

باید و نبایدهای حجامت

حجامت اصطلاحاً به روشی از خونگیری اطلاق می شود که جهت درمان بعضی از بیماری ها بکار می رود و دارای سابقه تاریخی هفت هزار ساله و مورد تایید و تاکید اسلام می باشد. قدمت حجامت در ایران به قبل از اسلام می رسد، بهرام گور پادشاه ساسانی چون درمان بیماری خود را منحصر در حجامت یافت دستور داد حجامت در ایران رایج شود.

یکی از مهمترین روایاتی که در زمینه حجامت در منابع معتبر روایی ذکر شده و در ذیل آیه یک سوره مبارکه «اسری» در تفسیر المیزان و برخی از تفاسیر دیگر آمده است، حدیث زیر می باشد

:حضرت رسول اکرم(صلی الله علیه و آله و سلم) می فرمایند

در شب معراج، وقتی که به آسمان هفتم صعود کردم، بر هیچ ملکی از ملائک گذر نکردم مگر اینکه گفتند یا محمد حجامت کن و امت «
» را به حجامت کردن امر بفرما

انواع حجامت

:در طب سنتی ایران حجامت به طور کلی به دو دسته تقسیم می شود

حجامت خشک یا بادکشی - Dry cupping

حجامت تر - Wet cupping

روی پوست انجام Suction حجامت خشک : نوعی حجامت است که در آن خونی از بدن خارج نمی شود، بلکه تنها عمل مکش یا می شود. حجامت خشک خود بر دو قسم است

الف : سرد و خشک،

ب. گرم و خشک

حجامت گرم و خشک در فرهنگ عامه اصطلاحاً به کوزه یا لیوان گذاری معروف می باشد. حجامت خشک در نقاط مختلفی از بدن انجام می شود و در درمان بسیاری از دردها و بیماریها نقش موثری دارد. اینگونه از حجامت موجب انبساط عروق و رفع انسداد آنها و تحریک دیواره مویرگها می شود و در افزایش توان سیستم ایمنی بدن نقش مهمی دارد.

حجامت تر با خارج نمودن مقداری از خون بیمار همراه می باشد. حجامت تر در مکاتب مختلف طب سنتی متفاوت می باشد، اما در طب

اسلامی مواضع زیر بیشتر تاکید شده است.

امام صادق (ع) فرمودند: رسول خدا (ص) در سه نقطه حجامت می فرمود: سر، بین دو کتف و کمر

حجامت موضعی: بر اساس تشخیص پزشک و نوعی بیماری در موضع خاصی انجام می شود. از جمله حجامت روی کفها، اطراف

مقعد، روی رانها، حجامت کلیه، قاعده ریه و حجامت کبد. این نوع حجامت انواع مختلف دارد که مهم ترین و رایج ترین آنها همان خون گیری

از میان دو کتف است. ولی حدود شصت نوع حجامت دیگر نیز وجود دارد که فقط باید به تجویز اطباء انجام شود. مثلاً برای نوزادان بعد

از چهار ماهگی حجامت نقره در گودی پشت گردن تجویز می گردد که طبق روایات اسلامی برای برطرف کردن رطوبت سر و رشد مطلوب

آنها بسیار مفید است. همچنین برای درمان زردی نوزادان حجامت ساده ای از پشت گوش آنها انجام می شود که با ریزش دو سه قطره خون،

زردی آنها فوراً کاهش می یابد.

حجامت های دیگری نیز در سایر اعضای بدن صورت می گیرد که اثرات خاص درمانی دارد. مانند حجامت زیر چانه (برای درمان

جوش های صورت)، حجامت ساعد (برای گرفتگی رگ دست که یک بیماری خاص بانوان است)، حجامت سر (برای رشد مو)، حجامت

زانو، حجامت کبد، حجامت کلیه ها، حجامت ساقین، حجامت پشت کمر، زیرناف، قوزکپا و غیره

روش انجام حجامت چگونه است؟

پس از معاینه و اخذ شرح حال از بیمار موضعی که برای حجامت تعیین شده است ضد عفونی گشته سپس با لیوان حجامت که بصورت

یکبار مصرف ساخته شده به مدت چند دقیقه بادکش می شود، بعد از ایجاد انبساط چند خراش سطحی ایجاد می گردد، آنگاه به تناسب

وضعیت جسمی، بالینی و عروقی بیمار در سه الی پنج مرحله از وی خون گرفته می شود. این عملیات مجموعاً در مدت حدود ۲۰ دقیقه انجام

می شود که خون گرفته شده حداکثر به ۵۰ تا ۷۰ سی سی بالغ می گردد. در حجامت خشک مرحله خونگیری انجام نمی شود

مقدار مناسب برای کشیدن شدن پوست به درون ظرف مکش به میزان ۱ تا ۱,۵ سانتی متر از بالاترین حد گنبد پوست مکیده شده تا به

ظرف مکش است. برای آماده سازی بهتر موضع حجامت. جهت حصول نتیجه بهتر از حجامت نوع خشک یا تر. می توان موضع

حجامت را با روغن زیتون، روغن سیاهدانه و یا گل بنفشه چرب نمود

حجامت تا چه حد ارزش درمانی دارد و فرایند اثر گذاری آن؟

سمومی که در اثر سوخت و ساز بدن در گوشه و کنار آن رسوب یافته، توسط جریان خون شسته شده و نیروی حفاظتی دریاچه های مخصوص

قلب مانع ورود آنها به قلب می شوند و آنها را در پشت قلب و بین دو کتف بایگانی می کنند و در آنجا دو روز باقی مانده و در صورت عدم تخلیه

(توسط حجامت) این خون کثیف به کبد برگشته و کبد آنرا به طحال فرستاده و در برخی رگهای بدن رسوب می کند و موجب درد و ناراحتی

هایی می شود.

در منابع طب اسلام و طب سنتی حجامت به عنوان یکی از ارکان مهم درمان ذکر گردیده است و بیماری های گوناگون را درمان می کند و به صورت اختصاصی در منابع طب اسلامی به شکل پیشگیرانه درمان همه بیماری ها شمرده شده است و در مورد بیماری های خاص درمان تمامی بیماری های ناشی از غلبه خون گفته شده است. بوعلی سینا اعتقاد دارد صفرا و سودا نیز از طریق حجامت قابل دفع است

حجامت در درمان چه بیماری هایی بکار می رود؟

حجامت در مورد بیمارهای هایپرلیپیدمی (چربی خون بالا)، دیابت غیر وابسته به انسولین، دردهای عضلانی، سردردهای عصبی و میگرنی، بیماری های پوستی شامل آکنه، پسوریازیس، آلرژی های دارویی، غذایی، فصلی، اعتیاد به مواد مخدر، بیماری های انسدادی عروق کرونر، عوارض بعد از ایازسگی (منوپوز)، دردهای قاعدگی در زنان و دوشیزگان (دیسمنوره) و برخی بیماری های عفونی، هورمونی و غدد کاربرد دارد.

آیا استفاده از فواید حجامت تنها برای درمان بیماریهاست؟

بیشترین کاربرد انواع حجامت بعد از بیماریهاست و بامکانیسم مختلفی از جمله تنظیم سیستم ایمنی موجب پیشگیری از بیماریها می گردد و بدین ترتیب می توان نتیجه گرفت که کاربرد حجامت فقط برای درمان بیماریها نیست

زمان های حجامت

حجامت در همه وقت مجاز نیست و در روایات اسلامی زمان های خاصی برای مؤثرتر بودن آن توصیه شده است

حجامت به لحاظ ماه شمسی: تقویم سریانی یا رومی از چند هزار سال قبل تاکنون در خاورمیانه رواج داشته است. در احادیث اسلامی هفتم حزیران بهترین روز حجامت در طول سال معرفی شده است و در ادامه آن آمده است که اگر به انجام حجامت در این روز موفق نشدید چهاردهم حزیران نیز می توانید به این کار مبادرت کنید. ماه حزیران ششمین ماه تقویم سریانی است که بین ایار و تموز قرار دارد. حزیران ۳۰ روز دارد و تقریباً از ۲۴ خرداد آغاز و به ۲۲ تیر ختم می شود. هر ساله یک یا دو روز جایابی در تطبیق این دو تقویم شمسی دیده می شود. اطباء حاذق هر ساله این دو روز مهم حجامت را محاسبه کرده و به بیماران خود اعلام قبلی می دهند

حجامت به لحاظ ماه قمری: طبق حدیثی که از امام رضا(ع) منقول است حجامت در روزهای ۱۲ تا ۱۵ ماه قمری تأثیر بیشتری دارد. این مسئله به کامل بودن ماه قمری مربوط است و شبیه اثر کره ماه بر جذر و مد آب دریا و رودخانه است. در مرتبه بعدی می توان روزهای

۱۰۰ تا ۲۳ ماه قمری را لحاظ کرد

حجامت به لحاظ روزهای هفته: حجامت در روزهای فرد خصوصاً عصر یکشنبه و صبح پنجشنبه اثر بیشتری دارد. در عوض در روزهای چهارشنبه و جمعه نباید حجامت کرد. حجامت در ظهر روز جمعه بسیار زیان‌آور است

حجامت به لحاظ فصول سال: بهترین اوقات حجامت بجز حزیران، در زمانی است که هوا معتدل باشد، یعنی در چهل روز نخست بهار و چهل روز آغاز پاییز. در فصل زمستان (خصوصاً دی ماه) و فصل تابستان (بجز ۱۴ حزیران که ذکر شد) حجامت اثر اندکی خواهد داشت.

درمورد چه افرادی نباید حجامت کرد؟

حجامت پیشگیرانه خطرآفرین نیست و به منظور پیشگیری از بیماریها می‌توان هر سال حداقل در فصل بهار حجامت کرد و حداقل فاصله زمانی برای حجامت از یک ماه شروع می‌شود تا سن روزفاصله یعنی چهل ساله چهل روزیک بار، پنجاه ساله پنجاه روزیکبار و... ولی حجامت درمانی اگر توسط افراد غیر مطلع انجام شود ممکن است موجب درمان نگردیده و یا اشکالاتی را پدید آورد

درمورد افراد زیر نباید حجامت کرد:

افرادی که باتعریف طب اسلامی و طب سنتی دچار غلبه شدید بلغم هستند-

کودکان از بدو تولد تا چهار ماهگی-

زنان باردار تا ماه چهارم بارداری-

زنان در مدت ایام عادت ماهیانه-

افراد دارای کمبود پلاکت خون-

افرادی که دچار فشارخون مقطعی بالا هستند (در این افراد ابتدا باید با استفاده از حجامت گرم و خشک به طریق مخصوص فشارخون - (را کاهش داده و سپس اقدام به حجامت کرد

مقایسه اهدای خون و حجامت

در اهدای خون حدود ۴۵۰ سی سی خون تازه با سوزن از ورید گرفته می‌شود ولی در حجامت با ایجاد مکش بین دو کتف و ایجاد خراش

در آن حدود ۵۰ سی سی خون از مویرگ‌های پشت خارج می‌شود. آزمایشات نشان داده که ترکیبات خون و ریدی با خون حجامت تفاوت بسیار دارد. در حجامت خون سیاه و غلیظ است که خارج می‌شود، خونی که دارای اوره، چربی و ترکیبات زائد بیشتری نسبت به خون تازه ورید است.

برخی دیگر از فواید خاص حجامت که در اهدای خون دیده نمی‌شود به این ترتیب است

حجامت سبب تنظیم و تقویت سیستم ایمنی بدن، سیستم هورمونی و سیستم عصبی می‌شود -

حجامت از ابتلا به بیماری‌ها پیشگیری می‌کند-

.. حجامت درمان کننده ۱۵۰ نوع بیماری بوده یا در بهبود و کاهش اثرات آنها مؤثر است

انواع حجامت از بدو تولد تا آخر عمر برای بدن انسان مجاز و بلکه مفید و ضروری است -

توصیه‌های قبل از حجامت

1. با شکم گرسنه و سیر حجامت نکنید.

2. دوازده ساعت قبل از حجامت سیگار نکشید.

3. یک ساعت قبل از حجامت انار یا شربت آب انار میل کنید تا از غلظت خون کاسته شود. همچنین می‌توانید عسل، ماء الشعیر یا مایعات فراوان بنوشید.

4. در وقت حجامت انگشتر عقیق به دست نداشته باشید.

5. از با تجربه بودن شخصی که می‌خواهد شما را حجامت کند اطمینان داشته باشید.

6. قبل از انجام حجامت حتماً عینک از روی چشم برداشته شود.

امام رضا (ع) فرمودند: «باید حجامت کردن بعد از خوردن غذا صورت گیرد، چونکه وقتی انسان سیر شد، سپس حجامت کرد، خون جمع شده و بیماری خارج می‌گردد و اگر با شکم گرسنه کسی حجامت کند، خون خارج می‌شود ولی بیماری (در بدن) باقی می‌ماند.»

توصیه‌های بعد از حجامت

1. تا دوازده ساعت سیگار نکشید.

2. تا ۲۴ ساعت ورزش یا کار سنگین نکنید.

3. تا ۲۴ ساعت ماهی و لبنیات و غذای شور و غذاهای سرد و تند و تیز مصرف نکنید.

4. حداقل تا ۱۲ ساعت پس از انجام حجامت جهت جلوگیری از عفونت زخم، استحمام ممنوع می باشد.

5. قبل و بعد از حجامت خوردن انار توصیه شده است. همچنین برای جبران ضعف احتمالی، نوشیدن شربت‌های عسل پس از حجامت توصیه شده است.

6. تا ۱۲ ساعت قبل و بعد از حجامت نزدیکی صورت نگیرد.

7. طی شش ساعت اول پس از حجامت خوردن شربت عسل (یک قاشق عسل+یک لیوان آب ولرم+ کمی گلاب) توصیه می شود.

امام رضا (ع): «سفارش می کنم که پس از حجامت یا فصد، آب انار را با مکیدن آن بنوشید. مکیدن آب انار خون را زنده و تن را با نشاط خواهد ساخت. پس از حجامت و فصد، از خوردن غذاهای نمک دار تا مدت ۳ ساعت پرهیز کنید، چون اگر این پرهیز مراعات نشود، بعید نیست که انسان به بیماری جرب دچار شود»

امام حسن عسکری (ع) فرمودند: «پس از انجام حجامت، انار بخور، اناری شیرین؛ چرا که خون را فرو می نشاند و خون را در درون، تصفیه می کند»

آداب حجامت

از آنجا که حجامت از جمله توصیه های دینی است، لذا مانند بسیاری دیگر از آداب مذهبی جهت دستیابی به نتیجه بهتر مستلزم رعایت آداب و اصولی می باشد که آن می پردازیم

حجامت رو به قبله و به صورت چهار زانو انجام شود*

حجامت کننده و حجامت شونده با وضو باشند و حجامت را با نام خداوند آغاز کنند*

قبل از شروع حجامت حتماً آیه الکرسی تلاوت شود*

دعای شریفی که در خصوص حجامت از امام علی بن موسی الرضا (ع) وارد شده است، خوانده شود*

نگاه کردن به خون اول حجامت - بر طبق احادیث - مستحب و باعث روشنی و جلای چشم می شود*

ذکر صلوات به هنگام حجامت فراموش نشود*

در صورت امکان حجامت در روزها و زمان های توصیه شده انجام شود*

پزشک و بیمار هر دو به این نکته توجه داشته باشند که پزشک و عمل حجامت هر دو تنها وسیله ای برای شفای بیماری است.*

مسئلاً شفای هر بیماری تنها به خواست و اراده خداوند متعالی انجام پذیر می باشد

بعد از انجام حجامت به فرد حجامت شونده تبریک گفته شود*

امام رضا علیه السلام برای حجامت دعای خاصی ذکر فرموده اند. این مطلب اهمیت همراهی درمان روحی و دعا درمانی با درمان های

جسمی در طب اسلامی را اثبات می کند. متن دعا چنین است

وقتی خواستی حجامت کنی، چهار زانو جلوی حجام بنشین و بگو: «أَعُوذُ بِاللَّهِ الْكَرِيمِ فِي حِجَامَتِي مِنَ الْعَيْنِ فِي الدَّمِّ وَمِنْ كُلِّ سُوءٍ وَ

الْأَعْلَالِ وَالْأَسْقَامِ وَالْأَوْجَاعِ وَالْأَمْرَاضِ وَأَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ وَالْمُعَافَاةَ وَالشِّفَاءَ مِنْ كُلِّ دَاءٍ.» یعنی: «در حجامت خود به خداوند کریم پناه

می برم از خونریزی و از هر ناراحتی، علت، سختی و درد و مرضی و (خداوندا) از تو عافیت و اسباب عافیت و شفای هر بیماری را طلب

می کنم»

بنا بر فتاوی مراجع تقلید، نماز خواندن پس از حجامت بلا مانع است و نیاز به شستشو و حمام رفتن ندارد

سن مناسب برای انجام حجامت

در طب سنتی، برخی حکما از قبیل بوعلی سینا و جرجانی. حجامت را از ۲ تا ۶۰ سالگی تجویز نموده اند. اما در طب اسلامی شروع

حجامت جهت پیشگیری، از چهار ماهگی تجویز شده است. در حدیثی از پیامبر اکرم (ص) که در کتب گوناگون. از جمله استبصار جلد

۱ صفحه ۸۴. وارد شده است، ایشان به حجامت نقره در اطفال بالای چهار ماه به فاصله هر ماه یکبار توصیه نموده اند و آثار فراوانی

برای آن ذکر نموده اند. این فواصل برای پیشگیری از بیماری ها توسط حجامت می باشد و فواصل مناسب جهت حجامت فرد بیمار باید

توسط پزشک معالج تجویز شود

حضرت امام رضا (ع) در رساله ذهبیه حجامت را در بالغین متناسب با سن تجویز نموده اند. مثلاً حجامت برای فرد ۴۰ ساله هر ۴۰ روز

یک مرتبه و برای فرد ۶۰ ساله هر ۶۰ روز یک بار تجویز شده است

خواص درمانی حجامت

«پیامبر خدا (ص) فرمودند: «اگر در چیزی شفا باشد، در تیغ حجام و در خوردن عسل است

امام صادق (ع) فرمودند: «بهترین چیزی که با آن به مداوا می پردازید، حجامت کردن، دوارا بر بینی ریختن، حمام نمودن و حقنه کردن (وارد

«. کردن داروی مایع از طریق رکتوم) است

از جمله خواص درمانی اثبات شده و تجربه شده حمامات

برطرف کردن انسداد عروق و پیشگیری از سکته های مغزی و قلبی 1-

تنظیم ترکیبات خون، کاهش چربی و کلسترول، تری گلیسرید و قند خون و رفع غلظت خون 2-

درمان سردردهای شدید مانند میگرن و سینوزیت، آرامش اعصاب، افزایش هوش و حافظه، قوت بینایی و جلای چشم 3-

درمان ناراحتی های پوست و خارش بدن، جوش، کهیر، لک و پیس صورت و آگزازی ها 4-

درمان آسم، تنگی نفس، واریس، رماتیسم، دیسک کمر، آرتروز و بسته شدن دریچه قلب 5-

تقویت و واکسینه بدن در مقابل سرماخوردگی و ویروس های بیماری های مختلف و مسمومیت ها 6-

درمان ریزش موی سر و همچنین تقویت رشد موها 7-

...بهبود در اندام های بدن، رفع قولنج، بی حالی، کسلی، سنگینی بدن، اسپاسم عضلات، بهبود بیماری های زنان و 8-

«. حضرت علی (ع) فرمودند: «همانا حمامات بدن را سالم و عقل را استوار می نماید

به تجربه ثابت شده است که حمامات در اطفال و کودکان موجب افزایش رشد قد و وزن، رفع لاغری، بی اشتهایی، ضعف، تقویت سیستم

ایمنی و دفاعی و بالاخره کاهش اختلالات رفتاری و بی قراری و پرخاشگری در ایشان می شود. در کتب طب سنتی، جهت درمان زردی (

یرقان فیز یولوژیک) چند خراش کوچک سطحی در لبه و پشت لاله گوش نوزاد تجویز شده است. در گذشته حمامات نقش واکسیناسیون

فعلی را برای کودکان داشته است و مقاومت آنها در برابر بیماری ها توسط حمامات زیاد می شده است. مثلاً رازی در کتاب « الجدری و

الحصبه » از حمامات جهت واکسیناسیون افراد زیر ۱۴ سال در برابر آبله نام برده است. عده ای نیز معتقدند حمامات در سنین بلوغ

. موجب کاهش پرخاشگری و سایر عوارض بلوغ می شود

در پایان

امروزه علی رغم پیشرفت روز افزون علم و ساخت داروهای شیمیایی باز هم شاهد بروز بیماری های جدید و لاعلاج می باشیم که این امر

خود بیانگر ناکارآمد بودن یا ناکافی بودن طب جدید به تنهایی است و به همین دلیل بشر امروز لاجرم باید بپذیرد که طب سنتی که نتیجه

هزاران سال تحقیق و تجربه علما و دانشمندان در طول تاریخ بشر بوده است می تواند هنوز هم بعنوان عاملی موثر در پیشگیری و درمان انسان

باشد و در جهت تکمیل یافته های طب جدید و کلاسیک که بر گرفته از طب سنتی می باشند همچنین به تکامل علم پزشکی و بهبود

.وضعیت درمان در جامعه کمک شایان ذکری نماید

محقق و پژوهشگر: دکتر علیرضا ابوالفضلی

منبع: سیمرغ