

تدابیر افزایش حافظه و کاهش فراموشی در طب ایرانی

علی غلامپور^۱، مجید انوشیروانی^۲، حکیم رشید تفقید^۳، حمید قربانزاده^۱، روشنگر سالاری^۲

۱-دستیار طب ایرانی، گروه طب ایرانی، دانشکده طب ایرانی و مکمل، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

۲-استادیار، گروه طب ایرانی، دانشکده طب ایرانی و مکمل، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

۳-از حکما و مصححین متون طب سنتی ایرانی، قم، ایران

نویسنده اول: دکتر علی غلامپور

۴-دستیار طب ایرانی، گروه طب ایرانی، دانشکده طب ایرانی و مکمل، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

چکیده

فراموشکاری و کاهش حافظه که در تازی به آن «فساد الذکر» می گویند آفتی است که سبب آن سردی مزاج بخش خلفی مغز می باشد و در تعریف آن گفته اند که علیرغم سالم بودن حواس ظاهری، فرد آنچه را می بیند و یا می شنود زود فراموش می کند. عواملی همچون افزایش سن، اضطراب ها، اعراض نفسانی شامل غم و اندوه، آب و هوای آلوده و وجود دود و بخارات تیره و تار و کمی تحرک بدنی در کاهش حافظه نقش دارند. افزایش سردی و رطوبت و یا سردی و خشکی و یا سردی مغز از اسباب نسیان می باشد. برای بررسی شواهد علمی تاثیر تدابیر طب ایرانی بر افزایش حافظه به امتهات متون طب ایرانی همچون هدایه المتعلمین اخوینی، فردوس الحکمه علی بن ربّن طبری، کامل الصناعه علی بن عباس اهوازی، قانون ابن سینا، ذخیره خوارزمشاهی جرجانی، خلاصه التجارب بهاء الدوله رازی، خلاصه الحکمه و مخزن الادویه عقیلی خراسانی و مقالات موجود در پایگاههای داده Google scholar, SID, Scopus, Pub med مورد بررسی و بهره برداری قرار گرفت. تدابیر طب ایرانی شامل رعایت سته ضروریه بویژه رعایت غذا و آب و هوا، و ورزش، انجام بعضی از اعمال یدای و همچون حجامت، فصد و حقنه و کاربرد مفردات غذایی و دارویی که بالغ بر ۳۰ مفرد می شود در افزایش حافظه و تقویت مغز و کاهش فراموشی نقش بسزایی دارد که تعدادی از مطالعات موید این موضوع می باشد. رعایت تدابیر طب ایرانی با عنایت به اسباب بیماری و توجه به مزاج کلی و عضوی و در اولویت قراردادن غذای بیمار بر دارو و اعمال یدای و کاربرد بجا و صحیح داروهای گیاهی می تواند در افزایش حافظه و تقویت مغز موثر باشد. این داروها در طب نوین نیز برای درمان بیماریهای آلزایمر و دمانس بکار می رود، هرچند لازم است که تحقیقات وسیع تری صورت گیرد.

کلمات کلیدی: حافظه، فراموشی، نسیان، طب ایرانی، داروهای گیاهی