

KUPA VE HACAMAT TEDAVİSİ

TARİHİ, GELENEKSEL VE MODERN TIPTAKİ YERİ

Dr. Enes BAŞAK

Kupa ve Hacamat Tedavisi

Dr. Enes BAŞAK

Kapak Tasarımı

Esmâ Nur Ayőe ÇELİK BAŞAK

Mizanpaj

Fatih KIRMIZIGÖZ

Editör

Esmâ Nur Ayőe elik BAŞAK

1. Basım, Kasım 2021

SAGE Yayınları

Baskı ve Cilt:

SAGE YAYINCILIK VE MATBAACILIK

Kazım Karabekir Cad. Kùltür arőısı Kat: 2

No: 7/101-102-103

İskitler/Ankara

Tel.: 0312 314 00 02/05

bilgi@bizimdijital.com

Önsöz

Bu kitapta, geleneksel tedavi yöntemleri arasında binlerce yıllık bir geçmişe sahip olan, tarihte birçok toplum tarafından uygulanmış, modern bilimsel araştırmalar ile de faydası gösterilmiş olan kupa - hacamat tedavisinden bahsedilmektedir.

Kupa tedavisi, binlerce yıllık bir geçmişe sahip olan, başta Koreliler, Çinliler, Moğollar, Mısırlılar ve Araplar olmak üzere, çok sayıda millet tarafından uygulanmıştır. Modern tıbbın gelişmesiyle birlikte, bir süreliğine göz ardı edilse de, yapılan bilimsel araştırmalar neticesinde faydası kanıtlanmıştır. Günümüzde ise başta ABD, İngiltere, Fransa ve Almanya gibi batı ülkeleri ile Çin, Kore, Moğolistan gibi doğu ülkelerinde kupa tedavisi uygulanmaktadır.

Tıbb-ı Nebevi'de de kullanılan bir tedavi yöntemi olan kupa ve hacamat tedavisi, İslamiyet'i kabul eden tüm toplumlarda olduğu gibi, ülkemizde de yüzlerce yıldır yapılmaktadır. Fakat ülkemizde kupa ve hacamat tedavisi üzerine yazılmış yeterli sayıda eser bulunmamaktadır.

Bu eser, bu açığı bir nebze olsun kapatması amacıyla kaleme alınmış ve kupa ve hacamat tedavisine ilgi duyan herkesin beğenisine sunulmuştur.

İçindekiler

<i>Bölüm 1. Giriş</i>	5
<i>Bölüm 2. Kupa ve Hacamat Tedavisi Nedir?</i>	10
<i>Bölüm 3. Hacamat Tedavisinin Sağlığa Faydaları</i>	13
<i>Bölüm 4. Hacamat Tedavisinin Tarihteki Yeri</i>	18
<i>Bölüm 5. Hacamat Tedavisinin Sınıflandırılması</i>	26
<i>Bölüm 6. Dört Element Teorisi ve Mizaçlar</i>	36
<i>Bölüm 7. Hacamat Tedavisinin İslamiyet'teki Yeri</i>	49
<i>Bölüm 8. Standart Bir Hacamat Tedavisinin Yapılışı</i>	54
<i>Bölüm 9. Bazı Hacamat Tedavisi Uygulama Noktaları</i>	61
<i>Bölüm 10. Hacamat Tedavisi Hangi Hastalıklarda Yapılır, Hangi Hastalıklarda Yapılmaz, Yan Etkileri Nelerdir</i>	71
<i>Bölüm 11. Son Söz</i>	79

Bölüm 1

Giriş

İnsan hayatı, üzerine en fazla araştırma yapılan, insanlık tarihi boyunca zihinleri meşgul eden ve kutsallığı bütün dinlerde ve inançlarda kabul edilen bir durumdur. Savaşlar, salgınlar ve hastalıklar gibi sebepler dönem dönem insan hayatını tehdit etmesine rağmen, tarih boyunca insanlığın en büyük gayelerinden biri insan sağlığını korumak, hastalıkları tedavi etmek ve ömrü uzatmak olmuştur.

Hastalıklar ve tedaviler, insanlık tarihi ile aynı geçmişe ve ömre sahiptir. Dünyada bulunduğu ilk günden itibaren çeşitli tehlikelerle, yaralanmalarla ve hastalıklarla boğuşan insanlar, kendilerini tedavi etmenin yollarını aramışlardır. Bu sebeple de şaman, otacı, doktor ve hekim gibi farklı unvanlara ancak aynı amaca hizmet eden kişiler tarafından tedavi edilmişlerdir.

Bugün sahip olduğumuz tıbbi modern tıp, yani Ortodoks tıbbi diyoruz. Şu an kullanmakta olduğumuz ilaçlar, yaptırdığımız aşılar, laboratuvar tahlilleri, radyolojik görüntülemeler son birkaç asrın ürünü. Oysa hastalıklar insanlık tarihi kadar eski. 500 sene önce hipertansiyon yok muydu? Veya migren, bel ağrısı, diş ağrısı yok muydu? Elbette vardı ve bu hastalıklar o yıllarda bulunmayan bu ilaçlarla değil başka yöntemlerle iyileştiriliyordu.

Modern tıptan önce kullanılan tedavi yöntemlerine geleneksel ve tamamlayıcı tıp tedavi yöntemleri deniyor. Bugün günümüzde pek kullanılmayan bu tedaviler, insanlık tarihinin başından henüz birkaç asır öncesine kadar insanların tek umudu, tek tedavi yöntemleriydiler. Bu tedavi yöntemleri binlerce yıl boyunca insanlığın tek tedavi kaynağıydılar.

Geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamaları çok geniş bir yelpazeye sahip olup çok sayıda tedavi yöntemini içinde barındırır. Bu tedavi yöntemleri şunlardır; fitoterapi (bitkilerle tedavi), akupunktur, kupa terapisi - hacamat, sülük tedavisi, hipnoz, ozon terapi, mezoterapi, apiterapi, proloterapi, osteopati, refleksoloji, homeopati, kayroprakti, larva uygulaması, müzik terapi.

Son birkaç on yıldır, bu tedavi yöntemlerinin faydalı ve özellikle bazı hastalıklarda olmak üzere modern tıbbı karşı iyi bir alternatif tedavi oldukları bilimsel araştırmalarla ispat edilmeye başlandı. Bu da bu tedavilere ilginin artmasını, ilgi arttıkça daha fazla çalışma yapılmasını sağladı. Bu olumlu çerçeve bozulmadan günümüze ulaştı.

Bugün geleneksel tedavilerin faydalı olduğu, gerek tıp camiasında gerekse halk arasında tartışmasız kabul ediliyor. Devam eden itirazların büyük çoğunluğu ise bilimsel dayanaklardan yoksun, bu tedavilere karşı önyargılı olunmasından kaynaklanmaktadır.

Bu kitapta, geleneksel tedavi yöntemleri arasında binlerce yıllık bir geçmişe sahip olan, tarihte birçok toplum tarafından uygulanmış, modern bilimsel araştırmalar ile de faydası gösterilmiş olan kupa - hacamat tedavisinden bahsedeceğim.

Kupa tedavisi, kişinin şikâyetleri ve isteği temel alınarak, vücudun belirli noktalarına, negatif hava basıncı ile yapılan, vakumlama esasına dayalı bir tedavi yöntemidir. Bu tedavi, kişiden kan alınmaksızın bu noktada sonlandırılırsa bu tedavi kuru kupa tedavisi olarak adlandırılır. Kuru kupa tedavisi kanı, hava basıncının azaldığı bir bölgeye toplar ve derinin vakum yoluyla uyarılmasını sağlar. Bu işleme halk arasında “şişe/bardak çekme” adı da verilir.

Bu uygulamanın akabinde kişiden kan alımı da gerçekleştirilirse uygulama yaş kupa tedavisi olarak adlandırılır. Yaş kupa tedavisinin tarihsel olarak kullanılan diğer adı ise hacamattır. Dolayısıyla hacamat, kupa yardımı ile ve cilde ufak kesiler atılarak vücudun belirli yerlerinden kirli kanın alınması işlemine denir.

Kupa tedavisi, binlerce yıllık bir geçmişe sahip olan kadim (eski) bir tedavi yöntemidir. Başta Koreliler, Çinliler, Moğollar, Mısırlılar ve Araplar olmak üzere, çok sayıda kültür geleneksel tedavide kupa tedavisine önem vermiştir. Avrupa’da da geçmişi bulunan kupa tedavisi, günümüzde çok sayıda ülkede rutin bir şekilde uygulanıyor. ABD, İngiltere, Fransa ve Almanya gibi batı ülkeleri ile Çin, Kore, Moğolistan gibi doğu ülkeleri başta olmak üzere bugün dünyanın birçok yerinde kupa tedavisi yapılmaktadır.

Yaş kupa tedavisi olan hacamat, İslamiyet’te de çok önemli bir yere sahiptir. Peygamber Efendimizin (sav) birkaç defa hacamat yaptırdığına, hacamat yapılmasını ümmetine tavsiye ettiğine, hacamatın faydalı olduğundan

bahsettiğine dair hadisler vardır. Peygamber Efendimizin hacamatı öven ifadeleri ve bizzat kendisinin hacamat yaptırması sebebiyle, gerek tarih boyunca gerekse günümüzde Müslümanlar arasında hacamat yaptırmak önemlidir. Bugün dahi Müslümanların çoğunlukta olduğu ülkelerde hacamat, hem bazı hastalıkların tedavisi için hem de genel vücut sağlığını korumak için çok sık başvurulan bir tedavi yöntemidir.

Günümüzde, kupa ve hacamatın faydalarını gösteren bilimsel araştırmalar arttıkça kupa ve hacamat popüler kültürde ve spor camiasında da kendine yer bulmaya başladı. Daha önce birçok kişi tarafından eleştirilen hacamatın her geçen gün bulunan yeni yeni faydaları, bu tedaviye karşı kulak tıkanmasına engel oluyor.



Amerikalı yüzücü Michael Phelps, olimpiyat oyunlarında aldığı 28 madalya ile olimpiyat tarihinin en çok madalya alan sporcusu unvanına sahiptir. Dünya şampiyonaları ve olimpiyat oyunlarına damgasını vurmuş olan Phelps, toplam 37 altın madalyaya

sahiptir. 2016 Rio Olimpiyat Oyunları'nda ilk çıkışını yaptığında, seyirciler altın madalyalı yüzücüde olağandışı bir şey fark ettiler (Görsel 1). Sırtı ve omuzları, birkaç santim çapında mükemmel yuvarlak mor çürüklerle kaplıydı. Daha sonra yaptığı basın açıklamasında Phelps, ağrıları için hacamat yaptırdığını ifade etti.

Alex Naddour, Amerikalı bir jimnastik sporcusudur. Birçok madalyası bulunan Alex Naddour'a eserimde yer vermemin sebebi ise ateşli kuru kupa tedavisi yaptırarak olimpiyatlara katılmış olmasıdır (Görsel 2). Amerikan erkek takımındaki pek çok kişi gibi, Naddour da kupa tedavisinin jimnastikten kaynaklanan ağrıları geçirdiğini ifade ediyor. Naddour bir röportajında: “yıl boyunca beni sağlıklı tutan sır buydu, başka bir şeye



harcadığım tüm paralardan daha iyi oldu” sözleri ile ateşli kuru kupa tedavisinden gördüğü faydaları özetlemiştir.



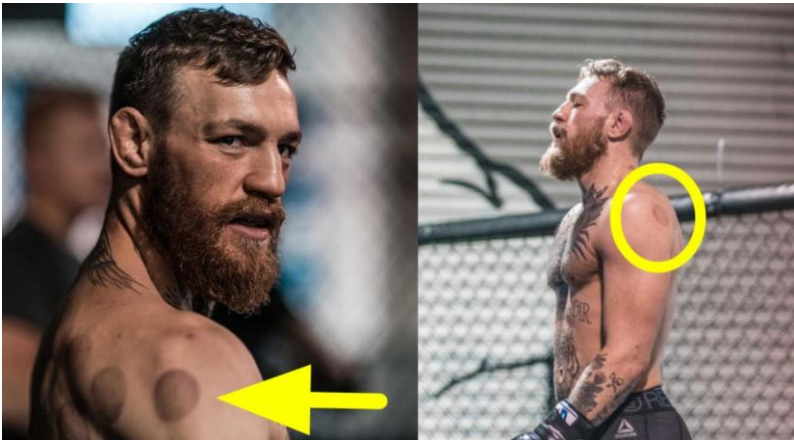
Amerika'nın dünyaca ünlü basketbol ligi NBA'da oynayan, başarılı basketbolcu Stephen Curry de düzenli olarak hacamat yaptıran sporculardan biri. Curry'nin ağrıları

sebebiyle hacamat yaptırdığı biliniyor. Şu anda NBA'daki birçok oyuncunun hacamat yaptırdığı, maç esnasında görülebilen hacamat izlerinden kolayca anlaşılmakta!

Dünyaca ünlü futbolcu Karim Benzema da düzenli olarak kupa ve hacamat yaptıran sporculardan biri. Benzema, ağrıları için düzenli olarak kuru kupa uygulaması yaptırıyor (Görsel 4).



Dünyaca ünlü dövüş sporcusu Conor McGregor da kupa ve hacamat yaptıran sporcular arasında yer alıyor (Görsel 5).



Kupa ve hacamata dair popüler kültürden ve spor dünyasından çok daha fazla örnek verebilirim. Ancak beş örnek ile gayeme ulaştığımı düşünüyorum. Tüm bu görseller göstermektedir ki kupa ve hacamat tedavisi şu anda eski ününe kavuşmuş, modern bilimsel teknikler ve aletler ile uygulanan ve çok ciddi sporcuların dahi tercih ettiği önemli bir tedavi yöntemidir. Bu tedavi yöntemine tüm dünya gereken önemi verirken ülke olarak bundan geri kalmamalıyız. Bu amaçla yazdığım kitabımın, kupa ve hacamata dair eser miktarının çok az olduğu ülkemizde bu önemli eksiği gidereceğine inanıyorum.

Dr. Enes Başak

Ekim 2021

Aksaray, Eski