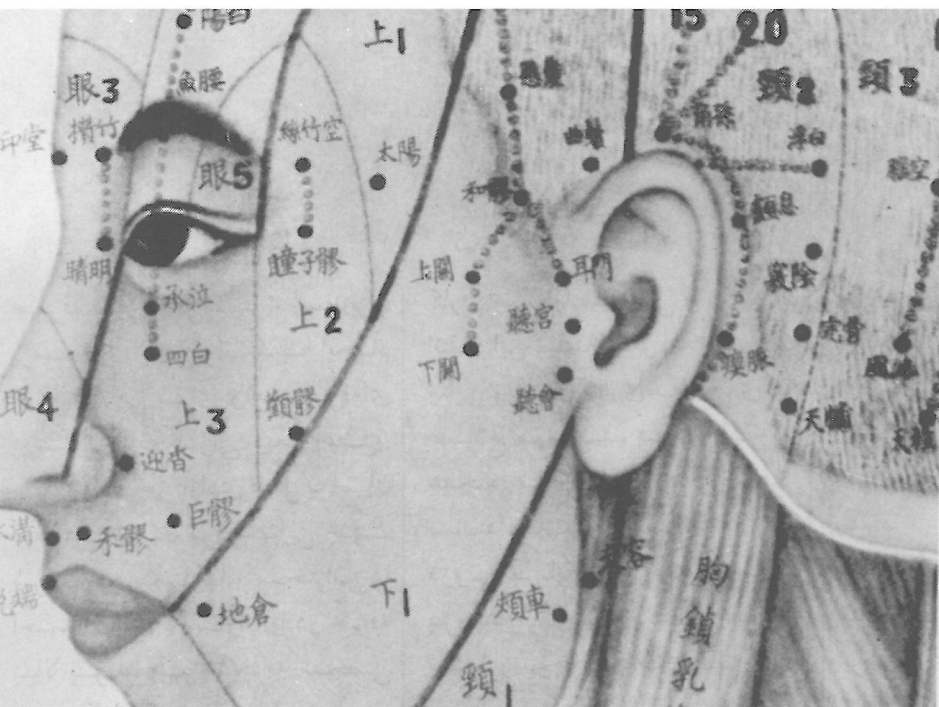


Downloaded from <http://journals.tums.ac.ir/> at 11:07 IRST on Tuesday October 23rd 2012



ترجمه و تنظیم:
رخشنده محمدی*
ویراستاران:
آناهید کریمی
فرخنده مهری
۶۹/۱۰/۲۸

فصلنامه پرستاری و مامایی ایران



طب سوزنی، رمز سلامتی

تلقی کرد.

تئوری طب سوزنی بر اساس مفهوم *qi* بنا شده است که گاهی به انرژی حیاتی ترجمه می شود. هر عضوی از بدن دارای انرژی حیاتی متفاوت با کیفیت و عملکردی مختلف است. اعضاء مختلف بدن دارای فعالیت های ویژه بوده و به گونه ای متفاوت انرژی حیاتی تولید کرده و یا بر روی آن اثر می گذارد. در زمان سلامت انرژی های حیاتی متفاوت موجود در بدن، فعالیت هماهنگی داشته و انسان را از نقطه نظر جسمی، روانی، روحی و عاطفی در سطح بالای سلامتی نگه می دارد. و دارای اثر مطلوب در تمام سطوح می باشد. در زمان بیماری انواع بخصوصی از انرژی حیاتی کاهش یا افزایش یافته و عدم تعادل ایجاد می گردد. به طوری که

مراقبت های اولیه جهت حفظ سلامت بیش از یک جمعیت دنیا و کاربرد وسیعی که در طب غرب داشته است، بسیاری از مردم تصورات غلطی درباره این علم داشته و ارزش کاربرد وسیع آنرا نمی شناسند.

طب سوزنی یک روش کامل درمانی است که در جهت اصلاح و بهبود عملکرد سیستم های بدن فعالیت میکند. عموماً طب سوزنی را روشی مناسب برای معالجه و یا توقف و کاهش پیشرفت بیماریها و پیشگیری از بروز تغییرات پاتولوژیکی برگشت ناپذیر می دانند. طب سوزنی قدرتی پیش برنده در بهبود بدن انسان ایجاد کرده و سلامتی را در سطح مطلوبی نگه می دارد. بنابراین می توان طب سوزنی را روش پیشگیری و درمان

طب سوزنی روش درمانی ایمن می باشد. با توجه به عدم وجود عوارض سوء در این روش، بهترین شیوه برای درمان دردهای تهدید کننده و ترک سیگار شناخته شده است. ون وابیت چرچیل علت سودمندی و استفاده وسیع از طب سوزنی را توضیح می دهد:

اکثر مردم فیلم هائی در رابطه با چگونگی استفاده از طب سوزنی در اعمال بیهوشی برای انجام عمل های جراحی دیده اند و گروهی نیز طب سوزنی را شخصاً تجربه کرده و یا کسانی رامی شناسند که آنرا تجربه کرده اند.

علی رقم توسعه آگاهانه این روش درمانی باستانی و هنری در علم درمان و منبعی برای

* فوق لیسانس پرستاری بهداشت جامعه



کردند که دردناک نبوده است. نقاط مخصوص به توسط گیاهی به نام موک (آرتیمیا ولگاریس^۱) گرم و یا ماساژ داده می شود. امروزه از روش ایجاد تحریک الکتریکی جزئی در این نقاط استفاده می کنند که در بیهوشی طب سوزنی کاربرد دارد. البته جریان الکتریکی در سطح بسیار پایینی بود و بطوریکه بیمار چیزی احساس نمی کند. گاهی نیز از لیزر استفاده می شود. تمام متخصصین طب سوزنی در انگلستان از روشهای کاری بهداشتی تجویز شده از طرف بخش بهداشت تبعیت کرده و تنها از سوزنهای استریل استفاده می کنند. برخی از متخصصین طب سوزنی از سوزنهای استریل شده و یکبار مصرف استفاده می کنند. به علاوه متخصصین طب سوزنی موظف به

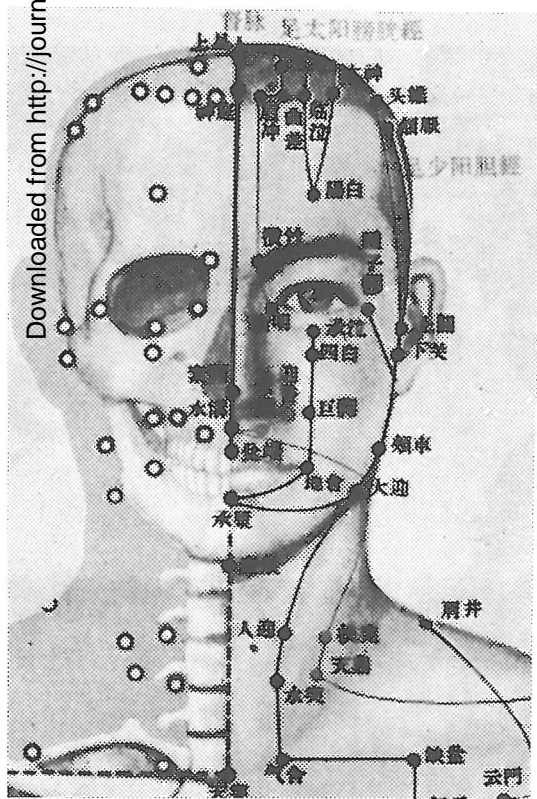
تحریک نقاط ویژه ای بر روی سطح بدن می باشد. که "نقاط طب سوزنی" نامیده می شود اینها نقاطی هستند که انرژی حیاتی در آنجا تمرکز یافته و می توانند در انرژی حیاتی بدن تغییر ایجاد کننده اکثر این نقاط در طول مدارهایی قرار دارند که به عنوان مسیرهای انرژی حیاتی شناخته شده و طول بدن را طی می کنند و با یک عضو مشخص ارتباط پیدا می کند. به عنوان مثال مدار یا مسیر انرژی حیاتی معده از زیر چشم شروع شده، به طرف پائین شکم آمده و با معده مرتبط شده و سپس به طرف پاها رفته و در ناحیه رویش انگشت پا ختم می شود. نقطه طب سوزنی در ناحیه انگشت پا تحت تأثیر محل هائی قرار می گیرد که به توسط این مدار پوشش داده شده اند و به جهت درمان مشکلات چشمی، لثه ها، دندان درد و درد معده بکار گرفته می شود. هم چنین این نقطه بر روی اختلالات ناشی از خوب کار نکردن انرژی حیاتی معده مثل اسیدپتیه معده و یا تنفس بدبو مؤثر است.

به طور معمول سوزنهای ضد زنگ نازک و ظریفی را که برخی از آنها کمی ضخیم تر از قطر تار مو هستند در محل های طب سوزنی وارد می کنند. چینی ها زمانی آن را مطلوب تلقی می کنند که حس ویژه نسبت به وارد کردن سوزن که (deqi) نامیده می شود ایجاد گردد. که حاصل آن یک حس و یا درد گنگ یا سنگینی می باشد. اکثر بیماران اظهار کرده اند که وارد کردن سوزن به داخل بدن آنها چیزی نبوده که آنها انتظار داشته اند. و برخی عنوان

عدم وجود سلامتی و علائمی را از جنبه های مختلف جسمی، روحی، روانی و عاطفی ایجاد می کند. این وضعیت توسط اعمال فرایند تشخیص تعیین، و برقراری تعادل در انرژی حیاتی و معالجه، تعدیل بیماری و استقرار سلامتی را موجب می شود.

فرایند تشخیص شامل طرح سؤالاتی در خصوص جنبه های سلامت بیمار در گذشته و حال می باشد. متخصص طب سوزنی به بیمار آموزش می دهد که چگونه بدن خود را معاینه و علائم مربوطه را تشخیص دهد. دو روش ویژه و مهم آزمایش در طب سوزنی شامل مشاهده زبان و لمس نبض می باشد که طی آن ۲۸ نبض در شش وضعیت میچ دست حس میشود.

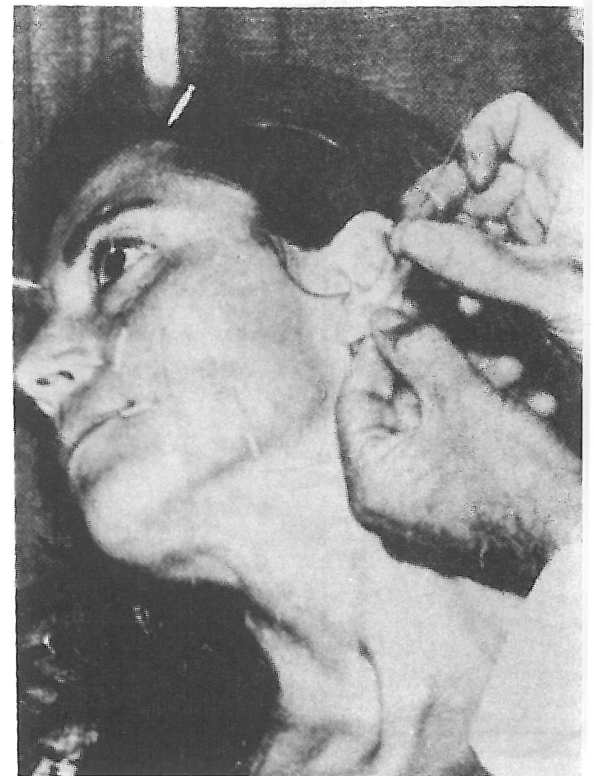
بر اساس تشخیص، متخصص طب سوزنی نقاط درمانی طب سوزنی را باید انتخاب کند همچنین ممکن است به بیمار توصیه کند که رژیم غذایی یا روش زندگی خود را تغییر دهد. در بسیاری از مواقع بیماری در اثر انجام کارهایی که اثر سوء بر سلامتی دارد ایجاد می شود. شروع روش های جدید زندگی و تغییر یافته، موجب گسترش نتایج درمانی می شود. این امر موجب افزایش توان و حفظ سلامتی بیمار خواهد شد. به عنوان مثال محیط مرطوب موجب وخیم تر شدن وضعیت بیمار مبتلا به آرتروز می شود بنابراین اینگونه بیماران باید از بودن در محیط مرطوب و خوردن غذاهایی مانند لبنیات و قند خودداری کنند. درمان با طب سوزنی شامل





فراگیری آناتومی، فیزیولوژی و آسیب شناسی پزشکی غرب در طول سه الی چهار سال می‌باشند و آموزش‌های لازم و با دقت در خصوص تمرین وارد کردن سوزنها را در محل امن دریافت می‌کنند.

تحقیقات زیادی برای پی بردن به چگونگی انجام طب سوزنی در علم غرب انجام شده است. مکانیزم‌های مشخص از عملکرد آن بر روی نمونه‌های بخصوصی بدست آمده ولی درک علمی از آن هنوز ناکافی است. به عنوان مثال دیده شده است که در اعمال بیحسی به وسیله طب سوزنی آندروفین‌ها^۲ آزاد می‌شوند و اثر بی حسی آن را می‌توان بوسیله داروهای ضد مخدر^۳ خنثی کرد. برای مثال شخص که درد مفصل زانوی او بوسیله طب سوزنی درمان شده و یا کاهش پیدا می‌کند داروی



ضد مخدر نمیتواند اثر آنرا متوقف کند. برخی از محققین فکر می‌کنند که طب سوزنی از طریق تأثیر سیستم عصبی خود کار یا سیستم ویژه‌ای که در حال حاضر بطور نسبی شناخته شده است عمل می‌کند. اما تا پیشرفت علم غرب در مورد شناخت طب سوزنی، مؤثرترین راه استفاده از طب سوزنی بر اساس اصول و تجربیات طب چینی‌ها می‌باشد طب سوزنی نمی‌تواند همه بیماریها را درمان کند اما می‌تواند طیف وسیعی از مشکلات را کاهش و یا برطرف نماید.

در غرب طب سوزنی بهترین روش برای درمان وضعیت‌های دردناک و ترک سیگار شناخته شده است. و این مقاله نشان دهنده قسمت کوچکی از کاربرد آن است چینی‌ها طب سوزنی را یک سیستم درمانی کامل تلقی می‌کنند و در طب غرب منحصراً به عنوان یک روش درمان عادی برای درمان انواع مختلف بیماریها مانند بیماریهای عفونی، روانی و حتی درمان بعضی از بیماریها که از طریق اعمال جراحی معالجه می‌شوند، مورد استفاده قرار گرفته است.

در کتابی که توسط کالج‌ه‌جیانگ^۴ تالیف شده استفاده از طب سنتی چینی را در معالجه بیماریهای زنان با عنوان زیر مطرح می‌کند.

* قاعدگی زودرس، با تاخیر، بی‌نظمی، درد در زمان قاعدگی، زیاد بودن خون قاعدگی، زیاد بودن قاعدگی، کم بودن خون قاعدگی، محتقن شدن سینه‌ها قبل از قاعدگی، فقدان قاعدگی، خونریزی رحمی و یا

سندروم یائسگی

* ترشحات غیر طبیعی واژن: ترشحات سفید مهبل، دفع ترشحات قرمز و زرد رنگ

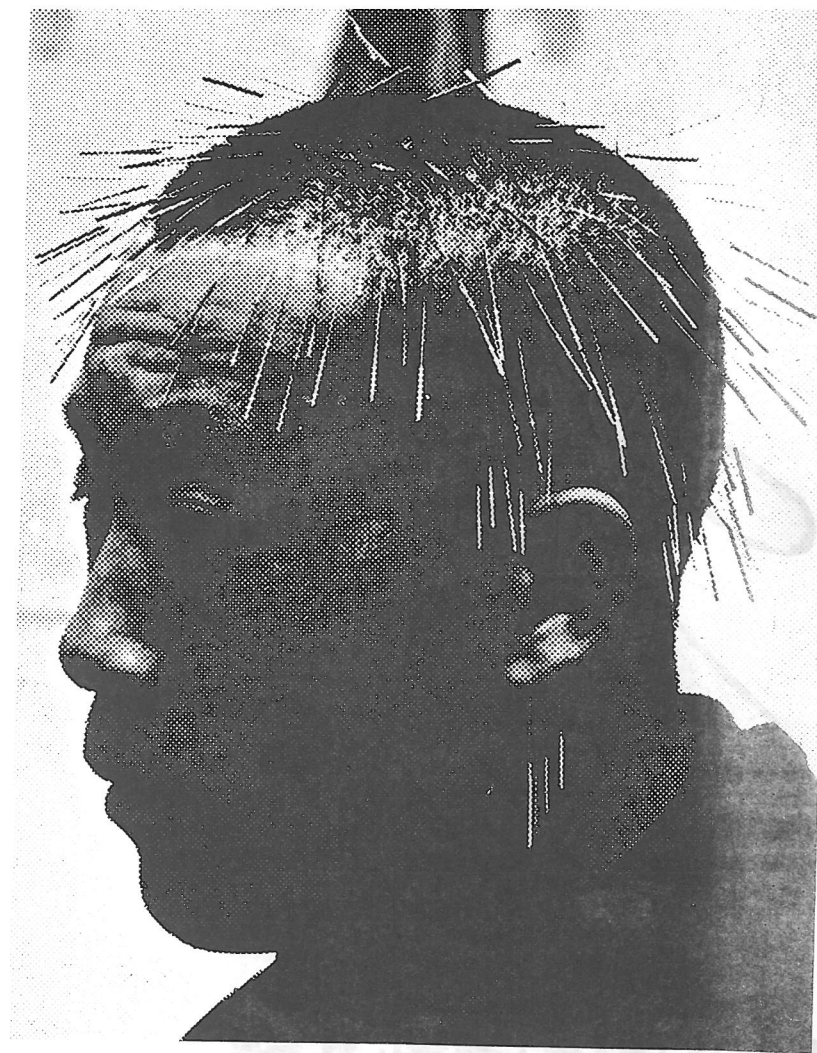
* اختلالات دوران حاملگی، تهوع صبحگاهی، درد شکم در هنگام حاملگی، تهدید به سقط، خونریزی مهبل در دوران حاملگی، سقط و سقط عادت، ورم در هنگام حاملگی، مسمومیت‌های حاملگی در دفع ادرار در دوران حاملگی

* اختلالات بعد از زایمان: درد شکمی بعد از زایمان، باقی ماندن ترشحات مهبل ۵ (کانال زایمان)، ازدیاد ترشحات، ضعف، تب تشنج و یبوست بعد از زایمان ترشح ناکافی شیر بعد از زایمان

* بیماریهای مختلف زنان: التهاب پستان، افتادگی رحم، توده در شکم و عقیمی، طب سوزنی مشکلات فوق را می‌تواند درمان کند و در سیستم درمانی چینی‌ها این مشکلات معالجه می‌شود. در غرب نیز بیشتر زنان از مشکلات و بیماریهای مختلف زنان در درجات متفاوتی رنج می‌برند که شایع‌ترین آنها تغییرات قبل از قاعدگی و درد در زمان قاعدگی می‌باشد. بوسیله استفاده از طب سوزنی می‌توان بر این مشکلات فائق آمده و یا طول درد آن را کاهش داد.

طب سوزنی نمی‌تواند همه بیماریها را درمان کند ولی می‌تواند طیف وسیعی از مشکلات را کاهش داده و یا برطرف کند. درمان بعضی از بیمارها با استفاده از طب سوزنی توسط پزشکان مؤثر بوده است.

را درمان کرده‌ام. که طب غرب تنها علائم آن را کاهش داده و یا حتی در کاهش آن نیز موفق نبوده‌است. در چنین شرایطی بیماران باید به انجام طب سوزنی تشویق شوند. بعضی پزشکان، بیماران را به متخصصین طب سوزنی ارجاع می‌دهند. ولی متأسفانه حرفه پزشکی فواید این علم را به طور ناقص در اختیار افراد قرار می‌دهد. بعضی از افراد سالهای طولانی قبل از انجام طب سوزنی از بیماری خود رنج می‌برند. درمان هر مشکل هر قدر که به شروع آن نزدیکتر باشد، ساده‌تر است. بنابراین زمانیکه درمان بوسیله طب سوزنی تنها درمان انتخابی است، غیر منطقی است که در انجام آن تأخیر داشته باشیم. و یا اینکه به شیوه درمانهای گذشته رجوع کنیم: طب سوزنی فرم بی خطری از درمان است که به طور تعجب آوری بدون عوارض جانبی است امید است که طب غرب با این سیستم ترکیب شده و با تأکید بر مراقبت بهداشتی افراد را به طرف سلامتی سوق دهد.



عمل می‌کند زیرا این بیماران به درمان کمتری نیازمند هستند. به هر حال مقدمهٔ سومی نیز وجود دارد. من به طور موفقیت آمیزی التهاب مفاصل و سوءهاضمه

برخی بیماریها مانند بیماری قند نوجوانی بوسیله طب سوزنی قابل کنترل است البته معالجه انجام نشده ولی نیاز به مصرف دارو را کم می‌کند. طب سوزنی به عنوان مکمل

منبع

- 1- Transl. Zhang Ting - Lioeng, ed Flaws, B.; *A Hand book of Traditional Chinese Gynaecology* Boulder, Colorado; B. lue Poppy Press , 1987.
- 2- *Nursing Times*, November 2, Vol (84) , No (44), 1988. PP: 39 - 40

- 1- Moxa (*Artemisia vulgaris*)
- 2- Endorphins
- 3- Antio piate
- 4- zhejiong college.
- 5- lochia

Acupuncture: the key of health

Rakhshandeh Mohammadi, Anahid Karimi, Farkhonde Mehri

The acupuncture is a safe medical treatment method. Regarding to an absence of adverse effects, this method is considered as the best interventions in smoke cession and relieving the threatening pains. Churchill mentioned that most people watched some TV movies related to using of acupuncture in anesthetizing the surgical patients; some people experienced acupuncture by themselves or relatives. Notwithstanding of intentional developing of this artistic, ancient healing method as a primary caring source of health maintenance of almost one-fourth of world population, and also wide usage of this method in West medicine, most people have incorrect beliefs about acupuncture.

Key words: acupuncture, alternative medicine