إن أمثل ما تداويتم به الحجامة (صحيح بخاری :۵۷۹۶)

بہترین علاج جسے تم کرتے ہو حجامہ لگانا ہے۔

اَلْحِجَامَہ

علاج بھی ، سنّت بھی

آپ کے لئے معلوماتی خزانہ

(حجامہ لگانا، پچھنا لگانا، سینگی، کپینگ تھیراپی)

صرف www.tibbenabavi.com پر

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ

اللہ تعالیٰ نے اپنے آخری نبی محمد مصطفی صلی اللہ علیہ وسلم کے ذریعے جس دین کی تکمیل فرمائی ہے وہ سراسر ہدایت ہے، اسکی ہر ہر چیز ہر ہر حکم سینے سے لگانے کیلئے اوراس پر عمل پیرا ہوکر دونوں جہاں میں سرخروئی حاصل کرنے کے لئے ہے۔

اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم کا ایک عمل صحیح حدیثوں میں پچھنے لگوانا آیا ہے جسکو عربی زبان میں "الحجامہ" سے تعبیر کرتے ہیں۔

قرآن کریم کے بعد سب سے صحیح ترین کتاب صحیح بخاری میں امام بخاری رحمۃ اللہ علیہ نے حجامہ سے متعلق پانچ ابواب قائم کئے ہیں، احادیث کا حاصل یہ ہیکہ رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے پچھنے خود بھی لگوائے ہیں اور اپنی امت کو اسکی ترغیب بھی دی ہے، اس لئے یہ عمل طب نبوی کے باب سے ہے اور آپ رسول صلی اللہ علیہ وسلم کی سنت اور بہترین علاج ہے۔

اس وقت بیماریوں کے بہت سے علاج وجود میں آچکے ہیں۔ جو کہ عارضی علاج کی حیثیت رکھتے ہیں۔ سائنس کے تخلیقی کارنامے بیماریوں کو ملتوی کر سکتے ہیں۔ جڑ سے ختم نہیں کر سکتے۔ اس لئے شرعی علاج انسان کو لاحق ہونے والی تمام بیماریوں کے خاتمہ کا ضامن ہیں۔ اور جو لوگ یہ کہتے ہیں کہ تعلیماتِ نبوی ﷺ میں صرف روحانی علاج ہیں، جسمانی بیماریوں کا علاج نہیں ہے وہ یہ دیکھ لے کہ سائنسی تخلیقات اپنی تمام تر کوششوں کے باوجود اپنے علاج سے مریضوں کو مطمئن نہیں کرسکتی۔ بالآخر طب نبوی کا سہارا لیکر اس مریض کا علاج کیا جاتا ہے۔

انسان کو اللہ تعالیٰ نے بے پناہ صلاحیتوں سے نوازا ہے اور زندگی میں پیش آنے والی ہر طرح کی صورتِ حال سے نپٹتے ہوئے آگے بڑھتے رہنے کا سلیقہ سکھایا ہے، بیماریوں کا علاج بھی اسی زمرہ میں آتا ہے، گو کہ علاج ومعالجہ کا فن آج ترقی کی معراج پر پہونچ چکا ہے، لیکن علاج کے کچھ قدیم طریقے آج بھی اپنی حیثیت برقرار رکھے ہوئے ہیں "پچھنا " لگوانا انہیں موثر طریقوں میں سے ایک ہے اور وہ یہ ہے کہ نال کے ذریعہ فاسد خون کو جسم سے باہر نکال دیا جائے۔

"پچھنا " وہ قدیم صحت افزا نسخہ ہے جو آزمودہ بھی ہے اور سریع الاثر بھی، زمانہ قدیم سے اس کی پائیداری مسلم ہے، تمام تر سائنسی اور میڈیکل ترقی کے دور میں بھی وہ اتنا ہی نفع بخش ہے کہ جتنا پہلے تھا، مختلف ممالک میں آج بھی اس کا رواج برقرار ہے۔

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

یہ اور بات ہے کہ مشرقی ممالک بالخصوص ہندوستان میں اس کا رواج باقی نہیں رہا، لیکن چوں کہ یہ ایک شرعی اور صاحبِ شریعت محمد ﷺ کا پسندیدہ علاج ہے، اس لئے مسلمانوں کو اس طریقہ علاج پر اعتماد کرنا چاہئے اور چونکہ یہ عقلی طور پر بھی بے ضرر اور نفع رساں نسخہ ہے، اسے رواج دینے میں ہمیں پیش قدمی کرنی چاہیے اور پچھنا لگوا کر انسان ایسے بہت سے امراض سے محفوظ رہ سکتا ہے جن کی وجہ فساد خون ہے۔

تمام ماہرینِ طبِ اس بات پر متفیق ہیں کہ تمام جسمانی امراض سے خلاصی کا دارومدار خون کی اصلاح پر ہے اور خون کی صفائی کا قدیم اور موثر ترین طریقہ یہی ہے کہ براہِ راست فاسد خون کو جسم سے نکال باہر کیا جائے، یہ سنت بھی ہے اور متعدد بیماریوں کا کارگر علاج بھی۔

واقعی آج کی دنیا بڑی برق رفتاری سے ترقی کی شاہراہ پر گامزن ہے، زندگی کے تمام میدانوں میں سائنس وٹیکنالوجی نے اپنے پر ایسے پھیلا دئے ہیں کہ اب کسی چیز پر کسی غیر کا گویا کوئی قبضہ نہیں چل سکتا، جہاں دیکھو سائنس وٹیکنالوجی کا چرچا اور اسی کے فوائد کی دھوم ہے۔

جنوب ایشیائی ممالک میں اس کا طریقہ علاج مجرب اور مروج ہے، عرب ممالک تو پہلے سے اس سے علاج کرتے کراتے اور کامیاب ہوتے آئے ہیں۔۔ یہ علاج اگر چہ قدیم علاج کہلاتا ہے لیکن بے شمار امراض کے لئے غیر ضرر بے حد مفید علاج ہے۔ ایران میں ایک طبی ادارہ ہے جو "مؤسسة تحقیقات حجامة" کے نام سے قائم ہے جو بڑی محنت سے حجامہ پر اچھا کام کررہا ہے، اس ادارہ سے وابستہ ڈاکٹر محسن منوچھریان نے "الحجامہ" کے عنوان سے ایک کتاب بھی ترتیب دی ہے جس کا نام "آئین نام اجرائی حجامت تر" ہے۔

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی ایک حدیث امام ابوداؤد نے اپنی کتاب سنن ابی داؤد صفحہ ۳۸۴۰ پر اور امام ترمذی نے صفحہ ۲۹۵۲ پر نقل کی ہے کہ کان رسول اللہ صلی اللہ علیہ و سلم: یحتجم فِي الْاَخدَعَینِ وَالْکَاهِلِ (الحجامہ ص ۱۱۲)
یہ حدیث حضرت انس رضی اللہ عنہ سے مروی ہے وہ کہتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم گلے کے دونوں طرف اور مونڈھون کے درمیان حجامہ لگایا کرتے تھے۔

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

واضح رہے کہ ڈاکٹر محسن صاحب نے حجامہ کو بہت ساری بیماریوں کا علاج بتلایا ہے، وہ لکھتے ہیں کہ حجامہ سے قوتِ مدافعت کے نظام کو درست کرتا ہے، تمام جسم کے اعضاء کی سلامتی، دردِ سر جو بوجہ اعصابی تناؤ اور شقیقہ یعنی آدھے سر کے درد میں مبتلا ہوتا ہے ایسے موقعہ پر حجامہ کا استعمال بے حد مفید ہے، حجامہ آدمی کی بینائی کو بڑھاتا ہے، آنکھوں کے ورم کو دور کرتا ہے، اسی طرح آنکھوں کی رگوں کو خصوصیت کے ساتھ مضبوطی عطا کرتا ہے، حجامہ کا کمال یہ بھی ہے کہ بالوں کا گرنا، حیض کا تکلیف سے آنا، بلڈ پریشر، گردے کی پتھری، سینے کا درد، جسم کا سن ہوجانا، خیالات کا دباؤ، شوگر، پاگل پن، جگر کی بیماری، ڈپریشن اور ہارٹ اٹیک جیسی مہلک بیماریاں حجامہ کی مدد اور برکت سے ختم ہوجاتی ہیں۔

اللہ کا شکر ہے کہ اس پُرفتن دور میں اللہ تعالیٰ نے علاج نبوی ﷺ کو زندہ رکھا ہے

خلاصہ یہ ہے کہ حجامہ بے حد مفید اور سنت نبوی ہے، ایک مسلمان کے لئے صرف یہی کافی ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی سنت ہے، سنت سمجھ کر اس علاج کو روبہ عمل لائیں۔

اللہ ربُ العزت سے دعا گو ہوں کہ مجھے اور آپ کو نبی کریم ﷺ کے طریقے والی پیاری زندگی اپنانے کی توفیق عطا فرمائے آمین۔

طب نبوی کے مطابق بذریعہ الحجامہ علاج کیجئے اور فائدہ اٹھایئے

الحجامہ (پچھنا لگانا) احادیث کی روشنی میں

الحجامہ آپؐ کی سنت ہے جس کے متعلق احادیث آئی ہے جن میں سے چند احادیث کا مفہوم ہے۔

۱) حضرت انس بن مالکؓ سے روایت ہے کہ حضورؐ نے فرمایا کہ بہترین علاج جسے تم کرتے ہو وہ حجامہ لگانا ہے۔ (بخاری شریف)

۲) حضرت ام سلمہؓ سے روایت ہے کہ جب کوئی سر درد کی شکایت لے کر آپؐ کے پاس آتا تو آپؐ اس کو حجامہ کی تلقین کرتے۔ (ابوداؤد)

۳) انس بن مالکؓ سے روایت ہے کہ آپؐ نے فرمایا اپنے خون کی گرمی کو حجامہ سے کم کرو کہیں وہ گرمی تمہیں ہلاک نہ کردے۔ (بن ماجہ)

۴) حضرت عبداللہ ابن مسعودؓ سے روایت ہے کہ فرشتوں نے فرمایا آئے محمدؐ اپنی امت کو حجامہ کا حکم کرئے۔ (ترمذی)

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا/پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

جنسی کمزوری کا تسلی بخش علاج حجامہ کے ذریعہ اب ممکن

دور حاضر میں سب سے زیادہ مرد حضرات جن بیماری میں مبتلا ہو رہے ہیں وہ بیماری جنسی بیماری Sexual Weakness ہیں۔ یہ بیماری کئی وجوہات سے ہوتی ہیں، جیسے جسم میں موجود Harmonal Imbalance, Neurological Disorder کی وجہ سے بھی Sexual Weakness ہوتا ہے۔ صحیح تشخیص نہ ہونے کی وجہ سے کئی لوگ اس کا علاج کروا کر مایوس ہوجاتے ہیں۔ حجامہ (پچھنا لگا کر) اور قدرتی دوائی کے ذریعہ علاج اب ممکن ہے

بلڈ پریشر BP کئی جان لیوا بیماریوں کی وجہ

جسم کے اعضاء کو تندرست رہنے کیلئے Nourishment کی ضرورت ہوتی ہے جو خون سے ملتا ہے (رگوں) کے ذریعہ دل اس خون کو پمپ کرتا ہے۔ مگر چھوٹے رگوں میں خون کو پہنچانے کے لئے خون رگوں کے اوپر پریشر ڈالتا ہے جس سے خون سارے جسم میں پھیلتا ہے اس پریشر کو BP کہتے ہیں۔ BP کی اہم وجہ خون کی عدم سربراہی اور گاڑھا پن۔ BP کئی بیماریوں کی جڑ ہے۔ جیسے Heart Attack, Brain Stroke, Kidney Failure وغیرہ جو مہلک بیماریاں ہے حجامہ سے جسم کا دوران خون درست ہوتا ہے اور گاڑھا پن دور ہوتا ہے جس سے پریشر نارمل ہوتا ہے اور خون آسانی سے جسم میں پھیلتا ہے۔

نوٹ : ★ بلڈ پریشر کے لئے مریض کی حالت اور عمر دیکھ کر چار سے پانچ مرتبہ حجامہ کرنا ضروری ہے۔ ورنہ ایک بار حجامہ کرنے سے بلڈ پریشر ختم نہیں ہوگا۔

★ حجامہ کرنے کے فوری بعد ہر مریض کو آدھے گھنٹے تک پیدل چلنا چاہیے کیونکہ ایسا کرنے سے جسم کا دوران خون Blood Circulation بہتر ہوتا ہے۔

★ حجامہ کرنے کے بعد چھ (6) گھنٹے تک نہ سوئے۔

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

تھائی رائیڈ (Thyroid) کا علاج اب ممکن

BCS ریسرچ کے مطابق الحجامہ جو کہ کپنگ کے نام سے ساری دنیا میں مشہور ہے جس کے نتائج نے عالمی سطح میں ایک مثال قائم کرتے ہوئے یہ ثابت کر دیا ہے کہ حجامہ سے Thyroid کا علاج ممکن ہے۔ ہارمون جسم کی تمام Metabolic Processess پر اثر انداز ہوتا ہے اس کی خرابی سے جسم میں کئی علامات ظاہر ہوتے ہیں جیسے وزن کا کم یا بڑھ جانا، بال جھڑنا، جسم میں درد ہونا، کمزوری، تھکان، نیند کا کم یا زیادہ ہونا سر میں شدید درد، Anxiety، Depression وغیرہ۔ دنیا کے مختلف ملکوں میں اس طریقہ علاج سے بھرپور فائدہ اٹھایا جارہا ہے۔ حجامہ کے ذریعہ سے Harmonial Imbalance کو درست کرنے کے ساتھ ساتھ جسم کی قوت مدافعت کو بڑھایا جاتا ہے۔

بچے نہ ہونے کی ایک وجہ تھائی رائیڈ بھی ہوسکتی ہے

ہر 25 افراد میں ایک تھائی رائیڈ کا شکار ہو رہا ہے جس میں عورتیں اس مرض سے زیادہ متاثر ہو رہی ہے۔ تھائی رائیڈ کی بیماری سے جسم میں کئی علامتیں ظاہر ہوتی ہیں جیسے وزن کا کم یا بڑھ جانا، بال جھڑنا، جسم میں درد ہونا، کمزوری، تھکان، نیند کا کم یا زیادہ ہونا، سر میں شدید درد، بچے نہ ہونا، بار بار حمل ضائع ہونا، ماہواری کا وقت پر نہ ہونا Depression Anxiety ہو سکتا ہے۔ وقت پر علاج نہ ہونے کی صورت میں تھائی رائیڈ ایک مہلک بیماری بن سکتی ہے تھائی رائیڈ مریضوں کے لئے حجامہ میں ایک بہترین علاج ہے، کئی مریض حجامہ کروا کر بے حد فائدہ حاصل کر چکے ہیں۔ اب ان مریضوں کی صحت اور رپورٹ نارمل ہیں۔

70% بیماریوں کی اہم وجہ خون کی عدم سربراہی

خون کی عدم سربراہی ورکاوٹ کو بیماریوں کی ماں کہا جاتا ہے کیوں کہ Heart Problem, B.P., Thyroid, Skin Diseases, Joints Pain وغیرہ جیسی بیماریاں اسی وجہ سے ہوتی ہیں۔ مریض خون کو پتلا کرنے کے لئے کئی دواؤں کا استعمال کرتا ہے مگر وہ ان کے Sides Effects کی گرفت میں آجاتا ہے اللہ نے ایسی بیماریوں کا علاج حجامہ کو سنت بنا کر 1400 سال پہلے بتادیا۔

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڑ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

خون میں گرمی کی زیادتی بہت نقصان دہ

موسم گرما کی شدت جسم کے خون کو بہت کم کردیتی ہے، جس سے انسان نہ صرف ذہنی بلکہ جسمانی بیماریوں میں مبتلا ہوجاتا ہے۔ خون کی گرمی کو کم کرنے کیلئے لوگ مشروبات وغیرہ کا استعمال کرتے ہیں اس سے جسم کی گرمی وقتی طور پر تو کم ہوتی ہے مگر اس کا اثر جلدی ختم ہوتا ہے۔ گرمی کی وجہ سے لوگ سر درد (Migraine) چھڑ چھڑا پن، جلدی امراض وغیرہ میں مبتلا ہو جاتے ہیں، حدیث میں آیا ہے جس کا مفہوم ہے کہ ''اپنے خون کی گرمی کو کم کرو کہیں وہ گرمی تمہیں ہلاک نہ کردے''۔ الحجامہ ایک ایسا علاج ہے جو نہ صرف خون کی گرمی کو دور کرتا ہے بلکہ دوران خون کو درست کرتا ہے، قوت مدافعت کو بڑھاتا ہے، جسم کے درد کو کم کرتا ہے۔

جوڑوں کے درد کا ایک بہترین علاج (Joints Pain)

حضور اکرمؐ سارے عالم کے لئے رحمت بنا کر بھیجے گئے ہیں۔ آپؐ کوئی بات اپنی جانب سے نہیں فرماتے بلکہ وہ اللہ کی طرف سے وحی ہوتی ہے۔ جسم کی 70% بیماریاں خون کی عدم سربراہی یا اس کی رکاوٹ کی وجہ سے ہوتی ہے۔ اور اسی وجہ کو دور کرنے کے لئے آپؐ نے ایک آسان حل بتایا ہے وہ الحجامہ Cupping Therapy جس کے بارے میں آپ نے فرمایا کہ بہترین علاج جسے تم کرتے ہو وہ حجامہ ہے Cupping Therapy حجامہ کے ذریعے جسم میں خراب خون Toxins اور جوڑوں میں جمع ہونے والے خراب منرل ڈپازٹ Mineral Deposit کو نکالا جاتا ہے۔ اس عمل کو ایک خاص طریقہ سے کرنے پر جوڑوں کے اندر پیدا شدہ گیاپ بھی نئے خون کے آنے سے پورے ہوجاتے ہیں اور صحت مند منرل ڈپازٹ بننے شروع ہوجاتے ہیں۔ حجامہ کی وجہ سے جسم کا دوران خون Blood Circulation بہتر ہوتا ہے۔ جسم کی قوت مدافعت Immune System کو تقویت ملتی ہے۔ جس سے جسم میں بیماریوں سے لڑنے کی طاقت میں اضافہ ہوتا ہے۔ اس علاج کی ایک بڑی خصوصیت یہ ہے کہ حجامہ لگوانا آپؐ کی سنت ہے اس پر 28 احادیث شریف آئی ہیں۔ یہ بہت آسان، مفید بنا کوئی درد اور مضرات Side Effects کے آسانی کے ساتھ عمل میں لایا جا سکتا ہے۔ علاج کے دوران مریض کو ہر وقت دوائی کھانے کی ضرورت نہیں پڑتی، حجامہ دنیا کی مختلف اور پیچیدہ امراض کا آسان اور شفا بخش طریقہ علاج ہے۔ یہ طریقہ علاج ہزاروں

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

سال سے دنیا کے مختلف ملکوں میں رائج ہے اور دنیا بھر کے لوگ اس طریقہ علاج سے بھرپور فائدہ حاصل کررہے ہیں۔حجامہ سے ان تمام امراض کا علاج ممکن ہے جس سے آج لوگوں کی اکثریت پریشان ہورہی ہے۔حجامہ کے ذریعے Joints Pain کا مکمل علاج ممکن ہے اگرچہ مرض 15 سال سے ہی کیوں نہ ہو۔آپ سے گزارش ہے کہ وہ اس عظیم سنت سے ضرور فائدہ اُٹھائے۔

فالج نصفی (Hemiplegia) کے مریضوں کے لئے ایک نئی اُمید

بے شک ہر سنت میں بے شمار فائدے ہیں۔اور ہر سنت پر ریسرچ بھی کی جارہی ہے جس سے لوگ بے حد فائدہ حاصل کررہے ہیں۔ہماری ریسرچ کے مطابق فالج نصفی کے مریضوں کے لئے ایک نئی امید ہے۔ فالج نصفی میں خون کا دوران کم ہوجاتا ہے اس کا اہم سبب دماغ پر کسی قسم کی چوٹ لگنا یا پھر کسی وجہ سے دماغ میں خون کا جمع ہوجانا ہے کیوں کہ اس حصہ پر خون نہیں فراہم ہوتا ہے اس وجہ سے جسم کا ایک حصہ مفلوج ہوجاتا ہے بعض اوقات آواز چلی جاتی ہے چہرہ پر بھی اثر ہونے کی صورت میں منہ ایک جانب چلا جاتا ہے۔ایسی صورت میں حجامہ کے ذریعہ نہ صرف فاسد خون نکالا جاتا بلکہ مفلوج حصہ میں دوران خون کو بھی درست کیا جاتا ہے۔حجامہ ایک ایسا عمل ہے جس سے جسم میں توانائی پیدا ہوتی ہے صاف اور اچھے خون کی افزائش ہوتی ہے حجامہ کے ذریعہ علاج کی صورت میں مریض پھر سے چلنے پھرنے کے قابل بن جاتا ہے ان مفلوج اعضاء میں حس وحرکت لوٹ آتی ہے اور وہ اپنے تمام کام بہ خوبی انجام دے سکتے ہیں۔

Sinusitis دائمی نزلہ کا علاج سنتؐ کی روشنی میں

فرمایا رسولؐ نے کہ بہترین علاج جسے تم استعمال کرتے ہو حجامہ کروانا ہے۔(صحیح بخاری)

جسم میں قوت مدافعت کی کمی کی وجہ سے اکثر سردی، زکام وغیرہ لاحق ہوتا ہے جو اکثر مزمن صورت اختیار کرکے Sinusitis میں تبدیل ہوجاتا ہے۔ Sinusitis کا اگر جلد علاج نہ کیا جائے تو جسم میں کئی عورضات کا باعث بن جاتا ہے۔ Sinusitis میں عموماً زکام کے ساتھ ساتھ بند ناک اور دردسر بھی رہتا ہے۔جسم میں سردی مزمن صورت اختیار کرنے کے بعد بالوں کا چھڑنا، بھوک میں کمی بھی دیکھی جاسکتی ہے۔ان تمام پریشانیوں سے چھٹکارا حاصل کرنے کے لئے حجامہ کرواتے ہوئے بنا کسی مضر اثر کے شفاء حاصل کرسکتے ہیں۔

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

موٹاپا (ضرورت سے زیادہ وزن)

یہ خاص وجہ ہے کہ میں نے اس پیغام میں موٹاپے Obesity کو شامل کیا ہے۔ کیونکہ اس بات سے ہر کوئی آگاہ نہیں ہے کہ حجامہ (cupping) اضافی وزن گھٹانے میں بہت زیادہ مفید ہے۔ مریض فوری طور پر نتائج کا جائزہ لینے کے قابل ہو سکتا ہے اور اعتماد کر سکتا ہے کہ موٹاپے کا علاج حجامہ (cupping) سے ممکن ہے اور اس وجہ سے وزن کم کرنے کے محفوظ طریقہ پر اس کا مزاج بنایا جا سکتا ہے۔

موٹاپا بذات خود کوئی بیماری نہیں ہے بلکہ یہ ایک علامت ہے۔ بہر حال اس کا مطلب یہ ہے کہ پورا جسم اضافی وزن میں مبتلا ہے۔ جس کے نتیجہ میں موٹاپے کے شکار مریضوں میں دیگر بیماریوں کے پیدا ہونے کے خطرات بڑھ جاتے ہیں۔ چند ایک کو چھوڑ کر جن میں سے ایک (اندرونی غدود کی بیماری) ہے۔ موٹاپے کی بنیادی وجہ طویل مدت تک کھانے میں استعمال ہونے والی توانائی اور اس کی کھپت میں پائی جاتی ہے۔ ایک خوراک ہوتی ہے جو بہت زیادہ کیلوریز کی حامل ہوتی ہے اور اس کے ساتھ جسمانی ورزش کی کمی بھی۔ جبکہ صحیح طور پر غذا کا جزو بدن ہونا زیادہ وزن والے مریضوں میں بہت زیادہ اہمیت کا حامل ہوتا ہے۔

وزن کا کم کرنا موٹے لوگوں کے لئے سب سے زیادہ مشکل ہے۔ مختلف لوگوں نے بہت سی دستیاب غذاؤں میں پرہیز کیا اور وقتی طور پر بہت زیادہ فاقہ کشی کے ساتھ وزن کم کرنے میں قابل غور کامیابی بھی حاصل کر لی۔ لیکن بد قسمتی سے سخت بھوک برداشت کرنے کے بعد پہلے ہفتہ میں چند پاؤنڈ وزن کا کم ہونا صرف ایک وہم ہے۔ جبکہ وزن کے کم ہونے کی اصل وجہ جسم میں پانی کا کم ہونا ہے نہ کہ چربی کا گھٹنا۔ وزن کم کرنے والے پرہیز اور جسم سے پانی کا زیادہ مقدار میں اخراج کرنے والی دواؤں سے عارضی طور پر کامیابی حاصل ہوتی ہے کیونکہ عام طور پر انسانی جسم میں پانی اپنے توازن کو تیزی سے دوبارہ قائم کر لیتا ہے۔ اسی لئے اکثر ایسے پرہیزوں سے ناامیدی پیدا ہوتی ہے۔ اسی طرح بھوک کی خواہش کم کرنے والی

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڑپورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

دستیاب (دوائیں) وزن تو آسانی سے کم کر دیتی ہیں لیکن اس کا اثر وقتی ہوتا ہے۔ اور بہت ساری صورتوں میں اس طرح کے علاج پورے طور پر خطرات سے خالی نہیں ہوتے ہیں۔

موٹاپے کے علاج کے لئے ہم مندرجہ ذیل اقدامات کو ترجیح دیتے ہیں۔

☆ موٹاپے کے چند ایک واقعات کو چھوڑ کر جس کی وجہ انڈوکرائن فیکٹر ہے۔ موٹاپے کا علاج بنیادی طور پر طرز زندگی (میں بدلاؤ) اور کھانے پینے کی عادات میں سدھار سے کیا جاسکتا ہے۔

☆ ایک مناسب غذائی منصوبہ بنانے میں ہے۔

☆ اور غذاء کو صحیح طور پر جزو بدن بنانے کے عمل کی ترغیب (میں) ہے۔

مؤثر طور پر وزن کم کرنے کے لئے کافی صبر وتحمل اور اپنے آپ کو نفسیاتی طور پر ہم آہنگ کرنے میں پوشیدہ ہے۔ صبر و تحمل بہت ضروری ہے کیونکہ یہ تمام اقدامات کئی ماہ تک عمل میں لانا ضروری ہیں۔ یہ ایک شخص کی صحت کے لئے بہت کم فائدہ مند ہے کہ وہ ایک مختصر وقت میں ۱۵ کلوگرام کے قریب اپنا وزن گھٹائے۔ بہت سارے لوگ وقت نہیں نکال سکتے یا اپنی توانائی کو سخت مصائب سے کم کرتے ہیں یا پھر کئی ہفتوں اور مہینوں کا پرہیز کرتے ہیں یہ ساری چیزیں انہیں اپنے پیشوں کے ساتھ انصاف کرنے اور سادہ زندگی گزارنے سے روکتی ہیں۔

ہمیں یہ غور کرنا ہوگا کہ جدید انسان نے کھانے کی فطری صحت مند عادتوں کو ترک کر دیا ہے۔ یہ کھانے کے سلسلہ میں اعتدال پسندی کی کمی کو ظاہر کرتا ہے۔ لوگ بھوک کے مٹنے کے بعد بھی دیر تک کھاتے رہتے ہیں۔ اور ہل چل کی کمی اس صورت حال کو مزید بڑھاتی ہے۔ کیلوریز کا کم استعمال اور کیلوریز کی اچھی جانکاری ہی سے اس کو حاصل کیا جاسکتا ہے۔ اور اس میں نفسیاتی طور پر ہم آہنگ ہونے کی ضرورت ہوتی ہے۔

وزن میں مستقل کمی صرف پرہیز سے نہیں حاصل کی جاسکتی ہے۔ موٹاپے کا اصل علاج طرز زندگی (میں تبدیلی) اور کھانے کی عادتوں میں ایک بنیادی اصلاح کے بغیر نامکمل رہتا ہے۔ کیونکہ شکم سیری کے احساس کا انحصار بنیادی طور پر سب سے زیادہ موٹے لوگوں کے کھانے کے استعمال کی مقدار میں ہے۔ کھانے کی مقدار میں کمی کرنے کے بجائے کھانے کی

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڑپورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

اشیاء کا صحیح انتخاب کرنا چاہیئے۔مثلاً: اگر مسلسل کم چربی والی خوراک لی جائے تو قابل اعتماد نتائج حاصل ہوتے ہیں۔کھانے کی اشیاء کے مناسب انتخاب سے ایک زیادہ وزن والا شخص زیادہ مقدار میں کیلوریز کے بغیر شکم سیر ہوسکتا ہے۔

کھانے سے پہلے ایک گلاس منرل (Mineral water) پانی یا دہی کا استعمال اضافی کیلوریز سے بچاتا ہے۔کیونکہ پانی پیٹ کو بھرتا ہے اور بھوک کو کم کرتا ہے اور ساتھ ہی ساتھ کھائی جانے والی غذا بھی کم ہوجاتی ہے۔اس طریقہ سے زیادہ وزن والے افراد چند مہینوں یا سال بھر میں دھیرے دھیرے اپنا وزن کم کر سکتے ہیں۔اور ٹھیک اسی وقت اگر جسمانی ورزش بھی مستقل طور پر ہو تو زیادہ توانائی حاصل کی جاسکتی ہے۔ہاضمہ کی صحت مند کارکردگی اور انڈوکرائین نظام یہ بتاتا ہے کہ آدمی موٹا ہو یا دُبلا اس کو متوازن غذا استعمال کرنی چاہیئے۔اگر یہ احتیاط نہ برتی جائے تو حجامہ (cupping) سے علاج 'نظام ہاضمہ کو درست کرنے اور انڈوکرائین نظام میں دوبارہ جان ڈالتا ہے۔اس تناظر میں ہم حجامہ کے تجربہ سے بحیثیت ریگولر تھراپی فائدہ اُٹھا سکتے ہیں۔ یہاں نظام ہاضمہ کے عمل کو مصنوعی دواؤں کے ذریعہ متاثر نہیں کیا جارہا ہے بلکہ ایک کمزور انڈوکرائین نظام کو ایک اچھے طریقہ سے عمل میں لایا جارہا ہے۔

صحت مند اور اہم سیلولر عمل بھی خلیوں سے اضافی پانی کو خارج کرنے میں شامل ہوتا ہے اور اضافی وزن کو کم کرنے کے لئے یہ ایک اہم شرط ہے۔حجامہ کے نتیجہ میں خون کے بہاؤ کو حرکت دینا خون کے بہنے کی رفتار کو بڑھاتا ہے۔اور یہ خلیوں سے اضافی پانی کو زیادہ تیز رفتاری سے خارج کرنے میں اس کی رہنمائی کرتا ہے۔مزید برآں، حجامہ اعصابی حرکات کو مضبوطی بخشتا ہے اور اس کے ذریعہ آنتوں کی نقل وحرکت میں باقاعدگی آتی ہے۔مناسب پرہیز اور ورزش کے ذریعہ اس کو مستقبل میں بھی باقی رکھا جاسکتا ہے۔

حجامہ تھیراپی وزن کم کرنے میں نہ صرف ایک مددگار کی حیثیت سے اہم فریضہ انجام دیتی ہے بلکہ وزن کم کرتے وقت جلد کی لچک کو بھی برقرار رکھنے میں ہماری مدد کرتی ہے۔

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈپورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

تجویز کردہ تھیراپی (طریقۂ علاج):

وزن کم کرنے کا فن اس پر منحصر کرتا ہے کہ مریض کو بھوک کا زیادہ احساس نہ ہونے دیا جائے کیونکہ زیادہ وزن والے افراد پرہیز کے بعد بھی بھوک سے ڈرتے ہیں۔

☆ پیٹ پر خشک حجامہ کرنا۔ آڑے پٹھے میں۔ شکن میں جو کہ ران اور سرین کے درمیان ہوتا ہے۔

☆ بنیادی قوانین کے طور پر ابتداء میں علاج ہفتہ میں دو سے تین بار ہوتا ہے جو کہ چار سے چھ ہفتوں تک چل سکتا ہے۔

☆ اس کے بعد ہفتہ میں ایک بار چھ ہفتوں تک، اسی سلسلہ کو جاری رکھتے ہوئے اس کے بعد دو ہفتوں میں ایک بار طویل مدت تک اثر برقرار رکھنے کے لئے۔

☆ تھراپسٹ (معالج) کو مسلسل نگرانی اور وزن کم کرنے کی ہدایات کی اجازت دینا اور ہونے والی حرکت کے سائیکل کو برقرار رکھنے کے لئے علاج کو مستقل جاری رکھنا نہایت ضروری ہے۔

اضافی ہدایات

ا۔ کلونجی کا تیل : آدھا چمچہ کلونجی کا تیل اور دو چمچے شہد ہلکے گرم پانی میں ملا کر دن میں دو بار پیئیں۔

۲۔ روٹی : دو کلو گیہوں اور ایک کلو جو ملا کر پیسیں۔ کچھ آٹا لیکر دو اوسط سائز کی روٹیاں بنا کر صبح اور شام استعمال کریں۔

احتیاط : بہت زیادہ چاول کے استعمال سے بچیں۔

اللہ ربُ العزت سے دعا گو ہوں کہ مجھے اور آپ کو نبی کریم ﷺ کے طریقے والی پیاری زندگی اپنانے کی توفیق عطا فرمائے آمین۔

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڑ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

ریڑھ کی ہڈی کا ابھار

گھٹیا کا درد ریڑھ کی ہڈی سے متعلق ہے اسمیں بہت سارے لوگ سخت درد محسوس کرتے ہیں اور بعض تو آخر میں نا کارہ بھی ہو جاتے ہیں۔

عام طور پر صحت مند ریڑھ کی ہڈی کشن کی طرح مسلسل شمار میں ہوتی ہیں جو پیٹھ میں ہر ایک سیٹ کو الگ الگ کرتی ہے۔اور Disc (ڈسک) طاقتور بیرونی Annulus (انیلوس) کے ساتھ مرتب ہوتی ہے،جسکے بیچ میں نرم گداز گودا ہوتا ہے جسے nucleus (نیوسیلس) کہا جاتا ہے، جب باہر کا کور پھٹ جاتا ہے تو اندرونی گودا پھٹ کر باہر نکلتا ہے پھر ریڑھ کی ہڈی میں ابھار پیدا ہو جاتا ہے، بہت ساری وجوہات کی بناء پر ایسا ہوسکتا ہے، جیسے کار حادثہ، زیادہ وزن اٹھانا، یا پھر گر جانا وغیرہ وغیرہ، اس سے genetic (جنیٹک) میں کمزوری بھی ہو جاتی ہے اور جسم میں Toxin (ٹاکسن) بھی پیدا ہو جاتے ہیں۔ ٹاکسن ٹشوز کو کمزور کرتے ہیں، اور ٹاکسن جتنے زیادہ ہو جائے گیں اتنا ہی وہ نظام کمزور کریں گے،

،اگر بیرونی کور پلیٹس خراب ہو جائے تو Toxin (ٹاکسن) کو مزید اندرونی حصہ کو خراب کرنے کا موقع مل جاتا ہے۔

یہ زہریلے فاسد مادہ ہمارے جسم میں خراب غذا اور خراب پانی دھواں چربی والی غذاوں کی وجہ سے اور بڑھتی آلودگی کی وجہ سے اور ناکافی مقدار میں پانی اور ورزش نہ کرنے کی وجہ سے ہمارے جسم میں پیدا ہو جاتے ہیں اور یہ سارعناصر ریڑھ کی ہڈی پر اثر انداز ہوتے ہیں، اللہ کا لاکھ لاکھ شکر ہے کہ اس نے ہماری ریڑھ کی ہڈی کی ساخت ایسی بنائی ہے کہ اس سے درد کا احساس نہ ہو۔ لیکن یہ سن کر تعجب ہوتا ہیکہ بہت سارے ریڑھ کے درد کی شکایت کرتے ہیں، اسکو ہم اس مثال سے اچھی طرح سمجھ سکتے ہیں، جیسے کار کا سارا پریشر کار کے ٹائر پر پڑتا ہے بس ہو بہو یہ ایسے ہی کام کرتا ہے، اب ہم سمجھ سکتے ہیں کہ زندگی بھر ہماری ریڑھ کی ہڈی کو کتنا بوجھ سہنا پڑتا ہے، اگر یہ بنائی ہی ایسی گئی ہوتی کہ ہمیں تکلیف محسوس ہو تو سارے لوگ تکلیف سے پریشان ہوتے، سب درد کے مارے کراہ رہے ہوتے اور دنیا میں ایک کہرام سا مچ جاتا، صحیح ہے کیا نہیں؟

تو spinal problem (سپائنل پرابلم) اتنا تکلیف دہ کیوں ہوتا ہے؟ اصل میں spinal disc (سپائینل ڈسک) کے پیچھے spinal nerves (سپائنل نروس) بھی ہوتے ہیں، اور یہ اعصابی جو بنایا گیا ہے وہ حساس ہے یعنی

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا/پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڑ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

محسوس کرنے کے لئے بنایا گیا ہے، جب کوئی زخمی ہوجاتا اور اسکے ڈسک میں ابھار آجاتا ہے تو وہ اعصاب پر پریشر ڈالتا ہے جس سے تکلیف محسوس ہوتی ہے، کبھی کبھی اسکی وجہ سے اعضا شل بھی ہوسکتے ہیں اس لئے کہ بہت زیادہ اعصاب ریڑھ کی ہڈی پر ہے جن سے اندرونی مواصلاتی نظام قائم ہے اگر یہ موصلاتی نظام خراب ہوجائے تو بدن صحیح کام نہیں کرسکتا، گردن کے منکوں کا درد یہ بھی بہت سارے اعضاء کو خراب کرسکتا ہے جیسے، کاندھے، بازو، سردرد یہاں تک کہ نظر بھی دھندلا آنا شروع ہو جاتی ہے، یہ ساری خرابیاں اعصابی نظام کے خراب ہونے کی وجہ سے ہی ہوتی ہیں ۔ گلے کے منکے کے درد جو دونوں کاندھوں کے اندرونی حصہ میں ہوتا ہے اوراوپر بھی ہوسکتا ہے پنسلی کے پنجرہ اور سر درد بھی اس سے ہوسکتا ہے bulging spine pain (بلگینگ سپائن پین) کی وجہ سے پیچھے اور پیروں میں کٹوریوں میں یہاں تک کہ اس کی وجہ سے جنسی کمزوری بھی ہو سکتی ہے۔

یہ پرابلم حل کیسے ہوسکتا ہے؟ ڈاکٹر عام طور پر اس کے لئے pain killer (پین کیلر) دوائیاں یا مسلس کو آرام دینے والی دوائیں تجویز کرتے ہیں، اگر پھر بھی درد محسوس ہو تو انجیکشن لگوائے جاتے ہیں یا نہیں تو پھر آپریشن کیا جاتا ہے، اور انکے نتائج بہت کم نکلتے ہیں کیوں کہ pain killer (پین کیلر) متاثرہ جگہ کو سن کردیتی ہیں وقتی طور پر نجات ملتی ہیں لیکن متاثرہ جگہ ویسی ہی رہتی ہے۔

متاثرہ جگہوں کو اصل حالت پر لانے کے لئے دوران خون سے زیادہ بہتر اور کیا ہوسکتا ہے، بلگنگ ڈیسک میں دوران خون صحیح نہیں ہوتا ہے، اور ہم سب جانتے ہیں کہ خون میں موجود آکسیجن اور نیوٹرینس طاقت ور سیلس سپلائی کرتے ہیں، اسی لئے جب ان متاثرہ مقامات پر خون نہیں پہونچ پاتا تو مریض تکلیف محسوس کرنے لگتا ہے۔

اب فیصلہ آپکے ہاتھ میں ہیں کونسا طریقہ علاج آپ اپناتے ہیں، بہت سی متبادل دوائیاں موجود ہیں جو بلگینگ ڈسک کی تکلیف کے لئے بہت موثر ہیں۔

مثلاً حجامۃ (ترحجامہ) فاسد مادوں کو باہر نکال پھیکنے اور مخصوص تکلیف کی جگہ پر خون پہونچانے کے لئے بہترین علاج ہے ۔جب جلد پر منفی کھینچاو پڑتا ہے تو بہت سارے endorphins (انڈروفینس) صحیح ہونے کے لئے متحرک ہوجاتے ہیں ،حجامہ میں اسکےعلاوہ اور کئی سارے فوائد موجود ہیں اور ہزار ہا سال سے یہ چیز تجربہ میں ہیں، اور ہمارے تجربہ سے تو دونو بھی

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا رپچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڑپورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

طریقہ علاج سے بہتر نتائج حاصل ہوتے ہیں ،اسکے علاوہ طریقہ علاج جیسے (اکیوپنکچر ،مساج ،chiropractic چیرو پریکٹس) سے بھی لوگوں کو شفاء ملتی ہیں ،بہت سارے لوگ مسلس کو صحیح کرنے کے لئے سٹرائیڈ اپناتے ہیں کہ اس سے ٹشو جلد درست ہوتے ہیں اور دوران خون بھی تیز ہو جاتا ہے ،لیکن ان ساری طاقتور دواؤں کے استعمال سے پہلے ڈاکٹر سے ضرور صلاح لینی چاہیے ورنہ یہ دوائیاں نقصاندہ بھی ثابت ہو سکتی ہیں ۔

ہم مسلم ہے اس لئے ہمیں ہمیشہ اللہ ہی سے مانگنا چاہیے ، ہر بیماری میں ہر تکلیف میں اللہ مریض کے ساتھ ہوتے ہیں ، انشاء اللہ آپکو شفاء ہوگی اللہ بہتر جانتا ہے آمین

قبر کے لئے دوائیاں

شروع اللہ کے نام سے جو بڑا مہربان ہے نہایت رحم والا ہے ۔

اللہ تعالیٰ نے اس دنیا میں بہت ساری بیماریاں نازل کی ہے اور اسکے ساتھ اللہ تعالیٰ نے ان بیماریوں کا علاج بھی نازل فرمایا ۔ہمیں ایسے بہت سارے لوگ بھی دیکھنے کو ملے جو اس دنیا سے اس قدر منسلک ہے کہ کسی علاج کو حاصل کرنے کے لئے وہ اللہ کو تک بھول جاتے ہیں ۔ جب ہم اس دنیا سے زیادہ ہی منسلک ہو جاتے ہیں تو ہمارے ذہن کے کسی گوشہ میں یہ بات بٹھائی جاتی ہیکہ ہمیں یہاں پر بہت دنوں تک جینا ہے موت ابھی دور ہے یاد رکھیے ! شیطان دھوکہ دینے میں لاثانی اور ماہر ہے جیسا کہ ہر کوئی کہتا ہیکہ شیطانی چالوں میں بڑی چال یہ ہے کہ وہ یہ خیال کروائے کہ وہ موجود ہی نہیں ہے ۔ہم یہ نہیں کہتے کہ اگر آپ کسی مرض میں مبتلاء ہے تو اسکا علاج بند کردیں اور متعلقہ بیماری کا علاج ہی نہ کرائیں اسکے بارے میں صلاح و مشورہ نہ لیں لیکن ایک بات دھیان میں رکھیں اگر اس بیماری کے ذریعہ آپکی قسمت میں اللہ کی طرف لوٹ کے جانا لکھا ہے تو پھر کوئی دوا موت سے چھٹکارا نہیں دلا سکتی یہاں تک کہ حجامہ بھی نہیں ۔ ہم نے بہت سے لوگوں کو دیکھا جو بیمار ہوئے اور انکے ذہن میں یہ تھا کہ انھیں حجامہ سے شفاء مل جائے گی لیکن انھیں شفاء نہ مل سکی تو وہ بہت رنجیدہ ہو گئے اور وہ اس بات کو بھلا بیٹھے کے شفاء تو اللہ کے ہاتھ میں ہے ۔

ہر نفس کو موت کا مزا چکھنا ہے آج کل سائنسداں لوگوں کے ذہن میں یہ بات بٹھا رہے ہیں کہ انسان موت کو بھی دھوکہ دے

تو آپ بھی مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
Contact us at : 0091-9860515918 عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ) Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار) ،نزد کراڈ پورہ ،اورنگ آباد ۔ مہاراشٹر ۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

سکتا ہے کچھ لوگ ایسے بھی ہے جو یہ گمان رکھتے ہیں کہ وہ بہت جلد اس دنیا میں ہمیشہ رہنے کا راستہ ڈھونڈ نکالیں گے۔ اور مریخ پر چلے جائینگے۔ میں اس موضوع پر کچھ بھی کہنے کی زحمت نہیں اٹھانا چاہتا ہوں۔ ہم انٹرنیٹ استعمال کر رہے تھے کہ MSN NEWS والے section پر نظر پڑی جس نے نئی چیزیں اور معلومات فراہم کی ہے جس میں قابل ذکر ایک stem cell کا سیکشن بھی تھا اگر آپ stem cell کے بارے میں کچھ بھی نہیں جانتے تو کوئی بات نہیں ہم اس بارے میں ضرور آپکی معلومات میں مختصر سا اضافہ کرینگے دراصل stem cell میں دوسرے خلیے بنانے کی صلاحیت موجود ہیں جیسے دماغ کے خلیہ، دل کے ریشے، ابھی حال ہی میں ایک زخمی چوہے پر اس stem cell کا تجربہ کیا گیا جس سے اس کے جسم پر نئے بال اگنا شروع ہو گئے تو انھوں نے ایسا سمجھا کہ اب انھوں نے بالکل ختم بالوں کو اگانے کا علاج ڈھونڈ لیا ہے اور اس پر ابھی تک تجربہ جاری ہے کہ اس میں کچھ نقصان تو نہیں ہے تو اسی stem cell کے ذریعہ انھوں نے یہ سمجھ لیا کہ اب وہ کسی بھی عضو کو دوبارہ بنا سکتے ہیں اور ہمیشہ کی زندگی اس دنیا میں جی سکتے ہیں۔ بالفرض اگر وہ ایسا کچھ کر بھی لیتے ہیں تو ہم مسلمان ہونے کے ناطہ یہ بات اچھی طرح جانتے ہیں کہ ایک دن یہ ساری دنیا اللہ کے حکم سے ختم ہو جائے گی اس لئے مسلمانوں کو اپنے دائمی گھر جنت کے بارے میں فکر کرنا چاہیے قبر کی بہت زیادہ فکر کرنی چاہئے بہت ساری ویب سائٹس پر مختلف قسم کے علاج اور طریقہ موجود ہیں اور لوگ مزید دواوں کے تلاش میں ہیں، لیکن قبر کی تکلیف کو ختم کرنے کے لئے ہم نے کیا تیاری کی ہے؟ کہنے کا مطلب یہ ہیکہ نہ حجامہ اور زیتون وکلونجی سے ہمارے گناہ ختم ہو سکتے ہیں نہ ہی یہ قبر میں ہمیں کچھ کام دے سکتے ہیں پھر قبر میں ہماری حفاظت کریگا کون؟ دو سورتوں کی طرف توجہ مبذول ہوئی یہ بات برحق ہیکہ ہماری جان تو صرف اللہ کی رحمت سے ہی بچ پائے گی لیکن یہ دونوں سورتیں جن کے بارے میں پہلے بھی سنا لیکن کبھی اس کی طرف اتنا دھیان بھی نہیں دیا کے یہ اتنی اہم ہیں اور وہ دو سورتیں ہیں سورہ ملک اور سورہ حم سجدہ۔ اسکا مطلب یہ نہیں کہ پورے قران میں صرف یہی سورتیں اہم ہیں بلکہ سبھی سورتیں اہم ہیں اور ہر ایک کی فضیلت اپنی جگہ پر مسلم ہے

میں ہمیشہ اللہ تعالیٰ سے دعا کرتا رہتا ہوں کے اللہ تعالیٰ میرے لئے قبر میں آسانی فرما اور روز محشر بھی آسانی فرما، ایک دن میں بہت سخت بیمار ہو گیا دنیا مجھے چھوٹی محسوس ہونے لگی ایسا لگ رہا تھا بس اب موت آ دبوچے گی اس صورتحال نے مجھے سوچنے پر مجبور کر دیا کہ میں اللہ کے سامنے کیا جواب دونگا میں بہت ڈر گیا اور اکیلا پن محسوس کرنے لگا، الحمدللہ اب میں صحت

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڑ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

یاب ہو چکا ہوں لیکن اس واقعہ نے مجھے قبروالی زندگی کی تحقیقات پر مجبور کردیا کہ رسول ﷺ نے قبر میں اپنے آپکو سزا سے محفوظ رکھنے کے کیا طریقے بتلائے ہیں۔ میں سمجھ گیا کہ جو دعاء میں اللہ تعالیٰ سے کررہا تھا کہ اے اللہ میری قبر کی منزل کو آسان فرما تو اللہ تعالیٰ نے مجھے بیماری دی تاکہ مجھے قبر میں آسانی کا طریقہ معلوم ہوجائے اور اسی بناء پر میں ان دونوں سورتوں تک پہونچا۔ اس سلسلہ میں آپکو بھی پہلا قدم اٹھالینا چاہئے پہلے ہم سورہ ملک کو لیتے ہیں اس سورت کے متعلق ہمیں بہت ساری احادیث ملتی ہیں کہ جب ہم قبر میں ہونگے تو یہ فائدہ دیگی۔ میری خواہش ہے کے سورہ ملک میرے لیے میری قبر میں دعاء کررہی ہو۔

جب تک آپ ﷺ سورہ سجدہ نہیں پڑھ لیتے سوتے نہیں تھے (ترمذی، 5/156 حاکم 2/412 ذہبی فی صحیح الجامع 22/789)

خالد بن معدانؒ فرماتے ہیکہ خطرہ سے بچانے والی کی تلاوت کیا کرو جو الٓمٓ تنزیل ہے میں نے سناہیکہ ایک آدمی بہت گناہ گارتھا لیکن وہ پابندی سے اس سورۃ کی تلاوت کیا کرتا تھا اسکے علاوہ اسکا کوئی خاص عمل نہیں تھا اس سورۃ نے اسکے اوپر اپنے پر پھیلا دیئے اور کہنے لگی اے خدا اسکو معاف فرمایہ اکثر میری تلاوت کیا کرتا تھا تو رب ذوالجلال نے اس کی یہ سفارش قبول فرمالی اور کہا انکے لئے اچھی چیزیں لکھوں اور ہر گناہ کے بدلے میں ایک درجہ جنت میں انکا بڑھادو۔ (سبحان اللہ)

حضرت خالدؒ فرماتے ہے کہ جو کوئی اس سورۃ کی تلاوت کریگا وہ سورۃ اسکے طرف سے اسکے لئے جھگڑا کریگی اور کہے گی کہ اے خدا اگر میں اس کتاب کا حصہ ہوں تو مجھے عذاب کے درمیان آڑ بنا اور اگر میں اسکا حصہ نہیں ہو تو مجھے اس سے نکال دے اور پھر یہ سورۃ پرندہ کی طرح اپنے پر اس شخص پر پھیلا دیگی اور پھر یہ شخص عذاب قبر سے محفوظ کرلیا جاتا ہے وہ فرماتے ہے کہ یہ (سورہ ملک) تبارک الذی کے بارے میں آیا ہے۔ حضرت خالدؒ جب تک یہ دونوں سورتیں نہیں پڑھ لیتے سوتے نہیں تھے حضرت طاؤس فرماتے ہیں کہ انھیں اس سورہ کی ساٹھ فضائل معلوم ہیں جو کسی اور سورۃ کے نہیں ملے۔

حضور ﷺ نے فرمایا قرآن میں ایک سورۃ ہے جسمیں ۳۰ آیتیں ہیں جو اسکی تلاوت کریگا وہ اسکی حفاظت کریگی یہاں تک کہ وہ جنت میں داخل ہوجائیگا اور وہ سورہ ملک ہے (فتح القدیر 5/257 صحیح الجامع 1/680 تبرانی فی الاوسط وابن مرداویث)

انسؓ فرماتے ہے کہ رسول ﷺ نے فرمایا ایک سورۃ ہے جو اپنے پڑھنے والے کے لیے جرح کریگی یہاں تک کہ اسکو

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

جنت میں داخل کروادیگی (تبارک الذی (ملک) (الطبرانی)

حضرت عبداللہ ابن عباسؓ فرماتے ہے کہ رسول ﷺ نے فرمایا میری خواہش ہیکہ سورہ ملک میرے ہرامتی کے دل میں ہو (حاکم، مشہور عالم محمد الجزری کی کتاب حصن حصین)

حضرت ابن مسعودؓ سے مروی ہیکہ آدمی کے قبر میں عذاب قبر اسکے پاؤں کی طرف سے آئیگا پھر سینہ کی طرف سے اورسر کی طرف سے اور ہر دفعہ یہ سورۃ یہ کہکر عذاب کوروک دیگی کہ یہ سورۃ ملک کی تلاوت کرتا تھا۔

اب آپ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ میں اس سورۃ کو اتنی اہمیت کیوں دیتا ہوں پھر بھی میں یہ محسوس کر رہا ہوں کہ میں اسکی خصوصیات کماحقہٗ بتانے سے قاصر ہوں بس یہ ہمارے نبی کی خواہش ہیکہ یہ سورۃ ہر ایمان والے کے دل میں ہونا چاہئے اوراس سورۃ کو یاد نہ کرنا گویا ایسا ہے جسے جہاں آپ کھڑے ہیں وہاں نیچے آگ لگی ہوئی ہیں اور آپکے سامنے ایک اونچی چٹّان ہے اوراس پر رسی لٹک رہی ہے آپ اس پر چڑھ کر آسانی سے اپنے آپ کواس دہکتی آگ سے بچا سکتے ہے مگر پھر بھی اسکو آپ نظرانداز کر رہے ہیں۔ برائے مہربانی سورہ ملک کو یاد کیجئے، اوراسکا مطلب ہرگز یہ نہیں کہ آپ اس سورۃ کو یاد کر لینے کے بعد دھڑلے سے گناہ کرتے رہیں کہ یہ سورۃ قبر میں ہماری حفاظت کریگی، اگر ایسا ہے تو آپ اپنے آپ کو دھوکہ دے رہے ہیں کبھی گناہوں پر مصر نہ ہو اور گناہوں کو معمولی نہ سمجھے ہمیشہ استغفار کرتے رہیں، ہم حق سبحانہ وتقدّس سے دست بدعاء ہے کہ آپکو یہ سورہ یاد کرنے کی توفیق ہوجائے امید کہ آپکے دماغ میں یہ بات آچکی ہوگی اور امید کہ یہ بات خوب عام بھی ہو گی ہم امید کرتے ہیں کہ سارے مسلمان بھائی اور بہنیں جنت میں جائے اللہ اسکو آپکے لئے آسان فرمائیں اور جنت عطا کریں آمین۔

Contact us at : 0091-9860515918
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

ٹاکسن

ہمارے اردگرد ہمہ اقسام کے ٹاکسن موجود ہیں جو ہماری زرخیزی پر بھی اثر انداز ہوتے ہیں اور باہر ہی سے وہ اپنا راستہ خود تلاش کر لیتے ہیں اور جسم کے اندرونی نظام میں خلل اندازی کرتے ہیں Toxin (ٹاکسن) کے مرتب اثرات مردانہ تولیدی نظام پر کے حوالہ سے گفتگو کرینگے اسلئے کہ آدمی کی جنسیات کے متعلق جانکاری حاصل کرنا بمقابلہ عورت آسان کام ہے سائنسدانوں نے بھی اس سلسلہ میں یہی تحریر کیا ہیکہ ماحولیاتی Toxin (ٹاکسن) انسان کہ زرخیزی نظام (ابتدائی نشونما) پر اثر انداز ہوتے ہیں اور سائنسداں اس نتیجہ پر بھی پہونچے ہیں کہ زیادہ خطرناک کیمیکل جیسے Washing,cosmetic,pesticides, (واشنگ، کاسمیٹک، پیسٹی سائڈ) نے ہمارے ماحول کو اور گندا کر دیا ہے، یہاں تک کہ کم سے کم مقدار کی خوراک بھی مردانہ وزنانہ تولیدی نظام پر اپنے اثرات مرتب کر سکتے ہیں.

chemical Toxin (کیمیکل ٹاکسن) جسکو pthalates بھی کہا جاتا ہے جو ایک صنعتی plsticsizer (پلاسٹک سائزر) ہے اور جو تقریباً cosmetic (بناوسنگھار کا سامان) میں استعمال کیا جاتا ہے، سائنسدانوں کو یہ تحقیقات سے یہ بھی پتہ چلا ہے کہ ایسے Toxin (ٹاکسن) مرد اور عورت دونوں کے جنسیات کے اوپر منفی اثر مرتب کر سکتے ہیں۔ تحقیقات سے یہ بھی بات سامنے آئی ہیکہ ٹاکسن مردوں سے زیادہ عورتوں میں ہوتے ہیں اور مرد کے تولیدی نظام کے لئے زیادہ نقصاندہ ہوتے ہیں، مردوں میں Phthalates ہی خصیو کے خراب ہونے کا سبب بنتے ہیں جس سے مقدار منی کم ہوتی ہے اور غدود بڑھ جاتے ہین ٹاکسن کے نقصانات کی فہرست تو طویل تر ہیں اب تک اس فیلڈ کے ماہرین بھی اسکا مکمل پتہ نہیں لگا سکے۔

جسم میں موجود زہریلے فاسد ماڈوں کو نکالنے کے لئے حجامہ ایک بہترین متبادل علاج ہے، اور جسم سے جمع شدہ ٹاکسن کو نکالنے کا اصل مقصد یہ ہیکہ جو جمع شدہ ٹاکسن ہیں اور بہت ساری بیماریوں کا سبب بن رہے ہیں تو حجامہ سے انفیکشن میں لڑنے میں مدد ملتی ہے ویسے تو ان زہریلے مادوں کو نکالنے کے لئے اور بھی طریقہ ہیں جیسے روزہ رکھنا یہ جسم کو فاسد مادوں سے صاف رکھنے کا بہترین طریقہ ہے یہی وجہ ہے کہ روزہ بہت سارے مذاہب وتہذیبوں میں رائج ہے۔

تو آپئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

جسم میں زیادہ ٹاکسن جمع ہو جانے سے مختلف جلد کی بیماریاں وجود میں آتی ہیں،بدن کا اپنا ایک Detoxification (زہریلے مادہ کونکالنا) کا ایک سسٹم ہوتا ہے لیکن جب ٹاکسن بڑھ جاتے ہیں تو الرجی ہوجاتی ہے ،جب جسم کا detoxification سسٹم کسی وجہ سے کمزور ہوجاتا ہے تو جسم میں موجود Metabolic (میٹابولکس) ٹاکسن اعضاء میں اور ریشوں میں شروع ہوجاتے ہیں جن سے مختلف بیماریاں پیدا ہوجاتی ہیں جیسے کینسر،اور جلد کی اکثر بیماریاں جیسے جسم کے system cleaning (صفائی کا نظام) کے خراب ہو جانے کی وجہ سے ہی ہوتی ہے Acne,eczema,psoriasis,sebrrheic dermatitis الرجی کی وجہ سے ہونے والی بیماریاں ہیں۔

جسم میں موجود ہر خلیہ tissue (ٹشو) یا organ (آرگن) کا ایک حصہ ہوتا ہے جو طاقت پیدا کرتے ہیں اور ضائع مادہ کو بناتے ہیں جن کا نکل جانا ضروری ہوتا ہے،اگر یہ ٹاکسن جسمانی اعضاء میں بھر جائے تو بدن صحیح کام نہیں کرسکتا،اور جسم اس کھانے کو جو زہریلا ہوتا ہے سمجھ لیتا ہے جیسے ڈاکٹر کے ذریعہ تجویز کردہ دوائیاں جسمیں Additives,preservatives,binders.fillers.alcohol smoking,secandhand smoking,carbondioxide,carbon monoxdie (مونو آکسائڈ) اور foodcolorings (فوڈکلرنگ) میں موجود ہوتے ہے،جب یہ نقصاندہ ٹاکسن ہمارے جسم میں داخل ہوتے ہیں تو ہمارے جگر سے ہوکر ہی گذرتے ہیں اور ایک جگر ایک کیمیائی کارخانہ ہے جو سب ٹاکسن کو فلٹر کرتا ہے اچھے مواد کو الگ اور فاسد مادوں کو الگ کرتا ہے،اور liver (لیور) ہی ان فاسد مادوں کو پیشاب،پسینہ اور سانس کے ذریعے نکلنے لائق بناتا ہے۔

اگر کوئی اپنی صحت اور تغذیہ کا صحیح خیال نہ رکھیں تو اسکا جگر جام ہوجایگا اور oil fillter (تیل نکالنے کا آلہ) کی ہوجاتا ہے اور صحیح کام بھی نہیں کرتا،اور جب liver (لیور) اپنا کام کرنا چھوڑ دیتا ہے تو ٹاکسنس بیماریوں کا جال پھیلانا شروع کردیتے ہیں یہ liver (لیور) بھی بیماری میں ڈھکیل سکتے ہیں اس لئے کہ جگر اس کو کنٹرول نہیں کرپاتا۔اور عورتوں میں خاص طور پر ٹاکسن انکے دماغ،سینہ اور رحم میں بڑھتے ہیں تحقیقات سے یہ بھی پتہ چلا ہے کہ دو خاص ٹاکسن جو عورتوں میں پائے جاتے ہیں وہ caffeine (کےفین) اور الکحل ہوتے ہیں۔

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا رپچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)،نزد کراڈ پورہ،اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

اسکےعلاوہ عام طور پرایک ٹاکسن پایا جاتا ہے جسے heavy metal Toxin (ہیوی میٹل ٹاکسن) کہا جاتا ہے تین سب سے زیادہ غیرمحفوظ ٹاکسن arsenic,lead,mercury (لیڈ مرکیوری) ہیں اور بہت ساری مصنوعات میں ان دھاتوں کا استعمال کیا جاتا ہے ،جو ہمارے کھانے ،پانی اور ہوا کہ ذریعہ ہمارے جسم میں داخل ہو جاتے ہیں مثلاً Lead (لیڈ) ایک دھات ہے اور پانی کے لیے جو پائپ ہم استعمال کرتے ہیں وہ lead (لیڈ) سے بنا ہوا ہوتا ہے اسلئے ہمارے پینے کے پانی میں laed (لیڈ) شامل ہوکر ہمارے جسم میں چلا جاتا ہے،ویسے ہمارے جسم کو بھی دھات کی ضرورت پڑتی ہے جیسے zinc,copper (زنک اور کاپر) لیکن کوئی بھی چیز حد سے زیادا بڑھ جائے تو نقصاندہ ہو جاتی ہے۔

احتیاطی تدابیر

خطرناک Metal Toxin (میٹل ٹاکسن) سے بچنے کا آسان طریقہ ہی یہ ہیکہ اسے پہلے مرحلہ میں ختم کر دیا جائے لیکن آج کی طرقی یافتہ دنیا میں یہ کام ناممکن سا نظر آتا ہے لیکن پھر بھی ان تدابیر کو اختیار کیا جا سکتا ہے۔

۱) Mercury اور چاندی سے بنے دھاتی خول جو دانتوں میں استعمال کیا جاتا ہے اس سے پرہیز کریں،ضرورت پڑنے پر کسی دانتوں کے ماہر ڈاکٹر کے مشورہ سے ہی استعمال کریں۔

۲) مچھلی اور سمندری گھونگے سے پرہیز کریں،سبھی seafood سمندری غذاوں سے بڑی مچھلیوں سے پرہیز کریں خاص کر شارک،ٹیونا جنمیں بڑی مقدار میں mercury (مرکیوری) پائی جاتی ہے،اگر استعمال ہی کرنا ہو تو organic سے ٹیسٹ شدہ ایسی مچھلی استعمال کریں جسمیں mercury (مرکیوری) نہ ہو

۳) صاف پانی استعمال کریں،پانی کو فلٹر کرنے کے لئے اعلیٰ طریقہ کا راستعمال کریں،showerfillter (شاور فلٹر) بھی خطرناک Meatl (میٹل) دھات) سے ہمارے جسم کو محفوظ رکھتا ہے

۴) صاف ہوا،آج کل تو آلودہ ہوا سے گویا بچنا ناممکن سا نظر آتا ہے بلند و بالا عمارتوں کی بناء پر رہائشی علاقوں میں بھی صاف ہوا نہیں ملتی،اسلئے اچھی ہوا کے لئے اعلیٰ Air fillter (ہوا صاف کرنے کا آلہ) بھی استعمال کرنا چاہیے

۵)صاف ستھری غذائیں،اچھے پھل ترکاریاں سبزیاں خریدیں اوردھوکراستعمال کریں،اسلئے کہ اچھی ترکاریاں اور پھل جسم سے فاسد مادے نکالنے میں مفید ہے

٦) قدرتی مصنوعات،گھر کی صاف صفائی کی چیزیں،اورذاتی نگہداشت کی چیزوں سے حتی الامکان احتیاط کریں کیوں کہ عام طور پر ان میں toxin پائے جاتے ہیں اورکوئی متبادل قدرتی مصنوعات استعمال کریں۔

۷)انڈسٹریل علاقہ سے دور رہیں،ان علاقوں میں اکثر ہوا،پانی اور کھانا آلودہ ہی ملتا ہے اس لئے ایسے علاقوں سے دور رہنے کی کوشش کریں۔

ساری باتوں سے پتہ چلتاہیکہ حضورﷺ کے زمانہ اورآج کے زمانہ میں کافی فرق ہے،آج بیماریاں بھی بہت ہیں تو انکے علاج بھی موجود ہیں اب یہ ہرایک پر منحصر کرتاہیکہ وہ کونسا طریقہ علاج اختیار کرتا ہے کبھی کبھی دوطریقہ علاج بھی بہتر ثابت ہوتے ہیں،اگر ہم لوگ آپ ﷺ کی زندگی کی کامطالعہ کریں تو پتہ چلتاہیکہ آپ ﷺ اتنے صحت مند کیوں تھے ،وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ زندگی گزارنے کے طور طریقہ بھی بدل گئے ہیں،جیسے ٹیکنالوجی اورانڈسٹری کی کثرت کی بناء پر آلودگی سے بچنا ہمارے لئے مشکل ساہوگیا ہے پھر بھی ہم غیراہم تغذیہ سے پرہیز کرسکتے ہیں اورخوب ورزش کرکے اور رسول ﷺ کی تعلیمات پر عمل پیرا ہوکر (روحانی وجسمانی)صحت مند زندگی گذارسکتے ہیں اللہ تعالیٰ ہمارے لئے آسانی پیدافرمائیں (آمین)

بالوں کا گرنا!اورحجامہ

Male pattern (جوایک خاص طریقہ پر ہوتا ہے) گنجاپن مردوں میں ایک عام گنجاپن ہے جسے genetic hair loss (جنیٹک ہیرلاس)یا پھر alopecia androgenic (الوپسیا انڈروجنیک) بھی کہا جاتا ہے عام طور پر بال دھیرے دھیرے جھڑنا شروع ہوتے ہیں،اورسر کے اوپری حصہ سے جھڑنا شروع ہوتے ہیں،ہرایک کی صحت مطابق بالوں کا کم ہونا الگ الگ طریقہ سے ہوتا ہے،بہت سارے لوگ جب وہ ادھیڑ عمر کے ہوجاتے ہیں تو انکے بال کان کے اوپری حصہ سے گرنے لگتے ہیں،بال مختلف مراحل سے ہوکر گزرتے ہیں،عام طور پر بال دو سے تین سال تک لگاتار بڑھتے ہیں ہر

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا/پچھنا لگانا) کواختیارکریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)،نزد کراڈپورہ،اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

مہینہ بال ایک سینٹی میٹر تک بڑھتے ہیں کچھ مہینوں تک بال بڑھتے ہیں پھر کچھ مہینوں تک رک کر پھر جھڑنا شروع ہوجاتے ہیں پھر چند مہینوں میں وہی پر دوبارا بال اُگنا شروع ہوجاتے ہیں، اگر روزانہ اکا دوکا بال جھڑتے ہیں تو کوئی فکر کی بات نہیں ہے، لیکن حد سے جھڑنے لگے ہے تو پھر یہ male pattern (میل پٹرن) گنجا پن بھی ہوسکتا ہے۔

مردوں اور عورتوں کے بالوں کے جھڑنے کی کئی وجوہات ہوسکتی ہیں، جیسے کوئی شخص کئی مہینوں تک بیمار رہا ہو، یا اسکا (اسکی) ابھی آپریشن ہوا ہو، یا پھر خطرناک ذہنی تناوء میں مبتلاء ہو، ایسے لوگوں کے بال زیادہ مقدار میں جھڑتے ہیں۔ پھر یہ تھائی رائیڈ غدود کے حد سے زیادہ فعال ہونے یا نہ ہونے سے متعلق بھی ہوسکا تا ہے، یا مردانہ وزنانہ ہارمونز کی کمی سے متعلق بھی، بہت ساری عورتوں کے بال زچگی کے بعد جھڑتے ہیں، کیونکہ جسم میں ہارمونز تبدیلی آجاتی ہیں، بہت ساری دواؤں کے استعمال سے بھی بال جھڑتے ہیں جیسے blood thinners ,steroids,birth control pills, اسی طرح سے ہائی بلڈ پریشیر یا لو بلڈ پریشر، وغیرہ وغیرہ۔

اسی طرح انفیکشن کی وجہ سے بھی بال جھڑتے ہیں جیسے Fungal (فنگال) اسکا اثر کھوپڑی اور بالوں کی جڑوں پر ہوتا ہے نتیجۃً بال گرنے لگتے ہیں، اسی طرح بہت سی بالوں کی نئ نئ اسٹائیل کی وجہ سے بھی بال گرتے ہیں جیسے pigtails,cornorows یا thight hair rollers جسکی بناء پر بالوں کی جڑیں کھینچی جاتی ہے پھر بال گرنے لگتے ہیں، اور بالوں کی جڑیں زخمی ہوجاتی ہے اگر پہلے ہی مرحلے میں اسکا علاج نہ کیا جائے تو بال ہمیشہ کے لئے ختم ہوسکتے ہیں۔

تحقیقات سے یہ بھی پتہ چلا ہے کہ جو آدمی male pattern گنجے پن میں مبتلاء ہوا سکے follicles (فالیکلس) میں (DHT)Dihydrotestosterone (ڈائڈروٹیسٹ وسٹیرون) بڑی مقدار میں ہوجاتا ہے، اور DHT کا حد سے زیادہ بڑھ جانا بال جھڑنے کی ایک اہم وجہ ہیں، یہ بات اور ہیکہ سائنسداں آج تک اس بات کا پتہ لگانے سے قاصر ہے کہ ان دونوں میں کیا تعلق ہے، یہ بھی پتہ نہیں چل پایا کہ گنجاپن سر کے اوپری حصہ سے ہی شروع ہوتا ہے اور دائیں بائیں اور پیچھے کا حصہ کیوں محفوظ رہتا ہے؟ اور جو لوگ بالوں کا دھیان نہیں رکھتے اسکو صاف نہیں رکھتے تو انکے بالوں کو اگنے میں دشواری ہوتی ہے پھر بال باریک باریک ہوکر نکلتے ہیں یہاں تک کہ وہ نکلنا ہی بند ہوجاتے ہیں۔

کیاmale pattern(میل پیٹرن) گنجے پن سے بچا جاسکتا ہے؟نہیں!ہرگزنہیں ہاں آپ اسکوکم ضرور کر سکتے ہیں ،سائنس سے ابھی بالوں کے جھڑنے کا مستقل علاج دریافت ہو چکا ہے۔وہ(سائنسداں)Stem cell پر کام کر رہے ہیں اور حالیہ دریافت یہ ہوئی کہ انھوں نے ایک زخمی چوہے پر اسکا تجربہ کیا جس سے اسکے متاثرہ جگہ پر بال اگ آئے،جنکے بال جھڑے ہوئے ہوا نکے لئے یہ ایک خوش کن خبر ہے لیکن اس سمت تحقیقات ابھی بھی جاری ہے،۔

بال جھڑنے کا متبادل نیچے ملاحظہ فرمائیے۔

سائنس کی ترقی کے ساتھ ساتھ گرتے بالوں کو روکنے کے مواقع بھی دھیرے دھیرے حاصل ہو رہے ہیں۔FDA نے صرف دو ہی دواؤں کو منظوری دی ہے جو گرتے بالوں کو کم کرنے میں مدد کرتی ہیں finesterde(Propecia)اور دوسری ہے Minoxidil(Regaine) finesterdeیہ دواDHT کو روکتی ہے یعنی بال جھڑنا روکتی ہے یہ الگ بات ہے کہ ہر دوا کا ایک سائڈ افیکٹ ہوتا ہے،بعض لوگوں نے جنسی کمزوری کی شکایت کی اور بعض تو بالکل نامرد ہی ہو گئے،اور Minoxidil سر پر لگایا جاتا جس سے Follicles(فالیکلس)میں دوران خون بڑھ جاتا ہے اور بالوں کو اگنے میں آسانی ہوتی ہے۔لیکن اسکا بھی نتیجہ بہت ہی کم لوگ دیکھ پائے ہیں۔

کیا حجامہ Male pattren(میل پیٹرن)میں مددگار ثابت ہوسکتا ہے؟ بہت تحقیقات کے بعد پتہ چلا کہ بالوں کہ جھڑنے کی اصل وجہ Alopecia(الوپیسیا)ہے UK(لندن)میں تقریباً دو تہائی لوگ اس میں مبتلاء ہے،ایسی کوئی تحقیق تو ابتک سامنے نہیں آئی کہ جھڑتے بالوں کو روکنے میں حجامہ مفید ہے،ہاں جنھوں نے finesterde(فائن سٹرڈ)استعمال کیا انکے بال جھڑنا بھی کم ہو گئے اور نئے بال اگنا بھی شروع ہوئے،اور جو   Follicles مردہ ہو گئے تھے بیجان تھے انکے بال اگنا شروع ہوئے جنکی DHT کم تھی۔Minoxidil جو دوران خون بڑاھانے کا کام کرتی ہے اسکے بھی مفید نتائج سامنے آئے،تو اب ہمارے سامنے دو چیزیں ہیں ایک بہترین دوران خون اور دوسری DHT Blokcer(بند کرنے والی)جو Follicels کو کھولتی ہے۔

اور سر پر سوکھا حجامہ لگوانے سے دوران خون کو بھی مدد ملے گی اور Follicle بھی کھل جائے گیں جس سے بالوں کی نشونماء ہوگی،لیکن یہ تھیوری ان ہی Follicle پر اپنائی جائے گی جو Follicle ابھی جاندار ہیں،لیکن سر پر گیلا حجامہ ان ساری

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)،نزد کراڈ پورہ،اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

صورتوں میں مددگار رہوگا اگرچہ سر کی جلد میں خراب اور فاسد مادہ جمع ہو چکے ہو۔یقیناً اچھی غذائیں Follcile (فالیکس) کو جاندار رکھنے اور بالوں کو بڑھانے میں مددگار رہوگی۔اسی طرح بالوں کو روزانہ صاف ستھرا رکھنا اور دھونا بہت ضروری ہے، تحقیقات سے یہ بھی پتہ چلا ہے کہ تیل اور دھول کی وجہ سے Follcile کو جام کر بالوں کو بڑھنے سے روکتا ہے جو سر پر گیلا یا سوکھا حجامہ کرنا چاہتے ہیں انھیں چاہیئے کہ وہ سر کہ بال کانٹ کر آئے اگر آپ بال کے گرنے سے پریشان ہے تو ایک مرتبہ حجامہ کرواکے دیکھیے،ہم آپ سے کوئی وعدہ نہیں کرتے اس لئے کہ یہ تو صرف ایک علاج ہے،اگر اللہ چاہے تو شفا ضرور مل سکتی ہے،اللہ اسکو آپ کے لئے آسان بنائے آمین.

کیا آپ جانتے ہیں؟

کیا حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے کبھی اونٹ کے پیشاب کو علاجاً تجویز فرمایا ہے؟

سب سے پہلے ہم ان احادیث پر غور کرتے ہیں جو اونٹ کے پیشاب کے متعلق ہیں: ابوقلابہ سے مروی ہے کہ حضرت انسؓ فرماتے ہے کہ قبیلہ عرینہ کے لوگ مدینہ آئے وہاں کا موسم انھیں راس نہ آیا تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے انھیں دودھ دینے والے اونٹوں کے ریوڑ میں بھیجا کہ انکا دودھ اور پیشاب دواء کے طور پر استعمال کریں،جیسا انھیں حکم دیا گیا تھا وہ سب وہاں گئے اور سب صحت یاب ہوگئے پھر انھوں نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے اونٹوں کے چرواہے کو مارڈالا اور اونٹ لیکر فرار ہوگئے علی الصبح یہ خبر جب نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو پہونچی تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے کچھ لوگوں کو انکے تعاقب میں روانہ کیا ان لوگوں نے انکو پکڑ کر آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے خدمت میں پیش کیا پھر آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے انکے ہاتھ اور پیر کاٹنے کا حکم دیا اور انکے ہاتھ اور پیر کاٹ دئے گئے اور انکی آنکھوں کو گرم لوہے کے ٹکڑے سے داغا گیا،پھر مقام الحراء پر منتقل کیا گیا جہاں انھیں مانگنے پر پانی بھی نہیں دیا گیا ابوقلابہ فرماتے ہیں ان لوگوں نے چوری کی اور قتل کیا اور اسلام لانے کے بعد دوبارہ کفر اختیار کرلیا اور اللہ اور رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے خلاف لڑائی کی۔(صحیح بخاری،وضو جلد نمبر ۱ کتاب ۴ نمبر ۲۳۴)

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

بعض جانوروں کے پیشاب کے بارے میں سائنسی حقائق

ایک امریکن نومسلم جوان بہن نیکولے وڈس (اللہ اس سے ہمیشہ راضی رہے) کا تبصرہ: صرف میں آپکے ساتھ یہ معلومات شئر کرنا چاہتا ہوں کہ کچھ مصنوعات جیسے tylnol (ٹیلنال) اور aspaire (اسپائر) (دونوں میں سے کوئی ایک لیبل دیکھ لیں) اسمیں شامل اجزء میں ایک جز ہے PREMARIN (پریمرین) علم حیاتیات کے ماہر نے مجھے بتایا کہ اسکا فل فارم pregnent mare urin حاملہ گھوڑی کا پیشاب ظاہری بات ہے دواوں پیشاب کو بغیر process (پروسیس) کئے شامل کیا ہی نہیں جا سکتا مجھے یقین ہے کہ اسے ابالا یا pasteurized (پیسٹریسائزڈ) کیا جاتا ہوگا یا کوئی اور طریقہ اسکے لئے اپنایا جاتا ہوگا، لیکن اجزاء جو اس میں شامل کئے جاتے ہیں وہ ایسے ہی ہے جیسیا کہ نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اونٹ کے پیشاب کو استعمال کرنے کا مشورہ دیا تھا اسی طریقہ سے سر درد کے لئے! لگتا ہے آپکو گھن محسوس ہو رہی ہے،! لیکن اگلی بار Tylnol (ٹلنائل) یا asparin (سپائرین) استعمال کرنے سے پہلے سوچئے (ہاہاہا)۔

مزید Muslimah سے ایک خاتون جو میڈیکل فیلڈ میں Mammographer (میموگرافر) کی حیثیت سے کام کرتی ہے (اللہ اسے ہمیشہ خوش رکھیں) کہتی ہیکہ اسٹروجن کی مصنوعات (PREMARIN) جو عورت کو menopasual سن یاس (مینوپازل) کے بعد دی جاتی ہے وہ دوا گھوڑے کے پیشاب سے ہی بنتی ہے estrogen (سٹروجین) عورتوں میں ہارمونز کے لئے دیا جاتا ہے۔

مزید اور بھائی ابو آدم (اللہ انھیں ہمیشہ خوش رکھیں) میرے مسیج باکس میں لکھا کہ: حدیث کا یہ ایک اور معجزہ ہے کہ: حدیث پاک میں ہیکہ رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے کسی کو اونٹ کا پیشاب دوا کے طور پر استعمال کرنے کے لئے کہا تھا، اور یہ جاہل عیسائی اس حدیث کو فرضی گردانتے تھے لیکن اب امریکہ میں گھوڑے کا پیشاب صحت یاب ہونے کے لئے خوب استعمال کیا جاتا ہے۔

آپ www.premarin.org یا www.premarin.com پر جا کر دیکھے صاف تشریح ہے

Premarin® stands for Pregnant Mares' Urine

(PREgnant MARes' urINe)

Premarin (including Prempro, Premphase, Prempac, and Premelle) is a drug made up of conjugated estrogens obtained from the urine of pregnant mares -- put out in many forms (pills, creams, injections, patches, vaginal rings) and is used to reduce the symptoms of menopause in women or women who have had a hysterectomy. It is also prescribed to nearly eliminate the risk of osteoporosis (the brittling of bones) and reduce the chance of heart disease in women over 50.

Premarin (Prempro, Premphase, Prempac, and Premelle)

جو دوا ان اجزاء پر مشتمل ہے وہ گھوڑے کے پیشاب سے حاصل کی جاتی ہے جس سے بہت ساری چیزیں بنتی ہیں جیسے ،گولیاں، تیل، انجیکشن ،وغیرہ اور یہ عورتوں کومخصوص بیماریوں میں کام دیتی ہے اور یہ osteoporosis (آسٹیو پروسس) کو کم کرنے لئے بھی تجویز کی جاتی ہے اورعورتوں میں ۵۰ فیصد دل کو بیماری کے خطرات کوکم کرتی ہے۔

مزید اور برادر محترم عبدالحفیظ (اللہ تعالیٰ انھیں ہمیشہ خوش وخرم رکھے) حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا اونٹ کے پیشاب کا علاج تجویز فرمانا کےتحت لکھتے ہے کہ: سب سے پہلے ہم اس واقعہ کے سیاق وسباق کے بارے میں جانکاری حاصل کرتے ہیں ،اصل میں حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے زمانہ میں بعض لوگ بہت بیمار ہوجاتے تھے اورنئی نئی بیماریوں میں مبتلاء ہوجاتے تھے انکے پیٹ خراب ہو جاتے اورسوجن پڑ جاتی تھی جس سے وہ صحت مند نہیں تھے،اس لئے حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے انکواونٹ کا دودھ اور پیشاب استعمال کرنے کے لئے اونٹوں کے چراگاہ میں بھیجا تھا تاکہ انھیں شفا مل سکے،جیسا نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے انھیں حکم دیا تھا وہ سب وہاں گئے اوردودھ اوراونٹ کا پیشاب استعمال کرکے صحت مند ہو گئے۔

تاہم شیطان نے انکو ورغلا ڈالا اورانھوں نے اونٹوں کو لے لیا اور چرواہے کوبھی قتل کرڈالا اوراونٹ لیکر بھاگ گئے جب یہ خبر نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو پہونچی تو آپ نے کچھ لوگوں کوروانہ کیا اوروہ لوگ پکڑ کر آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں لائے گئے پھر انھیں سخت سزا دی گئی۔

اس واقعہ سے ہمیں کیا پتہ چلتا ہے!؟ علماء فرماتے ہیں اس حدیث سے ہرگز یہ ثابت نہیں ہوتا کہ اسلام میں اونٹ کا پیشاب پینا جائز ہے بلکہ حدیث کا اصل مطلب یہ ہیکہ اگر بیماری شدت کی ہواورکوئی دوسری حلال دواء علاج کے لئے موجود نہ ہوتو

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا رپچھنا لگانا) کواختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)،نزدکراڈ پورہ،اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

تب اسکا استعمال کیا جا سکتا ہے وہ بھی مجبوری کے درجہ میں ۔ ورنہ دیگر حالتوں میں اونٹ کے پیشاب کی اجازت قطعاً نہیں ہوگی ۔

عمومی سوالات

جو عمومی سوالات ہیں اور عام طور پر پوچھے جاتے ہیں ہم اس حصہ میں انکے جوابات دینے کی کوشش کرینگے

سوال: کیا حجامہ نقصاندہ ہے؟

جواب: اسکا انحصار افراد پر ہیں ہم نے اب تک بہت سارے مریضوں کا علاج کیا لیکن اب تک کسی کو ایسی تکلیف نہیں ہوئی ،بعض لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں جنھیں تکلیف محسوس بھی ہوتی ہیں اور بعض افراد تو ایسے بھی ہوتے ہیں جنھیں گدگدیاں ہوتی ہیں بلکہ وہ ہنسنے بھی لگ جاتے ہیں، انکی ہنسی کی وجہ انکی حساس جلد ہوتی ہے، عام طور پر لوگوں کے ذہنوں میں لال خون کا ڈر بیٹھا ہوا ہوتا ہے وہ اسے دیکھتے ہی گھبرا جاتے ہیں، اس سے زیادہ ہم آپکو اور کیا سمجھائے کہ یہ جو خراش لگائی جاتی ہے وہ بہت ہی ہلکی اور نارمل ہوتی ہے بس جلد کے اوپری حصہ پر یہ کٹ لگائے جاتے ہیں اس سے زیادہ ڈرنے کی ضرورت نہیں ہے اور ہمیں یقین ہے کہ ضرورت پڑنے پر لوگ اس سے زیادہ تکلیف جھیل لیتے ہیں۔

سوال: کیا suction پچھنہ لگوانے سے کچھ نقصان ہوتا ہے؟

جواب: اسکا انحصار بھی لوگوں پر ہی ہے بعض دفعہ زیادہ خون نکالنے کے لئے خراش ذرا گہری لگانی پڑتی ہے لیکن گھبرانے کی ضرورت نہیں آپ اسے باسانی برداشت کر سکتے ہیں ۔

سوال: ہائے اللہ کیا آپ میرا سارا خون نکال لےگیں؟

جواب: گھبرائے نہیں ہم آپکا سارا خون نہیں بہنے دےگیں، دراصل ایک بات سمجھنے کی ہے جو خون ہم آپکا نکالے والے ہے وہ چمڑی سے نکل کر آتا ہے وہ اصل دوران خون کی نسوں میں سے نہیں آتا، اگر آپ یہ سمجھتے ہیں کہ آپ کے خون میں صرف ہیموگلوبین، پلاٹلیٹس، پلازما اور سفید خونی خلیے ہی ہیں تو یہ آپکی خام خیالی ہے، خون میں ان کے علاوہ اور بھی بہت سارے مادہ اور خلیے ہیں جو ہمارے جسم میں دواران کرتے رہتے ہیں اور الگ الگ افراد کا جسم الگ الگ response

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

Contact us at : 0091-9860515918 عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ) Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڑ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

(جواب) دیتے ہیں اور یہ کوئی بری چیز نہیں ہے ہم تو مریضوں کا خاص خیال رکھتے ہیں کہ وہ اچھا محسوس کر رہے ہیں یا نہیں ،اور ویسے بھی صرف جنت ہی ایسی جگہ ہیں جہاں آدمی بیماریوں سے 100% پاک وصاف رہیگا۔

سوال: حجامہ کتنی دیر لگانا پڑتا ہے؟

جواب: آپ کتنے کپ لگاتے ہیں اس پر منحصر ہے عام طور پر تین کپ لگاتے ہیں ۳ منٹ تک

سوال: مجھے حجامہ کتنی بار کرانا چاہیئے؟

جواب: یہ آپ پر منحصر ہے بعض لوگ پرہیز کے طور پر ہر مہینے میں سنت کے اعتبار سے 17/19/21 اسلامی کیلنڈر کے حساب سے کرتے ہیں۔بعض لوگ تین مہینے اور بعض تو چھ مہینے میں ایک مرتبہ کرتے ہی ہیں حجامہ یہ فاسد مادہ کو باہر نکال پھیکنے کا ایک بہترین طریقہ کار ہے اسکے جو طریقہ اس کے لئے لوگ اختیار کرتے ہیں جیسے خاص پھلوں اور سبزیوں کا استعمال کرنا اور مرغن غذاوں سے پرہیز کرنا۔

سوال: کیا حجامہ سے میرا علاج ہوجائے گا؟

جواب: اللہ بہتر جانتا ہے

سوال: کیا مجھے بیہوش کیا جائے گا؟

جواب: کچھ بھائیوں کو بس ہلکا سا سر بھاری محسوس ہوتا ہے اور بعض کو بے ہوشی جیسا محسوس ہوتا ہے وہ بھی ان لوگوں کو محسوس ہوتا ہے جو دن بھر بھوکا رہتے ہیں دن بھر نہ کچھ کھاتے ہیں نہ پیتے ہیں تو ظاہر سی بات ہے ان پر بے ہوشی تو طاری ہوگی ہی اور ہمارا جسم کمزور ہونا شروع ہوگا اس لئے ہم آپکو ہمیشہ یہ کہتے ہیں کہ آپ اس سلسہ میں مکمل جانکاری ہماری websites سے ضرور حاصل کرلیں ،آپ کھا پی سکتے ہیں صرف ثقیل غذا سے دوتین گھنٹے تک پرہیز کرنا ہے اور جوس وغیرہ تو لے سکتے ہیں۔

سوال: میں حاملہ ہوں کیا میں حجامہ کرسکتی ہوں؟

جواب: نہیں اگر آپ حاملہ ہے تو نہیں کرنا چاہیئے

سوال: کیا میں وضع حمل کے بعد حجامہ کرسکتی ہوں؟

جواب: اگر وضع حمل ابھی ہوا ہے تو ہم آپ کو حجامہ کا مشورہ کبھی نہیں دے گیں اس لئے کے وضع حمل کے بعد جسم کو صحیح سالم اور

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)،نزد کراڈ پورہ،اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

تندرست ہونے میں ٦ ماہ سے ایک سال تک کا عرصہ لگ جاتا ہے یہ بھی ہر ایک کا معاملہ الگ الگ ہوتا ہے کے وضع حمل کتنا سنگین تھا، اور آپکو اگلے حمل سے قبل ڈاکٹر سے صلاح ضرور لینا چاہئے، وضع حمل کے بعد ہم بہنوں کو سختی سے مشورہ دیتے ہیں کہ وہ اچھی سے اچھی غذاوں کا استعمال کریں اور ملٹی وٹامن چیزوں کا روزانہ استعمال کریں آپ یقین رکھے اس سے آپ کو بہت فائدہ ہوگا اور زیادہ مصالحہ دار کھانوں سے اور بادی چیزوں سے بھی پرہیز کریں جیسے چاول، مصالحے، لال گوشت ۔بعض شیوخ تو ایک ولادت سے دوسری ولادت کے وقفہ کو دو سال تک کا ہونے کی رائے دیتے ہیں تاکہ جسم پورے طریقہ سے تندرست ہوجائے، ویسے ڈاکٹر کے کہنے کہ مطابق آپ وضع حمل کے چھ مہینے بعد حجامہ کرواسکتی ہیں، لیکن ایک بات یاد رکھیں آپ حجامہ سے قبل اچھی طرح کھا پی لیں بھوکہ ہرگز نہ رہیں اگر کھالیا ہے تو حجامہ سے قبل دو تین گھنٹے رک جائے۔

سوال: حجامہ کے نقصانات کیا کیا ہیں؟

جواب: ممکن نقصانات صرف سرچکرانا، خاص طور پر خالی پیٹ صبح کے وقت کرنے پر وقتی بے ہوشی یا متلی محسوس کی ہوتی ہے یہ بھی بہت کم ہوتا ہے جیسے کہ مریض بالکل ہی تندرست نہ ہو۔

Anabolic steroid

(انسانی پٹھوں کو مضبوط بنانے والی ادویہ کی ایک قسم) اور حجامہ

ہم میں سے بہت سارے لوگ اچھی صحت اور جسم کو فٹ رکھنے کے لئے بہت محنت کرتے ہیں، خیر! بہت سارے لوگ ایسے بھی ہیں جنھے بالکل صبر ہی نہیں ہوتا اور باڈی بنانے کے لئے کچھ متبادل تلاش میں سرگرداں ہوتے ہیں ہاں ہم androgenic/anabiclsteroied (AAS) (اینڈروجینک) کی بات کررہے ہیں ''ناتجربہ کار لوگوں کی نگاہ میں ایک بہترین دوا (اینڈروجنیک انابولیک سٹرائید)

اس سیکشن کے لکھنے کا اصل مقصد بھی یہی ہیکہ ہم یہ جانکاری حاصل کریں کہ حجامہ اس میں کیسا مددگار ثابت ہوتا ہے ہم اس موضوع پر گہرائی کے ساتھ لیکچر دینا نہیں چاہتے اس لئے کہ اس موضوع پر انٹرنیٹ پر ڈھیر ساری معلومات موجود ہے، اور دوسری اہم وجہ اسکے لکھنے کی یہ بھی ہیکہ بہت سارے باڈی بلڈنگ کے شوقین افراد Anabolic Steroid کا استعمال

کر اپنے جسم کو نقصان پہونچا دیتے ہیں،ہم دنیا کہ مزاج کو اچھی طرح سمجھتے ہیں کہ وہ کیسے انسان کے اندر جا بیٹھتی ہے کیونکہ
میں بھی اس سے پہلے Anabolic Steroid (انابولیک سٹرائیڈ) کرا چکا ہوں۔
Anabolic کئی طریقہ کا ہوتا ہے،جسکی دو catagiries (کیٹیگریس) ہو تی ہیں (۱) bluking
(بلکنگ) اور دوسری (۲) cutting (کٹینگ) ہے Anabolic
کا مطلب ہے پٹھوں کا بڑھانا۔
Bulking steroid کی مثالیں، Dianabol,Deca,Testosterone Enanthate وغیرہ وغیرہ
اور cutting steroid جیسے Primobolan,Winstrol,Masteron, وغیرہ
اسمیں کچھ دوائیں oral (اورال) فارم میں آتی ہیں اور بعض انجیکشن کی شکل میں ملتی ہیں۔یہ ایک بہت لمبا موضوع ہے کہ انابولک مفید ہے یا مضر؟ بہت سارے لوگ ایسے بھی ہیں جنھوں نے بغیر کسی نقصان کے انابولک سے فائدہ اٹھایا ہے اور انکے عضلات بھی بڑھے، پھر یہ سوال پیدا ہوتا ہیکہ کیا Anabolic موت کا سبب بن سکتا ہے؟ جواب اگر اثبات میں ہے تو پھر اسکے گواہ کہاں ہیں؟ ابھی یہ موضوع زیر بحث ہی ہے اور لوگ اسکو استعمال کرتے ہی جا رہے ہیں۔ Anabolic کا بہت ہی خطرناک سائڈ افیکٹ ہیں لیکن باڈی بلڈرس اسکے ساتھ ہی PCT بھی کرواتے ہیں یہ ایک ایسی دوا ہے جو Anabolic کے اثر کو کم کر دیتی ہے اور ہر ایک کے جسم کا مزاج بھی الگ ہوتا ہے اس لئے مزاجوں کے حساب سے دواؤں کے نتائج بھی الگ الگ ظاہر ہو تے ہیں، Biomedical (حیاتیات) کے ماہرین کا کہنا ہیکہ دوا جسم کے systemAndocrine (اینڈوسرین سیسٹم) کے ساتھ کام کرتا ہے جسکو ہارمون فیکٹری بھی کہے سکتے ہیں تو دوا اگر اس پر اثر پر انداز ہو تو دوا جسم کے لئے مفید نہیں ہوتی ہے، اگر آپکا جسم مظبوط ہے تو پھر آپ Anabolic لے سکتے ہیں ورنہ یہ خطرناک ثابت ہو سکتی ہے۔
آدمی کے Testostreon (ٹیسٹوس رون) میں اصل میں male Harmon (مردانہ ہارمونز) ہو تے ہیں اور یہی ھارمون مرد کو مرد رہنے میں مدد کرتے ہیں جیسے جسم کے بال داڑھی کا بڑھنا وغیرہ اسی طرح بہت سارے کام اس سسٹم کے ہیں، اب یہ جسم آپکا ہے فیصلہ آپکے ہاتھ میں ہے، اللہ تعالیٰ نے انسانی جسم میں توازن رکھا ہے اور جسم کا اصل مقصد تو زندہ رہنا

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا/پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
Contact us at : 0091-9860515918 عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ) Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

ہے اسلئے وہ چربی کو جمع کرتا ہے اور جسم کو جب انرجی کی ضرورت پڑتی ہے تو وہ اسکو استعمال کرتا ہے، ہمارا جسم اس لئے نہیں بنا یا گیا کہ وہ کم چربی کے بغیر ہٹا کٹا نہ رہے ورنہ ہر ایک ویسا ہی پیدا ہوتا۔ کہنا کا غلط مطلب نہ نکا لئے اور ہم یہ نہیں چاہتے کہ آپ موٹا ہونے کے لئے اپنے طریقہ سے خوب کھائے پیئے اور جسم کو موردالزام ٹھہرائے کے ہائے خدا میں موٹا ہو گیا ہوں اب کیا کروں۔ ہمارے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے طریقہ پر غور کریں کہ ایک تہائی کھانے کیلئے ایک تہائی پینے کے لئے ایک تہائی ہوا کے لئے اتنے ہی calories (کیلریس) ہمارے جسم کے لئے کافی ہے، آپ صلی اللہ علیہ وسلم موٹے نہیں تھے، امہات المومنین ؓ فرماتی ہیں کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کا بطن مبارک گھڑی کئے ہو پیٹ کی طرح تھا (یعنی ۶ پیکس) تھے۔ ہم مسلمانوں کو ادھر ادھر دیکھنے کے بجائے سب سے پہلے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی تعلیمات کو دیکھنا چاہئے۔

آیئے ہم دیکھتے ہیں کہ یہ مسلس کے بلاکس کیسے بڑھتے ہیں اور یہ کام کیسے کرتے ہیں؟ یہ عضلات کو بڑھانے میں کیسے متحرک رہتے ہیں؟ اس کو مختصراً سمجھنے کی کوشش کرینگے اور اسمیں ہم میٹا فر کی مدد لیتے ہیں تا کہ سمجھنے میں آسانی ہو، انسانی جسم ہر ہفتے قدرتی طور پر 50-70mg testosterone پیدا کرتا ہے جو مرد بنے رہنے کے لئے کافی ہے۔ اور یہ جو باڈی بلڈرس ہیں یہ 300-1000 mg ہر ہفتے لیتے ہیں اب آپ تصور کریں کہ وہ اتنی مقدار میں کیوں استعمال کرتے ہیں oral، anabolic چاہے وہ ٹیبلیٹ یا pill منہ کے ذریعہ پیٹ میں اور چھوٹی آنت میں جائے گا جو اسکو تحلیل کر کے جگر کو مہیا کریگی اس طریقہ کار کو First-pass Metabolism (فرسٹ پاس میٹابولزم) کہتے ہیں، سائنٹفیک بوفینس کے ذریعہ تقریباً oral steroid (اورل سٹرائیڈ) کو molculer سے تبدیل کیا جاتا ہے تو 17 ویں اسٹیپ پر اسمیں مزید کاربن ائٹم اس میں ملاتے ہیں جسکی وجہ سے انابولک 17alkylated (۱۷ الکالیٹیڈ) ہوجاتا ہے یہ ایک چین کے مانند بن جاتا ہے ،سوچئے ایک مظبوط ڈھال molecule کی جگر کے اردگرد ہو تو سٹرایڈ کو تحلیل کرنا جگر کے لئے دشوار ہوجائے گا، اس سے جگر پر بہت زور پڑتا ہے اور پھر سٹرائڈ کو تحلیل کرنیکے لئے دوسرے کیمیکل درکار ہوتے ہیں ان سارے مراحل میں بہت سارے Toxins (ٹاکسن) پیدا ہوجاتے ہیں اور جگر کمزور پڑجاتا ہے۔ اس نقصان سے بچنے کے لئے لوگ انجیکشن فارم کا استعمال کرتے ہیں جس کی بناء پر اسے First pass (فرسٹ پاس) سے نہیں جانا پڑتا لیکن وہ گردے سے ہو کر جاتی ہیں جگر وغیرہ کی کمزوری تو اسکا ایک ہلکا سا اثر ہے۔

یہ ہوتا کیسے ہے؟جیسے ہی Anabolic Steroid (انابولک سٹرائیڈ)دوران خون میں شامل ہو جاتے ہیں تو Testosterone(ٹیسٹورن)کو active(ایکٹیو)ہوجانا پڑتا ہے، Testosterone(ٹیسٹورن)کو ماسٹر کی تصور کریں،جسم میں موجود andoregen receptors (انڈورجین ریسپٹرس)عضلات کے لئے چابی کا سوراخ Testosterone جب andoregen receptors(انڈورجین ریسپٹرس)میں پرواز کرتا ہےتو پھر کیا دیکھنا عضلات خوب بڑھنے لگتے ہیں۔بدقسمتی سے andoregen receptors (انڈورجین ریسپٹرس)سے بالو ں کا گرنا،ذہنی تناوءاور کیل مہاسےنکل آتے ہیں تو Anabolic Steroid(انابولیک سٹرائیڈ)کے ساتھ اپنی پسند کا کوئی سوال ہی نہیں ہے۔

میں نے یہ کیوں نہیں لیا اسلئے کہ جب میں نے اسکو دیکھا تو ڈر گیا،ہاں!یہی ڈر صحیح ثابت ہوا،باریک بینی سے جانچ ہوئی تو پتہ چلا کہ بہت سے مرد جنسی طور پر حد سے زیادہ کمزوری کا شکار ہو گئے،کیونکہ جب جسم کو بڑی مقدار میں Testosterone (ٹیسٹوس ٹیرون)مل رہے ہےتو اسنے Testosterone بنانا بند کر دیا جسکی وجہ جنسی کمزوری ہونا شروع ہوئی۔جب آدمی یہ Anabolic Steroid (انابولیک سٹرائیڈ)ختم کر چکا ہوتا ہے تو جسم قدرتی طور Testosterone (ٹیسٹوس رون)بنانا یا توکم کر دیتا ہے یا بالکل ہی ختم کر دیتا ہے،اگر (ٹیسٹوس رون)Testosterone بننا بند ہو جائے پھر تو بہت بڑی مصیبت ہے۔

جب Testosterone (ٹیسٹوس رون) کمزور ہیں مطلب ایسا شخص جنسی طور پر کمزور ہے یا بالکل ہی ختم ہے اور estrogens (سٹروجینس)ہائی ہے جس سے آدمی کو کوئی مشکلیں ہوسکتی ہے جیسے آدمی کا سینہ عورت کی طرح ہوجانا وغیرہ وغیرہ،ان نقصانات سے بچنے کے لئے PCT(پی سی ٹی) لیتے ہیں،لیکن پھر وہ ایک دواؤں کا نیا انبار لگ جاتا ہے۔ساری بات کا خلاصہ یہ ہیکہ اس سے احتیاط ہی بہتر ہے۔

حجامہ Steroid میں کیسے مددگار ثابت ہوگا؟ جسے پہلے آپ پڑھ چکے ہیں کہ جب ہم Anabolic steroid لیتے ہیں تو Metabolic جسم میں بڑھ جاتا ہےاور meatablic کی وجہ سے بہت سارے ٹاکسن پیدا ہوجاتے ہیں اور جسم کو ان پر قابو پانا مشکل ہوجاتا ہے Anabolic کی وجہ سے RBC بھی بڑھ جاتے ہیں،لوگوں میں ہارٹ اٹیک کی عام وجہ

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا رپچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)،نزد کراڑ پورہ،اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

Platelets کا بڑھ جانا ہے جس سے خون جمنے لگتا ہے، اس لئے جسم کو دوبارا صحیح سالم اور تندرست ہونے میں حجامہ مدد گار ہوگا۔ یاد رکھیے صحت بخش غذاؤں سے اور کام کاج کرنے سے خون خود بخود Testosterone کو بڑھائے گا۔ انشاء اللہ یہ ساری معلومات آپکے لئے کارگر ثابت ہوگی۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو شفاء کلی نصیب فرمائے آمین۔

حجامہ : طریقۂ کار

حجامہ کیا ہے؟

'حجامہ' عربی زبان میں 'حجم' سے ماخوذ ہے۔ جس کے معنی 'چوسنا' ہے۔ حجامہ میں جسم کے مختلف حصوں پر کپ لگائے جاتے ہیں، ہوا کو باہر نکال کر ان کے اندر ایک طرح سے خلاء پیدا کیا جاتا ہے، یہ جسم سے سمیت کو خارج کرتا ہے۔ تر حجامہ طریقہ کار خون کے نقصاندہ اثرات کو نکال باہر کرتا ہے، زہریلے اثرات کو ختم کرنے میں بھی اس کی اہمیت بہت زیادہ ہے اور قوت مدافعت کو بڑھانے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔ مزید اس کے فائدے یہ ہیں کہ حجامہ صحت یابی کو بڑھاوا دیتا ہے مثلاً: چربی کا جماؤ، وزن کا کم کرنا، تھکاوٹ، ماہواری کا درد، قبض، ڈائریا، سردرد، پیٹ درد، جوڑوں کا درد، زخم، دمہ، انیمیا، مایوسی اور جذباتی مسائل، لاغری، عرق النساء، عام سردی اور فلو، جلد کے مسائل اور ان کے علاوہ بہت سارے مسائل کا حل حجامہ میں ہے۔

پیغمبر ﷺ نے فرمایا: ''بیشک حجامہ میں شفاء ہے''۔ بحوالہ صحیح مسلم شریف 5706 ایک اور جگہ آپ ﷺ نے فرمایا: ''جو کوئی حجامہ چاند کی ۱۷، ۱۹ اور ۲۱ تاریخ کو کرواتا ہے تو یہ اس کے لئے ہر طرح کی بیماری سے شفاء کا ذریعہ ہے''۔ بحوالہ صحیح سنن ابی داؤد 3861

سائنسی نظریہ:

اُس تحقیق کے مطابق جو 1998 میں بلدری نے کیا۔ درد کا پیغام اس وقت عمل میں آتا ہے جب nociceptors اپنا کام شروع کرتے ہیں۔ ایک nociceptor کا کام احساس اور اس کے ردعمل کو نقصان پہنچانا ہے۔ یہ معلومات ریڑھ کی ہڈی کی راگ اور دماغی عصبی ریشوں کے ذریعہ ملتی ہے۔

تو آپ بھی مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

”حجامہ دردکو ریڑھ کی ہڈی میں آنے سے روک دیتا ہے کیونکہ ریڑھ کی ہڈی کے اوپری حصہ کا نظام عصبی اس میں کام کرنا شروع کر دیتا ہے۔ B-endorphins جب جاری ہوتا ہے تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ metenkephalin جاری ہوا ہے، اور منفی دباؤ کے وقت مناسب نقطہ پر اس کا اطلاق ہوتا ہے۔“ (ڈاکٹر صحابہ ایم۔ بوندوک)

endorphin ہمارے جسم میں کے کئی اقسام پائے جاتے ہیں۔ endorphins ایسے جسمانی کیمیکلس ہوتے ہیں جو درد اور پریشانی کو کم کرنے میں مدد کرتے ہیں اور قوت مدافعت کو بڑھاتے ہیں۔ جب حجامہ کے ذریعہ ان پر منفی دباؤ پڑتا ہے تو اس دباؤ کے نتیجہ میں خون جلد کے نیچے جمع ہوجاتا ہے اس کے بعد اعصابی نظام دماغ کو سگنل دیکر دفاعی نظام کو متحرک کرتا ہے اور اُس خراش کی جگہ کو بھر دیتا ہے۔ درد ماردوائیں اس وقت لی جانی چاہیئے جب حالت بہت خراب ہوگئی ہو۔ بہرحال یہ صلاح دی جاتی ہے کہ جسم کے دفاعی نظام کو مضبوط بنانے کے لئے کم ازکم ایک دفعہ ریگولر حجامہ کرنا چاہیئے۔ صحت مند پرہیز اور ورزش فطری طور پر مختلف امراض سے دفاع کا ایک طریقہ ہے لیکن جسم کو درد ماردواؤں کی عادت نہیں ڈالنی چاہئے۔

زیادہ مشقت کے بعد پٹھوں کو دوبارہ اچھی حالت میں لانے کے لئے حجامہ کے ساتھ مساج کا طریقہ کار بہت زیادہ اہمیت کا حامل ہے۔ ہم چاہتے ہیں کہ تندرست اور مضبوط رہیں، اسی لئے ہم میں سے بہت سے افراد جم جاتے ہیں اور اپنے پٹھوں کو مضبوط بنانے کے لئے وزن اٹھانے والی ورزش کرتے ہیں۔ ہمیں یہ سمجھنا پڑے گا کہ جب ہم وزن اٹھانے والی ورزش کرتے ہیں تو اس وقت حقیقت میں ہم اپنے آپ کو زخمی کرتے ہیں، ہمارے پٹھے مائیکرواسکوپک لیول پر پھٹ جاتے ہیں، اور اسی لئے اس مشقت کے بعد ہم ایک اچھا ڈائٹ پلان فالو کرتے ہیں تاکہ وہ ہمارے جسم کو دوبارہ صحت یاب کرنے میں معاون ثابت ہو۔

جب ہمارا جسم صحت یاب ہونا شروع ہوتا ہے تو اس وقت خون ایک اہم کردار ادا کرتا ہے، جب حجامہ کیا جاتا ہے تو خون کی توجہ جلد کی اوپری سطح اور پٹھوں کی طرف مرکوز ہوتی ہے۔ اور یہ کام تر حجامہ طریقہ کار (Wet cupping) کے ذریعہ بھی کیا جاتا ہے۔ یہ نقصاندہ زہریلے اثرات کے ازالے میں معاون ثابت ہوتا ہے، امراض کو روکنے میں مدد کرتا ہے، خون کی گردش میں معاون ثابت ہوتا ہے اور پٹھوں کو صحت بخشتا ہے۔ ذیل میں ایک مضمون کی تشریح کی جارہی ہے جو ایک

تجربہ پر مبنی ہے جو ورزش اور مساج سے متعلق ہے۔

تجزیہ نے یہ ثابت کیا کہ اسپورٹس مساج مثبت اثر رکھتا ہے:

از: وینڈی بمگارڈنر۔ about.com guide updated 22/Oct/2009

کیا اسپورٹس مساج شدت کی ورزش کے بعد پٹھوں کو دوبارہ جلدی سے ریکور کرتا ہے؟ ہر قسم کے کھیلوں میں حصہ لینے والے کھلاڑی اسپورٹس مساج کا استعمال کرتے ہیں، اس میں بہت زیادہ تحقیق کی گئی کہ اس کا کام کس طرح اور کیوں پھیلایا گیا ہے۔ لیکن 2008 کی تحقیق جو Ohio State University کے محققین نے کی، اس میں انہوں نے یہ ثبوت پایا کہ سیوڈش مساج کام کے وقت کو بڑھاتا ہے، اس میں پٹھے ریکور ہوتے ہیں اور جو مساج کئے ہوئے پٹھے ہوتے ہیں وہ کم خراب ہوتے ہیں، ان میں پھیلاؤ اور حرارت کے ثبوت بھی کم پائے جاتے ہیں۔

مساج کا مطالعہ پٹھوں کی ریکوری کو ٹسٹ کرتا ہے۔

چار دن کا مطالعہ انسانوں کے بجائے خرگوشوں پر کیا گیا۔ وہ مطمئن کئے گئے تھے اور ورزش کی نقل کے ذریعہ ان کے پٹھے بن گئے۔ خرگوشوں کے ٹسٹ گروپ کو اس کے بعد مساج کیا گیا اور اسی کے ساتھ ایک کنٹرول گروپ کو مساج نہیں دیا گیا، یہ مساج سیوڈش مساج کی تکنک کی نقل تھا جو کہ اسپورٹس مساج میں بڑی چوٹ، گوندھنے والی مالش، فریکشن اور جوڑوں کی حرکت کے ساتھ بہت زیادہ مقبولیت رکھتا ہے۔ ورزش اور مساج کے بعد، محققین نے تمام جانوروں کے پٹھوں کا تجزیہ کیا۔ مخصوص پٹھے جن کی جانچ کی گئی تھی وہ پنڈلی کے اگلے حصے تھے، جو انسان میں پنڈلی کے سامنے والے پٹھے ہوتے ہیں جس میں اکثر درد کی شکایت کی جاتی ہے اس وقت جب آپ اپنے چلنے کا پلان بنا رہے ہوتے ہیں یا تبدیل کر رہے ہوتے ہیں۔

مساج کئے ہوئے پٹھے ریکوری کی بڑھوتری کو ظاہر کرتے ہیں:

مساج کئے ہوئے پٹھوں کی ریکوری کی شدت میں معنی خیز فرق ہے۔ ۶۰ فیصد کی شدت کا مقابلہ مساج نہ کئے ہوئے پٹھوں کے ۱۵ فیصد سے کیا جاتا ہے۔ محققین نے یہ بھی دیکھا ہے کہ مساج کئے ہوئے پٹھوں میں خراب پٹھوں کے ریشوں اور سفید خون کے خلیات کی کوئی علامت جب وہ خراب پٹھوں کی مرمت کرتے ہیں نہیں پائی جاتی ہیں۔ مساج کئے ہوئے پٹھوں

تو آپ بھی مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

میں سوجن کی نشانی بغیر مساج کئے ہوئے پٹھوں کے مقابلہ تقریباً ۸ فیصد تک کم دکھائی دیتی ہے۔

اس سے قبل کے انسانی مطالعہ نے ریکوری کے اثرات کو نہیں پایا:

جس وقت خرگوشوں نے مساج سے پٹھوں کی بڑھوتری میں ریکوری کے اثرات کو ظاہر کیا تو اس وقت اپریل ۲۰۰۴ میں برطانیہ کے ایک اسپورٹس میڈیسن جرنل میں ہیومن سائنٹسٹس کا ایک تجزیہ شائع کیا گیا تھا، جس کا خلاصہ یہ ہے کہ ان کے پیر کے پٹھوں کے لئے کوئی قابل پیمائش اثرات نہیں ہے جو یہ ظاہر کریں کہ یہ ریکوری مساج کے بعد ہوئی یا آرام کے بعد۔لیکن سائنٹسٹس نے یہ رپورٹ دی کہ مساج کے بعد ان کی تھکاوٹ کم ہوئی۔

حوالہ جات: Butterfield TA, Zhao Y, Agarwal S. Haq F. Best TM. "Cyclic compressive loading facilities recovery after eccentric" Med Sci Sports Exerc. 2008 Jul: 40(7): 1289-96.

A Robertson. J M Watt SDR Galloway. "Effects of leg massage on recovery from high intensity cycling exercise." Br. J Sports Med 2004;38:173-176

Contact us at : 0091-9860515918 Mail us at : arifahemad72@gmail.com Visit us at : www.tibbenabavi.com

کینسر اور بیماریاں

واقعی بہت قیمتی سوال ہے کیا حجامہ (پچھنا لگوانا) سے کینسر کا علاج ممکن ہے؟ اس سے متعلق ہم سے بہت سے سوالات کئے گئے اس لئے ہم کینسر اور حجامہ (پچھنا لگوانا) پر مختصر روشنی ڈالنا چاہتے ہیں سب سے پہلے آپ کو بتاتے چلے کے حجامہ (پچھنا لگوانا) کا اصل مقصد کیا ہے اور لوگ حجامہ (پچھنا لگوانا) کیوں کرتے ہیں۔ ویسے تو انٹرنیٹ پر اس موضوع پر معلومات کے انبار ہیں مختصر اعرض ہیکہ ہم مسلمان ہونے کے ناطے حجامہ کراتے ہیں اسلئے کہ حجامہ (پچھنا لگوانا) سنت نبوی ﷺ ہے اور آپ ﷺ نے لوگوں کو اسکی ترغیب بھی دی ہے بہت سی احادیث میں ہمیں اس کی تفصیل بھی ملتی ہے کہ کس کس نے حجامہ کروایا اور کس کس مقصد کے لئے کیا ۔ اور آج سائنس اور ٹیکنالوجی کے دور میں ہمارے لیے بیماریوں کی باریک بینی سے تحقیقات کرنا نہایت آسان ہو گیا ہے۔ سب سے پہلے ہر ایک کو یہ اچھی طرح سمجھ لینا چاہئے کہ حجامہ (پچھنا لگوانا) ایک انعامی دوا ہے جسم سے فاسد مادے نکالنے کے کئے یہ ایک بہترین طریقہ کار ہے لوگ جسم سے فاسد مادّہ کو نکالنے کے لئے دوسرے طریقے اپناتے ہیں جسمیں انھیں بہت ہی غذا بخش سبزیوں پھلوں اور ایسے جوس جو (فاسد مادّہ کو ختم کرنے کی صلاحیت رکھتے ہو) کا استعمال کرنا پڑتا ہے ساتھ ہی ساتھ غیر صحت بخش غذاوں سے پرہیز کرنا پڑتا ہے تب جا کر جسم میں موجود زہریلے فاسد مادے جسم سے نکلنا شروع ہوتے ہیں۔

جسم کے اوپری حصہ پر معمولی خراش کے ذریعہ پچھنہ لگوایا جاتا ہے جسم میں بہت سارے مادہ اور خلیات بنتے ہیں جیسے جیسے انسان کی عمر ڈھلنے لگتی ہے اسکا مدافعتی نظام کمزور ہوتا جاتا ہے جسکی وجہ سے بیماریاں آسانی سے جنم لیتی ہیں۔ اگر خون کے صحیح دوران کے لیے ان زہریلے اور فاسد مادوں کو باہر نکال دیا جاۓ تو اعضاء بہترین کام کر سکتے ہیں۔ اسکو ہم ایک مثال کے ذریعہ سمجھتے ہیں: خون کے خلیہ کام پر لگے ہو فوجیوں کی طرح ہے اگر ہم ان فاسد مادوں سے چھٹکارہ حاصل کرنے میں انکی مدد کرینگے تو انھیں اپنا کام بہت آسان ہو جائیگا۔ ہم اکثر مریض سے یہ کہتے ہیں کیا تم نے اس سال نہایا ہے اور کہے میں ہمیشہ صاف رہتا ہوں؟ جی نہیں جب جسم فاسد مادہ اور گندگی بناتا ہے تو اپنے آپ کو صحتمند رکھنے کے لئے ہمیشہ صاف ستھرے رہو بس اسی طرح ہماری جلد کے نیچے فاسد مادہ اور مردار خون جمع ہوجاتا ہے جسکو ختم کرنے کا بہترین ذریعہ حجامہ (پچھنا لگوانا)

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

ہے اور یہ بھی بات سامنے آچکی ہے کہ اگر کسی کے جسم میں موجود لوہا زیادہ ہوجائے تو وہ پچھنا لگوانے سے نارمل ہوجاتا ہے پچھنا کے ایسے ہی کئی بیشمار فوائد ہیں۔

کیا حجامہ (پچھنا لگوانا) سے کینسر کا علاج ممکن ہے؟ جواب ہے نہیں اچھی طرح سمجھ لیجئے کہ اگر بازو شل ہوجائے خراب ہو جائے تو حجامہ (پچھنا لگوانا) سے اسکا واپس لانا ممکن نہیں ہے اب تک ایسی کوئی بات سامنے نہیں آئی کے حجامہ سے کینسر یا اس جیسی زہریلی بیماری کا علاج اس میں ہے۔حجامہ (پچھنا لگوانا) بس ایک حجامہ (پچھنا لگوانا) ایک انعامی دوا ہے جسم سے فاسد مادے نکالنے کے کئے یہ ایک بہترین طریقہ کار ہے لوگ جسم سے فاسد مادہ نکانے کے لئے مختلف طریقہ اپناتے ہیں جیسے بھوکے رہنا مختلف مشروبات کا استعمال کرنا مختلف غذاوں کا استعمال کرنا۔لیکن مسلم اور غیر مسلم میں یہی ایک فرق ہی کہ مسلم کے لیے دونوں جہانوں میں خیر ہی خیر ہے ہم یقین رکھتے ہیں کہ حجامہ (پچھنا لگوانا) میں شفاء ہے اور اس میں یہ شفا اللہ نے رکھی ہے۔

سب سے پہلے ہم یہ سمجھتے ہیں کے کینسر ہے کیا؟ ہم نے بچپن میں اسکول میں پڑھا ہے کہ انسانی جسم کے ریشے خلیوں سے مل کر بنے ہیں اور یہ خلیے دہرانے اور الگ کرنے جیسے بہت سارے مختلف کام کرتے ہیں۔ ہمارے جسم میں ہارمون موجود ہوتے ہیں جو ایک خاص کام کرتے ہیں اور وہ خلیوں کو مخصوص کام کرنے کے اطلاع بھی دیتے ہیں ان خلیات کو خون بنے رہنے میں مدد کے لئے آکسیجن اور گلوکوز کی ضرورت پڑتی ہیں ہمارے جسم میں ایک اور نظام ہے جسکو ہم لمفی نظام کہتے ہیں یہ بھی مدافعتی نظام کا ایک حصہّ ہے جو بیکٹر یا اور فاسد مادوں سے چھٹکارہ حاصل کرنے میں مدد کرتا ہے اب ہم سومی اور مہلک کا بڑھ جانا سمجھتے ہیں خلیات اس وقت غیر معمولی ہوجاتے ہیں جب اسکا DNA نظام خراب ہوجاتا ہے۔اور ہمارے مدافعاتی نظام میں ایسے غیر معمولی خلیہ جو اس نظام سے لڑ سکے بہت کم مقدار میں ہوتے ہیں اور یہ جب ہوتا ہے جب یہ خلیے جدا اور کنٹرول سے باہر سوجن زدہ لوتھڑوں کو بناتے اور بڑھاتے ہیں تب ہمیں پرابلم ہوتا ہے جب یہ لوتھڑے بن جاتے ہیں تو ہم اسکو ٹیومر کہتے ہیں۔ Malignant مطلب کینسر زدہ اور benign مطلب غیر کینسر زدہ Malignant tumer ریشوں کے اطراف پھیل جاتے ہیں ریشوں کو پھاڑ ڈالتے ہیں اور ٹیومر کو بڑھنے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں Binign tumer عام طور پر زیادہ نقصاندہ ثابت نہیں ہوتے ہاں اگر وہ پھیلنا شروع ہوجائے تو

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڑ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

زندگی کے لئے خطرہ ثابت ہو سکتے ہے جب کینسر کے سیلس بڑھنا شروع ہو جائے پھر وہ رکنا جانتے ہی نہیں اور ختم نہیں ہوتے یہاں تک کہ وہ بڑھی رسولی بن جاتے ہیں اسکا مطلب یہ ہوا کہ وہ vascular system کو درہم برہم کر دیتے ہیں اور جسم میں دوسری جگہ پھیل جاتے ہیں اور بڑھ جاتے ہیں کینسر اس وقت بہت خطرناک ہو جاتا ہے جب وہ خود کی خون کی وریدیں بناتے آکسیجن کے ساتھ سپلائی کرنے لیئے اب ہم اچھے سے جان چکے ہیں کہ کینسر یہ وہ خلیہ ہے جو جو DNA کے معمول کے خلاف کام کرنے کی وجہ سے ہوتا ہے۔کیا حجامہ (پچھنا) اس قسم کی خرابی کو دور کر سکتا ہے؟ جواب نہیں تحقیقات سے پتہ چلا ہے کہ بوڑھے لوگوں میں کینسر بہت دھیرے دھیرے بڑھتا ہے اور انھیں اس کی وجہ سے زندگی میں کوئی پرابلم نہیں ہوتا اس لئے ہم یہ خیال کرتے ہیں کہ جب آدمی بوڑھا ہو جاتا ہے تو اسکی توانائی کی سطح کم ہو جاتی ہے اور کینسر کے خلیوں کو بڑھنے کے لئے توانائی کی ضرورت پڑتی ہے۔ہم یقین رکھتے ہیں کہ بھوکا رہنا توانائی کو کم کرتا ہے اور یہ فاسد مادوں کو ختم کرنے کا بہترین ذریعہ ہے ہم چاہتے ہیں کہ کینسر کو ختم کرنے کے لئے حجامہ کو ایک مزید ایک ذریعہ سمجھا جائے۔حجامہ فاسد مادوں کو بھی نکالتا ہے اور مدافعتی نظام کو بہترین تر بناتا ہے جو مبتلا بہ شخص کی زندگی کو بہتر بنا سکتا ہے۔مسلم ہونے کے ناطے ہم اللہ تعالیٰ سے دعا کرتے ہیں کہ ہمیں مثبت ذہنی رویہ اختیار کرنے کی توفیق دے۔تحقیقات سے پتہ چلا ہے کہ جو عورت سینہ کے کینسر میں مبتلا تھی اور آخری مرحلہ میں تھی اسکے سفید خلیے بہتر ہو گے اور وہ اچھا محسوس کرتی ہے۔پھر دوبارہ ہم یہ یاد دلانا چاہتے ہیکہ ہم مسلمانوں کے لئے دونوں جہاں میں خیر ہے یہ اللہ کے ہاتھ میں ہے کہ حجامہ کے ذریعہ شفا مل جائے۔ہم سارے مسلم بہن بھائیوں کے لیے جو مختلف بیماریوں میں مبتلاء ہیں دوا کرتے ہیں اللہ آسانی کا معاملہ فرمائیں اور ہمیں گناہوں سے معاف فرمائیں آمین.

تو آیئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

مریض کا نام : ____________ عمر : ______

پتہ : ____________________

موبائل نمبر : ____________________

ای ۔میل : ____________________

مرض / بیماری : جو مرض ہے اس کے آگے ✓ نشان لگائیے۔

- ☐ عرق النساء
- ☐ گردن اور کندھے کا درد
- ☐ روماٹائڈ
- ☐ نقرس (Uric Acid) یورک ایسڈ بڑھنے کی وجہ سے جوڑوں کا درد Gout
- ☐ فالج
- ☐ تھکان
- ☐ لاتوں کا درد
- ☐ دفاعی طاقت کم ہو جائے
- ☐ ہاتھوں کا سن ہو جانا
- ☐ خون کی گردش کو بہتر کرنے کیلئے
- ☐ گھٹنوں اور لاتوں کا درد
- ☐ سن لاتیں اور ران میں درد
- ☐ ناف کا ہرنیا
- ☐ پیٹ کا درد
- ☐ سینے کا درد
- ☐ خونی پیچش
- ☐ پیٹ کے نچلے حصے کا درد
- ☐ رانوں کا درد
- ☐ بواسیر، فشر، مقعد سے انتڑی باہر آجائے
- ☐ کمر کا درد
- ☐ پیشاب کے غدود کے مسائل
- ☐ ناسور، پاخانہ کی جگہ
- ☐ کھانسی
- ☐ قوت باہ، مردانہ طاقت کمزور پڑ جائے
- ☐ T.B. نمونیہ اور سینہ کی بیماریاں

- ☐ بھوک کا نہ لگنا
- ☐ موٹاپا
- ☐ قبض کی وجہ سے سردرد / دبلاپن
- ☐ مرد کا بانجھ پن
- ☐ آنکھ کی وجہ سے سردرد
- ☐ عمومی سردرد
- ☐ ہائی بلڈ پریشر کی وجہ سے سردرد
- ☐ سانس کی وجہ سے سردرد
- ☐ معدہ / گردے کی بیماری کی وجہ سے سردرد
- ☐ زکام کا سردرد اور بخار
- ☐ غم / دماغ کی جھلی اور مغز کے ورم کی وجہ سے سردرد
- ☐ پیتہ اور جگر / ریڑھ کی ہڈی کی وجہ سے سردرد
- ☐ شقیقہ
- ☐ خون کی کمی کی وجہ سے سردرد
- ☐ گلا، دانت اور کان کے مسائل
- ☐ آنکھوں کی بیماریاں
- ☐ بہراپن
- ☐ کانوں کی تکلیف
- ☐ لقوہ اور چہرے کا نیورالجیا
- ☐ B.P. بلڈ پریشر کم ہو جانا / پیشاب کا غیر ارادی طور پر نکل جانا
- ☐ B.P. بلڈ پریشر
- ☐ گردے کا درد
- ☐ پیٹ کی جلن، بدہضمی، پیٹ کا السر
- ☐ گردے کی پتھری
- ☐ دست، پیچش

- ☐ سائینوسائیٹس
- ☐ بولنا بند ہو جائے
- ☐ یاداشت کی کمزوری
- ☐ مرگی کے دورے
- ☐ سگریٹ نوشی
- ☐ عقل کی کمزوری
- ☐ رحم کی بیماری، سیلان رحم / ماہواری کا زیادہ آنا
- ☐ ہچکی
- ☐ کتھئی رنگ کا لیکوریا
- ☐ ماہواری کا بند ہو جانا
- ☐ نوجوان عورتوں میں حیض کی تکلیف / بیضہ دانی کو فعال بنانا
- ☐ رحم کے آپریشن کے بعد درد
- ☐ جوڑوں کا درد / دونوں ہاتھوں اور دونوں پیروں کا فالج
- ☐ قبض
- ☐ مثانہ کا ورم
- ☐ پیشاب کا بند ہو جانا / خون کی گردش کے مسائل
- ☐ بے خوابی
- ☐ غم، ذہن کا اضطراب
- ☐ نیند کا زیادہ آنا /
- ☐ ایڑیوں کے درد کے لئے
- ☐ متلی، اُلٹی
- ☐ شوگر کی بیماری
- ☐ دل کے امراض
- ☐ شوگر کا کم ہونا

- ☐ Flu
- ☐ لبلبہ کی بیماری
- ☐ یرقان
- ☐ پیتہ کی پتھری /
- ☐ پاؤں کی رگوں کا پھول جانا
- ☐ فوطوں کی رگوں کا پھول جانا
- ☐ کولسٹرول کا بڑھ جانا
- ☐ جگر کی بیماریاں
- ☐ پیتہ کی بیماری اور پیتہ کا درد
- ☐ دفاعی طاقت میں کمی کی وجہ سے بیماری
- ☐ جلد کی بیماری اور جلد میں خارش
- ☐ یرقان وائرس C
- ☐ جگر، ہیپاٹائیٹس / مرض فیل
- ☐ سر کا گنجاپن / گلے کے غدود کے مسائل
- ☐ جلد میں سفید چھلکوں کا نکلنا

تو آئیے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا / پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد ۔ مہاراشٹر ۔ (انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

الحجامه Hijama
والتكميلية عيادة & Complementary clinic

Continuation Treatment Form

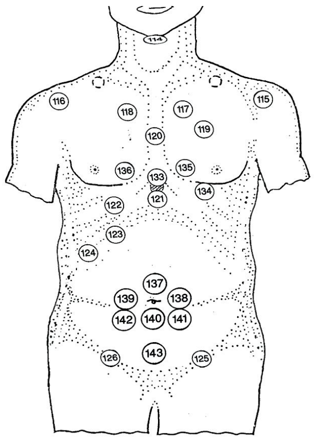
Treatment Reference ______________ Date: ______________

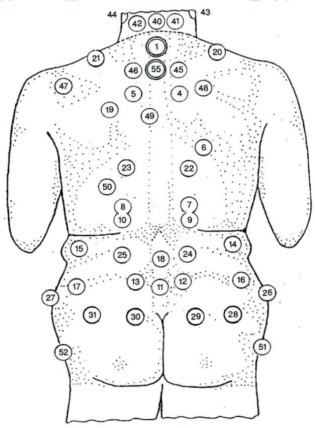
1. Name: ______________ Surname: ______________
2. Date of Birth: ______________ Age: ______ Sex: ______
3. Address: ______________

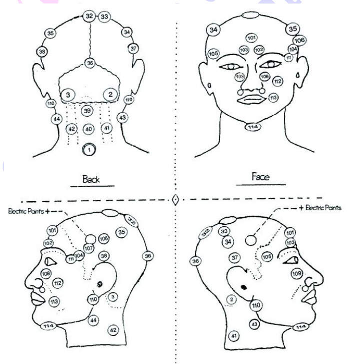
Postcode: ______________

Practitioner Notes

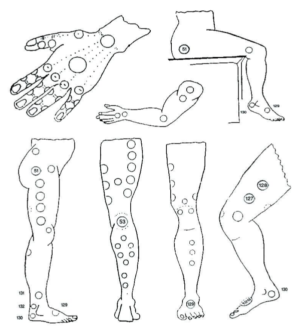
4. Treatment Given ______________
5. After Treatment ______________







Left Side Right Side



Outside 1Back RFront LInside R

OFFICE USE ONLY

Authorisation

I, the undersigned, do hereby confirm that I am the above-mentioned patient, I have read and understand the content of this form and also the before and after treatment plan. I give consent for treatment to be carried out by the practitioner and that my details remain confidential, except when sharing information for data, training and research. I acknowledge that the information released may include protected and individually identifiable information about me. I confirm that the information on this form is correct and accurate and no material information has been omitted. If I become aware that any of the information in this form is incorrect or out of date, I will inform my Hijama & Alternative Therapy Practitioners immediately. I authorise the release of this form to my Hijama & Alternative Therapy Practitioners and to The Yorkshire Hijama & Alternative Therapy Clinic & Associated Health Professionals.

Patients Signature

Print Name

Guardian or Spouse Signature

Print Name

Practitioner's Signature

Print Name

تو آپ مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا/پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڑ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

Name : .... Surname.................................Sex : Male / Female : ....

Date of Birth : .... Age : ....

Address : ....

.... Pin Code : ....

Home Tel. : .... Mobile : ....

Email : ....

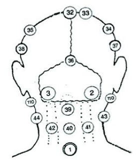
Marital Status : .... Number of Children : ....

Weight : .... Height : .... BMI : ....

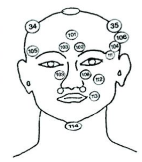
Diet : (Please mention details of main foods you eat regularly, add a typical day) :

....

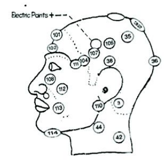
Please mark the location of your pain on these figures



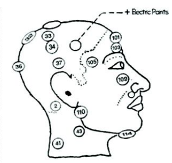
Back



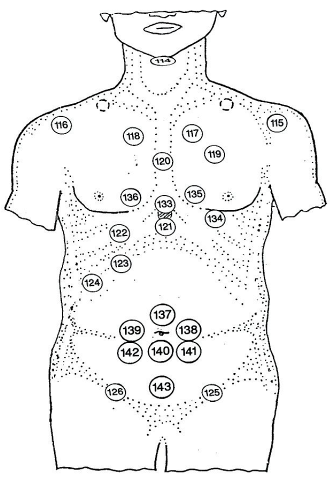
Face

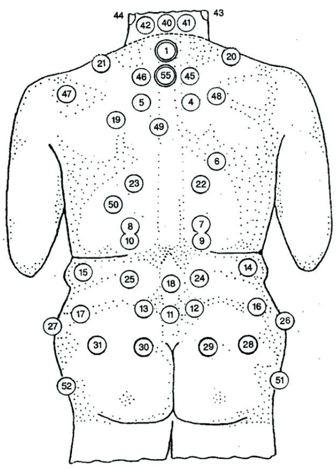


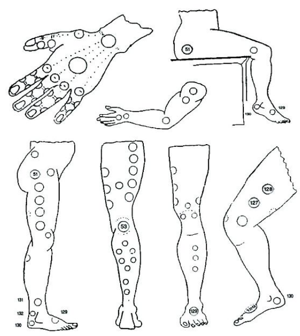
Left Side



Right Side







Outside 1 Back R Front L Inside R

تو آپ بھی مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا/پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

Contact us at : 0091-9860515918 (حجامہ اسپیشلسٹ) عارف احمد خان Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

Current Complaints

9. Are you presently suffering (or within the past six months suffered)

a. General
- ◯ Normal
- ◯ Fatigue
- ◯ Weakness
- ◯ Fever
- ◯ Chills
- ◯ Weight Change
- ◯ Night Sweats
- ◯ Other

b. Skin
- ◯ Normal
- ◯ Rash
- ◯ Redness
- ◯ Itching
- ◯ Exzema
- ◯ Hair Changes
- ◯ Nail Changes
- ◯ Other

c. Neurologic
- ◯ Normal
- ◯ Headache
- ◯ Dizziness
- ◯ Fainting
- ◯ Convultions
- ◯ Other

d. Eyes

	Right	Left
◯ Normal	◯	◯
Vision Trouble	◯	◯
Pain	◯	◯
Discharge	◯	◯
Other	◯	◯

e. Ears

	Right	Left
◯ Normal	◯	◯
Hearing Trouble	◯	◯
Ringing	◯	◯
Pain	◯	◯
Discharge	◯	◯
Other	◯	◯

f. Nose
- ◯ Normal
- ◯ Pain
- ◯ Bleeding
- ◯ Absence of smell
- ◯ Other

g. Mouth / Throat
- ◯ Normal
- ◯ Sores
- ◯ Bleeding
- ◯ Absence of taste
- ◯ Abnormal Taste
- ◯ Other

h. Heart / Lungs
- ◯ Normal
- ◯ Cough
- ◯ Wheezing
- ◯ Difficulty Breathing
- ◯ Swollen Extremeties
- ◯ Blue extremities
- ◯ Murmur
- ◯ Chest Pain
- ◯ Palpitations
- ◯ Other

i. Breasts
- ◯ Normal
- ◯ Lumps in breast(s)
- ◯ Redness / Itching
- ◯ Pain
- ◯ Dimpling
- ◯ Discharge
- ◯ Other

j. Stomach / Intestines
- ◯ Normal
- ◯ Decreased Appetite
- ◯ Increased Appetite
- ◯ Abdominal Pain
- ◯ Vomiting
- ◯ Diarrhea
- ◯ Constipation
- ◯ Other

k. Reproductive / Urination
- ◯ Normal
- ◯ Inability to hold urine
- ◯ Painful urination
- ◯ Frequent Urination
- ◯ Painful menstruation
- ◯ Abnormal Vaginal Bleeding
- ◯ Impotence
- ◯ Sterility
- ◯ Other

m. Mental
- ◯ Normal
- ◯ Anxiety
- ◯ Depression
- ◯ Memory loss or impairment
- ◯ Phobias
- ◯ Mood swings
- ◯ Other

l. Glandular
- ◯ Normal
- ◯ Heat / Cold Intolerance
- ◯ Sugar in urine
- ◯ Goiter
- ◯ Tremor
- ◯ Other

10. Since your symptoms began, have you noticed a change in
- ◯ Bowel Function
- ◯ Bladder Function
- ◯ Ability to maintaining an erection

11. Currently your pain is aggravated by
- ◯ Coughing
- ◯ Sneezing
- ◯ Straining at school
- ◯ Neck Movement
- ◯ Reaching
- ◯ Lifting
- ◯ Bending
- ◯ Sitting
- ◯ Standing
- ◯ Walking
- ◯ Other

12. What are your habbits?

	Never	Ocassionally	Moderatley	Excessively
Smoking	◯	◯	◯	◯
Alcohol	◯	◯	◯	◯
Recreational Drugs	◯	◯	◯	◯
Excersie	◯	◯	◯	◯

تو آیئے مسنون و بہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا/پچھنا لگانا) کو اختیار کریں
عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)
Contact us at : 0091-9860515918
Mail us at : arifahemad72@gmail.com
New Ellora Enterprises
Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)
مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)
Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

Current Complaints

13.Women

Questions about menstruation, pregnancy and childbirth

a. Which best describes your menstrual periods?

- ◯ Periods are unchanged
- ◯ No periods because pregnant or recently gave birth
- ◯ Periods have become irregular or changed in frequeny, duration or amount
- ◯ No periods for at least a year
- ◯ Having periods because takings hormone replacement (estrogen) therapy or oral contraceptive

	No	Yes
b. During the week before your periods starts, do you have a serious problem with your mood - like depression, anxiety, irritability, anger or mood swings?	◯	◯
If YES: Do these problems go away by the end of your period?	◯	◯
Have you given birth within the last 6 months?	◯	◯
Have you had a miscarriage within the last 6 months?	◯	◯
Are you having difficulty getting pregnant?	◯	◯

	No	Yes
To the best of your knowledge are you pregnant	◯	◯
c. Have you been hospitalized in the past 5 years	◯	◯
d. Are you currently taking any medication	◯	◯

- ◯ Anti-inflamitory (Asprin, Motrin etc)
- ◯ Muscle Relaxants
- ◯ Tranquilizers
- ◯ Pain Medication/Analgesic
- ◯ Birth Control Pills
- ◯ Other

14.Which of the following illnesses have you had?

- ◯ No previous conditions/illnesses
- ◯ Arthritis
- ◯ Asthma
- ◯ Sinus Trouble
- ◯ Hay Fever
- ◯ Allergies
- ◯ Tuberculosis
- ◯ Diabetes
- ◯ Epilepsy
- ◯ Thyroid Trouble
- ◯ High Blood Pressure
- ◯ Low Blood Pressure
- ◯ Heart Trouble
- ◯ Headaches
- ◯ Chest Pain
- ◯ Dizziness
- ◯ Stomach Pain
- ◯ Menstrual cramps or other problems with your periods
- ◯ Pain in your arms, legs or joints (knees, hips etc)
- ◯ Constipation, loose bowels, or diarrheah
- ◯ Back Pain
- ◯ Fainting Spells
- ◯ Kidney Trouble
- ◯ AIDS
- ◯ HIV/ARC
- ◯ Shortness of breath
- ◯ Nausea, gas or indigestion
- ◯ Feeling your heart pound or race
- ◯ Scitica
- ◯ Ulcer
- ◯ Cancer
- ◯ Polio
- ◯ Rheumatic Fever
- ◯ Serious Injury
- ◯ Bone Fracture
- ◯ Dislocated Joints
- ◯ Spinal Disc Disease
- ◯ Multiple Sclerosis
- ◯ Scoliosis
- ◯ Mental/Emotional Difficulty
- ◯ Prostate Trouble
- ◯ Sexually Transmited Disease
- ◯ Pain or problems during sexual inercourse
- ◯ Other

تو آپ بھی مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا/پچھنا لگانا) کو اختیار کریں

عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ)

Contact us at : 0091-9860515918

Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔(انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com

Are you currently

- ⬭ Receiving doctor or hospital treatment
- ⬭ Carrying a Medical Warning Card

Do you suffer from

- ⬭ Allergies to any medicines e.g. penicillin latex/rubber, foods
- ⬭ Asthma, Eczema or hay fever
- ⬭ Bronchitis or other chest conditions
- ⬭ Fainting attacks, blackout or epilepsy
- ⬭ Heart Problems, Angina, Blood Pressure, Rheumatic Fever
- ⬭ Diabetes
- ⬭ Excessive Bleeding Problems
- ⬭ Any infectious disease eg. HIV/Hepatitus

What are your major complaints ? None

	Pain	Numbness	Tingling
Head	⬭	⬭	⬭
Neck	⬭	⬭	⬭
Upper Back	⬭	⬭	⬭
Mid Back	⬭	⬭	⬭
Lower Back	⬭	⬭	⬭

	Pain R	Pain L	Numbness R	Numbness L	Tingling R	Tingling L
Shoulder	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭
Arm	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭
Forearm	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭
Hand	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭
Buttock	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭
Hip	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭
Thigh	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭
Leg	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭
Foot	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭	⬭

Practitioner Notes :

Treatment Given : ____

____

____

____

After Treatment (How the Patient felt) ________________________

____

Authorisation

I, the undersigned, do hereby confirm that I am the above-mentioned patient, I have read and understand the content of this form and also the before and after treatment plan. I give consent for treatment to be carried out by the practitioner and that my details remain confidential, except when sharing information for data, training and research. I acknowledge that the information released may include protected and individually identifiable information about me. I confirm that the information on this form is correct and accurate and no material information has been omitted. If I become aware that any of the information in this form is incorrect or out of date, I will inform my Hijama & Alternative Therapy Practitioners immediately. I authorise the release of this form to my Hijama & Alternative Therapy Practitioners and to The Yorkshire Hijama & Alternative Therapy Clinic & Associated Health Professionals.

Patients Signature	Print Name	Date

Guardian or Spouse Signature	Print Name	Date

Practitioner's Signature	Print Name	Date

توآپئے مسنون وبہترین علاج حجامہ (سینگی لگوانا/پچھنا لگانا) کواختیار کریں

Contact us at : 0091-9860515918 عارف احمد خان (حجامہ اسپیشلسٹ) Mail us at : arifahemad72@gmail.com

New Ellora Enterprises

Wholesale Dealer : Cupping (Hijama Cups)

مولانا آزاد چوک (مینار)، نزد کراڈ پورہ، اورنگ آباد۔ مہاراشٹر۔ (انڈیا)

Visit us at : www.tibbenabavi.com, www.hijamacups.com