

طب سنتی

از امراض تا درمان

گردآورنده و مؤلف:

صغوپ ویزشاهی



انتشارات آژگار

۱۳۹۶

سرشناسه	: پرویزشاهی، صغری، ۱۳۴۰ - گردآورنده
عنوان و نام پدیدآور	: طب سنتی: از امراض تا درمان/گردآورنده صفرا پرویزشاهی.
مشخصات نشر	: بابلسر: آزرگار، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۲۴۶ص: جدول.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۷۴۰۷-۴۴-۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: واژه‌نامه.
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: شکی، سنتی
موضوع	: Traditional medicine
رده بندی کنگره	: ۹۵. ۲۲۰۴/پ۱۳۵R
رده بندی دیویی	: ۱۰
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۵۲۱۲۹۹

عنوان کتاب: طب سنتی: از امراض تا درمان

گردآورنده: صفرا پرویزشاهی

ناشر: انتشارات آزرگار

ویراستار: صفرا پرویزشاهی

حروف چینی و صفحه‌آرایی: انتشارات آزرگار

طراح: رضا یونسی



تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

انتشارات آزرگار

نوبت و سال چاپ: اول/ ۱۳۹۶

شابک: ۹۷۸ - ۶۰۰ - ۷۴۰۷ - ۴۴ - ۸

همراه ناشر: ۰۹۱۱۹۱۰۹۷۵۵

پست الکترونیکی: e.azegar@yahoo.com

حق چاپ برای ناشر محفوظ است

فهرست مندرجات

۱۲.....	سخن ناشر.....
۱۳.....	پیشگفتار.....
۱۴.....	مقدمه.....

۱۵..... بخش اول.....

۱۵.....	از امراض تا زمان در طب سنتی.....
---------	----------------------------------

۱۶..... فصل اول.....

۱۶..... شناخت طبایع و مزاج ها در طب سنتی.....

۱۸.....	انواع مزاج در طب سنتی.....
۱۹.....	علائم جسمانی مزاج ها.....
۲۱.....	دستگاه تناسلی (نطفه یا اسپرم).....
۲۳.....	دستگاه تنفسی.....
۲۳.....	دستگاه گوارش.....
۲۳.....	میل خوردن (اشتها).....
۲۴.....	قد و اندام، اسکلت و مفاصل.....
۲۶.....	قلب و عروق.....
۲۶.....	حالات روحی و روانی و رفتاری مزاج ها.....
۲۸.....	قدرت هوش و حافظه.....
۳۰.....	تمایل به معنویت.....
۳۲.....	مزاج قوای نفسانی.....
۳۲.....	غذاهای مفید و مضر برای انواع مزاج ها.....
۳۶.....	مزاج رفتارها.....

فصل دوم..... ۳۸

بیماری اعصاب و روان در طب سنتی..... ۳۸

- گیاهان مؤثر برای اعصاب و تقویت حافظه..... ۳۹
- گیاهان دارویی مفید برای اعصاب..... ۳۹
- طرز تهیه گیاهان دارویی برای آرامش اعصاب..... ۳۹
- طرز تهیه گیاهان دارویی برای رفع سردرد..... ۴۱
- طرز تهیه گیاهان دارویی مفید و مقوی اعصاب..... ۴۱
- طرز تهیه گیاهان دارویی برای رفع بی خوابی..... ۴۲
- طرز تهیه گیاهان دارویی برای رفع هیستری..... ۴۲
- گیاهانی که باعث افزایش و تقویت حافظه، تقویت مغز، ذهن و بالا بردن هوش می شوند..... ۴۲
- میوه های مفید برای مغز و اعصاب..... ۴۳
- درمان افسردگی در طب سنتی..... ۴۶
- درمان حافظه با اخلاط در طب سنتی..... ۴۷

فصل سوم..... ۵۰

بیماری قلب و عروق در طب سنتی..... ۵۰

- گیاهان مؤثر برای قلب..... ۵۱
- گیاهان و عرقیات تقویت کننده ی قلب..... ۵۱
- تقویت کننده های قلب..... ۵۲
- عوامل مؤثر بر افزایش خطر ابتلا به بیماری های قلبی..... ۵۳
- بیماری قلبی..... ۵۳
- عرقیات..... ۵۴
- سکته قلبی..... ۵۴
- تقویت قلب و جلوگیری از بیماری های قلبی..... ۵۵
- میوه های مفید برای قلب و عروق..... ۵۵

فصل چهارم..... ۵۹

بیماری کبدی در طب سنتی..... ۵۹

- درمان بیماری های کبدی در طب سنتی..... ۶۰
- بیماری های کبد..... ۶۰
- آثار کبد سالم در چهره..... ۶۰
- غذاهای مفید برای بیماری های کبدی..... ۶۳
- مواد غذایی مفید برای کبد..... ۶۳
- مواد غذایی مضر برای کبد..... ۶۳
- میوه ها و گیاهان مؤثر بر کبد..... ۶۴
- میوه های مفید و غنی از آنتی اکسیدان برای سلامتی کبد..... ۶۵

فصل پنجم..... ۶۶

یبوست (ام الامراض) در طب سنتی..... ۶۶

- مضرات یبوست..... ۶۷
- علل ایجاد یبوست..... ۷۰
- درمان یبوست..... ۷۱
- رنگ مدفوع در تشخیص بیماری..... ۷۴
- شناخت رنگ مدفوع در تشخیص بیماری..... ۷۵

فصل ششم..... ۷۸

درمان برخی امراض در طب سنتی..... ۷۸

- درمان فشار خون در طب سنتی..... ۷۹
- درمان دیابت (قند خون) در طب سنتی..... ۸۲

۸۲.....	درمان تب مالت در طب سنتی.....
۸۳.....	خون‌شناسی در طب سنتی.....
۸۵.....	درمان غلظت خون در طب سنتی.....
۸۶.....	درمان بیماری‌های طحال در طب سنتی.....
۸۸.....	درمان بیماری‌های معده در طب سنتی.....
۹۰.....	درمان آروغ زدن (سکسکه) در طب سنتی.....
۹۷.....	درمان درد استخوان در طب سنتی.....
۹۸.....	درمان روماتیسم و مفاصل در طب سنتی.....
۹۹.....	درمان نفخ آیه در طب سنتی.....
۱۰۰.....	داروهایی جهت دفع سنگ‌های کلیوی در طب سنتی.....
۱۰۱.....	رژیم در سنگ‌های آیه.....
۱۰۳.....	درمان زکام در طب سنتی.....
۱۰۳.....	انواع نزله و زکام.....
۱۱۰.....	سرطان و شیوه‌های درمان آن در طب سنتی.....
۱۱۳.....	طبایط برخی از حکمای قدیم در طب سنتی.....
۱۱۷.....	غدد سرطانی.....
۱۱۸.....	نسخه ضد سرطان.....
۱۲۰.....	درمان سردرد و انواع آن در طب سنتی.....
۱۲۱.....	انواع سردرد.....
۱۲۶.....	سردردهای میگرنی.....
۱۳۳.....	سردرد به دنبال عمل زناشویی.....
۱۳۴.....	درمان کمر درد در طب سنتی.....
۱۳۶.....	مراحل درمان سیاتیک.....
۱۳۷.....	درمان واریس در طب سنتی.....
۱۳۸.....	درمان تیروئید در طب سنتی.....
۱۴۰.....	درمان پوست و زیبایی در طب سنتی.....
۱۴۴.....	درمان باد در بدن و نحوه تشخیص آن در طب سنتی.....
۱۴۷.....	درمان سرگیجه در طب سنتی.....

- درمان اسهال و استفراغ در طب سنتی..... ۱۴۹
- درمان امراض ریه و مجاری تنفسی در طب سنتی..... ۱۵۰
- علت پیدایش حمله‌ی آسمی..... ۱۵۲
- یافتن عامل اصلی آسم..... ۱۵۳
- درمان امراض ریوی (سرفه) در طب سنتی..... ۱۵۷
- ذات الریه یا برونشیت (ورم ریه)..... ۱۶۰
- درمان نفرس در طب سنتی..... ۱۶۱
- مضرات زیاده سیاه و ریک..... ۱۶۲

فصل هفتم..... ۱۶۳

بیماری‌های زنان و زایمان در طب سنتی..... ۱۶۳

- درمان بیماری‌های جنسی..... ۱۶۴
- درمان خستگی جنسی..... ۱۶۵
- تدابیر دوران بارداری در طب سنتی..... ۱۶۵
- عوارض سزارین..... ۱۶۸
- بارداری در طب سنتی..... ۱۶۹
- ویار..... ۱۷۰
- روش‌های بهبود مشکلات شایع در دوران بارداری..... ۱۷۰
- تغذیه در دوران بارداری..... ۱۷۰
- توصیه‌های پس از زایمان..... ۱۷۳
- نازایی در طب سنتی..... ۱۷۴
- روش‌های تعیین جنسیت جنین در طب سنتی..... ۱۷۶
- بیماری‌های زنان در طب سنتی..... ۱۸۱
- گیاهان قاعده آور..... ۱۸۲
- درمان بیماری‌های زنان در طب سنتی..... ۱۸۳
- درمان نازایی در طب سنتی..... ۱۸۵

فصل هشتم..... ۱۹۱

لاغری و چاقی در طب سنتی..... ۱۹۱

درمان لاغری و چاقی در طب سنتی..... ۱۹۲

چاق کننده ها..... ۱۹۲

لاغر کننده ها..... ۱۹۴

بخش نهم..... ۱۹۸

دمنوش ها و عرقیات در طب سنتی..... ۱۹۸

فصل نهم..... ۱۹۹

دمنوش ها در طب سنتی..... ۱۹۹

تشخیص جای خوب از بد..... ۲۰۱

انواع جای (دمنوش ها)..... ۲۰۴

فصل دهم..... ۲۱۶

عرقیات در طب سنتی..... ۲۱۶

انواع عرقیات تغلیظ شده..... ۲۱۷

برخی دیگر از عرقیات..... ۲۲۴

عرقیاتی که طبع سرد و معتدل دارند..... ۲۳۱

منابع و مآخذ..... ۲۳۴

واژه نامه..... ۲۳۶

پیوست..... ۲۴۱

پیشگفتار

انگیزه جوامع بشری برای درمان بیماری‌ها می‌تواند دو اصل کلی:

۱- سلامت روح و ۲- سلامت جسم باشد و برای درمان آنها می‌توان از دو روش طب سنتی همراه با داروهای گیاهی و طب مدرن همراه با داروهای شیمیایی انتخاب نمود.

از دیر باز حکما؛ طب سنتی را با شناخت و مطالعات فراوانی که بر روی گیاهان دارویی انجام می‌دادند به مداوای بیماران می‌پرداختند. اما به دلیل پیشرفت علم و تکنولوژی این روند که رنگ در نهایت به طب مدرن با شناخت امراض بسیار، انتقال داده شد. گرچه بیشتر بیدان‌ها می‌توان به جرأت اشاره نمود که به وسیله داروهای شیمیایی به طور سریع درمان می‌شود اما داروهای شیمیایی به دلیل فعل و انفعالاتی که در بدن بیمار ایجاد می‌کنند، برای مدت زمانی باعث تخریب آن می‌گردد. به همین خاطر امروزه پس از مطالعات فراوان ثابت شده که طب سنتی همراه با تجویز داروهای گیاهی توانسته پوشش محکمی بر این بار گذارد که می‌تواند بدون هیچ نوع فعل و انفعال شیمیایی در بدن به مداوای بیماران برای لاعلاجی که حتی در طب نوین بدون درمان باقی مانده است بشتابد، ولو اینکه بازهم از دیر جواب دهد.

در انتها اینکه اگر امراض بتوانند از طریق طب سنتی درمان یابند؛ بهتر است این روش انتخاب گردد که اگر از روش طب نوین برای درمان بیماری انتخاب شود، بیمار به مانند مسافری می‌ماند که در سفر اگر وسیله نقلیه خود را با سرعت مطمئنه نراند حادثه ساز می‌شود. «چرا که دیر رسیدن به مقصد بهتر از هرگز نرسیدن است».

هدف از جمع‌آوری این نوع از مطالب؛ آشنایی با انواع بیماری‌ها و نهایتاً درمان آنها با داروهای گیاهی در طب سنتی می‌باشد.

در طب سنتی نوع طب (مزاجی) که افراد معمولاً یک مزاج از چهار نوع آن یا ترکیبی از دو نوع طبیعی که دارند، رای غلبه به بیماری با انواع گیاهان دارویی مداوا می‌شوند.

اشخاص چه از لحاظ روحی و چه جسمی در طب سنتی تابع طبع خود بوده که پس از شناسایی نوع مزاج یا طبع یا طبیعت درونی افراد، متخصصین طب سنتی داروهای گیاهی مناسبی برای درمان نوع بیماری تجویز می‌کنند.

به همین منظور با جمع‌آوری مطالب در مورد نوع مزاج برای افراد مختلف و انواع بیماری‌ها توانسته‌ایم دستور و به عبارتی نسخه شروع بیماری را با شناسایی آن که همانا داروهای گیاهی می‌باشد، برای مداوا به همراه التیام دردهای مختلف در این کتاب بگنجانیم.

باشد که با مطالعه آن بتوان کلیه بیماری‌های سخت و لاعلاج را از طریق طب سنتی و داروهای گیاهی (بدون عوارض جانبی) درمان نمود.