชีพจรบริเวณข้อมือ ประเมินลักษณะของวาตะ วิธีการตรวจ การวางนิ้ว ให้เรียงลำดับดังนี้ นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง เรียงตามลำดับตามตรีธาตุที่เรียงกันคือ วาตะนิ้วชี้ ปิตตะนิ้วกลาง และเสมหะนิ้วนาง ผู้ป่วยที่มีอาการเวียนศีรษะชีพจรตำแหน่งวาตะจะเบา
 - สัมผัสบริเวณหน้าผาก ไม่พบความร้อน

6. การรักษาและฟื้นฟูสภาพ

6.1 การรักษาด้วยยาสมุนไพร อาการเวียน เป็นอาการทางวาโยธาตุ (ธาตุลม) ที่เกิดจากลมอุทังค มาวาตะ ที่ทำหน้าที่ผิดไป ทำให้ระบบเลือดลมในร่างกายเดินไม่สะดวกส่งผลให้เกิดอาการเวียนขึ้น หลักการรักษาควรใช้ตำรับยาสมุนไพรที่มีรสสุขุม อาทิเช่นกลุ่มยาหอม ที่มีสรรพคุณในการกระจายเลือดลม แก้ลมกอง ละเอียด ช่วยบรรเทาอาการ ใจสั้น เวียนศีรษะ หน้ามืด เป็นต้น

ยาในบัญชียาหลักแห่งชาติ พ.ศ.2558

ตำรับยา

6.1.1 ยาหอมทิพย์โอสถ

รสรยา/สรรพคุณ	รสสุขุมร้อน/แก้ลมเวียน
ขนาด/วิธีใช้	ชนิดผง รับประทานครั้งละ 1 - 1.4 กรัม ละลายน้ำกระสายยา เมื่อมีอาการ ทุก 3 - 4 ชั่วโมง ไม่ควรเกินวันละ 3 ครั้ง น้ำกระสายยาที่ใช้ น้ำดอกไม้น้ำหรือน้ำสุก ชนิดเม็ด รับประทานครั้งละ 1 - 1.4 กรัม เมื่อมีอาการ ทุก 3 - 4 ชั่วโมง ไม่ควรเกินวันละ 3 ครั้ง
ข้อห้าม/ข้อควรระวัง	- ควรระวังการรับประทานร่วมกับยาในกลุ่มสารกันเลือดเป็นลิ่ม (anticoagulant) และยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด (antiplatelets) - ควรระวังการใช้ยาอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของตับ ไต เนื่องจากอาจเกิดการสะสมของยาและเกิดพิษได้ - ควรระวังการใช้ยาในผู้ป่วยที่แพ้ละอองเกสรดอกไม้

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 9/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

6.1.2 ยาหอมเทพจิตร

รสรยา/สรรพคุณ	รสสุขุมร้อน/แก้ลมกองละเอียด ได้แก่ อาการหน้ามืด ตาลาย สวิงสวาย (อาการที่รู้สึกใจหวิววิงเวียน คลื่นไส้ ตาพร่าจะเป็นลม) ใจสั่น และบำรุงดวงจิตให้ชุ่มชื้น
ขนาด/วิธีใช้	ชนิดผง รับประทานครั้งละ 1 - 1.4 กรัม ละลายน้ำสุก เมื่อมีอาการ ทุก 3 - 4 ชั่วโมง ไม่ควรเกินวันละ 3 ครั้ง ชนิดเม็ด รับประทานครั้งละ 1 - 1.4 กรัม เมื่อมีอาการ ทุก 3 - 4 ชั่วโมง ไม่ควรเกินวันละ 3 ครั้ง
ข้อห้าม/ข้อควรระวัง	- ควรระวังการรับประทานร่วมกับยาในกลุ่มสารกันเลือดเป็นลิ่ม (anticoagulant) และยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด (antiplatelets) - ควรระวังการใช้ยาอย่างต่อเนื่องโดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของตับ ไต เนื่องจากอาจเกิดการสะสมของการบูรและเกิดพิษได้ - ควรระวังการใช้ยาในผู้ป่วยที่แพ้ละอองเกสรดอกไม้

6.1.3 ยาหอม นวโกฐ

รสรยา/สรรพคุณ	รสสุขุมร้อน/แก้ลมวิงเวียน คลื่นเหียน อาเจียน (ลมจุกแน่นในอก) ในผู้สูงอายุ แก้ลมปลายไข้ (หลังจากฟื้นไข้แล้วยังมีอาการ เช่น คลื่นเหียน วิงเวียน เบื่ออาหาร ท้องอืด และอ่อนเพลีย)
ขนาด/วิธีใช้	ชนิดผง รับประทานครั้งละ 1 - 2 กรัม ละลายน้ำกระสาย เมื่อมีอาการ ทุก 3 - 4 ชั่วโมง ไม่ควรเกินวันละ 3 ครั้ง น้ำกระสายยาที่ใช้ กรณี แก้ลมวิงเวียน คลื่นเหียน อาเจียน (ลมจุกแน่นในอก) ในผู้สูงอายุ ใช้น้ำลูกผักชี (15 กรัม)หรือเทียนดำ (15 กรัม) ต้มเป็นน้ำกระสายยา
ข้อห้าม/ข้อควรระวัง	- ควรระวังการรับประทานร่วมกับยาในกลุ่มสารกันเลือดเป็นลิ่ม (anticoagulant) และยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด (antiplatelets) - ควรระวังการใช้ยาในผู้ป่วยที่แพ้ละอองเกสรดอกไม้

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 10/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

6.1.4 ยาหอมอินทจักร์

รศยา/สรรพคุณ	รสสุขุมร้อน/แก้ลมบาดทะจิต แก้คลื่นเหียนอาเจียน แก้ลมจุกเสียด
ขนาด/วิธีใช้	<p>ชนิดผง รับประทานครั้งละ 1 - 2 กรัม ละลายน้ำกระสายยา ทุก 3 - 4 ชั่วโมง ไม่ควรเกิน วันละ 3 ครั้ง</p> <p>น้ำกระสายยาที่ใช้</p> <ul style="list-style-type: none"> • กรณีแก้ลมบาดทะจิต ใช้น้ำดอกมะลิ • กรณีแก้คลื่นเหียนอาเจียน ใช้น้ำลูกผักชี เทียนดำต้ม ถ้าไม่มีใช้น้ำสุก • กรณีแก้ลมจุกเสียด ใช้น้ำขิงต้ม <p>ชนิดเม็ด รับประทานครั้งละ 1 - 2 กรัม ทุก 3 - 4 ชั่วโมง ไม่ควรเกินวันละ 3 ครั้ง</p>
ข้อห้าม/ข้อควรระวัง	<p>ห้ามใช้ในหญิงตั้งครรภ์</p> <p>ข้อควรระวัง:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ควรระวังการรับประทานร่วมกับยาในกลุ่มสารกันเลือดเป็นลิ่ม (anticoagulant) และยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด (antiplatelets) - ควรระวังการใช้ยาในผู้ป่วยที่แพ้ละอองเกสรดอกไม้ (anticoagulant) และยาต้านการจับตัวของเกล็ดเลือด (antiplatelets) - ควรระวังการใช้ยาในผู้ป่วยที่แพ้ละอองเกสรดอกไม้

7. คำแนะนำในการปฏิบัติตัวเพื่อการส่งเสริม ป้องกัน และฟื้นฟูสภาพ

7.1 เมื่อมีอาการเวียนศีรษะขณะเดิน ควรหยุดเดินและนั่งพัก เพราะการฝืนเดินขณะเวียนศีรษะอาจทำให้ผู้ป่วยล้ม และเกิดอุบัติเหตุได้

7.2 ไม่ควรว่ายน้ำ, ดำน้ำ, ปีนป่ายที่สูง, เดินบนสะพานไม้แผ่นเดียว หรือเชือกข้ามคูคลอง, ขับรถ หรือทำงานเกี่ยวกับเครื่องจักรกลขณะมีอาการเวียนศีรษะ เพราะเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ

7.3 หลีกเลี่ยงอาหาร/เครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน (ชา น้ำอัดลม กาแฟ) การสูบบุหรี่ ซึ่งจะลดเลือดที่ไปเลี้ยงระบบประสาททรงตัว

7.4 หลีกเลี่ยงท่าทางที่ทำให้เกิดอาการเวียนศีรษะ ในระหว่างเกิดอาการ ได้แก่ การหมุนหันศีรษะอย่างรวดเร็ว, การเปลี่ยนท่าทางอิริยาบถอย่างรวดเร็ว, การก้ม เงยคอ หรือหันอย่างเต็มที่

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 11/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

7.5 หลีกเลี้ยงปัจจัยที่กระตุ้นทำให้เกิดอาการเวียนศีรษะ เช่น ความเครียด, ความวิตกกังวล, การนอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ, การเดินทางโดยทางเรือ, การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

8. การประเมินและติดตามผลการรักษา

ติดตามผลการรักษาโดยประเมินอาการตามเกณฑ์การรักษา เพื่อดูว่าอาการดีขึ้นหรือไม่ โดยซักประวัติที่สัมพันธ์กับอาการที่เป็น เมื่อรักษาด้วยการแพทย์แผนไทยแล้วอาการไม่ดีขึ้น ให้แพทย์ประเมินเพื่อทำการส่งต่อผู้ป่วยอย่างถูกต้องต่อไป

9. เอกสารอ้างอิง

ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง ยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ วันที่ 26 มิถุนายน พ.ศ. 2542 (คัดจากราชกิจจานุเบกษา เล่ม 116 ตอนที่ 67ง วันที่ 24 สิงหาคม 2542)

มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิม และโรงเรียนอายุรเวทธารง สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. ตำราการแพทย์ไทยเดิม (แพทยศาสตร์สงเคราะห์ ฉบับอนุรักษ์) ฉบับชำระ พ.ศ.๒๕๕๐.

โรงเรียนแพทย์แผนโบราณ วัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามราชวรมหาวิหาร. ตำราประมวลหลักเภสัช. กรุงเทพฯ: 2524

เขาวรรณ กสิพันธ์. ตำราเภสัชศึกษา. กรุงเทพฯ: สมาคมแพทย์เภสัชกรรมไทยโบราณ, 2522.

ประเสริฐ พรหมมณี และ ปริญญา อุตศิลาพนธ์ เรียบเรียง. ตำราเภสัชกรรมไทยแผนโบราณ สำหรับผู้อบรมศึกษาวิชาแพทย์แผนโบราณ และผู้ประกอบโรคศิลปะแผนโบราณ. กรุงเทพฯ: กองวิชาการแพทย์โบราณ วัดมหาธาตุฯ ท่าพระจันทร์, 2515.

รุ่งระวี เต็มศิริฤกษ์กุล และพินิต ชินสร้อย ยาหอม ยาลม. เอกสารวิชาการ ในมหกรรมสมุนไพรแห่งชาติ ครั้งที่ 7 เรื่อง หอมกรุ่นทั่วไทย หอมไกลทั่วโลก, 2553.

Hongratanaworakit T. Stimulating effect of aromatherapy massage with jasmine oil. Nat Prod Commun. 2010 Jan;5(1):157-62.

Carvalho-Freitas MI, Costa M. Anxiolytic and sedative effects of extracts and essential oil from Citrus aurantium L. Biol Pharm Bull. 2002 Dec;25(12):1629-33.

Tapanee Hongratanaworakit, and Gerhard Buchbauer. Physiological and psychological effects of essential oil in aromatherapy massage. 32nd Congress on Science and Technology of Thailand (STT.32), held on 10 - 12 October 2006 at Queen Sirikit National Convention Center, Bangkok, Thailand.

บทความจากอาจารย์คมสันต์ ทินกร ณ อยุธยา

บทความเผยแพร่ความรู้สู่ประชาชน: จะเลือกใช้อย่างไรจึงจะดี

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 12/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

โดย รองศาสตราจารย์ รุ่งระวี เต็มศิริฤกษ์กุล

ภาควิชาเภสัชพฤกษศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

<http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/103>จะเลือกใช้ยาหอมอย่างไรจึงจะดี/

เมื่อพูดถึงยาหอม คงไม่มีคนไทยคนใดไม่รู้จัก แต่ที่น่าเสียดายคือ คนส่วนใหญ่แม้รู้จักก็จริง แต่รู้จักเพียงแต่ชื่อ สำหรับคนที่รู้จักก็เข้าใจเพียงแต่ว่า ยาหอมเป็นยาคนแก่ ใช้แก้ลมวิงเวียนเท่านั้น ผู้ที่ศึกษาองค์ความรู้การแพทย์แผนไทยทราบดีว่ายาหอมในคัมภีร์แพทย์แผนไทยมีจำนวนมากมากกว่า 300 ตำรับ ใช้ในโรคต่างๆ มากมาย และในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทยสมัยโบราณนั้นจะมียาหอม พกติดตัวไว้ในล่วมยาสำหรับรักษาโรคนอนหลับแล้วค่อยจ่ายยาตามตามมาภายหลัง ถือได้ว่ายาหอมเป็นยาสำคัญทีเดียวในการแพทย์แผนไทย ความสำคัญของยาหอมนี้ค่อยเลือนหายไปจากสังคมไทย เนื่องจากการใช้ส่วนใหญ่คงอยู่เฉพาะในกลุ่มแพทย์แผนไทย ซึ่งมีคนใช้มารับการรักษาน้อย และคนใช้ที่เป็นโรคนอนหลับที่รักษาตนเองได้ก็เลือกใช้แต่ยาแผนปัจจุบันที่หาซื้อง่าย ประชาชนส่วนใหญ่ไม่มีความรู้ในการเลือกใช้ยาไทยด้วยตนเองเหมือนคนสมัยก่อน คนที่มีความรู้บ้างก็หาซื้อยาได้ยาก เนื่องจากมีบริษัทที่ผลิตยาไทยเหลืออยู่ไม่กี่บริษัท การวางขายก็ไม่ค่อยทั่วถึง ด้วยยอดขายที่น้อย ทำให้บริษัทผู้ผลิตยาไทยทยอยปิดตัวลง ไม่เว้นแม้แต่บริษัทที่ผลิตยาหอมซึ่งนับว่าคงอยู่ได้นานกว่ายาประเภทอื่น

เมื่อมีการฟื้นฟูการแพทย์แผนไทย รวมถึงการรณรงค์ให้ใช้ยาสมุนไพรมากขึ้น กระทรวงสาธารณสุขได้มีประกาศบัญญัติยาแผนโบราณสามัญประจำบ้าน เมื่อปี พ.ศ. 2542 ด้วยจุดมุ่งหมายที่ให้ประชาชนได้มียาสมุนไพรที่ดี ปลอดภัยไว้ใช้ในบ้าน โดยยาประเภทนี้สามารถวางขายในที่ใดก็ได้ ไม่ต้องเป็นสถานที่ที่ได้รับอนุญาตขายยา หรือสถานการแพทย์ ด้วยต้องการให้มีการกระจายยาอย่างทั่วถึง ประชาชนเข้าถึงยาสมุนไพรได้ ในประกาศนั้นมียาตำรับแผนโบราณ 27 ตำรับ ซึ่งเป็นที่ยอมรับว่ามีประสิทธิภาพดี และใช้กันมายาวนาน ในจำนวนนั้นยาหอมอยู่ถึง 4 ชนิด คือ ยาหอมเทพจิตร ยาหอมทิพโอสถ ยาหอมอินทจักร และ ยาหอมนวโกฐ ทั้ง 4 ชนิดนี้ มีข้อบ่งใช้ดังนี้คือ

ยาหอมเทพจิตร ใช้แก้ลม บำรุงหัวใจ โดยผสมน้ำดอกไม้เทศ

ยาหอมทิพโอสถ แก้ลมวิงเวียน แก้ลมบาดทะจิต ใช้ น้ำดอกมะลิเป็นน้ำกระสายยา

ยาหอมอินทจักร แก้กลิ้นเหียนอาเจียน โดยใช้ น้ำลูกผักชี หรือเทียนดำต้ม หรือน้ำสุก แก้ลมจุกเสียด ใช้ น้ำขิงต้ม

ยาหอมนวโกฐ แก้กลิ้นเหียน อาเจียน ใช้ น้ำลูกผักชี เทียนดำต้ม แก้ลมปลายไข้ ใช้ ก้านสะเดา ลูกกระดอม และบอระเพ็ด ต้มเอาน้ำ ถ้าหาน้ำกระสายไม่ได้ใช้น้ำสุกแทน

ทฤษฎีการแพทย์แผนไทยก่อนว่า ยาหอม เป็นยาที่ใช้บำรุงหัวใจ ซึ่งในทางการแพทย์แผนไทยไม่ได้หมายถึงยากระตุ้นการทำงานหรือการปรับการเต้นของหัวใจ แต่หมายถึงยาปรับการทำงานของลมที่เคลื่อนไหวทั่วร่างกายมนุษย์ ซึ่งส่งผลต่อจิตใจ อารมณ์ความรู้สึก การหมุนเวียนของเลือด เรียกรวมกันว่า ลมกองละเอียด ยาหอมบางชนิดนอกจากใช้บำรุงหัวใจแล้ว ยังใช้สำหรับแก้ไข้ปัญหาที่เกิดจากลมกองหยาบ ซึ่งหมายถึง ลมที่

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 13/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

อยู่ภายในทางเดินอาหาร ทำให้เกิดอาการจุกเสียดอีกด้วย การตั้งตำรับยาหอมจึงต้องประกอบด้วยสมุนไพรจำนวนมาก เพื่อปรับการทำงานของธาตุลม ไฟ และน้ำ ให้เข้าสู่สมดุล และการใช้ยาแต่เนิ่น ก็เป็นการป้องกันไม่ให้เสียสมดุลมากจนกระทบธาตุดิน และยากแก่การรักษา ในองค์ความรู้ของแพทย์แผนไทยนั้นยาหอมตั้งขึ้นเพื่อรักษาโรคที่เกี่ยวกับลม ที่มีความแตกต่างกันในรายละเอียด ประกอบด้วยสมุนไพรที่จำแนกได้เป็นกลุ่มดังนี้

1. ยาพื้นฐาน เป็นสมุนไพรที่มีกลิ่นหอม ส่วนใหญ่มีรสสุขุม ยากลุ่มเป็นยาพื้นฐานด้วยความประสงค์ที่จะทำให้ร่างกายเราอยู่ในสมดุล คือไม่ร้อน หรือเย็นเกินไป สมุนไพรในกลุ่มนี้ได้แก่ โกฐทั้ง 5 เทียนทั้ง 5 กฤษณา ขอนดอก กระลำพัก อบเชย

2. สมุนไพรเพิ่มการทำงานของธาตุลม เป็นตัวยารสร้อนหรือรสเผ็ดร้อน เช่น สมุลแว้ง สนเทศ ว่านน้ำ กระชาย เปราะหอม สุรามฤต ข่าต้น ลูกจันทร์ ผิวส้ม ตัวยากลุ่มนี้เป็นตัวยาหลัก เพราะยาหอมเป็นยาที่ใช้ปรับการทำงานของธาตุลมให้เข้าสู่สมดุล แต่อย่างไรก็ดี ถ้ามีตัวยากลุ่มนี้มาก การเติมตัวยาลงนี้มาก จะทำให้ยาตำรับค่อนข้างไปทางร้อน ซึ่งจะเหมาะสำหรับการรักษาอาการวิงเวียน เป็นลม

3. ยาปรับธาตุ ซึ่งมักนำมาจากพิกัด เบญจกูล (สะค้าน ข่าพลู ขิง ดีปลี เจตมูลเพลิงแดง) หรือ พิกัดตรีผลา (สมอพิเภก สมอไทย มะขามป้อม) พิกัดตรีที่เลือกใช้เพื่อปรับธาตุ มักเป็นพิกัดตรีผลา ในยาหอมที่ใช้สำหรับแก้ปัญหาลือดลม เพราะพิกัดนี้ใช้ปรับกรณีที่มีปัญหาเกี่ยวกับธาตุไฟ

4. ส่วนประกอบ ที่ใส่เฉพาะตำรับ เพื่อใช้เฉพาะอาการ ได้แก่

พิกัดเกสร หรือ ดอกไม้ชนิดต่างๆเช่น มหาหงส์ กาหลง เป็นต้น ทำให้ยาหอมประเภทนี้จะเป็ยาหอมสุขุม เย็น รสความร้อน ทำให้จิตใจที่ร้อนรุ่ม เย็นลง สงบมากขึ้น

สมุนไพรรสขม หรือ เย็น เพื่อลดไข้ ลดความร้อน เช่น ลูกกระดอม บอระเพ็ด ราชดัด หล้าตีนนก จันทร์ขาว จันทร์แดง ผาง ดอกคำไทย สรรพคุณบำรุงเลือด พบในยาหอมสำหรับปัญหาเกี่ยวกับประจำเดือน กระจับ แห้วหมู สรรพคุณ บำรุงกำลัง

จากการที่ยาหอมมีองค์ประกอบหลัก ข้อ 1 และ 2 คล้ายกัน แต่องค์ประกอบในข้อ 3 และ 4 แตกต่างทำให้ยาหอมทุกชนิดมีสรรพคุณแก้ลมวิงเวียน แต่บางชนิดอาจต้องใช้ร่วมกับน้ำกระสายยา เนื่องจากมีตัวยากลุ่มวิงเวียนน้อยไป นอกจากนี้ ยาหอมบางชนิดยังมีความจำเพาะในการเลือกใช้ ดังนี้

ยาหอมเทพจิตร ประกอบด้วยตัวยา 48 ชนิด ตัวยาหลักคือ ดอกมะลิ ครึ่งหนึ่งของน้ำหนักทั้งตำรับ และเปลือกส้ม 8 ชนิดรวม 56 ส่วนใน 368 ส่วนของทั้งตำรับ เหมาะสำหรับ อาการลม วิงเวียน ซึ่งเกิดจากฤทธิ์ของตัวยารสร้อนหลายชนิด รวมถึงผิวส้ม 8 ประการ ตามหลักการแพทย์แผนไทย ผิวส้มมีสรรพคุณแก้ลมวิงเวียน หน้ามืดตาลาย สวิงสวาย และ บำรุงหัวใจ ซึ่งหมายถึง บำรุงให้จิตใจรู้สึกชุ่มชื้น เหมาะกับคนที่รู้สึกซึมเศร้า มีอารมณ์เศร้าหมอง ที่มักเกิดขึ้นในบางเวลา หรือคนสูงอายุที่รู้สึกเหงา เศร้า โดยตัวยาหลักคือ ดอกมะลิ มีสรรพคุณบำรุงจิตใจให้ชุ่มชื้น สอดคล้องกับรายงานวิจัยน้ำมันหอมระเหยจากดอกมะลิที่มีฤทธิ์กระตุ้นให้จิตใจสดชื่น หลังการนวดอโรมา นอกจากนี้มีรายงานวิจัยในหนูที่กินน้ำมันผิวส้ม และการใช้น้ำมันผิวส้มนวดอโรมา ทำให้คลายกังวล และสงบระงับ อย่างไรก็ตามการใช้ยาหอมในกลุ่มอาการเหล่านี้ ใช้ได้เฉพาะอาการที่แรกเริ่ม ไม่ใช่ยารักษาอาการสำหรับผู้ป่วยที่เป็นโรคทางจิตเวชที่ต้องปรึกษาแพทย์แผนปัจจุบัน

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 14/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

ยาหอมทิพโอสถ ประกอบด้วยตัวยา 48 ชนิด นอกจากยารสสุขุม เช่น โกฐทั้ง 9 เทียนทั้ง 9 และตัวยารสร้อนแล้ว การผสมเกสรทั้ง 5 คือ ดอกพิกุล ดอกบุนนาค ดอกสารภี ดอกมะลิ เกสรบัวหลวง รวมถึง ดอกกระดังงา ดอกบัวจงกลนี ซึ่งมีรสเย็น หัวแห้วไทย และ กระจับ มีสรรพคุณบำรุงกำลัง ดอกคำไทย ผาง มีสรรพคุณบำรุงเลือด ทำให้นอกจากใช้แก้ลมวิงเวียน โดยละลายน้ำสุกหรือน้ำดอกไม้แล้ว ยังสามารถใช้ในสตรีที่มักมีความรู้สึกหงุดหงิดโกรธง่ายในช่วงก่อนมีประจำเดือน เนื่องจากเป็นผลกระทบของความร้อนที่เพิ่มสูงขึ้นในรอบเดือนและกระทบต่อจิตใจ การใช้ยาที่มีดอกไม้เป็นส่วนผสมจะลดผลกระทบของความร้อนดังกล่าวลง ทำให้จิตใจเย็นลง โดยไม่ทำให้โลหิตเย็น ซึ่งกระทบต่อการมีประจำเดือน แต่ยานี้เป็นเพียงยาบรรเทาอาการเบื้องต้น ไม่ใช่การรักษาต้นเหตุ ต้องปรึกษาแพทย์แผนไทยในการแก้ไขอาการเหล่านี้ให้เข้าสู่สมดุล

ยาหอมอินทจักร ประกอบด้วยตัวยา 50 ชนิด ยารสสุขุม เช่น โกฐ 7 ชนิดในโกฐทั้ง 9 ยกเว้นโกฐหัวบัว โกฐชฎามังซี เทียนทั้ง 9 กฤษณา กระลำพัก ขอนดอก ตัวยารสร้อนเช่น ลูกจันทน์ ดอกจันทร์ ลูกกระวาน กานพลู เกสรทั้ง 7 ยารสขมได้แก่ บอระเพ็ด ลูกกระดอม รากหญ้านาง ดีวัว จันทน์แดง จันทน์เทศ เพื่อลดความร้อนแก้ไข้ ดับพิษภายใน บำรุงไฟธาตุ เจริญอาหาร เถาเมฆขาว มวกแดง ดอกคำไทย ผางเสน บำรุงโลหิต ซึ่งมีความหมายทำให้เลือดดี มีสีแดงสดใส ไม่ดำคล้ำ มีเลือดฝาดดี ไม่ได้เพิ่มการสร้างเม็ดเลือด ต่างจากความหมายของแผนปัจจุบัน โกฐน้ำเต้าเป็นยาระบาย เพื่อช่วยลดความร้อน ลูกผักชีลา โกฐกั๊กกรา แก้วคลี่นเทียน มีพิภักตเบญจกุลปรับธาตุ

ยาหอมอินทจักร ใช้ได้ดีในการแก้คลื่นไส้อาเจียนโดยละลายยากับน้ำลูกผักชี หรือเทียนดำต้ม หรือน้ำสุก เนื่องจากในตำรับมีตัวยาแก้คลื่นไส้ 2 ชนิด คือ ลูกผักชีลา โกฐกั๊กกรา แก้วคลี่นเทียน โดยละลายด้วยน้ำขิงต้ม ด้วยเหตุที่ว่ามีส่วนประกอบของ ดีวัว ที่บำรุงน้ำดี บอระเพ็ด บำรุงไฟธาตุ ทำให้การเผาผลาญสมบูรณ์ดีขึ้น และมีพิภักตเบญจกุลช่วยปรับธาตุ นอกจากนี้ยาหอมอินทจักร สามารถใช้ในอาการหงุดหงิดกระวนกระวาย จิตใจไม่สงบ โบราณเรียกว่าลมบาดทะจิด (ละเมอเพื่อพุกพุดคนเดียวเหมือนผีเข้า เกิดจากจิตระส่ำระสาย) โดยละลายยาด้วยน้ำดอกมะลิ การออกฤทธิ์นั้นจะเป็นด้วยน้ำดอกมะลิที่ใช้เป็นน้ำกระสายยา ดอกพิกุล รสหอมเย็น แก้ไข้เพ้อคลั่ง และ ดีวัว ที่มีสรรพคุณ ดับพิษภายใน แก้พิษ เพ้อคลั่ง สติลอย ตาตาย พาให้รสรยาแล่นไปทั่วตัว ทั้งนี้ไม่แนะนำให้ใช้ในกรณีที่เป็นไข้สูงและเพ้อ เนื่องจากอาจไม่สามารถลดไข้ได้ทันเวลา เพราะตัวยาลดไข้มีปริมาณไม่มาก

ในรายงานการวิจัยพบว่ายาหอมอินทจักร เพิ่มความแรงการบีบตัวของหัวใจ และมีฤทธิ์เพิ่มความดันโลหิตเล็กน้อย ซึ่งน่าจะได้ผลดีต่ออาการเป็นลม และยังพบว่า ทำให้หลอดเลือดเล็กที่ไปเลี้ยงสมองขยายตัว และปริมาณเลือดที่ไปเลี้ยงสมองเพิ่มขึ้น ด้านการอาเจียน ซึ่งสอดคล้องกับสรรพคุณแผนไทย ทำให้ยึดเวลาการนอนหลับของสัตว์ทดลองเมื่อให้ร่วมกับยานอนหลับ

ยาหอมนวโกฐ ประกอบด้วยตัวยา 58 ชนิด มียารสสุขุม เช่น โกฐทั้ง 9 เทียนทั้ง 9 กฤษณา กระลำพัก ขอนดอก ตัวยารสร้อนเช่น ลูกจันทน์ ดอกจันทร์ ลูกกระวาน กานพลู แก่นสน เกสรทั้ง 5 ยารสขม ได้แก่ ลูกราชดัด จันทน์แดง จันทน์เทศ บอระเพ็ด ลูกกระดอม เพื่อลดความร้อนแก้ไข้ ดับพิษภายใน บำรุงไฟธาตุ เจริญอาหาร ลูกผักชีลา แก้วคลี่นเทียน มีพิภักตเบญจกุลปรับธาตุ เช่นเดียวกับยาหอมอินทจักร

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 15/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

ใช้แก้คลื่นไส้ โดยละลายยาด้วยน้ำลูกผักชี หรือเทียนดำต้ม เนื่องจากในตำรับมีตัวยากแก้คลื่นไส้ คือ ลูกผักชีลา และมีตัวยารับสมดุลงอื่นๆ รวมทั้งมีพิกัดเบญจกูลช่วยปรับธาตุ แต่อย่างไรก็ดี จะโดดเด่นในการใช้ แก้มปลายใช้ โดยผสมกับน้ำสุก ลมปลายใช้ หมายถึงอาการท้องอืด เพื่อเบื่ออาหาร อ่อนเพลีย เกิดหลังจาก หายไข้ ในระยะพักฟื้น เนื่องจากมีารสขมเช่น ลูกกระดอม บอระเพ็ด บำรุงน้ำดี เจริญอาหาร บำรุงไฟธาตุ การเผาผลาญสมบูรณ์ดีขึ้น พิกัดเบญจกูลช่วยปรับธาตุ ทำให้ร่างกายกลับเข้าสู่ภาวะปกติเร็วขึ้น

ในรายงานการวิจัยพบว่ายาหอมนวโกฐเพิ่มความแรงการบีบตัวของหัวใจ และเพิ่มความดันโลหิต เล็กน้อย ทำให้หลอดเลือดเล็กที่ไปเลี้ยงสมองขยายตัว และปริมาณเลือดที่ไปเลี้ยงสมองเพิ่มขึ้น ยาหอมนวโกฐมี ฤทธิ์กระตุ้นระบบประสาทส่วนกลางทำให้หลับสบาย และทำให้การหลั่งกรดลดลง และยับยั้งการหดตัวของลำไส้ เล็ก แก้ปวดท้องได้ดี

น้ำกระสายยา นอกจากข้อบ่งใช้ที่แตกต่างกัน ของยาหอมทั้ง 4 ชนิด ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว การใช้ยาหอม ละลายกับน้ำกระสายยา จะทำให้รักษาอาการต่างๆได้หลากหลายขึ้น ดังต่อไปนี้

แก้ลมวิงเวียน ใช้ น้ำดอกไม้ หรือ น้ำสุก

แก้ลมบาดทะจิต ใช้ น้ำดอกมะลิ

แก้คลื่นเหียนอาเจียน น้ำลูกผักชี หรือ เทียนดำต้ม หรือ น้ำสุก

แก้ลมจุกเสียด น้ำขิงต้ม

แก้ลมปลายใช้ น้ำสุก

แก้ท้องเสีย น้ำต้มใบทับทิม หรือ น้ำต้มเหง้ากระเทียมเผาไฟ

ข้อแนะนำสำหรับการใช้ยาหอม

การใช้ยาหอมให้ได้ผล แม้จะเป็นชนิดเม็ด ควรนำมาละลายน้ำกระสายยา หรือน้ำอุ่น รับประทานขณะ กำลังอุ่น เหมือนกับวิธีการเดิม เพราะการออกฤทธิ์ของน้ำมันหอมระเหยที่มีในยาหอมจะช่วยให้ยาออกฤทธิ์ ได้เร็วขึ้น และออกฤทธิ์ผ่านประสาทรับกลิ่น และการดูดซึมผ่านกระเพาะอาหาร

ข้อควรระวังสำหรับการใช้ยาหอม

ยาหอมไม่ใช่ยารักษาอาการโดยตรง แต่เป็นยาปรับสมดุลธาตุโดยเริ่มจากธาตุลม เพื่อไปกระตุ้นการทำงาน ของน้ำ และไฟ ทำให้มีการไหลเวียนสะดวก เผาผลาญตามปกติ ซึ่งเป็นหลักวิธีคิดแบบองค์รวม ดังนั้น การใช้ยาหอมจะไม่ได้ให้ผลดีแบบปุบปับเหมือนยาเคมีสังเคราะห์ แต่จะทำให้สมดุลที่เบี่ยงหรือเอนไป ค่อยๆ ปรับกลับสู่สภาพเดิม ขนาดที่ใช้ควรใช้ตามคำแนะนำ การกินเกินขนาดที่แนะนำไม่ทำให้เกิดอาการพิษทันที แต่ จะผลักดันให้การทำงานของธาตุเปลี่ยนไปเร็ว และทำให้สมดุลอาจขาดหรือเกินไปอีกทางได้ จึงควรเดินทาง สายกลาง เริ่มใช้ยาตั้งแต่มีอาการน้อยๆค่อยเป็นค่อยไปจึงจะดี

อย่างไรก็ดี การเลือกใช้ยาหอมให้ได้ประสิทธิภาพสูงสุด ควรเลือกชนิดของยาหอมและน้ำกระสายยาให้ ถูกกับอาการ ขนาดที่ใช้ใกล้เคียงกับน้ำหนักตัว และหากไม่สามารถซื้อหรือเก็บยาหอมหลายชนิดไว้ในตู้ยา ประจำบ้าน ก็สามารถเลือกยาหอมประเภทกลางๆเช่น ยาหอมอินทจักร และใช้ร่วมกับน้ำกระสายยาตามทีระบุ การใช้ยาหอมไม่ใช่แก้คร่ำครึ แต่ยาหอมเพียงตำรับเดียว ก็เสริมสุขภาพให้ดีขึ้นทั้งครอบครัวได้ โดยไม่ต้องใช้ยา

โรงพยาบาลวังเจ้า		หน้า : 16/16
แนวทางปฏิบัติ (CPG)	เลขที่ :	ฉบับที่ : 1
เรื่อง : การดูแลรักษาผู้ป่วยโรคอาการเวียนศีรษะ		วันที่ประกาศใช้ : 1 สิงหาคม 2567
หน่วยงาน : ศูนย์คุณภาพ โรงพยาบาลวังเจ้า		
ผู้จัดทำ : คณะกรรมการจัดทำคู่มือการให้บริการงานแพทย์แผนไทย		ผู้อนุมัติ : ผู้อำนวยการโรงพยาบาลวังเจ้า

เคมีสังเคราะห์ และยังเป็นการสืบเจตนารมณ์ของรุ่นปู่ตายาย ที่อุทิศส่ให้สังคมความรู้ไว้เป็นมรดกตกทอดแก่ลูกหลานไทย

ผู้เขียน ขอขอบคุณ หมอมานาฐ ผุดผาด แพทย์แผนไทยที่ได้ให้ความรู้ ความเห็น ทำให้วิเคราะห์ข้อมูลตามแนวคิดของการแพทย์แผนไทยมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ หากมีข้อผิดพลาดหรือความเห็นที่แตกต่าง ผู้เขียนยินดี รับฟัง เพื่อปรับให้ใช้ยาตำรับโดยเฉพาะยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ สามารถอธิบายด้วยหลักการการแพทย์แผนไทยที่ชัดเจนและเข้าใจได้ง่ายยิ่งขึ้น