۱۰۰ دلیل برای انجام "حجامت در فصل بهار" و تضمین سلامتی!

10 اسفند 1400

یکی از بهترین و مفیدترین روش‌های حفظ سلامتی و تدابیر بهاری، "حجامت ابتدای بهار" است که باعث پاک‌سازی خون و بدن از مواد زائدی می‌شود که طی زمستان تجمع یافته‌اند؛ این مطلب به اثرات متعدد درمانی و پیشگیرانه حجامت و تفاوت آن با خون‌دادن می‌پردازد.

دکتر یوهان آبل (JOHANN ABELE) پزشک و محقق آلمانی در کتاب خود با عنوان "حجامت شیوه درمان آزمون‌شده" که در سال 1997 چاپ شده است، در مورد حجامت می‌گوید: "اعتقاد راسخ دارم که نه‌تنها امروز بلکه برای همیشه، امر حجامت را در درمان بیماری‌ها نباید نادیده گرفت؛ حجامت پدیده‌ای است که در خودتنظیمی کردن عملکرد بدن انسان دخالت دارد، امری که هرگز با روش‌های دیگر نمی‌توان آن را جایگزین کرد. مطالعات ما نشان می‌دهد که در آلمان می‌توان 75 درصد بیماری‌ها را با شیوه‌های درمان طبیعی از جمله حجامت درمان کرد".

در ادامه به 14 مورد درباره مکانیسم تأثیر حجامت بر بدن اشاره شده است:

*حجامت با ایجاد یک التهاب موضعی باعث تحریک سیستم ایمنی بدن و تکثیر سلول‌های دفاعی بدن می‌شود.

*حجامت سیستم انعقادی و ضدانعقادی بدن را تنظیم می‌کند.

*حجامت بر تیموس که از مهمترین مراکز آموزش سلول‌های دفاعی است تأثیر مستقیم دارد.

*حجامت ترافیک لنفاوی را با ایجاد فشار منفی کنترل می‌کند و باعث افزایش لنف در این سیستم می‌شود.

*حجامت با کاهش غلظت خون تراکم سلولی را در مویرگ‌ها کاهش می‌دهد، اکسیژن‌رسانی را بهبود می‌بخشد و بار قلب و ریه را تعدیل می‌کند.

*حجامت با تصفیه خون، مواد زائد، مضر و مسموم را از خون خارج می‌کند.

*حجامت غدد غیرفعال یا کند بدن را فعال و از طرف دیگر فعالیت غدد پرکار بدن را کاهش می‌دهد؛ به‌عبارت دیگر باعث تعدیل فعالیت غدد داخلی بدن می‌شود (دکتر یوهان آبله محقق آلمانی نیز روی این

مکانیزم تأکید فراوان دارد).

*حجامت با تحریک سلول‌های موجود در جدار مویرگ‌ها، باعث ترشح فاکتورهای دفاعی بدن از این سلول‌ها می‌شود.

* مبحث تحریک جدار مویرگ و نقش آن در ایمنی بدن در بزرگ‌ترین مراکز علمی تحقیقاتی در حال بررسی است و شاید این مسئله مهمترین مکانیسم شناخته‌شده حجامت در بدن باشد.

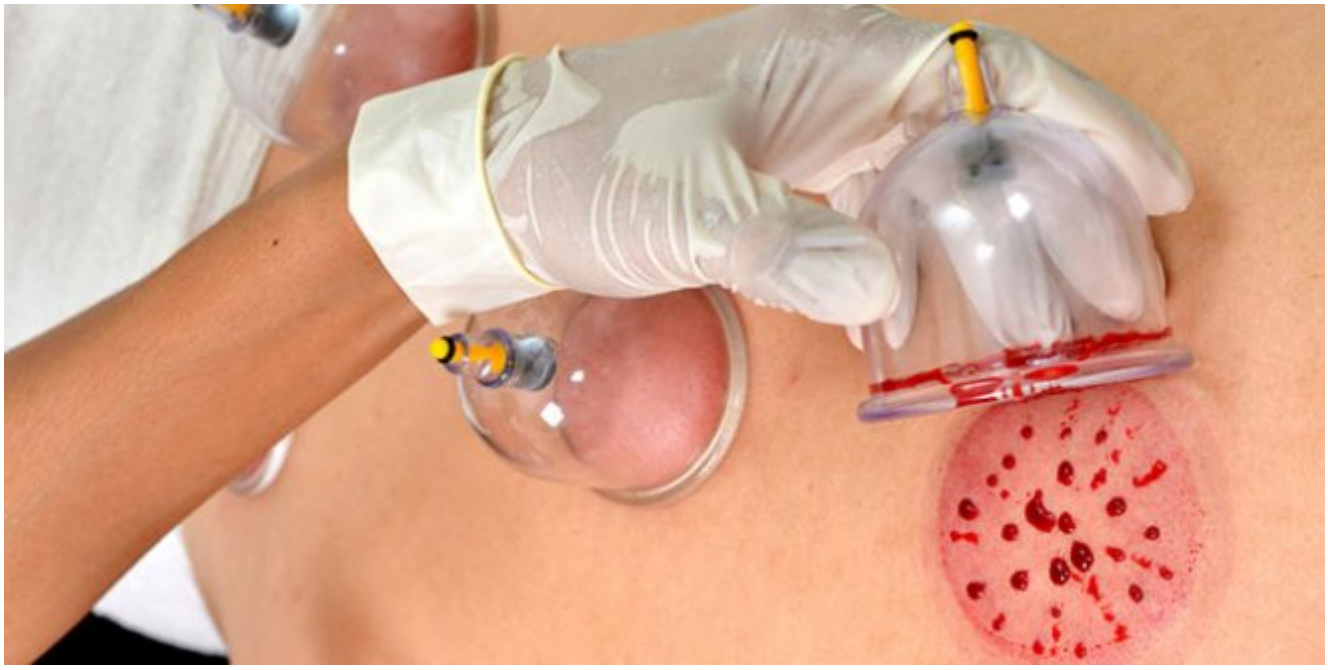
*حجامت با کاهش فاکتورهای مؤثر در سکته‌های مغزی و قلبی نقش پیشگیری از این بیماری‌ها را دارد (خصوصاً با کاهش میزان آهن خون، چرا که آهن اضافی خون از جمله مهمترین پارامترهای مؤثر در سکته مغزی و قلبی است).

*حجامت با اثرگذاری به‌روی عوامل ایجاد حساسیت نظیر هیستامین باعث بهبود نسبی آلرژی می‌شود.

*حجامت با ایجاد التهاب و احتقان موضعی، سیستم‌های درونی پاک‌سازی خون را که برای جذب خون و رفع التهاب در پوست موجود می‌باشد، به فعالیت وامی‌دارد و موجب رفع انسدادهای مکانیکی عروق می‌شود.

*حجامت باعث افزایش ترشح سروتونین مغز می‌شود (کاهش سروتونین در بروز افسردگی، اختلالات عصبی و رفتاری نقش محوری دارد).

*حجامت در بازسازی استیل کولین (میانجی اصلی سیستم ارتباطی مغز و اعصاب) نقش پایه‌ای دارد.



مکانیسم حجامت از دیدگاه طب رایج:

1. تنظیم سیستم ایمنی بدن انسان به‌وسیله حجامت عام

2. تنظیم سیستم ایمنی محیطی به‌وسیله حجامت عام

3. تنظیم ترشح غدد درون‌ریز و برون‌ریز

4. تأثیر حجامت بر سیستم سمپاتیک و پاراسمپاتیک

5. تأثیر حجامت بر درناژ لنف

6. تأثیر حجامت بر دفع سموم و رفع انسدادهای موضعی و محیطی

7. تأثیر حجامت بر افزایش ترشح اندروفین.

مکانیسم حجامت از دیدگاه طب سنتی:

1. دفع فضولات خون (کاهش تری‌گلیسرید، غلظت خون، قند خون، اسید اوریک، فشار خون بالا)

2. دفع سموم و عفونت بدن (نیش‌زدگی، سرخجه، سرخک، آبله‌مرغان، زونا، مسمومیت شیمیایی، آکنه، کهیر)

3. تنظیم اخلاط چهارگانه بدن

4. رفع انسدادهای عروقی (کمک به درمان تصلب شرائین، گرفتگی عروق کرونر، سردرد عصبی، میگرن، سیاتیک).

آیا خون‌دادن می‌تواند جایگزین حجامت شود؟!

بدون شک اهداء خون امری خداپسندانه، انسانی و ایثارگرانه به‌شمار می‌رود چرا که با اهدای آن جان انسانهای نیازمند به خون را نجات داده‌ایم اما مقایسه بین حجامت به‌عنوان یک روش درمانی و اهداء خون، قیاسی منطقی به‌نظر نمی‌رسد.

اهدای خون هیچ اثر درمانی یا هیچ نقش درمانی برای اهداکننده خون ندارد؛ تاکنون هیچ گزارشی مبنی بر اینکه اهدای خون، نقش درمانی برای درمان بیماریهای پوستی یا گوارشی یا بیماریهای کبدی یا بیماریهای قلبی ـ عروقی یا هر بیماری دیگری داشته، وجود نداشته است اما حجامت نقش درمانی برای فرد دارد و شما با انجام حجامت، زندگی خودتان را نجات می‌دهید اما با اهدای خون زندگی دیگران را.

12 تفاوت عمده حجامت با خون دادن!

ـ در فرایند انجام حجامت ابتدا با "بادکش" روی جریان خون تغییراتی ایجاد می‌کنند و سپس خراشهای ظریف پوستی که زده می‌شود فرایندهایی در بدن تحریک می‌شود که اصطلاحاً آن را فراخوان گلبولی می‌گوییم.

ـ مدل خون‌گیری در عمل حجامت سطحی است اما در خون دادن یک شوک منفی است که به‌وسیله یک

سوزن، خون در گردش مورد نیاز بدن را خارج می‌کند.

ـ در حجامت، خون کثیف از بدن خارج می‌شود اما در خون دادن، خون تمیز و مورد نیاز بدن اهدا می‌شود.

ـ اهدای خون هیچ اثر درمانی یا هیچ نقش درمانی برای اهداکننده خون ندارد؛ تاکنون هیچ گزارشی مبنی بر اینکه اهدای خون، نقش درمانی برای درمان بیماریهای پوستی یا گوارشی یا بیماریهای کبدی یا بیماریهای قلبی ـ عروقی یا هر بیماری دیگری داشته، وجود نداشته است اما حجامت نقش درمانی برای فرد دارد و شما با انجام حجامت، زندگی خودتان را نجات می‌دهید اما با اهدای خون زندگی دیگران را.

ـ حجامت در درمان بیماریهایی از قبیل آلرژی، آسم و نفس‌تنگی، کبد چرب، سردردهای میگرنی، غلظت خون، دیسکوپاتی و سیاتالژی، جوش صورت و بدن، پسوریازیس، آفت دهان، حتی هپاتیت و... کاملاً آزموده شده است.

ـ آنچه از موضع حجامت خارج می‌شود چیزی جز سموم بدن و اخلاط فاسد و کثیف نیست اما در اهدای خون، بیشترین چیزی که خارج می‌شود مواد غذایی، الکترولیتهای مورد نیاز بدن و ویتامینها است.

ـ در تفاوت اهدای خون با خون حجامت همین بس که حتی حیوانات نیز از خون حجامت و بوی تعفن آن گریزانند اما از خون اهداشده برای خوردن استقبال هم می‌کنند.

ـ جالب است بدانید که پیغمبر اکرم(ص)، حضرت علی(ع) و امام صادق(ع) این موضوع را متذکر شده‌اند که "سم از هر کجا، وارد بدن شود، از محل حجامت خارج می‌شود" یا "از موضع حجامت، چیزی جز سم دفع نمی‌شود".

ـ طبق تحقیقات، میزان کلسترول خون حجامت، 9 تا 11 برابر بیشتر از خون وریدی است بنابراین برای کاهش میزان کلسترول خون، انجام حجامت بسیار مفیدتر است همچنین سم موجود در خون حجامت 23 برابر سم خون وریدی است.

ـ بیشتر کسانی که خون اهدا می‌کنند در غالب موارد سیگار و دخانیات مصرف می‌کنند بنابراین خون اهداشده این افراد نه‌تنها برای گیرندگان خون مفید نیست بلکه می‌تواند مضر هم باشد؛ توصیه و تأکید می‌کنیم افراد اهداکننده خون، قبل از اهدا کردن خونشان، حتماً حجامت کنند تا بدین‌وسیله خونی که اهدا می‌کنند خون تمیز و سالم باشد.

ـ غالباً مشاهده می‌شود که گیرندگان خون بعد از دریافت پکسل خون، دچار بیماریهای دیگری از جمله زخم معده یا کبد چرب، عصبانیت و پرخاشگری، افسردگی و... می‌شوند در حالی که قبلاً به این بیماریها مبتلا نبوده‌اند و در واقع از اهداکنندگان خون دریافت کرده‌اند.

ـ میان کسانی که در جنگ تحمیلی در معرض بمبارانهای شیمیایی قرار گرفته‌اند، افرادی که در حین جنگ، حجامت کرده‌اند سالم باقی مانده‌اند و مابقی طی این سالها، مشکلات بمبارانهای شیمیایی را

تاکنون به‌دوش کشیده‌اند.

ـ نهایتاً این نکته را یادآور می‌شویم که حجامت یکی از بزرگترین شاخصه‌های طب سنتی ایرانی است؛ برای سالم زنده ماندن و داشتن زندگی بدون بیماری باید خود را ملتزم به انجام آن بدانیم.

"بهار" بهترین زمان برای انجام حجامت

سید مهدی میرغضنفری؛ متخصص طب سنتی درباره حجامت بهاری اظهار کرد: حجامت به‌هنگام، اصولی و بهداشتی به بدن سود فراوان می‌رساند و طبق توصیه‌های طب ایرانی، یکی از روش‌های حفظ سلامتی و تدابیر بهاری، حجامت ابتدای بهار است که کمک به پاک‌سازی خون و بدن از مواد زائدی می‌کند که طی زمستان تجمع یافته‌اند لذا منجر به پیشگیری از برخی مشکلات شایع فصل بهار همچون آلرژی‌ها، جوش و دمل‌ها، کسالت و سنگینی می‌شود.

وی افزود: این سال‌ها و امسال نیز شاهد تغییرات فصلی و مخصوصاً افزایش نسبی دما یا شروع زودتر از تقویم فصل بهار در بسیاری از شهرهای ایران بزرگ هستیم.

این کارشناس طب سنتی تصریح کرد: توصیه می‌شود افرادی که ممانعت خاصی برای حجامت ندارند (اطفال زیر دو سال، سنین خیلی بالا، بیماری‌های خاص و کم‌خونی‌های شدید، مزاج‌های سرد یا خشک، افراد خیلی لاغر یا خیلی چاق، ضعف شدید و کمبود فشار ممانعت دارند) و مخصوصاً افرادی که حجامت توسط طبیب حاذق طب سنتی به آنها توصیه شده است یا افراد با مزاج گرم و تر (مخصوصاً مردان و زنان یائسه)، دارای غلظت یا چربی خون یا اسید اوریک بالا، دارای جوش و دمل‌های پوستی صورت و بالاتنه و دارای احساس سنگینی و حرارت بالای سر و بدن، برای حجامت اقدام کنند.

میرغضنفری خاطرنشان کرد: توصیه می‌شود، صرفاً به مراکز استاندارد برای حجامت مراجعه شود تا مراحل قبل، حین و بعد از حجامت، به‌درستی اجرا شود و طبق قواعد نجومی و حالات بدن و خون در ایام مختلف ماه و سال، حجامت انجام شود.