

نکاتی برای رهایی از درد سیاتیک

طب سنتی و اسلامی، پیشینه‌ای درخشان در تاریخ پزشکی ایران دارد و ظرفیت‌های بسیاری را برای به‌کارگیری در کنار طب نوین از خود نشان داده است.



طب سنتی و اسلامی، پیشینه‌ای درخشان در تاریخ پزشکی ایران دارد و ظرفیت‌های بسیاری را برای به‌کارگیری در کنار طب نوین از خود نشان داده است. محققان کشور در مطالعه‌ای پژوهشی، استفاده از یکی از تکنیک‌های این طب را برای درمان درد سیاتیک مورد تأیید قرار داده‌اند.

به گزارش ایسنا، امروزه به علت سبک و روش زندگی، نوع تغذیه و رفتارهای نامناسب اجتماعی و شغلی انسان‌ها، شایع‌ترین علت ناتوانی افراد زیر ۴۵ سال دردهای پشت کمر هستند. درمان دردهای کمر و سیاتیک در علم پزشکی نوین شامل فیزیوتراپی، تمرینات خاص ورزشی، داروهای مسکن مثل ضد التهاب‌های استروئیدی و غیراستروئیدی و گاهی شل‌کننده‌های عضلانی، ضد تشنج‌ها، ضد افسردگی‌ها بوده و در صورت عدم پاسخ، از جراحی استفاده می‌شود.

اما به اعتقاد پژوهشگران، عوارض متعدد داروهای مصرفی برای کاهش چنین دردهایی که از جمله آن‌ها می‌توان به خونریزی‌های گوارشی، حملات قلبی و مغزی، مسمومیت‌های کبدی و کلیوی و عوارض پوستی، ریوی و خونی اشاره کرد، استفاده از چنین داروهایی را با ملاحظات روبرو می‌کند. به همین دلیل با توجه به شیوع بسیار بالای بیماری‌های مورد اشاره در کنار هزینه‌ها و عوارض آن‌ها، لازم است بررسی بر روی روش‌های درمانی دیگری که هزینه و عوارض کم‌تری داشته باشند، انجام گیرد و در این راستا، استفاده از طب مکمل و همچنین طب سنتی، جایگاه ویژه‌ای دارد.

در این زمینه، گروهی از محققان کشور از دانشگاه شاهد، مطالعه‌ای پژوهشی را طراحی و هدایت کرده‌اند که در آن تأثیر یکی از مهم‌ترین روش‌های درمان سنتی یعنی «فصد» بر درمان درد سیاتیک مورد ارزیابی قرار گرفته است.

فصد، نوعی روش خون‌گیری در طب سنتی است که شامل باز کردن منفذی کوچک در دیواره رگ به وسیله نیشتراست و طبق پنداشته‌های طب سنتی باعث خروج اخلاط فاسد بدن با خروج خون می‌شود.

در مطالعه مورد اشاره فوق، از مرور اطلاعات کتابخانه‌ای با مراجعه به کتب مرجع طب ایرانی و بررسی پژوهش‌های جدید از پایگاه‌های معتبر استفاده شده و در کنار آن، مطالعه میدانی از طریق جمع‌آوری اطلاعات تعدادی از پزشکان ایرانی با سابقه فعالیت درمانی به طور متوسط ۲۰ سال انجام شده است.

نتایج حاصل از این پژوهش گویای آن است که با نوع دیدگاه طب ایرانی به بیماری دردهای مفصلی و سیاتیک، راه کارهای درمانی بسیار مؤثری قابل دسترسی هستند و یکی از مهم‌ترین آن‌ها انجام فصد است. چنان‌که فصد می‌تواند در تمام مراحل این بیماری به تنهایی یا در کنار تدابیر دیگر درمانی به طور مؤثری مورد استفاده قرار گیرد و حتی گاهی جهت پیشگیری از دردهای مفصلی نیز می‌توان از آن استفاده کرد.

طبق بررسی‌های مجریان تحقیق فوق، پژوهش‌های جدید نیز تأثیر فصد بر درمان بسیاری از بیماری‌ها به ویژه درمان دردهای مفصلی را تأیید می‌کنند.

آن‌گونه که سید سعید اسماعیلی، استادیار و متخصص طب سنتی دانشگاه شاهد و همکارانش می‌گویند: «از دید طب سنتی، عوامل تأثیرگذار درد مفاصل به ترتیب شیوع عبارت‌اند از: ترکیب بلغم و صفرا، سپس بلغم به تنهایی، سپس دم به تنهایی، سپس صفرا به تنهایی، سپس سودا به تنهایی و بقیه به ندرت دیده می‌شوند و بر اساس این که سو مزاج غالب مسبب بیماری چه باشد، پروتکل و روش درمانی مشخص می‌شود».

آن‌ها ادامه می‌دهند: «به‌طورکلی درمان دردهای مفصلی از دیدگاه طب ایرانی شامل: رفع علت ایجادکننده بیماری، دفع خلط غالب مسبب بیماری، تعدیل یا اصلاح مزاج و تقویت عضو هستند و فصد می‌تواند در این روند درمانی، تنها راه درمان یا بخشی از درمان باشد».

بر این اساس، درواقع فصد یکی از بهترین درمان های درد عرق النسا یا همان سیاتیک است، به طوری که ابوعلی سینا آن را نافع ترین درمان نامیده که فوراً درد را ساکت می کند.

به گفته اسماعیلی و همکارانش، بوعلی سینا توصیه اکید می کند که: «برای رفع مشکل سیاتیک، اول فصد باسلیق سمت درد و سپس با فاصله دو سه روز فصد یا انجام شود تا از تجمع مجدد ماده جلوگیری شود. فصد پا بر اساس ناحیه انتشار درد انتخابی می شود».

همچنین در این تحقیق آمده است که: «اگر سبب درد سیاتیک، سو مزاج ساده باشد و علائم گرمی و حرارت وجود داشته باشد، ابتدا جهت کاهش حرارت و درمان سریع تر می توان فصد کرد، ولی لازم است میزان دفع خون کم باشد و سپس اصلاح مزاج صورت گیرد».

یافته های این تحقیق جالب که بار دیگر، ظرفیت های کمتر شناخته شده طب سنتی را برای رفع مشکلات سلامت نشان می دهد، در نشریه «تاریخ پزشکی» به چاپ رسیده اند.

نشریه فوق، یک فصل نامه علمی پژوهشی است که توسط دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی منتشر می شود.