



ناف گری

هر حرفی که در قالب هنر نگنجد ماندنی نیست.
شیخ الرئیس ابوعلی سینا

این گفته مردیست که با نبوغ خویش پزشکی عصر خود را چنان متحول نمود که از مرزهای ایران گذشت و در دوره های پزشکی نوین هم سالها تأثیرگذار شد.

یکی از یادگارهای بجای مانده از نیاکان ما فنون یدای یا درمانهایی است که با دست و به صورت کارهای فیزیکی بر روی بدن انجام می شده، مانند تل گیری، سق گیری، رگ گیری، جمجمه گیری، ناف گیری، شکسته بندی ها، دلک ها و ... که متأسفانه مدت مدیدی است مهجور مانده و کمتر از آن یاد می شود. اکثر این فنون در گذشته بصورت تجربی نسل به نسل و سینه به سینه بین افراد یک خانواده انتقال می یافته و معمولاً بصورت کتبی ثبت و ضبط نمی شده است. در نتیجه اکنون افراد بسیار معدودی این فنون را از گذشتگان خود به یاد دارند و بیم آن می رود، در صورت بی توجهی و عدم احیاء این هنرها، رفته رفته شاهد این باشیم که از این میراث زرین چیزی غیر از یک نام باقی نماند. یکی از این فنون که بدان خواهیم پرداخت هنر و فن ناف گیری است.

روش مذکور یکی از قدیمی ترین روش های درمانی متداول در طب سنتی ایران بوده است که بیشتر از سوی خبرگان این کار انجام می شده است.

علل شایع حرکت سره (ناف) از جای خود
معمولاً به چند دلیل شایع ناف جابجا شده و یا به اصطلاح می افتد برخی از این دلایل عبارتند از: پر خوری یا خوردن غذای سنگین، تحرک و یا انجام کارهای سنگین بلافاصله پس از آن. جابجا شدن، پرش و یا اصابت ضربه ناگهانی به این ناحیه، به خصوص با شکم پر و بعد از صرف غذاهای سنگین.

خوابیدن با شکم پر.
بعضی اوقات هیچکدام از این افعال حادث نشده و شخص در اثر یبوست شدید و فشاری

که در هنگام دفع به روده ها وارد می شود دچار این عارضه می گردد.

علامات و نشانه های جابجائی ناف
افتادگی ناف و یا جمع شدن آب دور ناف هر کدام علائم و نشانه های خاص خود را دارند مثلاً افتادگی ناف علامتش دل پیچه، درد در ناحیه ناف و گاهی درد در ناحیه کمر و پشت کمر که حتی در موارد حاد، نفس کشیدن برای بیمار دشوار می شود که این علامات اکثراً همراه با یبوست شدید خواهد بود.

روش معالجه
هر ناف گیر بنا به داشته ها و تجربیات خود از روش ها و متدهای خاص خود استفاده می کند. اینجانب بر اثر تجربه و تحقیق دریافتم که با روشهای مختلفی می توان ناف را به جای اصلیش برگرداند به صورتی که در هر ولایت و در اقصا نقاط کشور هر ناف گیر یک روش خاص را اعمال می کند ولی در مجموع در یک چیز و یک حرف با هم متفق القول هستند و آن اینکه ناف می افتد و جابجا می شود و در این جابجائیست که شخص دچار مشکلات عیدیه ای می شود و تائیک کار فیزیکی بر روی ناف اعمال نشود، امکان ندارد بیمار از بند درد و گرفتاری رهایی یابد.

همانطور که اشاره شد روش هایی که در ناف گیری اعمال می شود متفاوتند، بعضی از ناف گیران با چوبی گرد مثل وردنه و با ماساژ روی ناف و مهره های پشت به این کار همت می کنند. برخی دیگر با بستن پارچه ای مانند شال در زیر ناف و بالای ناف و با فشاری مختصر در روی ناف اقدام به جا انداختن ناف می کنند. ولی بهتر آنست که دودست یکی روی ناف و دیگری پشت ناف قرار گیرد در این حالت بیمار بایستی به پشت خوابیده باشد سپس با پیچاندن و چرخشی مختصر ناف را به محل اولیه برگرداند که اینجانب از روش آخر استفاده و در پایان با ماساژ از زیر معده تا زیر ناف اقدام به جا انداختن ناف می کنم. و این روش بی خطرترین و مطمئن ترین روش است.