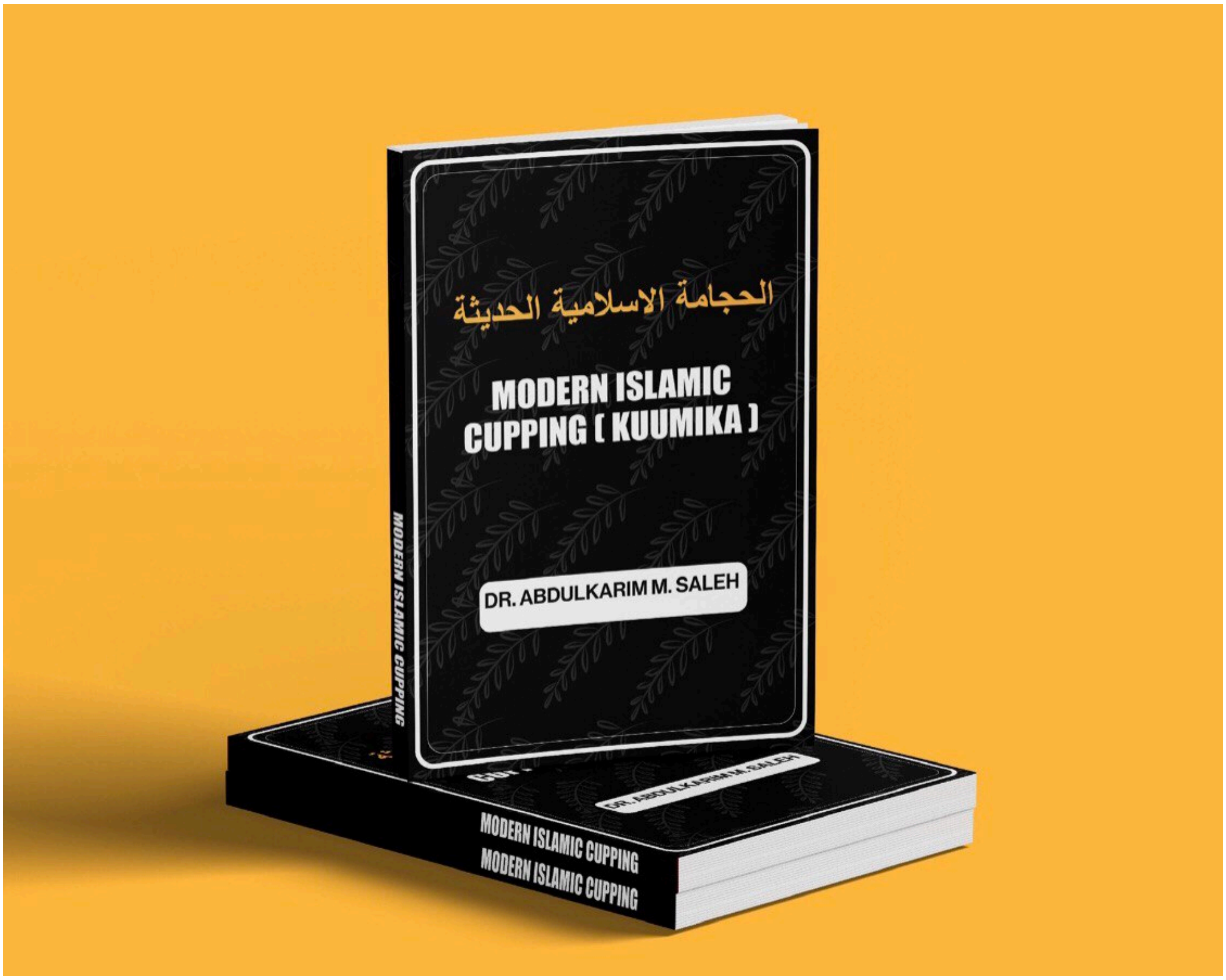


الحجامة الاسلامية الحديثة
MODERN ISLAMIC
CUPPING (KUUMIKA)
DR. ABDULKARIM M. SALEH
MODERN ISLAMIC CUPPING
MODERN ISLAMIC CUPPING
MODERN ISLAMIC CUPPING
DR. ABDULKARIM M. SALEH

MAARIFA YA MWILI WA BINAADAMU

YALIYOMO

MWILI WA MWANADAMU (ANATOMY)

1) MFUMO WA MSAGO WA CHAKULA VIUNGO VYA LISHE:

2. MFUMO WA MZUNGUKO WA DAMU NA LIMFU

3. MFUMO WA KUPUMUA:

4. MFUMO WA KUTOA TAKA MWILINI:

5. MFUMO MKUU WA NEVA ZA FAHAMU:

6. MILANGO YA MAARIFA

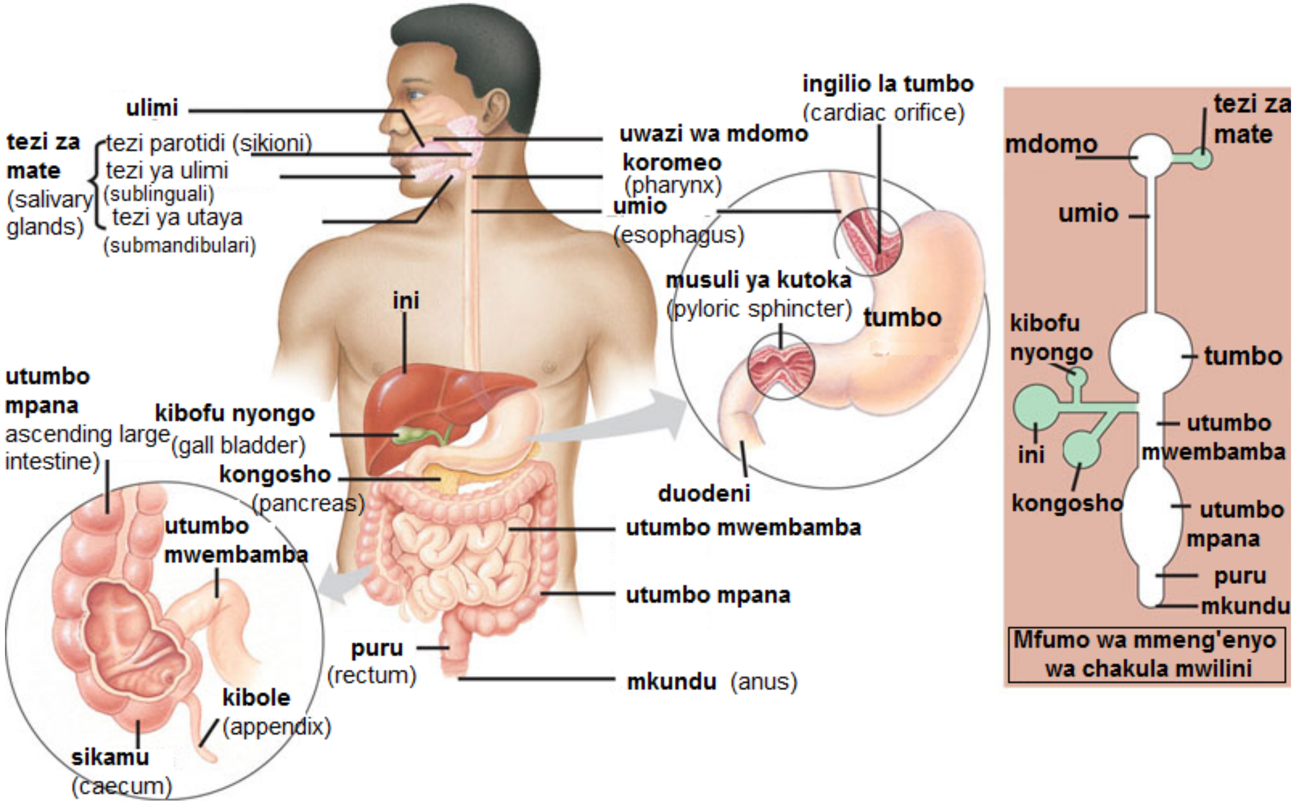
7. MFUMO WA UZAZI:

MWILI WA MWANADAMU

Anatomia (Anatomy)

1) MFUMO WA MSAGO WA CHAKULA VIUNGO VYA LISHE:

VIUNGO vya mfumo wa usagaji wa chakula katika mwili wa binadamu ni kama ifuatavyo: (1) kinywa meno na vifuko vya mate, (2) Tumbo, (3) mbuti au duodenum (sehemu ya mwanzo wa utumbo mwembamba) (4) nyongo na maini na kongosho, (5)utumbo mwembamba (6) utumbo mpana (7) mkundu.

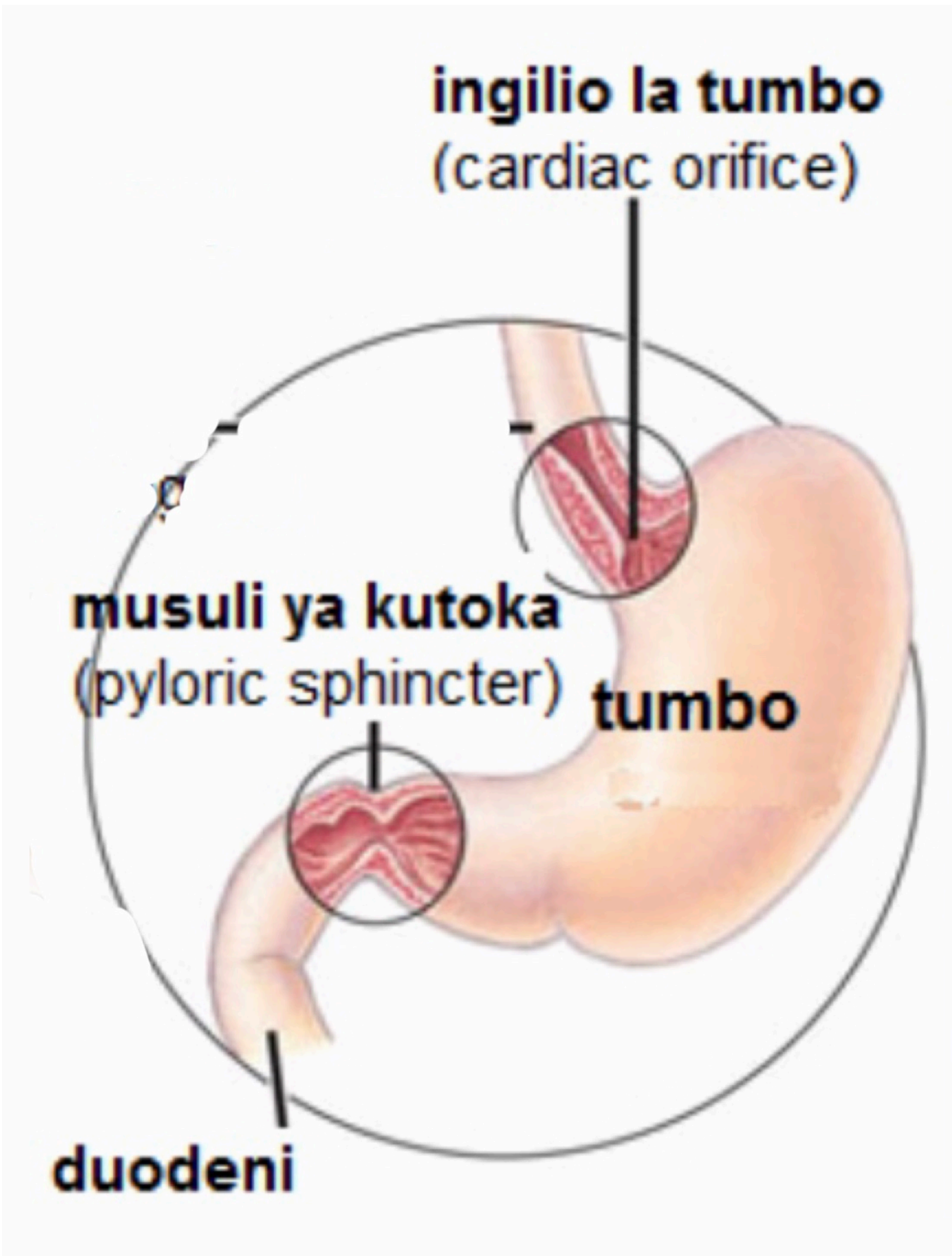


PICHA INAYOONESHA JAMII YA VIUNGO VYA LISHE.

Muda chakula hukaa tumboni hutegemea tu na aina za vyakula kwa kawaida hukaa muda wa saa tatu hadi nne, Chakula hufyonzwa (kupitia utando telezi) katika kapilari za kuta za tumbo ili kupelekwa upesi katika kila asehemu ya mwili.

Chakula kinachobaki hupitia kijilango cha mwisho wa tumbo (pyloric sphincter) na kuingia katika mbuti.

TUMBO LIONEKANAVYO KWA NDANI IKIKATWA KATIKATI KWA MAREFU

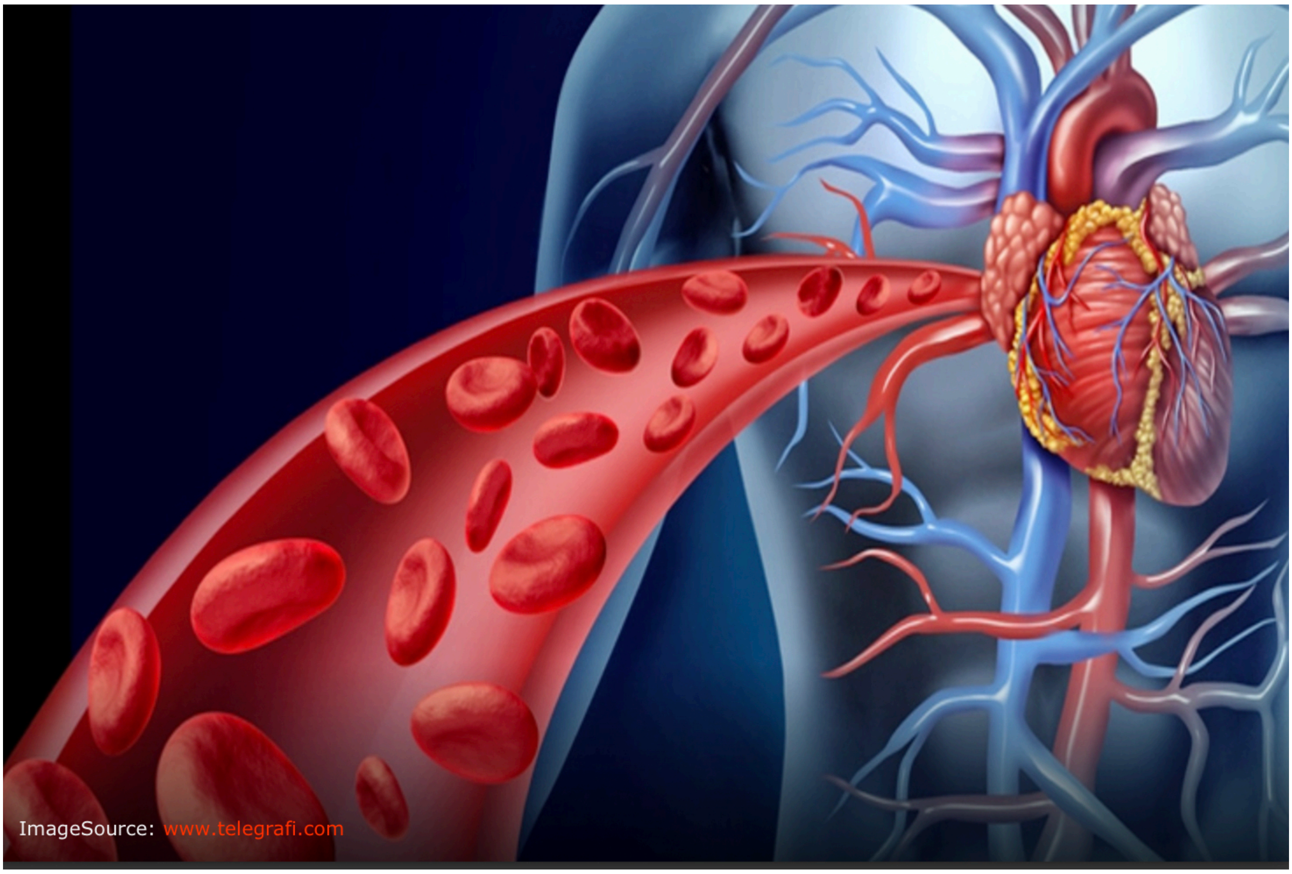


MAGONJWA KATIKA MFUMO WA MSAGO WA CHAKULA.

Kutopata choo vizuri, kuharisha, gesi tumboni, kiungulia, asidi, vidonda vya tumbo, appendiksi, minyoo,

2. MFUMO WA MZUNGUKO WA DAMU NA LIMFU

MOYO MISHIPA YA DAMU, DAMU NA LIMFATIKI



MOYO:

MOYO hupeleka damu katika kila sehemu ya mwili. Moyo umefanana na nyumba yenye vyumba vinne; viwili kwa upande wa kushoto na viwiili kwa upande wa kulia. Hivyo vyumba vimetenganishwa. Lakini vyumba viwili vya upande wa kushoto, yaani chumba cha juu na cha chini, na vyumba viwili vya upande wa kulia, yaani chumba cha juu na chini, vimeunganika kwa mlango, yaani kila chumba cha juu kina mlango wa

kuingilia katika chumba cha chini, mlango huo ni wa nyuzi za minofu midogomidogo.

MISHIPA YA DAMU:

Damu inapoingia katika moyo hupitia katika vyumba viwili vya juu. Mishipa ipelekayo damu katika moyo huitwa vena.

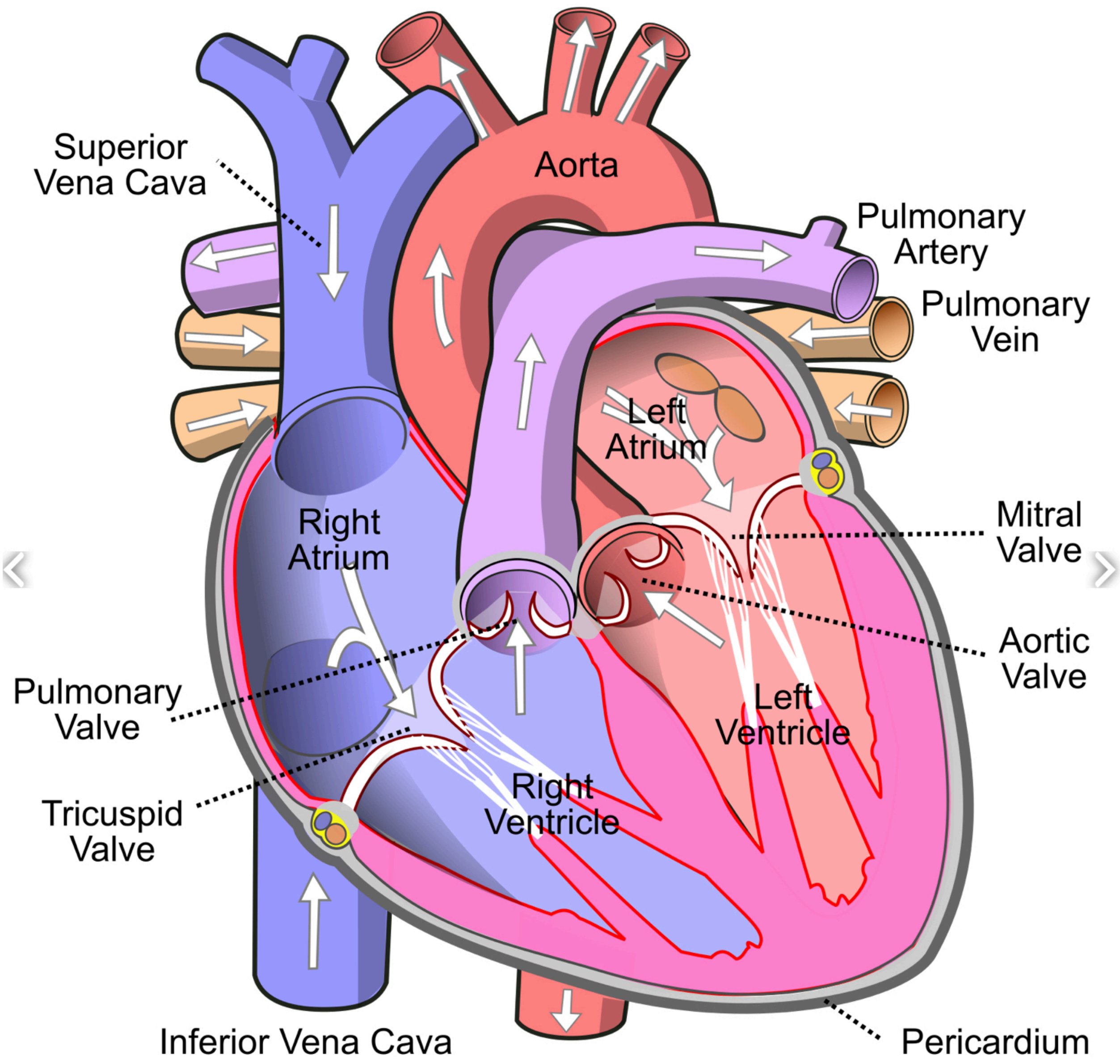
Vena ziingiazo katika chumba cha juu cha kushoto huwa zimetoka kwenye mapafu. Nazo hupeleka damu nyekundu iliyoburudishwa au kuoksidishwa na hewa ya oksijeni.

Vena ziingiazo katika chumba cha juu cha kulia hupeleka damu nyeusi kidogo, yaani damu chafu iliyokwisha zunguka mwilini ili isafishwe na kuoksidishwa. Vena hizo ni:

1) Vena kubwa ya juu: Ambayo imekusanya damu yote ya kichwa na mikono.

2) Vena kubwa ya chini: Ambayo imekusanya damu yote ya kiwiliwili na miguu.

MOYO UNAVYOONEKANA KWA NDANI IKIKATWAKATIKATI KWA MAREFU



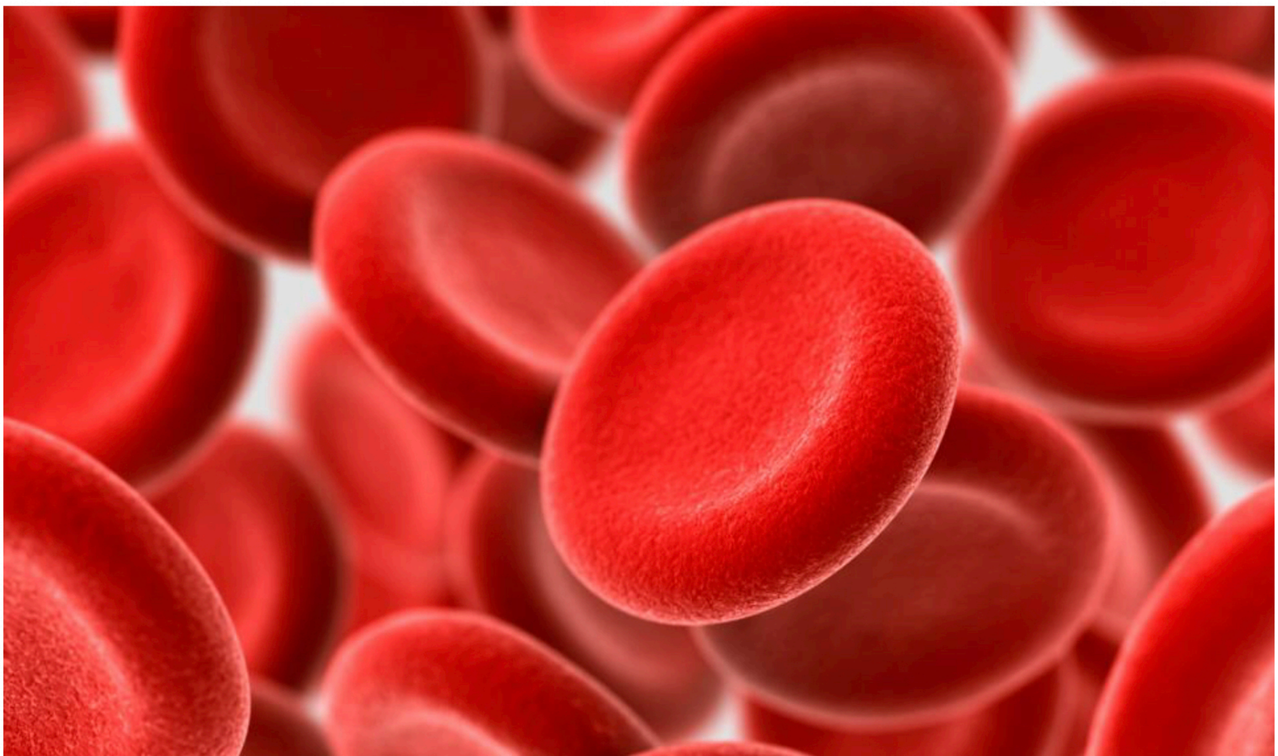
MTUNGO WA DAMU:

Damu ikiangaliwa kwa darubini kali. Inaonekana kuwa damu ni namna ya maji na ndani yake zimo chembechembe ndogo sana.

Chembechembe hizo ni za namna mbili namna moja ina rangi nyekundu na namna nyingine ina rangi nyeupe.

CHEMBECHEMBE NYEKUNDU

RED BLOOD CELLS



Chembechembe nyekundu zinaweza kupungua sana. Hali hiyo huitwa upungufu wa chembechembe nyekundu za damu.

Upungufu huo hutokea kwa sababu mbalimbali, kwa mfano:

a) Kutoka kwa damu nyingi.

b) Kuharibika kwa damu:

Zipo namna nyingi za sumu zinazoweza kuharibu damu katika ugonjwa wa safura.

c) Kuharibika kwa mafuta mekundu ya mifupa:

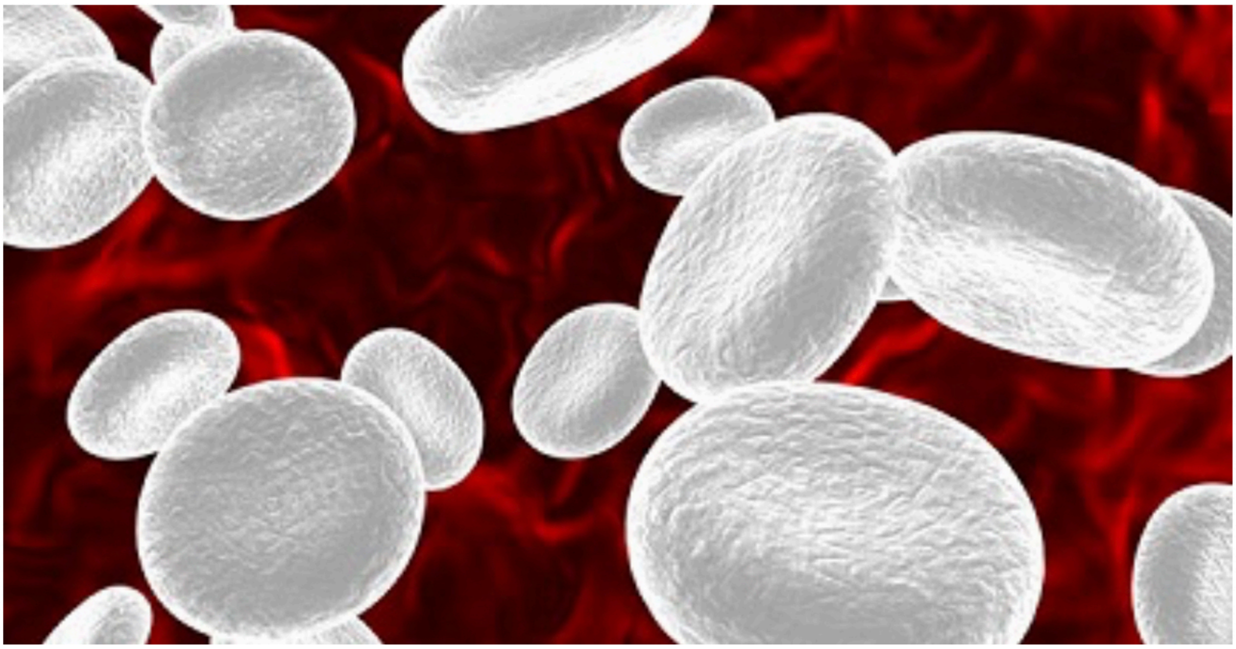
Iwapo mafuta mekundu ya mifupa hayatengenezi chembechembe nyekundu za damu, na hizo zilizopo zikiharibika kutatokea upungufu wa chembechembe nyekundu za damu.

d) Kukosekana kwa vyakula vianavyohitajiwa na mafuta mekundu ya mifupa:

Aina ya madini iitwayo chuma (iron) inatakiwa ili damu iwe na chembechembe nyekundu.

Baadhi ya magonjwa ya tumbo na ya matumbo huonekana kuzuia madini haya ya chuma yasisagwe na kuingizwa mwilini.

CHEMBECHEMBE NYEUPE:



Kwa kawaida chembe nyeupe hubadili umbo lake. Zinaweza kusafiri kutoka mahali mpaka mahali kusudi ziweze kufanya kazi yake katika kila sehemu ya mwili. Kazi yake ni kuvikamata na kuvila vijidudu vya magonjwa (germs).

Pia huharibu toxins (sumu) kwa kutunga antitoxins. Antitoxin ni dawa iliyo katika damu ipiganayo na sumu ya ugonjwa.

Chembechembe hizo huongezeka katika kila ugonjwa uletwao na bacteria.

Pengine kama vidudu vimezidi mno, chembechembe hizo kwa kuvila vidudu huharibika. Chembechembe nyeupe hizo zilizoharibika pamoja na seli za nyama hugeuka kuwa asili ya usaha utokao katika majipu na majeraha.

3. MFUMO WA KUPUMUA:

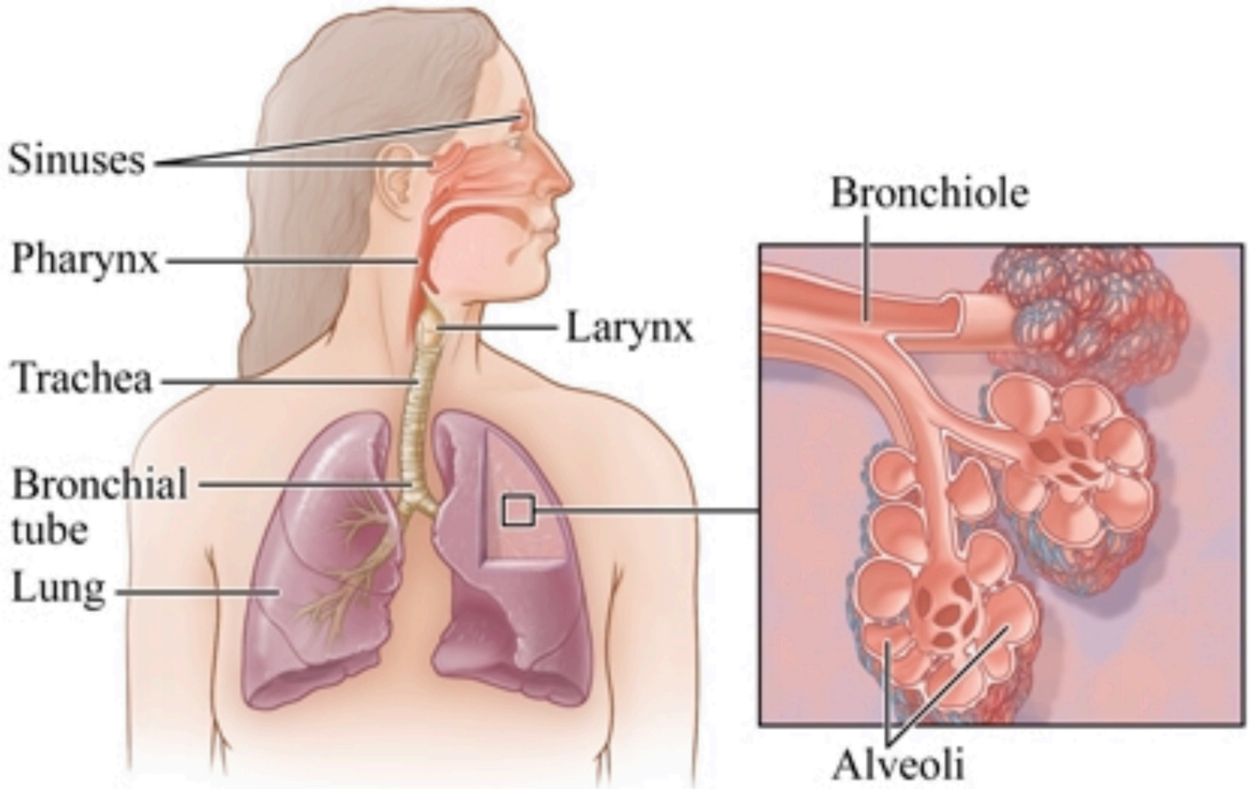
NI LAZIMA hewa safi (oksijeni) iingizwe na hewa mbaya (kaboni dayoksaidi) itolewe kiatka miili yetu. Jambo hili hutendeka wakati wa kupumua. Viungo vya kupumua ni mapafu na njia ya pumzi nayo huanzia kwenye pua mpaka ndani ya mapafu.

KUPUMUA:

Kupumua ni tokeo la matendo mawili, yaani kuvuta pumzi na kutoa pumzi.

KUVUTA PUMZI

NJIA YA PUMZI (MAPAFU NA UMIO WA HEWA).



Kuvuta pumzi ni tendo la misuli. Misuli inasaidiana na kiwambo (diaphragm) kinacho gawanya kiwiliwili kiwe na kifua na matumbo na misuli za mbavu. Mtu anapovuta pumzi kiwambo chake hushuka chini nazo misuli za mabavu hupanuka, kwa hiyo mvungu wa ndani ya kifua utaongezeka.

Kitendo hiki hupanua mapafu yaliyomo kifuani na kuingiza hewa, na huku ndiko kuvuta pumzi.

KUTOA PUMZI:

Mtu anapotoa pumzi misuli inalegea. Hapo kiwambo (diaphragm) husukumwa kwenda juu, na kifua hurudia hali yake ya kwanza. Kwa hivyo mvungu kifuani hupungua, mapafu yakasongwa na hewa hutolewa nje, na huku ndiko kutoa pumzi.

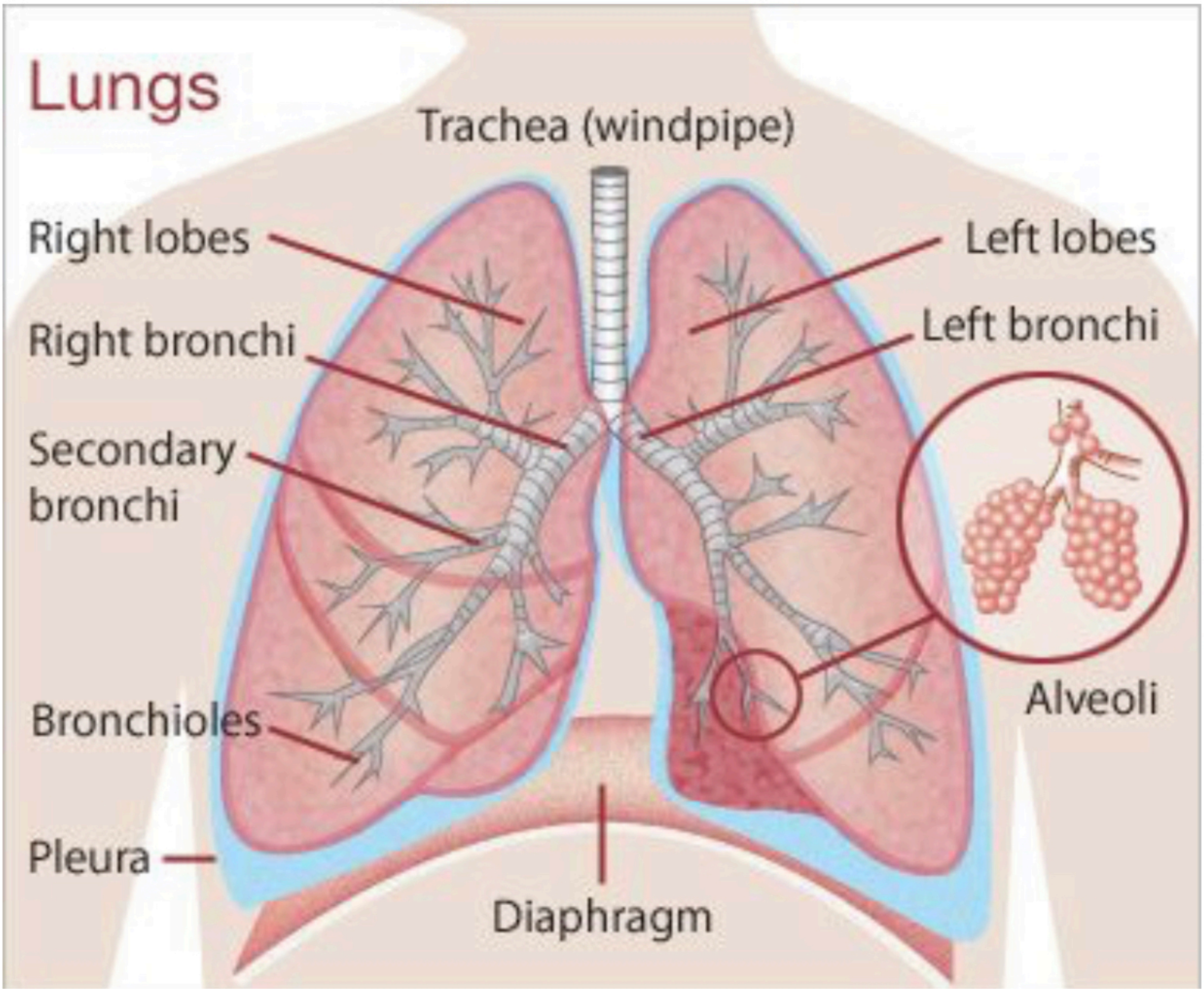
4. MFUMO WA KUTOA TAKA MWILINI: VIUNGO VINAVYOSAFISHA MWILI:

WANADAMU hula chakula na kunywa maji. Lakini katika chakula na maji kuna sehemu nyingine zisizotufaa, na hizo sehemu lazima zitengwe na kutolewa nje ya miili. Viungo vyenye kazi ya kusafisha mwili ni mapafu, mafigo na ngozi.

Mapafu:

Katika mlango uliozungumzia kuhusu damu, tuiliona kwamba damu husafishwa inapopita katika mapafu.

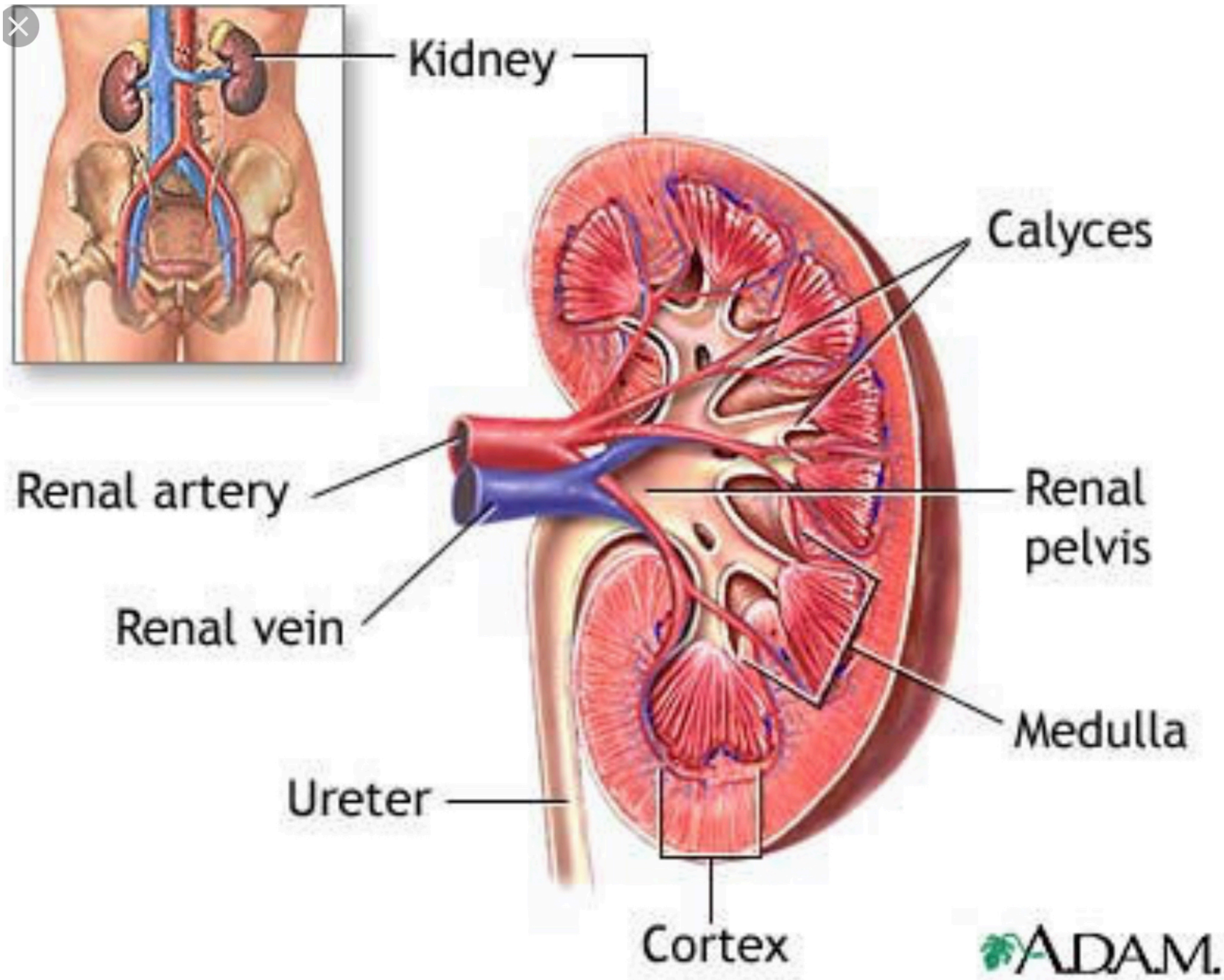
Hewa chafu hutolewa kwa wingi. Zaidi ya hayo, mapafu hutoa maji mengi kwa namna ya mvuke.



:Mafigo

Mafigo yametengenezwa yawe mfano wa chombo cha kuchujia maji, kazi yake ni
kuchuja maji na kutoa uchafu na

vitu vyote visivyohitajika
mwilini vilivyochukuliwa na
damu katika safari zake. Maji
hayo pamoja na vitu hafifu
vilivyomo ndani yake ndiyo
.mkojo
Mafigo yameshehenezwa mifereji
iliyonyongwanyongwa, nayo
yote huunganika pamoja kufanya
bomba lile litokalo katika kila
figo na kufika mpaka katika
.kibofu cha mkojo
Kutoka huko mkojo hutolewa nje kwa mshipa wa
kupitishia mkojo wa uume au
.uke

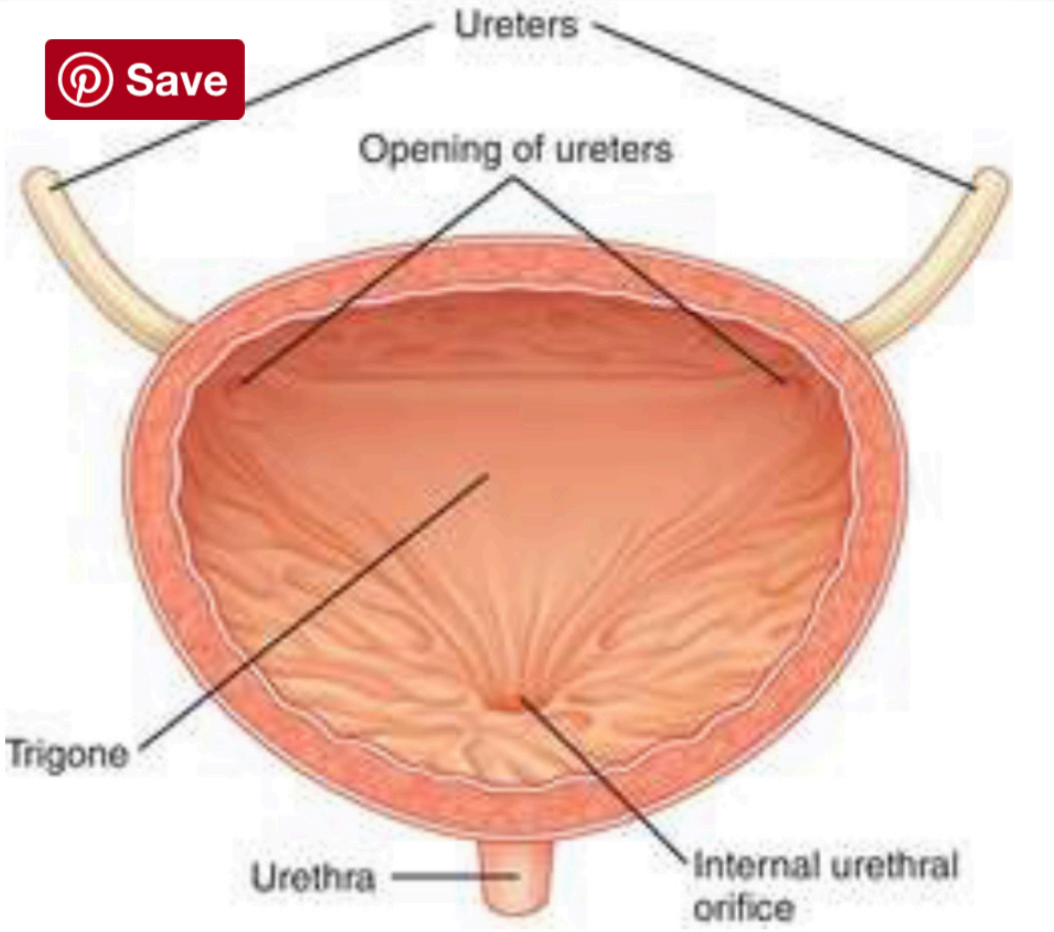


KIBOFU:

Kibofu ni mfuko wa mkojo. Kuna milango mitatu katika kibofu, yaani miwili kwa sehemu ile iliyoko mwanzo wa mshipa huo ni ya misuli ya mviringo iliyofumbika kwa kawaida.

Kwa hiyo mkojo hauwezi kutoka katika kibofu. Wakati fulani fulani tu, hasa wakati mtu anataka kukokojoa, ndipo misuli hiyo hufumbua na huko

2 the urinary bladder.



Bladder

nyuma kuta za kibofu hujifinya na mkojo hutolewa nje.

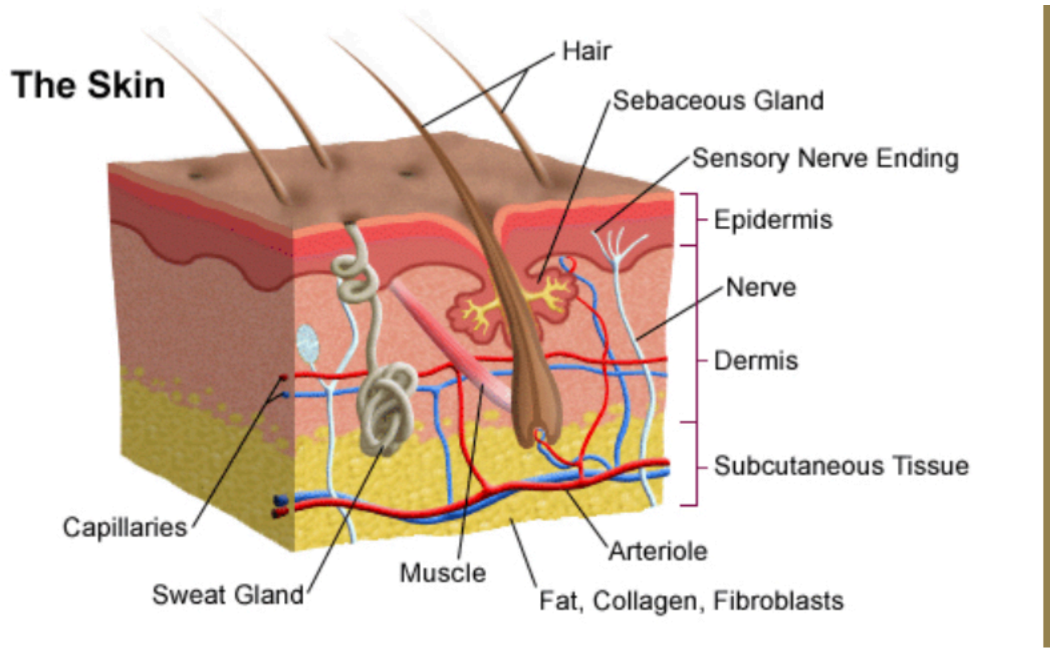
NGOZI:

Kuna namna mbili za ngozi, yaani ngozi ya nje na ngozi ya ndani.

NGOZI YA NJE:

Ngozi ya nje ni matabaka mengi ya magamba. Ngozi inaposuguliwa magamba ya nje hutoka. Hayo yanaonekana katika ngozi ya kichwa. Matabaka ya chini hayana magamba mengi, nayo huwa na rangi maalumu ionekanayo katika mataifa makuu ya jamii ya wanadamu.

Ngozi ya nje hulinda sehemu za mwiili zilizo chini yake na ambazo zina kapilari. Kwa hiyo mtu asiye na ngozi iliyochubuka anaweza kugusa na kutumia vitu vya maji maji vilivyo na sumu naye asidhurike navyo.



NGOZI YA NDANI:

Ngozi ya ndani au ngozi halisi iko chini au baada ya ngozi ya nje. Ndani ya ngozi ya ndani vimo vinyweleo vya jasho vingi visiyoweza kuhesabika. Karibu na vinyweleo hivyo zipo kapilari.

Kila kinyweleo kimefanana na kifereji kilichonyongwanyongwa, na katika kuta zake vimo vifuko vidogo sana kama vile vilivyomo katika mafigo. Vifuko hivyo vinaweza kuondoa uchafu uliyomo katika damu na kuupitisha katika vinyweleo mpaka kuutoa nje ya ngozi.

Kwa kawaida jasho huwa halionekani kwa sababu linatoka kwa namna ya mvuke na kutolewa katika hewa. Hapo huitwa jasho lisilooonekana. Lakini tukifanya kazi ngumu au tukiwa na joto sana. Basi hapo huwa tunatoa jasho linaloonekana waziwazi.

KAZI YA NGOZI:

Ngozi ina kazi kubwa nne; kwanza**,** kutupasha mlango wa tano wa maarifa, yaani kugusa. Pili, kusafisha mwili kwa kutoa nje ya mwili vitu vyote vichafu na visivyohitajika. Tatu, kusawazisha joto

la mwili; na nne, kulinda kapilari na sehemu zingine zilizomo ndani ya mwili.

5. MFUMO MKUU WA NEVA ZA FAHAMU:

NGUVU fulani inayotawala juu ya viungo vyote vya mwili wa binaadamu ipo katika mfumo mkuu wa neva za fahamu, Uti wa mgongo na Ubongo.

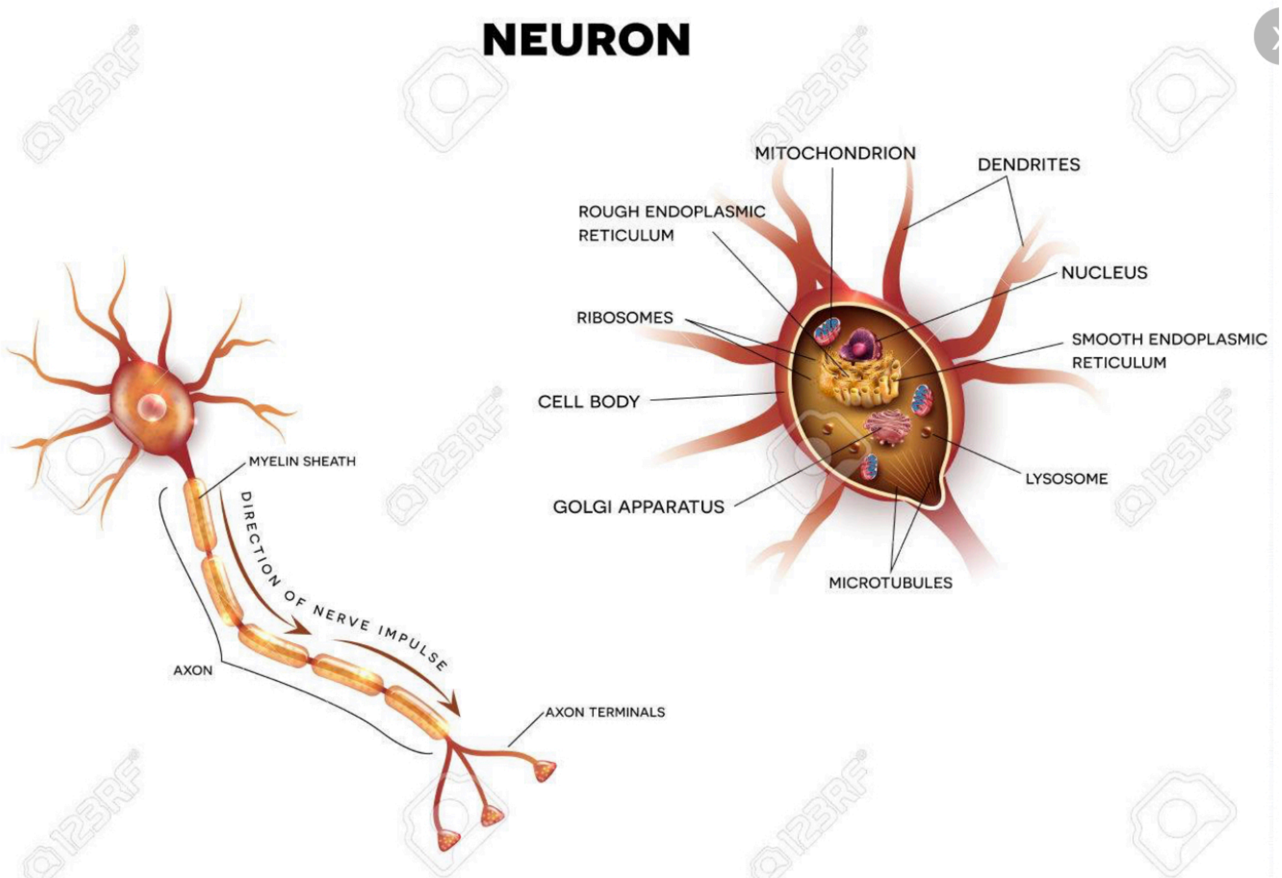
NEVA:

Kutoka kwenye ubongo jozi 12 za neva na kutoka uti wa mgongo jozi 31 zinatoka zikitambaa na kupishana kama wavu mwilini mwote, nazo hufika kila mahali na kukutana katika ubongo. Neva hizo zimefanana na simu, yaani hupeleka khabari huku na huko.

Kama habari imetoka katika ubongo ikaendesha kiungo Fulani cha mwili, basi hapo ni habari ya kuendesha kiungo.

Iwapo habari itapelekwa mpaka katika ubongo na kufanya maono, basi hiyo ni habari ya maono. Kwa mfano nikigusa kaa la moto neva hupeleka habari

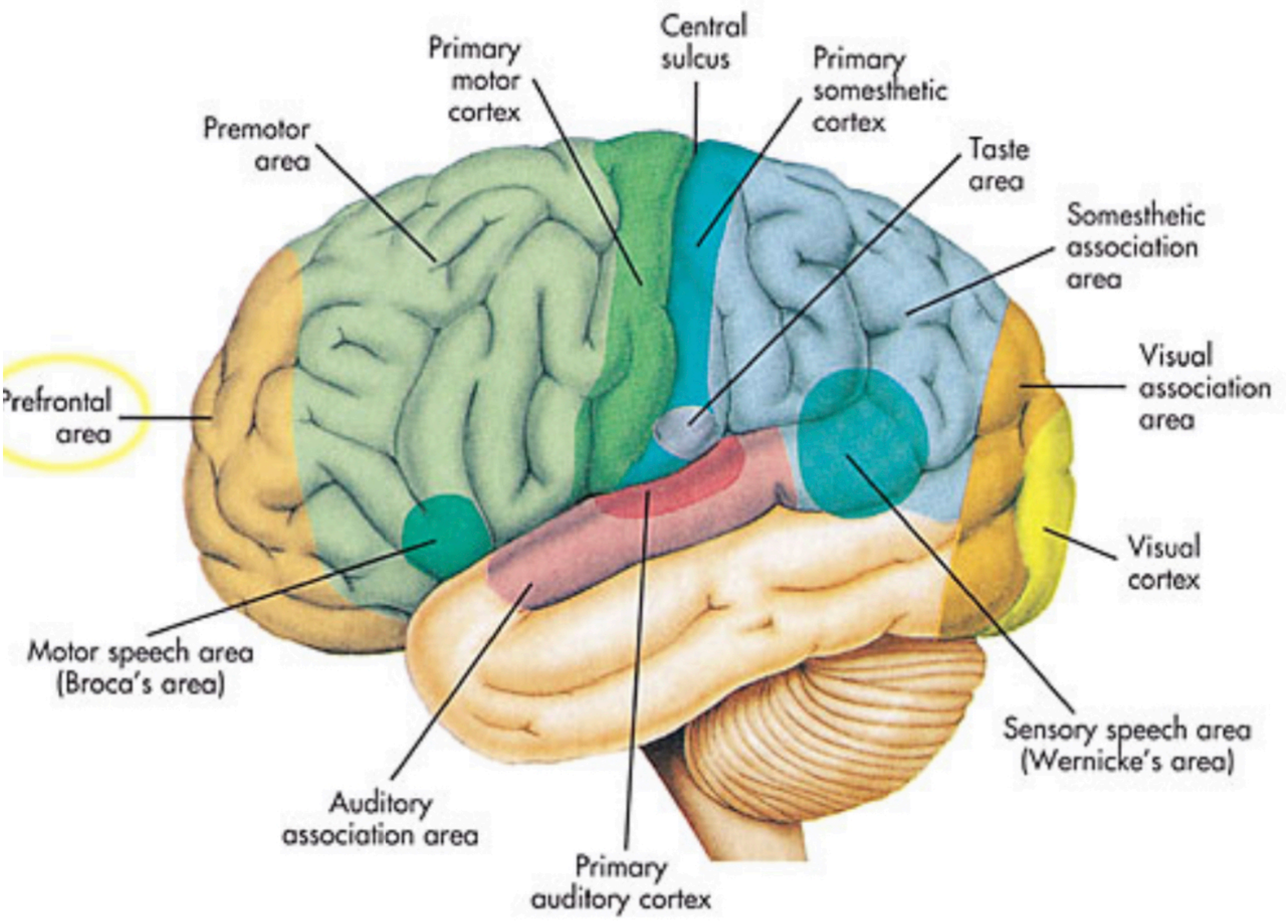
mpaka kwenye ubongo ndipo nitakapofahamu kuwa nimegusa kaa la moto. Basi hii ni habari ya maono. Mara tu hapo ubongo unapeleka habari ya kuendesha kiungo, na mara ninautoa mkono wangu upesi katika kaa la moto.



SEHEMU ZA UBONGO:

Ubongo una sehemu kuu tatu, yaani Ubongo mkubwa, Ubongo mdogo na Ubongo mrefu.

UBONGO KAMA UNAVYOONEKANA KWA NJE



UTUNZAJI WA NEVA NA MAGONJWA YAKE:

Yapo mambo mawili yanayohusu utunzaji wa neva, ndiyo afya ya mwili na pumziko la kutosha.

Ili mwili uwe na afya njema lazima upate chakula kizuri. Pia zaidi ya hayo ni lazima mwili upate hewa safi ya oksijeni kwa wingi, misuli yake

izowezwe, na viungo vya kuusafisha mwili (excretory system) hali kadhalika, vifanye kazi zake sawasawa.

Ni lazima uupumzishe mwili kwa kupata usingizi wa kutosha.

Magonjwa ya mishipa ya fahamu ni mengi sana. Mishipa hiyo huharibiwa na vijidudu, tena wakati ikisongwa na damu au kitu kingine, na kutolishwa na damu. Orodha ifuatayo inaonyesha baadhi ya magonjwa haya pamoja na sehemu za mishipa zinazoshambuliw hasa:

1. Ugonjwa *Meningitis cerebro spinal* hushambulia ngozi za ubongo na
   Uti wa mgongo.
2. Ugonjwa wa Meningitis *pneumococcal* hushambulia ngozi ya ubongo
   na Uti wa mgongo.
3. Kiharusi. Kivimbe na jipu: magonjwa haya hushambulia ubongo;
   Kupooza kwa watoto, Pepopunda na *kalab*: magonjwa haya
   hushambulia Uti mgongo na ubongo.

4. Uvimbe wa neva: Huu ni ugonjwa unaoshambuilia neva.
5. Kifafa: Sehemu za mwili zinazoshambuliwa na magonjwa haya ni
   vikao vikuu, yaani akili na utashi.
6. Magonjwa ya wazimu na kichaa.

6. MILANGO YA MAARIFA

NEVA ZA FAHAMU:

KATIKA miili yetu kuna neva zinazotupasha maono mbalimbali. Baadhi ya maono, kwa mfano maumivu, joto, njaa, uchovu na baridi hayafuatani na neva katika viungo vya pekee.

Lakini yako maono mengine, ndiyo maono maalumu yanayofuatana na neva katika viungo vya pekee. Hivyo vitatupa milango ya maarifa mitano, yaani: Kuona kwa macho, Kusikia kwa masikio, Kunusa kwa pua, Kuonja kwa ulimi, Kugusa kwa ngozi.

7. MFUMO WA UZAZI:

VIUNGO VYA UZAZI:

KAZI ya viungo vya uzazi (mfumo wa uzazi) ni "kuumba" wanadamu wapya. Kazi hii hufaulishwa kwa njia ya muungano wa yai la kike na mbegu ya kiume.

Muungano huu hutokea katika mwili wa mwanamke na hicho kiumbe kipya, kijusi au zygote au mimba, hulishwa na kukuzwa ndani ya kiungo ndani ya mwili wa mwanamke kwa muda wa miezi tisa. Baada ya muda huo kuisha, kiumbe hutoka nje wakati mwanamke anapojifungua.

Viungo ambavyo hujumuika na kufanya viungo vya uzazi vina kazi zifuatazo;

a) Kwa mwanamke:

(i) Kutengeneza mayai ya uzazi ya kike (female egg cells);

(ii) Kutoa nafasi ya kuziweka mbegu za uzazi za kiume;

(iii) Kurahisisha mkutaniko wa mayai ya uzazi ya mwanamke na mbegu za uzazi za mwanaume;

(iv) Kuunda kiungo maalumu (mfuko wa mimba) nacho kiumbe kipya kitatunzwa na kukuzwa kwa muda wa miezi tisa.

b) Kwa mwanaume:

(i) Kutengeneza mbegu za kiume yaani, manii au shahawa;

(ii) Kutoa kiungo kwa huduma ya kuzipelekea mbegu za uzazi za kiume katika uke.

Viungo vya uzazi vimeundwa maalumu vifanye kazi zilizotajwa hapo juu kwa njia zifuatazo:

Kwa mwanamke

1) Mayai ya uzazi ya kike (female egg cells) hutengenezwa katika mfuko wa kutengenezea mayai, yaani ovari.

Kwa kawaida yai moja tu huivishwa kila mwezi katika ovari. Yai hili likisha iva kabisa hutolewa katika ovari na kusukumwa hadi kuingizwa kwenye mirija ya kusafirishia mayai ya uzazi, yaani falopio. Kwa njia ya mirija ya falopio, yai huwezeshwa kusafiri toka kwenye ovari mpaka mahali ambapo ndani yake huundwa kiungo cha mimba, yaani mji wa mimba.

2) Kiungo cha mwanamke ambacho hutumiwa na mwanaume wakati wa kuziingiza mbegu za uzazi za kiume huitwa uke. Uingizwaji wa mbegu za kiume kwenye uke hutokea wakati mwanaume na mwanamke wanapofanya tendo la ndoa. Mbegu hizi za kiume huogelea kutoka ukeni, mpaka katika mrija wa falopio kupitia kijilango kilichopo juu ya mji wa mimba.

3) Muungano wa mbegu za kiume na yai la kike hufanyika katika mirija ya falopio. Baada ya yai la kike kuungana na mbegu ya kiume, yai hilo husukumwa polepole kuelekea chini kwa kujikunja

na kujikunjua kwa misuli za falopio hadi kuingia katika mji wa mimba.

4) Mji wa mimba ni kiungo ambacho kimetengenezwa maalumu kwa kutunza na kukuza kiumbe kipya “kilichoumbwa” baada ya muungano wa yai la kike na mbegu ya kiume. Kiumbe kipya kikishaumbwa hujishikiza kwenye ukuta wa mji wa mimba, na kwa kupitia ukuta huo, kiumbe hicho hupata chakula chake pamoja na hewa, vyote hivyo vikiwa vinaletwa na kapilari za mama mjamzito.

Kwa mwanaume:

Mbegu za kiume hutengenezwa katika sehemu ya mbeleni ya mwanaume penye uzazi, yaani katika mapumbu. Mapumbu husitiriwa katika kifuko cha ngozi ngumu kidogo kiitwacho kwa lugha ya kitaalamu scrotum.

Kutoka kwenye mapumbu mbegu za kiume husafirishwa kwa mrija wa mbegu hadi kwenye uume. Kwa hiyo uume au dhakari ni kiungo

kilichotengenezwa maalumu kwa kuingiza mbegu za kiume kwenye uke wakati mwanaume na mwanamke wanapofanya tendo la ndoa.

KUUMIKA

UTANGULIZI

Sunnah hii imesahaulika sana na watu wengi.
 Kufanya tiba hii utakuwa . tiba tosha katika kuyatoa maradhi mengi mwilini mwako.
Hijama ni sunnah na ni Tiba alioisisitiza Mtume {swallallahu a'alayhi wasallam} kwa ummat wake kuwa wafanye tiba hii, ukisoma kisa cha Mtume kwenda Mi'iraji alikuwa kila uwingu anaopita anasisitiziwa na malaika kuwa aje auhimize ummat wake kufanya Hijama .يا محمد مر أمتك با لحجامة kwa msisitizo huu

hijama ni tiba muhimu sana katika kuziweka vizuri siha zetu.
Tiba hii ya Hijama ni tiba ya zamani sana katika jamii ya mwanadamu kwa ujumla,na ni tiba maarufu sana katika makabila mengi duniani,waliijua na kuifanyia kazi, jamii mbali mbali za watu kama vile Wachina na wakaiita Chinese cupping,na wahindi na wakaiita Indian cupping na waafrika na wakaiita African cupping.
Uislamu uliitambua tiba hii na kuiwekea kanuni, misingi na taratibu maalumu katika kuiendea tiba hii.Inaitwa Islamic cupping.

KUUMIKA NI NINI?

(Kiarabu: حجامة)

Kuumika maana yake ni kuchanja kisha kuwekewa kifaa maalum (kikombe au Pembe) katika sehemu husika ya mwili wa mwanadamu ili kukusanya damu katika sehemu hiyo na kuondoa damu hatarishi iliyopo chini ya ngozi.

Wanazuoni wa Kiislamu wamekuwa wakielezea tiba hii ubora wake huku wakirejea hadithi za Mtume (saw) zisemazo:

عن أبى هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "((انّ أفضل ما تداويتم به خير الحجامة)) رواه أبو داود.

Hadithi aliyoipokea Abu Huraira (radhiyallahu a’anhu) Swahaba mtukufu wa Mtume amesema, Amesema Mtume wa Allah rehma na amani ziwe juu yake : “Hakika tiba bora mnayoweza kujitibia kwenu nyinyi yenye kheri nanyi ni kufanya Hijama” (Imepokewa na Abu Daud).

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((الشّفاء فى ثلاثةٍ: شربة عسلٍ وشرطة محجمٍ وكيّ نارٍ وأنا أنهى أمتى عن الكيّ)) رواه البخارى

Amesema Mtume wa Allah Rehma na Amani ziwe juu yake kuwa; (Tiba ipo kwenye vitu vitatu,Kunywa asali,kufanya Hijama na kuchoma kwa kutumia moto,mimi naukataza ummat wangu kutumia tiba ya moto)) ((Imepokewa na Bukhari)).

Tiba hii ya kuumika hujulikana kwa majina mbali mbali kutokana na lugha husika,katika lugha ya Kiarabu inaitwa **الحجامة**
{ Hijama },katika lugha ya Kiingereza

inajulikana kama Cupping. Kiswahili inajulikana kwa jina KUUMIKA au CHUKU. Tiba hii imekuwa ikifanywa sana na wazee wetu waliotangulia katika taratibu na tofauti mbali mbali kuwa lengo ni kutoa tiba na matibabu.

AINA ZA KUUMIKA (HIJAMAH)

Kuna aina kuu mbili za Hijama kama ifuatavyo;

- **Kuumika bila kutoa damu (Dry cupping) الجافة**

Hii ni aina ya kuumika ambayo hufanyika kwa kuwekwa kikombe katika sehemu husika ya mwili wa mwanadamu pamoja na kifaa cha msukumo hasi (vacuum) ili kukusanya damu katika sehemu hiyo bila upasuaji.

- **Kuumika kwa kutoa damu (Wet cupping) الرطبى**

Hii ni aina ya kuumika ambayo hufanyika kwa kuwekwa kikombe katika sehemu husika ya mwili wa mwanadamu pamoja na kifaa cha msukumo hasi (vacuum) ili kukusanya damu katika sehemu hiyo kwa kuchanja ili kuondoa damu hatarishi iliyopo chini ya ngozi.

Katika aina hizi mbili za hijama,hutumiwa sana na matabibu wa kufanya hijama,lakini hii aina ya pili ndiyo inayotumika zaidi kuliko hii ya kwanza, kwani aina hii inatoa matokeo mazuri zaidi ya kupata mgonjwa nafuu kwa haraka sana kulingana na kuitoa damu mwilini iliyoganda inayoleta maradhi mwilini mwake.

Siku nzuri za kuumika

Siku nzuri zaidi za kuumika,katika siku za wiki ni siku ya jumatatu,jumanne na alhamisi,unaweza pia ukaumika kwa kufuata kalenda ya mwezi muandamo siku za kiza kwa kufuata tarehe ambazo ni tarehe 17,19 na

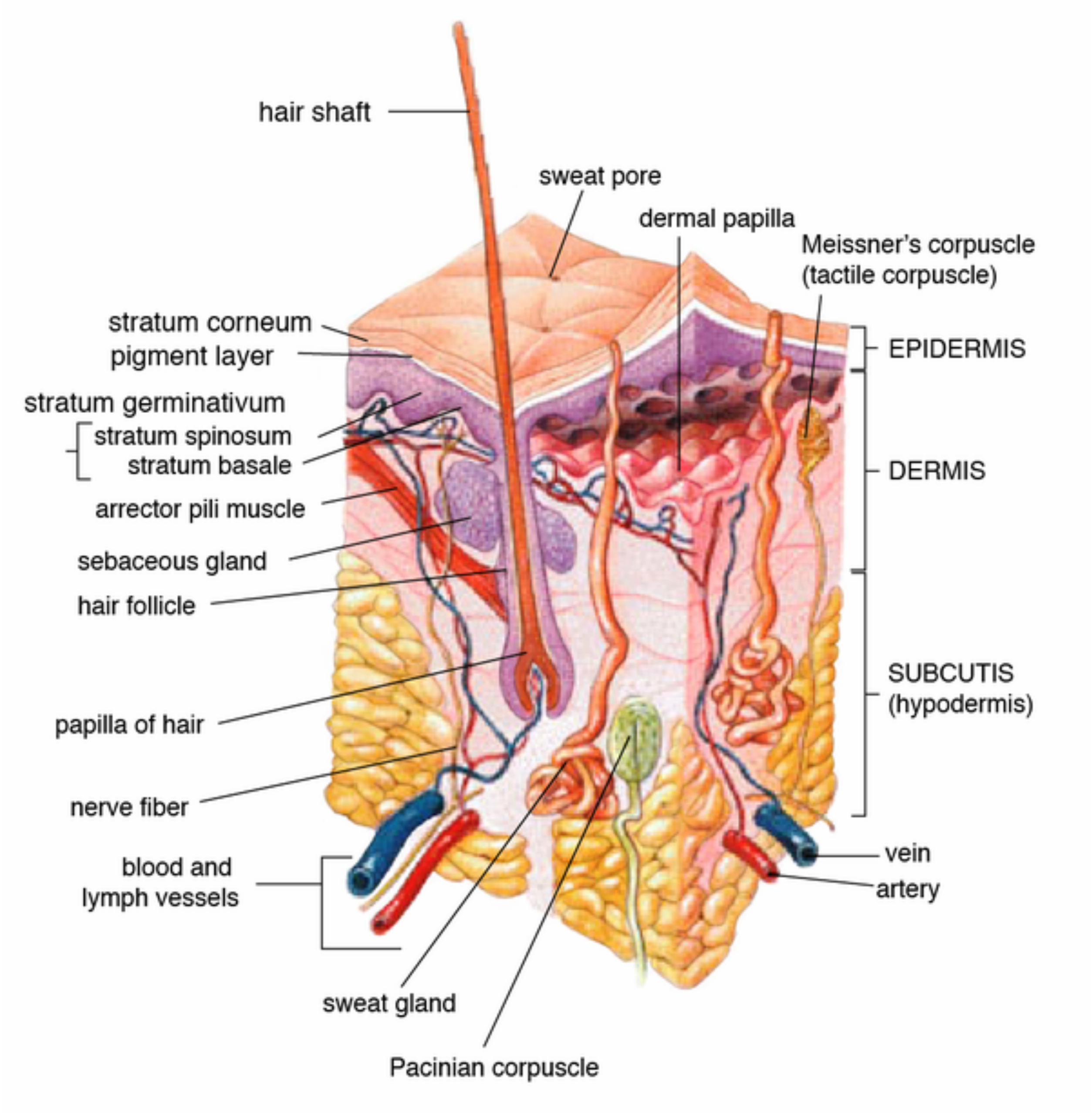
21 kwa mwezi.Ni vema kama mtu atakuwa akiumika kila baada ya miezi mitatu mpaka

minne,lakini itategemea maradhi aliyonayo mgonjwa,lakini pia haikatazwi kuumika siku zisizokuwa hizi zilizotajwa kutokana na ukubwa wa maradhi au ajali.

Umuhimu wa ngozi

Ngozi ya binadamu
Sehemu ya nje ya mwili imefunikwa na ngozi. Ngozi ya binadamu inaweza kugawanywa katika sehemu mbili; nazo ni ngozi ya ndani

na



ngozi ya nje.

Ngozi ya nje

Edit

Ngozi ya nje ni matabaka mengi ya magamba. Ngozi inaposuguliwa, magamba haya hutoka. Hayo yanaonekana katika ngozi ya kichwa. Matabaka ya chini hayana magamba mengi nayo huwa na rangi maalum ionekanayo

katika tofauti za mataifa makuu ya jamii ya wanadamu.

Ngozi ya nje hulinda sehemu za mwili zilizo chini yake na ambazo zina kapilari. Kwa hiyo mtu asiye na ngozi iliyochubuka anaweza kugusa na kutumia vitu vya maji maji vilivyo na sumu asidhurike navyo.

Ngozi ya ndani

Edit

Ngozi ya ndani au ngozi halisi iko chini au baada ya ngozi ya nje. Ndani ya ngozi ya ndani vimo vinyweleo vya jasho visivyoweza kuhesabika. Karibu na vinyweleo hivyo zipo kapilari. Kila kinyweleo kimefanana na kifereji kilichonyongwanyongwa, na katika kuta zake vimo vifuko vidogo sana kama vile vilivyomo katika mafigo. Vifuko hivyo vinaweza kuondoa uchafu uliomo katika damu na kuupitisha katika vinyweleo mpaka kuutoa nje ya ngozi. Kwa kawaida jasho huwa halionekani kwa sababu linatoka kwa namna ya mvuke na hutolewa katika hewa. Hapo huitwa jasho lisiloonekana, lakini tukifanya kazi ngumu au kutikiwa na joto sana, basi hapo huwa tunatoa jasho linaloonekana wazi wazi.

Zaidi ya vinyweleo, viko pia vitundu vidogo vingi sana vya malaika, na kila kitundu kina laika yake. Katika vitundu hivyo yamo mafuta, na kazi yake ni kulainisha ngozi isiwe ngumu wala isipasuke kwa baridi.

Ikiwa mwanadamu ana afya nzuri, na ngozi yake itakuwa ni yenye kung'aa, imara na nyororo na huweza kukabiliana au kuhimili joto au baridi, hubaki ikiwa na joto ikiguswa. Njia kuu 14 zinazoungana moja kwa moja na viungo vya ndani vya mwili hupatikana kwenye ngozi. Pindi utakaposisimua sehemu husika wakati wa kuumika, damu iliyopo kwenye kiungo hiko huendeshwa / kusukumwa kwa nguvu.

Tiba ya kuumika husaidia kuweka sawa msukumo wa nguvu na damu. Pia husaidia kuondoa visababishi vya maradhi kama gesi, baridi kali na joto. Kuumika pia husaidia kusafirisha damu na nguvu mwilini na kufungua vitundu vya ngozi, hivyo husaidia kuondoa vimelea vya maradhi kupitia ngozi.

POINTS ZA KUUMIKA.
(PROPHETIC ANATOMICAL SITES)

1. Kati ya mabega mawili, mwanzo wa shingo (الكاهل).inasaidia sana kutibu maumivu ya mabega na maradhi ya koo.

2. Nyuma ya masikio mawili. (الأخدعين).inasaidia sana kutibu maradhi ya kichwa,uso,masikio,macho,meno na pua.

3. Juu ya nyayo mbili (ظهر القدم) inasaidia sana kutibu maumivu ya nyayo.

4. Juu ya vifundo viwili- juu ya vifupa viwili zilivyowazi- (فوق الكعبين – فوق العظمتين) Inasaidia sana kutibu maradhi ya maumivu ya maungio ya nyayo.

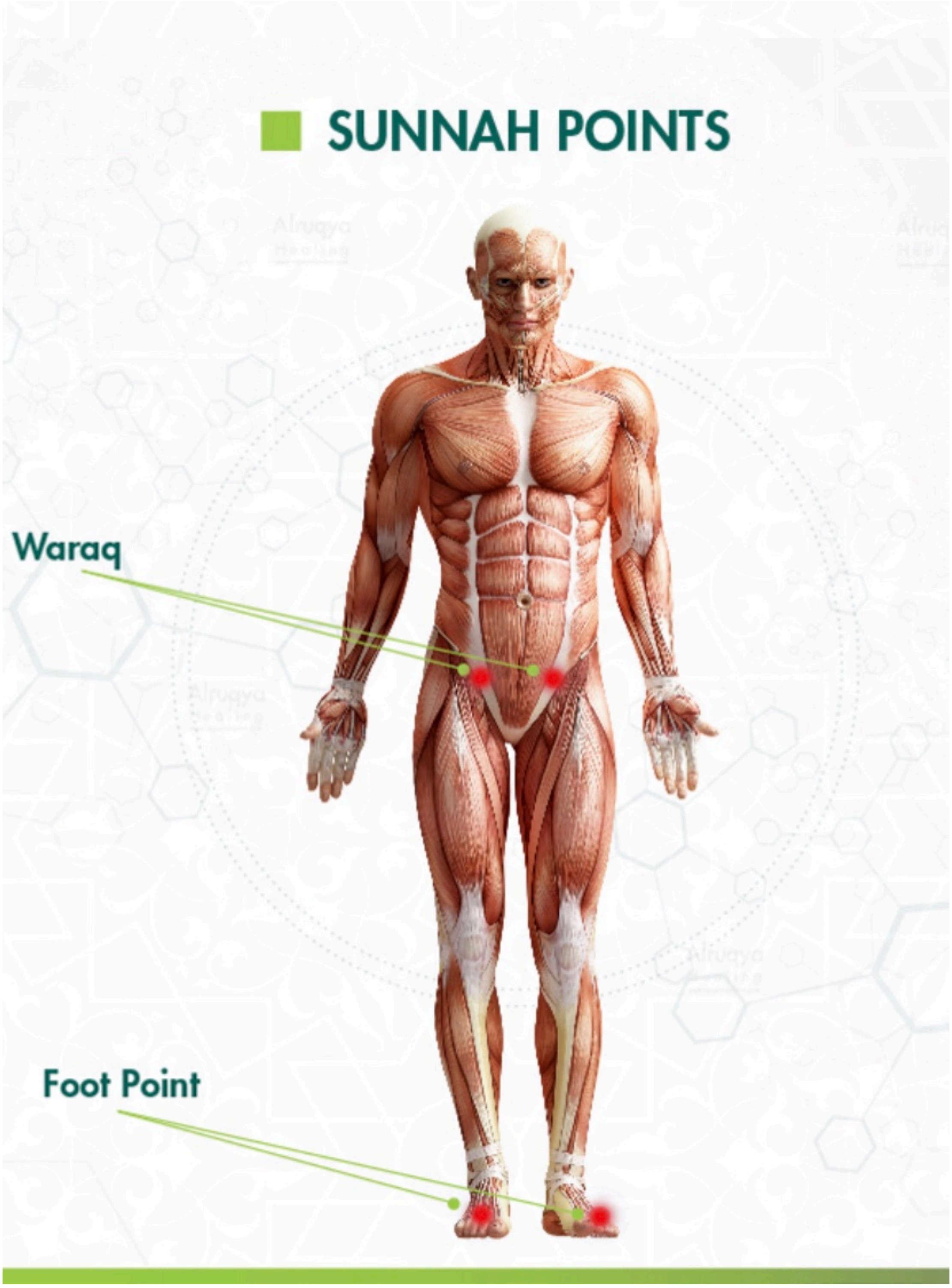
5 Pembezoni mwa magoti mawili ya miguu (على جانبي الركبتين) inasaidia sana kutibu uvimbe wa magoti na maumivu ya ugonjwa wa Romatizimu.

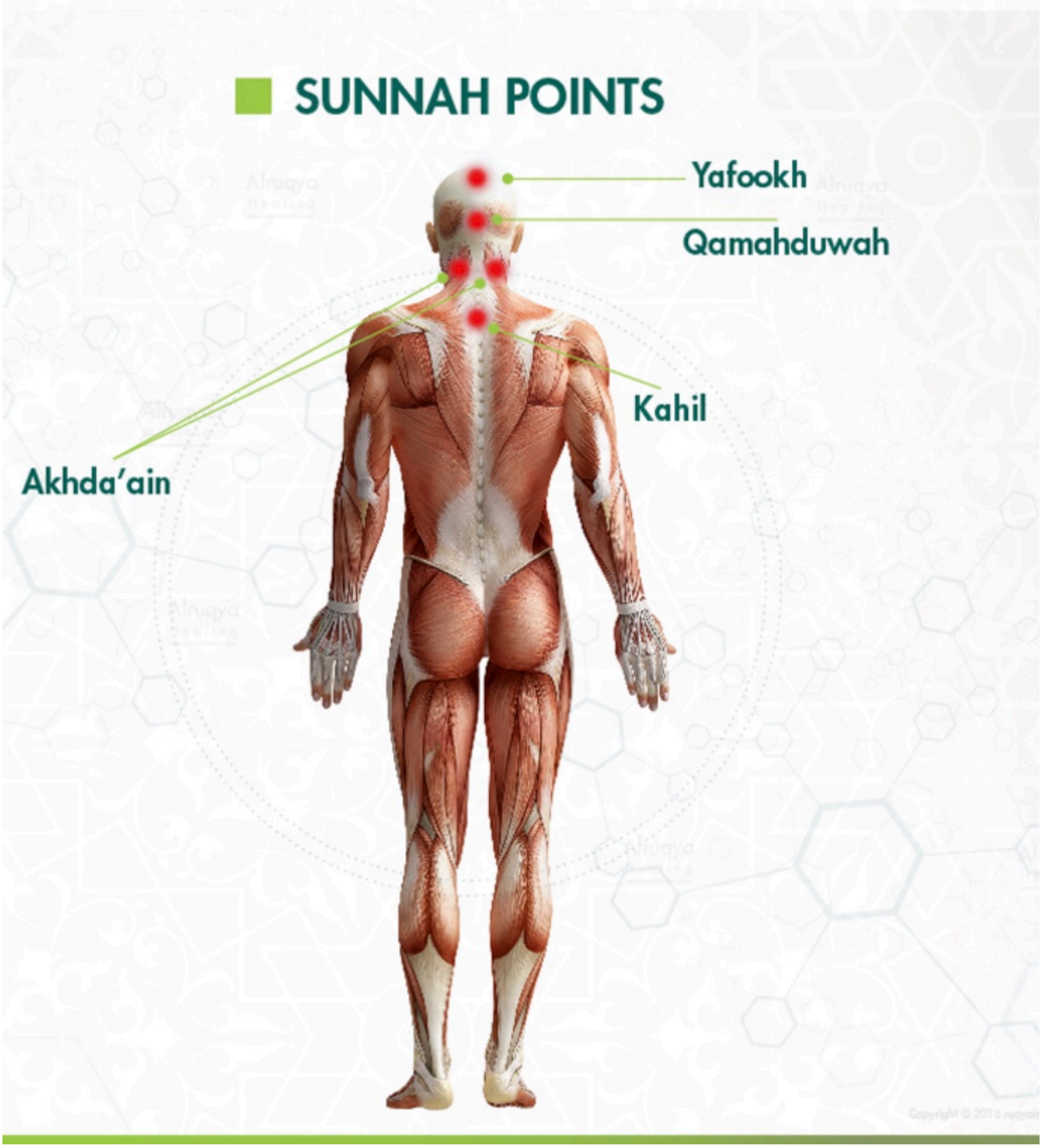
6. Chini ya kinena kiasi cha upana wa vidole vine (على جانب العانة بمقدار حوالي أربعة أصابع) husaidia sana kuondoa athari ya jinni Ashiq (mahaba) anapokuwa akimfuata sana mume au mke katika kumdhuru na kumfanyia uadui,mke atamfanyia mwanamke mwenziwe na mume atamfanyia mwanaume mwenziwe,sharti hili lizingatiwe sana ni muhimu.

7. Nyuma ya kichogo (**على القفا**) inasaidia sana kutibu maumivu ya mabega mawili na maumivu ya kichwa chote kinachouma upande au kichwa kizima.
8. Kando kando ya uti wa mgongo (**بين لوحي الظهر**) inasaidia sana kutibu kubana kwa pumzi na maumivu ya mgongo.
9. Chini ya kiuno mwisho wa pingili (**أسفل موضع من الظهر على جانبي الفقرات**) inasaidia sana kutibu maumivu ya kukakamaa miguu na kufungua mtu aliye fanyiwa uchawi wa kufungwa asiweze kumuingilia mke wake **الربط**
10. Juu ya paji la uso (**على الجبهة**) inasaidia sana kutibu ugonjwa wa kipanda uso,kizunguzungu na maumivu ya kichwa kinacho sababisha kuumwa kwa macho.
11. Katikati ya kichwa (**على قرني الرأس**) inasaidia kutibu maumivu ya kichwa kuuma nusu au kichwa chote.
12. Hufanyiwa sehemu yoyote ile iliyo athiriwa na jinni aliyejieleza kuwa yupo sehemu gani,lakini ana kuwa ni mzito au tabu ya kutoka katika mwili wa mwanadamu basi

mtu huyo atafanyiwa hijama au kuumika sehemu aliyoisema jinni.

PICHA ZA SEHEMU ZA KUFANYA HIJAMA.


SUNNAH POINTS
Waraq
Foot Point


SUNNAH POINTS
Yafookh
Qamahduwah
Kahil
Akhda'ain

MAGONJWA YA KUKATA TAMAA YANAYOTIBIKA KWA KUUMIKA

Bwana Mtume (saw) amesema kuwa :

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (ما أنزل الله من داء الاّ أنزل له شفاء) (متفق عليه)

Amesema Mtume wa Allah rehma na amani ziwe juu yake : (Hakuteremsha Allah (sw)ugonjwa wa aina yoyote,isipokuwa ameuteremshia dawa yake)
(Ameipokea Imam Bukhar na Muslim).

Hadithi ya Abu Hurairah (ra) Mtume wa Allah rehma na amani ziwe juu yake
: anasema

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (وان كان فى شيء مما تداويتم به خير فالحجامة) أخرجه أبو داود

Mtume wa Allah rehma na amani ziwe juu yake anasema; ((Ikiwa kuna kitu mmnachoweza kujitibia kwacho ni bora,basi nikufanya hijama)). (Abu Daud).
Hijama (Kuumika) ni tiba bora zaidi kushinda tiba nyingine nyingi, na ni tiba inayotibu

magonjwa mengi ya kibinadamu wa wakati mmoja.

Haya yote yanathibitishwa na watafiti mbali mbali duniani juu ya hilo.

Katika mtazamo wa watafiti wa tiba ya hijama wamegundua kuwa kuumika kunaweza kutibu magonjwa makubwa sugu yaliyowashinda madaktari bingwa duniani na magonjwa ya kukatisha tamaa kama vile magonjwa ya;

1. Magonjwa ya wengu
2. Ugonjwa wa Ini
3. Kurekebisha mfumo wa kinga mwilini
4. Kurekebisha Mfumo wa damu na moyo
5. Kurekebisha mfumo wa usagaji wa chakula tumboni
6. Kurekebisha mfumo wa nerves za mwili hasa ubongo.
7. Kusaidia kupunguza matatizo ya kisukari.
8. Kuondoa magonjwa ya figo.
9. Kuondoa magonjwa ya macho
10. Kuondoa na kupunguza matatizo ya saratani mwilini

UHUSIANO KATI KUUMIKA NA MWEZI MUANDAMO.

Kuna siri kubwa sana kati ya tiba ya kuumika na mwezi muandamo,kutoka siku ya saba tu ya mwezi mpaka siku ya ishirini na saba,kwani

mwezi unapofikia full – Moon {yaani mkamilifu} unaathiri damu mwilini,na kusababisha damu isizunguke vizuri,wakati huo damu itakuwa ipo chini ya kiwango chake. Katika siku ya kwanza ya mwezi muandamo mpaka siku ya kumi na tano damu inatoa mabaki na uchafu ambao unazunguka kuta za juu juu ya mishipa ya damu.
Mwezi unapofikia tarehe 17 mpaka 27 ya mwezi muandamo, damu inaanza kubeba mabaki hayo ya uchafu katika sehemu inayokingwa (Calmest) ya mwili ambapo huishia katikati ya mabega mawili mwanzo wa shingo.
Na hapo ndipo ulipofananishwa mwili wa mwanadamu na bahari,kwani bahari ifikapo tarehe za 17 mpaka 27 mawimbi huwa hafifu,tofauti na mwanzo wa mwezi,hapo ndipo utakapoona bahari inajaa na kutoa uchafu wake wote nje,kwa watu wa pwani hali hii wanaiita { BAMVUA} ni hali ya maji kujaa mwisho wa mwezi,basi hivyo hivyo ndivyo ulivyo mwili wa mwanadamu.

UHUSIANO KATI YA KUUMIKA NA SWAUMU.

Katika suala zima la kuumika na hali ya kuwa mtu amefunga,limeleta ikhtilafu kati ya wana wazuoni wa Kiislamu,hasa wanazuoni wa Kisheria na wanazuoni wa Hadithi,huku baadhi yao wakikataza kabisa kuwa mwenye kufunga haruhusiwi kuumika kabisa,na wengine wakisema mwenye kufunga anaruhusiwa kuumika lakini kwanza aangalie afya yake, kama ataweza kuhilimili hali hiyo. Makundi yote haya mawili yametofautiana katika kuzifahamu hadithi za bwana mtume rehma na amani ziwe juu yake na kutoa ufafanuzi juu ya kuzifahamu hadithi hizo.

عن شداد بن أوسى رضي الله عنه قال : أنّ رسول الله صلى الله عليه وسلم أتى على رجلٍ بالبقيع وهو يحتجم وهو آخذ بيدِي لثمان عشر خلت من رمضان فقال : ((أفطر الحاجم والحجوم)) رواه أبو داود وصححه أحمد والبخاريُ

Wanaokataza kuumika kwa mwenye kufunga na swaumu yake imeharibika ni kwa kuifuata hadithi ya Mtume wa Allah rehma na amani ziwe juu yake iliyopokewa na swahaba wake mtukufu Shaddad bin Aus {ra} anayosema ya kwamba " { Hakika Mtume wa Allah alikwenda kwa bwana mmoja katika sehemu za Baqi'ih kwenda kufanya hijama {kuumika} hali ya

kuwa mkononi mwake ana siku kumi na nane za mwezi wa Ramadhani,Mtume wa Allah akasema kumwambia: { Amefungua mwenye kufanya hijama na mwenye kufanyiwa hijama}.

{Ameipokea Abu Daud}

Kutokana na hadithi hii wanaokataza kufanya hijama kwa aliyefunga kwa kuufanya huu ndio ushahidi tosha mpaka afungue jioni.

Kauli hii ameitilia nguvu na kuikubali Imamu Ahmad Ibn Hanbal, Imamu Ibn Taimiyyah, Imamu Ibn Qayyim na wanavyuoni wengi wa saud Arabia.Rejea kitabu Kiitwacho

الموسوعة الشاملة فى الحجامة : للشيخ مصطفى آدم

{Comprehensive Encyclopedia in cupping cha Sheikh Mustafa Adam} Uk.75 - 78

Na kundi la pili ni lile linalosema kuwa mwenye kufanya hijama au kuumika swaumu yake iko pale pale haija haribika na ataendelea kufunga na swaumu yake ni sahihi,wao wanategemea hadithi ya Mtume wa Allah rehma na amani ziwe juu yak aliyoipokea Ibn Abbas {ra} isemayo :

وعن ابن عباس رضي الله عنهما ((أنّ النبيّ صلى الله عليه وسلم احتجم وهو محرم واحتجم وهو صائم)) وفى رواية لأبى داود : ((احتجم وهو صائم))

وعن شُعبَةَ قال: ((سمعتُ ثَابِتًا البُنَانِى يسأل أنس بن مالك رضي الله عنه: ((أكنتم تكرهون الحجامة للصائم؟ قال: لا , الاّ من أجل الضعف)) رواه البخارى

وفى رواية لأبى داود عن أنس رضي الله عنه قال: ((ما كنا ندع الحجامةَ للصائم الاّ كراهيةَ الجَهدِ))

1: Hadithi ya Ibn Abbas isemayo kuwa Mtume wa Allah rehma na amani ziwe juu yake, {Hakika Mtume wa Allah rehma na amani ziwe juu yake aliumika hali yakuwa yupo Hiram {Hija}, na aliumika hali ya kuwa amefunga} {Ameipokea Imam Bukhar}.

Na riwaya ya Abu Daud inasema: {Aliumika mtume wa Allah akiwa amefunga}.

2: Na hadithi aliyoipokea Shu'ubat {ra} amesema: {Nilimsikia Thabit Al- Bunaaniy akimuuliza Anas bin Maalik {ra} akisema: Je, mlikuwa nyinyi mkichukia kuumika kwa mwenye kufunga? Anas akamjibu akasema: Hapana isipokuwa kwa sababu ya udhaifu}

{Ameipokea Imam Bukhar}

Kutokana na hadithi hizi kundi hili ndipo waliposhikilia msimamo wao wa kujuzisha {kukubali na kupitisha} kuwa mwenye kufunga anaweza kuumika na swaumu yake ikawa sahihi, na pia kama hatoechelea uchofu wa mwili wake.

Wameichukua kauli hii ya kutoharibika swaumu kwa mwenye kufanya hijama hali yakuwa amefunga ni kundi kubwa la wana wavyuoni جمهور العلماء Maimamu watatu, Imamu Abu Hanifa, Imamu Malik na Imamu Sha'af رحمهم الله {Allah awarehemu}.

FAIDA ZA KUUMIKA NA MFUMO WA UTOAJI UCHAFU MWILINI.

Kuumika kunaleta msisimuko na kuupa mwili nguvu. Uzuri wa afya zetu umeshikiliwa na mfumo kinga wa mwili, na mfumo kinga huo hutegemea mzunguko wa damu, nguvu na vimiminika vingine vya mwili kama vile vichocheo (hormones) na maji maji ya mtoki (limfu). Wataalamu wa tiba asili za kisunnah wanatuambia kwamba maumivu yote hayo hutokana na mkusanyiko wa hivyo vyote vilivyotajwa hapo mwanzo. Vikombe vinavyotumika wakati wa kuumika vina nguvu ya ajabu ya kuvuta damu na njia hii ni ya kitaalamu ya kupunguza maumivu na kukufanya ujisikie vizuri.

Taratibu za kuumika zinapofanywa kwa utaratibu wa kuzingatia maeneo zilizopo tezi

za utoaji uchafu mwilini, ima zile tezi kuu (MAIN GLANDS) au katika tezi ndogo katika maeneo ya viungo mbali mbali vya mwili (SUBSTATIONS).
Kwani virija vya tezi hizi katika mifumo mizima kwa ujumla wake hushirikiana kwa maana ya mfumo wa utoaji uchafu umekutana na mfumo wa damu katika utaratibu maalumu.
Hivyo basi, utakapokuwa unafanya hijama au kuumika katika maeneo hayo husaidia mifumo yote ya mwili kuondosha sumu na uchafu mwilini pamoja na maradhi.
Anaweza kuumika mtu mara tatu kwa mwaka mzima katika hali ya kawaida ya kiafya, lakini kwa ugonjwa anaweza kuumika zaidi ya hapo hata kwa kila mwisho wa mwezi muandamo unapoingia kwenye kiza, kwa magonjwa kama vile;

- Maumivu makali ya viungo, mgongo na kiuno.
- Saratani.
- Matezi ya aina mbali mbali mwilini.
- Mitutusiko mwilini kutokana na mchafuko wa damu au sababu nyinginezo.
- Magonjwa mbali mbali mwilini.

• Kupatwa na ajali na mgando wa damu mwilini.
• Athari ya madawa ya ngozi, madawa ya kuzuia mimba, madawa ya nywele n.k.

Pia kuna utaratibu wa kisayansi uliofanywa wa kutumia dawa za Asili (Herbals) zenye sifa ya kusafisha damu mwilini na kuondoa sumu na uchafu mwilini,(Detoxifiers & Purifiers),miongoni mwa madawa ya Kisunnah na mingineyo ya miti shamba,ili kusaidia mtiririko wa damu uende vema mwilini,kuyeyusha migando ya damu (Clots) na migando ya kawaida (Thrombosis) ambayo hutibu sehemu za viungo mbali mbali.

Dr. Katase kutoka Chuo kikuu cha Osaka,amesisitiza kwa kusema kuwa " Hijama inaleta muundo wa damu na kuzalisha kwa wingi cells nyekundu za damu na kuifanya damu iweze kutakasika na kuzuia mparaganyiko wa cells zenye kuleta uvimbe wa saratani ya tezi { cancer}."
Tafiti za hivi karibuni zinaonyesha kuwa, baada ya mtu kufanya hijama katika maeneo maalumu, pia humuongezea mgonjwa seli

{cells} nyeupe za damu katika kuimarisha ulinzi wa mwili usipatwe na maradhi. Kuumika kunasimamia mzunguko wa damu katika mwili mzima,mtiririko wa damu katika mwili wa binadamu ni muhimu sana,kama vile kuumika kunasimamia kuratibu na kusafisha vyombo vya kupitia mishipa ya damu. Mtiririko wa damu ni nguvu ya afya ya maisha,ni muhimu kila chombo kupata mahitaji yake ya chakula kwa kudumisha afya,kwani mtiririko wa damu katika mwili ndio lishe na kuimarisha mfumo wa kinga.

VIFUNGU VYA KUUMIKA .
(HIJAMAH PACKAGES)

1- Kuumika kwa ajili ya urembo

Faida Za Hijamah kwa urembo wa uso.

Inaongeza uzalishaji wa vichocheo (hormones), Inahamasisha usafirishaji wa damu na mzunguko wa vimiminika vya mwili tumboni na viungo vya ndani ya mwili. Kwa njia hii huondolewa sumu na hii ni muhimu kwa sababu sumu huchochea hali ya uzee na kusababisha madhara mwilini.Kuumika hutoa taka au magonjwa kwenye ngozi na kuufanya kua msafi na nyororo.Ngozi hutakata na kuleta uzuri wa muonekano wa ngozi. Mafuta hupunguzwa kwenye ngozi kwa asilimia kubwa.Ngozi hupata uhai kwa kupata virutubisho na kuufanya kuvutia.

- Huondosha mikunjo kwenye ngozi.Pia huzuia ngozi kuzeeka mapema.

Ni njia salama ambayo husaidia kupunguza madhara yatokanayo na jua na mchafuko wa mazingira pamoja na uzee. Husaidia katika kuondoa mikunjo na kupelekea ngozi kuwa nyororo, na yenye muonekano mzuri.

Jinsi inavyofanya kazi

Hapa itatumika aina ya kuumika ya dry cupping.Mvutano utokanao na mgandamizo

hufanya kazi taratibu kwa kuinua tishu za uso. Hali hii hupelekea kuchua tishu na kusababisha

kuamsha hisia za mzunguko wa damu na mfumo wa utoaji taka pamoja na tezi. Matokeo yake tishu huweza kupokea hewa safi ya oksijeni pamoja na virutubisho, vile vile uchafu na sumu huweza kutoka katika seli pamoja na vimelea vya sumu kutolewa nje. Pia majimaji ya ziada huweza kukusanywa na kutolewa, hivyo kuifanya
ngozi kuchangamka kutokana na kitendo cha kuumika kwa kusogeza vikombe.

Faida za urembo utokanao na kuumika uso

- Unyonyaji wa maji kupitia tezi za toki (limfu) husaidia kupunguza tatizo la kujaa maji mwilini (edema) na mwonekano wa uvimbe.
- Vile vile vipodozi vitakavyo tumika baada ya kuumika huweza kupita vizuri kwenye ngozi na kufanya kazi vizuri.
- Hali ya kuivuta ngozi wakati wa kuumika huifanya ngozi kuondokana na mikunjo, mistari, pamoja na makovu yatokanayo na ajali au chunusi. Vile vile ngozi hubaki katika muonekano wake mzuri wa asili, bali pia kitendo cha kuchua wakati wa kuumika uso huzifanya nyama za chini ya ngozi kukaa sawa na hivyo kupelekea ngozi ya uso

kuwa nyororo, laini na yenye muonekano wa ujana.

TARATIBU YA KUFANYA.

Hapa itatumika dry na wet cupping . Hufanyika kwa takribani dakika thelethini (30). Muumikaji huanza kwa kusafisha uso na kupaka mafuta ya kuumikia (therapeutic oils) mfano; mafuta ya nazi.

Taratibu huanza kuusugua uso (massage) pamoja na shingo kisha huanza kuumika. Uumikaji wa uso huweza kufanyika sehemu moja au kwa kusogeza vikombe (gliding cupping), tunashauri mara moja (1) au mbili (2) kwa wiki. Kulingana na hali ya ngozi ya mgonjwa, muumikaji anaweza kukushauri ufanye jumla ya vipindi 6-12.

Wagonjwa wanashauriwa kutotumia vipodozi pamoja na kupaka poda na vitu vingine vya kupendezesha uso wakati wa kuelekea kwenye uumikwaji. Pia wanashauriwa kunywa maji mengi kwa ajili ya kuondoa sumu mwilini. Mazoezi pia husaidia kuipa faida ya tiba ya kuumika.

Kwa hali hii, tiba ya kuumika husemekana kuwa ni tiba ya kwanza kabisa katika kuondoa tatizo la

dalili za uzee katika ngozi pamoja na mambo mengine mengi yanayohusu afya.

2. **Kusisimua na kuupa mwili nguvu**

Husisimua na kuupa mwili nguvu, hutibu hali za kuumwa matumbo, maumivu ya kichwa, maumivu ya mgongo, uvimbe katika maungio (arthiritis), maumivu ya ada ya mwanamke, majeraha, pumu, majipu (cellulite), uchovu, upungufu wa damu mwilini, msongo wa mawazo, kudumaa (atrophy), miguu kuwaka moto (sciatica), kubanwa na kifua na mafua, magonjwa ya ngozi, shinikizo la damu na magonjwa ya wanawake.

3. **Kuondoa sumu na taka mwilini.**

Huondoa sumu pamoja na ongezeko kidogo la msongo wa mawazo katika viungo vya ndani ya mwili, pia inaondoa moja kwa moja asidi kwenye tishu, ina saidia kwenye mzunguko wa damu, inasisimua mfumo kinga wa mwili na kupunguza msongo wa mawazo kama

inavyoondoa kemikali zinazosababisha msongo wa mawazo katika ubongo.

Pia husaidia usafirishaji mzuri wa virutubisho katika sehemu iliyoathirika na kusisimua usafirishaji wa damu na toki (limfu) katika sehemu iliyoathirika. Kwa hiyo, husaidia kuleta mabadiliko kwenye usafirishwaji wa damu na toki (limfu), na kuchochea ufanyaji kazi wa viungo vya mwili.

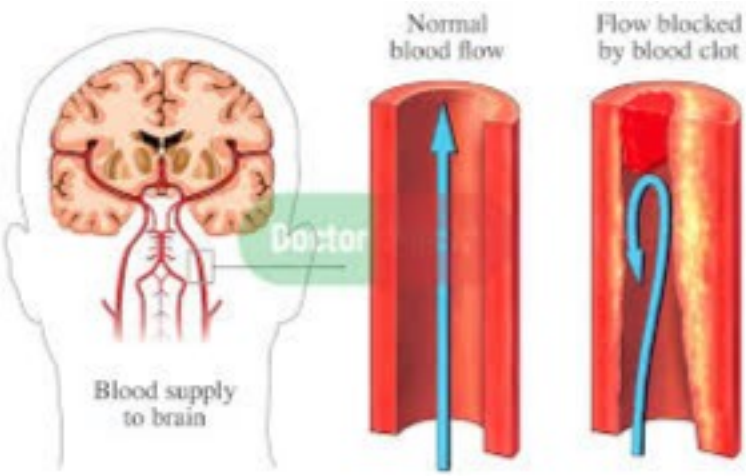
Kuumika katika kiungo husika husaidia kutibu maradhi kama, matatizo ya ini na figo, maradhi ya upumuaji, maradhi mmeng'enyo wa chakula na baadhi ya maradhi ya wanawake.

4. **Kinga ya mwili**

Kuumika kunaupa mwili nguvu ya kuweza kuzuia na kuondoa vimelea vinavyoleta maradhi mwilini, hivyo huzuia mwili usishambuliwe na maradhi. Pia inaweka sawa ufanyaji kazi wa damu na kuboresha mwili uwe na afya nzuri kwa ujumla. Kwa kutengeneza uvimbe kwenye sehemu unayoumika kunachochea seli zinazokinga mwili kuponesha sehemu hiyo yenye uvimbe.

5. **Athari katika mfumo wa mzunguko wa damu**

Tiba ya kuumika hurahisisha muingiliano wa mzunguko wa damu na mkusanyiko wa damu na kuondoa vimiminika vilivyoganda kwenye tishu. Hivyo, kazi kubwa ya kuumika ni kuchochea mzunguko wa damu.



6. **Maumivu ya kichwa na kipanda uso**

Kuumika ni tiba ya haraka sana kwa maumivu ya kichwa na kutibu kipanda uso. Mtume Muhammad (swala na salamu ziwe juu yake) alikuwa akiumika ili kutibu kipanda uso.

7. **Maradhi ya ganzi (rheumatic)**

Maradhi mengi ya ganzi huondoka kwa urahisi na kwa muda mfupi baada ya kuumika, na kuumika husaidia sana matatizo ya mgongo na kwenye maungio ya mifupa na ni maalumu kwa kusaidia matatizo kama; ganzi, maumivu ya mgongo (lumbago), maumivu ya shingo na kushindwa kuzunguka (stiff neck) na mabega, kwa sababu huongeza mzunguko wa damu na uwezo wa kukunja na kukunjua viungo. Kwa kusambaza hewa safi mwilini kwa wingi, vichocheo (hormones) na vimeng'enya muhimu kwenye tishu na kwenye maungio ya mifupa, kuumika huleta joto kwenye sehemu iliyoumikwa ya tishu za ndani na huongeza hali ya kuvutika na kusogea kwa misuli ya kwenye maungio ya mifupa. Kuumika pia huondoa tatizo la kukaza kwa misuli na maumivu yanayotokana na kukaza kwa misuli hiyo. Pia huondoa tatizo la kukaza kwa mabega. Pia husaidia tatizo sugu la maungio kufa ganzi kwani husaidia usambazaji wa damu kwenye maungio ya mifupa. Pia huondoa damu iliyoganda na kuondoa tatizo ambalo haliwezi kusaidiwa na tiba ya kutoboa kwa kutumia sindano ndogo (acupuncture).

8. **Uvimbe katika maungio (Arthritis)**

Unapotibu uvimbe katika maungio, tiba huhusisha sehemu husika ya maungio ya mifupa. Na ikiwa tatizo ni dogo yawezekana kukamilisha tiba kwa kuumika.

9. **Maumivu ya chini ya mgongo**
Kuumika huondoa maumivu ya chini ya mgongo.

10. **Maradhi ya uchovu sugu (chronic fatigue syndrome)**
Uchovu sugu ni aina ya uchovu mkali unaosababishwa na kusimama kwa muda mrefu bila kuwa na udhaifu kwenye misuli na bila kuthibitika kwa sababu za kimwili au kiakili. Imegundulika kwamba kuumika ndio tiba ya haraka ya tatizo hilo.

11. **Homa na uvimbe wa ndani**
Baadhi ya magonjwa husababishwa na joto pamoja na mkusanyiko wa damu. Kuumika hutumika kuondoa damu iliyojikusanya na kuchochea mzunguko wa damu na kuondoa vimelea vinavyosababisha maradhi. Kuumika ni tiba inayotumika kwa mgonjwa anayesumbuliwa na maumivu ya kichwa na homa.

12. **Kifua na magonjwa ya moyo**
Tiba ya kuumika pia inasaidia kutibu maradhi ya mapafu, hasa kikohozi sugu, uvimbe kwenye mapafu (pleurisy), kuziba kwa njia za kupitishia hewa na pumu. Tiba hii pia inasaidia kutibu maradhi ya shinikizo la damu.

13. **Maradhi ya vidonda vya tumbo**
Kuumika bila kutoa damu (dry cupping) husisimua viungo vya ndani ya mwili katika mzunguko wake na uzalishaji wa vimiminika vya mmeng'enyo wa chakula, hivyo hufanya mfumo wa umeng'enyaji chakula uwe na nguvu, unyonyaji wa virutubisho na nguvu ya uzalishaji. Huondoa maradhi ya vidonda vya tumbo na tatizo la kukosa choo. Viungo hivi pia husaidiwa kwa tiba ya kuumika kwa kufanyika mgongoni na kusisimua mishipa ya uti wa mgongo na mishipa ya fahamu inayojiendesha yenyewe na kuupa nguvu mfumo wa upumuaji.

14. **Maradhi ya mfumo wa mkojo**
Tiba ya kuumika hujulikana kwa kutibu tatizo la mawe katika kibofu cha mkojo, usaha kwenye mkojo na kuziba kwa mkojo (urine retention). Kikombe kitawekwa sehemu ya

chini ya mgongo (karibu na kiuno) ili kutibu tatizo la kuziba kwa mkojo.

15. **Magonjwa ya ngozi (DERMATOLOGY).**

Mzunguko mzuri wa damu baada ya hijamah husaidia kuondosha mkusanyiko wa bakteria au viini ambavyo huleta maradhi ya ngozi.

Jinsi tiba inavyofanyika;

Mgandamizo hufanyika katika sehemu fulani ya mwili wa mgonjwa kwa kutumia vikombe na kifaa maalumu.

Kwa upande wa ukurutu (eczema) mgandamizo hufanyika kwenye sehemu za mwili zilizo na mishipa ya fahamu (nerves), chini kidogo ya goti, juu ya kiwiko au shingo, na upande wa juu mwisho wa uti wa mgongo.

Chunusi (acne) hutibika kwa kuumika sehemu iliyoathirika na wakati mwingine huchanjwa ngozi ili kuondoa vimelea vinavyosababisha maradhi.

Namna inavyofanya kazi

Msukumo wa damu husaidia kuondoa sumu na vimelea vinavyosababisha maradhi ya ngozi. Kutokana na utembeaji mzuri wa mzunguko wa damu, ngozi huweza kujitibu yenyewe. Kitendo cha kuumika kwa kutoa damu , sio tu huondoa damu, bali pia vimiminika (majimaji) vyeupe huzalishwa na hii ni ishara ya uondoaji wa sumu. Sio kila mgonjwa wa ngozi huweza kutibiwa kwa kuumika, ila baadhi ya magonjwa ya ngozi yanayotibika kwa kuumika ni;

- chunusi, fangasi za kwenye vidole vya miguu (athlete's foot), kutokwa jasho kwa wingi au ngozi kuwa nyekundu (excessive flushing or redness),

ukurutu (eczema) maumivu au muwasho wa vipele, vijipu muwasho (psoriasis), kupauka ngozi na kupasuka (scarly or rough skin), mabaka yanayotokana na minyoo (ringworm), malengelenge (urticaria or hives).

Magonjwa yote yaliyotajwa hapo juu husababishwa na sababu tofauti tofauti. Baadhi hutokana na bakteria ambao huingia kwenye ngozi kupitia vitundu vya ngozi au vinyweleo, au kutokana na fangasi, minyoo na wadudu wadogo wanaokuwa juu ya ngozi.

Kugusana na virusi au ngozi ya mtu aliyeathirika huweza pia kusababisha mzio (allergens) au muwasho unaojulikana na usiojulikana.

Baadhi ya watu hawafahamu kuwa hali ya ngozi inahusiana na mfumo kinga wa mwili, hivyo hali ya / aina ya maisha hupelekea mabadiliko ya afya ya tezi, figo na mfumo mzima wa mwili. Hali kadhalika sababu za kurithi hupelekea kupata magonjwa ya ngozi.

Muwasho unaotokana na vipele / wekundu; ni miongoni mwa aina kuu za vipele katika ngozi.

pamoja na kuwa chunusi mara nyingi huambatana na kubaleghe baadhi ya watu wazima hukumbana na mabadiliko ya vichocheo

(hormonal changes) ambayo hupelekea kutokea chunusi za mara kwa mara.

Vilevile wanawake nao hukumbwa na tatizo la chunusi / vipele vidogo vidogo wanapokaribia kuingia katika ada yao ya mwezi.

Maambukizi ya fangasi na minyoo hutokea mara nyingi kwa watoto, ambapo fangasi za kwenye vidole vya miguu (athlete's foot) huwapata watu wanaoshinda na viatu siku nzima.

Ukurutu (eczema)**,** malengelenge (urticaria or hives)**,** na mara nyingine vijipu upele (psoriasis) huambatana na mzio (allergic) kwa baadhi ya vyakula vijulikanavyo kama vizio / vichocheo (allergens / triggers).

Mabaka yatokanayo na minyoo (ringworm);

pamoja na kuitwa hivi matibabu yake si kama ya minyoo bali hutibiwa kama magonjwa mengine ya ngozi.

kwa tiba kamili, mtaalamu wa kuumika hutibu kwa kuumika sehemu za mfumo wa mzunguko wa damu, ambazo zipo pembeni ya shingo, pembeni ya uti wa mgongo, na nyuma ya mapafu.

Na hii ndio tiba kuu kutokana na kuhusisha mfumo mzima wa mzunguko wa damu kwani endapo kikombe kitawekwa sehemu hizi husababisha athari katika mfumo mzima wa mzunguko wa damu.

Na njia hii mara nyingi hutumika endapo ugonjwa umeenea ngozi ya mwili mzima, ili kuufanya mwili kubadilisha au kukabili vimelea vyovyote vilivyosababisha hali hiyo kwenye ngozi, miongoni mwa virusi, au vichocheo vya ziada.

Chunusi zina uwezo wa kumfanya mtu aonekane kama muathirika wa matumizi ya mafuta ya ngozi yenye kuchubua (cream).

Endapo ngozi imeathirika sehemu moja, muumikaji hutumia tiba ya kiasili zaidi (localized treatment), ili kuepuka kupachika kikombe moja kwa moja katika sehemu iliyovunjika au kuvimba.

Muumikaji huweza kuweka vikombe karibu na eneo lililoathirika, kwani sehemu iliyoumikwa hukaribia nusu kipenyo cha sentimita kumi (10) kulingana na ukubwa wa kikombe.

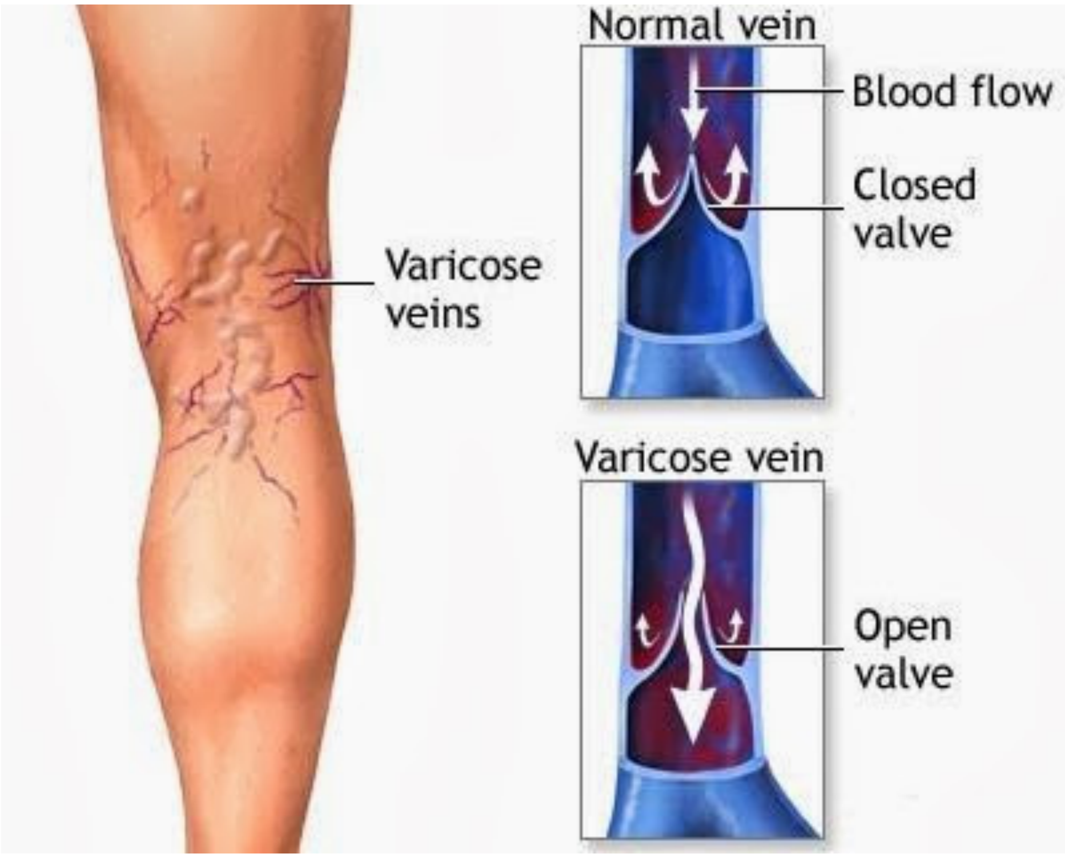
Hali hii hupelekea ngozi kunufaika na tiba ya kuumika bila kuweka kikombe moja kwa moja katika sehemu iliyoathirika.

16. **Magonjwa ya kisaikolojia**

Tiba ya kuumika ni kama ujumbe ambao ni maalumu dhidi ya mshituko (anxiety) na wasiwasi. Hivyo basi tatizo la kukosa usingizi hutibiwa kwa njia ya kuumika. Vilevile kuumika husaidia kuweka sawa vichocheo ambavyo mara nyingi ndivyo vinavyopelekea kusononeka, na kuwa mwenye huzuni ya mara kwa mara kutokana na sababu zisizofahamika / bila sababu maalumu huwa ameathirika kisaikolojia, hivyo akifanyiwa tiba ya kuumika

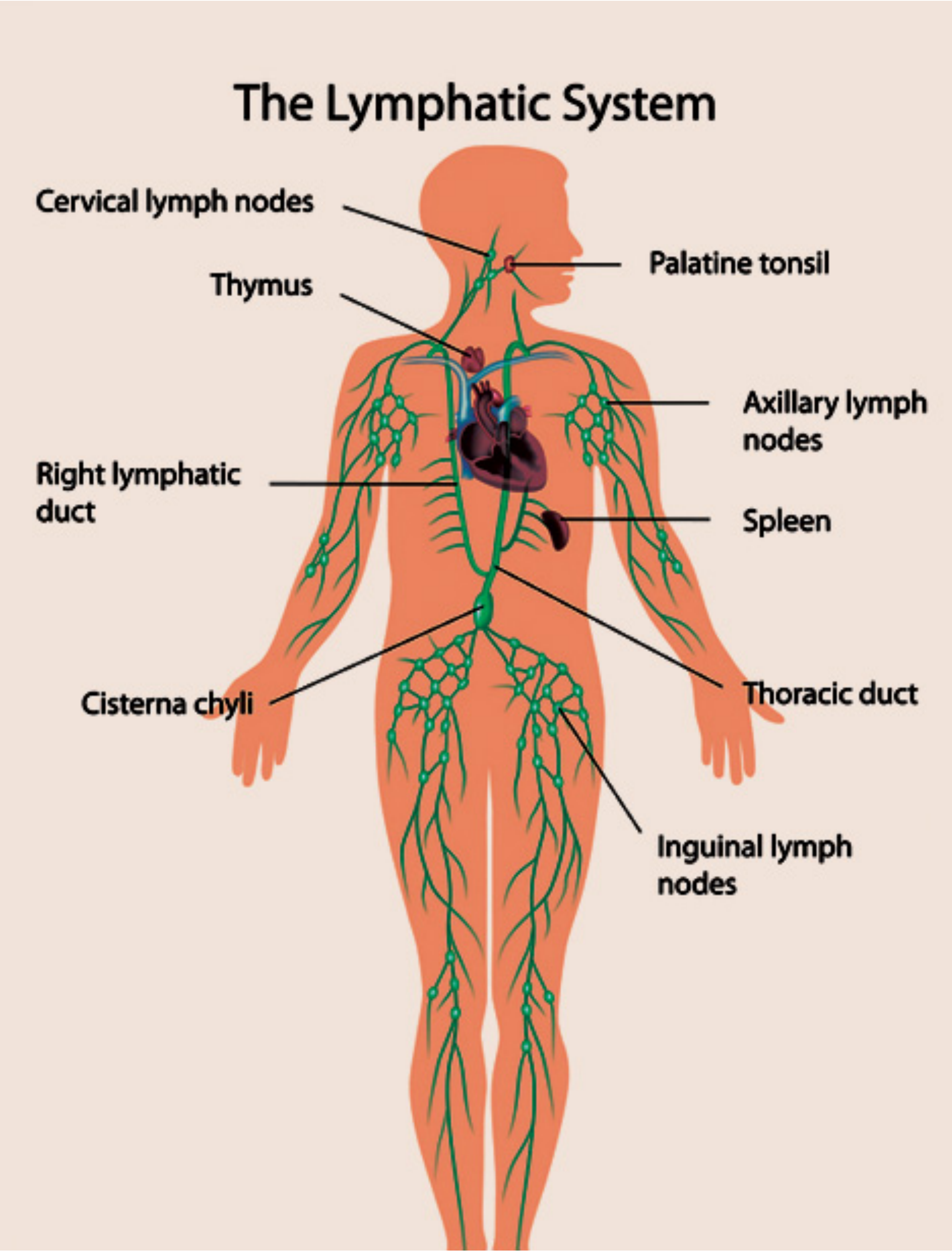
huweza kuondokana na tatizo hili moja kwa moja au tatizo huweza kupungua.

17. **Kuvimba kwa mishipa mikuu ya miguu (varicose veins)**



Kuumika kunaondoa damu iliyoganda katika mishipa midogo ya damu.Kitendo cha kuumika hakipaswi kufanyika moja kwa moja kwenye mishipa mikuu ya miguu.

18. **Mfumo wa mtoki (limfu)**



Wakati wa kuumika, endapo vikombe vinasogezwa, mfumo wa damu na toki (limfu) huzunguka kwa wakati mmoja na kwa ufanisi

zaidi, hivyo kupelekea ukusanyaji na usafirishaji wa vimelea vya sumu kupelekwa kwenye mfumo wa toki (limfu) ili viweze kuuliwa, na hivyo kuufanya mfumo wa toki (limfu) kuwa mpya kwa ajili ya kurutubisha tishu za kuzalisha vichocheo vya kinga ya mwili.

19. Kupunguza uzito , unene na kitambi kwa kuumika (Slimming program).

Kuna points maalum kwenye mwili ambazo zinaendana sawa na points za acupuncture ambapo mtu akifanyiwa hijamah uzito hupungua.

Katika zoezi hili mzunguko wa damu huongezeka na kufanya damu chafu kuja juu.

Mafuta yaletayo majipu (cellulite) mara nyingi huganda chini ya ngozi katika hali ya vidonge vidogo vidogo (lumps).

Tiba ya uumikaji huchochea kupungua kwa uzito na mwili mzima kwa ujumla kwa kuamsha sehemu zitakazoumikwa (acu points) na kuzipeleka sambamba na mistari ya toki (limfu).

Sehemu hizi maalumu zitakazoumikwa hutoa nguvu katika mfumo wa mzunguko wa damu

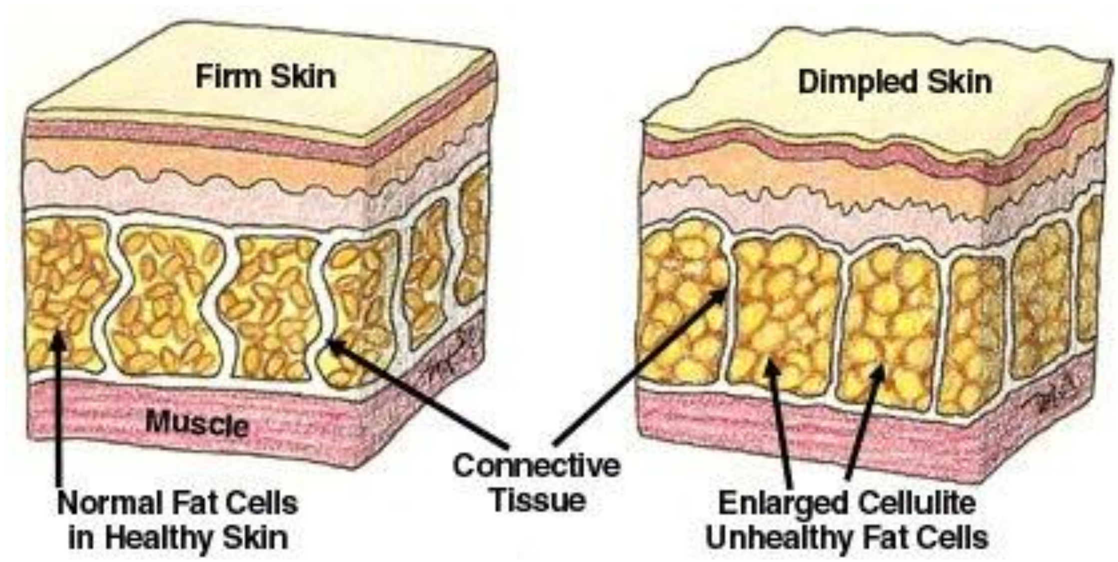
za kuweza kuchoma / kuunguza mafuta ya ziada mwilini.

Mzunguko imara wa damu pia husaidia kuondoa sumu na maji ya ziada ambayo husababisha tatizo la kuongezeka uzito. Mbali zaidi, mgandamizo (suction) unaofanyika husaidia kufikia mafuta yaliyo chini zaidi na kuweza kuyatenganisha na nyuzinyuzi (fibers). Mafuta haya yanapoyeyuka huweza kuwa katika hali ya kimiminika na hivyo kusafirishwa nje ya mwili kupitia mfumo wa toki (limfu).

Je matokeo huonekana haraka?

Unaweza kuhisi wepesi fulani mara tu baada ya kuumikwa mara ya kwanza, kutokana na uboreshaji wa mzunguko wa damu.

Vipindi vya kuumika hutegemea na hali ya mtu mwenyewe. Baadhi ya watu wanahitaji kuumika mara moja, wengine zaidi ya mara moja. Tunashauri kuumika kati ya vipindi 5-10.



• Mafuta ya juu yanayojikusanya juu ya tumbo (abdomen), makalio, mapaja na sehemu nyingine za mwili, husababisha majipu (cellulite) endapo yataganda chini ya ngozi kwa muda mrefu.

• Mafuta ya ndani na pembezoni mwa tumbo (abdomen), na pia huweza kukutwa katika viungo vya ndani kama ini, tumbo na utumbo.

Dawa asilia husaidia kuongeza kasi ya upunguzaji wa mwili zikitumiwa sambamba na tiba ya kuumika.

Inawezekana kupunguza unene na uzito bila kufanya upasuaji, utumiaji wa dawa zenye kemikali na mazoezi. Ipo njia ya ajabu kabisa ya kuumika kwa ajili kuyeyusha mafuta mwilini (cupping body sculpting). Njia hii hulainisha na kuibana ngozi, kusawazisha

makalio na kuondosha tumbo kubwa (kitambi) na kupunguza unene (inches) kwenye mapaja.

Vile vile huboresha mzunguko wa damu kwa kupunguza mwonekano wa majipu (cellulites), na hii husaidia kupunguza mwili kwa kuondoa mafuta ya ziada (nyama uzembe).

- ***Jinsi uumikaji wa kuyeyusha mafuta inavyofanya kazi***

Tiba hii hutumia muda wa wiki tano (5). Utatakiwa kufanya mara mbili kwa kila wiki, jumla utafanya vipindi kumi (10) vya matibabu.

Kwa wastani katika vipindi vyote kumi kati ya inchi 6-8 huweza kupotea. Hakika mabadiliko haya ni ya ajabu sana, hata hivyo watu hutofautiana. Njia hii ya kuchua (massage) huongeza kwa kasi mzunguko wa damu.

Pia hulainisha na kuvunjavunja mafuta yaliyoganda ndani ya mwili ambayo baada ya kuingia katika mfumo wa mzunguko wa damu, kisha huweza kutolewa nje ya mwili kwa njia ya mkojo. Hii hupelekea kinga ya mwili kuwa imara kwa sababu ya kuondoa mafuta mwilini.

Ndio maana watu hujihisi uchovu na uvivu (uzembe) pindi wanapokuwa na uzito mkubwa (unene) kutokana na kuwa na sumu nyingi

mwilini. Kwani sumu hii haitakiwi kukaa ndani ya mwili, inatakiwa kuondolewa.

20. **Tiba kwa jili ya mashetani, kijicho na uchawi.**

Tiba hii hujumuisha Ruqya na Hijamah kwa wakati mmoja. Inaweza kutibu uchawi,kijicho na mambo ya majini kwa wakati mmoja.

Daktari wa hijamah awe na ujuzi wa kutambua ikiwa mgonjwa anayo sihri.
Ikiwa mgonjwa ameshafanya vipimo vya hospitali na maradhi hayaonekani na anazo dalili za sihri itakua anafaa kufanyiwa hijamah.Kuna uhusiano mkubwa sana kati ya uchawi,majini na damu.Khaadimu sihri { Jini mwenye kutumikia uchawi } خادم السحر .Mtu anayepatwa na jini huyu tiba yake kubwa ni kufanyiwa hijamah pamoja na ruqya.Huyu jini ni wakala wa kuuweka Uchawi ndani ya mwili Wa binadamu.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ى ((انّ الشيطان يجرى من بنى آدم مجرى الدم))
Mtume wa Allah anasema kuwa; “Hakika sheitani anatembea katika mwili wa

mwanadamu kama vile damu inavyotembea katika mishipa."Jini huyu hukaa ndani ya mishipa na kuuweka uchawi. Huu uchawi huleta maumivu sehemu husika. Uchawi na haya maumivu huondoka kwa kufanya hijamah pamoja na kusomewa ruqya.

Kiwembe cha hijamah kina athari zaidi kwenye uovu wa uchawi,kijicho na majini kwa sababu uovu huu upo katika mfumo wa gesi ambao upo kwenye ngozi.
Unapo chanja au kukwaruza ngozi kwa kiwembe, gesi hii itatoka na pia kupitia damu chafu sihri na ngome ya majini itaondoka.
Unapofanya hijamah soma Ruqya kwa nia Allah aweze kukusanya sihri na jini kwenye glasi ya hijamah ili ipate kuondoka kupitia hijamah kwa uwezo wa Allah.

Namna ya kufanya Hijamah hii:
Kabla ya zoezi hili ni bora zaidi ikiwa mwili wako wote utajipaka mafuta ya zeituni yaliosomewa Ruqya.Hii itazuia uchawi au jini kukudhuru kabla na baada ya zoezi hili. Jini

ataungua au kudhurika atakapo kugusa ikiwa umejipaka mafuta haya.
Zoezi hili linakata mawasiliano kati ya mgonjwa na mchawi na uchawi wake.
Mgonjwa asome surah Falaq na Nass.
Tabibu mjuzi wa hijamah asome aya za Ruqya za :

١-آيات تحضير الجني، ٢-آيات فك الجني، ٣- آيات حرق الجني، ٤-آيات قتال الجني،٥-آيات خروج الجني.

Ruqya inasomwa kwa muda wote wa zoezi hili mwanzo hadi mwisho.

١- آيات التحضـــير

إِنّهُ مِن سُلَيْمَانَ وَإِنّهُ بِسْمِ اللهِّ الرّحْمَنِ الرّحِيمِ * أَلاّ تَعْلُواْ عَلَيّ وَأْتُونِي مُسْلِمِينَ} [النمل:30-31]

‘‘‘

وَجَعَلُواْ بَيْنَهُ وَبَيْنَ الْجِنّةِ نَسَباً وَلَقَدْ عَلِمَتِ الجِنّةُ إِنّهُمْ لَمُحْضَرُونَ{ [الصافات:158]

‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘‘

إِن كَانَتْ إِلاّ صَيْحَةً وَاحِدَةً فَإِذَا هُمْ جَمِيعٌ لّدَيْنَا مُحْضَرُونَ [يس:53]

،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،

٢- فك الجني المربوط داخل الجسد.

الذين قال لهم الناس ان الناس قد جمعوا لكم فاخشوهم فزادهم ايمانا وقالوا حسبنا الله ونعم الوكيل (173) فانقلبوا بنعمة من الله وفضل لم يمسسهم سوء واتبعوا رضوان الله والله ذو فضل عظيم (174)

،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،

(وقل جاء الحق وزهق الباطل ان الباطل كان زهوقا (3)

،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،

(وقدمنا الى ما عملوا من عمل فجعلناه هباء منثورا)

٣- آيات الحرق

{كُلَّمَا أَرَادُوا أَن يَخْرُجُوا مِنْهَا مِنْ غَمٍّ أُعِيدُوا فِيهَا وَذُوقُوا عَذَابَ الْحَرِيقِ }الحج22

،،،

إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُواْ بِآيَاتِنَا سَوْفَ نُصْلِيهِمْ نَاراً كُلَّمَا نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ بَدَّلْنَاهُمْ جُلُوداً غَيْرَهَا لِيَذُوقُواْ الْعَذَابَ إِنَّ اللّهَ كَانَ عَزِيزاً حَكِيماً [56]

،،

وَلَوْ تَرَى إِذْ يَتَوَفَّى الَّذِينَ كَفَرُواْ الْمَلآئِكَةُ يَضْرِبُونَ وُجُوهَهُمْ وَأَدْبَارَهُمْ وَذُوقُواْ عَذَابَ الْحَرِيقِ} (50) سورة الأنفال

٤- آيـــات القتال :

{فَلَمْ تَقْتُلُوهُمْ وَلَكِنّ اللهَّ قَتَلَهُمْ وَمَا رَمَيْتَ إِذْ رَمَيْتَ وَلَكِنّ اللهَّ رَمَى وَلِيُبْلِيَ الْمُؤْمِنِينَ مِنْهُ بَلآءً حَسَناً إِنّ اللهَّ سَمِيعٌ عَلِيمٌ* ذَلِكُمْ وَأَنّ اللهَّ مُوهِنُ كَيْدِ الْكَافِرِينَ} [الأنفال :17 – 18]

،،

{قُلْ إِنّ الْمَوْتَ الّذِي تَفِرّونَ مِنْهُ فَإِنّهُ مُلاَقِيكُمْ ثُمّ تُرَدّونَ إِلَى عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشّهَادَةِ فَيُنَبّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ} [الجمعة :8]

،،

{ وَجَاءَتْ سَكْرَةُ الْمَوْتِ بِالْحَقّ ذَلِكَ مَا كُنتَ مِنْهُ تَحِيدُ} [ق:9

٥- آيات خروج الجن و عين الحسود

7- { يَوْمَ يَسْمَعُونَ الصَّيْحَةَ بِالْحَقِّ ذَلِكَ يَوْمُ الْخُرُوجِ } ق42

،،

8- { قَالَ فَاخْرُجْ مِنْهَا فَإِنَّكَ رَجِيمٌ . وَإِنَّ عَلَيْكَ اللَّعْنَةَ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ } الحجر34

،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،،

11- { قَالَ فَاهْبِطْ مِنْهَا فَمَا يَكُونُ لَكَ أَن تَتَكَبَّرَ فِيهَا فَاخْرُجْ إِنَّكَ مِنَ الصَّاغِرِينَ } الأعراف13

Uchawi au Sihri ni kitu kinachodhuru sana mwili wa mwanadamu, mtu anapopatwa na

uchawi hujihisi kuwa kuna vitu ndani ya mwili wake vinatembea au kunyenyeza na kutambaa kwenye ngozi yake nakuanza kupangusa au kujikuna, kwani sihri hutembea katika mishipa ya damu kama vile damu inavyotembea mwilini na kusambaa maeneo yote ya mwili, ndio vivyo hivyo anapokula mtu sumu au kuingiwa na sumu mwilini ya aina yoyote.

ASIEFAA KUFANYIWA HIJAMAH.

- **Watoto chini ya umri wa miaka kumi.**
- **Watu wazima zaidi ya miaka 70.**
- **Wagonjwa wanaotumia dawa za kufanya damu iwe nyepesi Kama vile Aspirin, Rivaroxaban (Xarelto), Dabigatran (Pradaxa), Apixaban (Eliquis), Heparin (various), Warfarin (Coumadin) n.k.**
- **Wanawake waja wazito na wenye kunyonyesha.**
- **Wagojwa waliofanyiwa upasuaji hivi karibuni.**

- **Wanaogua ugonjwa wa anemia**
- **Wenye historia ya saratani, kisukari,**

YANAYOMLAZIMU MGONJWA KABLA YA HIJAMAH.

Mambo yanayomlazimu mgonjwa kabla ya hijamah ni kama ifuatavyo;

• Asile chakula cha aina yoyote kabla ya hijama kwa masaa kama matatu hivi

• Kunyoa nywele sehemu itakayofanyiwa ijamah kama kuna ulazima kufanya hivyo

- Kuoga kabla ya kufanyiwa hijamah,hasa sehemu itakayo fanyiwa hijamah iwe safi.
-

YANAYO MLAZIMU MGONJWA BAADA YA HIJAMAH.

Yanayo mlazimu mgonjwa baada ya hijama ni;

• Ni kunywa juice au maji ya kutosha baada ya hijamah.

- Asivae nguo zinazobana sana baada ya hijamah.
- Mgonjwa apumzike kidogo baada ya hijamah kabla ya kuendelea na shughuli zake
- Baada ya hijamah mgonjwa ale chakula kidogo kuondosha njaa kwa sababu alikuwa hajala kabla ya hijamah
- Kuepuka kufanya tendo la ndoa angalau ata kwa siku tatu baada ya kufanyiwa hijamah.
- Usirudie kufanya hijama sehemu ile ile ila baada ya kupita angalau mwezi mmoja au na zaidi.
-

BAADHI YA UFAHAMU USIO SAHIHI KUHUSU HIJAMAH.

Hamna hadithi iliothibitisha kuhusu:
1- Kuzika damu ya hijamah
2-Kukoga baada ya hijamah.
3-Kufanya hijamah kila mwaka.
4-Kufanya hijamah kabla ya kula haimaanishi mapema asubuhi.
5-Sio sahihi kua mwanamke akiwa mja mzito atadhurika kwa kufanyiwa hijamah.

6-Sio sahihi kua mwanamke akiwa katika hedhi au nifasi hawezi kufanyiwa hijamah.

SIFA ZA DAKTARI WA HIJAMA.

Daktari wa kufanya hijama itamlazimu ajipambe na sifa zifuatazo;

1-UISLAMU.Awe muislamu muadilifu kwa sababu ni tiba ya kisunnah na daktari mwanzo awe na imani juu ya uislamu ndipo afuate sunnah.

2.NIA NJEMAH.Lazima nia ya daktari kwanza ni kumpatia mgonjwa tiba sahihi kwa dhati,bila ya ubaguzi wa rangi yake,jinsia yake,uraia wake,cheo chake katika

jamii,mali yake n.k. yote haya ni kutaka radhi za Allah Subhanahu wata’alah

3.UKWELI.Daktari hawezi kuwa na faida kwa mgonjwa bila ya kuzingatia ukweli na uaminifu wa kazi yake,maneno na vitendo vya kazi yake viafikiane na ukweli,ili mgonjwa ajenge kwenye moyo wake imani kwa daktari.

4. NASAHA KWA MGONJWA.

Daktari anatakiwa kutoa nasaha kwa mgonjwa na ushauri mara kwa mara, awe anamueleza ni aina ipi ya huduma ya tiba itakuwa bora na salama kwake, bila ya kumletea madhara yoyote na wepesi wa kugharamia tiba hiyo.

Afanye hivyo bila ya kujali maslahi ya kidunia, kwa hali hiyo mgonjwa atachagua njia ambayo ni rahisi kwake na salama zaidi isiyokuwa na madhara.

5. KUSITIRI UCHI.Sifa hii ni muhimu sana kwa daktari wa kufanya hijamah, haifai kwa mwanamume kumfanyia hijama mwanamke au mwanamke kumfanyia hijama mwanamume isipokuwa kwa dharura ya kutopatikana mtu wa jinsia yake mwenye ujuzi huo.Wakati wa

kufanyiwa hijama ni lazima mgonjwa asitiriwe mwili wake sehemu zinzofaa kusitiriwa isipokuwa sehemu inayofanyiwa hijama tu,na hijamah ifanyike katika chumba maalumu au sehemu iliyoandaliwa kwa ajili hiyo yenye sitara**.**

6. KUHIFADHI SIRI AU AIBU YA MGONJWA.

Kuhifadhi siri au aibu ya mwili wa mgonjwa ni jambo muhimu sana kwa daktari yoyote yule, daktari anatakiwa ahifadhi sri za mgonjwa wake asizitoe kwa watu, kwani akifanya hivyo atakuwa amemfedhehesha na kumuaibisha mgonjwa katika jamii anayoishi.

7. TABIA NJEMA.

Daktari ni lazima awe na tabia njema,awe mpole,awe mkarimu kwa wagonjwa,awe na matendo na maneno mazuri kwa wagonjwa wake,asiwe mkali na maneno ya dharau na kejeli kwa mgonjwa.

8. ELIMU NA UJUZI KUHUSU TIBA YA HIJAMAH**.**

Daktari wa kufanya hijamah awe tayari kujifunza zaidi kuhusu tiba ya hijamah,pia

awe tayari kukosolewa na kupokea ushauri au nasaha kutoka kwa wataalamu wanaoijua tiba hii,anapaswa kuwa tayari kuwafunza wengine na kuwapa elimu juu ya uzoefu wake katika tiba ya hijamah.

9. DAKTARI AWE MSAFI.

Daktari wa hijamah anatakiwa awe msafi wa mwili wake,mavazi yake,na mazingira yake yote kwa ujumla.

10. AWE NA UJUZI WA KUMSOMA MGONJWA WAKE.

Daktaria anatakikana awe na uwezo wa kumsoma mgonjwa dhamira yake ya kuja kwake ni ipi,na pia awe na uwezo wa kumshauri mgonjwa kuhusu ugonjwa na matibabu yake.

HAKI ZA MGONJWA.

Mgonjwa pia anazo haki zake kwa daktari ambazo ni lazima daktari amfanyie mgonjwa wake ambazo ni muhimu azipate nazo ni;

- Haki ya kutibiwa kwa upendo, umakini na uadilifu.

- Haki ya kupata taarifa sahihi kuhusu ugonjwa wake na matibabu stahiki na mchakato mzima wa matibabu na uangalizi wake.
- Haki ya kitibiwa kipekee na usiri wa mgonjwa.
- Haki ya kukataa huduma pindi aonapo zipo chini ya kiwango.
- Haki ya kujieleza na ana haki ya kuchagua huduma.
- Haki ya kuthamini huduma inayotolewa,vifaa vya vya tiba vinavyotumika,haki ya kutolewa taarifa kulingana na mahitaji ya daktari.
- Haki ya kutoa madai au malalamiko kwa mamlaka husikakutokana na huduma aliyoipata,hasa kama hakuridhika nayo.
- Haki ya kusikilizwa maoni yake,mapendekezo yake kuhusu ugonjwa wake,matibabu yake na mchakato mzima wa huduma yake.

SIFA NZURI ZA KLINIKI AU CHUMBA CHA HIJAMAH.

-Chumba kiwe kisafi na ukutani kupakwe rangi nyeupe.
-Chumba kiwe kisafi mara kwa mara na ikibidi kisafishwe kila baada ya mtu kutoka kufanyiwa hijamah.
-Chumba kiwe na stara mgonjwa asionekane anapofanyiwa hijamah.
-Kuwe na mfumo mzuri wa kuingiza hewa safi na kuwepo mwangaza wa kutosha.

KUANDAA CHUMBA CHA HIJAMAH.

VIFAA AU VYOMBO.

1-Wembe mpya ambayo haijatumika.
2-Glasi za hijamah ziwe mpya hazijatumika na bora ziwe disposable.
3-Mkasi na mashini ya kunyolea panapo bidi kunyoa.
VITU VYA LAZIMA.

1-Pamba
2-Tissue
3-Dettol
4-Spirit
5-Plaster
6-Asali au jelly (Vaseline).
7-Kapu la kutupia taka na ndani yake kuwe na mfuko wa nyloni.
8-Viti khasa vya kukalia wakati wa kufanyia hijamah.
9-Kitanda khasa cha kulalia wakati wa kufanyiwa hijamah.
10-Meza ndogo ya kuwekea vyombo vyako.
11-Rekodi ya kumbukumbu ya mgonjwa inayoeleza maelezo yake yote ya muhimu.

Mwisho

Mwisho kabisa tuna wasihi ndugu zetu kufanya hijama kama tiba mbadala katika kila maradhi, tiba inayoleta maajabu makubwa duniani kwa kuweza kutibu magonjwa mengi makubwa yaliyo washinda madaktari bingwa mahospitalini.
Namuomba Allah subhanahu wata'ala ajaalie nyaraka hizi iwe ni sababu ya watu kupata shifaa ya maradhi yao hapa duniani Inshaa Allah.

AL WASTAN

RUQYA AND HIJAMAH TREATMENT CENTRE

Kariakoo mtaa wa Mafia karibu na Msikiti wa Manyema

Mobile: +255 787 111 990 | : +255 652 757 070

| Dr. Abdulkarimmambosaleh

Ref No: ____________________

Patient's information:

Name	Sex	Age	Addres	Mobile

Name of contact person in case of emergency	Relation	Mobile

Does he/she has the following diseases

Anaemia		Heart disease		HIV Aids		TB		Any other problem
Pressue		Blood cancer		Kidney problem		Blood Sugar		

Is this your first time to do cupping?	Yes	No

Reason for doing cupping		
	Treatment	
	Sunnah	

Special for Ladies: Does she has the following condition:

Pregnancy	Menstruation	Any Other problem

Cupping Onformation:

Visits	Date	Pressure	Temp	Weight	Place of Cupping	Number of places	Number of Cupping
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							

Doctor's Remarks:

____

____

____

____

______________________ Sign ______________ Date ______________