

مبانی سنتی طب در مسیرهای نوین سلامتی

نویسنده:

رشید بیخا

حکیم محمد عبدالحق

مترجم:

دکتر سید امیر میر آتش یزدی

دستیار تخصصی جراحی عمومی دانشگاه علوم پزشکی تهران

نشر چوگان

سرشناسه	:	بیخا، رشید، ۱۹۳۸ - م.
عنوان و نام پدیدآور	:	Bhikha, Rashid
مشخصات نشر	:	مبانی سنتی طب (طب سنتی) در مسیرهای نوین سلامتی/رشید بیخا، محمد عبدالحق؛ مترجم
مشخصات ظاهری	:	سیدامیر میرآتش یزدی.
شابک	:	تهران: چوگان، ۱۳۹۸.
وضعیت فهرست نویسی	:	۲۰۸ص.
یادداشت	:	۹۷۸-۶۰۰-۸۶۶۷-۵۵-۱
موضوع	:	فیبا
موضوع	:	عنوان اصلی: Tibb: traditional roots of medicine in modern routes to health.
موضوع	:	پزشکی سنتی
موضوع	:	Traditional medicine
موضوع	:	گیاهان دارویی
موضوع	:	Medicinal plants
موضوع	:	بیماری‌ها -- درمان جایگزین
موضوع	:	Diseases-- Alternative treatment
شناسه افزوده	:	عبدالحق، محمد
شناسه افزوده	:	میرآتش یزدی، سیدامیر، ۱۳۴۸-، مترجم
رده بندی کنگره	:	R۱۳۵
رده بندی دیویی	:	۵۰۰۲۲۲۶
شماره کتابشناسی ملی	:	

مبانی سنتی طب در مسیرهای نوین سلامتی

مولفان: رشید بیخا، حاکیم محمد عبدالحق

مترجم: دکتر سید امیر میرآتش یزدی

ناظر چاپ: زهرا طاهری | نشر: چوگان

شمارگان: ۲۰ جلد | نوبت چاپ: اول/۱۳۹۸ | قیمت: ۴۲۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۶۶۷-۵۵-۱

ادرس سایت www.choogan.com | شماره تلفن ۰۹۱۲۳۵۹۱۴۴۳-۶۶۴۰۶۴۷۷

این کتاب تحت قانون حمایت از مولفین و پدیدآورندگان می باشد و هرگونه برداشت کلی یا جزئی منوط به اجازه کتبی از ناشر می باشد.

فهرست

فصل اول / چرا طب جدید نمی‌تواند دید کاملی به شما ارائه بدهد؟	۱۱
فصل دوم / ریشه‌های سنتی طب در مسیرهای نوین سلامتی	۳۰
فصل سوم / راهی به سوی سلامت	۴۲
فصل چهارم / رابطه میان شخصیت و بیماری	۵۵
فصل پنجم / شش فاکتور تعیین کننده سلامت	۷۹
فصل ششم / حفظ سلامت مطابق با مزاج	۱۰۷
فصل هفتم / حفظ سلامتی و درمان بیماری‌ها	۱۲۰
برای هر بیماری، دلیلی وجود دارد	۱۲۲
آکنه (جوش)	۱۲۳
آنمی (کم خونی)	۱۲۵
آنژین و حمله‌های قلبی	۱۲۶
اضطراب و استرس	۱۲۸
التهاب مفاصل	۱۳۰
استئوآرتریت	۱۳۱
رماتیسم مفصلی	۱۳۲
نقرس	۱۳۴
آسم	۱۳۶
پای ورزشکاران	۱۳۷
بوی بد دهان	۱۳۸
عفونت مثانه	۱۴۰
کورک	۱۴۲
سرطان	۱۴۳

- ۱۴۵.....علائم هشدار دهنده در برخی سرطان‌ها.
- ۱۴۶.....بیماری‌های مرتبط با کودکان.
- ۱۴۶.....شب ادراری.
- ۱۴۷.....آبله مرغان.
- ۱۴۸.....بیش فعالی.
- ۱۵۱.....سرخک.
- ۱۵۱.....آسیب‌شناسی و علائم.
- ۱۵۲.....اریون.
- ۱۵۳.....سندرم خستگی مزمن.
- ۱۵۵.....سرماخوردگی و آنفلانزا.
- ۱۵۶.....یبوست.
- ۱۵۷.....سرفه.
- ۱۵۸.....سرفه خشک.
- ۱۵۸.....سرفه تر (خلط‌دار).
- ۱۵۹.....افسردگی.
- ۱۶۱.....دیابت شیرین.
- ۱۶۱.....دیابت وابسته به انسولین.
- ۱۶۲.....دیابت غیر وابسته به انسولین.
- ۱۶۴.....اسهال.
- ۱۶۵.....بیماری‌های مرتبط با زنان.
- ۱۶۷.....اختلال قاعدگی (قاعدگی دردناک).
- ۱۶۷.....سندرم پیش از قاعدگی.
- ۱۶۸.....لکوره (ترشحات واژنی).

۱۷۰	منوراژی (خونریزی بیش از حد قاعدگی).....
۱۷۱	مشکلات مرتبط با یائسگی.....
۱۷۴	تب.....
۱۷۵	تب یونجه.....
۱۷۷	سردرد.....
۱۷۸	سردردهای صفراوی / میگرن.....
۱۷۹	سردردهای دمو.....
۱۸۱	سردردهای بلغی / میگرن.....
۱۸۲	سردردهای سودایی.....
۱۸۳	فشار خون بالا.....
۱۸۴	۱) هایپرتانسیون به دلیل عدم تعادل سرد و خشک یا خشک و گرم.....
۱۸۶	۲) هایپرتانسیون به دلیل عدم تعادل سرد / تر / دمو.....
۱۸۸	کلسترول بالا.....
۱۹۰	ضعف سیستم ایمنی.....
۱۹۱	ناتوانی جنسی.....
۱۹۱	فقدان کامل نعوذ.....
۱۹۱	نعوذ شل.....
۱۹۲	سوء هاضمه.....
۱۹۴	بی خوابی.....
۱۹۶	بیماری های کبدی و سوء استعمال الکل.....
۱۹۸	تهوع و استفراغ.....
۱۹۹	زخم های دستگاه گوارش.....
۲۰۱	بواسیر.....

- ۲۰۳ انزال زودرس.
- ۲۰۴ التهاب سینوس ها (سینوزیت).
- ۲۰۶ التهاب لوزه / گلو درد.
- ۲۰۷ دندان درد / لق شدن دندان / خونریزی لثه.

www.ketab.ir

دانش پزشکی امروز از مسیر پر فراز و نشیبی طی قرون و اعصار گذشته و سازه پر هیمنه خود را بر شانه‌های دانشمندان و پزشکان گذشته، از تمدن‌ها و سرزمین‌های گوناگون، برافراشته است. دانش پزشکی را می‌توان همزاد بشر دانست. بشر از همان ابتدای خلقت به دنبال یافتن راهکارهایی برای کاهش آلام و دردهای خود بوده و با مراجعه به طبیعت اطراف خود نخستین گام‌ها را در خلق دانش پزشکی برداشته است؛ پس از آن نیز با تکوین رشد تمدن‌های بشری طی تاریخ، دانش پزشکی نیز رشد و تکامل یافته و مکاتب پزشکی در رگی در اقصی نقاط دنیا، به‌ویژه نزد صاحبان تمدن‌های بزرگ مانند چین، ایران و هند، پا به عرصه می‌گذارند. این مکاتب پزشکی با بهره‌گیری از نسل‌ها تجربه و آزمون و خطا در سازه‌های فلسفی خود گنجینه ارزشمندی از دانش بشری در حفظ سلامت و درمان بیماری‌ها شام می‌شوند. در قرون گذشته، در عبور از این سنت‌های پزشکی کل‌نگر به پارادایم پزشکی جبرء‌گر و مولکولی امروز، به دنبال سرعت بالای این انتقال از سویی و نیز نگرش و نگاه سوبگر به تجربه هزاران ساله بشری در سنت‌های علمی و پزشکی از سوی دیگر، داشته‌های این مکاتب پزشکی به‌طور کامل به پزشکی نوین منتقل نشد و این گنجینه‌های ارزشمند در بسیاری از جوانب به محاق فراموشی سپرده شد، اما از سمتی دیگر، گرچه برای سال‌ها شاهد آدامک پزشکی از استفاده از داشته‌های علمی تاریخی خود روی گردان بود، پیوند با این مکاتب پزشکی تاریخی با زندگی و فرهنگ مردم، موجب حفظ بخش بزرگی از آنها در حلق بیندجامعه و فرهنگ و سنت‌های مردمی، به‌ویژه در جوامعی با پیشینه‌های تاریخی تمدنی بزرگ و صاحبان این مکاتب پزشکی تاریخی شد. حال با افزایش نگاه به بازگشت به فراورده‌های طبیعی در میان جامعه در دهه‌های اخیر، سازوکارهای نگاه آکادمیک به طب‌های سنتی و مکمل نیز در جوامع مختلف شکل گرفته است. در این میان برخی کشورها پیشروتر بوده و از این فرصت بزرگ استفاده‌های بسیار برده‌اند که چین و هند را می‌توان از جمله مهم‌ترین

نمونه‌های آن نامید. این استفاده از سه جنبه قابل تامل است: کمک به پیشگیری و درمان (حوزه سلامت)، اقتصاد و فرهنگ (هویت). سرزمین ایران نیز با تجربه هزاران ساله استفاده از طب ایرانی (Persian Medicine)، یکی از تمدن‌های پیشرو و موفق در حوزه پزشکی بوده که طب سنتی به‌جای‌مانده از این تمدن کهن (طب ایرانی)، پتانسیل‌های بزرگی برای ورود به حوزه سلامت و استفاده در پیشگیری و درمان، کمک به اقتصاد مقاومتی بر پایه دانش بومی و ارتقای هویت ملی و دینی دارد. در این راستا کمی پس از یک دهه است که این دانش وارد دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور شده و پزشکان و داروسازان می‌توانند به ترتیب برای دوره دکتری تخصصی (PhD)، وارد رشته‌های طب سنتی، داروسازی سنتی شوند. وجود ۸ دانشکده و ۲۱ رشته‌محل (گروه) برای طب سنتی، پنج سال تجربه حضور موفق این رشته در دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور است؛ همچنین وجود اسناد بالادستی، همچون بند ۱۲ سیاست‌های ابلاغی مقام معظم رهبری، سند انجمن دارویی و طب سنتی، مصوب شورای عالی انقلاب فرهنگی و همچنین دو بند مهم در توسعه طب سنتی در برنامه ششم توسعه، مصوب مجلس شورای اسلامی، نشان از نگاه جدی در گسترش علمی طب ایرانی در کشور دارد.

از سوی دیگر، تجربه موفق به‌کارگیری طب‌های سنتی در کشورهای مانند هند و چین، نگاه جهانی در حوزه سلامت را نیز به بهره‌برداری از این منابع بزرگ معطوف کرده است، چنانچه در آخرین استراتژی سازمان بهداشت جهانی (WHO) حوزه طب‌های سنتی، به‌کارگیری این مکاتب پزشکی به شکل تلفیقی با طب مدرن (طب تلفیقی: Integrative Medicine)، مورد تأکید قرار گرفته است. این نوع نگاه در کشور ما هم با استفاده از پتانسیل پزشکان و داروسازان در ورود به مقطع دکتری تخصصی (PhD) طب سنتی و داروسازی سنتی به بهترین نحو عملیاتی شده است، به نگاه علمی و استفاده

از دانش نوین در استخراج نکات مثبت و کاربردی طب‌های سنتی در جامعه پزشکی امروز کمک شایانی می‌کند.

در این میان، تجارب کشورهای مختلف و دیدگاه آنها در طب سنتی، فرصتی مغتنم برای پژوهشگران و فعالان درمانگر طب سنتی ما است تا با نوع نگاه ایشان و مکاتب پزشکی آنها به سلامت و درمان آشنا شوند و ترجمه ارزشمند پیش رو، فارغ از تایید یا عدم تایید صحت همه محتوای آن، این فرصت را در اختیار متخصص طب سنتی و یا داروسازی سنتی بران قرار می‌دهد که با دیدگاه و رویکرد نویسندگان این کتاب از منظر و نگاهی دیگر آشنا شود و گامی در راستای جهانی‌سازی نگاه طب سنتی در کشور به شمار می‌رود و لذا از منرج و ناش این اثر کمال تشکر و قدردانی را داشته و امیدوارم مسیر ترجمه آثار و نگاشته‌ها نویسنده، غیر ایرانی در حوزه طب‌های سنتی و مکمل سایر ملل هموار شده و این آثار مورد توجه بیشتری قرار گیرد.

و من الله توفیق

دکتر آرمان زرگران

استادیار داروسازی سنتی دانشگاه علوم پزشکی تهران

مشاور امور بین‌الملل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

خرداد ۱۳۹۹