

คู่มือ

3 ขั้นตอน หายปวด กระดูกทับเส้น

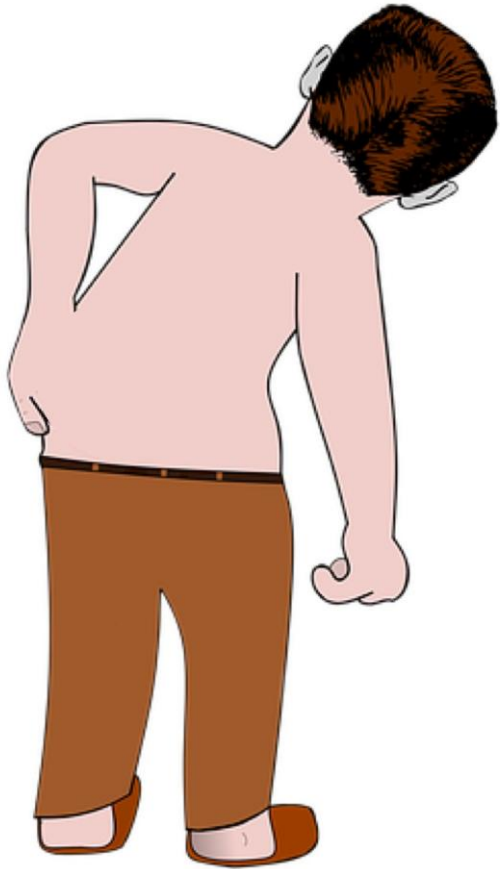
จาก **การกินยา**

(ฉบับคนปวดมากไม่อยากผ่าตัด)



โดย หมอชั้น





**3 ขั้นตอน หายปวดกระดูก
ทับเส้น อย่างเร่งด่วน?!
จากการกินยาแก้ปวดที่ถูกต้อง
(ฉบับคนปวดมาก แต่ไม่อยากผ่าตัด)**

หากคุณเป็นคนหนึ่ง ที่เป็น **กระดูกทับเส้น**
ไม่ว่าจะเป็นที่ **หลัง** หรือ **คอ**
ไม่ว่าจะมีอาการ หมอนรองกระดูกทับ
เส้นประสาท หรือมีอาการกระดูกคอเสื่อม

แล้วคุณปวดมาก
รักษามานานหลายปี ไม่ดีขึ้น
กินยามาเยอะมาก จนตับไต จะพัง
ก็ยังไม่หาย

บางคนหมดค่า**อาหารเสริม**เป็นหมื่นๆ
หมดเงินไปกับการทำ**กายภาพ**บ่อยๆ
แต่อาการก็ยังไม่ดีขึ้น

หรือแม้กระทั่ง ตัดสินใจผ่าตัด
หมดเงินหลักแสน หลักล้านมาแล้ว
แต่อาการปวด ชา อ่อนแรง แสบร้อน
ก็ยังไม่หายไป

นี่คือคู่มือที่จะมาช่วยคุณให้หายปวด
อย่างตรงจุด รวดเร็ว และเป็นการรักษาที่เป็น
มาตรฐานสากลในวงการแพทย์
ในด้านการรักษา กระดูกทับเส้นแบบไม่ผ่าตัด
ที่ได้รับการยอมรับ

เน้นนะครับ
ว่าไม่ต้องการผ่าตัด
สำหรับ ใครที่ต้องการผ่าตัด
คู่มือนี้ อาจจะไม่เหมาะสมครับ

เพียงแค่คุณทานยาอย่างถูกต้อง

คุณก็จะได้ผลลัพธ์ หายปวดแบบนี้
เหมือนคนไข้ของหมอฉัน



[Redacted]

[Redacted] ปวดมา 2 ปี กายภาพ 1 ปีครึ่ง ไป 4 รพ. ให้
ยา [Redacted] อย่างเดียว 7 วัน พอมาเข้าคอสร้ หมอ
ค้น พูดเรื่องยา กินยาครบ 2 อาทิตย์ ดีขึ้น จนไป
เที่ยว ขับรถได้ ขอขอบคุณ หมอที่แนะนำ ยา 4 ตัว จน
ครบค่ะ 🙏

17 สัปดาห์ **ถูกใจ** ตอบกลับ

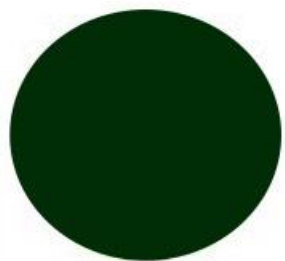




💎 แฟนตัวยง

เป็นหมอนรองกระดูกทับเส้นประสาทมา5-6ปีจนต้อง
ลาออกจากงานปวดทรมานมาตลอดไม่ได้นอนเลยจน
มากินยาของหมอได้อาทิตย์เดียวคือหายเลยไม่ปวด
เลยจากที่ยกแขนไม่ได้ตอนนี้ทำกิจวัตรประจำวันได้
เหมือนปกติเลยดีใจมากๆค่ะขอบคุณหมอมากๆค่ะ

14 สัปดาห์ ภูมิใจ ตอบกลับ



ขอบคุณ คุณหมอชั้นมากๆครับ...ผมลองกิน
มา3-4วันฟังตามคลิปคุณหมอชั้น...อาการดีขึ้น
เลยครับ ซาปละลายเท่านั้น้อยลง จากชามากๆตอนนี้
ไม่ค่อยมีเลยครับ ❤️ 🙏

3w

Like

Reply





ขอบคุณมากนะคะที่ให้ยาตรงจุด
เลยหายคะน่าหายนะคะ ไม่ค่อยเจ็บ
แล้วกลางคืนก็นอนไม่เจ็บปวดแล้วคะ

2



ฝากบอกคุณหมอชั้นด้วยนะคะว่าขอบ
คุณมากๆๆเลยคะ

2

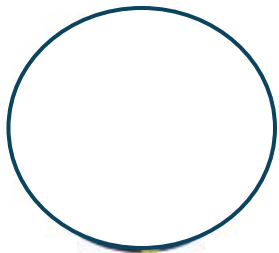


แม่หายขึ้นดีขึ้นเลยคะ ไม่เจ็บมากเหมือน
เมื่อก่อนแล้ว สั่งให้แม่คะ

2



ตรงจุดเลยน่าจะหายคะถ้าให้กินติดต่อกัน



จากความปวดระดับ9-10 ชาชาเดินแทบไม่ได้ต้องใช้
วอคเกอร์ในการเดิน หลังจากได้รับยาจากหมอชั้นกิน
ไป8วัน ความปวดลดลงมาจนอยู่ในระดับ1 เดินได้
เกือบปกติ ขอขอบคุณหมอชั้นมากครับ..เรียนถามว่าหลัง
จากนี้ต้องรักษาอย่างไรต่อหรือว่าต้องทานยาอีกก็
ครับ

18 สัปดาห์ ถูกใจ ตอบกลับ



ผ่านมาเร็วมากไม่อยากให้จบคอลเลย ขอขอบคุณ
หมอมากๆค่ะ ความรู้เรื่องการใช้ยาที่หมอสอนจะไม่
หายไปไหน

มันคุ้มจริงๆค่ะ ตัวเราก็ตีขึ้น แม่เราจากที่เดินไม่ได้ ตอน
นี้เดินได้แล้วนะ ขอขอบคุณหมอมากๆค่ะ ความรู้ ความ
เชื่อ ความรัก จะอยู่กับเราตลอด
(หมอจำได้มั้ยค่ะ)

เจอหน้าหมอชั้นต้องหาพยาบาล

แม่เดินได้แล้ว

2 สัปดาห์ ถูกใจ ตอบกลับ



ขอบคุณมากนะคะ ที่แรกคิดว่าจะไม่หาย
คิดว่าจะกลับไปเดินไม่ได้อีกแล้ว
พอกินยาหมอชั้นเข้าไป อาการดีขึ้น
เรื่อยๆ นั่งได้ เดินได้ ค่ะ



10.13 น.

เดินได้แล้ว

อ่านแล้ว
10.13 น.

ดีใจด้วยค่า 😊😊



****โดยนั้คือ ข้อมูลที่สำคัญที่สุด ที่หมอชั้น
เรียบเรียง รวบรวม**

**จากการรักษาคนไข้กระดูกทับเส้นมาไม่ต่ำ
20,000 คน จนสามารถมั่นใจได้เลยว่า
ถ้าคุณอ่านจนจบ และนำไปทำ**

คุณจะช่วยปวดเหมือนกับคนไข้ของหมอ

****เพราะ हमอาจจะมาบอกวิธีการทานยาที่
ถูกต้องให้หายปวดจริงๆ**

**และสิ่งที่คนใช้ผิดพลาดในการกินยาแก้
ปวดกระตุกทับเส้น ทำให้อาการปวดไม่
หาย หรือบางครั้ง แสบลงด้วยซ้ำ**

เช่น ทำไมทานยามานานแล้วก็ไม่หาย
บางคนยังทานยังปวด
หรือ ทำไมทานยาแล้วเกิดเป็นโรค
กระเพาะ แล้วโรคไต

****ถ้าคุณไม่เข้าใจเรื่องนี้ หมอบอกได้เลยคุณอาจจะ
พลาด สิ่งที่สำคัญที่สุดในการรักษา กระดูกทับ
เส้นของคุณไป
ทำให้คุณยังไม่หายปวด
หรืออาการปวดแย่ลง และสุดท้ายน อาจต้องผ่าตัด**

****แต่ถ้าคุณอ่านจนจบ
คุณจะช่วยปวดกระดูกทั้งเส้น
เหมือนคนเหล่านี้**

****นี่คือผลลัพธ์ ของคนใช้ส่วนหนึ่ง
ที่ไม่่ว่าจะอายุมากแค่ไหน
หรือ ปวดมากขนาดไหน
ได้ฟังที่หมอแนะนำ และเอาไปทำตาม จน
อาการปวดดีขึ้น**

และบอกเลยว่าคนที่หายปวดเหล่านี้

❌ คลินิก

❌ อาหารเสริม

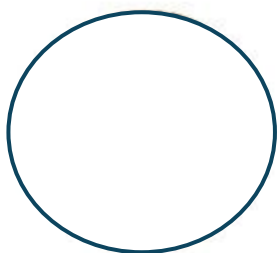
❌ กายภาพอย่างหนัก หรือบ่อยๆ

❌ เวลานาน



หลังจากทานยากับคุณหมอยังไม่ถึง1อาทิตย์ อาการที่
ปวดชาร้าวลงขา ปวดกลางหลังหรือแม้แต่ว่าส่วนต่างๆ
ก็ได้ลดลงอย่างเห็นได้ชัดมากๆเลย รู้สึกเบาตัวขึ้น
นอนหลับ และมีกำลังใจที่คิดว่าจะหาย จึงอยาก
ขอบคุณ ..คุณหมอมากๆค่า

21 สัปดาห์ ภูมิใจ ตอบกลับ



ทานยาของคุณหมอเพียง 1 วันอาการที่เป็นปวด
สะโพกร้าวลงขา เดินไม่ค่อยไหว รู้สึก โลงเดินได้ไกล
มากขึ้นเลย ขอขอบคุณคุณหมอมากๆเลยคะ 🙌 🙌

#ทีมหายปวด

21 สัปดาห์ ถูกใจ ตอบกลับ



ยิ่งกว่านั้น ก็คือ...!!!



ใช้ได้กับทุกอายุ

ปวดสะโพก ร้าวลงขา ปวดน่อง ชาฝ่าเท้า เป็นมาประมาณ 1ปีกว่า หลังจากได้รับความรู้จาก
คุณหมอ ได้มาเป็นหมอด้วยตัวเอง เลือกกินยาแก้ปวดที่เหมาะสมกับตัวเอง ทำให้อาการ
ปวดดีขึ้นมาก ชอบคุณคุณหมอชั้นมาก ที่ทำให้พ้นทุกข์ หายเครียดจากความเจ็บปวด สมกับ
คำว่า "เจอหมอชั้นต้องหายปวด"

อายุ 77 ปี



ใช้ได้กับทุกอายุ

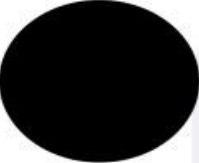


ใช้ได้กับทุกระดับความปวด



ใช้ได้ทุกแบบของกระดูกทับเส้น

ไม่เกี่ยวว่า จะปวดมากหรือน้อย



วันนี้อาการปวดร้าวลดลงจาก9-10ในสัปดาห์ที่แล้วจริงๆมีอาการเริ่มเป็นมาเกือบปีค่ะผ่าตัดแล้วด้วยค่ะ แต่ตอนนี้หลังทานยา ให้ครบ ให้ถูก ให้ถึง แล้ว อาการปวดร้าวเหลือแค่ 1-3เท่านั้น และที่พีคไปกว่านั้นค่ะอาการ อ่อนแรงของแขน หายแล้วกว่า 95% หลังจากที่ใช้วิธีการนวดกดจุดที่คุณหมอเคยสอนไว้ค่ะ



แม่เป็นหนักมากๆ

11.24 น.

Immy

อ่านแล้ว
11.27 น.

เป็นกำลังใจให้ นะคะ 😊😊

วันนี้

ข้อความที่ยังไม่อ่าน



ได้ยามาสองวันทานแล้วสังเกตอาการตัวเอง
อาการแสบร้อนผ่าวตลอดเวลาลดลงอาการ
ชา รู้สึกลดลงด้วยถึงแม้จะลดลงไม่มากแนว
โน้มมีกำลังใจขึ้นเยอะมากๆค่ะจะทานยาให้
ครบนะคะขอบคุณหมอชั้นมากเลยค่ะแม่จาก
ไม่ยากเดินตอนนี้เดินแถวๆชอยบ้านได้แล้ว
ค่ะอาการปวดสะโพกหนักๆข้างขวายังมีอยู่
แต่เริ่มค่อยๆดีขึ้นค่ะดีใจสุดๆ

7.08 น.

@drsun

ปวดแสบร้อน หายได้



สวัสดีค่ะคุณหมอ. ทานยาคุณหมอ 8 วัน
อาการดีขึ้นตามลำดับ. เหมือนตายแล้ว
เกิดใหม่จริงๆค่ะอาการปวดร้าวแสบร้อน
ทรมานมากค่ะ. ก่อนหน้าซื้อยาทานเอง
หนึ่งอาทิตย์ทานแล้วไม่มีผลอะไรเลย
ปวดร้าวแสบร้อนเหมือนเดิม. ไปหาหมอ
โรงพยาบาลเอ็กซเรย์หมอให้ยา ขยายกล้ามเนื้อ
เนื้อแก้ปวดทานจนหมดหนึ่งอาทิตย์
อาการก็ยังปวดร้าวแสบร้อนไม่ดีขึ้น. ส่ง
ยาคุณหมอขึ้นมาทานสองอาทิตย์ทานได้
สองสามวันอาการปวดร้าวแสบร้อนดีขึ้น
เรื่อยๆจนตอนนี้อาการปวดร้าวแสบ
ร้อนแทบไม่มีแล้วค่ะเหลือแต่ เจ็บ
เหมือนมีเข็มทิ่มเนื้อ อยู่บ้างเล็กน้อย
อาการชาที่นิ้วก็ดีขึ้น. รบกวนเรียนถาม
คุณหมอต้องส่งยามาทานเพิ่มต่อไหมค่ะ.
ยาที่เหลืออยู่ทานได้ถึงวันจันทร์นี้ค่ะ. กราบ
ขอบพระคุณคุณหมอขึ้นมามากมากถึงมาก
ที่สุดเลยค่ะเหมือนได้ชีวิตใหม่กลับมาอีก
ครั้งเลยค่ะ 🙏🙏🙏

ปวดแสบร้อน หายได้



ใช้ได้กับทุกอายุ



ใช้ได้กับทุกระดับความปวด



ใช้ได้ทุกแบบของกระดูกทับเส้น

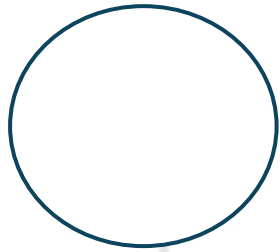


ใช้ได้กับทุกคนไม่ว่าจะมีโรค

ประจำตัว



ใช้ได้แม้กระทั่งคนที่ปวดมานาน



ผมเป็นหมอนรองกระดูกทับเส้นประสาทประมาณ1ปี
หลังจากได้ทานยาที่คุณหมอจัด ให้อาการปวดหลังร้าว
ลงสะโพกซาซา
ตอนนี้อาการดีขึ้นมากครับ

ทำงานได้ปกติดี
ขอบคุณมากครับ
คุณหมอชั้น

18 สัปดาห์ ภูมิใจ ตอบกลับ

ขอรายงานผลการทานยาเมื่อครบ 1
สัปดาห์..ครับ

17.32 น.

อาการปวดจากระดับ 9 เหลือระดับ 2

17.33 น.

อ่านแล้ว

สุดยอดค่า 😊

อ่านแล้ว
17.34 น.

อาการดีขึ้นดี ใจด้วยนะค่า

จากที่ปวดมา 3 ปีครับ

17.34 น.

กราบคุณหมองามๆเลยค่ะ ที่ทำให้
ความปวดร้าวลงขาหายไป อยู่กับ
อาการแบบนี้มาหลายปี เรียนกับหมอ
ไม่กี่วัน อาการปวดร้าวหายแทบไม่
เหลือ ขอขอบคุณที่ได้เจอคุณหมอนะคะ

ออฟฟิศซินโดรม เรื้อรังมานานหลายปี
ค่ะ หลังนี้ก็มาปวดร้าวลงขา ขามือ ขา
เท้า มา5ปีค่ะ ตอนนี้อาการปวดหาย
แล้วค่ะ

แต่ก็ยังมีหน่วงๆ เวลาขับรถ แต่อาการ
ขายังมีอยู่ค่ะ แต่ก็ดีขึ้นค่ะ

ขอบคุณคุณหมอมากค่ะ เจอหมอชั้น
แล้วหายปวดค่ะ

เบาทัวจริงๆค่ะ ดีใจมาก รักษามาทุกอย่าง 2 วันเองค่ะ
ตามหมอมานานแล้ว กล้าๆกลัวๆ ดีใจมากๆค่ะ

4d Like Reply Message Hide



Kung... en เห็นผลจริงหรือค่ะ

2d Like Reply Message Hide



จิงค่ะ กินแค่ 2 วัน =4 มื้อเอง ยืนสบายเรย
ค่ะ แต่ต้องไม่หักโหมยืนนานเกินไปนะคะ
เบาขึ้นจิงค่ะ เราเป็นหนักมา 3 ปีแล้วค่ะ
เบาขึ้นมากค่ะ จาก 10 ให้ 6 ก่อนค่ะ เพราะ
เพิ่งกินไป 2 วัน มันยังมีเจ็บลึกๆอยู่ฮ
หน่อยค่ะ ต้องใช้เวลากินให้ยาวกว่านี้อีก
หน่อยค่ะ

1d Like Reply Message Hide





ใช้ได้กับทุกอายุ



ใช้ได้กับทุกระดับความปวด



ใช้ได้ทุกแบบของกระดูกทับเส้น



ใช้ได้กับทุกคนไม่ว่าจะมีโรค

ประจำตัว



ใช้ได้แม้กระทั่งคนที่ปวดมานาน

ที่สำคัญ
แม่กระท้ง

เคยผ่า ตัดมาแล้ว ไม่หาย
ก็สามารถทานยาให้หายปวดได้

ก่อนอื่นต้องบอกว่าคนไข้ที่วินิจฉัย
ว่าเป็น งานวิจัยทั่วโลก บอกว่า

กระดูกทับเส้น

90% ไม่ต้องผ่าตัด



DrSUN

กระดูกทับเส้น

หมอนรองกระดูกทับเส้นประสาท

หมอนรองกระดูกปลิ้น

หมอนรองกระดูกแตก

หมอนรองกระดูกเสื่อม

กระดูกสันหลังเสื่อม

งานวิจัย 90% ไม่ต้องผ่าตัด

PATIENT CONTENT

Herniated Disc

A herniated disc (also called bulged, slipped or ruptured) is a fragment of the disc nucleus that is pushed out of the annulus, into the spinal canal through a tear or rupture in the annulus.

by AANS ;

We value your privacy

We use cookies on our website to give you the most relevant experience by remembering your preferences and repeat visits. Please refer to AANS's [privacy policy](#) ↗ for more information. By clicking "Accept", you consent to the use of ALL the cookies.

[Customize](#) ↗

[Accept](#) ↗

American Association of Neurological Surgeons (AANS) หรือ สมาคมศัลยแพทย์ระบบประสาทแห่งอเมริกา คือ องค์กรวิชาชีพทางการแพทย์ระดับสากลที่มีชื่อเสียงที่สุดแห่งหนึ่งในด้านศัลยกรรมระบบประสาท (ประสาทศัลยศาสตร์)

American association of
Neurological surgeons

สมาคมศัลยแพทย์ระบบ
ประสาทแห่งอเมริกา
รับรอง

PATIENT CONTENT

Herniated Disc

A herniated disc (also called bulged, slipped or ruptured) is a fragment of the disc nucleus that is pushed out of the annulus, into the spinal canal through a tear or rupture in the annulus.

by AANS ;

We value your privacy

We use cookies on our website to give you the most relevant experience by remembering your preferences and repeat visits. Please refer to AANS's [privacy policy](#) for more information. By clicking "Accept", you consent to the use of ALL the cookies.

[Customize](#) ↗

[Accept](#) ↗



When & How to Seek Medical Care

Fortunately, the majority of herniated discs do not require surgery. With time, the symptoms of sciatica/radiculopathy improve in approximately 9 out of 10 people. The time to improve varies, ranging from a few days to a few weeks.

General Guidelines:

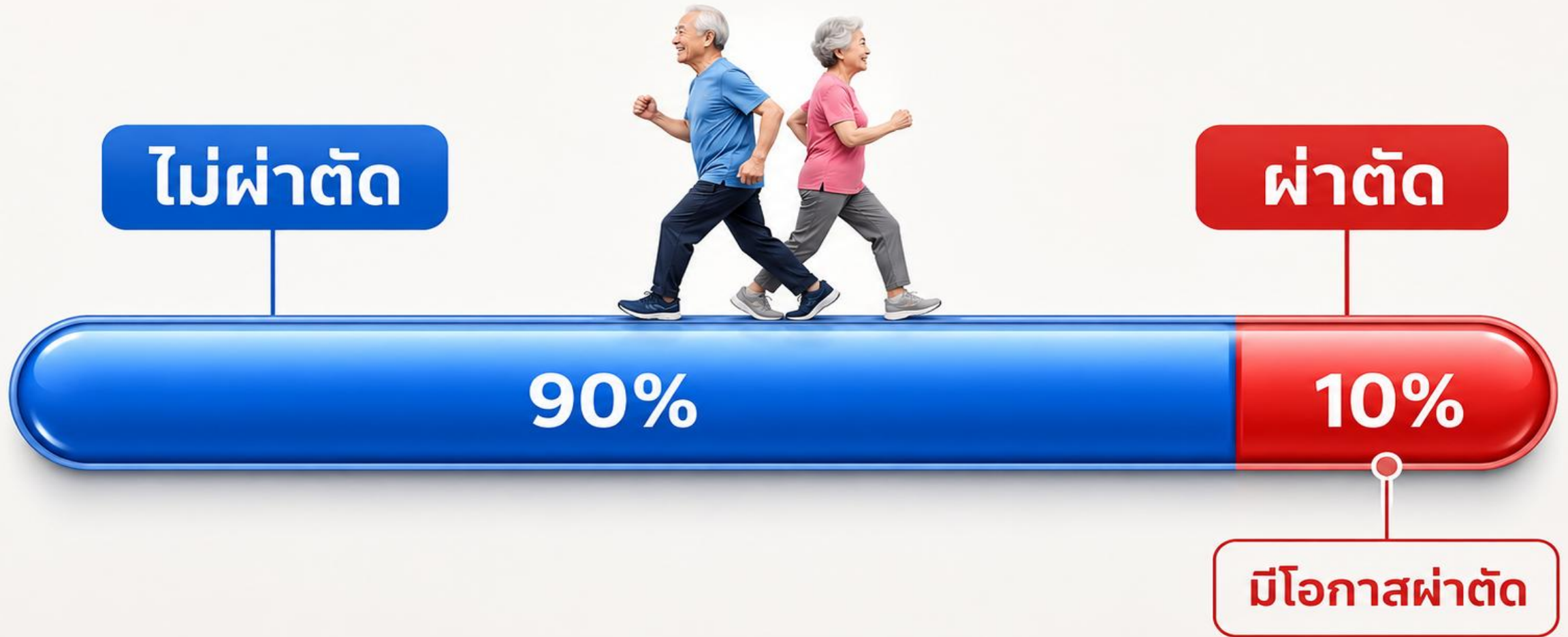
- Limit activities for 2 to 3 days. Walking as tolerated is encouraged, along with an anti-inflammatory, such as ibuprofen, if not contraindicated for the patient. Bedrest is not recommended.
- Primary care evaluation during this time may lead to considering other non-surgical treatments noted below, such as physical therapy.
- Radiographic imaging, such as an MRI, is not recommended by the American College of Radiology, unless symptoms have been present for six weeks.
- Referral to a spine specialist, such as a neurosurgeon, is also recommended if symptoms persist for greater than four weeks. A specialist will often want advanced imaging, such as the MRI, completed prior to the appointment.

หมอนรองกระดูกทับเส้น
9/10 คน ไม่ต้องผ่าตัด

หมอต้องขอบอกก่อนเลยนะครับ
ว่า หมอไม่ได้บอกว่าการผ่า ๑ ครั้ง
ไม่ดีนะครับ เพราะจริงๆ
การผ่า ๑ ครั้ง ก็เป็นการรักษาวิธีหนึ่ง
ของกระดูกทับเส้น

เพียงแต่ว่าคุณต้องมี**ข้อบ่งชี้ที่ชัดเจน**
ว่า คุณจำเป็นต้องผ่าตัด
ซึ่งนับเป็นคนไข้แค่เพียง **10%**
เท่านั้น

ใช้ครับ
แค่เพียง **10%** เท่านั้น



และการผ่าตัด คุณก็รู้ใช่ไหมครับว่า
ก็มี **ความเสี่ยง**

ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการผ่าตัด
แล้วไม่หาย ต้องผ่าตัดซ้ำ
ผ่าตัดแล้วเกิดผลข้างเคียงต่างๆ
ที่คุณไม่อยากให้เกิด

ผ่าตัด 5 ครั้ง ไม่ดีขึ้น ฝังเข็ม 10 ครั้ง เดินได้

..... สู้ๆ นะคะ พี่เป็นหนักกว่ามาก
ผ่ามาก็ 5 ครั้งแล้ว ทานยาไม่ครบ ไม่ทั่ว
ไม่ถึง แล้วยังขยันทำเสา 3 รวมเป็นมา
18 ปีแล้วค่ะ ตั้งแต่ปี 45 ผ่าหลัง
ปี 50 x 2 ครั้ง ปี 51 อีก 2 ครั้ง เพราะน้อต
หลุด (ผ่าครั้ง 4 หมอถอดเหล็กออก)
ตอนนี้ ขาชา ลีบ ผ่าเท้า ตก ปี 56 ผ่าอีก
1 (ขูดหินปูน กับ เลาะพังพืด) เกือบเดินไม่
ได้ จนรู้จักหมอจากคลิปไปฝังเข็ม 10
ครั้ง กลับมาเดินได้ ไม่ใช่ไม้เท้า ขึ้น
บันได ได้ รู้จักปรับยา ขอให้พวกเราสู้ๆ
ไปด้วยกัน เป็นกำลังใจให้ทุกท่านนะคะ

เคสนี้ ผ่าตัดมาแล้ว 5 รอบ
ไม่หาย จนเกือบเดินไม่ได้
หมอต้อให้ยาเยอะหน่อย

Line @drsun





(

ฉันทัดมาแล้ว 3 ครั้งใส่เหล็กมาด้วย
แต่ผลลัพท์คือขายกไม่ขึ้น หลังแข็งเดินได้แต่ต้องค่อยๆเดิน



3



ตอบกลับ



คุณหมอคับผมผ่าตัดมาแล้ว3ปีคับแล้วทำไมตอนนี้มันยังปวด อยู่คับ



ตอบกลับ



(

ผ่ามา5ครั้งเหมือนกัน ทรมาณมากเลย ใส่เหล็กแล้วก็ยังไม่ดีขึ้น ทุกวันนี้ปวดร้าวข้างขวา ลงชาด้วย ทรมาณที่สุดเลย



8



ตอบกลับ



(.....

.....

- วันที่ผ่ามา

ตัดสินใจมา 8 ปี

หมอให้ยามาก็กินไม่ได้แพ

เลยตัดสินใจผ่า

ผ่ามาได้ 1 เดือน

เดินได้แต่หลังแข็ง

พระเปลี่ยนกระดูกสันหลัง 3 ข้อแต่ตอนนี้ปวดขาและขาที่เท้าขอคำแนะนำหมอจาก
แสดงน้อยลง



ตอบกลับ



@

รื้อนที่ผ่ามา

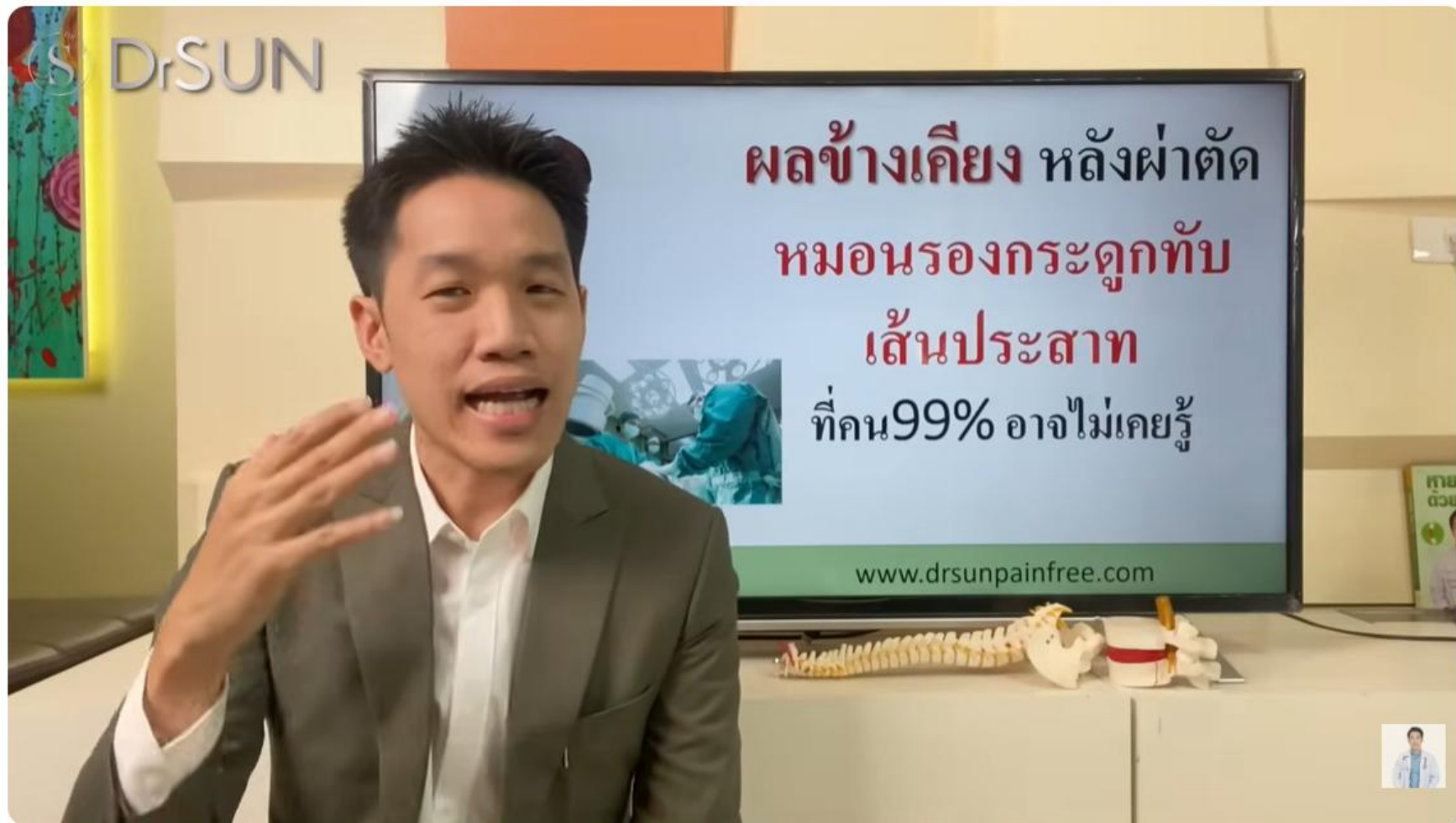
คุณหมออยู่โรงพยาบาลอะไรคะ



2



ตอบกลับ



สามารถศึกษา
ผลข้างเคียงหลังผ่าตัด
หมอนรองกระดูกทับ
เส้นประสาท ที่คน
99% อาจไม่เคยรู้
ได้ที่นี้



ผลข้างเคียง ผ่าตัด กระดูกทับเส้น ที่คนเป็น 99% ไม่เคยรู้ | หมอชนัน หมอชนันรวิวิ หมอฝังเข็ม

www.drsunpainfree.com Line @drsun



และสิ่งที่ง่ายที่สุดที่หมอพบว่า

จะทำให้คุณจะหายปวดได้

โดยไม่ต้องไปรพ

หรืออาจไม่ต้องมาฝังเข็มกับหมอก็ได้คือ

ความรู้การกินยาที่ถูกต้อง นั่นเอง

[Care at Mayo Clinic](#)[Health Information](#)[For Medical Professionals](#)[Research](#)[Patient Care & Health Information](#) > [Diseases & Conditions](#)

Herniated disk

[Symptoms & causes](#)[Diagnosis & treatment](#)[Doctors & departments](#)

Treatment

หลีกเลียงท่าทาง ที่ทำให้เกิดอาการปวด และทานยาแก้ปวด
อาการส่วนใหญ่ของคนไข้ จะดีขึ้นใน ไม่กี่วัน หรือ สัปดาห์

Conservative treatment — mainly modifying activities to avoid movement that causes pain and taking pain medication — relieves symptoms in most people within a few days or weeks.

คู่มือ

3 ขั้นตอน หายปวด กระดูกทับเส้น

จาก **การกินยา**

(ฉบับคนปวดมากไม่อยากผ่าตัด)



โดย หมอซัน

3 ขั้นตอน ทานยา **กระดุกทับเส้น**

ให้หายปวดได้ ไม่ต้องผ่าตัด

1.ให้ครบ

ให้หาย

2.ให้ถูก

3.ให้ถึง

มาเริ่มกันเลย

3 ขั้นตอน ทานยา **กระดุกทับเส้น**

ให้หายปวดได้ ไม่ต้องผ่าตัด

1.ให้ครบ

ให้หาย

2.ให้ถูก

3.ให้ถึง

3 ขั้นตอน ทานยา **กระดุกทับเส้น**

ให้หายปวดได้ ไม่ต้องผ่าตัด

1.ให้ครบ



2.ให้ถูก

3.ให้ถึง

ขั้นตอนที่ 1

ให้ครบ

โดยในคลิปนี้ เราจะมาเน้น
เรื่องการทานยาให้ครบ เป็นสำคัญ

ตัวยาแก้ปวด

1. พาราเซตามอล

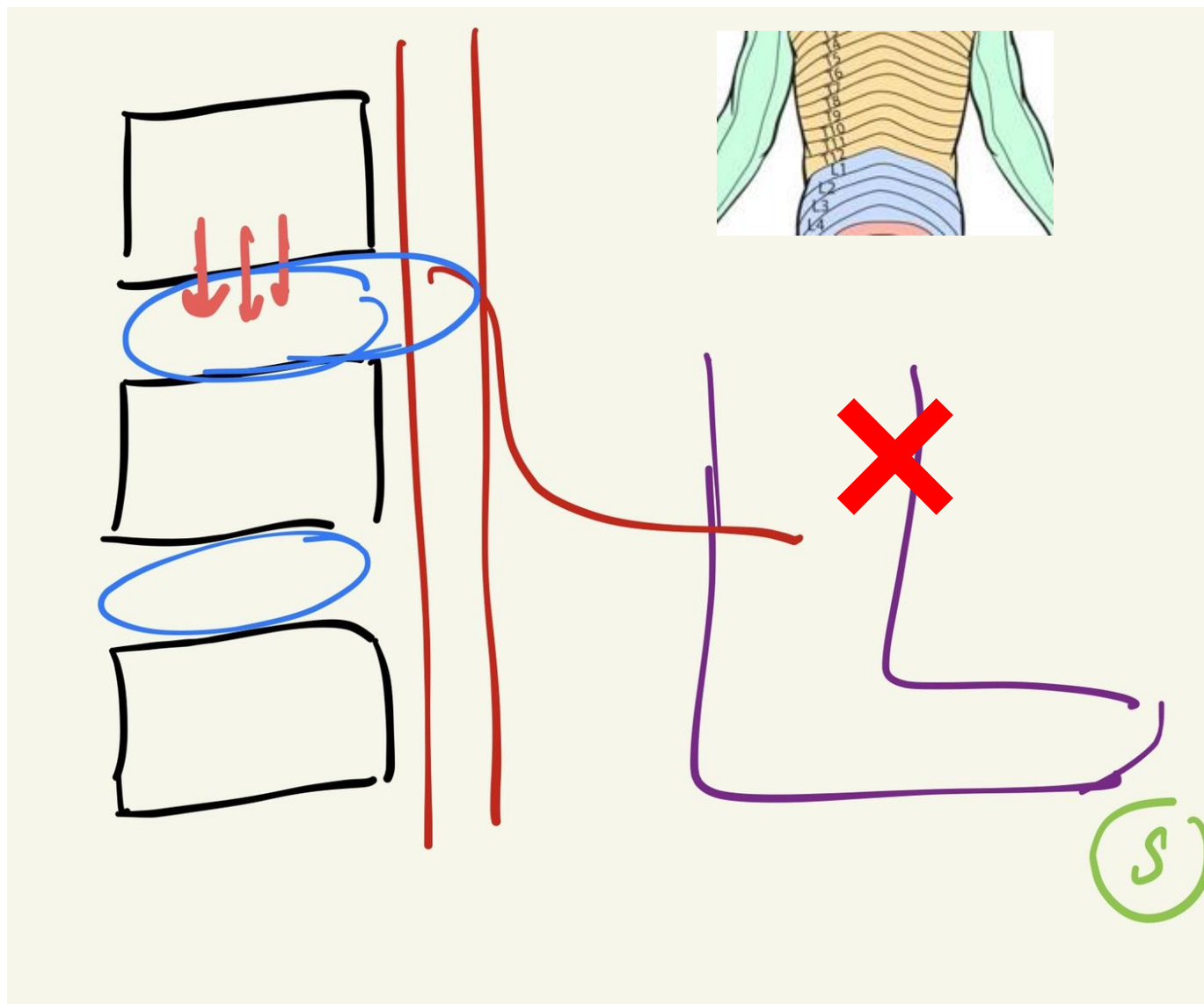
ตัวยาแก้ปวด

1. พาราเซตามอล

2. ยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่ใช่สเตอรอยด์

ตัวยาแก้ปวด

1. พาราเซตามอล
2. ยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่ใช่สเตอรอยด์
3. ยาคลายกล้ามเนื้อ



ยาทั้ง 3 ชนิด

- 1.ปวดร้าวลงขา
- 2.ชา
- 3.อ่อนแรง

ปวดหลังกล้ามเนื้อ VS ปวดกระดูกทับ

เส้น

ปวดตึง ๆ

ปวด ๆ

บางครั้งมีจุดกดเจ็บ



ปวดหลังร้าวลงขา

ขา

อ่อนแรง

+ ปวดตึง ๆ ปวดเมื่อย ๆ

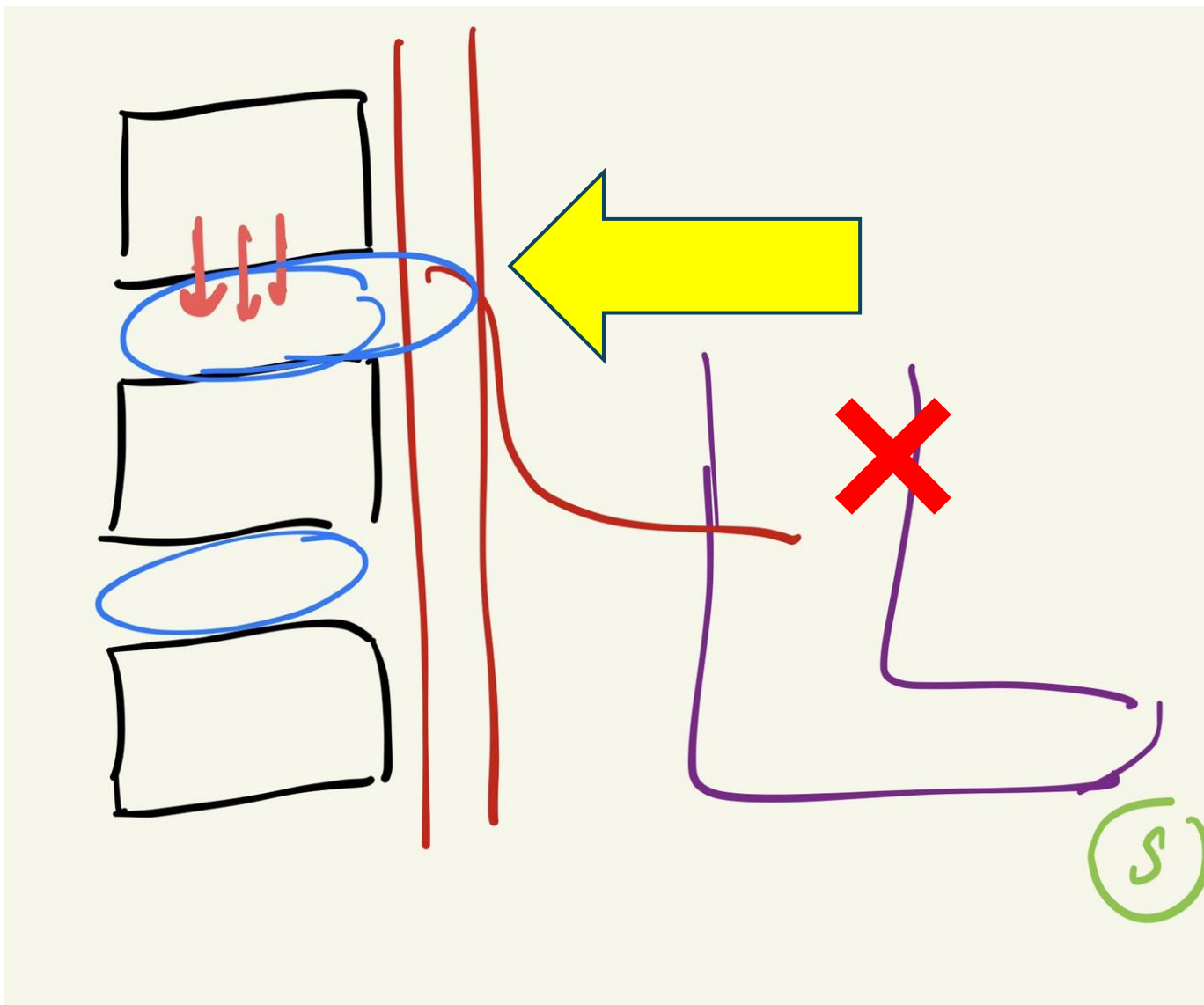
บางครั้งมีจุดกดเจ็บ บางคน
บอกว่าเหมือนมีก้อนอะไรบ้าง
อย่าง

นี่คือ

ยาแก้ปวดที่หลายคนชอบซื้อมาทาน

แล้วบอกว่า **ทำไมไม่หายปวด**

เพราะคุณกินยาแก้ที่ **ปลายเหตุ**

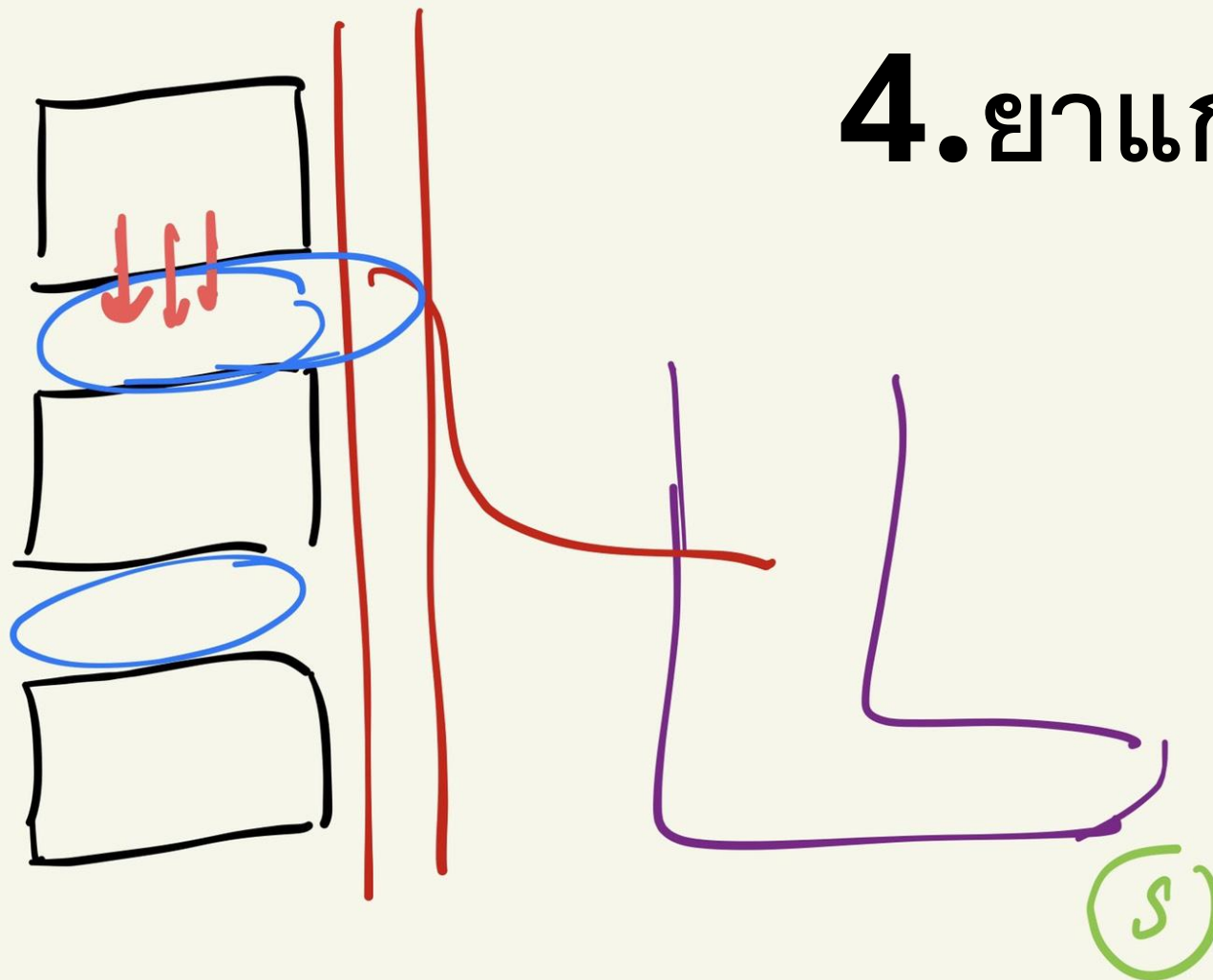


สาเหตุที่แท้จริง

- 1.ปวดร้าวลงขา
- 2.ชา
- 3.อ่อนแรง

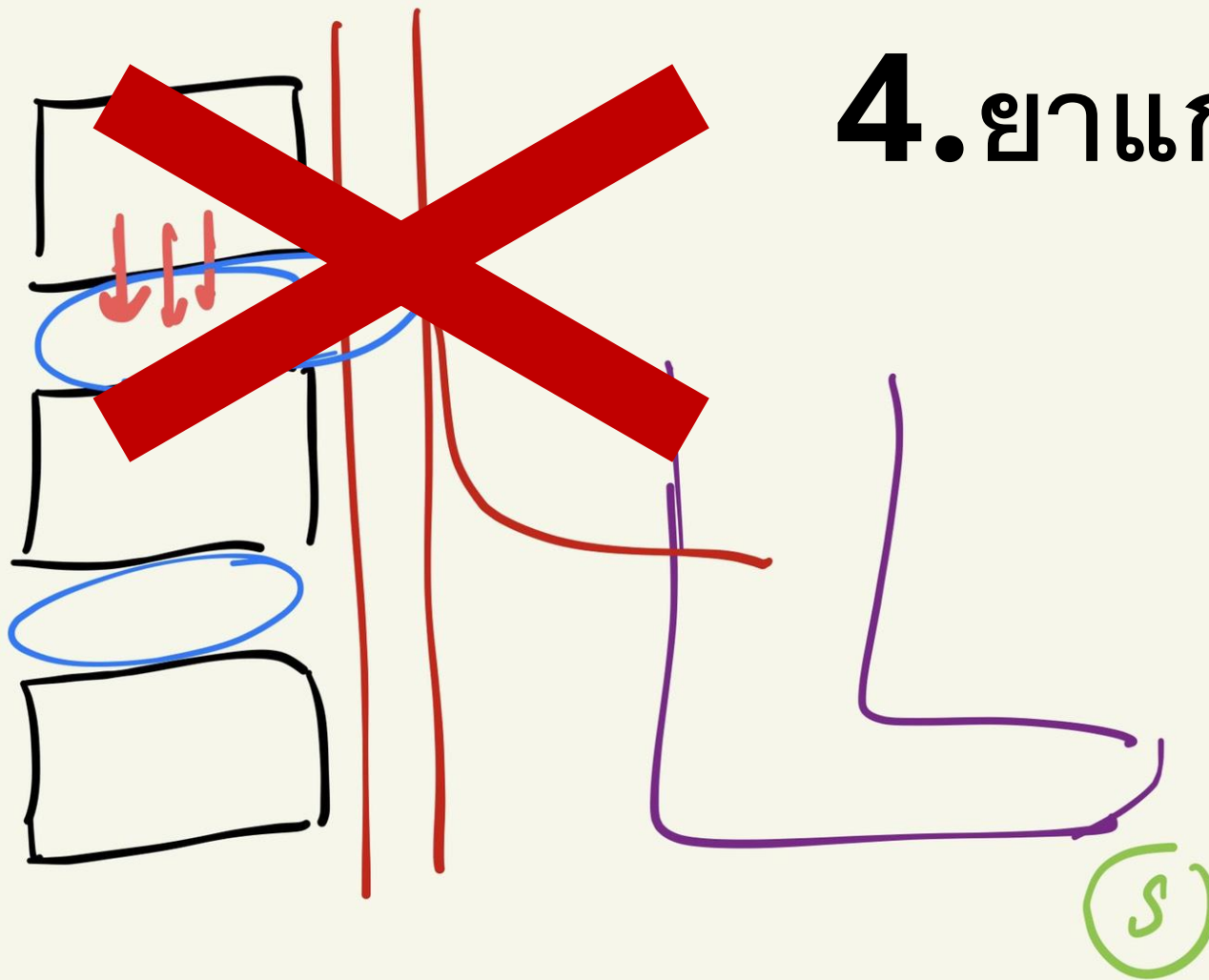
ดั่งนั้น

4. ยาแก้ปวดเส้นประสาท



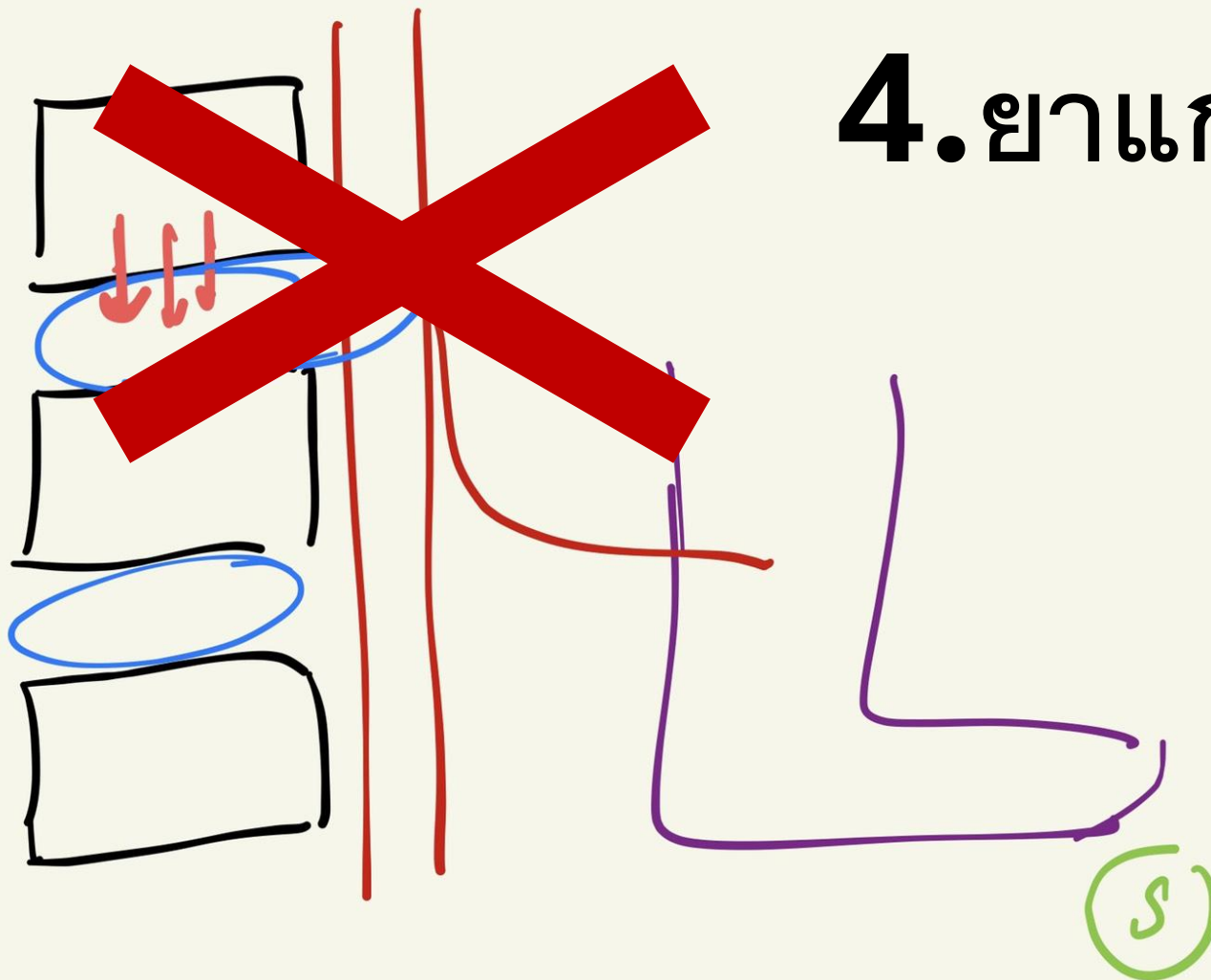
1. ปวดร้าวลงขา
2. ชา
3. อ่อนแรง

4. ยาแก้ปวดเส้นประสาท



1. ปวดร้าวลงขา
2. ชา
3. อ่อนแรง

4. ยาแก้ปวดเส้นประสาท



~~1. ปวดร้าวขา~~
~~2. ...~~
~~3. อ่อนแรง~~

ปวดสะโพกร้าวลงขา

อาการดีขึ้นมาก นอนหลับได้แล้ว

ความรู้สึกหลังทานยา ครบถูกถึง



ยาที่ท่านไปตี อาการปวดลดลงจริงๆค่ะ

นอนหลับสนิทเลยค่ะ

บางวันแทบจะไม่ปวดเลย

11.42 น.

อ่านแล้ว
11.43 น.

สุดยอดค่ะอาการดีขึ้นมากๆ ดีใจด้วยนะคะ^^

LINE : @drsun

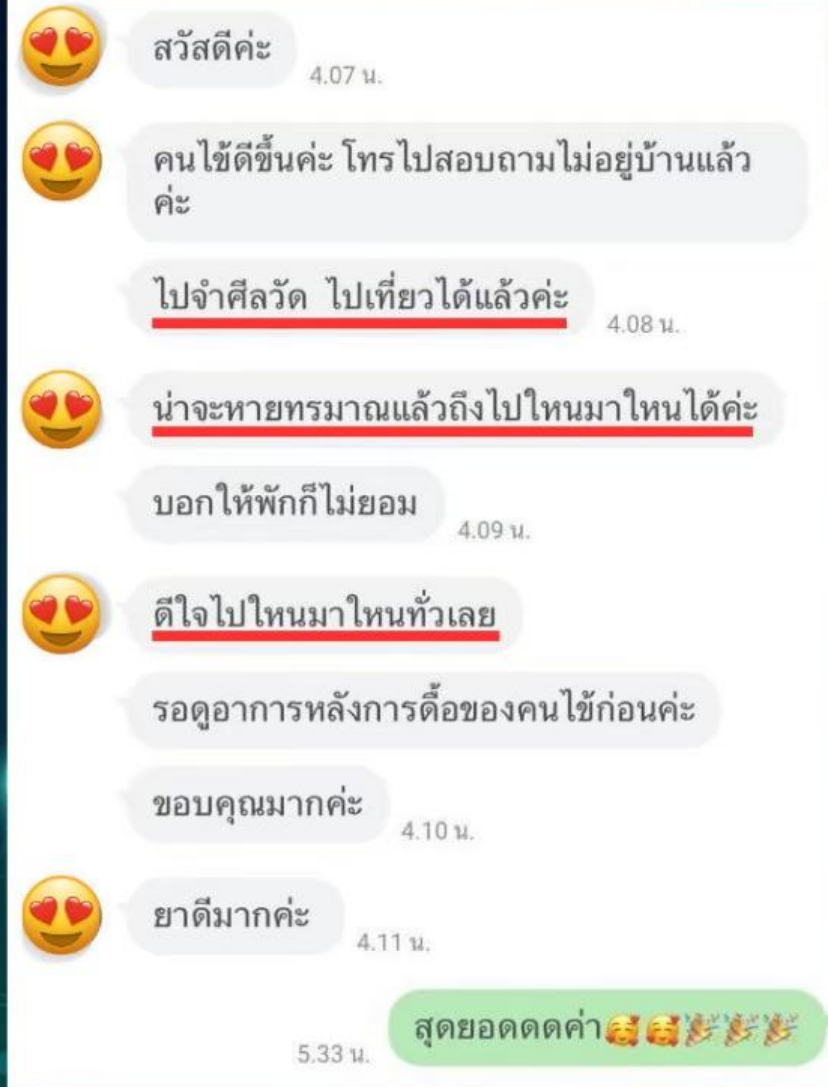
ปวดหลังร้าวลงขา หายปวดแล้ว เดินได้ไกลขึ้น

ความรู้สึกหลังทานยา ครบถูกต้อง



หลังจากได้ทานยาของคุณหมอชั้นแล้ว อาการดีขึ้นมาก จะเดินได้ไกลกว่าเดิม มากเลยค่ะ
ขอบคุณคุณหมอชั้นและทีมงานที่น่ารักทุกคน
ด้วยนะคะ

8.17 น.



ปวดหลัง ร้าวลงขา

หลังทานยา
หายปวดแล้ว
เดินเที่ยวได้
นั่งไหวพระทำบุญได้

ความรู้สึกคนไข้หลังทานยา
“ครบทุกถึง”

ประทับใจคุณหมอชั้น ตั้งแต่เริ่มดูคลิปที่
คุณหมอแนะนำคนไข้ ดูมาหลายๆ
คลิป ดูแล้วดูอีก เพราะต้องการจำให้ได้
ที่ประทับใจในการดูคลิปคือ สังเกตตาม
เหตุและผลที่หมออธิบายคือ หมอไม่เบื่
ที่จะอธิบายให้คนไข้ฟัง
ตรงไหนสำคัญ หมอก็จะย้ำเน้นๆ เคลียร์
นะ เคลียร์นะ

ประทับใจหมอมากๆ ที่หมอห่วงคนไข้ จึง
ตัดสินใจเล่าอาการปวดให้หมอฟัง และต
แบข้อซักถามจากหมอ
เป็นคำถามที่ละเอียดมากที่คนไข้ต้อง
ตอบ และหมอได้จัดยาให้ไปทาน
แค่1สัปดาห์

เป็นคำถามที่ละเอียดมากที่คนไข้ต้อง
ตอบ และหมอได้จัดยาให้ไปทาน
แค่1สัปดาห์
แต่1สัปดาห์ ของการทานยาต้องบอกเลย
ว่าเยี่ยมสุด ยายลดการเจ็บปวดไป80%
อีก20% รอกายภาพและอื่นประกอบไป
เพราะยายเป็นมาตลอดตั้งแต่อายุ18
ตอนนี้73ถ้าจะแหวดบ้างนิดหน่อยพอ
เข้าใจ
หมอชั้นทำให้ยายได้ใช้ชีวิตดีขึ้นมากก
กก
ถ้าอยู่ใกล้ๆ คงไปหาหมอชั้นที่คลินิกแล้ว
คะ
ขอบคุณคะคุณหมอที่ใส่ใจคนไข้มากๆ
ๆๆ

คุณหมอคะ คุณแม่เดิน ได้ ไกลขึ้น วัน
หลายรอบเลยคะ ตอนนี้ดีขึ้นมาก 😊
วันนี้แม่ฝากความคิดถึงถึงคุณหมอด้วย
คะ



ทานยาคุณหมอ2อาทิตย์แฟนบอกว่า
อาการปวดลดน้อยลงค่ะนอนหลับสบาย
ไม่เหมือนแต่ก่อนนอนไม่ค่อยหลับ ยังมี
อาการขาอ่อนแรงนิดหนึ่งค่ะแต่สังเกต
อาการหลังกินยารู้สึกว่าดีขึ้นกว่าเดิมค่ะ
อยากสั่งยาเพิ่มค่ะ

1.

ลดปัญหาเรื่อง นอนไม่หลับ

ลดลงค่ะ ดีมากๆเลยคะ ปกติยืน
เตรียมอาหาร (ข่ายอาหาร) จะปวด
หลังและเอวมาก 2 วันนี้เบาตัวเลยคะ
แค่มีอาการมึนๆ งงๆ เซๆ หน่อยๆ และ
ง่วงนอน แต่นอนไม่หลับคะ อยากจะ
บอกว่า ยาดีมาก ๆ ค่ะ ปวดเรื้อรังมา 3
ปีแล้ว ทั้งฉีดยาทั้งบล็อกหลัง ทั้ง
กายภาพ ไคโรแพทริก ครบถ้วน ไม่
หายเลย กินยาหมอชั้น 2 วันเอง เบา
ขึ้นเยอะเลยคะ ขอยามากิน 2อาทิตย์
นี้แค่ 2 วันเองนะคะ ดีใจมากๆคะ
จริงๆแล้วปวดหลายที่มากคะ เด่วหาย
ปวดหลังแล้ว จะปรึกษาคุณหมอ เพื่อ
รักษาหัวเข่าต่อเนะคะ
ขอบคุณจากใจเลยคะ
ขอบคุณคุณหมอมากๆคะ

ปีแล้ว ทั้งฉีดยาทั้งบล็อกหลัง ทั้ง
กายภาพ ไคโรแพทริก ครบถ้วน ไม่
หายเลย กินยาหมอชั้น 2 วันเอง เบา
ขึ้นเยอะเลยคะ ขอยามากิน 2อาทิตย์
นี้แค่ 2 วันเองนะคะ ดีใจมากๆคะ
จริงๆแล้วปวดหลายที่มากคะ เด่วหาย
ปวดหลังแล้ว จะปรึกษาคุณหมอ เพื่อ
รักษาหัวเข่าต่อเนะคะ
ขอบคุณจากใจเลยคะ
ขอบคุณคุณหมอมากๆคะ

ปวดมา 3 ปี ทานยา 2 วันดีขึ้น

Line @drsun



และจุดผิดพลาด อีกข้อก็คือ

บางคนชอบบอกหมอว่า
ทานยาแก้ปวดเส้นประสาทแล้ว
ไม่หาย แต่หมอเอายามาดูจริงๆ
คนใช้ทานยาบำรุงประสาท **XXX**

ไม่ใช่ยาบำรุงประสาทไม่ดี
หมอเองก็ให้ยาตัวนี้เสริมให้คนไข้
แต่ความสำคัญ คือ ยาแก้ปวด
เส้นประสาท

คุณก็รู้ใช่ไหมครับว่า
ถ้าคุณกินยาไม่ถูก คุณก็ไม่หายและ
หมอขอเน้นอีกหลายๆ รอบว่า
ยาแก้ปวดเส้นประสาท
ไม่ใช่ ยารักษาเส้นประสาท

ยาแก้ปวดเส้นประสาท
≠ ยาบำรุงเส้นประสาท



www.dr.sunpainfree.com Line @drsun



สรุปจุดผิดพลาดของการกินยา
ไม่หายคือ คุณทานยาไม่ครบ
เราต้องทาน ยาให้ครบ

พอไม่ครบ >>> ไม่หายปวด

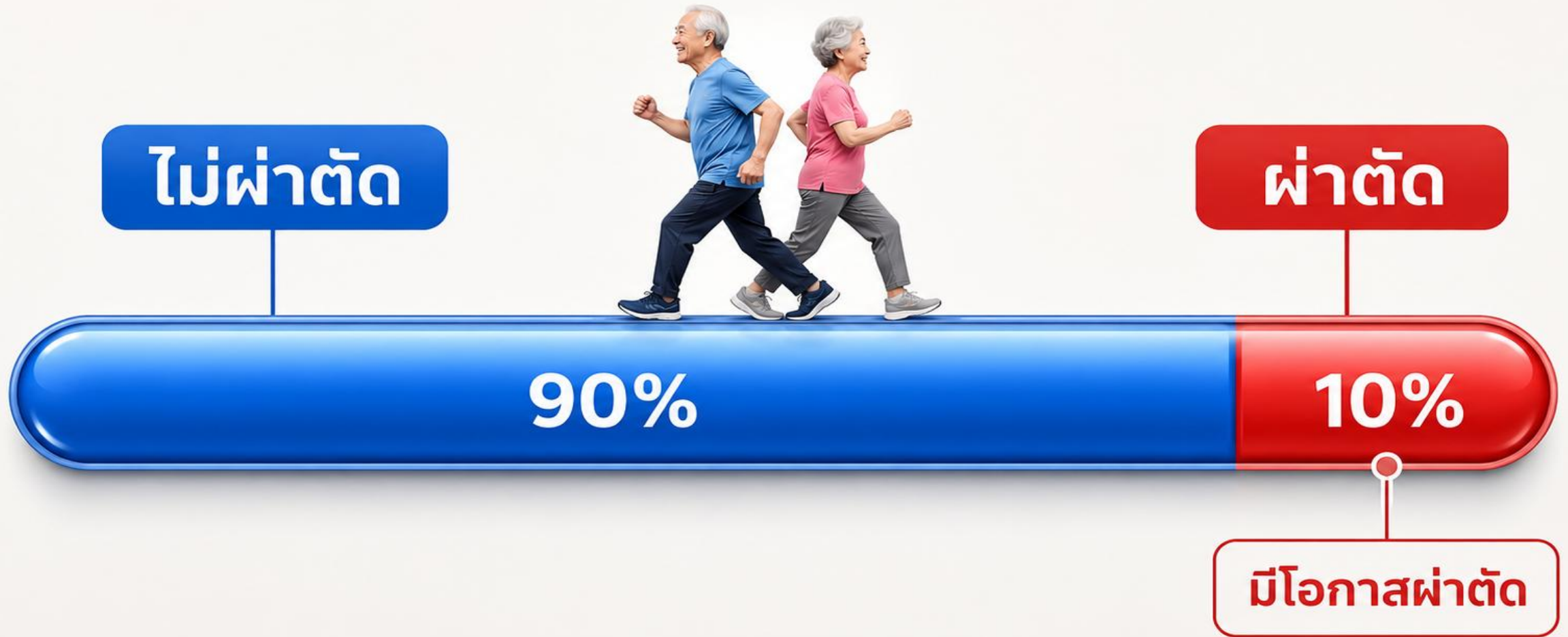
พอไม่หายปวด >>> ปวดมากขึ้น
เจ็บลำบาก

ปล่อยนานวัน อาการก็ทรุดลงปวด
จนเดินไม่ได้ อ่อนแรง ซามากขึ้น
เรื่อยๆ เครียด ท้อแท้ เบื่อ
สุดท้ายก็จบด้วย **การผ่าตัด**



www.dr.sunpainfree.com Line @drsun





แต่ถ้าทานยาให้ครบ
อาการก็มักจะดีขึ้นเลย

ดังนั้น...

ถ้าคุณ พ่อแม่คุณ ญาติคนรู้จักคุณ
เป็น กระดูกทับเส้น หลังกการกินยา

ข้อแรกเลย ต้องกินให้ครบ

ขั้นตอนที่ 1

ให้ครบ

สรุปให้ครบ คือ

1. ครบทั้ง 4 ตัวหรือยัง

2. ถ้าไม่ครบ ลองไปเช็คดูว่าขาดยาตัวไหน
โดยเฉพาะ อย่าลืมว่า ถ้าเป็นกระดูกทับเส้น
ต้องทาน

****ยาแก้ปวดเส้นประสาท ด้วยเสมอ**

จำไว้ นะครับ พระเอก คือ ยาแก้ปวดเส้นประสาท

3 ขั้นตอน ทานยา **กระดุกทับเส้น**

ให้หายปวดได้ ไม่ต้องผ่าตัด

1.ให้ครบ



2.ให้ถูก

3.ให้ถึง

หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน

ขั้นตอนที่ 2

ให้อุณหภูมิ

ฉันมาดูสิ่งที่คนส่วนใหญ่ชอบทำ
แต่ทำ **ไม่ถูก** กันครับ

ใครในที่นี้ครับ
ชอบชื่อยาชุด มาทานเอง
ชอบชื่อยาตามที่เพื่อนๆแนะนำ
หรือ ทานยาแก้ปวดตลอด ปวด
เมื่อไหร่ก็ทาน

ใครเคยทำแบบนี้ บอกหมอมาสิครับ

นี่คือ **ผลลัพธ์**
ที่อาจจะเกิดขึ้นกับคุณ
เพราะเพียงแค่คุณ
ไม่มีความรู้ที่ถูกต้อง




 แม่เราเลยคะอายุ80ละ มีอาการชืดไปรพ.หมอแอดมิดต้องให้
เลือด ส่งกล้องเจอแผลในกระเพาะ แกกินยาแก้ปวด/คลายกล้ามเนื้อ
ตลอดคะ ตัว miracid ก็กินแต่คงเอาไม่อยู่

1 วัน ถูกใจ ตอบกลับ ข้อความ

แม่เราเลยคะอายุ80ละ มีอาการชืดไปรพ.หมอแอดมิดต้องให้
เลือด ส่งกล้องเจอแผลในกระเพาะ แกกินยาแก้ปวด/คลายกล้ามเนื้อ
ตลอดคะ ตัว miracid ก็กินแต่คงเอาไม่อยู่

1 วัน ถูกใจ ตอบกลับ ข้อความ

กินยาแก้ปวด คลายกล้ามเนื้อ ตลอด

คนแก่ที่บ้านไม่เชื่อ ปวดนิดปวดหน่อยก็กินยา กินจนกระเพาะเป็นแผลถ่ายเป็นเลือด เรื่องใหญ่เลยค่ะ ต้องแอดมิตรพ.รักษาแผลให้เลือดกันไป

3 วัน ถูกใจ ตอบกลับ ข้อความ



แม่เราเลยคะอายุ80ละ มีอาการชืดไปรพ.หมอแอดมิดต้องให้
เลือด ส่งกล้องเจอแผลในกระเพาะ แกกินยาแก้ปวด/คลายกล้ามเนื้อ
ตลอดคะ ตัว miracid ก็กินแต่คงเอาไม่อยู่

1 วัน ถูกใจ ตอบกลับ ข้อความ

คนแก่ที่บ้านไม่เชื่อ ปวดนิดปวดหน่อยก็กินยา กินจนกระเพาะเป็นแผลถ่ายเป็น
เลือด เรื่องใหญ่เลยคะ ต้องแอดมิดรพ.รักษาแผลให้เลือดกันไป

3 วัน ถูกใจ ตอบกลับ ข้อความ



หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน



หมอชั้นไม่ต้องการ ให้เกิดสิ่งนี้กับทุกคน

ดังนั้นคำว่า **ให้ถูก** ของหมอ คือ

- คุณต้องมีความรู้**ถูกต้อง**เกี่ยวกับยาแก้ปวด
- ว่ายา**มีผลข้างเคียง**อะไรบ้างแล้ว
- โรคที่**คุณ**เป็น**เหมาะ**กับกินยาตัวนี้หรือเปล่า

เช้น

เวลาหมอชันดูแลคนไข้
หมอให้ความสำคัญกับเรื่องนี้มากๆ
นอกเหนือจากคุณต้องหายปวด
ที่สำคัญ ต้องปลอดภัย ด้วย

ตัวยาแก้ปวด

1. พาราเซตามอล

2. ยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่ใช่สเตอรอยด์

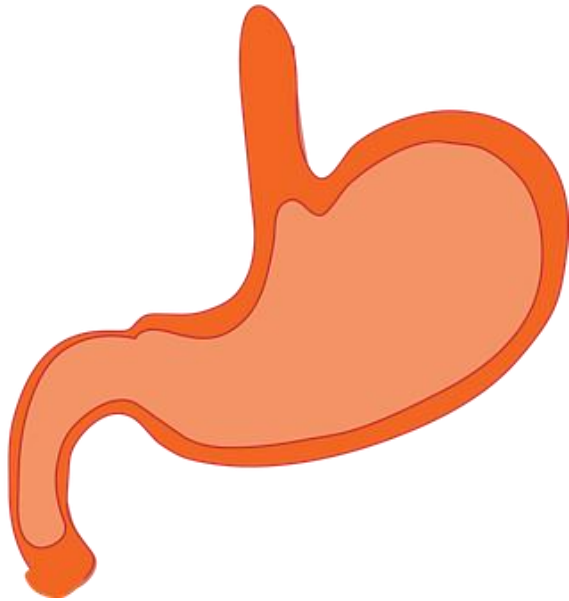
3. ยาคลายกล้ามเนื้อ

4. ยาแก้ปวดเส้นประสาท

ตัวยาแก้ปวด

- ยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่ใช่สเตอรอยด์
 - เป็นยาที่มีข้างเคียง**เยอะมาก** แต่เมืองไทยเรา
หาขายพวกนี้ได้ง่ายมาก ทำให้คนที่ไม่รู้ กิน
ไม่ถูกต้อง เลยอาจจะทำให้เกิดผลเสีย

ผลข้างเคียงยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่ใช่สเตอรอยด์

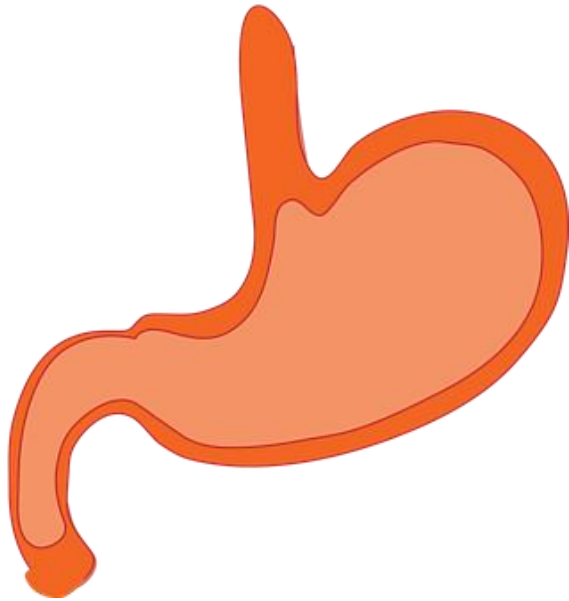


ระคายเคือง

กระเพาะ

หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน

ผลข้างเคียงยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่ใช่สเตอรอยด์

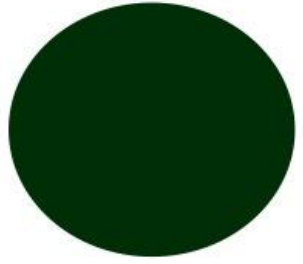


กระเพาะน้ำ
ไต



ไต

บางคนไปหาหมอหลายที่ไป หลายรพ. หลายคลินิก ทานยาซ้ำซ้อนกัน



เป็นหมอนรองกระดูกปลิ้นทับเส้นประสาท L4L5
ปวดร้าวลงขาขวาฉีกสเตอร์รอยเข้าไขสัน
หลัง3รอบแล้วคะกินยาเยอะจนมีเลือดออก
กระเพาะตายแล้วให้2รอบ ไม่อยากผ่าตัดอยาก
ไ้รักษากับคุณหมอจ้งเลยคะ

7 สัปดาห์ ถูกใจ ตอบกลับ

แต่ถ้าคุณเข้าใจ ขั้นตอนนี้
คือ กินให้ถูก

คุณก็จะหายปวด และมีความสุขแบบนี้

พี่ไปหาหมอหลายที่ ที่ไหนดีไปหมด กินยา
ฉีดยา มาหลายเข็มก็ยังไม่หายปวด ตัดสิน
ใจไปหาคุณหมอเลย กินยามาหลายที่ แต่
ยาที่กิน ทำให้ปวดท้องมาก ทนไม่ได้ ต้อง
กินยาแก้ปวดท้องเพิ่ม แต่พอได้ยาคุณหมอ
มากิน ไม่ปวดท้องเลย

 Top Fan

ดีมาก ๆ ค่ะ ไม่ผิดหวังเลยคะที่ได้สมัครเข้าเรียนได้รู้
ในสิ่งที่ไม่เคยรู้มาก่อนได้มาปรับปรุง กับตัวเรา
เพื่อที่จะไม่ปวดไม่ทรมานเหมือนตอนที่เราเป็นคัม
ค่ามาก ๆ ไม่เจ็บไม่ปวดไม่ทรมานเหมือนที่เคย เป็น
มาคะ ได้รู้เกี่ยวกับเรื่องยา ยาตัวไหนเหมาะกับตัว
เรา ยาตัวไหนที่ทำให้เราทานแล้ว ปวดท้อง โชคดี
ที่ยังไม่สายเกินไปได้มาเรียนรู้เรื่องยา ได้มาเจอ
คุณหมอทำให้กระเพาะไม่ได้รับการบาดเจ็บ
มากกว่านี้ ค่ะ คัมมาก ๆ ค่ะ

1w Love Reply

1 

คนไข้ของหมอ หายปวดด้วย ตะไบไตปลอดภัยด้วย




Orderable Item	Value	Unit	Ref. Range	Ref. Lab
Glucose (Fasting)	100.00	mg/dL	80 - 120 mg/dL	11
Glucose (Random)	100.0	mg/dL	80 - 120	11
Hb A1c	5.7	%	4.8 - 5.6	11
BUN	11.75	mg/dL	8 - 20	11
Creatinine	0.80	mg/dL	0.71 - 1.20	11
Myoglobin (CPK-MB)	72.14	ng/mL	0 - 72	11
Cholesterol	200	mg/dL	< 200	11
Triglyceride	54	mg/dL	< 150	11
HDL-Chol	75	mg/dL	> 40	11
*LDL Calculated	123.4	mg/dL	< 130	11
Total protein	7.4	g/dL	6.4 - 8.3	11
Albumin	4.4	g/dL	3.5 - 5.2	11
Globulin	3.0	g/dL	2.3 - 3.5	11
Total Bilirubin	0.26	mg/dL	0.0 - 1.2	11
Direct Bilirubin	0.04	mg/dL	0.0 - 0.3	11
AST (SGPT)	21	U/L	0 - 37	11
ALT (SGPT)	17	U/L	0 - 55	11
Alkaline (ALP)	64	U/L	30 - 100	11
CPK	72	U/L	0 - 170	11

17.20 น.

ทานยา 2 เดือน ค่าตับไต ปกติดี



ฝากแจ้งคุณหมอค่ะ ค่าตับไตดีค่ะ

17.21 น.



ทานยาตามที่เรียนมา 2 เดือนค่ะ ตอนนี้
ถอยยามา 2 อาทิตย์แล้วค่ะ

17.23 น.

รื้อรื้อทานยา 3 เดือน ค่าตับไตปกติ



drsun

รบกวนพิมพ์อัปเดตอาการตอนนี้
เพื่อคุณหมอชันปรับยาให้ค่ะ รุ...

อ่านแล้ว
15.02 น.

ได้ค่ะรบกวนพิมพ์อัปเดตอาการให้คุณ
หมอเพิ่มเติมได้เลยค่ะ

อยู่บ้านปวด1-2ไม่ชาถ้ายืนไม่นานมี
อาการชาหัวแม่เท้าค่ะ
ปวด2-3เดินไกลไม่มากถึงไกลมากปวดสะ
โพกน่องตึงบ่งชี้ขาหัวแม่เท้า
ทานยาต่อเนื่อง3เดือนตรวจเลือดค่าไตตับ
ปกติค่ะ

15.04 น.

อ่านแล้ว

สุดยอดค่า ขอขอบคุณมากๆค่า^^

ตอนแรก ปวด 10
หลังทานยาครบถูกถึง

ตอนนี้ ปวด 2-3

เห็นมั๊ยครับ
ถ้าเรากินยาให้ถูก
ปลอดภัยได้ครับ

แต่ถ้า คุณทานยา ให้ถูกต้อง
คุณก็จะปลอดภัย

คุณต้อง ผลข้างเคียง ตัวยาแก้ปวด

1. พาราเซตามอล
2. ยาแก้ปวดกลุ่มที่ไม่ใช่สเตอรอยด์
3. ยาคลายกล้ามเนื้อ
4. ยาแก้ปวดเส้นประสาท

เพิ่มเติม
หรือบางคน ที่กินยาไม่ถูก
เพราะรักษาไม่ถูกโรค

เริ่มแรกพบคุณหมอทางYouTube และติดตามมาผ โดย
ตลอดค่ะปวดคอรัวลงสะบักเป็น3ปีเต็มแต่มาทราบ
อย่างแน่ชัดว่าเป็นหมอนรองกระดูกทับเส้นเมื่อปลาย
ปี63นี่เองค่ะเกือบ3ปีที่ผ่านหมอที่อเมริกาวินิจฉัยไม่
แม่นยำบางคนบอกว่าเป็นออฟฟิศซินโดรมบางคนบอก
เป็นmyofascial pain syndrome ทำให้ดิฉันไม่ทราบว่า
ตัวเองเป็นอะไรกันแน่ทำไมรักษาเท่าไรก็ไม่หายปวด
ฝังเข็มจัดกระดูกหรือฉีดสเตียรอยด์ทำทุกวิธีทางก็ไม่
หายค่ะจนวันหนึ่งเห็นคุณหมอพูดเรื่องดีทูนในyou tube
เลยทานยาดูปรากฏว่าดีขึ้นจากนั้นเป็นต้นมาเชื่อทุก
อย่างที่คุณหมอสอนและสมัครเรียนnicare4ดีขึ้นมาก
เข้าไปอีกมีกำลังใจขึ้นค่ะจากปวด
ระดับ6-7เหลือ1-3เท่านี้ก็รู้สึกคุ้มค่ามากๆเลยค่ะที่
ติดตามคุณหมามาโดยตลอดและคิดว่าจะไปพบคุณ
หมอที่บางปะกงด้วยค่ะขอบคุณคุณหมออีกครั้งนะคะที่
ช่วยเหลือคนที่อยู่แดนไกลและไม่รู้จะปรึกษาใคร
เหมือนพระมาโปรดที่เจอคุณหมอในYouTube ค่ะ

คุณก็รู้ใช่ไหมครับ

ถ้าคุณทานยาไม่ถูกโรค
ยังไงคุณก็ไม่หาย

ดั่งนั้นขั้นตอนที่ 2 กินยา ต้องกิน ให้ถูก

สรุป **ให้ถูก** คือ

1. ถูกโรคหรือเปล่า
2. มีโรคประจำตัวแบบนี้ ทานตัวนี้ได้ไหม
3. จำได้ว่า ยาแก้ปวด ไม่จำเป็นต้องทานตลอดชีวิต
(ระวัง เรื่องของผลข้างเคียงด้วย)
4. มีโรคประจำตัวทานยาตัวนี้อยู่ แล้วทานยาแก้ปวดได้หรือไม่ (มีภาวะยาตีกัน)

และ ถ้าใครที่ต้อง **ทานยาแก้ปวด**
ตลอดเวลา หมอบอกเลยว่า
คุณอาจจะรักษามาผิดทาง (ไม่ถูก)

หมอขอยืนยันเลยครับว่า ยาแก้ปวด
ไม่จำเป็นต่องานตลอดชีวิต

ขอบคุณ หมอชั้นมากมมาย คนไข้จะดูแล
ตนเองได้ ต้องมีความรู้ คนที่อยู่ไกลๆ
ได้คุยกับหมออย่างใกล้ชิด หมอดข้อ
สงสัย ตอนนี้ หายปวดแล้ว ค่ะ ถอน
ยา ออก หมด ก็ไม่ปวดแล้วค่ะ



แม่ทานยาหมอไป 2 สัปดาห์

10.05 น.



ตอนนี้ แม่ไม่มีอาการปวด อะไรแล้วค่ะ

หายเป็นปกติแล้วค่ะ หยุดยามาได้ 3 สัปดาห์แล้ว ไม่ต้องทานยาแล้วค่ะ

10.06 น.



ยา ดีจริงค่ะ.... ขอขอบคุณ คุณหมอมานะ ค่ะ

10.07 น.

ใครเข้าใจ จำนะครับ ให้ถูก ครับ

3 ขั้นตอน ทานยา **กระดุกทับเส้น**

ให้หายปวดได้ ไม่ต้องผ่าตัด

1.ให้ครบ



2.ให้ถูก

3.ให้ถึง

หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน

ขั้นตอนที่ 3

ให้ง

ปัญหาคือ

- ให้ครบ หลายคนบอกหมดว่า **ทานยาครบแล้ว 4 ตัว** ที่หมอแนะนำ ครบแล้ว บางคนบอกว่าทานมากกว่าอีก ทาน **5-6** ตัวเลย
- อาการเสริมก็ทานแล้ว อาการยังไม่เห็นดีขึ้นเลย

คำถามก็คือ

คุณเคยถามตัวเองไหมว่า ยาที่คุณทาน
คุณทานถึง**ปริมาณ**ที่เหมาะสมหรือยัง

ถ้ายัง หมอก็บอกได้เลยว่าอาการคุณ
อาจจะไม่ดีขึ้น หรือถ้าดีขึ้นก็ไม่หายขาด

เท่านั้นยังไม่พอ ถ้าคุณ**ทานๆหยุดๆ**
อันนี้ก็เป็นอีกสาเหตุที่ทำให้อาการ
ปวดไม่หาย และทำให้
ปวดเป็นเรื้อรังมากขึ้นอีกด้วย

ดังนั้นถ้าคุณทานครบแล้ว ลองเช็คตัวเองดู
ครับว่า อาการปวดลดลงหรือยัง

ถ้าลดลงแล้ว แต่อาการคุณยังหายไม่หมด
นั้นอาจจะเป็นเพราะว่ายาที่คุณทานไม่ถึง

คุณทานยาครบ คุณทานยาถูก
แต่คุณทานเหมือนเดิมตลอด
ปวดมาก ปวดน้อย กินเท่าเดิม
คุณคิดว่าจะหายไหม?

ระดับความปวด

A : ปวดหลังร้าวลงขา พอเดินได้

B : ปวดมาก จนติดเตียง เดินไม่ได้

A



B



หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน

ระดับความปวด



หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน

คุณคิดว่า
 हमोजะให้ยา **A** กับ **B**
เท่ากันไหม ?

ตอบหมอในใจนะครับ

คุณก็รู้ใช่ไหมครับว่า

ถ้าปวดไม่เท่ากัน กินยาไม่เท่ากัน

คำถามคือ แล้วทำไม คุณกินยาเท่าเดิม

ตลอดเลยล่ะครับ

ขอบคุณ หมอชั้นมากกกกกก 😊❤️ ขอให้คำขอบคุณ
นี้แทนคำขอบคุณนับล้านคำ ตอนนี้คุณแม่พี่อาการดี

ขึ้นมาก เพราะปรับยาเพิ่มจากคำแนะนำของคุณหมอ
ทานเพิ่มมา 5 วันแล้ว; อาการในวันนี้ เธอเป็นคนปกติ
แข็งแรง ไม่ปวด นอนหลับสนิท อารมณ์ดี....ที่เคยบ่น
ปวดมา 10 เดือนก่อนหน้านี้เหมือนไม่เคยมีอะไรเกิด

ขึ้น 😂😂😂 พี่อมในฐานะลูก สบายใจมากๆ จริงๆ
คะ {ผลลัพธ์เกิดจาก ได้อ.หมอชั้นที่ให้ความรู้ที่ถูกต้อง >
คนไข้ได้รับความรู้ที่ถูกต้อง > คนไข้เชื่ออย่างหมดใจ >
คนไข้นำไปทำตามปฏิบัติจริง > ผลลัพธ์ที่ได้ก็หาย
จริงๆ ค่ะ}

22 นาที ถูกใจ ตอบกลับ ข้อความ

หมอนรองกระดูกทับเส้น

ปวดหลัง 11 ปี **ดีขึ้นได้ทันที**

11 ปี

ขอบคุณคุณหมอมากๆนะคะสั่งซื้อยาจากคุณหมอมาทานได้3วันแล้วอาการปวดหลังไม่มีแล้วคะปวดชาลดลงอาการที่เท้าลงมากๆเลยเดินได้นานขึ้นนั่งได้นานหลายชั่วโมงนอนก็ไม่ปวดหลังแล้วคะไม่ได้ว้ยคุณหมอนะคะ
พูดจริงๆเป็นหมอนรองกระดูกมา11ปีนะคะแค่ได้ทานยาคุณหมอ3วันอาการดีขึ้นจนเห็นได้ชัดเจนเดินได้นานหลายขึ้น

ขอบคุณนะคะคุณหมอชั้น

Line @drsun

@drsun



หมอชั้นเอง

คนไข้แต่ละคน หมอจ่ายยา**ไม่เท่ากัน** **ไม่**
เหมือนกัน เพราะแต่ละคนปวด**ไม่เท่ากัน**

ปวดเยอะ หมอให้ยาเยอะหน่อย

ปวดน้อยหมอก็ให้นาน้อย หรือเคสผ่าแล้ว**ไม่**

หายปวด กลุ่มนี้หมอจะต้องให้ยาเยอะหน่อย



หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน

Key คือ ต้องให้ถึง
(ถึงกับอาการปวดของคุณแต่ละคน)

ผ่าตัด 5 ครั้ง ไม่ดีขึ้น ฝังเข็ม 10 ครั้ง เดินได้

..... สู้ๆ นะคะ พี่เป็นหนักกว่ามาก
ผ่ามาก็ 5 ครั้งแล้ว ทานยาไม่ครบ ไม่ทั่ว
ไม่ถึง แล้วยังขยันทำเสา 3 รวมเป็นมา
18 ปีแล้วค่ะ ตั้งแต่ปี 45 ผ่าหลัง
ปี 50 x 2 ครั้ง ปี 51 อีก 2 ครั้ง เพราะน้อต
หลุด (ผ่าครั้ง 4 หมอถอดเหล็กออก)
ตอนนี้ ขาชา ลีบ ผ่าเท้า ตก ปี 56 ผ่าอีก
1 (ขูดหินปูน กับ เลาะพังพืด) เกือบเดินไม่
ได้ จนรู้จักหมอจากคลิปไปฝังเข็ม 10
ครั้ง กลับมาเดินได้ ไม่ใช่ไม้เท้า ขึ้น
บันได ได้ รู้จักปรับยา ขอให้พวกเราสู้ๆ
ไปด้วยกัน เป็นกำลังใจให้ทุกท่านนะคะ

เคสนี้ ผ่าตัดมาแล้ว 5 รอบ
ไม่หาย จนเกือบเดินไม่ได้
หมอมองให้ยาเยอะหน่อย

ไม่ต้องผ่าตัด และ ยังยืน



วันนี้อาการปวดร้าวลดลงจาก9-10ในสัปดาห์ที่แล้วจริงๆมีอาการเริ่มเป็นมาเกือบปีค่ะผ่าตัด
แล้วด้วยค่ะ แต่ตอนนี้หลังทานยา ให้ครบ ให้ถูก ให้ถึง แล้ว อาการปวดร้าวเหลือแค่
1-3เท่านั้น และที่พีคไปกว่านั้นค่ะอาการ อ่อนแรงของแขน หายแล้วกว่า 95% หลังจากที่ใช้
วิธีการนวดกดจุดที่คุณหมอเคยสอนไว้ค่ะ

ผ่าตัดมาแล้ว ไม่หาย >>> ทานยาครบถูกต้องถึง หายแล้ว

หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน



อาการชาก็มีสิทธิหายได้ ถ้ากินยาถึง ถึงแม้อาจจะใช้เวลานานหน่อย

ปวดหลัง ชาฝ่าเท้า หายปวดแล้ว เหมือนได้ชีวิตใหม่

ความรู้สึกหลังทานยา ครบถูกต้อง



สวัสดีค่ะคุณหมอเมื่อหลายวันก่อนคุณหมอถามว่าขาหายยังเราตอบไปว่าขายังชาอยู่ตัดสินใจว่าจะสั่งซื้อยาอีก 1 ชุดเพราะมันยังไม่หายแต่มาวันนี้หายแล้วค่ะคุณหมอหายแทบจะไม่ปวดแล้วก็ไม่ชาเลยด้วยแต่ไม่รู้ว่าจะกลับมาเป็นอีกหรือเปล่าไม่ได้เป็นหน้าม้าหรือใครให้มารีวิวแต่ซื้อยาคุณหมอกินจริงๆใช้แค่ประวัติได้ค่ะรู้สึกดีใจมากเหมือนได้ชีวิตกลับมาใหม่ทำให้มีกำลังใจในการทำงานอยากมีชีวิตอยู่ต่อขอบคุณคุณหมอมามากๆนะคะที่ช่วยเรา

13.55 น.

ปวดแสบร้อน เหมือนไฟช็อต ดีขึ้นมาก แทบจะไม่มีอาการแล้ว



ทานยาดีขึ้นปวดแสบปวดร้อนน้อยลงน้องที่
เหมือนไฟช็อตก็น้อยลงเท่าซาก็เป็นพักๆไม่
เป็นมากเหมือนตอนที่ไมยาของหมอชั้น

16.10 น.

อ่านแล้ว

สวัสดีค่า(ทีมงานหมอชั้น)มีอะไรให้ทางเราช่วย
เหลือค่ะสามารถให้รายละเอียดมาได้เลยค่ะ

อ่านแล้ว
16.10 น.

สุดยอดค่ะอาการดีขึ้นมากๆดีใจด้วยนะคะ^^



ค่ะทานยาที่คุณหมอจัดให้อยู่

16.11 น.

ข้อความที่ยังไม่อ่าน



ขอบคุณหมอชั้นมากๆค่ะอาการดีขึ้นเป็น
ของขวัญวันเกิดที่จะวันศุกร์นี้วันเกิดค่ะ

16.13 น.

ปวดหลังร้าวลงขา

หลังทานยาครบถูกถึง หายปวดแล้ว

ความรู้สึกหลังทานยา ครบถูกถึง



ขอบคุณมากๆเลยนะครับ ยาของคุณหมอได้
ผลดีมากครับ ตอนนี้อาการดีขึ้นแทบ
จะ100%ละ ไม่มีแสบร้อน ไม่ปวดขา 2รอบละ
ครับที่ยาคุณหมอช่วยผมไว้ รอบแรกปวดสลัก
เพชร ช่วงไปอเมริกากินยาคุณหมอ
ไป2อาทิตย์อาการกลับมาปกติ รอบ2ผ่าน
มา1ปีไปเที่ยวิตาลี นั่งรถนานปวดหลังร้าวลง
ขาปวดสลักเพชร ปวดประมาณเกือบๆ1เดือน
กายภาพก็ไม่หาย สั่งยาแบบนี้แค่4-5วันรวม
กับออกกำลังกายยืดเหยียด อาการดีขึ้นจน
หายเกือบปกติละ ขอบคุณมากๆครับผม

15.11 น.

ทานยาครบถูกถึง ดีขึ้น
เลย ไปเที่ยวได้

om



ปวดคอบ่าไหล่

หายปวดกว่า 70% แล้ว

ความรู้สึกหลังทานยา ครบถูกต้อง



สวัสดีค่ะอยากจะสั่งยาเพิ่มอีกชุดค่ะหลังจาก
สั่งยามาทาน2ชุดอาการดีขึ้นมากเลยค่ะเบา
ปวดมากเลยค่ะตอนนี้ปวดคอบ่าไหล่ดี
ขึ้น70%เลยค่ะปวดสะโพกกลางขาดีขึ้น70-
80%เลยค่ะขอขอบคุณคุณหมอมากค่ะอยาก
หายขาดค่ะคุณหมออยากสั่งยากินต่อ
อีก2ชุดค่ะ

15.54 น.

ปวดแสบร้อน เหมือนไฟช็อต ดีขึ้นมาก แทบจะไม่มีอาการแล้ว



ทานยาดีขึ้นปวดแสบปวดร้อนน้อยลงท้องที่เหมือนไฟช็อตก็น้อยลงเท้าชาก็เป็นพักๆไม่เป็นมากเหมือนตอนที่ไมยาของหมอชั้น

16.10 น.

อ่านแล้ว

สวัสดีค่า(ทีมงานหมอชั้น)มีอะไรให้ทางเราช่วยเหลือจะสามารถให้รายละเอียดมาได้เลยคะ

อ่านแล้ว
16.10 น.

สุดยอดคะอาการดีขึ้นมากๆดีใจด้วยนะคะ^^



คะทานยาที่คุณหมोजัดให้อยู่

16.11 น.

ข้อความที่ยังไม่อ่าน



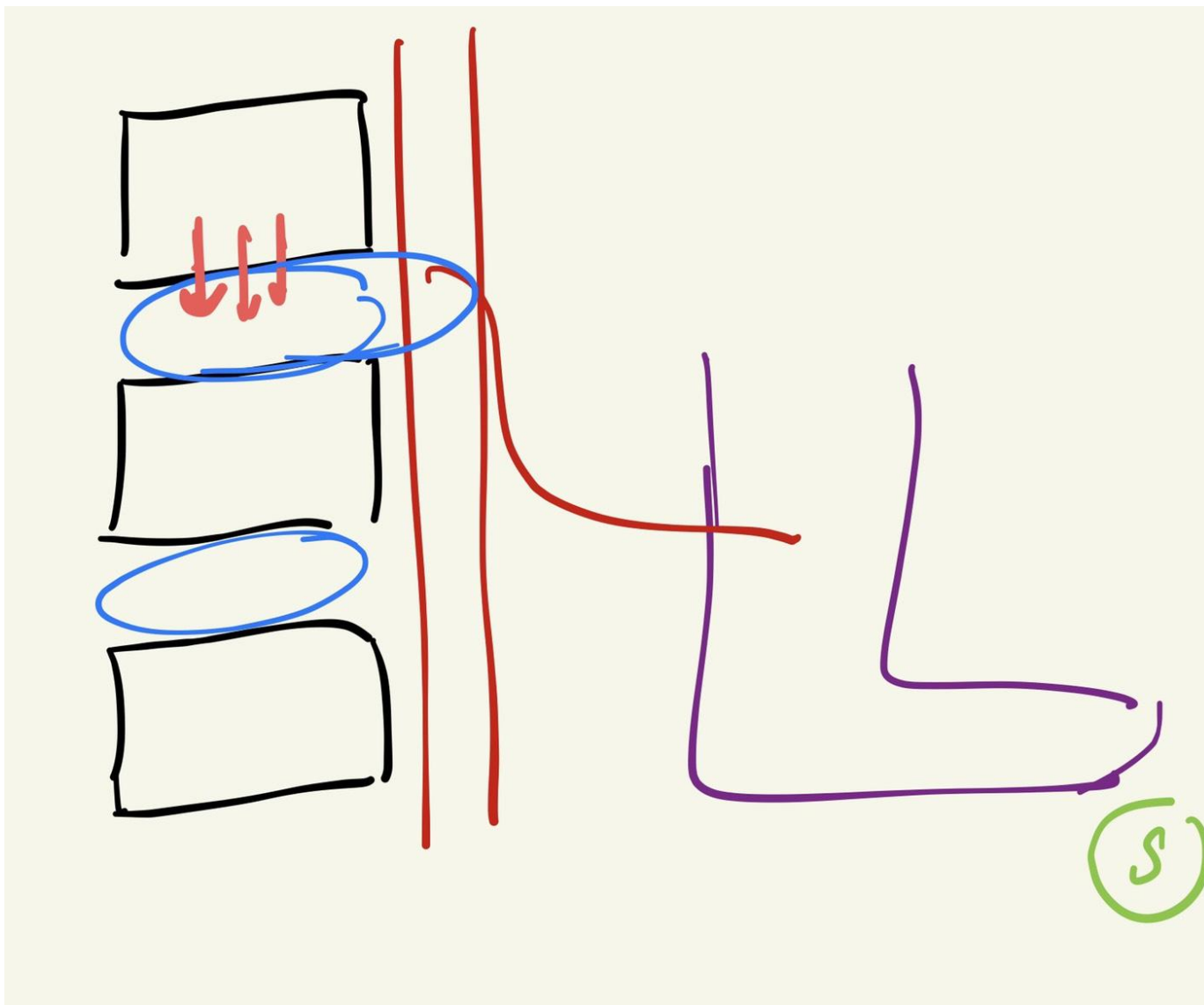
ขอบคุณหมอชั้นมากๆคะอาการดีขึ้นเป็นของขวัญวันเกิดที่จะวันศุกร์นี้วันเกิดคะ

16.13 น.

■  วันนี้อาการปวดร้าวลดลงจาก9-10ในสัปดาห์ที่แล้วจริงๆมีอาการเริ่มเป็นมาเกือบปีค่ะผ่าตัดแล้วด้วยค่ะ แต่ตอนนี้หลังทานยา ให้ครบ ให้ถูก ให้ถึง แล้ว อาการปวดร้าวเหลือแค่ 1-3เท่านั้น และที่พีคไปกว่านั้นค่ะอาการ อ่อนแรงของแขน หายแล้วกว่า 95% หลังจากที่ใช้วิธีการนวดกดจุดที่คุณหมอเคยสอนไว้ค่ะ

ผ่าตัดมาแล้ว ไม่หาย >>> ทานยาครบถูกต้องถึง หายแล้ว

คำถาม :
วิธีการเช็คว่า ยาให้ถึง หรือยัง?



1.ปวดร้าวลงขา

2.ชา

3.อ่อนแรง

ลดลง?

คุณกำลังคิดว่า ถ้ากินยาเยอะ
กินแบบนี้ไม่เกินไปหรือ?

ไม่เกินไปครับ

ถ้าคุณรู้ว่ายาตัวนี้ทานได้มากที่สุด

เท่าไร

ซึ่งคุณสามารถสอบถามที่หมอที่รักษา

หรือเภสัชกรได้ครับ

ซึ่งถ้าเป็นคนที่ใช้ทุกคนที่ให้หมอช่วยจัดยาให้
หมอจะจัดให้ถึง และจะไม่เกิน **dose**
ของคนไข้ ซึ่งสิ่งต่างๆนี้
ต้องดูเรื่องของ อายุ เพศ น้ำหนัก ส่วนสูง
โรคประจำตัว ประกอบด้วย

สรุปให้ถึง คือ

ยาแก้ปวดเส้นประสาท ถ้าทานจนถึง อาการ
ปวดร้าว ชา อ่อนแรง ก็จะค่อยๆลดลงได้



ทานยาไม่ถึงอาทิตย์ อาการปวดหาย
เกือบปกติแล้วค่ะ ขอขอบคุณคุณหมอมาก
ค่ะ

8.32 น.



อยากทราบวันเวลาทำการที่คลินิกด้วยค่ะ
ญาติมีอาการปวดแบบเดียวกันอยาก
แนะนำ พาไปรักษากับคุณหมอค่ะ

8.34 น.

เดินได้แล้ว จากที่เดินไม่ได้

สวัสดีค่ะ

8.11 น.

พอดีลูกทานยาคุณหมอ ได้ 2 อาทิตย์ค่ะ แต่
ตอนนี้ ลูกหายแล้ว วันนี้ ลูกไปทำงานได้แล้ว
ค่ะ จากที่เดินไม่ได้ ต้องนอนทานข้าว ยาคุณ
หมอดีมากค่ะ ขอบคุณคุณหมอมากๆค่ะ

8.12 น.



ทานยาครบ ห้ามยกของหนัก และถอยยาออก มี
ชีวิตดีขึ้น เมื่อวานได้ไปแจกของ โรงทาน ทอดกฐิน
ขอบคุณมากค่ะ 🙏

วันนี้อาการปวดร้าวลดลงจาก9-10ในสัปดาห์ที่แล้วจริงๆมีอาการเริ่มเป็นมาเกือบปีค่ะผ่าตัดแล้วด้วยค่ะ แต่ตอนนี้หลังทานยา ให้ครบ ให้ถูก ให้ถึง แล้ว อาการปวดร้าวเหลือแค่ 1-3เท่านั้น และที่พีคไปกว่านั้นค่ะอาการ อ่อนแรงของแขน หายแล้วกว่า 95% หลังจากที่ใช้วิธีการนวดกดจุดที่คุณหมอเคยสอนไว้ค่ะ



แค่ให้ครบ ให้ถูกและให้ถึง

แล้วเราจะมาหายปวดกระดูกทับเส้นไปด้วยกันค่ะ 🙌 🙌 🙌 😊 😊 😊 🎉 🎉 🎉

***อย่าลืมนะคะมีสติค่ะ 😊 😊 😊

3 สัปดาห์ **ถูกใจ** ตอบกลับ



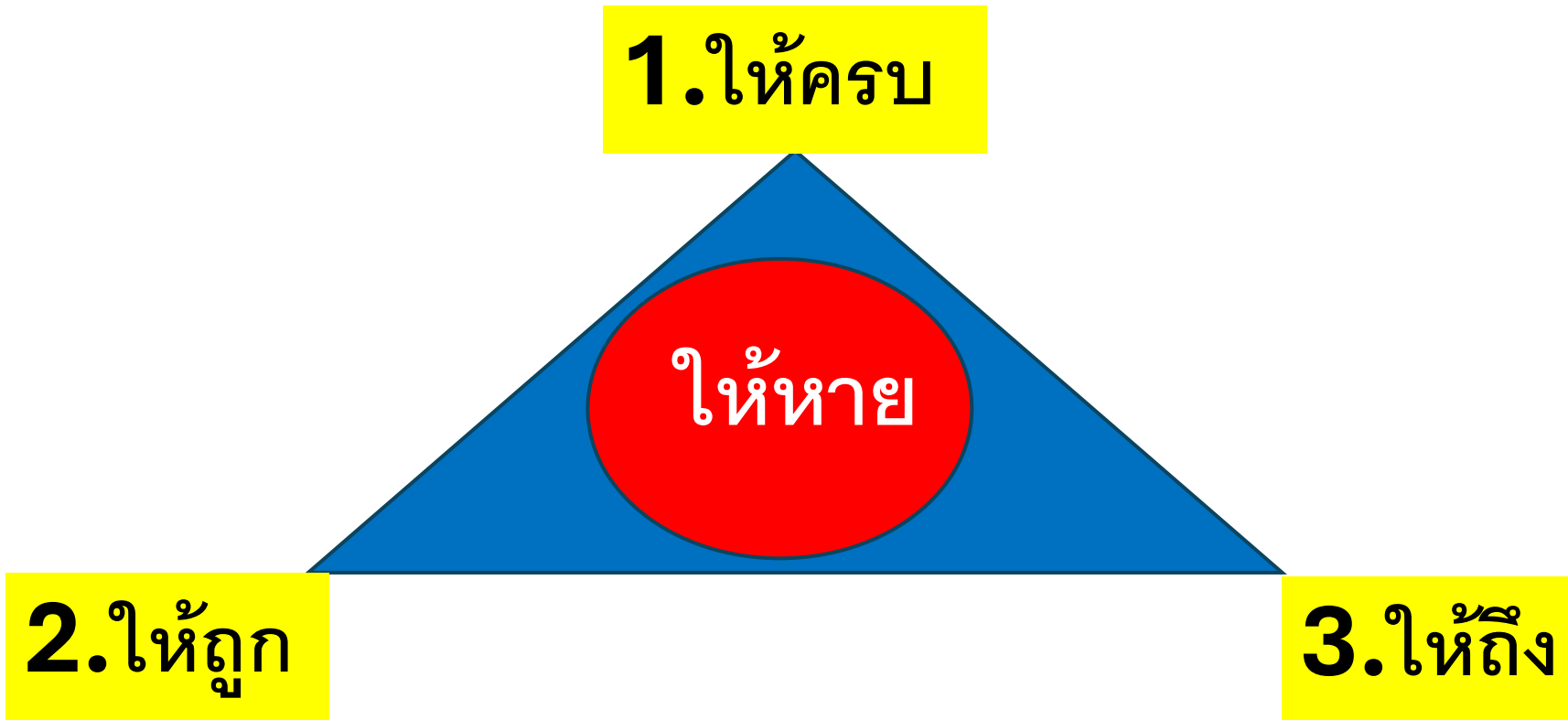
หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน



ใครเข้าใจ
ต้องให้ถึง ครับ

3 ขั้นตอน หายปวดกระดูกทับเส้น

อย่างเร่งด่วน จากการกินยาตามนี้



หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน

แต่สิ่งสำคัญที่สุด
คุณต้องเชื่อว่าคุณ **หายได้**



กินยาตามหมอแนะนำค่ะ ออกกำลังกายตามหมอ
ชั้นแนะนำ ไม่ยกของหนัก ที่แรกไม่ได้มาดูคลิป
หมอชั้น ดูจากคลิป และ ทำตามหมอแนะนำ จนไม่
ได้กินยา แล้วค่ะ เป็นหมอนรองกระดูก 2 ปี ยังหาย
ได้เลยค่ะ ขอขอบคุณ หมอมากๆ ค่ะ ลู๊ๆ ทุกท่านนะคะ



10w

Like

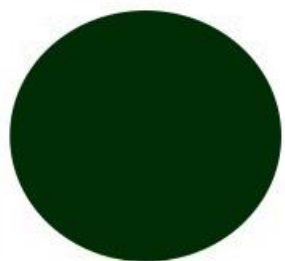
Reply

9



หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน





ขอบคุณ คุณหมอชั้นมากๆครับ...ผมลองกิน
มา3-4วันฟังตามคลิปคุณหมอชั้น...อาการดีขึ้น
เลยครับ ซาปปลายเท้าปล่อยลง จากชามากๆตอนนี้
ไม่ค่อยมีเลยครับ ❤️ 🙏

3w

Like

Reply



ทานยาตามที่คุณหมอแนะนำมา 3 วัน
อาการปวดร้าวลงสะโพก ลงขา ดีขึ้น
มากค่ะเลยค่ะ เหลือแต่อาการยังมีอยู่
ค่ะ แต่ก็รู้สึกดีขึ้นค่ะ
ขอบคุณ คุณหมอมากๆค่ะ เจอหมอชั้น
แล้วหายปวดค่ะ

2 ปีคะ เต้น่า จะเป็นนายแล้ว ก็เลยตัดสินใจ สมัครเรียน.กันคุณหมอเพราะว่า น่าจะเป็น ความหวังสุดท้ายแล้ว นอกจากการผ่า อาการปวดที่เป็นมากที่สุด คือปวดจน ขาสั่น นอนไม่หลับ เครียด อย่างที่หมอบอก..วงจร อุบาท

2 สัปดาห์ ถูกใจ ตอบกลับ

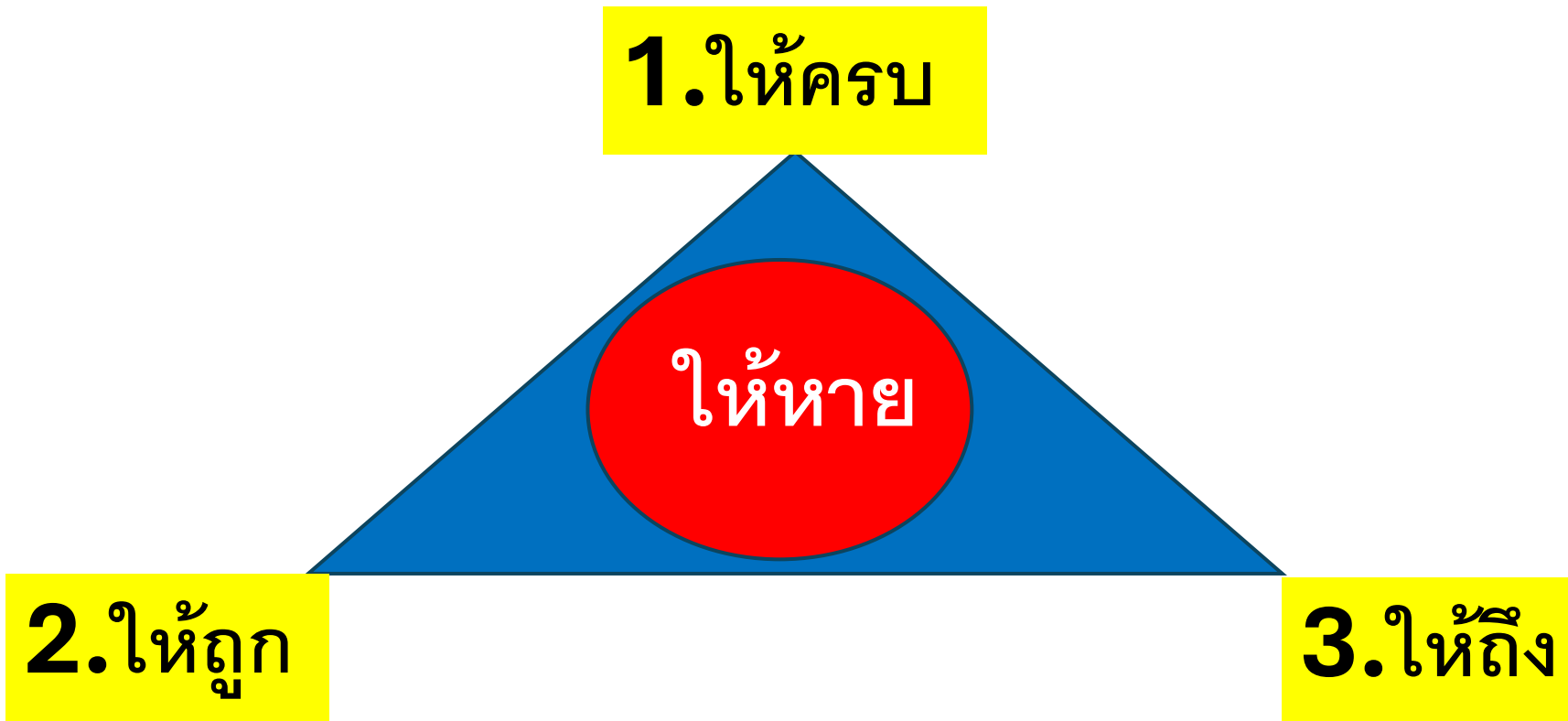
แล้วเริ่มเรียนกับคุณหมอก็ยังไม่มั่นใจว่าจะหาย เรียนไปสักระยะเริ่มซื้อยามาทาน ยอมรับว่า ไม่ค่อยเข้าใจที่หมอสอนสักเท่าไร พอเรียนมาถึงบทที่ 6 ค่อยเริ่มเข้าใจเรื่องการปรับยา ให้เข้ากับอาการปวดที่เป็นอยู่ คือเต็ม 10 เลยคะ แล้วได้เห็นเพื่อนที่เรียนด้วยกัน ก็มีกำลังใจว่าจะหายปวด

เหมือนที่หมอบอก เห็นหน้าหมอชั้นต้องหายปวด ต้องขอบคุณหมอชั้นที่ตอบทุกคำถาม ถ้าเห็นคนไข้เจ็บไป ก็ทัก ถามอาการใส่ใจกับคนไข้ จนตอนนี้หายปวด นอนหลับ. ไม่เครียดเหมือนก่อนแล้ว ต้องขอบคุณคุณหมอ เป็นอย่างมากเลยคะ ค่ะ ค่ะมากกับการ ได้เรียนกับคุณหมอคะ

2 สัปดาห์ ถูกใจ ตอบกลับ

3 ขั้นตอน หายปวดกระดูกทับเส้น

อย่างเร่งด่วน จากการกินยาตามนี้



หมอนรองกระดูกทับเส้น หายปวด ไม่ต้องผ่าตัด และ ยั่งยืน



หายปวดได้ ไม่ต้องผ่า!

เทคนิคกินยาแก้ปวดกระดูกกับเส้น ฉบับหมอซัน

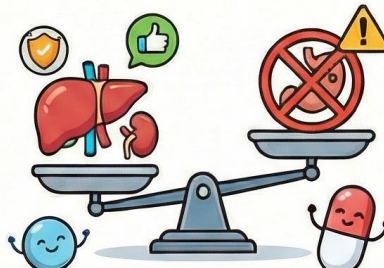
หมอซันแนะนำเทคนิคการกินยาเพื่อแก้ปัญหาปวดจากกระดูกกับเส้นประสาทให้ได้ผลจริง โดยเน้น 3 หลักการสำคัญ คือ **“ครบ ถูก ถึง”** ซึ่งเป็นวิธีที่ช่วยให้คนไข้จำนวนมากหายปวดได้โดยอาจไม่จำเป็นต้องผ่าตัด

1. กินให้ **ครบ**



ต้องกินยาทั้ง 4 กลุ่ม โดยเฉพาะ **“ยาแก้ปวดเส้นประสาท”** ที่หลายคนมักลืม

2. กินให้ **ถูก**

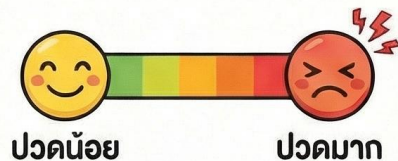


เลือกยาที่ไม่ส่งผลเสียต่อตับและไต



หากมีความเสี่ยง ควรปรึกษาแพทย์เพื่อเปลี่ยนตัวยา

3. กินให้ **ถึง**



ปรับขนาดยาให้เหมาะสมกับระดับความรุนแรงของอาการปวด



ใครสนใจ **หายปวด** พิมพ์ **“สนใจ”** ได้เลยครับ



เดี๋ยวทีมงานส่งรายละเอียดให้ครับ



ลองทำตามกันดูนะครับ
ให้ครบ ให้ถูก ให้ถึง

แล้วอาการปวดของคุณจะดีขึ้น
เหมือนคนไข้ทุกคนของหมอครับ

เห็นไหมครับ เนี่ยแหละครับ
สุดท้ายคุณจะหายปวดกระดูกทับเส้น
ไม่ต้องผ่าตัด ไม่ต้องไปรพ

และสำหรับใคร
ที่อยากให้หมอช่วย จัดยาให้
แบบเฉพาะบุคคล

สามารถ ทัก **Line @drsun**

หรือมีคำถามต้องการสอบถามหมอเพิ่มเติมแจ้งที่นี้เช่นกันครับ

เพิ่มเติม สำหรับหมอ หายปวดอย่างเดียว
ไม่เพียงพอ ถ้าเป็นแม่หมอ หมอก็ต้องการ
ให้หายปวดตลอดไป ซึ่งกับคนไข้ก็เช่นกัน
คุณต้องรู้วิธีหายปวดกระดูกทับเส้น ไม่
เป็นซ้ำด้วย

และสำหรับใคร ที่
ต้องการหายปวดกระดูกทับเส้นแบบ
ยั่งยืน ไม่ต้องเป็นซ้ำ ให้ทำตามนี้

ให้หาย

กินยา

ให้ครบ ให้ถูก ให้ถึง

ฝังเข็ม

DrSUN
4in1

UC2+Proteoglycan

ลด

ความ

เสี่ยง

กายภาพ

ออกกำลังให้

แข็งแรง

ความเชื่อ

5 เสาหลักหายปวดกระดูกทับเส้นอย่างแท้จริง ยั่งยืน ไม่กลับมาเป็นซ้ำ

สามารถ ขอคลิป เพื่อศึกษา
การดูแลอย่างต่อเนื่องได้เลย
ทัก **Line @drsun**

หมายเหตุ อื่นๆ เพิ่มเติม

และฝากติดตาม หมอซัน ได้ที่

Youtube : หมอซัน หมอฟรีเจ็บ

FB : drsun.co.th

Line : @drsun

www.drsunpainfree.com