

+ نگاه کارشناس

۵ باور اشتباه



مجیدامتنازای متخصص طب ایرانی

در باره ه حجامت چند نکته نادرست میان مردم رواج پیدا کرده و براساس آن تصور می کنند که می توانند به نتیجه مطلوب برای سلامتی دست پیدا کنند.



۱. یکی از این باورهای نادرست این است که حجامت برای درمان بیماری کبدی مفیداست، درحالی که این مطلب با واقعیت علمی تناسبی ندارد و حجامت غیر اصولی و تأیید پزشک متخصص می تواند عوارض جدی و خطرناک کوتاه‌مدت و طولانی‌مدت بسیار داشته باشد.
۲. بساور اشتباه دیگری اینکه حجامت را می توان برای هر بیماری تجویز کرد که این نکته هم منطبق با واقعیت علمی نیست و تمام کسانی که می خواهند چنین اقدامی را انجام دهند باید نظر متخصص را در این زمینه پرسند و سابقه پزشکی و هرگونه وضعیت سلامتی خودشان را با پزشک مطرح کنند.

۳. بیماری‌های مزمن متعددی وجود دارد که افراد ممکن است به آنها مبتلا شوند، اینکه ششاهد تبلیغاتی در فضای مجازی هستیم که برای دوری از این بیماری‌های حجامت صورت بگیرد، حقیقت ندارد و مراجعه به پزشک متخصص قبل از حجامت ضروری است.

۴. در دوران پاندمی کرونا و به‌ویژه بعد از واکسیناسیون گسترده، این نکته اشتباه به مردم منتقل شد که حجامت برای واکسن زده‌ها مفید است. این گفته هیچ تأییدی علمی ندارد و هیچ مقاله علمی هم در این‌باره نوشته نشده است. اینکه حجامت برای واکسن خوب است هیچ تطابقی با علم پزشکی ندارد.

۵. بساور اینکه حجامت را در هر جایی می‌توان انجام داد، اشتباه است. بیماران باید هنگام مراجعه بسرای انجام حجامت توجه کنند که مراکز ارائه‌دهنده این خدمت، مدارک و گواهی مورد تأیید وزارت بهداشت یا دانشگاه علوم پزشکی را داشته باشند. افراد فاقد این مجوزها صلاحیت انجام حجامت برای بیماران را ندارند. به هر دلیلی اگر فرد مراجعه کننده در زمان حجامت به بیماری مبتلا شود یا آسیب ببیند، افراد فاقد مجوز در این زمینه پاسخگو نیستند.

سایت healthline.com در مقاله‌های اعلام کرده، نتیجه یک بررسی انجام‌شده در سال ۲۰۱۸ درباره اثرات حجامت نشان می‌دهد که تقویت جریان خون پوست، تغییر خواص بیومکانیکی پوست، افزایش آستانه درد، بهبود متابولیسم موضعی بی‌هوازی (بدون اکسیژن)، کاهش التهاب و تقویت ایمنی سلولی از نتایج حجامت است.



حجامت سموم را از بین می‌برد؟

در بخش دیگری از مقاله سایت healthline.com عنوان شده که حجامت ممکن است با تحریک پاسخ ایمنی، به‌صورت موضعی و سیستمی، سموم را از بین ببرد اما تحقیقات بیشتری برای تأیید آن مورد نیاز است. حجامت همچنین ممکن است تأثیر مثبتی بر سیستم لنفاوی داشته باشد که تا حدی مسئول دفع مواد زائد بدن است.



مکملی برای بهبود کیفیت زندگی

حکمای طب سنتی از رازی تا ابن سینا و جرجانی حجامت را از ارکان درمان می‌دانند



کیانوش جهانپور پزشک،سخنگوی اسقوزارت‌بهداشت

حجامت ساده انجام دهند و از بیماری عبور کنند. توصیه‌ای که نه تنها متخصصان طب نوین که متخصصان طب ایرانی هم آن را تأیید نمی‌کنند و می‌گویند: «اینکه حجامت برای هر نوع بیماری تجویز شود، با واقعیت علمی انطباق ندارد.» اما گزارش‌های رسمی حاکی از افزایش انجام حجامت به‌دلیل تبلیغات گسترده به‌ویژه در فضای مجازی است. مشکل اصلی اینجاست که ورود افراد غیرمتخصص به این حوزه صدمات جبران‌ناپذیری را برای حجامت‌کنندگان به‌وجود آورده است. حجامت غیراصولی و بدون توصیه پزشکان می‌تواند عوارض کوتاه و طولانی‌مدت در افراد ایجاد و حتی ساختار کلی بدن را مختل کند. این در حالی است که حتی برخی افراد فاقد تخصص و صلاحیت در منازل و زیرزمین‌ها برای بیماران حجامت انجام می‌دهند که به‌دلیل رعایت نکردن اصول بهداشتی و ضوابط حجامت براساس شررا یط فردی، صدمات جبران‌ناپذیری به مراجعه‌کنندگان نشان می‌زنند. متولیان نظام سلامت هم می‌گویند این حجم از افزایش حجامت برای همه افراد جامعه منطبق بر واقعیت علمی نیست چون در حجامت نوعی خون‌گیری وجود دارد که بر مبنای علمی قطعاً آسیب‌هایی را به همراه خواهد داشت. نکته‌ای که کیانوش جهانپور، پزشک و سخنگوی اسبق وزارت بهداشت هم آن را تأیید می‌کند و می‌گوید: «رعایت نشدن الزامات بهداشتی در حجامت، می‌تواند منجر به بروز عفونت موضعی یا انتقال برخی بیماری‌های واگیردار شود.» او در این‌باره به چند نکته مهم اشاره کرده که در ادامه می‌خوانید.

حجامت را

جایگزین درمان نکنید

تا به امروز هیچ شواهد علمی از اثربخشی قطعی و کامل حجامت در هیچ بیماری مشخصی به اثبات نرسیده و اگر در این‌باره به‌نظر خبرگان و مراجع طب سنتی اکتفا کنیم با رعایت برخی شروط، در برخی افراد و بیماری‌ها، حجامت ممکن است مفید به فایده باشد. البته نکته مهم این است که به‌طور کلی طب سنتی، اعم از داروهای سنتی و اعمال پداوی مربوط به آن، طب مکمل هستند نه طب جایگزین. به همین دلیل توقف درمان‌های رایج، توقف دارو و کنار گذاشتن درمان‌های تأییدشده طب مدرن به بهانه حجامت توصیه نمی‌شود.

به‌طور

کلی طب سنتی، اعم از داروهای سنتی و اعمال پداوی مربوط به آن، طب مکمل هستندنه طب جایگزین

سهم حجامت در ارکان درمان

برخی مدعیان، حجامت را دواي همه دردها می‌دانند، چنین تعبیری احتمالاً هیچ مبنای علمی و ریشه‌ای در واقعیت ندارد و هیچ روش درمانی‌ای نمی‌تواند دواي همه دردها باشد. در مراجع طب سنتی ایرانی هم عنوان شده که حجامت دواي همه دردهاست. آنها بسته به شرایط تجویز حجامت می‌کنند و انجام آن برای سنین زیر ۲ سال و بعد از ۶۰سالگی هم اغلب ممنوع تلقی می‌شود. ولی به هر حال حکمای طب سنتی از رازی تا ابن سینا و جرجانی حجامت را از ارکان درمان دانسته و تقریباً در همه‌کتاب‌های طب سنتی، حداقل فصلی مربوط به حجامت اعم از خشک و تر، همچنین سایر روش‌های خون‌گیری وجود دارد و تقریباً استثنایی ندارد.

ورزشکاران آمریکایی با علائم حجامت

در بازی‌های المپیک تابستانی ۲۰۱۶، ورزشکاران آمریکایی در رشته‌های شنا، ژیمناستیک و دوومیدانی باچندین علامت دایره‌ای روی کمر و شانه‌های خود به رقابت پرداختند که گفته شده ناشی از حجامت بوده است. آنها در مصاحبه‌هایشان ادعا کردند که این درمان، باعث تسکین مؤثر دردهای عضلانی و مفاصل ناشی از ورزش می‌شود.



قهرمان شنا هم حجامت می‌کند

تصاویر ثبت‌شده از مایکل فلیس، شناگر آمریکایی هنگام مسابقه، دایره‌های قرمز عجیبی را در کمر و بازوهایش نشان می‌دهد که گفته می‌شود از حجامت چینی استفاده کرده است. حجامت خشک شناخته‌شده‌ترین نوع حجامت به‌شمار می‌رود و برای قرن‌ها مورد استفاده قرار گرفته است. تصاویر فلیس محبوبیت این حجامت را افزایش داد.

بهداشت‌های تندرستی

• ویژه‌نامه تندرستی • ۳۰ ار دیهشت ۱۴۰۳ • شماره ۱۵ • دوره جدید

مهم‌ترین اصل تجویز حجامت

نکته مهم این است که اگر قرار بر حجامت، طبق تجویز طب سنتی باشد، این امر باید از سوی فردی تجویز شود که حداقل مبانی آن را بشناسد. امروز جز پزشکان دانش‌آموخته طب ایرانی و انگشت‌شمار افرادی که خبره این حوزه هستند، سایر مدعیان، فاقد اطلاعات حتی اطلاعات اولیه درباره طب سنتی و بهداشتی هستند. بدون تعارف همین حوزه هم به کسب‌و کاری میدل شده و چه بسا که در آمدبتری نسبت به روش‌های درآمذایی اصولی و با قاعده هم داشته‌باشد.

حجامت همگانی توصیه نمی‌شود

در طب سنتی ایرانی توصیه به حجامت برای همه افراد وجود ندارد. ادعاهایی که به نوعی بر حجامت همگانی توصیه می‌کنند هم مستند به هیچ یافته یا گزارشی چه در قدیم چه جدید نیست و صرفاً یک ادعاست. برای این ادعا هم هیچ علت، دلیل، مطالعه و تحقیق محکم و استواری وجود ندارد و قابل اعتنا هم نیست.

عوارض محیط غیربهداشتی حجامت

قاعدتاً حجامت به‌ویژه حجامت تر که با تیغ‌زدن و خون‌گیری همراه است، نیازمند ابزار بهداشتی، محیط بهداشتی، تیغ، دستکش، لیوان استریل و یک‌بار مصرف و رعایت شرایط بهداشتی است؛ چون در غیر این‌صورت به‌دلیل عدم‌رعایت الزامات بهداشتی عوارضی ازجمله عفونت موضعی تا ابتلا به برخی بیماری‌های واگیردار می‌تواند بروز کند.

ابزار بهداشتی حجامت

دستکش تیغ

لیوان استریل

رعایت شرایط بهداشتی

آسیب حجامت‌کنندگان غیرتخصصی

با توجه به روند رو به رشد احیای طب‌های سنتی در دنیا، حجامت هم در کشورهای مختلف ازجمله ایران علاقه‌مندان زیادی پیدا کرده است. فارغ از نزاع طب سنتی و مدرن، نمی‌توان کتمان کرد که امروز تنها معدودی فعالان طب سنتی یا پزشکان متخصص طب ایرانی در کشور وجود دارند و سایر افرادی که میادرت به حجامت و تجویز آن می‌کنند در حد یک صفحه اطلاعات از حجامت و شرایط آن حتی از همان مراجع و کتب طب سنتی هم ندارند. آنها تنها تیغ، نیستر و لیوانی را دیده و می‌شناسند و در مواجهه با مشکلاتی که ناشی از فعالیت‌شان برای حجامت‌کنندگان رخ می‌دهد، هزاران توجیه برای فرار مطرح می‌کنند.

مکمل درمان‌های بالینی

طب سنتی، داروی سنتی و حتی حجامت و سایر موارد مربوط به این حوزه می‌توانند در کنار درمان‌های طب نوین به بهبود کیفیت زندگی بیمار منجر شوند. به همین دلیل نباید آنها را به عنوان جایگزین درمان‌های بالینی و توصیه‌های پزشکان متخصص درنظر گرفت چون در این صورت عوارض آن از محاسنش قطعاً بیشتر خواهد بود. هم برای سلامت فرد و هم جامعه.

بایدها و نبایدهای قبل از حجامت

پیش از آنکه حجامت صورت بگیرد، آگاهی از اصول مراقبتی آن ضرورت دارد. به این نکات هم باید توجه شود.

۱. پزشک حجامت در چه حد در این زمینه تخصص و آشنایی دارد؟

۲. محیط و ابزار انجام حجامت استانداردهای بهداشتی را دارند یا پزشک معیارهای ایمنی و مراقبت بهداشتی را انجام می‌دهد؟

۳. از همه مهم‌تر اینکه اساساً انجام‌دهنده حجامت دارای پروانه پزشکی هست؟



مطالعات اثربخشی هنوز تکمیل نشده

بدون تعارف باید گفت که در طب مدرن هنوز هیچ تحقیق جامع، دقیق و قابل استنادی، حجامت را به‌عنوان یک روش پیشگیری یا درمانی تأیید نکرده و این تنها یکی از محل‌های نزاع میان پارادایم طب‌های سنتی با مطرح می‌کنند.



مجیدامتنازای متخصص طب ایرانی

+ توصیه

خطرات حجامت غیرعلمی

حجامت‌درمانی هم‌مانندهر مداخله پزشکی یا درمانی، خطرات و عوارض جانبی بالقوه‌ای را به همراه دارد، به‌ویژه زمانی که به‌درستی انجام نشود یا در افرادی انجام شود که در این‌باره ممنوعیت‌هایی دارند. به همین دلیل آگاهی از این خطرات و مشورت با یک متخصص طب ایرانی قبل از انجام آن ضروری است. برخی از خطرات مرتبط با حجامت‌درمانی غیر اصولی در ادامه آمده است.

احتمال پارگی مویرگ

یکی از شایع‌ترین عوارض حجامت، کبودی یا تغییر رنگ پوست در محل استفاده از فنجان و به‌دلیل مکش است. به همین دلیل اگر توسط یک فرد غیرمتخصص انجام شود می‌تواند پارگی مویرگ‌ها را رقم بزند.

سوزش و سوختگی پوست

استفاده نادرست از روش‌های حجامت، به‌ویژه حجامت آتش‌یسا مکش بیش از حد، می‌تواند منجر به تحریک پوست، تاول یا سوختگی شود.

خطر عفونت

اگر لیوان‌های حجامت به خوبی تمیز و استریل نشوند در فاصله زمانی بین استفاده، خطر عفونت در محل‌های حجامت وجود خواهد داشت.

ناراحتی ی‌آدرد

حجامت‌درمانی می‌تواند باعث ناراحتی یا درد شود، به‌ویژه حین استسفاده و برداشتن فنجان و زمانی که ساکشن بیش‌از حداعمال شده‌باشد.

ایجاد لخته خون

در موارد نادر، حجامت‌درمانی ممکن است به تشکیل لخته‌های خون منجر شود، به‌ویژه در افرادی که اختلالات لخته شدن خون دارند یا داروهای رقیق‌کننده خون مصرف می‌کنند.

اثرات نامطلوب برای برخی بیماران

حجامت ممکن است برای همه افراد مناسب نباشد، به‌ویژه افراد مبتلا به بیماری‌های خاص مانند اختلالات خورن‌زری، عفونت‌های پوستی یا سیستم ایمنی ضعیف.

واکنش‌های آلرژیک

در برخی موارد، افراد ممکن است واکنش‌های آلرژیک به مواد مورد استفاده در حجامت، مانند لاتکس (درصورت استفاده از لیوان‌های لاستیکی) یا روغن‌های اعمال‌شده روی پوست را تجربه کنند.