

طب ایرانی؛
مراقبت‌های دوران بارداری
و شیردهی

گزیده‌ای از سفارشات حکیم محمدحسین عقیلی خراسانی

بخشید! چند لحظه

در طب سنتی ایران، درباره‌ی دوران بارداری یک زن و مسئولیت‌ها و وظایف او توصیه‌های فراوانی ذکر شده است. چراکه هرآنچه مادر باردار فکر می‌کند، می‌بیند، می‌شنود، می‌خورد و رفتار می‌کند، به‌طور مستقیم بر جنین او تأثیر می‌گذارد.

دوران شیردهی برای «مادر» نیز دورانی حساس و ویژه است و حفظ سلامت وی از مسئولیت‌های مهم طب سنتی است تا در کنار سلامت کودک و رشد و نمو خوب او، سلامت مادر شیرده نیز حاصل گردد که نتیجه‌ی ارزشمند آن یک خانواده سالم است که هیچ چیز نمی‌تواند جایگزین آن شود.

در سایه‌ی یک مادر سالم و بانشاط و تندرست، یک کودک سالم و توانمند رشد می‌یابد و این مقصود و منظور اصلی توصیه‌های طب سنتی در دوران شیردهی است.

در این کتاب مختصری از توصیه‌های سلامتی بخش عمومی برای مادران باردار و مراقبت‌های خاص جسمی و همچنین بخشی از کتاب گرانسنگ خلاصه الحنمه درباره‌ی

مسائل دوران شیردهی ارائه شده است تا مادران عزیز بتوانند این مقطع از زندگی را با رعایت ساده‌ترین مسائل و در ارتباط دوستانه با طبیعت هوشمند، به سلامت و تندرستی پشت سر گذارند.

مژده پورحسینی

بهار ۹۱