



معرفی کتاب

دکتر فریدون سیامک‌نژاد

نام کتاب:

دهکده سلامتی

نویسنده:

دکتر محسن ناصری

نوبت چاپ:

سوم

شمارگان:

۱۵۰۰ جلد

مبلغ:

۲۵۰۰۰ ریال

ناشر:

طب سنتی و مکمل

آدرس ناشر:

تهران، خیابان شریعتی، خیابان برادران واعظی (حکمت)
کوچه شهید آشتیانی منفرد، پلاک ۲، واحد ۲، تلفن: ۲۲ ۲۳ ۷۸ ۴۵

منطقی‌تر بیماران به سیستم پزشکی می‌باشد. امیدوارم روزی فرا رسد که طب سنتی ایران جایگاه خود را در بین مکاتب پزشکی باز یابد و همگام با دیگر مکاتب پزشکی نقش خود را در توسعه سلامتی بازی کند.

به خوانندگان عزیز توصیه می‌شود در صورت ابتلا به بیماری‌های مختلف ابتدا به پزشک معالج خانواده مراجعه نمایند و در صورت صلاحدید از خدمات مکاتب مکمل دیگر بهره ببرند. استفاده خودسرانه از روش‌های مختلف درمانی دارویی و غیردارویی معمولاً نتایج مفیدی به بار نمی‌آورد و گاهی خطرات غیرقابل جبران ثمره آن خواهد بود. همچنین جهت استفاده هر چه بیشتر از مطالب کتاب در صورت ایجاد هرگونه سؤال یا اشکال یا پزشک آشنا به درمان‌های طبیعی مشاوره انجام شود.

در پایان از زحمات آقای دکتر حسین رضایی‌زاده که متن حاضر را با دقت تمام مطالعه کرده و تصحیحات نهایی را اعمال نمودند و آقای دکتر سید عباس فروتن و خانم منصوره بی‌آزاران و خانم رکسانا خوش‌روش و آقای محمدرضا عظیمی و استاد ارجمند آقای دکتر محمدمهدی اصفهانی که راهنمایی‌های بسیار ارزشمندی ارایه نمودند و آقای مهندس عبدالحسین منیری مدیر انتشارات طب سنتی و مکمل و همکارانشان و از همسرم خانم دکتر فرزانه غفاری و فرزندانم واحده و امین که بدون کمک آن‌ها این امر مقدور نبود، تشکر و قدردانی می‌کنم.

سازمان جهانی بهداشت، سلامت را حالتی از رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی دانسته

در دنیای امروز، سلامت را فقط نبودن بیماری نمی‌دانند، بلکه سلامت چیزی بیش از آن و در حقیقت حالتی از آسایش جسمی، روانی و اجتماعی است.

برای هزاره سوم میلادی که اینک در سال‌های نخستین آن به سر می‌بریم نیز شعار ارتقای سلامت را برای همه عنوان کرده‌اند. مؤلف کتاب آقای دکتر محسن ناصری در مقدمه خود بر کتاب چنین نگاشته‌اند:

یک مکتب پزشکی کارا مکتبی است که قبل از درمان به سلامتی مردم و جامعه توجه داشته باشد. دکتر مستحسن علی جعفری ریاست دانشکده پزشکی یونانی دانشگاه همدرد هند - در سفری که هفته گذشته به ایران داشتند - نقل کردند، از گاندی برای بازگشایی یک بیمارستان دعوت به عمل آمد ایشان ضمن امتناع از این کار فرمودند هرگاه یک بیمارستان را تعطیل کردید، من خواهم آمد.

طب سنتی ایران مکتبی است که توجه عمده‌اش به حفظ سلامتی است، تا آن‌جا که حکما و دانشمندان طب سنتی ایران در تعریف طب نیز حفظ سلامتی را بر بازگرداندن سلامتی مقدم داشته‌اند. روش‌های درمانی این مکتب در مورد تعدادی از بیماری‌های شایع و همچنین بعضی از معضلات پزشکی مؤثر بوده و معمولاً عوارض و صدمات ناشی از آن در مقایسه با طب جدید کمتر می‌باشد و از طرف دیگر، مکتب طب سنتی ایران با فرهنگ اسلامی و ایرانی نیز هم‌خوانی کامل دارد. هدف این کتاب ایجاد دوستی و صمیمیت بین مکاتب پزشکی مختلف و بهره‌گیری از مواهب طبیعی برای حفظ سلامتی و درمان بیماری‌ها می‌باشد.

نبودن بیماری و معلولیت را به تنهایی دلیل سلامت نمی‌داند.

طب سنتی ایران بر پیشگیری از بیماری‌ها با آموزش روش صحیح زندگی تأکید دارد و پزشک موفق را پزشکی می‌داند که سلامتی جامعه را حفظ نماید و خودبه‌خود با این تدبیر تعداد بیماران و مصرف دارو کاهش خواهد یافت.

سازمان جهانی بهداشت از حدود ۳۰ سال پیش به منظور جامه عمل پوشاندن به شعار «بهداشت برای همه تا سال ۲۰۰۰» توسعه طب سنتی را مورد توجه قرار داده است. این تصمیم بر دو پایه استوار می‌باشد، اول عدم دسترسی بسیاری از افراد به خدمات اولیه بهداشتی درمانی، که در بعضی کشورها تا ۸۰ درصد جمعیت را شامل می‌شود.

دوم عدم رضایت از درمان‌های طب جدید به خصوص در رابطه با بیماری‌های مزمن و عوارض جانبی داروهای شیمیایی. به این دلیل در سال ۱۹۷۸، سازمان بهداشت جهانی بیانیه‌ای در زمینه توسعه طب سنتی منتشر نمود. در بیانیه مزبور طب سنتی به طور خلاصه این‌گونه تعریف شده است: «مجموعه تمامی علوم نظری و عملی که در تشخیص طبی، پیشگیری و درمان بیماری‌های جسمی، ذهنی یا ناهنجاری‌های اجتماعی به کار می‌رود و به صورت گفتاری و نوشتاری از نسلی به نسل دیگر انتقال یافته باشد.»

کتاب دهکده سلامتی به قلم همکارمان آقای دکتر محسن ناصری به رشته تحریر درآمده و شامل ۷ فصل می‌باشد که این فصول عبارتند از: سلامتی و مکاتب مختلف پزشکی، طب سنتی ایران، دلایل لزوم احیای طب سنتی ایران، مبانی

و اصطلاحات، شش اصل ضروری برای زندگی سالم، روش زندگی صحیح و حفظ سلامتی، خواص خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها.

از فصل هفتم کتاب مطلب راجع به «انگور» را با هم مرور می‌کنیم:

داستان انگور و عنب و اوزوم مولوی معروف است و نشان‌دهنده توجه تمام ملل به این میوه بهشتی مذکور در قرآن کریم می‌باشد.

این میوه گرم و تر است و بیشترین حالت غذایی را در بین میوه‌ها دارا می‌باشد. برای دفع سودا عالی می‌باشد. افراد سوداوی می‌توانند مدت کوتاهی رژیم انگور بگیرند و اثر آن را مشاهده نمایند. حضرت نوح علیه‌السلام به علت عدم اجابت قوش در دعوت الهی دچار غم و اندوه فراوان گردید و خداوند مهربان او را به استفاده بیشتر از انگور راهنمایی فرمود. بهتر است انگور بلافاصله پس از چیدن مصرف نشود و حدود دو روز بماند و سپس مصرف شود، هم‌چنین پس از مصرف آن غذای دیگری مصرف نشود. امروز بیماری‌های سوداوی مانند بواسیر و واریس، التهاب‌های پوستی مزمن افسردگی، خشکی پوست و تیره‌شدن پوست به علت مصرف غیرمنطقی سوسیس، کالباس، پیتزا، قارچ، بادمجان و انواع و اقسام کنسروها و غذاهای مانده و یخ‌زده مشکل بزرگی را برای بشریت ایجاد کرده است و انگور می‌تواند به صاحبان این بیماری‌ها کمک نماید.

ضمن تشکر از آقای دکتر محسن ناصری برای تألیف این کتاب، مطالعه آن‌را به همکاران و مخاطبان رازی، به ویژه علاقمندان به طب سنتی توصیه می‌کنیم.