



روش های طب سنتی (ایرانی) فصد؛ رگ زنی

روش های در مان در طب سنتی آنچنان در دنیای امروز جایگاه خود را پیدا کرده است که طرفداران طب نوین این دو روش (سنتی و نوین) را مکمل هم به حساب می آورند و پژوهش ها حاکی از این است که برای در مان بیماری ها استفاده از طب سنتی همراه با در مان ساده تر، هزینه های کمتری هم دارد. در این شماره با یکی دیگر از این روش ها با نام فصد (Fasd) آشنا می شویم:

یکی از روش های موفق و تاثیر گذار در طب سنتی (ایرانی) «فصد» نام دارد که در واقع روش های خون گیری به حساب می آید. با اجرایی «فصد» می توان بسیاری از سموم بدن را به ویژه در زمان هایی که سودا و مواد زاید در خون رسوب کرده و افزایش پیدا می کند، دفع می کند.

دکتر سعید اسکندری که خود چند سالی است در زمینه طب سنتی فعالیت می کند، در خصوص این روش و شرایط استفاده از آن توضیح می دهد.

وی می گوید: فصد در واقع همان رگ زدن می باشد که البته باید توسط افراد متخصص انجام گیرد. در غیر این صورت چون رگ های فصد به طور معمول مجاور با اعصاب و عروق دیگر است می تواند عوارض جبران ناپذیری برای بیمار در پی داشته باشد. به همین دلیل عمل فصد باید با شناخت رگ مورد نظر، تکنیک خاص و لوازم مخصوص صورت گیرد و توجه به این مسئله که فصد فقط در مورد بیماری های خاصی انجام می گیرد ضروری است.

وی با اشاره به تعداد عروقی که در عمل فصد استفاده می شود می افزاید: حدود ۹ رگ اصلی و ۱۴ رگ فرعی برای فصد به کار می آید که مهم ترین آن ها باز بلیک، سیاتیک، وسفالیک می باشند. البته در منابعی هم ۶۰ رگ ذکر شده است.

دکتر اسکندری خاطر نشان می کند: نقرس، سیاتیک، هموروئید، دیابت، بیماری های گوارشی، احتقان ریوی و پاکسازی ۴ طبع در بدن را می توان با این روش در مان کرد.

دکتر اسکندری با اشاره به دیگر جزئیات عمل فصد می گوید: اگر فصد یا رگ زنی توسط یک فرد مجرب انجام شده باشد، نه تنها هیچ خطری ندارد بلکه بسیار مفید هم هست. در انجام فصد نیاز به بخیه بیهوشی نیست و با بی حس موضعی و بدون درد در مان صورت می گیرد.

وی تاکید می کند: زمان استفاده از فصد پس از ۱۴ سالگی است و شخص می تواند بعد از انجام آن به کار های روزمره بپردازد.

نگرانی برای یافتن پول شما را بیماری می کند



تحقیقات نشان می دهد نژادیک به یک سوم مردم به قدری در

مورد وضعیت مالی خود نگران هستند که روی وضعیت سلامت و روابطشان تاثیر منفی گذاشته و ۲۰ درصد از مردم اعلام کردند که حس می کنند هیچ کنترلی روی وضعیت مالی خود ندارند ۱۲ درصد نیز مشکلات مالی خود را در حال تبدیل شدن به یک بار سنگین عنوان کرده اند. یک سوم افراد مورد تحقیق معتقد بودند مشکلات مالی باعث بروز استرس در زندگی آن ها شده است، ۲۱ درصد دچار مشکلات خواب و ۱۹ درصد از فردی رنج می برند و ۱۶ درصد نیز مشکلات مالی را عامل بروز مشاجره در محیط خانه عنوان کرده اند.

مصرف داروهای آرام بخش زمینه ساز بیماری های روحی است



دارو ها بسیار شدید تر از اعتیاد به مواد مخدر است.

یک متخصص هشدار داد: مصرف خودسرانه داروهای آرام بخش در دراز مدت زمینه ساز اعتیاد به مواد مخدر، بیماری های روحی و فراموشی است.

دکتر آذر خش مگری افزود: مصرف این دارو ها همچنین بر روی سیستم مغز اثر نامطلوبی دارد و توانایی ذهن را کند می کند.

معاون مرکز مطالعات اعتیاد دانشگاه علوم پزشکی تهران با بیان اینکه مردم تصور می کنند داروهای آرام بخش موجب تسکین درد می شود، اظهار داشت: مصرف خودسرانه و بیش از حد این

یک مخترع و دندان پزشک جوان مشهدی در گفتگو با شهر آرا:

بادر آمد طبابت، اختراع می کنم

با تولید این وسیله تا چه اندازه در هزینه های ارزی کشور صرفه جویی می شود؟

متأسفانه در آن سال ها خیلی به ادار ه های مرتبط مراجعه کردم تا میزان واردات آن اطلاع پیدا کنم، اما بعد از پیگیری های بسیار متوجه شدم به دلیل سبک و کم حجم بودن این محصول همراه مسافران وارد کشور می شود و نمی توان آمار دقیقی از واردات آن به داخل کشور بیان کرد.

در این مسیر با چه مشکلاتی مواجه شدید؟

مشکلات بسیاری را تحمل کردم. مثلاً برای ساخت پین داخل کانال دندان پزشکی که این محصول رانیز برای اولین بار خودم ساختم، پیچی برای تکمیل لازم داشتم. همان زمان به کارخانه ای مراجعه کردم که از لحاظ ساخت انواع پیچ در خاورمیانه بی نظیر است اما هنگامی که پیچ مورد نظر را به آن ها نشان دادم، گفتند در کشور امکانات تولید آن را نداریم. زیرا این پیچ ها بسیار ظریف هستند و فقط کشور سوئیس می تواند آن ها را بسازد. اما با فکر و روشن آزمون و خطا توانستم پیچ مورد نظر را خودم بسازم.

و صحبت آخر!

حمایت معنوی و مالی از افرادی که در این راه قدم برمی دارند بسیار مهم است، بسیاری از جوانان ما با پشتکار و تلاش به نوآوری های مختلف در عرصه های علمی دست پیدا می کنند.



جرم گیر استفاده می کنند زیرا کیفیت آن همانند نوع مشابه است و از نظر قیمت هم بسیار مناسب تر از مشابه خارجی آن می باشد.

تولید انبوه سیده است؟

بعد از تایید مرکز تحقیقات، خط تولید آن را به یک شرکت واگذار کردم. اکثر دندان پزشکان از قلم

از روش مهندسی معکوس استفاده کردم. این روش کاملاً عملی است، به این ترتیب که وسیله مورد نظر را به اجزای تشکیل دهنده تجزیه کرده، الگوبرداری و سپس آن را به هم متصل می کنند که به نوعی کپی برداری از قطعات است.

از چهارگان های کمک گرفتید؟

انجام این کار بخش های متفاوتی داشت: از دانشکده فنی و مهندسی شیمی و کارخانه لعاب مشهدویبارک علم فن آوری برای ساخت این وسیله کمک گرفتم.

و چقدر هزینه داشت؟

از همان ابتدا همه کارها را با هزینه شخصی انجام دادم. در واقع طبابت کردم و در آمد حاصل از آن کارهای جانبی انجام دادم.

آیا قلم جرم گیر را به مرکز تحقیقات دانشگاه هم عرضه کردید؟

بله، بعد از اینکه نمونه ساخته شد، آن را به مرکز تحقیقات علوم دندان پزشکی معرفی کردم، آن ها در جواب نامه ای نوشتند که شما تجهیزات را وارد کردیم. می دانستم راه دشواری در پیش دارم. کاری که دوست داشتم انجام بدهم پیچیدگی خاص خود را داشت، و بالاخره در سال ۷۹ توانستم قلم جرم گیر دندان پزشکی را بسازم که تا قبل از آن، این وسیله از خارج وارد می شد.

دکتر! چه شد که به فکر اختراع افتادید؟

همیشه به این فکر می کردم که بتوانم با ساختن وسایل دندان پزشکی از خروج ارز از کشور جلوگیری کنم و تحقیقاتم را در زمینه تجهیزات دندان پزشکی شروع کردم. می دانستم راه دشواری در پیش دارم. کاری که دوست داشتم انجام بدهم پیچیدگی خاص خود را داشت، و بالاخره در سال ۷۹ توانستم قلم جرم گیر دندان پزشکی را بسازم که تا قبل از آن، این وسیله از خارج وارد می شد.

در ساخت قلم جرم گیر از چه شیوه ای بهره بردید؟

پیام سلامتی

برای از بین بردن بوی دهان استعمال دخانیات را ترک و در مصرف غذاهای حاوی سیر، کلم، شلغم و حبوبات پرهیز کنید. به صورت دوره ای

برای اصلاح پوستی گی ها و جرم گیری دندان ها به دندان پزشک مراجعه کنید.



نکته روز

ویژگی های دستمال کاغذی مناسب

دستمال کاغذی به لحاظ یک بار مصرف بودن و همچنین قیمت ارزان، طرفداران زیادی در حوزه سلامت و رعایت بهداشت دارد. اما برخی خانواده ها بدون اطلاع از ویژگی های کیفی محصولات بهداشتی، دستمال کاغذی خرید می کنند. از این رو، دانستن چند مورد از ویژگی های دستمال کاغذی با کیفیت، احتمالاً در اقتصاد خانواده شما تأثیری مثبت (هر چند اندک) خواهد داشت. دستمال کاغذی باید از خمیر الیاف سلولزی به رنگ سفید یا لوان باشد. دستمال کاغذی باید کرب شده (منظور از کرب، چین خوردگی های سطح کاغذ است که هنگام تولید آن به منظور افزایش سطح تماس و در نتیجه بالاترین میزان سرعت جذب آب ایجاد می شود، به طوری که هنگام پاک کردن دست خیس بعد از نیم ساعت حالت اولیه خود را به دست آورد و اگر دستمال بلافاصله در تماس با آب خیس پودر شود، حتماً مواد شیمیایی زیادی در آن به کار برده شده است)، همچنین فاقد پرز (الیاف خرد شده)، الیاف کلوخه شده، سوراخ، لکه و سایر اجسام خارجی باشد. زمانی که برگ دستمال کاغذی را در مقابل نور قرار می دهید، باید پرانندگی الیاف به طور یکنواخت دیده شود. رنگ به کار رفته در ساخت دستمال های کاغذی باید از رنگ های مجاز و ثابت باشد و با رنگ بسته محتوی دستمال کاغذی هم رنگ و متناسب باشد.

خانگی

چگونه از برکت سفره تان نگهداری می کنید؟



از گذشته های دور همیشه نان در فرهنگ ایرانی به عنوان برکت خانه شناخته می شده است. رفتار پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها همین را نشان می دهد. اما متأسفانه بعضی از ما روزی ها کمتر به این گونه مسائل توجه می کنیم. حالا خیلی وقت ها نان هادر خانه های ما دور ریخته می شود در حالی که بخش عمده ای از آن به خاطر شیوه د نگهداری ماست. روش های زیر به شما کمک می کند تا کمترین دورریز نان را داشته باشید:

- چیدن نان های داغ بر روی هم، کپک زدگی را تسریع، فاسد شدن را تسهیل و ضایعات را تشدید می کند.
- قبل از سرد شدن کامل نان ها، آن ها را دسته نکنید. نان سرد شده را نیز در پلاستیک در بسته بگذارید.
- خریدن نان مازاد بر نیاز روزانه، یکی از علل افزایش ضایعات نان است. از خرید نان اضافی خودداری کنید.
- حرارت نان باعث کپک زدگی زودرس آن می گردد. از دسته کردن نان داغ جداً پرهیز کنید.
- نان خوب مستلزم داشتن آرد با کیفیت، نانوائ خوب و نگهداری صحیح است.
- از خوردن نان سبوس دار در وعده های غذایی خود غافل نشوید. مصرف نان سبوس دار در هر وعده غذایی ۲۰ تا ۴۰ درصد خطر ابتلا به بیماری های قلبی و گوارشی را کاهش می دهد. خوردن نان سبوس دار مانع از جذب سریع قند و چربی در خون می گردد.
- نان های تیره (حاوی سبوس بیشتر) ارزش غذایی بالاتری نسبت به نان های سفید و روشن دارند.
- قرار دادن نان در یخچال، بیات شدن آن را تسریع می کند.
- انباشت شدن نان داغ قبل از سرد شدن، باعث تغییر حالت ظاهری، بیات شدن و زودرس، تسریع در کپک زدگی، تشدید ضایعات و ایجاد بیماری گوارشی می گردد.
- نان سرد شده را در سفره در بسته نگهداری نمایید.
- هنگام خرید نان حتماً یک سفره پارچه ای یا

افقی:

۱- پیروزی بسیار بزرگ و ارزشمند - پار «رای» در «کلیله و دمنه» - ۲- نوعی کشتی کوچک - مغازه - هلال ادبیاتی! - ۳- گیتی - خاک کوزه گری - موسیقیدان آلمانی - ۴- درد چشم - به هم چسبیده - متعصب و فخری - ام الخیثات! - ۵- نام کهن توس - اضافه بار - الفبای حیات! - ۶- عید بزرگ رمضان - نام معشوق ویس - نپذیرفته - ۷- ضمیر بی حضور! - از خشکبار صادراتی - ابزار کار قصاب - ۸- ترازو - منسوب به ماهیت - ۹- تکه پارچه ای که چیزی در آن پیچیده و گره زده اند - تنگ شیشه ای با دهانه تنگ - از مصالح ساختمانی - ۱۰- سرزنگری - سرزده و بدون اطلاع قبلی - بی ایا املا هم سستون بدن است! - ۱۱- آتش اندک! - چندین صورت! - آب این گونه نمی رود! - ۱۲- انتها - درد ماهیچه بر اثر ضربه - صوت تنبیه - ۱۳- فرزند فرزند! - کامیون ارتشی - تکان و جنبش - برادر شیرازی! - ۱۴- گروهک تندروی تروریستی کشورهای افغانستان و پاکستان - رئیس و سردسته - ترش و شیرین - ۱۵- لبه برآمده پشت بام - یکی از واحدهای سنجش دمای هوا

عمودی:

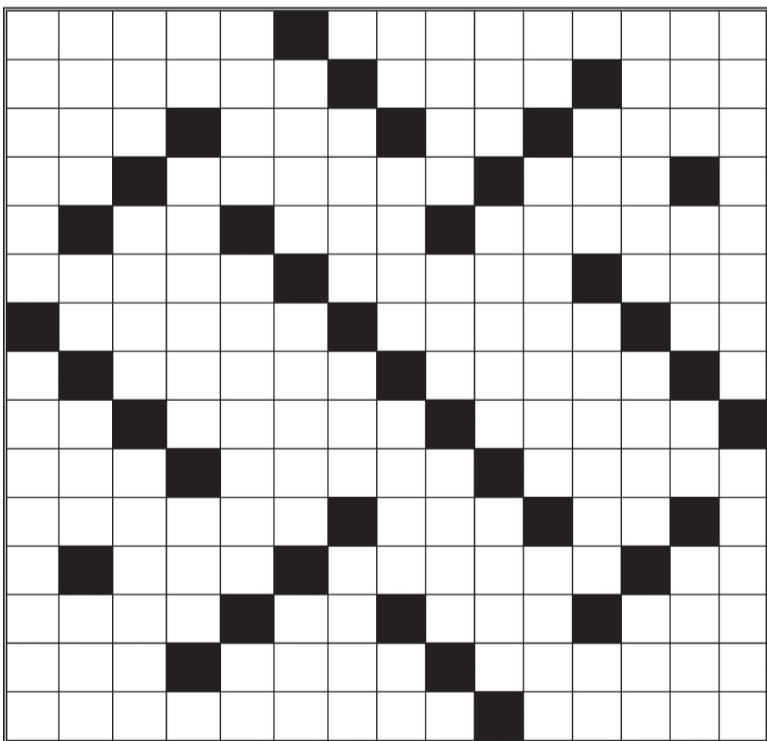
۱- بیماری عفونت ویروسی دستگاه عصبی کودکان که بر نامه ریشه کنی آن در سال ۱۳۸۳ باواکسیناسون سراسری «سان» در کشورمان آغاز شد - باز پرس - ۲- بدنه - لباس صاف کن برقی - مخترع تلفن - فریاد کشیدن است و بازیکن عراقی تیم فوتبال پرسپولیس تهران - ۳- عیدقربانی که باجمعه مصداق شده - این پول را در ترکمستان خرج کنید! - قهرمان سرزمین «ترویا» - ۴- بسپار نورانی - به آن درخت بهرام هم گویند - حرف دوم انگلیسی - ۵- دشمن سرسخت - اغتشاش در کارآرادیو و تلویزیون و امثال آن - نامی برای گراز - ۶- اندیشه و سگال - مرد شماره دو تنیس جهان - جنگی که بین امام علی (ع) با معاویه

طراح: محمدرضا علیزاده

شماره ۱۱۵

جدول

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵



باسخ جدول شماره قبل

۱	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	ا	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش
۲	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۳	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۴	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۵	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۶	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۷	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۸	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۹	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۱۰	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۱۱	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۱۲	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۱۳	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۱۴	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص
۱۵	ب	پ	ت	ث	ج	چ	ح	خ	د	ذ	ر	ز	س	ش	ص