

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه علوم پزشکی مشهد

انتشارات دانشگاه علوم پزشکی مشهد، شماره اثر ۴۴۲

مبانی و اساس در طب ایرانی

تألیف

دکتر علی خورشید وکیا زاد

(استادیار طب چینی دانشگاه علوم پزشکی مشهد و متخصص طب سنتی و درمانی)

دکتر مهدی یوسفی

(استادیار طب ایرانی دانشگاه علوم پزشکی مشهد)

دکتر مهدی زروندی

(دانشجوی دکتری تخصصی طب ایرانی)

سرشناسه: خورسندوکیل زاده، علی، ۱۳۵۴ -

عنوان و نام پدیدآور: مبانی ماساژ در طب ایرانی / تألیف علی خورسندوکیل زاده، مهدی یوسفی، مهدی زروندی.

مشخصات نشر: مشهد: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مشهد، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ۱۵۲ ص: جدول .

فروست: انتشارات دانشگاه علوم پزشکی مشهد؛ شماره ۴۴۲.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۶۹-۱۱۸-۶

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

موضوع: ماساژدرمانی -- ایران

موضوع: Massage therapy -- Iran

موضوع: ماساژ -- ایران

موضوع: Massage -- Iran

موضوع: درمان: ای دستی

موضوع: Manipulation (Therapeutic)

شناسه افزوده: یوسفی، علی، ۱۳۵۰ -

شناسه افزوده: زروندی، مهدی، ۱۳۵۰ -

شناسه افزوده: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مشهد

شناسه افزوده: Mashhad University of Medical sciences & Health Services

رده بندی کنگره: ۱۳۹۷ ج۶ ۱۷۲ م۸۷۲۲

رده بندی دیویی: ۶۰۸/۸۲۲۲۰۹۵۵



انتشارات دانشگاه علوم پزشکی مشهد - حاره ۲

مبانی ماساژ در طب ایرانی

تألیف:

دکتر علی خورسند وکیل زاده

دکتر مهدی یوسفی

دکتر مهدی زروندی

وزیری، ۱۵۲ صفحه، ۱۰۰ نسخه، چاپ اول، پاییز ۱۳۹۷

حق چاپ محفوظ است.

بهاء: ۲۰۰۰۰۰ ریال

فهرست

۷	 مقدمه
۱۱	 فصل ۱: کلیات
۱۱	 اهمیت و ضرورت ماساژ در طب ایرانی
۱۷	 تاریخچه کلی ماساژ
۳۰	 تعریف اصطلاحات
۳۶	 اصطلاحات قابل ارتباط
۳۷	 اصطلاحات نیازمند تأمل
۳۹	 فصل ۲: طبقه بندی انواع ماساژ در طب ایرانی
۴۵	 فصل ۳: فیزیولوژی و مکانیسم‌های ماساژ در طب ایرانی
۶۱	 اعمال کیفی حرکت
۶۱	 اعمال کمی حرکت
۶۲	 افعال حرکت سریع و کند
۶۵	 فصل ۴: شیوه‌ها و تکنیک‌های ماساژ در طب ایرانی
۷۹	 فصل ۵: احتیاطات و ملاحظات ماساژ در طب ایرانی
۸۲	 ملاحظات جذب ماده
۸۴	 ملاحظات اخلاقی
۸۵	 سایر ملاحظات
۸۹	 فصل ۶: کاربردهای ماساژ در طب ایرانی
۹۲	 الف) کاربردهای پیشگیرانه
۹۹	 ب) کاربردهای تشخیصی

ج) کاربردهای درمانی.....	۱۰۶
فصل ۷: مقایسه اجمالی ماساژ ایرانی با چند سبک رایج.....	۱۱۳
ماساژ چینی (Tui Na).....	۱۱۴
ماساژ آیورودا.....	۱۱۸
ماساژ تایلندی.....	۱۱۹
رفلکسولوژی.....	۱۲۱
ماساژ سوئدی.....	۱۲۳
ماساژ رایحه درمانی.....	۱۲۵
ماساژ رهاسازن میوناسیال.....	۱۲۶
ماساژ وررش.....	۱۲۹
ماساژ شیاتسو (شار رمانی).....	۱۳۰
تکنیک نواریندی (Taping).....	۱۳۲
یومی هو تراپی.....	۱۳۴
ماساژ سنگ.....	۱۳۶
ماساژ کودک.....	۱۳۸
آب درمانی.....	۱۴۰
منابع.....	۱۴۳

مقدمه

ماساژ یک روش درمانی شامل مانیپولاسیون (دستکاری) بافت‌های نرم و سطوح بدن است.^۱ ماساژ درمانی از جمله شیوع‌ترین سبک‌های درمانی رو به گسترش طب مکمل در دنیاست.^۲ این حرفه، با پیش‌بینی افزایش ۱۰۰ درصدی بین سال‌های ۲۰۰۸ و ۲۰۰۹ به طور مداوم رو به افزایش می‌باشد. استفاده‌کنندگان از ماساژ در ایالات متحده، بین ۴ تا ۶ میلیارد دلار جهت ویزیت درمانگران ماساژ تا ۲۰۰۹ پرداخت کرده‌اند.^۳

بر اساس بررسی‌های مرکز ملی طب مکمل و ترفیقای (NCCIH) دولت آمریکا، تحقیقات زیادی در مورد اثرات ماساژ درمانی انجام شده است. هرچند که اغلب این مطالعات مقدماتی یا متضاد هستند، لکن شواهد علمی وجود دارد که نشان می‌دهد ماساژ ممکن است به شرایط طبی نظیر؛ افراد مبتلا به کمر درد کمک کرده و حتی کیفیت زندگی افراد مبتلا به افسردگی، سرطان و

۱. Benjamin J. Sadock, Virginia A. Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry. Edition 11, Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, Wolters Kluwer Health, 2015; chapter 24, p806.

۲- فصلنامه علمی "طب توانبخشی" دانشکده علوم توانبخشی، دوره ۱، شماره ۳، پاییز ۱۳۹۱، مقاله ۸، ماساژ درمانی در طب سنتی ایران، امیرمحمد جلاوت و همکاران، ص ۵۱-۶۱.

۳. "The Growing Massage Therapy Industry". Central Maryland School of Massage. Retrieved 8 July 2013.

۴- NCCIH: یک سازمان راهبردی وابسته به وزارت بهداشت دولت فدرال آمریکا است، که در خصوص تحقیقات علمی مرتبط با سامانه‌های طبی یا مراقبت‌های بهداشتی، شیوه‌ها و فرآورده‌های طبی مختلفی که به طور کلی بخشی از طب مرسوم در نظر گرفته نمی‌شود، ارائه خدمت می‌کند.

ایدز را بهبود بخشد.^۱ ماساژ در چین نیز به طور گسترده ای انجام می شود و در دانشکده های پزشکی و بیمارستان ها تدریس می شود و یک بخش اساسی از حفظ سلامتی و مراقبت های بهداشتی اولیه (PHC) است.^۲

مزید بر این بالغ بر ۳۸ تا ۸۰ سبک و روش مختلف ماساژ در سطح دنیا تعریف شده که ماساژ برای درمان مهمترین نوع آن بشمار می رود.^۳ همچنین علاوه بر انتشار مقالات بسیار متعدد در منابع معتبر علمی الکترونیکی، حداقل ۴۵۲۰ عنوان کتاب نیز در این زمینه، تا سال ۲۰۱۷ فقط ثبت الکترونیک شده^۴ که از این تعداد حدود ۱۱۱۰ عنوان مربوط به کتابخانه انگلستان و تعداد ۱۷۷ عنوان مربوط به کتابخانه کنگره ملی آمریکا و تعداد ۱۲۷ عنوان مربوط به کتابخانه ملی پزشکی آمریکا است.^۵ در ایران نیز کارآزمایی های متعددی برای شناخت اثرات بالینی سبک های مختلف این روش درمانی مانند ماساژ سوئدی، هندی، رفلکسولوژی و غیره انجام شده است.^۶

در متون طب ایرانی بر ماساژ یکی از اصول حفظ تندرستی محسوب می شود و جایگاه خاصی در پیشگیری، درمان و تشخیص دارد.

متأسفانه علی الرغم تألیف بر «ریبوت درمان های غیر دارویی به درمان های دارویی منجمله ماساژ در این مکتب طبی»^۷ و انتشار مقالات متعدد علمی در این زمینه،^۸ فقدان کتابی

۱. <https://nccih.nih.gov/health/massage/massageintroduction.htm>.

۲. "What is Traditional Chinese Massage?" 365tcm.com. 2008-10-17. Retrieved 2013-02-26. ([https://en.wikipedia.org/wiki/Massage_\(TTCM\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Massage_(TTCM)))

۳- بهرامی طاقانکی حمید رضا و همکاران. بررسی تطبیقی ماساژ درمانی در مکتب طب ایرانی و چین، مجله طب سنتی اسلام و ایران، سال هفتم، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۵، ص ۱۷۳-۱۸۱.

<https://en.wikipedia.org/wiki/Massage> & <http://www.your-health-and-wellness-guide.com/Types-of-Massage-Therapy.html>

۴. <https://www.google.com/search?tbm=bks&q=message+therapy&oq=message>

۵. <https://catalog.loc.gov/> & <https://locatorplus.gov> & <https://explore.bl.uk>

۶- فصلنامه علمی "طب توانبخشی" دانشکده علوم توانبخشی، دوره ۱، شماره ۳، پاییز ۱۳۹۱، ص ۵۱-۶۱.

۷- خلاصه الحکمه (جلد ۳): محمد حسین عقلی خراسانی شیرازی، تصحیح: اسماعیل ناظم، قم، اسماعیلیان، چاپ اول، ۱۳۸۵، ج ۱، ص ۲۲.

۸- برخی از این نگارش های علمی دانشگاهی به شرح ذیل می باشد: بررسی نظرات حکمای ایرانی در خصوص «دلک» در کتاب «تحفه سعیدیه» (فصلنامه تاریخ پزشکی، سال پنجم، شماره چهاردهم، بهار ۱۳۹۲، ص ۵۰-۶۴) - ماساژ درمانی در طب سنتی ایران (فصلنامه علمی طب توانبخشی دانشکده علوم توانبخشی، دوره ۱، شماره ۳، پاییز ۱۳۹۱، مقاله ۸، ص ۵۱-۶۲) - مروری بر فوائد دلک و اقسام آن در طب سنتی (اولین همایش ملی دانشجویی مدیریت و فناوریهای نوین در علوم بهداشتی،

معتبر و نسبتاً جامع که بتواند جوابگوی پزشکان و دستیاران طب ایرانی در بالین بیماران باشد و بطور اصولی و روشمند شیوه‌ها و مراحل این گونه ماساژها را با توجه به شرایط مزاجی، سنی و طبی افراد توصیف، تبیین و طبقه‌بندی و حتی بعضاً نامگذاری نماید؛ احساس می‌شود. این مجموعه در راستای پر شدن این خلاء علمی و با تأکید بیشتر بر آموزه‌های طب ایرانی ابتدا در قالب طرح پایان نامه دکترای تخصصی توسط دکتر مهدی زروندی دانشجوی ph.D طب ایرانی و با راهنمایی و مشاوره اساتید دانشگاه آقایان دکتر علی خورسند و دکتر مهدی یوسفی تنظیم و نگارش یافته و آنگاه پس از سیر مراحل داوری و تصویب در واحد انتشارات دانشگاه علوم پزشکی مشهد و با باره‌ای تغییرات به شکل کتاب به چاپ رسیده است. لازم به ذکر است جهت غنای بیشتر کتاب سعی شده بطور همزمان از منابع طب رایج و برخی کتب ماساژ نیز حداکثر بهره‌مندی صورت بگیرد.

مؤلفان به سهم خود راجع به معاونت پژوهشی دانشگاه به خاطر چاپ این کتاب، کمال تقدیر و تشکر را دارند. امید است که این کتاب به دست پسندهای عزیز نیز کاستی‌های این اثر را بر ما ببخشاید و تکامل این اثر از نظرات عباد و انتقادات سازنده‌ی ایشان بی بهره نگردد.

مؤلفان ۱۳۹۷/۳/۲۰

سلامت و محیط زیست، تهران: دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران، ۱۳۸۹). - غمزدرمانی در پزشکی ایرانی و مقایسه آن با بازتاب درمانی (مجله طب سنتی اسلام و ایران، سال سوم، شماره ۴، زمستان ۱۳۹۱، ص ۳۹۵-۴۰۵). - بررسی تطبیقی ماساژ درمانی در مکتب طب ایرانی و چین (مجله طب سنتی اسلام و ایران، سال هفتم، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۵، ص ۱۷۳-۱۸۱). - مقایسه ماساژ در طب سنتی ایرانی با سایر مکاتب مرسوم ماساژ (خلاصه مقالات کنگره ملی طب و داروسازی سنتی و طب → مکمل، تهران، آذر ۹۵، ص ۴۷). - بررسی اثربخشی یک نوع ماساژ (دلک) سنتی ایران بر رادیکولوپاتی کمری (پایان نامه)، دانشگاه علوم پزشکی ایران، دانشکده طب سنتی، ۱۳۹۳. و...