

# مبانی علمی طب ایرانی

## و

# کاربرد آن در درمان بیماریها

نویسنده:

محمد حسام آزاد بخت

ویراستار علمی:

دکتر بهزاد ناظم رعایا

سروشناسه	: آزادبخت، محمدحسام، ۱۳۶۸-
عنوان و نام پدیدآور	: مبانی علمی طب ایرانی و کاربرد آن در درمان بیماریها/نویسنده محمدحسام آزادبخت؛ ویراستار علمی بهزاد نظامرعایا.
مشخصات نشر	: اصفهان: هرمان، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ص: مصور (رنگی): ۲۰×۲۸ س.م.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۹۰۲-۷۶-۲ ۲۰۰۰۰۰ ریال:
موضوع	: پزشکی سنتی -- ایران -- نسخه‌ها و دستورالعمل‌ها
موضوع	: Traditional medicine -- Iran -- Formulae, receipts, prescriptions
موضوع	: پزشکی ایرانی -- نسخه‌ها و دستورالعمل‌ها
موضوع	: Medicine, Persian -- Formulae, receipts, prescriptions
موضوع	: گیاهان دارویی -- ایران
موضوع	: Medicinal plants -- Iran
موضوع	: گیاه‌درمانی -- ایران
موضوع	: Herbs -- Therapeutic use -- Iran
شناسه افزوده	: نظامرعایا، بهزاد، ۱۳۴۲، ویراستار
ردی بندی کنگره	: ۱۲۷/۸R
ردی بندی دیویی	: ۶۱۰/۹۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۳۹۹۰۶۴

# هرمان

اصفهان - خیابان چهارباغ بالا - نرسیده به زمز - پلاک ۲؛ شماره تماس: ۰۹۱۳۱۱۷۲۶۴۲

نام کتاب:

مبانی علمی طب ایرانی و کاربرد آن در درمان بیماریها

نویسنده: محمدحسام آزادبخت

ویراستار علمی: دکتر بهزاد نظامرعایا

اول

سال چاپ:

۱۴۰۰

سیدمحمد رضا سمسارزاده

صفحه آرا:

تیراز:

اکرم ملک نژاد

طراح جلد:

۱۰۰۰ جلد

قیمت:

۲۰۰۰۰ تومان

الویرا صیامی

پایگاه اینترنتی:

شماره استاندارد بین المللی کتاب:

۹۷۸-۶۲۲-۶۹۰۲-۷۶-۲

[www.iranpub.com](http://www.iranpub.com)

«کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر محفوظ و مخصوص پدیدآورنده است»

تقدیم به پدر و مادر عزیزتر از جانم

و

خانواده مهربان و عزیزم

تقدیم به

پرستاران،

پزشکان

و

همه‌ی کارکنان شریف و محترم بهداشت و درمان کشور

و تمام کسانی که از بدو تولد تا کنون به من آموخته‌اند

و باتشکر بسیار ویژه از

جناب آقای دکتر بهمن نیکپور دانشیار محترم دانشگاه علوم پزشکی تهران

و

سرکار خانم دکتر آذر آقامحمدی متخصص طب مکمل و عضو محترم

هیات علمی دانشگاه ساری

که در هشت سال زحمت و تلاش شبانه روزی برای تالیف این کتاب راهنمای

و همراه‌م بوده‌اند.



## فهرست مطالب

۱۱.....	فصل اول: تاریخچه.....
۱۳.....	تاریخچه‌ی طب سنتی ایرانی.....
۱۵.....	تعريف مزاج.....
۱۸.....	خون درمانی - حجامت.....
۲۱.....	فصل دوم: بیماری‌های اعصاب و روان .....
۲۳.....	افسردگی (Depression)
۲۵.....	ترس و اضطراب (Fear and anxiety)
۲۷.....	وسواس (Obsession)
۲۷.....	عصبانیت (Anger)
۳۲.....	بی خوابی یا اینسومنیا (insomnia)
۳۷.....	مالیخولیا یا اسکیزوفرنی (شیزوفرنی) (Schizophrenia)
۳۸.....	آلزایمر (Alzheimer)
۴۱.....	سردرد (Headache)
۴۴.....	سرگیجه (Vertigo)
۴۶.....	تشنج یا سیزیر (seizure)
۵۰.....	منژیت (Meningitis)
۵۱.....	پارکینسون (Parkinson)
۵۳.....	میگرن (Migraine)
۵۷.....	فصل سوم: بیماری‌های دستگاه گوارش.....
۵۹.....	آداب غذا خوردن.....
۵۹.....	سوءهاضمه (Indigestion)
۶۵.....	علت سوءهاضمه چیست؟.....
۶۶.....	اسهال (Diarrhea)
۷۱.....	هموروئید ( بواسیر ) (Hemorrhoids)
۷۷.....	علت باد گلو یا آروغ چیست؟ (burp)
۷۸.....	نفخ (گاز روده) (bloat) Blowing
۸۱.....	منابع غذایی نفاخ به سه گروه تقسیم می‌شود .....
۸۲.....	درد شکم (دل پیچه) دل درد یا آبدومینال پین .....
۸۵.....	ترش کردن (acidify)
۸۸.....	تأثیر عادات غذایی و نوع مصرفی بر میزان رفلaks معده .....
۸۸.....	نوشیدنی هایی که سبب افزایش اسید معده می شوند.....
۸۹.....	چای ریحان و آرامش دستگاه گوارش .....
۸۹.....	شکلات و سوزش معده .....
۹۰.....	ورم معده یا گاستریت (Gastritis)
۹۴.....	کدام گروه از مواد غذایی معده را دچار التهاب و درد می‌کنند؟ .....
۹۴.....	با رعایت رژیم غذایی خطر ابتلا به سلطان معده را کاهش دهید؟ .....
۹۴.....	تأثیر آب سرد در التهاب معده؟ .....
۹۵.....	تفاوت بین زخم معده و زخم اثنی عشر .....
۹۵.....	تأثیر منفی غذا و نوشیدنی‌های داغ .....

۹۵.....	تأثیرات مشروبات الکلی و سیگار در ایجاد زخم گوارشی .....
۹۶.....	فلفل قرمز ناراحتی معده را درمان می کند.....
۹۶.....	اسهال خونی (dysentery) .....
۹۹.....	بیوست (Constipation) .....
۱۰۶.....	چرا به بیوست مبتلا می شوید؟ .....
۱۰۶.....	چه عواملی در روند اجابت مزاج تأثیر گذار است.....
۱۰۷.....	عملکرد روده‌ی بزرگ و اجابت مزاج .....
۱۰۷.....	آیا انار بیوست زا می باشد؟ .....
۱۰۸.....	تأثیر ناراحتی های روحی بر اجابت مزاج .....
۱۰۹.....	عسل ملین طبیعی برای مبارزه با بیوست .....
۱۰۹.....	اعجاز درمانی روغن زیتون در درمان بیوست .....
۱۱۰.....	غذاهایی که باعث بد بو شدن مدفوع و گاز روده می شوند .....
۱۱۰.....	مضرات پرخوری و ترک شام .....
۱۱۱.....	التهاب (ورم) روده (Inflammation of the intestine) .....
۱۱۳.....	بیماری کرون، نوعی دیگر از بیماری التهابی روده (IBD) .....
۱۱۴.....	رزیم غذایی در بیماری کرون .....
۱۱۵.....	کولیت زخمی (Wound colitis) .....
۱۱۶.....	تغذیه درمانی در کولیت زخمی .....
۱۱۷.....	سندروم روده‌ی تحیریک پذیر (Irritable Bowel Syndrome) .....
۱۱۷.....	علائم و نشانه‌های سندروم روده‌ی تحیریک پذیر .....
۱۱۸.....	نقش چربی‌ها در بیماری سندروم روده‌ی تحیریک پذیر .....
۱۱۸.....	اصول مهم درمان در بیماری سندروم روده‌ی تحیریک پذیر .....
۱۱۹.....	لیست رزیم غذایی در بیماری سندروم روده‌ی تحیریک پذیر .....
۱۲۲.....	توصیه‌های ویژه برای درمان سندروم روده‌ی تحیریک پذیر .....
۱۲۲.....	شناخت بیماری سلیاک (Celiac disease) .....
۱۲۳.....	بیماری‌های روده‌ای و سنگ‌های اگرالاتی کلیه .....
۱۲۳.....	روش پیشگیری از ایجاد سنگ‌های اگرالاتی و دلایل افزایش جذب اگزالات در بیماری‌های روده‌ای .....
۱۲۴.....	حفظ میکروب‌های روده .....
۱۲۴.....	سنگ کیسه صفرا (Gallstone) .....
۱۳۱.....	نخوردن صبحانه و گرسنگی به تولید سنگ صفرا کمک می کند .....
۱۳۱.....	کاهش سریع وزن، باعث تشکیل سنگ صفرا می گردد .....
۱۳۱.....	روش پیشگیری از تشکیل سنگ در کیسه صفرا .....
۱۳۲.....	درمان سنگ کیسه صفرا با تغییر عادات زیان آور .....
۱۳۲.....	درمان سنگ کیسه صفرا با تغییر عادات زیان آور .....
۱۳۳.....	سنگ صفرا و مصرف کاکائو و قهوه .....
۱۳۳.....	تأثیر مستقیم منابع غذایی در وضعیت صفرا .....
۱۳۵.....	زردی یا یرقان یا ایکتر (Icter) .....
۱۴۰.....	ورم طحال یا اسپلیئنو مگالی (splenomegaly) .....
۱۴۳.....	امراض کبدی .....
۱۴۶.....	کبد چرب چیست؟ (Fatty Liver) .....

۱۴۷.....	افروندنی های سلطان زا در رژیم غذایی .....
۱۴۷.....	سکسکه ..... (hiccup)
۱۴۸.....	تشنگی (عطش) (Thirst)
۱۵۱.....	حصبه یا تب تیفوئید .....
۱۵۴.....	وبایا کالرا (Cholera) .....
۱۵۶.....	مسئله ای به نام شیر و ارتباط آن با مشکلات گوارشی .....
۱۵۸.....	تأثیر پریشانی های روانی و هیجانات عاطفی بر دستگاه گوارش .....
۱۶۳.....	فوائد و مضرات چای .....
۱۶۴.....	فوائد و مضرات قهوه .....
۱۶۷.....	<b>فصل چهارم: بیماری های دهان و دندان.....</b>
۱۶۹.....	زخم دهان .....
۱۷۵.....	گرفتگی و خشونت صدا (Hoarseness) .....
۱۷۷.....	بوی بد دهان و نفس بد بو (Halitus) .....
۱۷۹.....	درد دندان (toothache) .....
۱۸۲.....	گلو درد (Sore throat) .....
۱۸۵.....	خونریزی لثه (Bleeding gums) .....
۱۸۷.....	تبخال یا هرپس سیمپلکس (herpes simplex) .....
۱۸۹.....	التهاب یا ورم لوزه ها و یا تونسیلیت یا آنژین (Tonsillitis) .....
۱۹۴.....	آبسه دندان .....
۱۹۶.....	اسکوریوت یا بیماری کمبود ویتامین c (Scurvy) .....
۱۹۹.....	تورم لثه (Swollen gums) .....
۲۰۰.....	پوسیدگی دندان یا کرم خوردگی .....
۲۰۳.....	کمک به درآوردن دندان بچه ها .....
۲۰۵.....	<b>فصل پنجم: بیماری های پوست.....</b>
۲۰۷.....	جدام (Leprosy) .....
۲۰۸.....	سرخ (Measles) .....
۲۱۰.....	سیاه زخم (anthrax) .....
۲۱۱.....	آبله .....
۲۱۲.....	باد سرخ یا سلولیت (cellulite) .....
۲۱۴.....	تب زرد (Yellow fever) .....
۲۱۴.....	خارش یا پروریتوس (pruritus) .....
۲۱۶.....	اگرما (Eczema) .....
۲۱۹.....	کچلی (tinea) .....
۲۲۰.....	زگیل (Warts) .....
۲۲۲.....	آبسه یا دمل (Abscess) .....
۲۲۵.....	خون مردگی یا هماتوم (Hematoma) .....
۲۲۶.....	میخچه .....
۲۲۸.....	برَص یا ویتیلیگو (Vitiligo) .....
۲۲۹.....	واریس (Varicose veins) .....
۲۳۱.....	زرد زخم (Impetigo) .....

۲۳۳.....	استسقا یا خیز عمومی بدن (ورم عمومی بدن) (Swelling of the body)
۲۳۶.....	ترک پا، لب و انگشتان .....
۲۳۸.....	پلاگر (Plugger) .....
۲۳۹.....	سوختگی (Burns) .....
۲۴۲.....	نیش حشرات .....
۲۴۶.....	گرما زدگی (Heatstroke) .....
۲۴۶.....	یخ زدگی یا سرما زدگی (Frostbite) .....
۲۴۹.....	زخم سرطانی .....
۲۵۳.....	آفتاب زدگی و آفتاب سوختگی .....
۲۵۳.....	بوی بد عرق (Stinky sweat) .....
۲۵۴.....	خاصیت بوی خوش .....
۲۵۴.....	چاق شدن صورت .....
۲۵۵.....	چروک صورت .....
۲۵۷.....	پر کردن سوراخ های ریز صورت .....
۲۵۷.....	رفع لکه های پوست .....
۲۵۷.....	چربی پوست .....
۲۵۸.....	جوش صورت و آکنه (Acne) .....
۲۶۱.....	خشکی پوست .....
۲۶۲.....	شادابی و روشن شدن پوست .....
۲۶۵.....	<b>فصل ششم: بیماری های قلب و عروق و خون</b> .....
۲۶۷.....	فشار خون چیست؟ (Hypertension) .....
۲۶۹.....	چربی خون .....
۲۷۱.....	آرتواسکلروز یا تصلب شرائین یا آرتوپیواسکلروز (Atherosclerosis) .....
۲۷۴.....	باز کردن عروق کرونر (رگ های خون رسان خود قلب) به کمک طب سنتی .....
۲۷۴.....	دیابت (Diabetes) .....
۲۷۷.....	<b>فصل هفتم: بیماری های کلیه و مجاری اداری</b> .....
۲۷۹.....	درد کلیه (Kidney pain) .....
۲۸۰.....	ورم مجاری اداری .....
۲۸۱.....	احتباس ادراری یا بند آمدن ادرار (Urinary retention) .....
۲۸۵.....	ورم کلیه یا پیلونفريت حاد (Pylonephritis) .....
۲۸۶.....	شب ادراری (Nucturia) .....
۲۸۶.....	درمان شب ادراری .....
۲۸۸.....	سوزش ادرار (Dysuria) .....
۲۸۸.....	سوزش و عفونت مجاری ادرار .....
۲۹۰.....	ادرار آور ها .....
۲۹۵.....	<b>فصل هشتم: بیماری های دستگاه تنفس</b> .....
۲۹۷.....	دیفتری (Diphtheria) .....
۲۹۸.....	پنومونی (ذات الریه) (Pneumonia) .....
۳۰۴.....	سل (Tuberculosis) .....
۳۰۸.....	برونشیت (Bronchitis) .....

۳۱۲.....	سیاه سرفه (Pertussis)
۳۱۶.....	آسم (Asthma)
۳۲۲.....	سینوزیت (Sinusitis)
۳۲۴.....	سرفه (Cough)
۳۲۸.....	فارنژیت (ورم حلق) (Pharyngitis)
۳۲۹.....	خنازیر یا اسکروفولودرما (Scrofuloderma)
۳۳۰.....	خونریزی از بینی یا پیستاکسی (Epistaxis)
۳۳۲.....	زکام و نزله یا سرماخوردگی (common cold)
۳۳۵.....	تورم یا ورم حنجره (Laryngitis)
۳۳۷.....	<b>فصل نهم: بیماری های دستگاه تناسلی مردان و زنان</b>
۳۳۹.....	غیریزه‌ی جنسی چیست؟ (Sexual instinct?)
۳۴۰.....	مکانیسم رابطه جنسی
۳۴۲.....	تغییرات در قوای جنسی
۳۴۲.....	آمیزش و رعایت بهداشت
۳۴۳.....	آیا در زمان حاملگی می‌توان نزدیکی کرد؟
۳۴۳.....	آیا بعد از یائسگی عمل جنسی می‌توان انجام داد؟
۳۴۳.....	آیا انزال در زن و مرد یکسان است؟
۳۴۳.....	آیا میل جنسی در هر دو جنس زن و مرد یکسان است؟
۳۴۴.....	درباره‌ی ختنه چه می‌دانید؟
۳۴۴.....	دیدگاه طب ایرانی در مورد زیان‌های زیاده روی در نزدیکی جنسی
۳۴۵.....	سیفلیس (Syphilis)
۳۴۷.....	سوزادک (Gonorrhea)
۳۴۸.....	اختلالات پروستات
۳۴۹.....	خونریزی‌های غیر طبیعی رحمی
۳۵۱.....	دردهای قاعده‌ی یا قاعده‌ی دردناک (دسمونوره) (Dysmenorrhea)
۳۵۵.....	بند آمدن قاعده‌ی یا آمنوره (amenorrhea)
۳۶۰.....	ترشحات غیر طبیعی یا سفید زنانه
۳۶۲.....	خارش دهانه‌ی رحم
۳۶۲.....	اختلالات یائسگی
۳۶۳.....	شقاق پستان (Breast fissure)
۳۶۷.....	احتقان یا التهاب پستان
۳۶۸.....	آبسه پستان
۳۶۸.....	زیادی احتلام (wet dream)
۳۷۰.....	کمبود میل جنسی
۳۷۰.....	علل ضعف جنسی
۳۷۰.....	افزایش قوه جنسی
۳۷۵.....	<b>فصل دهم: بیماری‌های عضلانی - اسکلتی (استخوان، مفاصل و عضلات)</b>
۳۷۷.....	آرتربیت روماتوئید یا رماتیسم مفصلی (Rheumatoid Arthritis)
۳۹۰.....	راشیتیسم (Rachidism)
۳۹۳.....	آرتروز یا استئوآرتربیت (Arthrose)

۳۹۴.....	رگ به رگ شدن.....
۳۹۵.....	کوفتگی یا کانتوژن (Contusion).....
۳۹۹.....	<b>فصل یازدهم: بیماری های چشم و گوش .....</b>
۴۰۲.....	ورم ملتحمه یا کنژنکتیویت (Conjunctivitis).....
۴۰۴.....	درد چشم (eye's pain).....
۴۰۴.....	شب کوری یا نیکتالوپیا (Nyctalopia).....
۴۰۵.....	جوش پلک یا گل مژه (stye).....
۴۰۶.....	ورم پلک یا بلفاریت.....
۴۰۸.....	درد گوش یاوتالزیا (Otalgia).....
۴۱۰.....	وزوز گوش یا تینیتوس (Tinnitus).....
۴۱۱.....	سنگینی گوش (Heaviness of the ear).....
۴۱۳.....	<b>فصل دوازدهم: ناراحتی های کمر.....</b>
۴۱۵.....	درد سیاتیک یا سیاتالژی (Sciatalgia).....
۴۱۷.....	درد کمر (backache).....
۴۱۹.....	<b>فصل سیزدهم: اختلالاتی که باعث افزایش کار سیستم ایمنی می شوند.....</b>
۴۲۱.....	تب (Fever).....
۴۲۵.....	بیماری های انگلی (Parasitic diseases).....
۴۳۳.....	<b>فصل چهاردهم: بهداشت نوزاد.....</b>
۴۳۵.....	تغذیه و بهداشت نوزاد.....
۴۳۷.....	ازدیاد شیر مادر.....
۴۴۰.....	تأثیر غذا در تعیین جنسیت جنین.....
۴۴۱.....	آیا انتخاب جنس بچه ها کار درستی است؟.....
۴۴۲.....	غذاهای ویژه پسر دوستان.....
۴۴۲.....	غذاهای ممنوع برای پسر دوستان.....
۴۴۲.....	غذاهای ویژه دختر دوستان.....
۴۴۳.....	غذاهای ممنوع برای دختر دوستان.....
۴۴۳.....	توصیه هایی برای بدنی آوردن فرزندان خوش صورت.....
۴۵۳.....	میوه ها و گیاهان اشتها آور.....
۴۵۵.....	<b>فصل پانزدهم: بیماری های کاهش دهنده یا افزایش دهنده توده بدن.....</b>
۴۵۷.....	چاقی (Obesity).....
۴۶۰.....	лагерь (Slimming).....
۴۶۳.....	<b>فصل شانزدهم: اختلالات مو.....</b>
۴۶۵.....	ریزش مو (hair loss).....
۴۶۸.....	سفید شدن مو (Hair whitening).....