



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
جمهوری اسلامی ایران

آشنایی با

مرض فند

یادداشت شیرین

و توصیه‌هایی برای کنترل آن
بر اساس آموزه‌های طب ایرانی



سرشناسه	مقیمی، مریم، ۱۳۶۰ -
عنوان و نام پدیدآور	آشنایی با مرض قند یا دیابت شیرین و توصیه‌هایی برای کنترل آن بر اساس آموزه‌های طب ایرانی / مولف مریم مقیمی؛ با مقدمه محمود خدادوست.
مشخصات نشر	تهران: انتشارات المعی، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	۴۲ص.
شابک	978-600-7658-44-4
وضعیت فهرست‌نویسی	فیبا
موضوع	دیابت -- به زبان ساده Diabetes -- Popular works
موضوع	دیابت -- درمان جایگزین Diabetes -- Alternative treatment
مخاسه افزوده	خدادوست، محمود، ۱۳۴۵ - مقدمه‌نویس
رده‌بندی کتاب	۱۳۹۶ ۷۱۵/۴/م RC۶۶۰
ده‌بندی یوئی	۶۱۶/۴۶۲:
شماره ایشناس ملی	۵۰۰۷۱۰۵



نشانی: بلوار کشاورز، خیابان عبدالله زار، بوجه زیبا، پلاک ۴۰، تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۵۳۴۱۱

نام کتاب:	آشنایی با مرض قند یا دیابت شیرین و توصیه‌هایی برای کنترل آن بر اساس آموزه‌های طب ایرانی
مؤلف:	دکتر مریم مقیمی
ناشر:	المعی
نوبت چاپ:	اول ۱۳۹۶
لیتوگرافی:	زاویه نور
چاپ:	دانش پژوه
صحافی:	آفرینش
شمارگان:	۵۰۰ نسخه
بها:	۱۵۰۰۰ تومان
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۷۶۵۸-۴۴-۴

کلیه حقوق محفوظ است.



بسمه تعالی

دیابت شیرین یکی از مهم‌ترین علل مرگ و میر و ایجاد عوارض جدی در جهان است که شیوع آن در جوامع مختلف از جمله ایران روز به روز رو به افزایش است و علی‌رغم اینکه سالانه هزینه بسیار زیادی برای انجام اقدامات درمانی جهت کنترل بیماری و عوارض ناشی از آن صرف می‌شود، برخی از بیماران به کنترل مطلوب قند خون دست نمی‌یابند. به طوری که حتی دغدغه تدوین یک راهکار از جمله اصلاح شیوه زندگی و رژیم غذایی این بیماران در منابع طب رایج نیز به چشم می‌خورد. از سوی دیگر در طب ایرانی، منابع غنی علمی وجود دارد که با برخورداری از آن و استفاده از نظایر و تجربیات دانشمندان و اطباء گذشته در این زمینه در کنار استفاده از ظرفیت‌های طب رایج، می‌تواند راهکارهای مفید و ساده‌ای برای کنترل این بیماری به دست آورد. رعایت ۶ اصل حفظ سلامتی (لفظ الصحه) و از جمله به کارگیری تدابیر غذایی و اصلاح تغذیه در پیشگیری و درمان بیماری‌ها و جلوگیری از بروز عوارض آن‌ها از دیدگاه طب ایرانی بسیار پراهمیت و حتی مقدم بر استفاده از داروهای دارویی است. توصیه‌های بسیاری برای چگونگی رعایت این اصول ششگانه و استفاده از تدابیر آنها در بیماری‌های مختلف، در متون طب ایرانی ذکر شده است. از طرف دیگر طب ایرانی در این زمینه رویکردی متفاوت با طب رایج دارد و آن عبارت است از توجه به مزاج فرد، مزاج بیماری، مزاج غذاها و شرایطی که بر رابطه فرد با بیماری تاثیرگذار می‌باشند. در واقع اساس برخورد با بیمار در این طب، بررسی و شناخت دقیق علت بیماری بر پایه تغییرات ایجاد شده در مزاج است و در نهایت کل بدن بیمار است و هدف آن اصلاح مزاج و بازگرداندن بیمار به مزاج پایه و طبیعتی که با تدابیر خاص است (Personalized medicine).

از این رو امید است که با استفاده از تدابیر اصلاح شیوه زندگی در طب ایرانی، دستاوردهای طب رایج در کنار یکدیگر، با عنایت خداوند متعال راهکارهای مناسب و موثری برای کنترل دیابت و عوارض آن ارائه شود که هدف این نوشتار است. این کتاب به همت دکتر محسن داکتر مریم مقیمی - متخصص طب ایرانی - به زبانی ساده و کاربردی به رشته تحریر درآمده است.

دکتر محمود خدادوست

مشاور وزیر و مدیر کل دفتر طب ایرانی

