



แพทย์แผนจีนบอกว่า ปอดควบคุมซี่  
 ไขกระดูกหายใจ เป็นศูนย์รวมของเส้นเลือดทั้งปวง  
 หากปอดพร่องย่อมกระทบไปถึงร่างกาย

# दनอม ปอด

ยับยั้ง  
 สารพัด  
 โรค



10039504

ห้องสมุด วพบ. สุรินทร์

๑ หมอไพโร

คอลัมน์นิต "สมดุลแบบแพทย์แผนจีน"  
 เมษายน ๒๕๕๖ เล่มที่ ๑ "ไขปัญหาสุขภาพแผนจีน"  
 นสพ. คุณชีวิต

# สารบัญ

คำนำสำนักพิมพ์

คำนำผู้เขียน

บทนำ : โรงงานกรองระบบลมหายใจของร่างกาย 10

ภาค 1 รู้จักปอด 16

**บทที่ 1 หน้าที่ของปอด 20**

1) ปอดควบคุมซีรั่ บัญชาการหายใจ 20

2) ปอดควบคุมการกระจายและการฟอกลงล่าง 22

3) ปอดช่วยคล่องระบาย ปรับทางน้ำ 23

4) ปอดคือศูนย์รวมเส้นเลือดทั้งหมด 24

ควบคุมจังหวะการหายใจ

**บทที่ 2 ร่างของปอดคือผิวหนัง 25**

ผิวหนัง 25

ต่อมเหงื่อ 26

เยื่อที่ 30

**บทที่ 3 ปอดเปิดทวารที่จมูก 31**

**บทที่ 4 ราศีของปอดอยู่ที่ขน 34**

**บทที่ 5 ปอดคู่กับลำไส้ใหญ่ 35**

บทที่ 6	อารมณ์ของปอดคือความเศร้าโศก	36
บทที่ 7	รสของปอดคือรสเผ็ด	39
ภาค 2	สาเหตุที่ทำให้เกิดโรคปอด	40
บทที่ 1	ความหนาวเย็น	41
บทที่ 2	ดินฟ้าอากาศ	42
บทที่ 3	บุหรี	43
บทที่ 4	อาหารการกิน	45
บทที่ 5	กลิ่นแปลกปลอม	46
บทที่ 6	อารมณ์	47
บทที่ 7	เหนียวล้าหรือพักผ่อนมากเกินไป	48
บทที่ 8	ภาวะแวดล้อม	49
ภาค 3	ปอดเสื่อมก่อนโรค	50
บทที่ 1	ซี่ปอดพร่อง	51
บทที่ 2	ยินปอดพร่อง	54
บทที่ 3	หยางปอดพร่อง	56
บทที่ 4	เว่ยซี่ไม่แน่น	58
บทที่ 5	ความหนาวเย็นรุกปอด	60
บทที่ 6	ความร้อนรุกปอด	62

ภาค 4 โรคที่เกิดจากปอดพร่อง	64
<b>บทที่ 1 โรคหวัด</b>	67
หวัดเย็น	73
หวัดร้อน	76
หวัดร้อนชื้น	77
หวัดลงกระเพาะลำไส้	78
หวัดแห้ง	79
หวัดสายพันธุ์ใหม่	80
<b>บทที่ 2 โรคจมูกอักเสบ</b>	82
<b>บทที่ 3 โรคไซนัส</b>	84
<b>บทที่ 4 โรคภูมิแพ้</b>	92
<b>บทที่ 5 ลำคออักเสบ</b>	97
<b>บทที่ 6 ทอนซิลอักเสบ</b>	101
<b>บทที่ 7 กล่องเสียงอักเสบ</b>	105
<b>บทที่ 8 ไอ</b>	108
ไอจากหวัด	111
ไอจากไฟتبรูปอด	114
ไอจากยีนปอดลดน้อย	115

ไอจากซี่ปอดหนาวพร่อง	117
ไอจากลม	118
บทที่ 9 เสมหะ	128
บทที่ 10 หอบหืด	133
หืด	133
หอบ	137
บทที่ 11 หลอดลมอักเสบ	143
บทที่ 12 ปอดอักเสบ	146
บทที่ 13 ถุงลมโป่งพอง	151
ภาค 5 การป้องกันและปรับสมดุลปอด	154
ภาค 6 ลำไส้ใหญ่กับปอดแฟง	164
1) ลำไส้ใหญ่ร้อนชื้น	167
2) ลำไส้ใหญ่หนาวพร่อง	168
3) ลำไส้ใหญ่อ่อนแอ	170
4) ลำไส้ใหญ่แห้ง สารน้ำไม่พอ	171
5) ลำไส้ใหญ่อักเสบเรื้อรัง	171
6) ท้องผูก	172
ท้ายบท	176