

آرتروز

(آرترازیس)

تالیف و گردآوری:
دکتر جلال عصار

انتشارات انسان برتر

سرشناسه : عصار، جلال

عنوان و نام پدیدآور : آرتروز /تالیف و گردآوری جلال عصار.

مشخصات نشر : تهران : نشر انسان برتر، ۱۳۹۱

مشخصات ظاهری : ۱۰۸ ص.

978-600-6488-29-5

شابک:

وضعیت فهرست‌نویسی : فیا

موضوع : آرتروز

موضوع : مفصل‌ها - بیماری‌ها

موضوع : آرتروز -- درمان

موضوع : استئوآرتریت -- درمان

موضوع : آرتروز روماتیسم‌گونه -- درمان

رده بندی کنگره : ۱۳۹۱ ۶۴ع / RC ۹۳۳

رده بندی دیویی : ۶۱۶ / ۷۲۲

شماره کتابشناسی ملی : ۳۰۴۷۷۴۱

نام کتاب: آرتروز

تالیف و گردآوری: دکتر جلال عصار

نوبت چاپ : اول ۱۳۹۱

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

ناشر: انسان برتر

قیمت: ۵۰۰۰ تومان

پخش: کلام شیدا ۷۷۷۱۰۵۷۵ - ۷۷۷۱۹۸۲۸

فهرست

- پیشگفتار..... ۸
- آرترائیس یا ناخوشی مفصل چیست؟..... ۹
- ساختمان مفصل..... ۱۱
- سبب‌های بیماری‌های مفصل..... ۱۴
- انواع بیماری مفصل..... ۱۶
- التهاب استخوانی مفصل..... ۱۷
- نشانه‌ها و علائم بیماری..... ۲۰
- تشخیص بیماری..... ۲۲
- آرتروز روماتیسمی..... ۲۶
- بیماری‌های دیگر التهاب استخوان و ماهیچه‌ها..... ۳۴
- نقرس..... ۳۴
- نقرس کاذب..... ۳۶
- پشت درد..... ۳۷
- بیماری واکنشی مفصل..... ۳۸
- بیماری سیستمی لوپوس..... ۳۸
- تب روماتیسمی..... ۳۹
- سندرم اسجوگرن..... ۴۰
- داروهای درمان آرتروز..... ۴۲
- داروهای ضدالتهاب..... ۴۴

- داروهای غیراستروئیدی..... ۴۵
- پروستاگلاندین چیست؟..... ۴۵
- استروئیدها..... ۴۸
- داروهای که سیستم دفاعی بدن را متوقف می کنند..... ۵۰
- داروهای بیولوژیکی..... ۵۱
- درمان آرتروز بوسیله جراحی..... ۵۳
- روشهای درمانی دیگر برای آرتروز..... ۵۴
- طب سوزنی..... ۵۴
- ماساژ..... ۵۵
- هومئوپاتی..... ۵۶
- عطاری..... ۵۷
- درمان با غضروف احشام..... ۵۹
- درمان با دانه گاوزبان..... ۶۰
- روغن ماهی..... ۶۱
- گلوکوزامین و کندروی تین..... ۶۲
- سام ای..... ۶۳
- درمان با سرما..... ۶۴
- درمان با گرما..... ۶۵
- اهمیت برنامه غذایی کامل بهداشتی..... ۶۶
- پایه و اساس یک برنامه و طرح غذا..... ۶۹
- مواد معدنی..... ۷۱

۷۳.....	ویتامین ها.....
۷۴.....	فیتوکمیکال ها.....
۷۶.....	جدول مواد معدنی مورد نیاز بدن.....
۸۱.....	جدول ریتامین ها.....
۸۱.....	جدول ویتامین های محلول در چربی.....
۸۳.....	جدول ویتامین های محلول در آب.....
۸۷.....	جدول فیتوکمیکال ها.....
۹۱.....	اهمیت ورزش و حرکات بدنی در بیماری مفاصل.....
۹۵.....	هر طور می توانید از مفاصل خود مراقبت نمایید.....
۹۷.....	خوشبین باشید تا در زندگی کامروا باشید.....
۱۰۰.....	زبان بدن خود را بدانید.....
۱۰۲.....	نکته ها و راه های مهم برای فشارهای عصبی.....
۱۰۴.....	پیدایش درمان تازه برای آرتروز.....

پیش گفتار

هنگامی که بندها و یا مفصل‌های بدن به طور طبیعی و ساده کار می‌کنند انسان هیچ‌گونه توجهی به وجود و کار آنها ندارد. لیکن وقتی و به هر علتی ایجاد درد و ناراحتی می‌کنند انسان ناراحتی را حس می‌کند و در صدد رفع درد بر می‌آید.

به طور کلی التهاب و تورم یک جواب طبیعی نسبت به عفونت و یا صدمه به اعضای بدن است به این ترتیب که سلول‌های سیستم دفاعی بدن هنگام حمله میکروب‌ها و یا صدمات وارده به بدن ماده‌ای تولید و ترشح می‌کنند که سبب ایجاد حرارت، درد و تورم می‌شود.

این کتاب درباره‌ی آرتروز «آرترایتس» که یک بیماری فلج کننده و تقریباً همگانی است نوشته شده و شامل اطلاعات لازم تازه و جدید درباره این بیماری و کنترل آن با روش‌ها و داروهای جدید می‌باشد و کوشش شده که این مطالب با زبانی ساده و قابل درک برای همگان ارائه شود. گرچه درمان قطعی و معجزه آسایی برای درمان آرتروز تاکنون پیدا نشده لیکن با پشت کار و کوشش پژوهشگران امید پیدا کردن درمان موثر و قطعی در افق آینده وجود دارد.