

مبانی غمز در طب سنتی ایران

روش موثر درمان انواع کمردرد، دیسک و سیاتیک،
درد زانو و دست حرکات مفصل، انواع دردهای عضلانی

دندانان:

دکتر حمید الله افراسیابیان - استاد جده فایح کروس

زیر نظر:

دکتر محمد رضا شمس اردکانی

مقدمه:

دکتر علی اکبر ولایتی

سرشناسه: افراسیابیان، حمیداله، ۱۳۴۰

عنوان و نام پدیدآور: مبانی غمز در طب سنتی ایران: روش موثر در درمان انواع کمر درد، دیسک و سیاتیک، درد و محدودیت حرکات مفاصل، انواع دردهای عضلانی مشخصات نشر: تهران: نامه هستی، ۱۳۹۴

مشخصات ظاهری: ۳۰۴ ص: مصور (بخشی رنگی)، جدول.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۸۶-۱۶-۶

وضعیت فهرست نویسی: فیپای مختصر

قابل دسترسی است <http://opac.nlai.ir>: یادداشت: فهرستنویسی کامل این اثر در نشانی یادداشت: کتابنامه.

- شناسه افزوده: فاتح گروس، احمد، ۱۳۴۷

- شناسه افزوده: شمس اردکانی، محمدرضا، ۱۳۳۹

شناسه افزوده: ولایتی، علی اکبر، ۱۳۲۴ - مقدمه نویس

شماره کتابشناسی ملی: ۳۷۸۶۷۰۷



انتشارات نامه هستی

تهران: خیابان حسن آل احمد - پلاک ۸۷ - واحد ۶

تلفن: ۸۸۲۰۵۰۰ • تلفکس: ۸۸۲۴۰۵۸۱

مبانی غمز در طب سنتی ایران

روش موثر در درمان انواع کمر درد، دیسک و سیاتیک،
درد و محدودیت حرکات مفاصل، انواع دردهای عضلانی
نویسندگان:

دکتر حمید الله افراسیابیان - استاد احمد خاتج گری

زیر نظر: دکتر محمد رضا شمس اردکانی

مقدمه: دکتر علی اکبر ولایتی

چاپ: اول، ۱۳۹۴

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۸۶-۱۶-۶

تیراژ: ۱۱۰۰ نسخه

صفحه آرا و گرافیکست: فرزانه حدادی

مدیر هنری اجرایی: فرزانه حدادی

مدیر تولید: مرتضی فخری

قیمت: ۲۸۰۰۰ تومان

فهرست

مقدمه	دکتر علی اکبر ولایتی
مقدمه	نویسندگان
فصل اول:	مروری بر تاریخ غمز و ماساژ
فصل دوم:	شرایط غمز کننده و محیط غمز
فصل سوم:	غمز در طب سنتی و علوم مدرن
فصل چهارم:	ضروریات آناتومی غمز
فصل پنجم:	آناتومی اخلاصی غمز
فصل ششم:	تکنیک های غمز
فصل هفتم:	جایگاه غمز در طب سنتی ایران
فصل هشتم:	بیماریهای عصبی عضلانی و درمانهای طب سنتی
فصل نهم:	بیماریها و غمز
فصل دهم:	موارد ممنوعه غمز

ضمائم

جدول ضمیمه غمز بر اساس قانون ابن سینا

فهرست جداول

فهرست اشخاص و اعلام

فهرست بیماریها

فهرست اصطلاحات

منابع و مأخذ

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمه

تاریخ پزشکی ایران، ریشه‌ای ژرف در پزشکی کهن مشرق زمین دارد که با حضور تمدن اسلامی به شکوفایی و درخششی چشمگیر رسید.^(۱) بیمارستان و مرکز علمی جندی شاپور که در زمان ساسانیان از مراکز بزرگ تحقیقی و علمی دنیا بحساب می‌آمد، پس از ورود تمدن اسلامی با قرن سوم هجری اقتدار و اهمیت خود را حفظ نمود.^(۲) فرهنگ و معارف اسلامی در تلاق با فرهنگ به جا مانده در ایران، بنیانگذار فرهنگ و تمدنی نوین گردید که آغازگر تحولی عظیم در ایران و سراسر دنیا از جمله ممالک اروپایی شد.^(۳) بسیاری از مستشرقان، اذعان می‌کنند که به جای راز مرسوم طب عربی باید از اصطلاح طب اسلامی، استفاده شود و آن طبی است که در حاکمان اسلامی تدوین یافت و تعداد قابل توجهی از دانشمندان برجسته آن دوران ایرانی بودند. زبیدی، مانند رازی، اهوازی، ابن سینا و جرجانی، ستارگان پرفروغ آسمان تاریخ دانش پزشکی بحساب می‌آیند. هر چند بر اساس برخی از مستندات تاریخی، ریشه‌های طب مزاجی و اخلاطی به یونان بر می‌گردد، که پس از حمله اسکندر و رواج مکتب اسکندرانی با اندیشه‌های ایرانی و هندی درآمیخت و در مکتب جندی شاپور تجلی یافت. در تحلیلی عمیق‌تر بر مبنای کتاب «بندешن» خلاصه علوم طبیعی و نجوم در کتاب اوستای ساسانیان و

«هوسپارم نسک» از نسکهای منسوخ دوران ساسانی، درمی‌یابیم که اساس تفکر مزاجی و عناصر چهارگانه در ایران وجود داشته، پس از ورود به یونان تغییراتی کرده است.^(۴) پرفسور آرتور کریستین دانمارکی به نقل از معجم البلدان یاقوت حموی می‌گوید: دوران ساسانیان در ری شهر یا «ریوار شهر» دانشمندان ایرانی، علوم طبیعی و نجوم را با خطی ویژه در کتابی به نام «گشتگ دفتران» می‌نوشتند و اعتقاد بر آن بوده است که خداوند برای هر بیماری گیاهی، خلق کرده است.^(۵)

سایه سنگین هکتیه اسکندریه و دانشمندانی چون بقراط را بر حوزه پزشکی نمی‌توان انکار کرد. جالینوس (۱۳۰-۲۰۱ میلادی)، مولف بیش از یکصد کتاب در فلسفه و طب بود که همه آنها به عربی ترجمه شدند. انوابع ایرانی به این اندازه از علم بسنده نکردند. ویژگی ممتاز اندیشمندان ایرانی آن بود که با فرهنگ و فهم عمیق اسلامی، با اندیشه‌های تحقیقی و تحلیلی با دستاوردهای علمی برخورد کردند. رازی در کتاب «شکوک رازی بر جالینوس» می‌گوید: مقام او بر من پوشیده نیست. من بر جالینوس خرده می‌گیرم. امکان دارد بعضی کوه نظران مرا بدین کار ملامت کنند، اما شکیم بر من خرده نخواهد گرفت چون در حکمت و فلسفه تقلید جایز نیست و می‌باید از روی دلیل و برهان صحبت و گفتگو بعمل بیاید.^(۶) دستاوردهای علمی زمانی که به دست بزرگان مسلمان افتاد، به طریق شگفت انگیز و برق آسا رشد کرد. در غرب همه محققان، رازی را به عنوان یک دانشمند بالینی پزشکی می‌شناسند، کسی که روش آموزش پزشکی و تحقیقاتی را به شیوه تجربی بنیاد نهاد.

ابن سینا به تدوین اصول تشخیص و درمان بیماری‌ها پرداخت. در زمانی نه چندان طولانی سرمایه‌ای غنی و عظیم در علوم مختلف از جمله طب، در ایران بوجود آمد. این پیشینه بزرگ به گفته جرج سارتون در کتاب مقدمه‌ای بر علم^(۷) و مطابق آنچه ویل دورانت در تاریخ تمدن می‌گوید و بر اساس بسیاری از کتب دیگر، پشتوانه علمی و فرهنگی اروپائیان شد.^(۸) کتاب رازی و ابن سینا قرن‌ها در اروپا به عنوان کتاب مرجع پزشکی تدریس می‌شده است. طب سنتی ایران گنجینه‌ای غنی از دانش، معارف، تجارب بالینی و درمانی است. خوشبختانه در روزگاری زندگی می‌کنیم که باز کاوی و بهره‌گیری از این گنجینه غنی مورد توجه متولیان و سازمانهای معتبر پزشکی در دنیا مانند سازمان جهانی بهداشت قرار گرفته است.^(۹) در کتاب منتشر شده از سری سازمان جهانی بهداشت، به نام استراتژی طب سنتی تاکید شده است که ممالک مخالف دنیا به بهره‌گیری از طب سنتی و ذخایر تجربی ارزشمند خود توجه کنند و با شیوه‌های کنترل شده و علمی، تجارب گذشتگان خود را مورد بازبینی قرار دهند و به ذخایر زنده باقیمانده خود، یعنی کارگزاران طب سنتی، که شامل افرادی می‌شود که به گونه‌ای در امر درمان سهیم هستند، توجه نمایند. این افراد درمانگرهای موفق و مورد مقبول جامعه هستند که روشهای درمانی را بصورت افواهی و سینه به سینه از گذشتگان خود دریافت کرده‌اند.^(۱۰) کتاب پیش روی بنام مبانی غمز در طب سنتی ایران که نوعی از ماساژ طبی است که با تاثیر انگشتان بر نقاط عصبی و تاندونهای عضلانی انجام می‌شود، نوعی از روشهای طب سنتی - افواهی است که کاملاً ریشه ایرانی داشته و بگونه‌ای منظم و سیستماتیک در

جهت کاهش درد و درمان بیماری‌های عصبی - عضلانی بکار می‌رود. به علت استقبال پرشور هموطنان از این روش پزشکی و نتایج بسیار امیدوار کننده آن در مورد دیسک و سیاتیک و محدودیتهای حرکات مفصلی و دردهای عصبی - عضلانی این نوشتار تدوین شده‌است. نویسندگان این کتاب این روش درمانی را در فضایی علمی و دانشگاهی و با اصول مقبول علم پزشکی بکار برده‌اند و امید می‌رود تولید علم از مجموعه عظیم طب سنتی ایران جدا احیا گردد. و این مجموعه نیز در این راستا بتواند مورد استفاده دانش پژوهان و محققان طب سنتی قرار گیرد.

دکتر ای اکبر ولایتی

رئیس گروه حکمت، طب اسلامی، طب سنتی فرهنگستان علوم پزشکی ایران

- ۱- رساله‌ای در پزشکی سنتی و گیاه درمانی، تألیف استاد فقید دکتر عبدالله احمدیه. نشر مروی تهران چاپ سوم ۱۳۸۱
- ۲- تاریخ طب در ایران پس از ظهور اسلام، دکتر محمود نجم آبادی نشر دانشگاه تهران ۱۳۷۵
- ۳- میراث اسلام، تألیف ۱۳ تن از ناشرین و اساتید دانشگاه‌های انگلستان. ترجمه مصطفی علم، نشر مهر
- ۴- تاریخ ادبیات ایران پیش از اسلام، احمد تفضلی به کوشش ژاله آموزگار، تهران نشر سخن ۱۳۷۸
- ۵- معجم البلدان ابو عبدالله یاقوت حموی، دارالکتب العلمیه بیروت، لبنان ۱۹۹۰
- ۶- شکوک و داری در جالینوس و مساله قدم، مهدی محقق نشر دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه تهران بهمن ۱۳۶۰
- ۷- مقدمه‌ای بر تاریخ علم، ترجمه ج. هارتون، ترجمه غلامحسین صدری افشار، نشر وزارت علوم ۱۳۵۳
- ۸- تاریخ تمدن ویل دورانت کتاب چهارم، نشر دوم، تمدن اسلامی ترجمه ابوالقاسم پاینده نشر اقبال ۱۳۴۳
- ۹- راهنمایی‌های کلی برای روش‌شناسی ترجمه تحقیق و ارزیابی طب سنتی (WHO) مترجم دکتر محمدرضا شمس اردکانی، فاطمه فریدم، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی ۱۳۸۴
- ۱۰- استراتژی طب سنتی، سازمان بهداشت جهانی (WHO) ترجمه دکتر حسین رضائی زاده، نشر دانشگاه علوم پزشکی تهران ۱۳۸۴

مقدمه نویسندگان

بیماری‌های دیسک و مفاصل و دردهای عضلانی - اسکلتی امروز به علت نوع زندگی و شرایط کاری و اجتماعی شیوع قابل توجهی پیدا کرده است. در آخرین مطالعه انجام شده در ایران در بررسی بیمارهایی که دچار درد کمر (low back pain) هستند، تغییرات تخریبی یا دژنراتیو بین دیسک‌های مهره‌های ستون فقرات در ۹۲/۷٪ از افراد در فاصله سنی ۴۰ تا ۶۰ سال گزارش شده است.^(۱)

در تحقیقاتی که در استیت علوم پزشکی تورنتو کانادا بر روی ۲۷۴۲ از جمعیت نرمال در سال ۲۰۱۲ در فاصله سنی ۱۸ تا ۷۹ سال، شیوع درد کمر ۵۹/۲٪ اعلام شد که البته از این مقدار ۵۲/۶٪ آقایان و ۴۷/۱٪ را خانم‌ها به خود اختصاص داده‌اند.^(۲) با توجه به شیوع قابل توجه درد کمر و دیسک و دردهای عضلانی، پزشکی مکمل در سراسر جهان با روش‌های متفاوتی برای کاهش درد بیماران و بازتوانی آنان مطرح شده است. این روش‌ها در سراسر جهان تبلیغ می‌شوند و هر روز هزاران بیمار نیازمند به کلینیک‌های طب مکمل برای انجام ماساژ، استفاده از دارو و یا سایر اقدامات مراجعه می‌کنند.

قصد مولفین این کتاب، معرفی روشی از طب سنتی - انواع ایرانی به نام غمز است که در سال‌های اخیر به علت کسب موفقیت‌های قابل توجه در ارتباط با بیماری‌های دیسک و مفاصل و دردهای عضلانی - عصبی بسیار مورد توجه هموطنان ایرانی قرار گرفته است.

هر چند در زبان فارسی کلمه غمز، بیشتر تداعی کننده اشاره با چشم و ابرو است،^(۳) اما در اینجا مفهومی تخصصی در پزشکی سنتی ایران دارد که در حقیقت دلالت بر درمان به روش فشار انگشت بر مسیرهای خاص عصبی و عضلانی است. این روش درمان سبکی از درمان با بهره‌گیری از انگشتان دست است که دارای قواعد و اصول ویژه مربوط به خود می‌باشد.

کلمه غمز در طب ایران اغلب در کنار "دلک" ذکر شده است. دلک به مفهوم

ماساژ دادن و مالیدن است^(۴) و تابانیدن و نیک مالیدن با دست به اندام‌ها یا نقاطی ویژه از بدن است.^(۵) کلمه غمز در مجموع در منبع معتبر طب سنتی ایران، یعنی کتاب قانون ابن سینا ۹۷ بار آمده است.

کاربردهای غمز که اغلب در این موارد با تکیه بر فشار انگشتان و دست انجام می‌شود، شامل مواردی در طب نوزادان، فصد، جذب و انتقال مواد به مکان دیگر، تحریک مثانه، بعضی از اورام، افزایش خون رسانی در زایمان‌های سخت و ایجاد آرمیدگی در موارد پیشرفته دردهای سیاتیکی و در کنترل خونریزی است.^(۶) در سایر منابع نیز مانند "کتاب المنصوری فی الطب" نوشته دانشمند بزرگ محمد زکریای رازی متوفای ۳۱۳ هجری قمری، در مبحث عرق النساء یک اشاره‌ای گذرا به مالش ناحیه ران آمده است و در هدایة المتعلمین از ابن سینا^(۷) فشار بر مسیر عصب ذکر شده است. اما در سایر منابع شیوۀ مالدن غمز را برای برخورد با بیماری دیسک و سیاتیک و دردهای عضلانی - عصبی نهی می‌کند و در حقیقت اگر بخواهیم منصفانه قضاوت کنیم، غمز را بصورتی که امروز می‌دانیم و شامل مجموعه منسجمی از اعمال و حرکات و تاثیر بر نقاط خاص بدن به جهت رفع درد و مقابله با بیماری دیسک و سیاتیک و دردهای عضلانی است، اولین بار در ایران و از طب سنتی - افواهی ایران و توسط استاد محمد فاتح بنیان‌گذاری شد. بدینجهت برخورد با هزاران بیمار و غنی شدن تجربیات درمانی انسجام گرفت و توسط فریدان‌شان استاد احمد فاتح شکل نهایی خود را پیدا کرد که خوشبختانه وارد سیستم دانشگاهی و تدریس در دانشکده طب سنتی در دانشگاه تهران شد.

اما آنچه ضرورت تام داشت، انسجام تنویریک و طرح مبانی علمی غمز از نظرگاه طب سنتی ایران و پزشکی مدرن بود و با پژوهشهایی که صورت گرفت در مبحث پزشکی کلاسیک و تخصص طب سنتی ایران به اقتضای علمی و شغلی موضوع غمز ذهن ما را مشغول می‌داشت و تاثیر آنرا بر بیماران به وضوح مشاهده کردیم. بدنبال پژوهش‌ها و تحلیل آکادمیک از این روش پزشکی بر آن شدیم که غمز را با نگاهی عمیق و دو جانبه به هر دو نوع علم پزشکی مورد بررسی و تحقیق قرار دهیم. بنابراین به کار گروهی و همکاری دو جانبه مبادرت نمودیم.

به این دلیل موضوع را با استاد فاتح در میان گذاشتم، مسلماً این کارها به تنهایی قابل انجام نبود، طرح ما کاری نو در عرصه طب سنتی - افواهی ایران بود و یک طرف این قضیه خود استاد فاتح بودند که بنیانگذار این رشته در ایران هستند. ما به کاری گروهی و همکاری دو جانبه مبادرت کردیم. بخش تحقیقات تئوریک و فرضیه‌های علمی کار از یکطرف بوسیله اینجانب و بخش عملکردی و تکنیکی آن از جانب استاد فاتح از طرف دیگر کتاب را کامل می‌کرد. کار به سمع و نظر استاد وارسته و بزرگ طب سنتی ایران، جناب دکتر محمد مهدی اصفهانی، استاد دانشگاه تهران رسید. ایشان فرمودند که این کتاب کاری نو و پرفایده و قابل چاپ است. تشویق استاد ما را دو چندان دلگرم کرد.

حاصل تلاش‌های ما کتاب حاوی ده فصل شد که به شیوه‌ای علمی به مبانی نظری و علمی غماز از دیدگاه طب سنتی و مدرن می‌پردازد و بخش‌های عملی آن نیز به شیوه‌ای نظام‌مند و دانش‌آموزانه می‌شود.

با نظر به نیاز مبرم دانشجویان طب سنتی و دانشجویان علاقه‌مند سایر رشته‌ها، کار از ابتدا تحت نظارت دکتر محمد رضا شمس اردکانی ریاست محترم دانشکده طب سنتی دانشگاه تهران انجام گرفت و نهایتاً کار به سمع و نظر رئیس گروه حکمت، طب سنتی و اسلامی فرهنگستان علوم پزشکی ایران، استاد دکتر علی اکبر ولایتی رسید که با دید موافق بر آن مقدمه‌ای نوشتند که در ابتدای کتاب آمده است. این کتاب به یاری خداوند به عنوان سنگ بنای این نوع ماساژ پزشکی یا بهتر است بگوئیم "ماساژ ایرانی" به دانشجویان و علاقه‌مندان تقدیم می‌شود. امیدواریم این اثر در گذر زمان غنی‌تر شود و تجارب عملی مرتبط با ماساژ و نتایج عملی مفید به انضمام آن بصورت مجزا در چاپ‌های جدید، تقدیم خوانندگان شود.

دکتر حمیداله افراسیابیان - استاد محمد فاتح گروس

بهار ۹۳

منابع مقدمه:

- 1-Hadizade khazari H ,Saeidi D .A study of prevalence of MRI finding in patients with RJMS 2002 i9(98):139-148
- 2-ELNOUR E. DAFeeah-Bener . An Epidemiologic Analysis of low Back pain in Primary care 2012, SAGE joornalis
- ۳- فرهنگ معین، لغت نامه فارسی (غ م ز) {ع} (مص. ل) ۱. اشاره به چشم و ابرو
- ۲- سخن چین، کردن ۳. آشکار کردن راز کسی ۴. نازو کرشمه
- ۴- هروی محمدابن یوسف "بحرالخواهر" معجم الطب الطبیعی، تحقیق موسسه احیاء طب طب معرب سمنار ش موسسه مطالعات تاریخ پزشکی طب اسلامی و مکمل نشر جلال الدین، ایران - قم چاپ اول ۱۳۸۷
- ۵- رضایی زاده، حسین - "بررسی دلک و غمز در منابع طب سنتی ایران"، دانشگاه علوم پزشکی تهران - دانشکده طب سنتی ۱۳۹۱
- ۶- ابن سینا حسین ابن عبدالله. «قانون فی طب» موسسه العالمی ج ۴- ۱ صفحات متعاقبا در جدول ذکر می‌شوند .
- ۷- رازی محمد ذکریا "منصوری در طب" پژوهش و ترجمه محمد ابراهیم ذاکر، نشر علوم پزشکی تهران . بهار ۸۷ صفحه ۵۰
- ۸- WHO: استراتژی طب سنتی ترجمه دکتر حسین رضایی زاده نشر دانشگاه علوم پزشکی تهران صفحه ۲۲ و صفحه ۱۰۳