

طب سوزنی یا سوزن درمانی ، از جمله مراقبت های بهداشتی چین است که قدمت آن حداقل به ۲۵۰۰ سال پیش بر می گردد. به طور کلی این طب سنتی به عمل نفوذ سوزن های نازک و فلزی به پوست اطلاق می شود که از طریق حرکات ملایم و خاص دست پزشک یا با تحریک الکتریکی فعال می شوند، توصیه می کنم اگر می خواهید تحت این پروسه درمانی قرار بگیرید ، این مقاله که توسط دکتر کتایون عمانیان تهیه شده است را تا انتها مطالعه نمایید. اگر می خواهید تحت این درمان قرار بگیرید ، می توانید به ایشان که بهترین دکتر طب سوزنی در تهران هستند مراجعه کنید.



نظریه کلی این طب سنتی بر این فرض استوار است که بدن انسان بیش از ۲۰ نقطه برای سوزن درمانی دارد که توسط مسیرهایی به هم متصل شده اند. این مسیرها از طریق بدن ، یک جریان انرژی (Qi) ایجاد می کنند که مسئول سلامت کلی است و اختلال در این جریان ، می تواند باعث بیماری شود. اعتقاد بر این است که با استفاده از سوزن درمانی در نقاط خاص ، می توان سبب بهبود جریان Qi شده و در نتیجه سلامت را بهبود بخشید.

### درمان با طب سوزنی

مطالعات انجام شده ، نشان داده است که سوزن درمانی برای شرایط مختلف می تواند بسیار مثر ثمر واقع گردد ؛ البته باید خاطر نشان نمود که این روش درمانی بر روی همه افراد قابل انجام نیست. از این رو در صورتی که تمایل به استفاده از این روش دارید ، حتما با بهترین دکتر طب سوزنی تهران مشورت کنید. لازم به ذکر است که انجام روش درمانی این طب سنتی تنها در صلاحیت پزشکانی است که آموزش های لازم در این زمینه را پشت سر گذاشته و مدرک معتبر برای انجام آن را دارا می باشند.

### آیا انواع مختلفی از طب سوزنی وجود دارد ؟

بعضی از متخصصان این طب سنتی که عمدتاً از اصول سنتی و قدیمی چینی ها پیروی می کنند ، تمرکز اصلی شان بر هدایت انرژی Qi در تمام بدن می باشد. متخصصان دیگر نیز به سبک طب غربی ، از سوزن ها به جهت تحریک سیستم های بدن استفاده می کنند. شایان ذکر است که بسیاری از پزشکان ، ترکیبی از این دو رویکرد را انجام می دهند. دیگر رویکرد این طب سنتی ، در راستای درمان سندرم درد میوفاسیال است. این عارضه عضلات و بافت های پیوندی را تحت تاثیر قرار می دهد. زمانی که عضلات تحت فشار یا صدمه قرار می گیرند ، اغلب موجب تحریک نقاط ماشه ای و نواحی دردناک می شوند. نقاط ماشه ای در ماهیچه ها ممکن است باعث بروز درد در دیگر نقاط بدن شوند. بهترین دکتر طب سوزنی تهران به کمک پروسه درمانی نقاط ماشه ای ( trigger point therapy ) سندرم درد میوفاسیال را بهبود می بخشد.

### چگونه برای قرار گرفتن تحت پروسه سوزن درمانی آماده می شویم ؟

قبل از این پروسه درمانی آمادگی خاصی مورد نیاز نمی باشد. انتخاب یک دکتر ماهر و با تجربه ، یکی از مهم ترین اقداماتی است که باید در زمان آماده شدن برای بهره مندی از این روند درمان ، مورد توجه قرار دهیم. در انتخاب پزشک ، از افرادی که به آن ها اعتماد دارید کمک بگیرید. اعتبار متخصص مربوطه معرفی شده را مورد بررسی قرار دهید. بهترین متخصص طب سوزنی در تهران باید دوره های لازم را سپری کرده ، آزمون های مربوطه را با موفقیت پشت سر گذاشته و گواهینامه مربوطه را دریافت نموده باشد.

انتخاب یک دکتر خوب به شما کمک می کند تا روند مد نظرتان به بهترین نحو انجام شود و درگیر عارضه یا مشکل خاص نشوید. پس از انتخاب و مراجعه به دکتر ، جلسه مشاوره ای خواهید داشت. حال در جلسه مشاوره طب سوزنی چه می گذرد ؟

جلسه مشاوره بدین منظور انجام می شود که پزشک نسبت به بیماری شما آگاهی کامل تری بدست آورد تا بتواند این روند را بهتر پیش ببرید و تعیین نماید به چند جلسه درمانی نیازمند هستید. همچنین ایشان با آگاهی از وضعیت بیمار ، می تواند پی ببرد که این روند درمانی برای او مناسب است یا خیر.

### در حین درمان چه احساسی خواهید داشت ؟

پیش از هر چیز ، توجه داشته باشید که سوزن ها صرفا به نقطه ای وارد می شوند که احساس فشار یا درد در آن جا دارید. همانطور که اشاره شد ، سوزن درمانی با استفاده از سوزن هایی نازک انجام می شود. ممکن است در طول سوزن درمانی ، سوزن ها گرم شوند یا جریان الکتریکی خفیفی بر روی آن ها اعمال شود. به طور کلی پروسه سوزن درمانی، حداقل درد را به همراه دارد ؛ البته باید متذکر شد که قرار دادن نامناسب سوزن ، می تواند باعث درد در طول درمان شود ، لذا سوزن ها باید برای جلوگیری از عفونت ، استریل شوند. از این رو اکیدا توصیه می شود که برای سوزن درمانی ، به دنبال بهترین دکتر طب سوزنی در تهران باشید. گزارشاتی که در رابطه با این طب سنتی و احساس ناشی از آن انجام پذیرفته ، حاکی از آن است که برخی افراد در حین انجام این روش درمانی ، احساس افزایش سطح انرژی داشته و برخی دیگر از افراد احساس آرامش را تجربه می کنند. باید توجه داشت که گاهی به جای سوزن ، از ابزار دیگری برای تحریک نقاط طب سوزنی استفاده می شود که از آن جمله می توان به موارد زیر اشاره کرد :

- حرارت (moxibustion)
- فشار (طب فشاری)
- اصطکاک
- مکش (فنجان)
- تکانه های انرژی الکترومغناطیسی

### این طب چگونه بر بدن تاثیر می گذارد ؟

اعتقاد بر این است که نقاط طب سوزنی باعث تحریک سیستم عصبی مرکزی می شوند. این امر ، به نوبه خود مواد شیمیایی را به داخل عضلات ، نخاع و مغز آزاد می کند. این تغییرات بیوشیمیایی ، می توانند توانایی بدن را برای درمان طبیعی خود تحریک کنند و آرامش جسمی و روانی را برای بیمار به ارمغان آورند.

## مزایای استفاده از طب سوزنی



### تاثیر طب سوزنی در درمان بیماری ها

بر اساس مطالعات صورت گرفته از سوی موسسه ملی بهداشت ، می توان از سوزن درمانی به عنوان یک درمان موثر به تنهایی یا در ترکیب با درمان های دیگر برای درمان بیماری ها و اختلالات زیر یاد کرد :

- آسم
- گردن درد
- کمر درد
- سیاتیک
- سردرد
- سینوزیت و میگرن
- رینیت آلرژیک
- دردهای قاعدگی
- اختلالات عملکرد مثانه
- فیبرومیالژیا
- درد میوگاسیال
- استئوآرتریت
- آتروز
- سندرم تونل کارپال
- بیماری های گوارشی
- سندرم روده تحریک پذیر
- دردها و گرفتگی های عضلانی
- بیماری های گوش و حلق و بینی
- بیماری های زنان و ناباروری
- پروستات
- هپاتیت
- هموروئید
- سلولیت
- فلج بلز
- درمان عوارض بیماری سرطان

- بیماری های مغز و اعصاب
- درمان اثرات پیری پوست

همچنین طب سوزنی ، در برخی موارد ممکن است به توانبخشی بیماری پارکینسون و سکته مغزی نیز کمک کند.

### سوزن درمانی کدام اختلالات روانی را درمان می کند ؟

- اضطراب
- افسردگی
- بی خوابی
- عصبانیت
- نوروسیس

### بعد از روند طب سوزنی

برخی از افراد پس از درمان احساس آرامش می کنند و در برخی دیگر سطح انرژی ، افزایش می یابد و فرد احساس پر انرژی بودن را خواهد داشت. علائم یا عوارض جانبی جزئی بعد از درمان به طور طبیعی باید ظرف چند روز بهبود یابد. اگر این علائم ظرف چند روز بهبود نیافت ، با دکتر عمانیان ، بهترین متخصص طب سوزنی تهران ، مشورت کنید.



### نتایج

تعیین دامنه فواید و مزایای این طب سنتی با توجه به وسیع بودن آن ، گاهی دشوار است. اما بسیاری از افراد آن را به عنوان راه حلی مفید برای کنترل انواع شرایط دردناک موثر می دانند. طب سوزن درمانی عوارض جانبی بسیار کمی به همراه دارد ؛ بنابراین اگر کنترل درد با روش های معمول برای شما به امری بی اثر تبدیل شده است ، این طب بخصوص به عنوان روشی برای کنترل و خلاصی از شر درد و راهکاری مناسب ، توصیه می شود.

### آیا این درمان عوارض دارد ؟

در صورتی که سوزن درمانی ، توسط بهترین دکتر طب سوزنی تهران انجام پذیرد ، قاعدتا به نتایج قابل قبول و مطلوبی منتج شده و عوارض به دنبال نخواهد داشت. در غیر این صورت ، افراد ممکن است با برخی عوارض و خطرات احتمالی ناشی از این روش درمانی مواجه گردند. از شایع ترین عوارض احتمالی عبارتند از :

- درد و خونریزی
- بثورات پوستی
- واکنش های آلرژیک
- کبودی
- عفونت
- تهوع و سرگیجه
- غش و از حال رفتن

- آسیب نخاعی
- آسیب سیستم عصبی مرکز

بنابراین برای کاهش خطر اثرات نامطلوب ، سوزن درمانی همیشه باید توسط یک پزشک دارای مجوز که به درستی آموزش دیده صورت پذیرد و درمان باید با استفاده از سوزن استریل یکبار مصرف انجام شود.

### خطرات سوزن درمانی

اگر به سراغ یک متخصص طب سوزنی خوب در تهران بروید و ایشان از سوزن های استریل مخصوص استفاده کند ، پروسه درمانی خطر یا عارضه جانبی را به همراه نخواهد داشت. عوارض جانبی شایع در این روند درمان ، شامل درد جزئی و خونریزی مختصر یا کبودی در ناحیه ای که سوزن ها در آن وارد شده اند ، می باشد. سوزن های یکبار مصرف در حال حاضر ، جهت استفاده در این درمان ، ابزاری استاندارد محسوب می شوند ؛ بنابراین در صورت استفاده از این نوع سوزن ها خطر عفونت به حداقل سطح ممکن و گاهی صفر می رسد. برخی افراد کاندیدای مناسبی برای طب سوزنی محسوب نمی شوند.



اگر به یک یا چند مورد از موارد زیر دچار هستید ، داوطلب خوبی برای بهره مند شدن از این درمان، محسوب نمی شوید :

**ابتلا به ناهنجاری های خونریزی :** در صورت داشتن ناهنجاری های خونریزی یا در صورت مصرف داروهای رقیق کننده خون ، احتمال خونریزی یا کبودی ناشی از فرو بردن سوزن ها افزایش می یابد.

**نامیزان بودن ضربان قلب :** طب سوزنی شامل استفاده از پالس های ملایم الکتریکی است ، که از طریق سوزن ها به بدن انتقال داده می شود. اگر ضربان قلب شما نامنظم است ، این طب سنتی می تواند عملکرد ضربان قلب را مختل کند.

**پارداری :** تصور می شود که برخی از انواع سوزن درمانی ، باعث تحریک زایمان می شود و در نتیجه می تواند خطر زایمان زودرس را به همراه داشته باشد.

### تعداد جلسات درمانی

به منظور معین کردن تعداد جلسات درمانی مورد نیاز ، پزشک وضعیت و نوع بیماری ، شدت آن و چگونگی پاسخ بدن به نحوه درمان را مورد نظر قرار می دهد. اکثر بیماران بایستی هفته ای یکبار را برای انجام طب سوزنی در تهران به مطب دکتر عمانیان مراجعه کنند. دقت داشته باشید که امکان دارد در جلسات اول و دوم تغییر چندانی را در وضعیت خود احساس نکنید. به همین خاطر بایستی حداقل پنج جلسه درمانی را پشت سر بگذارید تا به نتیجه ای که می خواهید برسید.

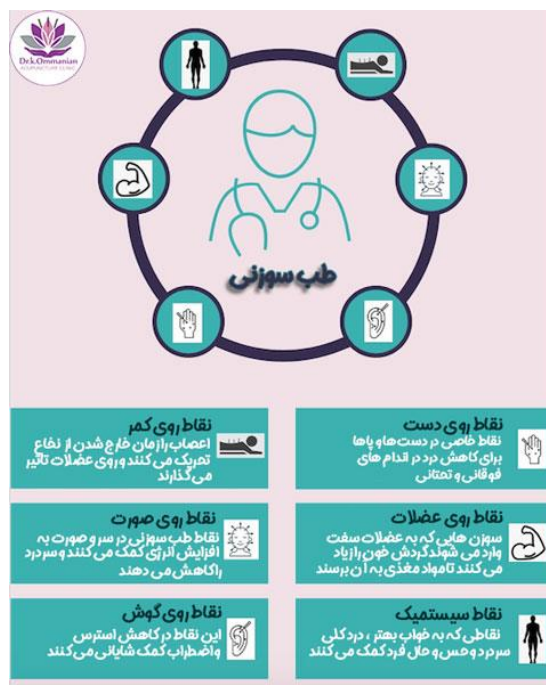
### سوزن درمانی چه مزیت هایی دارد ؟

این پروسه در تهران امروزه به یکی از رویکردهای درمانی پرطرفدار مبدل شده است و افراد زیادی در هر سنی برای رفع مشکلات و بیماری های خود به بهترین دکتر طب سوزنی مراجعه می کند. از مزیت هایی که این پروسه را محبوب ساخته می توان به موارد زیر اشاره نمود :

- فرد تحت بیهوشی قرار نمی گیرد ، بنابراین از عوارض احتمالی داروی بیهوشی در امان است
- این درمان یک فرایند غیر تهاجمی است
- در درمان بسیاری از بیماری ها و کنترل دردهای مختلف کاربرد پذیر است

- جلسات درمان زمان بر و حوصله سر بر نمی باشند.

بنابراین افراد می توانند با انجام این طب ، به خصوص در زمان مناسب ، از قرار گرفتن تحت جراحی و روندهای تهاجمی که سخت و طاقت فرسا هستند ، تا حد امکان جلوگیری کنند و در عین حال با چند جلسه درمانی سلامتی خود را بدست آورند.



### تفاوت طب سوزنی و درای نیدلینگ چیست ؟

به طور کلی این روند بسیار قبل تر از درای نیدلینگ وارد عرصه پزشکی شده و مورد استفاده قرار گرفته است. اصلی ترین تفاوتی که بین طب سوزنی و سوزن خشک (درای نیدلینگ) وجود دارد این است که در مورد اول ، برای وارد کردن سوزن ، نقاط خاص و مشخصی مورد هدف پزشک است و همواره این نقاط تحت روند درمانی قرار می گیرند اما در پروسه درای نیدلینگ ، متخصص با توجه وضعیت بیمار و ناحیه آسیب دیده ، نقاط را برای وارد کردن سوزن ها معین می کند.

### آیا کاهش وزن و لاغری با طب سوزنی حقیقت دارد ؟

یکی از مواردی که امروزه متقاضیان بسیاری را به سمت این روند سوق داده است نتیجه بخش بودن آن در کاهش وزن و لاغری است. هر فرد با توجه به شرایط خود و میزان اضافه وزنی که دارد باید تعدادی جلسه درمانی را پشت سر بگذارد. به تدریج با گذراندن جلسات درمانی لاغری با طب سوزنی توسط بهترین دکتر طب سوزنی تهران به وضوح شاهد تغییرات وزن و لاغری در خود می شوند.

### چه مدت طول می کشد تا این روند اثر کند؟

این یکی از سوالات شایع است که شاید برای شما نیز پیش آمده باشد. گاهی اوقات ممکن است بلافاصله از این رویکرد نتیجه بگیرید ، اما اغلب مدتی طول می کشد تا این درمان تاثیر خود را بگذارد. درست مثل مصرف آنتی بیوتیک ها که باید در یک دوره مشخص (معمولا چند هفته تا چند ماه) آن ها را مصرف کنید. بهره بردن چند باره از این درمان ، نسبت به یک بار استفاده از آن تاثیر گذاری قوی تر و بهتری دارد. برخی افراد سریع تر به این روش جواب می دهد ، که این امر بستگی به چند موضوع دارد. در ادامه برخی از این موارد را ذکر کرده ایم.

- **نوع بیماری :** زمانی که فرد دچار امراض مزمن باشد یا بیماری هایی مثل ناباروری داشته باشد ، برای رفع آن باید چند ماه از طب سوزنی بهره بگیرد تا نتایج را مشاهده کند ؛ به این خاطر که در این موارد بدن به مدت طولانی عملکردی نادرست داشته و اصلاح آن مدتی به طول می انجامد. برای ناباروری این تکنیک ماهی یک بار صورت می پذیرد و تا مشاهده نشانه های بهبودی حداقل سه ماه زمان لازم است.

- **سن :** اشخاص جوان تر سریع تر به این طب پاسخ می دهند. البته در نظر داشته باشید این یک قانون کلی نیست و حتی افراد مسن هم می توانند به مطب مراجعه کنند و به نتیجه دلخواه خود برسند.
- **رعایت دستورات :** در طول اغلب دوره ها ، پزشک یک رژیم غذایی سالم به شما پیشنهاد می کند و توصیه می کند تا سبک زندگی خود را تغییر دهید. این نکته ها به شما کمک می کنند تا سریع تر بهبود یابید. بنابراین اگر از آن ها پیروی نکنید ، نتایج این پروسیجر دیرتر نمایان می شوند.
- **پایبندی :** این درمان زمانی به یک نتیجه عالی می رسد که خود بیمار در تمامی جلسات انجام شده توسط یک دکتر خوب طب سوزنی در تهران شرکت داشته باشد و آن را عقب نیاندازد. در کل این مسئله به شدت مشکل هم دارد ، اما برای مثال اگر شما در طول شش ماه پنج بار به مطب مراجعه کرده باشید ، نسبت به فردی که در شش هفته این تعداد جلسات را در پیش گرفته باشد دیرتر به هدف خود می رسید.
- **استراحت کردن :** پیشنهاد می شود پس از جلسات طب سوزنی حداقل مدتی را به استراحت بپردازید. البته که همیشه امکان انجام این امر نیست ، اما در صورتی که بلافاصله پس از این رویکرد به باشگاه بروید یا به فعالیت های سنگین بپردازید ، نقاهت کندتری خواهید داشت. به یاد داشته باشید انجام فعالیت هایی مثل تمیز کردن خانه و آشپزی مشکلی ندارد.

## مدت زمان تاثیرگذاری طب سوزنی

- ← نوع بیماری ، عاملی است که روی این مدت زمان تاثیر بسزایی دارد.
- ← سن ، دیگر فاکتور تاثیر گذار است. طب سوزنی روی افراد جوان بهتر جواب می دهد
- ← عدم پیروی از دستورات پزشک ، این مدت را طولانی تر می کند
- ← پایبندی به درمان ، از مهم ترین عوامل میباشد
- ← اگر بعد از طب سوزنی استراحت نکنید درمان را بیهوده کرده اید



### آیا می توان این پروسه را در کنار دیگر درمان ها استفاده کرد؟

اگر این پروسیجرها در درمان بیماری به شما کمک می کنند ، می توانید آن ها را ادامه دهید. بهره گرفتن از طب سوزنی هیچ اختلالی در تریابی های دیگر ایجاد نمی کند ، اما بهتر است همیشه با پزشک خود مشورت کنید و از توصیه های ایشان بهره بگیرید. این روند در کنار درمان های زیادی مخصوصا فیزیوتراپی تاثیر بسزایی دارد.

### طب سوزنی برای زانو درد

در صورتی که به بهترین دکتر سوزن درمانی تهران مراجعه کنید ، این روند با افزایش جریان خون در محل هایی که سوزن وارد آن شده ، درد را کاهش می دهد. این امر می تواند باعث شود بدن اقداماتی ضد التهاب را صورت دهد و همچنین هورمون هایی مثل دوپامین ، سروتونین و اندورفین را ترشح نماید. آزاد شدن این هورمون ها باعث کمتر شدن درد زانو می شود.

این درمان عضلات سفت را شل می کند و به ساختار زانو اجازه می دهد تا به حالت عادی باز گردد. ورم مفاصل یکی از شایع ترین دلایل به وجود آمدن درد زانو می باشد و باعث می شود خم کردن و باز کردن زانو با مشکل و درد همراه باشد. این عارضه به علت از بین رفتن غضروف های محافظ این عضو اتفاق می افتد و در مفصل درد ، التهاب و سفتی ایجاد می کند.

### جلسه طب سوزنی برای زانو به چه شکل است؟

این جلسه در حدود نود دقیقه به طول می انجامد. البته بیشتر این زمان صرف صحبت کردن در مورد اینکه چه اقداماتی صورت می پذیرد و شخص مراجعه کننده چه انتظاراتی از درمان دارد ، می شود. جلسات بعدی بین سی تا شصت دقیقه زمان نیاز دارند.



زمانی که بهترین دکتر طب سوزنی تهران می خواهد کار خود را شروع کند مناطقی را هدف می گیرد که منجر به بروز علائم شده اند. سوزن های استریل که به هیچ دارویی آغشته نیستند ، یک تا یک سانت و نیم داخل پوست فرو می روند. همانطور که ذکر شد این پروسه دردناک نیست و ممکن است تنها حس کنید کسی از پوست شما نیشگون گرفته است.

تعداد سوزن های وارد شده به بیماری شما و سبک کاری پزشک بستگی خواهد داشت. معمولا درمان زانو درد با طب سوزنی به چیزی بین ۴ تا ۱۲ هفته زمان نیاز دارد و در هر جلسه سوزن ها بین ۲۰ تا ۳۰ دقیقه در پوست باقی می ماند. پس از جلسه ، احتمالا بلافاصله نتایج را مشاهده نخواهید کرد ، مخصوصا اگر بیماری شما مزمن باشد. هر شخص پاسخ متفاوتی به سوزن درمانی می دهد و امکان دارد چند جلسه طول بکشد تا نتیجه را مشاهده کنید.



### درمان گردن درد با طب سوزنی

همانطور که پیش تر نیز اطلاع پیدا کردید ، این طب امروزه برای درمان مشکلات بسیار زیادی به کار می رود. یکی از این معضلات ، دیسک کمر و گردن می باشد. این بیماری از نظر طب سوزن درمانی ، به علت صدمه دیدن ستون فقرات ، وارد آمدن ضربه یا تاثیرگذاری سرما و همچنین وجود نقص در کلیه و کبد به وجود می آید.

در نظر داشته باشید این رویه تنها راه حل درمان درد در ناحیه گردن و کمر نیست و درمانی با نام مکسی تراپی نیز برای برطرف کردن و یا کاهش درد در این مناطق استفاده می شود.

### برای درمان درد گردن با سوزن درمانی ، چند جلسه نیاز است؟

نمی توان کلی گویی کرد و برای هر نفر یک نسخه پیچید ؛ زیرا مدت زمان درمان و تعداد جلسات مورد نیاز ، بسته به شدت بیماری و درد مراجعه کننده متفاوت می باشد. امکان دارد برخی از افراد حتی با یک جلسه بهبود قابل توجهی را در خود احساس کنند و در بعضی دیگر ، تا چند ماه نیز پیشرفتی حاصل نشود. نکته ای که باید آن را به یاد داشته باشید ، این است که یک دکتر طب سوزنی خوب در تهران را انتخاب کنید تا هرچه زودتر بیماری های خود را درمان کرده و از عوارض احتمالی در امان بمانید.

**نقاطی که در این پروسه ، سوزن به آن ها وارد می شود**



این نقاط معمولاً توسط بهترین دکتر طب سوزنی تهران انتخاب می‌شوند ، اما باید توجه داشته باشید که بر خلاف تصور عموم ، سوزن‌ها تنها به کمر و گردن وارد نشده و در انتهای دست‌ها و پاها نیز از این سوزن‌ها استفاده خواهد شد.



### چگونه می‌توان با طب سوزنی لاغر شد؟

این طب ، فواید زیادی دارد که می‌تواند در کاهش وزن موثر باشد. برای مثال با قرار گرفتن تحت این پروسه ، هضم را بهتر می‌کنید. به این منظور نقاط طب سوزنی معده و کلیه هدف قرار می‌گیرند و بدین ترتیب عملکرد سیستم گوارشی بهبود قابل توجهی می‌یابد. زمانی که سلامت روده بهبود یابد و هضم سرعت گیرد ، مواد مغذی بیشتری جذب بدن می‌شوند و چربی کمتری نیز رسوب می‌کند.

گاهی اوقات چربی اضافه مشکل افراد نیست و التهاب موجب افزایش وزن آن‌ها شده است. سوزن‌درمانی التهاب عضلات ، روده و دیگر بافت‌های بدن کم می‌شود و سیستم ایمنی تحت فشار قرار می‌گیرد. بدین ترتیب روند کاهشی وزن با سرعت بیشتری طی خواهد شد.

از دیگر مزایای این طب در کاهش دادن وزن ، این است که متابولیسم افزایش می‌یابد. در این پروسه سوزن‌ها تیروئید و غده هیپوفیز را تحریک کرده و متابولیسم را بالا می‌برند. با اینکار در هنگام افزایش فعالیت‌های روزانه و ورزش کردن ، چربی بیشتری می‌سوزانید.

تعادل هورمون‌ها ، نقشی حیاتی در این فرآیند بازی می‌کنند. فرآیندهای زیادی در بدن تحت تاثیر تعادل هورمون‌ها قرار دارند و در صورت بهم ریختگی آن‌ها مشکلات زیادی اعم از افزایش وزن رخ خواهد داد.

برخی افراد ، به علت داشتن روحیه ای ضعیف به پر خوری روی می‌آورند و با چاقی مواجه خواهند شد. بالا رفتن تولید هورمون استرس از دلایل اضافه وزن است ، همانطور که پیش‌تر مطلع شدید طب سوزنی هورمون‌ها را به تعادل می‌رساند و به همین ترتیب وزن را کاهش می‌دهد.

دکتر با تحریک اعصاب کلیه و غدد درون ریز ، باعث می‌شود آب درون بدن تجمع نیابد. چنین اقدامی ، وزن را به شکل قابل توجهی کم خواهد کرد.

# مراحل انجام طب سوزنی



01

جلسه مشاوره ، معاینه  
نبض و زبان



02

درمان به صورت خوابیده  
به پشت



03



درمان به صورت خوابیده  
به شکم

04

انجام کاپینگ



05



مکسه تراپی

06



انجام طب سوزنی در  
پاها

و همچنین سر



## درمان افسردگی با طب سوزنی در تهران

سوزن درمانی با تنظیم انرژی های بدن ، می تواند افسردگی و اضطراب را درمان نماید. این رویکرد با تحریک تولید هورمون اندورفین سلامت روح را بهبود بخشیده و برای فرد احساس آرامش ایجاد می نماید. اندورفین هورمونی است که از طریق مغز تولید شده و باعث ایجاد احساس شادی در افراد می شود. این هورمون نقش قابل توجهی در پاسخ دهی به محرک های فیزیکی و احساسی ایفا می کند.

به طور کلی می توان استرس را به عنوان عاملی که روی سلامت روحی و روانی فرد اثر منفی می گذارد معرفی کرد. زمانی که شخص اضطراب خود را مدیریت نکند ، قطعاً در انجام کارهای روزانه خود نیز با مشکل مواجه خواهد شد. برخی افراد برای درمان این مشکل به سراغ داروهای شیمیایی می روند ، اما باید این نکته را در نظر داشته باشید که می توان به سادگی و با بهره گرفتن از این رویکرد نزد بهترین دکتر طب سوزنی تهران ، روی زندگی خود تاثیر بسیار مثبتی بگذارید و دوباره به دوران شاد خود بازگردید.

نکته حائز اهمیت در این مورد این است که بدن انسان قادر است به وسیله مکانیزمی به نام تغییرپذیری ضربان قلب یا HRV اضطراب را کنترل نماید. هر چه این شاخص بالاتر باشد ، بدن بهتر می تواند استرس را مدیریت نماید.

### چرا باید برای درمان افسردگی از طب سوزنی بهره گرفت؟

همانطور که پیش تر نیز ذکر شد بسیاری از افراد برای درمان کردن این بیماری ، به سراغ روانپزشک رفته و از دارو استفاده می کنند. اما این رویه برای تمامی بیماران تاثیر خوبی ندارد ، ممکن است گاهی اوقات اثر منفی این دست از داروها از اثرات مثبت آن فراتر رود و مشکلات بیشتری را برای شخص ایجاد نماید. در چنین مواردی ، بیماری که با این دست از مشکلات روانی دست و پنجه نرم می کند ترجیح می دهد به سراغ روش کم خطرتری مثل سوزن درمانی در تهران رود.

www.dr-ommanian.com