



دغدغه قلبی امروز من، حتی انرژی هسته‌ای هم نیست از  
دغدغه‌های قلبی من احیای طب اسلامی ایرانی است،

به آن پردازید.

مقام معظم رهبری (حفظه الله)

این مجموعه نسخه‌های معصومین (ع) و بزرگان طب،  
برای کارهای درمانی کافی است. حکیم پروفور خیراندیش

سرشناسه: میرزایی ، رضا،  
عنوان و نام پدید آور: میرزایی ، رضا،  
مشخصات نشر: قم  
مشخصات ظاهری:..  
فروست: مجموعه کتب سبک زندگی اسلامی.  
شابک :  
شابک دوره:  
وضعیت فهرست نویسی: فیبا  
موضوع: پزشکی سنتی.  
موضوع: بیماری ها  
موضوع: پزشکی اسلامی - احادیث.  
شناسه افزوده: بهرامی ، رضا ،  
رده بندی کنگره:  
رده بندی دیویی:  
شماره کتابشناسی ملی :

# نسخه های معصومین و بزرگان طب اسلامی

ایرانی (جلد ۷)

## بیماری های قلب ، خون و عروق

مؤلف: رضا میرزایی ۰۹۳۵۵۳۸۸۲۶۷

همکاری: رضا بهرامی ۰۹۱۹۱۶۰۱۹۵۰

---

مرکز پخش دفتر مؤلف: ۰۹۱۰۰۹۶۹۷۹۶

EMAIL: Tebeslamiqom@gmail.com

سامانه پیامکی: ۱۰۰۰۰۱۱۰۱۱۰۱۱

بیماری های

قلب، خون و عروق

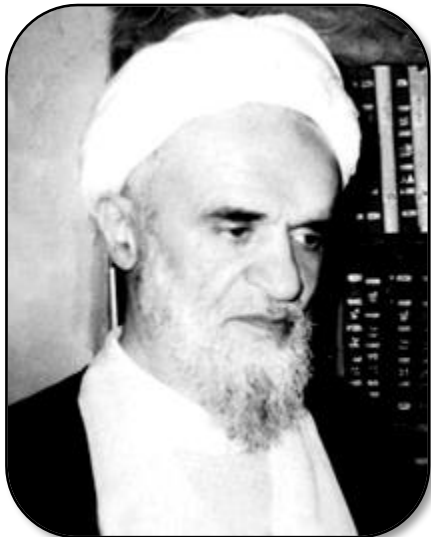


مؤلف: رضا میرزایی



همکاری: رضا بهرامی

# تقدیم بہ محضرمولا صاحب الزمان عجل اللہ تعالیٰ فرجه الشریف و



سردار آن مضرت  
عارف واصل ، آیت مق

حاج شیخ علی آقای پهلوانی  
تهرانی (سعادت پرور)

پیام تسلیت رهبر معظم انقلاب  
در ارتحال این عارف پارسا  
بسم الله الرحمن الرحيم

جناب مستطاب حجت الاسلام و المسلمین

آقای حاج شیخ حسن آقای پهلوانی تهرانی (دامت برکاته) با تأسف و تأثر، خبر رحلت برادر بزرگوارتان عالم عامل و عارف پارسا و پرهیزکار مرحوم حجت الاسلام والمسلمین آقای حاج شیخ علی آقا پهلوانی تهرانی را دریافت کردم. آن بزرگوار، عمر طیب و طاهر و همراه با تلاش مبارکی را، در تعلیم و ترویج معارف الهی و توحیدی گذراندند، و نمونه ای از صفا و اخلاص بودند. امید است، لطف و فضل الهی، و مغفرت و رحمتی که به بندگان صالح خود وعده فرموده است، شامل حال این بنده پاک و بی آرایش باشد. اینجانب به جنابعالی و خانواده محترم و مکرم ایشان صمیمانه تسلیت عرض می کنم . والسلام علیکم ورحمة الله سید علی خامنه ای ۱۳۸۳/۰۹/۰۷

برای تربیت نفس و درمان بیماریهای روحی، روانی، اعتقادی و غیر جسمی به علماء ربانی از جمله شاگردان این عارف واصل مراجعه نمایید. ارتباط با علماء ربانی سرچشمه همه خیرات و سلامتی جسم و روح است.

## لطفاً حتماً بخوانید

بسم الله الرحمن الرحيم و به نستعين ولا حول ولا قوة الا بالله العلي العظيم عليه توكلت واليه انيب ولا توفيق الا بالله واسئل الله من فضله وصلى الله على محمد واله الطاهرين.

### قانون کلی : چرا گاهی نسخه ها تاثیر نمیکنند؟ علت درمانی یا معلول درمانی؟

اشتباه رایجی که وجود دارد این است که بیمار مستقیماً سراغ نسخه ی

مخصوص بیماری اش میروود و فقط آن را عمل میکند. این روش در خیلی از موارد منجر به درمان نمیشود. روش صحیح این است که به طور مثال در درمان ناباروری و عقیمی باید چنین عمل کنید.

رعایت توصیه های تقویت و تضعیف جنسی و بیماریهای اسپرم و رفع بیماریهای زمینه ای مانند واریکوسل و رعایت کلیات، ریشه ها و درمانهای مشترک، اسباب معنوی، اصلاح مزاج، اصلاح خون نیز لازم است. به تدریج و به نوبت این موارد را همراه با نسخه مخصوص ناباروری و عقیمی باید اصلاح و درمان کنید. مثلاً همراه یکی یا دو تا از این موارد را انجام دهید تا مثلاً بعد از یک سال همه ی موانع رفع شود. همه ی بیماریها را باید چنین درمان کنید. یعنی کامل، اساسی و ریشه ای و به تدریج.

افسردگی، اضطراب، ترس، وسواس، دلتنگی، ضعف اعصاب، لذت نبردن از زندگی، و سایر اختلالات روحی غالباً دارای علتها و ریشه های مشترک هستند. درمان اساسی و کامل و در عین حال آسان زمانی حاصل خواهد شد که شما علت را پیدا کنید و علت را درمان کنید. این قانون در همه ی بیماریهای جسمی و روحی لازم و کافی است (البته اگر خوب و دقیق و کامل بفهمیم و اجرا کنیم) پس همیشه دنبال شناخت و درمان علت باشید و بعد معلول درمانی را به علت درمانی اضافه کنید. (یعنی هر دو باهم و با اولویت علت درمانی)

## نمونه ای از درمانهای شگفت انگیز طب اسلامی

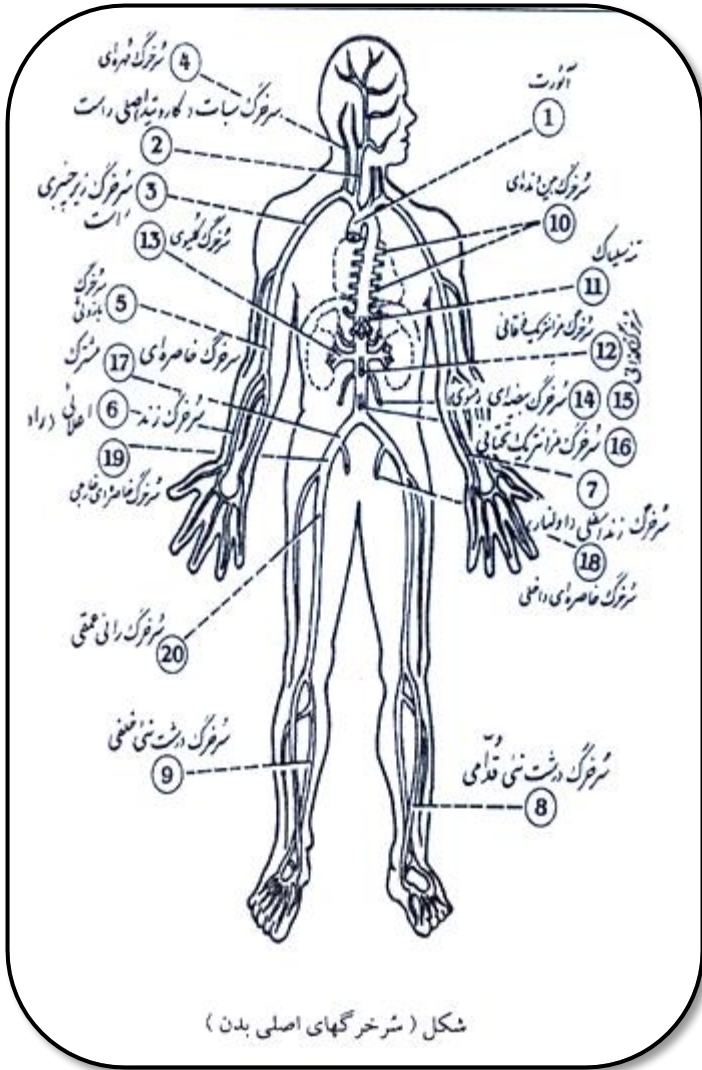
عده ای از اساتید طب مثل استاد تبریزیان استفاده از تجربیات حکمای مسلمان، زالو، عرقیات، ترکیب بدون مجوز مفردات و... را جزعی از طب اسلامی میدانند. اما بنده این نوع نگاه به طب اسلامی را صحیح و اسلامی نمیدانم. بحث در این موضوع مفصل است. فقط به یک نمونه از شاهکارهای زالو توجه کنید تا خودتان قضاوت کنید. البته تاثیر در درمان یکی از علل بنده است.

یکی از بیماران بعد از مراجعات طولانی به پزشکان، ۳ نفر از بهترین جراحان گفتند، پای او باید قطع شود. واریس کل پا را سیاه کرده بود ولی آیت الله آل اسحاق گفتند پای او با زالو درمان می شود. پزشک او می گوید: من حتی بیمارانی دیده بودم که در اثر حادثه تصادف سینه شکافته شده بود و قلب او دیده می شد ولی حتی چنین صحنه هایی مرا چندان متاثر نمی کرد ولی وقتی این بیمار واریسی چادر سیاهش را از روی پایش برداشت، قلبم از جا کنده شد، پا کاملاً سیاه شده بود.

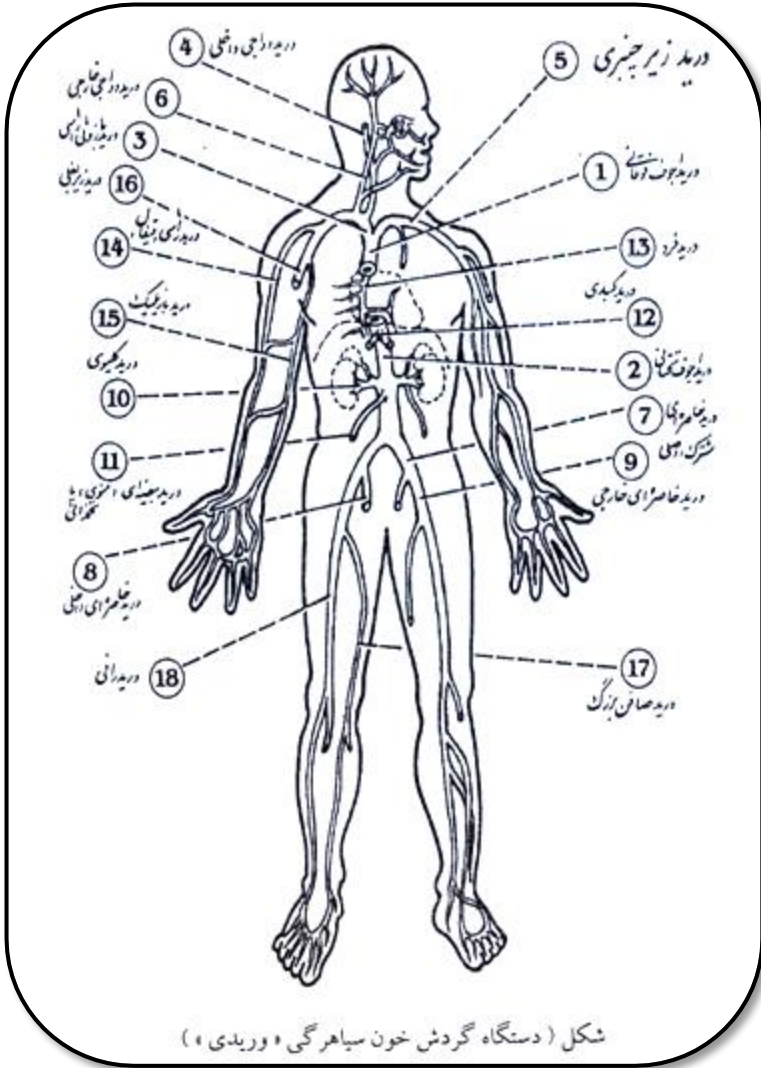
اما بعد از ۷ بار زالو انداختن بیمار بلند شد و درمان شد. بعد از ۱۱ بار زالو انداختن پا به کلی خوب شد. پایی که بهترین متخصص ها گفته بودند باید قطع شود فقط با زالو خوب شد. حال شما بگویید علم واقعی کجاست در اسلام یا غرب؟ از این نمونه ها هزاران مورد در طب اسلامی ایرانی ثبت شده است ولی یهود و عوامل آن مانع اطلاع مردم می شوند مطب آیت الله آل اسحاق یکی از مراکز اصلی طب سنتی اسلامی است که حتی بیماران لاعلاج و صعب العلاج را درمان می کنند. ایشان از اولین احیاگران طب سنتی اسلامی، مخصوصاً در قم هستند. الان بیمارانی از همه دنیا و ایران اسلامی به مطب ایشان سرازیر شده اند و هر روز بر رونق این مجموعه افزوده می شود.



# تصویر سیستم قلب و عروق ( سرخرگها )<sup>۱</sup>



## تصویر سیستم قلب و عروق (سیاهرگها) ۲



## ۱- انواع تالاسمی

### الف: معرفی بیماری

از بیماری‌های ژنتیکی است که در اثر آن هموگلوبین ساختار طبیعی خود را از دست می‌دهد و بنابراین پدیده تولید هموگلوبین غیر موثر در بدن ایجاد می‌شود در نتیجه هموگلوبین معیوب قادر به اکسیژن رسانی مطلوب به اعضا بدن نیست. پس در واقع کمبود کلی هموگلوبین وجود ندارد، بلکه هموگلوبین غیر طبیعی افزایش یافته است. هموگلوبین جزء انتقال دهنده اکسیژن در سلولهای قرمز خونی است. هموگلوبین شامل دو پروتئین مختلف به نام آلفا و بتا است.

اگر بدن توانایی تولید کافی از هر نوع پروتئین را نداشته باشد، سلولهای خونی بطور کامل شکل نمی‌گیرند و توانایی انتقال اکسیژن کافی را ندارند و نتیجه یک نوع کم خونی است که در طفولیت آغاز می‌شود و تا پایان عمر به طول می‌انجامد. هر چند تالاسمی یک اختلال منفرد نیست، اما یک گروه اختلالات از طرق مشابه بدن انسان را درگیر می‌کنند. درک تفاوت بین گونه‌های مختلف تالاسمی مهم است.

### تالاسمی آلفا

افرادی که در آنها هموگلوبین، به اندازه کافی پروتئین آلفا تولید نمی‌کند به تالاسمی آلفا مبتلا می‌شوند. تالاسمی آلفا به طور شایع در آفریقا، خاورمیانه، هند، آسیای جنوبی، جنوب چین و نواحی مدیترانه یافت می‌شود.

۴ گونه تالاسمی آلفا وجود دارد که با توجه به آثار آنها بر روی بدن از خفیف تا شدید تقسیم بندی می‌شود.

## تالاسمی بتا

در افرادی که هموگلوبین پروتئین بتا کافی تولید نمی کند ایجاد می شود. این بیماری در مردم نواحی مدیترانه نظیر یونان و ایتالیا، ایران، شبه جزیره عربستان، آفریقا، جنوب آسیا و جنوب چین یافت می شود.

سه گونه تالاسمی بتا وجود دارد که با توجه به آثار آنها بدن از خفیف تا شدید تقسیم بندی می شوند.

## تالاسمی بینا بینی

در این حالت کمبود پروتئین بتا در هموگلوبین به اندازه ای است که منجر به کم خونی نسبتا شدید و اختلالات قابل ملاحظه ای در سلامت فرد (نظیر بدفرمی های استخوانی و بزرگی طحال) می شود. در این مرحله طیف وسیعی از علائم وجود دارد. تفاوت کم بین علائم تالاسمی بینا بینی و فرم شدیدتر (تالاسمی ماژور یا تالاسمی بزرگ) می تواند گیج کننده باشد.

بدلیل وابستگی بیمار به تزریق خون، فرد را در گروه تالاسمی ماژور قرار می دهند. بیماران مبتلا به تالاسمی بینا بینی برای بهبود کیفیت زندگی و نه برای نجات یافتن، به تزریق خون نیازمندند.

## تالاسمی ماژور یا کم خونی Cooley's Anemia تالاسمی بزرگ

این مرحله شدیدترین فرم تالاسمی بتا می باشد که کمبود شدید پروتئین بتا در هموگلوبین منجر به یک کم خونی تهدید کننده حیات می شود و فرد به انتقال خون منظم و مراقبت های طبی فراوانی نیازمند می شود.

انتقال خون مکرر در طول عمر منجر به تجمع بیش از حد آهن می شود که باید توسط تجویز عوامل Chelator کمک کننده در دفع جهت جلوگیری از مرگ و نارسایی ارگان ها درمان شوند..

## درمان تالاسمی در طب جدید

انتقال خون: شایعترین درمان برای تمامی اشکال تالاسمی تزریق سلول‌های قرمز خونی است. این تزریق خون برای فراهم آوردن مقادیری از سلول‌های قرمز خونی سالم و هموگلوبین طبیعی که قادر به انتقال اکسیژن باشد، ضروری است.

در صورتی که بیمار تالاسمیک در گذشته به اندازه کافی خون دریافت نکرده باشد، لازم است جهت بهبود کیفیت زندگی وی، دفعات تزریق خون افزایش یابد. امروزه بسیاری از بیماران تالاسمی ماژور در هر دو یا سه هفته خون دریافت می‌کند، مقداری معادل ۵۲ پاینیت خون در یک سال. Pint معادل واحد تزریق مایع تقریباً برابر ۴۷۳ میلی‌لیتر است

### ب: نسخه‌ها

#### تالاسمی مینور (کم خونی) (خیراندیش)

یک عدد سیب سرخ را با پوست رنده کرده و سپس دو تا سه قاشق غذاخوری عرق بیدمشک و یک قاشق غذاخوری عسل به آن اضافه کرده و شبها قبل از خواب به مدت چهل روز مصرف نمایید.

و مصرف غذاها و کارهای خونساز مفید است.

#### تالاسمی مینور و ماژور (تبریزیان)<sup>۳</sup>

تالاسمی و سخت‌ترین کم خونی هم درمان می‌شود. مرکب ۶ (قرص خون) آن قدر خون زیاد می‌شود که باید حجامت کنند و دهان آفت می‌زند - داروهای خونساز و تره یا آب تره یا آب شوید با عسل هم مفید است.

۳ کتاب و سخنرانی های استاد

## تالاسمی (خدادادی)

پرهیز از غذاهای ممنوعه و اقامت در دامنه های کوهستانی و خوش آب و هوا.

مصرف جوانه گندم تازه همراه با سالاد فصل و لیمو ترش و روغن زیتون.

نوشیدن نکتار سیب با عسل.

خوردن آب هویج با عسل.

خوب جویدن غذا و نظم در خواب و خوراک و استراحت.

ورزش و نرمش مناسب روزانه به صورت مرتب.

## تالاسمی (روزاده)

هفته ای یکبار گوشت گوسفند به صورت کباب میل شود.

تالاسمی ماژور (روزاده) / زن/سن ۲۰ سال / ساری

**پرسش:** برای تالاسمی ماژور درمانی سراغ دارید؟

**پاسخ:** برای کمک به خونسازی از کباب گوشت گوسفندی و شیرینی های طبیعی مثل

شیره انگور یا خرما و عسل و کشمش و خرما استفاده کنید.<sup>۴</sup>

**استفاده از حسوم و یا آهن در غذا برای افراد مبتلا به تالاسمی (روزاده)**

پرسش: آیا استفاده از حسوم و یا آهن در غذا برای افراد مبتلا به تالاسمی مینور اشکال

دارد؟ چون معمولا این افراد از خوردن قرص آهن منع می شوند.

پاسخ: خیر موردی ندارد چون فقط در صورت نیاز جذب می شود ولی این کار بیمار را

از داروهای خودش بی نیاز نمی کند چون این افراد از یک عیب ساختاری خلقتی در

زنجیره انتقال اکسیژن در بدنشان رنج می برند.<sup>۵</sup>

۴. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزهاده ج ۳ ص ۱۰

۵. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزهاده ج ۳ ص ۱۵

لازم به ذکر است که درمانهای فوق در تالاسمی فقط جنبه کمک کننده است و این بیماری به علت ژنتیکی بودن متأسفانه درمان قطعی ندارد.

ذکر این نکته خالی از لطف نیست که خانواده ها هنگام ازدواج فرزندان باید از سلامت مرد و زن از حیث این بیماری مطمئن باشند یعنی اینکه به هیچ وجه دو طرف دچار این نقص نباشند اما وجود بیماری در یک نفر مانع از ازدواج نمی باشد.

### تالاسمی (تبریزیان)

قرص خون برای همه ی انواع بیماری های خون به جز غلبه خون بسیار موثر است و تالاسمی را درمان می کند.

## ۲- غلظت خون

نسخه ها

غلظت خون (روایات)

انار ملس

امام رضا (علیه السلام): آب انار ملس بمک؛ زیرا انسان را قوی می کند و خون را زنده می سازد.<sup>۶</sup>

توصیه ی روایات تصفیه ی خون و کم خونی و برخی درمانهای مشترک مانند حجامت، کم خوری، کم نوشی، فعالیت بدنی، رگ زنی، اصلاح مزاج و... برای غلظت خون نیز مفید هستند.

درمان غلظت خون (ضیایی)<sup>۷</sup>

۱- در ۲۴ ساعت ۴ لیوان آب جوش ولرم (بجای چای) یعنی هر ۶ ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آبجوش ولرم بنوشید، میوه تمشک، زرشک خام، آلو بخارا، ریواس، عناب.

پلی سیتی (گزارش درمان)<sup>۸</sup> نام بیمار: آقای س.ب. سن: ۶۱ سال

علت مراجعه: غلظت خون

علائم بیماری: بیمار با شکایت تنگی نفس و درد قفسه سینه مراجعه نمود. heavy smoker بود و روزانه ۴ پاکت سیگار مصرف می نمود. بریده بریده صحبت می کرد. در آزمایشات همراه بیمار  $Hb=19/5$ ,  $hct=58$  گزارش شده است.

۶ طب الرضا(ع) ص ۶۱

۷ نسخه های مورد تایید استاد...

۸ حجامت درمانی ص ۱۳۳



مزاج دم و سودا برای بیمار تشخیص داده شد.

درمان های انجام شده: حجامت عام (۳ مرحله)

سیر درمان:

در جلسه اول حجامت عام انجام شد که به زحمت 50cc خون غلیظ خارج شد و دستورات زیر به بیمار داده شد: چای سبز و چای ترش (مکی) و لیمو عمانی - تکرار حجامت عام ۲ هفته بعد.

در جلسه بعد که ۲ هفته بود، سیانوز دست ها و زبان کاملاً برطرف شده بود. وضعیت عمومی بیمار بهتر بود و Hb بیمار ۱۷ گزارش شده بود. تنها شکایت بیمار سرگیجه بود. مجدداً حجامت عام انجام شد. و دستور مصرف سیاهدانه، گل گاوزبان، هلیله زرد و عناب داده شد. در جلسه بعد (یک ماه بعد) سرگیجه برطرف شده بود که در این جلسه مجدداً حجامت عام انجام شد. در جلسه چهارم که حدود چند ماه بعد بود، سرگیجه و سیانوز کاملاً از بین رفته بود. مصرف ترنجبین و خاکشیر به بیمار توصیه شد.<sup>۹</sup> پزشک معالج: دکتر محمد علی نصرتی

### غلظت خون (تبریزیان)<sup>۱۰</sup>

صاف کننده خون - مرکب ۱۸ = زنبق) - سودا بر - داروی فشار خون - اگر دستها و پاها سرد می شود داروی جامع + آب انغوزه مصرف شود.

### غلظت خون (روازاده)

جوشانده رازیانه، انیسون، پونه، تخم کرفس در یک لیوان آب جوش به مدت ۵ دقیقه دم بکشد و سپس با عسل میل شود.

۹ حجامت درمانی صفحه ۱۳۳.

۱۰ کتاب و سخنرانی های استاد

جوشانده عناب، دمکرده زرشک، و آب انار که موجب صاف شدن خون می شوند. انجام حجامت و فصد نیز مفید است.

درد گردن خواب رفتن دست و پا و انگشتان و پشت و شانه ها از علائم غلظت خون می باشد که مالیدن روغن بادام تلخ به گردن و دست و پاها مفید می باشد.

### چربی و غلظت خون (روازاده)

**پرسش:** برای درمان چربی و غلظت خون که بالاتر از حد نرمال است و هم چنین برای پایین آوردن چربی خون چه درمانی تجویز می کنید؟

**پاسخ:** سماق و آش سماق زیاد مصرف کنید. بجای کره از کره مشک، کره ای که در مشک درست می شود، استفاده کنید. به مدت یک ماه روزی یک قاشق مربا خوری اسپند بخورید. آخر غذا مقداری سرکه خانگی میل کنید. سالی دو بار حجامت کنید. روزانه دو لیوان شربت خاکشیر گرم میل کنید<sup>۱۱</sup>.

### غلظت خون مرد/سن ۲۵ سال / شیراز

**پرسش:** استفاده از حسوم برای کسب غلظت خون بالایی دارد، مشکل ساز است؟  
**پاسخ:** مشکلی ایجاد نمی شود.

برای رفع غلظت خون از غذاهای سودازا پرهیزید.  
گل گاوزبان بخورید و حجامت انجام دهید.<sup>۱۲</sup>

### غلظت خون (باقری)<sup>۱۳</sup>

مصرف برنج سفید بدون سبوس، گوشت گاو و چای سیاه از جمله تغذیه های ناسالمی

۱۱ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر راوزاده، ج ۱، ص ۷۷

۱۲. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر راوزاده ج ۳ ص ۱۳۵.

هستند که باعث غلظت خون می شوند. برای درمان غلظت خون به روش های زیر عمل کنید.

۱- زرشک سیاه و عناب را در عرق گزنه و عرق بومادران و عرق مرزه بجوشانید از این جوشانده میل کنید.

۲- زرشک سیاه + عناب + پودر مکمل اصلاح خون  
این ها را در اصلاح خون جوشانده صاف کنید.

روزانه سه وعده هر وعده یک استکان از این جوشانده را با رب انار میل کنید.

۳- بنفشه (۱۰ گرم) + عناب (۱۰ گرم) + تخم کاسنی (۱۰ گرم) + تخم نیلوفر (۱۰ گرم)  
همه این ها را دم کرده عرق کاسنی به آنها افزوده، سپس سه قسمت کرده و طی سه روز میل کنید.

۴- حجامت کتف و کمر

هیچ چیز مثل حجامت تاثیر فوری و اورژانسی برای درمان غلظت خون ندارند.<sup>۱۴</sup>

### غلظت خون (بنی هاشمی)

۱- کسانی که غلظت خون دارند باید براساس اصول سیر بخورند.

۲- عرق بید یا پوست بید هم مفید است

### فشار خون و غلظت خون و یبوست و رماتیسم (ضیایی)

شب ۷ عدد آلو را در آب بگذارد و صبح آبش و خودش را بخورد.

آسپرین ۷ بیماری می آورد: خون ریزی معده- آب سیاه چشم- آسم- تنگی نفس- وارفارین که رقیق کننده قوی خون است و در سرزمین اسلامی استفاده می شود به عنوان موش کش در اروپا استفاده می شود حالا در مواقع اضطرار مانند سگته و ... یکی

دو تا استفاده می شود ولی در مواقع عادی درمان داریم.

**پلی سیتی (گزارش درمان حمید نعمتی)**<sup>۱۵</sup> نام بیمار: آقا سن: ۴۵ سال

علت مراجعه: غلظت خون - تنگی نفس - خستگی - خواب رفتگی اندام ها - کولیت اولسروز - کلاثریت اسکروزال.

درمان های انجام شده: حجامت عام هر ۲۱ روز - عناب - آب زرشک - سیر درمان:

بهبودی ۸۰٪ / پزشک معالج: دکتر حمید نعمتی

**پلی سیتی (گزارش درمان)** نام بیمار: آقای م.ا. سن: ۴۷ سال

علت مراجعه: غلظت خون بالا و کسالت و خواب آلودگی

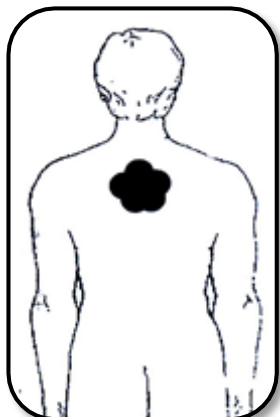
علائم بیماری: بیمار به دلیل غلظت خون بالا با علائم کسالت و خواب آلودگی به این مرکز مراجعه نمود. بیمار معتاد و heavy , smoker بود. بیمار از سستی و کوفتگی، رنج می برد.

درمان های انجام شده: برای بیمار سه بار حجامت عام انجام شد و قرص آنتوم، گارلت و شوید تجویز شد که غلظت خون تا حد زیادی کاهش یافت.<sup>۱۶</sup>

پزشک معالج: دکتر جاوید شفاقی

### بادکش خورشیدی

اندیکاسیون ها-مقدمه یک حجامت سنگین در افراد با غلظت بالای خون -در افراد با پوست ضخیم قبل از حجامت باید انجام شود. -مناسب برای بیماران سکنه قلبی (قبل از حجامت لازم است).



۱۵ حجامت درمانی صفحه ۱۳۲.

۱۶ حجامت درمانی صفحه ۱۳۳.

## ۳- رعاف مفید (فشار داخل جمجمه یا چشم)

(موسوی) ۱۷

رعاف مفید آن است که بیماری فشار خون داشته باشد. یا فشار داخل چشم یا فشار داخل جمجمه بالا باشد. در این صورت تا قبل از برطرف کردن اصل بیماری رعاف را نباید علاج نمود. علاج آن در تنظیم مزاج خون بوده و چنانچه غلبه خون عامل اصلی باشد با زالو درمانی پشت هر گوش یا روی هر دست به تعداد ۱۰ عدد و یا فصد رگ باسلیق و چکاندن آب تازه تره و یا قطره های ضد رعاف برطرف می شود.

**مؤلف:** به نسخه های فشار خون عمل کنید.

## ۴- بیماری و اختلال در پلاکت خون

### الف: معرفی بیماری

پلاکتها (به انگلیسی: Plackets) اجسام کروی یا بیضوی کوچکی به قطر ۴ - ۲ میکرون هستند که از قطعه قطعه شدن سیتوپلاسم سلولهای بزرگی به نام مگا کاریوسیت (Mega karyocytes) در مغز استخوان حاصل می شود و فاقد هسته اند. با وجود این در مهره داران پست سلولهای هسته داری به نام ترومبوسیت معادل پلاکت می باشد. پلاکتها را ترومبوسیت نیز می نامند. تعداد پلاکتها ۴۰۰ - ۲۰۰ هزار در هر میکرولیتر خون می باشد. و عمر آنها ۱۱ - ۸ روز می باشد. هر پلاکت توسط غشایی غنی از گلیکوپروتئین محصور شده و بررسی ها بیان گر وجود آنتی ژنهای گروه خونی ABO در غشای پلاکتها می باشد.

کار اصلی پلاکت جلوگیری از خونریزی است. که این عمل با چسبیدن پلاکتها به همدیگر و محل آسیب دیده رگ و ترشح مواد دخیل در انعقاد انجام می گیرد. تحریک پلاکتها در محل آسیب عروقی باعث ترشح ADP می گردد که ADP چسبیده به سطح پلاکت موجب چسبیدن پلاکتها بهم و تشکیل توده پلاکتی را می کند که به صورت درزگیر عمل کرده و از ادامه خونریزی جلوگیری می کند. هم زمان با ترشح ADP، سروتونین و ترومبوبلاستین پلاکتی نیز ترشح می گردد. که اولی باعث انقباض رگها و دومی باعث تبدیل پروترومبین به ترومبین می شود. ترومبین، فیبرینوژن محلول پلاسما را به فیبرین غیر محلول تبدیل می نماید که سلولهای خونی در لابه لای توری ظریف حاصل از فیبرین گرفتار شده و لخته تشکیل می گردد.

پلاکت خون از عناصر کلیدی در تشکیل و گسترش پلاک‌های آترومی به شمار می‌روند. این سلول‌ها در روند انعقاد خون هنگام بروز آسیب به رگ‌ها موجب توقف خونریزی می‌شوند. پلاکت‌ها اولین سلول‌های خونی هستند که در محل فعال شدن سلول‌های اندوتلیوم حاضر می‌شوند.

در گذشته نقش پلاکت‌ها در سازماندهی روند التهاب شناخته نشده بود. در سال ۱۹۸۸ مشخص شد لیگاند (CD ۴۰ ligand) که از پلاکت‌ها آزاد می‌شود به صورت مستقیم روند التهاب را در رگ‌ها آغاز می‌نماید. لذا پلاکت‌ها نه تنها در عمل انعقاد خون شرکت می‌کنند بلکه با وجود ترکیباتی در ساختار خود دارای نقش عمده‌ای در بروز پدیده التهاب می‌باشند. پلاکت‌ها عامل تولید ۹۰ درصد از لیگاند CD ۴۰ در بدن به شمار می‌روند.

اگرچه عملکرد پلاکت‌ها در زمان شکاف خوردن پلاک آترومی و یا کنده شدن سلول اندوتلیوم از روی پلاک، یک روند فیزیولوژیک در کنترل خونریزی و ترمیم به شمار می‌آید اما گسترش و تشدید این روند می‌تواند با گسترش لخته تشکیل شده و بسته شدن مجرای رگ به بروز انفارکتوس میوکارد، سندرم‌های حاد کرونری و یا ایسکمی مغز منجر شود. هم چنین به نظر می‌رسد پلاکت‌ها به واسطه عملکرد خود در روند ایجاد پاسخ‌های التهابی در بروز پدیده آترواسکلروز نقش مهمی ایفا می‌کنند. از این رو با مهار کردن فعالیت‌های انعقادی و التهابی پلاکت‌ها می‌توان از بروز آترواسکلروز و سندرم‌های حاد کرونری و ایسکمی‌های مغزی و یا ایسکمی در بافت‌های دیگر پیشگیری نمود.

## افزایش پلاکت ها و چسبندگی پلاکتها<sup>۱۸</sup>

پلاکت ها (ترومبوسیت ها): جزء پیشگامان سیستم انعقادی هستند و محل ساخته شدن آنها در مغز استخوان است، عمر آنها بین یک الی دو روز است.

اعمال پلاکت ها

متوقف ساختن خونریزی

ترومبوسیتوز: اگر تعداد پلاکت ها بیش از ۶۰۰ هزار در هر میلی متر مکعب در خون باشد.

ترومبوسیتمی: اگر تعداد پلاکت ها بیش از ۱ میلیون در هر میلی متر مکعب در خون باشد.

ترومبوسیتوپنی: اگر تعداد پلاکت ها کمتر از ۱۰۰ هزار در هر میلی متر مکعب در خون باشد.

مقدار طبیعی پلاکت های بالغین (ناشتا): ۴۰۰.۰۰۰-۱۴۰.۰۰۰

## علل افزایش پلاکت های خون

استرس، عفونت ها (آرتریت، سل، التهاب روده، بدخیمی ها)، عمل برداشتن طحال، پلی سیتی حقیقی.

**ب: نسخه ها**

## پلاکت خون (خیراندیش)

**اگر پلاکت خون پائین بود درمان آن به قرار زیر است:**

دو واحد مغز شتر، یک واحد مغز گوسفند را با هم بپزد و پس از له کردن آنها با هم روزی یک قاشق مربا خوری تا یک قاشق غذاخوری بسته به میزان کمبود پلاکت خون



استفاده نماید و پس از ۴۰ روز آزمایش بدهد و هرگاه میزان آن به حد طبیعی رسیده بود دیگر مصرف نکند و گرنه نیاز است یک دوره دیگر درمان را تکرار کند. به طور کلی خوراکی های گرم باعث افزایش پلاکت خون می گردد که بهترین آن مصرف ارده با شیره انگور می باشد.

### اما اگر پلاکت خون بالا بود درمان آن به قرار زیر می باشد:

مصرف سرکه انگبین (دو واحد عرق نعناع+ دو واحد عسل+ دو واحد سرکه طبیعی) یک قاشق غذاخوری از این مواد با یک لیوان مخلوط کرده و یک ساعت قبل از شام میل شود به مدت ۱۲۰ روز.

انجام حجامت عام دو الی ۳ مرتبه هر ۴۰ روز یکبار. ترک غذاهای سودازا مثل بادمجان، چای، گوشت گوساله و گاو، عدس، سوسیس و ...

### کمبود پلاکت خون

**درمان کمبود پلاکت خون:** سیاهدانه و تخم یونجه را به نسبت مساوی مخلوط کرده و هر روز به مقدار یک قاشق چایخوری در کودکان، و یک قاشق مربا خوری در غیر کودکان، مصرف شود.

### بالا بودن پلاکت (تبریزیان)<sup>۱۹</sup>

۱- رفع غلظت خونکنید - پلاکت مانع خروج خون در خونریزی می شود اگر پلاکت زیاد باشد مانع حرکت خون در رگ می شود و در نتیجه غلظت خون می دهد. امروز میکروبهای روده را می کشند تا تولید پلاکت کم شود - حجامت و صاف کننده های خون مفید است.

## درمان ازدیاد پلاکت خون (ضیایی)<sup>۲۰</sup>

یک مرتبه حجامت تر کند، بعد از آن، عسل طبیعی یا یک عدد انار شیرین با پرده نازک روی دانه ها بخورد.

شاهتره، عناب، زرشک کوهی، کاسنی، میوه نسترن نیز مفید است.

## پلاکت خون (روازاده)

**پرسش:** مردی ۲۸ ساله هستم که چند روز پیش آزمایش خون و ادرار انجام دادم.

پلاکت خون ۱۳۰۰۰۰ بود. لطفا بفرمایید مشکل من چیست؟

**پاسخ:** این مقدار یک مورد عارضه دار نمی باشد؛ ولی باید با فواصل معینی چک شود.

از عطاری شفا قرص پادزهر احمدیه تهیه کنید و طبق دستور مرقوم روی آن مصرف نمایید<sup>۲۱</sup>.

## پایین بودن پلاکت خون (روازاده) زن / سن ۳۰ سال / کرج

**پرسش:** آیا پایین بودن پلاکت خون به غیر از دارو با خوردن غذا یا میوه بالا می رود یا نه؟

**پاسخ:** موارد ذیل توصیه می شود:

پرهیز از غذاهای سودازا

مصرف عرق کاسنی صبح ناشتا ۱ لیوان

مصرف شربت سوداک هر شب ۳ قاشق در یک لیوان آب خنک

حجامت زیر نظر پزشک

دم کرده بابونه روزانه ۱ لیوان میل شود و یا عرق بابونه روزانه یک استکان میل شود.<sup>۲۲</sup>

۲۰ نسخه های مورد تایید استاد...

۲۱ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزاده، ج ۱، ص ۸۱

۲۲. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزاده ج ۳ ص ۱۳

## ۵- فساد و عفونت و تصفیه خون

### (روایات)

#### چغندر

امام رضا (علیه السلام) درباره فواید چغندر: عقل را استحکام می بخشد و خون را تصفیه می کند.<sup>۲۳</sup>

#### کاهو

امام صادق (علیه السلام): بر شما باد کاهو؛ چرا که خون را تصفیه می کند.<sup>۲۴</sup>

#### انار و حجامت

امام عسکری (علیه السلام): پس از حجامت، انار بخور، اناری شیرین؛ چرا که خون را فرو می نشاند و خون را در درون، تصفیه می کند.<sup>۲۵</sup>

#### انار ملس

امام رضا (علیه السلام): آب انار ملس بمک؛ زیرا انسان را قوی می کند و خون را زنده می کند.<sup>۲۶</sup>

#### باقلا

امام صادق (ع) فرمود: خوردن باقلا، استخوان های ساق را تراکم درونی می بخشد و توان مغز را افزون میکند و خون تازه تولید میکند.<sup>۲۷</sup>

<sup>۲۳</sup> المحاسن ج ۲ ص ۳۲۷

<sup>۲۴</sup> کاهو ج ۶ ص ۳۶۷

<sup>۲۵</sup> طب الاثمه ص ۵۹

<sup>۲۶</sup> طب الرضا (ع) ص ۶۱

<sup>۲۷</sup> کافی ج ۶ ص ۳۴۴

## از بین برنده و دفع کننده سلول های مرده خون عبارتند از (ضیایی)<sup>۲۸</sup>

کاهو - چغندر قند - انار - رب انار - حجامت و انار بعد از حجامت مفید است.

## تصفیه خون و تنظیم عادت ماهیانه (ضیایی)<sup>۲۹</sup>

۱- آب صاف کرده جوشانده ی برگ و گل مغربی (= علف خر = حشیشه الحمار) را بنوشید، تصفیه کننده خون است.

۲- خوردن کاهو (بدون سس) تصفیه کننده خون است.

۳- خوردن عناب مولد خون صالح و تصفیه کننده خون است، و اگر به همراه عسل طبیعی مصرف شود، بهتر است.

۴- خوردن تخم گیاه گل مغربی (تخم علف خر = حبه حشیشه الحمار) که منبع غنی از اسیدهای اساسی لازم برای بدن است که فشار خون و سیستم عروق قلبی و دوره های عادت ماهیانه را تنظیم میکند و برای لطافت پوست موثر است.

۵- وسط روز: دم کرده گل خار مریم، و عصرانه: دم کرده گل بومادران، برای تنظیم عادت ماهیانه و تقویت قلب مفید است.

## تولید خون تازه و تولید مغز ساق پا (ضیایی)<sup>۳۰</sup>

روزی ۱۴ عدد باقلای آب پز بخورید. (به شرطی که بیماری کم خونی ژنتیکی فاویسم نداشته باشید).

## عفونت خون (ضیایی)<sup>۳۱</sup>

آب غوره بی نمک را با عسل مخلوط کرده و روزی چند قاشق به مدت یک تا دو هفته

۲۸ نسخه های مورد تایید استاد...

۲۹ نسخه های مورد تایید استاد...

۳۰ نسخه های مورد تایید استاد...

۳۱ نسخه های مورد تایید استاد...

مصرف شود.

مصرف فالوده سیب به مدت حداقل ده تا چهل روز و هم چنین خوردن آب آلبالو خوردن دمکرده یک قاشق غذاخوری اسطوخدوس در یک لیوان آب جوش به مدت ۱۵ دقیقه تا ده شب قبل از خواب با مقداری عسل. خوردن آب غوره بی نمک + عسل برای رفع عفونت خون از اسطوخدوس قوی تر می باشد.

### تصفیه خون (خدادادی)

خوردن روزی یک پرتقال + آب لیمو ترش.

### تصفیه خون - سم زدایی<sup>۳۲</sup>

اختلال کبد و کلیه و تغذیه نادرست (با غذاهای آماده و یا سرخ شده) استفاده زیاد از داروهای شیمیایی و عدم ورزش کافی و نخوردن یا کم خوردن میوه جات سبزیجات باعث چنین حالتی می شود.

### علائم مسمومیت (آلودگی) خون (ضیایی)<sup>۳۳</sup>

که نیاز به سم زدایی یا تصفیه خون دارد.

یبوست - سوء هاضمه - بوی بد دهان - کسلی و بی حوصلگی - بوی بد ادرار - بیخوابی - عصبی بودن - ضایعات پوستی مختلف - سرما خوردگی زیاد و آبریزش بینی کم طولانی - درد ماهیچه ها یا مفاصل - سیاهی زیر چشم - اشتها زیاد.

### برای تولید خون صالح و لطیف کننده خون (ضیایی)<sup>۳۴</sup>

نیشکر (سکر تین)، مثلاً دو قطعه<sup>۱۰</sup> سانتیمتری از نیشکر خوردن (مخصوصاً شب قبل از خواب)

۳۲ کتاب درمان های گیاهی (نعیمی)

۳۳ نسخه های مورد تایید استاد...

۳۴ نسخه های مورد تایید استاد...

توجه:

- ۱- زیاده روی در مصرف نیشکر مضر ریۀ اشخاص سالمند است.
- ۲- خوردن نیشکر بعد از غذا، نفاخ است و مصلح آن خوردن انیسون (بادیان رومی) است.
- ۳- اشخاص مسلول (دارای سل ریوی) و اشخاصی که شکم روش (اسهال) دارند و اشخاصی که اسهال صفاوی دارند و اشخاصی دل پیچه دارند و اشخاص دیابت که قند خون بالا دارند، نبایستی بخورند.

۴- عسل

### تولید خون سالم و تمیز (ضیایی)<sup>۳۵</sup>

روزی ۱۴ عدد عناب رسیده (تازه یا خشک) را با یک قاشق غذاخوری عسل آویشن بخورید (گرچه تب بر و ضد آسم نیز هست). افراد سرد مزاج هم میتوانند عناب را با مویز (کشمش انگور سیاه) یا عسل بخورند.

## ۶- واریس

## نسخه ها

## واریس (خدادادی)

این بیماری وقتی پدید می آید که عروق خونی زیر پوست متورم می شوند و مبتلایان به واریس در پای خود احساس درد و سنگینی می کنند و قدرت سر پا ایستادن زیاد را ندارند و سرپا ایستادن مداوم، باعث پیشرفت بیماری می شود.

سرپا ایستادن بخصوص در افرادی که به خاطر نوع شغلشان مانند نانوايي و آرایشگری مجبور به ایستادن هستند از عوامل مهم این بیماری می باشد و هم چنین استفاده زیاد از مواد نشاسته ای و غذاهای ممنوعه و فست فود ها و عدم تحرک کافی و ورزش مناسب روزانه.

اما برای درمان این بیماری نکات زیر توصیه می شود:

پیشگیری از یبوست و درمان آن.

مصرف غذاهای گیاهی و طبیعی و پرهیز از غذاهای ممنوعه.

مصرف انار شیرین یا آب زرشک و عسل برای رقیق شدن خون.

مصرف شربت عسل با یک قاشق غذاخوری سرکه سیب به آرامی به مرور نوشیده شود.

مصرف یک چهارم قاشق چای خوری زنجبیل به همراه شربت عسل در طول روز.

واریس (تبریزیان)<sup>۳۶</sup>

حجامت ساق پا ۲ یا ۳ مرتبه انجام دهند حتما بر طرف می شود.

## واریس (روا زاده)

از عوارض افزایش سودا در بدن بیماری واریس می باشد که رگهای پشت پا به رنگ بنفش، سبز، و آبی بیرون زده می شود و همراه با درد می باشد. درمان این بیماری پاکسازی بدن از سودا خواهد بود.

## واریس (روا زاده)

**پرسش:** خانمی ۶۰ ساله، رگ های پشت پایش به رنگ بنفش، سبز و آبی بیرون آمده، همچنین این رگ ها درد زیادی برایش ایجاد می کنند و بعضی اوقات که از خواب بیدار می شود احساس سرد شدن دست ها و کف پا را دارد. آیا راهکاری برای ارایه درمان وجود دارد؟

**پاسخ:** این علائم نشان دهنده واریس است. سودا در ساق پایشان کاملا رسوب کرده است. باید واریس کاملا تخلیه شود که خیلی موثر خواهد بود. از غذاهای سودازا پرهیز کنید. روزانه دو لیوان خاکشیر گرم مصرف کنید. روزانه یک لیوان آب هویج بخورید. دم کرده افیمون را زیاد میل کنید.<sup>۳۷</sup>

## پیشگیری از واریس (روا زاده) زن/سن ۲۵ سال

**پرسش:** در خانواده بنده. خانم ها از سن پایین مشکل واریس پیدا می کنند و با افزایش سن به شدت افزایش می یابد آیا برای پیشگیری از این مشکل راه حلی هست؟ برای درمان واریس چه باید کرد؟

**پاسخ:** بله واریس ناشی از افزایش سوداست. همیشه با خوردن آب جوش و خاکشیر و عسل شکم را نرم نگه دارید. از شربت سوداک استفاده کنید.

۳۷ (پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۱۰۰)



فصد کنید و از غذاهای سودازا پرهیزید.

حجامت و زالو و تعدیل مزاج و دوری از مواد کارخانه‌ای و رعایت اصول تغذیه سالم نیز توصیه میشود.<sup>۳۸</sup>

### واریس (خیراندیش)

اگر رگها ریز باشند یک قاشق مربا خوری اسپند خوراکی را با یک لیوان آب مخلوط کرده و قورت دهد و نجود به مدت ۴۰ شب.

و اگر بیماری پیشرفت کرده و رگها درشت شده اند بعد از مصرف چهل روز اسپند، سه مرحله زالو درمانی انجام شود یعنی هفته ای یکبار بین رگهای واریسی زالو انداخته شود و در مدت ۴۰ روز از غذاهای سرد کمتر مصرف شود.

مقداری نمک و آرد از هر کدام به مقدار مساوی با هم مخلوط کرده و بعد از خمیر کردن آن با پارچه ای روی محل واریس بسته شود.

### واریس (موسوی)

هیچ درمانی برای علاج کامل واریس جز زالو درمانی و حجامت نیست یا این که حداقل ما از آن بی اطلاع هستیم. زالوها را باید به ترتیب روی قسمت هایی که واریس شدیدتر است بیاندازید و تکرار زالو درمانی را براساس توان بیمار در نظر بگیرید. ضمن زالو درمانی پاکسازی مزاج از خلط غالب را در نظر بگیرید.<sup>۳۹</sup> زالو درمانی در قسمت ماهیچه ساق پا برای درمان لخته شدن خون در عروق درد ساق پا، پروستات و غیره به کار می رود.

۳۸. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روازاده ج ۲ ص ۶۲.

۳۹ زالو درمانی صفحه ۱۰۴.

## واریس پا (باقری) <sup>۴۰</sup>

در واریس، مویرگها روی پوست می آید و در اثر رسوب سودا رگ پاره می شود. برای درمان واریس از روش های زیر استفاده کنید:

۱- پا را با روغن های گرم مرتب روغن مالی کنید.

۲- تغذیه را اصلاح کرده و از مواد سمی، نفتی و کارخانه ای پرهیزید

۳- ساق پا را حجامت کنید.

۴- تادرممان کامل زالو بیاندازید. (تا ۱۰ روز)

۵- غذاهای سودازدا و صاف کننده ی خون و ضد یبوست استفاده کنید.

تغذیه خود را نیز اصلاح کرده و از خوردن گوشت گاو پرهیزید.

## واریس (بنی هاشمی)

مقداری تره له شده مثلا به اندازه ۵۰ گرم را با مقداری دنبه یا روغن دنبه ذوب کنید یک پیاز هم اضافه کنید اینها را آرام آرام ذوبشان کنید هر اندازه که ذوب کردید در ظرفی جدا کنید تا خودش را بگیرد بعد از اینکه سرد شد حتما در یخچال نگه داری شود و بصورت مالیدنی استفاده کند

## واریس رگ ها (دریایی) <sup>۴۱</sup>

عسل با روغن گل سرخ گرم شود همان طوری که گرم است روی رگ های واریس مالیده شود، تا اندازه ای که بیمار تحمل داشته باشد. این روش درمانی و روغن مالی قبل از خواب انجام گیرد همراه آن بیمار باید روزانه و در سه نوبت یک قاشق غذاخوری بزرگ عسل بخورد از شتاب برای بهبودی، شکوه و شکایت نیز پرهیزید.

۴۰ طب اصولگرای اسلامی ص ۱۵۲

۴۱ عسل ص ۳۶۳

## واریس (دوالی) ۴۲

واریس = اتساع (گشاد شدن) سیاهرگ ها - بین زنان خصوصا زنان چاق یا هنگام حاملگی شایع است.

علل

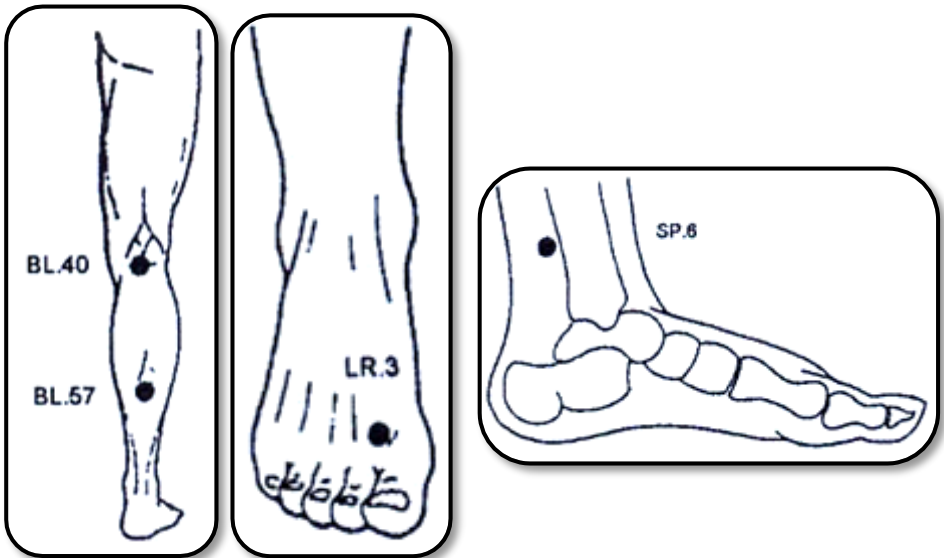
اختلال یا خرابی سیاهرگ ها (به علت وزن بالا، سرپا ایستادن و ...) - چاقی - حاملگی -

عدم کارایی قلب یا کبد - تغذیه نامناسب (قند، نشاسته ...)

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی

درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

- واریس پا ۴۳



۴۲ کتاب درمانی گیاهی (نعیمی)

۴۳ کتاب درمان جامع طب سوزنی

## ۷- بی حسی و خواب رفتگی اندام (پاراستزی)

### الف: معرفی بیماری

#### پاراستزی یا خواب رفتگی اندام ها

احساس خواب رفتگی در اندام ها یا هر قسمتی از بدن یک احساس غیرطبیعی و همراه با سایر شکایات حسی نظیر سوزن سوزن شدن، گزگز و مورمور شدن یا احساس سوزش است که اصطلاحاً آن را «پاراستزی» می نامند. این حالت ها میتواند به صورت موقت یا مزمن روی دهد. بیشتر موارد خواب رفتگی دست و پا ناشی از فشار روی یک یا چند عصب است و اغلب چند دقیقه بعد از حذف فشار از بین می رود. در واقع حس و تحریکات حسی دست و پا از طریق سلولهای عصبی به نام نرون از مسیر نخاع وارد مغز میشود و هرگونه اختلال در عملکرد این مسیر به طوری که نتواند پیام حسی را به خوبی به مغز منتقل کند به بروز پاراستزی می انجامد.

معمولاً پاراستزی زمانی رخ می دهد که مثلاً در اثر بد نشستن یا نشستن طولانی مدت به صورت دوزانو یا چهارزانو پاها دچار خواب رفتگی شوند ولی اگر خواب رفتگی اندام به صورت روزمره یا مداوم یا خودبه خود و بدون فشار خارجی روی عصب باشد، می تواند نشانه یک اختلال یا بیماری زمینه ای در بدن باشد

در مواردی خواب رفتگی اندام نشانه ای از یک بیماری مهم است که بررسی سریع را می طلبد. گاهی هم می تواند علامت عارضه دار شدن یک بیماری زمینه ای باشد مثلاً در بیماران دیابتی. دیابت به خصوص اگر کنترل نشده باشد به اعصاب حسی یا حرکتی محیطی آسیب می رساند که این جزو شایع ترین عوارض این بیماری است و علائم آن به نوع آسیب بستگی دارد ولی در اکثر موارد اولین نشانه آن احساس خواب رفتگی،

گزرگز و مورمورشدن در انگشتان پا و در موارد طولانی، در انگشتان دست است. این علائم معمولاً در طول شب تشدید می شود.

گاهی اولین علامت بیماری احساس خواب آلودگی و گزرگز در انگشتان پاست که متعاقب آن ضعف پیشرونده ایجاد می شود. تعدادی از بیماران مبتلا به کم کاری تیروئید از پارستزی دست و پا همراه با عدم تحمل سرما شکایت دارند.

علاوه بر فشارهایی که ذکر شد، در صورتی که خواب رفتن در دست و پا محدود به انگشت خاص یا محل خاصی از دست و پا باشد، آسیب های دیسک و آرتروز ستون فقرات، گردن یا کمر از جمله مواردی هستند که باید آنها را در نظر داشت که معمولاً در این افراد شکایت از درد کمر و گردن (خفیف یا شدید) یا سابقه قبلی آن وجود دارد.

پارستزی و خواب رفتگی می تواند یکی از علائم شایع بیماری «ام اس» (MS) باشد.

### ب: نسخه ها

#### خواب رفتن اعضاء بدن (موسوی)<sup>۴۴</sup>

به طور کلی هر نوع خواب رفتن غیر عادی بدن چنانچه ناشی از کم خونی نباشد با زالو درمانی بهبود می یابد و همراه با داروهای گیاهی بکلی درمان می شود. انسداد عروق غلظت و چربی بالای خون علت این بیماری است

#### خواب رفتگی اندام (گزارش درمان)<sup>۴۵</sup>

آقای م.س. ۵۶ ساله از روستای قلعه سیر (کازرون)

طبع: دم

۴۴ زالو درمانی صفحه ۱۰۵.

۴۵ حجامت درمانی

شکایت: خواب رفتگی در ناحیه شانه ها، حساسیت پوستی، آبریزش بینی.  
اقدامات اولیه:

- ۱- حجامت عام
  - ۲- غسل و سیاهدانه هر شب قبل از خوابیدن طبق دستور
  - ۳- جویدن کندر به اندازه یک نخود صبح و بعد از ظهر
  - ۴- ذکر سبحان الله روزی ۱۰۰ مرتبه.
- به مدت ۱۰ روز تجویز و بعد از آن بیمار خوب شده و پرونده بسته شد.  
پزشک معالج: دکتر محمد حسین جوادی آزاد

### خواب رفتگی اندام (گزارش درمان)

بر روی ۲۰ بیمار خانم ۳۰ تا ۵۰ ساله و ده بیمار مرد ۳۰ تا ۵۰ ساله که از خواب رفتن دست ها و پاها شاکی بودند حجامت عام انجام شد.

معمولا پس از یکبار حجامت عام ۷۰٪ بهبودی و بعد از حجامت دوم عام بهبودی به صورت ۱۰۰٪ ایجاد می شود

به نظر می رسد علت خواب رفتن اندام ها بعلت رکود خون در رگ های اندام هاست، که غلظت خون عامل اصلی آن می باشد. لذا انجام حجامت عام و ایجاد حرکت بهتر خون در اندام باعث بهبود این بیماری می شود.

قابل توجه است که حجامت عام به صورت ۱۰۰٪ موارد باعث درمان می شود. مگر این که علت خواب رفتن اندام کم خونی شدید باشد. زیرا در این هنگام به علت اکسیژن رسانی ناقص در اندام، خواب رفتن زودرس در اندام ها ایجاد می شود که باید درمان کم خونی تجویز گردد.

پزشک معالج: دکتر مرتضی ترابی میر آبادی

## گزارش درمان

بیمار با شکایت خواب رفتن دست ها و خواب آلودگی مراجعه نمود.  
برای بیمار CBC درخواست شد که در تاریخ ۸۰/۸/۸،  $Hb=17/2$  وی گزارش  
گردید.

درمان های انجام شده: سه نوبت حجامت عام

سیر درمان:

سه نوبت حجامت عام در تاریخ ۸۰/۸/۲۱، ۸۰/۸/۲۸ و ۸۰/۹/۵ برای بیمار انجام شد و  
در تاریخ ۸۰/۹/۹ مجدداً CBC درخواست گردید که  $Hb=15/4$  گزارش شد.  
لازم به ذکر است که بیمار در این مدت هیچ دارویی استفاده نکرد و خون هم نداد.

پزشک معالج: دکتر محمد علی نصرتی

### خواب رفتن دست و پا (خیراندیش)

خوردن شبی یک لیوان سرکه انگبین

### خواب رفتن دست و پا (تبریزیان)

از علل آن غلظت خون و یا سردی و بلغم خون است مصرف صاف کننده های خون  
مانند کاهو و داروی صاف کننده و بلغم زدا و سودا زدا مفید است.

### خواب رفتگی پا و ضعیفی دست (روازاده)

مرد/سن ۲۸ سال/مجرد/ ۱۶۰ قد/وزن ۶۰ کیلو

سوال: هنگام خوابیدن پاهای من بی قرار می شود و دوست دارم چیزی سنگین بر روی  
آن قرار دهم این وضعیت بیشتر هنگام خستگی یا ناراحتی های فکری تشدید می شود  
و این حالت همیشگی نیست و مادرم نیز بی قراری پا دارند. دستانم نیز ضعیف است و  
وقتی چیز سنگینی مثل نوزادی را بغل می کنم ضعف می رود و هنگام فعالیت ها و  
ورزش های دست زود خواب می روند و در هنگام کار و فعالیت زودتر از بقیه خسته

می شوم و گاهی اوقات احساس می کنم قلبم در یک لحظه می ریزد. من هیچ دارویی مصرف نمی کنم و نه بیماری دیگری دارم و هرگز عمل جراحی نکرده ام. اخیراً آزمایش تیروئید هم داده ام و مشکلی نداشتم.

پاسخ:

شما دچار غلظت خون هستید. این غلظت باعث می شود گردش خون در دست و پا در عروق باریک به کندی صورت بگیرد و مواد زائد که باید از طریق رگ ها از اندام ها تخلیه شود، در اندام باقی می ماند لذا اساس درمان برای شما پاکسازی و اصلاح خون و کبد و همینطور پرهیز از غذاهای غلیظ می باشد.<sup>۴۶</sup>

### تقویت گردش خون (دریایی)

بعضی افراد به علت تلاش و فعالیت بیش از حد و یا در اثر ابتلا به بعضی بیماری ها. مبتلا به ضعف جریان گردش خون می شوند که درمان آن با «سیاه دانه» عبارتند از: یک قاشق چای خوری از روغن «سیاه دانه» را با یک قاشق غذاخوری «عسل خالص» همراه با دو حبه سیر (له شده) مخلوط کرده و مقدار متناسبی هر روز صبح ناشتا به مدت یک هفته میل نماید.<sup>۴۷</sup>

### بی حسی و سنگینی ماهیچه ها (موسوی)

زالو ها را پشت هر زانو در محل تا شدن جایی که معمولاً کیست بیکر ایجاد می شود به تعداد ۱۰ عدد بیاندازید. اگر یک پا تحت خون درمانی قرار گرفته هر ۱۵ روز یک بار تکرار کنید و اگر دو پا خون درمانی می شود هر ۲۵ روز یک بار تکرار گردد. توان جسمی بیمار را در نظر گرفته و داروهای گیاهی دافع خلط غالب و داروهای تصفیه

۴۶. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روازاده، ج ۲، ص ۱۳۸.

۴۷ سیاه دانه و عسل صفحه ۲۶.

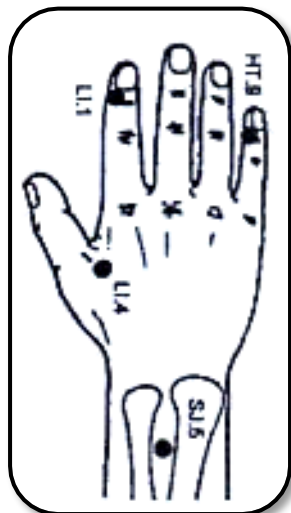
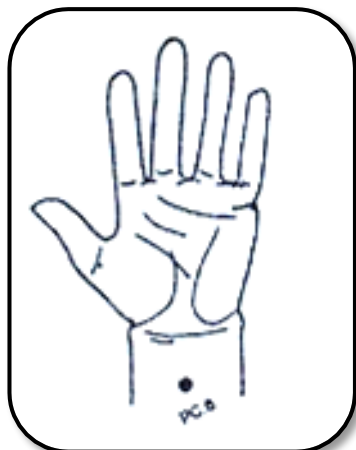


کننده خون را ضماد کنید. اگر زالوها را چند سائتی متر بالاتر از زانو (روی ران) از قسمت جلو بیاندازید نیز مطلوب خواهد بود.<sup>۴۸</sup>

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

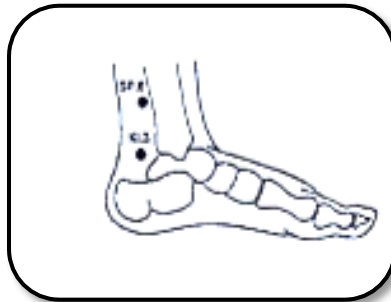
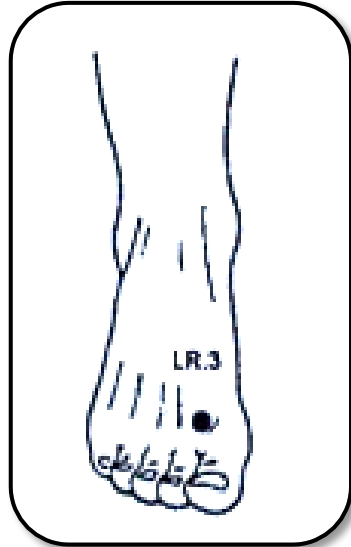
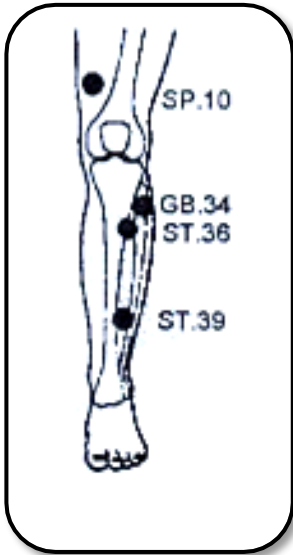
نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

**بهرتر کردن گردش خون - اعضای فوقانی (بالا تنه) <sup>۴۹</sup>**



نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

- بهتر کردن گردش خون - اعضای تحتانی (پایین تنه) °



## ۸- دیابت، مرض قند

### الف: معرفی بیماری

یک اختلال متابولیک (سوخت و سازی) در بدن است. در این بیماری توانایی تولید انسولین در بدن از بین می رود و یا بدن در برابر انسولین مقاوم شده و بنابراین انسولین تولیدی نمی تواند عملکرد طبیعی خود را انجام دهد. نقش اصلی انسولین پایین آوردن قند خون توسط مکانیزم های مختلفی است. دیابت دو نوع اصلی دارد. در دیابت نوع یک تخریب سلول های بتا در پانکراس منجر به نقص تولید انسولین می شود و در نوع دو مقاوت پیشرونده بدن به انسولین وجود دارد که در نهایت ممکن است به تخریب سلول های بتای پانکراس و نقص کامل تولید انسولین منجر شود. در دیابت نوع دو مشخص است که عوامل ژنتیکی، چاقی و کم تحرکی نقش مهمی در ابتلای فرد دارند. در مراحل ابتدایی ممکن است دیابت بدون علامت باشد. بسیاری از بیماران به طور اتفاقی در یک آزمایش یا در حین غربالگری شناسایی می شوند. با بالاتر رفتن قند خون، علائم دیابت آشکارتر می شوند. پرادراری، پرنوشی، پرخوری، کاهش وزن با وجود اشتهای زیاد، خستگی و تاری دید از علائم اولیه شایع دیابت است. بسیاری از بیماران در هنگام تشخیص بیماری چندین سال دیابت داشته اند و حتی دچار عوارض دیابت شده اند. در کودکان دچار دیابت نوع یک علائم معمولاً ناگهانی بارز می شوند، این افراد معمولاً قبلاً سالم بوده و چاق نبوده اند. در بزرگسالان این علائم معمولاً تدریجی تر بارز می شوند

زخم های دیابتی، جراحتهایی در پوست، چشم، اعضای ماکروسی و یا یک تغییر ماکروسکوپی در اپیتلیوم نرمال افراد دیابتی تیپ ۱ و ۲ می باشد. بیش از ۷۵٪ افراد دیابتی، مبتلا به زخم های دیابتی هستند که در امریکا بیش از ۸۰٪ آنها منجر به قطع

عضو می شود که در صورت مراجعه به خوبی درمان می شدند. زخم‌ها در هنگام بروز، مستعد عفونت هستند (اگرچه عفونت به ندرت در اتیولوژی زخم‌های دیابتی دخالت دارد). این جراحات‌ها معمولاً به دلیل زخم‌های اولیه، التهاب، عفونت و یا شرایط دارویی ایجاد می شوند که سلامتی را به خطر می اندازند. به طور کلی افرادی با سابقه دیابت بیش از ۱۰ سال، جنس مذکر (مردها)، عوارض قلبی عروقی، عوارض کلیوی، بیشتر از دیگر بیماران دیابتی، در معرض خطر زخم پای دیابتی می باشند. دیگر دلایل ایجاد این زخم‌ها شامل عفونت ثانویه (باکتری، قارچ و یا ویروس) و ضعف شدید بیمار می باشند.

### علائم شایع در عفونت‌های پای دیابتی

میخچه، کالوس

ناهنجاری‌های استخوان پا، تب، قرمزی، ادم یا دیگر علائم عفونت  
 بافتی که روی محل جدید عفونت به وجود (scar) می آید

زخم‌های پا که در اثر آسیب عصبی یا جریان خون ضعیف به وجود می آیند (زخم‌ها اغلب بالای قوزک یا زیر شست و یا در محلی از پا که ناشی از نامناسب بودن کفش است، تشکیل می شود).

تغییر شکل عضلات، پوست یا استخوان پا در اثر آسیب عصبی و گردش خون ضعیف  
 کند بودن مراحل بهبود زخم  
 پینه بستن پا و انگشتان چماقی

درواقع درمانی قطعی برای دیابت وجود ندارد و تنها میتوان آن را کنترل کرد که در مراحل حاد قرار نگیرد ولی در طب اسلامی درمان دارد.

## ب: نسخه ها

### افت قند خون (خیراندیش) <sup>۵۱</sup>

– عسل یک قاشق مربا خوری به صورت لیسیدن

### دیابت سرد (خیراندیش) <sup>۵۲</sup>

با استرس افزایش می یابد و زنان و سفید پوستها بیشتر مبتلا می شوند. بیشتر شیرینی دوست اند. و در معرض افت قند هستند و بعد از افت قند بی قراری و عصبانیت می گیرند.

عسل خالص صبح و شب درمان افت قند است بیشتر دیابت ها در ایران سرد است.

### دیابت گرم (خیراندیش) <sup>۵۳</sup>

در گرم مزاج ها اتفاق می افتد میوه به را داخل سرکه بپزید و بخورید. هر ۴ ساعت یک قاشق بخورید. و سرکه انگبین بخورید.

### دیابت (مرض قند) (خیراندیش)

خوردن ترکیبی از پودر شنبلیله و گزنه که داخل کپسول ریخته و روزی سه بار صبح و ظهر و شب بعد از غذا میل شود.

### دیابت (تبریزیان) <sup>۵۴</sup>

۱- درمان سریع : داروی قند بالا (عدس الملک) ۲- درمان ریشه ای : مرکب ۴ (حب البلسان) ۳- پرهیز غذایی بهتر است کاهش حجم غذا و وعده های غذایی ، کاهش شدید برنج، نان، ماکارونی و مواد نشاسته ای. ۴- سویق جو و مصرف جو در غذاها ۵-

۵۱ عسل ص ۱۲۱

۵۲ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

۵۳ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

۵۴ کتاب و سخنرانی های استاد

عسل هم دیابتی ها می توانند بخورند بشرط اینکه اولاً خالص باشد ثانیاً در حجم کم باشد.

در بارداری نیز می توان به نسخه بالا عمل کرد. همچنین صاف کننده خون باید مصرف شود.

## درمان دیابت

داروهایی که «دیابت و قند خون» را پائین می آورد عبارتند از:  
گزنه و شنبلیله:

گزنه غلیظ دم کرده و مصرف کنید هم معده را روان می کند و هم در درمان دیابت موثر است و یا شنبلیله را دم کرده و میل کنید. همین طور می توانید گزنه و شنبلیله را همراه با هم دم کنید. ترجیحاً جوشیده نشود. در بعضی موارد وقتی گیاه می جوشد یا خواصش را از دست می دهد و یا تبدیل به سم می شود ولی اگر گیاه، دم بشود چنین اتفاقاتی رخ نمی دهد. البته بعضی موارد هست که مثلاً خود گزنه و شنبلیله را توی سوپ هم می شود استفاده کرد. ولی تا ممکن است سعی کنیم از دم کرده آن استفاده کنیم.

برگ گردو و کاسنی: این دو نیز دیابت و قند خون را پائین می آورد می توانید همه را با هم دم کرده و مصرف کنید.

قره قات: این گیاه تولید انسولین در خون می کند گیاه قره قات را آسیاب کرده و یک قاشق چای خوری از آن را در یک فنجان آب ریخته و میل کنید. یا قره قات را با عسل، خمیر کرده به گونه ای که نه شل بشود نه سفت آن گاه آن را حبه حبه کرده روزی دو حبه از آن را مصرف کنید.

شیره انگور خالص: شیره انگور ابتدائاً قند را بالا می آورد ولی مصرف مداوم شیره انگور خالص، دیابت و قند خون را پائین می آورد. مطمئن ترین و بهترین راه تهیه شیره انگور این است که خودمان آن را درست کنیم. برای انجام این کار باید انگور را آب بگیریم. سپس آب انگور را روی شعله آتش بگذاریم تا بجوشد و دو سوم آن بخار شده و یک سوم آن باقی بماند.

حجامت: راه دیگر درمان دیابت، حجامت است حجامت هم سیستم ایمنی بدن را تقویت می کند و هم قند خون را پائین می آورد.

تفریح در طبیعت و راه رفتن روی زمین ناهموار نیز به درمان دیابت خیلی کمک می کند.

کسانی که مشکل دیابت دارند گاهی وقت ها قند به چشمشان لطمه می زند.<sup>۵۵</sup>

### عسل و بیماری دیابت (دریابی)<sup>۵۶</sup>

آزمایش ها ثابت کرده اند که میزان قند در بیماران دیابتی اگر عسل خالص را به عنوان غذا مصرف کنند پائین می آید و قند آنها مانند افراد عادی و سالم می شود. هم چنین آزمایش های مکرر ثابت شده که عسل حاوی ماده اکسید کننده ای است که فرآیند جذب قند در خون را آسان می کند و نمی گذارد درصد قند در خون بالا رود.

از جمله عوامل کمک کننده دیگر در جذب قند در خون، درصد بالای میزان عنصر پتاسیم در عسل است. هم چنین ثابت شده ادرار شیرین فرد دیابتی به طور کلی از انسولین خالی نمی باشد، علت بیماری وی، اختلال در تحریک سلول هایی است که تولید انسولین می کنند. در این حالت، یک قاشق چای خوری عسل، قند خون را بالا

۵۵ طب نجات بخش صفحه ۱۲۴ - یکتا

۵۶ کتاب عسل صفحه ۲۶۵.



می برد و همین امر سبب می شود که سلول های پانکراس را در ترشح انسولین فعال کند تا انسولین تولید نماید.

لذا بیمار دیابتی قبل از آغاز مصرف عسل و پس از مصرف آن، باید آزمایش خون انجام دهد. پس از نتیجه آزمایش، پزشک اندازه مصرف مجاز عسل را در غذای او تعیین می کند.

### دستور سماق برای زخم پای دیابتیک (گردافشاری)

یک مشت سماق (۵ قاشق غذاخوری) را در ۵ لیوان آب ۱۰ دقیقه بجوشانید، سپس صاف کرده و هر ۳ ساعت، بیمار زخم پای خود را در آن قرار دهد.

### بیماری قند (دریایی)

بیمار می تواند یک پیاز متوسط را همراه با غذای صبحانه میل کند و در پی آن یک لیوان مایع محلول «زیره» را که در حال جوشیدن هفت قطره سرکه به آن اضافه شده است پس از کمی خنک شدن بنوشد و نیز می تواند به جای نوشیدنی فوق از جوشانده یک قاشق چای خوری «بذر ترب» در یک استکان که به آن ۵ قطره از روغن سیاه دانه اضافه شده است به مدت یک هفته به طور ناشتا استفاده کند.

### دیابت (قند خون) (موسوی)<sup>۵۷</sup>

در کنار سایر درمان های گیاهی بیماران مبتلا به قند خون بهتر است همیشه زالو درمانی را بیش از سایر درمانها توجه قرار دهند. این کار از سکنه های مغزی و قلبی و زخم های وخیم جلوگیری می کند و زمینه را برای درمان بیماران قند به وسیله داروهای گیاهی بیش از پیش فراهم می سازد. زخم های روی ساق پا و جوش هایی که مدت ها روی پا می مانند با زالو درمانی بهبود می یابند. خون در پای اکثر این افراد به سمت

پائین رسوب گذاری می شود و باید به طور متناوب به وسیله زالو با حجامت خارج شود تا سلامتی این اشخاص همواره تامین شود و از بیماری هایی مانند سکتة جلوگیری بعمل آید.

### دیابت (بنی هاشمی)

۱- در کنار بابونه از برگ زیتون استفاده کنید.

۲- اگر سرکه و به را باهم بجوشانید به سین میشود که در درمان دیابت فوق العاده است.

۳- پیاز انسولین گیاهی است و قند خون را پایین می آورد.

۴- ۷ یا ۸ برگ کلم تازه را در ۷۵۰ گرم آب در حال جوش اضافه کنید و ۱۰ دقیقه با حرارت کم بجوشانید صاف کرده ۱ تا ۲ مرتبه یک لیوان قبل از غذا مصرف شود.

### دیابت (قند خون) (باقری)<sup>۵۸</sup>

تشخیص دیابت: چند قطره از ادرار خود را در مسیر مورچه ها قرار دهید. اگر مورچه ها دور آن جمع شدند دیابت دارید ولی اگر از آن فرار کردند دیابت ندارید.

روش سنتی کنترل کننده

برای کنترل دیابت و قند خون از روش های زیر استفاده کنید:

۱- یک قاشق مربا خوری لب پر دارچین را در یک لیتر عرق شنبلیله و گزنه، دم کرده

سه وعده ناشتا، هر وعده یک لیوان از این دم کرده را با یک قاشق مربا خوری

مخلوطی از تخم شنبلیله و سیاهدانه میل کنید.

توجه: مقدار تخم شنبلیله و سیاهدانه مساوی باشد.

۲- گزنه + دارچین + سیاهدانه + تخم شنبلیله + برگ درخت گردو + برگ شاه توت +  
حنظل

اگر قند، شدید است یک کپسول صبح و یک کپسول شب و اگر قند، شدید نیست یک کپسول را در یک نوبت (مثلا شب) میل کنید.  
توجه داشته باشید که در اثر استعمال این قرص ممکن است شکم، سر و صدا داده و اسهال نیز بشوید. هیچ جای نگرانی نیست بعد از گذشت یک هفته این حالت، مرتفع خواهد شد.

### درمان قطعی دیابت و قند خون

همه انواع بیماری ها از چهار چیز نشات می گیرند:

۱- وجود سم در بدن

۲- عفونت

۳- آلودگی خون

۴- ضعف سیستم دفاعی بدن

با توجه به این نکته مهم برای درمان قطعی دیابت و قند خون چنین عمل می کنیم.

۱- اصلاح معده و روده

این اولین کاری است که باید انجام شود در هفته اول با استفاده از داروی «اجابت مزاج» معده و روده را اصلاح می کنیم. برای شستشوی معده، نیز باید سه روز عرق بابونه، سنا و گل سرخ بخورد تا اسهال شده و معده شستشو داده شود.

اگر دچار مسمومیت معده هستید لیمو ترش با دوغ طبیعی را با هم مخلوط کرده میل کنید.

۲- پس از اصلاح معده و روده از هفته دوم همزمان با استعمال داروی عفونت، اعصاب و تصفیه خون و داروی عفونت شدید را شروع می کنیم. برای تهیه این دارو مکمل معجزه سبز را در معجزه سبز جوشانده و صاف کنید.

### زخم های وخیم در بیماران دیابتی (موسوی)<sup>۵۹</sup>

دیابت گاهی همراه با عفونت و ترشح چرک است. روی زخم و کناره های آن را زالو می اندازیم؛ از ضمادها و پمادهای چرک کش و گندزدا و جوش دهنده و رویاننده گوشت گیاهی استفاده می کنیم، حتی اگر یک سال هم طول بکشد زالو درمانی را ادامه می دهیم و داروهای گیاهی ضد قند و در عین حال خونساز را برای بیمار تجویز می کنیم.

### قند خون (دیابت) (روا زاده)

۱. دمکرده یک قاشق چای خوری پودر پونه یا نعناع در یک لیوان آب جوش به مدت ۵ دقیقه و به صورت کم رنگ و شیرین کردن آن با قندهای طبیعی مثل عسل خالص، توت و مشتقات توت مثل شیر توت.
۲. مصرف نمک دریا و پرهیز از چای و هر نوع شیرینی غیر طیب.
۳. اصلاح تغذیه سالم، آب، نمک، روغن و ظروف. (رعایت ممنوعات و ضروریات)
۴. پرهیز از خوردن نان ها و شیرینی های تهیه شده از آرد سفید مثل نان شیرینی های قنادی و نان لواش.

### قند خون (روا زاده)

**پرسش:** برای درمان قند خون که پزشکان آن را قند عصبی می نامند چه روش درمانی

را مناسب می‌دانید؟

**پاسخ:** ۱. نمک دریا در منزل استفاده کنید؛ ۲. چای نخورید؛ ۳. به جای قند، شکر، خرما و سایر شیرینی‌ها از عسل و توت استفاده کنید؛ ۴. نعنای یا پونه خالی را دم کنید و به صورت کم رنگ میل نمایید؛ ۵. چیزهایی که با آرد سفید درست شده؛ مثل نان لواش را مصرف نکنید؛ ۶. مصرف قرص آهن را قطع کنید و به جای آن از عرق آهن یا حسوم استفاده نمایید؛ ۷. کپوره را جوشانده صاف کنید و صبح و ظهر و شب یک چهارم استکان بعد از هر وعده غذایی میل کنید<sup>۶۰</sup>.

### درمان بیماران قند (دریایی)

بیماری قند معروف به بیماری دوست همراه است - یعنی در تنظیم وعده‌های غذایی و التزام به آموزه‌های پزشکی با بیمار مبتلا، دوست همراه و همگام است. خوشبختانه سیاهدانه نقش مهمی در درمان بیماری قند دارد که شرح آن بدین قرار است:

- ۱- به اندازه ای یک لیوان از سیاهدانه ی آسیاب شده،
- ۲- نصف لیوان از بذر تره تیزک (شاهی)،
- ۳- یک لیوان انار آسیاب شده (که پس از خشک کردن آن بدست می آید)؛
- ۴- یک لیوان از ریشه ی کلم آسیاب شده که بعد از خشک کردن کلم بدست می آید.

اقلام فوق را با هم خوب مخلوط کرده و نصف قاشق از مخلوط بدست آمده را حداقل نیم ساعت قبل از غذا میل شود - برای کاستن از تلخی این معجون می توان نصف قاشق

۶۰ پرسش‌های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۷۷

از غسل خالص به آن اضافه کرده میل نمود استفاده از آن معجون را تقریباً به مدت یک ماه می توان ادامه داد.<sup>۶۱</sup>

### زخم های دیابتی (روازاده)

مالیدن غسل به آن و شستشوی زخمها با محلولی از جوش شیرین در صورتی که عفونت داشته باشد.

### بیماری قند خون (دیابت نوع ۱ و ۲) (ضیایی)<sup>۶۲</sup>

دیابت یک اختلال در سوخت و ساز (متابولیسم) بدن است که در آن یا انسولین به میزان کافی در بدن وجود ندارد، و یا انسولین موجود قادر نیست تا وظیفه خود را به درستی انجام دهد و در نتیجه به علت وجود مقاومت در برابر آن، قند خون بالا می رود.

علائم عمومی دیابت: ۱- پرنوشی (که بدنالش پر ادراری اتفاق بیفتد)

۲- پرادراری، ۳- پرخوری، ۴- پرعرقی (عرق ریزش زیاد)

### مواردی که باید پرهیز شود:

۱- اسانسهای شیمیایی (آبمیوه شیمیایی، نوشابه گازدار، بستنی صنعتی و...)

۲- مواد قندی شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و...)

۳- نان سفید، کیک و بیسکویت سفید، نان ساندویچی، برنج سفید، نخورید (لذا نان

باید تنوری و برشته و به همراه سبوسش باشد؛ برنج و ماکارونی و کوکو سیب

زمینی را نیز باید با شلتوک پودر شده بخورید.)

۶۱ سیاهدانه و غسل صفحه ۲۵.

۶۲ نسخه های مورد تایید استاد...

۴- خرما (اگر کسی قند خونش از ۲۰۰ بالاتر نیست، میتواند در ۲۴ ساعت ۲ تا ۳ عدد خرما بخورد).

۵- به پلاستیک دست زدن و در ظروف پلاستیکی غذا و آشامیدنی خوردن.

۶- موز (از میان میوه ها، موز قند و چربی اش بسیار بالا است).

۷- خوردن چربیهای با ترانس بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پر چرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، کله پاچه، جگر سیاه، سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی، ته دیگ).

۸- شام دیر وقت خوردن.

۹- پر خوری و کم تحرکی

۱۰- خواب بین الطلوعین. (لذا بین الطلوعین نخوابید و نیم ساعت راه بروید).

۱۱- بیمار دیابتی کمتر از سه روز، با همسر حلالش مجامعت نکند، (بلکه هفته ای یکبار یا دو هفته یکبار مجامعت با همسر حلالش کند).

۱۲- خود ارضائی جنسی (استمناء در پسران و استشهاء در دختران) حرام است و گناه کبیره، بیماری می آورد (از جمله دیابت نوع ۲) لذا این گناه را انجام ندهد. توجه: برای پیشگیری از دیابت و قند خون، میوه انار رسیده طبیعی بخورید.

درمان: بعد از پرهیز صحیح یا همزمان با آن، بایستی اقدام به کاهش قند خون کرد لذا باید نگاه به سن بیمار و نوع مزاج و مقدار قند خون کرد و سپس به موارد ذیل عمل کرد (تذکر: چندین مورد از موارد ذیل را عمل فرمایید کافی است، لازم نیست به همه موارد کاهش قند خون عمل کنید)

بهترین کاهش دهنده قند خون کم خوری است.

۱- دو عدد بادام تلخ صبح ناشتا یا به همراه غذا بخورید.

- ۲- کاهو ( بدون سس) به همراه غذا.
- ۳- کرفس خام شب قبل از خواب.
- ۵- روزی یک عدد کدو مسمی به همراه پوست آن.
- ۶- پیاده روی روزی ۳۲ دقیقه تا یک ساعت [صبح ناشتا (اول آفتاب) و شب بعد از شام].
- ۷- توت (مخصوصا توت خشک)، توت فرنگی، تمشک
- ۸- شلغم (به شرطی که کم کاری تیروئید نداشته باشد)
- ۹- میوه لوبیا (پيله) و پوست دانه لوبیا
- ۱۰- گلابی، گیلاس، زردک (هویج رسمی = هویج زرد)
- ۱۱- زیتون خوراکی سفت و شفاف
- ۱۲- پیاز خام یک عدد متوسط در ۲۴ ساعت، یا جوشانده پیاز گیاه سیر
- ۱۳- سیر خام
- ۱۴- پیازچه
- ۱۵- موسیر
- ۱۶- سبزی شنبلیله و تخم آن ۱۷- ترب ۱۸- خیار بوته ای تازه (مغز آن به همراه تلخه آن) و تخم خیار
- ۱۹- خوردن یک عدد سیب ضرری برای دیابتی ندارد بلکه مفرح قلب است و همچنین خوردن ترشی سیب
- ۲۰- در سرد مزاجان سبزی خرفه بهتر جواب می دهد و وابستگی آنها به انسولین تزریقی را قطع می نماید.



۲۱- در سرد مزاجان دمکرده برگ گردو (هر بار ۷ گرم از برگ) و چهار پر وسط مغز گردو برای کاهش قند خون مفید است و خوردن مغز گردو برای دیابتی مضر نیست.

۲۲- در سرد مزاجان دمکرده گل کلپوره و برگ آن و خوردن عرق کلپوره (بدون اسانس)، کاهش دهنده قوی قند خون است.

۲۳- تره فرنگی (به شرطی که بیماری تیروئید نداشته باشد)

۲۴- ریشه و برگ و گل کاسنی

۲۵- من = شحمه الارض = قارچ خوراکی بیابانی = دنبلان کوهی، به عنوان

ناهار یا ریز مغذی بخورید.

۲۶- عصاره ترتیزک یا شاهی آبی ۲۷- خوردن یک قاشق مرباخوری پودر هسته خرما کنگر فرنگی (حتی در دیابتی که نارسایی کبدی دارد، و کم کاری تیروئید دارد)

۲۹- دمکرده برگ شاه توت

۳۰- صبح ناشتا سرکه چغندر

۳۱- دمکرده برگ اکالیپتوس روزی نصف استکان و بخور آن

۳۲- گزنه یکی از بهترین داروهای کاهش دهنده قند خون است.

۳۳- عناب + آلوبخارا + تمر هندی بدون نمک + آلوچه، از هر کدام نیم کیلو، در ۲ کیلو آب خیسانده شود و دانه های آنها را بیرون بریزید سپس با هم مخلوط کرده و میل کنید، برای کاهش قند خون گرم مزاجان بسیار مفید است (سه فائده دیگر هم دارد مانند درمان یبوست و رقیق کننده خون و ضد لخته خون)

۳۴- جو سیاه

۳۵- علف هفت بند

۳۶- ترشی سیب زمینی

۳۷- دمکرده برگ آرتیشو (برگ کنگر فرنگی)

۳۸- جوشانده میوه آمله

۳۹- دمکرده برگ گیاه بابا آدم

۴۰- جوشانده یک برگ شاخ بزی (آلوئه ورا یا صبرزرد)

۴۱- مریم گلی

۴۲- گل قاصد

۴۳- جوشانده مخلوط برگ سیاهدار با برگ تمشک

۴۴- گل تلگرافی

۴۵- انگور ترش

۴۶- غاسول = (اشنان = ریشه صابونی)،

[توجه: امام صادق علیه السلام فرمودند: اشنان نخورید، لذا باید اشنان را در آب خیسانده سپس بجوشانید و کف پا را در آن گذارید (به شرطی که حساسیت پوستی نداشته باشید).]

۴۷- دمکرده تمام گیاه قنطریون صغیر

۴۸- میوه قره قاط زرد [ولی قره قاط سیاه که برای بیمارهای چشمی مانند شب کوری، گلوکوم (آب سیاه)، کاتاراکت (آب مروارید) هم مفید است و برگ آن نیز کاهش قندخون می آورد.

۴۹- مخلوط پودر عدس الملک (دو واحد)+ تخم خرفه (دو واحد)+ تخمه هندوانه حنظل (یک واحد)+ در کپسول خالی ۲۵۰ میلی گرمی یا ۵۰۰ میلی گرمی گذارده و میل شود.

۵۰- پودر هندوانه حنظل را به کف پا گذارده. (به شرطی که حساسیت پوستی نداشته باشید.)

**درمان و کاهش قند خون در بیماران دیابتی که انسولین تزریق میکنند (ضیایی ۶۳)**

۱- خوردن سبزی خرفه به همراه ناهار و شام،

۲- عصاره :جوشانده ۱۰ گرم برگ مریم گلی در ۱۰۰ گرم سرکه طبیعی، قابلیت پائین آوردن قند خون در بیماران دیابتی وابسته به انسولین را دارد.

### عوامل دیابت (یکتا) ۶۴

در درمان دیابت باید به عواملی که باعث ایجاد و تشدید دیابت می شود توجه جدی کرد. این عوامل عبارتند از:

مشکلات اعصاب: اعصاب نقش مهمی در این مسئله دارد. کسانی که مشکل اعصاب و دیابت دارند به جای سرسبز طبیعی بروند همان سرسبزی و طراوت محیط، صدای شرشر آب، نغمه پرندگان، نسیم ملایم و هوای تازه و پاک، سریع قندشان را پایین می آورد.

ضعف سیستم ایمنی بدن: عامل دیگری که می تواند در ایجاد و تشدید دیابت موثر باشد ضعف سیستم ایمنی بدن است. بنابراین یکی از گام های مهم در درمان دیابت، تقویت سیستم ایمنی بدن است که راه تقویت سیستم ایمنی را قبلا عرض کردیم و گفتیم پرهیزها را باید جدی گرفت و مخصوصا از مصرف محصولات که مواد افزودنی

۶۳ نسخه های مورد تایید استاد...

۶۴ طب نجات بخش صفحه ۱۲۴.

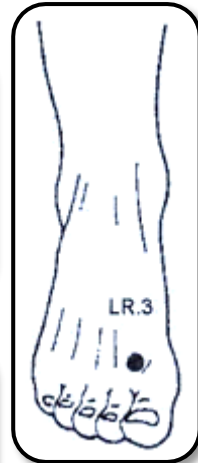
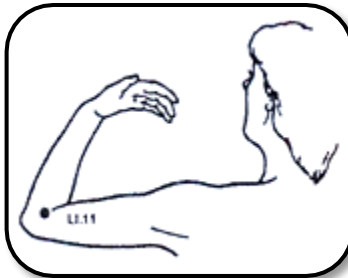
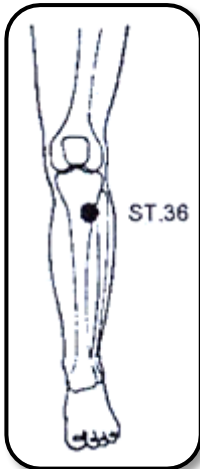
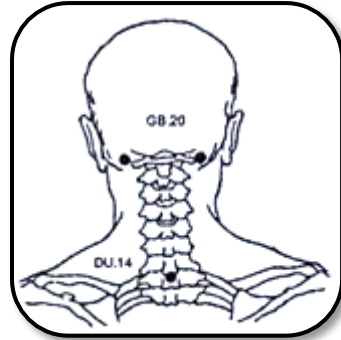
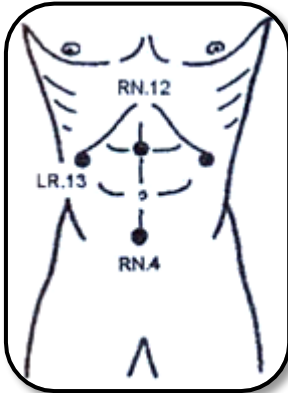
دارند باید خودداری کرد و در کنار آن از داروهایی که سیستم ایمنی بدن را تقویت می کند باید استفاده کرد: مثل حجامت، شربت امام رضا (ع) و استفاده از ظروف مسی. عفونت: عامل دیگر برای ایجاد و تشدید دیابت، عفونت است که مفصل درباره عفونت و روش های درمانی آن صحبت شد.

یبوست: یبوست نیز از عوامل تشکیل دهنده دیابت به شمار می آید. به طور کلی سم از عوامل تشکیل دهنده دیابت است. سم گاهی وقتها از بیرون وارد بدن می شود و گاهی مواقع داخل بدن تولید میشود. سمی که از بیرون وارد بدن می شود مثل سمی که در اغلب محصولات دارای مواد افزودنی وجود دارد یا سمی که در عطرها و ادکلن ها و یا در موارد شوینده -مخصوصا در وایتکس- و یا در شعله گاز وجود دارد اما سمی که داخل بدن تولید می شود همان یبوست است. وقتی فضولات به موقع از بدن دفع نشود سم وارد خون می شود.

کم خونی: در درمان دیابت باید کم خونی هم مورد توجه قرار گرفته و درمان شود.

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

- دیابت و مرض قند<sup>۶۵</sup>

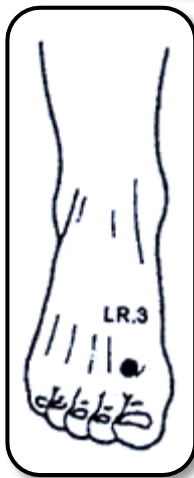
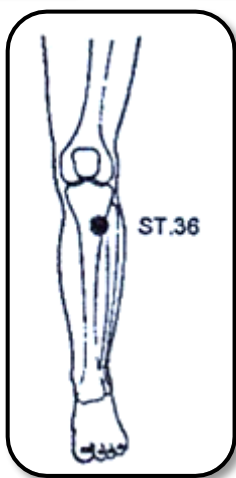
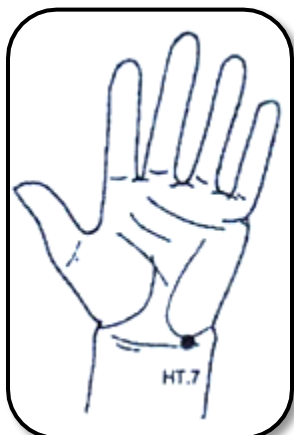
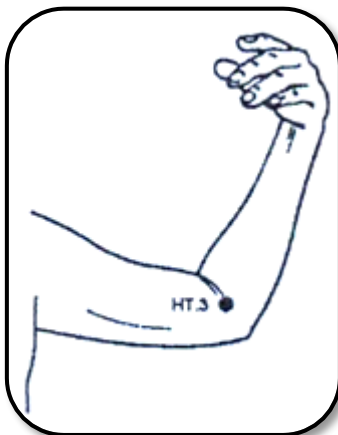
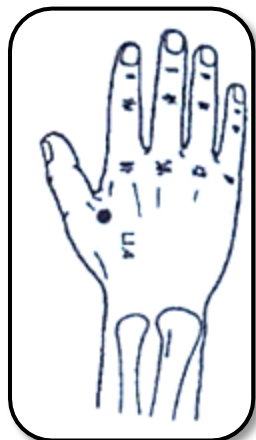


قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای

عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

– قند خون پایین<sup>۶۶</sup>



## ۹-رگ ماساریکا

رگ ماساریکا (باقری)<sup>۶۷</sup>

رگ ماساریکا بین روده و معده و کبد قرار گرفته است وقتی خوب کار نکند و مواد زاید را جذب و دفع نکند، برای درمان آن چنین عمل کنید:

آب کله پاچه بدون ادویه (یک لیوان)+ روغن روی آب کله پاچه (۵ قاشق)  
 مواد فوق را تهیه کرده و با سرنگ از راه مقعد تنقیه کنید.

## ۱۰- قانقاریا

### کانگرن یا قانقاریا (موسوی)

در اثر ورود میکروب کانگرن به نسوج بی جان و یا در حال مردن، تعفن و درد شدید و التهاب ایجاد می شود و در مراحل آخر بیمار را مواجه با کم خونی سخت نموده هلاک می سازد.

درمان آن با زالو و داروهای گیاهی شاید تنها راه علاج مورد اطمینان باشد. داروهای پاکسازی مزاج باید به دقت بکار گرفته شود آنگاه زالو درمانی روی موضع و اطراف آن با توجه به توان بیمار و قدرت خونسازی وی با تعداد کم ولی به طور مرتب انجام می شود بعضی از بیماران به عنوان مثال ۳ عدد زالو دریافت می کنند و برخی هر هفته و تعدادی هر ۱۵ روز یک بار تحت زالو درمانی قرار می گیرند. البته هر چه فاصله زالو درمانی بیشتر باشد تعداد زالوها در هر نوبت بیشتر می شود و اگر ۲۵ روز فاصله ایجاد شود تعداد زالوها در نهایت می تواند به ۲۰ عدد در هر نوبت برسد.

تا داروهای گیاهی به سر منزل مقصود برسد خشکی مزاج در مرحله هضم چهارم قطعاً باید به نرمی و انعطاف پذیری مبدل گردد و رگهای خشک، نرم و انعطاف پذیر شوند. این افراد به علت این که در معرض عودت این بیماری هستند بهتر است هر سال یک دوره سه مرحله ای زالو درمانی انجام دهند و تا آخر هر سال بدون مصرف قرص های فشار خون که دارای عوارض جانبی می باشند از این بیماری مصون بمانند.

توجه کنید چنانچه تا قبل از ۵۰ سالگی برای باز شدن عروق مسدود شده قلب روش های فوق انجام شود رگ های مسدود شده تقریباً به طور کامل باز شده و بازسازی می شوند. مگر آن که بعضی از عروق مسدود شده در اثر مرور زمان از بین رفته باشد که



در این صورت نیز زالوها با کمک آب دهان خویش و داروهای گیاهی و رژیم غذایی باعث تولید شاخه های جدید از عروق ریز رابط در محل انسداد می شوند و خونرسانی با کیفیت مطلوب تری به قلب از سرگرفته خواهد شد در سنین کهولت از ۶۰ سال به بالا اگر حتی به دلیل فاسد شدن عروق مسدود شده قلب زالوها نتوانند آن را باز کنند تولید رگهای کوچک جدید به کمک بزاق دهان زالو آغاز و بافت های قلب احیاء و خونرسانی بهتر صورت خواهد گرفت و بیمار از خطر نجات خواهد یافت.

برخی از بیماران که تحت عمل جراحی قلب قرار گرفته اند و به جای رگهای مسدود شده رگهایی از اندام های دیگر به آن پیوند زده اند، لازم است برای پیشگیری از مسدود شدن مجدد رگ ها هر سال حداقل ۳ بار به فاصله هر ۲۵ روز یک بار طبق دستور زالو درمانی نمایند و هر ماه مسهل مصرف کنند. اگر بعد از عمل جراحی، این بیماران هنوز بهبودی چشمگیری احساس نکرده و علائمی مانند درد سینه و تنگی و سوزش سینه وجود داشته باشد باز هم با کمک زالو درمانی می توانند این عوارض را برطرف کرده و به راحتی به زندگی خود ادامه دهند.<sup>۶۸</sup>

## ۱۱- کلسترول، تری گلیسیرید و چربی خون

### الف: معرفی بیماری

#### کلسترول بالا

کلسترول نوعی چربی و از مواد مهم غشا است. کلسترول در خون هم وجود دارد. کلسترول خون از دو منبع اصلی تامین می شود: رژیم غذایی و تولید در کبد. کلسترول رژیم غذایی به طور عمده از گوشت، جگر، مغز، تخم مرغ و غذاهای لبنی به بدن می رسد. غذاهایی گیاهی کلسترول ندارند.

پس از صرف غذا کلسترول از طریق روده جذب و سپس همراه با تری گلیسیریدها درون پوششی پروتئینی بسته بندی می شود. این ترکیب چربی-پروتئین شیلومیکرون نام دارد. کبد هم می تواند کلسترول را از خون بردارد و هم آن را تولید و به درون خون بریزد.

پس از صرف غذا کبد شیلومیکرون را از خون برداشته و در مدت زمان میان وعده های غذایی کلسترول را تولید و درون گردش خون می ریزد.

#### کلسترول را می توان به دو دسته کلی تقسیم کرد

کلسترول غذایی: منظور همان کلسترولی است که در غذایی که خورده می شود وجود دارد. این عنصر غذایی بسیار شبیه به شکر، چربی، پروتئین، ویتامین ها و املاح معدنی است. این نوع کلسترول تنها در محصولات حیوانی یافت می شود و همان چیزی است که در برچسب های مواد غذایی مشاهده می شود.

کلسترول خون: این نوع کلسترول در کبد ساخته می شود و همان چیزی است که پزشک اندازه می گیرد.

کلسترول خون و کلسترول غذایی، با اینکه از نظر شیمیایی یکسان هستند، اما این بیانگر یکسان بودن آنها در هر مورد نیست. به همین دلیل است که تاثیر خوردن کلسترول غذایی بر سلامت می تواند تا حد بسیار زیادی متفاوت از پیامدهای داشتن کلسترول خون بالا باشد.

### کلسترول پایین

سطح پایین کلسترول را هیپو کلسترول می نامند، پژوهش در مورد دلایل این حالت نسبتاً محدود است، اما برخی مطالعات یک ارتباط با افسردگی، سرطان و خونریزی مغزی را دیده اند. در کل، سطح کلسترول پایین به نظر می رسد یک نتیجه باشد، تا یک دلیل،

### چربی - تری گلیسرید خون<sup>۶۹</sup>

#### علائم

سرگیجه - وزوز گوش - سنگین شدن دست ها - درد بازوی چپ - درد پهلو در سمت راست - سنگینی پا.

#### علل

اختلال غده فوق کلیه یا تیروئید - ارثی + اختلال ترشح کیسه صفرا - مصرف چربی حیوانی بیش از حد - تستوسترون - ضایعات هیپوتالاموس (چربی در خانم ها) - دیابت - سندرم تخمدان پلی کیستیک (خانم ها) - کمبود امگا۳ - کمبود بعضی ویتامین ها و املاح - عدم معالجه کیست تخمدان (خانم ها) - الکل - کورتون ها - یرقان انسدادی - تری گلیسرید بیش از ۱۵۰ میلی گرم را باید کنترل کرد ( ۲۰۰ الی ۴۰۰ را مرز خطرناک می نامند و باید کنترل شود)

۹۵٪ چربی موجود در غذا از نوع تری گلیسرید است - اگر بیش از ۴۰ گرم چربی در هر وعده غذایی مصرف شود، مسلماً ذخیره می شود.

## مضرات

لبنیات (خصوصاً چرب) - سُسها - غذاهای سرخ کرده - کله - پاچه - تخم و مرغ قند - شکر - نشاسته (برنج - نان - سیب زمینی - ماکارونی...)

## ب: نسخه ها

### بیماری چربی خون و چاقی (ضیایی) <sup>۷۰</sup>

مواردی که باید پرهیز شود:

اسانسهای شیمیایی، آرمیوه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و...، قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و...)

چربیهای با ترانس بالا (روغن جامد، میوه موز، غذاهای پرچرب، کیک خامه ای، خامه، خامه شکلاتی، سرشیر، کله پاچه، جگر سیاه، سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی، ته دیگ)،

کافئین زیاد (چای، شکلات، قهوه، کاکائو، نسکافه)،

برنج سفید، ماکارونی

مسکرات مانند الکل و شراب و...،

داروی شیمیایی (دارو را بایستی زیر نظر متخصص متعهد مصرف کرد)،

سحری یا صبحانه نخوردن مضراست.

### چربی خون (تبریزیان) <sup>۷۱</sup>

داروی چربی خون - سنا مکی حتما باید سنای مکه باشد الان سنای پاکستان و... رایج

۷۰ نسخه های مورد تایید استاد...

۷۱ کتاب و سخنرانی های استاد

است سنا نباید بجوشد باید دم کنید حتما باید سنا ۳ روز یا یک روز در میان مصرف شود - روغن شحم گاو و بجای روغن مایع و جامد مصرف شود.

### چربی خون (روا زاده)

۱. مصرف روزی یک قاشق مربا خوری اسپند با یک لیوان آب به مدت یک ماه
۲. مصرف کره حیوانی، آبغوره، پودر سیاهدانه روزی یک قاشق مربا خوری.
۳. دمکرده یک قاشق غذاخوری برگ زیتون در یک لیوان آب جوش.
۴. مصرف دو حبه سیر صبح و شب.
۵. مصرف یک حبه سیر + سرکه سیب روزی سه بار و هر بار یک قاشق غذاخوری با نصف لیوان آب.
۶. مصرف روغن کنجد به مدت حداقل سه ماه.
۷. انجام فصد در صورت ضرورت.

### چربی خون (روا زاده)

**پرسش:** برای درمان چربی خون ۲ بار به مطب آمده‌ام و از قرص‌های کبدی، حجامت و... استفاده کرده‌ام؛ اما فایده‌ای نداشته است؟ آیا برای استفاده از سیاه دانه باید آن را آسیاب کرد و خورد؟

**پاسخ:** به مدت ۲۱ شب، هر شب یک قاشق مربا خوری اسپند بخورید. سیاه دانه را هم آسیاب نکنید. آن را کوبیده و استفاده کنید. از روغن‌های کارخانه‌ای و صنعتی استفاده نکنید. از روغن کنجد و کره مشکی استفاده کنید.<sup>۷۲</sup>

### درمان چربی خون (یکتا)

چربی خون نیز از مشکلات خونی است که باز هم روغن نباتی مایع و جامد مسبب آن

است.

۱. در درمان چربی خون، حجامت خیلی کمک می کند.
۲. پرهیزها نیز باید مراعات شود و نیاز به تکرار نیست. (ممنوعات و ضروریات)
۳. زرشک، عناب، شوید، کاسنی، آویشن را با هم مخلوط کرده و دم کنید. روزی دو الی سه فنجان میل می کنیم.
۴. سیر و آبغوره برای پائین آوردن چربی خیلی مفید است.<sup>۷۳</sup>

### چربی خون (خدادادی)

۱. مصرف سالاد زمستانی (پرتقال+لیمو ترش + نارنج+ مقداری عسل، که همه موارد را خرد کرده و بعد از به هم زدن میل شود).
۲. خوردن آب سیب گریپ فروت و مصرف آب انار می خوش (ترش و شیرین).

### کلسترول خون (بنی هاشمی)

- ابتدا در چند ماه اول مصرف سیر کلسترول خون بالایی رود ولی بعد از حدود ۲ الی ۳ ماه سیر قاتل چربی و کلسترول زائد بدن می شود.

### درمان چربی خون (ضیایی)<sup>۷۴</sup>

- ۱- صبحانه (یا ناشتا): یک عدد سیب درختی رسیده بخورید، و همچنین خوردن ۷ عدد آلو بخارا، و خوردن آب لیمو ترش تازه با آب، و روزهای جمعه صبح ناشتا میوه انار خوردن
- ۲- صبح قبل از کار یک قاشق چایخوری زیره سیاه بخورید (حامله نباشید).
- ۳- بین روز یک استکان جوشانده یا دم کرده گیاه مریم گلی بخورید (حامله نباشید).

۷۳ طب نجات بخش ص ۱۳۵.

۷۴ نسخه های مورد تایید استاد...

- ۴- در بین روز 1 الی 2 خوشه انگور بخورید.
- ۵- بین روز میوه به یا همراه غذا خیار بپوشد ای با نمک طبیعی بخورید و بعد از هر غذا یک عدد سیب درختی رسیده شیرین بخورید.
- ۶- به همراه نهار و شام یک قاشق چایخوری پودر شوید (یا یک مشت شوید تازه).
- ۷- در ۲۴ ساعت یک عدد کدو خورشتی متوسط با پوست آن بخورید.
- ۸- به همراه نهار و شام، یک قاشق غذاخوری آبغوره طبیعی بخورید.
- ۹- روزانه پیاده روی آرام بمدت یک ساعت در سطح مستوی در هوای آزاد داشته باشید
- ۱۰- بمقدار یک گرم (نوک قاشق چایخوری) پودر دارچین به همراه غذا بخورید (حامله نباشید).
- ۱۱- دو ساعت قبل از غذا یا دو ساعت بعد از غذا، آب و آب جوش ولرم بنوشید.
- ۱۲- خوردن میوه گیلاس و مصرف کنگر فرنگی.
- ۱۳- کف دریا بر بدن بمالید.
- ۱۴- دمکرده یا جوشانده گیاه رجل الاسد (گیاه پای شیر).
- ۱۵- مخلوط تخم شنبلیله و دانه خشخاش و مغز بادام تلخ بمقدار کم و شکر زرد خوزستان با هم بکوبید و به تدریج در بین روز و عصرانه بخورید.
- ۱۶- ته نشین سرکه سیر، کاهش دهنده شدید کلسترول است.
- کلسترول (خیراندیش)<sup>۷۵</sup>**
- کلسترول چربی گرم است با ترش مزه ها و ترشی ها پائین می آید.

## تری گلیسیرید (خیراندیش)<sup>۷۶</sup>

تری گلیسیرید چربی سرد است با افزایش گرمی ها کاهش می یابد روغن دنبه، آن را کاهش می دهد.

### درمان کلسترول بالای خون (دریایی)

برای درمان کلسترول بالای خون با «سیاه دانه» توصیه می شود:

یک قاشق سیاه دانه آسیاب شده را با یک قاشق گیاه «اخلیا» (گیاهی از تیره ی آلاله معروف به هزار برگ) در یک فنجان عسل خالص طبیعی مخلوط کرده، هر صبح به صورت ناشتا به مدت ۵ روز میل نمایید. میزان کلسترول خون کاهش خواهد یافت.<sup>۷۷</sup>

### تست قند و چربی خون و اختلالات کبد (بنی هاشمی)

۳ قاشق آبغوره را سر بکشید (یکدفعه) اگر بعد از خوردن دهان فرد آب افتاد قندش بالاست اگر بعد از ۵۰ ثانیه خشکی دهان عارض شد اختلالات کبد دارد و اگر بعد از خوردن دهان کف آلود و چسبناک شد چربی خون زیاد است. مولف: این کار را تکرار نکنید فقط یکبار برای تشخیص انجام دهید. چون مصرف زیاد ترشی جات عوارض دارد.

## تری گلیسیرید

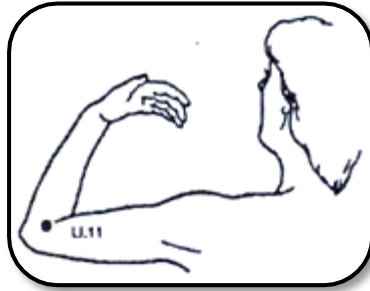
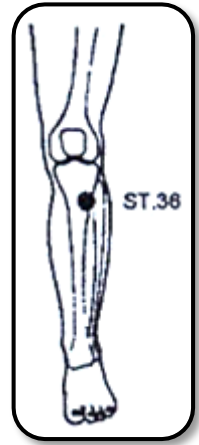
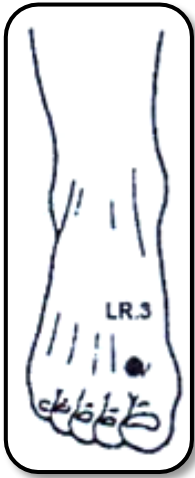
کدو در وعده نهار بخورد.

۷۶ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

۷۷ کلسترول و عسل صفحه ۳۲.



کستروں بالا ۷۸ -



## ۱۲- نقرس (MSU) و افزایش اسید اوریک خون و مفاصل

الف: معرفی بیماری

نقرس - اسید اوریک - اورمی<sup>۷۹</sup>

علائم افزایش اوره خون

خارش پوستی - خستگی - تنگی نفس - بی اشتهايي - گيحي يا سرگيجه - تورم ساق پا - عطش - اختلال حافظه - دهان بوي آمونياک مي دهد - وزوز گوش - تشنج ضعف عضلات - احساس تهوع - افزایش فشار خون

علل اورمی

کم کاری و اختلال کلیه ها - نفریت (ورم کلیه) - سرطان دهانه رحم (در خانم ها) - پرکاری پاراتیروئید - کم کاری فوق کلیه (بیماری آدیسون) - انسداد روده - مسمومیت یا سرب.

علائم نقرس: ارثی (۸۵٪) - بیماری مزمن کلیه (نفریت...) - اختلالات کبد - ازدیاد اسید اوریک و پورین - بیماری های تب دار - تورم غدد پروستات - داروهای مدر (از نوع تیازید ها) - اختلالات خونی.

ب: نسخه ها

نقرس (روایات)

ترک شراب

امام رضا (ع) فرموده اند: آمیزه شیر و شرابی که اهلش از آن می نوشند مایه تولید بیماری

نقرس و پیسی می شود و مداومت در خوردن تخم مرغ، سرخ شدن مایل به سیاه صورت را در پی دارد و خوردن شوری و گوشتهای نمک سود و ماهی نمک سود پس از رگ زدن پا و حجامت، مایه سفیدی زیر پوست و پیسی می شود.<sup>۸۰</sup>

### آمیزش در آخر شب

امام رضا (ع) فرموده اند: در تابستان و زمستان هیچ گاه در ابتدای شب با زنان در نیامیز، زیرا معده و رگها<sup>۸۱</sup> پر هستند و این هیچ خوب نیست. بیماری های قولنج و کج شدن فک و نقرس و سنگ [کلیه یا مثانه] و ریزش بی اختیار بول و فتق و ضعف بینایی از اینجا به وجود می آیند. پس هرگاه قصد آمیزشی داشتی، بهتر است در آخر شب باشد که برای سلامتی بدن بهتر و برای فرزنددار شدن مایه امید بیشتر و فرزندی را که خداوند بدهد باهوش تر خواهد بود.<sup>۸۲</sup>

### انجیر

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): انجیر، تازه و خشک، بخورید؛ چرا که بر قدرت همبستری می افزاید، بواسیر را ریشه کن می کند و برای درمان نقرس و سردی مزاج، سودمند است.<sup>۸۳</sup>

### ترک انجیر با شراب خرما

امام رضا (علیه السلام): انجیر و شراب خرما - که اهلش می خورند - چون با هم جمع شوند، نقرس و پیسی به وجود می آورند.<sup>۸۴</sup>

۸۰ بحار الانوار: ج ۶۲، ص ۳۲۱.

۸۱ در متن عربی کتاب آمد (المعدة من العروق) که صحیح آن (المعدة والعروق) است.

۸۲ بحار الانوار: ج ۶۲، ص ۳۲۷.

۸۳ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۳۷۷.

۸۴ طب الرضا (ع) ص ۶۳.

## نقرس (MSU) (ضیایی) <sup>۸۵</sup>

یعنی رسوب اسید اوریک خون بصورت کریستال در مفاصل که بیشتر مفصل زانو و مفصل شصت پا را درگیر میکند.

درمان:

۱. آلو بخارای خشک ۷ عدد بصورت مکیدنی قبل از شام
۲. پوست سیب (به شرطی که سم چسب نداشته باشد و به شرطی که بیمار سنگ کلیه و نفخ شکم نداشته باشد).
۳. یک استکان جوشانده برگ یاس بنفش
۴. یک عدد حب سورنجان (به شرطی که شن و سنگ کلیه و مثانه نداشته باشد).
۵. روزی ۲ الی ۳ خوشه انگور تازه بخورد (برای درمان نقرس بسیار مفید است).
۶. آلوچه ۷ عدد
۷. برگ انگور ۵ عدد
۸. کشمش طبیعی، مویز طبیعی (۲۱ عدد)
۹. پوست سبز مغز گردو به مقدار ۲۰ گرم را در یک کیلو آبجوش به مدت ۲۰ دقیقه دم شود، و قبل از غذا یک فنجان میل شود.
۱۰. صبح ناشتا یک عدد خرمالو
۱۱. خوردن یک عدد لیمو ترش تازه (ضد استفراغ و ضد نقرس است)
۱۲. گذاشتن ضماد پودر نمک سنگ روی مفصل دردناک نقرسی، یا گذاشتن پودر نمک سنگ داغ در کیسه نخی که روی مفصل گذا رید (از شب تا صبح به

مدت ۴ ساعت روی آن باشد)، یا صبح قبل از کار پماد خارجی ولتارین روی مفصل نقرسی بمالید (این پماد مسکن قوی است).

### اوره بالا (روازاده)

زن/سن ۵۲ سال/اردبیل

پرسش: اوره ام بالا می باشد چه توصیه ای دارید و چه نوع حجامتی را توصیه می کنید؟  
پاسخ: اول پرهیز از مصرف زیاد گوشت و حبوبات، سپس اصلاح کبد با سکنجبین و عرق کاسنی و شاهتره و حجامت عام.<sup>۸۶</sup>

### رسوب اسید اوریک در مفاصل (ضیایی)<sup>۸۷</sup>

که تورم و درد مفاصل و .. ایجاد می شود و مایع جمع می شود در مفاصل و شبها از شدت درد، خواب نمی آید.

۱- در تخصص ارولوژی می گویند در شبانه روز ۴ لیوان آب جوش و ۴ لیوان آب سالم بخورد کلیه ها خوب کار می کند پس برای درمان نقرس باید کلیه ها را با ۸ لیوان آب و آب جوش فعال کنند.

۲- سیب با پوست بخور اگر شن کلیه داری با پوست نخور.

۳- جوشانده برگ یاس بنفش.

۴- قرص شیمیایی: کلشیسین.

اگر فشار خون نوسانی دارد و کلیه خوب کار نمی کند و ماهی یک بار تورم و درد شدید می شود و آب جمع می شود با سورنگ خالی شود. و ممنوعات را ترک کند مانند نوشیدنی های گازدار - که سدیم آن در ایران ۱۰ برابر استاندارد و در عراق ۲۰

۸۶ پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روازاده ج ۲ ص ۶۵

۸۷ نسخه های مورد تایید استاد...

برابر استاندارد جهانی است.<sup>۸۸</sup>

سی گرم برگ انگور فرنگی (فرنگ اوزومی = گالش انگور = دیو انگور) را با سی گرم ریشه شیرین بیان بدون پوست که نیمکوب شده، مخلوط کنید و بجوشانید، سپس آب آنرا صاف کرده، بنوشید (اسید اوریک رسوب شده در مفاصل را حل میکند). خوردن میوه هلو و برگه آن (قیسی)، دفع اوره (اسید اوریک) و بیماری نقرس را درمان میکند.

صبح ناشتا خوردن آبمیوه زردک (جزر=هویج زرد رسمی) در درمان نقرس مؤثر است.

دمکرده زبان گنجشک - دمکرده برگهای غازیاقی - دمکرده سبزی کاسنی

دمکرده گیاه سنگ شکن (ام وجع الکید)

وسط روز یک عدد قرص شیمیائی ایرانی آلپورینول، در درمان نقرس و اسید اوریک بالا (توجه: منع مصرف در حاملگی)

شب یک عدد قرص شیمیائی کلشی سین، در درمان نقرس و آرتریت بهجت موثر است (توجه: این دارو را به همراه غذا بخورید).

توجه: این دو قرص شیمیائی عوارض سوئی دارد و باید با تجویز پزشک مصرف شود.

### معالجه ی رماتیسیم و نقرس (خیراندیش)

سی تا شصت گرم برگ های خشک و یا تازه ی راج را در یک لیتر آب سرد ۱۲ ساعت بخیسانید. بعد ظرف محتوی آن را روی آتش بگذارید تا به جوش آید و نیم دقیقه بجوشد. سپس آن را از روی آتش بردارید و ۱۵ تا ۲۰ دقیقه بگذارید بماند تا دم بکشد. بعد آن را صاف کنید و با عسل شیرین سازید و هر روز سه تا پنج فنجان از آن

را بنوشید، جوشانده و دم کرده برگهای راج درد های روماتیسم را آرام می کند. کسانی که روماتیسم دارند و می خواهند از نسخه ی شمشاد استفاده کنند باید یک یا دو قاشق چای خوری از پوست شاخه های شمشاد را که خشک گرد کرده اند در یک فنجان آب جوش بریزند و ده دقیقه آن را دم کنند بعد صاف کند و با عسل شیرین سازند و بعد از هر غذا یک فنجان از آن را بنوشند، مدتی که به این کار ادامه دهند خواهند دید دیگر درد روماتیسم را احساس نمی کنند.

پنج گرم گل طاووسی یا خشک را در یک فنجان آب گرم بریزید و ۱۵ دقیقه دم کنید، بعد آن را صاف کرده با عسل شیرین سازید و در طی روز سه فنجان از آن را بنوشید تا درد های روماتیسم شما را شفا دهد.

چهل گرم گل گندم خشک را در یک لیتر آب جوش بریزید و به مدت ۲۰ دقیقه آن را دم کنید، سپس صاف کنید و با عسل شیرین سازید و قبل از هر غذا یک فنجان از آن را بنوشید.

یا بهتر است شصت گرم گل گندم خشک را در یک لیتر آب بریزید و هشت روز بگذارید بماند تا بخیسد و هر روز سه فنجان از آن را قبل از غذا بنوشد تا روماتیسم و نقرس شما برطرف شود. ( در نظر داشته باشید که این نوعی داروست و طبق تعالیم دینی جز در موارد ضروری و تجویز پزشک نمی توان دارویی را که در آن مواد سکرآور وجود دارد مصرف کرد.

جوشاندن مار دارو که دستور تهیه ی آن را در مورد ییوست دادیم به همان اندازه و مقدار برای اختلالات مفاصل و روماتیسم موثر و مفید می باشد.

شربت ماردارو با عسل هم برای کسانی که مبتلا به نقرس و روماتیسم هستند موثر و مفید می باشد. توجه کنید که دانه و میوه های ماردارو دارای سم قوی است و نباید آن

را مصرف کرد.<sup>۸۹</sup>

### نقرس (موسوی)

زالو درمانی روی پا حداقل در ۳ نوبت با حفظ فاصله زمانی یکی از درمان های موثر و لازم در بیماری نقرس می باشد. داروهای گیاهی همراه با زالو درمانی گاه لازم است و در نوبت دوم پشت و نوبت سوم اطراف چهار بند هر بار ۱۰ عدد زالو بیاندازیم. مالش ویژه دیسک کمر با تمهیدات فوق می تواند کاملاً این بیماری را علاج کند.<sup>۹۰</sup>

### ازدیاد اوره خون (خیراندیش)

مصرف جوشانده سماق یا پودر سماق همراه با غذا.

### نقرس (بنی هاشمی)

۱- اگر مداومت در روغن مالی با روغن بادام شیرین داشته باشید نقرس قابل درمان است.

۲- آب خرفه اوره اضافی بدن را دفع و درد بیماران نقرسی را کاهش می دهد.

۳- ترکیب عسل و سرکه و سیر برای نقرس خوب است.

۴- ضمادی از آرد جو و سرکه و مقداری گوگرد را روی محل درد بگذارید.

۵- سه لیتر آبغوره بی نمک را با ۳۰۰ گرم عسل یا نبات مخلوط کنید و به

آرامی حرارت دهید کف وسط آنرا جمع کنید بگذارید سرد شود بعد صاف

کنید و در ظرف شیشه ای در دار نگهدارید اگر ناراحتی معده و سردی مزاج

ندارید ناشتا و اگر دراید وسط غذا یک قاشق مصرف کنید

**نقرس (گزارش درمان دکتر شقایی)** نام بیمار: آقای م.ش. سن: ۴۲ سال



علائم بیماری: بیمار با شکایت سوزش کف پا در تاریخ ۷۸/۱۰/۲۵ مراجعه نمود. برای بیمار تشخیص نقرس داده شد.

درمان های انجام شده: سه دوره حجامت عام و یک بار حجامت از قسمت داخلی مچ پا انجام شد.

سیر درمان: بعد از حجامت بهبودی قابل ملاحظه ای حاصل شد.<sup>۹۱</sup>

پزشک معالج: دکتر جاوید شقاقی

**نقرس (گزارش درمان)** نام بیمار: آقای م.ر. سن: ۶۸ سال

علت مراجعه: سوزش کف پا

علائم بیماری: بیمار با شکایت سوزش کف پا مراجعه نمود و با انجام آزمایشات لازم، نقرس تشخیص داده شد.

درمان های انجام شده: برای بیمار سه دوره حجامت عام انجام شد و بعد حجامت در قسمت داخلی مچ پا صورت گرفت.

سیر درمان: سوزش کف پا به میزان قابل ملاحظه ای کاهش یافت.<sup>۹۲</sup>

پزشک معالج: دکتر جاوید شقاقی

**نقرس (روازاده)**

**پرسش:** آیا برای بیماری نقرس درمانی وجود دارد؟ من ۴۰ سال است که به نقرس دچار شدم. اشتهایم به غذا زیاد است و فعالیت کم است. لطفا راه درمان را ارایه بفرمایید؟

**پاسخ:** بله، نقرس درمان قطعی دارد. باید سماق و اش سماق زیاد بخورید، زرشک

۹۱ حجامت درمانی صفحه ۳۵۶

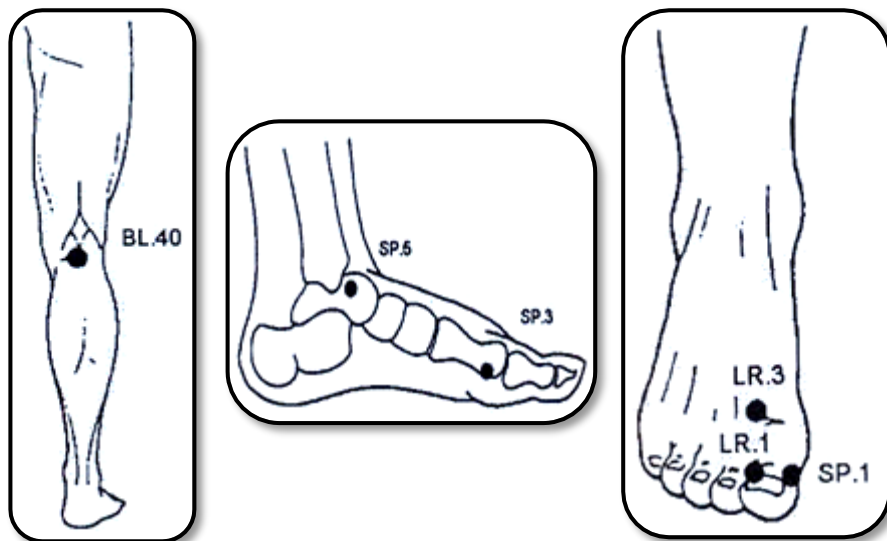
۹۲ حجامت درمانی صفحه ۳۵۶

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

بخورید، گوشت گاو مطلقا نخورید، گوشت قرمز کمتر بخورید، گوشت سفید (طبیعی) بیشتر میل نمایید، مفاصلتان را با روغن حیوانی چرب کنید و حمامت کنید. روزی دو لیوان شربت خاکشیر گرم میل کنید.<sup>۹۳</sup>

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

### درد مفصل و درد انگشت بزرگ پا (نقرس)



۹۳ (پرسش هکتاب درمان جامع طب سوزنیای شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۹۷)

## ۱۳- گرفتگی عروق و مجاری

**الف: معرفی بیماری**

**گرفتگی عروق قلب**

قلب دارای ۲ شریان (سرخرگ) بزرگ به نام کرونری است، که مسئول خون رسانی و گردش خون ریوی است.

**علائم گرفتگی عروق**

توجه: کسانی که تریاک مصرف می کنند درد ناشی از گرفتگی عروق را حس نمی کنند و ممکن است یکباره سخته کنند.

درد قفسه سینه (= آنژین صدری) - تنگی نفس در اثر فعالیت (یا از پله بالا رفتن) - تعریق - تهوع - سبکی سر - درد منتشر در شانه و دست چپ - اختلال ضربان قلب یا فشار خون

**علل**

چربی - کلسترول - عدم معالجه تبخال - دیابت - افزایش هموسیستئین خون - پروتئین

TTR

والو پلاستی = پالون زدن (حدود ۱/۵ سال بعد از والوپلاستی احتمال انسداد دوباره وجود دارد).<sup>۹۴</sup>

**ب: نسخه ها**

**(روایات)**

**حوک (ریحان کوهی)**

۹۴ درمان گیاهی - نعیمی - قسمت علائم گرفتگی عروق

امام صادق (علیه السلام): حوک (بازروح) سبزی پیامبران است. بدان که در آن، هشت ویژگی است؛ هضم کننده است؛ گرفتگی های عروق و مجاری را می گشاید؛ آروغ را خوش بو می سازد؛ دهان را بوی خوش می بخشد؛ غذا را دوست داشتنی می سازد؛ درد و بیماری را از درون بدن، بیرون می کشد؛ و امان انسان از جذام است؛ (و) چون در درون انسان جای گیرد، همه بیماری ها را فرو می نشاند.<sup>۹۵</sup>

ایوب بن نوح می گوید: کسی که با امام کاظم (ع) همسفر بود برایم نقل کرد که آن حضرت ریحان کوهی طلب کرده و فرمودند:

من دوست دارم غذای خود را با آن آغاز کنم که گشاینده ی مجاری بسته شده، اشتها آور و زداینده ی چشم درد است و من آنگاه که غذا را با آن آغاز کنم، باکی ندارم که پس از آن چه غذایی بخورم و دیگر از هیچ بیماری و آسیبی هراس ندارم و آنگاه که غذا تمام شد بار دیگر ریحان کوهی طلب کرده و دیدم که برگه ای از آن را که روی غذا افتاده بود برداشته و خوردند.

به من نیز داده و فرمودند: غذای خود را با آن پایان ده که گوارنده ی غذای پیشین و اشتها آور غذای پسین است. سنگینی معده را زوده و دل و دهان را خوشبو می کند.<sup>۹۶</sup>

## انجیر

امام علی (علیه السلام): خوردن انجیر، رسوبات مجاری و رگ ها را نرم می کند.<sup>۹۷</sup>

## روغن مالی

امام علی (علیه السلام): روغن، پوست را نرم می کند، و بر توان مغز می افزاید، مجاری آب را در بدن می گشاید، کثافت پوست را از میان می برد و رنگ را روشن می کند.<sup>۹۸</sup>

۹۵ الکافی ج ۶ ص ۳۶۴ ح ۴ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۳۸۸ ح ۱۳۰۹

۹۶ کافی: ج ۶، ص ۳۶۴

۹۷ طب النبی ص ۱۲۷

## کرفس

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): کرفس، انسدادها را می گشاید، دل را طراوت می دهد، حافظه می آورد و دیوانگی، جذام، پیسی و ترس را دور می کند.<sup>۹۹</sup>

## اویشن بانمک

امام صادق (علیه السلام) فرمود: ((چهار چیز، چشم را جلا می دهد، سودمند است و هیچ زیانی ندارد)).

درباره آنها از امام (علیه السلام) پرسیدند.

فرمود: اویشن و نمک، وقتی با هم باشند، نانخواه و گردو، وقتی باهم باشند.

به ایشان گفتند: این چهار چیز، وقتی با هم باشند، به چه کار می آیند؟

فرمود: نانخواه و گردو، (چون در بر هم قرار گیرند)، بواسیر را می سوزانند، باد را دور می کنند، رنگ پوست را زیبا می سازند، معده را سختی (مقاومت) می دهند و کلیه ها را گرم می کنند.

اما اویشن و نمک، (چون در بر هم قرار گیرند)، بادها را از دل برون می رانند، انسدادها را می گشاید، بلغم را می سوزانند، آب (منی) را زیاد می گردانند، بوی دهان را خوش می سازند، معده را نرمی می دهند، بوهای بد را از دهان می برند و آلت را سفتی می بخشند. ۱۰۰

## نیشکر

امام کاظم (ع) فرموده اند: نی شکر مجاری بسته را می گشاید و هیچ درد و زیانی در آن

۹۸ کافی ج ۶ ص ۵۱۹

۹۹ فردوس ج ۵ ص ۳۷۰

۱۰۰ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۴۱۶

نیست. ۱۰۱

## گرفتگی عروق کرونر قلب و ناراحتی قلبی (ضیایی) ۱۰۲

مثلا سه رگ اصلی شریانی خونرسان به عضله قلب (سرخ رگ قلب) مسدود است  
علل این بیماری:

۱. رسوب سدیم بر اثر خوردن نمک زیاد، نوشابه های گازدار، آبمیوه های شیمیائی، خیار شور، شوری، آجیل و تخمه بو داده،
۲. رسوب تری گلیسرید خون بر اثر خوردن سرخ کردنی، تفت دادنی، بو دادنی، چربی با ترانس بالا، خامه، سرشیر، ته دیگ، کله پاچه، موز، انواع سسها، جگر سیاه، روغن جامد، کنسروها، و آبمیوه های شیمیائی،
۳. رسوب کافئین بر اثر خوردن چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه،
۴. دخانیات، مواد افیونی، قرصهای روان گردان، مشروبات الکلی

درمان:

۱. صبحانه: یک لیوان شیر گاو کم چرب با یک قاشق مربا خوری عسل اسطوخدوس یا آویشن یا نعناع،
۲. وسط روز: یک خوشه انگور سیاه یا ۲۱ عدد مویز ناشتا (یعنی کشمش انگور سیاه)،
۳. به همراه ناهار و شام یک قاشق پلو خوری آبغوره طبیعی انگور عسکری،
۴. ظهرها یک عدد گلابی،
۵. عصرانه چند عدد برش آناناس،

۶. کاهو را از بالا چهار قسمت کنید و در هر نوبت با ناهار و شام یک قسمت را بدون سس مصرف کنید،
۷. شب قبل از خواب یک ساقه کرفس یا یک استکان آب کرفس (اگر سه رگ بسته هفته اول و دوم یک لیوان آب کرفس خام، هفته سوم و چهارم نصف لیوان، هفته پنجم یک استکان کوچک، از هفته ششم به بعد یک ساقه کرفس)،
۸. تره فرنگی به همراه ناهار و شام بخورید،
۹. ریحان کوهی (بازروج=حوک) بخورد،
۱۰. ته نشین سرکه سیر، بازکننده عروق کرونر قلب است،
۱۱. در اول و آخر غذا، مخلوط آویشن نعنا بخورید،
۱۲. میوه شقاق (هویج وحشی) بازکننده عروق کرونر و ضد آئزین صدری است،
۱۳. زیتون خوارکی طبیعی و روغن زیتون خوراکی طبیعی مصرف کنید.
- نکته:

اگر نوزادی رگهایش مسدود بوده، صبح و وسط روز یک قاشق چایخوری آب کاهو، عصرانه یک قاشق چایخوری آب تره فرنگی و شب یک قاشق چایخوری آب کرفس، به او دهید. شب قبل از خواب: یک قاشق چایخوری آب ریحان کوهی به او بدهید<sup>۱۰۳</sup>

### گرفتگی عروق (تبریزیان)<sup>۱۰۴</sup>

۱۰۳ متن مورد تایید استاد

۱۰۴ کتاب و سخنرانی های استاد

۱- اسفند را کف مال کرده تا گرده سمی آن از بین برود ۲ گرم تا ده گرم قورت دهند و دندان نزنند.

۲- داروی تقویت قلب

۳- گوشت گوسفند با شیر گاو بخورند.

۴- ادرار شتر

۵- داروی ترکیبی بازکننده عروق

۶- داروی شافیه موقع خواب نصف گردو بمدت ۴ ماه مصرف کند.

### گرفتنی عروق و کرونر قلب (خدادادی)

برخی از علل بیماری عبارتند از:

حرص و جوش خوردن و عصبی شدن و داشتن اضطراب و نگرانی مداوم.

مصرف زیاد غذاهای چرب و پر حجم و نداشتن تحرک و فعالیت کافی.

نوشیدن زیاد چای غلیظ در روز و داشتن یبوست مزاج.

ابتلاء به فشار خون بالا و کنترل نکردن آن.

مصرف نکردن سبزیجات و میوه جات کافی در سبد غذایی روزانه.

استفاده نکردن از آب آشامیدنی به مقدار کافی در طول روز.

نداشتن نظم و برنامه در خواب و خوراک و استراحت.

اما درمان این بیماری به قرار زیر می باشد:

پرهیز از غذاهای ممنوعه و مضر و استفاده نکردن از فرآوردهای حیوانی

روزی ۳ تا ۴ کیلومتر پیاده روی و نرمش و ورزش سبک.

پیشگیری و درمان یبوست مزاج.

مصرف روغن زیتون و روغن کنجد به جای روغن های دیگر.



خوب جویدن غذا و مصرف غذاهای خام گیاهی و سرکه سیب به همراه غذا؛ زیرا موجب می شود که چربی های رسوب کرده در دیواره عروق قلب به سرعت از بین بروند.

### گرفتگی عروقی قلب (موسوی)

زالو درمانی بعد از رعایت دستورات طب سنتی طبق نسخه سکنه قلبی صورت می پذیرد.<sup>۱۰۵</sup>

### جلوگیری از گرفتگی رگ های خونی (خیراندیش)

به گفته ی محققان دانشگاه ایلینویز، کسی که روزانه ۴ قاشق عسل مصرف کند، آنتی اکسیدان مواد محافظ بیشتری در خون خود ذخیره خواهد کرد. این مواد از گرفتگی رگ های خونی جلوگیری می کنند.

محققان به مردانی که بین ۱۸ تا ۶۸ سال سن داشتند به مدت ۵ هفته، هر روز یک لیوان آب با ۴ قاشق پر عسل دادند، آزمایش خون این افراد نشان داد که در خون آنها به طور آشکار بیشتر از سایر افراد آنتی اکسیدان وجود دارد آنتی اکسیدان ماده ای است که از بافت های بدن در مقابل اکسیژن تهاجمی محافظت می کند. تحقیقات انجام شده در گذشته نیز نشان داده شده است. که عسل به اندازه ی سیب، موز یا توت فرنگی مواد محافظ و آنتی اکسیدان دارد. هر چه رنگ عسل تیره تر باشد. به همان اندازه حاوی پیوند های مفید بیشتری است.<sup>۱۰۶</sup>

### باز کردن گرفتگی (بنی هاشمی)

۱۰۵ زالوی ایرانی ص ۷۳

۱۰۶ عسل ۳۸

بادام تلخ با عسل مصرف شود

### گرفتگی عروق (روا زاده)

مصرف مرتب روغن کنجد و روغن حیوانی.

خوردن عصاره سیر و لیمو ترش تازه

انجام حجامت و فصد و انداختن زالو به روی قلب (حتما بعد از مصرف بازکننده های

عروق زالو بیاندازید).

پرهیز از مصرف گوشت گاو، سوسیس و کالباس.

### گرفتگی عروق (روا زاده)

**پرسش:** در آنژیو گرافی مردی ۷۸ ساله مشخص شده که یکی از رگ های قلب به

صورت کامل گرفته، ۲ رگ هم به صورت خفیفی گرفتگی دارد. همچنین چند تا از

مویرگ های مغز گرفتگی ناچیزی دارد. ضمنا پروستات هم دارند. راه درمان از طریق

طب اسلامی چیست؟

**پاسخ:** ۱. حجامت کنند؛ ۲. آش سماق زیاد میل کنند؛ ۳. برای قلبش باید زالو درمانی

کند. ۴- دم کرده اسطوخودوس و بادرنجبویه و گل گاوزبان و سنبل الطیب را هر شب

یک

لیوان میل کنید. ۵- برای درمانهای تکمیلی به پزشک طب سنتی مراجعه نمایید.<sup>۱۰۷</sup>

### گرفتگی عروق (خیراندیش)

هفت عدد سیر را رنده و با آب سه عدد لیموترش تازه مخلوط کرده و بعد از شام و

ناهار به مدت ۱۲۰ روز میل شود.

شونسیل (۴ واحد روغن زیتون بودار + ۲ واحد عسل + ۱ واحد سرکه طبیعی) بعد از

۱۰۷ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۸۱

ترکیب مواد مذکور روزی سه قاشق غذاخوری از آن به مدت ۱۲۰ روز مصرف شود. انجام بادکش کتف یک روز در میان در ۲۱ مرحله.

حجامت عام سه مرتبه هر ماه یکبار.

یکماه بعد از حجامت سوم، ۱۴ عدد زالو در موضع حجامت عام قرار داده شود.

ترک یا کاهش جدی سردی ها و مصرف ارده یا شیره انگور هفته ای ۵ وعده به عنوان صبحانه. مالیدن روغن بادام تلخ از طرف انگشتان به سمت ساق پا مفید می باشد.<sup>۱۰۸</sup>

### باز شدن گرفتگی قلب (ضیایی)<sup>۱۰۹</sup>

زیتون خوراکی طبیعی و روغن زیتون خوراکی طبیعی،

کاهو (بدون سس) با ناهار و شام،

کرفس خام شب قبل از خواب،

تره وحشی = تره فرنگی = پوارو (به زبان فرانسوی)،

سبزی ریحان کوهی.

### درمان گرفتگی رگ قلب (یکتا)

گرفتگی رگ قلب از شروع درمان با زالو و بادکش و حجامت کردن پرهیز شود چون

ممکن است آن خون لخته شده در رگ حرکت کرده و راه قلب را ببندد و شخص

دچار سگته شود. البته امکان هم دارد که رگ قلب باز شود ولی این قطعی نیست و

ممکن است کار به جای باریک بکشد. بنابراین ابتدا با داروهای خوراکی کار درمان را

شروع کنید. سپس از زالو و حجامت کمک بگیرید. از روغن مایع و جامد حتما باید

پرهیز کرد.

۱۰۹ نسخه های مورد تایید استاد...

سیر و آبغوره خیلی به باز شدن رگ قلب کمک می کند. قبلا گفتیم که سیر را داخل آبغوره خرد کنید.

صد گرم قره قات را در عرق کیالک و عرق گزنه و عرق هوفاریقون جوشانده، صاف کرده، سه وعده، هر وعده یک لیوان قبل از غذا میل کنید. اگر عرق هوفاریقون نشد از ود هوفاریقون استفاده کنید. جوشاندن این دارو هم این گونه است که زیر گاز را کم می کنید همین که دارو دو سه تا قل زد شعله را خاموش کرده یک ربع صبر می کنید تا دم بکشد. از هر عرقی هم اگر یک لیتر باشد خوب است.

برگ درخت به، گل ختمی سفید، عناب مرزه و سماق را با هم مخلوط کرده و بجوشانید. روش جوشاندن این است که وقتی جوشید شعله زیرش را کم کنید تا دو سه تا قل بزند بعد بگذارید دم بکشد. آن گاه آن را صاف کرده سه وعده، هر وعده یک فنجان همراه با دو حبه سیر میل کنید سیر را خورد کرده مثل قرص داخل دهان گذاشته و این دارو را رویش بخورید. دیگر واجب نیست که مصرف این داروها قبل از غذا باشد.

عناب را در چهار عرق گزنه، بومادران، مرزه و کیالک جوشانده و صاف کنید آن گاه سه وعده، هر وعده یک فنجان از آن را میل کنید.

با این چند نسخه ان شاء الله همان روز اول خطر سکتته برطرف می شود و با ادامه آن تا ۱۴ روز ۹۵٪ گرفتگی رگ قلب به یاری خدا باز می شود به شرط پرهیز و اصلاح تغذیه و خودداری از غذاهای صنعتی. اگر کسی روغن نباتی نخورد به این راحتی سکتته نمی کند.<sup>۱۱۰</sup>

**گرفتگی رگ قلب (باقری)**

گرفتگی رگ قلب را با یکی از سه نسخه زیر مداوا کنید:

عرق کیالک (یک لیتر) + عرق گزنه (یک لیتر) + عرق هوفاریقون (یک لیتر)

عرقیات فوق را مخلوط کرده سپس ۱۰۰ گرم قره قات را در آن جوشانده و صاف کنید. سه وعده یک لیوان از آن را میل کنید. بهتر است این مخلوط را ناشتا بخورید ولی اگر غذا کم بخورید خوردن آن پس از غذا هم مانعی ندارد.

برگ درخت به (۵۰ گرم) + گل ختمی سفید (۵۰ گرم) + عناب (۵۰ گرم) + مرزه (۵۰ گرم) + سماق (۵۰ گرم)

مواد فوق را با هم قاطی کرده، دو قاشق بزرگ از آن را در یک قوری ریخته، جوشانده صاف کرده، سه وعده هر وعده یک لیوان همراه با دو جبه سیر میل کنید. (سیر را قورت دهید).

عرق گزنه (یک لیتر) + عرق بومادران (یک لیتر) + عرق مرزه (یک لیتر) + عرق کیالک (یک لیتر).

عرقیات فوق را با هم مخلوط کرده، ۲۰۰ گرم عناب را در آن جوشانده و صاف کنید. سه وعده هر وعده یک لیوان از آن را همراه با یک قاشق مربا خوری رب انار میل کنید.

این فرمول بسیار قوی بوده با عمل کردن به آن از همان روز اول، خطر سکته و مرگ رفع شده و با ادامه دادن آن ۹۵٪ گرفتگی رگ قلب را باز می کند. این روش را تا ۱۴ روز ادامه دهید.

**نکته های مهم**

کسانی که سن آنها زیر ۴۰ سال و دمای سوداوی هستند یعنی کسانی که مزاجشان گرم یا سوداوی است همراه با داروی نسخه سوم، تخم کاهو تناول کرده و به جای آب از عرق کاسنی و سکنجبین، شربت درست کرده، میل کنید.

کسانی که سن آنها بالای ۴۰ سال و بلغمی سوداوی و چاق بوده و بدنشان سرد است همراه داروی نسخه سوم، مقداری تخم شوید میل کنید.

سیر ترشی و سیب برای تغذیه کسانی که گرفتگی رگ قلب دارند مفید است. بالای قلب خود، زالو بیندازید.<sup>۱۱۱</sup>

### درمان انسداد رگهای قلب (آل اسحاق)

— خوردن روزانه دو نوبت مخلوط سی قطره گیاهی کراتاگوس با آب بعد از ۴۰ روز مصرف سکنجبین و آب کرفس و هویج زرد ایرانی و انجیر و نصف استکان دمکرده سنا به نسخه زیر عمل کنید. حتما باید زالو، بعد از مصرف داروهای باز کننده عروق باشد.

— یک نسخه مجرب اینکه سه عدد زالو روی سینه (طرف چپ سینه، بالای پستان و محاذی قلب) قرار دهید و بعد از افتادن زالو برای بند آوردن خون مقداری پشم را سوزانده و به محل نیش زالو بچسبانید. توضیح اینکه آب دهان زالو برای باز کردن دریچه های قلب و پاک کردن رسوبات عروق و تصلب شرایین (گرفتگی رگها) موثر است و نیازی به عمل جراحی نیست.<sup>۱۱۲</sup>

### انسداد کبدی و قلبی و رماتیسم (ضیایی)

صبح: مخلوط سکنجبین با آب آنار شیرین بخورید،

۱۱۱ طب اصول گرای اسلامی

۱۱۲ طبیب همراه ص ۳۸

عصر: خوردن سکنجبین عنصلی،

شب: دمکرده تخم کرفس (یعنی یک قاشق چایخوری تخم کرفس را در یک استکان آبجوش ریخته و صبر کنید تا دم بکشد) بنوشید،  
جوشانده غلیظ مریم گلی درمان راشیتیس و رماتیسم است<sup>۱۱۳</sup>.

### تدابیر بیماران دچار گرفتگی عروق (کردافشار)

#### قبل از صبحانه:

پودر ماء العجن افیمونی طبق دستور

- صبحانه، نهار، شام، میان وعده، سالاد، نان و نوشیدنی طبق دستور
- در طول روز یک عدد کاهو یا آب آن میل شود.
- در تمام غذاها کمی زعفران به علاوه ادویه مخصوص قلب (زعفران، زردچوبه، زیره، انیسون، رازیانه، هل، زنجبیل، آویشن، دارچین، گل سرخ خشک، تخم گشنیز پودر شده، میخک، زنیان و کمی فلفل) اضافه شود.
- رژیم سیر و لیموترش منقسم در چند وعده در طول روز مصرف گردد.
- مخلوط سیاهدانه و عسل روزی ۳-۲ قاشق مرباخوری با آب و عسل میل شود.
- دم کرده گاوزبان، بادرنجبویه، اسطخدوس، آویشن، مرزنجوش، ریشه مرغ، افسنتين
- از هر کدام ۱ قاشق مرباخوری و یک قاشق غذاخوری افیمون که در پارچه ای پیچیده و ۲ بار هر بار به مدت چند ثانیه در آبجوش قرار گرفته و سپس شیره کشیده شود. دم کرده با عسل، نبات، شکر سرخ یا ترنجبین شیرین شده و روزی ۵-۴ بار استفاده شود.
- یک روز درمیان به تناوب از این دم کرده ها میل شود:

۱) ۱۰ عدد میوه نسترن در یک لیوان عرق نسترن شب خیسانده، در طول روز دم کرده و میل شود.

۲) ۱ قاشق غذاخوری کیالک در یک لیوان عرق کیالک شب خیسانده، در طول روز دم کرده و میل شود.

• شبها موقع خواب ۲ استکان آب کرفس بنوشید.

• ورزش روزی ۳ بار هر بار ۱۰ دقیقه واجب و ضروری است.

رژیم غذایی بیماران دچار گرفتگی عروق کرونر

### قبل از صبحانه:

دستور ماء الجبن:

۳ قاشق غذاخوری پودر ماء الجبن افیمونی و ۲ قاشق خاکشیر را در یک لیوان عرقیات قلب (شامل مخلوط عرقیات سیب، به، اسطخدوس، سنبل الطیب، بادرنجبویه، گلاب، گاوزبان، نعناع، نسترن، بهارنارنج، آویشن، هل، دارچین، کیالک) داغ شده حل کرده و محتوای لیوان را ۳ قسمت کنید. هر ۱۰ دقیقه یک قسمت آن را گرم بنوشید و در فواصل یاد شده کمی ورزش نمایید تا عرق عرق کنید. بعد از نوشیدن قسمت آخر لیوان تا ۲-۳ ساعت چیزی نخورید. بعد از این مدت اگر اشتها داشتید، می توانید صبحانه بخورید. (ترکیب ماء الجبن ذکر شده می تواند خود یک صبحانه باشد).

### صبحانه:

• در روزهای مختلف به تناوب از موارد زیر استفاده شود:

۱. مربای به / مربای سیب / مربای بالنک / مربای گلابی / مربای آناناس / مربای خلال نارنج / مربای شکوفه سیب / مربای آمله و مربای هلیله بدون شیرابه (اگر مربا را خودتان



تهیه می کنید، در هنگام طبخ به آن کمی زعفران اضافه کنید) با نان مخصوص قلب طرز تهیه نان مخصوص قلب:

آرد گندم را با مقداری پودر مغز پسته، مغز تخم کدو، تخم گشنیز، هل، دارچین، زعفران و کمی شنبلیله مخلوط کرده و با مقداری شیره انگور و آب خمیر کنید. در یک استکان به اندازه یک قاشق چایخوری مخمر - که قبلاً از نانوائی تهیه کرده اید - بریزید. به اندازه نوک قاشق چایخوری شکر و کمی آب ولرم - دقت کنید که آب نه گرم و نه سرد باشد - اضافه کرده و روی استکان را بپوشانید و چند دقیقه در محیط نیم گرم قرار دهید تا زمانی که پف کرده و حجم مخلوط آب و مخمر زیاد شود. سپس مخمر را به خمیر اضافه نموده و روی خمیر را بپوشانید و به مدت نیم ساعت در محیط نیم گرم بگذارید تا خمیر به عمل بیاید. سپس داخل فر یا روی گاز نان را بپزید.

۲. سیب پخته شده با دارچین و عسل و کمی زعفران

۳. رب به یا رب سیب زعفرانی یا مخلوط آنها با نان مخصوص قلب

۴. شیره انگور با نان سنگک یا نان مخصوص قلب

۵. یک قاشق غذاخوری گلقلند با نان مخصوص قلب

۶. ۳۰-۲۱ عدد مویز (هر روز مصرف شود)

۷. هفته ای ۲ بار زرده تخم مرغ عسلی با پودر دارچین

### یک ساعت بعد از صبحانه:

یک لیوان شیر بز با کمی گلاب و عسل و دارچین و هل ساییده و افیمون (یک قاشق غذاخوری افیمون را در پارچه ای پیچیده و ۳-۲ بار هر بار به مدت چند ثانیه در شیر در حال جوش قرار گرفته و سپس شیره کشیده شود).

میان وعده صبح:

• در روزهای مختلف به تناوب از موارد زیر استفاده شود:

۱. عدد هویج متوسط را پخته، پوست و مغز سفت وسط آن را برداشته در ظرف چینی ریخته از شب تا صبح در هوای آزاد بگذارید. صبح با گلاب کمی عرق بیدمشک مخلوط کرده، پودر قند روی آن پاشیده بخورید.

۲. حلوی ماش:

یک پیمانه ماش پوست کنده را بکوبید و با روغن کمی تفت دهید. ۲ پیمانه شیر بز اضافه کنید و روی حرارت ملایم هم بزنید تا کمی غلیظ شود. سپس مقداری عسل اضافه کنید و مرتب هم بزنید تا خمیر نسبتاً سفتی به دست آید. پیش از برداشتن یک چهارم پیمانه مغز بادام پوست کنده خرد شده و کمی هل ساییده اضافه کرده و از روی حرارت بردارید.

۳. پودر پسته، پودر سنجد، پودر کندر، کمی هل ساییده و کمی شکر مخلوط شود و ۲ قاشق مرباخوری از مخلوط میل شود.

## ناهار و شام:

نکات اولیه:

- در تهیه غذاهای گوشتی ذکر شده از گوشت بره یا بزغاله بی چربی، جوجه مرغ، جوجه خروس، بلدرچین، کبک یا گنجشک استفاده کنید.
- در تمام غذاها در هنگام طبخ یک استکان آب آهن تاب اضافه کنید.
- در تمام غذاها ترکیب ادویه ذکر شده شامل این موارد باشد: زعفران، زردچوبه، زیره، انیسون، رازیانه، هل، زنجبیل، آویشن، دارچین، گل سرخ خشک، تخم گشنیز پودر شده، میخک، زنیان و کمی فلفل.

- قبل و بعد از غذا به اندازه یک عدس سنگ نمک بخورید و خود غذا را بسیار کم نمک تهیه کنید.
  - روی تمام غذاها در هنگام مصرف یک قاشق سبوس گندم یا برنج بپاشید.
  - روغن مصرفی در غذاها روغن زیتون یا کنجد باشد.
  - مقادیر ذکر شده در مواد اولیه غذاها جهت تهیه غذا برای ۴ نفر می باشد.
  - هفته ای ۳ بار به جای وعده شام از غروب تا موقع خواب، هر ساعت یک استکان آب سیب با کمی گلاب و عسل و زعفران بخورید.
- دستور غذایی:

#### ۱. سوپ مخصوص قلب:

یک استکان جو، یک استکان برنج، یک بشقاب جعفری خرد شده، کمی گشنیز همه را با آب پخته تا له شود. سپس کدوی سبز خرد شده، ادویه و روغن زیتون اضافه شود. (برای قوت بیشتر می توانید این سوپ را با گوشت جوجه مرغ یا بلدرچین تهیه کنید).

#### ۲. آش ماش:

یک پیمانه ماش مقشر را با نیم پیمانه برنج، نیم کیلو سبزی (شامل تره، شوید، کمی ترخون، مرزه، جعفری و پونه) و ۲ عدد شلغم متوسط رنده شده در آب جوش ریخته و بپزید. در انتهای طبخ کمی ادویه اضافه کرده و روی آش را با پیاز داغ، سیر داغ و نعناع داغ تزیین کنید.

#### ۳. آش انار:

برنج را در آب بپزید تا نیم پخته شود، سپس کمی آب انار ترش با کمی قند یا آب انار شیرین و مقداری آب به شیرین داخل کنید، سپس کمی روغن بادام شیرین یا شیره مغز

بادام شیرین اضافه کنید و بگذارید چند جوش بخورد تا مواد به خورد برنج برود. سپس ادویه را اضافه کنید. در این غذا می توان از گوشت جوجه مرغ یا گوشت بره استفاده کرد.

۴. قلیه به و انار:

۲۵۰ گرم گوشت را با ۱ پیمانه بلغور خام، یک چهارم پیمانه برنج، یک چهارم پیمانه نخود، ۱ عدد پیاز خرد شده، ۲ حبه سیر خرد شده بپزید. در اواسط طبخ ۱۵۰ گرم به خرد شده اضافه کنید. در انتهای طبخ ۱ قاشق شکر را در ۱ پیمانه آب انار میخوش حل کرده و به همراه ادویه به غذا اضافه کنید و بگذارید جا بیفتد. روی غذا را با سیر داغ و نعناع داغ تزیین کنید.

۵. شوربای جوجه خروس:

گوشت یک جوجه خروس را با یک پیاز خرد شده، ۲ عدد هویج خرد شده و نیم پیمانه سبزی (جعفری و گشنیز) در آب جوش ریخته و روی حرارت بگذارید و نیم ساعت بعد نیم پیمانه برنج اضافه کنید. در ۱۰ دقیقه آخر طبخ، ۵ گرم بسفایج و سایر ادویه را اضافه کرده و موقع کشیدن غذا بسفایج را خارج کنید. در هنگام مصرف کمی آب لیموترش یا آب انار یا آب نارنج بیفزایید.

۶. سوپ لپه:

یک پیاز را کمی تفت دهید و بگذارید با ۱ پیمانه لپه و ۲ حبه سیر رنده شده خوب بپزد. در اواسط طبخ ۲ پیمانه آب مرغ به غذا اضافه نمایید. در انتها ادویه را اضافه نموده و بگذارید غذا جا بیفتد. روی غذا را با پیاز داغ تزیین کنید.

۷. سوپ تره بار:

۲ عدد هویج خرد شده، ۲ عدد پیاز خرد شده، ۲ ساقه کرفس تازه خرد شده، ۱ عدد شلغم خرد شده، ۱ عدد چغندر خرد شده، ۱ عدد کدوسبز خرد شده و ۷ گرم میوه نسترن را در آب بپزید و در انتهای طبخ ادویه را اضافه کنید.

۸. سوپ هویج:

یک عدد پیاز ریز خرد شده را با نیم کیلو هویج نگینی شده کمی تفت داده و ۱ قاشق آرد اضافه کنید و سپس با آب و ۳ قاشق جعفری تازه خرد شده و ۴ شاخه نعناع بگذارید بپزد. در انتهای طبخ ادویه را اضافه نموده و روی سوپ را با جعفری خرد شده تزیین کنید.

۹. سوپ تره فرنگی:

یک عدد پیاز درشت را ریز خرد کرده و با ۲ حبه سیر رنده شده، ۳ عدد هویج نگینی شده، ۴ ساقه کرفس خرد شده و نیم پیمانه تره فرنگی خرد شده کمی تفت داده و و سپس ۴ پیمانه آب مرغ (یا آب سایر گوشتها) را اضافه کرده و بپزید. سپس مواد پخته شده را از آب مرغ جدا کرده و در مخلوط کن با ۳ قاشق شوید خرد شده تازه، نصف قاشق مرزنجوش و ۲ قاشق ریحان خرد شده تازه مخلوط کنید و مجدداً آب مرغ را اضافه کرده و بگذارید سوپ غلیظ شود. روی سوپ را با شوید خرد شده تزیین کنید.

۱۰. اشکنه سرکه شیره:

یک عدد پیاز خرد شده را کمی تفت داده و ۱ قاشق آرد، ۱ قاشق نعناع خشک و کمی ادویه اضافه کنید. ۲ پیمانه سرکه شیره را با ۲ پیمانه آب اضافه کرده و پس از چند قل جوشیدن ۲ عدد زرده تخم مرغ را اضافه کنید و بگذارید ۱۰-۱۲ دقیقه با حرارت کم بپزد.

۱۱. اشکنه به:

یک عدد پیاز خرد شده را کمی تفت داده و سپس ۱ قاشق آرد و یک عدد به نگینی شده را اضافه کنید. سپس با ۵ پیمانه آب، ۲ قاشق شکر و کمی ادویه بپزید. در انتها ۲ عدد زرده تخم مرغ اضافه کرده و ۱۰-۱۲ دقیقه با حرارت کم بپزید. موقع کشیدن غذا روی آن کمی دارچین پاشید.

۱۲. اشکنه شبلیله یا مرزنجوش:

یک عدد پیاز خرد شده را کمی تفت داده و سپس ۱ قاشق آرد و ۲ قاشق شبلیله یا مرزنجوش و کمی ادویه اضافه کرده و با ۵ پیمانه آب به جوش بیاورید. سپس ۲ زرده تخم مرغ را در غذا اضافه کنید و ۱۰-۱۲ دقیقه بپزید.

۱۳. نخوداب:

مقداری نخود را ۲۴ ساعت در آب خیسانده، همراه با یکی از گوشتهای نام برده شده و پیاز و مقداری شوید و گشنیز و ادویه روی شعله ملایم حرارت پخته شود و در هنگام مصرف به عنوان چاشنی از روغن زیتون و آبلیمو استفاده شود.

۱۴. آبگوشت به و سیب:

نیم کیلو گوشت را با ۲ پیمانه نخود و یک عدد پیاز بار بگذارید. در ساعت دوم طبخ ۳ عدد به پوست کنده نگینی شده و ۳ عدد سیب زرد پوست کنده خرد شده و کمی ادویه را اضافه کنید و با حرارت ملایم بپزید. ۱۰-۱۲ دقیقه قبل از برداشتن نیم پیمانه سرکه شیره اضافه کنید. موقع مصرف روی آبگوشت کمی دارچین پاشید.

۱۵. خورش مرغ:

مخلوطی از زنجبیل و شکر به نسبت ۱ به ۳ تهیه کرده و ۵ قاشق شیره تهرندی به آن اضافه کنید. ۲۵۰ گرم سینه مرغ خرد شده را به مدت ۳۰ دقیقه در این ترکیب بخوابانید. سپس ۱ عدد پیاز خرد شده و ۲ حبه سیر رنده شده را روی حرارت کمی تفت داده و

مرغ و مایه آن را اضافه کنید. حرارت را کم کنید و در ظرف را ببندید تا مواد به خورد مرغ برود و مرغ بپزد. سپس یک سوم بوته کاهو پیچ خرد شده و ۶ عدد پیازچه خرد شده را اضافه کنید و در ظرف را ۲-۳ دقیقه ببندید و سپس از روی حرارت بردارید.

۱۶. خورش گوشت و تره فرنگی:

۲۵۰ گرم گوشت گوسفند یا بزغاله را با ۱ عدد پیاز درشت خرد شده کمی تفت داده و بپزید به صورتی که وقتی که گوشت پخت حدود نیم پیمانه آب داشته باشد. در ظرفی دیگر ۱ بوته تره فرنگی و چند ساقه کرفس و ۲ هویج خرد شده را کمی تفت داده و نیم ساعت قبل از پایان پخت گوشت به همراه ادویه به آن اضافه کنید.

۱۷. خورش کدو حلوایی:

۱/۵ پیمانه نخود را با آب بپزید. در پایان ساعت دوم پخت نخود، ۷۵ گرم کدو حلوایی پوست کنده خرد شده، ۱ عدد سیب پوست کنده خرد شده و ۱ عدد گلابی پوست کنده خرد شده را به آن اضافه کنید. در ظرف دیگری یک چهارم پیمانه بادام پوست کنده را با ۲ حبه سیر بکوبید تا خمیر شود. خمیر حاصله را با یک عدد پیاز خرد کرده کمی تفت دهید و ۲ قاشق غذاخوری پودر نان خشک و کمی آب نارنج به آن اضافه کنید. در اواخر زمان طبخ نخود و میوه های همراه آن، مخلوط پیاز و سیر و بادام را به همراه ادویه اضافه کرده و بگذارید مایه خورش غلیظ شود. این خورش را با نان مخصوص قلب مصرف کنید.

۱۸. خورش زردک:

۲۵۰ گرم گوشت خرد کرده را با یک پیاز خرد شده کمی تفت دهید. سپس ۳ پیمانه آب و یک قاشق عسل اضافه کرده و بگذارید بپزد. در پایان ساعت دوم پخت گوشت، یک چهارم پیمانه لپه و ۲۰۰ گرم زردک (هویج ایرانی) سکه ای خرد شده را اضافه

کنید. در انتهای پخت ادویه را اضافه کرده و چند دقیقه قبل از کشیدن غذا ۲ قاشق آبلیموی تازه یا آب نارنج بیفزایید.

۱۹. خورش عنب:

۲۵۰ گرم گوشت چرخ کرده را با یک عدد پیاز رنده شده خوب مخلوط کرده و از آن کوفته هایی به اندازه گردو درست کرده و در آرد بغلتانید و کنار بگذارید. در ظرف دیگری کمی پیاز تفت داده و کوفته ها را کمی با پیاز تفت دهید. در قابلمه دیگری ۲ حبه سیر رنده شده، یک چهارم پیمانه رب انار، ۲ قاشق شیره انگور و یک چهارم پیمانه لپه و مقداری آب را به جوش آورده و مخلوط پیاز و کوفته را اضافه کنید و بگذارید بپزد. در ۱۰ دقیقه آخر طبخ، نیم پیمانه عنب، نیم پیمانه بادام پوست کنده خرد شده، نصف قاشق نعناع خشک و کمی ادویه را اضافه کنید. خورش را با نعناع داغ و سیر داغ تزئین کنید.

۲۰. خورش کرفس:

۲۵۰ گرم گوشت را با پیاز خرد شده بپزید. در ساعت دوم پخت ۳ پیمانه سبزی خرد شده شامل نعناع و جعفری و نصف بوته کرفس را اضافه کرده و در ۱۰ دقیقه آخر ادویه و کمی آبغوره یا آب نارنج بیفزایید.

۲۱. خورش ریواس:

۲۵۰ گرم گوشت را با پیاز خرد شده بپزید. در ۱۰ دقیقه آخر پخت ریواس خرد شده را کمی تفت داده و با ادویه و کمی آبغوره اضافه کنید.

۲۲. خوراک مرغ و زیتون:

یک عدد پیاز خرد شده را با ۳ ران مرغ کمی تفت دهید. سپس ۲ حبه سیر و نیم پیمانه زیتون سبز بدون هسته خرد شده اضافه کنید. ۲ ورقه لیموترش تازه در ظرف اضافه



کنید و مواد را با آب بپزید. در ۱۰ دقیقه آخر طبخ ادویه را اضافه کنید و غذا را با جعفری خرد شده تازه تزیین کنید.

۲۳. خوراک بلدرچین و مویز:

یک عدد بلدرچین را با ادویه و کمی آرد آغشته کنید. ۲ قاشق سرکه را با ۱ قاشق چایخوری شکر مخلوط کرده و با کمی آب به بلدرچین اضافه کرده و بپزید. در ۱۰ دقیقه آخر پخت یک چهارم پیمانه مغز بادام پوست کنده اضافه کنید و موقع کشیدن غذا، روی بلدرچین ۲ قاشق مویز بی دانه بریزید.

۲۴. زیرباج:

نیم کیلو گوشت مرغ را تکه تکه کرده با پیاز، دارچین، نخود پوست گرفته، روغن کنجد و آب بجوشانید تا بپزد. ۲۰۰ گرم سرکه، ۱۰۰ گرم جلاب یا شکر، مغز بادام که در گلاب شیره گرفته باشند، گشنیز خشک، زیره و زعفران به آن اضافه کنید تا جا بیفتد.

۲۵. سكباج:

گوشت یا مرغ را تکه تکه کرده نیم پز کنید، سپس پیاز و زردک و تره را چند جوش دهید و لزوجت آن را گرفته و با آب سرد بشوید. سپس در گوشت داخل کرده و کمی سرکه و شکر چاشنی کرده و بگذارید جا بیفتد. به عنوان ادویه خوشبو، کمی زعفران اضافه کنید.

۲۶. خورش ابراهیمیه:

۲۰۰ گرم گوشت بره خرد شده را با نمک کمی در آب بجوشانید و کف آن را بگیرید. سپس خارج کرده و با روغن زیتون و پیاز خرد شده کمی تفت دهید. مجدداً روی آن آب بریزید و با ادویه و گشنیز خشک بگذارید بپزد. سپس مقداری آبغوره یا سرکه و کمی شکر به مقداری که چاشنی آن شود اضافه کنید. در انتهای طبخ مغز بادام پوست

کنده را ریز کرده و به آن اضافه نمایید تا چند جوش بخورد و سپس کشیده با نان یا برنج بخورید.

۲۷. خورش زرشکيه:

ابتدا مرغ را تمیز کرده و شکم آن را خالی نمایید و بشوید و در حالت عمودی بگذارید تا آب شکم آن خالی شود. سبزی ها شامل (گشنیز، جعفری و کمی برگ تازه کاسنی) را شسته و خرد نمایید. زرشک را بخیسانید و آبکشی نمایید و بگذارید خشک شود. سپس زرشک را با سبزی ها مخلوط کرده و داخل شکم مرغ بریزید و شکم آن را بدوزید و با مقداری ادویه و آب بگذارید با حرارت ملایم بپزد. پس از پختن نخ شکم مرغ را بردارید و آن را در دیس بکشید.

۲۸. ماهی کیلکای دارچین زده:

۱۲-۱۵ عدد ماهی کیلکا را در کمی آب نارنج یا آب لیموترش و پیاز بخوابانید و سپس به صورت کباب در فر یا روی زغال یا روی گاز تهیه شود و بعد از کباب شدن روی آن دارچین پاشیده و میل شود.

۲۹. کباب گوشت پرندگان ذکر شده با ادویه

۳۰. کته مخلوط (۱):

ماش را با آب بپزید. ماش پخته را با ادویه و کمی روغن همراه با برنج به صورت کته تهیه کنید. روی پلو را با زعفران تزیین کنید.

۳۱. کته مخلوط (۲):

یک پیمانه برنج را با آب، روغن و کمی ادویه به صورت کته تهیه کنید. وقتی آب برنج تمام شد و هنگام گذاشتن دم کنی روی قابلمه، یک پنجم پیمانه بادام پوست کنده

خرد شده و همان مقدار مویز بی دانه و ۲ قاشق شکر را اضافه کنید و بگذارید دم بکشد. روی پلو را با زعفران تزیین کنید.

۳۲. پلو مخلوط (۱):

یک پیمانه برنج را آبکش کنید و موقع دم کردن برنج، لای آن نیم پیمانه مغز پسته تازه و یک سوم پیمانه شوید تازه خرد شده و کمی ادویه بریزید. روی پلو را با زعفران تزیین کنید.

۳۳. پلو مخلوط (۲):

یک پیمانه برنج را آبکش کنید. ۱۵۰ گرم هویج خلال شده را با کمی آب و شکر بپزید. موقع دم کردن برنج، لای آن هویج پخته و کمی از آب و شکر که هویج در آن پخته به اضافه کمی ادویه بریزید و بگذارید دم بکشد. موقع کشیدن برنج آن را با خلال پسته تزیین کنید.

۳۴. پلو مخلوط (۳):

شربتی از آب و شکر تهیه کنید و کمی خلال پوست بالنگ یا نارنج را در آن ریخته و ۵ دقیقه بجوشانید. بعد مقداری خلال بادام و پسته به آن اضافه کنید. برنج را آبکش کرده و خلال ها و کمی ادویه را لای آن ریخته و دم کنید. روی پلو را با زعفران تزیین کنید.

۳۵. پلو مخلوط (۴):

یک پیمانه برنج را آبکش کنید. مقداری زرشک و ادویه و شکر را در کمی روغن تفت دهید و موقع دم کردن برنج لای آن بپاشید. روی پلو را با زعفران تزیین کنید.

۳۶. پلو مخلوط (۵):

یک و نیم پیمانه برنج را آبکش کرده و موقع دم کردن آن، مخلوطی از سبزیجات خرد شده شامل جعفری، گشنیز، شنبلیله، ریحان، ترخون، شوید و کمی سیر تازه را با مقداری ادویه لای برنج بریزید و دم کنید. روی سبزی پلو را با زعفران تزیین کنید. سالادها:

سالادها نباید با غذا مصرف شوند و فاصله مصرف غذا با سالاد باید ۱ تا ۱/۵ ساعت باشد.

#### ۱. سالاد جعفری:

۲ لیوان جعفری خرد شده و یک عدد پیاز خلال شده را خوب مخلوط کنید. در انتها نمک، روغن زیتون و مقدار کمی لیموترش تازه را به آن بیفزایید. ۲. سالاد آویشن:

مقداری آب لیمو، روغن زیتون، پودر زنیان، نمک و فلفل را درون کاسه ای کوچک ریخته و خوب به هم بزنید. یک چهارم پیمانه آویشن تازه خرد شده، نیم پیمانه کاهوی خرد شده و ۳ قاشق غذاخوری ریحان تازه خرد شده را درون کاسه ای بریزید. سس گیاهی را روی آن ریخته و پس از هم زدن بلافاصله صرف کنید. ۳. سالاد لبوی قرمز:

ابتدا یک لیوان برگ جعفری را کف بشقاب پهن کرده و بعد ۱۰۰ گرم لبوی پخته و نگینی خرد شده را روی آن بچینید. سپس یک قاشق غذاخوری پودر شوید خشک را با مقداری روغن زیتون، آب نارنج، نمک و فلفل را در ظرفی جداگانه بهم زده و روی لبوها بریزید و میل نمایید.

#### ۴. سالاد هویج و کرفس:

هویج و کرفس و کاهوی خرد شده را با مقداری جوانه ماش مخلوط کرده و با سسی متشکل از ۵ قاشق رب انار، ۵ قاشق عسل، ۵ قاشق روغن زیتون، مقداری سرکه و کمی ادویه میل کنید.

۵. سالاد مخلوط:

هویج، لبوی پخته شده، ساقه های جوان کرفس، کاهو پیچ، زیتون سبز و کمی تره فرنگی را خرد کرده و با سسی متشکل از ۵ قاشق رب انار، ۵ قاشق عسل، ۵ قاشق روغن زیتون، مقداری سرکه و کمی ادویه میل کنید.

### عصرانه:

• در تمام مواردی که از سیب استفاده می شود، حتما سیب مصرفی کاملا رسیده و شیرین باشد.

• در روزهای مختلف به تناوب از موارد زیر استفاده شود.

۱. حلوائ سیب یا به:

سیب یا به را به مقدار لازم پوست گرفته، هسته ها را جدا کنید. سپس سیب ها (یا به) را تکه تکه کرده و با آب بپزید تاله شده و آب آن تبخیر شود. کمی گلاب، زعفران، هل، دارچین و مقداری عسل کف گرفته یا شکر به قوام آورده به آن اضافه کرده، دوباره بگذارید بپزد تا سفت و منعقد شود. در ظرفی پهن کرده و خلال پسته روی آن پاشید.

۲. فالوده سیب: ۲-۳ عدد سیب رنده شده با کمی گلاب، عرق بیدمشک، زعفران، یک قاشق مرباخوری تخم خرفه نیم کوب شده و عسل (این ترکیب را می توانید به عنوان وعده شام با نان میل کنید)

۳. حلوائ هویج:

زردک شیرین و رسیده را پوست کنده و از وسط به صورت طولی نصف کنید و قسمت سفت میانی آن را جدا کنید. سپس آن را رنده کرده و با آب و گلاب بپزید. سپس شکر یا عسل را با هل و گلاب و زعفران به آن اضافه کرده و مرتب هم بزنید تا غلیظ شود. خلال مغز بادام و مغز پسته را در ماهی تابه دیگری با حرارت ملایم بو داده و به حلوا اضافه کنید. سپس حلوارا در سینی پهن کرده و با چاقو به شکل لوزی ببرید. ۴. یخ در بهشت:

آرد برنج را در مقداری شیر بز حل کنید، از صافی بگذرانید و در قابلمه روی شعله ملایم به جوش بیاورید. سپس شعله را کم کنید و مرتب به هم بزنید. سپس شکر و هل و گلاب و عرق بیدمشک و عرق بهارنارنج را اضافه کنید و هم بزنید تا شکر حل شده و یخ در بهشت غلیظ شود. وقتی که به قوام فرنی یا کمی غلیظ تر رسید زیر آن را خاموش کرده و در ظرف مناسب بکشید تا خنک شود. سپس روی آن را با مغز پسته کوبیده و اندکی محلول زعفران ترین کنید و در یخچال بگذارید تا ببندد. نوشیدنی های سرد:

• به جای آب و نوشابه از نوشیدنی های زیر استفاده شود:

۱. شربت انار:

آب انار ملس را با مقداری شکر و گلاب و کمی زعفران به قوام بیاورید. موقع نوشیدن با آب رقیق کنید.

۲. شربت بادام:

۲۵۰ گرم بادام پوست کنده را با کمی آب سرد در مخلوط کن بریزید تا خمیر شود. سپس ۲ پیمانه مخلوط عرقیات مفرح، عرق نسترن، عرق کاسنی و عرق رازیانه داغ شده

را روی آن بریزید و بگذارید خنک شود. سپس بادام را شیره بگیرید و مایه به دست آمده را با شکر یا عسل به قوام بیاورید.

۳. جلاب:

یک کیلو شکر را با ۳ کیلو گلاب روی حرارت ملایم قرار داده، جوشانده و کف آن را بگیرید تا مقدار آن به نصف برسد. سپس یک گرم زعفران ساییده را به آن اضافه کنید. مایه شربت فوق را در ظرفی نگهداری کرده و موقع مصرف با آب رقیق کرده و بنوشید.

۴. شربت تخم ریحان:

۱۲ گرم تخم ریحان را به مدت ۱ ساعت در یک لیوان مخلوط گلاب، عرق کیالک، عرق نسترن و عرقیات مفرح بخیسانید. سپس کمی عسل اضافه نموده و میل کنید.

۵. شربت سیب:

مقدار دلخواه آب سیب را روی شعله بگذارید تا نصف آن بخار شود. آنگاه صاف کرده بگذارید یک شب بماند. دوباره روی شعله ملایم گذاشته تا غلیظ شود. باز صاف کرده، در ظرف شیشه ای بریزید. اگر تابستان باشد، چند روزی آن را در آفتاب گذاشته تا ماده آبی آن بخار شود. شربت را در ظرف شیشه ای نگهدارید و از آن استفاده کنید. اگر خواستید شربت شیرین باشد به ازای هر ۳ کیلو از افشره سیب ۴۵۰ گرم شکر در آن ریخته و به قوام بیاورید.

۶. آب سیب با کمی گلاب و عسل و کمی آب لیموترش تازه

۷. شربت رضوی با عرقیات مفرح و عسل (تنها نوشیدنی ای که می توانید به همراه غذا

استفاده کنید)

۸. شربت آناناس:

آب آناناس، گلاب و بیدمشک هر کدام یک هشتم آب آناناس، عسل یک سوم آب آناناس. همه را با هم روی شعله ملایم به قوام بیاورید.

۹. شربت نارنج یا بالنک :

آب بالنک یا نارنج را به مقدار ۴۰۰ گرم با دو سوم آن شکر یا عسل، روی حرارت ملایم به قوام بیاورید.

۱۰. - شربت گاوزبان:

گاوزبان و بادرنجبویه به اندازه مساوی در ۴۰ برابر آنها آب جوشانده تا نصف شود. صاف کرده عرق بیدمشک و گلاب به آن اضافه کرده با شکر یا عسل به قوام آورده، زعفران را با گلاب حل کرده به آن بیفزایید ۵۰-۲۵ گرم از آن را با گلاب یا آب سرد میل کنید.

۱۱. شربت بادرنجبویه:

آب بادرنجبویه را با شکر به قوام بیاورید. اگر بادرنجبویه تازه نباشد، بادرنجبویه خشک ۲۵۰ گرم در آب جوشانده صاف کرده با مقداری شکر به قوام بیاورید.

۱۲. آب عسل (ماءالعسل):

عسل ۲ جزء، گلاب ۱ جزء، عرق گاوزبان ۱ جزء، همه را با هم روی شعله ملایم بجوشانید. اگر کمی میخک و زعفران را در پارچه ای بسته در این ماءالعسل در هنگام جوشیدن بگذارید بهتر است.

۱۳. شربت لیمو :

مقداری شکر را در ظرفی ریخته و آنقدر آبلیموی تازه بر آن بفشارید که رویش را بگیرد، سپس یک شبانه روز مخلوط را در ظرفی در بسته در دمای معمولی نگهداری



کنید سپس صاف کرده با قدری دیگر آب لیمو به قوام بیاورید. مایه شربت فوق را در هنگام مصرف با آب رقیق کرده و بنوشید.

۱۴. شربت زرشک:

آب زرشک ۴۰۰ گرم، آب سیب رسیده ۴۰۰ گرم، آب لیموترش تازه ۲۰۰ گرم، با مقداری شکر یا عسل به قوام بیاورید. اگر زرشک تازه برای آبگیری نبود، مقداری زرشک خشک را در ۴ برابر آن آب یک شب بخیسانید و روز بعد بجوشانید تا آب آن به یک سوم برسد.

نوشیدنی های گرم:

• به جای چای، قهوه و نسکافه از موارد زیر استفاده شود:

۱. دم کرده چوب دارچین نصف قاشق غذاخوری، هل سبز خرد شده ۵ عدد، نصف

قاشق غذاخوری گل سرخ خشک، زعفران نیم گرم، به علاوه کمی عسل

۲. دم کرده نصف قاشق غذاخوری دارچین، نصف بند انگشت زنجبیل، نصف قاشق

غذاخوری بهارنارنج با کمی عسل

۳. دم کرده به و سیب:

به و سیب رنده شده خشک شده را مخلوط کرده و با آب جوش دم کرده میل نمایید.

در صورت تمایل می توانید با عسل شیرین کنید.

میوه:

سیب شیرین رسیده، گلابی، آناناس، به، توت، تمشک، شاهتوت، انار شیرین، ریواس،

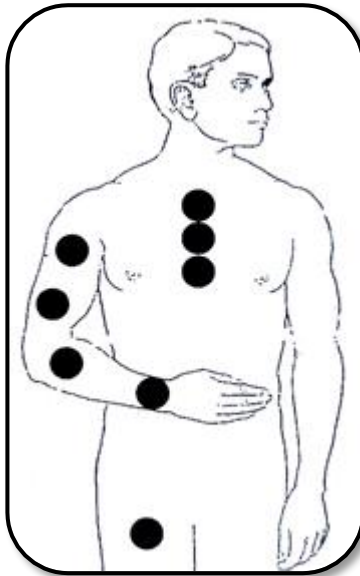
تمر هندی، انگور قرمز

رژیم سیر و لیموترش:

۳۰ حبه سیر پوست گرفته را با ۵ عدد لیمو ترش تازه با پوست که چند برش روی پوست آن زده شده در مخلوط کن ریخته تا خمیر شود. خمیر به دست آمده را با یک لیتر آب روی شعله بسیار کم به جوش رسانده شعله را خاموش کنید تا سرد شود. سپس آن را صاف نموده و در یخچال نگهداری کنید. ۵۰ سی سی یا یک استکان تا چهل روز مصرف شود.

## بادکش موضعی گرفتگی عروق

- درمان اسپاسم عضلانی
- دفع بلغم شدید
- رفع انسداد موضعی عروق
- درمان تکمیل شکستگی استخوان
- خون رسانی موضعی برای ایجاد چاقی موضعی و رفع آتروفی موضعی
- تخلیه آکنه های عفونی و دمل
- استخراج جسم خارجی از نقطه خاص بدن
- تسریع روند ترمیم ها زخم ها و سوختگی



## ۱۴- سفتی رگها، تصلب شرایین یا آترواسکلروزیس

### الف: معرفی بیماری

(atherosclerosis) یا **سختی رگها**، نام یک بیماری در رگها و نوعی آرتریواسکلروزیس است که با رسوب لیپید و کلسترول کم چگال بر روی دیواره داخلی سرخرگهای با قطر متوسط و بزرگ مشخص می گردد. نتیجه این فرایند تشکیل پلاکهای فیبری-چربی (آتروما) بوده که با افزایش سن رفته رفته ازدیاد می یابد و موجب تنگی رگ (استنوزیس) و یا دیگر عواقب می گردد.

تصلب شرایین یکی از دلایل عمده مرگ و میر در بزرگسالان در جوامع پیشرفته و نیز کشورهای با میزان بالای استرس است، بطوریکه برای ایران □ به تنهایی سالانه حدود سیصد هزار مرگ قلبی مرتبط در بر دارد. تصلب شرایین که علت اصلی بروز بیماریهای ایسکمی دهنده رگهای قلب و مغز به شمار می رود،

با توجه به آن که هیپرکلسترولمی، دیابت، کشیدن سیگار، چاقی، پرفشاری خون و زندگی بی تحرک و نشسته از عوامل خطر ساز در بروز این ضایعات شناخته شده اند تا ۱۰ سال قبل تصور می شد که با کنترل این عوامل به ویژه هیپرکلسترولمی و پرفشاری خون، بتوان تا آخر قرن بیستم ابتلا به بیماریهای کرونری را محدود ساخت. اما به نظر می رسد وجود عوامل دیگری موجب شکست در این امر شده است.

### افزایش کلسترول - تصلب شرایین (= سفت شدن رگها)<sup>۱۱۴</sup>

کلسترول مفید HDL (نیاز عمومی بدن ۳۰۰ میلی گرم است).

کلسترول مضر LDL

بدن یک انسان طبیعی روزی یک کیلوگرم کلسترول می سازد که در زمستان افزایش می یابد و در تابستان کاهش می یابد - کاهش دادن بیش از حد کلسترول باعث بیماری پارکینسون (لقوه) می شود.

خواص کلسترول (چربی ذخیره در بافت ها): ساخت هورمون ها و نمک های صفراوی - ساخت میلین و غشاء سلولی - ضروری هنگام استرس و HDL (کلسترول مفید) - با انتقال کلسترول مضر خون به کبد باعث دفع آن از بدن ما می شود.

### علل افزایش کلسترول LDL

بعضی خوراکی ها (در مضرات ذکر شده) - اختلال کبد و عدم متابولیسم (سوخت و ساز) - چربی ها - افزایش هموسیستئین خون (به علت کاهش ویتامین های B<sub>12</sub>, B<sub>9</sub>, B<sub>6</sub> است) - دیابت - کم کاری تیروئید - چاقی - پرفشاری خون - استرس - فعالیت کم - بیماری های مزمن عفونی.

### علائم

احساس درد در ناحیه شقیقه - درد بازوی چپ - درد پهلو با سنگینی زانوها و دست ها - وزوز گوش - سرگیجه - لکه های سیاه ناخن (گاهی) - پرفشاری خون - خستگی - تپش قلب - تنگی نفس.

کلسترول	۱۰۰-۰۲۴
LDL	۶۰-۱۸۰ (از ۱۳۰ به بالا خطرناک است).

### ب: نسخه ها

#### سفتی رگها (تصلب شرایین) (روایات)

روایات مربوط به گرفتگی عروق را نیز عمل کنید. چون سفتی و گرفتگی عروق کاملاً به هم مرتبطند.

حمام اسلامی (بادلاکی ونوره وعطر وکیسه کشی و...)

امام رضا(ع) فرمود: فایده حمام آن است که به اعتدال می انجامد، پی ورگها را نرم میکند. اندامهای بزرگ را تقویت میکند و مواد زاید و عفونت ها را نیز ذوب میکند. ۱۱۵

### بادمجان هنگام خرماچینی

امام صادق (علیه السلام): در هنگام خرما چینی، فراوان بادنجان (/ بادمجان) بخورید؛ چرا که شفای هر درد است، بر روشنی چهره می افزاید، رگ ها را نرم می کند و آب کمر (نیروی جنسی) را افزون می سازد.

### تصلب شرایین، کم خونی و فشار خون و جلوگیری از سکنه مغزی و سفتی سرخرگها (خیراندیش)<sup>۱۱۶</sup>

خوردن یک قاشق غذاخوری آب پیاز مخلوط با یک قاشق غذاخوری عسل در هر نوبت از روز (بعد از نهار و شام) برای تحلیل چربی های سخت شده، در دیواره ی سرخرگهای مغزی و درمان سختی دیواره ی (تصلب شرایین) و جلوگیری از سکنه مغزی موثر است.

آب سبزی ها (اسفناج، تره، جعفری، هویج، ترب سیاه، کرفس، کاهو و غیره) و آب انواع میوه ها (سیب، گلابی، به، انار، غیره) حاوی مقادیر فراوان ویتامین ها و مواد معدنی هستند. و کمبود آهن سبب کاهش هموگلوبین و کاهش ساخته شدن گویچه های قرمز و کم خوابی می شود. ویتامین B12 برای خون سازی ضروری است و کمبود آن سبب ایجاد کم خونی کشنده می شود. از طرفی آب سبزی ها و میوه ها (بخصوص سبزی ها) حاوی تمام ویتامین ها و مواد معدنی ضروری است. بنابراین برای

۱۱۵ طب الامام رضا(ع) ص ۲۹

۱۱۶ عسل ص ۲۵

رفع کم خونی، مصرف یک فنجان آب سبزی ها یا آب میوه ها با یک قاشق غذاخوری عسل توصیه می شود.

### درمان تصلب شرایین (خیراندیش)

سی تا شصت گرم ریشه ی شب بوی خشک را در یک لیتر آب سرد بریزید و ظرف محتوی آن را یک ساعت بگذارید بماند سپس بخورد. بعد آن را روی آتش بگذارید تا یک یا دو دقیقه بجوشد. آن را از روی آتش بردارید و بگذارید خنک شود صاف کنید، با عسل شیرین سازید و بعد از هر غذا یک فنجان از آن را بنوشید تا تصلب شرایین شما برطرف گردد.<sup>۱۱۷</sup>

### رشد سریع دختران و رقیق کننده خون و ضد تصلب شرایین

رازیانه به علت داشتن هورمون زنانه، رشد دختران را جلو می اندازد. ریشه رازیانه به دلیل دارا بودن کومارین، رقیق کننده خون و ضد تصلب شرایین و انسداد رگها است. کرفس خام یا بخار پز نیز مفید است.

## ۱۵- اختلالات انعقاد خون و هموفیلی

### الف: معرفی بیماری

(به انگلیسی: Coagulation) فرایندی است که موجب لخته شدن خون می شود. این فرایند از دو مسیر داخلی و خارجی موجب تبدیل فیبرینوژن به فیبرین، فعال شدن فاکتورهای انعقادی و تجمع پلاکت ها می شود. انعقاد خون هر چند با لخته شدن خون موجب توقف خونریزی می شود و نقص این فرایند در بیماری هایی مانند هموفیلی کشنده است ولی انعقاد نابجای خون در ایجاد انفارکتوس قلبی (سکته قلبی) و ایسکمی مغزی و آمبولی نیز دخیل است

### هموفیلی (تبریزیان)

قرص خون مرکب ۶.

### هموفیلی و هیپاتیت C (روازاده)

/ مرد/ سن ۱۴ سال / تهران

پرسش: من پدر دو فرزند (پسر) مبتلا به بیماری هموفیلی هستم که پسر بزرگم که ۱۴ سال دارد در سال ۷۵ به دلیل تزریق فاکتور انعقادی به ویروس C آلوده گردید که اخیرا به توصیه پزشکان از داروهای وارداتی اینترفرون و ریبویرین به مدت چند هفته استفاده می کند. خواهشمند است توضیح فرمایید آیا می توان از طب اسلامی در درمان بیماران هموفیلی و هیپاتیت استفاده کرد.

پاسخ:



ویروس هپاتیت در بسیاری از موارد آسیبی به بدن نمی‌زند و بیماری به صورت ناقل بی‌علامت است نکته مهم در درمان این افراد محافظت کبد از حمله ویروس هپاتیت است

که این کار با طب اسلامی قابل انجام است.

در مورد هموفیلی و سایر اختلالات انعقادی نیز غالباً می‌توان مشکل را در چند زمینه طب ایرانی تحلیل کرد: افزایش صفرا که باعث رقت خون می‌شود یا افزایش بلغم مائی که خون را به تعبیر ساده آبکی می‌کند یا کیفیت سودا (که مسئول قوام دادن به خون است) تغییر می‌کند. بر اساس هر مورد باید بیمار از نزدیک بررسی و درمان پیگیری شود.<sup>۱۱۸</sup>

۱۱۸. پرسش‌های شما پاسخ‌های حکیم دکتر روازاده ج ۲ ص ۵۶

## ۱۶- افتادگی رگ قلب

برای افتادگی رگ قلب موارد زیر مفید است (ضیایی)<sup>۱۱۹</sup>

۱. بالن قلب،
۲. فتر گذاشتن،
۳. آ بجوش ولرم،
۳. عناب،
۴. آ لو،
۵. زرشک خام

## ۱۷- درمان تپش قلب و ترس

## الف: معرفی بیماری

## تپش قلب (احتقان قلب) ۱۲۰

مسئول تنظیم ضربان قلب: بخش مرکزی فوق کلیه است.

اگر یک آهنربا نعلی شکل در دست چپ بگیرید، ضربان بالا می رود.

اگر یک آهنربا نعلی شکل در دست راست بگیرید، ضربان پائین می آید.

ضربان طبیعی انسان طبیعی: (نبض را می گیرند در ۵ ثانیه و در ۱۲ ضرب می کنند تا تعداد ضربان در دقیقه بدست آید).

## علل اصلی

پرکاری تیروئید- اضطراب- کم خونی- دارو ها ( داروهای باز کننده برنش یا ریه ها...)- نارسایی قلبی (گروه رفتگی- تنگی آئورت- اختلالات دریچه ای)- بزرگ شدن قلب- سندرم پیش از قاعدگی (در زنان)- اختلالات فوق کلیه (ورم و عفونت کلیه)- کمبود منگنز- میگرن- فشار خون- کاهش قندخون (هیپوگلسیمی)- کاهش اکسیژن خون- یبوست (چراکه مدفوع در اثر توقف در روده دوباره جذب خون می شود)- گاز معده- ورزش به سبک غربی- حرص خوردن- میل به سلطه طلبی .

## مضرات

مخدرها	الکل	چای	داروهای مدر (ادرار آور)	پنیر
تئوفیلین-سالبوتامول-آفدرین	(داروهای باز کننده ریه هستند)	قهوه		
قند رژیمی	نوشابه ها	فلفل ها	زرده تخم مرغ	

ب: نسخه ها

## ضربان قلب و عروق (روایات)

سفا-نانخواه

رسول خدا(ص) فرموده اند: سفا دوی هر بیماری است و هیچ چیز همانند آن، ورم و ضربان را درمان نکند.<sup>۱۲۱</sup>

بیان: سفا یعنی نانخواه= زنیان. و خردل و دانه رشاد هم گفته شده است.

## شدت ضربان قلب (خیراندیش)

سرکه انگبین هر روز<sup>۱۲۲</sup>

## تپش قلب (خفقان) (تبریزیان)<sup>۱۲۳</sup>

غالباً در حال راه رفتن و تحرک و یا موقع فشار خون و بعد از غذا همراه با درد کتف ایجاد می شود. مرکب ۲ (زنجبيلات) - مرکب ۴ - مرکب ۵ یا همان داروی جامع به اندازه ۲ جو با جوشانده زیره سیاه - تخم کاهو - قرص خون - حجامت - به دانه - کاهو - انار - آلو - عناب - کم خوری و کم نوشی مفید است.

## تپش قلب (یکتا)

از حضرت رسول(ص) روایت داریم که اگر مادر در دوران بارداری کندر بخورد بچه اش شجاع می شود و در نتیجه دچار ترس و تپش قلب نمی شود. این یکی از خواص کندر است.

کسی که ترس و تپش قلب بالا دارد سیب سرخ و به را با پوست رنده کند آن گاه عرق بیدمشک، عرق نسترن، عرق بهار نارنج و آب طلا به آن اضافه کرده و با عسل طبیعی

۱۲۱ بحارالانوار: ج ۶۶، ص ۲۴۴

۱۲۲ سخنرانی در تربت حیدریه

۱۲۳ کتاب و سخنرانی های استاد

شیرین کند و روزی دو پیمانه از این فالوده را مصرف کند و همراه با هر پیمانه ده تا یازده سیاهدانه میل کند. میوه به شجاعت می آورد (روایت داریم). برای بدست آوردن آب طلا نیز طلا را در آب بجوشانید. طلا نیاز ضروری قلب است. طلا وقتی به قلب می رسد قلب آرام می شود طلا به این صورت خوردنش برای مرد هم نیاز است ولی بیش از حد نباید استفاده شود.

آن فالوده ای که طرز تهیه آن را گفتیم نیز برای انواع مشکلات قلبی مفید است. هم چنین بادکش و حجامت قلب نیز مفید و چاره ساز است. همان جایی که قلب قرار گرفته است را از پشت سر بادکش انداخته ۲۰ دقیقه صبر کنید. اصولاً مشکل قلب از دو ناحیه است:

یکی اعصاب و دیگری معده و مخصوصاً معده. وقتی معده نفخ داشته باشد به قلب فشار می آورد و کار قلب را مختل می کند.

اگر کسی مشکل قلبی داشت باید بررسی کنیم بیوست هم دارد یا نه؟ نفخ معده هم دارد یا نه؟ وضعیت اعصابش چگونه است؟

اگر مشکل اعصاب داشت داروی اعصاب برایش تجویز کنید و در کنارش از داروی تقویت قلب هم که عرض کردیم استفاده کند.

برای قلب، دارچین، ارده و بادرنجبویه نیز مفید است.<sup>۱۲۴</sup>

### تدابیر تپش قلب (کردافشاری)

تذکر مهم:

از آنجایی که اکثر بیماری های قلبی علائم مشابه دارند، ممکن است یک علامت نشانه یک بیماری ساده مانند اضطراب و مشکلات روانی باشد یا نشانه یک بیماری جدی

قلبی. لذا این توصیه ها فقط مخصوص به شما می باشد که توسط پزشک متخصص ویزیت شده اید و قابل تعمیم به سایر افراد با علائم مشابه نیست.

### توصیه های کلی مربوط به تپش قلب

- کم خوردن غذا، خوردن مواد غذایی لطیف و زود هضم، خوردن آش ها و غذاهای بدون گوشت، اگر عادت به خوردن گوشت دارند، گوشت پرندگان لطیف مثل جوجه مرغ خانگی و کبک و تیهو مصرف شود. پرهیز از نفخ آورها، پرهیز از مصرف مشروبات الکلی. آویزان کردن سنگ یشم به گردن به طوری که روی دهانه معده قرار بگیرد بالخاصیه سودمند است.

- بوییدن گلاب، همراه داشتن اشیای خوشبو و بوییدن و یا دود کردن آنها مطابق با مزاج (در مزاج گرم چیزهای سرد مثل گل سرخ، کافور، صندل و در مزاج سرد چیزهای گرم مثل مشک و عنبر) زیرا منفعت بوییدنی ها به سرعت به قلب می رسد.

- کشمش سبز، گلاب، تخم ریحان، بالنگو، بادرنجبویه، شاهتره، فرنجمشک، بادروج (تره خراسانی) مفیدند. افشره انار ملس با نبات و عرق بیدمشک، گلگند، گلاب با شکر، شربت سیب، شربت مویز (شربت رضوی را می توان جایگزین کرد) شربت آناناس، مربای آناناس، مربای بهار نارنج مقوی قلب، مفرح و دافع تپش قلب است. زرده تخم مرغ عسلی که روی آن پودر قند بپاشند. از غذاهای تند و ادویه جات تند پرهیز شود.

- امور نفسانیه مانند ترس، هیجان، خشم، استرس و اضطراب موجب تپش قلب می شود و باید از آنها دوری کرد. کارها و فعالیت های استرس زا و قرار گرفتن در محیط های پر استرس برای افرادی که مستعد ابتلا به این بیماری هستند مناسب نیست.

- بوعلی سینا: برای تپش قلب خوردن یک مثقال (تقریباً ۵ گرم) گاوزبان هنگام خواب چند شب متواتر بسیار خوب است. می توان برای این منظور از شربت گاوزبان استفاده

کرد.

- خوردن جدوار با جلاب، مومیایی به اندازه یک ارزن با جلاب، مفرح و مقوی قلب و از بین برنده تپش قلب است. پوست سنگدان مرغ، جگر مرغابی، آب آهن تاب خنک، گلاب خنک، شربت گاوزبان ۸ مثقال با گلاب مخلوط کرده، هل دانه برآورده سی عدد با گلاب ساییده، دافع تپش قلب اند.

- چغندر را بخار پز کرده، پوست آن را برداشته گرم گرم ورق کرده، پودر نبات سفید روی آن ریخته بگذارند بماند. آبی بسیار شیرین پس می دهد در طول روز چندین بار بنوشند و چندین روز مداومت کنند.

- هلیله کابلی، نبات هر کدام ۵ گرم در آب حل کرده بنوشند.

- آمله، گشنیز هر کدام ۴ گرم در آب خیسانده در هوای آزاد بگذارند، صبح مالیده، صاف نموده با نبات شیرین کرده بخورند.

- ۲ مثقال تخم گشنیز، ۲ مثقال تخم خرفه را شیر کشیده بنوشند. در تپش قلب و رفع هیجان زیاد مفید است. مدر و خارج کننده اوراتها است.

- زیره سفید را کوبیده شب در آب خیسانده، صبح شیر کشیده (در پارچه ای ریخته و خوب فشار داده تا عصاره آن خارج شود) با کمی نبات شیرین کرده بنوشند.

- دال نخود را شب در آب خیسانده، صبح آب آن را صاف کرده با شکر مخلوط کرده بنوشند.

- اگر بیمار ضعیف است، گوشت بره یا بزغاله که چربی و پیه آن را گرفته باشند در آب پخته، کوبیده و فشار داده، آبش را بخورند. یا گوشت ران بزغاله را بپزند وقتی نیم پخت شد، کوبیده، فشار داده آبش را با دارچین و قند مخلوط کرده و مثل حریره روی شعله ملایم بپزند.

- ریوند خطایی را در آب ساییده در میان دو شانه مایل به سمت چپ (موضع قلب) به طول یک و جب بمالند. برای همه اقسام تپش قلب و توحش خوب است.

### اگر تپش قلب ناشی از ضعف قلب باشد:

- با غذاها و داروهای مفرح قلب را تقویت کنند.

- غذاهای صالح چاق کننده مانند گوشت بره و بزغاله، مرغ، تیهو و نان، زرده تخم مرغ عسلی، عصاره گوشت، چغندر، هویج، سیب پخته و خام. قلیه گوشت بزغاله با شلغم و چغندر با نان، سوپ جوجه، پلو با ماست گاوی، بادام، پسته، فندق، ماساژ بدن با روغن های نیم گرم،

- حمام با آب نیم گرم، آسایش و آرامش، خواب راحت و در حد اعتدال مناسب است.

- از چیزهایی که مضعف قلب هستند مانند گرسنگی شدید، بیداری زیاد، پر خوری و روی هم خواری و... پرهیز شود.

### تپش قلب گرم:

- رب ترشی ترنج خاصیت عجیب در امراض قلب حادث از حرارت دارد و همچنین شربت سیب با گلاب، شربت عناب شربت گلابی با کمی میخک یا کبابه یا هل، شربت به، شربت لیمو، شربت ترنج (بالنگ)، شربت نارنج، اگر تب نباشد دوغ با گشنیز خشک، میوه های خوشبوی مایل به شیرینی مثل سیب، گلابی، انار، به، خربزه، هندوانه، انگور، خیار. افشره تمر هندی با شکر، لعاب اسفرزه با شکر، مربای تمر هندی، مربای آناناس، کمپوت آناناس، مربای انبه، شربت انار شیرین با تخم فرنجمشک، آب انارین (انار ترش و شیرین هردو با هم) آب هندوانه با گلاب و نبات برای صفراوی ها، خیسانده آلویخارا در آب یا گلاب، عرق گاوزبان، تخم کدو، عناب، زرشک، تمر هندی، کدو



حلوائی، تخم شربتی، عرق بیدمشک، عرق کاسنی، سکنجبین ساده، ماءالجبن، ماء الرائب (آب روی ماست یا آب روی دوغ ته نشین شده) مفید است.

- اگر التهاب و حرارت زیاد باشد آب سرد با گلاب بنوشند. در صورت لنت مزاج ماءالشعیر با آب انار ملس، رب سیب ترش و در صورت یبوست رب آلو و آب تمر هندی بنوشند بهتر است همه نوشیدنی‌ها را با عرق گاوزبان و گلاب بنوشند. آب ترشی ترنج و آب لیمو را با گلاب و شکر سرخ مخلوط کرده و برای جلوگیری از ضعف و کم شدن حرارت غریزی کمی هل، کبابه یا میخک اضافه کنند.

غذاهای مفید:

غذای این بیماران باید کم ولی با کیفیت باشد (قلیل المقدار و کثیر الغذا) به عبارتی مختصر و مفید باشد و بهتر است بدون گوشت باشد. مثل نان با شربت سیب، نان با افشره لیمو و انبه و عسل یا شکر، نان در گلاب ترید کرده، شیربرنج، فرنی، نان با ماست شیرین یا پلو با ماست محلی گاوی. ماست را در کیسه پارچه‌ای ریخته و آویزان کرده تا آب آن برود و حتماً به آن کمی سیاه دانه، پودر نعناع خشک، یا پودر زنیان افزوده شود. خوراک تهیه شده از شلغم، چغندر، کدو، والک و خرفه و بال مرغ یا کبک که با عصاره غوره یا آب لیمو یا آب نارنج مزه دار شود با نان، سوپ جوجه یا کبک با آب غوره یا سیب ترش، سرکه و عرق بیدمشک. رمانیه (آش انار)، قلیه زرشک، زرشک (آش زرشک)، زیره باج. غذاها با آب انار، آب غوره یا آب نارنج مزه دار شوند.

رمانیه (آش انار):

برنج را در آب نیم پز کرده، آب انار ترش با کمی قند یا آب انار شیرین و کمی آب به شیرین داخل کرده با کمی روغن بادام شیرین یا شیره مغز بادام شیرین چند جوشی زده

تا چاشنی جذب برنج شود. در هنگام پختن، نعناع تازه، هل، دارچین افزوده شود. اگر بدن احتیاج به تقویت دارد، گوشت جوجه مرغ یا بزغاله یا بره را پخته اضافه نمایند. قلیه زرشک:

گوشت بزغاله یا جوجه مرغ یا کبک را تکه کرده با آب و نمک و پیاز بپزند و کف آن را بگیرند. سپس گوشت را از آب بیرون آورده با کمی روغن گاو و پیاز و کمی ادویه جات مثل دارچین، نعناع خشک، گشنیز خشک، هل، زیره سرخ کنند و آب گوشت را به آن اضافه کنند و بپزند. وقتی گوشت پخت آب زرشک و قند یا شکر اضافه کنند و بگذارند که کمی آب آن تبخیر شود و خوب جا بیفتد. با نان یا چلو میل شود.

زیره باج:

نیم کیلو گوشت مرغ را تکه کرده با دارچین و نخود پوست گرفته در روغن کنجد و آب بجوشانند تا بپزد. ۲۰۰ گرم سرکه، ۱۰۰ گرم جلاب و یا شکر سفید و مغز بادام کوبیده و در گلاب شیره گرفته و گشنیز خشک و زیره و زعفران به آن اضافه شود. - گشنیز خشک ۶ گرم در عرق بیدمشک و گلاب شب بخیسانند و صبح مالیده صاف کرده، شربت انار و ۴ گرم تخم بالنگو اضافه کرده بخورند.

- اول شب سیب را پوست گرفته، تکه تکه کرده در کاسه چینی در عرق بیدمشک خیسانده، در هوای آزاد بگذارند. نصف شب سیب را بخورند و پشتش عرق بیدمشک را بنوشند و به پهلوی چپ بخوابند. سه شب تکرار شود.

- تخم ریحان را شب در آب خیسانده در هوای آزاد گذاشته، صبح شکر به آن اضافه کرده بخورند. برای تپش قلب که از گرمی باشد بسیار خوب است.

شربت اسفرزه:

اسفرزه ۲۵-۳۰ گرم در نیم لیتر آب خیسانده، لعاب آن را گرفته با ۲۰۰ گرم قند به قوام آورند. از بین برنده تپش قلب صفراوی، سرفه گرم و خشک و خشونت سینه است.

- نشستن در هوای خنک و کنار آب از بهترین تدابیر است، سکونت در مکان‌های خنک، گردش و تفریح در باغ و سبزه زار، نگاه کردن به چیزهای زیبا و روشن، پوشیدن گلاب‌روی لباس مخصوصا موضع قلب و مدام بوییدن صندل خوب است.

تپش قلب سرد:

- افشره و شربت آناناس، آب سیب شیرین، شیر بز، مربای سیب، شربت سیب، مربای به، اسطوخدوس، عرق بهار نارنج، مربای بهار، جوشانده بادرنجبویه، گاوزبان با گلکند، دم کرده گاوزبان، رازیانه و مویز بدون هسته مجرب است. بخور اظفار الطیب (گیاه) مفید است.

- ۷ عدد میخک را در گلاب و عرق گاوزبان به اندازه مساوی بجوشانند تا نصف شود، صاف کرده با شربت انار شیرین یا شربت سیب شیرین کرده بنوشند.

- از آب سرد و غذاهای سرد پرهیز شود. ورزش معتدل و ملایم مناسب است. گوشت مرغ و گنجشک و کبوتر که با ادویه جات قلبیه خوشبو مثل پخته شود. بوییدن گل نرگس، یاسمین، ریحان، میخک، برگ نارنج و شکوفه آن، عود، عنبر، مشک، عطرها گرم.

- سنبل الطیب، زعفران، گل سرخ را در عرق بادرنجبویه ساییده بر سینه ضماد شود.

- خوردن شلغم و هویج به این طریق که پوست آنها را برداشته، جوش خفیفی داده شب در ظرف گلی بگذارند تا بماند، صبح کمی پودر نبات و عرق بیدمشک بر روی آن ریخته تا یک هفته بخورند. یا چوب وسط هویج را در آورده، هویج را رنده کرده کمی قند روی آن ریخته جوش خفیفی داده عرق بیدمشک اضافه کنند از شب تا صبح

بماند، صبح هویج و آبی که روی آن جمع شده را بخورند. خوردن خام آن با نبات نیز مفید است.

- در تپش قلب بلغمی نخود آب با گوشت مرغ، کباب مرغ، مربای زنجبیل با آب سیب مفید است.

- در تپش قلب سوداوی ماء الجبن، عرق بید با شکر مفید است. مربای آمله، مربای هلیله، شیر با افیتیمون، لعاب اسفرزه، لعاب به دانه، غذاهای سریع الهضم لطیف، گوشت پرندگان کوچک، نخود آب و گوشت گنجشک بریانی، آب گوشت گنجشک، آب گوشت جوجه کبوتر، خروس با دارچین، میخک، زعفران. اسفید باجات، قلیه ها، برنج های زعفرانی، مرصع پلو (برنج، خلال پسته، خلال پوست نارنج، خلال بادام، زعفران، کمی شکر)، شله زرد، زیره باج با مغز بادام و شکر.

- در سودای بلغمی: گاوزبان، بادرنجبویه، گل سرخ، ریشه شیرین بیان را جوشانده با نبات بخورند.

- در تپش قلب ریحی و بخاری: ماء الشعیر با شکر چند روز، شیر افیتیمون و شکر.

- در تپش قلب مشارکتی از شراکت معده: گلقلند و سکنجبین.

- در صورت اجتماع خلط لزج در معده، هر صبح ریشه شیرین بیان را نیمکوب کرده جوشانده، صاف نموده با شکر شیرین کرده بنوشند. اگر از صفرای لذاع باشد، تقویت معده با رب سیب و رب به خصوصاً بعد از غذا مفید است در صورت وجود صفرا با رطوبت معده، مربای هلیله بخورند.

### تپش قلب (گزارش درمان دکتر علی جواهریان)

نام بیمار: آقای ف. سن: ۱۸ سال (تراشکار)

علت مراجعه: تپش قلب

علائم بیماری: بیمار با شکایت درد و تپش قلب به دلیل پرولاپس دریچه میترال مراجعه نمود. نامبرده تحت درمان با ۴۰ mg ایندرال به طور روزانه بود.

درمان های انجام شده: برای بیمار (۳ مرحله) حجامت عام به فاصله یک ماه تجویز شد. سیر بیماری: بعد از حجامت اول درد قلب خوب می شود و بیمار دارویش را قطع نمود اما از تپش قلب هنوز شاکی بود که با حجامت دوم و سوم تپش قلب نیز بهبود یافت.<sup>۱۲۵</sup>

پزشک معالج: دکتر علی جواهریان

### تپش قلب (گزارش درمان دکتر غلامرضا مختاری)

نام بیمار: خانم ش.ا. سن: ۳۱ سال

علت مراجعه: تپش قلب از ۲ سال قبل

درمان های انجام شده: حجامت یک بار

سیر درمان: تپش قلب کاملاً بهبود یافت.

پزشک معالج: دکتر غلامرضا مختاری<sup>۱۲۶</sup>

### تپش قلب (باقری)<sup>۱۲۷</sup>

تپش قلب را از راههای زیر درمان کنید:

- ۱- به و سیب بخورید.
- ۲- سیب را رنده کرده و با گلاب، مخلوط کرده و با عسل طبیعی میل کنید.
- ۳- هر روز یک عدد دل گوسفند در ذغال، کباب کرده، تناول کنید.

۱۲۵ حجامت درمانی صفحه ۲۹۶.

۱۲۶ حجامت درمانی ص ۲۹۸

۱۲۷ طب اصول گرای اسلامی صفحه ۱۲۴

۴- طلا و نقره را داغ کرده و در گلاب انداخته تا سرد شود سپس آن را با عسل طبیعی، شیرین کنید و اگر نشد طلا و نقره را در گلاب بجوشانید. سه وعده، هر وعده یک استکان همراه با یک قاشق چای خوری سیاهدانه میل کنید.

۵- گل گاوزبان (یک مشت بسته) + بادرنجبویه (یک مشت بسته)

این موارد را در یک لیتر عرق بیدمشک دم کرده و با عسل طبیعی شیرین کنید. هر وعده یک استکان بعد از غذا میل کنید.

۶- دو وعده، هر وعده یک استکان عرق بیدمشک غلیظ را با عسل طبیعی مخلوط با یک قاشق چای خوری سیاهدانه میل کنید.

نکته: تپش قلب ناشی از عوامل متعددی چون تعلقات فکری، دنیایی، عشق، محبت، غلظت خون، کثیفی و کم خونی است.

### خفقان یا تپش قلب (موسوی)<sup>۱۲۸</sup>

غلبه صفرا و یا استیلاء خون یا سودا که باعث تغییر در ترشح غده تیروئید می شود. احساس کلافگی و بی قراری و عدم تحمل محیط اطراف و سر و صدا هنگام شدت بیماری. درمان آن علاوه بر داروهای طب سنتی خونگیری با زالو ابتدا پشت هر گوش و سپس با حفظ فاصله روی هر دو دست است که با توجه به نوع خلط غالب تقدم دارو و زمان خونگیری تعیین میشود در غلبه دم همان طور که می دانید تقدم با زالو درمانی است.

### تپش قلب بالا (ضیایی)<sup>۱۲۹</sup>

پرهیز شود از:

۱- ترشیجات (آبلیمو ترش، لیمو عمانی و ترشیجات بندری و لپته)،

۱۲۸ زالو درمانی صفحه ۷۰

۱۲۹ نسخه های مورد تایید استاد...

۲- تند و تیزها(لفل، سس فلفل، غذای هندی)

درمان: صبح: به یا یک استکان آب به یا دو قاشق پلو خوری مربای به،

۱- شب بعد از شام: یک لیوان آب سیب تازه به همراه یک قاشق پلو خوری عسل

آویشن یا عسل نعنا،

۲- دمکرده گل بومادران مخلوط با عسل آویشن،

۳- مربای آمله،

۴- روزی ۷ تا ۱۴ عدد دانه اسپند خوردن(با آب قورت دهید و نجوید).

۵- گلابی،

۶- دمکرده گل گاو زبان مخلوط با عسل آویشن،

۷- دارو مرکبه سنبل الطیب ۱۵ (گرم)+ گل گاو زبان (۱۵گرم) گل بهار نارنج

(۱۰گرم)+ پونه(۱۰گرم) اینها را مخلوط نموده و پودر کنید و یک قاشق غذا

خوری از کوبیده مخلوط بالا در دو لیوان آب بجوشانید سپس صاف نموده، و

ثلث آنرا هر ۸ ساعت بخورید.

### اختلال میترا ل و تپش قلب(روازاده)

**پرسش:** خانمی ۲۶ ساله هستم که میترا ل قلبم پرولاپس است و از کودکی مرا دچار

تنش کرده، به طوری که صدای قلبم در تمام بدن شنیده می شود. بعضی از غذاها مثل

لفل، ادویه کاری، کلم و دارچین، تپش قلبم را زیاد می کند. می خواستم بدانم آیا

درمان درست و قطعی وجود دارد؟ چه چیزهایی باید خورد و از چه چیزهایی باید

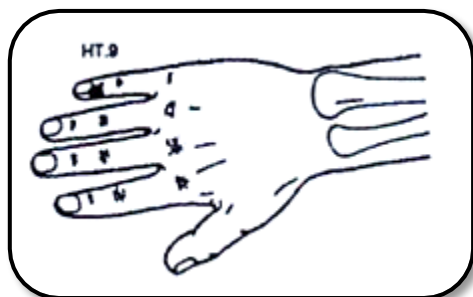
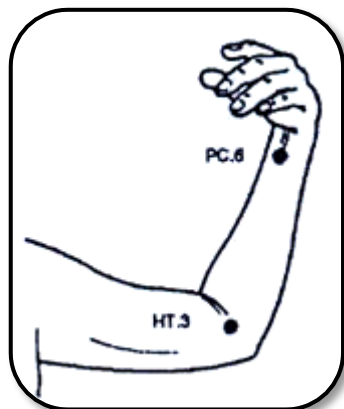
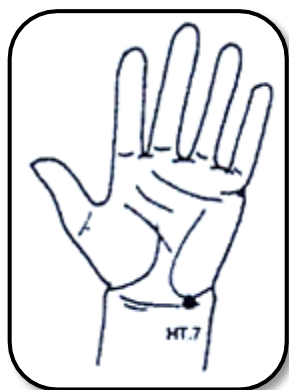
اجتناب کرد؟ **پاسخ:** سالی دو بار حجامت کنید. از غذاهای گرم و خشک پرهیز کنید.

غذاهای متناسب با مزاج استفاده کنید. آرامش خود را در همه حال حفظ کنید<sup>۱۳۰</sup>.

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

– ضربان سریع و تپش قلب<sup>۱۳۱</sup>





## ۱۸- نارسایی قلب

ب: نسخه ها

نارسایی قلبی (روایات)

داروی جامع

کسی که بیماری نارسایی قلبی و سردی معده دارد یک جبه از داروی جامع را با آب کمون طبخ کند که به خواست خداوند خوب خواهد شد.<sup>۱۳۲</sup>

حدیث داروی جامع در قسمت درمانهای مشترک در جلد یک و دو آمده است)

---

۱۳۲ رجوع کنید به مستدرک الوسائل: ج ۱۶، ص ۴۶۴.

## ۱۹- بزرگ شدن قلب

### بزرگ شدن قلب (موسوی) ۱۳۳

زالو درمانی به همان منوال که در سکتة قلبی توضیح داده شد باعث توقف بزرگی قلب شده و با کمک داروهای تقویت کننده عضله قلب از سکتة های احتمالی جلوگیری به عمل آمده و امکان هر گونه خطر آنی کاهش خواهد یافت.

### بزرگ شدن قلب (خیراندیش)

از غلبه بلغم و رطوبت است پس نسخه غلبه بلغم و رطوبت را عمل کنید.

## ۲۰- اختلال، افتادگی، تنگی و ضایعات دریچه میترال

نسخه ها

(موسوی)

زالو درمانی پشت گوش و دست و پا با فاصله هر ۲۵ روز یک بار صورت می پذیرد.<sup>۱۳۴</sup>

**تنگی دریچه میترال (تبریزیان)<sup>۱۳۵</sup>**

مرکب ۶ قرص خون برای تنگی میترال مفیداست و قرص خون - کدو حلوائی - داروی جامع + آب به برای تنگی آئورت .

**اختلال دریچه ای قلب (ضیایی)<sup>۱۳۶</sup>**

مواردی که باید پرهیز شود: جوش زدن، غصه خوردن، بحث کردن، دعوا و مرافعه داشتن درمان ۵ برگ کلم پیچ (برگ سبز) در سه ۳ لیوان آب جوشانده شود تا به اندازه یک لیوان برسد سپس شعله را خاموش کرده تا خنک شود بعد آنرا با یک قاشق پلو خوری عسل آویشن یا نعناع مخلوط کنید و بنوشید.

**تنگی دریچه میترال (ضیایی)<sup>۱۳۷</sup>**

علامت آن تنگی نفس و تپش قلب میباشد و فعلا در پزشکی جدید با بالن درمان میشود.

**درمان:**

۱- رژیم غذایی کم نمک،

۱۳۴ زالوی ایرانی (موسوی) صفحه ۷۳

۱۳۵ کتاب و سخنرانی های استاد

۱۳۶ نسخه های مورد تایید استاد...

۱۳۷ نسخه های مورد تایید استاد...

- ۲- کاهش فشار خون بالا،
  - ۳- کار سنگین نکنند،
  - ۴- صبحانه زود بخورند و در صبحانه از شیر عسل آویشن، مربای به، مربای گل بهار نارنج، مربای آمله استفاده شود،
  - ۵- شام سبک و زود بخورند،
  - ۶- شب قبل از خواب یک لیوان آب سیب طبیعی تازه مخلوط با عسل بخورند.
- افتادگی دریچه قلب (خیراندیش)**
- ناشی از شدت سردی است همان طور که در سرما لکنت زبان پیش می آید. صفرازاها و گرمی ها را اضافه کنید. و سردی را کاهش دهید.<sup>۱۳۸</sup>

### افتادگی دریچه میترا (روازاده)

**پرسش:** آیا افتادگی دریچه میترا مانعی برای ازدواج است؟ **پاسخ:** هیچ مشکلی برای ازدواج و بچه دار شدن ایجاد نمی کند. همواره آرامش خود را حفظ کنید. دم کرده گل گاوزبان و سنبل الطیب و بادرنجبویه را هر شب میل کنید.<sup>۱۳۹</sup>

۱۳۸ سخنرانی در تربت حیدریه

۱۳۹ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزاده، ج ۱، ص ۷

## ۲۱- برای همه بیماریهای قلب و تقویت قلب

### بیماری قلب (روایات)

#### بوی خوش

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): بوی خوش، قلب را استواری می بخشد و بر توان همبستری می افزاید.<sup>۱۴۰</sup>

#### شام خوردن

امام صادق (علیه السلام): هر کس شام را وا گذارد، رگی در بدن وی می میرد و هرگز زنده نمی شود.<sup>۱۴۱</sup>

امام رضا (علیه السلام): در بدن، رگی است که آن را عشاء (شام) گویند. اگر شخصی شام خوردن را واگذارد، آن رگ تا صبح، او را نفرین می کند و می گوید: خدا تو را گرسنه بدارد، چنان که مرا گرسنه بداشتی، و تشنه بدارد، چنان که تشنه ام داشتی پس مبادا کسی از شما خوردن شام را واگذارد، هر چند به یک لقمه نان یا جرعه ای آب باشد.<sup>۱۴۲</sup>

#### سیب

امام صادق (علیه السلام): اگر مردم می دانستند در سیب چیست، بیمارانشان را جز به آن، درمان نمی کردند. بدانید که سیب، بویژه، سودمندترین چیز برای قلب و مایه ی شست و شوی آن است.

۱۴۰ کافی ج ۶ ص ۵۱۰

۱۴۱ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۴۲۴-۴۴۸

۱۴۲ الکافی ج ۶ ص ۲۸۹-۱۲

## سرکه

امام علی (علیه السلام): سرکه، نیکو خورشتی است؛ تلخه را می شکنند، صفرا را فرو می نشاند و قلب را زنده می کند.<sup>۱۴۳</sup>

## انار

امام علی (علیه السلام): در هر دانه انار، چون در معده جای می گیرد، حیاتی برای قلب و فروغی برای نفس است و شیطانی را که وسواس نام دارد، چهل شب، بیمار (زمینگیر) می کند.

## میوه ی به

امام صادق (علیه السلام): جعفر بن ابی طالب، نزد پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) بود و برای پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) یک به، هدیه آوردند. پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) قطعه ای را از آن برید و به جعفر داد. جعفر، از خوردنش خودداری ورزید. فرمود: بگیر و بخور؛ چرا که قلب را هشیار و قوی می کند و ترسو را دلیر می کند.<sup>۱۴۴</sup> امام علی (ع) فرموده است: به مایه ی توانمندی قلب و حیات دل و دلیری آدم ترسو است.<sup>۱۴۵</sup> و رسول خدا (ص) فرموده اند: به مایه ی جلای قلب و زدودن اندوه سینه و فروزی عقل است.<sup>۱۴۶</sup>

## گلابی

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): گلابی، قلب را زنده می سازد.

۱۴۳ الکافی ج ۶ ص ۳۲۹

۱۴۴ کافی ج ۶ ص ۳۵۷

۱۴۵ بحار الانوار: ج ۶۶، ص ۱۷۶.

۱۴۶ محاسن: ج ۲، ص ۵۴۹.

**عسل**

امام علی (علیه السلام): عسل، شفای هر بیماری ای است و هیچ بیماری هم در آن نیست؛ بلغم را کم می کند و دل را جلا می دهد.<sup>۱۴۷</sup>

رسول خدا(ص) فرموده اند: عسل بهترین نوشیدنی است. قلب را تقویت و سردی سینه را می زداید.<sup>۱۴۸</sup>

**گوشت گوسفند**

امام رضا(ع) فرموده اند: هر کس در قلب یا بدن خود احساس ضعف کرد، باید گوشت گوسفند را با شیر بخورد.<sup>۱۴۹</sup>

**مویز**

امیرالمؤمنین(ع) فرموده اند: مویز قلب را محکم می کند و بیماری را می زداید و حرارت بدن را فرو می نشاند و روان را آرام می سازد.<sup>۱۵۰</sup>

پیامبر خدا(صلی الله علیه و آله وسلم): بر شما باد مویز، چرا که تلخه را می زداید، بلغم را می برد، پی را استحکام می دهد، رنجیدگی و خستگی را از میان بر می دارد، خوی را خوش می سازد، دل را پاک و پیراسته می دارد و اندوه را می برد.<sup>۱۵۱</sup>

**انواع بیماریهای قلب (تبریزیان)<sup>۱۵۲</sup>**

یک قاشق سرکه را با ۵ قاشق روغن زیتون تلیت کرده و میل شود.

۱۴۷ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۳۵۹

۱۴۸ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۳۵۸

۱۴۹ محاسن: ج ۲، ص ۲۵۹

۱۵۰ بحارالانوار: ج ۶۶، ص ۱۵۲

۱۵۱ الخصال ص ۳۴۴

۱۵۲ کتاب و سخنرانی های استاد

## تقویت قلب (ضیایی)

گلابی، آب به با عسل، مربای به عسل، مربای آمله، دمکرده گل بومادران با عسل، مغز خام پسته تازه، شکوفه انگور تقویت کننده ی قلب هستند.

## مسهل های قوی در بیماران قلبی (ضیایی)

۱- کاهوو کرفس، ۲- گلاب طبیعی و عرق طبیعی گل بید مشک و عسل طبیعی، ۳- گلبرگ گل محمدی با عسل طبیعی، ۴- انگور با هسته آن بجوید، ۵- عناب با عسل، ۶- گل ختمی خبازی با روغن طبیعی زیتون خوارکی، ۷- مخلوط شیرۀ انگور با شیرۀ توت.

## پیشگیری از بیماری های قلبی و عروقی (خدادادی)

خوردن عسل با پودر دارچین به طور مرتب برای صبحانه میل شود در کاهش ضربان قلب و بهتر شدن جریان خون و جلوگیری از بیماری های قلبی موثر می باشد. مصرف روغن زیتون موجب جذب بهتر آهن و مانع سخت شدن عروق میگردد. مصرف چای از جمله عوامل ایجاد کننده ناراحتی های قلبی می باشد؛ زیرا چای موجب افزایش بلغم و سودا در بدن می شود.

رنگ بنفش روی قلب و سیستم گردش خون اثر بسیار خوبی دارد.

مصرف سالادی مرکب از مواد زیر:

گل کلم، کلم بروکلی، کرفس، چغندر قرمز (لبو)، مارچوبه، را بعد از بخار پز کردن و خرد کردن، آنها را با سس حمص (که مرکب از ارده و نخود پخته و سیر و لیمو ترش و نمک است) مخلوط کرده و میل نماید.

**مشکلات قلبی - عروقی (گزارش درمان)** نام بیمار: آقای ع.ش. سن: ۵۴ سال

علت مراجعه: گرفتگی عروق قلب، کاندید جراحی باز قلب درمان های انجام شده:



حجامت عام ۳ مرحله

سیر درمان: بعد از ۳ مرحله دیگر حجامت پزشکی قلب اعلام کرد که معجزه شده است و یکی از عروق باز شد.

دراکو و آرتیوگرافی جراح اعلام کرد نیاز به جراحی قلب نیست ولی باید حجامت را ادامه داد. بیمار سر حال است احساس جوانی می کند عروق قلب باز شده، اختلال نعوظ ۸۰٪ حل شده.<sup>۱۵۳</sup>

پزشک معالج: دکتر عباس فخری

**مشکلات قلبی - عروقی (گزارش درمان)** نام بیمار: آقای ع.ا. سن: ۳۹ سال

علت مراجعه: درد ناحیه سینه و دست چپ

علائم بیماری:

بیمار با شکایت درد ناحیه سینه و دست چپ مراجعه نمود. بیمار سابقه مشکلات قلبی را ذکر می کند و درد با فعالیت تشدید می شود. در ECG و تست ورزش انجام شده، تنگی عروق کرونر تشخیص داده شده بود. از دو سال قبل داروهای پروپرانولول، ایزوسورباید، دی پیریدامول و آسپرین استفاده می نمود.

درمان های انجام شده: سه نوبت حجامت عام با فواصل ۱۵ روز و ۴۵ روز انجام شد. سیر درمان:

بعد از طی مراحل فوق بیمار اظهار داشت که احساس راحتی هنگام نفس کشیدن دارد و هنگام فعالیت کمتر دچار تنگی نفس و درد در ناحیه قفسه سینه می گردد و از زمان حجامت نیازی به استفاده از قرص های زیر زبانی ندارد. بیمار ۴ ماه یکبار جهت کنترل و در صورت نیاز حجامت مراجعه می کند و فعلا تنها آسپرین و پروپرانولول با دوز کم

استفاده می کند. ۱۵۴

پزشک معالج: دکتر مسعود بلاغت نیا

### بیماری های قلبی (خیراندیش)

مصرف عسل باعث می شود که علاوه بر تامین انرژی فراوان برای تحریک و تقویت قلب، چربی های داخل قلب و عروق نیز تحلیل روند و به این وسیله باعث گشاد شدن عروق و رفع تنگی آنها، افزایش جریان خون در قلب و عروق و تنظیم فشار خون می شود و یا چنین اثراتی طبعاً از خطر بروز سکنه قلبی کاسته می شود. وقتی سرعت جریان خون در قلب و عروق زیاد شود. مقدار هموگلوبین خون افزایش می یابد و این افزایش سبب جذب اکسیژن در شش ها و در نهایت شادابی بیشتر به علت اکسیژن رسانی بیشتر به سلول های بدن و دفع کارآمدتر مواد زاید آنها می شود. این توجیحات علمی ثابت می کند که مصرف عسل در افراد سالم موجب طول عمر بیشتر قلب آنها می شود و در بیماران قلبی باعث تقویت عضله ی قلب و تشدید فعالیت آن می شود.

بهترین نوشیدنی ها عسل است که به قلب نشاط می بخشد و سینه را گرم می سازد. قندش یک قند بسیار خوب و مقوی است و سبب بهبود وضع فشار مایعات بدن می شود و کمی و زیادی فشار خون را علاج می کند. پیغمبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند: (نعمَ الشرابُ العسلُ یُرعی القلب و یذهب... الصور).

چه خوب است آشامیدنی است عسل که سردی سینه را برطرف می سازد و قلب را برای درمان بیشتری آماده نگه می دارد و مدارا و شفقت و رعایت می نماید.

در طب النبی صلی الله علیه و آله و سلم آمده است: این سه عمل قلب را شادمان و جسم را فربه خواهد ساخت:

استشمام بوی خوش

پوشیدن لباس نرم

نوشیدن عسل

روش زیر برای تغذیه عسل در بیماران قلبی توصیه می شود.

تقویت کار قلب یا کمک به رفع تنگی عروق را به مدت سه ماه به طور مداوم ادامه دهید.

به مدت سه ماه، هر روز در سه نوبت سی گرم عسل مصرف کنید.

سعی کنید مصرف در حد سی گرم در هر نوبت رعایت شود.

عسل مصرفی را بعد از صبحانه، ناهار و شام به صورت شربت مصرف کنید.

در هر نوبت مصرف، (سی گرم) عسل (یک پیمانه مخصوص) را در یک لیوان آب سرد کاملاً حل کنید و بنوشید.

پس از سه ماه کمک درمانی با عسل را به مدت سه ماه دیگر به روش فوق و یا ۱۵ گرم عسل در هر نوبت (۴۵ گرم در روز) ادامه دهید.

پس از اتمام ماه ششم، دوره ی کمک درمانی قلب شما با عسل تمام شده است. اما توصیه می شود که از آن پس نیز از مصرف عسل غافل نشوید و دست کم یک روز در میان یک لیوان شربت عسل که حاوی یک قاشق مربا خوری عسل باشد، بنوشید.<sup>۱۵۵</sup>

### بیماری های قلبی (بنی هاشمی)

حنا را با آب پیاز بگیرید و به کف دست و پا ضمد کنید

### بیماری قلبی (روازاده) - کم خوابی (روازاده)

پرسش: آیا مصرف نمک دریا یا روغن کنجد برای بیماران قلبی مضر است؟ چه

راهکارهایی برای درمان کم خوابی دارید؟

پاسخ: استفاده از روغن کنجد و نمک دریا مضر نیست. برای درمان بی خوابی، غروب - ها کاهو و سکنجبین و یا دم کرده ی گل گاو زبان + سنبل الطیب + لیمو عمانی شبها بخورید<sup>۱۵۶</sup>

## قلب و عروق (باقری)<sup>۱۵۷</sup>

مصرف چای سیاه، روغن های نباتی (جامد و مایع)، غلات سفید تصفیه شده مثل برنج و گندم بدون سبوس، سس و رب، نوشیدنی های صنعتی، فرآورده های گوشتی صنعتی مثل سوسیس و کالباس، قند و شکر سفید مصنوعی، بستنی و فالوده ی صنعتی و دخانیات (مواد مخدر و الکل) از جمله علل بیماری های قلبی عروقی به شمار می آیند. مشکلات قلبی - عروقی (گزارش درمان)<sup>۱۵۸</sup> نام بیمار: خانم ف.ا. سن: ۴۷ سال علت مراجعه: تپش قلب - تنگی نفس

علائم بیماری: بیمار به علت استرس های روحی شدید از ۴ سال قبل دچار تنگی عروق کرونر شده بود. بیمار از تنگی نفس، تپش قلب و آئزین شاکی بود. سابقه ۲ بار بستری در CCU را ذکر می کرد و در حال حاضر از داروهای ایزوسور باید، پروپرانولول، آسپرین و دی پیریدامول استفاده می کرد. فشار خون وی متغیر بوده و بین ۱۱/۸ تا ۱۵/۸ نوسان داشت. آزمایشات بیمار به قرار زیر بود:

Chot=240 TG=354

در نوار قلب قلبی همراه بیمار، علامت تنگی عروق کرونر و MI قدیمی مشاهده می شد.

۱۵۶ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزاده، ج ۱، ص ۷۸

۱۵۷ طب اصول گرای اسلامی صفحه ۱۲۴.

۱۵۸ حجامت درمانی ص ۳۴۴

درمان های انجام شده: سه نوبت حجامت عام با فاصله ی یک ماه یکبار انجام شد. سیر درمان: بعد از هر مرحله حجامت علائم بیماری کاهش پیدا کرده و بیمار داروهای خود را کاهش داد و از حجامت سوم داروهایش را قطع کرد. به بیمار توصیه شد هر ۶ ماه یکبار حجامت کند.<sup>۱۵۹</sup>

پزشک معالج: دکتر مسعود بلاغت نیا

**مشکلات قلبی - عروقی (گزارش درمان)** نام بیمار: آقای ج.ش. سن: ۴۲ سال

علت مراجعه: درد قفسه سینه

علائم بیماری: بیمار مکرراً دچار chest pain می شد که در طی بررسی های مختلف آئزین پی دار تشخیص داده شد.

درمان های انجام شده: حجامت عام

سیر درمان: بعد از هر بار chest pain حجامت انجام می شد که از بین رفتن درد کاملاً مشهود بود. یک بار به دلیل مشغولیت شغلی، حجامت انجام نشد که منجر به بستری شدن بیمار در بیمارستان گردید. بلافاصله بعد از ترخیص حجامت انجام شد و درد قفسه سینه کاملاً برطرف گردید.<sup>۱۶۰</sup>

**مشکلات قلبی - عروقی (حجامت درمانی)**<sup>۱۶۱</sup> نام بیمار: آقای ع.گ. سن: ۵۰ سال

علت مراجعه: درد قفسه ی صدری

علائم بیماری: بیمار با شکایت از درد قفسه ی صدری مراجعه نمود. در بررسی های انجام شده گرفتگی عروق کرونر (۳ رگ) تشخیص داده شد. بیمار غلظت خون هم داشت. واز کمر درد هم شاکی بود.

۱۵۹ حجامت درمانی صفحه ۳۴۴.

۱۶۰ حجامت درمانی صفحه ۳۴۶.

۱۶۱ حجامت درمانی ص ۳۴۶

درمان های انجام شده: حجامت عام

سیر درمان: برای بیمار در تاریخ ۷۷/۱۰/۵ حجامت عام انجام شد. در جلسه بعد در تاریخ ۷۷/۱۰/۱۱ از کاهش درد های قفسه صدري راضي بود. حجامت چهار بند انجام شد و در تاریخ ۷۷/۱۰/۲۷ نیز حجامت عام انجام شد. بیمار اظهار کرد که اصلاً درد قفسه صدري ندارد و از سیر درمان رضایت کامل داشت. البته رضایت به انجام آنژیوگرافي نداد. درد کمر ۵۰٪ بهبود داشت.

پزشک معالج: دکتر فرشاد فیروز

## ۲۲- درد قلب

## درد قلب (روایات)

## گوشت دراج

رسول خدا (ص) فرموده است: هر کس قلبش به درد آمده و اندوهش بسیار گشته است باید گوشت دراج بخورد.<sup>۱۶۲</sup>

امام صادق (ع) فرموده است: هر گاه یکی از شماها به غم و اندوه دچار شد و از علت آن بی خبر است باید گوشت دراج بخورد که به خواست خداوند به آرامش دست خواهد یافت.<sup>۱۶۳</sup>

## میوه به

رسول خدا (ص) [به جعفر بن ابی طالب] فرموده است: به بخور که قلب را تقویت و ترسو را دلیر می کند.<sup>۱۶۴</sup>

## درد در ناحیه ی قلب و قفسه سینه / مرد / سن ۲۰ سال / ریاض - عربستان

**پرسش:** آقای دکتر بنده چند مدت است که در ناحیه قلبم و قفسه سینه ام درد خفیفی را بعضی مواقع حس می کنم، لبهایم هم بعضی مواقع تیره رنگ می شود و در کل ضعیف هستم. از نظر تنفسی هم هر چند دقیقه یک بار احساس کمبود اکسیژن کرده و نفس عمیق می کشم. لطفاً مرا راهنمایی فرمایید؟

۱۶۲ بحار الانوار: ج ۶۵، ص ۴۴.

۱۶۳ مستدرک الوسائل: ج ۱۶، ص ۳۴۸.

۱۶۴ کافی: ج ۶، ص ۳۵۷.

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

---

**پاسخ:** توصیه ی اول این که حتماً به یک متخصص قلب مراجعه نمایید در صورتی که مشکل قلبی و کم خونی وجود نداشته باشد شما مبتلا به غلظت خون هستید. از خوردن غذاهای غلیظ پرهیز کنید. سالی ۲ بار حجامت کنید.

همین طور اضطراب هم دارید. برای رفع این مشکل هر روز صبح کمی گلاب و آب را با عسل شربت کرده میل کنید.

شبها دم کرده ی گل گاو زبان و اسطوخدوس میل کنید.<sup>۱۶۵</sup>

---

۱۶۵. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روازاده ج ۳ ص ۱۱.



## ۲۳- پاکسازی و عفونت قلب

## پاکی قلب (روایات)

## مویز

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله وسلم): بر شما باد مویز، چرا که تلخه را می زداید، بلغم را می برد، پی را استحکام می دهد، رنجیدگی و خستگی را از میان بر می دارد، خوی را خوش می سازد، دل را پاک و پیراسته می دارد و اندوه را می برد.<sup>۱۶۶</sup>

## حنا

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): بر شما باد حنا؛ چرا که (دیده های) سرتان را روشن می سازد، دل هایتان را پاک می کند و بر توان جنسی می افزاید.

## سیب

امام صادق (علیه السلام): اگر مردم می دانستند در سیب چیست، بیمارانشان را جز به آن، درمان نمی کردند. بدانید که سیب، بویژه، سودمندترین چیز برای قلب و مایه شست و شوی آن است

## ۲۴- تضعیف و تقویت قلب

### ضعف قلب (روایات)

#### گوشت گوسفند با شیر

امام رضا (ع) فرموده اند: هر کس در قلب یا بدن خود احساس ضعف کرد، باید گوشت گوسفند را با شیر بخورد.<sup>۱۶۷</sup> امام صادق (ع) فرموده اند: هر کس دچار ضعف قلبی و جسمی است، گوشت گوسفند را با شیر بنوشد که هر بیماری و دردی را از مفصل ها بیرون و بدن را نیرومند و استوار می سازد.<sup>۱۶۸</sup>

#### میوه به شیرین

امام صادق (علیه السلام): جعفر بن ابی طالب، نزد پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) بود و برای پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) یک به، هدیه آوردند. پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) قطعه ای را از آن برید و به جعفر داد. جعفر، از خوردنش خودداری ورزید. فرمود: بگیر و بخور؛ چرا که قلب را هشیار و قوی می کند و ترسو را دلیر می کند.<sup>۱۶۹</sup>

امام علی (ع) فرموده است: به مایه توانمندی قلب و حیات دل و دلیری آدم ترسو است.<sup>۱۷۰</sup>

۱۶۷ محاسن: ج ۲، ص ۲۵۹

۱۶۸ طب الاثمه ص ۶۴

۱۶۹ کافی ج ۶ ص ۳۵۷

۱۷۰ بحار الانوار: ج ۶۶، ص ۱۷۶.

ورسول خدا (ص) فرموده اند: به مایه جلای قلب وزدودن اندوه سینه وفزونی عقل است.<sup>۱۷۱</sup> نکته: به حتما شیرین و پخته باشد. چون بشدت قابض است. و اگر خام مصرف شود باید قسمتی از یک به را بخورید و زیاده روی نکنید.

### ضعف قلب (تبریزیان)<sup>۱۷۲</sup>

تقویت کننده قلب (مرکب ۲۴) به اندازه ی فندق صبح ناشتا و شب موقع خواب مصرف کنید.

### عسل برای تقویت عضله ی قلب (دریایی)<sup>۱۷۳</sup>

پوست انار را خشک کنید، و پس از ساییدن یک قاشق چای خوری پودر آن را در یک فنجان آب جوش ریخته و آن را با یک قاشق مربا خوری عسل، شیرین کنید. دارو را به مدت یک هفته، روزی دو نوبت (صبح و شب) استفاده کنید، عضله قلب تقویت شده و با نشاط می گردد.

برای درمان تنگی دریچه های قلب (سرخرگ آئورت) یا گرفتگی های عروق کرونر یک قاشق غذاخوری عسل با یک قاشق غذاخوری روغن زیتون همراه با عصاره ی نصف لیمو ترش در یک لیوان آب گرم ریخته و آن را تا حدّ نقطه جوش رسانده، سپس ناشتا بخورید.

هم چنین برای تقویت عضله قلب و انجام عالی وظیفه و مقاربت جنسی برای بیماران قلبی، هر روز یک عدد پیاز کوچک میل شود، و یک ساعت بعد، یک لیوان جوشانده آویشن (یک قاشق مربا خوری پودر آویشن) که با دو قاشق مربا خوری عسل، شیرین شده را بنوشید.

۱۷۱ محاسن: ج ۲، ص ۵۴۹

۱۷۲ کتاب و سخنرانی های استاد

۱۷۳ دریایی کتاب عسل صفحه ۳۶۹

## مقوی قلب (ضیایی)

هر روز نصف قاشق چایخوری نارمشک مخلوط با عسل گردد و میل شود.  
عرق مرگبه قلب (ضد درد، ضد سوزش، ضد گرفتگی، ضد تپش قلب): عرق سنبل  
الطیب یا عرق گل گاو زبان + عرق گل بهارنارنج + عرق مرزنجوش + عرق  
بابونه + عرق اسطوخدوس + عرق کلپوره + عرق بادرنجبویه + عرق بومادران.

## ۲۵- آرامش قلب

## آرامش قلب (روایات)

## میوه به

امام علی (علیه السلام): در حالی که پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) یکم به در دست داشت، طلحه بن عبید الله بر ایشان وارد شد. پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) آن به را نزدیک طلحه برد و فرمود: ای ابو محمد! این را بگیر، که قلب را آرامش می دهد. ۱۷۴

## ۲۶- گرمزدگی قلب

### گرمزدگی قلب (روایات)

#### کندر

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): بر شما باد کندر؛ چرا که گرمزدگی را از قلب می زداید.... و دیده را جلا می دهد و فراموشی را از میان می برد.

## ۲۷- سوراخ شدن قلب

## سوراخ شدن قلب (باقری)

کسانی که قلبشان سوراخ است اگر زردچوبه طبیعی و قلب گوسفند بخورند به یاری خدا مداوا خواهند شد.<sup>۱۷۵</sup>

سوراخ بودن قلب بچه (سوراخ اضافی بین بطن راست و چپ قلب) (ضیایی) طی ۲۴ ساعت بعد از بدنيا آمدن، یا ۴۸ ساعت، یا ۷۲ ساعت، یا ۶ ماه، یا یک سال، یا ۲ سال، یا ۱۶ سال، خود به خود بسته میشود، اما معمولاً اگر تا ۲ سالگی بسته نشد عمل جراحی میکنند.

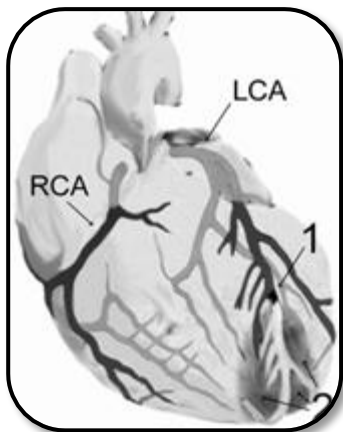
کمک به درمان: ۱- مربای به، ۲- مربای آمله، ۳- گلابی رسیده

سوراخ قلب مادرزادی (تبریزیان)<sup>۱۷۶</sup>

یک درمان بسیار سهل و صد درصدی دارد و آن قرص خون است. کدو حلوائی و داروی جامع و آب به نیز مفید است.

۱۷۵ طب اصول گرای اسلامی

۱۷۶ کتاب و سخنرانی های استاد



## ۲۸-سکته ی قلبی

### الف: معرفی بیماری

سکته قلبی (در اصطلاح پزشکی ام آی) )

و یا انفارکتوس میوکارد

(به انگلیسی: Myocardial infarction)

عبارت از انهدام و مرگ سلولی دائم و غیرقابل

برگشت در بخشی از عضله قلب (میوکارد) است که به علت از بین رفتن جریان خون و وقوع یک ایسکمی شدید در آن قسمت از قلب روی می دهد. این توقف گردش خون ممکن است ناگهانی و بدون هیچ علائم قبلی نمایان گردد و یا پس از چند حمله آنژیینی (درد قفسه سینه) نمود یابد. عمده ترین دلیل سکته بسته شدن رگ های تغذیه کننده قلب است. برای رفع انسداد غیر از دارو، از بالن و جراحی قلب باز (تعویض رگ مسدود شده) استفاده می شود. سکته ی قلبی نوعی عارضه فراگیر است که هر ساله باعث درگذشتن هزاران تن می گردد.

برخی از عوامل بروز سکته قلبی عبارتند از: دیابت، فشارخون بالا، کلسترول خون بالا، افراط در استعمال دخانیات و الکل، عدم فعالیت بدنی، فشار عصبی، سابقه فامیلی و افزایش سن و..

### پیشگیری از سکته قلبی

با تغییر سبک زندگی به یک سبک سالم می شود از خطر بیماری های قلبی پیشگیری نمود. عوامل اساسی یک سبک زندگی سالم شامل:

سیگار نکشیدن و یا ترک سیگار



رژیم غذایی مناسب (سبزی و میوه زیاد و چربی، قند و گوشت کم)

حداقل ۳۰ دقیقه ورزش در روز

کنترل بیماری هایی از قبیل دیابت، فشارخون بالا و کلسترول

دوری از محیط پر استرس

### سکته قلبی ۱۷۷

**علائم سکته قلبی:** درد شدید در ناحیه سینه به طرف بازوی چپ - عرق زیاد (پیشانی

شاید عرق کند) - دست چپ کم کم بی حس می شود - تنگی نفس - احساس

خستگی - حالت تهوع

### از دیگر علل سکته قلبی

فشار خون - بالا بودن چربی یا کلسترول یا قند خون - سیگار کشیدن - ورزش سنگین

(خصوصا در هوای سرد)

نکته: افراد طاس ۳ برابر افراد دیگر دچار سکته قلبی می شوند.

### ب: نسخه ها

#### سکته (روایات)

از عوامل سکته موارد زیر است که باید رفع شوند:

غلبه مزاج، گرفتگی و سفتی عروق، غلظت خون، فشار خون، پرخونی (در دموی ها)،

پرخوری، فشارهای عصبی و روانی و حرص و جوش و طمع، رعایت نکردن مسلمات

وقوانین کلی و... بنابراین هر یک از این موارد که در شما هست را باید رفع کنید. در

همه بیماریها باید به این روش (رفع ریشه های بیماری) عمل کنیم. و از طرفی باید موارد

تقویت قلب را نیز عمل کنید.

## حجامت

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله وسلم): اگر خون در درونتان به جوش می آید، حجامت کنید؛ چرا که خون، گاه ممکن است در درون شخص، طغیان کند و وی را بکشد.<sup>۱۷۸</sup>

## آویشن با نمک

مکارم الاخلاق: امام صادق (علیه السلام) فرمود: چهار چیز، چشم را جلا می دهد، سودمند است و هیچ زیانی ندارد.

درباره آنها از امام (علیه السلام) پرسیدند.

فرمود: آویشن و نمک، وقتی با هم باشند، نانخواه (زنیان) و گردو، وقتی با هم باشند.

به ایشان گفتند: این چهار چیز، وقتی با هم باشند، به چه کار می آیند؟

فرمود: ((نانخواه و گردو، (چون در بر هم قرار گیرند،) بواسیر را می سوزانند، باد را

دور می کنند، رنگ پوست را زیبا می سازند، معده را سختی (مقاومت) می دهند و

کلیه ها را گرم می کنند.

اما آویشن و نمک، (چون در بر هم قرار گیرند،) بادها را از دل برون می رانند،

انسدادها را می گشایند، بلغم را می سوزانند، آب (منی) را زیاد می گردانند، بوی دهان

را خوش می سازند، معده را نرمی می دهند، بوهای بد را از دهان می برند و آلت را

سفتی می بخشند.<sup>۱۷۹</sup>

## میوه به

امام صادق (علیه السلام): جعفر بن ابی طالب، نزد پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم)

بود و برای پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) یک به، هدیه آوردند. پیامبر

۱۷۸ طب الاثمه ص ۵۷

۱۷۹ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۴۱۶

خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) قطعه ای را از آن برید و به جعفر داد. جعفر، از خوردنش خودداری ورزید. فرمود: بگیر و بخور؛ چرا که قلب را هشیاری می دهد و ترسو را دلیر می کند<sup>۱۸۰</sup>

### سکته قلبی (خیر اندیش)<sup>۱۸۱</sup>

۱- (عسل + پودر سیاهدانه) یک قاشق مربا خوری هر ۸ ساعت یکبار

۲- سرکه انگبین خوراکی هر روز.

۳- حجامت عام ۳ مرحله

۳- زالو درمانی موضع حجامت عام در انتهای درمان ۲ مرحله به فاصله یک هفته.

### سکته قلبی (تبریزیان)<sup>۱۸۲</sup>

سعوط

### سکته قلبی و بیماریهای قلبی (ضیایی)

علل اصلی و عوامل مؤثر در این بیماریها:

۱- استفاده از خوراکیهای صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس ها، کالباسها، همبرگرها، پیتزا و...)... بسیاری از املاح مقوی و ویتامین ها از بین می رود که ۸۰٪ آنزیمهای مفید را پائین می آورد و اسانسهای شیمیایی [ ۷۰ نوع است و موجب ۲۰ بیماری می شود] نوشابه های گازدار و غیر گاز دار شیمیایی و آبمیوه های شیمیایی

۲- مواد شیمیایی و پلاستیکی.

۳- فشارهای عصبی و استرس.

۱۸۰ کافی ج ۶ ص ۳۵۷

۱۸۱ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

۱۸۲ کتاب و سخنرانی های استاد

- ۴- شوینده های شیمیائی، مواد شیمیائی معطر کننده، ادکلن ها.
- ۵- امواج الکترونیکی و مخابراتی
- ۶- همه وسایل برقی که میدان مغناطیسی ایجاد میکنند که گاز سمی فلورین (Felorin) تولید می کنند، برخی از قطعات کامپیوتری که داغ میشوند نیز گازهای سمی تولید میکنند.
- ۷- لباسهایی که با مواد نسوز تولید میشود.
- ۸- مواد آرایشی شیمیائی.
- ۹- ظروف پلاستیکی، تفلونی، آلومینیومی و سربی
- ۱۰- افزایش چربیهای مضر خون [کسترول (LDL) و تری گلیسرید خون] با مصرف خامه، سرشیر، میوه موز، روغن جامد، گله پاچه، جگر سیاه، ته دیگ، کیک خامه ای و ...
- ۱۱- افزایش فشار خون ( انبساطی یا مینیمی و انقباضی یا ماکزیمی).
- ۱۲- مصرف دخانیات ( پیپ، چپق، سیگار، قلیان).
- ۱۳- پُر خوری،
- ۱۴- کم تحرکی،
- ۱۵- اضافه وزن
- ۱۶- مشروبات الکلی
- ۱۷- مصرف مواد آفیونی ( بنگ، چرس، حشیش، ماری جوانا، تریاک و دود آن، مُرفین، هروئین و) ...
- ۱۸- مصرف قرصهای روان گردان (ا کس تازی ECSTASY، دلفین، آبی، اِکس و) ...

- ۱۹- مصرف کافئین زیاد [ ۷۰ بیماری می آورد ] (چای سیاه، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه و)...
- ۲۰- قندهای شیمیائی (قند، شکر، شیرینی جات غیر طبیعی و)...
- ۲۱- بیماری قند خون (دیابت)،
- ۲۲- عامل ژنتیکی و وراثتی
- ۲۳- زیاد خوردن گوشت قرمز و گوشت شکار
- ۲۴- ترانس چربی بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُر چرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، گله پاچه، جگر سیاه، سرخ کردنی، تفت دادنی، بو دادنی، ته دیگ)
- ۲۵- مصرف زیاد رازیانه
- ۲۶- زیاده روی در نوشیدن آب و یا نوشیدن آب و یا بسیار کم نوشیدن آب
- ۲۷- دائماً خشمگین و غضبناک بودن.
- ۲۸- سر و صدای ناشی از ترافیک، دانسینگ، کاباره یا شب نشینی های مبتذل
- ۲۹- لباسهای تنگ و بدن نما
- ۳۰- جیغ زدن، داد و فریاد نمودن، زیاد صحبت کردن، عادت به بلند صحبت کردن

### اما درمان:

صبح ناشتا: عسل طبیعی مخلوط با آب، یا مخلوط با آب جوش ولرم.

صبحانه: یک لیوان شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با یک قاشق مربا خوری عسل طبیعی، نان سبوس دار با مربای سیب، مربای به، مربای آمله، مربای هویج زرد (زردک)،

وسط روز: گلابی رسیده (در روایات شیعه آمده)، انگور سیاه، دمکرده بومادران، دمکرده کاسنی

ناهار: کباب ماهی با عسل، کباب ران مرغ با نارنج، دوغ شیرین کم چرب و به همراه ناهار: بادرنجبویه، کاهو (بدون سُس) و روغن زیتون و سبزی شنبلیله و سبزی ریحان، بعد از غذا: سیب درختی رسیده شیرین

عصرانه: هویج زرد، انار شیرین، طالبی، توت فرنگی، به مقدار نصف قاشق چایخوری نارمُشک مخلوط با عسل آویشن گردد و میل شود.

مغرب و شب: گیلاس، آلبالو، آلبوخارا، کرفس، سیر پخته، پیاز پخته

شام: آش آلو با نان جو سبوس دار به همراه پرتقال، سوپ جعفری هویج زرد روغن زیتون با نان جو سبوس دار به همراه توسرخ (دارابی=گریپ فروت)، زرشک پلو با روغن زیتون خوراکی به همراه نان جو سبوس دار به همراه پرتقال شب قبل از خواب: برگ کاسنی، عرق طبیعی بید مشک، عرق طبیعی بادرنجبویه، آب سیب رسیده شیرین تازه، آب به رسیده، گلابی رسیده

### بیماری سکنه به نوع لخته خون (ضیایی)

روزی یکبار پیاز پخته را، به مدت نیم ساعت در گودی کف پا بگذارید،

- ۱- بایستی غلظت خون نداشته و خونشان رقیق باشد تا سکنه تکرار نشود لذا هر ۶ ساعت دو لیوان (یک لیوان آب، یک لیوان آبجوش ولرم) بنوشد،
- ۲- هر روز، ۷ الی ۱۴ عدد آلو بخارا بمکد و بخورد،
- ۳- هر روز یک قاشق غذا خوری زرشک خام،
- ۴- هر روز یک قاشق غذا خوری تمشک،
- ۵- هر روز یک ساقه ریواس،
- ۶- هر روز ۱۴ عدد عناب،
- ۷- یک استکان دمکرده ناخنک (اکیل الملک)

در بیماران دارای فشار خون بالا: مخلوط سرکه طبیعی سیب با صبر زرد (آلوئه ورا) را به مدت ۲۰ دقیقه در گودی کف پا گذارده، به همراه ناهار و شام سبزی شنبلیله (حُلبه) و میوه گریپ فروت (توسرخ = دارابی) بخورند و در بین روز: آب ماست، آلوچه، قره قروت بی نمک، زغال اخته بی نمک مصرف کنند.

### سکته های قلبی (خدادادی)

پرهیز از غذاهای ممنوعه و مضر و سردی جات.

ورزش و پیاده روی، ماساژ روی ماهیچه ها، ماساژ و شنا در آب.

خواب و استراحت به موقع و غذای مناسب عامل مهمی در بروز این بیماری باشند.

هر شب به جای شام یک نعلبکی کنجد با پوست همراه ۳ عدد خرما میل شود.

مصرف مرتب روغن زیتون و روغن کنجد موجب رقیق شدن خون می شود.

### سکته قلبی (روازاده) / مرد/ سن ۶۵ سال / کرمان

**پرسش:** من سکته خفیف قلبی کرده ام (برای اولین بار) پزشکان گفته اند که باید

آنژیوگرافی شوم، آیا راه دیگری وجود ندارد؟ شخصی می گفت روغن گردو مصرف

کنم که در واقع آنژیوگرافی طبیعی است، راست است؟

**پاسخ:** آنژیوگرافی در درجه اول اقدامی تشخیصی است، بنابراین آنژیوگرافی مانعی

ندارد. اما اگر گرفتگی عروق در آنژیو اثبات شد بسته به میزان گرفتگی اقدامات

مختلفی را می طلبد.

البته روغن گردو برای این امر مفید است اما کافی نیست و نیاز به اقدامات مختلفی دارد

و توصیه می شود تحت نظر یک طبیب حاذق متخصص، پزشکی ایرانی (طب اسلامی -

ایرانی - بومی) درمان را پیگیری کنید و در صورتی که دسترسی ندارید آثریو را انجام دهید. در هر حال خوردن روغن گردو هم مفید است.<sup>۱۸۳</sup>

### سکته های قلبی (موسوی)<sup>۱۸۴</sup>

بیماری که دچار سکته قلبی شده است و غلبه خون یا فشار خون دارد. چنانچه در همان یکی دو روز اول که سکته حادث شده و بیمار از خطر حتمی رهیده است اگر پشت هر دست بین انگشت سوم تا انگشت کوچک ۱۰ عدد زالوی متوسط از لحاظ بزرگی بیاندازد به سرعت عوارض سکته قلبی از بین خواهد رفت و خطر رفع خواهد شد. این نکته باید مورد توجه جدی مسئولین درمان و بهداشت کشور قرار گیرد. چه در سکته های مغزی و چه در سکته های قلبی به جای آن که با تقلید های بی مورد از طب غربی بیمار را بیمارستان برده و با داروهای شیمیایی بخواهند حمله قلبی او را کنترل کنند از زالو درمانی استفاده کنند جان صدها نفر در روز مردن و یا زنده ماندن با دردهای قفسه سینه و همواره در اضطراب سکته بعدی به سر بردن خلاص خواهد شد. اگر اتاق های عمل و بخش های اورژانس ما به تجهیزات زالو درمانی مجهز شود نقطه عطفی در تاریخ علوم پزشکی کشورمان خواهد شد که دنیای علوم پزشکی مربوط به بیماری های قلبی را متحول خواهد ساخت.

پس از آن که زالو درمانی روی دست ها در حالت اورژانس انجام شد و بیمار بهبودی سریع خود را بدست آورد، باید طبق همان دستور قبلی که در مورد سکته های قلبی گفتیم، ۲۵ روز پس از زالوی پشت دست، پشت هر گوش ۱۰ عدد زالوی ریز بیاندازد و ۲۰ تا ۲۵ روز پس از آن دست ها و ۲۰ تا ۲۵ روز بعد روی هر پا زالو بیاندازد.

۱۸۳. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روازاده ج ۳ ص ۱۰

۱۸۴ زالو درمانی صفحه ۷۰.



بیمارانی که شفا یافته اند بهتر است هر سال در فصل بهار ۳ دوره زالو یعنی اول پشت گوش و بعد روی دست و بعد روی پا بیاندازید تا عمری طولانی یافته و از امکان سکنه های بعدی در امان قرار گیرند.

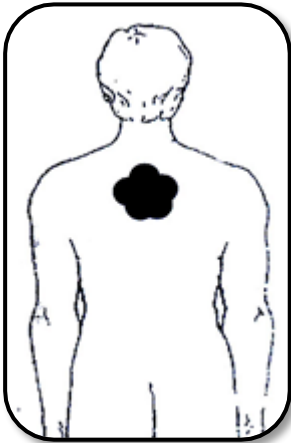
چنانچه بیمار سکنه قلبی یا بیماری که عروق قلب وی انسداد پیدا کرده و رنگ پریده و کم خون و در عین حال دارای خون غلیظ می باشد و ناتوانی عضله قلب و توزیع خون مشهود است، ابتدا باید داروی پاکسازی دستگاہ گوارش را همراه با داروهای مفرح و تقویت کننده قلب و مغز خونساز مصرف کند و داروهای عطسه آور را به کار گیرد، آنگاه پس از حصول اطمینان از خون رسانی و تقویت قلب مبادرت به زالو درمانی نماید که طبق دستور از پشت گوش شروع و پس از آن به دست و سپس به پا خواهد رسید و پس از ۲ الی ۳ ماه پرهیز از زالو درمانی دوباره خونگیری طبق دستور از سر گرفته خواهد شد. سایر روش های درمان گیاهی مطابق با دستورات پزشک مسلط به طب سنتی همراه با مراحل مختلف خون درمانی باید ادامه یابد.<sup>۱۸۵</sup>

### پیشگیری از سکنه مغزی و قلبی (خدادادی)

خوردن یک قاشق غذاخوری روغن زیتون با چند عدد انجیر.

### بادکش خورشیدی

مقدمه یک حجامت سنگین در افراد با غلظت بالای خون و در افراد با پوست ضخیم قبل از حجامت باید انجام شود.



## ۲۹- غیر طبیعی بودن ضربان قلب (آریتمی قلب)

### الف: معرفی بیماری

**آریتمی قلبی** (به انگلیسی: Cardiac arrhythmia) به معنی غیر طبیعی بودن ریتم قلب است. ریتم طبیعی قلب از گره سینوسی آغاز شده و پس از انتقال به گره دهلیزی - بطنی در بطنها منتشر می شود. در نتیجه این نحوه هدایت تحریک الکتریکی، ابتدا دهلیز و با فاصله کمی بطنها منقبض می شوند. ریتم طبیعی قلب بین شصت تا صد ضربان در دقیقه است.

به کندی ریتم قلب برادی کاردی و به تند ریتم قلب تاکی کاردی می گویند. برادیکاردی گاهی فیزیولوژیک است مانند افراد ورزشکار و گاهی پاتولوژیک است مانند برادیکاردی ناشی از سکت قلبی. تاکیکاردی نیز همین گونه است. همچنین ممکن است موج تحریک الکتریکی قلب در نقطه ای از مسیر کند یا متوقف شود که به آن بلوک قلبی می گویند. گاه ممکن است نقطه دیگری از قلب جای گره سینوسی را به عنوان کانون شروع کننده موج تحریک الکتریکی قلب بگیرد که آن را ضربان اکتوپیک می نامند.

فیبریلاسیون دهلیزی و فیبریلاسیون بطنی انواع دیگری از آریتمی قلبی هستند که تحریک الکتریکی مسیر مشخصی را در قلب طی نمی کنند و سلولهای دهلیزی یا بطن به صورت نامنظم تحریک می شوند. در نوع دیگری از آریتمی قلبی، ضربان دهلیزی و بطن از هم منفک شده اند و هر کدام با ریتمهای مجزا و از مراکز مجزا تحریک می شوند (انفکاک دهلیزی بطنی)

## ب: نسخه ها

## تنظیم ضربان قلب (روایات)

## حجامت (بسیار مهم)

امام رضا (علیه السلام): حجامتی که میان شانه ها صورت می گیرد، در بهبود ضربان قلب ناشی از شکم پری و حرارت، سودمند است. آن (حجامتی) که در ساق پا صورت پذیرد، ممکن است از کلیه، مثانه و زهدان بکاهد و خون قاعدگی را به جریان اندازد. تنها مشکلی که دارد، این است که تن را ضعیف می کند و ممکن است از آن، شب کوری شدیدی بر شخص عارض گردد. با این همه، برای کسانی که جوش و کورک دارند، سودمند است.<sup>۱۸۶</sup>

## آریتمی قلب (خدادادی)

این بیماری عبارت است از به هم خوردن نظم کارکرد قلب و خارج شدن از حالت طبیعی که ضربان قلب افت و خیز پیدا می کند به طوری که بیمار دچار ترس و نگرانی می شود و هر آن احساس خطر می کند؛ زیرا به طور ناگهانی ضربان قلب افزایش می یابد (تاکیکاردی) و استرس زیادی به بیمار وارد می کند و گاهی هم ضربان قلب به شدت کاهش می یابد (برادیکاردی) و بیمار ناخودآگاه دچار کسالت و ناراحتی می شود.

برخی از علل این بیماری عبارتند از:

استرس عصبی و حرص خوردن مداوم. رنج بردن از یبوست مزاج.

بی نظمی در خواب و خوراک و استراحت.

نوشیدن مرتب آب در بین غذا (لاغری و چاقی و ...) که نظم بدن را به هم می زنند.

مصرف برخی داروها که چنین عوارضی را ایجاد می کنند.

## برای منظم کار کردن قلب (تبریزیان)

مرکب ۴

بی نظمی ضربان قلب (روازاده) / مرد/سن ۵۷ سال / تهران

پرسش: آیا برای بیماری بی نظمی ضربان قلب (پی وی سی) درمانی وجود دارد؟

پاسخ: حجامت عام

مصرف منظم دم کرده سنبل الطیب

قطع مصرف چای

پرهیز از غذا و روغن های صنعتی و غلیظ<sup>۱۸۷</sup>

حفظ آرامش

## ۳۰- سنگینی قلب

## سنگینی قلب (روایات)

انار شیرین با پرده های آن

حارث بن مغیره می گوید: از سنگینی معده و نامرتبی گوارش خود به امام صادق (ع) شکایت کردم. ایشان فرمودند: این انار شیرین را با پرده های میان دانه های آن بخور که معده را کاملاً پاکسازی می کند و نامیزانی گوارش را سامان می بخشد و غذا را هضم می کند و در دل تسبیح خداوند می گوید.<sup>۱۸۸</sup>

## میوه به

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): هر گاه کسی از شما در قلب خود، سنگینی ای احساس می کند، به بخورد.

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): به بخورید؛ چرا که ذهن را افزون می سازد، سنگینی سینه را می برد و فرزند را نکو می کند.<sup>۱۸۹</sup>

## علت احساس سنگینی در بدن

خشنی و سنگینی در کبد است و حیات در ریه و جایگاه عقل در قلب پس برای اصلاح پر خاش و سنگینی کبد راهم درمان کنید و برای رفع مشکلات عقل، قلب را نیز درمان کنید.<sup>۱۹۰</sup>

۱۸۸ طب الاثمه ص ۱۳۴

۱۸۹ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۳۷۴ ح ۱۲۴۳

۱۹۰ علل الشرایع: ج ۱، ص ۱۰۷

### ۳۱- ضعف پمپاژ قلب

#### ضعف پمپاژ قلب (ضیایی)

اگر پمپاژ خون قلب ضعیف باشد مثلاً ۲۰٪ باشد، این سه کار را انجام دهید:

۱. به، آبِ به، مربّای به صبح ها بخورد (تقویت قلب)،
۲. وسط روز: آب سیب مخلوط با عسل (درمان ضعف قلب)،
۳. شب قبل از خواب: ۵ برگ کلم پیچ (برگ سبز) به همراه ۳ لیوان آب بجوشانید، تا برسد به یک لیوان، سرد که شد، یک قاشق پلوخوری عسل آویشن یا نعناع در آن مخلوط کند و بخورد (درمان اختلال دریچه ای قلب نیز میشود)

توجه: هیچگاه بدون سحری و افطاری یا بدون صبحانه و شام نباشید.<sup>۱۹۱</sup>

نکته: نسخه های تقویت قلب و رعایت کلیات و مسلمات، برای ضعف پمپاژ قلب لازم و در اکثر موارد کافی است.

## ۳۲- درمان مشترک بر همه بیماریهای خونی

### درمان بیماری های خونی (روایات)

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): درد، سه چیز است و درمان نیز سه چیز. اما درد، عبارت است از: خون، تلخه (سودا و صفرا) و بلغم. درمان خون، حجامت است، درمان بلغم، حمام است، و داروی تلخه نیز راه رفتن.<sup>۱۹۲</sup>

### اثر غسل روی خون (خیر اندیش)

برای ساخته شدن هموگلوبین خون، آهن و ویتامین ب<sub>۱۲</sub> کافی، باید همراه باشد. غسل از نظر آهن غذایی نسبتاً غنی که با مصرف آن سنتز هموگلوبین و در نتیجه گویچه های قرمز خون افزایش می یابد. با افزایش هموگلوبین در خون، قدرت اکسیژن رسانی خون به بافت ها نیز بیشتر می شود که این امر خود نتایج مفیدی را در سوخت و ساز و سلامت بدن به بار می آورد. بالا رفتن هموگلوبین خون در اثر مصرف مرتب غسل با آزمایش های مختلف به اثبات رسیده است.<sup>۱۹۳</sup>

### تبریزیان

قرص خون - صاف کننده خون - حجامت - سیر نشدن از غذا

۱۹۲ من لا یحضره الفقیه ج ۱ ص ۱۲۶

۱۹۳ غسل صفحه ۳۸.

## ۳۳- انواع کم خونی

### الف: معرفی بیماری

#### کم خونی یا آنمی

کم خونی یا آنمی (به انگلیسی: Anemia) از واژه یونانی an-haima به معنی بدون خون گرفته شده است و عبارتست از نقص کمی و یا کیفی هموگلوبین که یک مولکول در درون گلبول های قرمز است. چون هموگلوبین وظیفه ترابری اکسیژن از شش ها به بافت های بدن را بر دوش دارد پس، کم خونی مایه بروز هیپوکسی (hypoxia) یا کم اکسیژنی در بافت ها و اندام ها می شود. از آنجایی که سلول های بدن برای بقای خود به اکسیژن وابسته هستند، درجه های گوناگون کم خونی می تواند شرایط بالینی گوناگونی را ایجاد کند.

کم خونی اختلال خونی شایعی است که در آن گلبول های قرمز و یا هموگلوبین کافی در خون وجود ندارد.

هموگلوبینی که در گلبول های قرمز خون وجود دارد باعث می شود تا اکسیژن به گلبول قرمز متصل شده و توسط مویرگ ها به بافت های مختلف بدن برسد. از آنجایی که تمام سلول های بدن انسان برای زنده ماندن به اکسیژن وابسته اند، کمبود آن باعث هیپوکسی شده و گستره وسیعی از مشکلات را به همراه دارد.

کم خونی انواع گوناگونی دارد که هر یک علت خاص خود را دارند. این بیماری بر اساس های گوناگونی طبقه بندی می شود، مثل ریخت شناسی گلبول های قرمز، مکانیسم های اتیولوژیک و غیره. سه دسته اصلی عبارتند از: ازدست رفتن حجم زیادی



از خون (خون‌ریزی‌های حاد یا مزمن)، از بین رفتن سلول‌های خونی (همولیز) و کمبود تولید سلول‌های خونی.

### علائم کم خونی

مهمترین علامت کم خونی احساس خستگی زودرس و فرسودگی است. علائم دیگر شامل این موارد است:

- ضعف
- رنگ پریدگی پوست
- ضربان نامنظم یا تند قلب
- کوتاهی نفس
- درد قفسه سینه
- احساس سبکی در سر و یا سرگیجه خفیف
- مشکلات شناختی
- بی‌حسی، کرختی یا سردی انتهای اندامها
- سردرد

ممکن است در ابتدا کم خونی آنقدر خفیف باشد که متوجه علائم آن نشوید. اما شدت علائم با پیشرفت کم خونی افزایش می‌یابند.

بسیاری از مردم به کم خونی تشخیص داده نشده مبتلا هستند و نشانه‌های بیماری مبهم است. اغلب افراد مبتلا به کم خونی از احساس سستی و یا خستگی همیشگی و یا هنگام فعالیت، احساس کسالت عمومی و گهگاهی ناتوانی تمرکز شکایت دارند. افراد مبتلا به شکل‌های شدیدتر کم خونی بیشتر تنگی نفس خود را در هنگام فعالیت بدنی اعلام

می کنند. شکل خیلی شدید کم خونی بدن را وامی دارد عارضه موجود را با افزایش برون ده قلب جبران کند که این خود موجب تپش قلب و تعریق می گردد و در پایان منجر به نارسایی قلبی می شود.

رنگ پریدگی چهره، کمرنگ شدن بستر ناخن در کم خونی متوسط تا شدید نشانه خوبی برای تشخیص است ولی همیشه به گونه روشن نیست. سایر علائم سودمند عبارتند از: التهاب مخاط دهان (koilonychia) و ناخن قاشقی شکل (koilonychia).

(میل به خوردن مواد غیر خوراکی): مانند خوردن خاک، کاغذ، موم، سبزه می تواند نشانه کمبود آهن باشد، با این وجود این حالت در کسانی که کم خونی نداشته باشند نیز دیده می شود. کمخونی مزمن در کودکان سبب اختلالات رفتاری می شود که نتیجه تکامل نامناسب سیستم عصبی در دوران نوزادی است و در کودکان سنین مدرسه موجب افت تحصیلی می شود.

عموماً پزشک آزمایش شمارش کامل خون را جزو آزمایش های نخستین برای تشخیص کم خونی، درخواست می کند. علاوه بر گزارش شمار گلبولهای قرمز و مقدار هموگلوبین، دستگاه خود کار شمارنده اندازه گلبولهای قرمز را با فلوسیتومتری اندازه می گیرد که یک عامل مهم در افتراق میان علل گوناگون کمخونی می باشد.

برای مردان بالغ هموگلوبین کمتر از  $13\text{gr/dl}$ ، نشانه کم خونی است و برای زنان بالغ این مقدار  $12\text{gr/dl}$  می باشد.

## عملکرد سلولهای خونی

شرح مختصر اجزاء خون و وظایف آنها در پزشکی جدید:

خون از سلولهای خونی و مایعی به نام پلاسما تشکیل شده است. سه نوع سلول خونی در پلاسما شناور هستند.

سلولهای خونی سفید (گلبولهای سفید): این سلولها با عفونتها مبارزه می کنند.

پلاکتها: این سلولها به لخته شدن خون پس از ایجاد جراحتهای کمک می کنند.

سلولهای خونی قرمز (گلبولهای قرمز): این سلولها اکسیژن را از ریه ها به مغز، سایر ارگانها و بافتها مختلف بدن حمل می کنند. بدن شما برای عملکردهای خود به خون حاوی اکسیژن احتیاج دارد.

خون اکسیژن دار کمک می کند تا انرژی لازم برای بدن تامین شود و گرمی و رنگ پوست سالم را ایجاد می کند. گلبولهای قرمز محتوی هموگلوبین هستند. هموگلوبین یک پروتئین حاوی آهن است که عامل ایجاد رنگ قرمز خون است. این ماده عامل اصلی انتقال اکسیژن از ریه ها به سایر نقاط بدن است و دی اکسید کربن را نیز از بافتهای بدن به ریه ها منتقل می کند تا در ریه ها از طریق بازدم دفع شوند.

بسیاری از سلولهای خونی از جمله گلبولهای قرمز به صورت مداوم در مغز استخوان تولید می شوند. مغز استخوان یک ماده اسفنجی شکل قرمز رنگ است که درون برخی از استخوانهای بدن وجود دارد. در روایات اسلامی باقلا و ... برای تولید خون تازه در مغز استخوان معرفی شده است.

برای تولید گلبولهای قرمز و هموگلوبین، بدن به مصرف غذای حاوی پروتئین، ویتامینها و آهن نیاز دارد.

کم خونی حالتی است که در آن تعداد گلبولهای قرمز و یا میزان هموگلوبین آنها کمتر از میزان طبیعی است. در کم خونی تخریب گلبولهای قرمز سریعتر از جایگزینی گلبولهای جدید است لذا خون گلبول قرمز کمتری خواهد داشت و در نتیجه میزان حمل اکسیژن به بافتهای بدن کاهش یافته و احساس خستگی ایجاد می شود.

## علل ودلائل کم خونی

کمبود آهن (۹۰٪ علل)، کمبود (مس، منگنز، بعضی ویتامین های گروه B)، خونریزی، رژیم های سخت، اختلال در عملکرد مغز استخوان یا کبد، ابتلا به بیماری های مختلف، فاویسم، سلیاک، عدم کارایی فوق کلیه، کاهش اسید معده، کاهش کلسترول، ورم مزمن کلیه، سرطان ها، اختلالات ارثی، دارو ها (متیل دوپا، داپسون و ...)، سم مار یا عنکبوت، اختلالات غدد، رنگ پریدگی، احساس خستگی، ضعف، تپش قلب، سردرد یا سرگیجه، تهوع، منوراژی (در زنان)، آمنوره (در زنان).<sup>۱۹۴</sup>

## سه دلیل اصلی کم خونی شامل

هدر رفتن حجم فراوانی از خون (به شکل حاد یا خونریزی شدید و بشکل مزمن به گونه کم کم و تدریجی ولی در مدت زمان طولانی)، ویرانی بیش از حد گلبولهای قرمز (همولیز)، و سستی و ناتوانی سیستم خونساز (hematopoiesis). کم خونی شایعترین بیماری خونی است. کم خونی به علل گوناگون ایجاد می شوند.

## انواع کم خونی

۱- کم خونی کمبود آهن شایعترین گونه کم خونی بوده و علل فراوانی دارد. گلبولهای قرمز در زیر میکروسکوپ، بیشتر هیپوکروم (رنگ پریده) و میکروسیت (کوچک) هستند. کم خونی کمبود آهن به علت مقدار ناچیز آهن در غذا و یا نبود

جذب گوارشی آن برای جبران آهن ازدست رفته در عادت ماهانه و یا بیماری است. آهن یک قسمت اصلی در ترکیب هموگلوبین است و کمبود آن سبب کاهش ورود هموگلوبین به داخل گلبول قرمز می شود. در ایالات متحده، ۲۰٪ زنان در سنین باروری در مقایسه با ۲٪ مردان بالغ، به کم خونی کمبود آهن دچار هستند. علت اصلی کم خونی کمبود آهن در زنان هدر رفتن خون در زمان عادت ماهانه می باشد. کمبود آهن بدون کم خونی در دختران نوجوان سبب پائین افتادن کیفیت تحصیلی و ضریب هوشی می شود.

کمبود آهن شایعترین حالت کمبود یک عنصر بایسته در سراسر جهان می باشد. کمبود آهن گهگاهی سبب زخم غیرطبیعی گوشه لب می شود. کم خونی کمبود آهن همچنین می تواند به علت زخمهای خونریزی دهنده دستگاه گوارش باشد.

کم خونی نورموسیتیک وقتی است که هموگلوبین کاهش یافته ولی اندازه گلبولهای قرمز طبیعی است (MCV طبیعی).

۲- کم خونی مگالوبلاستیک: شایعترین نوع کم خونی ماکروسیتیک است که به کمبود ویتامین B<sub>12</sub> یا اسیدفولیک یا هردو مربوط می شود. کمبود فولات یا ویتامین B<sub>12</sub> می تواند به تهیدستی غذایی یا سوءهاضمه (بدی گوارش) مربوط باشد. کمبود فولات طبیعتاً عوارض عصبی ایجاد نمی کند ولی کمبود ویتامین B<sub>12</sub>، چنین می کند.

۳- کم خونی پرنیسیوز: علت آن یک واکنش اتوایمون (سیستم دفاعی بدن علیه سلولهای خودی) علیه سلولهای دیواره معده می باشد. سلولهای دیواره فاکتور داخلی را

ترشح می کنند که برای جذب ویتامین B<sub>۱۲</sub> غذا وجود آن بایسته است. بنابراین ویرانی سلولهای دیواره سبب نبود فاکتور داخلی و در نتیجه جذب ناچیز ویتامین B<sub>۱۲</sub> می شود.

**۴- کم خونی ماکروسیتیک:** بعلت برداشتن قسمت عملیاتی معده همانند عمل جراحی بای پاس معده و کاهش جذب فولات و ویتامین B<sub>۱۲</sub> می شود رخ دهد. بنابراین پزشک معالج باید مراقب بروز کم خونی به دنبال اینگونه اعمال جراحی باشد.

**۵ - کم خونی ناشی از اعتیاد به الکل:** که سبب بزرگتر شدن گلبولهای قرمز می شود و گاه کم خونی به همراه دارد.

**ب: نسخه ها**

**کم خونی (روایات)**

**باقلا**

امام صادق (علیه السلام): خوردن باقلا، استخوان های ساق را تراکم درونی می دهد، توان مغز را افزون می سازد و خون تازه تولید می کند.<sup>۱۹۵</sup> (بجز افراد حساس به باقلا).

**مومیای باعسل بعد از نزدیکی**

پس غسل کن و همان دم قدری مومیایی با شربت عسل یا با عسلی که کف آن را برداشته

باشند، بخور. زیرا این کار همانند آن آبی را که از تو بیرون رفته است را به تو باز میگرداند.<sup>۱۹۶</sup>

**کباب**

در مدینه به عارضه ای گرفتار آمدم و در نتیجه آن، ضعیف شدم: نزد امام کاظم (علیه السلام) رفتم. به من فرمود: تو را ضعیف می بینم! گفتم: آری. فرمود: کباب بخور.

۱۹۵ کافی ج ۶ ص ۳۴۴

۱۹۶ بحار الانوار ج ۶۲ ص ۳۲۷

من هم کباب خوردم و بهبود یافتم.<sup>۱۹۷</sup>

سبزی تره، مقل ازرق، هلیله، بلبله وامله نیز در روایات خونساز معرفی شده است که آقای تبریزیان با ترکیب اینها قرص خون ساخته اند که واقعا معجزه میکند. تالاسمی و هموفیلی و انواع کم خونی و کم بود آهن و سوراخ قلب و بیماری هایی که ناشی از کم خونی هستند را به آسانی و بدون عارضه درمان میکند. طوری که فرد کم خون باید حجامت کند. بنده (مؤلف) معجزاتی از این دارو دیده ام. علاوه بر بیماری های جسمی حتی یک خانواده که همیشه در حال دعوا بودند بعد از خوردن قرص خون مهربان و خوش اخلاق شده بودند. چون کم خونی ضعف اعصاب می آورد. شما نیز میتوانید داروهای اسلامی را با هم ترکیب کنید و درمانهای شگفت انگیز درست کنید.

انار و مویز نیز در روایات خونساز معرفی شده است

### برای تولید خون و تولید مغز ساق پا (ضیایی)

روزی ۱۴ عدد باقلای آب پز بخورید ( به شرطی که بیماری کم خونی ژنتیکی فاویسم نداشته باشید).<sup>۱۹۸</sup>

### انواع کم خونی (تبریزیان)

برای درمان تالاسمی ها و هموفیلی و کم خونی و سوراخ قلب و همه انواع بیماری های خون (بجز زیادی خون) و سرطان خون قرص خون عالی است. و آب شوید با عسل مفید است افراد کم خون تره زیاد بخورند.

### درمان کم خونی و اضطراب (ضیایی)

۱- مخلوط سه شیر (خرما، انگور، توت)، ۲- صبحانه: شیر خرما، شیر عسل.

۱۹۷ الکافی ج ۶ ص ۳۱۹ ح ۲

۱۹۸ متن مورد تایید استاد

۳-مرَبّای گل بهار نارنج.<sup>۱۹۹</sup>

### ضعف اعصاب + کم خونی + سردرد میگرنی (ضیایی)

- ۱- توکّل به خداوند متعال
  - ۲- توَسَّل به ۱۴ معصوم علیهم السلام،
  - ۳- صبحانه: شیر عسل، شیر خرما، حلیم گندم گوشت،
  - ۴- صبح: یک قاشق چایخوری پودر گل راعی + یک قاشق پلو خوری عسل آ ویشن یا نعنا،
  - ۵- وسط روز و عصرانه: هر بار یک قاشق پلو خوری سه شیره (خرما، توت، انگور)،
  - ۶- اوّل مغرب: چای کوهی با عسل آ ویشن یا نعنا،
  - ۷- شب نصف استکان گلاب طبیعی + نصف استکان عرق بید مشک طبیعی + یک قاشق پلو خوری عسل آ ویشن یا نعنا، (برای همه سنین خوب است)،
  - ۸- بعد از شام: یک لیوان آب سبب با عسل آ ویشن یا نعنا.
- توجه: اگر اعصاب او خیلی ضعیف است بجای گل راعی و چای کوهی، به ترتیب از سُبُل الطّیب و گل بهار نارنج استفاده کند.<sup>۲۰۰</sup>

### خونساز و ضدّ خونریزی شدید رحمی (بیماری منوراژی) ضیایی

- ۱- صبح ناشتا، یک قاشق مرَبّای خوری سویق العدس بخورید.
- ۲- گهگاهی برای شام یا نهار خورشت عدسی مخلوط با سرکه طبیعی انگور بخورید.

۱۹۹ متن مورد تایید استاد

۲۰۰ متن مورد تایید استاد



- ۳- روزی دو مُشت سیب زمینی ورقه شده برشته در روغن زیتون بخورید.
- ۴- روزی یک استکان جوشانده گل و برگ رازک (از سه روز تا دو هفته).
- ۵- هر ۶ ساعت دو عدد میوه شاه بلوط بخورد.<sup>۲۰۱</sup>

## کم خونی ناشی از بیماریهای ژنتیکی همولیتیکی و کم خونی ناشی از

### بیماری ژنتیکی تالاسمی مینور (خفیف)، ماژور (شدید) (ضیایی)

- ۱- در کم خونی فاویسم و کم خونی داسی شکل باقلا و کاهو، نخورید و حتی دست نزنید،
- ۲- شیر عسل صبحگاهی،
- ۳- وسط روز و عصرانه یک قاشق غذا خوری از مخلوط سه شیره بخورید،
- ۴- بعد از ناهار، ۷ عدد خرما،
- ۵- بعد از شام یک لیوان آب سیب عسل.
- بیماران دارای تالاسمی مینور بایستی مواظب خود باشند و نیازی به واحد خون ندارند، این بیماران بایستی از اسید فولیک موجود در سبزیجات تیره مانند: جعفری، تره، کاهو (بدون سُس) و از لَبُو و سبزی خُرفه استفاده کنند.
- بیماران دارای تالاسمی مینور، مقاوم در مقابل آنفولانزا و سکتته های قلبی و عروقی هستند و غالباً به این دو بیماری مبتلا نمی شوند.
- زن وشوهر نبایستی هر دو تالاسمی مینور داشته باشند؛ زیرا فرزندشان دارای بیماری تالاسمی ماژور میشود. (دکتر جهانی، متخصص بیماریهای خون).<sup>۲۰۲</sup>

۲۰۱ نسخه مورد تایید استاد

۲۰۲ متن مورد تایید استاد

## کم خونی (باقری)

کم خونی یعنی محروم کردن سلول های بدن از غذا کم خونی، مادر همه بیماری هاست دشمن با علوم جدید در سطح گسترده کم خونی را توسعه می دهد و از سوی دیگر با روش های درمانی خود ده ها بیماری دیگر هم تولید می کند.

عوامل کم خونی عبارتند از:

- ۱- نوشیدن چای و نوشابه
- ۲- خوردن سرخ کردنی ها
- ۳- نواختن و شنیدن موسیقی
- ۴- استفاده از ظروف تفلون و آلومینیوم برای طبخ غذا.
- ۵- تنفس کردن در فضای نجس العین مثل زندگی در آپارتمان ها و منازلی که سرویس توالت و حمام داخل فضای زندگی قرار گرفته است.
- ۶- زندگی کردن در مکانی که نور آفتاب نمی تابد و یا خیلی کم است.
- ۷- مصرف کمپوت ها و کنسروجات

خون در بدن فوق العاده مهم است. خون نعمتی است که خدا خیلی راحت آن را به ما ارزانی داشته است. یکی از عوامل تولید خون، آفتاب است. آفتاب، آهن را به همراه خود به بدن ما منتقل می کند و زمین را نیز از آهن سیراب می کند تا درخت ها خوب رشد کنند، شاخه برویاند و میوه بدهند. کمبود خون در بدن همه استعداد ها را به هم می ریزد و کل سیستم دفاعی بدن آسیب می بیند.

اگر دچار کم خونی شده اید با روش های زیر خود را درمان کنید:

- ۱- عوامل کم خونی را (که گفته شد) از زندگی خود کنار بگذارید.

۲- مواد زیر را در تغذیه خود وارد کرده و از آنها تناول کنید:

- بهار نارنج
- سرکه طبیعی
- فرنجمشک
- عسل طبیعی
- باقلا
- بومادران
- بیدمشک
- مرزه
- گزنه
- بادرنجبویه
- جعفری
- سیب سرخ
- زردآلو
- گلاب
- شیره طبیعی انگور

از مواد فوق آنها که دم کردنی است دم کرده و میل کنید. میوه ها نیز کاملاً شسته و با نمک، ضد عفونی کرده و مصرف کنید این که کدام را بخوریم بستگی به مزاج دارد (اگر مزاجمان گرم است آنهايي که سرد هستند و اگر مزاجمان سرد است از آنهايي که گرم هستند، استفاده کنیم).

۳- روزانه دو عدد (صبح و شب) هر وعده یک استکان از شربت خونساز را با ۳ قاشق مکمل خونساز میل کنید. در کم خونی معمولی ۱۴ روز و در کم خونی شدید یک ماه از این دارو استفاده کنید.

### نکته های مهم

۱- استفاده از قرص های آهن که متاسفانه امروزه توسط طب مدرن شیمیایی تجویز می شود هم معده را از کار می اندازد و هم یبوست ایجاد کرده و هم دندان ها

را از بین می برد. ما دو مرکز مهم برای تولید بیماری و یا انتقال آن داریم یکی دهان و دیگری معده، دشمن با تجویز قرص آهن از هر دو راه به ما آسیب می رساند.

۲- یکی از علل کم خونی، فقر آهن است. برای تامین آهن، نعل اسب یا هر آهن دیگری را روی آتش، سرخ کرده و در آب یا در غذا بیندازید و اگر آهن، زنگ زدگی داشت ابتدا آن را ساییده و با پارچه ای پاک کنید. توجه داشته باشید ممکن است بو، طعم، مزه و رنگ آب یا غذای شما کمی تغییر کند ولی این تغییر در حدی نیست که تنفر ایجاد کند.<sup>۲۰۳</sup>

### کم خونی (بنی هاشمی)

انار خونساز است شاه توت و آلبالو هم مفید است.

### کم خونی ناشی از خونریزی داخلی (ضیایی)

اولاً باید خونریزی داخلی را بند آوریم بوسیله خوردن میوه به، برگ مو، دمکرده گل بابونه، دمکرده گل بومادران (و خوردن حنظل زیر نظر متخصص گیاهی)، سپس صبحانه شیر عسل، بعد از نهار ۷ عدد خرما، بعد از شام تا وقت خواب یک لیوان آب سیب عسل مصرف کنید.

توجه: اگر سُبُلُ الطَّيِّبِ با گل گاو زبان خورده شود، باعث خونریزی میشود.<sup>۲۰۴</sup>

### کم خونی ناشی از خونریزی خارجی (ضیایی)

به خاطر بیماری ژنتیکی هموفیلی یا به خاطر تصادف، سقوط و...

اولاً در سه روز پیاپی، روزی به مقدار یک ماش، مومیا خورده و با محلول مومیا، محل خونریزی را شستشو داده و ضماد مومیا روی آن می گذاریم،

۲۰۳ طب اصول گرای اسلامی

۲۰۴ متن مورد تایید استاد

خوردن مخلوط سه شیره (خرما، انگور، توت).<sup>۲۰۵</sup>

### روش های مصرف خونسازها (یکتا)

اگر کسی هم غلبه صفرا و هم کم خونی داشت زردآلو برایش خوب است. درست است که زردآلو، گرم است ولی خیلی هم گرم نیست بلکه معتدل مایل به گرم است. زرشک، سرد است. انار، خنک است. آلبالو، سرد است. عناب، معتدل مایل به خنک است. این ها برای صفراوی مزاج ها مضر نیست البته کسانی که غلبه سردی دارند برای درمان کم خونی خیلی از این ها مصرف نکنند مگر این که حداقل دو برابر، خونساز گرم به آن اضافه کنند که خنثی بشود. البته اگر باز هم استفاده نکنند بهتر است بلکه از همان خونسازهای گرم استفاده کنند. صفراوی مزاج ها اگر کم خونی داشته باشند باید فقط خونساز سرد استفاده کنند و می توانند از گرمی استفاده کنند. البته کاسنی و شاهره برای صفراوی مزاج ها خوب است. کاسنی برای صفراوی مزاج ها مناسب است. اگر کسی غلبه صفرا داشت سیب و بیدمشک و نسترن و گلاب هم برایش مفید است.

سبوس هم برایشان مضر نیست. می توانند خونساز های گرم را هم به همراه خونساز های سرد مصرف کنند که گرما اذیتشان نکند.

اما گیاهانی که خونساز هستند مثل بادرنجبویه، زیره، بومادران، جعفری، گزنه و یونجه این ها به چه صورتی استفاده بشود؟

می توانید دم کنید و با عسل و خرما بخورید، برای این که ماندگاریش در معده زیادتر بشود ربع ساعت بعد از غذا یک فنجان از این دم کرده خونساز ها را مصرف کنید.

روش دیگر این است که عرق این گیاهان را با هم مخلوط و با عسل، شیرین کرده و ربع تا نیم ساعت بعد از هر وعده غذایی یک فنجان میل کنید.

فالوده را روزی سه پیمانه مصرف کنید و چون سیب دارد و در بدن می ماند لازم نیست بعد از غذا باشد.

آن خونسازهایی که به صورت شربت یا دم کرده است چون روان است و در معده استقرار ندارد برای این که در معده استقرار داشته باشد باید ربع تا نیم ساعت بعد از غذا مصرف شود.

گزنه راهم مثل گیاهان دیگر دم کرده یا عرقش را شربت کنید. گزنه یکی از خواصش پائین آورنده قند و عفونت پروستات است. هر گیاهی که خدا خلق کرده دنیایی از خاصیت است.

### کم خونی (روازاده)

۱. اصلاح تغذیه و پاکسازی معده.
۲. مصرف گوشت شتر یا گوسفند به صورت کباب، عسل، انجیر و شیره انگور و خرما و مویز.
۳. خوردن سیب درختی سرخ، عرق بیدمشک و گلاب، گوشت قرمز و جگر شتر و خرما.
۴. مصرف عرق آهن یا آب آهن که از قرار دادن یک تکه آهن مثل نعل اسب که داغ شده در آب بدست می آید.

### آنمی (کم خونی) (خیراندیش)

۱. مصرف سوپ گندم یا روغن زیتون.
۲. خوردن روزی ۷ دانه بادام درختی که دانه دانه جویده شود.

۳. مصرف لبوی قرمز و زرد (چغندر).

### کم خونی (گزارش درمان)<sup>۲۰۶</sup>

نام بیمار: خانم ط.ص. سن: ۳۰ سال (متاهل)

علائم بیماری:

بیمار مورد شناخته شده آنمی فقر آهن بود که از سال ها قبل تحت درمان دارویی قرار داشت. درمان دارویی تاثیر خوبی در برطرف کردن علائم بیماری نداشتند. در یک دوره درمانی که با قرص آهن روزی ۴ عدد تحت درمان بوده است هموگلوبین حداکثر به ۸/۵ رسیده بود. ۶ روز قبل از مراجعه کلیه داروهای بیمار قطع بود. آخرین آزمایشات بیمار قبل از شروع حجامت به این شکل بود:

هموگلوبین = ۸/۵ هماتوکریت = ۲۸

TIBC بیمار: ۲۱۰ (که نسبت به نرمال آزمایشگاه ۲۵۰-۴۱۰ پائین بود).

آهن سرم = ۱۹۸/۷ فریتین = ۱۲۸/۹

در ضمن علائم بالینی به صورت ضعف و خستگی زیاد و تپش قلب و خستگی زودرس و عدم توانایی به انجام کارهای روزمره در بیمار وجود داشت.

درمان های انجام شده: به علت هموگلوبین پایین تر بیمار، حجامت در برنامه درمانی قرار نگرفت و درمان با حجامت گرم و خشک بر روی مراکز خونساز آغاز شد.

سیر درمان: بعد از ۴ نوبت حجامت گرم و خشک مراکز خونساز آزمایش کنترل نتایج

زیر را نشان داد: هموگلوبین = ۱۲/۳ هماتوکریت = ۳۷

mcv = بی ۷۸/۷ mcv = ۲۶/۲

بادکش تا ۱۲ جلسه ادامه پیدا کرد. در جلسه ششم حجامت کتف نیز انجام شد. درک لایه بعد از درمان بیمار اظهار کرد که کارهای روزمره را به راحتی انجام می دهد و احساس خستگی و ضعف ندارد. توصیه شد که یک دوره درمانی دیگر به مدت یک ماه انجام دهد.

## عوامل کم خونی (یکتا)

۱- چای.

۲- پخت و پز در ظروف تفلون، آلومینیوم و استیل.

۳- با سر و بینی باز به دستشویی رفتن. چون بخارهایی که هنگام تخلیه به بینی می رسد از طریق تنفس وارد ریه شده و این باعث کم خونی می شود. در قدیم کسانی که تخلیه چاه می کردند قیافه شان زرد بود چون کم خونی داشتند. میت ها هم زرد بودند چون خون در بدنشان دیگر جریان نداشت. الان به برکت غذاهایی که بهداشت تایید می کند میت زیاد شده است و مردم زیاد دچار کم خونی هستند.

## خونسازها

اما چیزهایی که خونساز است عبارتند از:

۱-	عنب	۵-	دارچین	۹-	مرزه
۲-	کباب برگ	۶-	بومادران	۱۰-	جعفری
۳-	پسته	۷-	شاهتره	۱۱-	بهار نارنج
۴-	بادرنجبویه	۸-	کاسنی	۱۲-	گزنه

۱۳- یونجه گفته شده که یونجه دو برابر اسفناج، آهن دارد و تازه و خشک و عرق و تخم آن همه اش است.

## دیگر خونسازها



غالب غذاهای گرم و تر و خشکبار طبیعی و اکثر میوه های شیرین باید مطمئن باشید که با قلع، سفید شده است.

سنگ؛ هر سنگی که باشد البته هر مقداری سیاه تر باشد نشان دهنده آهن بیش تر است. سنگ هم آهن دارد، هم نقره دارد و هم کلسیم دارد.

آهن طبیعی هر جوری باشد خونساز است ولی نعل اسب چون حرارت دیده است یون بیش تری رها می کند اما در دیگچه سنگی اگر غذا بپزند تا آخر عمر آهن بدنشان تامین می شود. و گرنه ما از آهنی که حرارت ندیده هم نتیجه گرفته ایم. البته از جهت طبّی هم گفته شده است که اگر حرارت ببیند بهتر است.

فلز برنج که مخلوطی از روی مس و قلع است و ظروف برنجی، نقره و طلا.

**چگونه از این ها استفاده کنیم؟** داخل یک دیگچه سنگی یا یک ظرف مسی سفید نشده همه این ها را با هم بریزید یعنی یک تکه تمیز از سنگ، آهن، قلع، برنج، طلا و نقره انتخاب کرده و داخل آن دیگچه بیاندازید و بگذارید نیم ساعت بجوشد و آن آب را در انواع غذاها استفاده کنید؛ در خورشت بریزید با آن آب انواع دواها را دم کرده و استفاده کنید.

اسفناج نیز خونساز است ولی به شرطی که تازه باشد و غلبه سردی نداشته باشید.

خونساز دیگری که خیلی قوی است "فالوده سیب" است. سیب سرخ را به همراه پوست رنده کنید البته به شرط این که پوستش چرب نباشد چون این چربی از موادی است که به آن می زنند تا سیب خراب نشود. این چربی باید پاک شوند.<sup>۲۰۷</sup>

**درمان عمومی کم خونی (ضیایی)**

هر روز از مخلوط: نصف استکان شیرۀ توت + نصف استکان عرق یونجه + نصف استکان عرق بادرنجبویه (آرامبخش و خونساز) میل نماید،

۱- یک قاشق چایخوری ژلهٔ رویال = غذای ملکهٔ زنبور عسل میل نماید،

۲- وسط غذا یک پرتقال شیرین میل نماید،

۳- کدو با آبغوره پخته شود سپس مصرف شود،

۴- کدو حلوائی با رب انار شیرین خورشت درست کنند و بخورند،

۵- میوهٔ انار ضد کم خونی است،

۶- مصرف عسل با تره و یا با هویج زرد و یا با برگ چغندر و یا با ترب سیاه و

یا با ترب دشتی (ترب سفید) داروی مفیدی در درمان کم خونی (آنمی) است.

کاهو (بدون سُس) به همراه ناهار و شام خوردن، تمیز کننده و تصفیه کنندهٔ خون

است و کاهش دهندهٔ حرارت اضافی خون و کاهش دهندهٔ حرارت اضافی دستگاه

گوارش است.

توجه:

در زمان حاملگی در خوردن کاهو زیاده روی نکنید و به خوردن ۲ الی ۳ برگ آن

بدون سُس به همراه ناهار و شام اکتفا کنید؛ زیرا مصرف زیاد کاهو در حاملگی،

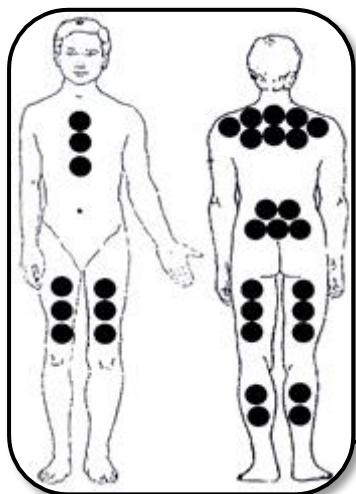
باعث لگه بینی و سقط جنین میشود.<sup>۲۰۸</sup>

## بادکش خونساز

اندیکاسیون ها

کم خونی

پوکی استخوان



کوتهای قد

در بادکش خونساز به دلیل وسعت زیاد نقاط بادکش اگر قبل از بادکش روغن مالی با بادام تلخ صورت نگیرد. ممکن است درد سیاتیک به همراه داشته باشد. حین بادکش حرکت از بالا به پائین و از سمت چپ به راست انجام شود.

### کم خونی و عدم رشد کافی قدی و استخوانها و عدم تراکم

استخوانی (تا بیان ۳۵ سالگی) (ضیایی) ۲۰۹

مواردی که باید پرهیز شود:

قندهای شیمیائی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و ...)، آسانسهای شیمیائی (نوشابه ها، آبمیوه ها و ...)، کافئین زیاد (چای پُر رنگ، چای مانده، چای با آسانس، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه و...) ترانس چربی بالا به نوع تصنعی (خامه، سرشیر، انواع سُسها، روغن جامد و...)

درمان: مغز بادام درختی شیرین خام، مغز پسته خام، مغز فندق خام، مغز بادام هندی خام، عسل، خرما، شیر گاو تازه کم چرب، پنیر به همراه مغز گردو و نان سبوس دار در شب بخورید، مخلوط پودر سنجد با شیر عسل.

### درمان کم خونی (سرباز حسینی)

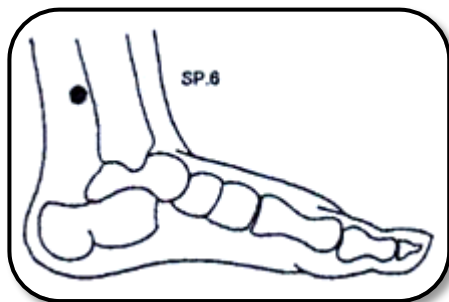
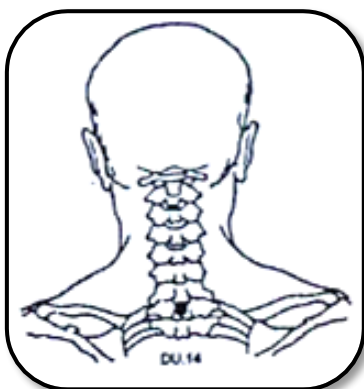
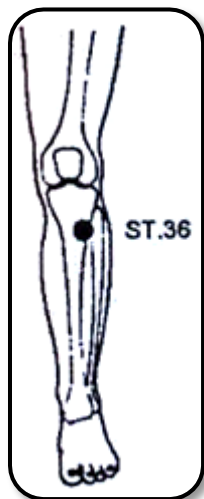
۱- بادکش خونساز ۲- استفاده از ظروف سنگی (بعلت کلسیم و آهن بالا) ۳- استفاده از حسوم در غذا (کفگیر آهنی) یا استفاده از آهن آب، یا نعل اسب در خورش ها ۴- سوپ گندم + روغن زیتون و گوشت ماهیچه گوسفند ۵- کباب گوشت شتر و گوسفند ۶- استفاده از پسته، بادام خام، برگه ها، لبو، اسفناج، انار به همراه پی انار، باقلا (در افراد حساس به باقلا ممنوع است)، کدو، مربای بهارنارنج، اسفناج ۷- پوره

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

سیب + گلاب + عرق بیدمشک + عسل ۸- استفاده از سه شیره (خرما، انگور، توت) ۹-  
پرهیز از مواد صنعتی و غذاهایی که مواد افزودنی صنعتی دارند.

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی  
درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

– کم خونی<sup>۲۱۰</sup>



## ۳۴- گرمی، زیادی و جوشش خون

## جوشش خون (روایات)

علایم

امام صادق (علیه السلام): خون و جوش آمدنش، سه نشانه دارد: جوششی که از اندام برآید، خارش، و حرکت جنبندگان.<sup>۲۱۱</sup>

امام کاظم (علیه السلام): خون (غلبه خون) را چهار نشانی است: خارش، جوش، چرت زدگی و سرگیجه.<sup>۲۱۲</sup>

## روزه

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): بر شما باد روزه؛ چرا که طغیان رگ ها را فرو می نشاند و سرمستی را می برد.<sup>۲۱۳</sup>

## سویق (قاووت) عدس

امام صادق (ع) فرموده اند: قاووت عدس تشنگی را قطع، معده را تقویت کرده و شفای هفتاد بیماری در آن نهفته است همچنین صفرا را خاموش و درون را خنک می کند.

آن حضرت همواره در مسافرتها آن را همراه خود داشتند و هرگاه خون یکی از خدمتکارانشان به جوش می آمد به وی می فرمودند: قاووت عدس بخور که جوشش خون را فرو نشانده و حرارت را خاموش می کند.<sup>۲۱۴</sup>

۲۱۱ طب الائمه ص ۵۵

۲۱۲ الخصال ص ۲۵۰

۲۱۳ کنز العمال ج ۸ ص ۴۵۰

۲۱۴ کافی ج ۶، ص ۳۰۷.

## الوی سیاه

برامام کاظم (علیه السلام) درآمدم، در حالی که نزد ایشان ظرف آبی قرار داشت و چند آلوی سیاه - که همان زمان، هنگام چیدنش بود - در آن دیده می شد. فرمود: حرارت، درمن بالا گرفته و آلوی تازه حرارت را خاموش می کند و صفرا را فرو می نشاند. خشک آن نیز خون را آرام می کند و دردهای بی درمان را از تن بیرون می کشد.<sup>۲۱۵</sup>

## حجامت

پیامبر خدا (صلی الله علیه وآله وسلم): اگر خون در درون تان به جوش می آید، حجامت کنید؛ چرا که خون، گاه ممکن است در درون شخص، طغیان کند و وی را بکشد.<sup>۲۱۶</sup>

۲۱۵ الکافی ج ۶ ص ۳۵۹

۲۱۶ طب الائمه ص ۵۷

## ۳۵- خونمردگی، تجمع و لخته خون

### الف: معرفی بیماری

وقتی رگ‌ها پاره می‌شوند، با ورود سلول‌های تمیزکننده برای از بین بردن سلول‌های آسیب‌دیده، ناحیه پارگی ورم می‌کند. ورود اکسیژن به آن ناحیه قطع می‌شود و رنگ هموگلوبین خون آن آبی می‌شود. بعداً با شکستن هموگلوبین، خونمردگی سبز مایل به زرد و سپس قهوه‌ای می‌شود.

پوست زنان بیشتر از پوست مردان مستعد کبود شدن است. یک دلیل آن نازک‌تر بودن پوست آنان است، احتمالاً چون هورمون زنانه استروژن دیواره رگ‌های خونی را ضعیف‌تر کرده و بر روی شبکه محافظ کلاژن زیر پوست نیز تأثیر می‌گذارد. دلیل دیگر شاید این باشد که از هر ده زن یکی نقص کوچکی در پلاکت‌ها را دارند (پلاکت‌ها سلول‌های خونی مؤثر در انعقاد خون هستند). این موضوع مشکل چندانی ایجاد نمی‌کند، تا اینکه داروهای آسپیرین دار مصرف شود. آسپیرین تا چند روز بر کار پلاکت‌ها تأثیر می‌گذارد. یعنی اگر امروز آسپیرین می‌خورید، اثر آن بر روی پلاکت‌ها تا پنج یا شش روز دیگر باقی می‌ماند.

### درمان خونمردگی در طب جدید

در اینجا روش‌هایی برای کم کردن ضربه‌ها و کبودی‌ها گفته می‌شود. فوراً بر روی آن یخ بگذارید. اگر ضربه‌ای خورده‌اید که می‌دانید جای آن کبود می‌شود، فوراً روی آن پارچه‌ای پر از یخ بگذارید.

## ب: نسخه ها

### خون مردگی و لاغری عضو ناشی از شکستگی (موسوی)<sup>۲۱۷</sup>

پایین تر از محل شکستگی زالو می اندازیم و در فواصل بین زالودرمانی مرتب پای لاغر شده را با روغن اسقیل یا با روغن های گرم دیگر مالش می دهیم

### لخته شدن خون زیر پوست (روزاده)

مالیدن روغن بابونه به پوست.

گذاشتن جوشانده بابونه و ناخنک.

مالیدن جوشانده بابونه با عسل به پوست.

انداختن زالو بر محل لخته شدن خون.

### تجمع خون در اثر ضربه (موسوی)

در تصادفات ممکن است خون در قسمتی از اعضاء داخلی جمع و مانع در حرکت طبیعی شریان ها، ورید ها و عروق دیگر شوند.

زالو درمانی بالا و پائین محل تجمع خون همراه با داروهای پزنده و نرم کننده نسوج فشرده شده علاج این عارضه است.

زالو درمانی با دقت تمام با تشخیص عروق مسدود یا منحرف شده باید انجام گیرد. پزشکان قدیم و پرافتخار کشورمان با نبوغ ذاتی و دانش عمیقی که اکتساب می کردند بدون نیاز به ابزار سونوگرافی محل های مسدود شده را شناسایی کرده و آن را علاج می نمودند. این افتخارات در امواج بنیان کن غربی به تدریج از میان رفت و بی توجهی مسئولین دوره های متوالی دولت ها نیز باعث شد تا دانشمندان این علم که بنام (شکسته بند ها) نیز شناخته می شدند دانش خود را با خود به دنیای دیگر ببرند.<sup>۲۱۸</sup>

۲۱۷ زالودرمانی ص ۹۳

۲۱۸ زالوی ایرانی ص ۱۰۵



## ۳۶- رگ به رگ شدن

## رگ به رگ شدن (روا زاده)

مالیدن روغن زیتون به محل درد و بعد از نیم ساعت به حمام رفته و در زیر آب گرم مقداری ماساژ دهید.

مصرف هویج پخته (اگر زردک باشد بهتر است) با روغن زیتون.

پرهیز از سردی جات و ماست و ماهی و ترشی جات غیر از آب لیمو و آب غوره و پرهیز از مواد غذایی بلغم زا.

## رگ به رگ شدن (روا زاده)

**پرسش:** بنده خیلی به سرعت بدنم رگ به رگ می شود و اغلب به صورت بادی متحرک در بدنم تغییر مکان می دهند. اکثرا دردها در ناحیه کمرم هستند. لطفا مرا راهنمایی بفرمایید؟

**پاسخ:** سعی کنید غذاهای سرد را با مصلحات آن استفاده کنید. تا آن جا که می توانید از هویج پخته (زردک باشد) با روغن زیتون استفاده کنید و زمانی که می خواهید حمام بروید کل بدنتان را با روغن زیتون چرب کنید، سپس بعد از نیم ساعت حمام نمایید. سالی دو بار حجامت عام کنید. اگر یبوست دارید آن را حتما حتما درمان کنید<sup>۲۱۹</sup>.

## ۳۶- خشکی خون

**مؤلف:** رفع ریشه های بیماری مانند رفع یبوست و رفع غلبه مزاج و بیماری های دیگر  
شناسایی و رفع افراط و تفریط های غذایی و رفتاری  
رعایت پرهیزات  
اصلاح تغذیه و سایر مسلمات  
کاهش خشک ها و افزایش مرطوب ها  
افزایش مصرف خونسازها  
روغن مالی مرتب با روغن های زیتون و بنفشه و..  
ماندن در وان آب با کمی عسل و روغن یک روز در میان

## ۳۸- کمبود گلبولهای سفید

## کمبود گلبول های سفید(ضیایی)

درمان کمبود گلبول های سفید خون: بادرنجبویه، گل بابونه

درمان ازدیاد گلبول های سفید خون: خارخاسک، کاکل ذرت، ریشه ی بابا آدم،  
گزنه.<sup>۲۲۰</sup>

## گلبول سفید(روازاده)

**پرسش:** مشکل گلبول سفید دارم؛ بدون این که علامتی داشته باشد. نمونه برداری مغز

استخوان هم چیزی نشان نداده است. لطفا راهنمایی بفرمایید؟

**پاسخ:** اگر نمونه برداری مغز استخوان چیزی نشان نداده نگران نباشید. تغذیه خود را

درست کنید؛ تحرک کافی داشته باشد و سالی دو بار حجامت کنید. در صورت بر  
طرف نشدن به پزشک طب سنتی مراجعه نمایید<sup>۲۲۱</sup>.

## کمبود گلبولهای فرمز وسایر عناصر خون(تبریزیان)

قرص خون

۲۲۰ نسخه های مورد تایید استاد

۲۲۱ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۷۸

## ۳۹- افت پلاسمای خون

### افت پلاسمای خون

دست و پا چنگ می شود و ... ناشی از جریان و بحث و حرص و جوش و عصبانیت و منفی نگری و عدم توجه به حسن ها و ... از علل اصلی این بیماری است.<sup>۲۲۲</sup>

### افت پلاسمای خون (تبریزیان)

قرص خون

## ۴۰- خونریزی داخلی

### خونریزی داخلی (ضیایی)

به - برگ مو - تخم هندوانه هنظل مفید است. برگ مو را بپزید و بخورید (به اشکال مختلف) و آب انار بخورید تا خون را تصفیه کنید.<sup>۲۳۳</sup>

### درمان خونریزی معده (سرباز حسینی)

یک لیوان عرق نعناع + یک قاشق غذاخوری بارهنگ، بمدت ۵ دقیقه جوشانده شود، سپس بعد از سرد شدن یک قاشق غذاخوری عسل اضافه شود، این دارو روزانه دو تا سه نوبت (یک ساعت قبل از نهار و شام) استفاده شود. در ترکیب فوق علاوه بر خاصیت گرم کنندگی معده و درمان ترشح زیادی اسید معده، باعث درمان زخم، التهاب و خونریزی معده نیز می شود (در اینجا بارهنگ ترمیم کننده، عسل آنتی بیوتیک و ترمیم کننده و نعناع کاتالیزور می باشد).

### تبریزیان

پودر عدس

## ۴۱- سرطان خون

### گلبول های سفید زیاد شده (سرطان خون) (ضیایی)

سرطان خون ۷ نوع است و درمان:

- ۱- قرص تجویز شده را مصرف کنید.
- ۲- غذاها و نوشیدنی و پوشیدنی و بوئیدنی و همه چیز صنعتی و غیر طبیعی ترک شود
- ۳- یک قاشق مرباخوری گل همیشه بهار پودر شود هر ۲۴ ساعت در نصف استکان میل شود
- ۴- شلغم و آب شلغم هر ۱۲ ساعت ۲۰۰ گرم<sup>۲۲۴</sup>

### درمان عمومی سرطان خون (ضیایی)

روزی یک قاشق چایخوری پودر گل همیشه بهار (کالاندولا) در یک استکان آبجوش دم شود، مخلوط با عسل آویشن میل شود.

۱. روزی ۱۰۰ گرم الی ۲۰۰ گرم شلغم بخار پز میل شود،
۲. عرق زنجبیل که محرک قلب، ضد ککسترول بد، ضد سرطان و ضد انعقاد و لخته شدن خون است.

۴. زنجبیل پروده شده در عسل میل شود.<sup>۲۲۵</sup>

### سرطان خون (تبریزیان)<sup>۲۲۶</sup>

مرکب ۶ قرص خون - حجامت.

۲۲۴ پاسخ به سوالات در شبکه ولایت و مشهد

۲۲۵ نسخه مورد تایید استاد

۲۲۶ کتاب و سخنرانی های استاد

## ۴۲- کمبود گلبول قرمز

### کمبود گلبولهای سفید و قرمز خون (ضیایی)

کوشاد (ژانسیان) سبب ازدیاد گلبولهای (گویچه های) قرمز و سفید خون شده و در درمان کم خونی و درمان بیماریهای عفونی خوب است، همچنین خون را تمیز و تصفیه میکند.

توجه:

۱. زنان حامله و مادران شیرده نبایستی کوشاد بخورند،
۲. زیاده روی در مصرف کوشاد، حالت تهوع (اُغ زدن)، دل به هم خوردگی و استفراغ می آورد.<sup>۲۲۷</sup>

### تبریزیان

قرص خون و صاف کننده های خون مفید است.

## ۴۳- انواع، فشار خون (بالا، پایین، مقطعی، دایمی، ثابت، نوسانی، عصبی و...)

### الف: معرفی بیماری

#### بیماری شناسی فشار خون

فشارخون نرمال در انسان درحال استراحت در محدوده ۱۰۰ الی ۱۴۰ میلیمترجیوه (سیستولیک) و ۶۰ الی ۹۰ مم/ج (دیاستولیک) قرار دارد. بطور معمول اگر فشار خون بصورت پایدار بالاتر از ۱۴۰ سیستول و ۹۰ دیاستول قرار گیرد، پاتولوژی و بیماری محسوب می گردد. به عارضه افزایش فشار خون بیش از حد طبیعی، هایپرتنسیون و فشار خون بالا یا پرفشاری خون گفته می شود. همچنین کاهش فشارخون را هیپوتانسیون می نامند.

تنظیم فشار خون در بدن توسط چند اندام مانند قلب، کلیه، رگ انجام می گیرد و علاوه بر رژیم غذایی به ویژه مصرف نمک، هورمونهایی مانند رنین، آنژیوتانسین دو، آدرنالین و آلدوسترون بر آن موثرند..

فشار خون بالا به دو دسته اولیه و ثانویه تقسیم می گردد. در دسته اول علت فشار خون بالا مشخص نمی باشد و به صورت اولیه ایجاد شده است. در فشار خون ثانویه افزایش فشار خون به دنبال یک بیماری دیگر اتفاق می افتد و آن بیماری را می توان به عنوان علت افزایش فشار خون در نظر گرفت که در صورت کنترل بیماری اصلی، پرفشاری خون نیز به صورت مناسب تری کنترل می گردد.

افرادی که مبتلا به فشار خون بالای اولیه هستند، ممکن است سالها بدون علامت باشند و از بیماری خود اطلاعی نداشته باشند و زمانی متوجه بیماری خود می گردند که دچار



علائم (مثل سردرد، تاری و اختلال دید، درد قفسه سینه، سرگیجه و تنگی نفس به هنگام فعالیت) می شوند که در واقع این علایم عوارض فشار خون بالاست، لذا تنها راهی که می توان در زمان مناسب به آن پی برد، اندازه گیری دوره ای و منظم فشار خون به وسیله دستگاه فشار سنج است.

عوامل خطر در ایجاد فشار خون بالا را می توان به شرح زیر بیان کرد:

- سن
- جنس
- وراثت
- چاقی و اضافه وزن
- رژیم غذایی
- دیابت
- کم تحرکی
- عوامل اجتماعی و روانی
- دخانیات
- الکل

### فشار خون (پر فشاری خون)

فشار خون طبیعی ۱۲/۸ است (۱۲ یعنی مقدار فشار خونی که قلب پمپاژ می کند و وارد شریان (سرخرگ) ها می کند و ۸، فشار برگشتی از راه ورید (سیاهرگ) ها است).

#### علائم

سرگیجه - سردرد (معمولا پشت سر و هنگام بیدار شدن در صبح) - تپش قلب - ذرات نورانی جلو چشم - وزوز گوش - سنگینی یا درد ناحیه پیشانی - گرفتگی عضلات پا یا دست - کابوس یا از خواب پریدن - خونریزی از بینی - احساس فشار در سر - نفس تنگی - قرمزی چشم - بی حسی و خواب رفتن اعضا در قفسه سینه

#### علل

بیماری عفونی - استرس - یبوست - پرکاری تیروئید - کم خوابی خصوصا همراه با ناراحتی تنفسی - اختلال کلیه (فشار خون نوزادان) - ورم کلیه - انسولین - تصلب شرایین

و افزایش کلسترول - کم خونی - کبد چرب - غلظت خون - ترک مرفین - کمبود امگا ۳ - استروژن - کم نوشیدن آب - عدم معالجه کیست تخمدان (خانم ها).<sup>۲۲۸</sup>

### هایپر تنسیون یا فشار خون بالا

یک وضعیت پزشکی است که در آن فشار وارد شونده بر دیواره رگ‌ها و فشار جریان خون از یک حد نرمال و پذیرفته ای بالاتر می‌رود.

هنگامی که فشار خون به هر علت بالا باشد، قلب را با هدف پمپاژ دوباره و به گردش درآوردن خون، وادار به افزایش حرکت و کار بیشتر می‌نماید. فشار خون بر دو نوع سیستولی و دیاستولی تقسیم و نام گذاری می‌گردد که گاهی با نام حد بالا و حد پایین نیز شناخته می‌شود. فشار خون سیستولی، فشار موجود در هنگامی است که ماهیچه قلب بطور کامل منقبض شده و خون را به درون سرخرگ یا شریان فرستاده باشد و در مقابل، هنگامی که قلب در حالت استراحت بین دو ضربان به سر می‌برد و خون به واسطه فشار درون رگ‌ها و دریچه‌های درون‌وریدی در حال بازگشت به قلب و پر نمودن بطن راست است. از دید دانش فیزیکی فشار خون به نیرویی گفته می‌شود که توسط خون در جریان، به دیواره رگ‌ها وارد می‌آید و یکی از علائم اصلی حیات است. فشار یک مفهوم فیزیکی است، مقصود از فشار اشاره به «قدرت» یک مایع متحرک است.

فشار خون با جریان یافتن به شاهرگ‌ها و به رگ‌ها کم می‌شود. اصولاً فشارخون در بخشهای مختلف سیستم گردش خون متفاوت است. معمول ترین روش اندازه گیری فشار خون به وسیله فشارسنج است که با استفاده از ارتفاع جیوه برای اندازه گیری فشار خون در حال چرخش در رگ‌ها استفاده می‌کند. با این که خیلی از فشارسنج‌های فعلی

دیگر از جیوه استفاده نمی کنند، اما با این حال فشار خون هنوز در تمام دنیا با mmHg یا میلیمتر جیوه اندازه گیری می شود.

پرفشاری خون در اکثر مواقع علامتی ندارد و به همین دلیل بسیاری از مردم برای سال ها به فشار خون بالا مبتلا هستند بدون اینکه مطلع باشند. اگر فشار خون بالا تحت درمان قرار نگیرد، می تواند به سرخرگ ها و اندام های حیاتی بدن آسیب برساند. به همین دلیل است که از آن به عنوان **قاتل خاموش** نام می برند.

**ب: نسخه ها**

**فشار خون (روایات)**

**کاهو**

امام صادق (ع) فرموده اند: کاهو مایه ی فروکش کردن فشار خون است. اصلاح مزاج خون و رعایت کلیات، لازم میباشند.

**برخی از علل فشار خون در طب سنتی: (خیراندیش)**

فشار خون به علت امتلاء خون است.

گاهی فشار خون به علت غلبه بلغم یا دم می باشد.

و گاهی فشار خون به علت غلبه صفرا می باشد که وقتی صفرا در بدن زیاد شود خون رسانی در بدن دچار مشکل می شود؛ لذا همیشه برای پیشگیری از فشار خون باید صفرا در بدن به اندازه کافی وجود داشته باشد.

مصرف یک قاشق غذاخوری سرکه انگبین ( دو واحد عسل + دو واحد عرق نعناع + یک واحد سرکه) در یک لیوان آب خنک یک ساعت بعد از شام.

دو قاشق مربا خوری دوسین ( سه واحد عسل + یک واحد سیاهدانه نیم کوب + نیم واحد سرکه انگور طبیعی) صبح ها ناشتا و شب ها قبل از خواب میل شود.

فشار خون سرد (خیراندیش)<sup>۲۲۹</sup>

در دستگاه فشارسنج، مینیمم فشار بالا می رود. بیشتر در زنان است و رنگ ظاهر سفید است و در بلغمی ها اتفاق می افتد. افزایش گرمی و کاهش سردی، کم خوری، تقویت اعصاب، رازیانه یک استکان در روز همراه با عسل، عسل با سیاه دانه را هر ۸ ساعت یکبار و یا شیره انگور با سرکه خیلی مفید است.

فشار خون گرم (خیراندیش)<sup>۲۳۰</sup>

در دموی ها، که چهره قرمز است حجامت عام دو تا سه مرحله و سرکه انگبین یا سرکه همراه غذا (مثلا یک قاشق بعد از غذا) و عسل سیاهدانه یک قاشق مر باخوری هر هشت ساعت یکبار مفید است.

## نوسان فشار خون: (خیراندیش)

۱- حجامت عام ۲ مرحله

۲- عسل ناشتا و شبانگاه یک قاشق مر با خوری تا چهل روز.<sup>۲۳۱</sup>

افت فشار خون در اثر مسمومیت گزنده (خیراندیش)

۳- حجامت عام یک مرحله

۴- عسل یک قاشق مر با خوری به صورت لیسیدن

۵- حجامت از موضع گزیده شده

۶- عسلاب + عرق نعناع هر ۴ ساعت یک لیوان تا ۷ مرحله

۷- بادام هر روز ۲۱ عدد تا ۷ روز به صورت جویدن آرام.<sup>۲۳۲</sup>

۲۲۹ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

۲۳۰ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

۲۳۱ عسل صفحه ۱۲۰.

۲۳۲ عسل صفحه ۱۲۱.

- ۸- یک قاشق مربا خوری عسل به صورت لیسیدن و سپس یک لیوان عسلاب
- ۹- درمان بنیادی: حجامت عام ۲ مرحله به همراه عسل ناشتا و شبانگاه یک قاشق مربا خوری به مدت چهل روز.<sup>۲۳۳</sup>

### افت فشار خون در اثر مسمومیت غذایی و روحی (خیراندیش)

- ۱- حجامت عام یک مرحله
- ۲- استفراغ با آب نمک
- ۳- عسل یک قاشق مربا خوری به صورت لیسیدن
- ۴- عسلاب+ عرق نعناع یک لیوان
- ۵- حجامت عام یک مرحله
- ۶- بادام هر روز ۲۱ عدد تا ۷ روز به صورت جویدن<sup>۲۳۴</sup>

### درمان اورژانسی فشار خون (خیراندیش)

- بین شصت پا و انگشت سبابه را به مدت ۳ الی ۵ دقیقه ماساژ دهید.
- به نوک انگشتان سوزن بزنید تا چند قطره خون خارج شود.
- ۱۰ تا ۲۰ عدد سیاهدانه را به آرامی بجوید تا فشار خون سریع کاهش یابد.
- مصرف ترشی ها مثل سرکه، آب لیمو، آب نارنج، آب غوره موثر می باشند.

### فشار خون پایین (تبریزیان)<sup>۲۳۵</sup>

قرص خون (مرکب ۶)

### فشار خون بالا (تبریزیان)<sup>۲۳۶</sup>

۲۳۳ عسل صفحه ۱۲۰.

۲۳۴ عسل صفحه ۱۲۱.

۲۳۵ کتاب و سخنرانی های استاد

۲۳۶ کتاب و سخنرانی های استاد

داروی ترکیبی داریم که مخلوطی از ۲ گیاه است که در حدود ۳ هفته مصرف کنید و بعد همراه آن حجامت هم بکنید. روغن شحم گاو بجای روغن مایع و جامد مصرف کنید - نمک دریا بجای نمک تصویه شده مصرف کنند - کم خوری و کم نوشی - داروی فشار موقع بالا رفتن فشار میل کنید.

### فشار خون (ضیایی)

تبصره: فشارخون ۲ نوع است:

۱- فشارخون ماکزیممی (انقباضی قلب)، ۲- فشارخون مینیممی (انبساطی قلب)

و عللی دارد، از جمله:

۱- فشار خون ناشی از تصلب شرائین،

۲- فشارخون ناشی از تنگی عروق (تنگی عروق به نحو ژنتیکی یا بخاطر رسوب

سدیم، کافئین و یا تری گلسیرید خون)،

۳- فشارخون ناشی از استرس (نگرانی مستمر)،

۴- فشارخون ناشی از بد خوری (مثلا نمک یا شوری زیاد خوردن)،

۵- فشارخون ناشی از رفتارهای منفی و...

مواردی که باید پرهیز شود:	
۱. گوشت گاو، فست فودها، سوسیس، کالباس، همبرگر	۲. تخم مرغ
۳. کوکو	۴. خیار شور
۵. شوربها	۶. نمک زیاد (بیش از 4 گرم در ۲۴ ساعت)

۷. چای و قهوه	۸. قند و شکر شیمیایی
۹. شکلات کاکائو و نسکافه	۱۰. هویج فرنگی
۱۱. خوردن غذاهای آدویه دار	۱۲. خوردن مُسکرات و اَلکل
۱۳. خوردن گوشت شکار	۱۴. خوردن ماهی کوسه
۱۵. پَلّه و نردبان زیاد بالا و پایین رفتن	۱۶. غم و اندوه
۱۷. عصبانیت	۱۸. جوش زدن
۱۹. بحث کردن و نزاع و...	۲۰. میوهٔ فندق
۲۱. بادنجان	۲۲. اسفناج
۲۳. پوست حبوبات	۲۴. نوشابه های گازدار
۲۵. دوغ گازدار	۲۶. گوجه فرنگی
۲۷. مایعات شیمیایی و آمیوه های شیمیایی و شربتهای شیمیایی اجتناب کنید.	۲۸. کم کاری کلیه ها
۲۹. استرس	۳۰. زنیان

توجه: سدیم، فشار خون را بالا می برد. و پتاسیم، فشار خون را پایین می آورد. تذکر: بعد از پرهیز صحیح یا همزمان با آن، بایستی اقدام به کاهش فشار خون نمود، لذا باید نگاه به سن بیمار و نوع مزاج و مقدار فشار خون کرد و سپس به موارد ذیل عمل نمود (چندین مورد از موارد ذیل را عمل فرمایید کافی است، لازم نیست به تمام موارد کاهش فشارخون عمل کنید).



## فشار خون مینیومی قلب (یعنی فشار خون در حال انبساط قلب) بالاست: (ضیایی)

تقویت قلب شود با: ۱- شبها یک لیوان آب سیب رسیده تازه شیرین با عسل آویشن،  
 ۲- وسط روز آب به یا مربای به میل شود، ۳- خوردن یک قاشق مرباخوری روغن نارگیل و ماساژ ملایم طرف چپ سینه با روغن نارگیل، ۴- عصرانه انار شیرین با پرده نازک روی دانه ها خورده شود.

### درمان فشار خون بالا (ضیایی)

- ۱- صبح ناشتا: دمکرده ۵ برگ زیتون با شکر سرخ مازندران بنوشید.
- ۲- وسط روز: مخلوط زرشک و عناب در آب جوش خیسانده و سپس بخورید، سه عدد خیار بوته ای بخورید، شاه توت و توت فرنگی.
- ۳- به همراه ناهار: سیر، پیاز، موسیر، کاهو و میوه گریپ فروت بخورید.
- ۴- عصرانه: قره قاط سیاه سه عدد یا دمکرده آن با عسل، دمکرده بومادران با عسل.
- ۵- اول مغرب: سداب برای کاهش فشار خون و برای تقویت مویرگها و کاهش قابلیت نفوذ مویرگها.
- ۶- به همراه شام: کرفس، شنبلیله، کنگر خوراکی، ترخون.
- ۷- شبها: تخم خیار + تخم کاسنی + تخم خرفه + تخم گشنیز، به طور مساوی مخلوط نموده و بخورید.
- ۸- شب قبل از خواب: آب ماست، آب نخود زرد
- ۹- بعد از هر غذا یک عدد سیب درختی رسیده یا یک عدد انار شیرین
- ۱۰- آب و آب جوش ولرم.
- ۱۱- حفظ تعادل روان.

- ۱۲- دانه گنده تلخه (علف هرز مزارع)، تمر هندی (تمبر گجری = تمر مگه)، ماء الشّعیر اسلامی (مخمر آبجو)، زیرفون در درمان فشار خون استرسی مفید است.
- ۱۳- نیش زنبور یک عدد (به شرطی که آلرژی به سَم زنبور نداشته باشید یعنی به شوک آنافیلاک نروید).
- ۱۴- به مقدار کم، دمکرده برگ داروаш.
- ۱۵- دمکرده گیاه سرخ ولیک.
- ۱۶- تره زراعی و تره وحشی (تره فرنگی).
- ۱۷- شاهی (ترتیزک = رشاد = جرجیر).
- ۱۸- انگور رسیده شیرین هم برای کاهش فشارخون و هم برای کاهش اوره خون بسیار مفید است.
- ۱۹- تمشک خون را قلیایی میکند و دارای ویتامین C و K بوده و برای درمان اوره خون و فشارخون و عفونت مفید است.
- ۲۰- جوشانده ریشه و برگ توت فرنگی.
- ۲۱- آبلیمو ترش تازه، لیموشیرین.
- ۲۲- میوه گلابی.
- ۲۳- ساقه و برگ جعفری بصورت خام یا جوشانده آن.
- ۲۴- گل سرخ ولیک ۱۰ گرم + گل اسطوخدوس ۵ گرم + سیر ۵ گرم مخلوط کرده و بخورید.
- ۲۵- صبر زرد مخلوط با سرکه طبیعی به کف پا بنزید (به شرط اینکه آلرژی پوستی نداشته باشد).
- ۲۶- عناب تازه یا جوشانده عناب خشک

۲۷- خوردن سیرابی گوسفند با ماست شیرین کم چرب

۲۸- ترشک

۲۹- دم کرده یا جوشانده چای قرمز (چای سرخ)

۳۰- گوجه سبز

۳۱- آلوچه

۳۲- تمر هندی بی نمک

۳۳- قره قروت بی نمک

۳۴- لواشک

۳۵- کوهپیمایی یا پیاده روی آرام در سطح مستوی به مدت ۲۰ دقیقه یا شنای آرام در عمق کم استخر به مدت ۲۰ دقیقه (یا دوچرخه سواری برای آقایان به مدت ۲۰ دقیقه).

۳۶- شربت زعفران عسل.

۳۷- پونه، نعناع، ریحان به همراه غذا.

۳۸- جوشانده گل گاو زبان.

۳۹- هفته ای ۲ بار ماهی که بعد از آن عسل بخورید.

۴۰- خوردن روغن زیتون با غذا.

۴۱- روزی ۲ الی ۳ لیوان مصرف شیر تازه گاو جوشیده کم چرب با عسل آویشن.

۴۲- عسل طبیعی (آرگانیک): باعث تحریک و تقویت قلب و گشادی رگ ها و افزایش جریان خون در شریانچه ها تنظیم فشارخون می شود و از انفارکتوس قلبی جلوگیری می کند، عسل به علت داشتن گلوکز زیاد انرژی لازم برای میوکارد را فراهم می کند.

۴۳- عسل بلوط: این عسل به رنگ تیره است و برای جلوگیری از واریس، ضعف و بیحالی، کم خونی و ناراحتی های گردش خون مصرف میشود و البته عسل درجه دو میباشد گرچه عسل اکلیل کوهی و عسل اسطوخدوس عسل درجه یک محسوب می شود که موارد خاص خود را دارد.

۴۴- عسل مریم گلی: این عسل به رنگ کهربایی روشن یا طلائی تیره است و برای پیشگیری از افسردگی، فشار خون بالا، کم خونی و ضعف و بی حالی مفید می باشد.

۴۵- عسل گندم سیاه: این عسل زرد تیره یا قهوه ای تیره است و در بارداری، شیردهی، کمبود مواد معدنی و بیماریهای عروقی مصرف میشود.

۴۶- مصرف آب پیاز تازه مخلوط با عسل طبیعی، در درمان سختی دیواره شراین (سختی دیواره سرخرگها) به ویژه شراین مغزی مفید است.

## درمان فشار خون بالا

فشار خون عارضه ای است که گستردگی آن در میان افراد ملل و جوامع مختلف، فراوان است. این نسبت از ۱۲٪ تا ۲۰٪ نوسان دارد. برای درمان، بیمار می تواند به طور مداوم از نعناع و شنبلیله و انیسون و جعفری که بر آن ۷ قطره روغن سیاه دانه افزوده است. روزانه سه بار بعد از وعده های غذا استفاده نماید.<sup>۲۳۷</sup>

## درمان فشار خون بالا (یکتا)

۱- پرهیز از مصرف روغن نباتی:

برای درمان فشار خون بالا ابتدا باید ببینیم چه عاملی باعث فشار خون بالا شده است.

غالباً روغن نباتی - مایع و جامد - چون پلاستیک است می رود توی رگ و رگ را تنگ می کند و در نتیجه خون با فشار وارد رگ ها می شود.

این روغن ها نفت است، پارافین است و به آنها پارافین خوراکی می گویند. خانم ها وقتی غذا درست می کنند روغن روی گاز می ریزد و وقتی حرارت می بیند سفت می شود. همین روغن وقتی داخل بدن هم می رود حرارت می بیند عینا همین اتفاق می افتد مخصوصا کسانی که ورزش می کنند بیش تر در معرض خطر هستند چون این روغن ها زودتر تبدیل به پلاستیک می شود! بنابراین باید از مصرف روغن نباتی (مایع و جامد) پرهیز کرد.

۲- حجامت کردن:

حجامت به تنظیم فشار خون خیلی کمک می کند. برای این منظور باید حجامت چهار بند کنند. کمر که تمام می شود وسط آن محل حجامت چهار بند است. در حجامت به روش های مختلف موضع حجامت را تیغ می زنند. در این جا به شکل عمودی تیغ بزنند؛ تیغ های عمودی کوتاه به تعداد زیاد.

۳- قی کردن:

کسی که فشار خونش بالاست و خیلی اذیت می شود اگر بخواید اورژانسی فشارش را پائین بیاورد دست را داخل گلو ببرد تا قی کند در همان لحظه فشار خون می آید پائین. ان شاء الله.

۴- تیغ زدن:

راه دیگر برای اورژانسی پائین آوردن فشار خون این است که با تیغ استریل، سر انگشت سبابه را یک خراش بدهید دو سه قطره خون بیاید سریع فشار پائین می آید.

۵- پرهیز از خوردن نمک:

اگر کسی روغن نباتی - مایع و جامد - بخورد ممکن است نمک فشارش را بالا ببرد اما اگر غذا، درست و تغذیه، سالم باشد نمک نه تنها فشار را بالا نمی برد که خود از عوامل تنظیم فشار به شمار می آید؛ البته به شرط آن که نمک مصرفی ما طبیعی بوده و تصفیه نشده باشد.

#### ۶- مصرف سنبل الطیب:

کسانی که مشکل فشار خون دارند و ریشه فشار خونشان هم ضعف اعصاب است مصرف سنبل الطیب هم فشارشان را پائین می آورد و هم اعصابشان را آرام می کند. سنبل الطیب را یا بپویند و یا دم کرده و بخورند.

#### ۷- مصرف داروهای طبیعی:

مصرف سماق، سیر و آبغوره فشار را پائین می آورد. مصرف ترشیجات مثل سرکه، آبغوره و آبلیمو نیز فشار را پائین می آورد ولی برای اعصاب مضر است. بنابراین کسی که مشکل اعصاب دارد. باید بسیار کم به همراه عسل استفاده کند.<sup>۲۳۸</sup>

### فشار خون (موسوی)

بیماری فشار خون در دو بخش پیشگیری و درمان به زانو درمانی نیاز مبرم دارد. پیشگیری از فشار خون.

در مرحله اول بهترین راه پیشگیری از بیماری فشار خون حتی در افرادی که زمینه ارثی دارند زانو درمانی است به این ترتیب که ابتدا ۲۰ عدد زالوی درشت یعنی هر پا ۱۰ عدد روی پا بین قوزک خارجی پا تا انگشت سوم ۷ عدد و زیر قوزک داخلی پا (صافن) ۳ انداخته می شود. ۲۰ الی ۲۵ عدد روی هر دست بین انگشت سوم تا انگشت کوچک ۱۰ عدد زالوی متوسط انداخته می شود سپس ۲۰ تا ۲۵ روز بعد ۱۰ عدد

زالوی متوسط انداخته می شود. در طول مدت درمان داروهای گیاهی و رژیم غذایی ضد فشار خون مصرف می گردد این دوره سه مرحله ای حداقل هر سال یک بار باید انجام شود.

## درمان فشار خون

بیماران فشار خون خوشبختانه به وسیله روش های بسیار پیشرفته طب سنتی درمان می شوند و پس از آن دیگر نیازی به مصرف قرص های فشار خون ندارند. به این ترتیب که یک دوره سه مرحله ای مانند روش پیشگیری فشار خون انجام می دهند با این تفاوت که زالو درمانی ابتدا از پشت گوش شروع شده و سپس با حفظ همان فاصله روی دست ها و بعد از آن روی پاها به همان تعداد زالو می اندازند. سپس ۲ الی ۳ ماه زالو درمانی انجام نمی شود. دوباره یک دوره سه مرحله ای را از پشت گوش آغاز و با زالو روی پا ختم می نمایند. در طول مدت درمان پاکسازی از خلط غالب ضروری است و غلظت خون باید کاملاً برطرف شود.<sup>۲۳۹</sup>

## فشار خون بالا (گزارش درمان سید مسعود قطب)

بیمار آقای ش.ک. ۱۷ ساله اهل ورامین که به علت افزایش فشار خون به این مرکز مراجعه و تحت درمان قرار گرفتند.

بیمار ۷ ماه قبل از مراجعه مبتلا به افزایش فشار خون بود که تحت درمان داروهای شیمیایی بوده که بعد از مدتی قطع کرده اند که در خاطرشان نیست.

در سابقه پزشکی و خانوادگی بیماری خاصی را ذکر نمی کنند. در معاینه فیزیکی بیمار نرمال بوده، وزن بیمار ۱۰۴ کیلوگرم و فشار خون ۱۶۰/۹۰ می باشد.

بیمار در بدو ورود با تشخیص هیپرتانسیون و طبع دموی تحت درمان زیر قرار گرفت؛

- ۱- عسل ناشتا یک قاشق مربا خوری
- ۲- استشمام گلاب در حال خواب
- ۳- حجامت عام سه مرحله
- ۴- دوسین هر شب یک قاشق مربا خوری
- ۵- حجامت ساکرا ل یک مرحله
- ۶- حجامت کلیه

بعد از طی مراحل درمانی فشار خون بیمار کنترل و داروهای گیاهی بیمار قطع گردید. به بیمار توصیه گردید در فصل بهار دو حجامت عام و در فصل پاییز یک حجامت عام انجام بدهند.<sup>۲۴۰</sup>

### پزشک معالج: دکتر سید مسعود قطب فشار خون بالا فشار خون بالا (گزارش درمان اصلا ن شاهوردی)

نام بیمار: خانم ش.ر سن: ۷۰ سال

علت مراجعه: فشار خون

علائم بیماری:

بیمار به دلیل فشار خون بالا به این مرکز مراجعه نمود. در ضمن، بیمار دیابت نیز داشت و از پوکی استخوان هم رنج می برد.

درمان های انجام شده: چای نسترن - اسفند - دارچین - سیاهدانه + عسل طبیعی

سیر بیماری:

به مدت یک ماه از داروهای فوق استفاده نمود و سپس حجامت عام انجام شد.

توصیه شد که یک ماه دیگر مراجعه نماید جهت انجام حجامت بعدی که بیمار ذکر



نمود که احساس نشاط و سرحالی می نماید. فشار خون او کاهش یافته بود و FBS هم در محدوده طبیعی بود.<sup>۲۴۱</sup>

پزشک معالج: دکتر اصلان شاهرودی

**فشار خون بالا** (گزارش درمان دکتر رضا منتظر)

نام بیمار: خانم ص.ر.سن: ۳۶ سال

علت مراجعه:

۱- فشار خون

۲- تپش قلب

۳- کمر درد شدید

۴- وزوز گوش

۵- سردرد

۶- اختلال خواب: تنگی نفس

بیمار سابقه فشار خون را از ۶ سال قبل ذکر می کند. حین خواب یک دفعه می پرد، نفسش تنگ می شود. داروهای مصرفی؛ آنتولون، تریامترن، پروپرانولول معاینه: رنگ چهره سرخ، گرمایی، عرق زیاد.

مزاج: دموی  $BP=180/10$

درمان های انجام شده:

حجامت عام ۷۹/۱۲/۶ حجامت عام ۷۹/۱۲/۲۳

سیر درمان: بیمار ۲ هفته بعد از نوبت اول مراجعه کرد. رنگ چهره باز و سرخی آن کمتر شده بود. فشار خون علی رغم قطع نمودن دارو کمتر شده بود. (تریامترن،

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

---

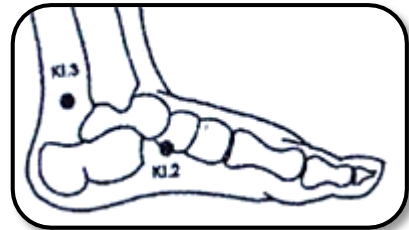
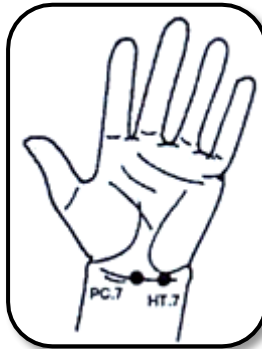
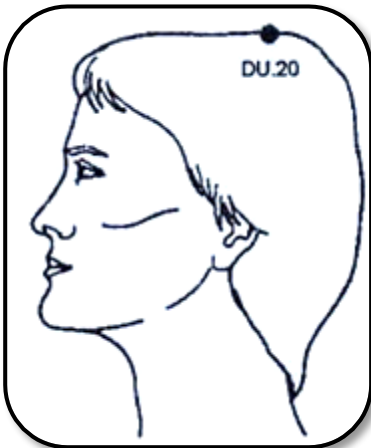
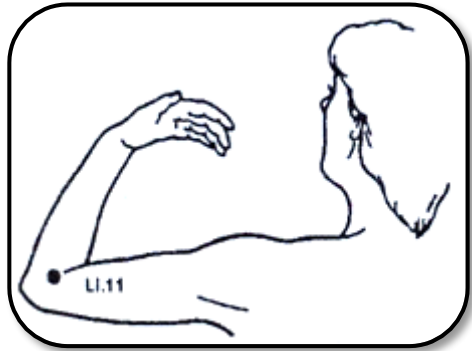
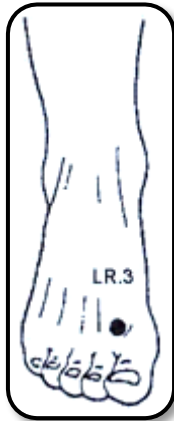
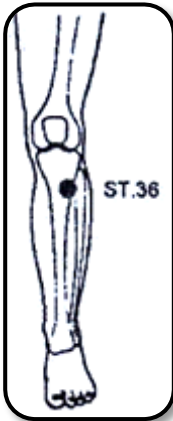
پروپرانولول را قطع کرده فقط آنتولون می خورد)  $BP=150/90$  وزوز گوش و تپش قلب نیز برطرف شده، دیگر از خواب نمی پرید و دچار تنگی نفس هم نمی شد. سردرد تا یک هفته خوب بود ولی مجددا دچار درد و سنگینی سر شده، کمر درد بهتر شده بود.

حجامت تکرار شد. ۲۴۲

پزشک معالج: دکتر رضا منتظر.

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

- فشار خون بالا<sup>۲۴۳</sup>



## بادکش کلیه

اندیکاسیون ها

-درمان بیماری های کلیه

-درمان تکمیلی عفونت ادراری

-درمان تکمیلی فشار خون سیستمیک

-درمان تکمیلی کولیک کلیوی

-درمان تکمیلی دفع سنگ کلیه

## درمان فشار پائین خون (یکتا)

غلبه بلغم می تواند باعث پائین آمدن فشار

باشد. کم خونی نیز می تواند مسبب باشد. کسی که فشارش پائین است و غلبه بلغم دارد اگر بخواهد ریشه ای درمان شود باید بلغمش را تعدیل کند و کسی که کم خونی دارد اگر بخواهد ریشه ای درمان شود باید کم خونی را درمان کند. اما اگر بخواهیم اورژانسی فشار را بالا ببریم از این دارو استفاده می کنیم:

دارچین و زنجبیل و نعناع را با هم دم کرده و آن را با عسل، شیرین کرده و میل می کنید. عسل هم فشار را بالا می آورد. اگر کسی بخواهد حجامت کند خوب است اول یک قاشق چای خوری عسل بخورد یا شربت عسل بنوشد یا دارچین زنجبیل نعناع بخورد.<sup>۲۴۴</sup>

## افت فشار خون ناشی از جراحی، خونریزی پس از جراحی، خونگیری حجامت

عسل یک قاشق مربا خوری به صورت لیسیدن  
یک لیوان عسلاب هر ۴ ساعت تا ۷ مرحله.<sup>۲۴۵</sup>

### افت فشار خون ناشی از عصبانیت

عسلاب با آب سرد یک لیوان<sup>۲۴۶</sup>

### افت فشار خون عصبی

حجامت عام ۲ مرحله

عسل ناشتا و شبانگاه یک قاشق مربا خوری چهل روز

بادام روزی ۲۱ عدد تا چهل روز

استشمام گلاب در خواب

پرهیز از غذاهای سرد مزاج

عسل یک قاشق مربا خوری به صورت لیسیدن<sup>۲۴۷</sup>

### فشار خون و افت فشار (باقری)<sup>۲۴۸</sup>

اگر دچار فشار خون هستید فرآورده های گوشتی صنعتی مثل سوسیس و کالباس،  
روغن نباتی (جامد و مایع)، چاشنی های شور، نمک های یددار موجود در بازار، قهوه  
و چای نسکافه و غذای پخته شده در مایکروفر از جمله اسباب افزایش فشار خون می  
باشند. تغذیه خود را کاملا اصلاح کرده و از موارد فوق به شدت پرهیزید.

۲۴۵ عسل صفحه ۱۲۱.

۲۴۶ عسل صفحه ۱۲۱.

۲۴۷ عسل صفحه ۱۲۰.

۲۴۸ طب اصول گرای اسلامی ۱۳۸.

اگر فشار خون بالا رفت با مراعات نکته های زیر فشار را پائین آورده و به حالت عادی برگردانید:

- ۱- از خوردن چیزهایی که طبعی گرم و تر دارند خودداری کنید.
  - ۲- چیزهایی که طبعی سرد و خشک دارند میل کنید.
  - ۳- چیزهای ترش مثل آب زرشک سیاه، آب لیموترش، تمر هندی، چای مگگی، چای سبز، چای کوهی، چای ترش و چای آلبالو میل کنید.
  - ۴- سنبل الطیب را پودر کرده و با آب استنشاق کنید.
  - ۵- سیر ترشی سنتی را به عنوان دسر غذا بخورید.
  - ۶- زرشک سیاه (یک مشت) + عناب (یک مشت) + مکمل اصلاح خون این ها را در یک لیتر اصلاح خون جوشانده و صاف کنید و روزانه از این جوشانده را همراه با یک قاشق چای خوری سیاهدانه میل کنید.
  - ۷- منضج ها و مسهل های خون را تهیه و میل کنید.
  - ۸- حجامت و فصد کرده و زالو بیاندازید.
- اگر فشار خون پائین آمد و بدن یخ کرد با روش زیر فشار را بالا آورده و به حالت نرمال برگردانید.

دارچین + زنجبیل: این دو را در عرق گرم بادرنجوبه یا عرق بهار نارنج دم کرده، صاف کرده و میل کنید. به یاری خدا به زودی خوب می شوید.<sup>۲۴۹</sup>

### فشار خون (بالا) (روا زاده)

مصرف نمک دریا به جای نمک تسویه شده به صورت مرتب روزی سه تا چهار بار با غذا میل شود. زیرا کلسیم و فسفر موجود در آن موجب کاهش فشار خون می شود.

پرهیز از نمک صنعتی و مصرف روزی دو حبه سیر صبح و شب.  
 دمکرده یک قاشق غذاخوری برگ زیتون در یک لیوان آب جوش.  
 مصرف یک عدد سیر خرد شده با یک استکان آب پرتقال.  
 خوردن روغن کنجد، روغن زیتون، دنبه گوسفند و روغن محلی به جای روغن نباتی و روغن های مایع دیگر.  
 مصرف مواد غذایی که طبیعت گرم دارند بخصوص اگر گرم و خشک باشند مثل دارچین فشار خون را بالا می برند.  
 انجام حجامت نیز مفید می باشد.

### فشارخون (روازاده)

**پرسش:** مردی ۴۰ ساله هستم که مدت های مدیدی مبتلا به فشار خون می باشم و دارو مصرف می کنم. چگونگی مداوا با طب اسلامی را بفرمایید؟

**پاسخ:** برای درمان: ۱. نمک مصرفی شما نمک دریا باشد؛ ۲. شربت بهار نارنج مقوی قلب است؛ ۳. به هیچ عنوان از نمک های صنعتی استفاده نکنید؛ ۴. از دم کرده برگ زیتون استفاده کنید. یک حبه سیر را با چاقو خرد کرده و داخل یک سوم استکان آب پرتقال بریزید و بخورید؛ ۵. حجامت را هم فراموش نکنید. ۶. برای تقویت قلب سبب شیرین زیاد بخورید؛ ۷. دم کرده بادرنجبویه، دارچین و نعناع با چند قطره لیمو ترش تازه میل کنید. سالی دو بار حجامت انجام دهید. بعد از غذا آبغوره و آبلیموی خانگی میل کنید.<sup>۲۵۰</sup>

### فشار خون (پائین) (روازاده)

مصرف دمکرده مقداری زنجبیل + عسل ، روزی یک لیوان.

۲۵۰ (پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر راوزاده، ج ۱، ص ۸۲)

مصرف غذاهایی که طبیعت گرم و تر دارند و خوردن مقویات قلب مثل سیب، آب طلا و دمکرده بادرنجبویه.

### افت فشارخون (بنی هاشمی)

برای کسانی که افت فشارخون دارند اسفند داروی بسیار خوبی است البته برای فشارخون سرد کاربرد دارد. اسفند فشارخون را بالا می برد و کسی که فشارخون بالا دارد باید فقط از دود آن استفاده کند.

### تدابیر فشار خون (کرد افشاری)

برای پایین آوردن فشارخون موارد زیر توصیه می شود:

خوردن ۱ مثقال هلبله سیاه کوبیده هر شب با عسل و آب و عسل تصفیه خون و روح کرده و باعث کاهش فشار خون می شود بخصوص در سرد مزاجها.

• تخم گشنیز ۱۰ گرم کوبیده، شبها در ۴ یا ۵ سیر آبغوره خیسانده صبح شیره کشیده و در روز میل شود (به شرط عدم مشکل معده حاد) ۷ روز قطع و مجدد تکرار شود. به گفته رازی برای فشار خون و سردرد مفید است.

• تخم خرفه ۱۰ گرم، تخم گشنیز ۱۰ گرم، کوبیده شیره کشیده میل شود. ۱۵ روز مصرف و ۷ روز قطع شود.

• چند شب از نیم تا یک مثقال (۲/۵ تا ۵ گرم) بلیله را نیم کوب کرده و میل کنند موجب کاهش فشار خون، دفع سموم و رطوبات، اصلاح گوارش (در برخی از اقسام سوء هاضمه را علاج کند) موجب روشنائی چشم و رفع بواسیر می شود.

• آلو سیاه یا بخارا، تمر هندی ۷ مثقال و ترنجبین را جوشانده، صاف کرده و بنوشند.  
• پوست هلبله زرد از ۴ تا ۸ و ۱۰ مثقال بر حسب تحمل سن مریض ساییده و نرم شود و در ۳ تا ۵ سیر آب غوره هنگام شب بخیساند و صبح به بیمار بدهد. (شیره کشی شود)



این دارو صفرا و سودا یعنی سموم کلیه و سموم دیگر را از بدن دفع می کند. درد سیاتیک و مفاصل تسکین میابد، فشار خون پایین میاید، رنگ تار و تیره مریض روشن می شود.

• بهترین دارو برای همگان خوردن مقداری گل بیدمشک است که مسکن خوبی می باشد.

• رژیم سیر و آبلیمو: ۳۰ حبه سیر پوست گرفته را با ۵ عدد لیموترش تازه با پوست که چند برش روی پوست آن زده شده در مخلوط کن ریخته تا خمیر شود. خمیر به دست آمده را با یک لیتر آب روی شعله بسیار کم به جوش رسانده، شعله را خاموش کنید تا سرد شود، سپس آن را صاف نموده و در یخچال نگهداری نمایید، صبح ناشتا ۵۰ سی سی یا یک استکان تا ۴۰ روز مصرف شود. هر ۶ ماه تمدید شود (کاهش دهنده فشار خون و باز کننده عروق می باشد).

• آب ماست، آب دوغ، آب لیمو، آلو، شربت آلبالو، شربت زرشک، مربای آلبالو مفید است.

• دمکرده چای ترش عصرها با لیمو عمانی و دمکرده گل گاوزبان و لیمو عمانی و دمکرده میوه آلبالو و دمکرده زرشک آبگیری، دمکرده میوه نسترن، دمکره فلوس و (خیار چنبر) فشار خون را پایین می آورد.

• آش آبغوره و آش آلو برای کاهش فشار خون و همچنین رفع غلظت خون بسیار مفید است.

• دو حبه سیر را له کرده ۳ قاشق سوپ خوری روغن زیتون به آن بیفزایید برای پایین آوردن فشار خون آن را به کف پاها بمالید.

• دمکرده گل گاوزبان + سنبل الطیب + اسطوخودوس + بادرنجبویه + لیمو عمانی و نبات هم مفید است.

• شربت سیر: دو پیاز سیر را له کرده در یک لیوان آب و ۱۰۰ گرم شکر ریخته و بجوشانید تا به قوام آید هر روز ۲ قاشق سوپ خوری از آن مصرف شود. \* دوغ را در ظرفی ریخته و از شب تا صبح در هوای آزاد قرار دهید، روی ظرف را با پارچه نازکی پوشانده تا از ورود گرد و خاک جلوگیری شود، آبی که بالای دوغ جمع شده را برداشته و مصرف کنید.

• شیره فندق پایین آورنده فشار خون است. مصرف ۲ الی ۳ لیوان در روز برای کاهش فشارخون و رفع ناراحتی های گوارشی بسیار مفید و موثر واقع می شود. این شیر برای افرادی که از فشار خون بالا رنج می برند بسیار مفید است.

مواد لازم: مغز فندق خام ۵۰ گرم، عسایر ۳ قاشق غذا خوری، آب سرد ۳ لیوان. پوست فندقها را برداشته و آنها را به همراه آب و عسل در مخلوط کن ریخته تا بطور کامل مخلوط شود و به صورت شیر در آید.

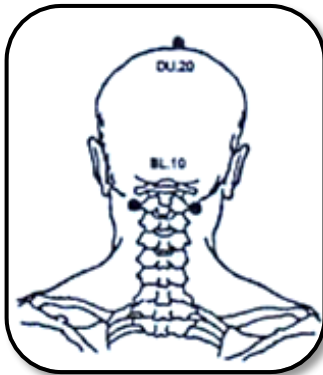
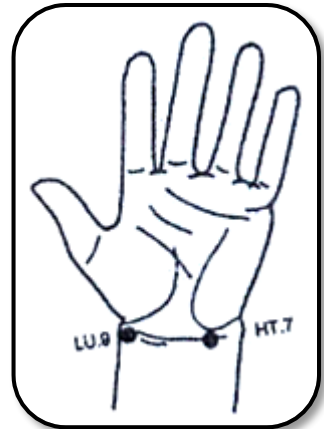
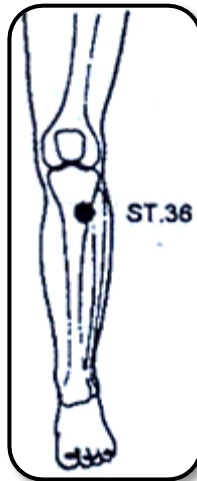
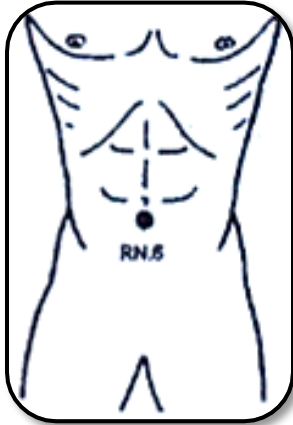
• مالش ساق پاها، بادکش ساق پاها و استفاده از قطره نازیل به صورت زیر زبانی برای درمان اورژانسی فشار خون .

• حجامت اورژانسی برای فشار خون حجامت ساقین می باشد و بعد کلیه ها و عام و کبد و فصد در صورت تشخیص ضروری از امتلاء از درمانهای بسیار مفید است. • پرهیز از گوشت قرمز، مواد غذایی چرب، شوریجات، تخم مرغ، غذاهای غلیظ و دیر هضم. در خوردن جوانه گندم احتیاط شود و در مواقعی که فشار خون بالاست مصرف جوانه گندم متوقف شود.

\*دم کرده زیره سیاه ممکن است فشار خون را بالا ببرد.

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

فشار خون پایین<sup>۲۵۱</sup>



## فهرست مطالب

- مقدمه ..... ۷
- ۱- انواع تالاسمی ..... ۱۱
- ۲- غلظت خون ..... ۱۶
- ۳- رعاف مفید(فشار داخل جمجمه یا چشم) ..... ۲۱
- ۴- بیماری و اختلال در پلاکت خون ..... ۲۲
- ۵- فساد و عفونت و تصفیه خون ..... ۲۷
- ۶- واریس ..... ۳۱
- ۷- بی حسی و خواب رفتگی اندام (پاراستزی) ..... ۳۶
- ۸- دیابت، مرض قند ..... ۴۴
- ۹- رگ ماساریگا ..... ۶۳
- ۱۰- قانقاریا ..... ۶۴
- ۱۱- کلسترول، تری گلیسیرید و چربی خون ..... ۶۶

- ۱۲- نقرس (MSU) و افزایش اسید اوریک خون و مفاصل ..... ۷۴
- ۱۳- گرفتگی عروق و مجاری ..... ۸۳
- ۱۴- سفتی رگها، تصلب شرایین یا آترواسکلروزیس ..... ۱۱۶
- ۱۵- اختلالات انعقاد خون و هموفیلی ..... ۱۲۰
- ۱۶- افتادگی رگ قلب ..... ۱۲۲
- ۱۷- درمان تپش قلب و ترس ..... ۱۲۳
- ۱۸- نارسایی قلب ..... ۱۳۷
- ۱۹- بزرگ شدن قلب ..... ۱۳۸
- ۲۰- اختلال، افتادگی، تنگی و ضایعات دریچه میترا ..... ۱۳۹
- ۲۱- برای همه بیماریهای قلب و تقویت قلب ..... ۱۴۱
- ۲۲- درد قلب ..... ۱۵۱
- ۲۳- پاکسازی و عفونت قلب ..... ۱۵۳

- ۲۴- تضعیف و تقویت قلب ..... ۱۵۴
- ۲۵- آرامش قلب ..... ۱۵۷
- ۲۶- گرما زدگی قلب ..... ۱۵۸
- ۲۷- سوراخ شدن قلب ..... ۱۵۹
- ۲۸- سکتة ی قلبی ..... ۱۶۰
- ۲۹- غیرطبیعی بودن ضربان قلب (آریتمی قلب) ..... ۱۷۰
- ۳۰- سنگینی قلب ..... ۱۷۳
- ۳۱- ضعف پمپاژ قلب ..... ۱۷۴
- ۳۲- درمان مشترک بر همه بیماریهای خونی ..... ۱۷۵
- ۳۳- انواع کم خونی ..... ۱۷۶
- ۳۴- گرمی، زیادی و جوشش خون ..... ۱۹۷
- ۳۵- خونمردگی، تجمع و لخته خون ..... ۱۹۹

- ۳۶-رگ به رگ شدن ..... ۲۰۱
- ۳۶-خشکی خون ..... ۲۰۲
- ۳۸-کمبود گلبولهای سفید ..... ۲۰۳
- ۳۹-افت پلاسمای خون ..... ۲۰۴
- ۴۰-خونریزی داخلی ..... ۲۰۵
- ۴۱-سرطان خون ..... ۲۰۶
- ۴۲-کمبود گلبول قرمز ..... ۲۰۷
- ۴۳-انواع، فشارخون (بالا، پایین، مقطعی، دائمی، ثابت، نوسانی، عصبی و...) ..... ۲۰۸

## فهرست منابع

۱. قرآن مجید؛
۲. نهج البلاغه؛
۳. میزان الحکمه، اثر محمدی ری شهری، ناشر دارالحدیث، چاپ پنجم؛
۴. احادیث پزشکی، اثر محمدی ری شهری؛
۵. طب الاثمه علیهم السلام، اثر علامه شبر، نشر مهر حدیث ۱۳۸۹، چاپ چهارم؛
۶. طب الکبیر اثر محمد سرورالدین، تهران، چاپ ۲۲، چاپخانه حیدری، ۱۳۸۲؛
۷. توصیه‌های پزشکی عارفان اثر محمد بستان، چاپ ۱۵، نشر عطر یاس، ۱۳۹۱؛
۸. درمان میگرن و سردردهای رایج، اثر دکتر پور فخاران، چاپ اول، ۱۳۹۰، نشر ابتکار دانش؛
۹. طب الکبیر، اثر محسن شکری پینودی، نشر، آوای شمال، چاپ اول، ۱۳۹۱؛
۱۰. آشنایی با طب سوزنی اثر محمد رضا صافی، نشر ابتکار دانش، چاپ اول ۱۳۹۱؛
۱۱. میوه درمانی اثر دکتر گیلوردهاوزر، نشر وفائی، چاپ هفتم، ۱۳۸۹، قم؛
۱۲. بادکش درمانی اثر محمد رضا صافی و...، نشر ابتکار دانش، چاپ سوم، ۱۳۹۱؛
۱۳. داروخانه گیاهی اثر کاظم مقدم، نشر برگزیده، چاپ اول، ۱۳۸۶



۱۴. استرس، اثر پرفسور ویلکینسون، نشر آینه دانش، چاپ اول، ۱۳۸۹؛
۱۵. چهره جان اثر محمد لک علی آبادی، نشر انتشارات هنارس، چاپ دوم، ۱۳۹۰؛
۱۶. آب درمانی اثر محمد رضا صافی و...، نشر ابتکار دانش، چاپ اول، ۱۳۹۱؛
۱۷. معجزه درمان در طب سنتی ایران، اثر احمد حبیب الهی، چاپ سوم، چاپ  
ذاکر، ۱۳۸۷؛
۱۸. روش های درمان طبیعی و بدون دارو، ترجمه نسیم سادات میر باقری، چاپ  
اول، نشر نسیم کوثر؛
۱۹. گیاه درمانی، اثر مصطفی نورانی، نشر کوثر غدیر، چاپ اول، ۱۳۸۹؛
۲۰. طب الصادق اثر محسن شکری پینوندی، نشر اسماء الزهرا، چاپ ۶، ۱۳۹۰؛
۲۱. عسل درمانی، اثر روح الله نائینی، نشر عصر جوان، چاپ اول، ۱۳۸۸؛
۲۲. راز سلامتی و شادابی اثر علی سپهر منصور، نشر بوستان دانش، چاپ ۳، ۱۳۹۰؛
۲۳. اکسیر شفا بخش اثر علیرضا عمویی، نشر بقیه الله عج، چاپ دوم، ۱۳۹۰؛
۲۴. میوه درمانی اثر آتیه متقی زاده، نشر بوستان دانش، چاپ اول، ۱۳۹۰؛
۲۵. خدایا چه بخورم؟ اثر زینبده خدائی، ستر نگاران نور، چاپ ۶، ۱۳۸۸؛

۲۶. طب النبى (ص) و الصادق(ع)، اثر ابوالعباس مستغفرى نشر مؤمنين چاپ ۴، ۱۳۸۵
۲۷. خلاصه ۱۵ روز تا سلامتى، اثر جمشيد خدادادى، نشر شهر، چاپ ۴، ۱۳۹۱؛
۲۸. طب الاثمه عليهم السلام، ترجمه دكتر حسين صابرى، نشر عروج اندیشه،  
چاپ ۱۳، ۱۳۹۰؛
۲۹. آشنایى با زالودرمانى، اثر محمود حبيب الهى و... نشر ابتكار دانش، چاپ ۱،  
۱۳۹۱؛
۳۰. معجزه نگين اثر عليرضا اسداللهى فرد، نشر صبح پيروزى، چاپ ۵، ۱۳۸۹؛
۳۱. مائده صالح؛
۳۲. تغذيه در طب اسلامى ايران؛
۳۳. چند سايت اينترنتى؛
۳۴. آموزه‌هاى شفاهى و حضورى و كتبى اساتيد و محققين طب مانند استاد خير  
اندیش، روازاده، آل اسحاق، حكيم و شاگرد ايشان يكتا، آبيار، الهى، گوارا،  
درخشان پور و...؛
۳۵. خلاصه قانون در طب؛

۳۶. کتاب رازی؛
۳۷. طبع و مزاج؛
۳۸. طب ایرانی اسلامی؛
۳۹. نرم افزار آموزش طب حقیقت نجات؛
۴۰. دوره ۲۰ جلدی آموزش مقدمات طب استاد روازاده؛
۴۱. کتاب های زبان خوراکی ها از محمد سرورالدین.
۴۲. حجامت درمانی، دکتر شهلا اسدزاده، انتشارات ابتکار دانش، چاپ چهاردهم
۴۳. زالوی ایرانی، سید محمد موسوی، انتشارات زعیم، چاپ دوم
۴۴. دوره ۲۰ جلدی آموزش طب سنتی استاد روازاده، نشر طلایی پویندگان  
دانشگاه، چاپ اول
۴۵. اکسیر شفا بخش، علیرضا عمویی، انتشارات بقیه الله (عج)، چاپ دوم ۱۳۹۰
۴۶. عسل، دکتر حسین خیراندیش، انتشارات ابتکار دانش، چاپ دوم ۱۳۹۰
۴۷. درمان بیماری های زنان و زایمان، سید محمد موسوی، انتشارات زعیم، چاپ اول

۴۸. درمان ساده بر پایه مزاج شناسی و تغذیه، دکتر سیده زهره اولیایی، انتشارات

ابتکار دانش، چاپ اول ۱۳۹۰

۴۹. گیاه درمانی، آیت الله مصطفی نورانی، انتشارات کوثر غدیر، چاپ اول ۱۳۸۹

۵۰. رمز و راز جوانی و سلامتی، دکتر محمد دریایی، انتشارات سفیر اردهال، چاپ

چهارم

۵۱. درمانهای گیاهی خانگی، محمد حسن نعیمی، انتشارات کهکشان دانش، چاپ

دوم ۱۳۹۱

۵۲. طب الصادق، ابوالعباس مستغفری، انتشارات مومنین، چاپ چهارم ۱۳۸۵

۵۳. روش تهیه غذاهای طبیعی و بدون پخت، محمود خوشنویس، چاپ اول

۵۴. درمان طبیعی، رابین هیفیلد و سوهاکی ترجمه: جواد ثابت نژاد، انتشارات آزاد،

چاپ اول

۵۵. آموزش طب سوزنی، پروفیسور یوهان بیشکو ترجمه: نادعلی اسماعیلی، چاپ

پنجم ۱۳۹۲

۵۶. اصول پایه و بالینی طب سوزنی، دکتر علی اصغر نویدی، انتشارات طبیب، چاپ

اول ۱۳۸۱

۵۷. اعجاز زهر زنبور عسل در درمان بیماری‌ها، میهالی سیمیچ ترجمه: سید

مظاهر سیدی، انتشارات نصوص، چاپ ششم ۱۳۹۰

۵۸. بره موم، جیمز فارنلی ترجمه سید مظاهر سیدی، انتشارات نصوص، چاپ چهارم ۱۳۹۱

۵۹. زنبور درمانی، نیلا حینسما تولیلا ترجمه: دکتر احمد چیت ساز، نشر نصوص، چاپ

چهارم ۱۳۹۰

۶۰. گلبرگ سلامت، حوریه رضوانی اصل، انتشارات ابتکار دانش، چاپ سوم ۱۳۹۰

۶۱. زاج شناسی و تغذیه در طب ایرانی اسلامی، مریم نواب زاده، چاپ اول ۱۳۹۲

۶۲. آشنایی با حجامت، علی اکبر روزگاری، انتشارات نسل نیکان، چاپ هفتم ۱۳۹۰

۶۳. گرده درمانی، سید جواد سعادت مند، چاپ چهارم

۶۴. میوه درمانی، آتیه متقی زاده، انتشارات بوستان دانش، چاپ اول ۱۳۹۰

۶۵. روش صحیح تغذیه، ابراهیم نیکبخت، انتشارات سلوک جوان، چاپ دوم ۱۳۹۰

۶۶. معجزات درمانی سیاه دانه و عسل، محمد دریایی، انتشارات سفیراردهال، چاپ

دهم ۱۳۹۲

۶۷. معجزات درمانی عسل و انگبین ها، محمد دریایی، انتشارات یاس بهشت، چاپ

دوم ۱۳۸۹

۶۸. درمان سردردها، سید محمد موسوی، انتشارات فجر قرآن، چاپ اول ۱۳۹۲

۶۹. درمان تومورهای مغزی، سید محمد موسوی، انتشارات مشعل، چاپ اول ۱۳۸۷

۷۰. طب الائمه، عبدالله شبر مترجم: عباس پسندیده، انتشارات حدیث مهر، چاپ چهارم

۱۳۹۱

۷۱. طب الکبیر، محمد سرورالدین، انتشارات آشیانه، چاپ بیست و هشت

۷۲. طب نجات بخش، محمد علی محمدی یکتا، انتشارات راه سبز، چاپ چهارم ۱۳۹۳

۷۳. آموزش طب سوزنی گوش، نادعلی اسماعیلی، چاپ ششم ۱۳۹۲

۷۴. تغذیه در طب ایرانی و اسلامی، دکتر غلامرضا کردافشار، انتشارات نسل

نیکان، چاپ بیست و چهارم

۷۵. پرسش های شما و پاسخ های دکتر روازاده، موسسه فرهنگی هنری اندیشه

صواب، چاپ هشتم

۷۶. رساله ذهبیه، دکتر محمد دریایی، انتشارات سفیر اردهال، چاپ پنجم ۱۳۹۱

۷۷. چگونه غذای ما دوی ما باشد؟، رضامیرزایی، انتشارات عصر جوان، چاپ دوم

۱۳۹۳

\* به نظر برتر یک میلیون تومان و به بیست نفر کمک هزینه سفر به مشهد مقدس اهداء میشود \*

## فرم نظر سنجی و ثبت نتایج عمل به نسخه ها

نام: نام خانوادگی: سن: جنسیت:  
نام شهر / استان محل سکونت: تلفن تماس:

۱. شرح مختصری از بیماریهایی که مبتلا هستید:

۲. متن نسخه ای که به آن عمل کرده اید:

۳. نتایج مثبت درمانی عمل به این نسخه:

۴. عوارض منفی عمل به این نسخه ها:

۵. نظر شما درباره این مجموعه کتابها چیست؟

۶. چه کمکی میتوانید برای توسعه طب اسلامی ایرانی و نجات بیماران انجام دهید؟

**مهم:** پاسخ و نظرات خود را به ایمیل یا سامانه پیامکی یا کدپستی ارسال نمایید تا در چاپ های بعدی کتاب چاپ شود و زمینه تبلیغ و توسعه طب اسلامی را فراهم نماید.

**توجه:** خواهشمند است حتماً نتایج مثبت عمل به نسخه ها را همراه با نام بیماری و نام بیمار به ایمیل یا کدپستی ارسال نمایید. بعد از پر کردن این فرم، آنرا به داخل پاکت نامه با صندوق پستی رایگان ارسال کنید.

ایمیل: [tebeslamiqom@gmail.com](mailto:tebeslamiqom@gmail.com)

سامانه پیامکی: ۱۰۰۰۰۱۱۰۱۱۰۱۱

کدپستی: ۳۷۱۷۲۵۹۵۸۴



# "مطلب بسیار مهم زیر را حتماً مطالعه نمایید"

## فرستی نو و تحولی بزرگ در احیاء سلامتی و سبک زندگی اسلامی

مقام معظم رهبری فرمودند: "از دغدغه های قلبی من احیاء طب اسلامی ایرانی است، به آن بپردازید."

ستاد احیاء طب اسلامی ایرانی در راستای فرمایش رهبری، با هدف نجات بشر از توطئه های اشرار یهود و زمینه سازی برای احیاء سبک زندگی اسلامی و اسلامی سازی علوم و زمینه سازی برای ظهور مولا صاحب الزمان عج و رفع گرفتاریهای جسمی و روحی جامعه بشری با همکاری جمع کثیری از طلاب محقق در زمینه طب اسلامی ایرانی برگزار میکند.

۱. برگزاری همایش های آموزشی و تبلیغی طب اسلامی ایرانی و سبک زندگی اسلامی در شهرهای ایران.
۲. برگزاری دوره های مجازی و غیر حضوری طب اسلامی سنتی و ارسال منابع آموزشی به سراسر کشور.
- با عمل به برنامه آموزشی ما همه طب، از پیشگیری تا درمان طبیعی همه بیماریها، حتی سرطان را بیاموزید.
۳. قابل توجه همه مولفین و ناشرین و محققین طب اسلامی ایرانی سنتی:

این مرکز آماده پخش آثار تألیفی، نرم افزاری، فیلم ها و تحقیقات شما در سراسر کشور میباشد.

۴. قابل توجه محققین طب، عطاران، کتاب فروشان، مبلغین دینی، مدیران و عموم مردم: برای تهیه محتواهای آموزشی طبی اعم از کتابها، نرم افزار، فیلم و جدیدترین آثار بزرگان طب با ما تماس بگیرید.

**توجه:** بعد از مطالعه این منابع، جهت تکمیل مهارت عملی و تئوری، به مراجع آموزشی معتبر و موفق معرفی خواهید شد. کار را برای شما بسیار آسان و مطمئن خواهیم کرد. انشاء...

از جمله موارد آموزشی موارد زیر است: آموزش اصلاح تغذیه، مهارتهای پیشگیری و حفظ سلامتی، کلیات و مسلمات برای عموم مردم، درمانهای مشترک برای همه بیماریها، مزاج شناسی، حجامت، زالو، طب سوزنی، ماساژ، نسخه نویسی، گیاه شناسی و گیاه درمانی، عنبیه شناسی، نبض، رایحه درمانی، آب درمانی و آثار تألیفی و تحقیقی اساتید طب اسلامی ایرانی سنتی، متون مرجع و..

**برای اطلاعات بیشتر و خرید محصولات و گرفتن نمایندگی بخش و فروش با شماره های:**

۰۹۱۰۰۹۶۹۷۹۶ - ۰۹۳۵۵۳۸۸۲۶۷ و ۰۲۵۳۸۸۳۴۸۴۶ تماس بگیرید یا به وبلاگ آموزش و درمان

صلواتی طب اسلامی مراجعه کنید. **وبلاگ:** [www.Tebeslamiqom.blogfa.com](http://www.Tebeslamiqom.blogfa.com)

هدف اصلی ما احیاء "سبک زندگی اسلامی" در همه جهان است. ان تنصر الله ینصرکم "اگر خدا را یاری کنید شما را یاری میکند"، پس در این راه مقدس، هر چه در توان دارید صرف نمایید که ظهور بسیار نزدیک است. انشاء الله

## قابل توجه اطبا و عطاران ، فروشندگان و خانواده ها

اگر هر خانواده ماهی ۲ کیلو عسل مصرف کنند، یعنی در سال ۲۴ کیلو عسل نیاز دارند.

طبق استانداردهای ملی اگر ساکارز عسل زیر ۵ باشد، عسل طبیعی میباشد

عسل ۴۰ گیاه با ساکارز زیر ۳ در قیمت گذاری اتحادیه عسل فروشان و بازار رایج

خرده فروشان بالای ۳۵ هزار تومان فروخته میشود، البته متأسفانه بدلیل بی اطلاعی

مردم و گرانفروشی برخی فروشندگان تا ۷۰ هزار تومان نیز فروخته میشود.

### پخش عسل طبی با ساکارز زیر ۳ ، مناسب برای بیماران

کیلویی ۱۸ هزار تومان " قیمت خرده فروشی اتحادیه بالای ۳۵ هزار تومان "

و عسل با ساکارز زیر ۴ با قیمت ۱۷ هزار تومان

و با ساکارز زیر ۵ با قیمت ۱۶ هزار تومان

و با ساکارز بالای ۷ به قیمت ۱۰ هزار تومان

فروش عسل در حلب های ۲۶ کیلویی " به سراسر کشور "

حداقل خرید عمده (در سال ۹۴) = یک حلب

"میتوانید بین دو خانواده تقسیم کنید"

فقط تماس بگیرید - ۰۹۱۰۵۸۶۴۸۵۰ - ۰۹۳۵۵۳۸۸۲۶۷

**برای دریافت داروهای طب اسلامی سنتی**

**و ابزارهای درمانی و آموزشی (بصورت عمده و خرده)**

**که در این مجموعه کتب آمده است میتوانید با**

**شماره های ذیل تماس بگیرید یا پیام بدهید.**

**۰۹۱۰۵۸۶۴۸۵۰ – ۰۹۳۵۵۳۸۸۲۶۷**

**۰۹۳۸۰۸۰۳۰۰۵ – ۰۹۱۰۰۹۶۹۷۹۶**

**(فهرست داروهای مورد نیاز را پیام دهید)**

**تا در سراسر کشور در درب منزل تحویل بگیرید.**