

طب سوزنی در پوست و زیبایی

طب سوزنی یک روش قدیمی پزشکی است که به‌طور شایع مورد استفاده قرار می‌گیرد. این روش در چین برای بیش از دو هزار سال است که استفاده می‌شود. درمان با طب سوزنی در بین مردم و همچنین متخصصان سلامت برای طیف وسیعی از اختلالات جسمی، مورد توجه فراوانی قرار گرفته است. این روش از طریق تنظیم جریان «چی» (انرژی حیاتی در بدن)، باعث بهبودی می‌شود. طب سوزنی در رشته‌ی پوست اخیراً به‌عنوان یکی از روش‌های جوان‌سازی و درمان چین و چروک صورت، تون ماهیچه‌ها و کشسانی آن‌ها ارائه شده است. از طب سوزنی برای درمان طیف وسیعی از شرایط پزشکی، از جمله اختلالات پوستی استفاده می‌شود. روش کار به این صورت است که از سوزن‌های کوچک و استریل در امتداد خطوط مریدین و نقاط طب سوزنی استفاده شده تا باعث افزایش گردش خون در این نواحی شوند. طب سوزنی زیبایی یک درمان کاملاً طبیعی و جامع ضد پیری است که هدف آن کاهش خطوط و چروک‌های صورت است. مکانیسم‌های متعددی برای طب سوزنی زیبایی مطرح شده است از جمله افزایش کشش عضلات صورت و بازگرداندن تون عضلات. همچنین شواهدی از افزایش رطوبت و چربی پوست مشاهده شده است. در این روش از نقاط بدن، موضعی صورت و عضلات صورت و گردن استفاده شده و معمولاً ۱۰ تا ۱۲ جلسه‌ی درمانی برای بیمار توصیه می‌گردد. با اقبال روزافزون به استفاده از روش‌های طب مکمل در میان جامعه، طب سوزنی نیز به‌عنوان یک روش درمانی در زیبایی مورد توجه قرار گرفته است.

کلیدواژه‌ها: طب سوزنی زیبایی، طب مکمل، کشسانی پوست

دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۰۱/۲۷ پذیرش مقاله: ۱۳۹۸/۰۲/۲۵

پوست و زیبایی؛ بهار ۱۳۹۸، دوره‌ی ۱۰ (۱): ۳۸-۴۳

دکتر سیده‌زهره امامی‌رضوی^۱

دکتر مریم حسینی^۱

دکتر محدثه آزادواری^۱

دکتر زهرا صفاریان^۲

۱. بخش طب فیزیکی و توان بخشی، بیمارستان امام خمینی (ره)، دانشکده‌ی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

۲. بخش پوست، بیمارستان امام خمینی (ره)، دانشکده‌ی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

نویسنده‌ی مسئول:

دکتر مریم حسینی

تهران، بلوار کشاورز، بیمارستان امام خمینی (ره)، بخش طب فیزیکی و توان بخشی

پست الکترونیک:

m_hosseini100@yahoo.com

تعارض منافع: اعلام نشده است

مقدمه

توانایی خودبهبودی بدن تأکید کند، همراه است. پزشکان طب سنتی از طب سوزنی و طب گیاهی برای حفظ تعادل بدن و ذهن استفاده می‌کنند.

طب سوزنی احتمالاً، بهترین و شناخته‌شده‌ترین روش طب سنتی چینی است که از طریق تنظیم جریان «چی» (انرژی حیاتی در بدن)، باعث بهبودی می‌شود. این روش با فروکردن سوزن‌های بسیار ریز در نقاط خاصی در بدن همراه است. هزاران سال است که طب سنتی چینی نقشه‌ی جریان چی را از طریق سیستمی به‌نام کانال‌های انرژی ترسیم کرده است. هر کدام از ۱۲ کانال اصلی انرژی به اندامی خاص یا گروهی از

با افزایش امید به زندگی، زیبایی و سلامت پوست از عوامل مهم در کیفیت زندگی شده است. در حال حاضر، مداخلات متعدد برای جوان‌سازی پوست و عوامل ضدپیری جهت درمان برای چین و چروک صورت تون ماهیچه‌ها و الاستیسیته‌ی آن‌ها ارائه شده است.^۱

طب سنتی چین (Traditional Chinese Medicine) یک روش درمانی جامع است که برای هزاران سال مورد استفاده قرار می‌گرفته است و هنوز هم امروزه، در درمانگاه‌ها و بیمارستان‌های سراسر چین و سایر کشورهای آسیایی استفاده می‌شود. همه‌ی روش‌های طب سنتی چینی با این اصل که بهترین دارو باید بر

اندام‌های بدن متصل است و عملکردهای خاصی از بدن را کنترل می‌کنند. تئوری آن بر این اساس است که زمانی که «چی» بی حرکت بماند، در جایی مسدود شود یا زمانی که بدن مقدار زیاد یا کمی از آن را داشته باشد، احساس بیماری ایجاد خواهد شد. هنگامی که انرژی آزادانه در گردش است، سلامتی بازمی‌گردد.^۲

کاربرد آن براساس این تئوری است که بیماری، ناشی از اختلالات در چی یا انرژی حیاتی بدن است که در امتداد کانال‌ها یا مریدین‌ها در جریان بوده که یک شبکه را برای اتصال ارگان‌های بدن تشکیل می‌دهد.^{۳-۵} استفاده از این مدالیت‌های درمانی در چین قدمتی چندین هزار ساله دارد.

سازمان بهداشت جهانی و مؤسسه ملی سلامت آمریکا نام بیش از سی بیماری را در زمره‌ی موارد حیطه‌ی درمان توسط طب سوزنی اعلام کرده‌اند.^۶

از طب سوزنی برای درمان طیف وسیعی از شرایط پزشکی از جمله اختلالات پوستی استفاده می‌شود.^۲

نقاط طب سوزنی به‌طور کلی در کنار هم در مریدین‌ها قرار دارند و زمانی که تحریک می‌شوند، به‌نظر می‌رسد تحریک این نقاط باعث بازگردانده شدن گردش خون طبیعی چی برای رسیدن به تعادل و درمان بیماری می‌گردند.^{۷-۱۰}

به‌تازگی، طب سوزنی زیبایی به‌عنوان مداخله‌ای برای جوان‌سازی پوست معرفی شده است.^{۱۱}

روش کار به این صورت است که از سوزن‌های کوچک، استریل در امتداد خطوط مریدین و نقاط طب سوزنی استفاده شده تا باعث افزایش گردش خون در این نواحی شوند. این افزایش جریان خون باعث بهبود تغذیه و جذب اکسیژن بیشتر پوست می‌گردد. طب سوزنی زیبایی هم‌چنین باعث تولید کلاژن می‌شود که باعث می‌شود پوست سفت و محکم‌تر به‌نظر برسد.

طب سوزنی سابقه‌ای طولانی در چین دارد و هم‌چنان به‌صورت مستقل و به‌عنوان مکمل پزشکی مدرن برای درمان طیف وسیعی از بیماری‌ها از جمله

اختلالات پوستی، استفاده می‌شود. در دهه‌های اخیر تمایل افراد در اکثر نقاط دنیا برای استفاده از روش‌های طب مکمل افزایش یافته است. یک بررسی سیستماتیک میزان شیوع استفاده از طب مکمل در کل جمعیت ایالات متحده را حدود ۳۸ درصد برآورد کرده است.^{۱۲} در یک مطالعه‌ی مروری دیگر ۹٫۳٪ بیماران در آمریکا از طب سوزنی در درمان مشکلات پوستی استفاده کرده‌اند.^{۱۳} هم‌چنین به‌تازگی، طب سوزنی زیبایی در میان زنانی که به سلامت و زیبایی خود و جوان‌سازی پوست اهمیت می‌دهند مورد توجه قرار گرفته است.^{۱۴-۱۵}

طب سوزنی زیبایی صورت به مفهوم استفاده از طب سوزنی در سر، صورت و گردن برای مقاصد زیبایی است. در حال حاضر انواع مختلفی از طب سوزنی زیبایی صورت مورد استفاده قرار می‌گیرند و بسیاری از مکانیسم‌های ممکن برای اثر آن پیشنهاد شده است، از جمله افزایش یا تعادل چی، تعادل اندام‌های داخلی توپر، افزایش جریان خون با قراردادن سوزن در برخی از نقاط طب سوزنی^۳ و افزایش تون عضلات^{۱۶}.

مرطوب کردن پوست به‌عنوان اولین مرحله‌ی جلوگیری از پیری پوست شناخته شده است.^{۱۷}

حفظ تعادل محتوای آب، چربی و عوامل مرطوب‌کننده‌ی طبیعی در لایه‌ی شاخی پوست از عوامل مهم در حفظ رطوبت است.^{۱۸}

در حال حاضر مطالعات بسیار کمی بر روی تأثیر طب سوزنی بر روی زیبایی صورت وجود دارد. در سال ۲۰۱۲ مقاله‌ای منتشر شد که نشان داد پس از طب سوزنی صورت، شواهدی از افزایش رطوبت و چربی پوست مشاهده می‌گردد.^{۱۹}

چندین نوع طب سوزنی زیبایی صورت مورد بررسی و مطالعه قرار گرفته است. اخیراً در کره، پزشکان از طب سوزنی زیبایی صورت برای افزایش کشش عضلات صورت با بازگرداندن تون عضلات با قراردادن سوزن درون عضلات سر، گردن و چهره

استفاده کرده‌اند.

لورین و همکاران یک مطالعه‌ی بررسی تغییرات تون عضلات حالت‌دهنده‌ی صورت در MRI را انجام داده و به این نتیجه رسیده‌اند که تون استراحت این عضلات به تدریج با افزایش سن کاهش می‌یابند. بر این اساس به نظر می‌رسد با قراردادن سوزن طب سوزنی در این عضلات می‌توان تون این عضلات را مجدداً به دست آورد. در مطالعه‌ی Yun از روش توپوگرافی Moire جهت بررسی تأثیر این روش بر الاستیسیته‌ی پوست استفاده شده است که تغییرات محسوس و معنی‌دار پس از این روش در بیماران مشاهده شده است.^{۱۸}

در مطالعه‌ی دونویما و همکاران میزان آب و چربی پوست قبل و پس از جلسات طب سوزنی مورد اندازه‌گیری قرار گرفت و به صورت قابل ملاحظه‌ای این میزان افزایش نشان داد.^{۱۹}

در مرور سیستماتیک انجام‌شده در سال ۲۰۱۵ نشان داده شد که طب سوزنی می‌تواند در انواع بیماری‌های پوستی شامل کلوآسما، درماتیت، خارش، کهیر، هیپرهیدروز و الاستیسیته‌ی مؤثر باشد.^۱

در مطالعه‌ای که توسط کیم و همکاران در کره انجام شده است، اثر طب سوزنی زیبایی جهت جلوگیری از افزایش چین و چروک پوست صورت ناشی از افزایش سن توسط محرک مکانیکی برروی عضلات صورت نشان داده شده است.^{۲۰}

روش درمانی

در این روش، درمان به صورت کلی انجام می‌شود و از نقاط بدن و چهره هم‌زمان استفاده می‌شود. بیماران اغلب بهبود شرایط عمومی را به همراه بهبود شرایط پوستی خود عنوان می‌کنند. هم‌چنین گزارشاتی مبنی بر احساس سلامتی بیشتر، بهتر خوابیدن، چشم‌های روشن‌تر و احساس تعادل بیشتری را ذکر می‌کنند.^{۱۹} در مطالعات محدودی که در این باره انجام شده‌اند به نقاط زیرجهت طب سوزنی زیبایی در صورت اشاره

شده است:

LI20, ST1, ST2, ST3, ST4, ST5, ST6, ST7, ST8, SI18, SI19, BL1, BL2, BL3, BL4, TE17, TE18, TE19, TE20, TE21, TE22, TE23, GB1, GB2, GB3, GB4, GB5, GB6, GB7, GB8, GB13, GB14, GV20, GV21, GV22, GV23, GV24, GV25, GV26 and CV24.

هم‌چنین می‌توان از نقاط داخل عضلات مثل عضلات استرنوکلیدوماستوئید، پلاتیسم، فرونتالیس، اوریکیولاریس اوکولی، اوریکیولاریس، کوروگیتور، تمپورالیس، زایگوماتیکوس، رزوریوس و ... نیز در درمان کمک گرفت.^{۲۱}

انواع مختلفی از سوزن‌های طب سوزنی وجود دارد که از نظر جنس و سایز متفاوتند. از نظر جنس، انواع سوزن شامل سوزن‌های استیل، نقره و طلا در بازار وجود داشته؛ هم‌چنین از نظر طول و قطر نیز سوزن‌ها متفاوتند. سوزن‌های مورد استفاده در طب سوزنی بسیار نازکند که اصطلاحاً «کرمی‌شکل (filli form)» نامیده شده و معمولاً قطری بین ۰/۳-۰/۲۵ میلی‌متر دارند. هنگام فروکردن هیچ‌گونه برش یا زخمی در پوست ایجاد نمی‌شود و اصلاً قابل مقایسه با سوزن‌های مورد استفاده در تزریقات نمی‌باشند. عمق فرورفتن سوزن‌ها هم بسیار کمتر از حالات تزریق است و بسته به نوع بیماری و نقطه‌ی موردنظر، متفاوت است. فروکردن سوزن‌ها در بافت درد بسیار ضعیفی به نام احساس chi دارد که به صورت یک بی‌حسی، گزگز یا شوک ضعیف الکتریکی می‌باشد.

در صورت از سوزن‌های نازک و کوتاه مانند ۱۸×۱۳ معمولاً استفاده می‌شوند. سوزن‌ها ۲۰ تا ۳۰ دقیقه در محل باقی می‌مانند و معمولاً ۱۰ تا ۱۲ جلسه‌ی درمانی برای بیمار توصیه می‌گردد.

نتیجه‌گیری

با اقبال روزافزون به استفاده از روش‌های طب مکمل در میان جامعه، طب سوزنی نیز به عنوان یک روش درمانی در زیبایی مورد توجه قرار گرفته است و

اثرات آن از درمان‌هایی از قبیل تزریق ژل یا توکسین بوتولینیوم کمتر است و در بیمارانی که تمایل به انجام این درمان‌ها ندارند قابل تجویز است. هم‌چنین با اثرات سیستمیک از جمله احساس شادابی و شفافیت پوست به بیماران کمک می‌نماید.

References

1. Y Yun, S Kim, M Kim, et al. Effect of facial cosmetic acupuncture on facial elasticity: an open-label, single-arm pilot study. *Evid Based Complement Alternat Med* 2013; 13: 42-3.
2. Chelsea Ma, Raja K. Sivamani RK. Acupuncture as a treatment modality in dermatology: A systematic review. *J Altern Complement Med* 2015; 21(9): 520-9.
3. Longhurst JC. Defining meridians: a modern basis of understanding. *J Acupunct Meridian Stud* 2010; 3 (2): 67-74.
4. Tan EK, Millington GW, Levell NJ. Acupuncture in dermatology: an historical perspective. *Int J Dermatol* 2009; 48 (6): 648-52.
5. W T Zhou, S Y Jia, Y Q Zhang, et al. Pathological changes in internal organs after blocking low hydraulic resistance channels along the stomach meridian in pigs. *Evid Based Complement Alternat Med* 2013; (2013): 1-12
6. Maurer M, Rieckmann P. Relapsing-remitting multiple sclerosis - what is the potential for combination therapy?. *Bio Drugs* 2000;13 (3): 149-58.
7. Bing W, Liansheng W, Qi W. *Yellow Emperor's canon of internal medicine*. 11 ed. China; China Science & Technology Press, 1997.
8. Wei S, Chen ZH, Sun WF, et al. Evaluating meridian-sinew release therapy for the treatment of knee osteoarthritis. *Evid Based Complement Alternat Med* 2013; (2013): 150-62.
9. Lee SH, Kim CE, Lee IS, et al. Network analysis of acupuncture points used in the treatment of low back pain. *Evid Based Complement Alternat Med* 2013; (2013): 190-97.
10. Lee IS, Lee SH, Kim SY, et al. Visualization of the meridian system based on biomedical information about acupuncture treatment. *Evid Based Complement Alternat Med* 2013; (2013): 180-5
11. Harris PE, Cooper KL, Relton C, et al. Prevalence of complementary and alternative medicine (CAM) use by the general population: a systematic review and update. *Int J Clin Pract* 2012; 66(10): 924-39.
12. Bonte F. Skin moisturization mechanisms: new data. *Ann Pharm Fr* 2011; 69(3): 135-41.
13. Lee KM, SCL, Kim JS, et al. A clinical study on facial wrinkles treated with misofacial acupuncture measured by the facial skin photographing system. *The Journal of Korean Acupuncture and Moxibustion Society* 2010; 27(1): 101-7.
14. Kawai N. Natural moisturizer. *Fragrance Journal* 2005; (33): 83-8.
15. Thambirajah R. Clinical experience: cosmetic acupuncture. *The J Chin Med* 2003; 72: 42-4.
16. Doran V. An introduction to facial revitalization acupuncture. *Eur J Orient Med* 2007; (5): 4-9.
17. Isaacs N. Hold the chemicals, bring on the needles. *New York Times*, 2007. available from: <https://www.nytimes.com/2007/12/13/fashion/13skn>.
18. Kingston A. True cosmetic acupuncture still has its roots in traditional Chinese medicine. *The J Chin Med* 2011; (96):46-51.

19. Donoyama N, Kojima A, Suoh S. Cosmetic acupuncture to enhance facial skin appearance: a preliminary study. *Acupunct Med* 2012; 30(2): 152-3.
20. Kim MS. A Study on Cosmetic Acupuncture Through Anatomy and Physiology Interpretation. *Korean Journal of Acupuncture* 2013; 30(3): 171-7.
21. Misung Yang MS. A study on acupoints and muscles used for cosmetic acupuncture. *Journal of Meridian & Acupoint* 2009; 26(3): 13-25.

Acupuncture in skin and esthetics

Seyede Zahra Emami Razavi, PhD¹
Maryam Hoseini, PhD¹
Mohaddeseh Azadvari, PhD¹
Zahra Saffarian, MD²

1. Department of Physical Medicine and Rehabilitation, Imam Khomeini Hospital, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
2. Department of Dermatology, Imam Khomeini Hospital, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

Acupuncture is an ancient medical procedure that is commonly used. It has been used in China for over two thousand years. Acupuncture has gained increasing interest from the public as well as health professionals for a wide range of disorders. This method works through regulation of qi current (life energy in body). Acupuncture has been introduced recently in dermatology for rejuvenation and treatment of facial wrinkles and improving muscle tone and elasticity. Acupuncture is used for treatment of many medical conditions including skin disorders. Tiny, sterile, needles are inserted along meridian lines and acupuncture points to increase blood circulation. Cosmetic acupuncture is a totally natural and holistic anti-ageing treatment that aims to reduce fine lines and wrinkles. Different mechanisms have been proposed for cosmetic acupuncture, including increasing muscle elasticity, and restoring muscle tone. There have been also evidence of increase in skin moisture and lipid. In this method, body points and local facial points are used and usually 10-12 sessions of facial acupunctures are recommended. With the increasing popularity of complementary therapies in the community, acupuncture is also considered as a new therapeutic approach.

Keywords: cosmetic acupuncture, complementary medicine, skin elasticity

Received: Apr 16, 2019 Accepted: May 15, 2019

Dermatology and Cosmetic 2019; 10 (1): 38-43

Corresponding Author:
Maryam Hoseini, PhD

Department of Physical Medicine and Rehabilitation, Imam Khomeini Hospital,
Keshavarz Blv, Tehran, Iran
Email: m_hosseini100@yahoo.com

Conflict of interest: None to declare