

درمان ناباروری

– اگر چه اکنون ۶۰ مرکز ناباروری در ایران است و ایران قُطبِ نمونه در درمان‌های نوین ناباروری در خاورمیانه می‌باشد اما در سال‌های اخیر میزان ناباروری در ایران زیاد شده و ضریب ناباروری در آقایان بیشتر از زنان شده است.

علل ایجاد ناباروری در زن و مرد

۱. خوردن کافور، ۲. خوردن شیرخشک، ۳. خوردن نخودفرنگی، ۴. خوردن میوهٔ غازیاقی، ۵. پرتوهای اُتمی (نظیر سی تی اسکن، ام‌اِ ار آی، پِت) و سونوگرافی و اشعهٔ یونیزان (مانند اشعهٔ X، گاما و...)، ۶. خوردن میوهٔ سبز نارسِ آنبه و تُرشی آن و مغز هستهٔ آن، ۷. گوشت پرستو، ۸. کمبود فلز روی در بدن؛ زیرا باروری و بارداری تابع وجود روی در بدن است، فعال نبودن بیضه‌ها، و کم بودن اسپرم در آقایان، و فعال نبودن تخمدان‌ها در خانم‌ها می‌تواند به علت کمبود روی در بدن باشد و در نهایت منجر به ناباروری شود، ۹. سنگ دانه (دانه سنگی = سنگ سبویه = قُلب)، ۱۰. مصرف دخانیات (از جمله سیگار)، مواد آفیونی، قرص‌های روان برگردان، ۱۱. سموم شیمیائی و ضد آفات شیمیائی، ۱۲. قرص‌های شیمیائی ضد بارداری و آمپول‌های ضد بارداری، ۱۳. بستن لولهٔ دفران در مردان و بستن لولهٔ رحمی در زنان، ۱۴. سه مادهٔ شیمیائی و خطرناکِ تولوئن، فرمالدهید و دی بوتیل فتالات که در لاک‌های شیمیائی ناخن بکار می‌رود (علاوه بر بیماری‌های چشمی و ریوی، باعث ناباروری می‌شود؛ زیرا سیستم اعصاب مرکزی را به شدت تحت تأثیر قرار می‌دهد) و همچنین لوازم آرایشی شیمیائی، ژل لب، کرم ضد آفتاب، مرطوب کننده‌ها، اسپری‌های مو، شامپوها و دیگر مواد دارای فتالات‌ها (یک استروژن محیطی یا مختل کننده آندو کرینی) هستند که باعث اختلالاتی در هورمون‌های تولید مثل طبیعی بدن می‌شوند که خطر ناباروری را بدنبال دارد، ۱۵. رنگ‌های شیمیائی، ۱۶. سرب، ۱۷. دی سولفید کربن، ۱۸. داروهای ضد سرطان، ۱۹. بلند کردن اجسام سخت و سنگین، ۲۰. ایستادن‌های طولانی مدّت و نشستن‌های طولانی مدّت، ۲۱. گرمای شدید، ۲۲. اکسید اتیلن، ۲۳. آلودگی زیاد هوا به گرد و غبار، دوده، سرب، گاز کربنیک و مونوکسید کربن (علاوه بر بیماری‌های ریوی، قلبی و فشارخون، باعث ناباروری زنان و عقیمی مردان می‌شود و همچنین باعث کاهش ضریب هوشی جنین و سقط جنین می‌شود؛ لذا در پیک بار ترافیکی شهری یعنی حدود یک ساعت مانده به ظهر و مغرب تا دو ساعت بعد از آن‌ها، نباشید).

علل ایجاد نطفه ضعیف در زنان و مردان

۱. قندهای شیمیائی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و...)، ۲. اسانس های شیمیائی (آبمیوه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و...)، ۳. ترانس چربی بالا (روغن جامد، میوه موز، غذاهای پُرچرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، کله پاچه، جگرسیاه، سرخ کردنی، تف دادنی، بودادنی، ته دیگ)، ۴. کافئین زیاد (چای مانده، چای پُررنگ، کاکائو، شکلات، قهوه، نسکافه)، ۵. کنسروها، ۶. کمپوت ها، ۷. پر خوری و کم تحرکی، ۸. غذای مانده، ۹. فست فودها (سوسیس، کالباس، همبرگر، پیتزا، مرغ کتاک)، ۱۰. استرس شدید، ۱۱. وانیل گیاهی (تا چه برسد به وانیل شیمیایی)، ۱۲. فرآورده های صنعتی با افزودنی های مجاز و مواد نگه دارنده (هم باعث بلوغ زودرس در دختران و پسران می شود و هم عقیمی می آورد).

علل ایجاد ناباروری در زنان

۱. کیست تخمدان، ۲. تخمدان پُلی کیستیک، ۳. فیبروم، ۴. چسبندگی لوله رحم (باید دانست چشُم گونه قیچ تیره اسفند، یک داروی ضد بارداری است که چسبندگی لوله رحمی می آورد گرچه بعضی ها برای درمان چاقی تجویز می کنند)، ۵. ناراحتی دهانه رحم، ۶. سرطان دهانه رحم، ۷. سرطان رحم، ۸. قرص ضد حاملگی، ۹. بستن لوله رحم، ۱۰. کاهش هورمون جنسی زنانه، استروژن و پروژسترون، ۱۱. خستگی جنسی شدید، ۱۲. تخمدان گم کار، ۱۳. طول عمر کوتاه تخمک، ۱۴. تخمک نارس، ۱۵. عفونت های مجاری ادراری و دستگاه تناسلی، ۱۶. سرطان تخمدان، ۱۷. پُرئولاکتین بالا، ۱۸. اضافه وزن و چاقی مفرط، ۱۹. رحم دوشاخه، ۲۰. زخم دهانه رحمی که عفونت رحمی بیاورد، ۲۱. رحم هیپوپلاستیک (یعنی کوچکی بیش از اندازه رحم)، ۲۲. در هفته اول بعد از زفاف (عروسی): خوردن سرکه، شیر، گشنیز و سیب ترش، عقیمی در زنان می آورد (در روایات شیعه آمده)، ۲۳. کیست عفونی لگن، ۲۴. عفونت ناشی از جراحی های لگنی، ۲۵. عفونت نفاسی، ۲۶. آندومتریوز، ۲۷. چسبندگی داخل رحمی مثلاً سندروم آشرمن، ۲۸. داروهای ضد عفونت، ۲۹. خوردن گل میخک (یعنی در صورتیکه بعد از گذشت پنج روز از پاکی قاعدگی، روزی یک عدد بخورد)، ۳۰. نروک (= نروک پلنگ)، ۳۱. خوردن تخم کتان بمدت ۲۵ تا ۳۰ روز، ۳۲. ازدیاد سن، ۳۳. ازدواج دیر هنگام، ۳۴. جلوگیری از حاملگی بیش از سه سال.

درمان تخمدان ضعیف/درمان تخمک ضعیف/درمان طول عمر کوتاه تخمک/درمان کیست

۱. هر روز ۷ برگ کاسنی یا یک قاشق مربا خوری پودر کاسنی یا یک استکان عرق طبیعی کاسنی بخورد.

۲. مخلوط پودر ریشه گیاه ثعلب + زعفران + مُشکِ نافِ آهو، به مقدار یک نخود قبل از جماع در مهبل قرار دهد.
۳. باقلای هندی سائیده شده را با شیر انسان (شیر زن بیچه شیرده) مخلوط کند و قبل از جماع، بمقدار یک قاشق چایخوری در مهبل قرار دهد.
۴. کاهو بدون سُس و سبزی تره (همراه با ناهار)
۵. کرفس و تره فرنگی (همراه با شام)
۶. از مخلوط شیر خرما و شیر انگور و مغز گردو، زنِ نازای کم خون، هر صبح ناشتا یک قاشق غذا خوری بخورد.
۷. مصرف شیر چغندر باروری را افزایش می دهد (هر هشت ساعت، یک قاشق غذاخوری مصرف شود).
۸. خوردن کاهو (بدون سُس) به همراه ناهار و شام، باعث آمادگی رحم برای باروری می شود.
۹. اگر زن عقیم بعد از پاک شدن از حیض، ساییده شده آبنوس را به مدت هفت روز، روزی یک قاشق چای خوری با آب و عسل بخورد و بعد از آن جماع کند به إذن خدا حامله می گردد.
۱۰. هر ماه در دوران قاعدگی، مربای میوه آمله را هر روز بخورد.
۱۱. اگر زن هر روز یک عدد انار تَرش بخورد، خون و سایر مایعات بدنش قلیایی می شود و کروموزوم های پسرزا باقی می مانند؛ لذا احتمال پسر دار شدن در او بالا می رود.
۱۲. برای افزایش وزن تخمدان و بالا بردن هورمون استروژن و پروژسترون، روزی یک قاشق چای خوری دانه گرده تلقیح خرما بخورید.
۱۳. درمان کیست: صبح ها یک قاشق چای خوری پودر گل اُستوخُدّوس در یک لیوان آبجوش ولرم مخلوط کرده و میل کند.
۱۴. درمان پرولاکتین بالا: الف. صبح: یک قاشق چای خوری زنیان با عسل بخورد، عصر: یک استکان جوشانده برگ گردو با عسل بخورد.
۱۵. قرص شیمیایی کلومیفن (با تجویز پزشک مصرف شود)
۱۶. اگر خانمی چاق است (مثلاً ۲۰ کیلو اضافه وزن دارد) و همچنین دیابت (بیماری قند) نیز دارد بایستی قرص شیمیائی متفورمین بخورد (با تجویز پزشک مصرف شود).

علل ناباروری در مردان :

۱. واریکوسل (واریس وریدی بیضه)
۲. هیدروسل (تجمع مایع اضافی بین بیضه و پوسته آن)

۳. عفونت‌های مجاری ادراری و دستگاه تناسلی، عفونت مَنثَرِیت، بیماری اُوریون در سَنِّ مَمِیْزِی و بلوغ
۴. ضربه، تصادف، سقوط.
۵. جَرّاحی.
۶. مصرف داروهای هِمُوثرَایی.
۷. رانندگی طولانی.
۸. کار زیاد با اینترنت.
۹. موبایل‌ها (تلفن همراه).
۱۰. بستن لولۀ دِفِران.
۱۱. عدم نزول بیضه از شکم به داخل کیسه بیضه.
۱۲. کاهش شدید هورمون مردانۀ تستوسترون.
۱۳. حَمّام‌های سونا (خشک و مرطوب)، جَکوزی و استخر آب سرد تَگِرِی ۱۴. تَهِیَّۀ غذا و خوردن غذا در ظروف آلومینیومی.
۱۵. لباس‌های تنگ، شلوارهای تنگ، شلوارک‌های تنگ، شورت‌های تنگ، (لباس‌های تنگ و چسبیده به بدن، ناراحتی‌های قلبی و ناباروری می‌آورد).
۱۶. اگر مرد رازیانه یا گشنیز یا نخود فرنگی یا سویا بخورد کاهش وضعیّت نیروی جنسی و کاهش اِسپرم می‌آورد.
۱۷. گل نیلوفر آبی و تخم و ریشۀ آن (برای مردان ضرر دارد، مخصوصاً برای سرد مزاجان و بلغمی مزاجان).
۱۸. هستۀ انگور، روغن هستۀ انگور (باعث کاهش اسپرم و باعث کاهش تولید اسپرم، و باعث کاهش حرکت اسپرم می‌شود).
۱۹. کرچک و روغن کرچک (باعث کاهش معنادار اسپرم و هورمون‌های جنسی مردانه می‌شود).
۲۰. مصرف شاه‌دانه.
۲۱. زیاده روی در مصرف سبزی شوید (باعث کاهش اسپرم، ضعف نور چشم و سستی زانو‌ها می‌شود).

درمان ناباروری مردان:

۱. درمان ضعف اسپرم در هنگام لقاح، درمان ضعف جهش اسپرم و درمان بیضه کم کار: خوردن غذای تازه، مصرف کاسنی بصورت هفت برگ سبزی تازه کاسنی یا یک قاشق مرباخوری پودر کاسنی یا یک استکان عرق طبیعی کاسنی
۲. درمان کمبود اسپرم سالم و ازدیاد فرزند پسر: تخم مرغ + پیاز سفید + روغن زیتون = خاگینه [در روایات شیعه آمده مانند بحار ج ۶۶] (سه روز در هفته، این مخلوط را با حرارت متوسط بپزد و ظهرها نهار بخورد)، و خورشت کدو (از جمله کدو تنبل) شام بخورد.
۳. درمان اسپرم صفر (اگر بیماری زمینه‌ای ندارد): یک قاشق مرباخوری پودر ثعلب (پیاز گل آرکیده، قُلوه ای و پَنجه ای) در نیم کیلو روغن زیتون مخلوط شود، و هر روز از این مخلوط یک قاشق مرباخوری بخورد (توجه: ثعلب سمی است؛ لذا زیاده روی در مصرف نشود).
۴. تولید اسپرم سالم و تقویت نیروی جنسی شوهر: هر روز نصف قاشق چای خوری (دو گرم) پودر گندُر خوراکی مرغوب را با یک عدد زرده تخم مرغ سالم و یک قاشق غذا خوری عسل طبیعی آویشن مخلوط کند و بخورد. و هر روز ۱۴ عدد مغز خام بادام شیرین درختی میل کند.
۵. برای ازدیاد مایع منی: در بین روز و عصرانه ۷ الی ۱۴ عدد میوه رسیده زیتون خوراکی مرغوب سفت شفاف بخورد و به همراه نهار و شام، یک قاشق غذاخوری روغن زیتون خوراکی طبیعی میل گردد (در روایات شیعه آمده).
۶. درمان کوچکی بیضه: هر روز یک قاشق چای خوری پودر شکوفه خرما (طلع) بخورد و عطر طلع یا وُرد طائف به خود بزند. به همراه غذا یک عدد پیاز قرمز بخورد.
۷. درمان تغییر آب کمر: صبح ناشتا میوه به رسیده شیرین معطر بدون پُرز بخورد، صبحانه یک لیوان شیر تازه دوشیده شده گاو سالم مخلوط با یک قاشق غذاخوری عسل طبیعی (در روایات شیعه آمده).
۸. یک قاشق مرباخوری قرطم یا تخم گلزننگ مقوی نیروی جنسی شوهر و زیاد کننده اسپرم شوهر و درخشان کننده رنگ رخسار است.
۹. عصرانه: یک قاشق مرباخوری تخم هویج زرد (زردک) میل شود و شب قبل از خواب یک قاشق مرباخوری تخم کرفس میل شود.
۱۰. برای افزایش تعداد اسپرم و کیفیت اسپرم و ازدیاد زنده‌مانی اسپرم: هرروز عصاره خارخسک بخورد سپس یک قاشق چایخوری روغن بادام شیرین بخورد
۱۱. در بین روز انار شیرین یا رُب طبیعی آن میل شود.
۱۲. برای درمان کم تحرکی اسپرم، یک دوره قرص ویتامین E مصرف شود (با تجویز پزشک متخصص)

توجه: رژیم غذایی سرشار از سبزیجات و فیبر گیاهی، میوهجات، لبنیات کمچرب، پروتئین حیوانی (گوسفند، میگو، ماهی سفید یا قزلآلا، که بعد از خوردن ماهی عسل طبیعی خورده شود)، غلات سبوسدار و حبوبات، کیفیت نطفه را بسیار خوب قرار می‌دهد.

توضیح: از سه ماه قبل از اقدام به بچه دار شدن، والدین به غذایشان توجه کنند:

۱- مصرف مواد غذایی حاوی آنتی اکسیدان، روی، اسید فولیک را در اولویت قرار دهند
 ۲- مصرف مواد غذایی حاوی ویتامین C و E از نقص اسپرم جلوگیری کرده، تحرک اسپرم را افزایش می‌دهد و از میزان استرس می‌کاهد، لذا مصرف پرتقال (دارای ویتامین C)، مغزخام بادام شیرین درختی، گردو با پنیر در شب، کنجد با عسل در روز (بهترین تأمین کننده‌های ویتامین E) مفید است

۳- وجود ویتامین E به همراه ویتامین A، B و منیزیم، برای تولید سلول تخم ضروری است.

۴- در بین ریز مغذی‌ها «روی» از همه مهمتر است؛ زیرا «روی» با حفظ ترکیبات ژنتیکی اسپرم و تولید انرژی لازم برای فعالیت آن، نقش مهمی در باروری دارد، منابع سرشار از «روی» گوشت ران گوسفند، ذراع گوسفند، لوبیا چیتی، ران مرغ و بوقلمون بدون پوست (برای زنان)، ران خروس بدون پوست و گوشت بلدرچین (برای مردان)، لبنیات کمچرب، ماهی سفید و ماهی قزلآلا (بعد از خوردن ماهی، خرما یا عسل طبیعی بخورید)، میگو و...

۵- سلنیوم موجود در میگو، ماهی (ماهی سفید، ماهی قزلآلا)، گوشت گوسفندی کمچرب، می‌تواند از آثار تخریب کننده رادیکال‌های آزاد بر اسپرم‌ها جلوگیری نموده و تحرک اسپرم‌ها را زیاد کند.

۶- خوردن گندُر مرغوب (ابیض یا دَکَر) از یکی دو ماه قبل از حاملگی تا یکی دو ماه بعد از حاملگی به مقدار روزانه یک نخود، سبب زیبایی، ذکاوت، حافظه قوی و هوش بالای فرزند می‌شود.

درمان بعضی از بیماری‌هایی که باعث ناباروری مردان می‌شود:

۱. درمان هیدروسل: الف. ضماد کوبیده برگ خسّاس (=برگ مُسْتَحِیّه= برگ خسّاسه= برگ قارکون) روی بیضه گذارید، ب. ضماد آرد جو سبوسدار روی محل ورم بیضه گذاشته، ج. زالو درمانی.
۲. درمان عفونت مجاری ادراری و دستگاه تناسلی: روزی یک تا سه لیوان آب انگور تازه بنوشد.
۳. درمان عفونت مَنَژِیت: مخلوط آب سیب رسیده شیرین با عسل طبیعی.
۴. درمان بیماری اُریون: استراحت، مصرف لیمو شیرین.

واریکوسل (واریس وریدی بیضه):

واریکوسل از بیماری‌های برگشت پذیر است.

علل بیماری واریکوسل: ۱- غلظت خون، ۲- گردش خون ضعیف، ۳- شورت تنگ، ۴- شلوار تنگ، ۵- گذاشتن تلفن همراه (موبایل) در جیب شلوار یا کنار کمر، ۶- ضربه، ۷- تصادف، ۸- سقوط، ۹- مصرف داروهای هِمُوتُرَایی، ۱۰- حَمَام‌های سُونا (خشک و مرطوب)، جکوزی و استخر آب سرد تگری.

درمان: واریکوسل خفیف و متوسط با زالو درمانی برطرف می‌شود (زالوی طبّی را پائین و بالای بیضه، روی رگ وریدی بمدّت ۲۰ دقیقه گذارد)، ولی واریکوسل شدید جَرّاحی لازم دارد (توسط متخصص اورولوژی، یا متخصص دستگاه تناسلی).

درمان مُول = بچه خُوره = اَنگورک:

۱- یک استکان جوشانده گَزَنه خشک خورده و پس از آن هفت عدد خرما بخورید، ۲- یک خوشه انگور، یک لیوان آب انگور طبیعی تازه، یک قاشق غذاخوری شیرۀ انگور.

برای چند قلوئی داشتن:

۱- مصرف تخم مرغ رسمی دو زرده با پیاز سفید و روغن زیتون خوارکی پرسی از فشار اوّل سرد، ۲- میوه یام غیر سمّی ((Yam, 3- سیب زمینی شیرین (که در منطقه سیستان کاشته‌اند)، ۴- دمکرده برگ سنجد (در کُتب قدیمی آمده) تعیین جنسیت فرزند:

برای دختردار شدن: ۱- پنبه طبیعی آغشته به سرکه طبیعی سیب را نیم ساعت قبل از مجامعت به داخل مهبل و واژن گذارید و در آورید، ۲- سه روز قبل از تخمک گذاری همسر، شوهر مقاربت نکند، ۳- همسر بعد از انزال شوهر به حدّ انزال برسد، ۴- شوهر دخول عمیق نداشته باشد (نصف آلت یا یک سوم آلت کافیت)، ۵- امام صادق ۷ فرموده: وضعیّت همسر به پشت خوابیده و وضعیّت شوهر به پهلو چپ خوابیده (بهترین مُدل مجامعت صحیح، در طَبّ الصّادق ۷ آمده)، ۶- تا قبل از حاملگی همسر روزی یک قاشق چای خوری دمکرده رازیانه بخورد، ناهار غدّسی یا گوشت گوسفند (آبگوشتی یا کبابی) بخورد، و به همراه ناهار و شام زن و شوهر لیمو شیرین بخورند، ۷- از دو هفته قبل از مجامعت زن و شوهر از منابع کلسیم و منیزیم استفاده کنند، مانند: صبح ناشتا: هر یک از زن و شوهر ۲۱ عدد مویز بدون هسته بخورند، صبحانه: شیر تازه گاو به همراه عسل گون، در ابتدای غذا خوردن زن و شوهر نوک قاشق چای خوری سرکه طبیعی انگور عسکری بخورند، به همراه غذا: سوپ (دارای هویج زرد = زردک)، پرتقال شیرین، بعنوان ریز مغذی ها و واحدهای غذائی در بین روز و عصرانه: مخلوط عسل طبیعی با میوه عَناب رسیده، خیار چنبر، آناناس، هلو، گیلان، زردآلو، برگه هلو، برگه زردآلو (بدون گوگرد)،

مغز خام بادام درختی شیرین. شوهر گُل سنجد یا عطر سنجد بو کند، همسر گُل سرخ آتشی (تی رُز) یا عطر تی رُز بو کند، زن و شوهر بُخارِیز لَبُو بخورند.

برای پسر دار شدن:

۱- همسر هر روز عصرانه یک عدد انار تُرش با پرده نازک روی دانه‌ها بخورد، ۲- یک روز درمیان شوهر، خاگینه بخورد (یعنی مخلوط دو عدد تخم مرغ + پیاز سفید رنده شده + روغن زیتون خوراکی مرغوب، را با حرارت متوسط بپزید و بخورید، فرموده امام صادق (۷)، ۳- زمان مجامعت بایستی نزدیکترین زمان به زمان تخمک گذاری باشد، ۴- همسر زودتر از شوهر بایستی به حُدّ انزال برسد (لذا شوهر به فرمایش امام رضا ۷ در آخر رساله ذهبیه عمل کند)، ۵- هفته‌ای یکبار مجامعت داشته باشید و دخول شوهر عمیق باشد (شب دوشنبه یا شب سه شنبه یا شب پنج شنبه یا شب جمعه)، تذکر: سَحَر قبل از اذان صبح باشد بهتر است، توجه: شب اول ماه، شب نیمه ماه، شب آخر ماه قمری نباشد، ۶- در اول و آخر غذاها نمک خوراکی (پودر سنگ نمک، یا نمک دریا) مصرف کنید. توجه: در شبانه روز بیشتر از ۴ گرم نمک نخورید، ۷- در جیره غذایی شما زن و شوهر موادّ دارای پتاسیم، سدیم و فسفر باشد، مانند: حلوا خرمائی (مخلوط ارده با خرما)، سبزی کاسنی، کاهو (بدون سُس) با سکنجبین، سبزی جعفری، میگو، خاویار، طلع (شکوفه خرما) یا گرد لقاخ خرما، صبح‌ها زن و شوهر (مخصوصاً شوهر) عسل طبیعی آویشن یا عسل طبیعی کوهی مخلوط با شیر تازه گاو کم چرب میل کنند، بعد از غذا زن و شوهر یک عدد سیب رسیده شیرین بخورند، شوهر از دوهفته قبل از مقاربت روزی دو عدد میوه شاه‌بلوط بخورد.

جهت تقویت قوه باه و نعوظ و درمان زود انزالی در شوهران:

۱. صبح‌ها و عصرها یک لیوان آب جَزَر = هویج زرد = هویج رسمی = زردک (در روایات شیعه آمده: یُقِیْمُ الذَّکْرَ).

- اگر ۴۰ صبح ناشتا، هر روز یک لیوان آب زردک را به همراه یک قاشق غذاخوری مغز خام تخمه آفتابگردان بخورد، باعث تقویت قوه باه و ازدیاد نور چشم می‌شود و شماره عینک او یک شماره کم می‌شود.

۲. در اول و آخر غذا، مخلوط پودر آویشن و پودر نمک سنگ بخورید (در روایات شیعه آمده: یُصَلِّبَانِ الذَّکْرَ).

۳. در ۲۴ ساعت یک مُشت نخود و کشمش بدون هسته بخورید و دو بار در روز با آب کرفس تازه خام آلت را ماساژ دهید.

۴. هنگام جماع، نوکِ آلت را روغن گُنجد با مقدار خیلی کمی پودر دارچین بمالید، یا روغن مَصطکی (مستکی-صمغ درخت پسته جنگلی) بمالید.
۵. گل سنجد بو کنید و عطر گل سنجد به خود بزنید (منع مصرف در جوانان و نوجوانان مجرّد).
۶. شب‌ها یک قاشق مرباخوری سیاه‌دانه با عسل بجوید و بخورید و بمقدار نصف قاشق چای‌خوری پودر قولنجان را زیر زبان نگه داشته تا با آب دهان مخلوط شده سپس قورت دهید.
۷. أَكْلُ الْهَرِيسَةِ (حلیم گندم گوشت) صبحانه یا اوّل شب بخورید (در روایات شیعه آمده).
۸. مسواک زدن با پودر سُعد کوفی.
۹. خوردن مغز خام پسته تازه.
۱۰. خوردن گوشت قرمز گوسفندی (ران گوسفند یا سر درست یعنی ذراع گوسفند) به همراه تخم مرغ، قوّه باه را زیاد میکند (در روایات شیعه آمده).
۱۱. قرص گیاهی ایرانی جنطیاننا (جنتیاننا)، درمان ناتوانی جنسی و خستگی جنسی و درمان اضطراب و افسردگی.
۱۲. خوردن مغز خام تخمه آفتابگردان و روغن آفتابگردان طبیعی مقوٰی قوّه باه است (منع مصرف در جوانان و نوجوانان مجرّد).
۱۳. تخم پنبه برای تقویت قوّه باه (اگر شوهر سردمزاج است به‌مراه دارچین بخورد، و اگر گرم مزاج است به همراه سکنجبین بخورد).
۱۴. هر روز ۱۴ عدد مغز خام بادام شیرین درختی میل کنید.
۱۵. قرص گیاهی ایرانی آفرودیت برای نعوظ و افزایش اسپرم.
۱۶. خوردن انار (اگر سرد مزاج است انار شیرین بخورد و اگر گرم مزاج است انار ترش و انار میخوش بخورد) تقویت قوّه باه می‌شود، بچه را زیبا و آب کمر شوهر (مایع منی) را زیاد می‌کند.
۱۷. دارچین، هل، زنجفیل، میخک، دارفلفل، از هر کدام ۱۰ گرم پودر نموده و سپس مخلوط می‌نمائیم، و در یک کیلو عسل طبیعی مخلوط می‌کنیم و هر هشت ساعت یک قاشق مرباخوری میل نمائید (درمان انزال زود رس و کمر لقی و سفت کننده کمر).
۱۸. درمان انزال زودرس، سیلان منی: فقط بمدّت دو هفته، هر روز مخلوط یک‌قاشق چایخوری پودر شکوفه درخت انبه با یک قاشق غذاخوری شکر میل کنید (توجه: زیاده‌روی در مصرف نشود؛ زیرا اسپرم را خشک می‌کند)
۱۹. ریشه جین سینگ (۱۵۰ گرم) + خولنجان (۱۵۰ گرم) + جنتیاننا (۵۰۰ گرم) هر سه پودر گردد و مخلوط شود و در کیسول‌های ۵۰۰ میلی گرمی گذارده و هر شب یک کیسول بخورد (درمان

خستگی جنسی، درمان کمر لقی و ایجاد نعوظ کامل و استقامت آلت). [توجه: ۶۰ کیسول از این مخلوط کافی است].

۲۰. برای درمان تقطیر بول و تقطیر منی و درمان کثرت احتلام، خیسانده تخم کاهو بخورد (اول مغرب: یک قاشق غذاخوری).

۲۱. چهار گرم پودر خولنجان (=قولنجان= خسرو دارو) با یک لیوان شیر بُز تازه دوشیده بخورید (محکمی و استواری آلت و نعوظ بسیار می‌آورد).

۲۲. اگر ۲۵ گرم پودر خولنجان را با ۴۰ گرم شیر تازه بجوشانید و بخورید، شهوت مردان را زیاد و درمان خستگی شدید جنسی و ازدیاد میل جنسی شوهران.

۲۳. میوه خارخسک (حسک دانه)، عرق طبیعی خارخسک (تقویت قوه باه) بعد از آن یک قاشق چایخوری روغن کنجد بخورید.

۲۴. هر هشت ساعت یک قاشق چای خوری روغن نارگیل خورده و روغن نارگیل بر آلت خود بمالد سپس با همسر خود مجامعت کند.

۲۵. خوردن گوشت پرنده هوبره (حُبّاری)

درمان کمر لقی شوهران:

۱. صبحانه: شیر عسل با مربای هویج زرد (زردک) و مربای آمله، ۲. صبح: چای زعفرانی با پودر شاخه نبات، شربت زعفران با عسل آویشن، ۳. بین روز: یک مُشت نخود و کشمش بدون هسته، ۴. بعد از غذا، یک قاشق چایخوری سیاه دانه، ۵. در اول و آخر هر غذا، مقداری از مخلوط پودر آویشن با پودر سنگ نمک بخورد، ۶. به همراه ناهار و شام، مخلوط یک قاشق چایخوری خَرْدَل با سه قطره سرکه طبیعی انگور عسکری، میل کند، ۷. شب قبل از خواب، بمقدار یک عدس از قولنجان را زیر زبان نگه دارید.

جهت تقویت قوه باه و إرضاء میل جنسی در همسران:

۱. صبحانه شیر تازه گاو با عسل زعفران بنوشید و عصرانه شربت زعفران عسل بخورید، ۲. در منزل به خود عطر تی رُز (گل سُرخ آتشی) بزنید.

۳. هر هشت ساعت یک استکان چای رازیانه مخلوط با عسل آویشن بنوشید، خستگی جنسی در زنان را بر طرف می‌کند، ۴. کرفس خام به همراه غذا بخورید، ۵. شب‌ها یک استکان دَم نوش دارچین مخلوط با عسل کوهی بخورید، ۶. مخلوط یک قاشق چای خوری پودر گل سُرخ آتشی با عسل گون میل کنید. ۷. آفشره مرزه (Savory Drop) ضد اسهال، افزایش دهنده میل جنسی، ضد آنگل. توجه: این موارد نباید در حاملگی مصرف شوند.

درمان انواع بیماری اسهال

بیماری هیر شیرِونگ (مگا کُولون):

الف: تعریف

این بیماری یک ناهنجاری مادرزادی است بدین شکل که روده از بدو تولد عملکرد طبیعی ندارد. در این بیماری بدلیل عدم وجود بافت عصبی کامل در انتهای روده، این قسمت تحرک کافی ندارد، در نتیجه مدفوع در پشت قسمتی که اعصاب کامل ندارد، تجمع پیدا می‌کند و این قسمت بطور مزمن گشاد و بزرگ می‌شود. این بیماری بیشتر در پسرها دیده می‌شود.

ب: علائم بالینی

این بیماری در سنین مختلف، علائم متفاوت دارد: ۱- مهمترین علامت در بدو تولد عدم دفع مدفوع در ۲۴ تا ۴۸ ساعت ابتدای حیات است. بی اشتهایی، استفراغ همراه با لکه‌های صفراوی و اتساع شکم، جزء علائم اولیه می‌باشد. گاهی هم علائم انسداد روده دیده می‌شود. ۲- در بچه‌های بزرگتر رشد کودک به کندی صورت گرفته و یبوست و اتساع شکم جزء علائم اصلی است. ممکن است دوره‌هایی از اسهال و استفراغ نیز وجود داشته باشد که اسهال به شکل انفجاری و آبکی می‌باشد، ۳- در سنین بالاتر علائم به شکل مزمن درمی‌آیند که عبارتند از یبوست، مدفوع نواری و شدیداً مُتَعَفِّن، اِتْسَاعِ شکم، کم‌خونی و حرکات روده فوقانی از جدار نازک شکم قابل رویت می‌گردد.

ج. تشخیص آزمایشگاهی

۱- باریم انما: در صورت شک به این بیماری ابتدا عکس رنگی روده بزرگ از راه مَقْعَد تهیه می‌شود که اِتْسَاعِ روده فوقانی و باریک بودن روده تحتانی در آن قابل مشاهده است. در عکس تاخیری (پس از ۲۴ ساعت) مشاهده باریم در روده‌ها نشان دهنده بیماری است. که در کودکان سالم این حالت به وجود نمی‌آید، ۲- مانومتري: میزان شل شدن عضله مقعد به هنگام پر شدن انتهای روده (رکتوم) با آن اندازه گیری می‌شود، ۳- بیوپسی: قطعی‌ترین راه تشخیص است.

د: درمان در پزشکی جدید

درمان این بیماری، جراحی است. در این عمل قِسمَتِ بدون عَصَب به همراه روده مُتَسَّع برداشته می‌شود و روده سالم به مقعد پیوند می‌خورد. جراحی مَعْمُولاً یک الی سه مرحله دارد. در برخی از بیماران ابتدا یک کِلِستومی موقت (بازکردن روده فوقانی به جدار شکم و ایجاد دهانه برای تخلیه مدفوع) گذاشته می‌شود. انجام این کار باعث می‌شود به روده استراحتی داده شود تا به عملکرد طبیعی خود برگردد. این روش به بچه کمک میکند تا قبل از انجام عمل جراحی پیچیده‌تر، افزایش وزن داشته باشد. سپس در تصحیح نهایی تیم جراحی اطفال قسمت بدون عملکرد روده را بر

میدارند و قسمت سالم را به نزدیکی مقعد پیوند می‌زنند. پس از این مرحله کله‌ستومی بسته می‌شود. در روش‌های جدید این عمل سه مرحله‌ای در نوزادان، در یک مرحله انجام می‌گیرد. لازم به ذکر است که اخیراً روش‌های جدیدی برای درمان هیرشپرونک بدون باز کردن شکم انجام می‌شود که در این روش، روده بدون عصب و روده متسع از طریق مقعد خارج گشته و روده سالم به مقعد پیوند زده می‌شود.

هـ: مراقبت‌های بعد از عمل

بیمار بعد از عمل در مدت کوتاهی به هوش می‌آید و تقریباً تا ۳ روز با سرم تغذیه می‌شود. برای پیشگیری از عفونت‌ها، آنتی‌بیوتیک تجویز می‌گردد. پس از ۳ روز غذاهای آبکی برای بیمار شروع شده در صورت تحمل از غذاهای نرم و سپس غذاهای سفت استفاده می‌شود

ی: عوارض درمان پزشکی جدید

۱- یکی از مهمترین عوارض آن آنتروکولیت (التهاب روده) است. که حتی بعد از عمل هم ممکن است رخ دهد. از مهمترین علائم این عارضه استفراغ، اسهال بدبو، نفخ شکم و تب می‌باشد. در صورت بروز چنین عارضه‌ای باید بیمار فوراً به بیمارستان محل عمل منتقل شود و تحت درمان‌های دارویی و در صورت لزوم جراحی قرار گیرد، ۲- تنگی محل پیوند در بالای مقعد: این عارضه بعد از برداشتن روده معیوب و پیوند زدن روده سالم به مقعد اتفاق می‌افتد که علائمی مثل سختی اجابت مزاج با احساس درد موقع دفع بوجود می‌آید. پزشک این عارضه را از طریق دیلاتاسیون (گشاد نمودن محل تنگی) درمان می‌نماید، ۳- از عوارض نادر این بیماری بی‌اختیاری دفع مدفوع است که این عارضه با تدابیری قابل پیشگیری و درمان است، ۴- یکی از عوارض دراز مدت این بیماری در پسر بچه‌ها ضعف قدرت جنسی در سنین بلوغ است.

نظریه استاد در درمان بیماری هیرشپرونک (مگا کولون):

الف: درمان بیماری که دارای علامت اسهال است:

داروهای تقویت عصب داده می‌شود: ۱- گل بهار نارنج، ۲- گل بومادران
داروی درمان اسهال:

داروی اصلی: غوره و آبغوره طبیعی (داروی ضعیف)، رُب غوره (داروی قوی)

داروی کمکی: ۱- سیب با تُفَالَه آن (با پیوره آن)، ۲- پودر هسته انار، ۳- سنجد (چند عدد)، ۴- نصف قاشق چایخوری گندُر با شکر مخلوط شود و میل گردد.

ب: درمان بیماری که دارای علامت یبوست است:

داروهای تقویت عصب داده می‌شود: ۱- چای کوهی، ۲- گل راعی، ۳- گل ساعتی، ۴- آناناس

برای درمان یبوست به جزوهٔ استاد در مورد یبوست مراجعه شود.

بیماری ریزش غیر اختیاری مدفوع: پرهیز شود از جراحی پائین تنه، و ضربه به پائین تنه
اگر اسفنگترهای مقعد از بین نرفته باشد، این موارد مصرف شود: ۱- آش غوره یا خود غوره را بخورد، ۲- سنجد (کودک روزی ۵ عدد، بزرگسال روزی ۱۴ عدد)، ۳- رب غوره قویترین دارو است.
بیماری اسهال: اسهال یک معضل جهانی است، سالانه یک میلیارد نفر در سطح جهان، مبتلا به اسهال هستند. اسهال به تنهایی ضرر ندارد تا وقتی که حرکات روده باشد ولی اگر علاوه بر حرکات روده، مسمومیتها و ... باشد، آنوقت اسهال خطر دارد که بایستی درمان شود.
حدود ۱۰ لیتر آب که نوشیده شود یا از خود بدن وارد روده شود، اکثر این آب دریافتی، توسط روده کوچک جذب بدن میشود، فقط ۲۰۰ سی سی از این ۱۰ لیتر آب، دفع میشود.
تذکر: آب، تابع است؛ زیرا مواد، الکترولیت، املاح و ... بدنبال خود دارد، ولی اگر جذب آب، کم شود یا دفع آب، زیاد شود، این مشکل را است.
توجه: در اسهال‌های اُسْمُزِی، قند اضافی و چربی اضافی دفع میشود و قند مرکب جذب نمیشود ولی قند ساده مانند گلوکز جذب میشود

درمان اسهال عادی

درمان اسهال عادی: غلات، آب.
قابض و درمان اسهال: آلبالوی ترش تازه.
بسیار قابض و ضد اسهال: میوه زالزالک

درمان اسهال شدید:

باید دید بخاطر چیست؟ آیا التهاب روده (کولیت روده)، یا سندرم روده تحریک پذیر به نوع دوم (IBS) که همیشه اسهال هستند، یا مشکلات جذب صفرا دارند (چون باید اکثر صفرای ترشح شده از انتهای روده کوچک جذب دستگاه گردش خون شود تا تعادل صفرا در بدن بهم نخورد) حال هر کدام را که دارند داروی آن سه چیز است: ۱- سنجد یا پودر آن، ۲- پودر هستهٔ آنار، ۳- خوردن یک قاشق مرباخوری مخلوط پودر عَنَاب با پودر هستهٔ آن (توجه: هستهٔ عَنَاب سَمِی است؛ لذا زیاده روی مصرف نشود)، و جوشاندهٔ پوست درخت عَنَاب را بنوشید، ۴- شاه بلوط (بلوط المَلِک = فندق جنگلی = فندق کوهی) روزی دو عدد، ۵- میوهٔ آرگیل، ۶- میوهٔ زالزالک
توجه: در اسهال متوسط یا اسهال شدید مسافرتی یا اسهال عفونتی نیاز به آنتی بیوتیک است.

درمان اسهال وبائی (اسهال آب چلوئی): پودر پوست میوهٔ انار، البته باید توجه داشت چون سمی است باید مقدار آن به دستور پزشک متخصص گیاهی باشد و از یک قاشق چای خوری در شبانه روز بیشتر نباشد.

درمان اسهال مزمن

بمدّت چند روز دمکردهٔ گلِ انار (گلنارِ فارسی یا گلنارِ وحشی) تبصره: به اسهال‌های کمتر از دو هفته، اسهال‌های حادّ گویند که شیوع بیشتر دارد ولی به اسهال‌های بیشتر از ۴ هفته، اسهال‌های مزمن گویند

درمان اسهال کهنه

یک گرم پوست نازک روی مغزهای فندق را بسایید و بخورد.

درمان اسهال خونی

۱- خُرد شدهٔ هستهٔ انگور مخلوط با عسل، ۲- ۳۰ گرم میوهٔ آلوچه (آلوچهٔ وحشی و یا گوجه سبز ترش بهتر است) در یک کیلو آب بجوشانید تا آب آن نصف شود، پس از سرد شدن، از آن جوشانده بخورید، ۳- خوردن خرما و بصورت ناشتا، ۴- خوردن کوبیدهٔ گندُر با شکر، ۵- مغز پستهٔ خام را نرم کوبیده و بخورید، ۶- شاه بلوط (بلوط المَلِک) روزی دو عدد، ۷- میوهٔ زالزالک، ۸- پیچک مو، ۹- توت سیاه، ۱۰- میوهٔ زرشک، ۱۱- برگ مو، ۱۲- پوست نارنج، ۱۳- هر روز صبح، ظهر و شب، هر بار یک قاشق شربت خوری از اسفَرزه (اسپَرزه - بَزَر القَطونا) را در یک فنجان آبجوش بریزید سپس با پودر شاخه نبات شیرین نموده و بخورید، در درمان اسهال خونی مفید است، ۱۴- هر روز خوردن جوشاندهٔ پوست ریشهٔ درخت نارگیل (یک استکان)، میوهٔ نارگیل (یک چهارم)، روغن نارگیل (یک قاشق چایخوری) ضدّ اسهال خونی است.

درمان اسهال و جلوگیری از خونریزی و کاهش دهندهٔ ورم روده

خوردن میوهٔ ازگیل (توجه: زیاده روی در مصرف ازگیل نشود، برای طحال ضرر دارد)

درمان اسهال و زخم‌های مقعدی

برگ ابهل، چوب ابهل

درمان اسهال و بخارات اضافی مغز

هر روز به مقدار نصف قاشق چای خوری نارمُشک مخلوط با عسل گردد و میل شود.

اسهال کودکان و قابض

علائم اسهال کودکان: ۱- تعداد شکم‌روش زیاد است، ۲- آلرژیهای غذائی نسبت به شیرمادر است، ۳- IBS نوع دو، ۴- وزن نگرفتن بچه
درمان: صبح: یک قاشق مرباخوری شربت میوه اُزگیل، ظهر: یک عدد میوه شاه بلوط، عصرانه: پنج عدد میوه زالک، شب: یک قاشق چای خوری مصطکی (مستکی)

اسهال و استفراغ شدید در نوزادان و اطفال

آب سیب (یک قاشق چایخوری تا یک قاشق مرباخوری)، عرق نعنا (یک قاشق چای خوری تا یک قاشق مرباخوری)، یک قاشق چای خوری عسل را در نصف استکان آبجوش ولرم مخلوط کرده سپس یک قاشق چای خوری تا یک مرباخوری به بچه بدهید.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان برخی از مشکلات مربوط به استخوان ها و مفاصل

مواردی که باید پرهیز شود:

- ۱- قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینی های قنادی ها و...)
- ۲- اسانس های شیمیایی (آبمیوه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و ...)
- ۳- خوراک های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس ها، کالباس ها، همبرگرها، پیتزا و...) [که بسیاری از ویتامین ها و املاح مقوی آن از بین رفته و تا ۸۰٪ از آنزیم های مفید آن کم شده است]
- ۴- غذاهای مانده.
- ۵- کم تحرکی.
- ۶- بار سنگین برداشتن
- ۷- چاقی شکمی (باعث ازدیاد قوس کمر می شود).
- ۸- اضافه وزن (هر یک کیلوگرم اضافه وزن معادل ۱۰ برابر فشار اضافه بر مفصل زانو وارد می کند).
- ۹- فشار اضافه به یک طرف مهره های بدن (یا عدم توازن)
- ۱۰- کوله پشتی سنگین (وزن آن بالای ۱۵ تا ۲۰ کیلوگرم باشد).
- ۱۱- کفش پاشنه بلند و کفش و دمپایی غیر مناسب پوشیدن (یعنی کفشی که کف آن تخت باشد، یا کف آن یا خیلی نرم، یا خیلی خشک مانند چوب باشد، یا پاشنه آن بیش از ۲ سانتی متر باشد، یا کفش تنگ باشد).
- ۱۲- پیاده روی های طولانی مدت بدون استراحت در بین آن
- ۱۳- راه رفتن نامناسب (قوز مانند راه رفتن، سینه سپر راه رفتن یا به اصطلاح عامیانه سینه کفتری راه رفتن)
- ۱۴- رانندگی طولانی مدت (لذا هر دو ساعت، ۱۵ دقیقه استراحت کنید)
- ۱۵- به مدت زمان طولانی، دو زانو یا چهار زانو نشستن
- ۱۶- ایستادن در مدت زمان طولانی، نشستن در مدت زمان طولانی
- ۱۷- زیاد بالا و پائین رفتن از پله و نردبان و چهار پایه

درمان التهاب مفصل (آرتریت):

- ۱- خوردن دمکرده سیاه دانه با عسل (یک استکان) و ماساژ با روغن سیاه دانه در بین روز، ۲- عصرانه خوردن روغن بنفشه طبّی (که در پایه 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، ۶- خوردن سبزی ریحان و تخم آن، ۷- خوردن یک عدد کدومسمی با پوستش (کدو خورشتی = کدو سبز)، ۸- خوردن مغز گردو با پنیر در شب، ۹- خوردن یک قاشق غذاخوری روغن زیتون خوراکی طبیعی به همراه غذا؛ زیرا امگا ۳ موجود در مغزگردو و روغن زیتون، ضد التهاب مفصل و خشکی مفصل صبحگاهی است)، ۱۰- زنجفیل پرورده در عسل طبیعی، ۱۱- صبح ناشتا: کمپوت انجیر یا مربای آن یا انجیر با عسل طبیعی، ۱۲- صبحانه: انجیر با شیر بُز.

درمان کمبود مایع مفصلی:

۱. یک عدد لیمو شیرین، ۲. مغز بادام شیرین درختی خام ۱۴ عدد، ۳. قرص شیمیائی ویتامین B1 300 میلی گرمی ۲۰ عدد، که هر روز یک عدد مصرف گردد (با تجویز پزشک). یا یک قاشق چای خوری پودر علف هفت بند (هزار بند) در یک استکان آبجوش دم شود، سپس میل گردد.

درمان عمومی روماتیسم مفصلی:

۱. آلویخارا، ۲. انار شیرین یا رُب طبیعی انار شیرین، ۳. زرشک خام، ۴. روغن گل بنفشه طَبّی هم بخورید و هم ماساژ دهید، ۵. ماساژ با روغن طبیعی مار.

درمان درد مفاصل ناشی از سردی مفاصل و باد گرفتگی:

یک قاشق غذا خوری سرکه طبیعی به همراه زنبق (سوسن) خورده، و ماساژ با روغن زنبق (سوسن) دهید.

درمان قولنج و درمان باد گرفتگی و اسپاسم های عصبی و گوارشی و درمان باد گرفتگی سرتاسری:

۱- یک قاشق غذاخوری مخلوط سرکه طبیعی به همراه زنبق (سوسن) میل کرده، ۲- سُعوَط (استنشاق) عَنَبَر و زَنَبَق در شب، ۳- مخلوط یک مُشت سبزی شنبلیله با یک مُشت انجیر خشک در آب طبخ نموده و سپس صاف کنید و روزی یک استکان بخورید (در روایات شیعه آمده)
* توجه: گاهی دردهای مفصل و زانو مربوط به بیماری های فشار خون، چاقی شکمی، و چاقی به نوع اضافه وزن می باشد و گاهی جنبه و ریشه عصبی دارد، لذا شخص بیمار در صورت ابتلا به یکی از این ها، موارد ذیل را رعایت کند:

درمان فشار خون:

۱. خوردن میوهٔ گریپ فوروت به همراه ناهار و شام، ۲. سبزی شنبلله بعد از ناهار و شام.

درمان چاقی شکمی:

۱. خوردن یک قاشق چایخوری پودر زنیان (منع مصرف در حاملگی و شیردهی) با یک لیوان دوغ شیرین کم چرب، یا خوردن یک استکان عرق طبیعی زنیان (منع مصرف در حاملگی و شیردهی)،
۲. خوردن یک قاشق چایخوری پودر زیره با غذا (منع مصرف در حاملگی).

درمان چاقی به نوع اضافه وزن:

۱. قبل از غذا سالاد کاهو و خیار و آبغوره بخورید، ۲. بعد از غذا یک عدد سیب بخورید، ۳. وسط روز و عصرانه یک استکان عرق زیره (منع مصرف در حاملگی) بخورید.

دردهای استخوانی و مفصلی که جنبه و ریشهٔ عصبی دارد:

بایستی استرس نداشته باشید، جوش زنید و مربای گل بهارنارنج و عسل آویشن میل کنید.

سائیدگی مفصل (آرتروز):

تذکر: به طور کلی پنج مرحله به بیماران مبتلا به آرتروز توصیه می‌شود: ۱- خود داری از کارهایی که آرتروز را تشدید می‌کند (که در قسمت پرهیزهای صفحه اول و در قسمت علل آرتروز بیان شده است)، ۲- انجام ورزش‌های سبک برای تقویت عضلات مانند پیاده‌روی، دوچرخه سواری (این ورزش به بانوان توصیه نمی‌شود)، نرمش‌های سبک، شنا در عمق کم آب بهداشتی، ۳- تغذیه مناسب (غذای اصلی، غذای فرعی، ریز مغذی‌ها، واحدهای غذایی، شیر عسل، شیر خرما و دیگر مواردی که در قسمت درمان ذکر شده است)، ۴- بررسی‌های بالینی و تشخیصی و عکسبرداری سه بُعدی برای شناخت میزان پیشرفت سائیدگی و آرتروز، ۵- اگر بیماری آرتروز در حال پیشرفتگی زیاد سائیدگی است، جراحی توصیه می‌شود.

علل ایجاد آرتروز:

۱- وزن نامناسب؛ زیرا ۱۰ الی ۲۰ کیلو اضافه وزن، ۲۰٪ الی ۳۰٪ آرتروز را افزایش می‌دهد، ۲- کمبود ویتامین D، ۵۰٪ تا ۶۰٪ آرتروزها را افزایش می‌دهد، ۳- کمبود سلنیوم، ۴- کمبود ویتامین

B، 5- عضلات ضعیف، 6- چهارزانو زیاد نشستن، 7- گردن را در یک حالت زیاد نگه داشتن، 8- چرخش ناگهانی، 9- خم شدن زیاد

درمان آرتروز:

۱. یک قاشق غذاخوری پودر سنجد (که از مخلوط پودر پوست و گوشت و هسته سنجد است) در یک لیوان شیر، ۲. شیر خرما، ۳. شیر خرما، ۴. برگ سنا، ۵. سنجد، ۶. زنجفیل (زنجبیل، به تنهایی یا مخلوط با عسل)، ۷. سبزی جات تازه سالم بهداشتی به رنگ های زرد، بنفش و سبز، به همراه ناهار و شام بخورند، ۸. صبح ناشتا: کمپوت انجیر یا مربای آن یا انجیر با عسل طبیعی، ۹. صبحانه: انجیر با شیر بُز، ۱۰- برای از بین بردن درد آرتروز، روغن رازیانه را بر محل درد بمالید، ۱۱- برای تقویت عضلات: بعد از غذا هفت عدد خرما میل کنید، و همچنین روزی دو عدد مغز میوه شاه بلوط بخورید.

پیشگیری از آرتروز گردن:

۱. صبح، ظهر و شب، هر بار ۳۰ مرتبه دستها را به کمر گرفته و شانه ها را بالا داده و به حالت چرخش به عقب دور دهند، ۲. گردن را به چهار طرف بطور آهسته و نرم، هر طرف ۱۰ مرتبه، ۳. آرنج را روی میز گذاشته، کف دست را به مدت ۱۰ ثانیه به پیشانی فشار دهند، ۴. به مدت ۱۰ ثانیه سر را به عقب فشار داده، درحالی که دو دست را پشت سر گذاشته و به طرف جلو فشار دهند، ۵. بایستی بالش سر، کوتاه و سفت باشد.

درمان سائیدگی غضروف:

۱- مخلوط پودر سنجد با شیر، ۲- قرص کلسیم غضروف آمریکائی (با تجویز متخصص)، ۳- مصرف کله پاچه (منع مصرف در بیماران دارای چربی خون بالا و بیماران که رسوب کلیه آن ها زیاد است). توجه: برای ایجاد یک میلی متر ضخامت غضروف، نیاز به ۳ تا ۴ سال زمان است

تشکیل شبکه پروتئینی در مفصل:

علت وجود تشکیل شبکه پروتئینی در مفصل: در کسانی که چربی زیاد بخورند 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 لیپوکالین در زانو یا مفصل نموده و ضایعه در زانو ایجاد می شود. درمان: بمدت ۴۰ روز آب درمانی به این صورت که در ۲۴ ساعت، ۱۰ الی ۱۲ لیوان آب و آب جوش ولرم مخلوط با عسل اُسْتُوْحُدُوس مصرف شود

باید توجه داشت که در پزشکی جدید، متخصصین پس از مشورت (کمیسیون پزشکی)، جراحی را پیشنهاد می‌کنند.

تنگی کانال نخاعی:

بطور معمول در افراد مُسنّ رخ میدهد و دیسک‌ها خشک و متورّم می‌شوند. علائم: بی‌حسی، گرفتگی عضلات، درد کمر، درد ساق‌ها، درد شانه، درد بازو، ضعف قسمتی از پاها، ضعف قسمتی از دست‌ها، ایستادن و یا راه رفتن درد را بیشتر و بدتر می‌کند. درمان: ۱- گاهی کمپرس سرد و گاهی کمپرس گرم باعث کاهش درد می‌شود، ۲- گاهی خوردن روغن بنفشه‌طبی (که در پایه روغن زیتون درست شده باشد)، و ماساژ با آن، و یا خوردن سیاهدانه با عسل و ماساژ با روغن سیاهدانه باعث کاهش درد شده، ۳- نرمش‌های مناسب و استراحت لازم در بین کارها مخصوصاً هر دو ساعت کار ۲۰ دقیقه استراحت کنید، ۴- اگر تنگی کانال نخاعی ژنتیکی و وراثتی یا زائده استخوانی باشد، بایستی جراحی شود

درمان دیسک و سیاتیک:

۱. خوردن دمکرده سیاهدانه با عسل آویشن یا اُستوخُدوس (یک استکان) و ماساژ با روغن سیاهدانه در بین روز، ۲. خوردن سیاهدانه با عسل، ۳. گلبُرگ‌های گُل لاله سرنگون (گُل فُهرو) را پودر نموده و مخلوط با گلاب طبیعی کنید و هر صبح و شب، با این مخلوط ماساژ ملایم دهید و ضماد نمایید، ۴. هر روز، مخلوط نصف قاشق چای‌خوری آنزروت با یک قاشق مرباخوری روغن بید انجیر (روغن کرچک) بخورید (ضد درد مفاصل و سیاتیک)

درمان درد کمر (لومباگو):

۱. فقط یک بار ضماد سیر (منع مصرف در حساسیت پوستی) ۱۰ دقیقه روی کمر باشد، ۲. فقط یکبار ضماد خردل (منع مصرف در حساسیت پوستی) به مدت ۱۰ دقیقه روی کمر باشد، ۳. خوردن پاچه گوسفند (منع مصرف در بیماران دارای چربی‌خون بالا و بیمارانی که رسوب کلیه آنها زیاد است)، ۴. خوردن کشمش و مغز گردو، ۵. خوردن کشمش و نارگیل، ۶. یک قاشق چای‌خوری پودر سیاهدانه را در یک قاشق غذاخوری روغن کوهان شتر مخلوط کرده، به مدت ۲۰ دقیقه ماساژ دهید، ۸. خوردن نخود پخته، نخودی زرد، آب نخود زرد، ۹. حلیم گندم و گوشت، ۱۰- خوردن گوشت پرنده هوبره (جباری)

درمان کمی ضخامت غضروف، درمان پوکی و نرمی استخوان، درمان التهاب مفصل و کمک به درمان آرتروز:

پرهیز شود از: سردی‌ها، رطوبی‌ها، ترشی‌جات، غذاهای غلیظ، چاقی، اضافه وزن و کم تحرکی. مصرف شود: ۱- شیر عسل، ۲- شیر با شکر سرخ، ۳- شیر با پودر سنجید، ۴- خوردن باقلّا (منع مصرف در بیماران فاویسم)، ۵- نخود آب، ۶- صبح ناشتا هفت عدد انجیر با عسل طبیعی، ۷- مویز بدون هسته، ۸- بادام شیرین، ۹- انجیر خیسانده در گلاب، ۱۰- روغن زرد گاوی مخلوط با عسل (منع مصرف در بیماران چربی خون و کبدچرب)، ۱۱- دمکردهٔ علف هفت بند (هزار بند)، ۱۲- جهت کمک به درمان، نیاز به فاعل قوی است یعنی الف گرم مزاجی، ب. مصرف سیاهدانه، آویشن، کاکوتی، ج. کار و فعالیت و تحرک و نرمش و ورزش.

کم خونی و عدم رشد کافی قدی (تا پایان ۲۵ سالگی)، کم خونی و عدم رشد کافی استخوان‌ها و عدم تراکم مناسب سلول‌های استخوانی (تا پایان ۳۵ سالگی):

مواردی که باید پرهیز شود: قندهای شیمیائی (قند، شکر، شیرینیجات قنادی‌ها و ...)، آسانس‌های شیمیائی (نوشابه‌ها، آبمیوه‌ها و ...)، کافئین زیاد (چای پررنگ، چای مانده، چای با آسانس، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه و ...)، ترانس‌چربی بالا به نوع تصنعی (خامه، سرشیر، انواع سس‌ها، روغن جامد و ...)

درمان: ۱- مصرف مغز بادام درختی شیرین خام، مغز پسته خام، مغز فندق خام تازه، مغز بادام هندی خام، ۲- صبح: مصرف عسل، شیر گاو تازه کم چرب، ۳- خرما بعد از ناهار، ۴- شب: پنیر به همراه مغز گردو و نان سبوس‌دار، ۵- مخلوط پودر سنجید با شیر عسل، ۶- مصرف روغن کنجد طبیعی، ۷- مصرف کنجد یا اردهٔ مایع، مخلوط با عسل طبیعی گون، ۸- انجام ورزش‌های کششی (در خصوص رشد قدی)

دیسپلازی فیبرو:

در این بیماری بر اثر یک نقص ژنتیکی، استخوان طبیعی و سالمی ساخته نمی‌شود، بلکه در بعضی نواحی بدن، استخوان، ضعیف و پوک است. این نواحی ضعیف استخوان که در کل اسکلت بصورت پراکنده وجود دارد، ممکن است موجب درد یا شکستگی استخوان شوند و گاهی اوقات استخوان‌ها بر اثر این عارضه تغییر شکل پیدا می‌کنند.

درمان: ۱- پودر سنجد (که از مخلوط پودر پوست و گوشت و هسته سنجد است) مخلوط با شیر، ۲- مخلوط خرما با مغز بادام درختی شیرین خام، ۳- خوردن مخلوط سه شیر (خرما، انگور، توت)، ۴- مخلوط باقلا آب پز با پوست سبز آن، با خرما و کره به همراه نان سبوس دار میل شود. توجه: گاهی این عارضه در نواحی متعدد از چند استخوان بدن است و همچنین نواحی از رنگ پوست تیره تر میشود و اختلالات هورمونی هم بوجود میاید، که به این بیماری سندرم آلبرایت گویند، در این مورد بیمار علاوه بر مصرف موارد بالا، شیرتازه گاو با عسل طبیعی گون و شیر خرما نیز مصرف کند و همچنین مصرف کنجد با عسل طبیعی و مصرف ارده مایع با عسل طبیعی گون مفید است.

درمان شکستگی و جوش خوردن ترک استخوان:

پرهیز شود از خوردن چیزهای ترش، و خوردن چیزهای تند و تیز. درمان: ۱- هر روز بمقدار یک ماش یا عدس، مومیای اصل (عَرَقُ الْجِبَال) بخورد، ۲- هر روز ۷ الی ۱۴ عدد خرما را به همراه ۷ الی ۱۴ عدد مغز خام بادام درختی شیرین بخورد (یعنی دوتا دوتا باهم جویده و خورده شوند) که سرعت به بهبودی می بخشد، ۳- بعد از بهبودی و باز شدن محل شکستگی و ترک خوردگی توسط دکتر، مومیا را در آبجوش ولرم حل کند و بصورت ملایم به محل شکستگی و ترک خوردگی، بمالد. توجه: پس از شکستگی، در ابتدا بایستی به شکسته بند ماهر یا به متخصص ارتوپدی مراجعه کرد، تا بدرستی استخوان های شکسته جابیفتنند و در یک راستا قرار بگیرند و سپس موارد بالا مصرف شود.

درمان پوکی استخوان (استئوپوز):

پیشگیری از پوکی استخوان: نوشابه های گازدار و آبمیوه های شیمیائی، قند و شکر شیمیائی، داروهای کورتون دار، کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)، ریواس و اسفناج، غذاهای آماده صنعتی، مشروبات الکلی، غذای پُرچرب و شور و زیاد نخورید. دُخانیات نکشید، مشکلات هورمونی و یائسگی زودرس نداشته باشید، چاقی زیاد و کم تحرکی نداشته باشید، استرس نداشته باشید (توجه: در شرائط عادی از ۶۰۰ میلی گرم کلسیم دریافتی، ۶۰ میلی گرم با مدفوع، دفع می شود، ولی در ناراحتی های روحی و فشارهای زندگی و استرس از ۶۰۰ میلی گرم کلسیم دریافتی، ۱۲۰۰ میلی گرم دفع می شود)، روزی ۱۵ دقیقه از نور مستقیم آفتاب استفاده کنید و روزی نیم ساعت راه روید و از غذاهای سالم تازه منزل استفاده کنید.

درمان طبیعی: صبح ناشتا: مخلوط ارده مایع یزد با عسل طبیعی گون یا مخلوط کنجد با عسل طبیعی، صبحانه: 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 شیر (خرما، انگور، توت)، شب: مغز گردو با پنیر، قبل از غذا: ماست و دوغ، بعد از غذا: سبزیجات تازه سالم سبز تیره، در بین روز و شب: مغز خام بادام شیرین با خرما
درمان شیمیائی: ویتامین B1، قرص کلسیم D، قرص کلسیم غضروفی (با تجویز پزشک متخصص)

درمان نرمی استخوان (راشیتیس)

درمان: 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 راشیتیس و رماتیسم است (توجه: کاهش دهنده قند خون می باشد)، ۵- گاهی نرمی استخوان و پرنتری شدن استخوان ساق دو پا، بخاطر فقر ویتامین B3 است، که بایستی انار شیرین یا رب انار شیرین میل کنید، ۶- هر روز به مدت نیم ساعت در نور مستقیم خورشید باشید (صورت شما، نور آفتاب نخورد)، ۷- اگر چربی خون ندارید یک قاشق کره زرد گاوی به همراه صبحانه بخورید، ۸- همراه ناهار ۱۰۰ گرم قارچ خوراکی بخورید.

«بحث التهاب مفاصل»

دکتر محمد رضا هائف فرد (متخصص داخلی، فوق تخصص روماتولوژی، رئیس پنج همایش بین المللی روماتولوژی و دانشیار دانشگاه علوم پزشکی مشهد) فرمودند:
بیماری التهاب مفاصل، کشنده نیست اما می تواند گاهی زندگی فرد را به شدت دچار مخاطره کند. لذا درمان التهاب مفاصل، کیفیت زندگی را افزایش می دهد. التهاب مفاصل افراد را در سنین کودکی تا سالمندی درگیر می کند گرچه در سنین میانسالی شایع است.
التهاب مفاصل يك عنوان كلي براي دسته اي از بيماري ها از طيف حادّ تا مُزمن است كه مي تواند باعث ايجاد ورم در مفاصل بدن و دردناكي آن ها شود.
بیماری التهاب مفاصل به دو دسته بزرگ تقسیم می شود: الف. التهاب يك مفصل (مُونو آرتریت)، ب. التهاب چند مفصلي (پُلي آرتریت)، كه هر کدام علل و بيماري هاي مختلفي را شامل مي شود، این بيماري ها غالباً شروع حادّي دارند ولي به تدريج مُزمن مي شوند
بیماری التهاب مفاصل، بیماری با علت های ناشناخته است گرچه علل دیگر هم دارد:
۱- عامل ارثی

۲- عفونت‌ها، که از مهمترین عامل‌های التهاب مفاصل است، مانند: تب مالت، لذا التهاب حادّ چند مفصلي (بلي آرتریت) در سنین پائين و نوجواني بخاطر بيماري بَرُوسِلُوز (تب مالت) است که شایع‌ترین شکل این بيماري، آرتریت رُوماتُئید است.

۳- استرس‌ها، که باعث تشدید علائم التهاب و شدت یافتن درد رماتیسم است.

۴- نقرس (MSU) که ابتلا به التهاب مفصل حادّ می‌آورد.

۵- سيلّ خوني، عفونت‌های قارچی و تب مالت گُهَنه و مُزْمِن، التهاب مزمن مفصل‌ها می‌آورد.

۶- آرتروز نیز ابتلا به التهاب مفاصل می‌آورد.

۷- بيماري لوپوس: شدیدترین شکل التهاب مفاصل از نوع التهاب‌های چند مفصلي است. بيماري لوپوس در بين انواع التهاب‌های مفصلي، بيماري شایعي نیست اما بدليل عوارض سوئي که دارد می‌تواند کیفیت صحیح زندگی را بشدّت پائين آورده و در صورت درمان نشدن باعث مرگ فرد شود. يعني بيماري لوپوس (بيشتر در خانم‌های جوان دیده می‌شود) به این صورت است که تمام مفاصل و تمام عروق فرد بيمار از موي سر، پوست و دهان گرفته تا سيستم قلبي و شکمي را درگیر کرده و به تدریج فرد لوپوسي آن قدر ناتوان می‌شود که مرگ در انتظارش خواهد بود.

توجه: بيماري‌های مفصلي در پزشکی جديد به طور کامل، قابل درمان نیستند اما شروع درمان و استفاده از داروها، می‌تواند از ناتواني بيمار و پائين آمدن شدید کیفیت زندگی کم کند.

تذکر: برنامه غذائي صحیح، شدت دردهای التهابي مفصل و دردهای رماتیسمي را کاهش می‌دهد و گاهی عامل پیشگیری و گاهی عامل درمان نیز می‌شود، لذا بایستی برنامه غذائي زیر رعایت شود:

۱- چربي‌های غیر اشباع {ضروري (۳ امگا)، غیر ضروري (۶ امگا)}: الف. روغن زیتون، روغن کتان، ب. ماهی سفید، ماهی قزل آلا (بعد از آن خرما یا عسل خورده شود)، ج. گردو با پنیر در شب، مغز خام بادام شیرین

۲- رژیم غذایی کم کالري (مصرف کم قند شیمیایی و اگر نخورند بهتر است ...)، ۳- رژیم غذایی کم آلرژي و کم حساسیت زا (یعنی مقدار کمی فلفل، یا سُس فلفل یا غذای هندی، و اگر این مواد حساسیت را نخورند بهتر است)

۴- کاهش وزن (داراي وزن ایده آل)

۵- مصرف آنتي اکسیدان‌های غذائي که در میوه‌های رسیده تازه و سبزی‌های تازه سالم و بهداشتي هست:

الف. ویتامین C، مانند: پرتقال، هندوانه، ب. ویتامین D، مانند: نور آفتاب، کره

ج. کاروتنوئیدها، مانند: گوجه فرنگي رسیده خام، هویج زرد، انواع کلم

[منبع: سایت طب المعصومين عليهم السلام - استاد آیت الله سيد حسن ضیایی]

درمان برخی از مشکلات مربوط به دهان و دندان

سفارشات معصومین علیهم السّلام در مورد بهداشت دهان و دندان و لثّه، حلق و ... بیشتر پیرامون بهداشت دهان و دندان و پیشگیری از بیماری‌ها است، گرچه در درمان‌های مختلف نیز فرمایشاتی دارند:

۱- خلال دندان بعد از غذا، ۲- مسواک زدن قبل از وضو، مسواک زدن قبل از خواب، مسواک زدن در سحرها قبل از اذان صبح، ۳- مصرف نمک اوّل و آخر غذا، یا پودر نمک روی لثّه‌ها و دندان کشیدن، ۴- خوردن انار با هسته اش، گرداندن آب انار در دهان و حلق، ۵- خوردن خربزه قبل از غذا یا بعد از غذا، ۶- سرکه طبیعی اوّل و آخر غذا، یا در دهان گرداندن و غرغره کردن (مخصوصاً شب قبل از خواب)، ۷- پودر سُعد کوفی به دندان و لثّه‌ها کشیدن از برای استحکام، ۸- با چوب اراک مسواک زدن؛ زیرا تقویت مینای دندان میکند، ۹- جویدن اُشنان برای ضدّ عفونی دهان و حلق و بیرون ریختن آن، ۱۰- خوردن مخلوط آویشن و نمک در اوّل و آخر غذا، ۱۱- سیب رسیده شیرین بعد از غذا، ۱۲- خوردن تمر (خرمای خشک)، رطب (خرمای تازه) قبل از غذا و بعد از غذا، ۱۳- صبح ناشتا هویج زرد (زردک)، ۱۴- کاهو (بدون سُس) به همراه غذا.

آبسه دندان:

محلّول آب سرکه قبل از خواب در دهان بگردانید و سپس بیرون ریخته شود نکته: محلّول بالا علاوه بر آبسه برای تورّم لثّه، قرمزی شفاف لثّه، خون‌ریزی لثّه، پیلّه دندان (که عفونت ریشه می‌باشد و گاهی زیر آن ریشه کیست چرک نیز هست) و همچنین لوزه سوم (یعنی تورّم سلول انتهائی سقف دهان) و عفونت لوزه‌های جانبی و افتادگی لهات (یعنی دو گوش حلق) بسیار مفید است.

آفت دهان:

علل ایجاد و تشدید آفت دهان: ۱. استرس، ۲. غذای داغ، ۳. غذای تند و تیز، ۴. پلاک دندان، ۵. کمبود ویتامین A، 6. کمبود ویتامین B، 7. کمبود آهن، 8. فقر روی، 9. خلال نکردن بعد از غذا، ۱۰. مسواک نزدن قبل از وضو، قبل از خواب و در سحرها پیشگیری: صبحانه: شیر عسل، بعد از شام: آب سیب عسل بنوشید، خلال بعد از غذا و مسواک قبل از وضو داشته باشید، مسواک در سحرها، مسواک زدن قبل از خواب با سرکه طبیعی سیب

درمان: ۱. بیماری زمینه ای نداشته باشد (مثل پلاک و جرم دندان و ...) ۲. اگر گرم مزاج هستید آب انار مَلَس (میخوش) در دهان گرداندن و بیرون ریختن، ۳. اگر سرد مزاج است، جویدن پنیر با مغز گردو و در دهان گرداندن و بیرون ریختن، ۴. در هر دو مزاج، پیاز را در آب جوشانده و آب آنرا غرغره نموده و در دهان بگردانید و بیرون بریزید.

پیشگیری از بار زبان و درمان التهابات:

۱- در جیره غذائی آنها سبزی خوردن، کاهو بدون سُس، گلابی، آب سیب یا سیب درختی رسیده شیرین، انار شیرین باشد، ۲- وسط ناهار یک پرتقال شیرین، ۳- وسط شام یک لیمو شیرین، ۴- آب انار میخوش در دهان بگردانند و بیرون بریزند، ۵- محلول آب سرکه (۲ قاشق پلو خوری سرکه طبیعی در یک استکان آب) را در دهان بگردانند و غرغره کرده بیرون بریزند

بوی بد دهان:

علل ایجاد بوی بد دهان: ۱- وجود دندان عقل نیمه نهفته در لثه، ۲- فشار دادن دندان ها روی هم، که سبب کم ترشحی بزاق دهان می شود، ۳- ناراحتی های معده، ۴- زبان شیاردار، ۵- عفونت های قارچی، ۶- لوزه های بزرگ، تورم لوزه ها، عفونت لوزه ها، لوزه سوم، ۷- وجود خلط زیاد، ۸- ضایعات مخاطی، ۹- بیماری های قلبی، ۱۰- بیماری های متابولیکی مانند: قندخون بالا، چربی مضر خون بالا، اوره خون بالا، ۱۱- بیماری یبوست و بواسیر، ۱۲- پیلۀ لثۀ دندان، آبسه لثۀ دندان، خونروشی لثۀ دندان، ۱۳- عدم خِلال دندان یا نخ دندان بعد از غذا در جایی که آب هست، ۱۴- عدم مسواک زدن قبل از وضو یا مسواک نامرتب یا مسواک نزدن قبل از خواب یا مسواک نزدن در سحرها، ۱۵- داشتن دندان مصنوعی (یک یا تعدادی یا تمام دندان ها)، ۱۶- جرم گیری دندان اگر سنگ فرزند بهداشتی نباشد، ۱۷- التهابات شدید بخاطر مصرف مواد نشاسته ای و عدم مصرف سبزی و میوه (سیب)، ۱۸- کم کاری کلیه ها، یا نگهداری ادرار، ۱۹- آب نخوردن یا بسیار کم خوردن آب، ۲۰- تعریق زیاد، یا صحبت زیاد نمودن (استاید، معلّمان، سخنرانان، قاریان و...)، ۲۱- اگر انسداد راه بینی (مخصوصاً دو سینوس بالای بینی) در کودکان بتوسط آب، پُرز، خَرّ و... شود، و در کارگران بتوسط گرد و خاک، غبار گچ، سیمان، خاک گچ، خاک آزه در چوب بری و ... شود، ۲۲- کسانی که مشکلات ادراری دارند: الف برگشت ادرار (عفونت ادراری یا سنگ در مجری)، ب. تورم پروستات و التهاب پروستات (هر دو باشد)، ۲۳- خوردن چیزهای بد بو و حضور در اجتماع مانند: سیر (ثوم)، گُما، اسانس های شیمیائی، ۲۴- در حمام و توالت مسواک زدن، که جذام الاسنان (خوره دندان) و نَتَن (بوی تعفن شدید دهان) می آورد، ۲۵- استفاده از خمیر دندان بدبوئی دهان و کبدچرب می آورد.

ضد بوی دهان:

چای دارچین، سیب، کندر، خرما، خشک برنج در شب و ناشتا خوردن
جویدن مغز گردو، جویدن ریحان، جویدن سیب با پوست، هل و کاهو (بدون سُس) به همراه غذا
بخورید.

تبخال:

۱- روزی چندبار اشک مو (شیربه درخت انگور) به محل تبخال بمالید، دوره زمانی تبخال کوتاه
می شود، ۲- شب قبل از خواب پنبه آغشته به سرکه طبیعی سیب روی محل تبخال گذارید، ۳- فقط
یکبار در هفته اول دمکرده مورد بخورید و روی محل تبخال نیز بگذارید.

جرم دندان:

بعد از غذا خلال کنید، در شبانه روز سه بار مسواک بزنید قبل از هر وضو، یکبار با خمیر دندان، یکبار
با محلول آب نمک یا آب سرکه، یکبار با مسواک خالی

در آوردن دندان بچه:

مادر بچه در حاملگی: گلابی به همراه کره مصرف کند (یعنی یک گلابی رسیده به همراه یک قاشق
مرباخوری کره زرد گاوی بخورد)
روی لثه بچه، آب پیاز تازه، آب تازه دانه انار بمالید.

درمان درد دندان و لثه:

پرهیز شود از: خوردن آب داغ و آب سرد تگری و شیرینیجات غیر طبیعی و آبمیوه های شیمیائی و
نوشابه های گازدار، مصرف دخانیات و مواد افیونی و قرصهای روان برگردان، شکستن چیزهای سفت
و سخت با دندان

انجام شود: ۱- میخک (که مثل میخ های ریز و قهوه ای است) یک قطره از عصاره آنرا را روی دندان
درد گرفته، بگذارید (باید دانست گیاه میخک غیر از گل میخک است). ۲- زردچوبه را داغ کنید و
روی دندان درد گرفته بگذارید آنرا درد را ساکت میکند؛ زیرا اژنول دارد.

ریزش آب دهان:

۱. مغز تخمه خام هندوانه، ۲. تمر هندی با آب

سفید شدن دندان‌ها:

نمک اندرانی را با کف دریا به نسبت مساوی مخلوط نموده و با این مخلوط دندان‌ها را مسواک بزنید (در روایات اسلامی آمده).

تقویت مینای دندان و عاج دندان:

با پودر چوب اراک مسواک بزنید
درمان لَقّی دندان:
شب‌ها و روزها با پودر سُعد کوفی مسواک بزنید و در بین روز گُندُر خوراکی مرغوب بجوید و بخورید.

درمان خارش لثه، خارش گلو و لوزه‌ها، و درمان زخم لثه، دهان و حلق:

۱- روغن بادام شیرین درختی روی لثه‌ها بکشید و همچنین با روغن بادام شیرین زمزمه کنید و
غرغره کنید و قورت دهید، ۲- روغن به، ۳- روغن خیار

درمان تورّم لثه‌ها، عفونت لثه‌ها و درمان خونروش لثه‌ها:

شب‌ها قبل از خواب با محلول آب سرکه طبیعی سیب (یعنی استکان سرکه، و استکان آب) مسواک بزنید.

درمان ورم‌های لثه و دهان:

در روز الشُّبُّ (یک نوع سنگ معدنی) را در دهان مضمضه کنید، مسواک با سرکه طبیعی سیب قبل از خواب

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان برخی از مشکلات مربوط به مو

تقویت پیاز مو و تقویت مو:

صبحانه: شیر عسل، شیر خرما، حلیم گندم گوشت بخورید، با ناهار و شام: سبوس گندم، سبوس جو و سبوس برنج بخورید، بعد از غذا: ۷ عدد خرما بخورید، سائیده خشک گل نسترن مخلوط با حنا بر سر بگذارید، روغن بادام تلخ بمالید (افراد دیابتی روزی دو عدد مغز بادام تلخ بخورند)، روغن سیاهدانه بمالید، روغن گندش بمالید، روغن آمله بمالید (آملج، حافظ الأعضاء).

رشد مو:

رشد و مو و تقویت ساقه مو: دو ساعت قبل از حمام، روغن سیاهدانه یا روغن گندش به سر بزنید، و ماساژ با محلول رزماری (اکلیل کوهی) بدهید (تقویت ساقه مو و ضد شوره، توجه: زن حامله و مادر شیرده و شخصی که ضعف اعصاب دارد، نبایستی محلول رزماری به سر بزند).
رشد مو: مخلوط پودر گندر با روغن سدر

رشد دیر موها:

روغن آمله را شبها بر سر بمالید، موها را بسیار قوی و تار مو را سالم و طویل میکند و از زود سفید شدن موها جلوگیری میکند.

برای پر پشت شدن موها:

خرما به همراه مغز خام شیرین بادام درختی بخورید، در جیره غذائی شلتوک باشد روزی یک قاشق چای خوری تا یک قاشق پلو خوری یا نصف استکان عرق شلتوک، روغن سیاهدانه که بر پایه روغن بادام تلخ گرفته شده باشد بمالید، روغن بادام تلخ بمالید، گندش را پودر نموده در روغن بادام تلخ ۲۰ دقیقه بجوشانید سپس آن روغن را بمالید (این روغن ها را هر بار یکی را ۲۰ دقیقه قبل از حمام بزنند)، توجه: اگر بیمار کم خونی (فقر آهن، فقر ویتامین B12 و...) دارد باید کم خونی خود را نیز درمان کند.

رشد مو و رویش مو:

سبوس، شلتوک، بابا آدم، عَلف لیمو، زُرماری (اکلیل کوهی)، حنا، گیاه دُم اسب، هر یک از اینها را پودر کرده و به نسبت مساوی مخلوط نموده، و سپس ۲ عدد تخم مرغ به آن اضافه کنند، و از این مخلوط شب تا صبح بر سر باشد.

* شامپوی طبیعی، تقویت موی و پوست و درمان خارش پوست: مورد (یک سوم) + حنا (یک سوم) + سدر (بیشتر، سه برابر) + روغن زیتون + سرکه طبیعی
داروی مرکبۀ گیاهی برای رشد موی سر: ترکیبات این داروی گیاهی: آویشن، سیر، سدر، کافئین، بابونه، گزنه، عصارۀ برگ زیتون، زعفران، شنبلیله، خارخسک، پرسیاوشان.

ریزش شدید مو:

برای جلوگیری از ریزش شدید مو، مراقبت از مو لازم است:
برخلاف جهت مو شانه نکنید، در حمام شانه نکنید، مو را که بلند نگه میدارند نظافتش را رعایت کنند، فرق باز کنند، با ناخن سر را نشوئید، سشوار را روی دمای بالا نگذارند، از سشوار برای خشک کردن موها استفاده ننمایند بلکه بوسیله حوله خشک کرده و برای حالت دادن آنهم دمای معمولی سشوار را از فاصله ۱۰ تا ۱۵ سانتیمتری بکار برند، از صابون ها و شامپوهای پُر اسید استفاده نشود، استرس نداشته باشید، تعادل هورمون تستوسترون در مردان باشد، تعادل هورمون استروژن در زنان باشد.

جلوگیری و پیشگیری از ریزش مو:

هر روز روغن کندش بمالید، به همراه غذا سبوس گندم، سبوس جو، سبوس برنج (از هر کدام یک قاشق چایخوری) بخورید، بعد از غذا هفت عدد خرما میل کنید، از دو ساعت قبل از حمام مخلوط جوشانده گل بابونه با حنای طبیعی بر سر گذارید.
جوشانده برگ چغندر (ضد ریزش مو)، گرد سائیده گندش، مخلوط با روغن زردۀ تخم مرغ، بر محلّ ریزش مو بمالید.
توجه: اگر بیمار کم خونی یا استرس دارد باید کم خونی و استرس خود را نیز درمان کند.

ریزش موی سگه ای = آلُوپِسیا آتِ آ

هر روز دو بار شستشو با سرکه طبیعی سیب داده سپس با آب شسته و با پارچۀ نخی خشک کرده و محل ریزش موی سگه ای را روغن گندش بمالید، ۲. به همراه غذا (ناهار و شام) سبوس و شلتوک

بخورید، ۳. بعد از غذا (ناهار و شام) هفت عدد خرما بخورید، ۴. اگر عصاره گل بومادران را با روغن باقلائی مصری مخلوط و هر شب مالیده شود، کوسه را درمان میکند. ۵. استرس نداشته باشید. قرص شیمیائی پرو نيزولون (با تجویز پزشک متخصص)

طاسی جلو سر مردان:

روزی ۳ استکان چای سیاهدانه مخلوط با عسل گون بخورید، ماساژ با روغن سیاهدانه دهید، بعد از هر غذا یک قاشق مرباخوری سیاهدانه مخلوط با عسل آویشن بجوید و بخورید.

ریزش موی زیاد جلوی سر زنان = آلوپسی مردانه (طاسی جلو سر)

درمان در پزشکی جدید:

۱. دکتر مستوفی (متخصص پوست و مو) به مدت ۱/۵ الی ۲ سال مصرف دارو شیمیائی اِسپِرُونُولاکتُون آر ۲۵ میلی گرمی، بعد از قطع دارو بمدت یک سال دوباره آلوپسی باز میگردد خانم دکتر فاطمه حسینی پور (متخصص پوست و مو) سه دارو تجویز میکند: ۱. اِسپِرُونُولاکتُون ۲۵ میلی گرمی، ۲. قرص اسید فولیک، ۳. قرص دیان ۳۵ (Diane 35) این سه دارو را که مریض هم زمان مصرف کند عوارض سوئی دارد: ۱. به هم خوردن هورمون های زنانه، ۲. کاهش فشار خون، ۳. حالت تهوع

درمان طبیعی طاسی جلوی سر زنان:

هر روز ۳ استکان چای رازیانه بنوشید (به مدت دو هفته و بعد از آن عصاره یک استکان) مخلوط با عسل آویشن و عسل گون، نکته: چای رازیانه پنج فائده دارد: ۱. درمان خستگی جنسی، ۲. ازدیاد شیر مادر-شیر افزا، ۳. ازدیاد هورمون جنسی زنانه (استروژن و پروژسترون)، ۴. درمان قاعدگی های نامنظم، ۵. پیشگیری و درمان آلوپسی مردانه.

هر روز روغن کندش بمالید، به همراه غذا سیوس گندم، سیوس جو، سیوس برنج (از هر کدام یک قاشق چایخوری) بخورید، بعد از غذا هفت عدد خرما میل کنید، از دو ساعت قبل از حمام مخلوط جوشانده گل بابونه با حنای طبیعی بر سر گذارید.

رشد موی ابرو:

روغن بادام تلخ یا روغن گندش بمالید.

ریزش مژه:

هر روز روغن بادام تلخ بمالد یا سوخته دانه خرما به مژه بزند، همچنین سرمه کشیدن با اِثمد (سنگ سیاه سرمه اصفهان = آتیموآن)

چربی مو و چربی پوست سر:

۱. هر روز یکبار سرکه طبیعی سیب بمالید، ۲. شیرۀ استبرق، شیرابه استبرق (شیرابه عُشَر) ضد موی چرب میباشد [توجه: تمام اجزاء گیاه استبرق سَمِیت دارد؛ لذا حساسیت پوستی نداشته باشید]، ۳. جوشانده برگ چغندر بمالید.

شوره سر و تقویت ساقه مو:

بیماری مزمن و عودکننده شوره سر که یک نوع بیماری قارچی است
علل شوره سر: استرس، دیر استحمام کردن، چاقی و اضافه وزن، پُرخوری و...
محلول رُزماری (اکلیل کوهی) یا شامپو رُزماری [توجه: حامله و بچه شیرده نباشد]، سرکه طبیعی سیب ضد شوره و...، جوشانده برگ چغندر بمالید

موهای کم پشت و نازک و شکننده:

دو ساعت قبل از هر حمام موها را با یکی از این روغن‌ها ماساژ دهید: روغن بادام تلخ، روغن بنفشه طبی، روغن سیاهدانه، روغن گندش

خشکی مو و شکنندگی مو:

بعد از غذا ۷ عدد خرما خورده، قبل از حمام روغن کنجد بمالید، بعد از حمام روغن زیتون به سر بزنید، برای شستن سر از صابون گل ختمی استفاده نمائید. توجه: از صابون پُر اسید و شامپو پُر اسید استفاده نکنید.

رنگ موی طبیعی قهوه ای:

جوشانده پوست سخت قهوه ای چوبی اطراف مغز گردو (۱۵ تا ۲۰ عدد) + جوشانده گل بابونه (سه قاشق غذاخوری) + وسمه یک برابر + قهوه یک برابر + حنا دو برابر، این سه در آن جوشانده مخلوط نمائید.

جلوگیری از سفید شدن مو و درمان آن:

هلیله سیاه در عسل خیسانده شود و هر روز یک قاشق بخورد، فولیکول‌های موی سر و رنگدانه‌های مو باز می‌گردد

خوردن سه عدد هلیله سیاه که در روغن زیتون زده و قورت داده شود، روغن آمِله به سر بمالید، پودر آمِله مخلوط با حنا، خمیر نموده و بر سر زنند، مخلوط گل نسترن با عسل یا با شکر نیشکر (شکر طبیعی) به مقدار کم بخورید.

سیاه شدن موی سر و طویل نمودن آن:

۱- هر روز سه عدد هلیله سیاه در روغن زیتون زده، دانه دانه میل شود، ۲- پودر میوه آمِله مخلوط با حنا از شب تا صبح بر پوست سر گذاشته، ۳- شبها روغن آمِله را به سر بمالید؛ زیرا موها را بسیار قوی و تار مو را سالم و طویل می‌کند و از زود سفید شدن موها جلوگیری می‌کند.

بیماری زالی یا آلبینیسم (Albinism):

کمک به درمان: ۱- هر روز روغن بان بمالید، ۲- هر روز یک عدد هلیله سیاه را خرد کرده و مخلوط با یک قاشق مرباخوری روغن زیتون بخورد، ۳- هر شب یا هر روز صبح یک لیوان آب هویج زرد (زردک) یا دو قاشق غذاخوری مربای زردک بخورد، ۴- ضماد پودر برگ درخت انبه (مو را دراز می‌کند و رنگ آن را سیاه می‌کند).

شپش سر و قارچ کچلی:

۱- مو را کوتاه کرده، ۲- هر روز روغن به بزیند (توجه: طرز تهیه روغن به: آب میوه به رسیده را با نصف مقدار آن روغن طبیعی زیتون مخلوط نموده، سپس با شعله ملایم بجوشانید تا زمانی که مقدار روغن باقی بماند، به چنین فرآورده‌ای روغن به گویند که طبیعت سرد و اثر شفاف‌بخش دارد)، ۳- هر شب سرکه طبیعی سیب بمالید، ۴- جوشانده برگ چغندر بمالید (ضد شپش)، ۵- پوست درختچه سیاه توسه (۱۰۰ گرم پوست خشک گیاه در یک لیتر آب جوشانده در استعمال خارجی برای بیماری کچلی)، ۶- برای شپش، سر را با محلول شیمیائی لیندان بشوئید.

مو خوره:

در حمام شانه زنید، کش و گیره محکم به موها نبندید، از شانه و بُرس نوک تیز استفاده نکنید.

۱- از پائین تر از مو خوره، موها را قیچی کنید و نوک موها را روغن زیتون بزنید، ۲- محلول زُزماری (اکلیل کوهی) به سر بزنید (توجه: زن حامله و مادر شیرده و شخصی که ضعف اعصاب دارد، نبایستی محلول زُزماری به سر بزند)، ۳- ضماد کوبیده اسفرزه مخلوط با روغن بنفشه طَبّی روی محلّ موخوره موها بگذارید.

حذف موهای زائد:

قسمت‌های پُرمو را بعد از درآوردن موها با موچین یا تیغ زدن، با یکی از موارد زیر بمالید:

۱- قسمت داخل غلاف باقلاً بمالید، ۲- تخم مورچه بمالید، ۳- آشکِ مُو بمالید (اگر شاخه انگور را قطع کنید، از جای آن قطره های مایع بی رنگ خارج می‌شود، که به آن گریه یا اشک مو گویند).

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان بعضی از انواع سرطان

سال‌هاست بیماری سرطان هم جزو بیماری‌های رایج ایرانی‌ها شده و امروزه بیش از ۳۰۰ تا ۴۰۰ هزار ایرانی به بیماری سرطان مبتلا هستند و سالانه ۸۵ تا ۹۰ هزار نفر بر اساس آمارها به این تعداد افزوده می‌شوند. کارشناسان حوزه سلامت معتقدند سرطان ۶٪ از بیماری‌های کشور را تشکیل می‌دهد و هزینه‌تحمیلی آن روی دوش خانواده‌ها است بطوری‌که این مسئله باعث می‌شود برخی خانواده‌ها که درگیر چنین بیماری غیر واگیری هستند به زیر خط فقر سقوط کنند و برای ادامه درمان دچار مشکل شوند. سرطان‌های شایع در ایران ریه، سینه، معده، روده می‌باشد. به ازای هر ۱۰۰ هزار نفر ایرانی، حدود ۱۵۰ نفر سرطان دارند و ۸ درصد سرطان‌های کشور ایران در استان خراسان است. شایع‌ترین سرطان‌ها در مردان ایرانی، سرطان معده و سپس سرطان پروستات است و شایع‌ترین سرطان‌ها در زنان ایرانی، سرطان سینه و پستان و سپس سرطان رحم، تخمدان و دهانه رحم است.

در سال‌های اخیر میزان مرگ و میر در ایران بخاطر ابتلاء به سرطان از سالی ۳۰ هزار نفر به ۵۵ هزار نفر رسیده، لذا سرطان سومین عامل مرگ و میر در ایران شناخته شده و این درحالی است که ایران تقریباً بیشترین میزان رشد سرطان را در جهان دارد و علل اجتماعی و زیستی و محیطی آن عبارتست از: ۱- پیرشدن جمعیت و افزایش امید به زندگی، ۲- سبک‌زندگی نادرست مثلاً خوردن غذای مانده و خوردن غذاهای صنعتی و پُرگوشت، ۳- آلودگی زیست‌محیطی مانند: هوای آلوده، آب آلوده، محیط بسته دارای دودسیگار و قلیان، ۴- شیوع چاقی و اضافه وزن و کم‌تحرکی توجه: ۷۵ درصد سرطان‌ها، ریشه در غذا و آشامیدنی‌ای که می‌خوریم، دارند، لذا بایستی به دو مقوله بسیار توجه داشت:

۱- مقوله کیفیت آشامیدنی، ۲- مقوله امنیت غذا و امنیت آشامیدنی؛ زیرا سونامی سرطان در کشور، در رتبه سوم علل مرگ و میر قرار گرفته، یعنی: رتبه اول از علل مرگ و میر، بیماری‌های قلبی و عروقی و سکت‌های قلبی عروقی است و رتبه دوم از علل مرگ و میر، سوانح و تصادفات و حوادث است، و رتبه سوم از علل مرگ و میر، انواع سرطان‌های بدخیم و کشنده است.

علل شایع ایجاد سرطان:

۱- مصرف دخانیات، ۲- کم‌تحرکی، ۳- فست فودها، ۴- آلاینده‌های محیطی، ۵- آسانس‌های شیمیائی، ۶- غذاهای مانده، ۷- اضافه وزن، ۸- پُرخوری، ۹- ظروف پلاستیکی، تفلونی، سربی و آلومینیومی (مثلاً ظروف خمیر گیر در نانوائی‌ها و بعضی دیگ‌های زودپز از جنس آلومینیوم است و

آلومینیوم بدترین نوع فلزی است که در نان وارد شده و باعث آلزایمر می‌شود، علاوه بر اینکه سرطان (زا است)، ۱۰- ادکلن‌های شیمیایی، ۱۱- ترانس چربی بالا و روغن جامد، ۱۲- مصرف کافئین زیاد، ۱۳- نان سوخته، ۱۴- پنیر مانده، ۱۵- سرخ‌کردنی، ته دیگ، دو طرف کوکو، چیپس و...، ۱۶- زیاد نگاه کردن ماهواره، کامپیوتر، تلویزیون، ۱۷- زیاد بازی کردن با بازی‌های کامپیوتری، ۱۸- تأخیر سن از دواج، ۱۹- پیر جمعیتی، ۲۰- آلودگی زیستی

توجه: نان سنگک موجود PPM ۸۰۰ آکریلامید دارد که سرطان زا است و حال اینکه باید حداکثر ۰/۵ PPM آکریلامید داشته باشد، فعلاً نان تست کمترین آکریلامید را دارد.

علت‌های اصلی ایجاد سرطان:

۱- خوراک‌های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس‌ها و کالباس‌ها به خاطر نیترات موجود در آنها که در بدن تبدیل به نیتروزامین می‌شود که ماده‌ای سرطان‌زا است، همبرگرها، پیتزا و...) [که بسیاری از املاح مقوی و ویتامین‌های آن از بین رفته و ۸۰٪ آنزیم‌های مفید آن پائین آمده] و آشامیدنی صنعتی (نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های شیمیایی و...)، ۲- مواد شیمیایی و پلاستیکی، ۳- استرس‌های روانی و روحی، ۴- شوینده‌های شیمیایی، مواد شیمیایی معطر کننده، عطرها، شیمیایی، ۵- امواج الکترونیکی و مخابراتی، ۶- همه وسایل برقی که میدان مغناطیسی ایجاد میکنند که گاز سمی فلورین (Folrin)، (برخی از قطعات کامپیوتری که داغ میشوند گازهای سمی تولید میکنند)، ۷- لباس‌هایی که با مواد نسوز تولید میشود، ۸- مواد آرایشی شیمیایی، ۹- بیشتر مواد نگه دارنده شیمیایی، طعم دهنده شیمیایی، رنگ دهنده شیمیایی؛ سرطان زا هستند، ۱۰- کنسروها، کمپوت‌ها [زیرا هر میوه‌ای که دو ساعت از زمان خرد شدن آن بگذرد همه یا اکثر ویتامین‌های خود را از دست میدهد و تنها خاصیت فیبری در آن باقی می‌ماند]، ۱۱- افزایش سن مخصوصاً در مجرّدها، ۱۲- سبک زندگی نادرست.

توجه: سرطان به سه طریق در بدن فراگیر می‌شود:

۱- از طریق بافت: که بافت سرطانی، حمله به بافت‌های مجاور میکند، ۲- از طریق سیستم لنفاوی: که سرطان لنفاوی از طریق رگ‌های لنفاوی به سایر اعضا هجوم می‌برد، ۳- از طریق خون به سیاهرگ‌ها (وریدها) و مویرگ‌ها هجوم برده و به کل نقاط بدن نفوذ می‌کند.

املاح و ویتامین‌هائی که پیشگیری از سرطان می‌کند و همچنین در درمان سرطان نقش دارد:

۱- مصرف سدیم به مقدار لازم (مثلاً سدیم موجود در نمک دریا، اما زیاده‌روی در مصرف سدیم فشارخون می‌آورد لذا یک گرم در اول غذا و یک گرم در آخر غذا بخورید در حالی که غذای تان بی‌نمک است)، ۲- مصرف روی به مقدار لازم (مثلاً مصرف گردوی خشک، فندق خشک، بادام شیرین درختی، توجه: زیاده‌روی در مصرف روی، مسمومیت می‌آورد)، ۳- مصرف کلسیم به مقدار لازم (مثلاً مصرف شیر، دوغ، ماست، توجه: زیاده‌روی در مصرف کلسیم سرطان استخوان و سرطان خون به نوع لوسمی که از مغز استخوان شروع می‌شود، می‌آورد)، ۴- فیبر به مقدار لازم (مثلاً مصرف سبزی‌جات تازه سالم و کاهو بدون سس، توجه: کمبود فیبر گیاهی باعث سرطان روده می‌شود)، ۵- ویتامین A به مقدار لازم (مثلاً مصرف هویج زرد، زردآلو، کدو حلوائی، توجه: کمبود ویتامین A باعث افزایش اثر مواد سرطان‌زا است)، ۶- ویتامین B به مقدار لازم (مثلاً مصرف مویز ۲۱ عدد صبح ناشتا، آناناس، سبوس گندم و جو، توجه: کمبود ویتامین B مخصوصاً ویتامین B2 باعث افزایش رشد سرطان‌های پوستی اپی‌تلیال می‌شود).

درمان‌های عمومی انواع سرطان‌ها:

۱- برای پیشگیری و کمک به درمان سرطان: ساعت ۶ صبح آب خیار، ساعت ۱۲ ظهر آب کاسنی، ساعت ۶ بعد از ظهر آب کاهو، ساعت ۱۲ شب آب کرفس بخورد، ۲- میوه عنب‌رسیده را بجوشانید و پس از ولرم شدن به نسبت مساوی با آب کاهو مخلوط کنید، سپس میل نمایید (درمان لخته، درمان پلاک و داروی قوی ضد سرطان)، ۳- انار شیرین با پرده‌های بین دانه‌های انار ضد سرطان است (عصرانه بخورید)، ۴- شب سوپ یولاف (جو دوسر) با سرکه طبیعی انگور عسگری میل کنید، ۵- خوردن قسط شیرین (قسط عربی = خولنجان مصری) در درمان سرطان، بسیار مؤثر است، ۶- زردآلوی رسیده، ضد سرطان است بویژه سرطان ریه و پانکراس، هویج زرد، ۷- جوشانده پوست و برگ درخت بلوط ضد سرطان است.

ریز مغذی‌های ضد سرطان:

۱- شیر خرما + عسل، ۲- آب سیب + عسل، ۳- آب زردک + عسل، ۴. میوه‌هائی که دارای بتاکاروتن که پایه ویتامین A است (مانند: هویج زرد و زرد آلو و ...)، ۵- بَرّه موم عسل.

برای کنترل و جلوگیری از پیشرفت سلول‌های سرطانی (۴۰ تا ۵۰ درصد سرطان‌ها در دنیا قابل درمان است):

۱- برگ داروаш (شیرینک) یا قرص گیاهی انگلیسی یا آمپول ایسکادور (داروی ضعیف)، ۲- ویتامین E، (زاویت E400 میلی گرمی، داروی شیمیائی)، ۳- گل خارمریم (داروی متوسط)، ۴- گیاه مُخْلِصَه (داروی قوی)، ۵- آب زردک (هویج زرد رسمی) به همراه عسل، ۶- سیاه دانه با عسل طبیعی.

درمان سرطان استخوان و متعلقاتش (لخته‌های خونی):

۱- صبحانه: شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل طبیعی استوخدوس، ۲- وسط روز: شیر تازه گاو مخلوط با خُرما، ۳- به همراه ناهار: روغن زیتون خوارکی طبیعی به همراه کاهو (بدون سس)، ۴- بعد از ناهار: یک قاشق چای خوری سیاه دانه مخلوط با عسل استوخدوس، ۵- عصرانه: انار شیرین با پرده روی دانه و هسته آن بَجَوَد و بخورد، ۶- مغرب: پودر سنجد (به همراه هسته اش پودر شود) + شیر تازه گاو کم چرب + عسل استوخدوس، ۷- شام: سوپ (که از مخلوط جعفری + زردک + ذرت + جو + آب درست شده) + روغن زیتون خوارکی طبیعی به همراه کاهو (بدون سس)، ۸- بعد از شام: یک قاشق چای خوری سیاه دانه مخلوط با عسل استوخدوس.

درمان عمومی سرطان خون:

۱- هر روز خوردن شلغم ۱۰۰ تا ۲۰۰ گرم، ۲- خوردن دم کرده یا جوشانده گل همیشه بهار (کالاندولا)، ۳- عرق طبیعی زنجبیل محرک قلب، ضد کلسترول بد، ضد سرطان و ضد انعقاد و لخته شدن خون، ۴- زنجبیل پروده شده در عسل میل شود.

درمان سرطان غدد لنفوم (نوعی از سرطان خون):

۱- میوه عَنَاب رسیده را بجوشانید و پس از ولرم شدن به نسبت مساوی با آب کاهو مخلوط کنید، سپس میل نمایید (هر هشت ساعت یک استکان)، ۲- به همراه غذا (ناهار و شام، یا افطاری و سحری) یک چهارم کاهوی متوسط را بدون سس بخورد، ۳- اگر بیمار دچار بی قراری شبانه، بی خوابی روزانه و خارش پوست بدن است: هر شب ماساژ با روغن قُسط دهد و قبل از هر حَمَام سرکه طبیعی سیب بمالد.

درمان بیماری سِل و سرطان ریه:

۱. صبح آب و آبجوش ولرم با یک قاشق چای خوری پودر گُل اُستوخْدوس با عسل طبیعی اُستوخْدوس یا با عسل طبیعی زنجفیل، ۲. صبحانه شیر با عسل طبیعی اُستوخْدوس یا با عسل طبیعی زنجفیل، ۳. بین روز و عصرانه دم کرده سیاه دانه با عسل طبیعی اُستوخْدوس یا با عسل طبیعی زنجفیل، ۴. عصرانه یک قاشق چای خوری پودر اُفتیمون در یک لیوان آب با عسل طبیعی اُستوخْدوس یا با عسل طبیعی زنجفیل، ۵. مغرب آب، آبجوش ولرم با عسل طبیعی اُستوخْدوس یا عسل طبیعی زنجفیل، ۶. شب قبل از خواب آب سیب طبیعی با عسل طبیعی اُستوخْدوس یا با عسل طبیعی زنجفیل، ۷. کنگر فرنگی، خارمریم و کنگر وحشی، هر سه ضد سرفه های شدید و ضد سِل ریوی پیشرفته و ضد سرطان می باشند، ۸. زرد آلو رسیده، ضد سرطان است بویژه سرطان ریه و پانکراس، ۹. ریحان کوهی (بادروج) ضد بیماری سِل است (کتاب طب الاثمه علیهم السلام، علامه شبر) به همراه ناهار و شام مصرف شود، ۱۰. با ناهار و شام نان برنجی بخورد (درمان سِل ریوی و خونی)، ۱۱. سُماق با ناهار و شام بخورد.

سرطان حنجره:

توجه: غذای داغ، آشامیدنی داغ، غذای سرد یخچالی، آب سرد تگری، ترشیجات و چیزهای تند و تیز نخورد.

درمان: ۱- بعد از هر غذا، آب سیب رسیده شیرین تازه بخورد، ۲- بین روز و عصرانه، میوه عَناب رسیده را بجوشانید و پس از ولرم شدن به نسبت مساوی با آب کاهو مخلوط کنید، سپس میل نمایید (درمان لخته، درمان پلاک و درمان سرطان).

کِلِیُوم (کِلِیُوم = تشکیل سلول های سرطانی) در بافت ساقه مغز، که گاهی خوش خیم و گاهی بد خیم است:

علائم لین بیماری: از دست دادن تعادل و اشکال در راه رفتن، مشکلات بینائی و شنوائی، سردردهای صبحگاهی، سردردهایی که بعد از استفراغ برطرف میشود، حالت تهوع دائمی، بی خوابی غیرعادی، تغییر در سطح انرژی بدن.

درمان: ۱- خوردن اسپند ۱۴ عدد، ۲- دم کرده استوخدوس، ۳- دم کرده گُل گُلرنگ، ۴- اُفتیمون، ۵- صبح ناشتا ۷ عدد انجیر، ۶- ماساژ با جوشانده آویشن، ۷- ماساژ با ریحان کوهی، ۸- بعد از ناهار ۷ عدد خرمای رسیده، ۹- بعد از شام یک قاشق چای خوری سیاه دانه مخلوط با عسل استوخدوس.

سرطان مغز:

علائم تومور مغزی و سرطان مغز: سردرد مداوم، تشنج و به گما رفتن، اختلالات بینائی و شنوائی، ضعف حافظه

علل اصلی ایجاد سرطان مغز: ۱- مصرف الکل، ۲- پرتوهای اتمی (ناشی از بمباران اتمی)، ۳- ظروف سربی، آلومینیومی، پلاستیکی، تفلونی، ۴- مصرف دخانیات از جمله سیگار، ۵- عفونت‌ها، ۶- مصرف آدویه‌جات زیاد و مداوم (۹۰ نوع آدویه داریم)، ۷- زخم سیفلیس (زخم آلت)

عوامل تشدید کننده سرطان مغز:

امواج الکترومغناطیس، موبایل‌ها (تلفن‌های همراه)، ماکرووی، امواج رادیویی و ...

علل دیگر ایجاد کننده سرطان مغز و دیگر سرطان‌ها:

۱- فست فودها، همبرگر، سوسیس و کالباس (سوسیس و کالباس مؤلّد سرطان مغز، بواسیر، شقاق مقعد و انواع دیگر سرطان‌ها است)، ۲- ظروف آلومینیومی، سربی، تفلون، پلاستیکی، ۳- اسانس‌های شیمیائی، نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های شیمیائی، ۴- ترانس چربی بالا (خامه، سرشیر، روغن اشباع شده مثل روغن پالم، روغن سوخته، ته دیگ، کیک خامه‌ای، بستنی خامه‌ای، لبنیات پُرچرب)

پیشگیری از سرطان مغز:

غذای تازه، میوه‌جات، سبزی‌جات، پروتئین حیوانی و گیاهی و غلات و حبوبات، پیاده‌روی و ورزش‌های سبک (مانند دوچرخه سواری، شنا)، استراحت مناسب و خواب راحت (خواب بعد از ناهار، خواب قیلوله یعنی خواب نیمروز)

درمان سرطان مغز در پزشکی جدید:

برای تشخیص MRI از مغز گرفته و همچنین بیوپسی از مغز. درمان اصلی پزشکی جدید، جراحی است و ادامه درمان بوسیله: رادیو تراپی، شیمی درمانی، یا ترکیبی از این دو است.

درمان سرطان مغز در طب گیاهی:

۱- بخور خاص: مخلوط تخم گشنیز (۴۰۰ گرم) + مرزنجوش (۵۰ گرم) + نعنا (۵۰ گرم) را در آبجوش ریخته و به مدت ده دقیقه بخور دهید، سپس از داروی عطسه آور استفاده کنید [مانند: الف.

پودر گندش، ب. دارو مرکب عطسه آور (انفیة طبیعی = عطوس): گندش کوهی (۱۰ گرم) + بنفشه خشک (۲۰ گرم) + تخم گشنیز (۲۰ گرم). ۲- با ترکیبی از سدر و روغن زیتون و سرکه طبیعی، سر و بدن خود را بشوئید و از هیچ صابون و شامپوئی استفاده نکنید، ۳- در هر سوراخ بینی دو قطره روغن بنفشه طبی بچکانید، ۴- از مسهل ها و مُدرّهای طبیعی استفاده کنید (مانند: کاهو بدون سس، سبزی ریحان، سبزی تره فرنگی، کرفس، روغن زیتون، لیمو شیرین)، ۵- برای درمان تومورهای مغزی زالو درمانی را از روی پا شروع کرده (تعداد زالو ها هر بار ۱۰ عدد باشد) تا به تومور مغزی میرسانیم، ۶- همزمان با زالو درمانی از داروهای گیاهی ضد سرطان استفاده شود: الف. دمکرده برگ و دانه آنجَره (گزنه)، و جوشانده آن بلافاصله بعد از زالو درمانی مصرف شود، ب. دمکرده گل استوخدوس، ج. دمکرده ایتیمون، د. چند برگ سداب، شب قبل از خواب بخورد (توجه: در بیمار دارای کم خونی از زالو درمانی استفاده نمی کنیم و همچنین بیماری که قند خون پائین دارد از گزنه استفاده نمی کنیم)، ۷- داروهای خونساز ضد سرطان مانند شیرۀ انگور و شیرۀ خرما مصرف شود مخصوصاً در بیماران دارای کم خونی و بیمارانی که قند خون شان پائین است، ۸- دو قاشق غذاخوری از مخلوط برگ آنجَره (گزنه) ۵۰۰ گرم + برگ تیول ۱۰۰ گرم + برگ کلیپوره ۵۰ گرم، در دو لیوان آب بجوشانید، تا یک لیوان شود، سپس روزی یک بار بخورید، ۹، کمک کننده ها به درمان سرطان مغز: آلوچه، ریواس، تمشک تازه، آلو قطره طلا، میوه انگور، مخلوط سرکه انگور (یک دهم) با شیرۀ انگور (نه دهم)، آلو بخارا، انجیر، برگ بارهنگ و تخم آن، آب انار شیرین تازه و رب انار.

سرطان گوارش:

علل ایجاد سرطان گوارش:

۱- غذاهای مانده، ۲- غذای کپکی یا مرتای کپکی یا نان کپکی یا ...، ۳- مواد غذایی پُرچرب مانند: خامه، سرشیر، کیک خامه ای ...، ۴- غذاهای پُرکالری، فست فودها (سوسیس، کالباس، همبرگر)، کله پاچه، پیتزا، ۵- وجود رنگ دانه های مصنوعی مانند: پُفک هندی، پُفک، چی توز، اسمارتیز، مَرَمَز، چیپس، دلستر، ۶- نوشابه های گازدار، آبمیوه های شیمیائی، ۷- غذاهای سرخ شده (باعث افزایش سرطان گوارش میشود)، ۸- غذاهای سوخته (مانند سوخته نان، کوکوی سوخته ...) و مایعات سوخته (مانند شیر، رب ...)، ۹- سموم شیمیائی و میوه جات غیرارگانیک و سبزیجات غیرارگانیک، ۱۰- مصرف بی رویۀ سموم شیمیائی، آفت کش های شیمیائی و حشره کش ها ... (که بمقدار ۱۰۰ تن در سال در ایران مصرف میشود)، ۱۱- زیاده روی در مصرف گوشت (مخصوصاً گوشت گاو)، مصرف گوشت های حرام (سگ، خوک، سگ ماهی، کوسه ...)، خوردن میته، خوردن بیضۀ سگ دریایی، خوردن بیضۀ گوسفند، روغن های فاسد، خوردن ماهی دودی، خوردن گوشت منجمد چندین ماه،

خوردن گوشت مصنوعی از نفت، گوشت در آفتاب خشک شده، ۱۲- مصرف دخانیات و الکل، ۱۳- خوردن و آشامیدن در ظروف سُرپی، پلاستیکی، تفلونی، آلومینیومی، ۱۴- مصرف زیاد نمک، غذاهای پُر نمک و شور و تنقلات شور مانند: آجیل شور، تخمه شور، خیار شور، سالاد زمستانی که با آب گوجه فرنگی و نمک زیاد تهیه شده؛ لذا گوئیم: نمک پنهان در این موارد، باعث مصرف نمک بیش از ۱۵ گرم در شبانه روز می شود و حال اینکه مصرف نمک در شبانه روز احتیاطاً ۴ تا ۵ گرم است [مصرف نمک زیاد باعث تخریب مخاط معده شده و این تخریب یکی از علل ایجاد سرطان معده است]

پیشگیری از سرطان گوارش:

۱- به همراه غذا: مخلوط سبزی جات تازه سالم بهداشتی تیره رنگ، در حالیکه این سبزی جات خوب شسته شده باشند [مانند: ریحان (کوهی، زراعی)، کاهو، تره، جعفری، نعنا، آویشن، سوسنبر، کاسنی، ترخون، خُرفه، شوید، بادرنج]، ۲- به همراه غذا: استفاده از انواع کلم (الف. کلم برگ سبز و بنفش، ب. کلم سنگ، ج. کلم بروکلی)، ۳- انگور سیاه هر هشت ساعت یک خوشه بخورد، ۴- بعد از غذا: یک قاچ خربزه رسیده شیرین یا یک عدد انار شیرین یا یک عدد سیب درختی رسیده شیرین یا هفت عدد خُرمای رسیده شیرین بخورد، ۵- در ۲۴ ساعت پنج وعده میوه رسیده سالم بهداشتی طبیعی (ارگانیک) بخورد، در حالی که خوب شسته شده باشند، (یعنی سَخر، صبح ناشتا، وسط روز، عصرانه، شب قبل از خواب)، ۶- به همراه ناهار یک عدد پیاز متوسط، و به همراه شام یک عدد سیر، ۷- خوردن اسفناج (مخصوصاً در افراد مصرف کننده دخانیات و سیگاری و الکلی) توجه: میوه جات طبیعی (غیر مسموم به سموم شیمیائی) و سبزی جات طبیعی سالم (غیر مسموم به سموم شیمیائی و آب فاضلاب) حدود ۱۸۰ ویتامین و املاح مفید وارد بدن می کند.

درمان سرطان گوارش:

۱- هر روز در وسط روز: دمکرده سبزی شاهتره (شاتره) میل کنید، ۲- هر روز عصرانه: دمکرده گُل بومادران میل کنید، ۳- سوپ جُو دو سر (= یُولاف = جُو پیغمبری) به عنوان غذای سبک میل کنید، ۴- زردچوبه، زعفران، زرشک [زراعی، کوهی، ماهونیا (نوعی زرشک)] به عنوان افزودنی مجاز و چاشنی به همراه غذا خورده شود، ۵- پیه گوسفند ضد سرطان گوارش است.

سرطان مری:

علل سرطان مری: غذای سرد تگری و غذای داغ سوزان خوردن، غصه خوردن و استرس شدید.

پیشگیری و جلوگیری از سرطان مری: ۱- عرق کردن، ۲- مصرف میوه‌جات، ۳- مصرف سبزیجات، ۴- مصرف آب، آبجوش ولرم، ۵- نرمش و ورزش سبک مانند پیاده روی، دوچرخه سواری، شنا، ۶- پاکسازی بدن از سموم و انگل درمان: صبح: میخک (قرنفل)، شب قبل از خواب: برگ سداب

درمان سرطان معده:

نسخه اول: ۱- قبل از غذا دمکرده شیرین بیان (یعنی یک قاشق چای خوری پودر شیرین بیان در یک استکان آبجوش)، ۲- بعد از غذا پنج دقیقه راه بروید، سپس یک قاشق چای خوری موملانی شیرین بیان یا یک عدد قرص گیاهی شیرینوش میل کنید، ۳- رژیم آب انگور طبیعی، ۴- مامیران، ۵- عصرانه: خربزه، ۶- کاهو (بدون سس) به همراه غذا
نسخه دوم: ۱- صبح ها پنج گرم قدومه شیرازی را در آب حل کرده تا لعاب دهد، سپس مخلوط با شکر میل کنید، ۲- ظهرها پنج گرم سیاه دانه را کوبیده و مخلوط با عسل میل کنید، ۳- شبها پنج گرم تخم توب را کوبیده و مخلوط با مربای بالنگ میل کنید (توجه: زیاده روی در مصرف بالنگ در شب نشود؛ زیرا انحراف چشم می آورد یعنی کلاج شدن و چپولی).

سرطان روده:

پیشگیری: خوردن اسفناج، روزی نیم ساعت پیاده روی، از سه روز کمتر گوشت قرمز (مخصوصاً گوشت گاو) نخوردن، عدم مصرف دخانیات، عدم مصرف الکل مست کننده، تست غربالگری بالای ۵۰ سال

درمان: ۱- خوردن لَبُو، ۲- خوردن کاهو (بدون سس)، ۳- خوردن هویج زرد (زردک)، ۴- شب قبل از خواب: برگ سداب، ۵- نان جو سبوس دار و سوپ جو و آش جو ضد سرطان روده است، ۶- مصرف زنجفیل (جینجرول مهم ترین جزء تشکیل دهنده زنجفیل است که مسؤول ایجاد طعم و مزه در این گیاه است و از رشد سلولهای سرطانی مخصوصا سرطان روده بزرگ در انسان جلوگیری می کند).

درمان سرطان پانکراس:

۱- ۳ تا ۵ عدد تخمه هندوانه حنظل را پودر کرده، سپس آن را در یک عدد کپسول خالی ریخته و میل کنید، ۲- صبح ها هنگام طلوع آفتاب: یک قاشق چای خوری پودر گل استوخدوس در نصف استکان آبجوش ولرم به همراه عسل استوخدوس، ۳- غروب آفتاب: یک قاشق چای خوری پودر

آفتیمون در نصف استکان آبجوش ولرم به همراه عسل استوخودوس، ۴- شب قبل از خواب: چند برگ سداب میل کنید، ۵- زردآلوی رسیده، ضد سرطان است بویژه سرطان ریه و پانکراس. توجه: اگر علاوه بر سرطان پانکراس، سرطان کبد نیز دارد، این موارد نیز مصرف شود: ۱- هویج زرد، ۲- سیب شیرین، ۳- عرق هشت گیاه: عرق کاسنی + عرق شاهتره + عرق گزنه + عرق پنیرک (عرق گل ختمی خبازی) + عرق خارشتر + عرق خارخسک + عرق بومادران + عرق کرفس (به نسبت مساوی مخلوط گردد و در شبانه روز یک استکان یا هر هشت ساعت یک استکان میل شود).

درمان سرطان تخمدان:

۱- دمکرده گل خار مریم به همراه عسل استوخودوس، ۲- دمکرده تمام گیاه مخلّصه به همراه عسل استوخودوس، ۳- آش جو دو سر (یولاف) را با سرکه طبیعی بخورید، ۴- عرق طبیعی ترخون با طبیعتی گرم، ضد سرطان است و مفّرح می باشد و رفع درد مفاصل و رفع گرفتگی عضلات می کند، ۵- گیاه سیاه کینه (سیاه چورک، ترقو، سنجته، علف سودا، فلیته) ضد سرطان تخمدان است، که برابری با آخرین داروهای ضد سرطان مانند تاکسول (نام تجاری TAXOL، و نام ژنریک آن: پاکلی تاکسل Paclitaxel) می کند، ۶- برای پیشگیری از سرطان تخمدان، آنتی اکسیدان و فلاونوئیدها لازم است، لذا خوردن یک پرتقال وسط غذا و یک عدد سیب بعد از غذا برای پیشگیری از سرطان تخمدان بسیار خوب است.

سرطان مثانه:

عوامل ایجاد و تشدید کننده سرطان مثانه: ۱- ژژ لب (ماتیک) شیمیائی، ۲- جنسیت و نژاد (در مردان و سفید پوستان بیشتر است)، ۳- آلودگی به انگل شیسستوزوما، ۴- کم مصرف کردن یا ننوشیدن آب و آبجوش ولرم و مایعات مفید طبیعی، ۵- دارو شیمیائی سیکلوفسفامید (با نام تجاری اندوکسان)، ۶- سنگ های مثانه و عفونت های مثانه، ۷- مواد شیمیائی پلاستیک، لاستیک، رنگ شیمیائی نقاشی، سفید کننده ها و پاک کننده های شیمیائی مانند: آب ژوال، وایتکس، تیرک و...، مواد شیمیائی آمین های آروماتیک، رنگ های آنیلین، ۸- دخانیات مانند: سیگار، چپق، توتون، قلیان، تنباکو، پیپ، ۹- مصرف مداوم و متناوب اُحشاء داخلی حیوانات حلال گوشت مانند: قلب، جگر سفید، جگر سیاه، شکمبه، سیرابی، قلوها، ۱۰- خوردن کنگر فرنگی (در بیماری تیروئید و در بیماری مثانه ضرر دارد).

توجه: روزانه حداًقل پنج وعده میوه رسیده طبیعی (آرگانیک) بخورید، بویژه برای جلوگیری از سرطان (ناشی از داروهای شیمیائی و مواد شیمیائی و فلزات مسموم و سرطان‌زا، و مواد پلاستیک و بخارات مسموم و...) پیشنهاد می‌شود ۸ تا ۱۴ وعده، میوه بخورید (هر وعده به مقدار یک فنجان) درمان سرطان مثانه: ۱- یک تا سه خوشه انگور با هسته آن جویده شود، ۲- یک حبه سیر به همراه غذا، ۳- شلغم (۱۰۰ تا ۲۰۰ گرم بصورت بخارپز)، ۴- خرما (هفت عدد بعد از غذا)، ۵- زیتون خوراکی طبیعی سفت شفاف (هفت عدد با ناهار و هفت عدد با شام) یا روغن زیتون خوراکی طبیعی (یک قاشق غذاخوری با ناهار، و یک قاشق غذاخوری با شام)، ۶- کاهو (بدون سس) به همراه ناهار و شام (هر بار یک چهارم کاهو میل شود)، ۷- یک قاشق غذاخوری عسل طبیعی استوخدوس، ۸- زنجفیل پرورده در عسل، ۹- ماء الشعیر (آبجوی اسلامی)، ۱۰- هویج زرد (زردک).

درمان زخم‌های عفونی قانقاریائی و سرطانی:

۱. با سرکه طبیعی سیب محل عفونت را بشوئید، محل زخم‌های گود و عمیق بدن را پُر از پودر زرد چوبه خالص کنید و گاز استریل غیر روغنی روی آن گذاشته و روزی یک‌بار عوض کنید یا عسل طبیعی گون روی زخم‌ها مالیده و چاله‌های زخمی را پُر از عسل طبیعی گون نمائید، ۲. ضماد گل بابونه برای التیام سریع زخم و جلوگیری از ایجاد قانقاریا (پوسیدگی بافت) مفید است، ۳- هر هشت ساعت یک‌بار با جوشانده پوست میوه بلوط، زخم‌های سرطانی پوست را شستشو دهید.

سرطان کبد:

تذکر: آسیب‌های حاصله در کبد: ۱- تجمع چربی داخل سلول‌های کبدی (هپاتیت حاد، هپاتیت مزمن)، ۲- کبد الکلی، ۳- فیبروز کبدی، ۴- سیروز کبدی، ۵- سرطان کبدی. به چهار مورد اول، سوء القنیه گویند؛ زیرا این چهار مورد، پیش‌درآمد سرطان کبد است.

توجه: بیش از ۳۰ درصد افراد مبتلا به هپاتیت مزمن دچار سیروز کبدی می‌شوند که وجود سیروز کبدی، وجود سرطان کبد را افزایش داده، گرچه حدود ۲۰ سال طول می‌کشد که سیروز کبدی به سرطان کبد تبدیل شود اما افرادی که هپاتیت مزمن دارند خطر ابتلایشان به سرطان کبد ۲۰۰ برابر بیشتر از سایرین است. در صورت درمان نکردن، نتیجه سوء سیروز کبدی و سرطان کبد این است که: غالباً نارسائی کبد و مرگ را دنبال دارد حتی اگر بیماری سرطان کبد هم نداشته باشد و بیماری هپاتیت او درمان نشده باشد، باعث افزایش خطر ابتلا به نارسائی کبد خواهد شد.

تبصره: با خمیردندان مسواک ننزید؛ زیرا یکی از پرهیزهای هر نوع سرطانی است، لذا با مخلوط پودر سَمَاق نکوبیده، گُلنار فارسی، مازو (صمغ بلوط)، پوست انار، میخک و نمک که بصورت پودر درآمده

هرشب بجای خمیردندان استفاده کنید یا با محلول آب سرکه طبیعی سیب (یعنی یک ششم سرکه طبیعی سیب و پنج ششم آب) مسواک بزنید.

ماده شیمیائی کارسینوژن (Carcinogen) سرطان آور است، ماده شیمیائی وینیل کلراید سرطان مهلک کبدی می آورد، قارچ سمی آفلاتوکسین (Aflatoxin) سرطان کبد می آورد که در بادام زمینی مانده و کره بادام زمینی نامرغوب، وجود دارد.

عوامل تشدید کننده سرطان کبد: مسمومیت مزمن با الکل، غذاهای چرب، سرخ کرده، محرک شیمیائی (مانند اسانس ها)، محرک گیاهی (مانند فلفل، سس فلفل)، فست فودها، غذاهای صنعتی.

پیشگیری از سرطان کبد: ۱- هر هشت ساعت یک لیوان آب سیب رسیده شیرین طبیعی تازه بنوشید، ۲- سبزی جات خام مانند سبزی کاسنی، کاهو (بدون سس)، تره، جعفری، ۳- خنک کننده های طبیعی مانند عرق طبیعی کاسنی، عرق طبیعی شاهتره، ۴- هر شش ساعت یک لیوان آب سرد عادی و یک لیوان آبجوش ولرم بنوشید، ۵- کلم بروکلی خام، ۶- زردآلوی رسیده یا برگه و کشته زردآلو (بدون تیزاب، که رنگ مات دارد و براق نیست).

درمان سرطان کبد:

- ۱- صبحانه: شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل زرشک میل کند، سپس صبح قبل از کار عسل زرشک (یا مخلوط زرشک بدون هسته با عسل طبیعی) میل شود.
- ۲- هر ۸ ساعت یک استکان از مخلوط مساوی عرقیات طبیعی هشت گانه (عرق کاسنی + عرق شاهتره + عرق گزنه + عرق پنیرک (عرق گل ختمی خبازی) + عرق خارشتر + عرق خارخسک + عرق بومادران + عرق کرفس)، میل شود.
- ۳- مصرف جوشانده شکاعی (=خارزن بابا= رأس الشیخ).
- ۴- هر ۱۲ ساعت یک استکان عرق طبیعی بوقناق (=قَرَصَنَه= شوکه ابراهیم) مصرف شود و پس از آن چند عدد خرما بخورد؛ زیرا بوقناق کاهش دهنده قندخون است.
- ۵- نصف استکان جوشانده تمام گیاه خارمریم قبل از غذا.
- ۶- آبلیمو ترش تازه را با نصف وزنش شکر طبیعی نیشکر مخلوط کرده و روی شعله ملایم گذاشته تا بجوشد و قوام آید.
- ۷- در شبانه روز خوردن پخته لوبیا روغنی (سویا) بمقدار یک نعلبکی. طرز تهیه: چون لوبیا روغنی دو نوع سم دارد بایستی در آب ۵۰ درجه به بالا به مدت ۲۰ دقیقه بجوشد سپس آب آن دور ریخته شود و خود لوبیا روغنی مصرف شود.

۸- برگ گیاه مامیران (عروق الصباغین) قبل از رویش گل‌های آن (گرچه سمی است)، مصرف شیرۀ برگ این گیاه زیر نظر متخصص گیاهی، (ضد سرطان کبد، ضد سرطان معده، ضد سرطان پوست، ضد سرطان لب).

۹- عسل‌بند ضد سرطان کبد است.

۱۰- در درمان سرطان کبد در طب سنتی گویند: برای درمان بیماری‌های پیش درآمد سرطان کبد (سوء القنیة) و درمان سرطان کبد، مصرف شیر شتر و بول شتر خوب است (مخصوصاً در فصل بهار و فصل تابستان).

* مصرف کدو مسمی با پوستش، کنگر اُوتی (=اُشترخار= بادآورد)، سبزی شاه‌تره برای کمک به درمان سرطان کبد مفید است.

توجه: آب زیاد نخورند، آب سرد تگری نخورند، بلکه آب سرد عادی را به مقدار لازم به صورت مکیدنی بخورند.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان بعضی از بیماری‌های صفرا

شن و سنگ صفرا:

مواردی که باید پرهیز شود:

۱- چربی‌های با ترانس بالا (خامه، سرشیر، تخم‌مرغ، کوکو، سرخ‌کردنی، کله‌پاچه، روغن جامد، تف‌دانی، کیک‌خامه‌ای، رولت، نارنجکی، جگر سیاه، میوه موز، ته دیگ) و رژیم غذایی پُرچرب (زیرا باعث تجمع سنگ در کیسه صفرا می‌شود)، ۲- اسانس‌های شیمیایی (آبمیوه‌های شیمیایی، نوشابه‌های گازدار، بستنی‌های صنعتی و...)، ۳- قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینی‌جات قنادی‌ها و...)، ۴- کافئین زیاد (مانند چای، قهوه، نسکافه، کاکائو، شکلات)، ۵- اخلاط گلو و سینه، ۶- قرص‌های ضد حاملگی، ۷- عرق ریزش زیاد و کم آبی بدن، ۸- شوری‌ها و غذاهای شور، ۹- میگو، ۱۰- بادمجان، ۱۱- گوشت قرمز گاو، ۱۲- فست فودها و رژیم غذایی پُرکالری، ۱۳- چاقی و اضافه وزن، ۱۴- رژیم غذایی پُرچرب (باعث تجمع سنگ در کیسه صفرا می‌شود).

کمک به درمان شن و سنگ صفرا:

۱- حذف مواد غذایی خیلی چرب (مانند: سرشیر، خامه، کیک خامه‌ای، روغن جامد، ته دیگ)، ۲- حذف مواد غذایی پُرکالری (قند شیمیایی، شکر شیمیایی، فست فودها و غذاهای آماده صنعتی)، ۳- اضافه وزن خود را کنترل کنید و چاقی را درمان کنید.

الف: درمان سنگ‌های به نوع کلسترولی:

- ۱- هر شش ساعت دو لیوان آب بخورد و عرق ریزش زیاد نداشته باشد.
- ۲- با هر وعده غذایی هفت عدد زیتون خوراکی بخورد و همچنین روغن زیتون (یک قاشق غذاخوری) با ناهار و شام بخورد.
- ۳- مصرف نیم گرم زعفران.
- ۴- یک استکان دم‌کرده سبوس با کمی عسل دافع سنگ‌های صفراوی می‌باشد.
- ۵- خوردن یک مُشت شاهی.
- ۶- یک قاشق غذاخوری عصاره تَرَب سیاه
- ۷- یک استکان جوشانده علف هفت‌بند و نعنا
- ۸- یک عدد کنگر فرنگی (توجه: بیماری تیروئید نداشته باشید).
- ۹- یک قاشق غذاخوری شیرۀ گیاه شاتره.

- ۱۰- یک استکان جوشانده پوست و برگ و گل بید مشک.
- ۱۱- خوردن یک قاشق غذاخوری شیره گلهای برسیه (= رَجُلُ الْهَرَبِ = پای گربه = رَجُلُ الْقَطِّ)
- ۱۲- یک استکان دمکرده تمام قسمت‌های گیاه اُذُنُ الْجِمَارِ.
- ۱۳- خوردن یک قاشق غذاخوری تَرَه پرورده در سرکه طبیعی.
- ۱۴- آب برگ چغندر مخلوط با آب هویج زرد (زردک)، دفع کننده سنگ کیسه صفرا است
- ۱۵- جوشانده برگ حساس و ریشه حساس (گیاه حساس = گُلِ قَارْکُون = حَسَّاسَه = گُلِ قَهَر = مُسْتَحْيَه) [توجه: زیاده روی در خوردن دمکرده یا جوشانده برگ و ریشه حساس، مسمومیت می آورد و موجب ریزش مو میشود]
- ۱۶- بمدّت چهار روز، هر روز بیست گرم اسفرزه (اسپرز - بزرالقطونا) در یک لیوان آب جوشانده و بخورید، دافع سنگ کیسه صفرا است.

ب: درمان سنگهای پیگمانته ای قهوه ای:

علاوه بر دستورات بالا، کافئین و قرص‌های ضد حاملگی نخورید و عَنَاب بخورید.

ج: درمان سنگهای پیگمانته ای سیاه:

علاوه بر دستورات بالا، عفونت ادراری و عفونت دستگاه تناسلی نداشته باشید و میوه انگور، و آب سیب تازه مخلوط با عسل بخورید.

د: داروی مرگبه در درمان سنگ صفرا:

۱- بعد از غذا از این مخلوط بخورید: یک قاشق چای خوری تخم خُرفَه + یک قاشق چای خوری اِجقو (خوردانه) + یک قاشق چای خوری بادیان رومی (زیره سبز شیرین). ۲- شب قبل از خواب و صبح ناشتا، موملای شیرین بیان را به همراه ماء الشّعیر اسلامی (آبجو اسلامی) بخورید.

دستورالعمل اجرائی درمان سنگ صفرا:

صبح ناشتا: یک استکان جوشانده عَنَاب مخلوط با عسل طبیعی.

در بین روز: ۱. خوردن شربت عسل و خاکشیر (با آب سرد برای گرم مزاجان و با آب گرم برای سرد مزاجان)، ۲. عرق طبیعی زرشک، ۳. عرق طبیعی خرفه، ۴. آب ترب، ۵. آب شاه توت.

همراه ناهار: روغن زیتون، کاهو (بدون سُس)، آب پیاز، سوپ جو، سبزی خُرفه،

عصرانه: ۱. هندوانه رسیده شیرین، ۲. عرق طبیعی گُل بیدمشک، ۳. عرق طبیعی گزنه، ۴. عرق طبیعی کاسنی، ۵. آبمیوه طبیعی هویج زرد که اثر معجزه آسائی در خارج کردن سنگ صفرا دارد. مغرب: ۱. جوشانده ریشه زرشک با عسل مخلوط کنید و میل کنید، ۲. آب نارنج. همراه شام: روغن زیتون، کدو مسمی (کدو سبز = کدو خورشتی)، کلم قمری، تَرَب. شب: ۳۰ گرم برگ کاسنی وحشی را در یک کیلو آب جوش دم کنید و آب آنرا تا وقت خواب کم کم بخورید

توجه: برای خارج کردن سنگ صفرا مصرف هویج زرد یا هویج نارنجی در صبح و عصر، اثر معجزه آسا دارد (اما مصرف هویج فرنگی خوب نیست؛ زیرا هویج فرنگی آسم آورده و پُرکاری تیروئید نیز می آورد و سبب پیشرفت سلول های سرطانی می شود).

برای نظم عملکرد کیسه صفرا:

هفته ای یک بار: ۱- یک بشقاب آش غوره، ۲- یک قاشق غذاخوری سکنجبین، ۳- یک استکان آب آلبالو، ۴- یک قاشق غذاخوری زرشک کوهی.

برای نظم کارکرد کیسه صفرا:

هر ماه یک بار خیسانده وسطِ فلوس، به مقدار یک استکان را صبح ناشتا میل کنید.

تسکین درد صفرا:

۱- چهارده عدد یا یک قاشق غذاخوری تمر هندی (در صورتی که فشارخون دارید بدون نمک باشد) با آب بخورید، ۲- یک قاشق غذاخوری شیره برگ های تازه یا خشک تمشک، ۳- یک استکان چای پونه بخورید و ضماد پونه داغ را زیر دنده راست بگذارید، ۴- عسل رقیق شده صبحگاهی (یعنی یک قاشق غذاخوری عسل در یک لیوان آب)، ۵- یک استکان جوشانده هسته خرما.

چیزهایی که صفرا بر (کِلاگوگ) می باشد:

- ۱- چند عدد گیاه گل قاصد (قاصدک)
- ۲- یک استکان دم کرده گل بابونه
- ۳- یک استکان جوشانده زرشک
- ۴- یک خوشه غوره یا نصف استکان آبغوره طبیعی، یا یک قاشق مرباخوری رُب غوره
- ۵- یک استکان ماء الشعیر طبیعی

- ۶- دو تا سه عدد مغز خیار بوته‌ای
- ۷- یک عدد کدو مسمی به همراه پوستش
- ۸- یک عدد ریواس
- ۹- صبح ناشتا یا عصرانه یک عدد انار شیرین
- ۱۰- یک بشقاب آش گوجه سبز
- ۱۱- یک قاشق غذاخوری تا نصف استکان آب سماق سبز
- ۱۲- فقط به مدت دو هفته، روزی یک استکان دم‌کردهٔ تُرْشْکِ ترش میل کنید
- ۱۳- ۷ تا ۱۴ عدد زیتون خوارکی و یک قاشق غذا خوری روغن زیتون به همراه ناهار و شام (یا سحری و افطاری)
- ۱۴- هر شب قبل از شام، هفت عدد آلو بخارای خشک بصورت مکیدنی میل کنید.
- ۱۵- قبل از غذا یک پیاله ماست شیرین کم‌چرب و یک لیوان دوغ شیرین کم‌چرب بخورید.
- ۱۶- در طول روز هفت تا چهارده عدد میوهٔ سنجد رسیده بخورید.
- ۱۷- هر هشت ساعت دو لیوان آب به صورت مکیدنی بنوشید.

درمان صفرای اضافی در خون:

- ۱- یک استکان جوشاندهٔ ریشهٔ روناس، ۲- یک استکان جوشاندهٔ کنگر فرنگی (توجه: بیماری تیروئید نداشته باشید)
- ۳- یک قاشق غذاخوری شیرۀ چغندر پاک‌کنندهٔ عالی صفرا است (هر روز مصرف شود).

درمان ورم کیسهٔ صفرا:

- ۱- یک بشقاب غذای رقیق (مانند سوپ یا آبگوشت بی‌نمک و ادویه) به مریض داده شود، ۲- یک کاسه آب پختهٔ جوجه بخورید.
- ۳- نصف استکان عرق طبیعی بید مشک و نصف استکان گلاب طبیعی بخورید، ۴- خیساندهٔ چهارده عدد عَنَاب بخورید، ۵- یک استکان آب کاسنی بخورید.

درمان اضطراب کیسهٔ صفرا:

روزی سه استکان (هر ۸ ساعت یک استکان) دم‌کردهٔ نعنا بخورید.

درمان گرفتگی مجرای صفرا:

روزی سه عدد قره قاط زرد بخورید.

درمان بعضی از بیماری‌های کلیه

سنگ کلیه:

درمان در پزشکی جدید: سنگ کلیه تا ۴ میلی‌متر نیازی به جراحی و دارو ندارد، فقط مایعات (آب، آبجوش ولرم، مخلوط آب با سرکه طبیعی) زیاد بنوشند و تحرک و پیاده روی داشته باشند، یا طناب بزنند، از ۴ میلیمتر به بالا نیاز به دارو هست از یک سانتی‌متر به بالا نیاز به سنگ شکن مغناطیسی یا لیزری است که در سه هفته (هفته‌ای یک‌بار) بایستی انجام شود. سنگ شکنی زیاد رفتن (مثلاً ۱۰ مرتبه رفتن) باعث خراب شدن بافت کلیه می‌شود (دکتر گرمی، متخصص اورولوژی). مواردی که باید پرهیز شود:

کشک غلیظ، ماست چکیده، پنیر، چای، ریواس، اسفناج، کنگر فرنگی، نوشابه‌های گازدار و آبمیوه‌های شیمیائی، کافئین زیاد، نگهداری ادرار، نیاز شدید بدن به آب، کم‌تحرکی

پیشگیری از سنگ کلیه یا عوامل چهار گانه برای عدم تشکیل سنگ کلیه:

۱- پرهیز از پُر خوری و بد خوری مانند: کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)، و مانند: زیاده روی در مصرف ریواس، توت فرنگی، کلم، آجیل‌ها، و مانند: زیاده روی در مصرف گوشت قرمز و زیاده روی در مصرف کلسیم که بایستی از این زیاده روی‌های در مصرف، پرهیز کرد، ۲- پرهیز از کم‌تحرکی، ۳- پرهیز از کم آبی بدن، ۴- پرهیز از نگهداری ادرار. (توجه: جهت پیشگیری از سنگ کلیه، بعد از هر غذا سیاه‌دانه با عسل بخورد).

مواردی که سنگ کلیه را خرد و دفع میکند:

۱. ریشه پونه.
۲. علف هفت بند.
۳. ریشه نعنا.
۴. ریشه علیا.
۵. ریشه بابا آدم.
۶. عتاب.
۷. سبزی خرفه.
۸. برگ‌های غازیاقی.
۹. خوردن شاهی.

۱۰. خوردن گیلان و آلبالو.
۱۱. خوردن جوشانده بابونه.
۱۲. شب یک ساقه کرفس خام.
۱۳. ریشه شیرین بیان (بویانه).
۱۴. صبح ناشتا یک لیوان آب زردک.
۱۵. در بین روز ۱۴ عدد زیتون خوراکی.
۱۶. خوردن ساقه تَرَب (بدون برگ) با سکنجبین.
۱۷. شنگ = شنگه (به همراه عَناب خورده شود).
۱۸. کوبیده دانه تاج خروس را تا صبح در شیر خیسانده و صبح ناشتا دو قاشق چایخوری از آن بنوشید
۱۹. خوردن صمغ درخت آلو (قطع شِنِ کلیه، خُرد کردن سنگ مثانه، جلا دهنده پوست و روشن شدن چهره)
۲۰. جوهر تَرَب سیاه، آب تَرَب سیاه سنگ مثانه و کلیه را خُرد می کند. و دانه انار سنگ کلیه و سنگ مثانه را حل می کند.
۲۱. گوشت بچه کبوتر یا کبوتر چاهی با روغن کنجد بدون نمک پخته شود.
۲۲. تخم زردک + تخم شلغم + تخم تَرَب + تخم جعفری را کوبیده (آسیاب نکنید) و با آب تَرَب بنوشید
۲۳. برای پیشگیری از سنگ کلیه کلسیومی پودر سبوس برنج را ۲ بار در روز بمقدار ۱۰ گرم دم کنید و بنوشید.
۲۴. قارچ پا غُرْه = مَن = اَلِسُون و لِسُون = قارچ بیابانی = دُنبلان زمین = شَحْمُ الأرض.
۲۵. جوشانده برگ حساس و ریشه حساس (گیاه حساس = گل قارکون = مستحیه) [توجه: زیاده روی در خوردن دمکرده یا جوشانده برگ و ریشه حساس، مسمومیت می آورد و موجب ریزش مو می شود].
۲۶. هندوانه رسیده شیرین سرد غیر یخچالی و خیار بوته ای برای دفع سنگ کلیه خوب است.

دستورالعمل اجرائی درمان سنگ کلیه:

صبحانه: شیر تازه گاو مخلوط با عسل طبیعی و یا شیر خرما، به همراه صبحانه خوردن مربای آلبالو، مربای توت فرنگی به همراه نان سبوس دار

در بین روز خوردن آب ترب (سفید یا سیاه) و راه رفتن بعد از آن

آب سیب تازه به همراه غذا و خربزه شیرین بعد از غذا و همچنین یک قاشق مرباخوری هسته انار بجوید و بخورید

عصرانه: خوردن باقلای آب پز و یک ساعت بعد از آن خوردن آب ترب مخلوط با عسل و سپس راه رفتن به مدت نیم ساعت

مغرب: خوردن یک عدد گلایی رسیده و سپس نوشیدن جوشانده برگ گلایی مخلوط با عسل طبیعی شب: خوردن سیاه دانه با عسل و ماساژ محل کلیه ها با روغن سیاه دانه

مایعات زیر در نوشیدنی های شبانه روزی شما باشد: آب، آبجوش ولرم، آب هندوانه، آب خربزه، آب گیلاس، آب هلو، عرق طبیعی کاسنی، عرق طبیعی خارشتری، عرق طبیعی گل بهار نارنج، عرق طبیعی خارخسک، جوشانده هسته خرما

خُرد کردن سنگ های بزرگ کلیه:

۱. مخلوط جوشانده ریشه خارشتری و ریشه پونه بمقدار یک لیوان مخلوط با یک قاشق غذا خوری پودر سوخته تاکِ مو (زغال چوب درخت انگور) میل کنید، [به شرطی که سرطان معده نداشته باشید]، ۲. مخلوط یک قاشق چای خوری پودر حَجَرُ الْیَهُود در یک استکان آبلیمو ترش تازه میل کنید [به شرطی که تپش قلب بالای ۷۰ و فشار خون زیر ۱۰ و سر سوز معده نداشته باشید]، ۳. یک استکان روغن زیتون خالص خوراکی مخلوط با نصف استکان آبلیمو ترش تازه، صبح ناشتا بنوشید، ۴. روغن عقرَب روی محلّ و جایگاه دو کلیه (زیر آخرین دنده های پشتی، در دو طرف ستون فقرات است) ماساژ دهید، در دفع سنگ کلیه نافع است، بشرطی که آلرژی و حساسیت پوستی نداشته باشید.

درمان التهاب کلیه / کولیت کلیه / قولنج کلیه:

۱. موضع درد را با جوشانده گیاه دُم اُسب، گرم نگه دارید، ۲. جوشانده علف هفت بند و نعنا، ۳. برگ دارو اش اثر بسیار مهم در درمان کولیک کلیه دارد، ۴. جوشانده کاکُل دَزَت (گیسوی دَزَت)، ۵. یک دوره معالجه با پیاز، ۶. دمکرده برگ های خشک گیاه غَاث (دَوایِ جَگر)، ۷. دمکرده برگ های تازه گیاه غان (توس کوهی).

هیدرو نفروز کلیه:

علل ایجاد آن: ۱- مثانه عصبی، ۲- سنگ و شن کلیه، ۳- تنگی حالب ژنتیکی و عارضی، ۴- سل ادراری و چسبندگی مجرای ادرار، ۵- تومور و کیست

درمان: هر یک از این پنج مورد که درمان شود، در درمان هیدرو نفروز کافی است.

درمان درد پهلوی و نارسایی کلیه:

عرق طبیعی بهار نارنج را با آب کرفس تازه به نسبت مساوی مخلوط کنید و هر صبح و عصر بنوشید.

جهت شستشوی کامل کلیه:

خوردن انگور رسیده تازه، بعد از چهار ساعت خوردن هندوانه رسیده تازه سرد غیر یخچالی

فعال سازی کلیه کم کار:

۱- وسط روز و عصرانه: هندوانه رسیده دزفولی (اُرگانیک = طبیعی)، ۲- به همراه غذا: کاهو بدون سُس و لیمو شیرین، ۳- بعد از ناهار و بعد از شام: خربزه خاتونی مشهدی (اُرگانیک = طبیعی)

از کار افتادگی کلیه:

۱. سیر، ۲. کاسنی، ۳. بادمجان، ۴. شنگ

بیماری که دفع پروتئین در ادرار دارد و کُل بدن ورم دارد (کلیه ها پروتئینور شده):

۱. به همراه صبحانه: چای سیاه دانه با عسل آویشن، ۲. وسط روز: یک خوشه انگور، ۳. ظهر: ماساژ با روغن سیاه دانه، ۴. به همراه ناهار: سبزی کاسنی، ۵. عصرانه: یک خوشه انگور، ۶. شب به همراه شام: یک خوشه انگور به همراه کرفس خام، ۷. شب قبل از خواب: یک قاشق چای خوری سیاه دانه مخلوط با عسل آویشن

* پزشکی جدید داروی کورتون و پردنیزول ۵۰ میدهند که وزن مریض را زیاد میکند (به نوع خیلی چاق) و همچنین بیمار ورم می کند و گاهی سرایت ورم به کُل بدن است.

درمان ورم ناشی از کم کاری کلیه، ازدیاد اوره و کراتین:

۱- میوه انگور، ۲- میوه آژگیل، ۳- هر هشت ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آبجوش ولرم

تب کلیه، قولنج کلیه، سردی کلیه و گرم کردن آن:

۱- صبح: به جای چای در یک استکان آبجوش ولرم نوک قاشق چای خوری زعفران ریخته و با شاخه نبات شیرین نموده و بخورد، ۲- وسط روز: یک لیوان آب زردک-هویج زرد یا سه عدد هویج زرد، ۳- روزی دو بار، خوردن مخلوط زنیان و مغز گردو

درمان عفونت کلیه:

در برخی از موارد ساده است؛ لذا ۱- هر روز: نصف لیوان دوغ شیرین کم چرب با نصف لیوان آب
 تُرب سفید مخلوط کرده و میل کنید، ۲- خارخسک (جوشانده یا دمکرده برگ و میوه آن و یا عرق
 طبیعی آن) میل کنید، ۳- انگور بخورید.
 اما در برخی از موارد پیچیده است؛ زیرا از چند عامل مختلف پدید آمده (مانند: سنگ و شِن کلیه،
 توده‌های کلیه، کیست داخلی کلیه و...) لذا بایستی عامل‌ها را شناسائی و درمان کنید و آب سیب
 رسیده شیرین تازه بعد از هر غذا میل کنید.

درمان لاغری (کوچکی) کلیه:

پخته شده جَمّار (=قلب نخل=پاجوش درخت خرما) مخلوط با شکر (=شکر زرد خوزستان=طبرزد)
 میل شود. (طب سنتی)
 هرچند آنچه که در روایات اسلامی آمده: پیامبر گرامی اسلام صَلَّ الله علیه و آله و سلَّم، جَمّار را به
 همراه تمر (=خرمای رسیده شیرین) میل می‌فرمودند.
 (وسائل الشیعة ج ۲۴ ص ۳۶۱ ح ۱/۳۰۷۷۷، عیون أخبار الرضا ج ۷ ص ۲۷ ح ۷۲ ص ۳۳۴، بحار الأنوار ط -
 بیروتی جدید ج ۶۰ ص ۲۴۴ ح ۹۷، و ج ۶۳ ص ۱۲۶ ح ۵، هدایة الأئمة ج ۸ ص ۱۰۶ ح ۵۱۴)
 [منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]
<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان بعضی از بیماری‌های مثانه و مجاری ادرار

توجه: در هر نوع بیماری مثانه، باید از خوردن کنگرفرنگی پرهیز کنید. همچنین اَحشاء داخلی حیوانات (شکمبه، سیرابی، قلوها) را نخورید.

تکرّر ادرار:

از جمله عوامل ایجاد تکرّر ادرار: ۱- استرس‌ها (نگرانی‌های مستمر)، ۲- مصرف قرص‌های هورمونی مانند: تستوسترون، مانند: ناندیژلون، ۳- وجود سنگ یا شن کلیه، ۴- بیماری دیابت، ۵- سرد مزاجی (اُفت متابولیسم بازال)

درمان: ۱- چای زعفرانی (یعنی یک استکان آبجوش مخلوط با نوک قاشق چای‌خوری پودر زعفران)، مخلوط با پودر شاخه نبات، ۲- هویج زرد (زردک)، یا مربای زردک، ۳- در اوّل و آخر غذا مخلوط آویشن و نمک طبیعی (نمک سنگ یا نمک دریا) بخورید، ۴- خوردن خیسانده تخم کاهو (درمان تقطیر بول، و تقطیر منی، و درمان کثرت احتلام می‌کند).

ریزش بی اختیاری ادرار (چکمیژک):

علل ایجاد چکمیژک: قند خون بالا و نوسانی در مردان و زنان، زایمان‌های مکرّر در زنان، سقط جنین‌های مکرّر، استرس شدید

درمان: ۱- شش عدد پوست سخت گردو را در یک قوری کوچک ریخته روی آن مقداری آب ریخته، ۲۰ دقیقه بجوشد، روزی یک استکان تا سه روز، ۲- نصف قاشق چای‌خوری پودر خولنجان (قولنجان= خسرو دارو) زیر زبان نگه دارد تا آب شود سپس قورت دهد، ۳- دمکرده آویشن به شرطی که کم کاری تیروئید نداشته باشید.

توجه: گاهی تکرّر ادرار و یا ریزش بی اختیاری ادرار، بخاطر شُلی دهانه مثانه است که پزشکی جدید دو پیشنهاد دارد: ۱- مصرف دارو شیمیائی میرابگرون (با نام تجاری میربتریک MYRBETRIQ) که ۳۰ درصد کمک به بهبودی می‌کند (در کشور آمریکا، ایالت آلاباما این دارو تجویز میشود)، ۲- جراحی، که صد در صد خوب نمی‌شوند.

شب ادراری:

شب ادراری دو نوع است: ۱- شب ادراری اوّلیه که معمولاً بین ۶ تا ۱۴ سالگی درمان پذیر است و پس از ۱۴ سالگی شب ادراری اوّلیه از بین میرود. شب ادراری‌هایی که زمینه‌های ارثی دارند بیشتر

از نوع اولیّه هستند (نظیر ایستاده مقاربت کردن زن و شوهر که در روایت داریم: فرزند حاصل از این نوع مقاربت، شاشو میشود)، ۲- شب ادراری ثانویه که مربوط به ناهنجاری‌ها و مشکلات دستگاه ادراری است.

توجه: شب ادراری‌های اولیّه نیازی به جراحی ندارند ولی در شب ادراری‌های ناشی از بیماری‌های عصبی مثانه، و اختلال کار سیستم دستگاه ادراری، احتمال جراحی است. تذکر: شب ادراری اولیّه معمولاً عوارض سوء بر بدن ندارد، ولی شب ادراری ثانویه معمولاً عوارض سوء بر بدن دارد.

درمان: ۱- صبح: دمکرده گل راعی مخلوط با عسل، ۲- ظهر: دمکرده زعفران مخلوط با پودر شاخه نبات، ۳- نصف قاشق چای خوری پودر قولنجان (یا بمقدار یک عدس) زیر زبان نگه دارید، با آب دهان که خوب مخلوط شد، قورت دهید (هم نعوظ در مردان آورده و هم شب ادراری کودکان را خوب می‌کند).

شب ادراری کودکان:

توجه: شب ادراری در دختران معمولاً با عفونت ادراری همراه است. ۹۹ درصد شب ادراری کودکان بدون دخالت پزشک، درمان می‌شود.

زمینه های ثانوی در بروز شب ادراری، نقش زیادی دارد: ۱. عملکرد نارسای کلیه، ۲. افزایش قندخون، ۳. اوره خون بالا، لذا در چنین مواردی بایستی سونوگرافی کلیه‌ها، مجاری ادراری، مثانه گرفته شود و همچنین بایستی آزمایش کشت کامل ادرار داد، تا عملکرد کلیه‌ها بطور دقیق بررسی شود.

تذکر: شب‌ها، چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه، دوغ و هندوانه نخورد.

درمان: ۱. یک سوم قاشق چای خوری پودر قولنجان زیر زبان نگه دارد، ۲. دمکرده آویشن یا قطره آویشن (تیمکس) مخصوصاً سوسن بر (آویشن وحشی)، ۳. یک استکان چای زعفران و پودر شاخه نبات، (یعنی: نیم گرم پودر سرگل زعفران + یک قاشق غذاخوری پودر شاخه نبات + یک استکان آبجوش)، ۴. دمکرده گل راعی، ۵. دمکرده پودر ریشه قولنجان.

درمان بند آمدگی ادرار (=گرفتگی ادرار= حبس البول):

هر روز یک قاشق چای خوری سیاه دانه با یک قاشق پلو خوری عسل میل کنید.

سوزاک (سوزش هنگام خروج ادرار):

پرهیز شود از: شیرینی جات غیر طبیعی و اُسانس های شیمیائی.

توجه: ادرار خود را نگه ندارید.

درمان: ۱. به مدت یک الی دو هفته، هر روز یک لیوان آب انگور تازه مصرف شود، ۲. برای همیشه، چهار لیوان آب آشامیدنی سالم و چهار لیوان آبجوش ولرم در ۲۴ ساعت بنوشید (یعنی هر شش ساعت؛ یک لیوان آبجوش ولرم و یک لیوان آب آشامیدنی سالم)، ۳. هر روز خوردن جوشانده پوست ریشه درخت نارگیل (یک استکان)، میوه نارگیل (یک چهارم)، روغن نارگیل (یک قاشق چای خوری) ضد ترشحات سوزاک است، ۴. دمکرده اسفرزه (اسپره - بزرالقطونا) مُدرّ است و در درمان سوزاک مفید است.

درمان سوزش ادرار، درمان یبوست، درمان التهابات شدید، درمان بوی بد ادرار:

لیموشیرین، مغز خیار، دوغ شیرین کم چرب، آب، آبجوش ولرم.

ازدیاد جداری مثانه (ورم مثانه = سیس تیت):

از موارد ذیل پرهیز شود: ۱. اَحشاء داخلی حیوانات حلال گوشت نخورید (کلیه، قلب، سیرابی، قلوه، جگرسیاه، جگر سفید)، ۲. کنگر، ۳. فلفل، سُس فلفل، سُس انبه، غذای هندی. موارد ذیل مصرف شود: یک قاشق مرباخوری سیاه دانه شبها قبل از خواب، توت فرنگی، کرفس، کلم فُمری، سیب زمینی تنور پز با پرتقال بخورید، بمدّت چهار روز صبح ها: یک لیوان آب تُرب سیاه را با عسل بخورید، هر شش ساعت دو لیوان آب (یک لیوان آب و یک لیوان آبجوش ولرم).

سنگ مثانه:

مواردی که باید پرهیز شود: کشک غلیظ، ماست چکیده، پنیر، چای، ریواس، اسفناج، کنگر فرنگی، نوشابه های گازدار و آبمیوه های شیمیائی پیشگیری از سنگ مثانه: ۱- ادرار خود را نگه ندارید، ۲- پس از نزدیکی جنسی با همسر شرعی، مختصری به سمت پهلوی راست استراحت نموده سپس به دستشویی رفته و ادرار کنید، ۳- هر شش ساعت دو لیوان (یک لیوان آب آشامیدنی سالم، یک لیوان آبجوش ولرم) بنوشید، ۴- شیوع سنگ مثانه در مردان بخاطر تورّم پروستات (یا بزرگی پروستات) بیشتر است؛ لذا بایستی درمان تورّم پروستات کنید.

درمان سنگ مثانه:

۱. صبح ناشتا عسل طبیعی رقیق شده با آب یا آبجوش ولرم بخورید، سپس قدم بزنید.

۲. در بین روز و عصرانه میوه آلبالو، گیلان، تره فرنگی، هندوانه رسیده شیرین و گرمک بخورید.
۳. به همراه ناهار و شام پیاز خام و کلم قمری بخورید.
۴. خوردن خربزه رسیده شیرین برای سنگ مثانه بهترین علاج می باشد که بدون عمل جراحی، سنگ مثانه آب شده خارج می شود ولی باید مدتی مداومت نمود، مثلاً تا ۴۰ روز بعد از ناهار و شام بخورید.
۵. گاهی عصرانه و یا اول مغرب جوشانده پوست خربزه یا دمکرده ریشه بید بخورید.
۶. بعضی از روزها ناهار خورشت بامیه یا خورشت برگ چغندر با سرکه بخورید.
۷. به همراه شام جعفری و کرفس بخورید.
۸. گاهی شبها جوشانده کاکل ذرت به همراه دم گیلان بخورید.
۹. خوردن جوشانده دانه بارهنگ و خوردن سیاه دانه با عسل به همراه آب گرم.
۱۰. دمکرده مرزه، ضد سنگ مثانه و حبس بول است.
۱۱. به عنوان ریزمغذی خوردن عرق کاسنی، عرق گل بومادران، و آب آلبالو و آب ترب بسیار مفید است.
۱۲. مغز هسته آلبالو را بکوبند شیره آنرا بکشند و با ده مغز هسته کوبیده بادیان مخلوط کنند و میل نمایند برای سنگ مثانه و درمان سوزش ادرار بی نظیر است.
۱۳. گل پرطاووس و گیاه سنگ شکن (اُمُ وجع الکبد) برای درمان سنگ مثانه بسیار نافع است و آویشن سنگ مثانه را خرد می کند.
۱۴. آشامیدن مقداری از اشک های مو، دفع کننده سنگ مثانه است (هنگامی که شاخه درخت انگور را قطع کنند، مخصوصاً در فصل بهار و تابستان، از قسمتی که به درخت متصل است در محل برش، قطره های بی رنگ متوالیاً چکیده می شود که گریه یا اشک مو نام دارد).
۱۵. مخلوط دمکرده خرما و سنبله، ضد سنگ مثانه.
۱۶. جوشانده برگ حساس و ریشه حساس (گیاه حساس = گل قارکون = مستحیه) [توجه: زیاده روی در خوردن دمکرده یا جوشانده برگ و ریشه حساس، مسمومیت می آورد و موجب ریزش مو میشود].

افتادگی مثانه (فتق مثانه، ضعف عضلات پشت مثانه):

خانم دکتر منیژه پورجواد (جراح و متخصص زنان و زایمان و عضو هیئت عملی دانشگاه علوم پزشکی مشهد) فرمود: دو بیماری شایع در بانوان، افتادگی رحم و افتادگی مثانه است. رحم و مثانه مانند سایر اندام های بدن در جای خود ثابت هستند، اما گاهی به دلیلی جابه جا شده و پائین تر از محل معمول خود قرار می گیرند، در این حالت، فرد دچار افتادگی رحم یا مثانه می شود.

توجه: نقش مثانه نگه داشتن ادرار و تخلیه به موقع آن است.
 تذکر: بیماران مبتلا به افتادگی مثانه، کنترلی بر روی تخلیه ادرارشان ندارند.
 این بیماری بدلیل شل شدن دیواره میان واژن (مهبل) و مثانه است، در نتیجه مثانه کمی جا به جا می‌شود و بر اثر آن مجرای ادرار هم جا به جا شده و زاویه میان مجرای ادرار و مثانه تغییر پیدا می‌کند.
 بیماری افتادگی مثانه به چهار دسته تقسیم بندی می‌شود که در هرکدام از این تقسیم بندی‌ها درجه و علائم آن متفاوت است.

علائم افتادگی مثانه:

۱- فشاری که بیمار زن در ناحیه واژن (مهبل) خود احساس کرده و آنرا لمس می‌کند، این بانوان بیمار در مجامعت با شوهرشان نیز دچار مشکل می‌شوند، ۲- بی‌اختیاری ادراری به گونه ای که با یک عطسه یا خنده یا سرفه، به طور ناگهانی ادرار دفع می‌کنند، ۳- عفونت‌های ادراری عودکننده؛ زیرا مثانه کاملاً تخلیه نمی‌شود، و ادرار باقیمانده، باعث تجمع باکتری‌های مضر شده و ایجاد عفونت می‌کند

علل افتادگی مثانه:

۱- زایمان های طبیعی (مخصوصاً مکرراً)، ۲- سقط جنین های مکرر، ۳- یبوست مزمن و بواسیر، ۴- چاقی مفرط و اضافه وزن زیاد، ۵- بلند کردن اجسام و اشیاء سنگین، ۶- داشتن مشاغل سختی که به لگن فشار وارد میکند (مانند: باربری، بازرسی و ...)، ۷- سرفه‌های مزمن (مخصوصاً شدید)، ۸- یائسگی زودرس (فیزیولوژی)، و یائسگی در وقت خود (یائسگی شناسنامه‌ای)، ۹- تومورهای لگنی.
 توجه: پیشگیری همیشه بهتر از درمان است: ۱- کم تحرک نباشید، ۲- اضافه وزن و چاقی مفرط نداشته باشید، ۳- بارسنگین بر ندارید، ۴- یبوست مزمن و بواسیر (همورئید) نداشته باشید، ۵- غذاهای مانده و صنعتی و نوشابه های گازدار نخورید، ۶- مشاغل سخت نداشته باشید، ۷- سرفه های مکرر و سرفه های مزمن نداشته باشید، ۸- نرمش‌ها و ورزش‌های سبک مناسب بانوان داشته باشید (روزانه) چه قبل از یائسگی چه بعد از یائسگی، ۹- با رجوع به متخصص اورولوژی یا متخصص بیماریهای زنان چکابهای منظمی داشته باشید.
 درمان:

از این موارد پرهیزشود: چاقی مفرط و اضافه‌وزن، نگهداری ادرار، ورزش‌های سنگین، اسانس‌های شیمیائی، کافئین زیاد، مایعات زیاد

درمان در پزشکی جدید: ۱- انجام ورزش‌های مخصوص انقباض و انبساط ماهیچه‌های لگن (مانند: کِژَل، کِجَل، (Kegel)، ۲- هر دو ساعت دستشوئی رود، ۳- پیاده روی آرام، ۴- اضافه وزن را درمان کنید، ۵- کنترل قند خون، ۶- برق درمانی پیو فیدبک و تحریک الکتریکی، ۷- آنتی کلینرژیک (اکسی بوتینین و غیره)، ۸- آنتی موسکارین (نظیر بوتاکس)، ۹- ترکیبات آنتی آدرنرژیک (نظیر پَسُو دُو اِفدرین)، ۱۰- هورمون درمانی استروژن در زنان یائسه، ۱۱- افزایش جریان خون در بافت مثانه، ۱۲- جراحی و یا ترمیم افتادگی مثانه.

درمان در طب گیاهی:

۱- پیاده روی آرام، ۲- نرمش‌ها و ورزش‌های سبک کششی، ۳- خوردن توت فرنگی، ۴- خوردن کرفس، ۵- خوردن سیب زمینی کبابی (شعله غیر مستقیم حرارت) یا تنور پز، ۶- به مدت چند روز صبح‌ها، آب ترب سیاه بخورد، ۷- خوردن مخلوط تخم مورد و تخم تره، ۸- مصرف فیبر گیاهی: کاهو (بدون سُس) و سبزی خوردن، ۹- مخلوط دمکرده سُنْبُل الطَّیْب با عسل استوخدوس در درمان افتادگی مثانه مفید است.

عدم تخلیه کامل مثانه:

مواردی که باید پرهیز شود: نگهداری ادرار، اُسانس‌های شیمیائی
درمان: ۱- جوشانده برگ تازه و جوان گلابی، ۲- خوردن کاهو بدون سس، ۳- لیمو شیرین، ۴- هر شش ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آبجوش ولرم بنوشید، ۵- جوشانده عَنَاب با عسل طبیعی عصرانه بخورید، ۶- در بین روز: عرق خارشتری، عرق خارخسک، تیزن مخلصه، ۷- یک قاچ خربزه رسیده با پوستش، شب بعد از شام بخورید،

درمان تنبلی مثانه:

هر هشت ساعت یک خوشه انگور بخورد، به همراه ناهار و شام و افطاری و سحری: کاهو (بدون سُس) بخورد، بعد از هر غذا: یک قاچ خربزه رسیده شیرین بخورد.

درمان مشکل سلول‌های عصبی مثانه:

۱- صبح ناشتا: دو لیوان آب به صورت مکیدنی بنوشید، ۲- صبح: دمکرده گل راعی با عسل آویشن بنوشید، ۳- ظهر: دمکرده چای کوهی با عسل آویشن بنوشید، ۴- شب: دمکرده گل بیدمشک با عسل آویشن بنوشید، ۵- بعد از هر غذا: یک قاچ خربزه رسیده شیرین بخورید.

درمان وجود خون در ادرار (هماتوری):

هر روز: بین روز تمشک، بعد از غذا خریزه، عصرانه لیمو شیرین و به همراه ناهار و شام کاهو (بدون سُس) بخورد.

عفونت ادراری و عفونت تناسلی:

مواردی که باید پرهیز شود: زنا، لواط، استمناء، استشهائ، تدلیک، تفخیز، با آب آلوده شستشو دادن، جای آلوده نشستن، لباس آلوده پوشیدن.

درمان: ۱- آب انگور تازه عصرانه، کاهو (بدون سُس) به همراه غذا، ۲- هر شش ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آبجوش ولرم بنوشید، ۳- هر روز بمدّت ۲۰ دقیقه در محلول آب سرکه بنشیند، ۴- دمکرده گُل بابونه (یعنی یک قاشق چای خوری پودر گُل بابونه در یک استکان آبجوش) با عسل طبیعی خورده، ۲۰ دقیقه در جوشانده گُل بابونه بنشیند، ۴- دمکرده گُل بومادران با عسل طبیعی بخورید.

درمان عفونت ادراری:

۱- هر ۸ ساعت یک خوشه انگور بخورید، ۲- هر ۶ ساعت دو لیوان آب بنوشید، ۳- بعد از هر غذا یک عدد سیب رسیده شیرین بخورید. ۴- میوه های آلبالو، زرشک، تمشک و زغال آخته (بی نمک) ضد عفونت ادراری می باشند.

درمان سیفلیس (زخم شانکر)، زخم آلت تناسلی مرد:

۱- گرد کوبیده و خشک پوست میوه انار برای خشک کردن زخم شانکر ساده، مفید است.
۲- دمکرده گلنار وحشی (یا گلنار فارسی) همراه با آب بارهنگ برای درمان زخم آلات تناسلی مردان بسیار نافع است.
۳- خوردن و مالیدن روغن استبرق درمان قطعی سیفلیس می کند.

درمان زگیل تناسلی:

۱- پنبه آغشته به سرکه طبیعی سیب روی آن گذارید (شب تا صبح باشد)، ۲- روزی چندبار، آشک مؤ روی زگیل تناسلی گذارید.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان بعضی از مشکلات مربوط به پوست (۱)

در تمامی امراض پوستی از موارد زیر پرهیز شود:

۱- استرس (نگرانی مستمر) و جوش زدن؛ زیرا بَهَق (بَهک) می آورد، ۲- ماهی دودی، گوشت در آفتاب خشکیده؛ زیرا سرطان آورده و همچنین بَرَص یعنی پیسی می آورد، ۳- آب و غذا و ... که به نور مستقیم آفتاب گرم شده، ۴- کمپوت‌ها، کنسروها، ته دیگ، بستنی‌های شیمیائی، ۵- ترشیجات بندری و لیته با شکم گرسنه (ترک شود بهتر است)، ۶- شیر با سرکه، شیر با ماهی، ترشی انبه نارس (انبه سبز)، ۷- دخانیات و مواد آفیونی و مواد روان برگردان، ۸- ترانس چربی بالا (خامه، سرشیر، یک خامه ای، کله پاچه، جگر سیاه، میوه موز، روغن جامد، سرخ کردنی)، ۹- کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)، ۱۰- قندهای شیمیائی (قند و شکر و شیرینی‌جات قنادی‌ها)، ۱۱- نوشابه‌های گاز دار و آمیوه‌های شیمیائی و اسانس‌های شیمیائی، ۱۲- غذاهای مانده و فست فودها (سوسیس، کالباس، همبرگر، پیتزا)، ۱۳- خوردن و آشامیدن در حال جنابت، ۱۴- غذا و آشامیدنی در ظروف پلاستیکی، تفلون، آلومینیومی، سربی.

بیماری اکتیوز (اِکتسابی، ژنتیکی):

بیماری اکتیوز ژنتیکی که بیماری پوستی ژنتیکی که مانند مار پوست می‌اندازند (پوست شخص، سفید، خاکستری، قهوه‌ای به قطر یک میلی‌متر تا یک سانتی‌متر)، درمان با داروی هُومیوپاتی است بیماری اکتیوز اکتسابی (بیماری غیر ارثی پوستی که با پوست خشک و سخت و ورقه ورقه شونده مشخص می‌شود)، اثر وضعی بعضی داروهای شیمیائی و بعضی بیماریهای اُتو ایمن متابولیک، آندو کرین و بیماریهای عفونی است.

علل ایجاد اکتیوز: ۱. ژنتیکی، ۲. بیماری مزمن کبدی، ۳. هیپرپاراتیروئیدی، ۴. کم‌کاری تیروئید، ۵. هیپرتیروئیدی، ۶. دیابت، ۷. ایدز HIV، ۸. معتادان تزریقی

داروهای شیمیائی که باعث اکتیوز ژنتیکی و اکتسابی می‌شود: ۱. سایمیتیدین (شایع ترین دارو در ایجاد احتمالی اکتیوز)، ۲. کلوفازیمین (در دوز بالای ۱۰۰ میلی گرم در درمان جذام)، ۳. داروهای کاهش دهنده کلسترول LDL مانند: تری پارانول و نیکوتینیک اسید، ۳. هیدروکسی و ۲. متیل گلو تاریل کو آنزیم A ردوکتاز

دارو هایی که با احتمال کمتر باعث بیماری اکتیوز اکتسابی میشود: ۱. بوتیروفتون، ۲. دیکسی رازین، ۳. ناپرووتیلین، ۴. نافونیدین، ۵. یک آنتاگونیست استروژن که در کانسره‌های متاستاتیک پستان بکار میرود.

برای دوره کاهش زمانی درمان: ۱. لوسیون ۲۵٪، ۲. نرم کننده ها، مرطوب کننده ها (کراتولیٹیک ها)، ۳. اگر علاوه بر اکتیوز، عفونت پوستی هم بود، بایستی از آنتی باکتریال موضعی و سیستمی استفاده شود، ۴. استفاده از صابون های آنتی سبتیک، ۵. حمام طولانی مدت و پس از آن لیپید-پماد هی وی.

توجه: درمان اکتیوز، با درمان لوپوس نیز رفع می شود (یعنی درمان اکتیوز اکتسابی، با درمان لوپوس زنان)، داروهای مشتقات ویتامین A در بعضی بیماران، کمک کننده به درمان است (مثل گوشت قرمز گوسفندی قسمت ران، دست و سردست، هویج زرد-زردک)، داروهای موضعی ترکیبی حاوی کراتولیٹک (یا داروی لایه بردار)

درمان های جدید: الف. مرطوب کردن پوست، ب. برداشتن پوسته ها با استفاده از نرم کننده ها: ۱. اسیدمیوه، ۲. اوره، ۳. پروپیلن، ۴. گلیکول، ۵. اسیدرتینوئیک تذکر: داروی آلوئه ورا (صبر زرد)، تأثیر مثبت روی پوست اکتیوزی دارد. گرچه با ازدیاد سن، درمان خود بخودی می شود.

نظریه علامه ضیائی: در درمان اکتیوز بایستی: ۱. خون رسانی به پوست تسریع شود بوسیله خوردن کاهو (بدون سس) به همراه غذا، خوردن انار شیرین عصرانه، ۲. هرروز حمام رفتن و در وان حمام نیم ساعت باشد (آب مایل به داغ)، ۳. روغن کنجد خوردن و مالیدن، ۴. قبل از مغرب عسل گرم (مانند عسل طبیعی آویشن، عسل طبیعی نعنا)، ۵. صبحانه: یک لیوان شیر تازه گاو کم چرب با پودر سنجید، ۶. صبح قبل از کار مخلوط ارده مایع یزد با عسل طبیعی گون

اِگزمای آتوپیک:

علائم: خارش پوست، سوزش پوست، عفونت پوست حتی از انگشتان درمان: ۱. روزی یک عدد بیفالاکسین (چرک خشک کن برای درمان عفونت های میکروبی، با تجویز پزشک متخصص)، ۲. صبح ناشتا: چای سیاهدانه با عسل طبیعی گون، ۳. صبحانه: شیر تازه گاو با عسل طبیعی آویشن، ۴. وسط روز: انگور یا آب انگور طبیعی تازه، ۵. به همراه ناهار: کاهو (بدون سس)، لیمو شیرین، ۶. بعد از ناهار: هفت عدد خرماي عَجَوَه، ۷. عصرانه: انار شیرین یا رب انار شیرین، ۸. به همراه شام: کاهو (بدون سس) و لیمو شیرین، ۹. بعد از شام: آب سیب طبیعی تازه با عسل گون.

اِگزمای کودکان (رِشکا):

۱. عصرها از مخلوط کافور با شیر مادری که دختری زائیده بر موضع بمالید، ۲. روزی یکبار زدن سرکهٔ طبیعی سیب بر محلّ اگزما، سپس صبر کنید تا روی بدن خشک شود، ۳. هر صبح و شب ماساژ با روغن کُوشنِه (قُسط-قِست)

اگزما و خارش پوست بدن (به گونه‌ای که خارش کل بدن حتی صورت دارد):

توجّه: میوهٔ موز، میوهٔ خرما، فلفل، سُس فلفل، گوجه فرنگی و ربّ آن، زردچوبه، پوست هلو، پوست کیوی، انواع سُس‌ها، بادام زمینی و پوست آن، سرخ کردن، روغن جامد، کیک خامه‌ای، خامه، سرشیر، جگرسياه، رولت، نارنجکی، ته‌دیگ نخورید.

درمان: ۱- سرکه طبیعی سیب، روغن کُوشنِه (قُسط)، روغن بان و روغن گُندر خوراکی ضدّ اگزما میباشند (بصورت ماساژ استعمال شود)، و محلول کالامُون دی، ۲- یُولاف (جُو دُو سر) دارای خاصیت ضدّ التهاب برای انواع بیماریهای پوستی مانند انواعی از اِگِزما میباشد.

تذکّر: برای همیشه: ۱- به همراه ناهار و شام، کاهو (بدون سُس)، لیمو شیرین، سبزی جعفری، سبزی کاسنی، ۲- وسط روز و عصرانه عرق طبیعی شاهتره (اگر دمکرده شاهتره به صورت گرم خورده شود، بسیار مؤثرتر و بهتر است)، ۳- قبل از شام هفت عدد آلو بخارای خشک بصورت مکیدنی.

درمان التهاب پوست، خارش پوست و اگزما:

۱- هر شش ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آبجوشیده ولرم بنوشد، ۲- صبحانه یک لیوان شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل طبیعی گُون بخورد، ۳- روزی ۱۴ عدد عَناب (بدون هسته) مخلوط با عسل طبیعی گُون بخورد، ۴- به همراه ناهار یک چهارم کاهو (بدون سُس) و یک عدد پرتقال شیرین و سبزی کاسنی بخورد، ۵- به همراه شام یک چهارم کاهو (بدون سُس) و یک عدد لیمو شیرین و سبزی کاسنی بخورد، ۶- هر صبح و شب روغن قُسط بمالد، ۷- قبل از هر حَمّام سرکهٔ طبیعی سیب بزند، ۸- در حَمّام از صابون بچه یا شامپو بچه استفاده کند و لیف و کیسه نکشد.

توجّه: لباس‌های زیر و لباس‌های رو، از جنس نایلونی و پُلی استریل نباشد.

تذکّر: ترانس چربی بالا، میوهٔ موز، ته دیگ، اسانس‌های شیمیائی، قندهای شیمیائی، سرخ کردنی نخورد.

پوست بسیار ملتهب و بصورت لکه های پهن قهوه ای رنگ روی سطح بدن:

- ۱- هر روز سرکه طبیعی سیب بزنید صبر کنید د مجاورت هوا خشک شود سپس با آب بشوئید، ۲- هر روز عصرانه با جوشانده آویشن ماساژ دهید، ۳- به همراه غذا، روغن زیتون، روغن کنجد بخورید، ۴- اگر لکه های قهوه ای بخاطر کمبود ویتامین B6 است، روزی یک عدد انار شیرین بخورید، ۵- اگر خارش و خشکی و التهاب دارد، روغن قُسط بمالید.

درمان بیماری ای بی (Epidermolysis bullosa):

باید پرهیز شود از:

۱. قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و...)، ۲. اسانس های شیمیایی (آبمویه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و...)، ۳. چربی های با ترانس بالا (روغن جامد، غذاهای پُر چرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، میوه موز، کله پاچه، جگرسیاه، ته دیگ)، ۴. کافئین زیاد (چای مانده، چای پُر رنگ، کاکائو، شکلات، قهوه، نسکافه)، ۵. خوراکی های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس ها، کالباس ها، همبرگرها، پیتزا و...) [که بسیاری از املاح مقوی و ویتامین های آن از بین رفته و ۸۰٪ آنزیم های مفید آن پائین آمده]، ۶. کنسروها ۷. کمپوت ها ۸. تخم کتان، ۸. کم تحرکی، پُرخوری ۱۰. استرس، ۱۱. قرص ضد حاملگی، ۱۲. هویج فرنگی، ۱۳. سرخ کردنی ها و تف دادنی ها و بودادنی ها، ۱۴. در ظروف پلاستیکی، سُرپی، تفلونی و آلومینیومی، غذا و آشامیدنی خوردن، ۱۵. سموم شیمیایی و ضد آفات شیمیایی (آفت کش های شیمیایی) و میوه جات غیرارگانیک و سبزی جات غیرارگانیک [که در آنها از سموم شیمیایی و از کود انسانی استفاده شده و از آب فاضلاب شهری آبیاری شده اند]، مانند: گوجه فرنگی گلخانه ای، خیار گلخانه ای، توت فرنگی گلخانه ای و محصولات تراریخته ای ژنتیکی وارداتی (که هم اکنون سیب زمینی، سویا، ذرت و بعضی از روغن های مایع که از محصولات تراریخته استفاده می کنند مثل روغن اویلا

درمان کمکی:

- ۱- مخلوط ارده مایع یزد با عسل گون، ۲- هویج زرد (زردک یا مربای طبیعی آن) با عسل گون، ۳- دمکرده گل همیشه بهار مخلوط با عسل گون، ۴- آب سبزی شاتره مخلوط با عسل گون، ۵- سبزی خرفه و تخم خرفه با عسل گون، ۶- شاه بلوط یا بلوط با عسل گون، ۷- پرتقال رسیده شیرین به همراه ناهار، ۸- لیمو شیرین رسیده با شام، ۹- بعد از غذا (ناهار و شام) سیب رسیده شیرین میل شود، ۱۰- خوردن نان بلوط با عسل گون به همراه صبحانه ناهار و شام، ۱۱- هر ۶ ساعت دو عدد میوه شاه بلوط بخورد، ۱۲- هر ۸ ساعت مخلوط پوست میوه سنجد با عسل گون بجوید و بخورید

توجه: در صورت زخم پوست بیمار، زخم ها را با جوشانده پوست بلوط شستشوی کاملاً ملایم داده و با زردچوبه خالص پانسمان کرده و هر ۲۴ ساعت تعویض کنید

درمان التهاب پوست با منشأ کبدی، کبیر، حساسیت پوستی، لجن صغراوی، کبد چرب، خارش پوست و اگزما:

پرهیز کنید از: ۱- فلفل، سُس، سُس فلفل، سس انبه، غذای هندی، پماد فلفل قرمز (کپکس)، ۲- سرخ کردنی، ۳- ته دیگ، ۴- میوه موز، ۵- میوه خرما، ۶- تخم مرغ و کوکو، ۷- قندهای شیمیائی، ۸- اسانس های شیمیائی، آرمیوه های شیمیائی، نوشابه های گازدار، ۹- ترانس چربی بالا (کیک خامه ای، رولت، نارنجکی، سرشیر، خامه)، ۱۰- کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)، ۱۱- پوست هلو، پوست بادام زمینی، پُرز و پوست کیوی، پُرز به، ۱۲- گوجه فرنگی و رب آن، ۱۳- زردچوبه، و ادویه جات، ۱۴- غذای مانده، غذاهای صنعتی، و فست فودها، ۱۵- ادکلن ها و عطرها شیمیائی.

درمان: ۱- هر صبح و شب روغن قُسط (=قُست= کوشنه) بمالید، ۲- هر روز سرکه طبیعی سیب به مدت دو هفته بنزید، ۳- به همراه ناهار و شام کاهو (بدون سُس) و لیمو شیرین بخورید، ۴- عصرانه میوه انار به همراه پرده نازک روی دانه های آن، بخورید، ۵- مغرب یک استکان عرق طبیعی کاسنی یا به همراه شام هفت برگ کاسنی بخورید، ۶- شب قبل از شام هفت تا ۱۴ عدد آلو بخارای خشک بصورت مکیدنی بخورید، ۷- بعد از هر غذا یک عدد سیب رسیده شیرین بخورید، ۸- کلم بروکلی خام، سبزی شاهره، سبزی جعفری و هویج زرد (زردک) در جیره غذائی باشد، ۹- ماست شیرین کم چرب و دوغ شیرین کم چرب بدون گاز قبل از غذا بخورید، ۱۰- تمر هندی و زرشک خام در بین روز بخورید، ۱۱- کدو مسمی (کدو خورشتی) با پوستش بصورت خام یا بخار پز بخورید.

پمفیگوس (بیماری تاول):

در بیماری پمفیگوس برای رفع تاول ها، پماد هِلِم ریش با پماد کورتون و فُلُوسینُولُن، مخلوط این سه بمقدار نیم کیلو میشود، که به همه بدن بیمار میزنیم، به دو الی سه روز تاول ها برداشته میشود (دکتر سید حسین هاشمی، فوق لیسانس فیزیولوژی).

درمان طبیعی: ۱. به همراه ناهار و شام (یا سحری و افطاری) کاهو (بدون سُس) و یک عدد پرتقال بخورید، ۲. وسط روز و عصرانه (یا یک ساعت بعد افطار و یک ساعت قبل از سحر) مخلوط یک استکان آب پرتقال شیرین تازه + نصف استکان آب لیمو ترش تازه + ۲۰ گرم گلاب بخورید، ۳- اگر داخل دهان و گلو زخم شده، روغن به، روغن هسته سنجد مزه مزه کرده و در دهان بگردانید، غرغره کنید و قورت دهید.

بر آفروختگی چهره:

۱. به همراه ناهار: پرتقال، ۲. به همراه ناهار و شام: کاهو (بدون سس)، ۳. عصرانه: انار شیرین، یا یک لیوان آب انار شیرین، یا یک قاشق غذا خوری رب انار شیرین، ۴. به همراه شام: لیمو شیرین.

تبخال:

۱- روزی چندبار اشک مو (شیربه درخت انگور) به محل تبخال بمالید، دوره زمانی تبخال کوتاه می‌شود، ۲- شب قبل از خواب پنبه آغشته به سرکه طبیعی سیب روی محل تبخال گذارید، ۳- فقط یکبار در هفته اول دمکرده مورد بخورید و روی محل تبخال نیز بگذارید.

پوسته پوسته شدن کنار ناخن های انگشتان دست:

مغز بادام درختی شیرین و بادام‌هندی بخورید، وازلین بمالید، از صابون و شامپو کم اسید (مثل شامپو بچه) همچنین صابون و شامپو ویتامین E جوانه گندم استفاده شود، و اگر از صابون گلیسیرین برای شستن دست ها استفاده شود بهتر است.

ترک پوست:

۱- دمکرده گل بابونه بخورید و روغن گل بابونه بمالید، ۲- هفت قطره روغن بان در ناف چکانده و با پنبه طبیعی ببندید و به گف دست و پا و بدن بمالید (درمان خارش، لک ها، زگیل، دمل، شپش سر، ترک دست و پا، و جدا شدن پوست از بدن، جرب)، ۳- روغن گندر خوارکی مرغوب (در پایه روغن زیتون تهیه کرده) هفت قطره در ناف چکانده و با پنبه طبیعی ببندید و محل ترک خوردگی پوست را بمالید، ۴- قبل از حمام روغن زیتون بمالید.

بوی بد بدن (بو گندو، پوست بد بو و متعفن):

علل ایجاد بوی بد بدن: ۱. زیاد ماندن و زیاد بودن در دستشویی (مستراح، توالت) [بُورث داء الفیل]، ۲. خوردن الکل (مُسکرات، الکل مست کننده، الکلیسم)، ۳. عدم استحمام (یا استحمام دیر به دیر)، ۴. تعریق زیاد مثلاً در دوران یائسگی، یا حیض (رِگل)، یا گر گرفتگی، ۵. کلیه‌های کم کار یا ادرار چرب (ادرار پروتئینور) یا درصد بالای اوره خون (نمک سمی، بلغم سیاه)، فسفات ازته (کراتین)، ۶. کم آبی یا نیاز شدید بدن به آب یا آب نخوردن و آبجوش نخوردن، ۷. پُرخوری و کم تحرکی (که علاوه بر بدبوئی بدن، باعث ایجاد شبه زگیل‌ها یعنی اِستین تَک‌ها می‌شود)، ۸. داشتن بیماری‌های متابولیکی بالا (قندخون، چربی خون، فشارخون نوسانی و بالا)، ۹. یبوست مزمن و بواسیر، ۱۰. بودن

در مکان‌های بَدْبُو (طویل، دامداری)، یا ازدیاد گازهای محیط مثل گاز گرینیک، بوتان، متان (از کانال‌های فاضلاب و جوی‌های لَجَنی) و گازهای فاضلاب، یا مواد سفید کننده، تیزاب، وایتکس، آب ژوال و...، ۱۱. خوردن خوراکی‌های بَدْبُو مانند سیر، گُما و...، ۱۲. خوردن غذاهای مانده، خوردن سوسیس، کالباس، همبرگر، خوردن نان سفید، خوردن غذاهای صنعتی، ۱۳. اسانس‌های شیمیائی، نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های شیمیائی، ۱۴. زیاد خوردن قند سفید و شکر سفید، ۱۵. دخانیات، مواد افیونی، مانند هروئین، شیشه و قرص‌های روان برگردان.

خوشبو کننده و رفع بوی بد بدن:

۱. قبل از حَمَام بدن را با سرکه طبیعی سیب بمالد سپس در مجاورت هوا خشک شود، سپس با آب بشوید و پودر حَنای طبیعی بمالد و سپس بشوید، ۲. پودر زَمِه مالیدن قبل از خشک نمودن بدن در حَمَام، ۳. در بین روز و عصرانه خوردن گلاب طبیعی و گل محمدی، ۴. بعد از حمام مقداری از عصاره تازه گل نسترن بر بدن مالیدن، ۵. ماساژ با روغن به، ۶. خوردن نعنا یا دمکرده آن قبل از غذا و خوردن کاهو (بدون سُس) به همراه غذا، ۷. هِل سبز نگه دارید سپس بجوید و قورت دهید.

درمان پسوریازیس = داء الصدف (خفیف و شدید) و کمک به درمان نوع پوسچولر و نوع معکوس:

پرهیز شود از: غذای مانده، فست فودها (سوسیس، کالباس، همبرگر)، پوست هلو، پوست کیوی، پیتزا، مرغ کنتاکی، سرخ کردنی، میوه موز، گوجه فرنگی و رُب آن، پوست بادام زمینی، ظروف پلاستیکی (چه مواد اول، چه مواد دوم)، روغن جامد و مایع، بادمجان، انبه، تخم مرغ، ته دیگ. درمان در پزشکی جدید (درمان قطعی نیست بلکه جلو پیشرفت بیماری گرفته میشود، گرچه عوارض سوئی این داروها دارد): ۱- قرص سیکلوسپورین (با دُز ۱ تا ۳ عدد ۱۰۰ میلی گرمی)، ۲- قرص نئوتیگازون، ۳- قرص متوترکسات، ۴- آمپول بیولوژیکی انبرل، ۵- قرص اینفلکسی مَب (از عوارض این چهار قرص ایجاد سنگ کلیه است)

درمان موقت: باشامپو یا محلول گُول تار محل ابتلاء پوست را ماساژ دهید، سپس با کتیرا شسته و با پارچه نخی خشک کنید. سپس با یکی از قطرات سه گانه، هر ۸ ساعت ماساژ دهید: ۱- قطره اُکالیتوس، ۲- قطره گل بابونه، ۳- قطره آویشن

درمان اصلی: ۱- صبحانه شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل گُون میل کنید و همچنین نان سبوس دار با مربای گل بهارنارنج میل کنید، ۲- هرروز یک قاشق چایخوری گل همیشه بهار (کالاندولا) مخلوط با عسل گُون میل کنید، ۳- قرص آترومِد بی [کنگر خوراکی + گیاه مخلصه +

خارمریم (مارتیغال)] که برای درمان کبدچرب، یرقان (زردی)، سودا، غلظت خون کبدی، کهیر با مَنشاً کبدی کاربرد دارد، ۴- شبها خوردن یک قاشق چایخوری روغن فندق تازه و ماساژ با روغن فندق تازه، ۵- شب قبل از خواب مخلوط آب سیب رسیده شیرین با عسل گَوَن، ۶- مغز فندق را سوزانیده با روغن بَزَرک مخلوط نموده بر کانون‌های پوستی بیمار بگذارند، ۷- صبح قبل از کار مخلوط اردهٔ یزد با عسل گَوَن میل کنید، ۸- برای درمان داء الصَّدَف (پسوریازیس) کیسه‌های پُر از یُولاف روی آن گذارید، ۹- وسط روز و عصرانه: شاه‌توت (ضد کبد چرب، ضد پسوریازیس)، ترشک (ضد فشارخون، ضد پسوریازیس)، ۱۰- ویتامین E، ویتامین C در جیرهٔ غذایی باشد، ۱۱- کاهو (بدون سُس) و پرتقال با ناهار، ۱۲- کاهو (بدون سُس) و لیمو شیرین با شام.

پِیسی (بَرَص، ویتیلیگو)، و بَهَق:

تعریف: پِیسی یعنی لک‌های سفیدی که تمام لایه‌های پوست (بشره، مالپیگی، درم، آندودرم) را در بر گرفته، و بَهَق لک‌های سفید سطحی پوست است

عوامل ایجاد پِیسی:

ترشی زیاد خوردن با شکم گرسنه، خوردن شیر با ماهی، خوردن ترشی (مخصوصاً سرکه) با شیر، ترش‌یجات با شیر، در حال جنابت خوردن و آشامیدن، خوردن آبی که به نور مستقیم آفتاب گرم شده و همچنین وضو گرفتن و غسل کردن با آبی که به نور مستقیم خورشید گرم شده، خاراندن بدن با کاشی شکسته، سُفال شکسته یا سنگ پای حَمّام، مجامعت در حال حیض، خوردن غذای مانده، غصه خوردن، استرس (نگرانی مستمر) شدید، جوش خوردن، در پیک بار نور خورشید بودن (از ۱۰ صبح تا چهار بعد از ظهر).

توجه: همیشه بعد از خوردن ماهی، خرما یا عسل رسیده یا عسل طبیعی بخورید.

درمان بَرَص (پِیسی):

۱. در بین روز: مخلوط پونهٔ کوهی با عسل گون و بصورت لیسیدنی خوردن درمان پِیسی میشود، ۲. گیاه انگیز: در بین روز ضماد برگ خشک آن مخلوط با آب گوگرد، در یک روز لک و پِیس (بَرَص) را از بین میبرد، ۳. عصرانه: صَمغِ آلو سیاه همراه با شیرۀ انگور نافع درمان پِیسی است، ۴. با برگ‌های غازیاقی خُرد شده و برنج شلتوک دار، پُلُو دَمی درست کرده و چند بار در هفته شام‌ها بخورید (بر اساس طب مکمل) (توجه: زیاده روی در مصرف غازیاقی عقیمی و ناباروری می‌آورد)، ۵. با برگ‌های کوزَل محلّ پوست بدن بَرَصی را تماس دهید، برای درمان لک و پِیسی خوب است، ۶. گُندُش را نرم

سائیده، مخلوط در روغن زردۀ تخم مرغ بر موضع بمالید، ۷. کمک به درمان پیسی: چغندر و شیرۀ چغندر، ۸. دمکرده شاهنگ (=پن وار در بلوچستان-پن وار در هندوستان) در درمان لک (لوگو درما) و پیس (برص=ویتیلیگو)، ۹. روزی یک قاشق چایخوری پودر برگ سنا، به همراه ماست یا دوغ شیرین مصرف کنید (بشرطی که بیماری کولیت روده نداشته باشید)، ۱۰. چندبار در هفته ناهار خورشت ماش بخورد، ۱۱. صبح ناشتا و شب قبل از خواب، هر دفعه به مقدار سه درهم (یعنی تقریباً دو قاشق چایخوری؛ زیرا هر درهم متعارف تقریباً ۲/۵ گرم است) از دارو ترکیبی سیّد الادویه بخورید. طرز تهیه دارو ترکیبی سیّد الادویه: برگ سنا + کشمش انگور یا قوتی (بدون هسته) + هلیله کابلی + هلیله زرد + هلیله سیاه، به نسبت مساوی مخلوط گردد. (مکارم الاخلاق ص ۱۸۸).

علّت اصلی ایجاد بَهَق (لک سفید سطحی پوست)، استرس شدید است؛ لذا درمان استرس کنید.

درمان بَهَق:

۱. صبحانه شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل آویشن، نان سبوس دار با مربای گل بهار نارنج، ۲. با برگ های چغندر و گوشت تازه گاو خورشت درست کرده و چند بار در هفته ناهار ها بخورید (بر اساس روایات)، ۳. انجیر نارس اگر بر روی بَهَق گذاشته شود نافع از بَهَق است، ۴. ماش: الف. حلیله آن یا پخته آنرا (مثلاً بصورت سوپ) کم کم بخورید و روی محلّ بمالید، ب. ماش تازه با برگش کوبیده شود و آب تازه آن را ناشتا بخورید و نیز روی سفیدی بدن بمالید، ۵. در دمان لک های سفید سطحی پوست دست، میتوان از پماد شیمیائی منوبنزون استفاده نمود (با تجویز متخصص)، ۶. شب قبل از خواب مخلوط آب سیب رسیده شیرین تازه مخلوط با عسل گَوَن، ۷. روزی یک قاشق چایخوری پودر برگ سنا، به همراه ماست یا دوغ شیرین مصرف کنید، ۸. گندُر خوارکی، ۹. گیاه انگیز: در بین روز ضماد برگ خشک آن مخلوط با آب گوگرد، در یک روز بَهَق را از بین می برد، ۱۰. صبح ناشتا و شب قبل از خواب، هر دفعه به مقدار سه درهم (یعنی تقریباً دو قاشق چایخوری؛ زیرا هر درهم متعارف تقریباً ۲/۵ گرم است) از دارو ترکیبی سیّد الادویه بخورید. طرز تهیه دارو ترکیبی سیّد الادویه: برگ سنا + کشمش انگور یا قوتی (بدون هسته) + هلیله کابلی + هلیله زرد + هلیله سیاه، به نسبت مساوی مخلوط گردد. (مکارم الاخلاق ص ۱۸۸).

درمان تیرگی پوست:

۱- هر روز صبح ناشتا زردک (هویج زرد) یا آب آنرا بخورید، ۲- صبحانه شیر تازه گاو مخلوط با عسل طبیعی گَوَن، ۳- وسط روز نصف استکان سکنجبین طبیعی با نصف استکان گلاب طبیعی یا با یک لیوان آب سرد مخلوط کرده و بنوشید، ۴- به همراه ناهار کاهو (بدون سُس) و پرتقال بخورید، ۵-

عصرانه یک مُشت برگهٔ زردآلو و دو ساعت بعد یک قاشق غذاخوری رُبِ انار شیرین بخورید، ۶- به همراه شام کاهو (بدون سُس) و لیموشیرین بخورید
توجه: هرگز فست‌فودها، قندهای شیمیائی، اسانس‌های شیمیائی، چربی با ترانس بالا (خامه، سرشیر، کیک خامه‌ای، رولت، نارجکی، ته دیگ، کله پاچه، جگر سیاه، میوهٔ موز، روغن جامد، سرخ کردنی نخورید، و هرگز لیف، کیسه، حوله و دستمال به صورت نکشید، و هرگز صابون و شامپو پُر اسید استفاده نکنید.

نمای مخملی ضخیم و تیرگی پوست در جای جای بدن:

علّت آن: تعریق زیاد، لباس تنگ، اضافه وزن و چاقی
درمان: ۱- کاهش وزن کنترل شده، ۲- مالیدن سرکهٔ طبیعی سیب، ۳- ماساژ با جوشاندهٔ آویشن، ۴- خوردن کاهو (بدون سُس) و لیموشیرین به همراه غذا، ۵- آب سیب بعد از غذا، ۶- عصرانه آب انار طبیعی، ۷- وسط روز کاهو با سکنجبین، ۸- خوردن گلاب طبیعی قبل از خواب.

تیرگی و لک و جوش صورت و دستها:

۱. اُول و آخر غذا نمک بخورد (غذا بی نمک باشد)، ۲. حوله و دستمال را به صورت نکشد، ۳. نماز شب بخوانید، ۴. آب وضو را خشک نکنید، ۵. با سرکهٔ سیب ماساژ دهید، ۶. جهت شفاف شدن صورت، خوردن هر روز یک انار شیرین یا یک قاشق مربّاخوری رُبِ انار شیرین و یک قاشق پلوخوری زرشک خام، ۷. خوردن تخم کتان فقط بمدّت دو هفته (بیشتر نخورید؛ زیرا ناباروری و عقیمی می‌آورد، توصیه شده برای درمان جوش صورت مخصوصاً جوش غرور جوانی دختران)، ۸. مخلوط خیساندهٔ عَناب با زرشک خام (درمان جوش صورت)، ۹- خوردن گلبرگ گل محمّدی و گلاب طبیعی گل محمّدی.

روشن کردن پوست و ضدّ آفتاب زدگی، آفتاب سوختگی:

۱. مالیدن روغن گُلِ چای کوهی (نسبت روغن زیتون ۱۰ برابر، گل چای کوهی یک برابر)، ۲. به مدّت یک الی دو هفته صبح ناشتا یک عدد انار شیرین (یا یک لیوان آب انار شیرین یا یک قاشق غذاخوری رُبِ آنرا) با ۷ عدد گُلنارِ وحشی بخورید (برای روشن کردن پوست)، ۳. روزی یکبار سرکهٔ طبیعی سیب بزنید (برای روشن کردن پوست)، ۴. هر روز عصر ماساژ با جوشاندهٔ آویشن (برای روشن کردن پوست)، ۵. دائم الوضو بودن، خواندن نماز شب، در نور مستقیم آفتاب زیاد نباشید، حوله و دستمال و لیف و کیسه بصورت نکشید (برای روشن کردن پوست)، ۶. خوردن شیر تازه گاو

کم چرب مخلوط با عسل طبیعی گُون (رفع آفتاب سوختگی)، ۷. قبل از رفتن به زیر نور خورشید، روغن کنجد بمالید (رفع آفتاب سوختگی و پیشگیری از آن)، ۸. دوش آب ولرم (رفع آفتاب سوختگی)، ۹. کَرَم حاوی عصاره آلوئه ورا (صبر زرد) برای رفع آفتاب سوختگی، ۱۰. جوشانده برگ چغندر بمالید (ضد آفتاب سوختگی)، ۱۱. خورن آب، آب جوشیده ولرم، ۱۲. اسفناج با پیاز بخورید (نه با ماست)، ۱۳. پرتقال با ناهار، لیمو شیرین با شام، ۱۴. کاهو بدون سُس با ناهار و شام، ۱۵. روغن بان در ناف ریخته و به کف دست و پا و بدن بمالید (درمان خارش، لکها، زگیل، دُمَل، شپش سر، ترک دست و پا، و جدا شدن پوست از بدن، جَرَب). تذکر: برای همیشه غذای مانده، اسانسهای شیمیائی، آرمیوه‌های شیمیائی، ترانس چربی بالا، کافئین زیاد و فست فودها را نخورید.

جُذام:

۱- شیرابه و شیرۀ درختچه استبرق به محلّ جذام و خوره بمالید؛ زیرا تمام گیاه استبرق سمّی است، ۲- روزی یک قاشق چای خوری پودر برگ سَنّا، به همراه ماست یا دوغ شیرین قبل از غذا مصرف کنید، ۳- صبح ناشتا و شب قبل از خواب، هر دفعه به مقدار سه درهم (یعنی تقریباً دو قاشق چایخوری؛ زیرا هر درهم متعارف تقریباً ۲/۵ گرم است) از دارو ترکیبی سیّد الادویه بخورید. طرز تهیه دارو ترکیبی سیّد الادویه: برگ سَنّا + کشمش انگور یاقوتی (بدون هسته) + هلیله کابلی + هلیله زرد + هلیله سیاه، به نسبت مساوی مخلوط گردد. (مکارم الاخلاق ص ۱۸۸).

جَرَب (گال، گری):

عامل ایجاد کننده گال، یک نوع انگل است که ۰/۳ میلیمتر طول دارد و از طریق تماس نزدیک از فردی به فرد دیگر انتقال می‌یابد. انگل ماده در داخل پوست انسان، کانال و تونلی به طول یک سانتیمتر میزند و در داخل آن تخم‌گذاری می‌کند. بعد از چند روز، لاروها از داخل تخم‌ها بیرون می‌آیند

علامت اصلی بیماری، خارش است که معمولاً خارش در شب‌ها بیشتر است، باید دانست خارش مداوم منجر به توسعه عفونی می‌شود و حتّی منجر به پیپسیس (عفونت خونی) می‌شود. اغلب چند نفر از افراد خانواده مبتلا می‌شوند. ضایعات بیشتر در انگشتان دست‌ها، مچ دست، آرنج، مچ پا و ناحیه تناسلی دیده می‌شوند.

توجّه: برای درمان، باید تمام افراد خانواده و دوستان نزدیک بطور هم‌زمان درمان شوند.

درمان در پزشکی جدید: ۱- استفاده از کرم یا لوسیون گامابنزن هگزا کلراید (لیندان) یک درصد، ۲- کرم شیمیائی پرمترین (مخصوصاً در کودکان)، ۳- لوسیون بنزیل بنزوات ۲۵ درصد، ۴- پماد سولفور ۱۰ درصد.

درمان طبیعی: ۱- سرکه طبیعی سیب زده، صبر کنید در مجاورت هوا خشک شود (برای از بین رفتن انگل)، ۲- با صابون گوگردی شسته و با پارچه نخی خشک کنید، ۳- سپس روغن بان بمالید، ۴- شستن بدن (از گردن به پایین) با بدن شوی گیاهی ناتل، ۵- پوست درختچه سیاه توسه (۱۰۰ گرم پوست خشک گیاه در یک لیتر آب جوشانده در استعمال خارجی).
تذکر: پس از درمان باید لباس‌های تمیز پوشیده و لباس‌ها و ملحفه‌های بیمار نیز شسته و یا خشک‌شویی شوند. بعد از درمان ممکن است خارش به مدت دو هفته هم باقی بماند و نباید تصوّر نمود که درمان موفقیت آمیز نبوده است.

جوش از نوع آکنه:

۱- هر روز نوشیدن دمکرده بنفشه سه رنگ بعد از غذا، نوشیدن دمکرده ریشه بابا آدم یا برگ آن هر شش ساعت، نوشیدن دمکرده گل همیشه بهار هر هشت ساعت، ۲- برای همیشه به همراه غذا کاهو (بدون سس) و لیموشیرین بخورید، ۳- برای همیشه هر شش ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آب جوشیده ولرم بصورت مکیدنی بنوشید، ۴- هر روز عصرانه انار شیرین یا رب آنرا خورده، ۵- روزی چندبار با جوشانده ریشه بابا آدم یا برگ آن ماساژ دهید، ۶- مصرف گل محمدی (رُز)، گل سرخ آتشی (تی رُز)، گلاب طبیعی گل محمدی.
توجه: طرز تهیه دمکرده‌ها: یک قاشق چایخوری پودر گیاه، در یک استکان آبجوش دم شود و پس از ولرم شدن، میل شود.

رفع جوش‌های پوست، رفع آکنه، رفع جوش‌های پوست در هنگام قاعدگی:

۱- وسط روز: یک قاشق مرباخوری تخم کتان بخورید (توجه: فقط به مدت دو هفته مصرف شود)، ۲- عصرانه: یک استکان آب گیاه بولاغ اوتی (بُلاق اوتی = جرجیر آبی) بنوشید.

جوش غرور جوانی:

(جوش‌های غرور جوانی، مخلوطی از کراتین و مواد چربی است).
پرهیز شود از: قندهای شیمیائی، نوشابه‌های گازدار، کافئین زیاد، چربی با ترانس بالا.

درمان: با محلول آب سرکه طبیعی سیب ماساژ دهید تا خشک شود، با صابون گل ختمی بشوئید و با پارچه نخی خشک کنید سپس با آویشن شیرازی یا پماد آکنیل ماساژ دهید، روزانه خوردن ۴ لیوان آب آشامیدنی سالم و ۴ لیوان آب جوشیده ولرم، با نهار و شام کاهو بدون سُس بخورید، شبها یک عدد لیمو شیرین و در فصولی که لیمو شیرین نبود یک قاشق چایخوری ترنجبین با آب مخلوط کرده و بخورند، از نظر ظاهری پنبه را آغشته به آبلیمو ترش کرده روی جوش‌ها گذاشته و بردارند، یک استکان جوشانده مخلوط عَناب و زرشک، وسط روز یک عدد لیمو ترش به همراه یک لیوان آب، عصرانه یک عدد انار شیرین یا یک قاشق ربّ انار شیرین، جوشانده برگ چغندر (به طور کلی جوشانده برگ چغندر برای پوست و مو بسیار مفید است، ضدّ جوش، ضدّ ورم، ضدّ ریزش مو، ضدّ کک و مک و سوختگی با آفتاب)، ضماد کوبیده رازیانه (و درمان جوشهای غرور جوانی در زنان)، توجّه: اگر به همراه جوش خارش هم دارند: روغن گُوشَنه (قُسط) بمالند.

جوش‌های صورت در دوره قاعدگی:

توجّه: از قندهای شیمیائی، اسانسهای شیمیائی، ترانس چربی بالا، کافئین زیاد، فست فودها پرهیز شود.

درمان: ۱- وسط روز: یک قاشق مرباخوری تخم کتان بخورید (توجّه: فقط به مدّت دو هفته مصرف شود؛ زیرا زیاده‌روی در مصرف آن، عقیمی و ناباروری می‌آورد)، ۲- به همراه ناهار و شام: خوردن کاهو (بدون سُس)، ۳- شب: یک عدد لیمو شیرین پوست چرب و دارای منافذ باز و ناصاف: ۱- قبل از حمام، سرکه طبیعی سیب بزنید، ۲- ضماد باقلائی آب پز روی آن گذارید (از شب تا صبح باشد)، ۳- خوردن گلبرگ‌های گُل محمّدی و گلاب طبیعی گُل محمّدی.

رفع چین و چروک پوست:

۱. بُخور رازیانه، ۲. خوردن پرتقال با نهار، خوردن لیمو شیرین با شام، ۳. ضماد کوبیده رازیانه (و درمان جوش‌های غرور جوانی در زنان)، ۴. عصرانه انار شیرین، ۵. خوردن گلبرگ‌های گُل محمّدی و گلاب طبیعی گُل محمّدی، ۶. خوردن خیار بوته‌ای با دوغ شیرین کم‌چرب قبل از غذا.

حساسیت پوست:

درمان: ۱. روغن گل سرخ + گلاب طبیعی (که علاوه بر آن، مفرّج، شادی آور، تونیک، ملین و درمان خستگی جنسی میکند)، ۲. رنده هویج زرد + سرکه طبیعی انگور، بعد از غذا، ۳. آویشن با غذا، عُناب با عسل طبیعی گُون.

خارش پوست بدن:

عواملی که خارش پوست می‌آورد: ۱- پُرز و غبار انجیر و شیرابه آن، ۲- پُرز کیوی، ۳- پُرز به، ۴- پُرز هلو، ۵- لباس و ملحفه (ملافه‌ها) در سایه و یا اتاق، خشک شوند و در نور مستقیم خورشید نباشند و یا با گرمای ۵۰ درجه اُتو آنها را خشک نکنند، ۶- حوله مشترک، ۷- مسواک مشترک، ۸- شانه مشترک، ۹- با کیسه یا لیف یا سنگ پای مشترک، یا این‌ها در سایه باشند و مرطوب مخصوصاً در حمام باشد، ۱۰- کسیکه خود را با لباس مستعمل (حتی اگر مال خودش باشد) خشک کند و یا با آن لیف بزند، ۱۱- کسیکه زیاد در جایی بنشیند و یا نشستن‌هایش زیاد باشد، و یا زیاد لم بدهد، و یا بخوابد و دراز بکشد، خارش‌های پوستی میگیرد و همچنین زخم بستر میگیرد، ۱۲- کسیکه در زمستان و پائیز، هفته‌ای یکبار حمام نرود و در بهار و تابستان هفته‌ای دوبار حمام نرود، ۱۳- کسیکه سویا (شور، غیر شور)، روغن سویا، تفاله سویا بخورد (بخاطر دو سمّ موجود در آن خارش پوستی میگیرد؛ لذا بایستی سویا را قبل از مصرف در دمای ۵۰ درجه به بالای آب، به مدّت ۲۰ دقیقه بجوشانید و پس از آبکشی استفاده کنید تا دو سمّ موجود در آن از بین برود)، ۱۴- کسیکه گوجه فرنگی نارس، یا ربّ گوجه فرنگی نارس بخورد (بخاطر دو سمّی که دارد خارش پوستی میگیرد)، ۱۵- کسیکه زیاد میوه موز بخورد، ۱۶- کسیکه زیاد ادویه جات بخورد، ۱۷- کسیکه گرمی، مخصوصاً شیرینیجات غیر طبیعی زیاد بخورد، ۱۸- کسیکه خَزَف (تگه سُفال گوشه حمام) یا با سنگ پائی که در گوشه حمام افتاده ی یا با لیفی که گوشه حمام افتاده سنگ پا و لیف بزند، خارش و بیماری جَرَب (گال= گری) میگیرد، ۱۹- عرق زیاد، گرد و خاک زیاد، گرمای زیاد، سرمای زیاد، دوده هیدرو کربن‌ها، ۲۰- دانه‌های چرکی، التهابات زیاد، نیش حشرات.

پرهیز کنید از: پوست بادام زمینی، پوست هلو، پوست کیوی، میوه موز، روغن جامد، جگر سیاه، پیتزا، گوجه فرنگی و ربّ آن، انواع سُس‌ها، سرخ کردنی، فست فودها، فلفل، ادویه زیاد، بادمجان سرخ شده، خرمای زیاد.

این موارد را انجام دهید: به همراه ناهار (یا سحر) و شام (یا افطار) کاهو (بدون سُس) و لیمو شیرین بخورید، هر روز محل‌های خارش را، سرکه طبیعی سیب بزنید، عصرها کاهو سکنجبین خورده و با روغن کُوشنِه (قُسط، قِست) ماساژ دهید، بعد از هر غذا یک عدد سیب رسیده شیرین بدون پوست

بخورید، پنج تا هفت قطره روغن بان را در ناف بچکانید و با پنبه ناف را ببندید (از شب تا صبح باشد)، مالیدن و شستشوی کنگر فرنگی برای رفع خارش پوست مفید است، مخلوط کردن اسفرزه (اسپرزه) با روغن کنجد، جهت رفع خشونت پوست و خارش بدن و سوختگی ناشی از آتش، ضماد آن نافع است.

خارش شدید پوست و التهابات:

پرهیز شود: فلفل، سُس فلفل، سُس انبه، غذای هندی، کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)، میوه انبه، میوه موز، میوه خرما، قندهای شیمیائی، اسانس‌های شیمیائی، ترانس چربی بالا، سرخ کردنی، فست فودها، غذاهای صنعتی، غذای مانده، پوست هلو، پوست کیوی، پوست بادام زمینی، آجیل مانده.

مصرف شود: به همراه غذا: کاهو (بدون سُس)، سبزی کاسنی، سبزی جعفری، زیتون و روغن زیتون طبیعی (فشار اول پرسی سرد)، هر شش ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آب جوشیده ولرم، در بین روز برگه زرد آلو، قبل از حمام سرکه طبیعی سیب بمالید، هر صبح و شب روغن قُسط بمالید.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان بعضی از مشکلات مربوط به پوست (۲)

در تمامی امراض پوستی از موارد زیر پرهیز شود:

۱- استرس (نگرانی مستمر) و جوش زدن؛ زیرا بَهَق (بَهک) می آورد، ۲- ماهی دودی، گوشت در آفتاب خشکیده؛ زیرا سرطان آورده و همچنین بَرَص یعنی پیسی می آورد، ۳- آب و غذا و ... که به نور مستقیم آفتاب گرم شده، ۴- کمپوت‌ها، کنسروها، ته دیگ، بستنی‌های شیمیائی، ۵- ترشیجات بندری و لیتّه با شکم گرسنه (ترک شود بهتر است)، ۶- شیر با سرکه، شیر با ماهی، ترشی انبه نارس (انبه سبز)، ۷- دخانیات و موادّ آفیونی و موادّ روان برگردان، ۸- ترانس چربی بالا (خامه، سرشیر، یک خامه ای، کله پاچه، جگر سیاه، میوه موز، روغن جامد، سرخ کردنی)، ۹- کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)، ۱۰- قندهای شیمیائی (قند و شکر و شیرینی‌جات قنادی‌ها)، ۱۱- نوشابه‌های گاز دار و آبمیوه‌های شیمیائی و اسانسهای شیمیائی، ۱۲- غذاهای مانده و فست فودها (سوسیس، کالباس، همبرگر، پیتزا)، ۱۳- خوردن و آشامیدن در حال جنابت، ۱۴- غذا و آشامیدن در ظروف پلاستیکی، تفلون، آلومینیومی، سربی.

خارش پوست و تاول:

توجّه: هیچ‌گاه نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های شیمیائی، کافئین زیاد، ترانس چربی بالا (روغن جامد، ته دیگ، میوه موز و...)، پوست ماهی، پوست مرغ، پوست هلو، پوست بادام زمینی و پوست کیوی نخورید.

برای همیشه کاهو (بدون سس)، لیمو شیرین به همراه ناهار و شام، هفت عدد آلو بخارا قبل از شام بصورت مکیدن، یک قاشق چایخوری ترنجبین مخلوط در آب عصرانه بخورید، هر شش ساعت یک لیوان آب بنوشید، قبل از حمام سرکه طبیعی سیب بمالید، هر روز روغن قُسط بمالید.

خارش شدید پوستی از فرق سر تا پا توأم با دانه‌های ریز و سوزش شدید:

پرهیز شود از: خوردن سویا، گوجه فرنگی و رب آن، موز، پوست بادام زمینی، پوست هلو، پوست کیوی، خرما، نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های شیمیائی، سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی داروهای کورتون حداقل ۱۶ بیماری می آورد و تجویز آن حتّی بمدت یک سال، درمان کننده نیست. درمان: ۱. هر روز صبح از مخلوط اُردۀ مایع یزد با عسل گون یک قاشق پلوخوری بخورید و با روغن کنجد، پوست خشک خود را ماساژ دهید، ۲. با سرکه طبیعی سیب اُلاً ماساژ دهید تا در مجاورت هوا خشک شود، ۳. سپس با روغن گوشنه (روغن قُسط) ماساژ دهید، ۴. با ناهار و شام کاهو (بدون سس)

بخورید، ۵. عصرانه آب انار شیرین، ربّ انار شیرین، ۶. با ناهار پرتقال شیرین، و با شام لیمو شیرین، ۷. در بین روز زردک (هویج زرد، هویج رسمی) یا آب آنرا بخورید، ۸. گاهی خارش شدید پوستی در کلّ بدن بخاطر کبدچرب است لذا در اینصورت بایستی به همراه ناهار و شام سبزی شاهتره، سبزی کاسنی، کاهو (بدون سُس) و بُخارِ پَزِ کَلَمِ بَرُوکلی میل کند.

خارش شدید کف دست و پا بطوری که زخم می‌شود (بخاطر التهابات شدید و بخاطر کبدچرب):

تذکر: هیچ‌گاه کافئین (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)، میوهٔ انبه، میوهٔ موز، خرما، پوست هلو، پوست کیوی، پوست بادام زمینی، فلفل، سُس فلفل، غذای هندی، ته دیگ، دو طرف کوکو، سرخ کردنی نخورید.

درمان: ۱- هر روز سرکهٔ طبیعی سیب به محل‌های خارش بزنید، سپس صبر کنید تا در مجاورت هوا خشک شود، ۲- هر صبح و شب با روغن قُسط بمالید، ۳- هر روز به همراه ناهار و شام (یا به همراه افطاری و سحری) کاهو (بدون سُس)، سبزی جعفری، سبزی کاسنی و سبزی شاهتره بخورید، ۴- هر شش ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آب جوشیدهٔ ولرم بصورت مکیدنی بنوشید.

خشکی پوست صورت و بدن:

۱- خوردن روغن زیتون خوراکی (پرسی فشار اول سرد) با ناهار و شام، ۲- خوردن یک قاشق غذاخوری از مخلوط مساوی اردهٔ مایع یزد با عسل طبیعی گَوَن صبح قبل از کار، ۳- ماساژ با یکی از این روغن‌ها: روغن کنجد، روغن بان، روغن زیتون، روغن قُسط، ۴- خوردن طالبی رسیده در بین روز و خربزهٔ رسیده بعد از غذا، ۵- پنج تا هفت قطره روغن بان را در ناف بچکانید و با پنبه ناف را ببندید، از شب تا صبح باشد سپس با روغن بنفشهٔ طبّی محلّ خشکی را ماساژ دهید، ۶- پماد خارجی QV (کیو وی) قبل از مغرب بمالید.

توجه: هرگز فست‌فودها، قندهای شیمیائی، اسانس‌های شیمیائی، چربی با ترانس بالا (خامه، سرشیر، کیک خامه‌ای، رولت، نارجکی، ته دیگ، کله پاچه، جگر سیاه، میوهٔ موز، روغن جامد، سرخ کردنی نخورید، و هرگز لیف، کیسه، حوله و دستمال به صورت نکشید، و هرگز صابون و شامپو پُر اسید استفاده نکنید.

خون مردگی اعضاء:

۱. ماساژ با سرکهٔ طبیعی سیب، ۲. ماساژ با جوشاندهٔ ریشهٔ گل پامچال.

دانه‌های آبدار چرکی:

۱- به همراه غذا: تخم خُرفه و تخم کاسنی (از هر کدام یک قاشق چایخوری) یا سبزی خرفه و سبزی کاسنی (از هر کدام یک مُشت) بخورید، ۲- با مخلوط روغن سندروس و روغن بزرک روی دانه‌ها را بمالید.

دُمَل:

روغن بان در ناف چکانده و روی دُمَل نیز بمالید، همچنین رُب انار با عسل بجوشانید و روی دُمَل گذارید. و برای دُمَل چرکی: ضماد گزنه روی آن بمالد، هر گاه سر باز کرد، پودر زرد چوبه خالص روی آن بریزد، و باید از آب و خاک دور باشد، إنشاء الله پوست به حالت اولیّه بر میگردد.

درمان رماتیسم پوستی:

۱- صبح ناشتا: یک لیوان آب انار شیرین مخلوط با هفت عدد گُلنار وحشی بخورد، ۲- وسط روز: عسل گُون با آب یا با آبجوش ولرم میل شود، ۳- عصرانه: دو قاشق غذاخوری رُب انار شیرین بخورد، ۴- هر صبح و هر شب با روغن بنفشه طَبّی (در پایه روغن زیتون یا پایه روغن بادام تلخ) ماساژ دهید، ۵- خوردن دو عدد میوه شاه بلوط، ۶- خوردن پنج عدد زالزالک، ۷- خوردن دو عدد میوه اُزگیل

اِسکِلِرُودِرْمی (یک نوع رماتیسم پوستی):

منجر به لکه‌های قهوه ای پوست می‌شود، که گاهی این لکه‌ها، حدفاصل میچ دست‌ها تا آرنج‌ها است. درمان قطعی ندارد لذا بایستی دارو (گیاهی یا شیمیائی) مادام العمر مصرف شود. داروی گیاهی: عصرانه: انار شیرین یا رُب آن را بخورید، قبل از شام: هفت عدد آلو بخاری خشک را بصورت مکیدنی بخورید.

ضد خونریزی خارجی و داخلی بدن:

۱- روغن بان، ۲- جوشانده اسپند، ۳- مومیا (مومیائی، عرق الجبال)، ۴- برگ درخت مو (انگور)، ۵- میوه به و آب به و مربای به، ۶- خَنْظَل (هندوانه ابوجهل، معاویه، توجه: زیاده روی در مصرف نشود؛ زیرا مسمومیت می‌آورد و حساسیت پوستی نیز می‌آورد).

زخم نوک پستان:

۱. پودر حَجَرُ البهود، ۲. ضماد گل بابونه، ۳. روغن به بمالید، ۴. می‌توان از ضماد نمودن ترکیب میوه سَمَاق، بلوط، دانهٔ مورد و گل بومادران، استفاده کرد (دکتر علی هاشمی فرد، عضو شورای حکمای اتحادیه گیاهان دارویی مشهد).

درمان زخم‌ها و رفع جراحات‌ها و ورم‌ها:

۱. آلو بخارا هفت تا ۱۴ عدد، ۲. انار شیرین طبیعی یک استکان تا یک لیوان، ۳. سیاهدانه (دمکردهٔ سیاهدانه بمدت ۴۰ روز، ماساژ با روغن سیاهدانه، خوردن سیاهدانه بعد از غذا)، ۴. آب و آبجوش ولرم، ۵. کاهو، ۶. شیرابه و شیرۀ درختچه استبرق (ضد زخم) بمالید (توجه: تمام اجزاء این گیاه سمیت دارد؛ لذا حساسیت پوستی نداشته باشید)

ترمیم زخم و جراحات:

ضماد زردچوبه مخلوط با زردۀ تخم مرغ،

ضد زخم انگشتان:

دمکردهٔ گل بومادران

زخم پای دیابتی‌ها:

درمان در پزشکی جدید (دکتر سید حسین هاشمی فوق لیسانس فیزیولوژی انسانی): ۱- اولاً شستشو با سُرُم نَورمال سالین (سُرُم نمکی)، ۲- با بتادین ضد عفونی کنید که زخم را خشک می‌کند [توجه: از بتادین نبایستی زیاد استفاده کنید، سالیان قبل از برای شستشو زخم‌های دیابتی انگشتان پا، ۲۰ دقیقه در محلول ساوُلون (یک استکان در نصف آب لگن) می‌گذاشتند که فعلاً از گردونهٔ پزشکی خارج شده و کاربرد این چنینی ندارد]، ۳- سپس ژل مخصوص که خاصیت دیرید دارد (شستشو دارد)، چرب کنید، ۴- سپس چسب مخصوص آن را می‌زنیم که خاصیت نفوذ پذیری هوا دارد، تا زخم دیابتی تازه شود، ۵- سپس از پانسمان مخصوص پای دیابتی (که خاصیت نقره دارد) استفاده می‌کنیم، ۶- جهت ترمیم پوست از پماد آنژی پارس استفاده می‌شود.

درمان در پزشکی سنتی: ۱- با سرکهٔ طبیعی سبب شستشو و ضد عفونی می‌نمائیم، و صبر کنید در مجاورت هوا خشک شود، ۲- سپس پودر زرد چوبهٔ خالص روی زخم دیابتی گذاشته (و در ۲۴ ساعت یکبار این پانسمان را عوض کنید)، ۳- به همراه ناهار و شام کاهو (بدون سُس) بخورید، ۴- زالو

درمانی: زالوهایِ طَبّی (۳ تا ۶ عدد) را روی وریدهای پشت ساق پا گذاشته و به مدت ۲۰ دقیقه باشند، ۵- عسل طبیعی گُون، یک قاشق مربّاخوری صبح ناشتا خورده، و به محلّ زخم‌ها بمالید و بگذارید، ۶- روزی چندبار زخم‌ها را با جوشانده پوست میوه بلوط بشوئید.

درمان زخم عفونی قانقاریا که بخاطر قند نوسانی بالا و یا عدم کنترل قند خون ایجاد شده:

۱- پانسمان مخلوط عسل طبیعی گُون (۵ واحد) + روغن زیتون (۲ واحد)، ۲- پانسمان مخلوط عسل طبیعی گُون (۵ واحد) + نمک طعام خالص (۲ واحد)، ۳- گذاردن پودر زردچوبه خالص، ۴- خوردن کاهو بدون سُس، ۵- گذاردن شش تا هشت عدد زالوی طَبّی روی رگ‌های خون‌رسان به ناحیه زخم، ۵- روزی چندبار زخم‌ها را با جوشانده پوست میوه بلوط بشوئید، همچنین می‌توانید با جوشانده برگ درخت بلوط نیز، زخم‌های کهنه و زخم قانقاریا را شستشو دهید، ۶- مخلوط پودر هسته خرما (یک قسمت) + پودر زردچوبه خالص (یک قسمت) + پودر نقره (نصف قسمت) را با عسل گُون مخلوط کرده سپس روی موضع زخم گذارید (روزی یکبار این پانسمان را تعویض کنید)

زخم‌های عفونی قانقاریائی و سرطانی:

زخم‌های قانقاریا: با سرکه طبیعی سیب محلّ عفونت را بشوئید، محلّ زخم‌های گُود و عمیق بدن را پُر از پودر زرد چوبه خالص کنید و گاز استریل غیر روغنی روی آن گذاشته و روزی یکبار عوض کنید یا عسل طبیعی گُون روی زخم‌ها مالیده و چاله‌های زخمی را پُر از عسل گُون نمائید، ضماد گُلِ بابونه برای اِلتیام سریع زخم و جلوگیری از ایجاد قانقاریا (پوسیدگی بافت) مفید است، برای درمان زخم‌های سرطانی روزی چند بار با جوشانده پوست میوه بلوط شستشو دهید.

زخم کل بدن با منشأ کبدی:

چهار چیز برایتان بد است و آن‌ها را نخورید: قند های شیمیائی، چربی‌های با ترانس بالا، نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های شیمیائی
درمان با دارو طبیعی و گیاهی: ۱- کاهو (بدون سُس) به همراه ناهار و شام، ۲- یک عدد پرتقال به همراه ناهار، ۳- یک عدد انار شیرین عصرانه یا ربّ انار شیرین، ۴- یک عدد لیمو شیرین به همراه شام، ۵- یک قاشق چایخوری ترنجبین مخلوط در آب یا آبجوش ولرم بخورید.

زگیل:

پنبه آغشته به سرکه طبیعی سیب را هر شب تا صبح روی آنها بگذارید، ضماد شیرابه انجیر، جوهر نمک، ضماد گوشت اردک، روغن پلادر برای استعمال خارجی، روغن بان، روزی چند بار روی آن اشک مو بمالید، یک صبح ناشتا یک لیوان آب انار شیرین مخلوط با هفت عدد گلنار وحشی بخورید

زونا:

توجه: در نور مستقیم آفتاب از ساعت ده تا دو بعد از ظهر نباشید، محل را با لیف و کیسه نکشید، محل زونا را بدون لباس نگه دارید، در تمام زمان درمان از قندهای شیمیائی و کافئین (چای، قهوه، کاکائو، شکلات، نسکافه)، بادمجان، خرما، موز، گوجه فرنگی، رب گوجه فرنگی، ادویه جات مخصوصاً فلفل، سس فلفل، انواع سسها، اجتناب کنید.

درمان: ۱- به همراه غذا، کاهو (بدون سس) بخورید، ۲- قبل از غذا، ماست و خیار و آب دوغ خیار بخورید، ۳- در بین روز و عصرانه، ترنجبین محلول در آب بخورید، ۴- شبها لیمو شیرین، ۴- هر هشت ساعت، از دمنوش سبزی کاسنی بنوشید، ۵- سبزی خرفه خورده و آب خرفه را به محل بمالید، یا تخم خرفه خورده و با دمکرده تخم خرفه محل را آغشته کنید، ۶- دمکرده مریم گلی خورده و به محل بزنید، ۷- با روغن بادام تلخ محل را آغشته کنید، ۸- اگر جنوب ایران بودید، خیار چنبر، و اگر در عراق (کربلا، نجف) بودید، صابری بخورید.

درمان سرطان پوست، کبد چرب (گرید ۱ و ۲)، قند خون بالا، ورمهای سخت و ورم بینی:

۱- هر صبح و شب پماد گل همیشه بهار (کالاندولا) بمالید، ۲- به همراه غذا کاهو (بدون سس)، سبزی جعفری و سبزی کاسنی بخورید، ۳- هر هشت ساعت یکی از این دمکردهها را بنوشید: الف، دمکرده گزنه، ب، دمکرده گل خارمریم، ج، دمکرده شاهتره.

سرطان پوست:

عوامل شایع ایجاد سرطان (از جمله سرطان پوست): ۱. زیاد در نور مستقیم آفتاب بودن، ۲. زیاد گوشت قرمز مخصوصاً گوشت گاو خوردن، ۳. گوشت مانده خوردن، ۴. غذای مانده خوردن، ۵. غذاهای صنعتی (آماده، فست فودها) خوردن، ۶. سوسیس، کالباس، همبرگر خوردن، ۷. انواع اسانسهای شیمیائی (رنگ دهنده، طعم دهنده، نگهدارنده)، ۸. تخم مرغ یا کوکوی مانده یا تخم مرغ فاسد آب پز در ساندویچ فروشیها، ۹. گوشتهای مصنوعی بدست آمده از نفت، ۱۰. روغنهای فاسد داخلی و خارجی، ۱۱. گوشتهای منجمد چندین ساله خارجی، ۱۲. سوسیس، کالباس، همبرگر

وارداتی خارجی، ۱۳. خوردن ماهیهای غیر پولک دار و حرام مانند کوسه، سگ ماهی، ۱۴. خوردن بیضه گوسفند (دنبلان گوسفند)، ۱۵. خوردن گوشت حیوان موطوءه انسان، ۱۶. مقاربت با زن در حال حیض، ۱۷. تماس با ظروف پلاستیکی و خوردن و آشامیدن در این ظروف، ۱۸. ظروف آلومینیومی و سربی، ۱۹. غذای سوخته، نان سوخته، ته دیگ سوخته، ۲۰. کارهای کثیف ناموسی کردن مانند زنا، لواط.

انواع سرطان پوست:

۱. ملانوم بد خیم (=MM)، سرطان پوست بدخیم، ۲. غیر ملانوم که خود دو نوع است: ا. سرطان سلول پایه ای (=BCC، نوع شایع)، ب. سرطان سلول سنگفرشی (=SCC، نوع غیر شایع).
نوع بسیار نادر=سارکوم کاپوسی (سارکوم کاپوزی)، در یهودی‌ها، در منطقه مدیترانه، (غالباً در افراد ایدزی -HIV فعال - نیز یافت می‌شود)

پیشگیری از سرطان پوست:

در شبانه روز یک عدد سیر، یک عدد پیاز متوسط بخورید

درمان سرطان پوست، سرطان گوارش:

۱. دمکرده شاتره (شاهتره) با غسل استوخدوس، ۲. دمکرده بومادران با غسل استوخدوس، شستشوی پوست سرطانی: دمکرده پوست بلوط ۵۰ گرم، در یک کیلو آبجوش، سپس با آب ولرم آن شستشو دهید.

شستشوی پوست سرطانی از نوع کاسینوما SCC (سرطان سلول سنگفرشی = Squamous Cell Carcinoma): ۱. دمکرده شاهتره ۵۰ گرم در یک کیلو آبجوش، ۲. دمکرده بومادران ۲۰ گرم در یک کیلو آبجوش، مالیدن و خوردن آن، ۳. یا مالیدن دمکرده گل همیشه بهار ۵۰ گرم در یک کیلو آبجوش

درمان سرطان پوست در مدل‌های گاوی آن:

صبح دمکرده سبزی شاهتره، روزی چند بار با دمکرده پوست بلوط شستشو دهید، شب خوردن دمکرده گل خار مریم و ماساژ با آن (باعث کاهش ایجاد و پیشرفت تومور شده است)

درمان زخم سرطان پوست و زخمهای قانقاریا:

جوشانده پوست و برگ درخت بلوط، ضد سرطان است و مالیدن این جوشانده بر پوست ضد زخمهای قانقاریا و ضد زخمهای سرطانی پوست است

سالک (کُپّه، لیشمانیوز):

هم اکنون در جهان ۳۵۰ میلیون نفر مبتلا به سالک هستند که در ایران و کشورهای منطقه غرب آسیا و عربی شایع است مخصوصاً شهر اصفهان در ایران، مقام اول را در ابتلا به بیماری سالک دارد. این بیماری مقاوم در برابر درمان میباشد که گاهی درمان تا یک سال طول می کشد. علل ایجاد آن (که تکثیر این علل در زباله و نخاله های بنائی است): ۱. انگل آن در موش های صحرانی هست، ۲. ناقل آن پشه خاکی است، ۳. آب های مانده و کهنه آب انبارها، ظرف های سر باز یا پرکه های راکد.

تذکر: ۱- زباله، خاکروبه و ضایعات بنائی در اطراف محل زندگی شما نباشد، ۲- شخص با خاک، خاک گچ و خاکروبه، کار و بازی نکند.

درمان شیمیائی: ۱. محلول بلودومتیل ۵٪ روزی چهار مرتبه روی زخم سالک بمالید و تا بهبودی کامل ادامه دهید، ۲. پماد نیترا درژان (سنگ جهنم) ۱٪ را روی سالک بمالید، ۳. محلول کات کبود (سولفات دوکوئینور) ۱٪ روزی سه مرتبه روی سالک بمالید، ۴- آمپول گلوکانتیم، ۵- داروی نانولیبوزومی موضعی آمپوتریستین نوع B با نام تجاری سینا آمفولیش (سازنده دکتر محمود رضا جعفری)

درمان گیاهی: ۱. هسته هلو را سوزانده بعد مغز هسته را جدا کرده و نرم سائیده شود سپس با هم وزن آن سنگ لاسرخ نرم شده مخلوط نموده، روزی سه مرتبه از این مخلوط روی زخم سالک مالیده شود، ۲. گل اُرمَنی را در سرکه طبیعی حل کنید و روزی سه مرتبه روی زخم سالک بمالید، ۳. اسپرزه را در سرکه طبیعی بخسانید بعد بکوبید و مانند مرهم روی زخم سالک بگذارید، ۴. کتیرای نرم شده را با آب برگ و گل شب بوی تازه (در روایات اسلامی خیرئ آمده) مخلوط کنید و روی زخم سالک بمالید، ۵. جوشانده نیم گرم برگ ازگیل، سالک را درمان میکند.

برای اینکه لک سالک روی پوست نماند، اطراف زخم سالک زالو طَبّی می گذاریم. و همچنین روغن گل شب بو و ضماد برگ و گل شب بو و لعاب اسفرزه، ضد لک سالک هستند.

در فرومد سبزوار سر روشن چوب پچیر (در کوه های جغتای این چوب فراوان است) را روی مس گذاشته، از خودش شیرابه ای پس میدهد که آنرا روی زخم سالک گذاشته، زخم سالک خوب شده ولی رد آن باقی میماند، بعضی دکتر های طب سنتی جدید حجامت از اطراف زخم سالک نموده

زخم خوب میشود و زرد زخم هم نمیماند، اما بعضی از داروهای شیمیائی جدیدی که زخم سالک را خوب نموده، در طول زمان ضایعات خونی و در بعضی موارد سرطان خون بوجود می‌آورد.

سوختگی:

حاج آقا بشیری، لیسانس منابع کانی و تأثیرات آن بر بدن، از کشور لبنان: درمان سوختگی وسیع پوست با خوردن هویج زرد (زردک) و ضماد آن، و اما هویج فرنگی نخورید؛ زیرا نه تنها آسم می‌آورد، بلکه سبب تسریع و تکثیر سلول‌های سرطانی می‌شود و همچنین پُرکاری تیروئید می‌آورد. ضماد مخلوط اسفرزه (اسپرز) با روغن کنجد، جهت رفع خشونت پوست و خارش بدن و سوختگی ناشی از آتش، نافع است.

سیاهی دور چشم:

گاهی بخاطر کم خونی شدید است (درمان: عسل، خرما، سیب درختی رسیده شیرین)، گاهی بخاطر جوش زدن و غصه خوردن است (درمان: مربای گل بهارنارنج)، گاهی بخاطر اُفت مایعات خونی و پلاسما است (درمان: آب و عسل، آبجوش ولرم و عسل، دوغ شیرین کم‌چرب با کشمش)، گاهی بخاطر پُرکاری تیروئید است (درمان: گل گاوزبان)، گاهی بخاطر ضربه یا تصادف است، گاهی بخاطر دخانیات و مواد آفیونی است، گاهی بخاطر مشکلات ریوی است، هر کدام که بود، درمان کنید.

شفافیت پوست:

خوردن و ماساژ با سرکه طبیعی سیب، انگور یا آب انگور خورده و همچنین با آن ماساژ داده شود، خوردن گُلنار وحشی با آب انار شیرین، خوردن تره فرنگی، پیاز، دمکرده یا جوشانده گیاه پنیرک هم خورده و هم ماساژ دهند پوست را، خوردن تَرَب، پرتقال، ترشک، مالیدن روغن کنجد به صورت موجب درخشندگی و نرم شدن و شفافیت پوست صورت میشود
ایجاد پوست شفاف و درخشان و بَرّاق: روزی یک لیوان تا دو لیوان آب انار شیرین طبیعی تازه یا روزی یک الی دو قاشق پلوخوری رب انار شیرین

شقایق پوست دست و پا (ترک خوردگی های شدید):

۱- روغن زرد گاوی خوردن و مالیدن، ۲- روغن زیتون خوردن و مالیدن، ۳- چکاندن روغن بان یا روغن کندر خوراکی (اللُّبان) در داخل ناف

شقاق لب:

۱- روغن کنجد بمالید، ۲- روغن زیتون بخورید، ۳- عسل گُون میل کنید، ۴- هر شش ساعت دو لیوان آب بصورت مکیدنی میل کنید، ۵- از مخلوط زیر ضماد کنید: موم سفید (۱۵ گرم) + لانولین (یک گرم) + روغن هسته زردآلو (به مقدار کم) + روغن جوانه گندم (یک گرم) پس از مخلوط کردن این موارد، آنها را در ظرفی ریخته و حرارت دهید سپس شعله را خاموش کرده و مقداری اسانس نعنا و اسانس لیموترش (از هر کدام چند قطره) اضافه کنید

پوست ظریف:

۱- جوشانده برگ ازگیل (نیم گرم) پوست های ظریف را تقویت میکند و بیماری برفک دهان را معالجه میکند، ۲- خوردن عسل طبیعی گُون به همراه صبحانه و بعد از ناهار و شام، ۳- ارده مایع یزد مخلوط با عسل طبیعی گُون بخورید. ۴- مصرف پوست میوه سنجد مخلوط با عسل طبیعی گُون.

عرق زیاد کف دست و پا:

باید ۱. اصلاح کبد شود، ۲. اصلاح معده شود، ۳. سیستم غددی اصلاح شود، ۴. سیستم هورمونی اصلاح شود
درمان: ۱. پودر مُورد، روزی چند بار، ۲. پودر حنا قبل از حمام، ۳. پودر زَمه بعد از حمام، ۴. ضماد و پماد و ماساژ سرکه طبیعی سیب به کف دست و پا

عرق زیاد بدن و بدبوئی آن:

ماساژ با سرکه طبیعی سیب، نوشیدن گلاب طبیعی، قبل از حمام مالیدن پودر حنا، بعد از حمام پودر زَمه، روزی یا شبی یک استکان دمکرده گُل نسترن نوشیده و با آن ماساژ دهید، خوردن مربای بالنگ بعد از ناهار و بعد از صبحانه و مالیدن روغن بالنگ بر بدن برای خوشبو کردن عرق بدن نافع است.

عفونت جای بخیه ها:

صبح ها آب جوشیده ولرم به همراه عسل، عصرانه: آب انگور، شبها: آب سیب طبیعی تازه به همراه عسل، در ۲۴ ساعت یک بار پماد نیتروفرآزون بمالد و اگر عفونت پوستی سربازکرده پودر زردچوبه خالص روی آن گذارد.

کک و مک و لک قهوه ای و ماه گرفتگی:

علل ایجاد کک و مک: یبوست، مصرف آرد سفید، نان سفید، کیک سفید، نان پیتزا، برنج سفید، ماکارونی، نان ساندویچی، بسکویت سفید، در پیک بار نور خورشید (از ساعت ۱۰ صبح تا دو بعد از ظهر) بودن، زیاد در پرتو نور مهتابی بودن.

درمان: ۱- هر روز سرکه طبیعی بنزید، صبر کنید خشک شود، ۲- عصرها: انار شیرین یا رب آن را خورده و با جوشانده آویشن ماساژ دهید، ۳- قولنجان را سائیده با روغن زیتون مخلوط نموده و هر شب بر پوست صورت بمالید، کک و مک صورت و ... برطرف می شود، ۴- هر روز یک قاشق پلو خوری مغز خام چلغوز بخورید، ۵- هر روز یک مشت برگه زرد آلو طبیعی (کشته) بخورید، ۶- به همراه ناهار و شام کاهو (بدون سس) و لیمو شیرین بخورید، ۷- ضماد عصاره تخم تره، برای درمان گزیدگی افعی و درمان لک های پوست مفید است.

کوزک و درمان تیرگی پوست:

۱- یک بار در سال، صبح ناشتا: هفت عدد گلنار وحشی به همراه یک یا دو لیوان آب انار رسیده میل شود، ۲- بعد از غذا: انار رسیده، ۳- به همراه غذا: کاهو (بدون سس) و لیمو شیرین، ۴- در روز روی کوزک سرکه طبیعی سیب زده، و عصر روی محل های تیره پوست با جوشانده آویشن ماساژ دهید.

درمان کوفتگی و ضرب دیدگی:

۱- ضماد ژرب مخلوط با عسل، ۲- ضماد مخلوط زردچوبه خالص با زرده تخم مرغ سالم، ۳- ضماد مخلوط پودر زمه در زرده تخم مرغ سالم، ۴- دُنبه تازه با پودر زردچوبه مخلوط و کوبیده شود، سپس ضماد شود، ۵- ضماد مخلوط روغن زرد گاوی با زردچوبه، ۶- ضماد کوبیده گره با زردچوبه.

درمان کهیر:

هیچ گاه لباس های شما (مخصوصا لباس های زیر که به پوست بدن تماس دارد) از جنس نایلونی و پلی استریل نباشد بلکه نخی یا کتان باشد. میوه انبه، میوه موز، فلفل، سس فلفل، غذای هندی، سرخ کردنی، ته دیگ، پوست هلو، پوست کیوی، پوست بادام زمینی، خرما نخورید. برای همیشه به همراه غذا کاهو (بدون سس)، سبزی کاسنی بخورید، میوه پرتقال با ناهار، لیمو شیرین با شام، بعد از غذا یک عدد سیب رسیده شیرین بخورید. توجه: وقتی که بدن کهیر دارد، صابون، کیسه و لیف نکشید بلکه زیر دوش آب ولرم ۲۰ دقیقه باشید و با دست بکشید.

لطیف کننده پوست:

خوردن گل نسترن، طالبی، میوه هائی که دارای بتاکاروتن که پایه ویتامین A است (مانند: هویج زرد و زرد آلو و ... سپس مقداری برگ کاهو و مقداری لَبو بخورد)، مخلوط ارده کنجد با عسل طبیعی گَوَن، ضماد مخلوط کوبیده اسفرزه (اسپرزه) با روغن کنجد، جهت رفع خشونت پوست و خارش بدن و سوختگی ناشی از آتش، نافع است.

مالیدن روغن کنجد به صورت، موجب درخشندگی و نرم شدن و شفافیت پوست صورت میشود و یک کرم طبیعی ضد آفتاب است.

لک های قهوه ای پوست:

* اگر بر اثر سوختگی باشد: باید در هنگام سوختگی سریعاً محل را خنک می کردید مثلاً به وسیله یک تکه سیب زمینی، یا خمیر دندان،

حال جهت درمان این لکه ها: هر روز یک قاشق پلوخوری چلغوز خام، یک استکان آب انار شیرین بخورید، روغن ماهی مُورُو یا پُماد آلمانی ران گانتول زیکفرید را در جای سوختگی بمالید

* اگر این لکه ها خود بخود ایجاد شده و گاهی پر رنگ و گاهی کم رنگ میشوند: آب انار شیرین طبیعی بعد از غذا، کاهو بدون سُس به همراه غذا، آب خیار قبل از غذا، چلغوز خام در بین روز بخورید، و روی لک ها روزی چند مرتبه سرکه سیب بکشید.

لکه های همانژیوم و Stork marks (خال های توت فرنگی و خال های شرابی):

صبحانه: شیر تازه گاو مخلوط با عسل طبیعی گَوَن بنوشید، عصرانه: عسل طبیعی گَوَن روی آن بگذارید، شب ها: دمکرده گل بهار نارنج با عسل طبیعی گَوَن بخورید یا مربای گل بهار نارنج با عسل طبیعی گَوَن بخورید یا عسل طبیعی گل بهار نارنج مخلوط با عسل طبیعی گَوَن بخورید.

لیکن پلان:

بیماری التهابی نسبتاً شایع پوست و مخاط است (که با اگزما و کهیر فرق می کند)، و از گروه بیماری های خود ایمنی است، این بیماری خارش شدید می آورد، این بیماری، غیر واگیر است گرچه بیماری مزمنی است.

علل ایجاد بیماری لیکن پلان: ۱- تماس با مواد شیمیائی، ۲- نگرانی مستمر (استرس)، ۳- خستگی شدید، ۴- کار زیاد، ۵- هیپاتیت C، ۶- مصرف داروهای شیمیائی فشارخون و چربی خون

حمایت‌های تغذیه ای در تسریع درمان لیکن پلان و کوتاه نمودن مدت زمان درمان: مصرف کلسیم، سدیم، پتاسیم، کربوهیدرات، پروتئین.

داروی شیمیائی در درمان (با تجویز پزشک متخصص): ۱- آنتی هیستامین خوراکی، ۲- پمادهای حاوی کورتون (پمادهای کورتیکو استروئید موضعی)، ۳- داروهای سرکوب گر ایمنی. پزشکی جدید درمان ندارد.

داروی گیاهی و طبیعی در درمان: ۱- هر روز صبحانه شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل طبیعی گون، به همراه نان سبوس دار و مربای گل بهارنارنج بخورید، ۲- هر روز سرکه طبیعی سیب بمالید و صبر کنید در مجاورت هوا خشک شود، ۳- هر روز و شب روغن قسط بمالید، ۴- برای همیشه به همراه ناهار و شام کاهو (بدون سس)، یک عدد کدو مسما با پوستش، لیمو شیرین میل کنید، ۵- هر شش ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آب جوشیده ولرم بصورت مکیدنی بنوشید، ۶- بعد از هر غذا یک عدد سیب رسیده شیرین طبیعی بدون پوست میل کنید، ۷- روزی ۱۴ تا ۵۰ عدد میوه رسیده سنجد شیرین با پوست آن بجوید و بخورید، ۸- در صورت نیاز به مرطوب کننده طبیعی پوست و لطیف کننده آن از آب خیار بوته‌ای، آب طالبی رسیده استفاده شود، ۹- در صورت زخم شدن بدن روزی چند بار با جوشانده برگ درخت بلوط شستشو دهید، ۱۰- در صورت زخم شدن داخل دهان روغن به، روغن هسته سنجد در دهان بگردانید. تذکر: استرس نداشته باشید. تبصره: زیاد زیر نور خورشید نباشید، دخانیات مصرف نکنید.

توجه: ۱- علل این بیماری را برطرف کنید تا بهبودی حاصل شود گرچه زمان بر است، ۲- میوه انبه، میوه موز، سرخ کردنی، خرما، فستقودها، غذاهای صنعتی، فلفل، نوشابه‌های گازدار، اسانس‌های شیمیائی، سوسیس، کالباس، همبرگر، سس فلفل نخورید، ۳- لیف و کیسه نکشید.

ملاسمی:

در این بیماری پوست صورت به حالت قرنیه، لک پوستی قهوه ای رنگی دارد که لایه های زیرین پوست را هم درگیر میکند.

درمان: ۱- صبح ها: روزی یکبار با سرکه طبیعی سیب بمالد و صبر کند در مجاورت هوا خشک شود، ۲- ظهرها: با تجویز متخصص پوست قرص شیمیائی B6 (ب ۶) یک عدد هر روز خورده (از ۲۰ روز تا ۲ ماه)، ۳- هر روز در اول مغرب با جوشانده آویشن ماساژ دهید.

توجه: برای همیشه: ۱- وسط روز یا صبح ناشتا، ۷ عدد گلنار وحشی به همراه یک لیوان آب انار شیرین طبیعی یا ۳ عدد گلنار وحشی با یک قاشق غذاخوری رب انار شیرین بنوشید، ۲- به همراه

ناهار و شام کاهو (بدون سُس) بخورید، ۳- شبها ۱۴ عدد برگه زردآلو (کِشْتِه) بخورید، ۴- در ۲۴ ساعت یکبار یک قاشق غذا خوری چلغوز خام میل کنید.

میخچه:

گذاردن پنبه آغشته به سرکه طبیعی سیب از شب تا صبح بر روی زگیل یا میخچه یا گوزک

نارو فیبروم:

به اینصورت که اول لکه های قهوه ای ریز و درشت، سپس دانه های گوشتی بر روی پوست که درد ندارد ولی آنهائی که روی عصب میزند دردناک است که کل بدن را کم کم فرا میگیرد درمان: صبحانه: شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل طبیعی گون، ۲. صبح ها: یک قاشق چای خوری پودر گل اُستوخدوس در نصف استکان آبجوش ولرم، ۳. وسط روز: یک لیوان آب انار طبیعی شیرین (یا یک قاشق پلو خوری رب انار طبیعی شیرین) با هفت عدد گلنار وحشی بخورید، ۴. وسط روز و عصرانه برگه زرد آلو، ۵. صبح ناشتا هویج زرد (زردک) بخورید، ۶. اول مغرب: یک قاشق چای خوری تخم گلرنگ در نصف استکان آبجوش ولرم، ۷. به همراه ناهار و شام کاهو (بدون سُس) به همراه سکنجبین طبیعی، و کرفس بخورید، ۸. شام: سوپ جو که سبزی جعفری و هویج زرد (زردک) دارد مخلوط با سرکه طبیعی یا آبغوره و روغن زیتون بخورید.

ضد ورم = ضد نفريت:

۱. صبح: تاجریزی سیاه (عَنْبُ الثَّلَب) که فوائد زیر را دارد: ضد درد، ضد دردهای سرطانی، ضد ورم، ضد ورم پرده مغز، ضد ورم های سرطانی، ضد درد رماتیسمی، ضد دردهای مفصلی، تسکین سر درد، ضد سوداء، ۲. شب: سیاهدانه

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان بیماری ام‌اس

بیماری ام‌اس (MS)، مالتیپل اسکلروز، تصلب متعدد شراین مغز)

خصوصیات بیماری MS:

۱. بیماری غیرقابل پیش‌بینی است، ۲. بیماری عودکننده و قابل بهبودی است، ۳. بیماری ام‌اس سه مرحله دارد: ا. حمله، ب. عود، ج. خاموش، ۴. بیماری خود ایمنی است که به چربی خاص تارهای عصبی حمله می‌کند.

علائم بیماری MS:

MS به دلیل درگیری سیستم اعصاب مرکزی، طیف وسیعی از علائم را ایجاد می‌کند:

۱. گزگز انگشتان دست و پا که معمولاً ۲۴ ساعت طول می‌کشد، ۲. عدم تعادل در حرکت (مشکلات تعادلی و راه رفتن)، ۳. تاری دید (معمولاً یک چشم)، ۴. ضعف اندام دست و پا، ۵. خستگی مفرط، ۶. معمولاً این بیماری در جوانی بیشتر است، ۷. با خُم کردن گردن، لرزش پیدا می‌شود نظیر برق گرفتگی؛ زیرا پلاک‌های ناحیه گردن مانع عبور جریان پالس‌های الکتریکی می‌شود، و این حالت مرحله قبل از ام‌اس است، ۸. مشکلات ادراری، ۹. مشکلات شناختی

روحیات هر بیمار (از جمله بیمار ام‌اسی):

انکار بیماری، خشم نسبت به خدا و مردم و ...، افسردگی بخاطر دارا بودن بیماری، پذیرش بیماری و در صدد درمان برآمدن

عوامل تشدید کننده بیماری MS:

ضعف اعصاب، استرس (نگرانی مستمر)، اضطراب (دلهره)، خود خوری، درگیری ذهنی، غصه خوردن، بحث‌های بیهوده، تغذیه نامناسب (ترانس چربی بالا، سرخ کردنی، غذای مانده، اسانس‌های شیمیائی)، مواد دُخانی (دُخانیا) آفیونی و روان برگردان، عفونت‌های متعدد (۱. ناشی از سرماخوردگی، لوزه‌ها، سینوس‌ها، ۲. مجاری ادراری، ۳. دستگاه تناسلی)

بیماری‌های مقلد MS (بیماری‌هایی که علائم شبیه بیماری MS دارند):

بیماری‌های روماتولوژی، لوپوس، بیماری‌های خود ایمنی، بیماری‌های عفونی

درمان MS در پزشکی جدید (دکتر محمد علی صحرائیان متخصص مغز و اعصاب و فلوشیپ ایم اس): برای درمان تا سال ۲۰۰۵ میلادی ۴ قلم داروی شیمیائی تزریقی بود، ولی در سال ۲۰۱۲ و ۲۰۱۳، سه داروی خوراکی (کیسول و ...) ساخته شده که داروهای بسیار گران قیمتی است و تا ۶۰٪ علائم ایم اس را کم می کند.

از جمله داروها در درمان ایم اس، آمپول زیفرون است.

و همچنین آمپول اکتووکس است که عوارضی را دارد، از جمله: شبه سرماخوردگی (تب، لرز، تعریق، درد عضلانی، خستگی)، واکنش های پوستی (قرمزی در محل تزریق، درد، نکروز پوستی، کبودی پوست)، افسردگی، اضطراب، مشکلات کبدی و ...

* غلاف میلین روی سلول های عصبی که نازک شود یا از بین رود، بیماری ایم اس ایجاد و تشدید می شود، لذا پرفسور کریستوف سلماج با قرار دادن مایع میلین روی پارچه چسبانیده شده بر بخشی از بدن (مثلاً بازو) و جذب سلولی این مایع از طریق پوست، عوارض ایم اس را کاهش داده است. تبصره: می دانیم که اسیدهای چرب ضروری، برای رشد و تکثیر سلول های بدن لازم است. مخصوصاً در بیماری MS سلول های مغزی دچار فقدان یا کاهش میلین می شوند؛ زیرا برای تهیه میلین و غشای سلولی، اسیدهای چرب ضروری نقش مهمی دارند، به ویژه در اطفال که میلین آن ها در حال تکامل است.

توجه: در پزشکی جدید بیماری MS درمان کامل ندارد بلکه کنترل شونده است.

* برای تحقیق مطالعه شود: کتاب هرب (Herb book)، کتاب آنسیکلو پدی (چاپ نیویورک آمریکا)، و دو کتاب معروف جهانی (چاپ آمریکا): گیاهان مهم دارویی و دائرة المعارف گیاهان دارویی. متأسفانه در زمان ما، بیماری MS، از بیماری های شایع مغز و اعصاب شده است.

علل شایع بیماری MS :

برای این بیماری علت های مختلفی بیان شده است از جمله:

۱. کاهش ویتامین D، ۲. عامل ژنتیکی و وراثتی (یعنی سابقه ابتلاء خانوادگی)، ۳. مصرف دخانیات از جمله سیگار، قلیان، چپق و پیپ، ۴. برخی عفونت ها، ۵. مصرف مواد افیونی و قرص های روان برگردان، ۶. بعضی داروهای غیر ترکیبی (مفرد) یا ترکیبی (مرکب) گیاهی یا شیمیایی. مواردی که باید پرهیز شود:

۱. قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و ...)

۲. اسانس های شیمیایی (آبمیوه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و ...)

۳. ترانس چربی بالا (ته دیگ، خامه، سرشیر، کله پاچه، جگر سیاه، موز، روغن جامد، انواع سس)

۴. کافئین زیاد (چای پُر رنگ، چای مانده، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)
۵. استرس و اضطراب نداشته باشید لذا بیمار باید در محیط و جمع آرام باشد.
- تذکر: ۱- تخم مرغ اگر می‌خورید دو بار در هفته بیشتر نخورید و حتماً به همراه پیاز خورده شود تا هم کلسترول بد (LDL) زرده آن از بین برود و هم ضدّ تصلّب شرائین باشد (در روایات شیعه آمده).
- ۲- از مطلق چربی‌ها، فست فودها و نوشابه‌های گازدار و آبمیوه‌های شیمیائی و کافئین زیاد و سرخ کردنی و ته دیگ و خامه و سُس، اجتناب کنید.
- توجّه: افزایش دمای بدن به تب‌شدید، هوای داغ، محیط داغ، آب‌داغ، استحمام با آب‌داغ، سونا و وان داغ، بیماری MS را تشدید می‌کند.
- تبصره: ۱- با هر وعده غذائی یک تا دو قاشق غذاخوری روغن زیتون بودار (روغن زیتون فشار اول پرس سرد، یعنی روغن زیتون فوق پُر) بخورید.
- ۲- بیماری MS، مانع بارداری نیست؛ لذا خانم‌های ازدواج کرده اگر بیماری MS دارند، می‌توانند با مشورت پزشک باردار شوند.
- موارد ذیل مصرف شود:
- الف. نسخه اول:
- ۱- بعد از هر وعده غذائی یک عدد کپسول روغنی اِپُو (EPO) تهیه شده از روغن گل مغربی
- ۲- روزی یکبار، یک قاشق چایخوری از پودر گل مغربی (گل گُوش خر، علف خر، حشیشة الحمار) در یک استکان آبجوش دم کنید و مخلوط با عسل گون بخورید
- ۳- ماء الفاتر یعنی آب جوشیده ولرم بنوشید. ۴- پیاز قرمز خام تازه (البصل) به همراه هر وعده غذائی. ۵- سیر (الثوم) به همراه هر وعده غذائی.
- توجّه: مصرف این داروها در خانواده‌هایی که فرزندان‌شان دچار MS می‌باشند، اثر پیشگیری کننده جالبی دارند.
- ب. نسخه دوم: (ضدّ MS و ضدّ عامل اصلی تصلّب شرائین؛ آترو اسکروز)
- ۱- سیر یک حبّه به همراه هر وعده غذائی بخورید
- ۲- برگ و گل کنگر فرنگی (منع مصرف: در کسانی که سنگ صفاوی یا انسداد مجرای صفرا دارند)
- ۳- چوب چینی یعنی جین سینگ قرمز (منع مصرف: در بارداری و دوران شیردهی)
- ۴- دمکرده چای سبز (منع مصرف: در کودکان زیر دو سال، در دوران حاملگی و دوران شیردهی. احتیاط مصرف: در بیماران قلبی و عروقی و کلیوی و عصبی به مقدار کم). توجّه: دختران و زنان جوان، اگر مداومت بر خوردن چای سبز کنند، عقیمی می‌آورد.

۵- داروی گیاهی خارجی وارداتی به نام وینگز ارگانیک (WINGS ORGANIC). (منع مصرف: هیپوتانسیون، تداخل با داروهای کاهنده فشارخون و دیورتیک ها و گشادکننده های عروقی مثل نیترات ها)

۶- دارو مرکب گیاهی تهیه شده از مخلوط عصاره: زنجفیل، سیر، سرخ ولیک، فلفل، زغال آخته. ج. موارد کمک کننده به درمان:

۱. حجامت خشک یعنی بادکش کردن مفید است (از ملاح سر، از پشت گردن، از بین دو کتف، از قوس کمر).

۲. صبحانه یک لیوان شیر تازه کم چرب مخلوط با یک قاشق مرباخوری عسل آویشن.

۳. صبح یک قاشق چای خوری پودر گل راعی به همراه عسل آویشن.

۴. وسط روز یا عصرانه یک استکان یا یک لیوان آب میوه به، مخلوط با یک قاشق مرباخوری عسل آویشن.

۵. اول مغرب یک قاشق چایخوری پودر گل بهارنارنج به همراه عسل آویشن.

۶. شبها بعد از شام تا وقت خواب یک لیوان آب سیب تازه رسیده طبیعی مخلوط با عسل آویشن.

۷. در شبانه روز ۴ لیوان آب، ۴ لیوان آبجوش ولرم (یعنی هر ۶ ساعت دو لیوان بنوشید)

۸. نصف قاشق چای خوری پودر بادرنبویه در یک استکان آبجوش دم شود سپس مخلوط با عسل میل شود، یا نصف استکان و یا یک استکان عرق طبیعی آن میل شود.

۹. میوه انجدان یکبار با تخم خربزه، و بار دیگر با صمغ عربی بخورید (یعنی هر ۱۲ ساعت یکبار میل شود).

۱۰. جوشانده یک عدد کنگر فرنگی (آرتیشو)

۱۱. مخلوط این چهار مورد: قُولَنجان (۱ برابر) + سَوَرَنجان (۲ برابر) + صَبَر زرد (۲ برابر) + هلیله سیاه (۲ برابر)، سائیده شده و پودر شود، و آنرا با لعاب مُقْلِ اَزَرَق (۲ برابر) مخلوط نموده و خوب هم میزند و حَبْ (به اندازه نخود) درست کرده و می خورد.

طرز تهیه لعاب مُقْلِ اَزَرَق (= مَر = مَر مَکّی = اَنگُوم = صمغ شیرابه درختچه خاردار مُرّان): مُقْلِ اَزَرَق را در آبجوش ریخته پس از چند دقیقه، لعاب پس می دهد.

د. برای کمک به درمان ام اس و درمان بیماری های مُقْلَدّه ام اس و استفاده از درمان های عمومی، موارد زیر مصرف شود:

۱. در طول روز، ۱۴ عدد مغز بادام شیرین درختی را در آبجوش ولرم خیسانده شود سپس پوست آنرا کنده، و دانه خوب بجود و میل کند. ۲. بعد از هر غذا یک قاشق چایخوری سیاه دانه (پودر نشود) به همراه عسل طبیعی آویشن خوب بجود و بخورد.

درمان بیماری پارکینسون (عدم تعادل در حرکت) و بیماری سستی و فلجی

در این بیماری‌ها باید از موارد زیر پرهیز شود:

۱. قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینیجات قنادی‌ها و...)
۲. چربی‌های با ترانس بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُرچرب، کیک خامه‌ای، خامه، سرشیر، کله‌پاچه، جگرسیاه، ته دیگ)
۳. سرخ‌کردنی‌ها و تف دادنی‌ها و بودادنی‌ها
۴. کافئین زیاد (چای مانده، چای پُر رنگ، کاکائو، شکلات، قهوه، نسکافه)
۵. خوراک‌های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس‌ها، کالباس‌ها، همبرگرها، پیتزا و...)
- [که بسیاری از املاح مقوی و ویتامین‌های آن از بین رفته و ۸۰٪ آنزیم‌های مفید آن پائین آمده]
۶. اسانس‌های شیمیایی (آبمیوه‌های شیمیایی، نوشابه‌های گازدار، بستنی‌های صنعتی و...)
۷. استرس شدید
۸. مسمومیت شدید
۹. کم‌خونی شدید
۱۰. کنسروها و کمپوت‌ها
۱۱. غذاهای مانده
۱۲. کم‌تحركی
۱۳. پرخوری

درمان بیماری عدم تعادل در حرکت (لقوه، پارکینسون):

۱. جوشانده پوست درخت بَنَه با مصطکی (برای فلجی، لقوه، رعشه، ورم مفاصل مفید است).
۲. گوشت آهو.
۳. زنیان (خوراکی، موضعی) (منع مصرف در حاملگی و شیردهی).
۴. روغن کرچک (۱۰ گرم در ۲۴ ساعت). [زیاده‌روی در مصرف نشود؛ زیرا عقیمی می‌آورد]
۵. سیاه‌دانه روزی سه قاشق چای‌خوری.
۶. صبح ناشتا غسل آویشن با آب نیسان.
۷. ضماد پخته یونجه، ماساژ با روغن یونجه. و خوردن یک استکان عرق طبیعی یونجه (اسپست) قبل و بعد از هر وعده غذایی (ضد پارکینسون، ضد رعشه و ضد تشنج).
۸. زنیان + سیاهدانه + آویشن، مخلوط را خورده و در پارچه پیچیده روی موضع گذارید.

۹. شستن صورت و اعضاء با سرکه مخلوط با پودر خردل.
 ۱۰. دود اسپند، بخور اسپند، ماساژ با روغن اسپند.
 ۱۱. دانه کنجد، روغن کنجد، آرده یزد. (مخلوط با عسل طبیعی گون میل کنید).
 ۱۲. پودر رته (دانه فندق از تیره فرعی گل ارغوان) را استنشاق کنید.
 ۱۳. خوردن میوه آمله با عسل گون.
 ۱۴. آویشن با عسل آویشن.
 ۱۵. بخار پز باقلا یا آب پز آن، ضد پارکینسون، ضد انواع سرطان (مری، معده، دهانه رحم)، ضد خلط اضافی، مولد مغز ساق پا (توجه: بیماری فاویسم نداشته باشد).
 ۱۶. گیاه ناخنک نافع سکنه و لقوه می باشد.
 ۱۷. مالیدن روغن بابونه.
 ۱۸. مالیدن روغن پسته با مشک (جهت درمان لقوه و تقویت حافظه).
 ۱۹. بمدت دو هفته تا دو ماه، هر روز نیم گرم سرگل زعفران (زعفران خالص) در یک لیوان آب مخلوط با عسل آویشن، میل کنید (ضد پارکینسون و ضد آلزایمر).
 ۲۰. شیره فریون را با روغن زیتون مخلوط کرده ضماط کنید، فلج و لقوه و سستی اعضاء و دردهای اعصاب و مفاصل را درمان می کند.
 ۲۱. یک قاشق چای خوری صبح و یکی عصر از مخلوط سائیده آفیمون با عسل آویشن.
 ۲۲. ماساژ با روغن بالنگ.
 ۲۳. روزی یک قاشق چای خوری پودر برگ سنا، به همراه ماست یا دوغ شیرین مصرف کنید (کولیت روده نداشته باشید).
- توجه: کنترل تعادل بدن در هنگام راه رفتن، توسط مغز و مخچه انجام می شود.
- * پزشکی جدید در درمان پارکینسون داروهای شیمیائی میدهد که عوارض سوئی دارد: ۱. لوو دو پا، ۲. لوو دو پا - بی، ۳. لوو دو پا - سی، ۴. کابرگولین (پرولاکتین بالا - پارکینسون)، ۵. بنزتروپین (اکستراپیرامیدال - پارکینسون)، ۶. بنزتروپین مسیلات (دستونی - پارکینسون)، ۷. بای پیریدن (اکستراپیرامیدال در مسمومیت دارویی - پارکینسون).

درمان سُستی و فلجی و شبه فلجی:

۱. در بین روز یک تا سه عدد میوه آمله با عسل بخورید.
۲. آویشن با عسل خورده و در حمام، گل و برگ و ساقه گیاه آویشن را بر بدن شخص فلج ماساژ دهید.

۳. عصرانه از سه تا پنج گرم میوهٔ أبهَل (که نوعی از سرو کوهی است و بعضی آن را عَرَع دانسته اند) بخورید.
۴. پنج تا چهارده عدد دانهٔ اسفند بخورد و سپس روغن اسفند را روی موضع درد بمالید، برای درمان فلجی، لقوه، رعشه، سستی، صرع و تیک عصبی (پردن ناگهانی اعضای بدن) مفید است.
۵. استوخدوس نافع فلجی و رعشه می باشد، لذا دمکردهٔ استوخدوس (یعنی یک قاشق چای خوری از پودر گل استوخدوس در یک استکان آبجوش) بخورید.
۶. مالیدن برگِ استَبَرَق با روغنِ گُل
۷. مالیدن روغن استبرق، و همچنین شیرابه و شیرۀ درختچه استبرق (توجّه: تمام گیاه استبرق سمّی است، لذا فقط ماساژ دهید، به شرطی که حسّاسیّت پوستی نداشته باشید).
۸. انجیر نافع فلجی است، لذا هفت عدد انجیر صبح ناشتا میل شود
۹. نوشیدن جوشاندهٔ کنگر خوراکی (آرتیشو = پُواژو = کنگر صحرائی) [به شرطی که بیماری تیروئید نداشته باشید].
۱۰. شستن اندام شخصِ فلج با ریحان کوهی = بادَرُوج = حُوک.
۱۱. دمکردهٔ گُلِ گلرنگ در درمانِ فلج و فلج‌های ناگهانی حاصله از خون‌ریزی مغزی (یا آپوپلکسی) [برای مصرف مردان]
۱۲. دمکردهٔ گُلِ خار مریم [برای مصرف زنان].
۱۳. آنگوزه (صمغ انجدان = صمغ شایکه = صمغ کُما)، هر روز نصف قاشق چای خوری در کپسول خالی ریخته، قورت دهید، ضدّ سمّ است و در درمان سستی و رعشه و فلجی بسیار مفید است.
۱۴. ماساژ با روغن بالنگ (طرز تهیه: پوست زرد شش عدد بالنگ را گرفته، در یک کیلو روغن کنجد، روبری نور مستقیم آفتاب گذاشته و هر سه روز یک بار پوست‌ها را عوض کرده و پوست‌های جدید را با روغن کنجد مخلوط کنید، عوض کردن پوست‌های بالنگ را تا پنج مرتبه تکرار کنید)
۱۵. با آب خیساندهٔ برگ‌های اکلیل کوهی ماساژ دهید، رماتیسم و فلجی را درمان می‌کند.
۱۶. روزی پنج گرم لاک گیاهی (صمغ لک یعنی لاک کهنه و خشک) مصرف شود (به شرطی که بیش از ۲۰ کیلو اضافه وزن داشته باشد و بیشتر از ۴۰ روز مصرف نشود؛ زیرا لاغرکنندهٔ قوی و ناباروری می‌آورد)
۱۷. قُسط شیرین را پودر کرده، و با روغن زیتون مخلوط و ضماد نمایید، برای درمان فلج و سستی اعضاء مفید است.

۱۸. روغن نارگیل در درمان سُستی و فَلَجی نافع است، لذا شب‌ها یک قاشق‌چای خوری روغن نارگیل خورده و با روغن نارگیل ماساژ دهید

۱۹. ماساژ با روغن طبیعی مار (به شرطی که حساسیت پوستی نداشته باشید).

۲۰. روزی یک قاشق‌چای خوری پودر برگ سنا، به همراه ماست یا دوغ شیرین مصرف کنید (به شرطی که کولیت روده نداشته باشید).

۲۱. برای از بین بردن درد، روغن رازیانه را بر محل درد بمالید.

سؤال:

معلولیت جسمی دارم، از دوره طفولیت فلج اطفال داشتم، سستی کمر و سستی پاها دارم؟

جواب:

۱- مربای آملِه خورده و ماساژ با جوشاندهٔ آویشن دهید، ۲- صبح ناشتا هفت عدد انجیر خورده و با روغن نارگیل ماساژ دهید، ۳- سیاه‌دانه با عسل خورده و ماساژ با روغن سیاه‌دانه دهید، ۴- بعد از غذا هفت عدد خُرما بخورید، ۵- هر روز دو عدد میوهٔ شاه‌بلوط بخورید، ۶- زنجفیل پرورده در عسل طبیعی خورده و سپس در وانِ حَمّام با جوشاندهٔ سبزی ریحان کوهی ماساژ دهید.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان بیماری فشار خون

فشارخون دو نوع است: ۱- فشارخون ماکزیممی (انقباضی قلب)، ۲- فشارخون مینیممی (انبساطی قلب).

توجه: فشارخون نرمال ۱۱/۵ (فشارخون انقباضی) روی ۷/۵ (فشارخون انبساطی) است، لذا از این پائین تر نباشد و همچنین فشارخون انقباضی از ۱۴ بالا نباشد و فشارخون انبساطی از ۹ بالاتر نباشد. و عللی دارد، از جمله: ۱- فشارخون ناشی از تصلب شرائین، ۲- فشارخون ناشی از تنگی عروق (تنگی عروق به نحو ژنتیکی یا بخاطر رسوب سدیم، کافئین، یا تری گلسیرید خون)، ۳- فشارخون ناشی از استرس (نگرانی مستمر)، ۴- فشارخون ناشی از بد خوری (مثلا نمک زیاد یا شوری زیاد خوردن)، ۵- فشارخون ناشی از رفتارهای منفی و ...

توجه: همانطور که گفته شد فشار خون علل مختلفی دارد لذا تشخیص عامل بیماری، قبل از تجویز دارو بسیار مهم است.

تذکر: کنترل فشارخون کن تا ناراحتی قلبی نگیری

تبصره: فشارخون بالا باعث ضخامت بطن چپ قلب می شود و ضخامت بطن چپ را از ۱۲ میلی متر به ۱۵ میلی متر می رساند که باعث اختلال دیاستولی بطن چپ، و باعث نارسائی قلب می شود که علامت آن تنگی نفس در حین انجام کار است. مواردی که باید پرهیز شود:

۱. گوشت گاو، فست فودها، سوسیس، کالباس، همبرگر

۲. تخم مرغ

۳. کوکو

۴. خیار شور

۵. شوری ها

۶. نمک زیاد (بیش از چهار گرم در شبانه روز)

۷. چای و قهوه

۸. قند و شکر شیمیایی

۹. شکلات کاکائو و نسکافه

۱۰. هویج فرنگی

۱۱. خوردن غذاهای آدویه دار

۱۲. خوردن مُسکرات و اَلکل

۱۳. خوردن گوشت شکار
۱۴. خوردن ماهی کوسه
۱۵. پله و نردبان زیاد بالا و پایین رفتن
۱۶. غم و اندوه
۱۷. عصبانیت
۱۸. جوش زدن
۱۹. بحث کردن و نزاع و...
۲۰. میوه فندق
۲۱. بادنجان
۲۲. اسفناج
۲۳. پوست حبوبات
۲۴. نوشابه‌های گازدار
۲۵. دوغ گازدار
۲۶. گوجه فرنگی
۲۷. مایعات شیمیایی و آمیوه‌های شیمیایی و شربتهای شیمیایی اجتناب کنید.
۲۸. کم کاری کلیه‌ها
۲۹. استرس
۳۰. زنیان
۳۱. گُل گاوزبان

توجه: سدیم، فشار خون را بالا می‌برد. و پتاسیم، فشار خون را پایین می‌آورد. یادآوری: بعد از پرهیز صحیح یا همزمان با آن، بایستی اقدام به کاهش فشار خون نمود، لذا باید نگاه به سن بیمار و نوع مزاج و مقدار فشار خون کرد و سپس به موارد ذیل عمل نمود (چندین مورد از موارد ذیل را عمل فرمایید کافی است، لازم نیست به تمام موارد کاهش فشار خون عمل کنید)

درمان فشار خون بالا:

۱. صبح ناشتا: دمکرده پنج برگ زیتون با شکر سرخ مازندران بنوشید.
۲. وسط روز: مخلوط زرشک + عَنَاب در آبجوش خیسانده و سپس بخورید، سه عدد خیاربوته ای بخورید، شاه توت و توت فرنگی
۳. به همراه ناهار: سیر، پیاز، موسیر، کاهو بدون سُس و میوه گریپ فروت بخورید.

۴. عصرانه: قره قاط سیاه سه عدد یا دمکرده آن با عسل، دمکرده بومادران با عسل
۵. اول مغرب: سداب برای کاهش فشار خون و برای تقویت مویرگها و کاهش قابلیت نفوذ مویرگها
۶. به همراه شام: کرفس، شنبلله، کنگر خوراکی، ترخون
۷. شبها: تخم خیار + تخم کاسنی + تخم خرفه + تخم گشنیز، به طور مساوی مخلوط نموده و بخورید.
۸. شب قبل از خواب: آب ماست، آب نخود زرد
۹. بعد از هر غذا یک عدد سیب درختی رسیده یا یک عدد انار شیرین
۱۰. آب و آبجوش ولرم
۱۱. حفظ تعادل روانی
۱۲. دانه گنده تلخه (علف هرز مزارع)، تمر هندی (تمبر گجری = تمر مکه)، ماء الشّعیر اسلامی (مخمر آبجو)، زیرفون در درمان فشار خون استرسی مفید است.
۱۳. سمّ نیش زنبور یک عدد (به شرطی که آلرژی به سمّ زنبور نداشته باشید یعنی به شوک آنافیلاک نروید)
۱۴. به مقدار کم، دمکرده برگ دارواش
۱۵. دمکرده گیاه سرخ ولیک
۱۶. تره زراعی و تره وحشی (تره فرنگی)
۱۷. شاهی (ترتیزک = رشاد = جرجیر)
۱۸. انگور رسیده شیرین هم برای کاهش فشارخون و هم برای کاهش اوره خون بسیار مفید است.
۱۹. تمشک خون را قلیایی میکند و دارای ویتامین C و K بوده و برای درمان اوره خون و فشارخون و عفونت مفید است
۲۰. جوشانده ریشه و برگ توت فرنگی
۲۱. آلبیمو ترش تازه، لیموشیرین
۲۲. میوه گلابی
۲۳. گل سرخ ولیک ۱۰ گرم + گل استوخدوس ۵ گرم + سیر ۵ گرم مخلوط کرده و بخورید.
۲۴. ساقه و برگ جعفری بصورت خام یا جوشانده آن
۲۵. صبر زرد مخلوط با سرکه طبیعی به کف پا زده (به شرطی که آلرژی پوستی نداشته باشد)
۲۶. عَنَاب تازه یا جوشانده عناب خشک
۲۷. خوردن سیرابی گوسفند با ماست شیرین کم چرب
۲۸. ترشک

۲۹. دمکرده یا جوشانده چای قرمز (چای سُرخ)
۳۰. گوجه سبز
۳۱. آلوچه
۳۲. تمر هندی بی نمک
۳۳. قَرَقروت بی نمک
۳۴. لواشک
۳۵. کوهپیمایی یا پیاده روی آرام در سطح مستوی بمدّت ۲۰ دقیقه یا شنای آرام در عمق کم استخر بمدّت ۲۰ دقیقه (یا دوچرخه سواری برای آقایان بمدّت ۲۰ دقیقه)
۳۶. شربت زعفران عسل (در فشارخون استرسی)
۳۷. پونه، نعنا، ریحان به همراه غذا
۳۸. جوشانده گل گاو زبان
۳۹. هفته ای دو بار ماهی که بعد از آن عسل بخورید.
۴۰. خوردن روغن زیتون با غذا
۴۱. مصرف آب پیاز تازه مخلوط با عسل طبیعی، در درمان سختی دیواره شراین (سختی دیواره سرخ رگ ها) به ویژه شراین مغزی مفید است.
۴۲. انار تازه، آب انار تازه، رُب انار طبیعی
۴۳. روزی دو تا سه لیوان مصرف شیر تازه گاو جوشیده کم چرب با عسل آویشن
۴۴. عسل طبیعی (اُرگانیك): باعث تحریک و تقویت قلب و گشادی رگ ها و افزایش جریان خون در شریانچه ها تنظیم فشارخون می شود و از انفارکتوس قلبی جلوگیری می کند، عسل به علت داشتن گلوکز زیاد انرژی لازم برای میوکارد را فراهم می کند.
۴۵. عسل بلوط: این عسل به رنگ تیره است و برای جلوگیری از واریس، ضعف و بی حالی، کم خونی و ناراحتی های گردش خون مصرف می شود و البته عسل درجه دو می باشد گرچه عسل اکلیل کوهی و عسل استوخدوس عسل درجه یک محسوب می شود که موارد خاص خود را دارد.
۴۶. عسل مریم گلی: این عسل کهربایی روشن یا طلایی تیره است و برای پیشگیری از افسردگی، فشار خون بالا، کم خونی و ضعف و بی حالی مفید می باشد.
۴۷. عسل گندم سیاه: این عسل زرد تیره یا قهوه ای تیره است و در بارداری، شیردهی، کمبود مواد معدنی و بیماری های عروقی مصرف می شود.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان بیماری قند خون (دیابت نوع ۱ و ۲)

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

علائم عمومی دیابت:

۱- پُرَنوشی (که بدنالش پُر ادراری اتفاق بیفتد)، ۲- پُرادراری، ۳- پُرخوری، ۴- پُرَعَرَقی (عرق ریزش زیاد)

مواردی که باید پرهیز شود:

- ۱- اسانس های شیمیایی (آبمیوه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و ...)
 - ۲- مواد قندی شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و ...).
 - ۳- نان سفید، کیک و بیسکویت سفید، نان ساندویچی، برنج سفید، نخورید (لذا نان باید تنوری و برشته و به همراه سبوسش باشد؛ برنج و ماکارانی و کوکو سیب زمینی را نیز باید با شلتوک پودر شده بخورید).
 - ۴- خُرما (اگر کسی قند خونس از ۲۰۰ بالاتر نیست، میتواند در ۲۴ ساعت ۲ تا ۳ عدد خرما بخورد).
 - ۵- به پلاستیک دست زدن و در ظروف پلاستیکی غذا و آشامیدنی خوردن
 - ۶- میوه موز (از میان میوه ها، موز قند و چربی اش بسیار بالا است).
 - ۷- خوردن چربی های با ترانس بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُر چرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، کله پاچه، جگرسیاه، سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی، ته دیگ).
 - ۸- پرخوری و کم تحرکی
 - ۹- آب بسیار سرد (به اصطلاح عرفی آب تگری)، ۱۰- شام دیر وقت خوردن
 - ۱۰- خواب بین الطلوعین. (لذا بین الطلوعین نخوابید و نیم ساعت راه بروید)
 - ۱۱- بیمار دیابتی کمتر از سه روز، با همسر حلالش مجامعت نکند، (بلکه هفته ای یک بار یا دو هفته یک بار مجامعت با همسر حلالش کند).
 - ۱۲- خود إرضائی جنسی (استمناء در پسران و استشهاء در دختران) حرام است و گناه کبیره، و ۲۳ بیماری می آورد (از جمله دیابت نوع ۲) لذا این گناه را انجام ندهد.
- تذکر: دیابت می تواند دردهای عصبی ایجاد کند.
- توجه: برای پیشگیری از دیابت و قند خون، میوه انار رسیده طبیعی بخورید.

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

- ۱- بهترین کاهش دهنده قند خون روزه شرعی گرفتن است.
- ۲- دوعده بادام تلخ صبح ناشتا یا با غذا بخورید.
- ۳- کاهو (بدون سس) به همراه غذا
- ۴- کرفس خام شب قبل از خواب
- ۵- روزی یک عدد کدومسّی به همراه پوستش
- ۶- زیتون خوراکی سفت و شفاف
- ۷- پیاده روی روزی ۳۰ دقیقه تا یک ساعت [صبح ناشتا (اول آفتاب) و شب بعد از شام].
- ۸- توت (مخصوصاً توت خشک)، توت فرنگی، تمشک
- ۹- شلغم (بشرطی کم کاری تیروئید نداشته باشد)
- ۱۰- میوه لوبیا (پیله) و پوست دانه لوبیا
- ۱۱- سیر خام،
- ۱۲- پیازچه،
- ۱۳- موسیر
- ۱۴- گلای، گیلای، زردک (هویج رسمی = هویج زرد)
- ۱۵- پیاز خام یک عدد متوسط در ۲۴ ساعت، یا جوشانده پیاز گیاه سیر
- ۱۶- سبزی شبلیله و تخم آن،
- ۱۷- ترب
- ۱۸- خیار بوته ای تازه (مغز آن به همراه تلخه آن) و تخم خیار
- ۱۹- خوردن یک عدد سیب ضرری برای دیابتی ندارد بلکه مفرح قلب است و همچنین خوردن ترشی سیب
- ۲۰- در سرد مزاجان سبزی خرفه بهتر جواب می دهد و وابستگی آنها را به انسولین تزریقی را قطع می نماید.
- ۲۱- ریشه و برگ و گل کاسنی
- ۲۲- عصارة ترتیزک یا شاهی آبی
- ۲۳- مَنْ = شَحْمَة الْأَرْض = قارچ خوراکی بیابانی = دُنْبِلان کوهی، بعنوان ناهار یا ریز مغذی بخورید

- ۲۴- در سرد مزاجان دمکرده برگ گردو (هر بار ۷ گرم از برگ) و چهار پیرِ وسطِ مغز گردو برای کاهش قند خون مفید است و خوردن مغز گردو برای دیابتی مضر نیست
- ۲۵- در سرد مزاجان دمکرده گل کلپوره و برگ آن و خوردن عرق کلپوره (بدون اسانس)، کاهش دهنده قوی قندخون است
- ۲۶- گزنه یکی از بهترین داروهای کاهش دهنده قند خون است و خونساز است.
- ۲۷- کنگرِ فرنگی (حتی در دیابتی که نارسایی کبدی دارد، و کم کاری تیروئید دارد)
- ۲۸- جوشانده میوه آمله
- ۲۹- عنب + آلوبخارا + تمر هندی بدون نمک + آلوچه، از هر کدام نیم کیلو، در ۲ کیلو آب خیسانده شود و دانه های آنها را بیرون بریزید سپس با هم مخلوط کرده، برای کاهش قند خون گرم مزاجان بسیار مفید است (سه فائده دیگر نیز دارد مانند درمان یبوست و رقیق کننده خون و ضد لخته خون)
- ۳۰- خوردن یک قاشق مرباخوری پودر هسته خرما
- ۳۱- تره فرنگی (به شرطی که بیماری تیروئید نداشته باشد)
- ۳۲- دمکرده برگ شاه توت،
- ۳۳- جو سیاه
- ۳۴- علف هفت بند،
- ۳۵- ترشی سیب زمینی
- ۳۶- مریم گلی،
- ۳۷- گلِ قاصد
- ۳۸- گل تلگرافی،
- ۳۹- انگور ترش
- ۴۰- دمکرده برگ اکالیپتوس روزی نصف استکان و بخور آن
- ۴۱- غاسول (اشنان - ریشه صابونی)، [توجه: امام صادق علیه السلام فرمودند: اشنان نخورید لذا باید اشنان را در آب خیسانده سپس بجوشانید و کف پا را در آن گذارید (بشرطی که حساسیت پوستی نداشته باشید)
- ۴۲- دمکرده برگ آرتیشو (برگ کنگر فرنگی)
- ۴۳- دمکرده برگ گیاه بابا آدم (برای کاهش سریع قندخون بالا)
- ۴۴- جوشانده یک برگ شاخ بزی
- ۴۵- جوشانده مخلوط برگ سیاهدار + برگ تمشک
- ۴۶- دمکرده تمام گیاه قنطریون صغیر

۴۷- صبح ناشتا سرکه چغندر

۴۸- میوه قره قاط زرد [ولی قره قاط سیاه که برای بیماری‌های چشمی مانند شبکوری، گلوکوم (آب‌سیاه)، کاتاراکت (آب‌روارید) هم مفید است] و برگ آن نیز کاهش‌قندخون می‌آورد

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

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

۵۱- جین‌سینگ برای بیماری قند، اثر مثبت دارد، متابولیسم قندها و هیدرات‌های کربن در بدن را منظم می‌کند و کمک به درمان خستگی جنسی و کمک به ایجاد نعوظ می‌کند.

درمان وکاهش قندخون در بیماران دیابتی که انسولین تزریق می‌کنند:

۱- خوردن سبزی خرفه به همراه ناهار و شام، ۲- عصرانه: جوشانده ۱۰ گرم برگ مریم‌گلی در ۱۰۰ گرم سرکه طبیعی، قابلیت پائین آوردن قند خون در بیماران دیابتی وابسته به انسولین را دارد.

دیابت حاملگی:

پرهیز شود از: قندهای شیمیایی، نوشابه، آبمیوه‌های شیمیائی، میوه موز، ته دیگ، خامه، سرشیر، کیک خامه‌ای و روغن جامد.

مصرف شود: ۱- خورشید بامیه، ۲- آلو بخارا، ۳- آلوچه، ۴- تمر هندی، ۵- زغال‌آخته بی‌نمک، ۶- در ماه آخر حاملگی روزی نیم ساعت راه بروید.

(توجه: در خوردن خرما زیاده‌روی نکنید، تذکر: برای پیشگیری از دیابت حاملگی، میوه انار شیرین رسیده طبیعی بخورید).

زخم پای دیابتی‌ها:

درمان در پزشکی جدید:

۱- اولاً شستشو با سُرُم نُرَمال سالین (سُرُم نمکی)، ۲- با بتادین ضد عفونی کنید که زخم را خشک می‌کند [توجه: از بتادین نَبایستی زیاد استفاده کنید، سالیان قبل از برای شستشو زخم‌های دیابتی انگشتان پا، ۲۰ دقیقه در محلول ساوُلون (یک استکان در نصف آب لگن) می‌گذاشتند که فعلاً از گردونه پزشکی خارج شده و کاربرد این چینی ندارد]، ۳- سپس ژل مخصوص که خاصیت دبرید دارد (شستشو دارد)، چرب کنید، ۴- سپس چسب مخصوص آن را می‌زنیم که خاصیت نفوذ پذیری

هوا دارد، تا زخم دیابتی تازه شود، ۵- سپس از پانسمان مخصوص پای دیابتی (که خاصیت نقره دارد) استفاده می‌کنیم، ۶- جهت ترمیم پوست از پماد آنژی پارس استفاده می‌شود. درمان در پزشکی سنتی:

۱- با سرکه طبیعی سیب شستشو و ضد عفونی می‌نمائیم، و صبر کنید در مجاورت هوا خشک شود،
 ۲- سپس پودر زرد چوبه خالص روی زخم دیابتی گذاشته (و در ۲۴ ساعت یکبار این پانسمان را عوض کنید)، ۳- به همراه ناهار و شام کاهو (بدون سس) بخورید. ۴- زالو درمانی: زالوهای طبی (۳ تا ۶ عدد) را روی وریدهای پشت ساق پا گذاشته و به مدت ۲۰ دقیقه باشند، ۵- عسل طبیعی گون، یک قاشق مرباخوری صبح ناشتا خورده، و به محل زخم‌ها بمالید و بگذارید، ۶- روزی چندبار زخم‌ها را با جوشانده پوست میوه بلوط بشوئید.

درمان زخم عفونی قانقاریا که بخاطر قند نوسانی بالا و یا عدم کنترل قند خون ایجاد شده:

۱- پانسمان مخلوط عسل (۵ واحد) + روغن زیتون (۲ واحد)، ۲- پانسمان مخلوط عسل (۵ واحد) + نمک (۲ واحد)، ۳- گذاردن پودر زردچوبه خالص، ۴- خوردن کاهو بدون سس، ۵- گذاردن شش تا هشت عدد زالوی طبی روی رگ‌های خون‌رسان به ناحیه زخم، ۵- روزی چندبار زخم‌ها را با جوشانده پوست میوه بلوط بشوئید، ۶- مخلوط پودر هسته خرما (یک قسمت) + پودر زردچوبه خالص (یک قسمت) + پودر نقره (نصف قسمت) را با عسل گون مخلوط کرده سپس روی موضع زخم بگذارید (روزی یکبار این پانسمان را تعویض کنید).

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان بیماری نقرس

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

* توجه: ازدیاد اوره خون و بیماری نقرس، باعث بسته شدن مجاری ادراری می‌شود که زمینهٔ ریفلاکس ادرار (برگشت ادرار) را فراهم می‌کند و همچنین باعث رسوب در نسج کلیه‌ها می‌شود که زمینهٔ نارسائی کلیه‌ها را فراهم می‌کند. مواردی که باید پرهیز شود:

۱. قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینیجات قنادی ها و...)
۲. اسانس‌های شیمیایی (آبمیوه‌های شیمیایی، نوشابه‌های گازدار، بستنی‌های صنعتی و ...)
۳. خوراکی‌های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس، کالباس، همبرگر، پیتزا و...) [که بسیاری از املاح مقوی و ویتامین‌های آن از بین رفته و ۸۰٪ آنزیم‌های مفید آن پائین آمده]
۴. غذاهای مانده،
۵. کم تحرکی،
۶. نگهداری ادرار
۷. کافئین زیاد (چای مانده، چای پُر رنگ، کاکائو، شکلات، قهوه، نسکافه)
۸. چربی با ترانس بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُر چرب، کیک خامه‌ای، خامه، سرشیر، کله پاچه، جگر سیاه، سرخ‌کردنی، تَف دادنی، بو دادنی، ته دیگ)

درمان بیماری نقرس (MSU):

۱. آلو بخارای خشک هفت عدد بصورت مکیدنی قبل از شام
۲. پوست سیب (به شرطی که سمّ چسب نداشته باشد و به شرطی که بیمار سنگ کلیه و نفخ شکم نداشته باشد)، دمکردهٔ پوست خشک شدهٔ میوهٔ سیب درختی، بهترین داروی ضدّ اسید اوریک خون است (طرز تهیه و مصرف: ۴۰ گرم پوست خشک شدهٔ سیب را در نیم کیلو آبجوش دم کنید، قبل از صبحانه، قبل از ناهار و قبل از شام، دو استکان بخورید).
۳. وسط روز: یک استکان جوشاندهٔ برگ یاس بنفش
۴. یک عدد حبّ سورنجان (به شرطی که شن کلیه و سنگ کلیه و سنگ مثانه نداشته باشد).
۵. روزی دو تا سه خوشهٔ انگور تازه بخورد (برای درمان نقرس بسیار مفید است).
۶. آلوچه هفت عدد بدون نمک

۷. برگ انگور پنج عدد به تنهائی یا با آب انار یا رب انار
۸. صبح ناشتا: کشمش طبیعی، مویز طبیعی (۲۱ عدد)
۹. پوست سبز مغز گردو به مقدار ۲۰ گرم را در یک کیلو آبجوش به مدت ۲۰ دقیقه دم شود، و قبل از غذا یک فنجان میل شود.
۱۰. صبح ناشتا یک عدد میوه خرمالو رسیده
۱۱. خوردن یک عدد لیمو ترش تازه به همراه یک لیوان آب (ضد استفراغ و ضد نفرس است)
۱۲. گذاشتن ضماد پودر نمک سنگ روی مفصل دردناک نفرسی یا گذاشتن پودر نمک سنگ داغ در کیسه نخی که روی مفصل گذارید (از شب تا صبح به مدت ۴ ساعت روی آن باشد) یا صبح قبل از کار پماد خارجی وُلتارین روی مفصل نفرسی بمالید (این پماد مسکن قوی است)
۱۳. خوردن میوه هلو و برگه آن (قیسی)، دفع اوره (اسید اوریک) و بیماری نفرس را درمان میکند.
۱۴. خیسانده زرشک کوهی (یعنی یک قاشق غذاخوری در یک لیوان آب).
۱۵. سی گرم برگ انگور فرنگی (فرنگ اوزومی = گالش انگور = دیو انگور) را با سی گرم ریشه شیرین بیان بدون پوست که نیمکوب شده، مخلوط کنید و بجوشانید، سپس آب آن را صاف کرده، بنوشید (اسید اوریک رسوب شده در مفاصل را حل می کند).
۱۶. صبح ناشتا خوردن آبمیوه زردک (جزر = هویج زرد رسمی) در درمان نفرس مؤثر است.
۱۷. هر روز پنج عدد توت فرنگی طبیعی (نه گلخانه ای)
۱۸. دمکرده سبزی کاسنی (یعنی پنج گرم در یک استکان آبجوش)
۱۹. دمکرده سبوس دانه برنج (یعنی دو تا چهار گرم در یک استکان آبجوش)
۲۰. هر هشت ساعت یک فنجان دمکرده تمام گیاه پونه (یعنی یک تا دو گرم در یک استکان آبجوش) بخورید
۲۱. ضماد پخته میوه بالنگ کامل (به همراه پوست آن) جهت تسکین درد مفاصل، درمان نفرس و تحلیل ورم ها بسیار مفید است
۲۲. بعد از غذا یک فنجان دمکرده پوست دانه لوبیا (۷ تا ۲۵ گرم در یک استکان آبجوش) میل کنید
۲۳. با مصرف کرفس خوراکی، بیمارانی که به نفرس و زیادی اسید اوریک خون مبتلا بوده اند، خوب شده اند.
۲۴. میوه گیلاس قبل از غذا بخورید (خوب جویده شود) یا عصاره میوه گیلاس در دهان بگردانید و قورت دهید.
۲۵. وسط روز یک عدد قرص شیمیائی ایرانی آلُوپُورینُول، در درمان نفرس و اسید اوریک بالا (توجه: منع مصرف در حاملگی).

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

توجه: این دو قرص شیمیائی عوارض سوئی دارد و باید با تجویز پزشک متخصص مصرف شود.
تذکر: دارو شیمیائی خارجی، ضد درد نقرسی: ۱- پماد وُلتارین، ۲- آمپول وُلتارین (زیر نظر پزشک متخصص)

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان ترشا، زخم معده، کولیت زخمی، IBS، هیلوکوباکتری، آشالازی، نفخ و...

مواردی که باید پرهیز شود:

۱. ترشی جات مانند: آبلیمو ترش، لیمو عمانی، گوجه سبز، ترشک، لواشک، قرقروت (برای کسانی که سر سوزۀ معده دارند)
۲. به همراه غذا چیزهای تند و تیز مانند: فلفل، سُس فلفل، سُس مایونز و انواع سس، غذای هندی
۳. چیزهای نفاخ خوردن مانند: نوشابه‌های گازدار، دوغ گازدار، پوست حبوبات،
۴. بعد از غذا لم دادن و خوابیدن
۵. خوردن غذاهای چرب، مخصوصاً در شب‌ها مانند: کیک خامه‌ای، جگر سیاه، کوکو سیب زمینی، میوه موز، ته‌دیگ
۶. غذاهای حجیم خوردن مانند: شله، آش
۷. نان را در غذاهای آبکی مخلوط کردن (ترید کردن)
۸. غذا را با آرامش و به خوبی نجویدن (اگر شخص دندان‌هایش نیاز به تعمیرات دارد، اقدام نماید)
۹. به همراه غذا یا قبل از آن و یا بعد از آن چای، قهوه، نسکافه، کاکائو و شکلات خوردن
۱۰. استرس (یعنی نگرانی مستمر)، اضطراب (یعنی دل‌هره)

درمان ترشا، تَخْمِه، سَر دِل کردن، ریفلاکس (برگشت اسید معده به مری) و سر سوزۀ معده (هارت بُرن در منطقه ایی گاستر):

توجه: در روایات داریم: اگر در اَوَّل غذا مخلوط پودر نمک سنگ با پودر آویشن بخورید، بسیار خوب است.

- ۱- قبل از غذا یک قاشق چایخوری پودر نعنا را در یک استکان آبجوش به مدت ده دقیقه دم کند و بخورد (دکتر ابوالقاسم متین گوید: نعنا از دارو شیمیایی دانیتیدین بهتر عمل می‌کند).
- ۲- بعد از ناهار، انار شیرین را با پرده نازک روی دانه‌ها بخورید؛ توجه: اگر بیوست دارید، بجای انار، یک استکان آب انار شیرین بنوشید.
- ۳- بعد از شام یک عدد سیب بخورید؛ توجه: اگر بیوست دارید، به جای سیب، یک استکان آب سیب طبیعی رسیده شیرین بنوشید.
- ۴- بعد از صبحانه، نهار، شام، حداًقل ۱۰ دقیقه راه بروید (صبحانه را اول آفتاب و شام را ابتدای شب بخورید).

- ۵- قبل از خواب، دستشویی رفته و سپس وضو بگیرید. ۶- متگا و بالیش خود را ضخیم تر قرار دهید؛ که سر و گردن در راستای تنه نباشد.
- ۷- پیوره سیب زمینی بدون پوست (سیب زمینی تراشیده شده بدون پوست) یا یک سیب زمینی آب پز بعد از غذا بخورید (توجه: یبوست نداشته باشید).
- ۸- خوردن یک قاشق چای خوری مصطکی (مستکی = صمغ درخت پسته جنگلی) بعد از غذا
- ۹- کسی که کبدچرب و ترشا دارد و همچنین پُر خوری کرده، برای درمان به مورد زیر عمل کند: مخلوط گل و برگ کلپوره (= مریم نخودی) + سبزی شاهتره، به نسبت مساوی، یا مخلوط جوشانده گل و برگ کلپوره + عرق شاهتره به نسبت مساوی
- ۱۰- اگر بیمار علاوه بر ترشا، نفخ و یبوست و گرفتگی قلب دارد، بایستی سیب رسیده شیرین (بدون پوست و دانه) را به همراه میوه گلابی رسیده شیرین (بدون پوست و دانه) را بعد از غذا بخورد و سپس ۱۰ دقیقه راه رود.

درمان زخم معده و اثنی عشر:

- ۱- همه موارد قبلی رعایت شود، یک عدد سیب بعد از غذا بخورد و پنج دقیقه راه رود سپس یک قاشق چای خوری موملانی شیرین بیان (یا یک عدد قرص گیاهی شیرینوش) بخورد، سپس پنج دقیقه راه رود و بعد از آن یک عدد میوه شاه بلوط بخورد و سپس پنج دقیقه راه رود.
- ۲- قبل از غذا یک قاشق چای خوری شربت زنجفیل را به همراه کمی آب بنوشد یا یک قاشق چایخوری پودر نعنا را در یک استکان آبجوش به مدت ده دقیقه دم کند و بخورد (دکتر ابوالقاسم متین گوید: نعنا از دارو شیمیایی دانیتیدین بهتر عمل می کند).

درمان معده و روده استرسی:

- مورد قبلی انجام شود، پنج دقیقه راه رود سپس یک قاشق چای خوری پودر پوست میوه بلوط بخورد.

واریس مری:

- پرهیز شود از: غذای داغ، مایع داغ، کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)، غذای تند و تیز (لفل، سُس فلفل)، ترانس چربی بالا (خامه، سرشیر، کیک خامه ای، ته دیگ، روغن جامد، کله پاچه، جگر سیاه)، اسانس های شیمیایی (نوشابه های گازدار، آبمیوه های شیمیایی)

درمان: ۱- هر شش ساعت یک لیوان آب سرد عادی و یک لیوان آبجوش ولرم بنوشید، ۲- به همراه غذا یک عدد پیاز قرمز (بنفش) متوسط، ۳- هر ۱۲ ساعت یا هر هشت ساعت، دو عدد میوه شاه‌بلوط بخورید.

کولیت زخمی یا کولیت اولسروز (Ulcerative Colitis):

توجه: این بیمار باید از ترانس‌چربی‌بالا (خامه، سرشیر، کله پاچه، روغن جامد)، اسانس‌های شیمیائی (آبمیوه‌های شیمیائی، نوشابه‌های گازدار)، کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، نسکافه، کاکائو)، قند و شکر شیمیائی، موز، انبه، خرما، فست قو‌دها، سرخ کردنی، تف دادنی، غذاهای تند و تیز و فلفل پرهیز کند و آن‌ها را نخورد.

درمان اصلی: ۱- هر شش ساعت دو عدد میوه شاه‌بلوط (بلوط الملک) بخورد، ۲- هر هشت ساعت نصف قاشق چای‌خوری پودر گندُر خوارکی مرغوب مخلوط با یک قاشق غذاخوری شکر طبیعی نیشکر میل کند، ۳- به همراه غذا یک قاشق مرباخوری تخم خرفه و یک عدد بلوط، ۴- بعد از غذا یک قاشق مرباخوری پودر هسته انار بخورد.

دارو مرگبه: بلوط، گل سرخ، صمغ عربی، کتیرا، مازو و گلنار از هر کدام پنج گرم، گل ارمنی، سَمَاق و پوست انار از هر کدام ده گرم. تمامی این موارد را به صورت جداگانه نرم بکوبید، سپس مخلوط کنید و هر هشت ساعت یک قاشق مرباخوری میل نمایید. (دسته دارویی: داروی بیماری التهابی روده IBD، اشکال دارویی پودر خوراکی Oral Pow، موارد مصرف: کولیت اولسروز UC و بیماری کرون CD).

کمک به درمان: ۱- به همراه صبحانه میوه به یا مربای به بخورد، ۲- بعد از هر غذا یک عدد سیب درختی رسیده شیرین به همراه تفاله آن (پیوره) بخورد، سپس به مدت پنج الی ده دقیقه قدم بزند و پس از آن هفت عدد میوه آمله یا مربای آمله بخورد، ۳- در کل روز یا شب، ۱۴ عدد میوه سنجد رسیده بخورد، ۴- در بین روز، دمکرده یک قاشق مرباخوری تخم هویج در یک استکان آبجوش میل نماید، ۵- بین افطار تا سحر یک عدد انار شیرین با پرده نازک روی دانه ها بجود و بخورد، ۶- عصرانه دمکرده گل بومادران (یک قاشق چای‌خوری پودر گل بومادران، در یک استکان آبجوش) میل نماید، ۷- قبل از غذا دمکرده برگ نعنا بخورد و بعد از غذا دمکرده برگ مرزنجوش بخورد.

سندروم روده تحریک پذیر (مشکل انتهائی روده کوچک = IBS):

۱- اگر دائماً شکم روش دارید (IBS-D):

پرهیز کنید از غذاهای چرب، سرخ کردنی، مسهل‌ها، ملین‌ها، خرما

درمان: الف. در بین روز: پودر سنجید یک قاشق پلوخوری یا ۱۴ عدد سنجید بخورد، ب. یک قاشق مرباخوری پودر هستهٔ آنانار یا میوهٔ آنانار شیرین با هستهٔ آن بجود و بخورد، ج. یک قاشق مرباخوری در صبح ناشتا و سر شب از این مخلوط (گلنار وحشی + میوهٔ بلوط + کندر خوراکی یا گندُر سفید + فوفل) که پودر شده اند و با آب سیب تازهٔ طبیعی بخورند، د. شبها یک قاشق چایخوری پودر گندُر خوراکی مرغوب مخلوط با یک قاشق غذاخوری شکر میل کند، ذ. دمکردهٔ آویشن (یک قاشق چایخوری پودر آویشن، در یک استکان آبجوش) برای سندروم رودهٔ تحریک پذیر خوبست (بشرطی که کم کاری تیروئید نداشته باشد).

۲. اگر دائماً یبوست دارید (IBS-C):

پرهیز کنید از نوشابه‌های گازدار، میوهٔ موز، نان سفید، کیک سفید، نان ساندویچی، خوراکی و آشامیدنی‌های قابض (مانند برنج سفید، ماکارونی، آلبالو، آب آلبالو، چای آلبالو، هندوانه، آب هندوانه)

درمان: الف. هفت عدد خرماي تازه، ب. یک قاچ خربزهٔ رسیده، ج. یک قاشق مرباخوری بعد از صبحانه و بعد از شام از این مخلوط (دمکردهٔ بادرنجبویه + دمکردهٔ گل بهار نارنج + چای کوهی + دمکردهٔ گل راعی) بنوشید.

هلیکو باکتری:

توجه: از غذاهای چرب، سرخ کردنی، غذاهای مانده و فست فودها پرهیز کنید.
درمان: ۱- بین روز و عصرانه: یک قاشق چایخوری سَقَز، ۲- ۱۲ ساعت پشت سر هم، هر ساعت یک قاشق غذاخوری ماست شیرین، ۳- بعد از هر غذا یک عدد سیب درختی رسیدهٔ شیرین، ۴- یک قاشق چایخوری مَصطَکی (مستکی = صمغ درخت پستهٔ جنگلی) بخورید، ۵- هر ۱۲ ساعت، یک قاشق چایخوری موم برهٔ طبیعی بخورید.

درمان آشالازی (گرفتگی عضلهٔ تحتانی مری = گرفتگی سرِ دیگِ معده):

تخم کرفس و صمغ درخت گُناَر (صمغ درخت سدر) به نسبت مساوی تهیه شود و سپس پودر شود و مخلوط گردد و قبل از هر غذا خوردن، یک قاشق چایخوری از این مخلوط بخورد.

درمان پُر اشتهائی و اشتها کاذب:

قبل از غذا و بین غذا و بعد از غذا چند عدد خرما و چند برگ کاهو بدون سُس بخورید.

درمان میل زیاد به شیرینی: ۴۰ روز، بعد از هر غذا یک قاشق چای خوری سیاه دانه بخورید (منع مصرف در حاملگی).

درمان کم اشتهائی:

الف. اگر از خوردن هله هوله‌ها (پفک، چیپس، کیک و...) باشد: این موارد نباید در جیره غذایی او باشد.

ب. اگر از فقر آهن و کمبود آهن بدن باشد: خرما، عسل، سیب، گوشت قرمز گوسفند، تخم مرغ به همراه پیاز در جیره غذایی او باشد.

ج. اگر از فقر روی است: ۱- غذاهای خود را در ظروف روئی درست کرده، ۲- قرص روی (با تجویز پزشک)

د. اگر التهابی است: ۱- به همراه غذا کاهو بدون سُس بخورید، ۲- به همراه غذا پرتقال یا لیمو شیرین مصرف کنید، و همچنین آلو بخارا مفید است.

ذ. اگر عصبی است: ۱- جوش نزنید، غصه نخورید، بحث نکنید، ۲- مربای گل بهار نارنج بخورید. (همچنین شربت گل بیدمشک، انگور سیاه، سیب قرمز، گلابی و چای کوهی نیز مفید است).

درمان عمومی کم اشتهائی:

۱. گُل میخک داروئی (غنچه های باز نشده)، توجه: کودکان زیر ۷ سال و زنان حامله نایستی استفاده کنند، ۲. کلپوره [توجه: منع مصرف در هیپوگلیسمی (کاهش شدید قندخون)]

درمان تهوع، اُغ زدن، استفراغ:

۱. کسانی که (حتی زن حامله) قبل از غذا خوردن یا به محض دیدن غذا استفراغ می کنند، آبغوره طبیعی (یک قاشق غذاخوری تا نصف استکان) یا یک قاشق مرباخوری رُب غوره، قبل از غذا مصرف کنند.

۲. عصاره خوردن انار شیرین با پرده نازک روی دانه‌ها؛ زیرا ویتامین B6 دارد، که ضد تهوع بوده و درمان ویار زنان باردار است و همچنین در درمان لک‌های قهوه‌ای و سیاه پوست مفید است، و خوردن انار میخوش (انار ترش و شیرین = زُمان المُر) جهت رفع ویار بسیار مفید است. (توجه: اگر یبوست دارید، بجای انار، یک استکان آب انار بنوشید).

۳. شوید برای رفع استفراغ و رفع سکسکه مخصوصا در افرادی که چربی خون بالا دارند (توجه: زیاده روی در مصرف نشود؛ زیرا باعث ضعیف شدن نور چشم، سست شدن زانوها و در مردان باعث کاهش اسپرم می شود).

۴. ضد ویا زنان حامله و ضد تهوع و ضد آغ زدن و ضد استفراغ، قبل از غذا دمکرده سبزی سوسن عنبر (چای نعنا فلفلی)، بعد از غذا راه برود سپس یک استکان آب سیب رسیده شیرین (اگر نفخ یا بیوست ندارد یک عدد سیب رسیده بخورد) سپس راه برود و نصف استکان عرق نعنا بخورد.

۵. بو کردن پوست پرتقال و خوردن یک چهارم آن، یا بو کردن پوست لیمو و خوردن یک چهارم آن.

۶. درمان استفراغ خونی: الف. مخلوط آب تازه سبزی تره + آبغوره طبیعی، ب. دمکرده گل های گلرنگ (برای مردان)، ج. دمکرده گل خار مریم (برای بانوان)، د. هر شش ساعت دو عدد میوه شاه بلوط بخورد.

ازدیاد گاز معده، قرقره های شکمی:

توجه: نوشابه های گازدار، دوغ گازدار و پوست حبوبات نخورید.

درمان: ۱- قبل از غذا دمکرده نعنا بخورد، ۲- به همراه غذا: یک قاشق مرباخوری چهار زیره سائیده شده و نصف قاشق چای خوری پودر گلپر بخورد (منع مصرف در حاملگی)، ۳- بعد از غذا: یک قاشق چای خوری سیاه دانه بخورد (منع مصرف در حاملگی).

ورم معده (ناراحتی غیر عضوی معده):

پرهیز شود: سرخ کردن، ته دیگ، کوکو، گوجه فرنگی، گوشت قرمز (گوشت گاو)، خوردن مایعات قبل از غذا، بعد از غذا و بین غذا، فست فودها، نوشابه های الکلی، نوشابه های گازدار، کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)

درمان: ۱- مخلوط ریشه شیرین بیان و برگ بارهنگ را به نسبت مساوی پودر کرده و به مقدار یک قاشق چای خوری از این مخلوط را با نصف استکان عرق طبیعی گل بومادران میل کنید، ۲- میوه زالزالک (مقوی معده و ضد ورم معده)، ۳- صبح ناشتا با شکم گرسنه، یک تا سه عدد میوه هُلوی رسیده (بدون پوست) بخورید، ۴- پانزده دقیقه بعد از غذا یک استکان دمکرده افسنطین بخورید (توجه: این دمکرده را به صورت مداوم نخورید، یعنی مثلا یک هفته بخورید و یک هفته نخورید)، ۵- افسنطین، سنبل هندی و گل محمدی، از هر کدام ۱۰ گرم، همه را پودر کنید و در شربت قند مخلوط کنید و بعد از هر غذا دو قاشق غذاخوری میل کنید [اسامی دیگر گیاه سنبل هندی: سنبل رومی، ریشه سنبل الطیب، سنبل الطیب طبی، علف گربه، حشیش القطه، سنبل کوهی، سنبل

العصافیر است. توجّه: سنبل الطّیّب نایستی به همراه گُل گاو زبان مصرف شود؛ زیرا باعث اُفت فشارخون و سرگیجه و ایجاد مسمومیت شدید، و به گُما رفتن شخص و گاهی منجر به مرگ میشود. تبصره: سنبل الطّیّب را نباید با داروهای شیمیائی ضدّ افسردگی، ضدّ اضطراب، آرامبخش، خواب آور، آنتی هیستامین مصرف کرد؛ زیرا بسیار خطرناک است. تذکّر: زیاده روی در مصرف سنبل الطّیّب نشود؛ زیرا مسمومیت، خستگی، احساس سبکی سر، گشادشدن مردمک چشم، مسمومیت کبدی می آورد.]

ورم روده:

پرهیز شود: ۱. اسانس های شیمیایی: نوشابه های گازدار، آبمیوه های شیمیایی و...، ۲. خوراکی های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس، کالباس، همبرگر، پیتزا و...) [که بسیاری از املاح مقوی و ویتامین های آن از بین رفته و ۸۰٪ آنزیم های مفید آن پائین آمده]، ۳. کافئین زیاد (چای، قهوه، کاکائو، نسکافه، شکلات)، ۴. چربی های با ترانس بالا (روغن جامد، خامه، سرشیر، ته دیگ، میوه موز)، ۵. غذای مانده

درمان: ۱. فقط به مدّت دو هفته تخم کتان (یک قاشق مربّاخوری برای بزرگسالان به شرطی که حامله و شیرده نباشد، و یک قاشق چای خوری برای کودکان)، ۲. میوه اُزگیل (پنج عدد برای بزرگسالان، یک عدد برای کودکان)، ۳. صبح ناشتا با شکم گرسنه، یک تا سه عدد میوه هُلوی رسیده (بدون پوست) بخورد، ۴. سیاه دانه (یک قاشق چای خوری برای بزرگسالان، و یک سوم قاشق چای خوری برای کودکان)، ۵. مُخَمَّر آبجو (ماء الشّعیر اسلامی) [دو قاشق غذاخوری در یک لیوان آبجوش ولرم برای بزرگسالان و دو قاشق مربّاخوری در نصف لیوان آبجوش ولرم برای کودکان]، ۶. جوشانده میوه قره قاط سیاه (روزی یک لیوان برای بزرگسالان و یک استکان برای کودکان) که علاوه بر درمان ورم روده، برای درمان عفونت های روده نیز مفید است، ۷. حلیله بادام شیرین (شیره بادام) + آرد گندم + شکر (شکر زرد خوزستان یا شکر سرخ مازندران) که علاوه بر درمان ورم روده، برای زنان باردار نیز مفید است، ۸. میوه زالزالک (روزی ۱۴ عدد برای بزرگسالان و پنج عدد برای کودکان).

نفخ شکم (نفخ معده و نفخ روده):

دلایل ایجاد نفخ شکم: ۱- مصرف برخی خوراکی ها (کلم، بادمجان، سیر، پیاز، نوشابه گازدار، دوغ گازدار، پوست حبوبات و...)، ۲- ابتلا به برخی از بیماری ها (کبدچرب، استرس، کیست تخمدان، عفونت های شکمی، افزایش حجم مایعات شکمی و...)

درمان: ۱- اجتناب از خوراکی‌های نفخ آور و درمان بیماری‌های نفخ آور شود، ۲- چهار زیره و گُلپر به همراه غذا خورده و سیاه‌دانه بعد از غذا میل کنید.

درمان ورم حلق، درمان بیماری لارنژیت (التهاب حنجره) و درمان درد و سوزش گلو:

۱- مخلوط پودر فلوس با آب سبزی کاسنی را غرغره کنید، ۲- آب پَر میوه انجیر را غرغره کنید و قورت دهید، ۳- نسرین (گُل سفید معروف، گُل چینی، این گُل گونه‌ای از گُل سرخ است که اکثراً دارای گُل‌های سفید است و به آن وَرْدُ الْکَلْب نیز گویند) [ضد ورم لوزه‌ها، ضد ورم حلق، بازکننده کیپ بینی، مانع پیری زودرس، کاهش دهنده بلغم و صفراء]

درمان خارش لثه، خارش گلو و لوزه‌ها، و درمان زخم لثه، دهان و حلق:

۱- روغن بادام شیرین درختی روی لثه‌ها بکشید و همچنین با روغن بادام شیرین مزمره کنید و غرغره کنید و قورت دهید، ۲- روغن به، ۳- روغن خیار

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تشنگی

تشنگی دو نوع کلی دارد:

الف : تشنگی دنیوی: این نوع تشنگی دو گونه است:

۱- تشنگی در هنگام احتضار و مرگ:

دلیل آن استخفاف صلوٰه است یعنی سبک شمردن نماز (مخصوصاً نمازهای یومیه - روزانه) درمان: تا میتوانید نماز اوّل وقت بخوانید (مخصوصاً به جماعت و علی الخصوص در مسجد) و سعی کنید نماز روزانه قضا نشود.

۲- تشنگی در طول زندگی: این نوع تشنگی چند نوع است:

* گاهی به علّت محاصره دشمن و ظلم ظالمین است (مثل یزید، عمر سعد، شمر لعنة الله علیهم أجمعین).

* گاهی به علّت بیماری های خاصّ، مثلاً بیماری های متابولیکی (قند خون، چربی خون، فشار خون) است.

توجه: در بیماری های متابولیک (یعنی بیماری قندخون، بیماری چربی خون و بیماری فشارخون)، این بیماری ها باید متعادل و کنترل شوند تا تشنگی کاذب و فراوان برطرف گردد. و همچنین هرروز یک قاشق مرباخوری آبلیمو ترش تازه مخلوط با یک لیوان آب آشامیدنی سالم میل کنید.

* گاهی به علّت تعریق زیاد در محیط گرم، کار زیاد و... تشنگی می آید.

* گاهی به علّت بد خوری است، در این نوع تشنگی موارد زیر رعایت شود:

مواردی که باید پرهیز شود:

۱. قندهای شیمیایی: قند، شکر، شیرینی های قنادی، زولبیا، ۲. شوری زیاد: خیار شور، شوری، ۳. نوشابه های گازدار، آبمیوه های شیمیائی، فست فودها (سوسیس، کالباس، همبرگر و...)، ۴. مواد نشاسته ای زیاد: ماکارونی زیاد، کوکو سیب زمینی

مواردی که باید مصرف شود: بعضی چیزها ضد تشنگی اند:

خضرویات به همراه ناهار و شام یا افطاری و سحری مصرف شود، مصرف خضرویات دو اثر مفید دارند: تشنگی نمی آورد (درمان تشنگی و پیشگیری از آن)، اضافه وزن نمی آورد (درمان چاقی و پیشگیری از آن) این دو اثر به دلیل فایبر یعنی فیبر گیاهی موجود در آنهاست؛ چون که فیبر گیاهی آب زیادی را در خود میگیرد و حجم زیادی از معده را اشغال می کند.

خضرویات مانند: سبزیجات خوردنی تازه شسته شده بهداشتی ضد عفونی شده (در محلول آب نمک یا پرمنگنات پتاسیوم)، و کاهوی تازه شسته شده بهداشتی ضد عفونی شده و بدون سس

سبزی خُرفه، سرشار از اُمگا ۳ است، برای رفع تشنگی، رفع حرارت بیرونی و درونی، رفع یبوست و درمان دیابت مفید است.

آلبالو ضد تشنگی است و شربت آلبالو برای رفع عطش بسیار مناسب است.

برای رفع ضعف عمومی و تشنگی: شربت آب سیب عسل

برای رفع ضعف اعصاب و ضعف قلب و رفع تشنگی: شربت گُل بیدمشک عسل

برای رفع عطش و گرمزدگی در محیط گرم: یک بطری ۱/۵ لیتری آب + آلو بخارای خشک ۱۴ عدد + خاکشیر شسته شده یک قاشق پلو خوری + آبمیوه یک عدد یا نصف عدد لیمو ترش تازه شیرازی مخلوط گردد و این مخلوط یک تا دو ساعت خیسانده و سپس مصرف شود

برای رفع یبوست و عطش: ۲ الی ۳ لیوان شربت خاکشیر، یعنی خاکشیر شسته شده را در آب جوش بماند، و لَرَم که شد، با عسل طبیعی شیرین شود و مصرف گردد.

شربت سپستان (سبستان) که تشکیل شده از آب و ۳۰ عدد سپستان بزرگ تازه شیرین، برای رفع یبوست (یعنی ملین بطن) و مُسکَن عطش (یعنی کسیکه عطش کاذب یا عطش فراوان دارد)، مفید است.

توجه: سپستان برای کبد مضر است و مُصلح آن در سرد مزاج‌ها پَر گل محمدی (گلبرگ) و در سایرین عَناب است.

برای پیشگیری از تشنگی به نقل از أبوعلی سینا: تخم خُرفه که هفت بار دوغ تُرش روی آن ریخته، و خشک شود، سپس صبح و شب یا به همراه غذا مصرف شود.

اگر کسی بلغم شور دارد، درمان تشنگی و عطش او با نوشیدن آب جوش و لَرَم است و اگر کسی بلغم صفر دارد، درمان تشنگی اش آب آشامیدنی سالم و آب سرد عادی است. به شرط اینکه جرعه جرعه بنوشد و این مطلب فرمایش امام صادق ۷ است که فرمودند: مَصُّوا الْمَاءَ مَصًّا وَ لَا تَعْبُوهُ عَبًّا، یعنی آب را بصورت مکیدن متناوب بنوشید نه قورت قورت و نه به یکباره.

هر روز به مقدار نصف قاشق چای خوری نارمشک مخلوط عسل گردد و میل شود (ضد عطش و ضد تعریق زیاد و...) .

یک قاشق مرباخوری آبلیمو تُرش تازه مخلوط در یک لیوان آب آشامیدنی سالم بنوشد.

ب. تشنگی در قیامت

مواردی که باعث تشنگی در قیامت می‌شود:

دروغ بستن به خدا

حکم به غیر ما أنزل الله

نکته: این دو گروه بر طبق آیه ۹۳ سوره انعام مستحقّ عذاب الهون هستند. در تفسیر عیاشی عذاب هون را تشنگی در روز قیامت بیان کرده است. دشمن اهل بیت بودن: ناصبی بودن یعنی دشمن شیعه بودن که در روز قیامت گرسنه و تشنه محشور می شوند. شرب خمر (یعنی خوردن مست کننده ها چه جامد باشد مثل حشیش و ...، و چه مایع باشد مثل شامپاین، وُتکا، ویسکی و...) درمان:

بیان کلام خدای متعال و چهارده معصومین: (بدون کم و زیاد)، دوست واقعی خدا متعال و چهارده معصومین: و شیعیان ایشان بودن و کمک همه جانبه به ایشان و حافظ ایشان بودن (یعنی مؤمن بالفعل بودن و استمرار ایمان)، خوردن غذا و آشامیدن طاهر (پاک)، حلال و طیب (پاکیزه)، روزه گرفتن ماه مبارک رمضان، سیراب کردن شخص تشنه (مخصوصاً مؤمن تشنه)، خواندن دو نماز مستحبی خاص مربوط به چهارشنبه و جمعه (به کتاب جمال الأسبوع بکمال العمل المشروع، ص: ۱۴۱ و ص: ۱۴۸ و ۱۴۹ مراجعه شود)، مادر و پدری که بچه آنها در راه خدا شهید شده، و صبر در شهادت او کنند.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از بیماری‌های چشم

عواملی که برای چشم ضرر دارد:

۱- گرد و خاک، غبار گچ، سیمان، آهک، خاک گچ، جارو برقی، ۲- تلویزیون، موبایل، کامپیوتر، ۳- گرما، سرما، نور شدید خورشید یا لامپ پرژکتور، ۴- مواد قندی ساکاروز (شیمیائی و مصنوعی که ۲۰۰ برابر قند طبیعی، قند دارد)، قند، شکر، شیرینی جات قنادی‌ها، ۵- چربی زیاد، پیه، دنبه، روغن جامد، کله پاچه، میوه موز، تخم مرغ، کوکو، ته دیگ، سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی، ۶- دود، دوده، سیگار، قلیان، چپق، دود تریاک، دود ماشین (مخصوصاً دود گازوئیل که سرطان ریه نیز می‌آورد)، دود ناشی از سوختن روغن خوراکی و روغن موتور و واسکازین، روغن آلف، بنزین، نفت و...، ۷- بخارات مسموم مانند: استون، آمونیاک، ادکلن، عطرها، شیمیائی، مواد سفید کننده مانند: تیزاب، آب ژوال، وایتکس، اسپری‌های تمیز کننده، پیستوله‌های رنگ، رنگ‌های پلاستیک و روغنی، ۸- بیماری‌های فشارخون، چربی خون، قندخون، اوره خون، کراتین خون، ۹- مصرف سدیم زیاد مانند: نمک زیاد، شوری، نوشابه‌های گازدار، زیتون شور، خیار شور، آبمیوه‌های شیمیائی، ۱۰- اضافه وزن، چاقی، کم‌تحرکی، (لذا روزی نیم ساعت پیاده‌روی آرام در محیط باز حیاط یا پارک، لازم است)، ۱۱- رنگ‌های شیمیائی موی سر، سرمه‌های شیمیائی، ریمبل و...، ۱۲- زیاده‌روی در مصرف سبزی شوید (که علاوه بر ضعیف شدن نور چشم، باعث سست شدن زانو‌ها و در مردان باعث کاهش اسپرم می‌شود)

درمان تاری دید و ازدیاد نور چشم:

۱. میوه‌هایی که دارای بتاکاروتن که پایه ویتامین A است (مانند: هویج زرد، زرد آلو و...)، ۲. شب قبل از خواب: سرمه چشم با پودر سنگ سرمه سیاه اصفهان (سنگ آنتی مو آن = آنتیموان = استیب نیت)، باعث ازدیاد نور چشم و درمان و پیشگیری از آب مروارید میشود، ۳. هلیله سیاه، ۴. مصرف گندُر خوارکی، ۵. اگر صبح ناشتا به مدت ۴۰ روز، یک لیوان آب هویج زرد (زردک) را به همراه یک قاشق غذاخوری مغز خام تخمه آفتاب‌گردان بخورد، دید او قوی شده و یک درجه شماره عینک او کم میشود (همچنین قوه باه تقویت می‌شود)، ۶. خوردن آب، آب‌لیمو ترش تازه در کم کردن نمره عینک خوبست، ۷. قارچ خوراکی (= کماة = مَن = شَحْمَةُ الْأَرْض) بخورد و آب آن را نیز در ساک چشم (داخل پلک پائین) بچکاند (زیادکننده نور چشم و ضد درد چشم).

خشکی عصب چشم و کاهش دید شدید:

پرهیز شود از: ۱. دست نشسته به چشم زدن، ۲. به خطوط تلفن همراه و پیام کوتاه نگاه کردن، ۳. در نور ضعیف مطالعه یا خیاطی کردن، ۴. فاصله با کامپیوتر کمتر از ۳۰ سانتیمتر یا تلویزیون کمتر از سه متر بودن، ۵. آسانسورهای شیمیائی، ۶. قندهای شیمیائی، ۷. کافئین زیاد، ۸. چربی با ترانس بالا، ۹. فلفل، سس فلفل، ۱۰. غذای مانده، ۱۱. در ظروف تفلونی، برنجی، پلاستیکی، آلومینیومی و سربی غذا خوردن، ۱۲. اگر دیابتی (قندی) هستید، قند خون خود را منظم کنید.

درمان: ۱. به همراه ناهار یا إفطار: هلیله سیاه روزی دو تا سه عدد یا یک قاشق چای خوری پودر آن، مخلوط با روغن زیتون بخورد، ۲. بین روز یا عصرانه یا بین إفطار با سحر: یک لیوان آب زردک (هویج زرد ایرانی=جَزَر) مخلوط با عسل آویشن بنوشد، ۳. شب قبل از خواب: دو تا پنج عدد قره قاط سیاه (سیاه گیلَه=توت آبی اروپائی) مخلوط با عسل آویشن بخورد، ۴. به همراه شام یک عدد سیر بخورد، ۵. به همراه ناهار یک عدد پیاز بخورد، ۶. بعد از هر غذا آب سیب رسیده با عسل آویشن بخورد، ۷. نوک قاشق چایخوری پودر زعفران (به همراه غذا یا شربت یا آبجوش ولرم)، ۸. یک عدد قرص جینک سینگ (به شرطی که قند خون پائین نداشته باشد)، ۹. میوه شاه بلوط، ۱۰. گل نسترن، ۱۱. نخود فرنگی [توجه: زیاده روی در مصرف نشود؛ زیرا باعث ازدیاد اوره و ایجاد عقیمی شده و برای بیماران کلیوی و نقرسی خوب نیست؛ چون ماده ای بنام پورین دارد]، ۱۲. تمشک

آب سیاه چشم (گلو کوم) و آب مروارید (کاتاراکت):

برای ازدیاد نور چشم و پیشگیری و درمان بیماری شب کوری و بیماری گلوکوم (آب سیاه چشم) و بیماری کاتاراکت (آب مروارید) مصرف شود: ۱. به همراه ناهار یا إفطار: هلیله سیاه روزی دو تا سه عدد یا یک قاشق چای خوری پودر آن، ۲. بین روز یا عصرانه یا بین إفطار تا سحر: یک لیوان آب زردک (هویج زرد ایرانی=جَزَر)، ۳. شب قبل از خواب: دو تا پنج عدد قره قاط سیاه=سیاه گیلَه=توت آبی اروپائی، ۴. به همراه شام یک عدد سیر بخورید، ۵. به همراه ناهار یک عدد پیاز بخورید، ۶. بعد از هر غذا یک عدد سیب رسیده بخورید، ۷. نوک قاشق چای خوری پودر زعفران (به همراه غذا یا شربت یا آبجوش ولرم)، ۸. مالیدن گرد کوبیده تخم وسمه (از گیاه وسمه) در چشم، برای جلوگیری از آب آوردن چشم و جذب آب چشم در آغاز آب آوردن (آب مروارید) نافع است، ۹. شب قبل از خواب: سُرْمه چشم با پودر سنگ سُرْمه سیاه اصفهان (سنگ آنتی مو آن=آنتیموآن=استیب نیت)، باعث ازدیاد نور چشم و درمان و پیشگیری از آب مروارید میشود، ۱۰. خوردن نخود فرنگی (بخاطر لوتئین) [توجه: زیاده روی در مصرف نشود؛ زیرا باعث ازدیاد اوره و ایجاد عقیمی شده و برای بیماران کلیوی و نقرسی خوب نیست؛ چون ماده ای بنام پورین دارد]، ۱۱. دمکرده گل نسترن (کاهش

دهنده آلبومین)، ۱۲. قارچ خوراکی (= کماة = مَن = شَحْمَةُ الْأَرْض) بخورد و آب آن را نیز در ساک چشم (داخل پلک پائین) بچکاند.

درمان فشار چشمی بالا:

یک استکان جوشانده هسته خرما خورده و چند قطره از جوشانده هسته خرما در ساک چشم (داخل پلک پائین) بچکانید.

درمان ضعف دید چشم که منشأ آن وجود آلبومین بالا و اوره بالا در خون و ادرار است:

۱. دمکرده ۵۰ گرم اُمُّ وَجَعِ الْکَبِد (گیاه سنگ شکن) در یک کیلو آبجوش ۱۵ دقیقه و آب صاف کرده، آنرا صبح، ظهر و شب بخورید، ۲. میوه ازگیل بخورید، ۳. میوه انگور بخورید، ۴. دمکرده گل نسترن برای درمان آلبومین بالا مفید است.

درمان ضعف بینائی، پاکسازی چشم، کبد چرب و طبع گرم:

۱- اکتحال (سرمه کشیدن) عصاره شاهتره به چشم، ۲- قبل از هر غذا (یعنی صبح، ظهر و شب) دمکرده شاهتره (گل، برگ، ساقه بدون ریشه) بخورید، یعنی چهار گرم از آنرا در یک لیوان آبجوش به مدت ۱۵ دقیقه دم کنید، سپس بصورت گرم مصرف کنید. توجه: زیاده روی در مصرف شاتره (شاهتره) نشود؛ زیرا باعث لرز، تشنج و مرگ می شود، تذکر: برای زن حامله و مادر شیرده مصرف شاهتره خوب نیست. تبصرة: عرق شاهتره خوب نیست؛ زیرا خواص اصلی شاهتره را ندارد.

شب کوری:

بیماری رتینیت پیگمانتر (Retinitis Pigmentosa) یا RP شبکیه چشم شایع ترین علت شب کوری است.

پیشگیری از بیماری شب کوری: هیچ گاه غده در ران گوسفند و... را نخورید؛ زیرا شب کوری می آورد (لذا گوشت چرخ کرده از بیرون تهیه نکنید و از مصرف سوسیس و کالباس پرهیز کنید) و شبها میوه بالنگ و مربای بالنگ نخورید که لوچی و انحراف چشم می آورد.

درمان: ۱. مالیدن گرد چوب آبنوس با آب بر چشم بصورت محلول برای رفع شب کوری و حفظ سلامت چشم و اکثر بیماری های چشم مفید است، ۲. به همراه ناهار هلیله سیاه روزی دو عدد یا یک قاشق چای خوری پودر آن، ۳. عصرانه: یک لیوان آب زردک (هویج زرد ایرانی)، ۴. شب قبل از خواب:

دو تا پنج عدد قره قاط سیاه (سیاه گیلَه=توت آبی اروپائی) بخورید، ۵. به همراه شام یک عدد سیر بخورید، ۶. به همراه ناهار یک عدد پیاز بخورید، ۷. شب‌ها به ستارهٔ اَسْلَم در آسمان نگاه کنید.

درمان ورم ملتحمهٔ چشم (رَم):

سُرمه با پودر سنگ آنتیموآن (پودر سنگ سُرمه اصفهان= اِثمد)

قرمزی چشم:

سه قطره از جوشانده برگ بارهنگ (تازه جوش) در ساک چشم (داخل پلک پائین) بریزید. توجه: در پیکِ بارِ نورخورشید (ساعت ۱۰ صبح تا دو بعد از ظهر) نباشید، در زیر نور پرژکتور و نور لامپ نوک مدادی نباشید

سوزش چشم:

۱. صبح ناشتا آب زردک بنوشد، ۲. قبل و بعد از غذا آویشن به‌مراه نمک بخورد، ۳. از جوشاندهٔ برگ بارهنگ قطره در ساک چشم (داخل پلک پائین) بچکاند

خشکی چشم:

علل خشکی چشم: ۱. دیابت بالا یا دیابت نوسانی، ۲. کارکردن با مواد آرایشی (آرایشگرهای زنانه)، یا کارخانه‌ای (رنگرزی شیمیائی) یا محیط آزمایشگاهی، ۳. از کار افتادن غدهٔ اشکی و رطوبتی، ۴. سنگ مجرای اشک چشم.

درمان خشکی چشم:

۱. صبح و شب: یک قطره گلاب خالص بدون اسانس را در ساک چشم بچکانید، ۲. شب قبل از خواب: یک قطره روغن بنفشهٔ طَبّی بدون اسانس در ساک چشم بچکانید، ۳. یک عدد پیاز با ناهار بخورید، ۴. یک عدد سیر با شام بخورید.

درمان گُل مُژه:

۱- دست نشسته و حوله و دستمال به صورت و چشم‌ها نکشید، ۲- در روز چند قطره از جوشاندهٔ برگ بارهنگ در ساک چشم (داخل پلک پائین) بچکانید، ۳- شب‌ها با شامپو بچّه، روی گُل مُژه بمالید، چند دقیقه صبر کنید، سپس با آب بشوئید.

درمان ناخنک چشمی:

روزی ۱۴ عدد عَنَاب با عسل طبیعی گُون بخورید.

تنبلی چشم:

در این بیمار باید تقویت عضلات چشم نمود، به این صورت که روزی سه قاشق شیر خرمای بخورد، و همچنین ورزش چشم دهد یعنی به سمت بالا و پائین و چپ و راست نگاه را بچرخاند و شبی دو عدد میوه شاه بلوط بخورد.

درمان پُف چشم:

اگر ناشی از ازدیاد چربی خون باشد، کدو مسمی با پوستش بخورند، اگر ناشی از کم کاری تیروئید باشد، تره فرنگی، دَرْت بخورند، اگر ناشی از پُرکاری تیروئید باشد، گُل گاوزبان، گُل نسترن بخورند

سیاهی دور چشم:

گاهی بخاطر کم خونی شدید است (درمان: عسل، خرما، سیب درختی رسیده شیرین)، گاهی بخاطر پُرکاری تیروئید است (درمان: گل گاوزبان)، گاهی بخاطر جوش زدن و غصه خوردن است (درمان: مربای گُل بهارنارنج)، گاهی بخاطر اُفت مایعات خونی و پلاسما است (درمان: آب و عسل، آبجوش ولرم و عسل، دوغ شیرین کم چرب با کشمش)، گاهی بخاطر ضربه یا تصادف است، گاهی بخاطر دخانیات و مواد آفیونی است، گاهی بخاطر مشکلات ریوی است، هر کدام که بود، درمان کنید.

درمان گودی چشم:

مربای زردک (هویج زرد) طبیعی، مربای سیب طبیعی، هلیله خُرد شده با عسل گُون

چشم زخم و سحر:

۱. سیب خوردن (سیب قرمز معطر، سیب زرد رسیده، سیب گلاب خراسان)، ۲. شب به همراه شام یا قبل از خواب: هفت برگ کاسنی خوردن. ۳. هر جا می رود و هر چه می خورد و می آشامد بسم الله بگوید و آخرش الحمد لله گوید، ۴. هنگام بیرون رفتن از خانه معوذتین (سوره فلق و ناس) بخواند که تا وقتی که باز می گردد از چشم نظر در امان باشد، همچنین هنگام خروج از منزل ۱۰ مرتبه سوره قُل هُوَ الله را بخواند تا از محفوظین باشد، و همچنین هنگام خروج از منزل سه مرتبه آیه الکرسی را بخواند تا خداوند متعال از او محافظت کند. ۵. بعد از نماز شب، آن یک رکعت و تر که تمام شد آیه ۳۵ سوره قصص را هفت مرتبه بخواند [توجه: لفظ قَالَ در اَوَّل آیه را نگوید] تا از این سحر تا سحر دیگر از سحر هر ساحری در امان باشد.

درمان تعدادی از بیماری‌های دستگاه تنفس و ...

مواردی که باید پرهیز شود:

۱. گرد و غبار (خاک، خاک گچ، سیمان، گچ و ...)
 ۲. دوده و دود (سیگار، چُپُق، قلیان، پیپ و یا موادّ آفیونی، مخصوصاً دود برگ و دودهای سرخ‌کردنی) و اِمدی‌اف (بخار آن و سوختن آن)
 ۳. بخارات مسموم (اِستون، آمونیاک، آرسنیک، آب ژاول، وایتکس، جوهر نمک و مواد سفید کننده)
 ۴. هوای آلوده و ذرات سنگین معلّق در هوا (سُرب، جیوه و ...)
 ۵. مشتقات شیمیائی (موادّ پتروشیمی مثل سوسک‌کش‌ها و انواع اُدکلن‌ها و عطرهاى شیمیائی)
 ۶. غذاهای سرخ‌کردنی و غذاهای بودادنی و میوه نارنگی
 ۷. آب داغ سوزان (چای داغ، قهوه داغ، نسکافه داغ)
 ۸. کافئین‌زیاد (چای مانده، چای پُرنرنگ، کاکائو، نسکافه، قهوه، شکلات)
 ۹. سیاه‌دانه
 ۱۰. زنیان
 ۱۱. آب سرد تگری، یخ، غذاهای سرد یخچالی، بستنی
 ۱۲. پشت پنجره خوابیدن، پشت در خوابیدن، سوار موتور شدن
 ۱۳. پُرز (پتو، خَر، قالی)، پُرزکیوی، پُرزهلو، پُرزیه، پوست بادام زمینی
 ۱۴. سوخت‌های فسیلی (دود نفت، دود گازوئیل، بخار بنزین، دود سوخت چوب)، آئروسل (ذرات معلّق در هوا)
 ۱۵. استرس (نگرانی مستمرّ)، جوش زدن
 ۱۶. محیط بسته، هوای بسته، دریافت اکسیژن کم
 ۱۷. کابینت‌های اِم دی اِف (زیرا فرمالدئید و وینیل موجود در آن موجب اختلالات تنفّسی و بروز آسم و سرطان بینی و ... می‌شود).
 ۱۸. شکستن لامپ‌مهتابی و لامپ‌های کم‌مصرف و تصاعد گاز و پودر داخل آن
- تذکر: ۵۲ درصد کودکان بیزارینی به آسم (= تنگی نفس = نوعی واکنش آلرژیک) مبتلا می‌شوند.

تقویت ریه:

یک عدد انار شیرین، ترب سیاه، یک ساقه کرفس، کاهو (بدون سُس) به همراه غذا، یک لیوان شیر تازه گاو کم‌چرب، یک قاشق عسل طبیعی، ۲۱ عدد مویز، ۱۴ عدد مغز خام بادام شیرین درختی،

بعد از غذا هفت عدد خرما خشک رسیده مرغوب، هفت عدد فندق تازه خام، یک قاشق چای خوری روغن فندق

درمان آسم خفیف:

۱. روزی ۲ استکان آب شلغم (در کودکان بالای دو سال، یک استکان)، ۲. روزی ۲ استکان آب زردک = هویج رسمی (در کودکان بالای دو سال، یک استکان)، ۳. روزی ۱۵ دقیقه در نور مستقیم آفتاب بازی کند (زیرا یکی از علل ایجاد آسم، کمبود ویتامین D می باشد)، ۴. شنا در عمق کم آب بهداشتی سالم، ۵. دوچرخه سواری آرام در سطح مستوی

درمان آسم متوسط و شدید:

۱. خوردانه (اجقو)، ۲. جوشانده برگ بارهنگ، دمکرده تخم بارهنگ، ۳. دارو مرگبه: ریشه اریسا، بسفایج، گل ختمی خبازی، ریشه شیرین بیان، تخم گشنیز، شکر تیغال (تیقال)، مرزنجوش، آویشن، مریم گلی، از هر کدام ۲۵ گرم، همگی را مخلوط کند و ۱۶ قسمت کند و هر روز یک قسمت آن را بجوشاند و یک استکان از آن بخورد.

درمان تنگی نفس در سالمندان و میانسالان:

۱. اول شب یک استکان از جوشانده مخلوط گل زوفا و ریشه اریسا به نسبت مساوی
۲. پیاده روی آرام در سطح مستوی در حیاط یا پارک (در نور مستقیم آفتاب بمدت ۱۵ دقیقه که برای دریافت ویتامین D لازم است)
۳. خوردن مخلوط آب سیب تازه با آب زردک تازه (هویج زرد) که جهت دریافت ویتامین A لازم است

۴. شنا کردن در آب بهداشتی سالم (استخر، دریاچه، دریا، برکه، رودخانه ...)

* توجه: مواردی که برای تنگی نفس بسیار خوب است: ۱. تخم آمله، ۲. تخم کرفس، ۳. تخم اسپند، ۴. دانه انیسون = بادیان رومی (ضد سرفه، ضد برونشیت، ضد سرفه)، ۵. آویشن (برای درمان سیاه سرفه و تنگی نفس خوبست)، ۶. نعنا با مصطکی (صمغ درخت پسته جنگلی) جویده شود (برای درمان تنگی نفس خوبست)، ۷. سوپ جو، ۸. روزی ۱۴ عدد عنب رسیده را با یک قاشق غذاخوری عسل آویشن بخورید، افراد سرد مزاج هم می توانند عنب را با مویز (کشمش انگور سیاه) بخورند.

کنترل حمله‌های آسم و برونشیت و رفع سکسکه و ضد عفونی کننده بسیار قوی:
اسانسِ قُسطِ بحری (گُوستِ بحری)

تسکین سرفه (سعال)، رفع تنگی نفس (ضيق النَّفَس = آسم)، سخت نفس کشیدن (عُسْرُ النَّفَس):

دمکرده مخلوط پَر سیاوش + رازیانه + انجیر، به نسبت مساوی

نفس کم آوردن در هنگام راه رفتن:

۱. اضافه وزن خود را درمان کند، ۲. کم تحرک نباشد (روزی نیم ساعت پیاده روی آرام در سطح مستوی در هوای آزاد داشته باشد).

درمان برونشیت و ذات الریه:

۱. جوشانده گل ماهور، ۲. جوشانده پنیرک (گل ختمی خبازی)، ۳. جوشانده گل آفتابگردان، ۴. خوردن مخلوط آب سیب رسیده تازه با آب زردک (هویج رسمی یا هویج وحشی)، ۵. به همراه غذا سیاه دانه و رازیانه خورده شود (در درمان آسم برونشیتی مفید است)، ۶. جوشانده برگ بارهنگ روزی سه فنجان (در درمان آسم برونشیتی مفید است).
ضد آسم و ضد برونشیت:

۱- جوشانده عَناب مخلوط با عسل، ۲- جوشانده علف هفت‌بند مخلوط با عسل، ۳- گل ختمی خبازی (پنیرک) مخلوط با عسل

درمان آپنه یا توقّف تنفّسی (در دم یا بازدم، در بیداری یا به هنگام خواب) یعنی درمان بیماری آپنیک:

مواردی که باید پرهیز شود: چربی‌های با ترانس بالا (موز، جگرسیاه، ته‌دیگ، خامه، سرشیر، کیک خامه‌ای، رولت، نارنجکی، روغن جامد، کله پاچه، روغن پالم یا روغن نخل روغنی)، قندهای شیمیائی (قند و شکر، شیرینی جات قنادی‌ها)، غذاهای تند و تیز (لفل، سُس فلفل)، اسانس‌های شیمیائی (نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های شیمیائی)، خوردن تخم مرغ (کوکو، نیم رو) در شب.
دکتر سعید مرزبان راد (فوق تخصص تنفس و سینه) گوید: استرس‌های شبانه و ناراحتی‌های قلبی نیز سبب آپنیک (توقّف تنفّسی) می‌شوند.

درمان: ۱- هر روز روغن بادام تلخ به بینی بکشید یعنی استنشاق آن (= سعوط مع دهن لوز مر)، ۲- هر روز یک قاشق غذاخوری روغن زیتون خوراکی طبیعی با ناهار و یک قاشق غذاخوری روغن زیتون خوراکی طبیعی با شام، ۳- هر شب بخور مرزنجوش (در درمان تنگی نفس= عسر النفس)، ۴- وسط روز یک عدد خرمالوی رسیده یا گل خرمالو یا برگ آن، و همچنین عصرانه یک عدد خرمالوی رسیده شیرین میل شود.

گرفتگی صدا:

علل گرفتگی صدا: ۱. ریفلاکس (برگشت اسید معده به مری و گاهی به فضای دهان)، ۲. لارنژیت (التهاب حنجره)، ۳. یبوست، ۴. سرماخوردگی شدید، ۵. بیماری خروسک، ۶. خلط چسبنده، ۷. کم آبی بدن و تشنگی شدید، ۸. کم کاری غده تیروئید، ۹. کمی هورمون های جنسی زنان در زنان، ۱۰. کمی هورمون های جنسی مردان در مردان، ۱۱. سرطان حنجره، ۱۲. غذای داغ، نوشیدنی داغ، ۱۳. غذای سرد تگری، آشامیدنی سرد تگری، ۱۴. انواع دود (سیگار، چوب، برگ، گازوئیل، پلاستیک)، ۱۵. سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی، فست فودها، ۱۶. زیاده روی در مصرف بادمجان، گشنیز، ۱۷. کافئین زیاد (چای، قهوه، کاکائو، شکلات، نسکافه)، ۱۸. پوست انگور، پوست کیوی، پوست بادام زمینی، پوست هلو، ۱۹. غذاهای تند و تیز، ۲۰. پُر خوری، بد خوری، پُفتل خوری، ۲۱. جیغ زدن، داد زدن

درمان عمومی گرفتگی صدا:

۱. صبحانه یا سحری: شیر تازه گاو، کم چرب مخلوط با عسل گون، ۲. به همراه ناهار و شام و یا به همراه افطاری و سحری: کاهو (بدون سس)، و سبزی شاه تره، ۳. عصرانه یا قبل از شام یا بعد از شام: انار شیرین، یا رب انار شیرین طبیعی، ۴. ناهار یا سحری: خورش ران خروس (بدون پوست) که با روغن زیتون خوراکی درست شده باشد، خورش سردست گوسفند که با روغن زیتون خوراکی درست شده باشد، یا خورش ماش (بدون پوست) مخلوط با روغن بادام شیرین طبیعی، یا پلو ماش (بدون پوست) مخلوط با روغن بادام شیرین طبیعی، ۵. در بین روز یا عصرانه یا بین افطار تا سحر: الف. با لعاب به دانه غرغره کنید و قورت دهید، ب. با لعاب اسفرزه غرغره کنید و قورت دهید (درمان گلو درد و گرفتگی صدا)، ۶. شب قبل از خواب: آب سیب رسیده شیرین تازه مخلوط با عسل طبیعی گون میل کنید

درمان بیماری خروسک:

جوشانده نخود زرد

درمان گرفتگی گلو و گرفتگی صدا در تغییر شرائط آب و هوایی:

شکر تیغال + تخم کچونه + بارهنگ + تخم ریحان + نشاسته + صمغ عربی

رفع خَفَقان، صاف کننده صدا و آواز:

۱- نصف قاشق جایخوری کُنْدَرِ مرغوب خوراکی (اللُّبَان) را با نصف قاشق چای خوری صَمغِ درخت پسته جنگلی (مصطکی = مستکی) بکوبید و بخورید (برای افراد سخنران، معلّم، مدّاح، قاری قرآن و استاد، بسیار خوب است)، ۲- انار شیرین با پرده نازک روی دانه ها، ۳- دمکرده گُل ختمی خَبّازی (گُل پنیرک).

درمان ورم حَلَق، درمان بیماری لارنژیت (التهاب حنجره)، درمان درد و سوزش گلو:

مخلوط پودر فلوس با آب سبزی کاسنی را غرغره کنید.

درمان ناراحتی های حلق و گلو و درمان ورم گلو و مخاط گلو:

جوشانده ۵۰ گرم برگ آژگیل در یک کیلو آب.

درمان درد گلو:

۱. دمکرده میوه آبنوس (به صورت غرغره)، ۲. غرغره کردن با آب إسفناج، ۳. دمکرده به دانه، ۴. با محلول سرکه طبیعی غرغره کنید، ۵. جوشانده نخود زرد.

درمان تورّم لوزه های جانبی و لوزه سوم:

پرهیز شود از: خوردن میوه نارنگی و کافئین زیاد (چای پُررنگ، چای مانده، قهوه، شکلات، نسکافه، کاکائو)

درمان: ۱. با سرکه سیب غرغره کند و بیرون بریزد، یا با محلول آب نمک غرغره کند و بیرون بریزد، ۲. با آب اسفناج غرغره کند و بیرون بریزد.

درمان بلغم اضافی، درمان خلط اضافی و مخاط اضافی:

هر یک از آنزوت (صمغ سفید، قرمز، زرد رنگ) و مغز گردو را آسیاب کرده و به نسبت مساوی مخلوط کنید، و هر روز یک قاشق مرباخوری میل کنید.

دفع خلط اضافی و دفع أخلاط زیاد و لزج و دفع و رفع خلط چسبنده:

صبح: شیر عسل، عصر: مخلوط قُسطِ شیرین (=قسط عربی= خولنجان عربی) با نیم گرم افسنتين، شب قبل از خواب: آب سیب عسل

درمان خلط خونی گلو و گرفتگی صدا:

خوردن میوه تمشک، مربای تمشک، لعاب به دانه، جوشانده خرما، پیچک مو (پیچک درخت انگور)، میوه شاه بلوط

درمان سرفه های خلطی:

صبح ها: عسل رقیق شده (عسل استوخدوس)، شب ها: آب سیب عسل، هر ۸ ساعت یک قاشق مرباخوری شربت گیاهی تیمیان مصرف کند (بچه شیرده و یا حامله نباشد).

درمان سرفه های خلطی چسبنده:

صبحانه: شیر عسل، وسط روز: آب شلغم عسل، عصرانه: خرمالو یا جوشانده کاسبرگ و دُمبرگ خرمالو، شب: جوشانده یا دَمکرده گل زُوفا، شبها بعد از شام: آب سیب عسل.

سرفه های خشک:

پرهیز شود از: سرخ کردن، سرما، گرمای خشک، میوه نارنگی، شکلات، ترشی جات، ماست و دوغ خوردن در شبها

درمان: ۱. میوه خرمالو، ۲. دَمکرده کاسبرگ خرمالو، ۳. جوشانده آب نخود زرد (حتی در درمان بیماری خُروسک نیز مؤثر است)، ۴. جوشانده گل زُوفا، ۵. دَمکرده گل ختمی خبازی (ضد سرفه، ضد خشونت صدا، ضد رو دل)

تذکر: اگر این سرفه ها ناشی از آلودگی هواست در پیک بار ترافیک بیرون از منزل نباشند مثل صبح ها ساعت ۱۰ تا ۲ بعد از ظهر، و ۵ بعد از ظهر تا ۷ شب، یا حداقل ماسک کاغذی جلوی صورت بگذارند (عمر مفید این ماسک ها ۲ ساعت است)، اگر گرد خاک بود ماسک را مرطوب به آب کند، اگر

بخارات مسموم (استون، روغن واسکازین، آرسنیک، مواد سفید کننده و...) ماسک خود را مرطوب به سرکه کند.

درمان سرفه های خشک مُزْمِن:

سه مثقال شکر تیغال (تیقال) + چهار مثقال گُلِ زوفا + پنج مثقال عَنَاب ، پودر نموده و به مقدار یک قاشق چای خوری از این مخلوط در یک استکان آبجوش، دَم بکشد، و لرم که شد هم بزنند، غرغره کنند و قورت دهند.

درمان سرفه های خشک رطوبتی:

مخلوط گُنْدُر خوراکی مرغوب با صمغ عربی (به نسبت مساوی) بجوید و بخورید.

تسکین سرفه:

۱- مخلوط آب ریحان تازه با شیر تازه را غرغره کنید و قورت دهید، ۲- هفت عدد انجیر پخته را بفشارید و آبِ آنرا غرغره کنید و قورت دهید.

درمان انواعی از سرفه:

۱- حریره بادام، ۲- مربای به، ۳- دمکرده یا جوشانده یا شربت عَنَاب، ۴- جوشانده عدس را غرغره کنید و قورت دهید، ۵- فندق تازه و روغن فندق، ۶- میوه خرمالوی رسیده، ۶- خورششت بامیه، ۷- بُخور سیاهدانه، ۸- سبزی تره و تره فرنگی، آب جوشانده ایندو را غرغره کنید و بخورید، ۹- قُدومه شیرازی (ضد سرفه و ملین)، ۱۰- کسانیکه سرفه های خشک عصبی دارند: دمکرده و جوشانده آویشن و نعنا

سرفه های شبانه: علل مختلفی دارد:

اگر بخاطر سینوزیت است: روغن بنفشه در بینی بچکانید، بخور اکالیپتوس دهید.
اگر بخاطر ترشحات پشت حلق (نزله) است: صبحانه شیر عسل، بین روز آب شلغم عسل، شب آب سیب عسل.

اگر بخاطر ریفلاکس معده است: سیب بعد از غذا، انار بعد از غذا بخورید سپس راه بروید.
اگر بخاطر بیماریهای انسدادی ریه مانند COPD و... و آسم است: شیر عسل، آب هویج زرد (زردک) با عسل، جوشانده برگ بارهنگ با عسل، دمکرده خوردانه با عسل.

اگر بخاطر حساسیت فصلی است: صبح غسل، شیر غسل، بعد از هر غذا سیب بخورید.
اگر بخاطر حساسیت نسبت به پروتئین ماست و دوغ است: شب ماست و دوغ نخورند، بعد از غذا سیب، شب قبل از خواب آب سیب با غسل بخورید

درمان ازدیاد فشار خون ریوی (PH):

۱- صبحانه شیر تازه گاو کم چرب با غسل گون، ۲- وسط روز میوه گلابی رسیده شیرین، ۳- عصرانه انار شیرین، ۴- مغرب آب و آبجوش ولرم با غسل گون، ۵- به همراه ناهار و شام کاهو بدون سُس و سبزی ریحان کوهی، ۶- شب قبل از خواب آب سیب سرخ معطر مخلوط با غسل گون

آمبولی ریه:

کرفس خام به همراه غذا، در ۲۴ ساعت ۸ لیوان آب و آبجوش ولرم بنوشید (یعنی هر ۶ ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آبجوش ولرم)

غلظت خون، آلودگی هوا، گرما و آلودگی محیط کار (مانند: معادن، مکانیکی ها، ریخته گری و...):

درمان: ۱- زن و مرد، خیسانده عَناب و زرشک بخورند (به مقدار یک تا دو استکان)، ۲- مردان هر شش ماه نصف واحد خون بدهند (یا یک حجامت تر انجام دهند)، ۳- زنان دارای قاعدگی و ماهیانه منظم باشند.

محیط آلوده، هوای آلوده، بالا بودن آلودگی هوا، مسمومیت با سُرَب (سُرَب از طریق تنفس وارد ریه ها و بدن و خون شده):

درمان: ۱- حتماً صبح قبل از بیرون آمدن از منزل شیر تازه گاو مخلوط با غسل طبیعی خورده (اگر هر هشت ساعت یک لیوان شیر بخورید، بهتر است)، و ماسک دوجداره بزنید یا دستمال نخی چندلا جلوی بینی و دهان بگیرید، ۲- بعد از هر غذا، یک عدد سیب رسیده شیرین طبیعی بخورید؛ زیرا سیب، پکتین دارد و پکتین موجود در سیب، باعث جذب سُرَب بدن میشود و از طریق ادرار دفع می شود.

توجه: در زمان آلودگی هوا، از منزل بیرون نیایید، مگر از باب ضرورت، و حتماً در پیک بار ترافیک (از ۱۰ صبح تا دو بعدازظهر، از پنج بعدازظهر تا هفت شب) در منزل باشید و از منزل بیرون نیایید.

تخریب ریه (بر اثر استعمال دخانیات):

صبح: عسل رقیق شده، وسط روز: یک لیوان آب پرتقال، عصرانه: یک لیوان آب لیمو شیرین، شب: آب سیب عسل
 توجه: مصرف کدو و تخمه کدو در پیشگیری از سرطان ریه بسیار موثر است و اشخاص سیگاری و حتی آنهایی که با این اشخاص زندگی می کنند و به اصطلاح سیگاری دست دوم هستند، برای اینکه مریض نشوند باید از کدو استفاده کنند.

سارکوئیدوز ریوی:

سوپ کَلَم، سوپ سیر، تره فرنگی، کدو (حلوائی با رب انار شیرین، مُسمی با پوستش)، گل بنفشه (طبی، کوهی) با عسل استوخدوس، کاهو بدون سُس و کرفس به همراه ناهار و شام، آویشن و نعنا (ضد سرفه های خشک استرسی و عصبی)، روغن زیتون، زردک (هویج زرد رسمی)
 توجه: اگر بیمار ورم دارد، برای درمان آن: بعد از غذا سیاهدانه، و عصرانه: دمکرده گزنه مخلوط با عسل بخورد.

درمان بیماری سل و سرطان ریه:

۱. صبح آب و آبجوش ولرم با یک قاشق چای خوری پودر گل اُستوخدوس با عسل اُستوخدوس یا با عسل زنجفیل
۲. صبحانه شیر با عسل اُستوخدوس یا با عسل زنجفیل
۳. بین روز و عصرانه دمکرده سیاهدانه با عسل اُستوخدوس یا با عسل زنجفیل.
۴. عصرانه یک قاشق چای خوری پودر اُفتیمون در یک لیوان آب با عسل استوخدوس یا با عسل زنجفیل
۵. مغرب آب، آبجوش ولرم با عسل اُستوخدوس یا عسل زنجفیل
۶. شب قبل از خواب آب سیب طبیعی با عسل اُستوخدوس یا عسل زنجفیل
۷. مصرف کدو و تخمه کدو در پیشگیری از سرطان ریه بسیار موثر است.
۸. کنگر فرنگی، خارمریم و کنگروحشی، هر سه ضد سرفه های شدید و ضد بیل ریوی پیشرفته و ضد سرطان میباشند.
۹. ریحان کوهی (بادروج= الحوک) ضد بیماری سل است (کتاب طب الائمه، علامه شبر) به همراه ناهار و شام مصرف شود.
۱۰. زردآلوی رسیده، ضد سرطان است بویژه سرطان ریه و پانکراس.

۱۱. سُماق با ناهار و شام بخورد.

۱۲. میوهٔ عَنَاب رسیده را بجوشانید و پس از ولرم شدن به نسبت مساوی با آب کاهو مخلوط کنید، سپس میل نمایید (درمان لخته، درمان پلاک و درمان سرطان).

۱۳. با ناهار و شام نان برنجی بخورد (درمان سِل ریوی و خونی).

درمان عفونت ریه و انواع عفونت‌های دیگر، درمان خس‌خس سینه، سرفه‌های کهنه، سرماخوردگی کهنه و درمان فتق دیافراگم (هرنی دیافراگماتیک):

صبح ناشتا: یک قاشق غذا خوری عسل استوخدوس مخلوط با یک لیوان آب آشامیدنی سالم، عصرانه: یک قاشق غذا خوری عسل استوخدوس مخلوط با یک لیوان آب شلغم تازه، شب: یک قاشق غذا خوری عسل استوخدوس مخلوط با یک لیوان آب سیب رسیدهٔ تازهٔ شیرین

درمان تب‌های بلغمی (موکوسی) ضد حساسیت و آلرژی، درمان گلو درد، درمان عفونت‌های ریوی، تنظیم کارکرد بدن و متابولیسم:

۱- کورتیزول گیاهی= خرما (سرشار از منیزیم، که ضد سرطان است)، ۲- دمردهٔ خرما و شنبلیله

درمان تب شدید:

۱. پا شوره مفید است، ۲. کم کردن لباس‌ها، ۳. دادن آب‌سیب تازه (در کودکان شش ماه به بالا دادن سه قاشق پلو خوری در سه وعده مختلف، در بزرگتر از دو سال سه استکان در ۲۴ ساعت، در بزرگسالان دو لیوان در ۲۴ ساعت)، ۴. مقداری حنا را با سرکه طبیعی (سیب یا انگور عسکری) مخلوط کرده بگونه‌ای که نه سفت باشد و نه شُل، سپس در قسمت گودی کف هر دو پا میگذاریم، به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه صبر کرده سپس کف پاها را با آب سرد شسته، توجه: کف پا بعد از مدت تعیین شده باید شسته شود و گرنه تب و دمای بدن همینطور پائین می‌آید.

آب آوردگی ریه:

۱- صبح ناشتا دمردهٔ گل استوخدوس، ۲- به همراه غذا سیاه‌دانه و پودر زنجفیل

سرما خوردگی:

پیشگیری: ۱. پشت پنجره و پشت در که محل جریان هوای سرد است، ن خوابند، ۲. بستن سینوس‌های فوقانی و کمر هنگام خواب، ۳. شستن بینی با آب ولرم قبل از هر وضو، ۴. در محیط منزل بخور پیاز یا بخور اکالیپتوس باشد.
درمان:

۱. صبح‌ها یک لیوان آب جوشیده ولرم مخلوط با یک قاشق مرباخوری عسل طبیعی بخورید. ۲. ظهرها شلغم بخورید، ۳. شب‌ها آب سیب طبیعی مخلوط با عسل طبیعی بخورید، ۴. یک پیاز را چهار قاچ کرده و در چهار گوشه اتاق گذاشته شود تا سایرین دچار سرماخوردگی نشوند، ۵. اگر شخصی دچار گرفتگی گلو شده سرکه سیب یا انگور عسکری رقیق شده غرغره کند و بیرون ریخته شود. ۶. اگر شخصی گرفتگی بینی دارد، بخور اکالیپتوس بدهد. ۷. اگر شخصی دچار آبریزش بینی باشد، بخور دانه‌های سیاه اسپند بدهد. ۸. اگر شخصی زود به زود سرما میخورد و دچار سرماخوردگی طولانی می‌شود، وسط ناهار یک پرتقال شیرین و وسط شام یک لیمو شیرین مصرف کند، ۹. مصرف میوه انار خاصیت ضد سرماخوردگی دارد.

آلرژی:

باید دانست: تعداد باکتری‌های موجود در بدن (چه مفید و چه غیر مفید)، ۱۰ برابر سلول‌های کل بدن هستند و اکثر باکتری‌ها برای بدن مفید هستند لذا باکتری‌ها غالباً همیار بدن هستند (گرچه بعضی از باکتری‌ها برای بدن مضر هستند). متنوع‌ترین موجودات و زیاده‌ترین آنها، باکتری‌های موجود در روده انسان است.

تبصره: اگر باکتری‌های مفید روده کم باشد، دچار آلرژی می‌شوید.

توجه: مصرف خود سرانه آنتی بیوتیک‌ها یا مصرف مداوم آنها علاوه بر اینکه برای کبد و برای کلیه‌ها ضرر دارد، باعث کاهش گوناگونی باکتری‌های مفید بدن می‌شود که برای بدن خطر زا هست از جمله آلرژی می‌آورد.

باید دانست: رطوبت زیاد و کمی نور خورشید یا عدم استفاده از نور خورشید (مانند آپارتمان نشینی) آلرژی می‌آورد لذا در کشور انگلستان از هر سه نفر، یک نفر آلرژی دارد ولی در کشور های نزدیک خط استوا در آفریقا از هر ۱۵۰۰ نفر، یک نفر آلرژی دارد.

توجه: مواد پروبیوتیک خاصیت ضد آلرژی دارند نظیر ماست و دوغ (قبل از غذا مصرف شود)، و پنیر با گردو (در شب مصرف شود).

تذکر: ضد آلرژی و ضد آسم (ضد یک نوع آلرژی خاص): میوه جات طبیعی، انار، سیب، خرمالو، کاهو (بدون سُس) و سبزی جات سالم طبیعی است.

حساسیت فصلی: عوامل آلرژی زا (حساسیت زا) تاکنون ۹۰ نوع شناسائی شده است، که یکی از آنها حساسیت فصلی است.

درمان: ۱- باید از ماسک کاغذی استفاده کرد و هر دو ساعت ماسک را عوض کرد، یا پارچه نخی آغشته به سرکه طبیعی سیب جلوی بینی و دهان بگیرید، ۲- صبح ها: شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل طبیعی گون، ۳- قبل از ناهار: خوردن خیار بوته ای طبیعی (بدون آفت گیاهی و سموم شیمیائی و بدون پارافین و...)، ۴- بعد از ناهار: یک عدد سیب رسیده شیرین طبیعی (بدون آفات گیاهی و سموم شیمیائی و بدون سم چسب)، ۵- به همراه شام کاهو طبیعی بدون سُس (سالم تازه بهداشتی بدون آفات گیاهی و سموم شیمیائی و بدون آبیاری فاضلاب)، ۶- بعد از شام سیب رسیده شیرین طبیعی، ۷- شب قبل از خواب آب سیب رسیده شیرین تازه مخلوط با عسل طبیعی آویشن.

داروهای ضد حساسیت (بینی، گلو، چشم): بیمار آبریزش بینی، خارش گلو و خارش چشم دارد.

درمان طبیعی: ۱- صبح ها قبل از کار و شب ها قبل از خواب: یک عدد میوه خرمالو، ۲- وسط روز: دمکرده گل زوفا مخلوط با عسل آویشن، ۳- در اول هر غذا: یک قاشق چای خوری سرکه طبیعی انگور عسکری بنوشید، ۴- بعد از هر غذا: یک عدد سیب درختی رسیده شیرین بخورید، ۵- در پائیز و زمستان: صبح ناشتا عسل رقیق شده استوخدوس، صبحانه شیر عسل آویشن، ۶- در بهار و تابستان: ظهرها تا عصر در نور مستقیم آفتاب نباشید، و خیار بوته ای بخورید (همچنین می توانید خیار بوته ای را قبل از ناهار با ماست یا دوغ بخورید)، ۷- صبح ناشتا و شب قبل از خواب: بخور سپند یا جوشانده سرد شده سپند یا اسانس سپند در بینی بچکانید.

درمان شیمیائی: ۱- دارو شیمیائی سیتیزین (ایرانی - خارجی)، ۲- قرص امگا ۳

درمان آلرژی شدید و برونشیت مزمن:

۱- صبح ها: بخور اسفند (اسپند)، ۲- صبحانه: شیر عسل، ۳- وسط روز: یک استکان مخلوط جوشانده گل زوفا و گل پنیرک (ختمی خبازی) غرغره کند و بخورد، ۴- به همراه ناهار: آب دوغ خیار، ۵- عصرانه: یک استکان دمکرده گل بابونه مخلوط با عسل، ۶- مغرب: یک استکان دمکرده گل بومادران مخلوط با عسل بخورد، ۷- شب: بخور اکالیپتوس، ۸- شب قبل از خواب: آب سیب تازه طبیعی مخلوط با عسل.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از بیماری‌های دستگاه گوارش

بیماری که یبوست دارد، از موارد ذیل پرهیز کند:

کشک غلیظ، ماست چکیده، اسانس‌های شیمیایی (آبمیوه‌های شیمیایی، نوشابه‌های گازدار، بستنی‌های صنعتی و ...)، میوهٔ موز، نان سفید، کیک سفید، نان ساندویچی، آرد سفید، هستهٔ آনার، کم تحرگی، کمبود آب بدن، ماکارونی، برنج سفید، شیر داغ، شکر شیمیائی، سینهٔ مرغ، اضافه وزن، تفالهٔ سیب، تفالهٔ به، پنیر به تنهائی خوردن، نگهداری مدفوع. همچنین بیماری‌های زمینه ای نداشته باشید مثل: اسپاسم عصبی روده، تنبلی و گُندی حرکات دودی شکل روده، اُفتادگی رکتوم (راست روده)، حالت تلسکوپیی شدن رود آنال، لَجَن صراوی.

درمان یبوست نوزادان:

۱- شربت انجیر که با قند درست شود؛ زیرا انجیر ملین است و با قند که درست شود مسهل می‌شود، حال اگر ۹ روز یا ۲۵ روز شکم بچه کار نکرده، روزی ۳ مرتبه یعنی صبح، ظهر، شب یک قاشق چای‌خوری از این شربت داده شود، [توجه: گوشت (پیوره) و دانهٔ انجیر به نوزاد داده نشود]، ۲- نصف قاشق چای‌خوری روغن بادام درختی شیرین طبیعی

درمان یبوست کودکان:

۱- صبح: شربت یا مربای انجیر که با قند درست شده، یک قاشق غذاخوری، ۲- ظهر: یک خوشه انگور تازه که با هستهٔ آن بجود و بخورد یا یک استکان آب انگور طبیعی تازه که با هستهٔ خُرد شدهٔ آن مخلوط شده بخورد، ۳- شب: مخلوط نصف قاشق چای‌خوری پودر گلبرگ گل محمدی و نصف قاشق چای‌خوری پودر گُل ختمی خبازی در یک استکان دوغ شیرین کم چرب، ۴- همچنین خوردن گلایی، هلو، کاهو، مغز کیوی، مغز خیار مفید است، ۵- آب خوردن، آبجوش ولرم خوردن، ۶- یک تا سه قاشق چای‌خوری روغن بادام درختی شیرین طبیعی

درمان یبوست مزمن:

۱- برگ سنا (در غیر زن حامله و مادر شیرده) + برگ کاسنی + گل ختمی سفید + گل ختمی خبازی به نسبت مساوی مخلوط شود و پودر شود، سپس یک قاشق مرباخوری از آنرا با یک لیوان آب یا با یک لیوان دوغ شیرین شب قبل از خواب بخورید، ۲- خوردن میوهٔ انجیر یا مربای انجیر که با شیرهٔ توت درست شده، ۳- گلبرگ گل محمدی (برای زن حامله و مادر شیرده) + برگ کاسنی + گُل

ختمی سفید + گل ختمی خبّازی به نسبت مساوی مخلوط شود و پودر شود، ۴- خوردن کیوی با پوست (بدون پُرز) به همراه خیار بوته‌ای با پوست (بدون سَم)، ۵- مخلوط پودر گلبرگ محمدی + پودر گل ختمی خبّازی + دوغ شیرین خوردن، ۶- خوردن مخلوط شیرۀ توت و شیرۀ انگور، ۷- مخلوط پودر فلوس به همراه پودر مصطکی (برای زنان حامله خوب است) بخورد، ۸- مخلوط پودر فلوس به همراه پودر انیسون (زیره سبز شیرین) بخورد (برای اطفال خوب است).
توجّه: این موارد بالا از قرص‌های سی لاکس یا سنا لاکس بهتر است؛ زیرا این قرص‌ها، لیزی معده یا کولیت (التهاب) روده می‌آورد.

بند آمدن مدفوع (یبوست شدید):

اگر بیماری ۳۰ روز مدفوع نکرده و روی شکم مریض مانند قلوه قلوه سنگ شده:
استفاده از مُسهل‌های بسیار قوی: ۱- صبح ۱۰ سالتی متر فلوس (داخل آنرا بتراشید و در یک استکان آبجوش دم کنید) سپس با قند بخورید، ۲- وسط روز یک استکان شیرۀ توت با مخلوط برگ سنا + گل ختمی سفید + گل ختمی خبّازی + برگ کاسنی، ۳- عصرانه: مخلوط یک استکان گلاب + یک قاشق چای‌خوری پودر گل محمدی + یک قاشق غذا خوری شیرۀ توت، ۴- شبها تنقیۀ جوشانده گل ختمی با روغن کرچک.

غذای مخصوص: ۱- صبح ناشتا: هفت عدد انجیر، ۲- صبحانه: شیر سرد با عسل گُون، ۳- وسط روز: گلابی، طالبی، ۴- ناهار: آبگوشت، ماست جوش، به همراه کاهو بدون سُس، ۵- عصرانه: انگور با هسته آن بجوید و بخورید، ۶- شب قبل از شام: هفت عدد آلو بخارا، ۷- شام: سوپ رقیق + آبغوره + روغن زیتون، به همراه کاهو بدون سُس

بند آمدن ادرار و مدفوع:

۱- به مدت سه‌روز، مخلوط صمغ شیرابه درخت گُنار (از تیرۀ عَنّاب) + پودر بذر کرفس، روزی یک قاشق مرباخوری مصرف شود. و بعد از گذشت این سه روز، شربت یا مربای انجیر که با قند یا شیرۀ توت (در بیماران دیابتی) درست شده باشد، صبح و شب یک قاشق پلوخوری بخورید، ۲- روزی یک لیوان آب انگور تازه میل شود، ۳- به همراه غذا، کاهو بدون سُس خورده شود، ۴- عصرانه ۵۰ گرم گیاه اُمّ وَجَع الکبد (سنگ شکن) را در ۳۰ گرم جوشانده برگ‌های گیاه انگور خرس (عَنْبُ الدُّب) بمدّت یک ربع خیسانده، سپس آب آن را صاف کرده بنوشید (منع مصرف در زنان باردار و شیرده).
[حسین میرحیدر، در کتاب معارف گیاهی، ج ۷ ص ۷۲]

در درمان یبوست مزمن از مسهل‌های قوی و ملین‌ها استفاده می‌کنیم:

الف. مُسهل‌های قوی:

- ۱- روغن کرچک (منع مصرف در مردان جوان؛ زیرا باعث کاهش اسپرم می‌شود).
- ۲- هر هشت ساعت یک خوشه انگور با هسته آن بجوید و بخورید (منع مصرف در مردان جوان؛ زیرا هسته انگور باعث کاهش اسپرم می‌شود).
- ۳- مربای انجیر یا شربت انجیر (با قند در غیر بیماران دیابتی و با شیره توت در بیماران دیابتی درست شود).
- ۴- مخلوط یک استکان گلاب + پودر گل محمدی یک قاشق چای‌خوری + یک قاشق پلو خوری شیره توت، مخلوط شود و میل شود.
- ۵- مخلوط کاهو با شیره توت (برای افراد دارای کم‌خونی اسید فولیک).
- ۶- مخلوط شیره انگور + شیره توت (برای افراد دارای کم‌خونی فقر آهن)
- ۷- مخلوط زنیان با مغز گردو (برای افراد بواسیری و همورئیدی).
- ۸- گیلاس، سبزی خُرفه (برای افراد دیابتی نیز خوب است).
- ۹- فلوس (سه تا ۱۰ سانتیمتر، هر بار مغز آن‌را تراشیده در آبجوش ریخته، مخلوط کنید و با عسل یا قند بخورید، هر نوع یبوستی درمان می‌شود).
- ۱۰- مخلوط برگ سنا (در غیر زن حامله و مادر شیرده) + برگ کاسنی + گل ختمی سفید + گل ختمی خبازی
- ۱۱- مخلوط گلبرگ گل محمدی (برای زن حامله و مادر شیرده) + برگ کاسنی + گل ختمی سفید + گل ختمی خبازی.
- ۱۲- ظهرها قبل از ناهار: آب دوغ خیار بوته ای.
- ۱۳- مخلوط هلیله سیاه + پوست هلیله زرد + مُلک باد + مُلک ازرق + گل سرخ محمدی + مستکی رومی، به نسبت مساوی.
- ۱۴- روغن زیتون خوراکی مرغوب طبیعی (آرگانیک).
- ۱۵- درمان یبوست در بیماران دیابتی: خُرفه، بامیه، بادام تلخ، عرق کلپوره.
- ۱۶- درمان یبوست در بیماران قلبی: کاهو و کرفس به همراه غذا بخورد، و گلاب + بید مشک + عسل وسط روز یا عصرانه بخورد.
- ۱۷- درمان یبوست در بیماران کبدی: آلو بخارا و برگه زرد آلو و تمر هندی و عرق شاهتره و کدو مسمی با پوستش و کلم بروکلی.

۱۸- درمان یبوست در غیر از بیماران دیابتی: گُل قند (یعنی پودر گلبِبرگ گُل محمدی مخلوط با قند سائیده به نسبت مساوی) یک قاشق پلو خوری با یک لیوان آب، اگر دیابت دارد شیرۀ توت را با گلبِبرگ گل محمدی مخلوط کند و بخورد.

ب. مَلِّین‌ها:

۱- گلابی، ۲- کاهو، ۳- طالبی، ۴- تره، ۵- انگور، ۶- گلاب، ۹- قن، ۱۰- برگ سنا، ۱۱- سوپ، ۱۲- آبگوشت، ۱۳- زنیان، ۱۴- برگ کاسنی، ۱۵- گل ختمی، ۲۲- بادام تلخ، ۲۳- توت، ۲۴- خربزه، ۲۵- توت فرنگی، ۲۶- آب، ۲۷- آبجوش ولرم، ۲۸- اسفناج، ۳۴- قند، ۳۵- کره، ۱۹- آلوچه، ۳۰- برگ چغندر، ۳۱- عَنَاب با عسل، ۷- گلبِبرگ گل محمدی، ۸- ران مرغ بدون پوست، ۱۶- شیر سرد (گرچه در بعضی افراد مُسهل قوی است) ناشتا خوردن مخصوصا به همراه یک قاشق مربّاخوری عسل، ۱۷- آب دوغ خیار (اگر چه در بعضی افراد مُسهل قوی است)، ۱۸- آلو بخارا، یا آب آلو بخارا، ۲۰- تمر هندی با آب، ۲۱- خاکشیر با آب گرم، ۲۹- سبزی خوردن مخلوط، ۳۲- مخلوط آلو + آلوچه + آلبالوی خشک + تمر هندی، ۳۳- کیوی رسیده (اگر با پوستش بدون پُرز آن مصرف شود، مُسهل است)، ۳۶- آش تَره زراعی یا تَره وحشی، ۳۷- قُدومه شیرازی (ضد سرفه و ملین)، ۳۸- خوردن آب سرد عادی قبل از کار (توجّه: صبح ناشتا عسل رقیق شده با آب یا آبجوش ولرم یا با شیر سالم تازه گاو میل شود؛ زیرا اگر صبح ناشتا بصورت مداوم و دراز مدّت، آب خورده شود عوارض سوئی دارد مانند: الف. سوء مزاج‌های گوارشی، ب. دردهای مفصلی، ج. بَد‌رنگی پوست، د. ضرر برای کبد)، ۳۹- اسفرزه (اسپَرزه - بزرالقُطونا).
توجّه: در صورتی که در مصرف ملین‌ها زیاده‌روی شود، مسهل می‌شوند.

درمان یبوست و درمان پولیپ روده:

۱- صبح ناشتا: دمکرده گُل استوخدوس با عسل استوخدوس، ۲- اوّل مغرب: دمکرده افّیمون مخلوط با عسل استوخدوس، ۳- هر هشت ساعت یک استکان دمکرده گَزَنه بخورید.

درمان گرفتگی روده ها و توّرَم معده و روده و چسبندگی روده:

۱- کوشاد (ژانسیان = جنطیانا)، ۲- دمکرده گُل بابونه.

مسکن درد مقعدی و درد رحمی:

در جوشانده برگ پسته بنشینید یا بصورت ضماد، پارچه آغشته به جوشانده برگ پسته را در محل بگذارید.

کولون زخمی و کولیت زخمی، با خونریزی شدید:

پرهیز شود از: اُسانس‌های شیمیائی، چربی‌های با ترانس بالا، میوه موز، خرما، فست فودها، سرخ کردنی و تف دادنی

درمان: ۱- میوه سنجد ۱۴ عدد در بین روز، ۲- میوه خرما ۱۰ عدد بعد از ناهار، یک عدد بعد از شام، ۳- بعد از هر غذا یک قاشق مرباخوری پودر هسته انار، ۴- خوردن سیاه‌دانه، ۵- دمکرده گل بابونه با شکر، ۶- دمکرده گل بومادران با شکر، ۷- هفت عدد میوه آمله یا دو قاشق غذا خوری مربای آمله صبح و شب میل شود، ۸- حتماً مخلوط گندُر خوراکی با شکر وسط روز و عصرانه بخورید، ۹- حتماً هر شش ساعت دو عدد میوه شاه بلوط بخورید.

کولیک روده = اسپام عصبی روده و یبوست حاد و مزمن:

پرهیز شود از: جوش زدن، خود خوری، استرس، اضطراب، اختلال هراسی (پانیک)، افسردگی و...

درمان: دادن مُسهل قوی در گرم مزاجان، مسهل قوی در سرد مزاجان و علاوه بر آن:

۱- شُبْرُم = فرفیون (بسیار گرم گرم است) که سه نوع است: الف. گاو گُشک = شبرم، ب. شبرم قرمز = بنت قنسول، ج. شبرم کبیر = ماهو دانه

۲- سَنَا مَکّی، سَنَا حِجَازِی (توجه: زیاده‌روی در مصرف کولیت - التهاب - روده می‌آورد)

۳- صَبَح: هُوفاریقون (گل راعی، قطره هایپیران) با آب یا با عسل، [منع مصرف در کودک زیر دو سال و در زن حامله و در زن بچه شیرده]

۴- ظَهْر: چای کوهی به همراه عسل.

۵- شَب: گل ساعتی (قطره پا سی پی یا قرص والی فلور) به همراه آب

۶- گُلَقَنْد، پودر گل محمدی با عسل و یک لیوان آب

۷- مخلوط برگ سَنَا (زن حامله نخورد) + برگ کاسنی + گل ختمی سفید + گل ختمی خبّازی به نسبت مساوی در یک لیوان آب

۸- مخلوط گلبرگ محمدی + برگ کاسنی + گل ختمی سفید + گل ختمی خبّازی به نسبت مساوی در یک لیوان آب

۹- شیر سرد صبحگاهی با عسل، دمکرده گل گلرنگ (مُسهل و زیاد کننده اسپرم)

- ۱۰- چهار لیوان آب سرد عادی، چهار لیوان آبجوش ولرم در شبانه روز (یعنی هر شش ساعت دو لیوان، که باید بصورت مکیدنی میل شود)
- ۱۱- آلو بخارا (۷ الی ۱۴ عدد) بصورت مکیدنی قبل از شام، آب آلو (یعنی در یک لیوان آب عدد آلو خیسانده شود) صبح ناشتا میل شود
- ۱۲- مغز خیار بوته‌ای، طالبی، گلابی، کاهو (بدون سس)، گیلان
- ۱۳- انجیر (هفت عدد)، دو قاشق غذا خوری مربا یا شربت آن با قند یا با شیرۀ توت (در بیماران دیابتی)
- ۱۴- توت، توت فرنگی، کیوی با پوست بدون پُرز آن (زیرا پُرز کیوی بیماری آسم یا تنگی نفس می‌آورد)
- توجه: توت فرنگی بَرّاق، گوجه فرنگی بَرّاق، خیار بَرّاق، این سه میوه گُلخانه‌ای دارای سم هستند، لذا نباید مصرف شوند.
- ۱۵- سه تا ۱۰ سانتی متر فلوس، هر بار مغز آن را تراشیده در آبجوش ریخته، مخلوط کنید و با عسل یا قند بخورید، هر نوع بیوستی درمان می‌شود.
- ۱۶- بعد از هر غذا یک قاشق چای خوری سیاه‌دانه.
- ۱۷- دارو مرگبه ضد کولیک و اسپاسم: بادرنجبویه (۱۵ گرم) + دانه شویید (۱۵ گرم) + مرزنجوش (۱۵ گرم) + آویشن (۲۵ گرم) + تخم کرفس (۲۵ گرم) + دانه گشنیز (۲۵ گرم)، این مخلوط را پودر کرده و یک قاشق مربا خوری از این مخلوط در دو لیوان آب بجوشانید و پس از صاف کردن، قبل از هر وعده غذائی نیمی از آن را میل کنید.
- * گل میخک داروئی (غنچه‌های باز نشده): ضد نفخ، محرک اشتها، خوشبو کننده دهان، تقویت اعصاب، تقویت لثه (به عنوان دهان شویه) [توجه: کودکان زیر هفت سال و زنان حامله استفاده نکنند].
- * کلپوره: ضد اسپاسم و مسکنی قوی برای دردهای دستگاه گوارش و افزایش دهنده اشتها و کاهش دهنده قند خون.
- * کاکوتی: ضد نفخ و مقوی معده، ضد دل پیچه (اسپاسم دستگاه گوارش)، کمک به درمان اسهال‌های آمیبی.

قرقره‌های شکمی و روده ای (قراقر):

پرهیز شود از: نوشابه‌های گازدار و دوغ گازدار، پوست حبوبات، تخم مرغ، کوکو، خامه، سرشیر، کیک خامه‌ای، بستنی خامه‌ای، شیر پُرچرب، ماست پُرچرب، دوغ پُرچرب، جگر سیاه، کله پاچه، میوه موز،

سرخ کردنی (بطور کلی ترانس چربی بالا مانند: تف دادنی، روغن جامد، روغن پالم، روغن نارگیل، چربی اشباع، روغن هیدروژنه). و کبد چرب نداشته باشید.

درمان: ۱- زیره سبز، زیره سیاه و بادیان رومی (آنیسون)، تخم شوید، بادیان سبز (خوردانه، إجقو) به نسبت مساوی مخلوط شود و از این مخلوط یک قاشق مربا خوری به همراه ناهار و شام خورده شود، ۲- یک قاشق چای خوری سیاه دانه بعد از هر غذا بخورید، ۳- گُلپَر به همراه غذا.

دل پیچه (مَغصاً= پیچش های شکمی توأم با درد):

پرهیز شود از: غذای مانده، اسانس های شیمیائی، ترانس چربی بالا، سرخ کردنی، استرس، کافئین زیاد، تخم مرغ، کوکو، فست فودها و میوه موز.

درمان: ۱- گردو را با پوستش روی آتش قرار می دهید تا مغز پخت شود، روزی یکی، دو عدد می خورید (در روایات شیعه آمده). ۲- مصرف سنجید، و عَناب و پودر هسته انار در درمان بیماری که نارسائی انتهائی روده کوچک به نوع ۲ دارد یعنی IBS که دائم شکم روش دارد، بسیار مفید است، ۳- نصف قاشق چای خوری پودر گُندُر خوراکی مرغوب مخلوط با یک قاشق غذاخوری شکر میل کنید. ۴- نعنا: ضد نفخ، درمان دل پیچه های گوارشی (آنتی اسپاسمودیک)، مقوی معده، و درمان چنگ زدگی معده، درمان سوء هاضمه. ۵- هل سبز: در درمان نفخ شکم، درمان سوء هاضمه، کاهش دل پیچه (اسپاسم عضلات دستگاه گوارش).

نفخ شکم (ازدیاد گاز معده):

پرهیز شود از: پوست حبوبات، پوست و تفاله سیب، نوشابه های گازدار، دوغ گازدار، پوست گوجه فرنگی، پوست گوجه سبز و نارسائی کبد نداشته باشید

درمان: ۱- شربت گریپ واتر بخورید، ۲- هرگاه خواستید برنج و ماکارونی بخورید به همراه زیره باشد، ۳- به همراه غذا چهار زیره و بعد از غذا یک قاشق چایخوری سیاه دانه بخورید، ۴- دمکرده گل بومادران با شکر، ۵- هلیله سیاه، ۶- دمکرده مورد: ضد نفخ و خلط آور و رفع ترشحات نابجای رحمی و درمان آفت دهان و تبخال (درمان موضعی)، ۷- گُلپَر: ضد نفخ و رفع سوء هاضمه (کمک به هضم غذا)، ۸- گشنیز: ضد نفخ، ضد اسپاسم دستگاه گوارش (پیشگیری و کاهش دل پیچه)، اشتهای آور، درمان اسهال و عفونت های روده ای؛ چون خاصیت ضد قارچ و ضد باکتری دارد.

* مرزه: ضد نفخ، تسهیل کننده هضم غذا، رفع چنگ زدگی معده، مرزنجوش: ضد نفخ، آرام بخش و مقوی معده، شوید: ضد نفخ بویژه ضد نفخ و قولنج کودکان، رفع استفراغ و رفع سکسکه مخصوصاً در افرادی که چربی بالا دارند.

دفع کرم، کرمک، انگل، کرم کدو، کرم آسکاریس و ... :

تذکر: با دست نشسته غذا نخورید، سبزی نشسته و میوه نشسته نخورید، بعد از مستراح (توالت) دست‌های خود را با شامپو یا صابون بشوئید.

درمان:

۱- مغز خام تخمه هندوانه.

۲- خوردن تمر هندی.

۳- آنقوزه (صمغ درختچه أنجدان=صمغ درختچه کُما=حلتیت=حلتیت مُنتَن=انقوزه هراتی) [توجه: زیاده‌روی در مصرف آنقوزه نشود؛ زیرا سرگیجه و مسمومیت می‌آورد].

۴- آب ۲۰ الی ۳۰ گرم کلم برگ هر روز خورده شود، نابود کننده انگل‌های معده و روده است و رفع انگل اطفال می‌کند.

۵- بیست گرم از گل‌های ماده درختچه کوسو (=شجرة الکوسو= شجرة الحبشیه= شجرة الحبشه= کسو= شاوا) را در ۲۵۰ گرم آبجوش ریخته و مدت نیم‌ساعت دم‌شود، تمامی آن گل‌ها و آبجوش‌ولرم را بخورید (بعد از خوردن این دم‌کرده تشنه می‌شوید، ولی آب نخورید و بجای آن یک‌قاشق آبلیمو ترش تازه بخورید) سپس روغن‌زیتون خورده، یک‌ساعت که گذشت برای دفع‌مدفوع به دستشویی بروید [توجه: تا هفت ساعت بعد از خوردن این دارو تمامی کرم‌ها خارج می‌شود، سپس می‌توانید غذای روزانه بخورید].

۶- روغن بادیان خورده شود، کرم کش و ضد انگل است.

۷- صبح ناشتا، هفت عدد خرما خشک بخورید (غیر از خرما بَرنی).

۸- هنگام خواب هفت عدد خرما خشک بخورید.

۹- قبل از غذا، خوردن سرکه طبیعی انگور عسکری.

۱۰- خوردن یک قاشق چای‌خوری پودر پوست میوه انار به همراه یک لیوان آب گرم در دفع کرم آسکاریس، بسیار مؤثر است (توجه: اگر کسی یبوست دارد بعد از دو ساعت روغن کرچک بخورد).

۱۱- فوفل در درمان مُنوراژی و درمان کرم‌های نواری و ضد سرفه (نظیر قُدومه شیرازی که ضد سرفه و ملین است).

۱۲- بمدت دو هفته، بزرگسالان روزی یک قاشق چای‌خوری اسفند بخورند (منع مصرف در حاملگی) در درمان کرم روده ای از نوع نواری (Tapeworm) مؤثر است.

۱۳- جوشانده یا دم‌کرده برگ درخت گردو ضد کرم کدو است.

۱۴. استعمال عصاره پوست درخت انار بر ضد هایمنولیپازیس Hymenolepiasis مؤثر است. (این بیماری حاصل از هایمنولیپیس می‌باشد).

بیرون زدگی مقعد (زخاء)، درمان پیزی، درمان پُرولاپسوس (مقعدی یا مهبلی و یا هر دو):
توجه: میوه موز و کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه) و نوشابه‌های گازدار و آبمیوه‌های شیمیائی نخورید.

درمان: ۱- روزی چند مرتبه در جوشانده پوست سفید و سخت پسته بنشینید، ۲- روزی چند مرتبه در جوشانده پوست انار بنشینید، ۳- در پزشکی جدید با جراحی درمان می‌کنند.

شقاق مقعد:

شقاق مقعد به زبان فارسی، ناسور (ناصور، نواصیر) به زبان عربی، فیژر به زبان انگلیسی، و فیشر به زبان فرانسوی، گفته می‌شود.

توجه: هیچ‌گاه مخرج بول (ادرار) و مخرج غائط (مدفوع) را با آب داغ نشوئید (روایات در کتب شیعه، نهی کرده است)

۱- هر بار بعد از اجابت مزاج، خود را با یکی از این محلول‌ها شستشو دهید:

محلول‌های شیمیائی: آلف، پرمنگنات، ب، بتادین، ج، سایلون (ساولون)، محلول‌های گیاهی: آلف، آب سرکه، ب، گل بابونه، ج، گل بومادران

۲- به طور مرتب از داروهای لینت دهنده مزاج استفاده کنید:

ملین‌ها مثل: تره، کاسنی، زنیان، گردو، برگ سنا، گل ختمی (سفید و خبازی)، انجیر، کاهو، آلو بخارا، گللابی، گیلان، طالبی، خربزه، انگور.

مسهل‌ها مثل: روغن زیتون، گل‌قند، شیر توت، شربت انجیر، مخلوط گلاب + پودر گل محمدی + شیر توت.

۳- هر روز گل بومادران، مریم‌گلی، برگ مورد، سعد کوفی، پوست انار، بلوط، ماژو، همه این‌ها را به نسبت مساوی بجوشانید و در آب صاف کرده آن به مدت ۲۰ دقیقه بنشینید.

۴- هر روز لباس زیر را عوض کنید.

۵- استفاده از پمادها و داروهای خشک‌کننده زخم: ضماد پودر زردچوبه خالص روی محل گذاشته با پارچه‌نخی روی آنرا ببندید (شب تا صبح باشد)

۶- در درمان شقاق مقعد ناشی از گرمی و حرارت (و یا گرم مزاجی) بایستی هر روز این‌ها را بخورد: مغز خیار بوته‌ای، لعاب به دانه با شیر خشت و شکر زرد خوزستان، آب کدو مخلوط با شکر زرد خوزستان (طبرزد) یا با شکر سرخ مازندران، لعاب اسفرزه مخلوط با شکر زرد خوزستان.

۷- در طب سنتی گویند: در صورت خون‌ریزی زیاد از شقاق مقعد، برای یکبار: اُفصد از بازو و زیر زانو توصیه شده، ب، حجامت خشک (بادکش) از تهیگاه، کفل‌ها (کیل‌ها)، و زانو‌ها، توصیه شده.

۸- اگر زخم مقعد با عفونت و خون همراه باشد بایستی زاج سبز و زاج سفید را به نسبت مساوی نرم بسایید و بر آن بپاشید تا هم از خونریزی و هم از عفونت جلوگیری کند و هم این که زخم التیام بخشد.

بواسیر = همورئید (گشاد شدن وریدهای درون مجرای مقعدی):

انواع بواسیر: الف. داخلی (داخل رود آنال)، ب. خارجی (خارج رود آنال)، که هر کدام از اینها به چهار دسته تقسیم میشوند: ۱. خونی، ۲. بادی، ۳. ساچمه ای، ۴. دگمه ای
پرهیز شود از: میوه موز، بیسکویت سفید، نان سفید، شکر، سینه مرغ، آسانس های شیمیائی (نوشابه های گاز دار، آبمیوه های شیمیائی و...)، کم تحرکی، اضافه وزن، سوسیس و کالباس (سوسیس و کالباس مؤلّد سرطان مغز، بواسیر، شقاق مقعد و انواع دیگر سرطان ها است).

الف. درمان بواسیر خونی:

۱- سَمَاق (یک قاشق چای خوری صبح و یک قاشق چای خوری شب)، ۲- تره یک مشت با ناهار، ۳- خُرفه یک مشت با شام، ۴- جوشانده ریشه درخت انار، ۵- تره فرنگی، ۶- برگ درخت انگور، ۷- میوه به یا مربای آن با قند، ۸- دمکرده گل بابونه با قند، ۹- دمکرده گل بومادران با قند، ۱۰- هلیله کابلی [برای درمان اَدِم شکمی، افزایش دهنده بزاق دهان، ضد نفخ، مقوی معده (کمک به هضم غذا نظیر کاسنی)، درمان بواسیر خونی]، ۱۱- گلنار فارسی (درمان مَنُورازی، درمان بواسیر خونی، پیشگیری از آترواسکلروز)، ۱۲- شاه بلوط (بلوط المَلِک) دو عدد، ۱۳- هر روز خوردن جوشانده پوست ریشه درخت نارگیل (یک استکان)، ۱۴- میوه نارگیل (یک چهارم)، ۱۵- روغن نارگیل (یک قاشق چای خوری) ضد بواسیر خونی است، ۱۶- خوردن اسپرزه و لَعاب آن (= موسیلاژ= ماده جاذب آب).

ب. درمان بواسیر بادی:

۱- هر روز عصرانه سه خوشه انگور با هسته آن بجوید و بخورید، ۲- یک قاشق چای خوری اُنیسون (زیره سبز شیرین) را با یک قاشق چای خوری تخم کرفس و یک قاشق مرباخوری قند نرم بکوبید و هر روز بخورید، ۳- دو الی سه بار نشستن روی خَشْتِ داغی که حوله روی آن انداختید، ۴- دمکرده یا جوشانده شُکاعی (=خارزن بابا= رَأْسُ الشَّيْخ) را غرغره کنید و قورت دهید.

ج. درمان بواسیر ساچمه ای و بواسیر دگمه ای:

۱- یک قاشق چای خوری زنیان یا نصف استکان عرق زنیان با دو مغز گردو با همدیگر جویده و خورده شود، ۲- پودر هسته هلیله زرد مخلوط با سفیده تخم مرغ را هر شب تا صبح بر محل گذارند تا بهبودی کامل حاصل شود.

درمان عمومی بواسیر:

۱- دمکرده یا جوشانده ریشه حشیشه البواسیر (علف بواسیر)، ۲- خوردن کوبیده گندُر با قند، ۳- جوشانده برگ حساس و ریشه حساس (گیاه حساس = گل قارکون = گل قهر = مستحیه) [توجه: زیاده روی در خوردن دمکرده یا جوشانده برگ و ریشه حساس، مسمومیت می آورد و موجب ریزش مو می شود]، ۴- خوردن گوشت پرنده هوبره (حباری).

درمان درد بواسیر:

۱- تُفَالَة چای دمکرده که چای آن مصرف شده را بر محل بواسیر ضما دکنید، ۲- روزی سه مرتبه روی موضع درد روغن خیار بمالید، ۳- سبزی تره به همراه غذا بخورید، ۴- روزی دو خوشه انگور با هسته آن بجوید و بخورید، ۵- سبزی خرفه به همراه غذا بخورید، ۶- پماد شیمیائی هموروئید بر موضع بمالید

درمان بلغم اضافی، درمان یبوست، درمان شقاق مقعد، درمان خلط اضافی و مخاط**اضافی، درمان ازدیاد گاز معده ای و روده ای:**

هریک از آنزوت (صمغ سفیدقرمز، زردرنگ) و مغزگردو را آسیاب کرده و به نسبت مساوی مخلوط کنید، و هرروز یک قاشق مرباخوری میل کنید.

مجرای غیر طبیعی خروج مدفوع (فیستول مدفوعی، باسور مقعدی):

۱. روغن بنفشه طَبّی معطر را با یکی از موارد زیر مخلوط کرده و به محل بمالید:
الف. مُورد (از همه قوی تر است)، ب. روغن هلو، ج. با روغن شفتالو، د. روغن تخم خیار
۲. نصف استکان جوشانده برگ حساس و ریشه حساس (گیاه حساس = گل قارکون = گل قهر = مستحیه) بخورید [توجه: زیاده روی در خوردن دمکرده یا جوشانده برگ و ریشه حساس، مسمومیت می آورد و موجب ریزش مو می شود].

فتق ناف، درمان فتق جانبی، درمان فتق یکطرفه یا دوطرفه، کنار بیضه ها و کشاله ران:

توجه: یبوست نداشته باشید، بار سنگین بر ندارید.

درمان: ۱- کوبیده برگ حساس (برگ قهر= برگ قارکون= برگ حساسه= برگ مُسْتَحِیَه) مخلوط با روغن کنجد یا مخلوط با روغن زیتون، شب تا صبح ضماد شود، ۲- فتق بند در طول روز و شب ببندید و فقط هنگام خواب آن را در بیاورید، ۳- پیاده روی آرام در سطح مستوی در هوای آزاد و نرمش های ملایم داشته باشد.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از بیماریهای غدد

تذکر: ۱. قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و...)، ۲. اسانس های شیمیایی (آبمیوه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و...)، ۳. چربی های با ترانس بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُرچرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، کَلَه پَاجِه، جگرسیاه، ته دیگ)، ۴. کافئین زیاد (چای مانده، چای پُر رنگ، کاکائو، شکلات، قهوه، نسکافه)، ۵. خوراکی های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس ها، کالباس ها، همبرگرها، پیتزا و...) [که بسیاری از املاح مقوٰی و ویتامین های آن از بین رفته و ۸۰٪ آنزیم های مفید آن پائین آمده]، نایستی بخورد.

توجه: از جمله غدد درون ریز، غده تیروئید است. تیروئید، غده کوچکی در قسمت پایین گردن و در زیر حنجره قرار دارد و هورمون تیروکسین (T4) ترشح میکند که سوخت و ساز بدن را تنظیم می کند و خود غده تیروئید، توسط هورمونی که از هیپوفیز (TSH) ترشح میشود، کنترل می شود. بدن انسان سالانه به ۵۰ میلی گرم یُد برای ساخته شدن مقادیر کافی هورمون تیروکسین نیازمند است.

کم کاری تیروئید = گواتر ساده = غمباد = تورم غده تیروئید:

کم کاری تیروئید مربوط به مزاج بلغمی سوداوی است. و کم کاری غده تیروئید بخاطر توده سرد یا توده گرم است که با ماده رادیو اکتیو عکسبرداری و یا سونوگرافی می شود که توده گرم، مواد رادیو اکتیو بیشتری جذب می کند. برای نمونه برداری از توده هورمون تیروئید با آمپول دارای سوزن باریک، و بصورت سرپائی و بدون بی حسی گرفته می شود؛ زیرا درد خیلی کمی دارد.

علائم بیماری: ۱. پوست بیمار، سرد و مرطوب و چرب است، ۲. برجستگی بزرگ جلو گردن که از رشد غیر طبیعی غده تیروئید ایجاد می شود، ۳. پُفِ دور چشم و ...

درمان طب جدید: قرص شیمیائی لَوُو تیروکسین *Levothyroxine* (با تجویز متخصص مصرف شود) درمان گیاهی: ۱- در اوّل و آخر غذا: نمک یُد دار دریا میل شود (به مقدار دو گرم)، ۲- به همراه غذا: الف. یک مُشت سبزی تره فرنگی، ب. یک مُشت سبزی خُرفه، ج. بلال پُخته یک عدد، یا ذرت بو داده (۱۰۰ گرم)، یا سوپ ذرت (یک بشقاب)، (توجه: ذرت در افرادی که کبد چرب دارند ممنوع است) ۳- روزی یک قاشق مرباخوری از حلوای پودر گردو با زعفران (منع مصرف در حاملگی، فشار خون بالا، افراد گرم مزاج)

پُر کاری غُدّه تیروئید = گواتر سمّی:

در این نوع از بیماری گواتر، هورمون تیروکسین به مقدار و میزان زیادی از غُدّه تیروئید ترشح می‌شود.

این بیماری مربوط به مزاج صفراوی سودائی است.

علائم این بیماری: ۱. پوست بیمار، گرم و مرطوب و خشک است، ۲. لرزش دست‌ها، ۳. تپش قلب، ۴. عرق ریزش فراوان، ۵. عصبانیت، ۶. حسّاسیت بیش از حدّ به گرما، ۷. افزایش اشتها دارد امّا کاهش وزن دارد، ۸. بیخوابی، ۹. ضعف، ضعف شدید، ۱۰. اسهال، ۱۱. بیرون زدگی چشم‌ها (اگزوفتالمی) و... درمان در طب جدید: ۱. مصرف داروهای ضدّ تیروئید (ا. متی ماژول Methi mazole، ب. کاربی ماژول mazole Carbi، ج. پروپیل تیئو اُراسیل 2 Propyl thiouracil). مصرف یُد رادیو اکتیو، ۳. جراحی غُدّه تیروئید و برداشتن قسمتی از آن

درمان گیاهی (ترکیبات گواتروژنی ضدّ پُرکاری تیروئید است): ۱- صبح دمکرده گل گاوزبان (یعنی یک قاشق چایخوری پودر گل گاوزبان را در یک استکان آبجوش به مدّت ده دقیقه بریزید تا دم بکشد، سپس میل شود)، ۲- دو عدد لیمو ترش به همراه غذا میل شود، ۳- سبزی جات سبز مانند جعفری، ۴- سه عدد هلیله (سیاه و زرد و کابلی) به همراه عسل یا به همراه ماست کم‌چرب میل شود (توجه: هسته هلیله زرد را نخورید؛ زیرا سمّی است)، ۵- گل نسترن، ۶. خاکشیر، ۷- آناناس، ۸- کنگر فرنگی، ۹- انواع کلم، ۱۰- هویج زرد، ۱۱- سبزی ریحان (صبح، ظهر، شب).

درمان پُرکاری غُدّه پارا تیروئید:

این بیماری محصول ازدیاد ترشح هورمونی بنام پارائورمون است که متابولیسم کلسیم بدن را کنترل میکند

درمان عمومی: ۱. صبح‌ها: عسل رقیق شده با یک لیوان آب، ۲. وسط روز یک لیوان آب سب که با پوستش آب گرفته شده، ۳. شب‌ها قبل از خواب: یک قاشق مربّاخوری سیاه‌دانه با عسل، ۴. مصرف دو مغز گردو در ۲۴ ساعت، مصرف گوشت میگو خوراکی در ناهار (این‌ها میزان فسفر را در بدن بالا برده و چون این بیماری کلسیم را بالا برده، با این کار تعادل کلسیم، فسفر در بدن ایجاد می‌نمائیم).

«بحثی پیرامون غدد»

دکتر سیّد مرتضی تقوی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد و استادیار بیماری‌های غدد و متابولیسم فرمود:

غدد بدن دو دسته اند:

۱. غدد درون ریز: مثل هیپوفیز، تیروئید

۲. غدد برون ریز: مثل بیضه‌ها، تخمدان‌ها، بزاقی، پروستات در مردان، سینه در زنان. ترشحات این غدد وارد خون نمی‌شود.

هورمون، ماده‌ای است که توسط غده، داخل خون ریخته می‌شود، هورمون‌ها مواد شیمیایی هستند و ویژگی‌های خاصی دارند از جمله آنکه در پاسخ به محرکی خاص ساخته و ترشح می‌شوند و اگر وارد جریان عمومی خون شوند پیام را در سرتاسر بدن حمل می‌کنند و آن را به تمام سلول‌های بدن می‌رسانند. هورمون به وسیله یک سلول یا گروهی از سلول‌ها به داخل مایعات داخلی بدن ترشح شده و اثر کنترلی روی سلول‌های دیگر بدن دارد. هورمون‌ها به گیرنده‌ای اختصاصی خود که روی سلول هدفشان قرار دارد متصل می‌شوند. اتصال هورمون به گیرنده موجب بروز پدیده‌های مختلف در داخل سلول می‌شود. گیرنده‌ها باید هورمون را از میان میلیون‌ها مولکول دیگر که در معرض آن قرار دارند، تشخیص دهند. برخی هورمون‌ها اعمال موضعی (مربوط به محل خاصی در بدن) و برخی اعمال عمومی دارند.

هورمون‌ها چقدر در خون عمر می‌کنند؟ نیمه عمر هورمون در خون، بطور مستقیم با میزان اتصال به پروتئین ارتباط دارد. هورمون‌هایی که به پروتئین‌های پلاسما می‌چسبند با سرعت بسیار آهسته تری از خون پاک می‌شوند و ممکن است برای چندین ساعت یا حتی چندین روز در خون باقی بمانند. به عنوان مثال: نیمه عمر هورمون‌های استروئیدی غدد فوق کلیه، در گردش خون از ۲۰ تا ۱۰۰ دقیقه است در حالی که نیمه عمر هورمون‌های تیروئیدی که به پروتئین چسبیده‌اند ممکن است در ازای یک تا شش روز باشد [نیمه عمر یک ماده شیمیایی، مدت زمانی است که طول می‌کشد تا غلظت آن به نصف مقدار اولیه برسد].

ترشحات بسیاری از غده‌های بدن مانند پروستات در آقایان و سینه در خانم‌ها یا ترشحات غدد بزاقی با وجود غده بودن، وارد خون نمی‌شود بلکه وارد مجاری روده، ادراری و... می‌شود بنابراین همه اختلالات غددی بدن به رشته غدد بر نمی‌گردد. غده‌هایی که در مغز، استخوان، سینه، ریه و... همگی به تخصصی غدد مربوط نیست، بایستی به تخصصی دیگر مثلاً تخصصی اعصاب مراجعه کرد. از سوی دیگر، علائمی در بیمار هست که به تخصصی غدد بر می‌گردد و حال اینکه مردم پیش متخصص‌های دیگر می‌روند مثلاً تپش قلب بالا که به پرکاری تیروئید مربوط می‌شود نه به بیماری قلب و مثلاً غده هیپوفیز مسؤول ترشح هورمون رشد در مغز، و مسؤول غدد شیری در پستان است. کم‌کاری غده هیپوفیز باعث کوتاهی قد و کم‌شدن شیر در پستان مادر است.

و پُرکاری غده هیپوفیز: ۱. باعث افزایش هورمون رشد و سبب ایجاد بیماری آکرومگالی است، در این بیماری همه اعضای بدن بیش از اندازه رشد می‌کند، ۲. و باعث ترشح زیاد هورمون شیری در خانم‌ها، که سبب ترشح شیر و قطع دوره‌های قاعدگی می‌شود.

و مثلاً غده تیروئید: الف. بنا بر آمار دو درصد بانوان دچار کم کاری تیروئید هستند، ب. بنا بر آمار هفت درصد مردم به غده تیروئید برجسته یا گره تیروئید مبتلا هستند که متأسفانه شش درصد این آمار، مربوط به گره‌های سرطانی است.

و مثلاً در قسمت پشت غده تیروئید، غده پاراتیروئید قرار دارد که مسؤول تنظیم کلسیم بدن است و مسؤول تنظیم کم کاری تیروئید و پُرکاری تیروئید است.

پانکراس (لوزالمعدة): غده مهم دیگری است که انسولین ترشح می‌کند و کمبود آن سبب بروز بیماری دیابت نوع یک و دو می‌شود. دیابت نوع یک، پیشگیری شونده است و بیشتر در جوان‌ها دیده می‌شود و درمان آن با انسولین امکان‌پذیر است (هم اکنون ۱۰ درصد مردم ایران به دیابت نوع ۲ مبتلا هستند). کم‌خوردن، چاق نشدن، تغذیه صحیح، ورزش و جلوگیری از افزایش چربی دور شکم، بیشترین تأثیر را در پیشگیری و جلوگیری از ابتلا به دیابت دارد.

توجه: علاوه بر عامل ارث، نحوه و مدل زندگی نیز در ابتلا به بیماری دیابت، اثر گذار است. تذکر: غالباً بیماری‌های غدد، پیشگیری شونده نیستند گرچه بعضی از بیماری‌های غدد، پیشگیری شونده هستند نظیر بیماری دیابت.

غدد فوق کلیوی: در قسمت بالای کلیه‌ها در هر طرف دو غده بنام فوق کلیوی وجود دارد که هورمون تنظیم کننده نمک بدن و هورمون‌های مقابله با بعضی از بیماری‌های بدن را ترشح می‌کنند، و کم کاری و پُرکاری غدد فوق کلیوی، سبب بروز بیماری می‌شود.

توجه: گرچه انسان، کمتر در بیماری‌های غدد دخالت دارد ولی استرس، ارث و نحوه زندگی ممکن است در ابتلای فرد به بیماری‌های غدد تأثیر داشته باشد

بیضه و تخمدان: آخرین غده در بدن، در آقایان دو بیضه و در بانوان دو تخمدان است، کم کاری این غده در خانم‌ها سبب قطع دوره‌های قاعدگی و در آقایان سبب کاهش میل و قدرت جنسی می‌شود.

تذکر: خوشبختانه بیماری‌های غدد بیشتر از سایر بیماری‌ها، درمان پذیر است و تنها تغییرات و عوارضی که مشکلات و اختلالات غددی در بدن ایجاد می‌کند، برگشت ناپذیر اما کنترل شدنی است.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از بیماری‌های قلب و عروق

بیماری پُر فشاری خون و بیماری‌های قلبی و سکتۀ قلبی:

توجه: ۵ درصد مردم دنیا بیماری قلبی و عروقی ندارند، ولی ۹۵ درصد مردم دنیا دچار یکی از بیماری‌های قلبی و عروقی هستند، گرچه خودشان ندانند. مردم ایران ۸ درصد بیشتر از میانگین جهانی مبتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی هستند و این بیماری‌ها ردیف اول مرگ و میرها را در ایران تشکیل می‌دهند.

علل اصلی و عوامل مؤثر در ایجاد و تشدید بیماری‌های قلب و عروق:

- ۱- خوراکی‌های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس‌ها، کالباس‌ها، همبرگرها، پیتزا و...) [بیماری از املاح مقوی و ویتامین‌ها از بین می‌رود که ۸۰٪ آنزیم‌های مفید پائین می‌آید] و اسانس‌های شیمیائی [۷۰ نوع است و ۲۰ بیماری می‌آورد] (نوشابه‌های گازدار و غیر گازدار شیمیائی و آمیوه‌های شیمیائی و...)
- ۲- مواد شیمیائی و پلاستیکی،
- ۳- فشارهای عصبی و استرس
- ۴- شوینده‌های شیمیائی، مواد شیمیائی معطرکننده، ادکلن‌ها
- ۵- امواج الکترونیکی و مخابراتی
- ۶- همهٔ وسایل برقی که میدان مغناطیسی ایجاد میکنند که گاز سمی فلورین (Felorin)، برخی از قطعات کامپیوتری زمانیکه داغ می‌شوند گازهای سمی تولید می‌کنند
- ۷- لباس‌هایی که با مواد نسوز تولید می‌شود،
- ۸- مواد آرایشی شیمیائی،
- ۹- افزایش چربی‌های مضر خون [کلسترول بد (LDL) و تری گلیسرید خون] با مصرف خامه، سرشیر، میوهٔ موز، روغن جامد، کله پاچه، جگر سیاه، ته دیگ، کیک خامه‌ای و...
- ۱۰- فشارخون انقباضی بالاتر از ۱۴ و کمتر از ۱۱، فشار خون انقباضی بالای ۹ و کمتر از ۷
- ۱۱- مصرف دخانیات (پیپ، چپق، سیگار، قلیون) [باعث ناراحتی قلبی و نارسائی ریه می‌شود]،
- ۱۲- مشروبات الکلی
- ۱۳- ظروف پلاستیکی، تفلونی، آلومینیومی و سربی
- ۱۴- مصرف مواد آفیونی (بنگ، چرس، حشیش، ماری‌جوانا، تریاک و دود آن، مُرفین، هروئین و...)
- ۱۵- مصرف قرص‌های روان برگردان (اکستازی ECSTASY، دلفین، آبی، اکس و...)

- ۱۶- پُرخوری،
 - ۱۷- کم تحرّکی،
 - ۱۸- اضافه وزن
 - ۱۹- مصرف کافئین زیاد [حدّاقْل هشت بیماری می آورد] (چای سیاه، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه و...)
 - ۲۰- قندهای شیمیائی (قند، شکر، شیرینی جات غیر طبیعی و...)
 - ۲۱- بیماری قند خون (دیابت)، ۲۲- عامل ژنتیکی و وراثتی
 - ۲۳- زیاد خوردن گوشت قرمز و گوشت شکار
 - ۲۴- ترانس چربی بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُر چرب، کیک خامه‌ای، خامه، سرشیر، کُله پاچه، جگر سیاه، سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی، ته دیگ)
 - ۲۵- مصرف زیاد رازیانه،
 - ۲۶- لباس‌های تنگ و بدن نما
 - ۲۷- زیاده‌روی در نوشیدن آب یا ننوشیدن آب و یا بسیار کم‌نوشیدن آب
 - ۲۸- سر و صدای ناشی از ترافیک، دانسینگ، کاباره یا شب‌نشینی مبتدل
 - ۲۹- جیغ زدن، داد و فریاد نمودن، زیاد صحبت کردن، عادت به بلند صحبت کردن،
 - ۳۰- دائماً خشمگین و غضبناک بودن.
- درمان:
- صبح ناشتا: عسل طبیعی مخلوط با آب، یا مخلوط با آبجوش ولرم
- صبحانه: یک لیوان شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با یک قاشق مربّاخوری عسل طبیعی، نان سبوس‌دار با مربّای سیب، مربّای به، مربّای آمله، مربّای هویج زرد (زردک)
- وسط روز: گللابی رسیده (در روایات شیعه آمده)، انگور سیاه، دمکرده بومادران، دمکرده کاسنی
- ناهار: کباب ماهی (و بعد از آن عسل بخورید) و یا کباب ران مرغ بدون پوست با نارنج و سپس دوغ شیرین کم چرب
- به همراه ناهار: بادرنجبویه، کاهو (بدون سُس) و روغن زیتون، و سبزی شنبلیله و سبزی ریحان
- بعد از غذا: سیب درختی رسیده شیرین
- عصرانه: هویج زرد، انار شیرین، طالبی، توت فرنگی، به مقدار نصف قاشق چای‌خوری نارمُشک
- مخلوط با عسل آویشن گردد و میل شود
- مغرب و شب: گیلّاس، آلبالو، آلوبخارا، کرفس، سیر پخته، پیاز پخته

شام: آش آلو با نان جو سبوس دار به همراه پرتقال، سوپ جعفری هویج زرد روغن زیتون با نان جو سبوس دار به همراه توسرخ (دارابی = گریپ فروت)، زرشک پلو با روغن زیتون خوراکی به همراه نان جو سبوس دار به همراه پرتقال

شب قبل از خواب: ۷ برگ کاسنی، عرق طبیعی بیدمشک، عرق طبیعی بادرنجبویه، آب سیب رسیده شیرین تازه، آب به رسیده، گلابی رسیده

در بیماران سکنه ای به نوع لخته خون:

۱- روزی یکبار پیاز پخته را، به مدت نیم ساعت در گودی کف پا گذارده شود، ۲- بایستی غلظت خون نداشته و خونشان رقیق باشد تا سکنه تکرار نشود لذا هر شش ساعت دو لیوان (یک لیوان آب، یک لیوان آبجوش ولرم) بنوشد، ۳- هر روز، هفت تا چهارده عدد آلو بخارا بمکد و بخورد، ۴- هر روز یک قاشق غذاخوری زرشک خام، ۵- هر روز یک قاشق غذا خوری تمشک، ۶- هر روز یک ساقه ربواس، ۷- هر روز چهارده عدد عناب، ۸- یک استکان دمکرده ناخنک (اکلیل الملک)، ۹- عناب را بجوشانید و پس از ولرم شدن به نسبت مساوی با آب کاهو مخلوط کنید، سپس میل نمایید (درمان لخته، درمان پلاک و درمان سرطان).

در بیماران دارای فشارخون بالا:

۱- مخلوط سرکه طبیعی سیب + صبر زرد (آلوه ورا) را به مدت ۲۰ دقیقه در گودی کف پا گذارده، ۲- به همراه ناهار و شام سبزی شنبلله (حلبه) و میوه گریپ فروت (توسرخ = دارابی) بخورند، ۳- در بین روز: آب ماست، آلوچه، قرقروت بی نمک، زغال اخته بی نمک مصرف کنند.

توجه: فشارخون بالا باعث ضخامت بطن چپ قلب میشود و ضخامت بطن چپ را از ۱۲ میلی متر به ۱۵ میلی متر می رساند که باعث اختلال دیاستولی بطن چپ، و باعث نارسائی قلب می شود که علامت آن تنگی نفس در حین انجام کار است.

نکته:

۱- عسل طبیعی (آرگانیک) باعث تحریک و تقویت قلب و گشادی رگ ها و افزایش جریان خون در شریانچه ها تنظیم فشارخون می شود و از انفارکتوس قلبی جلوگیری می کند، عسل به علت داشتن گلوکز زیاد انرژی لازم برای میوکارد را فراهم می کند.

۲- عسل بلوط تیره رنگ است و برای جلوگیری از واریس، ضعف و بی حالی، کم خونی و ناراحتی های گردش خون مصرف می شود و البته عسل درجه دو میباشد گرچه عسل اکلیل کوهی و عسل استوخدوس عسل درجه یک محسوب می شود که موارد خاص خود را دارد.

استفاده از عرقیات طبیعی سنتی دو گونه است:

الف. داروی مفردة عرقى:

- ۱- گل محمدی (گلاب طبیعی) مقوی اعصاب قلب و دافع آخلاق خونی
- ۲- عرق مرزنگوش بازکننده گرفتگی قلبی و مغزی
- ۳- عرق گشنیز مفید برای قلب، مغز و سیستم گوارشی، مفرح و مقوی مغز و اعصاب و قلب است.
- ۴- عرق گزنه مقوی اعصاب و قلب، دفع کننده خلط خونی و کاهش قند
- ۵- عرق طبیعی عناب مخلوط با عسل برای تولید خون سالم تمیز و تصفیه کننده خون
- ۶- عرق کلبوره در درمان آنژین صدری (درد در ناحیه سینه و قلب) و کاهش قند
- ۷- عرق کرفس، باز کننده عروق بسته حتی عروق کرونر قلب
- ۸- عرق کاهو تصفیه کننده خون
- ۹- عرق برگ چغندر تصفیه کننده خون
- ۱۰- عرق کاسنی تصفیه کننده خون
- ۱۱- عرق شوید پائین آورنده چربی های مضر خون و کاهش دهنده فشارخون
- ۱۲- عرق شنبلیله پائین آورنده چربی های مضر خون و کاهش دهنده فشارخون
- ۱۳- عرق شاهتره تصفیه کننده خون، صفرا بر، کاهش دهنده غلظت و چسبندگی خون
- ۱۴- عرق زنیان بالا برنده فشارخون و درمان کننده چاقی شکمی
- ۱۵- عرق بابونه، قاعده آور در زنان و رقیق کننده خون غلیظ در مثانه در زن و مرد
- ۱۶- عرق آویشن افزایش دهنده فشارخون و مقوی اعصاب و ضد تشنج
- ۱۷- عرق نعنا درمان امراض قلبی و گوارشی و جهاز تنفسی
- ۱۸- عرق یونجه (اسپست) تقویت عمومی، عامل جلوگیری از خونریزی و ضد پارکینسون، ضد رعشه، ضد تشنج
- ۱۹- عرق بومادران کاهش دهنده فشار خون، بند آورنده خونریزی از بینی، کاهش دهنده قند خون، در زنان قاعده آور است
- ۲۰- عرق خارشتر، تصفیه کننده خون و کبد
- ۲۱- عرق زنجبیل، ضد انعقاد و لخته شدن خون (اثر آن از تأثیر سیر و پیاز و قرص شیمیائی آسپرین در پدیده ضد انعقادی خون بیشتر است)، محرک قلب، ضد کلسترول و ضد سرطان
- ۲۲- عرق برگ گردو، کاهش دهنده کلسترول بد و تری گلیسرید خون، کاهش دهنده قند خون، تنظیم فشار خون، درمان التهاب و ورم مفاصل و کمک به درمان نقرس (MSU)

ب. داروی مرگبه عرقى:

- ۱- عرق مرگبه بالا برنده فشار خون (ضد فشارخون پائین): عرق بادرنجبویه + عرق میخک + عرق آویشن
- ۲- عرق مرگبه پائین آورنده فشارخون (ضد فشارخون بالا): عرق شنبلیله + عرق کاسنی + عرق شوید + عرق عَنَاب
- ۳- عرق مرگبه چربی خون (کاهش چربی خون و رفع سفتی و سختی رگها): عرق شوید + عرق شنبلیله + عرق زیره + عرق گشنیز + عرق کاسنی + عرق کرفس + عرق بید
- ۴- عرق مرگبه خون و کبد (تصفیه خون و تصفیه کبد): عرق کاسنی + عرق شاهتره + عرق گزنه + عرق گل ختمی خبازی + عرق خار شتر + عرق خارخسک + عرق بومادران + عرق کرفس
- ۵- عرق مرگبه قلب (ضد درد، ضد سوزش، ضد گرفتگی، ضد تپش قلب): عرق سنبل الطیب یا عرق گل گاو زبان + عرق گل بهار نارنج + عرق مرزنجوش + عرق بابونه + عرق استوخدوس + عرق کلپوره + عرق بادرنجبویه + عرق بومادران

سوراخ بودن قلب بچه (سوراخ اضافی بین بطن راست و چپ قلب):

طی ۲۴ ساعت بعد از دنیا آمدن، یا ۴۸ ساعت، یا ۷۲ ساعت، یا ۶ ماه، یا یک سال، یا ۲ سال، یا ۱۶ سال، خود به خود بسته می شود، اما معمولاً اگر تا ۲ سالگی بسته نشد عمل جراحی می کنند. کمک به درمان: ۱- مربای به، ۲- مربای آمله، ۳- گلابی رسیده

اختلال دریچه ای قلب:

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

تنگی دریچه میترال:

علامت آن تنگی نفس و تپش قلب می باشد. و فعلاً در پزشکی جدید با بالن درمان می شود.
درمان: ۱. رژیم غذائی کم نمک، ۲. کاهش فشارخون بالا، ۳. کارسنگین نکنند، ۴. صبحانه زود بخورند و در صبحانه از شیر عسل آویشن، مربای به، مربای گل بهار نارنج، مربای آمله استفاده شود، ۵. شام سبک و زود بخورند، ۶. شب قبل از خواب یک لیوان آب سیب طبیعی تازه + عسل بخورند

پُرولاپسوس (بیرون زدگی) دریچۀ قلب:

میوهٔ به، مربای به، میوهٔ گلابی رسیده

درمان وَرَم و ضربان قلب:

خوردن یک قاشق چایخوری سَرخالی یا ۱۴ عدد دانه سپند سفید (= ثُفَاء) [در روایات شیعه آمده]

آریتمی قلب (نا منظمی ضربان قلب):

درمان: گلابی رسیده شیرین، انگور سیاه شیرین، دمکردهٔ گل بومادران، توجه: آریتمی‌های قلب اگر درمان نشوند منجر به ناراحتی قلبی می‌شود
تذکر: پُرکاری تیروئید، ضعف شدید و عرق زیاد کف دست و پا و تپش قلب و آریتمی قلب و... می‌آورد.

تپش قلب بالا:

پرهیز شود از: ۱. ترشیجات (آبلیموترش، لیمو عمانی، آلوچه، ترشک، قرقروت، تَمر هندی، آب‌ماست، گوجه‌سبز و ترشیجات بندری و لیته)، ۲. تندو تیز (لفل، سُس‌لفل، غذای هندی)، ۳. کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه) که لَجَن صُفراوی، آنمی فقر آهن، پوکی استخوان، سرگیجه، بیخوابی، اضطراب (دلهره)، گرفتگی عروق کِرُونر قلب و تپش قلب می‌آورد، ۴. استرس، ۵. جوش‌زدن، ۶. درگیری ذهنی، ۷. بحث کردن و خودخوری

درمان: ۱- صبح: به یا یک استکان آب به یا دو قاشق پلو خوری مربای به، ۲- شب بعد از شام: یک لیوان آب سیب تازه به همراه یک قاشق پلو خوری عسل آویشن یا عسل نعنا، ۳- دمکردهٔ گل بومادران مخلوط با عسل آویشن، ۴- مربای آمله، ۵- روزی ۷ تا ۱۴ عدد دانهٔ اسپند خوردن، ۶- گلابی، ۷- دمکردهٔ گل گاو زبان مخلوط با عسل آویشن، ۸- میوهٔ زالزالک، ۹- دارو مرگبهٔ گل بهارنارنج + سنبل الطیب + گل بنفشهٔ طَبّی، به نسبت مساوی مخلوط و پودر شود، سپس در یک استکان یا یک لیوان آبجوش ولرم ریخته و مصرف شود، در ظرف چند دقیقه تپش قلب خوب می‌شود. [توجه: سنبل الطیب نبایستی به همراه گل گاوزبان مصرف شود؛ زیرا باعث اُفت فشارخون و سرگیجه و ایجاد مسمومیت شدید، و به گُما رفتن شخص و گاهی منجر به مرگ می‌شود، تبصره: سنبل الطیب را نباید با داروهای شیمیائی ضد افسردگی، ضد اضطراب، آرامبخش، خواب‌آور، آنتی‌هیستامین مصرف کرد؛ زیرا بسیار خطرناک است. تذکر: زیاده روی در مصرف سنبل الطیب

نشود؛ زیرا مسمومیت، خستگی، احساس سبکی سر، گشاد شدن مردمک چشم، مسمومیت کبدی می آورد. [

زنده شدن قلب:

هر روز به همراه یک لیوان آب آشامیدنی سالم یک قاشق مرباخوری سرکه طبیعی انگور عسگری مخلوط کنید و میل نمایید.

تقویت قلب:

آب به با عسل، مربای به عسل، مربای آمله، دمکرده گل بومادران با عسل، مغز خام پسته تازه، شکوفه انگور، میوه زالزالک، مصرف پودر میوه بالنگ (اُترُج) مخلوط با عسل طبیعی مقوی قلب است؛ زیرا عسل طبیعی باعث تغذیه و تقویت قلب می شود.

فشار خون مینیومی قلب (یعنی فشار خون در حال انبساط قلب) بالاست:

تقویت قلب شود با: ۱. شبها یک لیوان آب سیب رسیده تازه شیرین با عسل آویشن، ۲. وسط روز آب به یا مربای به میل شود، ۳. خوردن یک قاشق مرباخوری روغن نارگیل و ماساژ ملایم طرف چپ سینه با روغن نارگیل، ۴. عصرانه انار شیرین با پرده نازک روی دانه ها خورده شود.

رفع ضعف اعصاب، ضعف قلب و رماتیسم:

۱- مخلوط گلاب طبیعی + عرق طبیعی بید مشک + عسل آویشن یا عسل نعنا، ۲- خوردن یک عدد سیب رسیده شیرین بعد از غذا (اگر آرگانیک بود با پوست آن خورده شود).

رفع ضعف اعصاب و ضعف قلب و رفع تشنگی:

شریت بیدمشک عسل، مربای به رسیده شیرین زرد، سیب قرمز معطر لبنانی رسیده شیرین

درمان گردش خون ضعیف و داروهای فعال کننده گردش خون در رگ ها:

۱- انار شیرین، ۲- بادرنجبویه، ۳- پونه، ۴- نعنا، ۵- گل استوخدوس

ضعف پمپاژ قلب:

اگر قلبی پمپاژ خونس ضعیف باشد مثلاً ۲۰٪ باشد، این سه کار را انجام دهید:

۱. به، آبِ به، مربای به صبح‌ها بخورد (تقویت قلب)، ۲. وسط روز: آب سیب مخلوط با عسل (درمان ضعف قلب)، ۴. شب قبل از خواب: ۵ برگ کلم پیچ (برگ سبز) به همراه سه لیوان آب بجوشانید، تا برسد به یک لیوان، آب کلم سرد که شد، یک قاشق پلوخوری عسل آویشن یا عسل نعنا در آن مخلوط کند و بخورد (درمان اختلال دریچه‌ای قلب نیز می‌شود)

توجه: هیچگاه بدون سحری و افطاری یا بدون صبحانه و شام نباشید.

کمک به درمان حالت‌های خاص قلب (مانند: آنژین‌های صدری که تکرار شود، و مانند ازدیاد تپش قلب و مانند آریتمی‌ها و نامنظمی‌های ضربان قلب): هر شبانه‌روز در سه نوبت (وسط روز، عصرانه و شب قبل از شام): گل نرگس یا عطر طبیعی نرگس بدون اسانس شیمیائی بو کند.

نورانیّت قلب، تصفیه خون و رقیق کردن خون:

هر روز صبح ناشتا یا عصرانه یک عدد انار شیرین با پرده نازک روی دانه‌ها، یا یک استکان آب انار شیرین طبیعی، یا یک قاشق مرباخوری رب انار شیرین طبیعی میل کنید.

تقویت بُنیّه و جلای قلب:

صبحانه یا اوّل افطار: شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل آویشن یا عسل نعنا (یا هر دو) بخورد.

مُفَرِّح و شادابی قلب:

سیب قرمز معطر ابتداءً بو کند سپس بخورد، میوه گلابی رسیده، گل محمدی و گلاب طبیعی و عطر طبیعی گل محمدی، میوه بالنگ یا مربای بالنگ در وسط روز مصرف کنید

رفع هم و غم:

انگور سیاه و مویز (کشمش انگور سیاه)

ضخامت جداری عضله قلب (HOCM): که باعث مرگ ناگهانی می‌شود:

درمان: ۱- صبح ناشتا: دمکرده گل استوخدوس مخلوط با عسل استوخدوس، ۲- بین روز: انگور سیاه با هسته آن بجوید، میوه گلابی رسیده بخورید، ۳- بعد از غذا چند عدد خرما بخورید، ۴- عصر: دمکرده سیاه‌دانه مخلوط با عسل استوخدوس

آب آوردگی دور قلب و ورم بدن:

پرهیز شود از: قندهای شیمیائی، اسانس‌های شیمیائی، ترانس چربی بالا، کافئین زیاد، اضافه وزن، کم تحرکی

درمان: ۱- صبح ناشتا: یک استکان دمکرده گُل استوخدوس مخلوط با عسل استوخدوس میل کنید،
۲- قبل از غذا: یک قاشق مرباخوری شربت زنجفیل سپس مقدار کمی آب بنوشید، ۳- بعد از غذا: سیاه‌دانه مخلوط با عسل استوخدوس بخورید، ۴- در بین روز: یک استکان دمکرده گزنه مخلوط با عسل طبیعی بخورید، ۵- اول مغرب: یک استکان دمکرده آفتیمون مخلوط با عسل طبیعی بخورید.

اُفتادگی رگ قلب:

۱. بالن قلب، ۲. فتر خاص گذاشتن، ۳. آب، ۴. آبجوش ولرم، ۵. عَنَاب، ۶. آلو، ۷. زرشک خام

گرفتگی عروق کِرُونِر قلب و ناراحتی قلبی:

مثلاً سه رگ اصلی شریانی خون‌رسان به عضله قلب (سرخ رگ قلب) مسدود است
علل اصلی این بیماری: ۱. رسوب سدیم بر اثر خوردن نمک زیاد، نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های شیمیائی، خیار شور، شوری، آجیل و تخمه بو داده، ۲. رسوب تری گلیسرید خون بر اثر خوردن سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی، چربی با ترانس بالا، خامه، سرشیر، ته دیگ، کله پاچه، موز، انواع سُس‌ها، جگرسیاه، روغن جامد، کنسروها و آبمیوه‌های شیمیائی، ۳. رسوب کافئین بر اثر خوردن چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه، ۴. دخانیات، مواد افیونی، قرص‌های روان برگردان، مشروبات الکلی

درمان: ۱. صبحانه: یک لیوان شیر گاو کم چرب با یک قاشق مرباخوری عسل استوخدوس یا آویشن یا نعناع، ۲. وسط روز: یک خوشه انگور سیاه یا ۲۱ عدد مویز ناشتا (یعنی کشمش انگور سیاه)، ۳. به همراه ناهار و شام یک قاشق پلو خوری آبغوره طبیعی انگور عسکری، ۴. ظهرها یک عدد گلابی، ۵. عصرانه چند عدد بُرش آناناس، ۶. کاهو را از بالا چهار قسمت کنید و در هر نوبت با ناهار و شام یک قسمت را بدون سُس مصرف کنید، ۷. شب قبل از خواب یک ساقه کرفس یا یک استکان آب کرفس (اگر سه رگ بسته هفته اول و دوم یک لیوان آب کرفس خام، هفته سوم و چهارم نصف لیوان، هفته پنجم یک استکان کوچک، از هفته ششم به بعد یک ساقه کرفس)، ۸. تره فرنگی به همراه ناهار و شام بخورید، ۹. ریحان کوهی (بادروج= حوک) بخورد، ۱۰. ته نشین سرکه سیر، بازکننده عروق کرونر قلب است، ۱۱. در اول و آخر غذا، بمقدار یک گرم از مخلوط آویشن نمک بخورید در حالیکه غذایتان

بی‌نمک است، ۱۲. میوه شفاقل (هویج وحشی) بازکننده عروق کرونر و ضد آنژین صدری است، ۱۳. زیتون خوراکی طبیعی و روغن زیتون خوراکی طبیعی. نکته: اگر نوزادی رگ‌هایش بصورت عارضی مسدود بوده، صبح و وسط روز: یک قاشق چای‌خوری آب کاهو، عصرانه: یک قاشق چای‌خوری آب تره‌فرنگی، شب: یک قاشق چای‌خوری آب کرفس، و شب قبل از خواب: یک قاشق چای‌خوری آب ریحان کوهی به او دهید.

باز شدن گرفتگی قلب، درمان لخته خون، درمان رسوب رگ‌ها و درمان سکتۀ خفیف:

۱- زیتون خوراکی طبیعی سفت شفاف سرکه‌ای (هفت‌عدد با نهار و هفت‌عدد با شام) یا روغن زیتون خوراکی طبیعی (یک قاشق غذاخوری با نهار و یک قاشق غذاخوری با شام)، ۲- کاهو بدون سس با نهار و شام، ۳- کرفس خام شب قبل از خواب، ۴- تره وحشی = تره‌فرنگی = پواژو (به زبان فرانسوی) با نهار و شام، ۵- سبزی ریحان کوهی با نهار و شام، ۶- روزی سه‌عدد قره‌قاپ زرد (قندخون را نیز کاهش می‌دهد)، ۷- هرروز، یک عدد پیاز قرمز با نهار، ۸- عنب را بجوشانید و پس از ولرم شدن به نسبت مساوی با آب کاهو مخلوط کرده و میل نمایید (درمان لخته، درمان پلاک و درمان سرطان).

پیشگیری از لخته شدن خون در مسافرت‌ها (زمینی، هوایی و دریائی):

پرهیز شود از: کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، نسکافه، کاکائو)، اسانس‌های شیمیائی (نوشابه‌های شیمیائی، آمپوه‌های شیمیائی)، تنقلات شیمیائی و صنعتی (پفک، اسمارتیز و...)، قند و شکر شیمیائی، نان سفید، کیک سفید، ژله، آدامس شیمیائی، سس، خامه، سرشیر، کیک خامه‌ای توجه: ۱- آب، آبجوش ولرم بنوشید، بسیار خوب است، ۲- شربت آلبالو، شربت گل بهار نارنج، شربت گل بیدمشک بنوشید، ۳- شیر عسل بنوشید، ۴- می‌توانید خرما با آب و با آبجوش ولرم بنوشید، ۵- آجیل خام تازه (مانند: مغز خام بادام شیرین درختی، چلغوز خام تازه) بخورید، ۶- نان سیوس‌دار (نان جو سیوس‌دار، نان گندم سیوس‌دار) بخورید، ۷- برنج سیوس‌دار بخورید، ۸- گوشت بصورت بخار پز یا کبابی (با شعله غیر مستقیم حرارت، کباب شود) یعنی گوشت سفید مانند: ماهی سفید بدون پوست، ماهی قزل‌آلا بدون پوست، ران مرغ بدون پوست، ران بوقلمون بدون پوست. و گوشت قرمز مانند: سر دست گوسفند، ران گوسفند.

سکسکه ناشی از گرفتگی عروق شریانی قلب (کرونر قلب):

درمان سکسکه: یک قاشق چای‌خوری آب پز تخم کرفس قبل از غذا و بعد از غذا

برای باز شدن عروق با ناهار و شام کاهو بدون سُس و شب قبل از خواب کرفس.

انسداد کبدی و قلبی و رماتیسم:

۱. صبح: مخلوط سکنجبین با آب أنار شیرین بخورید، ۲. عصر: خوردن سکنجبین عُنْصَلی، ۳. شب: دمکرده تخم کرفس (یک قاشق چای خوری تخم کرفس را در یک استکان آبجوش ریخته و صبر کنید تا دم بکشد) بنوشید، ۴. جوشانده غلیظ مریم گلی درمان راشیتیس و رماتیسم است.

مسهل های قوی دریماران قلبی:

۱- کاهو + کرفس، ۲- گلاب طبیعی + عرق طبیعی گل بید مشک + عسل طبیعی، ۳- گلبرگ گُل محمدی با عسل طبیعی، ۴- انگور با هسته آن بجوید، ۵- عَنَاب با عسل، ۶- گُل ختمی خَبَازی با روغن طبیعی زیتون خوارکی، ۷- مخلوط شیرۀ انگور با شیرۀ توت.

واسکولیت (گروه وسیع التهابات رگ های خونی):

درمان در پزشکی جدید: ۱- کور تیکو استروئیدها، قرص های کورتون مانند: پردنیزولون، ۲- داروهای سرکوب گر ایمنی مانند: سیکلو فسفاماید

درمان طبیعی و گیاهی: ۱- صبحانه: شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل طبیعی آویشن و عسل طبیعی گُون و مربای گُل بهار نارنج، به همراه نان سبوس دار، ۲- ناهار: خورشید بوقلمون، ۳- عصرانه: انار شیرین، ۴- وسط روز و اوّل مغرب: دو عدد میوه شاه بلوط، ۵- قبل از شام هفت عدد آلو بخارای خشک به صورت مکیدنی، ۶- به همراه هر غذا کاهو (بدون سُس) و لیمو شیرین، و بعد از هر غذا سیب درختی رسیده شیرین و انار شیرین، ۷- شب قبل از خواب: برگ سداب بخورید.

واریس پشت پا:

نارسائی ورید (سیاهرگ) سطحی اندام تحتانی هنگام اتّصال به ورید مرکزی، باعث ایجاد واریس رگ می شود.

علل ایجاد واریس: ۱- چاقی زیاد (که در مردان بیشتر واریس پشت ساق پا است و در زنان بیشتر واریس دور مفصل مچ پا است)، ۲- ورزش های سنگین، ۳- کارهای سنگین، ۴- حاملگی های مکرری که توأم با کار ایستاده زیاد است، ۴- افزایش سن، ۵- وراثت، ۶- ایستادن یا نشستن های طولانی روی صندلی، ۷- استعمال دخانیات، ۸- ضربه به پا در اثر تصادف یا شکستگی، ۹- مصرف قرص های ضد بارداری، ۱۰- وجود لخته در وریدهای عمقی پا به هر دلیل، ۱۱- یبوست و بواسیر که باعث زیاد

نشستن در توالت میشود، ۱۲- بسیار کم خوردن آب و آبجوش ولرم و داشتن یبوست در زنان حامله (که علاوه بر واریس پشت پا، باعث افتادگی رحم نیز میشود).

توجه: بروز واریس در زنان بیش از مردان است زیرا هورمون هایی که با غلظت بالا در بدن آنها وجود دارد، تا حدی شل کننده دیواره عروق هستند. در دوران بارداری هم به دلیل تغییرات هورمونی و فشاری که در لگن به وریدها وارد می شود، احتمال بروز واریس وجود دارد.

از موارد ذیل پرهیز شود: بارسنگین، یکجا زیاد ایستادن، زانوی پا روی زانوی پای دیگر انداختن، کفش پاشنه بلند، غلظت خون، زیاد نشستن

درمان: ۱. پنبه آغشته به آبلیمو ترش تازه روی رگ های واریس بمالید، ۲. از جوراب ضد واریس استفاده کنید، ۳. زانو طبعی روی رگ های واریس بمدت ۲۰ دقیقه گذارید، ۴- خوردن مغز میوه شاه بلوط، و در زمانی که این میوه موجود نبود، می توانید از قرص گیاهی آن استفاده کنید، ۵- شب قبل از خواب چند برگ سداب بخورید (منع مصرف در زنان حامله، و همچنین مردان جوان نخورند؛ زیرا باعث کاهش اسپرم می شود).

تصلب شرایین:

۱- هر شش ساعت یک لیوان آب و یک آبجوش ولرم بنوشید ۲- یک عدد پیاز متوسط به همراه ناهار بخورید، ۳- هر شب قبل از شام، هفت عدد آلو بخارای خشک بصورت مکیدنی میل کنید، ۴- مصرف آب پیاز تازه مخلوط با عسل طبیعی، در درمان سختی دیواره شرایین (سختی دیواره سرخرگ ها) به ویژه شرایین مغزی مفید است، ۵- بعد از غذا انار شیرین با پرده نازک روی دانه ها بخورید یا یک لیوان آب انار شیرین تازه بخورید.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از بیماری‌های کبد، طحال و بیماری آسیت

کبد بزرگترین غده درون ریز بدن است و از اندام حیاتی بدن است. کبد، سم زدائی بدن می‌کند.

بیماری‌های کبدی (در علم هیپاتولوژی = علم کبد شناسی):

۱. بزرگی کبد یا ورم کبد، ۲. کبد سنگین، ۳. درد در ناحیه راست بدن بخاطر غلظت صفرا یا سنگ صفرا یا انسداد رگ کبدی مثلاً انسداد ورید تحتانی کبد (HVD، 4. نارسائی کبدی در مراحل پیشرفته کبد چرب (فیبروز = چروکیدگی کبد)، ۵. سیروز کبدی (یعنی خشکی کبد) که عملکرد کبد را دچار اشکال می‌کند، ۶. کبد چرب (به اصطلاح ایرانی زردی به اصطلاح عربی یرقان. و ایکتر یعنی یرقان نوزادی) و ازدیاد آنزیم‌های کبدی، و اختلالات کبدی، ۷. کیست کبد، ۸. سرطان کبد و ...

یکی از بیماری‌های قرن ۲۱ میلادی کبد چرب است، این بیماری بدون نشانه است، در سال ۱۳۹۳ هجری شمسی شعار روز جهانی هپاتیت این بود که: «از کبد خود مراقبت کن و به فکر هپاتیت باش».

هپاتیت، بیماری التهابی کبد است به عبارت بهتر: هپاتیت، اختلالی التهابی در بافت کبد است و مانع از فعالیت حیاتی و اساسی کبد در بدن انسان می‌شود. هم اکنون حدود ۴۰۰ میلیون نفر حامل ویروس هپاتیت در جهان داریم. اگر یکی از اعضای خانواده مبتلا به هپاتیت شد، همه اعضای خانواده آزمایش بدهند و پس از اطمینان از سلامت خود، واکسن هپاتیت بزنند. وقتی ویروس هپاتیت وارد بدن می‌شود از ۱۰۰ نفر، ۹۰ نفر مبتلا به ویروس هپاتیت، بهبود پیدا می‌کنند و فقط ۱۰ درصد ناقل هپاتیت می‌شوند و از این آمار ۱۰ درصدی نیز ۱۰ درصد در معرض سرطان کبد قرار می‌گیرند.

اقسام بیماری التهابی کبد (هپاتیت = کبد چرب):

الف. هپاتیت A = یرقان عادی، ب. هپاتیت B = یرقان پیشرفته، پ. هپاتیت C = یرقان مجهول، ت. هپاتیت D، ث. هپاتیت E

علائم بیماری کبدی: ۱- در مراحل ابتدائی بیماری کبدی، کاهش سطح هوشیاری، بیدارخواهی شبانه، خواب زیاد روزانه و پرخاشگری وجود دارد، ۲- در مراحل حاد بیماری کبدی، خستگی و تهوع وجود دارد، ۳- در موارد مزمن بیماری کبدی، کاهش اشتها و اسهال وجود دارد، ۴- در موارد

کم کاری کبدی، درد و خارش پوست بدن وجود دارد، ۵- در موارد کم کاری پیشرفته کبد، قرمزی گف دست و زردی تمام پوست بدن وجود دارد.

عوامل ایجاد کبد چرب:

۱. چاقی و اضافه وزن، چربی خون بالا مخصوصاً تری گلیسرید خون.
۲. کاهش سریع وزن دادن.
۳. دیابت نوع دو (قند شیرین).
۴. کم تحرکی و پُرخوری (که باعث چاقی شکم، ناشی از تجمع چربی و مقدمه بیماری هایی مانند: فشارخون، قندخون، مشکلات قلبی و مغزی و بخصوص کبدی می شود) و عدم نرمش و عدم ورزش
۵. مصرف چربی زیاد و غذاهای چرب (کله پاچه، جگرسیاه، خامه، سرشیر، روغن جامد و...) و سرخ کردنی و سوء تغذیه و غذای مانده. و مرحوم دکتر سیادتى فوق تخصص بیماری های عفونی گوید: مصرف زیاد سرخ کردنی برای کبد مضر است.
۶. مصرف روغن هیدروژنه مانند روغن جامد و مصرف چربی اشباع مانند روغن بادام شیرین، روغن نارگیل و مصرف روغن صنعتی مانند روغن پالم (روغن درخت نخل روغنی) و روغن صنعتی زیتون (روغن فشار سوّم زیتون است)
۷. تخم مرغ زیاد خوردن، کوکو، ته دیگ، روغن جامد، میوه موز و ...
۸. تجمع چربی در سلول های کبدی و ازدیاد آنزیم های کبدی.
۹. مقاومت بدن در مقابل انسولین (دکتر سید حسین هاشمی، کارشناس ارشد یا فوق لیسانس فیزیولوژی انسانی) [انسولین تزریقی سه نوع ساخته شده: ألف. انسولین شیری رنگ که از گاو گرفته می شود (انسولین طولانی اثر)، ب. انسولین کریستال که رنگ آن شفاف است، ج. مخلوطی از آندو که اخیراً ساخته شده]
۱۰. مصرف الکل (در طب داخلی هاریسون، طب داخلی نلسون، طب داخلی سیسیل، طب داخلی جان اسمیت) و خوردن مست کننده ها.
۱۱. اسانس های شیمیائی، فست فودها، کافئین زیاد
۱۲. آب آلوده، شیر مانده، جگر مانده، گوشت مانده.
۱۳. سموم شیمیائی و آفت کش های شیمیائی (ایجاد سرطان کبد و ایجاد سرطان معده و ایجاد ناباروری و ایجاد کودکان ناقص الخلقه می کنند)

۱۴. داروهای شیمیایی که بر روی کبد اثر سوء دارد، مثلاً دکتر سید وهاب بُکدار متخصص کلیه و مجاری ادرار گوید: مصرف زیاد آنتی بیوتیک با وجود عفونت داخلی و مصرف آنتی بیوتیک بدون وجود چرک و عفونت داخلی، در هر دو صورت برای کبد و کلیه‌ها، مضر است.

۱۵. مصرف مداوم استامینوفن، ضد تب، آسپرین و برخی از آنتی بیوتیک‌ها (زمینه ساز هپاتیت و سرطان کبد ... است)

۱۶. زیاده روی در مصرف ریشه گیاه کُور (کبر)

۱۷. دکتر دریانی فوق تخصص کبد گوید: داروهای کورتون و آمپول‌های غیر استروئیدی [ضیائی گوید:

۱۵ بیماری می‌آورد که یکی از آنها کبدچرب است]

۱۸. آب بسیار سرد (به اصطلاح عُرفی آب تگری)

۱۹. گیاه پاخر (به کبد آسیب می‌زند و مصرف زیاد آن سرطان کبد می‌آورد)

۲۰. جزّاحی بواسیر (باعث ایجاد سرطان کبد)

۲۱. برگ و ریشه گیاه آذان الحمار (گرچه این گیاه ضدّ تومور است ولی مصرف زیاد یا مصرف مداوم آن، سرطان کبد می‌آورد، و مصرف این گیاه ابتداءً بیماری HVOD یعنی بیماری انسداد ورید کبدی می‌آورد)

۲۲. زیاده روی در مصرف دُرّت توأم با کم تحرّکی (باعث ایجاد کبدچرب و بزرگی کبد می‌شود)،

۲۳. مصرف زیاد رازیانه

علاج و درمان کبد چرب:

۱. ۵٪ الی ۱۰٪ کاهش اضافه وزن زیر نظر کارشناس داشته باشید

۲. محدودیت سنجیده در مصرف کالری داشته باشید، یعنی کودکان چاق نیم کیلو در هفته و بزرگترهای چاق دو کیلو در هفته بیشتر وزن کم نکنند.

۳. کاهش تری گلیسرید خون ...

۴. کاهش مقاومت بدن در مقابل انسولین.

۵. حذف و یا کنترل داروهای مصرفی زیر نظر متخصص.

۶. تمشک تازه، توت فرنگی غیر برّاق، کلم پُرکلی خام در جیره غذایی باشد

۷. مصرف روزانه زرد آلو یا کِشته زرد آلو (بدون گوگرد) برای تصفیه کبد مفید است (مرحوم دکتر شیخ).

۸. مصرف میوه‌جات طبیعی رسیده و سبزی‌جات تازه سالم در جیره غذایی روزانه باشد و نان سبوس دار بخورد. در علم تغذیه گویند: ۵ الی ۷ بار، ولی ما می‌گوییم در ۲۴ ساعت، سه بار میوه

مصرف شود (یعنی صبح ناشتا: هویج زرد، در بین روز: زردآلو، بعداز غذا: سیب رسیده شیرین) و سه بار سبزی (یعنی کاسنی، کاهو بدون سُس و کلم بروکلی به همراه غذا)، توجه داشته باشید که این میوه جات و سبزیجات علاوه بر فیبر و ویتامین ها و املاح، مواد آنتی اکسیدان هم دارند.

۹. آب آشامیدنی سالم تازه ۴ لیوان و آب جوش تازه ولرم ۴ لیوان در ۲۴ ساعت نوشیده شود (یعنی هر ۶ ساعت دو لیوان).

۱۰. در مناطق خشک و نیمه خشک هر روز خوردن نیم گرم زعفران و در مناطق شرجی و رطوبتی یک گرم (پروفسور ظلّ الرحمان از هندوستان و دکتر سید محمد هاشمی از ایران).

۱۱. پروفسور ظلّ الرحمان از هندوستان: برگ کاسنی و برگ تاجریزی (عَنْبُ الثَّلَب) و برگ تَرْب را پودر کرده و به نسبت مساوی مخلوط نموده و سپس جوشانده و هر ۸ ساعت یک قاشق چای خوری بخورد (دکترگردآفشاری گوید: اگر شاهتره به این ترکیب اضافه شود، بهتر است)

۱۲. به افراد لات و نیمچه لات گوئیم: الکل و مُسکرات نخورید.

۱۳. هر روز دو لیوان آب سیب طبیعی تازه، و یک عدد کدو مسمی (کدو خورشیدی) با پوستش مصرف شود.

۱۴. از بهترین داروهای طبیعی، سکنجبین غُصَلی است (دکتر سید احمد ثاقبی، متخصص ارولوژی و فوق تخصص نفروولوژی و رئیس دانشکده طب سنتی مشهد).

عَلَمَه ضیائی گویند طرز تهیه سکنجبین غُصَلی: ۲ کیلو سرکه طبیعی سیب + ۴ کیلو آب + نیم کیلو پیاز غُصَل (پیازموش یا پیازدشتی)، مخلوط شوند و بمدّت یک ساعت جوشانده شوند و سپس ظرف را از روی شعله برداشته، وقتی که از جوشش افتاد، و هنوز گرم است، صاف شود و مخلوط با ۵ کیلو عسل طبیعی شود.

۱۵. روغن زیتون خوراکی (فشار اوّل پرسی سرد) در جیره غذائی باشد (یک قاشق غذاخوری با ناهار و یک قاشق غذاخوری با شام).

۱۶. حجامت خاص از لاله گوش یکبار توصیه می شود.

۱۷. هر روز خوردن نصف استکان تا یک استکان عرق طبیعی شاتره (شاهتره) [دکتر گرد آفشاری، استاد دانشگاه].

۱۸. دکتر سید محمد هاشمی: گیاه خارمریم [= عَلَیص = عَلَیص از تیره مرکبان] دارای ماده مؤثره ای به نام سیلی مارین باعث افزایش ماده گلوکوتایون در کبد میشود که محافظت کننده کبد (از صدماتی که بر اثر سموم ایجاد می شود) می باشد. توجه: شوهران و همسران جوان، زیاده روی در مصرف خارمریم نکنند؛ زیرا عقیمی و ناباروری می آورد.

۱۹. مصرف ته نشین سرکه سیر (نصف استکان)

۲۰. هر روز ۷ برگ سبزی کاسنی بخورد (کاهش دهنده حرارت صفراوی، نوسازی یاخته‌های کبدی، درمان یرقان)
۲۱. سوپ جعفری و جوشانده ریشه جعفری (خانم مهندس نبی)

کبد چرب ناشی از چاقی و اضافه وزن:

علائم کبد چرب ناشی از چاقی و اضافه وزن: ۱- وجود خستگی، ۲- احساس پُری معده، ۳- بیحالی مُفرط، ۴- مشکلات گوارشی (دل پیچه، قرقره‌های شکمی و روده ای)

درمان کبد چرب ناشی از چاقی و اضافه وزن:

۱- کاهش وزن، ۲- کاهش دریافت مواد غذایی پُرکالری، ۳- نرمش، ورزش، تحرک کافی، ۴- داشتن رژیم غذایی سالم (یعنی: الف. کم چرب، ب. کم مصرف کردن پروتئین حیوانی، ج. بیشتر مصرف کردن سبزی کاسنی، کلم بروکلی خام، کاهو بدون سُس و شاه‌تره به همراه غذا)

درمان هپاتیت B - C (درمان کبد چرب گرید ۲ - ۳):

دکتر سید محمد هاشمی: ۱- برگ و ریشه گیاه دندان شیر (قاصدک) ۳۰ گرم، ۲- میوه سَمَاق ۲۰ گرم، ۳- زیره سیاه ۲۰ گرم، ۴- تخم کرفس ۳۰ گرم، ۵- برگ و دانه فُلوس ۵۰ گرم، ۶- ریشه هندوانه کَبَر (کُور) ۱۰ گرم، ۷- ریشه ریوند چینی ۲۰ گرم، ۸- زنیان ۱۵ گرم، ۹- کنگر فرنگی (آرتیشو) ۳۰ گرم، ۱۰- شاه‌تره ۲۰ گرم، تمامی این ده دارو را کوبیده و مخلوط میکنیم، و مخلوط را بیست قسمت نموده و هر روز یک قسمت آن را بر سه تقسیم نموده و هر قسم آن را بعد از هر غذا با عرق طبیعی کلپوره مخلوط و سپس کَفَلِمَه (کِپَلِمَه) شود.

هپاتیت B:

علل ایجاد هپاتیت 1: B. حجامت‌های غیر بهداشتی، ۲. آمپول‌های چند بار مصرف معتادان، ۳. انجام دادن خدمات دندان پزشکی غیر بهداشتی، ۴. تاتو یا خدمات دیگر پوستی (در آرایشگاهی که تجهیزات استریل ندارد)، ۵. دوست پسر (لواط) - دوست دختر (زنا) = روابط جنسی ناسالم و پُرخطر، ۶. انتقال از مادر مبتلا به جنین، ۷. انتقال خون آلوده یا کیسه خون آلوده.

توجه: پیش یک متخصص عفونی رفته و آزمایش آنتی بادی دهید.

درمان هپاتیت 1: B- جوشانده برگ گردو، و پوست درخت گردو، و پوست سبزی روی مغز گردو، ۲- سکنجبین غُصْلَی

درمان نوع ویروسی هپاتیت B: سکنجبین نعنائی در ۲۴ ساعت یکبار مصرف شود. طرز تهیه سکنجبین نعنائی: مخلوط یک لیوان آب + یک قاشق پلوخوری عسل طبیعی + نصف استکان عرق نعنا بدون اسانس + یک قاشق غذاخوری سرکه طبیعی انگور عسکری. (دکتر سید علی ابوالخطیب)
توجه: در پزشکی جدید آزمایشات ۶ ماهه انجام می گیرد و دارو شیمیائی تئوفوویر تجویز می شود، موارد مصرف این دارو در بیماری های کبدی و اختلالات کبدی می باشد و موارد منع مصرف آن در حساسیت به دارو و نارسائی کلیوی می باشد.
تذکر: هپاتیت B بیشتر بوسیله ترشحات آلوده از سایر قسمت های بدن سرایت می کند ولی هپاتیت C فقط از طریق خون سرایت پیدا می کند.

درمان کبد چرب، یرقان (زردی)، سودا، غلظت خون کبدی، کهیر با منشأ کبدی:

قرص گیاهی آترومِد بی، یا دارو مرگبه کنگر خوراکی + گیاه مخلصه + خار مریم

مشکلات کبدی، بالا بودن آنزیم های کبدی، کبد چرب:

درمان: از دارو مرگبه هفت تخم هر هشت ساعت یک قاشق چای خوری مخلوط با عسل طبیعی میل شود.

طرز تهیه دارو مرگبه هفت تخم (یا دارو مرگبه هفت مغز کبد): ۱. تخم کاسنی، ۲. تخم شاتره، ۳. تخم بارهنگ، ۴. تخم خرفه، ۵. ترنجبین، ۶. شیرخشت، ۷. تخم گشنیز، از هر کدام به مقدار مساوی تهیه شود و پودر شود و مخلوط شوند.

درمان کبد چرب (گرید ۱ و ۲)، قند خون بالا، سرطان پوست، ورم های سخت و ورم بینی:

۱- هر صبح و شب پماد گُل همیشه بهار (کالاندولا) بمالید، ۲- به همراه غذا کاهو (بدون سُس)، سبزی جعفری و سبزی کاسنی بخورید، ۳- هر هشت ساعت یکی از این دمکرده ها را بنوشید: الف. دمکرده گزنه، ب. دمکرده گُل خارمریم، ج. دمکرده شاهتره.

درمان ورم کبد:

صبح: صبر زرد (آلوئه ورا)، شب: سیاه دانه با عسل، هر روز یک عدد خیار شنبَر (خیار چنبر) با هفت برگ سبزی کاسنی بخورید.
کیست کبد:

پرهیز شود از: چربی‌های با ترانس بالا، سرخ کردنی، میوه موز، کافئین زیاد، شکلات، چای، قهوه، نسکافه، کاکائو، قرص‌های شیمیائی ضد حاملگی، اسانس‌های شیمیائی

درمان: ۱- صبح ناشتا: یک قاشق چای‌خوری پودر گُل اُستوخدوس در یک استکان آبجوش ولرم به همراه عسل اُستوخدوس، ۲- در بین روز یک لیوان دم‌کرده گل بنفشه طَبّی (کوهی) مخلوط با عسل طبیعی اُستوخدوس میل شود، ۳- بعد از ناهار و شام: یک قاشق چای‌خوری پودر زنجفیل مخلوط در عسل اُستوخدوس میل شود و بعد از آن مختصری آب آشامیدنی سالم بخورید، ۴- اوّل مغرب: یک قاشق چای‌خوری پودر میوه اُفتیمون در نصف استکان آبجوش ولرم به همراه عسل اُستوخدوس، ۵- شب‌ها یک قاشق مرباخوری سیاه‌دانه مخلوط با عسل طبیعی اُستوخدوس میل شود.

ضمادهایی از برای درمان کیست کبد:

۱- آرد بابونه، ۲- پونه، ۳- ریشه ختمی، ۴- مویز، ۵- آرد جو، و ده‌ها مورد دیگر از برای ضماد روی محلّ و جایگاه کبد از روی پوست شکم.

درمان زردی نوزادی (ایکتر):

۱- در سه روز پشت سر هم، سَر ساعت، هر بار یک قاشق چای‌خوری آب پوست کدو مسَمّی (کدو خورشتی) به نوزاد داده شود. (مثلاً فقط در سه روز، ساعت ۸، هر روز یک قاشق چای‌خوری)

۲- مادر شیر ده، بایستی به مدّت سه هفته هیچ نوع چربی حیوانی و گیاهی نخورد و فقط روغن زیتون خوراکی (فشار اوّل پرسی سرد) بخورد به این‌صورت که یک قاشق غذاخوری با ناهار و یک قاشق غذاخوری با شام بخورد و هر ۸ ساعت یک لیوان آب سیب رسیده شیرین بنوشد.

توجه: دکتر قدسیه علوی متخصص زنان و زایمان گوید: مادرانی که گروه خونی O دارند، زردی بچه‌هایشان بیشتر است، و بچه اُولشان غالباً زردی شدید (ایکتر شدید= زردی نوزادی شدید= یرقان نوزادی شدید) می‌گیرد و زردی بچه‌های بعدی آنها کمتر است.

عرقیات طبیعی هشت‌گانه کبد (پائین آورنده حرارت کبد، درمان کبد چرب، درمان هپاتیت، درمان انسداد مجاری کبد، درمان نارسائی کبد، درمان سرطان کبد، تصفیه خون و تصفیه کبد):

عرق کاسنی + عرق شاه‌تره + عرق گزنه + عرق پنیرک (عرق گُل ختمی خبّازی) + عرق خارشتر + عرق خارخسک + عرق بومادران + عرق کرفس (به نسبت مساوی مخلوط‌گردد و در شبانه‌روز یک استکان یا هر ۸ ساعت یک استکان میل شود)

درمان اختلالات کیسه صفرا و دفع سنگ صفراوی، درمان مسمومیت‌های کبدی، درمان آسیب کبدی ناشی از مواد شیمیائی، درمان سیروز کبدی و هپاتیت، پیشگیری و درمان سرطان کبد:

قبل از هر غذا، دو تا سه قاشق مرباخوری عصاره یا جوشانده برگ و ریشه و دانه و تمام گیاه خار مریم (= حشش مریمی = خار عُلیص = شوکه ابراهیم = سلبین) میل شود. (این گیاه دارای طبیعت معتدل است).

سرطان کبد:

تذکر: آسیب‌های حاصله در کبد: ۱- تجمع چربی داخل سلول‌های کبدی (هپاتیت حاد، هپاتیت مزمن)، ۲- کبد الکلی، ۳- فیبروز کبدی، ۴- سیروز کبدی، ۵- سرطان کبدی. به چهار مورد اول، سوء القنیه گویند؛ زیرا این چهار مورد، پیش‌درآمد سرطان کبد است.

توجه: بیش از ۳۰ درصد افراد مبتلا به هپاتیت مزمن دچار سیروز کبدی می‌شوند که وجود سیروز کبدی، وجود سرطان کبد را افزایش داده، گرچه حدود ۲۰ سال طول می‌کشد که سیروز کبدی به سرطان کبد تبدیل شود اما افرادی که هپاتیت مزمن دارند خطر ابتلایشان به سرطان کبد ۲۰۰ برابر بیشتر از سایرین است. در صورت درمان نکردن، نتیجه سوء سیروز کبدی و سرطان کبد این است که: غالباً نارسائی کبد و مرگ را بدنال دارد حتی اگر بیماری سرطان کبد هم نداشته باشد و بیماری هپاتیت او درمان نشده باشد، باعث افزایش خطر ابتلا به نارسائی کبد خواهد شد.

تبصره: با خمیردندان مسواک نزنید؛ زیرا یکی از پرهیزهای هر نوع سرطانی است، لذا با مخلوط پودر سَمَاق نکوبیده، گُلنار فارسی، مازو (صمغ بلوط)، پوست انار، میخک و نمک که بصورت پودر درآمده هر شب بجای خمیردندان استفاده کنید یا با محلول آب سرکه طبیعی سیب (یعنی سرکه طبیعی سیب و آب) مسواک بزنید.

ماده شیمیائی کارسینوژن (Carcinogen) سرطان آور است، ماده شیمیائی وینیل کلراید سرطان مُهلک کبدی می‌آورد، قارچ سمی آفلاتوکسین (Aflatoxin) سرطان کبد می‌آورد که در بادام زمینی مانده و کره بادام زمینی نامرغوب، وجود دارد.

عوامل تشدید کننده سرطان کبد:

مسمومیت مزمن با الکل، غذاهای چرب، سرخ کرده، محرک شیمیائی (مانند اسانس‌ها)، محرک گیاهی (مانند فلفل، سُس فلفل)، فست فودها، غذاهای صنعتی.

پیشگیری از سرطان کبد:

۱- هر هشت ساعت یک لیوان آب سیب رسیده شیرین طبیعی تازه بنوشید، ۲- سبزی جات خام مانند سبزی کاسنی، کاهو (بدون سس)، تره، جعفری، ۳- خنک کننده‌های طبیعی مانند عرق طبیعی کاسنی، عرق طبیعی شاهتره، ۴- هر شش ساعت یک لیوان آب سرد عادی و یک لیوان آبجوش ولرم بنوشید، ۵- کلم بروکلی خام، ۶- زردآلوی رسیده یا برگه و کشته زردآلو (بدون گوگرد، که رنگ مات دارد و براق نیست).

درمان سرطان کبد:

- ۱- صبحانه: شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل زرشک میل کند، سپس صبح قبل از کار عسل زرشک (یا مخلوط زرشک بدون هسته با عسل طبیعی) میل شود.
- ۲- مصرف مخلوط عرقیات طبیعی هشت گانه (هر ۸ ساعت یک استکان).
- ۳- مصرف جوشانده شکاعی (=خارزن بابا= رأس الشیخ).
- ۴- هر ۱۲ ساعت یک استکان عرق طبیعی بوقناق (=قَرَصَنَه= شوکه ابراهیم) مصرف شود و پس از آن چند عدد خرما بخورد؛ زیرا بوقناق کاهش دهنده قندخون است.
- ۵- نصف استکان جوشانده تمام گیاه خارمریم قبل از غذا.
- ۶- آبلیمو ترش تازه را با نصف وزنش شکر طبیعی نیشکر مخلوط کرده و روی شعله ملایم گذاشته تا بجوشد و قوام آید.
- ۷- در شبانه روز خوردن پخته لوبیا روغنی (سویا) بمقدار یک نعلبکی. طرز تهیه: چون لوبیا روغنی دو نوع سم دارد بایستی در آب ۵۰ درجه به بالا به مدت ۲۰ دقیقه بجوشد سپس آب آن دور ریخته شود و خود لوبیا روغنی مصرف شود.
- ۸- برگ گیاه مامیران (عروق الصباغین) قبل از رویش گل‌های آن (گرچه سمی است)، مصرف شیرۀ برگ این گیاه زیر نظر متخصص گیاهی، (ضد سرطان کبد، ضد سرطان معده، ضد سرطان پوست، ضد سرطان لب).
- ۹- عسل‌بند ضد سرطان کبد است.
- ۱۰- در درمان سرطان کبد در طب سنتی گویند: برای درمان بیماری‌های پیش درآمد سرطان کبد (سوء القنیة) و درمان سرطان کبد، مصرف شیر شتر و بول شتر خوب است (مخصوصاً در فصل بهار و فصل تابستان).
- * مصرف کدو مسمی با پوستش، کنگر اوتی (=اُشترخار= بادآورد)، سبزی شاهتره برای کمک به درمان سرطان کبد مفید است.

توجه: آب زیاد نخورند، آب سرد تگری نخورند، بلکه آب سرد عادی را به مقدار لازم به صورت مکیدنی بخورند.

درمان بیماری استسقاء و درمان سیروز کبدی:

هر ۲ ساعت یک لیوان آب انار تازه بخورد.

مقوی قلب و معده و روده و جگر:

هر روز به مقدار نصف قاشق چای خوری نارمشک مخلوط با عسل گردد و میل شود.

اضافه قند گلوکز ذخیره شده در کبد و عضله:

موارد ذیل مصرف شود: سبزی خُرفه، بامیه، دو عدد بادام تلخ (یکی صبح و یکی شب)، کدو مسمی با پوستش، زعفران، شاهتره، بوقناق.

درمان آسیت (آب آوردگی شکم = ماء الأصفر = الحَبْن = تَجَمُّع مایع اضافی شبه سِروزی بین صفاق و دیافراگم):

درمان در طَبّ جدید: همان روئے رازی از اهل تسنن را دارند، یعنی بین پرده صفاق و دیافراگم، سون می‌گذارند و مایع سِروزی مانند اضافی را تخلیه می‌کنند.

درمان در طَبّ گیاهی: ۱. گل اُستوخدوس ۲. اُفتیمون ۳. چای سیاه‌دانه، سیاه‌دانه با عسل، ماساژ با روغن آن.

ولی بهترین دارو سه چیز است: ۱- خوردن دمکرده یا جوشانده ریشه کاسنی (صبح و عصر)، ۲- جوشانده برگ بارهنگ (وسط روز و شب)، ۳- در شبانه‌روز یکبار به مقدار ۰/۰۶ تا ۰/۲۰ گرم از گرد میوه خشک شده خنظل (هندوانه ابوجهل) مصرف شود [به شرطی که بیمار ورم معده نداشته باشد و همچنین حامله نباشد].

تذکر: در روایات شیعه عللی را برای آب آوردگی شکم ذکر فرموده: ۱. ایستاده شلوار پوشیدن، ۲. در شب ایستاده آب خوردن، ۳. بلافاصله بعد از حَمَام آب خوردن، ۴. خون خوردن (مثلاً در زمان خونروش لثه‌ها، خون دماغ و خونریزی هنگام کشیدن دندان و جرم گیری دندان و...، یا خوردن خون موجود در رگ‌های اصلی گوشت، جگر سیاه و...).

باز کننده گرفتگی های کبد و بازکننده گرفتگی های طحال:

گیاه کَبَر (=کَوَر= گیاه گُلِ خرابات)، میوه کَبَر (این میوه به اندازه خُرمای بوده و پوستش شبیه به هندوانه، خطدار است) و ترشی میوه آن.
توجه: زیاده روی در مصرف نشود؛ زیرا کبدچرب می آورد.

ورم طحال:

۱- مصرف دمکرده کلپوره، ۲- دمکرده مریم نخودی، ۳- دمکرده گُل نیلوفر آبی (مصرف آن در مردان جوانی که سرد مزاج هستند ممنوع است؛ زیرا اسپرم آن ها را صفر میکند)، ۴- سیاهدانه، ۵- دمکرده گزنه (ضد ورم سخت و ضد دیابت).

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از بیماری‌های گوش و حلق و بینی

پیشگیری از آسیب‌های گوش:

- ۱- رعایت بهداشت شخصی و عمومی.
 - ۲- مراقبت از کودکان و جمع‌آوری اجسام ریز از گوشه و کنار خانه.
 - ۳- استفاده از انگشت فرد برای تمیز کردن و خارش داخل گوش به عنوان بهترین وسیله.
 - ۴- پرهیز از خارش و تمیز کردن مکرر گوش؛ زیرا احتمال ایجاد عفونت یا قارچ داخل گوش را بوجود می‌آورد.
 - ۵- پرهیز از وارد کردن جسم خارجی به گوش؛ زیرا گاهی اوقات ورود جسم خارجی به گوش مانند گوش پاک‌کن، ایجاد خراش در سطح پوست یا گوش می‌کند که همین امر منجر به ورود باکتری و میکروب به درون بافت بدن و ایجاد بیماری و عفونت در ناحیه گوش می‌شود.
 - ۶- اگر حشره‌ای وارد گوش شود و مدت طولانی آنجا بماند، ممکن است تخم گذاری کند که علاوه بر تخریب پرده صماخ و ناشنوایی فرد، احتمال ایجاد عفونت استخوان ماستوئید (قطعه‌ای از استخوان جمجمه) نیز وجود دارد، و لارو حشره که عمدتاً مگس است به راحتی پس از تخریب این استخوان، می‌تواند موجب تخریب گوش میانی و حتی بافت مغز نیز بشود که عوارض ناشی از آن (یعنی تب، سردرد، گوش درد و حتی تشنج) را بدنبال دارد.
 - ۷- پرهیز از دست کاری جسم فرو رفته به داخل گوش؛ زیرا منجر به آسیب مجرای گوش و گاهی پرده صماخ و حتی پارگی پرده گوش می‌شود.
 - ۸- گاهی دست کاری منجر به افتادن جسم خارجی در گوش میانی می‌شود که این عمل، باعث عفونت گوش، آسیب دیدن استخوانچه‌های گوش و در بیشتر مواقع، منجر به عفونت مزمن و پایدار در فرد حادثه دیده می‌شود.
 - ۹- گاهی ممکن است مصدوم:
- الف. به عوارض داخل جمجمه‌ای از قبیل مننژیت، آبسه مغزی و مخچه، فلج عصب صورت،
- ب. و عوارض خارج جمجمه‌ای مانند آبسه‌های پشت گوش، آبسه پشت گردن، و آبسه‌های صورت در ناحیه گونه‌ها بشود. توجه: شخص مصدوم گوش، از انواع قطره‌های مختلف و داروهای موضعی اجتناب کند و خود درمانی نکند لذا شخص آسیب دیده را در اسرع وقت به نزدیکترین متخصص گوش و حلق و بینی و مرکز درمانی ببرید.
- ۱۰- دکتر ابراهیم رزم پا (متخصص گوش و حلق و بینی) گوید: نوعی گوش درد، گرفتگی گوش یا بسته شدن گوش و وز وز گوش، نشانه مسدود شدن مجرای گوش با موم گوش (واکس گوش) است.

[واکس گوش (موم گوش) توسط غده‌های موجود در مجرای گوش تولید می‌شود و نقش محافظت از مجرای خارجی گوش را دارد، میزان تولید موم (واکس) در افراد مختلف، متفاوت است در برخی افراد موم آنقدر کم تولید می‌شود که هیچ‌گاه به طور محسوس در گوش جمع نمی‌شود اما در بعضی از افراد تولید موم آن قدر زیاد است که هر چند ماه مجرای گوش را به طور کامل مسدود می‌کند].

پارگی پرده گوش:

عسل گون، سه قطره در گوش بچکانید.

ضد سنگینی گوش و ضد گری گوش:

جوشانده سرد شده اسفند یا روغن اسفند (اسپند=سپند)، سه قطره در گوش بچکانید.
اگر ایرسا (زنبق) را در روغن زیتون بجوشانند و در گوش بچکانند سنگینی گوش را کاهش می‌دهد.

درمان بیماری اوتیت و ضد شنوائی گوش بخاطر ضعف عصب شنوائی:

داخل پیاز را خالی کرده و در آن انزروت ریخته، سپس آن را کنار آتش پخته، بعد سه قطره از آب مخلوط پیاز و انزروت را داخل گوش ریخته (فقط دو شب این کار انجام شود).

عفونت گوش:

سه قطره روغن بنفشه طبی در گوش بچکانید (ضد آب و عفونت گوش).

گوش درد:

۱- سه قطره روغن استبرق در گوش بچکانید، ۲- سه قطره روغن سداب در گوش بچکانید (قوی تر از روغن استبرق است)

باد گرفتگی گوش‌ها:

دهان خود را بندید و بینی خود را بگیرید، سپس با فشار هوا را از ریه داخل بینی کنید، توجه: اگر بیشتر در سرما این اتفاق می‌افتد: صبحانه: شیر عسل، شب قبل از خواب: مخلوط آب سیب با عسل

درمان صدای گوش:

سه قطره اسانس مرزنجوش در گوش بچکانید.

وزِ گوش و سوتِ سر:

۱- برای همیشه، هر روز یک استکان دمکردهٔ به لیمو مخلوط با عسل آویشن بخورید، ۲- فقط سه شب، هر شب سه قطره روغن به در گوش بچکانید.

درمان طنین صدای گوش و درمان درد گوش:

شب قبل از خواب سه قطره روغن سداب (که در پایهٔ روغن زیتون درست شده) در گوش بچکانید.

خون آمدن از حنجره بخاطر فشار زیاد به آن:

مثلاً شخص مدّاح است باید دو هفته به حنجره اش استراحت دهد و گرنه دچار سرطان حنجره می‌شود.

درمان: ۱- صبح‌ها: شیر عسل، ۲- وسط‌روز: جوشانده آب نخود غرغره‌کرده و قورت‌دهد، ۳- عصرانه: دانهٔ به را به اندازه یک‌قاشق چای‌خوری در یک استکان آبجوش ولرم ریخته ۵ تا ۱۰ دقیقه صبر کند، سپس آنرا غرغره کرده و با دانه‌ها قورت دهد، ۴- شب‌ها بعد از شام تا وقت خواب، یک لیوان آب سیب رسیده طبیعی تازه مخلوط با یک قاشق پلوخوری عسل گرم (مانند عسل آویشن، عسل نعنا)، ۵- هر شش ساعت دو عدد میوهٔ شاه‌بلوط بخورد.

درمان تورّم لوزه‌های جانبی و لوزه سوم:

پرهیز شود از: خوردن میوهٔ نارنگی و کافئین زیاد (چای پُررنگ، چای مانده، قهوه، شکلات، نسکافه، کاکائو).

درمان: ۱. با سرکه سیب غرغره کند و بیرون بریزد یا با محلول آب نمک غرغره کند و بیرون بریزد، ۲. با آب اسفناج غرغره کند و بیرون بریزد.

درمان ورم حلق و گلو،+ درمان بیماری لارنژیت (التهاب حنجره):

مخلوط پودر فلوس با آب سبزی کاسنی را غرغره کنید، آب پز انجیر را غرغره کنید و قورت دهید.

درمان لَهّاء یا ورم دو گوش حلق و زبانک، درمان ورم مقعد:

جوشانده یا دمکردهٔ شُکاعی (=خارزن‌بابا= رَأْسُ الشَّيْخ) را غرغره کنید و قورت دهید.

پولیپ بینی به نوع زائده گوشتی:

پیشگیری از پیشرفت پولیپ های بینی: ۱. صبح: سه قطره آب انار تازه در هر سوراخ بینی بچکانید،
۲. شب: چند قطره از مخلوط آب انار + عسل استوخدوس، در بینی بچکانید.
درمان پولیپ بینی: هر شب سه قطره اسانس گزنه یا عصاره گزنه یا جوشانده گزنه، در هر سوراخ
بینی با قطره چکان روی پولیپ بچکانید.
درمان پولیپ بینی به نوع زائده استخوانی: جراحی بتوسط متخصص گوش و حلق و بینی یا
متخصص تروما تولوژی فک و صورت

درمان سینوزیت:

توجه: روبروی کولر، و پنکه نباشید، پشت در و پشت پنجره ن خوابید، موتور سواری و دوچرخه سواری
نکنید، بعد از حمام، بعد از استخر، قبل از خواب پیشانی خود را با هِد بند یا روسری یا چفیه ببندید.

درمان سینوزیت التهابی:

هر روز، سه بار با آب ولرم بینی شسته شود (یعنی قبل از هر وضو گرفتن از برای نمازهای یومیّه)،
قبل از خواب از بخور اکالیپتوس استفاده کنید.

درمان سینوزیت عفونی:

محلول سُرْم نمکی با پودر پنی سیلین ۸۰۰ هزار مخلوط شود و از این مخلوط روزی سه بار بینی
خود را بشویند (استنشاق کنید).

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از بیماری‌های مربوط به اعصاب و روان

مواردی که باید در تمامی بیماری‌های ذکر شده، پرهیز شود:

۱. انواع تندی‌ها: فلفل، سُس فلفل، سُس آنبه، غذاهای هندی، هر نوع ادویه تند و...
۲. اسانس‌های شیمیایی: نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های شیمیایی و...
۳. مواد قندی شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی‌ها و...).
۴. خوراک‌های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس، کالباس، همبرگر، پیتزا و...) [که بسیاری از املاح مقوی و ویتامین‌های آن از بین رفته و ۸۰ درصد آنزیم‌های مفید آن پائین آمده]
۵. انواع ترشی‌ها: آلوچه، گوجه‌سبز، لواشک، قرقروت، لیموآمانی، آبلیمو ترش، ترشی‌های بندری و لیته و ...
۶. پوست حبوبات
۷. غذاهای مانده
۸. زیاده روی در مصرف گوشت قرمز (مخصوصاً گوشت گاو) و غذاهای سرخ شده.
۹. کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، نسکافه، کاکائو)

عرقیات مفید در درمان بیماری‌های اعصاب:

- ۱- عرق طبیعی بیدمشک (مقوی اعصاب، آرامبخش)، ۲- عرق طبیعی گُل بهار نارنج (ضد میگرن، ضد کابوس شبانه، ضد بیماری وحشت)، ۳- عرق طبیعی آویشن (آرامبخش و ضد تنش عصبی)، ۴- عرق طبیعی استوخدوس (ضد میگرن)، ۵- عرق طبیعی بادرنجبویه (ضد اضطراب و دلهره، ضد افسردگی)، ۶- عرق طبیعی ریحان (ایجاد خواب آرام و رفع سرگیجه)، ۷- عرق طبیعی شنبلیله (تقویت قوای جسمی و دماغی)، ۸- عرق طبیعی شوید (در بیمارانی که چربی‌های مضر خون‌شان بالاست، برای رفع احساس کسالت و خواب آلودگی مفید است)، ۹- عرق طبیعی طارونه (مقوی اعصاب، آرام‌بخش، ضد روماتیسم)، ۱۰- عرق طبیعی مرزه (رفع ضعف عمومی یا ضعف ناشی از استرس).

استرس (یعنی نگرانی مستمر، یعنی احساس تنش و فشار روانی):

علائم شروع استرس که حاکی استرس شخص است:

۱- احساس اضطراب، ۲- تحریک پذیری، ۳- بی‌قراری، ۴- ضرب‌گرفتن انگشتان، ۵- تکان دادن زیاد دست و پا، ۶- حملات وحشت‌زدگی، ۷- احساس خُردشدگی، ۸- نداشتن انرژی، ۹- پُرخوری یا کم‌خوری.

علل ایجاد استرس:

۱- خودخوری، درگیری ذهنی و فشار روانی، ۲- مصرف زیاد گوشت قرمز (مخصوصاً گوشت گاو) و غذاهای سرخ شده، ۳- مصرف شیرینی‌جات غیرطبیعی، ۴- کمبود ویتامین B، ۵- کمبود پُتاسیوم، ۶- کمبود مَنیزیم، ۷- نکته سنجی‌های بیجا، ۸- داشتن توقّعات بیجا و انتظارات بیجا از دیگران، ۹- عاقّ والدین، ۱۰- قاطع رَحم، ۱۱- اهمیّت بیش از اندازه به کار، ۱۲- داشتن کارهای استرس‌زا مانند رانندگی، صندوق‌داری بانک، کارهای مدیریتی و...، ۱۳- لباس‌تنگ پوشیدن، ۱۴- کفش‌تنگ پوشیدن، ۱۵- زیادبودن گرمای محیط یا گرمای هوا

اثرات سوء و بد بیماری استرس روی بدن:

۱- بطور کلی گوئیم بیماری استرس موجب ایجاد بیماری‌های پوستی میشود مانند: لگه‌هایی روی پوست (مثل بیماری بَهَق)، ۲- کاهش قدرت باروری، ۳- جوش زدن، ۴- میگرن، ۵- مشکلات گوارشی، مانند: تُرش کردن، ۶- اختلال در خواب، ۷- مشکلات قاعدگی، مانند: نامنظمی قاعدگی، قاعدگی شدید و قطع قاعدگی، ۸- فرسودگی سیستم ایمنی بدن که علامت استرس شدید است، ۹- کسانی‌که زیاد اقدام به عمل‌های ترمیمی پوست و زیبایی میکنند، نشانه استرس زیاد آنها است، ۱۰- گاهی حالت بی‌حوصلگی و گاهی حالت کثیرالشک و گاهی حالت وسواسی دارد، ۱۱- ریزش مو به نوع سکه‌ای، ۱۲- کم‌خوری استرسی یا پُرخوری استرسی.

درمان استرس:

۱- صبحانه: شیر تازه گاو کم‌چرب با عسل زعفران یا عسل عَنّاب بخورد.
۲- مصرف سبزی‌جات (جعفری، ترخون، مرزه، پونه، نعنا، آویشن، ریحان، کاهو بدون سُس)، میوه‌جات (گلابی رسیده شیرین، لیمو شیرین، میوه شاه‌بلوط (فندق کوهی)، خوردن سیب قرمز رسیده شیرین معطر طبیعی).
۳- مصرف کدو حلوائی، تخمه خام کدو.
۴- مصرف روغن زیتون طبیعی، یا زیتون خوراکی.
۵- خوردن ماهی که بعد از آن عسل طبیعی بخورید.

- ۶- خوردن غلات (گندم، جو، ذرت، برنج)، سبوس‌ها (سبوس گندم، سبوس جو، سبوس برنج)؛ زیرا برای درمان استرس و اضطراب نیاز به ویتامین B5 است که در سبوس غلات هست لذا گوئیم نان گندم سبوس‌دار، نان جو سبوس‌دار، نان برنجی سبوس‌دار مصرف شود.
- ۷- ماست شیرین کم چرب.
- ۸- مغز خام بادام درختی شیرین.
- ۹- ورزش‌های مناسب و نرمش‌های مفید در هوای آزاد حیاط منزل یا پارک (زنان به پارک بانوان بروند)
- ۱۰- مصرف گلاب طبیعی.

درمان ضعف أعصاب/ اضطراب (دلهره):

۱. روز را با «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ» آغاز کرده و نماز صبح بخوانید.
۲. صبح ناشتا یک استکان دمکرده گل راعی (منع مصرف در حاملگی و شیردهی) مخلوط با عسل آویشن.
۳. صبحانه شیر تازه گاو کم‌چرب مخلوط با عسل آویشن.
۴. وسط روز گلابی، انگور سیاه، انار شیرین، میوه به میل فرمایید.
۵. نماز ظهر و عصر بخوانید، سپس چای کوهی (منع مصرف در حاملگی و شیردهی) با عسل آویشن بنوشید.
۶. به همراه ناهار یک قاشق غذا خوری روغن زیتون، چند برگ کاهو بدون سُس و یک عدد پرتقال بخورید.
۷. هفته ای دو بار ناهارها ماهی و میگو بخورید و بعد از خوردن ماهی حتماً عسل آویشن میل کنید.
۸. عصرانه: آناناس، مخلوط زنجبیل با عسل آویشن، انار شیرین، میوه به، میوه شاه‌بلوط میل نمایید یا مخلوط یک استکان عرق طبیعی بید مشک + یک قاشق چایخوری تخم ریحان + یک قاشق مرباخوری عسل آویشن، یا شربت گل‌بیدمشک با عسل زعفران بنوشید.
۹. نماز مغرب و عشاء بخوانید سپس دمکرده گل بهار نارنج با عسل آویشن میل کنید.
۱۰. بعد از نماز می‌توانید غذای کمکی بخورید مانند نان سبوس‌دار + پنیر کم چرب + مغز گردو + سبزی خوردن (سبزی ترخون آن بیشتر باشد)
۱۱. شام، سوپ رقیق شده (یک بشقاب) + آبغوره طبیعی نجوشیده بی‌نمک که در آفتاب نباشد (یک قاشق غذاخوری) + روغن زیتون خوراکی طبیعی (یک قاشق غذاخوری) + چند برگ کاهو (بدون سُس) و یک عدد لیمو شیرین.

۱۲. شب قبل از خواب یک لیوان آب سیب طبیعی رسیده تازه شیرین مخلوط با عسل آویشن.
۱۳. به همراه غذا یا به همراه غذای کمکی، اسفناج خام یا پخته و سبزی ریحان بخورید.
۱۴. سلنیوم ضد اضطراب و پتاسیم و منیزیم ضد ضعف اعصاب است که با خوردن ریز مغذی‌هایی همچون مغز خام بادام درختی شیرین و مغز تخمه خام کدو و کدو حلوائی و ماست شیرین کم‌چرب، می‌توان آن‌ها را تأمین کرد.
۱۵. آنگوزه (صمغ گُما) در سرکه طبیعی حل کرده بنوشید برای اعصاب بسیار مفید است.
۱۶. مصرف گلاب طبیعی (ضد اضطراب).
۱۷. دمنوش دارچین ضد اضطراب است (منع مصرف در حاملگی).
- * کاهو (بدون سس) بهترین دارو برای بیماران عصبی: مسکن اعصاب، خواب آور و آرام بخش است و حتی تشویش و نگرانی (استرس) و دلهره (اضطراب) را از بین می‌برد. کاهو اثر ضد تشنج دارد و در درمان مالیخولیا مفید است، همچنین کاهو باعث افزایش شیر مادر و تصفیه کننده خون و کاهش دهنده حرارت اضافی خون است و بخاطر دارا بودن آهن و اسید فولیک خون‌ساز نیز می‌باشد.

درمان نکته سنجی بیجا، جنون عارضی، خشونت بیجا، عصبانیت بی‌مورد:

۱. صبح‌ها: یک قاشق چایخوری پودر گل راعی (هوفاریقون) با عسل (منع مصرف در حاملگی و شیردهی)، ۲. صبحانه: یک لیوان شیر تازه گاو + یک قاشق غذاخوری عسل آویشن شیرازی، ۳. وسط‌روز و عصرانه: چای کوهی (منع مصرف در حاملگی و شیردهی)، ۴. ناهار: خاویار، میگو، با نان سبوس‌دار بخورید و هفت برگ کاسنی، ۵. اول مغرب: یک قاشق مرباخوری گل‌بهارنارنج با عسل آویشن نعنا، ۶. شام: سوپ + آبغوره + روغن زیتون، با نان سبوس‌دار بخورید و هفت برگ کاسنی، ۷. بعد از شام: یک لیوان آب سیب تازه طبیعی با یک قاشق غذاخوری عسل، ۸. شب قبل از خواب: یک قاشق مرباخوری سیاه‌دانه با عسل بجوید و بخورید، ۹. شقیقه‌ها و مَلاجِ خود را با روغن سیاه‌دانه ماساژ دهید.

کنترل عصبانیت:

۱. خواب منظم داشته باشید، ۲. خواب پیوسته داشته باشید، ۳. آب سرد عادی بنوشید، ۴. غذا سبک بخورید، ۵. ترک موضع و مکان عصبانی شدن، نمائید، ۶. سکوت بجا داشته باشید، ۷. پاسخ زیبا بدهید.

درمان وسواس:

مهمترین درمان در این بیماران اعتناء نکردن به وسوسه است.

درمان‌های دیگر: ۱- مصرف انار شیرین با پرده نازک روی دانه‌های آن (در روایات شیعه آمده)، ۲- هر روز نصف قاشق چای‌خوری نارمشک با عسل میل گردد (ضد وسواس، ضد مالیخولیا، ضد دیوانگی)، ۳- شکوفه پنبه: نشاط‌آور، ضد مالیخولیا و وسواس، ۴- کمپوت انجیر یا مربای انجیر ضد صرع، ضد جنون و ضد وسواس است، ۵- میوه به رسیده زرد شیرین معطر آب‌دار (بدون پُرز روی میوه) و فرآورده‌های آن.

درمان لرزش خفیف سر و وسواس فکری:

۱- قرص شیمیائی فلووکسامین به مدت سه ماه، هر روز یک عدد (با تجویز پزشک متخصص)، ۲- صبحانه شیر گاو تازه کم‌چرب مخلوط با عسل آویشن، به همراه مربای گل بهارنارنج، ۳- ظهر دمکرده چای کوهی (منع مصرف در حاملگی و شیردهی) مخلوط با عسل آویشن، ۴- عصرانه انار شیرین یا آب انار شیرین یا رب انار شیرین، ۵- شب شربت گل بیدمشک مخلوط با عسل آویشن.

ضد وسواس، ضد مالیخولیا، ضد دیوانگی:

هر روز نصف قاشق چای‌خوری نارمشک مخلوط با عسل گردد و میل شود.

افسردگی:

عوامل ایجاد افسردگی: ۱- عامل ژنتیکی، ۲- عامل یادگیری غلط، ۳- عوامل اجتماعی (مهمترین علل بروز افسردگی، تشدید افسردگی و کاهش افسردگی است) علائم افسردگی: ۱- فرد افسرده دچار حالت‌های هیجانی و عاطفی منفی است، با دیگران نمی‌جوشد و برون‌گرایی‌اش کم است و در خود فرو می‌رود، ۲- فرد افسرده به خودش، به دنیا، و به آینده خود و آینده دنیا، احساس منفی دارد و ممکن است در افسردگی شدید، دست به خودکشی بزند و یا دیگران را بکشد، ۳- فرد افسرده دچار فلجی در تصمیم‌گیری می‌شود و نمی‌تواند تصمیم بجا و به موقع بگیرد، ۴- فرد افسرده از فعالیت اجتماعی عقب می‌افتد و اگر خود را درمان نکند عقب مانده واپس‌گرا، باقی می‌ماند، ۵- فرد افسرده درباره دیگران احساسات منفی دارد. (فرد افسرده، حد اقل دو هفته نشانه‌های افسردگی را دارد).

افسردگی سه نوع است:

الف. افسردگی عادی (سرماخوردگی روانی) / ب. افسردگی درون‌زا (مالیخولیا) / ج. افسرده خوئی

درمان انواع افسردگی:

الف.

- ۱- نماز صبح خوانده و صبح ناشتا یک استکان دمکرده گل راعی (منع مصرف در حاملگی و شیردهی) مخلوط با عسل آویشن بنوشید.
- ۲- نماز ظهر و عصر بخوانید، سپس یک استکان دمکرده چای کوهی (منع مصرف در حاملگی و شیردهی) مخلوط با عسل آویشن بنوشید.
- ۳- به همراه غذا: فلفل قرمز و زردچوبه (از هر کدام یک گرم) مصرف کنید؛ زیرا باعث افزایش تولید اندروفین شده، در نتیجه کاهش افسردگی را دنبال دارد (بشرطی که سل ریوی و حساسیت پوستی نداشته باشید).
- ۴- زعفران طبیعی به عنوان چاشنی به غذا اضافه کنید، ضد افسردگی است و آرام بخش میباشد (منع مصرف در حاملگی)

ب.

- ۱- انیسون (بادیان خُتایی - بادیان سبز - رازیانه رومی - زیره شیرین - حَبُّ الحُلُوه - بادیان هندی)، دانه آن را نرم بکوبید و با گُلَقند مخلوط نموده و بخورید، ضعف قوای دِماغی را برطرف می‌سازد و برای درمان مالیخولیا مؤثر است. ۲- هر روز نصف قاشق چای‌خوری نارمشک مخلوط با عسل گردد و میل شود، ۳. کاهو (بدون سُس) به همراه ناهار و شام

ج.

سیب قرمز معطر لبنانی، سیب گلاب خراسان، سیب زرد، میوه به، مربای به، گلابی، انگور سیاه. توجه: باید دانست ۸۰٪ مغز انسان، چربی است که ۱۰٪ آن را اُمگا ۳ (اسید چرب ضروری) تشکیل می‌دهد.

در افسردگی حاد، مغز انسان از حیث حجم و وزن کوچکتر است؛ لذا زیتون شیرین و روغن زیتون خوراکی فشار اَوَّل پرسی سرد به همراه غذا بخورید و شب‌ها به عنوان غذای کمکی مغز گردوی تازه به همراه پنیر تازه کم‌چرب بجوید و بخورید.

فعّالیت کمتر شخصی، فعّالیت کمتر اجتماعی، خشونت بی‌جا، خودکشی و حتّی قتل از کمبود اُمگا ۳ در بدن (مخصوصاً مغز) است.

بعضی از اقسام اُمگا ۳ در خوراکی‌ها موجود است: ۱- سبزی خوردن (یک مُشت به همراه غذا)، ۲- تخمه خام کدو (یک قاشق غذاخوری)، ۳- مغز گردوی تازه سالم (شبها به همراه پنیر)، ۴- روغن زیتون طبیعی خوراکی فشار اَوَّل پرسی سرد (یک قاشق غذاخوری به همراه غذا)، ۵- خزه دریائی، در سفرهای زمینی، دریائی، هوائی و فضائی (یک قاشق مرباخوری)، ۶- یک الی سه خوشه انگور با هسته

آن بچود و بخورد (مردان جوان هسته انگور را نخورند؛ زیرا باعث کاهش اسپرم و ناباروری می شود)،
 ۷- مصرف یک قاشق غذاخوری سویا (لوبیا روغنی) به شرطی که سویا را در دمای ۵۰ درجه به بالای
 آب، به مدت ۲۰ دقیقه بجوشانید و پس از آبکشی استفاده کنید؛ زیرا دو سم موجود در آن از بین
 رود، ۸- مصرف ماهی سفید یا قزل آلا (کشور ژاپن بالاترین مصرف ماهی را در جهان دارد یعنی به
 إزاء هر ژاپنی، ۵۰ کیلو در سال، در نتیجه ژاپنی ها ۵۰ برابر میزان ابتلایشان به بیماری افسردگی
 کمتر است، ولی هر فرد آلمانی ۵۰ برابر میزان ابتلایش به بیماری افسردگی بیشتر است که یکی از
 علل آن، اینستکه هر آلمانی میزان مصرف گوش ماهی او در سال کمتر از ۱۰ کیلو است).
 باید دانست اُمگا ۶ برای فعالیت های ذهنی مفید است، گرچه میزان نیاز بدن به اُمگا ۶ کمتر از اُمگا
 ۳ است، برای تأمین هر دو نوع، ۱- روغن زیتون طبیعی خوراکی به همراه ناهار و شام خورده یا ۱۴
 عدد زیتون خوراکی طبیعی سفت شفاف بخورید.
 ۲- در هر سه روز (یعنی هر سه روز، یکی از این پروتئین های حیوانی را بخورید): الف. ذراع گوسفند
 (سردست)، ب. ران مرغ بدون پوست (مخصوصاً بوقلمون بدون پوست) برای زنان و دختران، و ران
 خروس بدون پوست و بلدرچین برای مردان و پسران، ج. دوعدد متوسط ماهی (سفید، قزل آلا) بدون
 پوست، که بعد از آن عسل طبیعی یا خرما بخورید.

اختلال دو قطبی:

تبصره: کمبود لیتیوم چند بیماری می آورد: مانیا، اختلال دو قطبی، افسردگی
 دریافت لیتیوم: ۱- در هر شش ساعت یک لیوان آب چشمه سار، و یک لیوان آب معدنی، ۲- نمک ید
 دار به مقدار دو گرم، در اوّل و آخر غذا، ۳- هفته ای دو بار به عنوان ناهار، مصرف ماهی سفید، ماهی
 قزل آلا یا ماهی ساردین. توجه: بعد از آن، هفت عدد خرما یا رسیده شیرین، و یک قاشق عسل
 طبیعی کوهی بخورید.

ضد افسردگی:

۱- صبح ناشتا: نان سبوس دار با مخلوط مربای گل بهار نارنج و عسل آویشن، ۲- انگور سیاه رسیده
 در بین روز، ۳- ظهر: دمکرده چای کوهی، ۴- مقداری بعد از ناهار: گلایی رسیده شیرین، ۵- مقداری
 بعد از شام: سیب سرخ معطر رسیده شیرین.

ضد صرع / ضد غشی / ضد جنون / ضد تَوَحُّش (ضد مانیا = حمله به دیگران و آزار رسانی به دیگران، نظیر سادیسم):

هر روز دو قاشق چای خوری دانه های بالنگو در یک لیوان آبجوش بجوشانید، هنگامی که ولرم شد با عسل آویشن مخلوط کرده، میل نمائید.

ضد جنون:

۱- روزی یک قاشق چای خوری پودر برگ سنا، به همراه ماست یا دوغ شیرین مصرف کنید (به شرطی که کولیت روده نداشته باشید، بیشتر از دو هفته نخورید؛ زیرا تبلی روده و تشدید یبوست و کولیت می آورد)، ۲- صبح ناشتا و شب قبل از خواب، هر دفعه به مقدار سه درهم (یعنی تقریباً دو قاشق چایخوری؛ زیرا هر درهم متعارف تقریباً ۲/۵ گرم است) از دارو ترکیبی سیّد الادویه بخورید. طرز تهیه دارو ترکیبی سیّد الادویه: برگ سنا + کشمش انگور یا قوتی (بدون هسته) + هلیله کابلی + هلیله زرد + هلیله سیاه، به نسبت مساوی مخلوط گردد. (مکارم الاخلاق ص ۱۸۸).

ضد سستی اعضا / ضد رعشه / ضد لقوه / ضد صرع / ضد کابوس / ضد سرگیجه / ضد مالیخولیا:

افسنطین کبیر (مروه = کشوتای رومی = خَتَرَق) را با میوه اُفتیمون و گُل اُستوخدوس دم کنید و دمکرده آنرا بنوشید.

ضد وحشت (ضد هیستری) / ضد اختلال هراسی (ضد پانیک) / کابوس (خواب وحشتناک):

۱. چهارده عدد دانه سپند قورت دهید، سپس ۱۲ ساعت بعد به مقدار یک نخود آنگوزه قورت دهید، درمان ترسو بودن و وحشت میکند، ۲. یک استکان دمکرده گُل ساعتی (منع مصرف در حاملگی و شیردهی) با عسل آویشن، ۳. دمکرده تمام گیاه بومادران (منع مصرف در حاملگی و شیردهی)، ۴. قبل از خواب وضو گرفته و تسبیحات حضرت زهراء صلوات الله و سلامه علیها بخوانید، ۵. میوه به رسیده شیرین معطر بدون پُرز میل شود.

۶. ذکر (لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ) در شبانه روز بگوید، برای رفع هم و غم مفید است،

۷. تمام گیاه گلپر ضد هیستری و ضد صرع است، ۸. روزی یک استکان دمکرده گل بهارنارنج (ضد هیستری)، ۹- بادام زمینی خام تازه (ضد هیستری، دلهره و بهت زدگی، توجه بیمار میگرداند نداشته باشد)، ۱۰- توت فرنگی زراعی (گلخانه ای نباشد).

بی خوابی:

عوامل بی خوابی: ۱- تغییر محل زندگی (برای منزل، یا برای کار)، ۲- تغییر در شرایط شغلی، ۳- اضطراب مزمن، ۴- امتحانات آخر ترم، ۵- استرس، ۶- افسردگی (نقش بسزائی در بیدارخوابی دارد)، ۷- مصرف سیگار، ۸- مصرف مواد مخدر، ۹- محیط نامناسب در هنگام خواب (شلوغی محل)، ۱۰- دمای داغ یا سرد محیط خواب، ۱۱- استفاده از رایانه، تلویزیون و ...، ۱۲- مالباختگی، شکست مکرر (استرس آورده)، ۱۳- دیابت، ۱۴- فشارخون، ۱۵- سکته‌های قلبی و عروقی، مغزی ناقص، ۱۶- کابوس شبانه (علاوه بر دارودرمانی از روان درمانی نیز استفاده می‌شود)، ۱۷- وحشت (هیستری) [علاوه بر دارو درمانی از روان درمانی نیز استفاده می‌شود]، ۱۸- تَرشای شدید و ریفلاکس شدید، ۱۹- مصرف کافئین زیاد و نوشابه‌ها (مخصوصاً عصر و شب)، ۲۰- پُرکاری تیروئید، بیماری‌های آسم، برونشیت، ۲۱- بیماری‌های کلیوی، ۲۲- آلزایمر، ۲۳- سردردهای میگرنی، عصبی و کلاستر، ۲۴- تغییرات هورمونی در زمان قاعدگی و زمان یائسگی، ۲۵- داروهای ضد بیماری‌های قلبی، ضد آسم، ۲۶- داروهای لاغری (که کافئین زیاد دارد)، ۲۷- الکلیسم (شرابخواری)، ۲۸- کمبود دریافت اکسیژن بخاطر انسداد مسیرهای هوایی، ۲۹- در دوران انتهائ بارداری (در دوران بارداری و شیردهی دارو تجویز نمی‌شود)، ۳۰- ترس از بی خوابی، ۳۱- فعالیت‌های ورزشی شبانه، ۳۲- طولانی مدت در محل خواب بودن و خواب نرفتن

تذکر: خانم دکتر شیراز گوید: خواب عصرانه نداشته باشید؛ زیرا بیدارخوابی شبانه می‌آورد. ولی اسلام ولائی می‌فرماید: خواب قیلوله (خواب بین روز) مستحب است، خواب بعد از نهار راحتی بدن است، اما خواب شبانه جایز است.

بی خوابی مزمن، بیماری‌های گوناگون می‌آورد:

۱- سکته قلبی، ۲- فشارخون، ۳- دیابت (در آینده نزدیک یا دور باعث بی خوابی می‌شود و همچنین عوارض سوء دیگری می‌آورد)، ۴- کاهش توجه، ۵- کاهش تمرکز، ۶- اختلال در حافظه کوتاه مدت، ۷- اضطراب، ۸- افسردگی، ۹- اختلال در سیستم ایمنی بدن، ۱۰- زود قبول کردن شکست، ۱۱- ناهنجاری‌های رفتاری، ۱۲- آسیب به خود و دیگران زدن، ۱۳- برهم خوردن زندگی خوب، ۱۴- از کوره در رفتن، ۱۵- بی حوصلگی، ۱۶- نداشتن ارتباط صحیح با دیگران، ۱۷- داد و بی داد در بیداری و خواب، ۱۸- عدم رعایت الگوی بهداشت خواب (مثلاً هر وقت خوابتان آمد، همان وقت بخوابید).
توجه: درمان اختصاصی بی خوابی، با استفاده از داروهای شیمیائی، علاوه بر ضعف حافظه و کاهش هوشیاری، اعتیاد به دارو نیز می‌آورد.

خواب آور طبیعی:

۱. دوغ شیرین، ماست شیرین، به همراه نعنا و آویشن قبل از غذا، ۲. دمکرده گل ساعتی با عسل قبل از خواب، ۳. عطر اُستوخدوس، آرامش بخش و خواب آور است، ۴. گل بنفشه طَبّی، ضدّ صرع اطفال و خواب آور است، ۵. حمّام کردن کودک در جوشانده برگ گیاه حسّاس (گیاه قَهَر) در درمان کودکان کم خواب یا دارای خواب سبک مفید است، ۶. کاهو (بدون سُس) به همراه غذا خواب آور و آرام بخش است، ۷. کدو به همراه غذا رفع بی خوابی و رفع سردرد و رفع خستگی اعصاب میکند، ۸. قبل از خواب سیب رسیده شیرین با عسل طبیعی بخورید، ۹. جوشانده اُستوخدوس و گل بهار نارنج و سنبل الطّیب، خواب آور بسیار عالی است و درمان خستگی میکند [توجّه: سنبل الطّیب نبایستی به همراه گل گاوزبان مصرف شود؛ زیرا باعث اُفت فشارخون و سرگیجه و ایجاد مسمومیت شدید، و به گُما رفتن شخص و گاهی منجر به مرگ میشود. تبصره: نباید سنبل الطّیب با داروهای شیمیائی ضدّ افسردگی، ضدّ اضطراب، آرام بخش، خواب آور، آنتی هیستامین مصرف شود؛ زیرا بسیار خطرناک است. تذکّر: زیاده روی در مصرف سنبل الطّیب نشود؛ زیرا مسمومیت، خستگی، احساس سبکی سر، گشاد شدن مردمک چشم، مسمومیت کبدی می آورد.]

ایجاد خواب طبیعی شبانه:

۱- در اوّل مغرب در هر سوراخ بینی یک قطره روغن بادام شیرین بچکانید، ۲- قبل از شام خوردن از مخلوط آویشن و نعنا با دوغ شیرین کم چرب و ماست شیرین کم چرب میل کنید و به همراه شام کاهو (بدون سُس) و کدو مسّمّا بخورید، ۳- شب قبل از خواب در هر سوراخ بینی، یک قطره روغن بنفشه طَبّی (در پایه روغن زیتون) بچکانید، ۴- قبل از خواب دمکرده گل ساعتی با عسل طبیعی آویشن یا یک عدد قرص گیاهی پاسی فُلور.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از بیماری‌های مربوط به خون و ...

توجه: برای تمام اقسام کم‌خونی‌ها:

۱- خوردن کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه) ضرر دارد و هیچ‌گاه نخورند، ۲- مصرف دخانیات و مواد آفیونی و قرص‌های روان برگردان باعث تشدید کم‌خونی میشود، لذا هیچ‌گاه مصرف نشوند.

کم‌خونی عارضی (آنمی)، سه قسم است:

الف. فقر آهن:

هم اکنون یک چهارم مردم دنیا به خاطر ظلم ظالمین و سوء تغذیه از کم‌خونی فقر آهن رنج می‌برند. زنان در دوران حاملگی، شیردهی، قاعدگی و عادت ماهیانه و کودکان زیر پنج سال، بیشتر در معرض فقر آهن (آنمی فقر آهن) هستند.

عوارض سوء کمبود آهن بدن:

۱- تأخیر رشد جسمی، ۲- کاهش قدرت یادگیری، ۳- کاهش ضریب هوشی، ۴- ضعیف شدن سیستم ایمنی بدن و افزایش بیماری و طولانی شدن دوره بیماری، ۵- صدمه زدن به رشد و تکامل مغزی. پزشکی جدید قرص آهن، کپسول آهن یا قطره آهن می‌دهد که اگر با شکم گرسنه بخورید برای کلیه‌ها و کبد ضرر دارد، و اگر به همراه لبنیات بخورید مسمومیت می‌آورد، و اگر به دندان‌ها بخورد برای مینای دندان ضرر دارد و سیاه شدن و کرم خوردگی دندان می‌آورد، لذا ما بجای آن گوئیم: ۱- مصرف عسل طبیعی در صبح، ۲- خوردن یک پرتقال شیرین بین ناهار (اگر فشار خون بالا هم دارد به جای پرتقال یک گریپ فروت بخورد)، ۳- هفت عدد خرما بعد از ناهار (توجه: اگر بر اثر خوردن خرما، پوست دانه می‌زند یا کهیر می‌زند، مصلح آن خیار بوته ای و انار شیرین است)، ۴- شب‌ها یک ساعت قبل از شام ۷ تا ۱۴ عدد آلوی بخارای خشک بمکید و بخورید، ۵- یک لیمو شیرین بین شام، ۶- شب‌ها بعد از شام تا وقت خواب، یک لیوان آب سیب رسیده طبیعی تازه مخلوط با عسل آویشن، ۷- مصرف مواردی که سر شار از آهن هستند، مثل: خرما، شیرۀ خرما، سیب، عسل، زردآلو، هلو، انگور، شیرۀ انگور، کشمش.

توجه: برای بالا بردن جذب آهن بدن: ۱- خوردن ویتامین C به همراه غذا مثلاً یک پرتقال یا یک عدد تو سُرَخ (دارابی = گریپ فروت) که در موارد بالا ذکر شد، ۲- مخلوط اسفناج با گوشت گوسفند، یا خورشت این دو

ب. فقر اسید فولیک:

پزشکی جدید قرص اسید فولیک می دهد، اما اسلام ولائی می فرماید: بَقْلَةُ الزَّهْرَا (سبزی خُرفه)، عدس، کاهو، قارچ خوراکی (زراعی یا کوهی = دنبان کوهی = شَحْمَةُ الْأَرْض). و خوردن لبو، جگر سیاه، غلات (آرد سیوس دار)، اسفناج، طالبی، بامیه.

توجه: گیاهان سبزتر (مانند کاهو) آهن بیشتر و اسید فولیک دارد.

ج. فقر ویتامین B12 (= آنمی گُشنده = کم خونی وخیم = پرنی سیوز):

که یکی از علائم آن درد منتشره در جناق سینه است، پزشکی جدید بَکْمِیلِکس یا ویتامین B12 میدهد، اما ما در درمان گوئیم: ۱- رانِ گوسفند و سردست (بهترین جای گوسفند سر دست یا ذراع گوسفند است)، بصورت کبابی با شعله غیر مستقیم حرارت درست شود، ۲- شیر عسل، ۳- گوشت ماهی سفید یا قزل آلا که بعد از آن هفت عدد خرما یا یک قاشق عسل خورده شود، ۴- تخم مرغ با پیاز و روغن زیتون (خاگینه) مصرف شود.

کم خونی عارضی آپلاستیک (Aplastic Anemia) :

بیماری کم خونی آپلاستیک به علت نارسایی مغز استخوان در تولید سلول های خونی کافی جهت گردش خون ایجاد می شود، در این بیماری تولید سلول های خونی توسط سلول های دودمانی کاهش می یابد و این امر منجر به فقدان گلبول های قرمز (آنمی) گلبول های سفید (منجر به افزایش خطر بروز عفونت می گردد) و پلاکت (برای پیشگیری از خونریزی و کبودی نیاز است) می گردد.

توجه: با محلول های شیمیائی کار نکنند، در قسمت های عسکبرداری نباشد، در معرض پرتوهای اتمی نباشد (اورانیوم، رادیوم)، کافئین زیاد نخورد، بیماری لوپوس نداشته باشد، ضعف سیستم ایمنی بدن نداشته باشد.

درمان: ۱- صبحانه شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل طبیعی، ۲- بین روز: ۱۴ عدد باقلای آب پز به همراه کمی گُل پَر، ۳- بعد از غذا: سیاه دانه با عسل طبیعی، ۴- عصرانه: یک قاشق غذاخوری از مخلوط سه شیر به بخورد، ۵- نصف قاشق چای خوری پودر بادرنجبویه در یک استکان آبجوش دم شود سپس مخلوط با عسل طبیعی میل شود، و یا یک استکان عرق طبیعی آن میل شود، ۶- سیاه دانه و تخم یونجه را به نسبت مساوی مخلوط کرده و هر روز به مقدار یک قاشق مرباخوری بخورد.

کم خونی ناشی از خونریزی داخلی:

۱- اولا باید خونریزی داخلی را بند آوریم بوسیله خوردن میوه به، برگ مو، دمکرده گل بابونه، دمکرده گل بومادران (و خوردن حنظل زیر نظر متخصص گیاهی)، ۲- سپس صبحانه شیر عسل، بعد از نهار ۷ عدد خرما، بعد از شام تا وقت خواب یک لیوان آب سیب عسل. توجه: اگر سنبُل الطیب با گل گاو زبان خورده شود، باعث خونریزی می شود. کم خونی ناشی از خونریزی خارجی (به خاطر بیماری ژنتیکی هموفیلی یا به خاطر تصادف، سقوط و ...):

۱- اولا در سه روز پیاپی، روزی به مقدار یک ماش، مومیا خورده و با محلول مومیا، محل خونریزی را شستشو داده و ضماد مومیا روی آن می گذاریم، ۲- خوردن مخلوط سه شیر (خرما، انگور، توت).

ضد خونریزی خارجی و داخلی بدن:

روغن بان، جوشانده اسپند، مومیا (مومیائی = عرق الجبال)، برگ درخت مو (انگور)، میوه به و آب به و مربای به، حنظل (هندوانه ابوجهل، معاویه) [توجه: حنظل باید زیر نظر متخصص گیاهی مصرف شود]، سرکه طبیعی انگور از بین برنده خونریزی های داخلی بدن است، هر روز خوردن جوشانده پوست ریشه درخت نارگیل (یک استکان)، میوه نارگیل (یک چهارم)، روغن نارگیل (یک قاشق چای خوری) ضد اسهال خونی، و ضد بواسیر خونی است. کم خونی ناشی از بیماری های ژنتیکی همولیتیک و کم خونی ناشی از بیماری ژنتیکی تالاسمی [مینور (خفیف)، ماژور (شدید)]:

۱- در کم خونی فاویسم و کم خونی داسی شکل باقلا و کاهو، نخورید و حتی دست نزنید، ۲- شیر عسل صبحگاهی، ۳- وسط روز و عصرانه یک قاشق غذا خوری از مخلوط سه شیر بخورید، ۴- بعد از نهار، هفت عدد خرما، ۵- بعد از شام یک لیوان آب سیب عسل.

بیماران دارای تالاسمی مینور بایستی مواظب خود باشند و نیازی به واحد خون ندارند، این بیماران بایستی از اسید فولیک موجود در سبزیجات تیره مانند: جعفری، تره، کاهو (بدون سس) و از لبو و سبزی خرفه استفاده کنند.

بیماران دارای تالاسمی مینور، مقاوم در مقابل آنفولانزا و سکت های قلبی و عروقی هستند و غالباً به این دو بیماری مبتلا نمی شوند.

زن وشوهر نبایستی هردو تالاسمی مینور داشته باشند؛ زیرا فرزندشان دارای بیماری تالاسمی ماژور می شود (دکتر جهانی، متخصص بیماری های خون)

درمان عمومی کم خونی:

۱- هر روز از مخلوط: نصف استکان شیرۀ توت + نصف استکان عرق یونجه + نصف استکان عرق بادرنجبویه (آرام بخش و خون ساز) میل نماید، ۲- یک قاشق چای خوری ژله رویال = غذای ملکه زنبور عسل میل نماید، ۳- وسط غذا یک پرتقال شیرین میل نماید، ۴- کدو با آبغوره پخته شود سپس مصرف شود، ۵- کدو حلوائی با رب انار شیرین خورشت درست شود، ۶- میوه انار ضد کم خونی است، ۷- مصرف عسل با تره و یا با هویج زرد و یا با برگ چغندر و یا با ترب سیاه و یا با ترب دشتی (ترب سفید) داروی مفیدی در درمان کم خونی (آئمی) است.

* کاهو (بدون سُس) به همراه ناهار و شام خوردن، تمیز کننده و تصفیه کننده خون است و کاهش دهنده حرارت اضافی خون و کاهش دهنده حرارت اضافی دستگاه گوارش است. توجه: در زمان حاملگی در خوردن کاهو زیاده روی نکنید و به خوردن ۲ الی ۳ برگ آن بدون سُس به همراه ناهار و شام اکتفا کنید؛ زیرا مصرف زیاد کاهو در حاملگی، باعث لکه بینی و سقط جنین می شود.

تولید خون سالم و تمیز:

روزی ۱۴ عدد عَنَابِ رسیده (تازه یا خشک) را با یک قاشق غذاخوری عسل آویشن بخورید (گرچه تَب بُر و صِنْدَ آسم نیز هست). افراد سرد مزاج هم می توانند عَنَابِ را با مویز (کِشْمِش انگور سیاه) بخورند.

تولید خون تازه و تولید مغز ساق پا:

روزی ۱۴ عدد باقِلايِ آب پز بخورید (به شرطی که بیماری کم خونی ژنتیکی فاویسم نداشته باشید). تولید خون غلیظ سوداوی و ایجاد یبوست: روزی ۱۴ مغز خام پسته تازه درختی بخورید. تولید خون صالح و لطیف کننده خون و ضد درد و تَب: نیشکر (سُکَّرَتین)، مثلاً دو قطعه ۱۰ سانتی متری از نیشکر خوردن (مخصوصاً شب قبل از خواب) توجه: ۱. زیاده روی در مصرف نیشکر مُضِرِّ ریه اشخاص سالمند است، ۲. خوردن نیشکر بعد از غذا، نَفَاخ است و مُصْلِحِ آن خوردن انیسون (بادیان رومی) است، ۳. اشخاص مسلول (دارای سِلِ ریوی) و اشخاصی که شکم روش (اسهال) دارند و اشخاصی که اسهال صغراوی دارند و اشخاصی دل پیچه دارند و اشخاص دیابتی که قند خون بالا دارند، نبایستی بخورند.

ضعف اعصاب + کم خونی + سر درد میگرنی:

۱- توگل به خدای متعال، ۲- توگل به چهارده معصوم، ۳- صبحانه: شیر عسل، شیر خرما، حلیم گندم گوشت، ۴- صبح: یک قاشق چای خوری پودر گل راعی + یک قاشق پلو خوری عسل آویشن یا عسل نعنا، ۵- وسط روز و عصرانه: هر بار یک قاشق پلو خوری سه شیر (خرما، توت، انگور)، ۶- اول مغرب: چای کوهی با عسل آویشن یا عسل نعنا، ۷- شب نصف استکان گلاب طبیعی + نصف استکان عرق بید مشک طبیعی + یک قاشق پلو خوری عسل آویشن یا نعنا، (برای همه سنین خوب است)، ۸- بعداز شام: یک لیوان آب سیب با عسل آویشن یا عسل نعنا. توجه: اگر اعصاب او خیلی ضعیف است بجای گل راعی و چای کوهی، به ترتیب از سُنْبُل الطَّیْب و گل بهار نارنج استفاده کند.

درمان ضعف عمومی شدید توأم با عرق سرد سرتاسری:

صبح ها: شیر عسل، شیر خرما (هر روز یکی از این دو، روز در میان)، حلیم گندم گوشت (هفته ای یک بار)، وسط روز: مربای سیب، مربای به، مربای زردک (هویج زرد)، شب قبل از خواب: آب سیب عسل.

درمان سرگیجه و ضعف شدید بدنی:

۱. مخلوط سه شیر (خرما، انگور، توت)، ۲. داروی جین سینگ قرمز همراه با عسل کوهی

درمان کمبود گلبول های سفید خون:

بادرنجبویه، گل بابونه

درمان ازدیاد گلبول های سفید خون:

خارخسک، کاکل دژت، ریشه بابا آدم، گزنه

کمبود گلبول های سفید و قرمز خون:

کوشاد (ژانسیان) سبب ازدیاد گلبول های (گویچه های) قرمز و سفید خون شده و در درمان کم خونی و درمان بیماری های عفونی خوب است، همچنین خون را تمیز و تصفیه می کند. توجه: ۱. زنان حامله و مادران شیرده نبایستی کوشاد بخورند، ۲. زیاده روی در مصرف کوشاد، حالت تهوع (اغ زدن)، دل بهم خوردگی و استفراغ می آورد.

کمبود شدید آلبومین خون و کمبود شدید پروتئین خون (هایپو پروتئین):

۱- صبحانه: شیر عسل، شیر خرما، حلیم گندم گوشت، ۲- وسط روز: یک قاشق پلوخوری سه شیر (خرما، توت، انگور) با نصف استکان عرق یونجه، سبزی بادرنجبویه، ۳- ظهر: دو خوشه انگور، ۴- بعد از نهار: هفت عدد خرما به همراه عرق بادرنجبویه، ۵- عصرانه: آب انار یا رب انار شیرین، ۶- شب بعد از شام هفت عدد خرما و بعد از آن یک عدد سیب درختی رسیده شیرین بخورد.

پلاکت خون:

درمان کمبود پلاکت خون: سیاه دانه و تخم یونجه را به نسبت مساوی مخلوط کرده و هر روز به مقدار یک قاشق چای خوری در کودکان، و یک قاشق مرباخوری در غیر کودکان، مصرف شود.

درمان ازدیاد پلاکت خون:

۱- یک مرتبه حجامت تر کند، بعد از آن، عسل طبیعی یا یک عدد انار شیرین با پرده نازک روی دانه ها بخورد، ۲- شاهتره، ۳- عناب، ۴- زرشک کوهی، ۵- کاسنی، ۶- میوه نسترن

تصفیه خون و تنظیم عادت ماهیانه:

۱- آب صاف کرده جوشانده برگ و گل مغربی (= علف خر = حشیشه الحمار) را بنوشید، تصفیه کننده خون است، ۲- خوردن کاهو (بدون سس) تصفیه کننده خون است، ۳- خوردن عناب مولد خون صالح و تصفیه کننده خون است، و اگر به همراه عسل طبیعی مصرف شود، بهتر است، ۴- خوردن تخم گیاه گل مغربی (تخم علف خر = حبه حشیشه الحمار) که منبع غنی از اسیدهای چرب اساسی لازم برای بدن است که فشارخون و سیستم عروق قلبی و دوره های عادت ماهیانه را تنظیم می کند و برای حفظ لطافت پوست بسیار مؤثر است، ۵- وسط روز: دمکرده گل خار مریم، و عصرانه: دمکرده گل بومادران، برای تنظیم عادت ماهیانه و تقویت قلب مفید است.

رشد سریع دختران و رقیق کننده خون و ضد تصلب شرائین:

۱- رازیانه به علت داشتن هورمون زنانه، رشد دختران را جلو می اندازد، ۲- کرفس خام یا بخار پز، ۳- ریشه رازیانه به دلیل دارا بودن کومارین، رقیق کننده خون و ضد تصلب شرائین و انسداد رگ ها است.

خونساز و ضد خونریزی شدید رحمی (بیماری منوراژی):

۱- صبح ناشتا، یک قاشق مرباخوری سوپ العدس بخورید، ۲- گه گاهی شام یا ناهار خورشت عدسی مخلوط با سرکه طبیعی انگور بخورید، ۳- روزی دو مشت سیب زمینی ورقه شده برشته در روغن زیتون بخورید، ۴- روزی یک استکان جوشانده گل و برگ رازک (از سه روز تا دوهفته)، ۵- هر شش ساعت دو عدد میوه شاه بلوط بخورد.

درمان عمومی سرطان خون:

۱- روزی یک قاشق چای خوری پودر گل همیشه بهار (کالاندولا) در یک استکان آبجوش دم شود، مخلوط با عسل آویشن میل شود، ۲- روزی ۱۰۰ گرم الی ۲۰۰ گرم شلغم بخار پز میل شود، ۳- عرق زنجبیل محرک قلب، ضد کلسترول بد، ضد سرطان و ضد انعقاد و لخته شدن خون، ۴- زنجبیل پروده شده در عسل میل شود.

لوسمی میلوزنیک مزمن CML (یا لوسمی گرانولوسیتی مزمن):

نوعی بیماری پیشرونده خون و مغز استخوان است که به کندی پیشرفت می کند و معمولاً در دوران میانسالی یا پس از آن روی می دهد، و به ندرت در کودکان دیده می شود.

درمان: ۱- روزی یک قاشق چای خوری پودر گل همیشه بهار (کالاندولا) در یک استکان آبجوش دم شود، مخلوط با عسل آویشن میل شود، ۲- روزی ۱۰۰ گرم الی ۲۰۰ گرم شلغم بخار پز میل شود، ۳- کاهو بدون سس به همراه غذا، ۴- روزی ۱۴ عدد عنب رسیده (تازه یا خشک) را با یک قاشق غذاخوری عسل آویشن بخورد، ۵- نصف قاشق چای خوری پودر بادرنجبویه در یک استکان آبجوش دم شود سپس مخلوط با عسل طبیعی میل شود، و یا یک استکان عرق طبیعی آن میل شود (توجه: در صورت تولید گلبول سفید سالم میل شود)، ۶- روزی دو عدد میوه شاه بلوط بخورد.

غلظت خون:

علل غلظت خون: ۱- زندگی در ارتفاعات (آپارتمان ها و کوه ها)، ۲- استرس شدید (نگرانی شدید مستمر)، ۳- زندگی در هوای آلوده شهری مخصوصاً در پیک بار ترافیک و محیط های آلوده به دود سیگار و قلیان و...، ۴- عدم مصرف آب و عدم مصرف آبجوش ولرم یا مصرف بسیار کم آنها.

درمان:

الف. با داروهای مفرده: ۱- در ۲۴ ساعت هشت لیوان آب و آبجوش ولرم (یعنی هر شش ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آبجوش ولرم) بصورت مکدنی بنوشید، ۲- صبح ناشتا ۱۴ عدد میوه عنب

رسیده شیرین را (بدون هسته) مخلوط با عسل طبیعی کوهی میل کنید (تولید خون سالم تمیز)، ۳-
صبح قبل از کار، میوه عَنَاب رسیده را بجوشانید و پس از ولرم شدن به نسبت مساوی با آب کاهو
مخلوط کرده و میل نمایید (تصفیه کننده خون، رقیق کننده خون، تولید خون سالم و ضد سرطان)،
۴- وسط روز ۱۴ عدد میوه تمشک، ۵- عصرانه یک ساقه ریواس، ۶- به همراه غذا کاهو بدون سُس
میل کنید (یک عدد کاهوی متوسط در شبانه روز میل شود)، ۷- شبها قبل از شام هفت عدد آلو
بخارای خشک بصورت مکیدنی میل کنید، ۸- به همراه شام یک قاشق غذاخوری زرشک خام.
ب. با داروهای مرگبه: ۱- میوه نسترن ۵۰ گرم + کیالک ۲۵ گرم. ۲- زیرفون ۲۰ گرم + به لیمو ۱۵
گرم. ۳- تاجریزی ۲۵ گرم + سرخ ولیک (برگهای زالک) ۱۵ گرم.
دستورالعمل مصرف، برای هر یک از داروهای مرگبه: یک قاشق چایخوری از پودر مخلوط در یک
استکان آبجوش دم شود، پس از ولرم شدن، مخلوط با یک قاشق مرباخوری عسل زرشک یا عسل
عَنَاب میل شود.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از بیماری‌های مغز و اعصاب

مواردی که باید در تمامی بیماری‌های ذکر شده، پرهیز شود:

۱. انواع تندی‌ها: فلفل، سُس فلفل، سُس آنبه، غذاهای هندی، هر نوع ادویه تند و...
۲. اسانس‌های شیمیایی: نوشابه‌های گازدار، آبمیوه‌های شیمیایی و...
۳. مواد قندی شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی‌ها و...).
۴. خوراک‌های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس، کالباس، همبرگر، پیتزا و...) [که بسیاری از املاح مقوی و ویتامین‌های آن از بین رفته و ۸۰ درصد آنزیم‌های مفید آن پائین آمده]
۵. انواع ترشی‌ها: آلوچه، گوجه‌سبز، لواشک، قرقروت، لیموآمانی، آبلیمو ترش، ترشی‌های بندری و لیته و ...
۶. پوست حبوبات
۷. غذاهای مانده
۸. زیاده‌روی در مصرف گوشت قرمز (مخصوصاً گوشت گاو) و غذاهای سرخ شده.

درمان سردردهای شدید و پیچیدن درد در همه نقاط بدن:

باید دانست ۶۰ نوع سردرد داریم که ۱۴ نوع آن میگرنی است، بقیه سردردها مانند سردرد خوشه ای (کلاستر)، سردرد دائمی ناشی از ازدیاد هورمون مردانه تستوسترون در هیپوفیز مغز و...

داروی عمومی در درمان سردرد:

- ۱- صبحانه: شیرتازه گاو کم‌چرب مخلوط با عسل طبیعی آویشن، ۲- مربای گل بهارنارنج به همراه شربت گل بیدمشک با عسل طبیعی آویشن، ۳- شب قبل از خواب: مخلوط آب سیب رسیده شیرین مخلوط با عسل طبیعی، ۴- خوردن سیاه‌دانه با عسل و ماساژ با روغن سیاه‌دانه بعد از هر غذا، ۵- کاهو (بدون سُس) و سبزی جات تازه سالم بهداشتی به همراه غذا.

میگرن (درد نیمه سریا...):

سردرد میگرنی بین ۴ تا ۷۲ ساعت طول می‌کشد، سردردهای میگرنی غالباً ضربان‌دار است، سردردهای کوتاه مدّت نیم ساعت تا یک ساعت، میگرنی نیست. سردردهای میگرنی در زنان، سه برابر مردان است.

توجه: از موارد زیر پرهیز شود: ۱. نور شدید، ۲. استرس شدید، ۳. غصه شدید، ۴. قند و شکر شیمیائی (قند سفید، شکر سفید) آنبات و شکلات؛ [زیرا جوهر قند که ضد کپک است به این‌ها افزوده می‌شود که سفید کننده قند و... و افراد می‌گرنی هرگز نایستی بخورند] (دکتر خدادوست)، ۵. قرص‌ها و داروهای ضد حاملگی و بارداری، ۶. بادام زمینی، روغن بادام زمینی و دیگر فرآورده‌های آن، ۷. پنیر، ۸. ماهی.

درمان:

۱. صبح ناشتا یک استکان دمکرده گل راعی (منع مصرف در حاملگی و شیردهی) مخلوط با عسل طبیعی آویشن.

۲. نماز ظهر و عصر بخوانید سپس دمکرده گل بهار نارنج با عسل طبیعی آویشن میل کنید.

۳. نماز مغرب و عشاء بخوانید، سپس دارو مرگبه استوخدوس (۲۰ گرم) + مرزنجوش (۲۰ گرم) + بادرنبویه (۲۰ گرم)، به این‌صورت که یک قاشق غذاخوری از این دارو مرگبه را در دو لیوان آب کمی بجوشانید و پس از صاف کردن قبل از غذا یک سوم آنرا میل نمایید.

۴. به همراه غذا: فلفل قرمز و زردچوبه (از هرکدام یک گرم) مصرف کنید؛ زیرا در کاهش سردرد و حملات میگرنی مفید است (منع مصرف در حاملگی).

درمان سردرد کلاستر (سر دردهای خوشه ای):

۱- صبح: یک استکان دمکرده گل راعی (منع مصرف در حاملگی و شیردهی) با عسل طبیعی آویشن،
۲- ظهر: دمکرده گل بهار نارنج با عسل طبیعی آویشن، ۳- مغرب: دمکرده گل بیدمشک با عسل طبیعی آویشن، ۴- خوردن مغز خام فندق تازه، ۵- سعوپ (یعنی استنشاق دارو در بینی) روغن سُنْبُل رومی، ۶- مالیدن روغن مرزنجوش به شقیقه‌ها، ۷- استنشاق روغن نیلوفر آبی به داخل بینی و مالیدن روغن نیلوفر آبی به کف پا.

درمان تیک عصبی:

۱. نفس‌های عمیق در هوای آزاد کشیدن، پیشگیری از تیک‌های عصبی نموده و کمک به درمان نیز می‌کند، ۲. مالیدن روغن اسفند، ۳. عسل طبیعی آویشن، ۴. دارو مرگبه استوخدوس (۳۰ گرم) + مرزنجوش (۲۰ گرم) + بادرنبویه (۲۰ گرم) + بابونه (۱۰ گرم)، به این‌صورت که هر روز ۱۵ گرم از این دارو مرگبه را در نیم لیتر آب کمی جوشانیده و پس از صاف کردن، قبل از غذا یک لیوان میل کنید.

درمان رعشه یا لرزش غیر اختیاری اعضا (اندام):

۱- آلو بخارا ۷ تا ۱۴ (بصورت مکیدنی بخورد)، ۲- پُخته کلم برگ (= کرم = گُرُب)، یا پُخته قُنْبِیْط (= قُنْبِیْط = بَقْلَةُ الْأَنْصَار = کلم سنگ)، ۳- انار شیرین یک تا دو عدد، یا یک استکان تا یک لیوان آب آن، یا یک قاشق مرباخوری تا یک قاشق غذاخوری رُب انار شیرین، ۴- ماساژ با روغن اسفند، ۵- دمکرده تخم و ریشه شکاعی (= خارزن بابا = رَأْسُ الشَّيْخ) و اگر علاوه بر رعشه، بیماری کبدچرب نیز دارد، عرق طبیعی بوقناق بخورد، ۶- خوردن بُخارِ پَزِ بَاقِلَا (توجه: بیماری فاویسم نداشته باشید)، ۷- خوردن قُسط شیرین سفید رنگ معطر (بدون کرم) مخلوط با عسل طبیعی آویشن، و همچنین روغن قُسط شیرین (که در پایه روغن زیتون درست شده باشد) بخورد و ماساژ دهید.

ضد سستی اعضا/ضد رعشه/ضد لقوه/ضد صرع/ضد کابوس/ضد سرگیجه/ضد مالیخولیا:

افسنطین کبیر (مروه = کشوتای رومی = خَتَرَق) را با میوه اُفْتِیْمُون و گُل اُستوخدوس دم کنید و دمکرده آنرا بنوشید..

ضد صرع/ضد غشی/ضد جنون/ضد تَوَحُّش (ضد مانیا)=حمله به دیگران و آزار رسانی به دیگران، نظیر سادیسم):

هر روز دو قاشق چای خوری دانه های بالنگو در یک لیوان آبجوش بجوشانید، هنگامی که ولرم شد با عسل طبیعی آویشن مخلوط کرده، میل نمائید.

درمان آتروپی مغز و حملات تشنج:

۱. سُعُوط (یعنی استنشاق دارو در بینی) روغن بنفشه طَبّی، گُل بنفشه طَبّی خورده و ماساژ با روغن بنفشه طَبّی، ۲. دمکرده گُل همیشه بهار مخلوط با عسل طبیعی آویشن، ۳. دمکرده گُل استوخدوس با عسل طبیعی آویشن در پزشکی جدید، تگروتل ۴۰۰ روزی دو عدد، والپروات سدیم ۵۰۰ روزی دو عدد، لوپتراستام ۵۰۰ روزی دو عدد تجویز می شود.

ضد تشنج (ضد صرع)/مفرح و شادی آور/آرامش بخش/مقوی قلب/مقوی اعصاب

۱. در بین روز: یک گرم زعفران (منع مصرف در حاملگی) + یک قاشق پلوخوری عسل طبیعی آویشن + دو لیوان آب.
۲. به لیمو + زیرفون، با هم دم شود، فرح آور است.

۳. دمکرده نیم گرم برگ حساس در یک استکان آبجوش شادی آور است
 ۴. عصرانه: یک استکان گلاب طبیعی + یک استکان عرق طبیعی بیدمشک + یک قاشق پلوخوری عسل طبیعی آویشن.
 ۵. در بین مغرب و شام: یک استکان عرق طبیعی بهار نارنج + یک استکان عرق طبیعی بید مشک + عسل طبیعی آویشن.
 ۶. شکوفه پنبه: نشاط آور، ضد مالیخولیا و وسواس.
 ۷. گیاه سیاه دانه به دلیل داشتن ماده ای موسوم به «تیموکیتون» در دانه های خود، دارای اثرات ضد تشنجی بوده و می تواند موجب تأخیر در زمان شروع تشنج و کاهش مدت تشنج شود، لذا گوییم بعد از نهار و شام یک قاشق چای خوری سیاه دانه میل شود.
 ۸. کمپوت انجیر یا مربای انجیر ضد صرع، ضد جنون و ضد وسواس است
 ۹. هر روز نصف قاشق چای خوری پودر آغوزه (صمغ انجدان - صمغ گُما) را در کپسول خالی ریخته و بخورید، ضد تشنج و ضد اُم الصَّبیان (صرع کودکان) است.
 ۱۰. خوردن گل بنفشه طَبّی و مالیدن روغن آن در درمان صرع کودکان مفید است.
 ۱۱. قُسط شیرین (قُسطِ عربی - خولنجان مصری) را خوب بجوید تا با آب دهان کاملاً مخلوط شود سپس آن را در آورده و به سر یا بدن طفلی که مُبتَلا به تشنج است، ضاماد کنید (بسیار نافع است).
 ۱۲. مالیدن روغن اسفند به سر (ضد صرع).
 ۱۳. روزی یک استکان جوشانده برگ بارهنگ (ضد صرع).
 ۱۴. برای کمک به درمان صرع، میوه اُنبه رسیده و همچنین زیره سبز شیرین مفید است.
- توجه: اگر در بیمار تشنجی و صرعی، تب و عفونت ایجاد شده و یا تکرار شود، تشنج شدیدتر از دفعه قبل خواهد بود لذا هر روز صبح ناشتا عسل طبیعی رقیق شده و هر شب آب سیب مخلوط با عسل طبیعی خورده تا پیشگیری از تب و عفونت شود. بیماران صرعی هرگز ترشی جات و سردی ها را نخورند.
- تذکر: علل ایجاد صرع: ۱. عفونت های داخلی، ۲. سکتها، ۳. کاهش آدرنالین در مغز، ۴. ناهنجاری در جریان الکتریکی مغز، ۵. نرسیدن اکسیژن به مغز، ۶. افت شدید قند خون و استمرار آن، ۷. و گاهی علل ژنتیکی و وراثتی دارد.
- باید دانست صرع گاهی موضعی و گاهی منتشر است. و در پزشکی جدید درمان قطعی برای صرع ندارند و فقط جلوگیری از پیشرفت بیماری میکنند.

برای تولید سلول های مغزی:

- ۱- هر روز صبح از مخلوط ژله رویال طبیعی (غذای ملکه زنبور عسل) + گرده گل که توسط زنبور عسل جمع شده + عسل طبیعی آویشن بخورید.
- ۲- شب ها یک قاشق مرباخوری زنجفیل پروده شده در عسل طبیعی بخورید (یعنی مخلوط یک قاشق غذا خوری پودر زنجفیل در یک کیلو عسل طبیعی).

ازدیاد عملکرد مغز:

۱. باقلا عملکرد مغز را زیاد می کند (توجه: مصرف کننده، بیماری کم خونی ژنتیکی فاویسم نداشته باشد).
۲. عصرانه: میوه بالنگ یا مربای بالنگ خورده و بعد از آن نان خشک تنوری مصرف شود (توجه: میوه بالنگ و مربای آنرا در شب نخورید).

استحکام عقل و بقای آن (بشدُّ العقل):

- ۱- خورشت برگ چغندر (السُّلُق)، ۲- سرکه طبیعی انگور عسکری (الْحَلَّ) در ابتدای غذا به مقدار یک قاشق چای خوری، ۳- جویدن گندُر خوراکی مرغوب (اللُّبَان)، ۴- تخم شنبلیله، سبزی شنبلیله (الْحَلْبَةُ)، ۵- بوی خوش طبیعی غیر سَمِّی از عطریات طبیعی یا گیاهان خوشبوی غیر سَمِّی (الرَّیْحُ الطَّيِّبَةُ) مانند گل محمدی و گل یاس و گل نرگس، ۶- زنجفیل پروده شده در عسل طبیعی.

آلزایمر = زوال عقل پیش رونده (بلاک های بتا آمیلوئیدی در مغز، نشان دهنده آلزایمر در انسان است):

سال ۱۳۹۳ هجری شمسی، ۶۰۰ هزار نفر بیمار آلزایمری در ایران داریم و هر ۷ دقیقه یک نفر، به این بیماران اضافه می شود، هزینه ماهانه هر بیمار آلزایمری، یک میلیون و ۸۰۰ هزار تومان است. [دکتر معصومه صالحی، رئیس انجمن آلزایمر ایران گوید: ۴۴ میلیون نفر در دنیا به دمانس و آلزایمر مبتلا هستند، در جهان هر ۴ ثانیه یک نفر و سالانه ۷/۷ میلیون نفر، به این بیماری مبتلا می شوند.] تاکنون ۹۱ دارو شیمیائی برای پیشگیری و برای جلوگیری از پیشرفت بیماری آلزایمر در سطح دنیا ساخته شده است.

درمان: ۱- امام رضا علیه السلام می فرمایند: إهلیجات در عسل طبیعی پرورانه شود (یعنی ۱۰ گرم هلیله سیاه + ۱۰ گرم هلیله زرد (بدون هسته؛ زیرا هسته آن سمی است) + ۱۰ گرم هلیله کابلی را آسیاب کرده و در عسل طبیعی استوخدوس یا عسل طبیعی نعنای یا عسل طبیعی آویشن می ریزیم و

این مخلوط را به مدت دو هفته دور از نور می‌گذاریم) سپس روزی یک قاشق مرباخوری مصرف نموده، ۲- میوه انار طبیعی شیرین که با پرده نازک روی دانه‌ها خورده شود (خاصیت ضد التهابی سلول‌های مغزی دارد و همچنین ضد پارکینسون و ضد آلزایمر است)، ۳- زنجبیل پرورده شده در عسل طبیعی میل کنید.

تقویت حافظه و درمان فراموشی:

عوامل ایجاد فراموشی: ۱- خوردن سیب ترش یا سیب نارس (علاوه بر ایجاد فراموشی، معده را لیز می‌کند)، ۲- انجام گناهان، ۳- کثرت هم و غم، ۴- خوردن سبزی گشنیز، ۵- نگاه به خطوط و نقوش قبرها، ۶- نگاه به دار آویخته، ۷- بین شتران راه رفتن، ۸- بین دو زن راه رفتن، ۹- خوردن نیم‌خورده موش، ۱۰- گرفتن کک و شپش و کنه زنده و بر زمین انداختن، ۱۱- حجامت از گودی پشت گردن، ۱۲- تعدد کار، ۱۳- تجمع رطوبات اضافی بدن، ۱۴- بلغم زیاد (موکوس زیاد)، ۱۵- بیدار خوابی‌های مکرر، ۱۶- سوء تغذیه، ۱۷- تغییرات شدید متابولیکی (قند بالا و نوسانی، چربی بالا، فشارخون بالا، اوره و کراتین بالا)، ۱۸- اسانس‌های شیمیایی، ۱۹- خوردن غذای مانده، ۲۰- خوردن فست فودها، ۲۱- داشتن دوست ناباب، ۲۲- شب نشینی‌های مبتذل یعنی انجام لغویات و لهویات، ۲۳- محیط شلوغ ناهمگون که مرتکب خلاف مروّت می‌شوند، ۲۴- اعتماد و تکیه به این و آن، یا به دست این و آن نگاه کردن و خدا را فراموش کردن، ۲۵- مصرف شیرخشک در افراد ممیز یا بالغ (علاوه بر ضعیف کردن حافظه، عقیمی می‌آورد)، ۲۶- خوردن نیم‌خورده شخص فاسق، ۲۷- خوردن غذای خسیس (درد و بیماری می‌آورد).

تقویت حافظه و درمان فراموشی:

۱- حجامت از الف. رأس ملاح، ب. ظهر، ج. از قوس کمر، ۲- خوردن عسل طبیعی (گندُر اگر با عسل طبیعی خورده شود، برای فراموشی مفید است)، ۳- خوردن کرفس (علاوه بر ازدیاد حافظه، قلب را پاک می‌کند و دیوانگی، جذام و پیسی را برطرف می‌کند)، ۴- خوردن مویز (کشمش انگور سیاه، بدون هسته)، انگور سیاه، برگ چغندر (به علت دارا بودن منگنز، حافظه را تقویت می‌کند)، ۵- رازیانه مغز را فعال می‌کند (گرم مزاجان بایستی رازیانه را با سکنجبین بخورند)، ۶- خوردن زنجبیل (علاوه بر تقویت حافظه، بازکننده کبد، قاطع بلغم و رطوبات غلیظی که در روی جدار روده و معده چسبیده باشند را از بین می‌برد)، ۷- خوردن گندُر مرغوب خوارکی [خوردن گندُر مرغوب خوراکی (ابیض یا دگر) از یکی دو ماه قبل از حاملگی تا یکی دو ماه بعد از حاملگی به مقدار روزانه یک نخود، سبب زیبایی، ذکاوت، حافظه قوی و هوش بالای فرزند می‌شود]، ۸- قَرْنَقُل = گُل میخک = میخک داروئی

(مقوی عقل و حافظه، و مسکن اعصاب است، هوش را زیاد می‌کند و برای درمان فلج و سکتۀ ناقص مفید است و از سکتۀ مغزی جلوگیری می‌کند، گرم‌مزاجان با یستی میخک را با صمغ عربی بخورند)، ۹- کدو بر مغز و عقل می‌افزاید، ۱۰- دقت در یادگیری، تکرار آن، یادداشت برداری، ملکه شدن مطالب، ۱۱- جد و جهد در حفظ، ۱۲- پرخوری، بدخوری، پقتل خوری نباشد، ۱۳- دائم الوضوء بودن، ۱۴- نماز شب خواندن، ۱۵- قراءت قرآن، ۱۶- زیارت معصومین علیهم السلام رفتن، ۱۷- خلال بعد از غذا و مسواک قبل از وضو، ۱۸- هر صبح ناشتا کشمش انگور قرمز خوردن، ۱۹- بسیار صلوات فرستادن بر حضرت زهراء و محمد و آل محمد علیهم السلام، ۲۰- احسان به والدین و صلۀ ارحام، ۲۱- محیط آرام و دور از سر و صدا، ۲۲- توکل بر خدای متعال، ۲۳- خردل، ۲۳- عدم آلودگی هوا، ۲۵- خوردن نیم‌خورده مؤمن، ۲۶- خوردن غذای شخص سخی (سخاوت مند)، ۲۷- خوردن غذای تازه.

درمان ضعف حافظه و ایجاد حافظۀ بسیار قوی:

۱. امام رضا علیه السلام می‌فرمایند: إهلیجات در عسل طبیعی پرورانده شود (یعنی ۱۰ گرم هلیله سیاه + ۱۰ گرم هلیله زرد (بدون هسته؛ زیرا هسته آن سمی است) + ۱۰ گرم هلیله کابلی را آسیاب کرده و در عسل طبیعی استوخدوس یا عسل طبیعی نعنای یا عسل طبیعی آویشن می‌ریزیم و این مخلوط را به مدت دو هفته دور از نور می‌گذاریم) سپس روزی یک قاشق مرباخوری مصرف نموده.
۲. دارو مرکبۀ اسلامی: سنای مکی + سعد هندی + فلفل سفید (فلفل سیاهی که پوستش کنده شده باشد) + سرگل زعفران + گندر سفید مرغوب خوراکی این‌ها را پودر کرده به نسبت مساوی (از هر کدام پنج گرم) در نیم کیلو عسل طبیعی مخلوط کنید، بین ۷ تا ۱۴ روز، روزی یک قاشق چای‌خوری از این دارو مرکبۀ اسلامی بخورید.
۳. برای تقویت حافظه شب‌ها گردو با پنیر یا سبزی خورده شود و صبح ناشتا ۲۱ عدد مویز بخورید.

درمان فراموشی (نسیان)، دمانس (زوال عقل):

- ۱- امام رضا علیه السلام می‌فرمایند: إهلیجات در عسل طبیعی پرورانده شود (یعنی ۱۰ گرم هلیله سیاه + ۱۰ گرم هلیله زرد (بدون هسته؛ زیرا هسته آن سمی است) + ۱۰ گرم هلیله کابلی را آسیاب کرده و در عسل طبیعی استوخدوس یا عسل طبیعی نعنای یا عسل طبیعی آویشن می‌ریزیم و این مخلوط را به مدت دو هفته دور از نور می‌گذاریم) سپس روزی یک قاشق مرباخوری مصرف نموده.
- (این روایت در رسالۀ ذهبیه آمده، از این رساله ۶ نسخه در کتابخانۀ مرکزی آستان قدس رضوی موجود است).

۲- دارو مرکبۀ اسلامی: سنای مگی + سعدِ هندی + فلفل سفید (فلفل سیاهی که پوستش کنده شده باشد) + سرگل زعفران + گندُر سفید مرغوب خوراکی، اینها را پودر کرده به نسبت مساوی (از هر کدام پنج گرم) در نیم کیلو عسل طبیعی مخلوط کنید، بین ۷ تا ۱۴ روز، روزی یک قاشق چای خوری از این دارو مرکبۀ اسلامی بخورید. (در روایات شیعه آمده)،
 ۳- استشمام روغن رُزماری، سبب یادآوری خاطرات گذشته می شود.

افزایش ضریب هوشی:

برای افزایش ضریب هوشی نیاز به اُمگا ۳ است؛ لذا مصرف موارد زیر در تمام سنین مفید است:
 ۱- ناهار گوشت بلدرچین، تخم بلدرچین، ۲- درشب پنیر تازه با مغزگردوی تازه، ۳- به همراه غذا ۷ الی ۱۴ عدد زیتون خوراکی شیرین سفت بَرّاق بخورید.

بیماری Cp (یک دقیقه تا ۳ دقیقه اکسیژن به مغز نرسیده):

علامت آن: لرزش گُرۀ چشم و پلک زدن سریع، ضعف عضلات إرادادی پا
 پرهیز شود از: کافئین (یعنی چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه نخورید).
 مصرف شود: ۱. صبحانه: یک لیوان شیر تازه گاو مخلوط با عسل طبیعی (یک قاشق مربّاخوری)، ۲. آب سیب شیرین تازه طبیعی یک استکان + یک قاشق مربّاخوری عسل طبیعی، ۳. عصرانه: نصف استکان گلاب طبیعی + نصف استکان عرق طبیعی بید مشک + یک قاشق پلو خوری عسل طبیعی آویشن یا عسل طبیعی نعنا، ۴. اَوّل آفتاب یک قاشق پلو خوری شیرۀ خرما، شب قبل از خواب یک قاشق پلو خوری شیرۀ خرما، ۵. هر روز پاهای ایشان را با روغن بنفشۀ خالص ماساژ دهید، ۶. هر روز دو عدد میوه شاه بلوط بخورید، ۷. بعد از غذا، هفت عدد خرما بخورید، ۸. هر روز صبح قبل از کار یک عدد قرص گیاهی جینکو گُل (به شرط اینکه فشارخون بالای ۱۶ و حسّاسیت پوستی نداشته باشید).

توجه: در پزشکی جدید برای کودکی که CP دارد و تشنّج می شود، این داروها تجویز می شود: مثلاً برای کودک ۵ ساله، کارمابازپین ۱۰۰ و ۵ سی سی والپروات تجویز می کنند، ولی اگر تأثیر نداشت، زونیساماید ۱۰۰ (هر ۱۲ ساعت یک عدد)، و کلوبازام ۱۰ (ظهر نصف و شب یک عدد) تجویز می شود. اگر کودکی تشنّج در خواب دارد و مدّت زمان آن زیاد است، بایستی یک نوارمغز ۲۴ ساعته و یک MRI و آزمایش MS بدهد، که برای این آزمایش ها بایستی یک شبانه روز در بیمارستان بستری شود، و هزینه مثلاً بیمارستان رضوی دو میلیون تومان می شود. (خانم دکتر اشرف زاده، متخصص مغز و اعصاب).

لکنت زبان:

توجه: چربی‌های با ترانس بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُر چرب، کیک خامه‌ای، خامه، سرشیر، کله پاچه، جگر سیاه، ته دیگ) و سبزی گشنیز نخورید.

درمان در کودکان: روزی یک استکان آب‌انار شیرین یا یک قاشق مرباخوری رُب‌انار شیرین.
 درمان در بزرگسالان: ۱- پودر قولنجان را خورده و یک تکه از آنرا دائماً در دهان نگه دارید، ۲- مخلوط یک قاشق مرباخوری آویشن + یک قاشق چای‌خوری اگیر ترکی (= اگر ترکی = اِگر ترکی) + یک قاشق غذاخوری گل بهار نارنج بخورید.

تذکر: اگر لکنت زبان بر اثر ضربه به قسمت اعصاب مرکزی و ترسیدن باشد در صورتی که سلول‌های آن قسمت از بین نرفته باشد علاوه بر مصرف موارد بالا، به مدّت یک هفته، روزی یک استکان جوشاندهٔ اُفتیمون مصرف شود.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از بیماری‌های نوزادان و کودکان

مقدمه: فرزند پروری دو نوع کلی دارد:

- الف. غلط: رفتارهای منفی است (یعنی سبک‌های فرزند پروری غلط)، که سه گونه است:
 ۱. سبک فرزند پروری دیکتاتور مآبانه والدین که اراده صحیح را از فرزندان می‌گیرد و فرزندان احساس می‌کنند پاسخ همه چیز، نه است
 ۲. سبک فرزند پروری غفلت ورزانه والدین، که باعث عدم توجه به فرزند است، بگونه‌ای که فرزند احساس میکند که توانائی و استحقاق لازم را برای انجام امور ندارد.
 ۳. سبک فرزند پروری سهل‌گیرانه والدین که باعث پرتوقعی و لوس شدن فرزندان میشود؛ زیرا والدین به محض اینکه فرزندانشان لب تر کنند، همه چیز را برای فرزند آماده می‌کنند؛ لذا فرزند در جامعه‌های بزرگتر، وقتی با بی‌توجهی دیگران و فراهم‌نشدن خواسته‌هایش مواجه می‌شود، دچار ناکامی و افسردگی میشود.
- ب. صحیح: رفتارهای مثبت است (یعنی سبک‌های فرزند پروری صحیح): از جمله سبک فرزند پروری قاطع و اطمینان‌بخش، که فرزندان یاد می‌گیرند، درست عمل کنند، لذا سبک فرزند پروری صحیح، پیشگیری از افسردگی می‌کند (یعنی سبک فرزند پروری قاطع و اطمینان‌بخش، واکسن افسردگی است).

فرزند نا اهل و دور از معنویت، فرزند نا آرام، دارای بی‌قراری شبانه و بی‌تابی روزانه، فرزند بیمار، ضعیف و رنجور نداشته باشیم، ولی فرزند صالح با گرایش‌های معنوی و فرزند آرام و باطراوت و باهوش و فرزند از لحاظ جسمی و روانی و روحی سالم و قوی داشته باشیم.

رشد مخچه بچه و وزن گرفتن بچه (در دوران نوزادی):

اسید فولیک بچه نباید کاهش داشته باشد مثلاً اگر نوزادی یک کیلو و ۵۰۰ گرم تا یک کیلو و ۷۰۰ گرم بدنیا آمده، فوق‌تخصّصی نوزادان می‌فرماید: قرص اسید فولیک یا قطره مولتی‌ویتامین به آن بچه بدهید، تا رشد مخچه مناسب باشد چرا که اگر کم باشد بچه دچار عقب‌ماندگی ذهنی عارضی می‌شود. اما ما بجای قرص شیمیائی گوئیم: هر روز یک قاشق چایخوری در ۲۴ ساعت یکبار آب کاهو، یا آب خرفه، یا آب لبو بدهید.

رشد قد و وزن گرفتن نوزاد:

گاهی بچه دنیا آمده، وزن و قد او کم است، و گاهی زودتر دنیا آمده، در مورد قد و وزن در فوق تخصصی نوزادان و همچنین رشد استخوان جمجمه در پزشکی جدید قطره Eurho 25 قطره در ۲۴ ساعت تجویز می‌شود، و همچنین شربت مکمل رژیم غذایی به نام سوزین می‌دهد که در نوزادان یک قاشق چایخوری، و از نوزادی به بالا یک قاشق مرباخوری، و همچنین مصرف یک چهارم قرص اسید فولیک که در آبجوش ولرم در یک قاشق حل شود و به بچه داده شود (برای مادر گوئیم یک عدد قرص در ۲۴ ساعت)، ولی در داروهای گیاهی و طب المعصومین علیهم السلام می‌فرمایند: یک قاشق چایخوری آب خُرفه یا آب لَبو یا آب کاهو به جای قطره Eurho و شربت مکمل سوزین، و همچنین نوک قاشق چایخوری عسل یا شیرۀ خرما یا شیرۀ انگور، حل شده با آب، کم کم به بچه در ۲۴ ساعت بدهید، (بعضی پزشک‌ها گویند که عسل زیر ۶ ماهگی به بچه ندهید، می‌گوئیم بله آن خود عسل به تنهایی است اما ما گوئیم نوک قاشق عسل رقیق شده در آبجوش ولرم به بچه داده شود).

توجه: پزشکی جدید برای رشد بچه روغن ام‌سی‌تی (MCT Oil) و برای رشد جمجمه، ۱۵ تا ۲۵ قطره از مولتی ویتامین، و برای رشد مخچه قرص اسیدفولیک می‌دهند، اما ما بجای این‌ها گوئیم: ۱- یک قاشق چایخوری عسل رقیق شده، ۲- یک قاشق چایخوری از محلول یک عدد گوشت خرمای رسیده در آبجوش ولرم، ۳- یک قاشق چایخوری آب لَبو یا آب برگ سبز کاهو، ۴- یک قاشق چایخوری آب زُلال سیب رسیده شیرین

درمان ضعیفی و لاغری کودک:

۱- برای دختران: خورشت ران بوقلمون، سوپ ران بوقلمون، برای پسران: خورشت ران خروس یا سوپ آن و خورشت بلدرچین یا سوپ آن، ۲- خوردن یک عدد خیار بوته ای به همراه هفت عدد خُرمای (باهم بجود و بخورد)

کمبود آهن و ویتامین در بچه نوزاد:

۱- مادر بچه: الف. عسل، خرما و آب سیب بخورد، ب. شیر عسل، آب سیب عسل، ۲- نوزاد: قطره ویتامین، قطره آهن (با تجویز پزشک متخصص)، یا یک قاشق چایخوری آب سیب تازه

کم اشتهائی و بی اشتهائی نوزادان و اطفال زیر ۶ ماهگی:

اگر از خوردن هله هوله‌ها (پفک، چیپس، کیک و...) باشد: این موارد نباید در جیره غذایی او باشد.

اگر از فقر آهن و کمبود آهن بدن باشد: خرما، عسل، سیب، گوشت قرمز گوسفند، تخم مرغ به همراه پیاز در جیره غذائی او باشد.

اگر از فقر روی باشد: غذای کمکی را در ظرف روئی درست کنید، یا یک چهارم قرص روی (زیر نظر پزشک متخصص) به او بدهید.

اگر التهابی باشد: یک قاشق چایخوری آب کاهو به او بدهید و ۱۲ ساعت بعد یک قاشق چایخوری آب لیمو شیرین یا یک قاشق چایخوری آب پرتقال شیرین به او بدهید و همچنین آلو بخارا مفید است. اگر عصبی (نگرانی زیاد، استرس) باشد: بچه را دعوا نکنید، نزنید، تندخوئی نکنید، یک قاشق چایخوری از آب مربای گل بهارنارنج یا از آب دمکرده گل بهارنارنج به او بدهید (همچنین شربت گل بیدمشک، انگور سیاه، سیب قرمز، گلابی و چای کوهی نیز مفید است).

تذکر: کودکانی که کمتر از دو وعده غذائی بخورند و کودکانی که بیشتر از شش وعده غذائی بخورند، دچار نارسائی جسمی و روانی می‌شوند. کودکان حداقل دو میوه در ۲۴ ساعت و همچنین دو وعده غذائی و سه میان وعده غذائی بخورند.

درمان بی‌قراری شبانه و نحسی و بی‌تابی روزانه و نفخ شکم و دل پیچه و قولنج‌های شکمی (در نوزادان و کودکان زیر ۲ سال):

۱- شربت گرمیچر (یک قاشق چایخوری)، ۲- شربت گرایپ واتر (یک قاشق چایخوری)، ۳- قطره شیمیائی دایمیتیکون (هر ۸ ساعت و یا لأقل شب قبل از خواب ۱۰ قطره)، ۴- جوشانده نعنا (یک قاشق چایخوری).

توجه: نوزادان بین ۱۴ تا ۱۶ ساعت ممکن است بخوابند، مهم اینست که شب‌ها خواب راحت داشته باشند، خواب شبانه خوب، و در روز کمتر بخوابند.

آبله مرغان کودکان:

علامت آن دانه‌های روی تنه بدن، که دارای خارش است.

پرهیز شود از: ۱- بازی زیاد یا ورزش سنگین مانند دویدن، فوتبال، بالا و پائین پریدن، ۲- فلفل، سُس فلفل، سرخ‌کردنی و شکلات، ۳- لیف و کیسه کشیدن روی دانه‌ها

درمان: ۱- صبح ناشتا: عسل گون به همراه آب بخورد، ۲- به همراه غذا: کاهو (بدون سُس)، لیمو شیرین بخورد، ۳- هر صبح و شب روغن قُسط بمالد، ۴- دوش آب ولرم مایل به سرد بگیرد.

اِگزمای کودکان (رِشکا):

۱. از مخلوط کافور با شیر مادری که دختری زائیده بر موضع بمالید، ۲. ماساژ با سرکه طبیعی سیب، صبر کنید تا روی بدن خشک شود، ۳. هر صبح و شب ماساژ با روغن گُوشنه (قُسط).

درمان جَرَب (گری = گال، یعنی بیماری پوستی انگلی واگیردار توأم با خارش):

با روغن به بمالید (توجه: طرز تهیه روغن به: آب میوه به رسیده را با نصف مقدار آن روغن طبیعی زیتون مخلوط نموده، سپس با شعله ملایم بجوشانید تا زمانی که مقدار روغن باقی بماند، به چنین فرآورده ای روغن به گویند که طبیعت سرد و اثر شفافبخش دارد).

بیماری پوستی سالک (کپه = لیشمانیوز):

بیماری سخت و مزاحمی است که از نیش پشه خاکی حاصل آید.
تذکر: ۱- زباله، خاکروبه و ضایعات بنائی در اطراف محل زندگی شما نباشد، ۲- شخص با خاک، خاک گچ و خاکروبه، کار و بازی نکند.
درمان در پزشکی جدید: ۱- آمپول گلوکانتیم، ۲- شستشو با محلول کات کبود ۱٪، ۳- داروی نانو لیپوزومی موضعی آمپوتریستین نوع B با نام تجاری سینا آمفولیش (دکتر محمود رضا جعفری)
درمان در پزشکی گیاهی: ۱- کتیرای نرم شده را با آب برگ و گل شب بوی تازه (در روایات فرموده اند: خیرئ) مخلوط کنید و بمالید، ۲- اسپرزه را در سرکه طبیعی بخیسانید، سپس بکوبید و مانند مرهم روی زخم سالک گذارید.

درمان شپش بدن و شوره سر:

۱- مو را کوتاه کرده، ۲- هر روز روغن به بزنید (توجه: طرز تهیه روغن به: آب میوه به رسیده را با نصف مقدار آن روغن طبیعی زیتون مخلوط نموده، سپس با شعله ملایم بجوشانید تا زمانی که مقدار روغن باقی بماند، به چنین فرآورده ای روغن به گویند که طبیعت سرد و اثر شفافبخش دارد)، ۳- هر شب سرکه طبیعی سیب بمالید.

درمان عرق زیاد و درمان سوزش دستگاه تناسلی:

۱- سرکه طبیعی بمالید، ۲- روغن به بمالید، ۳- روغن به بخورید.

سوختگی پای نوزادان و کودکان:

نوزاد در شبانه‌روز حدّ اقلّ ۱۰ بار به عوض کردن پوشک نیاز دارد و در شبانه‌روز دو بار با پنبه طبیعی آغشته به آبجوش ولرم محلّ را از بالا به پائین بشوئید و تمیز کنید و خشک کنید، و هفته‌ای دو بار حمام ببرید تا عفونت‌های مختلف (ادراری و تناسلی) و بیماری‌های قارچی نگیرد. توجه: بهترین پوشک بچه، پوشک بلند و باروکش کتان است؛ زیرا ادرار بچه به بیرون درز نمی‌کند و امکان تبادل هوا با بیرون است.

تذکر: بعد از هر بار عوض کردن بچه، او را برای مدّتی باز بگذارید، تا هم پوست ناحیه پوشک کمی هوا بخورد و از میزان حسّاسیت آن کاسته شود، و هم پوست آسیب دیده در مجاورت هوا التیام یابد. درمان: ۱- پماد شیمیائی تتراسیکلین (سه درصد سوختگی پای کودکان)، ۲- پماد کالاندولا (پماد گیاهی گل همیشه بهار) یا جوشانده کالاندولا، ۳- مالیدن روغن طبیعی زیتون زودتر درمان سوختگی می‌کند.

درمان سوختگی ناشی از نفت و مشتقات آن، درمان آفتاب سوختگی، درمان سرمازدگی و درمان ترک یا شقاق لب:

ضماد له شده سبزی خرفه، مالیدن لعاب به دانه
باقی نماندن لک ناشی از سوختگی (حتّی سوختگی ناشی از نفت و مشتقات آن):
مالیدن روغن ماهی مورو یا پماد آلمانی انگانتول زیکفرید

درمان غده عفونی که سر بازکرده و چرک و عفونت می‌دهد:
هر شب تا صبح پودر زردچوبه خالص را روی آن گذارید و روزی یکبار عوض شود.

درمان زخم دهان:

۱- سه قطره روغن بادام شیرین، ۲- سه قطره روغن به، ۳- لعاب اسفرزه (موسیلاژ اسپرزه)

درمان زخم‌های بدن و درمان زخم‌های کهنه و مزمن در کودکان:

روزی چند بار با جوشانده پوست میوه بلوط یا جوشانده برگ درخت بلوط، زخم‌ها را بشوئید.

درمان سوزش دهان، درمان سرفه، درمان خشونت خلق و درمان تشنگی و عطش:

خوردن روغن به، گرداندن روغن بادام شیرین طبیعی در دهان و سپس خوردن آن

درمان آفت دهان:

۱- سه قطره سرکه طبیعی سیب روی زبان بچکانید، ۲- لعاب (موسیلاژ= ماده جاذب) اسفرزه (اسپرز - بَزْزُ الْقَطُونَا) و آب اسپرز که در دهان نگه دارید، برفک، سوختگی، تاول و زخم‌های دهان را درمان میکند، ۳- اگر گرم مزاج باشد: انار، آب انار، رب انار، ۴- اگر سرد مزاج باشد: پنیر تازه به همراه مغز گردوی تازه با همدیگر بجود و بخورد.

در آوردن دندان بچه:

۱- مادر بچه در حاملگی: گلابی به همراه کره مصرف کند (یعنی یک گلابی رسیده به همراه یک قاشق مرباخوری کره زرد گاوی بخورد)، ۲- روی لثه بچه، آب پیاز، آب دانه انار بمالید.

درمان سرفه، درمان خشونت خلق، رفع عطش، حرارت معده، درمان سوزش دهان و زبان، رفع گرفتگی آواز:

در نوزادان: یک قاشق چایخوری تا یک قاشق مرباخوری لعاب به دانه (موسیلاژ) بخورد
در کودکان بالای دو سال: یک قاشق چایخوری تا یک قاشق مرباخوری به دانه در یک استکان آبجوش دم شود، و سپس لعاب (موسیلاژ) آن را به همراه دانه‌ها قورت دهید.

سیاه سرفه کودکان:

علائم: ۱. حملات سرفه همراه با یک تنفس شدید که صدای هوپ را تولید میکند، ۲. استفراغ به دلیل سرفه‌های شدید، ۳. خروج خلط زیاد به هنگام سرفه، ۴. سرفه در شب شدیدتر است.
درمان: ۱. استفاده از واکسن سه گانه DTP (دیفتری، کزاز، سیاه سرفه)، هم اکنون واکسن پنج‌گانه (پنتاوالان) آمده که دو چیز به آن اضافه شده (آنفلانزای هموفیلوس و هپاتیت B) باید دانست در کشورهای خارجی از ۷ سال پیش واکسن پنج‌گانه نمودند، ۲. استفاده از آب ساژو در اطراف شهر قزوین، ۳. آتش ساده، آتش کدو، آتش شلغم، ۴. آب نخود، ۵. چای آویشن، ۶. آب انار سیاه، ۷. سه مثقال شکر تیغال (تیقال) + چهار مثقال گل زُوفَا + پنج مثقال عَنَاب، پودر نموده و بمقدار یک قاشق چایخوری در یک استکان آبجوش، هم بزند، ولرم که شد هم بزنند، غرغره کنند و فرو برند، ۸. شربت شلغم، الف: آب شلغم با عسل، ب: آب شلغم با پودر شاخه نبات (هر دو در درمان سیاه سرفه، سینه پهلوی، آنفلانزا)، ۹. غذای کامل کمکی بعد از غذای اصلی: الف: صبحانه شیر عسل، فرنی، ب: آب سیب عسل بعد از شام، سوپ شلغم، ۱۰. آویشن ۲۰ گرم + گل ماهور ۱۰ گرم + برگ پاخری ۱۰ گرم (مقدار

یک قاشق پلوخوری از مخلوط فوق را که قبلاً پودر شده در یک لیوان آبجوش ریخته و به مدّت بیست دقیقه دم بکشد، آنرا صاف کرده، صبح‌ها و شب‌ها هر بار یک فنجان یعنی نصف لیوان، میل کنید)، ۱۱. پنج عدد دانه کتان + یک قسمت میوه آنیسون (بادیان رومی) + یک قسمت میوه رازیانه + یک و نیم قسمت گیاه آویشن (مقدار یک قاشق پلوخوری از مخلوط فوق را که قبلاً پودر شده در یک لیوان آبجوش ریخته و به مدّت بیست دقیقه دم بکشد، آنرا صاف کرده، صبح‌ها و شب‌ها هر بار یک فنجان یعنی نصف لیوان، میل کنید).

توجه: در بعضی از کودکان واکسن دوگانه میزنند (بدون سیاه سرفه).

راه‌های کاهش درد بعد از تزریق واکسن:

۱- در پزشکی جدید یک دوز استامینوفن هم زمان با تزریق واکسن ثلاث توصیه می‌شود (در پزشکی معصومین علیهم السلام: آب زلال سیب توصیه می‌شود). دکتر غفرانی متخصص کودکان گوید: اگر تب خفیف کرد، لباس‌های بچه را کم کنید و مقداری آب آشامیدنی سالم یا آبجوش ولرم به او دهید مثلاً چند قاشق چای‌خوری، ولی اگر بی‌قراری کرد و تب شدید کرد ۱۰ قطره به او استامینوفن دهید. مرکز بهداشت شماره سه شهرستان مشهد گوید: در صورت بروز تب و یا بی‌قراری همان دوز را به فواصل هر چهار ساعت تکرار نمایید [توجه: از آسپرین نبایستی استفاده کرد، اما در شرایط خاص با مشورت پزشک کودکان از پروفن می‌توان استفاده کرد]. چون استامینوفن، کبد را چرب میکند، علامه ضیائی گویند: اگر بعد از واکسن، تب خفیف کرد، هر ۸ ساعت یک قاشق چای‌خوری آب زلال سیب رسیده شیرین بخورد

اگر بعد از واکسن، تب متوسط کرد، هر ۶ ساعت یک قاشق چای‌خوری آب زلال سیب رسیده شیرین بخورد

اگر بعد از واکسن، تب شدید کرد، هر ۴ ساعت یک قاشق چای‌خوری آب زلال سیب رسیده شیرین بخورد

۲- مرطوب نمودن محلّ تزریق واکسن با آب خنک و باد زدن یا دمیدن ملایم آن، در تسکین درد موضعی مؤثر است.

تبصره: در طیّ ۲۴ ساعت اول استفاده از کمپرس آب سرد بر موضع، در کاهش درد مؤثر است. توجه: از گذاشتن یخ اجتناب نمایید.

تذکر: چنانچه درد و تورّم بعد از ۲۴ ساعت اول ادامه داشت انجام کمپرس گرم با حوله گرم و مرطوب توصیه می‌شود.

۳- مصرف بیشتر مایعات یا تغذیه با شیرمادر در دو روز اول واکسیناسیون،

۴- در شیرخواران بعد از ۶ ماهگی، مصرف مقدار کمی مایعات شیرین پیش از واکسیناسیون یا بلافاصله بعد از آن و یا در آغوش گرفتن کودک و نوازش آرام موضع درد بتوسط مادر می‌تواند در کاهش درد مؤثر باشد.

تب شدید:

۱. پا شوره با آب مفید است، ۲. کم کردن لباس‌ها، ۳. دادن آب سیب‌تازه (در کودکان ۶ ماه به بالا دادن سه‌قاشق پلوخوری در سه‌وعده مختلف، در بزرگتر از دوسال سه استکان در ۲۴ ساعت، در بزرگسالان دو لیوان در ۲۴ ساعت)، ۳. مقداری حنا را با سرکه طبیعی (سیب یا انگور عسکری) مخلوط کرده بگونه‌ای که نه سفت باشد و نه شل، و سپس در کف هر دو پا در قسمت گودی آن می‌گذاریم، به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه و بعد کف پاها را با آب سرد شسته، توجه: کف پا بعد از مدت تعیین شده باید شسته شود وگرنه تب و دمای بدن همینطور پائین می‌آید.

گرفتگی صدای کودک:

۱- آب انار شیرین، ۲- لعاب به دانه، ۳- روغن به، ۴- جوشانده نخود زرد

درمان آسم خفیف کودکان:

۱. آب شلغم، ۲. آب زردک= آب هویج رسمی، ۳. روزی ۱۵ دقیقه در نور مستقیم آفتاب بازی کند (زیرا یکی از علل ایجاد آسم کمبود ویتامین D می‌باشد)، ۴. شنای عمیق کم آب بهداشتی سالم، ۵. دوچرخه سواری آرام در سطح مستوی.

پنیر مایع بالا آوردن نوزاد:

یا بچه را زیاد تکان می‌دهید و یا مادر در سطح شیب دار به بچه شیر نمی‌دهد یعنی مثلاً مادر در حالت خوابیده است و بچه را شیر می‌دهد.

درمان استفراغ کودکان:

عرق طبیعی نعنا یا دمکرده نعنا به او بدهید و تا نیم ساعت چیزی نخورد، سپس آب سیب رسیده شیرین تازه به مقدار یک استکان بخورد. (توجه: بچه را زیاد تکان ندهید)

درمان اسهال و استفراغ شدید در نوزادان و اطفال:

آب سیب رسیده شیرین تازه (یک قاشق چای خوری تا یک قاشق مرباخوری)، عرق طبیعی نعنا (یک قاشق چای خوری تا یک قاشق مرباخوری)، یک قاشق چای خوری عسل را در نصف استکان آبجوش ولرم مخلوط کرده سپس یک قاشق چایخوری تا یک مرباخوری به بچه بدهید.

اسهال کودکان:

علائم اسهال کودکان: ۱- تعداد شکم‌روش زیاد است، ۲- آلرژی‌های غذایی نسبت به شیر مادر است، ۳- IBS نوع دو، ۴- وزن نگرفتن بچه

درمان: صبح یک قاشق مرباخوری شربت میوه آوگیل، به همراه صبحانه میوه به‌زرد رسیده شیرین بدون پُرز یا مربا یا کمپوت آن که با شکر درست شده باشد، در بین روز: تمشک، ظهر: یک عدد میوه شاه بلوط، شب: یک قاشق چای خوری مصطکی (مستکی)، عصرانه: پنج عدد میوه زالزالک

درمان اسهال مزمن، درمان خلط خونی، درمان ورم کبد (هپاتیت)، درمان زخم معده و روده:

خوردن یک قاشق چای خوری روغن به

بیماری ریزش غیر اختیاری مدفوع:

پرهیز شود از: جراحی پائین تنه، و ضربه به پائین تنه. اگر اسفنگترهای مقعد از بین نرفته باشد: ۱- آش غوره یا خود غوره را بخورد، ۲- سنجید (کودک روزی ۵ عدد، بزرگسال روزی ۱۴ عدد)، ۳- رب غوره قوی‌ترین دارو است.

درمان یبوست نوزادان:

۱- شربت آنجیر که با قند درست شود؛ زیرا آنجیر ملین است و با قند که درست شود مسهل می‌شود، حال اگر ۹ روز یا ۲۵ روز شکم بچه کار نکرده، روزی سه مرتبه یعنی صبح، ظهر، شب یک قاشق چای خوری از این شربت داده شود، [توجه: گوشت (پیوره) و دانه آنجیر به نوزاد داده نشود]، ۲- نصف قاشق چای خوری روغن بادام درختی شیرین طبیعی

درمان یبوست کودکان:

۱- صبح: شربت یا مربای انجیر که با قند درست شده، یک قاشق غذاخوری، ۲- ظهر: یک خوشه انگور تازه که با هسته آن بخورد و بخورد یا یک استکان آب انگور طبیعی تازه که با هسته خرد شده آن مخلوط شده بخورد، ۳- شب: مخلوط نصف قاشق چای خوری پودر گلبرگ گل محمدی و نصف قاشق چای خوری پودر گل ختمی خبازی در یک استکان دوغ شیرین کم چرب، ۴- همچنین خوردن گلابی، هلو، کاهو، مغز کیوی، مغز خیار مفید است، ۵- آب خوردن، آبجوش ولرم خوردن، ۶- یک تا سه قاشق چای خوری روغن بادام درختی شیرین طبیعی.

درمان شب ادراری کودکان:

۱. یک سوم قاشق چای خوری پودر قولنجان زیر زبان نگه دارد، ۲. دمکرده آویشن یا قطره آویشن (نیمکس) مخصوصاً سوسن بر (آویشن وحشی)، ۳. یک استکان چای زعفران و پودر شاخه نبات، (یعنی: نیم گرم پودر سرگل زعفران + یک قاشق غذاخوری پودر شاخه نبات + یک استکان آبجوش)، ۴. دمکرده گل راعی، ۵. دمکرده پودر ریشه قولنجان. تذکر: شبها، چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه، دوغ و هندوانه نخورد.

بالا بودن اسید اوریک نوزاد:

۱- هر هشت ساعت یک قاشق چای خوری آب انگور تازه، ۲- نصف استکان آبجوش ولرم.

درمان سنگ کلیه در کودک ۶ ماهه به بالا:

۱- از جوشانده هسته خرما نصف استکان بخورد، ۲- صمغ درخت آلو را به مقدار یک عدس در آبجوش ولرم حل کنید و بخورد، ۳- پنج قطره از جوهر تَرْب سیاه به او بدهید.

سوراخ بودن قلب بچه (سوراخ اضافی بین بطن راست و چپ قلب):

طی ۲۴ ساعت بعد از دنیا آمدن، یا ۴۸ ساعت، یا ۷۲ ساعت، یا ۶ ماه، یا یک سال، یا ۲ سال، یا ۱۶ سال، خود به خود بسته می شود، اما معمولاً اگر تا ۲ سالگی بسته نشد عمل جراحی می کنند. کمک به درمان: ۱- مربای به، ۲- مربای آملیه، ۳- گلابی رسیده

مسدود بودن عارضی رگ‌های قلب و بدن:

اگر نوزادی رگ‌هایش مسدود بوده، صبح و وسط روز: یک قاشق چای‌خوری آب کاهو، عصرانه: یک قاشق چای‌خوری آب تره‌فرنگی، شب: یک قاشق چای‌خوری آب کرفس، و شب قبل از خواب: یک قاشق چای‌خوری آب ریحان کوهی به او دهید.

توجه: اگر مسدود بودن رگ‌های قلب و بدن ژنتیکی باشد، جراحی پیشنهاد می‌شود.

درمان زردی نوزادی (ایکتر):

۱- در سه روز پشت سر هم، سر ساعت، هر بار یک قاشق چای‌خوری آب پوست کدو مسی (کدو خورشتی) به نوزاد داده شود. (مثلاً فقط در سه روز، ساعت هشت، هر روز یک قاشق چای‌خوری).

۲- مادر شیرده، بایستی به مدت سه هفته هیچ نوع چربی حیوانی و گیاهی نخورد و فقط روغن زیتون خوراکی بخورد به این‌صورت که یک قاشق غذاخوری با نهار و یک قاشق غذاخوری با شام بخورد و هر ۸ ساعت یک لیوان آب سیب رسیده شیرین بنوشد.

توجه: دکتر قدسیه علوی متخصص زنان و زایمان گوید: مادرانی که گروه خونی O دارند، زردی بچه‌هایشان بیشتر است، و بچه‌اؤلشان غالباً زردی شدید (ایکتر شدید= زردی نوزادی شدید= یرقان نوزادی شدید) می‌گیرد و زردی بچه‌های بعدی آنها کمتر است.

تشنج (صرع):

تشنج ۵۰ نوع است، ما در اینجا تشنج عارضی و صرعی را گوئیم (ویا ژنتیکی) اما اگر تشنج بخاطر کاهش شدید قندخون باشد و یا بخاطر کم‌خونی باشد و یا ... بایستی این‌ها درمان شود.

درمان:

۱. گیاه سیاه‌دانه به دلیل داشتن ماده‌ای موسوم به «تیموکتون» در دانه‌های خود دارای اثرات ضد تشنجی بوده و می‌تواند موجب تأخیر در زمان شروع تشنج و کاهش مدت تشنج شود، مقدار مصرف: در نوزادان یک سوم قاشق چای‌خوری سیاه‌دانه در یک سوم استکان آبجوش دم شود سپس از این دمکرده یک قاشق چای‌خوری به نوزاد دهید، در کودکان شیرخوار (یعنی از ۲ ماهگی تا پایان ۶ ماهگی) دو سوم قاشق چای‌خوری در دو سوم استکان آبجوش دم شود سپس از این دمکرده یک قاشق مرباخوری به کودک دهید، از ۶ ماهگی تا دو سالگی نصف قاشق چای‌خوری در نصف استکان آبجوش دم شود سپس از این دمکرده یک قاشق غذاخوری به کودک دهید.

۲. آب کمپوت انجیر یا آب مربای انجیر ضد صرع، ضد جنون و ضد وسواس است. مقدار مصرف: در نوزادان یک قاشق چای خوری، در کودکان شیرخوار (یعنی از ۲ ماهگی تا پایان ۶ ماهگی) یک قاشق مرباخوری، از ۶ ماهگی تا دو سالگی یک قاشق غذاخوری.

۳. خوردن گل بنفشه طبی و مالیدن روغن آن در درمان صرع کودکان مفید است.

۴. آنغوزه (= صمغ انجدان = صمغ گُما)، ضد تشنج و ضد اُم الصبّیان (صرع کودکان) است. مقدار مصرف: در نوزادان یک سوم قاشق چای خوری سیاه دانه در یک سوم استکان آبجوش دم شود سپس از این دم کرده یک قاشق چای خوری به نوزاد دهید، در کودکان شیرخوار (یعنی از ۲ ماهگی تا پایان ۶ ماهگی) دو سوم قاشق چای خوری در دو سوم استکان آبجوش دم شود سپس از این دم کرده یک قاشق مرباخوری به کودک دهید، از ۶ ماهگی تا دو سالگی نصف قاشق چای خوری در نصف استکان آبجوش دم شود سپس از این دم کرده یک قاشق غذاخوری به کودک دهید.

۵. قُسط شیرین (= قُسط عربی = خولنجان مصری) را خوب بجوید تا با آب دهان کاملاً مخلوط شود سپس آنرا در آورده و به سر یا بدن طفلی که مُبتلاً به تشنج است، ضاماد کنید (بسیار نافع است).

۶. جوشانده برگ بارهنگ (ضد صرع)، مقدار مصرف: در نوزادان یک قاشق چای خوری، در کودکان شیرخوار (یعنی از ۲ ماهگی تا پایان ۶ ماهگی) یک قاشق مرباخوری، از ۶ ماهگی تا دو سالگی یک قاشق غذاخوری.

۷. مالیدن روغن اسفند به سر (ضد صرع)

توجه: اگر در بیمار تشنجی و صرعی تب و عفونت ایجاد شده و یا تکرار شود تشنج شدیدتر از دفعه قبل خواهد بود؛ لذا هر روز صبح ناشتا غسل رقیق شده و هر شب آب سیب غسل خورده تا پیشگیری از تب و عفونت شود. مقدار مصرف: در نوزادان یک قاشق چای خوری، در کودکان شیرخوار (یعنی از ۲ ماهگی تا پایان ۶ ماهگی) یک قاشق مرباخوری، از ۶ ماهگی تا دو سالگی یک قاشق غذاخوری.

تذکر: علل ایجاد صرع: ۱. عفونت های داخلی، ۲. سکتها، ۳. کاهش آدرنالین در مغز، ۴. ناهنجاری در جریان الکتریکی مغز، ۵. نرسیدن اکسیژن به مغز، ۶. و گاهی علل ژنتیکی و وراثتی دارد. باید دانست صرع گاهی موضعی و گاهی منتشر است. و در پزشکی جدید درمان قطعی برای صرع ندارند و فقط جلوگیری از پیشرفت بیماری می کنند. برای کمک به درمان، میوه اُنبه رسیده و همچنین زیره سبز شیرین مفید است.

درمان سستی و فلجی کودکان:

۱- خوردن سه عدد میوه آمله در بین روز

- ۲- آویشن با عسل خورده و در حمام، گل و برگ و ساقه گیاه آویشن را بر بدن شخص فلج ماساژ دهید
- ۳- هر روز سه عدد دانه اسفند بخورد و سپس روغن اسفند را روی موضع درد بمالید، برای درمان فلجی، لقوه، رعشه، سستی، صرع و تیگ عصبی (پریدن ناگهانی اعضای بدن) مفید است
- ۴- استوخدوس نافع فلجی و رعشه می باشد، لذا یک سوم قاشق چای خوری از پودر گل استوخدوس در نصف استکان آبجوش دم شود و مخلوط با عسل استوخدوس میل شود
- ۵- انجیر نافع فلجی است، لذا سه عدد انجیر صبح ناشتا میل شود
- ۶- شستن اندام شخص فلج با ریحان کوهی (بادروج - خوک)
- ۷- دمکرده گل گلرنگ در درمان فلج و فلج های ناگهانی حاصله از خونریزی مغزی (یا آپoplekسی) [برای مصرف پسران]
- ۸- دمکرده گل خار مریم [برای مصرف دختران]
- ۹- حرکت درمانی
- ۱۰- ماساژ درمانی (مانند ماساژ با روغن سیاه دانه، یا روغن نارگیل)
- ۱۱- خوردن سه عدد خرما رسیده (طَب یا تَمَر)
- ۱۲- روزی یک عدد میوه شاه بلوط بخورد
- ۱۳- قُسط شیرین را پودر کرده، و با روغن زیتون مخلوط و ضماد نمایید، برای درمان فلج و سستی اعضاء مفید است.

Cp (یک دقیقه تا سه دقیقه اکسیژن به مغز نرسیده):

- یعنی فلج مغزی که عللی دارد از جمله: ۱- بند ناف جنین، دور گردن جنین پیچ خورده باشد، ۲- معطلی جنین، دیر شدن زایمان، پشت دهانه رحم قرار گرفتن جنین و ...
- علامت آن: لرزش کره چشم و پلک زدن سریع، ضعف عضلات ارادی پا
- پرهیز شود از: کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه)
- انجام شود: ۱. اول آفتاب یک قاشق پلو خوری شیر خرما، شب قبل از خواب یک قاشق پلو خوری شیر خرما. ۲. صبح ها: یک لیوان شیر عسل (یک قاشق مربا خوری)، ۳. هر روز صبح قبل از بازی های کودکان یک چهارم قرص گیاهی جینگو گل برای کودکان زیر ۲ سال، و نصف قرص برای کودکان زیر ۶ سال، یک قرص برای کودکان زیر ۱۱ سال (به شرط این که فشارخون بالای ۱۴ و حساسیت پوستی نداشته باشند). ۴. وسط روز: آب سیب یک استکان + یک قاشق مربا خوری عسل، ۵. بعد از غذا خوردن چند عدد خرما. ۶. عصرانه: نصف استکان گلاب + نصف استکان بید مشک +

۱. قاشق پلو خوری عسل آویشن نعنا. ۷. هر روز پاهای ایشان را با روغن بنفشه خالص ماساژ دهید،
۸. هر روز یک عدد میوه شاه بلوط بخورد.

اوتیسم (Autism) یا در خود ماندگی:

دکتر عاطفه سلطانی فر (فوق تخصص روان پزشکی کودک و نوجوان و استادیار دانشگاه، در تاریخ ۱۳۹۳/۰۴/۱۱ گفت: در شهر مشهد ۳۵۰ کودک اوتیسمی وجود دارد. از هر ۱۰۰۰ کودک ۳ الی ۴ کودک مبتلا به اوتیسم هستند که در ۱۰ سال اخیر چندین برابر شده است.

علائم کودک اوتیسمی:

۱- نقص در ارتباط و تعاملات اجتماعی: اختلال در ارتباط، تأخیر در تکلم، مشکل در برقراری ارتباط غیرکلامی مانند ژست گرفتن
۲- رفتارها، حرکات، علایق کلیشه‌ای و تکراری دارند و در روابط با همسالان و هم‌تایان خود ناتوانند، درحالی‌که کودکان سالم، داستان‌پردازی می‌کنند و برای اسباب بازی‌های خود شخصیت‌پردازی می‌کنند و با آنها بازی می‌کنند.
توجه: اگر کودکی تا ۱۲ ماهگی، غان و غون نکند و از ژست‌ها و اشارات بیا و برو و بای بای استفاده نکند، و تا ۱۶ ماهگی نتواند کلمه‌ای بگوید و تا ۲۴ ماهگی از عبارات دو کلمه‌ای استفاده نکند، میتواند نشانه بیماری اوتیسم باشد.
۵۰ درصد کودکان مبتلا به اوتیسم هیچ وقت قادر به تکلم نخواهند بود، لذا تشخیص در سنین کم، احتمال بهبود اوتیسم را افزایش می‌دهد.
گفتار درمانی برای کودکانی که در تکلم دچار اختلال هستند، کاربرد دارد.
بازتوانی شناختی و کار درمانی برای کودکانی که در رشد شناختی با مشکل مواجه هستند، مؤثر است.
افزایش ارتباطات، تعاملات اجتماعی؛ خواندن قرآن، دعاها، و داستان‌ها با صدای بلند؛ به تسریع رشد و تکامل کودک کمک می‌کند.

تقویت ذهن بچه‌ها:

۱- پنج عدد مویز (کشمش انگور سیاه بدون هسته) بخورد، ۲- از مخلوط زنجفیل پرورده در عسل طبیعی، یک قاشق چای‌خوری بخورد، ۳- غذای اصلی تازه و غذا کمکی تازه بخورد. توجه: غذای مانده، فست فودها و اسانس‌های شیمیایی نخورد.

افزایش ضریب هوشی:

برای افزایش ضریب هوشی نیاز به اُمگا ۳ است؛ لذا مصرف موارد زیر در تمام سنین مفید است:

- ۱- ناهار گوشت بلدرچین، تخم بلدرچین، ۲- درشب پنیر تازه با مغز گردوی تازه، ۳- به همراه غذا ۷ الی ۱۴ عدد زیتون خوراکی شیرین سفت شفاف بخورید.

عقب ماندگی ذهنی:

علل عقب ماندگی ذهنی کودکان:

۱. عقب ماندگی ذهنی عارضی: یعنی کودک زیر دو سال و بالای ۶ ماهگی که میوه موز زیاد بخورد که عقب ماندگی ذهنی و لکنت زبان به بار می آورد.
 ۲. عقب ماندگی ذهنی ژنتیکی و وراثتی که بخاطر رفتار منفی با خود است یعنی پدر یا مادر یا هر دو که مبتلا به دخانیات، مواد افیونی و قرص های روان برگردان هستند، بعضی از سموم (مانند نیکوتین و...) بر روی کروموزم ۱۶ یا ۱۷ انسانی رسوب کرده باعث ایجاد عقب ماندگی ذهنی ژنتیکی و وراثتی می شود.
 ۳. عقب ماندگی ذهنی ژنتیکی بخاطر ویروس خاص: اگر مادر حامله، مبتلا به ویروس CMV (سیتومگالوویروس) شود، چند بیماری برای جنین و نوزاد و کودک می آورد: الف. مانع رشد سلسله اعصاب می شود، ب. گری عصبی (اوتیت) می آورد، ج. با سِر کوچکتر بدنیا می آیند، د. عقب ماندگی ذهنی می آورد
- توجه: در صورت ابتلای مادر به این ویروس خاص هر روز یک لیوان آب سیب رسیده شیرین تازه مخلوط با عسل استوخدوس بخورد.

لکنت زبان:

توجه: چربی های با ترانس بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُرچرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، کله پاچه، جگرسیاه، ته دیگ) و سبزی گشنیز نخورید.

درمان لکنت زبان در کودکان: روزی یک استکان آب انار شیرین طبیعی تازه یا یک قاشق مرباخوری رب انار شیرین طبیعی.

اگر لکنت زبان بر اثر ضربه به قسمت اعصاب مرکزی و ترسیدن باشد در صورتی که سلول های آن قسمت از بین نرفته باشد علاوه بر مصرف موارد بالا، به مدت یک هفته، هر روز یک قاشق غذاخوری جوشانده اُتیمون مصرف شود.

بیش فعالی:

تبصره: غالباً کودکان بیش فعالی ندارند، بلکه بخاطر فضای کوچک منزل، نمی‌توانند بازیگوشی کنند
و...

توجه: پزشکی جدید داروی رتالین می‌دهد که عوارض سوئی دارد همچون ضعف حافظه و ...
۱- وسط روز: دمکرده گل راعی (یعنی نصف قاشق چای‌خوری پودر آن در یک استکان آبجوش) با
عسل [توجه: به کودک زیر دو سال ندهید]، ۲- عصرانه: دمکرده چای کوهی با عسل [توجه: به
کودک زیر دو سال ندهید]، ۳- اول شب: دمکرده گل بهار نارنج با عسل، ۴- آخر شب: دمکرده گل
بید مشک با عسل، ۵- بگذارید بچه بازیگوشی کند و در هوای آزاد پارک یا حیاط منزل باشد و بازی
کند.

درمان دندان قروچه کودک:

صبح: مربای گل بهار نارنج، شب: شربت گل بیدمشک با عسل طبیعی

خشکی چشم نوزاد:

روزی سه قطره آب پیاز به همراه غذای کمکی به او بدهید.

درمان آب سیاه چشم کودک:

ظهر با ناهار: پودر یک عدد هلیله سیاه با ماست بخورد، شب با شام: پودر یک عدد قره قاط سیاه با
عسل بخورد.

خون دماغ کودک (بصورتی که در تابستان بیشتر است):

- ۱- صبحانه: شیر عسل، شیر خرما، حلیم گندم گوشت (هر روز یکی از این‌ها را بخورد)، ۲- در بین
روز و عصرانه: دو عدد میوه شاه بلوط میل کند
- ۳- بعد از ناهار و بعد از شام: سه عدد خرما، رسیده شیرین بخورد،
- ۴- شب قبل از خواب: در هر سوراخ بینی دو تا سه قطره از جوشانده سیپند بچکانید

بیماری زالی یا آلبینیسم (Albinism):

کمک به درمان: ۱- هر روز روغن بان بمالید، ۲- هر روز یک عدد هلیله سیاه را خرد کرده و مخلوط
با یک قاشق مرباخوری روغن زیتون بخورد، ۳- هر شب یا هر روز صبح یک لیوان آب هویج زرد

(زردک) یا دو قاشق غذاخوری مربای زردک بخورد، ۴- ضماد پودر برگ درخت انبه (مو را دراز میکند و رنگ آن را سیاه می‌کند).

درمان بعضی از بیماری‌های نوزادان و کودکان، از زبان دیگران:

دکتر علی هاشمی فرد (عضو شورای حکمای اتحادیه گیاهان دارویی مشهد) گوید:

۱- برای پیشگیری از اسهال، گرم‌زدگی، نفخ نوزاد که همراه با یبوست است، از ترنجبین، شکر سرخ، گز علفی، گز خان سالار، استفاده می‌شود که معروف به چهار شیرینی است، البته این نسخه برای رشد استخوانی و آمادگی دستگاه گوارش و صفرا بری نیز مؤثر است. [دستورالعمل: یک گرم از این گیاهان را باهم مخلوط کرده آنرا جوشانده و سپس صاف نموده و از آب صاف شده آن یک قاشق چای‌خوری به نوزاد بدهید].

۲- اگر جوشانده چوب نعنا به بدن نوزاد یا کودک مالیده شود علاوه بر از بین بردن گرم‌زدگی، خاصیت میکروب زدایی دارد.

۳- جوشانده شیرخشت نیز برای درمان زردی نوزادی بکار می‌رود (قطره فراوری شده این گیاه، بیلی ناستر نام دارد) [استاد علامه ضیایی: آب پوست کدو مسمی نیز برای درمان زردی نوزادی بکار می‌رود]، همچنین عرق کاسنی، عرق شاه‌تره، عرق بید، عرق کیالک، برای از بین بردن صفراهایی که در دستگاه گوارش نوزاد باقی مانده، بسیار مفید است. [مقدار مصرف: یک قاشق چای‌خوری یکی از آنها]

۴- درمان جوش‌های ریز و بثورات پوست بدن نوزاد را می‌توان از کاهو، عنب، و شیرخشت استفاده کرد که هم خنک کننده و هم صفرا بر هستند. [مقدار مصرف: یک قاشق چای‌خوری عرق آن یا جوشانده یا دمکرده آن]

۵- ضد خارش لثه و سفت شدن لثه و ضد رودل کودک: هر روز روغن بادام شیرین روی لثه‌ها کشیده و ریشه گل ختمی سفید با لثه‌هایش بگیرد و گاز بزند (لثه گیر طبیعی)؛ [ریشه گل ختمی سفید مانند چرم است و هر چه کودک آن را به دهان بکشد نرم نمی‌شود و بیشتر لعاب ترشح می‌کند].

۶- درمان برفک دهان نوزادان: مغز فلوس را در آبجوش ولرم حل کرده و به دهان نوزاد به مقدار یک قاشق چای‌خوری بچکانید، تا نوزاد فلوس حل شده را مضمضه کند.

۷- برای رشد استخوانی و همچنین آماده شدن دستگاه گوارش کودک شیرخوار از ۴ یا ۶ ماهگی، بارهنگ و بادام شیرین را مانند فرنی تهیه کرده و به او بدهید [استاد علامه ضیایی: از کم شروع کنید، یعنی در ۴ ماهگی تا ۶ ماهگی از یک قاشق چای‌خوری تا یک قاشق مرباخوری، در ۶ ماهگی تا

۸ ماهگی یک قاشق غذاخوری، در ۸ تا یک سالگی دو قاشق غذاخوری، در یک سالگی تا یک و نیم سالگی نصف استکان، در یک و نیم سالگی تا ۲ سالگی یک استکان].

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تعدادی از مشکلات مربوط به عضلات

مواردی که باید پرهیز شود:

۱. قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و...)، ۲. چربی های با ترانس بالا (روغن جامد، غذاهای پُرچرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، میوه موز، کله پاچه، جگرسیاه، ته دیگ)، ۳. اسانس های شیمیایی (آبمیوه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و...)، ۴. کافئین زیاد (چای مانده، چای پُر رنگ، کاکائو، شکلات، قهوه، نسکافه)، ۵. خوراکی های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس ها، کالباس ها، همبرگرها، پیتزا و...)

درمان درد ماهیچه و درمان ورم بدن:

صبح قبل از کار: زنجفیل پرورده در عسل، قبل از ناهار و شام: مخلوط ماست شیرین کم چرب با آویشن، بعد از ناهار و شام: سیاه دانه با عسل.

درمان درد عضلات، درمان کننده شکافتگی عضلات، درمان رعشه (لرزه)، درمان تشنج و درمان دردهای مغزی و سینه:

۱- قُسط شیرین با عسل طبیعی بخورد، ۲- روغن قُسط شیرین (در پایه روغن زیتون) بخورد و بمالد.

درمان دردهای عضلانی و رفع گرفتگی عضلانی:

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 اوّل و آخر غذا و سوپ ذرّت بخورد، ۴- اگر ناشی از سرد مزاجی و باد گرفتگی باشد، روغن زنبق (سوسن) خورده و با روغن زنبق ماساژ دهد، ۵- اگر ناشی از تحرّک زیاد و یا نرمش و ورزش باشد، بعد از تحرّک، نرمش و ورزش، دو عدد میوه شاه بلوط (بلوط الملک = قَصل) بخورد. و همچنین مقداری زنجفیل پرورده در عسل بخورد. درمان های عمومی: ۱- خوردن یک استکان عرق طبیعی ترّخون، قبل از غذا، ۲- خوردن 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، خوردن کشمش انگور یا قوتی (قرمز)، ۵- اسفناج با پیاز را به عنوان میان وعده غذائی یا به عنوان غذای اصلی به همراه نان سبوس دار میل کنید، ۶- خوردن سبزی ریحان (یا تخم آن) به همراه غذا، ۷- ماساژ با روغن رازیانه.

درمان اسپاسم عضلانی و درمان گرفتگی عضلانی:

۱- روغن رازیانه بمالد، ۲- مصرف شیر خرما، ۳- خرما هفت عدد بعد از غذا، ۴- دو عدد مغز میوه شاه بلوط، ۵- روغن قُسط شیرین (در پایه روغن زیتون) بخورد و بمالد، ۶- قُسط شیرین با عسل طبیعی بخورد.

تقویت عضله ها، تقویت ماهیچه ها، درمان خستگی عضلات:

۱- صبح ناشتا: هفت عدد انجیر، ۲- بعد از غذا: هفت عدد خرما، ۳- هر شش ساعت، دو عدد میوه شاه بلوط

درمان ضعف شدید عضلات:

صبحانه: حلیم گندم گوشت، ناهار: خورشت ران بوقلمون، بعد از غذا: هفت عدد خرما، رسیده شیرین، هر شش ساعت، دو عدد میوه شاه بلوط.

درمان ضعف عضلات ارادی (یا بیماری دیستروفی):

۱- عسل رقیق شده در صبح، ۲- بعد از هر غذا هفت عدد خرما، ۳- سه شیر (خرما، توت، انگور) در بین روز و عصرانه، ۴- شیر خرما در شب، ۴- خوردن کشمش انگور قرمز (انگور یا قوتی)، ۵- بعد از نرمش و تحرک و ورزش، دو عدد شاه بلوط بخورید.

ضعف عضلانی و سستی اعضا (میاستنی گراو و شبه فلجی):

مواردی که باید پرهیز شود: اسانس های شیمیایی، فست فودها، سرخ کردنی و تف دادنی، قرص های شیمیایی که در آخر اسمشان پام دارد مثل دیازپام و... شلی عضلات و سستی زانو و شل شدن تاندون های پشت پا می 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 گوشت (هفته ای یک بار)، ۲- بین روز خوردن مقداری روغن بنفشه معطر، ۳- شام حتماً 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 سیاه دانه با عسل بخورید، ۶- هرگاه به حمام میروید 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 شش ساعت، دو عدد شاه بلوط بخورید

درمان کشیدگی عضله پا:

ضماد مخلوط کتان با عسل آویشن.

درمان کوفتگی و ضرب دیدگی:

۱- ضماد تَرَب مخلوط با عسل، ۲- ضماد مخلوط زردچوبه خالص با زرده تخم مرغ سالم، ۳- ضماد مخلوط پودر زَمِه در زرده تخم مرغ سالم، ۴- دُنبه تازه با پودر زردچوبه مخلوط و کوبیده شود، سپس ضماد شود، ۵- ضماد مخلوط روغن زرد گاوی با زردچوبه، ۶- ضماد کوبیده کَرِه با زردچوبه.

[منبع : سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان تورّم پروستات

التهاب پروستات (پروستاتیت):

علل بیماری التهاب پروستات: کم نوشیدن آب، نگهداری ادرار، پوشیدن لباس زیر آلوده، چسبندگی مجرای ادرار، عفونت مجرای ادرار
درمان: ۱- آب، ۲- آبجوش ولرم، ۳- انگور، ۴- زنجفیل، ۵- سیب

تورّم پروستات:

بزرگ شدن خوش خیم (غیر سرطانی) غده پروستات را هایپرپلازی پروستات (افزایش بافت پروستات) و یا BPH نیز نامیده می شود.
علائم بیماری تورّم پروستات: تقطیر ادرار، تکرّر ادرار، باریک شدن ادرار، منحنی شدن ادرار، تأخیر در ادرار و ...

- برای درمان بایستی از موارد ذیل پرهیز شود:
- قند، شکر، شیرینی جات شیمیایی، شوری زیاد، سرخ کردن، تَف دادنی، بودادنی، نگهداری ادرار، نگهداری منی، چاقی و اضافه وزن، کم تحرّکی
- برای درمان بایستی موارد ذیل مصرف شود:
۱. ۱۴ عدد اسپند در روز بخورید.
 ۲. صبحانه شیرتازه گاو کم چرب مخلوط با عسل طبیعی اُستوخَدّوس
 ۳. وسط روز آب سیب رسیده شیرین تازه.
 ۴. در وسط روز و عصرانه: مخلوط تخم خیار+ تخم خربزه+ تخم کدو پوست کاغذی، پودر نموده و یک قاشق غذاخوری بخورید.
 ۵. ظهر: یک عدد قُرس کانادائی گیاهی اُمْنیک.
 ۶. به همراه ناهار یک عدد پیاز سفید متوسط بخورد.
 ۷. بعد از ناهار: یک قاشق چای خوری سیاه دانه با عسل طبیعی اُستوخَدّوس
 ۸. به همراه غذا عصاره کدو مسما (کدو سبز - کدو خورشتی) بخورید؛ منجر به تخفیف علائم بزرگی پروستات خوش خیم می شود.
 ۹. عصرانه: یک لیوان آب انگور طبیعی.
 ۱۰. اوّل مغرب: یک عدد قرص گیاهی ایرانی پروستاتان.

۱۱. شام: یک بشقاب سوپ رقیق به همراه یک قاشق پلوخوری روغن زیتون و یک قاشق پلوخوری آبغوره.
۱۲. گوجه فرنگی رسیده خام روزی یک عدد.
۱۳. کیوی رسیده بدون پوست روزی یک عدد.
۱۴. یک قاشق پلو خوری زرشک خام در ۲۴ ساعت.
۱۵. یک بُرش خربزه شیرین رسیده به همراه پوست آن بمدّت سه شب بعد از شام مصرف شود، و همیشه یک قاچ خربزه بعد از غذا میل شود؛ زیرا یکی از قوی‌ترین داروهای طبیعی در درمان توژم پروستات است.
۱۶. شب قبل از خواب: یک عدد قرص شیمیائی ژاپنی اُمنیک، که در درمان توژم پروستات مفید است و بیماری خستگی جنسی نمی‌آورد.
۱۷. شب تا صبح: ضماد پیاز رنده شده را پائین ناف (کمی سمت راست) قرار دهد.
۱۸. یک قاشق چای‌خوری پودر پوست خربزه + یک قاشق چای‌خوری پودر تخمه خام کدو مخلوط شده و سپس خورده شود
۱۹. خارخسک (و عرق طبیعی آن) برای رفع توژم پروستات بسیار مفید است. پس از مصرف آن یک قاشق چای‌خوری روغن کنجد بخورد
۲۰. کدو حلوائی و کدو تنبل (همچون هویج زرد) منبع فوق العاده بتاکاروتن است که برای سلامت چشم‌ها و پروستات مفید است و به کاهش خطر ابتلاء به سرطان کمک می‌کند، و مغزخام تخمه کدو حلوائی و کدو تنبل ضد توژم پروستات و ضد سرطان است؛ زیرا سرشار از آنتی اکسیدان است تذکر: در مردان بالاتر از سن ۴۰، معمولاً غده پروستات شروع به بزرگ شدن می‌کند لذا این افراد بایستی چند بار در هفته کدو حلوائی و تخمه خام آن را بخورند.

سرطان پروستات:

در صورتی که علاوه بر توژم، تومور خوش خیم پروستات دارید بایستی قرص شیمیایی ایرانی فیناستراید هر صبح و شب قبل از خواب بخورید (توجه: قرص شیمیائی فیناستراید، شلی آلت مردانه آورده و مایع منی را کاهش می‌دهد و این اثرات سوء غالباً پایدار است) و همچنین مصرف دارو شیمیائی لُوپرومِر (ساخت ایران) در درمان سرطان پروستات در مردان مفید است.

از نظر گیاهی مصرف موارد زیر ضد سرطان پروستات و درمان کننده سرطان پروستات و ضد توژم پروستات و ضد التهاب پروستات می‌باشد:

- ۱- صبح ناشتا هویج زرد (زردک).

- ۲- در بین روز و عصرانه مغز خام تخمه کدو بخورید.
- ۳- به همراه غذا یک مشت تره فرنگی و یک عدد کدو مسما (کدو خورشتی) با پوستش بصورت خام و سبزی اسفناج بخورید.
- ۴- به همراه ناهار و شام نصف قاشق چایخوری زردچوبه بخورید.
- ۵- یک قاشق مرباخوری زنجفیل (زنجبیل) به همراه ناهار و شام یا هر هشت ساعت یک قاشق بخورید (توجه: زنجفیل یک دشمن سرسخت برای انواع سرطان‌ها است از جمله ضد سرطان پروستات است که به مقدار زیادی سایز و اندازه تومور سرطانی پروستات را کاهش داده و باعث کاهش التهاب پروستات نیز می‌شود.
- ۶- بعداز غذا انار شیرین با پرده نازک روی دانه‌ها بخورید یا عصرانه یک لیوان آب انار شیرین تازه بخورید (میوه انار اسید لاکتیک دارد که ضد سرطان است)
- ۷- مصرف سویا (لویا روغنی) پیشگیری از سرطان پروستات می‌کند (به شرط این که سویا در دمای ۵۰ درجه به بالای آب به مدت ۲۰ دقیقه بجوشد و پس از آبکشی استفاده شود).
- ۸- گیاه سیاه‌کینه (سیاه‌چورک، ترقو، سنجته، علف سودا، فلیته) ضد سرطان پروستات است، که برابری با آخرین داروهای ضد سرطان مانند تاکسول (نام تجاری TAXOL، و نام ژنریک آن: پاکلی تاکسل Paclitaxel) می‌کند.
- تذکر: بیمار بایستی از علل ایجاد سرطان، که در جزوه سرطان علامه ضیائی آمده، پرهیز کند.
- بخشی از روش‌های تشخیصی جدید برای تشخیص و ردیابی سرطان پروستات ([۱]):
- ۱- اندازه‌گیری پادژن ویژه پروستات (PSA) در خون، ۲- آزمون پرتو سنجشی ایمن، ۳- پادتن تک‌تاگی، ۴- رادیو یوددارسازی، ۵- کلروآمین-T، ۶- یدوژن ۷- ستون سفادکس G25، ۸- کیت پرتو سنجشی ایمن.
- [۱]- مجله علمی - پژوهشی علوم و فنون هسته‌ای، شماره ۷۲، ۱۳۹۴، (۲)، صفحه ۴۶
- [منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

درمان تومور، کیست و تعدادی از بیماریهای زنان

تومور خوش خیم/ادر بعضی موارد تومورهای بدخیم/انواع کیست ها از جمله تخمدان پلی کیستیک (PCO) /تجمع مایع اضافی بافتی

مواردی که باید پرهیز شود:

۱. قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و...)
 ۲. اسانس های شیمیایی (آمیوه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و...)
 ۳. چربی های با ترانس بالا (روغن جامد، غذاهای پُرچرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، میوه موز، کله پاچه، جگرسیاه، ته دیگ)
 ۴. کافئین زیاد (چای مانده، چای پُر رنگ، کاکائو، شکلات، قهوه، نسکافه)
 ۵. خوراک های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس ها، کالباس ها، همبرگرها، پیتزا و...)
 - [که بسیاری از املاح مقوی و ویتامین های آن از بین رفته و ۸۰٪ آنزیم های مفید آن پائین آمده]
 ۶. کنسروها،
 ۷. کمپوت ها،
 ۸. تخم کتان،
 ۸. کم تحرکی،
 ۹. پُر خوری،
 ۱۰. قرص ضد حاملگی،
 ۱۱. هویج فرنگی،
 ۱۲. سرخ کردنی ها و تف دادنی ها و بودادنی ها
 ۱۳. در ظروف پلاستیکی، سُربی، تفلونی و آلومینیومی، غذا و آشامیدنی خوردن.
 ۱۴. سموم شیمیایی و ضد آفات شیمیایی (آفت کش های شیمیایی) و میوه جات غیر ارگانیک و سبزی جات غیر ارگانیک [که در آنها از سموم شیمیایی و از کود انسانی استفاده شده و از آب فاضلاب شهری آبیاری شده اند]، مانند: گوجه فرنگی گلخانه ای، خیار گلخانه ای، توت فرنگی گلخانه ای و محصولات تراریخته ای ژنتیکی وارداتی (که هم اکنون سیب زمینی، سویا، ذرت و بعضی از روغن های مایع که از محصولات تراریخته استفاده می کنند مثل روغن آویلا).
- موارد ذیل مصرف شود:

۱. صبح ناشتا، هنگام طلوع آفتاب: یک قاشق چای خوری پودر گل اُستوخدوس در نصف استکان آبجوش ولرم به همراه عسل طبیعی اُستوخدوس.

۲. صبحانه: یک لیوان شیر تازه گاو (کم چرب) همراه با یک قاشق مربا خوری عسل طبیعی اُستوخدّوس.
۳. عصر: یک قاشق چای خوری پودر گل همیشه بهار در نصف استکان آبجوش ولرم به همراه عسل طبیعی اُستوخدّوس میل نمایید.
۴. غروب آفتاب: یک قاشق چای خوری پودر میوه اُفتیمون در نصف استکان آبجوش ولرم به همراه عسل طبیعی اُستوخدّوس (منع مصرف در حاملگی).
۵. شبها یک بشقاب سوپ جو دو سر (که به آن یولاف هم می گویند) سبوس دار + یک قاشق غذا خوری روغن زیتون + یک قاشق غذا خوری سرکه طبیعی سیب یا سرکه طبیعی انگور عسکری میل شود.
۶. شب قبل از خواب: یک قاشق چای خوری پودر برگ سداب در یک لیوان آبجوش دم شود، بعد از ولرم شدن، میل نمایید یا چند برگ سداب میل کنید.
۷. این موارد مصرف شود: الف. آب خیار بوته ای ساعت ۶ صبح، ب. آب کاسنی ساعت ۱۲ ظهر، ج. آب کاهو ساعت ۶ عصر، د. آب کرفس ساعت ۱۲ شب، هـ. عنب را بجوشانید و پس از ولرم شدن به نسبت مساوی با آب کاهو مخلوط کنید، سپس میل نمایید.
۸. بعد از هر غذا، یک قاشق چای خوری سیاه دانه مخلوط با عسل طبیعی میل کند (منع مصرف در حاملگی). و روزی یک لیوان دم کرده گل بنفشه طَبّی (کوهی) مخلوط با عسل طبیعی میل کند (ضد کیست های کوچک، ضد تومور بدخیم سرطانی در بافت عصبی و ضد رماتیسم).
۹. جلوگیری از پیشرفت سلول های سرطانی:
- شبها قبل از خواب یک قاشق چای خوری پودر برگ داروаш در نصف استکان آبجوش ولرم به همراه عسل طبیعی اُستوخدّوس میل نمایید.
- (باید دانست: ۱. داروаш ۸ نوع است و نوعی که برگ های آن بیضی شکل و شبیه به گوش های خرگوش است، خوب است. ۲. از گیاه داروаш قوی تر: الف. قولنجان، ب. گل خار مریم، ج. گیاه مُخلّصه می باشد).
- داروی شیمیائی ویتامین E (زاویت 400 E میلی گرمی) یک عدد در ۲۴ ساعت (با تجویز پزشک مصرف شود).
- مصرف روزانه یک لیوان آب زردک (هویج زرد= زردک) مخلوط با عسل طبیعی.
۱۰. گیاه سیاه کینه (سیاه چورک، ترقو، سنجته، علف سودا، فلیته) ضد سرطان تخمدان است، که برابری با آخرین داروهای ضد سرطان مانند تاکسول (نام تجاری Taxol، و نام ژنریک آن: پاکلی تاکسل Paclitaxel) می کند.

۱۱. برای پیشگیری از سرطان تخمدان، آنتی اکسیدان و فلاونوئیدها لازم است، لذا خوردن یک پرتقال رسیده شیرین وسط غذا و یک عدد سیب رسیده شیرین بعد از غذا برای پیشگیری از سرطان تخمدان بسیار خوب است و همچنین خوردن مخلوط زنجفیل پروده شده در عسل صبح ناشتا (ضد سرطان تخمدان، ضد آلزایمر)

۱۲. مصرف سویا (لویباروغنی) پیشگیری از سرطان سینه و درمان آن میکند (به شرطی که سویا را در دمای ۵۰ درجه به بالای آب، به مدت ۲۰ دقیقه بجوشانید و پس از آبکشی استفاده کنید؛ تا سم موجود در آن از بین رود)، و نیز برای درمان آن مصرف زنجفیل پروده در عسل و مصرف گل خارمریم توصیه میشود.

* نظریه پزشکی جدید در مبحث کیست و تومور: الف. تومور یا کیست را جراحی می کنند ب. ۴۰ جلسه پرتو درمانی به همراه روزی یک عدد قرص تمودال یا کپسول تریموزال ۱۰۰ بعد از چهار هفته دوباره روزی سه کپسول فقط بمدت پنج روز تجویز می کنند ج. برای کیست داخل تخمدان قرص شیمیایی کنتراستپتو دی ای با نام تجاری دِزوسپتئو و نام تجاری دیگر آن مارولون تجویز می کنند، همچنین قرص ضد بارداری LD تجویز می کنند.

سندروم تخمدان پلی کیستیک (PCOS):

در این بیماری غالباً تخمدان ها کیست ندارد ولی در تخمدان ها، تخمک های نابالغ وجود دارد و رسیده نمی شود.

سندروم تخمدان پلی کیستیک چند علامت دارد: ۱- فقدان قاعدگی (قطع قاعدگی) یا قاعدگی کم، ۲- دچار پرمویی می شود (در چانه، پشت لب بالا، اطراف پستان، پشت کتف ها)، ۳- دارای پوست چرب، ۴- دارای آکنه پوست، ۵- مقاومت نسبت به انسولین، ۶- کیست های متعدد در تخمدان. درمان در پزشکی جدید: ۱. مصرف قرص های هورمونی، ۲. موهای زائد را با لیزر می سوزانند (گرچه نیاز موها از بین نرفته و دوباره موها در می آید)، ۳. متفورمین

درمان در پزشکی گیاهی: ۱- هر هشت ساعت، یک استکان چای رازیانه مخلوط با عسل آویشن میل کنید، ۲- قسمت های پرمو را بعد از درآوردن موها با موچین یا تیغ زدن، با تخم مورچه یا با قسمت داخلی پوست باقلا روزی چند بار بمالید، ۳- سبزی خرفه و تخم آن و کاهو بدون سس به همراه غذا، ۴- سبزی کاسنی و تخم آن شب قبل از خواب، ۵- صبح ناشتا یک استکان دم کرده گل استوخدوس مخلوط با عسل استوخدوس، ۶- بعد از هر غذا: سیاه دانه با عسل استوخدوس، ۷- دارا بودن وزن نرمال و کاهش وزن اضافی و پیاده روی و تحرک لازم و ورزش های سبک مانند شنا در استخر بانوان.

بیماری فیبروم رحم:

توجه: غذای مانده، فست فودها، کافئین زیاد، اسانس‌های شیمیائی، ماکارونی، تخم مرغ و کوکو و کیک خامه ای و روغن جامد نخورید.

تبصره: اگر اندازه فیبروم بیشتر از ۲۰ میلی‌متر باشد، نیاز به عمل دارد و اما اگر اندازه آن کمتر از ۲۰ میلی‌متر باشد، با دارو درمان میشود.

درمان: ۱- هر شش ساعت، یک قاشق چای‌خوری سیاه‌دانه با عسل استوخدوس بخورد، ۲- ساعت شش صبح: یک استکان دم‌کرده گل استوخدوس با عسل میل شود. ۳- ساعت ۱۲ ظهر: خوردن پرتقال شیرین با آناناس. ۴- ساعت ۶ بعد از ظهر: یک استکان دم‌کرده آفتیمون (Dodder) با عسل استوخدوس میل شود، ۵- ساعت ۱۲ شب: خوردن هُلُو با مارلاد آن (برگه آن = قیسی). ۶- یک استکان از جوشانده سیاه‌دانه با پوست میوه پرتقال (قسمت سفید داخلی پوست پرتقال) بنوشد، ۷- داروی مرگبه در درمان فیبروم: گُل بومادران + گُل استوخدوس + مریم گُللی + آویشن + بابونه + ختمی خبازی + رازیانه + آفنان سِر، همگی را به نسبت مساوی مخلوط کند و یک قاشق غذاخوری از آن را در یک لیوان آب بمدّت ۲۰ بجوشانید و هر ۸ ساعت یک لیوان بخورد، ۸- گیاه فراسیون + رازیانه + تخم هویج + پنچ انگشت + تخم کرفس + تخم جعفری، از هر کدام به مقدار مساوی تهیه و مخلوط شوند و سپس جوشانده شود، و هر ۸ ساعت یک استکان از این جوشانده میل شود، ۹- مصرف مخلوط سیاه‌دانه + عسل + آب پرتقال طبیعی، در صبح ناشتا و سِر شب، نیز مفید است، ۱۰- هر ۸ ساعت دو عدد میوه شاه بلوط بخورد. تذکر: یکی از عوارض این داروهای مرگبه، ایجاد شکم درد است.

توجه: آفنان سِر = فراسیون سفید = فراسیون اَبیض = صُوف الأرض = گندِنایِ کوهی (از تیره نعنا) که همگی اسم‌های یک گیاه هستند.

درمان ضخیم شدن آندومتر و درمان لخته خون‌هایی که در زمان عادت ماهیانه دفع میشوند:

۱- روزی یک عدد قرص شیمیائی مدروکسی پروژسترون استات (با تجویز پزشک متخصص) از پنج روز قبل از قاعدگی تا پنج روز بعد از قاعدگی، ۲- میوه شاه‌بلوط (از روزی دو عدد تا هر ۸ ساعت دو عدد تا هر ۶ ساعت دو عدد)

بالا رفتن هورمون مردانه در زنان و دختران: علائم بالا رفتن هورمون مردانه: ۱- عقب افتادگی زمان قاعدگی، ۲- ریزش مو (آلپسی مردانه)، ۳- زود چرب شدن موی سر، ۴- درآمدن موهای زائد در صورت، ۵- خشن شدن صدا.

درمان: صبح: رازیانه، ظهر: زیره سبز شیرین، عصرانه: سوپ جعفری، شب: تخم جعفری

ایجاد قاعدگی (درمان بیماری آمنوره اولیه)، درمان یائسگی زودرس و درمان قطع قاعدگی (بیماری آمنوره ثانویه):

۱. مصرف دارچین (نصف قاشق چای خوری)، زعفران (نیم گرم یعنی نوک قاشق چای خوری)، کاهو (بدون سس، ۷ برگ)، گلپر، سیاه دانه، باقلا، زنیان (یک قاشق چای خوری)، زیره شیرین (انیسون)، زیره سیاه، آویشن، برگ سنا (یک قاشق چای خوری)، کاسنی (۷ برگ)، ۲. خوردن یک قاشق چای خوری پودر شوید در ۲۴ ساعت یکبار (زیاده روی در مصرف نشود؛ زیرا ضعف چشم و سستی زانو می آورد)، ۳. دمکرده ریشه کبر (گور) و تخم کبر (تخم گور) برای زیاد شدن خون قاعدگی و ازدیاد ادرار، و درمان قطع قاعدگی در زنان جوان یعنی درمان آمنوره اولیه و ثانویه (زیاده روی در مصرف نشود؛ زیرا کبدچرب می آورد)، ۴. سوپ جعفری برای باز کردن قاعدگی دختران جوان بسیار خوبست (همچنین مصرف سبزی جعفری و تخم آن)، ۵. صبح ناشتا دمکرده گل همیشه بهار با عسل آویشن میل شود، ۶. هفت برگ کلم برگ سبز در سه لیوان آب بجوشد تا یک لیوان شود، سپس شعله را خاموش کرده، جوشانده را صاف کند و با یک قاشق غذا خوری عسل آویشن مخلوط نموده و میل میکند، ۷. دمکرده تخم جعفری.

جوش های صورت در دوره قاعدگی:

توجه: از قندهای شیمیائی، اسانس های شیمیائی، ترانس چربی بالا، کافئین زیاد، فست فودها پرهیز شود.

درمان: ۱- وسط روز: یک قاشق مرباخوری تخم کتان بخورید (توجه: فقط به مدت دو هفته مصرف شود)، ۲- به همراه ناهار و شام: خوردن کاهو (بدون سس)، ۳- شب: یک عدد لیمو شیرین

رفع جوش های پوست، رفع آکنه، رفع جوش های پوست در هنگام قاعدگی:

۱- وسط روز: یک قاشق مرباخوری تخم کتان بخورید (توجه: فقط به مدت دو هفته مصرف شود)، ۲- عصرانه: یک استکان آب گیاه بولاق اوتی (بولاق اوتی = جرجیر آبی) بنوشید.

تنظیم قاعدگی و درمان لکه بینی و درمان قاعدگی نامنظم:

۱- به مدت دو هفته، روزی سه استکان چای رازیانه (یعنی یک قاشق چای خوری رازیانه در یک استکان آبجوش دم شود و مخلوط با عسل آویشن میل شود)، و پس از گذشت دو هفته، فقط روزی یک

استکان چای رازیانه؛ زیرا زیاد خوردن رازیانه ناراحتی قلبی می آورد، ۲- آلوچه، ۳- جوشانده برگ انار، ۴- دمکرده گل بابونه با عسل آویشن، ۵- دمکرده گل بومادران با عسل آویشن، ۶- مصرف انار شیرین یا رب طبیعی انار، ۷- جوشانده ریشه های انار، ۸- میوه تمشک و مربای تمشک، ۹- یک استکان جوشانده برگ زرشک، ۱۰- ژانسیان (کوشاد= جنتیانا): هر روز صبح قبل از کار منزل یا شب قبل از خواب، یک عدد قرص گیاهی جنتیانا، ۱۱- یک استکان دمکرده خار مریم (توجه: زیاده روی در مصرف خارمریم عقیمی می آورد)، ۱۲- اول مغرب: دو عدد میوه شاه بلوط (بلوط الملک) بصورت خام یا بخار پز و یا آب پز بخورید، ۱۳- پیچک مو (پیچک درخت انگور) و برگ مو و دلمه برگ انگور که با رب انار درست شده باشد، ۱۴- جوشانده زردچوبه با پودر شاخه نبات، ۱۵- زنجفیل پرورده شده با عسل، ۱۶- عرقیات طبیعی گل بهارنارنج، گل بومادران، گل بابونه، بادرنجبویه، مفیداست توجه: هورمون استروژن، عادت ماهیانه را تنظیم می کند.

بیماری قاعدگی دردناک (دیسمنوره):

توجه: ۱- کم خونی و اضطراب نداشته باشید، ۲- هندوانه، خیار، پوست حبوبات و ترشی جات در دوران قاعدگی نخورید.

درمان: از دو روز مانده به قاعدگی تا روز سوم قاعدگی هر روز از موارد زیر مصرف کنید:
صبح ناشتا: دمکرده گل همیشه بهار با عسل آویشن میل کنید، صبح: یک عدد قرص شیمیائی هیوسین (با تجویز پزشک)،
بین روز و عصر یا عصر و شب: زیر ناف و کمر را با روغن زنبق (سوسن) ماساژ دهید، به همراه غذا: زیره سبز شیرین (بادیان رومی) بخورید
ظهر: یک استکان دمکرده گل گلرنگ با عسل، شب: یک استکان دمکرده گل خارمریم با عسل،
به همراه غذا: سوپ سبزی جعفری میل کنید.

درمان کم خونی و اضطراب:

۱. مخلوط سه شیر (خرما، انگور، توت)، ۲. صبحانه: شیر خرما، شیر عسل، ۳. مربای گل بهارنارنج با عسل، ۴. مربای به عسل

خونریزی شدید قاعدگی (بیماری منوراژی) و استحاضه کثیره و استحاضه متوسطه:

توجه: از خوردن چیزهایی که قاعده آور است پرهیز کنید.

درمان: ۱- صبح ناشتا: سویق العدس بخورید (در روایات شیعه آمده) و همچنین یک قاشق چای خوری شکوفه گل های انگور بخورید. ۲- صبحانه: یک لیوان جوشانده شیرتازه گاو مخلوط با عسل گون به همراه مربای به و مربای آمله میل کنید، ۳- وسط روز: دو مشت سیب زمینی ورقه شده برشته در روغن زیتون میل کنید و یک سوم قاشق چای خوری فوفل با عسل استوخدوس میل کنید و همچنین مخلوط سه شیر به بخورید، ۴- روزی یک قاشق مرباخوری عصاره تلخ گیاه کیسه کشیش (=کیس الراعی = خاکشیر تلخ) یا دمکرده یک قاشق مرباخوری پودر گیاه در یک استکان آبجوش، ۵- هر شش ساعت دو عدد میوه شاه بلوط بصورت خام یا بخارپز و یا آبپز بخورید، ۶- شب: یک استکان جوشانده گل و برگ رازک (رزک) مخلوط با عسل گون میل کنید، ۷- خوردن سه عدد گلنار فارسی، ۸- هر روز صبح، ظهر و شب، هربار یک قاشق شربت خوری از اسفرزه (اسپرز - بزرالقطونا) را در یک فنجان آبجوش بریزید سپس با پودر شاخه نبات شیرین نموده و بخورید، در درمان اسهال خونی، بواسیر خونی و قاعدگی شدید مفید است، ۹- بین روز و عصرانه یک قاشق غذاخوری از مخلوط سویق العدس + سویق جو + هفت جوانه + پودر سنجد (به نسبت مساوی) بخورید، ۱۰- جوشانده علف هفت بند (نحوه مصرف: ۳۰ گرم از این گیاه را در چهار لیوان آب بمدت ده دقیقه بجوشانید و روزی یک فنجان مخلوط با عسل طبیعی گون یا آویشن یا استوخدوس میل کنید، توجه: زیاده روی در مصرف علف هفت بند، تشنج می آورد).

درمان گر گرفتگی (در زمان یائسگی):

۱. شب قبل از خواب: یک استکان دمکرده گیاه پنج انگشتی یا یک عدد قرص گیاهی ویتاگنوس.
۲. بین روز و عصرانه: مصرف کاهو با سکنجبین، یا به همراه ناهار و شام کاهو بدون سس.

درمان زخم دهانه رحم و مهبل:

- ۱- وسط روز: دمکرده گل بابونه خوردن و در جوشانده سرد شده آن ۲۰ دقیقه نشستن، ۲- از جوشانده پوست بلوط و برگ آن یک استکان صبح و یک استکان عصر بنوشید، و در جوشانده آن به مدت ۲۰ دقیقه بنشینید،

بیرون زدگی مقعد (رُخاء)، درمان پیزی، درمان پرولاپسوس (مقعدی یا مهبل و یا هر دو):

توجه: میوه موز و کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه) و نوشابه های گازدار و آبمیوه های شیمیائی نخورید. و کم تحرک نباشید.

درمان: ۱- روزی چند مرتبه در جوشانده پوست سفید و سخت پسته بنشینید، ۲- روزی چند مرتبه در جوشانده پوست انار بنشینید، ۳- پیاده روی روزی ۳۰ دقیقه تا یک ساعت [صبح ناشتا (اول آفتاب) و شب بعد از شام].

توجه: در پزشکی جدید با جراحی درمان می کنند (کتاب میوه درمانی، دکتر محمد صادق رجحان، استاد دانشگاه تهران، ص ۱۷۵، شماره ۷)

افتادگی رحم:

خانم دکتر منیژه پورجوادی (جراح و متخصص زنان و زایمان و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد) فرمود: دو بیماری شایع در بانوان، افتادگی رحم و افتادگی مثانه است. رحم و مثانه مانند سایر اندامهای بدن در جای خود ثابت هستند، اما گاهی به دلیلی جابه جا شده و پائین تر از محل معمول خود قرار می گیرند، در این حالت، فرد دچار افتادگی رحم یا مثانه می شود. افتادگی رحم به دلیل شل شدن لیگامانهای رحمی اتفاق می افتد که در آن رحم کمی جابه جا می شود و پائین تر از جای معمول خود قرار می گیرد.

انواع افتادگی رحم:

۱- خفیف (در نوع خفیف، بیمار ناراحتی چندانی احساس نمی کند)، ۲- متوسط (در نوع متوسط، بیمار احساس بیرون افتادن چیزی از درون واژن می کند، یا احساس فشار و سنگینی در واژن می کند)، ۳- شدید (در نوع شدید، بیمار علائم شدید شده و تمام جسم رحم بطرف بیرون، حالت برجستگی پیدا می کند، در نوع شدید بیماری؛ چون رحم تماس با بیرون از بدن دارد، زخمی می شود که احتمال هجوم میکروبهای مضر و ایجاد عفونت وجود دارد) توجه: همچنین کمردرد و درد شکم ناشی از پائین آمدن اجزای داخل شکم که به نحوی با رحم در ارتباط اند، وجود دارد.

علل افتادگی رحم:

۱- زایمانهای مکرر، ۲- سقط جنینهای مکرر (این دو علت باعث ضعف عضلات و سایر بافتهای دستگاه تناسلی شده و افتادگی رحمی پیش می آید)، ۳- چاقی مفرط، ۴- عفونت های ادراری و عفونت های دستگاه تناسلی، ۵- یائسگی فیزیولوژی (زودرس)، یائسگی شناسنامه ای (در موعد مقرر خود)

علائم بیماری افتادگی رحمی:

۱- اشکال در دفع مدفوع و ادرار، ۲- ناراحتی مبهم در لگن، ۳- درد حین روابط زناشویی (مجامعت)، ۴- کمردردی که با بلند شدن شدت می‌یابد، ۵- بی‌اختیاری ادرار، ۶- نشت ادرار یا ترشح ادرار در هنگام خندیدن، هنگام سرفه کردن و هنگام عطسه زدن. توجه: صبح‌ها این علائم کمتر است اما در طول روز این علائم، بیشتر شخص مبتلا به افتادگی رحم را آزار می‌دهد.

درمان در پزشکی جدید:

در نوع خفیف افتادگی رحم، ورزش‌هایی را که بتواند عضلات را تقویت کند، تجویز می‌شود. در نوع متوسط آن، با دارو درمان می‌شود و در مواردی نیز با وسایل پزشکی سعی در ثابت نگه داشتن رحم می‌شود، در نوع شدید آن، اگر فرد تمایلی به فرزندآوری نداشته باشد، جراحی تجویز می‌شود (جراحی آخرین راه حل است).

درمان گیاهی در زن غیر حامله:

جوشانده بذر خیار در عرق ریشه شیرین بیان، مخلوط با ترنجبین شود و میل گردد، و سپس دمرکده مرزنجوش میل گردد.

پیشگیری و کمک به درمان در زن حامله:

۱- به همراه صبحانه مربای به رسیده شیرین و مربای سیب رسیده شیرین بخورید، ۲- به همراه غذا: یک قاشق بذر خیار، یک قاشق غذاخوری جوانه گندم، هفت عدد برگ انگور بخورید، ۳- در جوشانده پوست انار و گلنار، به مدت پنج تا ۲۰ دقیقه بنشینید. توجه: اگر بیماری افتادگی رحم درمان نشود، بی‌اختیاری ادراری و عفونت مثانه و عفونت دستگاه تناسلی در این بانوان بیشتر است.

تذکر: پیشگیری همیشه بهتر از درمان است: ۱- کفش پاشنه بلند نپوشید، ۲- دارو یا خوارکی سقط‌جنین نخورید، ۳- تحرک لازم هر روز داشته باشید (نرمش‌ها و ورزش‌های سبک داشته باشید)، ۴- پیاده‌روی طولانی، ورزش سنگین نداشته باشید، ۵- بار سنگین و... جابجا نکنید، ۶- غذا و ریز مغذی تازه بخورید (غذای مانده و غذاهای صنعتی و فست فودها نخورید)، ۷- یبوست و بواسیر نداشته باشید و اگر دارید، درمان کنید، ۸- سر پا (چمباته‌ای) زیاد ننشیند، ۹- با رجوع به متخصص

بیماری‌های زنان، چکاب‌های منظمی داشته باشید، ۱۰- در موقع دفع مدفوع، از توالیتِ فرنگی استفاده کنید.

درمان خارش مقعدی و خارش واژینال (خارش قسمت‌های زنانه):

اسفرزه (اسپرز، بزراقطونا) را با عَنَاب در آب بخیسانید، و آب آنرا صبح ناشتا خورده و با آب آن، بدن و قسمت‌های زنانه را هم بشوئید.

درمان قارچ مهبل و کشالهٔ ران:

در محلول آب سرکهٔ طبیعی (یعنی یک لیوان سرکهٔ طبیعی سیب در نصف لگن آب بهداشتی سالم ریخته) به مدت ۲۰ دقیقه بنشینند.

عفونت مکرر ادراری در زنان و دختران:

۱. گاهی بخاطر عدم بهداشت فردی است. درمان: بعد از تخلیهٔ ادرار و مدفوع، بایستی سه‌مخرج را با آب تمیز کاملاً شست و دو طرف کشالهٔ ران را نیز شست

۲. گاهی بخاطر میکروب ایگولای است که در مدفوع وجود دارد. درمان: الف. با آب تمیز شستشو داده شود و با محلول آب سرکهٔ طبیعی سیب ضد عفونی کرده، سپس شسته و با پارچهٔ نخی تمیز خشک کرده، ب. لباس زیر (مثلاً شورت نخی) را مرتباً عوض کنید، ج. از سرویس بهداشتی عمومی استفاده نکنند

۳. گاهی بخاطر وجود مشکل در سیستم ادراری است که باعث برگشت ادرار از مثانه به کلیه‌ها می‌شود: درمان: به متخصص ارولوژی مراجعه شود.

۴. گاهی بخاطر رفتار منفی با خود است، یعنی بایستی از جلو به عقب طهارت با آب گرفت نه از عقب به جلو، و همچنین با پارچهٔ نخی تمیز خود را خشک کنید و این پارچه را در نور مستقیم خورشید خشک کنید یا با اتوی با حرارت ۵۰ درجه خشک کنید.

۵. گاهی بخاطر جنس مخالف (مثلاً شوهر) است، که مثلاً بیماری سوزاک دارد. درمان: بایستی زن و شوهر خودشان را درمان کنند، مثلاً در درمان سوزاک، هر ۸ ساعت یک‌خوشه انگور بخورد، و هر ۶ ساعت دو لیوان آب یا آبجوش ولرم بخورد و هر ۱۲ ساعت یک استکان عرق طبیعی خارخسک بخورد و بعد از آن یک قاشق چایخوری روغن کنجد یا روغن بادام شیرین بخورد.

درمان عفونت ادرار و عفونت مهبل:

۱- هر ۸ ساعت یک خوشه انگور بخورید، ۲- خوردن داروی مرگبه که تشکیل شده از مخلوط پودر سبزی آویشن (یک قاشق مرباخوری) + پودر اگیر ترکی (یک قاشق چای خوری) + پودر گل بهارنارنج (یک قاشق غذاخوری) [توجه: این دارو مرگبه را زن حامله نخورد؛ زیرا آویشن قاعده آور و اگیر ترکی سقط جنین می آورد]

بیماری چسبندگی لوله رحم و ترشحات زیاد واژن (مهبل):

توجه: غذاهای مانده، فست فودها را نخورید، کم تحرک نباشید، مختصری نرمش و ورزش یا حداقل پیاده روی نیم ساعته داشته باشید.

تذکر: چشم گونه قیچ تیره اسفند، یک داروی ضد بارداری است که چسبندگی لوله رحمی می آورد گرچه بعضی ها برای درمان چاقی تجویز میکنند.

درمان: صبحانه: یک لیوان شیر عسل خورده و مربای تمشک به همراه نان سبوس دار میل کنید، و میوه تمشک در بین روز بخورید.

صبح ها: ۲۰ دقیقه در لعاب اسفرزه (اسپرزه) بنشینید، وسط روز: دمکرده گل بومادران با عسل استوخدوس بخورید، و ۲۰ دقیقه در جوشانده ۱۰۰ گرم پوست میوه بلوط در یک کیلو آب، نشسته (حتی در درمان زخم دهانه رحم هم مفید است) یا در جوشانده پوست درخت بلوط یا برگ بلوط بنشینید.

عصرانه: یک استکان دمکرده گل بابونه با عسل استوخدوس خورده و در جوشانده گل بابونه ۲۰ دقیقه بنشینید.

هر ۸ ساعت یک خوشه انگور رسیده بخورید (یعنی: در ۲۴ ساعت سه خوشه) حتی در درمان بیماری سوزاک هم مفید است.

به نسبت مساوی آنزروت را مخلوط با مغز گردو نموده، و هر شب یک قاشق مرباخوری از این مخلوط پودر شده بخورید.

به همراه غذا یک بشقاب سوپ سبزی جعفری بخورید، و همچنین زیره سبز شیرین (انیسون) بخورید.

مصرف جوشانده علف هفت بند (نحوه مصرف: ۳۰ گرم از این گیاه را در چهار لیوان آب بمدت ده دقیقه بجوشانید و روزی یک فنجان مخلوط با عسل طبیعی گون یا آویشن یا استوخدوس میل کنید، توجه: زیاده روی در مصرف علف هفت بند، تشنج می آورد).

درمان ترشحات اضافی مهبل و واژنی و رحمی:

۱- صبحانه: یک لیوان شیر عسل خورده و مربای تمشک به همراه نان سبوس دار میل کنید، و میوه تمشک در بین روز بخورید. ۲- دمکرده گُل بابونه با عسل استوخدوس خورده و ۲۰ دقیقه در جوشانده گُل بابونه بنشینید، ۳- دمکرده گُل بومادران مخلوط با عسل استوخدوس بخورید، ۴- یک روز در میان، در محلول آب سرکه به مدت ۲۰ دقیقه بنشینید، ۵- یک روز در میان، در لعاب اسفرزه به مدت ۲۰ دقیقه بنشینید، ۶- دمکرده گُل انار با عسل استوخدوس خورده و در جوشانده پوست میوه انار ۲۰ دقیقه بنشینید، ۷- جوشانده علف هفت بند (نحوه مصرف: ۳۰ گرم از این گیاه را در چهار لیوان آب به مدت ده دقیقه بجوشانید و روزی یک فنجان مخلوط با عسل طبیعی گون یا آویشن یا استوخدوس میل کنید، در صورتیکه که ترشحات شدید است، هر هشت ساعت یک فنجان میل کنید، توجه: زیاده روی در مصرف علف هفت بند، تشنج می آورد).

لوکوره آ (ترشحات سفید مهبل)، انواع واژنیت:

درمان: ۱- بعد از تخلیه ادرار و دفع مدفوع، بایستی سه مخرج را با آب تمیز کاملاً شسته و دو طرف کشاله ران را نیز شسته با پارچه نخی خشک نموده و این پارچه را در نور مستقیم آفتاب یا با آتوی ۵۰ درجه سانتیگراد خشک نمائید، ۲- با جوشانده میوه انار یا با جوشانده پوست میوه انار یا با جوشانده غنچه ها و گُل های درخت انار یا با جوشانده پوست ساقه های درخت انار، فرج خود را شستشو دهید. ۳- صبح، ظهر و شب، هر بار یک قاشق چای خوری از پودر گُلنار (فارسی یا وحشی) در یک استکان آبجوش دم کنید و مخلوط با عسل استوخدوس بخورید، ۴- دویست گرم پوست درخت انار را در یک کیلو آب بجوشانید، و روزی چند بار با این محلول دستگاه تناسلی خود را بشوئید.

درمان ترشح شیر از پستان دختران و زنانی که حامله و بچه شیرده نیستند و درمان پرولاکتین بالا:

۱- خوردن یک قاشق چای خوری زنیان به همراه عسل، ۲- خوردن جوشانده برگ گردو، ۳- ضماد برگ تازه یا خشک شده گردو بر روی دگمه پستان و اطرافش، ۴- عصاره خشک سرشاخه های جوان گیاه مریم گلی، ضد تعریق زیاد و باعث خشک کردن شیر در پستان زن (دختر یا زن یائسه) می شود [منع مصرف در زن حامله و دوران شیردهی، و منع مصرف در هیپوگلیسمی (کاهش شدید قند خون)].

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

درمان چاقی و اضافه وزن

مواردی که باید پرهیز شود:

۱. اسانس‌های شیمیایی (آبمیوه‌های شیمیایی، نوشابه‌های گازدار، بستنی‌های صنعتی و...)، ۲. قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینی‌جات قنادی‌ها و...)، ۳. چربی‌های با ترانس بالا (روغن جامد، میوه موز، غذاهای پُرچرب، کیک خامه‌ای، خامه، خامه شکلاتی، سرشیر، کله پاچه، جگر سیاه، سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی، ته دیگ)، ۴. کافئین زیاد (چای، شکلات، قهوه، کاکائو، نسکافه)، ۵. برنج سفید، ۶. ماکارونی، ۷. مُسکرات مانند الکل، شراب و...، ۸. داروی شیمیایی (دارو را بایستی زیر نظر متخصص متعهد مصرف کرد)، ۹. سحری یا صبحانه نخوردن.
- توجه: در دوران حاملگی و دوران شیردهی مادر، رژیم لاغری ممنوع است.
- مواردی که توصیه می‌شود:

۱. فرمول طلایی لاغری: حذف ناهار و خوردن شام سبک بعد از نماز مغرب و عشاء.
۲. روزه شرعی بگیرید، لا اقل هفته‌ای دو مرتبه (دوشنبه‌ها، پنجشنبه‌ها)، توجه: سحری و افطاری بخورید.
۳. به مدت ۴۰ روز، هر روز به مقدار نیم گرم لاک (شیرابه یک نوع گیاه است) با یک قاشق غذا خوری سرکه طبیعی بنوشند، بدن را خیلی لاغر می‌کند (حامله و بچه شیرده نباشید و همچنین جوانان نخورند).
۴. دارو مرگبه درمان چاقی و چربی سوز (مخلوط عرقیات لاغر کننده): عرق زنیان + عرق کرفس + عرق زیره + عرق شوید + عرق گشنیز. (حامله و بچه شیرده نباشید).
۵. قبل از ناهار و قبل از شام از دارو مرگبه درمان چاقی: نخود لاک گیاهی + تخم کرفس + زیره سیاه + برگ زیتون [از هر کدام نصف قاشق چایخوری] میل کنید (حامله و بچه شیرده نباشید).
۶. در اول و آخر غذا، نمک کامل (= نمک دریا تصفیه شده) بخورید یا نمک سنگ تصفیه شده، بخورید؛ زیرا ضد چاقی، ضد کک و مک صورت، ضد ورم و ... است.
۷. یک قاشق چایخوری پودر زنیان مخلوط در یک لیوان دوغ شیرین میل کنید و یا یک استکان عرق طبیعی زنیان بخورید (درمان چاقی شکمی نیز میشود، به شرطی که حامله و بچه شیرده نباشید و به شرطی که بیماری آسم نداشته باشید).
۸. یک قاشق چایخوری پودر گشنیز (درمان چاقی شکمی نیز می‌شود)
۹. آلبالو، چای آلبالو (درمان چاقی شکمی)
۱۰. عصرانه جوشانده یا دمکرده گل فندق برای چاقی بسیار خوبست

۱۱. روزی یک استکان عرق طبیعی زیره بخورید (حامله نباشید)
۱۲. به مدت دو هفته تا دو ماه، هر روز نصف قاشق چای خوری سندروس با یک قاشق غذا خوری سکنجبین مصرف کنید، جهت رفع چاقی نافع است (حامله نباشید).
۱۳. خوردن میوه گیلان قبل از غذا (خوب جویده شود)، خوردن کاهو بدون سس به همراه غذا، خوردن سیب درختی رسیده شیرین بعد از غذا
۱۴. هر شش ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آبجوش ولرم بصورت مکیدن بنوشید (جلوگیری از چاقی و اضافه وزن مفراط یعنی پیشگیری از خیز چاقی)
۱۵. خوردن هفت عدد آلو بخارای خشک بصورت مکیدن در زمان ناهار و هفت عدد قبل از شام.
۱۶. روزانه نیم ساعت پیاده روی آرام در سطح مستوی در هوای آزاد حیاط یا پارک داشته باشید.
۱۷. هر روز یک عدد میوه گلابی خورده و دو گرم فلفل قرمز به همراه غذا بخورید (در درمان چاقی و اضافه وزن مفید است).
۱۸. صبح ناشتا باشکم گرسنه، یک تا سه عدد میوه هُلوی رسیده (بدون پوست) بخورید، ضد چاقی، کاهش دهنده اضافه وزن.
۱۹. شبها قبل از خواب خوردن دو ساقه کرفس یا خوردن یک لیوان آب کرفس خام تازه، کاهش دهنده سریع اضافه وزن و کاهش دهنده سریع بیماری‌های متابولیک (قندخون، فشارخون، چربی خون).

درمان پراشتهائی و اشتهای کاذب:

قبل از غذا و بین غذا و بعد از غذا چند عدد خرما و چند برگ کاهو بدون سس بخورید. درمان میل زیاد به شیرینی: ۴۰ روز، بعد از هر غذا یک قاشق چای خوری سیاه دانه بخورید (منع مصرف در حاملگی).

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان چربی خون بالا

مواردی که باید پرهیز شود:

۱. اسانس‌های شیمیایی (آبمیوه‌های شیمیایی، نوشابه‌های گازدار، بستنی‌های صنعتی و...)، ۲.
- قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینی‌جات قنادی‌ها و...)، ۳. چربی‌های با ترانس بالا (روغن جامد، میوه موز، غذاهای پُرچرب، کیک خامه‌ای، خامه، خامه شکلاتی، سرشیر، کله پاچه، جگر سیاه، سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی، ته دیگ)، ۴. کافئین زیاد (چای، شکلات، قهوه، کاکائو، نسکافه)، ۵.
- برنج سفید، ۶. ماکارونی، ۷. مُسکرات مانند الکل، شراب و...، ۸. داروی شیمیایی (دارو را بایستی زیر نظر متخصص متعهد مصرف کرد)، ۹. سحری یا صبحانه نخوردن.

مواردی که توصیه می‌شود:

۱. صبحانه (یا ناشتا): یک عدد سیب درختی رسیده بخورید، و همچنین خوردن ۷ عدد آلو بخارا، و خوردن آب لیمو ترش تازه با آب، و روزهای جمعه صبح ناشتا میوه انار خوردن.
۲. صبح قبل از کار یک قاشق چای‌خوری زیره سیاه بخورید (حامله نباشید).
۳. بین روز یک استکان جوشانده یا دم‌کرده گیاه مریم گلی بخورید (حامله نباشید).
۴. در بین روز ۱ الی ۲ خوشه انگور بخورید (دیابت نداشته باشید).
۵. بین روز یا به همراه غذا خیار بوته‌ای با نمک طبیعی بخورید و بعد از هر غذا یک عدد سیب درختی رسیده شیرین بخورید.
۶. به همراه ناهار و شام یک قاشق چای‌خوری پودر شوید یا یک مشت تازه آن با عرق طبیعی آن (پائین آورنده چربی‌های مضر خون و کاهش دهنده فشارخون، توجه: زیاده‌روی در مصرف نشود؛ زیرا باعث ضعیف شدن نور چشم، سست شدن زانوها و در مردان باعث کاهش اسپرم می‌شود).
۷. در ۲۴ ساعت یک عدد کدو خورشیدی متوسط با پوست آن بخورید.
۸. به همراه نهار و شام، یک قاشق غذاخوری آبغوره طبیعی بخورید.
۹. سوپ جو سبوس‌دار، نان جو سبوس‌دار.
۱۰. روزانه پیاده روی آرام بمدت یک ساعت در سطح مُستوی در هوای آزاد داشته باشید.
۱۱. زیتون خوراکی طبیعی سفت شفاف سرکه‌ای (هفت عدد با ناهار و هفت عدد با شام) یا روغن زیتون خوراکی طبیعی (یک قاشق غذاخوری با ناهار، و یک قاشق غذاخوری با شام).
۱۲. هر شش ساعت یک لیوان آب و یک آبجوش ولرم بنوشید (توجه: دوساعت قبل از غذا یا دوساعت بعد از غذا، آب و آبجوش ولرم بنوشید)
۱۳. بمقدار یک گرم گرم (نوک قاشق چای‌خوری) پودر دارچین به همراه غذا بخورید (حامله نباشید).

۱۴. هر روز ۲۰۰ گرم قارچ خوراکی میل کنید.
۱۵. خوردن میوه گیلان و مصرف کنگر فرنگی.
۱۶. کف دریا بر بدن بمالید.
۱۷. ته نشین سرکه سیر، کاهش دهنده کلسترول است.
۱۸. سوپ یولاف (جو دو سر) با هویج زرد و سبزی جعفری و روغن زیتون
۱۹. آب پز لوبیا چیتی.
۲۰. خوردن میوه گریپ فروت (کاهش دهنده چربی خون و فشارخون).
۲۱. شب‌ها قبل از خواب خوردن دو ساقه کرفس یا خوردن یک لیوان آب کرفس خام تازه، کاهش دهنده سریع اضافه وزن و کاهش دهنده سریع بیماری‌های متابولیک (قندخون، فشارخون، چربی خون).
۲۲. عرق شنبلیله پائین آورنده چربی‌های مضر خون و کاهش دهنده فشارخون.
۲۳. عرق برگ گردو، کاهش دهنده کلسترول بد و تری گلیسرید خون، کاهنده قند خون، تنظیم فشار خون، درمان التهاب و ورم مفاصل و کمک به درمان نقرس (MSU).
۲۴. عرق زنجبیل، ضد انعقاد و لخته شدن خون (اثر آن از تأثیر سیر و پیاز و قرص شیمیائی آسپرین در پدیده ضد انعقادی خون بیشتر است)، محرک قلب، ضد کلسترول و ضد سرطان.
۲۵. عرق مرکب چربی خون (کاهش چربی خون و رفع سفتی و سختی رگها): عرق شوید عرق شنبلیله عرق زیره عرق گشنیز عرق کاسنی عرق کرفس عرق بید

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

بیماریهای معده و روده و مقعد

بیماری که یبوست دارد، از موارد ذیل پرهیز کند

کشک غلیظ، ماست چکیده، اسانس‌های شیمیایی (آبمیوه‌های شیمیایی، نوشابه‌های گازدار، بستنی‌های صنعتی و ...)، میوه موز، نان سفید، کیک سفید، نان ساندویچی، آرد سفید، هسته انار، کم تحرگی، کمبود آب بدن، ماکارونی، برنج سفید، شیر داغ، شکر شیمیائی، سینه مرغ، اضافه وزن، تفاله سیب، تفاله به، پنیر به تنهائی خوردن، نگهداری مدفوع. همچنین بیماری‌های زمینه ای نداشته باشید مثل: اسپاسم عصبی روده، تنبلی و گندی حرکات دودی شکل روده، افتادگی رکتوم (راست روده)، حالت تلسکوپیی شدن رود آنال، لجن صراوی.

درمان یبوست نوزادان

۱- شربت انجیر که با قند درست شود؛ زیرا انجیر ملین است و با قند که درست شود مسهل می‌شود، حال اگر ۹ روز یا ۲۵ روز شکم بچه کار نکرده، روزی ۳ مرتبه یعنی صبح، ظهر، شب یک قاشق چای‌خوری از این شربت داده شود، [توجه: گوشت (پیوره) و دانه انجیر به نوزاد داده نشود]، ۲- نصف قاشق چای‌خوری روغن بادام درختی شیرین طبیعی

درمان یبوست کودکان

۱- صبح: شربت یا مربای انجیر که با قند درست شده، یک قاشق غذاخوری، ۲- ظهر: یک خوشه انگور تازه که با هسته آن بجود و بخورد یا یک استکان آب انگور طبیعی تازه که با هسته خرد شده آن مخلوط شده بخورد، ۳- شب: مخلوط نصف قاشق چای‌خوری پودر گلبرگ گل محمدی و نصف قاشق چای‌خوری پودر گل ختمی خبازی در یک استکان دوغ شیرین کم چرب، ۴- همچنین خوردن گلایی، هلو، کاهو، مغز کیوی، مغز خیار مفید است، ۵- آب خوردن، آبجوش ولرم خوردن، ۶- یک تا سه قاشق چای‌خوری روغن بادام درختی شیرین طبیعی

درمان یبوست مزمن

۱- برگ سنا (در غیر زن حامله و مادر شیرده) + برگ کاسنی + گل ختمی سفید + گل ختمی خبازی به نسبت مساوی مخلوط شود و پودر شود، سپس یک قاشق مرباخوری از آنرا با یک لیوان آب یا با یک لیوان دوغ شیرین شب قبل از خواب بخورید، ۲- خوردن میوه انجیر یا مربای انجیر که با شیره توت درست شده، ۳- گلبرگ گل محمدی (برای زن حامله و مادر شیرده) + برگ کاسنی + گل

ختمی سفید + گل ختمی خبّازی به نسبت مساوی مخلوط شود و پودر شود، ۴- خوردن کیوی با پوست (بدون پُرز) به همراه خیار بوته‌ای با پوست (بدون سَم)، ۵- مخلوط پودر گلبرگ محمدی + پودر گل ختمی خبّازی + دوغ شیرین خوردن، ۶- خوردن مخلوط شیرۀ توت و شیرۀ انگور، ۷- مخلوط پودر فلوس به همراه پودر مصطکی (برای زنان حامله خوب است) بخورد، ۸- مخلوط پودر فلوس به همراه پودر انیسون (زیره سبز شیرین) بخورد (برای اطفال خوب است).
توجّه: این موارد بالا از قرص‌های سی لاکس یا سنا لاکس بهتر است؛ زیرا این قرص‌ها، لیزی معده یا کولیت (التهاب) روده می‌آورد.

بند آمدن مدفوع (یبوست شدید)

اگر بیماری ۳۰ روز مدفوع نکرده و روی شکم مریض مانند قلوه قلوه سنگ شده:
استفاده از مُسهل‌های بسیار قوی: ۱- صبح ۱۰ سانتی متر فلوس (داخل آنرا بتراشید و در یک استکان آبجوش دم کنید) سپس با قند بخورید، ۲- وسط روز یک استکان شیرۀ توت با مخلوط برگ سنا + گل ختمی سفید + گل ختمی خبّازی + برگ کاسنی، ۳- عصرانه: مخلوط یک استکان گلاب + یک قاشق چای‌خوری پودر گل محمدی + یک قاشق غذا خوری شیرۀ توت، ۴- شبها تنقیۀ جوشانده گل ختمی با روغن کرچک.
غذای مخصوص: ۱- صبح ناشتا: هفت عدد انجیر، ۲- صبحانه: شیر سرد با عسل گُون، ۳- وسط روز: گلابی، طالبی، ۴- ناهار: آبگوشت، ماست جوش، به همراه کاهو بدون سُس، ۵- عصرانه: انگور با هسته آن بجوید و بخورید، ۶- شب قبل از شام: هفت عدد آلو بخارا، ۷- شام: سوپ رقیق + آبغوره + روغن زیتون، به همراه کاهو بدون سُس

بند آمدن ادرار و مدفوع

۱- به مدت سه‌روز، مخلوط صمغ شیرابه درخت گُنار (از تیرۀ عَنّاب) + پودر بذر کرفس، روزی یک قاشق مرباخوری مصرف شود. و بعد از گذشت این سه روز، شربت یا مربای انجیر که با قند یا شیرۀ توت (در بیماران دیابتی) درست شده باشد، صبح و شب یک قاشق پلوخوری بخورید، ۲- روزی یک لیوان آب انگور تازه میل شود، ۳- به همراه غذا، کاهو بدون سُس خورده شود، ۴- عصرانه ۵۰ گرم گیاه اُمّ وَجَع الکبد (سنگ شکن) را در ۳۰ گرم جوشانده برگ‌های گیاه انگور خرس (عَنْبُ الدُّب) بمدّت یک ربع خیسانده، سپس آب آن را صاف کرده بنوشید (منع مصرف در زنان باردار و شیرده).
[حسین میرحیدر، در کتاب معارف گیاهی، ج ۷ ص ۷۲]

مُسَهِّل‌های قویّ برای یبوست مزمن

- ۱- روغن کرچک (منع مصرف در مردان جوان؛ زیرا باعث کاهش اسپرم می‌شود).
- ۲- هر هشت ساعت یک خوشه انگور با هسته آن بجوید و بخورید (منع مصرف در مردان جوان؛ زیرا هسته انگور باعث کاهش اسپرم می‌شود).
- ۳- مربّای انجیر یا شربت انجیر (با قند در غیر بیماران دیابتی و با شیرۀ توت در بیماران دیابتی درست شود).
- ۴- مخلوط یک استکان گلاب + پودر گل محمدی یک قاشق چای‌خوری + یک قاشق پلو خوری شیرۀ توت، مخلوط شود و میل شود.
- ۵- مخلوط کاهو با شیرۀ توت (برای افراد دارای کم‌خونی اسید فولیک).
- ۶- مخلوط شیرۀ انگور + شیرۀ توت (برای افراد دارای کم‌خونی فقر آهن)
- ۷- مخلوط زنیان با مغز گردو (برای افراد بواسیری و همورئیدی).
- ۸- گیلاس، سبزی خُرفه (برای افراد دیابتی نیز خوب است).
- ۹- فلوس (سه تا ۱۰ سانتیمتر، هر بار مغز آن را تراشیده در آبجوش ریخته، مخلوط کنید و با عسل یا قند بخورید، هر نوع یبوستی درمان می‌شود).
- ۱۰- مخلوط برگ سنا (در غیر زن حامله و مادر شیرده) + برگ کاسنی + گل ختمی سفید + گل ختمی خبّازی
- ۱۱- مخلوط گلبرگ گل محمدی (برای زن حامله و مادر شیرده) + برگ کاسنی + گل ختمی سفید + گل ختمی خبّازی.
- ۱۲- ظهرها قبل از ناهار: آب دوغ خیار بوته ای.
- ۱۳- مخلوط هلیله سیاه + پوست هلیله زرد + مُلک باد + مُلک ازرق + گل سرخ محمدی + مستکی رومی، به نسبت مساوی.
- ۱۴- روغن زیتون خوراکی مرغوب طبیعی (آرگانیک).
- ۱۵- درمان یبوست در بیماران دیابتی: خُرفه، بامیه، بادام تلخ، عرق کلپوره.
- ۱۶- درمان یبوست در بیماران قلبی: کاهو و کرفس به همراه غذا بخورد، و گلاب + بید مشک + عسل وسط روز یا عصرانه بخورد.
- ۱۷- درمان یبوست در بیماران کبدی: آلو بخارا و برگه زرد آلو و تمر هندی و عرق شاهتره و کدو مسَمّی با پوستش و کلم بروکلی.

۱۸- درمان یبوست در غیر از بیماران دیابتی: گُل قند (یعنی پودر گلبِبرگ گُل محمدی مخلوط با قند سائیده به نسبت مساوی) یک قاشق پلو خوری با یک لیوان آب، اگر دیابت دارد شیر توت را با گلبِبرگ گل محمدی مخلوط کند و بخورد.

مُلیّن‌ها

۱- گلابی، ۲- کاهو، ۳- طالبی، ۴- تره، ۵- انگور، ۶- گلاب، ۹- قن، ۱۰- برگ سنا، ۱۱- سوپ، ۱۲- آبگوشت، ۱۳- زنیان، ۱۴- برگ کاسنی، ۱۵- گل ختمی، ۲۲- بادام تلخ، ۲۳- توت، ۲۴- خربزه، ۲۵- توت فرنگی، ۲۶- آب، ۲۷- آبجوش ولرم، ۲۸- اسفناج، ۳۴- قند، ۳۵- کره، ۱۹- آلوچه، ۳۰- برگ چغندر، ۳۱- عَناب با عسل، ۷- گلبِبرگ گل محمدی، ۸- ران مرغ بدون پوست، ۱۶- شیر سرد (گرچه در بعضی افراد مُسهل قوی است) ناشتا خوردن مخصوصا به همراه یک قاشق مربّاخوری عسل، ۱۷- آب دوغ خیار (اگر چه در بعضی افراد مُسهل قوی است)، ۱۸- آلو بخارا، یا آب آلو بخارا، ۲۰- تمر هندی با آب، ۲۱- خاکشیر با آب گرم، ۲۹- سبزی خوردن مخلوط، ۳۲- مخلوط آلو + آلوچه + آلبالوی خشک + تمر هندی، ۳۳- کیوی رسیده (اگر با پوستش بدون پُرز آن مصرف شود، مُسهل است)، ۳۶- آش تَره زراعی یا تَره وحشی، ۳۷- قُدومه شیرازی (ضد سرفه و ملیّن)، ۳۸- خوردن آب سرد عادی قبل از کار (توجّه: صبح ناشتا عسل رقیق شده با آب یا آبجوش ولرم یا با شیر سالم تازه گاو میل شود؛ زیرا اگر صبح ناشتا بصورت مداوم و دراز مدّت، آب خورده شود عوارض سوئی دارد مانند: الف. سوء مزاج‌های گوارشی، ب. دردهای مفصلی، ج. بَد‌رنگی پوست، د. ضرر برای کبد)، ۳۹- اسفرزه (اسپَرزه - بزرالقُطونا).
توجّه: در صورتی که در مصرف ملیّن‌ها زیاده‌روی شود، مسهل می‌شوند.

درمان یبوست و درمان پولیپ روده

۱- صبح ناشتا: دمکرده گُل استوخدوس با عسل استوخدوس، ۲- اوّل مغرب: دمکرده اُفیمون مخلوط با عسل اُستوخدوس، ۳- هر هشت ساعت یک استکان دمکرده گَزَنه بخورید.

درمان گرفتگی روده ها و توّرَم معده و روده و چسبندگی روده

۱- کوشاد (ژانسیان = جنطیانا)، ۲- دمکرده گُل بابونه.

مسکن درد مقعدی و درد رحمی

در جوشانده برگ پسته بنشینید یا بصورت ضماد، پارچه آغشته به جوشانده برگ پسته را در محل بگذارید.

کولون زخمی و کولیت زخمی، با خونریزی شدید

پرهیز شود از: اُسانس‌های شیمیائی، چربی‌های با ترانس بالا، میوه موز، خرما، فست فودها، سرخ کردنی و تف دادنی

درمان: ۱- میوه سنجد ۱۴ عدد در بین روز، ۲- میوه خرما ۱۰ عدد بعد از ناهار، یک عدد بعد از شام، ۳- بعد از هر غذا یک قاشق مرباخوری پودر هسته انار، ۴- خوردن سیاه‌دانه، ۵- دمکرده گل بابونه با شکر، ۶- دمکرده گل بومادران با شکر، ۷- هفت عدد میوه آمله یا دو قاشق غذا خوری مربای آمله صبح و شب میل شود، ۸- حتماً مخلوط گندُر خوراکی با شکر وسط روز و عصرانه بخورید، ۹- حتماً هر شش ساعت دو عدد میوه شاه بلوط بخورید.

کولیک روده = اسپام عصبی روده و یبوست حاد و مزمن

پرهیز شود از: جوش زدن، خود خوری، استرس، اضطراب، اختلال هراسی (پانیک)، افسردگی و...

درمان: دادن مُسهل قوی در گرم مزاجان، مسهل قوی در سرد مزاجان و علاوه بر آن:

۱- شُبْرُم = فرفیون (بسیار گرم گرم است) که سه نوع است: الف. گاو گُشک = شبرم، ب. شبرم قرمز = بنت قنسول، ج. شبرم کبیر = ماهو دانه

۲- سَنَا مَکّی، سَنَا حِجَازِی (توجه: زیاده‌روی در مصرف کولیت - التهاب - روده می‌آورد)

۳- صَبَح: هُوَفَارِیقُون (گل راعی، قطره هایپیران) با آب یا با عسل، [منع مصرف در کودک زیر دو سال و در زن حامله و در زن بچه شیرده]

۴- ظَهْر: چای کوهی به همراه عسل.

۵- شَب: گل ساعتی (قطره پا سی پی یا قرص والی فلور) به همراه آب

۶- گُلَقَنْد، پودر گل محمدی با عسل و یک لیوان آب

۷- مخلوط برگ سَنَا (زن حامله نخورد) + برگ کاسنی + گل ختمی سفید + گل ختمی خبّازی به نسبت مساوی در یک لیوان آب

۸- مخلوط گلبرگ محمدی + برگ کاسنی + گل ختمی سفید + گل ختمی خبّازی به نسبت مساوی در یک لیوان آب

۹- شیر سرد صبحگاهی با عسل، دمکرده گل گلرنگ (مُسهل و زیاد کننده اسپرم)

- ۱۰- چهار لیوان آب سرد عادی، چهار لیوان آبجوش ولرم در شبانه روز (یعنی هر شش ساعت دو لیوان، که باید بصورت مکیدنی میل شود)
- ۱۱- آلو بخارا (۷ الی ۱۴ عدد) بصورت مکیدنی قبل از شام، آب آلو (یعنی در یک لیوان آب عدد آلو خیسانده شود) صبح ناشتا میل شود
- ۱۲- مغز خیار بوته‌ای، طالبی، گلابی، کاهو (بدون سس)، گیلان
- ۱۳- انجیر (هفت عدد)، دو قاشق غذا خوری مربا یا شربت آن با قند یا با شیرۀ توت (در بیماران دیابتی)
- ۱۴- توت، توت فرنگی، کیوی با پوست بدون پُرز آن (زیرا پُرز کیوی بیماری آسم یا تنگی نفس می‌آورد)
- توجه: توت فرنگی بَرّاق، گوجه فرنگی بَرّاق، خیار بَرّاق، این سه میوه گُلخانه‌ای دارای سَم هستند، لذا نباید مصرف شوند.
- ۱۵- سه تا ۱۰ سانتی متر فلوس، هر بار مغز آن را تراشیده در آبجوش ریخته، مخلوط کنید و با عسل یا قند بخورید، هر نوع بیوستی درمان می‌شود.
- ۱۶- بعد از هر غذا یک قاشق چای خوری سیاه‌دانه.
- ۱۷- دارو مرگبه ضد کولیک و اسپاسم: بادرنجبویه (۱۵ گرم) + دانه شویید (۱۵ گرم) + مرزنجوش (۱۵ گرم) + آویشن (۲۵ گرم) + تخم کرفس (۲۵ گرم) + دانه گشنیز (۲۵ گرم)، این مخلوط را پودر کرده و یک قاشق مربا خوری از این مخلوط در دو لیوان آب بجوشانید و پس از صاف کردن، قبل از هر وعده غذائی نیمی از آن را میل کنید.
- * گل میخک داروئی (غنچه‌های باز نشده): ضد نفخ، محرک اشتها، خوشبو کننده دهان، تقویت اعصاب، تقویت لثه (به عنوان دهان شویه) [توجه: کودکان زیر هفت سال و زنان حامله استفاده نکنند].
- * کلپوره: ضد اسپاسم و مسکنی قوی برای دردهای دستگاه گوارش و افزایش دهنده اشتها و کاهش دهنده قند خون.
- * کاکوتی: ضد نفخ و مقوی معده، ضد دل پیچه (اسپاسم دستگاه گوارش)، کمک به درمان اسهال‌های آمیبی.

قرقره‌های شکمی و روده ای (قَرَقِر)

پرهیز شود از: نوشابه‌های گازدار و دوغ گازدار، پوست حبوبات، تخم مرغ، کوکو، خامه، سرشیر، کیک خامه‌ای، بستنی خامه‌ای، شیر پُرچرب، ماست پُرچرب، دوغ پُرچرب، جگر سیاه، کله پاچه، میوه موز،

سرخ کردنی (بطور کلی ترانس چربی بالا مانند: تف دادنی، روغن جامد، روغن پالم، روغن نارگیل، چربی اشباع، روغن هیدروژنه). و کبد چرب نداشته باشید.

درمان: ۱- زیره سبز، زیره سیاه و بادیان رومی (آنیسون)، تخم شوید، بادیان سبز (خوردانه، إجقو) به نسبت مساوی مخلوط شود و از این مخلوط یک قاشق مربا خوری به همراه ناهار و شام خورده شود، ۲- یک قاشق چای خوری سیاه دانه بعد از هر غذا بخورید، ۳- گُلپر به همراه غذا.

دل پیچه (مَغصاً= پیچش های شکمی توأم با درد)

پرهیز شود از: غذای مانده، اسانس های شیمیائی، ترانس چربی بالا، سرخ کردنی، استرس، کافئین زیاد، تخم مرغ، کوکو، فست فودها و میوه موز.

درمان: ۱- گردو را با پوستش روی آتش قرار می دهید تا مغز پُخت شود، روزی یکی، دو عدد می خورید (در روایات شیعه آمده).

۲- مصرف سنجید، و عَنَاب و پودر هستهٔ أَنار در درمان بیماری که نارسائی انتهائی رودهٔ کوچک به نوع ۲ دارد یعنی IBS که دائم شکم روش دارد، بسیار مفید است، ۳- نصف قاشق چای خوری پودر گُنْدُر خوراکی مرغوب مخلوط با یک قاشق غذاخوری شکر میل کنید.

۴- نعنا: ضد نفخ، درمان دل پیچه های گوارشی (آنتی اسپاسمودیک)، مقوی معده، و درمان چنگ زدگی معده، درمان سوء هاضمه

۵- هل سبز: در درمان نفخ شکم، درمان سوء هاضمه، کاهش دل پیچه (اسپاسم عضلات دستگاه گوارش).

نفخ شکم (ازدیاد گاز معده)

پرهیز شود از: پوست حبوبات، پوست و تفالهٔ سیب، نوشابه های گازدار، دوغ گازدار، پوست گوجه فرنگی، پوست گوجه سبز و نارسائی کبد نداشته باشید

درمان: ۱- شربت گریپ واتر بخورید، ۲- هرگاه خواستید برنج و ماکارونی بخورید به همراه زیره باشد، ۳- به همراه غذا چهار زیره و بعد از غذا یک قاشق چایخوری سیاه دانه بخورید، ۴- دمکردهٔ گُل بومادران با شکر، ۵- هلیلهٔ سیاه، ۶- دمکردهٔ مورد: ضد نفخ و خلط آور و رفع ترشحات نابجای رحمی و درمان آفت دهان و تبخال (درمان موضعی)، ۷- گُلپر: ضد نفخ و رفع سوء هاضمه (کمک به هضم غذا)، ۸- گشنیز: ضد نفخ، ضد اسپاسم دستگاه گوارش (پیشگیری و کاهش دل پیچه)، اشتهای آور، درمان اسهال و عفونت های روده ای؛ چون خاصیت ضد قارچ و ضد باکتری دارد.

* مرزه: ضد نفخ، تسهیل کننده هضم غذا، رفع چنگ زدگی معده، مرزنجوش: ضد نفخ، آرام بخش و مقوی معده، شوید: ضد نفخ بویژه ضد نفخ و قولنج کودکان، رفع استفراغ و رفع سکسکه مخصوصاً در افرادی که چربی بالا دارند.

دفع کرم، کرمک، انگل، کرم کدو، کرم آسکاریس و ...

تذکر: با دست نشسته غذا نخورید، سبزی نشسته و میوه نشسته نخورید، بعد از مستراح (توالت) دست‌های خود را با شامپو یا صابون بشوئید.
درمان:

- ۱- مغز خام تخمۀ هندوانه.
- ۲- خوردن تمر هندی.
- ۳- آنقوزه (صمغ درختچه أنجدان=صمغ درختچه گُما=حلتیت=حلتیت مُنتَن=انقوزه هراتی) [توجه: زیاده روی در مصرف آنقوزه نشود؛ زیرا سرگیجه و مسمومیت می‌آورد].
- ۴- آب ۲۰ الی ۳۰ گرم کلم برگ هر روز خورده شود، نابود کننده انگل‌های معده و روده است و رفع انگل اطفال می‌کند.
- ۵- بیست گرم از گُل‌های ماده درختچه کوسو (=شجرة الكوسو= شجرة الحبشیه= شجرة الحبشه= کسو= شاوا) را در ۲۵۰ گرم آبجوش ریخته و مدت نیم‌ساعت دم‌شود، تمامی آن گُل‌ها و آبجوش‌ولرم را بخورید (بعد از خوردن این دَمکرده تشنه می‌شوید، ولی آب نخورید و بجای آن یک‌قاشق آبلیمو ترش تازه بخورید) سپس روغن‌زیتون خورده، یک‌ساعت که گذشت برای دفع‌مدفوع به دستشویی بروید [توجه: تا هفت ساعت بعد از خوردن این دارو تمامی کرم‌ها خارج می‌شود، سپس می‌توانید غذای روزانه بخورید].
- ۶- روغن بادیان خورده شود، کرم کش و ضد انگل است.
- ۷- صبح ناشتا، هفت عدد خرما خشک بخورید (غیر از خرما بَرنی).
- ۸- هنگام خواب هفت عدد خرما خشک بخورید.
- ۹- قبل از غذا، خوردن سرکه طبیعی انگور عسکری.
- ۱۰- خوردن یک قاشق چای‌خوری پودر پوست میوه انار به همراه یک لیوان آب گرم در دفع کرم آسکاریس، بسیار مؤثر است (توجه: اگر کسی یبوست دارد بعد از دو ساعت روغن کرچک بخورد).
- ۱۱- فوفل در درمان مُنُورازی و درمان کرم‌های نواری و ضد سرفه (نظیر قُدمیه شیرازی که ضد سرفه و ملین است).

- ۱۲- بمدّت دو هفته، بزرگسالان روزی یک قاشق چای خوری اسفند بخورند (منع مصرف در حاملگی) در درمان کرم روده ای از نوع نواری (Tapeworm) مؤثر است.
- ۱۳- جوشانده یا دمکرده برگ درخت گردو ضد کرم کدو است.
- ۱۴- استعمال عصاره پوست درخت انار بر ضدّ هایمنولیپیزیس Hymenolepiasis مؤثر است. (این بیماری حاصل از هایمنولیپیس می باشد).

بیرون زدگی مقعد (زخاء)، درمان پیزی، درمان پرولاپسوس (مقعدی یا مهبلی و یا هر دو)
 توجه: میوه موز و کافئین زیاد (چای، قهوه، شکلات، کاکائو، نسکافه) و نوشابه های گازدار و آبمیوه های شیمیائی نخورید.

درمان: ۱- روزی چند مرتبه در جوشانده پوست سفید و سخت پسته بنشینید، ۲- روزی چند مرتبه در جوشانده پوست انار بنشینید، ۳- در پزشکی جدید با جراحی درمان می کنند.

شقاق مقعد

- شقاق مقعد به زبان فارسی، ناسور (ناصور، ناصیر) به زبان عربی، فیژر به زبان انگلیسی، و فیشر به زبان فرانسوی، گفته می شود.
- توجه: هیچ گاه مخرج بول (ادار) و مخرج غائط (مدفوع) را با آب داغ نشوئید (روایات در کتب شیعه، نهی کرده است)
- ۱- هربار بعد از اجابت مزاج، خود را با یکی از این محلول ها شستشو دهید:
- محلول های شیمیائی: ا. پرمنگنات، ب. یتادین، ج. سایلون (ساولون)، محلول های گیاهی: الف. آب سرکه، ب. گل بابونه، ج. گل بومادران
- ۲- به طور مرتب از داروهای لینت دهنده مزاج استفاده کنید:
- ملین ها مثل: تره، کاسنی، زنیان، گردو، برگ سنا، گل ختمی (سفید و خبازی)، انجیر، کاهو، آلو بخارا، گللابی، گیلان، طالبی، خربزه، انگور.
- مسهل ها مثل: روغن زیتون، گل قند، شیر توت، شربت انجیر، مخلوط گلاب + پودر گل محمدی + شیر توت.
- ۳- هر روز گل بومادران، مریم گلی، برگ مورد، سعد کوفی، پوست انار، بلوط، ماژو، همه این ها را به نسبت مساوی بجوشانید و در آب صاف کرده آن به مدت ۲۰ دقیقه بنشینید.
- ۴- هر روز لباس زیر را عوض کنید.

۵- استفاده از پمادها و داروهای خشک کننده زخم: ضماد پودر زردچوبه خالص روی محل گذاشته با پارچه نخی روی آنرا ببندید (شب تا صبح باشد)

۶- در درمان شقاق مقعد ناشی از گرمی و حرارت (و یا گرم مزاجی) بایستی هر روز اینها را بخورد: مغز خیار بوته‌ای، لعاب به دانه با شیر خشت و شکر زرد خوزستان، آب کدو مخلوط با شکر زرد خوزستان (طبرزد) یا با شکر سرخ مازندران، لعاب اسفرزه مخلوط با شکر زرد خوزستان.

۷- در طب سنتی گویند: در صورت خونریزی زیاد از شقاق مقعد، برای یکبار: ا. فصد از بازو و زیر زانو توصیه شده، ب. حجامت خشک (بادکش) از تهیگاه، کفل‌ها (کیل‌ها)، و زانوها، توصیه شده.

۸- اگر زخم مقعد با عفونت و خون همراه باشد بایستی زاج سبز و زاج سفید را به نسبت مساوی نرم بسایید و بر آن بپاشید تا هم از خونریزی و هم از عفونت جلوگیری کند و هم این که زخم التیام بخشد.

بواسیر = همورئید (گشاد شدن وریدهای درون مجرای مقعدی)

انواع بواسیر: الف. داخلی (داخل رود آنال)، ب. خارجی (خارج رود آنال)، که هر کدام از اینها به چهار دسته تقسیم میشوند: ۱. خونی، ۲. بادی، ۳. ساچمه ای، ۴. دگمه ای

پرهیز شود از: میوه موز، بیسکویت سفید، نان سفید، شکر، سینه مرغ، آسانس‌های شیمیائی (نوشابه های گاز دار، آمیوه های شیمیائی و...)، کم تحرکی، اضافه وزن، سوسیس و کالباس (سوسیس و کالباس مؤلّد سرطان مغز، بواسیر، شقاق مقعد و انواع دیگر سرطان‌ها است).

درمان بواسیر خونی

۱- سَمَاق (یک قاشق چای خوری صبح و یک قاشق چای خوری شب)، ۲- تره یک مشت با ناهار، ۳- خُرفه یک مشت با شام، ۴- جوشانده ریشه درخت انار، ۵- تره فرنگی، ۶- برگ درخت انگور، ۷- میوه به یا مرتای آن با قند، ۸- دمکرده گُل بابونه با قند، ۹- دمکرده گُل بومادران با قند، ۱۰- هلیله کابلی [برای درمان آیدم شکمی، افزایش دهنده بزاق دهان، ضد نفخ، مقوی معده (کمک به هضم غذا نظیر کاسنی)، درمان بواسیر خونی]، ۱۱- گُلنار فارسی (درمان میوژازی، درمان بواسیر خونی، پیشگیری از آترواسکلروز)، ۱۲- شاه بلوط (بلوط المَلِک) دو عدد، ۱۳- هر روز خوردن جوشانده پوست ریشه درخت نارگیل (یک استکان)، ۱۴- میوه نارگیل (یک چهارم)، ۱۵- روغن نارگیل (یک قاشق چای خوری) ضد بواسیر خونی است، ۱۶- خوردن اسپرزه و لعاب آن (= موسیلاژ = ماده جاذب آب).

درمان بواسیر بادی

۱- هر روز عصرانه سه خوشه انگور با هسته آن بجوید و بخورید، ۲- یک قاشق چای خوری انیسون (زیره سبز شیرین) را با یک قاشق چای خوری تخم کرفس و یک قاشق مرباخوری قند نرم بکوبید و هر روز بخورید، ۳- دو اِلی سه بار نشستن روی خِشتِ داغی که حوله روی آن انداختید، ۴- دمکرده یا جوشانده شُکاعی (=خارزن بابا= رَأْسُ الشَّيْخ) را غرغره کنید و قورت دهید.

درمان بواسیر ساچمه ای و بواسیر دگمه ای

۱- یک قاشق چای خوری زنیان یا نصف استکان عرق زنیان با دو مغز گردو با همدیگر جویده و خورده شود، ۲- پودر هسته هلیله زرد مخلوط با سفیده تخم مرغ را هر شب تا صبح بر محل گذارند تا بهبودی کامل حاصل شود.

درمان عمومی بواسیر

۱- دمکرده یا جوشانده ریشه حشیشة البواسیر (علف بواسیر)، ۲- خوردن کوبیده گندُر با قند، ۳- جوشانده برگ حساس و ریشه حساس (گیاه حساس = گُل قارکون = گُل فُهر = مستحیه) [توجه: زیاده روی در خوردن دمکرده یا جوشانده برگ و ریشه حساس، مسمومیت می آورد و موجب ریزش مو می شود]، ۴- خوردن گوشت پرنده هوبره (حباری).

درمان درد بواسیر

۱- تُفالَة چای دمکرده که چای آن مصرف شده را بر محل بواسیر ضما دکنید، ۲- روزی سه مرتبه روی موضع درد روغن خیار بمالید، ۳- سبزی تره به همراه غذا بخورید، ۴- روزی دو خوشه انگور با هسته آن بجوید و بخورید، ۵- سبزی خرفه به همراه غذا بخورید، ۶- پماد شیمیائی هموروئید بر موضع بمالید

درمان بلغم اضافی، درمان یبوست، درمان شقاق مقعد، درمان خلط اضافی و مخاط**اضافی، درمان ازدیاد گاز معده ای و روده ای**

هریک از آنزوت (صمغ سفیدقرمز، زردرنگ) و مغزگردو را آسیاب کرده و به نسبت مساوی مخلوط کنید، و هرروز یک قاشق مرباخوری میل کنید.

مجرای غیر طبیعی خروج مدفوع (فیستول مدفوعی، باسور مقعدی)

۱. روغن بنفشه طَبّی معطر را با یکی از موارد زیر مخلوط کرده و به محل بمالید:

الف. مُورد (از همه قوی تر است)، ب. روغن هلو، ج. با روغن شفتالو، د. روغن تخم خیار
 ۲. نصف استکان جوشانده برگ حساس و ریشه حساس (گیاه حساس = گل قارکون = گُل قَهر =
 مستحیه) بخورید [توجه: زیاده روی در خوردن دمکرده یا جوشانده برگ و ریشه حساس، مسمومیت
 می آورد و موجب ریزش مو می شود].

فتق نافی

درمان فتق جانبی، درمان فتق یکطرفه یا دوطرفه، کنار بیضه ها و کشاله ران:
 توجه: یبوست نداشته باشید، بار سنگین بر ندارید.
 درمان: ۱- کوبیده برگ حساس (برگ قَهر = برگ قارکون = برگ حساسه = برگ مُسْتَحِیه) مخلوط با
 روغن کنجد یا مخلوط با روغن زیتون، شب تا صبح ضماد شود، ۲- فتق بند در طول روز و شب
 ببندید و فقط هنگام خواب آن را در بیاورید، ۳- پیاده روی آرام در سطح مستوی در هوای آزاد و
 نرمش های ملایم داشته باشد.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان روماتیسم

تذکر: به مدت دو هفته پروتئین حیوانی نخورد (نه گوشت سفید و نه گوشت قرمز) فقط گوشت ماهی سفید یا قزل آلا که بعد از آن یک قاشق پلوخوری عسل بخورد، به مدت دو هفته حبوبات نخورد، به مدت دو هفته بادام زمینی، فندق، گردو، بادام درختی نخورد. توجه: فقط روغن زیتون خوارکی طبیعی استفاده کنید.

برای همیشه از موارد ذیل پرهیز کنید:

۱. قندهای شیمیائی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و...)، ۲. آسانس های شیمیائی (آبمیوه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و ...)، ۳. کافئین زیاد (چای مانده، چای پُر رنگ، کاکائو، شکلات، قهوه، نسکافه)، ۴. ترانس چربی بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُر چرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، کله پاچه، جگر سیاه، سرخ کردنی، تف دادنی، بو دادنی، ته دیگ)، ۵. آدویه جات، ۶. أحشاء داخلی حیوانات حلال گوشت، ۷. مُسکرات، ۸. خوراک های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس ها، کالباس ها، همبرگرها، پیتزا و...) [که بسیاری از املاح مقووی و ویتامین های آن از بین رفته و ۸۰٪ آنزیم های مفید آن پائین آمده]، ۹. کنسروها، ۱۰. کمپوت ها، ۱۱. سُس ها

الف. درمان های عمومی:

۱. تمشک، توت فرنگی.
۲. گیلان، آلبالو.
۳. تره، تره فرنگی.
۴. صبح ناشتا: آب هویج با عسل
۵. شب آب سیب سرخ با عسل
۶. غوره، آبغوره، رُب غوره
۷. پیاز، سیر.
۸. گُلَقند با سکنجبین.
۹. کرفس، تُرَب سیاه.
۱۰. ماهی و بعد از آن خوردن عسل.
۱۱. انجیر، آلو.
۱۲. طالبی، گرمک.
۱۳. هلو، زردآلو.

۱۴. میخک داروئی، دمکرده برگ بابا آدم.
۱۵. شیر، ماست.
۱۶. انگور فرنگی سبز با عسل
۱۷. آبلیمو ترش، آب پرتقال.
۱۸. رازیانه (فقط خانم‌ها و دختران بخورند).
۱۹. آب پرتقال با خرما.
۲۰. آب پرتقال با آب خربزه.
۲۱. آب انار با آب خربزه.
۲۲. گل کلم، سیب زمینی.
۲۳. بین روز: مربای بالنگ که بعد از آن یک تکه نان خشک تنوری بخورید.
۲۴. مربای به، آب به با عسل
۲۵. ماساژ با جوشانده برگ اسفند.
- ب. درمان های خاص:
۱. فشارخون دارد و رماتیسم: هر روز صبح یک حبه سیر بجود و بخورد.
۲. کبد چرب دارد و رماتیسم: هر روز جوشانده یا دمکرده برگ یا پوست سبز گردو به مقدار یک استکان بخورد.
۳. فلجی یا شبه فلجی دارد و رماتیسم: جوشانده مخلوط بابونه شیرازی و بابونه گاو چشم و مرزنجوش بخورد.
۴. کم خونی دارد، سوزاک دارد و رماتیسم: هر روز یک لیوان آب انگور وسط روز و یک لیوان عصرانه بخورد
۵. ضعف اعصاب، ضعف قلب و رماتیسم: مخلوط گلاب، عرق بید مشک، عسل آویشن، نعنا.
۶. کمبود مایع مفصلی و صدای زانو، یائسگی زودرس و رماتیسم: جوشانده علف هفت بند.
۷. تهوع، ضعف اعصاب و رماتیسم: جوشانده مخلوط سوسنبر و آویشن.
۸. کم خونی، عفونت داخلی و رماتیسم: جوشانده آب سیب عسل که مخلوط آن بهتر است.
۹. انسداد کبدی و قلبی و رماتیسم: هر روز دمکرده تخم کرفس بنوشید، مخلوط سکنجبین با آب انار شیرین بخورید.
۱۰. تنبلی کبد و کم کاری کلیه و رماتیسم: آب پرتقال، آب انار، آب سیب، آب زردک، آب ترب سیاه.
۱۱. رطوبت اضافی بدن، تجمع مایعات اضافی بافتی و رماتیسم: خورشید کرفس، سوپ هویج جعفری، روغن زیتون، عسل استوخدوس، گل استوخدوس، آفتیمون، زنجبیل پرورده در عسل.

۱۲. چربی خون، بالا بودن آنزیم‌های کبدی و رماتیسم: شوید پلو، آش گل سرخ، کدو مسمی با پوستش، خورشت کدو حلوائی با رب انار، مربای بالنگ عسل.
۱۳. نقرس، ضعف نعوظ و رماتیسم: حب سورنجان به مقدار یک نخود بخورد و قولنجان به مقدار یک عدس زیر زبان نگه دارد، نیش زنبور در مفصل بزند، مربای به، مربای بالنگ، مربای شقاق و عسل بخورد، شخص بیمار در مناطق حارّه و گرمسیر باشد بهتر است.
۱۴. در رماتیسم کهنه و مزمن نایستی کشک، سرکه، ترشی جات بخورد. ولی سیر بخورد و سیر له شده را روی موضع درد رماتیسمی کهنه به مدت یک ساعت گذاشته و سپس بشوید تا رماتیسم مزمن را از بین ببرد.
۱۵. رماتیسم عفونی: پیشگیری و پرهیز شود از سرماخوردگی و جریان هوای سرد، درمان رماتیسم عفونی: صبح‌ها: شیر + عسل اُستوخدوس، وسط روز: آب شلغم + عسل، عصرانه: آب سیب + عسل، شب بعد از شام: سیاه‌دانه + عسل، شب قبل از خواب: روغن بنفشه طَبّی خالص (در پایه روغن زیتون)، هم بخورید و هم ماساژ دهید.
۱۶. راشیتیس و رماتیسم: جوشانده غلیظ مریم گلی
۱۷. یبوست و رماتیسم مزمن: گُلَقند با شیرۀ توت، گلَقند با سکنجبین، مربا یا شربت اُنجیر با قند و شیرۀ توت.
۱۸. تب کلیه، سنگ کلیه، کیست کلیه و رماتیسم: آب ترب سیاه، برگ چغندر با ران مرغ خورشت درست کنند، آش شلغم، آش آبغوره، جوجه کباب، جوشانده هسته خرما.

رماتیسم مفصلی:

- در این بیماری مفصل‌ها خشک شده و در آن ناحیه ورم و درد شدیدی دارد، بطوری‌که بیمار از شدت درد خوابش نمی‌برد.
- پزشکی جدید دارو ندارد و کورتون تجویز می‌کند.
- درمان: ۱. آلو بخارا ۷ عدد که مثلاً صبح تا ظهر مصرف شود، ۲. یک استکان آب انار شیرین عصرانه و در فصولی که انار موجود نیست، یک 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
- تذکر: بیمار باید از خوردن غذاهای چرب و سرخ کردنی‌ها پرهیز کند.
- توجه: درمان بیماری که رماتیسم شدید گرفته و به همه بدن سرایت کرده:

در بین روز: آلو بخارا ۱۴ عدد در ۲۴ ساعت بخورد (بصورت مکیدنی)، عصرانه: یک لیوان آب انار شیرین، یا دو قاشق پلو خوری رب انار شیرین، از مغرب تا وقت شام: یک قاشق پلو خوری زرشک خام، بعد از شام: یک قاشق مرباخوری سیاهدانه با عسل بجود و بخورد. شب قبل از خواب: یک قاشق مرباخوری روغن بنفشه طَبّی (در پایه روغن زیتون) بخورد، و با روغن بنفشه طَبّی همه بدن خود را ماساژ دهد.

رماتیسسم پوستی:

بیمار با پوست لکه لکه و سیاه، و بیمار با شکم روش دائمی درمان: ۱- صبح ناشتا: یک لیوان آب انار شیرین مخلوط با هفت عدد گُلنار وحشی بخورد، ۲- وسط روز: عسل گُون با آب یا با آبجوش ولرم میل شود، ۳- عصرانه: دو قاشق غذاخوری رب انار شیرین بخورد، ۴- هر صبح و هر شب با روغن بنفشه طَبّی (در پایه روغن زیتون یا پایه روغن بادام تلخ) ماساژ دهید، ۵- خوردن دو عدد میوه شاه بلوط، ۶- خوردن پنج عدد زالزالک، ۷- خوردن دو عدد میوه اُزگیل.

اسکِلِرُودِرمی (یک نوع رماتیسسم پوستی):

منجر به لکه های قهوه ای پوست می شود، که گاهی این لکه ها، حدفاصل میچ دست ها تا آرنج ها است. درمان قطعی ندارد لذا بایستی دارو (گیاهی یا شیمیائی) مادام العمر مصرف شود. داروی گیاهی: عصرانه: انار شیرین یا رب آن را بخورید، قبل از شام: هفت عدد آلو بخاری خشک را بصورت مکیدنی بخورید.

بِهجت (یک نوع رماتیسسم):

دکتر محمد رضا هاتف: درمان قطعی ندارد، در ایران از هر ۱۰۰،۰۰۰ نفر، ۸۰ نفر مبتلا هستند، این بیماری بیشتر در کشورهای حاشیه جاده ابریشم دیده می شود. علائم بیماری: ۱. آفت دهان، ۲. ضایعات پوستی، ۳. ضایعات چشمی، ۴. زخم در ناحیه 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. ناپروکسن، ۳. پردنیزولون

بعضی دیگر از متخصصین روماتولوژی دو داروی دیگر تجویز می کنند: ۱. نیزوپرید ۵ روزی چهار عدد صبح ها، ۲. هر ماه یک بار به مدت شش ماه، پنج عدد ۲۰۰ میلی گرم داروی سیکلوفسفامید (با نام

تجاری اندوکسان) یعنی ۱۰۰۰ میلی گرم از این دارو را داخل سُرُم می ریزند و به بیمار تزریق می کنند.

درمان گیاهی: برای رفع علائم این بیماری به ترتیب آن ها موارد زیر مفید است: ۱. ربّ انار شیرین یا آب انار شیرین یا جوشانده تخم خرفه در دهان بگردانند، ۲. عسل گَوَن، ۳. اِهلِیجات در عسل، آب زردک=آب هیچ رسمی، ۴. روغن بنفشه طَبّی، ۵. مرثای به، آب به عسل، آب سیب عسل استوخدوس، آب پرتقال، خرما. نکته: از آنجا که این بیماری یک نوع رماتیسم است، لذا برای درمان آن به قسمت رماتیسم مراجعه شود.

رماتیسم قلبی:

توجّه: غذاهای مانده، اسانس های شیمائی، چربی های با ترانس بالا نخورید، آنژین گلو و عفونت گلو نداشته باشید.

درمان: ۱- با هر غذا، یک قاشق غذاخوری آبغوره طبیعی (نجوشیده بی نمک) بخورید، ۲- بعد از هر غذا، یک استکان آب سیب رسیده شیرین تازه بنوشید، ۳- عصرانه، انار شیرین یا ربّ انار شیرین بخورید، ۴- شب قبل از خواب، یک لیوان آب سیب رسیده شیرین تازه مخلوط با عسل طبیعی کوهی بنوشید، ۵- روزی یک قاشق مرباخوری روغن بنفشه طَبّی در پایه روغن زیتون خورده و ماساژ با روغن بنفشه دهید.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان کیست کلیه / اوره بالا / کراتین بالا / دفع پروتئین در ادرار

مواردی که باید پرهیز شود:

۱. قندهای شیمیایی (قند، شکر، شیرینیجات قنادی ها و...)
 ۲. اسانس‌های شیمیایی (آبمیوه‌های شیمیایی، نوشابه‌های گازدار، بستنی‌های صنعتی و ...)
 ۳. خوراک‌های صنعتی و غذاهای آماده (فست فودها، سوسیس، کالباس، همبرگر، پیتزا و...) [که بسیاری از املاح مقوی و ویتامین‌های آن از بین رفته و ۸۰٪ آنزیم‌های مفید آن پائین آمده]
 ۴. غذاهای مانده،
 ۵. کم تحرکی،
 ۶. نگهداری ادرار
 ۷. کافئین زیاد (چای مانده، چای پُر رنگ، کاکائو، شکلات، قهوه، نسکافه)
 ۸. چربی با ترانس بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُر چرب، کیک خامه‌ای، خامه، سرشیر، کله پاچه، جگر سیاه، سرخ‌کردنی، تَف دادنی، بو دادنی، ته دیگ)
- موارد ذیل مصرف شود:
۱. بمدت ۴۰ روز صبح ناشتا دم‌کرده گُل اُستوخْدوس (یک قاشق چای‌خوری پودر آن در یک استکان آبجوش ولرم). (اگر کیست کلیه دارد مصرف شود)
 ۲. صبحانه: اَلَف. مخلوط یک لیوان آب با یک قاشق مرباخوری عسل اُستوخْدوس . ب. مخلوط یک لیوان آبجوش ولرم با یک قاشق مرباخوری عسل استوخدوس
 ۳. وسط روز: مغز خیار بوته‌ای با تلخه آن، سپس بعد از ۱۰ دقیقه، ۷ عدد زیتون خوراکی طبیعی بخورید.
 ۴. ناهار: اَلَف. سوپ (جو، سبزی جعفری، زردک) بی‌نمک بی ادویه + یک قاشق غذاخوری آبغوره طبیعی + یک قاشق غذاخوری روغن زیتون طبیعی خوراکی (فشار اوّل پرسی سرد)، ب. کاهو بدون سُس، ج. سبزی مرزه، د. سبزی شنبلیله
 ۵. بعد از نهار: سیاه‌دانه، سپس بعد از ۱۰ دقیقه، ۷ عدد زیتون خوراکی طبیعی بخورید.
 ۶. عصرانه: اَلَف. دو عدد انار شیرین با هسته آن بجوید، ب. انگور رسیده، ج. هندوانه رسیده، د. خربزه شیرین رسیده
 ۷. بمدت ۴۰ روز اول مغرب: دم‌کرده اُفتیمون (یک قاشق چای‌خوری پودر آن در یک استکان آبجوش) (اگر کیست کلیه دارد مصرف شود)

۸. مغرب تا شام: یک قاشق چای خوری گُل بهار نارنج، یک قاشق پونه، یک قاشق نعنا، یک قاشق آویشن (تذکر: هر کدام از این موارد بصورت جداگانه مصرف شود)، سه عدد میوه زردک (هویج زرد، هویج رسمی) یعنی هر ۸ ساعت، یک عدد میوه زردک

۹. شام: ا. سوپ (جو، سبزی جعفری، زردک) بی نمک بی ادویه + یک قاشق غذاخوری سرکه طبیعی + یک قاشق غذاخوری روغن زیتون طبیعی خوراکی (فشار اول پرسی سرد)، ب. کرفس خام، ج. سبزی شنبلیله، د. سبزی کاسنی

۱۰. در ۲۴ ساعت هشت لیوان آب و آبجوش ولرم بنوشید (یعنی هر ۶ ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آبجوش ولرم)

۱۱. روزی پنج عدد میوه ازگیل، این میوه به علت داشتن املاح، سیتریک و رمالیکو تاتاریک، ترشی خون (اسید اوریک) را از بین می برد. (توجه: زیاده روی در مصرف نشود، زیرا برای کبد ضرر دارد).
۱۲. پنجاه گرم از گیاه سنگ شکن (أُمُّ وَجَع الکبد) را در یک کیلو آب جوشانده، آب آن را صاف کرده، سپس برگ های گیاه انگور خرس (علف خرس) را به مدت ۱۵ دقیقه در آن بخیسانید، سپس آب آنرا صاف کرده و بنوشید. (بسیار مفید است).

* توجه: ازدیاد اوره خون و بیماری نفرس، باعث بسته شدن مجاری ادراری می شود که زمینه ریفلاکس ادرار (برگشت ادرار) را فراهم می کند و همچنین باعث رسوب در نسج کلیه ها می شود که زمینه نارسائی کلیه ها را فراهم می کند.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیائی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

درمان لاغری

عوامل لاغری مُفرط و شدید (یعنی هزال = کاشکسی):

۱. سوء تغذیه شدید، ۲. زن حامله که علاوه بر سه وعده غذا، ریز مغذی مصرف نکند، ۳. زنی که بچه شیر میدهد علاوه بر سه وعده غذا، ریز مغذی مصرف نکند، ۴. کسانی که بدون سحری روزه می گیرند، یا بدون صبحانه سر کار می روند که علاوه بر لاغری دوازده بیماری می آورد، ۵. حرص و جوش ها و خودخوری ها، ۶. عدم آرامش روانی و روحی، آشفتگی روانی، ۷. دلواپسی، دلشوره، اضطراب (یعنی دلهره)، ۸. استرس (نگرانی مستمر) زیاد (کسانی که استرس دارند یا پُر خور می شوند و یا برعکس کم خوراک می شوند)، ۹. بی اشتتهائی فقر روی و بی اشتتهائی التهابی و بی اشتتهائی عصبی و بی اشتتهائی بخاطر کمبود باکتری های مفید روده، ۱۰. زیاد خوردن ماهی و مداومت در خوردن ماهی که علاوه بر لاغری، پیه چشم آب می شود (اگر پیه چشم آب شود، ضعف چشم می آورد و اگر بعد از خوردن ماهی، شخص بخوابد، لمسی بدن می آورد لذا روایات اسلامی می فرماید: بعد از خوردن ماهی، غسل طبیعی یا هفت عدد خرما بخورید)، ۱۱. کسانی که هر روز حمام می روند (در روایات اسلامی آمده)، ۹. ضعف اعصاب متوسط و شدید، ۱۲. بعد از ناهار خوابیدن، ۱۳. تحرک زیاد بدون سوخت لازم، ۱۴. پُرکاری غده تیروئید، ۱۵. بیماری های متابولیکی مثلاً قندخون بالا و کسانی که قرص شیمیائی متفورمین می خورند بی اشتتهائی آورده و باعث لاغری می شود، ۱۶. کسانی که مشکلات پوسیدگی کلیه یا از کار افتادگی کلیه دارند، ۱۷. کسانی که سرطان دارند مانند سرطان رحم، سرطان خون، سرطان معده، ۱۸. عامل ژنتیکی و وراثتی، ۱۹. کمبود عنصر سلنیوم، ۲۰. کمبود ویتامین D، ۲۱. کمبود منیزیم، ۲۲. غذای آلوده به سرب و جیوه، ۲۳. کمبود ویتامین C، ۲۴. مداومت در خوردن تخم مرغ (در روایات اسلامی)، ۲۵. مداومت در خوردن شکوفه خرما (طلع) [در روایات اسلامی]، ۲۶. استمناء در پسران و استشهائ در دختران (خودارضائی گناه کبیره است و بایستی ترک شود).

درمان لاغری:

۱. خوردن غذاهای طبیعی
۲. بعد از ناهار خوابیدن در روایت میفرماید: رَاحَةً لِلْبَدَنِ
۳. یک روز در میان حمام کردن (در روایات اسلامی آمده)
۴. خوردن هفت عدد خرما تازه با خیار بوته ای که چاقی عادی و فربهی می آورد (در روایات اسلامی می فرماید: القَاءُ مَعَ الرُّطْبِ)

۵. خوردن مغز خام بادام شیرین درختی + انجیر + بادام زمینی بدون پوست، از هر کدام هفت عدد و هر سه باهم جویده شود
۶. صبح‌ها، هر روز انجیر (سه تا هفت عدد) با انیسون یا بادیان سبز
۷. خوردن جوشانده رازیانه ۳۰ گرم در یک کیلو آب، در روز یکبار (که مخصوص درمان لاغری خانم‌ها است).
۸. مربای گردو با عسل یعنی دو هفته گردو در عسل بماند، سپس مصرف شود
۹. دمکرده کاکوتی یا یک قاشق چای خوری پودر کاکوتی همراه ماست چرب
۱۰. خوردن کنجد مخلوط با مغز بادام درختی و شکر زرد خوزستان، همچنین مصرف کنجد مخلوط با عسل
۱۱. خوردن یک تا سه عدد انار شیرین (بعد از غذا یا صبح جمعه) یا یک تا دو لیوان آب انار شیرین بسیار مفید است ولی خوردن رب انار شیرین قویتر از خود انار شیرین است (هر دو نوع فشارخون را پائین می‌آورد).
۱۲. بین روز یا اول افطار: خوردن شیر با هفت عدد تمر برنی یعنی خرما خشک سالم بهداشتی که در شرق مدینه (یمامه) موجود است (در روایات اسلامی آمده).
۱۳. ماست شیرین کم چرب (بدون روغن پالم) + هفت عدد خرما برنی،
۱۴. آب نخود زرد جوشیده + حلیله بادام شیرین درختی
۱۵. خوردن سَعْتَر (صَعْتَر) یعنی آویشن شیرازی با پنیر (معارف گیاهی ج ۱ ص ۲۸۰)
۱۶. صبح ناشتا مخلوط پودر تخم مارچوبه با زرده تخم مرغ عسلی (سالم تازه بدون ویروس آنفولانزای پرندگان) بخورد.
۱۷. مربای شقائق (= هویج وحشی) یا گل‌های شقائق را به مدت ۱۴ روز در عسل قرار دهید سپس هر روز صبح یک قاشق مربا خوری بخورید.
۱۸. خوردن گوشت بلدرچین هفته‌ای سه مرتبه.
۱۹. عرقیات مخلوط شده یا داروی مرگبه درمان لاغری و ایجاد چاقی عبارتست از: عرق یونجه + عرق شنبلیله + عرق برگ چنار + عرق چهل گیاه، به نسبت مساوی مخلوط شود و سپس میل شود.
۲۰. خوردن آبگوشت،
۲۱. گوشت بوقلمون و آبگوشت آن
۲۲. به همراه غذا برگ چغندر و لَبو بخورید
۲۳. شب‌ها خوردن پنیر تازه با خربزه رسیده شیرین (در روایات اسلامی آمده)

۲۴. درمان افراد خیلی لاغر: هر روز صبح یک لیوان آب انگور تازه و هر روز عصر یک لیوان آب انگور تازه بخورند (درمان لاغری، درمان یبوست، درمان بواسیر بادی، درمان سوزاک، درمان کم‌خونی فقر آهن، درمان کمبود شیر مادر و درمان تیرگی و خشونت پوست).

۲۵. مغز خام پسته تازه (درمان لاغری می‌کند ولی ایجاد خون غلیظ و یبوست می‌کند).

۲۶. چهارده عدد مغز خام بادام شیرین درختی و یک قاشق چایخوری روغن مغز بادام شیرین درختی.

۲۷. آجیل تازه.

۲۸. فندق تازه.

۲۹. مغز خام تخمۀ آفتابگردن (منع مصرف در جوانان و نوجوانان مجرّد).

۳۰. بدون ب گمپلیکس درمان لاغری افراد بسیار لاغر نمی‌شود (زیر نظر پزشک متخصص).

۳۱. هر روز استشمام بوی خوش طبیعی غیر سمّی (در روایات اسلامی آمده)

۳۲. پوشیدن لباس‌های نرم و لطیف و گشاد نخ‌ی یا کتان.

۳۳. پوشیدن لباس حریر طبیعی برای زنان و دختران (در روایات اسلامی آمده)

درمان ضعیفی و لاغری کودک:

۱- برای دختران: خورشید ران بوقلمون، سوپ ران بوقلمون، برای پسران: خورشید ران خروس یا سوپ آن و خورشید بلدرچین یا سوپ آن، ۲- خوردن یک عدد خیار بوته‌ای به همراه هفت عدد خُرمای (باهم بجود و بخورد).

رشد مخچه بچه و وزن گرفتن بچه (در دوران نوزادی):

اسیدفولیک بچه نباید کاهش داشته‌باشد مثلاً اگر نوزادی یک کیلو و ۵۰۰ گرم تا یک کیلو و ۷۰۰ گرم بدنیا آمده، فوق تخصصی نوزادان می‌فرماید:

قرص اسیدفولیک یا قطره مولتی‌ویتامین به آن بچه بدهید، تا رشد مخچه مناسب‌باشد چراکه اگر کم‌باشد بچه دچار عقب‌ماندگی ذهنی عارضی می‌شود.

اما ما بجای قرص شیمیائی گوئیم: هر روز یک قاشق چایخوری در ۲۴ ساعت یکبار آب کاهو، یا آب خُرفه، یا آب لَبو بدهید.

رشد قد و وزن گرفتن نوزاد:

گاهی بچه دنیا آمده، وزن و قد او کم است، و گاهی زودتر دنیا آمده، در مورد قد و وزن در فوق تخصصی نوزادان و همچنین رشد استخوان جمجمه در پزشکی جدید قطره Eurho 25 قطره در ۲۴ ساعت تجویز می‌شود، و همچنین شربت مکمل رژیم غذایی به نام سوزین می‌دهد که در نوزادان یک قاشق چایخوری، و از نوزادی به بالا یک قاشق مرباخوری، و همچنین مصرف یک چهارم قرص اسید فولیک که در آبجوش ولرم در یک قاشق حل شود و به بچه داده شود (برای مادر گوئیم یک عدد قرص در ۲۴ ساعت)، ولی در داروهای گیاهی و طب المعصومین: می‌فرمایند: یک قاشق چایخوری آب خُرفه یا آب لَبو یا آب کاهو به جای قطره Eurho و شربت مکمل سوزین، و همچنین نوک قاشق چایخوری عسل یا شیرۀ خرما یا شیرۀ انگور، حل شده با آب، کم کم به بچه در ۲۴ ساعت بدهید، (بعضی پزشک‌ها گویند که عسل زیر شش ماهگی به بچه ندهید، می‌گوئیم بله آن خود عسل به تنهایی است اما ما گوئیم نوک قاشق عسل رقیق شده در آبجوش ولرم به بچه داده شود) اگر بچه شش ماهه است حلیله یک بادام بخورد و همچنین مادر نوزاد، روزی ۱۴ عدد مغز خام بادام شیرین درختی بجود و بخورد، هم شیر آبکی مادر، پروتئین و ویتامینش زیاد میشود و هم بچه اش وزن می‌گیرد.

توجه: پزشکی جدید برای رشد بچه روغن ام‌سی‌تی (MCT Oil) و برای رشد جمجمه، ۱۵ تا ۲۵ قطره از مولتی ویتامین، و برای رشد مخچه یک چهارم قرص اسیدفولیک می‌دهند، اما ما بجای این‌ها گوئیم: ۱- یک قاشق چایخوری عسل رقیق شده، ۲- یک قاشق چایخوری از محلول یک عدد گوشت خرما رسیده در آبجوش ولرم، ۳- یک قاشق چایخوری آب لَبو یا آب برگ سبز کاهو، ۴- یک قاشق چایخوری آب زُلال سیب رسیده شیرین

ضعف اعصاب شدید، پر خاشگری، لاغری شدید، بی اشتهائی:

ترک شود: اعتیاد، آسانسهای شیمیائی، فست فودها، کافئین زیاد، غذاهای تند و تیز، ترشیجات بندری و لیتّه

انجام شود: ۱- وسط روز: یک لیوان آب پرتقال شیرین، ۲- عصرانه: یک لیوان آب لیمو شیرین، میوه به رسیده شیرین زرد معطر آبدار و مربای آن و کمپوت طبیعی آن به همراه صبحانه و روغن آن (مقوی اعصاب و قلب)، ۳- صبح قبل از کار: سنبل الطیب یک قاشق چایخوری با عسل، ۴- اَوّل مغرب: گل بهارنارنج یک قاشق چاخوری، ۵- شب بعد از شام یک عدد انار شیرین با پرده نازک روی دانه ها یا یک قاشق مرباخوری رُب انار شیرین طبیعی میل شود، ۶- خورشت رانِ بوقلمون، آبگوشت بوقلمون، سوپ بوقلمون.

نسخه ای دیگر در مورد أعصاب ضعیف:

صبح قبل از کار: گل راعی=هوفاریقون=قطره هایبیران (۲۵ قطره با یک لیوان آب)، وسط روز: چای کوهی، عصرانه: نصف استکان گلاب + نصف استکان بید مشک + یک قاشق مربا خوری عسل آویشن نعنا، اول مغرب: گل بهار نارنج، شب قبل از خواب: گل ساعتی=قطره پاسی پی (۲۵ قطره با یک لیوان آب)، توجه: بچه های زیر دو سال و زنان حامله و شیرده نمی توانند از این دو قطره استفاده کنند.

کنترل عصبانیت:

۱. داشتن خواب منظم، ۲. داشتن خواب پیوسته، ۳. نوشیدن آب سرد عادی، ۴. مصرف غذای سبک مخصوصاً در شب، ۵. ترک موضع و مکان یعنی تغییر محل و مکان، ۶. سکوت بجا، ۷. پاسخ زیبا، ۸. خوردن دوغ شیرین کم چرب بدون گاز مخلوط با آویشن نعنا، ۹. نوشیدن شربت زعفران عسل، ۱۰. خوردن شیر تازه گاو کم چرب مخلوط با عسل آویشن، ۱۱. یاد خدا Y، 12. یاد قیامت، ۱۳. احیاء سنت رسول الله ۶، ۱۴. عمل بر طبق فرامین چهارده معصوم ..

درمان لاغری صورت و رویاندن گوشت بر صورت و بدن (فربهی بدن):

۱. صبحانه: شیر تازه گاو با عسل گون نوشیده شود، شیر خرما، حلیم گندم گوشت بخورید، ۲. صبح: مالیدن عسل مرغوب گون روی صورت و ... ۳. در بین روز: خوردن ۱۴ عدد میوه سنجید رسیده یا یک قاشق غذا خوری پودر سنجید مخلوط با شیر، ۴. یک روز در میان ناهار خوردن خورش: ا. گوشت کبک بختیاری، ب. گوشت بلدرچین، ج. گوشت بوقلمون، ۵. عصرانه سه عدد خیار بوته ای با هفت عدد خرما، تازه رسیده، ۶. بعد از ناهار و بعد از شام خوردن هفت عدد خرما، ۷. یک شب در میان: خوردن پنیر تازه با خربزه رسیده شیرین، ۸. به همراه ناهار و شام برگ چغندر، لبو، شیر چغندر بخورید، ۹. هر روز رُب انار شیرین طبیعی بمقدار یک قاشق مربا خوری تا یک قاشق غذا خوری بخورید، ۱۰. خوردن میوه انگور صبح و عصر.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

دوران حاملگی و زایمان

بعضی از توصیه‌ها در مورد زن حامله:

۱. برای زن حامله بعضی چیزها مانند کفش پاشنه بلند، پیاده‌روی طولانی مدت، کوه نوردی، ورزش سنگین و قد بلندی کردن ضرر دارد؛ زیرا باعث می‌شود که بچه جا کن شود. و همچنین اضطراب شدید برای او ضرر دارد؛ زیرا دچار لگه بینی شده و بچه سقط می‌شود.

۲. خانم حامله در ۲۴ ساعت علاوه بر آن سه وعده غذائی (صبحانه، ناهار، شام) باید ۶ وعده ریز مغذی داشته باشد و از موارد زیر استفاده نماید: مغز بادام درختی شیرین خام، بادام‌هندی خام، فندق خام، پسته درختی خام، گلابی، به، لیموشیرین، آب انار شیرین یا انار شیرین ضد و یار زنان و سبب رشد جنین می‌شود، آب سیب تازه و ۳ الی ۴ لیوان شیر گاو تازه کم‌چرب مصرف‌کند، خربزه رسیده شیرین بعد از غذا بخورد، مربای به همراه صبحانه، مربای بالنگ بعد از ناهار خورده و سپس بمقدار یک گف دست نان خشک تنوری بعد از آن خورده (در روایات شیعه آمده)، بعد از شام مربای سیب بخورید

خوردن گندُر مرغوب (ابيض یا دَکَر) از یکی دو ماه قبل از حاملگی تا یکی دو ماه بعد از حاملگی به مقدار روزانه یک نخود، سبب زیبایی، دَکاوَت، حافظه قوی و هوش بالای فرزند می‌شود. مادران گرمی بایستی در زمان بارداری و همچنین در زمان شیردهی، از سبزی‌جات سالم بهداشتی و میوه‌جات سالم تازه فصلی بخورند.

توجه: دکتر محمّدصادق رُحان گوید: برای زنان در زمان حاملگی پیشنهاد شده است که هر شبانه‌روز ۳۰۰ کالری به غذای معمولی آنها افزوده شود.

تذکر: در طول دوران بارداری، استراحت کافی، تغذیه مناسب و حمایت عاطفی دیگران مخصوصاً شوهر، لازم است.

۳. زن حامله به پشت نخوابد؛ زیرا خون‌رسانی به جنین مُختل می‌شود و به شکم نیز نخوابد که دیوانگی، حماقت و خوابی شیطانی است، بلکه زن حامله به پهلو بخوابد، چه پهلوئی راست و چه پهلوئی چپ ولی اگر به پهلوئی چپ بخوابد خون‌رسانی به جُفت و جنین بسیار راحت‌تر و بهتر انجام می‌شود.

توجه: اگر زن حامله خواست در موقعی که به پهلو خوابیده به پهلوئی دیگر بچرخد، در حال خوابیده این کار را انجام ندهد بلکه اوّل بنشیند و سپس به پهلوئی دیگر دراز بکشد مخصوصاً از ۴ ماهگی به بعد، چون که گاهی باعث پیچیده شدن بند ناف به دور گردن بچه می‌شود.

۴. بهترین زمان بارداری در زنان، از سن ۱۶ تا سن ۲۵ سالگی می‌باشد (گرچه بعضی از سن ۱۸ سالگی گویند)، و ماکزیمم حامله شدن تا پایان ۳۰ سالگی است و از آن به بعد، کم‌کم قدرت باروری، با شیب کم، ضعیف می‌شود، ولی بعد از ۳۵ سالگی احتمال حامله شدن بسیار ضعیف می‌شود تبصره: گرفتن رژیم درمان چاقی در طول بارداری و دوران شیردهی ممنوع است. (دکتر ملیحه امیریان).

ضیائی گوید: در طول دوران بارداری در زنان چاق ۱۰ الی ۱۲ کیلو اضافه وزن پیدا کنند (بیشتر نشود)، و در طول دوران بارداری در زنان لاغر ۱۵ تا ۱۷ کیلو اضافه وزن پیدا کنند.

تقویت قلب مادر حامله و قلب جنین:

۱- صبحانه: یک لیوان شیر تازه گاو مخلوط با عسل طبیعی کوهی، و خوردن مربای به، ۲- بین روز و عصرانه: خوردن گلابی رسیده شیرین، ۳- شب قبل از خواب: آب سیب رسیده شیرین مخلوط با عسل طبیعی کوهی بخورد.

ویار دوران حاملگی:

الف. تهوع، اُغ زدن، استفراغ: ۱. کسانی که (حتی زن حامله) قبل از غذا خوردن یا به محض دیدن غذا استفراغ می‌کنند، آبغوره طبیعی قبل از غذا مصرف کنند، ۲. میوه انار بعثت داشتن ویتامین B6 ضد تهوع بوده و درمان ویار زنان باردار است و همچنین در درمان لک‌های قهوه‌ای و سیاه پوست مفید است، و خوردن انار میخوش (انار ترش و شیرین = زُمان المُرّ) جهت رفع ویار بسیار مفید است. (توجه: اگر یبوست دارید، بجای انار، یک استکان آب انار بنوشید)، ۳. ضد ویار زنان حامله و ضد تهوع و ضد اُغ زدن و ضد استفراغ، قبل از غذا دمکرده سبزی سوسنبر (چای نعنا فلفلی)، بعد از غذا راه برود سپس یک استکان آب سیب رسیده شیرین (اگر نفخ یا یبوست ندارد یک عدد سیب رسیده بخورد) سپس راه برود و نصف استکان عرق نعنا بخورد، ۴. درمان استفراغ خونی: مخلوط آب تازه سبزی تره + آبغوره طبیعی، ۵. درمان ویار شدید: قبل از غذا آبغوره طبیعی، بعد از غذا انار شیرین با پرده نازک روی دانه‌ها بخورد، ۶. در بعضی از زنان حامله دارای ویار، بو کردن پوست پرتقال و سپس خوردن یک چهارم پرتقال ضد ویار است.

ب. درمان هوس‌های نامعقول در دوران بارداری: ۱- برای درمان تمایلات بی‌جا (ویار) در دوران بارداری مخصوصاً میل به خاک خوری، گچ خوری، زغال خوری و...، بایستی صبح، ظهر و شب، هر دفعه مقداری رب انار شیرین یا رب انار ترش طبیعی بخورد، همچنین مصرف مخلوط آب انار شیرین طبیعی و آب انار ترش طبیعی، برای رفع ویار زنان باردار بسیار نافع می‌باشد، ۲- خوردن میوه به

رسیده و فرآورده‌های آن، میل به خاک و گل خوردن را برطرف می‌کند و پیشگیری از سقط جنین نموده و عرق بدن را خوشبو نموده و مقوی قلب و اعصاب است.

درمان یبوست حاملگی:

۱- در ۲۴ ساعت ۴ تا ۶ لیوان آب سرد عادی بصورت مکیدنی بنوشید، ۲- شربت انجیر (اگر دیابت دارید با شیرۀ توت شیرین کنید، و اگر دیابت ندارید با قند شیرین کنید)، ۳- هر روز ۲ تا ۳ خوشه انگور با هسته آن بجوید و بخورید، ۴- مربای انجیر، ۵- شیرۀ انگور، ۶- شیرۀ توت، ۷- یک قاشق غذا خوری کشمش بجوید و به همراه آن یک لیوان آب بنوشید، ۸- یک قاشق غذا خوری توت خشک بجوید و به همراه آن یک لیوان آبجوش ولرم بنوشید، ۹- یک قاشق چای خوری گُلبرگ گُل محمدی مخلوط با یک لیوان دوغ شیرین کم چرب بدون گاز بخورید، ۱۰- میوه گیلان، ۱۱- خیسانده آلو در آب، ۱۲- یک عدد گلابی با یک قاشق مرباخوری کرۀ زرد گاوی (که علاوه بر خاصیت ملین و مُسهل بودن مزاج در مادر حامله، باعث زود در آمدن دندان بچه و مُفرَح شدن قلب مادر و جنین می‌شود).

درمان عفونت حاملگی و تب و لرز:

۱- هر ۶ ساعت یک لیوان آب یا آبجوش ولرم بخورد، ۲- هر ۸ ساعت یک لیوان آب سیب رسیده شیرین طبیعی بخورد، ۳- هر روز سه خوشه انگور یا یک لیوان آب انگور طبیعی بخورد، ۴- صبح ناشتا: مخلوط یک قاشق غذاخوری عسل در یک لیوان آب، بنوشد.

درمان سرماخوردگی زن حامله و آنفلانزای حاملگی:

۱- صبح ناشتا: یک قاشق غذاخوری عسل آویشن یا عسل استوخدوس را مخلوط با یک لیوان آب آشامیدنی سالم نموده سپس بصورت مکیدنی بنوشید، ۲- عصرانه: آب شلغم بخارپز مخلوط با عسل طبیعی، ۳- شب قبل از خواب: آب سیب رسیده شیرین تازه مخلوط با عسل طبیعی، ۴- استراحت کافی، ۵- بعد از ماه سوم بارداری اگر در فصل پائیز و یا در فصل زمستان هستید، زدن واکسن آنفلانزا خوب است (به شرطی که تاریخ مصرف آن نگذشته باشد و تاریخ دارو به روز باشد).

درمان زُکام حاملگی:

۱- صبح ناشتا: یک قاشق غذاخوری عسل آویشن یا عسل استوخدوس را مخلوط با یک لیوان آبجوش ولرم نموده سپس بصورت مکیدنی بنوشید، ۲- قبل از ناهار: خیار بوته‌ای را رنده کنید و مخلوط با ماست شیرین کم چرب یا دوغ شیرین (کم چرب بدون گاز) کنید و بصورت آهسته و کم کم

میل کنید، ۳- بعد از هر غذا خوردن پنج دقیقه راه رفته و سپس یک استکان آب سیب رسیده شیرین تازه را بصورت مکیدنی میل کنید، ۴- بخور سپند کنید یا قطره سپند در بینی بچکانید (زیاده روی نشود؛ زیرا که قاعده آور است و سقط جنین می آورد).

درمان خارش پوست و کهیر زن حامله:

۱- به همراه غذا چند برگ کاهو (بدون سس) و یک عدد لیمو شیرین بخورید، ۲- هر روز روغن قُسط بمالید، ۳- هر شب سرکه طبیعی سیب بمالید
توجه: فلفل، سس فلفل، غذای هندی، زردچوبه، ترانس چربی بالا، میوه موز، ته دیگ، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، روغن جامد، کله پاچه، جگر سیاه، گوجه فرنگی، رُب گوجه فرنگی، پوست کیوی، پوست هلو، پوست بادام زمینی، نخورید.

دیابت حاملگی:

باید دانست اگر قند خون ناشتا بالای ۹۲ و زیر ۱۲۶ باشد، علامت دیابت است، لذا زن حامله دیابتی بایستی ۶ وعده غذا (یعنی سه وعده غذای اصلی و سه میان وعده غذائی) بخورد. یکی از عوارض دیابتی شدن در دوران حاملگی، داشتن جنین چاق است.
توجه: کیست تخمدان باعث افزایش ابتلاء به دیابت حاملگی می شود.
پرهیز شود از اسانس های شیمیایی (آبمیوه های شیمیایی، نوشابه های گازدار، بستنی های صنعتی و...)، مواد قندی شیمیایی (قند، شکر، شیرینی جات قنادی ها و...)، چربی های با ترانس بالا (روغن جامد، موز، غذاهای پُرچرب، کیک خامه ای، خامه، سرشیر، کله پاچه، جگر سیاه، سرخ کردنی، تف دادنی، بودادنی، ته دیگ).

درمان در پزشکی جدید (با تجویز پزشک): ۱- قرص متفورمین، ۲- انسولین قدیمی
درمان در پزشکی سنتی و اسلامی: ۱. خورشت بامیه، ۲. آلو بخارا، ۳. آلوچه، ۴. تمر هندی بی نمک، ۵. زغال آخته، ۶. در ماه آخر حاملگی روزی نیم ساعت راه بروید (و یا اگر زن حامله سقط مکرر ندارد، هر روز نیم ساعت راه برود).

دکتر مریم کاشانیان (فوق تخصص بیماری های زنان و زایمان): قندخون قبل از حاملگی بایستی کنترل شود و با اجازه پزشک حامله شود؛ زیرا اگر قندخون قبل از حاملگی در هنگام لقاح اسپرم و تخمک کنترل نشود، نارسائی های ژنتیکی برای جنین پیش می آید.

فشار خون حاملگی:

اگر فشار خون در زمان حاملگی بالا باشد، مسمومیت حاملگی می‌آورد و بیمار دچار تشنج می‌شود، گرچه سرگیجه و ضعف حافظه از علائم اولیه آن است. باید دانست فشارخون بارداری کنترل شدنی است (غذاهای خیلی شور نخورد، از خیار شور و شوری اجتناب کند).
اولاً: بایستی کلیه‌ها و مجاری ادراری مادر، کم کار نباشد و عفونت نداشته باشد (لذا بایستی آب، آبجوش ولرم، انگور مصرف کند).

ثانیاً: ۱- به همراه غذا: سبزی شنبلیله و میوه گریپ فروت (توسرخ= دارابی) بخورد، ۲- زیتون خوراکی شیرین مرغوب سفت شفاف (شور نباشد) هفت عدد با ناهار و هفت عدد با شام، یا روغن زیتون خالص (یعنی روغن زیتون زرد طلائی روشن مایل به رنگ سبز روشن)، یک قاشق غذاخوری با ناهار یا افطار، و یک قاشق غذاخوری با شام یا سحری

عواملی که سبب لگه بینی و سقط جنین میشود:

۱. مصرف زیاد: دارچین، زعفران، زنیان، برگ سنا، سیاه‌دانه، زیره، باقلا، کاهو، نعنا، پونه، گلپر، شاهی، زرشک، ۲. مواد سفید کننده (آب ژوال، وایتکس، تیزاب، هاله، جوهر نمک، تیرک، استون و ...)، ۳. بعضی از داروهای شیمیائی و گیاهی، ۴. فقر روی، ۵. سرفه زیاد، ۶. تهوع زیاد، ۷. استفراغ زیاد= ویاژ شدید، ۷. مجامعت در زیر نور مستقیم خورشید (در روایات شیعه آمده)، ۸. مجامعت در شب اول ماه قمری و در شب نیمه ماه قمری و در شب آخر ماه قمری (در روایات شیعه آمده)، ۹. روی پنجه پا راه رفتن و کفش پاشنه بلند (بیش از ۲ سانتیمتر پاشنه) پوشیدن، ۱۰. بار سنگین، ۱۱. سرپا نشستن، ۱۲. شستن بدن با آب داغ، ۱۳. شستن بدن با آب سرد تگری، ۱۴. استرس شدید (نگرانی شدید)، ۱۵. هول کردن و ترس شدید و وحشت، ۱۶. مصرف دخانیات (از جمله سیگار)، مواد آفیونی، قرص‌های روان برگردان، ۱۷. عطسه‌های زیاد شدید، سرفه‌های شدید، ۱۸. نطفه ضعیف (مرد یا زن یا هر دو)، ۱۹. غلظت خون بالا در زمان حاملگی و... برای آگاهی از عوامل دیگر لگه‌بینی و سقط جنین به CD درس استاد در مورد بیماری‌های زنان مراجعه کنید.

درمان لگه بینی رحمی در دوران حاملگی:

۱- به مدت چند روز: مخلوط یک قاشق غذا خوری عسل گون با دو زرده تخم مرغ سالم با شیر سرد گاو سالم بنوشد، ۲- به مدت سه روز، روزی یک عدد میوه به رسیده شیرین آبدار زرد بخورد، ۳- عدس پوست کنده + پوست میوه انار + مازو (میوه یک نوع درخت بلوط یا صمغ یک نوع از درخت بلوط) + برگ مورد خشک شده، به نسبت مساوی، سائیده و مخلوط شود و به صورت ضماد به قُبل

گذارند، ۴- روزی دو عدد میوه شاه بلوط (بلوط الملک) بخورد، ۵- میوه تمشک یک مشت یا مربای تمشک دو قاشق غذاخوری.

پیشگیری از سقط جنین:

۱. بین روز: میوه به و در صورتی که دیابت ندارد میتواند از یک قاشق غذاخوری مربای به استفاده کند.
۲. سبزی تره، و برگ مو (برگ درخت انگور) با ناهار و شام
۳. هر روز یک قاشق چای خوری براده چوب آبنوس.
۴. جوانه گندم.
۵. عصرانه: انگور
۶. یک قاشق پلو خوری غوره یا آبغوره.
۷. گذاردن کوبیده شده تازه تره (تره فرنگی) در مهبل.
۸. منابع آنتی اکسیدان ها (مثل هسته انار، هسته انگور، گل همیشه بهار، ویتامین E) + ویتامین C (پرتقال، میوه گریپ فروت)
۹. خوردن مومیا (مومیائی اصل = عَرَقُ الْجِبَال) فقط بمقدار سه ماش در سه روز پشت سر هم، سر ساعت
۱۰. فروس سولفات، آهن، فولات اسید (انواع ویتامین B)، فیفول (قرص شیمیائی خارجی FeFol)، مغز خام بادام درختی شیرین، لیمو شیرین
۱۱. دلمه برگ انگور که با رب انار شیرین درست شده باشد.
۱۲. زیر نظر متخصص زنان: الف. تزریق گلبول های سفید خون شوهر، ب. مصرف ویتامین K
۱۳. درمان سرفه زیاد: ا. به دانه، ب. جوشانده نخود زرد، ج. میوه خرمالو
۱۴. زنانی که سقط جنین های مکرر دارند، خوردن برگ مو (برگ درخت انگور) حافظ جنین آنها است.
۱۵. زنانی که خونریزی رحمی دارند و از هیچ داروی (شیمیائی و گیاهی) نتیجه نگرفته اند، با خوردن هر روز دو عدد میوه شاه بلوط (بلوط الملک) بصورت خام یا بخار پز و یا آب پز، درمان می شوند.
۱۶. تأمین روی بدن به مقدار لازم مثلاً هر سه روز یک بار گوشت گوسفند بخورد، و یک قاشق چای خوری جوانه گندم به همراه غذا، و یک قاشق غذا خوری تخم کدو

۱۷. تزریق آمپول پروژسترون توأم با شیاف پروژسترون، پیشگیری از سقط مجدد و زایمان زودرس میکند (زیر نظر پزشک متخصص انجام شود)

جفت پائین و افتادگی رحم:

پیشگیری: ۱. کفش پاشنه بلند نپوشید، ۲. دارو یا خوارکی سقط جنین نخورید، ۳. پیاده روی طولانی، ورزش سنگین نداشته باشید، ۴. یبوست و بواسیر نداشته باشید، ۵. بارسنگین و... جابجا نکنید، ۶. سرپا (چمباته ای) زیاد ننشینید، ۷. در موقع دفع مدفوع، از توالت فرنگی استفاده کنید. درمان: جوشانده بذر خیار در عرق ریشه شیرین بیان، مخلوط با ترنجبین شود و میل گردد، و سپس دمکرده مرزنجوش میل گردد.

پیشگیری از زایمان نارس، پیشگیری از تولد زود رس نوزاد:

علل زایمان نارس: سوء تغذیه شدید و مصرف دخانیات (از جمله سیگار)، مواد افیونی، قرص های روان برگردان و... درمان: ۱. دمکرده برگ درخت انگور، ۲. دمکرده مریم نخودی، ۳. دمکرده بابونه، ۴. مصرف غلات، ۵. مصرف ویتامین B3

عوارض سزارین دل بخواهی (غیر اضطراری):

۱. ایجاد انواع عفونت ها، ۲. ایجاد آبسه، ۳. خونریزی بیش از حد، ۴. برداشتن رحم، ۵. بستن عروق رحم، ۶. عوارض قلبی بچه، ۷. عوارض تنفسی بچه، مانند برونشیت، ۸. مادر سزارین شده، دیرتر به وزن اولیئه خود بر می گردد، ولی در زایمان طبیعی و عادی خیلی زودتر مادر به وزن اولیئه خود بر می گردد.

متأسفانه هم اکنون از هر ۱۰۰ مورد زایمان، ۵۴ مورد سزارین است یعنی ۵۴٪ از زایمان های کشور به نوع سزارین است.

و در حال حاضر متأسفانه ایران به رتبه نخست سزارین دنیا رسیده است (دکتر ناهید خداکرمی، رئیس انجمن علمی مامائی کشور)

توجه: یکی از علل سزارین اضطراری چاقی زیاد مادر و یا اضافه وزن جنین است.

خطرات حاملگی، ناشی از چاقی مادر: ۱. تولد نوزادان سنگین وزن (بیش از ۴ کیلوگرم)، ۲. پارگی زودتر از موعد کیسه آب و بروز زایمان زودرس (قبل از ۳۷ هفته بارداری)، ۳. افزایش میزان سزارین، ۴. زایمان های سخت، ۵. پارگی کانال زایمانی، ۶. دیابت حاملگی، ۷. فشارخون بارداری.

خطرات حاملگی مادر چاق برای جنینش:

۱. آسیب‌های حین زایمان برای نوزاد: الف. شکستگی استخوان بازو، ران، ترقوه نوزاد، ب. افزایش میزان تزو، ج. برخی ناهنجاری‌های جنینی، د. تولد نوزاد کم‌وزن ناشی از نبود خون رسانی مناسب به جفت (که اختلال رشد داخل رحمی می‌آورد).
۲. سزارین شدن اضطراری مادر، باعث عدم تخلیه مایعات اضافی در شش‌های نوزاد می‌شود، که چنین نوزادانی و کودکانی غالباً تند تند سرما می‌خورند و تنفس صدا دار دارند و گاهی مبتلا به برونشیت می‌شوند.

زایمان:

زایمان دو گونه است:

الف. زایمان آسان که سه گونه است:

۱. زایمان طبیعی، ۲. زایمان در آب، ۳. زایمان با طَب سوزنی (که درد کمتر شود)

ب. زایمان سخت که سه گونه است:

۱. سزارین، ۲. کورتاژ، ۳. بخیه خوردن.

اولاً بایستی علل زایمان سخت را شناخت و سپس پیشگیری از زایمان سخت نمود.

علل زایمان سخت:

۱- قند خون بالا، ۲- فشار خون بالا، ۳- خوردن سبزی گشنیز در دوران حاملگی، ۴- چاقی زیاد مادر

پیشگیری از زایمان سخت و ایجاد زایمان آسان:

۱. هر روز دعای یستشیر بخواند، ۲. هر روز سورهٔ إنشقاق بخواند، ۳. بعد از غذا هفت عدد میوهٔ خرما بخورد (توجه: در افراد دیابتی یک عدد خرما)، ۴. هر روز عصر آنار شیرین یا زُب آن را بخورد، ۵. در هفتهٔ آخر حاملگی روزی یک استکان دمکردهٔ گُل بومادران (قیصوم، برنجاسف) بنوشد، ۶. در ماه آخر حاملگی روزی نیم ساعت الی یک ساعت پیاده روی آرام در سطح مستوی در هوای آزاد داشته باشد، ۷. خوردن عرق طبیعی گُل بهار نارنج همراه با شیر مادبان برای تسریع در عمل زایمان از مجربات است، ۸. بهترین فشارخون در ماه آخر حاملگی یازده روی هشت است که زایمان آسان می‌آورد، ۸. در سه روز آخر حاملگی، یک قاشق چای‌خوری سَر خالی (۴ گرم) زعفران مخلوط با عسل آویشن میل کند [یعنی شربت زعفران عسل بنوشد] (دکتر حسین میر حیدر)، ۹. سبزی‌جات تازهٔ سالم (بدون گشنیز)، و کاهو (بدون سُس) بخورید که زایمان آسان‌تر میشود.

توجه: از یک ماه قبل از زایمان و یک ماه بعد از زایمان، برنج سفید، ماکارونی و نان سفید نخورید.
تبصرة: جهاد زن، خوب شوهرداری کردن است ([۱]) و مادر شدن، وظیفه اصلی یک زن است، گرچه هنر و هنر پروری است، یعنی: مادر شدن و تولید فرزندان صالح؛ زیرا بهشت زیر پای مادران است ([۲]) و فرزندان صالح گل‌های بهشت هستند ([۳])، اما متأسفانه هم اکنون حس مادری، قربانی مدرک گرایی شده است.

باید دانست فرزندان، رقیب محبت والدین نیست که متأسفانه هم اکنون ۳۵ درصد خانواده‌ها تک فرزند یا بدون فرزند هستند. بی‌اعتنائی به خواسته‌های زناشویی، وفاداری را تهدید می‌کند، اما تأمین نیازهای همسران، وفاداری را تضمین می‌کند.

زن و شوهر، مادر و پدر، در جریان زندگی برای یکدیگر زمان کافی بگذارند. نیازهای زن و شوهر در خانواده باید تأمین شود؛ زیرا نادیده گرفتن نیازهای جنسی در زندگی، باعث بروز انحرافات اخلاقی می‌شود؛ زیرا نبود تعهد، برابر است با نبود وفاداری بین زن و شوهر، لذا بیشترین زمان ممکن را باهم باشند.

هنگامی که والدین بیمار (به بیماری‌های اختلالات روانی، آشفتگی‌های ذهنی، رفتارهای منفی، اخلاق سیئه، تربیت‌های غلط، سوء آداب، رویه‌های نادرست) تحت درمان قرار می‌گیرند، کودک، نوجوان و جوان آن‌ها، امنیت روانی لازم را به دست می‌آورد و از آن پس همان انرژی را که صرف دفاع از خود مجاریش (= خود تصنعی) می‌کرد، صرف رشد خود واقعی‌ش می‌کند و...

یادآوری: تکامل معنوی زنان، عامل مهمی در کمال جامعه است. زنان نیمی از پیکر جامعه و تربیت کننده مردان و دختران و پسران، در زمان حال و آینده هستند. زنان به جای اینکه تحصیل و مدرک را افتخار بدانند، انجام امور ذاتی خود (یعنی ازدواج صحیح، خوب شوهرداری کردن، مادر خوب بودن، تربیت و ادب فرزندان) را در اولویت قرار دهند؛ و در صورت ضرورت، کار خارج از منزل را با رعایت تقوا، عفاف و حجاب انجام دهند و تحصیل و مدرک، بخاطر رفع نیاز از جامعه اسلامی باشد.

[۱]- «جِهَادُ الْمَرْأَةِ حُسْنُ التَّبَعْلِ» الکافی (ط - دار الحديث) جلد ۹ صفحه ۳۷۰ حدیث ۲/۸۲۱۶، روضة المتقین فی شرح من لا یحضره الفقیه (ط - القدیمة) جلد ۸ صفحه ۳۶۵ حدیث ۴۵۱۸ و جلد ۱۳ صفحه ۲۲۶ حدیث ۵۹۰۴، «جِهَادُ الْمَرْأَةِ حُسْنُ التَّبَعْلِ» تفسیر نور الثقلین ج ۳ صفحه ۵۲۲ [سورة الحج (۲۲): الآيات ۶۰ الى ۷۸] حدیث ۲۲۸

[۲]- الْقَطْبُ الرَّأُو نُذِيٌّ فِي لَبِّ اللَّبَابِ، عَنِ النَّبِيِّ أَنَّهُ قَالَ: «الْجَنَّةُ تَحْتَ أَقْدَامِ الْأُمَّهَاتِ» مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل ج ۱۵ صفحه ۱۸۰ حدیث ۱۷۹۳۳

[۳]- قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ۹: «إِنَّ الْوَلَدَ الصَّالِحَ رِيحَانَةٌ مِنْ رِيَاحِينَ الْجَنَّةِ». الکافی (ط - الإسلامية) جلد ۶ صفحه ۳ حدیث ۱۰ و الکافی (ط - دار الحديث) جلد ۱۱ صفحه ۳۳۲ حدیث ۱۰۴۲۰، الجعفریات (الأشعبيات) صفحه ۱۸۸، من لا یحضره الفقیه جلد ۳ صفحه ۴۸۱ حدیث ۴۶۸۸، مکارم الأخلاق صفحه ۲۱۸

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

مراقبت‌ها و توصیه‌های پس از زایمان

اندوه مادری یا غم مادری:

دکتر علی طلائی (روان پزشک و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد): از هر دو مادر، یک نفر به اختلال اندوه مادری دچار می‌شود و آشفتگی گذرای خلقی، احساس غمگینی، دل گرفتگی، سر در گمی و گریه کردن‌های گاه و بیگاه نوزاد، از جمله علائم اختلال غم مادری است. لذا گوئیم: غم مادری، شایع اما گذرا است. ولی حمایت و مراقبت اطرافیان (مانند مادرها و مادر بزرگ‌ها)، از مادر شیرده (مخصوصاً زائو یعنی از زمان بدنیا آمدن بچه تا ۴۰ روز) پس از زایمان ضروری است؛ زیرا گاهی اختلالات افسردگی پس از زایمان بخاطر کم خونی و فشار خون پائین بوده و زن زائو احساس گناه شدید، بی کفایتی و بروز افکار خودکشی می‌کند؛ این بدان معناست که فرآیند سخت زایمان، مادر را مستعد افسردگی می‌کند. همچنین از عوامل تشدید کننده افسردگی مادران می‌توان به عدم محبت اطرافیان (مخصوصاً شوهر) در طول بارداری و طول دوران شیردهی و حتی آرام نبودن محیط خانواده اشاره کرد. لازم به ذکر است که افزایش جراحی زیبایی و استفاده از لوازم آرایشی نشان دهنده میزان فراوان فشارهای روانی است که همین لوازم آرایشی شیمیائی، استرس را نیز هستند.

تقویت زنان بعد از زایمان:

۱. صبحانه: شیر + زرده تخم مرغ سالم + عسل، ۲. بین روز: شیر عسل، ۳. ناهار: آبگوشت بوقلمون بخورد، ۴. بعد از هر غذا هفت عدد خرما می‌تازه (طَب) بخورد، ۵. عصرانه: نصف استکان عرق طبیعی گل میخک بخورد (طبیعت خیلی گرم دارد، توجه: فقط سه روز بخورد؛ زیرا زیاده‌روی در مصرف عقیمی می‌آورد)، ۶. شب‌ها: کمپوت طبیعی گل‌ابی با عسل، کمپوت طبیعی سیب با عسل، ۷. شام: سوپ + آبغوره طبیعی + روغن زیتون + نان سبوس‌دار، ۸. میان وعده غذایی کاجی بخورد (زیاده‌روی در مصرف نشود).

تذکر: مادر تا ۴۰ روز پس از زایمان، و در طول دوران شیر دهی، استراحت کافی، تغذیه مناسب و حمایت عاطفی دیگران مخصوصاً شوهر را، لازم دارد.

تب شیر:

بعضی از مادران در روزهای اول بدنیا آمدن نوزادشان دچار تب می‌شوند که به آن «تب شیر» گویند (دکتر علی هاشمی فرد، عضو شورای حکمای اتحادیه گیاهان دارویی مشهد).

درمان: الف. غسل طبیعی رقیق شده در آب آشامیدنی سالم بخورند، ب. آب سیب رسیده شیرین طبیعی بخورند.

رمز موفقیت در دوران شیردهی:

از نظر آیات و روایات سه اصل مهم برای مادر شیرده، رمز موفقیت در دوران شیردهی است: ۱- غذای حلال، طاهر، طیب بخورد، ۲- غذای صحیح تازه (نه مانده و نه صنعتی و نه فست فودها) بخورد، ۳- سلامت جسمی و روانی و روحی مادر برقرار باشد.

تصوّرات اشتباه در مادرانی که عمداً به کودک شیرخوار خود شیر نمی‌دهند:

۱- شیرم رقیق است، ۲- نوزادم گرسنه است چون شیرم به اندازه کافی نیست، ۳- شیردهی باعث به هم خوردن اندامم (تناسب اندام) می‌شود، ۴- شیر خشک، جایگزین شیرم است (و حال اینکه در شیر مادر، پروتئین‌هایی است که هرگز در شیر خشک‌ها وجود ندارد).
اما مادرانی که به هر علتی نمی‌توانند شیر به نوزاد و کودک شیرخوار خود دهند، برای رفع موانع کوشش کنند و برای ازدیاد شیر خود اقدام نمایند (نه اینکه احساس غیر مفید بودن کنند و مبتلا به افسردگی شوند).

فوائد شیردادن برای مادر شیرده به فرزند شیرخوارش:

۱- پیشگیری از سرطان سینه و پستان، ۲- پیشگیری از سرطان دهانه رحم، ۳- پیشگیری از سرطان تخمدان، ۴- پیشگیری از خون‌ریزی‌های بعد از وضع حمل، ۵- پیشگیری از کم‌خونی مادر، ۶- پیشگیری از استرس‌های شدید، ۷- پیشگیری از احتقان و درد سینه و پستان، ۸- پیشگیری از انسداد مجاری شیر، ۹- پیشگیری از عدم آرامش خاطر، ۱۰- پیشگیری از عدم اعتماد بنفس، ۱۱- پیشگیری از خشک شدن شیر مادر، یا کم شدن آن، ۱۲- پیشگیری از اضطراب و دلهره و نگرانی مادر، ۱۳- احساس شادی و سلامتی برای خود و فرزند، ۱۴- کمک به تولید فرزند صالح و سالم در خدمت ولایت حق؛ زیرا بزرگ‌ترین کارخانه طبیعی انسان سازی صحیح، مادر است و تمام افراد مادیون مادر هستند.

فوائد تغذیه با شیر مادر برای فرزند:

۱- تکامل رشد آرواره‌های بیچه، ۲- ضریب هوشی بالا، ۳- عدم استرس، ۴- حس اعتماد به نفس و استحکام آن، ۵- حس اعتماد به دیگران (زیرا ایجاد حس اعتماد سازی، در تغذیه با شیر مادر است)،

۶- مشکلات رفتاری، ۷- شیرخواران با صدای قلب مادر، آرامش پیدا کرده و رابطه خاصی با مادر برقرار می کنند، ۸- آرامش زندگی، ۹- نرم خوئی، ۱۰- رفتارهای مثبت، ۱۱- یادگیری مهارت های زندگی و اجتماعی، ۱۲- رابطه قوی عاطفی مادر و فرزند ۱۳- امنیت روانی.

تبصرة: خوردن شیر آغوز (آغز)، بیمه عمر بچه است و واکسن طبیعی بچه است و سبب محکم شدن استخوان بندی کودک می شود و مقاومت بدنی بچه را افزایش می دهد و اگر مادری به بچه خود، شیر اولیه اش (شیر آغوز) را ندهد، به بچه جفا و ستم کرده است (در روایات شیعه بیان شده است).

لذا گوئیم: تغذیه با شیر مادر، یک عمر سلامتی برای فرزند می آورد و پیشگیری از بسیاری از بیماری های فرزند می کند از جمله:

۱- بیماری های قلبی، ۲- آلرژی ها و حساسیت ها، ۳- ابتلا به اسهال (دکتر سید فاطمه حسینی فوق تخصص نوزادان و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد گوید: در کودکان استفاده کننده از شیر خشک ابتلا به اسهال ۱۵ برابر بیشتر است)، ۵- عفونت های گوارشی، ۶- عفونت های تنفسی، ۷- ضریب هوشی پائین، ۸- استرس های شدید، ۹- اضطراب (دلهره)، ۱۰- مشکل در دلبستگی، ۱۱- مشکلات رفتاری (۳۰ درصد بیشتر از سایر کودکان): الف. هیجان، ب. بیقراری، ج. دروغ گوئی، د. دزدی، ۱۲- عدم آرامش در زندگی، ۱۳- غضب و خشم بزرگسالی (که این خشم و غضب نتیجه محرومیت در کودکی از شیر مادر است)، ۱۴- عدم مهارت های زندگی اجتماعی، ۱۵- عدم امنیت روانی، ۱۶- ابتلاء به فشارخون و بعضی سرطان ها در دوران بزرگسالی.

رعایت نکاتی برای شیردادن صحیح مادر شیرده (مُرَضِعَه) به نوزاد و کودک شیرخوار (طِفْل رَضِیع):

۱- مکیدن شیرخوار از سینه و پستان مادر، به گونه ای که دگمه پستان و اطراف آن، کیپ دهان نوزاد باشد و عدم مکیدن بچه، باعث کاهش شیر مادر می شود، ۲- مادر پستان خود را با دست نگه دارد که جلوی بینی بچه را نگیرد، ۳- در سطح شیب دار به نوزاد و کودک شیرخوار خود شیر دهد، ۴- اگر وضعیت درست شیر دادن و گرفتن درست پستان رعایت شود از بیماری های پستان پیشگیری می شود (نظیر: احتقان و درد پستان، ترک خوردن نوک پستان - شقاق پستان -، انسداد مجاری شیر، ماستیت و آبسه پستان)، ۵- هم اتاق و هم بستر بودن مادر با نوزاد و کودک شیرخوار، ۶- مکیدن مؤثر و متناوب و به مدت کافی از هر دو پستان، ۷- عدم استفاده از شیر مصنوعی (شیر خشک) و بطری و پستانک یعنی شیطونک.

توجه توجه: مادر شیرده به نوزاد، هر وقت نوزاد شیر خواست به او شیر دهد، (مثلاً هر نیم ساعت یا هر یک ساعت و نیم و یا هر دو ساعت)؛ اما اگر ۲ ساعت گذشت و نوزاد شیر نخورد، بایستی به او

شیر دهد (چه نوزاد بخواهد، و چه نخواهد، چه بیدار باشد و چه خواب باشد، چه از روی اختیار شیر بخورد و چه دهان خود را قفل کند و نخورد، که در این صورت با شیردوش شیر خود را دوشیده و با قطره چکان شیر خود را به او می‌دهید)؛ زیرا اگر نوزاد هر ۲ ساعت شیر نخورد دچار سوء تغذیه و دچار افت قندخون می‌شود و عرق سرد می‌کند و به تشنج می‌رود.

تذکر: دکتر محمد صادق رجحان گویند: زنان شیرده لازم است روزانه ۱۰۰۰ کالری بیشتر از معمول بر کالری غذای خود بیفزایند تا انرژی لازم برای انجام کار و تهیه شیر مناسب را داشته باشند؛ زیرا زنان در هنگام شیر دادن معمولاً شبانه روز حدود ۸۱۲ گرم شیر مجموعاً از دو پستان ترشح میکنند؛ لذا برای تأمین این مقدار شیر، لازم است کاملاً به تغذیه خود افزوده کنند تا سلامتی خود و فرزندانشان تأمین گردد.

باز شدن مجاری بسته شده شیر:

می‌توان از آرد باقلای کوچک مخلوط با آب و سرکه، ضماد تهیه کرده و روی پستان قرار داد (دکتر علی هاشمی فرد، عضو شورای حکمای اتحادیه گیاهان دارویی مشهد).

درمان زخم پستان مادر شیرده:

۱- روغن به بمالید، ۲- می‌توان از ضماد نمودن ترکیب میوه سَمَاق، بلوط، دانه مورد و گل بومادران، استفاده کرد (دکتر علی هاشمی فرد، عضو شورای حکمای اتحادیه گیاهان دارویی مشهد).

درمان درد پستان:

روغن رازیانه بمالید.

إزدیاد شیر مادر:

۱. اولین غذای مادر بعد از زایمان و دیدن خون نفاس تا آخر دوران شیردهی، رُطَب و خرما تازہ است و همچنین بعد از وعده‌های غذائی هفت عدد خرما بخورد (در روایات شیعه آمده).
۲. به همراه غذا سبزی ریحان و سبزی پونه بخورد (در روایات شیعه آمده).
۳. به همراه غذا یک قاشق مرباخوری زیره شیرین بخورد.
۴. به همراه غذا کاهو بدون سُس بخورد (به شرطی که کم خونی ژنتیکی فاویسم و کم‌خونی داسی شکل نداشته باشد)، گرچه خوردن کاهو پُختِه بهتر است.
۵. وسط روز، عصرانه و شب، یعنی در شبانه روز سه استکان چای رازیانه، مخلوط با عسل بنوشد.

۶. همراه صبحانه شیر عسل، شیر خرما، حلیم گندم گوشت بخورد.
۷. عصرانه و وسط روز میوه انگور بخورد، بعد از غذا یک قاچ خریزه بخورد.
۸. به همراه ناهار یک کاسه آبگوشت بخورد. و بُزونی اسفناج (یعنی پخته اسفناج با پیاز) بخورد.
۹. به همراه شام یک بشقاب سوپ که در آن هویج زرد و سبزی جعفری باشد، بخورد.
۱۰. در ۲۴ ساعت یک قاشق مرباخوری پنبه دانه (تخم پنبه) بخورد. و شبها هفت برگ کاسنی بخورد.
۱۱. در شبانه روز یک قاشق چای خوری سیاه دانه بخورد. و گُل قاصدک با سالاد کاهو (بدون سُس) بخورد.
۱۲. روزی دو مُشت باقلائی آب پز بخورد (به شرطی که کم خونی ژنتیکی فاویسم نداشته باشد).
۱۳. در طول روز چهارده عدد اسفند (اسپند) بخورد.
۱۴. هر صبح و ظهر و شب، یک قاشق مرباخوری عسل آویشن به همراه شیر، آب، آبجوش و لَرم بخورد.
۱۵. هر شش ساعت یک لیوان آب و یک لیوان آبجوش و لَرم بخورد
۱۶. دارو گیاهی فیلین یا هفت برگ سبزی کاسنی شبها قبل از خواب بخورد.
۱۷. اگر شیر مادر آبکی است حتّی در زمانی که ۲۰ دقیقه از هر پستان شیر می دهد [زیرا ۱۰ دقیقه اول شیر دادن، آبکی است ولی ۱۰ دقیقه دوم شیر دادن، ویتامین ها و پروتئین های آن بیشتر است] بایستی مادر در هر شبانه روز ۱۴ مغز خام بادام شیرین درختی بخورد.
۱۸. در هر ۲۴ ساعت سه وعده شیر تازه گاو، جوشیده و بخورد (طریقه مصرف: صبح یک لیوان شیر عسل، ظهر یک لیوان شیر خرما، اول مغرب یک لیوان شیر).
۱۹. نصف قاشق چای خوری پودر گُلپر با عسل مخلوط گردد، و میل شود.
۲۰. خوردن برگ پخته چغندر و بخارپز لَبو
۲۱. شبها قبل از شام، خوردن هفت عدد آلو بخارا (بصورت مکیدنی)
۲۲. مخلوط یک قاشق چای خوری زنجفیل با یک قاشق چای خوری رازیانه، بخورید.
۲۳. مصرف انار شیرین با پرده نازک روی دانه ها بعد از غذا یا رُب انار شیرین توسط زنان باردار و مادران شیرده، موجب تقویت مادر و فرزند شده و به رشد آینده کودک کمک خواهد نمود.

[منبع: سایت طب المعصومین علیهم السلام - استاد آیت الله سید حسن ضیایی]

<http://tebolmasoomin.blogfa.com>

فهرست کتاب طب المعصومین

صفحه	عنوان
۱	درمان ناباروری
۱۱	درمان انواع بیماری اسهال
۱۶	درمان برخی از مشکلات مربوط به استخوان ها و مفاصل
۲۵	درمان برخی از مشکلات مربوط به دهان و دندان
۲۹	درمان برخی از مشکلات مربوط به مو
۳۵	درمان بعضی از انواع سرطان
۴۸	درمان بعضی از بیماری های صفرا
۵۲	درمان بعضی از بیماری های کلیه
۵۷	درمان بعضی از بیماری های مثانه و مجاری ادرار
۶۴	درمان بعضی از مشکلات مربوط به پوست (۱)
۷۹	درمان بعضی از مشکلات مربوط به پوست (۲)
۹۳	درمان بیماری ام اس
۹۷	درمان بیماری پارکینسون (عدم تعادل در حرکت) و بیماری سستی و فلجی
۱۰۱	درمان بیماری فشار خون
۱۰۵	درمان بیماری قند خون (دیابت نوع ۱ و ۲)
۱۱۰	درمان بیماری نقرس
۱۱۳	درمان ترش، زخم معده، کولیت زخمی، IBS، هیلوکوباکتری، آشالازی، نفخ و ...
۱۲۱	درمان تشنگی
۱۲۴	درمان تعدادی از بیماری های چشم
۱۲۹	درمان تعدادی از بیماری های دستگاه تنفس و ...
۱۴۱	درمان تعدادی از بیماری های دستگاه گوارش
۱۵۳	درمان تعدادی از بیماری های غدد
۱۵۷	درمان تعدادی از بیماری های قلب و عروق
۱۶۹	درمان تعدادی از بیماری های کبد، طحال و بیماری آسیت
۱۸۰	درمان تعدادی از بیماری های گوش و حلق و بینی
۱۸۴	درمان تعدادی از بیماری های مربوط به اعصاب و روان

فهرست کتاب طب المعصومين

صفحه	عنوان
۱۹۴	درمان تعدادی از بیماری‌های مربوط به خون و ...
۲۰۲	درمان تعدادی از بیماری‌های مغز و اعصاب
۲۱۱	درمان تعدادی از بیماری‌های نوزادان و کودکان
۲۲۹	درمان تعدادی از مشکلات مربوط به عضلات
۲۳۲	درمان تورم پروستات
۲۳۵	درمان تومور، کیست و تعدادی از بیماری‌های زنان
۲۴۷	درمان چاقی و اضافه وزن
۲۴۹	درمان چربی خون بالا
۲۵۱	بیماری‌های معده ورودی و مقعد
۲۶۳	درمان ژماتیسیم
۲۶۸	درمان کیست کلیه / اوره بالا / کراتین بالا / دفع پروتئین در ادرار
۲۷۰	درمان لاغری
۲۷۵	دوران حاملگی و زایمان
۲۸۴	مراقبت‌ها و توصیه‌های پس از زایمان

کتاب

کتاب طبّ المعصومین
بیان نظرات استاد آیت الله سید حسن
ضیایی در درمان بیماری هابِرگرفته از
وبلاگ طب المعصومین

تهیه و تنظیم توسط

حجة الاسلام سید محمد باقری پور

در مؤسسه فرهنگی هدایت

www.hedayat.tv

دییاجه کتاب

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَآلِهِ أَجْمَعِينَ . وَاَمَّا بَعْدُ
این کتاب مستطاب (طب المعصومین بیان نظرات استاد آیت الله سید حسن ضیائی در درمان بیماری هابِرگرفته از وبلاگ
طب المعصومین است) ، هرچند که ران ملخی است نزد سلیمان بردن ، و لکن امیداست که ذخیره یوم لایبفع مالّ ولاینبون
باشد انشاءالله .

نظر به اینکه اینجانب سیدمحمد باقری پور «طلبه ای از جمع طلاب و فضلاء حوزه علمیه مشهد مقدس فرزند شهید
سیدرضا باقری پور و نوه حجة الاسلام شیخ محمد حسین سیّاره از باز ماندگان واقعه مسجد گوهرشاد مشهد در ۲۱ تیر ۱۳۱۴
که قیام مردم مشهد علیه کشف حجاب رضاخانی بوقوع پیوست» ، از سال ۱۳۵۰ تحصیل در حوزه علمیه مشهدرا آغاز کردم .
و سالهای ۱۳۵۰ تا ۱۳۵۶ که طلّیعه ی انقلاب اسلامی آغاز شد مجالس وعظ و خطابه و به اصطلاح روضه خوانی در نکایا و
بعضی از سراها «کاروانسراهای آن زمان که محل تجمّع تجار و کسبه و بُنّیکاران بود بجای پاساژهای امروزی» زیاد شده بود
مخصوصاً در ماه محرم و صفر و دهه فاطمیه ، و استقبال خوبی هم میشد و بیشترین مجالس مشهد به منبرهای مرحوم کافی
اختصاص پیدا کرده بود البته غیر از ایشان وعّاظ دیگری هم مانند موسوی محبّ الاسلام ، دانش سخنور ، شیخ عبدالله یزدی
سخنرانی داشتند ، اینجانب که اوائل طلبگی ام بود به منبرهای مرحوم کافی علاقه بیشتری داشتم هر موقع شب یا روز که
ایشان جائی منبرداشتند اینجانب حضور پیدا میکردم «معمولاً محرم یا صفر و دهه فاطمیه هر سال حدود پنج سال قبل از
انقلاب تا زمان شهادتشان مشهد میآمدند از ساعت هشت و نه قبل از ظهر تا دوازده شب گاهی یک بعد از نصف شب سخنرانی
داشتند» و همچنین از بیانات شیخ عبدالله یزدی ، موسوی محبّ الاسلام صاحب کتاب اقوال الاثمه، دانش سخنور فردوسی ،
علامه بهلول گنابادی ، شیخ محمد رضا نوغانی هروقت در مشهد سخنرانی داشتند استفاده میکردم
لذا بعد از گذشت چهل سال ، انگیزه ای درونی مرا برآن داشت که شنیده های از این بزرگان را که بعداً با خواندن احادیث در
کتاب روائی مورد نظر تطبیق میشد را تحت عنوان مباحث منبری به رشته تحریر درآورم و احادیثی را که در اکثر منابع از آنها
استفاده میشد را شرح دهم که دوستان اهل منبر و خطباء و سخنرانان و مبلغین رسالات الله از آن استفاده نمایند و اینجانب
را هم دردعای خیر خود شریک فرمایند.

کتابهای چاپ شده از تهیه کننده این کتاب: مبانی اسلام «شرح حدیث بُنی الْإِسْلَامُ عَلَى خُمُسٍ از امام باقر علیه السّلام» ، بانوان
و جامعه امروز «شرح حدیث کَیْفَ یُکَمِّ إِذَا فَسَدَتْ نِساؤُکُمْ» ، قصّه های قرآنی «شرح حال مختصر پیامبران در آیات قرآنی» ، مردان و
زنان بافضیلت «شرح آیه ۳۵ سوره احزاب» ، هفت پایه اسلام «شرح حدیث شریف قَوَاعِدُ الْإِسْلَامِ سَبْعَةٌ از امام علی علیه السّلام» ،
چهارپایه دین و دنیا «شرح حدیث قَوَائِمُ الدِّینِ وَالْدُّنْیَا بِأَرْبَعَةٍ از امام علی علیه السّلام» ، شرح حدیث شریف سلسله الذّهب از امام رضا
علیه السلام در باب توحید و امامت و ... ، ذکر خدا «دعاهای مورد نیاز مؤمنین در طول هفته» مکالمات عربی ، شهر رمضان «در باب اعمال
و دعاهای ماه مبارک رمضان» ، حدیث زیارت ، کتاب مختصر دعاهای ماه رجب ، شعبان و رمضان ، زیارتنامه امام رضا علیه السلام ، روضه
های محرم و صفر ، همراه زائرین عتبات عالیات ، همراه زائرین مشهد الرضاعلیه السّلام ، همراه زائرین حضرت معصومه ، شاه
عبدالعظیم و شاه چراغ علیهم السلام ، همراه زائرین مکه و مدینه «برای آشنائی زائرین با عربستان ، مکه ، مدینه و مختصر مناسک حج
و عمره» ، مجموعه اشعار باقری ، پرسشها و پاسخهای حقوقی ، مواعظ حسنه ، چننه حکایات باقری ، کشکول حکایات باقری ، کشکول
اشعار باقری ، کشکول مواعظ باقری ، کشکول مدایح و مرثی باقری ، کشکول ضرب المثلها ، بزرگان علم و دین ، مردان و زنان با
فضیلت ، آداب اسلامی ، وظایف انسانی ، توصیه های اخلاقی ، احادیث مناسبتها ، مقالات تاریخی ایران و جهان ، چهارده معصوم ،
شرح دعای اللهم ارزقنا ، توضیح الجکم «شرح و توضیح حکمتهای نهج البلاغه» ، شرح حدیث عبدالعظیم حسنی از امام رضاعلیه
السلام . کتاب طب المعصومین بیان نظرات استاد آیت الله سید حسن ضیائی در درمان بیماری هابِرگرفته از وبلاگ طب
المعصومین . و بعضی از کتابهای موبایلی ساخته شده که در آخر کتاب اسامی آنها ذکر شده و قبلاً در سایت هدایت انتشار یافته است
آماده ویراستاری و فهرست بندی و ... است برای چاپ کاغذی انشاء الله تعالی . و ما توفیقی الا بالله علیه توکلت و الیه انیب . تحریر
شد در پائیز ۱۳۹۷ - مشهد مقدس پایتخت معنوی جمهوری اسلامی ایران ، سیدمحمد باقری پور

يَا نِعْمَ الطَّبِيبُ

همه با درد به دنبال طبیبی هستیم - دوری از کوی تو بیمار شدن هم دار. قرآن کریم، از ابراهیم خلیل (ع) نقل می‌کند که فرمود: «وَ إِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ؛ و چون بیمار شوم، او (خداوند) شفایم می‌دهد (شعراء، ۸۰)». و در روایتی از پیامبر گرامی نقل شده است: «وَاللَّهُ الطَّبِيبُ. يَا الطَّبِيبُ اللَّهُ». (کنز العمال حدیث ۲۸۱۰۱ و ۲۸۰۷۲، بحار الانوار، ج ۴۹، ص ۲۹۹) این سخن بدین معناست که طبابت، کار خداوند متعال است و طبیب واقعی اوست. خداوند است که خواص درمانی را در داروها نهاد و در نظام آفرینش برای هر دردی دارویی آفرید و به انسان، استعداد شناخت دردها و داروها و چگونگی درمان آنها را عنایت کرد و بدین سان، او را مظهر نام‌های «طیب» و «شافی» خود قرار داد، چنان که پیامبران الهی نیز (برای درمان بیماری‌های جان) مظهر این نام‌های مقدس هستند. امام صادق (ع) فرمود: «موسی بن عمران از خدا پرسید: خدایا! درد از کیست؟ فرمود: از من، گفت: دوا از کیست؟ فرمود: از من. گفت: پس بندگان تو با معالجه چه کار دارند؟ خدا فرمود: به وسیله آنها دل‌های بیماران را پاکیزه و خرسند می‌سازد و به همین خاطر معالج را طبیب نامیدند». (بحار الانوار، ج ۵۹، ص ۶۲). امام علی (ع) در توصیف پیامبر خدا (ص) می‌فرماید: «طَبِيبٌ دَوَّارٌ بِطَبِیْهِ، قَدْ أَحْكَمَ مَرَاهِمَهُ، وَأَحْمَى مَوَاسِمَهُ، يَضَعُ ذَلِكَ حَيْثُ الْحَاجَةُ إِلَيْهِ... طبیبی بود که طبابت را بر بالین بیماران می‌برد، مرهم را درست برجایی که باید، می‌نهاد و آن جا که بایسته بود داغ می‌نشاند. او این همه را بدان جا می‌رساند که نیازمندش بود... با اینکه پیامبر (صلی‌الله‌علیه‌وآله) خود طبیب دوار بطبّه بود اما برای درمان خود، از طبابت حارث بن کلدّه بهره می‌برد (الایضاح، ص ۵۵۱). بر پایه حدیثی، خداوند به یکی از پیامبران (که بدون استفاده از طبیب و دارو برای بیماری خود شفا می‌خواست) وحی کرد که شفایت نمی‌دهم مگر آن که خود را با دارو درمان کنی. (مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، ج ۸۱، ص ۲۱۱-۲۱۲، مکارم الاخلاق ص ۴۱۷) و پیامبر گرامی فرمود: «تَدَاوُّوا فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ لَمْ يُنْزِلْ دَاءً إِلَّا وَ أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً. خود را مداوا کنید «دارو بخورید» که خدا دردی نداده جز که با آن درمانی نهاده. به امام صادق علیه السلام عرض شد: شخصی دارو می‌خورد، گاه او را شفا می‌دهد و گاه برایش ضرر دارد، اما بیشتر اوقات شفا می‌دهد. حضرت فرمود: «خداوند دارو را فرستاده و شفا را هم همراه آن می‌فرستد. و هیچ دردی را خلق نکرده، مگر اینکه دوا برای آن آفریده است؛ دوا را بخور و به هنگام خوردن، نام پروردگار را ببر». (طَبُّ الْأُئْمَةِ، ص ۶۳).

این کتاب شریف حاوی نظرات یکی از اطباء روحانی حضرت استاد آیه الله ضیائی است در مورد دارو و درمان بعضی از بیماریها که از وبلاگ طب المعصومین استخراج و تنظیم نمودم تا خدمت ناچیزی باشد هم برای اطباء روحانی و هم برای بیماران جسمانی. برگ سبزی است تحفه درویش - چه کند بی نوا همین دارد. و ران ملخی است نزد سلیمان بردن. سید محمد باقری پور - پائیز ۱۳۹۷

