

## تکمیل نشده، نه درمانگر!

**حجامت، نه یک روش درمان بیماری، بلکه تکمیل کننده درمان های اساسی از جمله اصلاح رژیم غذایی و مصرف دارو است.**

درمان بیماری محسوب نمی شوند، بلکه روند طولانی درمان را سرعت می بخشند و زمان را کاهش می دهند. با در نظر گرفتن این نکته، خوب است بدانیم که انجام حجامت می تواند بر افزایش قد، کنترل بیش فعالی، درمان کبد چرب، فشارخون، بهبود افسردگی، بیماری های زنانه و... مؤثر باشد. درواقع حجامت می تواند روش تکمیلی و کمک کننده پزشک در درمان بیماری ها باشد. این اشتباه در بین عموم جامعه جافقاده که حجامت می تواند جنبه درمانی داشته باشد، ضرورتی که بدون اصلاح رژیم غذایی و مصرف داروهای تجویزی پزشک، حجامت نمی تواند بخش درمان



خون، در زمان سالمندی خودش را نشان می دهد و به فرد تحمیل می شود.

**🕒 زمان مناسب برای انجام حجامت، چندوقت یک بار است؟**

در صورتی که فرد شرایط لازم برای حجامت را داشته باشد بهتر است سالی یک بار یا نهایتاً در دو فصل بهار و پاییز این کار را انجام دهد. افراط در انجام حجامت و انجام ماهانه آن، کاملاً ممنوع است.

**احتمالاً شما هم با کسانی که برای هر بیماری نسخه حجامت تجویز می کنند مواجه شده اید؛ روشی که البته به اندازه موافقت نش، مخالفان بسیار زیادی هم دارد اما شاید بهتر باشد یک بار برای همیشه پرونده مزایا و معایب حجامت را ببندیم. حجامت که تحقیقات بسیار متعدد و گسترده ای در مورد چگونگی و چرایی عملکردش انجام شده اما در نهایت، یک پاسخ قطعی و مدردمندی برای نتایجش به دست نیامده است. در این میان، سؤال فعلی این است که حجامت به عنوان یک روش درمانی، چه جایگاهی دارد؟**



**نگین خاتمی زاده**  
گروه جامعه

داشته باشد که پزشک، مزاج فرد را تشخیص دهد و بدانند که شرایطش را دارد؛ آن وقت است که روش حجامت برای آن فرد، مفید و مؤثر خواهد بود.

**🕒 و این شرایط چیست؟**

دو شرط لازم و اساسی برای حجامت وجود دارد و آن هم سن و مزاج است. سن فرد حجامت کننده باید بین ۱۲ تا ۶۰ سال باشد. علاوه بر آن، مزاج فرد باید حتماً گرم باشد و برای افراد با مزاج سرد، حجامت اصلاً توصیه نمی شود.

**🕒 چطور می توان مزاج را تشخیص داد؟**

تشخیص مزاج یک سری علائم و نشانه ها دارد؛ مانند بررسی رنگ پوست، نرمی و سفتی بافت بدن، میزان خواب، سازگاری فرد با محیط، میزان رشد مو... و اما با وجود این، مزاج موضوعی است که یک پزشک با تجربه و با در نظر گرفتن تمام علائم و نشانه ها، می تواند تشخیص دهد.



لَا بُرْحَىٰ أَفْرَادِ عَادَتُ بِهِ حِجَامَتُ دَارِنْد؛ شَمَا اَيْنِ عَادَت رَا تَايِيدِ مِی کِنِید؟

روش های درمانی مانند حجامت، فصد، زالودرمانی و... جزو اعمال یداعی هستند؛ روش هایی که صرفاً در درمان به ماکم می کنند و به تنهایی و به صورت عادت و بدون تجویز و تشخیص پزشک توصیه نمی شوند. به عبارت دیگر، داشتن عادت به حجامت بدون آگاهی از مزاج مان کاملاً نادرست است. این که بگوییم همه افراد می توانند به صورت دوره ای و در تاریخی مشخص حجامت کنند، اصلاً موضوع درستی نیست.

**❗ یعنی برای حجامت باید شرایط خاصی داشت و همه نمی توانند آن را انجام دهند؟**

طبیعتاً همین طور است. درواقع حجامت زمانی می تواند کاربرد

**به سادگی و توسط خود فرد قابل تشخیص و قطعیت باشد و حتماً باید به پزشک متخصص مراجعه کرد و تشخیص مزاج را به پزشک بسپاریم**

موضوعی که البته در زمان حال خودش را نشان می دهد و حتی احساس سرخالی هم در فرد به وجود می آورد که این امر می تواند برای فرد حجامت کننده خوشایند باشد.

این درحالی است که عوارض از دست دادن نادرست

[illegible]

تکراری وجود نداشته باشد.  
نشده باشد.

٩	٩			٣			١	٥		٩
٢				٩		٢		٣		٧
	٩						٥			
٨				٩				٩		٢
	٣						٩			
									٢	
٣			٨		٧		٩			٥
١	٧			٢			٣		٢	٧
								٧		٢
						٢			٨	
							٥			٨
٥	٩			٧			١		٩	
١			٩		٢		٩			٩
									٧	
	١						٩			
٢				٥			١			٢
	٧						٣			
٩			٩		٢		٥			٩
٣	٥			٩			٨	٧		٣