

مثلت سلامت

(جلد ۲)

(آسیب‌شناسی بیماری‌ها و آیین تندرستی)

نویسنده: دکتر حسن اکبری



انتشارات فارابی

فهرست مطالب

- ۱۱ اختلال عبور الکترولیت‌ها از دیواره‌ی سلول با مصرف نمک تصفیه شده
- ۱۳ ماده مؤثره گیاهان دارویی، خوب یا بد؟
- ۱۵ کاربرد عسل در درمان بیماری‌ها
- ۱۸ یک نوشیدنی خطرناک برای مردان
- ۲۴ سرنوشت غذا در بدن
- ۲۷ حاملگی، مفید یا مضر؟
- ۳۰ پاتوژنز و درمان برونشیت مزمن از دیدگاه طب سنتی
- ۳۲ مبانی درمان از دیدگاه شیخ الرئیس ابوعلی سینا
- ۳۴ اصول تغذیه در سیره‌ی پیامبر اکرم (ص)
- ۴۲ چرا دچار خشکی چشم می‌شویم؟
- ۴۵ اخلاق پزشکی در اسلام
- ۴۸ کلم بروکلی و خواص آن
- ۵۱ خواب و بیداری
- ۵۳ مفهوم رکن (مزاج) در طب سنتی
- ۵۵ چاقی و لاغری
- ۵۸ نخود بسیار مغذی و انرژی‌زا، یک داروی غذایی بی‌همتا
- ۶۰ مارچوبه
- ۶۲ چرا ناهنجاری مادرزادی نوزادان اتفاق می‌افتد؟
- ۶۴ درمان سرطان با گرسنگی سلولی
- ۶۶ حکمت بیماری‌ها از زبان امام صادق (ع)
- ۶۹ عمر کوتاه، عمر طولانی
- ۷۲ بادرنجبویه، گیاهی بهشتی
- ۷۶ زنجبیل، گیاه معجزه‌گر
- ۷۹ بیماری وبا، آب سالم یا مسموم؟
- ۸۱ روغن شترمرغ
- ۸۴ مثلث سلامت، تحریم یا ترجیح
- ۸۶ پياز و خواص درمانی و معجزه‌آسای آن
- ۹۳ خواص سرکه از زبان حکیم مؤمن تنکابنی

- ۹۶..... سیب از زبان حکیم مؤمن تنکابنی.....
- ۹۸..... نقش یون آهن در متابولیسم سلول‌های بدن.....
- ۱۰۰..... ظروف مسی، مفید یا مضر؟.....
- ۱۰۲..... مرگ سریع و مرگ تدریجی.....
- ۱۰۵..... در جست و جوی حقیقت (جوهر لعل نهرو).....
- ۱۰۸..... خلقت از دیدگاه قرآن.....
- ۱۱۰..... گوجه‌فرنگی، مفید یا مضر؟.....
- ۱۱۳..... ظروف آهنی، مفید یا مضر؟.....
- ۱۱۵..... بیماری افزایش فشار خون چیست؟.....
- ۱۲۰..... پاسخ به سؤالات مقاله‌ی «خواص رازیانه».....
- ۱۲۶..... چگونه پیر می‌شویم؟.....
- ۱۳۳..... کلیه‌ها، عامل شادابی.....
- ۱۳۸..... پیشگیری و درمان بیماری‌های قلبی در طب اسلامی- ایرانی.....
- ۱۴۲..... گرمادگی.....
- ۱۴۵..... تشنگی طولانی در روزه، مفید یا مضر؟.....
- ۱۴۸..... کاج‌های بیماری‌زا، مخرب محیط‌زیست.....
- ۱۵۱..... خرما، دشمن سرطان.....
- ۱۵۳..... سلامت از دیدگاه امام رضا (ع).....
- ۱۵۹..... بیماری پول.....
- ۱۶۳..... مراقبت از موی سر.....
- ۱۶۵..... انگور، معجزه‌ی طبیعت.....
- ۱۷۲..... چرا نباید موقع غذا خوردن، آب بنوشیم؟.....
- ۱۸۱..... منشأ عالم هستی.....
- ۱۸۴..... آلرژی.....
- ۱۸۷..... چرا دچار آرتروز مفصلی می‌شویم؟.....
- ۱۹۲..... احتمال افزایش سکته‌ی قلبی در افرادی که کار نامنظم دارند.....
- ۱۹۴..... برای کاهش وزن، کدام بهتر است؟ تحرک یا رژیم غذایی؟.....
- ۱۹۶..... افزایش مقاومت ویروس ایدز در بخش‌هایی از قاره آفریقا.....
- ۱۹۸..... یافته‌ها و امیدهای تازه در درمان سرطان حنجره و گردن رحم.....

- ۲۰۰..... عطفه‌های متعلق به مادران سیگاری، رشد کندتری دارند.....
- ۲۰۲..... چرا به بیماری M.S دچار می‌شویم؟.....
- ۲۰۴..... شربت‌های سنتی و محلی، جایگزین مناسبی برای آب سرد.....
- ۲۰۵..... داروهای شیمیایی یا داروهای گیاهی؟.....
- ۲۰۷..... ورزش و باروری.....
- ۲۰۸..... گیاهان خطرناک در دوران بارداری.....
- ۲۰۹..... ااریتمی‌های جراحی.....
- ۲۱۱..... نظریه‌پردازی زهراوی درباره‌ی پیوند اعضا.....
- ۲۱۳..... آل‌گاوزبان.....
- ۲۱۷..... نهاد پزشکی در ایران باستان.....
- ۲۱۸..... رژیم تقویتی برای دیابتی‌ها و غیردیابتی‌ها.....

- ۱- سفید کردن شکر سرخ (که ترکیبی شبیه عسل دارد) توسط اسیدهای قوی: این کار، شکر سرخ دارای خواص دارویی را به شکر سفید سمی تبدیل می‌کند.
- ۲- جدا کردن سبوس از آرد سبوس‌دار که باعث کمبود ویتامین‌های گروه B و افزایش احتمال بروز اختلالات عصبی و همچنین افزایش احتمال ابتلا به دیابت می‌شود.
- ۳- تبدیل نمک طبیعی دارای ید، روی، کلسیم، پتاسیم، منیزیم، سدیم و کلر به نمک تصفیه‌شده‌ی خالص حاوی سدیم و کلر و اضافه کردن ید صنعتی به آن و تبدیل ماده‌ی ضروری و حیاتی سلول‌های بدن به یک سم سلولی که در همه کتب پزشکی و مبتنی بر تحقیقات علمی، برای سلامت سلولی بسیار مضر شناخته شده است.

ماده مؤثره گیاهان دارویی، خوب یا بد؟

هر گیاه دارویی دارای ساختار مشخص و منحصر به فردی است که از کنار هم قرار گرفتن بسیار دقیق و مهندسی شده مولکول‌های آن ناشی می‌شود و اثر نهایی آن گیاه در بدن ما بستگی به آن ساختار، نحوه و شکل قرارگیری مولکول‌های تشکیل دهنده‌ی آن دارد.

هر گیاه دارویی دارای ساختار مشخص و منحصر به فردی است که از کنار هم قرار گرفتن بسیار دقیق و مهندسی شده مولکول‌های آن ناشی می‌شود و اثر نهایی آن گیاه در بدن ما بستگی به آن ساختار، نحوه و شکل قرارگیری مولکول‌های تشکیل دهنده‌ی آن دارد. این ساختار دقیقاً مانند کلیدی عمل می‌کند که دارای قالب، حجم نگهدارنده، پشتیبانی کننده و اجزای کوچک عملکردی است، حال اگر ما کلید را داخل قفل خاصی قرار دهیم، درست است که اجزای عمل کننده در جای خود قرار می‌گیرند ولی در واقع شکل

کلی کلید شامل دسته و بدنه‌ی آن هم طوری است که وارد هر قفلی نشود.

در مورد گیاهان دارویی نیز همین مسأله صدق می‌کند یعنی اگر ما صرفاً ماده‌ی مؤثر گیاه را استخراج و وارد بدن کردیم، آن ماده‌ی مؤثر، بدون بدنه‌ی اصلی گیاه، نه فقط بر روی سلول‌هایی که ما می‌خواهیم بلکه بر سایر سلول‌های بدن نیز اثر خواهد گذاشت. به طور مثال اگر از یک گیاه دارویی به عنوان آرام‌بخش استفاده می‌شود، اگر ما کل دارو را به هر شکلی، مانند دمنوش یا مخلوط پودر گیاه دارویی با عسل و روش‌های دیگر به بیمار بدهیم، این گیاه فقط سلول‌ها و مولکول‌های هدف را می‌تواند تحت تأثیر قرار دهد و در ساختار خود دارای اجزای متعادل کننده و کنترل کننده‌ای است که مانع عوارض قسمت‌های عمل کننده می‌شود؛ ولی وقتی ماده‌ی مؤثر همین گیاه دارویی به صورت صنعتی و با روش‌های شیمیایی و فیزیکی استخراج می‌شود و این ماده به صورت ماده‌ی عمل کننده وارد بدن می‌شود نه تنها سلول‌های هدف را که باعث آرامش می‌شوند تحت تأثیر قرار می‌دهد؛ بلکه تمام سلول‌های بدن را تحت تأثیر قرار می‌دهد؛ بنابراین اثر مهارکننده دلخواه ما که مهار سلول‌های خاص برای آرام‌بخشی است، روی تمام سلول‌های بدن اعمال و در نتیجه عوارض ثانویه‌ی داروی گیاهی ظاهر می‌شود؛ برخی از این عوارض عبارت‌اند از: سستی عضلانی، بی‌حالی و کرختی تمامی بدن.

در استفاده از گیاهان دارویی باید دقت کنیم آنها را از حالت و ساختمان طبیعی خود خارج نسازیم تا دچار عوارض ثانویه‌ی مصرف آنها، مانند داروهای شیمیایی نشویم. اصولاً نقطه‌ی قوت داروهای گیاهی،

اختلال عبور الکترولیت‌ها از دیواره‌ی سلول با مصرف نمک تصفیه شده

در دیواره‌ی سلول‌های بدن ما بر حسب نوع و عملکرد سلول‌ها بین سیصد تا پنج هزار پمپ سدیم-پتاسیم وجود دارد. این پمپ‌ها با مصرف دائمی انرژی، یون‌های سدیم را از داخل سلول به خارج و یون‌های پتاسیم را از خارج سلول به سمت داخل هدایت می‌کنند.

در دیواره‌ی سلول‌های بدن ما بر حسب نوع و عملکرد سلول‌ها، بین سیصد تا پنج هزار پمپ سدیم-پتاسیم وجود دارد. این پمپ‌ها با مصرف دائمی انرژی، یون‌های سدیم را از داخل سلول به خارج و یون‌های پتاسیم را از خارج سلول به سمت داخل هدایت می‌کنند؛ تا این که میزان یون‌های سدیم در خارج سلول به صد و چهل و دو میلی‌اکی‌والان در لیتر و در داخل سلول به ده میلی‌اکی‌والان در لیتر و همچنین میزان یون پتاسیم در خارج سلول به چهار میلی‌اکی‌والان در لیتر و میزان یون پتاسیم در داخل سلول به صد و چهل میلی‌اکی‌والان در لیتر برسد. به‌علاوه با سازوکارهای جابه‌جایی دیگر، میزان یون کلر خارج سلول به صد و سه میلی‌اکی‌والان در لیتر و میزان یون کلر داخل سلول به چهار میلی‌اکی‌والان در لیتر می‌رسد. حال ببینیم وقتی نمک تصفیه شده بدون کلسیم، پتاسیم، منیزیم و ... مصرف می‌شود، با افزایش ناگهانی سدیم و کلر خارج سلولی چه اتفاقی برای سلول‌ها می‌افتد:

چون پمپ‌های سدیم - پتاسیم باید یون سدیم را با مصرف انرژی از سلول خارج کنند، لذا با افزایش یک‌باره‌ی یون سدیم در خارج سلول، میزان انرژی بیشتری برای غلبه بر گرادیان غلظت لازم می‌شود و در نتیجه احتباس نسبی یون سدیم داخل سلولی به وجود می‌آید. این احتباس، اختلاف شارژ الکتریکی داخل و خارج سلولی را بر هم زده و نهایتاً عملکرد سلول را مختل می‌کند که خود می‌تواند منشأ بروز بسیاری بیماری‌ها در اندام‌های مختلف بدن باشد؛ به طور مثال می‌تواند در مغز موجب کاهش آستانه‌ی تحریک‌پذیری شود و یا در سامانه‌ی عروقی موجب انقباض وسیع عروق محیطی و افزایش فشار خون شود؛ ولی وقتی فرد از نمک متعادل طبیعت استفاده می‌کند، به‌علت وجود سایر عناصر در کنار سدیم و کلر، این اثرات سمی یون سدیم و کلر در خارج سلول تعدیل می‌شود و سلول‌ها در محیطی متعادل می‌توانند به عملکرد طبیعی خود ادامه دهند. واقعیت این است که بشر هر جا با دخالت‌های نابجای خود دست به تغییر شرایط طبیعی زده موجب بروز بیماری‌های بسیاری در بدن شده است، که به عنوان نمونه می‌توان به موارد ذیل اشاره کرد: