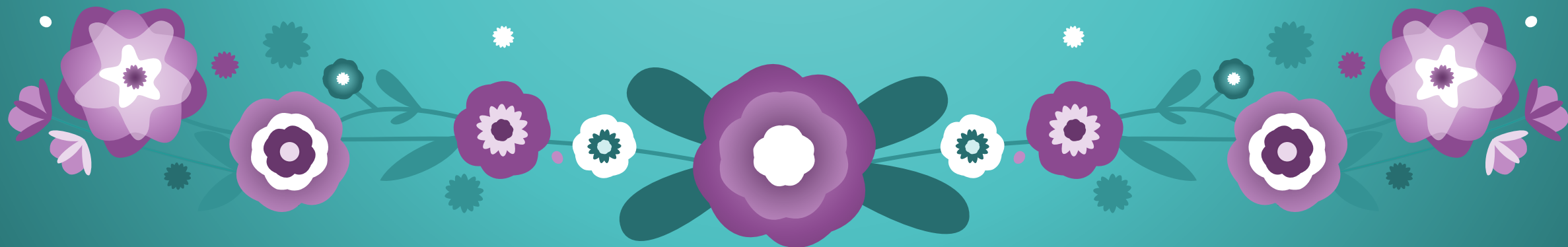




سَمِيعًا عَلِيمًا



بررسی اثربخشی افزودن درمان طب
فشاری و طب سوزنی گوش به درمان
استاندارد اختلال کمبود توجه-بیش‌فعالی
کودکان و نوجوانان



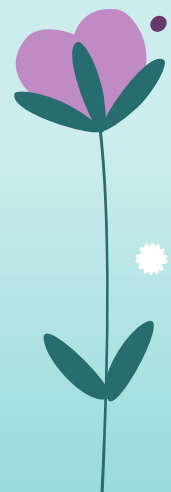
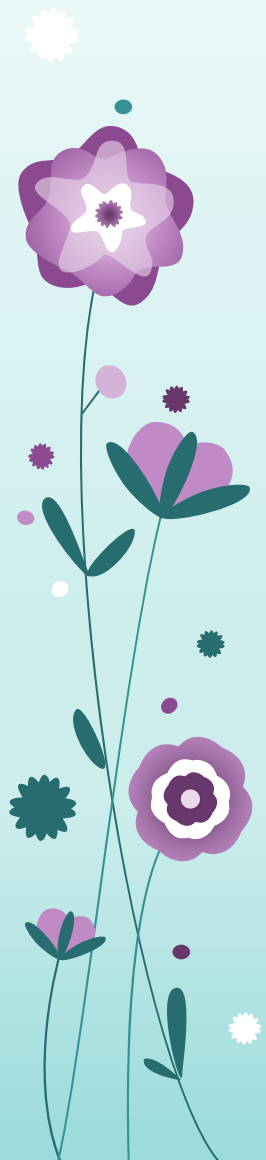
طب فشاری

طب فشاری یک هنر در درمان سنتی است که از انگشتان جهت فشار دادن نقاط کلیدی در سطح پوست برای تحریک و القای توانایی های خود درمانی طبیعی بدن استفاده میکند. بر اساس طب فشاری نقاط ویژه ای در بدن با ارگانهای خاص مرتبط بوده و نیروی حیاتی زندگی (chi) از طریق ۱۴ کانال یا نصف النهار به نام (مریدین) و حدود ۴۰۰ نقطه فشاری (acupoints) در بدن در حال گردش است. در طب فشاری اعتقاد بر این است که مشکلات و بیماری ها در اثر عدم تعادل انرژی به وجود میآید، لذا تحریک این نقاط خاص موجب تعادل جریان انرژی و رفع مشکل میگردد، چنانچه این کار به طور صحیح انجام شود یک روش امن و بیخطر بوده و حتی میتواند توسط خود فرد نیز انجام گیرد، از طرفی به تجهیزات خاصی نیاز نداشته و هزینه ای نیز ندارد.

طب سوزنی

در طب سوزنی به عنوان یک طب سنتی چینی، ارگانه‌های داخلی بدن با محیط بیرون توسط راه‌های انرژی که مدار نامیده میشوند؛ مرتبط هستند. طب سوزنی عبارت است از فروکردن سوزن در پوست و بافت‌های زیر آن در نقاط مشخصی به نام **Acupoints** برای درمان یا پیشگیری از بیماریها است **Acupoints**. همچنین از طریق الکتریسیته، لیزر، فشار، گرما و اولتراسوند تحریک میشوند. داده‌ها از پزشکان خانواده و متخصصان داخلی نشان میدهند که طب سوزنی یکی از رایجترین درمان‌های **CAM** است که برای درمان **ADHD** توصیه می‌شود. طب سوزنی یک درمان نسبتاً ساده و امن در مقایسه با مداخلات مرسوم دیگر است.

سیستم‌های میکرو در طب سوزنی، اولین تئوری که باید مورد توجه قرار گیرد، مفهومی است که در آن طب سوزنی گوشه‌ی یکی از چندین میکروسیستم موجود در بدن است. طب مدرن غرب پذیرفته است که اندامک‌های کوچک هر سلول در بدن با اندام‌های بزرگ کل بدن ارتباط درونی دارند. دقیقاً مانند هر سلول که یک غشای محافظ، مایع روان و یک هسته تنظیم‌کننده دارد؛ کل بدن نیز به همین شکل است. برای اینکه یک ارگانیسم کاملی در تعادل و توازن باشد؛ لازم است تمام سیستم‌های درون آن در تعادل باشند.



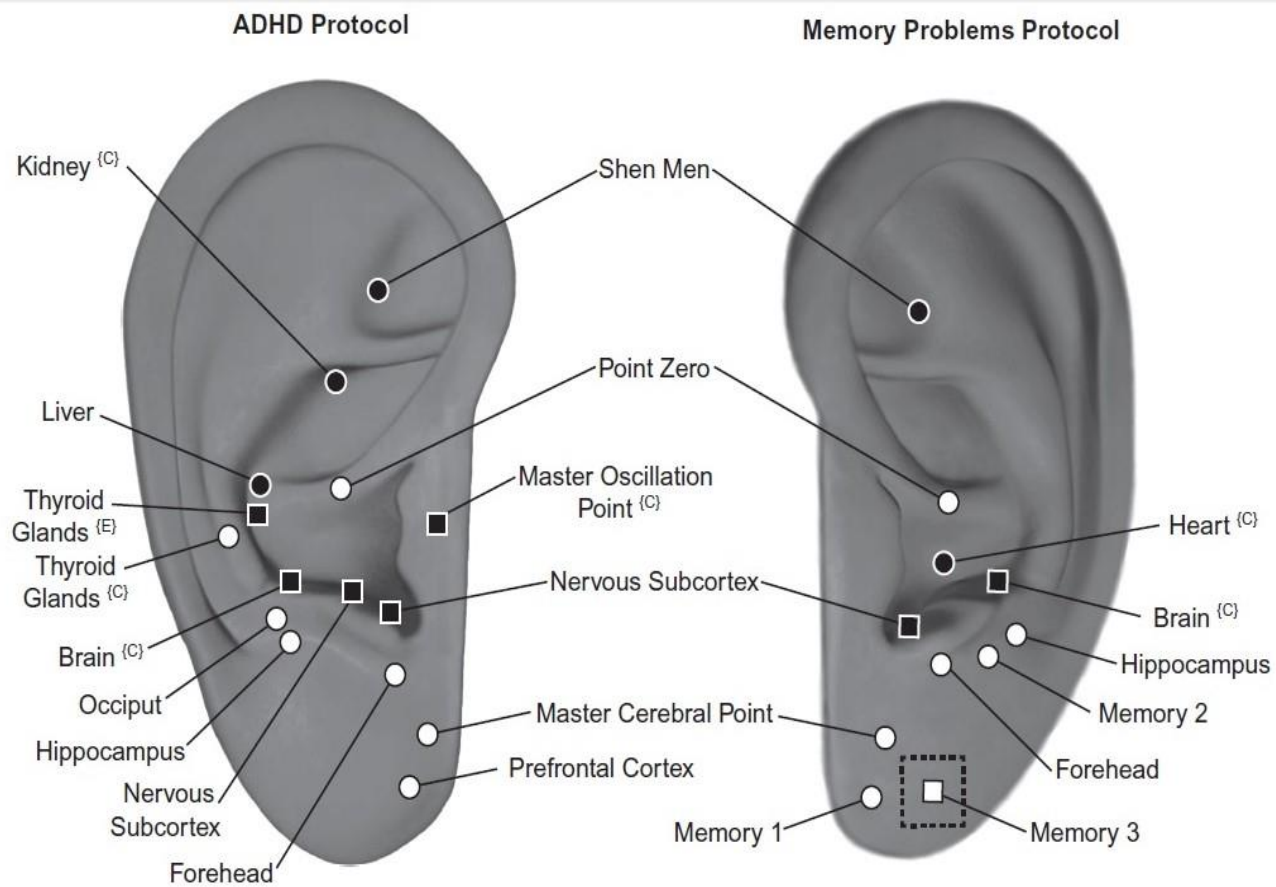
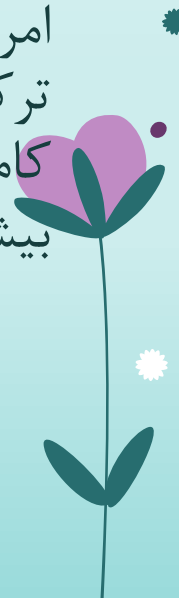
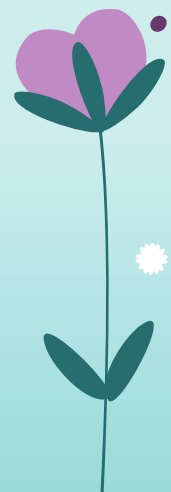
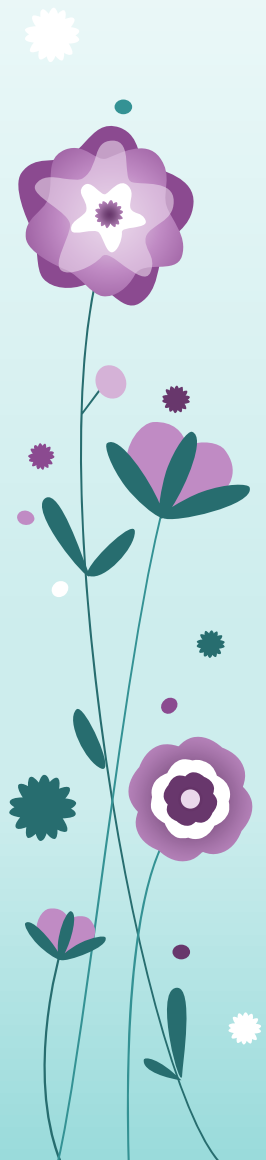


FIGURE 9.8 Mental health disorders auricular treatment protocols.

سرانجام انجمن طب سوزنی و موکسادرمانی چین با همکاری سازمان بهداشت جهانی، نقشه استاندارد نقاط گوش ISAP: International Points Auricular of Standard را به عنوان یک نقشه استاندارد بین المللی در سال ۱۹۸۲ ارائه نمود که حاوی ۹۰ نقطه و ناحیه انعکاسی در رو و پشت لاله گوش بود که البته امروزه بر مبنای نقشه ISAP و حفظ ترکیب و استانداردهای آن نقشه هایی کامل تر و دارای نقاط اوریکولوتراپی بیشتر در دسترس و مورد استفاده است.



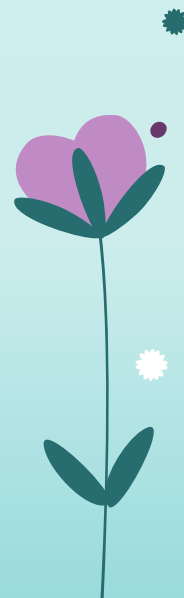
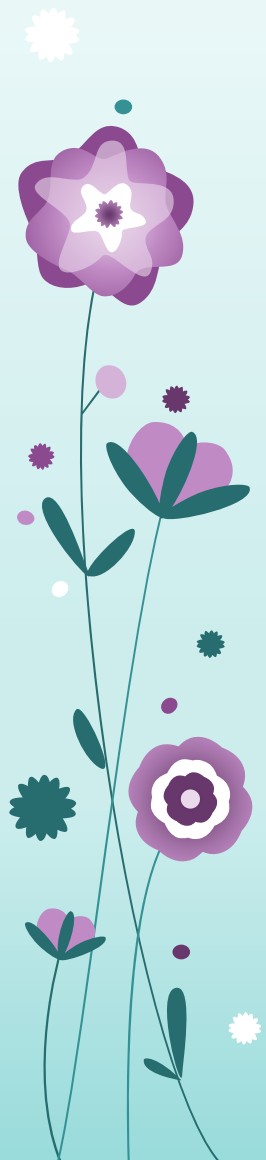
مکانیسم اثر بالقوه طب سوزنی در ADHD هنوز در حال تحقیق است . مشخص شده که طب سوزنی فعالیت قشرپشتی میانی مغز را تغییر دهد. در بررسی ها مشخص شده که طب سوزنی فعالیت قشر پستی میانی پیش پیشانی را به وضوح کاهش میدهد. افزایش فعالیت در این بخش مغز در اختلالاتی از جمله اسکیزوفرنی و ADHD دیده شده است. طب سوزنی ممکن است باعث رشد و نمو رشته های عصبی مغزی شود و تعداد و کیفیت سیناپس های عصبی را در کورتکس مغزافزایش دهد . طب سوزنی ممکن است تمرکز و به ویژه تمرکزفعال را در کودکان دارای ADHD بهبود ببخشد . همچنین میتواند اشتها را تحریک کند. همچنین برای بیماران با عدم تحمل دارو میتواند انتخاب خوبی باشد.



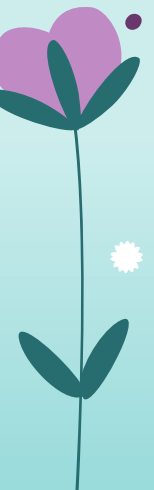
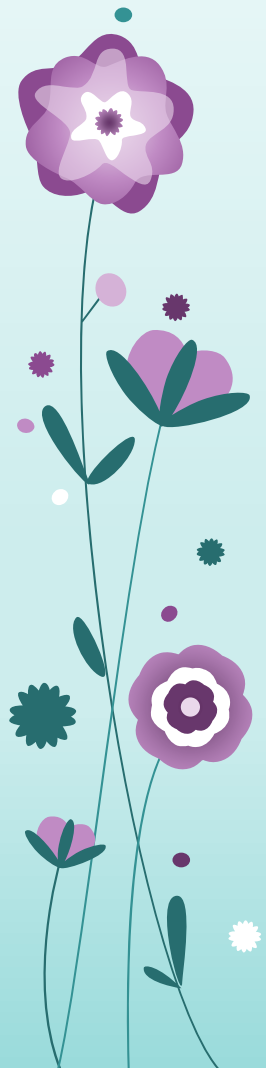
بررسی متون

❖ در مطالعه Lin Ang و همکاران در سال ۲۰۲۳ تحت عنوان (اثربخشی طب سوزنی در درمان اختلال عدم توجه - بیش فعالی : یک مطالعه مروری) انجام گرفت . در نتیجه ۱۴ مطالعه بر روی ۱۱۸۵ بیمار وارد بررسی شده و در قیاس با درمان سنتی ، طب سوزنی همراه با درمان سنتی سبب نتایج مثبتی در علائم کانداکت ، اختلال یادگیری، بیش فعالی و تکانش گری و بیش فعالی شد . همچنین طب سوزنی به تنهایی سبب بهبود اختلال یادگیری، بیش فعالی و تکانش گری و بیش فعالی شد . هیچ گونه عارضه ی مازوری دیده نشد . در نتیجه گیری ذکر شد که استفاده از طب سوزنی به تنهایی هنوز نیازمند ارزیابی و مطالعات بیشتر می باشد.

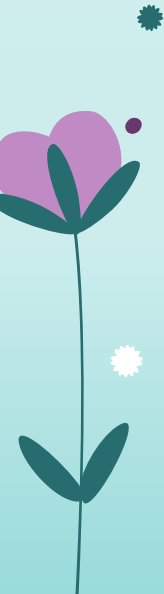
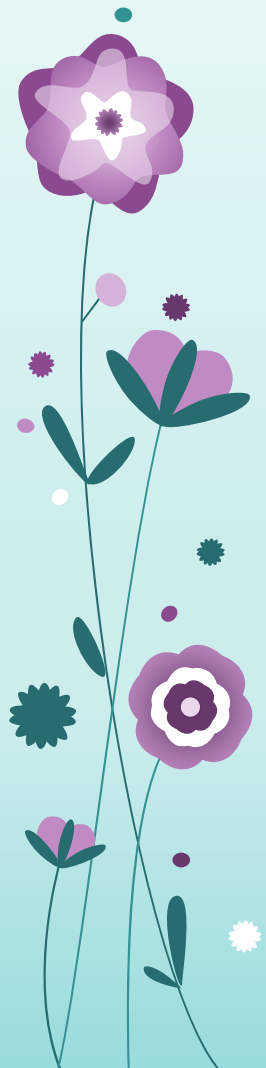
❖ در مطالعه Yong Lin و همکاران در سال ۲۰۲۱ تحت عنوان (اثربخشی طب سوزنی در درمان اختلال بیش‌فعالی - عدم توجه : یک مطالعه مروری و متاآنالیز) انجام شد . نتایج به دست آمده نشان داد که درمان طب سوزنی گوش سبب کاهش معناداری در علائم نقص توجه و بیش‌فعالی شد .



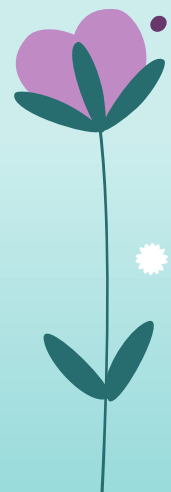
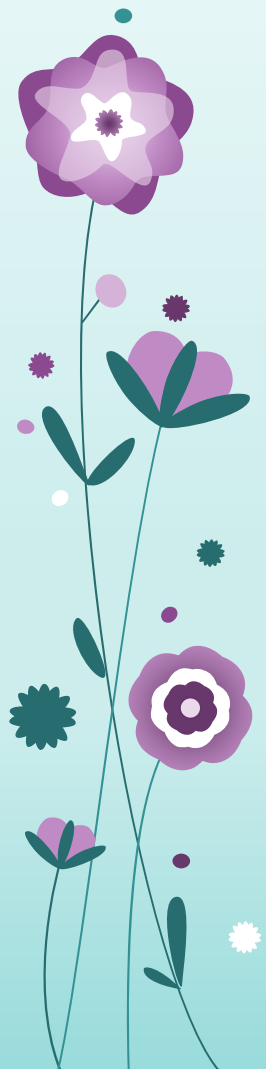
❖ در مطالعه Michael T. Greenwood و همکاران در سال ۲۰۲۰ تحت عنوان (طب سوزنی ، اختلال نقص توجه بیش فعالی و انرژی محرک ها) انجام گرفت. نتایج زیر حاصل شد : در دو دهه گذشته عده زیادی از افراد با علائم اختلال نقص توجه بیش فعالی تحت درمان دارویی قرار گرفته و حتی میزان وابستگی به محرک ها افزایش یافته است. طب سوزنی سبب ارتباط قلب و مغز به یکدیگر و بالانس شرایط بیماری و خانواده بیماران شده و مشکل وابستگی دارویی را نیز به همراه ندارد.



❖ در مطالعه بینش و همکاران در سال ۲۰۲۰ تحت عنوان (مقایسه طب سوزنی گوش در قیاس با درمان سنتی در درمان اختلال نقص توجه بیش فعالی) که در تهران انجام گرفت ، ۵۰ کودک و نوجوان در گروه سنی ۶-۱۴ سال با اختلال نقص توجه - بیش فعالی به دو گروه درمان طب سوزنی گوش و شم تقسیم شده و به مدت ۶ هفته تحت درمان قرار گرفتند .
The Children Symptom Inventory (CSI-4) and the parent's version of the Conners Comprehensive Behavior Rating Scale جهت بررسی شدت علایم نقص توجه و بیش فعالی استفاده شد. در نتیجه بیماران گروه طب سوزنی در تمام زیر مقیاس های ابزار کانرز والدین و زیر مقیاس های نقص توجه و بیش فعالی از تست CSI-4 در قیاس با گروه شم کاهش معناداری را تجربه کردند. هیچ یک از بیماران دچار عوارض بارزی نشدند.



❖ در مطالعه فرخزادی و همکاران در سال ۱۳۹۷ تحت عنوان (اثربخشی طب سوزنی گوش بر علائم اختلال کم توجهی - بیش فعالی کودکان ۷-۱۴ ساله) در گرگان انجام گرفت . ۳۰ کودک مبتلا به ADHD با عدم مصرف ریتالین مراجعه کننده به کلینیک خصوصی روانپزشکی کودکان در شهر تهران انجام شد. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه مرضی کودکان (فرم والدین) و آزمون بررسی عملکرد دیداری و شنیداری با طرح اجرای پیش‌آزمون- پس‌آزمون بود. طب سوزنی گوش به مدت ۸ هفته، با فشار متوسط روی چسب دانه ای در پنج نقطه لاله گوش تحت عنوان Tranquilizar و ShenMen، Prefrontal Cortex، Brain، Excitement انجام شد . در نتیجه : اجرای طب سوزنی ۸ هفته ای بر روی گوش موجب بهبود خرده مقیاس های مربوط به گوش به زنگی شنیداری و بازداری پاسخ شنیداری در کودکان دارای اختلال ADHD می گردد.



روش اجرا و مواد مورد استفاده

❖ محل و تاریخ اجرا

❖ کلینیک های سرپایی بیمارستان ابن سینا در نیمه دوم سال ۱۴۰۱ و نیمه اول سال ۱۴۰۲

❖ طراحی مطالعه

❖ این مطالعه به روش کارآزمایی بالینی انجام شده است

❖ شاخصها/متغیرها شامل مواجهه، پیامد، مخدوش کننده ها و نحوه اندازه گیری آنها

❖ شاخص های دموگرافیک (سن ، جنس،)

❖ شاخص های ارزیابی وضعیت بیش فعالی و توجه و تمرکز کودک (پرسشنامه کانرز فرم ویژه والدین)

❖ مواد و وسایل مورد استفاده/آزمودنی ها

❖ آزمودنی های پژوهش، شامل افرادی که تاکنون که تشخیص اختلال بیش فعالی ، عدم تمرکز را داشتند .

معیار ورود

❖ سن ۶ تا ۱۸ سال،

❖ تشخیص ADHD بر اساس کرایتریای DSM-V با تایید یک فوق تخصص روانپزشکی اطفال،

❖ عدم ابتلا به عقب ماندگی ذهنی، اپی لپسی، اختلالات نافذ رشد، اسکیزوفرنی، اپیزود مانیا، اختلالات اضطرابی، اختلالات دوقطبی، اختلالات یادگیری مهارت های خاص و علائم بیش فعالی ایجاد شده به وسیله ی اختلالات ارگانیک یا واکنش های دارویی بر اساس مصاحبه ی بالینی توسط روانپزشک

❖ تحت درمان دارویی با دارو های استاندارد درمان بیش فعالی از جمله متیل فنیدیت یا اتوموکستین

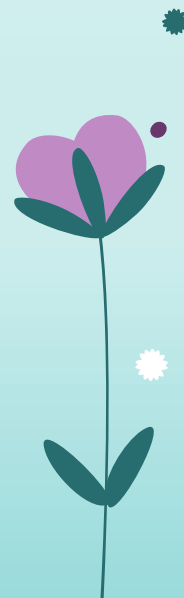
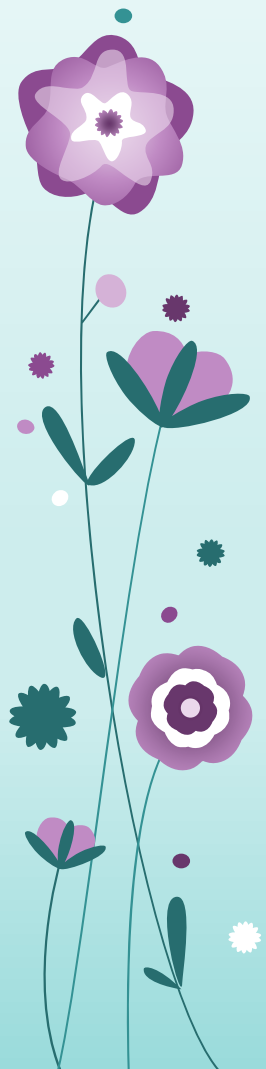
❖ رضایت آگاهانه کتبی و شفاهی از والدین

معیار خروج

❖ عدم تحمل درمان طب فشاری یا طب سوزنی گوش

❖ کمپلیانس پایین درمانی

❖ تغییر در درمان دارویی در حین مطالعه



روش اجرا

❖ در این مطالعه کودکان و نوجوانان مراجعه کننده به کلینیک‌های سرپایی بیمارستان روانپزشکی ابن سینا که معیار های ورود به مطالعه را داشتند ، وارد طرح شدند. تعداد ۵۸ نفر در سه گروه به صورت تصادفی تقسیم شده ، مراجعین براساس درمان استاندارد از همان ابتدا روی داروی استاندارد قرار گرفته (ریتالین با حداکثر دوز ۱ mg/kg در دوزهای منقسم و اتوموکستین ۱ mg/kg در روز در دوزهای منقسم) و در طول درمان داروی ایشان ادامه یافت. از همان ابتدا مراجعین در سه دسته ی دارو به همراه طب فشاری و دارو به همراه طب سوزنی گوش و دارو به تنهایی تقسیم شده و در پایان نتایج تاثیرات این سه دسته درمان مقایسه شد. تعداد جلسات درمانی برای طب فشاری ۳۰ جلسه در مدت ۳۰ روز بود. ابتدا سه جلسه اول توسط متخصص طب سنتی آموزش لازم به والدین داده شد(توضیحات در خصوص محل نقاط فشاری و میزان انرژی مورد نیاز برای فشار نقاط مربوطه بود). و همچنین طب فشاری در حضور والدین توسط دستیار روان پزشکی انجام شد ، سپس والدین در منزل خودشان روی فرزندشان انجام داده و توسط دستیار روانپزشکی مجری طرح روزانه به صورت تلفنی پیگیری شد که حتما طب فشاری انجام شده باشد. این پروسه روزانه ۱ نوبت و هر بار ۱۰ دقیقه در نقاط تعیین شده بود . هر ۵-۶ روز نیز به صورت حضوری کمیت و کیفیت مداخله توسط دستیار روان پزشکی انجام می شد. تعداد جلسات طب سوزنی گوش نیز ۶ جلسه در مدت ۳۰ روز تعیین شد . در جلسه نخست سایکواجوکیشن در خصوص عملکرد طب سوزنی و دردناک نبودن و همچنین روش انجام آن در منزل توسط دستیار روان پزشکی انجام گرفت.

❖ بیمار هر ۴ یا ۵ روز یک بار به درمانگاه طب سنتی بیمارستان امام رضا مراجعه کرده و توسط متخصص طب سنتی استیک های طب سوزنی گوش در نقاط مشخص چسبانده شد و به والدین توضیح داده شد که هر روز روی تمام استیک ها را ۶۰ نوبت در نقاط تعیین شده فشار داده و هر ۴ یا ۵ روز یکبار محل استیک ها توسط متخصص طب سنتی از یک گوش به گوش دیگر جابجا شد. پیش از شروع درمان طب فشاری و طب سوزنی گوش، برای تمام گروه ها معیار استفاده از تست کانرز مورد بررسی قرار گرفت. سپس طب فشاری و طب سوزنی گوش در گروه های مربوطه به مدت یک ماه انجام گرفته و سپس مجددا در پایان ماه های اول و دوم علائم بیماران بر اساس تست کانرز والدین برای گروه ها ثبت گشت و بین گروه های مطالعه مقایسه شد.

❖ توضیحات تکمیلی روش طب سوزنی گوش : ۴ نقطه : Brain-Shen -Master oscillation-Liver
Men باز بین نقاط درمانی ADHD و بر اساس پروتکل اوریکولوتراپی طب سوزنی انتخاب شد (۲۹).

ADHD Protocol

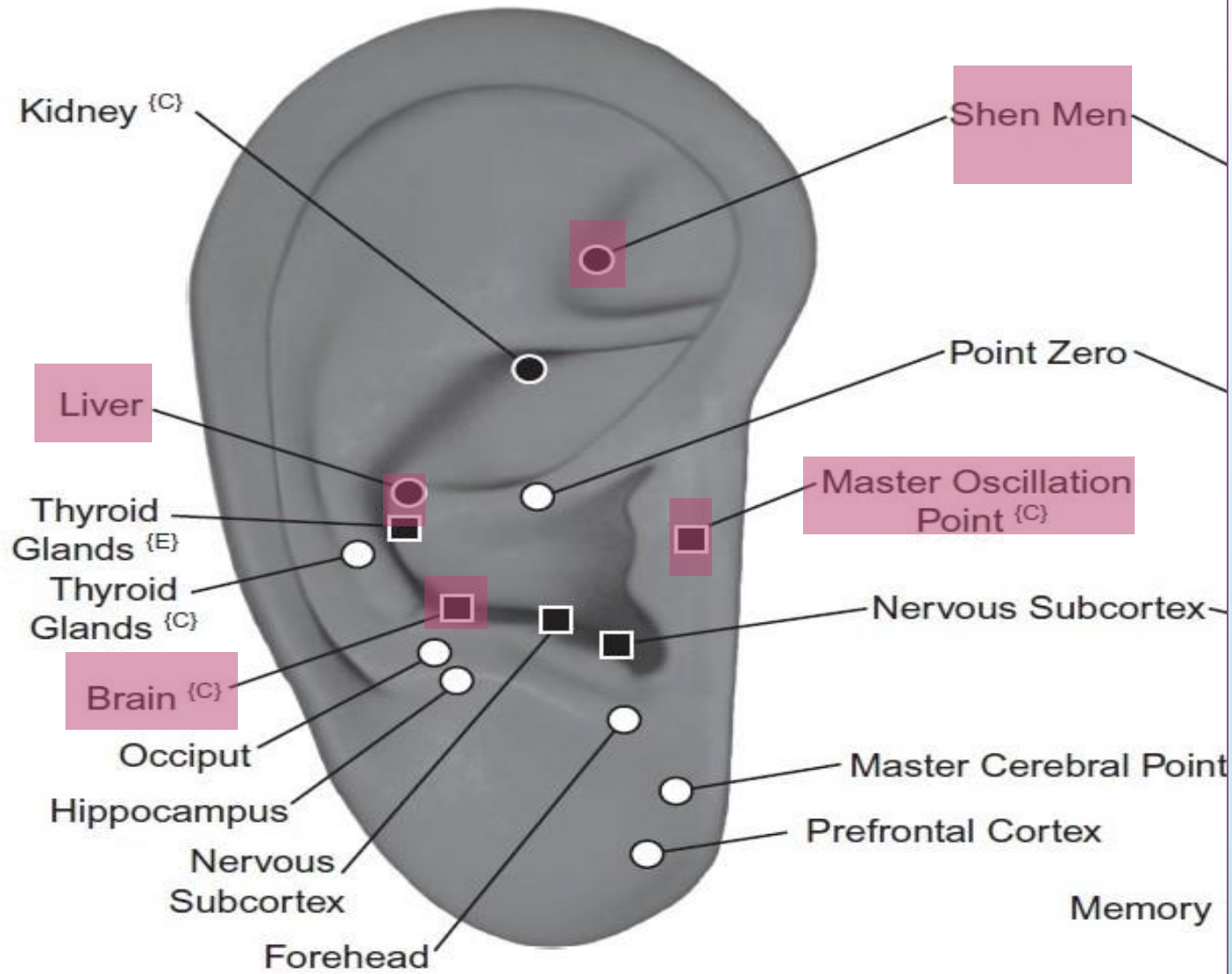


FIGURE 9.8 Mental health disorders auricular treatment protocols

❖ **Baihui (DU-20)**: در حد فاصل بین دو خط متصل کننده هر دو گوش و محور ساژیتال سر ، ۵ سانتی متر از جلو و ۷ سانتی متر از عقب می باشد. فشار دادن این نقطه سبب کاهش بی قراری ، بهبود تمرکز و کاهش تغییرات خلقی می شود

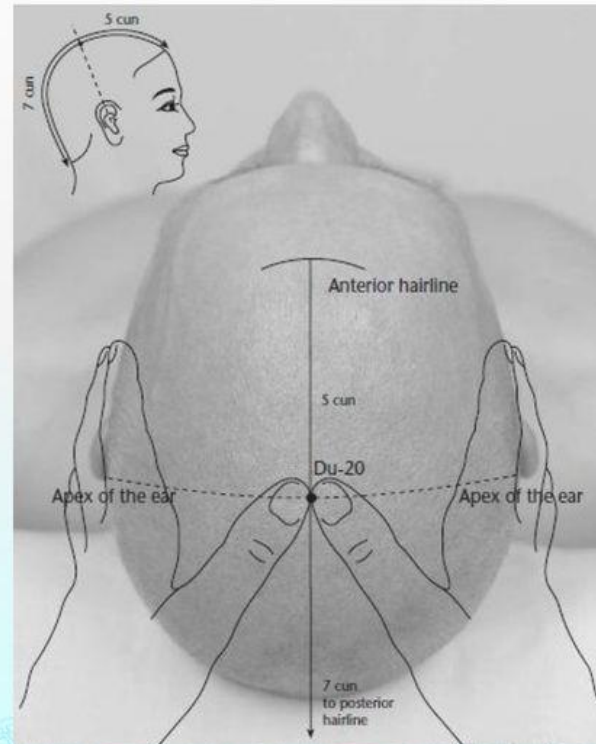
Baihui (DU-20)

❖ **Location**

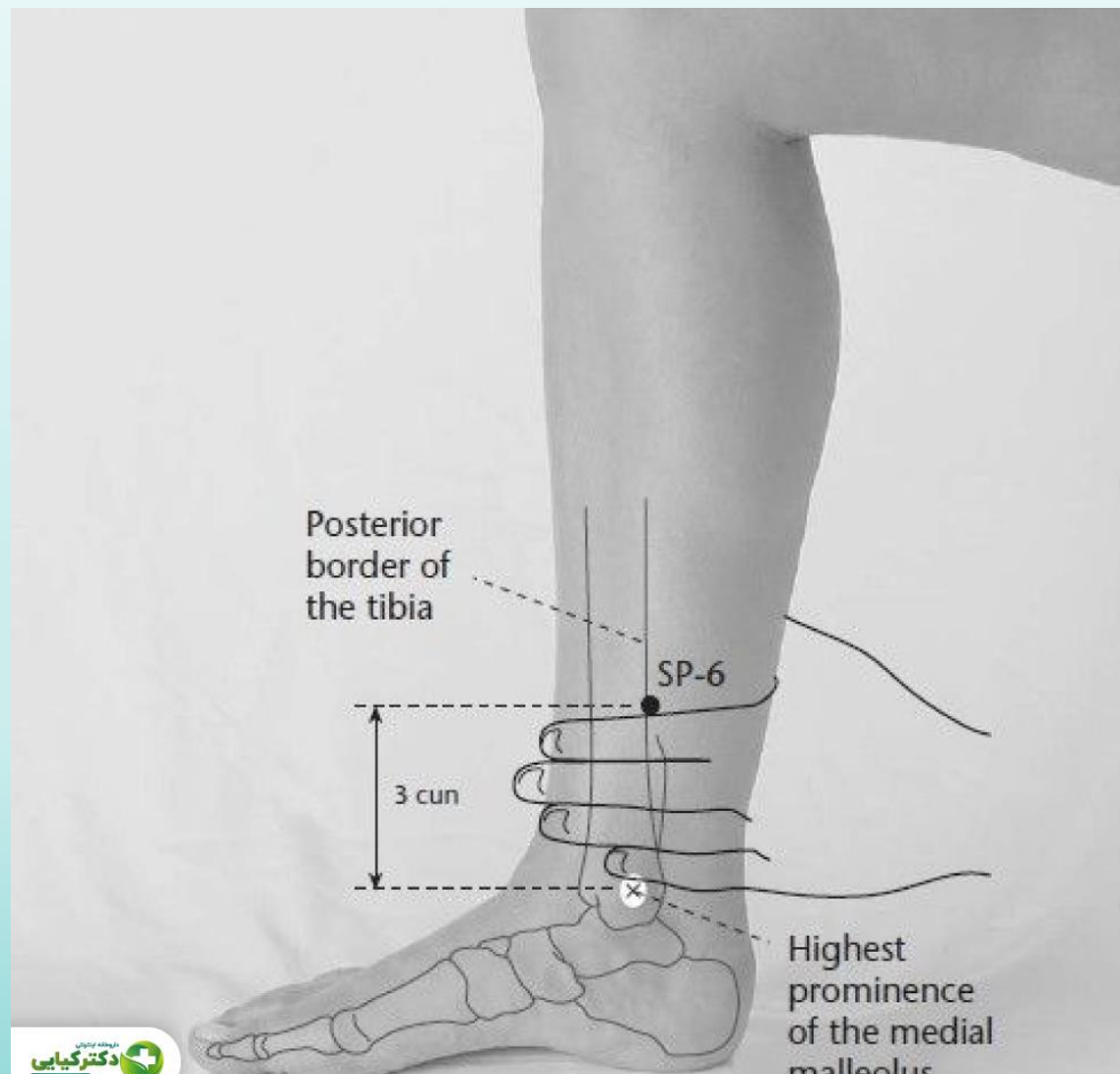
At the junction of a line connecting the apices of the ears and the midline, 5 cun from the anterior or 7 cun from the posterior hairline respectively.

❖ **How to find**

Spreading hands technique: Place the hands on both sides of the head, with the little fingers touching the apices of the ears. Join the thumbs on the midline and locate Du-20 in shallow depression on the vertex of the head.



❖ **Sanyinjiao SP-6**: در سمت داخلی استخوان تیبیا و ۳ CUN بالاتر از مالیوس داخلی می باشد. فشار دادن این نقطه در ADHD سبب بهبود بی خوابی و تپش قلب می شود



SHENMEN HE-7

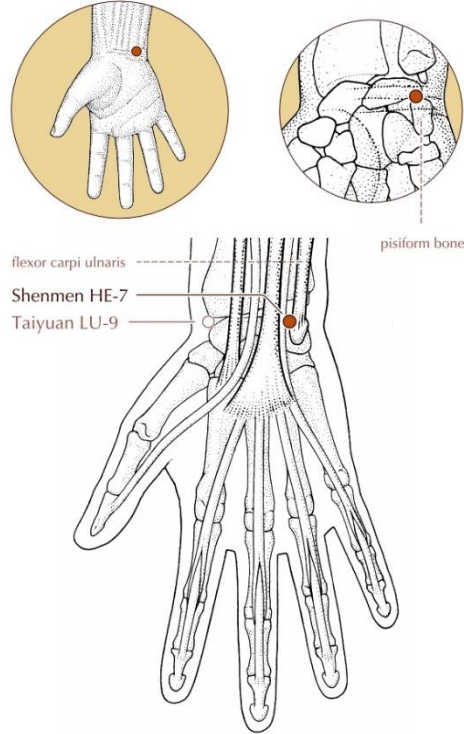
Spirit Gate

Shu-Stream, Yuan-Source and Earth point
of the Heart channel

神
門

LOCATION

At the wrist joint, on the radial side of flexor carpi ulnaris,
in the depression at the proximal border of the pisiform
bone.

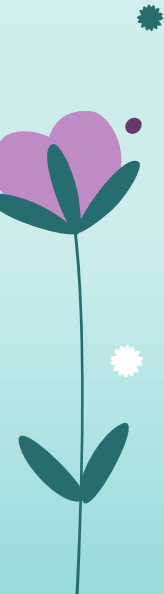
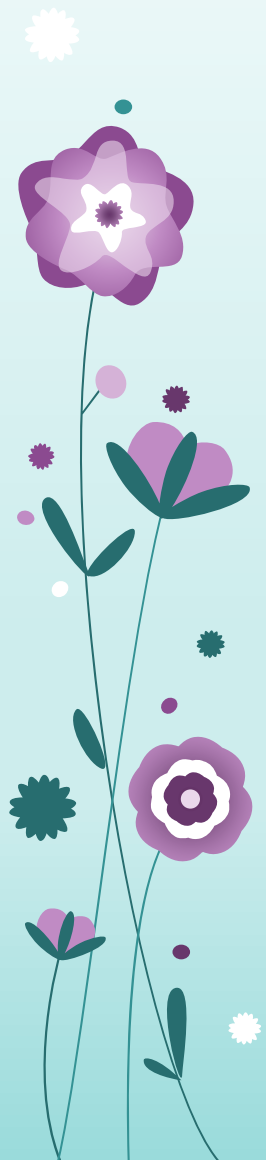
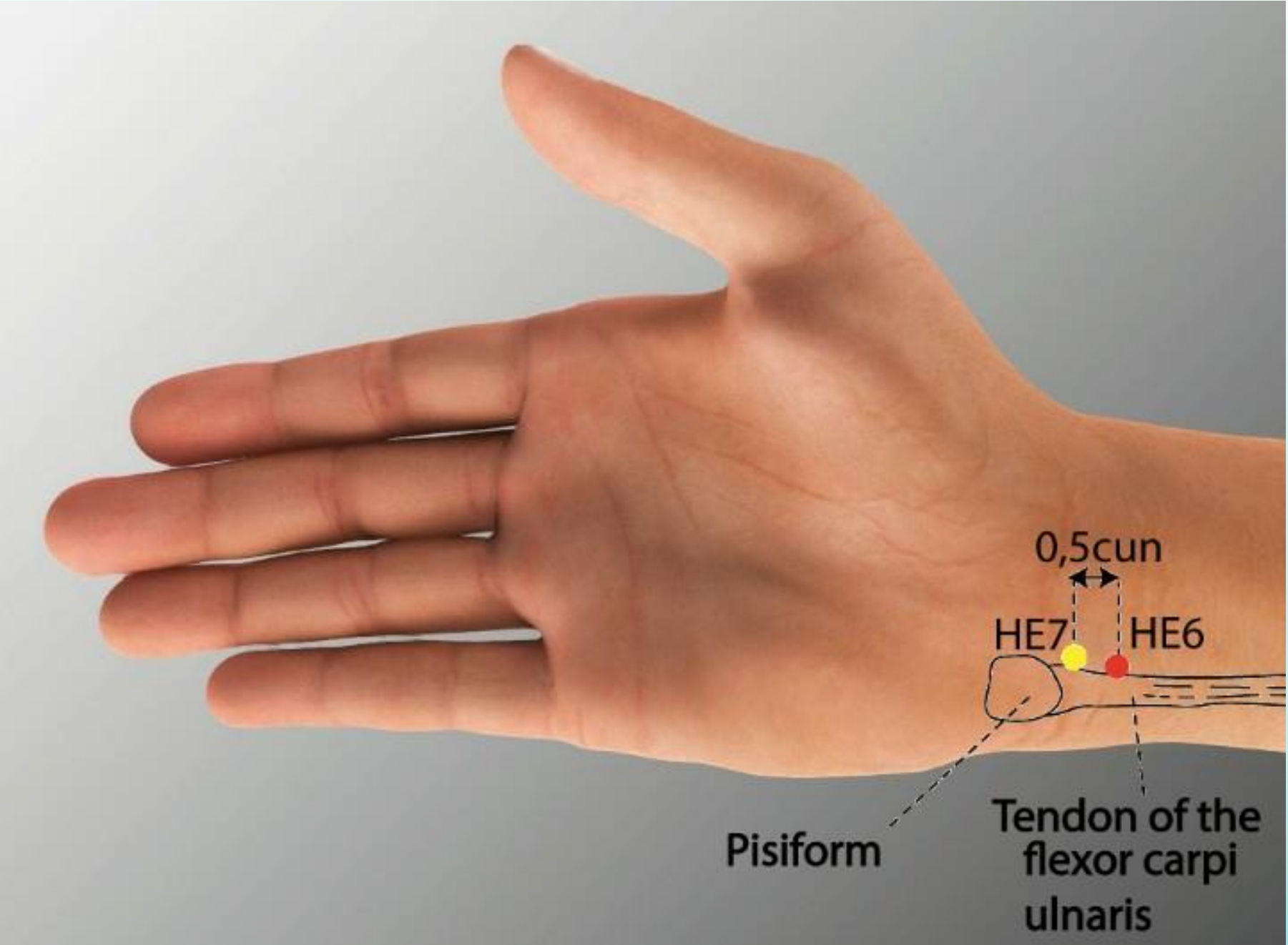


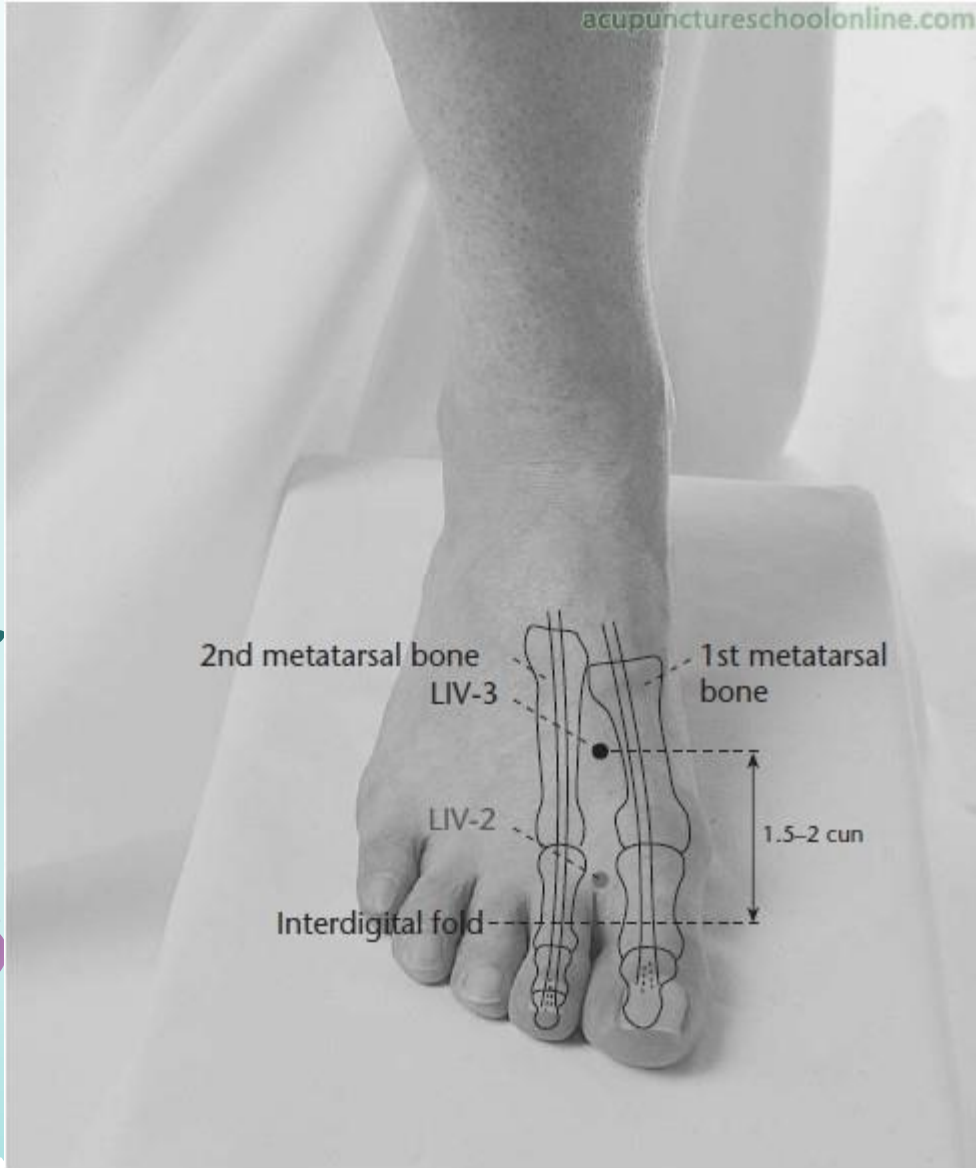
LOCATION NOTE

i. The location of this point is normally given in relation to the crease of the wrist. Since wrist creases are a superficial and variable anatomical feature, it is better to locate this point in relation to the underlying pisiform bone; ii. When it is necessary to needle a patient in the prone position with the arms towards the head, this point may be located and needled on the ulnar side of flexor carpi ulnaris, very close to the tendon insertion; the needle is then directed beneath the tendon towards its radial side.

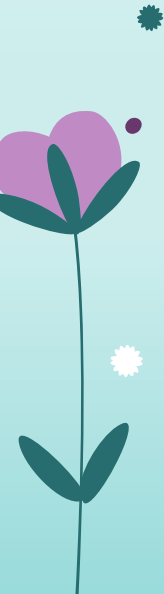
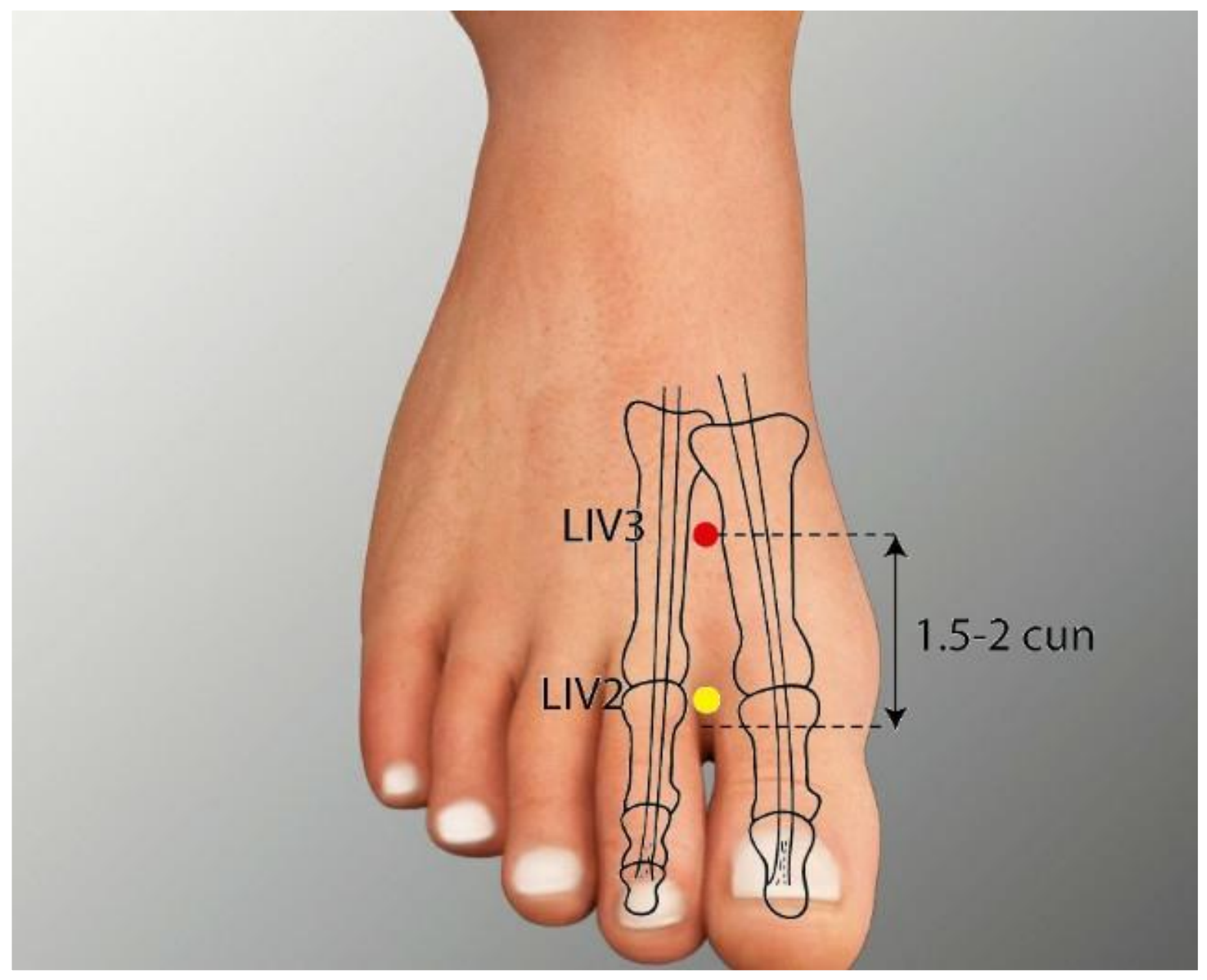
❖ HE-6: در سمت رادیال تاندون عضله flexor carpi ulnaris و با فاصله ۵/۰ cun از نقطه HE-7

❖ HE-7: در سمت رادیال تاندون عضله flexor carpi ulnaris و در ناحیه پروگزیمال اسخوان پیزیفرم. تحریک فشاری این نُدو نقطه در ADHD سبب بهبود بی خوابی ، بهبود حافظه، پرخاشگری فیزیکی و کلامی، عدم تمرکز، بی قراری و حالت ستیز و گریز می شود





❖ **LIV-3**: در سطح دورسال پا و در محل اتصال استخوان های متاتارس اول و دوم قرار دارد. تحریک فشاری این نقطه در ADHD سبب بهبود بی خوابی و تحریک پذیری می شود



Joining Valley

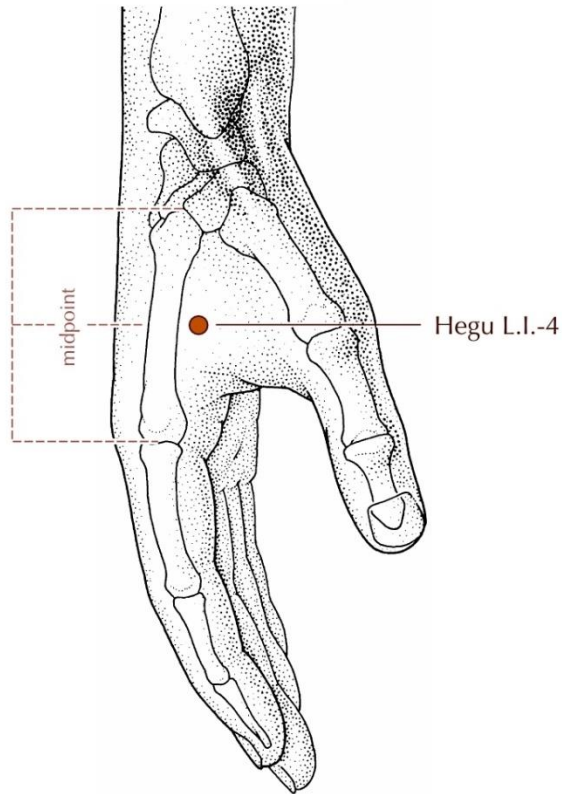
Yuan-Source point of the Large Intestine channel
Gao Wu Command point
Ma Dan-yang Heavenly Star point



LOCATION



On the dorsum of the hand, between the first and second metacarpal bones, at the midpoint of the second metacarpal bone and close to its radial border.

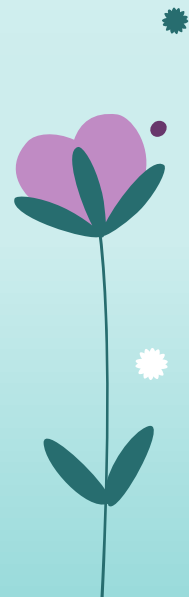
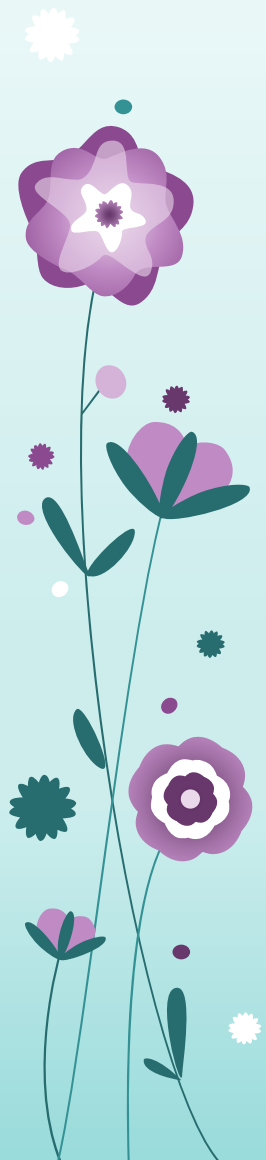
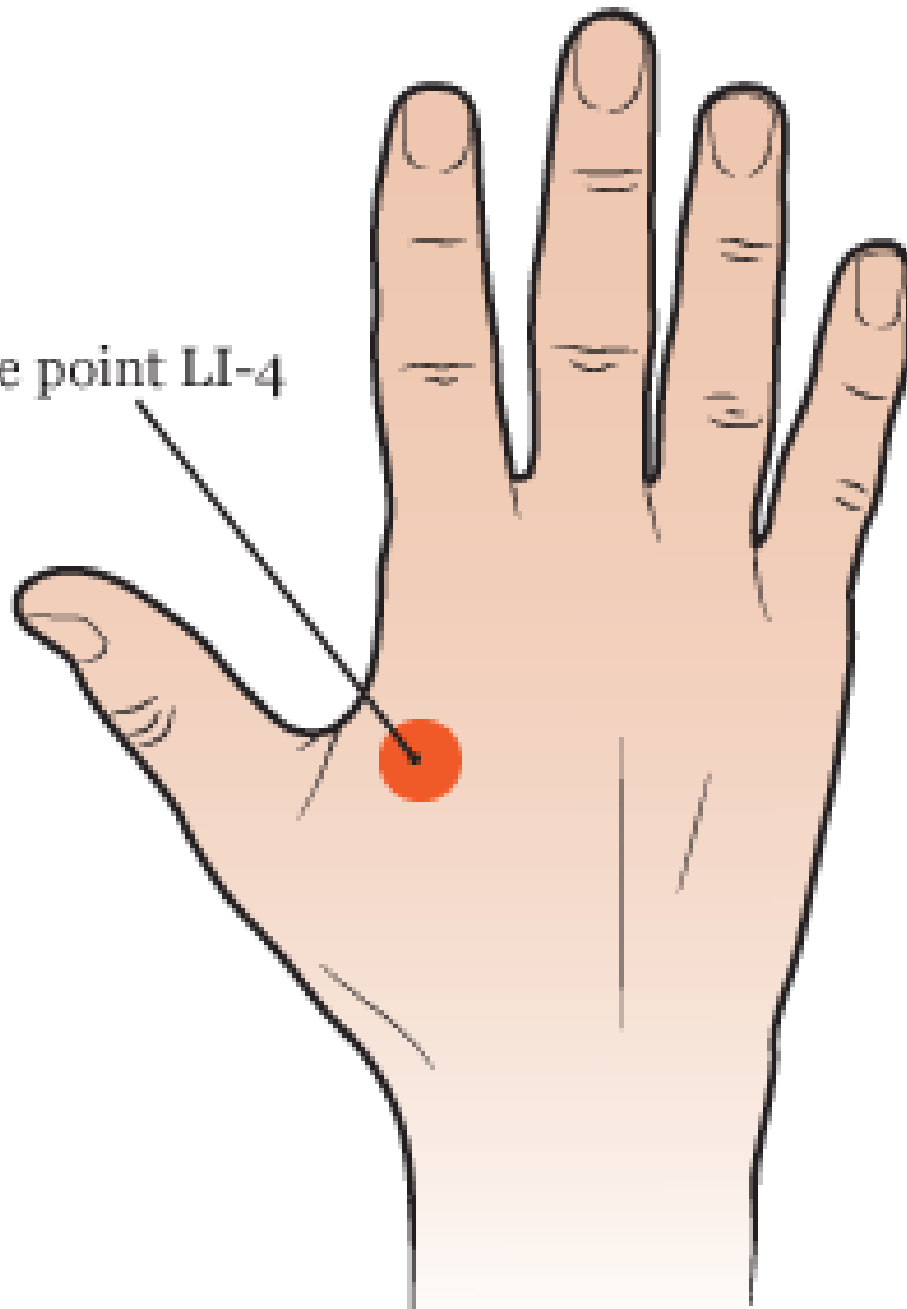


LOCATION NOTE

Ask the patient to squeeze the thumb against the base of the index finger, and locate Hegu L.I.-4 at the highest point of the bulge of the muscle and approximately level with the end of the crease.

❖ LI-4: در سطح دورسال دست و بین استخوان های متاکارپ اول و دوم ، و در نقطه میانی استخوان متاکارپ دوم و در سمت رادیال ان قرار دارد. تحریک این نقطه در ADHD سبب کاهش درد و بی قراری می شود.

Pressure point LI-4



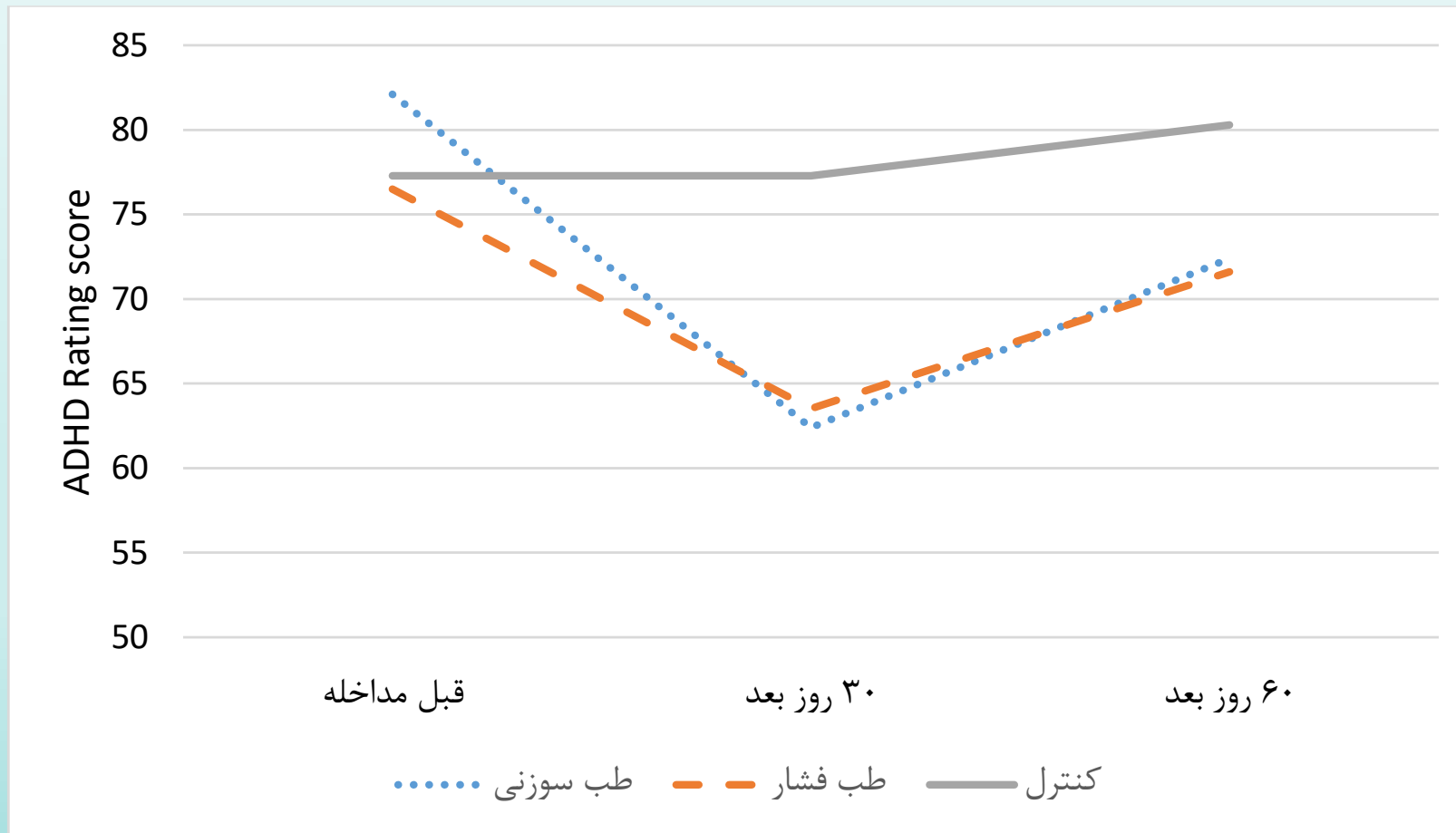
ابزار پژوهش

❖ پرسش نامه کانرز (فرم ویژه والدین) که قبلا روایی و پایایی آن تایید شده، در ابتدای مطالعه، هفته ۴ و هفته ۸ انجام گرفت و فرم کانرز توسط والدین کودکان تکمیل گردید.

❖ فرم والدین کانرز (CPRS-48) برای ارزیابی وضعیت رفتاری کودکان و نوجوانان ۳ تا ۱۷ سال از نظر شدت علائم ADHD (در قلمرو مشکلات سلوک، یادگیری، روان تنی، تکانشگری) (بیش فعالی)، اضطراب و شاخص بیش فعالی) طراحی شده و دارای ۴۸ گویه است که به وسیله والدین کودک تکمیل می شود

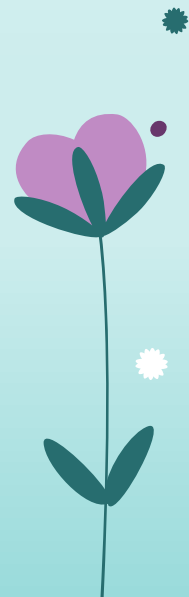
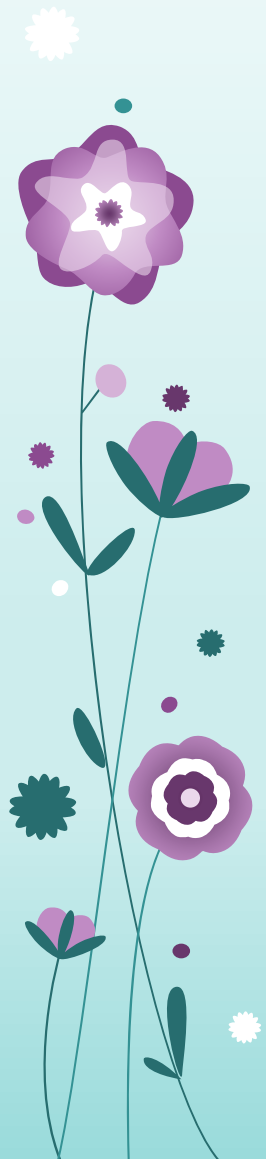
❖ والدین سوالات را با استفاده از ۴ گزینه و بر اساس درجه بندی مقیاس لیکرت پاسخ می دهند و نمره گذاری می کنند. دامنه نمرات هر سوال از صفر (اصلا صحیح نیست، یا هرگز، به ندرت) تا ۳ (کاملا صحیح است، یا اغلب اوقات، تقریبا همیشه) متغیر می باشد

توزیع تست کانرز والدین در طی زمان در گروه های مطالعه شده



نمودار شماره ۱: نمودار خطی تغییرات ADHD Rating Scale در سه گروه مورد مطالعه

نتیجه گیری

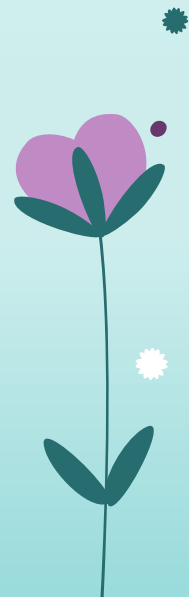
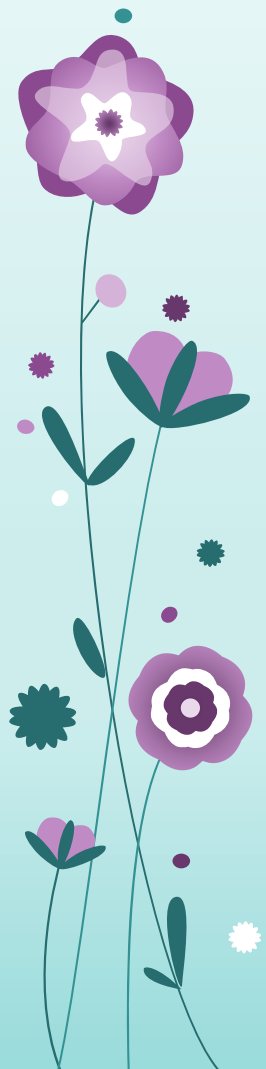


در بازه ۳۰ روزه از ابتدای مداخله

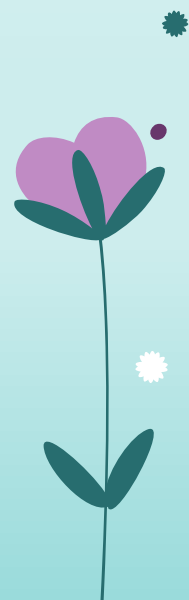
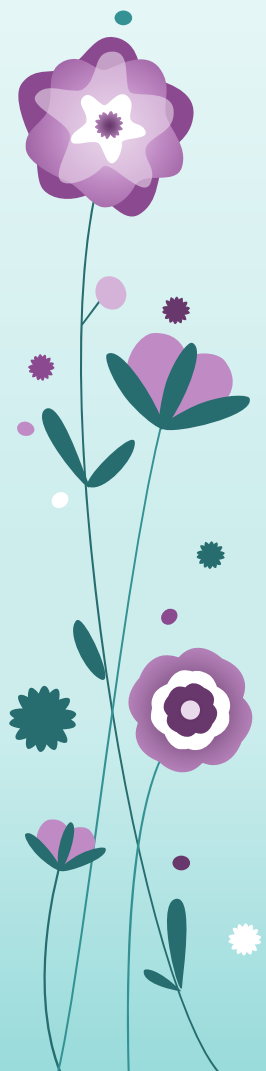
- مقایسه میانگین تست کانرز والدین نشان داد اختلاف این متغیر بین سه گروه معنی دار بود ($p=0.001$). به طوری که بین گروه کنترل با طب سوزنی ($p=0.002$) و بین گروه کنترل با طب فشاری ($p=0.005$) اختلاف معنی دار وجود دارد. در حالی که گروه طب سوزنی با طب فشاری اختلاف معنی دار ندارد ($p > 99/0$) این امر می تواند نشان دهند در بازه یک ماهه هر دو درمان تاثیر معناداری بر بهبود علایم داشته که با توجه به اثر بخشی این درمان ها بر مسیر های نورترنسمیتری نوراپی نفرین و سروتونین و همچنین کاهش عملکرد قشر دورسو مدیال پرفرنرال و بهبود نورونز می تواند توجیه شود.

در بازه ۶۰ روزه از ابتدای مداخله

- مقایسه میانگین؛ کانرز والدین بین سه گروه درمان در زمان ۶۰ روز بعد از مداخله نشان داد که این متغیر بین سه گروه اختلاف معنی داری ندارد ($p=0.130$). این امر را می توان با اتمام درمان در ۳۰ روز اول توجیه کرد و بنظر می رسد این دو شکل درمان تا زمان انجام جلسات منظم تاثیر گذار می باشند.



در نهایت از این پژوهش این نتایج به دست آمد که از این دو روش طب مکمل می توان در کنار درمان اصلی جهت اثربخشی بهتر درمانی استفاده کرد و با توجه به کمپلیانس بالاتر درمان های سنتی در خانواده و عدم وجود عوارض جانبی بارز توصیه می شود.



باتشکر از حسن توجه شما

