

# مبانی طب سنتی ایران

## تعریف طب ( ابن سینا )

طب دانشی است که با آن حالات بدن انسان از لحاظ تندرستی و نبود آن، شناخته میشود و هدف از آن، حفظ تندرستی موجود و تلاش برای بازگرداندن آن است وقتی که از دست برود.

بر اساس تعریف فوق وظیفه اصلی پزشک حفظ تندرستی و سلامتی انسان میباشد و درمان در اولویت بعدی قرار دارد

**تقسیم بندی طب:**

الف: نظری

ب: عملی

طب نظری ( علوم پایه)شامل:

1- امور طبیعی ( آناتومی و فیزیولوژی )

2- اسباب و علل ( فیزیوپاتولوژی و اتیولوژی )

3- دلایل و علایم ( علامت شناسی یا سمیولوژی)

# امور طبیعی

اموری که هستی، قوام و کمالات جسمی انسان بر آن استوار است که شامل:

- ارکان یا عناصر بنیادی
- امزاج
- اخلاط
- اعضا
- ارواح
- قوا
- افعال

ارکان ( عناصر یا ذرات بنیادی )

رکن یا عنصر جسم بسیطی است که به غیر خود تجزیه نمیشود و تشکیل دهنده اجزای اولیه همه موجودات است. ( ذره بنیادی )

4 رکن یا ذره بنیادی :

خاک

آب

هوا

آتش

استفاده از کلمات فوق برای نزدیک سازی به ذهن بوده و منظور خاک، آب، هوا و آتش متعارف نیست.

خاک عنصری: سرد و خشک

آب عنصری: سرد و تر

هوای عنصری: گرم و تر

آتش عنصری: گرم و خشک

بنابر این هر چه درصد ترکیب این عناصر بنیادی در بدن افزایش یابد خاصیت مربوط به آن عنصر نیز در بدن افزایش میابد.

● سردی یعنی کاهش حرکت جنبشی ذرات جسم و گرمی برعکس آن.

● سردی باعث نزدیک شدن ذرات جسم و تراکم آنها و در نتیجه سنگینی در جسم میشود و گرمی برعکس آن.

● تری یعنی انعطاف پذیری و شکل پذیری جسم و خشکی برعکس آن.

نتیجه چه میشود؟



- عنصر خاک باعث میشود جسم سردتر، سنگین تر و جامد شود.
- عنصر آب جسم را سرد، سنگین (ولی سبکتر از خاک) و قابل شکل پذیری و سیالیت میکند.
- عنصر هوا جسم را متخلخل، سبک، لطیف و قابل تصاعد میکند.
- عنصر آتش باعث افزایش شدید فاصله ذرات از هم و در نتیجه سبکی زیاد و نفوذپذیری قوی میشود.

## وظایف ارکان چهارگانه

- خاک عنصری: ایجاد پایداری و شکل دهی و استحکام اجسام
  - آب عنصری: ایجاد توانایی شکل پذیری و قابلیت انعطاف و سیالیت در اجسام
  - هوای عنصری: ایجاد تخلخل و فاصله بین ذرات جسم
  - آتش عنصری: ایجاد لطافت، سبکی، افزایش حرکت و نفوذپذیری و کاهش شدت سردی
- دو عنصر خاک و آب در بوجود آمدن و سکون اعضا و اندامها نقش داشته در حالیکه دو عنصر هوا و آتش در فعالیتها و حرکات اندامها نقش دارند.

مثال 1: در چدن، خاک عنصری زیادتر بوده لذا کیفیت خشکی آن بیشتر است و در نتیجه محکم اما شکننده است ولی در فولاد هوای عنصری زیادتر بوده در نتیجه قابلیت انعطاف آن بیشتر است.

مثال 2: وجود آتش عنصری زیادتر از حد طبیعی در فرد، باعث فعالیت سریع و زیاد و عصبی شدن میشود.

مثال 3: افزایش آب عنصری در اسفنکتر تحتانی مری با کاهش تونوسیتة عضله باعث شل شدن و بیماری رفلاکس معده به مری میشود.





# آشنایی با مزاج

- مزاج یعنی در هم آمیختن و در طب سنتی ایران به مفهوم کیفیت یکسان و جدیدی است که در نتیجه آمیختن ارکان با یکدیگر و فعل و انفعال آنها به وجود میاید.
- هر جسم مرکبی از ترکیب هر چهار رکن بوجود میاید.
- تفاوت اجسام و خواص آنها ناشی از اختلاف مقدار و نسبت هر کدام از ارکان و ذرات بنیادی در ترکیب اجسام میباشد.

## انواع مزاج:

- مزاج معتدل: مقدار همه عناصر در بدن متناسب و متعادل است.
- گرم
- سرد
- خشک
- تر
- گرم و خشک
- گرم و تر
- سرد و خشک
- سرد و تر



## مزاج :

- مادرزادی (ذاتی، سرشتی، جبلی) : مزاجی که به صورت ژنتیکی یا مادرزادی برای فرد در بدو انعقاد نطفه شکل میگیرد.
- اکتسابی: مزاج مادرزادی فرد در اثر عوامل و شرایط محیطی و زندگی تاثیر پذیرفته و تغییر میکند و مزاج اکتسابی ایجاد میشود.

## مزاج سن:

- 1- از تولد تا 30 سالگی: میزان حرارت و رطوبت طبیعی بدن بالاست لذا مزاج گرم و تر میباشد.
- 2- 30 تا 40 سالگی: مرحله اوج جوانیست که رفته رفته رطوبت طبیعی بدن کاهش یافته و مزاج به سمت گرمی و خشکی میرود.
- 3- 40 تا 60 سالگی: قوای بدن به تدریج به تحلیل میرود و حرارت غریزی یا طبیعی افت کرده و مزاج سرد و خشک میگردد.
- 4- بعد از 60 سالگی: مرحله پیری که ضعف قوا وجود داشته و مزاج در اغلب اوقات سرد و تر هست.

## مزاج فصول:

بهار: گرم وتر . در این فصل ممکن است افراد گرم وتر دچار مشکلات جسمی شوند.

تابستان: گرم و خشک . جوانان که مزاج گرم و خشکتری دارند ممکن است دچار مشکل شوند.

پاییز: سرد و خشک . میانسالان یا افراد دارای مزاج سرد و خشک دچار مشکلاتی مثل افسردگی، آگزما، بواسیر و ... میشوند.

زمستان: سرد و تر . افراد پیر یا دارای مزاج سرد و تر به بیماری های مخصوص فصل بیشتر مبتلا میشوند.





## مزاج جنس:

مردان نسبت به زنان گرمتر و خشکتر بوده درحالیکه زنان بیشتر به سردی و تری تمایل دارند.

## مزاج مکانها:

- مزاج مناطق شمالی مرطوبتر.. مناطق جنوبی خشکتر..
- مناطق کوهستانی سرد و خشک ( دماوند)
- مناطق کویری گرم و خشک (استان یزد)
- مناطق کنار دریا که کوه در جنوب آنها واقع شده، سرد و تر (مازندران)

## مزاج اعضا:

تفاوت مزاج اعضای بدن اولاً به علت تفاوت ترکیب نسبی عناصر بنیادی آنها و ثانیاً به خاطر تفاوت در وظیفه و عملکردی است که بر عهده عضو میباشد مثلاً:

- قلب، گرم ترین و خشک ترین است. چون پر تحرک ترین و فعال ترین عضو میباشد.

- استخوان سرد و خشک

- کبد گرم و تر

- گوشت گرم و تر

- پوست نزدیک به اعتدال ( مخصوصاً پوست نوک انگشتان )

# اخلاط

- خلط جسم روان و مرطوبی است که در نتیجه تغییرات انجام شده روی غذا در بدن پدید میآید.
- محل تولید اخلاط در کبد میباشد.
- اخلاط، تشکیل دهنده اعضا و اندامهای بدن و تغذیه کننده آنها میباشد.
- خلط ها شامل:
  - دم (خون): گرم و تر
  - صفرا: گرم و خشک
  - سودا: سرد و خشک
  - بلغم: سرد و تر



## وظایف اخلاط

حرارت بخشی به بدن و تغذیه بافت ها

رشد و نمو و تامین انرژی بدن

دم

حرارت کم دیده، خام بوده و قابلیت تبدیل به خون را دارد.

نقش تغذیه و تسهیل حرکات مفاصل و جلوگیری از خشکی اعضا

بلغم

رقیق شدن خون و نفوذ آن در مویرگها و مجاری ظریف و تنگ  
صفرا  
تحریک دستگاه گوارش و احساس دفع

تغذیه برخی اعضا مانند مو و ناخن  
سودا  
با ریزش متعادل به معده باعث تحریک اشتها میگردد

اعضاء : از ترکیب اخلاط در بدن ایجاد میشوند.

ارواح و قوا :

روح طبی: جسم لطیف و سیالی است که از بخارهای اخلاط در درون قلب و عروق ایجاد میشود.

قوه : نیرویی است که که از حرکت روح ایجاد شده و توسط روح به همه بدن میرسد.

## انواع ارواح و قوا :

- 1- روح و قوه حیوانی : جایگاه آن در قلب بوده و از طریق شریان ها در بدن منتشر شده و وظیفه تولید و حفظ اعمال حیاتی را به عهده دارد.
- 2- روح و قوه طبیعی : جایگاه آن کبد بوده و وظیفه اش تغذیه و رشد و نمو بافتها و بدن میباشد.
- 3- روح و قوه نفسانی : محل آن سیستم مغز و اعصاب بوده و در حس، حرکت و تدبیر نقش دارد.

## افعال

به نتیجه حاصل از عملکرد قوا فعل گفته میشود. در حقیقت به عملکرد اعضا و اندامهای بدنی فعل گفته میشود.

در حقیقت هدف از همه امور طبیعی این است که هر عضوی عملکرد کامل و صحیح خود را انجام بدهد.

ممنون از توجهتان