

الحجامة في المنظور العلمي  
- المواقع الصحيحة للحجامة وفوائدها -

اعداد

بشرى علي كاظم

# مقدمة

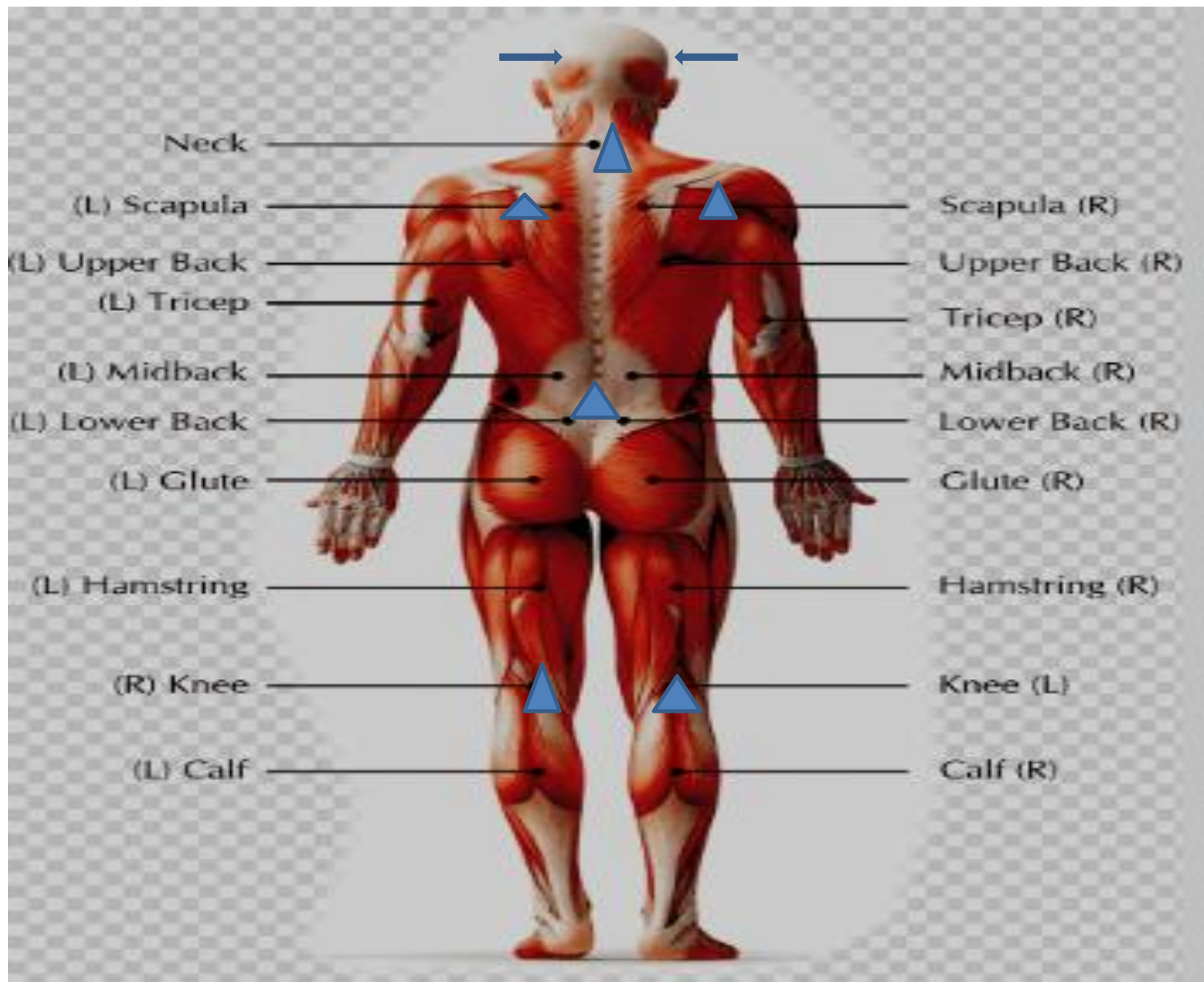
## رأي العلم الحديث [عدل]

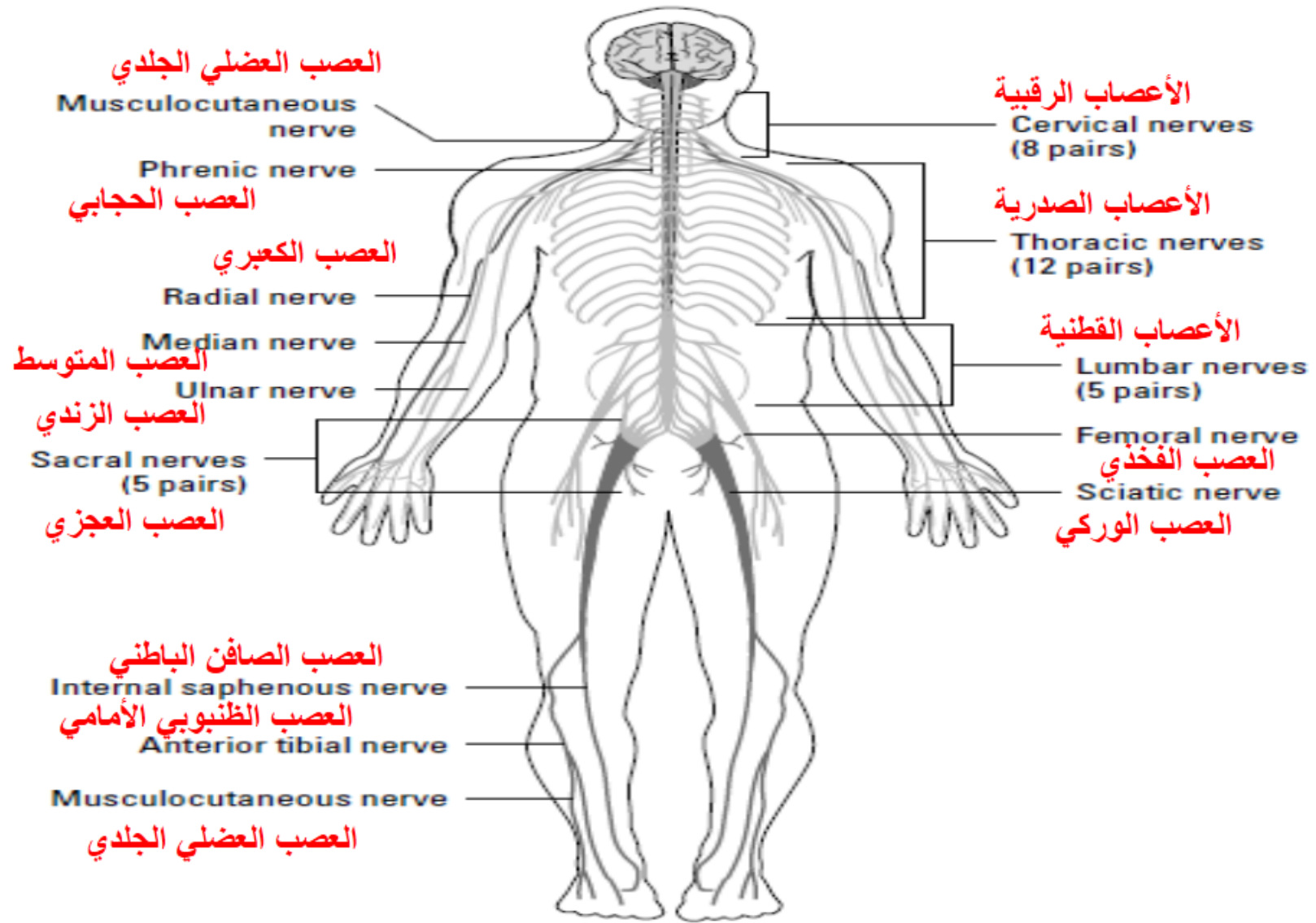
مثَّلت الحِجامة جزءاً أساسياً من الممارسات الطبية التقليدية في العديد من المجتمعات، إلا أنه بعد أن انتشر الطب الغربي في بلاد العالم أجمع، تراجع استخدامها، فظلت مجرد ممارسة تقليدية. وظل الأمر كذلك حتى سنوات قليلة ماضية، وخاصة بعدما فشل الطب الحديث في علاج العديد من الأمراض، وبعد أن تم اكتشاف العديد من التأثيرات الجانبية للعديد من الأدوية الكيميائية، بدأت العديد من ممارسات الطب التقليدي في الانتشار أو ما يسمى بالطب البديل. ويتم الآن تعليمها وصدرت عنها كتب ونشرت عنها مقالات على صفحات الإنترنت كجزء من حركة الطب البديل. لكنها لم تدخل حتى الآن في الكتب الطبية الحديثة كطريقة علاجية. حيث لا تتوفر عنها دراسات وفق المعايير العلمية الحديثة. فوفقاً لجمعية السرطان الأمريكية، «الدليل العلمي الموجود لا يدعم الحِجامة كعلاج للسرطان أو أي مرض آخر».[9]

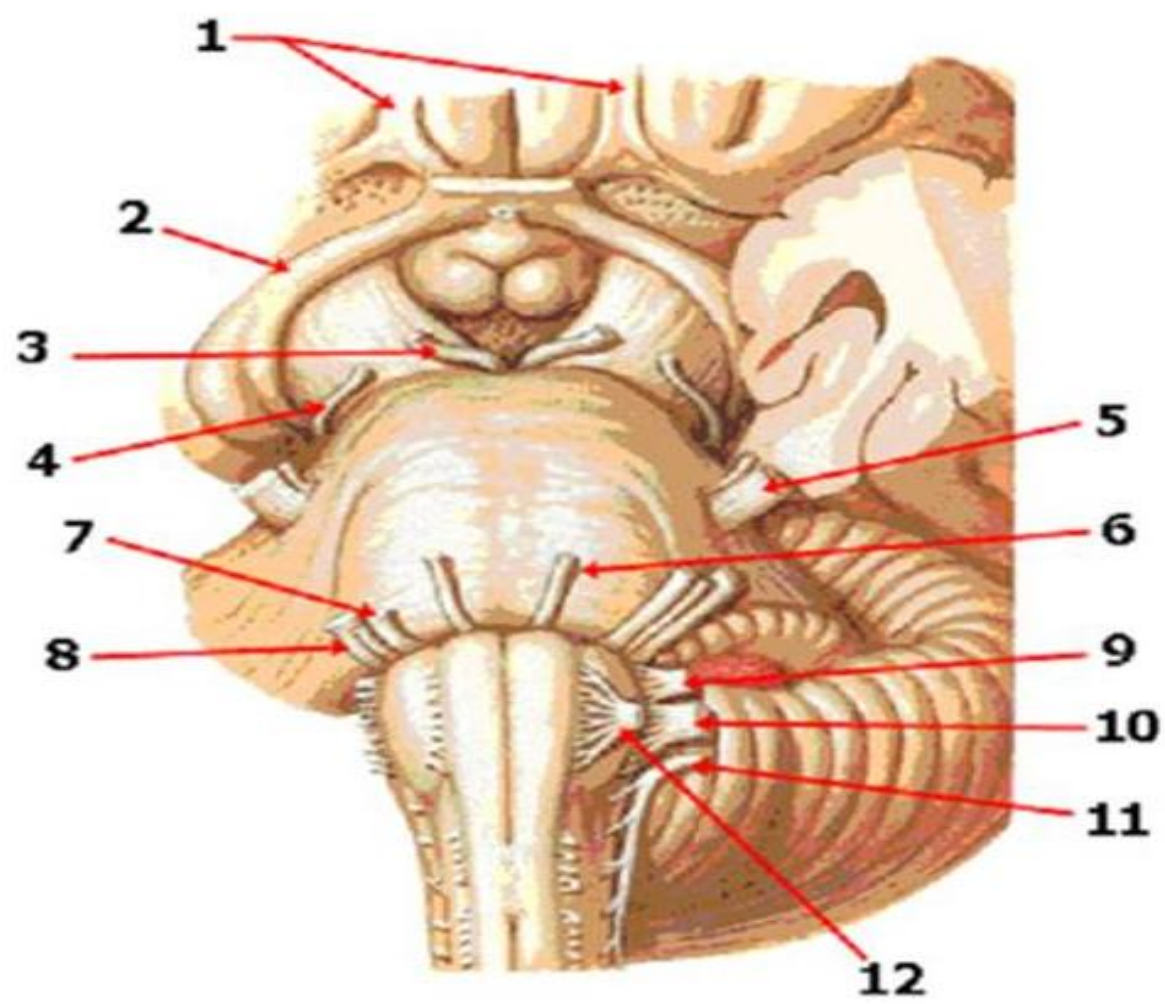
مثل العديد من طرق العلاج التقليدية الأخرى، قد يصعب القيام بتجارب طبية تنائية التعمية التي لا تأخذ في اعتبارها الآثار الإحاثية. لقد أكد كل من سيمون سينغ وإدوارد إيرنست في كتابهما الذي نشر في عام 2008، أنه لا توجد أية أدلة علمية تدعم وجود آثار إيجابية لعلاج أية حالة طبية بالحِجامة.[10]

مميز عن الحجامة الصينية.

الحجامة ومن يعمل بها **الحجّام**<sup>[1]</sup>، هي العلاج عن طريق مص وسحب الدم عن طريق استعمال الكؤوس<sup>[2][3][4]</sup> ويكون بطريقتين : **الحجامة الرطبة** و**الحجامة الجافة**. وهي طريقة طبية قديمة كانت تستخدم لعلاج كثير من الأمراض<sup>[5][6]</sup> علمياً، اتقنت الحجامة بكونها **علماً زائفاً** وممارستها **دجل**<sup>[7]</sup> على الرغم من الادعاءات بمساهمتها في علاج بعض الحالات كارتفاع الحرارة، وآلم أسفل الظهر المزمن، والسَّهْبَة الضعيفة، وضعف الهضم وارتفاع ضغط الدم، والأثيميا، إلا أنه لا يوجد أي دليل علمي على وجود أي فائدة صحيّة لها، كما أن لها أضراراً خاصة الحجامة الرطبة والنارية<sup>[8]</sup>.







# فوائد الحجامة

- الراحة والاسترخاء، تساهم الحجامة في زيادة إنتاج الأفيون ( Opioid ) الداخلي في الدماغ مما يؤدي إلى تحسن التحكم بالألم كونها تساهم في رفع عتبة الألم Pain Threshold
- فعند وضع كأس الحجامة على منطقة الألم فإن الدورة الدموية تندفع لسطح الجلد، ومع التشريط يُفرز غاز أكسيد النيتريك الذي يؤدي إلى إفراز إنزيم النيتريك اوكسيديز من سطح الجلد، وهذا له فوائد عديدة في تحسين الدورة الدموية وزيادة الإرتواء الدموي للخلايا والأنسجة وتخفيف الآلام.
- كما أن من فوائد الحجامة للظهر أنها تقلل من آلام الظهر.
- تقليل الالتهاب وتعزيز الدورة الدموية

# فوائد الحجامة

- تعزيز إصلاح الخلايا البطانية في الشعيرات الدموية وتسريع تكوين الأوعية الدموية في منطقة الحجامة. خفض مستويات الكوليسترول الضار (LDL) وبالتالي قد يكون لها دوراً فعالاً في محاربة تصلب الشرايين (Atherosclerosis) وأمراض القلب والأوعية الدموية.
- ومن المعروف أيضاً أن للحجامة دوراً كبيراً في خفض مستوى الكوليسترول الكلي ونسبة الكوليسترول الضار إلى المفيد
- وطرح السموم والنفايات إلى خارج الجسم
- إزالة المواد الضارة من الشعيرات الدموية في الجلد ومن السائل بين الخلايا



# فوائد الحجامة

- خفض عدد الخلايا اللمفية (Lymphocytes) في الدم الموجود في المنطقة المعرضة للحجامة مع زيادة عدد العدلات (Neutrophils) وكريات الدم الحمراء.
- تخفيف الالتصاقات وتجديد الأنسجة الضامة.
- من فوائد الحجامة للأعصاب أنها تعمل على تحفيز الجهاز العصبي الطرفي.
- التحكم في ارتفاع ضغط الدم.
- تنظيم جهاز المناعة. خفض مستوى السكر في الدم لدى مرضى السكري

شكراً لحسن الاصفاء

