

58. Cận thị

Bệnh thường do xem sách lâu dài ở nơi ánh sáng yếu, làm cho mắt quá mệt mỏi, công năng góc nhìn của mắt thay đổi gây ra. Cũng có trường hợp do di truyền. Biểu hiện nhìn xa không rõ, có khi váng đầu, mắt có cảm giác tức và mỏi.

Cách chữa: Lấy các huyệt *Thừa khấp, Ất minh, Phong trì*.

Trước hết dùng hào kim châm chếch huyệt *Thừa khấp*, mũi kim đến khoeo mắt trong, nếu sức nhìn có thay đổi, cứ thế châm luôn huyệt này cho tới khi sức nhìn trở lại bình thường mới dừng. Nếu vô hiệu thì lấy *Ất minh* hoặc *Phong trì*.

Dùng các huyệt trên không có kết quả thì thay bằng các huyệt *Ty trúc không, Tán trúc*.

Mỗi ngày hoặc cách ngày 1 lần. 10 lần là một liệu trình, nghỉ dưỡng bảy ngày lại tiếp tục.

Trong thời gian chữa, không được để mắt phải làm việc quá mệt, đồng thời cần kết hợp thao tác ấn, day bằng tay các huyệt *Thái dương, Tán trúc, Mi xung, Tĩnh minh, Thừa khấp*. Mỗi ngày ấn day một vài lần, mỗi lần vài ba huyệt, mỗi huyệt vài ba phút, để nâng cao hiệu quả.

Giải nghĩa của phương: *Phong trì, Ất phong* để khử phong điều kinh khí. *Thừa khấp* có thể điều khí huyết của vùng mắt. *Ty trúc không, Tán trúc* là yếu huyệt trị bệnh mắt.