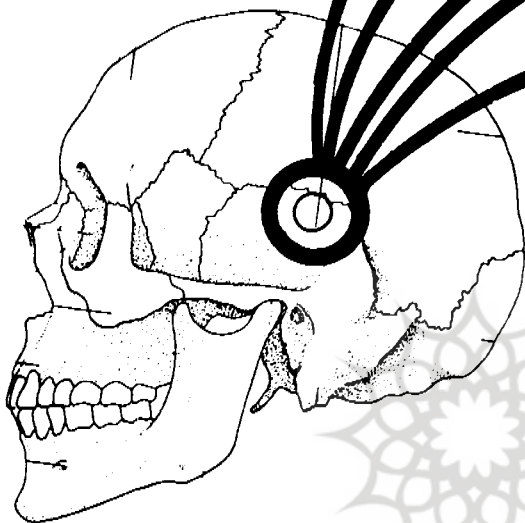


دکتر فیاض بخش



درباره درد

تعریف درد :

درد حس نامطبوع خاصی است که در نتیجه تحریک الیاف عصبی بوسیله محرکهای مختلف بروز میکند. مثال جامع علوم انسانی

فایده درد :

بهترین و اولین زنگ خطر است که ایجاد یک اختلال را در ساختمان بدن ، اعلام میدارد که صاحب درد را ، مجبور با اقدام برای برطرف کردن اختلال مینماید .

عواملی که موجب بروز درد میشوند :

عواملی که در ساختمان بدن ایجاد درد

میکند ، سه دسته اند :

- ۱- عوامل مکانیکی مانند : فشار و کشش
- ۲- عوامل فیزیکی مانند : حرارت والکتریسته .

۳- عوامل شیمیایی که مهمترین آنها موادی است که در نتیجه کار عضلانی ، در عضله جمع میشوند .

آستانه درد : هر یک از سه عامل بالا ،

برای اینکه بتواند ایجاد درد کند باید شدتی داشته باشد که کمتر از آن مقدار نمی-تواند ایجاد درد کند (حداقل شدتی) را

که موجب درد میشود ، درافراد مختلف بررسی کرده و باین نتیجه رسیده‌اند که این " شدت " درافراد مختلف تقریباً مساوی است .

وقتی که شدت یکی از این سه عامل ، به اندازه‌ای برسد که بدن آغاز به احساس درد کند ، این آغاز را " آستانه درد " مینامند همانطورکه گفته شد " آستانه درد " درافراد مختلف تقریباً مساوی است یعنی فقط حداکثر ۱۰ یا ۱۵ درصد در اشخاص مختلف متفاوت است بعبارت دیگر عوامل مختلف درافراد مختلف ، تقریباً با یک شدت ، ایجاد درد میکند ، ولی همانطورکه خواهیم دید ، واکنش و عکس‌العمل افراد در مقابل درد یکسان نیست .

از طرف دیگر آزمایشهای مختلف نشان داده است که " آستانه درد " در هر نسج ، تقریباً مساوی نصف شدت تحریکی است که برای کشتن واز بین بردن نسج کافی است .

یعنی : اگر شدتی را که موجب آستانه درد میشود ، دو برابر کنیم نسج از بین می‌رود ، و فعالیت حیاتی خود را از دست میدهد .

و به عبارت دیگر : اگر شدت محرکهای مکانیکی یا فیزیکی ویا شیمیائی به دو برابر مقداری که جهت ایجاد درد در نسوج لازم است ، افزایش یابد ، نسج از بین می‌رود ، و خواهد مرد . واز همین جا اهمیت درد به عنوان یک عامل دفاعی بسیار مهم برای اعلام خطر معلوم میشود ، که اگر برای دفع

علت پیدایش درد اقدام نکنیم ، نسوجی را که مشاء درد هستند در مقابل خطر انهدام قرار داده ایم .

تغییرات آستانه درد :

از حالات غیر عادی ممکن است کم ویا زیاد شود .

مثلاً : در امراض عفونی وتب دار ، در ضعف اعصاب ، در ناحیه‌ای که ضربه خورده و آماس وورم کرده است ، آستانه درد پائین می‌آید ، یعنی درد ، زودتر وبیشتر حس میشود .

واکنش درمقابل درد :

واکنش درمقابل درد برخلاف آستانه درد در افراد یکسان نیست وتفاوت بسیار زیادی دارد .

مثلاً : بعضی افراد ، دندان درد را بدون آنکه خم به ابرو بیاورند تحمل میکنند ، در حالیکه بعضی دیگر ، از همین مقدار درد ناراحتی زیاد نشان میدهند ، دچار اضطراب میشوند ، و بی طاقت میگردند .

عوامل زیادی موجب اختلاف در واکنش در مقابل درد میشوند که مهمترین آنها به قرار زیر است :

۱- قدرت روحی :

حساستر و بی ثبات ترند ، و در مقابل درد ، بیش از دیگران متاثر میشوند ، و برعکس بعضی دیگر تحت تاثیر عوامل خانوادگی و تعلیمات و بینش‌های مذهبی درد را بهتر

تحمل میکنند .

علت درد نیز در واکنش موثر است ، مثلا زنهائیکه غدهای در پستان دارند و احساس درد میکنند ، بمحض اینکه مطلع شوند که غده سرطانی نیست آنرا فراموش کرده و مثل اینکه دیگر اصلا درد را احساس نمیکند .

۵ خستگی : گاهی خستگی باعث افزایش واکنش در برخی از افراد میگردد ، و در برخی دیگر برعکس .

خصایص بالینی درد

به شش چیز درد باید اهمیت داد :

۱- محل درد ، ومحل انتشار آن

۲- شدت درد

۳- نوع درد

۴- زمان بروز درد

۵- ارتباط درد با اعمال حیاتی

۶- عوامل تسکین ویا تشدید درد ، اکنون اهمیت هریک از اعضاء وبرخی از بیماریها که دانستن آن برای عموم مفید ومهم است یادآور میشویم :

۱- محل درد ومحل انتشار آن :

برای تشخیص محل درد بهتر است ، همیشه از بیمار بخواهند که جای درد را دقیقاً با انگشت نشان دهد ، خواص ومحل درد در بیماریهای مهمی که لازم است فوراً به پزشک مراجعه کرد باین شرح است :

الف : در قسمت سر :
در اثر ورود میکروب

از راه هوا ، وخون به پردههای مغز (مننژ)

متلایان به بیماریهای عصبی و روانی ، در مقابل درد ، فوقالعاده حساسند و واکنش زیاد وشدید نشان میدهند .

۲- تکرار درد :

دربعضی از اشخاص تکرار درد ، حد تحمل بیمار را بالا میبرد ، و واکنش او را حقیف تر میسازد ، و در بعضی کاملاً مسئله عکس میشود .

۳- توجه به درد :

دقت وتوجه به درد ، در شدت واکنش تاثیر زیادی دارد .

مثلاً : در زمان جنگ بسیار دیده شده است که سربازی بشدت زخمی شده ولی چون توجهش معطوف به جنگ بوده است ، تا ساعتها از جراحت خود مطلع نشده است ، و برعکس بیماری که خود را برای گرفتن خون یا تزریق داخل رگ مهیا میکند ، چون دقت وتوجه او کاملاً معطوف به اینکار است ، از درد سوزن بیش از اندازه لازم متاثر میشود عکس این کیفیت در کسانیکه توجهشان به خدا وامور معنوی است مشاهده میشود ، واین دسته افراد دردهای جسمانی را بخوبی تحمل میکنند وحتمی در برخی از اوقات متوجه درد نمیشوند .

(داستان بیرون کشیدن تیر را ، از پای حضرت امیرالمومنین علی (ع) در نماز شاید شنیده باشید .

۴- اطلاع از علت درد :

با خبر بودن از

شخص مبتلا به مننژیت میشود که هرچه زودتر باید این بیماری مسری را شناخت و درمان نمود وگرنه بیمار را در مدت سه تا چهار روز از بین میبرد .

درد در بیماری مننژیت در قسمت سر ، بصورت سردرد دائم وگاهی ضربان دار (توجه به نوع درد) و شدید وتوام با سفتی و اسپاسم عضلات گردن میباشد ، وهمراه با تب واستفراغ است ومعمولا از ساعت معینی شروع میشود وشدت مییابد (توجه به زمان بروز درد) .

علت این بیماری - همانطورکه یادآور شدیم آماس پرده مغز وعفونی شدن آن بجهت ورود میکروب میباشد .

ب - در قفسه سینه :

دردهای مربوط به آنژین قلبی ، نرسیدن یا کم رسیدن خون بعضلات قلب که دائما در خواب وبیداری در حال فعالیت هستند ، باعث دردهائی بنام (آنژین قلبی) میشود ، نوع شدید آنژین قلبی را " انفارکتوس " میگویند . دراین بیماری قسمتی از عضله قلب بعلت نرسیدن خون ، از بی غذائی میمیرد لازم است که یادآور شویم : در بیماری " انفارکتوس " استراحت مطلق کاملا ضروری است ، درد در آنژین قلبی معمولا با حرکت بدن (اضافه

شدن کار قلب) تولید میشود وگاهی در نتیجه زیاده از حد تاثرات وتحریکات روحی این درد پیدا میگردد ، که اغلب با استراحت از بین میرود ، محل آن بیشتر در پشت استخوان سینه ودر خط وسط است وندرتا ممکن است قدری به سمت چپ متمایل شود ، ولی هیچگاه در نوک قلب بروز نمیکند انتشار این درد بیشتر بسمت گردن وفک وشانه چپ وگاهی دندان وزمانی بازوی چپ ودست چپ است .

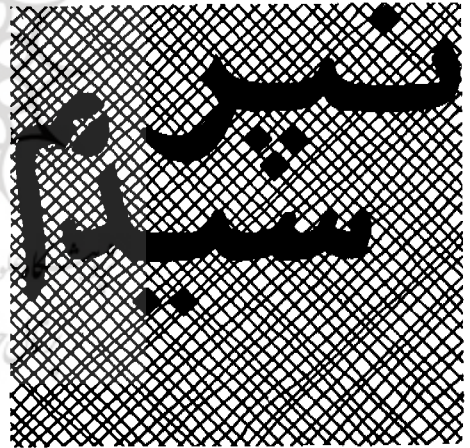
ولی اینگونه انتشار از مشخصات درد (آنژین قلبی) نیست ، چون ممکن است درد بسمت شانه راست یا پشت یا بالای معده انتشار یابد ویا اصلا انتشاری درکار نباشد ، ویا به گونههای دیگر منتشر شود ، از مشخصات نسبتا مهم این درد آن است که بصورت فشار ظاهر میشود ، و مهمترین خصیصه دردآن است که در موقع حرکت ویا مختصری راه رفتن بروز میکند ، وپس ازاستراحت ، ایستادن ویسا نشستن در مدت زند ثانیه ویا دقیقه از بین میرود .

این خاصیت بقدری مهم است که میتوان گفت : هردردی که در نیمه فوقانی بدن ، هنگام حرکت بروز کند ، وبا استراحت از بین برود ، (آنژین قلبی) است ، مگر

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

أَفَحَسِبُّمُؤْمِنًا إِذَا خَلَقْنَاهُ مِنْ عِشَاءٍ وَإِنَّا لَنَبْلُو لَبْوِينَ

آیا پنداشتید که شما را بیوده آسردیم، و آنکه شما بسوی ما بازگردانده نمی شوید؟



طی شد این عمر ، تودانی به چه سان
یوچ و بس تند چنان باد دمان
همه تقصیر منست این که خودم میدانم
که نکردم فکری
که تامل ننمودم ، روزی ، ساعتی یا آنی
که چه سان میگردد عمر گران ؟

کودکی رفت به بازی ، به فراغت ، به نشاط
 فارغ از نیک و بد و مرگ و حیات
 همه گفتند : کنون تا بچه است
 بگذارید بخندد شادان
 که پس از این دگرش ، فرصت خندیدن نیست
 بایدش نالییدن
 من نپرسیدم هیچ که پس از این رچه رو
 توان خندیدن
 نتوان فارغ و وارسته زغم
 همه شادی دیدن ؟
 همچو مرغی آزاد ، هر زمان بال گشادن ؟
 سرهر بام که شد خوابیدن ؟
 من نپرسیدم هیچ
 که پس از این زچه رو
 بایدم نالییدن ؟



هیچکس نیز نگفت . زندگی چیست چرا
 میآئیم ؟
 بعد از این چند صباح
 به چه سان باید رفت ؟
 به کجا باید رفت ؟
 با کدامین توشه ، به سفر باید رفت ؟
 من نپرسیدم هیچ ، هیچ کس نیز نگفت
 نوجوانی سپری گشت بیازی ، بفراغت ، به
 نشاط

فارغ از نیک و بد و مرگ و حیات
 بعد از آن باز نفهمیدم من
 که چه سان عمر گذشت ؟
 لیک گفتند همه
 که جوانست هنوز
 بگذارید جوانی بکنند
 بهره از عمر برد کامروائی بکنند
 بگذارید که خوش باشد و مست
 بعد از این باز ، و راعمری هست
 یکنفر بانگ برآورد که : او
 از هم اکنون باید ، فکر آینده کند
 دیگری آوا داد
 که : چو فردا بشود ، فکر فردا بکنند

سومی گفت : همانگونه که دیروزش رفت
 بگذرد امروزش ، همچنین فردایش
 با همه این احوال
 من نپرسیدم هیچ
 که چه سان دی گذشت ؟
 آنهم قدرت و نیروی عظیم
 به چه ره مصرف گشت ؟
 نه تفکر ، نه تعمق ، و نه اندیشه دمی
 عمر بگذشت به بیحاصلی و مسخرگی
 چه " توانی " که زکف دادم مفت
 من نفهمیدم و کس نیز مرا هیچ نگفت
 قدرت عهد شباب



از
انسانها

آنقدر دور و برت می پیچید که کلافهات
میکرد .

چند دقیقه ای گذشت ، از تاکی خیری
نشد برای اینکه بطریقی خود را سرگرم
کرده باشم ، شروع کردم به قدم زدن ، چند
قدمی میرفتم دوباره برمیگشتم ، مدتی
می ایستادم و باز از نو . . . البته نه مقصد

آنقدر نزدیک بود که بشود پیاده رفت و نه
هوا آنقدر مناسب که آدم دل و دماغ قدم
زدن را داشته باشد ، جایی هم که ایستاده
بودم بهترین جایی بود که میشد برای رفتن
بآن مقصد ماشین گیر آورد .

مرد میانسالی قدم زنان نزدیک من آمد
و در کنار خیابان ایستاد ، او که پالتوئی
برتن داشت و کلاهی بر سر ، یقه پالتوی خود
را بالا آورده بود تا دور گردنش را بیوشاند

صبح زمستان بود هوا هنوز کاملا روشن
نشده بود کنار خیابان ، نزدیک سه راهی
ایستاده بودم و انتظار میکشیدم .

سرما مجال چرت زدن را بآدم نمیداد .
تحت چنین شرایطی ، نزدیک آن سه راه که
می ایستادی ، باد از چند طرف هجوم
می آورد ، اول از سمت راست ، بعد سمت
چپ ، از مقابل ، از پشت سر ، بعدهم

و از سوز و سرما جلوگیری کند ، گاه دستهای خود را از جیب پالتو بیرون میآورد ، کمی آنرا با حرارت دهان گرم میکرد ، سپس دوباره آنرا در جیبش قرار میداد ، در حالیکه دائم غرغر میکرد وزیر لب چیزی میگفت .

قیافه معترض و چهره عبوسش آنقدر جالب بود که برای مدتی میتوانست مرا سرگرم کند همانطور که زیر چشمی او را تماشا میکردم ، یکباره با همان حالت نگاهی بمن انداخت . حالتی آرام و متاثر بخود گرفتم و چهره و نگاهم نسبت به او بیان همدردی را داشت . او که موقعیت را مناسب میدید با کلامی خشک و قاطع گفت : بریدرش لعنت ! گفتیم : بریدر که ؟ گفت : همان که باعث شرارت ، خدا سربه‌نیستش کند ، صدام یزید پیروز را میگویم بعد با ناراحتی ادامه داد : این چند روزی که بنزین جیره بندی شده ، دیگر سواریهها مسافرکشی نمیکنند برای همین است که باید توی این سرما اینقدر منتظر بمانیم .

با خنده و حرکت سر ، حرف او را تائید کردم و باز شروع کردم به قدم زدن پس از مدتی یک تاکسی خالی ، پیچ سه راهی را طی کرد و وارد خیابان شد ، همه شیشه‌هایش بسته بود ، راننده با هر دو بازویش روی فرمان تکیه داده و با آرامی خیابان را طی میکرد ، معلوم بود که مشغول استراحت و تفریح است .

مرد میانسال با عجله خود را نزدیک تاکسی رسانید و فریاد زد : فردوسی . بدنبالش من گفتم : پیچ شمیران . فریاد دیگری که تازه به جمع ما پیوسته بود گفت : بهارستان .

راننده که جوانی بود تقریباً سی ساله ، با هیکلی نسبتاً درشت ، در پاسخ ما ، هر دو دست را از روی فرمان بلند کرد و نزدیک گوش خود برد ، در همان حال کمی نظر برآست نمود ، سرخود را مقداری پائین آورد و تبسمی کرد چنانکه گوئی میخواهد از کسی تشکر کند ، پیش خود فکر کردم مثل اینکه ما کنار خیابان دیک حلیمی بار گذاشته باشیم و از او بخواهیم بیاید حلیم میل کند ، او هم با وقاری خاص از ما تشکر کند که : نوکرتم ، فعلاً میل ندارم !

مرد میانسال که از رفتار راننده شاکی شده بود ، با عصیانیت فریاد زد : بر پدرت لعنت ، بعد رو بمن کرد و گفت : تقصیری ندارند ، شکمشان سیراست . . . بر پدر همگیشان لعنت . . .

به هر حال نیم ساعتی میگذشت که آنجا ایستاده بودیم . حالا چند نفر دیگر هم به ما اضافه شده بودند ، سرمای آنروز آزار دهنده تر از روزهای قبل بود ، کم کم بیم و نگرانی از تاخیر بمحل کارهم ، برمشگلات مسافرین افزوده میشد . درطول این مدت چند تاکسی دیگر از مقابلمان گذشته بود ولی بعلت پربودن جایی برای مسافر تازه

نداشت .

وبعد باخود فکر کردم : الان راست بر صندلی تکیه داده ، تحت تاثیر هوای گرم داخل ماشین قرار گرفته و برای مسافرتین میگوید عجب دوره زمانه‌ای شده ، خجالت هم نمیکنند ... راستی که جوان هم اگر بود ، در دوره ما ، آنوقتها جوانهایش هم تربیت داشتند وهم معرفت ... بدنبال این فکر تبسمی زدم وآرام شدم .

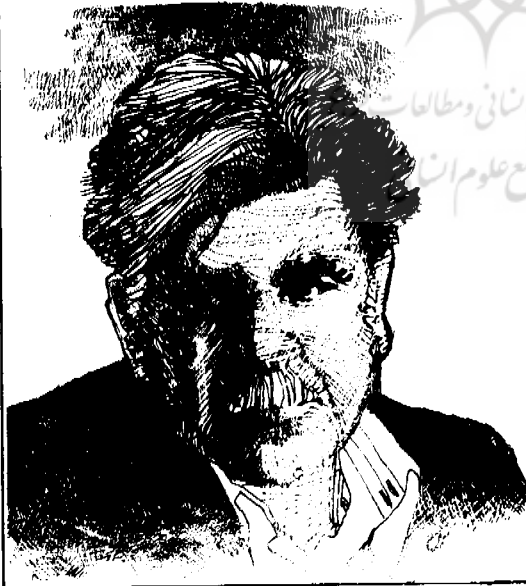
دراین لحظه یک تاکسی خالی آمد ، در یک آن پنج نفر برآن سوار شدیم ، راننده تاکسی که ظاهرا بیش از پنجاه سال داشت و مردی بود لاغر اندام ، با چهره‌ای بشاش ، پس از ورودمان به اتومبیل ، محترمانه بما سلام کرد وید راه افتاد .

به آرامی بر صندلی اتومبیل تکیه داده بودم وحالت راننده را در نظر داشتم ، رفتارش توأم با متانت ووقاری خاص بود .

سرانجام یک تاکسی که دوحای خالی داشت بما نزدیک‌میشد ، مسافرتین که از زن و مرد در یک ردیف ایستاده بودند ، با عجله خود را آماده اعلام مقصد میکردند ، هرکسی مقصد خود را میگفت و راننده با مهارتی خاص مسافرتین خود را از میان صداهای گوناگون وتقریبا همزمان تشخیص میداد .

یکی از مسافرتین که مقصدش پیچ شمیران بود سوار شد ، منهم خوشحال از گیرآوردن تاکسی بدنبال اعلام مقصد خواستم سوار شوم که پیرمردی با عصبانیت تنهای بمن زد و در حالیکه برتاکسی سوار میشد ، با نگاهی خشمگین وحق بجانب گفت : آقا ، خجالت بکش من از صبح سحر تا بحال اینجا هستم ، شما حالا از راه رسیده‌ای میخواهی بی نوبت سوار شوی ؟! برای جوانی مثل شما این کارها خجالت دارد !

من که هرچه فکر میکردم یادم نمیآمد کسی قبل از خودم آمده باشد ومیدانستم که او همین چند دقیقه پیش آمده ولی از آنجهت که برناراحتیش افزوده نشود واحتیاطا سالمندیش حفظ شده باشد ، از سرراهش کنار کشیدم . باخود فکر میکردم : درست است که دروغ میگوید وبی نوبت سوار میشود ولی رویهمرفته ممکن است زیادهم مقصر نباشد ، چون او پیرمرد است وکم طاقت ، طبیعتا نه حال و حوصله انتظار کشیدن بیش از حد را دارد ونه قدرت سرپا ایستادن دراین سرما را

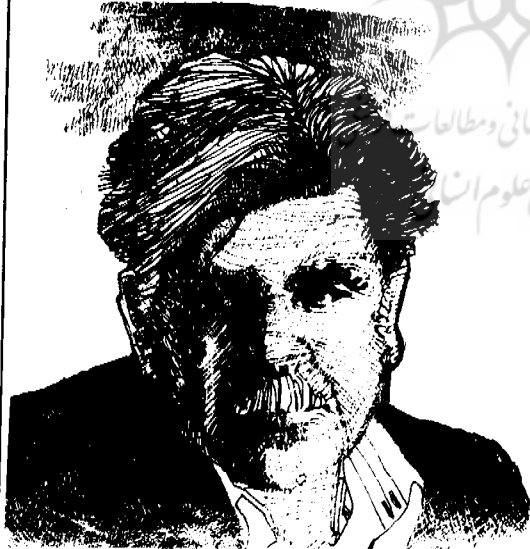


داد : خدا را خوش نمیآید توی این سرما اینجا منتظر بماند . ما باید در این موقعیت جنگی بهم کمک کنیم ، انشاءالله که صدام بزودی سرنگون میشود .

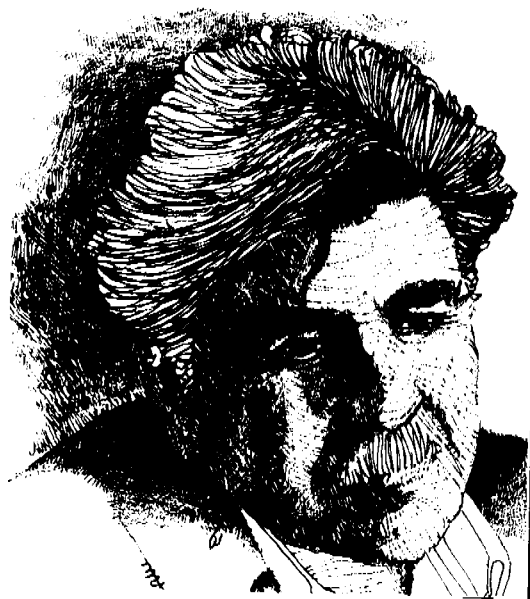
مرد میانسالی که قبلا به او اشاره شد ، و اکنون باما بود ، در تأیید راننده گفت : خدا پدر شما را هم بیامرزد ، راستی راستی که شما انسانید .

اتومبیل کنار پای آن جوان توقف کرد . او ابتدا میخواست سوار شود ولی وقتی که دید ظرفیت کامل است ، کمی خود را عقب کشید و با تردید گفت ، شما که جای خالی ندارید ؟ !

ما درحالیکه جایی برایش باز میکردیم ، گفتیم : اشکالی ندارد ، شما هم بفرما سوار شو ، راننده با لحنی گرم و پرمحبت گفت : بفرما جانم ، شما میهمان این آقایان هستی .



بعید در صفحه ۴۸



پس از طی مسافتی ، فردی که در نزدیکی یک چهار راه ایستاده بود نظرم را جلب کرد جوانی بود حدوداً بیست ساله ، کت و شلوار نازک و نیمه‌دار و بلوزی بافتنی برتن داشت . او که از سرما قوز کرده و دستهای خود را بغل زده بود ، بیصبرانه در انتظار رسیدن یک تاکسی خالی ، این پا و آن پا میکرد . چند متری با او فاصله داشتیم که راننده از سرعت خود کاست ، نگاهی به عقب انداخت و با مهربانی گفت : اجازه میدهید این جوان را هم عقب سوار کنیم البته میدانم که ظرفیت کامل است ولی اگر اجازه بدهید ، میهمان شما باشد

ماکه از این عمل انسانی راننده همگی خوشحال بودیم با گرمی تمام از این کارش استقبال کردیم .

او همانطور که بسمت پسر جوان میرفت ادامه

اینکه خلاف آن ثابت شود .

(ارتباط با اعمال حیاتی)

۲- درد مربوط به پرده جنب :

هر دو ریه را پرده‌ای بنام " جنب " پلور احاطه کرده است ، و آنها را به سطح داخل قفسه سینه می‌چسباند ، اگر میکروب و عفونت از طریقی باین پرده برسد ، این پرده ورم میکند و شخص به " ذات الجنب "

مبتلا میشود ، امروزه این بیماری را (پلورز)

میگویند . (میکروب و عفونت معمولا هنگام

سرماخوردگی‌های شدید ، یا عفونت‌های

ریوی باین پرده میرسد) درد در این بیماری

سطحی و خیلی شدید است و بیمار احساسی

شبهه به فرو رفتن چاقو به سینه‌اش مینماید

نکته مهم اینکه این درد ، با حرکات تنفسی

شدید مثل تنفس عمیق ، سرفه ، خنده ،

شدت مییابد (ارتباط با اعمال حیاتی)

ج: در قسمت شکم :

۱- آپاندیسیت - آپاندیس عضو کوچکی

است باندازه انگشت کوچک دست ، که در

ابتدای روده بزرگ واقع شده است که محل

اتصال روده باریک به روده بزرگ ، در قسمت

ربع راست وپائین شکم قرار دارد .

در حال طبیعی کار مهم وشناخته شده‌ای

انجام نمیدهد ، این عضو ممکن است بعلتی

عفونت یابد و میکروب از راه روده ، ویا خون

بجدار آن نفوذ کند ، وباعث تورم وآماس

میشود .

این بیماری " آپاندیسیت " نام دارد (وقتی

ایست بآخر اسمی اضافه شود ، نشانه آماس

وعفونت وبیماری آن عضو میباشد) .

درد ، در آپاندیسیت تقریبا دائمی است

واکثرا در ربع تحتانی سمت راست شکم قرار

دارد و فشار در این ناحیه دردناک است .

و بیماری توام باتب و استفراغ میباشد .

بقیه در شماره آینده

بقیه از صفحه ۲۴

اصول ومبانی.....

نیست .

- کوشش وتلاش برای کسب ابزار لازم جهت

اینگونه حیات است .

- ازهمه پدیده‌ها ، حرکتها میتوان برای

زندگی پند گرفت .

- جهان باهمه وسعت کناب گسترده آفرینش

است .

- وظیفه انسان تلاش وتعمق در آن برای

کشف اسرار وبهره مندی از آن برای ادامه

حیات است .

- آدمی در سایه تربیت میتواند به آن درجه

از کمال رسد که از ملک هم پیران شود .

- برنامه تربیت تا پایان دوره حیات را

شامل است .