



دانلود شده از کانال دارالشفاء:

@Edalatmahdi313

دغدغه قلبی امروز من، حتی انرژی هسته‌ای هم

نیست از دغدغه‌های قلبی من احیای طب

اسلامی ایرانی است، به آن پردازید.

مقام معظم رهبری (حفظ 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:

# نسخه های معصومین و بزرگان طب اسلامی ایرانی (جلد ۱۲)

## بیماری های استخوان و عضلات

مؤلف: رضا میرزایی ۰۹۳۵۵۳۸۸۲۶۷

همکاری: رضا بهرامی ۰۹۱۹۱۶۰۱۹۵۰

مرکز پخش دفتر مؤلف: ۰۹۱۰۰۶۶۹۷۹۶

EMAIL: Tebeslamiqom@gmail.com

سامانه پیامکی: ۱۰۰۰۰۱۱۰۱۱۰۱۱

بیماری‌های

استخوان و عضلات

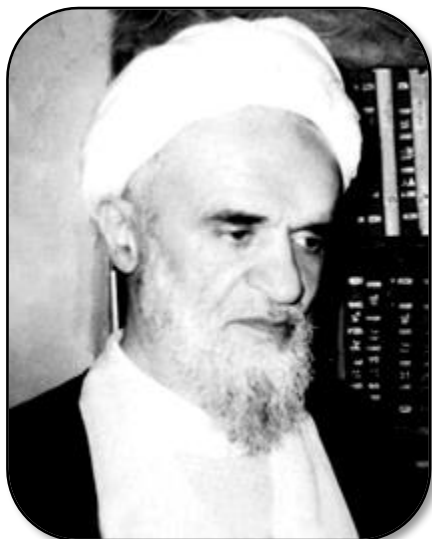


مؤلف: رضا میرزایی



همکاری: رضا بهرامی

# تقدیم به محضر مولا صاحب الزمان عجل الله تعالی فرجه الشریف و



سردار آن مضرت  
عارف واصل ، آیت حق  
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 و المسلمین آقای حاج شیخ علی آقا پهلوانی تهرانی را دریافت کردم. آن بزرگوار، عمر طیب و طاهر و تأثر، خبر رحلت برادر بزرگوارتان **عالم عامل و عارف پارسا و پرهیزکار** مرحوم حجت الاسلام و المسلمین 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 آلایش** 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 وبه 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.

### راهی برای گسترش سریع تشیع

مردم جهان امروز اسیر هوای نفس و علم زده اند. حتی توحید و معاد و کرامات اخلاقی را رد میکنند. راحت میگویند محسوس نیست.

پیامبران هر عصری با مهمترین مسئله برای مردم آن زمان مبعوث میشدند. این زمان عصر علم و بیماری و گرفتاریهاست.

این نکته بسیار مهم است. تا زمانی که امام صادق (ع) علم طب شان را اشکار نکرده بود، دانشمند کافر، امام را رد میکرد. حتی میخواست به امام آموزش دهد. یعنی در نفس خود حالت برتری حس میکرد ولی بعد از اظهار گوشه ای از علم طب توسط حضرت، آن دانشمند هندی گفت: راست گفته ای و من نیز گواهی می دهم که خدایی جز الله نیست و محمد، پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) و بنده اوست و تو آگاه ترین کسان روزگار خویش هستی.

طب راهی برای مسلمان شدن دانشمندان غیر مسلمان است. و عوام دنباله رو خواص هستند. بشر امروز دنبال علم ملموس است. طب کاملاً ملموس و قابل تجربه و وجدانی است. نیاز به استدلال و توضیح و حتی سواد ندارد. حتی دیوانه و معاند و دشمن و جاهل و غافل و خلاصه همه آن را درک میکنند و از درون به حقانیت و قدرت علم اهل بیت پی میبرند. و آن را تصدیق میکنند. چون درد، بیماری، درمان و رفع شدن درد را حتی دیوانه و معاند و بیسواد هم درک میکند و همه مردم دنبال سلامتی هستند و از طرفی دادن

---

نسخه به بیمار، نیازی به آموزش و سالها تبلیغ ندارد. اما سایر قسمتهای علوم دینی این خصوصیات را ندارند.

فلسفه، عقاید و اخلاق و احکام و کلام و سایر علوم دینی و علوم انسانی حتی علوم اقتصادی یا سیاسی این ویژگی را ندارد. در میان علوم اهل بیت (ع) این ویژگی ها را فقط در طب اسلام میتوان یافت. العلم سلطان به این حدیث فکر کنیم.

پس برای ورود به قلعه دشمن ابتدا باید در قلعه باز شود. برای این امر شکنی گزینه ای بهتر از طب نیست. اگر بیمار غربی و غرب زده ها و بت پرستان و خلاصه غیر اهل حق (اکثریت جهان) با طب شیعه و امامان درمان شوند بعد سراغ سایر آموزه های امامان نیز میروند.

آیت الله بوشهری رییس حوزه علمیه قم میگویند: غرب با پزشکی وارد فرهنگ و افکار و خانه های مسلمین شد و ..

غرب با این روش، دین و سعادت غرب زدگان را ویران کرد. امروز خطر تهاجم فرهنگی بسیار جدی است. ما برای حفظ و تقویت مسلمین بخصوص دانشجویان و دانشمندان باید علم اهل بیت (ع) را عرضه کنیم. فقط اخلاق و اعتقادات و احکام و فلسفه و کلام کافی نیست. در این موضوع طب بهترین گزینه است.

در جهان امروز امامان ما که تنها راه هدایت و نجات دنیایی و آخرتی جهان هستند به اندازه شخصیت های کارتونها هم شناخته شده نیستند. و بشر امروز همه بیماراند. بیش از ۹۹ درصد مردم مشکل جسمی و بیماری دارند. طب جدید هم هر چه توسعه می یابد بیماری بیشتر میشود. خود غربی ها به ناکار آمدی طب غرب اعتراف دارد. خود غربی ها صدها بیماری را لاعلاج میدانند. کتاب داروهای ژنریک ایران را بخوانید. در این کتاب که از منابع پزشکی غربی یهودی (طب جدید) است فواید و ضررهای داروهای شیمیایی را

---

می شمارد. طبق این کتاب بطور متوسط ضررهای داروهای شیمیایی<sup>۳</sup> برابر فرواید و شاید بیشتر است. حتی بیماریهایی مانند تبخال را لا علاج میدانند.

من به عنوان یک طلبه قسم میخورم که طب اسلامی حتی بسیاری از بیماری های لا علاج را درمان میکند. من خودم شاهد بودم. گزارشات درمانی مطب های سنتی در برخی بیماریها به چند هزار میرسد. ولی مافیای دارو و پزشکی که در آمدش شرکت های نفتی را در جیب می گذارد و منافع برخی شرکتهای داروسازی، داروسازان، صاحبان بیمارستانها و برخی پزشکان نمی گذارند مردم ماجرا را بفهمد. اگر ملتها از این فتنه یهودی علیه بشریت مطلع شوند، دشمن اصلی بشریت (یهود) را خواهند شناخت. وسلطه یهود را پایان خواهند داد. ریشه اصلی همه جنگها، ویرانی خانواده، ویرانی سلامتی جسم و روح و روان و سعادت بشر، رواج اعتیاد و بیگاری ملتها به نفع یک درصد حاکم و همه بدبختی های بشر، اشرار یهود است.

بعد از مناظره طیب هندی با امام صادق (ع) بعد از آنکه به گوشه ای از علم امام (ع) آگاهی یافت شیعه شد. در جهان علم زده امروز ما چاره ای جز کاربردی کردن و ابراز علم معصومین (ع) نداریم. حتما و حتما باید این برنامه عملی شود.

معصومین (ع) هم به ما امر کرده اند که محاسن کلامشان را بیان کنیم. بیایید لا اقل در کنار فرع الفرع هایی که خودمان را معطل آنها کرده ایم و شاید در کل عمرمان یک بار هم به آن نیازمند نشویم. به کاربردی کردن علوم اهل بیت هم پردازیم. اگر هر کدام ما فقط روی کاربردی کردن یک حدیث تمرکز کنیم در کمتر از ۲۰ سال آینده علم

ودین و قلب حق جوین جهان علوی میشود. انشاءالله

**قویترین و کاملترین نسخه برای درمان همه بیماریها و شدیدترین بیماریها**



---

علت اصلی همه ی بیماریها غلبه و عدم تعادل مزاج ها و اخلاط و اختلالات در بعد الهی انسان است. برای تعدیل این خلط ها و بعد الهی انسان موارد زیر مفید و لازم و کافی است.

۱- اصلاح روح و روان ۲- اصلاح خون (مداومت در مصرف خونسازهایی که خون را کثیف نکند و حجامت، فصد، بادکش و زالو) ۳- استفراغ عمدی و تنظیم استفراغات (مدفوع، ادرار، عرق، آب دهان و..). ۴- اصلاح تغذیه اعم از خوراکی، نوشیدنی، بوییدنی، دیدنی، شنیدنی، لمس کردنی (غذای حلال، طیب، طبیعی، به اندازه، سیر نشدن از غذا، تعادل در حجم غذا، ترک غذای کارخانه ای و رعایت نسبی مصلحات، ترکیب مناسب غذا و..). ۵- سایر درمانهای مشترک ۶- رفع ریشه های بیماریها ۷- متناسب بامزاج غذا خوردن ۸- اصلاح اعمال (خواب، مسایل جنسی، شغل، فعالیت بدنی و...) ۹- ماساژ و دلاکی و شانه ۱۰- حمام اسلامی ۱۱- مصرف مسهل و منضج عام مانند سنا و سکنجبین ۱۱- واز همه مهمتر استفاده از اسباب معنوی و رعایت دستورات اسلام ۱۲- نسخه مخصوص بیماری ۱۳- اصلاح اعصاب ۱۴- اصلاح گوارش.

البه موارد دیگری نیز وجود دارد ولی این موارد برای پیشگیری و درمان همه بیماریهای جسم و روح کافی است. یعنی هر بیماری که باشد، فرقی ندارد. حتی اگر بیماری و علت و نسخه مخصوص بیماری را نشناسیم، لازم است همه این ۱۴ مورد را در بیمار اصلاح کنیم. و در اکثر بیماریها همین ۱۴ مورد بیماری را رفع میکند. و بیماری خود بخود درمان میشود.

اصلاح روح و روان و اعمال، اصلاح خون و اصلاح مزاج را می توان از مهمترین درمان های طب اسلامی دانست و شاید بعد از درمان روح و روان مهمترین درمان همین خون

---

درمانی باشد. بدون اصلاح خون روح و روان نیز بیمار خواهد بود. برای درمان خون علاوه بر اصلاح مزاج و اصلاح تغذیه، اصلاح روح و روان نیز لازم است. اصلاح روح و روان، اصلاح مزاج، اصلاح تغذیه و اصلاح خون و اصلاح اعمال را شاید بتوان همه طب اسلامی نامید و اصلاح این ۵ مورد مقدمه و لازمه و گاهی همه درمان، برای همه امراض انسان است. و برای درمان هر بیماری جسمی و روحی و روانی و خانوادگی و اقتصادی و سیاسی و هر بیماری که به انسان ربط دارد، درمان اصلاح این ۵ مورد ضروری و مقدمه است. و اگر یکی از این ها اصلاح نشود درمان یا ناقص خواهد بود یا بکلی انجام نخواهد شد یا اینکه بیماری مجدداً عود خواهد کرد یا این که بیماری از شکلی به شکل دیگر در خواهد آمد. یعنی همان قانون بقای بیماری است مانند قانون بقای انرژی نیوتن. چون ریشه بیماری درمان نشده است. بلکه ساق و برگ بیماری و علامت بیماری دفع شده است.

هر طبیعی باید این ۵ عامل بیماری را بشناسد و هر ۵ عامل را رفع کند. و اصلاح نام بیماری یا مشخصات بیماری مهم نیست، هر بیماری که باشد از طلاق گرفته یا بیماری های اخلاقی و فکری یا جسمی (هر بیماری جسمی که باشد). شما این ۵ مورد را اصلاح کنید، بیماری خودش رفع می شود و ریشه کن می شود. نه مانند طب جدید که صدای آژیر دزدگیر را قطع می کند تا دزد راحت تر ماشین را بدزدد. یعنی علامت بیماری مانند درد و ... را رفع می کند تا عوامل بیماری را با خیالی راحت تر و با قدرت تمام بدن را ویران کنند. این از بزرگترین نقص های طب جدید است و از حسن های بزرگ طب اسلامی است.

برای درمان کامل، مزاج شناسی مهمترین شناخت است. اصلاح مزاج مهمترین درمان است و بدون شناخت و اصلاح مزاج (عضو بیمار و کل بدن)، شناخت و درمان بیماری

---

ناقص است. اصلاح مزاج جسم و روح همه درمان است. چون خون درمانی و اصلاح تغذیه و اصلاح روح و روان داخل در اصلاح مزاج است. و همه طب را امام صادق مظلوم علیه السلام در یک حدیث بیان نموده است. این حدیث می تواند همه بیماری های جسمی و عمده بیماری های روحی روانی خانوادگی و اقتصادی سیاسی و ... را درمان کند. که امام صادق علیه السلام فرمود:

ما سردی را با گرمی درمان می کنیم و گرمی را با سردی، تری را با خشکی و خشکی را با تری، معده خانه همه امراض است و ...

حتما به در خانه اهل بیت علیه السلام باید بیاییم .

البته این نصف حدیث است. فقط همین یک حدیث می تواند همه علم پزشکی، روانشناسی، مدیریت ها، علوم انسانی و تربیتی، علوم سیاسی و علوم مربوط به خانواده را به کل متحول کند و از نو بنا کند ولی حیف که بشر علم را از یهود و غرب و دشمنان اهل بیت علیه السلام می گیرد.

اگر ما بعد از انقلاب، محاسن فقط ۵۰ عدد از فرمایشات اهل بیت(ع) را خوب به مردم جهان تبیین و تفهیم میکردیم ملت ها فوج فوج به تشیع روی آورده بودند و احادیث طبی در این موضوع از بهترین ها هستند. البته قطعا، این اتفاق بزودی انشاءالله خواهد افتاد. پس تماشاچی نباشیم.

## ۱- پوکی استخوان

### الف: معرفی بیماری

#### پوکی استخوان یا استئوپروز

طبق تعریف انجمن ملی بهداشت (هیات ایجاد اتفاق نظر برای پیشگیری از استئوپروز)، یک اختلال اسکلتی است که بیشتر در دوران کهنسالی بروز می کند و ویژگی بارز آن کاهش استحکام استخوان بوده و فرد را در معرض خطر شکستگی قرار می دهد.

این بیماری در دوران یائسگی زنان بسیار شایع است زیرا در این دوران استروژن بسیار در بدن زنان کم می شود. همچنین کمبود مواد معدنی مانند کلسیم، پروتئین و ویتامین دی و استعمال دخانیات مانند سیگار باعث پوکی استخوان می شود. در شرایط کمبود مواد معدنی در رژیم غذایی، بدن این کمبود را از بافت های استخوانی می گیرد و این کار در طول زمان باعث فقر استخوان ها از لحاظ مواد معدنی و در نتیجه پوکی استخوان می گردد. همچنین با بالا رفتن سن تخریب بافت استخوانی بیش از ساخت آن می شود و با گذشت زمان و در دوران کهنسالی این عارضه بروز می کند. برخی از بیماری ها مثل پرکاری تیروئید، کم کاری غدد جنسی، آرتریت روماتوئید، بیماری کوشینگ و دیابت و مصرف برخی داروها مثل کورتن و لووتیروکسین، فورزماید، هپارین، فیتوئین نیز در طول زمان باعث پوکی استخوان می گردند. عوامل دیگری نیز مثل کم تحرکی یا کمبود وزن بیش از ۱۰٪ نسبت به وزن دوران جوانی یا بی ام آی کمتر از ۱۹، عوامل وراثتی و اعتیاد به الکل باعث پوکی استخوان هستند. باور بر این بود که مصرف بیش از اندازه کافئین از فاکتورهای خطر است اما تحقیقات تازه نشان می دهد

ارتباط زیادی بین استئوپروزی و مصرف کافئین وجود ندارد

کمردرد ناگهانی از نشانه‌های فروپاشی مهره‌است.

تشخیص استئوپروز معمولاً به دنبال یک شکستگی بالینی حاد یا انجام آزمایش سنجش تراکم استخوان مسجل می‌شود. رادیوگرافی‌ها می‌توانند شکستگی فشاری مهره‌ها را نشان دهند، ولی شواهد پرتونگاری کاهش توده استخوانی تا هنگامی که ۳۰٪ از توده استخوان تحلیل نرفته، ایجاد نمی‌شود. عکس‌های پرتونگاری شاخص خوبی برای تشخیص استئوپروز نیستند زیرا نفوذ کم یا بیش از حد اشعه در فیلم عکاسی روی کیفیت آن تاثیر می‌گذارد، از این رو رادیوگرافی‌ها راهنماهای خوبی برای پی بردن به استئوپروز نیستند و غالباً تشخیص بر اساس سنجش تراکم مواد معدنی استخوان مسجل می‌گردد.

### پوکی استخوان<sup>۱</sup>

آزمایش تشخیص تراکم استخوان BMD

۱ الی ۲/۵ ← مشکوک است و باید دارو کمتر استفاده کند.

۲/۵ به بالا ← به یقین دچار پوکی استخوان است.

زنان بیشتر مبتلا می‌شوند خصوصاً چند بار زایمان داشته‌اند.

### علائم

۲۰٪ پوکی استخوان‌ها بدون علائم می‌باشد - درد مفاصل (ممکن است هفته‌ها حتی ماه‌ها قبل از تورم احساس شود، پر یود نشدن به مدت ۳ ماه متوالی که خود از علائم افت استروژن است) - سرگیجه طولانی مدت - کوتاه شدن قد.

نام متخصص این بیماری: ارتوپد

## علل

کاهش سطح کلسیم و ویتامین D - الکل - رماتیسیم پیشرفته - پرکاری غدد تیروئید یا پاراتیروئید - کمبود استروژن (برای زنان) - ژنتیکی (۸۰٪) - بیماری های کلیه - کم کاری فوق کلیه - کم تحرکی - استفاده کم از آفتاب - یائسگی (برای زنان)

## ب: نسخه ها

### پوکی استخوان ساق (روایات)

#### 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>۲</sup>

#### سویق شسته

امام کاظم (علیه السلام) فرموده اند: هنگامی که قاووت را هفت بار شسته و از ظرفی به ظرف دیگر بریزی، تب را برطرف ساخته و به پاها نیرو می بخشد.<sup>۳</sup>  
امام صادق (علیه السلام): به تب دار، سه بار سویق شسته شده، داده می شود. این، تب را می برد، تلخه (صفراسودا) و بلغم را می خشکاند و ساق پاها را تقویت می کند.<sup>۴</sup>

#### سنجد

امام صادق (علیه السلام): سنجد، گوشتش گوشت می رویاند، استخوانش استخوان را رشد می دهد و پوستش پوست را می پرورد. علاوه بر این، سنجد کلیه ها را گرم می

۲ کافی ج ۶ ص ۳۴۴

۳ کافی ج ۶ ص ۳۰۶

۴ دعائم الاسلام ج ۲ ص ۱۵۰

کند، معده را پاک می سازد، مایه ایمنی از بواسیر و تقطیر البول است، ساق پا را قوی می کند و رگ جذام را به کلی قطع می نماید.<sup>۵</sup>

### پودر و آب استخوان

برای بیماری هرعضوی همان عضو حیوانات را بخورید. (مضمون حدیث) پس استخوان را شدیداً بپزید و پودر کنید و بکمی سیر مخلوط کنید. و یک روز در میان ۵ گرم از این ترکیب را با آب و همراه غذا بخورید.

### پوکی استخوان (خیر اندیش)

- شبی ۷ عدد انجیر مصرف شود و از خوردن سردی ها پرهیز شود.
- روزی ۱۴ عدد بادام درختی دانه دانه مثل آدامس جویده شود.

### پوکی استخوان (باقری)<sup>۶</sup>

چیزهایی که باعث بیماری خاموش پوکی استخوان می شوند عبارتند از:

- ۱- امواج و اشعه موبایل
- ۲- موسیقی
- ۳- خوابیدن بعد از نماز صبح
- ۴- دیر خوابیدن در شب ها
- ۵- نوشیدن دوغ های گازدار پاستوریزه صنعتی
- ۶- فرآورده های گوشتی صنعتی
- ۷- ترشی جات غیرطبیعی
- ۹- چاشنی های شور و نمک های ید دار
- ۱۰- دخانیات (مواد مخدر و الکل)

۵ الکافی ج ۶ ص ۳۶۱ ح ۱ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۳۸۱ ح ۱۲۷۷

۶ طب اصولگرای اسلامی ص ۱۲۸

برای درمان پوکی استخوان از روش های زیر استفاده کنید:

- ۱- قلم شتر و گوسفند را پخته و آب آن را میل کنید.
  - ۲- سنجد را با هسته و پوسته به شکل کامل آسیاب کرده روزی یک پیاله میل کنید.
  - ۳- صمغ درخت آلبالو و گیلاس بخورید.
  - ۴- غضروف گوسفند را پخته و میل کنید.
  - ۵- عسل طبیعی را در شیر طبیعی گاو ریخته مخلوط کرده و صبح ها به عنوان صبحانه میل کنید.
  - ۶- روزانه دو وعده (صبح و شب) هر وعده یک استکان شربت خونساز با ۳ قاشق مکمل خونساز، بعد از غذا میل کنید.
- کسی که پوکی استخوان دارد دچار کم خونی هم می شود چون استخوان است که خون می سازد. بنابراین کم خونی را نیز درمان کنید.

### پوکی استخوان (تبریزیان)

داروی استخوان ساز

### درمان پوکی استخوان (استئوپورز)<sup>۷</sup>

درمان طبیعی: صبح: شیر عسل، ظهر: شیر خرما، عصرانه: پودر سنجد (که از مخلوط پودر پوست و گوشت و هسته سنجد است) مخلوط با شیر، عصرانه یا وسط روز: خوردن مخلوط سه شیره (خرما، انگور، توت)، شب: مغز گردو با پنیر

درمان شیمیایی: ویتامین B<sub>1</sub>، قرص کلسیم D، قرص کلسیم غضروفی (با تجویز پزشک متخصص).

<sup>۷</sup> نسخه های مورد تایید استاد..



**پوکی استخوان (خدادادی)**

- خوردن آش جو با کشک و بعد از آن چند عدد خرما میل شود.

- خوردن یک قاشق مرباخوری از معجون زیر:

(گردو + فندق + پسته + کنجد + پونه کوهی از هر کدام به مقدار صد گرم + زیره سیاه و جوز هندی از هر کدام ۵۰ گرم + سیاهدانه و زنیان از هر کدام ۲۵ گرم + یک مثقال زعفران و نیم کیلو کشک) همه مواد را با هم در مخلوط کن ریخته و یک قاشق غذاخوری عسل هم به آن اضافه شود و روزی یک قاشق غذاخوری از آن میل شود.

**پوکی استخوان و آرتروز (بنی هاشمی)**

پودر سنجد همراه با شیر تازه گاو یا بز و انجیر بهترین دارو است.

**تامین کلسیم بدن (خدادادی)**

- مصرف روزی ۱۵ عدد بادام خام + ۵ عدد خرما، و خوردن گردو با خرما،

- مصرف کشک محلی کم نمک

- مصرف سالاد زیر: ساقه کرفس + گل کلم + جعفری + پونه کوهی + لیموترش تازه +

روغن زیتون + نمک.

- مصرف زیاد لبنیات باعث کمبود کلسیم بدن می شود.

**پوکی استخوان (روازاده)**

- خوردن مواد غذایی دارای کلسیم به خصوص کالاجوش، کشک + روغن حیوانی با

پیاز داغ

= انجام حجامت خشک (بادکش)

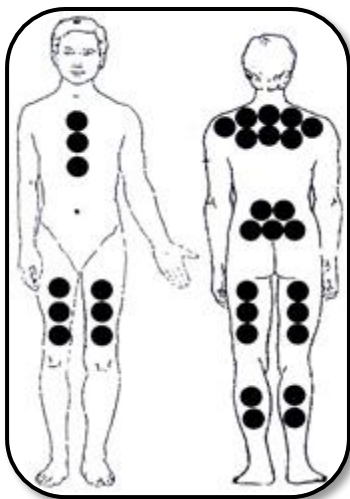
- پرهیز از خوردن چای و نوشابه زیرا موجب دفع کلسیم از بدن می شود.

## پوکی استخوان (روازاده)

پرسش: برای پوکی استخوان با وجود بیماری قلبی چه باید مصرف کرد؟ برای آب کردن زانو چه کاری باید کرد؟

پاسخ: هفته‌ای دو بار کالاجوش است که قدیمی‌ها با کشک و روغن محلی و پیاز داغ درست می‌کردند (طرز تهیه کالاجوش در سایت درج شده است) بخورید. چای و نوشابه اصلا مصرف نکنید. شیر داغ را همراه با دارچین میل کنید. در انواع خورش‌ها و آبگوشت‌ها پودر کلسیم خانگی بریزید. شنبلیله و عرق آن، یونجه و عرق آن را زیاد میل کنید. هر روز ۲۰ دقیقه ورزش کنید.<sup>۸</sup>

## بادکش پیشگیری از پوکی استخوان



۸ پرسش‌های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزاده، ج ۱، ص ۱۰۲

## ۲- سرطان استخوان

## سرطان استخوان و متعلقاتش (نخته های خونی)(ضیایی)

صبحانه: شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل طبیعی اسطوخدوس.

وسط روز: شیر تازه گاو مخلوط با خرما

به همراه ناهار: روغن زیتون خوراکی طبیعی به همراه کاهو (بدون سس)، بعد از ناهار:

یک قاشق چایخوری سیاهدانه مخلوط با عسل اسطوخدوس، عصرانه: انار شیرین با

پرده روی دانه و هسته آن بجود و بخورد، مغرب: پودر سنجد (به همراه هسته اش پودر

شود) + شیر تازه گاو کم چرب + عسل اسطوخدوس، شام: سوپ ( که از مخلوط

جعفری + زردک + ذرت + جو + آب درست شده) + روغن زیتون خوراکی طبیعی به

همراه کاهو (بدون سس)، بعد از شام: یک قاشق چایخوری سیاهدانه مخلوط با عسل

اسطوخدوس

## سرطان استخوان (تبریزیان)

به نسخه سرطان عمل کنید.

### ۳- درد استخوان و مفاصل

#### درد مفاصل (خیراندیش)

- مالیدن روغن سیاهدانه یا روغن بادام تلخ به محل درد.

- خوردن ارده یا شیره انگور هفته ای ۵ وعده به عنوان صبحانه.

- مصرف عسل + انجیر.

- خوردن عسل با نیم کوبیده سیاهدانه روزی یک قاشق غذاخوری.

- انجام بادکش و اصلاح مزاج.

درد استخوان ممکن است ناشی از سردی مزاج یا سرماخوردگی یا کیست مفصل یا.. باشد.

سرما را از مفاصل بیرون می کند (تبریزیان)<sup>۹</sup>: مرکب ۴.

کیست روی مفصل ها (تبریزیان)<sup>۱۰</sup>

تخمک کتان آسیاب شده + سرکه روی کیست تا یک هفته بماند و بعد از خارج شدن محتوای کیست، روی محل عسل بمالید تا درمان شود. برای انواع کیست های ظاهر بدن مفید است.

درد سینه (تبریزیان)<sup>۱۱</sup>: استفاده از مرکب ۳.

درد مفاصل (تبریزیان)<sup>۱۲</sup>: داروی مفاصل.

درد مفصلی (تبریزیان)<sup>۱۳</sup>: پماد مفاصل.

۹ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۰ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۱ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۲ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

**درد استخوان (روزاده)**

پرهیز از مصرف کلیه غذاهای سرد مثل ماست و دوغ و ترشی و مصرف غذاهای گرم و ادویه جات گرم مثل دارچین و زیره و زنجبیل به صورت دم کرده روزی دو مرتبه خیلی مؤثر می باشد. مالیدن روغن های گرم به محل درد مثل روغن بادام تلخ که موجب تسکین درد می شود. درمان اساسی آن پاک سازی بدن از بلغم می باشد.

**درد مفاصل (گزارش درمان)<sup>۱۴</sup>**

علت مراجعه: پا درد - درد مفاصل نام بیمار: آقای ق. و سن: ۵۴ سال  
علائم بیماری: بیمار به دلیل پا درد، و درد چرخشی در مفاصل مراجعه نمود. ضمناً بیمار از آنمی نیز شکایت داشت.

درمان های انجام شده: ۱. حجامت عام و درمان آنمی به شکل تجویز قرص آهن  
۲. حجامت ساقین در مرحله بعد

سیر درمان: بعد از مرحله دوم حجامت، HB بیمار کاملاً عادی شد. دردهای بیمار هم کاهش یافت. به همین دلیل بعد از ۲ ماه مجدداً برای بیمار حجامت عام انجام شد.  
پزشک معالج: دکتر علی جواهریان

**درد استخوان و سیاهی استخوان (باقری)<sup>۱۵</sup>**

برای تسکین این گونه دردها این گونه عمل کنید:  
زعفران را با مقداری میخک در شیر طبیعی جوشانده با عسل طبیعی شیرین کرده همراه با مقداری زنجبیل و سیاهدانه میل کنید. کسی که مثلاً عمل جراحی کرده یا استخوانش ضربه دیده است اگر ۱۴ روز به این دستورالعمل عمل کند بهبودی کامل می یابد.

۱۳ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۴ حجامت درمانی ص ۱۷۴

۱۵ طب اصولگرای اسلامی ص ۱۲۹

توجه داشته باشید که درد، ناشی از سردی است. وقتی بدن، سرد شد جریان خون، کم شده، رگ، خشک می شود و درد احساس می کنیم در حالی که گرمی، درد ندارد.

### درد استخوان و مفاصل (روازاده)

پرسش: درباره درد شدید که در مچ دست و پا و گاهی در انگشتان و ساقها رخ میدهد، لطفا مرا راهنمایی بفرمایید؟

پاسخ: مواد غذایی سرد و تر نخورید و بیشتر گرمی بخورید، شربت زنجبیل و عسل را هفته ای دوبار میل کنید، حمامتان گرم باشد و بیست و یک روز صبح و عصر یک قاشق مرباخوری اسپند بخورید. بعد از حمام با روغن های گرم روغن مالی کنید. هر روز ۲۰ دقیقه ورزش کنید.<sup>۱۶</sup>

### درد مفاصل (بنی هاشمی)

ضماد انجیر خشک و روغن سیاهدانه برای درد مفاصل مفید است.

### استخوان درد (روازاده) / زن/سن ۵۳ سال / متاهل / ۱۵۵ قد/وزن ۷۵ کیلو

سوال: سلام علیکم خسته نباشید. زانو هام ورم کرده که می گویند آب آورده پوکی استخوان و آرتروز هم دارم و در حال حاضر در موقع خواب و بیداری درد دارم و راه نمی توانم بروم چه کار کنم؟

پاسخ: از کلیه غذاهای سرد مثل ماست و دوغ و ترشی پرهیزید.

از غذاهای گرم و ادویه گرم مثل دارچین و زیره و زنجبیل مرتباً استفاده کنید.

روزانه ۲ لیوان دم کرده دارچین کمک زیادی به شما می کند.

مالیدن روغن های گرم مثل روغن بادام تلخ درد را تسکین می دهد.

اما برای درمان اساسی باید پاکسازی بلغم صورت گیرد که این کار تحت نظر پزشک باید صورت گیرد.<sup>۱۷</sup>

**درد استخوان و سرد شدن موضع در پی شکستگی قبلی (روازاده) مرد/سن ۲۹ سال**  
**پرسش:** چند سال پیش استخوان ساق پای همسرم در تصادف با موتور شکست و ۵۰ روز در گچ بود تا خوب شد از آن زمان به بعد مفصل مچ پا و ساق پایش به طور مداوم یخ می کند و دچار دردهای شدید می شود به طوری که همیشه از مسکن استفاده می کند تا درد کاهش یابد به خصوص در زمستان وضعیت خیلی بدتری دارد حتی با بستن موضع یا دستمال کمکی به گرم شدن و کاهش درد نمی کند چه کار باید کرد؟

**پاسخ:** موارد ذیل توصیه می شود:

پرهیز از سردیجات و غذاهای سودازا

مصرف روزانه یک نخود مومیایی اصل با عسل

شربت سوداک هر شب یک لیوان

مصرف مرتب پاچه گوسفند

مالیدن روغن سیاهدانه به پا

زالو انداختن روی مچ پا<sup>۱۸</sup>

**درد استخوان ومفاصل (روازاده)**

**پرسش:** بنده ۱۷ سال است که دچار درد در قسمت آرنج دست چپ و استخوان فک

سمت چپ می باشم. لطفا مرا راهنمایی بفرمایید؟

**پاسخ:** از غذاهای سرد و تر پرهیز کنید. دم کرده زنجبیل با عسل میل کنید. با

۱۷. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روازاده، ج ۲، ص ۵۰.

۱۸. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روازاده ج ۳ ص ۱۳۰.

استخودوس + افتیمون + بادرنجبویه دم کرده درست کنید و روزانه دو لیوان میل کنید. مفاصلتان را با روغن های زیتون یا سیاهدانه چرب کنید. روزانه ۲۰ دقیقه ورزش کنید.<sup>۱۹</sup>

### درد مفاصل (روازاده)

پرسش: خانمی ۲۹ ساله هستم. مفاصلم؛ به خصوص پاهایم و زانوهایم خیلی درد می - کند و در طی سه سال گذشته سه بار پایم شکسته. احساس می کنم استخوان هایم ضعیف است. آزمایش تراکم استخوان انجام داده ام، مشکلی نداشتم. لطفا مرا راهنمایی بفرمایید؟

پاسخ: از غذاهای سرد پرهیز کنید. کلسیم خانگی (کشک) داخل خورش ها و آبگوشت ها ریخته و میل کنید. از شنبلیله و عرق آهن و یونجه و عرق آن زیاد استفاده کنید. از نمک دریا مصرف کنید و از مواد کارخانه ای و فست فود به شدت پرهیز کنید.<sup>۲۰</sup>

### درد و سوزش مفاصل (روازاده)

پرسش: مدتی است که زانوهای پاهایم می سوزد. علت و درمان آن چیست؟  
پاسخ: علت از خوردن روغن های صنعتی و سرد می باشد. تغذیه تان را اصلاح کنید. یک استکان عرق زیره + یک قاشق غذاخوری آرد سنجد را هر روز میل کنید. هر روز زانوها و اطراف آن را بادکش کنید و بعد با روغن بادام شیرین چرب کنید. سالی دو بار حجامت کنید.

**نکته:** زنان بجای زیره رازیانه بخورند. زیره زشت میکند.<sup>۲۱</sup>

۱۹ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۱۰۱

۲۰ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۱۰۴

۲۱ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۱۰۲



## درد زانو(ضیایی)<sup>۲۲</sup>

زانو بیش از ۱۰ بیماری دارد، از جمله علل درد زانو: فشار کاری، زیاد ایستادن، ضربه، بار زیاد برداشتن، کشش تاندو، شل شدن عضله دوسر، رسوب اسیداوریک (نقرس)، ورم و آب آوردگی زانو، فشار مفصل، ساییدگی مفصل (آرتروز)، کمبود مایع زانو و دردهای روماتیسم و التهاب مفصل و آرتروئید روماتوئیدها و مغز استخوان ها برای درمان : هر روز یک حبه سیر بخورد یا قورت بدهد و روغن سیاه دانه بمالد.

### سوزش زانو(روازاده)

- علت آن مصرف روغن های صنعتی و غذاها و سردی جات است که درمان آن مصرف غذاهای گرم و تر و حجامت کردن می باشد.

### زانو درد(روازاده) / زن/سن ۱۹ سال/مجرد/ ۱۶۷ قد/وزن ۵۰ کیلو

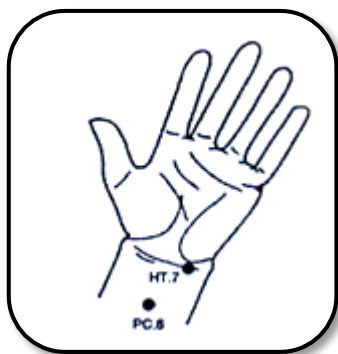
سوال: حدود ۸ ماه است سمت راست زانوی چپم درد می کند بخصوص هنگام نشستن. از روغن گرم و داروی کد ۱۲۲ مادرم و پیروکسیکام استفاده کردم اما هیچ تاثیری نداشت گاهی درد شدیدی در یک نقطه (سمت راست کمی بالای زانو) احساس می - کنم و در آن نقطه احساس برجستگی در زیر پوستم می کنم هیچ گونه عکس یا ام ار ای انجام ندادم به پزشک هم مراجعه نکردم لطفا دلیل و راه درمان را بیان کنید با تشکر.

**پاسخ:** درد مفاصل مانند هر درد دیگری می تواند از هر یک از اخلاط چهارگانه (خون، صفرا، سودا و بلغم) و یا مخلوطی از اینها ایجاد می شود. براساس این که درد شما به کدام یک از علل فوق باشد باید پاکسازی عامل بیماری را صورت بگیرد. صرفا مالیدن روغن که برای یک بیمار مفید تشخیص داده شده است نمی تواند برای شما کمک کننده باشد.

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

اگر علائم گرمی و قرمزی و حرارت در زانو نداشتید، می توانید از روغن گرم استفاده کنید اما به هیچ وجه کافی نیست. پاکسازی عامل بیماری را اصل درمان است. گاهی استفاده از روغن های موضعی می تواند بخشی از ماده بیماری را که رقیق تر است دفع کند و درد مختصری کاهش یابد اما بخش غلیظ تر ماده بیماری را باقی می ماند و سخت و سخت می شود که درمان آن مشکل تر خواهد بود.<sup>۲۳</sup>

### — درد شدید مفصل ران (رهایی سریع از درد)



۲۳. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روازاده، ج ۲، ص ۴۸.

## ۴- نرمی و انحراف استخوان و مفاصل

### الف: معرفی بیماری

#### راشیتیس یا نرمی استخوان

نرمی استخوان یک بیماری مربوط به رشد استخوان‌ها است که در نوزادان و کودکان دیده می‌شود. در این بیماری استخوانهای کودکان به دلایلی نرم باقی می‌مانند. این بیماری موجب خمیدگی و رشد ناقص استخوان‌ها و افزایش ریسک شکستن آن‌ها می‌شود. علت اصلی بیماری راشیتیس کمبود ویتامین دی است، ولی کمبود کلسیم نیز در آن نقش دارد.

راشیتیس بیش‌تر در کودکان دچار سوء تغذیه شایع است؛ ولی در بزرگسالان نیز دیده می‌شود.

#### علت بیماری

ویتامین دی برای جذب کلسیم در روده ضروری است. در صورت کمبود این ویتامین، کلسیم جذب نمی‌شود و در این صورت استخوان‌ها و دندان‌ها دچار نقص می‌شوند. در صورت وخیم بودن این وضعیت، ماهیچه‌ها نیز دچار ضعف می‌شوند.

غذاهایی که سرشار از ویتامین دی هستند عبارت هستند از کره، تخم مرغ، روغن کبد ماهی، شیر، آب میوه.

یکی از علل نادر راشیتیس یک بیماری ارثی است که بر روی کروموزوم ایکس قرار دارد مربوط می‌شود و موجب اختلال در بازجذب فسفات و متابولیسم ویتامین دی می‌شود.

### علایم راشیتیسیم عبارت هستند از:

نرمی یا درد استخوان-نقص در رشد دندانها و پوسیدگی زودرس-ضعف ماهیچهها-  
افزایش امکان شکستگی استخوانها-خمیدگی و نقص در شکل گیری استخوانها-  
نقص در رشد-کمبود کلسیم در ماهیچهها-نرمی غیرعادی جمجمه در نوزادان.

### جلوگیری و درمان در طب جدید

درمان راشیتیسیم عبارت است از استفاده از رژیم غذایی مناسب و سرشار از ویتامین دی و فسفاتها. جذب ویتامین دی از طریق خورشید، و مصرف روغن کبد ماهی از راههای دیگر درمان و همچنین جلوگیری از ابتلا به راشیتیسیم است. استفاده از قرص های ویتامین دی ۳ نیز برای معالجه ی راشیتیسیم مورد استفاده قرار می گیرند.

### ب: نسخه ها

#### نرمی مفاصل (روایات)

#### پرهیز از زیاده روی در مصرف آلو

از امام صادق (علیه السلام)، درباره آلو پرسیدم، فرمود: برای تلخه، مفید است و مفاصل را نرم می کند. البته، از آن فراوان مخور؛ چرا که بادهایی را در مفاصل تو در پی می آورد.

#### درمان نرمی استخوان = راشیتیسیم (ضیایی)<sup>۲۴</sup>

۱- شیر خرما، ۲- پودر سنجد (که از مخلوط پودر پوست و گوشت و هسته سنجد است) با شیر، ۳- حلیم گندم گوشت، ۴- جوشانده غلیظ مریم گلی درمان راشیتیسیم و رماتیسم است.

<sup>۲۴</sup> نسخه های مورد تایید استاد..

## نرمی استخوان (باقری)<sup>۲۵</sup>

برای درمان نرمی استخوان دستورالعمل های زیر را عملی کنید:

۱- مطلقا چای، سرخ کردن و نوشابه نخورید.

۲- از ظروف تفلون استفاده نکنید.

۳- طلا، نقره، مس، آهن، و برنز را باهم داخل شیر طبیعی گاو یا آب در ظرف مسی ریخته، جوشانیده با عسل طبیعی، شیرین کرده شربت درست کرده و میل کنید و اگر ناراحتی معده ندارید در یک استکان از آن، یک قاشق چایخوری آهک آب ندیده نیز مخلوط کنید. توجه داشته باشید که با جوشاندن، چیزی از وزن این عناصر، کم نمی شود.

۴- سنجد را با هسته و پوسته، آسیاب کرده و تناول کنید.

۵- انجیر، صمغ آلبالو و گیلاس بخورید.

۶- غضروف گوسفند همراه با نصف قاشق غذاخوری آهک آب ندیده میل کنید.

۷- تا ۴۰ روز هر روز به نصف قاشق غذاخوری شیره طبیعی انگور قدری آهک آب ندیده ریخته، مخلوط کرده و میل کنید.

۸- شیر طبیعی را جوشانده و خنک کنید و از آن میل کنید.

۹- پوست تخم مرغ سنتی را ۲۴ ساعت در آبلیموی طبیعی گذاشته خیس خورده، سپس از آن شربت درست کنید با عسل طبیعی یا شیره طبیعی انگور مخلوط کرده میل کنید.

۱۰- تغذیه های معتدل (نه گرم و نه سرد) بخورید ولی در مجموع برای درمان به گرمی

نیاز دارید.

## انحراف میچ پا (تبریزیان)<sup>۲۶</sup>

فشار مرتب پاها - استخوان ساز - سویق ها جلوی معلولیت ها را می گیرد (حتما خانم ها سویق بخورند تا فرزند معلول نداشته باشند).

### نرمی استخوان (بنی هاشمی)

ماساژ با روغن زیتون مفید است.

## استخوان و خردگی استخوان همراه با التهاب و نرم استخوان (ضیایی)<sup>۲۷</sup>

ماساژ استخوان با روغن سیاه دانه یا زیتون یا کنجد و مصرف کنجد + شیر + عسل، شیر خرما و ۳ شیر (شیره خرما + شیر توت و شیر انگور) عالی و مفید است و از قرص های پوکی استخوان مفیدتر است.

۲۶ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۲۷ نسخه های مورد تایید استاد...

## ۵- سردی مفاصل و دست و پا

### (روایات)

امام کاظم (علیه السلام): برای درمان باد شابکه و حام و سردی ای که مفاصل را در بر می گیرد و بد آنها در می پیچد، یک مشت شنبلیله و یک مشت انجیر خشک بر می داری و در آن می خیسانی و در دیگی تمیز می پزی . سپس آن را از صافی می گذرانی و آن گاه سرد می کنی و یک روز در میان، از آن می خوری و این کار را تا هنگامی که یک کاسه پر مصرف شود، ادامه می دهی .<sup>۲۸</sup>

سردی دست و پا نشانه غلبه سردی و کاهش صفراست. که سریع باید با افزایش گرمیها بخصوص خشکبار و کاهش سریدیها مانند ترش مزه ها و غذاهای سفید درمان شود و الا ممکن است به اکثر بیماریها مبتلا شوید

**سرما را از مفاصل بیرون می کند (تبریزیان) <sup>۲۹</sup>: مرکب ۴.**

**سردی دست و پا در فصول سرد (روازاده) مرد/سن ۲۷ سال / تبریز**

پرسش: بنده متاهل هستم. هر سال نزدیک فصل سرما در دستها و پاهام خیلی زود احساس سرما می کنم. شبها موقع خواب پوست بدنم (مخصوصا پاها و بازوهایم) شدیداً سرد می شود. ولی از درون خودم احساس سرما نمی کنم. من حجامت را چند سالی است سر موقع انجام می دهم. مدت زیادی هم است که روغن محلی و کنجد و زیتون جای روغن جامد و مایع را در رژیم غذایی گرفته و تقریباً به تمام حرفهای شما در مورد تغذیه عمل می کنم. غذاهای گرم هم خیلی زیاد می خورم. ولی در این سردیم در

۲۸ الکافی ج ۸ ص ۱۹۱

۲۹ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

این فصول اثری نمی کند. معمولاً هم در اثر خوردن غذاهای گرم فکر می -کنم غلبه دم پیدا کرده و اکثراً پشت گردنم جوش می زند لطفا در این مورد راهنمایی کنید؟  
پاسخ: از غذاهای بلغم زا پرهیزید.

غذا را خوب بجوید و با غذا آب و نوشیدنی نخورید.

دارچین را آسیاب کنید و با عسل مخلوط کنید صبح و شب یک قاشق مرباخوری میل کنید.

هر روز صبحانه ارده و عسل میل کنید.

در صورتی که جوش ایجاد شد عرق کاسنی یک استکان میل کنید.

پاهایتان را هر روز با روغن های گرم مثل روغن شونیز و زیتون، روغن مالی کنید.<sup>۳۰</sup>



## ۶- درمان مشترک همه بیماری مفصلی

### درمان مشترک همه بیماری مفصلی (روایات)

#### فلفل سفید و دارفلفل

شخصی از سفیدی چشم و درد دندان و باد مفاصل به امام صادق (ع) شکایت کرد. حضرت به وی فرمان دادند تا از فلفل سفید و سبز هر کدام به اندازه دو درهم و نشادر خوب و خالص به اندازه یک درهم تهیه و آن را کوبیده و صاف کند و در هر چشم سه بار بکشد و مدتی صبر کند که به اذن خداوند سفیدی چشم او برطرف و گوشت چشم را پاک و درد آن را آرام می کند پس ابتدا چشم خود را با آب سرد بشوی و سپس بر آن سرمه بکش.<sup>۳۱</sup>

#### اشنان = غاسول = ریشه صابونی = با آن لباس می شویند

به امام رضا (ع) گفتم: ما اشنان می خوریم.

فرمود: «ابوالحسن (امام کاظم (ع) چون دست و دهان خود را می شست، لب های خویش را جمع می کرد. در این (گیاه)، ویژگی های ناخوشایندی است: سل می آورد، آب کمر را می برد و زانوها را سست می کند.

#### شاه تره

در گیاهان دارویی ویژگی درمانی هر کدام بیندیش. یکی مثل شاه تره در مفصل ها فرو می رود و زواید غلیظ را خارج می کند.

## 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>۳۲</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>۳۳</sup>

## مولف: نسخ آسان و معجزه گر

بیشترین علت بیماری های استخوان غلبه سردی یا کمبود کلسیم یا غلبه رطوبت و افزایش وزن است. نسخه های رفع سردی و رطوبت مشخص است. اما پزشکی جدید به بهانه افزایش کلسیم نسخه مرگ به جامعه می دهد. یعنی لبنیات و ماهی و سردیجات را بیش از حد و بدون مصلح تجویز میکند. مخصوصا به خانم های حامله. تا فرزندانشان ضعیف و بیمار شوند و خود مادر و یار بگیرد و غذا نخورد. این نسخه مرگ است. و یک تهدید بزرگ علیه شیعه است. چون حدود ۸۰ درصد بیماریها از سردیهاست.

امادر طب سنتی هم گاهی طیب برای رفع سردی لبنیات را قطع میکند و فرد پوکی استخوان میگیرد. درحالی که باید برنج و مرغ و سیب زمینی و گوشت گاو را قطع کرد و لبنیات را با مصلح مصرف کرد تا فرد پوکی استخوان نگیرد.

اگر بجای نصف برنج و مرغ و ماکارونی و سیب زمینی از لبنیات طبیعی (همراه با مصلح) و میوه و سبزی استفاده کنیم و سالی ۲ بار حجامت کنیم و در حمام ماساژ و نوره بز نیم واز غذا سیرنشویم بیش از نصف بیماریها ریشه کن میشود.

۳۲ محاسن: ج ۲، ص ۲۵۹

۳۳ طب الائمه ص ۶۴

## ۷ - خشکی مفاصل و کمر

### خشکی مفاصل (روایات)

#### آلو

نظر امام صادق (علیه السلام) را درباره ی آلو جویا شدم. ایشان فرمودند: برای زهره خوب است و مفصل ها را نرم می کند. اما زیاد نخور که مایه ی افتادن باد در مفصل ها می شود.<sup>۳۴</sup>

### خشکی مفاصل (خیر اندیش)

- مالیدن روغن بادام تلخ هر شب و اگر خشکی مفاصل شدید باشد دو هفته اول روغن بنفشه بمالد و بعد روغن بادام تلخ استفاده نماید.

### زانو ها خم نمی شود (تبریزیان)<sup>۳۵</sup>

۱-ورم کرده درمان آن شیطرج است.

۲-باد مفاصل است.

۳-خشکی مفاصل است که باید آلو بخورد ولی زیاده روی نکند که باعث روماتیسم می شود.

### خشکی زانو و آرنج (روازاده)

پرسش: خشکی زانو و آرنج را چگونه میتوان برطرف ساخت؟

پاسخ: با قطع غذاهای سودازا و پاکسازی سودا با مصرف شربت سوداک و ماء الجبن و انجام فصد مشکل را حل کنید.

۳۴ طب الاثمه ص ۱۳۶

۳۵ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

روغن بنفشه و بادام نیز به پوست بمالید.<sup>۳۶</sup>

### خشکی کمر (خیراندیش)

- مالیدن روغن زیتون و بادام تلخ به کمر هر شب قبل از خواب به مدت ۴۰ شب.
- خوردن شبی ۷ عدد انجیرو و ۷ عدد زیتون صبحها بسیار مفید می باشد.
- ترک یا کاهش جدی سردی ها و مصرف ارده با شیره انگور روزی ۴ قاشق غذاخوری.

## ۸- صدای زانو

## الف: معرفی بیماری

## قرچ قرچ و صدای زانو

بعضی افراد در حین خم و راست کردن زانوی خود صداهایی را در آن احساس میکنند. بعضی دیگر این صداها را میشنوند و در مواردی ممکن است این صداها به توسط همه اطرافیان شنیده شود. گرچه منشا صداهایی که در مفاصل مختلف ایجاد میشود متفاوت بوده و زانو هم ممکن است به علل گوناگونی صدا بدهد ولی منشا اکثر صداهایی که در یک زانوی سالم و بدون درد ایجاد میشود ناشی از حرکت بافت نرم و همچنین حرکت استخوان کشکک بر روی کندیل های ران میباشد.

مفصل زانو از کنار هم قرار گرفتن سه استخوان ران و درشت نی و کشکک درست شده است. بالای زانو قسمتی از استخوان ران است که برجسته و پهن شده است. در این قسمت استخوان بصورت دو برجستگی بزرگ درآمده که به آنها کندیل های استخوان ران میگویند. بین دو کندیل ران در جلو شیاری وجود دارد که استخوان کشکک در جلوی آن قرار گرفته است. در زیر زانو هم استخوان درشت نی یا تیبیا پهن شده و دو برجستگی به نام های کندیل های داخلی و خارجی را میسازد که با کندیل های استخوان ران مفصل میشوند.

این استخوان ها در محل مفصل شدن با هم از غضروف مفصلی پوشیده شده اند. استخوان کشکک در حین خم و راست شدن زانو بر روی شیاری که بین دو کندیل ران قرار دارد به بالا و پایین حرکت میکند. در بعضی افراد سطح مفصلی پشت استخوان کشکک ناهموار میشود. این ناهمواری ها میتوانند در زمینه بیماری کندرومالاسی

کشکک یا نرمی غضروف کشکک ایجاد شوند. در این افراد خم و راست شدن زانو و بدنبال آن حرکت کشکک بر روی کندیل های استخوان ران میتواند با صدای ترق و تروق و قرچ و قروچ همراه شود. علت این صداها حرکت ناهمواری ها بر روی یکدیگر است.

در بعضی دیگر از افراد بافتهای نرم اطراف مفصل مانند کپسول مفصلی، رباط هاو تاندون ها در حین خم و راست شدن زانو بر روی برجستگی های استخوانی کندیل های ران ساییده شده و این حرکت سایشی که همراه با پرش ناگهانی آنها از روی برجستگی های استخوانی است موجب بروز صدا میشود.

صرف شنیدن این صداها تا زمانی که بیمار مشکلات دیگری مانند درد، تورم، احساس ناپایداری و یا قفل شدن ندارد بیماری محسوب نشده و نیازی به درمان ندارد

### ب: نسخه ها

#### صدای زانو هنگام برخاستن(روازاده)

- مصرف روغن سالم و خوب و از مواد غذایی گرم و خشک بیشتر استفاده کردن.
- یک قاشق مربا خوری آرد سنجد را با مقداری عرق زیره مخلوط کرده و هر روز عصرها میل شود و از خوردن غذاها و سردی جات پرهیز شود.

#### صدای زانو(روازاده)

پرسش: من از کودکی زانوهایم به هنگام بلند شدن از روی زمین خش خش می کند علت چیست؟ آیا روش درمانی برای این بیماری وجود دارد؟

پاسخ: حتماً از روغن های سالم استفاده کنید و مواد غذایی سرد و تر را نخورید و مواد غذایی گرم و تر و یا گرم و خشک را میل نمایید. یک استکان عرق زیره را با یک قاشق مربا خوری آرد سنجد ترکیب نموده و هر روز عصرها میل نمایید. از دم نوشهای

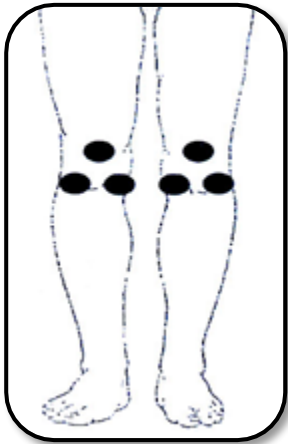
گرم استفاده کنید<sup>۳۷</sup>.

### صدا دادن مفاصل کودکان (روازاده)

- مالیدن روغن های گرم مثل سیاهدانه یا زیتون و سپس ماساژ دادن آن به مدت حداقل چهل روز، روزی دوبار صبح و شب.
- علت آن خشکی یا آرتروز می باشد.
- قرار دادن مقداری دنبه + خرما از هر کدام به مقدار مساوی بر محل درد گذاشته شود به مدت ۷ شب قبل از خواب.

### بادکش زانو

- درمان تکمیلی صدای زانو
- درمان تکمیلی آرتروز زانوی بلغمی ها
- \* بادکش زانو مستلزم ماساژ قبلی محل بادکش می باشد و با روغن سیاهدانه و بادام تلخ بسیار مفید می باشد.



## ۹- تشکیل شبکه پروتئینی در مفصل

### علت وجود تشکیل شبکه پروتئینی در مفصل

در کسانی که چربی زیاد بخوردند و کم تحرک باشند، ضایعه تجمع نسج چربی در زانو بالا می رود، و وجود نسج چربی در جدار زانو یا در جدار شکم به مقدار زیاد، ایجاد ماده لیپوکاین در زانو یا مفصل نموده و ضایعه در زانو ایجاد می شود. درمان: به مدت ۴۰ روز آب درمانی، به این صورت که در ۲۴ ساعت، ۱۰ الی ۱۲ لیوان آب و آب جوش ولرم مخلوط با عسل اسطوخدوس مصرف شود. باید توجه داشت که در پزشکی جدید، متخصصین پس از مشورت (کمیسیون پزشکی)، جراحی را پیشنهاد می کنند.



## ۱۰ - ورم ، باد و آب آوردگی زانو، پا و مفاصل

### درد و تورم پا

اگر شست پا (گاهی همراه با افزایش اسید اوریک) باشد به نقرس رجوع شود. اگر ساییدگی مفصل (مانند زانو، گردن ...) است به آرتروز رجوع شود.

### علل

ضربه - کفش تنگ یا پاشنه بلند - واریس (اختلالات سیاهرگ پا) - عدم معالجه آثرین (گلو درد چرکی) - کمر درد و اختلالات سیاتیک - ترومبوز ورید (وقتی سوار هواپیما شوند، شدت می یابد و در افراد سیگاری شایع است) - دیابت - اختلالات غدد لنفاوی پا - صافی کف پا

علل ناراحتی های پا

افزایش کلسترول یا اسید اوریک یا قند خون - اختلالات کبد یا کلیه - بیماری قلبی - کمبود مواد معدنی (مانند کلسیم) - کم خونی - تغییرات هورمونی - کفش نامناسب - صافی کف پا

### علل آب آوردن زانو چیست؟

مهمترین علل آب آوردن زانو بیماری های روماتیسمی، آرتروز یا ساییدگی زانو ضربات وارد شده به آن است. البته عفونت ها، بیماری های متابولیک مانند نقرس کاذب و تومورها هم میتوانند موجب آب آوردن زانو شوند.

وقتی برای اولین بار ضربه شدیدی به زانو وارد میشود این ضربه میتواند موجب پارگی منیسک یا رباط صلیبی شود. پارگی این بافت ها معمولا همراه با خونریزی است. این

خون درون مفصل زانو جمع شده و در این حال مفصل ورم کرده و بسیار دردناک است. بتدریج و حتی بدون درمان خون جذب شده و درد بیمار بعد از چند هفته تا چند ماه از بین میرود ولی زانو ناپایدار میشود.

وقتی زانو ناپایدار است و به اصطلاح لق است بدنبال یک حرکت نابجا پیچ میخورد. این پیچ خوردن میتواند با درد شدیدی همراه باشد و بعد از چند ساعت تا چند روز زانو ورم میکند و آب میآورد. این آب آوردن به علت تحریک بافت سینوویال ایجاد شده است. کشیدگی شدید بافت سینوویال در حین پیچ خوردن زانو موجب تحریک آن به ترشح مقادیر زیادی مایع مفصلی میشود. معمولاً این آب بعد از چند هفته خودبخود جذب شده و ورم زانو میخوابد.

در سایدگی و آرتروز زانو ممکن است ورم و آب آوردن زانو دائمی باشد چون بافت سینوویال مکرراً تحریک میشود و مایع ترشح میکند. در بیماری های روماتیسمی مانند روماتیسم مفصلی هم در هنگام عود و حمله بیماری، مایع زیادی درون زانو ترشح شده و زانو آب میآورد

### درمان آب آوردن زانو در پزشکی جدید

البته میتوان آب زانو را کشید و آن را بیرون آورد. وقتی تورم زانو و بدنبال آن درد زانو هم زیاد باشد کشیدن آب آن ممکن است بتواند شدت درد را کاهش دهد. با این حال درمان اساسی آب آوردن زانو مشخص کردن علت بروز آن و درمان آن علت است. وقتی آب زانو کم است میتوان با استراحت و حرکت ندادن زانو، دراز کشیدن و بالا نگه داشتن آن و سرد کردن زانو به بدن کمک کرد تا آن را زودتر جذب کند.

### از اشتباهات پزشکی جدید در آب آوردگی زانو

از اشتباهات طب جدید همین که سرد کردن زانو، آب آوردگی زانو را درمان نمیکند

بلکه در دراز مدت باعث تشدید سردی و رطوبت و در نتیجه تشدید آب آوردگی و رماتیسم و ارتروز میشود پس پزشکی جدید در این بیماری نیز، بیماری رل تشدید میکند.

### ب: نسخه ها

#### تورم و باد پاها و مفاصل (روایات)

#### روغن زیتون

امام صادق (ع) فرموده اند: از روغن زیتون حتما استفاده کنید. زیرا زهره و بلغم را زدوده و پی فواصل را محکم می کند و لاغری را برطرف می سازد. و اخلاق را نیکو کرده و روح و روان را پاک کرده و غم و اندوه را می زداید.  
روغن زیتون روغن نیکان و خورش بزرگان است.<sup>۳۸</sup>

#### آلو

از امام صادق (علیه السلام) درباره آلو پرسیدم. فرمود: برای تلخه مفید است و مفاصل را نیز نرم می کند؛ اما از آن، زیاد مخور که سرانجام، در مفصل هایت، بادهایی بر جای می نهد.<sup>۳۹</sup>

#### بول شتر

از امام صادق (ع) پرسیدیم: پسر رسول خدا! به هنگام راه رفتن پاهایم شدیداً متورم می شود بدان حد که تا خانه خود تا بیت شما دو بار نشسته ام.  
حضرت فرمودند: ای مفضل! برای این درد بول (ادرار) شتر را بخور. من از آن خوردم و خداوند درد مرا درمان کرد.

۳۸ کافی ج ۶ ص ۳۳۱

۳۹ طب الاثمه ص ۱۳۶

آب آوردن زانو (تبریزیان)<sup>۴۰</sup>: ۲ علت دارد ۱-زیادی خون ۲-زیاد نوشیدن.

آب آوردن مفاصل (تبریزیان)<sup>۴۱</sup>: داروی مفاصل ( مرکب ۱۱)

ورم مفاصل (تبریزیان)<sup>۴۲</sup>

سنگینی وزن و یا کم کاری تیروئید از علل آن است که باید این علت ها رفع شود.

خارج کننده درد از مفاصل (تبریزیان)<sup>۴۳</sup>: مرکب مفاصل.

ورم قوزک پا (تبریزیان)<sup>۴۴</sup>

اگر هر دو پا است علت آن از کلیه است مرکب ۴ استفاده شود. و اگر یک پا است آسیب ناشی از خود بافت است و اگر از عصب پا است از داروی اعصاب استفاده کنید و اگر از استخوان است داروی مفاصل و استخوان ساز بخورید.

ورم پا و زانو هر دو پا (تبریزیان)<sup>۴۵</sup>

علت آن کم کاری کلیه است مرکب ۴ و پوست و گوشت سنجده استفاده کنید همچنین آب هویج یا زنیان و گردو مصرف شود.

زانو ها خم نمی شود (تبریزیان)<sup>۴۶</sup>

۱-ورم کرده درمان آن شیطرح است.

۲-باد مفاصل است.

۴۰ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۴۱ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۴۲ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۴۳ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۴۴ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۴۵ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۴۶ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۳- خشکی مفاصل است که باید آلو بخورد ولی زیاده روی نکند که باعث روماتیسم می شود.

### کیست روی زانوها (تبریزیان)<sup>۴۷</sup>

شیطرج مصرف کنید و تخم کتان با سرکه روی موضع بمالید.

### کیست روی مفصل ها مانند مفصل دست (تبریزیان)<sup>۴۸</sup>

تخم کتان آسیاب شده را با سرکه مخلوط کنید و تا یک هفته روی کیست بمالید و بعد از خارج شدن محتوای کیست غسل بمالید تا درمان شود.

### کیست مچ پا (تبریزیان)<sup>۴۹</sup>

تخم کتان با سرکه روی موضع بمالید و داروی شیطرج را مصرف کنید.

### کیست روی مفصل ها (تبریزیان)<sup>۵۰</sup>

تخمک کتان آسیاب شده + سرکه روی کیست تا یک هفته بماند و بعد از خارج شدن محتوای کیست، روی محل غسل بمالید تا درمان شود. برای انواع کیست های ظاهر بدن مفید است.

### ورم زانو (موسوی)

زالوها را در اولین خونگیری روی پا بین انگشت سوم تا انگشت کوچک می اندازیم و با احتساب تعداد زالوها اگر روی هر پا ۱۰ عدد زالو انداخته ایم، ۲۵ روز بعد یکی دو سانت زیر و روی قسمتی که ورم کرده است زالو می اندازیم و ضمادهای مخصوص گیاهی روی آن می بندیم و جوشانده های گیاهی را تجویز می کنیم.

۴۷ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۴۸ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۴۹ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۵۰ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

## برآمدگی روی مچ دست (روازاده)

پرسش: خانمی ۲۵ ساله هستم. مدت زیادی است که در مچ دست احساس درد می-کنم. پس از مدتی روی مچ برآمدگی ایجاد شده. به تشخیص پزشک دو هفته آتل بستم. برآمدگی از بین رفت؛ اما مچ دستم هم چنان درد می کند. لطفا مرا راهنمایی بفرمایید؟

پاسخ: مواد غذایی سرد را نخورید. صبح و عصر یک قاشق چایخوری اسفند را با آب قورت بدهید. از دم نوش های گرم استفاده کنید و مچ دستتان را با روغن زیتون یا سیاهدانه چرب کنید (خصوصا بعد از استحمام).  
نکته: این عارضه میتواند از فشار بر مچ ناشی از کار سنگین یا... باشد که با استراحت دادن یا تخلیه مایع باسرنگ درمان شود.<sup>۵۱</sup>

## گرفتگی عروق لنفاوی و ورم پا (روازاده)

پرسش: از حدود ۱۷ سال پای چپم از قوزک ورم کرد. دکتر می گوید علتش گرفتگی عروق لنفاوی است که علاجه ندارد؟ آیا شما روش درمانی برای این بیماری دارید؟  
پاسخ: بله قابل درمان است، ولی درمان آن طولانی است.<sup>۵۲</sup>

## درد و ورم زانو (خیراندیش)

مصرف روزی یک قاشق چای خوری اسفند به مدت یک هفته با یک لیوان آب قورت داده شود (جویده نشود).

- مالیدن روغن بادام تلخ و روغن سیاهدانه به زانوها به مدت چهار ماه.  
- اگر درد زانوها شدید و همراه با ورم باشد مقداری حنا را با آب نمک مخلوط کرده و کل پا را حنا بگیرد به مدت ۷ الی ۱۴ جلسه.

۵۱ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۹۸

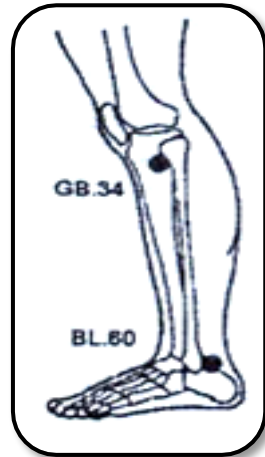
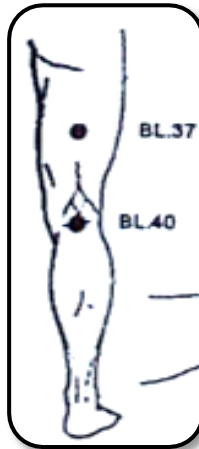
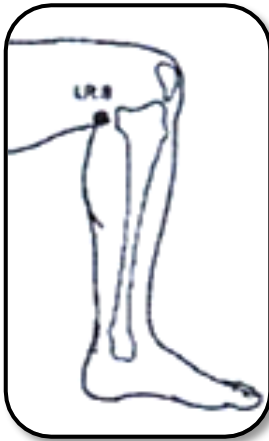
۵۲ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۹۴

- انجام بادکش به مدت ۱۴ روز دو طرف زانو.

### ورم پشت زانو<sup>۵۳</sup> (موسوی)

همراه با داروهای گیاهی تناول کردنی و ضمادها، زالو درمانی روی همان محل چند بار تکرار شود. اگر یک پا خون درمانی شود و تعداد زالو طبق دستور ۱۰ عدد باشد، هر ۱۵ روز یک بار تکرار شود. در صورتی که هر دو پا باشد هر ۲۰ تا ۲۵ روز یک بار زالودرمانی تکرار شود.

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)  
- ناراحتی های وتر زیر زانو<sup>۵۴</sup>



۵۳ زالودرمانی ص ۸۷

۵۴ کتاب درمان جامع طب سوزنی

## ورم پا (باقری)<sup>۵۵</sup>

آب بدن توسط عملکرد صحیح کلیه، دفع می شود وقتی کلیه آسیب ببیند آب بدن دفع نشده انسان مبتلا به استسقاء گردیده یا پاهایش متورم می شود. بنابراین ورم پا بیش تر ریشه اش در بیماری کلیه است. همان طور که قبلا گفتیم یکی از چیزهایی که باعث بیماری کلیه و احتباس مایعات می شود استفاده از نمک های یددار موجود در بازار است. بنابراین توصیه می شود از نمک طبیعی دریا - به ویژه نمک دریاچه ارومیه - استفاده کنید.

## برای درمان ورم پا (ضیایی)<sup>۵۶</sup>

(چه ورم آب سیاه باشد چه نباشد) از روش های زیر استفاده کنید:

۱- داروی احیای کلیه و کبد میل کنید.

۲- شربت حیات میل کنید.

۳- رگ بین انگشت کوچک و انگشت کناری همان پایی را که متورم است فصد کنید. زالو انداختن هم خوب است. و اگر هر دو کار را انجام دهید کامل تر است.

## ورم پا (روازاده)

پرسش: بنده خانمی هستم با وزن ۷۰ کیلو و حدود ۴ ماهه باردار. مفصل قسمت بیرونی پای راستم تا قسمت ران و کمر ورم کرده و در هنگام بالا رفتن از پله درد می کند. هر روز ۵۰ دقیقه پیاده روی می کنم. موقع پیاده روی درد ندارم. لطفا مرا راهنمایی بفرمایید؟

۵۵ طب اصولگرای اسلامی ص ۱۵۲

۵۶ نسخه های مورد تایید استاد..



پاسخ: غذاهای سرد و تر نخورید. از دم نوش های گرم به صورت رقیق استفاده کنید. نمک مصرفی تان نمک دریا باشد. با روغن زیتون و سیاهدانه تتان را روغن مالی کنید.<sup>۵۷</sup>

### ورم و آب آوردگی مفاصل (ضیایی)<sup>۵۸</sup>

در اطراف مفصل زانو پرده بافتی محکمی به نام کپسول مفصلی وجود دارد که دورادور آن را گرفته و مانند کیسه ای آن را دربر میگیرد. درون این کیسه یا کپسول، مایع مفصلی وجود دارد. در واقع استخوان های مفصل زانو غرق در این مایع مفصلی است. البته مقدار این مایع در حالت معمولی کم و در حد چند سانتیمتر مکعب است. این مایع به توسط سلول های خاصی به نام سلول های سینوویال ترشح میشوند. این سلول های سطح داخلی کپسول مفصلی را پوشانده اند.

در بعضی بیماری ها یا بدنبال بعضی ضربات وارد شده به زانو سلول های سینوویال شروع به ترشح مقادیر فراوانی از مایع مفصلی میکنند. بطور مثال در بیماری روماتیسم مفصلی یا آرتريت روماتوئید این مایع به مقدار زیادی ترشح میشود و یا بدنبال کشیده شدن منیسک زانو این سلول ها شروع به ترشح مقدار زیادی مایع میکنند.

با تجمع این مایع در زانو، مفصل متورم شده و ورم آن از روی زانو دیده میشود. کپسول مفصلی زانو به پشت کشکک و به بالاتر از آن گسترش یافته است. وقتی مایع زیادی در مفصل زانو جمع میشود اولین جایی که به راحتی ورم میکند بالای کشکک است.

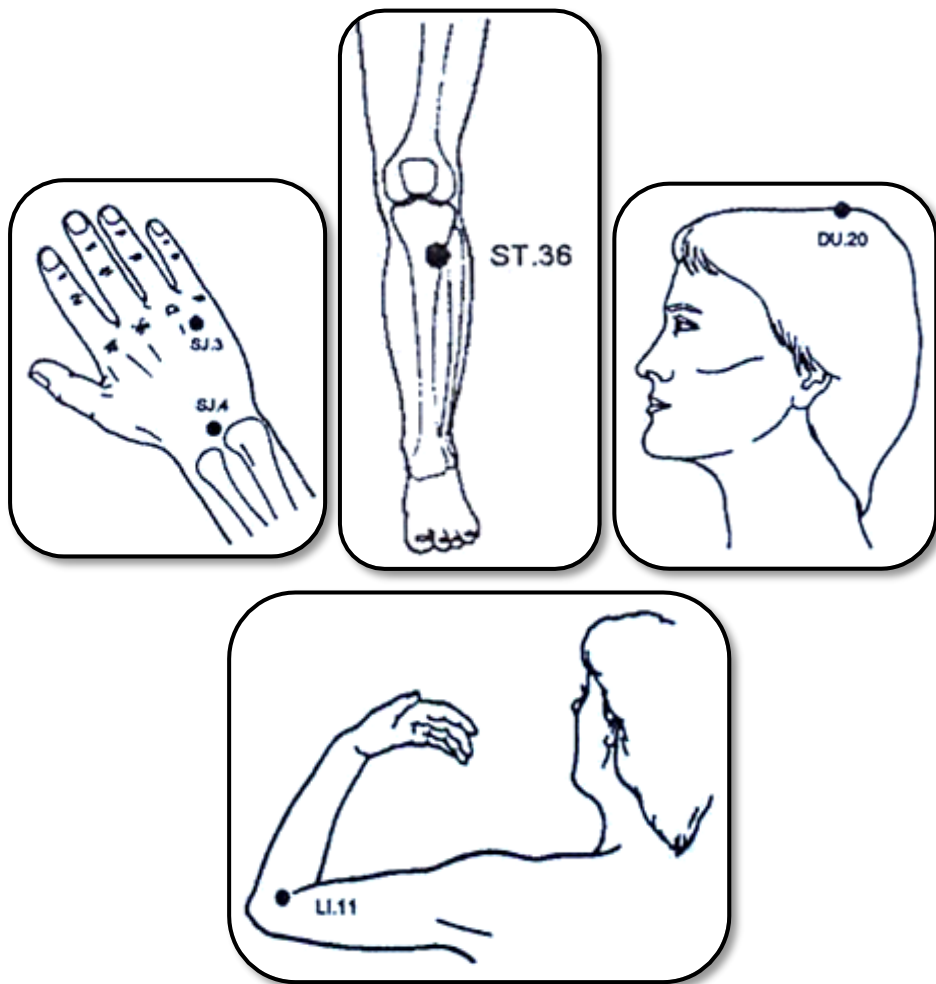
۵۷ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۹۸

۵۸ نسخه های مورد تایید استاد..

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

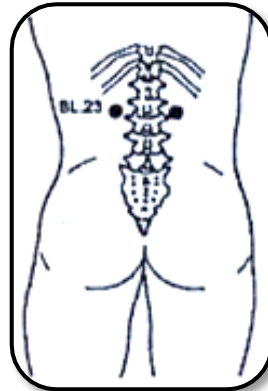
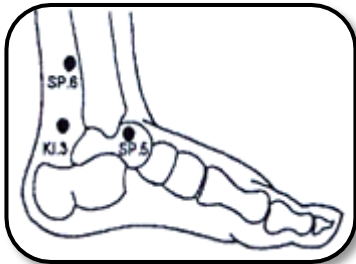
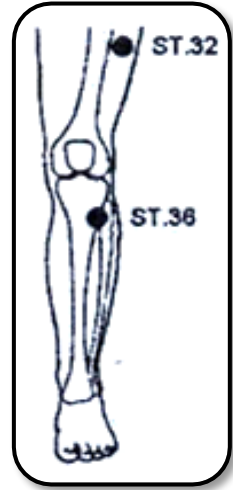
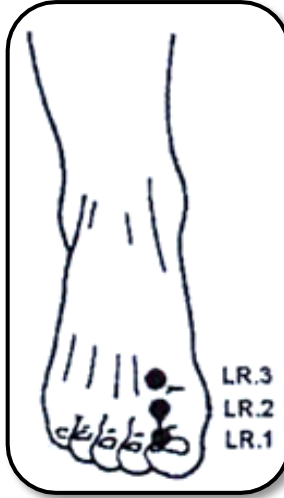
نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

-ورم پاها بر اثر مسافرت طولانی<sup>۵۹</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)

۶۰- ورم یا تجمع مایعات



## ۱۱- کمر دردها

### الف: معرفی بیماری

#### کمر درد

کمر درد یکی از شایعترین علل مراجعه بیماران به مراکز درمانی می باشد بطوریکه بعد از سرماخوردگی و ضربه های کوچک، کمر درد شایعترین بیماری در انسان است. کمر درد نخستین علت مراجعه بیماران به متخصصین ارتوپدی و جراحی مغز و اعصاب و بطور کلی کمر درد سومین علت مراجعه بیماران به پزشک می باشد.

کمر درد بیش از ۹۰ درصد افراد را در طول زندگی حداقل یکبار دچار می سازد. و بیش از ۵۰ درصد از افراد بیش از یک مرتبه دچار آن کمر درد می شوند. علل بسیار متفاوتی می توانند سبب ایجاد کمر درد شوند. تقریباً در ۸۵ درصد از افرادی که برای کمر درد معاینه و بررسی می شوند علت خاصی پیدا نمی شود.

#### انواع کمر درد

۱- کمر درد گذرا: دردی ناگهانی و شدید در ناحیه کمر، این نوع کمر درد ناشی از انجام حرکات نامناسب و یا کشیدگی بیش از حد ستون فقرات است. هر چند که این کمر درد گذرا است اما هیچگاه نباید کم اهمیت شمرده شود، چرا که میتواند اختطاری برای عود مجدد آن باشد و سریعاً باید جهت جلوگیری از تکرار کمر درد اقدام شود.

۲- کمر درد حاد: یک درد حاد در ناحیه کمر است، این نوع کمر درد در اثر قرار گرفتن در وضعیتهای غلط، خم شدنهای مکرر و به مدت طولانی و یا ضربه به ستون فقرات کمری ایجاد می شود. کمر دردی که کمتر از یکماه از شروع آن می گذرد را حاد می نامند .

۳- کمر درد مزمن: کمر دردی که بیش از یکماه از بروز آن می گذرد را کمر درد مزمن می نامند. کمر درد مزمن در واقع در اثر عدم درمان و یا مقاومت به درمان کمر درد حاد ایجاد می گردد

۴- درد موضعی: درد موضعی، دردی است که در اثر آسیب وارده به ناحیه کمر ایجاد شده و در همان منطقه احساس می گردد و معمولاً "فرد قادر به درک محل دقیق آن است.

۵- درد راجعه: عبارتست از دردی که از یک ناحیه به ناحیه دیگر سرایت می کند. همه کمر دردها لزوماً به دلیل ناهنجاری ستون فقرات نیستند، بلکه می توانند بدلیل ضایعات احشایی باشند که درد آنها به ناحیه کمر ارجاع می شود. در نتیجه، بررسی و معاینه بالینی دقیق این مناطق توسط پزشک ضرورت دارد.

۶- درد انتشاری: غیر از درد انتشاری عصب سیاتیک که در بالا توضیح داده شده، ممکن است درد، منشأ عصب سیاتیک نداشته باشد و از نقاط دیگر به مسیر این عصب انتشار یابد. مهمترین منشأ دردهای انتشاری عبارتند از: مفاصل بین مهره ای، رباطهای مربوطه، رباطهای خلفی که مهره های کمری را به یکدیگر متصل می کنند و بالاخره عضلات اطراف آنها و عضلات ثبات دهنده لگن.

### علل کمر درد

بطور کلی کمر درد را می توان بر حسب علت به دو دسته عمده تقسیم بندی نمود: علل مکانیکی و علل غیره مکانیکی  
کمر درد مکانیکی:

شامل آن دسته از بیماریهایی هستند که در اثر و یا به واسطه یک عامل مکانیکی مانند ضربه، حرکات فیزیکی نامناسب، کم بودن قوام عضلات و یا فشار بیش از حد به ناحیه

ستون فقرات کمری و در اثر بد قرار گرفتن وضع بدن در حالت نشسته و ایستاده ایجاد می گردند. این دسته از بیماریها ۹۰٪ از علل کمر درد را تشکیل می دهند و نکته جالب اینکه براحتی قابل پیشگیری هستند.

عوامل پیش زمینه ای یا مستعد کننده شامل:

قرار گرفتن در وضعیت های نامناسب - استرس ناشی از کار - چاقی و ...

علل غیر مکانیکی کمر درد:

علل غیر مکانیکی کمر درد شامل آن دسته از علل طبی و یا بیماریهای سیستمی هستند که در سیر بیماری به طرق مختلف ممکن است باعث کمر درد شوند و تشخیص و درمان این بیماریها تماما<sup>۶۱</sup> به عهده پزشک معالج شما می باشد.

-شایعترین علل طبی عبارتند از:

بیماریهای التهابی، بیماریهای عفونی، سرطانها، و بیماریهای متابولیکی و مسمومیت با فلزات سنگین رادیوم<sup>۶۱</sup>

### علل سایر کمر درد ها

برداشتن وزنه های سنگین، ضربه، گودی بیش از حد کمر، سندرم T.M.S (اغلب با صدای تق تق کمر می باشد)، حاملگی، عدم قاعدگی زنان، سندرم پیش از قاعدگی زنان، پوکی استخوان، بزرگی شکم، عفونت ریوی، سرماخوردگی و باد خوردن کمر،

### علل کمر درد زنان

عدم قاعدگی، سندرم پیش از قاعدگی، افتادگی رحم، پرولاپس رحم، یائسگی، حاملگی، سرطان گردن رحم.

## علل کمر درد پس از نزدیکی

بیماری های دستگاه ادراری، نوعی رماتیسم، دیسک، اختلال ستون مهره ها

### مضرات

پريدن	برداشتن وزنه های سنگین
دولا شدن	بالا و پایین رفتن از پله ها
کفش تنگ و نامناسب	استفاده از گن
آسپرین (زیاده روی)	پابرهنه راه رفتن
سیگار کشیدن	رانندگی به مدت طولانی
کرست تنگ	پا گذاشتن روی کمر
قولنج کمر را شکستن	سردیجات (ترش یا بیمزه) <sup>۶۲</sup>

### ب: نسخه ها

#### کمر درد، بیماریهای کمر (روایات)

نخود

امام رضا(ع) فرمودند: نخود برای کمر درد مفید است و آن حضرت پیش از غذا و پس از آن، آن را طلب می کردند.<sup>۶۳</sup>

#### پیاز

امام صادق (علیه السلام): پیاز، دهان را خوش بو می کند، پشت را قوی می سازد و پوست را نرمی می دهد.

و آورده اند که پیاز عصب را محکم می کند و آب کمر و قدرت گام برداشتن را افزایش می دهد.<sup>۶۴</sup>

۶۲ درمانهای گیاهی قسمت کمر درد

۶۳ کافی: ج ۶، ص ۳۴۳

## کندر

پیامبر خدا (صلی الله علیه وآله وسلم): بر شما باد کندر زیرا آن سان که انگشتان، عرق را از پیشانی پاک می کنند، پشت را محکم می کند، عقل را افزون می کند، ذهن را ذکاوت می دهد، چشم را جلا می بخشد و فراموشی را از میان می برد.<sup>۶۵</sup>

## خرما

امام صادق (علیه السلام): هیئت بنی عبدالقیس بر پیامبر خدا (صلی الله علیه وآله وسلم) وارد شدند. پس، ظرف خرمایی یافته از شاخه های خرما پیشروی ایشان نهادند. پیامبر خدا (صلی الله علیه وآله وسلم) پرسید: صدقه است، یا هدیه؟ گفتند هدیه است.

پیامبر خدا (صلی الله علیه وآله وسلم) فرمود: این خرماها از کدام نوع است؟ گفتند: ای پیامبر خدا (صلی الله علیه وآله وسلم)! از خرمای برنی است. فرمود: این، جبرئیل است. به من خبر می دهد که در این خرمایتان، نه ویژگی است: شیطان را به دیوانگی می افکند؛ پشت را قوی می کند؛ بر توان آمیزش می افزاید؛ بینایی و شنوایی را افزون می سازد؛ انسان را به خد انزدیک می کند؛ انسان را از شیطان، دور می سازد؛ غذا را هضم می کند؛ درد را می برد؛ و دهان را خوشبو می نماید.<sup>۶۶</sup>

## حلیم

پیامبر خدا به درگاه پروردگار از کمر درد خویش نالید. خداوند به او فرمود که دانه با گوشت بخور، یعنی حلیم.<sup>۶۷</sup>

۶۴ رجوع منید به محاسن: ج ۲، ص ۵۲۲

۶۵ طب النبی ص ۶

۶۶ خصال ص ۴۱۶

۶۷ الکافی ج ۶ ص ۳۲۰



## چند توصیه برای کمردرد

افرادی که کار آنها مستلزم بلند کردن اجسام سنگین است یا ورزشکارانی که سروکارشان با وزنه سنگین است باید هرگز از کفشهای پاشنه بلند بمدت طولانی استفاده نکنند. حتماً از کمربندهای پهن محافظ کمر استفاده کنند. در هنگام ایستادن طولانی مدت هر از گاهی به روی یک تکیه گاه یا دیوار تکیه کنند تا از فشار بر روی کمر کاسته شود. هم تشک های خیلی نرم و هم تشکهای سفت سبب کمردرد می شوند لذا از تشک مناسب استفاده کنید.

هرگز اجسامی را که برای شما سنگین هستند بلند نکنید. در هنگام بلند کردن اجسام کمر باید عمود بر زمین و نه خم شده به جلو باشد باید اجسام را در حالیکه نزدیک بدن شما هستند با زانوها بلند کنید. به جای بلند کردن اجسام سنگین، از راه های دیگری مانند هل دادن برای جابه جا کردن استفاده کنید (هل دادن بهتر از کشیدن است تا می توانید از دیگران کمک بخواهید و از بلند کردن وسایل سنگین با خم کردن کمرتان خودداری کنید. بهتر است زانوهایتان را خم کرده و کمرتان را صاف نگه دارید. البته یادتان باشد که پاها را از هم کمی فاصله بدهید.

از بلند کردن یک جسم سنگین و چرخاندن کمرتان بطور همزمان جدا " خودداری کنید.

همیشه هنگام حمل اجسام سنگین، آن را نزدیک بدن نگه دارید کاهش تحرک در نتیجه عدم استفاده و بهبود نا کافی اگر مجبورید مدت طولانی روی صندلی بنشینید بهتر است هر نیم ساعت به بهانه های مختلف از جا برخاسته و راه رفته یا به بدن خود حرکات کششی بدهید.

از صندلی مناسب با پشتی و با زاویه حدود ۱۰۰ تا ۱۲۰ درجه، استفاده کنید و اگر صندلی تان محافظ قوس کمر ندارد، قوس کمر را با یک بالشتک کوچک محافظت کنید.

هنگام ایستادن خود را به جلو خم نکنید، گوش ها، شانه و لگن را باید در یک امتداد و شکم را تو نگه دارید.

اگر مجبورید مدت طولانی بایستید، یکی از پاها را روی یک پله یا چهارپایه به ارتفاع ۲۰ سانتی متر قرار دهید تا فشار کمتری به کمر وارد شود و هر ۱۰ دقیقه جای پاها را با هم عوض کنید.

بهترین حالت خوابیدن خوابیدن به پهلو در حالی است که زانوها کمی خم بوده و یک بالش کوچک بین دو زانو قرار گیرد. اگر به پشت می خوابید لازم است یک بالش زیر زانوان و یک بالش کوچک زیر گودی کمر قرار دهید

### درمان درد کمر (لومباگو) (ضیایی)<sup>۶۸</sup>

۱- فقط یکبار ضماد سیر (منع مصرف در حساسیت پوستی) ۱۰ دقیقه روی کمر باشد،  
۲- فقط یکبار ضماد خردل (منع مصرف در حساسیت پوستی) ۱۰ دقیقه روی کمر باشد،

۳- خوردن کشمش و مغز گردو،

۴- خوردن کشمش و نارگیل،

۵- یک قاشق چایخوری پودر سیاهدانه را در یک قاشق غذاخوری روغن کوهان شتر مخلوط کرده، به مدت ۲۰ دقیقه ماساژ دهید.

### فاصله افتادن بین مهره ها (تبریزیان)<sup>۶۹</sup>

انتهای مهره کمر را ماساژ دهید علت آن اگر از لخته خون باشد داروی لخته خون ( فلفل قرمز) استفاده کنید همچنین سویق سنجد ، عسل ، لبنیات مفید است.

### درد کمر (تبریزیان)<sup>۷۰</sup>

رفع سیاتیک - رفع غلظت خون - روی زمین سخت خوابیدن.

### کمر درد و دیسک (تبریزیان)<sup>۷۱</sup>

علت آن فاصله بین مهره ها یا لخته شدن خون است داروی لخته خون ، این مسعود ، استخوان ساز ، سویق جو ، وجه الظهر مفید است همچنین ماساژ به پشت مهره و حجامت انتهایی مهره و حجامت انتهایی مهره انجام دهند.

### شکم درد همراه با کمر درد (تبریزیان)<sup>۷۲</sup>

ضمغ درخت استرک که شبیه میوه به است مفید است.

کمر درد (تبریزیان)<sup>۷۳</sup>: داروی ابن مسعود ( مرکب ۲۷).

### کمر درد<sup>۷۴</sup> (گزارش درمان محسن زحمتکش)

علت مراجعه: کمر درد نام بیمار: آقای ر.ر. سن: ۴۱ سال

علائم بیماری: بیمار از حدود ۹ ماه قبل دچار درد شدید کمر شده بود که بیشتر در زمان استراحت و خوابیدن وجود داشت و با فعالیت، درد کمر بیشتر می شد. با مراجعه

۶۹ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۷۰ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۷۱ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۷۲ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۷۳ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۷۴ حجامت درمانی ص ۳۲۰

به پزشکان مختلف نتیجه ای نگرفته بود.

درمان های انجام شده: برای بیمار درمان زیر تجویز گردید؛

۱- سه مرحله حجامت عام، ساکرال و ساقین

۲- روغن مالی با روغن B<sub>111</sub>

سیر درمان: بعد از انجام حجامت کمر بیمار اظهار می دارد که ۱۰۰٪ بهبودی حاصل

شده است. و هم اکنون درمان ادامه دارد.

پزشک معالج: دکتر محسن زحمتکش

**کمر درد**<sup>۷۵</sup> نام بیمار آقا ه. د. سن: ۵۳ سال

علت مراجعه: کمر درد

علائم بیماری: بیمار به دلیل درد ناحیه کمر بدون انتشار به پاها مراجعه نمود.

درمان های انجام شده:

۱- ترک غذاهای سودازا مثل گوشت گاو و گوساله، بادمجان و برنج، مرغ ماشینی

۲- دوسین

۳- اسفند

۴- حجامت عام و بادکش

**درد کمر و زانو(روازاده)**

علل مختلفی برای درد کمر و زانو وجود دارد:

گاهی علت آن غلبه خون (دم) می باشد که نشانه آن، احساس سستی در ناحیه زانوها و

سر شانه و گردن می باشد. که باید درمان پاکسازی بدن از غلبه خون انجام شود. (به

بخش مزاج بدن مراجعه شود).

گاهی علت آن غلبه بلغم در بدن می باشد لذا باید از مواد غذایی گرم و تر بیشتر مصرف نمود و درمان پاکسازی بلغم انجام شود. (به بخش پاکسازی بدن مراجعه شود) و گاهی هم علت آن غلبه صفراء یا سوداء در بدن می باشد و گاهی هم ترکیبی از دو یا چند خلط در بدن موجب درد کمر و زانو می شود که باید پاکسازی متناسب با آن صورت پذیرد.

یکی دیگر از علل درد کمر و زانو، رماتیسم می باشد؛ لذا باید از مصرف مواد غذایی سرد و تر پرهیز نمود و چای زنجبیل با عسل میل نمود و انجام حجامت نیز مفید می باشد به خصوص برای کسانی که عمل دیسک کمر را انجام داده اند حجامت مفیدتر می باشد. یکی دیگر از علل درد کمر و زانو قولنج می باشد که درمان آن فصد است. برای درد کمر بعد از زایمان، مالیدن روغن حیوانی و خوردن کاجی با روغن حیوانی و بستن شکم بعد از زایمان مفید و موثر می باشد.

### درد کمر و زانو و خستگی (روازاده)

پرسش: علت درد کمر و زانو، همچنین زود خسته شدن چه می باشد؟ لطفاً مرا راهنمایی بفرمایید؟

پاسخ: غذاهای بلغم زا را نخورید و مواد غذایی گرم و تر مصرف کنید. اگر کم خونی هم دارید توصیه های خونساز را رعایت کنید. عصرها یک لیوان عرق زیره + یک قاشق آرد کنجد میل کنید. سالی دو بار حجامت کنید. کمر و زانوهایتان را با روغن های گرم چرب کنید. مراقب باشید که هرگز دچار یبوست نشوید.<sup>۷۶</sup>

مولف: زیره موجب بدقیافه شدن زنان میشود و بهتر است زنان بجای آن عرق رازیانه بخورند.

۷۶ (پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۹۴)

## قوس کمر و کمر درد (روازاده) مرد/سن ۳۵ سال

پرسش:

من عادت دارم روی شکم بخوابم. به حدی که اگر روی شکم نخوابم اصلاً خوابم نمی برد و کمر و ستون فقرات من حدود بیش از یک سانتی متر گود شده است و دردی کمر شدید گرفته ام. برای درمان آن باید چه کار کنم.

پاسخ:

برای قوس کمر باید در وضعیت خوابیدن و نشستن دقت کند و حالت جنینی را مدام رعایت کند و از کفش های پاشنه بلند اصلاً استفاده نکند و اگر درد شدید است باید برای کار عملی به مطب نیز مراجعه نماید.

کفش های با پاشنه های خیلی بلند افراد را مستعد گودی کمر می کند و تراز ستون فقرات را به هم می زند لذا اگر از اینگونه کفش ها استفاده می کنید باید فوراً کنار بگذارند.<sup>۷۷</sup>

## ضعف و درد و ورم کمر و مفاصل (روازاده)

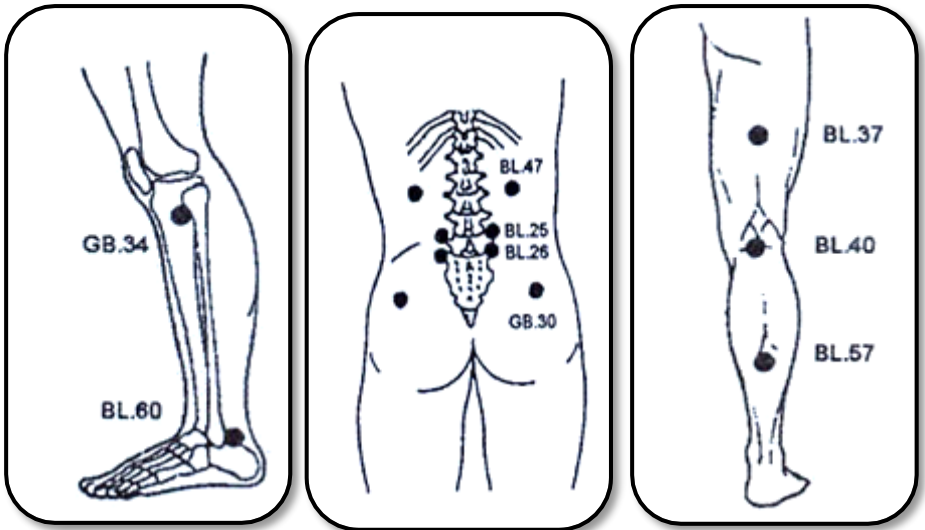
پرسش: من از ضعف کمر و درد و ورم مفاصل بسیار رنج می برم. علت و درمان آن را ارایه نمایید؟ پاسخ: احتمالاً یک رماتیسم است که غلبه سردی و تری به بدن می - باشد. مواد غذایی سرد و تر نخورید مواد غذایی گرم بخورید، از دم نوش های با طبیعت گرم استفاده کنید.<sup>۷۸</sup>

۷۷. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزاده ج ۳ ص ۱۲۶.

۷۸ (پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزاده، ج ۱، ص ۹۵)

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)

– کمردرد و سیاتیک<sup>۷۹</sup>



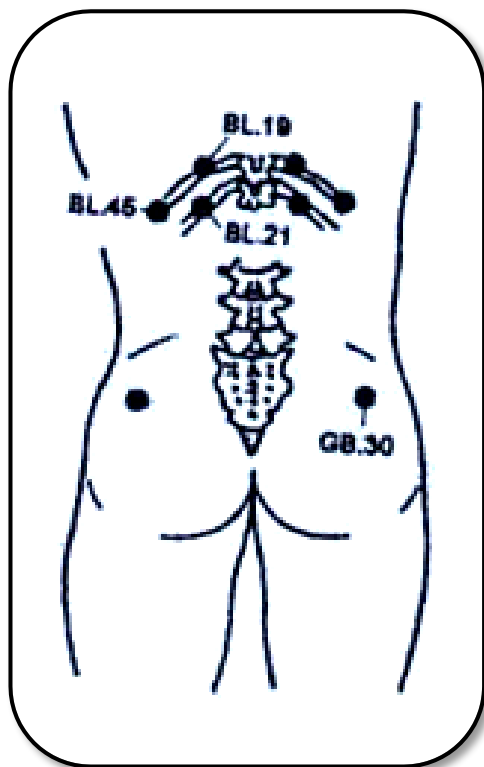
قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

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)

– درد در ناحیه تحتانی کمر، باسن و منطقه خاجی (نقطه کلیدی) BL21

– درد در ناحیه پایین باسن و بالای ران (نقطه کلیدی) BL19

– درد سیاتیک (نقطه کلیدی) GB30<sup>^</sup>





## ۱۲- درمان کوتاهی قد و برای تناسب اندام

## الف: معرفی بیماری

## رشد قد

هورمون رشد هنگام خواب افزایش می یابد.

علل کاهش دهنده هورمون رشد: مننژیت - عفونت - آسفالیت.

فرمول تعیین تقریبی کودک:

$$\text{قد به سانتیمتر} = ۷۷ + \text{سن کودک} \times ۶$$

## علل کوتاهی قد

کاهش هورمون رشد - بی اشتهاپی - اختلالات غدد - کم کاری تیروئید - بیماری های اعضای اصلی - تغذیه نادرست - ارثی - کاهش ترشح هیپوفیز - کاهش روی و کلسیم. توجه: توقف قد در دختران (۱۶-۱۳) سالگی، توقف قد پسران (۲۱-۱۸) سالگی: ولی تا ۲۵ سالگی هم دیده شده است.

محاسبه قد نهایی یک انسان:

$$\text{قد پدر} + \text{قد مادر} \div ۲ \quad \text{پسران} + ۶/۵ \quad \text{دختران} - ۶/۵$$

مثال: پدر ۱۶۵cm + مادر ۱۵۵cm  $\div ۲$ ، اگر پسر باشد ۶/۵ اضافه کنید و اگر دختر است ۶/۵ کم کنید.

## مضرات

وزنه برداری	فوتبال
عدم ورزش و تحرک کافی	پرش زیاد
داروهای دوپینگ	استرس عصبی
چیپس	نوشابه ها

آب میوه زیاد بیش از یک لیوان (برای کودکان زیر ۲ سال)

### علل کوتاهی قد و راه حل آن

اولین مرحله رشد انسان دوران شیرخوارگی است که دو سال اول زندگی را شامل می شود. در بدو تولد قد متوسط نوزاد ۵۰ سانتی متر است. در دو سال اول زندگی ۳۰ تا ۳۵ متر افزایش قد دیده می شود که این میزان در سال اول بیشتر یعنی حدود ۲۵ سانتی متر است. این رشد سریع، ادامه رشد جنینی است و سرعت آن با افزایش سن کاهش می یابد. دومین مرحله رشد دوران کودکی از دو سالگی تا شروع بلوغ را دربرمی گیرد. در این دوران کودک هر سال پنج تا هفت سانتی متر قد می کشد که این رشد در نزدیکی رسیدن به سن بلوغ کاهش می یابد. سومین مرحله رشد دوران بلوغ است که طی این دوران یک جهش رشدی وجود دارد. در این مرحله پسران به طور متوسط ۲۵ تا ۳۰ و دختران ۲۰ تا ۲۵ سانتی متر قد می کشند. طی دوران بلوغ سرعت رشد قدی ۸ تا ۱۴ سانتی متر در سال است. حداکثر جهش رشد در دختران پیش از شروع عادت ماهیانه است و پس از آن دختران به طور متوسط ۷ سانتی متر قد می کشند. در پسران نیز حداکثر جهش رشد در مراحل انتهایی تر بلوغ دیده می شود. با پیشرفت بلوغ به علت تولید و ترشح هورمون های جنسی، تدریجا صفحات رشد استخوان بسته می شود و امکان افزایش قد پس از آن وجود نخواهد داشت. بنابراین این باور که تا ۲۵ سالگی قد می کشیم به طور کامل غلط است.

دو علت شایع برای کوتاهی قد وجود دارد. علت اول کوتاهی قد ژنتیک است. در این حالت کودک کوتاه قد است زیرا پدر و مادر کوتاه قد بوده اند. در این کودکان رشد طبیعی است و سن استخوانی کودک نسبت به سن تقویمی عقب نیست. سن استخوانی

در واقع نشان دهنده سن بیولوژیک واقعی کودک است. به عنوان مثال اگر کودکی ۱۰ ساله، سن استخوانی هفت تا هشت ساله داشته باشد نشان دهنده یک اختلال یا بیماری در کودک است. کم کاری تیروئید، کمبود هورمون رشد، سوء تغذیه و بیماری های دستگاه گوارش می تواند عامل عقب افتادن سن استخوانی نسبت به سن تقویمی کودک باشد. دومین علت شایع کوتاهی قد، تاخیر سرشتی در رشد است. در این کودکان از سن دو سالگی کوتاهی قد دیده می شود و این در حالی است که پدر و مادر کوتاه قد نیستند. سرعت رشد کودک در سال تقریباً طبیعی است ولی سن استخوانی عقب است. در واقع قد کودک برای همان سن استخوانی مناسب است ولی نسبت به سن تقویمی، کوتاه است. بلوغ در این کودکان با تاخیر همراه است. علاوه بر این دو علت شایع، علل دیگری مانند بیماری عمومی سوء تغذیه، کمبود ویتامین های D و کلسیم که موجب نرمی استخوان می شوند، بیماری سلپاک که به حساسیت به پروتئین گندم منجر می شود، بیماری های مزمن مانند کم خونی، بیماری های التهابی و... نیز می توانند موجب کوتاهی قد شوند.<sup>۸۱</sup>

### ب: نسخه ها

#### کوتاهی قد (روایات)

##### چغندر

امام رضا (علیه السلام) پرسید: ای احمد! علاقه ات به سبزی ها چگونه است؟. گفتم: همه آنها را دوست دارم. فرمود: اگر چنین است، بر تو باد چغندر؛ زیرا بر کرانه های فردوس می روید و شفای دردها در آن است استخوان را درشت می کند، گوشت می رویاند و اگر نبود که دستان گناهکاران به آن می رسد، هر برگ از آن برای پوشش چند

مرد، بسنده می کرد.

گفتم: برای من، از دوست داشتنی ترین سبزی هاست.  
فرمود: خدا را براین که با آن آشنایی، سپاس بگزار.<sup>۸۲</sup>

### سنجد

امام صادق (علیه السلام): سنجد، گوشتش گوشت می رویاند، استخوانش استخوان را رشد می دهد و پوستش پوست را می پرورد. علاوه براین، سنجد کلیه ها را گرم می کند، معده را پاک می سازد، مایه ایمنی از بواسیر و قطر قطره آمدن بول است، ساق پا را قوی می کند و رنگ جذام را به کلی قطع می نماید.<sup>۸۳</sup>

### یک معجزه (فقط همین نسخه برتر از همه طب جدید است)

استاد و حکیم فرزانه آقای باقری میگوید یک کوتوله (فرد بسیار قد کوتاه) را با حجامت مستمر و مصرف خونساز مستمر درمان کردیم. واز کوتوله بودن در آمد. آقای باقری در خواب دیده بود که پیامبر ص فرمود به همه بیماران امت بگویید خونساز بخورید و حجامت کنید (تا درمان تکرار کنید)

### کوتاهی قد (گزارش درمان)<sup>۸۴</sup>

کوتاهی قد و به طور کلی کوچکی جنه در نسل جوان و نوجوان امروز، موضوعی آزاردهنده و واقعیتهی مشهود است. ریشه های این پسرقت رشد بدنی در نسل فعلی عمدتا در آداب و رژیم غذایی نادرست در دوران بارداری، هم چنین تغذیه ناقص و غلط و مواد شیمیایی موجود در تنقلات مصرفی کودکان و نوجوانان امروز ماست. عوامل دیگر نظیر کم تحرکی، محرومیت از آفتاب، آلودگی هوای شهرهای بزرگ،

۸۲ المحاسن ج ۲ ص ۳۲۷ ح ۲۱۰۹

۸۳ الکافی ج ۶ ص ۳۶۱ ح ۱ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۳۸۱ ح ۱۲۷۷

۸۴ حجامت درمانی ص ۳۲۸ و ۳۲۹

مصرف داروهای شیمیایی، هیجانانگیز و تحریکات نامطلوب محیطی، افسردگی مزمن و کمبودهای عاطفی و تربیتی نیز کم و بیش در این پسران سهیم می‌باشند. درمانهای مرسوم کوتاهی قد محدود به داروهای شیمیایی هورمونی بوده که مشابه رشد انسانی عمل کرده و در جایی موجب افزایش قد اطفال می‌گردد. اما همانند تمام داروهای شیمیایی، دارای عوارض جانبی فراوان و خطرناکی می‌باشد و بدتر از همه، گاهی موجب بسته شدن زودرس غضروفهای رشد (اپی فیز) شده که سبب تثبیت کوتاهی قد کودک شده و حتی مانع آن حداقل رشد طبیعی خود کودک و نوجوان می‌گردد.

در طب اصیل ایرانی «حجامت» به عنوان رفتار درمانی چند بعدی برای انواع بیماریهای نوزادان و کودکان و نوجوانان معرفی شده است و یکی از کاربردهای جالب توجه آن افزایش قد و ایجاد جهش رشد در اطفال و نوجوانان می‌باشد. البته درمان کوتاهی قد در طب سنتی مفصل بوده و شامل روغن مالی‌ها، معجونهای غذایی، ماساژ، استنشاق رایحه‌های معطر، اصلاح تغذیه، تغییر ساعات خواب و... می‌باشد که در این مقال فقط به حجامت می‌پردازیم:

در کلینیک ما تعداد ۱۸ نفر کودک و نوجوان با شکایت کوتاهی قد تحت درمان با روش حجامت قرار گرفتند که طرح درمانی آنان بدین شکل بوده است:

- ۱- حجامت عام (موضع بین دو کتف)
- ۲- حجامت ساکرال یا چاربند (گودی کمر روی مهره‌های L 5 - S 1)
- ۳- حجامت ساقین (روی عضله ساق)
- ۴- حجامت خشک (بادکش گذاری) روی مواضع خاص از جمله استخوانهای پهن

بدن

به طور میانگین دو ماه یک بار حجامت آنان تکرار شده است و تعداد حجامتها سه الی هشت جلسه بوده است. مدت مطالعه و پیگیری این بیماران حدود ۱۸ ماه بوده است.

محدوده سنی این گروه چهارده الی نوزده سالگی بوده است.

پاسخ درمانی این گروه تحت مطالعه بدین شکل بوده است:

۳ نفر از این کودکان هیچگونه افزایش رشدی نشان ندادند.

۱۱ نفر از این اطفال افزایش رشد بین چهار الی پانزده سانتیمتر نشان دادند.

۴ نفر از این گروه افزایش رشد محدود بین ۲-۱ سانتی متر داشتند.

تمام این اطفال یک یا چند روش درمانی دیگری همانند هورمون درمانی، داروهای شیمیایی متنوع، مکمل های غذایی و ویتامینی، طب سوزنی و ورزشهای کششی و بدنسازی و... را تجربه کرده بودند که به استثناء ۲ نفر که افزایش رشد محدودی حاصل شده بود، مابقی هیچگونه نتیجه درمانی ملاحظه نکرده بودند.

با در نظر گرفتن اینکه احتمال افزایش قد طی فرآیند رشد Constitutional و فاکتورهای مداخله گر دیگری نظیر اصلاح تغذیه، تلقین روانی، خطای اندازه گیری و... برای ۴ نفری که افزایش رشد محدود داشتند، مطرح می باشد. این چهار نفر بعلاوه سه نفری که هیچگونه پاسخ درمانی (افزایش قد) نشان ندادند جزو ناکامی (Failare) درمان محسوب شده و بنابراین می توان گفت:

یازده نفر از جمعیت هجده نفری ما یعنی ۶۱٪ بیماران ما به درمان حجامت پاسخ قابل توجه نشان داده است و چهار نفر (۲۲٪) بیماران ما پاسخ اندکی نشان داده و ۳ نفر (۱۷٪) هیچ پاسخی ندادند.

با توجه به بی خطر و بی ضرر بودن حجامت، سادگی و کم هزینه بودن حجامت و همچنین منافع دیگری که حجامت برای کودک دارد (حجامت سبب افزایش مقاومت

بدن کودک نسبت به بیماریهای ویروسی و عفونی شده و در تعدیل و کنترل اختلالات رفتاری و عصبیت اطفال کاملاً مؤثر می باشد و نیز سبب افزایش اشتهاى اطفال می شود) به نظر می رسد اجرای طرح های تحقیقاتی و درمانی گسترده تر با مشارکت جمعیت بزرگتر و همراهی و همکاری پزشکان متخصص در رشته غدد، کودکان و اطلاع رسانی صحیح و منطقی و دور از تعصب رسانه ها و جراید و مریبان مدارس و صدا و سیما پیرامون حجامت، بتواند یکی از معضلات شایع خانواده های ایرانی (کوتاهی قد و جثه اطفال) را که بار مالی و عوارض روحی و روانی گسترده ای برای خانواده ها دارد را از میان بردارد.

پزشک معالج: دکتر محمد عزیزخانی

### افزایش رشد قد (خیراندیش)

بیشترین شانس افزایش قد، زیر ۱۸ سالگی است؛ ولی انجام یک مرحله حجامت قد در پاییز و سه مرحله آن در بهار مؤثر می باشد.

- برای افزایش قد نیاز به گرما و تری می باشد که بر اساس مزاج هر کس باید کمبود آن را با غذا تلافی و جبران کند تا رشد قد اتفاق بیافتد، ضمناً انجام سه مرحله حجامت با رعایت مزاج در فصل بهار بسیار مؤثر می باشد.

## بادکش رشد قد

اندیکاسیون ها

- درمان تکمیلی کم خونی

- پیشگیری از پوکی استخوان

- درمان تکمیلی کوتاهی 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 پایین و از سمت چپ به راست انجام شود.

## رشد قد نوزاد و کودک و نوجوان (ضیایی)<sup>۸۵</sup>

- ۱- رشد مخچه نوزاد، نباید کم باشد اگر وزن بچه کم باشد قطره مولتی ویتامین می دهند تا رشد مخچه و وزن بالاتر شود اگر مخچه رشد کم دارد موارد زیر نافع است:
  - کاهو: ۲ قاشق برای بچه و چند برگ برای کودک و نوجوان.
  - خرفه: (بغله الزهرا، بغله اللینه): ۲ قاشق آب خرفه
  - لبو: ۲ قاشق آب لبو برای نوزاد
  - شیر عسل، شیرخرما، حلیم گندم و گوشت (بهترین صبحانه در وعده های غذایی استفاده شود.
  - پرهیز از ممنوعات (غذاها و نوشیدنی های شیمیایی و ...)

۸۵ نسخه های مورد تایید استاد...



## موانع رشد

قندهای شیمیایی و نوشابه ها و اسانس ها و نگه دارنده ها، روغن جامد و چای پررنگ و ...

غذاهای شیمیایی و کارخانه ای و صنعتی نخورد که خون را ترش می کند و اسیداوریک را بالا می برد، مانع جذب کلسیم و ویتامینها و ... می شود و به دستگاہ گوارش لطمه می زند و ده ها بیماری از جمله کوتاهی قد می آورد. و غذاهای ریزمغذی مانند خشکبارها، مخصوصا بادام و میوه ها مصرف شود بین وعده های غذایی یا در وعده های غذایی مصرف شوند.

رشد استخوانها و افزایش تراکم استخوان ها، رفع کسالت و تنظیم فشار خون و ...

افزایش قد (تبریزیان)<sup>۸۶</sup>

سویق به زنان باردار و بچه ها بدهید حتی در شکم مادر نیز بچه را رشد می دهد و نقص عضو بچه را از بین می برد و استخوان ساز مانند برگ چغندر و هسته سنجد مفید است و حجامت پشت گوش هم موثر است .

قد<sup>۸۷</sup>

طول قد انسان طبیعی ۸ و جب خود اوست و مدت زمان رشد طولی انسان، در ماه های فروردین تا مرداد، ۳ برابر بیشتر از ماه های زمستانی است و علت اصلی رشد قد انسان، عملکرد صحیح غده تیموس است.

محاسبه قد نهایی در بزرگسالی:

$$\text{قدر پدر} + \text{قدر مادر (به سانتیمتر)} \div ۲ = (\text{مردان} + ۶/۵ \text{ و زنان} - ۶/۵)$$

۸۶ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۸۷ درمانهای گیاهی

## علل عدم رشد کافی

کم کاری غده تیموس، کم کاری غده پاراتیروئید، کمبود هورمون رشد، کم کاری غده تیروئید، ارثی، کاهش ترشح هیپوفیز، دیابت، عفونت، کم خونی، کمبود روی، نارسایی فوق کلیه، ...

ژن بلند شدن قد:  $HMGA_z$

فرمول تعیین قد تقریبی کودک:  $6 \times \text{برابرسن کودک بر حسب سال} + 77 = \text{قد به سانتیمتر}$

## مضرات

نوشابه ها - برداشتن وزنه های سنگین - چپس - فوتبال قبل از سن بلوغ - پفک - عدم تحرک کافی - کمبود (روی، سلنیم، منیزیم، کلسیم، ویتامین D، A، B<sub>3</sub>، پتاسیم، مولیبدون) - داروهای دوپینگ.

## صاف کردن باسن برجسته و قد (روازاده)

مرد/سن ۱۹ سال / مجرد / ۱۷۰ / قد / وزن ۱۶۶ کیلو

سوال: یک سوال تناسب اندام هم دارم باسن و رانهای بزرگی دارم می خواهم بدانم چگونه کوچک می شود؟

پاسخ: شما اضافه وزن ندارید و بایستی از داروهای موضعی (ژل لاغری) همراه با بادکش استفاده کنید. همچنین برای تناسب اندام بجای استفاده از روغن های صنعتی از روغن های سالم استفاده نمایید، مصرف خوراکی روغن شحم گاو نیز بسیار موثر است. سعی کنید ورزش هایی که اثرات موضعی دارند را نیز انجام دهید، همچنین ورزش هایی که زمان طولانی داشته باشد اما به آهستگی انجام شوند مثل پیاده روی های طولانی یا کوهپیمایی موثر هستند.<sup>۸۸</sup>

## ۱۴- درد و کوفتگی عضلات (تصادف و ضربه و..)

### باد و درد همه بدن (روایات)

روایات قسمت بادهای بدن در فصل آخر از جلد اول، نیز برای درمان بادهای بدن مفید هستند.

جابر بن حیان در نامه ای به امام صادق (ع) نوشت: ای پسر رسول خدا! به باد شدید و شوک آوری دچار شده ام که از سر تا پایم را به درد آورده است. برایم دعا کنید. حضرت برای وی دعا کرده و در نامه ای به وی نوشتند: حتماً به انقیه عنبروزنبق در حالت ناشتا استفاده کن که به خواست خداوند خوب خواهی شد. وی چنین کرد و [چنان سالم شد که] گویا از بند رها شده است.<sup>۸۹</sup>

### دردهای عضلانی تک تک اعضا (خیراندیش)<sup>۹۰</sup>

اگر با خوردن سردی ها یا هوای سرد یا بالمس آب سرد و ... درد شروع یا تشدید می شود پس ناشی از سردی است (اسانس نعناع + روغن های گرم مانند روغن بادام تلخ یا روغن سیاه دانه و ...) را به محل بمالید، خوب می شود. و از سردی موضعی اگر مزاج سرد است، از خوراکی های سرد پرهیز کنید.

### ضربه در اثر تصادف و برخورد (تبریزیان)<sup>۹۱</sup>

- ۱- ضربه به استخوان: شکسته بندی - استخوان ساز.
- ۲- ضربه به تاندون: داروی جمع کننده - جا انداختن رگها.

۸۹ بحارالانوار: ج ۶۲، ص ۱۸۶.

۹۰ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

۹۱ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۳- ضربه به گوشت : مالش دادن با روغن سیاهدانه و پماد مفاصل.

۴- ضربه به غضروف : شیطرج.

۵- پماد مفاصل و روغن مالی به همه نوع مشکلات مفصلی مفید است.

### درمان کوفتگی و ضرب دیدگی (ضیایی)<sup>۹۲</sup>

۱- ضماد ترب مخلوط با عسل، ۲- ضماد مخلوط زردچوبه خالص با زرده تخم مرغ

سالم، ۳- ضماد مخلوط پودر زمه در زرده تخم مرغ سالم

درد عضلات پا و دست و کتف (تبریزیان)<sup>۹۳</sup>: صاف کننده خون (مرکب ۱۸) زنبق.

تبریزیان: به نسخه مسکن ها عمل شود.

رفع دردهای عضلانی و اسکلتی ناشی از ضربه (روزاده) مرد/سن ۳۵ سال

پرسش:

یکسال قبل در یک مسابقه فوتبال ضربه ای به سمت چپ بالای قفسه سینه ام خورد که البته با دست بود از آن به بعد بالای قلبم و درست همون جایی که ضربه خورده بود شروع به درد گرفتن کرد و تا امروز که یکسال گذشته و با انجام آزمایشهای زیادی که نتیجه همه سالم بودن بود و هیچ مشکلی وجود نداشت از نوار قلب تا عکس و کلا همه آزمایشها ولی همچنان جای آن ضربه در بالای قلبم درد می کند نمی دانم با این درد که می گویند هیچ اشکالی هم نیست باید چیکار کنم خواهش می کنم کمک کنید.

پاسخ:

اگر بررسی های قلبی طبیعی بوده و صرفا درد ناحیه استخوان های قفسه سینه است. باید معاینه شود و عکس های گرفته شده نیز دیده شود. در صورتی که ضایعه استخوانی به

۹۲ نسخه مورد تایید استاد

۹۳ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

وجود نیامده است. بایستی با پاکسازی عامل بیماری زا از محل درد، سلامت را به آن برگردانیم.

باید معاینه و نوع ماده بیماری زا که معمولاً بلغم یا سودا همراه با کمی صفراست. شناسایی شود سپس ماده مورد نظر با خوردن داروها و احیاناً خون گیری به روش فصد و یا زالو درمانی مشکل حل می شود.

مصرف خوراکی و مالیدنی مومیایی بسیار کمک کننده است. منتها باید مومیایی را از افراد مطمئن خریداری کنید. چرا که انواع تقلبی آن زیاد است. هر روز به اندازه یک نخود آنرا میل کنید و کمی از آنرا (اگر به شکل بلوری است) با روغن حیوانی حرارت داده به موضع درد بمالید.<sup>۹۴</sup>

### درد و گرفتگی عضلات (بنی هاشمی)

از بابونه بشکل ضماد و خوراکی میتوان استفاده کرد.

### درد عضلانی و قفسه سینه (روازاده)

پرسش: مردی ۳۱ ساله هستم که مدتی است در سمت چپ قفسه سینه ام احساس درد دارم و از مدتی قبل تر هم همین درد را در بیضه ها؛ به خصوص در سمت راست بیضه ها دارم. علت چیست؟

پاسخ: احتمالاً مشکل شما از ناحیه قلب نیست. شما مشکل عضلانی دارید. تغذیه سالم داشته باشید، خواب راحت نیز هم برای شما مهم است، در محیط های استرس زا قرار نگیرید و محل درد را با روغن زرد محلی و یا روغن زیتون ماساژ بدهید. از مواد غذایی سودازا پرهیز کنید. روزانه دو لیوان شربت خاکشیر گرم و یک لیوان آب هویج ایرانی

۹۴. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روازاده ج ۳ ص ۱۲۸.

میل کنید. سالی دو بار حجامت کنید.<sup>۹۵</sup>

### اثر غسل روی تسکین درد های عضلانی (خیراندیش)<sup>۹۶</sup>

گاهی به علت کار عضلانی سخت یا ورزش سنگین، بخصوص در مواردی که شخص عادت به انجام روزمره ی کار های عضلانی سنگین یا طولانی مدت ندارد. یک یا چند عضله ای پشت دچار انقباض طولانی مدت می شود که در اصطلاح علمی به آن قولنج یا گرفتگی عضلانی (اسپاسم) گویند. در اصطلاح عامیانه به آن کمر درد ها (باد گرفتگی) می گویند. حال اگر به علت عدم رعایت اصول انجام کار های عضلانی سنگین دراز مدت، باعث گرفتگی یک یا چند عضله ای بدن خود شدید و احساس قولنج کردید، می توانید با یکی از روش های زیر، قولنج عضلانی را برطرف کنید. البته پس از بهبودی، با انجام نرمش و ورزش روزانه، عضلات خود را قدرتمند کنید تا در آینده دوباره دچار گرفتگی عضلانی نشوید:

۱- مقداری گرد زنیان را با غسل مخلوط کنید و آن را به صورت خمیر در آورید.

سپس این خمیر را با دست روی عضله ی دردناک فرد بیمار بمالید.

قدری از مواد این خمیر، مثل روغن ویکس جذب پوست می شود و باعث گرمی شدن نواحی مالش می گردد.

۲- مقادیر مساوی از غسل و گلیسیرین را مخلوط کنید و این را روی عضله ی

دردناک فرد مبتلا به قولنج عضلانی بمالید. از این مخلوط برای مالیدن به عضلاتی

مبتلا شده به قولنج در نواحی پشت، کمر، پا یا دست بمالید. ( این روش با هر

روش سنتی دیگر فقط برای هر نوبت موثر است و باعث نمی شود که عضلات

۹۵ (پریش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص

۹۶ غسل صفحه ۳۵.

شما دیگر به قولنج مبتلا نشود).

۳- برای درمان یا کاهش درد های ناشی از قولنج (گرفتگی عضلانی) و کوفتگی می توانید ۲۰۰ گرم رنده شده ی پیاز را با ۱۰۰ گرم عسل مخلوط کنید و پس از دو روز آن را صاف کنید و مایع صاف شده را به مقدار ۲ استکان قبل از هر صبحانه بنوشید.

روزانه ۶ قاشق قهوه خوری عسل، برای التهاب و رنج های عضلانی میل نمایید (بعد از غذا دو قاشق) یکی از مهمترین دلایل گرفتگی، ناکافی بودن (قند گلوکز) و تجمع اسید لاکتیک در سلول های عضلانی است که منجر به انقباض یا جمع شدن عضله و باز نشدن یا منبسط نشدن آن می شود که این حالت را اصطلاحاً گرفتگی عضلانی می نامند. پس وقتی عضله ای در اثر کمبود سوخت دچار گرفتگی می شود، منطقی است قبول کنیم که اگر به آن سوخت برسانیم، به تدریج عضله به حالت عادی بر می گردد. عسل این کار را انجام می دهد و برای یک عضله ی بی سوخت، سوخت فراهم می کند. البته تدارک سوخت توسط عسل برای سلول های عضلانی هر چند سریع تر از موادی چون نان برنج و غیره است. اما به زمان نیاز دارد و در طول این زمان فرد مبتلا باید شدیداً درد بکشد.

**درد عضلانی<sup>۹۷</sup>** نام بیمار: آقای ن.ت. سن: ۵۵ سال

علت مراجعه: گرفتگی و رگهای پا و درد عضلانی

علائم بیماری: بیمار به دلیل گرفتگی رگهای پا و درد زانو و درد عضلانی مراجعه نمود. بیمار از کوفتگی بدن شاکی بود. سابقه دیابت و فشار خون نیز داشت و smoker (سیگاری) بود.

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

درمان های انجام شده: برای بیمار حجامت عام و ۲ ماه بعد به حجامت ساقین انجام شد.  
سیر درمان: سپس در فواصل ۱ تا ۵ ماه سه بار دیگر حجامت عام تکرار شد که بیمار  
اظهار بهبودی نمود. پزشک معالج: دکتر علی جواهریان

### بادکش عضلات

اندیکاسونها

درمان اسپاسم عضلانی

دفع بلغم شدید

رفع انسداد موضعی عروق

درمان تکمیلی شکستگی استخوان

خونرسانی موضعی برای ایجاد چاقی

موضعی و رفع آرتروزی موضعی

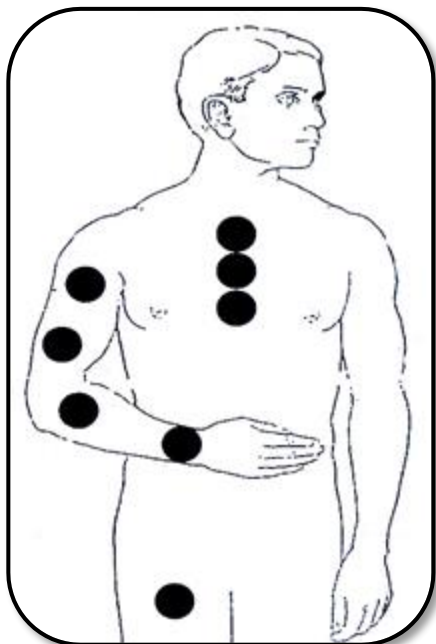
تخلیه آکنه های عفونی و دمل

استخراج جسم خارجی از نقطه خاص بدن

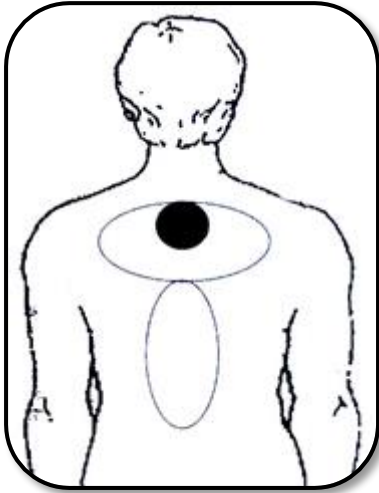
تسریع روند ترمیم زخم ها و سوختگی

\* برای تاثیر بهتر قبل و بعد از بادکش را با

روغن بادام تلخ ماساژ دهید تا خون حرکت عمقی خود را آغاز کند.







## باد کش لغزان

درمان تکمیلی فلج ناشی از سکته مغزی

درمان تکمیلی ترک اعتیاد

درمان تکمیلی اسپاسم عضلانی

یک رفتار تکمیلی در فیزیوتراپی

درمان تکمیلی انسداد عروقی

نشاط بخش

\* ضرورت جهت افراد با غلظت خون بالا

\* در این بادکش به دلیل حرکت لیوان باید

موضع مورد نظر را چرب کرده و قبل از بادکش کمی منطقه مورد نظر را گرم کنید.

## دردهای عضلانی و رفع گرفتگی عضلانی (ضیایی)<sup>۹۸</sup>

درمان های خاص: ۱- اگر از کمبود کلسیم باشد، لبنیات بخورد، ۲- اگر از کمبود منیزیم باشد، مویز بخورد. ۳- اگر از کم کاری تیروئید باشد، نمک ید دار دریا در اول و آخر غذا و سوپ ذرت بخورد، ۴- اگر ناشی از سرد مزاجی و بادگرفتگی باشد، روغن زنبق (سوسن) خورده و باروغن زنبق ماساژ دهد، ۵- اگر ناشی از تحرک زیاد و یا نرمش و ورزش باشد، بعد از تحرک، نرمش و ورزش، دو عدد میوه شاه بلوط (بلوط الملک = قصطل) بخورد.

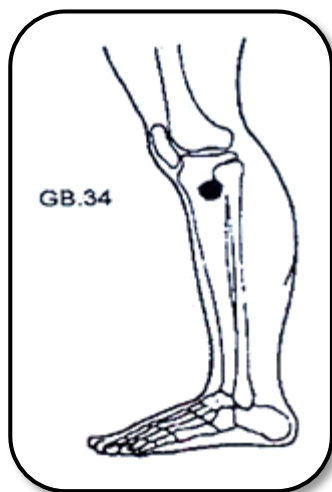
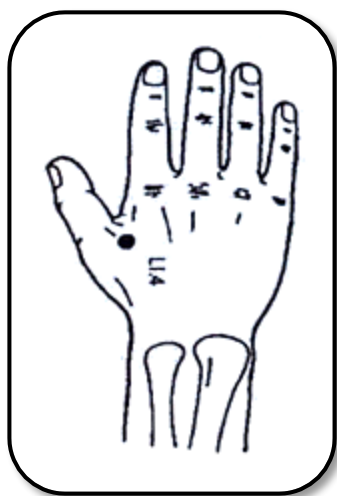
درمانهای عمومی: ۱- خوردن یک استکان عرق طبیعی ترخون، قبل از غذا، ۲- خوردن

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

۷ عدد خرما بعد از غذا، ۳- هر صبح و شب ماساژ با روغن نارگیل (یا قبل از هر خوابیدن با روغن نارگیل ماساژ دهد)، ۴- صبح ناشتا، کشمش انگور یا قوتی (قرمز).

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)

– کوفتگی و کبودی<sup>۹۹</sup>



۹۹ کتاب درمان جامع طب سوزنی

## ۱۵- گرفتگی وسفتی (اسپاسم) و شلی و کوچکی عضلات

**سفت کننده اعضای بدن (تبریزیان) <sup>۱۰۰</sup>**: داروی جمع کننده.

**گرفتگی ماهیچه ها و درد ماهیچه ها (تبریزیان) <sup>۱۰۱</sup>**

کلا معلول غلظت خون است. پلاکتها ماهیچه ها را سفت می کنند. بهترین درمان استفاده از صاف کننده های خون است.

**اسپاسم (گرفتگی عضلات) (تبریزیان) <sup>۱۰۲</sup>**

غالباً از غلظت خون است. درمان فیزیکی هم دارد غلظت خون را با صاف کننده خون رفع کنید. اگر به خاطر عصب باشد تقویت اعصاب (پودر بابونه) مصرف کنید.

**بزرگ کننده اعضای بدن (تبریزیان) <sup>۱۰۳</sup>**: پودر خولنجان.

**چسبندگی تاندون (تبریزیان) <sup>۱۰۴</sup>**

میخک را در معرض آفتاب دو رو قرار دهید و سپس کوبیده و با عسل مخلوط کنید و روی محل بمالید. پودر بابونه نیز مفید است.

**سفتی شدید ماهیچه ساق پا (موسوی) <sup>۱۰۵</sup>**

زالوها را در قسمت پایین ماهیچه و روی سفتی ماهیچه می اندازیم و حداقل با توجه به توان بیمار هر بار ۱۰ عدد زالو روی هر پا می اندازیم و داروهای پاکسازی اخلاط را

۱۰۰ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۰۱ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۰۲ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۰۳ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۰۴ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

دقیقا اجرا می کنیم. باید هر شب پا را با روغن اسقیل (عنصل) مالش دهیم و حداقل سه بار زالدورمانی با حفظ فاصله زمانی تکرار می شود.

### گرفتگی عضلات (باقری)<sup>۱۰۶</sup>

برای درمان گرفتگی عضلات دست، پا و کمر از روش های زیر استفاده کنید:

۱- به شیوه درمانی که در آرتروز گفته شد آن ها را ببندید.

۲- روغن مالی کنید.

۳- بادکش کنید که شاهکار می کند.

۴- اگر مزاجتان سرد است هر روز چیزهای گرم بخورید. مثلا به جای چای، دارچین و زنجبیل را دم کرده با شیره طبیعی انگور مخلوط کرده و میل کنید.

### گرفتگی عضلات (روازاده)

پرسش: آیا گرفتگی عضلات در کمر یا پا به دیسک مربوط است. لطفا راهنمایی بفرمایید؟

پاسخ: خیر، به دیسک ربطی ندارد. برای گرفتگی عضلات، کشیدن اتوی داغ در محل مربوطه از روی پارچه بادکش موضعی و چرب کردن با پماد B111 (در صورت عدم دسترسی با روغن زرد محلی یا روغن زیتون) و گرم نگه داشتن توصیه می شود. با روغن زیتون کاله جوش زیاد بخورد. از آب آهن تاب یا حسوم استفاده کنید<sup>۱۰۷</sup>.

### گرفتگی عضلات (روازاده)

گرم کردن عضلات و ماساژ دادن آن بسیار موثر می باشد برای این کار می توان روی محل گرفتگی چند لایه پارچه گذاشت و روی آن اتو کشید و بعد از گرم شدن روی

۱۰۶ طب اصولگرای اسلامی ص ۱۲۹

۱۰۷ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۹۶

آن بادکش قرار دهند و سپس محل آن با روغن بادام تلخ چرب کرده و گرم نگه دارند.

(گزارش درمان)<sup>۱۰۸</sup> نام بیمار: م.ب.ر. سن: ۴۰ سال

علت مراجعه: درد بین دو کتف با بی حسی دست راست

درمان های انجام شده: حجامت عام یک بار

سیر درمان: رفع درد پشت بین دو کتف بهبودی بی حسی دست راست

پزشک معالج: دکتر غلامرضا مختاری

اسپاسم عضلانی (گزارش درمان)<sup>۱۰۹</sup> نام بیمار: آقای ع.پ. سن: ۲۱ سال

علت مراجعه: درد پشت

علائم بیماری: بیمار از درد پشت در ناحیه مهره های توراسیک شکایت داشت.

درمان های انجام شده: حجامت عام ۴ مرحله

سیر درمان: برای بیمار ۴ جلسه حجامت عام و ۲ جلسه بادکش انجام شد که درد کاملاً

برطرف شد بعد از گذشت چند ماه بیمار اظهار داشت که هیچ دردی احساس نمی کند.

پزشک معالج: دکتر فرشاد فیروز

اسپاسم عضلانی<sup>۱۱۰</sup> نام بیمار: خانم ب.ا. سن: ۵۳ سال

علت مراجعه: درد کتف و گردن

علائم بیماری: بیمار با شکایت درد کتف و گردن و سردرد مراجعه نمود.

درمان های انجام شده: حجامت عام

سیر درمان: در بدو ورود برای بیمار حجامت عام انجام شد و یک هفته بعد حجامت

۱۰۸ حجامت درمانی ص ۸۱

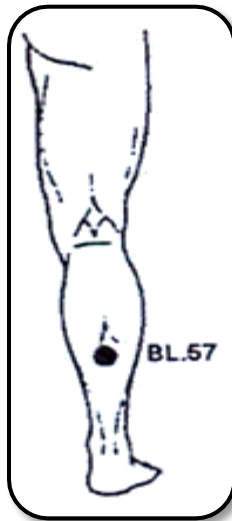
۱۰۹ حجات درمانی ص ۸۱

۱۱۰ حجامت درمانی صفحه ۸۱

تکرار شد که درد کتف از بین رفت. یکماه بعد بیمار مراجعه کرد که هم چنان از درمان راضی بود. پزشک معالج: دکتر فرشاد فیروز

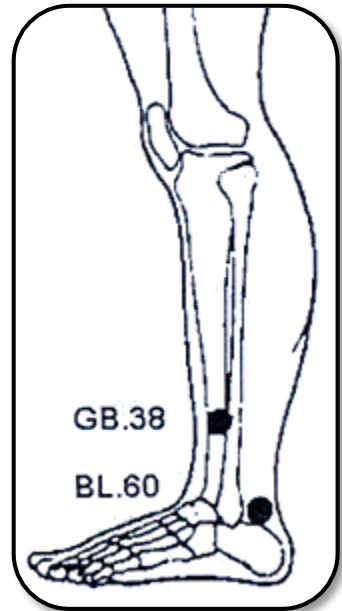
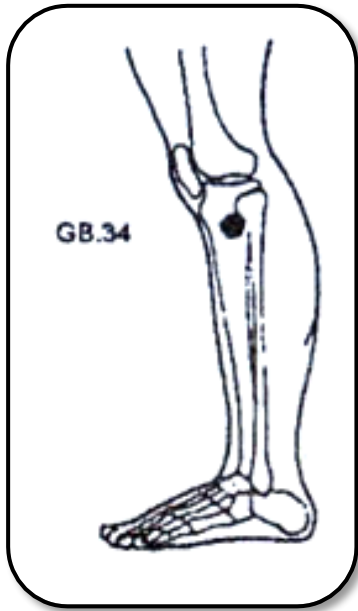
نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

- گرفتگی عضلات (رهایی سریع از درد)<sup>۱۱۱</sup>
- گرفتگی یا کشیدگی عضله ساق پا (گرفتگی ناگهانی)



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)

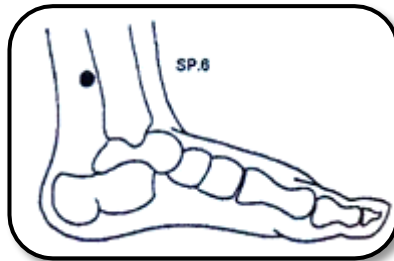
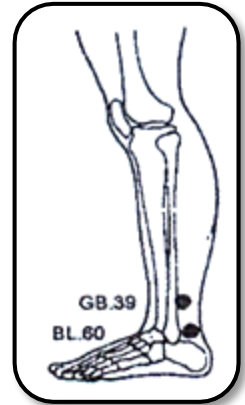
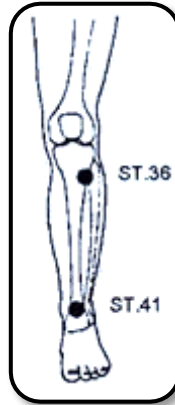
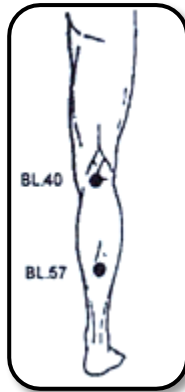
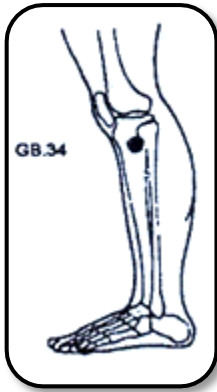
**- گرفتگی یا کشیدگی عضله ساق پا (گرفتگی های قدیمی)<sup>۱۱۲</sup>**



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)

### – درد ساق پا<sup>۱۱۳</sup>





## ۱۶- اضافه گلوکز ذخیره شده در کبد و عضله

رعایت کلیات و مسلمات، در جلد یک آمده لازم و در اکثر موارد کافی است.

اضافه گلوکز ذخیره شده در کبد و عضله (ضیایی)<sup>۱۱۴</sup>

موارد ذیل مصرف شود: سبزی خرفه، بامیه، دو عدد بادام تلخ (یکی صبح و یکی

شب)، کدو مسمی با پوستش، زعفران، شاهتره

## ۱۷- درد و پارگی تاندون بعد از ورزش

۱- ناشی از تحرک زیاد

۲- نباید قند خون پایین بیاد

۳- ماساژ یا روغن بنفشه معطر قبل و بعد از ورزش و خوردن یک قاشق روغن بنفشه

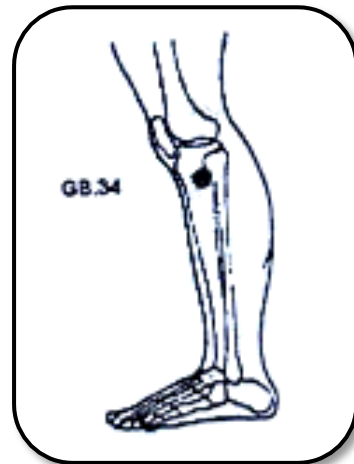
۴- ابتدا نرمش کنند و بعد ورزش شروع کنند.

### پارگی رباط (تبریزیان)<sup>۱۱۵</sup>

رگها را جا بیندازید و داروی جمع کننده مصرف کنید تا جلوی سائیدگی و آرتروز را بگیرید. خرما و دنبه و مومیای با سرکه نیز مفید است.

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)

### - صدمات ورزشی و صنعتی<sup>۱۱۶</sup>

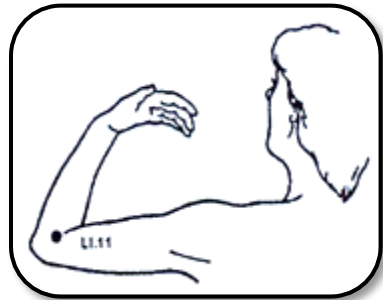
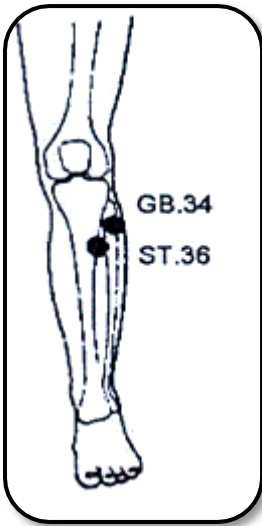
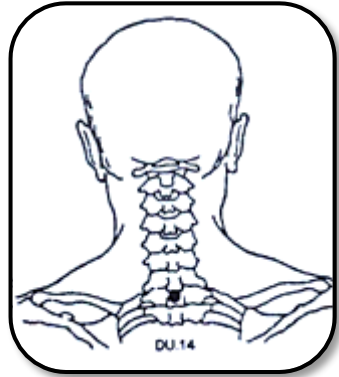
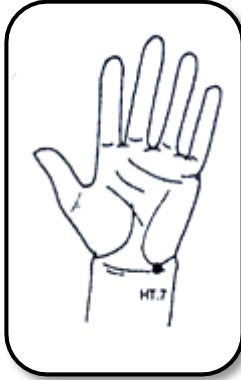
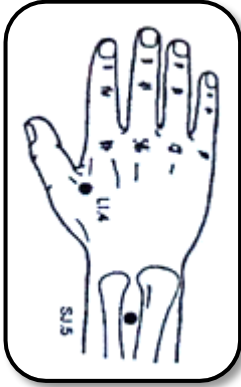


۱۱۵ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۱۶ کتاب درمان جامع طب سوزنی

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)

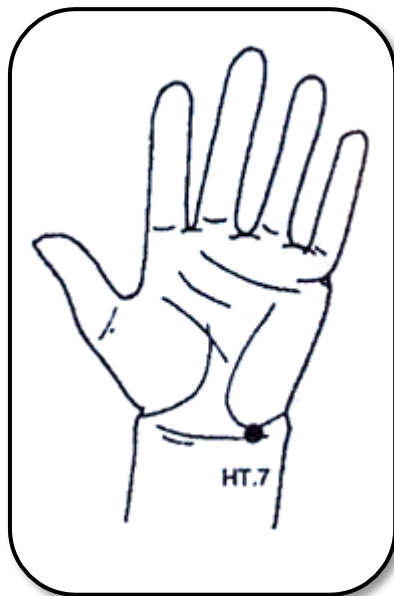
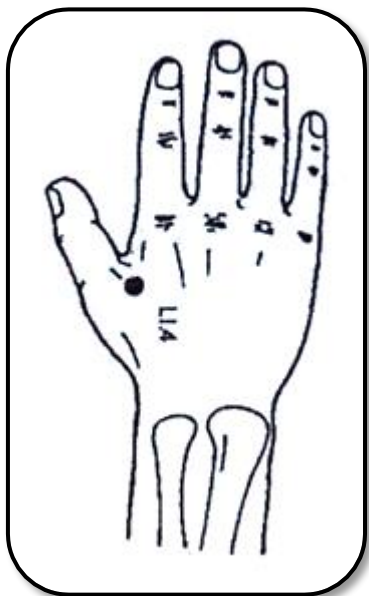
**۱۱۷ - ناراحتی های جسمانی ، بر اثر حرکات ورزشی<sup>۱۱۷</sup>**



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)

- سستی و استرس در ارتباط با ورزش<sup>۱۱۸</sup>



## ۱۸- قولنج و باد گرفتگی سر تاسری

## قولنج و باد گرفتگی سر تاسری

۱- یک قاشق غذا خوری مخلوط سر که طبیعی به همراه زنبق (سوسن) میل کرده،

۲- سعوط (استنشاق) عنبر و زنبق در شب،

۳- مخلوط یک مشت سبزی شنبلیله با یک مشت انجیر خشک در آب طبخ نموده و

سپس صاف کنید و روزی یک استکان بخورید (در روایات شیعه آمده).

رعایت درمانهای مشترک قولنج و سایر کلیات و مسلمات نیز لازم است.

## قولنج (بنی هاشمی)

یک قاشق غذاخوری برگ و گل آویشن به همراه نصف قاشق غذاخوری بابونه و یک

لیوان آب جوش ۲ الی ۳ دقیقه با دمای خیلی خیلی کم بجوشانید روزی ۱ الی ۲ بار

استفاده کنید.

## ۱۹- درد شدید استخوانها (گردن، کتف، مچ دست و پا و...)

پرهیز از خوردن غذاهای سرد و تر و خوردن گرمیجات مانند شربت زنجبیل با عسل به مدت دو هفته.

روزی یک قاشق مربا خوری اسپند با نصف لیوان آب، هر روز به مدت ۲۱ روز صبح و عصر مصرف شود.

**درد خاصره (تبریزیان)**<sup>۱۱۹</sup>: مرکب ۹ (رب بسباسه) روزی ۳ مثقال مصرف شود.

## استئوآرتریت و DJD مچ پا (گزارش درمان دکتر افراسیابی)

نام بیمار: آقای ش.ا. سن: ۴۰ ساله

علت مراجعه: درد و تورم شدید مچ پا به حدی که از ادامه شغل خود که رانندگی بود کاملاً باز مانده بود.

علائم بیماری: در معاینه تندرns مچ پا و تورم مختصر دیده شد. فشار خون در حد نرمال بود، کلسترول ۳۵۰.

درمان های انجام شده: بیمار با تشخیص استئوآرتریت و تورم مفصلی ناشی از ترومای مزمن شغلی و دیس لیپیدی تحت درمان قرار گرفت.

۱. حجامت عام

۲. حجامت ساق پس از این دو حجامت کلسترول به ۲۴۰ رسید.

۳. حجامت کعب العرقوب

سیر درمان: پس از یک ماه به مطب مراجعه نمود. درد کاملاً برطرف شده و به سر کار بازگشته بود. پزشک معالج: دکتر حمدالله افراسیابیان<sup>۱۲۰</sup>

**کارپال تونل سندرم (گزارش درمان)** نام بیمار: خانم ع.س.سن: ۳۰ سال

علت مراجعه: درد کتف و گردن

علائم بیماری: بیمار دچار درد در ناحیه کتف و گردن بود که تا مفاصل میچ دست چپ و راست انتشار می یافت. به علاوه احساس بی حسی و گزگز در ناحیه دست ها را داشت که شب ها شدت می یافت. از سر درد و سنگینی پشت سر نیز شاکی بود. در EMG که به همراه داشت کارپال تونل سندرم گزارش شده بود. صورت بیمار پف آلود و رنگ چهره سفید و متمایل به زرد بود، بیمار چاق بود. با تشخیص مزاجی صفرا به بلغم درمان آغاز شد.

درمان های انجام شده: در جلسه اول:

۱. بادکش ساعد و میچ دست همراه با روغن مالی با روغن زیتون

۲. حجامت عام سبک با خون گیری کم

۳. رژیم غذایی پرهیز از خوراکی های سرد

۴. مصرف سرونجان، قولنجان، کپسول صبر زرد، عرق نعنا و سرکه طبیعی

۵. ادامه روغن مالی

سیر درمان: بعد از جلسه اول درد کتف و گردن ۷۰٪ بهبود داشت و سردرد کم شده بود و گزگز و بی حسی شب ها بیمار را اذیت نمی کرد.

در جلسه دوم در تاریخ ۸۲/۹/۱۷:

۱. بادکش ساعد و میچ دست راست و چپ

۲. کپسول صبر زرد

۳. پودر زنجبیل و سورنجان همراه با تخم خرفه و گشنیز و ترنجبین بعد از جلسه دوم شدت درد کمتر شده ولی گاه گاهی احساس درد می نمود. در جلسه سوم در تاریخ ۸۲/۱۰/۱:

۴. بادکش ساعد و حجامت تر ناحیه مچ دست چپ و راست

۵. مصرف هلیله زرد، سورنجان و روغن بادام تلخ موضعی

بعد از انجام حجامت درد مچ کاهش قابل ملاحظه ای یافت.

پزشک معالج: عضو مؤسسه تحقیقات حجامت ایران<sup>۱۲۱</sup>

### درد مچ دست

اطراف و دور مچ دست را هر ۱۵ روز یک بار ۱۰ عدد زالو می اندازیم و داروهای رقیق کننده خون برای بیمار تجویز می کنیم. با روغن کرچک و یا روغن استقیل (عنصل) هر روز یا هر شب مچ دست را مالش می دهیم.

### کارپال تونل سندرم (گزارش درمان دکتر فلاحتی)

نام بیمار: خانم ث.ا. سن: ۳۶ سال

علت مراجعه: درد ناحیه مچ دست راست

علائم بیماری: بیمار با شکایت درد ناحیه مچ دست راست مراجعه نمود. برای بیمار تشخیص کارپال تونل سندرم داده شده بود و پیشنهاد جراحی ارتوپدی و کمپرسیون مچ دست را داده بودند.

درمان های انجام شده: ابتدا با طب فشاری در ناحیه زیر بغل، بازو و مسیر ساعد، کانال ها باز شد که در همان جلسه اول بیمار اظهار رضایت نمود و علائم وی کنترل شد. در



ضعف بالای مچ دست، روی ساعد یک حجامت نیز انجام شد و با دستور انجام حرکت درمانی برای شانه ها مرخص گردید.  
سیر درمان: بهبودی بیمار رضایت بخش بود.  
پزشک معالج: دکتر حمید فلاحتی مروست<sup>۱۲۲</sup>

### سندرم تونل کارپال (درد و بی حسی مچ و...)(خیراندیش)

این بیماری همان گز گز و درد و بی حسی مچ دست و انگشتان می باشد که امروزه بیشتر در زنان شایع است و از نظر طب سنتی علت آن ناشی از سودای رسوب کرده در انتهای دست می باشد و در طب جدید آن را عمل می کنند اما درمان آن در طب سنتی به قرار زیر می باشد:

خوردن سرکه انگبین (که مرکب دو واحد عسل+دو واحد عرق نعناع + یک واحد سرکه انگور طبیعی می باشد) یک قاشق غذاخوری این مواد با یک لیوان آب خنک و با یک قاشق مربا خوری اسفند مخلوط کرده روزی یک لیوان به مدت ۸۰ روز مصرف شود.

مصرف یک قاشق چای خوری اسفند با یک لیوان آب قورت داده شود بعد مصرف داروی بالا ادامه یابد.

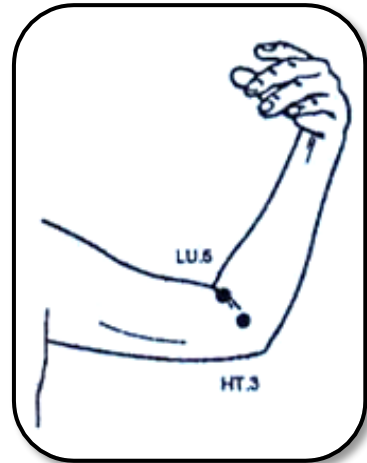
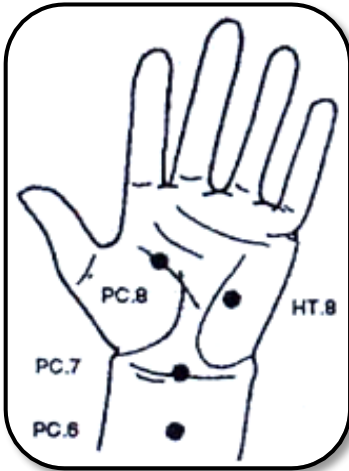
شونیسل (۴ واحد روغن سیاهدانه + دو واحد عسل + یک واحد سرکه طبیعی) از این ترکیب روزانه دو قاشق غذاخوری به مدت ۸۰ روز میل شود و به جای روغن سیاهدانه از روغن زیتون بودار تصفیه نشده نیز می توان استفاده نمود.

بعد از گذشتن چهل روز از مصرف داروی فوق یک حجامت عام و دو هفته بعد از آن یک حجامت اخدعین (سرشانه ها) انجام شود و دو هفته بعد از آن حجامت ساعد و

اگر خوب نشد از زالو درمانی روی مچ دست استفاده نماید.

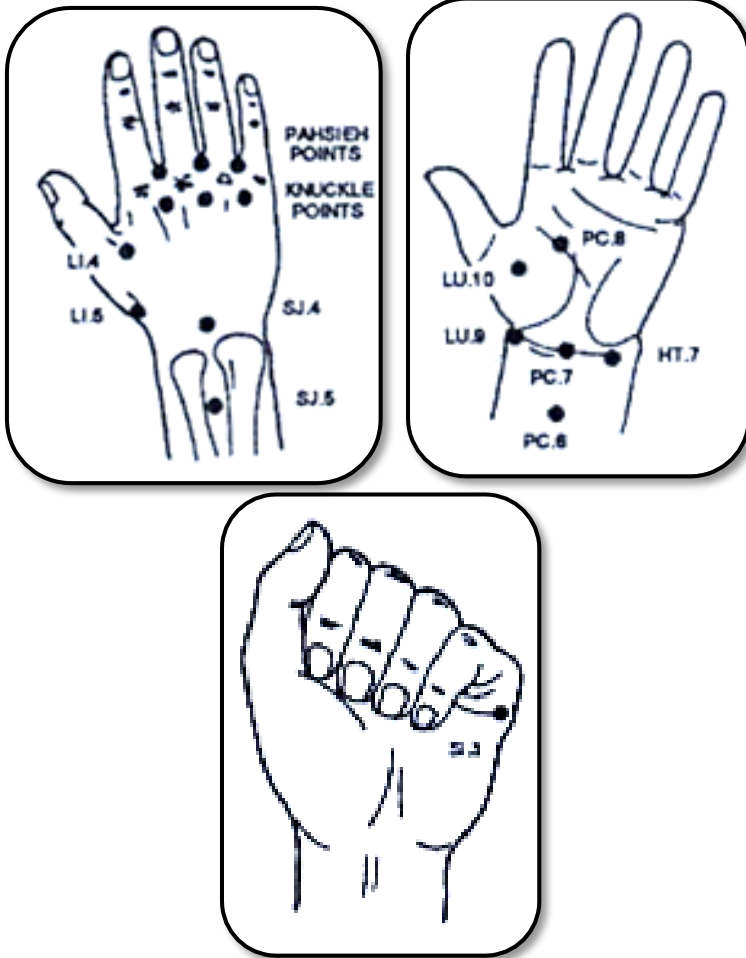
نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ ، زنبور درمانی ، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن ، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

– ناراحتی های مچ دست



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)

- دست (درد، خمیدگی انگشتان)<sup>۱۲۳</sup>



## ۲۰ - درد پهلوی

### درد پهلوی (روایات)

#### دوای جامع

برای درد پهلوی راست یک حبه داروی جامع را با آب کمون به خوبی طبخ کند. [و برای درد پهلوی سمت چپ، یک حبه داروی جامع را با آب ریشه کرفس، به خوبی طبخ کن].

**پهلوی درد (تبریزیان) ۱۲۴:** مرکب ۲ (زنجبیلات) - مرکب ۳ (اسارون).

**درد پهلوی سمت راست (تبریزیان) ۱۲۵:** مرکب ۵ (داروی جامع) به اندازه ۲ جو با جوشانده زیره سیاه مصرف کنید.

**درد پهلوی سمت چپ (تبریزیان) ۱۲۶:** مرکب ۵ (داروی جامع) به اندازه ۲ جو با جوشانده ریشه کرفس مصرف کنید.

## درد پهلوی ۱۲۷

۱. از درد سنگ کلیه می تواند باشد. محل کلیه در انتهای دنده ها از طرف پشت می باشد. اگر سنگ در حال دفع است درد از زایمان هم شدیدتر است در این حالت کشک و ماست پر چرب و ... بخورند درد تشدید می شود.

۱۲۴ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۲۵ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۲۶ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۲۷ نسخه های مورد تایید استاد...

۲. از تب کلیه ناشی از سرماخوردگی کلیه  
درمان: صبح ها ۲ استکان آب جوش که کمی زعفران + کمی نبات است بخورند.  
- وسط روز آب هویج غیر فرنگی (زردك) يك استکان بخورد.  
چون گاهی سردی و سرماخوردگی کلیه است که مثلاً بعد از حمام استخر و پا در  
هوای سرد و خشک باد خورده و کلیه سرد می شود سینوس ها و ۲ کلیه سریع تر از  
جاهای دیگر بدن سرما می خورد.

## ۲۱- درد وضعف و خستگی و بیقراری پاها

### علل درد پشت پا

چاقی - پیاده روی طولانی - افزایش کلسترول - الکل - عدم اکسیژن رسانی به عروق ها - کولیت روده - تیفوس - بیماری پاژه  
توجه: اگر رگ خاصی از پشت پا تا پایین درد کند، علت سیاتیک است. ولی اگر درد در تمام پا منتشر شود، خیر.

**مضرات:** سیگار - پیاده روی طولانی - ورزش سنگین - چای - قند - شکر - غذای چرب یا سرخ کرده - ترش مزه ها و سردیجات (به جز آبلیمو و آبغوره) - مضرات بلغم - زیاد سر پا ایستادن - عدم ورزش کافی - شراب - دوزانو نشستن.

### درد وضعف پاها (روایات)

#### حنا

هرگاه کسی از ما از سر درد، اظهار ناراحتی می کرد، پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرمود: «برو حجامت کن»، و چون کسی از ما پا درد داشت، می فرمود: «برو آن را به حنا خضاب کن».

خاک و غذای کارخانه ای

مواد سمی (نگهدارنده ها) غذاهای صنعتی و آماده مانند خاک و سمی هستند. اسید بنزوات، مازولتن، کلرو... مواد کشنده ای هستند که به غذاها میزنند و ذره ذره به مردم میخوراند و ذره ذره مردم را میکشند. پزشکی جدید بخاطر استاندارد دانستن این کشتار دسته جمعی چراغ خاموش از اصلی ترین عوامل بیمار کردن مردم است فقط همین مهر استاندارد برای رد پزشکی جدید کافی است. ده ها دلیل دیگر مانند این مورد وجود

دارد. پس یقین کنید که اگر پزشکی جدید نبود بیماری کمتر بود. اسم این کشتار را پیشرفت گذاشته اند. همه پیشرفت غرب اینطور است.

امام باقر علیه السلام: هر کس خاک بخورد، تنش به خارش می افتد، به بواسیر گرفتار می شود، بیماری و بدی در درونش برانگیخته می گردد، و نیرو از پاهایش می رود، و هر چه نیز در این فاصله، یعنی از دوره سلامت پیش از خوردن خاک تا بهبود دوباره، از اعمال (عبادی) او کم شود، بر آن، بازخواست گردد و کیفر ببیند.

### گوشت کبک

امام کاظم (علیه السلام) فرموده اند: به کسی که تب دارد گوشت کبک بدهید که ساق پاها را محکم و تب را به شدت برطرف می کند.<sup>۱۲۸</sup>

### پادرد سرد (خیراندیش)

در زنان بیشتر است، همراه با ورم پاهاست. و در سنین ۳۵ به بالا بیشتر اتفاق می افتد. درمان اصلاح رفع سردی پاها و بدن است. کاهش سردی و افزایش گرمی ها به خصوص عسل ناشتا و اسفند شبانه، روغن سیاه دانه و روغن های گرم مانند روغن بادام تلخ به پاها بمالید. و حجامت گرم (بادکش) کنید.

### پا درد گرم (خیراندیش)

پاها صدا می دهد، ورم هم ندارد. اصلاح مزاج و روغن بادام تلخ بمالید و بعد از ۴۰ روز یک حجامت زانو بکنید.

### بی قراری پاها و لرزش (تبریزیان)<sup>۱۲۹</sup>

به آب ولرم پاها را شسته و ماساژ دهید. گوشت کبک، سویق جو، تقویت اعصاب

۱۲۸ کافی ج ۶ ص ۳۱۲

۱۲۹ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

(پودر بابونه) استفاده کنید.

**درد پاها که معلول خلط کهنه است (تبریزیان)<sup>۱۳۰</sup>: مرکب ۷ (۴۰ روزه).**

**میوپاتی (ضعف عضلانی) (تبریزیان)<sup>۱۳۱</sup>**

داروی جامع با قطره مرزنجوش، داروی پیامبر ص، روغن بنفشه پایه کنگجد، سویق جو شسته و نشسته، زنیان با گردو، گشت گوسفند با شیر گاو پخته - بخور حضرت مریم س.

**درد پا (گزارش درمان دکتر سیما ولی)<sup>۱۳۲</sup> نام بیمار: خانم ن. م. سن: ۵۷ سال**

علت مراجعه: پا درد، تشخیص آرتروز

درمان های انجام شده:

۱. حجامت عام

۲. حجامت پاها

سیر درمان: پاسخ مطلوب - محدودیت حرکت پاها از بین رفت  
پزشک معالج: دکتر سیما ولی.

**درد پا (گزارش درمان دکتر سیما ولی)<sup>۱۳۳</sup> نام بیمار: خانم م. سن: ۷۰ سال**

علت مراجعه: پا درد (دو طرفه یا محدودیت در راه رفتن)

درمان انجام شده: زالو یک دوره ۱۶ عدد روی هر دو پا

سیر درمان: محدودیت حرکت به تدریج از بین رفت.

پزشک معالج: دکتر سیما ولی

۱۳۰ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۳۱ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۳۲ حجامت درمانی

۱۳۳ حجامت درمانی



**درد پا (گزارش درمان دکتر منتظر)<sup>۱۳۴</sup>** نام بیمار: آقای ش.م.ا.سن: ۶۱ سال

علت مراجعه: درد هر دو پا از زانو به پایین (از ۴ سال قبل)

درمان های انجام شده: ۱. حجامت عام ۷۹/۱۰/۱۷

۲. حجامت چهاربند ۷۹/۱۱/۱

۳. حجامت گرم زانو ۷۹/۱۱/۲۹

سیر درمان: - بعد از حجامت عام دردها کمتر شد.

- بعد از حجامت چهاربند دردها رفع شد.

- در مراجعه سوم سنگینی زانوی راست داشت که به بادکش گرم اکتفا شد.

پزشک معالج: دکتر رضا منتظر

**درد پا (گزارش درمان)<sup>۱۳۵</sup>** نام بیمار: آقای ع.س.سن: ۵۲ سال

علت مراجعه: درد شدید پای راست

علائم بیماری: درد از یک هفته قبل شروع شده که رفته رفته شدت پیدا کرده است.

پس از معاینه بیمار شرح حال گرفته شد.

درمان های انجام شده:

۱. ۵ مرحله بادکش

۲. حجامت بین دو کتف (عام)

۳. حجامت ساکرال

۴. حجامت ساقین

۵. پماد ضد درد و اسانس نعناع مالیدنی

۱۳۴ حجامت درمانی

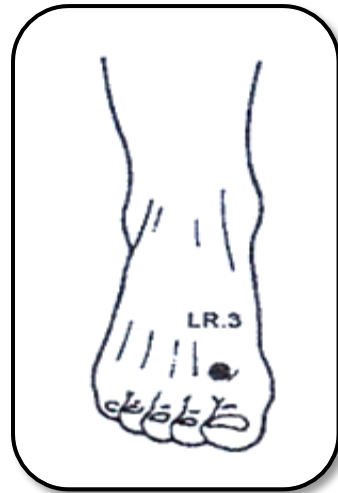
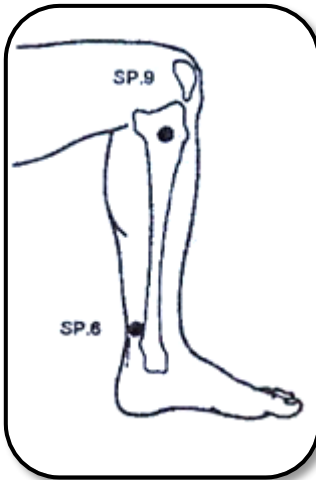
۱۳۵ حجامت درمانی

## درد ساق پا، سوزش پا (موسوی)

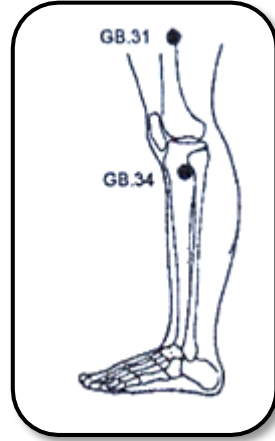
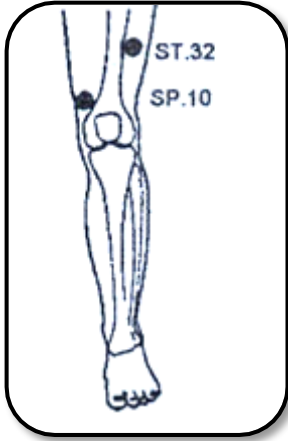
زالوها را در قسمت پایین ساق یا بالای مچ می اندازیم. هر پا ۱۰ عدد زالو و حداقل ۳ بار زالو درمانی را با حفظ فاصله زمانی در همان نقطه تکرار می کنیم.

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

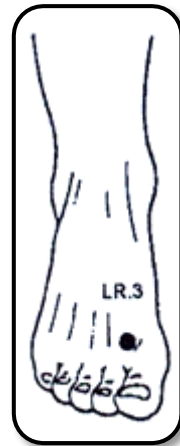
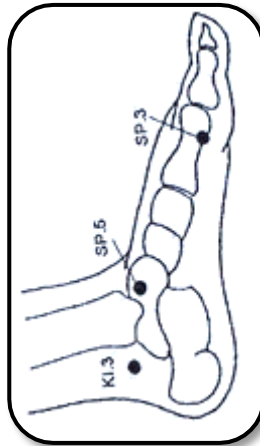
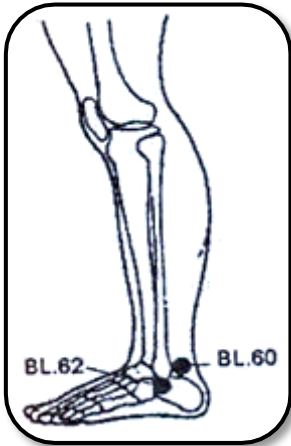
- پا درد<sup>۱۳۶</sup>



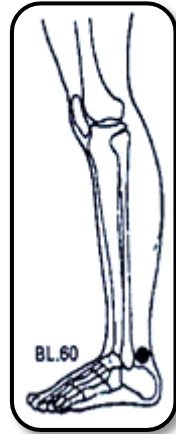
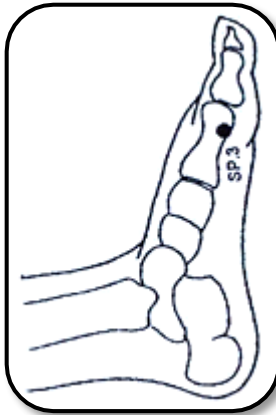
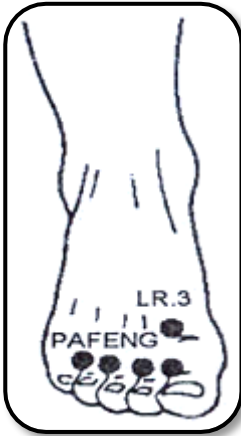
۱۳۷ - صدمات وارده به عضله ران پا



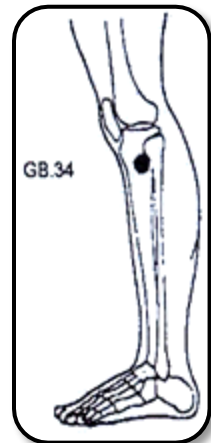
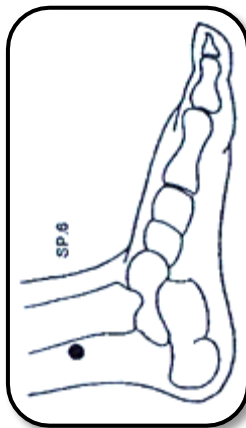
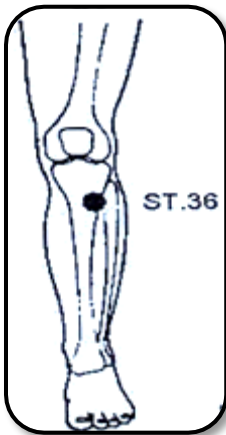
۱۳۸ - پیچ خوردگی و آرتروز مچ پا



۱۳۸ - ناراحتی های پایین پا و انگشتان پا



۱۳۹ - خستگی پاها



## درد و ضعف کتف ها و شانه ها (روایات) قاووت

امام صادق (ع) فرموده اند: به فرزندان خود در کودکی قاووت بدهید زیرا قاووت آدمی را فربه و استخوان را محکم می کند و فرمودند: هر کس چهل روز قاووت بخورد کتف های او پرتوان می شوند.

امام صادق (ع) فرموده اند: آمیزه ی قاووت و روغن زیتون، آدمی را فربه، استخوان را محکم، پوست را لطیف و توان آمیزشی را افزایش می دهد.<sup>۱۳۹</sup>

### تمیز کردن مرتب موی زیر بغل

امام صادق (علیه السلام)، موی زیر بغل خود را در حمام، نوره می کشید و میزدود و می فرمود: از ریشه کندن موهای زیر بغل، شانه ها را ضعیف می کند و بینایی را سست و کم قدرت می سازد.<sup>۱۴۰</sup>

### درد بین دو کتف و دست ها (موسوی)<sup>۱۴۱</sup>

درد بین دو کتف و دست ها و در پشت سر و عدم توانایی بلند کردن دست ها به موازات هر دو کتف نیز با انداختن زالو پشت دست ها بین انگشت سوم تا انگشت کوچک به همان ترتیب که گفتیم علاج می شود.

۱۳۹ کافی: ج ۶، ص ۳۰۶

۱۴۰ کتاب من لا یحضره الفقیه

۱۴۱ زالوی ایرانی

حداقل ۳ بار و هر بار ۱۰ عدد زالوی متوسط پشت هر دست بیاندازید و هر ۲۰ تا ۲۵ روز یک بار آن را تکرار کنید. مشروط بر اینکه داروهای گیاهی و مسهلات مناسب برای دفع اخلاط دستگاه گوارش نیز با تجویز پزشک مصرف شود.

چنانچه فقط از زالو بدون داروی گیاهی استفاده کنید بی نتیجه نخواهد بود ولی ممکن است بیماری پس از مدتی دوباره عود نمایند. توجه کنید که اگر تعداد زالو ها کمتر از ۱۰ عدد روی هر دست باشد و یا زالو از لحاظ درشتی و ریزی متناسب با توان بیمار نباشد، مثلاً کمتر باشد خونریزی کمتر صورت می گیرد و بهبودی کامل حاصل نمی گردد.

### آرتروز و درد کتف (حیراندیش)

اصلاح مزاج و مالیدن روغن بادام تلخ به محل، بادکش، ۷ تا ۴ مرحله از کتف ها و در پایان حجامت عام کند. غلظت یا سردی بدن یا سردی موضعی یا کم خونی باید رفع شود و هر کدام از اینها می تواند علت اصلی این بیماری باشد.

### آرتروز (بنی هاشمی)

۱۲ هفته با در نظر گرفتن شرایط بیمار و شدت بیماری و سن و جنسیت بیمار به شکل خوراکی از کندر استفاده شود.

### بیماری اعصاب و آرتروز و... (روزاده)

پرسش: خانمی ۴۶ ساله هستم. ۱۵ سال است که ناراحتی اعصاب دارم. از طرفی دچار درد مفاصل هم شده ام؛ آرتروز خفیف در پاها و کمر دارم. دکتر گیاهی همه بیماری ها را ناشی از سودای بنده و غلظت خون دانسته اند. لطفاً مرا راهنمایی بفرمایید؟

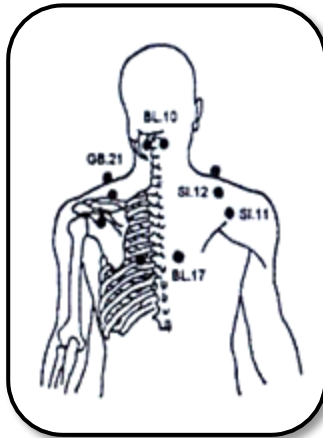
پاسخ: از غذاهای سودازا، فست فودها، عدس، کلم، بادمجان به شدت پرهیز کنید.

غذاهای گرم و تر بخورید. افیمون و اسطوخدوس دم کرده روزانه ۲ لیوان میل کنید. روزانه یک لیوان آب هویج بخورید. دو لیوان شربت خاکشیر گرم میل نمایید. بعد از

استحمام بدن‌تان با روغن بادام شیرین چرب کنید<sup>۱۴۲</sup>.

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

- درد شانه در ناحیه بازو و دست (نقطه کلیدی) GB21
- درد سرشانه و قسمت بیرونی آرنج (نقطه کلیدی) SI 12
- درد جلو شانه و قسمت بالای بازو (نقطه کلیدی) SI 11

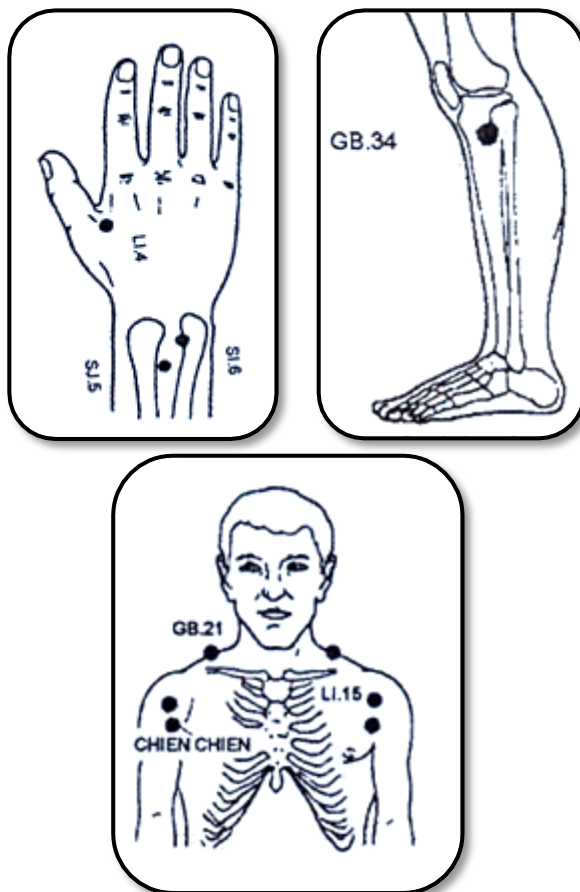


قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

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)

– ناراحتی های شانه

سفتی شانه ، آرتروز ، کپسولیت<sup>۱۴۳</sup>

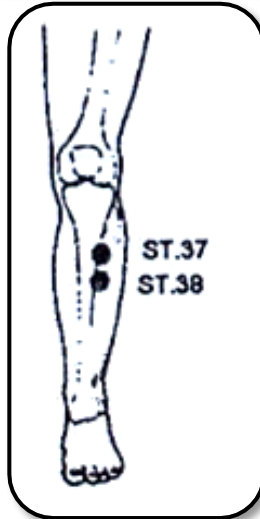
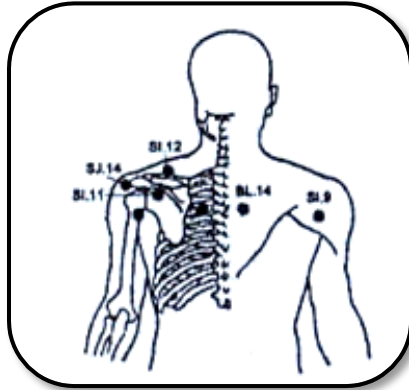




نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

– ناراحتی های شانه

درد تیغه شانه – خشکی شانه ها<sup>۱۴۴</sup>



## ۲۳- کوچکی استخوان

### نسخه ها (روایات)

#### چغندر

امام رضا (علیه السلام) پرسید: ای احمد! علاقه ات به سبزی ها چگونه است؟  
گفتم: همه آنها را دوست دارم.

فرمود: اگر چنین است، بر تو باد چغندر؛ زیرا بر کرانه های فردوس می روید و شفای دردها در آن است. استخوان را درشت می کند، گوشت می رویاند و اگر نبود که دستان گناهکاران به آن می رسد، هر برگ از آن برای پوشش چند مرد، بسنده می کرد. گفتم: برای من، از دوست داشتنی ترین سبزی هاست.

فرمود: خدا را بر این که با آن آشنایی، سپاس بگزار. ۱۴۵

#### تخم مرغ با پیاز و روغن زیتون

امام کاظم (علیه السلام): هر کس تخم مرغ و پیاز و روغن زیتون بخورد، بر توان جنسی او افزوده شود و هر کس گوشت و تخم مرغ بخورد، استخوان فرزندش درشت باشد.

#### قاووت

امام صادق (ع) فرموده اند: آمیزه ی قاووت و روغن زیتون، آدمی را فربه، استخوان را محکم، پوست را لطیف و توان آمیزشی را افزایش می دهد. ۱۴۶

## ۲۴- شکستگی استخوان

## شکستگی استخوان

مالیدن روغن سیاهدانه به محل شکستگی به مدت حداقل یک هفته تا ده روز، گذاشتن ضمادی مرکب از پودر نرم گندم با سفیده تخم مرغ بر عضو شکسته گذاشته شود. خوردن سفیده تخم مرغ، انجیر، دوغ شتر، ارده با شیر انگور، گرم نگه داشتن عضو آسیب دیده.

تقویب موضعی برای جوش خوردن سریع استخوان با مالیدن روغن سیاهدانه و گذاشتن پودر سیاهدانه مخلوط با عسل به محل شکستگی.

## شکستگی استخوان

باید با خوراندن غذاهای مقوی و پر انرژی و نیز ژله دار؛ مانند پاچه، سبزیجات و هویج و کلم و ماهیچه گوسفند و مغز قلم گوساله و گوسفند، تقویت نمود تا سلول های خون و استخوان با غذای قوی و کافی تقویت شده و بتوانند زمینه ی التیام شکستگی های استخوانی را فراهم نمایند.

## شکستگی (روازاده)

پرسش: آقای ۲۵ ساله ۳ هفته است استخوان ران پای راستش شکسته و زانویش خم نمی شود و درد زیاد دارد لطفا علت را بیان بفرمایید؟

پاسخ: برای ترمیم شکستگی کاله جوش، پاچه گوسفندی و کلسیم خانگی را زیاد مصرف کنید. تا ترمیم کامل استخوان شکسته مفصل زانوی بیمار را به آرامی حرکت

بدهید تا خشک نشود و مفصل را با روغن زیتون یا سیاهدانه چرب کنید<sup>۱۴۷</sup>.

## غذای تسریع در بهبود شکستگی استخوان (روازاده) مرد/سن ۴۲ سال

پرسش:

برای تسریع در بهبود شکستگی استخوان چه غذاهایی مفید هستند؟

پاسخ:

تغذیه سالم داشته باشید و از روغن سالم و غذاهای خورشتی با گوشت گوسفندی میل نمایید و کلسیم خانگی مصرف نمایید.

مصرف پاچه گوسفند (کله پاچه) نیز نافع است.

هفته‌ای ۲ بار کله جوش بخورید.

خوردن مومیایی به اندازه یک نخود روزانه مفید است.<sup>۱۴۸</sup>

### تدابیر شکستگی (کردافشاری)

«رژیم غذایی برای جوش خوردن شکستگی»

- هر روز صبح ۳ قاشق غذاخوری سکنجبین ساده

غذاهای مفید برای صبحانه:

کله پاچه، حلیم، شیربرنج با شیره انگور، تخم مرغ آب پز با نان بدون سبوس

غذاهای مفید برای نهار و شام:

موارد ذکر شده در صبحانه، آبگوشت چرب (با روغن بادام)، آش رشته، سیرابی و

شیردان، ماهی تازه کباب شده، پاچه پخته شده با جو.

میان وعده:

۱۴۷ پرسش‌های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزاده، ج ۱، ص ۹۶

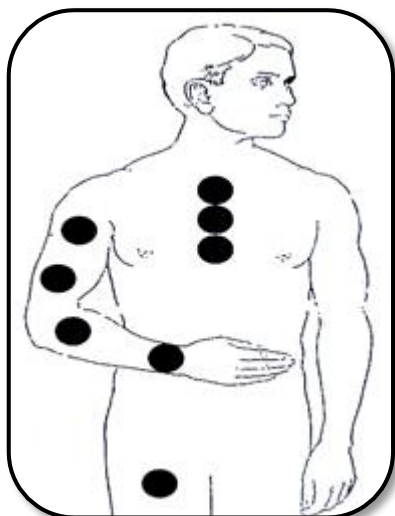
۱۴۸ پرسش‌های شما پاسخ‌های حکیم دکتر روزاده ج ۳ ص ۱۲۹

مصرف حریره ای از نشاسته و کتیرا و صمغ عربی و شیر و شکر سرخ یا حلوی نشاسته.  
میوه: سیب

- مصرف شربت فلوس طبق دستور روی دارو

- از غذاهای تند و پرادویه و شور و ترش و نیز از مصرف باقلا پرهیز کنید.

- پوست روی موضع شکستگی را روزی ۸-۷ بار هر بار به مدت ۲۰ دقیقه آرام آرام با ناخن بخارانید و با کف دست بمالید.



### باد کش شکستگی

اندیکاسیون ها

- درمان اسپاسم عضلانی

- دفع بلغم شدید

- رفع انسداد موضعی عروق

- درمان تکمیل شکستگی استخوان

- خون رسانی موضعی برای ایجاد چاقی

موضعی

- رفع آرتروزی موضعی

- تخلیه آکنه های عفونی و دمل

- استخراج جسم خارجی از نقطه خاص بدن

- تسریع روند ترمیم زخم ها و سوختگی

برای تأثیر بهتر قبل و بعد از بادکش نقاط بادکش را با روغن بادام تلخ مالش دهید.

## ۲۵- رماتیسم

### اسکلرودرمی (نوعی رماتیسم)

بیماری «اسکلرودرمی (Scleroderma)» نوعی بیماری نادر و پیش رونده رماتیسمی است که پوست بیماران ضخیم، سفت و خشک شده و گاه در انتهای اندام ها زخم ایجاد می شود. تجمع کلاژن و سایر فیبرها در این بیماری پوست صورت و اندام ها، مفاصل دست و پا، ریه، کلیه و دستگاه گوارش به خصوص مری را گرفتار و فرد را ناتوان می کند. این بیماری می تواند به صورت موضعی (Limited) یا عمومی (Systemic scleroderma) بروز کند.

زخم ها گاهی چنان پیشرفت می کنند که باعث قطع شدن انگشتان فرد می شود، حرکت انگشتان دست در این بیماری محدود شده و همچنین فرد قادر به باز کردن کامل دهان خود نیست. سایر عوارض احتمالی این بیماری اختلال در ترمیم زخم ها، افزایش خونریزی، اختلال در ریتم قلب، نارسایی احتقانی قلب، نارسایی کلیه، اختلال در بلع، فشار خون بالا، تخریب بافت های ریوی و درگیری عروق کوچک (به ویژه آرتریول ها) است.

تشخیص با آزمایش های خون جهت شناسایی کم خونی و اندازه گیری پادتن ها؛ آزمایش ادرار برای شناسایی گلبول های قرمز در ادرار؛ نوار قلب؛ رادیوگرافی دست ها، مری و قفسه سینه تایید می شود.

روماتیسزم (تبریزیان)<sup>۱۴۹</sup>

انجیر و تخم شنبلیله از هر کدام یک مشت یک روز در میان بخورید. روماتیسزم ناشی از رطوبت است و سردی طریفل را که رافع رطوبت است میل کنید. برای انواع روماتیسزم ها داروی طریفل مفید است. داروی شیطرج برای درمان روماتیسزم مفاصل مفید است.

عسل برای روماتیسزم (دریایی)<sup>۱۵۰</sup>

۱. یک لیوان آب گرم که با عسل شیرین شده را همراه با یک قاشق چای خوری روغن سیاه دانه روزانه در دو نوبت استفاده شود.

۲. روغن سیاه دانه و روغن نعناع و روغن کافور را داغ کنید، بر موضع روماتیسزم تا جائی که بیمار تحمل دارد، بگذارید و مقداری ماساژ می دهید و هم چنان بگذارید بماند. از این شیوه ی درمان می توان صبح و شب قبل از خواب استفاده نمود.

درمان عمومی روماتیسزم مفصلی (ضیایی)<sup>۱۵۱</sup>

۱. آلو بخارا، ۲. انار شیرین یا رب طبیعی انار شیرین، ۳. زرشک خام، ۴. روغن گل بنفشه ی طَبّی هم بخورید و هم ماساژ بدهید، ۵. ماساژ با روغن طبیعی مار

## روماتیسزم (روازاده)

پرسش: خانمی ۴۲ ساله، ۷ ماه است که بیماری روماتیسزم مفصلی دارند و هر روز یکی از مفاصل به شدت درد می گیرد و متورم می شود و بی حرکت می ماند و هر چه درمان می کنند بهبودی نیافته. لطفا راهنمایی بفرمایید؟

۱۴۹ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۵۰ عسل ص ۳۶۹

۱۵۱ نسخه های مورد تایید استاد...

پاسخ: از گوشت شتر استفاده کنند، ماهی اصلا استفاده نکنند، از غذاهای سرد کم و همراه بامصلح استفاده کنید. از دم نوش های خیلی گرم و خشک مثل دارچین و زنجبیل روزانه سه لیوان میل کنید. از نوره برای نوره کشی تمام بدنتان استفاده کنید. با رعایت این دستورات خیلی بهتر می شود. جهت درمانهای تکمیلی برای ریشه کنی بیماری باید. مراجعه پزشکی داشته باشید<sup>۱۵۲</sup>.

### رماتیسم (روازاده) / مرد/سن ۳۷ سال / متاهل / قد ۱۶۲ / وزن ۴۵ کیلو

سوال: اینجانب حدود ۶ سال پیش در خصوص تغذیه از سخنرانی های جناب آقای دکتر روزاده استفاده کردم و هر چیز ممنوعه ای را به اتفاق خانواده ترک کردیم و تمام ظروف منزل را به مس تغییر دادیم و از نعل اسب هم استفاده می کنیم و الحمد الله در این چند سال هر چی قرص و داروهای دیگر در منزل داشتیم بیرون ریختیم و شکر خدا تا چند وقت پیش به دکتر هم نیاز نشد.

اما حدود یک ماه پیش اینجانب سرما خوردم که ۳ روز بعد از بهبودی به درد زانو راست دچار شدم که ابتدا درد از سمت راست زانو شروع شد و به سمت چپ زانو آمد و همانجا ورم کرد به طوری که پایم را باز و بسته نمی توانستم بکنم و به مدت ۳ روز درد از زانو به مچ پا و بعد به کف پا و بعد از آن به کتف چپ و آرنج دست راست و زانوی پای چپ گردش میکرد و دهانم خشک می شد و کم اشتها شده بودم و علائم دیگری نداشتم و از چای زنجبیل استفاده کردم و دردهایم خفیف تر شده بود که بعد از ۴ روز درد به کف هر دو پایم (استخوان های نزدیک انگشتان) رسید و کمر درد خفیفی هم داشتم و بعضی وقت ها که درد زیادی داشتم از کپسول فارماپین استفاده می کردم.



بعد از مراجعه به دکتر متخصص. آزمایش نوشت که نتیجه رماتیسم بود. دو نوع قرص بنام‌های هیدروکسی کلروکین سولفات و پردنیزولون ۵ برایم تجویز کرد که به مدت یک هفته استفاده کردم البته الان ۱۰ روز می‌باشد که دیگر نمی‌خورم) و دکتر آزمایش دوم را برایم نوشت که مشخص گردد رماتیسم از چه نوع می‌باشد.

الحمد لله الان دردهایم خیلی کم شده و در پشت زانوی راست و روی پا نزدیک قاپک و شانه چپ و انگشت شصت دست راست که انگشتم صبح از خواب بلند می‌شوم درد می‌گیرد و تا شب آرام می‌شود. از خوراکی‌های گرم استفاد می‌کنم و همچنین نمک طبیعی - زیتون - بادام - روغن زیتون هر روز یک قاشق می‌خورم و... در ضمن در این چند سال روغن جامد و مایع و چای استفاده نکردیم و ماست هم گهگاهی آن هم خانگی می‌خوردیم همچنین وزن قبلی من ۵۲ کیلو بوده است که با حذف ناهار در روز وزنم کم شده است. در پایان خواهشمندم با توجه به اینکه پاییز و زمستان را در پیش داریم و تا حدی استخوان‌های بدنم به سرما حساس شده است نظر خود را بفرمائید.

**پاسخ:** دردهای مفصلی می‌تواند ناشی از افزایش دم، صفرا، سودا و یا بلغم باشد. گاهی هم مخلوط دو یا چند خلط می‌تواند عامل درد باشد در صورتی که ورم مفصل گرم نیست و رنگ آن به سرخی یا زردی نمی‌زند و درد در سرما افزایش می‌یابد مشکل از افزایش سودا یا بلغم است و یا مخلوطی از هر دو.

سعی کنید پردنیزولون و کلروکین استفاده نکنید که عوارض بسیار بدی برای شما به بار می‌آورد پس از مدتی به شدت چاق می‌شوید و پوکی استخوان می‌گیرید و در اثر استفاده از کلروکین به چشم‌های شما آسیب جدی وارد می‌شود.

با مراجعه به یک طبیب سنتی می‌توانید منضج و مسهل مربوطه را پس از تشخیص

استفاده کنید و پس از پاکسازی بدن (که البته ممکن است مدتی طول بکشد) انشاء الله مشکل شما بصورت ریشه‌ای برطرف خواهد شد.<sup>۱۵۳</sup>

### رما تیسیم مفصلی (ضیایی)<sup>۱۵۴</sup>

در این بیماری مفصل ها خشک شده و در آن ناحیه ورم و درد شدیدی دارد، به طوری که بیمار از شدت درد خوابش نمی برد.

پزشکی جدید دارو ندارد و کورتون تجویز می کند.

درمان:

۱. آلو بخارا ۷ عدد که مثلا صبح تا ظهر مصرف شود،
۲. یک استکان آب انار شیرین عصرانه و در فصولی که انار موجود نیست. ۱ قاشق غذا خوری رب انار شیرین،
۳. زرشک خام در شب،
۴. خوردن و ماساژ با روغن بنفشه طَبّی بر پایه روغن زیتون،
۵. ماساژ با روغن سیاهدانه بر پایه روغن بادام شیرین،
۶. ماساژ با روغن طبیعی مار، و بیمار باید از خوردن غذاهای چرب و سرخ کردنی ها پرهیز کند.

### رما تیسیم مفصلی (روازاده)

پرسش: آقای دکتر من یکی از بیماران شما هستم که دچار بیماری رما تیسیم مفصلی هستم. سه هفته پیش که نزد شما ویزیت شدم برای تورم زانوهایم ۱۲ زنبور عسل تجویز

۱۵۳. پرسش‌های شما پاسخ‌های حکیم دکتر روازاده، ج ۲، ص ۴۴.

۱۵۴ نسخه های مورد تایید استاد...

کردید و الان نمی توانم سر یک ماه دوباره به مطب بیایم. آیا می توانیم خودم زنبور عسل پیدا کرده و روی زانوهایم بیندازم؟

پاسخ: گذاشتن زنبور عسل تکنیک دارد و باید به موقع برداشته شود و نیش هایش کشیده شود، بنابراین توصیه نمی کنم این کار را خودتان انجام دهید.<sup>۱۵۵</sup>

### بهبخت (یک نوع رماتیسم)<sup>۱۵۶</sup>

دکتر محمدرضا هاتف: درمان قطعی ندارد؛ در ایران از هر ۱۰۰۰۰۰ نفر، ۸۰ نفر مبتلا هستند، این بیماری بیشتر در کشورهای حاشیه ی جاده ی ابریشم دیده می شود.

علائم بیماری: ۱. آفت دهان، ۲. ضایعات پوستی، ۳. ضایعات چشمی، ۴. زخم در ناحیه ی تناسلی، ۵. درگیری قلب، ریه، دستگاه گوارش، مغز، اعصاب، سیستم خونی درمان در پزشکی جدید: بعضی دکترها (مانند دکتر جوکار) سه دارو می دهند: ۱.

سولفاسالازین، ۲. ناپروکسین، ۳. پردنیزولون

بعضی دیگر از متخصصین روماتولوژی دو داروی دیگر تجویز می کنند: ۱. نیزوپرید ۵ روزی ۴ عدد صبح ها، ۲. هر ماه یک بار به مدت ۶ ماه، ۵ عدد ۲۰۰ میلی گرم داروی Baxter Endoxan یعنی ۱۰۰۰ میلی گرم از این دارو را داخل سرم می ریزند و به بیمار تزریق می کنند.

**درمان گیاهی:** برای رفع علائم این بیماری به ترتیب آنها موارد زیر مفید است:

۱. رب انار شیرین یا آب انار شیرین یا جوشانده ی تخم خرفه در دهان بگردانند،

۲. عسل گون،

۳. اهلیجات در عسل، آب زردک = آب هیچ رسمی،

۱۵۵ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۹۷

۱۵۶ نسخه های مورد تایید استاد...

۴. روغن بنفشه طَبّی،

۵. مربای به، آب به عسل، آب سیب عسل اسطوخدوس، آب پرتقال، خرما  
نکته: از آنجا که این بیماری یک نوع رماتیسم است، لذا برای درمان آن به قسمت  
رماتیسم مراجعه شود.

### رماتیسم و درد مفاصل (خدادادی)

- دم کرده هل + دارچین + زعفران با مقداری عسل برای درمان درد مفاصل و دردهای  
استخوانی و درد آرتروز بسیار مفید می باشد.

- خوردن مخلوطی از ۵۰ گرم مغز بادام + یک قاشق غذاخوری عسل + ده عدد خرما  
رطب + چهار لیوان آب سرد در مخلوط کن ریخته و به مدت دو تا سه دقیقه هر شب  
یک لیوان میل شود.

- مصرف ویتامین هایی که در میوه جات رنگی مثل هویچ و کدوی حلواپی و در لیمو  
ترش و مرکبات وجود دارد برای رماتیسم مفصلی مفید می باشد.

### رماتیسم مفصلی (خیر اندیش)

۴ ماه عمل شود: ترک یا کاهش سردی ها مثل عدس، چای، لبنیات، قند و شکر،  
گوشت گاو، بادمجان، خیار، هندوانه، پرتقال، نارنگی، و غذاهای کنسروی و صنعتی  
مثل سوسیس و کالباس، مرغ، ماهی و برنج کم مصرف شود.

در طول درمان، درد منتشره در بدن وجود دارد و درد صبحگاهی طبیعی است و  
تدریجاً برطرف می شود.

**روماتیسسم (خیراندیش)<sup>۱۵۷</sup>**

۱- یک مثقال تخم ترب سیاه + ۸ مثقال دانه ی خشخاش سفید + ۱۶ مثقال عسل بدون موم را مخلوط کنید و آن را روی موضع دردناک بمالید و سپس روی آن را با یک پارچه ی تمیز ببندید. این عمل باعث کاهش درد می شود و می توانید در صورت نیاز آن را تکرار کنید.

۲- خوردن عسل به میزان یک قاشق مرباخوری پس از هر وعده غذا می تواند برای درمان روماتیسسم کهنه مفید باشد.

یادآوری: زهر نیش زنبور عسل برای درمان روماتیسسم مفید است. افراد مبتلا در صورت حساسیت نداشتن به زنبور می توانند زنبور را روی موضع دردناک بگذارند و با تحریک آن سبب نیش خوردن شوند.

**درمان روماتیسسم (دریایی)<sup>۱۵۸</sup>**

روماتیسسم بیماری درد آوری است که موجب آزار فرد مبتلا می گردد. برای درمان با «سیاه دانه» به این ترتیب عمل می کنیم: یک فنجان روغن سیاه دانه را کاملاً داغ می کنیم و سپس قبل از خواب آن را در محل درد مالیده، خوب ماساژ می دهیم و بعد محل مورد نظر را با یک تکه پارچه ی پشمی باندپیچ نموده و استراحت می کنیم. این شیوه را برای درمان روماتیسسم تکرار می کنیم تا به اذن خداوند بیماری روماتیسسم درمان شود.

**روماتیسسم (خیراندیش)**

انجام حجامت کمر و بعد از دو هفته انداختن زالو روی مفاصل و زانوها.

۱۵۷ عسل ص ۳۳ و ۳۴

۱۵۸ سیاهدانه و عسل ص ۲۱۴

## انسداد کبدی و قلبی و رماتیسم (ضیایی)<sup>۱۵۹</sup>

۱. صبح: مخلوط سکنجبین با آب انار شیرین بخورید،

۲. عصر: خوردن سکنجبین عنصلی،

۳. شب: دم کرده ی تخم کرفس (یعنی یک قاشق چای خوری تخم کرفس را در یک

استکان آب جوش ریخته و صبر کنید تا دم بکشد) بنوشید،

۴. جوشانده ی غلیظ مریم گلی درمان راشیتیس و رماتیسم است.

### رماتیسم مفصلی (آرترویت روماتوئید)(خیراندیش)

به مدت چهار ماه به دستورات زیر عمل شود:

- خوردن روزی یک پیاله ارده با شیر انگور - روزی ۱۴ عدد بادام درختی دانه دانه جویده شود.

- تعداد ۷ عدد انجیر شب ها و ۷ عدد زیتون صبح ها ناشتا و روزی سه خوشه انگور میل شود.

- هفته ای دو وعده خورش فسنجان مرکب از نصف بادام و نصف گردو میل شود.

- از ترکیب (۴ واحد روغن زیتون بودار + دو واحد عسل + یک واحد سرکه طبیعی)

هر ۸ ساعت یک قاشق غذاخوری میل شود. - بادکش اطراف مچ دست یک شب در

میان در ۲۱ مرحله انجام شود. - هر شب روغن بادام تلخ و بنفشه به مفاصل مالیده شود

به مدت چهل شب. - ترک یا کاهش سردی ها مثل عدس، چای، لبنیات، قند و شکر،

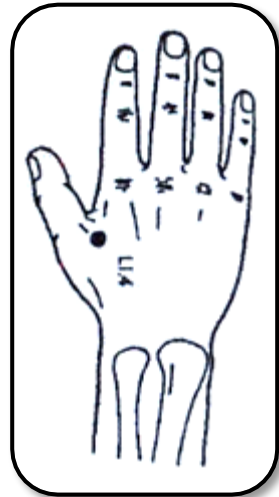
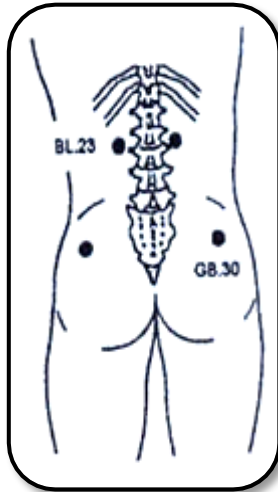
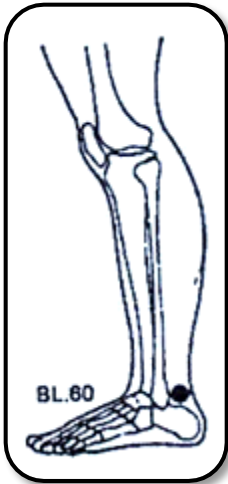
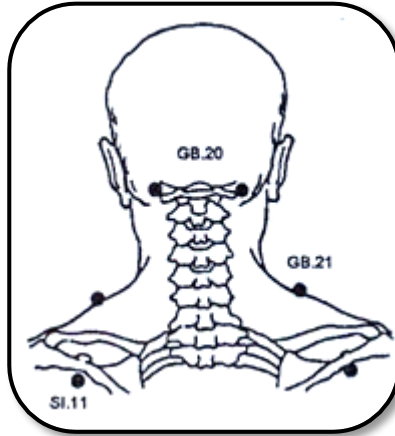
گوشت گاو، بادمجان، خیار، هندوانه، پرتقال، نارنگی، و غذاهای کنسروی و صنعتی

مثل سوسیس و کالباس، مرغ، ماهی و برنج کم مصرف شود. - در طول درمان، درد

منتشره در بدن وجود دارد و درد صبحگاهی طبیعی است و تدریجاً برطرف می شود.

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)

### — روماتیسم و دردهای کلی<sup>۱۶۰</sup>



## ۲۶- التهاب مفصل یا آرتریت

### درمان التهاب مفصل = آرتریت (ضیایی)<sup>۱۶۱</sup>

۱. خوردن دم کرده ی سیاهدانه با عسل (یک استکان) و ماساژ با روغن سیاهدانه در بین روز؛
۲. عصرانه خوردن روغن بنفشه ی طبی (که در پایه ی روغن زیتون به دست آمده) و ماساژ با آن؛
۳. خوردن سبزی خرفه و تخم آن؛
۴. ماساژ با روغن طبیعی مار؛
۵. ماساژ با روغن استبرق.

### التهاب مفاصل (خدادادی)

- افرادی بیشتر دچار این بیماری می شوند که از طبعی سرد برخوردارند و علاقه وافری به مصرف غذاهای با طبع سرد (مانند لبنیات، ترشیجات و ...) دارند.
- اما درمان این بیماری عبارت است از پرهیز از غذاهای ممنوعه و سردی جات و مصرف بیشتر غذاهای با طبع گرم.

- پرهیز از استرس و اضطراب و عصبی شدن.

- مصرف شربت عسل با آب لیموی ترش تازه.

### آرتریت روماتوئید، روماتیسم (موسوی)<sup>۱۶۲</sup>

- در بسیاری از موارد زالو درمانی برای این گونه بیماران همراه با داروهای گیاهی لازم و در موارد معدودی بی اثر است. زالوها به همان ترتیب کلی پشت گوش و سپس دست و سپس پا انداخته می شود. ممکن است فقط در مواقع دردناک نیاز به زالودرمانی باشد.

۱۶۱ نسخه های مورد تایید استاد...

۱۶۲ زالودرمانی ص ۹۱



چنانچه این اصول رعایت نشود و فاصله زمانی در نظر گرفته نشود ممکن است زالو درمانی بی موقع باعث تشدید خشکی مفاصل و تشدید درد آرتروز گردد.

دومین خون گیری اطراف زانو و پشت زانو و به تعداد ۵ تا ۷ عدد باشد. خون گیری سوم دوباره بین انگشت سوم تا انگشت چهارم تا انگشت کوچک باشد و خون گیری چهارم باز هم اطراف کشکک زانو و پشت زانو در محل تا شدن انجام شود و به همین ترتیب با مصرف داروهای گیاهی، مالش مرتب و روزانه و رعایت همه دستورات پزشک ادامه دهید. مالش باید در مقابل گرمای آفتاب یا گرمای مصنوعی مانند بخاری انجام شود تا کم کم نتیجه مطلوب به دست آید.

روغن عنصل روغن مناسبی برای درهای مفاصل و رماتیسم و آرتروز است. سایر روغن های مناسب دیگر عبارتند از: روغن حنظل، زیتون سبز رودبار، کرچک، غار، کنجد، گردو، سقز و سیاه دانه که به تنهایی یا هر کدام که در دسترس بود با هم مخلوط کنید و اگر لازم بود مقداری پودر گنه گنه به آن اضافه کنید. مالش را روزها انجام دهید و شب ها ضماد زیر را طبق دستور تهیه و روی محل درد ببندید:

سورنجان، گل ختمی، بذر قطونا (اسفرزه)، آرد جو، مرزنجوش، خرما و کشمش داروهای خشک را مساوی گرفته و پودر کنید و هر شب برای هر زانو یک قاشق غذاخوری از پودر را با ۳ عدد خرما و ۲ قاشق غذاخوری کشمش و کمی روغن گل سرخ و زرده تخم مرغ بومی خمیر کرده و روی پارچه تمیز ریخته و روی بخار کتری داغ کنید و روی زانو ببندید و تا صبح باز نکنید. اگر قوی تر می خواهید کمی زعفران و افیون به دارو اضافه کنید.

اگر زانو ورم دارد یک روز در میان یک تکه نمد را داغ کنید و روی زانو یک پارچه نخی نازک بگذارید و نمد را ناگهان روی زانو بگذارید و محکم روی زانو فشار داده

حداقل مدت ۳۰ ثانیه نگهدارید به طوری که بیمار از سوزش آن ناراحت شود ولی آن قدر نباشد که پوست را بسوزاند چند بار که یک روز در میان این حرارت تکرار شود ترشحات نرم کننده درون مفصل سر مفاصل را می پوشاند و قسمت هایی که باز شده و مواد درون مفصل از آن خارج می شود بسته شده و ورم از بین می رود و به تدریج به حالت طبیعی باز خواهد گذشت.

پس از سال ها درمان ناموفق با داروهای کلاسیک بیمار از شدت درد و عوارض جانبی داروهای شیمیایی به درمان با روش سنتی پناه آورده است.

### آرتریت روماتوئید (روازاده)

پرسش: بیماری من آرتریت روماتوئید است. می خواستم بدانم با حجامت می توان این بیماری را درمان کرد؟

پاسخ: مواد غذایی سرد و تر نخورید، مواد غذایی با طبع گرم و خشک فراوان بخورید، دم کرده های با طبع گرم بخورید. در مراحل اولیه درمان حجامت نکنید. مفاصل خود را دائماً با روغن سیاهدانه چرب کنید. فصد برایتان مفیدتر است<sup>۱۶۳</sup>.

### آرتریت روماتوئید (روازاده)

پرسش: خانمی ۴۳ ساله هستم. از فروردین ۸۸ دچار بیماری آرتریت روماتوئید شده ام. طبق دستور پزشک الان قرص مصرف می کنم. در ضمن حجامت خشک (بادکش) انجام می دهم. برایم مقدور نیست که به مطب بیایم. علت آن را بفرمایید؟

پاسخ: این بیماری رماتیسم مفصلی می باشد که علت اصلی آن غلبه سردی است که به دلیل استفاده از روغن های صنعتی و غذاهای سرد و صنعتی است.

تمام مواد غذایی که بلغم زا (سرد و تر) هستند را نخورید. البته تعادل را حفظ کنید؛ چون خوردن گرمی بیش از اندازه، برای کبد خوب نیست. دم نوش های دارچین و، زنجبیل، ایتیمون را روزانه دو بار میل کنید تمام تنتان را نوره بگذارید. بعد از حمام بدنتان خصوصاً مفاصلتان را با روغن زیتون یا سیاهدانه چرب کنید<sup>۱۶۴</sup>.

### آرتريت روماتويد (گزارش درمان)<sup>۱۶۵</sup>

یک بیماری مزمن با درگیری چندین دستگاه بدن می باشد که به صورت سینوزیت التهابی مداوم و پایدار که معمولاً مفاصل محیطی را با توزیع متقارن درگیر می کند. توان التهابی سینوویال در ایجاد تخریب غضروف و ساییدگی استخوان سبب تغییر شکل مفصل در این بیماری می گردد. این تغییر با سیری کاملاً متغیر می باشد، لذا این بیماری با الگوهای مختلف از Oligo Arthicular گرفته تا Poly Arthicular بروز می کند.

### تعریف آرتريت روماتويد در طب سنتی

دردی است که در بندگاه ها پیدا می شود و این درد مفصلی از دیدگاه طب سنتی بیشتر ناشی از ازدیاد بلغم و خون در مفاصل حاصل گردیده و در موارد کمتری ماده ی سوداوی سبب ساز درد مفاصل می باشد و گاهاً دو ماده ی صفرا و بلغم توأمأ ایجاد درد مفصل می کنند.

### درمان موضعی آرتريت روماتويد (ضیایی)<sup>۱۶۶</sup>

۱- حنا و کندر را هر کدام چهار مثقال تهیه نموده و با زرده ی تخم مرغ خمیر نموده و به محل درد ببندد. شب ها تا ۳ ماه (بلغمی)

۱۶۴ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۱۰۵

۱۶۵ حجامت درمانی ص ۲۴

۱۶۶ نسخه های مورد تایید استاد...

۲- اسپند را بکوبد و با آب نمک خمیر نموده در محل درد بسته شود. شب ها تا ۳ ماه (صفراوی)

۳- مقداری عسل خالص را روی پارچه تمیزی پهن کرده و روی مفاصل بگذارند و هر ۲۴ ساعت یک بار تجدید کند تا ۵-۴ روز (بلغمی)

۴- برگ کلم و یا برگ اسفناج را بشوید و روی محل درد بگذارد و اطوی گرم را روی آن بکشد. (دموی مزاج ها)

۵- مفاصل در همه ی گروه ها روزانه ۲ بار و هر بار ۱۵ دقیقه با روغن زیتون و یا روغن کرچک ماساژ داده شود.

### درمان سیستمیک

۱- رژیم انگور، مدت ۴۰ روز هر روز ۱ تا ۲ کیلو انگور بدون هسته و پوست را در سه نوبت بخورید و از خوردن غذا منع گردد و یا اینکه هر ساعت ۱ لیوان آب انگور بخورد. (کنترل اندیکاسیون: ۱- مرض قند ۲- زخم معده ۳- ورم روده و معده)

۲- درد مفاصل در مزاج سرد را با دادن داروهای گرم و غذاهای گرم و در مزاج گرم با اغذیه داروهای سرد تعدیل مزاج نماید.

۳- سورنجان ۱۰ گرم + زیره ۵۰ گرم + دار فلفل ۵ گرم + پودینه باغی ۵ گرم نرم کوبیده و با عسل روزی ۱۰ گرم میل شود (تا ۷ روز)

**آرتریت روماتوئید (گزارش درمان)** نام بیمار: خانم ن. ب سن: ۵۰ سال

علت مراجعه: درد مفاصل و استخوان ها (آرتریت روماتوئید)

علائم بیماری: مشکلات بیمار از حدود ۱۰ سال قبل از مراجعه شروع شده بود که ابتدا درد در ناحیه مفاصل کوچک بوده و سپس به شکل ژنرالیزه و مهاجر درآمده و بیماری آرتریت روماتوئید برای وی مطرح شده بود.

در زمان مراجعه بیمار به مدت ۸ سال بود از کلوکین استفاده نمود ولی با این وجود درد در ناحیه مفاصل کوچک دست و پا و آرنج ها وجود داشت و تورم و تغییر شکل مفاصل در این نواحی مشهود بود. به حدی که خواب بیمار به علت درد مختل شده بود.<sup>۱۶۷</sup>

### نتایج تحقیقات و تأثیر حجامت در درمان طب سنتی و طب نوین آرتریتها

نوع بیمار	تعداد	درصد موفقیت	تعداد دارای عارضه	درصد عوارض	برگشت بعد از سه ماه	برگشت بعد از ۹ ماه
بیماران تحت درمان با داروهای شیمیایی بدون حجامت	۱۰۴	٪۶۸	۴۳	٪۴۱/۳	۲۷ ٪۳۵/۹	۴۶ ٪۴۴/۲
بیماران تحت درمان با داروهای شیمیایی با حجامت	۱۰۶	٪۸۲	۳۷	٪۳۴/۹	۱۷ ٪۱۶	۲۳ ٪۲۱/۶

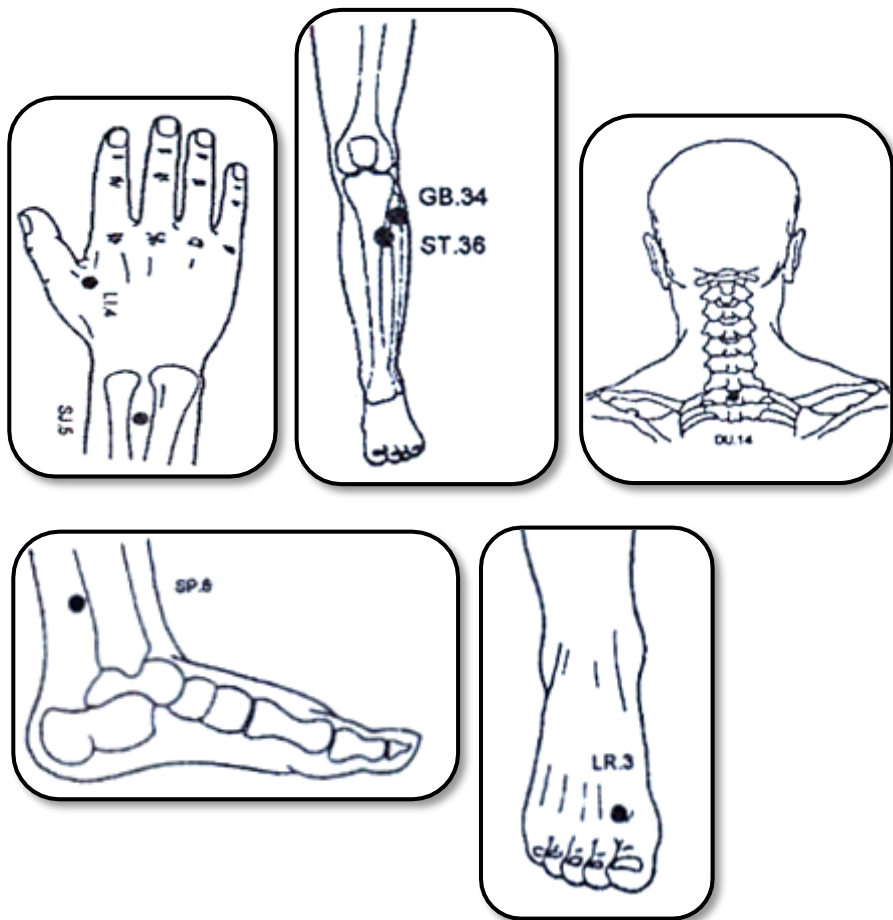
۳۱ ٪۲۶/۴	۲ ٪۱۸/۸	٪۱۴/۵	۱۷	٪۷۱	۱۱۷	بیماران تحت درمان با داروهای گیاهی باحجامت	۳
۱۷ ٪۱۴/۴	۱۳ ٪۱۱	٪۹/۳	۱۱	٪۸۲	۱۱۸	بیماران تحت درمان با داروهای گیاهی بدون حجامت	۴
۲۴ ٪۱۸/۱	۱۸ ٪۱۲/۸	٪۱۷/۴	۲۳	٪۷۳	۱۳۲	بیماران تحت درمان با داروهای گیاهی و شیمیایی بدون حجامت	۵

۱۲	۱۰	%۷/۸	۱۱	%۹۴	۱۴۱	بیماران تحت درمان با داروهای گیاهی و شیمیایی با حجامت	۶
%۸/۵	%۷						
۱۲	۸	%۲۳/۴	۴	%۹۴	۱۷	بیماران تحت درمان با زالو	۷
%۷۰/۵	%۴۷						

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)

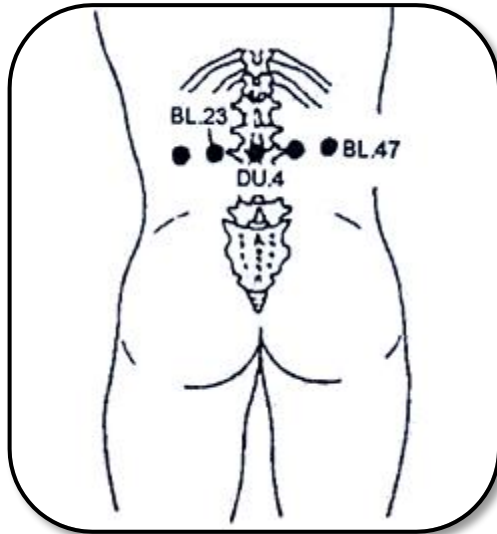
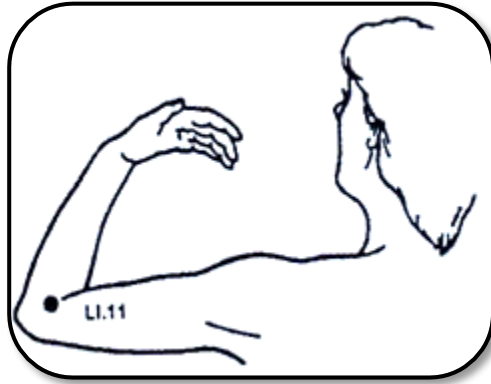
### ۱۶۸- آرتريت روماتوئيد





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)

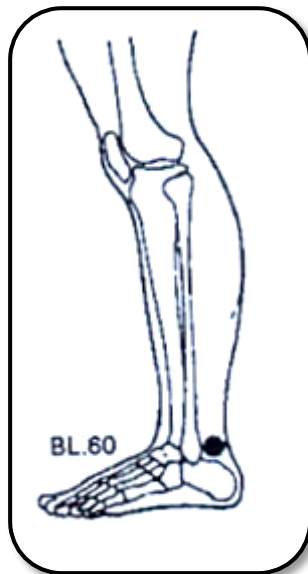
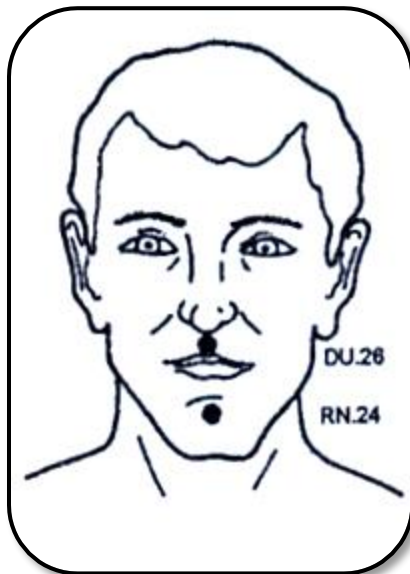
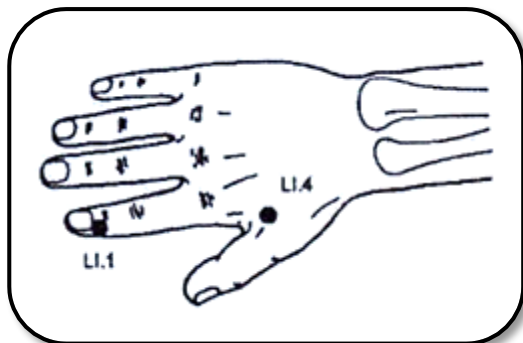
### ۱۶۹- آرتريت روماتوئيد



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)

– دردهای متفرقه و عمومی آرتريت<sup>۱۷۰</sup>



۱۷۰ کتاب درمان جامع طب سوزنی

## ۲۷- تنگی کانال نخاع

### تنگی کانال نخاع (خیراندیش)

- مالیدن روغن سیاهدانه و بادام تلخ روزی سه بار تا همیشه خیس و مرطوب باشد.
- انجام بادکش دو طرف نخاع هر طرف ۷ لیوان در ۱۴ مرحله.
- ماساژ دادن کتف تا انتهای کمر روزی دو مرتبه.
- این دهانه ها محل خروج ریشه های عصبی از نخاع هستند. پس به این اعصاب فشار وارد می شود. مشکل دیگر این است که با نزدیک تر شدن مهره ها به هم فشار بیشتری به مفاصل بین مهره ها وارد می شود که آن هم به نوبه خود موجب آرتروز و سائیدگی مفصل می شود.

### تنگی کانال نخایی (روازاده)

**پرسش:** درمان مشکل تنگی کانال نخاعی مهره های کمر چیست؟

**پاسخ:** عمدتاً با اقدامات مربوط به رفع کمر درد و اصلاحات ستون فقرات قابل درمان است.<sup>۱۷۱</sup>

۱۷۱ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزاده، ج ۱، ص ۱۰۰

## ۲۸- چسبندگی مهره ها و مفاصل

### چسبندگی مهره ها (موسوی)

در جهان بسیار نادر است و بیمار را کاملاً زمین گیر می کند، نام غربی آن اسپوندیلیت آنکلوزان می باشد. لا علاج از دیدگاه غربی و علاج پذیر از نظر طب سنتی است. جوشانده های گیاهی و یک معجون نجات بخش با زالو درمانی که بار اول روی هر دست ۱۰ عدد و ۲۵ روز بعد روی هر پا ۱۰ عدد و سپس اطراف مهره ها و مفاصل به تعداد ۳ تا ۵ عدد هر بار و تکرار آن هر هفته یک بار صورت می پذیرد.<sup>۱۷۲</sup>

## ۲۹- کمبود مایع مفصلی

کمبود مایع مفصلی (ضیایی)<sup>۱۷۳</sup>

۱. یک عدد لیمو شیرین، ۲. مغز بادام شیرین درختی خام ۱۴ عدد، ۳. قرص شیمایی ویتامین B1 ۳۰۰ میلی گرمی ۲۰ عدد، که هر روز یک عدد مصرف گردد (با تجویز پزشک). با یک قاشق چایخوری پودر علف هفت بند (هزار بند) در یک استکان آب جوش دم شود، سپس میل گردد.

## ۳۰- درد و آرتروز گردن

### تقویت گردن (روایات)

#### زدن موها از ته

امام صادق (ع) فرموده اند: موی خود را از ته بزنی که چرک و حشرات آن را کاهش می دهد و گردن تو را محکم و بینایی ات را جلا می دهد.<sup>۱۷۴</sup>

#### سرمه کشیدن

امام صادق (ع) فرموده اند: سرمه کشیدن مایه رویش موی و تیزی چشم است و آدمی را بر سجده های طولانی یاری می دهد.<sup>۱۷۵</sup>

### آرتروز گردن (خیراندیش)

- آرتروز بر دو نوع است، خشک و تر که بهترین درمان آن مالیدن روغن بادام تلخ می باشد. - روزی دو بار روغن بادام تلخ به گردن مالیده شود و هر بار ۱۵ دقیقه صبر نماید تا روغن جذب شود، به مدت ۱۴ روز. - بعد از چهارده روز به مدت ۲۱ مرحله یک شب در میان بر روی کتف بادکش بگذارد. - با میل باستانی روزی ۴۰ تا ۷۰ بار حرکت انجام دهد.

### شانه یخ زده و آرتروز شدید گردن (خیراندیش)

آنقدر گردن و کتف سرد شده که نمی تواند گردن را تکان دهد، اصطلاحاً شانه ی یخ زده گویند. درمان: (نسخه ی آرتروز گردن + تعریق) می توانید از سونای بخار استفاده کنید ولی داخل آب سرد نروید.<sup>۱۷۶</sup>

۱۷۴ کافی: ج ۶، ص ۴۸۴.

۱۷۵ کافی: ج ۶، ص ۴۹۴.

آرتروز گردن (تبریزیان)<sup>۱۷۷</sup>

حجامت انجام دهید و به خون حجامت نگاه کنید ناخن ها را کوتاه کنید و از داروهای مرکب ۱، شیطرچ، پماد مفاصل استفاده کنید.

درد گردن (باهله) (تبریزیان)<sup>۱۷۸</sup>

۱- سویق جو ۲- بعد از حجامت برگردد و به اولین خون حجامت نگاه کند ۳- ناخن های دست و پا را بگیرند و به گردن ببندند. ۴- مرکب ۷ (۴۰ روزه).

## آرتروز گردن (دکتر اصلان شاهرودی) نام بیمار: آقای ع. ر. سن: ۶۰ سال

علت مراجعه: درد ناحیه گردن

علائم بیماری: بیمار به علت سابقه چندین ساله درد گردن مراجعه نمود. در بررسی های انجام شده آرتروز گردن تشخیص داده شده بود.

درمان های انجام شده: برای بیمار به مرحله حجامت عام به فاصله ۱ ماه انجام گرفت. سیر درمان: بعد از مرتبه سوم بیمار اظهار می کند که دیگر درد در ناحیه گردن ندارد. پزشک معالج: دکتر اصلان شاهرودی<sup>۱۷۹</sup>

## درد مهره های گردن (موسوی)

غلظت خون و رسوب مواد سودای خون به دلیل سوء مزاج های دیرینه ی دستگاه گوارش و یا دستگاه جنسی در خانم ها و آقایان باعث ایجاد فاصله و دگرگونی های دیسک مهره ها و غیره می شود. درمان آن با پاکسازی ۱۵ روزه ی خلط غالب در هضم اول، پاک سازی مدت دار در هضم سوم و چهارم، به تدریج با داروهای گیاهی

۱۷۶ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

۱۷۷ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۷۸ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۷۹ حجامت درمانی ص ۱۷

و زالودرمانی کاملاً میسر است. در مرحله ی اول زالو درمانی روی دست ها هر دست ۱۰ عدد و ۲۰ تا ۲۵ روز بعد در محل حجامت اخدعین زالودرمانی به تعداد هر طرف ۱۰ عدد صورت می پذیرد. در صورت لزوم برای از بین بردن کامل درد مهره ها مجدداً به همین منوال عمل می کنیم.<sup>۱۸۰</sup>

### درد گردن و آرتروز زانو (گزارش درمان) نام بیمار: خانم ب.م سن: ۳۲ سال

علت مراجعه: درد گردن و زانوها

علائم بیماری: بیمار با سابقه آرتروز گردن و زانوها از ۵ سال قبل مراجعه کرد که با توجه به وزن زیاد و شغلش که معلمی بود مجبور بود در کلاس به مدت طولانی بایستد، روز به روز درد زانو و گردن تشدید یافته بود به حدی که بعد از چندین جلسه متممادی فیزیوتراپی هم علائم بهبود نیافته بود.

در گرافی رخ و نیم رخ گردن و زانو علائم آرتروز شدید گزارش شده بود.

درمان های انجام شده: برای بیمار حجامت عام و بادکش کتف و زانو انجام شد.

سیر درمان: در جلسه دوم مجدداً حجامت عام و بادکش تکرار شد. بعد از دو مرحله حجامت عام و ۳ جلسه بادکش کتف، درد بیمار به میزان ۵۰٪ کاهش یافت. درد زانوها بعد از حجامت زانو، کاهش زیادی پیدا کرد. پزشک معالج: دکتر مسعود بلاغت نیا<sup>۱۸۱</sup>

### درد گردن و پشت (روازاده) / مرد / سن ۲۴ سال / مجرد / قد ۱۷۹ / ۵۳ وزن

سوال: ۸ سال است درد شدید گردن و پشت دارم تابستان ها درد و خشکی پشت و گردن بیشتر می شود و از گرمی هوا سستی - درد و سستی مفاصل - خمیدگی پشت و سستی ستون فقرات (گاهی با تکیه به دست ها درد گردن کمی بهتر می شود) تابستان به

۱۸۰ زالودرمانی

۱۸۱ حجامت درمانی ص ۱۲



علت سستی ستون فقرات خیلی سخت از خواب بلند می شوم و در وقت بلند شدن چشمهام سیاهی می رود و همچنین تا سحر خوابم نمی برد و خارش و گزش بدن شبها بیشتر می شود (حالتی مثل اینکه مورچه در بدن راه می رود و می گزد)؟

آیا مشکل خشکی مهره های پشت است؟ مشکلات دیگر: اسکولیوز- رماتیسم- باد کردن روده ها- ترشحات پشت حلق- خشکی گلو و بینی و درد و یخ کردن گوش در زمستان گرم مزاج نیز هستم.

پاسخ: مشکل اصلی شما رطوبت خیلی کم و حرارت بالاست در این شرایط صفرا سوخته و تبدیل به سودا می شود. از غذاهای رطوبت بخش مثل آش جو، شیر محلی، کاهو و میوه های تازه تابستانی استفاده کنید. همچنین کاهش حرارت کبد با مصرف عرق کاسنی و شاطره و تاجریزی داشته باشید. ضمناً پاکسازی سودا از طریق منضج و مسهل و فصد در زمان های مناسب نیز نافع است. اقدام بعدی استفاده از حمام و استخر کوتاه مدت برای استفاده از رطوبت آن است. استراحت کافی و پرهیز از بی خوابی و فعالیت سنگین در هوای گرم ضروری است. ستون فقرات را روزی چند بار با روغن بادام شیرین چرب کنید.<sup>۱۸۲</sup>

### درد و آرتروز گردن (بنی هاشمی)

چنددانه انجیر خشک و یک قاشق مرباخوری زردچوبه و یک قاشق مرباخوری پودر سورنجان (بدبو و شبیه سیر است) و مقدار کافی آرد را مخلوط کرده در ماهیتابه گرم کنید و در آخر مقداری روغن سیاهدانه به آن اضافه کرده و به صورت خمیر در میاوریم ابتدا گرمی آن را در پشت دست امتحان میکنیم در صورت داغ نبودن آن را روی محل مورد نظرمی مالیم.

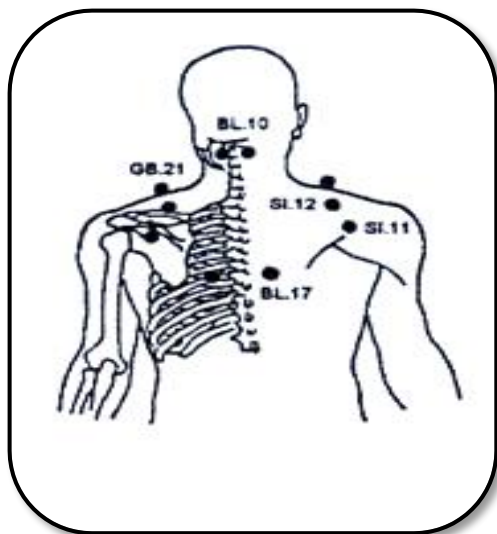
۱۸۲. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزاده، ج ۲، ص ۴۶.

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

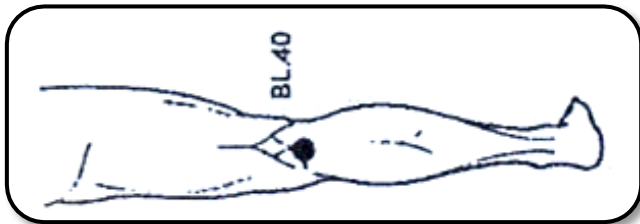
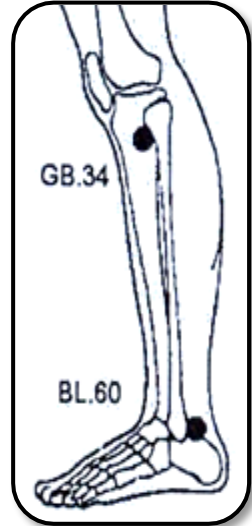
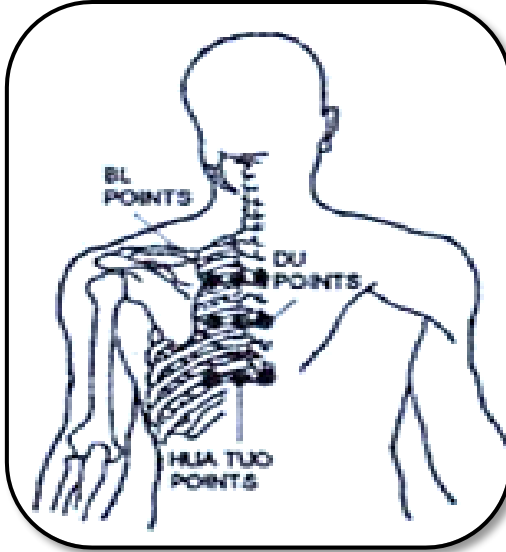
درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

### – درد در ناحیه پشت گردن و شانه (نقطه کلیدی) BL17



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)

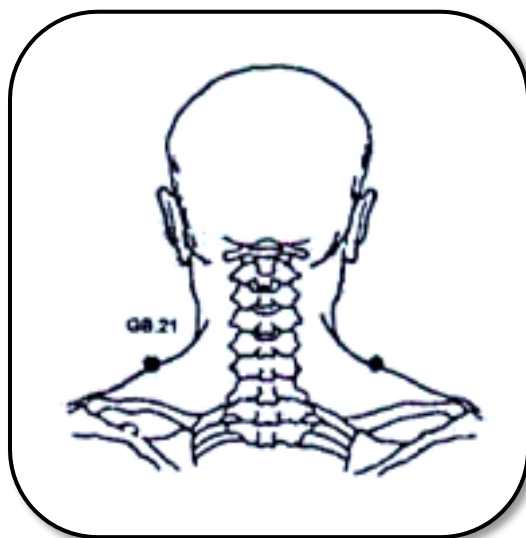
— دردهای فوقانی پشت ، درد پشت قفسه سینه<sup>۱۸۳</sup>



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)

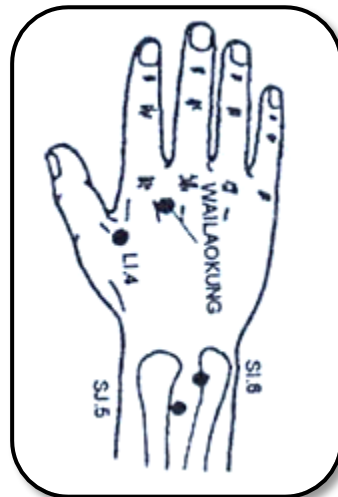
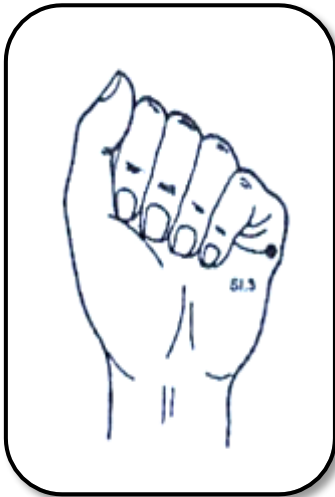
– گرفتگی شدید عضلات گردن ( رهایی سریع از درد)<sup>۱۸۴</sup>



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)

- ناراحتی های گردن

خشکی حاد گردن ، آرتروز<sup>۱۸۵</sup>

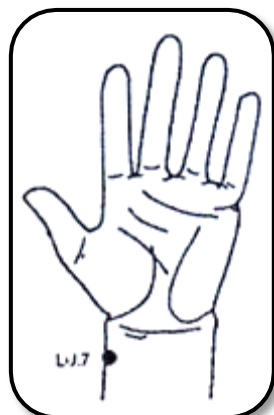
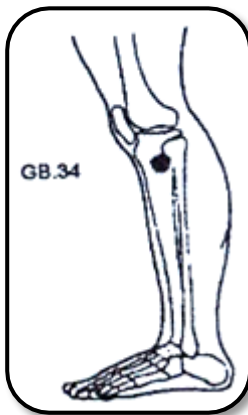
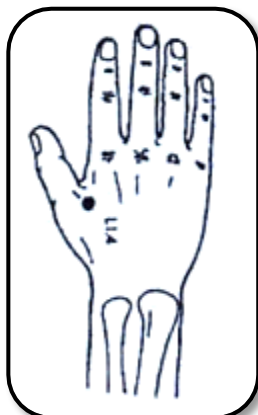
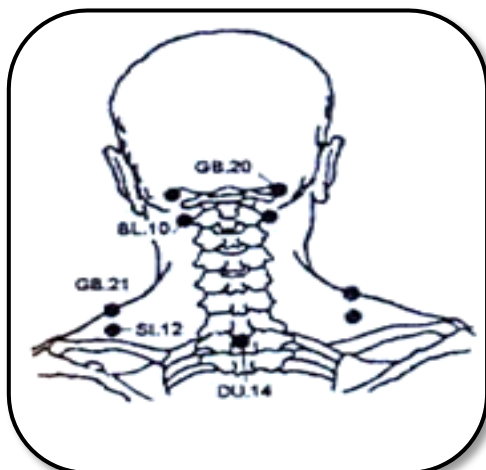


قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

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)

– ناراحتی های گردن

ناراحتی های مزمن گردن، آرتریت<sup>۱۸۶</sup>



## ۳۱- غده چرکین گردن

## غده چرکین گردن (روایات)

امام رضا(ع) فرمودند: بر آن بخوان (یا رحیم، یارب، یاسیدی) و فرمودند: یکی از کنیزان ما به غده چرکین گردن دچار شد، کسی نزد ما آمد و گفت ای علی به کنیزت بگو این کلمات را پی در پی بگوید (یا رثوف، یا رحیم، یارب، یاسیدی) کنیز این کلمات را بر زبان جاری ساخت و خداوند بیماری را از او زدود.

## تبریزیان

به نسخه ورم و تومر و عفونت عمل کنید.

### ۳۲- آرتروز زانو

درمانهای مشترک همه آرتروزها برای آرتروز گردن و زانو و همه مفاصل مفید است.

#### آرتروز (تبریزیان)<sup>۱۸۷</sup>

علت در رفتگی است داروی شیطرح ، پماد مفاصل ، مرکب ۱ مفید است البته بعد از جا انداختن مصرف شوند.

#### آرتروز و زانو درد (بنی هاشمی)

زردچوبه را با روغن بادام تلخ و عسل مخلوط کرده ۴۰ شب یک شب در میان روی موضع ضمد کرده و بمالید و خصوصا از بادام شیرین بصورت خوراکی مصرف شود.

#### آرتروز زانو (گزارش درمان ۱) نام بیمار: آقای ع.ق. سن: ۷۲ سال

علت مراجعه: درد زانوی راست به مدت ۸ سال

؟ = فشار خون      ۲۴۰ = کلسترول      ۴۰۰ = تری گلیسرید

Hb = ۱۸

درمان های انجام شده:

۱. حجامت عام

۲. حجامت کنار زانوی راست

سیر درمان: درد تا ۹۵٪ بهبود یافت.

Hb = ۱۷.۲      ؟ = فشار خون      ۱۹۰ = کلسترول

۲۳۰ = تری گلیسرید<sup>۱۸۸</sup>

۱۸۷ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۸۸ حجامت درمانی ص ۱۲



**آرتروز زانو (گزارش درمان ۲) نام بیمار: خانم گ. ب سن: ۶۷ سال**

علت مراجعه: درد زانو

علائم بیماری: بیمار با شکایت درد زانو مراجعه نمود که در بررسی های انجام شده آرتروز زانوی شدید به حدی که آنکلیوز شده بود، برای او تشخیص داده شده بود. ضمناً بیمار فشار خون هم داشت. مزاج بیمار دموی بود و غلبه ی بلغم داشت. درمان های انجام شده:

۱. حجامت عام

۲. بستن موضعی زانو با دنبه و خرما

سیر درمان: بعد از دو هفته بیمار مراجعه نمود که درد زانو تا حد زیادی کاهش یافته بود.<sup>۱۸۹</sup>

**آرتروز زانو (گزارش درمان ۳) نام بیمار: آقای د. د سن: ۳۶ سال**

علت مراجعه: درد زانوی راست

علائم بیماری: بیمار به دلیل درد زانوی راست به این مرکز مراجعه نمود. سابقه ضربه به زانو را حدود دو سال قبل از مراجعه ذکر می شود که به دلیل اختلالات عروقی ایجاد شده در ناحیه عمل جراحی روی زانو انجام شده بود. در معاینه انجام شده تندر نس و تورم در کپسول زانو به چشم می خورد.

درمان های انجام شده: در بدو مراجعه برای بیمار حجامت ساقین انجام گرفت.

سیر درمان: بعد از یک ماه، زالو درمانی روی زانوی راست صورت گرفت که پس از انجام آن تورم و درد زانوی بیمار به طور چشم گیری کاهش یافت.<sup>۱۹۰</sup>

۱۸۹ حجامت درمانی ص ۱۳

۱۹۰ حجامت درمانی ص ۱۵

## آرتروز زانو (گزارش درمان ۴) نام بیمار: آقای ع.ج سن: ۵۱ سال

علت مراجعه: درد زانوی چپ - درد شانه راست

درمان های انجام شده:

۱. حجامت عام

۲. حجامت کنار زانوی چپ ۲ روز بعد

سیر درمان: بهبود در زانوی چپ بعد از یک ماه که ویزیت شد.

فقط زانوی راست درد دارد که:

۳. حجامت زانوی راست<sup>۱۹۱</sup>

## آرتروز زانو (گزارش درمان ۵) نام بیمار: آقای غ.د سن: ۶۲ سال

علت مراجعه: درد زانو

درمان های انجام شده: دو بار حجامت عام و یک بار حجامت زانو در سه جلسه انجام شد.

سیر درمان: درد زانو ها بهبود داشت ولی در ناحیه پویلیته هنوز درد وجود داشت که حجامت ساق انجام شد که بسیار راضی بود. بیمار تا سه ماه مراجعه نداشت. سه ماه بعد مجدداً حجامت ساق انجام شد و در مراجعات بعدی ۹۰٪ درد پاها از بین رفته بود. بیمار بیوست هم داشت که ترکیب برگ سنای مکی و تخم گشنیز توصیه شد. در فالو آپ های بعدی بیمار کاملاً راضی بود.

پزشک معالج: دکتر فرشاد فیروز<sup>۱۹۲</sup>

۱۹۱ حجامت درمانی ص ۱۳

۱۹۲ حجامت درمانی ص ۱۷

## آرتروز زانو (موسوی)

در مورد آرتروز به دلیل آن که خشکی و صلابت زانوها باعث ساییدگی می شود زالو درمانی باید با دقت انجام پذیرد. ابتدا مزاج بیمار باید تعدیل و اخلاط اضافی دفع گردد، سپس جوشانده های گیاهی مخصوص آرتروز مصرف شود تا کبد و کلیه ها شیره های نرم کننده مفاصل را نرم و تا حدودی از خشک شدن و ساییدگی آن ها جلوگیری به عمل آورند و ضمادها و روغن های نرم کننده ی زانو را نیز انجام دهند، آن گاه خون گیری با زالو را آغاز نمایند. بدین ترتیب که ابتدا روی هر پا ۵ تا ۷ عدد زالوی نسبتاً درشت در محوطه بین قوزک پا تا انگشت سوم بیاندازند. هر تعداد زالو که انداخته اید در عدد ۱/۵ ضرب کنید. هر عددی که به دست آمد به همان تعداد روز صبر کنید و دوباره خون گیری را آغاز نمایید.<sup>۱۹۳</sup>

**آرتروز زانو (گزارش درمان)** نام بیمار: خانم ف. ص سن: ۶۷ سال

علت مراجعه: درد مفاصل

علائم بیماری: بیمار با شکایت درد مفاصل مراجعه نمود. در بررسی های انجام شده تشخیص آرتروز روماتوئید داده شد. بیمار از درد شانه راست و زانوی چپ شکایت داشت.

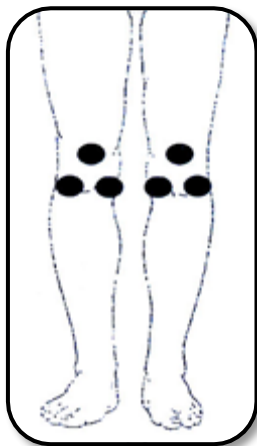
درمان های انجام شده: برای بیمار جلسات متعدد طب سوزنی و طب فیزیکی انجام شد و هر چند جلسه یک بار در نواحی مدیال زانوها حجامت انجام شد.

سیر درمان: بعد از انجام حجامت زانو، بیمار اذعان داشت که درد زانو کاهش چشم گیری داشته است. پزشک معالج: دکتر جاوید شقاقی<sup>۱۹۴</sup>

<sup>۱۹۳</sup> زالودرمانی ص ۸۷

<sup>۱۹۴</sup> حجامت درمانی ص ۱۴

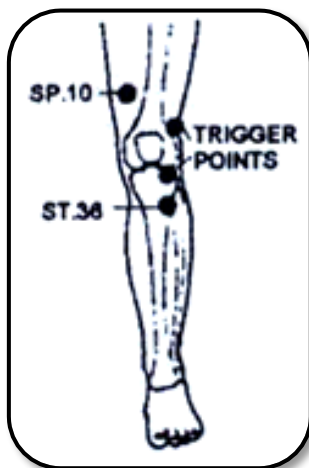
محل بادکش، روغن مالی، نیش زنبور (از پشت زانو نیز روغن مالی و نیش زده شود)



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)<sup>۱۹۵</sup>

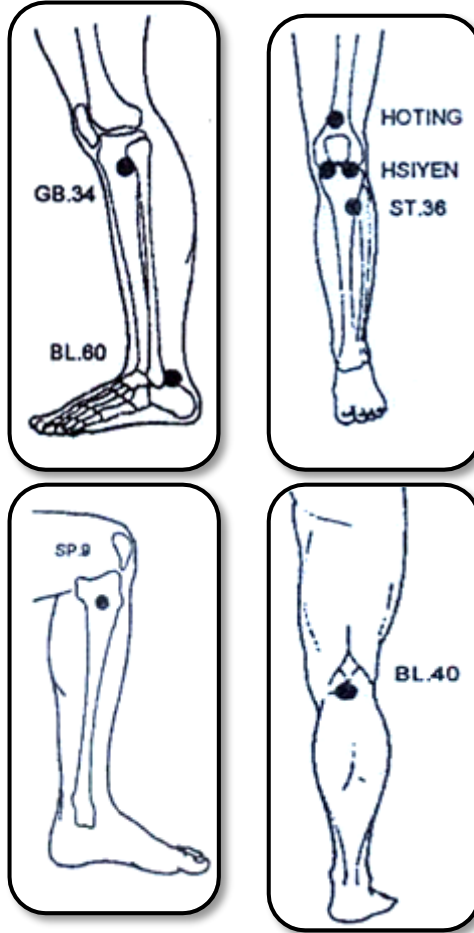
کلیدی (SP10)

— درد کشک زانو (نقطه)



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 زانو بر اثر آرتریتها<sup>۱۹۶</sup>



### ۳۳- درمان مشترک آرتروزها

#### آرتروز (روایات)

#### آلو

نظر امام صادق (ع) را درباره ی آلو جویا شدم. ایشان فرمودند: برای زهره خوب است و مفصل ها را نرم می کند. اما زیاد نخور که مایه ی افتادن باد در مفصل ها می شود.

#### تسکین دردهای مفصلی و استخوانی و آرتروز (خیراندیش)

در غسل اسید های مختلفی وجود دارد که یکی از آنها اسید فرمیک است، این اسید در گیاه گزنه نیز وجود دارد که مصرف درمانی گزنه به صورت دم کرده یا مالیدن روی مفاصل و استخوان های دردناک در طب جدید نیز توصیه می شود.

عسل به دلیل داشتن اسید فرمیک، داروی خوبی برای درمان بیماری های مفصلی و استخوانی است که به صورت خوردنی و مالیدنی روی موضع درد توصیه می شود. برای درمان آرتروز، مقداری عسل را روی پارچه ای تمیز بمالید و آن را روی مفصل مبتلا به آرتروز ببندید و هر ۲۴ ساعت یک بار عمل را تکرار کنید.

برای درمان دردهای زانو، آرنج، عروق و عضلات نیز می توانید قبل از صبحانه یک قاشق غذاخوری عسل میل کنید و مقداری عسل را روی موضع دردناک بمالید و آن را ببندید. مالیدن مخلوط مساوی از عسل و گلیسرین به محل کوفتگی، بهبود آن را تسریع می کند.

در منابع طب سنتی، موارد زیر برای کاهش دردهای مفصلی، نقرس و درد دمل ها توصیه شده است.

۱- خوردن جوشانده شلغم رنده کرده با عسل (۳ استکان در روز)

۲- خوردن جوشانده برگ زیتون با عسل (یک لیوان قبل از صبحانه) (این روش با احتیاط عمل می شود).

۳- خوردن مخلوط مساوی از عسل، سرکه و آب انگور (یک استکان قبل از نهار)

۴- ضماد عصاره پیاز نرگس با عسل روی مواضع دردناک بدن.

۵- ضماد مخلوط کوبیده مغز گردو، زیره و عسل روی مفاصل دردناک محل کوفتگی پا یا دست و محل گرفتگی عضلات.<sup>۱۹۷</sup>

### آرتروز (تبریزیان)<sup>۱۹۸</sup>

علت در رفتگی است داروی شیطرح ، پماد مفاصل ، مرکب ۱ مفید است البته بعد از جا انداختن مصرف شوند.

### آرتروز (دوازده)

پرهیز از خوردن سردی جات و غذاهای سودا زا مثل عدس و بادمجان و گوشت گاو مصرف گوشت گوسفند به جای گوشت مرغ و گاو.

### آرتروز (ضیایی)<sup>۱۹۹</sup>

- یک لیوان شیر جوشیده ولرم + یک قاشق مربا خوری عسل + دو قاشق غذاخوری آب زعفران + یک قاشق مربا خوری پودر سنجد + یک قاشق مربا خوری پودر سه مغاز + یک قاشق مربا خوری پودر مالت + یک قاشق مربا خوری بارهنگ را با دو قاشق غذاخوری عرق زنیان مخلوط کرده و هر روز صبح میل شود. به مدت ده تا چهل روز.

- مصرف روزی یک لیوان شیر با مقداری عسل حداقل به مدت ده تا چهل روز.

۱۹۷ عسل ص ۳۷

۱۹۸ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۱۹۹ نسخه های مورد تایید استاد...

- مصرف شیر با عسل، شیر با خرما، شیر با پودر سنجید.

- دم کرده هل + دارچین + زعفران با مقداری عسل برای درد آرتروز بسیار مفید می باشد.

- روزی یک قاشق مربا خوری پودر دارچین را با نصف قاشق چای خوری پودر

زنجبیل در دو لیوان آب جوش به مدت ۳۰ دقیقه دم کرده و آن را گرم و گرم با مقداری عسل یا خرما میل نمایند.

- سه قاشق زرشک را با یک لیوان آب به مدت ده دقیقه جوشانده سپس با کمی نبات یا عسل شیرین کرده و بعد از نهار و شام یک استکان میل شود. به مدت حداقل یک هفته تا ده روز.

### بادکش زانو

اندیکاسیون ها:

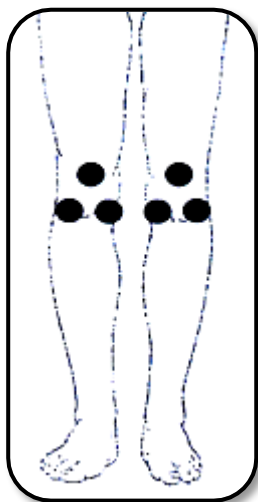
- درمان تکمیلی صدای انو

- درمان تکمیلی آرتروز زانوی بلغمی ها

- بادکش زانو مستلزم ماساژ قبلی محل بادکش می باشد و با روغن سیاهدانه و بادام تلخ بسیار مفید می باشد.

### آرتروز (بنی هاشمی)

۱۲ هفته با در نظر گرفتن شرایط بیمار و شدت بیماری و سن و جنسیت بیمار به شکل خوراکی از کندر استفاده شود.



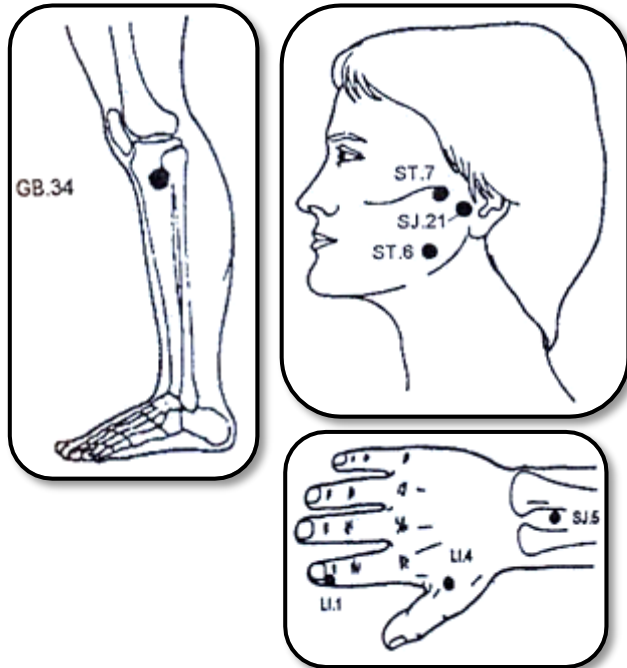


درمان دردهای شبیه آرتروز (ضیایی)<sup>۲۰۰</sup>

گردن را در ۴ جهت و در هر جهت ۱۰ بار (بالا و پایین و راست و چپ) حرکت آرام بدهند و گردن را با روغن سیاه دانه خالص (جوشانده روغن سیاه دانه در روغن زیتون) به سمت بالا ماساژ دهید.

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)

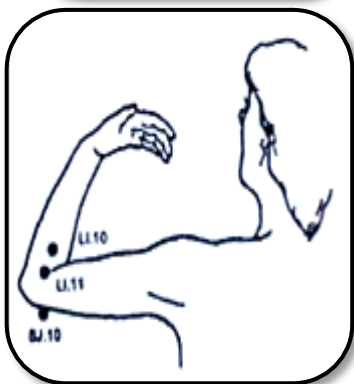
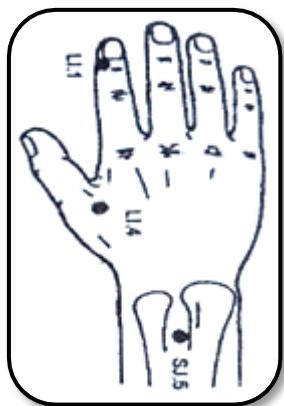
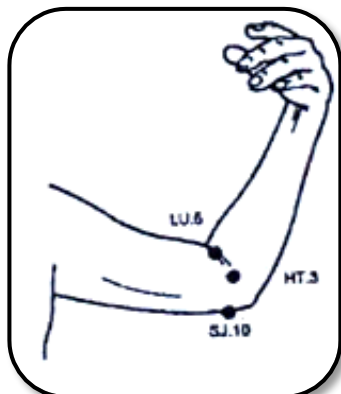
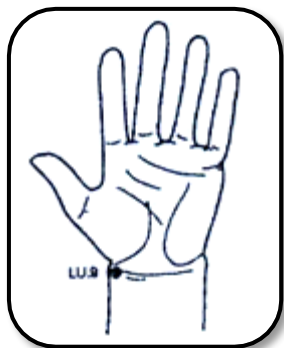
## -درد و آرتروز فک پایین-



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)

- ناراحتی های آرنج ۲۰۱



## ۳۴- پای ایکسی (ضربدری)

## پای ایکسی کودکان (خیراندیش)

علت آن معمولاً از سردی اندام می باشد و درمان آن مالیدن روغن بادام تلخ به پاها هر شب به مدت ۴ تا ۶ ماه و مصرف خوراکی های گرم مثل انجیر، بادام درختی بسیار مفید می باشد.

## پای پرانتزی (تبریزیان) ۲۰۲

علامت نرمی یا نازکی استخوان است که درمان اصلی آن استخوان ساز (عمده اش هسته سنجد) - برگ چغندر - سویق سنجد است.

**مؤلف:** پای ایکسی خفیف یک کودک ۳ساله در اثر حجامت عام (۵بار در ۲سال) رفع شد. و منحنی رشد کودک تغییر کرد. و قدش اضافه شد.

## حالت ضربدری پاها (روازاده) مرد/سن ۵ سال

پرسش: با عرض تشکر از مطالب بسیار مفید شما در سایت: پسرم چند ماهی است دچار نرمی استخوان شده و در حال حاضر شکل ضربدری به خود گرفته است. پزشکان متخصص دستور عمل داده اند. آیا راهکاری غیر از عمل هم می تواند داشته باشد؟

**پاسخ:** بستگی به شدت درگیری دارد اگر جراحی اورژانس نیست مدتی دستورات ذیل را انجام دهید: پاچه گوسفند هفته ای ۲-۳ عدد میل شود. پودر سنجد یک قاشق در یک لیوان شیر به همراه یک قاشق عسل هر روز یکبار میل نمایند. روغن بادام تلخ و مورد به پاها بمالید. مصرف غذاهای بلغم زا مثل ماست و دوغ و غذاهای سفید و لبنیات را کم کنید. صمغ عربی یک نخود در آب جوش حل کرده هر روز میل شود. خوردن هر روز یک نخود از مومیای نیز بسیار مفید است. ۲۰۳

۲۰۲ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۲۰۳. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزاده ج ۳ ص ۱۲۴.

## ۳۵- خار پاشنه

### خار پاشنه (روایات)

#### حنا

پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)، هیچ زخم چرکین یا خار گوشتی ای بر بدنش عارض نمی شد، مگر این که بر آن، حنا می نهاد. <sup>۲۰۴</sup>

### خار پاشنه (خیراندیش)

عسل صبح ها و اسفند شبانه - سرکه انگبین عاقرحاع که ۴ روز داخل سرکه مانده و جلوی آفتاب گذاشته شده است را روی خار پاشنه قرار دهید. <sup>۲۰۵</sup>

### خار پاشنه (تبریزیان) <sup>۲۰۶</sup>

در مصرف کلسیم زیاده روی نکنند گاهی علت خار پاشنه کلسیم اضافه است. حجامت زیر پا منطقه نرمی پا و نوره هم مفید و موثر است.

### خار پاشنه

داروهای کورتن دارو نیست بلکه دارو نماست خیلی عوارض زیاد می هند.

۱- برگ انجیر، خود انجیر را روی خار پاشنه بمالید.

۲- قوی تر اینکه: سرکه طبیعی سیب، هر شب، پنبه را به سرکه بزند و با یک پلاستیک روی خار پاشنه بمالد ادامه می دهید تا خار پاشنه محو شود. <sup>۲۰۷</sup>

۲۰۴ سنن ابن ماجه ج ۲ ص ۱۱۵۸

۲۰۵ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

۲۰۶ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۲۰۷ سخنرانی استاد در شبکه مشهد و ولایت

## خار پاشنه (موسوی)

خار پاشنه که یکی از معضلات پزشکی غرب است، به خوبی با زالو درمان می شود. یک تا سه بار هر بار ۱۰ عدد زالوی نسبتاً درشت با توجه به توان بیمار دور هر پاشنه بیاندازید. هر روز با روغن کرچک مالش داده شود و یا صبر زرد نرم شده با سرکه مخلوط و هر شب روی خار پاشنه ضماد گردد و تا صبح بماند.

خوشبختانه تاکنون همه افرادی که مراجعه نمودند با این روش درمان کامل شدند. این بیماری بیشتر و اغلب در خانم ها ایجاد می شود.<sup>۲۰۸</sup>

## خار پاشنه (کرد افشاری)

سلام می خواستم بدانم درمان خار پاشنه پا چیست؟ حدود ۲ ماه است که خار پاشنه زده ام و پاشنه و کف پایم مخصوصاً صبح ها بعد از بیدار شدن از خواب به شدت درد می کند .

با سلام لطفاً روی موضع، شبها دنبه و خرما ببندید و در طول روز پنبه با سرکه گذاشته شود تا مشکل شما برطرف شود.

## خار پاشنه (گزارش درمان)

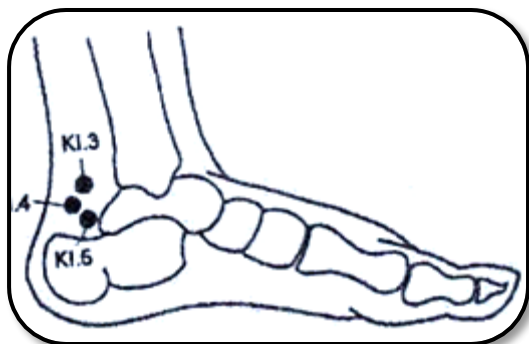
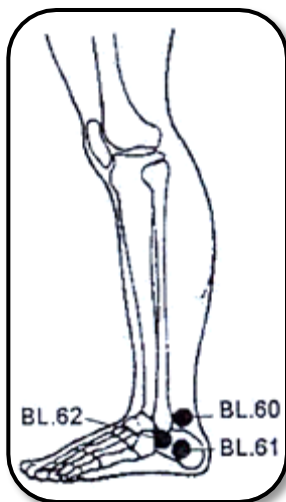
تعداد ۵ نفر به مطب اینجانب با شکایت خار پاشنه مراجعه نمودند که برای هر کدام گرافی انجام شد و تشخیص تأیید شد.

در معاینه در ناحیه پاشنه، درد وجود داشت. ۲ نفر از اینها حتی تزریق موضعی کورتون داشتند. برای همگی حجامت دو طرف کعب و العرقوب انجام شد که فوق العاده، درد کاهش یافت. در گرافی درخواست شده مجدد، فقط خار پاشنه در یک نفر مشهود است اما درد ندارد.

پزشک معالج: دکتر اصلان شاهرودی<sup>۲۰۹</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)

– ناراحتی های پاشنه پا<sup>۲۱۰</sup>



۲۰۹ حجامت درمانی ص ۱۵۴

۲۱۰ کتاب درمان جامع طب سوزنی

## ۳۶- ضعف عضلات (دیستروفی)

همه روایات و توصیه های ضعف و سستی، برای ضعف عضلات نیز مفید است.

ضعف و سستی عضلات ارادی (دیستروفی) (ضیایی)<sup>۲۱۱</sup>

۱- غسل رقیق شده در صبح، ۲- بعد از هر غذا ۷ عدد خرما، ۳- سه شیره (خرما، توت، انگور) در بین روز و عصرانه، ۴- شیره خرما در شب، ۵- خوردن کشمش انگور قرمز (انگور یا قوتی)، ۶- بعد از نرمش و تحرک و ورزش، دو عدد شاه بلوط بخورید.

## دیستروفی (روازاده) / مرد / سن ۳ سال / مجرد / قد ۶۵ / وزن ۱۵

سوال: با سلام، کودکم در موقع بلند شدن برای ایستادن مشکل دارد، با مراجعه به دکتر ارتوپد و انجام آزمایش تشخیص بیماری دیستروفی داده شد. گفتند احتمالاً به فلج منجر شود لطفا کمک فرمایید.

پاسخ: سردی‌ها را از او منع کنید. هر روز ۲ استکان شربت عسل به او بدهید. - آبگوشت و حلیم جزو غذاهای اصلی و همیشگی او باشد. - گوشت کبک و گنجشک را با نخود و ادویه جات بپزید به او بخورانید. - به عنوان صبحانه به او ارده شیره بدهید - آب داخل نارگیل و همچنین پودر نارگیل با عسل بسیار کمک کننده است. در صورتی که ۶ ماه دستورات فوق را هر روز انجام دهید تغییرات چشمگیری در کودک ایجاد خواهد شد. انشاء الله.<sup>۲۱۲</sup>

## ۲۱۳ ضعف عضلانی و سستی اعضا (ضیایی)

۲۱۱ نسخه های مورد تایید استاد...

۲۱۲ پاسخ های روزانه

۲۱۳ نسخه های مورد تایید استاد...

مواردی که باید پرهیز شود: اسانس های شیمیایی، فست فودها، سرخ کردنی و تفت دادنی، فرص های شیمیایی که در آخر اسم شان پام دارد مثل دیازپام و ... شلی عضلات و سستی زانو و شل شدن تاندون های پشت پامی آورد، لذا این قرص ها را نخورید که بدتر می شوید، و همچنین سبزی شوید و قرص شوید (قرص گیاهی آنتوم) نخورید که برای شما سم است.

**درمان:** ۱- صبح ها: شیر عسل، شیر خرما (هر روز یکی از این دو، روز در میان)، حلیم گندم و گوشت گوسفند و شتر (هفته ای یک بار)، ۲- خوردن مقداری روغن بنفشه معطر بین روز، ۳- شام حتما بخورید، ۴- شب ها بعد از شام تا وقت خواب، یک لیوان آب سیب رسیده طبیعی تازه مخلوط با عسل آویشن. ۵- قبل از خواب سیاهدانه با عسل بخورید. ۶- هر گاه به حمام می روید ۳۰ گرم آویشن بجوشانید و داخل وان حمام یا تشت بریزید سپس در حمام گرم (آب وان حمام دمای ۴۰ درجه داشته باشد)، خود را با آن ماساژ دهید، ۷- خوردن کشمش انگور قرمز (انگور یاقوتی)، ۸- هر ۶ ساعت، دو عدد شاه بلوط بخورید.

### ضعف عضلانی (ضیایی) ۲۱۴

حلیم صبحانه و سیاه دانه با عسل قبل از خواب یک قاشق - بنفشه معطر در بین روز ماساژ بدن با آویشن در حمام - پرهیز از ممنوعات و غذاها و نوشیدنی شیمیایی - پرهیز از ترس و استرس - پرهیز از قرص های پام که ۴ مورد است مانند دیازپام و ... - شوید و عرق شوید و قرص شوید ترک شود.



### ۳۷- سرد شدن عضلات و اعضاء

همه روایات و توصیه های سردی بدن مفید هستند.

#### سرد شدن عضلات پاها(موسوی)

روی کعب پاها یا بین انگشت سوم و انگشت کوچک هر کدام ۱۰ عدد زالو می اندازیم و با فاصله زمانی لازم ۳ بار تکرار می کنیم. ضمناً از داروی خون ساز و مولد خون صالح استفاده می کنیم.<sup>۲۱۵</sup>

#### درد وسردی لگن(روازاده)

پرسش: خانمی ۲۵ ساله، چند سال است که دچار درد لگن می باشد. محل درد بسیار سرد است و با فعالیت زیاد تشدید پیدا می کند. دکتر زنان تشخیص عفونت رحم داده است و الان هم باردار می باشد. لطفا علت را بیان بفرمایید؟

پاسخ: غلبه سردی و تری به بدن می باشد. مواد غذایی سرد و تر را نخورید. مواد غذایی گرم و خشک بیشتر بخورید، دم کردنی های گرم و به صورت رقیق میل نمایید، با سرنگ ۱۰ سی سی و به آرامی داخل رحم تزریق کنید. با جوشانده مرزنجوش و آویشن آبنژن درست کرده و روزانه یک ربع در آن بنشینید.<sup>۲۱۶</sup>

۲۱۵ زالودرمانی ص ۴۸

۲۱۶ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزاده، ج ۱، ص ۹۵

## ۳۸- گرمی، درد، کشیدگی و سوزش کف پا و روی پا

### گرمی کف پا (روایات)

#### سیب

امام صادق (علیه السلام) : سیب، معده را گشایش می دهد.  
همچنین فرمود: سیب بخور؛ چراکه حرارت را فرو می نشاند، درون را سرد می کند و تب را می برد.

در حدیث دیگری است که فرمود: وبا را میان می برد. ۲۱۷  
سایر احادیث مربوط به گرمی و حرارت بدن و مزاج مفید است.

### گرمی کف پا (خیر اندیش)

علت آن صفرای سوخته در بدن می باشد و درمان آن سکنجبین و حجامت عام در دو مرحله می باشد.

### حرارت پا (تبریزیان) ۲۱۸

مشکل از مهره گردن است چندروز بدون بالش بخوابید . حجامت عام انجام دهید و خون حجامت را از پشت سر نگاه کنید و بستن ناخن های دست و پا روی موضع (گردن) دو روز و حنا گذاشت بر سر هم مفید است.

### سوزش کف پا و روی پا (موسوی)

در این بیماری باید خلط گرم و سوزان را با دارو های گیاهی از کبد و معده دفع و سپس هر ۲۵ روز یک بار اطراف کعب پا را زالو بیاندازید. هر پا ۱۰ عدد زالوی نسبتاً

۲۱۷ المحاسن ج ۲ ص ۳۵۵

۲۱۸ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

درشت با توجه به توان بیمار انداخته شود و بیمار علاوه بر مصرف داروهای گیاهی دافع خلط گرم از کبد و معده هستند، هر روز یا یک روز در میان به حمام رفته و از سر تا پا مخلوطی از سدر و سرکه و کمی روغن زیتون بمالد و نیم ساعت صبر کرده و بدون آنکه از صابون یا شامپو استفاده کند خود را با همان سدر و سرکه و روغن زیتون بشوید.

روی محل سوزش حنا و آبغوره یا سدر و سرکه بمالد و با کیسه نخی پاسمان کنند تا صبح بماند. گذاشتن آب یخ همراه با سرکه داخل یک پلاستیک روی پا مفید است.<sup>۲۱۹</sup>

### سوزش کف پا

شبی یک لیوان سرکه انگبین یک ساعت بعد از شام به مدت ۸۰ روز میل کند.

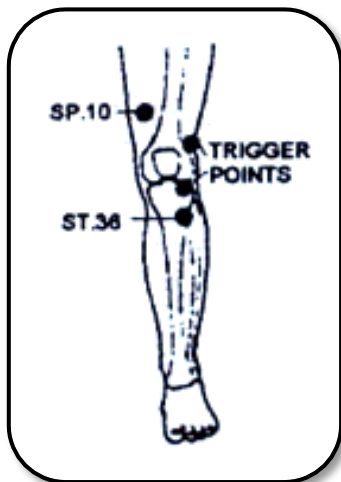
نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

— درد پاشنه و کف پا (نقطه کلیدی) ۲۲۰



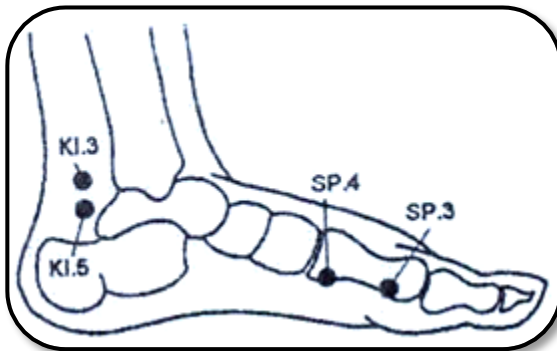
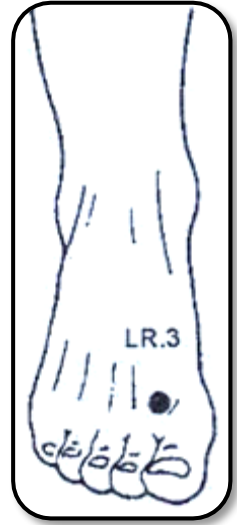
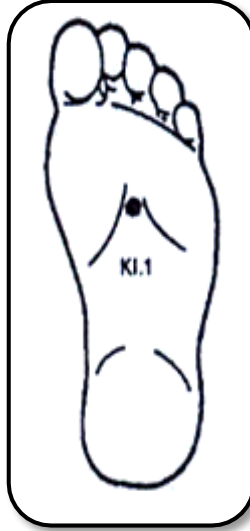
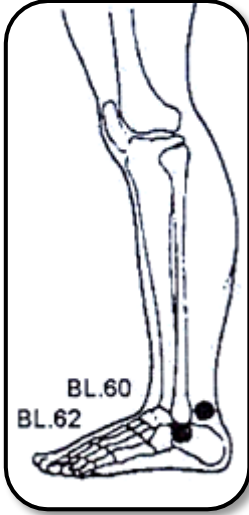
نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

— درد در ناحیه روی پا (نقطه کلیدی)



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)

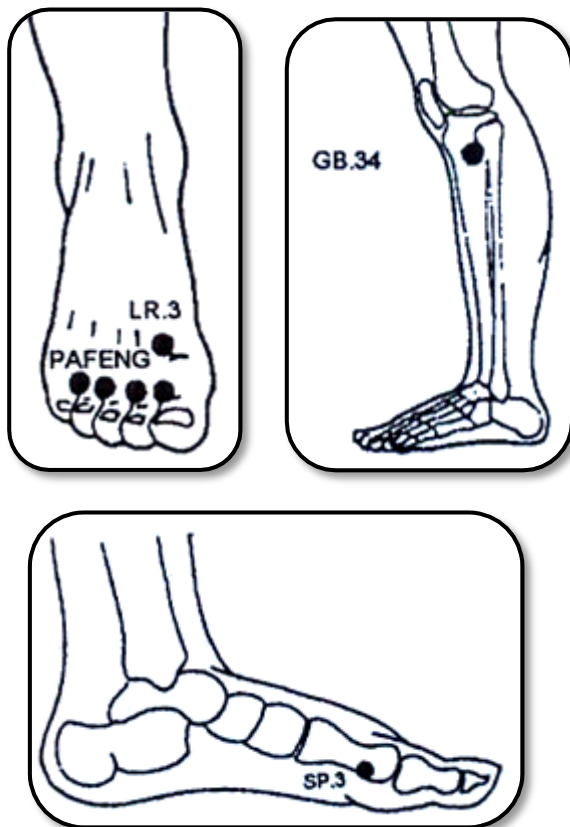
### - کشیدگی قوس کف پا



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)

### – درد استخوانهای کف پا ۲۲۱



## ۳۹- پرش عضلات

## پرش عضلات پاها (موسوی)

پرش پاها که به خصوص شب ها تشدید می شود با زالو درمانی روی پاها نزدیک به انگشتان پا به شکل چشم گیری بهبود می یابد. افزایش صفرای تند که گاه با سودا یا بلغم شور ترکیب شده است و در بافت ها و عروق پا رسوخ نموده و از دفع شدن بازمانده است علت این عارضه می باشد.<sup>۲۲۲</sup>

## ۴۰- دیسک کمر

### الف: معرفی بیماری

دیسک: بالشتک های غضرونی پر از مایع و دارای خاصیت ضربه گیری و مانع از کشش زیاد روی مهره ها است و در بین استخوان های ستون مهره ای قرار دارد که ۹۰٪ قسمت داخلی آن از آب تشکیل شده است.

گاهی با بیرون زدگی این دیسک به علت تصادف، ضربه پا و

.. باعث ایجاد درد به علت فشار روی نسوج عصبی پشت می گذارد.

شایع ترین اختلال دیسک ها مهره های ۴ و ۵ است - پارگی دیسک بین خانم ها شایع تر است و معمولاً سمت چپ قرار دارد درد دیسک معمولاً صبح ها بیشتر است.

### علل زوال دیسک

فشارهای زیاد - صدمات - عفونت - ضعف عضلات - ارثی - تومور مهره ها.

### مضرات

پريدن - كفش تنگ - دویدن - دولا شدن - حمام سرد - وزنه های بیش از یک

کیلوگرم برداشتن - سیگار (مانع اکسیژن رسانی به دیسک می شود) - کار خسته کننده

باد سرد<sup>۲۲۳</sup>

### ب: نسخه ها

دیسک کمر به علت اسپوندیلوز (روازاده) مرد/سن ۲۸ سال / زرین شهر

پرسش: من بیماری اسپوندیلوز دارم (در مهره ۴ کمر) و به خاطر آن دچار دیسک کمر



شدم. می خواستم بدانم درمان آن چیست؟

پاسخ: اسپوندیلوز یعنی در رفتگی. با عکس های رادیولوژی به مطب مراجعه نمایید تا اقدام درمانی برایتان انجام شود.<sup>۲۲۴</sup>

### دیسک (باقری)

مصرف ماست بدون مصلح، ترشی جات غیر طبیعی تولید کارخانجات مثل سرکه، آلبیمو و آبغوره و مصرف بستنی و فالوده صنعتی از جمله مواردی است که باعث دیسک می شود ضمن پرهیز از این موارد اصلاح کامل تغذیه برای درمان دیسک از روش های زیر استفاده کنید.

برای استفاده از داروی زیر ابتدا به حمام رفته بدن - به ویژه موضع دیسک - را کیسه کشیده تا تمیز شود و اما طریقه ی استعمال دارو:

۱- وشا را در گلاب دو آتشه (غلیظ) جوشانیده به مرحله ی خمیر که رسید و نرم شد آن را روی کرباس آب ندیده گذاشته در موضع گذاشته و ببندید و مراقبت های زیر را عملی کنید:

تا مدت ده شبانه روز استراحت مطلق کنید. و موقع خواب پاها را کامل دراز نکنید. فقط برای دستشویی رفتن، آرام آرام حرکت کنید. برای خواندن نماز های واجب نیز از جا بر نخیزید و خم و راست نشوید.

پس از ده روز به حمام رفته آن قدر آب داغ روی کرباس بریزید تا بالاخره نرم شده و به راحتی کنده شود. در غیر این صورت، پوست بدن را می کند.

۲- کشمش کابلی را در هاون کوبیده در کرباس آب ندیده مالیده در موضع ببندید. استراحت مطلق کرده و مراقبت های فوق را عملی کنید.

۲۲۴. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزاده ج ۳ ص ۱۲۶.

۳- کسی که دیسک را عمل کرده به مدت ۳ ماه به دستور العمل درمان پوکی استخوان عمل کند.

### نکته مهم

در ترکیب استخوان ها، طلا، نقره، مس، آهن، برنز و قلع وجود دارد. مواد سمی که با تغذیه های مصنوعی و ناسالم وارد بدن می شود این مواد را از استخوان ها تخلیه می کند. وقتی آلیاژ استخوان ها از بین رفت، استخوان ها نمی توانند به خوبی مقاومت کرده، در نتیجه به هم فشار آورده و ساییده می شوند.

بنابراین مهم ترین عامل پیشگیری و یا درمان دیسک، اصلاح تغذیه است. و باید از تغذیه های مصنوعی و ناسالم به شدت پرهیز کرد<sup>۲۲۵</sup>.

### دیسک کمر صفاوی (بنی هاشمی)

اگر روغن بادام شیرین به کمر بمالند بهتر است.

### دیسک ستون فقرات (خدادادی)

- ستون فقرات بدن انسان از هفت مهره گردنی و ۱۲ مهره ستون فقرات و ۵ مهره کمری تشکیل شده است که مجموعاً کل ستون فقرات ۲۴ مهره دارد؛ این مهره ها توسط لژی به نام مایع بین مهره ای یا دیسکی به هم متصل شده اند. این مایع به مهره ها اجازه حرکت و انعطاف می دهد، حال اگر این مایع دیسکی بیرون زده و به نخاع فشار می آورد.

- درمان این بیماری نیز مانند درمان هایی است که برای بیماری آرتروز بیان شد. زیرا مکانیزم بروز آرتروز و سائیدگی و دیسک کمر مشابه یکدیگر می باشند.

درمان دیسک و سیاتیک (ضیایی)<sup>۲۲۶</sup>

۱. خوردن دم کرده ی سیاهدانه با عسل آویشن یا اسطوخدوس (یک استکان) و ماساژ با روغن سیاهدانه در بین روز ۲. خوردن سیاهدانه با عسل، ۳. گلبرگ های گل لاله ی سرنگون (گل قهرو) را پودر نموده و مخلوط با گلاب طبیعی کنید و هر صبح و شب، با این مخلوط ماساژ ملایم دهید و ضماد نمائید، ۴. هر روز، مخلوط نصف قاشق چایخوری انزروت با یک قاشق مربا خوری روغن بید انجیر (= روغن کرچک) بخورید (ضد درد مفاصل و سیاتیک)

## ۴۱- انحنای ستون فقرات

### انحنای ستون فقرات (روازاده)

زن/سن ۲۳ سال / تهران

پرسش:

من مبتلا به انحنای ستون فقرات هستم. می خواستم بدانم این طب می تواند به من کمک بکند؟ البته دکتر گفته که باید عمل بشوی. اما چون بیماری قلبی دارم ریسک عمل بالاست. لطفا مرا راهنمایی کنید.

پاسخ:

بستگی به میزان انحراف دارد اگر کم باشد ممکن است بشود کمک کرد. با تمام عکس ها و مدارک پزشکی مراجعه نمایید.<sup>۲۲۷</sup>

## ۴۲- سیاتیک = عرق النساء = سیاتالازی

**الف : معرفی بیماریها**

**سیاتیک (عرق النساء)**

سیاتیک نام عصب (رگ) است به قطر انگشت کوچک است که باعث حرکت عضلات سراسر ران، ساق پا و حس در این ناحیه می گردد و اغلب عیب و نقص در یکی از مهره های کمر (نزدیک مهره ۴) باعث فشار روی این عصب و حس درد می شود.

تشخیص سیاتیک: اگر رگ خاصی از پشت پا به طرف پایین تا انگشتان پا درد بگیرد، عصب سیاتیک است ولی اگر درد منتشر شده و تمام پا را درگیر کند، سیاتیک نیست و معمولاً به صورت کمر درد، رگ سیاتیک هم دردناک می شود (پشت پاها درد می گیرد).

**علل**

آسیب کمری - انحراف لگن - کم کاری فوق کلیه (ادیسون) - التهاب عضله به علت عصبی ...

**علائم**

درد یک طرف پا از درد کمر شدید تر است، درد به کف پا یا انگشتان ختم می شود - کرختی و گزگز نوک انگشتان

**مضرات**

چاقی

خواب زیاد

پریدن

سرماخوردگی

عدم تحرک کافی

سرديجات

سرما - باد سرد

جاوشیر

وزنه های سنگین برداشتن

کار سخت یا خسته کننده

اسیدی کننده های خون

کیف پول را در جیب عقب شلوار گذاشتن

بیرون رفتن پس از حمام

تودلی ها (دل، قلوبه، جگر و ...)

فریون<sup>۲۲۸</sup>

**ب: نسخه ها**

**درمان دیسک و سیاتیک (ضیایی)<sup>۲۲۹</sup>**

۱. خوردن دم کرده ی سیاهدانه با عسل آویشن یا اسطوخدوس (یک استکان) و ماساژ با روغن سیاهدانه در بین روز ۲. خوردن سیاهدانه با عسل، ۳. گلبرگ های گل لاله ی سرنگون (گل قهرو) را پودر نموده و مخلوط با گلاب طبیعی کنید و هر صبح و شب، با این مخلوط ماساژ ملایم دهید و ضماد نمائید، ۴. هر روز، مخلوط نصف قاشق

۲۲۸ درمانهای گیاهی

۲۲۹ نسخه های مورد تایید استاد...

چایخوری انزروت با یک قاشق مربا خوری روغن بید انجیر (= روغن کرچک) بخورید (ضد درد مفاصل و سیاتیک)<sup>۲۳۰</sup>

### سیاتیک (خیراندیش)

- مالیدن روغن بادام تلخ به کمر و پاها شب ها قبل از خواب.  
- دو هفته بعد از روغن مالی روی کمر و پاها بادکش گذاشته شود در ۲۱ مرحله یک شب در میان.

- کاهش مصرف سردی ها و مواد سودا زا.  
- مصرف ارده و شیره انگور ۴ وعده در هفته و خوردن روزی سه خوشه انگور و ۷ عدد انجیر شب ها میل شود.

- یک ماه بعد از درمان های ذکر شده یک حجامت عام و دو هفته بعد حجامت کمر و دو هفته بعد از آن حجامت ساق پاها انجام شود.

### سیاتیک (تبریزیان)<sup>۲۳۱</sup>

ناخن های دست و پا را به صورت نامنظم روی مسیر رگ سیاتیک در پایی که دردمی کند ۳ روز ببندید یا پای سیاتیک را با پارچه ای از بالا به پایین محکم ببندید و بعد انگشت کوچک را تیغ بزنید خون کمی .

### سیاتیک (موسوی)

با مصرف جوشانده مخصوص سیاتیک و مسهل عام و سایر درمان های گیاهی هر ۱۵ روز یک بار روی رگ سیاتیک جنب قوزک بیرونی پا هر بار ۱۰ عدد زالو بیاندازید. اگر هر دو پانیز زالو انداخته شود مانعی ندارد آن گاه فاصله زمانی زالوی بعدی ۲۰ تا

۲۳۰ فایل مورد تایید استاد

۲۳۱ کتاب و سخنرانی های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۲۵ روز خواهد بود. تا ۳ مرحله ادامه دهید.<sup>۲۳۲</sup>

### سیاتیک (عرق النساء) (روزاده)

- از علائم این بیماری گز گز شدن سر پا و بی حس شدن آن می باشد.
- مصرف غذاهای گرم و ادویه گرم مثل دارچین و زیره و زنجبیل به صورت مرتب
- علت این بیماری افزایش سودا و رسوب آن در مهره ای کمر می باشد لذا باید از غذاهای سرد مثل ماست و دوغ ترش و ترشیجات پرهیز کرد.

**سیاتیک (روزاده)** / مرد/سن ۶۳ سال/ مجرد/ ۱۶۲ قد/وزن ۶۴ کیلو

سوال: حدود ۳۰ سال است که درد از کمر تا مچ پای چپ در مواقع ایستادن و راه رفتن بعد از ۷ دقیقه شروع و بی تابم می کند و تا ننشینم و یا نخوابم آرام نمی شود و در اسکن نشان داده مهره ها نخاع را فشار می دهد و سیاتیک است چه کار کنم؟

**پاسخ:** برای شما چند مرحله درمان باید صورت گیرد. ممکن است در ادامه نیاز به استفاده از زالو هم باشد در هر صورت علت بیماری معمولاً افزایش سودا و رسوب آن در مهره ها و دیسک های کمر است.

از کلیه غذاهای سرد مثل ماست و دوغ و ترشی پرهیزید. از غذاهای گرم و ادویه گرم مثل دارچین و زیره و زنجبیل مرتباً استفاده کنید.

روزانه یک لیوان خاکشیر گرم و یک لیوان آب هویج میل کنید. فصد به شما کمک زیادی می کند.<sup>۲۳۳</sup>

**سیاتالژی (گزارش درمان)** نام بیمار: آقای ا.م سن: ۸۰ سال

علت مراجعه: کمر درد

۲۳۲ زالودرمانی ص ۸۶

۲۳۳. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزهاده، ج ۲، ص ۵۰.



علائم بیماری: بیمار از سه سال قبل دچار کمر درد شده بود که از کمر شروع شده و به سمت لگن و پای چپ تیر می کشیده است. درد مداوم در ناحیه پا و زانو به حدی بود که در کارهای روزمره بیمار اختلال ایجاد کرده بود. برای بیمار فیزیوتراپی تجویز شده بود که بعد از انجام آن هم چندان بهبودی حاصل نشده بود.

درمان های انجام شده: ۱. سه مرحله حجامت عام - ساکرال و ساقین

۲. استفاده از روغن بادام تلخ و اسانس نعنا به صورت موضعی

سیر درمان: بعد از حجامت ساق پای چپ درد بیمار ۱۰۰٪ بهبود یافت که مجدداً مراجعه نمود هیچ مشکلی نداشت و کاملاً از درمان راضی بود.

پزشک معالج: دکتر محسن زحمتکش<sup>۲۳۴</sup>

### سیاتیک (خدادادی)

- مصرف روزی یک لیوان آب زرشک طبیعی با عسل. از عود بیماری سیاتیک پیشگیری می کند.

- خوردن روزی دو لیوان آب انار و مصرف بیشتر عسل و پرهیز از غذاهای ممنوعه.

### بادکش سیاتیک

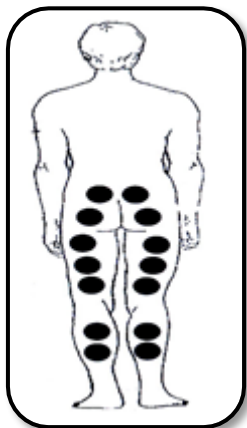
اندیکاسیون ها

- درمان تکمیلی سیاتالژی

- مسکن موقت درد سیاتیک

- جهت بهتر انجام شدن بادکش مسیر سیاتیک از روغن

سیاهدانه و بادام تلخ برای روغن مالی استفاده شود.



## درمان بسیار سریع همه بیماریهای سرد، درمان سیاتیک در ده ثانیه

زنبور درمانی و فصد معجزه میکنند محققین عنایت ویژه به ایندو داشته باشند،

**قانون:** "تعدیل گرمی و سردی و تری و خشکی" بر تمام درمانها حاکم و جاری و لازم است. فقط باید مزاج عضو و بدن را تشخیص دهیم. اگر سیاتیک از غلبه سردی باشد، از نقاط ۱ و ۲ و ۳ و ۴ (روی رگ سیاتیک را در بالای ران و پشت مفصل زانو را روی پایی که سیاتیک دارد) هر کدام یک نیش زنبور عسل بزنید در کمتر از ۱۰ ثانیه رگ سیاتیک در اثر تزریق صفرا، باز می شود. اگر درمان ناقص مانده این ۴ نیش را تکرار کنید. و اگر از غلبه گرمی باشد، با یک فصد، سیاتیک به سرعت و در همان جلسه درمان میشود. تزریق و رساندن صفرا (خوراکی یا زهر یا...) به عضو بیمار حتی میتواند سرطان و همه بیماریهای سرد و مرطوب را، سریع درمان کند و برعکس. یعنی سردیها مرطوبها، درمانگر گرمیها و خشکی هاست. مثلاً بیماری مبتلا به دیسک و درد کمر در اثر نیش اتفاقی عقرب زرد خوب شد. این یک قانون فوق العاده مهم و موثر است. بیش از ۹۰ درصد بیماریها سرد یا مرطوب هستند. حتی در روایات نیز درمان با نیش عقرب تایید شده است. زنبور را داخل یک شیشه کنید و با گیره بردارید. البته اگر به نیش زنبور حساسیت دارید، از این درمان استفاده نکنید. و روز اول فقط یک نیش بزنید، اگر حساسیت نداشت روزهای بعد، هر روز تا ۳ نیش میتوانید بزنید. البته یک روز در میان بزنید. علت اصلی سیاتیک غلظت خون و غلبه ی سودا است. این نسخه روی ده ها بیمار تجربه کرده ایم.

درمان نیش زنبور برای کسانی که حساسیت به نیش زنبور یا غلبه شدید گرمی دارند و بدنشان متورم می شود توصیه نمی شود. البته اگر بدن گرم باشد ولی موضع بیماری سرد باشد میتواند نیش بزنید.

## ۴۳-درد لگن و ران و دنبالچه

### درد و سردی لگن (روازاده)

**پرسش:** خانمی ۲۵ ساله، چند سال است که دچار درد لگن می‌باشد. محل درد بسیار سرد است و با فعالیت زیاد تشدید پیدا می‌کند. دکتر زنان تشخیص عفونت رحم داده است و الان هم باردار می‌باشد. لطفا علت را بیان بفرمایید؟

**پاسخ:** غلبه سردی و تری به بدن می‌باشد. مواد غذایی سرد و تر را نخورید. مواد غذایی گرم و خشک بیشتر بخورید، دم کردنی‌های گرم و به صورت رقیق میل نمایید، با سرنگ ۱۰ سی سی و به آرامی داخل رحم تزریق کنید. با جوشانده مرزنجوش و آویشن آبن در دست کرده و روزانه یک ربع در آن بنشینید.<sup>۲۳۵</sup>

### درد دنبالچه (تبریزیان)<sup>۲۳۶</sup>

خرما و دنبه خوردن و مالیدن و داروی پماد مفاصل مفید است.

### آرتروز لگن (تبریزیان)<sup>۲۳۷</sup>

علت در رفتگی است داروی شیطرج ، پماد مفاصل ، مرکب ۱ مفید است البته بعد از جا انداختن مصرف شوند.

۲۳۵ پرسش‌های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزاده، ج ۱، ص ۹۵

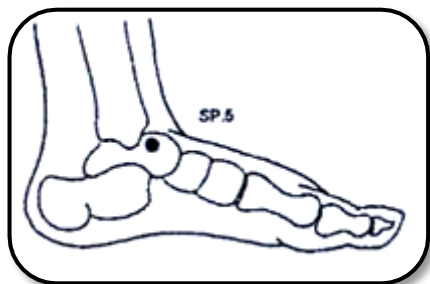
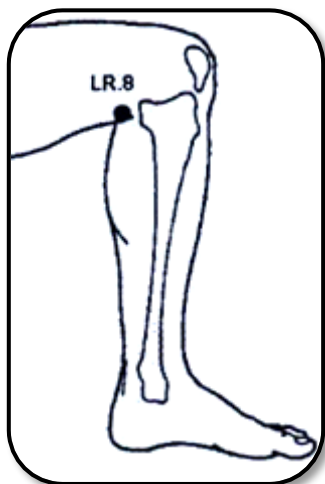
۲۳۶ کتاب و سخنرانی‌های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

۲۳۷ کتاب و سخنرانی‌های استاد - نحوه مصرف داروها در جلد ۱ آمده.

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

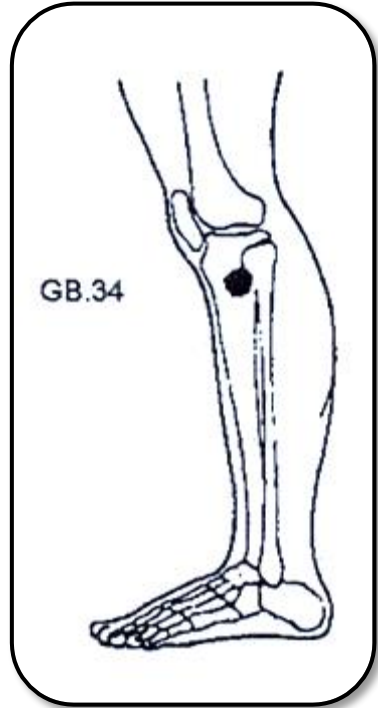
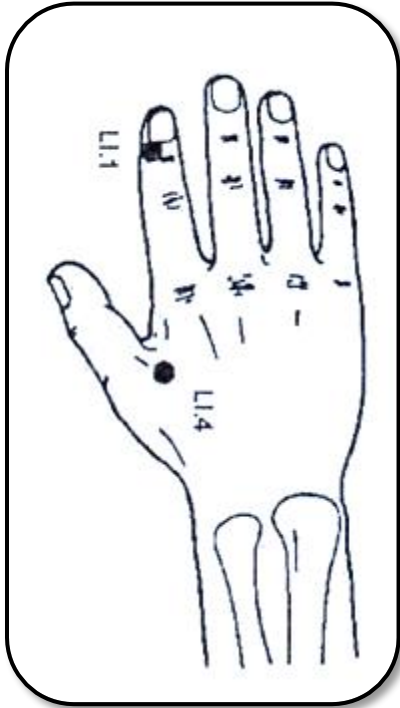
نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

– ناراحتی های کشاله ران<sup>۲۳۸</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)

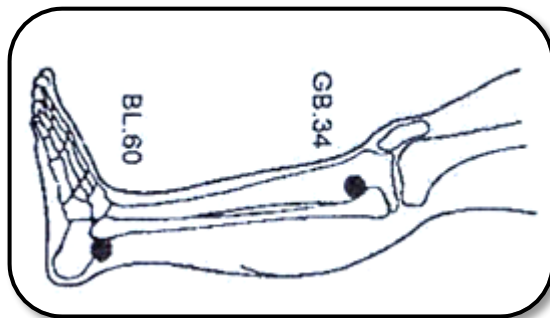
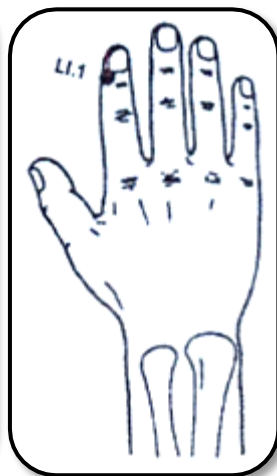
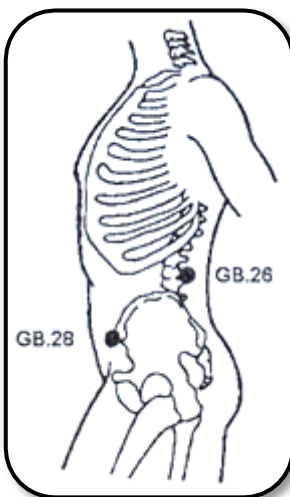
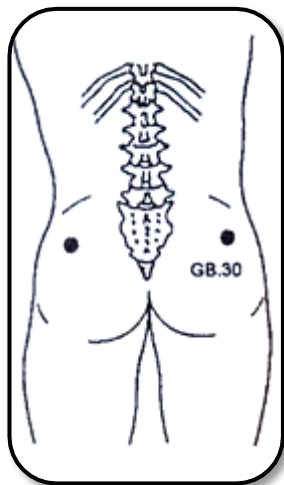
۲۳۹ - ناراحتی های کشاله ران



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

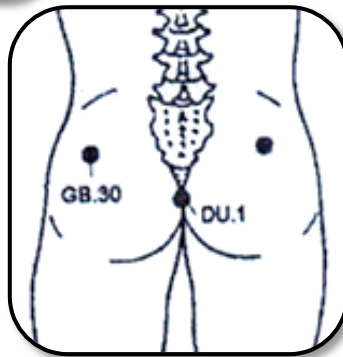
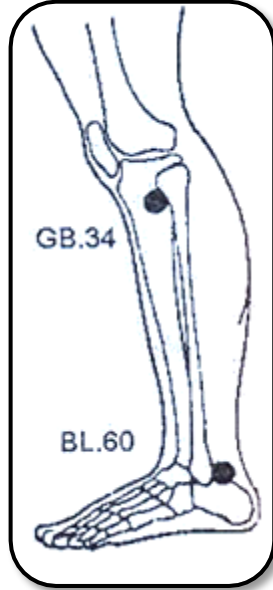
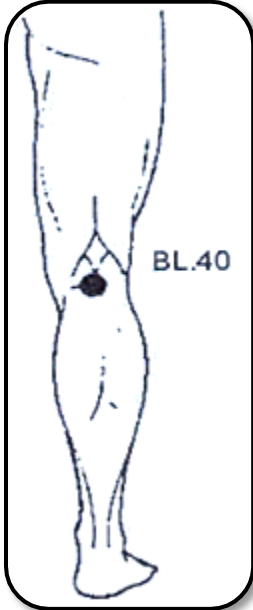
نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

– ناراحتی های مفصل لگن خاصره و استخوان ران پا<sup>۲۴۰</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)

– ناراحتی های دنبالچه<sup>۲۴۱</sup>



## ۴۴- تخریب غضروف

### تخریب غضروف (روازاده)

**پرسش:** بنده به دلیل ضعف در ماهیچه های پا (ران) مشکل تخریب غضروف دارم.

جهت تقویت و ترمیم غضروف چه راهکاری ارایه می فرمایید؟

**پاسخ:** باید تغذیه سالم داشته باشید و روغن کنجد، زیتون یا محلی استفاده کنید و از

روغن های صنعتی به هیچ وجه استفاده نکنید. با ورزش های مناسب عضلات رانتان را

تقویت کنید. آرد سنجد + عرق زیره مصرف کنید<sup>۲۴۲</sup>.



## ۴۵- دیسک گردن

درمانهای مشترک بر همه دیسکها، بر دیسک گردن نیز مفید هستند.

### دیسک گردن (روازاده)

**پرسش:** زنی ۴۹ ساله هشتم با وزن حدود ۵۰ کیلو و مبتلا به دیسک گردن، به طوری که پاهایم قوت حرکت کردن ندارد و پزشکان تشخیص عمل جراحی فوری را داده- اند. لطفا مرا راهنمایی بفرمایید؟

**پاسخ:** از رخ و نیم رخ مهره‌های گردن یک عکس بگیرید و به همراه سوابق پزشکی به مطب مراجعه فرمایید.<sup>۲۴۳</sup>

## ۴۶- کشیدگی عضلات، رباطها و تاندونها و برای افزایش کش آمدن آنها

درمان کشیدگی عضله ی پا(ضیایی)<sup>۲۴۴</sup>

ضماد مخلوط کتان با عسل آویشن

### برای افزایش کشیده شدن عضلات(روازاده)

**پرسش:** چطور می توانیم کشش عضلاتمان را بیشتر کنیم. عضلات پشت و کنار پایم

طوری است که موقع خم شدن انگشتان دستم به بالای مچ پایم نمی رسد؟

**پاسخ:** غذاهای گرم و تر بخورید و از سردیجات پرهیز کنید. روزانه ۲۰ دقیقه ورزش

عضلاتتان را با روغن بادام شیرین چرب کنید<sup>۲۴۵</sup>.

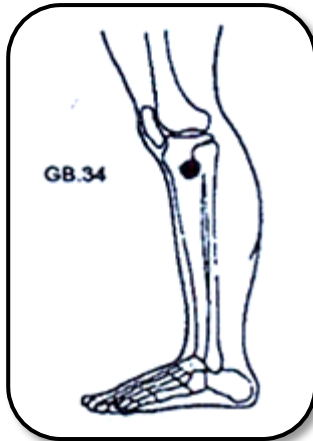
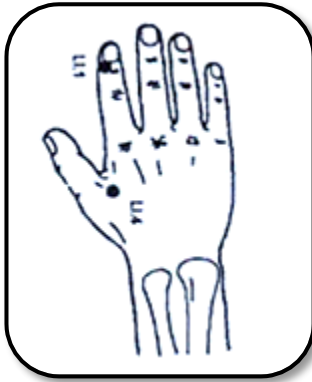
---

۲۴۴ نسخه های مورد تایید استاد...

۲۴۵ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزاده، ج ۱، ص ۱۰۱

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)

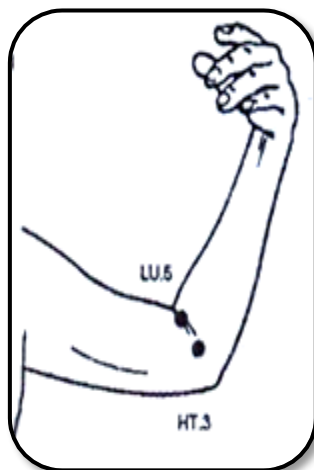
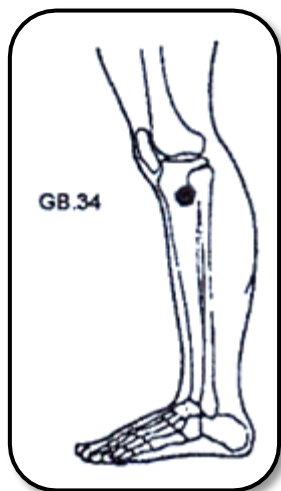
– صدمات کشیدگی عضلانی، رباطها و تاندونها<sup>۲۴۶</sup>



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

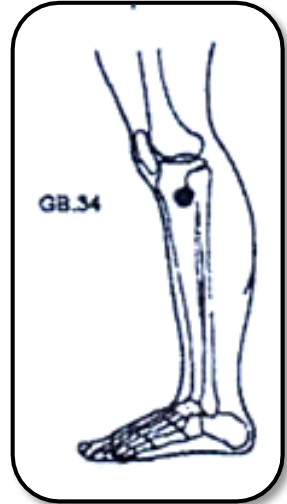
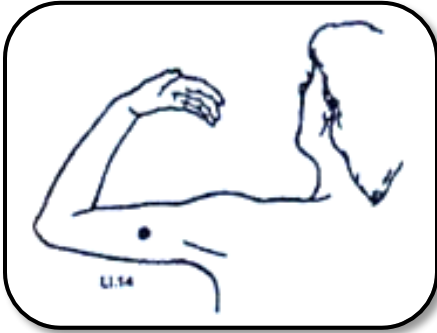
نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

**– کشیدگی تاندون عضله دو سر بازو**



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)

- پارگی رشته های محل اتصال عضله دالی شکل پشت بازو<sup>۲۴۷</sup>



## ۴۷- هایپو ترافی عضلات

### هایپو تروپی عضلات (روازاده)

**پرسش:** برای هایپو تروپی عضلات مچ دست چه راهکاری پیشنهاد می کنید؟

**پاسخ:** باید علت هایپوتروپی معلوم شود که نیاز به شرح حال کاملتری دارد. فعلاً از غذاهای گرم و تر استفاده کنید. مچ دست هایتان را دائماً با روغن بادام شیرین ماساژ بدهید و مراجعه به پزشک طب سنتی بکنید<sup>۲۴۸</sup>.

## ۴۸- خم نشدن انگشتان

## خم نشدن انگشت شصت دست (روازاده)

زن / سن ۴۵ سال / سبزوار

پرسش:

حدود سه ماه است که انگشت شصت دست راستم خم نمی شود و به حالت راست مانده است. به نظر شما مشکل در چیست لطفاً مرا راهنمایی فرمائید؟

پاسخ:

علل مختلفی می تواند مطرح باشد لکن اطلاعات کاملی ارائه نکردید.

اما آنچه می تواند اجمالاً کمک کننده باشد:

سردیجات مصرف نکنید.

روغن بادام تلخ هر روز به شصتتان بمالید.

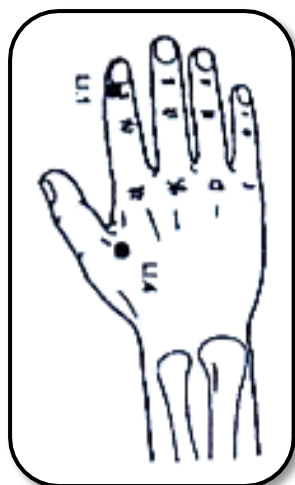
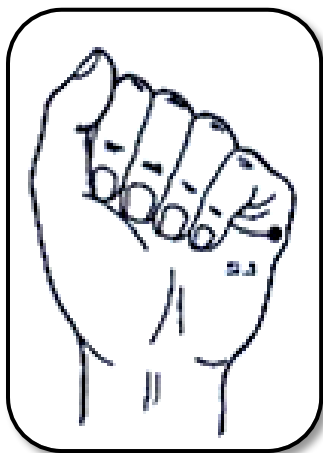
دم کرده زنجبیل روزی یک تا دو استکان میل کنید.<sup>۲۴۹</sup>

۲۴۹. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزاده ج ۳ ص ۱۲۵.

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)

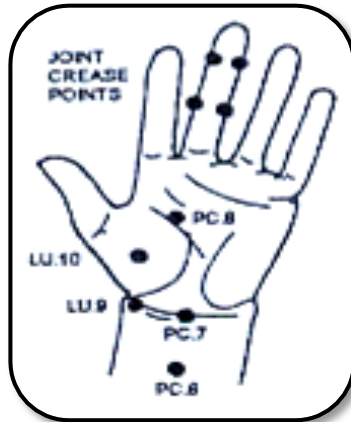
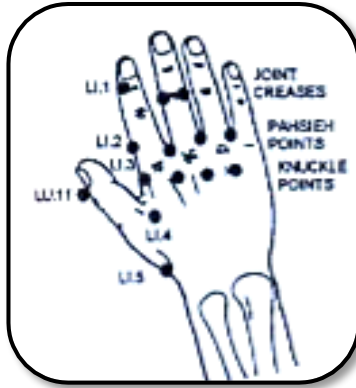
- انگشتان (درد، آرتروز، صدمه، جراحت) ۲۵۰





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)

- انگشت ها (آرتروز، التهاب تاندونها، کشیدگی رباطها)<sup>۲۵۱</sup>



## ۴۹- پارگی مینیسک

### پارگی مینیسک (روازاده)

مالیدن روغن بادام شیرین به محل آن روزی دو مرتبه.

پاکسازی بدن از اخلاط اربعه در صورت افزایش و غلبه آنها.

### پارگی پا (مینیسک) (باقری) ۲۵۲

اگر پارگی پا، استخوانی نباشد با انجام دستورالعمل های زیر بهبودی می یابد:

یک روز پاچه گوسفند، یک روز پاچه شتر و یک روز غضروف گوسفند میل کنید.

اگر درد پا زیاد بود مقداری زعفران و میخک را در شیر سنتی جوشانده با عسل طبیعی،

شیرین کرده همراه با قدری سیاهدانه میل کنید.

### عمل مینیسک و رباط (روازاده) / مرد/سن ۲۳ سال / متاهل / ۱۶۵ قد/وزن ۶۴ کیلو

سوال: در طی بازی های ورزشی حدود ۵ سال پیش (دچار پارگی مینیسک و رباط

شدم) مجبور به عمل جراحی شدم. و الان پای راستم درد می کند و نمی توانم کارهای

سنگین یا سرپایی را تحمل کنم. دکتر خودم میگه از این بهتر نمیشه. آیا این مشکل من

علاجی دارد در طب سنتی یا نه؟ ممنون از الطاف شما. خدا پشت و پناهتان.

**پاسخ:** مشکل شما در طب سنتی قابل درمان است. حتی اگر جراحی نمی کردید شاید

بهتر بود. زانوی شما بایستی مورد بررسی قرار گیرد تا افزایش خلط موجود (صفرا، دم،

سودا و بلغم) در زانو تعیین و پس از آن با داروی مخصوص هر خلط اضافی پاکسازی

شود. فعلا با روغن بادام شیرین روزی ۲ بار زانوی خود را چرب کنید. ۲۵۳

۲۵۲ طب اصولگرای اسلامی صفحه ۱۵۴.

۲۵۳. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزهاده، ج ۲، ص ۴۲.

## ۵۰- خارش استخوان

**ضعف اعصاب و خارش استخوان و کبودی زیر چشم (روازاده)**

پرسش: راه درمان ضعف اعصاب، خارش داخل استخوان و کبودی زیر چشم را بفرمایید؟

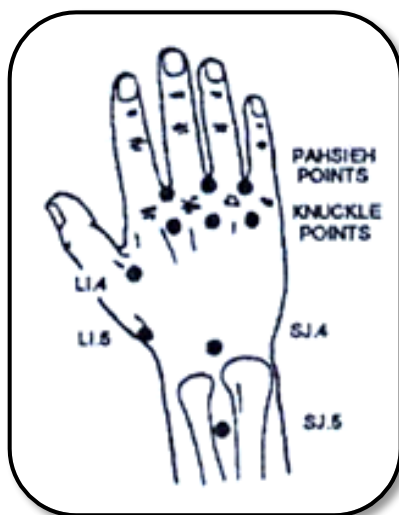
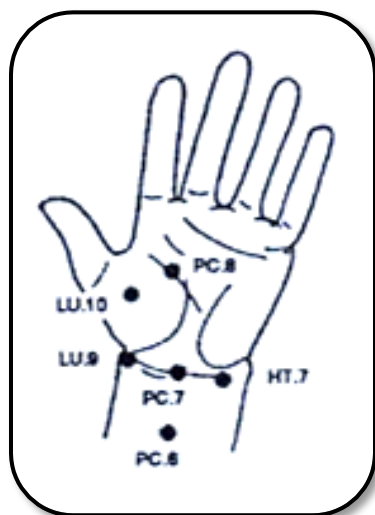
پاسخ: در درمان ضعف اعصاب، دم کرده بادرنجبویه را روزانه بخورید، گلاب را در غذا و نوشیدنی‌ها مصرف کنید، مواد غذایی با طبع سرد و خشک را نخورید، غذاهای گرم و تر بخورید، روغن‌های طبیعی مصرف کنید، از غذاهای خورشتی گوسفندی استفاده کنید و صبح و عصر یک قاشق مربا خوری اسپند بخورید؛ انجام فصد هم لازم است، روزها یک لیوان شربت عرق بهار نارنج و عرق بیدمشک میل کنید.<sup>۲۵۴</sup>

## ۵۱- پیچ خوردگی مفصل مچ دست

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)

– مچ دست (درد، آرتروز، التهاب تاندون)

پیچ خوردگی مفصل مچ دست<sup>۲۵۵</sup>



## فهرست مطالب

- مقدمه ..... ۶
- ۱- پوکی استخوان ..... ۱۲
- ۲- سرطان استخوان ..... ۱۹
- ۳- درد استخوان و مفاصل ..... ۲۰
- ۴- نرمی و انحراف استخوان و مفاصل ..... ۲۷
- ۵- سردی مفاصل و دست و پا ..... ۳۱
- ۶- درمان مشترک همه بیماری مفصلی ..... ۳۳
- ۷- خشکی مفاصل و کمر ..... ۳۵
- ۸- صدای زانو ..... ۳۷
- ۹- تشکیل شبکه پروتئینی در مفصل ..... ۴۰
- ۱۰- ورم، باد و آب آوردگی زانو، پا و مفاصل ..... ۴۱
- ۱۱- کمر دردها ..... ۵۲
- ۱۲- درمان کوتاهی قد و برای تناسب اندام ..... ۶۵
- ۱۴- درد و کوفتگی عضلات (تصادف و ضربه و...) ..... ۷۵
- ۱۵- گرفتگی و سفتی (اسپاسم) و شلی و کوچکی عضلات ..... ۸۳
- ۱۶- اضافه گلوکز ذخیره شده در کبد و عضله ..... ۸۹
- ۱۷- درد و پارگی تاندون بعد از ورزش ..... ۹۰
- ۱۸- قولنج و باد گرفتگی سرتاسری ..... ۹۳
- ۱۹- درد شدید استخوانها (گردن، کتف، مچ دست و پا و...) ..... ۹۴

- ۲۰- درد پهلوی ..... ۱۰۰
- ۲۱- درد وضعف و خستگی و بیقراری پاها ..... ۱۰۲
- ۲۲- درد، آرتروز و ضعف شانه ها ..... ۱۰۹
- ۲۳- کوچکی استخوان ..... ۱۱۴
- ۲۴- شکستگی استخوان ..... ۱۱۵
- ۲۵- رماتیسم ..... ۱۱۸
- ۲۶- التهاب مفصل یا ارتريت ..... ۱۲۸
- ۲۷- تنگی کانال نخاع ..... ۱۳۹
- ۲۸- چسبندگی مهره ها و مفاصل ..... ۱۴۰
- ۲۹- کمبود مایع مفصلی ..... ۱۴۱
- ۳۰- درد و آرتروز گردن ..... ۱۴۲
- ۳۱- غده چرکین گردن ..... ۱۵۱
- ۳۲- آرتروز زانو ..... ۱۵۲
- ۳۳- درمان مشترک آرتروز ها ..... ۱۵۸
- ۳۴- پای ایکسی (ضربدري) ..... ۱۶۳
- ۳۵- خار پاشنه ..... ۱۶۴
- ۳۶- ضعف عضلات (ديستروفی) ..... ۱۶۷
- ۳۷- سرد شدن عضلات و اعضاء ..... ۱۶۹
- ۳۸- گرمی ، درد ، کشیدگی و سوزش کف پا و روی پا ..... ۱۷۰
- ۳۹- پرش عضلات ..... ۱۷۵
- ۴۰- دیسک کمر ..... ۱۷۶

- ۴۱- انحنای ستون فقرات ..... ۱۸۰
- ۴۲- سیاتیک = عرق النساء = سیاتالازی ..... ۱۸۱
- ۴۳- درد لگن و ران و دنبالچه ..... ۱۸۷
- ۴۴- تخریب غضروف ..... ۱۹۲
- ۴۵- دیسک گردن ..... ۱۹۳
- ۴۶- کشیدگی عضلات، رباطها و تاندونها و برای افزایش کش آمدن آنها ..... ۱۹۴
- ۴۷- هایپو ترافی عضلات ..... ۱۹۸
- ۴۸- خم نشدن انگشتان ..... ۱۹۹
- ۴۹- پارگی مینیسک ..... ۲۰۲
- ۵۰- خارش استخوان ..... ۲۰۳
- ۵۱- پیچ خوردگی مفصل مچ دست ..... ۲۰۴

## 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 الائمه 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 غ
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 منصوری، 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 زینبند خدائی، سنتر نگاران نور، چاپ ۶، ۱۳۸۸؛
۲۶. طب النبی (ص) و الصادق (ع)، اثر ابوالعباس مستغفری نشر مؤمنین چاپ ۴، ۱۳۸۵؛
۲۷. خلاصه ۱۵ روز تا سلامتی، اثر جمشید خدادادی، نشر شهر، چاپ ۴، ۱۳۹۱؛
۲۸. طب الأئمه علیهم السلام، ترجمه دکتر حسین صابری، نشر عروج اندیشه، چاپ ۱۳، ۱۳۹۰؛
۲۹. آشنایی با زالودرمانی، اثر محمود حبیب الهی و... نشر ابتکار دانش، چاپ ۱، ۱۳۹۱؛
۳۰. معجزه نگین اثر علیرضا اسداللهی فرد، نشر صبح پیروزی، چاپ ۵، ۱۳۸۹؛
۳۱. مائده صالح؛
۳۲. تغذیه در طب اسلامی ایران؛
۳۳. چند سایت اینترنتی؛

۳۴. آموزه‌های شفاهی و حضوری و کتبی اساتید و محققین طب مانند استاد خیر اندیش، روازاده، آل اسحاق، حکیم و شاگرد ایشان یکتا، آبیاری، الهی، گوارا، درخشان پور و...؛
۳۵. خلاصه قانون در طب؛
۳۶. کتاب رازی؛
۳۷. طبع و مزاج؛
۳۸. طب ایرانی اسلامی؛
۳۹. نرم‌افزار آموزش طب حقیقت نجات؛
۴۰. دوره ۲۰ جلدی آموزش مقدمات طب استاد روازاده؛
۴۱. کتاب‌های زبان خوراکی‌ها 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 بیماری‌های زنان و زایمان، سید محمد موسوی، انتشارات زعیم، چاپ اول ۱۳۹۰
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. رمزو 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، رایین هیفیلد و سوهاکی ترجمه: جواد ثابت نژاد، انتشارات آراد، 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 طیب، چاپ اول ۱۳۸۱
۵۷. اعجاز زهر زنبور عسل در درمان بیماری ها، 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 حسینماتولیل 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، سیدجواد سعادت‌مند، 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 سفیر اردهال، چاپ  
دهم ۱۳۹۲
۶۷. معجزات درمانی عسل و انگبین‌ها، 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. پرسش‌های شما و پاسخ‌های دکتر وازاده، موسسه فرهنگی هنری اندیشه  
صواب، چاپ هشتم
۷۶. رساله ذهبیه، دکتر محمد دریایی، انتشارات سفیر اردهال، چاپ پنجم ۱۳۹۱
۷۷. چگونه غذای ما دوای 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 کد پستی 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 کد پستی 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

کد پستی: ۳۷۱۷۷۵۹۵۸۴

## "مطلب بسیار مهم زیر را حتماً مطالعه نمایید"

### فرصتی 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.**