

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية



ACMLS – دولة الكويت

الطب الصيني



تأليف : د. إيهاب عبد الغني عبد الله

مراجعة : المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

سلسلة الثقافة الصحية

91

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية



ACMLS – دولة الكويت

الطب الصيني

تأليف

د. إيهاب عبد الغني عبد الله

مراجعة

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

سلسلة الثقافة الصحية

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية، 2015م
فهرسة مكتبة الكويت الوطنية أثناء النشر

610.951 محمد؛ إيهاب عبد الغني

الطب الصيني

إيهاب عبد الغني محمد - ط 1 - الكويت: المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم
الصحية، 2015

88 ص: رسوم، صور؛ 17 x 24 سم - (الثقافة الصحية؛ 91).

1. الطب - الصين 2. الطب الشعبي

أ. المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية. الكويت (ناشر) ب. السلسلة

رقم الإيداع: 2015/1008

ردمك: ISBN:978-99966-34-77-2

الطبعة الأولى 2015

حقوق النشر والتوزيع محفوظة

للمركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

ص.ب 5225 الصفاة - رمز بريدي 13053 - دولة الكويت

هاتف : 25338610/1/2 (965)+ فاكس : 25338618/9 (965)+

البريد الإلكتروني: acmls@acmls.org







المركز العربي للتأليف وترجمة العلوم الصحية

منظمة عربية تتبع مجلس وزراء الصحة العرب، ومقرها الدائم دولة الكويت وتهدف إلى:

- توفير الوسائل العلمية والعملية لتعليم الطب في الوطن العربي.
- تبادل الثقافة والمعلومات في الحضارة العربية وغيرها من الحضارات في المجالات الصحية والطبية.
- دعم وتشجيع حركة التأليف والترجمة باللغة العربية في مجالات العلوم الصحية.
- إصدار الدوريات والمطبوعات والأدوات الأساسية لبنية المعلومات الطبية العربية في الوطن العربي.
- تجميع الإنتاج الفكري الطبي العربي وحصره وتنظيمه وإنشاء قاعدة معلومات متطورة لهذا الإنتاج.
- ترجمة البحوث الطبية إلى اللغة العربية.
- وضع المناهج الطبية باللغة العربية للاستفادة منها في كليات ومعاهد العلوم الطبية والصحية.

ويتكون المركز من مجلس أمناء حيث تشرف عليه أمانة عامة، وقطاعات إدارية وفنية تقوم بشؤون الترجمة والتأليف والنشر والمعلومات، كما يقوم المركز بوضع الخطط المتكاملة والمرنة للتأليف والترجمة في المجالات الطبية شاملة المصطلحات والمطبوعات الأساسية والقواميس، والموسوعات والأدلة والمسوحات الضرورية لبنية المعلومات الطبية العربية، فضلاً عن إعداد المناهج الطبية وتقديم خدمات المعلومات الأساسية للإنتاج الفكري الطبي العربي.



المحتويات

ج	_____ :	المقدمة
هـ	_____ :	التمهيد
ز	_____ :	المؤلف في سطور
ط	_____ :	مقدمة المؤلف
1	_____ :	الفصل الأول : مقدمة عن الطب الصيني
11	_____ :	الفصل الثاني : ممارسات عملية من الطب الصيني
25	_____ :	الفصل الثالث : بعض التطبيقات العملية
45	_____ :	المراجع





المقدمة

منذ قديم الأزل والحضارات المختلفة تجتهد في دراسة الطبيعة والظواهر الكونية والحياتية المختلفة، وتهتم بالتمييز في مجالات الطب والفيزياء والكيمياء والزراعة وغيرها وما لذلك من تأثيرات على حياة الإنسان وصحته واستخراج الخيرات من الأرض والبحر للصناعة والغذاء والعمل والرفاهية. وامتد التنافس بين البشر والدول لكي يصبح صراعاً على الغذاء والماء والوقود والاقتصاد. ولم يكن الطب بعيداً عن صراع الحضارات، ولكنه اختلف في شكله من صراع إلى تنافس ثم تعاون، وتميز ذلك لكون العدو هنا مشتركاً وهو المرض، وفي ذلك الصدد انتعشت صناعة البحث العلمي التي تكافح من أجل إيجاد الوسائل الأكثر سهولة ودقة في التشخيص، وكذلك إيجاد العلاج الميسور والمؤثر الذي يخفف عن الناس معاناتهم، ويبحث عن أفضل الوسائل والطرق لحماية صحة الإنسان من المرض.

من هنا كانت الحضارات القديمة مثل الصين ومصر واليونان والهند وغيرها سبّاقة في الاكتشافات والاختراعات، وأخذت على عاتقها الاهتمام بالبناء والعمل على حماية صحة الإنسان من الخطر، وتطورت العلوم الطبية لاحقاً حتى وصلت إلى مرتبة عالية من التقدم الذي استخدمت فيه التقنيات الحديثة في الوقاية والتشخيص والعلاج. إن الطب الصيني كان دوماً إحدى العلامات المميزة للحضارة والثقافة الصينية، وكان محل اهتمام الباحثين في شتى دول العالم لما فيه من اعتماد كبير على الصور والأشكال الطبيعية المختلفة في العلاج، ولما له من تأثيرات إيجابية على صحة الإنسان أكثر منه أسلوباً يعتمد على الكيماويات والجراحات في العلاج، وبصفة عامة لم يكن الطب الصيني حلاً لكل المخاطر الصحية، فهو محدود بممارسات معينة وجد أن لها تأثيراً على الصحة وعلى تأثر الجسم بالمرض.

نأمل أن يفيد كل ما قدمناه من خلال هذا الكتاب جميع القراء، والمهتمين بسلسلة الثقافة الصحية التي تصدر بصورة دورية ليعم النفع على الجميع ويتحقق نشر الوعي الصحي.

والله ولي التوفيق،،

الدكتور عبدالرحمن عبدالله العوضي

الأمين العام

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية



التمهيد

تعود أصول الطب الصيني إلى آلاف السنين حيث قام العاملون على العلاج بالاعتماد في ممارستهم على التشخيص عن طريق عدة علامات حيوية مثل النبض وشكل اللسان، ثم رسم خارطة خاصة للجسم مكونة من عدة نقاط أو قنوات خارجية مقسمة إلى مجموعات تختص كل واحدة منهن بعضو أو عدة أعضاء من الجسم.

تعتبر ممارسات الطب الصيني كالفن المركب الذي يتطلب الصبر والقدرة على التكيف. ويعتمد أيضاً على مفهوم استعادة التوازن للطاقة الحياتية، وبالتالي يتطلب نظاماً غذائياً متوازناً مقترناً بالاعتماد على الطبيعة. لقد ثبتت فعالية ممارسات العلاج بالطب الصيني في علاج العديد من الأمراض، مثل الصداع وآلام المفاصل وغيرها كعلاج العقم والأورام، وأمراض القلب سواء أكان علاجاً مساعداً أو مقترناً بأساليب علاج من الطب الغربي أو معتمداً بالكامل على الطب الصيني.

إن معظم أساليب الطب الصيني المذكورة في هذا الكتاب «الطب الصيني» ليست إلا قليلاً من كثير، فالطب الصيني يعتبر علماً مستقلاً، وفي الطب الصيني طرق أخرى للعلاج تحت مسميات مختلفة كطب الانعكاسات مثلاً، والعلاج بالطاقة الذي وجد صدى كبيراً في العالم العربي، والتمارين الصينية الشهيرة مثل «التاي شي شوان» التي تقوم على استقامة العمود الفقري مع مستوى الرأس والمعدة عند المريض في اعتدال، حيث تجري الحركات باسترخاء يقظ وب عقل نشط وحاضر.

ويقسم هذا الكتاب «الطب الصيني» إلى ثلاثة فصول، يبدأ الفصل الأول بمقدمة عن الطب الصيني، ثم يشرح الفصل الثاني ممارسات عملية من الطب الصيني، كما يوضح الفصل الثالث بعض التطبيقات العملية عن الطب الصيني.

نأمل أن ينال الكتاب إعجاب قراء سلسلة الثقافة الصحية، ويفيد جميع المهتمين بهذا المجال.

والله ولي التوفيق،،

الدكتور يعقوب أحمد الشراح

الأمين العام المساعد

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية



المؤلف في سطور

د. إيهاب عبد الغني محمد محمد عبد الله

* مصري الجنسية، من مواليد عام 1968.

* حاصل على بكالوريوس الطب والجراحة - كلية الطب - جامعة القاهرة -
عام 1991.

* حاصل على دبلوم متقدم في الرعاية الصحية الأساسية والتنمية - معهد
التربية - جامعة لندن - المملكة المتحدة - عام 1995.

* حاصل على شهادة ماجستير الصحة العامة في الدول النامية - المملكة
المتحدة - عام 2001.

* يعمل حالياً طبيب صحة وقائية بمركز الصقر الصحي - وزارة الصحة -
دولة الكويت.



مقدمة المؤلف

في ظل حالة من التسارع الرهيب في وتيرة العلم وتقنياته وثورة بحثية لم تحدث على مر التاريخ البشري يثبت الإنسان يوماً بعد يوم أنه يميل إلى البساطة ويرتاح للطبيعة مهما كانت مغريات الحداثة والمعاصرة. يميل الإنسان بطبيعته إلى إنكار المرض خصوصاً في بداياته ولديه دائماً وأبداً تخوف من وسائل العلاج وتشكك في التشخيص بالذات في المشكلات الصحية المعقدة، ودوماً ما يميل إلى أسهل وأخف أساليب العلاج التي تعاونه على التعافي أو تخفيف أعراض مرضه، ومن هنا كان الاهتمام بالطب التقليدي الذي يوفر وسيلة بسيطة وآمنة أملاً في تحقق مراده.

هذا الكتاب يضع بين أيديكم فكرة مبسطة ومختصرة جداً عن الطب الصيني التقليدي مفهومه وأساليبه وتطبيقاته، وهو لا يروج للطب الصيني بل يعطي نبذة مختصرة عنه، فالطب الصيني يبدو في أفكاره كبحر من العلوم يعتمد فعلياً على العلوم الأساسية من الطب الغربي الحديث، ولا يتعارض مع الأسس التي بني عليها ولكنه يميل إلى استخدام وسائل أكثر بساطة مشتقة من الطبيعة، ومعتمدة على نظرية قديمة تبدو وأنها فعالة في الكثير من الأحيان، وعلى الجانب الآخر يقف الطب الصيني عاجزاً عن التعامل مع الأمراض مثل تلك التي تحتاج إلى جراحات فلم يقدم بدائل في العلاج ولم يستحدث عليها تطوراً.

إن الطب الصيني بكل ما فيه من مفاهيم ومعلومات شديدة التعقيد أو على الأقل غير مألوفة لممارسي الطب الحديث لما لها من نظريات وافتراسات خاصة، فإنها تظل مبعث اهتمام أهل المهنة وغير المتخصصين، ومن أكثر العلوم التي تستحق التعمق في البحث العلمي بها وزيادة الاهتمام بمفاهيمهما والتوسع في تطبيقاتهما.

الدكتور/ إيهاب عبد الغني عبد الله



الفصل الأول

مقدمة عن الطب الصيني

يعتمد الطب الصيني غالباً على أساليب التدليك المختلفة لتنشيط الجسم بهدف تفعيل وتنظيم وظائفه، وضبط إيقاعها، والتخلص من العوامل التي تؤذي الجسم ولكي نصل إلى المفهوم لابد أن نتعرف على المبادئ التي يركز عليها علم ونظرية الطب الصيني.

المبادئ الأساسية التي يعتمد عليها الطب الصيني:

ترتكز مبادئ الطب الصيني على مفاهيم بسيطة جداً ألا وهي أن أي نظام يميل إلى الانسجام فهو يتجه نحو الصحة، والرفاهية والاستدامة، أما النظام الذي يميل إلى التنافر فهو يتجه نحو المرض والمعاناة والانحيار وهذا المفهوم ينطبق على الفرد مثلما ينطبق على الأسرة والمجتمع والبيئة، ولذلك يتم الأخذ بهذا المبدأ كوحدة متكاملة.

يعتمد الطب الصيني على ركيزتين أساسيتين في الممارسة الأولى هي الطاقة الحيوية، أو ما اصطلح عليه بـ «تشي»، أما الثانية فهي ما تعرف بـ «الين واليانج» وهي التي تعد من المبادئ الفلسفية الصينية القديمة، وتعتبر عن انسجام جميع العناصر والقوى المتناقضة لكي تؤدي إلى الاستمرار في الحياة. هاتان الركيزتان هما جذور الطب الصيني التي عليها بنيت كل النظريات والمبادئ المتعلقة بالطب الصيني.

يعتبر التشي مصطلحاً ومفهوماً عالمياً يعني الطاقة بأكبر مدى ممكن لها ويشمل جميع مظاهرها، ومن أهم الجوانب المادية للطاقة، مثل الأرض تحت قدميك وجهاز الحاسب الآلي الذي تعمل عليه واللحم والدم، ولكنها أيضاً تمتد إلى الصور غير المادية مثل الضوء والحركة والفكر والعاطفة والحرارة.

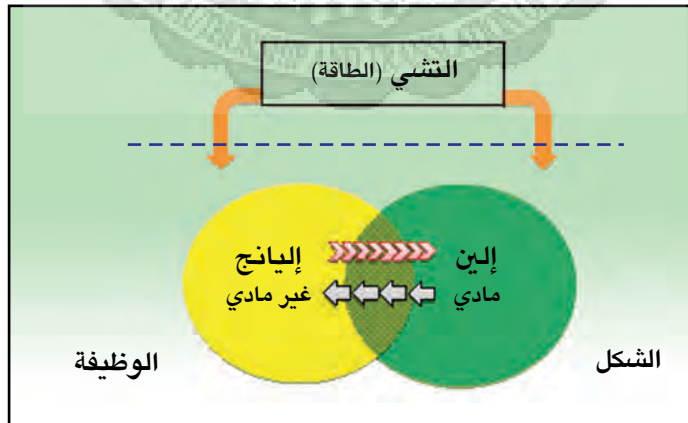
في الطب الصيني التقليدي نُذكر أن الحياة تمثل تجمعاً لك «تشّي» وأن الإنسان السعيد والسليم صحيحاً هو عبارة عن ديناميكية لكنها خليط متجانس من كل أوجه الـ «تشّي» التي تشكل ما نحن عليه، والـ «تشّي» هي حالة تغير مستمرة وتحول لا نهاية لها من أحد جوانب الـ «تشّي» إلى آخر. إنها لا تخلق ولا تدمر ولكنها ببساطة تغير في المظاهر. ولكي يتم الربط بين مختلف الجوانب والمظاهر الخاصة بالـ «تشّي» ضمن سياق معين، فإن الفلسفة في الطب الصيني التقليدي قد وظفت مفهوم الين واليانج.

يعالج الطب الصيني التقليدي الجسم البشري كوحدة واحدة متكاملة، ويعتمد على العديد من «وظائف الأعضاء» التي يطلق عليها عموماً اسم الأعضاء التشريحية، وإن كانت ليست على صلة مباشرة بهم وإن كانت علوم التشريح ووظائف الأعضاء مرتبطة ارتباطاً وثيقاً لتداخلهما في كل الجوانب. إن المصطلح الصيني لهذه الأعضاء هو «تسانغ فو»، حيث يطلق على تسانغ «الأعضاء الصلبة» ويطلق على «فو» الأعضاء الجوفاء. وكما ذكرنا فإنه يعرف المرض بأنه حالة من فقدان التوازن بين كل من الين، واليانغ، والتشي، والدم. يتم علاج المرض عن طريق تعديل نشاط واحد أو أكثر من الأعضاء باستخدام فعالية الإبر، والضغط، والحرارة.. إلخ. وذلك على أجزاء صغيرة حساسة في الجسم، عادة ما تسمى «نقاط الوخز بالإبر». هذا ما يشار إليه في الطب الصيني التقليدي بعلاج «الأجزاء المتنافرة».

في الممارسة العملية، تختلف وظائف الجسم في الطب الصيني عن الطب الغربي. في الطب الصيني تسمى الوظائف الحيوية بخطوط طاقة القلب، وهي المسؤولة عن النوم، والوعي والقلق وكذلك ما يحيط بالقلب من دم وأوعية دموية وأغشية وسوائل. بينما في الطب الغربي، المشاعر عبارة عن عمليات كيميائية تتم في الدماغ ولا تزيد في تفسيرها عن ذلك. كلتا النظريتين مختلفتان ومتناقضتان تبعاً لاختلاف الأصول الخاصة بهما. فينظر الطب الغربي للتغيرات المرئية على الأعضاء، مثل اختبارات الدم، واختبارات فحص الأنسجة لتحديد مدى صحة العضو. يعتمد هذا التشخيص في العلاج على العقاقير والأدوية الكيميائية أو التدخل الجراحي. أما الطب الصيني فينظر للوظيفة، وعلى سبيل المثال فإن حالة خفقان القلب تدل على وجود إعاقة في وظيفته، (الطب الغربي لا يجد سبباً لخفقان

القلب على الرغم من أن زيادته قد تشير إلى بداية ظهور أمراض القلب أو حتى متاعب مؤقتة في وظيفة القلب للأشخاص الذين سبق لهم التعرض للإصابة بالأمراض القلبية). وبالتالي يقدم الطب الصيني علاجاً لتحسين وظيفة القلب. قد تكون نظرية الوخز بالإبر نتجت عن اكتشاف خطوط الطول أولاً ثم اكتشاف الوظائف لاحقاً. إن النظرية عبارة عن «وصف» لشيء يعمل. إن وصف المرض هو أحد أهم النقاط التي يهتم بها الطب الصيني. وقد سجلت هذه النظرية وصفاً لكل أمراض الإنسان وأعراضها التي أمكن ملاحظتها خلال مئات السنين الأخيرة.

في منهج الطب الصيني يتم إعطاء أهمية لكل شيء كوحدة واحدة وأن كل شيء مرتبط بالآخر، وإنه يتم استيعاب أية مسألة تتعلق بصحة الإنسان بربطها بشيء آخر، إنها الفكرة الأساسية التي تكمن خلف استخدام مصطلحات «الين واليانج» التي تستخدم لوصف الارتباطات المتناقضة والمظاهر الخاصة بالـ «تشْي» فإذا كانت «الين» شكلاً فإن «اليانج» تكون وظيفة. وإذا كانت «الين» مادة فإن «اليانج» تكون شيئاً غير مادي أو روحاني. «الين» تشير إلى أمور أو مظاهر «التشي» التي نوعاً ما من الممكن أن تكون مادية أو كبيرة، أو مكتفة، أو صلبة، أو ثقيلة، أو تنازلية، أو باردة أو رطبة، أو متبردة، أو غامقة، أو سلبية أو هادئة. «اليانج» تشير إلى أمور أو مظاهر في «التشي» التي هي نوع ما تكون غير مادية أو غير متبلورة، أو متوسعة، أو جوفاء، أو ضوء، أو تصاعدية، أو حارة أو جافة، أو ترفع الحرارة، أو مشرقة، أو عدوانية، أو نشطة.



(الشكل 1): منهج الطب الصيني.

ما هي العلاقة؟

كل شيء من «الين» يحتوي أيضاً بعضاً من «اليانج»، وكل شيء من «اليانج» يحتوي أيضاً على «الين». لا يوجد شيء صلب أو عضوي (الين) الذي لا يحتوي بعض الاهتزازات الحيوية (اليانج)، ولا يوجد شيء حركي أو غير مادي (اليانج) الذي لا يحتوي على بعض من مواد (الين). حتى الضوء، لذا قال إينشتاين له كتلة.

إن الين واليانج في حالة تغير مستمرة وكل منهما يتكيف طبقاً لحالة الآخر وهما في حالة تحول إلى ما لا نهاية واحداً إلى الآخر. هذا المبدأ الرائع في التغيير يكون في أجمل صورة مبسطة لرمز الين واليانج. عندما يكون الين واليانج في انسجام مع التشي تكون المحصلة صحة ورفاهية وطمأنينة. وعندما لا يكونان في انسجام حيث يكون هناك الكثير من واحدة، أو قليل من الأخرى على جانب التشي فسوف يكون هناك المرض والألم والمعاناة.

إن المبادئ الأساسية لممارسات الطب الصيني سواء أكانت للممارس أو المتلقي ترتكز أساساً على كيفية تيسير حدوث هذا الانسجام والتناغم بين الين واليانج بأية وسيلة من أجل تخليق وفرة من التشي لضمان الصحة والعافية. مما سبق نستطيع أن نتفهم منابع وجذور الطب الصيني التقليدي بالمبادئ والأساسيات التي يعتمد عليها.

ما هي أسباب عدم حدوث الانسجام بين الين واليانج؟

حيث إن التحول والتغيير أمر قائم ودائم الاحتمالية في العالم الذي نعيش فيه فإننا أيضاً نستجيب لذلك من أجل ضمان استمرار الانسجام، بين الين واليانج للحفاظ على حالة الصحة والفضل في المحافظة على هذا الانسجام فإن ذلك سوف يؤدي إلى اعتلال الصحة. ولعل أكثر الأمور التي تؤدي إلى عدم الانسجام هو حدوث نقصان أو زيادة.

النقصان:

يشار للنقصان هنا إلى واحدة أو أكثر من مظاهر التشي داخل الجسم ولكن بصفة عامة أي نقص في الغذاء، أو الرياضة أو المأوى أو الشعور بالحنان أو الحب

أو الصحة العقلية، أو ما إلى ذلك وقد أعطى الطب الصيني أهمية خاصة للغذاء، حيث يوصي بالغذاء الطازج ذي الكمية المناسبة والجودة العالية وكذلك القدرة على تنفس هواء نظيف وجيد.

الزيادة:

يشار في الزيادة هنا إلى الزيادة في أي شيء يضر بطبيعتنا، أو توفر أي شيء للجسم بزيادة عن الاحتياجات الطبيعية، مثل الغذاء الزائد عن حاجة الجسم والتأثيرات الزائدة في الجو مثل الحرارة العالية أو البرودة الشديدة أو الرطوبة الزائدة، أو حدوث موجات غبار، كذلك وجود سموم مناخية مثل التلوث البيئي أو التسمم الكيميائي. أيضاً الزيادة في ممارسة الرياضة أو الزيادة في العواطف مثل الحزن والغضب والتفكير أو حتى الإفراط في الممارسات الحميمة حتى المرح الزائد قد يضر بالتوازن المذكور.

كيف يتم التعرف على عدم الانسجام؟

إن ممارسي الطب الصيني التقليدي يعملون بنفس منهج الطب الغربي الحديث ويكون في الاعتبار أن عليه جمع البيانات الخاصة بالتشخيص أولاً من سؤال المريض عن شكواه والتعرف على التاريخ المرضي الخاص به، وفحص المريض وملاحظة العلامات الحيوية والعلامات الأخرى، مثل النبض وفحص العضلات وأماكن الألم وبناءً على المعلومات التي يعطيها المريض في المرحلة الأولى مع ربط ذلك بالخرائط الخاصة بالطب الصيني التقليدي، أو ديناميكيات التشي وإلين وإليانج التي تساعد في وضع قلق المريض بشأن شكواه ضمن سياق أكبر من حياته. هذا يمنح لممارس الطب الصيني التقليدي في التعرف على النمط الخاص بعدم الانسجام في حياة المريض والمسؤول عن حالته. ومتى ما تحقق هذا التعرف على نمط عدم الانسجام فإنه يستطيع أن يبدأ في العمل مع المريض في إيجاد وتنفيذ سياسة لمعالجة عدم الانسجام الموجود واستعادته في حياة المريض بأبسط الطرق وأقل قدر من التدخل، وبمعنى آخر استعادة النقصان وإزالة ما هو زائد، ولذلك يكون التركيز على المريض نفسه، وليس على المرض لتحقيق التكامل من أجل الانسجام الذي ذكرناه سابقاً مع الأخذ في الاعتبار أيضاً العوامل الأسرية والمجتمعية والمناخ العام.

يبقى بعد ذلك أن نقول بأنه على ممارس الطب الصيني التقليدي أن يختار وسيلة علاج ضمن العديد من الخيارات، مثل العلاج بالإبر الصينية أو الأعشاب إلى الوسائل البسيطة كالتوعية الصحية، وتغيير نمط الحياة والتدليك العلاجي وغيرها.

ممارسات الطب الصيني:

تتضمن ممارسة الطب الصيني العديد من الأساليب والطرق لعلاج مجال واسع من الأمراض بداية من الصداع البسيط مروراً بالربو الشعبي والحساسية إلى السرطان والعقم، وتتضمن هذه العلاجات بشكل عام عدة مجالات رئيسية سوف نلقي الضوء على بعضها في الفصل التالي وإن كانت بصفة عامة تتضمن ما يلي:

1 - الإبر الصينية.

2 - تقنية الضغط الصينية.

3 - الأعشاب الصينية.

4 - تقنية الكؤوس.

5 - الغذاء.

6 - المساج.

7 - كي جونج.

وسوف نلقي الضوء في الفصل الثاني على بعض من هذه التقنيات أو الممارسات، وما لها من تأثير على الصحة بصفة عامة، وعلى التعامل مع بعض الأمراض بشكل خاص.

أسس وخطوات ممارسة العمل بالطب الصيني:

تعتمد ممارسات الطب الصيني في علاج المشكلات الصحية البشرية على الخطوات التالية:

1 - التعرف على الأعراض الظاهرية للمريض، ويتضمن ذلك شكواه، ثم يتم تجميع الشكوى والأعراض إلى متلازمات.

- 2 - تحليل المتلازمات للتعرف على أسبابها وموضعها في الجسم.
- 3 - اختيار الطرق المعتمدة لعلاج المتلازمات وأسبابها طبقاً لموقع المشكلات في الجسم والتأثير على الحالة الصحية، وذلك بالعقاقير الصينية أو بأساليب وممارسات أخرى معروفة في الطب الصيني، مثل الإبر الصينية أو الكؤوس وغيرها.
- 4 - يتم اعتبار العلاج ناجحاً عندما تختفي الأعراض.

تراكم الرطوبة والبلغم:

الرطوبة والبلغم هي إحدى المشكلات الصحية المصاحبة لنزلات البرد عرفت أعراضها في الطب الصيني على أنها صداع يظهر تدريجياً مع الشعور بالامتلاء والدوار وضعف التركيز والشعور بالامتلاء في الصدر، ومنطقة أعلى البطن وظهور طبقة بيضاء دهنية على اللسان مع الغثيان وضعف الشهية وليونة البراز. وهذه الحالة يتم علاجها باستخدام نفس الأساليب، وهي الاعتماد على بعض العقاقير الصينية التي تستخدم في ذلك، كما يتم استخدام الإبر الصينية على نقاط محددة، حيث إن تلك النقاط هي التلاقي بين قناة إيلانج الصغرى في القدم وبين وعاء إيلانج الذي يصلها، وهذا يعزز دورة التشي ويبعد الرطوبة والبلغم في الرأس فيقلل الصداع. ويمكن مثلاً إضافة قناة محددة في حالة وجود ضعف في الشهية. كما أنه في حالة الشعور بالامتلاء في المعدة فإنه يمكن إضافة نقطة أخرى من أجل إزالة الرطوبة وتنظيم دورة التشي في الطحال.

الغذاء:

الغذاء غير المناسب، مثل الإفراط في تناول الطعام الغني بالدهون أو السكريات أو منتجات الألبان أو الإفراط في تناول الكحوليات أو الطعام النيء، أو البارد جداً قد يدمر الطحال والمعدة التي تؤدي عبر سلسلة من التداعيات إلى ركود الدم وظهور ألم عام في الجسم. بل ويتعدى ذلك الأمر لظهور أمراض خطيرة مثل السرطان، فممارسات الطب الصيني لا تقل اقتناعاً بأن الغذاء المناسب والمتوازن يؤدي إلى تقوية الجهاز المناعي، مما يدفع لمهاجمة واحتواء أية خلايا يمكن أن تتحول إلى خلايا سرطانية وتظهر من حين لآخر، ولهذا ينصح الطب الصيني بوجود خضراوات وفواكه بقدر مناسب على المائدة من أجل تقوية الجهاز المناعي.



(الشكل 2): يوضح مقويات الجهاز المناعي من الخضار.

الاختلالات النفسية:

يلعب الكبد دوراً جوهرياً في التوازن النفسي والعاطفي بالجسم في حالة وجود اختلالات نفسية، مثل التوتر العصبي الزائد وحالة الضيق التي من الممكن أن يعانيها الإنسان بفعل المؤثرات الحياتية اليومية التي يمكن أيضاً أن تؤدي إلى حدوث ركود في الدم وسوائل الجسم المختلفة، وعلى ذلك فإن العضلات وأوتار العضلات لن يصلها الدم بشكل جيد، مما يؤدي إلى ظهور ألم عام في الجسم والكبد ينظم دوران التشي ويخترن الدم.

قد يؤدي تناول الغذاء غير المناسب، مثل تناول الكثير من الطعام الغني بالدهون والحلويات ومنتجات الألبان أو تناول الكثير من الكحوليات أو تناول الطعام البارد جداً، أو النيء إلى تدمير المعدة والطحال، وهو ما يؤدي إلى تكوين الرطوبة والبلغم أو الرطوبة والحرارة في متوسطي التمثيل (الأضي)، وهذا ما يؤدي بالتبعية إلى ركود التشي والدم وحدوث آلام عامة بالجسم.

الأمان في العلاج بالطب الصيني:

أثبتت الأبحاث التي أجريت على الطب الصيني أن له الكثير من التأثيرات المفيدة في السيطرة على الكثير من الأمراض، حيث إن هذا النوع من العلاج الخاص باستخدام وسائل تقليدية أو غير معاصرة أو في معنى آخر بعيدة عن تطبيقات وتقنيات الطب الغربي، فإنه بالتبعية لا يسير على نفس منوال وتطبيقات الأسس والقواعد العلمية والبحثية التي يقوم عليها الطب في العالم الغربي، وإذا ما أخذنا مثلاً إصابة شخصين بمرض مماثل فإن العلاج طبقاً للطب في العالم الغربي يسير على معايير ثابتة من أدوية أو علاج طبيعي، أو جراحي لكن طبقاً لمبادئ ومناهج الطب الصيني، فإن العلاج سوف يختلف من شخص إلى شخص آخر، وذلك بناء على الـ «التشي» في كل منهما وتوازن «الين» و«اليانج» في كل شخص.

قد تكون بعض الأعشاب الصينية المستخدمة في التداوي سامة وسامة بعض الشيء، وهذا ما قد يؤدي إلى حدوث تسمم إذا ما تم تجاوز الجرعة الموصوفة، ولكن يتم وصفها لما يمكن أن يكون لها تأثير إيجابي على الحالة المرضية، ولذلك يكون المريض تحت المراقبة وذلك لمراقبة استجابة جسمه للدواء بعد أخذ الجرعة الموصوفة له.

انتشار استخدامات الطب الصيني:

هناك العديد من دول العالم بدأت في فتح المجال لممارسة الطب الصيني فعلى سبيل المثال الولايات المتحدة بدأت في ترخيص بعض مدارس الطب الصيني، لذلك يمكننا أن نجد معالجين بهذه الأساليب معتمدين من هذه المدارس، وطبقاً للدراسات التي أجرتها هيئات عالمية كالمعهد القومي الأمريكي للصحة ومايتبعه من مراكز، مثل المركز القومي الأمريكي للطب التكميلي، والطب البديل، فإن النتائج التي ظهرت باستخدام أساليب مثل الإبر الصينية تعتبر مُبشرة إلى حد كبير وأخذت منحنى متزايد من الشيوع والانتشار، لقد أظهر استخدام الإبر الصينية قدرة كبيرة في علاج أعراض لأمراض عديدة خصوصاً الآلام التي تظهر بعد إجراء العمليات الجراحية، وبعض الأعراض المصاحبة للأورام الخبيثة كالقيء والغثيان بل في الأمور الطبيعية بالحمل في تخفيف بعض الآلام المصاحبة بوسيلة ليست مكلفة وليس لها تأثير على جسم الأم الحامل، إلى جانب الفائدة المعتد بها في أمراض

مزمنة مثل الربو الشعبي، وفي علاج الإدمان، وفي التعامل مع الجلطات، وكان هناك أثر إيجابي في تخفيف ألم الصداع والآلام المصاحبة للطمث، أو الدورة الشهرية بل وفي التعامل مع المشكلات الصحية المصاحبة لانقطاع الطمث، كما أظهر استخدامها أيضاً تخفيفاً في أعراض بعض أمراض العظام مثل التهاب المفاصل ومرفق لاعب التنس (Tennis Elbow) وآلام أسفل الظهر.

بصفة عامة فإن العلاج بالإبر الصينية آمن طالما أن الممارس لها مدرب جيداً على العمل ومتمكن ومعتمد من هيئات متخصصة في التدريس والتدريب على الطب الصيني ومعتمدة، ولكن العلاج في بعض الأحوال قد يعتبر مرتفع الثمن إلى جانب أنه قد يحتاج لفترة طويلة. وبشكل عام مثل أي علاج طبي تقليدي، أو مكمل فإن العلاج بالطب الصيني قد تكون له بعض الأعراض الجانبية مثل الحساسية، أو التداخل مع أدوية أخرى طبية، أو عشبية لذلك من المهم استشارة المتخصص قبل استخدام العلاج المشابه للتأكد من عدم التداخل مع تأثير أي أدوية أخرى. وينصح المرضى المقبلون على العلاج بالطب الصيني باستشارة الطبيب الخاص بالرغبة في استخدام العلاج التكميلي، أو البديل ونوعه قبل البدء فيه، ومن الجائز أن نقول بأن العلاج بالطب الصيني لا يغني عن العلاج بالطب التقليدي، أو ما نسميه أحياناً بالطب الغربي الحديث المبني أيضاً على الدراسة المتعمقة للظواهر والتجارب الذي يتم بعد فترات طويلة من العمل على حيوانات التجارب الصغيرة والكبيرة ثم المتطوعين من أجل الوصول إلى أفضل النتائج، وأكثر الأساليب أماناً للشخص المريض.



الفصل الثاني

ممارسات عملية من الطب الصيني

في هذا الباب نحاول إلقاء الضوء على بعض أساليب العلاج بالطب الصيني التقليدي التي يمكن أن تكون قد سمعنا عنها، أو تلقينا علاجاً لها والهدف من ذلك هو التعرف على هذه الأساليب وطريقة استخدامها، وبعض الأمراض التي يمكن أن تساهم في علاجها، أو علاج أعراضها.

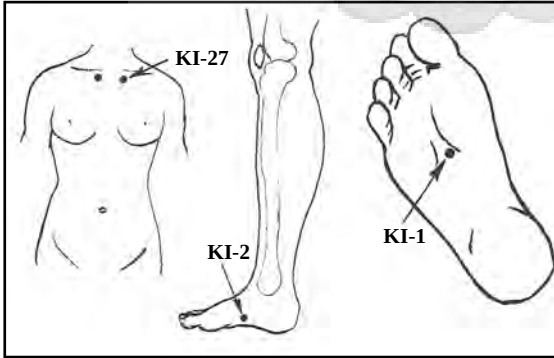
الإبر الصينية:

إن العلاج بالإبر الصينية يعتمد على غرس إبر صلبة في حجم الشعرة بالجلد في أماكن محددة من أجل العمل على التشي (الطاقة)، هذه الإبر مصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ، وإن كانت أيضاً تصنع أحياناً من الذهب أو الفضة.

تعتمد الإبر الصينية على ما يسمى بنظرية شبكة قناة «جينج لوه» لدورة التشي، حيث إن التشي تتخلل كل جزء في جسم الإنسان وتميل إلى التجمع والتحرك عبر قنوات جينج لوه وهي خطوط الطول التي تعمل عليها الإبر الصينية.

نظام قنوات (الجينج لوه) تربط كل أجزاء الجسم معاً في شبكة واحدة متصلة من مسارات الطاقة.

جرب العديد من المرضى إحساس التحفيز الناتج عن استخدام الإبر الذي يعرف في النظرية الصينية بالتشي أو



(الشكل 3): خطوط الطول الخاصة بالكلبي.

الطاقة «الحصول على تشي» أو «وصول تشي»، وتسمى أماكن الوخز بالإبر خطوط الطاقة كما هي موضحة بالرسم المرفق، ويمكن إثبات وجود هذه الخطوط كهربائياً، لأنها تشكل مسارات التوصيل في الأنسجة. وهناك أجهزة إلكترونية توضح اختلاف قدرة الجلد على التوصيل في الأماكن المختلفة للوخز بالإبر. غالباً ما يستخدم هذه الأجهزة الممارسون ممن هم غير معتمدين أو ممن هم ليسوا ذوا خبرة.

إن مناطق غرس الإبر في العلاج قد لا تكون في نفس أماكن شكوى المريض الذي يتم علاجه باستخدام الإبر الصينية والاختيار في الطب الصيني التقليدي يعتمد على كفاءتها في تنبيه نظام خطوط الطول لتحقيق التعافي من الأعراض، وذلك بإعادة التوازن لإلين (المادي)، وإليانج (غير المادي) مع التشي (الطاقة)، وهذه النظرية تعتمد على نموذج الطب الصيني التقليدي الذي لا يوجد له مثيل في الطب الغربي الحديث بكل أشكاله، وتقنياته ووسائله.

إن مناطق الوخز بالإبر الصينية في الجسم يتم تحديد مكانها باستخدام وحدة قياس تسمى «كن»، والوحدة تعادل عرض الإبهام في المفصل، حيث يتم تحديد المسافات في المناطق المختلفة وابتعاد النقاط عن بعضها باستخدام وحدة القياس «كن». يتم تحديد مواقع النقاط في الغالب طبقاً لمكان دخول العصب إلى العضلة، أو نقطة المنتصف في العضلة أو مكان التحام العضلة بالعظم، ويكون تحديد النقاط بالتحسس للألم لأماكن غرس الإبر وبطبيعة الحال فإن كل ما ذكرناه من نقاط تحتاج من الممارس لأسلوب العلاج بالإبر الصينية أن يكون ملماً إماماً كاملاً بالصفة التشريحية لجسم الإنسان، وخصوصاً مواقع العضلات وتغذية الأعصاب لها. يمكن أيضاً تحديد موقع الوخز بالإبر في الأماكن حيث يكون هناك إحساس باختلاف درجات الحرارة على الجلد. وهناك تسميات خاصة بهذه الأماكن طبقاً لاسمها التقليدي، أو



خطوط الطول التي تغرس عليها ويتلوها رقم يعبر عن تسلسل النقطة على خطوط الطول وكمثال على ذلك يمكن أن نأخذ إحدى

(الشكل 4): خط الطول الخاص بالرئة.

النقاط على اليد التي تمثل النقطة الرابعة على خطوط طول الأمعاء الغليظة، أو ما نسميه في الطب الغربي بالقولون.

يمكن للطب الصيني التقليدي باستخدام الإبر الصينية أن ينجح في المساعدة على علاج العديد من الأعراض مثل:-

- * الألم.
- * الصداع.
- * آلام الظهر وعرق النسا.
- * الإصابات.
- * الكدمات.
- * متلازمة النفق الرسغي.
- * مرفق التنس.
- * مرض روماتويدي.
- * الفصال العظمي.
- * عسر الطمث.
- * الربو.
- * الغثيان الناتج عن العلاج الكيميائي، أو الذي يعقب العمليات الجراحية.
- * إعادة التأهيل للمصابين بالسكتات الدماغية.
- * علاج مساعد في التخلص من الإدمان.

الأعراض الجانبية للإبر الصينية:

إن الأعراض الجانبية للعلاج باستخدام الإبر الصينية تعد من الأمور النادرة إلا أنه يبدو من المحتمل أن يتعرض الشخص الذي يتم علاجه إلى بعض الأعراض الجانبية مثل التكدم (حدوث كدمات) في مكان غرس الإبر الصينية، أو احمرار الجلد. كما يمكن أيضاً أن يتعرض الشخص إلى صدمة عند غرس الإبر التي تسمى صدمة الإبرة وهي نادراً ما تحدث وإذا ما حدثت فإنها قد تعود لمواقف معينة حيث يكون المريض عصبي جداً، أو مجهد أو في حالة إذا ما كان مستوى السكر

في الدم لدى المريض منخفض نوعاً ما لعدم تناول الطعام لفترة طويلة تسبق جلسة العلاج بالإبر الصينية، وقد تكون الأعراض الجانبية على شكل الإحساس بالإغماء أو الانتفاخ، وربما يكون هناك شعور ما بالغثيان. قد يبدو للمريض أن صدمة الإبرة شيء مقلق له ولمن حوله لكنها من الناحية الطبية لا تعد خطيرة على صحته، إن ممارسة العلاج بالإبر الصينية تتطلب العديد من الإجراءات، منها الحصول على توقيع المريض على موافقة خطية منه على الإجراءات وعلمه بالأعراض الجانبية المحتملة.

المرضى الممنوعون من العلاج بالإبر الصينية:

- * المرضى الذين لديهم تخوف زائد من الإبر أو من لديهم اكتئاب، أو ضيق نفسي.
- * الرضع والأطفال الصغار.
- * المرضى الذي لديهم أمراض نقص المناعة.
- * الضعف العام حتى لو في عمر الشباب.
- * كبار السن.
- * المرضى الذين لديهم أمراض دم.
- * مرضى الهزال والمرضى الذين لديهم سكر الدم المنخفض.
- * الإبر الصينية والحمل.

لا تشكل الإبر الصينية خطراً على الأم الحامل، ولكن هناك بعض المناطق التي يتم غرس الإبر فيها والتي يمنع العمل عليها خلال فترة الحمل، ولذلك يوصى للأم الحامل بالتحدث مع طبيبها الخاص حول ذلك الأمر، وأي مخاوف أخرى قبل الذهاب للعلاج باستخدام الإبر الصينية.

ماذا بعد العلاج؟

بعد جلسة العلاج يشعر معظم المرضى بارتياح كبير من الأعراض التي عانوا منها واستلزمت منهم الذهاب لعيادة الطب الصيني، وغالباً ما يشعر بأن هناك تراجعاً في حدة الأعراض، كما يكون هناك شعور جديد بالحيوية والنشاط.

الكؤوس:

لعل علم العلاج باستخدام الكؤوس (Cupping) ممتد منذ الحضارة الصينية القديمة وأيضاً الحضارة العربية الإسلامية، حيث يعرف في الطب العربي باسم الحجامّة. يعتمد أسلوب العلاج بالكؤوس على إيجاد جو سلبي داخل فناجين بداخلها لهب بسيط، حيث يتم إصاق هذه الفناجين على جلد الإنسان في مواقع معينة فيتم سحب الجلد لأعلى مصحوباً داخل الكؤوس، مما يسمح بتدفق الدم في اتجاه السحب إلى سطح الجلد، حيث يعتقد أن ذلك يؤدي إلى تخلص الجسم من العوامل الجرثومية، أو لعمل تنشيط للتشبي (الطاقة) على سطح الجسم.

طريقة استخدام الكؤوس:

إن الهدف من استخدام الكؤوس هو خلق جو سلبي داخلها فإنه يتم غالباً باستخدام الكؤوس التي يتم مسحها من الداخل بالكحول للمساعدة في الإشعال المحدود، ثم استخدام لهب بسيط بداخلها مع وضعها مباشرة على الجلد فيحدث الجو السلبي الذي تحدثنا عنه، مما يؤدي إلى سحب الجلد والعضلات السطحية الموجودة تحت الجلد مباشرة إلى داخل الكأس.

وحديثاً ظهرت كؤوس صغيرة مصممة لهذا الأمر مزودة بقفل خاص بالهواء، حيث يتم عمل ضغط يدوي لتفريغ الهواء الذي يخرج في اتجاه واحد للخارج من خلال صمامات خاصة، وأحياناً ما يتم دهن الجلد بمادة مزقة قبل وضع الفناجين



أو الكؤوس، ويحركها في أي اتجاه ذهاباً وإياباً على مكان معين، وهذا ما يكون عملاً مزدوجاً في ممارسة الطب الصيني التقليدي وهما الكؤوس والاحتكاك الجلدي معاً، أو ما يسمى أحياناً بالكأس المنزلق، أو بالتسمية الصينية «جوا شا».

(الشكل 5): طريقة وضع الكؤوس على ظهر المريض.

تستخدم هذه الوسيلة أيضاً في المراحل المبكرة لنزلات البرد والأنفلونزا وفي الكدمات وآلام العضلات خصوصاً في الظهر والكتفين. الحجامة غالباً ما تترك أثراً على الجلد وهي ليست بالضرارة، أو بالمؤلمة وأحياناً ما توصف من قبل بعض ممن استخدموا هذه الوسيلة بأنها تشبه الحروق البسيطة. وعلى ممارس الحجامة في الطب الصيني التقليدي أن يبلغ مرضاه بهذه الأمور وإعطاء فكرة كاملة عن الأسس العلمية لها مع أخذ الموافقة المسبقة لذلك. كما يمكن العلاج بالكؤوس مع الإبر الصينية في وقت واحد.

الأمراض التي تستخدم فيها الكؤوس (الحجامة):

إن الجو السلبي والشفط الذي تحدثه الكؤوس عند وضعها على الجسم تؤدي إلى نوع من الارتخاء بالعضلات، مما يعمل على تشجيع حركة الدم وتهدة الجهاز العصبي، وهذا ما يجعلها علاجاً ممتازاً لفرط ضغط الدم. كما أن طريقة الكؤوس تستخدم في علاج آلام الرقبة والظهر وتصلب العضلات بصفة عامة، كما يمكن أن تساهم في علاج القلق والتعب والشقيقة (الصداع النصفي) والروماتزم والسيلوليت، سواء لعلاج السيلوليت أو لعلاج الوزن الزائد، حيث يتم وضع الزيت أولاً على الجلد ثم يتم تحريك الكؤوس في الاتجاه من أعلى لأسفل حول المنطقة المراد العمل عليها.

وكما هو الحال في الإبر الصينية يتم العمل على خطوط الطول فهناك خمسة خطوط طول على الظهر وهي التي يتم تحريك الكؤوس عليها. هذه الطريقة يمكن أن تساعد على تنظيم واسترخاء التنشي (الطاقة) والتعافي من بعض الأمراض من خلال استهداف القنوات الظهرية، حيث تساعد في فتح هذه القنوات والمسارات التي من خلالها تدفق الطاقة والحياة بحرية في جميع أنحاء الجسم من خلال جميع الأنسجة، والأعضاء، وبالتالي توفير التدفق بحرية للتنشي (قوة الحياة) فتكون أكثر سلاسة.

إن الكؤوس هي واحدة من أفضل العلاجات للأنسجة العميقة، ويعتقد أن تأثيرها على الأنسجة يصل إلى أربع بوصات من الجلد الخارجي. ويمكن من خلالها كما يُعتقد إطلاق السموم من الجسم وتطهير أي انسدادات، كما أنها تمكن

من التجديد في الأوردة والشرابين داخل هذه البوصات الأربع من المواد الضارة والعمل بذلك في كل أنحاء الجسم حتى اليدين والرسغين والساقين والكاحلين، وبالتالي العمل على شفاء أجهزة معينة ترتبط مع هذه النقاط.

التداوي بالأعشاب الصينية:

إن التداوي بالأعشاب الصينية يعد من أشكال التداوي الأكثر شيوعاً التي تستخدم في ممارسات الطب الصيني التقليدي للاستشفاء من الأمراض كما هو الحال تماماً في الوقاية من الأمراض وتحسين الصحة بصفة عامة ولعل الأعشاب واحدة من أهم المواد الأساسية في صناعة الدواء.

وهناك أكثر من 5700 نوع من الأعشاب التي تستخدم في الطب الصيني التقليدي، وقد ورد ذكرها في أحد الكتب المرجعية المسمى بالأدوية الطبية (Materia Medica)، وهو الكتاب الذي صدر في القرن الثامن عشر، حيث تم استعراض المعلومات الأساسية عن الأعشاب متضمنة الاستخدام التقليدي للأعشاب في العلاج والجرعات، وموانع الاستخدام لكل منها، كما يعطي الكتاب نبذة حول التفاعلات المحتملة مع أي أعشاب أخرى، وكذلك الأبحاث التي أجريت عليها وتم نشرها علمياً.



(الشكل 7): صورة لنبات الجنسنج.



(الشكل 6): صورة لجذور الزنجبيل.

غالباً ما يستخدم ممارسو الطب الصيني التقليدي المتعاملين بالأعشاب نوعين أو أكثر من المواد في تركيبات العلاجات، وذلك لإيجاد نوع من التوازن والتأثير المتناغم الذي يمكن أن ينعكس على الطبيعة الروحانية للتشخيص والعلاج. وبالرغم من وجود الآلاف من تركيبات الأعشاب يمكن أن تستخدم مع كل حالة، فإن التركيبة غالباً ما يتم تعديلها بواسطة ممارس الطب الصيني التقليدي من أجل أن تناسب الفروق الدقيقة الخاصة بكل حالة مرضية بذاتها، لذلك تكون كل تركيبة خاصة بكل مريض.

الهيئة التي تقدم عليها الأعشاب الصينية:

يمكن أن يتناول من يتداوى بالأعشاب الصينية العلاج في أشكال وصور عديدة منها مثلاً: -

* **الشراب:** غالباً يتم استخدامها خاصة للأطفال لسهولة تعاطيها كما يمكن أن يتناولها الكبار على هيئة تركيبات ملطفة للسعال وألم البلعوم.

* **أوراق جافة:** وهي الطريقة الأكثر شيوعاً في استخدام الأعشاب الصينية وتحتاج لإعداد طويل، حيث تُقدّم مثل الشاي بما تتضمنه من طعم قوي وعطر نفاذ، ولهذا فإنها ليست مفضلة شعبياً أو على مجال واسع.

* **البودرة:** وهي ما يمكن أن تمزج بالماء الحار لعمل الشاي، وهي أكثر سهولة في الإعداد وفي الاستخدام وهي ليست لازعة الطعم مثل المستحضرات التقليدية.

* **التركيبات الصينية الدوائية:** وهي مستحضرات على هيئة مركبات أعشاب تكون على شكل حبوب، أو أقراص وهي الأكثر شيوعاً للاستخدام في خارج الصين.

* **الدهانات والمراهم واللصقات والكمادات:** وهي غالباً ما تستخدم استخداماً ظاهرياً في الحالات الجلدية والإصابات.



(الشكل 8): بعض أشكال الأعشاب الصينية.

العلاج بالكي:

هو أحد أساليب العلاج الصيني التقليدي الذي يعتمد على العلاج بالتسخين، حيث يتم حرق مادة نباتية جافة تسمى موكسا (Moxa) على مقربة كبيرة من سطح الجلد. الهدف منها تسخين وتنشيط سريان التشي (الطاقة) في الجسم وتبديد التأثيرات المكروبية.

يقوم ممارس الطب الصيني في العلاج بالكي بالإمساك بعصا الموكسا، حيث يتم وضعها على مسافة قريبة جداً، ولا تلمس سطح جسم جلد المريض، وفي هذه الطريقة تنضغط مادة الموكسا بالعصا بما يشبه السيجار بما يمكن أن تضيء وتسمح بدخان كثيف، مما يجعلها تنتج حرارة متميزة يمكن أن تصل للعمق. يتم تعريض العصا والدخان الكثيف على مناطق معينة في أغلب الأحيان وليس بشكل دائم بما يتوافق مع نقاط الإبر الصينية. إن النهاية المتوهجة من عصا الموكسا تُترك على مسافة بوصة، أو اثنتين فوق سطح الجلد، حيث يشتد احمرار الجلد في المنطقة التي يتم تسليط الموكسا الساخنة عليها وتصبح شديدة الحرارة.

يقول المرضى المعالجون بالكي باستخدام الموكسا إنهم غالباً ما يشعرون بسريان الحرارة التي سرعان ما تنتشر على مسارات معينة (وفي الغالب على قناة تسمى جينغ لو التي يتم علاجها) بعيداً عن المكان الذي يتم فيه وضع الموكسا المتوهج. وهذا يعني نتيجة طيبة، حيث يعطي مؤشراً بوصول التشي وإشارات تدفق التشي.

إن في أغلب الأحيان يستخدم ممارسو العلاج بالطب الصيني التقليدي الإبر الصينية والكي في نفس ذات الجلسة طالما أن الحالة المرضية للشخص ينطبق عليها العلاج بهما، وهناك اعتقاد كبير بأن العلاج بالأنواع المختلفة لممارسات الطب الصيني غالباً ما تقوي التأثير العلاجي لكل منها.



ومن العيوب الخاصة باستخدام هذه الطريقة هو الدخان والرائحة التي تنتج عن استخدامها في العلاج، وبالرغم من أنه توجد أنواع من الموكسا المنعومة الدخان، إلا أن الموكسا التي يتم استخدامها من الموكسا الأصلية من الماجورت (Mugwort) ينتج عنها الدخان الكثيف، والكثير من العيادات التي تستخدم هذه الطريقة مجهزة بالشفافات، والتهوية اللازمة والتقنيات الحديثة لفلتر الهواء، وذلك من أجل محو الأثر السلبي لهذا النوع من العلاج، ولذلك فإن العلاج بالكي باستخدام الموكسا، وما ينتج عنه من دخان كثيف بصفة عامة لا يمثل مشكلة، إلا أن الرائحة التي تصدر عن هذا النوع من العلاج قريبة الشبه برائحة الماريجوانا، ولذلك تقوم العيادات بالتنويه عن ذلك للمرضى المترددين عليها.

(الشكل 9): صورة توضح كيفية استخدام تسخين الإبر الصينية باستخدام الموكسا.



(الشكل 10): طريقة استخدام الموكسا على خطوط الطول.

استخدامات العلاج بالكي:

- * الألم نتيجة إصابة أو التهاب المفاصل خصوصاً في الجو البارد، حيث يقل الألم مع استخدام الحرارة.
- * بعض مشكلات الجهاز الهضمي.
- * بعض المشكلات الصحية في حالات النساء والتوليد بما في ذلك حالات وضعية المجيء المقعدي للجنين.
- * حماية ضد نزلات البرد وفصائل النزلة الوافدة (الأنفلونزا).

العلاج بالتدليك:

إن العلاج بالتدليك (Massage therapy) يعد من أشهر طرق العلاج بالطب الصيني وأكثرها استخداماً، حيث يتم من خلالها التلاعب بالأنسجة الطرية، وذلك بالضغط والتحرك من على سطح الجلد، مما يكون له تأثير إيجابي على الطبقات السطحية والتي ذات عمق قليل من العضلات والأنسجة الضامة، وذلك باستخدام

العديد من طرق التدليك. هناك ما يقارب الثمانين طريقة للتدليك التي تعمل كلها على تحسين وظائف الأعضاء وتعزيز من عمليات الالتئام وتقلل من النشاط العضلي العشوائي، كما تقلل من الهياج العصبي الحركي، بالإضافة إلى أنها وسيلة جيدة للراحة والاسترخاء.



(الشكل 11): صور مختلفة لأسلوب التدليك في الطب الصيني.

يلجأ المرضى وغيرهم للعلاج بالتدليك للتعامل مع أسباب محددة، مثل العلاج من الألم أو تقليل التوتر أو تحسين الوظائف العضوية في الرياضيين، ولكن بصفة عامة سواء كان اللجوء للتدليك لسبب، أو لغير سبب فإنه بصفة عامة يؤدي إلى تحسين الآلة الصحية لمتلقي هذا النوع من العلاج.

تتضمن ممارسة العلاج بالتدليك عدة أساليب، وتعتمد طريقة التدليك على نوع العلاج والهدف من العلاج. هذا النوع من العلاج يمكن أن يساهم بصفة عامة فيما يلي: -

* التعافي من ألم العضلات وباقي أنواع الآلام.



* تحسين الدورة الدموية.

* تقليل التوتر العصبي.

* تحسين الشعور بالحيوية والصحة.

* يقلل من الضيق النفسي والاكتئاب والغضب.

* تحسين أنماط النوم.

* زيادة الطاقة والحيوية.

أسلوب الضغط الصيني:

إن أسلوب الضغط الصيني (Acupressure) هو أسلوب يشابه من

حيث المبدأ أسلوب العلاج بالإبر الصينية، ولكن يتم فيه استخدام اليدين،

أو أصابع الممارس على أماكن مختلفة في جسم المريض من أجل تحقيق الضغط على أماكن تشريحية محددة بهدف إزالة عقبات أمام حركة الطاقة في الجسم مما يساعد على فتح القنوات وسريان الطاقة بالشكل الطبيعي في مساراته الطبيعية.

في استخدام أسلوب الضغط يقوم المعالج باستخدام يديه، وأصابعه، ومرفقيه أو قدميه لتحقيق ضغط على أعضاء معينة في جسم المريض بهدف تفعيل مسارات الطاقة على المستويات المختلفة كما يمكن أن يقوم بتدليك المريض، أو عمل تمرينات تُمدد له خلال مدة الجلسة التي قد تمتد لقراءة الساعة التي يمكن أن يتم تكرارها عدة مرات خلال الأسبوع والنتائج المباشرة تتخطى صحة الأعضاء، والجسد من تحسين وتنشيط الدورة الدموية والتأثير على العضلات والمفاصل بل لها تأثيرات إيجابية على النشاط الذهني، والروحانيات والمشاعر نتيجة إفراز الأندورفين.

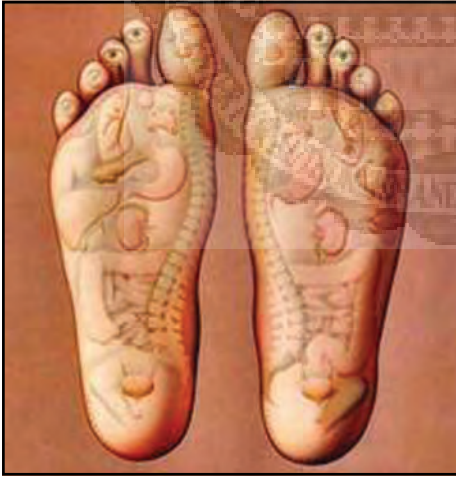
ولعل من أكثر المواضع التي يتم استخدام هذا الأسلوب فيها هي منطقة اليد بين السبابة والإبهام والتي تمثل الأمعاء الغليظة (المعي الغليظة)، أو المنطقة التي تماثل ذلك بين أصابع القدمين والتي تمثل الكبد، وهناك منطقة أخرى وهي التي تمثل الطحال، وتقع على مسافة ثلاثة أصابع فوق الكاحل من الجهة الداخلية، حيث يتم تدليك هذه المنطقة من مرة إلى مرتين يومياً لعدة أسابيع.



إن الاعتقاد في استخدام هذا الأسلوب أنه يساعد في التخفيف من القىء ومنع القيء الذي يصاحب العمليات الجراحية، أو التخدير النخاعي، أو العلاج الكيميائي المصاحب لعلاج السرطان، أو دوار الحركة، أو الحمل، وذلك من خلال تدليك المعصم لبضع دقائق بالأصابع تحديداً بين الوترين الظاهرين على الجانب الداخلي للمعصم.

(الشكل 13): أسلوب الضغط في مواضع مختلفة.

أيضاً يمكن أن يحقق هذا الأسلوب في العلاج تخفيف الآلام، وزيادة الطاقة وتحسين المزاج وتقليل التوتر المصاحب للسرطان، كما وجد أنه يساعد في تخفيف آلام أسفل الظهر، وتخفيف ألم الرأس، أو الصداع عند تدليك منطقة الأمعاء الغليظة المذكورة سابقاً.



أظهرت أيضاً بعض الدراسات أن ممارسة الضغط الصيني يزيد من إفراز الأندورفين والمواد المضادة للالتهاب داخل الجسم، وتساعد على تحسين حالات التهاب المفاصل. وفي حالات أخرى وجد أنه كجزء مشترك بين التقنيات المشابهة عموماً، تظهر حالات كثيرة استفادات من الجزء الروحاني والنفسي في هذه العلاجات من خلال تحسين حالات الاكتئاب والتخلص من التوتر والقلق.

(الشكل 14): شكل يوضح المواضع المختلفة لأسلوب الضغط وما يماثله من أعضاء أخرى بالجسم.

الفصل الثالث

بعض التطبيقات العملية

أولاً: آثار الطب الصيني في علاج أعراض انقطاع الطمث:

انقطاع الطمث:

تبدأ أعراض انقطاع الطمث، أو الدورة الشهرية لدى غالبية السيدات في منتصف الأربعينيات من العمر، وذلك بسبب حدوث اختلالات في إفراز الهرمونات بجسم المرأة في هذه المرحلة العمرية التي تتميز بأعراض عدة قد تصل لأكثر من ثلاثين شكوى نستعرض بعضاً منها وهي كما يلي: -

الومضات الساخنة:

لعلها أكثر الأعراض حدوثاً وأحياناً ما تسمى الهبات الساخنة، حيث تحدث بشكل مفاجئ مع شعور مؤقت بالحرارة أو الدفء، تتسلل لكل أنحاء الجسم مما تحدث سخونة واحمراراً يظهر أثرها على الوجه والجزء العلوي من الجسم، وقد تمتد الشكوى من مجرد الإحساس بومضات ساخنة إلى الإحساس بلهب يهاجم الجسم. تنتج الومضات الساخنة عن انخفاض هرمون الإستروجين الذي يحدث بشكل طبيعي عند بلوغ المرأة مرحلة انقطاع الطمث وتوقف الإنجاب. قد لا تعاني جميع السيدات في هذا العمر من الومضات الساخنة، وإن كانت نسبة السيدات اللاتي يعانين منها يزيد عن النصف.

اضطراب الدورة الشهرية:

معظم السيدات في هذا العمر يصاحبهن اضطراب في الدورة الشهرية، حيث يمكن أن تشكو السيدة من حدوث قدوم مبكر أو متأخر للدورة الشهرية عما اعتادت

عليه من مدة وفترات وغزارة، ومن الممكن أن يحدث تخطي لشهر أو أكثر أو حدوث بعض النزيف البسيط بين الدورات، ولا يجب الخلط بين بعض الأسباب الطبية الأخرى أو حتى احتمالات حدوث حمل.

التعرق الليلي:

يتم تصنيف التعرق الليلي على أنه ومضات ساخنة شديدة تحدث خلال النوم مع نوبات شديدة من التعرق، وهي ليست باضطراب في النوم ولكنها شائعة تحدث أثناء نوم المرأة في عمر انقطاع الطمث. وهذا النوع من النوبات يمكن أن يتفاوت في شدته من الخفيف إلى الشديد، ويحدث أيضاً بسبب اختلال في الهرمونات المصاحبة وهي من أكثر ما تعانيه السيدات في هذا العمر، ويصيب الكثيرات منهن بالتوتر والعصبية خصوصاً في الاستيقاظ ولا يجب الخلط بين انقطاع الطمث وأية مشكلة طبية أخرى.

أعراض أخرى:

- * تقلب المزاج.
- * الشعور بالإجهاد.
- * تساقط الشعر.
- * اضطرابات النوم والأرق.
- * ضعف التركيز.
- * زيادة الوزن.
- * الشعور بالانتفاخ.
- * الحساسية.
- * ضعف الرغبة الجنسية.
- * الجفاف المهبل.
- * هفوات الذاكرة.
- * الضيق والتوتر والاكتئاب.

- * الدوّار.
- * سلس البول.
- * هشاشة الأظافر.
- * اضطراب في النبض.
- * ألم في الثدي.
- * الصداع.
- * آلام المفاصل.
- * توتر وآلم بالعضلات.
- * مشكلات الجهاز الهضمي واللثة.
- * حكة بالجلد.
- * شعور وخز بالأطراف.

العلاج بالطب الصيني لأعراض انقطاع الطمث:

يعتمد الطب الصيني في علاجه لأعراض انقطاع الطمث على الوسائل الطبيعية، حيث يضع الغذاء وبعض الممارسات كوسائل أساسية للتعامل مع أعراض انقطاع الطمث على خلاف الطب الغربي الحديث الذي يدخل الدواء والهرمونات في العلاج.

تعتبر الفكرة في الطب الصيني أن الغذاء يمكن أن يكون له استخدامات طبية كما ورد في أصول الثقافة الصينية في ممارسات الطب الصيني التقليدي، وقد راعى ذلك الطب الغربي في تفسيره للكثير من الظواهر الطبية التي يمكن أن تكون لها دلالة في بعض الأمراض، مثل انتشار أمراض القلب، والسكتات الدماغية وأمراض السرطان التي تم ربطها بالعادات الغذائية السيئة. لقد ربطت الأبحاث العلمية بين صحة المرأة والنبات وكيمياء النبات خصوصاً كيماويات وجدت في نبات يسمى فاييتواستروجين، ولقد اتفق الطب الغربي والصيني على أن الغذاء الغني بالفاييتواستروجين يمكنه أن يقلل من الأعراض المصاحبة لانقطاع الطمث. إن الفاييتواستروجين والمرتبطة بمستقبلات إفراز إستروجين الجسم تفرز ببطء وبشكل

طبيعي إلى الدم مما يوفر للجسم مصدراً مستمراً من الإستروجين عندما يبدأ يقل إفراز الإستروجين بالجسم، وعندما يتم إمداد الجسم بالأغذية الغنية بالفايتواستروجين فإنها تساعد على تخفيف الأعراض المصاحبة لانقطاع الطمث.

تساعد أعشاب الجنسينج والدانغ جوي على التعافي من بعض الأعراض المصاحبة لانقطاع الطمث، وهي من الأعشاب التي ذكرت في الطب الصيني بالأعشاب مختلطة مع بعض تركيبات الأعشاب الأخرى، ويتم وصف هذه الأعشاب للتخلص من أعراض التعب والصداع والأرق والاكتئاب التي غالباً ما تصاحب هذه المرحلة. كما ذكر في الطب الصيني التقليدي بأن تركيبة الأعشاب المعروفة باسم مثل «باي دي هوانج وان» التي استخدمت لمئات السنين لتخفيف أعراض الومضات الساخنة.

ليس فقط الأعشاب ولكن الأغذية الغنية بالفايتواستروجين، مثل الصويا كما ذكر أيضاً أهمية التقليل من السكر والقهوة وتناول الأغذية الغنية بالتريبتوفان مثل الديك الرومي، والموز، والتين، والأغذية التي تحتوي على الأندول، مثل براعم البروكسل والبروكلي.

ثانياً: الطب الصيني والسرطان:

تناولت العديد من الأبحاث العلمية استخدامات الطب الصيني في علاج أنواع السرطان المختلفة، حيث أجريت أبحاث على العديد من مرضى السرطان للتحقق من تأثير الأعشاب الصينية على العلاج لأكثر أنواع السرطان شيوعاً متضمنة أورام الثدي.

وقد أجريت الأبحاث على غالبية أنواع السرطان، مثل سرطان الرئة، والكبد والمعدة، والثدي، والمريء، والقولون، والبلعوم وغيرها، حيث أكدت كثير من الدراسات أن 90٪ من الحالات التي تم دراستها قد استخدمت الأعشاب الطبية، ولقد استقر الباحثون على أن 72٪ من الدراسات قد استخدمت الطب الصيني مع العلاج التقليدي، بينما استخدم الطب الصيني التقليدي بشكل منفصل على مجموعات الاختبار. وقد أثبتت الدراسات أيضاً أن استخدام الطب الصيني مع علاج السرطان باختلاف أنواعه قد أظهر أنه في 85٪ من الحالات تحسناً في

أعراض السرطان بتخفيف الآلام، وفي دراسات أخرى أظهرت زيادة في أعداد الناجين من المرض بنسبة 70 ٪، بينما أظهرت مجموعة أخرى من الدراسات صغراً في حجم الأورام بنسبة 38٪ من الحالات، كما أشارت نتائج الدراسات إلى تحسن في جودة الحياة لـ 28٪ من الحالات وانخفاض في معدلات الانتكاس بنسبة 19٪ وانخفاض في المضاعفات بنسبة 7٪.

لقد احتلت الإبر الصينية مكانة في علاج السرطان بالولايات المتحدة بهدف تخفيف الألم، ولكن الأعشاب الصينية كان لها نصيب أكبر في العلاج الشامل لمرض السرطان في الصين. وقد شملت الدراسات أنواعاً متعددة من السرطان، مثل سرطان المعدة وبيضاض الدم (اللوكيميا) والكبد والمريء. وقد استخدمت هذه الدراسات الأعشاب والإبر الصينية ضمن العلاج، حيث كانت النتيجة تحسناً في الأعراض بنسبة 85٪ أيضاً لمن استخدم معهم ممارسات الطب الصيني.

وفي دراسات أخرى أجريت بالصين على آلاف المرضى بالسرطان تم استخدام العلاج بنوع واحد من أساليب العلاج بالطب الصيني مع 95٪ من المصابين، ونحو 5٪ آخرون تم استخدام أكثر من نوع من أنواع العلاج بالطب الصيني. وكانت النتيجة التعافي من الأعراض لأكثر من 88٪ من المصابين بالسرطان الذين استخدم معهم الطب الصيني، ولقد خرجت الدراسات بنتيجة وهي أن الطب الصيني له بالتأكيد تأثير في علاج المرضى المصابين بالسرطان، وتخفيف أعراض المرض والنجاة من مضاعفاته التي أهمها ظهور ثانويات للخلايا السرطانية في أعضاء أخرى من الجسم بعيداً عن العضو الأصلي المصاب. على نفس المنهج أظهرت بعض الأبحاث نتائج إيجابية في علاج سرطان القولون، حيث كان هناك تحسن في نسبة النجاة من المرض بفعل إضافة ممارسات الطب الصيني في العلاج، وأظهرت النتائج أيضاً انخفاضاً في معدلات الانتكاس وانتشار الثانويات وقد استخدمت أساليب المعالجة بالأعشاب، والإبر الصينية ولكن بعض الدراسات استخدمت أيضاً عدة أساليب أخرى.

ثالثاً: الطب الصيني والبدانة:

السمنة تعد مشكلة صحية، حيث تختزن الدهون الزائدة بالجسم إلى حد يشكل خطورة على صحة الجسم، ويصبح الغرض الأهم للسمنة في الشخص هو

زيادة الوزن نتيجة وجود كتل ضخمة من النسيج الدهني في أماكن عديد بالجسم. يتم اعتبار الإنسان سمين إذا ما زاد وزنه عن 30 ٪ من الوزن الطبيعي الذي يجب أن يكون عليه حيث يتم استخدام المقياس العام لمنسب كتلة الجسم (Body Mass Index; BMI) كوسيلة لتحديد هذه الزيادة وهي الوزن بالكيلو جرام على الطول بالمتر تربيعي، ويعتبر الشخص يعاني من سمنة إذا زاد منسب كتلة الجسم عن 30 حيث يكون عرضة للأمراض الكثيرة التي يمكن أن تهدده مثل فرط ضغط الدم، أو السكر، وأمراض المفاصل، وآلام أسفل الظهر، والعمود الفقري، وأمراض القلب، والشرابين، وبعض الأورام الخبيثة. ومع ارتفاع نسبة البدانة في مختلف دول العالم في ظل الرفاهية المطلقة ووسائل الراحة، وما يظهر معها من اعتماد على الوجبات السريعة الغنية بالدهون وقلة النشاط البدني، وما يستتبع ذلك من الأمراض السابق ذكرها، فإن اللجوء للحمية الغذائية يصبح الملاذ الأول لمن يعانون البدانة التي غالباً ما تفشل، أو تقل فعاليتها أو يتعرض الشخص نفسه لفتور، أو ضعف إرادة مع مرور الوقت فيكون الملاذ التالي إلى الأدوية المضادة للبدانة، أو الجراحات.

يمكن أن تمثل الأدوية المضادة للبدانة أحياناً مخاطر صحية، أو يكون لها أعراض جانبية قد يجعلها تستبعد من خطة علاج البدانة بسبب ما تحدثه من تغييرات المزاج، ومحاولات الانتحار، ومخاطر القلب، والجهاز الهضمي التي لوحظت على بعض ممن استخدموا هذه الأدوية مع الوقت، لذلك كان للطب الصيني كلمة في هذا الصدد.

كان للطب الصيني التقليدي تأثير إيجابي في علاج السمنة أكثر من العلاجات الدوائية المعروفة وتغيير نمط الحياة، وأقل خطورة من ناحية الأعراض الجانبية، ولذلك يتم استخدام أساليب الطب الصيني في الكثير من العيادات. وقد كان الطب الصيني محل الدراسة لفترة طويلة على السمنة وأثبت فعاليته خصوصاً باستخدام الإبر الصينية والأعشاب. فقد أثبتت الدراسات أن استخدام الإبر الصينية يمكن أن ترفع من النشاط العصبي المرتبط بمناطق محددة بالجهاز العصبي المركزي، وحركة العضلات الملساء الخاصة بالمعدة ومستويات مواد الإندورفين - ب (الإنكيفالين) والسيروتونين وهي مواد عصبية فعالة في البلازما في الأوعية ونسيج الدماغ.

وبرغم العديد من الدراسات المؤيدة لاستخدام الإبر الصينية، إلا أنه لا زال هناك دراسات أخرى مضادة في النتائج وترى أنه لا يوجد تأثير حقيقي لاستخدام

الإبر الصينية في إنقاص الوزن، كما أن بعض الدراسات طالبت بإجراء المزيد من الدراسات لهذا الغرض للتأكد من فعالية استخدامها في إنقاص الوزن.



(الشكل 15) : بعض مواقع استخدام الإبر الصينية في حالات السمنة.

والسمنة في مفهوم الطب الصيني تعتبر مشكلة إذا أثرت على الصحة التي من المرجح أن تحدث طالما أن السمنة كبيرة وتسبب آلاماً، أو تضرراً نفسياً من الشكل والحجم. في الطب الصيني التقليدي يتم علاج السمنة، وذلك بالتركيز على المتغيرات التي تحدث في الجسم وطبقاً لمبادئ الطب الصيني التقليدي، فإن حدوث السمنة يكون بسبب تغيرات

مرضية معينة. وفي سياق تحقيق انخفاض الوزن بطرق صحية وشاملة في عرف الطب الصيني التقليدي فإنه يعتمد في الأساس على تمييز نمط الشخصية للشخص المراد خفض وزنه أولاً ثم يتم وصف العلاج الذي يناسبه.

إن العلاج بالإبر الصينية مبني على تمييز مرض الشخص البدين وهي طريقة آمنة وفعالة لأنها تتعامل مع الأسباب الأيضية التي تسبب زيادة في الوزن والوصول إلى حالة السمنة، وباستخدام الإبر الصينية فإن كل شخص بدين يمكن أن يتلقى العلاج بالطريقة التي تناسب حالته طبقاً لخطة العلاج.

يتم غرس الإبر الصينية في أماكن محددة على سطح الجسم من أجل التأثير على الوظيفة الفيزيولوجية للجسم، وطبقاً للطب الصيني التقليدي فإن نظام خط التصنيف الطولي يمنح قناة نقل للمواد الأساسية للتشي، والدم وسوائل الجسم المختلفة ومن خلال أربعة عشر خط طول للجسم، فإن هناك 365 نقطة يمكن وخز

الإبر عليها، وكل نقطة تنتمي إلى خط طول معين، وتتصل بالعضو المختص الذي يمكن أن يكون له أثر في خطة العلاج الخاصة بخفض الوزن.

إن الطب الصيني التقليدي لديه تمسك بمفهوم ثابت وهو أن السمنة تسببها طريقة نقل وتحول غريبة على سوائل الجسم، وتراكم رطوبة الماء وبلغم متعكر وهي نتائج اضطرابات في أعضاء معينة بالجسم وتراكم التشنج، والدم، واختلال التناغم في المرور، وأوعية الحمل ولهذا فإن انخفاض الوزن يمكن أن يحدث بفضل استهداف النقاط الطولية بالإبر الصينية، وذلك بهدف تحقيق التوازن بين الين واليانج وتنظيم العلاقة بين أعضاء الزانج فو وهي أعضاء الين، أو اليانج القلب والكبد والطحال والرئة والكلى، بينما أعضاء اليانج، أو الفو وهي المعدة والأمعاء الدقيقة (المعي الدقيق) والأمعاء الغليظة (المعي الغليظ)، والمرارة، والمثانة البولية مما ينعكس على تدفق التشنج والدم في خطوط الطول وفروعها، وإزالة الأسباب المرضية الداخلية. إن مجموعة النقاط التي يتم استهدافها بالإبر الصينية والتي تعتمد على أي عضو مما سبق يجب تنشيطها، أو تثبيطها إضافة إلى ذلك تنبيهها كهربائياً، أو برمها أو أن يتم غرسها لتخترق الأعماق أكبر ولمدد متفاوتة من الزمن.

طرق الإبر الصينية المستخدمة:



(الشكل 16) : استخدام الإبر الصينية على صيوان الأذن.

يوجد هناك العديد من طرق الإبر الصينية المستخدمة بهدف خفض الوزن التي يتم استخدامها في عيادات الطب الصيني التقليدي تتضمن الإبر الصينية الكهربائية، والمغناطيسية والليزر والساخنة والضغط، والإبر الصينية على الأذن الخارجية، والمتكاملة كما يمكن استخدام وسائل أخرى من الطب الصيني، مثل استخدام الأعشاب والكي والعلاج بالفرك، أو الجواشا. في كل الأحوال يتم تقييم حالة الشخص البدين ووضع خطة العلاج له التي تقاس كفاءتها بناءً على انخفاض الوزن مقارنة بمعدل كتلة الجسم.

الوخز الأذني التقليدي بالإبر الصينية:

في مفهوم الطب الصيني التقليدي يتم اعتبار الأذن نقطة محورية في الإبر الصينية، وذات أهمية كبيرة في التواصل بين خطوط الطول المختلفة وعلى نفس المنطق فإنه يتم اعتبار عدم التناغم بين أعضاء الجسم المختلفة يحدث انعكاساً على صيوان الأذن، مثل الأمعاء الدقيقة والأمعاء الغليظة ومركز الجوع ومركز العطش وغيرها، ويرى الطب الصيني التقليدي أن المريض السمين الذي لديه عدم تناغم في الكلى والطحال على سبيل المثال بتنبيه نقاط الإبر الصينية المقابلة لها على الأذن لتنظيم وظائف هذه الأعضاء، حيث يتم غرس الإبر على هذه النقاط بعد التعقيم بكحول بتركيز 75٪ باستخدام الأصابع، أو الملقاط الجراحي وفي كل جلسة علاج يتم غرس ما بين 3-5 إبر بهدف إحداث ألم وتخدر، وإحداث حرارة، ويمكن التعامل مع كل ناحية بالتناوب، وتترك الإبر لمدة 30 دقيقة مرة واحدة يومياً وفي بعض الأحيان يمكن تركها لأيام وأحياناً يتم توجيه المريض بالضغط على الإبر عندما يشعر بالجوع.



(الشكل 17) : صورة
أخرى توضح مواضع
الوخز الإبري على الأذن.

رابعاً: الطب الصيني وعلاج الألم:

إن الألم هو أهم شكاوى الإنسان التي يعاني منها في حياته اليومية سواء في المجتمعات البدائية، أو العصرية، ولا يزال الألم يعبر عن المرض وهو أكثر علامات ظهوراً. كل شخص سوف يعاني في وقت ما الألم، أو الإعاقة. يعتبر الألم تجربة غير سعيدة مرتبطة فعلياً، أو باحتمال تلف الأنسجة. وقد ينتج ذلك عن حادثة، أو جرح،

أو سرطان، أو التهاب مفاصل، أو العديد من الأمراض الجسدية، أو حتى التوتر العاطفي. وهذه قد تصيب الرأس، أو الرقبة، أو الجذع، أو أي من الأطراف مثلها مثل الأعضاء الداخلية لتسبب مختلف أنواع الألم مثل الصداع، أو ألم الرقبة، أو ألم الحلق، أو ألم الكتفين، أو ألم المفاصل، أو ألم البطن، أو ألم أسفل الظهر.

الألم العام في جسم الإنسان يمكن أن تكون له أسباب متعددة وهو يحدث في النساء أكثر منه في الرجال، وقد يكون حاداً أو مزمناً ويمكن أن يكون في الأنسجة الطرية مثل العضلات، أو الأوتار، أو الأربطة ويمكن أن يظهر معه إعياء عام بالجسم وخمول، وتغير في نمط النوم كما يمكن أن يظهر مع الألم أعراض مصاحبة مثل الصداع، أو ألم الرأس وكذلك اضطراب في الجهاز الهضمي، أو اضطرابات الذاكرة أو التيبس الصباحي أو اضطرابات المثانة البولية، أو تورم الأطراف، أو حساسية الجلد وغيرها من مئات الأعراض التي يمكن أن تصاحب الألم وكلها في مفاهيم الطب الصيني يمكن أن تنتج عن مرض في عضو داخل جسم الإنسان، أو خلل في القنوات والذي يمكن أن يتسبب عن غزو خارجي برياح باردة، أو رطوبة، أو غزو خارج بحرارة رطبة، أو ركود في طاقة الكبد (التشي).

إن مهاجمة جسم الإنسان من قبل جراثيم من خلال الرياح الباردة قد تسبب العديد من آلام الجسم من خلال إحداث نقص في التشي الواقي، وتؤدي إلى انسداد في القنوات والعضلات، وأوتارها ولذلك لن يتمكن الدم من التدفق بحرية في الجسم لتغذية الأنسجة المختلفة، وهذا ما يؤدي إلى ركود التشي والدم وهو ما يفسر تداعيات التعرض للجو البارد بدون الملابس الواقية المناسبة، أو لمن يتعرضون أثناء عملهم، أو ممارستهم الرياضة وهي أهم الأسباب. أيضاً الرطوبة يمكن أن تكون السبب الأكبر، خصوصاً وأن طبيعتها الثقيلة واللاصقة فإنها تسد بسهولة الدورة الخاصة بالتشي في العضلات. وعندما يجتمع الريح مع الرطوبة فإنها تسد دوران التشي والدم مما يؤدي إلى الألم في جميع أنحاء الجسم.

إن الألم يعتبر عرضاً لمرض بمعنى أن علاج الألم وحده لا يعني الشفاء التام من المرض، فقد يكون التدمير مستمراً للعضو المصاب ولكن تم خفض مستوى الألم فقط لراحة المريض إلا أن المشكلة لازالت قائمة.

في الطب الصيني التقليدي تأثير العقاقير والإبر الصينية تشمل ما يلي:

* التعافي التام الكامل من الألم، أو منح راحة قدر المستطاع.

* تنظيم العاطفة.

* تخفيض مستويات الألم.

* تحسين القدرة على التعامل مع الألم.

* تقليل الاعتماد على الأدوية غير المناسبة.

* تخفيف الأعراض المصاحبة.

* زيادة القدرة على القيام بالوظائف اليومية.

* تحسين جودة الحياة.

وكأمثلة للتعامل مع الألم باستخدام الطب الصيني سوف نأخذ مثالين لذلك الأول هو التعامل مع ألم الرأس، أو ما يعرف بالصداع والثاني واحدة من أكثر الحالات المرضية شيوعاً وهي آلام أسفل الظهر، أو آلام العمود الفقري.

علاج ألم الرأس (الصداع) في الطب الصيني:

للصداع أسباب عديدة منها ما هو أساسي مثل الصداع النصفي، والتوتر ومنها ما هو ثانوي لمشكلة صحية أخرى في الرأس، أو بالرقبة وقد تنتج عن ارتفاع مفاجئ في ضغط الدم، أو



نزيف في الدماغ، أو ورم، أو التهاب سحائي ومعظمها من الأسباب التي تهدد حياة المصاب ومن أنواع الصداع أيضاً ما هو بسبب التهاب في أعصاب الرأس وأعلى الرقبة. وفي كل الأحوال استمرار الصداع يتطلب

(الشكل 18) : ألم الرأس من أشهر الأعراض التي تمر على الإنسان.

فحوصات مثل فحوصات الدم المخبرية والأشعة المقطعية (التصوير المقطعي المحوسب) على الرأس والرقبة، أو الرنين المغناطيسي وغيرها. كما يجب إعطاء أهمية كبيرة إذا ما كان الصداع شديداً، أو مصحوباً بتيبس في الرقبة، أو غثيان وقيء، أو هناك تغير في الكلام أو البصر أو السلوك أو ضعف في الحركة.

في الطب الصيني تتجاوز القنوات الست لليانج منطقة الرأس فالوعاء الحاكم وقناة الكبد تتصل أيضاً بالرأس. تعتبر الكلى واحدة من أهم الأعضاء لإنتاج النخاع والدماغ هو بحر النخاع. يحول الطحال جوهر الغذاء إلى تشي ودم يغذي المخ، والرئة توزع التشي إلى كل أنحاء الجسم بما فيها الرأس، والقلب يهيمن على الدورة الدموية ومسؤول عن النشاط الذهني، وهو المصدر الأساسي للطاقة للوظائف الحيوية للمخ. أي اضطرابات في هذه القنوات، أو الأعضاء الداخلية سوف تؤثر في التشي والدورة الدموية في المخ فسوف تؤدي إلى الصداع.

ولعلاج الصداع في الطب الصيني فإنه يتم التشخيص أولاً بالتفرقة بين الأسباب على أساس شكل الألم كما يلي: -

* يشير الألم الخفيف إلى حالة نقصان، بينما الألم الحاد يشير إلى حالة شديدة طبقاً للمبادئ العامة في الطب الصيني.

* يشير الألم الذي يظهر تدريجياً إلى مشكلة داخل الجسم، بينما يشير الألم الذي يظهر بشكل مفاجئ إلى مهاجمة عنصر خارجي.

* يشير الألم الخفيف إلى نقصان في التشي والدم، أو نقصان في جوهر الكلى.

* يشير الألم الحاد إلى ركود في تشي الكبد، أو النشاط الزائد إيانج الكبد، أو مشكلة في المعدة، أو بسبب مشكلة تسمم.

* يمكن أن يظهر الصداع مصحوباً بالشعور بانتفاخ غالباً ما يكون على هيئة صداع بإحساس نابض، أو متفجر، أو في صورة خفقان وهذا غالباً ما يسببه اعتلال في الكبد.

* الصداع الذي يتميز بالألم يشبه في حدته الطعن بسكين ويكون على جهة واحدة ويزداد في المساء، أو قبل الدورة الشهرية، فإنه غالباً ما يعود لركود في الدم.

أيضاً يمكن أن تتم التفرقة في تشخيص الصداع بناءً على المكان الذي يظهر به ألم الرأس ومثالاً على ذلك: -

* الألم الذي يظهر في الرأس من الخلف يعني أن هناك هجوماً لعنصر خارجي فإذا ما كان الصداع معه ارتفاع في حرارة الجسم، فإنه يكون بسبب نزلات البرد غالباً ويكون مصحوباً بالألم في العضلات ورشح في الأنف. أما إذا كان بسبب نقصان في الجوهر الكلي فإن الشخص المصاب سوف يعاني من تعب عام وضعف في التركيز، وألم أسفل الظهر وضعف في الركب وضعف في النبض.

* الصداع خلف العين غالباً ما يكون بسبب مشكلة ما في الكبد ويمكن أن تتضمن نقصاناً في دم الكبد وركوداً في تشي الكبد وركوداً في الدم، وربما زيادة في نشاط إيلانج الخاص بالكبد، وهذه المشكلة تحدث غالباً في الصداع النصفى (الشقيقة)، وهذا النوع من الصداع غالباً ما يصيب ناحية واحدة فقط، فإذا ما كانت نقصان في دم الكبد فإن الألم يكون خفيفاً، وإذا ما كان بسبب ركود في تشي الكبد فإن الألم يكون ممتداً، وإذا كان بسبب ركود في الدم فإن الألم يكون كالطعن، وإذا كان زيادة في نشاط إيلانج الكبد فإن الألم يكون حاداً على هيئة خفقان وغالباً شديد الخطورة.

* الصداع في الجبهة، أو الجزء الأمامي من الرأس غالباً ما يكون بسبب اختلالات في أعضاء داخلية، وطبقاً لمكان القنوات فإن الصداع في هذا المكان من الرأس غالباً ما يكون بسبب مشكلة في المعدة، أو المرارة فإذا كان الصداع بسبب في المعدة نتيجة نقصان في التشي بالمعدة فإن الألم يكون خفيفاً.

وفي بعض الأحيان قد يتأثر الصداع بوضع الجسم، وهو ما يعطي انطباعاً حول السبب فقد يخف الصداع مثلاً عند الاستلقاء، وهذا يعني أن هناك نقصاناً في التشي والدم، أو جوهر الكلى، بينما يكون الصداع الذي يزداد عند الاستلقاء فإنه يكون بسبب حالة من الزيادة.

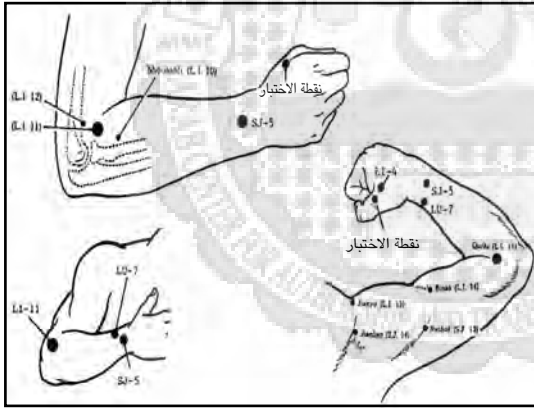
أيضاً يمكن أن يكون الصداع علامة قبل بداية الدورة الشهرية، وهذا ما يكون بسبب ركود لتشي الكبد، أو في الدم، أو زيادة في نشاط إيلانج الكبد. وعلى نحو آخر فقد يتفاقم الصداع مع نهاية فترة الحيض يعني أن هناك نقصاً في الدم، أو في جوهر الكلى. عندما يخف الصداع مع الضغط فإن ذلك يكون في الغالب بسبب نقص في التشي والدم، أو في جوهر الكلى، وإذا ما زادت حدته مع الضغط فإن ذلك يعني أن هناك حالة من الزيادة.

إذا ما قلت حدة الصداع بعد النشاط الجنسي، فإنه يكون بسبب ركود في التشبي الخاصة بالكبد، وإذا ما ازدادت حدته بعد النشاط الجنسي، فإنه في الغالب يكون بسبب نقصان في جوهر الكلى.

العلاج:

العلاج بالعقاقير: هناك تركيبات عديدة من الأعشاب الصينية منها ما يتكون مثلاً من بودرة من الشاي الأخضر واللينجوستيكم، وهذه التركيبة جيدة جداً في علاج الصداع الذي يتسبب في مهاجمة الجسم بسبب رياح باردة، أما الأعراض الخارجية الناتجة عن ذلك فتستخدم لها تركيبات أخرى من العقاقير الصينية، وهناك عقاقير تستخدم لعلاج الحرارة المرتفعة وقد تكون بسبب دخول جراثيم للجسم، كما يمكن إضافة أعشاب بجرعات محددة لتقليل رشح الأنف.

العلاج باستخدام الإبر الصينية:

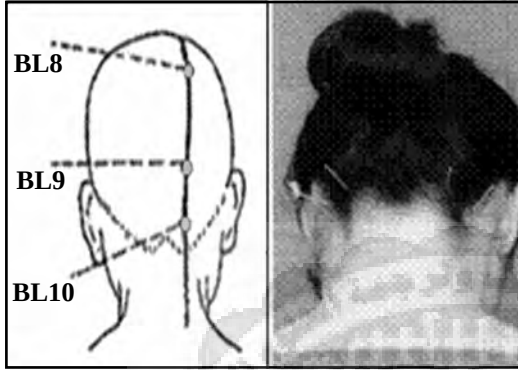


يتم غرس الإبر في النقاط المحددة مع استخدام الموكسا في نقاط محددة، ويمكن إضافة نقاط أخرى طبقاً للأعراض التي يشكو منها الشخص المصاب، فمثلاً استخدام الإبر الصينية على نقطة LU-7 على الرسغ، وهي النقطة التي تصل إلى قناة الرئة واستخدام الإبر الصينية على هذه النقطة يؤدي إلى زوال نزلات البرد، وتوقف السعال وتخفيف الصداع.

(الشكل 19) : بعض النقاط على الذراع التي يتم غرس الإبر عليها في حالات الصداع المرتبط بنزلات البرد

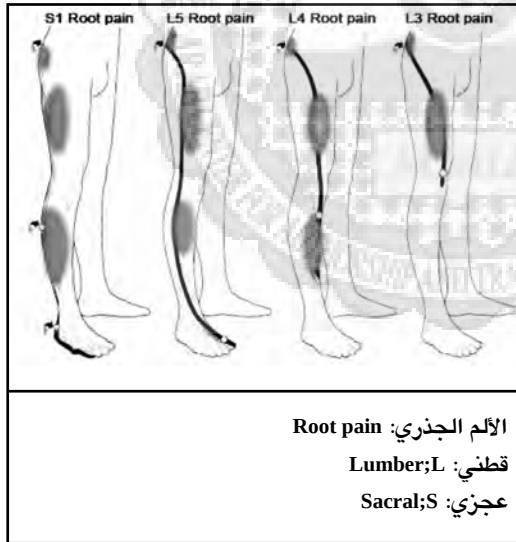
كما أن نقطة LI-4 على اليد، وهي التي تتصل بقناة الأمعاء الغليظة، فإنها تعزز من التعرق، وتنظم دورة التشبي، وتقلل من حدوث الصداع كما أن نقطة BL-10 كما هو موضح بالرسم المرفق تنظم دورة التشبي وتخفف من الصداع على منطقة

توزيع قناة المثانة. كما يمكن إضافة الإبر الصينية لنقطة GV-14 عند وجود ارتفاع في حرارة الجسم، وإذا ما كان هناك تيبس في الرقبة، فإننا يمكن أن نضيف نقطة SI-3 ونقطة BL-62 لتعزيز دورة التشي، وتخفيف تيبس الرقبة وما يستتبعها من آلام.



(الشكل 20) : نقاط غرس الإبر على الرأس.

وبطبيعة الحال فإن النقاط السابقة ما هي إلا أمثلة لنقاط كثيرة يمكن التعامل معها بالإبر الصينية لتخفيف آلام الصداع، وإن كان هناك نقاط أخرى يمكن التأثير عليها من خلال ممارسات أخرى للطب الصيني ذكرناها سابقاً، مثل استخدام وسيلة الكي بالموكسا لتسخين القنوات والشعيرات لتبديد البرودة وتخفيف الألم.



(الشكل 21) : رسم يوضح مناطق توزع الألم في حالات الانزلاق الغضروفي من جذور الأعصاب المختلفة في الفقرات القطنية والعجزية.

آلام أسفل الظهر:

في الطب الغربي الحديث يتم تشخيص آلام أسفل الظهر لأسباب عديدة منها على سبيل المثال القَسَطُ الفَقاريّ (Spondy-losis)، أو بسبب الفصال العظمي (الداء المفصلي التنكسي) (Spinal osteoarthritis)، أو بسبب الانزلاق الغضروفي (تدلي القرص) (Disc herniation) وأسباب أخرى عديدة تؤدي إلى معاناة الشخص المصاب من آلام أسفل الظهر نتيجة الإصابة بالعمود

الفقري المرضى الذي قد تمتد آلامه إلى التأثير على الأعصاب المغذية للساقين مما يعطي صورة ألم شديد في نقاط عديدة على امتداد العصب لتصبح حالة مرضية بذاتها تسمى ألم عرق النسا. طبقاً لمستوى الفقرات المتأثرة بالحالة المرضية يكون تأثير العصب سواء بالألم، أو الاخضرار (Numbness) التي غالباً ما تحدث للتأثير على الأعصاب التي تخرج ما بين الفقرات العجزية أو القطنية والعلاج في الطب الغربي الحديث يكون إما بالعلاج الدوائي، أو الجراحي أو بالعلاج الطبيعي.

الإبر الصينية:

تحتل الإبر الصينية حيزاً كبيراً من العلاج بالطب الصيني التقليدي لآلام أسفل الظهر طبقاً لنوع المشكلة الصحية التي يعاني منها المريض. يهدف العلاج إلى استعادة التدفق السليم للتشي، والدم من خلال القنوات الموجودة بالظهر والذي يؤدي إلى تحسين الدوران، ووصول الأكسجين والدم، والسائل اللمفاوي لمساندة عملية الالتئام بالجسم. أما إذا كانت القنوات بها انسداد لفترة طويلة من الزمن، أو يوجد هناك نقصان في التشي، والدم فإنه من الضروري استخدام الإبر الصينية لفترة طويلة من الزمن لمساعدة الجسم على استعادة الوظيفة الطبيعية له. لقد كشف الباحثون أن إفراز المواد الكيميائية العصبية، مثل الإندورفين (الإنكيفالين) والسيروتونين، والكورتيزون تساعد في خفض حدة الألم والالتهاب.

الموكسا والكي:

الأعشاب المركزة المستخدمة في الكي بالموكسا كما ذكرنا سابقاً تؤدي إلى تدفئة، وفتح القنوات التي تعرضت للانسداد.

الأعشاب الطبية:

إن استخدام الأعشاب الطبية بعد استخدام تركيبات معينة يؤدي إلى إيجاد وظائف محددة مثل فتح القنوات، أو تقوية وظيفة الكلى. إن الأعشاب تذهب إلى قنوات بذاتها ولها خصائص محددة كأن تكون على سبيل المثال لها مذاق حلو، أو بارد، أو حار.

التدليك الصيني:

وهو من خلال استخدام اليدين في العمل على التدليك على خطوط الطول باستخدام مهارات «التوي نا» وهو نوع من أنواع الفن العلاجي للطب الصيني التقليدي القديم الذي تم ممارسته في الصين منذ آلاف السنين.

«توي نا» تعني باللغة الصينية الدفع وال جذب، وهي وسيلة تستخدم في الطب الغربي بشكل عادي في العلاج الطبيعي بواسطة اختصاصي الطب الطبيعي، وهي طريقة لا تستخدم فقط على العضلات، والمفاصل، ولكن أيضاً على الأنسجة العميقة للتأثير على الطاقة الحيوية بالجسم التي ذكرناها سابقاً باسم التشي والتدفق العام لها في كل شيء كقوة منشطة لكل نواحي الحياة.

خلال العلاج بأسلوب «التوي نا» يقوم الممارس المعتمد بسؤال المريض حول طبيعة حياته من أجل دراستها بشكل جيد وربطها بأية شكوى، أو مظاهر خاصة على الشخص، وأثناء التعامل بهذه الوسيلة فإن ردود فعل المريض تكون هي ما يوجه الممارس إلى النقاط التي يجب العمل عليها، وكذلك قوة الضغط التي يجب أن يضعها عليها. في أغلب الأحوال سوف يستشعر المريض حيوية وطاقة بعد انتهاء جلسة العلاج وهذا ما يؤكد مشاعر المريض بعد العلاج.

يعد أسلوب «التوي نا» من وسائل العلاج الآمنة في ممارسات الطب الصيني وإن كانت تستخدم في بعض الأحوال طبقاً لحالة المريض، فهي لا تستخدم على سبيل المثال مع مرضى الهشاشة لما يمكن أن تحدثه من ضرر لعظامهم عند ممارستها، أو الأشخاص الذين لديهم أمراض قلب خطيرة، أو في حالة الأشخاص الذين تم لهم تركيب مفاصل صناعية، أو من لديهم تشققات في الجلد، أولديهم التهاب في الجلد كما لا يمكن استخدامها في الأطفال الذين تكون أعمارهم أقل من خمس سنوات، أو في أماكن معينة أثناء الحمل مثل أسفل الظهر، أو البطن.

الغذاء المناسب:

إن استخدام الغذاء المناسب المتوازن مثل البروتينات، والدهون، والنشويات يعني أنه لا يوجد إفراط في الأكل، لأن الجسم يعاني في التعامل مع الأكل المفرط،

ولذلك ينصح في الطب الصيني التقليدي بتناول الطعام في مواعيد منتظمة مع تجنب تناولها متأخراً في المساء، وتقليل، أو منع السكريات بالإضافة إلى الطعام والشراب المصنع والكحوليات بأنواعها، وتجنب تناول كميات كبيرة من أنواع ثابتة من الطعام مثل الخبز الكثير، أو منتجات الألبان مع محاولة شرب الكثير من الماء. وما سبق من نصائح غذائية يعني أن حالة الجسم الصحية وحيويته، والوزن المثالي له لن يؤثر على جسم الإنسان في كل الأحوال.

الرياضة المنتظمة:

تعزز الرياضة من التدفق الطبيعي للدم والتشي، فقد خلقت أجسادنا لتتحرك والأعضاء كلها خلقت لتعمل وتتحرك وآلام أسفل الظهر لا تظهر غالباً إلا مع ضعف الحركة وترهل العضلات وهذا لا يحدث إلا مع حياة الراحة والرفاهية التي تقل فيها حركة الإنسان. إن التمارين المنتظمة، وتمديد العضلات، وتقوية عضلات البطن والعمل على تفعيل ميكانيكية الجسم بالذات في حركات الظهر مع الأحمال تُعد من الاحتياجات الضرورية لصحة وسلامة الظهر.

التعامل مع التوتر:

إن استمرار التوتر والضغط العصبية لفترة طويلة يؤدي إلى اختلال التناغم في الجسم على عدة مستويات، منها الحركي والعاطفي والروحاني. إن التعامل مع التوتر له أثر كبير في تخفيف آلام الجسم خصوصاً آلام أسفل الظهر.

الراحة الكافية:

من طبيعة الجسم البشري أنه يحتاج إلى الراحة والنوم لفترات توازي فترات العمل والجهد الذي تقوم به. تعتبر الراحة هي أحد أوجه الين والعمل هو أحد أوجه اليانج، والانتباه لكليهما مطلوب من أجل المحافظة على التوازن، والتناغم. عندما نعمل بلا راحة ونجهد أنفسنا في أنشطة بدنية لفترات طويلة فإننا نتعرض في هذه الحالة إلى اختلال يكون أهم صوره استهلاك إيانج للين، مما يؤدي إلى حدوث عدم التوازن، مما يجعل الجسم في حاجة إلى الراحة، فإذا ما كان عدم التوازن مؤقتاً واستمرت حالة الإجهاد لفترة طويلة فإننا بلا نقاش نتعرض للألم.

علاج آلام أسفل الظهر باستخدام الإبر الصينية:

يتم غرس الإبر الصينية لمدة تتراوح بين 20-40 دقيقة، وخلال هذه المدة تتفاوت مشاعر المريض بين القلق، والتوتر عند الوخز بالإبر، وبين الشعور بالراحة تدريجياً خصوصاً بعد اطمئنانه لعدم التألم عند وخز الإبر، وإن كان الشخص يشعر بمشاعر مختلفة في تلك اللحظة مثل الضغط الخفيف، أو الارتعاش وهذه المشاعر هي في الحقيقة تمثل التشي، فالإبر الصغيرة يتم زرعها طبقاً للتشخيص الذي استقر عليه الشخص المعالج. إن الشعور بالارتياح الذي يتسلل للمريض هو في الواقع نتيجة إفران الإندورفين خلال عملية الوخز بالإبر.

طبقاً للحالة إذا ما كانت حادة، أو مزمنة فإنها تتحكم في إقرار عدد المرات التي يحتاجها الشخص في العلاج. قد تختفي الآلام التي يعاني منها الشخص المريض بعد مرحلة قصيرة من العلاج، أو أنها قد تحتاج لعدة مجموعات من جلسات العلاج. في بعض الأحوال التي تخدم الإبر الصينية في التعامل مع الألم وفي كل الأحوال فإن الجسم يستفيد من تأثير العلاج بالإبر الصينية.





المراجع

References

1. Case Adams, Naturopath, GreenMedInfo (May 2013), Can Chinese Herbal Medicine Treat Cancer? The Research Says Yes, Retrieved from ([http://www. greenmedinfo.com/blog/can-chinese-herbal-medicine-treat-cancer-research-says-yes](http://www.greenmedinfo.com/blog/can-chinese-herbal-medicine-treat-cancer-research-says-yes)) on 12/5/2014.
2. Grow Wellness and Acupuncture, Winter Women's Health, Retrieved from ([http:// www.grow-wellness. com/2014/02/winter-womens-health/](http://www.grow-wellness.com/2014/02/winter-womens-health/)) accessed on 20/06/2014.
3. N. Marko, T. Li, et al., Effects of Acupuncture and Chinese Herbal Medicine (Zhi Mu 14) on Hot Flushes and Quality of Life in Post-menopausal Women, Menopause. 2014;21(1):15-24.
4. TCM Wiki, Traditional Chinese Medicine, Lung Meridian, Retrieved from (<http://www.tcmwiki.com/wiki/lung-meridian>) on 19/06/2014.
5. Traditional Chinese Medicine for Natural Menopause Relief, Retrieved from (<http://www.pacificcollege.edu/acupuncture-massage-news/articles/997-traditional-chinese-medicine-for-natural-menopause-relief.html>) on 29/4/2014.
6. University of Minnesota and Charlson Meadows (July 2013), What Is Qi? (and Other Concepts) Retrieved from (<http://www.takingcharge.csh.umn.edu/explore-healing-practices/traditional-chinese-medicine/what-qi-and-other-concepts>) on 5/5/2014.

7. 34 Menopause Symptoms, All About Each Symptom of Menopause, Retrieved from (<http://www.34-menopause-symptoms.com>) on 28/5/2014.
8. Definition of “massage”, Prescottlmt.com. Medterms.com. 2012-03-19. Retrieved 2013-02-26.
9. Zhongan S., et al, Edited by Peilin S., The Treatment of Pain With Chinese Herbs and Acupuncture, Elsevier 2011.
10. Kang M., Foundations Of Traditional Chinese Medicine, USA 2010.
11. S-H Ch, J-S Lee, L Thabane and J Lee, Acupuncture for obesity: a systematic review and meta-analysis, International Journal of Obesity (2009) 33, 183-196, Macmillan Publishers Limited.
12. Schnorrenberger C., Anatomical Roots of Chinese Medicine and Acupuncture, J Chin Med 19(1,2) 35-63, 2008
13. Weerapong, Pornratshanee; Hume, Kolt (2005) . “The Mechanisms of Massage and Effects on Performance, Muscle Recovery and Injury Prevention”. Sports Medicine 35 (3): 235-256. doi: 10.2165/00007256- 200535030- 00004. PMID 15730338.
14. Wu J., An Illustrated Chinese Materia Medica, Oxford University Press, Inc, 2005
15. Brich, S., Felt, R. (1999). Understanding acupuncture. Edinburgh: Churchill Livingstone.
16. Shougang W. and Xincal X., Acupuncture for the Treatment of Simple Obesity: Basic and Clinical Aspects, Capital Medical University China.

إصدارات

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية



أولاً: الكتب الأساسية والمعاجم والقواميس والأطالس

- 1 - دليل الأطباء العرب (1)
 - 2 - التنمية الصحية (2)
 - 3 - نظم وخدمات المعلومات الطبية (3)
 - 4 - السرطان المهني (4)
 - 5 - القانون وعلاج الأشخاص المعولين
 - على المخدرات والمسكرات
 - (دراسة مقارنة للقوانين السارية) (5)
 - 6 - الدور العربي في منظمة الصحة العالمية (6)
 - 7 - دليل قرارات المكتب التنفيذي
 - لمجلس وزراء الصحة العرب (7)
 - 8 - الموجز الإرشادي عن الأمراض التي
 - تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي (8)
 - 9 - السرطان: أنواعه - أسبابه - تشخيصه
 - طرق العلاج والوقاية منه (9)
 - 10 - دليل المستشفيات والمراكز العلاجية
 - في الوطن العربي (10)
 - 11 - زرع الأعضاء بين الحاضر والمستقبل (11)
 - 12 - الموجز الإرشادي عن الممارسة الطبية
 - العامة (12)
 - 13 - الموجز الإرشادي عن الطب المهني (13)
 - 14 - الموجز الإرشادي عن التاريخ المرضي
 - والفحص السريري (15)
 - 15 - الموجز الإرشادي عن التخدير (16)
 - 16 - الموجز الإرشادي عن أمراض العظام
 - والكسور (17)
- إعداد: المركز
تأليف: د. رمسيس عبد العليم جمعة
تأليف: د. شوقي سالم وآخرين
تأليف: د. جاسم كاظم العجزان
تأليف: د.ك. بورتر وآخرين
ترجمة: المركز
إعداد: الأمانة الفنية لمجلس وزراء الصحة لعرب
إعداد: الأمانة الفنية لمجلس وزراء الصحة لعرب
تأليف: د. نيكول ثين
ترجمة: د. إبراهيم القشلاق
تأليف: د. عبدالفتاح عطا الله
إعداد: المركز
تأليف: د. عبدالفتاح عطا الله
تأليف: كونراد. م. هاريس
ترجمة: د. عدنان تكرتي
تأليف: د. ه.أ. والدرون
ترجمة: د. محمد حازم غالب
تأليف: روبرت تيرنر
ترجمة: د. إبراهيم الصياد
تأليف: د. ج.ن. لون
ترجمة: د. سامي حسين
تأليف: ت. دكوورث
ترجمة: د. محمد سالم

- 17 - الموجز الإرشادي عن الغدد الصماء (18)
تأليف: د. ر.ف.فلتشر
ترجمة: د. نصر الدين محمود
تأليف: د. ت. هولم وآخرين
ترجمة: المركز ومنظمة الصحة العالمية
تحرير: د. ب.م.س بالمر وآخرين
ترجمة: المركز ومنظمة الصحة العالمية
ترجمة: المركز ومنظمة الصحة العالمية
- 18 - دليل طريقة التصوير الشعاعي (19)
- 19 - دليل الممارس العام لقراءة الصور
الشعاعية (20)
- 20 - التسمية الدولية للأمراض
مجلس المنظمات الدولية للعلوم الطبية
المجلد 2 الجزء 3 الأمراض المعدية (22)
- 21 - الداء السكري لدى الطفل (23)
- 22 - الأدوية النفسية التأثير:
تحسين ممارسات الوصف (24)
- 23 - التعليم الصحي المستمر للعاملين في الحقل
الصحي : دليل ورشة العمل (25)
- 24 - التخدير في مستشفى المنطقة (26)
- 25 - الموجز الإرشادي عن الطب الشرعي (27)
- 26 - الطب التقليدي والرعاية الصحية (28)
- 27 - أدوية الأطفال (29)
- 28 - الموجز الإرشادي عن أمراض العين (30)
- 29 - التشخيص الجراحي (31)
- 30 - تقنية المعلومات الصحية (واقع واستخدامات
تقنية واتصالات المعلومات البعيدة في
المجالات الصحية) (32)
- تأليف: د. مصطفى خياطي
ترجمة: د. مروان القنوتاتي
تحرير: د. عبد الحميد قدس ود. عنايت خان
تحرير: د. ف.ر.أ بات ود. أ. ميخيا
ترجمة: المركز ومنظمة الصحة العالمية
تأليف: د. مايكل ب. دويسون
ترجمة: د. برهان العابد
مراجعة: د. هيثم الخياط
تأليف: د. ج.ج.جي
ترجمة: د. عاطف بدوي
تأليف: د. روبرت ه. باترمان وآخرين
ترجمة: د. نزيه الحكيم
مراجعة: أ. عدنان يازجي
تأليف: د. ن.د. بارنز وآخرين
ترجمة: د. لبيرة الخردجي
مراجعة: د. هيثم الخياط
تأليف: د. ب.د. تريفر - روبر
ترجمة: د. عبدالرزاق السامرائي
تأليف: د. محمد عبداللطيف إبراهيم
ترجمة: د. شوقي سالم

- 31 - الموجز الإرشادي عن طب التوليد (33)
تأليف: د. جفري شامبر لين
ترجمة: د. حافظ والي
تحرير: س.ك. لوانجا وتشو - يوك تي
ترجمة: د. عصمت إبراهيم حمود
مراجعة: د. عبد المنعم محمد علي
تأليف: د. ب.د. بول
ترجمة: د. زهير عبد الوهاب
تأليف: د. ريتشارد سنل
ترجمة: د. طليع بشور
تأليف: د. ريتشارد سنل
ترجمة: د. محمد أحمد سليمان
تأليف: د. صاحب القطان
تأليف: د. أحمد الجمل ود. عبد اللطيف صيام
- 32 - تدريس الإحصاء الصحي (عشرون مخططاً
تهديداً لدروس وحلقات دراسية) (34)
33 - الموجز الإرشادي عن أمراض الأنف والأذن
والحنجرة (35)
34 - علم الأجنة السريري (37)
35 - التشريح السريري (38)
36 - طب الاسنان الجنائي (39)
37 - أطلس أمراض العين في الدول العربية
سلسلة الأطلس الطبية (40)
38 - الموجز الإرشادي عن أمراض النساء (41)
39 - التسمية التشريحية (قاموس تشريح) (42)
40 - الموجز الإرشادي عن توازن السوائل
والكهارل (43)
41 - الموجز الإرشادي عن المسالك البولية (44)
42 - الموجز الإرشادي عن الأمراض النفسية (45)
43 - دليل الطالب في أمراض العظام والكسور
سلسلة المناهج الطبية (46)
44 - دليل المؤسسات التعليمية والبحثية
الصحية في الوطن العربي - 3 أجزاء (47)
45 - التدرن السريري (48)
46 - مدخل إلى الأنثروبولوجيا البيولوجية (49)
47 - الموجز الإرشادي عن التشريح (50)
- تأليف: جوزفين بارنز
ترجمة: د. حافظ والي
ترجمة: د. حافظ والي
تأليف: د. شيلا ويللاتس
ترجمة: د. حسن العوضي
تأليف: د. جون بلاندي
ترجمة: د. محيي الدين صدقي
تأليف: د. جيمس و. د. يليس و.ج.م. ماركس
ترجمة: د. محمد عماد فضلي
تأليف: د. فرانك ألويسيو وآخرين
ترجمة: د. أحمد ذياب وآخرين
إعداد: المركز
تأليف: البروفيسور سير جون كروفتن وآخرين
ترجمة: د. محمد علي شعبان
تأليف: د. علي عبدالعزيز النفيلي
تأليف: د. دي.بي. موفات
ترجمة: د. محمد توفيق الرخاوي

- 48 - الموجز الإرشادي عن الطب السريري (51)
- 49 - الموجز الإرشادي عن علم الأورام السريري (52)
- 50 - معجم الاختصاصات الطبية (53)
- 51 - الموجز الإرشادي عن طب القلب
- سلسلة المناهج الطبية (55)
- 52 - الهستولوجيا الوظيفية
- سلسلة المناهج الطبية (56)
- 53 - المفاهيم الأساسية في علم الأدوية
- سلسلة المناهج الطبية (57)
- 54 - المرجع في الأمراض الجلدية
- سلسلة المناهج الطبية (58)
- 55 - أطلس الأمراض الجلدية
- سلسلة الأطالس الطبية (59)
- 56 - معجم مصطلحات الطب النفسي
- سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (60)
- 57 - أساسيات طب الأعصاب
- سلسلة المناهج الطبية (61)
- 58 - معجم مصطلحات علم الأشعة والأورام
- سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (62)
- 59 - علم الطفيليات الطبية
- سلسلة المناهج الطبية (63)
- 60 - الموجز الإرشادي عن فيزيولوجيا الإنسان
- سلسلة المناهج الطبية (64)
- 61 - أساسيات علم الوراثة الطبية
- سلسلة المناهج الطبية (65)
- 62 - معجم مصطلحات أمراض النساء والتوليد
- سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (66)
- 63 - أساسيات علم المناعة الطبية
- سلسلة المناهج الطبية (67)
- 64 - معجم مصطلحات الباثولوجيا والمختبرات
- سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (68)
- تأليف: د. ديفيد روبنشتين و د. ديفيد وين
ترجمة: د. بيومي السباعي
- تأليف: د. باري هانكوك و د. ج. ديفيد برادشو
ترجمة: د. خالد أحمد الصالح
- إعداد: المركز
- تأليف: د. ج. فليمنج وآخرين
- ترجمة: د. عاطف أحمد بدوي
- تأليف: د. م. بوريسكو و د. ت. بورينجر
- ترجمة: أ. عدنان البازجي
- تأليف: د. جانيت سترينجر
- ترجمة: د. عادل نوفل
- تأليف: د. صالح داود و د. عبدالرحمن قادري
- تأليف: د. جيفري كالين وآخرين
- ترجمة: د. حجاب العجمي
- إعداد: د. لطفي الشرييني
- مراجعة: د. عادل صادق
- تأليف: د. إ.م.س. ولكسون
- ترجمة: د. لطفي الشرييني، و د. هشام الحناوي
- إعداد: د. ضياء الدين الجماس وآخرين
- مراجعة وتحرير: مركز تعريب العلوم الصحية
- تأليف: د. و. بيك، و د. ج. ديشيز
- ترجمة: د. محمد خير الحلبي
- تحرير: د. جون براي وآخرين
- ترجمة: د. سامح السباعي
- تأليف: د. مايكل كونور
- ترجمة: د. سيد الحديدي
- إعداد: د. محمد حجازي وآخرين
- تحرير: مركز تعريب العلوم الصحية
- تأليف: د. هيلين شابل وآخرين
- ترجمة: د. نائل بازركان
- إعداد: د. سيد الحديدي وآخرين
- تحرير: مركز تعريب العلوم الصحية

- 65 - أطلس الهستولوجيا
سلسلة الأطالس الطبية (69)
تأليف: د. شو - زين زانج
ترجمة: د. عبد المنعم الباز وآخرين
مراجعة: مركز تعريب العلوم الصحية
تأليف: د. محمود باكير، د. محمد المسألة
د. محمد المميز، د. هيام الريس
تأليف: د.ت. يامادا وآخرين
ترجمة: د. حسين عبد الحميد وآخرين
تأليف: د. جيو بروكس وآخرين
ترجمة: د. عبد الحميد عطية وآخرين
تأليف: د. ماري رودلف، د. مالكوم ليثين
ترجمة: د. حاتم موسى أبو ضيف وآخرين
تأليف: د.أ.د. تومسون، د.ر.إ. كوتون
ترجمة: د. حافظ والي
تأليف: د. ناصر بوكلي حسن
تأليف: د. محمد خالد المشعان
تأليف: د. روبرت موراي وآخرين
ترجمة: د. عماد أبو عسلي ود. يوسف بركات
تأليف: د. كريسيان سكولي وآخرين
ترجمة: د. صاحب القطان
تأليف: د. ديشيد هاناي
ترجمة: د. حسن العوضي
تأليف: د. إيرول نورويتز
ترجمة: د. فرحان كوجان
تأليف: د. كريس كالاهاان و د. باري برونر
ترجمة: د. أحمد أبو اليسر
تأليف: د. بن جرينشتاين و د. آدم جرينشتاين
ترجمة: د. يوسف بركات
تأليف: د.ف. هوفبراند وآخرين
ترجمة: د. سعد الدين جاويش وآخرين
تأليف: د. بروس جيمس
ترجمة: د. سري سيع العيش
- 66 - أمراض جهاز التنفس
سلسلة المناهج الطبية (70)
67 - أساسيات طب الجهاز الهضمي (جزءان)
سلسلة المناهج الطبية (71)
68 - الميكروبيولوجيا الطبية (جزءان)
سلسلة المناهج الطبية (72)
69 - طب الأطفال وصحة الطفل
سلسلة المناهج الطبية (73)
70 - الموجز الإرشادي عن الباثولوجيا (جزءان)
سلسلة المناهج الطبية (74)
71 - طب العائلة
سلسلة المناهج الطبية (75)
72 - الطبيب، أخلاق ومسؤولية
سلسلة الكتب الطبية (76)
73 - هاربرز في الكيمياء الحيوية (3 أجزاء)
سلسلة المناهج الطبية (77)
74 - أطلس أمراض الفم
سلسلة الأطالس الطبية (78)
75 - الموجز الإرشادي عن علم الاجتماع الطبي
سلسلة المناهج الطبية (79)
76 - دليل المراجعة في أمراض النساء والتوليد
سلسلة المناهج الطبية (80)
77 - دليل المراجعة في أمراض الكلى
سلسلة المناهج الطبية (81)
78 - دليل المراجعة في الكيمياء الحيوية
سلسلة المناهج الطبية (82)
79 - أساسيات علم الدمويات
سلسلة المناهج الطبية (83)
80 - الموجز الإرشادي عن طب العيون
سلسلة المناهج الطبية (84)

- 81 - مبادئ نقص الخصوبة
سلسلة المناهج الطبية (85)
تأليف: د. بيتر برود و د. أليسون تايلور
ترجمة: د. وائل صبح و د. إسلام أحمد حسن
82 - دليل المراجعة في الجهاز الهضمي
سلسلة المناهج الطبية (86)
تأليف: د. سانيش كاشاف
ترجمة: د. يوسف بركات
83 - الجراحة الإكلينيكية
سلسلة المناهج الطبية (87)
تأليف: د. ألفريد كوشيري وآخرين
ترجمة: د. بشير الجراح وآخرين
84 - دليل المراجعة في الجهاز القلبي الوعائي
سلسلة المناهج الطبية (88)
تأليف: د. فيليب أرونسون
ترجمة: د. محمد حجازي
85 - دليل المراجعة في الميكروبيولوجيا
سلسلة المناهج الطبية (89)
تأليف: د. ستيفن جليسي و د. كاترين بامفورد
ترجمة: د. وائل محمد صبح
86 - مبادئ طب الروماتزم
سلسلة المناهج الطبية (90)
تأليف: د. ميشيل سنات
ترجمة: د. محمود الناقة
87 - علم الغدد الصماء الأساسي والإكلينيكي
سلسلة المناهج الطبية (91)
تأليف: فرنسيس جرينسبان و ديثيد جاردنر
ترجمة: د. أكرم حنفي وآخرين
88 - أطلس الوراثة
سلسلة الأطالس الطبية (92)
تأليف: د. إبرهارد باسرج وآخرين
ترجمة: د. وائل صبح وآخرين
89 - دليل المراجعة في العلوم العصبية
سلسلة المناهج الطبية (93)
تأليف: د. روجر باركر وآخرين
ترجمة: د. لطفي الشربيني
90 - معجم مصطلحات أمراض الفم والأسنان
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (94)
إعداد: د. فتحي عبدالمجيد وفا
مراجعة: د. محمد فؤاد الذاكري وآخرين
91 - الإحصاء الطبي
سلسلة المناهج الطبية (95)
تأليف: د. جينيفير بيت وآخرين
ترجمة: د. نائل عبدالقادر وآخرين
92 - إعاقات التعلم لدى الأطفال
سلسلة المناهج الطبية (96)
تأليف: د. بيتري بيرك و د. كاتي سيجنو
ترجمة: د. عبدالمنعم الباز و أ. سميرة مرجان
93 - السرطانات النسائية
سلسلة المناهج الطبية (97)
تأليف: د. أحمد راغب
ترجمة: مركز تعريب العلوم الصحية
94 - معجم مصطلحات جراحة العظام والتأهيل
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (98)
إعداد: د. عبد الرزاق سري السباعي وآخرين
مراجعة: د. أحمد ذياب وآخرين
95 - التفاعلات الضائرة للغذاء
سلسلة المناهج الطبية (99)
إعداد: د. جودث بيترس
ترجمة: د. طه قمصاني و د. خالد مدني
96 - دليل المراجعة في الجراحة
سلسلة المناهج الطبية (100)
تأليف: د. بيرس جراس و د. نيل بورلي
ترجمة: د. طالب الحلبي

تأليف: د. روبرت جودمان و د. ستيفن سكوت

ترجمة: د. لطفي الشرييني و د. حنان طقش

تأليف: د. بيتر برود

ترجمة: د. وائل صبح وآخرين

إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح

إشراف: د. عبدالرحمن عبدالله العوضي

تأليف: د. جونشان جليبال

ترجمة: د. محمود الناقا و د. عبدالرزاق السباعي

تأليف: د. جوديث سوندهايمر

ترجمة: د. أحمد فرج الحسانين وآخرين

تأليف: د. دنيس ويلسون

ترجمة: د. سيد الحديدي وآخرين

تحرير: د. كيلي لي و جيف كولين

ترجمة: د. محمد براء الجندي

تأليف: د. تشارلز جريفيث وآخرين

ترجمة: د. عبدالناصر كعدان وآخرين

تحرير: د. نورمان نوح

ترجمة: د. عبدالرحمن لطفي عبدالرحمن

إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح

إشراف: د. عبدالرحمن عبدالله العوضي

تأليف: د. جين ولكر وآخرين

ترجمة: د. سميرة ياقوت وآخرين

تأليف: د. چون هـ - مارتن

ترجمة: د. حافظ والي وآخرين

97 - الطب النفسي عند الأطفال

سلسلة المناهج الطبية (101)

98 - مبادئ نقص الخصوبة (ثنائي اللغة)

سلسلة المناهج الطبية (102)

99 - المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية

(الإصدار الأول حرف A)

سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (103)

100 - دليل المراجعة في التاريخ المرضي

والفحص الإكلينيكي

سلسلة المناهج الطبية (104)

101 - الأساسيات العامة - طب الأطفال

سلسلة المناهج الطبية (105)

102 - دليل الاختبارات العملية

والفحوصات التشخيصية

سلسلة المناهج الطبية (106)

103 - التغيرات العالمية والصحة

سلسلة المناهج الطبية (107)

104 - التعرض الأولي

الطب الباطني: طب المستشفيات

سلسلة المناهج الطبية (108)

105 - مكافحة الأمراض السارية

سلسلة المناهج الطبية (109)

106 - المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية

(الإصدار الأول حرف B)

سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (B)

107 - علم النفس للممرضات ومهنيي

الرعاية الصحية

سلسلة المناهج الطبية (110)

108 - التشريح العصبي (نص وأطلس)

سلسلة الأطالس الطبية العربية (111)

- 109 - المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصدار الأول حرف C)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (C)
- 110 - السرطان والتدبير العلاجي
سلسلة المناهج الطبية (112)
111 - التشخيص والمعالجة الحالية:
الأمراض المنقولة جنسياً
سلسلة المناهج الطبية (113)
112 - الأمراض العدوائية .. قسم الطوارئ -
التشخيص والتدبير العلاجي
سلسلة المناهج الطبية (114)
113 - أسس الرعاية الطارئة
سلسلة المناهج الطبية (115)
114 - الصحة العامة للقرن الحادي والعشرين
آفاق جديدة للسياسة والمشاركة والممارسة
سلسلة المناهج الطبية (116)
115 - الدقيقة الأخيرة - طب الطوارئ
سلسلة المناهج الطبية (117)
116 - فهم الصحة العالمية
سلسلة المناهج الطبية (118)
117 - التدبير العلاجي لألم السرطان
سلسلة المناهج الطبية (119)
118 - التشخيص والمعالجة الحالية - طب الروماتزم -
سلسلة المناهج الطبية (120)
119 - التشخيص والمعالجة الحالية - الطب الرياضي
سلسلة المناهج الطبية (121)
120 - السياسة الاجتماعية للممرضات والمهن المساعدة
سلسلة المناهج الطبية (122)
121 - التسهم وجرعة الدواء المفرطة
سلسلة المناهج الطبية (123)
122 - الأرجية والربو
«التشخيص العملي والتدبير العلاجي»
سلسلة المناهج الطبية (124)
123 - دليل أمراض الكبد
سلسلة المناهج الطبية (125)
- إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبدالرحمن عبدالله العوضي
- تأليف: روبرت سوهامي - جيثري توبياس
ترجمة: د. حسام خلف وآخرين
تحرير: د. جيفري د. كلوسنر وآخرين
ترجمة: د. حسام خلف وآخرين
- تحرير: د. إلين م. سلاطين وآخرين
ترجمة: د. ضياء الدين الجماس وآخرين
- تحرير: د. كليث ايغانز وآخرين
ترجمة: د. جمال جودة وآخرين
تحرير: د. جودي أورم وآخرين
ترجمة: د. حسناء حمدي وآخرين
- تحرير: د. ماري جو واجنر وآخرين
ترجمة: د. ناصر بوكلي حسن وآخرين
تحرير: د. وليام ه. ماركال وآخرين
ترجمة: د. جاكلين ولسن وآخرين
تأليف: د. مايكل فيسك و د. ألين برتون
ترجمة: د. أحمد راغب و د. هشام الوكيل
تأليف: د. جون إمبودن وآخرين
ترجمة: د. محمود الناقة وآخرين
تحرير: د. باتريك ماكوهون
- ترجمة: د. طالب الحلبي و د. نائل بازركان
تأليف: د. ستيفن بيكهام و د. ليز ميرابايو
ترجمة: د. لطفي عبد العزيز الشربيني وآخرين
تحرير: د. كينت أولسون وآخرين
ترجمة: د. عادل نوفل وآخرين
تحرير: د. مسعود محمدي
ترجمة: د. محمود باكير وآخرين
- تحرير: د. لورانس فريدمان و د. أميت كييفي
ترجمة: د. عبد الرزاق السباعي وآخرين

- 124 - الفيزيولوجيا التنفسية
تأليف: د. ميشيل م. كلوتير
ترجمة: د. محمود باكير وآخرين
تأليف: روبرت نورمان و ديفيد لودويك
ترجمة: د. عماد أبو عسلي و د. رانيا توما
تأليف: د. مورديكا بلوشتاين وآخرين
ترجمة: د. نائل بازركان
تحرير: د. جراهام سكامبلر
ترجمة: د. أحمد ديب دشاش
تأليف: د. جيفري مأكولف
ترجمة: د. سيد الحديدي وآخرين
تأليف: د. بروس كوين وآخرين
ترجمة: د. محمد بركات
تأليف: د. ديفيد هيرنانون
ترجمة: د. حسام الدين خلف وآخرين
تحرير: د. كيرين ولش و د. روث بودن
ترجمة: د. تيسير العاصي
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبدالرحمن عبدالله العوضي
- 125 - البيولوجيا الخلوية الطبية
سلسلة المناهج الطبية (126)
سلسلة المناهج الطبية (127)
126 - الفيزيولوجيا الخلوية
سلسلة المناهج الطبية (128)
127 - تطبيقات علم الاجتماع الطبي
سلسلة المناهج الطبية (129)
128 - طب نقل الدم
سلسلة المناهج الطبية (130)
129 - الفيزيولوجيا الكلوية
سلسلة المناهج الطبية (131)
130 - الرعاية الشاملة للحروق
سلسلة المناهج الطبية (132)
131 - سلامة المريض - بحوث الممارسة
سلسلة المناهج الطبية (133)
132 - المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصدار الأول حرف D)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (D)
- 133 - طب السفر
سلسلة المناهج الطبية (134)
134 - زرع الأعضاء
دليل للممارسة الجراحية التخصصية
سلسلة المناهج الطبية (135)
135 - إصابات الأسلحة النارية في الطب الشرعي
سلسلة المناهج الطبية (136)
136 - «ليثين وأونيل» القدم السكري
سلسلة المناهج الطبية (137)
- تأليف: د. جون بوكرو و مايكل فايفر
ترجمة: د. أشرف رمسيس وآخرين

- 137 - المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصدار الأول حرف E)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (E)
138 - معجم تصحيح البصر وعلوم الإبصار
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (138)
139 - معجم «بيلير»
للممرضين والممرضات والعاملين
في مجال الرعاية الصحية
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (139)
140 - علم أعصاب النوم
سلسلة المناهج الطبية (140)
141 - كيف يعمل الدواء
«علم الأدوية الأساسي لمهنيي الرعاية الصحية»
سلسلة المناهج الطبية (141)
142 - مشكلات التغذية لدى الأطفال
«دليل عملي»
سلسلة المناهج الطبية (142)
143 - المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصدار الأول حرف F)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (F)
144 - المرض العقلي الخطير -
الأساليب المتمركزة على الشخص
سلسلة المناهج الطبية (143)
145 - المنهج الطبي المتكامل
سلسلة المناهج الطبية (144)
- إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبدالرحمن عبدالله العوضي
تأليف: د. ميشيل ميلودوت
ترجمة: د. سري سبيع العيش
و د. جمال إبراهيم المرجان
تأليف: د. باربرا - ف. ويلر
ترجمة: د. طالب الحلبي وآخرين
تأليف: د. روبرت ستيكجولد و ماثوي والكر
ترجمة: د. عبير محمد عدس
و د. نيرمين سمير شنودة
تأليف: د. هيو مكجافوك
ترجمة: د. دينا محمد صبري
تحرير: أنجيلا ساوثال وكلايسا مارتين
ترجمة: د. خالد المدني وآخرين
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبدالرحمن عبدالله العوضي
تحرير: إبراهيم رودنيك وديفيد روي
ترجمة: د. محمد صبري سليط
تأليف: راجا بانداراناياكي
ترجمة: د. جاكين ولسن

- 146 - فقد الحمل
«الدليل إلى ما يمكن أن يوفره
كل من الطب المكمل والبديل»
سلسلة المناهج الطبية (145)
- 147 - الألم والمعاناة والمداواة
«الاستبصار والفهم»
سلسلة المناهج الطبية (146)
- 148 - الممارسة الإدارية والقيادة للأطباء
سلسلة المناهج الطبية (147)
- 149 - الأمراض الجلدية لدى المسنين
سلسلة الأطالس الطبية العربية (148)
- 150 - طبيعة ووظائف الأحلام
سلسلة المناهج الطبية (149)
- 151 - تاريخ الطب العربي
سلسلة المناهج الطبية (150)
- 152 - عوائد المعرفة والصحة العامة
سلسلة المناهج الطبية (151)
- 153 - الإنسان واستدامة البيئة
سلسلة المناهج الطبية (152)
- 154 - كيف تؤثر الجينات على السلوك
سلسلة المناهج الطبية (153)
- 155 - التمريض للصحة العامة
التعزيز والمبادئ والممارسة
سلسلة المناهج الطبية (154)
- 156 - مدخل إلى الاقتصاد الصحي
سلسلة المناهج الطبية (155)
- تأليف: جانيتا بنسيولا
ترجمة: د. محمد جابر صدقي
- تحرير: بيتر ويميس جورمان
ترجمة: د. هشام الوكيل
- تأليف: جون واتيس و ستيفن كوران
ترجمة: د. طارق حمزه عبد الرؤوف
- تأليف: كولبي كريغ إيفانز و ويتني هاي
ترجمة: د. تيسير كايد العاصي
- تأليف: د. أرنست هارتمان
ترجمة: د. تيسير كايد العاصي
- تأليف: د. محمد جابر صدقي
- تأليف: د. يعقوب أحمد الشراح
- تأليف: د. يعقوب أحمد الشراح
- تأليف: جوناثان فلنت و رالف غرينسبان
و كينيث كندلر
- ترجمة: د. علي عبد العزيز النفيلي
و د. إسراء عبد السلام بشر
- تحرير: بول لينسلي و روزلين كين وسارة أوين
ترجمة: د. أشرف إبراهيم سليم
- تحرير: لورنا جينيس و فيرجينيا وايزمان
ترجمة: د. سارة سيد الحارثي وآخرين

تحرير: جان ريد وشارلوت كلارك وأن ماكفارلين

ترجمة: د. تيسير كايد عاصي

ود. محمود علي الزغبى

تحرير: كارين باج و أيدى مكنى

ترجمة: د. عبد المنعم محمد عطوه

د. عماد حسان الصادق

تحرير: جوسيب فيجويراس و مارتن ماكي

ترجمة: د. تيسير كايد عاصي وآخرين

157 - تمريض كبار السن

سلسلة المناهج الطبية (156)

158 - تمريض الحالات الحادة للبالغين

كتاب حالات مرضية

سلسلة المناهج الطبية (157)

159 - النظم الصحية والصحة والثروة

والرفاهية الاجتماعية

«تقييم الحالة للاستثمار في النظم الصحية»

سلسلة المناهج الطبية (158)

تأليف: غاري موريس و جاك موريس

ترجمة: د. عبير محمد عدس

160 - الدليل العملي لرعاية مريض الحرف

سلسلة المناهج الطبية (159)



ثانياً: سلسلة الثقافة الصحية

- 1 - الأسنان وصحة الإنسان
 - 2 - الدليل الموجز في الطب النفسي
 - 3 - أمراض الجهاز الحركي
 - 4 - الإمكانية الجنسية والعقم
 - 5 - الدليل الموجز عن أمراض الصدر
 - 6 - الدواء والإدمان
 - 7 - جهازك الهضمي
 - 8 - المعالجة بالوخز الإبري
 - 9 - التمنيع والأمراض المعدية
 - 10 - النوم والصحة
 - 11 - التدخين والصحة
 - 12 - الأمراض الجلدية في الأطفال
 - 13 - صحة البيئة
 - 14 - العقم: أسبابه وعلاجه
 - 15 - فرط ضغط الدم
 - 16 - المخدرات والمسكرات والصحة العامة
 - 17 - أساليب التمريض المنزلي
 - 18 - ماذا تفعل لو كنت مريضاً
 - 19 - كل شيء عن الربو
 - 20 - أورام الثدي
 - 21 - العلاج الطبيعي للأمراض الصدرية عند الأطفال
 - 22 - تغذية الأطفال
 - 23 - صحتك في الحج
 - 24 - الصرع، المرض.. والعلاج
 - 25 - نمو الطفل
 - 26 - السمّنة
 - 27 - البهاق
- تأليف: د. صاحب القطان
 - تأليف: د. لطفي الشربيني
 - تأليف: د. خالد محمد دياب
 - تأليف: د. محمود سعيد شلهوب
 - تأليف: د. ضياء الدين الجماس
 - تأليف الصيدلي: محمود ياسين
 - تأليف: د. عبدالرزاق السباعي
 - تأليف: د. لطفية كمال علوان
 - تأليف: د. عادل ملا حسين التركيت
 - تأليف: د. لطفي الشربيني
 - تأليف: د. ماهر مصطفى عطري
 - تأليف: د. عبير فوزي محمد عبدالوهاب
 - تأليف: د. ناصر بوكلي حسن
 - تأليف: د. أحمد دهمان
 - تأليف: د. حسان أحمد قمحية
 - تأليف: د. سيد الحديدي
 - تأليف: د. ندى السباعي
 - تأليف: د. چاكلين ولسن
 - تأليف: د. محمد المنشاوي
 - تأليف: د. مصطفى أحمد القباني
 - تأليف: أ. سعاد الثامر
 - تأليف: د. أحمد شوقي
 - تأليف: د. موسى حيدر قاسه
 - تأليف: د. لطفي الشربيني
 - تأليف: د. منال طبيلة
 - تأليف: د. أحمد الخولي
 - تأليف: د. إبراهيم الصياد

- 28 - طب الطوارئ
تأليف: د. جمال جودة
- 29 - الحساسية (الأرجية)
تأليف: د. أحمد فرج الحسانين
- 30 - سلامة المريض
تأليف: د. عبدالرحمن لطفي عبد الرحمن
- 31 - طب السفر
تأليف: د. سلام محمد أبو شعبان
- 32 - التغذية الصحية
تأليف: د. خالد مدني
- 33 - صحة أسنان طفلك
تأليف: د. حياصة المزدي
- 34 - الخلل الوظيفي للغدة الدرقية عند الأطفال
تأليف: د. منال طيلة
- 35 - زرع الأسنان
تأليف: د. سعيد نسيب أبو سعدة
- 36 - الأمراض المنقولة جنسياً
تأليف: د. أحمد سيف النصر
- 37 - القشطرة القلبية
تأليف: د. عهد عمر عرفة
- 38 - الفحص الطبي الدوري
تأليف: د. ضياء الدين جماس
- 39 - الغبار والصحة
تأليف: د. فاطمة محمد المأمون
- 40 - الكاتاركت (الساد العيني)
تأليف: د. سُرى سبع العيش
- 41 - السممة عند الأطفال
تأليف: د. ياسر حسين الحصري
- 42 - الشخير
تأليف: د. سعاد يحيى المستكاوي
- 43 - زرع الأعضاء
تأليف: د. سيد الحديدي
- 44 - تساقط الشعر
تأليف: د. محمد عبدالله إسماعيل
- 45 - سن الإياس
تأليف: د. محمد عبيد الأحمد
- 46 - الاكتئاب
تأليف: د. محمد صبري
- 47 - العجز السمعي
تأليف: د. لطيفة كمال علوان
- 48 - الطب البديل (في علاج بعض الأمراض)
تأليف: د. علاء الدين حسني
- 49 - استخدامات الليزر في الطب
تأليف: د. أحمد علي يوسف
- 50 - متلازمة القولون العصبي
تأليف: د. وفاء أحمد الحشاش
- 51 - سلس البول عند النساء (الأسباب - العلاج)
تأليف: د. عبد الرزاق سري السباعي
- 52 - الشعرانية «المرأة المُشعّرة»
تأليف: د. هناء حامد المسوكر
- 53 - الإخصاب الاصطناعي
تأليف: د. وائل محمد صبح
- 54 - أمراض الفم واللثة
تأليف: د. محمد براء الجندي
- 55 - جراحة المنظار
تأليف: د. رُلى سليم المختار
- 56 - الاستشارة قبل الزواج
تأليف: د. ندى سعد الله السباعي
- 57 - التشخيص الصحي
تأليف: د. ندى سعد الله السباعي
- 58 - الضعف الجنسي
تأليف: د. حسان عدنان البارد

- 59 - الشباب والثقافة الجنسية
تأليف: د. لطفي عبد العزيز الشربيني
- 60 - الوجبات السريعة وصحة المجتمع
تأليف: د. سلام أبو شعبان
- 61 - الخلايا الجذعية
تأليف: د. موسى حيدر قاسه
- 62 - ألزهايمر (الحرف المبكر)
تأليف: د. عبير محمد عدس
- 63 - الأمراض المعدية
تأليف: د. أحمد خليل
- 64 - آداب زيارة المريض
تأليف: د. ماهر الخاناتي
- 65 - الأدوية الأساسية
تأليف: د. بشار الجمال
- 66 - السعال
تأليف: د. جُلنار الحديدي
- 67 - تغذية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة
تأليف: د. خالد المدني
- 68 - الأمراض الشرجية
تأليف: د. رُلى المختار
- 69 - النفائات الطبية
تأليف: د. جمال جوده
- 70 - آلام الظهر
تأليف: د. محمود الزغبى
- 71 - متلازمة العوز المناعي المكتسب (الإيدز)
تأليف: د. أيمن محمود مرعي
- 72 - التهاب الكبد
تأليف: د. محمد حسن بركات
- 73 - الأشعة التداخلية
تأليف: د. بدر محمد المراد
- 74 - سلس البول
تأليف: د. حسن عبد العظيم محمد
- 75 - المكملات الغذائية
تأليف: د. أحمد محمد الخولي
- 76 - التسسم الغذائي
تأليف: د. عبد المنعم محمود الباز
- 77 - أسرار النوم
تأليف: د. منال محمد طنبيلة
- 78 - التطعيمات الأساسية لدى الأطفال
تأليف: د. أشرف إبراهيم سليم
- 79 - التوحد
تأليف: د. سميرة عبد اللطيف السعد
- 80 - التهاب الزائدة الدودية
تأليف: د. كفاح محسن أبو راس
- 81 - الحمل عالي الخطورة
تأليف: د. صلاح محمد ثابت
- 82 - جودة الخدمات الصحية
تأليف: د. علي أحمد عرفه
- 83 - التغذية والسرطان وأسس الوقاية
تأليف: د. عبد الرحمن عبيد مصيقر
- 84 - أنماط الحياة اليومية والصحة
تأليف: د. عادل أحمد الزايد
- 85 - حرقة المعدة
تأليف: د. وفاء أحمد الحشاش
- 86 - وحدة العناية المركزة
تأليف: د. عادل محمد السييسي
- 87 - الأمراض الروماتيزمية
تأليف: د. طالب محمد الحلبي
- 88 - رعاية المراهقين
تأليف: أ. ازدهار عبد الله العنجري
- 89 - الغنغرينة
تأليف: د. نيرمين سمير شنودة

90 - الماء والصحة

91 - الطب الصيني

92 - الموسمان الثقافيان الأول والثاني

93 - الموسمان الثقافيان الثالث والرابع

تأليف: د. لمياء زكريا أبو زيد

تأليف: د. إيهاب عبد الغني عبد الله

إعداد: المركز

إعداد: المركز



ثالثاً: مجلة تعريب الطب

- 1 - العدد الأول «يناير 1997» أمراض القلب والأوعية الدموية
- 2 - العدد الثاني «أبريل 1997» مدخل إلى الطب النفسي
- 3 - العدد الثالث «يوليو 1997» الخصوية ووسائل منع الحمل
- 4 - العدد الرابع «أكتوبر 1997» الداء السكري (الجزء الأول)
- 5 - العدد الخامس «فبراير 1998» الداء السكري (الجزء الثاني)
- 6 - العدد السادس «يونيو 1998» مدخل إلى المعالجة الجينية
- 7 - العدد السابع «نوفمبر 1998» الكبد والجهاز الصفراوي (الجزء الأول)
- 8 - العدد الثامن «فبراير 1999» الكبد والجهاز الصفراوي (الجزء الثاني)
- 9 - العدد التاسع «سبتمبر 1999» الفشل الكلوي
- 10 - العدد العاشر «مارس 2000» المرأة بعد الأربعين
- 11 - العدد الحادي عشر «سبتمبر 2000» السممة المشككة والحل
- 12 - العدد الثاني عشر «يونيو 2001» الجينيوم هذا المجهول
- 13 - العدد الثالث عشر «مايو 2002» الحرب البيولوجية
- 14 - العدد الرابع عشر «مارس 2003» التطبيب عن بعد
- 15 - العدد الخامس عشر «أبريل 2004» اللغة والدماغ
- 16 - العدد السادس عشر «يناير 2005» الملاريا
- 17 - العدد السابع عشر «نوفمبر 2005» مرض ألزهايمر
- 18 - العدد الثامن عشر «مايو 2006» إنفلونزا الطيور
- 19 - العدد التاسع عشر «يناير 2007» التدخين: الداء والدواء (الجزء الأول)
- 20 - العدد العشرون «يونيو 2007» التدخين: الداء والدواء (الجزء الثاني)

- 21 - العدد الحادي والعشرون «فبراير 2008»
البيئة والصحة (الجزء الأول)
- 22 - العدد الثاني والعشرون «يونيو 2008»
البيئة والصحة (الجزء الثاني)
- 23 - العدد الثالث والعشرون «نوفمبر 2008»
الألم... «الأنواع، الأسباب، العلاج»
- 24 - العدد الرابع والعشرون «فبراير 2009»
الأخطاء الطبية
- 25 - العدد الخامس والعشرون «يونيو 2009»
اللقاحات... وصحة الإنسان
- 26 - العدد السادس والعشرون «أكتوبر 2009»
الطبيب والمجتمع
- 27 - العدد السابع والعشرون «يناير 2010»
الجلد...الكاشف...الساتر
- 28 - العدد الثامن والعشرون «أبريل 2010»
الجراحات التجميلية
- 29 - العدد التاسع والعشرون «يوليو 2010»
العظام والمفاصل...كيف نحافظ عليها؟
- 30 - العدد الثلاثون «أكتوبر 2010»
الكلى ... كيف نرعاها ونداويها؟
- 31 - العدد الحادي والثلاثون «فبراير 2011»
آلام أسفل الظهر
- 32 - العدد الثاني والثلاثون «يونيو 2011»
هشاشة العظام
- 33 - العدد الثالث والثلاثون «نوفمبر 2011»
إصابة الملاعب «آلام الكتف.. الركبة.. الكاحل»
- 34 - العدد الرابع والثلاثون «فبراير 2012»
العلاج الطبيعي لذوي الاحتياجات الخاصة
- 35 - العدد الخامس والثلاثون «يونيو 2012»
العلاج الطبيعي التالي للعمليات الجراحية
- 36 - العدد السادس والثلاثون «أكتوبر 2012»
العلاج الطبيعي المائي
- 37 - العدد السابع والثلاثون «فبراير 2013»
طب الأعماق... العلاج بالأكسجين المضغوط
- 38 - العدد الثامن والثلاثون «يونيو 2013»
الاستعداد لقضاء عطلة صيفية بدون أمراض
- 39 - العدد التاسع والثلاثون «أكتوبر 2013»
تغير الساعة البيولوجية في المسافات الطويلة
- 40 - العدد الأربعون «فبراير 2014»
علاج بلا دواء ... عالج أمراضك بالغذاء
- 41 - العدد الحادي والأربعون «يونيو 2014»
علاج بلا دواء ... العلاج بالرياضة
- 42 - العدد الثاني والأربعون «أكتوبر 2014»
علاج بلا دواء ... المعالجة النفسية

جراحات إنقاص الوزن: عملية تكميم المعدة ...

43 - العدد الثالث والأربعون «فبراير 2015»

ما لها وما عليها

جراحات إنقاص الوزن: جراحة تطويق المعدة

44 - العدد الرابع والأربعون «يونيو 2015»

(ربط المعدة)

جراحات إنقاص الوزن: عملية تحويل المسار

45 - العدد الخامس والأربعون «أكتوبر 2015»

(المجازة المعدية)





ARAB CENTER FOR AUTHORSHIP AND TRANSLATION OF HEALTH SCIENCE (ACMLS)

The Arab Center for Authorship and Translation of Health Science is an Arab regional organization established in 1980 and derived from the Council of Arab Ministers of Public Health, the Arab League and its permanent headquarters is in Kuwait.

ACMLS has the following objectives:

- Provision of scientific & practical methods for teaching the medical sciences in the Arab World.
- Exchange of knowledge, sciences, information and researches between Arab and other cultures in all medical health fields.
- Promotion & encouragement of authorship and translation in Arabic language in the fields of health sciences.
- The issuing of periodicals, medical literature and the main tools for building the Arabic medical information infrastructure.
- Surveying, collecting, organizing of Arabic medical literature to build a current bibliographic data base.
- Translation of medical researches into Arabic Language.
- Placement of Arabic medical curricula to serve medical and science Institutions and Colleges.

ACMLS consists of a board of trustees supervising **ACMLS'** general secretariate and its four main departments. **ACMLS** is concerned with preparing integrated plans for Arab authorship & translation in medical fields, such as directories, encyclopedias, dictionaries, essential surveys, aimed at building the Arab medical information infrastructure.

ACMLS is responsible for disseminating the main information services for the Arab medical literature.

© COPYRIGHT - 2015

**ARAB CENTER FOR AUTHORSHIP AND TRANSLATION OF
HEALTH SCIENCE**

ISBN:978-99966-34-77 -2

**All Rights Reserved, No Part of this Publication May be
Reproduced, Stored in a Retrieval System, or Transmitted in Any
Form, or by Any Means, Electronic, Mechanical, Photocopying, or
Otherwise, Without the Prior Written Permission of the Publisher :**

**ARAB CENTER FOR AUTHORSHIP AND TRANSLATION OF
HEALTH SCIENCE
(ACMLS - KUWAIT)**

P.O. Box 5225, Safat 13053, Kuwait

Tel. : + (965) 25338610/25338611

Fax. : + (965) 25338618/25338619

E-Mail: acmls@acmls.org

[http:// www.acmls.org](http://www.acmls.org)

Printed and Bound in the State of Kuwait.



**ARAB CENTER FOR AUTHORSHIP AND
TRANSLATION OF HEALTH SCIENCE**

ACMLS - Kuwait

Chinese Medicine

By

Dr. Ihab A. Abdallah

Revised by

Arab Center for Authorship and Translation of Health Science

Health Education Series

في هذا الكتاب



تعود أصول الطب الصيني إلى آلاف السنين، حيث قام العاملون على العلاج بالاعتماد في ممارستهم على التشخيص عن طريق عدة علامات حيوية مثل النبض وشكل اللسان، ثم رسم خارطة خاصة للجسم مكونة من عدة نقاط أو قنوات خارجية مقسمة إلى مجموعات تختص كل واحدة منهن بعضو أو عدة أعضاء من الجسم.

إن معظم أساليب الطب الصيني المذكورة في هذا الكتاب «الطب الصيني» ليست إلا قليلاً من كثير، فالطب الصيني يعتبر علماً مستقلاً، ففي الطب الصيني طرق أخرى للعلاج تحت مسميات مختلفة كطب الانعكاسات مثلاً، والعلاج بالطاقة الذي وجد صدى كبيراً في العالم العربي، والتمارين الصينية الشهيرة مثل «التاي شي شوان» التي تقوم على استقامة العمود الفقري مع مستوى الرأس والمعدة عند المريض في اعتدال، حيث تجري الحركات باسترخاء يقظ وبعقل نشط وحاضر وبصفة عامة لم يكن الطب الصيني حلاً لكل المخاطر الصحية، فهو محدود بممارسات معينة وجد أن لها تأثيراً على الصحة وعلى تأثر الجسم بالمرض.

ويقسم هذا الكتاب «الطب الصيني» إلى ثلاثة فصول، حيث يبدأ بمقدمة عن الطب الصيني، ثم يشرح ممارسات عملية من الطب الصيني، كما يوضح بعض التطبيقات العملية عن الطب الصيني.

نأمل أن يفيد كل ما قدمناه من خلال هذا الكتاب جميع القراء، والمهتمين بسلسلة الثقافة الصحية التي تصدر بصورة دورية، وأن يكون الكتاب إضافة جديدة للمكتبة العربية.