

قل لى :ما هى فصيلة دمك؟ أقل لك : ماذا تأكل؟

قل لى :ما هى فصيلة دمك؟ أقل لك : ماذا تأكل؟
كيف تختار غذائك المناسب؟ أحدث أساليب
الرجيم و التغذية وفق فصائل الدم
كان اختيار الغذاء المتكامل و المناسب لكل فرد و تصميم برامج الرجيم و الرشاقة يعتمد فى السابق على طبيعة الغذاء نفسه و مكوناته و عناصره دون أدنى اعتبار لفصيلة الدم التى يحملها الانسان و مدى تأثيرها على جودة الغذاء و فاعلية برامج الرشاقة.
و لكن الأبحاث العلمية الحديثة غيرت هذه المفاهيم التقليدية و سلطت الأضواء على أهمية فصائل الدم و دورها البارز فى حياة الانسان. فبإمكانك اليوم أن تختار غذائك و ما تحتاجه من معادن و إضافات غذائية كما تستطيع أن تتخلص من السمنة و تحصل على الرشاقة كل ذلك بناء على نوع فصيلة دمك و التى ستتحول من مجرد بيان فى بطاقتك الشخصية الى ركيزة أساسية لحياتك الصحية و الغذائية تراعيها فى كل خطوة من خطواتك

فى احدى الدراسات قام الباحثون بوضع نظام غذائى ثابت لمجموعة متشابهة من المرضى اعتمد على تناول الأغذية النباتية و الحد من تناول البروتين الحيوانى....فماذا كانت النتيجة؟
لم تتشابه ردود الأفعال تجاه هذا النظام المشترك...فعلى الرغم من أن نسبة كبيرة منهم أبدت تحسنا الا أن بعضهم لم يحدث لهم أى تحسن أما البعض الآخر فساءت حالتهم الصحية و تكررت الدراسات و الأبحاث حول هذا الموضوع و اتضح أنه لا توجد صيغة غذائية مثالية للجميع. و

لكن ترى ما هو السبب؟
لتفسير ذلك اهتم الباحثون بالتركيز على اختلاف
نوع الدم بين الناس باعتبار أن الدم يمثل شيئاً
جوهرياً في الاختلاف بين البشر.... وهو ذاته
أكسير الحياة الذى يمد الغذاء لكل خلايا الجسم
و قام الباحثون بتقديم أنظمة غذائية مختلفة
لمجموعة كبيرة من الناس يحملون فصائل دم
مختلفة. و من هنا بدأت تتضح حقيقة الاختلاف
فى ردود الأفعال تجاه النظم الغذائية المختلفة

0 أصحاب فصيلة الدم

THE HUNTER فصيلة القناص
أصحاب هذه الفصيلة يحملون بصمة الانسان
البدائي الغذائية الذى عاش على الصيد و القنص
و أكل لحم الحيوانات...لذا فان اللحوم تعد أفضل
الأغذية المتوافقة مع هذه الفصيلة.
و قد تأهل أصحاب هذه الفصيلة وراثياً لهذا النوع
من الغذاء فقد اتضح أنهم يتميزون فى الأغلب
الأعم بوفرة الحمض المعدي الذى ييسر لهم
هضم اللحوم....بينما يجدون صعوبة بدرجة ما فى
هضم البيض و الألبان و منتجاتها و الحبوب و
البقول حيث أن هذه الأغذية لم تكن ضمن قائمة
الغذاء الأساسى للانسان البدائي
ووفقاً لهذه النزعة الغذائية الجينية فقد اكتسبت
عملية تمثيل الغذاء عندهم صفة الكيتونية أى
تكون أجسام كيتونية بالدم و هذه عبارة عن مواد
متخلفة غير مرغوبة تنتج من اتباع نظام غذائى
يعتمد على الاكثار من تناول البروتينات و الحد
من الكربوهيدرات و هى تحل محل الجلوكوز
للحصول على الطاقة. و لذا فان عملية التمثيل
الغذائى عند أصحاب هذه الفصيلة تعتبر غير متزنة
أو سوية
كما يتميزون بنشاط عال (كحال الصياد الذى
يعتمد على نشاطه الحركى فى الصيد و

القنص)...ونظرا كذلك لحصولهم على قدر محدود من السعرات الحرارية (لعدم تقبل أجسامهم للكربوهيدرات) فان ذلك يجعلهم يتميزون أكثر من غيرهم بأوزان طبيعية معتدلة

و بما أن أصحاب هذه الفصيلة ينتعشون بأكل اللحوم و بما أن الأفراط فى تناول اللحوم يمثل خطرا على الصحة بسبب حصول الجسم على كمية كبيرة من الدهون الحيوانية التى ترفع مستوى الكوليسترول...فانه لكى ينجح النظام الغذائى لهم فانه يجب تقديم لحوم خفيفة قليلة الأحتواء على الدهون و أن تكون غير معالجة بالهورمونات أو المضادات الحيوية و ذلك بالاضافة لتقديم الدجاج و الأسماك بالتبادل مع اللحوم الحمراء

0 نموذج لنظام غذائى لفصيلة الأفطار

2- شريحة من خبز (ايسين) أو (ايزيكل) أو من الخبز الأبيض مع المربى (مربى طبيعية أو منخفضة السكريات

2- بيضة مسلوقة فى ماء مغلى
-ثمرة موز أو عصير أناناس
-شاي أخضر أو مشروب عشبى
الغذاء

-سلطة دجاج (شرائح صدر دجاج+مايونيز+فلفل أخضر+جوز

2- ثمرة برقوق
-ماء

SNACK

-تين أو بلح أو برقوق أو
-قرع عسلى أو

-كيكة الأرز مع زبدة اللوز
العشاء

- كيفا (شرائح من لحم الغنم +بصل
+مقدونس+عصير ليمون +توابل

- أو أسماك
- أرز بنى
- خضروات مسلوقة

A أصحاب فصيلة الدم

THE CULTIVATOR فصيلة المزارع
أصحاب هذه الفصيلة توارثوا البصمة الغذائية
للمزارع القديم الذى اعتمد فى أغلب غذائه على
ما يحصده من ثمار و نباتات. فهم أكثر الفئات
تألفا فى غذائهم مع الطبيعة . و لذا فان أفضل
نوع من الغذاء يتوافق مع طبيعة أجسامهم هو
الغذاء النباتى الطزج الكامل غير المجهز و
الخالى من الكيماويات و المواد المضافة
و نحن بعدنا كثيرا عن هذه النوعية الصحية من
الأغذية بعدما انتشرت الأغذية المجهزة و
المخلوطة بالمواد المضافة بينما قل الاعتماد
على الأغذية النباتية الطازجة. لكن أصحاب هذه
الفصيلة خاصة يجب عليهم أن يظهروا تحديا فى
إعادة تعليم الدم ما تعلمه أصلا
ان اتباع أصحاب هذه الفصيلة لهذا النظام
الغذائى سوف يعود عليهم بالكثير. فبالإضافة لأنه
يتوافق مع طبيعة أجسامهم فانه يوفر لهم
الحماية من متاعب صحية هم أكثر عرضة لها
بحكم الناحية التكوينية و أهمها أمراض القلب و
السكر و السرطان. و نظرا كذلك لأن أصحاب هذه
الفصيلة يتميزون بضعف فى جهازهم المناعى
فان اتباع هذا النظام المتوافق معهم يقاوم هذا
الضعف و ينشط من كفاءة الجهاز المناعى.... أى
أن الالتزام بنظام غذائى سليم و متوافق مع
طبيعة الجسم لا يهدف فحسب لمد الجسم
بالمغذيات الضرورية و انما يهدف كذلك لتقليل
القابلية الزائدة للأصابة بأبرز أمراض العصر.... و
هى الأمراض السابقة

A نموذج لنظام غذائى لفصيلة

الأفطار

- كوب ليموناده على الريق(ماء+عصير ليمونة
- شوفان مع لبن الصويا و العسل الأسود
- عصير جريب فروت
- قهوة أو مشروب عشبي
- الغداء

- سلطة يوناني(خس+كرفس+طماطم+بصل+جبين
- لبن الماعز+ليمون
- شورية خضار
- شريحة خبز
- ثمرة تفاح
- مشروب عشبي
- SNACK

- زبادى بالفواكه
- شاي أخضر
- خضروات طازجة
- العشاء

- صدر ديك رومى أو ديك بلدى
- حبوب مسلوقة أو شوربة فول نابت
- مشروب عشبي

B أصحاب فصيلة الدم

THE NOMAD فصيلة البدوى

تشابه هذه الفصيلة فى كثير من النواحي مع فصيلة الدم O لكنها تعتبر نوعا أكثر تطورا .فأصحاب هذه الفصيلة أشبه بالانسان البدوى الذى جمع بين صفات الانسان البدائى القناص و حاول اكتساب بعض صفات الانسان المتحضر...أو يمكن القول أنه يمثل مرحلة وسطى من رحلة الأرتقاء

و بناء على ذلك فان أصحاب هذه الفصيلة يتوافقون مع تناول الأغذية الحيوانية و تناول الأغذية النباتية...أى أن الصفة الغالبة لغذائهم هى التوازن و كحال الانسان البدوى فان أصحاب هذه الفصيلة

يتميزون بمقدرة عالية على مقاومة أمراض
المدنية الحديثة كمرض القلب و السرطان..حتى
فى حالة الاصابة بها فانهم أكثر مقدرة على
الشفاء منها أو التكيف معها
و هذا العامل يتيح لهم مزيدا من الحرية فى
اختيار الغذاء

كمه يتميز أصحاب هذه القصيلة بجهاز مناعى
قوى قادر على حماية الجسم و الفتك بالأعداء
الغزاة من الجراثيم المختلفة لكنه فى نفس
الوقت أكثر قابلية بالنسبة للفصائل الأخرى
للإصابة باضطرابات الجهاز المناعى ذاته مثل
مرض الذئبة و مرض التصلب المتعدد و مرض
الروماتويد...و هى ما نسميها بأمراض المناعة
الذاتية

و فى حالة اتباع أصحاب هذه القصيلة للنظام
الغذائى المتوافق معهم فان ذلك يتيح لهم فرصة
أكبر عادة من الفصائل الأخرى للشفاء من
الأمراض و التمتع بحياة صحية طويلة باذن الله

B نموذج لنظام غذائى لفصيلة الأفطار

- مزيد من عصير فاكهة+ليسيثين+ملعقة زيت حار
Membrane Fluidizer Cocktaik
- عصيدة من نخالة الأرز مع الموز و اللبن
المقشوط
- أو بيضة مسلوقة فى الماء المغلى+2 شريحة من
خبز أيزيكى أو خبز أبيض
- شاي أخضر
- الغداء
- سلطة سبانخ أو سلطة خضراوات
- شريحة خبز ايسين
- تونا محفوظة فى الماء مع مايونيز
- مشروب عشبى
snack
- زبادى بالفواكه

- مشروب عشبي
- العشاء
- لحم ماعز أو أرانب
- خضراوات مسلوقة(بروكلى، جزر، كرنب
- سلطة فواكه
- مشروب عشبي

AB أصحاب فصيلة الدم

THE ENIGMA فصيلة الغامض
هى أصل الفصائل و أقدمها فان فصيلة (O) اذا
كانت فصيلة الدم
هى أحدثها و أقلها شيوعا فعمر هذه الفصيلة
يقل (AB)الدم
عن ألف سنة و تتراوح نسبة وجودها بين البشر
ما بين 2-5 فى المائة
هذه الفصيلة غير واضحة الملامح أو غير مستقلة
فى صفاتها اذ يعترىها شىء من الغموض فهى
تتميز بالعديد من الأنيجينات التى تجعلها أحيانا
شبيهة بفصيلة الدم (A) و أحيانا أخرى شبيهة
بفصيلة الدم (B)....لكنها فى الأغلب الأعم تمثل
اندماجا لصفات هاتين الصفتين
بصفة عامة لا تتوافق أغلب الأغذية غير
المتوافقة مع فصيلة الدم (B) و مع فصيلة الدم (A)
مع هذه الفصيلة.....لكن هناك بعض
الاستثناءات فبعض أنواع اللكتينات التى تجلط
مختلف فصائل الدم الأخرى تكون أقل تأثيرا
بالنسبة لهذه الفصيلة و التى تجمع بين الأجسام
المضادة للفصيلة (A) و الأجسام المضادة
للفصيلة (B)....فعلى سبيل المثال تعتبر الطماطم
غذاء غير متوافق مع فصيلة الدم (A) أو فصيلة
الدم (B) لأحتوائها على لكتينات ضارة. لكن هذا

الضرر لا يتضح بالنسبة لأصحاب فصيلة الدم (AB) فيمكنهم تناول الطماطم

AB نموذج لنظام غذائي لفصيلة

الأفطار

-كوب ليمونادة على الريق(ماء +عصير ليمونة

-کوب عصیر جریب فروت

بيضة مسلوقة في الماء المغلي

2- شريحة خبز ايسين مع مربى طبيعية أو قليلة

السكريات

-قهوة

الغداء

4- شرائح من صدر ديك رومي أو ديك بلدي

2- شريحة من خبز الشعير

-سلطة خضراء

-مشروب عشبی

SNACK

-زیبادی بالفواکه

العشاء

-سالمون ياليمون و الشبت

۱- ارزش بنی

-سلطة سبانخ أو سلطة خضراوات

قهوة منزوعة الكافيين

المصدر :: طيب دوت كوم

التوقيع: 

•  يا الله يا رحمن يا رحيم يا ملك يا قدوس يا سلام يا مؤمن يا مهيمن يا عزيز يا جبار يا متكبر يا خالق يا باريء يا مصور يا غفار يا قهار يا وهاب يا رزاق يا فتاح يا عليم يا قابض يا باسط يا خافض يا رافع يا معز يا مدل يا سميع يا بصير يا حكم يا عدل يا لطيف يا خبير يا حلیم يا عظیم يا غفور يا شكور يا علي يا كبير يا حفيظ يا مقيت يا حسيب يا جليل يا كريم يا رقيب يا محيب يا واسع يا حكيم يا ودود يا مجيد يا باعث يا شهيد يا حق يا وكيل يا قوي يا متين يا ولي يا حميد يا محصي يا مبديء يا معيد يا محيي يا مميت يا حي يا قيوم يا واحد يا ماجد يا واحد يا صمد يا قادر يا مقتدر يا مقدم يا مؤخر يا أول يا آخر يا ظاهر يا باطن يا والي يا متعالي يا بر يا تواب يا منتقم يا عفو يا رؤوف يا مالك الملك يا ذا الجلال والاكرام يا مقسط يا جامع يا غني يا مغني يا مانع يا ضار يا نافع يا نور يا هادي يا بديع يا باقي يا وارث يا رشيد يا صبور .

جل جلالك وتقدسست أسماؤك وتنزهت صفاتك وتوالت على العالمين آلاؤك يا موجد الأشياء وخالقها ورازقها وراحمها سبحانه يا من لا يدرك كنه صفاتك الواصفون الخلق خلقك والملائكة جندك والروح من أمرك تبارك اسمك أحاط علمك سبق تقديرك نقد حكمك يا خالق ما نرى وما لا نرى يا خالق الكون والمكان والزمان بنظام عجيب وصنع بديع

لا إله إلا أنت عالم الغيب والشهادة الكبير المتعال يا الله يا مشرق الأنوار من ملكوت عالم غيب الأسرار أنت النور الأزلي الأبدي الممد لجميع الأنوار وأنت القدوس السبوح السرمدي المتسامي بالعز والجلال والوقار

كل شيء عندك بمقدار اللهم يا واهب الروح البقاء والشمس الضياء ملأت الخافقين أنوارا سبحانه لا ترقى مداركنا إلى آفاق معانيك تساميت لطفًا وعدلا وتفضلت حلما وكرما سبحانه في علوك

سبحانك لا شيء عندي لا تعرفه فأقول لك عليه ولا شيء خاف عنك فأظهره بين يديك اللهم إني أسألك بذاتك المعظمة الأحدية وصفاتك المكرمة الأزلية وباسمك المكنون الذي لا ترد به من قصدك ودعاك

أن تجعل وجهك وجهتنا وحبك غابتنا فلا نطلب سواك ولا نرجوا إلا إياك لا إله إلا الله قبل كل شيء لا إله إلا الله بعد كل شيء لا إله إلا الله زنة كل شيء لا إله إلا الله سعة كل شيء لا إله إلا الله المحيط بكل شيء لا إله إلا الله ولا حول ولا قوة إلا بالله العلي

العظيم اللهم هب لنا منك دواء يذهب منا كل داء
وامنحنا قوة في الأخذ وسعة في العطاء وهمة في
القصد ويقظة في الدعاء وقوة في الصبر على البلاء
وكمالات في الرضا بالقضاء وسعة الصدر في معاملة
الخلق ومبادرة بالتوبة قبل فوات الوقت وجمال
الستر في الحياة وعند الموت وسعة القبر عند
الوفاة وسعة المغفرة عند الحساب و نور وجوهنا
بالحياة ولا تخزنا يوم العرض واللقاء اللهم احفظ
قلوبنا من القلق والاضطراب وطهر أفكارنا من
الشك والارتباب يا علام الغيوب ما أسرع أسماءك
في تفريج الكرب يا الله يا الله يا الله أنت لها ولكل
هم وغم وضيق وشدة

أنت لها ولكل هم وغم وضيق وشدة أنت لها ولكل
هم وغم وضيق وشدة أقول مستغيثا بك في أموري
كلها يا لطيف يا لطيف يا لطيف يا خفي يا صاحب
الوعد الوفي بك أستعين وأكتفي اللهم آدم بفضلك
نعمتك علينا والطف بنا فيما قدرته علينا اللهم
أعطنا من واسع رزقك الحلال ما تصون به وجوهنا
عن التعرض لذل السؤال .. أنت المعطي الوهاب
الرزاق بغير حساب اللهم إنا دعوناك ثقة في كرمك
وطمعا في رحمتك وسعيا وراء مرضاتك فما غير
وجهك قصدنا ولا إلى غيرك التجأنا أنت الكافي
الكفيل والمولى الجليل أنت ولينا في الدنيا والآخرة
توفنا مسلمين وألحقنا بالصالحين .

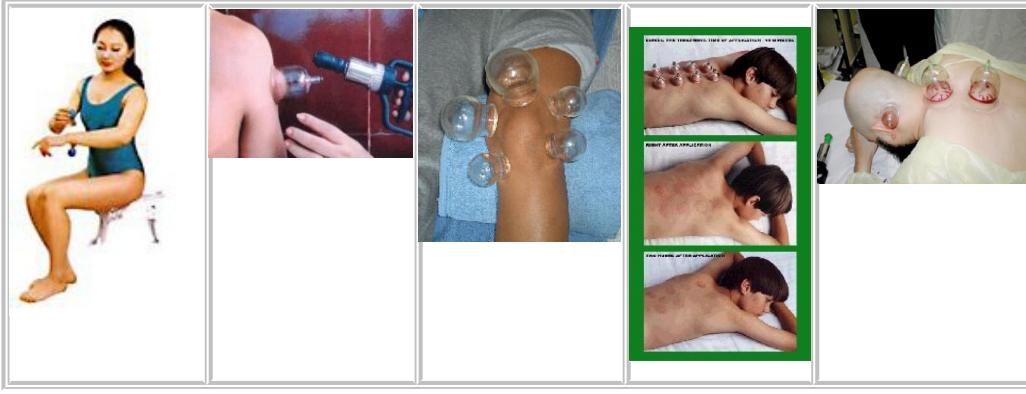
(ثم ادعو بما تشاء واطلب من
الله ما تشاء و تذكر أنك تطلب
أكرم الأكرمين)

تعتبر مواضع الحجامة من أهم وأصعب ما يتعلمه
الممارس ،

فعملية الحجامة ذاتها ليست صعبة،

لكن الأصعب منها هو معرفة المواضع التي يتم فيها
الحجامة

حسب المرض



1- **فهي تعمل على خطوط ونقاط الطاقة**، أن الطاقة الطبيعية تمر عبر 14 مساراً بجسم الإنسان حتى تحافظ

على الجسد ممتلئاً بالحيوية، وترتبط هذه المسارات بأعضاء معينة ووظائف بدنية، وعندما تنسد الطرق أو

الطاقة الطبيعية أو تتعرض للاختلال في التوازن، تقع الأمراض، والأعراض المرضية. وهي التي تستخدمها

الإبر الصينية وقد وجد أن الحجامه تأتي بنتائج أفضل عشرة أضعاف من الإبر الصينية،

وربما يرجع ذلك؛ لأن الإبرة تعمل على نقطة صغيرة، أما الحجامه

فتعمل على دائرة قطرها 5 سم تقريباً.

2- **تعمل الحجامه أيضاً على مواضع الأعصاب الخاصة بردود الأفعال** فكل عضو له أعصاب خاصة بردود

الأفعال ومن ثم يظهر لكل مريض رد فعل يختلف مكانه بحسب العصب الخاص به فالمعدة مثلاً لها مكانان في

الظهر وعندما تمرض يتم إجراء الحجامه على هذين المكانين

3- **تعمل الحجامه أيضاً على الغدد الليمفاوية** وتقوم بتنشيطها مما يقوي المناعة ويجعلها تقاوم الأمراض

والفيروسات.

4- **تعمل على الأوعية الدموية** وعلى تنشيط مراكز المخ

5 - على مناطق الألم

بعض مواضع الحجامة مع الشرح

(1) - الكاهل عند الفقرة السابعة من الفقرات العنقية ، عند العظمة البارزة أسفل القفا.

مقدم أعلى الظهر مما يلي العنق وسميت بذلك نسبة إلى الكهل؛ لأن مع تقدم السن وعندما يصبح الإنسان في سن الكهولة تنحني رقبته فتبرز هذه الفقرة في العنق وهو المكان الذي تتجمع فيه المسارات الأربعة عشر متجه إلى الدماغ إذ تعرف هذه النقطة بالترقيم الدولي للطب الصيني "Du14" إن هذه النقطة تساهم في علاج أكثر من 73 مرضاً، كما تنشط وتحفز الجهاز المناعي بشكل ملحوظ و هيأركد منطقة في الجسم وخالة من المفاصل المتحركة والشبكة الشعرية الدموية أشد ما تكون تشعباً و غزارة فيها مما يجعل سرعة تيار الدم تقل وبالتالي تحط رسوبات الدم رحالها فيها وتقل الكريات البيض

فوائدها : هذا الموضع من أهم مواضع الحجامة في جسم الإنسان وهي نافعة لمعظم الأمراض .

(2، 3) - جانبي نقرة القفا أسفل الجمجمة من الخلف.

فوائدها : نافعة للصداع وضغط الدم والنسيان وبعض مشاكل النظر، ومعظم أعراض الرأس .

ويمكن الاستعاضة عن هذين الموضعين بحجامة الأخدعين جانبي الرقبة (43، 44) .

(4، 5) باب الهواء بين اللوحين إلى أعلى عند تفريع القصبة الهوائية وبداية الرئتين .

(7، 8) - مقابل المعدة وسط الظهر على جانبي العمود الفقري . نافعة لأمراض المعدة .



(9، 10) - تحت (7، 8) نافعة لأمراض الكلى .

(11) - بداية الفقرات القطنية عند العظمة البارزة في أسفل الظهر

وحجামتها نافعة لمعظم أمراض

النصف السفلي للجسم .

(12، 13) - حوالي خمسة سنتيمتر على جانبي الموضع 11 للأعلى ،

نافعة للبروستات ومشاكل البول .

(17، 16، 15، 14) على زوايا القولون من الخلف .

(19) - مقابل القلب من الخلف وهي نافعة لأمراض القلب .



(20 ، 21) - على الكتف جانبي الرقبة : تفيد في آلام الرقبة والكتف

وتتميل الذراعين .

(24 ، 25) - في بداية أسفل الظهر ، نافعة لمرض السكري .

(32) - في موضع الهامة المنقذة ، تنفع لعلاج الكهرياء الزائدة (التشنجات) في المخ ،

وضمور الخلايا ، ولعلاج التخلف العقلي .

(36) عند العظمة البارزة في مؤخرة الرأس وهي محاجم الفقرة

(37 ، 38) فوق الأذنين بحوالي 3 سم .

(40) وسط الرقبة على القفا .

(41 ، 42) على القفا يمين ويسار .

(43 ، 44) - على جانبي الرقبة " الأخدعان " عرقان في جانبي العنق والذقن وهما الوريدان الوداجيان

الخارجيان [الخلفيان] نفس فوائد (2، 3)

ولذلك هي من المواضع الجيدة لحجامة النساء بدل حلق الشعر في موضع (2 ، 3).

(55) أسفل من الكاهل بحوالي 3 سم : تحجم مع الكاهل في معظم الحالات وبالأخص للخفقان .

(104 ، 105) - على جانب الحاجبين " الصدغين " .

(115 ، 116) - تحت طرفي عظمتي الترقوة ، تنفع للكحة وأمراض الرئتين .

(117 ، 118) - تحت وسط عظم الترقوة بعرض أربع أصابع المريض نفسه . تنفع من أمراض القلب .

(120) - عند عظمة القص ، تنفع لأمراض الصدر وتقوية المناعة .

(121) فم المعدة وهي أسفل عظمة الصدر مباشرة
على التجويف .

(122 ، 123 ، 124) فوق الكبد جهة اليمين من البطن .

(125 ، 126) بين البطن والفخذ بجوار العانة .

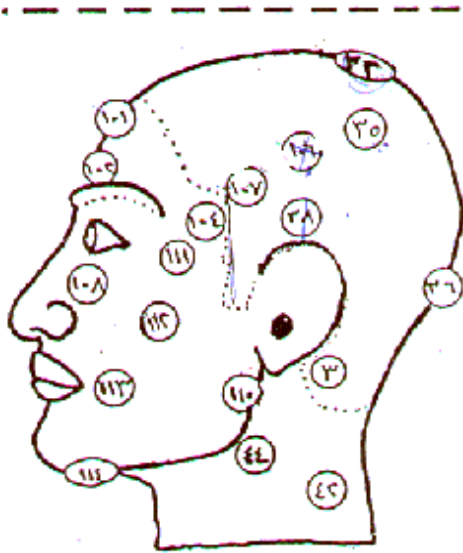
(127 ، 128) على باطن الفخذين من الداخل .

(129) على ظهر القدم .

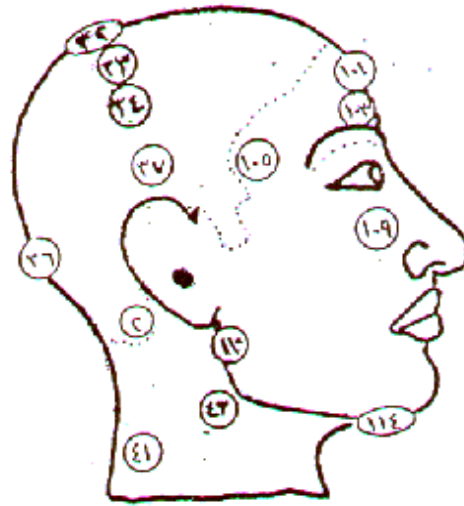
(130) على الكعب من الداخل والخارج " لأملاح القدم
."

(131) فوق عظمة الكعب من الخارج بحوالي 5 سم .

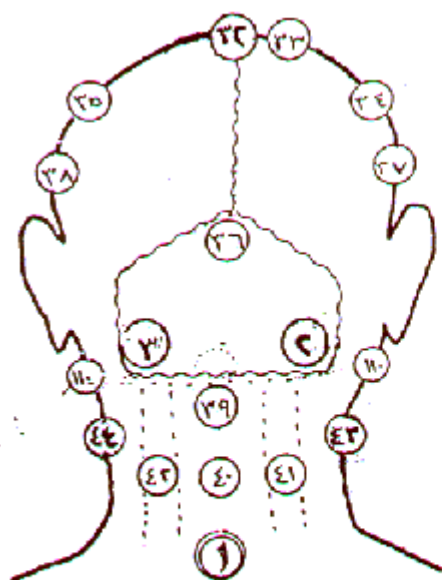
(135 ، 136) على بعد 5 سم من حلقة الثدي من الداخل
" للرتتين "



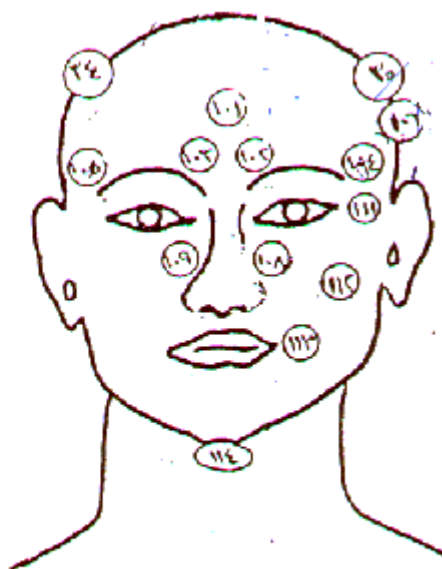
الشق الأيسر



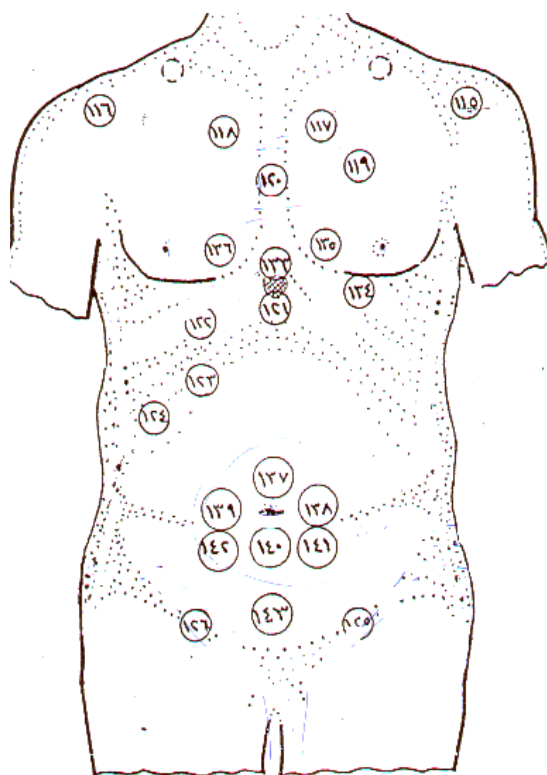
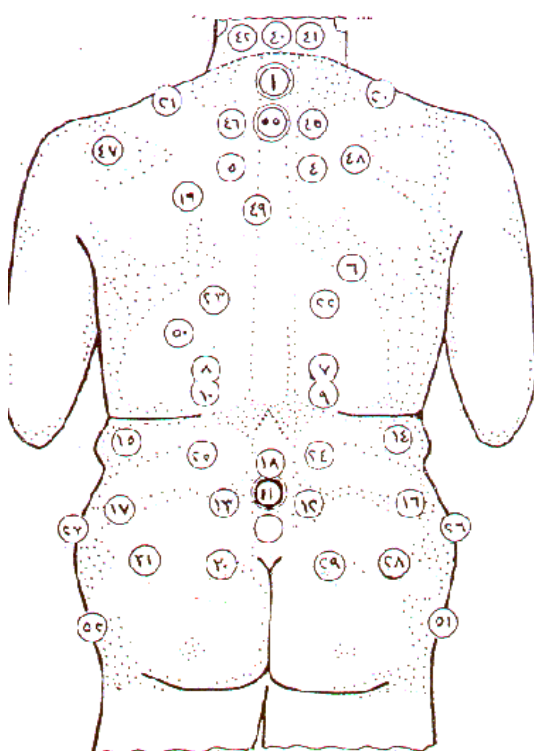
الشق الأيمن

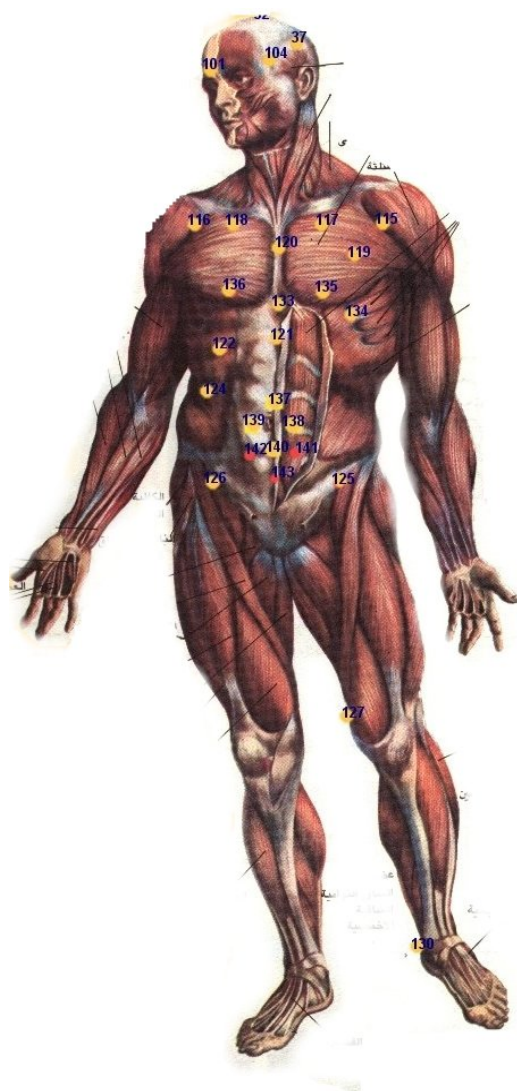


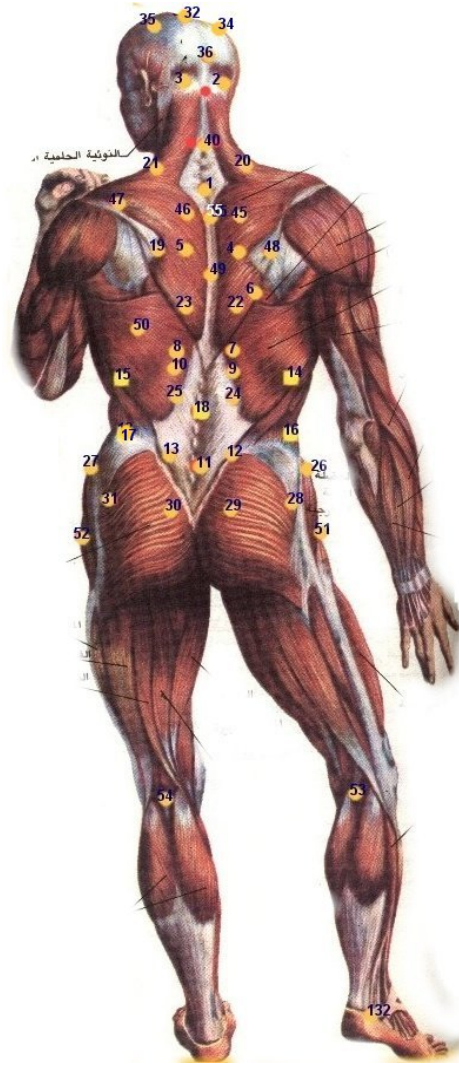
الْقَفَا



الْوَجْه







أماكن محظورة للحجامة

باستثناء نقطة تعرف بـ "نقرة القفا"، وهي القمحدوة وهي في أعلى الرقبة؛ وذلك لأن تكرارها يورث النسيان

الجهاز العصبي بوجه وينسق جميع أعضاء وأجهزة الإنسان ، ومن المعلوم أن كل فقيرة من فقرات العمود الفقري يخرج منها زوج " حزمة " من الأعصاب ، والجدول أدناه يبين مناطق خروج الأعصاب وتأثيرها على أعضاء الجسم ، ويمكن الاستفادة من هذا الجدول في وضع المحاجم في المكان المناسب .

التأثيرات	الفقرة	المناطق
الفقرات العنقية		
صداع ، توتر ، أرق ، نزلة برد	1	مورد الدم الى الرأس ، الغدة

رأسية ، ارتفاع ضغط الدم ، صداع الشقيقة، انهيار عصبي ، فقدان الذاكرة، إعياء مزمن ، دوار		النخامية النخامية ، فروة الرأس ، عظام الوجه ، الدماغ ، الأذن الداخلية والوسطى ، الجهاز العصبي السميتاوى (الودي).
مشاكل الجيوب لأنفية ، حساسية ، حول ، صمم، مشاكل العينين ، وجع الأذن ، شعور بالإغماء ، حالات عمى معينة .	2	العينان ، أعصاب العينين ، أعصاب السمع ، الجيوب ، عظم الخشاء وراء الأذن ، اللسان ، الجبين
النورجا (ألم عصب) ، التهاب عصبي ، حب الشباب أو البثور ، اكزيما .	3	الوجنتان ، الأذن الخارجية ، عظام الوجه ، الأسنان ، العصب المثلث ، الوجه.
حمى القش ، التهاب القناة التنفسية ، فقد السمع ، الزوائد الأنفية	4	الأنف ، الشفتان ، الفم ، القناة السمعية .
التهاب الحنجرة ، البحة ، أمراض الحلق ، التهاب اللوزتين التقرحي .	5	حبال الصوت ، غدد العنق ، البلعوم .
رقبة متصلبة ، ألم في أعلى الذراع ، التهاب اللوزتين ، السعال الديكى ، الخناق	6	العنق ، العضلات ، الكتفان ، اللوزتان .
زكام ونزلات ، أمراض درقية	7	الغدة الدرقية ، أكياس مصلية في الكتفين والمرفقين .
الفقرات الصدرية		
الربو ، السعال ، صعوبة التنفس ، ضيق النفس ، ألم في أسفل الذراع واليد.	1	الذراعان من المرفق فنازلاً بما في ذلك اليد والرسغ والأصابع والمرئ والرغامي (القصبة الهوائية) .
أمراض في وظائف القلب ، علل صدرية .	2	القلب وصماماته ، شرايين القلب .
التهاب شعب التنفس ، ذات الجنب ، ذات الرئة ، احتقان ، انفلونزا .	3	الرئتان ، الأنابيب الشعبية ، غشاء الجنب ، الصدر ، الثدي .
أمراض المرارة ، اليرقان ، القوبا المنطقية .	4	المرارة ، القناة المشتركة .
أمراض الكبد ، حميات ، انخفاض ضغط الدم ، دورة ضعيفة ، التهاب مفاصل .	5	الكبد ، الصغيرة الشمسية ، الدم
أمراض المعدة : عسر الهضم ، سوء الهضم ، حرقة فم المعدة .	6	المعدة
قروح ، التهاب فم المعدة	7	البنكرياس ، المعى الاثنا عشري .
مقاومة متدنية	8	الطحال .
حساسيات ، شر (طفح جلدي)	9	الغدتان الكصريتان فوق الكليتين .
أمراض الكليتين، تصلب الشرايين ، إعياء مزمن ،	10	الكليتان .

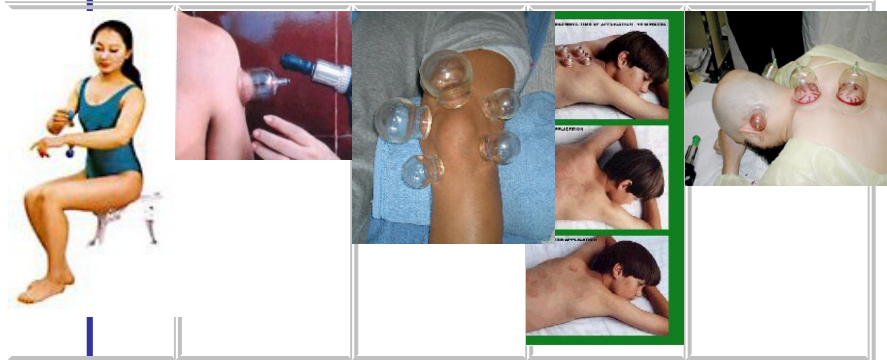
		التهاب الكلية ، التهاب حويضة الكلية.
الكليتان ، الحالب	11	أمراض جلدية كحب الشباب والبثور والأكزيما واليواسير.
المعي الدقيق ، الدوران اللمفي .	12	روماتيزم ، آلام الغازات ، أنواع من العقم .

• تعتبر مواضع الحجامة من أهم وأصعب ما يتعلمه الممارس ،

فعملية الحجامة ذاتها ليست صعبة،

لكن الأصعب منها هو معرفة المواضع التي يتم فيها الحجامة

حسب المرض



1- فهي تعمل على خطوط ونقاط الطاقة، أن الطاقة الطبيعية تمر عبر 14 مساراً بجسم الإنسان حتى تحافظ

على الجسد ممثلاً بالحوية، وترتبط هذه المسارات بأعضاء معينة ووظائف بدنية، وعندما تنسد الطرق أو

الطاقة الطبيعية أو تتعرض للاختلال في التوازن، تقع الأمراض، والأعراض المرضية. وهي التي تستخدمها

الإبر الصينية وقد وجد أن الحجامة تأتي بنتائج أفضل عشرة أضعاف من الإبر الصينية،

وربما يرجع ذلك؛ لأن الإبرة تعمل على نقطة صغيرة، أما الحجامة

فتعمل على دائرة قطرها 5 سم تقريباً.

2- تعمل الحجامة أيضًا على **مواضع الأعصاب الخاصة برودود الأفعال** فكل عضو له أعصاب خاصة برودود

الأفعال ومن ثم يظهر لكل مريض رد فعل يختلف مكانه بحسب العصب الخاص به فالمعدة مثلا لها مكانان في

الظهر وعندما تمرض يتم إجراء الحجامة على هذين المكانين

3- تعمل الحجامة أيضا على **الغدد الليمفاوية** وتقوم بتنشيطها مما يقوي المناعة ويجعلها تقاوم الأمراض

والفيروسات.

4- تعمل على **الأوعية الدموية** وعلى تنشيط مراكز المخ

5 - على مناطق الألم

بعض مواضع الحجامة مع الشرح

(1) - الكاهل عند الفقرة السابعة من الفقرات العنقية ، عند العظمة البارزة أسفل القفا.

مقدم أعلى الظهر مما يلي العنق وسميت بذلك نسبة إلى الكهل؛ لأن مع تقدم السن وعندما يصبح الإنسان في سن الكهولة تنحني رقبته فتبرز هذه الفقرة في العنق وهو المكان الذي تتجمع فيه المسارات الأربعة عشر متجه إلى الدماغ إذ تعرف هذه النقطة بالترقيم الدولي للطب الصيني "Du14" إن هذه النقطة تساهم في علاج أكثر من 73 مرضا، كما تنشط وتحفز الجهاز المناعي بشكل ملحوظ و هباركد منطقة في الجسم وخالة من المفاصل المتحركة والشبكة الشعرية الدموية أشد ما تكون تشعبا و غزارة فيها مما يجعل سرعة تيار الدم تقل وبالتالي تحط رسوبات الدم رحالها فيها وتقل الكريات البيض

فوائدها :هذا الموضع من أهم مواضع الحجامة في جسم الإنسان وهي نافعه

لمعظم الأمراض .

(2، 3) - جانبي نقرة القفا أسفل الجمجمة من الخلف.

فوائدها : نافعة للصداع وضغط الدم والنسيان وبعض مشاكل النظر، ومعظم أعراض الرأس .

ويمكن الاستعاضة عن هذين الموضعين بحجامة الأخدعين جانبي الرقبة (43، 44) .

(4، 5) باب الهواء بين اللوحين الى أعلى عند تفريع القصبة الهوائية وبداية الرئتين .

(7، 8) - مقابل المعدة وسط الظهر على جانبي العمود الفقري . نافعة لأمراض المعدة .



(9، 10) - تحت (7، 8) نافعة لأمراض الكلى .

(11) - بداية الفقرات القطنية عند العظمة البارزة في أسفل الظهر

وحجামتها نافعة لمعظم أمراض

النصف السفلي للجسم .

(12، 13) - حوالي خمسة سنتيمتر على جانبي الموضع 11 للأعلى ،

نافعة للبروستات ومشاكل البول .

(14، 15، 16، 17) على زوايا القولون من الخلف .

(19) - مقابل القلب من الخلف وهي نافعة لأمراض القلب .



(20، 21) - على الكتف جانبي الرقبة : تفيد في آلام الرقبة والكتف

وتنميل الذراعين .

(24، 25) - في بداية أسفل الظهر ، نافعة لمرض السكري .

(32) - في موضع الهامة المنقذة ، تنفع

لعلاج الكهرباء الزائدة (التشنجات) في المخ ،

وضمور الخلايا ، ولعلاج التخلف العقلي .

(36) عند العظمة البارزة في مؤخرة الرأس
وهي محاجم الفقرة

(37 ، 38) فوق الأذنين بحوالي 3 سم .

(40) وسط الرقبة على القفا .

(41 ، 42) على القفا يمين ويسار .

(43 ، 44) - على جانبي الرقبة " الأخدعان
" عرقان في جانبي العنق والذقن وهما
الوريدان الوداجيان

الخارجيان الخلفيان] نفس فوائد (2 ، 3)

ولذلك هي من المواضع الجيدة لحجامة
النساء بدل حلق الشعر في موضع (2 ، 3) .

(55) أسفل من الكاهل بحوالي 3 سم : تحجم
مع الكاهل في معظم الحالات وبالأخص
للخفقان .

(104 ، 105) - على جانب الحاجبين " الصدغين
" .

(115 ، 116) - تحت طرفي عظمتي الترقوة ،
تنفع للكهة وأمراض الرئتين .

(117 ، 118) - تحت وسط عظم الترقوة بعرض
أربع أصابع المريض نفسه . تنفع من أمراض
القلب .

(120) - عند عظمة القص ، تنفع لأمراض
الصدر وتقوية المناعة .

(121) فم المعدة وهي أسفل عظمة الصدر
مباشرة على التجويف .

(122 ، 123 ، 124) فوق الكبد جهة اليمين من
البطن .

(125 ، 126) بين البطن والفخذ بجوار العانة .

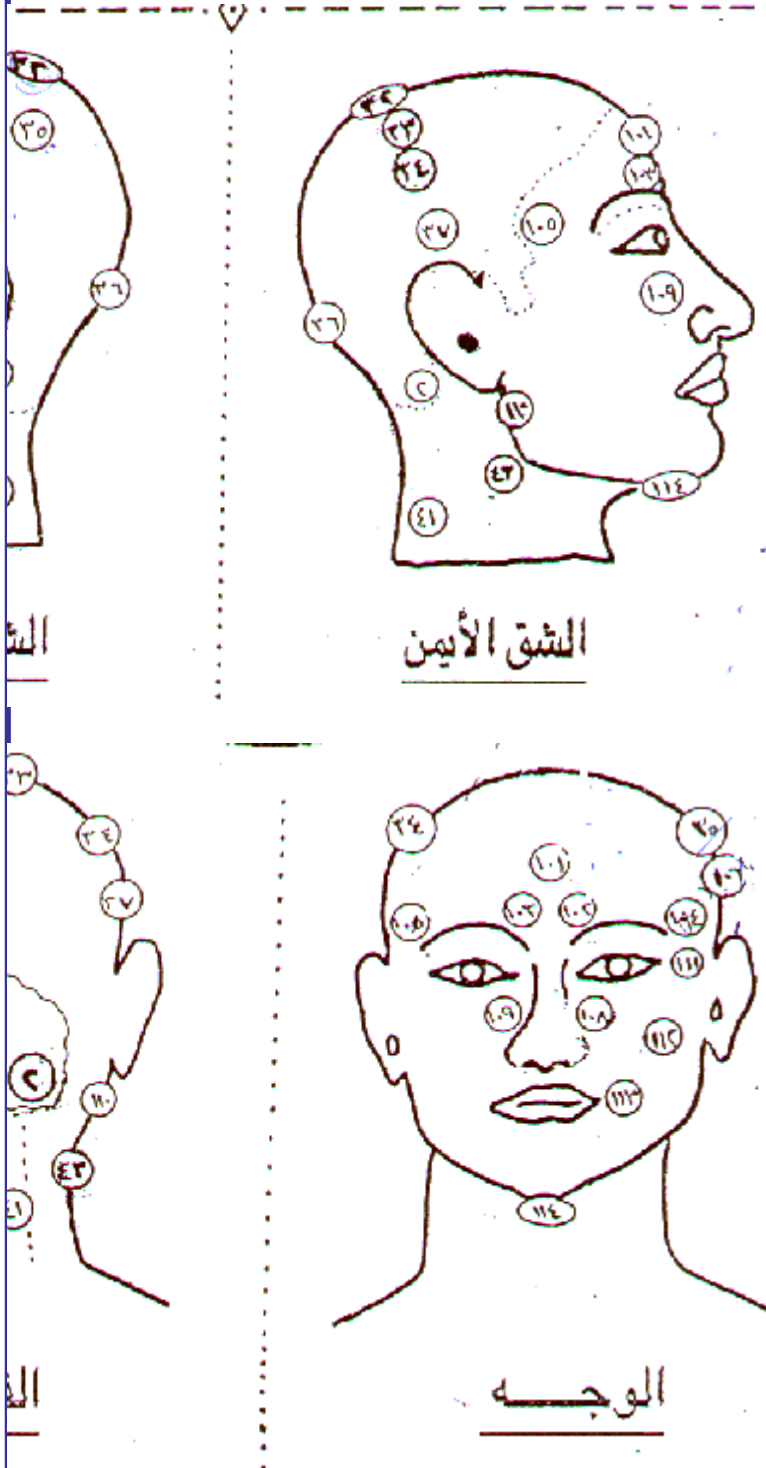
(127 ، 128) على باطن الفخذين من الداخل .

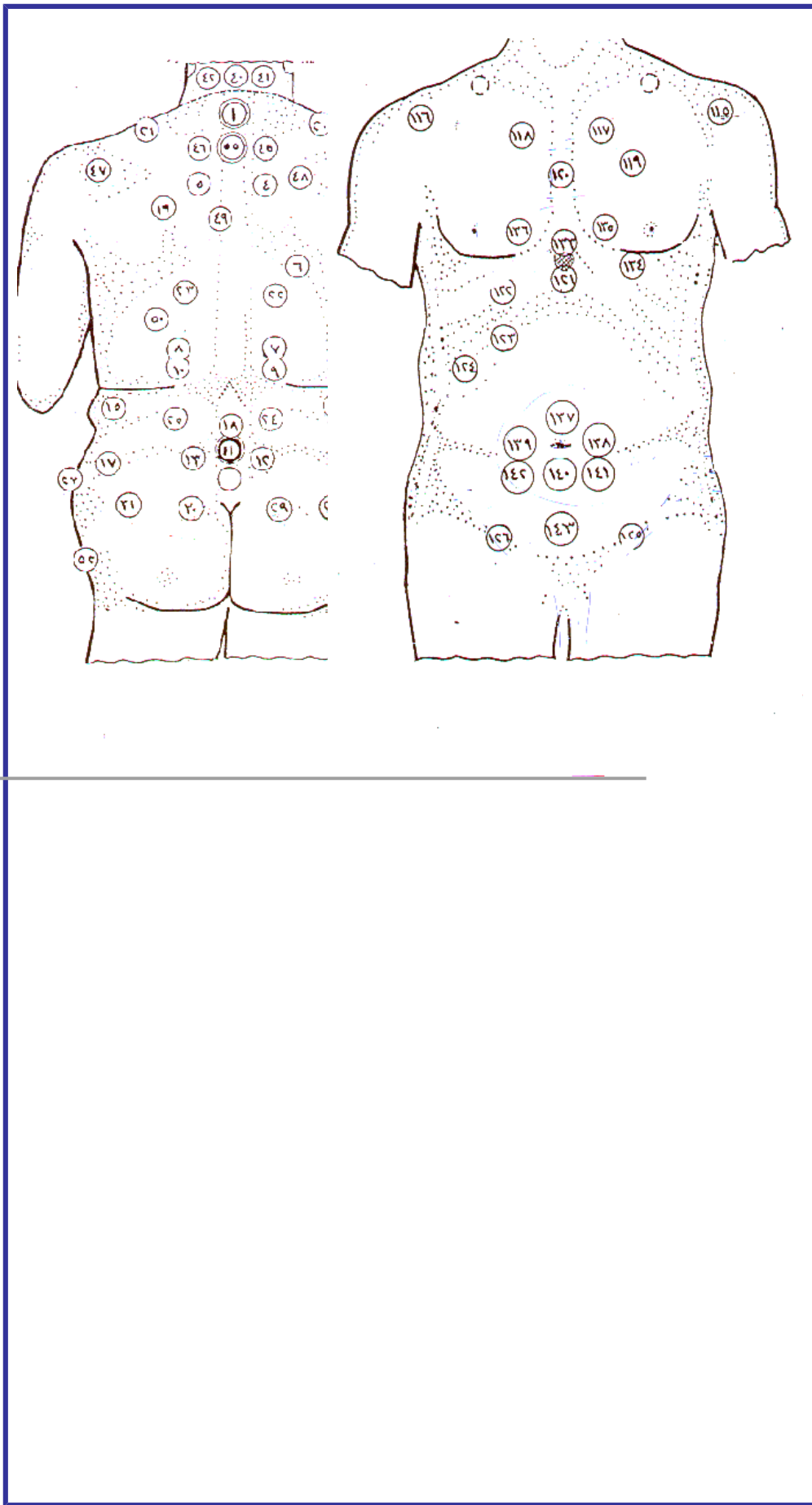
(129) على ظهر القدم .

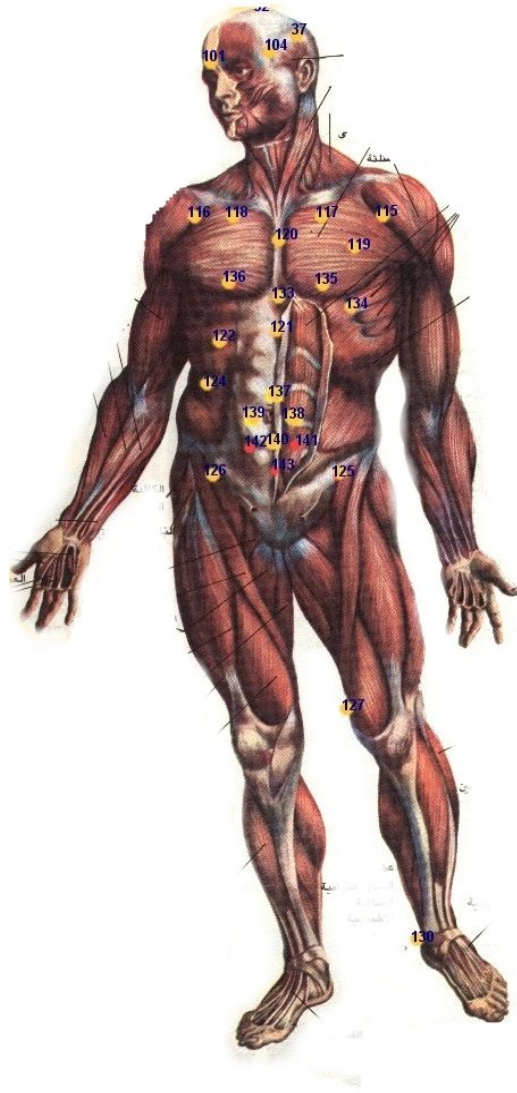
(130) على الكعب من الداخل والخارج "
لأملاح القدم ."

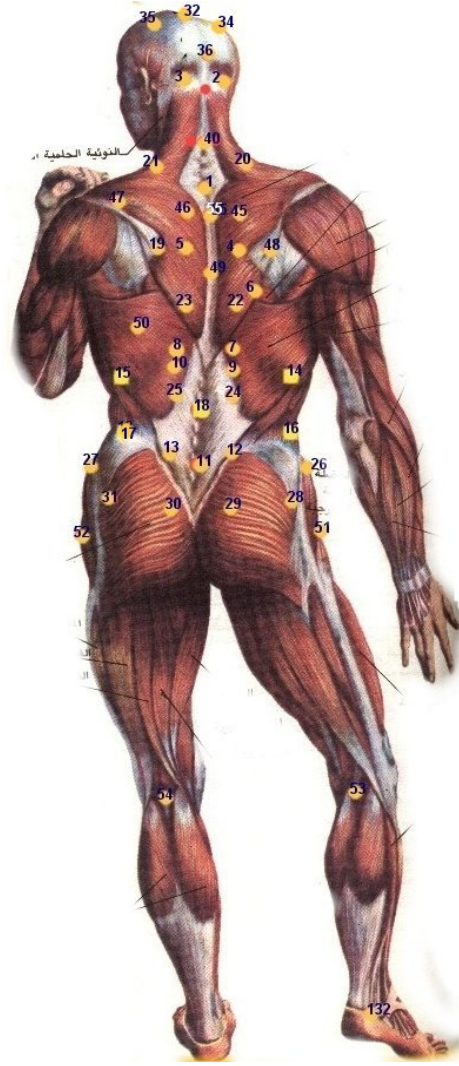
(131) فوق عظمة الكعب من الخارج بحوالي
5 سم .

(135 ، 136) على بعد 5 سم من حلمة الثدي
من الداخل " للرئتين "









أماكن محظورة للحجامة

باستثناء نقطة تعرف بـ "نقرة القفا"، وهي **القمحدوة** وهي في أعلى الرقبة؛ وذلك لأن تكرارها يورث النسيان

الجهاز العصبي يوجه وينسق جميع أعضاء وأجهزة الإنسان ، ومن المعلوم أن كل فقرة من فقرات العمود الفقري يخرج منها زوج " حزمة " من الأعصاب ، والجدول أدناه يبين مناطق خروج الأعصاب وتأثيرها على أعضاء الجسم ، ويمكن الاستفادة من هذا الجدول في وضع المحاجم في المكان المناسب .

المناطق

الفقرات

التأثيرات

ت		
الفقرات العنقية		
صداع ، توتر ، أرق ، نزلة برد رأسية ، ارتفاع ضغط الدم ، صداع الشقيقة ، انهيار عصبي ، فقدان الذاكرة ، إعياء مزمن ، دوار	1	مورد الدم الى الرأس ، الغدة النخامية النخامية ، فروة الرأس ، عظام الوجه ، الدماغ ، الأذن الداخلية والوسطى ، الجهاز العصبي السميتاوي (الودي).
مشاكل الجيوب لأنفية ، حساسية ، حول ، صمم ، مشاكل العينين ، وجع الأذن ، شعور بالإغماء ، حالات عمى معينة .	2	العينان ، أعصاب العينين ، أعصاب السمع ، الجيوب ، عظم الخشاء وراء الأذن ، اللسان ، الجبين
النورجا (ألم عصب) ، التهاب عصبي ، حب الشباب أو البثور ، أكزيما .	3	الوجنتان ، الأذن الخارجية ، عظام الوجه ، الأسنان ، العصب المثلث ، الوجه .
حمى القش ، التهاب القناة التنفسية ، فقد السمع ، الزوائد الأنفية	4	الأنف ، الشفتان ، الفم ، القناة السمعية .
التهاب الحنجرة ، البحه ، أمراض الحلق ، التهاب اللوزتين التفرجي .	5	حبال الصوت ، غدد العنق ، البلعوم .
رقبة متصلبة ، ألم في أعلى الذراع ، التهاب اللوزتين ، السعال الديكي ، الخناق	6	العنق ، العضلات ، الكتفان ، اللوزتان .
زكام ونزلات ، أمراض درقية	7	الغدة الدرقية ، أكياس مصلية في الكتفين والمرفقين .
الفقرات الصدرية		
الربو ، السعال ، صعوبة التنفس ، ضيق النفس ، ألم في اسفل الذراع واليد .	1	الذراعان من المرفق فنازلاً بما في ذلك اليد والرسغ والأصابع والمرئ والرغامي (القصبة الهوائية) .
أمراض في وظائف القلب ، علل صدرية .	2	القلب وصماماته ، شرايين القلب .
التهاب شعب التنفس ، ذات الجنب ، ذات الرئة ، احتقان ، انفلونزا .	3	الرئتان ، الأنابيب الشعبية ، غشاء الجنب ، الصدر ، الثدي .
أمراض المرارة ،	4	المرارة ، القناة

اليرقان ، القوبا المنطقية .		المشتركة .
أمراض الكبد ، حميات ، انخفاض ضغط الدم ، دورة ضعيفة ، التهاب مفاصل .	5	الكبد ، الضفيرة الشمسية ، الدم
أمراض المعدة : عسر الهضم ، سوء الهضم ، حرقة فم المعدة .	6	المعدة
قروح ، التهاب فم المعدة	7	البكرياس ، المعى الاثنا عشري .
مقاومة متدنية	8	الطحال .
حساسيات ، شر (طفح جلدي)	9	الغدتان الكضريتان فوق الكليتين .
أمراض الكليتين ، تصلب الشرايين ، إعياء مزمن ، التهاب الكلية ، التهاب حويضة الكلية .	10	الكليتان .
أمراض جلدية كحب الشباب والبنور والأكرزما والبواسير .	11	الكليتان ، الحالب
روماتيزم ، آلام الغازات ، انواع من العقم .	12	المعوى الدقيق ، الدوران اللمفي .
الفقرات القطنية		
عسر الهضم ، التهاب غشاء القولون المخاطي ، الزحار ، الإسهال ، بعض التمزق والفتوق .	1	المعوى الغليظ ، حلقات الأربية .
صعوبة التنفس ، الحمض (انخفاض قلوية الدم والأنسجة) ، الأوردة الدالية .	2	الزائدة الدودية ، البطن ، أعلى الرجل
أمراض المثانة ، مشاكل الحيض ، الإسقاط والإجهاض ، التبليل في الفراش ، العنة ، تغير عوارض الحياة ن آلام الركبة .	3	الأعضاء التناسلية ، الرحم ، المثانة ، الركبة .
عرق النسا ، اللمباغو (ألم عصبي في أسفل الظهر ، تبول متعسر ، أو متكرر ، أو مؤلم ، ألم الظهر .	4	غدة البروستات ، عضلات أسفل الظهر ، عرق النسا .
دوران ضعيف في الساقين ، انتفاخ رسغي القدمين ، قدمان باردتان ، ضعف في	5	الساقان ، رسغا الساقين ، القدمان .

		الساقين ، عقال الساقين.
	العجز عظم الورك ، الردفان .	آلام اتصال العجز والحرقفية ، حنايا في العمود الفقري .
	العصص المستقيم ، الشرح .	البواسير، الحكة، ألم في طرف العمود الفقري عند الجلوس .
الفقرات القطنية		
	1	عسر الهضم ، التهاب غشاء القولون المخاطي، الزحار، الإسهال، بعض التمزق والفتوق.
	2	صعوبة التنفس ، الحماض (انخفاض قلبية الدم والأنسجة)، الأوردة الدالية .
	3	أمراض المثانة ، مشاكل الحيض ، الإسقاط والإجهاض ، التبليل في الفراش ، العنة ، تغير عوارض الحياة ن آلام الركبة .
	4	عرق النسا ، اللمباغو (ألم عصبي في أسفل الظهر ، تبول متعسر ، أو متكرر ، أو مؤلم ، ألم الظهر .
	5	دوران ضعيف في الساقين ، انتفاخ رسغي القدمين ، قدمان باردتان ، ضعف في الساقين ، عقال الساقين.
	العجز عظم الورك ، الردفان .	آلام اتصال العجز والحرقفية ، حنايا في العمود الفقري .
	العصص المستقيم ، الشرح .	البواسير، الحكة، ألم في طرف العمود الفقري عند الجلوس .

• أنواع استخراج الدم من الجسم

أنواع الحمامة

أ_ الفصد العام

استخراج الدم من الشرايين (فصد الشريان)

أو استخراج الدم من الأوردة (فصد الأوردة) || ويمكن أخذ
الدم ببزل الوريد

تستخدم في بعض أمراض الدم التي تتميز بكثرة كرات الدم
الحمراء و لبعض أمراض القلب في حالة شدة احتقان
الرئتين نتيجة هبوط القلب

و بعض أمراض الكبد مثل التليف الكبدي

إن فقدان الدم بانتظام قد يؤدي إلى حماية الإنسان من النوبات القلبية ، فعندما يفقد الجسم الدم ، يفقد أيضاً عنصر الحديد الذي يخزنه الجسم في تركيب خاص وإن الناس الذين يحتوي دمهم على كمية قليلة من عنصر الحديد هم أقل عرضة للإصابة بالنوبات القلبية من غيرهم ، ففقدان الدم بشكل منتظم مما يقي الإنسان من هذه النوبات القلبية .

أما هذه المشكلة محلولة عند النساء ، بسبب الدورة الشهرية ، إذ أن المرأة تفقد من دمها كل شهر جزءاً ، هذا يقيها الإصابة بهذه النوبات ، ويعلم الأطباء أن إصابة النساء بهذه النوبات أقل من إصابة الرجال ، لكن الرجال أمروا بالحجامة تنفيذاً لقول النبي صلى الله عليه وسلم . لأنه لا ينطق عن الهوى إن هو إلا وحي يوحى

التبرع بالدم ينتمي إلى الفصد وليس الحجامة لان التبرع بالدم يؤدي إلى التخلص من بعض مكونات الدم بكميات معينة في وقت قصير ويتم ذلك من خلال وريد دموي وليس من خلال مسام الجلد. ولذلك لا نستفيد منه في تنبيه أماكن معينة في الجلد كما في الحجامة

ب - - دودة العلقه.(هيلينا) Blood-sucking leech

. وفي حديث عامر: خير الدواء العلق والحجامة؛

الحديث: (خير الدواء اللدود والسعوط والمشى والحجامة والعلق)

العرب العلق: دُوَيْدَةُ حمراء تكون في الماء تعلق بالبدن وتمص الدم،

والعلق جذبه للمواد الدموية ابلغ من جذب الحجامة ولو انه أقل من الفصد. ومن العلق ما طبعه السمية ومنه ما هو خال من السمية وهو المستعمل في المداواة الطبية وتصاد قبل يوم أو يومين ثم تكب على رؤوسها حتى يخرج جميع ما في اجوافها حتى يشتد جوعها وتلتقم الجلد حتى اذا امتلأت اجوافها تسقط ويلق غيرها اذا لزم الأمر.

بعد ذلك تعلق المحاجم على مواضعها وتمص مصا قويا لجنب الدم المتبقي في الموضع.

. أما العلق فان جذبه للمواد الدموية ابلغ من جذب الحمامة ولو انه أقل من الفصد

أما العلق فان جذبه للمواد الدموية ابلغ من جذب الحمامة ولو انه أقل من الفصد.

ومن العلق ما طبعه السمية ومنه ما هو خال من السمية وهو المستعمل في المداواة

الطبية وتصاد قبل يوم أو يومين ثم تكب على رؤوسها حتى يخرج جميع ما في اجوافها

حتى يشتد جوعها وتلتقم الجلد حتى اذا امتلأت اجوافها تسقط ويلق غيرها اذا لزم الأمر

. وتعلق على مواضعها وتمص مصا قويا لجنب الدم المتبقي في الموضع"

يفيد استخدام العلق عندما لا يمكن استخدام الحمامة بالكاسات مثل صغر مساحة المنطقة المراد علاجها كالشفة واللثة أو كبعض الاعضاء قليلة اللحم مثل الانف , وتستخرج العلق من مصادر المياه العذبة ثم توضع في ماء نقي لمدة يوم لتجوبعها ثم يغسل الموقع المريض من الجسم ويدلك حتى تحتقن وبعدها توضع العلق وتترك لتمتص الدم قدر امكانها ثم توضع الكاسات بدلها في نفس المكان ثم ترفع ويغسل مكانها بالخل ثم بالماء , وإذا استمر النزيف فيوضع عليه ماء بارد أو زاج أو مواد قابضة مثل مسحوق المر أو الملح أو الرماد "

• أنواع استخراج الدم من الجسم

أنواع الحمامة

أ_ الفصد العام

استخراج الدم من الشرايين (فصد الشريان)

أو استخراج الدم من الأوردة (فصد الأوردة) || ويمكن أخذ الدم ببزل الوريد

تستخدم فى بعض أمراض الدم التي تتميز بكثرة كرات الدم الحمراء و لبعض أمراض القلب فى حالة شدة احتقان الرئتين نتيجة هبوط القلب

و بعض أمراض الكبد مثل التليف الكبدي

إن فقدان الدم بانتظام قد يؤدي إلى حماية الإنسان من النوبات القلبية ، فعندما يفقد الجسم الدم ، يفقد أيضاً عنصر الحديد الذي يخزنه الجسم في تركيب خاص وإن الناس الذين يحتوي دمهم على كمية قليلة من عنصر الحديد هم أقل عرضة للإصابة بالنوبات القلبية من غيرهم ، ففقدان الدم بشكل منتظم مما يقي الإنسان من هذه النوبات القلبية .

أما هذه المشكلة محلولة عند النساء ، بسبب الدورة الشهرية ، إذ أن المرأة تفقد من دمها كل شهر جزءاً ، هذا يقيها الإصابة بهذه النوبات ، ويعلم الأطباء أن إصابة النساء بهذه النوبات أقل من إصابة الرجال ، لكن الرجال أمروا بالحجامة تنفيذاً لقول النبي صلى الله عليه وسلم . لأنه لا ينطق عن الهوى إن هو إلا وحي يوحى

التبرع بالدم ينتمي إلى الفصد وليس الحجامة لان التبرع بالدم يؤدي إلى التخلص من بعض مكونات الدم بكميات معينة في وقت قصير ويتم ذلك من خلال وريد دموي وليس من خلال مسام الجلد. ولذلك لا نستفيد منه في تنبيه أماكن معينة في الجلد كما في الحجامة

ب - - دودة العلقه.(هيلينا) Blood-sucking leech

. وفي حديث عامر: خير الدواء العلق والحجامة؛

الحديث: (خير الدواء اللدود والسعوط والمشى والحجامة والعلق)

العرب العلق: دُوْدَةُ حمراء تكون في الماء تعلق بالبدن وتمص الدم،

والعلق جذبه للمواد الدموية ابلغ من جذب الحمامة ولو انه أقل من الفصد. ومن العلق ما طبعه السمية ومنه ما هو خال من السمية وهو المستعمل في المداواة الطبية وتصاد قبل يوم أو يومين ثم تكب على رؤوسها حتى يخرج جميع ما في اجوافها حتى يشتد جوعها وتلتقم الجلد حتى اذا امتلأت اجوافها تسقط ويلق غيرها اذا لزم الأمر.

بعد ذلك تعلق المحاجم على مواضعها وتمص مصا قويا لجنب الدم المتبقي في الموضع.

. أما العلق فان جذبه للمواد الدموية ابلغ من جذب الحمامة ولو انه أقل من الفصد

أما العلق فان جذبه للمواد الدموية ابلغ من جذب الحمامة ولو انه أقل من الفصد.

ومن العلق ما طبعه السمية ومنه ما هو خال من السمية وهو المستعمل في المداواة

الطبية وتصاد قبل يوم أو يومين ثم تكب على رؤوسها حتى يخرج جميع ما في اجوافها

حتى يشتد جوعها وتلتقم الجلد حتى اذا امتلأت اجوافها تسقط ويلق غيرها اذا لزم الأمر

. وتعلق على مواضعها وتمص مصا قويا لجنب الدم المتبقي في الموضع"

يفيد استخدام العلق عندما لا يمكن استخدام الحمامة بالكاسات مثل صغر مساحة المنطقة المراد علاجها كالشفة واللثة أو كبعض الاعضاء قليلة اللحم مثل الانف , وتستخرج العلق من مصادر المياه العذبة ثم توضع في ماء نقي لمدة يوم لتجوبعها ثم يغسل الموقع المريض من الجسم ويدلك حتى تحتقن وبعدها توضع العلق وتترك لتمتص الدم قدر امكانها ثم توضع الكاسات بدلها في نفس المكان ثم ترفع ويغسل مكانها بالخل ثم بالماء , وإذا استمر النزيف فيوضع عليه ماء بارد أو زاج أو مواد قابضة مثل مسحوق المر أو الملح أو الرماد "

• دور الحمامة في تنقية وتنظيف خلايا الجسم من السموم

أن المواد السامة التي يتعامل معها الإنسان من خلال الطعام والشراب والأدوية والملابس ولوازم العمل المختلفة كقيلة بكم لا بأس به من الألم النفسي والعضوي , والشيء الخطير في هذه السموم أنها تتجمع في الجسم ,

ويختص بهذا التجمع النسيج الدهني وأنسجة الخلايا العصبية شبه الدهنية وتتراكم هذه السموم في الكبد (السموم القابلة للإذابة في الدهون)

وفي الكلى (السموم القابلة للإذابة في الماء) وأيضا في البنكرياس والجلد والنخاع العظمي و الأسنان .

وحجامة هذه الأجزاء تستخدم بشكل ناجح للتخلص من تلك السموم , وحيث أن العرض الأول لهذه السموم هو الشعور بالإرهاق المزمن وعدم التركيز, فإنه بعد جلسات معدودة يشعر الإنسان بتحسن كبير وينعم بالراحة والحيوية .

ويمكن تلخيص تلك النظريات بعرض مبسط يشرح التأثير العلاجي للحجامة كما يلي:

أولا : الحجامة لتسكين الألم (الدور المسكن للحجامة) :

أ . نظرية الإندورفين بعض نقاط الدلالة تعرف باسم " النقاط ذات المفعول المسكن " وهي نقاط عند التعامل معها تصدر الغدة النخامية أوامرها إلى خلايا الجسم لإنتاج مادة " الإندورفين " المخدرة والتي تعتبر (مورفين الجسم), فهي مادة كيميائية ذات تأثير يشبه مادة المورفين الذي يعمل كمادة مسكنة عن طريق زيادة المقدرة على تحمل.

ب . نظرية بوابة التحكم في الآلام إذ أن الإحساس بالألم وأيضا الإحساس بالحرارة أو البرودة ينتقل على شكل موجات عبر بوابات متعددة على مسار الجهاز العصبي المركزي وخلال نهايات الألياف العصبية الدقيقة , ومنها إلى الحبل الشوكي بالعمود الفقري ينتقل هذا الإحساس إلى الدماغ , وفي الظروف العادية تكون هذه البوابات مفتوحة بشكل جيد يسمح لإشارات الألم أن تعبر خلالها بسهولة , ولكن عند التأثير على المنطقة باستخدام الحجامة فإننا نرسل موجات هائلة من الإشارات غير المؤلمة والتي تسافر عبر نهايات الألياف العصبية الغليظة إلى بوابة الحبل الشوكي , ويؤدي ازدحام الإشارات إلى إغلاق هذه البوابة تماما وبالتالي عدم انتقال الإحساس الناتج عن تطبيق الحجامة وأي إحساس آخر قادم من أية منطقة في الجسم بما في ذلك الإحساس بالألم إلى

ج . نظرية الانعكاس اللاإرادي العصبي تنبيه المناطق العصبية التي لها اتصال بالجلد أي الوصلات العصبية المشتركة مع الجلد في مراكز واحدة

ثانيا : تخليص الجسم من المواد السامة والخلايا الهرمة :

وجد فريق من الأطباء أن عملية الحجامة تنقي الدم وتخلصه من الشوائب والخلايا

ثالثا : تنظيم وتصحيح مسارات القوى الكهرومغناطيسية :

تطبق الحجامة على نقاط عمل الإبر الصينية في العلاج

وتعرف هذه النقاط بـ "نقاط الدلالة" وهي نقاط موجودة على جسم الإنسان بدرجات متفاوتة من العمق ، ومرتبطة بمسارات للطاقة

وتتميز هذه النقاط بكونها تؤلم إذا ضغطنا عليها ، مقارنة بالمناطق الأخرى من جسم الإنسان التي لا يوجد فيها نقاط للوخز بالإبر ، كما أنها تشتد ألما إذا مرض العضو الذي تقع النقطة على مساره النقطة .

وقد أمكن تحديد مواقع تلك النقاط بواسطة الكاشف الكهربائي (الأنكوبنتوسكوب) ووجد أنها ذات كهربية منخفضة ، إذا ما قورنت بما حولها من سطح الجسم ،

كما أمكن تصوير هذه النقاط بواسطة " طريقة كيرليان في التصوير " ، ويبلغ تعداد هذه النقاط حوالي الألف نقطة ، إلا أن الأبحاث الأخيرة التي أجريت في الصين أوصت بكفاية 214 نقطة فقط للوفاء بالأهداف العلاجية المطلوبة .

وترتكز هذه النظرية على اعتقاد أن الجسم به 12 قناة أساسية وأربعة قنوات فرعية ، وهذه القنوات يجري فيها طاقة مغناطيسية ومادامت هذه الطاقة تجري في سلاسة ويسر دون أي عوائق فإن الجسم يبقى سليماً معافى ، وعندما يحدث أي اضطراب في مجرى هذه الطاقة تبدأ الأعراض المرضية في

رابعاً المحافظة على توازن وانتظام وظائف الأعضاء (المفعول التوازني للحجامة) :

1. تنظيم وتصحيح مسارات القوى الكهرومغناطيسية (توازن الطاقة) :

2. تنظيم عمل الجهاز العصبي اللاإرادي :

يؤدي التعامل مع النقاط التوازنية إلى إحداث نوع من التوازن والانتظام في عمل الجهاز السمبثاوي واللاسمبثاوي (الجهاز العصبي اللاإرادي) ، فإذا كان في أحدهما أو كلاهما اضطراب ما فإن التوازن الناتج عن التعامل مع نقاط القوى المغناطيسية يعيد للجسم حالته الطبيعية

3. تنظيم إفرازات الغدد الصماء (التوازن الهرموني) :

يؤدي التعامل مع بعض النقاط التوازنية إلى إحداث نوعاً من التوازن لمعدل الهرمونات المضطرب لدى الرجال والسيدات على السواء ، وذلك عن طريق تنظيم عمل الغدد الصماء التي تفرز الهرمونات في الدم ، وهذا ما أسهم في تفسير دور الحجامة في تخفيض ضغط الدم المرتفع وتوازن ضغط الدم المنخفض

4. توازن الأحماض والقلويات في الدم :

تعد عملية التخلص من الأحماض الزائدة وتقليل حامضية الدم الوريدي ، عملية حاسمة وضرورية للغاية

خامساً : تنشيط نقاط المقاومة المناعية (المفعول المناعي للحجامة) :

يؤدي التأثير على بعض النقاط إلى زيادة وقوة النظام الدفاعي للجسم , فقد وجد أن بعض النقاط لها خاصية **زيادة الكريات الدموية البيضاء** في الدورة الدموية وكذلك **الجاما جلوبيولين والأجسام المناعية المختلفة** ربما بمقدار مرتين أو ثلاث أو أربع أضعاف معدلها قبل التجربة

كما لوحظ **انخفاض مستوى السائل المفصلي التفاعلي** في أمراض الروماتيزم بعد التعامل مع النقاط ذات التأثير المناعي , وهو سائل ينتج عن التهاب المفاصل ويصاحبه تقلص في العضلات , وهذا يعني تحسن الدورة الدموية وارتفاع المقاومة المناعية للجسم مما ساعد الجسم على امتصاص السائل المفصلي الذي يسبب الألم .

سادسا : تهدئة الأعصاب (الدور المهدئ للحجامة) :

يمكن معالجة الأمراض التي تنتج عن تفاعلات نفسية عن طريق التعامل مع بعض النقاط المهدئة في الجسم بهدف الوصول إلى تهدئة الجسم

**** سابعا : تنشيط وتجديد الدورة الدموية :**

1. تنشيط الدورة الشريانية :

ويؤدي ذلك إلى تحسين تغذية وتروية الأجزاء المصابة .

2. تنشيط الدورة الوريدية :

مما يساعد على التخلص من العوادم الدقيقة .

3. تنشيط الدورة الليمفاوية :

تؤدي الحجامة إلى زيادة الدم الوارد إلى المنطقة المصابة مما يؤدي إلى زيادة عوامل

المناعة , وبذلك تحدث تنقية لسوائل الجسم بشكل سريع , كما يتم التخلص من العوادم الكبيرة

**** ثامنا : تنشيط مراكز الحركة في الجسم :**

**** تاسعا : تنشيط الموصلات العصبية :**

يؤدي التأثير على نقاط معينة إلى زيادة إفراز مادة " الدوبامين " وهي مادة كيميائية تعمل كموصل عصبي ويتسبب نقص معدلها في الدم في الإصابة بالأمراض العصبية مثل الشلل الرعاش .

فوائد الحجامة

تفيد الحجامة فيما يقرب من ثمانين حالة ما بين مرض وعرض، وذلك طبقاً لنتائج الخبرة العملية التي سجلها

الممارسون هنا وهناك ،(وما اعترفت به منظمة الصحة العالمية من السبعينات من القرن المنصرم)، ومن تلك الحالات على سبيل المثال: الروماتيزم، والروماتويد، والنقرس ، والشلل النصفي، والكلى، وضعف المناعة، والبواسير وتضخم البروستاتا، والغدة الدرقية، والضعف الجنسي، وارتفاع ضغط الدم، وقرحة المعدة، والقولون العصبي، والتبول اللاإرادي في الأطفال فوق خمس سنوات، وضيق الأوعية الدموية، وتصلب الشرايين، والسكر، ودوالي الساقين والخصية، والسمنة، والنحافة، والعقم، والصداع الكلي والنصفي، وأمراض العين والكبد والكلى وضعف السمع والتشنجات وضمور خلايا المخ ونزيف الرحم، وانقطاع الطمث، وفي دراسة حديثة نشرت في شهر 2\2004 على موقع الحصن النفسي تتحدث عن اثر الحجامة في معالجة الأمراض النفسية. وللحجامة ثمانية وتسعون موضعًا، خمسة وخمسون منها على الظهر وثلاثة وأربعون منها على الوجه والبطن، ولكل مرض مواضع معينة للحجامة (موضع أو أكثر لكل منها) من جسم الإنسان. وأهم هذه المواضع - وهو أيضًا المشترك في كل الأمراض، وهو الذي نبدأ به دائمًا - "الكاهل".

وترجع كثرة المواضع التي تُعمل عليها الحجامة؛ إلى كثرة عملها وتأثيراتها في الجسد. ولنّ نفصّل جميع هذه المواضع هنا، إذ أنها تحتاج إلى كتاب خاص به ولكن سنذكر أهم تلك المواضع.

الفوائد الطبية للحجامة:

- 1-تنشيط الدورة الدموية والليمفاوية عن طريق التدليك القوي للعضلات والتفاعل الخلوي بين أنسجة الجسم.
- 2-تنشيط العمليات الحيوية في طبقات الأنسجة تحت الجلد وبين العضلات حيث تتخلص من فضلات التعب وتحسن النغمة العضلية والحالة العامة للعضلات.
- 3- تقلل حالات الورم الناتج عن ضعف نشاط الدورة الدموية وخاصة إجهاد الساقين والإصابة بالشد أو التمزق العضلي أو الكدمات الشديدة.
- 4- تساعد كثيرا في إزالة التهابات الألياف العضلية والأنسجة العصبية، وتفيد في تقليل الشعور بالألم،

والتهابات عرق النسا، وأوجاع البرد والآلام الروماتيزمية والصدرية والعصبية.

5- تعالج تبغ الدم :

في حديث الرسول عليه السلام ذكر تبغ الدم بأنه قاتل... ومعنى ذلك تهيجه وزيادة نفوره لزيادة الأخطا فيه وهذه الأخطا تعرّف في الطب البديل بالشوائب السالبة داخل الدم التي تعيق من جريانه داخل الجسم ومن أعراض هذا التبغ احتقان في الوجه وباطن جفن العين بالإضافة للشفتين .

كما انه مرتبط بكثرة كريات الدم الحمراء الهرمة داخل الدم الفتّي المعافى، ومن أعراض تبغ الدم الصداع والدوار (الدوخة) وسرعة الغضب (نرفزة)، كما قد يحدث شعور بثقل الرأس واضطراب في البصر وفي نظري أن التبغ هو احتقان الدم في مناطق الحجامه مم يؤثر (كرد فعل انعكاسي) على الأعضاء الداخلية , مما يسبب المرض والاعتلال في الصحة . وحديثا أمكن معرفة مناطق الاحتقان بوساطة أجهزة حساسة تعتمد على قراءة مقاومة الجلد للكهرباء وتحديد كهرومغناطيسية الجلد ويحدد الكمبيوتر نوع الحجامه إن كانت جافة أو رطبة وكيفية الحجامه (دائرية أو طولية) .

وكتب محمد سعيد من مؤسسة أبحاث الحجامه الإيرانية: { قد يتنطع جاهل أو مغرض ليقول أليس التبرع بالدم ما يماثل الحجامه التي أوصى الرسول عليه السلام بها ؟ ولرد على مثل هؤلاء نقول:

1- لا يمكن بأي حال من الأحوال أن نصرف حديث الرسول عليه السلام إلى غير ما يقصد به فالتبرع بالدم ومع أنه محمود في حد ذاته كعمل إنساني فانه لا يشابه الحجامه في أي وجه من الوجوه.

2- إن التبرع بالدم أشبه ما يكون بعملية ألفصد التي كانت معروفة في أيام رسول الله عليه السلام وقد مارسها الصحابة رضي الله عنهم ولها آدابها وشروطها الخاصة بها ولا ترتقي بأي حال من الأحوال إلى عملية الحجامه .

3- إن عملية التبرع بالدم لا تؤدي الفوائد الوقائية والعلاجية للحجامه، بل قد يكون الأمر عكس ذلك في

بعض الأحيان { . (4)

أهم مواضع الحجامة :

تحديد مواضع الحجامة:

لتحديد مواضع الحجامة على جسم الإنسان يؤخذ كف المريض كمرجعية لقياس الأبعاد وهذه المسافات عادة ما نتخذ نقاط تشريحية على الجسم من أجل تحديد وحدات القياس .

تسمى وحدة القياس هذه في اللغة الصينية بـ [الشون] وهي المسافة بين حدي الإبهام من طرف إلى آخر عندما تكون اليد مبسوطة و المسافة ما بين الشاهد إلى البنصر في حد السلامة الثانية هي ثلاث شون وهذه المسافة تختلف من إنسان إلى آخر وهناك أداة خاصة بسيطة التركيب لتحديد المسافة لهذا الشون .

أما حديثا فتستعمل أجهزة خاصة لتحديد مواقع الاحتقان , وخبرة الحجام تلعب دورا أساسيا في معرفة هذه المواضع .

1_ الكاهل:

تقع هذه المنطقة في أعلى الظهر ما بين بروز (زردات) العمود الفقري ولوحة الكتف وتغطي هذه المنطقة من 5-6 نقاط من خط طاقة المثانة (في الطب الصيني) وموضع الكاهل يختلف من مريض إلى آخر تبعا للاحتقان الموجود في هذه المنطقة , ويحجم الكاهل في أمراض العظام والغضاريف , كما أنها مفيدة جدا لأمراض الرئة و القلب . كما أن الكاهل من أفضل المواضع لعلاج الشقيقة (ألم الرأس النصفى) , والموضع هنا مهم جدا في علاج ما يعرف (بالوثاب) وهو ألم شديد بين الكتفين يحدث عادة عند التعرض لتيار هوائي بارد . و الأفضل دائما البدء بحجامة الكاهل عند أول مرة ثم من بعد ذلك نرى أين سنحجم بعد ذلك.

2_ نقرة القفا :

وهذه المنطقة خطيرة جدا إلا في حالات خاصة ونادرة , عندما لا يستجيب المرض للحجامة الأخرى , وموضعها في أسفل الجمجمة , وأكثر استعمالاتها هي في التغيرات الهرمونية الناتجة عن خلل في عمل الغدة النخامية التي تتحكم بـ 72 هرمون في الجسم (وهذا تصديق لحديث

الرسول عليه السلام بأنها تشفي من 72 داء)) (أخرجه الطبراني) , وأكثر العلماء والأطباء قد حذروا من استخدامها لأنها قد تؤدي إلى البله و النسيان أو الموت إذا لم توافق الداء . أما القَمَحْدُوَّة فموقعها هو منطقة تلامس الرأس مع الأرض عند النوم على الظهر والنظر للأعلى ويمكن أن تستبدل بنقرة القفا في العلاج(1) , ولكن في هذه الحالة لا بد من حلاقة الشعر جيدا والتشريط يكون بعملية الوخز لا التشريط.

3_ المغيثة:

كما سماها الرسول عليه السلام(الجامع الصغير 3781) وهي الحجامة على أعلى نقطة في الرأس وتوافق ما يسمى النقطة العشرين من وعاء الإدراك في الطب الصيني , وهي تتحكم بجميع خطوط الطاقة في الجسم , لذلك كانت من أفضل النقاط لتهدئة واسترخاء العضلات , و من فوائدها أنها أفضل موقع لمعالجة الأمراض النفسية و فقدان الذاكرة و النسيان إضافة إلى آلام الشقيقة وأمراض الصدر .

ويفضل عدم التشريط على هذا الموقع , والاكتفاء بالوخز خمس وخزات فقط , لأن المنطقة غنية بالشعيرات الدموية فقد يكون نزول الدم غزيرا .

4_ المنطقة التي على جانبي القفا أو أعلى العنق:

وهي موضع النقطة 16 من خط المسخن الثلاثي في الطب الصيني , وينطبق على هذه النقطة مثل ما ينطبق على نقرة القفا من التعامل وهذه النقطة مفيدة جدا لأمراض العين و الصداع المزمن إضافة إلى لحالات النفسية 0

5_ مقدمة الناصية:

وتقع في أعلى الجبهة وأسفل خط الشعر سماها الرسول عليه السلام (منقذا) (الطبقات الكبرى.. ذكر حجامته عليه السلام), وأكثر استعمالاتها في حالات الرعاف الشديدة (نزول الدم من الأنف) , والتهاب الجيوب الأنفية المزمن .

وهنا أيضا يجب عدم إجراء التشريط , و الاكتفاء بالوخز , وأن لا يترك الكأس في موضعه لأكثر من دقيقتين .

6_ الحجامة تحت الذقن :

وموقعها ما بين عظم الذقن (الفك السفلي) و آدم (الجوزة), وتسمى في الطب الصيني (Ren23) وتتعلق الحجامه بمعالجة الصوت والأحبال الصوتية (بحة مزمنة أو فقدان الصوت), وألم الأسنان, و الحلقوم. وفي حالات خاصة تعالج الربو .

ويجب معاملة هذه النقطة كما نعامل موضع الناصية.

7_الأخدعين :

يسمى الأخدع في الطب الحديث (الوريد الوداجي الظاهر الخلفي)، وهو يصبّ في الوريد الوداجي الظاهر 0 و الأخدعان جانبا العنق ويمر من هذه المنطقة ثلاثة خطوط للطاقة حسب الطب الصيني, وهي الأمعاء الغليظة و الأمعاء الدقيقة وخط المرارة الصفراء, وتعامل معاملة الكاهل في الاستطباب , لذلك ينوب الكاهل عن هذا الموضع لما له من خطورة في سحب الوريد الوداجي الخارجي الخلفي إلى كأس الحجامه, أو أن يصاب هذا الوريد في أثناء عملية التشريط فيحدث فيه نزف قد تصعب السيطرة عليه .

8_ الحجامه على الصدر :-

تستعمل الحجامه على أعلى الصدر في حالات تيبس الأكتاف ومحدودية الحركة فيها, والحجامه هنا قد تعطي نتائج فورية لتخفيف الألم وازدياد مدى الحركة بشكل ملحوظ, كما أن الحجامه في هذا الموضع تفيد الألم ما بين الكتفين أو ما يعرف (بالوثاب).

والحجامه في وسط الصدر فوق عظم القص مباشرة تفيد في حالات السعال المزمن وارتشاح الرئتين إضافة لمعالجتها حالات الربو .

أما الحجامه فوق الثدي للنساء فنستعمل الحجامه الجافة لحبس دم الحيض إذا كان نزفا لأكثر من سبعة أيام.

9_ الحجامه على البطن :

الحجامه على أعلى البطن نافعة في حالات القرحة والنقرس, أما الحجامه حول السرة فهي مفيدة لآلام القولون المبرح والإمساك المزمن كما أنها تزيد ألباه (القوة الجنسية للرجال) .

أما الحجامه أسفل البطن فهي مفيدة لألم المثانة والدورة الشهرية كما تستخدم في حالات البواسير

والتبول اللاإرادي للكبار والصغار على حد سواء.

10_ الحجامة على أسفل الظهر :

وتكون هذه الحجامة عادة على طول خطوط الطاقة للمثانة ووعاء الإدراك حسب نظرية الطب الصيني, وتستعمل في حالات آلام الظهر وآلام عرق النسا, وهي مفيدة جدا إذا ما استعملت بدراسة وعلم, واختير ما بين الحجامة الجافة و الرطبة أو المنزلة, فلكل حجمة منها عوارض مرضية يجب أن تلاحظ بدقة قبل اختيار نوع الحجامة.

كما أن الحجامة على أسفل الظهر نافعة جدا في حالات الناسور (الباصور) النازف .

11_ الحجامة على الفخذين :

الحجامة على الفخذين تتبع في اختيارها نقاط الطب الصيني وبشكل عام فالحجامة من أمام الفخذ تنفع في حالات أورام ومشاكل الخصيتين وآلام أسفل البطن والمثانة أما الحجامة من خلف الفخذ فتتفع في حالات آلام أسفل الظهر والبواسير.

12_ الحجامة على الركبتين :الحجامة على الركبتين إما أن تكون من فوق التقاء عظام المفصل وإما أن تكون من تحتها, وهي نافعة جدا في حالات آلام الركبة الناتجة عن الاحتقان وأكثر ما نشاهد هذه الحالة في الأشخاص الذين يحتم عليهم عملهم المشي أو الوقوف لفترات طويلة .

ولكبار السن نستعمل الحجامة الجافة على الركبتين ومن بعدها نستعمل الليزر فهي أفضل علاج لآلام الركبة المزمنة أو ما يعرف (بالاستيو ارثريتس) (O A),والحجامة الجافة أو الرطبة على أعلى الركبة من الداخل تستعمل بكثرة لعلاج الحساسية العامة في الجسم مهما كان سبب هذه الحساسية .

13_ الحجامة على ظهر القدم :الحجامة على هذا الموقع نافعة في حالات إصابة القدم أو ما يسمى ب (لوية, وثناء , فقشة).

كما أنها ممتازة لعلاج انقطاع الطمث (الدورة الشهرية) والتهاب الرحم المزمن.

14_ الحجامة على جانبي مفصل الكاحل :

وتكون هذه الحجامة أما من الجهة الداخلية أو الخارجية للمفصل وليس على بروز المفصل، وأكثر استعمالاتها في حالات آلام الظهر وعرق النسا.

15_ الحجامة على المقعدة :

وموضعها هو بداية خطوط الطاقة (DU+REN) و هذا الموضع يحتاج إلى تعقيم خاص ولا يجرى تشريط بل يُكتفى بالحجامة الجافة وهي مفيدة جدا في معالجة الإمساك واحتباس الحيض وتخفيف آلام الجسم بشكل عام.

ولكن في حالات خاصة جدا يمكن إجراء الحجامة الرطبة في هذا الموضع مثل التسمم الزئبقي، وبعض أمراض الأعصاب.

16_ الحجامة فوق خراج (الدملى) أو الجروح المليئة بالقىح و الصدى :

فالحجامة هنا أفضل من طريقة العصر والضغط المتبعة، إذ أن الدم المحتقن والصدى (القىح) تخرج بطريقة لا تؤثر على الأعصاب المحيطة بالخراج وتنساب السوائل بطريقة سلسلة وغير مؤلمة، ويفضل عادة استعمال الأشعة فوق البنفسجية (UV) أو الليزر بعد الحجامة لأجل تعقيم جرح الخراج والمساعدة على نمو الأنسجة من جديد. (24)

ملاحظة: يجب التعقيم الكامل بالمطهرات المناسبة لمكان الخراج قبل الحجامة وبعدها خوفا من الانتان، ويجب اختيار حجم كأس مناسب يكون أكبر من حجم الخراج وأن يكون الشفط في البداية قليلا ثم يزداد بعد ذلك .

حالات شفيت بالحجامة

تقول العرب : 'ليس من رأى كمن سمع' في إشارة إلى تقديم شاهد العيان على الراوى، وفي سعيينا إلى تمحيص الحقيقة حول فعالية العلاج بالحجامة أثرنا أن يكون دليلنا 'ليس من عاش كمن سمع أو رأى' لذلك سنروي قصصاً لأصحاب تجارب في العلاج بالحجامة، عاشوا معاناة طويلة مع المرض ثم كان شفاؤهم - بإذن الله - باستخدام الحجامة

1-آلام الظهر :-السيد أبو خليل سته 54عاماً متزوج

أصيب أول مرة بألم حاد في أسفل الظهر في 22\5\1999م اثر حمله لشيء ثقيل بطريقة خاطئة , عولج آنذاك بالمسكنات وتماثل للشفاء , بعد ثلاث أشهر من الإصابة , لكنه عاودته نوبة حادة من الألم أسفل الظهر في 2\4\2001م فعولج أيضا بالمسكنات ولكن بلا نتيجة , واستمر الألم إلى غاية شهر 7 من العام نفسه وأصبح فيها غير قادر على المشي وحتى الصلاة , أجريت له الحجامة على الكاهل أسفل الظهر وعلى الكعبين ثلاث مرات بفارق يومين لكل جلسة وبعد انتهاء الجلسات أصبح قادراً على المشي ولكن غير قادر على الصلاة , ثم أجريت له حجامة لمرة واحدة في شهر 8 من العام نفسه , عاد في شهر 4\2002م للحجامة مرة أخرى وعند سؤاله عن ألم الظهر قال إنه شيء من الماضي , فالألم اختفى وعادت جميع حركات الظهر إلى أقصى مدى , كررنا الحجامة مرتين سنة 2002 ومرة سنة 2003 وللآن هو خال من الأعراض , أفاد في آخر حجامة له أنه يشعر بقوة الشباب في جسده بعد كل حجامة .

2- ألم الأكتاف :- السيد وليد 35 عام سائق سيارة أجرة يعاني من ألم في الأكتاف , مع خدر يصيب أصابع اليدين خاصة في الصباح وبعد الراحة , أجريت له الحجامة لمرة واحدة في شهر 4 \ سنة 2000 , عاد في شهر 5 سنة 2003 للحجامة , ليس لألم الأكتاف الذي لم يعاوده منذ الحجامة الأولى ولكن للصحة كما أفاد .

3- ألم الركب :- السيدة أم صالح سنها 45 عاماً صحتها العامة جيدة لكنها تعاني من ألم مزمن في الركب منذ 4 سنوات خاصة عند السجود , وفي الليل تشعر بحرارة شديدة في الركب تنزل الحرارة تدريجياً وتستمر حتى الفجر عندها فقط تستطيع النوم .

صور الأشعة بينت تآكلاً طفيفاً في عظام المفصل مع تقارب في المسافة الفاصلة بينهما , عند الحركة هناك صوت طقطقة خفيفة مع محدودية الحركة في ثني المفصل , أجريت لها الحجامة مرتين في شهر 4\1999م وأعطيت تمارين تقوية لمفصل الركبة .

وقد أفادت بعد عام على إجراء الحجامة أن الألم والحرارة اختفت بعد شهرين من إجراء الحجامة وشفى

معهما الإمساك والباصور اللذان كانت المريضة تعاني منهما في وقت علاجها.

نرى من هذه الحالة أن همنا الأول في العلاج كان ألم الركب ولم تصرّح المريضة عن الإمساك أو الباصور ولكنه شفي بفضل الحجامة .

4:- فطريات مزمنة : السيد حسين 28 عاماً حضر للحجامة في شهر 4\2002م على الكاهل لألم في الرقبة والأكتاف ولكن لوحظ وجود فطريات على أعلى الظهر وعند سؤاله عنها قال إنها تلازمه منذ 10 سنوات تزداد في الصيف وتكاد تنتهي في الشتاء , أجريت له الحجامة وشعر بتحسن فوري في ألم رقبتة وأكتافه . عاد بعد سنة للحجامة ولكن هذه المرة للفطريات التي لم تظهر في صيف ذلك العام وشفي منها بفضل الحجامة.

5- ألم قديم: السيد فادي 26 سنة عامل بناء ولاعب رياضي. أصيب في أثناء إحدى المباريات بضربة قوية على الركبة اليسرى وذلك قبل 3 سنوات من تاريخ الحجامة عولج عند أكثر من أخصائي, ونصح بعملية المنظار لكنه كان خائفاً ومتربداً , إلى أن نصحه بعضهم بالحجامة , أجريت له الحجامة في شهر 6\2002م ثلاث مرات على جانبي الركبة فزال الألم بالتدريج , وعاد لممارسة عمله واللعب بدون مشاكل أو تعب في عضلات الفخذ كما كان يشعر من قبل .

وهل للحجامة أعراض عكسية أو سلبية؟

- ليس للحجامة أعراض عكسية إذا تم عملها بالطريقة الصحيحة مع مراعاة الاحتياطات اللازمة قبل القيام بها، حيث يلزم إجراء الكشف الطبي السريري على المريض وتشخيص حالته المرضية بدقة وتحديد نقاط الحجامة اللازمة له، مع مراعاة عدم تعارض هذه النقاط مع نقاط مرضية أخرى تماماً كما تتعارض أدوية مرض مع أدوية مرض آخر.

كذلك يلزم التأكد من عدم وجود هبوط في ضغط الدم ووجود أنيميا "فقر الدم" أو ارتفاع في درجة الحرارة، أيضاً يلزم عمل الفحوصات اللازمة إذا استدعت حالة المريض ذلك، إضافة إلى التأكد من عدم وجود أمراض تسبب سيولة الدم مثل مرض الكبد أو تعاطي أدوية لسيولة الدم مثل مرض جلطات المخ والأوردة والشرابين، وفي هذه الحالة يتم عمل فحوصات لتحديد مدى سيولة الدم والتحكم فيها لإجراء الحجامة بأمان بهدف تجنب النزيف، كذلك يلزم الاحتياط عند عمل حجامه للمريض بجلطة حادة في

الأوردة العميقة للساق أو في الشرايين الطرفية، حيث يتم التعامل معها عند نقاط معينة فقط.

ممنوعات الحجامة

هل هناك ممنوعات في الحجامة، وما هي؟

- هناك ممنوعات عدة في الحجامة، فلا يتم عمل حجامه للقلب في حالة مريض لديه منظم لضربات القلب ومريض بجلطة في إحدى غرف القلب خوفاً من انفصال وتحرك الجلطة إلى شريان آخر التاجي مثلاً، حيث تنتج عن انسدادها جلطة في شرايين القلب، ولكن في المقابل يمكن عمل حجامه لمرضى آخر بعيداً عن نقاط القلب، ومن ممنوعات الحجامة أيضاً مريض لديه دعامة في شرايين القلب وفي هذه الحالة يمنع إجراء حجامه للقلب، كذلك يمنع عمل الحجامة التي تنشط جهاز المناعة لدى المريض الذي تم عمل زراعة كلية أو كبد له حتى لا يلفظ جسمه الكلية أو الكبد المزروع.

الحجامة دينياً

وماذا عن توقيت عمل الحجامة في الشهر الهجري؟

- تعتبر أيام 17، 19، و 21 من كل شهر هجري من الأوقات المفضلة لعمل الحجامة، كما يمكن عملها قبل ذلك التوقيت بأربعة أيام أو بعدها بأربعة أيام، وفي الوقت نفسه يمكن عمل الحجامة في أي وقت إذا استدعت (سرعة العلاج) لحالة المريض.

ما هي الأمراض التي يمكن علاجها بالحجامة؟

- هناك أمراض عدة يمكن علاجها بالحجامة وهي إدمان المخدرات والكحوليات والتدخين، حيث حققت النتائج الأولية درجة عالية من النجاح وفي زمن قصير مع أقل الأعراض الجانبية، كذلك فشل وارتخاء عضلة القلب وارتفاع ضغط الدم وأمراض السكري والنقرس والروماتيزم وحساسية الصدر "الربو الشعبي"، أيضاً الضعف الجنسي وتضخم البروستاتا وبعض حالات العقم ودوالي الساقين والخصية والبواسير والسلس البولوي والقولون العصبي والإسهال والإمساك، إضافة إلى قرحة المعدة المعاندة للعلاج وارتجاع المريء والتهابات الكبد الفيروسية حيث تبلغ نسبة نجاحها 60%، ومن الأمراض كذلك آلام الرقبة والظهر وخشونة الركبة وتيبس الكتف وآلام الكوع والقدم، والشلل النصفي إثر جلطات المخ أو النزيف والسمنة والنحافة والأمراض الجلدية مثل الحساسية والاكزيما، بالإضافة إلى الصداع بأنواعه خصوصاً النصفي والعنقودي، وحساسية مزمنة بالجيوب الأنفية وضعف السمع وصنين الأذن والدوار، وأمراض العيون مثل قصر النظر والاستجماتيزم والرشح والنزيف خلف الشبكية والجلوكوما وضمور العصب البصري وبعض حالات الصرع، كما يمكن علاج بعض حالات السرطان بعد العلاج الجراحي أو الكيماوي والإشعاعي لتنشيط جهاز المناعة، كذلك بعض أمراض النساء مثل النزيف المتكرر ولتنشيط المبايض في حالة عدم انتظام الدورة الشهرية.

جلسات الحجامة

ما هو عدد الجلسات اللازمة لعمل الحجامة، وهل يلزم طبيب للقيام بها؟

- يتراوح عدد الجلسات من جلسة واحدة إلى ثلاث جلسات تقريباً، كذلك يلزم طبيب لعمل الحجامة مع مراعاة الممنوعات وأخذ الاحتياطات السابق ذكرها وطلب الفحوصات اللازمة قبل وبعد الحجامة بهدف متابعة حالة المريض، بالإضافة إلى تعديل أو إضافة الأدوية وجرعاتها طبقاً لاستجابة المريض وتحسنه، كما على الطبيب معرفة وإدراك أهمية نقاط الحجامة من الناحية التشريحية ومواضع الشرايين والأوردة والأعصاب والأوتار التي يلزم التعامل عندها بغاية الحذر، أيضاً على الطبيب القيام بعمل الحجامة في أجواء نظيفة إلى جانب استخدام أدوات معقمة، حيث تستخدم الكاسات والمشروط لمرة واحدة فقط، ثم يتم التخلص من هذه الأدوات والكاسات والدم في أكياس بلاستيكية ومن ثم إلى المحرقة بهدف عدم انتشار الأمراض.

* هل العلاج بالحجامة معترف به دولياً؟

- نعم، ولكنه تحت مسمى العلاج في كاسات الهواء، حيث يعترف بهذا العلاج في 38 جامعة أمريكية إضافة إلى دول عديدة مثل ألمانيا وبريطانيا وأستراليا وإيطاليا وهولندا والصين إلى جانب العديد من دول جنوب شرق آسيا، كما يوجد أكثر من أربعة آلاف معهد في العالم للعلاج باستخدام كاسات الهواء، في حين يكفي السند الديني القوي والمتمثل في العديد من الأحاديث النبوية الصحيحة عن العلاج بالحجامة مثل "خير ما تداويتم به الحجامة