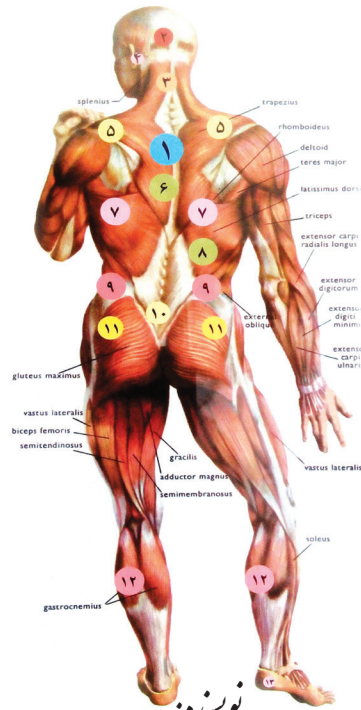


به نام آن که هستی از او نام یافت





حجامت درمانی کاربرد



نویسنده:

دکتر محمد کوردزی

(عضو انجمن مؤسسه تحقیقات حجامت ایران)

سرشناسه	: گودرزی، محمد، ۱۳۴۳
عنوان و نام پدیدآور	: حجامت درمانی کاربردی
مشخصات نشر	: تهران: سفیراردهال، ۱۳۹۴
مشخصات ظاهری	: ۶۶ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵س م
شابک	: ۳ - ۲۷۳ - ۳۱۳ - ۶۰۰ - ۹۷۸
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیپای مختصر
یادداشت	: فهرست‌نویسی کامل این اثر در نشانی: http://opac.nlai.ir قابل دسترسی است
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۸۰۴۴۶۸



انتشارات سفیراردهال



شابک: ۳ - ۲۷۳ - ۳۱۳ - ۶۰۰ - ۹۷۸

تهران: خیابان مفتح، خیابان سمیه، روبه روی بانک ملی ایران، ساختمان ۱۱۸، واحد ۴

حجامت درمانی کاربردی

© حق چاپ: ۱۳۹۶ (چاپ اول ۱۳۹۴)، انتشارات سفیر اردهال www.safirardehal.ir

نویسنده: دکتر محمد گودرزی

صفحه‌آرایی و طراحی جلد: واحد آماده‌سازی نشر سفیراردهال

نوبت چاپ: دوم-۱۳۹۶

لیتوگرافی: نویس، چاپ: عترت، صحافی: مشعر

شمارگان: ۲۲۰۰ نسخه

شماره نشر: ۲-۴۰۸

بهها: ۸۰۰۰۰ ریال

همه حقوق محفوظ است. هرگونه نسخه‌برداری، اعم از زیراکس و بازنویسی، ذخیره کامپیوتری، اقتباس کلی و جزئی (به جز اقتباس جزئی در نقد و بررسی و اقتباس در گیومه در مستندنویسی، و مانند آنها) بدون مجوز کتبی از ناشر ممنوع و از طریق مراجع قانونی قابل پیگیری است.

با تشکر
از استاد دلفانی
و
محمدجواد محمدی فرید





فصل اول: حجامت و تاریخچه آن.....	۹
فصل دوم: انواع حجامت.....	۱۱
حجامت ناحیه سر.....	۱۱
۱- حجامت سر.....	۱۱
۲- حجامت پشت سر.....	۱۳
۳- حجامت پشت گوش.....	۱۴
۴- حجامت پیشانی.....	۱۵
۵- حجامت شقیقه ها.....	۱۶
۶- حجامت گونه ها.....	۱۷
۷- حجامت زیر چانه.....	۱۹
فصل سوم: انواع حجامت ناحیه تنه.....	۲۱
۸- حجامت آرتروز گردن.....	۲۱
۹- حجامت بالای هر دو شانه (برای آرتروز گردن).....	۲۲
۱۰- حجامت عام (مهم ترین و عمومی ترین حجامت).....	۲۳
۱۱- حجامت کبد.....	۲۷
۱۲- حجامت قلب.....	۲۹
۱۳- حجامت احتقان (ریه).....	۳۲
۱۴- حجامت قاعده های ریه.....	۳۳
۱۵- حجامت آسم (روی سینه).....	۳۴
۱۶- حجامت کلیه ها.....	۳۵
۱۷- حجامت چهاربند.....	۳۶
۱۸- حجامت مثانه.....	۳۸
فصل چهارم: حجامت اندام های تحتانی.....	۳۹

۱- حجامت بالای ران‌ها و کنار ران‌ها.....	۳۹
۲- حجامت بالای زانو.....	۴۰
۳- حجامت قسمت داخلی زانوها.....	۴۱
۴- حجامت قسمت خارجی زانوها.....	۴۲
۵- حجامت پشت زانوها.....	۴۳
۶- حجامت پشت ساق‌ها.....	۴۵
۷- حجامت کنار ساق‌های پا.....	۴۷
۸- حجامت پاشنه‌ها.....	۴۹
۹- حجامت روی پا.....	۵۱
۱۰- حجامت زیر پا.....	۵۲
فصد خون (خون‌گیری به روش غیر فصد).....	۵۶
منابع.....	۶۳





فصل اول

حجامت و تاریخچه آن

لغت حجامت شاید به معنی حجیم، گشایش، حجم‌دهنده باشد. در ایران و کلاً غرب آسیا به آن حجامت می‌گویند در شرق آسیا و برخی کشورها Hijama و در برخی دیگر از کشورها مانند اندونزی به Becam (بکام) معروف است.

پیشینه حجامت

طبق قدیمی‌ترین سند معتبر موجود که مربوط به ۳۳۰۰ سال قبل از میلاد مسیح است حجامت در مقدونیه انجام می‌شده و بعدها از



مقدونیه به یونان باستان رفته و از آن زمان شاخص پزشکی بودن، حجامت کردن و داشتن ابزار آن بوده است.

برخی ذکر کرده‌اند که طب سوزنی و حجامت از آنجا پیدا شد که متفکران متوجه شدند که وقتی سربازی در میدان جنگ مورد اصابت سنگ یا شیئی تیز قرار می‌گیرد و زخمی برمی‌دارد به علت همین زخم و خونی که از بدن فرد می‌رود بسیاری از بیماری‌های قبلی او بهبود می‌یابد. این کشف بزرگ به آنها آموخت که با فرو بردن سوزن و تیغ زدن می‌توانند برخی از امراض را درمان کنند و به این ترتیب ۲۶۰۰ سال قبل از میلاد مسیح شاخه‌های حجامت در چین و ایران جزء اصول درمان بوده‌اند. اطباء سنتی ایران نقاط متعددی از بدن را برای حجامت پیدا کرده که هر ناحیه برای درمان تعدادی از بیماری‌ها و یا پیشگیری از تعدادی بیماری به کار می‌رود.

در ایران حجامت جایگاه ویژه داشته، مردم در حمام‌ها به وسیله حُجام حجامت می‌شدند و در فصل بهار و پاییز تمام اعضاء خانواده در خانه‌ها به وسیله حجام حجامت می‌شدند.

شیخ‌الرئیس ابوعلی سینا در کتاب قانون فصل بیست و یکم در مورد حجامت تأکید کرده و سفارش به حجامت می‌کند و در مورد خواص حجامت و انواع آن و تأثیرات آن روی بدن توضیح می‌دهد.



فصل دوم

انواع حجامت

حجامت ناحیه سر

۱- حجامت سر

در این حجامت لیوان ۷۵ CC را روی سر گذاشته با ژل دور آن را گرفته تا لیوان با انجام وکیوم روی سر خوب بچسبد (احتیاجی به تراشیدن سر نمی باشد). بعد از چند دقیقه وقتی پوست سر کمی متورم و قرمز شد لیوان را برداشته با سوزن ۵۰ تا ۷۰ خراش به صورت عمودی داده می شود و یا با تیغ شماره ۱۱ همان تعداد خراش



را روی سر ایجاد می‌کنیم و بعد لیوان حجامت را گذاشته و وکیوم می‌کنیم اگر حجام ماهر باشند لازم نیست فرد روی تخت خوابیده باشد. مدت زمان حجامت سر ۷-۱۰ دقیقه می‌باشد.
در حجامت سر مقداری چربی و خون غلیظ از آن خارج می‌شود.
جریان خون به پيازچه‌های موی سر بیشتر می‌شود.

خواص حجامت سر

- ۱- درمان و جلوگیری از ریزش مو
- ۲- درمان خارش سر
- ۳- درمان جوش صورت
- ۴- بهتر شدن رنگ پوست صورت
- ۵- جلوگیری از پیرچشمی
- ۶- جلوگیری از پیرگوشی (سنگینی گوش)
- ۷- جلوگیری از وزوز گوش
- ۸- جلوگیری از آب مروارید و آب سیاه
- ۹- درمان فشار چشم
- ۱۰- برطرف کردن سرگیجه
- ۱۱- درمان سینوزیت (البته سینوزیت عودکننده است به خاطر تنفس در هوای آلوده سینوس‌ها عفونی شده و سینوزیت نیز برمی‌گردد ولی در حجامت سر برگشت سینوزیت طولانی شده و دیرتر عود می‌کند).
- ۱۲- درمان خارش گوش
- ۱۳- جلوگیری از سکته مغزی
- ۱۴- برای بهتر عمل کردن موها بعد از کاشت مو، چون حجامت سر به صورت سوزنی انجام می‌شود خون‌رسانی به پيازچه‌های جدید بهتر است.
- ۱۵- درمان سردردهای مقاوم مثل میگرن و کلاستر

۲- حجامت پشت سر

لیوان حجامت را در پشت سر گذاشته (قسمت اکسی پیتال) که معمولاً لیوان ۷۵ CC می باشد با ژل آن را نگه داشته و کیوم می کنیم بعد از اینکه (حدود ۲ دقیقه) قرمز و متورم شد با تیغ چندین خراش کوچک می دهیم و حجامت می کنیم.



خواص حجامت پشت سر

- ۱- برای درمان مشکلات چشمی
- ۲- برای درمان مشکلات مخچه
- ۳- برطرف کردن وسواس
- ۴- برطرف کردن ترس (فوبیا)
- ۵- برای درمان PTSD.

افرادی که در جنگ بوده اند و خاطرات بدی دارند و مدام آن را خواب می بینند و از آن رنج می برند حجامت پشت سر برای آنها مفید است چون باعث فراموشی آن خاطرات می شود.

۳- حجامت پشت گوش

لیوان حجامت که معمولاً ۵۵ CC می باشد روی استخوان ماستوئید قرار داده و با تیغ ترجیحاً شماره ۱۱ چندین خراش داده و حجامت می کنیم.



خواص حجامت پشت گوش

- ۱- جلوگیری از وز وز گوش و یا کاهش وزوز گوش
- ۲- جلوگیری از پیرگوشی
- ۳- باز کردن مجرای گوش
- ۴- درمان خارش گوش
- ۵- جلوگیری از سکته مغزی
- ۶- خون رسانی بهتر به چشم ها
- ۷- درمان فشار چشم
- ۸- خون رسانی بهتر به هیپوفیز (Hypophysis) برای رشد قد در بچه ها چون هیپوفیز مهم ترین غده ترشح کننده هورمون رشد در بدن است.

۴- حجامت پیشانی

در این حجامت لیوان حجامت روی پیشانی فرد (فروناتال) قرار می‌گیرد و با سوزن و یا تیغ بسیار ظریف چندین خراش بر پیشانی ایجاد می‌کنیم و سپس حجامت می‌کنیم.



خواص آن

- ۱- درمان سینوزیت
- ۲- برطرف کردن لکه پیشانی
- ۳- درمان حس بویایی (افرادی که حس بویایی خود را از دست داده‌اند).
- ۴- برطرف کردن جوش‌های روی پیشانی

۵- حجامت شقیقه‌ها

در این حجامت لیوان در کنار خارجی هر دو چشم جدا، گذاشته شده و با تیغ خیلی ظریف خراش‌هایی داده می‌شود و حجامت انجام می‌شود. در این حجامت خون‌رسانی به چشم‌ها بیشتر می‌شود.



خواص آن

- ۱- جلوگیری از پیرچشمی
- ۲- جلوگیری از آب مروارید
- ۳- جلوگیری از آب سیاه
- ۴- جلوگیری از چروک شدن کنار چشم
- ۵- جلوگیری از تجمع چربی زیر چشم

۶- حجامت گونه‌ها

معمولاً برای درمان جوش‌های صورت انجام می‌شود. لیوان حجامت را روی گونه گذاشته بعد از اینکه قرمز شد چندین سوزن ریز (به جای تیغ) روی گونه زده می‌شود و بعد لیوان را گذاشته و وکیوم می‌کنیم. البته بهتر است قبل از حجامت صورت، حجامت عام، فصد دست چپ و حجامت کبد انجام شود و بعد صورت حجامت شود. طبق تجربه اینجانب وقتی که کبد چرب باشد و یا فشار غلظت روی آن باشد معمولاً چربی‌ها را به صورت منتقل می‌کند. اگر ابتدا کبد را سبک کرده بعد حجامت گونه انجام شود بهتر است.



- چگونه کبد را تقویت کنیم تا چربی را روی بدن (صورت) نریزد؟
- ۱- رعایت غذایی (منظور نخوردن کره، خامه، نوشابه، سوسیس، کالباس، شیرینی، کله‌پاچه، گوشت قرمز و غذاهای سنگین و چرب).
 - ۲- حجامت عام

- ۳- فصد دست چپ از رگ کبدی
- ۴- حجامت خود کبد
- ۵- حجامت هر دو ساق پا
- ۶- ورزش‌های هوازی مثل دویدن؛ (چون بدن‌سازی غیرهوازی می‌باشد باعث غلظت خون می‌شود).
- خواص حجامت گونه‌ها
- ۱- با تخلیه چربی‌ها از صورت منافذ صورت باز شده و پوست بهتر تنفس می‌کند.
- ۲- دیرتر چروک شدن گونه‌ها
- ۳- جلوگیری از ایجاد خال (Nevus) نووس
- ۴- جلوگیری از تغییر رنگ پوست
- ۵- جلوگیری از تیره شدن زیر چشم‌ها
- ۶- جلوگیری از تجمع چربی زیر چشم در سن بالا
- ۷- خون‌رسانی بهتر به فک بالا و دندان‌ها و محافظت از دندان‌ها
- ۸- درمان سینوزیت گونه‌ها (ماگزیلا).

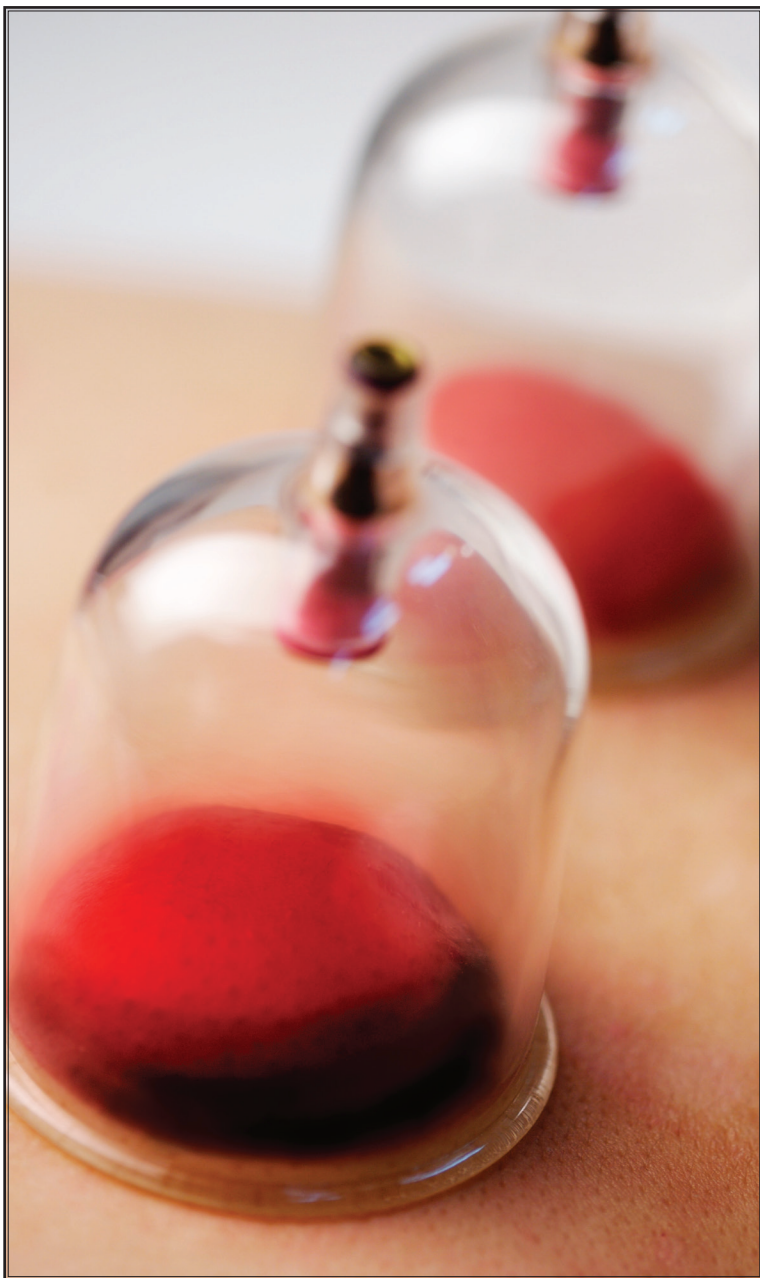
۷- حجامت زیر چانه

لیوان حجامت را زیر چانه قرار داده آرام و کیوم می‌کنیم وقتی قرمز شد با تیغ سوزنی حدود ۵۰ خراش به صورت عمودی ایجاد می‌کنیم و مجدد و کیوم می‌کنیم. در این حجامت خون‌رسانی به فک پایین و لثه‌ها بیشتر می‌شود.



خواص حجامت زیر چانه

- ۱- برطرف کردن جوش‌های قسمت پایین صورت
- ۲- جلوگیری از پوسیدگی دندان‌های فک پایین





فصل سوم

انواع حجامت ناحیه تنه

۸- حجامت آرتروز گردن

حجامت آرتروز گردن در قسمت انتهایی گردن محل اتصال تنه به گردن انجام می‌شود.
حجامت آن شبیه حجامت عام می‌باشد معمولاً ۱۵ سانتی متر بالاتر از حجامت عام لیوان گذاشته می‌شود و حجامت انجام می‌شود.



موارد کاربردی آن

- ۱- سنگینی سر روی گردن
- ۲- گزگز انگشتان در یک دست نه تمام انگشتان
- ۳- جلوگیری از تنگی کانال نخاعی در آن قسمت

۹- حجامت بالای هر دو شانه (برای آرتروز گردن)
در این حجامت لیوان‌های حجامت را در دو طرف گردن روی
شانه‌ها گذاشته و حجامت می‌کنیم.
مسیر اعصاب گردن به دو دست از بالای شانه به دو دست می‌رود
و ما آنجا را حجامت می‌کنیم.



موارد کاربردی آن

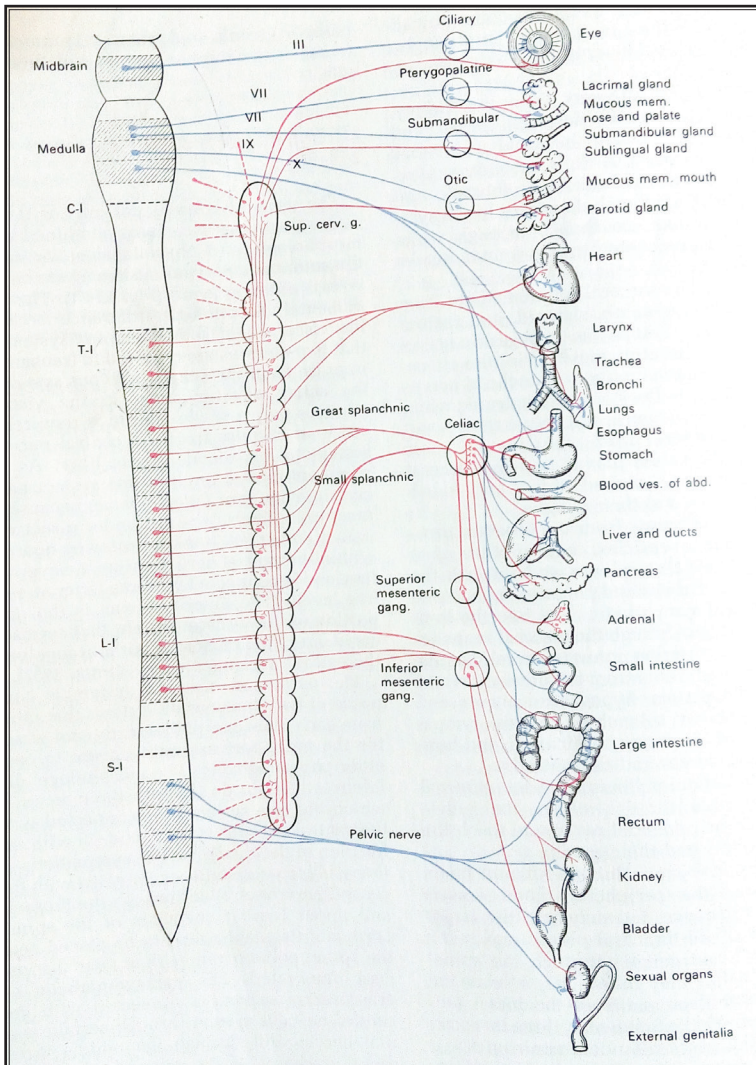
- ۱- سنگینی سر روی گردن
- ۲- بی‌حسی دست‌ها و آرنج
- ۳- گزگز انگشتان دست‌ها
- ۴- برطرف کردن گرفتگی عضلات زیر ترقوه

۱۰- حجامت عام (مهم‌ترین و عمومی‌ترین حجامت)

در این حجامت لیوان حجامت بین دو کتف قرار گرفته. محل دقیق آن روی مهره‌های $T_8=T_{12}$ می‌باشد در این قسمت اعصابی که به قلب و ریه و چشم و عصب ۱۰ (واگ) می‌روند را تحریک می‌کند. (شکل کتاب آناتومی گری)



با تحریک این اعصاب حالات متفاوتی به فرد دست می‌دهد:
 ۱- افرادی که طپش قلب یا احساس سنگینی روی سینه دارند بعد از حجامت عام روی سینه احساس سبکی می‌کنند و به علت تحریک عصب قلب، طپش از بین می‌رود.



۲- بعضی از افراد تنگی نفس دارند. با حجامت عام، عصب ریه تحریک شده، فرد احساس می‌کند نفسش آزاد شده و بار از روی ریه برداشته می‌شود.

۳- خیلی از افراد بعد از حجامت احساس می‌کنند تاری دیدشان کمتر شده و بهتر می‌بینند (تحریک عصب ۱) (رجوع شود به عکس آنتومی گری)

۴- تحریک عصب واگ باعث استفراغ فرد می‌شود در افرادی که غذا زیاد در گلویشان گیر می‌کند حجامت عام باعث بهتر شدن وضعیت این افراد می‌شود.

۵- تحریک اعصاب بزاقی در افرادی که در دهان مزه شوری یا ترشی احساس می‌کنند با حجامت عام بهتر می‌شوند.

۶- از خواص حجامت عام ریلاکس و آرامش پیدا کردن است.

۷- حجامت عام در فشارخون مؤثر است.

۸- کاهش تری گلیسرید و کلسترول خون در حجامت عام. اگر فرد به علت وجود تیکه‌های چربی معلق در خون سرگیجه داشته باشد با حجامت عام بهبود پیدا می‌کند.

۹- در حجامت عام قند خون کاهش می‌یابد. حجامت عام برای افراد دیابتی بسیار مفید است چون علاوه بر چربی، قند فرد را تا حدودی کاهش می‌دهد.

۱۰- حجامت عام باعث کاهش اوره خون می‌شود.

خواص های دیگر حجامت عام

- ۱- پیشگیری و برطرف کردن انسداد عروق
- ۲- جلوگیری از سکته قلبی و یا مغزی
- ۳- تنظیم چربی، قند و اسید اوریک خون
- ۴- کم کردن غلظت خون
- ۵- درمان ناراحتی های عصبی و اضطراب
- ۶- درمان سردردهای شدید و مقاوم به درمان
- ۷- درمان خواب رفتگی و سردی دست و پا
- ۸- حجامت عام باعث افزایش ایمنی بدن شده و از بسیاری از بیماری ها بخصوص سرماخوردگی جلوگیری می کند.
- ۹- درمان کبد چرب
- ۱۰- درمان خارش و کهیر

۱۱- حجامت کبد

در حجامت کبد لیوان را طبق شکل پشت کبد قسمت پایین شانه راست گذاشته و حجامت می‌کنیم چون کبد مهم‌ترین عضو متابولیسم بدن می‌باشد حجامت آن بسیار مهم است.



خواص حجامت کبد

۱- برای کبد چرب در این حجامت عروق پوستی که با کبد در ارتباط است را تخلیه کرده و شوکی به کبد داده می‌شود تا بتواند از عروق مجاور استفاده کرده و بار روی خود را کم کند. در کبد چرب که با درجه I و II و III در سونوگرافی تعیین می‌شود اگر فرد ابتدا حجامت عام کند بعد از یک هفته فصد دست چپ و یک هفته بعد حجامت خود کبد و بعد از یک هفته دیگر حجامت ساقین انجام دهد

- با رعایت رژیم مناسب می تواند در این فاصله کوتاه چربی کبد را ۱
درجه پایین بیاورد.
- ۲- برای کاهش تری گلیسرید
- ۳- برای کاهش کلسترول
- ۴- برای کاهش اوره خون
- ۵- درمان جوش های نواحی مختلف بدن
- ۶- جلوگیری از لکه های پوستی
- ۷- درمان زردی پوست
- ۸- جلوگیری از سیروز کبدی
- ۹- کاهش آنزیم های کبد (البته همراه فصد خون)

۱۲- حجامت قلب

لیوان حجامت را پشت قلب طرف مقابل حجامت کبد گذاشته و حجامت می‌کنیم. شما با حجامت قلب عروق پوستی و نزدیک به قلب را تخلیه کرده و خون‌رسانی به عضلات قلب را بهتر می‌کنید. اینجانب در شانگهای چین حجامت کبد و قلب را دیدم که همزمان با هم انجام می‌دادند و به همین دلیل حجامت همزمان کبد و قلب را حجامت چینی نام گذاشتم.



خواص حجامت قلب

- ۱- خون‌رسانی به عضلات قلب
- ۲- جلوگیری از رسوب مواد روی عروق قلب
- ۳- جلوگیری از سکته قلبی
- ۴- برطرف کردن گرفتگی عضلات پشت قلب





۱۳- حجامت احتقان (ویه)

لیوان را روی دنده نهم پشتی پایین تر از حجامت عام گذاشته و حجامت می کنیم.

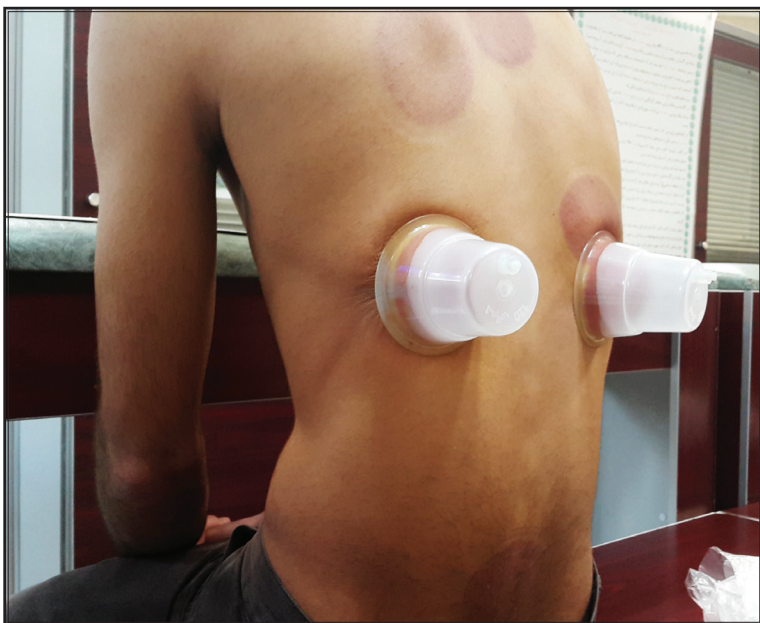


خواص حجامت احتقان

- ۱- برای تنفس بهتر در بیماران آسمی
- ۲- برای درمان برونشیت
- ۳- برای درمان پنومونی

۱۴- حجامت قاعده‌های ریه

در این حجامت همزمان دو عدد لیوان در قاعده‌های ریه زیر حجامت کبد و قلب (مطابق با شکل) گذاشته حجامت می‌کنیم.

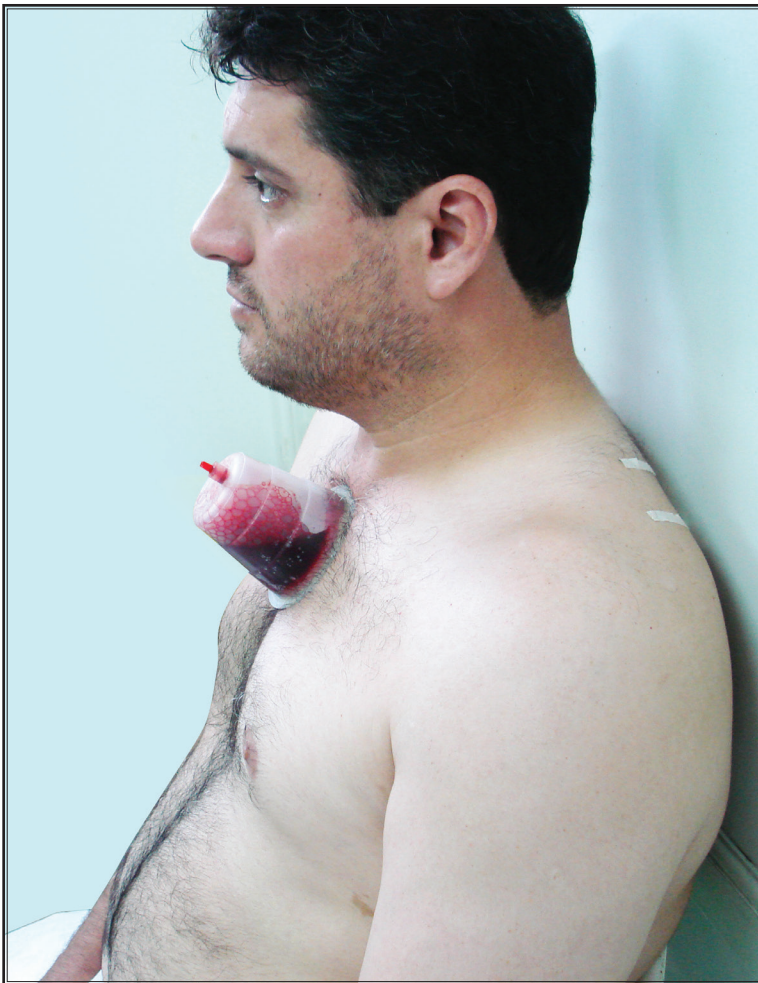


خواص حجامت قاعده ریه‌ها

- ۱- برای تنگی نفس
- ۲- بیماری عفونی ریوی
- ۳- کمک به درمان در آسم و برونشیت

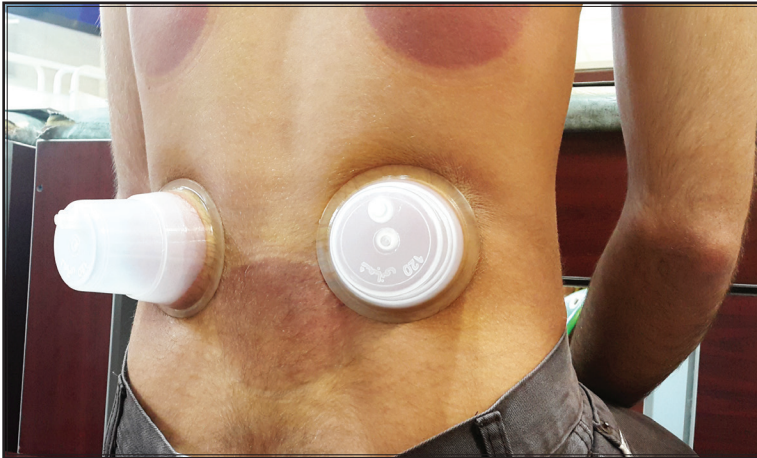
۱۵- حجامت آسم (روی سینه)

در این حجامت لیوان را در قاعده استخوان جناغ سینه گذاشته و حجامت می‌کنیم. حجامت سینه علاوه بر برطرف کردن جوش‌های روی سینه شوکی به قفسه سینه داده که خود شخص احساس می‌کند تنفسش بهتر شده برای بیماری‌های آسم و برونشیت بسیار مؤثر است.



۱۶- حجامت کلیه‌ها

همزمان دو لیوان در دو طرف پهلوها گذاشته و حجامت می‌کنیم.



خواص:

- ۱- برای درمان بیماری‌های کلیوی
- ۲- درمان عفونت‌های مقاوم به درمان
- ۳- کلیه‌های پلی کیستیک
- ۴- افراد با کراتین بالا. البته برای کراتین بالا علاوه بر حجامت کلیه‌ها فصد دست و حجامت ساقین نیز انجام شود.

۱۷- حجامت چهاربند

در این حجامت لیوان را بر روی مهره‌های L^۱ تا S^۱ قرار داده جای آن در گودی کمر می‌باشد. این حجامت کمی بیشتر از حجامت عام درد دارد و در این جا چند عصب تحریک می‌شوند:

۱- عصبی که به روده می‌رود تحریک می‌شود افرادی که روده تنبل دارند. یبوست دارند، IBS، IBD دارند یا کرون دارند. (شکل آنتومی گری)

۲- عصبی که به کلیه‌ها می‌رود را تحریک می‌کند.

۳- عصبی که به مثانه می‌رود را تحریک می‌کند.

۴- تحریک عصب جنسی (Sexual organs)



خواص حجامت چهاربند (ساکرال)

- ۱- کم کردن درد کمر به علت دیسک بین مهره‌ای از L^۱ تا S^۱
- ۲- برای درمان تبیلی روده، یبوست، کرون، IBS، IBD
- ۳- برای پایین آوردن کراتین بالا
- ۴- برای درمان پروستات (التهاب پروستات) و تحریک پروستات
- ۵- برای بیماری‌های رحم و تخمدان‌ها
- ۶- برای افزایش میل جنسی
- ۷- برای درمان شب‌ادراری در کودکان (بسیار مؤثر است)
- ۸- برای بی‌حسی پوستی روی پاها
- ۹- برای درمان درد مبهم شکمی که هیچ علتی برای آن نیست
- ۱۰- برای جلوگیری از افتادگی مثانه در خانم‌هایی که بچه زیاد می‌آورند و یا آمادگی این بیماری را دارند.

۱۸- حجامت مثانه

لیوان را روی مثانه پایین تر از ناف گذاشته و حجامت می کنیم.
خواص حجامت مثانه



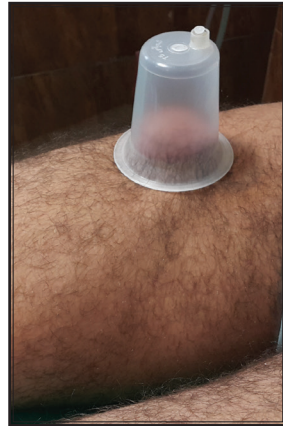
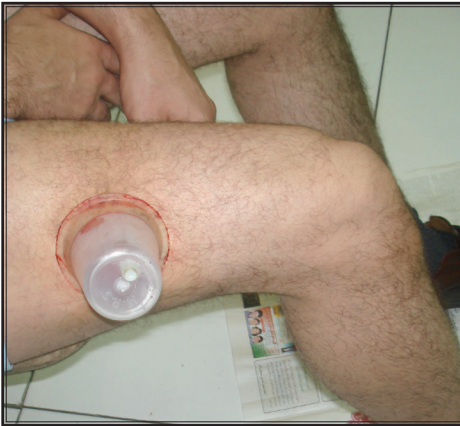
- ۱- برای تنبلی مثانه
- ۲- افتادگی مثانه
- ۳- ادرار باقیمانده در مثانه
- ۴- درد مبهم روی شکم



حجامت اندام‌های تحتانی

۱- حجامت بالای ران‌ها و کنار ران‌ها

لیوان حجامت روی عضلات چهارسر رانی گذاشته شده و حجامت می‌شود و لیوان کنار خارجی ران‌ها گذاشته و حجامت می‌کنیم.



کاربرد این حجامت برای بی‌حسی و گزگز آن قسمت از پوست ران انجام می‌شود مثلاً فرد فکر می‌کند که مورچه روی پایش حرکت می‌کند و یا حس می‌کند آن قسمت از پا همیشه سرد است.

۲- حجامت بالای زانو

لیوان حجامت قسمت فوقانی زانو بالاتر از کشکک زانو قرار می گیرد و در این حجامت خون رسانی به زانوها بیشتر می شود.
خواص آن

۱- درمان بی حسی و گزگز روی زانوها

۲- کاهش درد زانوها

۳- کاهش ورم زانوها



۳- حجامت قسمت داخلی زانوها

لیوان حجامت را روی قسمت داخلی زانو طبق شکل قرار می دهیم و حجامت می کنیم.



خواص آن

- ۱- برای درد زانوها
- ۲- ورم زانوها
- ۳- صدا کردن زانوها
- ۴- آرتروز زانوها
- ۵- خالی کردن زانوها
- ۶- در نقطه‌ای از زانو که فکر می کند انگار سیخ داخل زانو می شود. این حجامت در کاهش درد بسیار مؤثر است.

۴- حجامت قسمت خارجی زانوها

پا به صورت ۹۰ درجه قرار می گیرد و لیوان در قسمت خارجی کناری زانو گذاشته می شود.



خواص آن

- ۱- درد زانو
- ۲- ورم زانو
- ۳- درمان خالی کردن زانو هنگام راه رفتن

۵- حجامت پشت زانوها

زمانی که که پشت زانوها ورم کرده در یا زانو قفل می‌شود و یا خم نمی‌شود (این عارضه بیشتر در خانم‌ها اتفاق می‌افتد)؛ فرد در پشت زانو احساس درد می‌کند و فکر می‌کند کابلی که از کمر به پایین پا می‌آید کوتاه شده است. این کابل شامل عروق (شریان و ورید) و اعصاب می‌باشد که از کمر به طرف پا می‌رود که در پشت زانو نزدیک‌ترین جا به پوست می‌باشد و دسترسی به آن آسان است. حجامت این نقطه از بدن را با لیوان ۵۵ CC یا ۷۵ CC انجام می‌دهیم. بهتر است فرد روی تخت روی شکم بخوابد لیوان را پشت زانو گذاشته بعد از قرمز شدن آن سه ردیف تیغ زده و حدود ده عدد سوزن را در پشت زانو فرو می‌کنیم بعد حجامت را ادامه می‌دهیم.



خواص حجامت پشت زانو

- ۱- گرفتگی پشت زانو
 - ۲- قفل شدن زانو
 - ۳- گرفتگی عضلات ساق
 - ۴- احساس کوتاهی عضلات پشت پا
- این مورد برآمدگی پشت زانو بیشتر در خانم‌های چاق با رنگ پوست سفید دیده می‌شود.
- ۵- کاهش درد کمر
 - ۶- کاهش درد مبهم در لگن

۶- حجامت پشت ساق‌ها

حجامت پشت ساق‌های پا شاید یکی از بهترین حجامت‌های روی بدن می‌باشد چراکه فرد بلافاصله خاصیت آن را احساس می‌کند. در این حجامت یک ساق یا همزمان دو ساق را حجامت می‌کنیم طبق تجارب کاری اینجانب فرد بهتر است روی تخت بخوابد و دو لیوان پشت ساق‌ها قرار گیرد و حجامت انجام شود.



خواص حجامت ساق‌ها

- ۱- برطرف کردن گرفتگی پشت پا
- ۲- برطرف کردن داغی و گرمای زیاد کف پا
- ۳- برطرف کردن خستگی پشت ساق‌ها
- ۴- برداشتن شدت درد کمر
- ۵- برداشته شدن بار روی پروستات در درمان التهاب پروستات

- ۶- برداشته شدن بار روی کلیه‌ها و مثانه برای افرادی که کراتین بالا دارند بسیار مؤثر است.
- ۷- برای درمان فشارخون
- ۸- برای درمان کبد چرب
- همانطور که گفته شد ابتدا حجامت عام بعد فصد دست چپ بعد حجامت کبد و در آخر حجامت ساق‌ها.
- ۹- کمک به درمان پسوریازیس

۷- حجامت کنار ساق‌های پا
در این حجامت لیوان را کنار خارجی ساق پا گذاشته و حجامت
می‌کنیم.

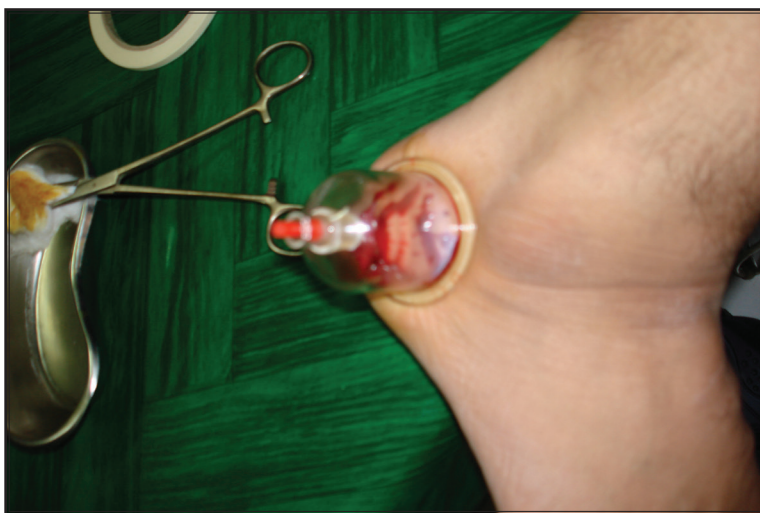


خواص آن

- ۱- بعضی از افراد موقع راه رفتن و یا سربالایی رفتن استخوان جلوی ساقشان درد می گیرد. این حجامت این درد را برطرف می کند.
- ۲- برطرف کردن داغی کف پا
- ۳- خارش کنار ساق پا
- ۴- برطرف کردن گزگز و مورمور انگشتان پا
- ۵- ورم قوزک پا
- ۶- کاهش درد نقرسی قوزک پا
- ۷- کمک به درمان پسوریازیس

۸- حجامت پاشنه‌ها

در این حجامت لیوان حجامت زیر قوزک پا قرار گرفته ابتدا سه ردیف تیغ می‌زنیم و بعد چند سوزن هم می‌زنیم و بعد وکیوم می‌کنیم.



خواص حجامت پاشنه‌ها

- ۱- برطرف کردن درد پاشنه
- ۲- کاهش ورم قوزک پا
- ۳- برطرف کردن خارش کنار ساق پا
- ۴- اگر دو طرف هر دو پا را انجام دهیم دو یا سه مرتبه کمک به کبد کرده و باعث برطرف کردن کھیر و خارش می‌شود.
- ۵- برطرف کردن لکه‌های پا
- ۶- جلوگیری از واریس پا
- ۷- کمک به دفع سموم توسط کبد و کلیه
- ۸- درمان اسید اوریک (نقرس قوزک پا)
- ۹- برطرف کردن رگ‌های کوچک واریسی کنار قوزک

۹- حجامت روی پا

در این حجامت لیوان را روی پا طبق شکل گذاشته و حجامت می‌کنیم اگر لیوان روی پا نچسبید با ژل آن را می‌چسبانیم بعد از قرمز شدن علاوه بر تیغ چند سوزن در روی پا فرو می‌کنیم بعد و کیوم می‌کنیم.



خواص حجامت روی پا

- ۱- داغی کف پا
- ۲- برطرف کردن مور مور انگشتان پا
- ۳- برطرف کردن درد انگشتان پا و پاشنه پا
- ۴- کاهش درد نقرس روی شصت پا
- ۵- این حجامت برای بیماران قندی بسیار مفید می‌باشد. چون افراد قندی به خاطر غلظت و چربی عروق پاها بسته شده و پا کم کم بی‌حس می‌شود و بعد از مدتی پا تغییر رنگ می‌دهد و بعد سیاه می‌شود و در انتها پا را قطع می‌کنند ولی با حجامت روی پا از همه این عوارض جلوگیری می‌شود.

۱۰- حجامت زیر پا

در این حجامت لیوان را کف پا گذاشته و حجامت می‌کنیم در این حجامت چون پوست کف پا کلفت است باید حتماً به جای تیغ، سوزن به کف پا زد.

برخی از افراد به خصوص افراد دارای بیماری دیابت، احساس می‌کنند پوست کف پایشان کلفت شده و وقتی بدون کفش راه می‌روند احساسی همچون به پا داشتن کفش دارند.



خواص حجامت کف پا

- ۱- برطرف کردن داغی و گرمای زیاد کف پا
- ۲- برطرف کردن بی‌حسی انگشتان پا در بیماران دیابتی (البته به همراه زالودرمانی که بیشتر حس پا را برمی‌گرداند).
- ۳- برطرف کردن درد کف پا
- ۴- جلوگیری از میخچه
- ۵- کاهش دادن حس ناخوشایند کلفتی پوست پا

۱۱- حجامت اسفنکتر مقعد

در این حجامت لیوان CC ۵۵ یا CC ۷۵ روی اسفنکتر مقعد گذاشته بادکش می‌کنیم. بهتر است فرد به بغل خوابیده و پاهایش را به شکمش نزدیک کند. بعد از چند دقیقه با تیغ شماره ۱۱ دور اسفنکتر را ۲۰ تا ۳۰ خراش کوچک ایجاد کرده و وکیوم می‌کنیم.

خواص حجامت اسفنکتر مقعد

- ۱- برای بهبود بواسیر
- ۲- برای کاهش انقباض‌های غیرارادی مقعد
- ۳- برای درمان خوب تخلیه نشدن مدفوع
- ۴- برای تنظیم پیروزی
- ۵- ابوعلی سینا معتقد است حجامت مقعد مواد زائد را از تمام بدن می‌کشد.





فصد خون (خون‌گیری به روش غیرفصد)

فصد خون روش خون‌گیری در طب سنتی می‌باشد که در آن با ایجاد شکاف در جداره رگ اقدام به خارج کردن خون می‌کنند در این روش در وهله اول کاستن از حجم خون بیمار برای کم کردن ترافیک خون و غلظت آن و هدف دیگر انحراف خون به مسیر دیگر برای درمان بیماری یا رفع مشکل آن باشد مثلاً افرادی که احساس تنگی نفس می‌کنند اگر از دست چپ آنها ۱۰۰ تا ۲۰۰ سی‌سی خون گرفته شود بار روی قلب و ریه برداشته شده تنفس بهتر می‌شود و تپش قلب آنها کاهش پیدا می‌کند.

دلایل غلظت خون

غلظت شدن خون عوامل متعددی دارد که به صورت مختصر به تعدادی از آنها اشاره می‌شود:

- ۱- خورن غذاهای مضر مثل سرخ کردنی‌ها، کنسروها، فست فودها، سوسیس، کالباس، کله پاچه، دل و قلوه، جگر، گوشت قرمز، زرده تخم‌مرغ و در مجموع غذاهایی که پیچیده هستند مانند لازانیا و پیتزا
- ۲- مصرف دخانیات مثل سیگار و قلیان
- ۳- حضور در محیط‌های آلوده
- ۴- استرس‌های زیاد
- ۵- بی‌تحریکی، ورزش نکردن، شغل‌هایی که فرد ساعت‌ها نشسته است.
- ۶- زندگی در ارتفاعات، افرادی که در جاهای بلند زندگی می‌کنند روی کوه‌ها و یا دائم در ارتفاع هستند مثل خلبانان که بیشتر غلظت خون پیدا می‌کنند.
- ۷- سرما، افرادی که در جاهای سردسیر زندگی می‌کنند و در سرما بیرون هستند.
- ۸- ازدواج‌های فامیلی. اکثر این افراد هم غلظت خون و به دنبال آن چربی بالا دارند. اگر توجه کرده باشید در ازدواج‌های فامیلی بچه‌ها

بی تاب می باشند. تمرکز کم دارند. بیشتر فرزندان پسر از ازدواج های فامیلی عینکی هستند و بی قرارند و بیشتر فرزندان دختر از ازدواج های فامیلی به علت غلظت خون طپش قلب دارند، عادت ماهیانه آنها به هم ریخته و کیست تخمدان دارند.

علائم غلظت خون

به طور کلی اگر فردی دارای غلظت خون باشد:

۱- ابتدا جریان خون به انتهای بدن کاهش پیدا می کند مثل دست و پا. وقتی فرد می نشیند دست و پایش خواب می رود و یا دست و پا گزگز می کند و در فعالیت یا در خواب پشت ساق پایش می گیرد.

۲- وقتی از خواب بیدار می شود باز هم خسته است.

۳- در مرحله بعد جریان خون به دستگاه گوارش کاهش پیدا می کند فرد دائم نفخ می کند. معده به هم ریخته، ترش می کند و ریفلاکس دارد. در آزمایش میکروب H پیلوری (میکروب هلیکوباکتر) افزایش پیدا می کند. فرد مبتلا به زخم معده و یا مشکلات معده ماه ها درمان می کند ولی جواب نمی گیرد. کافیت غلظت خونس را درست کند (مثلاً از دست چپش خون بدهد) در افراد بلغمی (چاق و دارای پوست سفید) غلظت خون باعث یبوست می شود و وقتی روده خوب کار نکند کارایی کبد کم شده و سموم را نمی تواند دفع کند لذا فرد به طرف بی حالی، خستگی، افسردگی می رود.

۴- در مرحله بعد خون رسانی به دستگاه تناسلی کم شده میل جنسی کاهش پیدا می کند. در خانم ها خون رسانی به رحم و تخمدان ها کاهش پیدا کرده. پریودی فرد به هم می خورد و به طرف کیست تخمدان می رود. در افراد زیر ۲۰ سال به علت کاهش خون به رحم و تخمدان ها پریود دردناک دارند (نارس بودن تخمدان به خاطر کاهش جریان خون) در ۲۰ تا ۳۰ سالگی کیست تخمدان دارند و بالای ۳۰ سال به طرف فیبرم می روند).

۵- غلظت خون باعث کاهش خون رسانی به پوست می شود لذا

پوست به طرف تیرگی رفته، خارش پیدا می‌کند و کهیر می‌زند معمولاً در غلظت خون ابتدا پوست پشت شانه‌ها تیره می‌شود و بعد گونه و پیشانی فرد

۶- غلظت خون روی چشم اثر گذاشته فرد احساس می‌کند هر سال شماره عینکش افزایش پیدا می‌کند.

۷- غلظت خون باعث کاهش جریان خون در مغز شده به همین علت در بعضی از افراد (بیشتر خانم‌ها) عروق مغز گشاده شده به خاطر کاهش اکسیژن و تحریک پرده منته، فرد سردرد ضربان‌دار پیدا می‌کند.

۸- همچنین همین کاهش جریان به مغز باعث تحریک کردن گیرنده‌های قلب شده و فرد تپش قلب پیدا می‌کند در خانم‌ها بیشتر تپش قلب و در آقایان به صورت فشارخون ظاهر می‌شود.

۹- وقتی فرد غلظت خون دارد. چربی خون هم پیدا می‌کند و فرد به طرف کبد چرب می‌رود در این حالات کبد فشار زیادی را تحمل می‌کند و توانایی دفع مواد زائد را ندارد. در نتیجه چربی را جایی از بدن می‌فرستد یا به صورت لیپوم (گلوله - گلوله زیر پوست جاهای مختلف بدن) یا به صورت جوش روی صورت پشت شانه‌ها در کپل ظاهر می‌شود.

۱۰- در غلظت خون به خاطر کاهش جریان خون به مغز فرد، فراموشی پیدا می‌کند. خواب‌آلود می‌شود. روزانه چرت می‌زند، زود عصبانی می‌شود.

درمان غلظت خون

۱- فصد

۲- حجامت (قبلاً توضیح داده شد)

۳- رعایت رژیم غذایی

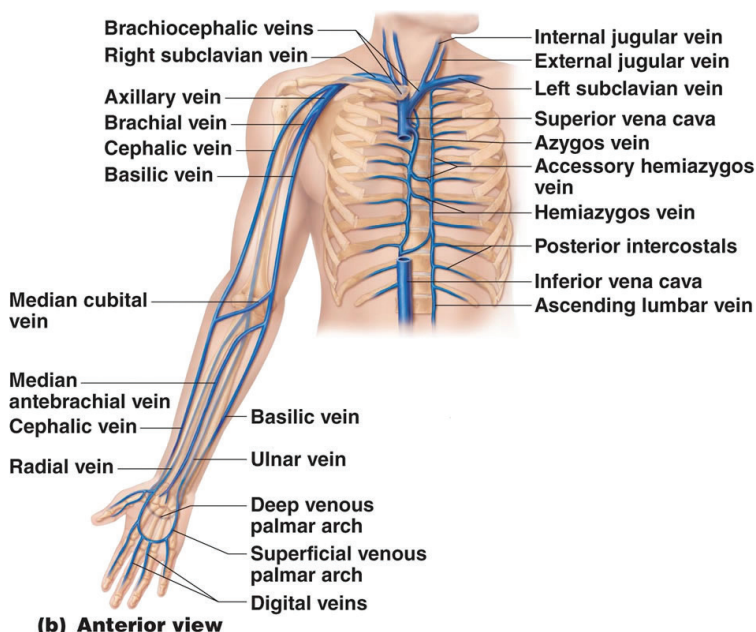
۴- ورزش

۵- اگر غلظت از حدی بالاتر برود و یا سن فرد بالا بود باید رقیق‌کننده

بخورد.

رگ‌هایی که در فصد استفاده می‌شوند:

در بدن انسان رگ‌های زیادی برای فصد وجود دارد که در کُتب اطباء و حکمای طب سنتی برای هر کدام فوایدی ذکر شده است. ابوعلی سینا در کتاب قانون جلد یک صفحه ۴۸۰ شش رگ فصد را معرفی می‌کند.



- ۱- رگ سری یا سفالیک (cephalic vein) این رگ در کنار خارجی مساعد قرار دارد و فصد آن مخصوص اخراج خون از سر و گردن است و برای بیماری‌های مغز، چشم و حلق و گوش مفید است.
- ۲- رگ باسلیک (Basilic vein) در زبان یونانی باستان به معنی پادشاه عظیم می‌باشد و آن رگی است که از کناره داخلی مساعد می‌گذرد این رگ به قلب، ریه، دیافراگم و احشاء داخلی متصل است و فصد آن باعث خروج خون فاسد از کبد، طحال، ریه‌ها، ران‌ها و ساق‌ها

می‌شود. و در پاکسازی کل بدن به جز سر و گردن مفید است.

۳- رگ اکحل ورید زند اسفلی میانی (median cubital vein)
این رگ میانه ساعد قرار دارد و به رگ هفت اندام معروف است و در پاکسازی کل بدن مفید بوده و در همه بیماری‌های فراگیر و غلبه خون مفید است.

۴- رگ اسلیم یا وریدهای پشت دستی (Dorsal metacarpal vien)
در دست راست برای بیماری‌های کبدی و در دست چپ برای بیماری‌های قلبی مفید است. شیخ‌الرئیس ابوعلی سینا فصد اسلیم را برای دردهای مفاصل مفید می‌دارند و فصد اسلیم چپ را برای بواسیر و دردهای مزمن پشت و کمردرد مفیدتر است.

۵- حبل‌الذراع یا ورید راسی فرعی (Accessery cephalic vein)
این رگ تمام خصوصیات رگ باسلیق را دارد در بعضی افراد رگ باسلیق پیدا نیست.

۶- ورید زیربغلی (Axillary vein) برای بیماری‌های سینه در خانم‌ها مفید است.

۷- ورید صافن داخلی. در این ورید که در پا قرار دارد برای گرایش دادن خون از بالا به پایین می‌باشد.

فصد صافن داخلی (پا)

- ۱- در درمان دردهای سیاتیک
 - ۲- برای رفع التهاب پروستات
 - ۳- برای پایین آوردن کراتین خون و بیماریهای کلیه
 - ۴- برای رفع خوابرفتگی و گرفتگی پاها
- فصد پا به روش مدرن با یک سوزن، یک بگ (کیسه فصد خون) و فرد خوابیده روی تخت انجام می شود در این روش فصد خون مقدار خون مشخص است فرد غش نمی کند. رگ صدمه نمی بیند و هزینه آن هم بسیار پایین است.



تفاوت فصد و حجامت

در حجامت چربی (تری گلسیرید، کلسترول) بیشتری کشیده می‌شود. همچنین اوره، و قند کاهش پیدا می‌کند علاوه بر آن سیستم ایمنی بالا می‌رود و فرد دیرتر مریض می‌شود ولی در فصد، خون بیشتری کشیده می‌شود ترافیک خون در بدن کمتر می‌شود جریان خون روان‌تر شده، قلب بهتر پمپ می‌کند در خیلی از بیماری‌ها هردو مکمل هم هستند مثلاً در سرگیجه اگر علت چربی خون باشد حجامت و اگر غلظت باشد فصد می‌کنیم. و یا در کبد چرب باید هردو انجام شود به نظر این حقیر که سال‌ها هر دو را تجربه کرده نمی‌توان با هم قیاس کرد چون هر کدام برای کاری انجام می‌شود.

خوراکی‌های مفید برای کاهش غلظت خون و چربی خون

ابتدا فرد باید طوری غذا بخورد که یبوست پیدا نکند و روده فرد دائم تخلیه شود. روده اگر باز شود به اندازه زمین والیبال می‌باشد پس بهتر است هر روز فیبر استفاده کند مثل کاهو، هویج، گوجه، خیار البته همراه روغن زیتون تا روده خوب جارو شود و اگر روده خوب عمل کند کبد هم خوب عمل می‌کند. خوردن آش لااقل هفته‌ای یک بار، خوردن خاکشیر با آب گرم صبح‌ها برای کمک حرکات دودی روده (انقباضات متوالی عضلات روده‌ای) بسیار مفید است. عرق کاسنی و شاه تره و خوردن شربت سکنجبین بعد از ناهار و شام برای کبد مفید است. موارد دیگر مانند خوردن یک عدد سیب با پوست در صبحگاه و یا خوردن آب گرم قبل از غذا برای معده و گوارش مفید است. پرهیز از خوردن غذاهای صنعتی مانند: انواع کنسرو، سوسیس، کالباس، نوشابه، آب‌میوه‌های صنعتی، شیرینی‌جات حاوی نگه‌دارنده‌ها و گوشت قرمز به‌خصوص گوشت گاو.

- ۱- گنجینه تندرستی دکتر منتظر
- ۲- قانون ابو علی سینا، سروش، ترجمه: شرفکندی- جلد ۱



