

۱۵۵۱۲۳۲

طب سنتی صالح

جلد هفتم

مغز و اعصاب

سرشناسه: محمدزاده، امیر، ۱۳۴۹ -
 عنوان و نام پدیدآور: طب سنتی صالح/امیر محمدزاده.
 مشخصات نشر: تهران: انتشارات پژوهشیار، ۱۳۹۶
 مشخصات ظاهری: ج ۷
 شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۰۸۰-۰۶-۴
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 موضوع: پزشکی سنتی
 موضوع: Traditional medicine:
 رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ الف م ۳۳۲ ط ۳۵/۱۳۵ R
 ۱. بندی یویی: ۶۱۰
 شماره کتابشناسی ملی: ۴۷۹۰۹۸۰



طب سنتی صالح: جلد هفتم، مغز و اعصاب

نویسنده: دکتر امیر محمدزاده
 ویراستار علمی: دکتر حمید توتونچی اصل
 نویب و سال چاپ: چاپ اول / ۱۳۹۷
 ویراستار / طراح جلد: چاپ و نشر پژوهشیار
 قیمت: ۲۴۰۰۰ تومان
 تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

تهران، خیابان منیری جاوید، تقاطع ژاندارمری، روبروی ساختمان دانشجو، پلاک ۶۶، طبقه اول
 ۶۶۴۷۹۲۵۱ Pajoooheshyarpub@gmail.com

هرگونه کپی برداری، تکثیر کلی یا جزیی از مطالب کتاب، بدون اجازه ناشر پیگرد قانونی دارد.

فهرست مطالب

پیشگفتار مؤلف..... ۱۳

بخش اول: پیشگیری از بیماریهای مغز و اعصاب

سلول‌های عصبی..... ۲۰

مواردی که باید در تمامی بیماری‌های مغزو اعصاب، پرهیز شود..... ۲۱

سر درد چیست..... ۲۱

درمان سرد. های شدید و پیچیدن درد در همه نقاط بدن..... ۲۲

میگرن..... ۲۵

درمان میگرن با طب سنتی..... ۲۸

درمان سردرد کلاستر (سردردهای خوشه‌ای)..... ۲۸

هشت معجون ضد سردرد..... ۲۹

تیک عصبی چیست..... ۳۴

تیک حرکتی..... ۳۵

تیک صوتی..... ۳۵

عوامل مؤثر در تیک..... ۳۶

درمان تیک عصبی با روش طب سنتی..... ۳۶

رعشه چیست..... ۳۷

علت رعشه..... ۳۷

درمان رعشه یا لرزش غیراختیاری اعضا (اندام) با روش طب سنتی..... ۳۷

- ۳۸.....درمان اتروفی مغز و حملات تشنج
- ۳۹.....ضد تشنج (ضد صرع).....
- ۴۰.....درمان صرع با روش طب سنتی.....
- ۴۱.....تولید سلول‌های مغزی.....
- ۴۲.....ازدیاد عملکرد مغز.....
- ۴۲.....آلزایمر (زوال عقل پیش رونده).....
- ۴۳.....ده راهکار، پیشگیرانه آلزایمر.....
- ۴۳.....نقش اصلی تنبیه.....
- ۴۶.....نکات مهم دیگر در تنبیه.....
- ۴۸.....خوراکی که با تقویت مغز به سبب آلزایمر کمک می‌کنند.....
- ۵۰.....درمان آلزایمر با طب سنتی.....
- ۵۰.....عوامل ایجاد فراموشی.....
- ۵۱.....۳۰ روش درمان آلزایمر.....
- ۵۳.....افزایش ضریب هوشی.....
- ۵۳.....بیماری CP (یک دقیقه تا ۳ دقیقه اکسیژن به مغز نرسیده).....
- ۵۴.....لکنت زبان.....
- ۵۴.....عدم تعادل در حرکت (لقوه، پارکینسون) و بیماری سستی و فلجی.....
- ۵۷.....درمان هیستونی (اختلال مغزی).....
- ۵۸.....درمان سستی و فلجی و شبه فلجی.....
- ۶۰.....عرقیات مفید در درمان بیماری‌های اعصاب.....

- استرس ۶۰
- علل ایجاد استرس ۶۰
- اثرات سوء بیماری استرس روی بدن ۶۱
- درمان استرس ۶۱
- ضعف اعصاب ۶۲
- راب (دلهره) ۶۳
- درمان استهلاجی بیجا، جنون عارضی، خشونت بیجا، عصبانیت بی مورد ۶۵
- درمان وسواس ۶۶
- درمان لرزش خفیف و وسواس فکری ۶۶
- افسردگی ۶۶
- علائم عمومی افسردگی ۶۹
- درمان انواع افسردگی ۷۰
- بیماری ام اس (MS) (مالتیپل اسکلروز، تصلب متعدد، نراش مغز) ۷۲
- خصوصیات بیماری MS ۷۲
- علائم بیماری MS ۷۲
- عوامل تشدیدکننده بیماری MS ۷۳
- درمان MS در پزشکی جدید ۷۳
- علل شایع بیماری MS ۷۴
- تب خال ۷۷
- سرگیجه ۷۷

- ۷۸ سرگیجه از نظر مزاجهای چهارگونه.
- ۷۸ درمان سرگیجه.
- ۸۱ درمان بیماری منیر (سرگیجه دوره‌ای).
- ۸۲ اوتیسم (AUTISM) یا درخودماندگی.
- ۸۴ عواملی که خطر ابتلا به اوتیسم را افزایش می‌دهند.
- ۸۵ پیشگیری از اوتیسم.
- ۸۸ علل بروز اوتیسم.
- ۸۹ تشخیص اوتیسم.
- ۹۱ روش‌های درمانی و تربیتی اوتیسم.
- ۹۴ تقویت ذهن بچه‌ها.
- ۹۴ عقب ماندگی ذهنی.
- ۱۰۹

بخش دوم: تقویت حافظه

- ۹۷ تقویت حافظه با طب سنتی.
- ۹۸ تدابیر طب سنتی برای پیشگیری از ضعف حافظه جهت مزاجهای مختلف.
- ۱۰۵ راهکارهای افزایش هوش و غلبه بر فراموشی.
- ۱۰۹ پنج توصیه غذایی برای افزایش هوش.
- ۱۱۳ عوامل مهم برای بهبود حافظه.
- ۱۱۴ شش ویتامین و مواد معدنی مهم و ضروری برای تقویت حافظه.
- ۱۱۶ افزایش بازدهی هوشی با طب سنتی.

- ۱۲۰..... بخور نخورهای تقویت حافظه.
- ۱۲۶..... کاهش دهنده‌های حافظه.
- ۱۲۸..... عوامل دیگر افزایش دهنده حافظه.
- ۱۲۹..... گیاهان دارویی مورد استفاده در تقویت حافظه.
- ۱۳۱..... استحکام عقل و بقای آن (یشدُ العقل).

بخش سوم: خواب و آرامش اعصاب

- ۱۳۷..... محل خرب.
- ۱۳۷..... آماده شدن برای خرب.
- ۱۳۸..... تدبیر خواب و بیداری.
- ۱۴۲..... شیوه خوابیدن.
- ۱۴۳..... بی‌خوابی.
- ۱۴۵..... مزاج و میزان خواب.
- ۱۴۶..... درمان بیخوابی بر مبنای طبایع و مزاج.
- ۱۴۷..... ارتباط مستقیم بین مدت زمان خواب و مزاج افراد.
- ۱۴۸..... بیخوابی در مزاج‌ها.
- ۱۴۹..... راه حلی برای رفع بی‌خوابی در همه مزاج‌ها.
- ۱۵۰..... درمان خواب‌آلودگی و خواب زیاد.
- ۱۵۰..... بهداشت خواب و بیداری از دیدگاه طب سنتی.
- ۱۵۰..... ساعت خواب طبیعی آدمی چگونه است و چرا؟
- ۱۵۱..... خواب خوب.

- ۱۵۴..... خواب های ناپسند..... خواب های ناپسند
- ۱۵۶..... عوارض خواب زیاد..... عوارض خواب زیاد
- ۱۵۸..... ارتباط زمان غذا و خواب..... ارتباط زمان غذا و خواب
- ۱۶۰..... چرا در بهار زیاد می خوابیم..... چرا در بهار زیاد می خوابیم
- ۱۶۱..... رطوبت و پر خوابی؛ خشکی و کم خوابی..... رطوبت و پر خوابی؛ خشکی و کم خوابی
- ۱۶۱..... تغذیه ایده آل برای رفع اختلالات خواب..... تغذیه ایده آل برای رفع اختلالات خواب
- ۱۶۲..... نسخه های خواب مناسب براساس طب بوعلی..... نسخه های خواب مناسب براساس طب بوعلی
- ۱۶۹..... نقش رؤیا در تشخیص بیماری از دیدگاه بوعلی سینا..... نقش رؤیا در تشخیص بیماری از دیدگاه بوعلی سینا
- ۱۶۹..... مکانیسم رویا..... مکانیسم رویا
- ۱۷۱..... شرایط لازم برای استدلال از رؤیا در تشخیص بیماری..... شرایط لازم برای استدلال از رؤیا در تشخیص بیماری
- ۱۷۲..... رؤیاهای متناسب با انواع سوء مزاج..... رؤیاهای متناسب با انواع سوء مزاج
- ۱۷۲..... رؤیا در غلبه خون..... رؤیا در غلبه خون
- ۱۷۲..... رؤیا در غلبه صفر..... رؤیا در غلبه صفر
- ۱۷۲..... رؤیا در غلبه بلغم..... رؤیا در غلبه بلغم
- ۱۷۲..... رؤیا در غلبه سودا..... رؤیا در غلبه سودا
- ۱۷۲..... رؤیا در امتلا..... رؤیا در امتلا
- ۱۷۳..... رؤیاهای مشوش..... رؤیاهای مشوش
- ۱۷۳..... رؤیاهای مختلط و درهم..... رؤیاهای مختلط و درهم
- ۱۷۳..... رؤیاهای خوشایند و لذت بخش..... رؤیاهای خوشایند و لذت بخش
- ۱۷۳..... رؤیا در اطفال..... رؤیا در اطفال

۱۷۴	تأثیر مواد غذایی بر محتوای رویا.....
۱۷۵	عوامل بی خوابی.....
۱۷۶	خواب‌آورهای طبیعی.....
۱۷۸	۱۰ تجویز غذایی آرام بخش؛ از ماهی تا مرکبات.....
۱۸۲	دلایل خروپف و روش‌های توقف آن.....
۱۸۴	راه حل‌های کوتاه مدت توقف خروپف.....
۱۸۵	راه حل‌های بلند مدت توقف خروپف.....
۱۸۷	خروپف در بارداری.....
۱۸۸	چند توصیه و روش برای درمان خروپف.....
۱۹۰	راه‌های درمان خروپف.....
۱۹۲	مواد غذایی آرامش دهنده اعصاب.....
۱۹۷	تدابیری برای خواب بعد از نهار.....
۱۹۹	غذاهای مفید برای بهبود خواب شبانه.....
۱۹۹	خوردنی‌های خواب آور.....
۲۰۳	آرام بخش‌های چهارگانه.....
۲۰۴	منابع.....

به نام خدا

پیشگفتار مؤلف

سلامتی را با معانی مختلفی همانند توانایی کار کردن، سر حال بودن، آرامش، رهایی یافتن از بیماری، بی‌عیب شدن، رستگاری و خوشبختی، شادکامی، شفا و ... تعبیر نموده‌اند و واژه «شفا» به معنای صحت و سلامت است و در مقابل بیماری، عیب و نقص می‌آید. در حوزه بین‌المللی سلامتی را در دو بعد جسم و روح و در دو منظر فرد و جامعه بررسی می‌کنند و به تبع جامعه‌ای دارای سلامتی اجتماعی است که سلامتی تک‌تک افراد یا بهبودی و به زیستی فردی حاصل شود.

در آیین مقدس اسلام، صحت و سلامت واجب شمرده شده است. حتی اگر عباداتی، مانند نماز و روزه واجب، برای انسان ضرر باشد نه تنها جایز است، ترک شود بلکه واجب است که ترک شود و در چنین مواردی، کار واجب به کار حرام بدل می‌گردد.

به حمدالله حوزه پزشکی در دنیای نوین دارای افتات بسیار قابل توجهی شده است که خوشبختانه کشور عزیزمان نیز از جمله جوامع پیشرو و موفق محسوب می‌شود. با این وجود باید به این امر بسیار مهم نیز توجه داشت که به علت استفاده بیش از حد از داروهای نوین، پیامدهای زیست‌محیطی، روحی و روانی و حتی اقتصادی اجتناب‌ناپذیری ایجاد می‌شود. سازگاری یک درمان جدید با تمام سازوکار روح و جسم بشر کاری بسیار مشکل و شاید ناممکن باشد. در بیشتر نوآوری‌ها و ابتکارات پزشکی، تنها به یک بعد از همان حوزه مورد مطالعه توجه می‌شود و با وجود دقت‌های مناسب از سوی محققان حوزه سلامت و نیز سازمانها و نهادهای نظارتی، باز مضرات و پیامدهای منفی و نامطلوب این رویکردها برای سایر قسمت‌های بدن، قابل کنترل نیست. به عنوان مثال اگر برای یک مشکل گوارشی دارویی در نظر گرفته شود، این درمان می‌تواند برای قسمت‌های دیگر بدن مانند سیستم عصبی، سیستم قلب و عروق، سیستم مغز و اعصاب و سایر نقاط بدن تأثیرات منفی ولو اندک

داشته باشد. از دیگر سو نحوه بسته‌بندی داروهای شیمیایی و نیز ملزومات مصرفی داروها همانند سرم‌ها و آنژیوتک‌ها و غیره می‌تواند آسیب‌های جبران‌ناپذیری به محیط‌زیست وارد نماید.

به گواه متخصصان حوزه سلامت، طب سنتی ایران که ثمره تجربیات و پژوهش‌های علمی و دقیق دانشمندان و حکمای ایرانی از قبیل حکیم بزرگ شیخ الرییس ابن‌سینا است، توانایی ارائه راه‌حل برای معالجه مطلوب بیماری‌هایی دارد که امروزه طب جدید در برخورد با آنها ناتوان است و یا به درمان علامتی آنها بسنده می‌کند و یا با هزینه اقتصادی و جسمانی بالایی درمان می‌کند.

البته باید به این موضوع هم اشاره کرد که کل‌نگر بودن طب سنتی خود عاملی برای موفقیت آن است و می‌توان به براساس آن کرد که یکی از مسائلی که طب نوین به‌ویژه با افزایش رشته‌های تخصصی و اطلاعات در زمینه‌های تخصصی با آن مواجه شده است، رویکردهای تشخیصی و درمانی بدون در نظر گرفتن همه سربیط‌هاست. کل‌نگر بودن طب سنتی به پزشک این توانایی را می‌دهد تا درعین‌حال که بر اساس تخصص خود در زمینه بیماری‌ها اظهارنظر می‌کند؛ بتواند به‌گونه‌ای برای بیمار برنامه‌ریزی پیشگیرانه و درمانی ارائه دهد که کمترین عوارض دامن‌گیر بیمار شوند.

طب سنتی به سبب مؤثر بودن در درمان، بهره‌وری مطلوب درمان‌ها، مقرون‌به‌صرفه بودن، جامع‌نگری، سازگاری بین جسم و روح و محیط همواره در کشور مورد استفاده بوده است و طرفداران بی‌شماری داشته و دارد.

به سبب مشکلات فوق‌الذکر است که نه تنها کشورهای شرقی (که از دیرباز به این امر توجه داشته‌اند) موجی از کشورهای توسعه‌یافته غربی نیز در سال‌های اخیر به روش‌ها و رهیافت‌های سنتی و طبیعی روی آورده‌اند.

نگارنده کتاب حاضر همواره دغدغه آن را داشته است که در حوزه طب سنتی کتاب علمی، کامل و جامعی در دسترس خوانندگان عزیز و مشتاقان حوزه طب سنتی قرار گیرد که بتوانند به عنوان مرجعی مستند، علمی و عملیاتی، قابل استفاده باشد. در همین راستا کتاب حاضر که حاصل پژوهش‌ها، تفکرات و تدبیرات دقیق، سنجیده، علمی و آزموده شده دانشمندان ایرانی و کشورهای شرقی است، با دقت و تأمل و حوصله در خورتوجهی به مرحله تألیف و درنهایت چاپ رسیده است.

کتاب حاضر تقدیم می‌شود به تمام بزرگوارانی که برای سلامت جسم و جان خود و دیگران از هیچ تلاشی دریغ نمی‌کنند. تقدیم می‌شود به دوستانی که در هر مرحله از طب سنتی فعالیت می‌کنند یعنی از مطالعات اولیه بر اساسان دارویی و یافتن مواد اولیه درمانها در دامن طبیعت تا مرحله عرضه مستقیم داروها، نسخه‌ها، گیاهان و سایر اقلام طبیعی دارویی به نیازمندان، حضور دارند و امید است این راهنمای عینی و عملیاتی گام مؤثری در پیشبرد اهداف درمانی قلمداد شود.

بر خود واجب می‌دانم نسبت به همدلی، همراهی همگی و نیز راهنمایی‌ها و اندرزهای حکیمانه و دلسوزانه پدر بزرگوار و ارجمندم جناب آقای حاج حمید محمدزاده و مادر مهربان و عزیزتر از جانم، حاجیه خانم نوبر دیور خواهر شهیدان والامقام اکبر دیور، مصطفی دیور و جهانبخش دیور، تقدیر و تشکر بی‌کران و بی‌پایان داشته باشم. همچنین از دوستان ارجمند بابت دکتر محمد وفایی‌یگانه، جناب دکتر مهرداد احمدی‌فر، جناب مهندس سعید وفایی‌یگانه و جناب آقای علی‌حصاری و علی‌دامسار و خانم خدیجه وفایی‌یگانه تشکر ویژه‌ای دارم که تلاش‌های بی‌وقفه‌ای را بابت چاپ، نشر، تولید و توزیع عنایت فرمودند.

دکتر امیر محمدزاده