

بنام پروردگار یکتا

سالی دگر رفت و عمر سپری شد و آنچه باقی ماند و می ماند ، حاصل تلاش یکایکمان در راه آبادانی وطن و سرافرازی نام ایران است.

حال سالی نو درراه است. تلاشی نو و زندگانی نو و امید به فرداهای بهتر ، امید به آن که این تلاش و کوشش ، با دست در دست هم نهادن و دل به دل سپردن ، تبلوری دو چندان یابد.

در طلیعه چنین روزگار، آرزوی سعادت و بهروزی فراوان برای یکایک شما عزیزان و دانشجویان و پژوهشگران و محققان و جانبازان میهن اسلامیمان را خواستاریم و معتقدیم که بازتاب این عمل ما، شراکت در ایران بزرگ است.

ما این مجوز را به شما می دهیم که کلیه اطلاعات موجود در این سایت را بشرط ذکر نام سایت ماکزیمم تکنیک کپی برداری نموده و در دیگر سایتهای علمی کاربردی ، در دسترس همگان قرار دهید.

امید است که سایت ماکزیمم تکنیک در رسالت خود همچنان استوار بماند و پاسخگوی این نیاز روزافزون جامعه باشد.

مدیریت سایت ماکزیمم تکنیک : فرزین نجفی پور

این مجموعه ارزشمند توسط عضو اصلی سایت سرکار خانم مهین صالحوند تهیه شده است.

بادکش درمانی Cupping therapy

خواندن این مطلب را به جانبازانی که تحمل درد و رنج بخشی از کار روزانه ی آنهاست ،

توصیه می کنیم.

در بیشتر کشورهای توسعه یافته ، طب سنتی و مکمل (tm/cam) را تعداد زیادی از افراد این جوامع پذیرفته اند. به طوری که ۴۸ درصد مردم استرالیا، ۷۰ درصد جمعیت کانادا، ۴۲ درصد مردم آمریکا ، ۳۸ درصد مردم بلژیک و ۷۵ درصد جامعه ی فرانسه ، دست کم یک مرتبه در سال از خدمات طب مکمل بهره می برند.

در آلمان ۷۷ درصد کلینیک های ضد درد از طب سوزنی یا بادکش سرد استفاده می کنند و امروزه وسایل پیشرفته در خصوص حجامت و بادکش و طب سوزنی و ... ساخته شده است که جزو صنایع پزشکی محسوب شده و درصد قابل توجهی را به خود اختصاص داده اند.

در حقیقت اگر تاریخ تحولات پزشکی با وضع کنونی آن درهم آمیخته شود، برای پیشرفت پزشکی راه‌هایی تازه پیدا می‌شود.

به عقیده ی ابن سینا، بهترین مکتب پزشکی آن است که به دارو نیاز نداشته باشد.

در روایات مختلف نیز پرهیز از دارو تا زمانی که بدن بتواند درد را تحمل کند، از اولویت برخوردار است. رسول گرامی اسلام (ص) در این باره می‌فرماید: *تَجَنَّبِ الدَّوَاءَ مَا احْتَمَلَ بَدَنُكَ الدَّاءَ فَاذَا لَمْ يَحْتَمِلِ الدَّاءَ فَالدَّوَاءَ.*

(تا زمانی که بدن تو تحمل درد را دارد، از دارو پرهیز و زمانی که دیگر تحمل آن را نداشت، از دارو استفاده کن.)

از حضرت امام علی (ع) نقل شده که فرمودند: *إِمْشِ بِدَائِكَ مَا مَشِيَ بِكَ* (تا زمانی که بیماری با تو می‌سازد، تو نیز با آن بساز.)

حضرت امام کاظم (ع) درباره ی زود پناه بردن به دارو می‌فرماید: *لیس من دواء الا و هو یهیج داء و لیس شی فی البدن انفع من امساک الیه الا عما یحتاج الیه.*

(هیچ دارویی نیست مگر آن که خود بیماری تازه ای را دامن می‌زند. برای بدن چیزی سودمندتر از پرهیز و خوردن غذا در حد نیاز بدن نیست.)

در روایت دیگر از حضرت امام کاظم (ع) آمده است که *ادفعوا معالجه الاطباء ما اندفع الداء عنکم*، فانه بمنزله *البناء قلیله یجر الی کثیره.*

(تا زمانی که بیماری خود به خود از شما برطرف می‌شود به معالجه پزشکان روی نیاورید، زیرا کار طبیب مانند بناست که اندک کار او به کار بسیار منجر می‌شود.)

در روایت دیگر از امام علی (ع) آمده است: *یا ایها الناس تداووا فان الله تعالی لم یخلق داء الا خلق له شفا. الا السام و السام الموت.*

(ای مردم! خود را درمان کنید، زیرا خدای تعالی هیچ دردی نیافریده. مگر آن که برایش شفا نیز آفرید به جز مرگ.)

نتیجه ای که از روایات مختلف گرفته می‌شود، این است که (بسته به نوع بیماری‌ها) قبل از مصرف دارو به تحمل بدن باید نگاه شود و از مصرف سریع دارو پرهیز شود تا دچار بیماری‌هایی که از داروها به وجود می‌آید، نشویم. و زمانی که بیمای بر سلامتی غلبه نمود. از روش‌های مختلف و مناسب و با احتیاط لازم، برای بهبودی بدن بهره بجوییم.

در روایات، جهت درمان بیماری‌ها، شیوه‌های مختلفی بیان شده است. برخی از راه‌های درمانی، استفاده از درمان فیزیکی، بدون استفاده از دارو توصیه می‌شود. مانند: پرهیز، حجامت گرم و تر و حجامت گرم و خشک و ماساژ درمانی.

در برخی از راه‌های درمانی استفاده از داروهای گیاهی سفارش شده است و مسلماً احتیاط در استفاده از هر کدام از آنها، شرط اساسی در درمان بیماری می‌باشد.

از آن جا که بادکش درمانی (Cupping therapy)، یکی از راه‌های مقابله و پیش‌گیری از بیماری‌ها می‌باشد، از جمله مواردی است که به صورت فیزیکی بدون استفاده از دارو، یکی از راه‌های درمان بیماری‌هاست.

در مقداری از تاریخچه بادکش درمانی و مکانیسم تاثیر بادکش توضیح داده شده و حال به انواع بادکش گذاری اشاره میشود.

بادگش ثابت :

در این روش ، لیوان یا لیوان ها در طول مدت زمان مشخصی به طور ثابت روی پوست بدن بیمار قرار می گیرند و پس از تمام شدن زمان بادکش از بدن جدا می شوند. مثلاً باکش وسیع کتف و کمر که در درمان کمر دردها و رفع خستگی مزمن کاربرد دارد.

بادگش متناوب (مقطع):

گاهی برای جلوگیری از کبودی موضع یا برای جلوگیری از عوارض بادکش های خاص ، مثلاً روی پوست صورت و گونه، از بادکش متناوب استفاده میشود. به این صورت که پس از ایجاد خلاء و ثابت شدن لیوان روی پوست پس از ۳ تا ۵ ثانیه، لیوان از روی پوست جدا شده ، دوباره هواگیری می شود و روی پوست گذاشته می شود ، عمل تثبیت و جدا کردن لیوان بین ۲۰ تا ۴۰ مرحله تکرار می شود. از این روش بادکش می توان در آماده کردن موضوع حجامت تر و بادکش نقاط مختلف صورت استفاده کرد.

بادگش متحرک یا لغزان:

در بادکش متحرک ، قبل از بادکش گذاری ، موضع را روغن مالی می کنیم (جهت روغن مالی می توان از روغن های طبیعی ، نظیر روغن زیتون ، روغن کنجد ، روغن بادام تلخ یا روغن سیاه دانه استفاده کرد). پس از روغن مالی، بادکش را روی بدن ثابت می کنیم و سپس به آرامی آن را با دست روی بدن به حرکت درمی آوریم. این عمل باعث گرمی (سرخ) موضعی می شود و در رفع اسپاسم های عضلانی و خستگی مفرط بسیار موثر است.

تذکر ۱: در بادکش متحرک افرادی که دارای جوش های متعدد پوستی هستند احتیاط کنید.

تذکر ۲: در تمام بادکش ها حتماً از لیوان های سالم و بدون ترک استفاده کنید. زیرا لبه های ترک خورده و شکسته ی لیوان ممکن است بریدگی های شدید ایجاد کند.

تذکر ۳: کبودی های ناشی از بادکش واکنش طبیعی بدن است و جای نگرانی ندارد و در ۵ تا ۱۰ روز کاملاً رفع می شود. برای رفع سریع تر این کبودی ها می شود از ماساژ موضع بادکش بلافاصله پس از بادکش گذاری بهره گرفت.

با کنترل پوست بیمار و تنظیم مدت بادکش از کبودی شدید پوست جلوگیری کنید.

تذکر ۴: در صورتی که بیمار در موقع بادکش گذاری دچار حالات تهوع و سرگیجه و عرق سرد شد، بلافاصله بادکش را از بدن جدا کنید و بیمار را به پهلو راست بخوابانید و پاهای او را به داخل شکم خم کنید. علایم نام برده در چند دقیقه کاملاً رفع خواهند شد.

برای رفع سریع تر علایم می توانید از یک قاشق عسل خوراکی به صورت مکیدن یا یک لیوان شربت عسل استفاده کنید.

تذکر ۵: ایجاد تاول روی پوست بیمار پس از بادکش گذاری چند علت:

-ضعف و سستی پوست بیمار

-زیاد بودن فشار منفی ایجاد شده

-طولانی بودن مدت زمان بادکش

بنابراین با کنترل وضعیت پوست در مدت زمان بادکش و تنظیم مدت زمان بادکش و میزان خلای ایجاد شده می شود تا حد زیادی از این مساله جلوگیری کرد.

تذکر ۶: میزان بادکش در افراد لاغر و ضعیف، کمتر از افراد چاق باید باشد، زیرا بادکش شدید پوست افراد لاغر باعث تورم بافتی (التهاب) و اسپاسم (گرفتگی) عضلانی این افراد می شود.

امروزه جهت بادکش درمانی، دستگاههای Cupping therapy (درد کش) ساخته شده است که طرز استفاده از این دستگاه به این صورت می باشد:

جهت استفاده از دستگاه دردکش، ابتدا موضع بادکش را با روغن هایی مثل: روغن زیتون، روغن سیاهدانه یا روغن بادام تلخ به مدت ۵ دقیقه ماساژ دهید. سپس دستگاه مکنده را به پشت لیوان متصل کرده و با چندبار مکش با ایجاد خلاء لیوان را روی بدن ثابت کنید.

سپس دستگاه مکنده را از لیوان جدا کرده و جهت اطمینان دریچه ی لیوان را کمی به داخل فشار دهید. مدت زمان لازم برای بادکش گدای به طور متوسط ۱۰ دقیقه است و البته این زمان برای کودکان و بعضی از بیماران که دارای پوستی سست و نازک هستند تا ۵ دقیقه کاهش می یابد.

-مدت زمان بادکش تیروئید و کبد کمتر از ۱۰ دقیقه است .

-در صورت مشاهده ی کبودی زیاد یا تاول های پوستی کوچک، بادکش را خاتمه دهید.

-در صورت ایجاد تاول به هیچ وجه آنها را دستکاری نکنید و با عسل روی آنها را پانسمان نمایید.

-جهت ایجاد خلاء مناسب در افرادی که بدنی پرمو دارند، بهتر است موهای موضع بادکش، قبل از بادکش گذاری تراشیده شود.

-بعد از اتمام مدت زمان لازم، با کشیدن سوپاپ انتهای لیوان آن را از بدن جدا می کنیم. جهت رفع کبودی احتمالی می شود موضع را کمی ماساژ داد، جهت جلوگیری از انتقال بیماری های قارچی و پوستی بهتر است هر فرد از لیوان مخصوص خود برای بادکش استفاده کند و در صورت در دسترس نبودن لیوان ها را قبل از استفاده ی مجدد ضد عفونی کنید.

جهت افزایش عمر مفید دستگاه هر چند وقت یکبار قطعات دستگاه را باز کنید، تمیز و روغن کاری کنید و دوباره مورد استفاده قرار دهید.

-دوره ی درمان با بادکش به طور متوسط ۷ تا ۱۴ جلسه ی یک روز در میان است و در بعضی بیماری های مزمن تا ۲۰ جلسه نیز باید ادامه یابد.

در صورتی که تمایل دارید تا مطالب و مقالات علمیتان در این سایت قرار گیرد با مدیریت سایت تماس بگیرید. (فرزین نجفی پور)

fnp_fnp@yahoo.com یا info@maximumtechnic.com