



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
Department of Health Service Support

ข้อควรระวังการนวดเพื่อสุขภาพ

1. **ห้ามนวด** ผู้มีอาการบาดเจ็บ
2. **ห้ามนวด** บริเวณที่มีความผิดปกติของระบบหลอดเลือด เช่น อาการเส้นเลือดอุดตัน อาการอักเสบแดงตามแนวเส้นเลือด ซึ่งอาจมีก้อนเลือดเคลื่อนไปยังบริเวณอื่น ทำให้เกิดการอุดตันของหลอดเลือดหัวใจและสมองได้
3. **ห้ามนวด** ในผู้ที่มีความดันโลหิตสูง และมีอาการหน้ามืด ใจสั่น ปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน
4. **ห้ามนวด** บริเวณรอยโรคบนผิวหนังที่ยังไม่หายสนิท อาจทำให้แผลแยก หรือติดเชื้อผ่านทางน้ำเหลืองมาถึงตัวผู้นวด
5. **ห้ามนวด** บริเวณที่มีการติดเชื้อหรือบริเวณที่มีการอักเสบ เพราะจะทำให้เกิดการแพร่เชื้อและอักเสบมากขึ้น
6. **ห้ามนวด** ในบริเวณที่มีการผ่าตัดน้อยกว่า 1 เดือน
7. **ห้ามนวด** ผู้มีอาการเกี่ยวกับกระดูก เช่น กระดูกเปราะ กระดูกพรุน กระดูกแตกกร้าวที่ยังติดไม่ดี
8. **ห้ามนวด** ผู้ป่วยโรคมะเร็ง การนวดจะกระตุ้นให้เซลล์มะเร็งแพร่กระจายได้
9. การนวดผู้ที่เปลี่ยนข้อต่อต้องทำด้วยความระมัดระวัง ผู้นวดต้องมีความรู้และความชำนาญ
10. **ห้ามนวด** ผู้มีอาการไข้
11. **ห้ามนวด** สตรีมีครรภ์



Call Center : 02-193-7000
กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ