

درمان انواع سردرد ها

در طب سنتی سردردها به ۴ دسته کلی تقسیم میگردد که عبارتند از:

۱- سردردهای صفراوی :

علائم سردرد صفراوی عبارت است از :

درد از پیشانی و جلوی سر شروع می شود - در گرما و با عطرهاى گرم تشدید می گردد - این سردرد کل پیشانی و چشم را فرا می گیرد - معمولا در مردها مشاهده می گردد.

درمان : سرکه انگبین (دو واحد عسل + دو واحد عرق نعنا + یک واحد سرکه انگور طبیعی) یا آب زرشک و هر غذای سردی یا استشمام سرکه - آب نارنج یا آبلیمو و... میتواند درمان اورژانسی باشد. ولی برای درمان اساسی باید سرکه انگبین ۴۰ روز مصرف شود و سپس با حجامت عام درمان قطعی است.

۲- سردردهای دموی :

علائم سردردهای دموی عبارت است از : درد از پیشانی شروع و کل سر را فرا میگیرد و در شقیقه نبض دارد - با گرما شدت می گیرد - عصبانیت و عطرهاى گرم از دیگر عوامل تشدید کننده هستند - در مردان بیشتر دیده می شود.

درمان : دو مرحله حجامت عام ماهی یکبار سپس یک مرحله حجامت سر که دو هفته بعد از حجامت عام دوم انجام می گردد. (بهتر است حجامت عام در نیمه دوم ماه قمری مخصوصا روزهای ۱۷ یا ۱۹ یا ۲۱ ماه قمری انجام گردد). اگر شدت سردردها زیاد باشد حجامت عام باید سه مرحله انجام شود سپس حجامت سر انجام گردد.

۳- سردردهای بلغمی :

علائم سردردهای بلغمی عبارت است از: درد معمولا از گردن و پشت سر شروع میشود - هنگام سردی و استرس تشدید می شود - با بوهای گرم آرام می شود - بعضی مواقع همراه با حالت تهوع می باشد. در زنان معمولا بیشتر دیده می شود.

درمان : بسته به شدت سردی سر درمان بین ۴۰ تا ۱۲۰ روز طول میکشد.

۱- حجامت گرم کتف (بادکش) ۲۱ مرحله

۲- ارده با شیره انگور هفته ای ۵ وعده صبحانه

۳- استشمام عطر گرم شبها موقع خواب جلوی بینی

۴- روغن مالی با روغن کنجد روی ملاج سر

۵- ترک و یا کاهش سردیها مخصوصا شبانگاه

*توجه : اگر سردرد در خانم بود استفاده شبی یک لیوان عرق رازیانه با عسل توصیه می شود.

۴- سردردهای سوداوی :

علائم سردردهای سوداوی عبارت است از : این سردرد معمولا کل سر را فرا می گیرد - معمولا به هر بهانه ای این سردرد ایجاد میگردد. (سرو صدا - عصبانیت - شلوغی - ترافیک - استرس - آلودگی هوا و...) سردرد شایع بین زنان و مردان در عصر حاضر

درمان : سردردهای سوداوی معمولا ۴ الی ۶ ماه نیاز به درمان دارند.

- ۱- خوراک سرکه انگبین شی یک لیوان
- ۲- ماساژ سر پا و پنجه پا
- ۳- شانه زدن موها با شانه های زبر
- ۴- بادکش گرم کتف ۲۱ مرحله
- ۵- حجامت عام دو مرحله ماهی یکبار
- ۶- حجامت سر در ماه سوم
- ۷- احتمالا حجامت پشت گوش در ماه چهارم
- ۸- ترک غذاهایی که ایجاد سودا میکند از جمله (بادمجان - سوسیس و کالباس - ادویجات تند - گوشت گوساله و گاو - چای سیاه و سبز - قهوه و نسکافه - سرخکردنی ها - سیگار - قلیان و ...)