

سلامت بهتر با کایروپراکتیک

(اقتباس شده از انجمن علمی کایروپراکتیک ایران)



دکتر سیروس سلیمیان

متخصص کایروپراکتیک از کانادا (CMCC)

دارای بوردهای National و provincial از کانادا - انتاریو (CCO)

عضو رسمی انجمن علمی کایروپراکتیک ایران و کانادا

نظام پزشکی: ۳۳۳۸۳ نظام کایروپراکتیک: ک - ۳۴

درمان و پیشگیری بیماری های ستون فقرات ، دیسک کمرو کردن ،

سپاتیک ، آرتروز ، میگرن ، سردرد ، گزگز و بی حسی دست و پا بدون جراحی

تلفن : ۸۸۷۳۲۷۵۵

تهران - خ دکتر بهشتی - نبش خیابان سرافراز

WWW.DRSALIMIAN.COM

ساختمان پزشکی تهران ، طبقه سوم

فهرست

- ۱- تاریخچه علم کایروپراکتیک چیست؟
- ۲- لغت کایروپراکتیک به چه معناست؟
- ۳- تئوری یا پایه و اساس کایروپراکتیک چیست؟
- ۴- اجاستمنت (ADJUSTMENT) چیست؟
- ۵- مزایای اجاستمنت چیست؟
- ۶- ملاقات اول با پزشک کایروپراکتیک چگونه است؟
- ۷- چه علتی باعث بی نظمی یا خارج شدن مهره های ستون فقرات از وضعیت بالانس می شود؟
- ۸- بیماری دیسک چیست؟ و ناراحتی های ناشی از دیسک چیست؟
- ۹- در حال حاضر در دنیا بهترین روش درمان دیسک کمر چیست؟
- ۱۰- درمان در این طب چه بیماریهایی را شامل می شود؟
- ۱۱- طول درمان برای بهبودی کامل به شیوه کایروپراکتیک چه مدت است؟
- ۱۲- از چه سنی می توان درمان کایروپراکتیک را آغاز نمود؟
- ۱۳- چرا باید پیشگیری کنیم؟
- ۱۴- آیا درمان کامل با کایروپراکتیک حاصل می شود؟
- ۱۵- آیا در درمان به شیوه کایروپراکتیک بر وضعیت روحی تاکید می شود؟ آرامش اعصاب تا چه اندازه در درمان موثر است؟
- ۱۶- ارگونامیک چیست و آیا پزشک کایروپراکتیک در مورد این موضوع توصیه ای به بیمار می کند؟
- ۱۷- آیا بی نظمی مفاصل باعث دیسک کمر می شود؟
- ۱۸- آیا فشارهای روحی باعث تشدید میگرن می شود؟
- ۱۹- درمان میگرن چگونه به وسیله کایروپراکتیک انجام می پذیرد؟
- ۲۰- آیا برای مراجعه به یک پزشک کایروپراکتیک حتما لازم است که انسان بیمار باشد؟

۱- تاریخچه علم کایروپراکتیک چیست؟

بشراط پدر علم پزشکی و پس از او ابوعلی سینا پزشک بزرگ ایرانی با انجام دادن تنظیم و تطبیق روی ستون فقرات و مفاصل به درمان فیلی از بیماریها پرداخته اند. اما در سال ۱۸۹۵ میلادی محقق بنام D.PALMER با استفاده از تنظیم و تطبیق ستون فقرات روی چندبیمار تاجیح بسیار مطلوبی بدست آورد. و حال در بیشتر کشورهای جهان به عنوان یکی از مهمترین روشهای درمانی به منظور گسب و حفظ سلامتی ستون فقرات و مفاصل شناخته شده است.

۲- لغت کایروپراکتیک به چه معناست؟

لغت کایروپراکتیک از دو بخش یونانی تشکیل شده است. بخش اول (Chiro) به معنای دست و بخش دوم (Practic) به معنای معالجه و درمان می باشد.

۳- تئوری یا پایه و اساس کایروپراکتیک چیست؟

کایروپراکتیک بر اساس سه اصل پایه ریزی و بنا شده است که عبارتند از:

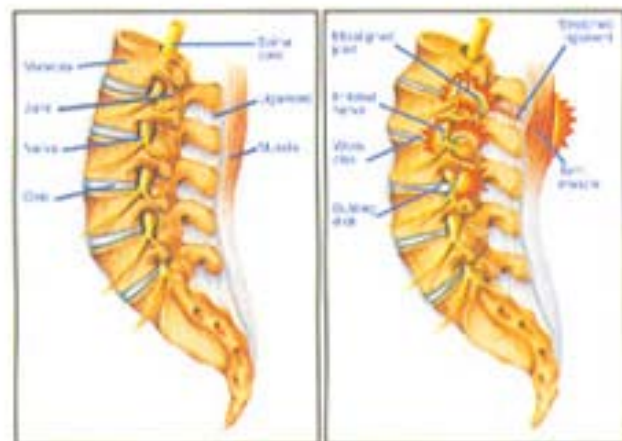
- ۱ - علم پزشکی
- ۲ - علم تنظیم و تطبیق مفاصل و ستون فقرات جهت پیشگیری و درمان.
- ۳ - فلسفه: اساس فلسفه کایروپراکتیک توجه به این امر مهم و حیاتی است که بدن انسان دارای قابلیت خودسازی و بازسازی می باشد. این قابلیت حیاتی تحت کنترل مغز و نخاع و تمامی اعصاب منشعب از آن می باشد. بنابراین از آنجا که جمجمه محافظ مغز است و ستون فقرات محافظ نخاع و اعصاب منشعب از آن می باشد. سلامت ستون فقرات امری بسیار ضروری است.
- از دیدگاه یک پزشک کایروپراکتیک ستون فقرات به عنوان پایه و اساس سلامت شناخته شده است و علت اصلی بروز امراض و بیماریهای ناشی از ستون فقرات اختلال عملکرد درمال سیستم عصبی ماهیچه ای و استخوانی بدن می باشد. سلامت و بهبودی بیماره وسیله اجاستمنت صورت می پذیرد.

۴- اجاستمنت (ADJUSTMENT) چیست؟

اجاستمنت فقط توسط پزشک کایروپراکتر انجام می شود. در انجام اجاستمنت هنر استفاده از دستان بسیار مهم می باشد، چون مقدار فشار وارده، سرعت و محل فشار همگی باید اندازه گیری شود تا اجاستمنت بطور صحیح و دقیق انجام گیرد.

۵- مزایای اجاستمنت چیست؟

- کاهش دردهای حاصل از انقباضات عضلانی
- کاهش تورم و درد حاصل از آن
- بهبود بخشیدن جریان خون در ناحیه آسیب دیده
- بهبود بخشیدن جریان سیستم عصبی در ناحیه آسیب دیده
- بهبود بخشیدن در وضعیت حرکت مفاصل



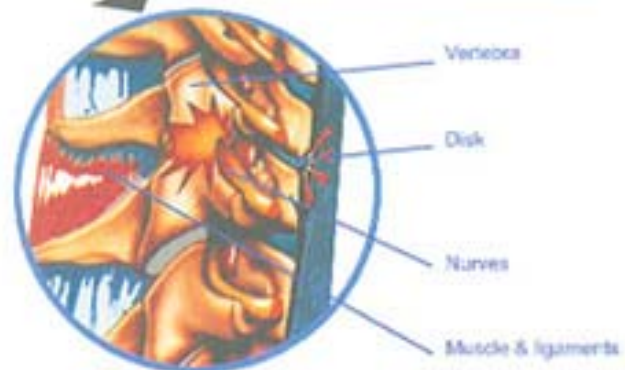
۶- ملاقات اول با پزشک کایروپراکتر چگونه است؟

پزشک کایروپراکتر با بررسی تاریخچه بیماری و سپس لمس کردن ستون فقرات بدون حرکت و با حرکت و تعیین بی نظمی مفاصل و بافتهای اطراف ناحیه آسیب دیده و پس از رویت نتایج آزمایشات کامل از جمله آزمایشهای ارتوپدی، عصبی، کایروپراکتریک و پرتونوگرافی لازم MRI - E M G (تست الکتریکی ماهیچه) و تراکم استخوان و ... به منشا، بیماری پی می برد و به معالجه آن می پردازد.

البته باید متذکر شد که پزشک کایروپراکتریک هلستیک عمل می کند، در واقع وضعیت کلی روحی و جسمی بیمار را نیز در نظر می گیرد.

۷- چه عللی باعث بی نظمی یا خارج شدن مهره های ستون فقرات از وضعیت بالانس می شود؟

استفاده نادرست از ستون فقرات، استرس، تغذیه نامناسب، صدمات ناشی از تصادفات، ورزش نامصحیح و انجام کار (کار منزل - کار خارج منزل) با ارگونومی غلط



۸- بیماری دیسک چیست؟ و ناراحتی های ناشی از دیسک چیست؟

ستون فقرات از ۲۴ مهره متحرک تشکیل شده است که بین مهره های هر یک، ۲۳ مهره کاملاً متحرک، ۲۳ دیسک کامل وجود دارد. عمل اصلی دیسک تنظیم فشار و کنترل استرس (فشارهای بیومکانیکی) به ستون مهره ها می باشد. آسیب دیدن در این عضو مهم باعث نزدیک شدن فضای بین دو مهره می گردد. این امر باعث تحریک ریشه عصب محیطی می شود که نهایتاً منجر به بوجود آمدن اثرات بالینی همچون سیاتیک، درد و بی حسی و ضعف عضلانی می شود. شایعترین علل پیدایش بیماری دیسک خشک شدن بخش خارجی دیسک است که این امر اصولاً به دلیل فرسودگی زود رس ناشی از اختلال حرکتی ستون فقرات ایجاد می شود.

با مطالعاتی که در سراسر دنیا از جمله امریکا، کانادا، استرالیا و انگلیس انجام شده است، به این نتیجه رسیده اند که بهترین روش پیشگیری و درمان غیرتهاجمی دیسک کمر کایروپراکتیک است که ۹۰٪ بیماران به وسیله آن درمان می شوند.

۱۰- چه بیماریهایی با روش کایروپراکتیک قابل درمان می باشد؟

درمان دردهای عصبی، عضلانی و استخوانی (مفاصل) و همچنین درمان اختلالات ستون فقرات از جمله دیسک کمر و سیاتیک دیسک گردن، آرتروز، میگرن، بی حسی و خواب رفتگی دستها و پاها بیشترین فعالیتهای درمان کایروپراکتیک را شامل می شود.

۱۱- طول درمان برای بهبودی کامل به شیوه کایروپراکتیک چه مدت است؟

طول درمان بستگی به چندین عامل دارد.

از جمله سن، ژنتیک، جنسیت، حاد و یا مزمن بودن، وجود فشارهای روحی و جسمی، در صد آسیب دیدگی به بافت مورد نظر و شرایط کاری، که تمام این عوامل تعیین کننده زمان بهبودی و درمان هستند. به عنوان مثال: طول درمان در دو بیمار هم سن و مبتلا به دیسک یکسان که یکی از آنها دارای روح و روان آرام و مثبت گرا و دیگری منفی گرا و عصبی قطعاً یکسان نیست. در ضمن عواملی نظیر انجام کارهای سنگین و شرایط شغلی دشوار، سن بالا، کشیدن سیگار و یا سایر مشکلات پزشکی نیز می تواند در طول درمان اثر منفی داشته باشد.

۱۲- از چه سنی می توان درمان کایروپراکتیک را آغاز نمود؟

محدودیت سنی ندارد. زیرا بی نظمی های ستون فقرات در هر سنی امکانپذیر است.

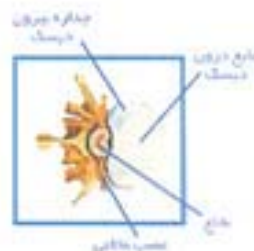
۱۳- چرا باید پیشگیری کنیم؟

شایان به ذکر است که اکثریت بیماران که دچار اختلالات

دیسک ایده آل



دیسک بیمار



۹- در حال حاضر در دنیا بهترین روش درمان غیر تهاجمی دیسک کمر چیست؟

بهترین روش غیر تهاجمی که در حال حاضر در دنیا وجود دارد، کایروپراکتیک است.

پیشرفته ستون فقرات می باشند، دارای سابقه دردهای طولانی مدت هستند که متأسفانه بیماری آنها به درستی تشخیص و درمان نشده است. در صورتیکه اگر این افراد در مراحل اولیه بیماری به پزشک کایروپراکتیک مراجعه نموده بودند، نه تنها در مدت کوتاه‌تری معالجه می شدند، بلکه از اختلالات پیشرفته ستون فقرات و مفاصل آنها نیز پیشگیری بعمل می آمد. (پیشگیری بهتر از درمان است)

۱۴- آیا درمان کامل با کایروپراکتیک حاصل می شود؟

تنها جوابی که می توانیم به این سوال بدهیم این است که: اگر ناراحتی بیمار در رابطه با تخصص کایروپراکتیک باشد ارزاترین، بهترین و موثرترین روش برای درمان می باشد.

۱۵- آیا در درمان به شیوه کایروپراکتیک بر وضعیت روحی تاکید می‌شود؟ آرامش اعصاب تا چه اندازه در درمان موثر است؟

بلی. بسیار موثر است. وقتی شخصی از لحاظ روحی در فشار است، هورمونهایی در بدن او ترشح می شود که اثر منفی بر ناحیه آسیب دیده می‌گذارد و باعث طولانی شدن طول درمان می شود. به عنوان مثال: شخص مبتلا به میگرن یا دیسک کمر و ... در شرایط عصبی و بحرانی، باعث تشدید درد و طولانی شدن دوره درمان می شود.

۱۶- ارگونامیک چیست و آیا پزشک کایروپراکتیک در مورد این موضوع توصیه ای به بیمار می کند؟

ارگونامیک یک روش آموزش صحیح استفاده از بدن است و پزشک کایروپراکتیک به منظور جلوگیری از آسیب‌های احتمالی وارده از محیط کار و زندگی و یا ورزش توصیه های لازم را با در نظر گرفتن شرایط آن بیمار تجویز می نماید. بطور مثال: برنامه نویس کامپیوتر، دندانپزشک، آرایشگر، خانه دار و ...

۱۷- آیا بی نظمی مفاصل باعث دیسک کمر می شود؟

بلی. از بین رفتن نظم و بالانس در یک واحد ستون فقرات (دومره و دیسک بین آنها) منجر به آسیب دیدگی بافت نرم اطراف

آن واحد عضلات گشته و یا بوجود آمدن بی ثباتی اسپاسم (گرفتگی عضلات) بروز می کند و تغذیه ناحیه آسیب دیده که بوسیله جریان خون انجام می شود مختل می گردد. این در حالی است که دیسک بین مهره ها که در شرایط سالم از ۸۵٪ آب تشکیل شده است برای حفظ سلامتی و تغذیه سالم نیاز مبرم به حرکت بین دو مهره را دارد.

هرگونه اختلال در حرکت بین دو مهره می تواند در دراز مدت منجر به خشکی و ضعف دیسک شود و این مسئله باعث پارگی قسمت خارجی آن شده و سپس محتوای مرکزی آن که ژلاتینی می باشد به خارج راه می یابد و به ریشه عصب و نخاع فشار وارد می کند و این امر یکی از دلایل بروز امراض مربوط به دیسک کمر و دردهای انتشاری ناشی از آن مثل بیحسی پا و ضعف عضلات و ... می باشد.

قابل ذکر است قبل از این که دیسک آسیب دیده و سپس پاره شده به ریشه عصبی و نخاع فشار وارد کند ممکن است بیمار هیچ دردی احساس نکند، بنابراین بهتر است با مراجعه به یک کایروپراکتور و چکاپ ستون فقرات پیشگیری از دیسک کمر و دردهای ناشی از آن به عمل آید.

۱۸- آیا فشارهای روحی باعث تشدید میگرن می شود؟

بلی. دردهای میگرنی که یکی از علل تشدید کننده آن اختلالات ستون فقرات کردن می باشد، به درمان پرورش کایروپراکتیک پاسخ مثبت می دهد.

۱۹- درمان میگرن چگونه به وسیله کایروپراکتیک انجام می پذیرد؟

میگرنی که یکی از علل تشدید کننده آن اسپاسم ماهیچه‌های گردن باشد توسط کایروپراکتیک بهبود می یابد.

۲۰- آیا برای مراجعه به یک پزشک کایروپراکتیک حتما لازم است که انسان بیمار باشد؟

خیر. برای اینکه شما می توانید کمردرد نداشته باشید، اما دچار محدودیت‌های بین مهره‌ای باشید که در صورت عدم تشخیص و درمان به موقع، می تواند منجر به دیسک کمر پیشرفته شود. پس نتیجه می گیریم که در بعضی مواقع حتی در صورت عدم درد، بیماری می‌تواند وجود داشته باشد.