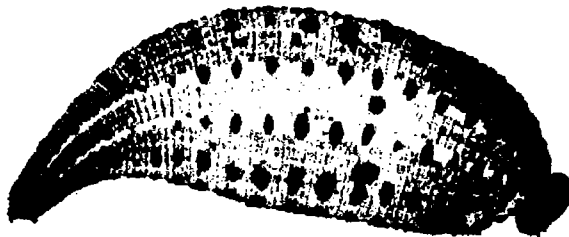


تأثیر زالودرمانی در استئوآرتریت زانو

محسن بهرامی

پزشک، عضو انجمن تحقیقات طب سنتی ایران
مرکز رشد استعداد های درخشان
دانشگاه علوم پزشکی تهران



کار آزمایی تصادفی کنترلی تأثیر زالودرمانی در استئوآرتریت زانو

Michalsen A, Klotz R, Ludtke R,
Moebus S, Spahn G, Dobos GJ.

دانشگاه دیسبورگ - اسن، آلمان

پیش زمینه: زالودرمانی به طور عموم در پزشکی سنتی برای درمان دردهای موضعی استفاده شده است.

بطور بالینی تسکین قابل توجه درد بعد از زالودرمانی در استئوآرتریت زانو بوسیله داده های مقدماتی شرح داده شده است.

اهداف: ارزیابی تأثیر زالودرمانی جهت تسکین استئوآرتریت زانو.

طرح: مطالعه (کار آزمایی) کنترل شده، تصادفی.

مکان: بخش سربایی پزشکی تلفیقی (همه جانبه) بیمارستان آموزشی آکادمیک.

بیماران: ۵۱ بیمار با استئوآرتریت زانو گروه زالودرمانی: ۲۴ بیمار با میانگین سنی و انحراف معیار ۶۵/۵+ و ۱۰/۲ سال و گروه دیکلوفناک موضعی درمانی: ۲۷ بیمار با میانگین و انحراف معیار ۶۷- و ۶۵/۵+ سال.

مداخلات: درمان تک دوره با بکارگیری موضعی ۲-۶٪ زالو در گروه زالودرمانی یا ۲۸ روز رژی دیکلوفناک موضعی در گروه کنترل.

اندازه گیری ها: میانگین درد، عملکرد (کارایی)، خشکی با اندکس و شاخص های استئوآرتریت دانشگاه های Western Ontario, Mc Master.

درجه بندی کردند. مجموع توان را با درجه Medical outcomes study بررسی سلامت ۳۶ بخش فرم کوتاه در گروه در روزهای ۳ و ۷ و ۲۸ و ۹۱ مقایسه کردند.

نتایج: نقطه پایانی اولیه و درد در روز هفتم کاهش پیدا کرد با میانگین و انحراف معیار از ۱۳/۷- و ۵۳/۵+ به ۱۲/۲- و ۵۰+ بعد از زالودرمانی در مقایسه با آن ۱۶/۸- و ۵۷/۵+ و ۱۹/۷- و ۴۲/۴+ در گروه دیکلوفناک موضعی ($P < 0.001$) رسید.

اگر چه اختلاف بین درجات درد گروه بعد از ۷ روز آنچنان قابل توجه نبود، اختلاف عملکرد و خشکی و کل علائم به طور چشمگیری تا پایان مطالعه و برای کیفیت زندگی تا ۲۸ روز در گروه زالودرمانی باقی ماند.

بحث: زالودرمانی در بیماران با استئوآرتریت زانو جهت تسکین علام کمک کننده است. قدرت زالودرمانی برای درمان استئوآرتریت و خاصیت فارماکولوژیک بزاق زالو باقی ماند تا روشن شود.

منابع:

Ann Intern Med. 2003 Nov; 139 (9): 781 - 30.
Ann Intern Med. 2003 Nov; 139 (9): 122.

در این روش بیمار بلافاصله از درد و ناراحتی خلاصی می یابد و بعد از ناف گیری بیمار را به رعایت اصول تغذیه ای که موجب تلین مزاج می شود و مسهل های گیاهی ترغیب کرده و توصیه های جانبی داده می شود.

همانطور که ذکر شد این عارضه را شاید کمتر بتوان با دارو معالجه کرد و یا اگر هم بشود، با تجویز مسهل های قوی این کار امکان پذیر است که البته در مورد همه افراد نمی توان این مسهل ها را بکاربرد و گاهی بیمار متحمل عوارض جانبی آن می گردد. بنابراین کارترین و بی ضررترین و سریع ترین روش درمان همان ناف گیری است.

تذکرات بهداشتی و پیشگیرانه

ناف از بدو شکل گیری جنین و در شکم مادر نقش حیاتی در بدن ایفا می کند و باید مراقبت های خاصی در مورد آن اعمال شود. نباید به آن فشار زیاد وارد کنیم خصوصاً زمانی که غذا خورده باشیم. کمربند را زیاد نباید سفت کنیم. اگر دچار یبوست شدیم باید در صدد رفع آن اقدام کنیم تا ناآرامی آسیب نبیند.

توصیه ای برای پزشکان جوان

پزشکی ایران زمین میراث ارزشمند و گرانبهائی است که باید آن را حفظ کرد، توسعه داد و سپس این علوم را صادر نمود تا مردمان از این تمدن و تجربیات چند هزار ساله بشری برخوردار شود، برخی از این تجربیات ناب در سینه پدران و مادران کهن سالمان گرانی می کند، چه خوب است شما پزشکان جوان، مستعد و تیزهوش که اکنون به طب سنتی ایران اقبال نشان دادید پای صحبت کهن سالان و صاحبان این فنون بنشینید و این علوم را از سینه های آنان استخراج کنید، سپس با دانش پزشکی که کسب نموده اید انطباق دهید و این طب شفاهی را در قالبی علمی مطرح کنید. چنانکه برخی کشورهای صاحب تمدن و پزشکی کهن این چنین کرده اند.

امید است خداوند توفیقی حاصل کند تا بتوانم تجربیات خود را در اختیار عاشقان و علاقمندان این رشته قرار دهم البته این حقیر هیچ ادعائی در هیچ یک از موارد ذکر شده ندارم و نوشته های اینجانب صرفاً تجربیات منقول از پدرانم و بنده می باشد ولاغیر.

تجمع آب به دور ناف و علائم آن

آب آوردگی دور ناف نیز یکی از مشکلاتی است که ممکن است برای این ناحیه از بدن رخ دهد. ولی دلایل و علائم آن با جابجایی ناف متفاوت است.

در تجمع آب به دور ناف، بیمار دچار درد شدید خصوصاً هنگام راه رفتن و فعالیت کردن است و حتی می توان به وضوح تجمع آب را مشاهده نمود که در اصطلاح می گویند دور ناف آب زده است. در این حالت ممکن است ناف متورم شده و به اندازه یک سکه دور ناف قرمز و ملتهب شود. لذا نوع بیماری با ناف افتادگی متفاوت است.

برخی علل تجمع آب به دور ناف

یکی از شایع ترین دلیل آن نوشیدن آب سرد است بخصوص هنگامی که بدن داغ و تشنه می باشد. این در حالیکه بیمار در هنگام کاری سنگین آب بسیار سرد می نوشد و فشار بیش از اندازه به کمر و شکم وارد می کند، لذا دچار آب گرفتگی در ناحیه شکم می شود که خوشبختانه این معضل بسیار نادر است.

روش درمان

معمولاً درمان با گذاشتن آجر، ماسه یا نمک داغ در ناحیه ناف و فرو نشاندن و خشک کردن رطوبات ناف و جانداختن آن صورت