

دیپارخانه شورای راهبردی تدوین راهنماهای سلامت

شناسنامه و استاندارد خدمت

غمر درمانی (تحریک موضعی)

زمستان ۱۴۰۴

تنظیم و تدوین اولیه:

کارگروه تدوین استانداردهای طب ایرانی- دفتر طب ایرانی و مکمل

با همکاری:

انجمن علمی طب سنتی ایران

هیات ممکنه و ارزشیابی رشته طب سنتی ایرانی و تاریخ پزشکی

گروه تدوین و نظارت :

۱. دکتر نفیسه حسینی یکتا: عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، مدیرکل دفتر طب ایرانی و مکمل
۲. دکتر حسین رضایی زاده: عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران، دبیر هیات ممکنه و ارزشیابی طب سنتی ایرانی و تاریخ پزشکی
۳. دکتر روشنگر مکی نژاد: عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، رئیس انجمن علمی طب سنتی کشور
۴. دکتر مهشید چایچی: متخصص طب سنتی ایرانی، سرپرست معاونت توسعه سلامت دفتر طب ایرانی و مکمل
۵. دکتر مهدی یوسفی: متخصص طب سنتی ایرانی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد
۶. دکتر سید علی مظفر پور: متخصص طب سنتی ایرانی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی بابل
۷. دکتر مجید امتیازی: متخصص طب سنتی ایرانی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد
۸. دکتر سجاد صادقی: متخصص طب سنتی ایرانی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
۹. دکتر زهره غلامی: متخصص طب سنتی ایرانی، رئیس گروه توسعه سلامت دفتر طب ایرانی و مکمل

تحت نظر:

دکتر سید سجاد رضوی: عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و معاون درمان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

تحت نظارت فنی:

گروه تدوین استاندارد و راهنماهای سلامت

دفتر ارزیابی فن آوری، تدوین استاندارد و تعرفه سلامت

مقدمه:

از دیدگاه طب ایرانی، اعضای مختلف بدن با هم در ارتباط هستند و اختلال و بیماری یک عضو بر سایر اعضا نیز اثرگذار است. از دیگر سو، قوا (انرژیهای بدنی) در مسیرها و معابری که گاه ارگانیزه (مثل عروق و اعصاب و مجاری) و گاه غیرارگانیزه هستند، بین اعضا رد و بدل می‌شوند. هرگونه اشکال در انتقال انرژی می‌تواند هم در عضو فرستنده و هم در عضو یا اعضای گیرنده انرژی ایجاد اختلال کند. یکی از راهبردهای درمانی در طب ایرانی و برخی دیگر از مکاتب طبی کهن، ایجاد تعادل بخشی در ارگان‌های درونی و بیرونی بدن، از طریق تحریکات موضعی است و یکی از روشهای تحریک موضعی غمزدرمانی است. غمز در لغت به معنای فشردن است و در اصطلاح طب ایرانی به معنی تحریک موضعی یک نقطه با روشهایی همچون فشار دست، فشار با یک ابزار مکانیکی (از جنس، سنگ، رزین، چوب و ...)، تحریک با سوزن، تحریک با مغناطیس و ... است.

الف) عنوان دقیق خدمت مورد بررسی (فارسی و لاتین) به همراه کد ملی:

غمز درمانی

کد ملی: ۹۰۱۷۷۵

Ghamz Therapy (Deep local stimulation)

ب) تعریف و تشریح خدمت مورد بررسی:

از دیدگاه طب سنتی ایران، تحریک موضعی یک نقطه می‌تواند سبب افزایش جریان خون، تحریک سیستم عصبی، افزایش حرارت موضعی، تحریک عضو تحت فشار، برطرف شدن انسدادهای مسیر انتقال انرژی، تحریک اعضای داخلی متناظر یا مرتبط با نقطه تحت فشار و به حرکت درآوردن مواد در بدن شود که ره‌آورد این تحریک، بهبود عملکرد عضو و تسهیل ارتباطات بین عضوی است. از دیدگاه فیزیولوژی نوین، تحریک موضعی یک نقطه از سطح بدن، دست‌کم با تحریک سیستم عصبی و آزادسازی واسطه‌های عصبی، می‌تواند هم سبب انسداد ورود سایر سیگنال‌های درد به مغز شده و هم از طریق آزادسازی یکسری نروترانسمیتر در مغز، بر عملکردهای اعضای مختلف تاثیر بگذارد. همچنین، اعمال فشار به مدت کوتاه، می‌تواند سبب آزادسازی اسپاسم‌های عضلانی-فاشیایی (میو فاشیال) گردیده و سبب تسکین درد و بهبود عملکرد اعضای بدن گردد. با این توضیحات، غمزدرمانی هم در کمک به بهبود مشکلات موضعی و هم مشکلات سیستمیک می‌تواند بکار گرفته شود. اعمال تحریک در یک نقطه، هم از طریق فشار انگشتان دست (بدون استفاده از هیچگونه ابزار دیگر) و یا استفاده از ابزارهای مکانیکی مختلف از جنس چوب، سنگ، رزین، مغناطیس، ترکیبات یا دانه‌های گیاهی، سوزن و ... باشد و مساحت محل تحریک نیز، متناسب با رویکرد درمانی، از یک نقطه تا یک منطقه (area or zone) می‌تواند متفاوت باشد. از اصول درمان در طب ایرانی، رعایت این نکته است که تحریکات موضعی ثانوی به پاکسازی داخلی است و پزشک معالج ابتدا باید شرایط داخلی بدن را تاحدی متعادل ساخته و سپس به تحریک نقاط سطحی بپردازد؛ مگر اینکه هدف او از تحریک موضعی، به حرکت درآوردن مواد ساکن در بدن و هدایت آنها به سطح پوست باشد. استفاده از تحریک موضعی در سایر مکاتب طبی نیز قدمت دیرینه دارد و از آن با نام‌هایی همچون گواشاترایی،

سوجوک تراپی، آکوپشر، رفلکسوتراپی و ... یاد می شود و البته انتخاب نقطه یا ابزار تحریک یا پروتکل درمانی به مبانی آن مکتب طبی بستگی دارد.

ج) اقدامات یا پروسیجرهای ضروری جهت درمان بیماری:

• ارزیابی قبل از انجام پروسیجر

با توجه به تغییرات موضعی و سیستمیک ناشی از تحریک موضعی حین غمز درمانی، پیش از شروع فرآیند درمانی کنترل موارد زیر الزامی است:

- بررسی وضعیت عمومی بیمار از لحاظ کمیت و کیفیت اخلاط، قوام اخلاط، وجود امتلا، نوع امتلا
 - انتخاب ابزار مناسب
 - ارزیابی سطح کلی قوای بیمار و افتراق ضعف حقیقی از ضعف غیرحقیقی
 - انتخاب نقطه یا نقاط مناسب براساس شکایت بیمار و رویکرد طب سنتی و مکمل به درمان آن
 - ارزیابی وضعیت همودینامیک بیمار
 - انتخاب پوزیشن مناسب (نشسته یا درازکشیده)
 - ارزیابی وضعیت بارداری در بیماران خانم
 - ارزیابی داروهای مصرفی بیمار به ویژه داروهای آنتی کوآگولان و داروهای قلبی عروقی
 - ارزیابی سابقه تشنج در بیمار
 - سابقه بروز کبودی بدون دلیل در پوست
 - سابقه ناهنجاری های عضلانی-اسکلتی
 - سابقه پوکی استخوان و بیماری های تحلیل برنده عضلانی
- توجه: غمزدرمانی به عنوان روشی مکمل در رویکرد به بیمار استفاده می شود و نباید سبب محرومیت بیمار از دریافت درمان استاندارد و حیاتی در موارد خاص شود.

• ارزیابی حین انجام پروسیجر

- کنترل سطح قوای بیمار با ارزیابی نبض
- اجتناب از تحریکات شدید در نقاط حساس بدن مثل نواحی گردن یا عروق خونی
- اجتناب از تحریکات قوی یا شدید در بیماران مسن یا کسانی که سابقه کبودی بدون دلیل (easy bruisability) دارند.
- اعمال فشار و تحریک متناسب با سن و قوای بدنی بیمار
- رعایت ترتیب نقاط مورد استفاده
- ارزیابی وضعیت همودینامیک بیمار

• ارزیابی بعد از انجام پروسیجر

- کنترل علائم حیاتی فرد از جمله تعداد تنفس، تعداد ضربان قلب و فشار خون بیمار
- بررسی از لحاظ ایجاد اکیموز، هماتوم
- بررسی مواضع تحریک از نظر بثورات جلدی یا آثار حساسیت

• کنترل عوارض جانبی انجام پروسیجر

ایجاد درد با شدت متوسط در موضع غمزدرمانی در هنگام اعمال تکنیک و درد خفیف تا متوسط تا چند روز پس از اعمال غمز و نیز کبودی خفیف برخی مواضع، می تواند از عوارض قابل مشاهدهی غمز درمانی باشد که علیرغم رعایت ملاحظات تکنیکال محتمل

است ولیکن باتوجه به گذرا و غیر حیاتی بودن این عوارض، شواهد علمی موجود حاکی از ایمن بودن این روش درمانی است. برای کنترل این عوارض رعایت موارد زیر ضروری است:

- استفاده از کیسه آب گرم یا حوله گرم روی موضع غمز در صورت درد شدید موضعی و یا استفاده از کرم یا پمادهای مسکن موضعی
- استراحت دادن به عضوی که تحت غمزدرمانی قرار گرفته است.
- در صورت بروز احساس خواب آلودگی یا ضعف، وضعیت همودینامیک بیمار با تجویز آب و الکتrolیت اصلاح شود.

د) تواتر ارائه خدمت (تعداد دفعات مورد نیاز / فواصل انجام)

روزانه یک نوبت. البته بسته به شرایط بیمار تکنیک‌های یک جلسه غمز درمانی می‌تواند با فاصله زمانی برای یک بیمار در یک روز صورت گیرد.

ه) افراد صاحب صلاحیت جهت تجویز (Order) / خدمت مربوطه و استاندارد تجویز:

کلیه پزشکان (با حداقل مدرک دکترای حرفه ای)

و) افراد صاحب صلاحیت جهت ارائه خدمت مربوطه:

دکترای تخصصی یا متخصص طب سنتی

پزشکان دوره دیده مورد تایید وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

ز) عنوان و سطح تخصص های مورد نیاز (استاندارد) برای سایر اعضای تیم ارائه کننده خدمت:

ردیف	عنوان تخصص	تعداد مورد نیاز به طور استاندارد به ازای ارائه هر خدمت	میزان تحصیلات مورد نیاز	سابقه کار و یا دوره آموزشی مصوب در صورت لزوم	نقش در فرایند ارائه خدمت
1	دستیار مراقبتی *	یک نفر	کاردان یا کارشناس کلیه رشته‌ها و گرایش‌های علوم پزشکی	سابقه ۵ سال کار در محیط های درمانی یا سپری نمودن دوره های مورد تایید وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی	بررسی اولیه شرایط مراجعه کننده، هدایت بیمار به پزشک جهت رد کردن موارد منع خدمت، ارائه خدمت، گزارش هرگونه عارضه یا موارد غیر معمول به پزشک، کمک به مدیریت عوارض احتمالی حین خدمت
۲	کمک دستیار مراقبتی *	یک نفر	دیپلم دوره دیده	سابقه ۵ سال کار در محیط های درمانی یا سپری نمودن دوره های مورد تایید وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی	جایجایی وسایل، آموزش نحوه ی آماده شدن به بیمار، تحویل پمفلتهای آموزشی مرتبط با بیماری به بیمار، القای تحریک های موضعی تجویزی، مرتب نمودن کابین و وسائل و انجام امور استریلیزاسیون، اجرای دستورات پزشک و انجام امور محوله

* حضور موارد ستاره دار الزامی نیست.

ج) استانداردهای فضای فیزیکی و مکان ارائه خدمت: (در صورت نیاز به دو یا چند فضای مجزا با ذکر مبانی محاسباتی

مربوط به جزئیات زیر فضاها بر حسب متر مربع و یا برحسب بیمار و یا تخت ذکر گردد):

- متراژ اتاق: حداقل ۶ متر مربع برای ارائه این خدمت لازم است که می تواند به صورت مستقل یا اشتراکی با سایر خدمات اعمال یدای مورد استفاده قرار گیرد. هر تخت فضایی به ابعاد ۱۲۰*۲۲۰ سانتیمتر مربع نیاز دارد که می تواند در قالب کابین ها یا اتاق های ایجاد شده از جنس پرده ای یا چوبی باشد، به نحوی که حریم خصوصی هر بیمار رعایت گردد.
- دمای اتاق: ۲۰ الی ۲۵ درجه سانتی گراد
- پوشش دیوارها و کف اتاق: رنگ یا کاشی یا سرامیک یا سنگ یا دیوارپوش مناسب
- نور اتاق: نور معمول
- سیستم تهویه: هر گونه سیستم تهویه جهت تهویه مناسب اتاق.

ط) تجهیزات پزشکی سرمایه ای به ازای هر خدمت:

ردیف	عنوان تجهیزات	کاربرد در فرایند ارائه خدمت	متوسط عمر مفید تجهیزات	تعداد خدمات قابل ارائه در واحد زمان	متوسط زمان کاربری به ازای هر خدمت	امکان استفاده همزمان برای ارائه خدمات مشابه و یا سایر خدمات
۱	تخت	قرارگیری مراجعه کننده	۵ سال	۵ خدمت در ساعت	۱۰ دقیقه	وجود ندارد.
۲	ابزار غمز (همانند چوب ماساژ، ست ابزار گواشا، ست سوجوک، سوزن، ...)	تحریک موضعی	۵ سال	۵ خدمت در ساعت	۱۰ دقیقه	وجود ندارد.

ی) داروها، مواد و لوازم مصرفی پزشکی جهت ارائه هر خدمت:

ردیف	اقلام مصرفی مورد نیاز	میزان مصرف (تعداد یا نسبت)
۱	سوزن	20 عدد
۲	سید (seed) مغناطیسی	10 عدد
۳	سید (seed) گیاهی	10 عدد
۴	ملحفه	1 تا ۲ عدد
۵	دستکش یکبار مصرف	2 عدد
۶	دستمال کاغذی	2 عدد
۷	پنبه الک جهت غمز سوزنی	به میزان نیاز

ک) استانداردهای ثبت (شامل گزارش نتایج درمانی و ثبت در پرونده بیمار و بررسی های حین درمان از جمله سوابق بیمار و تلفیق دارویی):

- ثبت علایم حیاتی بیمار قبل و بعد از فرآیند درمانی
- ثبت علایم یا عوارض احتمالی حین یا بعد از غمز درمانی
- ثبت داروهای مصرفی بیمار
- ثبت نوع ابزار و نقاط مورد استفاده

ل) اندیکاسیون های دقیق جهت تجویز خدمت: (ذکر جزئیات مربوط به ضوابط پاراکلینیکی و بالینی مبتنی بر شواهد و نیز

تعداد مواردی که ارائه این خدمت در یک بیمار، اندیکاسون دارد):

- دردهای حاد و مزمن عضلانی - اسکلتی
- اسپاسم های عضلانی - فاشیایی
- خستگی مزمن و افت انرژی
- علائم غلبه حرارت در قسمت های بالای بدن مثل گرگرفتگی، خشکی دهان، وزوز گوش و ...
- سردرد
- بهبود عملکرد دستگاه گوارش
- بیماری های زنان و اختلال هورمونی
- برای زیبایی پوست
- بهبود افسردگی، اضطراب و تنش های عصبی
- چاقی های موضعی
- فیبرومیالژی و اختلالات اتوایمون
- التهاب های اعضای داخلی و احشا
- سوء مزاج های سرد اعضا
- انسداد های ناشی از اخلاط سرد و لزج
- توانبخشی سکت های مغزی
- آسم و بیماری های تنفسی

م) شواهد علمی در خصوص کنتر اندیکاسیون های دقیق خدمت:

- بارداری
- آریتمی قلبی یا تنگی های شدید دریچه های قلبی
- زخم باز در موضع غمز درمانی
- ضعف شدید ناشی از سقوط حقیقی قوا
- عفونت های حاد
- خطر خونریزی ناشی از مصرف داروهای آنتی کوآگولان

ن) مدت زمان ارائه هر واحد خدمت:

ردیف	عنوان تخصص	میزان تحصیلات	مدت زمان مشارکت در فرایند ارائه خدمت	نوع مشارکت در قبل، حین و بعد از ارائه خدمت
۱	پزشک متخصص طب سنتی ایرانی یا پزشک عمومی دوره دیده	پزشک دکترای تخصصی طب سنتی ایرانی-دکترای حرفه ای پزشکی	۱۰ دقیقه	اجرای خدمت ارزیابی نتایج حاصله
۲	دستیار مراقبتی / کمک دستیار مراقبتی *	فوق دیپلم گروههای پزشکی و یا فرد دیپلمه دوره دیده	۱۵ دقیقه	بررسی شرایط مراجعه کننده، ارائه خدمت تحت نظر پزشک معالج

*حضور موارد ستاره دار الزامی نیست.

س) مدت اقامت در بخش های مختلف بستری جهت ارائه هر بار خدمت مربوطه:

ارایه این خدمت درمانی نیاز به بستری ندارد؛ اما چنانچه برای بیماران بستری تجویز گردد دست کم بیمار می باید به مدت ۲۰ دقیقه در بخشی که ارائه خدمت می شود، اقامت داشته باشد.

ع) موارد ضروری جهت آموزش به بیمار (موارد آموزشی که باید به بیمار-همراه- به صورت شفاهی، کتبی در قالب فرم

آموزش به بیمار، پمفلت آموزشی، CD و ... آموزش داده شود تا روند درمان را تسریع نموده و از عوارش ناشی از درمان

جلوگیری نماید):

- ✓ قبل از استفاده از درمان اگر باردار هستید به پزشک خود اطلاع دهید.
- ✓ سابقه تمامی داروهای مصرفی خود را قبل از غمز درمانی به پزشک اطلاع دهید.
- ✓ اگر بیماری قلبی یا سابقه کبودی های خودبه خودی و یا خونریزی فعال دارید قبل از شروع درمان پزشک را در جریان بگذارید.
- ✓ بعد از پایان غمز درمانی دقایقی را در محل درمان سپری نموده و پس از اطمینان پزشک معالج برای ترک محل، از محل خارج شوید.
- ✓ در صورت احساس درد در اندامی که غمزدرمانی شده است، تا ۴۸ ساعت از فشار بر روی آن اندام اجتناب کنید.

1. Intansari Nurjannah, Ki Hariyadi, Su Jok as a complementary therapy for reducing level of pain: A retrospective study, *Complementary Therapies in Clinical Practice*, Volume 43, 2021, 101337 .
2. Hülya Elmali Şimşek, Şule Ecevit Alpar, The effect of aromatherapy and Su Jok interventions on post-cesarean pain, *Complementary Therapies in Clinical Practice*, Volume 49, 2022, 101642.
3. Y. Takai et al. Literature review of pain management for people with chronic pain. *Jpn. J. Nurs. Sci.* (2015)
4. Z. Yagil. Sujok therapy for the treatment of fatigue and weakness among oncologic patients. *Quaderno* (2019)
5. M. Leyva González et al. Presentation of a patient with elbow hygroma treated with Sujok acupuncture. *Correo Científico Médico de Holguín* (2017)
6. M. Safonov et al. Analysis of the efficacy of reflexology in the complex treatment of chronic migraine. *Zhurnal nevrologii i psikiatrii imeni SS Korsakova* (2017)
7. A. Ubaïdullaev et al. Treatment of bronchial asthma by the Su-Jok therapy method. *Ter. Arkh.* (1998)
8. Nielsen A, Knoblauch NT, Dobos GJ, Michalsen A, Kaptchuk TJ. The effect of Gua Sha treatment on the microcirculation of surface tissue: a pilot study in healthy subjects. *Explore (NY)*. 2007 Sep-Oct;3(5):456-66.
9. A. Nielsen. Gua sha: A Traditional Technique for Modern Practice. Churchill Livingstone. 2nd Edition. 1995.
10. A. Nielsen. Gua sha: A Traditional Technique for Modern Practice. Churchill Livingstone. 1st Edition. 2002.
11. G.W. Yeatman et al. Cao Gio (coin rubbing) Vietnamese attitudes toward health care. *JAMA*. (1980)
12. Jaladat A. Ghamz with needle in Persian medicine. Traditional Persian medicine publication. Tehran. 2021. (in Persian)
13. Jaladat A, Atarzadeh F, Homayouni K. Ghamz therapy in Persian Medicine and its comparison with Reflexo Zone therapy. *jiitm* 2013; 3 (4) :395-406.
14. de Carvalho JF, Lerner A, Benzvi C. Foot reflexology in autoimmune diseases: Effectiveness and mechanisms. *World J Clin Cases* 2025; 13(7): 97403.
15. Sungur, Meltem RN; Ovayolu, Nimet PhD, RN; Akçali, Aylin MD. The Effect of Acupressure Applied to Patients With Multiple Sclerosis on Fatigue. *Holistic Nursing Practice* 37(4):p 184-194, July/August 2023.
۱۶. عقیلی خراسانی سید محمد حسین، خلاصه الحکمه، تصحیح: ناظم اسماعیل. قم، نشر اسماعیلیان، ۱۳۸۵، ج ۲، ص ۷۳ (نسخه دیجیتالی نورالطب)
۱۷. ابن سینا حسین بن عبدالله، قانون فی الطب، قرن ۴ و ۵، تحقیق: شمس الدین ابراهیم، بیروت، نشر مؤسسه الاعلمی للمطبوعات، ۱۴۲۵ هـ.ق، ج ۱، ص ۲۱۲ (نسخه دیجیتالی نورالطب)
۱۸. افراسیابیان حمیدالله، فاتح احمد. اصول غمز در طب ایرانی و پزشکی مدرن (مبانی غمز). ناشر: مرز دانش. ۱۴۰۱