

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دکتر غلامرضا غیور رزمگاه
متخصص طب سنتی ایرانی
بیمارستان ولایت مشهد
تابستان 1401

عملکرد کبد از دیدگاه طب سنتی

- ▶ کبد کیلوس را از طریق عروق ماساریقا از معده و روده ها می کشد.
- ▶ کبد محل قوت طبیعی می باشد و تهیه غذای اندام ها و رشد اندام ها بواسطه کبد است.
- ▶ **قوت هاضمه** که کیلوس را به کیموس و سپس تبدیل به خون می کند در گوشت کبد است و **قوت جاذبه و ماسکه و دافعه** در رگ های جگر است که در میان گوشت آن پراکنده شده اند.
- ▶ نتیجه عملکرد کبد بر روی کیموس تولید موادی به نام **خلط** می باشد.
- ▶ اگر **هضم دوم** به خوبی انجام نشود ماده ای که به خامی گرایش دارد به نام بلغم بیشتر تولید می شود. البته هضم دوم تابعی از هضم اول است .

▶ کبد به عنوان یک ارگان مقدار مشخصی از هریک از کیفیات گرمی یا سردی و خشکی یا رطوبت را دارا می باشد.

▶ بسته به این که کبد واجد کدام کیفیت یا کیفیات باشد انواع کبد با مزاج های طبیعی متفاوت خواهیم .

▶ کبد اغلب در فردی بالغ و سالم، دارای مزاج گرم و مختصری رطب است .

▶ چون کبد منبع قوه طبیعی بدن است بنا بر این بر روی مزاج سایر اعضای بدن تاثیر فوق العاده ای دارد.

▶ پس اگر کبد دچار بیماری ، نقصان و یا سوء مزاج شود کل اعضای بدن تاثیر می پذیرند.

علائم کبد چرب در معاینه

- نبض بطی و لین
- اختلاف نبض چپ و راست
- سفیدی قاروره
- لزوجت بزاق
- اشتها قوی تر از هضم است (پرخوری)
- نبود تب

مواد و عادات غذایی که میتواند منجر به سوء مزاج سرد و رطب و یا سده

(کبد چرب) شوند: (هضم ناقص)

(1) خوردن غذاهای بسیار گرم و بلافاصله روی آن آب سرد.

(2) خوردن آب سرد بلافاصله روی غذا، بعد از حمام ، بعد از جماع، بعد از

ورزش

(3) خوردنی های لزج و غلیظ همه مضر کبد هستند و کبد را مستعد سده

می کنند

(4) روی هم خوردن غذاها به نحوی که یک نوع هضم نشده نوع بعدی را

روی آن بخورند.

(5) خوردن شیرینی جات و حلوها بلافاصله روی غذا

(1) خوردن کباب های غلیظ و با هضم دشوار بویژه اگر خام یا سوخته باشد.

(2) تشنگی کشیدن طولانی - آب خوردن وسط خواب.

(3) ورزش و حرکات شدید در حالت پری معده یا خالی بودن معده

(4) بطور کلی **غذاهایی با مزاج سرد و یا سرد و رطب بسته** به مزاج عارضی کبد در بیمار

(5) نکته: برخی مواد غذایی درجه سردی کمی دارند اما وقتی به اکثر و مرتبا در رژیم غذایی قرار می گیرند منجر به (کبد چرب) میشوند. (برنج و ...)

مقایسه طب رایج با طب سنتی

- ▶ هرچند در منابع طب سنتی واژه ای بنام **کبد چرب** نیامده است اما با توجه به علایم ذکر شده و مباحثی که بطور تفصیلی بیان گشت می توان گفت کبد که دارای مزاج صحتی و عادی گرم و رطوبت است ، غالباً بدلیل **سوء مزاج مادی سرد و رطوبت** دچار تغییر و انحراف مزاج شده و بدلیل تجمع ماده غالباً سرد و رطوبت و ایجاد
- ▶ **اختلال در ترکیب و سده (NAFLD) و گاهی تفرق اتصال (NASH) (سیروز)**
- ▶ در بافت طبیعی کبد شده و دچار یک بیماری مرکب بافت کبد ، ثانویه به ضعف قوای طبیعی (عملکرد طبیعی) آن می باشد.

درمان کبد چرب در طب کلاسیک

▶ ۱- درمانهای غیر دارویی:

▶ بطور کلی اصلاح **روش زندگی** : تغذیه ، تحرک کافی و ورزشهای هوازی و کاهش وزن مهمترین و موثرترین روشهای درمان غیر دارویی کبد چرب غیر الکلی شناخته شده اند.

▶ ۲- درمانهای دارویی کبد چرب در طب کلاسیک:

▶ داروهای حساس کننده به انسولین

▶ Metformin

▶ Thiazolidinediones (Pioglitazone)

اصول درمان سوء مزاج سرد و رطب کبد در طب سنتی ایران

1. تدابیر (تصرف در **سته ضروریه** شامل: آب و هوا، ماکول و مشروب، خواب و بیداری، حرکت و سکون، اعراض نفسانی، احتباس و استفراغ).
2. درمان دارویی .

تدابیر غذایی در رفع کبد چرب :

- مواد غذایی که در آن اندک حرارت (نه گرم بیشتر از دو) و کمی مرارت (تلخی) باشد.
- موادی که دارای عطری مناسب بوده و مانع ایجاد عفونت شوند مانند گلاب و بادرنجبویه .
- موادی با خاصیت سریع النفوذ مانند شربت ریحان (برای اکثر کبدهایی که شدید الحرارة نباشند) مفید است.
- هر نوع دارو یا غذایی که در آن نضج و تلین همراه کمی قبض و تقویت باشد مانند زعفران و سیاهدانه و ... بسته به وضعیت مزاجی و فصل و فرهنگ و روش زندگی بیمار .
 - ▶ مواد با خاصیت تفتیح و قبض مقوی جرم کبد محسوب می شوند.مانند پسته و مویز .
 - ▶ غذایی که طبیعت به آن راغب است و یا اصطلاحاً لذیذ است موافق کبد است و توسط کبد بخوبی جذب می شود.
 - ▶ روغن های خوراکی : روغن حیوانی (زرد گاوی) ، روغن های گیاهی ، روغن زیتون و ...

▶ ۱- اعمال یدای و بخصوص فصد در کبد چرب جایی ندارد مگر مواردی که به علت حبس حیض ایجاد شده باشد که آن هم بهتر است در حداقل مقدار خون خارج شود و حتما قبل از فصد یا مصرف مسهل های سبک مثل ایارج خون صافی تر شود. ضمنا بعد فصد صبح ناشتا مصرف شربت افسنتین عالی است.

▶ ۲- در منابع مورد مطالعه توصیه مشخصی در مورد حجامت کبد برای رفع سوء مزاج سرد و رطب کبد مشاهده نشد .

▶ ۳- روغن مالی کبد : در مورد اعمال یدای روغن مالی کبد به علت ارخای ناشی از روغن مالی ممنوع است. مگر آن که در آن داروهای قابض به قدر کافی مخلوط کرده باشند.



باتشکر از توجه شما سروران گرامی
دکتر غلامرضا غیور
متخصص طب سنتی
بیمارستان ولایت مشهد

