

BAŃKI LEKARSKIE (TERAPIA PRÓŻNIOWA ORAZ OGNIOWA) INFORMACJA O ZASTOSOWANIU I TECHNIKACH STAWIANIA BANIEK LEKARSKICH

Bańki lekarskie, modele:

próżniowe	S04	S04A	S04B	S04C	S04D	S04E
ogniowe	S04E	S04F	S04G	S04H	S04I	
ogniowe	S04J	S04K	S04L	S04M	S04N	

Opracowanie: lek. med. Włodzimierz Przygoda

Stawianie baniek jest metodą leczniczą znaną od ponad 5 tysięcy lat. Najstarsze dokumenty potwierdzające stosowanie baniek to pieczęcie lekarskie z godłem wyobrażającym bańki lekarskie pochodzące z Mezopotamii z ok. 3300 roku pne. Również w starożytnym egipskim papirusie weterynaryjnym z 2200 r pne można znaleźć wzmianki o tej metodzie terapeutycznej. Starożytni Grecy uważali boga Telesphora syna Asklepiosa za patrona baniek, a ich rysunki umieszczone były na godłach wybitnych lekarzy. Hipokrates podał dokładny opis baniek i teoretyczne podstawy ich stosowania. Za czasów Celsusa bańki stosowano w leczeniu infekcji ropnych skóry oraz przeciwdziałaniu zastoju krwi. Arabscy lekarze Abul Kasim i Avicenna opisywali sposób przeprowadzania zabiegów leczenia bańkami. Również słynna szkoła lekarska w Salerno we Włoszech, czy Paracelsus uznawali bańki za skuteczną metodę leczniczą. W pierwszym polskim dziele leczniczym Stefana Falimirza „Zielnik czyli Herbarz” znajdujemy opisy i ryciny wskazujące jak należy stawiać bańki. Bańki również szeroko stosowane były i są nadal w Chinach najczęściej kompleksowo jako zabieg uzupełniający akupunkturę. Współczesna medycyna również uznaje bańkoterapię jako metodę leczenia wielu schorzeń.

W tradycji europejskiej bańki wykorzystywane są jako skuteczna pomoc w przypadku ostrych i przewlekłych infekcji górnych i dolnych dróg oddechowych oraz astmy oskrzelowej.

W medycynie Dalekiego Wschodu stosowane są w leczeniu wielu chorób i dolegliwości bólowych oraz po urazach. Stawia się je w punktach akupunkturowych oraz w tak zwanych punktach Ashi. Wykonuje się także masaż bańką – tzw. masaż próżniowy.

Bańki stosuje się również jako pierwszą pomoc w przypadkach ukąszenia przez owady.

SPOSÓB DZIAŁANIA BANIEK

Efekt leczniczy baniek wywołany jest podciśnieniem, oddziaływującym na skórę i znajdujące się w niej i pod nią struktury.

Wytworzone w bańce podciśnienie zasysa skórę do jej wnętrza, w wyniku czego dochodzi do

pęknięcia podskórnych naczynek krwionośnych i wydostania się z nich pewnej ilości krwi do tkanki podskórnej (widoczny krwiak). System obronny organizmu traktuje tę krew jako obce białko i wytwarza dużą ilość ciał odpornościowych, które kierują swoje siły przeciwko infekcji. Jest to tzw. działanie immunologiczne w mechanizmie auto hemoterapeutycznym.

Działanie mechaniczne podciśnienia na skórę, powoduje podrażnienie receptorów baroreceptorów, termoreceptorów i receptory bólowe) zwiększenie ukrwienia i na drodze reakcji odruchowej skórno- trzewnej poprawę czynności narządu wewnętrznego, związanego ze strefą skóry, na której postawiono bańki.

Teorie akupunktury czy współczesnej neurofizjologii w pełni tłumaczą działanie lecznicze baniek.

Rozróżniamy dwie techniki stawiania baniek:

Termiczna (ogniowa)- gdzie podciśnienie uzyskuje się wypompowując powietrze z wnętrza bańki poprzez umieszczenie w niej na kilka sekund płomienia (najczęściej nasączony spirytusem płonący wacik trzymany na metalowym narzędziu tzw. kwaczu).

Zimna (bez ogniowa)- wytworzenie podciśnienia w bańce poprzez zastosowanie specjalnej pompki tłokowej, gumowej gruszki czy wręcz bezpośrednio zgniecenie elastycznej bańki.

Obie techniki stawiania baniek dają jednakowe efekty terapeutyczne. Jednak współczesne stosowanie baniek próżniowych z regulowanym za pomocą pompki podciśnieniem daje możliwość dostosowania wielkości tego podciśnienia do oczekiwań lekarza, a tym samym zwiększenia skuteczności zabiegu lub jego złagodzenia u dzieci.

Podczas stawiania baniek należy pamiętać że:

1. Zabieg stawiania baniek powinien być wykonywany po konsultacji i badaniu lekarskim .
2. Nie wolno stawiać baniek w okolicach:
 - serca i dużych naczyń krwionośnych,
 - oczu,
 - uszu,
 - nosa,
 - brodawek piersiowych,
 - żołądka,
 - żyłaków,
 - na skórę uszkodzoną lub zmienioną chorobowo,
 - na znamionach barwnikowych
 - u kobiet ciężarnych na podbrzusze i w okolicy lędźwiowej.
3. Należy omijać miejsca gdzie skóra leży bezpośrednio na kościach (ok. lędźwiowa, łopatki, kręgosłup, mostek, obojczyki).

Wskazania do bańkoterapii:

1. Ostre infekcje górnych dróg oddechowych (przeziębienie: infekcje kataralne, zapalenie gardła, zapalenie tchawicy, grypa).
 2. Przewlekłe choroby górnych dróg oddechowych (przerost migdałków podniebiennych i nawracające anginy).
 3. Ostre infekcje dolnych dróg oddechowych (zapalenie oskrzeli, opłucnej, płuc).
 4. Przewlekłe choroby dolnych dróg oddechowych (przewlekłe zapalenie oskrzeli, astma oskrzelowa)
 5. Poinfekcyjna nad reaktywność dróg oddechowych objawiająca się przewlekłym kaszlem.
 6. Profilaktycznie (wzmocnienie układu odpornościowego) - u dzieci często zapadających na infekcje dróg oddechowych oraz u osób obłożnie chorych, długotrwale unieruchomionych (również jako profilaktyka odleżyn).
- Ponadto mogą być stosowane w leczeniu dolegliwości (ale tu efekt terapeutyczny jest zależny od osobniczej wrażliwości na refleksoterapię) takich jak:
7. Ostre zapalenie korzonków nerwowych.
 8. Moczzenie nocne.
 9. Zespół nadwrażliwego jelita grubego.
 10. Brak lub bolesne miesiączki.
 11. Ostre i podostre mięśniobóle.
 12. Ostre i podostre nerwobóle.
 13. Ostro i przewlekły ból w okolicy krzyżowo - lędźwiowej.
 14. Rwa kulszowa.
 15. Ostre i przewlekłe zapalenia stawów.
 16. Bóle głowy, migrena.
 17. Nerwice wegetatywne (narządowe).

Baniek nie należy stosować u pacjentów u których występują:

1. Rozległe zmiany zapalne skóry (alergiczne, ropne lub grzybicze).
2. Wzmoczona kruchość naczyń krwionośnych.
3. Skazy krwotoczne (zespoły złej krzepialności krwi np. hemofilia).
4. Dusznosc (np. stan astmatyczny, niewydolność oddechowa i/lub krążeniowa).
5. Choroby autoimmunologiczne (tzw. choroby z autoagresji).
6. Stwardnienie rozsiane w okresie nowego rzutu.
7. Anemia i stany ogólnego wyniszczenia.
8. Wysoka gorączka (powyżej 38,5°C).
9. Nieustabilizowane nadciśnienie tętnicze ze skokami ciśnienia skurczowego powyżej 200 mmHg.
10. Kobiетom ciężarnym nie wolno stawiać baniek do 4-go miesiąca ciąży ze względu na ryzyko poronienia. Od 5-go miesiąca ciąży nie stawiamy baniek na podbrzusze oraz okolicę lędźwiową oraz gdy ciąża jest zagrożona. W ciąży nie należy stosować dużego podciśnienia.
11. W przypadku wylewów podskórnych i obrzęków spowodowanych stłuczeniem lub skręceniem nie powinno się stawiać baniek przed upływem 24 godzin od urazu.
12. Czynna choroba nowotworowa.
13. Gruźlica.
14. Drgawki.
15. Stan po spożyciu alkoholu.
16. Baniek nie należy stawiać bezpośrednio po posiłku. *

UWAGA!

Należy zachować ostrożność u osób leczonych lekami przeciwzakrzepowymi (aspiryna, acenocumarol itp).

STAWIANIE BANIEK W SPOSÓB TRADYCYJNY

Przy ostrych i przewlekłych chorobach dróg oddechowych, bańki o małym rozmiarze stawia się na dużych powierzchniach (plecy, klatka piersiowa) szeregami w odległości 1 cm jedna od drugiej z zachowaniem szczególnej ostrożności w okolicy serca.

Rytm zabiegów ustala się indywidualnie, kierując się stanem ogólnym chorego, rodzajem i stadium choroby oraz stopniem tolerancji zabiegu.

W chorobach ostrych bańki można stawiać co dwa dni przez tydzień. Najlepsze efekty uzyskuje się rozpoczynając zabiegi przy pierwszych zwiastunach choroby.

W chorobach przewlekłych – raz lub dwa razy w tygodniu przez kilka lub kilkanaście tygodni.

Profilaktycznie, uodparniająco u dzieci i osób często zapadających na infekcje dróg oddechowych stosujemy serię 10–12 zabiegów 2 razy w tygodniu. Kurację rozpoczynamy ok. 6 tygodni przed okresem wzmożonych zachorowań.

PRZYGOTOWANIE DO ZABIEGU

1. Pomieszczenie w którym wykonujemy zabieg powinno być dobrze przewietrzone, bez przeciągu i mieć temperaturę ok. 22 stopni Celsjusza.
2. Chorego należy wygodnie ułożyć lub usadzić aby nie poruszał się w trakcie zabiegu.
3. W miejscu gdzie mają stać bańki ogolić włosy jeżeli owłosienie jest nadmierne.
4. Skórę umyć ciepłą wodą z mydłem i natłuścić - wazeliną, kremem, oliwką, maścią z witaminą A, oliwą z oliwek lub pestek winogron itp.
5. Bańki przed użyciem należy ogrzać w ciepłej wodzie nie zaparzać ani gotować!

STAWIANIE BANIEK PRÓŻNIOWYCH

Pompkę ssącą należy połączyć z bańką wciskając zawór bańki w gumową część pompki.

Bańkę przyciskamy do miejsca gdzie mamy ją przyssać. Odsysamy powietrze z bańki aż do oczekiwanego efektu zassania skóry który musi być określany indywidualnie. W tym względzie należy kierować się wskazaniem lekarza. Często wystarcza jeden, niepełny ruch pompki. Bańki elastyczne przysysamy poprzez zgniecenie gumowej bądź silikonowej bańki.

U osób z delikatną skórą, cienką podściółką tłuszczową, u osób szczupłych i dzieci wystarczy gdy wybrzuszenie będzie wynosiło 3-4 mm. U osób o mocnej budowie ciała, ze skórą twardszą i z grubszą tkanką tłuszczową należy uzyskiwać większe podciśnienie, większy stopień wessania skóry do bańki.

Należy pamiętać, by u osób w podeszłym wieku i niemowląt podciśnienie nie było zbyt duże bez względu na grubość podściółki tłuszczowej, gdyż naczynia krwionośne są bardzo kruche.

STAWIANIE BANIEK OGNIOWYCH

Bańki szklane o odpowiednio dobranych rozmiarach (w zależności od wieku pacjenta i miejsca ich stawiania) można uprzednio zanurzyć w ciepłej wodzie (bańki ciepłe), ale nie jest to konieczne. Po wytarciu tak ogrzanej bańki do sucha zbliżamy ją w miejsce, w którym chcemy ją postawić. Przygotowujemy drut (patyk) z owiniętym na jego końcu wacikiem nasączonym spirytusem (denaturowanym) zwany „kwaczem” i zapalamy płomień. Na trzy sekundy umieszczamy płonący kwacz w środku przygotowanej bańki, następnie usuwamy go szybkim ruchem, a bańkę przyciskamy do skóry. Płomień kwacza wypompował z bańki powietrze, wywołując podciśnienie, które umożliwia przyssanie bańki w wybranym przez nas miejscu. Wbrew nazwie bańki ogniowe nie są gorące i nie parzą, a ogień używany jest jedynie do uzyskania podciśnienia. Dla ułatwienia zabiegu skórę można uprzednio natłuścić.

UWAGA!!!

1. W miejscu stawiania bańki pacjent powinien odczuwać ciepło oraz rozciąganie, a nie ból. Jeżeli pacjent podczas zabiegu odczuwa ból należy natychmiast usunąć bańki.
2. W niektórych przypadkach (np. przy zbyt silnym lub za długim postawieniu baniek) na skórze mogą się pojawiać pęcherze. Należy wtedy natychmiast usunąć bańki i skontaktować się z lekarzem.

CZAS TRWANIA ZABIEGU

U dorosłych 15–20 minut.

U dzieci poniżej 7 roku życia należy stosować bańki najwyżej przez 5 minut,

U dzieci od 7 do 14 lat oraz osób wątłych, osłabionych i starszych – do 10 minut.

Jeżeli bańka odpadnie przed czasem, ze względu na zbyt niskie podciśnienie i nie uzyskamy widocznego wynaczynienia krwi, zabieg można powtórzyć w tym samym miejscu.

Zabieg kończymy uciskając palcem skórę przy bańce w celu jej rozszczelnienia i bezbolesnego zdjęcia.

Pacjent, podobnie jak po zabiegu akupunktury powinien odpocząć przez 15-20 minut ciepło przykryty. Pozostanie w domu czy leżenie w łóżku wskazane jest tylko wtedy, gdy wymaga tego stan chorego.

STAWIANIE BANIEK W PUNKTACH AKUPUNKTUROWYCH

Stawianie baniek w punktach akupunktury oddziaływane na te punkty w sposób podobny do samego zabiegu stymulacji punktu igłą akupunkturową. Można też stawiać bańkę na miejsce w którym tkwi wbita igła lub na miejsce uprzednio nakłute. Również można w tym miejscu zastosować mikro magnesik o określonej polaryzacji (załączony do zestawu baniek z pompką).

Efekt terapeutyczny tej metody zależy od indywidualnej wrażliwości pacjenta na refleksoterapię oraz doświadczenia terapeuty. Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu są takie same jak do akupunktury.

STAWIANIE BANIEK W MIEJSCACH WZMOŻONEJ BOLESNOŚCI (W PUNKTACH ASHI)

W mięśniobólach, nerwobólach międzyżebrowych, rwie kulszowej wykorzystuje się do leczenia bańkami głównie te punkty i strefy wokół nich leżące, w których odczuwana jest wzmożona bolesność (punkty Ashi). Na ogół nie są to klasyczne punkty akupunkturowe. Zwykle nad miejscem chorym wykrywa się badaniem dotykowym kilka takich punktów.

Przed rozpoczęciem leczenia bańkami należy wyszukać (stosując lekki ucisk palcami) punkty bolesne i tam postawić bańki.

MASAŻ PRÓŻNIOWY BAŃKAMI

Zalecane środki ostrożności oraz przeciwwskazania do masażu próżniowego bańkami są takie same jak w przypadku zabiegu stawiania baniek.

Masaż bańkami jest specjalną formą masażu który wywiera o wiele głębszy efekt od klasycznego masażu ręcznego. Jego działanie lecznicze związane jest z silniejszym ukrwieniem tkanek w obszarze poddanym zabiegowi i ich lepszym odżywieniem oraz przyspieszeniem odpływu krwi żyłnej i limfy, co ułatwia usuwanie zbędnych produktów przemiany materii oraz innych substancji szkodliwych. Ponadto zabieg ten jest jednym ze sposobów odprężenia i rozluźnienia mięśni.

Masaż próżniowy wywiera korzystny wpływ nie tylko bezpośrednio na mięśnie i skórę, ale na drodze odruchowej działa na narządy wewnętrzne, jak również wzmacnia układ odpornościowy oraz uwalnia organizm od toksyn.

Aby ułatwić przesuwanie bańki przed zabiegiem należy natłuścić skórę oliwką lub maścią.

Następnie stawia się bańkę na skórze sposobem tradycyjnym, po czym przesuwa się ją po powierzchni ciała wykonując nią ruchy okrężne. Zabieg powinien trwać 3–5 minut. Można go powtarzać co drugi dzień. Długość serii zabiegów uzależniona jest od charakteru choroby i uzyskiwanych efektów jej leczenia. W ostrych procesach chorobowych wystarcza zazwyczaj kilka a w stanach przewlekłych nawet kilkanaście zabiegów.

Prawidłowo wykonany masaż bańką wywołuje niekiedy tylko nieznaczne zaczerwienienie lub zasinienie, a czasami nie wywołuje żadnej reakcji. Nie należy jednak przekraczać zalecanego czasu.

CZYSZCZENIE I DEZYNFEKCJA

Po przeprowadzonym zabiegu zaleca się mycie baniek ciepłą wodą z niewielkim dodatkiem środka do mycia naczyń, a następnie dokładne wypłukanie czystą wodą.

W razie konieczności dezynfekcji należy zastosować promieniowanie UV lub ogólnie przyjęte płyny dezynfekcyjne. Można wykonywać (zimną) sterylizację gazową.

Do dezynfekcji baniek z zaworem zwrotnym nie stosować wysokiej temperatury ze względu na możliwość uszkodzenia zaworu bańki.

PIŚMIENNICTWO:

1. Aleksandrowicz J., Duda H.: U progu medycyny jutra. Warszawa 1988.
2. Chirali I. Z.: Traditional Chinese Medicine – Cupping Therapy. Churchill Livingstone 1999.
3. Garnuszewski Z.: Akupunktura we współczesnej medycynie. Warszawa 1996.
4. Ibrachimowa W.: Masaż punktowy. Warszawa 1990.
5. Red. Janicki K., Rewerski W.: Medycyna naturalna. Warszawa 1991.
6. Kondraciuk H.: Zastosowanie baniek lekarskich. Kraków 1995.
7. Maczeret E., Samosiuk I.: Akupunktura i inne metody refleksoterapii. Warszawa 1990.
8. Operacz H.: Zasady akupunktury. Teoria i praktyka. Poznań 1993.
9. Piotrowski H.: Sztuka stawiania baniek. Zarys teorii i zastosowanie w praktyce lekarskiej. Warszawa 2000.
10. Talik H., Talik W.: Nie tylko o leczeniu bańkami. Kraków 1996