

باسمه تعالی

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

دق‌رطب ایرانی



مجموعه راهنماهای بالینی

روش‌های ساده تشخیص و درمان گام به گام بیماری‌ها در طب ایرانی

# درمان گام به گام کبد چرب غیر الکلی

ویرایش اول

عنوان و نام پدیدآور : درمان گام به گام کبد چرب غیر الکلی / نویسندگان مهدی پاسالار ... [ و دیگران ] ؛ سرپرست تدوین مرتضی مجاهدی ؛ [ برای ] وزارت بهداشت ، درمان و آموزش پزشکی ؛ دفتر طب ایرانی.

مشخصات نشر : تهران: ایرانیان طب، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری : ۴۰ ص.؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.

فروست : مجموعه راهنماهای بالینی روشهای ساده تشخیص و درمان گام به گام بیماریها در طب ایرانی.

شابک : 978-622-617537-1

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

یادداشت : نویسندگان مهدی پاسالار، ابراهیم خادم، رسول چوپانی، زهرا گرجی، مریم عطیمی، مرتضی مجاهدی، روشنگر مکبری نژاد، محسن نصیری طوسی.

یادداشت : کتابنامه.

موضوع : بیماری کبد چرب غیرالکلی -- درمان جایگزین -- Non-alcoholic fatty liver disease

Alternative treatment

موضوع : پزشکی ایرانی Medicine, Persian

موضوع : پزشکی سنتی Traditional medicine

شناسه افزوده : پاسالار، مهدی، ۱۳۵۶-

شناسه افزوده : مجاهدی، مرتضی، ۱۳۵۲ خرداد-

شناسه افزوده : ایران، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی. دفتر طب ایرانی

رده بندی کنگره : ۸۴۸RC

رده بندی دیویی : ۳۶۲/۶۱۶

شماره کتابشناسی ملی : ۶۰۷۲۷۵۶

مجموعه راهنماهای بالینی

روش های ساده تشخیص و درمان بیماری ها در طب ایرانی

درمان گام به گام کبد چرب غیر الکلی

نویسندگان: مهدی پاسالار، ابراهیم خادم، رسول چوپانی،

زهرا گرجی، مریم عطیمی، مرتضی مجاهدی، روشنگر مکبری نژاد، محسن نصیری طوسی

طراح جلد: زهرا رفیعی

ناشر: ایرانیان طب

نوبت چاپ: اول/ ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

بها: ۳۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۱۷۵-۳۷-۱

تلفن: ۰۲۱۸۸۹۹۶۳۵۷

این کتاب مشمول قانون حمایت از حقوق مولفان و مصنفان است. کپی برداری از کتاب به هر روش اعم از فتو کپی، ریسوگرافی، تهیه فایل های PDF، لوح فشرده، عکس برداری، بازنویسی در وبلاگ ها، سایت ها، شبکه های اجتماعی، مجله ها و کتاب، بدون اجازه کتبی از ناشر مجاز نیست و موجب پیگرد قانونی می شود

|    |                                                                |
|----|----------------------------------------------------------------|
| ۵  | ..... «مقدمه»                                                  |
| ۶  | ..... کلام نخست                                                |
| ۸  | ..... کلام نویسنده                                             |
| ۹  | ..... مقدمه                                                    |
| ۹  | ..... تعریف بیماری                                             |
| ۱۰ | ..... شیوع                                                     |
| ۱۰ | ..... سبب‌شناسی                                                |
| ۱۰ | ..... علائم                                                    |
| ۱۰ | ..... تشخیص                                                    |
| ۱۱ | ..... درمان های رایج                                           |
| ۱۲ | ..... ارزیابی، اقدامات تشخیصی و ارجاع                          |
| ۱۲ | ..... تبیین کبد چرب در طب سنتی ایرانی                          |
| ۱۲ | ..... شرح حال و معاینه                                         |
| ۱۳ | ..... تشخیص                                                    |
| ۱۴ | ..... موارد ارجاع به فوق تخصص گوارش و کبد                      |
| ۱۴ | ..... درمان گام به گام                                         |
| ۱۴ | ..... گام اول - تدابیر کلی حفظ سلامتی:                         |
| ۱۶ | ..... گام دوم - تدابیر غذایی                                   |
| ۱۸ | ..... رژیم غذایی افراد با مزاج گرم                             |
| ۲۰ | ..... رژیم غذایی افراد با مزاج سرد                             |
| ۲۱ | ..... ورزش:                                                    |
| ۲۱ | ..... گام سوم - دارو درمانی:                                   |
| ۲۲ | ..... پیگیری اول (۱/۵ ماه بعد)                                 |
| ۲۲ | ..... پیگیری دوم (۱/۵ ماه بعد)                                 |
| ۲۳ | ..... پیگیری سوم (۱/۵ ماه بعد)                                 |
| ۲۴ | ..... پیوست ها                                                 |
| ۲۴ | ..... پیوست ۱- علل کبد چرب                                     |
| ۲۵ | ..... پیوست ۲- کارآزمایی های بالینی                            |
| ۲۶ | ..... پیوست ۳- فلوجارت تشخیص و درمان                           |
| ۲۸ | ..... پیوست ۴- گیاهان دارویی موثر بر کبد چرب                   |
| ۳۰ | ..... پیوست ۵- مفردات موافق کبد از منظر طب ایرانی              |
| ۳۲ | ..... پیوست ۶- یادآمد خوراک                                    |
| ۳۳ | ..... پیوست ۷- داروهای موجود در بازار دارویی جهت درمان کبد چرب |
| ۳۴ | ..... پیوست ۸- پرسشنامه تعیین مزاج مجاهدی                      |
| ۳۷ | ..... منابع                                                    |

## « مقدمه »

در اسناد بالادستی از جمله بند ۱۲ سیاست های کلی سلامت ابلاغی مقام معظم رهبری "بازشناسی، تبیین، ترویج، توسعه و نهادینه نمودن طب سنتی ایرانی" آمده و برقراری تعادل و تبادل منطقی میان طب سنتی و طب نوین (رایج) برای هم افزایی تجربیات و روش های درمانی، نیز مورد تأکید قرار گرفته و در راستای تحقق این سیاست در "بند چ ماده ۷۴" قانون برنامه ششم توسعه ادغام خدمات طب سنتی ایرانی در نظام سلامت جزء تکالیف قانونی تولید سلامت برشمرده شده است. همچنین رویکرد جهانی به سمت استفاده روزافزون از خدمات طب سنتی و مکمل در کنار طب رایج (Integrative medicine) می باشد. با توجه به قدمت چند هزار ساله طب سنتی ایرانی و ریشه دار بودن آن در باور و فرهنگ مردم، استفاده از این ظرفیت با اقبال فراوان مردم روبه روست، لذا آنچه مسلم است دیگر بحث بودن و نبودن قابلیت های طب سنتی ایرانی در نظام سلامت مطرح نیست بلکه موضوع چگونه بودن و چگونگی استفاده منطقی و ضابطه مند این ظرفیت در یک تعامل منطقی با طب رایج مطرح است.

از آنجائیکه از حدود ۱۵۰ سال قبل آموزش و استفاده از ظرفیت های طب ایرانی در نظام رایج آموزش پزشکی کشور نبوده است و از سویی منابع معتبری که از حدود ۱۰۰ سال قبل تاکنون در دسترس است متنوع می باشد، همچنین همپوشانی بسیاری از اصول و مبانی روش های درمانی، انتخاب روش تشخیص بالینی و درمان صحیح، تجربه شده و مناسب زمان و مکان امروزی و بعضاً تطبیق بیماری ها، داروها (اعم از مفردات و مرکبات) کار بسیار سخت و پیچیده ای خواهد بود، و اساساً بدلیل نبود یک کتاب مرجع آموزشی برای دستیاران و متخصصین این رشته، روش های تشخیصی و درمانی متفاوت در دانشکده ها و گروه های طب ایرانی کشور ارائه می شود. به همین دلیل درصددیم تا با تشکیل کمیته های تخصصی از متخصصین، دستیاران و اساتید طب ایرانی از سراسر کشور که در موضوع بیماری خاصی تجربه بیشتری دارند، کارآزمایی ها و پایان نامه هایی را در این موارد هدایت کردند و در بالین نیز در موضوع خاصی مجرب هستند، طی یک فرایند تعریف شده ای راهنمای تشخیصی و درمانی برای بیماری های شایع نوشته شود تا هم کمک به آموزش واحد نماید و هم در درمان گام به گام کاربرد داشته باشد و مهمتر اینکه با رعایت خط قرمزهای طب رایج به نوعی تبیین شود که مورد استفاده پزشکان طب رایج هم باشد.

بدیهی است این مهم آغاز راه است، و قطعاً پذیرای پیشنهادات و انتقادات سازنده و مستند همه همکاران عزیز خواهیم بود تا با بازنگری و انجام اصلاحات مستند در ویرایش های بعدی محتوای دقیق تری تقدیم علاقه مندان به استفاده منطقی از ظرفیت این مکتب طبی در کنار طب رایج گردد. این مهم به همت، پشتکار و مدیریت استاد فرهیخته جناب آقای دکتر مجاهدی با حمایت ریاست محترم دانشکده طب سنتی ایرانی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و همکاران ستودنی و در خور تقدیر است.

دکتر محمود خداوند

مشاور وزیر و سرپرست

دفتر طب ایرانی