



Paper ID: 393

تأثیر طب سوزنی بر چاقی

مرضیه شایان منش^۱، زیبا جوانی^۲

خلاصه مقاله:

مقدمه: اعتیاد به غذا یک وضعیت عمومی است، یعنی پرخوری عادت، نه میل وافر به نوع به خصوصی از غذا که احتمالاً یک واکنش پنهان آلرژیک به آن ماده غذایی است. رژیم غذایی و ورزش از دست دادن وزن است لیکن به جرات می توان گفت طب سوزنی در کنار رژیم غذایی خاص و مشاوره موجب کاهش وزن و کم شدن عادات پرخوری ناخواسته می شود.

متدو روش ها: Sciencedirect, Elsvier, pubmed این مطالعه مروری با استفاده از ۳۰ مقاله ایندکس شده در سایتهای معتبر بدست آمده است.

یافته ها: استفاده از روش های طب مکمل در سال های اخیر، افزایش چشمگیری در زمینه های متعدد در مانی داشته تا جایی که این استفاده در درمان چاقی نیز ادامه می یابد در این زمینه طب سوزنی از طرق مختلف کمک عمده ای به کاهش وزن و حفظ اندام در افراد شده که شامل موارد زیر می باشد: ۱- ایجاد احساس بهبودی که موجب کاهش خوردن بی اختیار غذا می شود ۲- بهتر کردن سوخت و ساز عمومی بدن ۳- افزایش نیروی اراده و تصمیم گیری البته انتخاب نقاط بستگی به دلایل نهفته ای از جمله عوامل عاطفی و شخصیتی، عدم تعادل هورمونی، سوء جذب یا اختلال در کارکرد کبد دارد که با شناسایی علل ذکر شده و تحریک نقاط مربوطه می توان در راستای کاهش وزن قدم برداشت.

نتیجه گیری: با توجه به عوارض ناخواسته چاقی و کاهش کیفیت زندگی و اثرات روحی و رولنی در افراد استفاده از طب سوزنی و ایجاد نگرش مثبت در افراد می تواند تاثیر بسزایی در روند کنترل وزن و پیشگیری از اثرات ناخواسته جانبی داروهای شیمیایی داشته باشد.

واژه های کلیدی:

طب سوزنی، چاقی

(۱) نجف اباد

(۲) نجف اباد : zibajavani@yahoo.com