

نکات مهم در بادکش گذاری

۱- در بیماران هائے مختلف، معمولاً یک بار بادکش انداختن در هر روز کفایت مے کند. در بعضے موارد خاص ممکن است نیاز به تکرار آن در طول روز باشد. (مثلاً در مورد سنگ کلیه اے که در مسیر حالب در حال حرکت است، با جا به جا شدن سنگ و عوض شدن محل درد، مے توان نقاط جدید را بادکش کرد.) بادکش بیش از حد مے تواند منجر به آزردهے پوست شود.

۲- بروز چند عدد تاول در محل بادکش طبیعی است و بعد از چند روز خود به خود بهبود مے یابند. توجه داشته باشید که تاول هائے ناشے از بادکش خیلے دیر جذب مے شوند، لذا بهتر است آنها را به آرامے تخلیه کنید.

ایجاد تاول روے پوست بیمار پس از بادکش چند علت عمده دارد:

*ضعف و سستے پوست بیمار.

* زیاد بودن فشار منفے ایجاد شده.

* طولانے بودن مدت زمان بادکش.

لذا با کنترل وضعیت پوست طے مدت زمان بادکش و تنظیم مدت زمان بادکش و میزان خلاء ایجاد شده مے توان تا حد زیادے از این مسألے جلوگیری کرد. بنابر دیدگاه طب سنتے، بادکش در محل، ایجاد حرارت مے کند و لذا تاول هائے ایجاد شده، نوعے سوختگے سطحے و ملایم محسوب مے شوند.

۳- در بادکش متحرک (لغزان) افرادے که داراے جوشهاے متعدد پوستے هستند احتیاط کنید؛

چراکه گذر بادکش از روے هر کدام از جوشها ممکن است باعث خروج چرک و خون شود.

۴- کیودیهائے ناشے از بادکش، واکنش طبیعی بدن است و جاے نگرانے ندارد و طے ۵ تا ۱۰

روز کاملاً برطرف مے شود. براے رفع سریعتر این کبودے ها مے توان از ماساژ موضع

بادکش بلافاصله پس از بادکش گذارے بهره گرفت. با کنترل میزان مکش پوست بیمار و تنظیم

مدت بادکش، مے توان از کبودے شدید پوست جلوگیری نمود. در مورد بادکش صورت، بهتر

است از بادکش متناوب (منقطع) کمک گرفت.

۵- در صورتے که بیمار طے بادکش گذارے دچار حالات تهوع، سرگیجه و یا عرق سرد شد؛

بلافاصله بادکش را از بدن جدا کنید و بیمار را به پهلوی راست بخوابانید و پاهاے او را به داخل

شکم خم کنید. علایم فوق طے چند دقیقه کاملاً رفع مے شوند. براے رفع سریعتر علایم از یک

قاشق عسل خوراكے (به صورت مکیدن) یا یک لیوان شربت عسل استفاده کنید.

۶- میزان مکش لیوان در افراد لاغر و ضعیف باید کمتر از افراد چاق باشد؛ زیرا بادکش شدید

پوست آنها، باعث تورم بافتی (التهاب) و اسپاسم (گرفتگے) عضلانے مے شود.

۷- طبع بادکش، گرم و خشک است.

۸- بادکش برخے نواحے مانند پهلوها یا پشت کاسه زانو دردناک است و باید در انجام آنها احتیاط

کرد.

کاربرد درمانی بادکش

بادکش گذاری با مکانیسم های متعدد سبب رفع دردها و درمان بیماری های مختلف مے شود که در

زیر به تعدادی از این مکانیسمها اشاره مے شود:

یکی از علل درد و خستگی در قسمت های مختلف بدن؛ تجمع برخی مواد همچون اسید لاکتیک و

سایر مواد زائد سلولی در مویرگ های سطحی بدن است که با اختلال در خون رسانی موضعی

همراه است.

بادکش با ایجاد خلأ سبب انبساط عروق سطحی، تجمع خون در موضع و افزایش خون رسانی موضعی

مے شود. در نتیجه اکسیژن و غذای بیشتری به سلولها رسیده، درد و خستگی رفع مے شود.

افزایش خون رسانی موضعی با فراخوانی سلول های دفاعی و فاکتور های ضد التهاب خونی به موضع، سبب تسریع ترمیم آسیب های بافتی و عفونت های موضعی می شود. مثلاً با بادکش کردن اطراف زخم های بستر می توان به ترمیم و بهبود این زخم ها کمک شایانی کرد.

بادکش با ایجاد خلأ در تخلیه سموم و عفونت های موضعی، مثلاً در گزیدگی با مار و عقرب کمک کننده است.

بادکش با ایجاد فشار منفی باعث انبساط عضلانی شده و در رفع اسپاسم عضلانی که علت بسیاری از دردهای موضعی است، کمک کننده است.