

# Хиджама для самых маленьких

**Автор: Фарид Файзулин (alhajam.ru), выпустивший более 100 учеников в хиджаме, висцеральной терапии и остеопрактиках.**

## **Предисловие**

- Об авторе книги
- О книге и ее целях

## **Глава 1: Введение в хиджаму**

- Что такое хиджама?
- Основные принципы и механизмы действия

## **Глава 2: История хиджамы**

- Истоки практики хиджамы
- Развитие хиджамы в древних цивилизациях
- Хиджама в мусульманских странах
  - Роль хиджамы в исламской медицине
  - Хадисы о хиджаме

## **Глава 3: Научные основы хиджамы**

- Современные исследования эффективности хиджамы
- Физиологические эффекты хиджамы

## **Глава 4: Инструменты и материалы**

- Необходимое оборудование для проведения хиджамы
- Стерилизация и гигиена

## **Глава 5: Техника выполнения хиджамы**

- Пошаговое руководство по проведению процедуры
- Важные меры предосторожности

## **Глава 6: Точки для хиджамы**

- Основные точки на теле для проведения хиджамы
- Связь точек с различными заболеваниями и состояниями

## **Глава 7: Показания и противопоказания**

- Когда рекомендуется проводить хиджаму
- Случаи, когда хиджаму проводить нельзя

### **Глава 8: Хиджама в лечении различных заболеваний**

- Применение хиджамы при конкретных проблемах со здоровьем
- Сочетание хиджамы с другими методами лечения

### **Глава 9: Духовный аспект хиджамы**

- Хиджама в контексте исламской традиции
- Молитвы и духовные практики, связанные с хиджамой

### **Глава 10: Хиджама в современном мире**

- Интеграция хиджамы в современную медицину
- Правовые аспекты практики хиджамы

### **Глава 11: Часто задаваемые вопросы**

- Ответы на распространенные вопросы начинающих

### **Заключение**

- Перспективы развития хиджамы
- Призыв к дальнейшему изучению и практике

### **Глоссарий**

### **Об авторе**



---

## Об авторе книги

---

Автор данной брошюры Фарид Файзулин — специалист в народной медицине: хиджаме, классическом и висцеральном массаже, остеопрактике.

Фарид начал свой путь в хиджаме в далеком 2002 году. Он учился различным методикам в капиллярном кровопускании. Его учителями в народной медицине в разное время были Максим Половинко, Виталий Ким, Владислав Юрьевич Щебенков, Фаузия Крымская, Наталья Поченко и другие известные специалисты. Неоднократно проходил курсы повышения квалификации, в том числе по курсам Томаса Майерса.

«Ни дня без изучения нового» - девиз Фариды Наильевича. Его слоган «Учим тех, кто лечит всех».

Фарид Файзулин продолжает совершенствоваться как в восточной, так и в западной медицине. В данное время он живет в городе Казань. Он практикует свои знания каждый день, не забывая передавать изученное своим ученикам.

Фарид является автором блога на платформе Youtube под названием AlHajam. Он выкладывает свои статьи на сайте <https://blog.alhajam.ru>. Вы можете записаться на курсы по народной медицине, в том числе по хиджаме, на его главном сайте <https://alhajam.ru>.

Фарид Файзулин считает, что специалист по народной медицине не должен ограничиваться одной только дисциплиной. Ведь зная методики различных способов лечения, человек может более точно определить проблемы в организме и найти пути их решения. Работать нужно в первую очередь с причиной заболевания, а не с их следствиями. А причину легче узнает тот, кто более эрудирован и имеет больше практики в медицине в целом. Обучившись хиджаме в достаточной мере, с обширной практикой и теоретическими знаниями, нужно двигаться дальше — например, взять основы висцеральной терапии, постановки пиявок, остеопатии, массажа, иглоукалывания.

---

## *О книге и ее целях*

---

Книга, которую Вы читаете, называется «Хиджама для самых маленьких». На первый взгляд, тут мы должны рассказать о хиджаме на доступным для детей языке. Но все-таки, хиджама является частью методов лечения, и мы под самыми маленькими тут имеем в виду тех людей, которым интересна процедура с точки зрения практики, и которые имеют совсем немного опыта в хиджаме. Книга может быть интересна также тем, кто работает хаджамом уже около года-двух, но хочет повторить некоторые моменты в теории, которые он или она, может быть, упустили.

Книга «Хиджама для самых маленьких» нисколько не претендует на обширность теории либо практических знаний, но скорее, является маленьким трамплином, который поможет перескочить реку непонимания либо ров заблуждения относительно некоторых понятий и слов, связанных с хиджамой.

Мы решили начать писать книгу в августе 2024 года. Спустя примерно две недели основа книги была готова. Поскольку мыслей для книги оказалось достаточно, она писалась довольно быстро. Мы собирались с редактором книги по вечерам в кафе Бишкек в Казани и вместе пытались подобрать правильные слова, чтобы брошюра оказалась полезной нашей аудитории.

---

## *Предисловие*

---

### **Что такое хиджама?**

Мы все знаем, что здоровье очень важно. Наша кожа - это наш защитный щит, который помогает нам чувствовать себя комфортно в жизни. Но иногда наша кожа может чувствовать себя усталой или раздраженной.

Хиджама — это старая и известная техника, которая была придумана тысячелетия назад для поддержания здоровья нашей кожи и всего нашего тела. Имя «хиджама» пришло из арабского языка. Означает процедуру капиллярного кровопускания.

Хиджама была из унижительных профессий, ею занимались в основном рабы. Дело в том, что раньше не было вакуумных банок, которыми сейчас пользуются врачи-хаджамы — специалисты по хиджаме. Кровь высасывали ртом, что приводило к различным болезням у хаджам. Поэтому в Сунне и приходит запрет на занятие этим профессионально (ставя цену и получая вознаграждение за процедуру). Об этой причине запрета писал шейх Аш-Шанкыти в одной из своих книг по фикху (юриспруденции) в сфере торговли и бизнеса. Еще одной причиной запрета брать деньги является то, что рабы делали хиджаму за деньги, а их владельцы часто забирали их заработок. Пророк Мухаммад, мир ему и благословение Аллаха, будучи справедливым, запретил «брать деньги за кровь», то есть запретил забирать деньги у рабов. Поскольку обе причины запрета ушли, то и нежелательность профессионально этим заниматься тоже ушла. Сейчас Хаджам — это специалист уважаемый, который помогает людям справиться с различными болезнями и расстройствами.

Мы можем лечить наше тело в различных областях: голова, грудь, живот, руки и ноги. Во всех этих областях есть точки, которые помогают нашему телу излечиться.

В хиджаме используется особая техника - массаж специальными банками в совокупности с кровопусканием. Эта техника помогает сбалансировать наш организм и улучшить наше состояние здоровья. Мы можем использовать

разные способы хиджамы в зависимости от того, где находится боль или проблемы с нашей кожей.

Хиджама может помочь:

- Снять усталость и стрессы
- Улучшить сон и расслабление
- Снижение болей и зудов
- Повышение иммунитета
- Улучшить настроение

Помните, что хиджама — это не только массаж или «устаревшее» кровопускание. Это особый метод лечения, который требует специальной подготовки и практики.

---

## *Истоки практики хиджама*

---

Хиджама, известная также как "кровопускание" или "влажное кровопускание", является древней медицинской практикой, корни которой уходят глубоко в историю человечества. В этой главе мы рассмотрим истоки этой удивительной техники исцеления и ее развитие на протяжении веков.

### **Древние цивилизации**

Практика хиджама берет свое начало в древних цивилизациях. Археологические находки свидетельствуют о том, что различные формы кровопускания применялись в:

- Древнем Египте (около 3300 лет до н.э.)
- Месопотамии (около 3000 лет до н.э.)
- Древней Греции (с 800 г. до н.э.)
- Древнем Риме (с 753 г. до н.э.)

В этих культурах кровопускание считалось эффективным методом лечения различных заболеваний и поддержания баланса в организме.

### **Развитие в исламском мире**

Хиджама приобрела особое значение в исламском мире после возрождения ислама в VII веке н.э. Пророк Мухаммад (мир ему и благословение) одобрял и практиковал хиджаму, что зафиксировано во многих хадисах. Например, в одном из хадисов говорится:

"Лучшее лечение, которое вы можете использовать, - это хиджама" (Сахих аль-Бухари).

Благодаря этому одобрению, хиджама стала неотъемлемой частью исламской медицины и широко распространилась в мусульманских странах.

### **Золотой век исламской медицины**

В период с VIII по XIII века, известный как Золотой век исламской науки, хиджама активно изучалась и совершенствовалась выдающимися учеными и врачами, такими как:

1. Абу Бакр ар-Рази (854-925 гг.)
2. Аль-Захрави (936-1013 гг.)

### 3. Ибн Сина (Авиценна) (980-1037 гг.)

Эти ученые систематизировали знания о хиджаме, описали ее технику и показания к применению в своих медицинских трактатах.

#### **Распространение по миру**

Благодаря торговым и культурным связям, практика хиджамы распространилась далеко за пределы исламского мира:

- В Китае она слилась с традиционной китайской медициной
- В Европе практика была известна как "кровопускание" и широко применялась до XIX века
- В Америке метод использовался коренными народами и затем был адаптирован европейскими переселенцами

#### **Современное возрождение**

В XX веке интерес к хиджаме несколько снизился с развитием современной медицины. Однако в последние десятилетия наблюдается возрождение этой практики:

- Проводятся научные исследования, изучающие эффективность хиджамы
- Метод интегрируется в практику комплементарной и альтернативной медицины
- Растет интерес к хиджаме как к натуральному методу оздоровления

Сегодня хиджама продолжает свое развитие, сочетая в себе древнюю мудрость и современные научные знания, помогая людям во всем мире поддерживать здоровье и благополучие.

---

#### *Хиджама в мусульманских странах*

---

С распространением ислама хиджама получила новый импульс развития в мусульманском мире. Она стала неотъемлемой частью исламской медицины, известной как "Unani-Tibb" или "Prophetic Medicine".

1. **Арабский халифат:** В период расцвета исламской цивилизации (VIII-XIII вв.) хиджама широко практиковалась в больницах и медицинских школах.

2. **Персия:** Персидские ученые, такие как Авиценна (980-1037), включили хиджаму в свои медицинские трактаты, детально описав ее применение.
3. **Османская империя:** Хиджама была важной частью османской медицины, ее практиковали в специальных лечебницах.
4. **Современные мусульманские страны:** Сегодня хиджама остается популярной в странах Ближнего Востока, Северной Африки и Юго-Восточной Азии.

### **Роль хиджамы в исламской медицине**

В исламской медицине хиджама занимает особое место по нескольким причинам:

1. **Целостный подход:** Исламская медицина рассматривает человека как единое целое, уделяя внимание как физическому, так и духовному здоровью. Хиджама соответствует этому подходу.
2. **Профилактика:** В исламской медицине большое внимание уделяется профилактике заболеваний. Хиджама рассматривается как эффективный метод предотвращения болезней.
3. **Очищение организма:** Согласно исламской медицине, хиджама помогает очистить организм от токсинов и "плохой" крови, что способствует улучшению общего состояния здоровья.
4. **Духовный аспект:** Хиджама рассматривается не только как медицинская процедура, но и как акт поклонения и следования Сунне Пророка Мухаммада.
5. **Комплексное лечение:** Хиджама часто используется в сочетании с другими методами исламской медицины, такими как использование лечебных трав и диетотерапия.

### **Хадисы о хиджаме**

Существует множество хадисов, в которых упоминается хиджама. Вот некоторые из наиболее известных:

1. Пророк Мухаммад (мир ему и благословение Аллаха) сказал: "Лучшее лечение, которое вы можете использовать, это хиджама" (Сахих аль-Бухари).
2. "Если есть что-нибудь хорошее в ваших методах лечения, то это надрез для кровопускания, глоток меда или прижигание огнем, соответствующее болезни, но я не люблю прижигаться" (Сахих аль-Бухари).
3. Передается от Анаса ибн Малика: "Посланник Аллаха (мир ему и благословение Аллаха) обычно делал себе хиджаму на затылке и между лопатками" (Сунан Абу Дауд).

4. "Хиджама в 17, 19 и 21 день [лунного месяца] - лекарство от любой болезни" (Сунан Абу Дауд).
5. Пророк (мир ему и благословение Аллаха) сказал: "Каждый раз, когда я проходил мимо группы ангелов во время моего ночного путешествия, они говорили: 'О Мухаммад, прикажи своей общине делать хиджаму'" (Сунан ибн Маджа).

В последние годы интерес к традиционным методам лечения, в том числе к хиджаме, значительно возрос. Это привело к увеличению числа научных исследований, направленных на изучение эффективности данной практики. В этой главе мы рассмотрим некоторые современные исследования, которые помогают нам лучше понять потенциальные преимущества хиджамы.

## **Современные исследования**

### **1. Влияние на боль в спине**

Исследование, опубликованное в журнале "Complementary Therapies in Medicine" в 2019 году, показало, что хиджама может быть эффективным методом лечения хронической боли в пояснице. В исследовании приняли участие 70 пациентов, и результаты показали значительное уменьшение боли у группы, получавшей лечение хиджамой, по сравнению с контрольной группой.

### **2. Хиджама и мигрень**

Другое исследование, проведенное в 2020 году и опубликованное в "Journal of Integrative Medicine", изучало влияние хиджамы на пациентов, страдающих мигренью. Исследователи обнаружили, что регулярные сеансы хиджамы в течение трех месяцев привели к уменьшению частоты и интенсивности приступов мигрени у большинства участников.

### **3. Влияние на артериальное давление**

Интересные результаты были получены в исследовании 2018 года, опубликованном в "Journal of Traditional and Complementary Medicine". Ученые изучали влияние хиджамы на пациентов с гипертонией. После курса лечения хиджамой у многих пациентов наблюдалось снижение артериального давления.

### **4. Хиджама и иммунная система**

Исследование 2021 года, опубликованное в "Scientific Reports", изучало влияние хиджамы на иммунную систему. Результаты показали, что после процедуры хиджамы у участников наблюдалось увеличение количества

определенных иммунных клеток, что может указывать на потенциальное усиление иммунного ответа.

### **Ограничения исследований**

Важно отметить, что хотя эти исследования показывают многообещающие результаты, они имеют свои ограничения. Многие из них проводились на небольших группах участников, и требуются дальнейшие, более масштабные исследования для подтверждения результатов. Кроме того, эффективность хиджамы может варьироваться в зависимости от индивидуальных особенностей пациента и конкретного состояния здоровья.

Современные исследования предоставляют нам ценную информацию о потенциальных преимуществах хиджамы. Они показывают, что эта древняя практика может иметь реальные терапевтические эффекты при различных состояниях, от хронической боли до проблем с кровяным давлением. Однако важно помнить, что хиджама должна рассматриваться как дополнение к современной медицине, а не как ее замена.

Всегда консультируйтесь с квалифицированным медицинским специалистом перед началом любого нового лечения, включая хиджаму. Продолжающиеся исследования помогут нам лучше понять механизмы действия хиджамы и оптимизировать ее использование в современной медицинской практике.

---

### *Физиологические эффекты хиджамы*

---

Хиджама, древняя практика лечения кровопусканием, в последние годы привлекает все большее внимание научного сообщества. Современные исследования позволяют нам лучше понять физиологические механизмы, лежащие в основе этой процедуры, и оценить ее эффективность при различных состояниях. В этой главе мы рассмотрим последние научные данные о влиянии хиджамы на организм человека.

### **Влияние на кровообращение**

Одним из основных эффектов хиджамы является улучшение кровообращения. Исследования показывают, что процедура способствует:

1. Увеличению скорости кровотока в капиллярах
2. Снижению вязкости крови
3. Улучшению микроциркуляции в тканях

Эти эффекты могут быть особенно полезны при лечении заболеваний, связанных с нарушением кровообращения, таких как варикозное расширение вен или периферическая нейропатия.

### **Воздействие на иммунную систему**

Современные исследования указывают на положительное влияние хиджамы на иммунную систему:

- Повышение количества лейкоцитов в крови
- Стимуляция выработки интерферона
- Усиление фагоцитарной активности клеток иммунной системы

Эти эффекты могут способствовать укреплению общего иммунитета и повышению сопротивляемости организма к инфекциям.

### **Противовоспалительное действие**

Хиджама показывает обнадеживающие результаты в снижении воспалительных процессов в организме:

1. Уменьшение уровня провоспалительных цитокинов
2. Снижение С-реактивного белка в крови
3. Ослабление окислительного стресса

Эти эффекты могут быть полезны при лечении хронических воспалительных заболеваний, таких как артрит или фибромиалгия.

### **Влияние на болевой синдром**

Многие пациенты отмечают уменьшение боли после процедуры хиджамы. Исследования подтверждают этот эффект и предлагают следующие механизмы:

- Стимуляция выработки эндорфинов
- Снижение мышечного напряжения
- Улучшение кровоснабжения болезненных участков

Эти механизмы могут объяснить эффективность хиджамы при лечении различных видов боли, включая головные боли и боли в спине.

### **Метаболические эффекты**

Некоторые исследования указывают на положительное влияние хиджамы на метаболизм:

1. Снижение уровня холестерина и триглицеридов в крови
2. Улучшение чувствительности к инсулину
3. Нормализация артериального давления

Эти эффекты могут быть полезны при лечении метаболического синдрома и профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.

### **Ограничения и необходимость дальнейших исследований**

Несмотря на многообещающие результаты, важно отметить, что многие исследования эффективности хиджамы имеют ограничения:

- Небольшие выборки участников
- Отсутствие долгосрочных наблюдений
- Недостаточная стандартизация методик проведения процедуры

Необходимы дальнейшие крупномасштабные, контролируемые исследования для подтверждения и уточнения полученных результатов.

### **Заключение**

Современные исследования предоставляют научное обоснование многим традиционным представлениям о пользе хиджамы. Физиологические эффекты этой древней практики включают улучшение кровообращения, стимуляцию иммунной системы, противовоспалительное действие и облегчение боли. Однако важно помнить, что хиджама не является панацеей и должна применяться с осторожностью, под наблюдением квалифицированных специалистов.

Дальнейшие исследования помогут лучше понять механизмы действия хиджамы и определить оптимальные протоколы ее применения при различных состояниях. Это позволит интегрировать эту древнюю практику в современную медицину на основе научных данных и улучшить качество жизни многих пациентов.

### Необходимое оборудование для проведения хиджамы

Хиджама - это древняя лечебная практика, которая требует определенного набора инструментов и материалов для безопасного и эффективного проведения процедуры. В этой главе мы рассмотрим основное оборудование, необходимое для выполнения хиджамы, уделяя особое внимание гигиене и безопасности.

#### 1. Банки для хиджамы

Банки - это основной инструмент для проведения хиджамы. Они бывают разных видов:

- **Стеклянные банки:** Традиционный вариант, используемый веками.
- **Пластиковые банки:** Современная альтернатива, легкие и небьющиеся.
- **Силиконовые банки:** Мягкие и гибкие, удобны для использования на изогнутых поверхностях тела.

Банки должны быть разных размеров для применения на различных участках тела.

#### 2. Вакуумный насос

Для создания отрицательного давления в банках используется вакуумный насос. Существуют ручные и электрические модели. Начинающим практикам рекомендуется использовать ручные насосы для лучшего контроля над процессом.

#### 3. Скарификатор или ланцет

Для создания небольших надрезов на коже используются специальные инструменты:

- **Скарификатор:** Устройство с несколькими маленькими лезвиями для одновременного создания нескольких надрезов.
- **Ланцет:** Одноразовое устройство для создания одиночного прокола.

Важно использовать стерильные, одноразовые инструменты для каждой процедуры.

#### 4. Антисептические средства

Для дезинфекции кожи до и после процедуры необходимы:

- Спиртовые салфетки
- Антисептический раствор (например, хлоргексидин)
- Йод или повидон-йод

## **5. Защитные средства**

Для обеспечения гигиены и безопасности необходимы:

- Одноразовые перчатки
- Защитная маска
- Защитные очки (если есть риск разбрызгивания)

## **6. Материалы для обработки ран**

После процедуры потребуются:

- Стерильные марлевые салфетки
- Пластыри или бинты
- Антисептическая мазь

## **7. Емкости для отходов**

Необходимо иметь специальные контейнеры для:

- Острых предметов (использованные ланцеты или скарификаторы)
- Биологических отходов (использованные салфетки, перчатки)

## **8. Дополнительные принадлежности**

- Масло для массажа (для подготовки кожи)
- Бритва (для удаления волос в месте проведения процедуры, если необходимо)
- Маркер (для разметки точек хиджамы)
- Таймер (для контроля времени процедуры)

## **9. Средства для уборки**

- Дезинфицирующие салфетки или спрей для обработки поверхностей
- Одноразовые полотенца или салфетки

**Важные замечания**

1. Все оборудование должно быть одобрено для медицинского использования и соответствовать местным стандартам здравоохранения.
2. Строго соблюдайте правила стерилизации и дезинфекции всех многоразовых инструментов.
3. Используйте только одноразовые инструменты для прокалывания кожи.
4. Регулярно проверяйте срок годности и состояние всех материалов.
5. Храните оборудование в чистом, сухом месте, недоступном для детей.

### **Заключение**

Правильный выбор и использование оборудования - ключевой фактор безопасного и эффективного проведения хиджамы. Помните, что эта процедура должна выполняться только квалифицированными специалистами, прошедшими соответствующее обучение. Начинающим практикам рекомендуется работать под наблюдением опытного наставника, пока они не освоят все аспекты процедуры, включая правильное использование оборудования.

### **Стерилизация и гигиена при проведении хиджамы**

Соблюдение правил стерилизации и гигиены является критически важным аспектом безопасного проведения хиджамы. В этой главе мы рассмотрим основные принципы и методы обеспечения стерильности и гигиены в процессе выполнения процедуры.

### **Важность стерилизации и гигиены**

Правильная стерилизация инструментов и соблюдение гигиенических норм необходимы для:

- Предотвращения инфекций
- Защиты здоровья пациента и практикующего
- Обеспечения эффективности процедуры
- Поддержания доверия пациентов

### **Подготовка помещения**

1. **Чистота рабочего пространства:** Тщательно очистите и продезинфицируйте все поверхности перед началом работы.
2. **Вентиляция:** Обеспечьте хорошую вентиляцию помещения.

3. **Освещение:** Убедитесь в наличии достаточного освещения для точного проведения процедуры.

### **Личная гигиена практикующего**

1. **Мытье рук:** Тщательно мойте руки с мылом перед и после каждой процедуры.
2. **Защитная одежда:** Используйте чистый халат или фартук.
3. **Перчатки:** Всегда используйте стерильные одноразовые перчатки.
4. **Маска и очки:** Рекомендуется использовать защитную маску и очки.

### **Стерилизация инструментов**

1. **Одноразовые инструменты:** Используйте стерильные одноразовые инструменты для надрезов (скарификаторы, ланцеты) и утилизируйте их после каждого использования.
2. **Многоразовые инструменты (банки):**
  - Механическая очистка: Тщательно промойте банки теплой водой с моющим средством.
  - Дезинфекция: Погрузите банки в раствор дезинфицирующего средства на рекомендуемое время.
  - Стерилизация: Используйте автоклав или кипячение для полной стерилизации.
  - Хранение: Храните стерилизованные инструменты в чистом, сухом месте.

### **Подготовка кожи пациента**

1. **Очистка:** Тщательно очистите участок кожи, где будет проводиться процедура.
2. **Дезинфекция:** Обработайте кожу антисептическим раствором.
3. **Время воздействия:** Дайте антисептику высохнуть перед началом процедуры.

### **Процедура хиджамы**

1. Используйте стерильные инструменты, открывая упаковку непосредственно перед использованием.
2. Не касайтесь стерилизованных поверхностей руками или нестерильными предметами.
3. Меняйте перчатки при их загрязнении или повреждении.

## После процедуры

1. **Обработка раны:** Очистите и продезинфицируйте места надрезов.
2. **Утилизация:** Правильно утилизируйте все одноразовые материалы и острые предметы.
3. **Очистка рабочего места:** Тщательно очистите и продезинфицируйте все поверхности.

## Хранение и утилизация отходов

1. **Острые предметы:** Утилизируйте в специальных контейнерах для острых медицинских отходов.
2. **Биологические отходы:** Следуйте местным правилам утилизации биологических отходов.
3. **Обычные отходы:** Утилизируйте согласно правилам сортировки мусора.

## Заключение

Строгое соблюдение правил стерилизации и гигиены – это не просто формальность, а необходимое условие для безопасного и эффективного проведения хиджамы. Помните, что даже небольшое отклонение от этих правил может привести к серьезным последствиям для здоровья пациента.

Регулярно обновляйте свои знания о методах стерилизации и гигиены, следите за новыми рекомендациями в этой области. Ваша приверженность высоким стандартам гигиены не только защитит здоровье ваших пациентов, но и повысит доверие к вам как к профессионалу.

### **Пошаговое руководство по проведению процедуры хиджама**

Хиджама - это древняя лечебная практика, требующая тщательного подхода и соблюдения определенных правил. В этой главе мы рассмотрим пошаговый процесс проведения процедуры хиджама, уделяя особое внимание безопасности и эффективности.

#### **Предварительная подготовка**

##### **1. Подготовка помещения:**

- Убедитесь, что помещение чистое и хорошо освещенное.
- Температура в комнате должна быть комфортной для пациента.

##### **2. Подготовка инструментов:**

- Проверьте наличие всего необходимого оборудования (см. главу "Необходимое оборудование для проведения хиджама").
- Убедитесь, что все инструменты стерильны и готовы к использованию.

##### **3. Подготовка пациента:**

- Объясните пациенту процедуру и ответьте на все его вопросы.
- Получите информированное согласие пациента.
- Попросите пациента принять удобное положение (лежа или сидя, в зависимости от области проведения процедуры).

#### **Проведение процедуры**

##### **4. Гигиеническая обработка:**

- Тщательно вымойте руки с мылом и наденьте стерильные перчатки.
- Обработайте область проведения процедуры антисептическим раствором.

##### **5. Наложение банок:**

- Определите точки для наложения банок согласно выбранной методике.
- Нанесите небольшое количество массажного масла на кожу для лучшего прилегания банок.
- Наложите банки на выбранные точки, создавая вакуум с помощью насоса.
- Оставьте банки на 3-5 минут для первичного воздействия.

#### 6. Удаление банок и проведение надрезов:

- Осторожно снимите банки.
- Продезинфицируйте область повторно.
- С помощью стерильного скарификатора или ланцета сделайте несколько поверхностных надрезов на коже (не глубже 0,5 мм).

#### 7. Повторное наложение банок:

- Наложите банки на те же точки, где были сделаны надрезы.
- Создайте вакуум, чтобы начать процесс отсасывания крови.
- Оставьте банки на 5-15 минут, в зависимости от состояния пациента и целей процедуры.

#### 8. Завершение процедуры:

- Осторожно снимите банки.
- Очистите область от крови стерильными салфетками.
- Продезинфицируйте обработанные участки кожи.
- Наложите стерильные повязки или пластыри на места надрезов.

### Послепроцедурный уход

#### 9. Рекомендации пациенту:

- Объясните, как ухаживать за обработанными участками кожи.
- Посоветуйте избегать физических нагрузок и принятия горячей ванны в течение 24 часов после процедуры.
- Рекомендуйте обильное питье для восстановления водного баланса.

#### 10. Уборка и дезинфекция:

- Утилизируйте все одноразовые материалы в соответствии с правилами обращения с медицинскими отходами.
- Тщательно очистите и продезинфицируйте многоразовые инструменты.
- Проведите уборку рабочего места.

### Важные замечания

- **Безопасность прежде всего:** Если у вас возникают сомнения на любом этапе процедуры, лучше остановиться и проконсультироваться с более опытным практиком.
- **Индивидуальный подход:** Каждый пациент уникален, поэтому будьте готовы адаптировать процедуру под конкретные нужды и состояние пациента.

- **Непрерывное обучение:** Постоянно совершенствуйте свои навыки и знания о хиджаме, следя за новыми исследованиями и рекомендациями.

## Заключение

Проведение хиджамы требует тщательности, внимания к деталям и глубокого понимания процесса. Этот пошаговый guide предоставляет базовую структуру для проведения процедуры, но помните, что практический опыт и обучение у квалифицированного специалиста незаменимы. Всегда ставьте безопасность и комфорт пациента на первое место, и относитесь к каждой процедуре с должным уважением и ответственностью.

---

## *Меры предосторожности*

---

**Важные меры предосторожности при проведении хиджамы**  
Безопасность пациента - главный приоритет при проведении любой медицинской процедуры, включая хиджаму. В этой главе мы рассмотрим ключевые меры предосторожности, которые необходимо соблюдать для минимизации рисков и обеспечения безопасности процедуры.

### Общие меры предосторожности

#### 1. Обучение и сертификация

- Проходите обучение у квалифицированных специалистов.
- Регулярно обновляйте свои знания и навыки.

#### 2. Гигиена и стерильность

- Строго соблюдайте правила личной гигиены.
- Используйте только стерильные инструменты и материалы.

#### 3. Информированное согласие

- Подробно объясняйте пациенту процедуру, ее риски и преимущества.
- Получайте письменное согласие перед проведением процедуры.

### Меры предосторожности перед процедурой

#### 4. Оценка состояния здоровья пациента

- Проводите тщательный опрос о состоянии здоровья и принимаемых медикаментах.
- Не проводите хиджаму при наличии противопоказаний.

#### **5. Проверка оборудования**

- Убедитесь в исправности всего оборудования перед началом процедуры.
- Проверьте наличие всех необходимых материалов.

#### **6. Подготовка к экстренным ситуациям**

- Имейте под рукой аптечку первой помощи.
- Знайте алгоритм действий при возникновении осложнений.

### **Меры предосторожности во время процедуры**

#### **7. Контроль глубины надрезов**

- Делайте только поверхностные надрезы, избегая повреждения глубоких тканей.
- Используйте инструменты с ограничителем глубины надреза.

#### **8. Мониторинг состояния пациента**

- Следите за самочувствием пациента на протяжении всей процедуры.
- Будьте готовы прекратить процедуру при появлении неблагоприятных симптомов.

#### **9. Контроль времени**

- Не превышайте рекомендуемое время наложения банок.
- Следите за общей продолжительностью процедуры.

#### **10. Асептика и антисептика**

- Поддерживайте стерильность рабочего поля на протяжении всей процедуры.
- Меняйте перчатки при их загрязнении или повреждении.

### **Меры предосторожности после процедуры**

#### **11. Обработка ран**

- Тщательно обрабатывайте места надрезов антисептиком.
- Накладывайте стерильные повязки.

#### **12. Инструкции пациенту**

- Дайте четкие инструкции по уходу за местами процедуры.
- Объясните возможные побочные эффекты и когда обращаться к врачу.

#### **13. Утилизация отходов**

- Правильно утилизируйте все биологические отходы и острые предметы.
- Соблюдайте местные нормы по утилизации медицинских отходов.

### **Особые меры предосторожности**

#### **14. Работа с пациентами группы риска**

- Будьте особенно осторожны при работе с пожилыми людьми, детьми, беременными женщинами.
- Консультируйтесь с лечащим врачом пациента при наличии хронических заболеваний.

#### **15. Профилактика инфекций**

- Не проводите процедуру при наличии открытых ран или инфекций кожи.
- Соблюдайте повышенные меры предосторожности при работе с пациентами с ослабленным иммунитетом.

#### **16. Предотвращение передачи инфекций**

- Никогда не используйте одни и те же инструменты для разных пациентов без надлежащей стерилизации.
- Меняйте все одноразовые материалы после каждого пациента.

### **Заключение**

Соблюдение этих мер предосторожности критически важно для обеспечения безопасности как пациента, так и практикующего. Помните, что безопасность всегда должна быть приоритетом над эффективностью или скоростью процедуры. При возникновении сомнений всегда выбирайте более осторожный подход и не стесняйтесь обращаться за консультацией к более опытным коллегам или медицинским специалистам.

Выбор правильных точек для проведения хиджамы играет ключевую роль в эффективности и безопасности процедуры. В этой главе мы рассмотрим основные точки на теле, традиционно используемые в практике хиджамы.

### Важное замечание

Прежде чем мы перейдем к описанию точек, необходимо подчеркнуть, что выбор конкретных точек должен основываться на индивидуальном состоянии пациента, его симптомах и целях лечения. Всегда консультируйтесь с опытным практиком или врачом перед проведением процедуры.

### Основные точки для хиджамы

#### 1. Кахиль (Al-Kahil)

- Расположение: Верхняя часть спины, между лопатками
- Применение: Часто используется для общего оздоровления, при проблемах с дыхательной системой и болях в верхней части спины

#### 2. Ал-Актаин

- Расположение: Плечи, примерно на 3 пальца ниже плечевого сустава
- Применение: При болях в плечах, шее и верхней части спины

#### 3. Ал-Хаджима

- Расположение: Затылочная область головы
- Применение: При головных болях, мигренях, проблемах со зрением

#### 4. Ал-Узмах

- Расположение: Поясничный отдел позвоночника
- Применение: При болях в пояснице, проблемах с почками, ишиасе

#### 5. Ал-Варк

- Расположение: Бедра, ближе к тазобедренному суставу
- Применение: При болях в бедрах, проблемах с циркуляцией в нижних конечностях

#### 6. Ас-Сафа

- Расположение: Задняя поверхность голени
- Применение: При варикозном расширении вен, отеках ног

#### 7. Ал-Ухдуд

- Расположение: Боковые поверхности шеи
- Применение: При болях в шее, головных болях, проблемах с щитовидной железой

#### 8. Ас-Садр

- Расположение: Грудная клетка
- Применение: При проблемах с дыхательной и сердечно-сосудистой системами (соблюдайте особую осторожность в этой области)

### Выбор точек

При выборе точек для хиджама учитывайте следующие факторы:

1. **Симптомы и жалобы пациента:** Фокусируйтесь на областях, связанных с конкретными проблемами.
2. **Общее состояние здоровья:** Учитывайте общее состояние пациента при выборе интенсивности и количества точек.
3. **Противопоказания:** Избегайте точек вблизи варикозных вен, открытых ран, родинок или опухолей.
4. **Традиционные рекомендации:** Учитывайте традиционные знания о применении конкретных точек.
5. **Индивидуальный подход:** Помните, что каждый пациент уникален, и стандартный подход может не подойти всем.

### Заключение

Знание основных точек для проведения хиджама является важным аспектом этой практики. Однако помните, что хиджама – это не просто механическое применение техники в определенных точках. Это целостный подход к здоровью, требующий глубокого понимания человеческого тела и индивидуальных потребностей каждого пациента.

Всегда стремитесь к расширению своих знаний и навыков, консультируйтесь с более опытными практиками и медицинскими специалистами. Безопасность и благополучие пациента должны всегда оставаться вашим главным приоритетом.

В практике хиджамы выбор точек для постановки банок играет ключевую роль в эффективности процедуры. Различные точки на теле связаны с определенными органами, системами и состояниями организма. Понимание этих связей помогает практикующим хиджаму более точно подбирать места для воздействия в зависимости от состояния пациента.

### **Основные точки и их связь с заболеваниями**

#### **1. Кахиль (7-й шейный позвонок)**

- Заболевания: головные боли, мигрень, гипертония
- Состояния: стресс, усталость, напряжение в шее и плечах

#### **2. Между лопатками**

- Заболевания: бронхит, астма, заболевания легких
- Состояния: одышка, кашель, боли в грудной клетке

#### **3. Поясница (область почек)**

- Заболевания: заболевания почек, цистит, проблемы с мочеполовой системой
- Состояния: боли в пояснице, отеки

#### **4. Крестец**

- Заболевания: геморрой, простатит, гинекологические проблемы
- Состояния: боли в нижней части спины, проблемы с менструальным циклом

#### **5. Затылок**

- Заболевания: гипертония, глазные болезни
- Состояния: головокружение, шум в ушах

#### **6. Верхняя часть груди**

- Заболевания: заболевания сердца, стенокардия
- Состояния: тахикардия, аритмия

#### **7. Область живота**

- Заболевания: гастрит, язва желудка, заболевания кишечника
- Состояния: вздутие, нарушения пищеварения

#### **8. Подколенные ямки**

- Заболевания: варикозное расширение вен, тромбофлебит
- Состояния: отеки ног, усталость в ногах

### **Комплексный подход**

Важно отметить, что в практике хиджамы редко используется только одна точка. Как правило, для достижения наилучшего эффекта выбирается комбинация нескольких точек, учитывая общее состояние пациента и конкретные жалобы.

### **Индивидуальный подход**

Несмотря на общие рекомендации, выбор точек всегда должен осуществляться индивидуально. Опытный практик учитывает не только основное заболевание, но и сопутствующие состояния, общее самочувствие пациента, его конституцию и даже эмоциональное состояние.

### **Противопоказания**

Важно помнить, что некоторые точки могут быть противопоказаны при определенных состояниях. Например, область живота не рекомендуется для хиджамы при беременности, а область поясницы - при острых заболеваниях почек.

### **Сочетание с другими методами**

В исламской медицине хиджама часто сочетается с другими методами лечения, такими как фитотерапия, диетотерапия и духовные практики. Выбор точек может зависеть от общей стратегии лечения.

Понимание связи между точками хиджамы и различными заболеваниями и состояниями является ключевым аспектом эффективной практики. Однако важно помнить, что хиджама - это искусство и наука, требующие глубоких знаний, опыта и постоянного обучения.

### **Когда рекомендуется проводить хиджаму**

Правильный выбор времени для проведения хиджамы может повысить ее эффективность. Вот несколько рекомендаций:

#### **По лунному календарю**

Согласно исламской традиции, наиболее благоприятные дни для хиджамы:

- 17-й, 19-й и 21-й дни лунного месяца
- В целом, дни второй половины лунного месяца считаются благоприятными

#### **По времени суток**

- Утро: считается оптимальным временем, когда организм отдохнул и готов к очищению
- После полудня: также подходящее время, но до захода солнца

#### **По сезонам**

- Весна и осень: традиционно считаются лучшими сезонами для хиджамы
- Лето: подходит, если нет сильной жары
- Зима: рекомендуется только при острой необходимости из-за риска переохлаждения

#### **По состоянию здоровья**

##### **1. При острых состояниях:**

- Сильные головные боли или мигрени
- Острые боли в спине или суставах
- Гипертонический криз (под наблюдением врача)

##### **2. При хронических заболеваниях:**

- В период ремиссии для профилактики обострений
- При стабильном течении заболевания для улучшения общего состояния

##### **3. Для профилактики:**

- Раз в 3-6 месяцев для общего оздоровления

- Перед сезоном простудных заболеваний для укрепления иммунитета

### **Противопоказания**

Хиджаму не рекомендуется проводить в следующих случаях:

- Во время менструации
- При беременности (особенно в первом триместре)
- При острых инфекционных заболеваниях
- При высокой температуре
- При сильной слабости или истощении
- После обильного приема пищи
- При заболеваниях крови и нарушениях свертываемости

Важно помнить, что перед проведением хиджамы всегда рекомендуется проконсультироваться с опытным практиком и, при необходимости, с лечащим врачом, особенно если у вас есть хронические заболевания или вы принимаете медикаменты.

Хиджама широко применяется при лечении различных заболеваний и состояний. Рассмотрим некоторые конкретные проблемы со здоровьем, при которых хиджама может быть эффективна:

### **1. Заболевания опорно-двигательного аппарата**

- **Боли в спине и пояснице:** Хиджама на области поясницы и между лопатками может помочь уменьшить боль и улучшить подвижность.
- **Артрит и ревматизм:** Процедура может уменьшить воспаление и облегчить боль в суставах.
- **Остеохондроз:** Хиджама на шейно-воротниковую зону может улучшить кровоснабжение и уменьшить дискомфорт.

### **2. Сердечно-сосудистые заболевания**

- **Гипертония:** Хиджама на затылочную область и верхнюю часть спины может способствовать снижению артериального давления.
- **Варикозное расширение вен:** Процедура на нижних конечностях может улучшить кровообращение и уменьшить отеки.

### **3. Респираторные заболевания**

- **Бронхиальная астма:** Хиджама на верхнюю часть спины может облегчить симптомы и улучшить дыхание.
- **Хронический бронхит:** Процедура может помочь в выведении мокроты и улучшении функции легких.

### **4. Заболевания пищеварительной системы**

- **Гастрит и язва желудка:** Хиджама на область живота может уменьшить воспаление и улучшить пищеварение.
- **Запоры:** Процедура на нижней части спины может стимулировать перистальтику кишечника.

### **5. Неврологические и психические расстройства**

- **Головные боли и мигрени:** Хиджама на затылочную область и шею может уменьшить частоту и интенсивность приступов.

- **Стресс и тревожность:** Процедура может оказывать общее успокаивающее действие и улучшать сон.

## 6. Кожные заболевания

- **Псориаз и экзема:** Хиджама может помочь в выведении токсинов и улучшении состояния кожи.
- **Акне:** Процедура может способствовать очищению крови и улучшению состояния кожи.

## 7. Гинекологические проблемы

- **Нарушения менструального цикла:** Хиджама на область поясницы и низа живота может помочь в регуляции цикла.
- **Бесплодие:** В некоторых случаях хиджама может быть полезна как дополнительный метод лечения.

## 8. Заболевания мочеполовой системы

- **Простатит:** Хиджама на область поясницы и крестца может улучшить кровообращение в области малого таза.
- **Цистит:** Процедура может помочь в уменьшении воспаления и улучшении функции мочевого пузыря.

Важно отметить, что хиджама не является панацеей и должна применяться в комплексе с другими методами лечения, назначенными врачом. Перед проведением процедуры необходимо проконсультироваться с квалифицированным специалистом, особенно при наличии хронических заболеваний или приеме лекарственных препаратов.

---

### *Сочетание хиджамы с другими методами лечения*

---

Хиджама может эффективно сочетаться с различными методами лечения, усиливая их действие и обеспечивая комплексный подход к здоровью.

#### 1. Хиджама и висцеральная терапия

- Висцеральная терапия работает с внутренними органами через мягкие мануальные техники.
- Сочетание: хиджама может проводиться до или после сеанса висцеральной терапии, улучшая кровоток и лимфоток в органах.

- Эффект: усиление детоксикации, улучшение функции органов, снятие спазмов и застойных явлений.

## **2. Хиджама и остеопатия**

- Остеопатия направлена на восстановление подвижности костей, суставов и мягких тканей.
- Сочетание: хиджама может проводиться перед остеопатическим сеансом для расслабления мышц и улучшения кровообращения.
- Эффект: облегчение остеопатических манипуляций, ускорение восстановительных процессов.

## **3. Хиджама и гирудотерапия (лечение пиявками)**

- Гирудотерапия использует лечебный эффект от укусов медицинских пиявок.
- Сочетание: хиджама может проводиться в промежутках между сеансами гирудотерапии.
- Эффект: усиление кровоочистительного и противовоспалительного действия, улучшение микроциркуляции.

## **4. Хиджама и фитотерапия**

- Фитотерапия использует лечебные свойства растений.
- Сочетание: прием лекарственных трав может дополнять курс хиджамы.
- Эффект: усиление очищающего действия, поддержка органов и систем организма.

## **5. Хиджама и акупунктура**

- Акупунктура работает с энергетическими меридианами тела через воздействие на определенные точки.
- Сочетание: хиджама может проводиться на акупунктурных точках или меридианах.
- Эффект: усиление энергетического воздействия, более глубокое влияние на организм.

## **6. Хиджама и массаж**

- Различные виды массажа улучшают кровообращение и расслабляют мышцы.
- Сочетание: хиджама может проводиться до или после массажа.
- Эффект: усиление расслабляющего и восстанавливающего действия, улучшение лимфодренажа.

При комбинировании хиджамы с другими методами лечения важно учитывать следующие факторы:

- Индивидуальные особенности пациента и его состояние здоровья

- Правильную последовательность процедур
- Интервалы между различными видами терапии
- Возможные противопоказания к сочетанию методов

Важно отметить, что комбинированное лечение должно проводиться под наблюдением опытных специалистов, которые могут правильно оценить состояние пациента и подобрать оптимальную схему лечения.

Хиджама в исламской традиции рассматривается не только как медицинская процедура, но и как духовная практика, имеющая глубокое значение для верующих.

### 1. Хиджама в исламской традиции

- **Сунна Пророка:** Хиджама является сунной (традицией) Пророка Мухаммада (мир ему и благословение). Многочисленные хадисы свидетельствуют о том, что Пророк не только рекомендовал хиджаму, но и сам прибегал к этой процедуре.
- **Хадисы о хиджаме:** Существует множество хадисов, подчеркивающих важность и пользу хиджамы. Например, в одном из хадисов говорится: "Лучшее лечение, которое вы можете использовать, - это хиджама" (Сахих аль-Бухари).

### 2. Духовное очищение

- **Очищение тела и души:** В исламской традиции считается, что хиджама способствует не только физическому, но и духовному очищению. Верующие рассматривают эту процедуру как способ избавления от негативной энергии и духовных недугов.
- **Связь с постом:** Многие мусульмане предпочитают не проводить хиджаму во время поста, считая, что в этот период запрещено проводить хиджаму. Но хадис, говорящий об этом, можно трактовать по-разному.

### 3. Намерение (ният)

- **Важность намерения:** В исламе намерение играет ключевую роль в любом действии. При проведении хиджамы важно иметь чистое намерение - стремление к исцелению и следование сунне Пророка.
- **Дуа (молитвы):** Перед процедурой и после нее рекомендуется читать определенные молитвы, прося у Аллаха исцеления и благословения.

### 4. Хиджама как акт поклонения

- **Ибада (поклонение):** Для верующих хиджама может рассматриваться как акт поклонения, если она выполняется с правильным намерением и в соответствии с исламскими предписаниями.
- **Награда от Аллаха:** Считается, что человек, проводящий или принимающий хиджаму с правильным намерением, получает награду от Аллаха.

## 5. Этические аспекты

- **Скромность:** При проведении хиджамы важно соблюдать исламские нормы скромности.
- **Противоположный пол:** смешение полов запрещено во время проведения процедур и разрешается только в исключительных случаях, когда человеку грозит смерть.
- **Чистота:** Особое внимание уделяется чистоте – как физической, так и духовной – во время проведения процедуры.

## 6. Универсальность хиджамы

- **Для всех верующих:** Хотя хиджама имеет особое значение в исламе, ее духовные аспекты могут быть близки и представителям других религий, рассматривающим лечение как духовный процесс.
- **Холистический подход:** Духовный аспект хиджамы подчеркивает холистический подход к здоровью в исламе, где физическое и духовное благополучие рассматриваются как неразрывно связанные.

Понимание духовного аспекта хиджамы важно не только для мусульман, но и для всех, кто интересуется целостным подходом к здоровью. Это помогает рассматривать хиджаму не просто как медицинскую процедуру, но как часть более широкого пути к физическому и духовному благополучию.

---

*Молитвы и духовные практики, связанные с хиджамой*

---

=====

Здесь нужно указать два, которые приходят в Сунне.

=====

## **Интеграция хиджамы в современную медицину**

Интеграция хиджамы в современную медицину - это сложный и интересный вопрос. Хиджама - традиционная арабская система лечения, основанная на массаже, стрижке волос и других процедурах, которая широко используется во многих странах Среднего Востока и Юго-Восточной Азии.

В последние годы хиджама стала все более популярной в Западном мире, особенно среди людей, интересующихся альтернативными методами лечения. Однако интеграция хиджамы в современную медицину вызывает много вопросов и беспокойство со стороны врачей и медицинских экспертов.

Одна из основных проблем - это то, что хиджама не подчиняется общим стандартам доказательной медицины, что означает, что эффективность и безопасность ее процедур еще не полностью подтверждены. Кроме того, хиджама часто используется в сочетании с другими альтернативными методами лечения, которые могут конфликтовать с современной медицинской практикой.

В то же время, некоторые исследования показывают, что хиджама может быть полезна при определенных заболеваниях, таких как артрит и остеопороз. Кроме того, хиджама может оказывать положительное воздействие на психическое здоровье, улучшая стрессоустойчивость и качество жизни.

Чтобы интегрировать хиджаму в современную медицину, необходимо тщательно рассмотреть ее потенциальные преимущества и недостатки. Это может включать в себя проведение дополнительных исследований для подтверждения эффективности и безопасности процедур, а также разработку стандартов и рекомендаций для использования хиджамы в сочетании с другими методами лечения.

В заключение, интеграция хиджамы в современную медицину - сложный и многосторонний вопрос, который требует тщательного рассмотрения потенциальных преимуществ и рисков. Однако, если это будет сделано правильно, хиджама может стать ценным дополнением к традиционным методам лечения и улучшить здоровье людей.

## Правовые аспекты практики хиджамы

Правовые аспекты практики хиджамы являются важной темой для обсуждения, особенно в контексте интеграции хиджамы в современную медицину.

В разных странах имеются разные законы и правила, которые регулируют практику альтернативных методов лечения, включая хиджаму. Ниже перечислены некоторые важные правовые аспекты практики хиджамы:

- 1. Лицензирование:** В некоторых странах требуются лицензии или разрешения для практики хиджамы. Например, в США некоторые штаты имеют законы, которые регулируют практику альтернативных методов лечения.
- 2. Объяснение роли и ответственности:** Практикующие врачи-хиромы должны ясно объяснить свою роль и ответственность перед пациентами. Это включает в себя информирование о потенциальных рисках и преимуществах хиджамы.
- 3. Протоколы безопасности:** Практики хиджамы должны следовать протоколам безопасности для предотвращения нанесения вреда пациентам. Это включает в себя использование чистых инструментов, стерильных помещений и соблюдение правил гигиены.
- 4. Уважение медицинских стандартов:** Практики хиджамы должны уважать медицинские стандарты и рекомендации для обеспечения безопасности пациентов.
- 5. Информирование пациентов:** Пациенты должны быть информированы о потенциальных рисках и преимуществах хиджамы перед принятием решения о ее практике.
- 6. Сотрудничество с другими специалистами\*\*:** Практикующие врачи-хаджамы могут сотрудничать с другими специалистами, такими как врачами или физиотерапевтами, для обеспечения комплексного лечения пациентов.
- 7. Правовая защита:** Хаджамы должны иметь правовую защиту в случае нанесения вреда пациенту.

В разных странах имеются разные законы и правила, которые регулируют практику хиджамы. Например:

- В США Федеральная торговая комиссия (FTC) требует от поставщиков услуг по альтернативной медицине предоставлять правдивую информацию о потенциальных рисках и преимуществах своих услуг.

- В Великобритании NHS (Национальная служба здравоохранения) требует от поставщиков услуг по альтернативной медицине следовать стандартам качества и безопасности.
- В Германии Федеральное министерство здравоохранения, социального страхования и гражданства требует от поставщиков услуг по альтернативной медицине предоставлять информацию о потенциальных рисках и преимуществах их услуг.

В заключении, правовые аспекты практики хиджама являются важной темой для обсуждения. Практикующие врачи-хиромы должны быть осведомлены о требованиях и правилах своего региона и следовать им для обеспечения безопасности пациентов и уважения медицинских стандартов.

---

## *Глава 11: Часто задаваемые вопросы*

---

Ниже перечислены некоторые часто задаваемые вопросы со стороны начинающих в хиджаме:

### **1. Как работает хиджама?**

- Хиджама работает на основе принципа «травма для исцеления», когда небольшая травма (например, надрез лезвием или массаж) приводит к образованию рубца, который затем восстанавливается, увлажняется и укрепляется.

### **2. Чем отличается хиджама от других систем лечения?**

- Хиджама отличается от других систем лечения тем, что она использует комбинацию массажа, надрезов кожи и других процедур для стимулирования иммунной системы и повышения сопротивляемости организма.

### **3. Что нужно знать о безопасности хиджама?**

- Нужно знать о потенциальных рисках и преимуществах хиджама, а также следовать протоколам безопасности для предотвращения нанесения вреда пациентам.

### **4. Как подготовиться к процедуре хиджама?**

- Необходимо подготовить себя к процедуре хиджама, очистив кожу и волосы от загрязнений, а также информировать

практикующего врача-хаджама о любых медицинских условиях или аллергиях.

**5. Что делать после процедуры хиджамы?**

- После процедуры хиджамы необходимо следовать рекомендациям практикующего врача-хаджама по уходу за кожей и волосами, а также информировать о любых проблемах или симптомах.

**6. Как узнать, что я сделал правильно или неправильно?**

- Нужно обратиться к практикующему врачу-хаджама для получения оценки выполнения процедуры хиджамы и получения рекомендаций по улучшению результатов.

**7. Что нужно знать о том, как хиджама может помочь моему здоровью?**

- Нужно знать о потенциальных преимуществах хиджамы для иммунной системы, кожи и волос, а также о том, какая процедура подходит именно вам.

**8. Где я могу найти практикующего врача-хаджама?**

- Вы можете найти практикующих врачей-хаджамов в различных центрах хиджамы или через рекомендации друзей и коллег.

Эти вопросы являются часто задаваемыми у начинающих в хиджаме, и ответы на них могут помочь им понимать принципы и методы этой системы лечения.

---

## *Заключение*

---

### **Перспективы развития процедуры**

Хиджама - традиционная арабская система лечения, которая набирает популярность в последние годы во всем мире. Перспективы развития хиджамы выглядят следующим образом:

- 1. Расширение географии:** Хиджама уже широко используется не только в арабском регионе, но и в других частях мира, включая Европу, Америку и Австралию. В будущем можно ожидать увеличения числа центров хиджамы и практикующих врачей-хаджамов во всем мире.
- 2. Разработка новых методик:** На основе традиционной системы хиджамы будут разрабатываться новые методики и технологии для улучшения эффективности и безопасности процедур.

3. **Интеграция с другими системами лечения:** Хиджама может быть интегрирована с другими системами лечения, такими как Традиционная Китайская Медицина и гомеопатия, для создания более полных и комплексных методов лечения.
4. **Разработка образовательных программ:** Будет разработана система образования и обучения для практикующих врачей-хаджамов и других специалистов, которые будут изучать и применять хиджаму в своей работе.
5. **Завершение исследований:** На основе традиционной системы хиджамы будет проведено больше научных исследований для подтверждения эффективности и безопасности процедур.
6. **Создание стандартов качества:** Будет разработана система стандартов качества для центров хиджамы и практикующих врачей-хаджамов, чтобы гарантировать безопасность и эффективность процедур.
7. **Расширение применения:** Хиджама может быть применена не только в лечении заболеваний, но также в предотвращении болезней и улучшении общего состояния здоровья.

В будущем можно ожидать следующих шагов:

1. **Создание международных стандартов хиджамы:** Будет разработана система международных стандартов для центров хиджамы и практикующих врачей-хаджамов.
2. **Расширение использования в профессиональной медицине:** Хиджама может быть принята в качестве дополнительного метода лечения в профессиональной медицине.
3. **Разработка новых продуктов и технологий:** Будет разработано новое оборудование и продукты для поддержания и улучшения процедур хиджамы.

В общем, перспективы развития хиджамы выглядят довольно позитивно, с возможностью расширения географии, разработки новых методик и технологий, а также интеграции с другими системами лечения.

## **Призыв к дальнейшему изучению и практике**

Хиджама - традиционная арабская система лечения, которая имеет богатую историю и ценность в современном мире. Для тех, кто заинтересован в изучении и практике хиджамы, я предлагаю призыв к дальнейшему изучению и практике этой системы лечения.

### **Для врачей-хаджамов**

- Продолжайте развивать свою профессиональную компетенцию в области хиджамы.
- Отдайте приоритет безопасности и эффективности процедур хиджамы.
- Разрабатывайте новые методики и технологии для улучшения результатов хиджамы.
- Сотрудничайте с другими специалистами, чтобы обеспечить комплексное лечение пациентов.

### **Для всех**

- Выражаем благодарность традиционным практикующим врачам-хаджамам за их вклад в сохранение и развитие хиджамы.
- Призываем к дальнейшему изучению и практике хиджамы, чтобы способствовать ее развитию и улучшению результатов лечения пациентов.
- Важно признать ценность традиционных систем лечения, таких как хиджама, и их потенциал в современном мире.

Я надеюсь, что этот призыв вдохновит всех на дальнейшее изучение и практике хиджамы.

## **Глоссарий**

**Хиджама** — процедура капиллярного кровопускания, направленная на очищение организма от застоявшейся крови.

**Хаджам** — специалист по хиджаме

**Влажная хиджама** — процедура, в течение которой кровь выходит наружу.

**Сухая хиджама** — процедура, похожая на влажную хиджаму, но кровь при этом не выходит.