
مواضع
الحجامة
في جسم الإنسان
إعداد وتصميم
Abdullh Adnan
2027

كِتَابُ مواضِع الحِجامَة

مُقدِّمَة

الحمدُ لله رب العالمينَ، والصلاةُ والسلامُ على نبِيَنا محمد وعلى آله وصحبه أجمَعينَ.

أمَا بعد، فإنَّ من أعَظم ما يبقى للإنسان بعد رحِيله أثرٌ ينفع الناس ويجري أُجرهُ عليه، وقد قال النبي ﷺ: «إذا ماتَ ابنُ آدمَ انقطعَ عملُه إلَّا من ثُلاثٍ: صدقةٍ جاريةٍ، أو علمٍ يُنتفعُ به، أو ولدٍ صالحٍ يدعو له» (رواه مسلم).

وإيمَانًا بهذا الفَضل، وحرصًا على أن يكون هذا الكتابُ من العلم النافع، أُهدِيَ هذا العملَ صدقةً جاريةً عنّي وعن والديّ، سائلًا المَولى عزّ وجلَ أن يتقبَلهُ منًا، وأنُ يجعلهَ في ميزِانَ حسَناتنا، وأنَ ينفعَ به كلَ من يقروُه.

عُنُ الكتَابٌ

جمعتُ في هذا الكتاب مواضعَ الحجامة المعروفة، مع بيانٍ مختصرٍ لفائدة كلَ موضع ومقصده، ليكون مرجعاً سهل التصفح للقارئ المهتم، وعونًا لمن يريد الاطلاعَ على هذا الموروث الطبي النبوي بشكلٍ منظّم وواضح.

وأُنبهُ القارئ الكرِيم إلى أن الحجامة وسيلةٌ من وسائل التداوي تُفيدَ بإذن الله في حالات، ولا تُغني عن استشارة الطبيب المختص، خصوصاً لأصحاب الأمراض المزمنة أو من يتناولون أدوية تؤثرُ في تخثر الدم، فالعلاج الصحيح يقوم على التكامل بينُ الأسباب الشرعية والطبية.

دعَاءُ وَتوقيع

ونسأل الله أنُ يغفر لِي ولوالدي ، ويغفر لجميع المسلمين، وأن يجعل هذا العمل خالصًا لوجهه الكريم، ويجعله ذخرًا لنا يوم نلقاه.

(Abdullh Adnan)

الفهرس

الوصف باللغة العربية	الوصف باللغة الانكليزية	رقم الصفحة
كل ما تريد معرفته عن الحجامة	Everything you want to know about cupping	3
الحجامة في السنة النبوية الصحيحة	Cupping (Al-Hijama) in the authentic prophetic tradition	7
فوائدها العلاجية والوقائية	Therapeutic and preventive benefits	9
المواضع الأمامية	Front Sites	11
المواضع الخلفية	Rear areas	12
موضع رقم ١	Site No. 1	14
موضع رقم ٢ و ٣	Site No. 2,3	15
موضع رقم ٤ و ٥	Site No. 4,5	16
موضع رقم ٦	Site No. 6	17
موضع رقم ٧ و ٨	Site No. 7,8	18
موضع رقم ٩ و ١٠	Site No. 9,10	19
موضع رقم ١١	Site No. 11	20
موضع رقم ١٢ و ٢٣	Site No. 12,13	21
موضع رقم ١٤ إلى ١٨	Site No. 14 To 18	22
موضع رقم ١٩	Site No. 19	23
موضع رقم ٢٠ و ٢١	Site No. 20,21	24
موضع رقم ٢٢ و ٣٣	Site No. 22,23	25
موضع رقم ٢٤ و ٢٥	Site No. 24,25	26
موضع رقم ٢٦ و ٢٧	Site No. 26,27	27
موضع رقم ٢٨ إلى ٣١	Site No. 28 To 31	28
موضع رقم ٣٢	Site No. 32	29
موضع رقم ٣٣	Site No. 33	30
موضع رقم ٣٤ و ٣٥	Site No. 34,35	31
موضع رقم ٣٦	Site No. 36	32



تابع الفهرس

	الوصف باللغة الانجليزية	الوصف باللغة العربية
33	Site No. 37,38	موضع رقم ٣٧ و ٣٨
34	Site No. 39	موضع رقم ٣٩
35	Site No. 40	موضع رقم ٤٠
36	Site No. 41,42	موضع رقم ٤١ و ٤٢
37	Site No. 43,44	موضع رقم ٤٣ و ٤٤
38	Site No. 45,46	موضع رقم ٤٥ و ٤٦
39	Site No. 47	موضع رقم ٤٧
40	Site No. 48	موضع رقم ٤٨
41	Site No. 49	موضع رقم ٤٩
42	Site No. 50	موضع رقم ٥٠
43	Site No. 51,52	موضع رقم ٥١ و ٥٢
44	Site No. 53,54	موضع رقم ٥٣ و ٥٤
45	Site No. 55	موضع رقم ٥٥
46	Site No. 101	موضع رقم ١٠١
47	Site No. 102,103	موضع رقم ١٠٢ و ١٠٣
48	Site No. 104,105	موضع رقم ١٠٤ و ١٠٥
49	Site No. 108,109	موضع رقم ١٠٨ و ١٠٩
50	Site No. 110	موضع رقم ١١٠
51	Site No. 114	موضع رقم ١١٤
52	Site No. 115,116	موضع رقم ١١٥ و ١١٦
53	Site No. 117,118	موضع رقم ١١٧ و ١١٨
54	Site No. 119	موضع رقم ١١٩



تابع الفهرس

الوصف باللغة العربية	الوصف باللغة الانجليزية	رقم الصفحة
موضع رقم ١٢٠	Site No. 120	55
موضع رقم ١٢١	Site No. 121	56
موضع رقم ١٢٢ الى ١٢٤	Site No. 122 To 124	57
موضع رقم ١٢٥ و١٢٦	Site No. 125,126	58
موضع رقم ١٢٧ و١٢٨	Site No. 127,128	59
موضع رقم ١٢٩	Site No. 129	60
موضع رقم ١٣٠	Site No. 130	61
موضع رقم ١٣١	Site No. 131	62
موضع رقم ١٣٢	Site No. 132	63
موضع رقم ١٣٣	Site No. 133	64
موضع رقم ١٣٤	Site No. 134	65
موضع رقم ١٣٥ و١٣٦	Site No. 135,136	66
موضع رقم ١٣٧ الى ١٤٠	Site No. 137 To 140	67
موضع رقم ١٤١ و١٤٢	Site No. 141,142	68
الروماتيزم	Rheumatism	69
خشونة الركبة	Knee Crepitus	70
أصلاح القدمين	Crystal Luria with heel pain	71
عرق النسا	Sciatica	72
آلام الظهر	Backache	73
آلام الرقبة والأكتاف	Neck & Shoulder pains	74
النقرس	Gout	75
الروماتويد	Rheumatoid arthritis	76



تابع الفهرس

الوصف باللغة العربية	الوصف باللغة الانجليزية	رقم الصفحة
الشلل النصفي	Hemiplegia	77
الشلل الرباعي	Quadriplegia	78
نقص المناعة	Low Immunity e.g. HCV	79
تخميل الأذرع	Arm Tingling	80
تخميل الساقين	LL Tingling	81
تنشيط الدورة الدموية	Stimulation of Circulation	82
آلام البطن	Abdominal pains	83
البواسير	Piles	84
الشرخ الشرجي والناسور	Anal Fissure , Fistula	85
أمراض البروستاتا والعنة	prostate & Impotence	86
أمراض الرئة والسعال المزمن	Lung disease & Chronic Cough	87
ارتفاع ضغط الدم	Hypertension	88
أمراض المعدة والقرحة	Stomach Disease & Peptic Ulcer	89
أمراض الكلى	Kidney Disease	90
القولون العصبي	I.B.S	91
الإمساك المزمن	Chronic Constipation	92
الإسهال	Diarrhea	93
كثرة النوم	Excessive sleep	94
التبول اللاإرادي	Nocturnal Enuresis	95
الإحباط والتوتر النفسي	Depression & Nervous stress	96
نقص التروية بالأطراف وتصلب الشرايين	Ischemia & Atherosclerosis	97
حساسية الطعام	Food Allergic	98



تابع الفهرس

الوصف باللغة العربية	الوصف باللغة الانجليزية	رقم الصفحة
كثرة الخراج والقرح وحكة الشرج والقدم السكري	Abscesses Ulcers , Pruritus ani & Diabetic foot	99
أمراض القلب	Heart diseases	100
مرض السكر	Diabetes mellitus	101
أمراض الكبد (مثل فيروس سي) والمرارة	Liver & Gallbladder Disease (e.g. Virus C)	102
دوالي الساقين	Varicose Veins	103
دوالي الخصية	Varicocele	104
داء الفيل	Elephantiasis	105
الأمراض الجلدية	Skin Disease	106
السمنة	Obesity	107
نقص الوزن	Under weight	108
العقم	Infertility	109
أمراض الغدة النخامية	Pituitary Disease	110
أمراض الغدة الدرقية	Thyroid Disease	111
الصداع بسبب مرض العين	Headache Ocular	112
الصداع بسبب ارتفاع ضغط الدم	Headache HTN	113
الصداع بسبب التوتر النفسي	Headache Stress	114
الصداع بسبب الإمساك	Headache Constipation	115
الصداع بسبب نزلات البرد	Headache Common Cold	116
الصداع بسبب الجيوب الأنفية	Headache Sinusitis	117
الصداع بسبب أمراض المعدة	Headache Stomach Disease	118
الصداع بسبب أمراض الكلى	Headache Renal	119



تابع الفهرس

الوصف باللغة العربية	الوصف باللغة الانجليزية	رقم الصفحة
الصداع بسبب أمراض الكبد والمرارة	Headache Liver G.B.	120
الصداع بسبب مرض العمود الفقري	Headache Spine	121
الصداع بسبب فقر الدم	Headache Anemia	122
الصداع بسبب أورام المخ	Headache Brain Tumors	123
الصداع النصفي	Migraine	124
أمراض العين	Eye Disease	125
التهاب اللوز وأمراض الحنجرة واللثة والأسنان	Tonsils, Larynx, Gums & Dental Disease	126
أمراض الأذن	Ear Disease	127
أمراض الجيوب الأنفية	Nasal Sinus Disease	128
التهاب العصب الخامس والسابع	Cranial Nerve V VII	129
ضعف الذاكرة	Weak Memory	130
مركز الذاكرة	Memory Center	131
عدم النطق (البكم)	Mutism	132
الصرع والتشنجات	Convulsions	133
التخلف العقلي	Mental Retardation	134
تحسين الوظائف الذهنية والتركيز	Improvement of Intellectual Functions & Concentration	135
الشلل الدماغي	C.P.	136
باب في الحجامة لبعض احوال النساء		137
انقطاع الدورة الشهرية	Cessation of Menstruation	138
الصداع بسبب ما قبل الدورة الشهرية	Headache Premenstrual Tension	139
الإفرازات المهبلية بنية اللون	Brownish Vaginal Discharge	140



تابع الفهرس

الوصف باللغة العربية	الوصف باللغة الانجليزية	رقم الصفحة
الإفرازات المهبلية بدون رائحة أو لون أو حكة	Vaginal Discharge (odorless , colorless , without pruritus)	141
شكاوي الدورة الشهرية لدى العذاري	Menstrual Problems (of virgin girls)	142
تنشيط التبويض	For Induction of ovulation	143
عسر الطمث	Dysmenorrhea	144
النزيف المهبلي	Vaginal Bleeding	145



الْحِجَامَةُ: كُلُّ مَا تُرِيدُ مَعْرِفَتَهُ

أولاً: مقدمة

الحجامة من أقدم وسائل التداوي التي عرفها الإنسان، ولم تكن يوماً ممارسة مرتبطة بثقافة واحدة أو زمن محدد. فقد استخدمت عبر الحضارات القديمة، وما زال الناس يلاحظون أثرها في دعم الصحة العامة وتخفيف بعض الآلام عند تطبيقها بالشكل الصحيح. وقد ازدادت مكانتها حين دخلت ضمن الطب النبوي، فأصبحت وسيلة علاجية معتبرة شرعاً وعقلاً وطبياً وتجريبياً، تُستخدم بحكمة وتقدير للحالة للحالة دون غلو أو مبالغة، ودون تعارض مع الطب الحديث.

ثانياً: ما هي الحجامة؟

الحجامة إجراء علاجي يعتمد على إحداث شفط موضعي الجلد باستخدام كؤوس مخصصة، وقد يتبع ذلك تشريط سطحي بسيط في بعض الحالات، بهدف:

- تنشيط الدورة الدموية موضعياً.
- تقليل الاحتقان.
- دعم الاسترخاء العضلي.
- مساعدة الجسم على أداء وظائفه الحيوية بشكل أفضل.

تنبيه مهم: الحجامة ليست علاجاً سحرياً ولا بديلاً عن الطب الحديث، بل وسيلة علاجية ووقائية داعمة، ينبغي أن تُطبَّق بشكل صحيح وآمن وفي مكان طبي مجهز، وعلى يد مختصين.

ثالثاً: الحجامة عبر الحضارات والطب النبوي

عُرفت الحجامة كوسيلة علاجية منذ آلاف السنين، واستُخدمت في:

- الحضارة المصرية القديمة (البرديات الطبية ونقوش المعابد).
- الحضارة الصينية ضمن الطب التقليدي.
- الحضارة اليونانية والرومانية، وذُكر فيها أطباء مثل أبقراط وجالينوس.
- الحضارة العربية والإسلامية، كوسيلة علاجية شائعة.

وقد ورد ذكر الحجامة في الطب النبوي الصحيح، حيث قال النبي صلى الله عليه وسلم: «إِنَّ أَمثَلَ ما تداويتم به الحجامة»

ويُنبّه في هذا السياق إلى ثلاثة أمور:

1- ألا تُجعل عبادة في ذاتها.
2- ألا تُربط بزمن تعبدي محدد.
3- ألا يُلغى بسببها التقييم الطبي.

بل يدل ورودها على مشروعيتها ونفعها الاستخدام الصحيح.

رابعاً: أنواع الحجامة

تُقسَّم الحجامة من حيث طريقة التطبيق إلى أنواع تطورت عبر الزمن، من أدوات بدائية تحمل مخاطر إلى أجهزة حديثة أمنة ودقيقة.

أ) الأنواع التقليدية الأساسية

- **الحجامة الجافة:** تعتمد على السفط فقط دون تشريط، وتُستخدم لشد العضلات وتشنجاتها وللاسترخاء العضلي.
- **الحجامة الرطبة (الدموية):** تعتمد على الشفط مع تشريط سطحي بسيط، وهي النوع الأكثر شيوعاً. وتدرج تحتها الحجامة الوقائية والحجامة العلاجية، ويختلفان في: الهدف من الجلسة، تقييم الحالة،المواضع المختارة، عدد الكؤوس احياناً.
- **الحجامة المتحركة:** تحريك الكؤوس بحركات معينة باستخدام زيت، وتُستخدم لشد العضلات المرونة والاستشفاء العضلي وتحسين الدورة الدموية في العضلات. وتحسين.

ب) أنواع الحجامة المستخدمة

- **الحجامة المغناطيسية:** كؤوس مزودة بعناصر مغناطيسية، تُستخدم كوسيلة مساندة في حالات معينة لتحسين تدفق الدم ودعم استرخاء الألياف العضلية.
- **حجامة التنشيط الكهربائي:** دمج الشفط مع تحفيز كهربائي خفيف، لتنشيط العضلات ودعم وزيادة الاسترخاء العصبي، يجب أن تُطبَّق تحت إشراف مختص ومؤهل.
- **الحجامة الحرارية:** تعتمد على دمج الشفط مع التسخين الموضعي المحسوب، ويكون التسخين عن طريق موجات الأشعة تحت الحمراء (IR) أو عن طريق استخدام أعواد الشمع (المركسا). وتختلف عن الحجامة بالنار التقليدية من حيث الأمان والدقة والتعقيم.
- **الحجامة العشبية:** تعتمد على وضع أعشاب معينة في الماء لفترة محددة، ثم يُؤخذ هذا الماء ويملأ به نصف كأس الحجامة ويوضع على أماكن معينة حسب المشكلة الصحية، تساعد في تخفيف توترات الربو و السعال، وتقليل الألم في حالات الروماتويد وخشونة المفاصل، وتستخدم أحياناً بديلاً للحجامة في الحالات الاستشفاء والاصتبف.
- **حجامة الإبر الصينية:** تعتمد على دمج فوائد الإبر الصينية مع فوائد الحجامة الجافة. عن طريق وضع الإبر الصينية في مواضعها المحددة. ثم شفط كاسات الحجامة فوقها، وتُستخدم في بعض حالات الآلام العضلية والعصبية والقولون العصبي والشلل الوجهي وبعض حالات الجلطات. يجب أن تُطبَّق تحت إشراف مختص ومؤهل.

خامساً: فوائد الحجامة

فوائد الحجامة كبيرة، ومن أبرزها:

- تخفيف آلام الرقبة والكتف والظهر.
- تقليل الشد والتشنجات العضلية.
- المساعدة في بعض أنواع الصداع، وبعض أمراض العظام والأعصاب والنفسية والنقلب والباطنية والمناعة والجلدية والأوعية الدموية، وأمراض النساء.
- تنشيط الدورة الدموية.
- الكسل والخمُول والإرهاق العام، وكذلك في بعض حالات العقم وتأخر الإنجاب.

وتختلف الاستفادة من شخص لأخر حسب الحالة وطريقة التطبيق، وقد أعدُّ مقال مستقل بشرح فوائد حجامة من منظور طبي وعلمي وشكل مفصل.

سادساً: الشَّرحُ الطِّبِيُّ والفَنِّيُّ المُبسَّط: كَيفَ تَفعَلُ الحِجامَة؟

من الناحية الطبية والفسيولوجية، تُعدُّ الحجامةُ علاجاً تكميلياً قد يعمل عبر عدّة آليات مُجتمعة مُجتمعة:

- تنشيط الدورة الدموية: زيادة تدفُق الدم وتحسين التروية وتقليل الاحتقان.
- دعم عمليات الديتوكس والتخلُّص من الشموم: تحسين التروية وتقليل.
- دعم عمليات الديتوكس والتخلص من الشموم: تحفيز إخراج بعض الفضلات الدموية موضعيّاً، وتقليل الضغط الوظيفيّ على الكبد والكلى، ودعم توازن الدورة الدموية والمفاوية.

ملاحظة: الحجامة لا تقوم بوظيفة الأعضاء بدلاً عنها، لكنها تدعم كفاءتها.

- تنشيط الجهاز المناعِي: تحريك السوائل وتقليل الركود والاحتقان.
- التأثير العصبيَ وتخفيف الألم: تعديل الإشارات العصبية وتقليل الشد العضلي والعصبيَ والصبريُ:
- تقليل التقلُّصات العضلية: وذلك لأن الحجامة تحفز إفراز غاز أكسيد النيتريك، الذي يدخل في دورة تحفيز الجهاز المناعى.

وقد أعدَّ مقال خاص بشرح نظريات الحجامة وآلية عملها طبيّاً وفسيولوجيّاً قديماً وحديثاً، لمن يهتم بالجانب العلمي والتفسيري.

سابعاً: التأثير النفسيُّ والمِزاجيُّ؟

تلعب الحجامة دوراً داعماً مهمّاً في:

- تقليل التوتر. - تحسين المزاج.
- دعم الاسترخاء، تحسين النوم.
- وهي ليست علاجاً مباشراً لكنها عاملَ مساعد ضمن منظومة الّتي تخفض الأشخاص.
- وهي ليهنًا نفسيّا مباشراً لكنها عاملٍ مساعد ضمن منظومة الصحّة العامه، وتتسم فوائدها النفسيّة، ويشارإلى أنّرها لواسع من أن تحصر. وقد أعد مقلّل مستقلّ عن تأثير الحجامة على الضغط النفسيَ والحالة النفسيّة والمزاجيّة، يشمل التوتُّر والقلق والنوم والإرهاق.

ثامناً: لماذا تختلف نتائج الحِجامة من شخص لآخر؟

تختلف النتائج حسب:

-الحالة الصحية - نمط الحياة. - السبب (وقائيّ أو علاجيٌ) طريقة التطبيق. - خبرة الممارس.

ولا يصحُّ مقارنة تجربة شخص بتجربة آخر.

تاسعاً: هل تظهر النتائج فوراً؟

ليس بالضرورة، فبعض، الحالات تحتاج وقتاً لبعيد الجسم توازنه، أو أكثر من جلسة حسب جدول علاجيٌ،خصوصاً في الحالات المزمنة وشدة المرض أو الشكاوى الصحيّة.

عاشرًاً: هل اللون الدم ولزوجته دلالة؟

- لا يـيعد لـون ألدم او يزوجته وسيلة تشخيص، ولا بدلٌ على شدة المرض، ويختلف ويختلف حسب عدّة عوامل، كالتدخين والدهون المرتفعة في الدم.

الحادي عشر: هل يمكن الجمع بين الحجامة والعلاج الطبي؟

نعم، يمكن اعتبار الحجامة علاجاً تكميلياً لا بديلاً عن العلاج الطبي المعتمد.
ولا ينبغي التوقف عن الأدوية الموصوفة دون استشارة الطبيب، كما يُستحسن إبلاغ الطبيب المعالج بالرغبة في الحجامة.

الثاني عشر: لمن تناسب الحجامة؟

تختلف ملاءمة الحجامة من شخص لأخر، ولا يُنصح بإجرائها دون تقييم طبي مسبق لمن يعاني من:

- حالات مزمنة، مثل السكري أو أمراض القلب أو ضعف المناعة.
- اضطرابات في تخثر الدم، أو من يتناول مميعات الدم.
- الحمل.
- الأطفال وكبار السن.

كما توجد موانع مطلقة ونسبية شُرحت في مقال مستقل، ويُنصح بالاطلاع عليه قبل اتخاذ القرار.

الثالث عشر: توقيت الحجامة

ذُكرت في بعض الروايات أوقات معينة للحجامة، وقد تناولتْ دراسات حديثيُة مدى ثبوت هذه الروايات. ولم يثبت علمياً تفضيل وقت بعينه بشكل قاطع.
ولمزيد من التفصيل يمكن الرجوع إلى مقال مستقل عن أفضل أوقات الحجامة يوضح ما ثبت وما لم يثبت.

الرابع عشر: الماذا استمرت الحجامة قروناً طويلة؟

تعود جذور الحجامة إلى عصور قديمة، إذ ورد وصف لأدوات الكؤوس عند أبقراط.
واستمرت عبر الأجيال بفضل الملاحظة والتجربة، حتى قبل أن يتوفر تفسير علمي لآلية عملها. ويجدر التنبيه إلى أن استمراراها تاريخياً لا يعني ثبوت فعالبتها في كل حالة.

الخامس عشر: الخلاصة

- الحجامة وسيلة علاجية قديمة، وقد ورد في السنّة النبوية ما يشير إلى فضلها، كقوله صلي الله عليه وسلم: "إنْ أفضل ما تداويتم به الحجامة".
- تشير الأدلة العلمية إلى فائدة محتملة في تخفيف بعض الآلام، مثل آلام أسفل الظهر، بينما الأدلة محدودة في حالات أخرى، وتحتاج إلى دراسات أوسع وأدق.
- تشير بعض الدراسات إلى تحسن في بعض الأعراض النفسية، لكن جودتها متوسطة إلى ضعيفة.
- ينبغي أن تُمارس الحجامة بعد تقييم طبي مناسب لتحديد ملاءمتها لكل شخص.
- تكون الحجامة أكثر أماناً وفائدة عندما تُطبّق بعلم وخبرة، مع تعقيم كامل للأدوات، وفي مركز موثوق.

الحجامة في السنة النبوية الصحيحة

مقدمة المرجع

يهدف المقال إلى تقديم مرجع علمي منضبط يجمع الأحاديث الصحيحة المتعلقة بالحجامة فقط، دون إدخال أحاديث حسنة أو ضعيفة أو مختلف في تصحيجها. وقد رَتَّبت الأحاديث ترتيباً علمياً يمنع الخلط، ويُغلق باب الجدل بإثبات المسألة بأعلى درجات التوثيق الشرعي.

تعريف الصجامة في السنة

تُعَرَّف الحجامة بأنها من الوسائل العلاجية التي ثبُتَت فِي السنة، إذ احتجم النبي صلى الله عليه وسلم بنفسه وأثنى علِيها، فكانت من هديه فِي العلاج.

أولاً: الأحاديث الصحيحة في فضل الحجامة

- **الحديث الأول:** رواه أنس بن مالك فِي صحيح البخاري، وفيه أن أفضل ما يُتدَاوى به الحجامة. ويدل على فضلها، وعلى أنها مذكورة في باب التداوي.
- **الحديث الثانِي:** رواه أنس بن مالك فِي صحيح البخاري بمعنى الحديث الأول، ويؤكد الفضل نفسه.
- **الحديث الثالث:** رواه ابن عبَاس في صحيح البخاري، وفيه أن الشفاء في ثلاثة أشياء: شربة عسل، وشرطة محجم، وكية نار، وأن النبي صلى الله عليه وسلم نهى أمته عن الكي. ويدل علِي أن الحِجامة سبب مَن أسبِاب الشفاء، وأنها مفضلة على الكي.

ثانياً: الأحاديث الصحيحة في فعل النبي صلى الله عليه وسلم للحجامة

- **الحديث الرابع:** رواه البخاري ومسلم، وفيه أن النبي صلى الله عليه وسلم احتجم وهو محرم. ويدل على مشروعية الحجامة وجوازها حتى في حال الإحرام.
- **الحديث الخامس:** رواه البخاري ومسلم، وفيه أن النبي صلى الله عليه وسلم احتجم وهو محرم في رأسه من صداع. ويدل على أن الحجامة كانت تُستعمل لعلاج الألم والصداع.
- **الحديث السادس:** رواه أنس بن مالك فِي صحيح مسلم، وفيه أن النبي صلى الله عليه وسلم احتجم في الأخدعين والكاهل.
- **الحديث السابع:** رواه أنس بن مالك فِي صحيح مسلم، وفيه أن النبي صلى الله عليه وسلم احتجم ثلاث مرات في الأخدعين والكاهل. ويذكر المقال أن المواضع الثابتة بالسنة الصحيحة هي: الأخدعان (جانبا العنق) والكاهل (أعلى الظهر).

ثالثاً: الأحاديث الصَحيحة في أجر عمل الحجامة

الحديث الثامن: رواه ابن عباس في صحيحي البخاري ومسلم، وفيه أن النبي صلى الله عليه وسُلم احتجم وأعطى الحجام أجره. ويِدل على جواز أخذ الأجرة على الحجامة، ويِرد القوَّل بتحريِمها.

الحكم الشرعي الجامع

بناءً على الأحاديث الصحِيحة الواردة، فإن الحجامة هدي نبَوي ثابت في باب التداوي، ولا خلاف عليه.

لمَاذا اقتصر المرجع على هذه الأحَاديث؟

- كل حديث لم يُذكر في هذا المرجع، سواء في تحديد الأيام أو في فضائل أخرى للحجامِة، ليس حديثاً صحيحاً متفقاً على صحته، ولذلك لم يُدرج التزامَاً بالأمانة العلمية.
- بعض الأحاديث قوتها علمية لا ضعفًا، لكن المنهج الذي اعتمده المقال يسد باب الجدل نهائياً.

الخلاصة النهائية

- ✔ ثبت فضل الحجامة بالسنة الصحيحة.
- ✔ ثبت فعل النبي صلى الله عليه وسلم لها.
- ✔ ثبتت مواضعها.
- ✔ ثبت أجر من يعمل بها.

والله أعلم.

الحجامة: المرجع الأشمل لفوائدها العلاجية والوقائية

أولاً: مقدمة

الحجامة منظومة تأثير متكاملة على الجسم، لا ممارسة جزئية ولا إجراء مؤقتًا ولا وسيلة لعرض واحد فقط. فمعظم المشكلات الصحية الشائعة لا تقتصر على الأعراض الظاهرة، بل تتفرع من خلال في الأساس الوظيفي للجسم، ولهذا تمتد فوائد الحجامة لتشمل جوانب كثيرة من الصحة الصحة.

ثانياً: المفهوم الصحيح لفوائد الحجامة

لا يقصد بفوائد الحجامة وعداً بالشفاء، ولا نتيجة واحدة متطابقة عند الجميع. بل يقصد بها:

- دعم وظائف الجسم الطبيعية.
- تحسين التوازن الداخلي.
- تخفيف الاختلال والضغط.
- تحفيز آليات التعافي الذاتية.
- الوقاية من تراكم الإجهاد قبل أن يتحول إلى مشكلات مزمنة.
- وهذا الفهم هو ما جعل الحجامة ممارسة مستمرة عبر العصور، وقابلة للتطبيق ضمن أسلوب حياة صحي واع.

ثالثاً: تأثير الحجامة على منظومة الدم والدورة الدموية

الدم هو الوسيط الأول للحياة داخل الجسم، وأي خلل في حركته أو توازنه ينعكس مباشرة على كل خلية ووظيفة. وبحسب المقال، تُساعد الحجامة على:

- تحفيز حركة الدم في المناطق الراكدة.
- التخلص من الدم المتبقي والخلايا المتكسرة والسموم والملوثات والمواد غير المرغوب فيها.
- تقليل لزوجة الدموي.
- تحسين التروية الدموية للأنسجة.
- دعم التوازن الطبيعي للدورة الحيوية.

وينعكس ذلك على تخفيف الصداع بأنواعه، وتقليل الرأس، وتميل الأطراف، والخمول العام، وضعف التركيز، والإرهاق المستمر، وانخفاض مستوى الطاقة.

رابعاً: تأثير الحجامة على الجهاز العصبي

الجهاز العصبي هو المنظم الأول للألم والتوتر والنوم والأنتباه. وتسهم الحجامة، وفق المقال، في:

- تحسين التروية الدموية للأعصاب وتفقيتها وتقليل الضغط عليها.
- تقليل الاحتقان الوظيفي.
- دعم الأداء الطبيعي للوظائف الحيوية.

وتنعكس ذلك على الإحساس بالخفة بعد الأكل، وتقليل الشعور بالامتلاء والتعب، وتحسين الاتزان العام للجسم والصحة العامة.

خامساً: تأثير الحجامة على الجهاز العضلي والعظمي

يرى المقال أن الألم العضلي والمفصلي غالباً لا يكون سببه الحركة وحدها، بل يرتبط باختقان موضعي وتشد عصبي وضعف في التروية وإجهاد متكرر.

- وتساعد الحجامة على:
- تخفيف الشد العضلي.
- تحسين مرونة الأنسجة.
- تقليل الضغط على الأعصاب الطرفية.
- دعم الحركة الطبيعية للمفاصل.

وينعكس ذلك على تخفيف آلام الظهر والرقبة والمفاصل، وتيبس العضلات، وآلام الركبة، وخشونة المفاصل، وعرق النسا، وآلام الـ الفقري.

سادساً: تأثير الحجامة على الكفاءة الوظيفية للأعضاء الداخلية

يوضح أن كفاءة الأعضاء لا تعتمد فقط على بنيتها، بل على جودة الإمداد الدموي والتنظيم العصبي. وتسهم الحجامة في تحسين التروية الدموية للأعضاء وتنقيتها وتقليل الضغط الوظيفي عليها.

سابعا: فوائد الحجامة للمناعة والجلد (منظومة دفاع وتجدد)

المناعة والجلد ليسا نظامين منفصلين عن باقي الجسم، بل يمثلان خط الدفاع الأول ضد الأمراض. وبحسب المقال، تؤثر الحجامة على الجلد من خلال:

- تنشيط الدورة الدموية السطحية.
- تحسين تغذية خلايا الجلد.
- دعم تجدد الأنسجة.
- تقليل أثار الإجهاد الداخلي.

ويُنعكس ذلك على نضارة البشرة وتحسين المظهر العام للجلد ودعم التئام الأنسجة، وتقليل بهتان الجلد المرتبط بالإرهاق والتوتر.

ثامنا: الحجامة كمنظومة وقاية شاملة على المدى الطويل

يوضح أن الوقاية بمفهومها الصحيح لا تعني منع مرض بعينه، ولا انتظار ظهور الأعراض ثم التدخل، بل الحفاظ على توازن الجسم الداخلي قبل أن يختل. ومن هذا المنطلق تُفهم الحجامة كأحد أعمق أدوات الوقاية الصحية، لأنها تعمل كمصفاة للدم، إذ تساعد على إخراج "سوء الدم" (الدم الراكد) وتقليل الأوعية الدموية الدقيقة والمحاصرة.

مراحل المشكلات الصحية:

- يشير المقال إلى أن المشكلات الصحية لا تبدأ فجأة، بل تبدأ تدريجيًا عبر تراكم الاحتقان، وتصاعد التوتر العصبي، وضعف التروية، وإجهاد مزمن غير ملحوظ. ومع الوقت تتحول هذه الاختلالات الصامنة إلى أمراض مزمنة وارهاق دائم واضطرابات وظيفية. وضعف في القدرة على التعافي. والحجامة، عند ممارستها بوعي

منهج الوقاية والتكرار: الوقاية والتكرار: الحجامة، لكي تمارس كرد فعل، ولا تؤدي دورها بشكل مؤثر بدون تكرار. تقدم من أسلوب حياة صحي كفهم وعادة، والحجامة، مثل ولكن الخلية مزمن، فالأمن، منتظم في الحسيم فتسلسلة في مجموعة عبر متابعة مع الحركة والراحة وادارة التوتر.

تاسعا: الفرق بين التجربة العشوائية والممارسة الواعية

يرى أن الحجامة لا تحقق فوائدها عبر جلسات متباعدة بلا هدف، أو تطبيق دون تقييم، أو ممارسات غير منظمة، بل عبر:

- فهم احتياجات الجسم.
- اختيار التوقيت المناسب.
- التطبيق المهني الدقيق.
- الانتظام المتوازن غير المفرط.

وهنا يظهر الفرق الجوهري بين من يستخدم الحجامة كتجربة، ومن يعتمدها كمنظومة وقاية واعية.

كيف تُعظم الفائدة؟

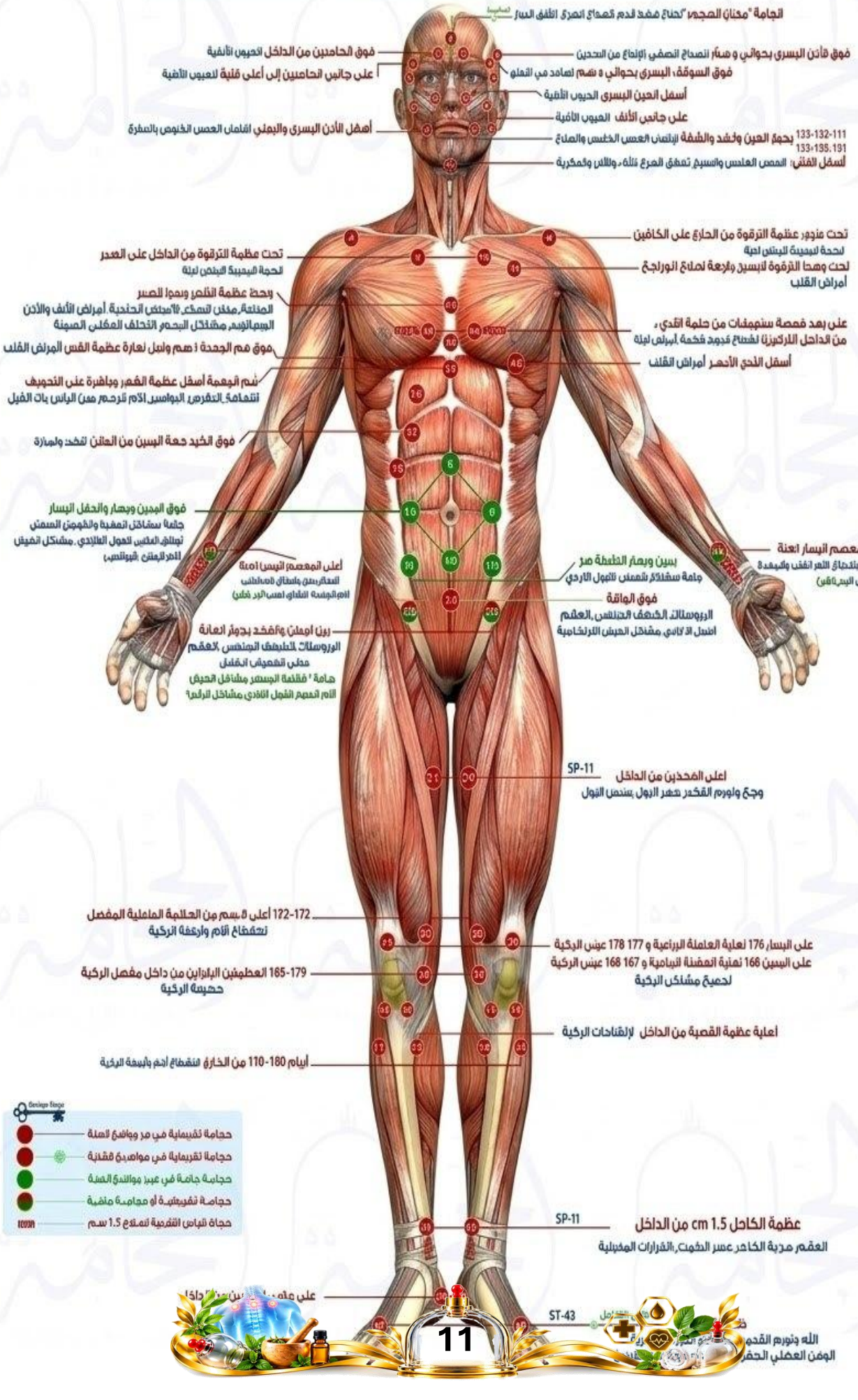
يعتمد تعظيم الفائدة على فهم الجسم كوحدة واحدة، واختيار المواضع المناسبة، والتوقيت الصحيح، والتطبيق المهني الدقيق، والانتظام الواعي غير المفرط. وهنا يظهر الفرق بين تجربة وممجية واعية.

عاشرًا: الخلاصة

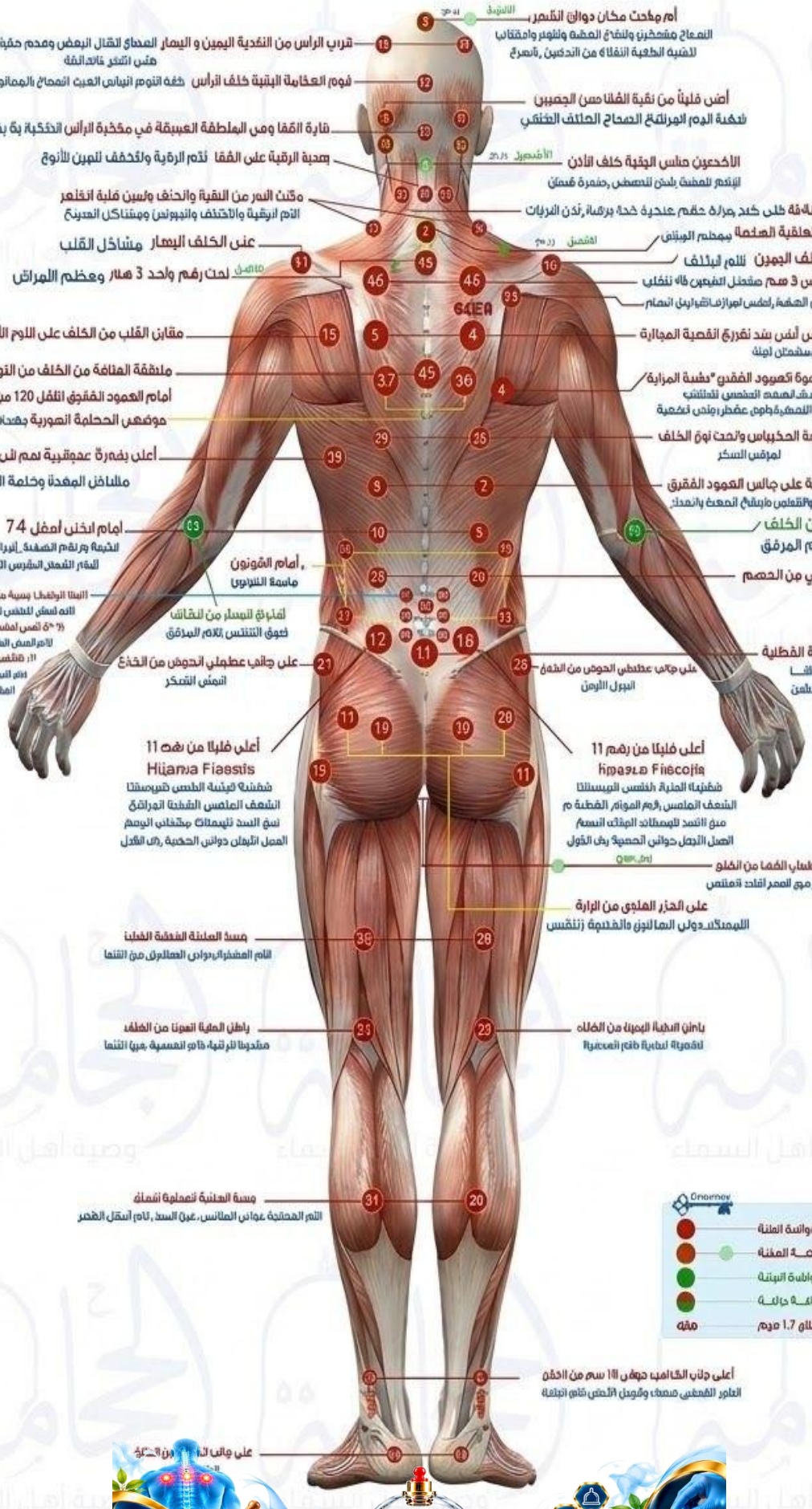
- الحجامة ليست إجراءً يُستخدم عند الألم فقط، بل أداة وقائية شاملة تحافظ على توازن الجسم قبل اختلاله.
- تعمل على الدم والدورة الدموية واجهاز العصبي والعضلات والمفاصل والأعضاء الداخلية والمناعة والجلد.
- تعمل مباشرة مع جذور المشكلات الصحية، وليس مع العرض الظاهر فقط.
- تتضاعف فائدتها عند تطبيقها بوعي وخبرة وتقييم وانتظام، لا بالتجربة العشوائية.

يعتمد على الفهم الطبي والوظيفي للعلاجات التكميلية، وعلى ما ورد في الأدبيات الصحية العامة حول الحجامة وتأثيرها على الجسم كوحدة متكاملة.

Hijama Points on the Front مواضع الحجامة من الأمام



مواضع الحجامة من الخلف Hijama Points on the Back

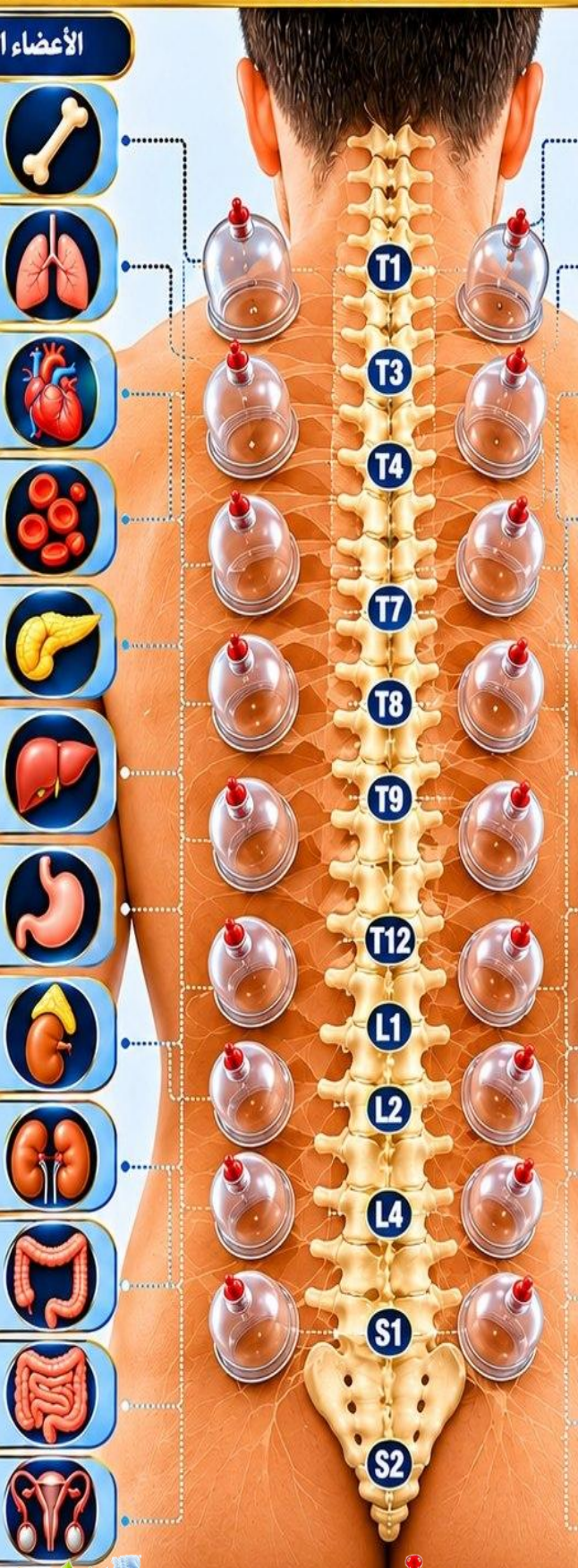


تأثير الحجامة على الجسم

خريطة الظهر – ارتباط الفقرات والأعصاب وتأثير الحجامة على المستوى الجزيئي

الأعضاء المرتبطة بالفقرات

- **T1** العظام
- **T3** الرئتان والجلد
- **T4** القلب والأوعية الدموية
- **T7** مكونات الدم
- **T8** البنكرياس
- **T9** الكبد، المرارة، الأعصاب الطرفية الأربطة والغضاريف
- **T12** المعدة، الطحال، العضلات
- **L1** الغدة الكظرية
- **L2** الكلى
- **L4** القولون
- **S1** الأمعاء الدقيقة
- **S2** الأعضاء التناسلية



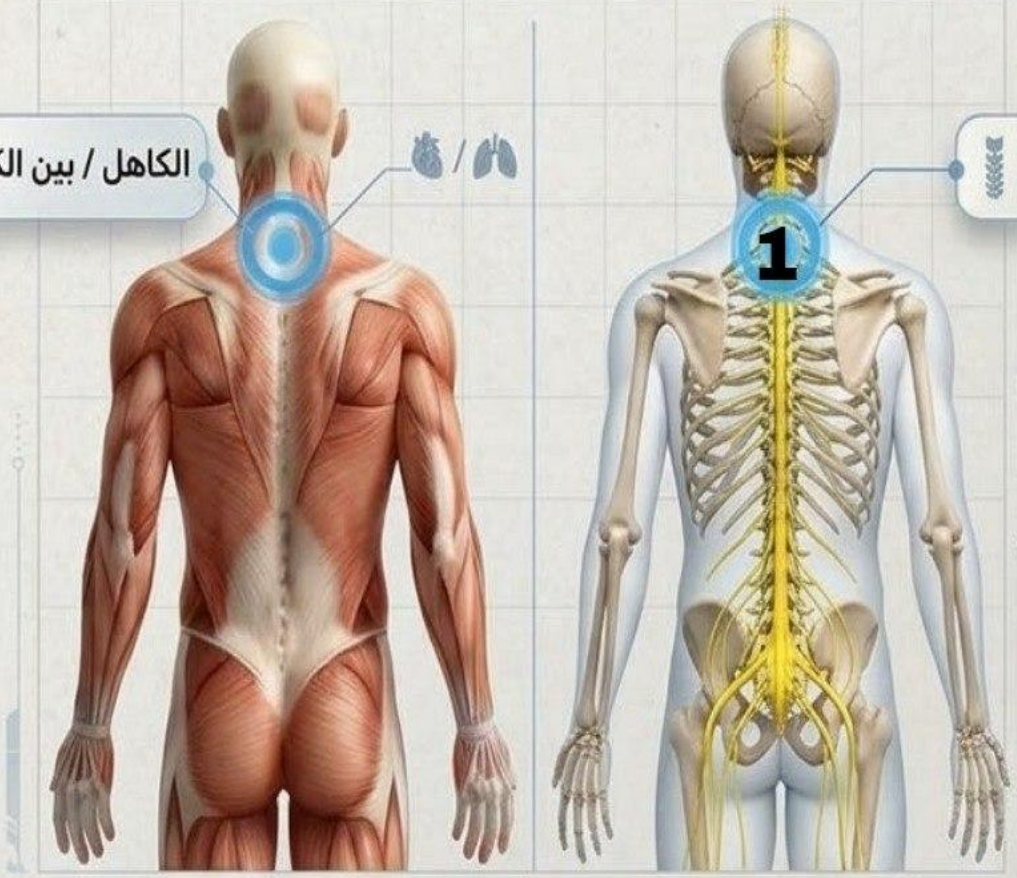
التأثيرات الجزيئية المتوقعة عند تحفيز العضو

- **T1** زيادة تشاط بنات العظم، إنتاج الكولاجين، BMPs، Wnt's، Wnt/β-catenin، RANKL/OPG تحسين استقلاب الكالسيوم والفوسفور.
- **T3** زيادة قيلل الأكسيين، تحسين NO، تنظيم السيتوكينات تعزيز إصلاح الشرة، زيادة الكولاجين والإيلاستين تنشيط مضادات الأكسدة.
- **T4** تحسين إنتاج اكسيد النيتراك (NO)، تحسين وظيفة البطانة الوعائية، تنظيم VEGF، تقليل الالتهاب تحسين الميتوكندريا وإنتاج ATP.
- **T7** تحفيز تكوين خلايا الدم، تنظيم الإريثروبويتين تحسين استقلاب الحديد، تنظيم الهيمستايسن تحسين الوظيفة المناعية وعوامل التخثر.
- **T8** تنظيم إفراز الإنسولين والجلوكاجون تحسين حساسية الإنسولين، تنظيم GLUTA، AMPK، وتقليل الالتهاب في خلايا بيتا
- **T9** تنشيط إنزيمات إزالة السموم (CYP450) زيادة تصفية، السموم، الحموم، استقلاب الأدوية تحسين النيضول، دعم تصنيع العضيل (NGF، BDNF) زيادة تصنيع الكولاجين وتحسين تنفاريل الأوطانف والمطريلف
- **T12** تنظيم إفراز العصّن والإنزيمات تحسين عوامل المناعة في الجهاز الهضمي، تقليل الالتهاب تنشيط mTOR، تحسين الميتوكندريا وتقليل الإجهاد التأكسدي.
- **L1** تنظيم الكورتيزول، والإندرفترول، والنهدرينفرين تحسين الاستجابة للإجهاد، تنظيم هرمون HPA، وتقليل الالتهاب عند عودة التوازن
- **L2** تحسين الترشيح الكلوي، تنظيم التوازن إنتاج الإريثروبيتين، تنشيط فيتامين D، ضبط توازن السوائل والملح.
- **L4** تحسين سلامة الماوخ المعوي، زيادة امتصاص المونتقنيئ الحسابية (SCFAs) تحسين الميكروبيوم، تنظيم المناعة المخاطية وتقليل اللاتهاب.
- **S1** تحسين امتصاص الفيتامينات والمعادن تنظيم الهضم، تقليل الإمساك، المحكمة (Tight Junctions) وتحسين الفناعة المعوية.
- **S2** تنظيم الهرمونات الجنسية، تحسين تكوين الأمشاج إنتاج NO،، تنظيم النمو والتكاثر الخلوي.

نظرة شاملة على تشريح الظهر والرقبة
Overview: Spine & Back

موقع: 1 (مقدمة عامة)

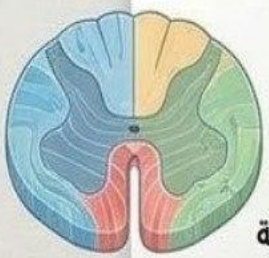




الفوائد والروابط الوظيفية

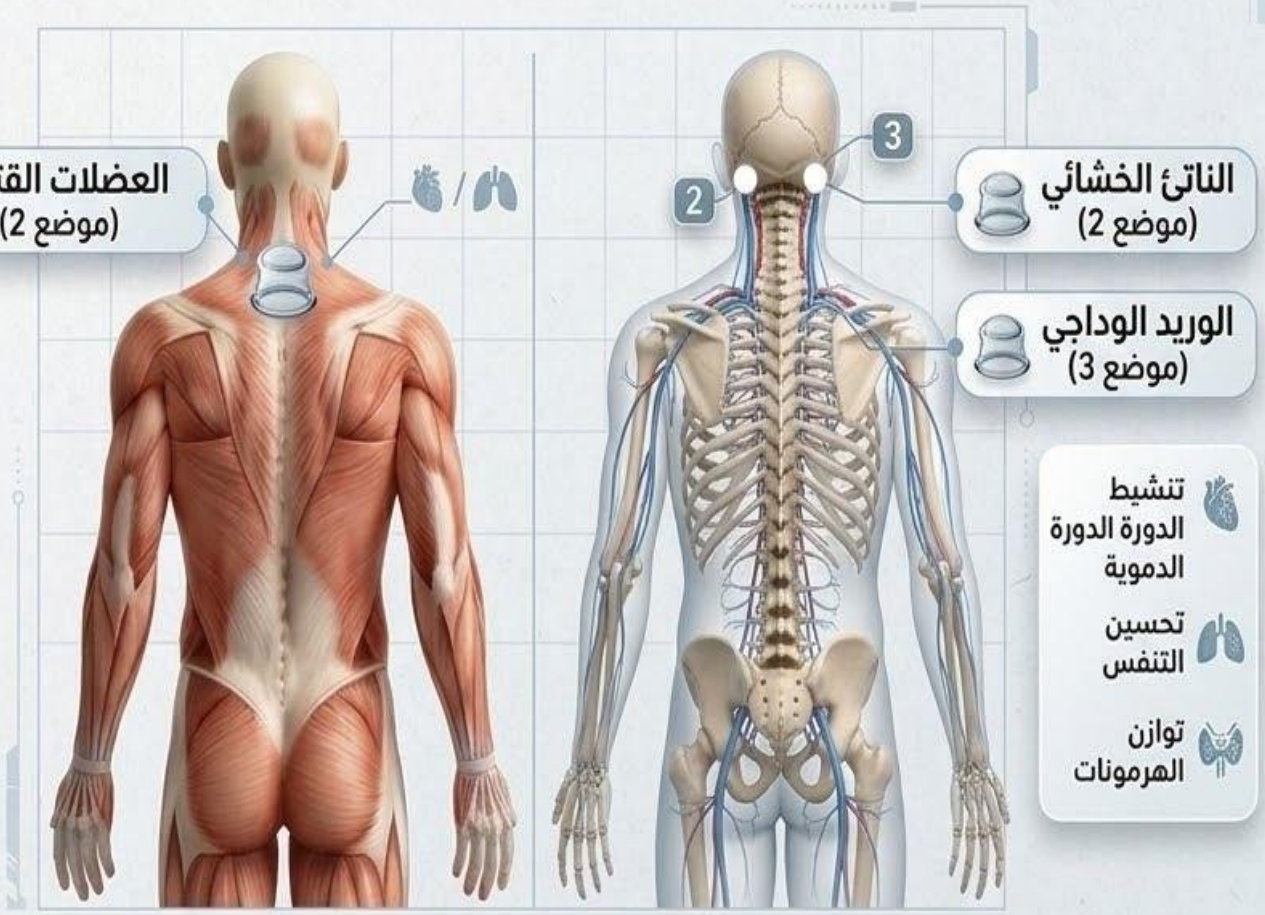
- تنشيط الدورة الدورة الدموية
- تحسين التنفس
- توازن الهرمونات
- تحسين تدفق الدم إلى الدماغ
- تخفيف التوتر البصري
- تخفيف غوغاء الأذن
- تحفيز العصب الحائر

الكاهل: المنطقة الواقعة بين الكتفين وأعلى الظهر، وتعتبر نقطة حيوية للطب التقليدي والحديث.
الفقرة العنقية السابعة (C7): أبرز فقرة عنقية، وهي نقطة التقاء الأعصاب الرئيسية للذراعين والرقبة والرأس.



- **تشريح الفقرة:** C7 لديها عملية شائكة طويلة يمكن جسها بوضوح. الثقبة المستعرضة تمر بها الشرايين الفقرية الهامة.
- **المنطقة الانعكاسية (Reflex Zone):** هذه المنطقة حساسة بشكل خاص. تحفيزها (عبر الحنى القلب (نبض، انتظام)، الرئتين (سعة، تهوية)، والمنصف.
- **الآثار العصبية والهرمونية:** التأثير المباشر على العقد العصبية الودية، مما يؤثر على الغدد الصماء (الدرقية والكظرية).
- **الاتصال الجسدي والنفسي:** العصب الحائر يمر بالقرب، وتحفيز هذه المنطقة يهدئ الجهاز العصبي اللاوعي، مما يقلل من القلق والتوتر.

مواقع الحجامة في الرقبة: المواضع 2 و 3 (الجلدية والأخادع)

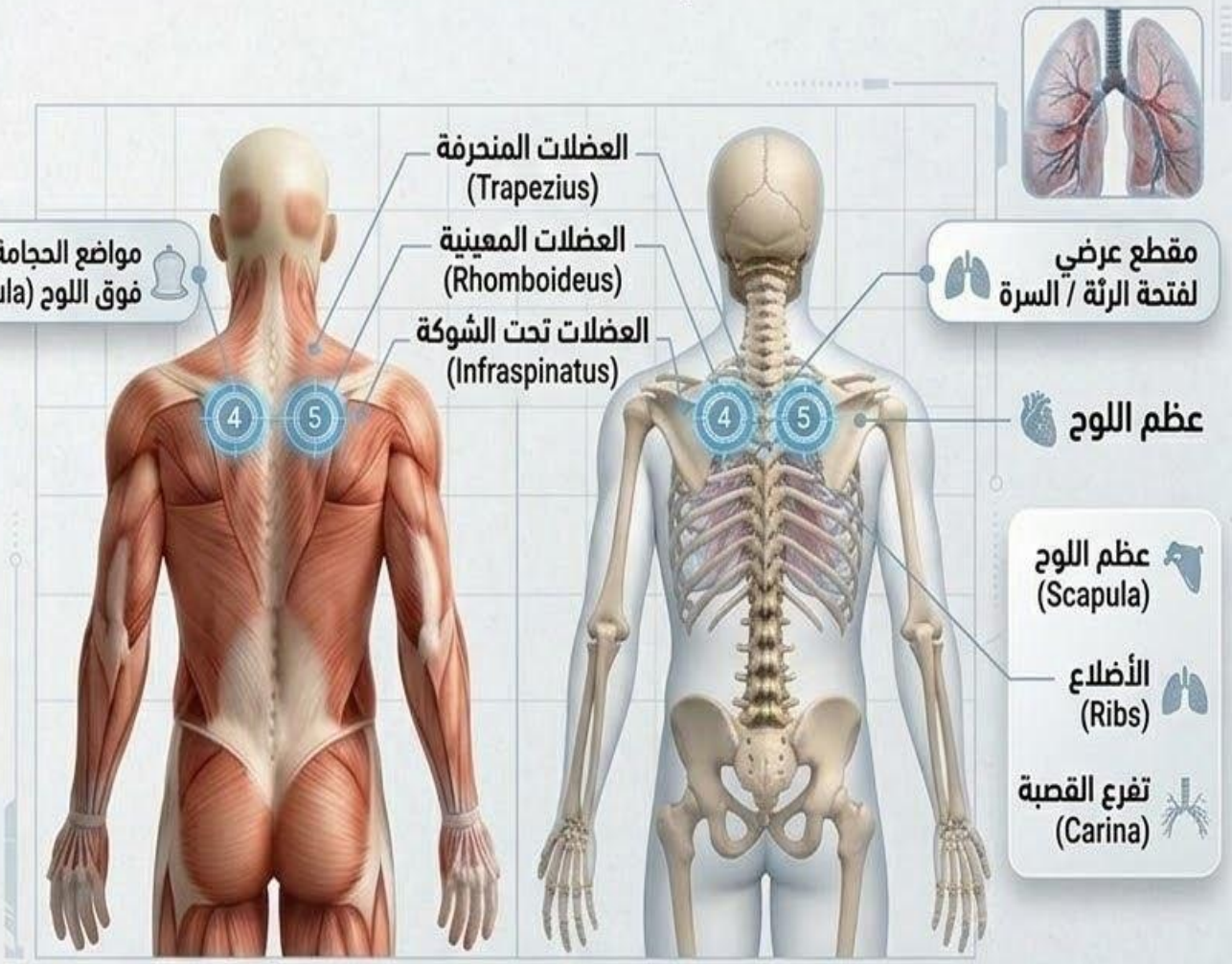


الأخدعان: وهما عرقان في جانبي الرقبة (و لهما مواضع عدة أشهرها يبدأ من خلف الأذنين نزولاً إلي وسط الرقبة).

شرح توضيحي عصري لوظيفة ومواقع الحجامة:

- **التأثير على العقد العصبية الودية:** تحفيز المواضع 2 و 3 يمكن أن يؤثر على العصب الحائر والعقد الودية، مما يساهم في توازن الجهاز العصبي.
- **تحفيز الدورة الدموية:** يساعد الضغط السلبي في هذه المنطقة على زيادة تدفق الدم إلى الدماغ والرقبة، مما يخفف التوتر العضلي والصداع.
- **توازن الهرمونات:** من خلال التأثير على تدفق الدم إلى الغدد في الرقبة، قد تساهم هذه المواضع في توازن الهرمونات.
- **تحسين التنفس:** قد يساعد في تخفيف التوتر حول القصبة الهوائية والعضلات التنفسية.

مواضع رقم 4، 5
Sites: 4, 5

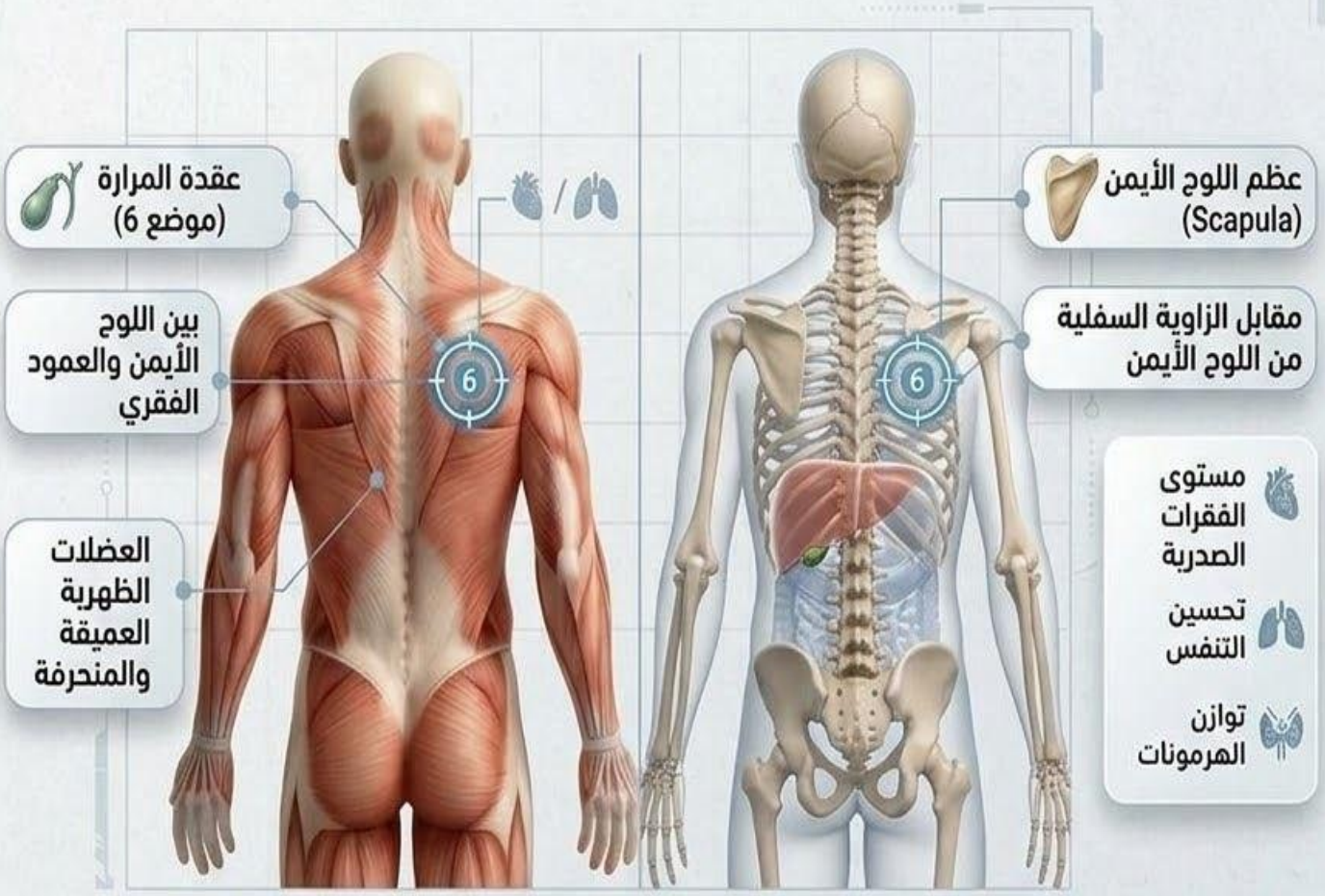


شرح توضيحي عصري لوظيفة ومواضع الحجامة: بوابة الرياح (4، 5)

- **بوابة الرياح (4، 5):** تقع بين لوحي الكتف وإلى الأعلى، مقابل تفرع القصبة الهوائية وسرة الرئة.
- **تنظيم تدفق الدم:** تحفيز هذه المواضع يساعد في تنظيم تدفق الدم إلى الرئتين والمنصف، مما يعزز تبادل الغازات.
- **تعزيز وظائف التنفس:** المواضع (4، 5) تُعرف بأنها فعالة في تعزيز الطاقة والوظائف الرئوية وتخفيف التوتر العضلي في الظهر.
- **تأثير عصبي:** القرب من العقد الودية في العمود الفقري يساعد في توازن الجهاز العصبي.

النقاط الانعكاسية: موضع 6

Site: 6



تحسين وظائف الهضم وإفراز العصارة الصفراوية، تقليل التوتر الانعكاسي للرقبة

شرح توضيحي عصري لوظيفة ومواضع العجامة:

عقدة المرارة: منطقة انعكاسية هامة تقع مقابل الزاوية السفلية من اللوح الأيمن (Right Scapula) ومن جهة العمود الفقري.

تحفيز هذا الموضع يساعد على تحسين تدفق العصارة الصفراوية، مما يعزز عملية الهضم وامتصاص الدهون.

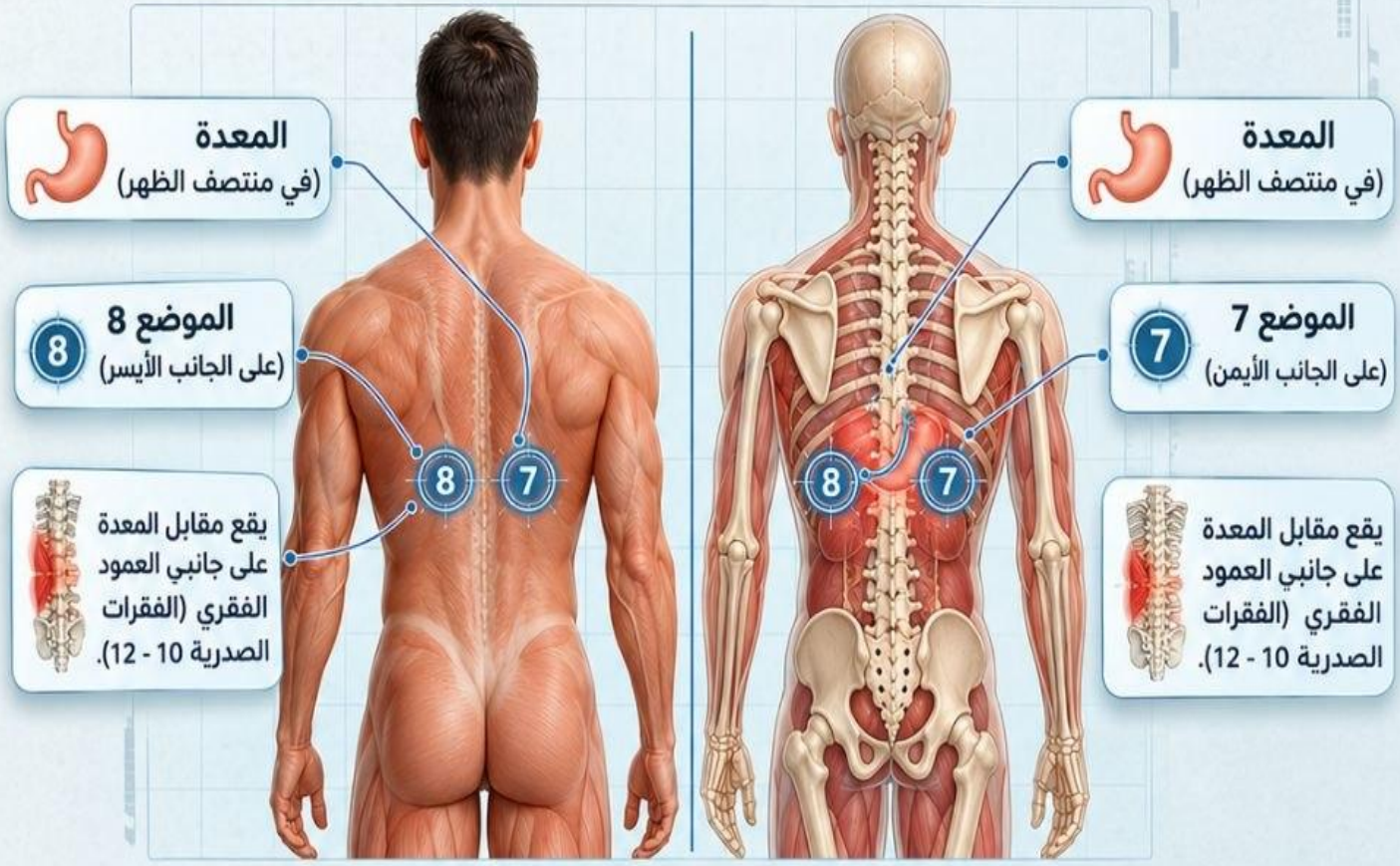
تقليل التوتر العضلي والانعكاسي في الجزء العلوي من الظهر والرقبة.

التوازن الهرموني: قد يساهم في توازن الهرمونات المرتبطة بالتمثيل الغذائي.

الآثار العصبية: التأثير على العقد الودية في العمود الفقري لتحسين التروية الدموية للأعضاء الداخلية.

المواضع رقم 7، 8

المواقع: 7، 8



شرح تفصيلي لموضع 7، 8

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:


الموضعان 7 و8

- يقع الموضعان 7 و 8 على جانبي العمود الفقري، في منتصف الظهر.
- مقابل المعدة مباشرة (التي تقع في الجزء الخلفي من البطن).
- تحديدهما: باللمس على جانبي العمود الفقري من الجهة الخلفية، عند مستوى الفقرات الصدرية 10 إلى 12، على بعد حوالي 2 سم من العمود الفقري.

ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- قد تساعد في تخفيف آلام الظهر والعضلات.
- قد تساهم في تحسين الهضم وتقليل الشعور بالامتلاء والغازات.
- يُستخدم أحياناً في حالات عسر الهضم، والارتجاع، والضغط على المعدة.

هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع. كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

مواضع رقم 9، 10

المواضع: 9، 10



شرح تفصيلي لموضع 9، 10

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

- يقع الموضع رقم 9 على الجانب الأيمن من العمود الفقري، مقابل الكلية اليمنى.
- يقع الموضع رقم 10 على الجانب الأيسر من العمود الفقري، مقابل الكلية اليسرى.
- يتم تحديده عند مستوى الضلع 12 تقريباً (T12) أو أعلى قليلاً عند الفقرة القطنية الأولى (L1).
- يُحدد بالضغط الخفيف على جانبي العمود الفقري في هذه المنطقة، مع الإحساس بوجود الكلية تحت الأصابع.

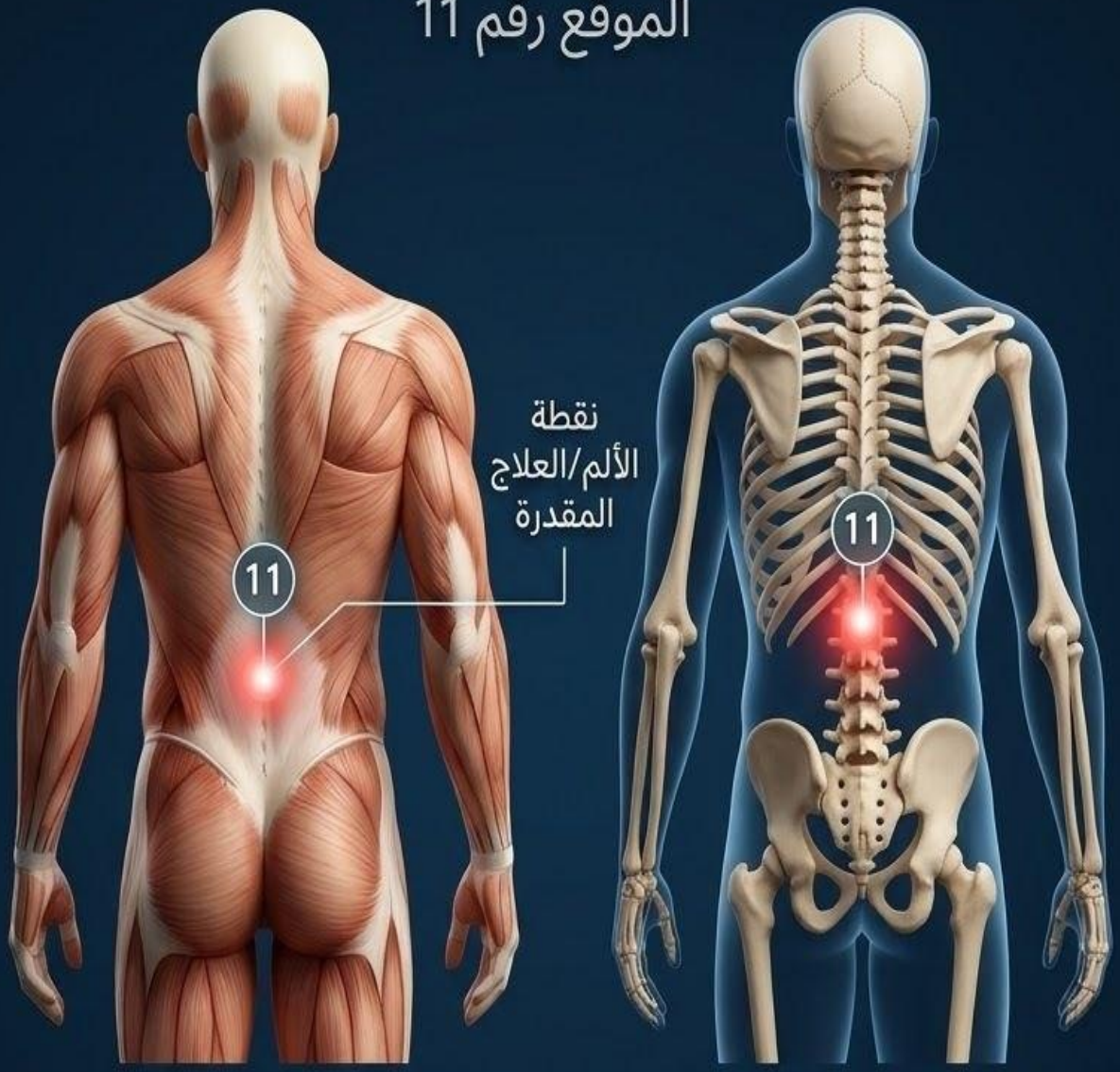
ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- قد تساعد في تخفيف الضغط على الكلى وتحسين الدورة الدموية في المنطقة.
- قد تُساهم في تقليل التوتر العضلي في أسفل الظهر.
- قد تُساعد في تحسين وظائف الكلى (بحسب بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد ذلك).

ملاحظة مهمة: هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع. كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

موضع رقم 11

الموقع رقم 11



الفقرات القطنية، وهي عظمة بارزة في نهاية فقرات الظهر.

تحليل دقيق للموقع والتأشيرات

النقطة القطنية (Lumbar point): عظمة بارزة أسفل الظهر عند المفصل الصدري القطني. هي نقطة تلاقٍ حيوية بين الفقرات الصدرية (المرتبطة بالأضلاع) والفقرات القطنية السفلية.

- الفقرة الصدرية (T12)
- الفقرة القطنية (L1)
- العمود الفقري (Spinal Column)

الشرح التوضيحي العصري الحديث

المنطقة المستهدفة: الوصل بين العمود الفقري الصدري والقطني (T12-L1).

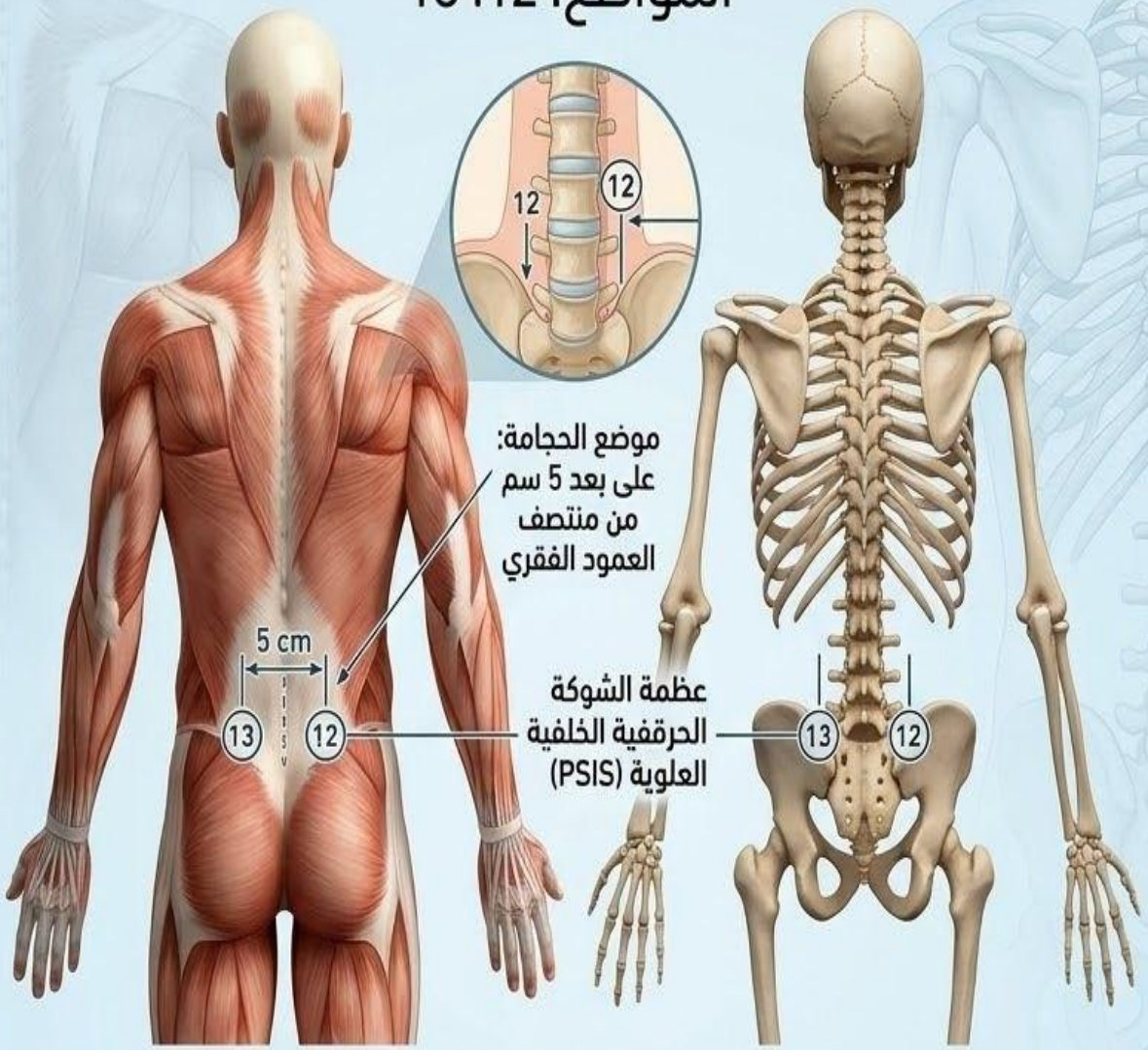
الأعراض الشائعة: آلام أسفل الظهر المزمنة، تنميل، صعوبة في الحركة.

الفوائد العلاجية: تحفيز الأعصاب، تخفيف الالتهاب الموضعي، تحسين وظيفة المفاصل.

الهياكل المحيطة: تركز العضلات القطنية المربعة ومركب العضلات [illegible] للفقار.

مواضع رقم 12، 13

المواضع: 12، 13



يقع هذان الموضعان على بعد 5 سم تقريباً من خط منتصف العمود الفقري على كلا الجانبين، وتحديداً فوق عظام الشوكة الحرقفية الخلفية العلوية.

شرح توضيحي بشكل عصري وحديث

الموقع الدقيق:

فوق عظام الـ PSIS، أسفل الفقرة القطنية الخامسة (L5) وعلى مستوى العجز العلوي.

التشخيص الطبي:

تستخدم لتخفيف آلام أسفل الظهر وعرق النسا وآلام منطقة الحوض.

العضلات المستهدفة:

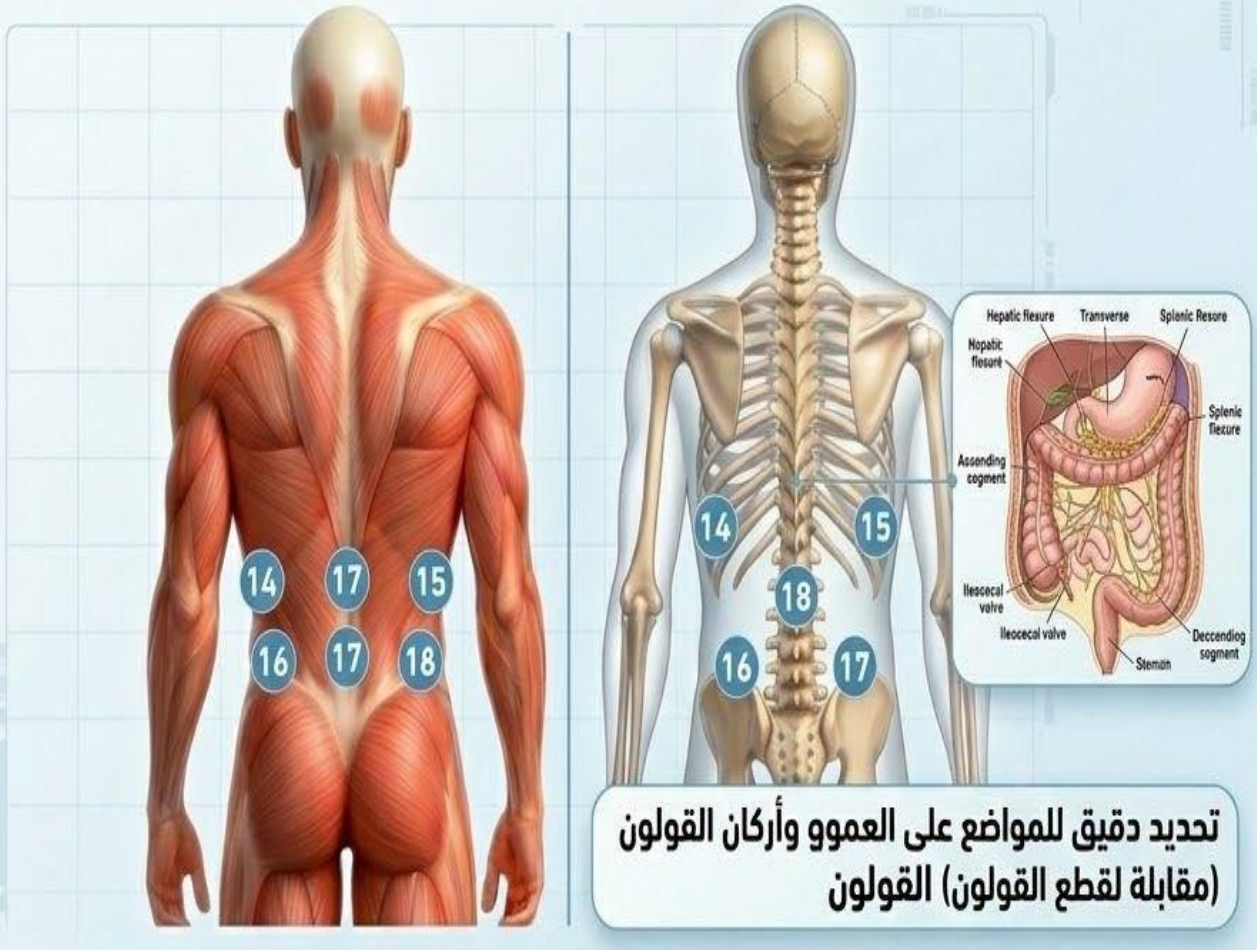
تؤثر على العضلات الألوية الوسطى وعضلات أسفل الظهر الناصبة للفقار.

الفوائد العلاجية:

تحسين الدورة الدموية، تقليل التصلب، وتعزيز إطلاق الاندورفين الطبيعي.

مواضع القولون: 14، 15، 16، 17، 18

المنطقة (الظهر): أركان القولون



تحديد دقيق للمواضع على العمود وأركان القولون (مقابلة لقطع القولون) القولون

شرح تفصيلي لمواضع القولون 14-18

تحديد المواضع:

- الموضع رقم 18: في منتصف الظهر فوق الفقرات القطنية.
- المواضع رقم 14 و 15: على جانبي الظهر عند منطقة الزوايا الضلعية القطنية.
- المواضع رقم 16 و 17: على جانبي الظهر السفلي فوق عرف الحرقفة.

مناطق الانعكاس:

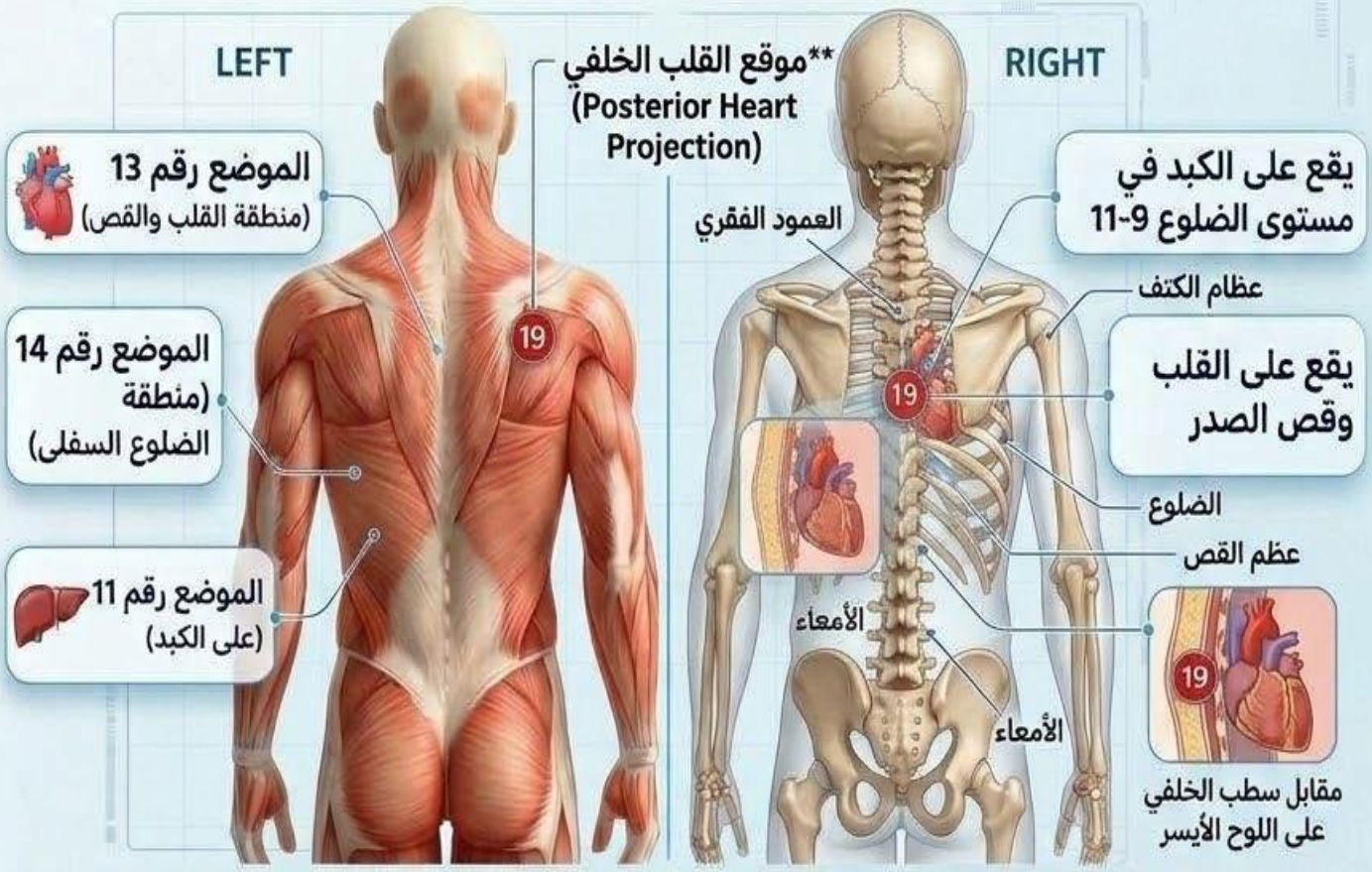
- الموضع 18 يقع فوق منطقة الضفيرة المساريقية العلوية المرتبطة بالقولون.
- المواضع الجانبية مرتبطة مباشرة بأركان وقطع القولون (الصاعد والهابط).

الهدف والفوائد (حسب التقاليد):

- تحفيز وظائف القولون وتحسين حركة الأمعاء (حسب التقاليد).
- تخفيف حدة [illegible] وتحسين الهضم (حسب التقاليد).
- دعم توازن ال[illegible]

مواضع رقم 19

المواضع: 19



شرح تفصيلي لموضع 11، 12، 13، 14، 19

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

- يقع موضع 19 عند الضلع الخامس الأيسر، بالقرب من خط نصف القص الخلفي (مستوى فقرة T5).
- يقع موضع T3).
- يتم تحديد موضع 13 بين لوحي الكتف عند مستوى الفقرة الصدرية الرابعة.
- يتم تحديد المواضع 12، 14 على جانبي العمود الفقري في مستوى الضلع الثاني عشر السفلي.

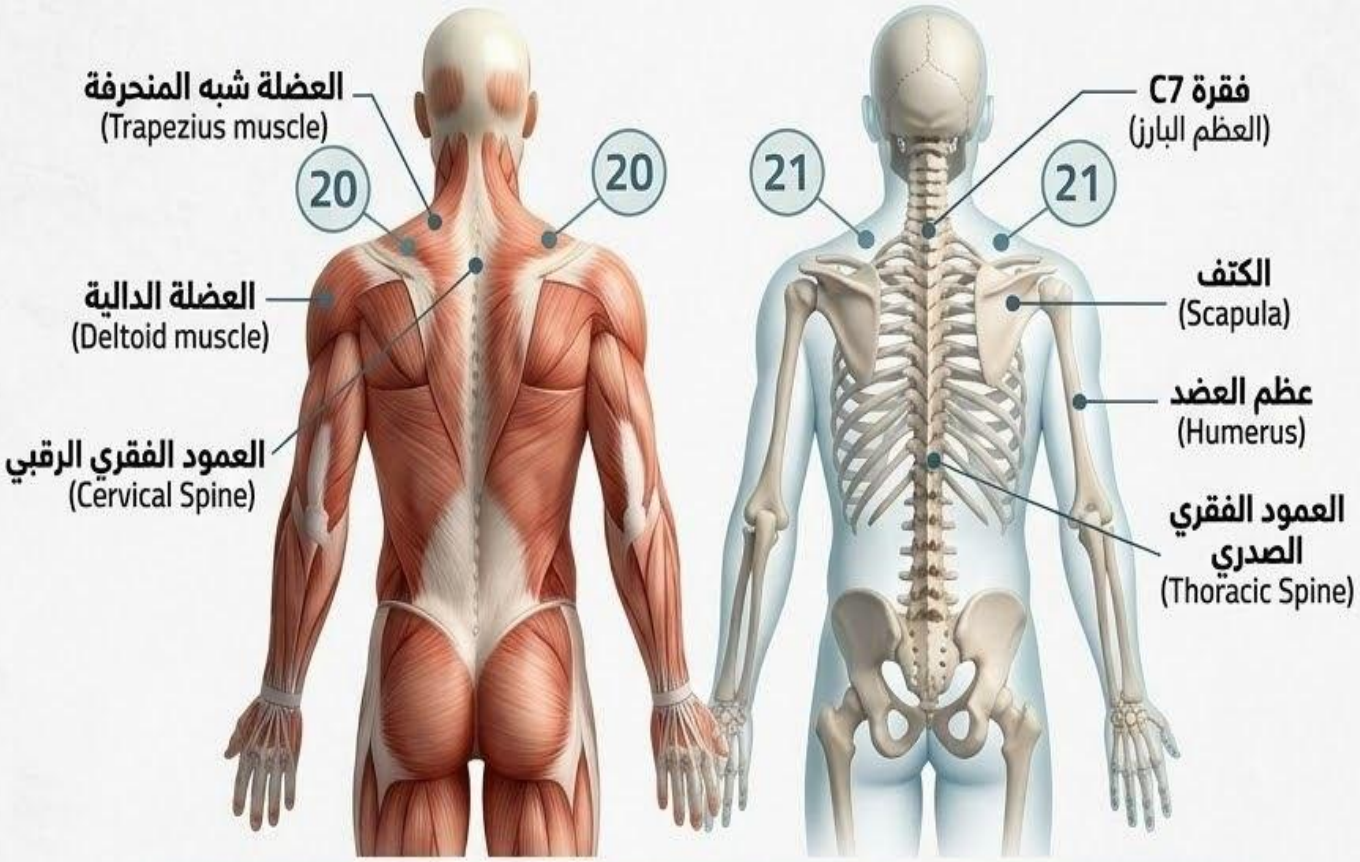
ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة (للمواضع المختارة):

- قد يساعد في تحفيز وظائف الكبد ودعم إزالة السموم (مواضع 11، 12).
- قد يُساهم في تحسين تدفق الدم في منطقة القلب وتنشيط الدورة الدموية (مواضع 13، 19).
- قد يُستخدم لتقليل الإحساس بالثقل في منطقة الصدر (موضعي 13، 19).
- قد يساعد في تحسين وظائف الجهاز الهضمي المرتبطة بوظيفة الكبد.

ملاحظة مهمة: هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع. كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

مواضع رقم 20، 21

المواضع: 20، 21



مثلث اللوزتين: بين الرقبة والأكتاف والخلف قليلاً.

الترجمة الدقيقة للوصف الإنجليزي: يقع الموقع في مثلث اللوزتين بين الجزء الخلفي للرقبة والكتفين وإلى الخلف قليلاً.

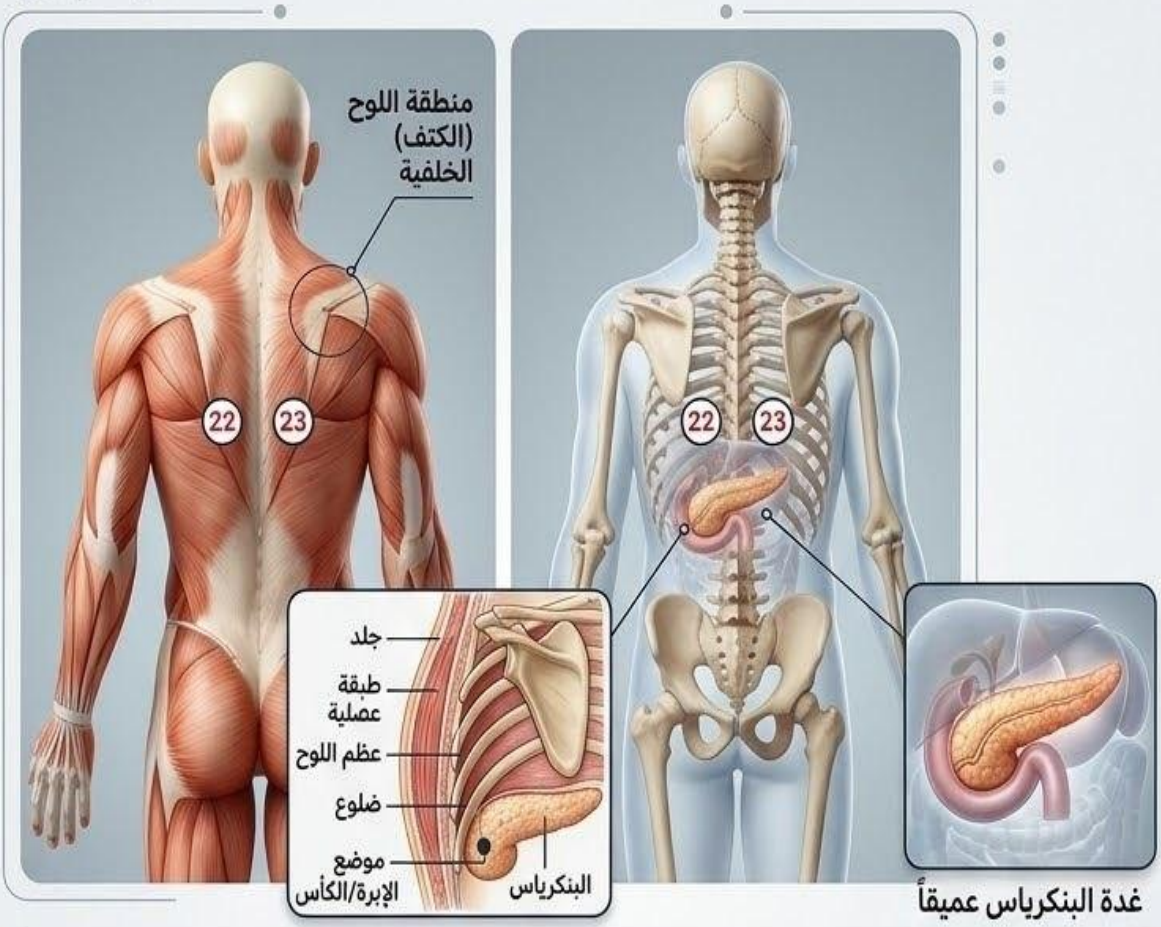
الشرح التوضيحي العصري الحديث

**** تحليل المواضع وأهميتها العلاجية:**

- **تحديد الموقع:** في منطقة العنق السفلية وأعلى الظهر، تحديداً في الفراغ العضلي المقابل لمثلث اللوزتين.
- **الارتباط بالأعضاء:** تعتبر هذه النقاط جزءاً من مناطق الانعكاس المرتبطة بالجهاز اللمفاوي العلوي، وتحديداً اللوزتين والبلعوم.
- **تطبيقات العلاج:** تستخدم في الطب البديل والطب التكميلي لعلاج التهابات الحلق المزمنة، وتضخم اللوزتين، وتحفيز التصريف اللمفاوي في المنطقة.
- **فوائد إضافية:** قد تساعد في تخفيف توتر الرقبة وتصلب الكتفين.

مواضع رقم 22، 23

مواقع الحجامة والإبر: 22، 23



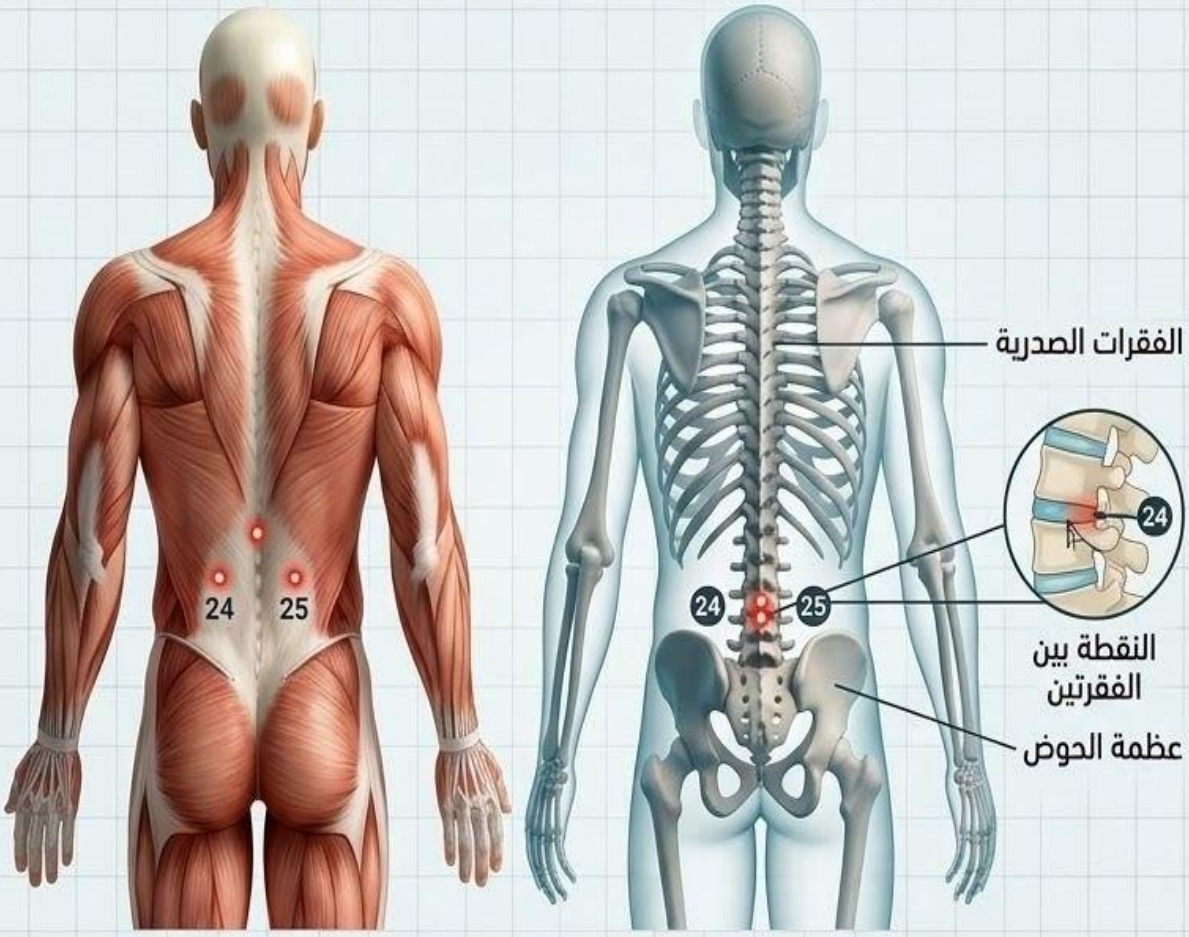
مقابل البنكرياس، عند النهايات السفلية لعظمتي اللوح، فوق المواضع 7 و 8 تماماً.

شرح توضيحي عصري وحديث

- **تحديد الموقع:** يقعان عند مستوى النهاية السفلية للوح الكتف، تحديداً في المساحة فوق الضلع المقابل للبنكرياس.
- **العلاقة الداخلية:** هذا الموضع يتيح الوصول (منظور خلفي) فوق إسقاط البنكرياس.
- **التكامل العلاجي:** يعمل بالتآزر مع المواضع السفلية 7 و 8 كجزء من بروتوكول علاج مشاكل الهضم، البنكرياس، والسكر.
- **التأشيرات الدقيقة:** التأشيرات توضح الموقع العضلي والهيكل العظمي، وتضمن الدقة في تحديد الموقع لتجنب الأعضاء الحيوية الأخرى.

مواضع رقم 24، 25

المواضع: 24، 25



في بداية النصف السفلي من الظهر.

الترجمة الدقيقة للوصف:

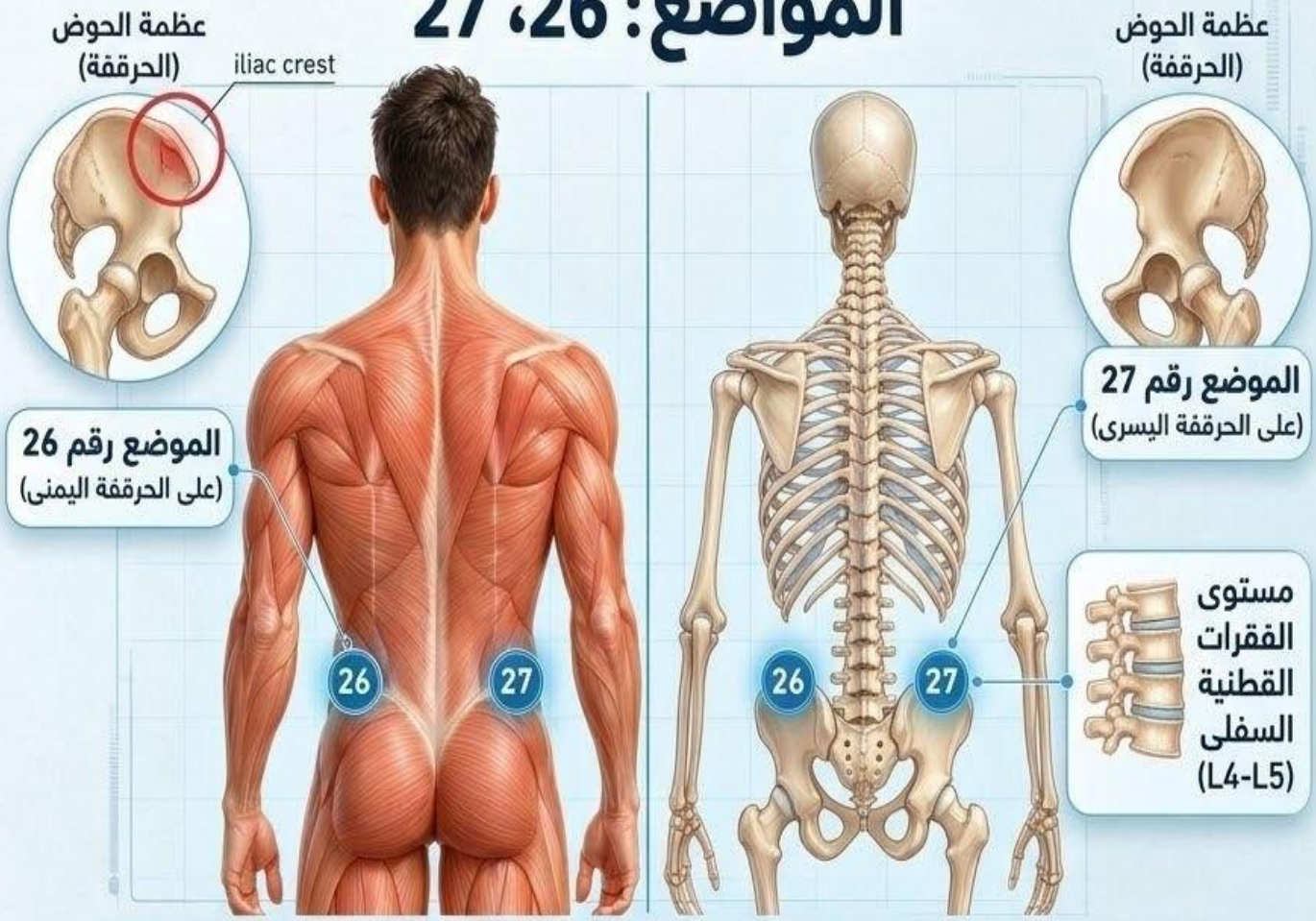
على مستوى الشوك بين الفقرتين القطنيتين الثالثة والرابعة (L3-L4).

تحليل المواضع وأهميتها العلاجية:

- **تحديد الموقع:** يقعان بدقة في الفراغ بين الفقرتين L3 و L4، على جانبي خط المنتصف للعمود الفقري.
- **الارتباط العصبي:** هذا الموضع يقابل مخرج الأعصاب القطنية التي تغذي مناطق الساقين وأسفل الحوض.
- **التأشيرات الدقيقة:** التأشيرات دقيقة ومفصلة لضمان الدقة في تحديد الموضع لفوائد قصوى وتجنب الضغط المباشر.
- **الفوائد العلاجية:** يستخدم لتخفيف آلام أسفل الظهر وعرق النسا، تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض، وتسكين التش[illegible]

مواضع رقم 26، 27

المواضع: 26، 27



شرح تفصيلي لموضع 26، 27

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

- يقع الموضع رقم 26 على الجانب الأيمن من الجزء السفلي من الظهر، أسفل عرف الحرقفة.
- يقع الموضع رقم 27 على الجانب الأيسر المناظر له.
- يتم تحديد الموضع عند الحافة العلوية والجانبية لعظمة الحوض (الحرقفة).
- يمكن جس عرف الحرقفة يدويًا لتحديد الموضع بدقة.

ثانياً: العضلات المستهدفة (منظور عصري):

- العضلات الألوية (المتوسطة والصغرى) في الجزء الجانبي الحرقفية الضلعية (العريضة الظهرية السفلية).

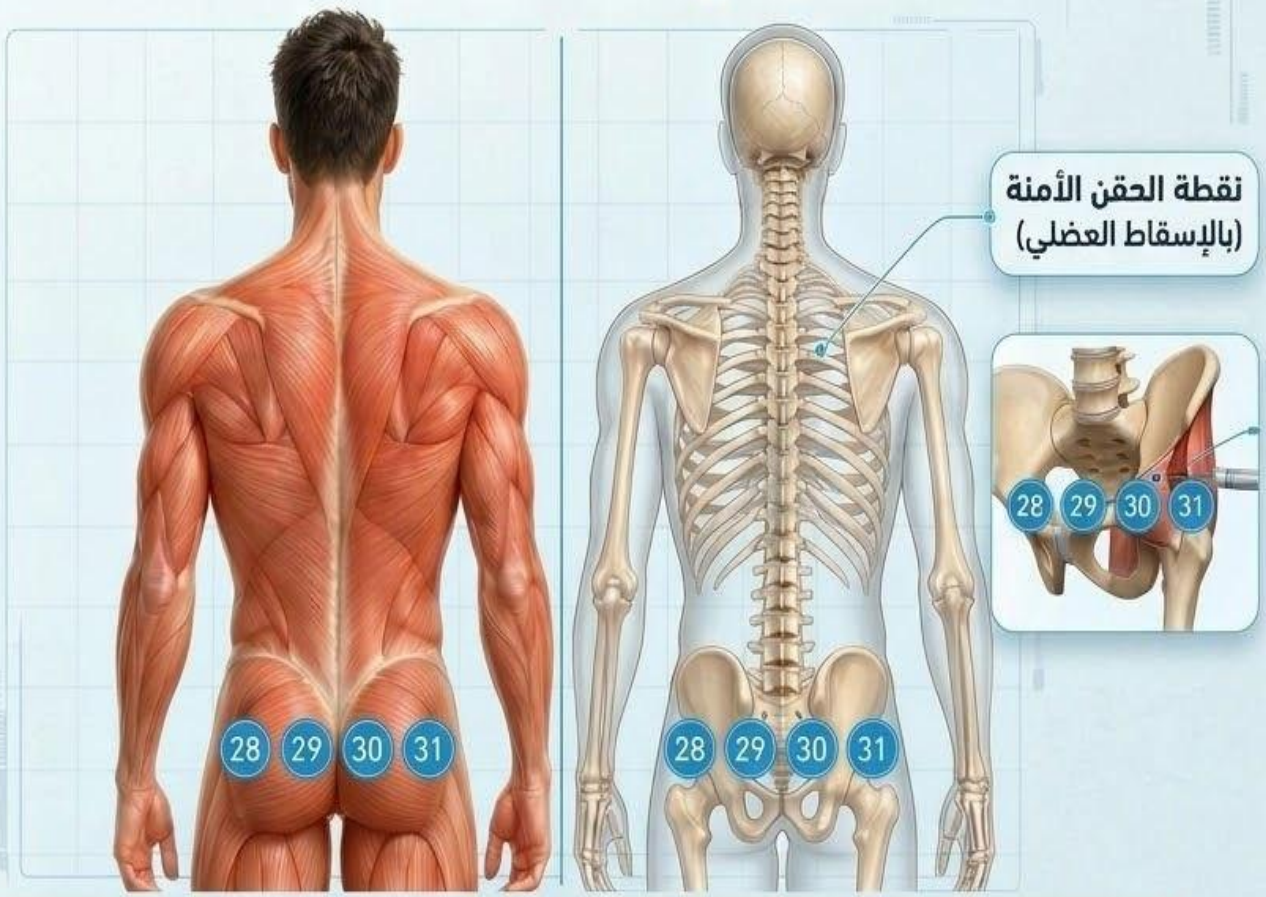
ثالثاً: الفوائد المحتملة للحجامة (بناءً على التقاليد):

- قد تساعد في تخفيف آلام أسفل الظهر وعرق النسا. قد تساهم في تحسين الحركة في مفصل الورك.
- قد تحفز التروية الدموية في منطقة الحوض والأطراف السفلية.

ملاحظة هب تجنب المواضع المباشرة للأعصاب الكبيرة. الحجامة إجراء تكميلي وليست بديلاً للعلاجات الطبية المثبتة. يوصى بالتشاور مع أخصائي الرعاية الصحية المؤهل.

مواضع رقم 28 - 31

المواضع: 28، 29، 30، 31



شرح تفصيلي لمواضع 28-31

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

- تقع المواضع في الربع العلوي الخارجي (الجانبي) من الأليتين (Gluteal Region).
- يتم تحديدها بقسمة كل ألية إلى أربعة أرباع وهمية، وتُعد هذه المنطقة الأكثر أماناً للحقن.
- يهدف هذا الموقع إلى تجنب العصب الوركي والأوعية الدموية الكبيرة.
- تغطي هذه المواضع كلاً من العضلتين الأليوية الكبرى والوسطى.

ثانياً: الفوائد والاعتبارات الطبية (للحجامة والحقن):

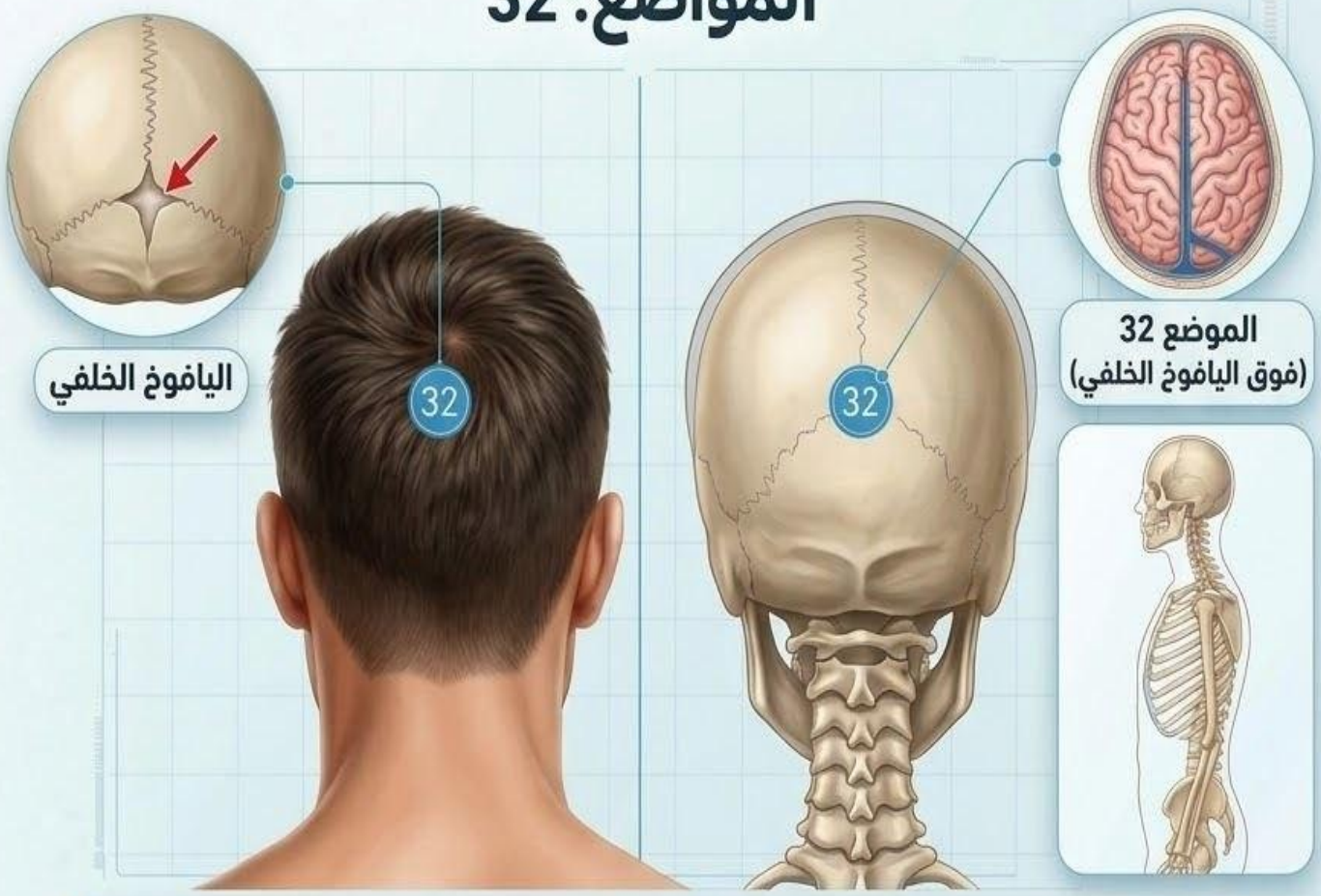
- **الاستخدام الأمثل للحقن العضلي** (i.m):يعتبر هذا الموقع المعيار الذهبي للحقن في الألية، لكونه يمتص الدواء بكفاءة وبأقل قوبأقل قدر من الانزعاج والمخاطر.
- **تأثير الحجامة المحتمل:** قد تساهم الحجامة في هذه المنطقة في تخفيف آلام أسفل الظهر وعرق النسا (Sciatica) المرتبطة بالعضلات، وتدسين الدورة الدموية المحلية.

ثالثاً: التنبيهات والاحتياطات الهامة:

- تأكد من تعقيم المنطقة جيداً قبل أي إجراء (حقن أو حجامة).
- تجنب الحقن أو وضع الكؤوس مباشرة فوق بروز العظام أو المواضع الملتهبة.
- ***تنبيه هام:** يـ[illegible] الحقن بواسطة كادر طبي مؤهل لضمان ال[illegible]

مواضع رقم 32 (مقر الإغاثة)

المواضع: 32



شرح تفصيلي لمواضع 32-32

الموقع التشريحي (الموضع):

- تقع في منتصف قمة الرأس، فوق "اليافوخ الخلفي" (القمحدوة).
- **تحديد الموضع:** يتم جس "اليافوخ الخلفي" كعلامة عظمية مميزة.
- تُعرّف في المأثور بـ"مقر الإغاثة" أو "موضع الغنية".

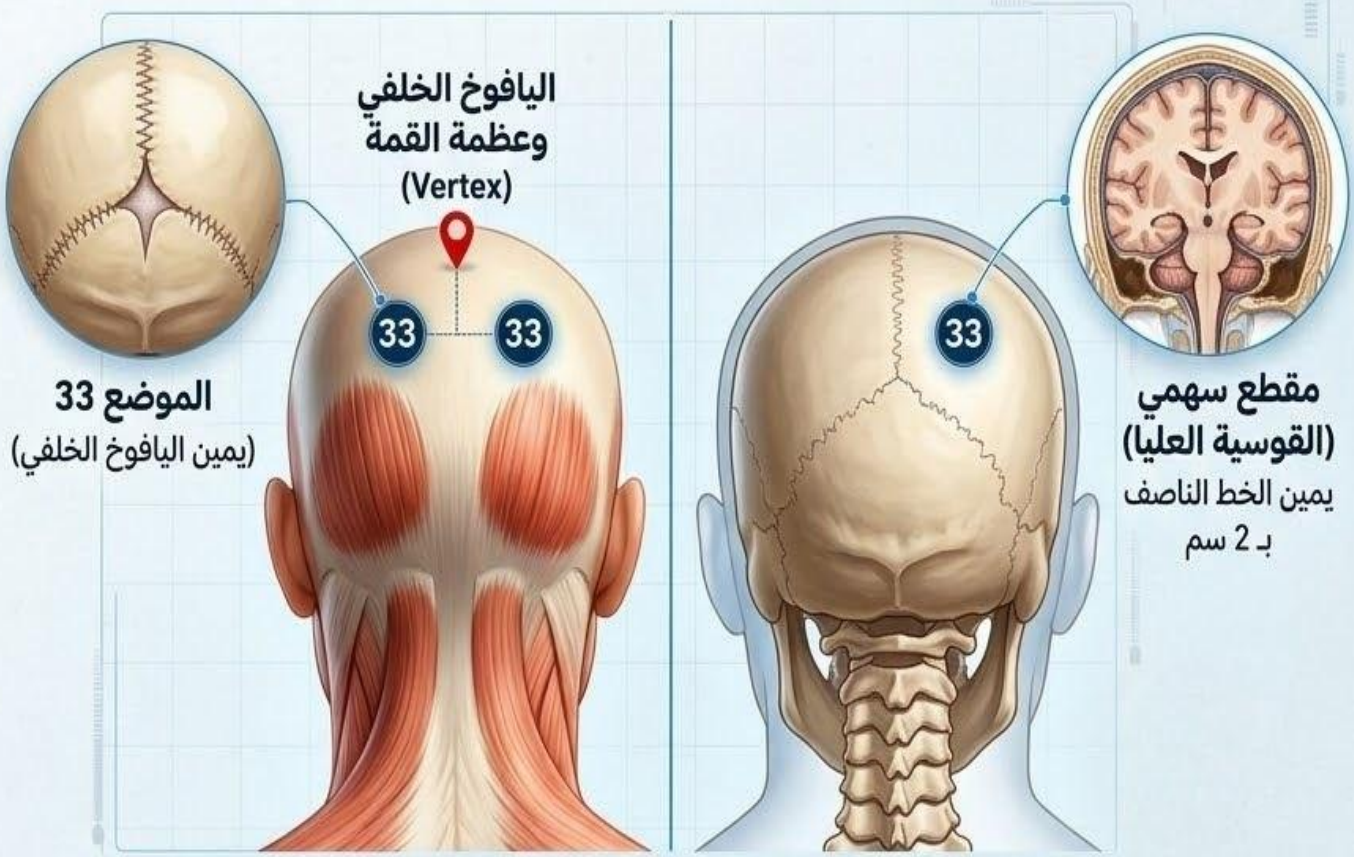
الفوائد المحتملة (المستندة إلى التقاليد):

- تستخدم تقليدياً للمساعدة في تخفيف الصداع والتوتر النفسي والعصبي.
- تُربط بتحسين التركيز وتخفيف الدوار وتحفيز الذاكرة.
- تُعد في المأثور منقذة للمريض وغنية من كل داء.

ملاحظات هامة (طبية):

- يجب التعامل بحذر شديد مع هذه المنطقة نظراً لوجود الجيوب الأنفية والجمجمة.
- يتطلب تنفيذها مهارة عالية ودقة من ممارس الحجامة.
- تعتبر هذه الفوائد غير مؤكدة علمياً وتحتاج لمزيد من الدراسة.

مواضع رقم 33
المواضع: 33



شرح تفصيلي لموضع 33

أولاً: الموقع التشريجي وطريقة تحديد الموضع:

- يقع الموضع رقم 33 على الجانب الأيمن من مؤخرة الرأس، مائلًا قليلًا عن الوسط.
- يتم تحديده على بعد حوالي 2 سم إلى يمين الخط الناصف من الخلف.
- يقع قبل اليافوخ الخلفي (موضع رقم 32)، وإلى الداخل من بروز عظمة قمة الرأس (Vertex).
- يُحدد بالضغط اللطيف على عظمة قمة الرأس، مع الإحساس بمكان 'الإنخفاض' أو المنطقة اللينة.

ثانياً: الفوائد والاعتبارات (للحجامة والحقن):

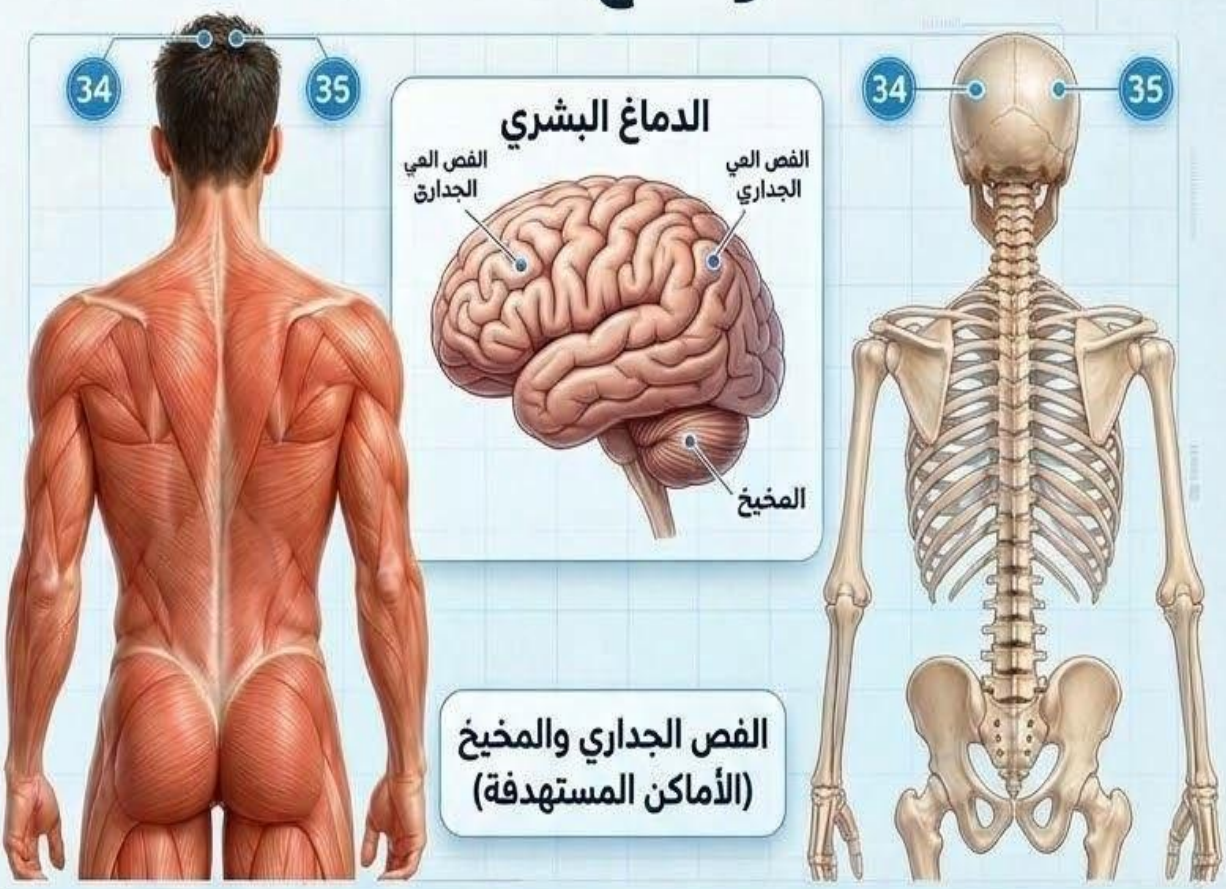
- **تأثير الحجامة المحتمل:** قد تساهم الحجامة في هذه المنطقة في تخفيف الصداع النصفي أو توتر الرقبة المرتبط.
- **تأثير الحقن العضلي/الجلدي** (.m./s.c.): يستخدم هذا الموقع للحقن في فروة الرأس، مع تجنب الأعصاب الرئيسية. قد تعزز التروية الدموية إلى منطقة الرأس الخلفية.

ملاحظة هامة (طبية):

يجب التعامل بحذر شديد مع هذه المنطقة نظرًا لقربها من الجيوب الأنفية والقشرة المخية. الحجامة إجراء تكميلي وليست بديلاً للتشخيص والعلاج الطبي المتخصص.

مواضع رقم 34، 35

المواضع: 34، 35



شرح تفصيلي لموضع 34-35

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

- يتم تحديد المواضع بدقة على الجانبين الأيمن (34) والأيسر (35) للجمجمة.
- الموضع رقم 34 يقع فوق الفص الجداري الأيمن من الدماغ.
- الموضع رقم 35 يقع فوق الفص الجداري الأيسر من الدماغ.
- يتم تحديدها بدقة في منطقة 'الأخدود المركزي' على طول عظمة قمة الرأس.
- يُمكن الاستعانة بخرائط تشريح الدماغ الدقيقة لضمان صحة الموضع.

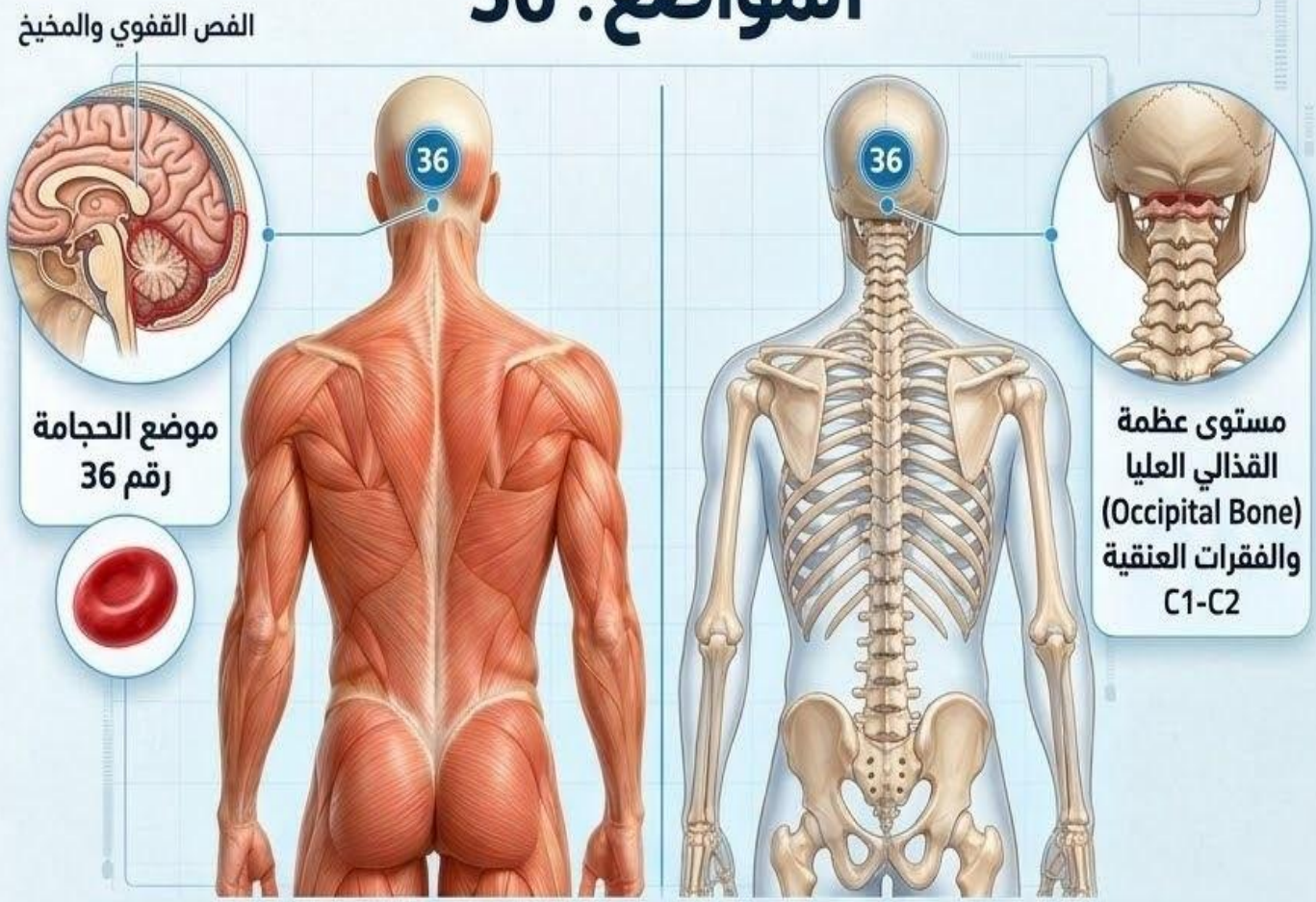
ثانياً: الفوائد والاعتبارات (للحجامة والحقن):

- تأثير الحجامة المحتمل: قد تساهم الحجامة في هذه المنطقة في تحفيز القشرة الحركية للدماغ، مما قد يفيد في حالات الشلل النصفي أو الضعف الحركي المرتبط.
- (تنبيه هام) اختيار الموضع العكسي: يتم اختيار الموضع *المعاكس لجانب الشلل (الجانب السليم) لتعزيز التأثير العلاجي في الجانب المصاب.
- تحفيز القشرة المخية: قد تساهم الحجامة في تحسين الدورة الدموية في القشرة الجدارية، مما قد يحسن الوظائف الحسية والحركية.
- تنبيه طبي: هذا الإجراء يتطلب مهارة عالية ودقة، ويجب استشارة طبيب مختص.

يجب التعامل بحذر شديد مع هذه المناطق الحساسة من الجمجمة.
الحجامة والتدخلات الطبية في هذا الموقع ليست بديلاً للعلاج الطبي الأساسي.
يجب أن تتم هذه الإجراءات بواسطة كادر طبي مؤهل.

مواضع رقم 36

المواضع: 36



شرح تفصيلي لموضع 36

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

- يقع الموضع رقم 36 في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز العظمي المسمى القذالي الخارجي، (Occipital Protuberance).
- هذا الموضع يقع تماماً فوق الحفرة القذالية (Occipital Pit) أو ما يُعرف بـ"نفرة القفا".
- يتم تحديد الموضع عن طريق جس البروز العظمي الأكثر وضوحاً في قاعدة الجمجمة من الخلف.

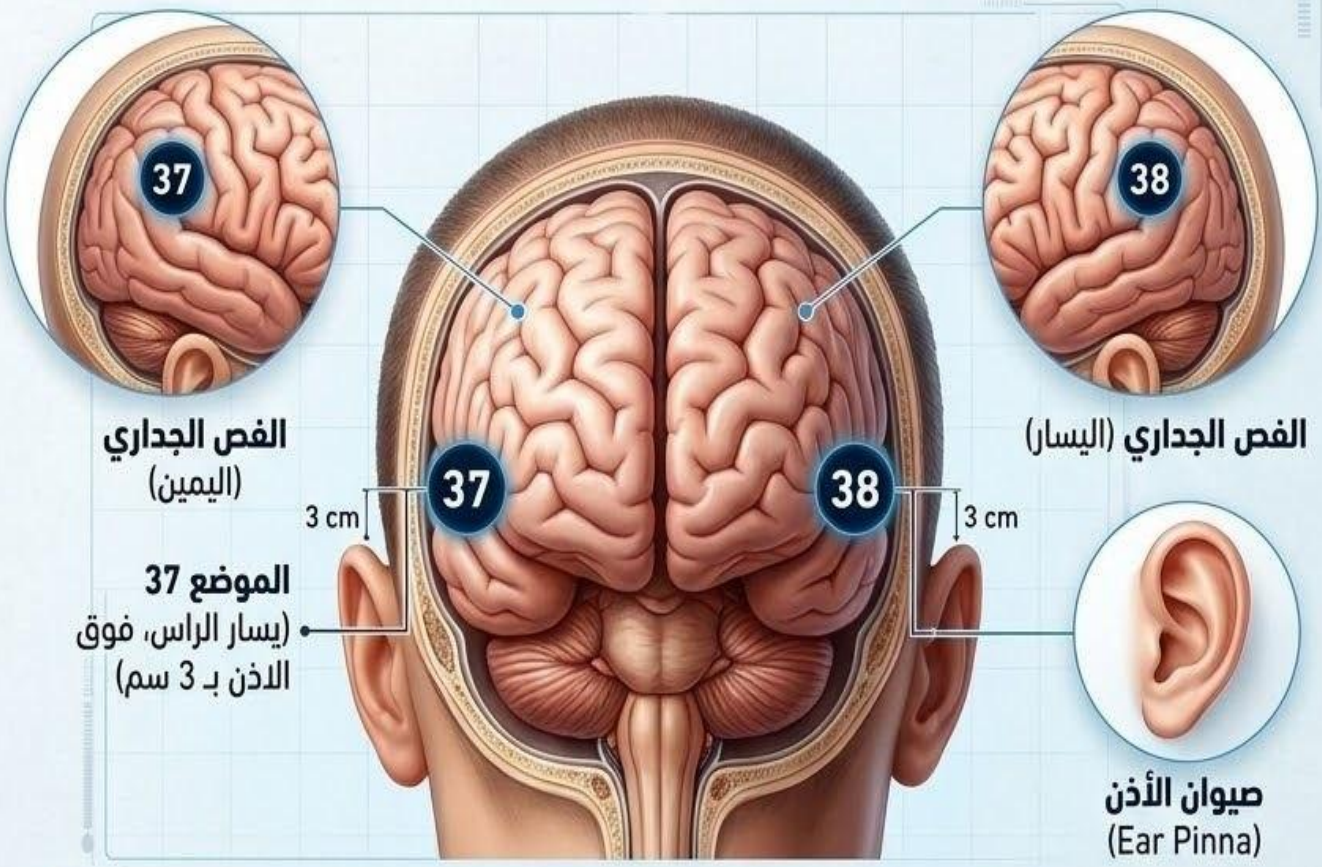
ثانياً: الفوائد والاعتبارات (للحجامة والحقن):

- **تأثير الحجامة المحتمل:** قد تساهم الحجامة في هذا الموضع في تخفيف آلام الرأس والرقبة والتوتر.
- **تأثير الحقن العضلي/تحت الجلد (m./s.c.):** يستخدم هذا الموقع للحقن في فروة الرأس، ويجب تجنب الأوعية الدموية والأعصاب الرئيسية.

تحذير طبي هام: لا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعالية الحجامة بشكل قاطع، وهي ليست بديلاً للعلاج الطب[illegible]

مواضع رقم 37، 38

المواضع: 37، 38



شرح تفصيلي لموضع 37-38

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

- تقع المواضع على جانبي الرأس، فوق الأذنين (Right 37, Left 38).
- يتم تحديدها بدقة برسم خط رأسي من أعلى نقطة في صيوان الأذن لمسافة 3 سم على فروة الرأس.
- يحدد بالضغط اللفيف على عظمة قمة الرأس، مع الإحساس ببروز العظم تحت الأصابع.

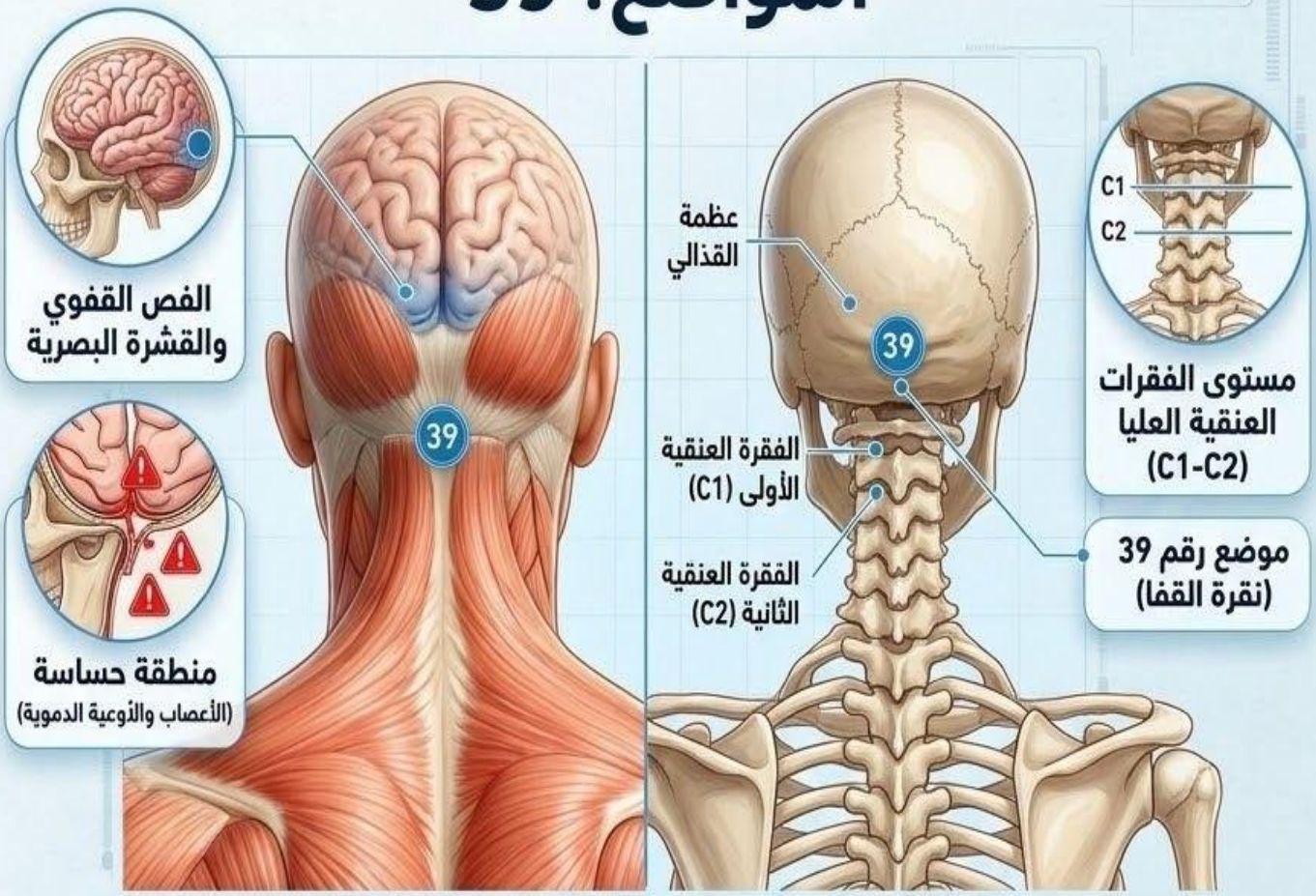
ثانياً: الفوائد والاعتبارات (للحجامة والحقن):

- **تأثير الحجامة المحتمل:** قد تساهم الحجامة في هذه المنطقة في تخفيف الصداع النصفي وآلام الرقبة وتر الفك المرتبط.
- **تحفيز الدورة الدموية:** قد تحسن التروية الدموية إلى القشرة المخية، مما قد يفيد في حالات الضعف الإدراكي الخفيف.
- **تنبيه هام (الفوائد غير مؤكدة علمياً):** تعتمد هذه الفوائد على بعض الدراسات، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع.

ملاحظة هامة (طبية):

- تجنب الحجامة في حالات الاضطرابات العصبية الشديدة أو الحساسية الجلدية المفرطة.
- يجب التعامل بحذر شديد مع هذه المنطقة نظراً لوجود الجيوب الأنفية والقشرة المخية الحساسة.
- الحجامة والتدخلات الطبية في هذا الموقع ليست بديلاً للعلاج الطبي الأساسي.

مواضع رقم 39
المواضع: 39



شرح تفصيلي لموضع 39

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

- يقع الموضع رقم 39 في منتصف مؤخرة الرأس، عند الحفرة القذالية (Occipital Pit) أو ما يُعرف بـ "نقرة القفا".
- هذا الموضع يقع تماماً فوق منطة عظمة القذالي مع الفقرات العنقية العليا (C1-C2).
- يتم تحديد الموضع عن طريق جس ظمي الأكثر وضوحاً في قاعدة الجمجمة (القمحدوة) ثم التحرك لأسفل قليلاً إلى الحفرة ا ة القفا).

ثانياً: التنبيهات والاحتياطات الهامة (طبياً):

تحذير طبي صارم* لا تُجرى الحجامة في هذا الموضع إلا للضرورة القصوى. (done only when necessary)*.
يجب التعامل بحذر شديد مع هذه المنطقة نظراً لوجود الجيوب الأنفية والقشرة المخية الحساسة.
يُفضل أن تتم بواسطة كادر طبي مؤهل.

ثالثاً: الفوائد والاعتبارات (للحجامة والحقن):

- تأثير الحجامة المحتمل: قد تساهم الحجامة في هذه المنطقة في تخفيف آلام الرأس وآلام الرقبة وتوتر الفك المرتبط.
- تحفيز الدورة الدموية: قد تحسن التروية الدموية إلى القشرة القفوية (المسؤولة عن الرؤية).
- الحجامة إجراء ... ولبست بديلاً للتشخيص والعلاج الطبي المتخصص.

مواضع رقم 40
المواضع: 40



شرح تفصيلي لموضع 40

الموقع وطريقة التحديد:

- الموضع رقم 40 يقع في منطقة منتصف الرقبة من الخلف، مباشرة فوق العمود الفقري العنقي (Cervical Spine).
- يتم تحديده عند الفقرات العنقية الوسطى (بين C3 و C4).

يُحدد هذا الموضع لتجنب قاعدة الجمجمة (القمحدوة) وللتركيز على العضلات الداعمة للرقبة والفقرات.

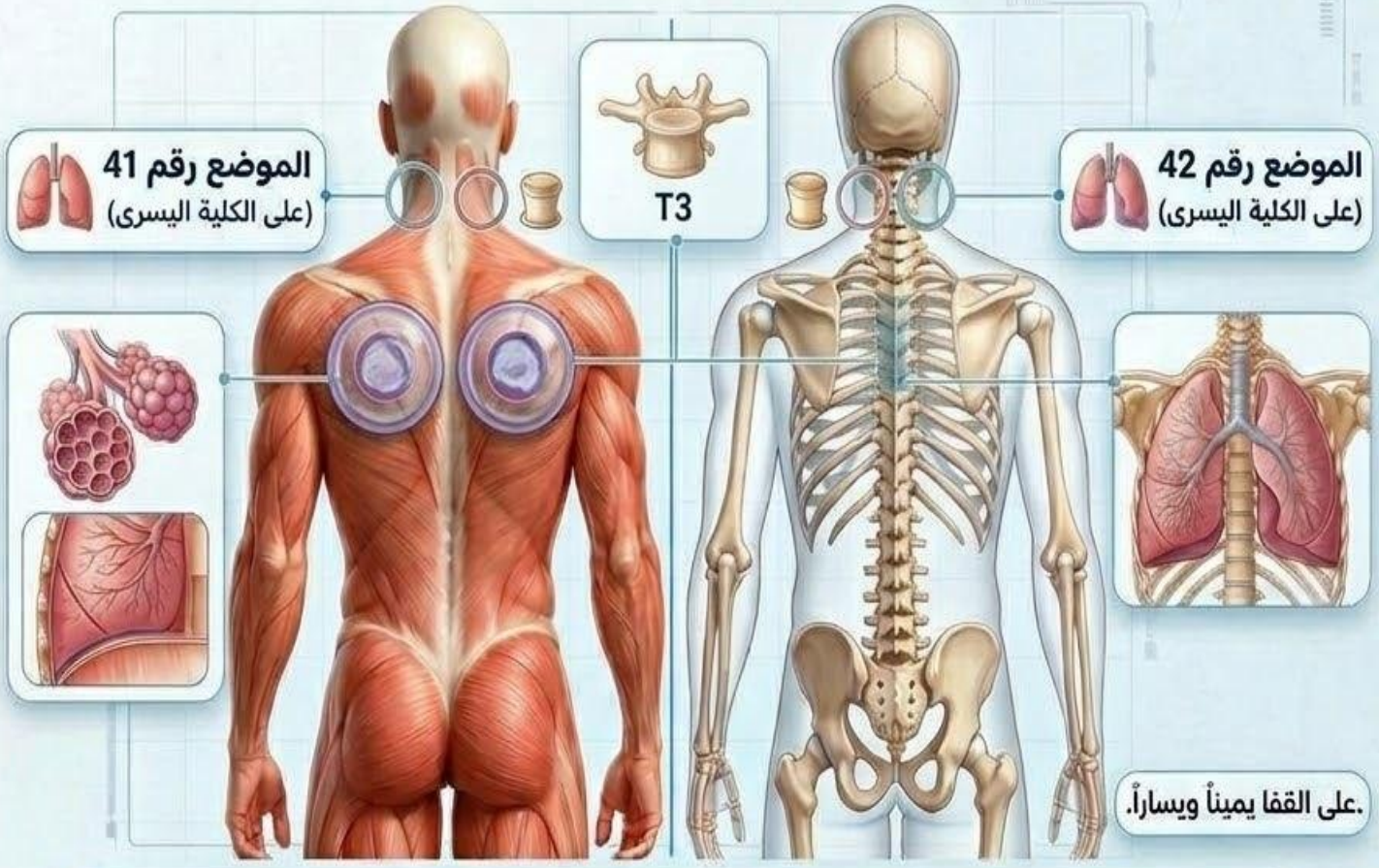
الفوائد المحتملة للحجامة (منظور عصري):

- قد تساعد في تخفيف آلام الرقبة المزمنة والشد العضلي في منطقة الأكتاف والرقبة.
- تحسين التروية الدموية إلى القشرة المخية الخلفية والقذالية (قد يفيد في حالات الصداع وآلام العين المرتبطة).
- **تنبيه هام** (الفوائد غير مؤكدة علمياً): تعتمد هذه الفوائد على بعض الدراسات، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع.

ملاحظة هامة (طبية):

- تجنب الحجامة في حالات الاضطرابات العصبية الشديدة أو الحساسية الجلدية المفرطة.
- يجب التعامل بحذر شديد مع هذه المنطقة نظراً لقرب النخاع الشوكي والأوعية الدموية الهامة.
- الحجامة والتدخلات الطبية في هذا الموقع ليست بديلاً للعلاج الطبي الأساسي.

مواضع رقم 41، 42



شرح تفصيلي لموضع 41، 42

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

تحديد الموقع التشريحي: تقع هذه المواضع بدقة على مستوى الفقرة الصدرية الثالثة (T3) تقريباً، عند حافة لوح الكتف.

تحديد الموقع التحسية:

تحديد الموقع التشريحي: تقع هذه المواضع بدقة على مستوى الفقرة الصدرية الثالثة (T3) تقريباً، عند حافة لوح الكتف.

طريقة التحديد:

طريقة التحديد: يتم تحديد الفقرة البارزة عند ثني الرأس للأمام. المواضع تقع على جانبيها.

مقابل العمود الفقري الرقبي السفلي.

الهدف الطبي (حسب التقاليد): يهدف لتخفيف التوتر في الرقبة، تحسين الدورة الدموية إلى الرأس، ودعم ال

مواضع رقم 43، 44



شرح تفصيلي لموضع 43، 44

تحديد الموقع التشريحي للمواضع:

- الموضع رقم 43: يقع بدقة على الحافة الخلفية للعضلة القصية الترقوية الحلمية، عند مستوى العنق السفلي.
- الموضع رقم 44: يقع على الجانب الآخر مقابل الموضع رقم 43، فوق المنطقة العضلية الوربية.
- كلا الموضعين يقعان تقريباً عند مستوى الفقرة العنقية السابعة (C7).
- هذه المواضع تعتبر بديلة لمواضع الوريد الوداجي الخارجي، وتكون في مستوى أدنى وفوق العضلات الوربية مباشرة.

الهدف والفوائد (حسب التقليد):

- يهدف لتخفيف التوتر العضلي في الرقبة والكتف.
- قد يساعد في تحسين الدورة الدموية إلى الرأس والرقبة.
- يستخدم لدعم وظائف الجهاز التنفسي والعلوي.

مواضع رقم 45، 46

المواقع: 45، 46



أماكن الحجامة: على الكتفين بالقرب من الرقبة

شرح تفصيلي لموضوع 45، 46

تحديد الموقع التشريحي للمواقع:

- **الموقع رقم 45**: على الكتف الأيمن، في أعلى الكتف قرب قاعدة الرقبة.
- **الموقع رقم 46**: على الكتف الأيسر، في أعلى الكتف قرب قاعدة الرقبة.

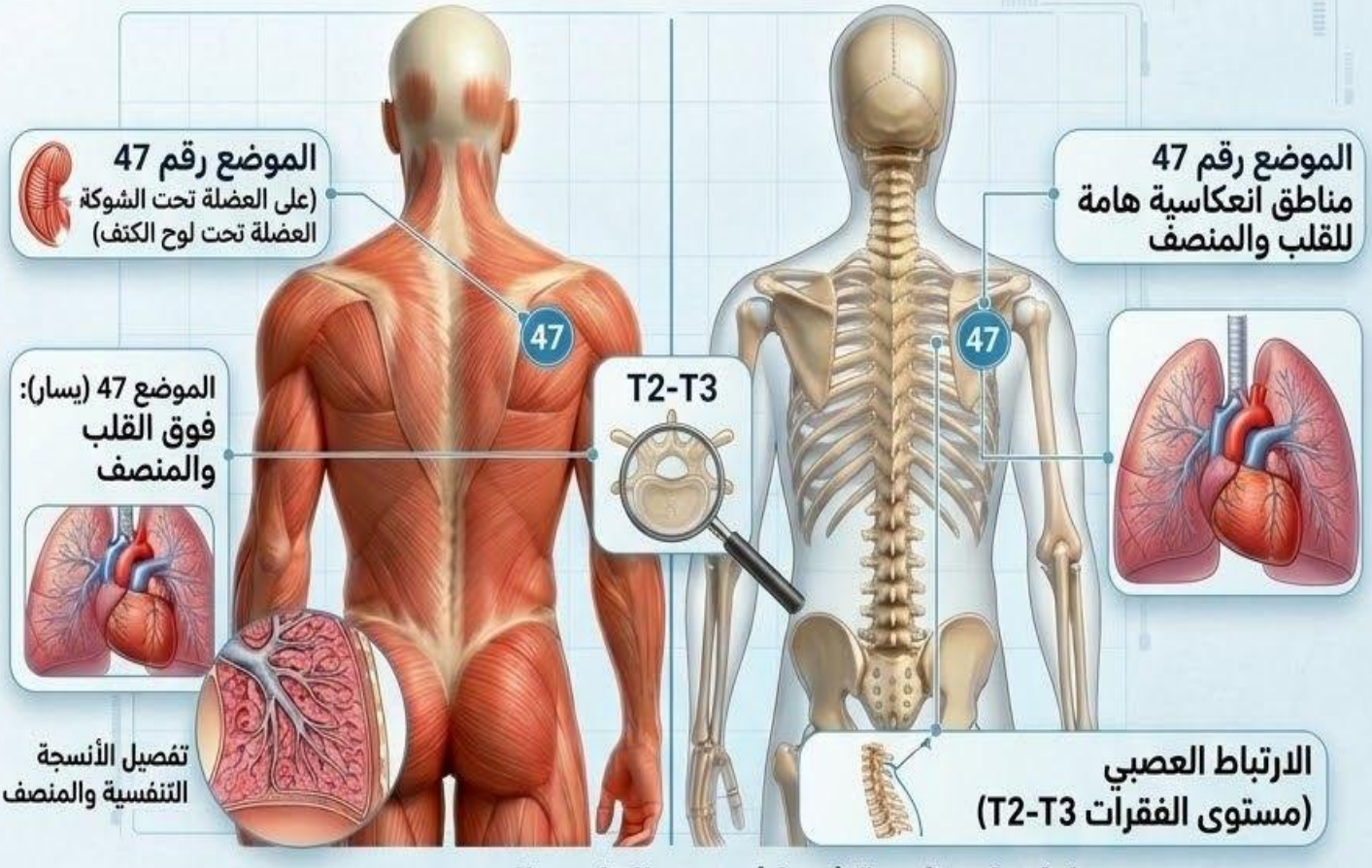
كل المواضع تعمل على:

- تخفيف آلام الكتفين والرقبة، وإرخاء العضلات المشدودة.
- تحسين الدورة الدموية في منطقة الكتفين والرقبة.

الهدف والفوائد (حسب التقليد):

- علاج آلام الكتف والرقبة.
- تقليل الت
- تحسين

مواضع رقم 47
المواضع: 47



مناطق انعكاسية (يسار): فوق القلب والمنصف

شرح تفصيلي للموضع 47

أولاً: الموقع التشريحي للمواضع وطريقة التحديد:

- يقع الموضع رقم 47 بدقة على لوح الكتف الأيسر (السَكبولا)، عند مستوى الفقرات الصدرية العلوية (C7-T3) تقريباً.
- يُحدد الموضع بتحسس العضلات المحيطة بلوح الكتف، قريباً من حافة لوح الكتف وخلف الفقرة الصدرية الثالثة (T3) تقريباً (حسب بعض التقاليد) وبقرب التفرع التنفسي.
التنفسي.

ثانياً: الأهداف والفوائد (حسب التقليد):

- يهدف لتخفيف التوتر العضلي في منطقة الظهر العلوي والرقبة والكتف.
- يعتبر منطقة انعكاسية هامة لدعم صحة القلب والدورة الدموية (كما ذكر سابقاً).
- يستخدم أحياناً كمنطقة انعكاسية ثانوية للمعدة (حسب بعض الممارسات).
- قد يساعد في تحسين وظائف الجهاز التنفسي والقلب الوعائي (حسب بعض الممارسات، بحاجة لمزيد من الأدلة).

مواضع رقم 48

المواضع: 48



على اللوح اليمين من أعلى ، وهي مكملة لعقدة المرارة.

شرح تفصيلي للموضع 48

أولاً: الموقع التشريحي المواضع وطريقة التحديد:

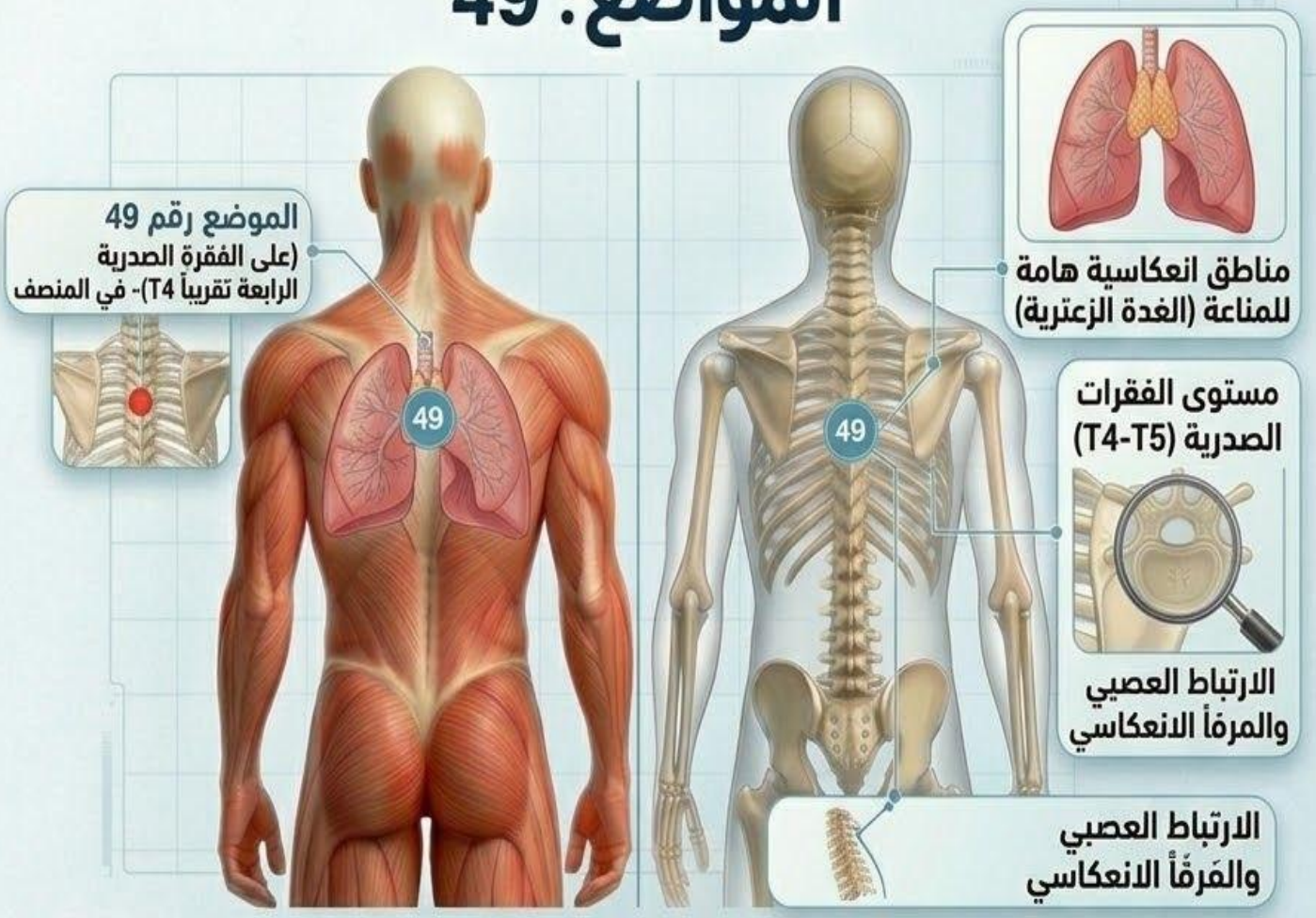
- يقع الموضع رقم 48 بدقة على لوح الكتف الأيمن (السَكابولا)، عند مستوى الفقرات الصدرية العلوية تقريباً.
- يُحدد الموضع بتحسس العضلات المحيطة بلوح الكتف، قريباً من حافة لوح الكتف وخلف الفقرة الصدرية الثانية أو الثالثة (T2-T3) تقريباً وبقرب التفرع التنفسي.

ثانياً: الأهداف والفوائد (حسب التقليد):

- يهدف لتخفيف التوتر العضلي في منطقة الظهر العلوي والرقبة والكتف.
- يعتبر منطقة انعكاسية هامة لدعم وظائف الكبد والمرارة وتسكين آلامها.
- يستخدم أحياناً كمنطقة انعكاسية ثانوية للمعدة (حسب بعض الممارسات، ولكن بشكل رئيسي للكبد والمرارة).
- قد يساعد في تحسين وظائف الجهاز الهضمي العلوي (حسب بعض الدراسات الواعدة، ويحتاج لمزيد من الأدلة).

مواضع رقم 49

المواضع: 49



منطقة المناعة من الخلف، بين اللوحين على العمود الفقري

شرح تفصيلي للموضع 49

أولاً: الموقع التشريحي المواضع وطريقة التحديد:

- يقع الموضع رقم 49 بدقة في منتصف الظهر العلوي، فوق الفقرات الصدرية العلوية والمتوسطة (T4-T5) ، في المنصف، بين اللوحين.
- يُحدد الموضع بتحسس الفقرة البارزة عند ثني الرأس (C7) تقريباً، ثم العد للاسفل للوصول إلى الفقرة الصدرية الرابعة أو الخامسة (T4-T4) تقريباً، ويكون منتصفاغة بين حافتا حافتي لكتف وبقرب المنصف والتفرع التنفسي.

ثانياً: الأهداف والفوائد (حسب التقليد):

- يهدف لتخفيف التوتر العضلي في منطقة الظهر العلوي والرقبة والكتف، وخاصة عضلات الورب.
- يعتبر منطقة العكاسية هامة لدعم وظالف الغدة الزعترية (التوتية) وجهاز الماعة (كما ذكر سابقاً).
- يستخدم أحياناً كمنطقة انعكاسية ثانوية للرئتين والقلب والمنصف (حسب بعض الممارسات).
- قد يساعد في تحسين وظائف الجهاز المناعي والتنفسي والقلبي الوعالي (حسب بعض [illegible] وحاجة لمزيد من الأدلة).

مواضع رقم 50

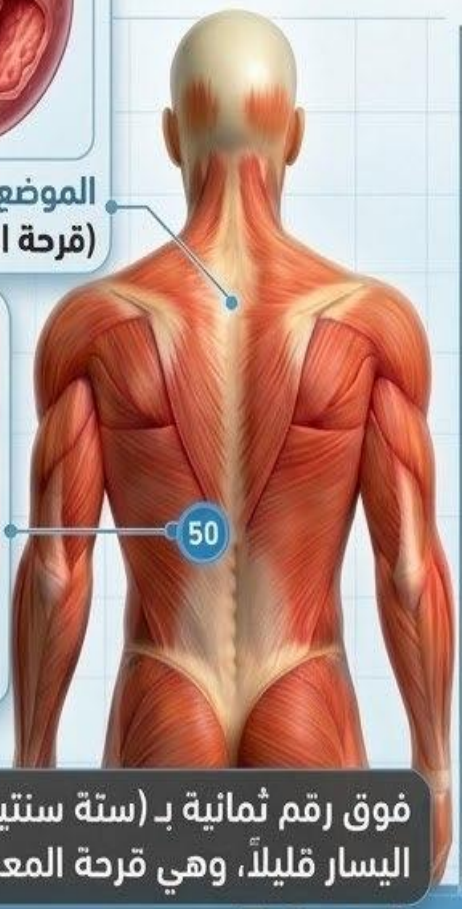
المواضع: 50



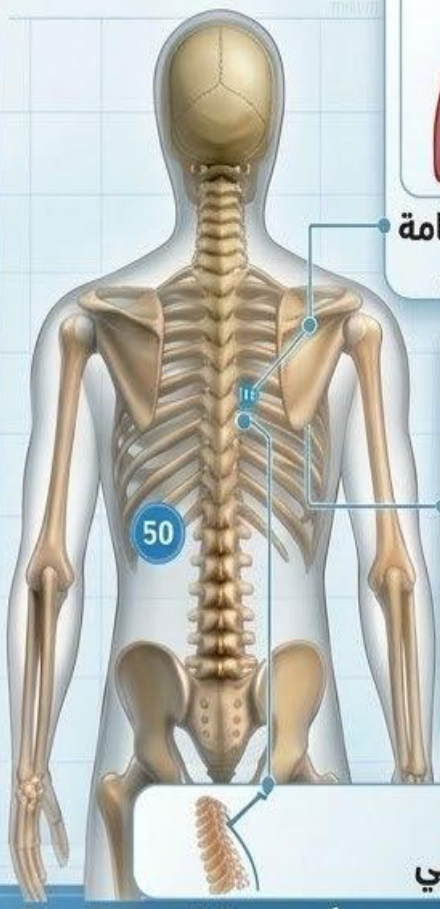
الموضع رقم 50
(قرحة المعدة)



تفصيل الأنسجة العضلية الوربية



فوق رقم ثمانية بـ (ستة سنتيمترات) إلى اليسار قليلاً، وهي قرحة المعدة.





مناطق انعكاسية هامة للمعدة والطحال

مستوى الفقرات الصدرية T11-T12



الارتباط العصبي والمرفأ الانعكاسي

الارتباط العصبي والمرفأ الانعكاسي

شرح تفصيلي لموضع 50

أولاً: الموقع التشريحي لطواضع وطريقة التحديد:

- يقع الموضع رقم 50 بدقة على حافة الضلع الحادي عشر (T11) تقريباً، على الجانب الأيسر من الظهر، في المنصف الخلفي.
- يُحدَّد الموضع بتحسس الفقرات القطنية والعجزية، ثم العد الأعلى الوصول إلى الفقرة الصدرية الحادية عشرة أو الثانية عشرة (T11- T11-T12) تقريباً، ويكون بُعد 6 سم أعلى وإلى يسار الفقرة الصدرية الثامنة (T8، الموضع 8)، وهو فوق الطحال والمعدة.

ثانياً: الأهداف والفوائد (حسب التقليد):

- يهدف لتخفيف التوتر العضلي وتحسين المرونة في منطقة الظهر السفلي والورب.
- يعتبر منطقة العكاسية هامة لدعم وظائف العدة (مثل تخفيف آلام قرحة المعدة) والطحال والجهاز الوضمي (كما ذكر سابقاً وسابقاً وبقرب التفرع التنفسي).
- يستخدم أحياناً كمنطقة العكاسية تانوية للكلي والجهاز البولي (حسب بعض الممارسات والتقرع العصبي).
- قد يساعد في تحسين وظائف الجهاز المناعي والجهاز الوضمي والقلبي الوعائي (حسب بعض الممارسات، نمزيد من الأدلة والبحث العامي).

مواضع رقم 51، 52

المواضع: 51، 52



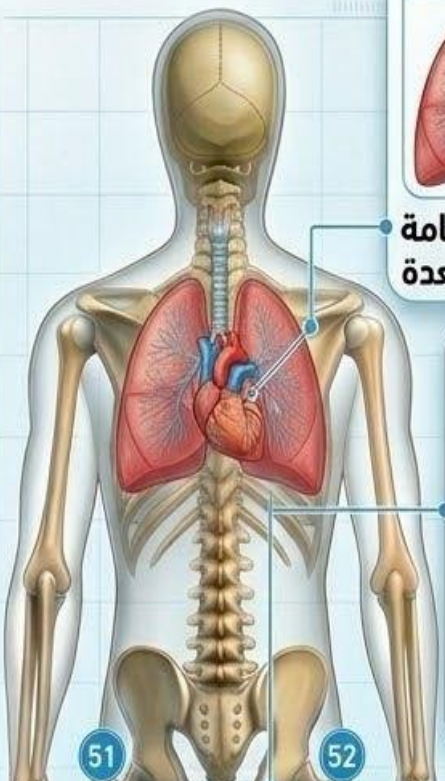
الموضع رقم 51
(فوق المدور الكبير لعظمة الفخذ)



تقصيل الأنسجة العضلية الوركية



عظمتا الفخذين من المدورين لكلا عظمي الفخذ؛ لأمراض الورك والمفاصل.





مناطق انعكاسية هامة للكبد والمرارة والمعدة

مستوى الفقرات القطنية L4-L5



الارتباط العصبي والمرفأ الانعكاسي

الارتباط العصبي االجانبين

شرح تفصيلي لموضع 51، 52

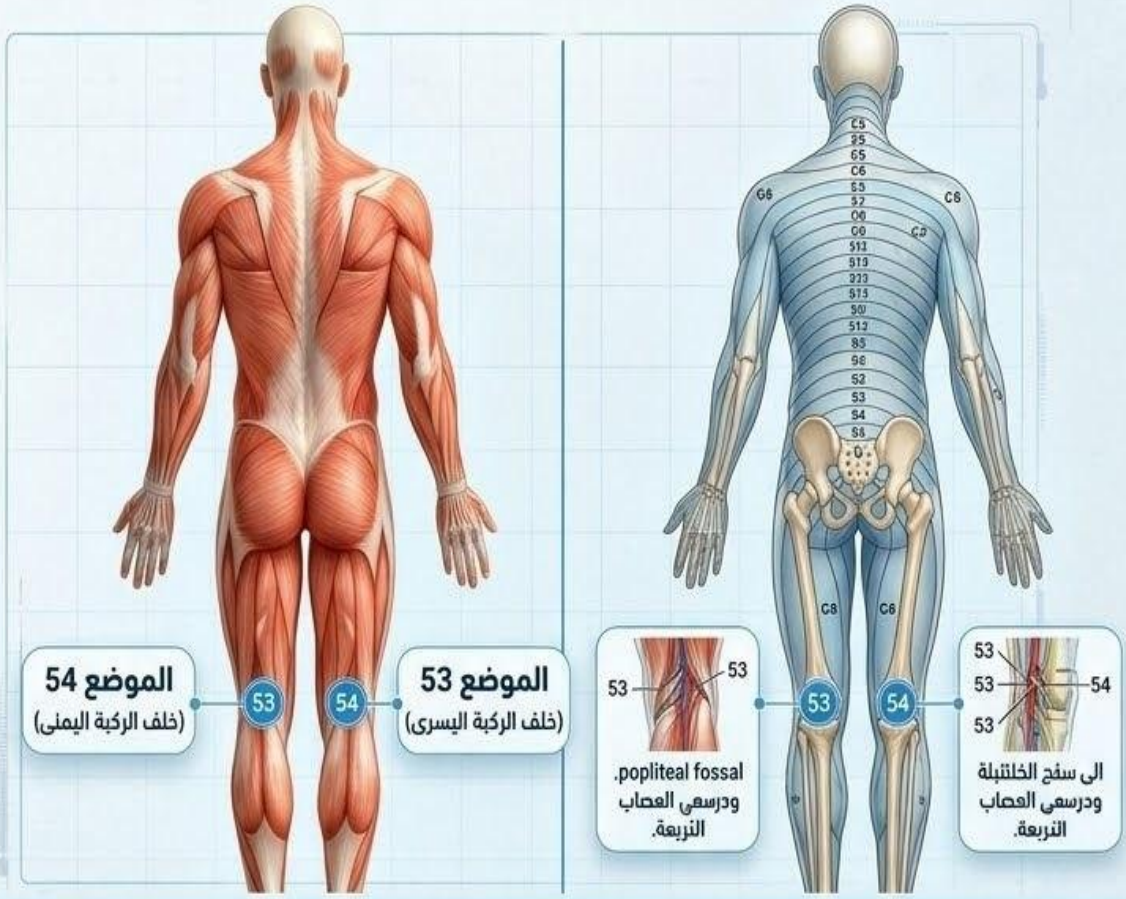
أولاً: الموقع التشريحي لطواضع وطريقة التحديد:

- يقع الموضع رقم 51 بدقة فوق المدور الكبير (عظمة الفخذ البارزة من الجانب) تقريباً، على الجانب الأيمن.
- يُحدد الموضع بتحسس الفقرات القطنية والعجزية، ثم العد للأعلى للوصول إلى الفقرة القطنية الرابعة أو الخامسة (L4-L4) تقريباً الفقرة الصدرية الثالثة (T3) تقريباً (حسب بعض التقاليد) وبقرب التفرع يعتبر جزءاً من منطقة الارتكاز الوربي الخلفي، وتأثيره يمتد لمناطق التفرع العصبي (L4-L5).

ثانياً: الأهداف والفوائد (حسب التقليد):

- يهدف لتخفيف التوتر العضلي وتحسين المرونة في منطقة الورك والفخذ.
- يعتبر منطقة انعكاسية هامة لدعم صحة المفاصل (مثل تخفيف آلام الورك والمفاصل المزمنة) والكبد والكبد والمثانة (كما ذكر سابقاً وبقرب التفرع التنفسي).
- يستخدم أحياناً كمنطقة انعكاسية ثانوية للكلى والجهاز البولي (حسب بعض الممارسات والتفرع العصبي).
- قد يساعد في تحسين وظائف الجهاز المناعي والجهاز الهضمي والقلبي الوعائي (حسب بعض الدراسات وبحاجة لمزيد من الأدلة والبحث العلمي).

مواضع رقم 53، 54 (خلف الركبتين)
Sites: 53, 54 (Posterior Knees)



شرح تفصيلي لموضع 54، 54

شرح تفصيلي للموضع:

- المواضع 53 و 54 تقع على السطح الخلفي للركبتين (النقرة المأبضية) بشكل ثنائي.
  هذا الموقع غني بالأوعية الدموية والأعصاب المأبضية.

التقسيم الشوكي (القطاعات الجلدية)

- يوضح الشكل أيضاً التقسيم العام للجسم إلى قطاعات (Dermatomes) حسب الإمداد من الأعصاب الشوكية.
  على سبيل المثال، يتم تمثيل الفقرات القطنية الأخيرة (L4, L5) والفقرات العجزية (S1, S2) في منطقة الركبة.

تطبيقات الحجامة المقترحة:

- تحسين الدورة الدموية في الساقين.
- تخفيف آلام الركبة والتهاب المفاصل.
- تحفيز الاستجابة العصبية الانعكاسية (ألم عرق النسا).
- المساعدة في حالات دوالي الساقين المعتدلة.

ملاحظة مهمة: الفوائد وظائف على بعض الدراسات إلتجارب، ولا توجد أدلة الطب الأسي.

مواضع رقم 55 (تفصيل الغدة الزعترية)

المواضع: 55

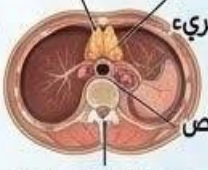


الموضع رقم 9
(على الكلية اليمنى)

يقع على جانبي العمود الفقري في منطقة الكلى (جوالي مستوى الضلع 12).



الموضع رقم 55
(على الكلية اليسرى)



شرح تفصيلي للموضع 55

الموضع التشريحي:

يقع الموضع 55 على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4).

يتم تحديد مكانه من خلال جس النتوء الشوكي للفقرة الصدرية الرابعة، وهو مقابل للغدة الزعترية في القفص الصدري الأمامي.

2 الصلة الفسيولوجية المقترحة:

- يرتبط الموضع 55 بشكل انعكاسي مع الغدة الزعترية . (Thymus).

أسفل الكاهل بحوالي ثلاثة سنتيمترات

4 نطاق التغطية والقياسات:

- الموقع مقابل T4 مباشرة.
- القياس الدقيق يكون باستخدام النتوءات الشوكية كمرجع.

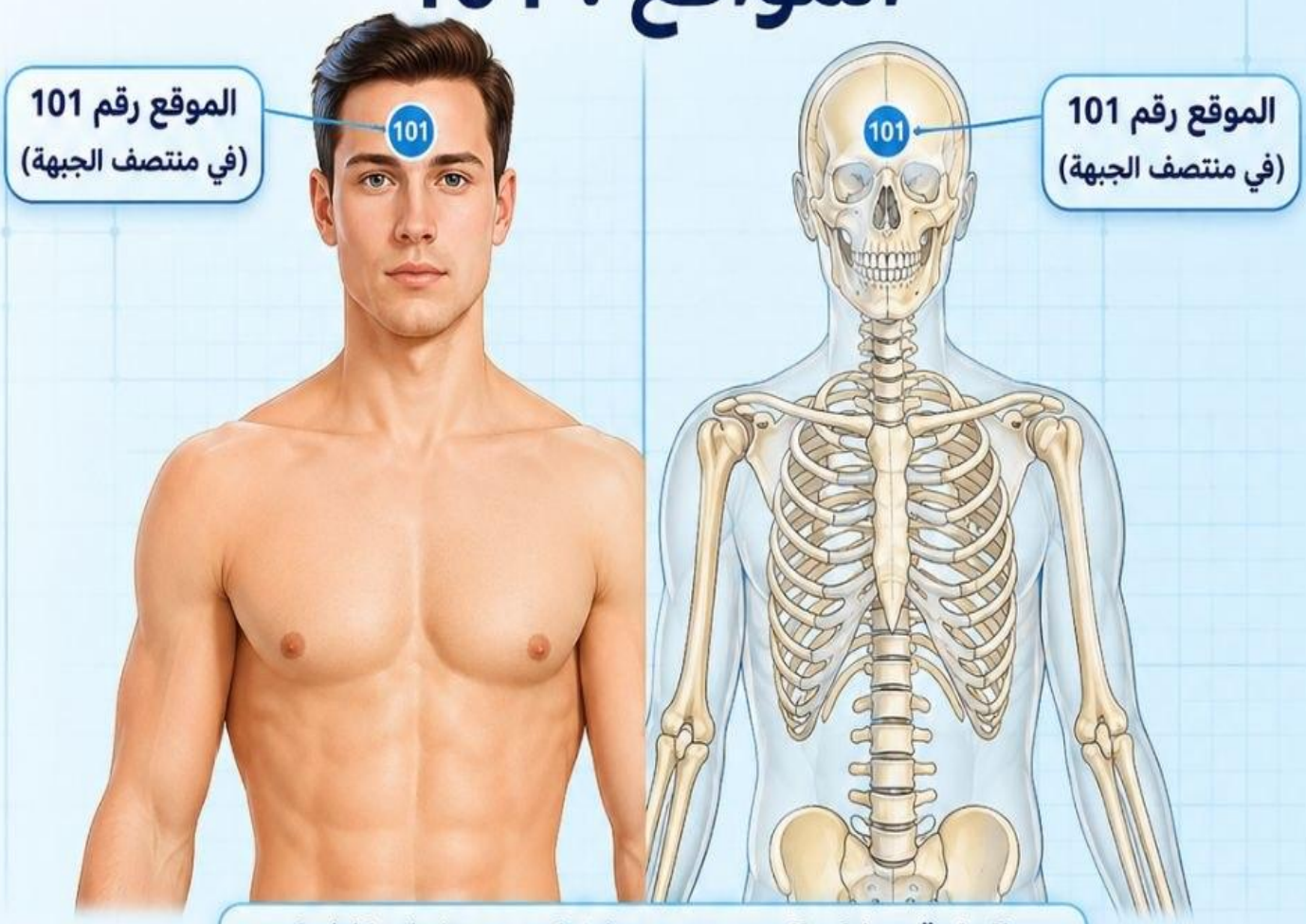
الصلة الفسيولوجية:

- يرتبط الموضع 55 بشكل انعكاسي مع الغدة الزعترية (Thymus)، التي تلعب دوراً هاماً في وظيفة الجهاز المناعي، خاصة عند الأطفال والشباب.

3 تطبيقات الحجامة المقترحة:

- تحسين الدورة الدموية في منطقة الصدر.
- دعم وظيفة الجهاز المناعي.
- التأثير على حالات الربو والتهاب الشعب الهوائية (تطبيقات انعكاسية).
- تحسين مستويات الطاقة والحيوية العامة.

موضع رقم 101
المواقع : 101



العامة : مكان السجود ، ويفضل عدم تكرارها كثيرا.

شرح تفصيلي لموضع 101

تحديد الموقع التشريحي للمواقع:

- الموقع رقم 101 : يقع في منتصف الجبهة بين الحاجبين.

كل المواضع تعمل على:

- تنشيط الدورة الدموية في منطقة الجبهة.
- تخفيف الصداع والضغط النفسي.

الهدف والفوائد (حسب التقليد):

- تحسين التركيز والذاكرة.
- الوقاية من الصداع وتنشيط وظائف الدماغ.

مواضع رقم 102، 103

المواقع: 102، 103



فوق الحاجبين من الداخل للجيوب الأنفية

شرح تفصيلي لموضع 102 ، 103

تحديد الموقع التشريحي:

- الموضعان 102 و103 يقعان فوق الحاجبين باتجاه الجهة الداخلية، ضمن منطقة الجيوب الجبهية.

ملاحظة طبية:

- هذه خريطة مواضع منسوبة إلى مراجع الحجامة التقليدية، ولا تُعد دليلاً على فعالية علاجية مثبتة. لا تُجرى الحجامة قرب العِينين أو على الوجه دون تقييم وإشراف مختص مؤهل.

الهدف حسب التقليد:

- تُذكر هذه المواضع في بعض المراجع التقليدية ضمن مواضع منطقة الجيوب الأنفية.

مواضع رقم 104 ، 105

المواقع : 104 ، 105



على جانبي الحاجبين ، ورأى أعلى قليلاً للصداع والفظر.

شرح تفصيلي لموضوع 104 ، 105

تحديد الموقع التشريحي للمواضع:

- الموضع رقم 104 ، 105 يكون على جانبي الحاجبين، وفوق عظم الصدغ.

ملاحظة طبية:

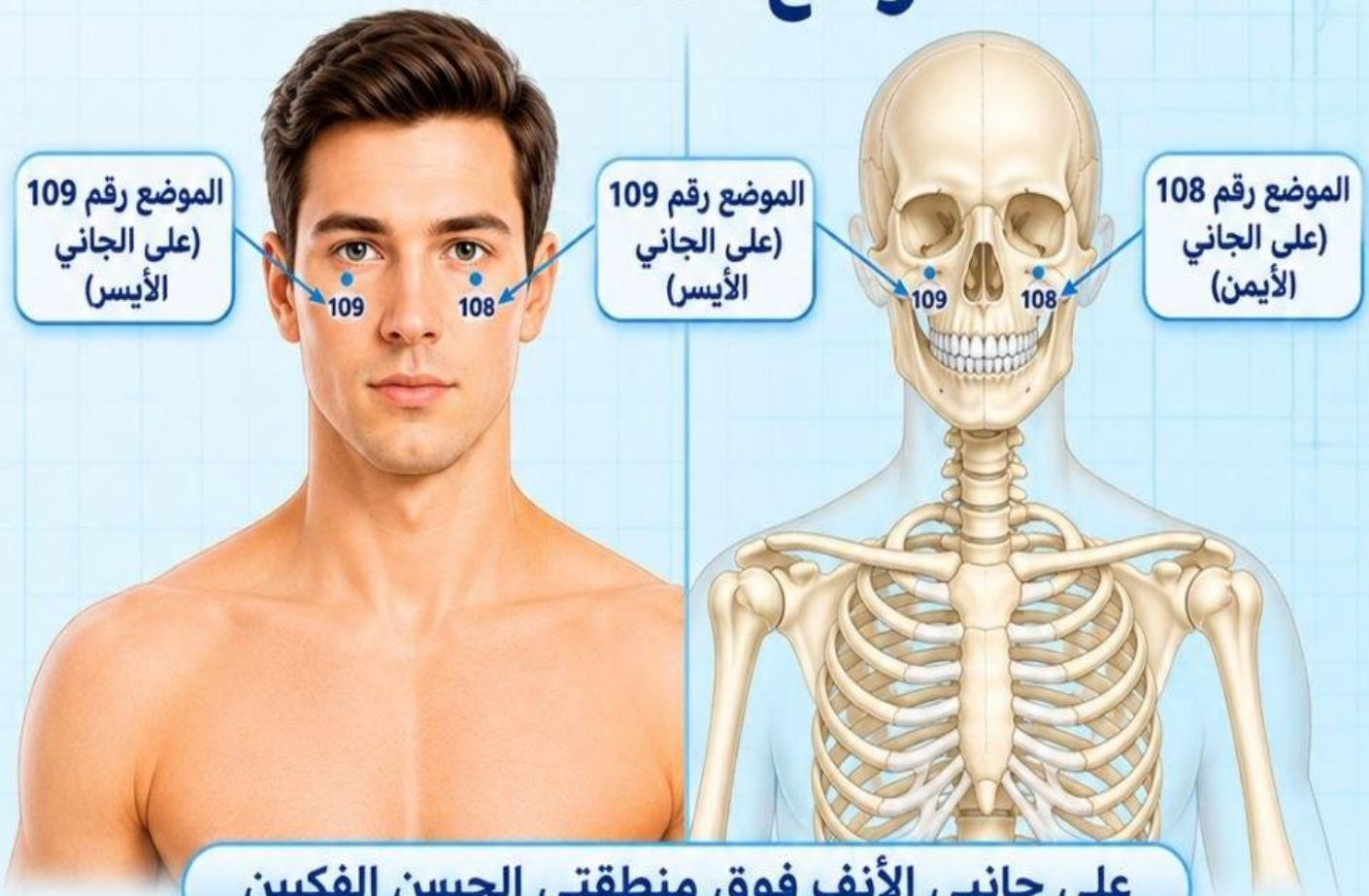
- هذه المواضع مفيدة في تخفيف الصداع والفظر، وتساعد على الاسترخاء وتقليل التوتر.

الهدف والفوائد حسب التقليد):

- تخفيف الصداع، والفظر، وتحسين التركيز.

مواضع رقم 108 و109

المواقع : 108، 109



على جانبي الأنف فوق منطقتي الجيبين الفكيين

شرح تفصيلي لموضعي 108 و109

تحديد الموقع التشريحي:

- يقع الموضعان على جانبي الأنف، في منطقة الخدين أسفل محجري العينين، فوق موضع الجيبين الفكيين تقريباً.

ملاحظة طبية:

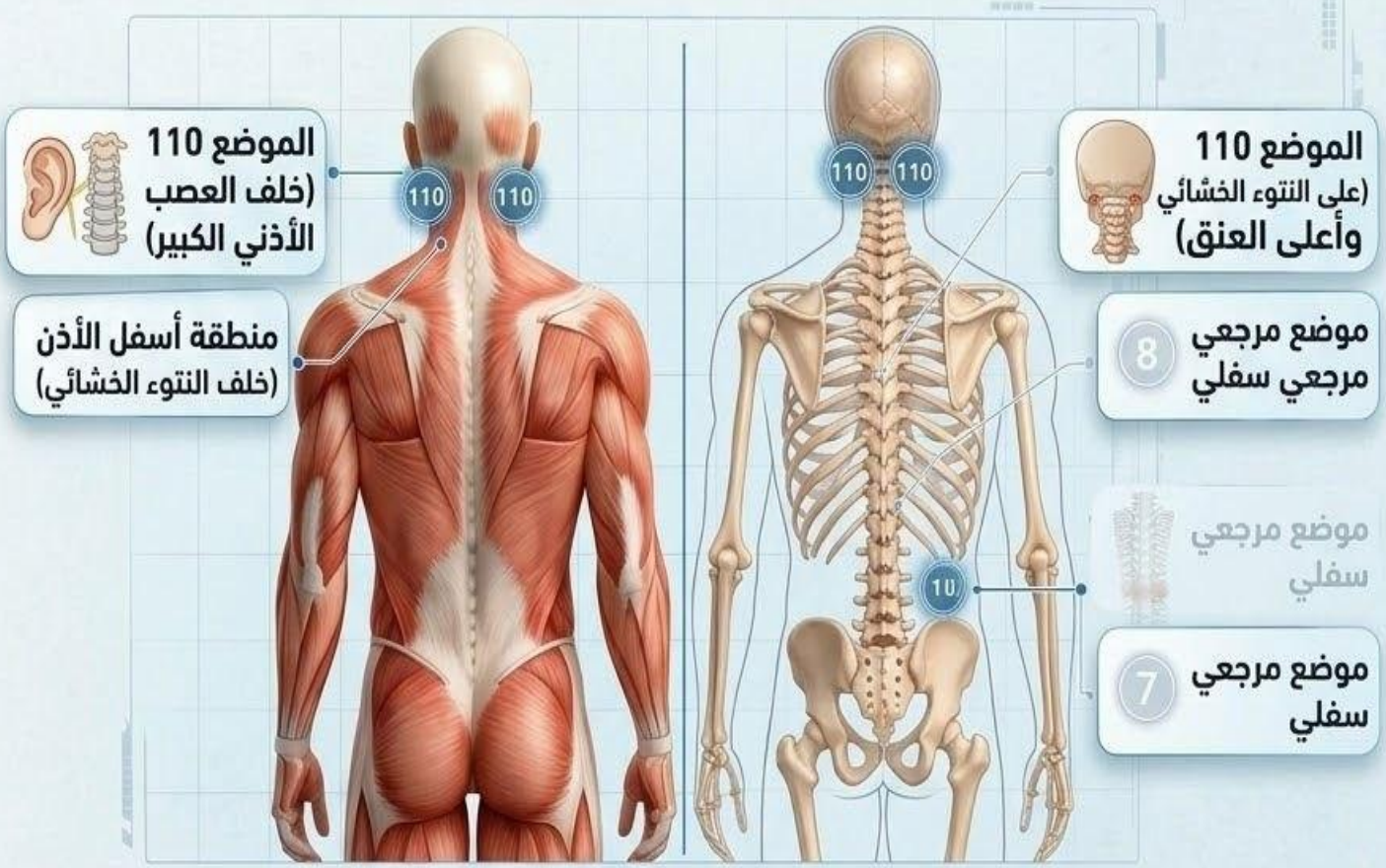
- المنطقة قريبة من العينين والأوعية الدموية والأعصاب؛ لا تُجرى الحجامة على الوجه أو قرب العينين اعتماداً على رسم توضيحي، ويجب تقييمها من مختص صحي مؤهل.

تنبيه:

- هذا الرسم للتوصيح التشريحي فقط، ولا يثبت فاعلية الحجامة لعلاج التهاب الجيوب الأنفية أو الصداع.

مواضع رقم 110

المواقع: 110



شرح تفصيلي لموضع 110

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:



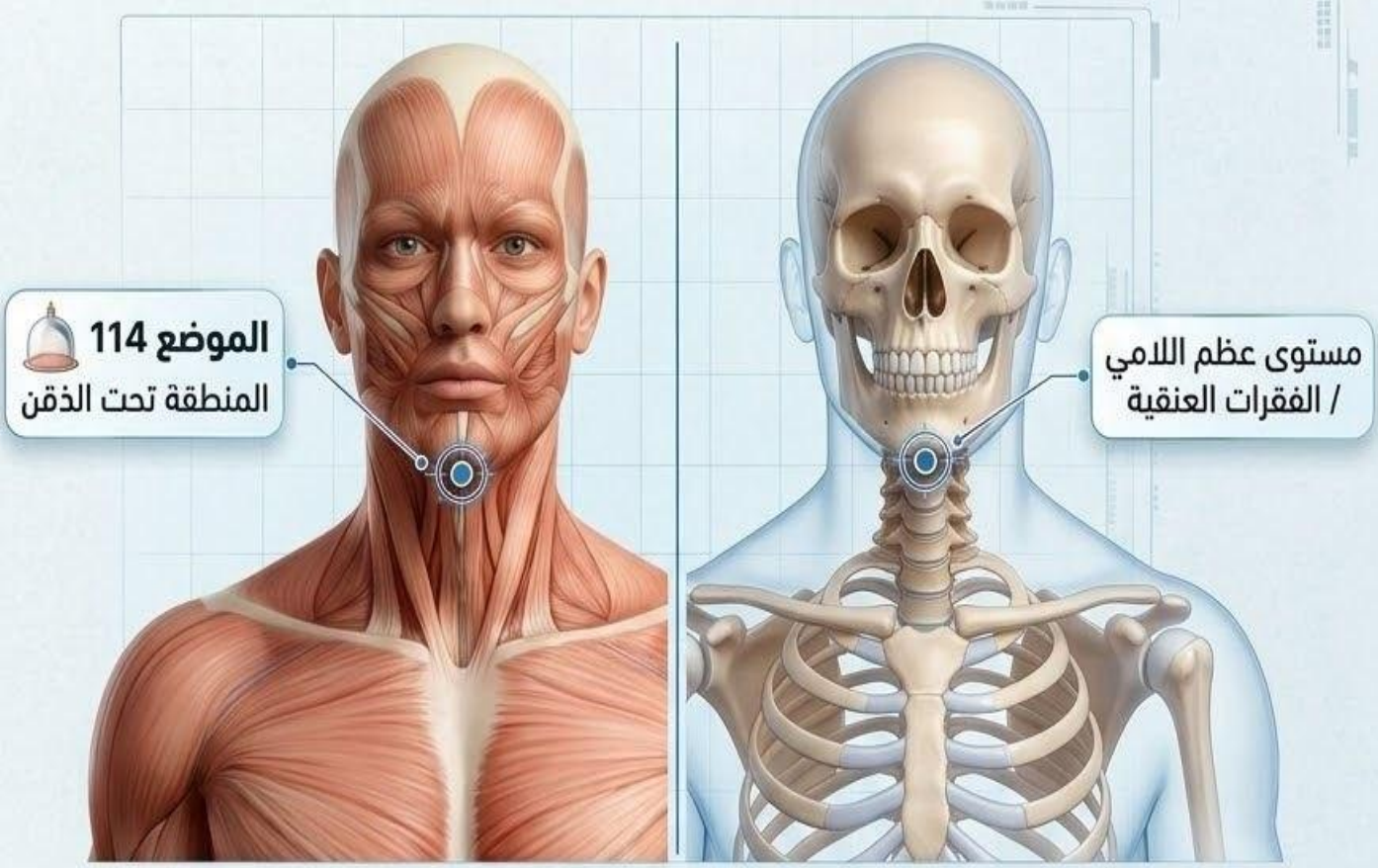
- يقع الموضع 110 على جانبي العنق، أسفل الأذنين مباشرة.
- يقع تحديداً خلف النتوء الخشائي (mastoid process)، فوق العضلات الرقبية الجانبية.
- تحديدهما: بالتحسس خلف شحمة الأذن مباشرة، عند النتوء العظمي (الخشائي)، تحديد النقطة على بعد حوالي 1-2 سم أسفله، على جانبي العنق.

ثانياً : الفوائد المحتملة للحجامة:

- قد يساعد في تخفيف آلام العنق والصداع المرتبط بتوتر العضلات الرقبية.
- قد يساهم في تحسين مشاكل الأذن والسمع ذات المنشأ العصبي المرتبط.
- يُستخدم أحياناً لتحسين الدورة الدموية في منطقة الرأس والعنق.

هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع. كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

موضع رقم 114
Site: 114



أسفل الذقن ، ولها فوائد كثيرة .

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

الموضع يقع أسفل الذقن، وتطبيق الحجامة عليه قد يساهم في الفوائد التالية:



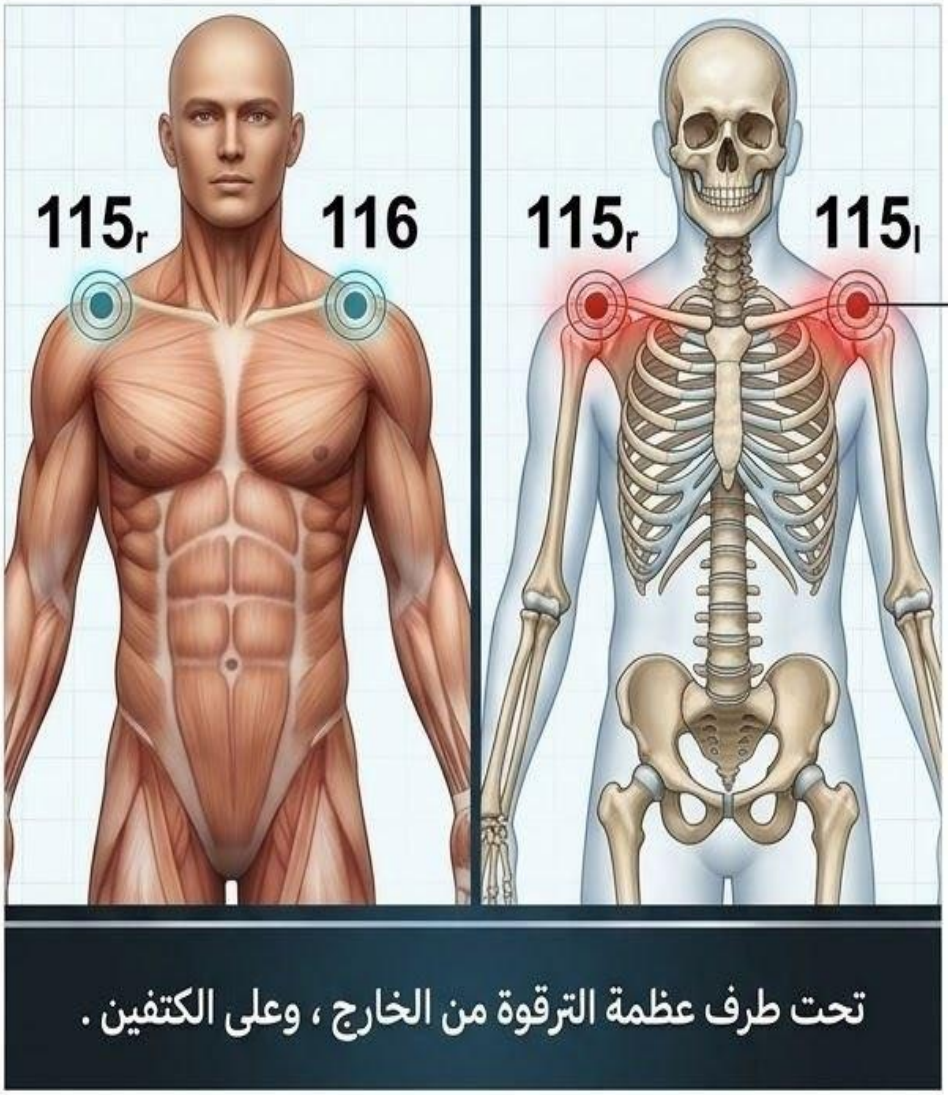
الموضعان
7 و8

ثانياً : الفوائد المحتملة للحجامة:

- تحسين وظائف الجهاز التنفسي العلوي.
- المساهمة في تخفيف آلام البلعوم والتهاب الحلق.
- تعزيز تدفق الدم في منطقة الرأس والعنق.

هذه الفوائد محتملة وتعتمد على دراسات تجريبية، يرجى استشارة الطبيب.

مواضع رقم 115، 116
Sites: 115, 116



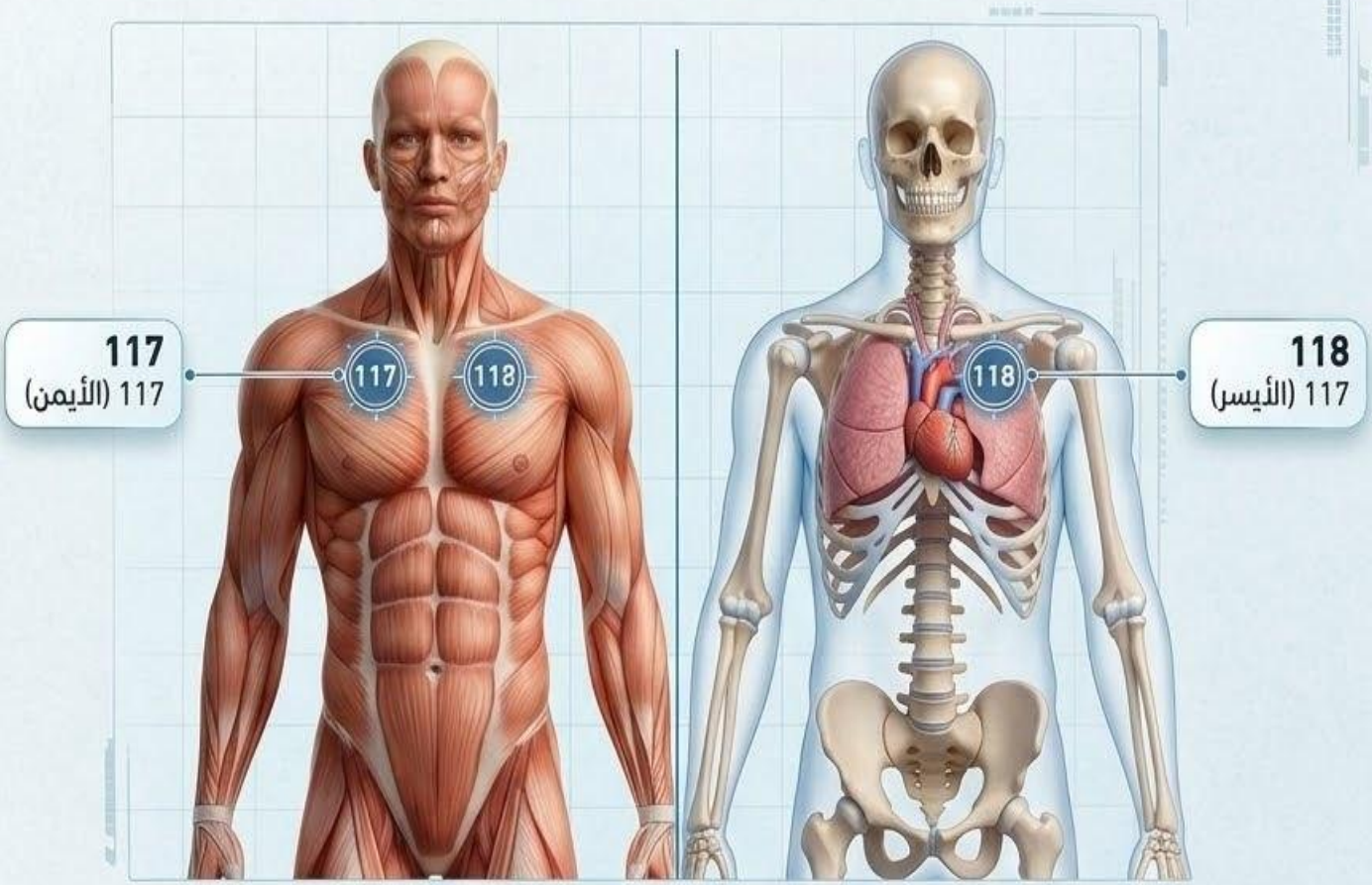
Just below the lateral end of both clavicles.

شرح توضيحي عصري لفوائد الموضعين (115، 116):

- قد يساهم في تحسين وظائف الجهاز التنفسي والدورة الدموية.
- يُستخدم تقليدياً للمساعدة في تخفيف توتر الأكتاف وآلام العضلات.

مواضع حجامة رقم 117، 118

المواقع: 117، 118



تحت الترقوة من الداخل على الصدر.

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

أسفل الثلث الأنسي لكل من الترقوتين (الأيمن والأيسر).



الموضعان 7 و8

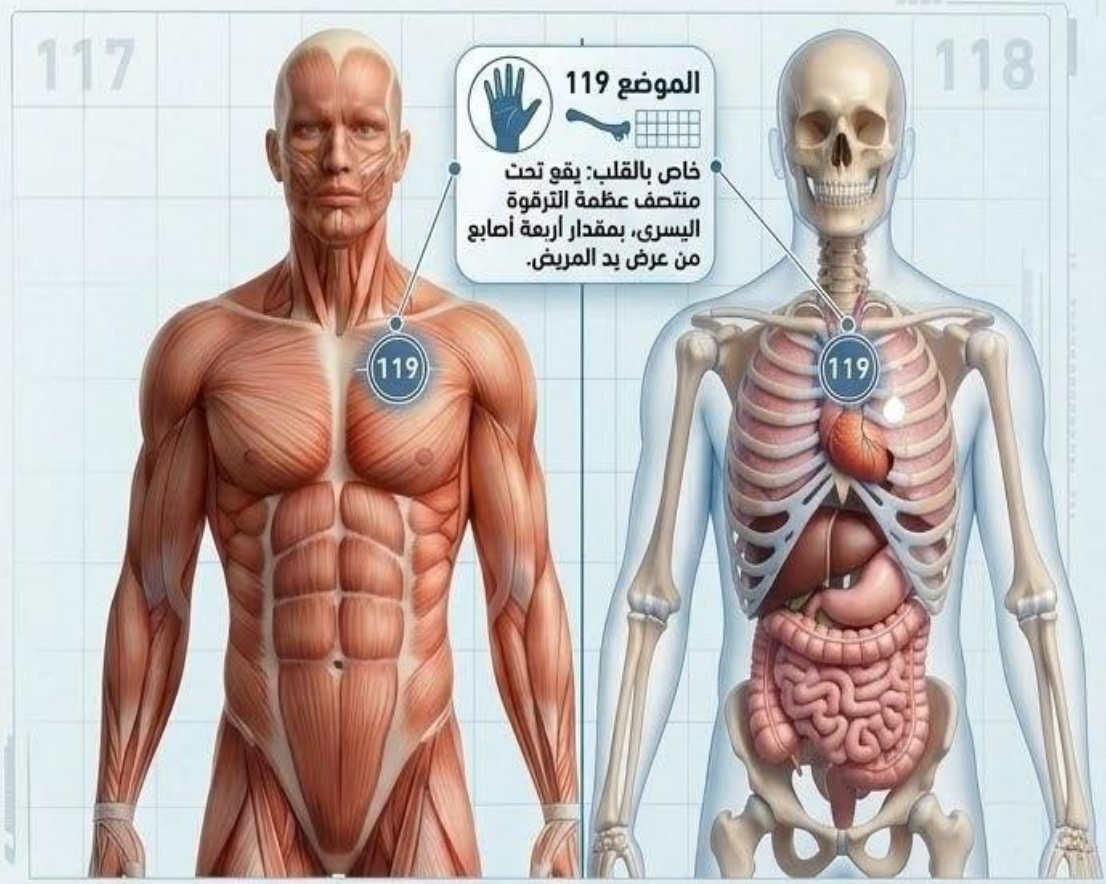
ثانياً : الفوائد المحتملة للحجامة:

- تحسين وظائف الجهاز التنفسي.
- المساهمة في دعم صحة القلب والدورة الدموية.
- المساعدة في تخفيف توتر الأكتاف وآلام الصدر.

هذه الفوائد محتملة وتعتمد على دراسات تجريبية، يرجى استشارة الطبيب.

موضع رقم 119

Site: 119



خاصٌ بالقلب تحت وسط الترقوة اليسرى بأربعة أصابع للمريض .

هذا الموضع مخصص لنقاط القلب. يقع تشريحياً تحت منتصف الترقوة اليسرى على جدار الصدر الصدر، ويتم تحديد قياسه بدقة باستخدام عرض أربعة أصابع من يد المريض.

شرح توضيحي عصري لفوائد الموضع 119

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع بدقة:

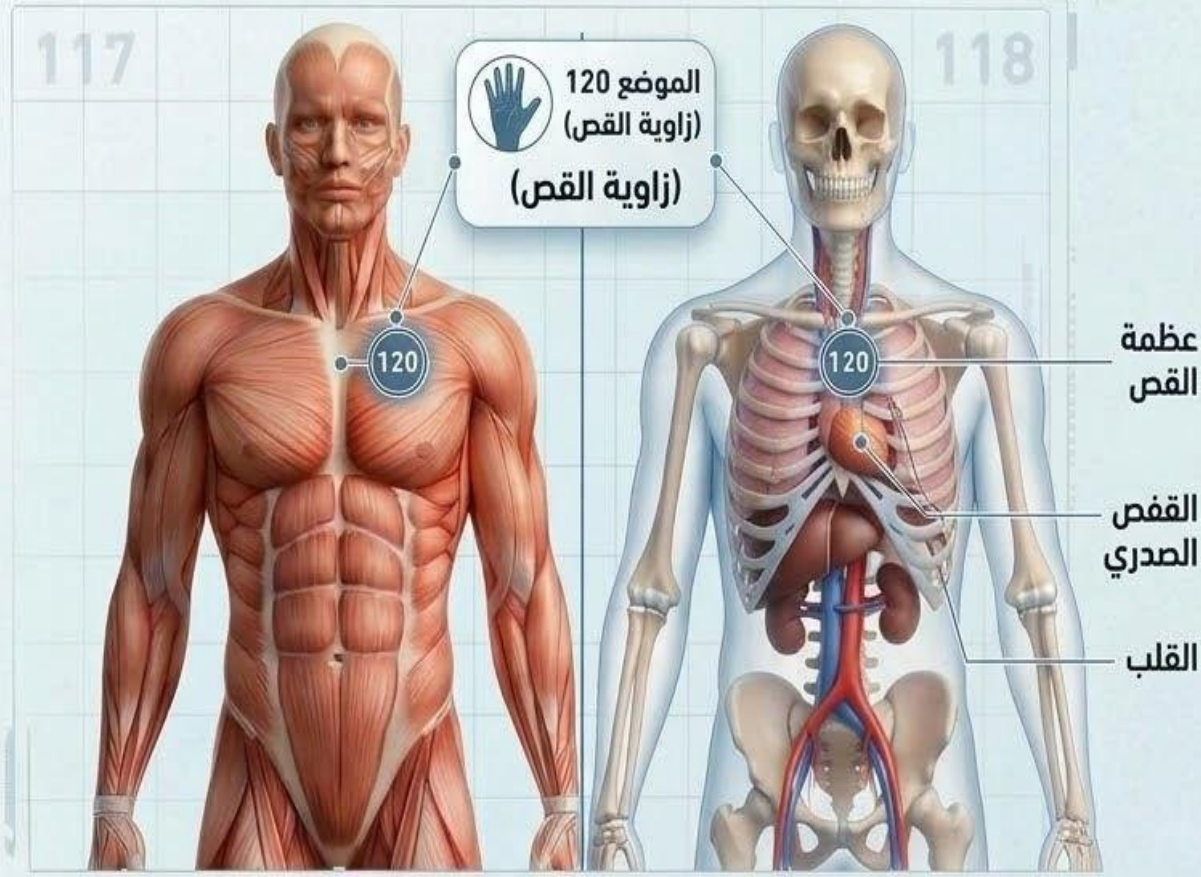
- يقع الموضع 119 على جدار الصدر الأيسر، أسفل منتصف الترقوة اليسرى.
- هو نقطة محتملة مرتبطة بوظائف القلب في الطب التقليدي.
- تحديد القياس: قس أربعة أصابع (من عرض يد المريض) عمودياً من أسفل عظمة الترقوة للحصول على النقطة الدقيقة.

ثانياً: الفوائد المحتملة (حسب التقاليد والدراسات الأولية):

- قد يُستخدم تقليدياً للمساعدة في تهدئة الخفقان وعدم انتظام دقات القلب.
- قد يساهم في تخفيف الضغط النفسي والقلق المرتبط بمشاكل الصدر.
- يُعتقد أنه يؤثر على توازن الجهاز العصبي المستقل المرتبط بالقلب.

موضع رقم 120

Site: 120



عظمة القفص (المناعة)، وهي وسط الصدر.

زاوية القص (المناعة): تقع وسط الصدر (فوق زاوية القص).

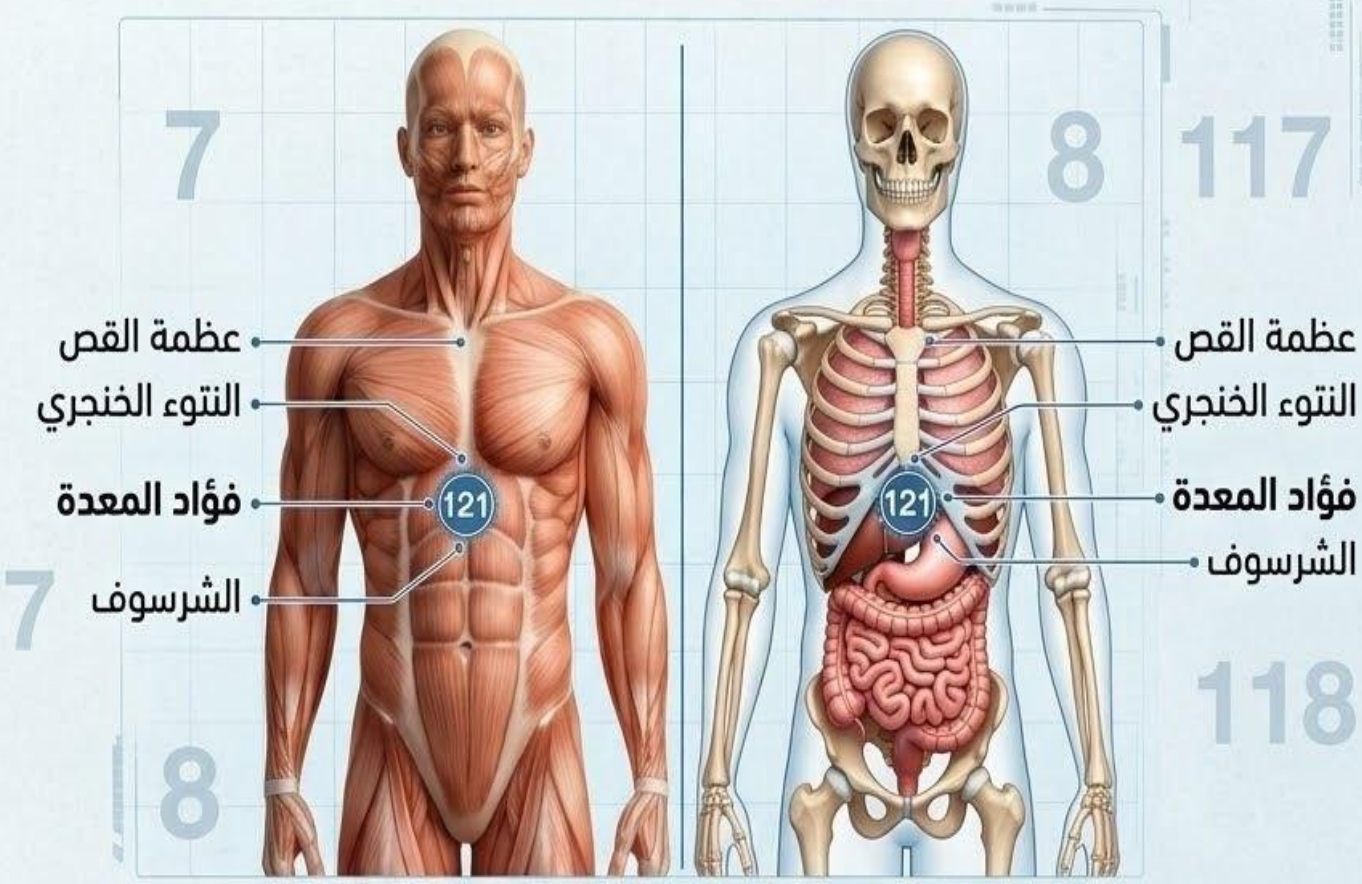
شرح توضيحي عصري لفوائد الموضع 120 (زاوية القص):

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع بدقة:

- يُعد هذا الموضع تقليدياً نقطة "الغدة الزعترية" (Thymus) المرتبطة بالمناعة.
- تحديد القياس: الموضع يقع في تجويف زاوية القص (زاوية لويس)، وهي نقطة عظمية بارزة أسفل عظمة القص بقليل.
- قد يُستخدم للمساعدة في تنظيم وتنشيط جهاز المناعة.
- يُعتقد أنه يساعد في تحفيف التوتر العاطفي المرتبط بمنطقة الصدر.

يُعتقد أن الفوائد :إلى حسب الأجهاز العصبي و تشيم توائق التصايب للمريض.

موضع رقم 121
Site: 121



فؤاد المعدة، وهي أسفل عظمة القص، مباشرة على التجويف الشرسوفي.

أولا حداد التشريحي الموقع:

نهاية فؤاد المعدة، أسفل النتوء الخنجري مباشرة، فوق الشرسوف.

شرح توضيحي عصري لفوائد الموضع 121 (نقطة فؤاد المعدة):

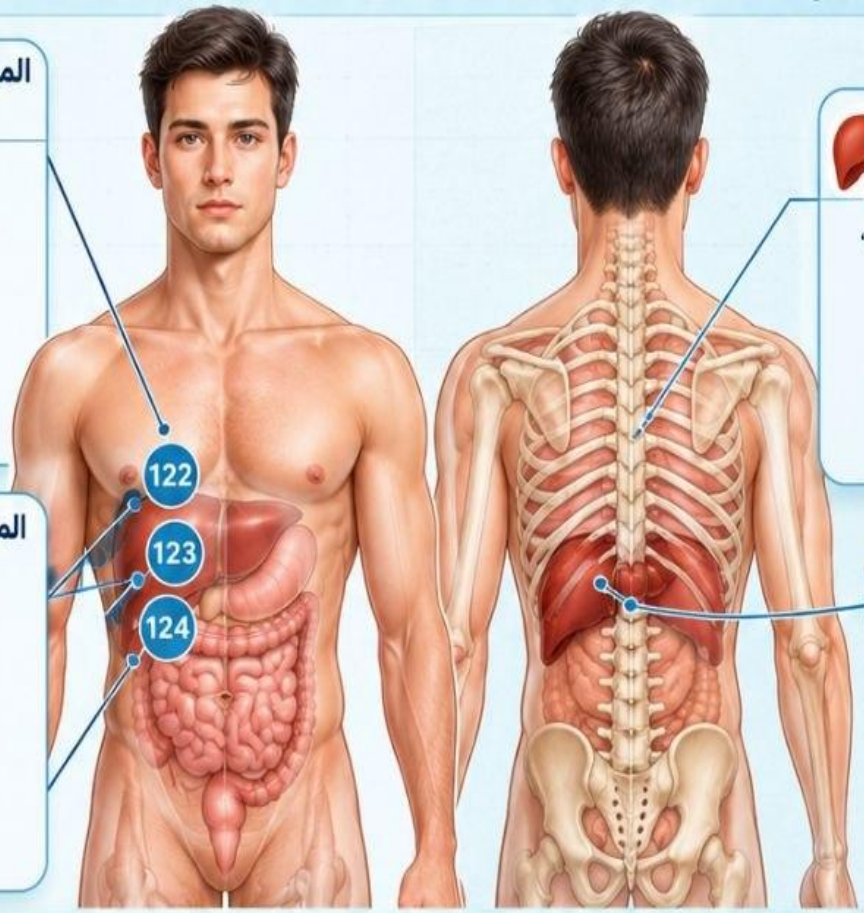
- الموقع الدقيق لفؤاد المعدة، حيث يلتقي المريء بالمعدة.
- الموقع الدقيق لفؤاد المعدة، حيث يلتقي المريء بالمعدة.
- تحديد القياس بدقة: أسفل النتوء الخنجري مباشرة، على جدار البطن.
- قد يُستخدم تقليدياً للمساعدة في حالات عسر الهضم والارتجاع المريئي.
- يُعتقد أنه يساعد في تحسين وظائف الجهاز الهضمي العلوي.

هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع. كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

مواضع رقم 122 إلى 124

المواقع: 122 إلى 124

(فوق الكبد في الجهة اليمنى من البطن) Over the liver at the rt. hypochondrium.



الموقع رقم 122
(أعلى)

فوق الكبد مباشرة، تحت الضلع الأيمن (الضلع 7–8).

طريقة التحديد:

- من الخط الإبطي الأمامي الأيمن، نحو الأعلى قليلاً تحت الضلع.

الموقع رقم 123
(الوسط)

على حافة الكبد اليمني، بين الضلعين 9 و 10

طريقة التحديد:

- من الضلع 9 أو 10
- باتجاه أسفل قليلاً وإلى الداخل.

الموقع رقم 124
(أسفل)

أسفل الكبد، قرب الحافة الضلعية اليمنى (الضلع 10–11).

طريقة التحديد:

- أسفل الموقع رقم 123
- باتجاه أسفل قليلاً وإلى الداخل.

شرح تفصيلي لمواضع 122، 123، 124

أولاً: المواقع التشريحية وطريقة تحديد الموضع:

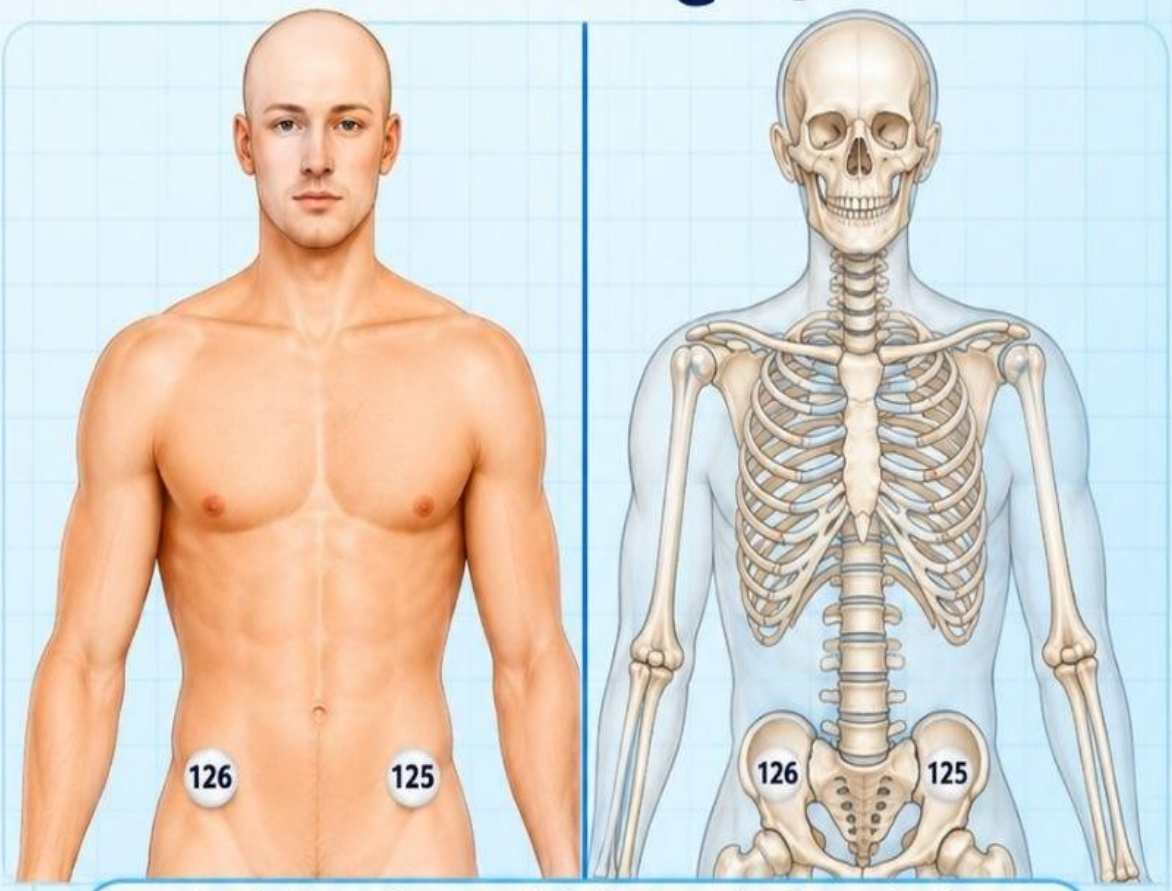
- **الموقع رقم 122 (أعلى)** فوق الكبد مباشرة، تحت الضلع الأيمن (الضلع 7–8). ويُحدد من الخط الإبطي الأمامي الأيمن.
- **الموقع رقم 123 (الوسط)** على حافة الكبد اليمنى، بين الضلعين 9 و 10.
- **الموقع رقم 124 (أسفل)** أسفل الكبد، قرب الحافة الضلعية اليمنى (الضلع 10–11).

ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- قد تساعد في تخفيف الضغط على الكبد وتحسين تدفق الدم في المنطقة.
- قد تُساهم في تقليل الاحتقان والالتهاب الموضعي.
- قد تُساعد في تخفيف آلام الجهة اليمنى من البطن المرتبطة بالكبد والمرارة.

ملاحظة مهمة: هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع، كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

مواضع رقم 125 ، 126
المواقع : 125 ، 126



بين البطن والفخذ بجوار العانة ، وهي للتمويل الارداوي والعقم وغيره .

شرح تفصيلي لموضع 125 ، 126

تحديد الموقع التشريحي للمواضع:

- الموضع رقم 125 ، 126 يكون في الجانبين أسفل البطن بجوار العانة (منطقة الفخذ العلوية).

ملاحظة طبية:

- هذه المواضع مفيدة في تعزيز القدرة على الإنجاب وعلاج العقم وغيره.

الهدف والفوائد (حسب التقليد:):

- تنشيط الجهاز التناسلي، وتحسين الخصوبة، وعلاج الضعف الجنسي.

مواضع رقم 127، 128

المواضع: 127 ، 128

على الجانب الداخلي من الفخذ. (الوجه الداخلي للفخذ)





الموضع رقم 128
(الداخلي للفخذ العلوي)

- يقع على الجانب الداخلي من الفخذ العلوي.
- على بُعد (٨-٨ سم) تقريباً من أعلى الركبة.
- بين العضلة المقربة الكبرى والعضلة المستقيمة الفخذية.

الموضع رقم ١٢٣
(الداخلي للفخذ السفلي)

- يقع على الجانب الداخلي من الفخذ السفلي.
- على بُعد (٨-٨ سم) تقريباً من أعلى الركبة.
- في منتصف المسافة بين الركبة ومفصل الفخذ.

المنطقة الداخلية للفخذ



المواضع 127 و 128
في المنطقة الداخلية من الفخذ

شرح تفصيلي لموضع 127 ، 128

أولاً: الموضع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:

- الموضع رقم ١٢٣ (الداخلي للفخذ السفلي): يقع على الجانب الداخلي من الفخذ السفلي، على بُعد (٨-٦ سم) من أعلى الركبة، في منتصف المسافة بين الركبة ومفصل الفخذ.
- الموضع رقم ١٢٨ (الداخلي للفخذ العلوي): يقع على الجانب الداخلي من الفخذ العلوي، على بُعد (٨-١ سم) تقريباً من أعلى الركبة، بين العضلة المقربة الكبرى والعضلة المستقيمة الفخذية.

ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- قد تساعد في تخفيف التشنج والشد العضلي في منطقة الفخذ.
- قد تُحسن من تدفق الدم في العضلات وتقليل الألم الناتج عن الإجهاد أو الاستخدام المفرط.
- قد تُساهم في تحسين المرونة الحركية وتقليل الإحساس بالثقل في الساقين.

ملاحظة مهمة: هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع. كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

الموضع رقم 129
الموقع: 129



شرح تفصيلي لموضع 129

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:


الموضع 129

- يقع الموضع رقم 129 على ظهر القدم اليمني، على الجانب الخارجي.
- يُحدَّد بدقة عند قاعدة عظمة المشط الخامسة (أضبع القدم الصغير).
- يكون الموضع في منتصف المسافة بين عظمة المشط الخامسة ومفصل الكاحل الخارجي.
- يظهر المكان بوضوح عند بسط القدم، ويكون في انخفاض خفيف بين العظام والأوتار.

ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- قد تساعد في تخفيفِ آلام القدم والكاحل.
- قد تساهم في تقليل الالتهابات والتورم في المنطقة الخارجية من القدم.
- تُستخدم أحياناً في حالات التهاب الأوتار، أو الام المشط، أو الإجهاد الناتج عن الوقوف الطويل.

هـذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعالبتها بشكل قاطع، كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

الموضع رقم 130
الموقع: 130



شرح تفصيلي للموقع رقم 130

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:


الموقع 130

- يقع الموضع رقم 130 على جانبي **الكعب، الخارجي والداخلي**.
- يُحدد بملامسة المنطقة الخلفية الجانبية للكعب حيث توجد بروز العظمة.
- يكون الموضع على بُعد إصبعين تقريباً (حوالي 2 سم) من قاعدة الكعب.

ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- تساعد في تخفيف آلام الكعب والقدم، مثل التهاب اللفافة الأخمصية.
- قد تُسهم في تحسين الدورة الدموية وتقليل الالتهاب في الأنسجة المحيطة.
- تستخدم أحياناً في حالات آلام الكعب المزمنة والتهاب الأوتار.

هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع. كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

الموضع رقم 131
الموقع: 131



شرح تفصيلي للموقع رقم 131

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:


الموضع 131

- يقع الموضع رقم 131 على الجانب الداخلي من الساق، في الجزء السفلي منها.
- يحدد بوجود الكعب الأنسي (المالول الإنسي) أسفلاً، وبفاصل إصبعين (حوالي 2 سم) فوقه.
- يستمر الوتر العضلي للعضلة الظنبوبية الخلفية في هذه المنطقة، وهو ما يساعد في تحديده بدقة

ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- تساعد في تخفيف آلام الكعب والقدم، خاصة المرتبطة بالتهاب اللفافة الأخمصية.
- قد تساهم في تحسين الدورة الدموية في منطقة أسفل الساق والقدم.
- تستخدم أحيانًا في حالات الشد العضلي، والتهاب الأوتار، وآلام الكعب المزمنة.

هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعالبتها بشكل قاطع.
كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبيُّ الأساسي.

الموضع رقم 132
الموضع: 132



شرح تفصيلي للموقع رقم 132

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:


الموضع 132

- يقع الموضع رقم 132 **على الجهة الخلفية من الساق، خلف الظنبوب** مباشرة.
- يوجد في الأخدود بين عظم الظنبوب (القصبة) والعضلة التوأمية الداخلية.
- يُحدد باللمس كمنطقة رخوة وعضلية، ويكون على مسافة ثلاثة أصابع تقريباً فوق الكاحل.

ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- تساعد في تخفيف الألم والشد العضلي في الساق.
- قد تُحسن من الدورة الدموية في المنطقة السفلية من الساق.
- تستخدم أحياناً في حالات التهاب الأوتار، وآلام الكعب، والشد العضلي المزمن.

هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعلبتها بشكل قاطع، كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

الموضع رقم 133
الموقع: 133



شرح تفصيلي للموقع رقم 133

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:



- يقع الموضع رقم 133 على الخط الوسطي للجسم (منتصف الصدر).
- على الجهة الأمامية: يحدد بإيجاد عظمة القص، ثم ببعد 2 سم فوقها مباشرة.
- على الجهة الخلفية: يقع عند الفقرة الصدرية الثالثة والرابعة (T3 - T4) على العمود الفقري.

ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- تساعد في تخفيف آلام الصدر والضيق التنفسي.
- قد تساهم في تحسين وظائف الرئة وتسهيل التنفس.
- تستخدم أحياناً في حالات التوتر والقلق والضغط النفسي.

- هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع، كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

الموضع رقم 134
الموقع: 134



شرح تفصيلي للموقع رقم 134

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:



- يقع الموضع رقم 134 أسفل الحلمة اليسرى بحوالي 2 سم (سنتيمتر).
- يحدد بالتركيز على الحلمة اليسرى ثم النزول عموديًا بمقدار 2 سم.
- يكون الموضع على الجانب الأمامي من الصدر (في منطقة العضلة الصدرية الكلبرى).

ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- تساعد في تخفيف آلام الصدر وضيق التنفس.
- قد تساهم في تحسين الدورة الدموية وتقليل الالتهابات.
- تستخدم أحياناً في حالات التهاب الرئة، وآلام الضلوع، والتشنجات العضلية.

هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعاليتها بشكل قاطع، كما أن الحجامة تليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

موضعا الحجامة 135 و136
الموضعان على جانبي الصدر



شرح تحديد الموضع

على بُعد 5 سم باتجاه خَط منتصف الجسم من الحلمة على كل جانب.

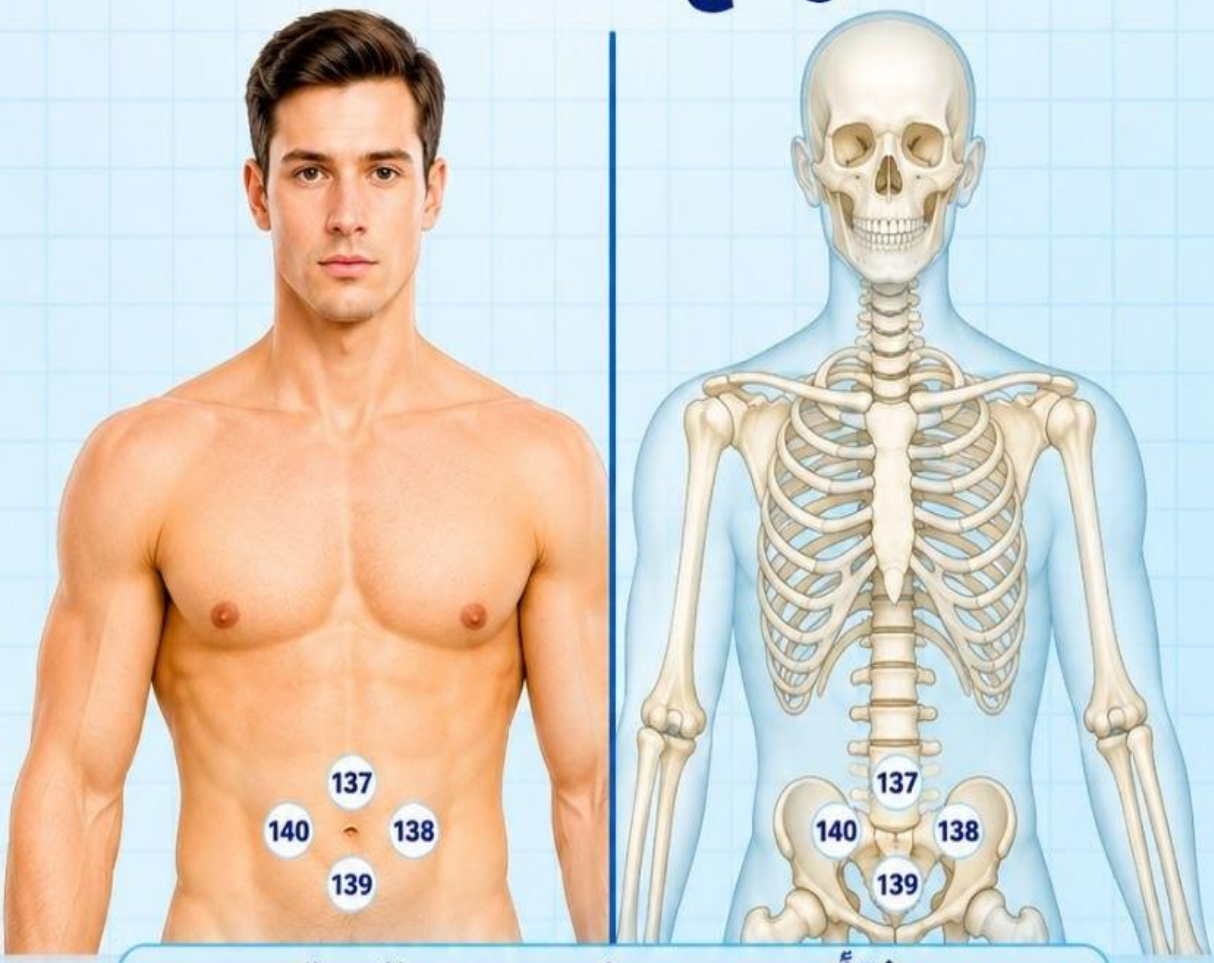


- يقاس 5 سم من الحلمة باتجاه منتصف الصدر، وليس باتجاه الإبط.
- الموضعان متناظران: واحد في كل جانب من الصدر.
- الرسم توضيحي للتعرّف التشريحي، ولا يُعدّ دليلاً كافيًا لتحديد موضع إجراء علاجي.

تنبيه:

لا تُجر الحجامة على الصدر دون مختص مؤهل؛ تجنّب الضغط أو الجروح فوق الثدْي أو الأضلاع أو الرئتين، ولا تعتمد على الرسم وحده. الأدلة على فوائد الحجامة محدودة ولا تغني عن الرعاية الطبية.

مواضع رقم 137 إلى 140
المواقع : 137 ، 140



وفقاً ويمين ويسار ، وتحت السرة.

شرح تفصيلي لموضوع 137 ، 138 ، 139 ، 140

تحديد الموقع التشريحي للمواضع:

- المواضع الأربعة تقع حول السرة بشكل متقاطع،
حيث: 137 في الأعلى، و 139 في الأسفل، و140 في اليسار، و 138 في اليمين.

ملاحظة طبية:

- تكون هذه المواضع على جانبي وتحت السرة،
في منطقة البطن الوسطى.

الهدف والفوائد (حسب التقليد):

- تساعد في علاج المغص، وتحسين الهضم، وتخفيف آلام البطن.

موضع رقم 141، 142
الموضع: 141، 142



شرح تفصيلي للمواقع رقم 140 ، 141 ، 142

أولاً: الموقع التشريحي وطريقة تحديد الموضع:



- **الموضع رقم 141:** يقع على بعد 2 سم من جهة اليمين من منتصف البطن.
- **الموضع رقم 142:** يقع على بعد 2 سم من جهة اليسار من منتصف البطن.
- **الموضع رقم 140:** يقع بين عظم الحوض (الورك) والعانة، على خط المنتصف، بمقدار 2 سم.

ثانياً: الفوائد المحتملة للحجامة:

- تساعد في تخفيف آلام البطن والمغص.
- قد تساهم في تحسين الهضم وتقليل الغازات.
- تستخدم أحياناً في حالات الإمساك، واضطرابات الدورة الدموية في منطقة الحوض.

تنبيه: هذه الفوائد تعتمد على بعض الدراسات والتجارب، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فعالبتها بشكل قاطع.
كما أن الحجامة ليست بديلاً عن العلاج الطبي الأساسي.

مواضع الحجامة لآلام الروماتيزمRheumatism .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

- 1 — أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة
- 55 — الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4)
- مواضع الألم•
- تُحدد باللمس حسب مكان الألم
- عند كل شخص، وليست نقاطاً ثابتة.
- الرسم يوضح التوزيع الشائع:
- عمود على جانبي أسفل الظهر،
- ونقاط على الصدر،
- ونقاط على الركبتين.

من الأمام
(Front View)

ن الخلف
(Back Vie



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ١ :(C7) من أبرز الفقرات في قاعدة الرقبة، ويُعد من المواضع التقليدية المرتبطة بتخفيف التوتر والصداع وآلام الرقبة والكتفين.
الموضع ٥٥ (T4 تقريباً): نقطة تقليدية على الظهر العلوي، تُستخدم في الطب التقليدي لتخفيف الآلام المنتشرة في الظهر والمفاصل.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

الفوائد التي يذكرها الطب التقليدي

تخفيف آلام المفاصل والعضلات وتيبسها.

تحسين الدورة الدموية في المنطقة المعالَجة.

الاسترخاء وتقليل التوتر العضلي.

مواضع الحجامة لخشونة الركبةKnee Crepitus .

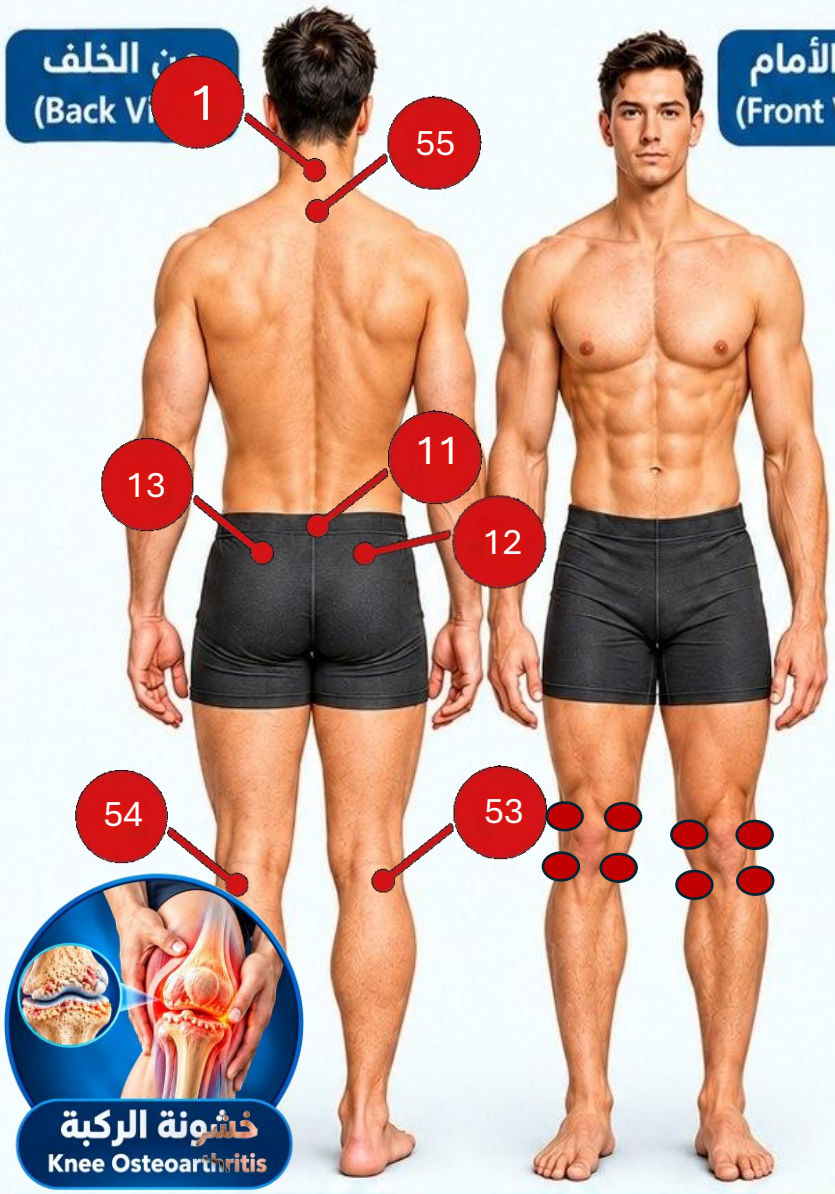
حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

- 1 — أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة
- 55 — الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
- 11 — الموضع ١١ على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، عند منطقة الفقرات بين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى.(T12–L1)
- 12 — الموضعان ١٢ و ١٣ على بعد ٥ سم تقريباً من منتصف العمود الفقري، إلى الأعلى من عظمة الحرقفة الخلفية العلوية(PSIS) ، على جانبي أعلى الأرداف، أحدهما يمين والآخر يسار.
- 13
- 53 — المواضعان ٥٤ و ٥٣ (اختياريان) خلف الركبتين في الحفرة المأبضية (Popliteal fossa): 54 للركبة اليمنى، و٥٣ للركبة اليسرى.
- 54
- حول الركبة من الأمام نقاط حجامة حول الرضفة (مفصل الركبة الأمامي)، على الركبتين. تُحدد حسب مكان الألم عند كل شخص.

من الأمام
(Front View)

من الخلف
(Back View)



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١ و ٥٥: نقاط على الظهر العلوي تُستخدم تقليدياً مع أغلب آلام المفاصل والعضلات، لأن الطب التقليدي يربطها بالتوتر العام وتيبس الجسم .
الموضع ١١ والموضعان ١٢ و١٣: على أسفل الظهر والأرداف، وهي مناطق تقليدية لتخفيف آلام الظهر السفلي والحوض، والتي يُعتقد أنها تؤثر على الألم المنتقل إلى الركبة والساق.حجامة حول الركبة: الفكرة أن العلاج يركز على مكان الألم والتيبس مباشرة، من الأمام والخلف، لأن خشونة الركبة تسبب ألماً وصوت احتكاك حول المفصل .المواضع ٥٣ و٥٤: خلف الركبة، وتُضاف عند الحاجة لتخفيف التيبس في الجزء الخلفي من الركبة

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الألم والتيبس حول مفصل الركبة.

تحسين الدورة الدموية في المنطقة المعالَجة.

تقليل التوتر العضلي في الساقين وأسفل الظهر.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لبلورية البول وأملاح القدم .
Crystalluria, with heel pain



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
9	لموضعان ٩ و ١٠ على جانبي العمود الفقري في أسفل الظهر، عند مستوى الضلع الثاني عشر تقريباً (T12) أو أعلى قليلاً عند الفقرة القطنية الأولى .(L1) الموضع ٩
10	على الجانب الأيمن مقابل الكلية اليمنى، والموضع ١٠ على الجانب الأيسر مقابل الكلية اليسرى.
130	الموضع ١٣٠ على الجانب الخارجي للكعب في كل قدم، على بعد إصبعين تقريباً (نحو ٢ سم) من قاعدة الكعب، حيث تبرز

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

لمواضع ١ و ٥٥: نقاط الظهر العلوي التقليدية التي تُستخدم مع أغلب الحالات المزمنة، لأن الطب التقليدي يربطها بتوازن الجسم العام.
المواضع ٩ و ١٠: قريبة من الكليتين، وتُستخدم تقليدياً في حالات الكلى والمسالك البولية، لأن الفكرة أن تحسين الدورة الدموية في منطقة الكلى يدعم وظائفها، وهذا ما يُذكر في مراجع الحجامةالتقليدية.
الموضع ١٣٠: على الكعب، لألم العقب (ألم الكعب)، لأن الألم يظهر عنده مباشرة.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف ألم الكعب والقدم

وتقليل الالتهاب في المنطقة.

دعم وظائف الكلى وتحسين الدورة الدموية في منطقة أسفل الظهر.

تخفيف التوتر العضلي في الظهر والقدمين.

مواضع الحجامة لعرق النسا Sciatica .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
11	**على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى .(T12–L1)**
12	**على بعد ٥ سم تقريباً من منتصف العمود الفقري، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية (PSIS)**
26	على الجانب الأيمن من أسفل الظهر، عند الحافة العلوية والجانبية لعظمة الحرقفة (عرف الحرقفة).
51	فوق المدور الكبير لعظمة الفخذ اليمنى، من الجانب.
27	على الجانب الأيسر من أسفل الظهر، عند الحافة العلوية والجانبية لعظمة الحرقفة اليسرى،
52	فوق المدور الكبير لعظمة الفخذ اليسرى، من الجانب.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١ و٥٥ و١١: على طول العمود الفقري، لأن عرق النسا ينشأ من جذور أعصاب أسفل الظهر، والطب التقليدي يعالج المسار العصبي من أصله.المواضع ١٢ و٢٦ و٢٧: على أسفل الظهر وعند الحوض، وهي المنطقة التي يمر منها العصب الوركي في طريقه إلى الساق.المواضع ٥١ و٥٢: فوق المدور الكبير لعظمة الفخذ، حيث يمر العصب قريباً من الورك، وتُعد نقطة تقليدية لتخفيف الألم المنتشر إلى الساق.



الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الألم الممتد من أسفل الظهر إلى الساق.

تقليل تشنج العضلات في الظهر والورك والساق.

تحسين الدورة الدموية في المنطقة المعالَجة.

مواضع الحجامة لآلام الظهر Backache .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

من الأمام (Front View)

من الخلف (Back View)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

١ على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،

55 الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية

الأكواب على جانبي العمود الفقري أكواب على الجانبين الأيمن والأيسر من العمود الفقري، بالتوازي معه، من أعلى الظهر حتى أسفله. لا يحدد الفقرات بالضبط لهذه الأكواب، والرسم يوضح التوزيع الشائع كما في الصورة المرجعية.

مواضع الألم• نقطتان على الصدر تظهران في الصورة المرجعية، وتُحددان حسب مكان الألم عند كل شخص.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١ و٥٥: نقاط تقليدية على أعلى الظهر، تُستخدم مع آلام الظهر لأن الطب التقليدي يربطها بتخفيف الشد في عضلات الظهر والكتفين. الأكواب على جانبي العمودالفقري: تغطي العضلات المحيطة بالعمود الفقري (عضلات الظهر المنتصبة)، وهي العضلات التي يُفترض أنها تتشنج عند آلام الظهر، لذلك يُركَّز العلاج عليها.مواضع الألم: تُعالج حيث يشعر المريض بالألم، لأن الألم يمكن أن يمتد إلى أماكن غير أسفل الظهر .

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف آلام الظهر وتيبسه.

تقليل تشنج عضلات الظهر والعمود الفقري.

تحسين الدورة الدموية في المنطقة المعالَجة.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لآلام الرقبة والأكتاف Neck & Shoulder pains



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
40	في منتصف مؤخرة الرقبة، مباشرة فوق العمود الفقري العنقي، عند مستوى الفقرتين العنقيتين الثالثة والرابعة.(C3–C4)
20	الموضعان ٢٠ و ٢١ في مثلث الرقبة والكتف، على الجانبين الأيمن والأيسر، بين قاعدة الرقبة وأعلى الكتف، في العضلة شبه المنحرفة (Trapezius).
21	

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٤٠: في الرقبة، ويُستخدم تقليدياً مع توتر الرقبة وآلامها، لأنه يقع على العضلات الداعمة لها.المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع آلام الرقبة والكتفين لأن الطب التقليدي يربطها بتخفيف الشد في منطقة الكتفين.
المواضع ٢٠ و٢١: على العضلة شبه المنحرفة التي تربط الرقبة بالكتفين، وهي العضلة الأكثر شداً عند آلام الكتف والرقبة.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف آلام الرقبة والكتفين والشد العضلي.

تحسين مرونة الرقبة والكتفين.

تحسين الدورة الدموية في المنطقة المعالَجة.

مواضع الحجامة للنقرس Gout .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
9	الموضعان ٩ و ١٠ على جانبي العمود الفقري في أسفل الظهر، عند T12 تقريباً أو أعلى
10	قليلاً عند L1. الموضع ٩ مقابل الكلية اليمنى، والموضع ١٠ مقابل الكلية اليسرى.
121	على خط الوسط الأمامي، أسفل عظمة القص مباشرة، فوق الشرسوف (نهاية فؤاد المعدة).
28	المواضع ٢٨ و ٢٩ و ٣٠ و ٣١ في الربع العلوي من الأليتين،
29	ضمن منطقة الأرداف (Gluteal region)،
30	
31	

من الأمام
(Front View)

من الخلف
(Back View)



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم في أغلب الحالات المزمنة لأن الطب التقليدي يربطها بتوازن الجس العام.المواضع ٩ و١٠: قرب الكليتين، والفكرة التقليدية أن تحسين الدورة الدموية حولهما يدعم وظائفهما، ومنها التخلص من الفضلات، ومنها حمض اليوريك المرتبط بالنقرس.المواضع ٢٨ إلى ٣١: في الأليتين، وهي منطقة يتم اختيارها تقليدياً لأنها واسعة وتسمح بتحسين الدورة الدموية في الحوض والساقين.الموضع ١٢١: فؤاد المعدة، يُستخدم تقليدياً مع الهضم والانتفاخ.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

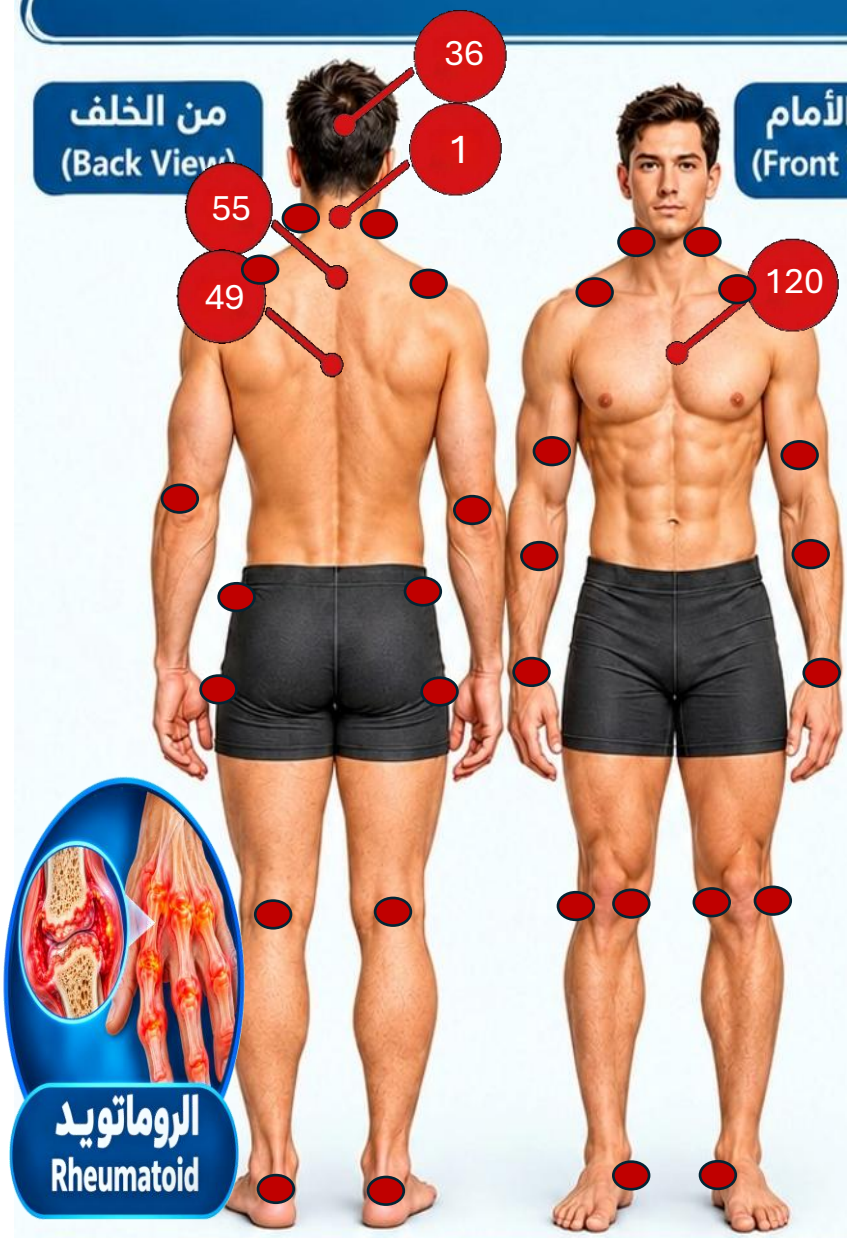
تخفيف ألم المفاصل والتورم في حالات النقرس.

تحسين الدورة الدموية في المنطقة المعالَجة.

دعم وظائف الكلى والتخلص من الفضلات، وفق الممارسات التقليدية

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لالتهاب المفاصل الروماتويديRheumatoid Arthritis



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
36	في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز العظمي المسمى القذالي الخارجي (Occipital
49	على خط الوسط الخلفي، بين لوحي الكتف، عند الفقرات الصدرية العليا والمتوسطة (T4–T5 تقريباً .(يُعد منطقة انعكاسية مرتبطة بالغدة الزعترية (التوتية) وجهاز المناعة.
120	في وسط الصدر، فوق زاوية القص (عظمة القص) مباشرة. يرتبط تقليدياً بالغدة الزعترية (التوتية)
	حجامة على المفاصل● حجامة فوق المفاصل الكبيرة والصغيرة، وتظهر في التصميم: الرقبة، والكتفين، والمرفقين، والمعصمين،والركبتين، والكاحلين. "جميع المفاصل"، والصورة تُظهر أهمها فقط.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٢٠ و٤٩: مرتبطة تقليدياً بالغدة الزعترية (التوتية)، وهي غدة مرتبطة بجهاز المناعة، ويُعتقد أن تحفيزها يدعم المناعة.الموضع ٣٦: على مؤخرة الرأس، ويرتبط بالمخيخ والتوازن ، لأن الروماتويد قد يسبب آلام المفاصل وتيبسها وصعوبة الحركة.
المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات المزمنة.الحجامة على المفاصل: الفكرة أن العلاج يركز على المفاصل المتألمة والمتيبسة، لأن الروماتويد يصيب المفاصل بشكل متماثل في الغالب

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف آلام المفاصل وتيبسها.

دعم جهاز المناعة وتنظيمه.

تحسين الدورة الدموية في المفاصل والمناطق المعالَجة

مواضع الحجامة للشلل النصفي Hemiplegia .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
34	**الموضعان ٣٤ و ٣٥ على أعلى الرأس، في الجهة الخلفية العلوية، على جانبي خط الوسط بنحو ٢ سم.**
35	**الموضع ٣٤ فوق الفص الجداري الأيمن، والموضع ٣٥ فوق الفص الجداري الأيسر**
11	**على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى (T12–L1).**
12	لموضعان ١٢ و ١٣ على بعد ٥ سم تقريباً من منتصف العمود الفقري، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية(PSIS) ، على جانبي الأرداف.
13	

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٣٤ و ٣٥: على أعلى الرأس فوق الفصين الجداريين، ويرتبطان تقليدياً بالحركة والإحساس في الجسم، لأن الفص الجداري يشارك في معالجة الإحساس والحركة .المواضع ١ و ٥٥ و ١١: على طول العمود الفقري، لأن الطب التقليدي يربط الجهاز العصبي بالعمود الفقري .المواضع ١٢ و ١٣: في أسفل الظهر والحوض، وهي منطقة مرتبطة بحركة الساقين وتوازن الحوض . مفاصل الجانب المصاب والتدليك اليومي: لتحسين الدورة الدموية وتقليل تيبس المفاصل والعضلات، ومنع تكون التقلصات.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
Uses medical cups (dry or wet cupping).

مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
Cup stays for 5 - 10 minutes per site.

عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في الجانب المصاب.

تقليل تيبس المفاصل وتشنج العضلات.

دعم الاسترخاء والتدليك اليومي لتحسين المرونة.

مواضع الحجامة للشلل الرباعيQuadriplegia .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
34	الموضعان ٣٤ و ٣٥ على أعلى الرأس، في الجهة الخلفية العلوية، على جانبي خط الوسط بنحو ٢ سم.
35	الموضع ٣٤ فوق الفص الجداري الأيمن، والموضع ٣٥ فوق الفص الجداري الأيسر،
11	على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى (T12–L1).
12	لموضعان ١٢ و ١٣ على بعد ٥ سم تقريباً من منتصف العمود الفقري، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية(PSIS) ، على جانبي الأرداف.
13	

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٣٤ و ٣٥: على أعلى الرأس فوق الفصين الجداريين، ويرتبطان تقليدياً بالحركة والإحساس في الجسم، لأن الفص الجداري يشارك في معالجة الإحساس والحركة .
المواضع ١ و ٥٥ و ١١: على طول العمود الفقري، لأن الطب التقليدي يربط الجهاز العصبي بالعمود الفقري .المواضع ١٢ و ١٣: في أسفل الظهر والحوض، وهي منطقة مرتبطة بحركة الساقين وتوازن الحوض .
مفاصل الجانب المصاب والتدليك اليومي: لتحسين الدورة الدموية وتقليل تيبس المفاصل والعضلات، ومنع تكون التقلصات.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في المناطق المعالَجة.

تقليل تيبس المفاصل وتشنج العضلات.

دعم الاسترخاء والتدليك اليومي لتحسين المرونة.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لنقص المناعةLow Immunity; e.g. HCV



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
49	على خط الوسط الخلفي، بين لوحي الكتف، عند الفقرات الصدرية العليا والمتوسطة (T4–T5) تقريباً .(يُعد منطقة انعكاسية مرتبطة بالغدة الزعترية وجهاز المناعة.
120	في وسط الصدر، فوق زاوية القص (عظمة القص) مباشرة. يرتبط تقليدياً بالغدة الزعترية (التوتية) وجهاز المناعة.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ١٢٠ و٤٩: مرتبطان تقليدياً بالغدة الزعترية (التوتية)، وهي غدة مرتبطة بتكوين خلايا المناعة، لذلك تُستخدم في حالات ضعف المناعة حسب الطب التقليدي.
المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات المزمنة لتحسين توازن الجسم العام

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

دعم جهاز المناعة وتحسين قدرة الجسم على مقاومة العدوى.

تحسين الدورة الدموية في المناطق المعالَجة.

تحسين الشعور العام بالنشاط والطاقة.

مواضع الحجامة لتنميل الأذرع Arm Tingling .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
40	في منتصف مؤخرة الرقبة، مباشرة فوق العمود الفقري العنقي، عند الفقرتين العنقيتين الثالثة والرابعة (C3–C4).
20	لموضعان ٢٠ و ٢١ في مثلث الرقبة والكتف، على الجانبين، بين قاعدة الرقبة وأعلى الكتف، في العضلة شبه المنحرفة (Trapezius). يتطابق الموضعان تقريباً في المنطقة
21	
	أكواب على عضلات الذراع المصاب○
	أكواب توضع على عضلات الذراع (العضد والساعد) في الجانب المصاب فقط. الجانب المصاب يحدده المعالج،

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٤٠: في الرقبة، والتنميل في الذراعين يرتبط غالباً بضغط أو توتر في الجذور العصبية للرقبة، لذلك يُستخدم الموضع تقليدياً لتخفيف الضغط حولها .
المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أعراض الأعصاب والذراعين.
المواضع ٢٠ و٢١: على العضلة شبه المنحرفة التي تربط الرقبة بالكتفين، والشد فيها يمكن أن يضغط على الأعصاب المارة بالكتف والذراع.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف التنميل والوخز في الذراعين.

تقليل الشد والتيبس في العضلات والمفاصل.

تحسين الدورة الدموية في الذراع المصاب.

مواضع الحجامة لتنميل الساقينLL Tingling .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1 — على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،

55 — الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية

11 — على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى (T12–L1).

12 — الموضعان ١٢ و ١٣ على بعد ٥ سم تقريباً من منتصف العمود الفقري، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية(PSIS) ، على جانبي الأرداف.

13

26 — الموضعان ٢٦ و ٢٧ على الحافة العلوية والجانبية لعظمة الحرقفة. الموضع ٢٦ على الجانب الأيمن، والموضع ٢٧ على الجانب الأيسر،

27

- تُوضع الأكواب على عضلات الفخذ والساق في الجانب المصاب، وعلى مفاصل الورك والركبة والكاحل في الجانب نفسه. الجانب المصاب يحدده المعالج



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١ و٥٥ و١١: على طول العمود الفقري، لأن التنميل في الساقين يرتبط غالباً بجذور الأعصاب القادمة من أسفل الظهر، والطب التقليدي يعالج المسار العصبي من أصله.المواضع ١٢ و١٣ و٢٦ و٢٧: على أسفل الظهر والحوض، وهي المنطقة التي يمر منها العصب المغذي للساق.الأكواب على العضلات والمفاصل: لتخفيف الشد حول الأعصاب، وتحسين الإحساس والدورة الدموية

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف التنميل والوخز في الساقين .

تقليل الشد والتيبس في العضلات والمفاصل.

تحسين الدورة الدموية في الساق المصابة.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لتنشيط الدورة الدموية Stimulation of Circulation.

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
43	على الحافة الخلفية للعضلة القصية الترقوية الحلمية، عند أسفل الرقبة،
	بالقرب من الفقرة السابعة .(C7) يقع على الجانب الأيمن للمريض،
44	يقع على الجانب الآخر مقابل الموضع رقم ٤٣، فوق المنطقة العضلية الوربية .كلا الموضعين
	يقعان تقريباً عند مستوى الفقرة العنقية السابعة.(C7)
11	على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى
	.(T12–L1)
	عشر أكواب ١٠خمسة أكواب على كل جانب من العمود الفقري، بالتوازي معه، تُوضع من الأعلى إلى الأسفل بين الموضع ٥٥ والموضع ١١

من الأمام
(Front View)

من الخلف
(Back View)



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٤٣: في أسفل الرقبة، قرب الأوعية الدموية الكبيرة المغذية للرأس والرقبة، لذلك يُستخدم تقليدياً لتحسين تدفق الدم إلى الرأس.
المواضع ١ و٥٥ و١١: على طول العمود الفقري، والفكرة التقليدية أن تحفيز العمود الفقري ينشط الدورة الدموية في الجسم كله.الأكواب العشرة على جانبي العمود الفقري: تغطي مساحة واسعة من الظهر، لتحفيز الدورة الدموية في العضلات المحيطة بالعمود الفقري.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تنشيط الدورة الدموية وتحسين وصول الدم إلى الأطراف والرأس .
تخفيف التعب والشعور بالثقل في الساقين.
تحسين النشاط العام والطاقة

حسب مواقع الحجامة (الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لآلام البطن Abdominal Pains .

المواقع المطلوبة للحجامة Required Cupping Sites



1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
7	الموضعان ٧ و ٨ على جانبي العمود الفقري من الخلف، عند الفقرات الصدرية من ١٠ إلى ١٢،
8	على بعد نحو ٢ سم من العمود الفقري. الموضع ٧ على الجانب الأيمن للمريض، والموضع ٨ على الجانب الأيسر. وهما يقعان مقابل المعدة من الجهة الخلفية.
137	المواضع ١٣٧ و ١٣٨ و ١٣٩ و ١٤٠ حول السرة على البطن، بحجامات جافة:
138	الموضع ١٣٧ على يمين السرة أسفلها بنحو ٢ سم،
139	والموضع ١٣٨ على يسارها بنحو ٢ سم،
140	والموضع ١٣٩ على يمينها بنحو ٥ سم، والموضع ١٤٠ على يسارها بنحو ٥ سم

لماذا هذه المواضع؟ Why These Points?

المواضع ٧ و٨: على الظهر مقابل المعدة، لأن الطب التقليدي يربط ألم البطن بالمعدة والأمعاء، ويعالجها من الخلف.
المواضع ١٣٧ إلى ١٤٠: حول السرة، لأن الألم والانتفاخ والمغص يظهران غالباً في هذه المنطقة، والحجامة الجافة تُستخدم هنا لتخفيف الشد دون سحب الدم.المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أغلب الحالات

ملاحظات مهمة Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة General Benefits

تخفيف آلام البطن والمغص.

تقليل الانتفاخ والغازات.

تحسين الهضم.

مواضع الحجامة للبواسير Piles .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
6	على الظهر الأيمن للمريض، بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري، مقابل الزاوية السفلية للوح الكتف، وهو موضع عقدة المرارة الانعكاسية
11	على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى
121	على خط الوسط الأمامي، أسفل عظمة القص مباشرة، فوق الشرسوف (نهاية فؤاد المعدة).
137	الحجامات الجافة على ١٣٧ و ١٣٨ و ١٣٩ حول السرة على البطن،
138	بحجامات جافة: ١٣٧ على يمين السرة أسفلها بنحو ٢ سم، و١٣٨ على يسارها بنحو ٢ سم،
139	و١٣٩ على يمينها بنحو ٥ سم.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٢١ و٦ و١١: مرتبطة تقليدياً بالهضم وحركة الأمعاء، لأن الطب التقليدي يربط البواسير بالإمساك وضغط البطن.
الحجامات الجافة حول السرة (١٣٧ إلى ١٣٩): تُستخدم تقليدياً في حالات الإمساك، وتحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض، لأن البواسير تتضخم مع احتقان الأوردة في الحوض.المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أغلب الحالات.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف آلام منطقة الشرج والألم المصاحب للبواسير
.
تحسين حركة الأمعاء وتقليل الإمساك.

تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للشرخ الشرجي والناسور Anal Fissure, Fistula .

من الخلف (Back Vi
من الأمام (Front View)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
6	على الظهر الأيمن للمريض، بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري، مقابل الزاوية السفلية للوح الكتف، وهو موضع عقدة المرارة الانعكاسية
11	على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى
12	الموضعان ١٢ و ١٣ على بعد ٥ سم تقريباً من منتصف العمود الفقري، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية(PSIS) ، على جانبي أعلى الأرداف.
13	

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٦ و١١ و١٢ و١٣: على الظهر وأسفله والحوض، لأن الطب التقليدي يربط منطقة الشرج بالحوض والظهر السفلي، ويعالج الشد والاحتقان من هناك.الحجامات الجافة حول فتحة الشرج: تُستخدم تقليدياً لتخفيف تشنج العضلة العاصرة وألم الشرخ، لأن الحجامة الجافة لا تسحب الدم، وتركز على الشد الموضعي.المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أغلب الحالات.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف ألم الشرخ الشرجي وتشنج العضلة العاصرة.

تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض والشرج.

تقليل الاحتقان والتورم المحيط بالناسور.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لأمراض البروستاتا والضعف الجنسي Prostate & Impotence.

من الخلف (Back View)



من الأمام (Front View)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
6	على الظهر الأيمن للمريض، بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري، مقابل الزاوية السفلية للوح الكتف، وهو موضع عقدة المرارة الانعكاسية
11	على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى
12	الموضعان ١٢ و ١٣ على بعد ٥ سم تقريباً من منتصف العمود الفقري، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية(PSIS) ،
13	على جانبي أعلى الأرداف.
125	الموضعان ١٢٥ و ١٢٦ في المنطقة الأربية (الأنفية)، فوق منتصف الرباط الأربي، الموضع ١٢٥ على الجانب الأيمن للمريض،
126	والموضع ١٢٦ على الأيسر.
140	الموضع ١٤٠ بين عظم الحوض (الورك) والعانة، على خط المنتصف، بنحو ٢ سم، أي فوق العانة مباشرة.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٢ و١٣ و١١ و٦: في أسفل الظهر والحوض، وهي المنطقة التي يُعتقد تقليدياً أنها تؤثر على البروستاتا والمسالك البولية.المواضع ١٢٥ و١٢٦ و١٤٠: في الأربية وفوق العانة، لأن الطب التقليدي يربطها بالدورة الدموية في منطقة الحوض والأعضاء التناسلية..
عسل النحل مع حبوب اللقاح وغذاء ملكات النحل: وصفة تقليدية تُنسب إليها فوائد للطاقة والحيوية، ولا توجد أدلة علمية كافية تؤكد فائدتها في الضعف الجنسي.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض.

دعم وظائف البروستاتا والمسالك البولية.

تعزيز الحيوية والطاقة العامة.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لأمراض الرئتين والسعال المزمن .
Lung disease, Chronic Cough

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites



1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4)
4	الموضعان ٤ و ٥ بين لوحي الكتف وإلى الأعلى قليلاً، على جانبي خط الوسط، وهما "بوابة الرياح ويقعان مقابل فرع القصبة الهوائية وسرة الرئة.
5	
49	في منتصف الظهر العلوي بين لوحي الكتف، عند الفقرات الصدرية العليا والمتوسطة–T4) T5
9	الموضعان ٩ و ١٠ على جانبي العمود الفقري في أسفل الظهر، عند T12 تقريباً أو أعلى قليلاً عند L1. الموضع ٩ مقابل الكلية
10	اليمنى والموضع ١٠ مقابل الكلية اليسرى،
120	الموضع ١٢٠ وسط الصدر، فوق زاوية القص مباشرة، ويرتبط تقليدياً بالغدة الزعترية (التوتية) وجهاز المناعة والدورة الدموية والتنفس.
115	المواضع ١١٥ و ١١٦ أسفل الطرف الخارجي (الوحشي) لعظمة الترقوة، على الكتفين.
116	الموضع ١١٥ على الجانب الأيمن للمريض، والموضع ١١٦ على الأيسر،
117	المواضع ١١٧ و ١١٨ أسفل الثلث الأنسي (الداخلي) لكل من الترقوتين، تحت الترقوة من الداخل على الصدر. الموضع ١١٧ على
118	الجانب الأيمن للمريض، والموضع ١١٨ على الأيسر.
135	المواضع ١٣٥ و ١٣٦ على جانبي الصدر، بمقدار ٥ سم من الحلمة باتجاه منتصف الصدر، على كل
136	جانب. الموضع ١٣٦ على الجانب الأيمن للمريض، والموضع ١٣٥ على الأيسر.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٤ و ٥ و ٤٩ و ١٢٠: على الظهر والصدر، مقابل الشعب الهوائية والرئتين والغدة الزعترية، لأن الطب التقليدي يعالج الجهاز التنفسي من هذه المناطق.المواضع ١١٥ و ١١٦ و ١١٧ و ١١٨ و ١٣٥ و ١٣٦: على الصدر وأعلاه، وهي تقليدياً مناطق تحسين التنفس وتخفيف السعال وآلام الصدر.المواضع ١ و ٥٥ و ٩ و ١٠: نقاط عامة على الظهر، وكلية الموضعين ٩ و١٠ لا يذكر سبباً لربطها بالرئتين، فهي إضافة من البروتوكول.
الحجامة الجافة أسفل الركبتين: تُستخدم تقليدياً لتحسين الدورة الدموية في الساقين،

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف السعال المزمن وتحسين التنفس.

تقليل الاحتقان في الصدر والقصبات الهوائية.

تحسين الدورة الدموية في الصدر والأطراف.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لارتفاع ضغط الدمHypertension .



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

101 الموضع ١٠١ في الجبهة، على خط المنتصف، فوق منتصف العظام الجبهية بقليل، فوق بين الحاجبين. لا يُكرر إلا كل شهرين

32 الموضع ٣٢ في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي (مقر الإغاثة)، عند التقاء عظام الجمجمة.

2 **3** الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي،

43 **44** الموضعان ٤٣ و ٤٤ على الحافة الخلفية للعضلة القصية الترقوية الحلمية، في أسفل الرقبة قرب الفقرة السابعة(C7) ، الموضع ٤٣ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ٤٤ على الأيسر.

1 **55** الموضعان ١ و ٥٥ الموضع ١ على C7 في قاعدة الرقبة، والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.

48 الموضع ٤٨ على لوح الكتف الأيمن قرب حافته الداخلية، عند الفقرتين الصدرية الثانية والثالثة تقريباً.(T2–T3)

6 **7** **8** **9** **10** المواضع ٦ و ٧ و ٨ و ٩ و ١٠ الموضع ٦ بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري (عقدة المرارة). الموضعان ٧ و٨ على جانبي العمود الفقري عندT10–T12 ، والموضعان ٩ و ١٠ مقابل الكليتين عند.T12–L1

11 **12** **13** المواضع ١١ و ١٢ و ١٣ الموضع ١١ على خط الوسط في أسفل الظهر(T12–L1) ، والموضعان ١٢ و١٣ على جانبي أعلى الأرداف، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٠١ و٣٢ و٢ و٣ و٤٣ و٤٤: في الرأس والرقبة، لأن الطب التقليدي يربط ضغط الدم بالتوتر والصداع والدوار، ويعالجها من هذه المناطق.

المواضع ١ و٥٥ و٤٨ و٦: على أعلى الظهر، مع عقدة المرارة، لأن الطب التقليدي يربطها بتوازن الجسم العام والدورة الدموية.

المواضع ٧ إلى ١٣: على أسفل الظهر والكليتين، لأن الكليتين لهما دور في تنظيم ضغط الدم حسب الطب الحديث، والطب التقليدي يعالجهما من هذه المناطق.

الفوائد العامة
General Benefits

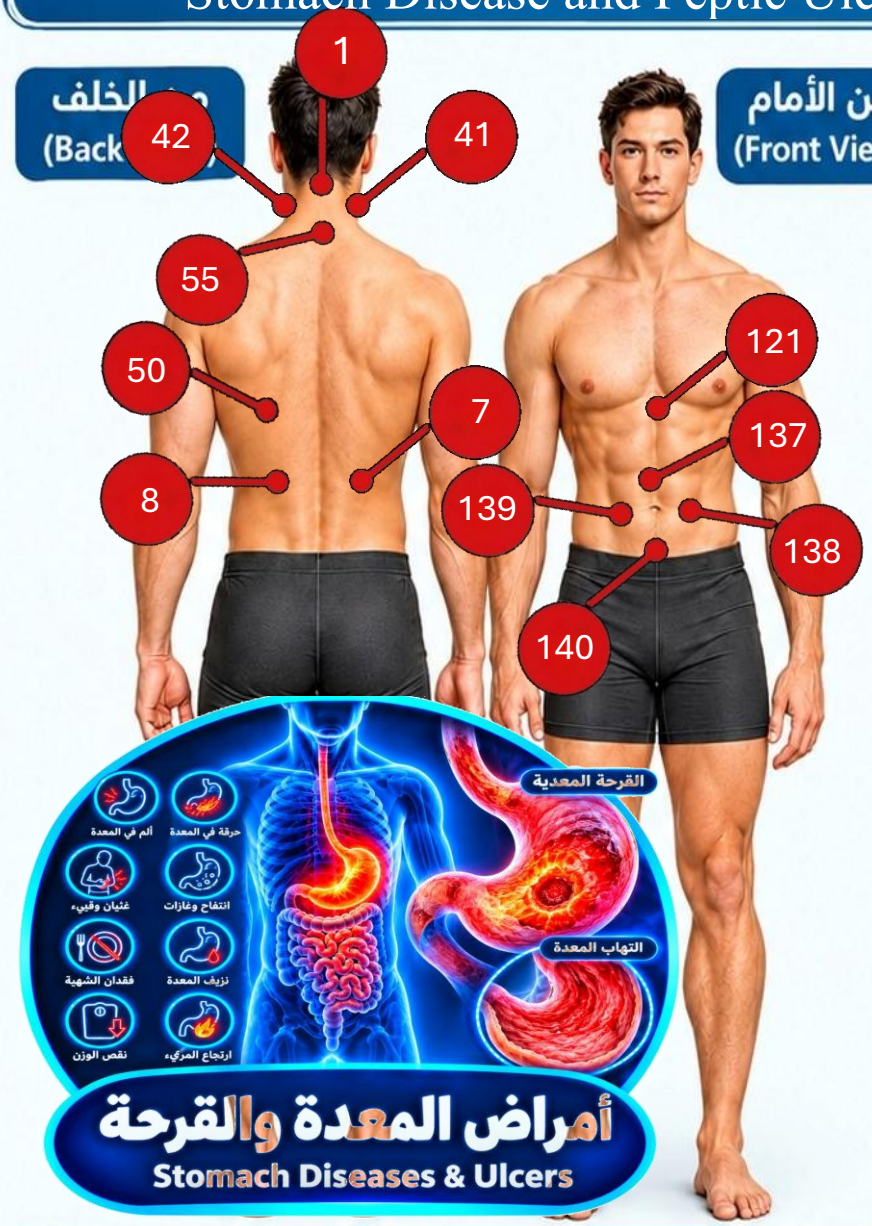
تخفيف الصداع والدوار وتوتر الرأس والرقبة.

تحسين الدورة الدموية في الرأس والرقبة.

تقليل التوتر والقلق المصاحبين لارتفاع الضغط.

مواضع الحجامة لأمراض المعدة والقرحة الهضمية .
Stomach Disease and Peptic Ulce

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4)
41	الموضعان ٤١ و ٤٢ على جانبي الفقرة البارزة C7 عند قاعدة الرقبة. الموضع ٤٢ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ٤١ على الأيسر.
42	
7	الموضعان ٧ و ٨ على جانبي العمود الفقري من الخلف، عند الفقرات الصدرية من ١٠ إلى ١٢،
8	على بعد نحو ٢ سم. الموضع ٧ على الجانب الأيمن للمريض، والموضع ٨ على الأيسر،
50	الموضع ٥٠ على الجانب الأيسر من الظهر، عند الفقرة الصدرية الحادية عشرة تقريباً(T11) ، وهو فوق الطحال
121	على خط الوسط الأمامي، أسفل عظمة القص مباشرة.
137	**حجامات جافة على ١٣٧ و ١٣٨ و ١٣٩ و ١٤٠○137 على يمين السرة أسفلها بنحو ٢ سم، و١٣٨ على يسارها بنحو ٢ سم، و١٣٩ على يمينها بنحو ٥ سم، و١٤٠ على خط المنتصف فوق العانة بنحو ٢ سم.**
138	
139	
140	

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ١٢١ والمواضع ٧ و٨ و٥٠: مقابل المعدة والطحال من الأمام والخلف، لأن الطب التقليدي يعالج المعدة من هذه النقاط مباشرة.الحجامات الجافة حول السرة (١٣٧ إلى ١٤٠): تُستخدم تقليدياً لتخفيف الانتفاخ والمغص وتحسين الهضم، وتُطبق بالشفط الجاف دون سحب الدم.المواضع ١ و٥٥ و٤١ و٤٢: نقاط عامة على الظهر والرقبة، تُستخدم تقليدياً مع أمراض الجهاز الهضمي لتحسين توازن الجسم والدورة الدموية.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف ألم المعدة والانتفاخ والغازات.

تحسين الهضم وتقليل الشعور بالامتلاء.

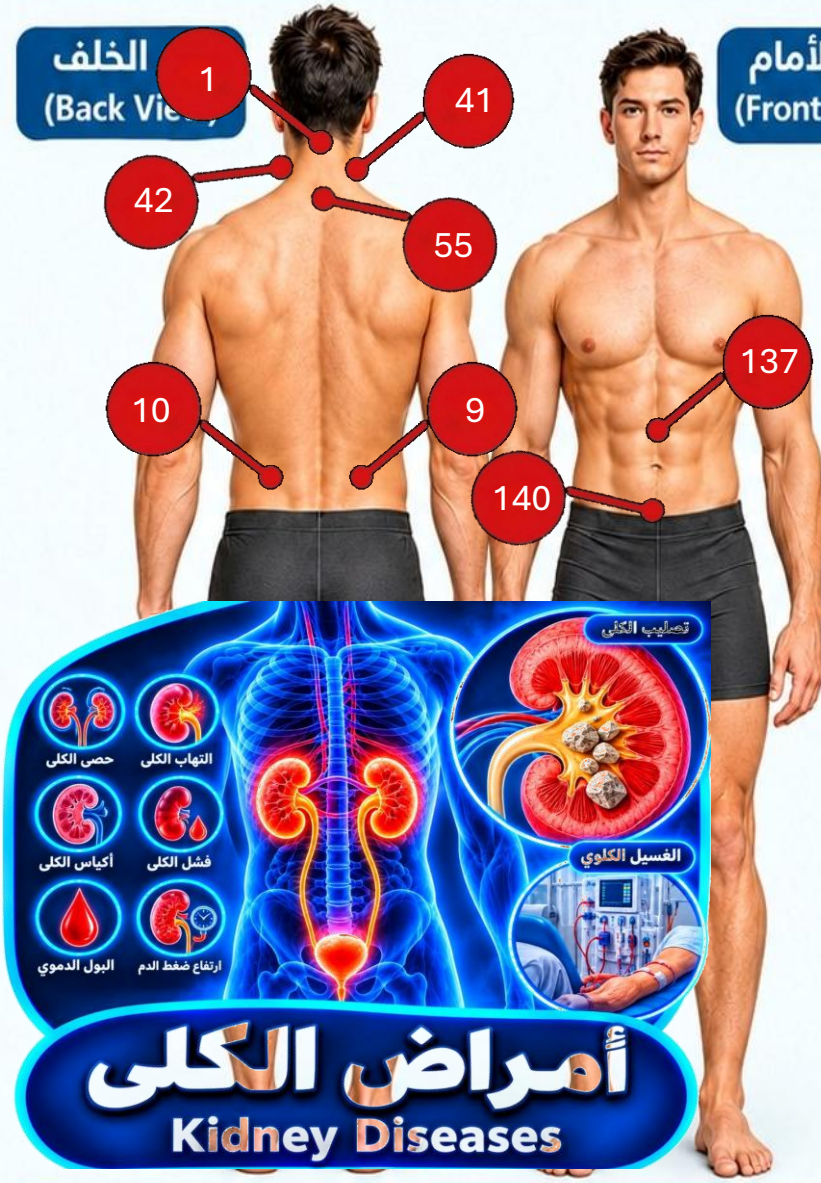
تحسين الدورة الدموية في منطقة المعدة والبطن.

حسب مواقع الحجامة (الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لأمراض الكلى Kidney disease .

المواقع المطلوبة للحجامة Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4)
41	الموضعان ٤١ و ٤٢ على جانبي الفقرة البارزة C7 عند قاعدة الرقبة. الموضع ٤٢ على الجانب
42	الأيمن للمريض، والموضع ٤١ على الأيسر،
9	الموضعان ٩ و ١٠ على جانبي العمود الفقري في أسفل الظهر، عند T12تقريباً أو أعلى قليلاً عند .L1
10	الموضع ٩ مقابل الكلية اليمنى، والموضع ١٠ مقابل الكلية اليسرى.
	حجامة جافة على ١٣٧ و ١٤٠
137	الموضع ١٣٧ على يمين السرة أسفلها بنحو ٢ سم
140	والموضع ١٤٠ على خط المنتصف فوق العانة بنحو ٢ سم



لماذا هذه المواضع؟ Why These Points?

الموضعان ٩ و ١٠: مقابل الكليتين مباشرة، لأن الطب التقليدي يعالج الكلى من هذه النقاط، يذكرها مخصصة لأمراض الكلى.
المواضع ١ و٥٥ و٤١ و٤٢: نقاط عامة على أعلى الظهر والرقبة، تُستخدم تقليدياً لتحسين توازن الجسم والدورة الدموية.الحجامة الجافة على ١٣٧ و١٤٠: حول البطن وفوق العانة، لأن الطب التقليدي يربطها بتحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض وتخفيف الشد حولها.

ملاحظات مهمة Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة General Benefits

تخفيف الضغط والألم في منطقة الكلى.

تحسين الدورة الدموية في منطقة الكلى وأسفل الظهر.

دعم وظائف الكلى، وفق بعض الممارسات التقليدية.

مواضع الحجامة للقولون العصبي· I.B.S .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
45	الموضعان ٤٥ و ٤٦ في أسفل الرقبة قرب الفقرة السابعة(C7) ، الموضع ٤٥ على الجانب الأيسر للمريض عند الحافة الخلفية للعضلة القصية الترقوية الحلمية،
46	والموضع ٤٦ على الجانب الأيمن للمريض.
48	الموضع ٤٨ على لوح الكتف الأيمن قرب حافته الداخلية، عند الفقرتين الصدريتين الثانية والثالثة تقريباً.(T2–T3)
6	الموضعان ٦ و ٧ و ٨ الموضع ٦ بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري (عقدة المرارة). الموضعان
7	٧ و٨ على جانبي العمود الفقري عندT10–T12 ، على بعد نحو ٢
8	سم، و٧ على الجانب الأيمن للمريض.
14	مواضع القولون ١٤ إلى ١٨(١٤ ١٥ ١٦ ١٧ ١٨)خمسة مواضع
15	خاصة بأجزاء القولون على الظهر: الموضع ١٤ للزاوية الكبدية (يمين)، والموضع ١٥
16	للقولون الصاعد (يمين)،والموضع ١٦ للقولون المستعرض في
17	منتصف أسفل الظهر، والموضع ١٨ للقولون النازل (يسار)،
18	والموضع ١٧ للزاوية الطحالية (يسار).
137	حجامة جافة على الموضع ١٣٧ على يمين السرة أسفلها بنحو ٢

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٤ إلى ١٨: تقع على الظهر فوق أجزاء القولون المقابلة لها، لأن الطب التقليدي يعالج القولون من هذه المواضع، لتنشيط الأعصاب المحيطة به وتخفيف التشنج.
المواضع ٦ و٤٨ و٧ و٨: مقابل المرارة والمعدة، لأن الطب التقليدي يربط الهضم بهذه الأعضاء ويعالجها من الظهر.الموضعان ٤٥ و٤٦: في أسفل الرقبة، لأن الطب التقليدي يربطهما بتخفيف التوتر العام وتحسين الدورة الدموية.الحجامة الجافة على ١٣٧: حول البطن، لتخفيف المغص والانتفاخ دون سحب الدم.

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف تشنج القولون والمغص والانتفاخ.

تحسين حركة الأمعاء وتقليل الإمساك.

تخفيف التوتر العصبي المرتبط بأعراض القولون

حسب مواقع الحجامة (الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للإمساك المزمن Chronic Constipation .



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
11	الموضع ١١ على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى.(T12–L1)
12	الموضعان ١٢ و ١٣ على بعد ٥ سم تقريباً من منتصف العمود الفقري، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية(PSIS) ، على جانبي أعلى الأرداف.
13	
28 29 30 31	المواضع ٢٨ و ٢٩ و ٣٠ و ٣١ في منطقة الأليتين، ضمن الربع العلوي من الأرداف (Gluteal region)، بالترتيب الموجود في الصورة المرجعية: ٣١ و٣٠ على الجانب الأيمن للمريض، و٢٩ و٢٨ على الأيسر.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١١ و١٢ و١٣: في أسفل الظهر والحوض، وهي المنطقة التي تتصل بأعصاب الأمعاء الغليظة والمستقيم حسب الطب التقليدي.المواضع ٢٨ إلى ٣١: في الأرداف، وهي منطقة واسعة تُستخدم تقليدياً لتحسين الدورة الدموية في الحوض والمستقيم.المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أغلب الحالات المزمنة.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
Uses medical cups (dry or wet cupping).

مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
Cup stays for 5 - 10 minutes per site.

عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين حركة الأمعاء وتسهيل خروج البراز.

تقليل الانتفاخ والشعور بالثقل في البطن.

تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض والأرداف



مواضع الحجامة للإسهال Diarrhea

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

137 الموضع ١٣٧ على يمين السرة، أسفلها بنحو ٢ سم.

138 الموضع ١٣٨ على يسار السرة، أسفلها بنحو ٢ سم.

139 الموضع ١٣٩ على يمين السرة، أسفلها بنحو ٥ سم.

140 الموضع ١٤٠ على خط المنتصف، بين عظم الحوض والعانة، فوق

الحجامة الجافة يومياً أو كل يومين. ويمكن إجراء التشريط (الحجامة الرطبة) مرة واحدة كل شهر حتى يتحسن الحال.

الرسم يوضح المواضع فقط، لأن التشريط يُجرى على المواضع نفسها.

من الأمام (Front View)

من الخلف (Back View)



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

لمواضع ١٣٧ إلى ١٤٠: حول السرة وفوق العانة، وهي منطقة البطن والأمعاء، لأن الطب التقليدي يعالج تقلصات الأمعاء والمغص من هذه المنطقة.
الحجامة الجافة: تُستخدم لأنها لا تسحب الدم، وتركز على الشد الموضعي وتهدئة الأمعاء.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
Uses medical cups (dry or wet cupping).

مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
Cup stays for 5 - 10 minutes per site.

عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تهدئة تقلصات البطن والمغص.

تقليل الانتفاخ والغازات.

تحسين الهضم وتنظيم حركة الأمعاء.

مواضع الحجامة لكثرة النوم Excessive Sleep

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية
36	الموضع ٣٦ في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز العظمي القذالي الخارجي (Occipital Protuberance)، فوق الحفرة القذالية. يرتبط بالفص القفوي والمخيخ

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٣٦: في مؤخرة الرأس فوق الفص القفوي والمخيخ، لأن الطب التقليدي يربطها بالتيقظ والتوازن والإحساس.
المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أغلب الحالات المرتبطة بالإرهاق والخمول

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين التيقظ وتقليل الخمول

.
تحسين الدورة الدموية في الرأس.

تخفيف الشعور بالثقل والإرهاق

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للتبول اللاإرادي الليلي Nocturnal Enuresis.



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

137	الموضعان ١٣٧ و ١٣٨ الموضع ١٣٧ على يمين السرة أسفلها بنحو
138	٢ سم، والموضع ١٣٨ على يسارها بنحو ٢ سم.
139	لموضع ١٣٩ على يمين السرة، أسفلها بنحو ٥ سم.
140	الموضعان ١٤٠ و ١٤٢ الموضع ١٤٠ على خط المنتصف بين عظم الحوض والعانة، فوق العانة بنحو
142	٢ سم. الموضع ١٤٢ على يسار منتصف البطن، بمسافة نحو ٢ سم من خط المنتصف، أسفل السرة.
125	الموضعان ١٢٥ و ١٢٦ في المنطقة الأربية، فوق منتصف
126	الرباط الأربي، الموضع ١٢٥ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٢٦ على الأيسر.
127	لموضعان ١٢٧ و ١٢٨ على الوجه الداخلي للفخذ. الموضع ١٢٨ أعلى
128	قليلاً، والموضع ١٢٧ أسفل منه، على بعد نحو ٦ إلى ٨ سم من أعلى الركبة..

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٣٧ إلى ١٤٢: حول السرة وأسفل البطن وفوق العانة، لأن الطب التقليدي يربط منطقة الحوض والمثانة بهذه المنطقة.المواضع ١٢٥ و١٢٦: في الأربية، وهي منطقة الدورة الدموية في الحوض حسب الطب التقليدي.المواضع ١٢٧ و١٢٨: على الفخذين، وتُستخدم تقليدياً لتحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض والساقين.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

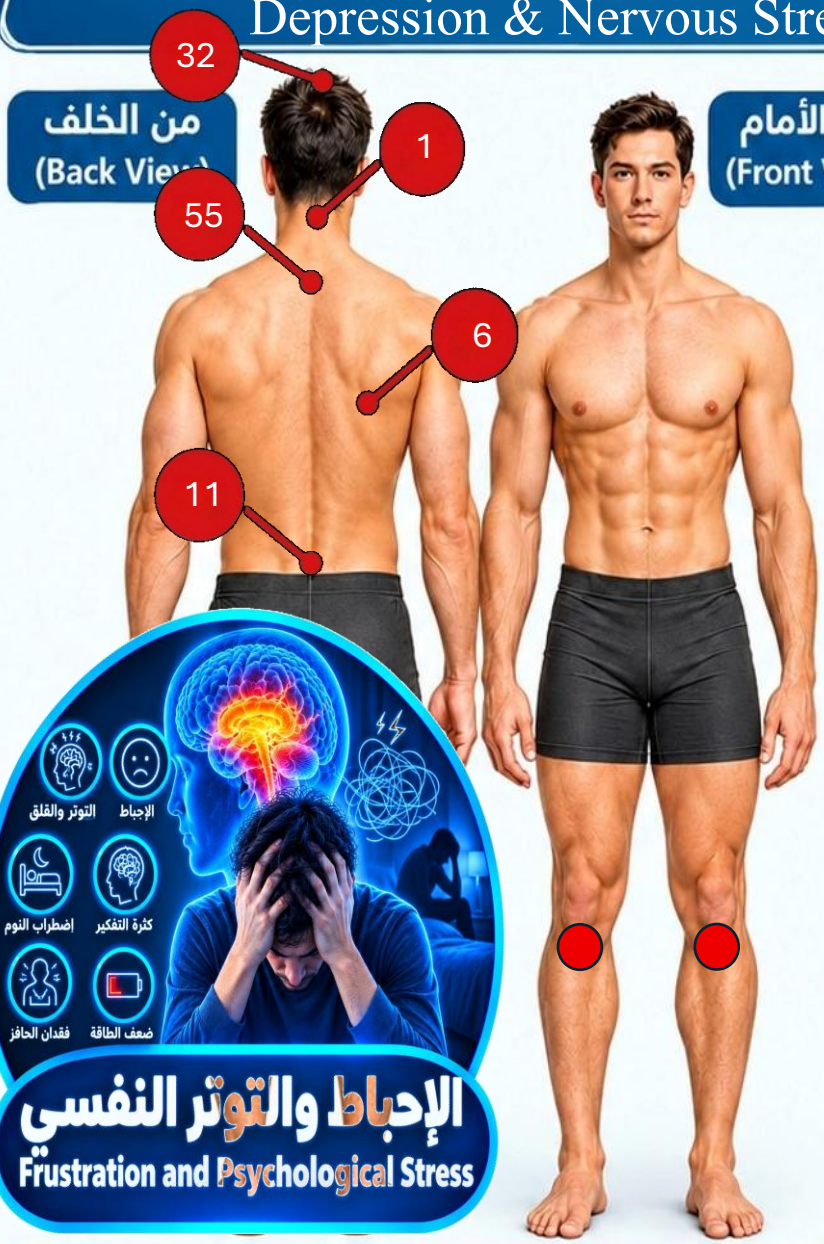
حسين التحكم في المثانة وتقليل التبول الليلي.

تهدئة التشنج في منطقة البطن والحوض.

تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض والفخذين.

مواضع الحجامة للاكتئاب والتوتر العصبي .
Depression & Nervous Stress

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	لى خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4) تقريباً.
32	في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي (مقر الإغاثة)، عند التقاء عظام الجمجمة.
6	على الظهر الأيمن للمريض، بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري، مقابل الزاوية السفلية للوح الكتف، وهو موضع عقدة المرارة الانعكاسية
11	الموضع ١١ على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين
	الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى.(T12–L1)
	حجامة جافة تحت الركبتين○ حجامات جافة (بدون شرط) تُوضع أسفل الركبتين على الأمام. الرسم يوضح المكان العام، والمكان الدقيق يحدده المعالج.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٣٢: على أعلى الرأس، ويُستخدم تقليدياً للمساعدة في تخفيف الصداع والتوتر النفسي والعصبي، وتحسين التركيز.المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع التوتر والإرهاق.الموضع ٦ والموضع ١١: على الظهر، عقدة المرارة وأسفل الظهر، وتُستخدم تقليدياً لتخفيف الشد العام في الجسم.الحجامة تحت الركبتين: تُستخدم تقليدياً لتحسين الدورة الدموية في الساقين وتخفيف الشد الجسدي المصاحب للتوتر.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف التوتر النفسي والعصبي والشعور بالإرهاق.

تحسين التركيز وتخفيف الدوار.

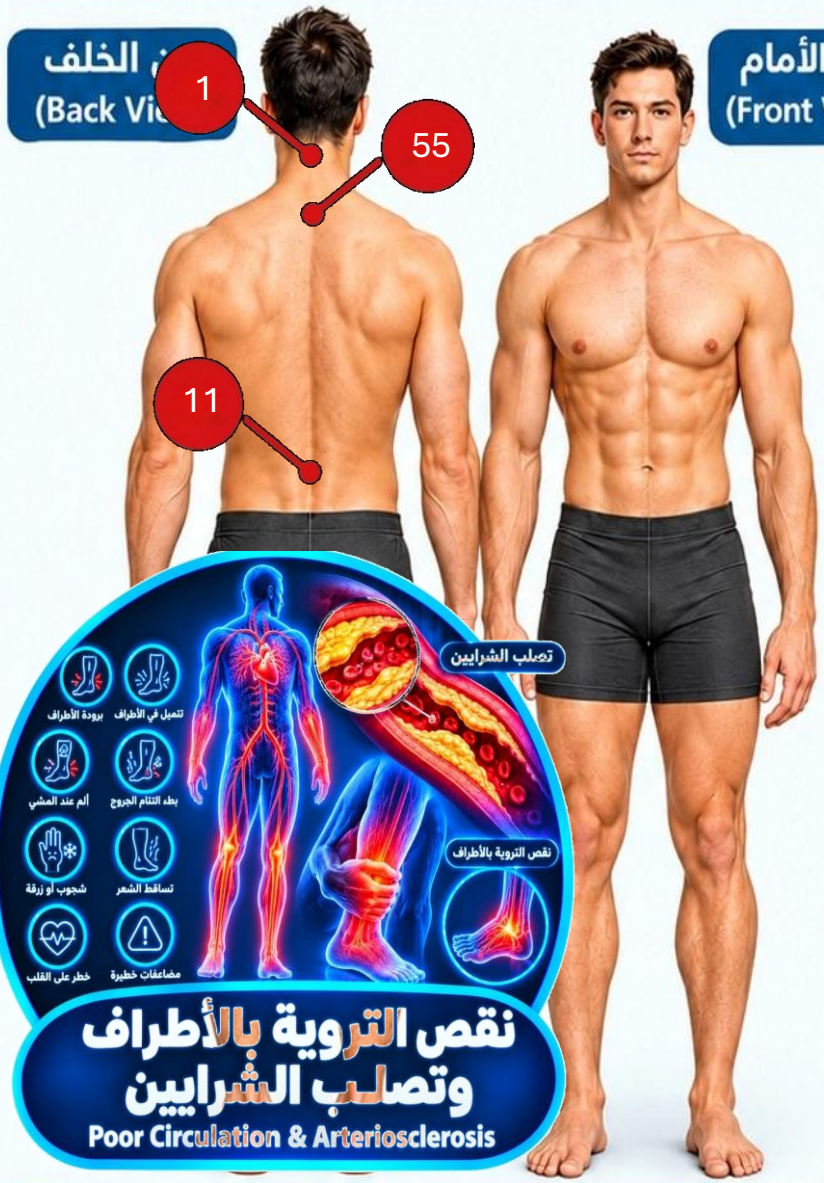
تخفيف الشد العضلي المصاحب للتوتر.

مواضع الحجامة لنقص التروية وتصلب الشرايين .
Ischemia & Atherosclerosis

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1. أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
2. لى خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4) تقريباً.
3. الموضع ١١ على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١ و٥٥ و١١: على طول العمود الفقري، لأن الطب التقليدي يربط الدورة الدموية في الأطراف بالنشاط العصبي للعمود الفقري.
الحجامة الجافة على مواضع الألم: تُستخدم لتخفيف الألم والشد في الساقين، دون سحب الدم، لأنها لا تُحدث جروحاً.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في الأطراف.

تخفيف الألم والتعب في الساقين عند المشي.

دعم صحة الأوعية الدموية، وفق بعض الممارسات التقليدية.

مواضع الحجامة لحساسية الطعام Food Allergy .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

من الأمام (Front View)

من الخلف (Back View)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

- كوب واحد على السرة في منتصف البطن، لمدة ٥ دقائق يومياً، بشفط متوسط
- حجامة جافة واحدة على السرة، لمدة خمس دقائق يومياً، باستخدام شفط متوسط.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

السرة: تُعد منطقة الجهاز الهضمي والبطن في الطب التقليدي، وتُستخدم لتهدئة الأمعاء وتقليل تفاعلاتها.
الشفط المتوسط لمدة قصيرة: لتجنب الشد الزائد على الجلد والبطن،

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تهدئة الأمعاء وتقليل التفاعلات الهضمية.

تخفيف الانتفاخ والغازات المصاحبة لتفاعلات الطعام.

تحسين الشعور العام بالراحة في البطن.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للخراجات والقرح وحكة الشرج والقدم السكري .
Abscesses, Ulcers, Pruritus ani & Diabetic foot



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	لى خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4) تقريباً.
120	الموضع ١٢٠ وسط الصدر، عند زاوية القص (عظمة القص)، فوق زاوية القص مباشرة، وهو موضع تقليدي لتحفيز الغدة الزعترية وجهاز المناعة
129	الموضع ١٢٩على ظهر القدم اليمنى، على الجانب الخارجي، عند قاعدة عظمة المشط الخامسة (أصغر الأصابع)، في منتصف المسافة بين هذه العظمة ومفصل الكاحل الخارجي .

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات المزمنة والتهابات الجسم.
الموضع ١٢٠: يرتبط تقليدياً بالغدة الزعترية وجهاز المناعة، لأن الطب التقليدي يربط تكرار الخراجات والقرح بضعف المناعة.الموضع ١٢٩: على ظهر القدم، ويستخدم تقليدياً لتخفيف آلام القدم وتقليل التورم والالتهاب في الأنسجة

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تقليل التورم والالتهاب في الأنسجة المحيطة بالقرح.

دعم المناعة وتحسين مقاومة الجسم للعدوى.

تخفيف آلام القدم والكاحل.

مواضع الحجامة لأمراض القلب Heart Disease .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
5	على خط الوسط الخلفي مقابل T4تقريباً.
46	الموضع ٤٦ على الجانب الأيمن للمريض، بالقرب من الفقرة العنقية السابعة أو الفقرة الصدرية الأولى (T1)، في منطقة انعكاسية مرتبطة بالقلب والرئتين
47	الموضع ٤٧ على لوح الكتف الأيسر للمريض، قرب حافته الداخلية، عند الفقرة الصدرية الثالثة (T3) تقريباً، فوق القلب
19	الموضع ١٩ على الجانب الأيسر للمريض، عند الضلع الخامس قرب خط القص الخلفي، على مستوى فقرة T5 تقريباً. وهو منطقة انعكاسية للقلب على الظهر.
119	الموضع ١١٩ على جدار الصدر الأيسر، تحت منتصف عظمة الترقوة اليسرى بنحو أربع أصابع من عرض يد المريض، وهو موضع خاص بالقلب.
133	الموضعان ١٣٣ و ١٣٤ الموضع ١٣٣ على خط المنتصف الأمامي، فوق عظمة القص بنحو ٢ سم.
134	الموضع ١٣٤ أسفل الحلمة اليسرى بنحو ٢ سم.
7	الموضعان ٧ و ٨ على جانبي العمود الفقري عندT10–T12 ، على بعد نحو ٢ سم، والموضع ٧ على الجانب الأيمن للمريض،
8	والموضع ٨ على الأيسر.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٩ و ٤٦ و ٤٧ على الظهر، و١١٩ و١٣٣ و١٣٤ على الصدر: مناطق انعكاسية للقلب والمنصف والرئتين، لأن الطب التقليدي يعالج القلب من هذه المواضع المحيطة به.
الموضع ١١٩: يُستخدم تقليدياً لتهدئة الخفقان وتنظيم دقات القلب حسب الملف.
المواضع ١ و٥٥ و٧ و٨: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أمراض القلب لتحسين الدورة الدموية وتوازن الجسم

الفوائد العامة
General Benefits

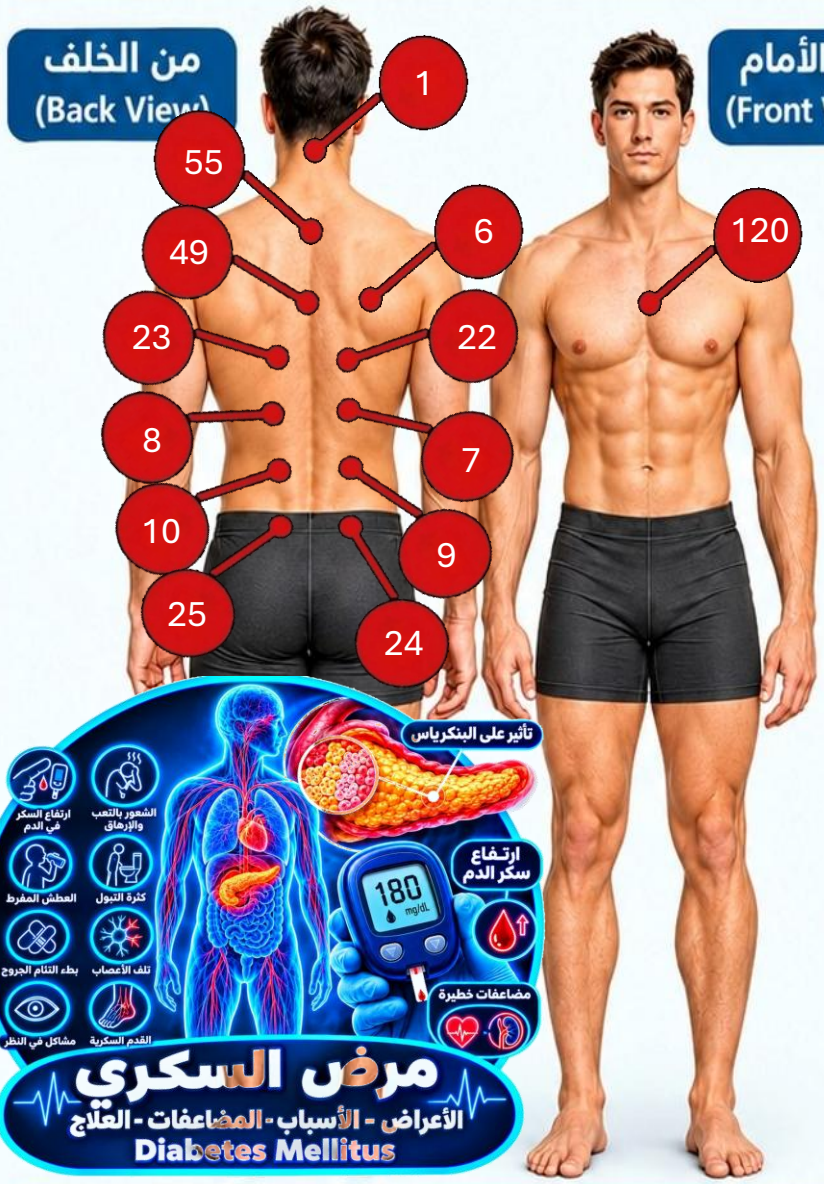
تحسين الدورة الدموية في منطقة القلب.

تهدئة الخفقان وتخفيف ضغط الصدر.

تخفيف الضيق في التنفس المصاحب لبعض أمراض

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لمرض السكري Diabetes Mellitus .



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ، بين لوحي الكتف.
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
49	الموضع ٤٩ على خط الوسط بين لوحي الكتف، عند T4–T5 تقريباً.
6	الموضع ٦ بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري، مقابل الزاوية السفلية للوح الكتف (عقدةالمرارة).
22 23	الموضعان ٢٢ و ٢٣ عند النهايات السفلية لعظمتي لوح الكتف، فوق الموضعين ٧ و٨ تماماً، مقابل البنكرياس حسب الملف. الموضع ٢٢ على الجانب الأيمن للمريض، والموضع ٢٣ على الأيسر.
7 8	الموضعان ٧ و ٨ على جانبي العمود الفقري عندT10–T12 ، على بعد نحو ٢ سم، والموضع ٧ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ٨ على الأيسر.
24 25	الموضعان ٢٤ و ٢٥ في الفراغ بين الفقرتين القطنيتين الثالثة والرابعة(L3–L4) ، على جانبي خط المنتصف، والموضع ٢٤ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ٢٥ على الأيسر.
120	الموضع ١٢٠ وسط الصدر، فوق زاوية القص مباشرة، وهو موضع تقليدي مرتبط بالغدة الزعترية وجهاز المناعة

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ٢٢ و٢٣ والموضعان ٧ و٨: مقابل البنكرياس والمعدة، لأن الطب التقليدي يربط تنظيم السكر بالبنكرياس، ويذكر عند الموضع ٢٢ أنه مرتبط بمشاكل الهضم والبنكرياس والسكر.الموضعان ٢٤ و٢٥: على أسفل الظهر، وهي منطقة تُستخدم تقليدياً لتحسين الدورة الدموية في الحوض والساقين.
المواضع ١ و٥٥ و٤٩ و٦ و١٢٠: نقاط عامة على الظهر والصدر، تُستخدم تقليدياً لتحسين توازن الجسم العام، ومنها الموضع ٦ المرتبط بعقدة المرارة

الفوائد العامة
General Benefits

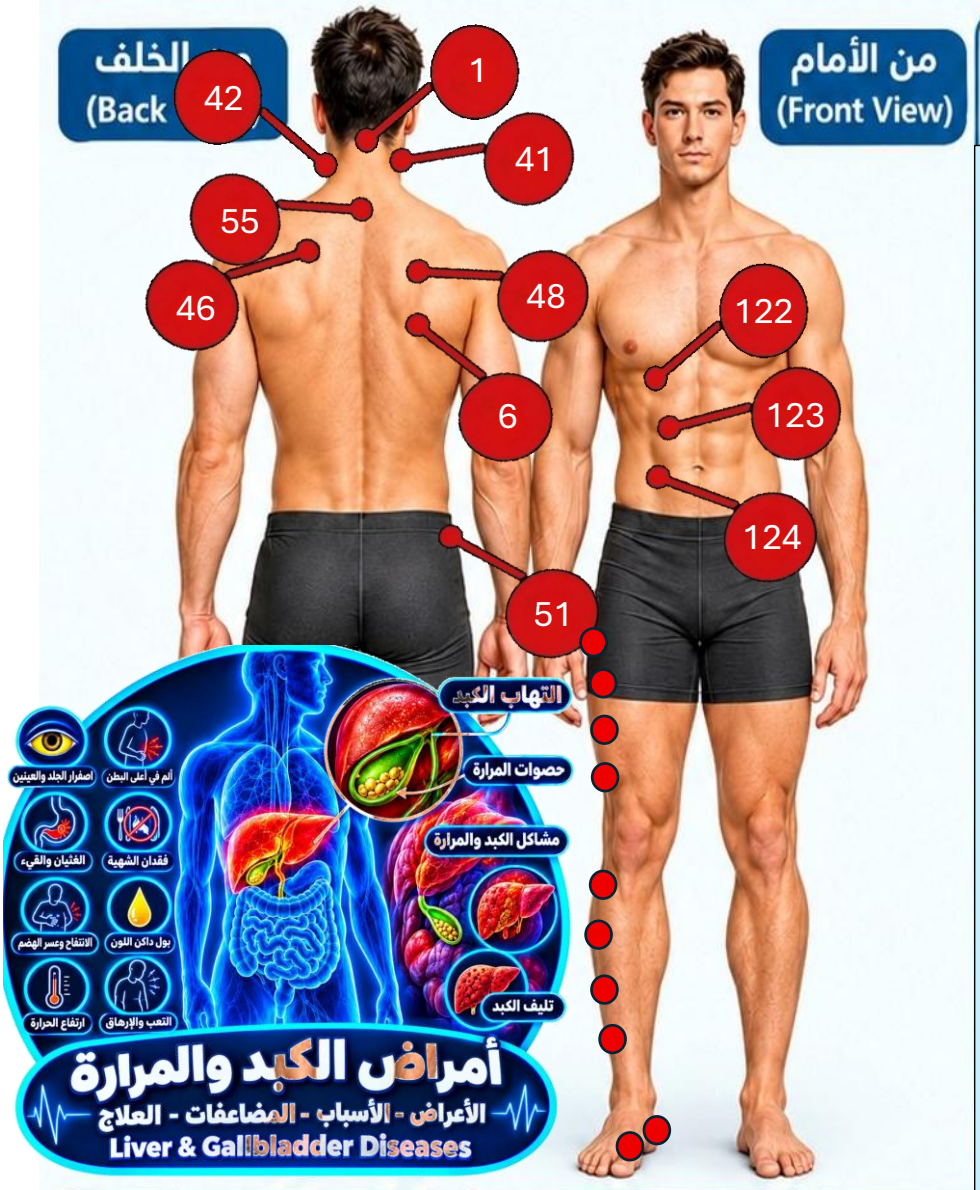
دعم وظائف البنكرياس وتحسين الهضم.

تحسين الدورة الدموية في الظهر والساقين.

تنشيط الجسم بشكل عام، وفق الممارسات التقليدية

مواضع الحجامة لأمراض الكبد والمرارة.
Liver & Gall Bladder Disease (e.g.)

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
41 42	الموضعان ٤١ و ٤٢ على جانبي الفقرة البارزة C7 عند قاعدة الرقبة، وفقاً للصورة المرجعية، بالقرب من C7.
46 48	الموضعان ٤٦ و ٤٨ الموضع ٤٦ على الجانب الأيمن للمريض بالقرب من C7 أو T1. الموضع ٤٨ على لوح الكتف الأيمن قرب حافته الداخلية عند T2–T3.
6	الموضع ٦ بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري، مقابل الزاوية السفلية للوح الكتف، وهو موضع عقدة المرارة.
51	الموضع ٥١ فوق المدور الكبير لعظمة الفخذ اليمنى، من الجانب الخارجي. وهو موضع منطقة انعكاسية لدعم الكبد والمثانة
122 123 124	المواضع ١٢٢ و ١٢٣ و ١٢٤ على الجانب الأيمن للبطن فوق الكبد وتحت الأضلاع. الموضع ١٢٢ أعلاها، فوق الكبد مباشرة تحت الضلع الأيمن السابع والثامن. الموضع ١٢٣ على حافة الكبد اليمنى بين الضلعين التاسع والعاشر. الموضع ١٢٤ أسفل الموضع ١٢٣ بقليل وباتجاه الداخل.
	الحجامات على الجانب الخارجي للساق اليمنى• يذكرحجامات على الجانب الخارجي من الساق اليمنى. الرسم يوضح خطاً تقريبياً من أعلى الساق إلى أسفلها، والتوزيع الدقيق يحدده المعالج.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٢٢ و١٢٣ و١٢٤: فوق الكبد وتحت الأضلاع في الجانب الأيمن، لأنها تقع على الكبد مباشرة.المواضع ٦ و٤٨: مرتبطة بعقدة المرارة، يعتبرها تكملة لعقدة المرارة.الموضع ٥١: يُعد منطقة انعكاسية لدعم الكبد والمثانة.المواضع ٤١ و٤٢ و٤٦ و ١ و٥٥: على الرقبة والظهر، لتعزيز الجسم عامة حسب الطب التقليدي.الحجامات على الساق: تُستخدم تقليدياً على الخط الخارجي للساق، لأن الطب التقليدي يربطه بالكبد والمرارة.

الفوائد العامة
General Benefits

دعم وظائف الكبد والمرارة.

تخفيف الشعور بالثقل والألم في الجانب الأيمن من البطن .

تحسين المناعة وفق الممارسات التقليدية

مواضع الحجامة لدوالي الساقين Varicose Veins

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
28 29 30 31	المواضع ٢٨ و ٢٩ و ٣٠ و ٣١ في منطقة الأليتين، ضمن الربع العلوي من الأرداف، بالترتيب الموجود في الصورة المرجعية: ٣١ و٣٠ على الجانب الأيمن للمريض، و٢٩ و٢٨ على الأيسر.
132	الموضع ١٣٢ على الجهة الخلفية الداخلية من الساق، خلف عظمة الظنبوب مباشرة، في الأخدود بينها وبين العضلة التوأمية الداخلية، على بعد ثلاث أصابع تقريباً فوق الكاحل. لا يحدد الساق، فالرسم يوضح الموضع على الساقين.



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٢٨ إلى ٣١: في الحوض والأرداف، وتُستخدم تقليدياً لتحسين عودة الدم من الساقين إلى القلب.الموضع ١٣٢: على الساق السفلية، وهو موضع لتحسين الدورة الدموية في الساق السفلية.المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً لتحسين الدورة الدموية وتوازن الجسم.
الحجامة حول الإصابة وليس فوق الدوالي: لأن الدوالي البارزة هشة وقد تنزف أو تتجلط إذا تعرضت للشفط.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في الساقين.

تخفيف الثقل والتعب والشد في الساقين.

تقليل الشعور بالتورم والألم في الساق السفلية

مواضع الحجامة لدوالي الخصيةVaricocele .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
6	بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري، مقابل الزاوية السفلية للوح الكتف، وهو موضع عقدة المرارة
11	على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى.(T12–L1)
12	الموضعان ١٢ و ١٣ على بعد ٥ سم تقريباً من منتصف العمود الفقري، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية(PSIS) ، على جانبي أعلى الأرداف
13	
28	لمواضع ٢٨ و ٢٩ و ٣٠ و ٣١ في منطقة الأليتين، ضمن الربع العلوي من الأرداف، بالترتيب الموجود في الصورة المرجعية: ٣١ و٣٠ على الجانب الأيمن للمريض، و٢٩ و٢٨ على الأيسر.
29	
30	
31	
125	الموضعان ١٢٥ و ١٢٦ في المنطقة الأربية، فوق منتصف الرباط الأربي
126	

من الأمام
(Front View)

من الخلف
(Back View)



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٢٥ و١٢٦: في الأربية، وهي منطقة قريبة من الأوعية الدموية المغذية للخصية، يذكر أنها تحسن الدورة الدموية في منطقةالحوض.
المواضع ٢٨ إلى ٣١ والمواضع ١١ و١٢ و١٣: في أسفل الظهر والحوض، لأن الطب التقليدي يربط الدورة الدموية في الحوض بهذه المنطقة.المواضع ١ و٥٥ و٦: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات المرتبطة بالدورة الدموية

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض.

تخفيف الثقل والشعور بالألم في منطقة الخصية.

دعم صحة الأوعية الدموية في الحوض.

مواضع الحجامة لداء الفيل Elephantiasis .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1 الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،

55 والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.

49 الموضع ٤٩ على خط الوسط الخلفي بين لوحي الكتف، عند T4–T5تقريباً.

11 الموضعان ١١ و ١٢ و ١٣ الموضع ١١ على خط الوسط في أسفل الظهر .(T12–L1)

12 الموضعان ١٢ و١٣ على جانبي أعلى الأرداف، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية.

13

120 الموضعان ١٢٠ و ١٢١ الموضع ١٢٠ في وسط الصدر فوق زاوية القص، والموضع ١٢١ على خط الوسط الأمامي أسفل عظمة القص، فوق الشرسوف.

121

125 الموضعان ١٢٥ و ١٢٦ في الأربية، فوق منتصف الرباط الأربي، الموضع ١٢٥ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٢٦ على الأيسر.

126

53 الموضعان ٥٣ و ٥٤ خلف الركبتين في الحفرة المأبضية، الموضع ٥٤ للركبة اليمنى والموضع ٥٣ للركبة اليسرى، حسب صفحة ٣٥ من الملف.

54



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٢٠ و٤٩ و١٢١: مرتبطة تقليدياً بالغدة الزعترية والجهاز المناعي والجهاز اللمفي، وهو الجهاز الذي يتأثر بداء الفيل، لأن تورم الساق سببه ضعف تصريف السوائل اللمفية.المواضع ١٢٥ و١٢٦ و٥٣ و٥٤: في الأربية وخلف الركبتين، وهي مراكز عقد لمفاوية وأوعية تمر منها السوائل، ويعتقد الطب التقليدي أنها تحسن تصريف الساق.المواضع ١ و٥٥ و١١ و١٢ و١٣: على الظهر والحوض، لتحسين الدورة الدموية واللمفاوية في الساق بشكل عام.التحضير بالراحة ورفع الساق والماء الدافئ: لتحسين التورم وتسهيل عملية الحجامة.

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف التورم والثقل في الساق.

تحسين تصريف السوائل والدورة اللمفاوية في الساق.

دعم المناعة وتحسين الجهاز اللمفي، وفق الممارسات التقليدية.

مواضع الحجامة للأمراض الجلديةSkin Disease

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ، بين لوحي الكتف.
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4) تقريباً.
49	الموضع ٤٩ على خط الوسط الخلفي بين لوحي الكتف، عند T4–T5 تقريباً. منطقة انعكاسية مرتبطة بالمناعة والغدة الزعترية.
120	الموضع ١٢٠ وسط الصدر، فوق زاوية القص مباشرة، ويرتبط تقليدياً بالغدة الزعترية وجهاز المناعة.
21	الموضع ٢١ في مثلث الرقبة والكتف، على العضلة شبه المنحرفة بين قاعدة الرقبة وأعلى الكتف. ، والصورة تُظهره على الجانب الأيمن للمريض.
7	الموضعان ٧ و ٨ على جانبي العمود الفقري عندT10–T12 ، على بعد نحو ٢ سم، والموضع ٧ على الجانب الأيمن للمريض
8	والموضع ٨ على الأيسر.
131	الموضع ١٣١ على الجانب الداخلي من الساق اليمنى، فوق الكاحل الأنسي بنحو ٢ سم.
129	الموضع ١٢٩ على ظهر القدم اليمنى، على الجانب الخارجي، عند قاعدة عظمة المشط الخامسة.



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ١٢٠ و٤٩: مرتبطان تقليدياً بالغدة الزعترية والمناعة، لأن الطب التقليدي يربط تحسن الجلد بقوة المناعة.المواضع ٧ و٨: مقابل المعدة من الخلف، لأن الطب التقليدي يربط الجلد بالجهاز الهضمي وصحة الدم.الموضع ٢١: على الكتف والرقبة، لتخفيف توتر الرقبة وآلام الكتف.المواضع ١٢٩ و١٣١: على القدم والساق، لأن الطب التقليدي يعالج التورم والالتهاب في الأطراف من هذه المواضع.
الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات الجلدية والمزمنة.

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين صحة الجلد والدورة الدموية تحته.

دعم المناعة وتقليل الالتهاب، وفق الممارسات التقليدية.

تخفيف الحكة والتورم في المناطق المصابة

مواضع الحجامة للسمنة Obesity .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4)
49	الموضع ٤٩ على خط الوسط الخلفي بين لوحي الكتف، عند T4–T5 تقريباً.
9	الموضعان ٩ و ١٠ على جانبي العمود الفقري في أسفل الظهر، عند T12 تقريباً أو أعلى قليلاً عند L1.
10	الموضع ٩ مقابل الكلية اليمنى والموضع ١٠ مقابل الكلية اليسرى.
120	الموضع ١٢٠ وسط الصدر، فوق زاوية القص مباشرة، ويرتبط تقليدياً بالمناعة والغدة الزعترية.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٩ و١٠: مقابل الكليتين، لأن الطب التقليدي يربط التخلص من السوائل الزائدة في الجسم بالكليتين.
المواضع ١ و٥٥ و٤٩: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع حالات زيادة الوزن والخمول.
الموضع ١٢٠: مرتبط تقليدياً بالغدة الزعترية والتمثيل الغذائي، لذلك يُذكر مع السمنة في بعض الممارسات

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين التخلص من السوائل الزائدة.

تحسين الدورة الدموية تحت الجلد في المناطق المترهلة.

دعم الشعور بالنشاط، وفق الممارسات التقليدية.

مواضع الحجامة لنقص الوزن Underweight .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	أعلى الظهر عند قاعدة الرقبة، على الفقرة العنقية السابعة(C7) ،
55	على خط الوسط الخلفي، مقابل الفقرة الصدرية الرابعة (T4)
121	الموضع ١٢١ نهاية فؤاد المعدة، على خط الوسط الأمامي، أسفل عظمة القص مباشرة، فوق الشرسوف، مقابل التجويف



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ١٢١: على المعدة، ويرتبط تقليدياً بالهضم وامتصاص الغذاء، لأن الطب التقليدي يربط ضعف الشهية وسوء الهضم بوظيفة المعدة.
المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على أعلى الظهر، تُستخدم تقليدياً مع حالات الإنهاك والضعف العام

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الهضم وتقوية وظائف المعدة.

تخفيف الإحساس بالامتلاء أو الحموضة عند تناول الطعام .

تحسين الشعور بالنشاط العام، وفق الممارسات التقليدية.

مواضع الحجامة للعقم. Infertility

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
41	الموضعان ٤١ و ٤٢ على جانبي الفقرة البارزة C7 عند قاعدة الرقبة، وفقاً للصورة المرجعية.
42	بالقرب من C7.
49	الموضع ٤٩ على خط الوسط الخلفي بين لوحي الكتف، عند T4–T5 تقريباً.
6	الموضع ٦ بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري، مقابل الزاوية السفلية للوح الكتف، وهو موضع عقدة المرارة.
11	الموضعان ١١ و ١٢ و ١٣
12	الموضع ١١ على خط الوسط في أسفل الظهر (T12–L1).
13	الموضعان ١٢ و١٣ على جانبي أعلى الأرداف، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية.
120	الموضع ١٢٠ وسط الصدر، فوق زاوية القص مباشرة، ويرتبط تقليدياً بالغدة الزعترية وجهاز المناعة والتوازن الهرموني.
125	الموضعان ١٢٥ و ١٢٦ في المنطقة الأربية، فوق منتصف الرباط الأربي، الموضع ١٢٥ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٢٦ على الأيسر.
126	

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

لمواضع ١٢٥ و١٢٦ و١١ و١٢ و١٣ و٦: في منطقة الحوض والأربية وأسفل الظهر، لأن الطب التقليدي يربط الدورة الدموية في الحوض والأعضاء التناسلية بهذه المناطق.
الموضعان ١٢٠ و٤٩: مرتبطان تقليدياً بالغدة الزعترية والتوازن الهرموني والمناعة، لأن الطب التقليدي يربط الهرمونات بالإخصاب.
المواضع ١ و٥٥ و٤١ و٤٢: نقاط عامة على الرقبة والظهر، تُستخدم تقليدياً لتحسين توازن الجسم والدورة الدموية.

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض والأعضاء التناسلية.

دعم التوازن الهرموني وتقوية الجهاز المناعي، وفق الممارسات التقليدية.

تخفيف التوتر المرتبط بالرغبة في الإنجاب، وفق بعض الممارسات التقليدية.

مواضع الحجامة لأمراض الغدة النخاميةPituitary Disease .

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1 — الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) فى قاعدة الرقبة،

55 — والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً

39 — الموضع ٣٩ في منتصف مؤخرة الرأس، عند الحفرة القذالية (نقرة القفا)، فوق عظمة القذال وفوق الفقرتين العنقيتين الأولى والثانية (C1–C2)،

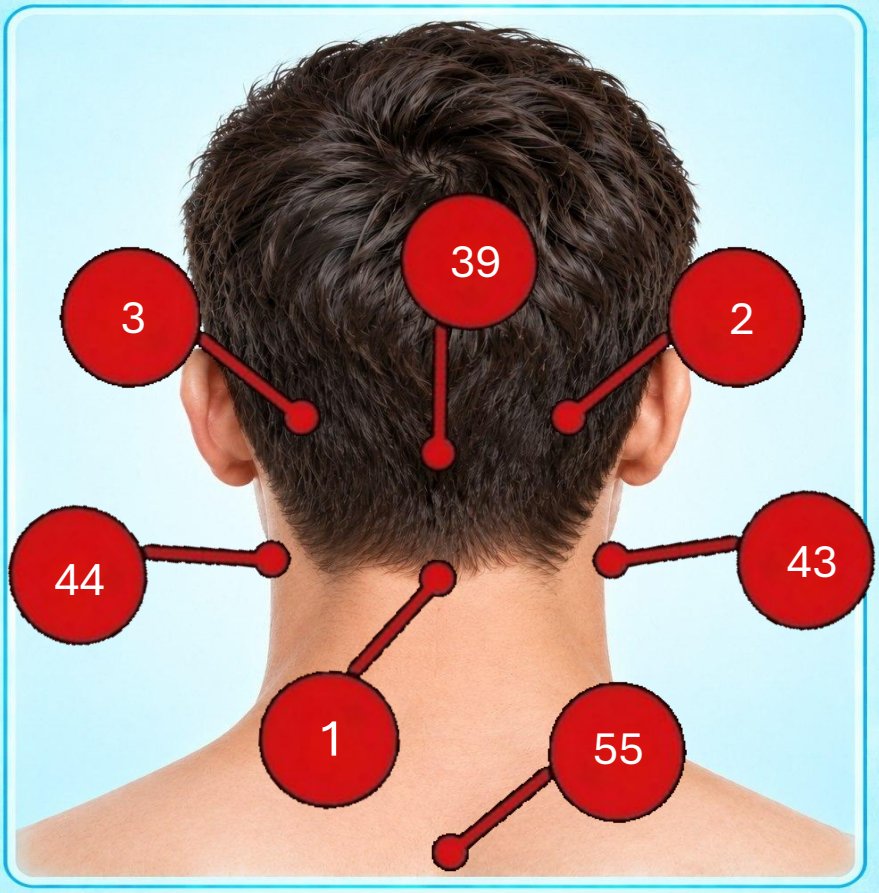
2 — الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين (الناتئ الخشائي)، والموضع ٣ أسفل

3 — الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي،

41 — الموضعان ٤١ و ٤٢ على جانبي

42 — الفقرة البارزة C7 عند قاعدة الرقبة،

أماكن الحجامة
منطقة الرأس الخلفي



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٣٩: عند قاعدة الجمجمة قرب منطقة الرأس والدماغ، لأن الطب التقليدي يربط الغدة النخامية بالدماغ وقاعدة الجمجمة.الموضعان ٢ و٣: خلف الأذنين وعلى جانبي الرقبة، ويذكر أنها تحفز العقد العصبية الودية وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس الموضعان ٤١ و٤٢: على الرقبة، ويذكر الملف أنها تخفف توتر الرقبة وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهرتُستخدم تقليدياً مع الاضطرابات الهرمونية والعامة .

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الصداع وتوتر الرأس والرقبة.

تحسين الدورة الدموية إلى الرأس.

دعم التوازن الهرموني العام، وفق الممارسات التقليدية.

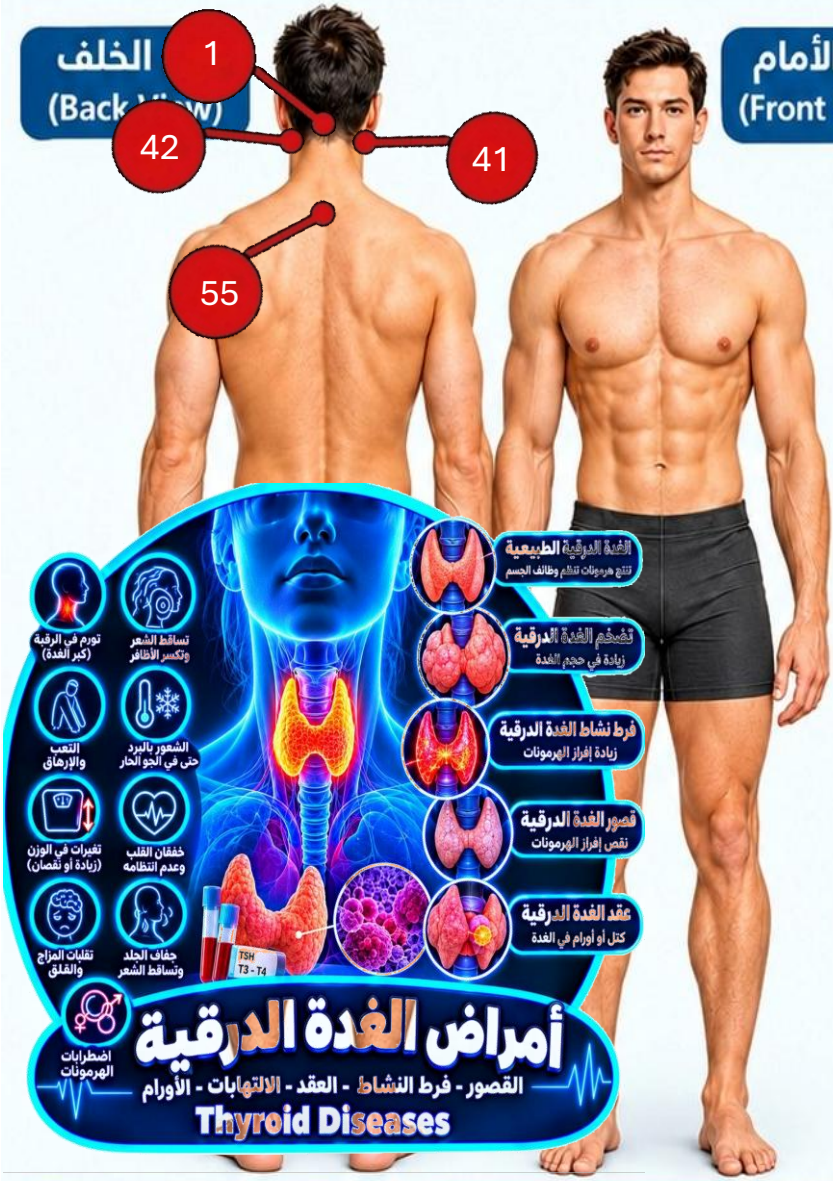


حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لأمراض الغدة الدرقيةThyroid Disease .

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

- 1 — الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) فى قاعدة الرقبة،
- 55 — والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفى مقابل T4 تقريباً
- 41 — الموضعان ٤١ و ٤٢ على جانبي الفقرة البارزة C7 عند قاعدة الرقبة. الغدة الدرقية تقع في الأمام
- 42 — من الرقبة، والمواضع هنا خلفية وتُعالج الجهاز العصبي والدورة الدموية في الرقبة
-
-
-
-
-



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٤١ و٤٢: على الرقبة قرب الغدة الدرقية، لأن الطب التقليدي يعالج الغدة من مناطق الرقبة المحيطة بها.
الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً لتوازن الجسم والهرمونات

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف توتر الرقبة وتحسين الدورة الدموية فيها.

دعم توازن الهرمونات، وفق الممارسات التقليدية.

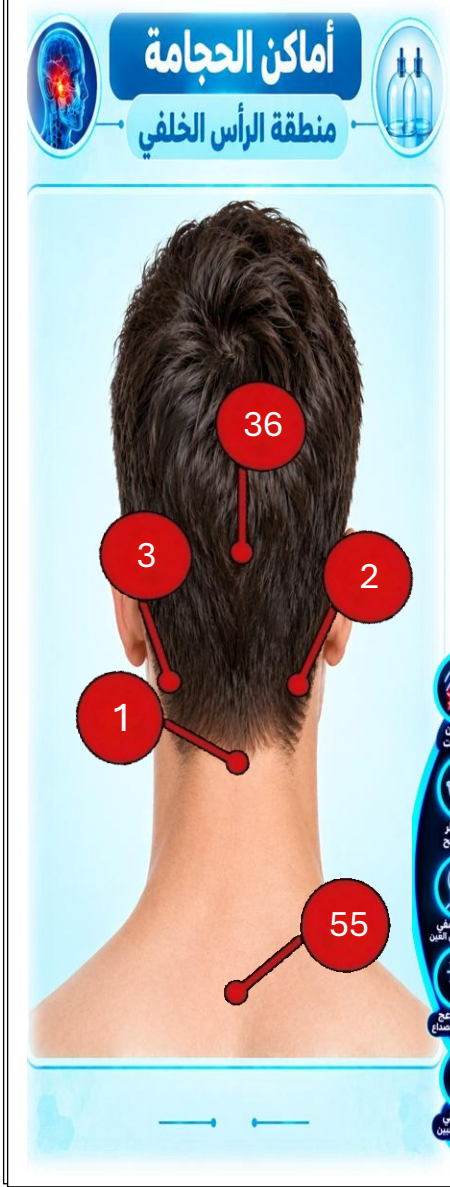
تحسين الشعور بالنشاط والطاقة

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للصداع بسبب مرض العيون Headache – Ocular.

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
36	الموضع ٣٦ في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز العظمي القذالي الخارجي (Occipital Protuberance)، فوق الحفرة القذالية
2	الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي
3	الرقبة، قرب الوريد الوداجي،
104	الموضعان ١٠٤ و ١٠٥ على العظم الصدغي خلف العينين، على
105	جانبي الرأس. الموضع ١٠٤ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٠٥ على الأيسر





لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٠٤ و١٠٥: على العظم الصدغي بجانب العينين، يذكر أنها تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية للدماغ وحدة النظر. الموضع ٣٦: في مؤخرة الرأس، فوق الفص القفوي والمخيخ، ويذكر أنه يخفف آلام الرأس والرقبة. المواضع ٢ و٣: خلف الأذنين وعلى جانبي الرقبة، يذكر أنها تحسن الدورة الدموية إلى الرأس وتخفف الصداع. المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر،

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الصداع المرتبط بالعينين وتوتر الرأس.

تحسين الدورة الدموية إلى الرأس والعينين.

تخفيف توتر عضلات الفك والصدغ

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للصداع بسبب ارتفاع ضغط الدمHTN – Headache .



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
32	في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي (مقر الإغاثة)،
2	الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣
3	أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي
11	الموضع ١١ على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى.(T12–L1)
101	لموضع ١٠١ في الجبهة، على خط المنتصف فوق بين الحاجبين بقليل. يذكر الملف أنه يؤثر على الدورة الدموية للدماغ ويخفف آلام الصداع. لا يُكرر إلا كل شهرين أو ثلاثة

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٠١ و٣٢ و٢ و٣: في الرأس والرقبة، لأن يذكر أنها تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية إلى الدماغ.
المواضع ١ و٥٥ و١١: على الظهر، نقاط عامة تُستخدم تقليدياً مع الضغط المرتفع وتوتر الجسم.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الصداع وتوتر الرأس والرقبة.

تخفيف الدوار والشعور بالثقل في الرأس

.

تحسين الدورة الدموية إلى الدماغ

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للصداع بسبب التوتر النفسي Headache – Stress



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
32	في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي (مقر الإغاثة).
	يساعد في تخفيف الصداع والتوتر النفسي والعصبي، ويحسن التركيز.
2	الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي
3	الرقبة، قرب الوريد الوداجي
6	الموضع ٦ على الظهر الأيمن للمريض، بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري، مقابل الزاوية
	السفلية للوح الكتف، وهو موضع عقدة المرارة. يقلل التوتر العضلي في الرقبة والظهر العلوي.
11	الموضع ١١ على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى (T12–L1)

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٣٢ والموضعان ٢ و٣: في الرأس والرقبة، لأن يذكر أنها تخفف الصداع والتوتر النفسي والعصبي وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.
الموضع ٦: عقدة المرارة، ويذكر أنه يقلل التوتر العضلي في الرقبة والظهر العلوي.
المواضع ١ و٥٥ و١١: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع التوتر والإرهاق.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الصداع الناتج عن التوتر والقلق.

تقليل توتر عضلات الرقبة والظهر العلوي.

تحسين التركيز وتخفيف الشعور بالإرهاق.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للصداع بسبب الإمساك Headache – Constipation



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
2	لموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي،
3	
3	في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي (مقر الإغاثة). يخفف الصداع ويحسن التركيز.
11	الموضع ١١ على خط الوسط الخلفي في أسفل الظهر،
	بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى.(T12–L1)
28	المواضع ٢٨ و ٢٩ و ٣٠ و ٣١ في منطقة الأليتين، ضمن الربع العلوي من الأرداف، بالترتيب
29	
30	الموجود في الصورة المرجعية: ٣١ و٣٠ على الجانب الأيمن للمريض، و٢٩ و٢٨ على الأيسر.
31	

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٢٨ إلى ٣١ و١١: في أسفل الظهر والحوض، وهي المناطق التي يربطها الطب التقليدي بحركة الأمعاء، لأن الإمساك يسبب شداً في البطن وأسفل الظهر وقد يُحدث صداعاً مصاحباً.
المواضع ٣٢ و٢ و٣: في الرأس والرقبة، ويذكر أنها تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.
المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات المرتبطة بالإمساك والإرهاق

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
Uses medical cups (dry or wet cupping).

مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
Cup stays for 5 - 10 minutes per site.

عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الصداع المصاحب للإمساك وشد البطن.

تحسين حركة الأمعاء وتخفيف الانتفاخ

.

تحسين الدورة الدموية في الرأس وأسفل الظهر.

مواضع الحجامة للصداع بسبب نزلات البرد
Headache – Common Cold

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
2	الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي
3	الرقبة، قرب الوريد الوداجي
4	الموضعان ٤ و ٥ بين لوحي الكتف وإلى الأعلى قليلاً، على جانبي خط الوسط، وهما "بوابة الرياح "،
5	ويقعان مقابل فرع القصبة الهوائية وسرة الرئة. الموضع ٤ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ٥ على الأيسر
120	لموضع ١٢٠ وسط الصدر، فوق زاوية القص مباشرة، ويرتبط تقليدياً بالجهاز المناعي والتنفس.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٢ و٣ و١ و٥٥: في الرأس والرقبة والظهر، يذكر أنها تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.
المواضع ٤ و٥: بين لوحي الكتف، وهي "بوابة الرياح "، ويذكر أنها تعزز وظائف الجهاز التنفسي وتخفف الشد في الظهر.الموضع ١٢٠: على الصدر، ويرتبط تقليدياً بتقوية الجهاز المناعي وتحسين التنفس.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الصداع المصاحب لنزلات البرد وشد الرقبة.

تحسين وظائف الجهاز التنفسي وتخفيف الاحتقان
.
دعم الجهاز المناعي، وفق الممارسات التقليدية

مواضع الحجامة للصداع بسبب أمراض الجيوب الأنفية .
Headache – Sinusitis

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) فى قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
2	لموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣
3	أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي،
102	المواضع ١٠٢ و١٠٣ على الجبهة، فوق الحاجبين من جهة الداخل
103	(الجهة الأنسية)، قريبة من جذر الأنف، فوق الجيوب الأنفية الجبهية.
114	الموضع ١١٤ أسفل الذقن، في منتصف الخط الأمامي، وهو موضع يحسن وظائف الجهاز التنفسي العلوي ويخفف آلام البلعوم والتهاب الحلق.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ١٠٢ و١٠٣: على الجبهة، فوق الحاجبين من جهة الداخل (الجهة الأنسية)، قريبة من جذر الأنف، لأن الطب التقليدي يعالج احتقان الجيوب وضغطها من هذه المنطقة.الموضع ١١٤: أسفل الذقن، ويذكر أنه يخفف آلام البلعوم والتهاب الحلق، وهي أعراض ترافق التهاب الجيوب الأنفية.
المواضع ٢ و٣ و١ و٥٥: في الرأس والرقبة والظهر، يذكر أنها تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين تصريف المخاط وتخفيف ضغط الجيوب.

تخفيف آلام الوجه والصداع المرتبط بالجيوب.

تخفيف آلام الحلق وتحسين الدورة الدموية في منطقة الرأس والعنق.

مواضع الحجامة للصداع بسبب أمراض المعدة .
Headache – Stomach

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
104	الموضعان ١٠٤ و ١٠٥ على العظم الصدغي خلف العينين، على جانبي الرأس. الموضع ١٠٤ على
105	الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٠٥ على الأيسر
36	الموضع ٣٦ في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز العظمي القذالي الخارجي (Occipital Protuberance)، فوق الحفرة القذالية.
2	الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي
3	الرقبة، قرب الوريد الوداجي،
7	الموضعان ٧ و ٨ على جانبي العمود الفقري عندT10–T12 ، على بعد
8	نحو ٢ سم، والموضع ٧ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ٨ على الأيسر. وهما يقعان مقابل المعدة من الخلف

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ٧ و٨: مقابل المعدة من الخلف، لأن الطب التقليدي يعالج المعدة من هذه النقاط مباشرة، ويرتبط بها الصداع المصاحب لاضطرابات الهضم.المواضع ١٠٤ و١٠٥ و٣٦ و٢ و٣: في الرأس والرقبة، لأن يذكر أنها تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أغلب أنواع الصداع.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الصداع المصاحب لاضطرابات الهضم والحموضة.

تحسين الهضم وتقليل الشعور بالامتلاء.

تحسين الدورة الدموية في الرأس والرقبة.

مواضع الحجامة للصداع بسبب مرض الكلى .
Headache – Renal

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1 — الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،

55 — والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي، مقابل T4 تقريباً

2 — الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣

3 — أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي

9 — الموضعان ٩ و ١٠ على جانبي العمود الفقري في أسفل الظهر، عند T12 تقريباً أو أعلى قليلاً

10 — عند L1. الموضع ٩ مقابل الكلية اليمنى والموضع ١٠ مقابل الكلية اليسرى،



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ٩ و١٠: مقابل الكليتين، لأن الطب التقليدي يعالج الكلى من هذه النقاط، يذكر أنها تخفف الضغط على الكلى وتحسن الدورة الدموية فيها.الموضعان ٢ و٣: خلف الأذنين وعلى جانبي الرقبة، تحسن الدورة الدموية إلى الرأس وتخفف الصداع. الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات المزمنة.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الضغط والألم في منطقة الكلى.

تحسين الدورة الدموية في الكلى والرأس.

تخفيف الصداع المصاحب لبعض الحالات الكلوية

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للصداع بسبب أمراض الكبد والمرارة .
Headache – Liver & G.B.



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
2	الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣
3	أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي
48	الموضع ٤٨ على لوح الكتف الأيمن قرب حافته الداخلية، عند
	الفقرتين الصدريتين الثانية والثالثة تقريباً .(T2–T3) منطقة انعكاسية
	مكملة لعقدة المرارة
6	الموضع ٦ على الظهر الأيمن للمريض، بين لوحة الكتف اليمنى
	والعمود الفقري، مقابل الزاوية السفلية للوح الكتف، وهو موضع
	عقدة المرارة الانعكاسية

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ٦ و٤٨: مرتبطان بعقدة المرارة والكبد على الظهر، لأن يذكرهما كمواضع انعكاسية للكبد والمرارة.
الموضعان ٢ و٣: خلف الأذنين وعلى جانبي الرقبة، يذكر أنها تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.
الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أمراض الكبد وتوازن الجسم.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين وظائف الكبد والمرارة وإفراز العصارة الصفراوية.

تخفيف الصداع وتوتر الرقبة المرتبط بالجهاز الهضمي.

تحسين الدورة الدموية إلى الرأس.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للصداع بسبب مرض العمود الفقري .
Headache – Spine

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1 الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،

55 والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً

2 الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي

3

الأكواب على جانبي العمود الفقري حجامات على العمود الفقري " و"فوق الأماكن الساخنة والمتصلبة"، أي فوق المناطق المتيبسة والحساسة عند الفحص باللمس على جانبي العمود الفقري. هذه المناطق تختلف من شخص لآخر، والرسم يوضح التوزيع العام فقط



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الأكواب على جانبي العمود الفقري: تُوضع فوق العضلات المتشنجة والساخنة، لأن الطب التقليدي يربط الصداع بتوتر عضلات الظهر والرقبة الناتج عن مشكلة في العمود الفقري.الموضعان ٢ و٣: خلف الأذنين وعلى جانبي الرقبة، يذكر أنها تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.
الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أمراض العمود الفقري.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف توتر العضلات حول العمود الفقري والرقبة.

تخفيف الصداع المرتبط بتوتر الرقبة والظهر.

تحسين الدورة الدموية في المنطقة المعالَجة

مواضع الحجامة للصداع بسبب فقر الدم
Headache – Anemia

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) فى قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
2	الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي
3	
49	الموضع ٤٩ على خط الوسط الخلفي بين لوحي الكتف، عند T4–T5تقريباً.
120	الموضع ١٢٠ وسط الصدر، فوق زاوية القص مباشرة، ويرتبط تقليدياً بالغدة الزعترية وجهاز المناعة،

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٢٠ و٤٩: مرتبطان تقليدياً بالغدة الزعترية والجهاز المناعي، والطب التقليدي يربط ضعف الدم بضعف المناعة وقلة الحيوية.المواضع ٢ و٣ و ١ و٥٥: في الرأس والرقبة والظهر، تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.الخلطة: العسل والحلبة وحبة البركة من الأغذية التي يذكرها الطب التقليدي للتغذية والحيوية،

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الطاقة والحيوية وتخفيف الإرهاق.

دعم التغذية وتحسين الدم وفق الممارسات التقليدية.

تخفيف الصداع المرتبط بضعف الدم.

مواضع الحجامة للصداع بسبب أورام المخ
Headache – Brain Tumors

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) فى قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفى مقابل T4 تقريباً
2	الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين،
3	والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجى
49	الموضع ٤٩ على خط الوسط الخلفي بين لوحي الكتف، عند T4–T5تقريباً.
	الحجامات على الرأس فوق أماكن الألم•
	الملف يذكر حجامات على الرأس فوق أماكن الألم، أي المكان الذي يشكو فيه المريض من الألم. هذه المواضع تُحدد حسب المريض،

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ٢ و٣: خلف الأذنين وعلى جانبي الرقبة، يذكر أنها تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.
الموضعان ٤٩ و ١٢٠: مرتبطان تقليدياً بالغدة الزعترية وجهاز المناعة.الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أغلب أنواع الصداع.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تُستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الصداع وتوتر الرأس والرقبة.

تحسين الدورة الدموية إلى الرأس.

مواضع الحجامة للصداع النصفيMigraine

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً
2	الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي
3	الرقبة، قرب الوريد الوداجي
32	الموضع ٣٢ (دائماً) في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي (مقر الإغاثة).
	الملف يجعله موضعاً ثابتاً في كل حجامة للصداع النصفي.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٣٢: أنه يخفف الصداع والتوتر النفسي والعصبي، لذلك يُكرر في كل حجامة للصداع النصفي.
الموضعان ٢ و٣: خلف الأذنين وعلى جانبي الرقبة، يذكر أنهما يحسنان الدورة الدموية إلى الرأس ويخففان الصداع.
الموضع ١٠٦: على جهة الصداع، يربطه بالجهة التي يشكو منها المريض.الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أغلب أنواع الصداع.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف نوبات الصداع النصفي وشدتها.

تخفيف التوتر والضغط النفسي المصاحب للنوبات.

تحسين الدورة الدموية في الرأس.

مواضع الحجامة لأمراض العيونEye Disease

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

34 الموضعان ٣٤ و ٣٥ على أعلى الرأس من الخلف، على جانبي خط المنتصف بنحو ٢ سم تقريباً.
35 الموضع ٣٤ فوق الفص الجداري الأيمن، والموضع ٣٥ فوق الفص الجداري الأيسر،

36 الموضع ٣٦ في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز العظمي القذالي الخارجي، فوق الحفرة القذالية.

101 الموضع ١٠١ في الجبهة، على خط المنتصف فوق بين الحاجبين بقليل، ويُكرر كل شهرين أو ثلاثة.

104 الموضعان ١٠٤ و ١٠٥ على العظم الصدغي خلف العينين، على جانبي الرأس. الموضع ١٠٤ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٠٥ على الأيسر. أنهما للصداع وحدة النظر وتحسين الدورة الدموية للعين.
105

1 الموضعان ١ و ٥٥ الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة، والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
55

9 الموضعان ٩ و ١٠ على جانبي العمود الفقري في أسفل الظهر، عند T12 تقريباً أو أعلى قليلاً عند L1. الموضع ٩ مقابل الكلية اليمنى والموضع ١٠ مقابل الكلية اليسرى.
10

حجامات فوق الحاجبين وعلى دائرة الشعر•
"عمل حجامات مختلفة فوق الحاجبين وعلى دائرة الشعر"، وهذه المواضع الأمامية تُحدد بالفحص،.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٠٤ و١٠٥: بجانب العينين، يذكر أنها تخفف الصداع وتحسن الدورة الدموية للعين وحدة النظر.
الموضع ١٠١: في الجبهة فوق الحاجبين، ويذكر أنه يؤثر على الدورة الدموية للدماغ ويخفف الصداع.
المواضع ٣٤ و٣٥ و٣٦: على أعلى الرأس ومؤخرته، لأن الطب التقليدي يربط الرأس والدماغ بوظائف العين.
المواضع ١ و٥٥ و٩ و١٠: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أمراض العين لتحسين توازن الجسم.

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في العين والرأس.

تخفيف الصداع المرتبط بالإجهاد البصري.

تخفيف التهيج والحساسية حول العين، وفق الممارسات التقليدية.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لالتهاب اللوزتين وأمراض الحنجرة واللثة والأسنان
Tonsils, Larynx, Gums & Dental Disease



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1
55
41
42
43
44
20
21
114
49
120

الموضعان ١ و ٥٥
الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة، والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.

الموضعان ٤١ و ٤٢
على جانبي الفقرة البارزة C7 عند قاعدة الرقبة، وفقاً للصورة المرجعية.

الموضعان ٤٣ و ٤٤
على الحافة الخلفية للعضلة القصية الترقوية الحلمية في أسفل الرقبة قرب C7. الموضع ٤٣ على الجانب الأيمن للمريض، والموضع ٤٤ على الأيسر، وفقاً لصفحة ٢٨.

الموضعان ٢٠ و ٢١
في مثلث الرقبة والكتف، على الجانبين، بين قاعدة الرقبة وأعلى الكتف، في العضلة شبه المنحرفة.

الموضع ١١٤
أسفل الذقن، في منتصف الخط الأمامي. يذكر أنه يحسن وظائف الجهاز التنفسي العلوي، ويخفف آلام البلعوم والتهاب الحلق، ويعزز الدورة الدموية في منطقة الرأس والعنق.

الموضعان ٤٩ و ١٢٠
الموضع ٤٩ على خط الوسط بين لوحي الكتف عند T4–T5 تقريباً.
الموضع ١٢٠ في وسط الصدر فوق زاوية القص، ويرتبطان تقليدياً بالجهاز المناعي والغدة الزعترية.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ١١٤: أسفل الذقن، أنه يخفف آلام البلعوم والتهاب الحلق، وهي الأعراض الأساسية للوزتين والحنجرة.المواضع ٤١ و٤٢ و٤٣ و٤٤: على الرقبة قرب الغدة الدرقية والحنجرة، لأن الطب التقليدي يعالج التوتر والتهيج في الحلق من هذه المنطقة، أنها تحسن الدورة الدموية إلى الرأس والرقبة.المواضع ٢٠ و٢١: على الكتف والرقبة، لتخفيف توتر الرقبة والكتف المصاحب للالتهاب.الموضعان ٤٩ و١٢٠: مرتبطان تقليدياً بالجهاز المناعي، لأن الطب التقليدي يربط التهابات الحلق المتكررة بضعف المناعة.
المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر،

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف آلام الحلق والبلعوم والتهاب اللوزتين.

تحسين وظائف الجهاز التنفسي العلوي.

تخفيف توتر الرقبة والكتف المصاحب للالتهاب

مواضع الحجامة لأمراض الأذن Ear Disease .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
37	الموضعان ٣٧ و ٣٨ على جانبي الرأس، فوق الأذنين بنحو ٣ سم.
38	الموضع ٣٧ على الجانب الأيمن للمريض، والموضع ٣٨ على الأيسر،
20	الموضعان ٢٠ و ٢١ في مثلث الرقبة والكتف، على الجانبين، بين قاعدة الرقبة وأعلى الكتف، في العضلة شبه المنحرفة
21	

من الأمام
(Front View)

الخلف
(Back View)



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ٣٧ و٣٨: فوق الأذنين على جانبي الرأس، أنها تحسن الدورة الدموية إلى القشرة المخية وتخفف الصداع وتوتر الرقبة.الحجامة خلف الأذنين: المنطقة القريبة من الأذن، لأن الطب التقليدي يعالج الصداع والطنين وآلام الأذن من هذه المنطقة.

الموضعان ٢٠ و٢١: على الكتف والرقبة، يذكرها لتخفيف توتر الرقبة والكتفين.

الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أغلب الحالات.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف آلام الأذن والصداع المرتبط بها.

تحسين الدورة الدموية إلى الرأس والأذن.

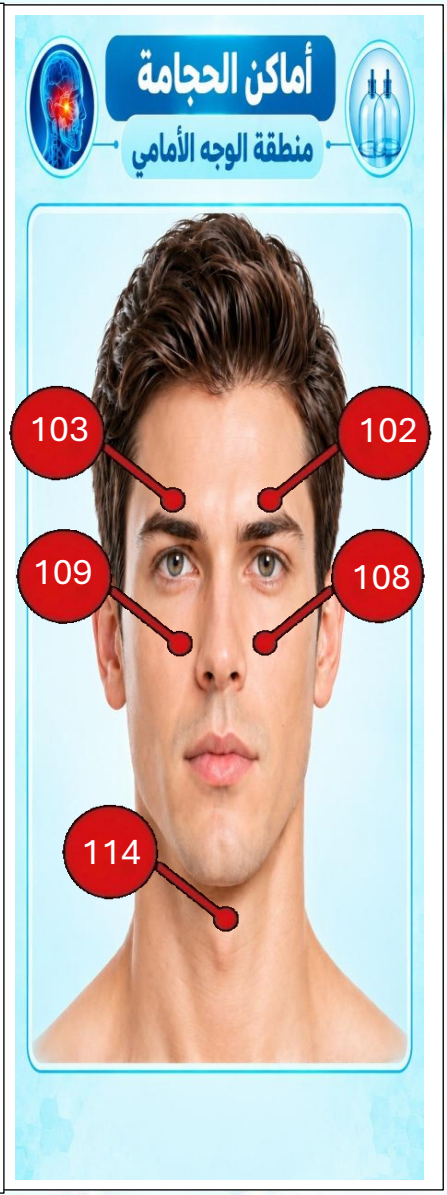
تخفيف توتر الرقبة والكتفين المصاحب لمشكلات الأذن

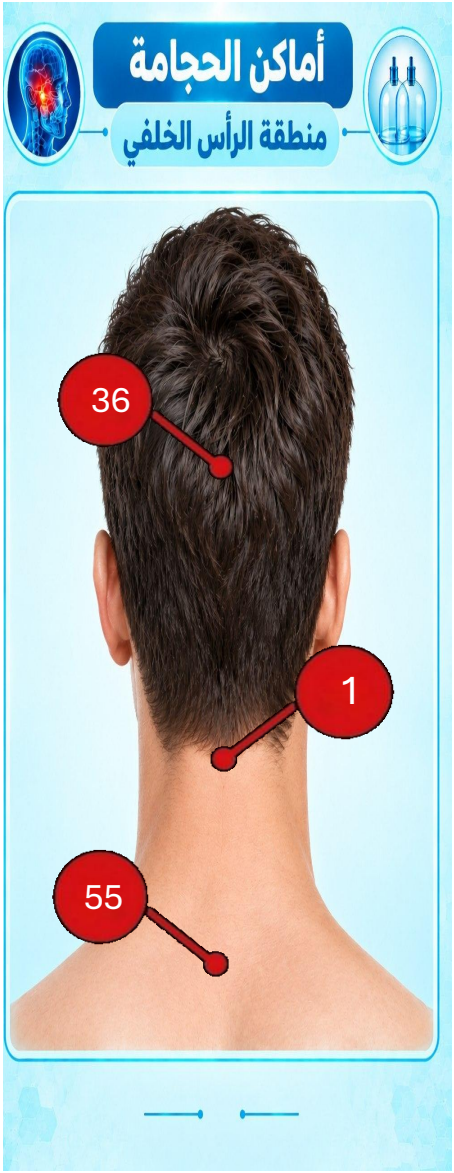
مواضع الحجامة لأمراض الجيوب الأنفية
Nasal Sinus Disease

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
36	الموضع ٣٦ في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز العظمي القذالي الخارجي، فوق الحفرة القذالية.
102	الموضعان ١٠٢ و ١٠٣ فوق الحاجبين تقريباً، في منطقة الجيوب الجبهية. الموضع ١٠٢ على الجانب
103	الأيمن للمريض والموضع ١٠٣ على الأيسر.
108	الموضعان ١٠٨ و ١٠٩ فوق الجيوب الأنفية الفكية (Maxillary
109	Sinuses)، على الخد أسفل العين بجانب الأنف. الموضع ١٠٨ على كلا الجانبين، والموضع ١٠٩ أسفل منه
114	الموضع ١١٤ ١١٤أسفل الذقن، في منتصف الخط الأمامي، وهو موضع لتحسين الجهاز التنفسي العلوي وتخفيف آلام البلعوم والتهاب الحلق.





لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ١٠٨ و١٠٩: فوق الجيوب الفكية، يذكر أنها تحسن تصريف المخاط وتخفف ضغط الجيوب وآلام الوجه.الموضعان ١٠٢ و١٠٣: فوق الحاجبين، حيث تقع الجيوب الجبهية، والطب التقليدي يعالج احتقانها من هذه المنطقة.الموضع ١١٤: أسفل الذقن، أنه يخفف آلام البلعوم والتهاب الحلق المرتبط بالجيوب.
الموضع ٣٦ والموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة للصداع والتوتر فى الرأس والرقبة.



الفوائد العامة
General Benefits

تحسين تصريف المخاط وتخفيف ضغط الجيوب الأنفية.

تخفيف آلام الوجه والصداع المرتبط بالجيوب.

تحسين الدورة الدموية في منطقة الوجه والجهاز التنفسي العلوي.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لالتهاب العصب المخي الخامس والسابع .
Cranial Nerve V – VII

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1 — الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) فى قاعدة الرقبة

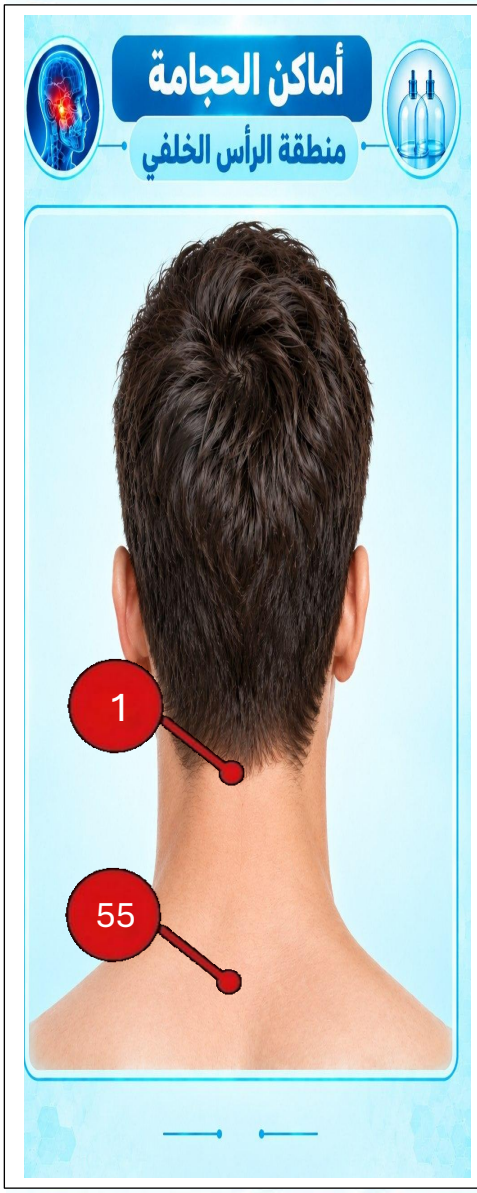
55 — الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.

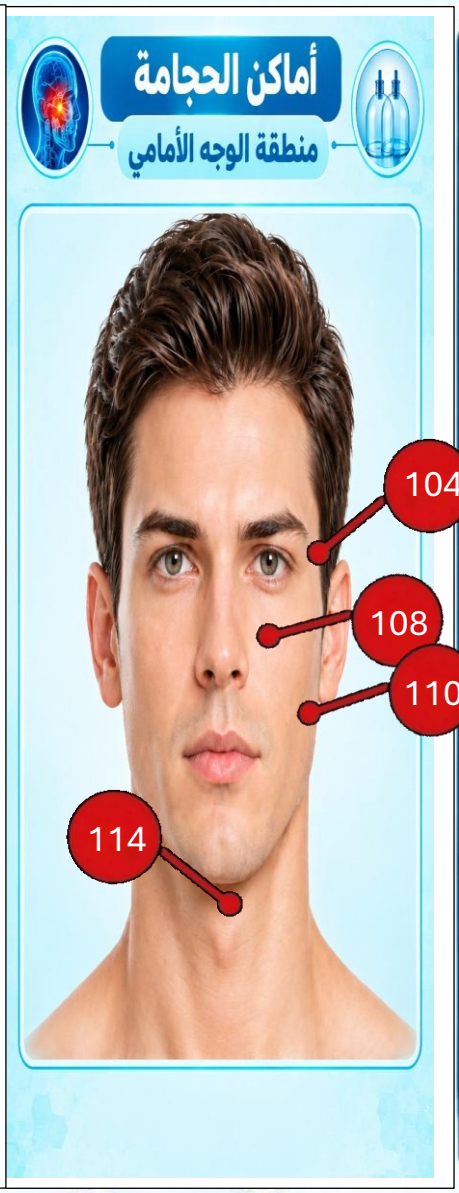
114 — الموضع ١١٤أسفل الذقن، في منتصف الخط الأمامي، وهو موضع لتحسين الجهاز التنفسي العلوي وتخفيف آلام البلعوم والتهاب الحلق.

108 — الموضع١٠٨ فوق الجيوب الأنفية الفكية(Maxillary Sinuses) ، على الخد أسفل العين بجانب الأنف.

110 — الموضع ١١٠ على جانبي الرقبة، أسفل الأذنين مباشرة، خلف النتوء الخشائي فوق العضلات الرقبية الجانبية. ، يُحدد بالتحسس خلف شحمة الأذن، ويكون على بُعد نحو ١ الى ٢ سم أسفل الحافة الخلفية

104 — الموضع ١٠٤ و على العظم الصدغي خلف العينين، على جانبي الرأس. على الجانب الأيمن للمريض. أنها للصداع وحدة النظر وتحسين الدورة





لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ١١٠: خلف الأذنين، قرب العصب الوجهي (السابع) حين يخرج من الجمجمة، أنه يحسن مشكلات الأذن والسمع المرتبطة بالعصب.المواضع ١٠٤و ١٠٨و١١٠: على الوجه والفك في الجهة المصابة، حيث يتوزع العصب الخامس (الثلاثي التوائم) ويتحرك العصب السابع، والطب التقليدي يعالج التنميل والشد من هذه المناطق.الموضع ١١٤: أسفل الذقن، لتحسين الدورة الدموية في الوجه والعنق وتخفيف الالتهاب حول الفكين.المواضع ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أمراض الأعصاب.



الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الألم والتنميل أو الشد في الوجه والفك.

تحسين الدورة الدموية في منطقة الوجه والرقبة.

تخفيف آلام الحلق والبلعوم المرتبطة بالالتهاب.

مواضع الحجامة لضعف الذاكرة Weak Memory .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1 — الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة

55 — الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.

32 — الموضع ٣٢في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي (مقر الإغاثة)، عند التقاء عظام الجمجمة. يرتبط بتحسين التركيز وتخفيف الدوار وتحفيز الذاكرة.

2 — الموضعان ٢ و ٣ الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي

3



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٣٢: أنه يرتبط بتحفيز الذاكرة وتحسين التركيز، لذلك هو الموضع الأساسي في هذا البروتوكول.الموضعان ٢ و٣: خلف الأذنين وعلى جانبي الرقبة، يذكر أنهما يحسنان الدورة الدموية إلى الرأس، والدماغ يحتاج تروية جيدة ليعمل الذاكرة.الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الإرهاق والضعف العام.



الفوائد العامة
General Benefits

تحسين التركيز وتحفيز الذاكرة.

تخفيف الدوار والشعور بالثقل في الرأس.

تحسين الدورة الدموية إلى الدماغ.

مواضع الحجامة لمركز الذاكرة Memory Center .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

39 الموضع ٣٩ في منتصف مؤخرة الرأس، عند الحفرة القذالية (Occipital Pit)أو ما يُعرف بـ"نقرة القفا"، تماماً فوق عظم القذال وفوق الفقرتين العنقيتين الأولى والثانية .(C1–C2) يُحدد بتحسس البروز العظمي الأكثر وضوحاً في قاعدة الجمجمة، ثم التحرك قليلاً إلى أسفل للوصول إلى نقرة القفا.

شرط التكرار!

: لا يُكرر الموضع إلا عند الضرورة، أو عندما يسبب فقدان الذاكرة مضاعفات. التكرار غير الضروري قد يكون ضاراً

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٣٩: فوق نقرة القفا، يذكر أنه يخفف آلام الرأس والرقبة، ويحفز الدورة الدموية إلى القشرة القفوية المسؤولة عن الرؤية.
قرب الدماغ: المنطقة تقع فوق قاعدة الجمجمة قرب النخاع الشوكي والقشرة الحساسة، وهذا ما يجعل الحذر الشديد وعدم التكرار.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف آلام الرأس والرقبة وتوتر الرأس المرتبط بالصداع.

تحفيز الدورة الدموية إلى القشرة القفوية المسؤولة عن الرؤية.

دعم الذاكرة وفق الممارسات التقليدية.

مواضع الحجامة لعدم النطق (البكم)Mutism

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
36	الموضع ٣٦ في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز العظمي القذالي الخارجي، فوق الحفرة القذالية.
33	الموضعان ٣٣على الجانبين من مؤخرة الرأس، قبل اليافوخ الخلفي (الموضع ٣٢) بقليل، على بعد نحو ٢ سم من خط الوسط، والموضع ٣٣ مائل قليلاً عن الوسط
114	الموضع ١١٤ أسفل الذقن، في منتصف الخط الأمامي، أنه يخفف آلام البلعوم والتهاب الحلق ويعزز تدفق الدم في منطقة الرأس والعنق.
104	الموضع ١٠٤ و على العظم الصدغي خلف العينين، على جانبي الرأس. على الجانب الأيمن للمريض. أنها للصداع وحدة النظر وتحسين الدورة الدموية للعين.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ٣٣ و٣٦: في مؤخرة الرأس، يذكر أنهما يخففان الصداع ويحسنان الدورة الدموية إلى الدماغ.الموضع ١١٤ والموضع: أسفل الذقن والحنجرة، لأن الطب التقليدي يعالج التهيج والشد في الحلق والحنجرة من هذه المنطقة، للموضع ١١٤ تحسين الجهاز التنفسي العلوي.الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات المزمنة.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ **يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.**
  Must be done by a specialist.
- ✓ **شرب الماء بكميات كافية.**
  Drink enough water.
- ✓ **الالتزام بنظام غذائي مناسب.**
  Follow a healthy diet.
- ✓ **مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.**
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- **تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).**
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- **مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.**
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- **عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).**
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في الرأس والعنق.

تخفيف التوتر والشد في الحلق والحنجرة.

دعم الجهاز التنفسي العلوي وفق الممارسات التقليدية

مواضع الحجامة للصرع والتشنجات Convulsions .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

32 — الموضعان ٣٢ و ٣٦
الموضع ٣٢ في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي. الموضع ٣٦ في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز القذالي الخارجي. فوائد الموضعين للصداع وتوتر الرقبة والتوتر العصبي.

36

101 — الموضع ١٠١
في الجبهة، على خط المنتصف فوق بين الحاجبين بقليل، ويُكرر كل شهرين أو ثلاثة.

104 — الموضعان ١٠٤ و ١٠٥ على العظم الصدغي خلف العينين، على جانبي الرأس. الموضع ١٠٤ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٠٥ على الأيسر. أنهما للصداع وحدة النظر وتحسين الدورة الدموية للعين..

105

1 — الموضعان ١ و ٥٥
الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة، والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.

55

114 — الموضع ١١٤
أسفل الذقن، في منتصف الخط الأمامي.

11 — المواضع ١١ و ١٢ و ١٣
الموضع ١١ على خط الوسط في أسفل الظهر (T12–L1) ، والموضعان ١٢ و١٣ على جانبي أعلى الأرداف فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية.

12

13

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٣٢ و٣٦ و١٠١ و١٠٤و١٠٥: على الرأس، لأن الطب التقليدي يربط التشنجات بالجهاز العصبي المركزي والدماغ، ويعالجها من مناطق الرأس.
الموضع ١١٤: أسفل الذقن، يعزز تدفق الدم في منطقة الرأس والعنق.
المواضع ١ و٥٥ و١١ و١٢ و١٣: على الظهر وأسفله، نقاط عامة تُستخدم تقليدياً لتهدئة الجهاز العصبي وتحسين الدورة الدموية.

الفوائد العامة
General Benefits

تهدئة الجهاز العصبي وتقليل التوتر العضلي.

تحسين الدورة الدموية إلى الدماغ.

تخفيف الصداع والدوار المصاحب للنوبات

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للتخلف العقلي Mental Retardation .



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

101

الموضع ١٠١
في الجبهة، على خط المنتصف فوق بين الحاجبين بقليل. إنه يعمل لمرة واحدة فقط، ولا يُكرر في هذا البروتوكول.

32
36

الموضعان ٣٢ و ٣٦
الموضع ٣٢ في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي، ويرتبط بتحسين التركيز وتحفيز الذاكرة. الموضع ٣٦ في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز القذالي الخارجي.

2
3

الموضعان ٢ و ٣
الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي.

1
49
55

الموضعان ١ و ٥٥ و ٤٩
الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة(C7) ، والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 ، والموضع ٤٩ على خط الوسط بين لوحي الكتف عند T4–T5 تقريباً.

120

الموضع ١٢٠
وسط الصدر، فوق زاوية القص مباشرة، ويرتبط تقليدياً بالغدة الزعترية وجهاز المناعة.

11
12
13

المواضع ١١ و ١٢ و ١٣
الموضع ١١ على خط الوسط في أسفل الظهر(T12–L1) ، والموضعان ١٢ و١٣ على جانبي أعلى الأرداف، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ٣٢ و١٠١: على الرأس والجبهة، أنهما يحسنان التركيز ويحفزان الذاكرة ويخففان الصداع.
المواضع ٣٦ و٢ و٣: في مؤخرة الرأس والرقبة، يذكر أنها تحسن الدورة الدموية إلى الرأس والدماغ.
الموضعان ١٢٠ و٤٩: مرتبطان تقليدياً بالغدة الزعترية والجهاز المناعي والتوازن الهرموني.
المواضع ١ و٥٥ و١١ و١٢ و١٣: على الظهر وأسفله، نقاط عامة تُستخدم تقليدياً لتوازن الجسم العام والدورة الدموية.

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين التركيز والذاكرة وفق الممارسات التقليدية.

تحسين الدورة الدموية إلى الدماغ.
دعم الجهاز المناعي والتوازن الهرموني.

مواضع الحجامة لتحسين الوظائف الذهنية والتركيز .
Improvement of Intellectual Functions & Concentration

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

- 1 — الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة.
- 55 — والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4
- 2 — الموضعان ٢ و ٣
  الموضع ٢ خلف الأذنين على الجانبين، والموضع ٣ أسفل
- 3 — الموضع ٢ على جانبي الرقبة، قرب الوريد الوداجي
- 32 — الموضع ٣٢
  في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي (مقر الإغاثة).
  أنه يرتبط بتحسين التركيز وتخفيف الدوار وتحفيز الذاكرة.



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضع ٣٢: أنه يرتبط بتحسين التركيز وتحفيز الذاكرة، لذلك هو الموضع الأساسي في هذا البروتوكول.الموضعان ٢ و٣: خلف الأذنين وعلى جانبي الرقبة، أنهما يحسنان الدورة الدموية إلى الرأس، والدماغ يحتاج تروية جيدة للتركيز.الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الإرهاق وضعف التركيز.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين التركيز والانتباه.

تخفيف الدوار والشعور بالثقل في الرأس.

تحفيز الذاكرة وتحسين الدورة الدموية إلى الدماغ.

مواضع الحجامة للشلل الدماغي C.P. (Cerebral Palsy)

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1
55

الموضعان ١ و ٥٥
الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة، والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.

32
36

الموضعان ٣٢ و ٣٦
الموضع ٣٢ في منتصف قمة الرأس من الخلف، فوق اليافوخ الخلفي.
الموضع ٣٦ في منتصف مؤخرة الرأس، عند البروز القذالي الخارجي.

34
35

الموضعان ٣٤ و ٣٥
على أعلى الرأس من الخلف، على جانبي خط المنتصف بنحو ٢ سم، ٣٤ فوق الفص الجداري الأيمن و٣٥ فوق الأيسر. الموضع ٣٤ أيضاً في مقدمة الرأس، لذلك يحتاج التحديد الدقيق تأكيداً من المعالج.

101

الموضع ١٠١
في الجبهة، على خط المنتصف فوق بين الحاجبين بقليل.

44

الموضع ٤٤
على الحافة الخلفية للعضلة القصية الترقوية الحلمية، أسفل الرقبة قرب C7. " "، والرسم يوضعه في جانب الرقبة الأمامي تقريباً.

11

الموضع ١١
على خط الوسط في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى.(T12–L1)

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

المواضع ٣٢ و٣٤ و٣٥ و٣٦ و١٠١: على الرأس، لأن الطب التقليدي يعالج الجهاز العصبي والدماغ من هذه المناطق، للموضعين ٣٤ و٣٥ تحفيز القشرة الحركية وتحسين الوظائف الحسية والحركية.الموضعان ١ و٥٥ و١١: على الظهر، لأن الطب التقليدي يربط الجهاز العصبي بالعمود الفقري.الموضع ٤٤: في جانب الرقبة، يساعد في تخفيف التوتر العضلي في الرقبة والكتف.المفاصل ولعضلات: للتخفيف من التشنج والتيبس، لأن الشلل الدماغي يؤدي غالباً إلى شد عضلي وتيبس في المفاصل. الخلطة والتدليك: كجزء من البروتوكول، والتدليك اليومي مفيد للعضلات المتيبسة.

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الشد العضلي والتيبس في المفاصل.

تحسين الدورة الدموية في الأطراف والرأس.

دعم الاسترخاء والحركة من خلال التدليك، وفق الممارسات التقليدية.

باب في الحجامة لبعض أحوال النساء

Wet Cupping For Some Gyn.&Obs. Disorders

هام *Important*

Provided that a female patient can undergo wet cupping with blood letting for any previously mentioned disorders, there are specific plans for gynecological and for gynecological and obstetrical complaints. It is critical to keep in mind cupping in the pelvic and lower regions is strictly serious if done in the first trimester. Furthermore, it also serious when applied over the dorsum of the feet in the second and third trimesters. Proper medical consultation is advised.

إن النساء شركاء الرجال فيما سبق ذكره من أنواع بالحجامة. ومع الحيطة والحذر، فإن الحجامة لمنطقة الرحم وأسفل الظهر محذورة تماماً للحامل في الشهور الثلاثة الأولى من الحمل، وأيضاً يُحذّر من حجامة القدمين القدمين للحامل بعد شهرها الثالث.

يجب استشارة طبيب مختص قبل أي إجراء.

مواضع الحجامة لانقطاع الدورة الشهرية .
Cessation of Menstruation

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1 — الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) فى قاعدة الرقبة

55 — الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفى مقابل T4 تقريباً.

129 — الموضع ١٢٩ على ظهر القدم اليمنى، على الجانب الخارجي، عند قاعدة عظمة المشط الخامسة (أصغر الأصابع)، في منتصف المسافة بينها وبين مفصل الكاحل الخارجي،.

131 — الموضع ١٣١ على الجانب الخارجي من الساق اليمنى، فوق الكاحل بنحو ٢ سم، كما يذكر الشرح العام لهذا البروتوكول.: على الجانب الداخلي للساق،

135 — الموضعان ١٣٥ و ١٣٦ على جانبي الصدر، بمقدار ٥ سم من الحلمة باتجاه منتصف الصدر، على كل جانب. الموضع ١٣٦ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٣٥ على الأيسر

136

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع اضطرابات الدورة والتوازن الهرموني.الموضعان ١٢٩ و١٣١: في القدم والكاحل، وفقاً للبروتوكول ، بالدورة الشهرية.الموضعان ١٣٥ و١٣٦: على الصدر، وفقاً للبروتوكول في بالدورة الشهرية.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تنظيم الدورة الشهرية وفق بعض الممارسات التقليدية.

تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض.

تخفيف التوتر المصاحب لاضطراب الدورة

مواضع الحجامة للصداع بسبب توتر ما قبل الدورة الشهرية .
Headache – Premenstrual Tension

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
43	الموضعان ٤٣ و ٤٤ على الحافة الخلفية للعضلة القصية الترقوية الحلمية في أسفل الرقبة قرب C7 ،
44	والموضع ٤٣ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ٤٤ على الأيسر.
11	الموضع ١١ على خط الوسط في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى.(T12–L1)
12	الموضعان ١٢ و ١٣ على بعد ٥ سم تقريباً من منتصف العمود الفقري، فوق عظمة
13	الحرقفة الخلفية العلوية(PSIS) ، على جانبي أعلى الأرداف. الموضع ١٣ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٢ على الأيسر.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ٢ و٣ أو ٤٣ و٤٤: على الرأس والرقبة، أنها تخفف الصداع وتوتر الرقبة وتحسن الدورة الدموية إلى الرأس.
الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع التوتر والتقلبات المزاجية.المواضع ١١ و١٢ و١٣: في أسفل الظهر والحوض، وهي المنطقة التي يربطها الطب التقليدي بالدورة الشهرية.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف الصداع المرتبط بتغيرات ما قبل الدورة.

تخفيف توتر الرقبة والظهر والتشنجات الخفيفة في أسفل البطن.

تحسين الدورة الدموية في الرأس والحوض.

مواضع الحجامة للإفرازات المهبلية بنية اللون .
Brownish Vaginal Discharge

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	**والموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.**
49	**الموضع ٤٩ على خط الوسط الخلفي بين لوحي الكتف، عند T4–T5 تقريباً.**
11	**الموضعان ١١ و ١٢ و ١٣ الموضع ١١ على خط الوسط في أسفل الظهر .(T12–L1) الموضعان ١٢ و١٣ على جانبي أعلى الأرداف، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية.**
12	
13	
120	**الموضع ١٢٠ وسط الصدر، فوق زاوية القص مباشرة، ويرتبط تقليدياً بالجهاز المناعي والغدة الزعترية.**
143	**الموضع ١٤٣ . الرسم يضعه على خط الوسط أسفل البطن تقريباً حسب الصورة المرجعية، ويحتاج تحديداً دقيقاً من المعالج.**
	ثلاث حجامات جافة تحت كل ثدي• : ثلاث حجامات جافة تحت كل ثدي يومياً حتى تنقطع الإفرازات. الرسم يوضح الحجامات تقريباً، ولا تُجرى على جلد مصاب أو متشقق في طية الثدي.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ١١ و١٢ والموضع ١٤٣: في أسفل الظهر والحوض وأسفل البطن، وهي المنطقة التي يربطها الطب التقليدي بالأعضاء التناسلية.
الموضعان ١٢٠ و٤٩: مرتبطان تقليدياً بالجهاز المناعي، لأن الطب التقليدي يربط الالتهابات المهبلية بضعف المناعة.
الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات المزمنة.
الحجامات تحت الثديين: ذكرها الملف كجزء من البروتوكول.

الفوائد العامة
General Benefits

دعم المناعة وتقليل الالتهاب، وفق الممارسات التقليدية.

تحسين الدورة الدموية في الحوض والأعضاء التناسلية.

تنظيم الإفرازات وفق بعض الممارسات التقليدية

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للإفرازات المهبلية بلا رائحة ولا لون ولا حكة .
Vaginal Discharge (odorless, colorless, without)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1 — الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،

55 — الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.

41 — الموضعان ٤١ و ٤٢ على جانبي الفقرة البارزة C7 عند قاعدة الرقبة. الموضع ٤٢ على

42 — الجانب الأيمن للمريض والموضع ٤١ على الأيسر.

9 — الموضعان ٩ و ١٠ على جانبي العمود الفقري في أسفل

10 — الظهر، عند T12 تقريباً أو أعلى قليلاً عند L1. الموضع ٩ مقابل الكلية اليمنى والموضع ١٠ مقابل الكلية اليسرى،

11 — الموضعان ١١ و ١٢ و ١٣ الموضع ١١ على خط الوسط في

12 — أسفل الظهر (T12–L1). الموضعان ١٢ و١٣ على جانبي أعلى الأرداف، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية.

13

143 — الموضع ١٤٣ مذكور في الملف ضمن هذا البروتوكول. الرسم يضعه على خط الوسط أسفل البطن تقريباً حسب الصورة المرجعية، ويحتاج تحديداً دقيقاً من المعالج.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ٩ و١٠: مقابل الكليتين، لأن الطب التقليدي يعالج الجهاز البولي والتناسلي من هذه المنطقة.

الموضعان ١١ و١٢ و١٣ والموضع ١٤٣: في أسفل الظهر والحوض وأسفل البطن، وهي المنطقة التي يربطها الطب التقليدي بالأعضاء التناسلية.

الموضعان ٤١ و٤٢: على الرقبة قرب C7 ، وفقاً للبروتوكول.

الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات المزمنة.

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في الحوض والأعضاء التناسلية.

دعم وظائف الكلى والجهاز البولي، وفق الممارسات التقليدية.

تنظيم الإفرازات وفق بعض الممارسات التقليدية.

مواضع الحجامة لشكاوى الدورة الشهرية لدى الفتيات .
Menstrual Problems (of virgin girls)

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
	لموضعان ١٢٥ و ١٢٦ في المنطقة الأربية، فوق منتصف الرباط الأربي، الموضع ١٢٥ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٢٦ على الأيسر.
	المواضع من ١٣٧ إلى ١٤٣ حول السرة وأسفل البطن وفوق العانة. الموضعان ١٣٧ و١٣٨ على جانبي السرة بنحو ٢ سم أسفلها، والموضعان ١٣٩ و١٤٠ أسفل ذلك، والموضعان ١٤١ و١٤٢ على جانبي منتصف البطن، والموضع ١٤٣ فوق العانة على خط المنتصف. الرسم توضيحي.

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ١٢٥ و١٢٦: في الأربية، وهي منطقة قريبة من الحوض والأعضاء التناسلية، أنها تحسن الدورة الدموية في منطقة الحوض.
المواضع ١٣٧ إلى ١٤٣: حول السرة وأسفل البطن، يذكر أنها تُستخدم أحياناً في حالات اضطرابات الدورة الدموية في منطقة الحوض، وتخفف آلام البطن والمغص.
الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع أغلب الحالات.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض.

تخفيف آلام البطن والمغص المرتبطة بالدورة.

تخفيف الانتفاخ وتحسين الهضم، وفق بعض الممارسات التقليدية.

حسب مواقع الحجامة (الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة لتنشيط التبويض Induction of Ovulation



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
11	الموضع ١١ على خط الوسط في أسفل الظهر، بين الفقرتين الصدرية الثانية عشرة والقطنية الأولى.(T12–L1)
125 126	الموضعان ١٢٥ و ١٢٦ في المنطقة الأربية، فوق منتصف الرباط الأربي، الموضع ١٢٥ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٢٦ على الأيسر،

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ١٢٥ و١٢٦: في الأربية قرب الحوض والمبايض، يذكر أنهما يحسنان الدورة الدموية في منطقة الحوض.

الموضع ١١: في أسفل الظهر، مقابل منطقة الحوض، ويرتبط تقليدياً بالجهاز التناسلي.

الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً لتوازن الجسم والهرمونات.

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

تحسين الدورة الدموية في الحوض والأعضاء التناسلية.

دعم التوازن الهرموني، وفق بعض الممارسات التقليدية.

تخفيف التوتر المصاحب لمحاولات الحمل.

مواضع الحجامة لعسر الطمث Dysmenorrhea .

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)



المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

1	الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
55	الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
48	الموضعان ٤٨ و ٦ الموضع ٤٨ على لوح الكتف الأيمن قرب حافته الداخلية عند T2–T3.
6	الموضع ٦ بين لوحة الكتف اليمنى والعمود الفقري، مقابل الزاوية السفلية للوح الكتف، وهو موضع عقدة المرارة الانعكاسية.
49	الموضع ٤٩ على خط الوسط الخلفي بين لوحي الكتف، عند T4–T5 تقريباً.
11	الموضعان ١١ و ١٢ و ١٣ الموضع ١١ على خط الوسط في أسفل الظهر (T12–L1).
12	الموضعان ١٢ و١٣ على جانبي أعلى الأرداف، فوق عظمة الحرقفة الخلفية العلوية.
13	
120	الموضع ١٢٠ وسط الصدر، فوق زاوية القص مباشرة، ويرتبط تقليدياً بالجهاز المناعي والغدة الزعترية.
125	الموضعان ١٢٥ و ١٢٦ في المنطقة الأربية، فوق منتصف الرباط الأربي، الموضع ١٢٥ على الجانب الأيمن للمريض والموضع ١٢٦ على الأيسر،
126	

لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ١٢٥ و١٢٦: في الأربية قرب الحوض، يذكر أنهما يحسنان الدورة الدموية في منطقة الحوض.
المواضع ١١ و١٢ و١٣: في أسفل الظهر والحوض، وهي منطقة يربطها الطب التقليدي بآلام الحوض والمغص.
الموضعان ٤٨ و٦: على الظهر الأيمن، ويذكر الموضع ٦ يقلل التوتر العضلي في الرقبة والظهر العلوي.الموضعان ١٢٠ و٤٩: مرتبطان تقليدياً بالجهاز المناعي والتوازن الهرموني.
الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الألم والتوتر.

الفوائد العامة
General Benefits

تخفيف آلام الدورة وتقلصات أسفل البطن.

تحسين الدورة الدموية في منطقة الحوض.

تخفيف الآلام بعد بعض العمليات النسائية وأعراض ما بعد انقطاع الدورة.

حسب مواقع الحجامة
(الصور بالغرض التوضيحي)

مواضع الحجامة للنزيف المهبلي Vaginal Bleeding .

المواقع المطلوبة للحجامة
Required Cupping Sites

- 1 — الموضع ١ على الفقرة العنقية السابعة (C7) في قاعدة الرقبة،
- 55 — الموضع ٥٥ على خط الوسط الخلفي مقابل T4 تقريباً.
- ثلاث حجامات جافة تحت كل ثدي•
- : ثلاث حجامات جافة تحت كل ثدي يومياً حتى يتوقف النزيف.
- الرسم يوضح الحجامات تقريباً، ولا تُجرى على جلد متشقق أو مصاب.



لماذا هذه المواضع؟
Why These Points?

الموضعان ١ و٥٥: نقاط عامة على الظهر، تُستخدم تقليدياً مع الحالات المزمنة والنزيف. الحجامات تحت الثديين: ذكرها الملف كجزء من البروتوكول

ملاحظات مهمة
Important Notes

- ✓ يجب أن يتم الحجامة على يد مختص.
  Must be done by a specialist.
- ✓ شرب الماء بكميات كافية.
  Drink enough water.
- ✓ الالتزام بنظام غذائي مناسب.
  Follow a healthy diet.
- ✓ مراجعة الطبيب حال استمرار الألم أو ظهور أعراض أخرى.
  See a doctor if pain persists or other symptoms appear.

طريقة الجلسة
Session Method

- تستخدم الكؤوس الطبية (الجافة أو الرطبة).
  Uses medical cups (dry or wet cupping).
- مدة بقاء الكأس: 5 - 10 دقائق لكل موضع.
  Cup stays for 5 - 10 minutes per site.
- عدد الجلسات: جلسات 2 - 4 جلسات في الأسبوع (حسب الحالة).
  Number of sessions: depends on the condition (usually 2 - 4 sessions per week).

الفوائد العامة
General Benefits

دعم توازن الجسم وتخفيف الشعور بالضعف، وفق الممارسات التقليدية

.

تحسين الدورة الدموية العامة، وفق بعض الممارسات التقليدية.

الخَاتمَة

وصلنا لأخر صفحات هذا الكتاب، واللي حاولنا نوضحه فيه إن الحجامة ممارسة لها جذور طويلة في تراثنا، ولها مكانها في كتب الطب الشعبي، لكن المهم إننا نفهمها بوعي ونعرف وَين تنفع ووين ما تنفع.

خلال فصول الكتاب تعرفنا على أماكن الحجامة المعروفة، وَوَضحنا لكل مكان والفكرَة اللي نريد نخرج فيها: إن معرفة المكان الصح ما تكفي لوحدها، لازم يكون معها فهم لحالة الجسم، ووعي بالمخاطر، واستشارة أهل الاختصاص.

ولا ننسى إن الحجامة مو بديل عن العلاج الطبي. إذا كنت تعاني من مرض مزمن، أو تاخذ أدوية تميَّعً الدم، أو عندك حمل أو سكر، فلازم تستشير طبيك قبل أي جلسة. والحجام الماهر هو اللي يعرف متى يقول "لا".

أتمنى إن هذا الكتاب يكون بداية لفهم أعمق، وإن تكون معلوماته عوناً لك في طريقك نحو صحة أفضل،


مواضع
الحجامة
في جسم الإنسان
إعداد وتصميم
Abdullh Adnan
2027