

องค์ความรู้ที่ได้จากโครงการเปิดโลกกายวิภาคศาสตร์ประจำปีการศึกษา 2558

การนวดบริเวณฐานคอเหนือกระดูกไหปลาร้า มีร่างแหของเส้นประสาทที่ไปเลี้ยงแขนทั้งสองและเส้นประสาทที่ไปเลี้ยงกระบังลม การกดหรือนวดบริเวณนี้อาจทำให้แขนขาหรือหายใจติดขัดได้ ที่ด้านหน้าของคอก็ยังมีต่อมไทรอยด์ ซึ่งไม่ควรทำการนวดบริเวณนี้ เพราะทำให้อักเสบหรือเจ็บปวดมากและเลือดออกได้ง่ายมากที่บริเวณนี้ ในกรณีที่มีความผิดปกติของเส้นประสาทสมองคู่ที่ 11 จะมีการเกร็งของกล้ามเนื้อที่ทอดลงมาจกท้ายทอยมายังกระดูกหน้าอก จะเกิดอาการคล้ายตกหมอนแต่มีอาการรุนแรงกว่าโดยที่ศีรษะจะหันไปด้านตรงกันข้ามกับกล้ามเนื้อ กล่าวคือกล้ามเนื้อทางซ้ายเกร็งแข็ง ศีรษะจะหันไปทางขวามือ การนวดจึงไม่เกิดผลมากนักเพราะไม่ได้บรรเทาที่ต้นเหตุ สรุปได้ว่าที่บริเวณฐานคอเหนือกระดูกไหปลาร้าไม่ควรทำการนวด นอกจากเกิดข้อเสียต่างๆที่กล่าวมาแล้ว ยังส่งผลทำให้ต่อมน้ำเหลืองบริเวณนี้อักเสบและบวมใหญ่ขึ้น ซึ่งยากต่อการรักษาด้วยวิธีอื่นๆ แนะนำให้นวดด้านหลังของคอซึ่งเป็นบริเวณที่ค่อนข้างปลอดภัย เพราะส่วนใหญ่เป็นกล้ามเนื้อ มักมีอาการปวดเมื่อยได้และเกิดการเครียด ทำให้ปวดศีรษะได้ การนวดที่บริเวณท้ายทอยลงมาจนถึงต้นคอ บ่า จะช่วยบรรเทาอาการเหล่านี้ได้เป็นอย่างดี ไม่ควรทำการดัดดึงคอเพราะกระดูกคออาจจะเคลื่อนไปกดทับถูกเส้นประสาททำให้ปวดร้าวชาลงไปตามแขน และกล้ามเนื้อแขนเป็นอัมพาตได้ ถ้ากระดูกเคลื่อนหรือแตกแทงเข้าไปในไขสันหลังจะทำให้เป็นอัมพาตทั้ง 2 แขนและ 2 ขา หรืออาจเสียชีวิตได้ทันที เพราะใกล้กับบริเวณก้านสมอง ซึ่งควบคุมการหายใจและการเต้นของหัวใจ

