

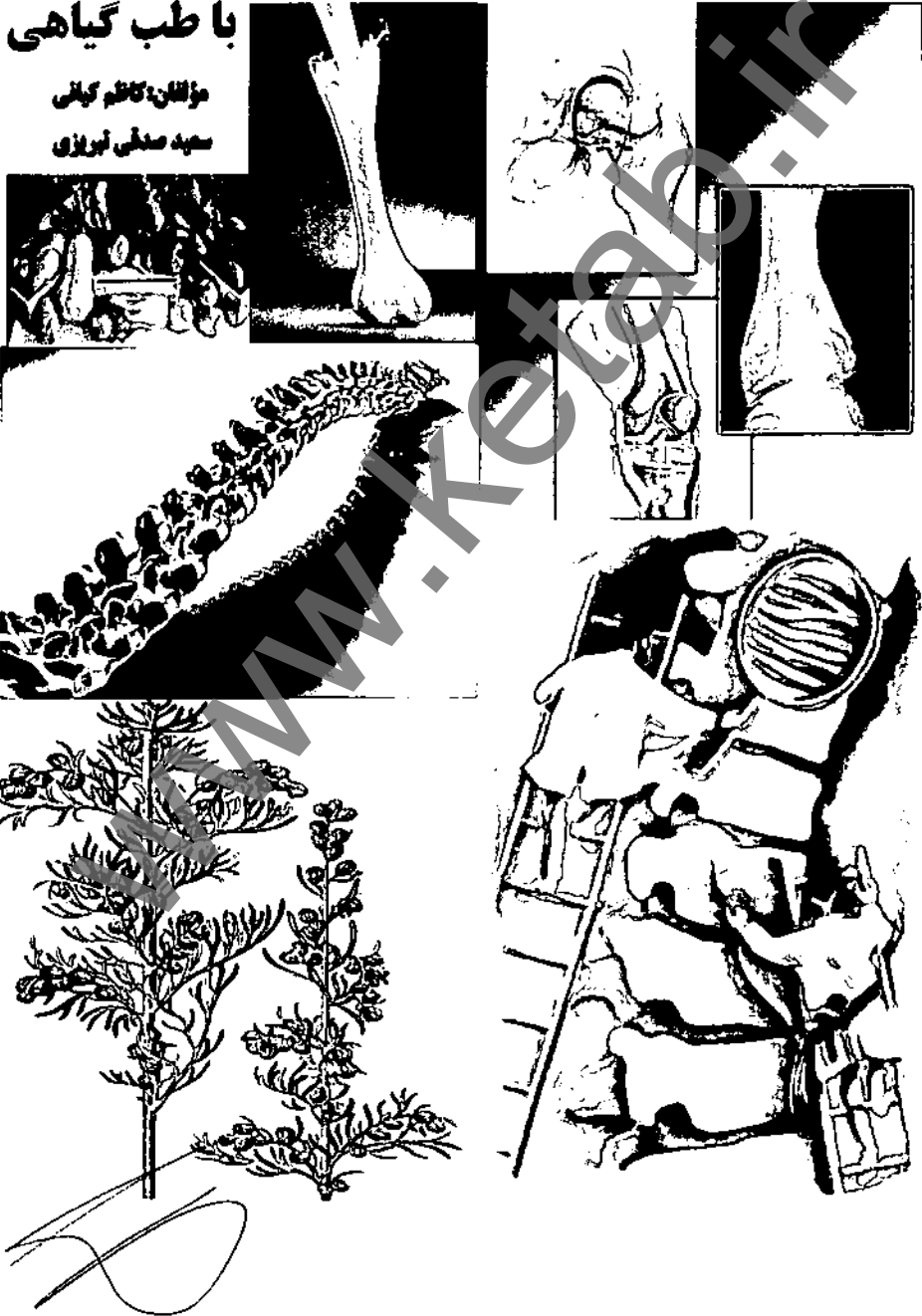
درمان

روماتیسم، پوکی استخوان

با طب گياہی

مؤلفان: کاظم کیانی

سید صدیقی نیوزی



- سرشناسه : گیانی، کاظم، ۱۳۳۸ -
 عنوان و نام پدیدآور : درمان روماتیسم و یوکی استخوان با طب گیاهی / مؤلفان کاظم گیانی، سعید صدقی تبریزی.
 مشخصات نشر : تبریز: زر قلم، ۱۳۹۰.
 مشخصات ظاهری : ۲۵۶ص: مصور: ۲۴ x ۱۷ س.م.
 شابک : 978-964-2979-64-6
 وضعیت فهرست نویسی : فیبا
 موضوع : روماتیسم -- درمان
 موضوع : یوک استخوانی -- درمان
 موضوع : پزشکی سنتی
 موضوع : گیاه درمانی
 شناسه افزوده : صدقی تبریزی، سعید، ۱۳۶۶ -
 رده بندی کنکده : RC۹۳۷/۵۹۳۲۱۳۹۰
 رده بندی دیویی : ۶۱۶/۷۲۲
 شماره کتابشناسی ملی : ۲۵۲۸۹۳۹
 تاریخ درخواست : ۱۳۹۰/۰۸/۱۴
 تاریخ پاسخگویی : ۱۳۹۰/۰۸/۱۷
 کد پیگیری : 2538337

دفتر انتشارات زر قلم - تبریز (۰۲۱۱)

تلفن: ۵۵۶۷۴۸۲ فاکس: ۵۵۵۳۶۹۹ همراه: ۰۹۱۴۳۱۳۰۵۵۶



نام کتاب: درمان روماتیسم و یوکی استخوان با طب گیاهی
 مؤلفان: کاظم گیانی - سعید صدقی تبریزی
 ناشر: انتشارات زر قلم چاپ: گیهان
 سال: ۱۳۹۰ چاپ اول
 تعداد صفحه: ۲۵۶
 قیمت: ۶۰۰۰۰ ریال
 تیراژ: ۲۰۰۰ جلد
 قطع: وزیری

ISBN:

شابک:

978-964-2979-64-6

۹۷۸-۹۶۴-۲۹۷۹-۶۲-۶

حق چاپ و انتشار دائم محفوظ است به انتشارات زر قلم

آدرس: تبریز - خیابان امین - پاساژ ولیعصر

فهرست مطالب

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
۴۳	انواع تاندونیت کلسیفیه	۸	مقدمه
۴۵	تب روماتیسمی	۹	روماتیسم و بیماری های مفاصل
۴۷	بیشتر بدانیم	۱۰	آرتروز زانو
۵۲	روماتیسم	۱۰	مهمترین نشانه آرتروز زانو
۵۲	عوامل بروز روماتیسم در زنان	۱۱	عوامل زمینه ساز
۵۳	روماتیسم مفصلی	۱۲	علائم و نشانه ها
۵۳	علت روماتیسم مفصلی	۱۳	یافته های شایع رادیولوژی
۵۵	مراحل بیماری روماتیسم مفصلی	۱۳	درمان
۵۶	اهمیت تشخیص زودرس	۱۵	آرتريت
۵۷	علائم روماتیسم مفصلی	۱۶	آرتريت ایدیوپاتیک جوانان
۵۹	در روماتیسم مفصلی چه	۱۶	آرتريت جوانان چند مفصلی
۵۹	مشکلات همراه در روماتیسم	۱۷	آرتريت جوانان
۶۱	تشخیص روماتیسم مفصلی	۱۸	اسپوندیلو آرتروپاتی
۶۳	بیشتر بدانیم	۱۸	اسپوندیلیت آنکیلوزان
۶۹	روماتیسم حاد مفصلی	۱۹	نشانه های شایع
۷۰	لزوم مراقبت از مفاصل	۲۶	اسکلرودرما
۷۱	علت درد و آسیب مفاصل	۲۶	انواع بیماری اسکلرودرما
۷۱	علت بد شکل شدن مفاصل	۳۳	بورسیت
۷۲	چگونه می توان	۳۵	بورسیت کلسیفیه
۷۷	روماتیسم مفصلی دست	۳۷	پورپورای هنوخ شونن لاین
۸۳	روماتیسم قلبی	۴۰	تاندونیت
۸۴	نحوه درمان روماتیسم قلبی	۴۲	تاندونیت کلسیفیه

۱۱۹	زردچوبه	۸۵	جلوگیری از روماتیسم قلبی
۱۲۱	زیتون	۸۵	بیشتر بدانیم
۱۲۳	شیوه جدید برای درمان	۹۰	سودمندی غذاهای گیاهی
۱۲۳	ورزش و روماتیسم مفصلی	۹۰	بیماران روماتیسمی و حمله قلبی
۱۲۴	سیر	۹۱	عفونتهای دهان منجر به ...
۱۲۴	فصل پوکی استخوان	۹۲	سایر انواع روماتیسم
۱۲۷	پوکی استخوان	۹۳	کمبود ویتامین دی
۱۲۹	شناخت پوکی استخوان	۹۵	علل و شیوه درمان روماتیسم
۱۳۱	چه کسانی در معرض ...	۹۷	بیشتر بدانیم
۱۳۳	درمان پوکی استخوان	۹۹	فتق دیسک بین مهره ای
۱۳۴	پیشگیری از ابتلا به پوکی	۱۰۱	سندروم شوگر
۱۳۴	اصول پیشگیری	۱۰۲	فیبرومیالژیا
۱۳۴	آنها شما در معرض ...	۱۰۳	کشیدگی ماهیچه ای
۱۳۵	چگونه بدانیم	۱۰۵	نشانه‌های فلتی
۱۳۷	چگونه می توان ...	۱۰۶	نقطه ماشه ای
۱۳۷	راهنمای تغذیه مناسب	۱۰۹	ده فرمان برای سلامت کمر
۱۳۹	ویتامین دی	۱۱۰	کرفس و روماتیسم
۱۴۰	چربی و روغن ها	۱۱۰	هفت روش
۱۴۱	گوشت - ماهی - تخم مرغ	۱۱۴	انگور و آرتریت روماتوئید
۱۴۱	شیرینی ها	۱۱۴	اوکالیتوس و روغن زیتون
۱۴۱	حبوبات	۱۱۵	پیشرفت در درمان روماتیسم
۱۴۲	ترکیبات غلات و سیب زمینی	۱۱۶	جدیدترین داروی درمان مفاصل
۱۴۲	شیر و فرآورده های آن	۱۱۸	خاموش سازی التهاب مفاصل
۱۴۲	میوه و سبزی ها	۱۱۹	روغن کبد ماهی

۱۶۰	عرق بنفشه سه رنگ	۱۴۳	نوشیدنی ها
۱۶۰	عرق بولاغ اوتی	۱۴۴	شیوه درمان پوکی استخوان
۱۶۱	عرق تمشک	۱۴۴	پروتئین و پوکی استخوان
۱۶۱	عرق جعفری	۱۴۵	خطر شکستگی استخوان
۱۶۲	عرق زرشک	۱۴۶	علائم شایع پوکی استخوان
۱۶۲	عرق شنبلیله	۱۴۶	علل
۱۶۳	عرق شیرین بیان	۱۴۷	عوامل تسدید کننده بیماری
۱۶۳	عرق کاکوتی	۱۴۷	پیشگیری
۱۶۳	عرق کرفس	۱۴۸	عوارض احتمالی
۱۶۴	عرق گاو زبان	۱۴۹	قهوه و پوکی استخوان
۱۶۵	عرق گزنه	۱۵۰	استخوان های محکم با ورزش
۱۶۵	عرق مرزه	۱۵۲	درمان گیاهی روماتیسم
۱۶۶	عرق هویج	۱۵۲	نسخه مخصوص حکیم عارف
۱۶۷	معاد بومادران	۱۵۴	نسخه روغن ها
۱۶۷	مرهم بابا آدم	۱۵۴	نسخه معجون روماتیسم
۱۶۷	مرهم پامچال	۱۵۵	نسخه کافشه
۱۶۸	مرهم شاه پسند	۱۵۵	نسخه نسترن
۱۶۸	مرهم گاوزبان	۱۵۶	نسخه مخصوص تب روماتیسمی
۱۶۸	مرهم ملکه چمن	۱۵۶	نسخه افشره
۱۶۹	امولوسیون ها	۱۵۷	نسخه ۹ عرق
۱۶۹	امولوسیون ضد رماتیسم	۱۵۸	نسخه حب گیاهی
۱۷۰	کمپرس بادرنجبویه	۱۵۹	عرق بابا آدم
۱۷۱	بخورها	۱۵۹	عرق برگ گردو
۱۷۱	بخور قطران	۱۶۰	عرق برنجاسف

۱۸۴	روغن اسطوخودوس	۱۷۲	بخور مانتول
۱۸۴	روغن بابونه	۱۷۲	شربت ترب
۱۸۵	روغن پیاز سوسن	۱۷۳	آب آرتیشو (کنگر فرنگی)
۱۸۵	روغن زیتون	۱۷۳	آب انجیر
۱۸۶	روغن سوژا	۱۷۴	آب انگور
۱۸۶	روغن سیاهدانه	۱۷۴	آب بولاق اوتی
۱۸۷	روغن فلفل سفید	۱۷۵	آب پیاز
۱۸۷	روغن فلفل سیاه	۱۷۵	آب ترب
۱۸۷	روغن کروتون	۱۷۶	آب تره
۱۸۹	روغن گردو	۱۷۶	آب ترخون
۱۸۹	روغن گل ماهور	۱۷۷	آب تمشک
۱۹۰	روغن گل رنگ (کارتام)	۱۷۷	آب توت فرنگی
۱۹۰	روغن نی	۱۷۸	آب جعفری
۱۹۱	اسانس بومادران	۱۷۸	آب رازیانه
۱۹۱	اسانس ترپتین	۱۷۹	آب زرشک
۱۹۴	اسانس تم	۱۷۹	آب سیب
۱۹۵	اسانس خردل سیاه	۱۸۰	آب طالبی
۱۹۵	اسانس سایین	۱۸۰	آب غوره
۱۹۶	اسانس سرپوله	۱۸۱	آب کرفس
۱۹۶	اسانس فلی بین	۱۸۱	آب کلم
۱۹۷	اسانس کایبوت	۱۸۲	آب گلابی
۱۹۸	دانه شاهدانه	۱۸۲	آب گوجه
۱۹۹	حمام های خشک	۱۸۲	آب گوجه فرنگی
۱۹۹	حمام ضد رماتیسم (۱)	۱۸۳	آب گیلاس

۲۱۶	آب باقلا	۱۹۹	حمام ضد رماتیسم (۲)
۲۱۶	آب بولاغ اوتی	۲۰۰	حمام نیرو دهنده
۲۱۷	آب خیار	۲۰۰	سیر
۲۱۸	آب سیب	۲۰۱	اسفناج
۲۱۸	آب کاهو	۲۰۱	آقونیطون
۲۱۹	آویشن شیرازی	۲۰۲	انگور کرلی (خشان کبیر)
۲۱۹	تاجریزی پیچ	۲۰۳	آویشن شیرازی
۲۲۰	رازک	۲۰۴	باقلا
۲۲۱	روناس	۲۰۴	برگ بو
۲۲۱	سرخس ملوکی	۲۰۵	بزیز (فلومس اسود)
۲۲۱	شنبلیله	۲۰۵	بولاغ اوتی
۲۲۳	صغتر	۲۰۶	پیاز
۲۲۴	سبیل بری	۲۰۷	پیرو
۲۲۵	گردو	۲۰۸	ناتوره
۲۲۶	مرزه	۲۰۸	تاجریزی پیچ
۲۲۶	مریمیه	۲۰۹	تمشک
۲۲۸	یونجه	۲۱۰	درمان گیاهی بوکی استخوان
۲۲۹	ویتامین D	۲۱۱	بوکی استخوان کودکان
۲۳۰	عوارض زیادی ویتامین دی	۲۱۱	نسخه های بوکی استخوان
۲۳۱	منابع طبیعی ویتامین دی	۲۱۳	عرق بولاغ اوتی
۲۳۷	مقدار ویتامین دی در خوراکیها	۲۱۳	عرق مرزه
۲۳۸	کلسیم	۲۱۴	عرق هویج
۲۴۰	کلسیم و سلامتی	۲۱۵	ضماد اندروماخس
۲۴۲	منابع طبیعی کلسیم	۲۱۵	آب آناناس

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمه

بیماری رماتیسم را اکثریت مردم می شناسند و شاید تا حدی نیز از آن هراس دارند. زیرا این بیماری از دیر باز وجود داشته و ناتوانی های جسمی و روحی فراوانی برای مردم کشورهای مختلف به بار آورده است.

شیوع رماتیسم در بین افراد فامیل و وابستگان ژنتیکی حدوداً چهار بار بیشتر است و در برخی نژادها بیشتر شایع است. مثلاً ۷۰ درصد از سفید پوستان یا ژاپنی ها مبتلا به رماتیسم مفصلی کلاسیک هستند. از علت های دیگر بروز رماتیسم مفصلی می توان به علل محیطی (آب و هوا) نیز اشاره کرد.

از علائم رماتیسم به درد - تورم - خشکی صبحگاهی - ضعف - لاغری - تب - بی اشتها - حساسیت موضعی - گرم شدن مفاصل بزرگ ندولهای زیر جلدی و خشکی چشم ها اشاره کرد.

درمان آن استراحت منظم بصورت سه تا پنج ساعت در روز در موارد حاد همراه با استراحت روحی و حذف هیجان ها و استرس های روزمره بسیار مفید است. استراحت دادن به مفاصل سبب کاهش التهاب آنها می شود. انجام ورزش های منظم منظم و سبک و یکنواخت و گرمای مرطوب و تابش نور خورشید و نیز سرمای موضعی مفید است.

سید صدیق تبریزی

۱۳۹۰ هجری شمسی