

# ذخیره خوارزمشاهی

کتاب سوم

اندر تدبیر نگاه داشتن تندرستی

تألیف

سید اسماعیل جرجانی (در نسخه ۵۳۱ ق.)

بر اساس نسخه خطی

کتابخانه مرکزی دانشگاه تهران

کتابت ۵۸۲ ق.

با اهتمام و ویراست  
دکتر یوسف بیگ باباپور

|                     |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| سرشناسه             | : | جرجانی، اسماعیل بن حسن، ۴۳۴ - ۵۳۱ق.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| عنوان قراردادی      | : | ذخیره خوارزمشاهی                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| عنوان و نام پدیدآور | : | ذخیره خوارزمشاهی / تألیف سیداسماعیل جرجانی؛ با اهتمام و ویراست یوسف بیگ باباپور.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| مشخصات نشر          | : | تهران : چوگان، ۱۴۰۰ -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| مشخصات ظاهری        | : | ج.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| شابک                | : | ۷-۸۰۳-۷۵۰۳-۹۷۸-۶۲۲-۱؛ ۴-۸۱-۷۵۰۳-۹۷۸-۶۲۲-۲؛ ۱-۸۲-۷۵۰۳-۹۷۸-۶۲۲-۳؛ ۴-۹۷۸-۶۲۲-۷۵۰۳-۸؛ ۵-۸-۲۵-۷۶۸۶-۹۷۸-۶۲۲-۷؛ ۷-۴۸-۷۶۸۶-۹۷۸-۶۲۲-۶؛ ۴-۴۹-۷۶۸۶-۹۷۸-۶۲۲-۵۰۰-۰؛ ۸-۹۷۸-۶۲۲-۷۶۸۶-۵۲-۴؛ ۹-۷۶۸۶-۹۷۸-۶۲۲-۷۵۰۳-۷-۵۱-۷۶۸۶-۹۷۸-۶۲۲-۱۰                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| وضعیت فهرست نویسی   | : | فیپا                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| مندرجات             | : | ج. ۱. اندر شناختن حد طب و منفعت آن....-ج. ۲. اندر شناختن حالهای تن مردم از تندرستی و بیماری.-ج. ۳. اندر تدبیر نگاهداشتن تندرستی.-ج. ۴. اندر شناختن هر بیماری، نضج، بحران و تقدیمه المعرفه.-ج. ۵. اندر شناختن تب و اجناس و انواع و اسباب و علامات و علاج آن.-ج. ۶. اندر علاج بیماریهای اندامها از سر تا پای.-ج. ۷. اندر بیماریها و آفتها که ممکن است که همه اندامها را افتد از سر تا پای.-ج. ۸. اندر زینت و آراستگی و پاکیزگی ظاهر تن از سر تا پای.-ج. ۹. اندر احوال چیزهای زیانکار و زهرها و دفع مضرت آن.-ج. ۱۰. کتاب دهم قرا بادین پزشکی اسلامی -- متون قدیمی تا قرن ۱۴ |
| موضوع               | : | ۲۰th century Medicine, Islamic -- Early works to                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| موضوع               | : | داروشناسی                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| موضوع               | : | Pharmacology                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| موضوع               | : | نثر فارسی -- قرن ۱۴                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| موضوع               | : | ۱۲th century -- Persian prose literature                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| شناسه افزوده        | : | بیگ باباپور، یوسف، ۱۳۵۷ - ویراستار                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| شناسه افزوده        | : | beigbabapour, Yousef                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| رده بندی کنگره      | : | R1۲۸/۳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| رده بندی دیویی      | : | ۶۱۰/۹۱۷۶۷۱                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| شماره کتابشناسی ملی | : | ۷۵۷۹۴۱۵                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |



## ذخیره خوارزمشاهی (جلد سوم)

نگارش : سید اسماعیل جرجانی

مصحح : دکتر یوسف بیگ باباپور

نشر: چوگان      نوبت چاپ : اول / ۱۴۰۰

شابک : ۱-۸۲-۷۵۰۳-۹۷۸-۶۲۲-۷

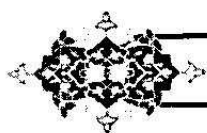
شمارگان : ۵ جلد      قیمت دوره ۱۰ جلدی : ۱۰۰۰۰۰۰ تومان

آدرس سایت [www.choogan.com](http://www.choogan.com) | شماره تلفن ۰۹۱۲۳۵۹۱۴۴۳-۶۶۴۰۶۴۷۷

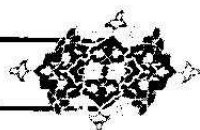
## فهرست مطالب

### بخش اول از کتاب سوم

- دییاجه کتاب و فهرست بخش اول ..... ۱۷
- گفتار نخستین: اندر یاد کردن هوا و مسکن و حال‌ها و تدبیر آن ..... ۲۳
- باب نخستین: اندر یاد کردن حاجت مردم و دیگر جانوران به هوا ..... ۲۳
- باب دوم: اندر یاد کردن کیفیت و منفعت هوا ..... ۲۴
- باب سیم: اندر هوای نیک و هوای معتدل ..... ۲۵
- باب چهارم: اندر شناختن طبع فصل‌های سال ..... ۲۶
- باب پنجم: اندر شناختن طبع فصل‌های سال ..... ۲۷
- باب ششم: اندر خاصیت و فعل هر هوا ..... ۳۰
- باب هفتم: اندر حال فصل‌های سال که از مزاج خاصه خویش بگردد ..... ۳۲
- باب هشتم: اندر فعل و خاصیت سال و بیماری‌ها که اندر هر فصلی باشد ..... ۳۴
- باب نهم: اندر یاد کردن حال‌های تن مردم اندر سال‌ها که فصل‌های آن مختلف باشد ..... ۳۷
- باب دهم: اندر تدبیر نگاه داشتن تندرستی اندر هر فصلی ..... ۴۱
- باب یازدهم: اندر شناختن تغییر هوا به سبب‌های طبیعی و آسمانی و زمینی ..... ۴۳
- باب دوازدهم: اندر شناختن تغییر هوا به سبب ناطیعی ..... ۴۸
- باب سیزدهم: اندر شناختن حال‌های تن مردم اندر هر هوای و هر مسکنی ..... ۴۹
- باب چهاردهم: اندر تدبیر مسکن‌های جزوی ..... ۵۲



- گفتار دوم: اندر شناختن حال‌های آب‌ها ..... ۵۳
- باب نخستین: اندر شناختن حاجتمندی به آب ..... ۵۳
- باب دوم: اندر شناختن طبع و خاصیت آب‌ها و منفعت و به کارداشتن آن ..... ۵۴
- باب سیم: اندر شناختن آب‌های نیک ..... ۵۸
- باب چهارم: اندر آزمودن آب‌ها ..... ۵۹
- باب پنجم: اندر تدبیر به صلاح آوردن آب‌های بد ..... ۶۰
- باب ششم: اندر تدبیر آب خوردن ..... ۶۱
- باب هفتم: اندر تدبیر گرمابه و نشستن اندر آب‌ها و به کار داشتن آن ..... ۶۲
- گفتار سیم: اندر شناختن نیک و بد غذاها ..... ۶۵
- جزو نخستین: اندر شناختن غذا و انواع و احوال آن ..... ۶۵
- باب نخستین: اندر شناختن حاجتمندی مردم و دیگر جانوران به غذا ..... ۶۵
- باب دوم: اندر شناختن غذا ..... ۶۶
- باب سیم: اندر آن که چرا بعضی غذاها را گرم گویند و بعضی را سرد و بعضی را خشک و این کیفیت‌ها اندر تن مردم از غذا چگونه پدید آید ..... ۶۷
- باب چهارم: اندر شناختن غذاهای نیک ..... ۷۰
- باب پنجم: اندر شناختن غذاهای بد ..... ۷۱
- باب ششم: اندر شناختن غذاهای میانه ..... ۷۲
- باب هفتم: اندر شناختن غذاهای لطیف ..... ۷۳
- باب هشتم: اندر شناختن غذاهای غلیظ ..... ۷۴
- باب نهم: اندر شناختن غذاها که زود گذرد ..... ۷۵
- باب دهم: اندر شناختن غذای بسیار فضول و اندک فضول ..... ۷۶
- باب یازدهم: اندر شناختن غذاها که تن مردم از آن غذا بیشتر یابد یعنی بهره بیشتر گیرد ..... ۷۷
- باب دوازدهم: اندر شناختن غذاها که تن مردم از آن غذا کمتر یابد ..... ۷۸
- باب سیزدهم: اندر شناختن غذاهای گرم ..... ۷۹



- باب چهاردهم: اندر شناختن غذاهای خشک ..... ۸۰
- باب پانزدهم: اندر شناختن غذاهای تر ..... ۸۱
- باب شانزدهم: اندر شناختن غذاهای سرد ..... ۸۲
- باب هفدهم: اندر شناختن غذاها که سده بگشاید ..... ۸۳
- باب هژدهم: اندر شناختن غذاها که سده آرد ..... ۸۴
- باب نوزدهم: اندر شناختن غذاها که طبع نرم کند ..... ۸۵
- باب بیستم: اندر شناختن غذاها که طبع خشک کند ..... ۸۶
- باب بیست و یکم: اندر شناختن غذاها که اندر معده زود تباه گردد ..... ۸۷
- باب بیست و دوم: اندر شناختن غذاهای بادناک ..... ۸۸
- باب بیست و سیم: اندر شناختن غذاها که معده را زیان دارد ..... ۸۹
- باب بیست و چهارم: اندر تدبیر غذا خوردن ..... ۹۰
- جزو دوم: اندر به صلاح آوردن آنچه به صلاح باید آورد و شناختن آن ..... ۹۳
- باب نخستین: اندر طبع و مزاج و خاصیت حبوب و اندر منفعت و مضرت ..... ۹۳
- باب دوم: اندر خاصیت گوشت‌ها و اندام‌های جانوران و به صلاح آوردن آن ..... ۹۷
- باب سیم: اندر شناختن منفعت و مضرت آب‌ها و بازداشتن مضرت آن ..... ۱۰۶
- باب چهارم: اندر شناختن منفعت و مضرت کامه‌ها و آجال‌ها و آنچه بدین ماند ..... ۱۰۹
- باب پنجم: اندر شناختن منفعت و مضرت شیر و پنیر و آنچه بدین ماند ..... ۱۱۱
- باب ششم: اندر شناختن منفعت و مضرت تره‌ها و آنچه بدین ماند ..... ۱۱۷
- باب هفتم: اندر شناختن منفعت و مضرت بیخ‌های تره‌ها و دفع مضرت آن ..... ۱۲۲
- باب هشتم: اندر شناختن منفعت و مضرت نبات‌ها که مردم آن را خورند ..... ۱۲۴
- باب نهم: اندر شناختن منفعت و مضرت ابزار دیگ‌ها ..... ۱۲۷
- باب دهم: اندر شناختن منفعت و مضرت میوه‌های تر و دفع مضرت آن ..... ۱۳۱
- باب یازدهم: اندر شناختن منفعت و مضرت میوه‌های خشک ..... ۱۳۹
- باب دوازدهم: اندر شناختن منفعت و مضرت شیرینی‌ها ..... ۱۴۲