



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



سلسلہ نشست ہای مطالعاتی آثار پزشکی ابن سینا

جلسہ دوم: افسردگی بر اساس دیدگاه حکیم ابن سینا و معرفی کتاب "ادویہ قلبیہ"

سخنران:

○ دکتر صدیقه طالبی
○ نرشاک و دکتری تخصصی طب سنتی ایرانی
○ عضو هیئت علمی دانشکده طب ایرانی دانشگاه شهید



اهمیت موضوع

1	Depressed mood	زیادبودن حالت غم بدون علت مشخص
2	Recurrent thoughts of death (not just fear of dying)	زیادبودن افکار منفی
3	Psychomotor agitation or retardation	بی قراری یا کندی
4	Fatigue or loss of energy	احساس سنگینی و خستگی
5	Insomnia or hypersomnia	بیداری یا کاهش خواب
6	Significant (>5% body weight) weight loss or gain	لاغر شدن بدن یا چاق شدن بیش از ۵ درصد وزن بدن
7	Increase or decrease in appetite	اشتهای کاذب به صورت افزایش یا کاهش
8	Markedly diminished interest or pleasure in all or almost all activities	ناامیدی از اغلب یا همه کارها

معیار وجود افسردگی بر حسب کرایتریای DSM V



12/27/2023

1. وجود پنج (یا تعداد بیشتری) از نشانه ها در طول مدت ۲ هفته : حداقل یکی از نشانه ها یا خلق افسرده و یا فقدان علاقه یا لذت باشد.

2. ایجاد نشانه ها همراه با ناراحتی یا اختلال قابل ملاحظه بالینی در عملکرد اجتماعی، شغلی یا زمینه های مهم دیگر

3. ناشی از تأثیرات فیزیولوژیکی مواد یا بیماری جسمانی دیگر نباشد.

4. وقوع دوره افسردگی اساسی با اختلال اسکیزوافکتیو، اسکیزوفرنی، اختلال اسکیزوفرنیفرم، اختلال هذیانی، یا طیف اسکیزوفرنی مشخص یا نامشخص دیگر و اختلالات روانپریشی دیگر توجیه نشود.

5. هرگز دوره مانیک یا دوره هیپومانیک وجود نداشته باشد.

12/27/2023

Heart-Brain Connection

تشخيص مط العاني من امراض القلب والكلى وطريقه طابقي



12/27/2023

1. سوء مزاج سرد مغز
2. سوء مزاج سرد قلب
3. سوء مزاج سرد روح حیوانی
4. مالیخولیا





وجوه الاستدلال على أحوال القلب و هي ثمانية أوجه:

12/27/2023

النبض،

و النفس،

و خلقة الصدر

و ملمس البدن، و ما يعرض فيه،

و الاختلاف،

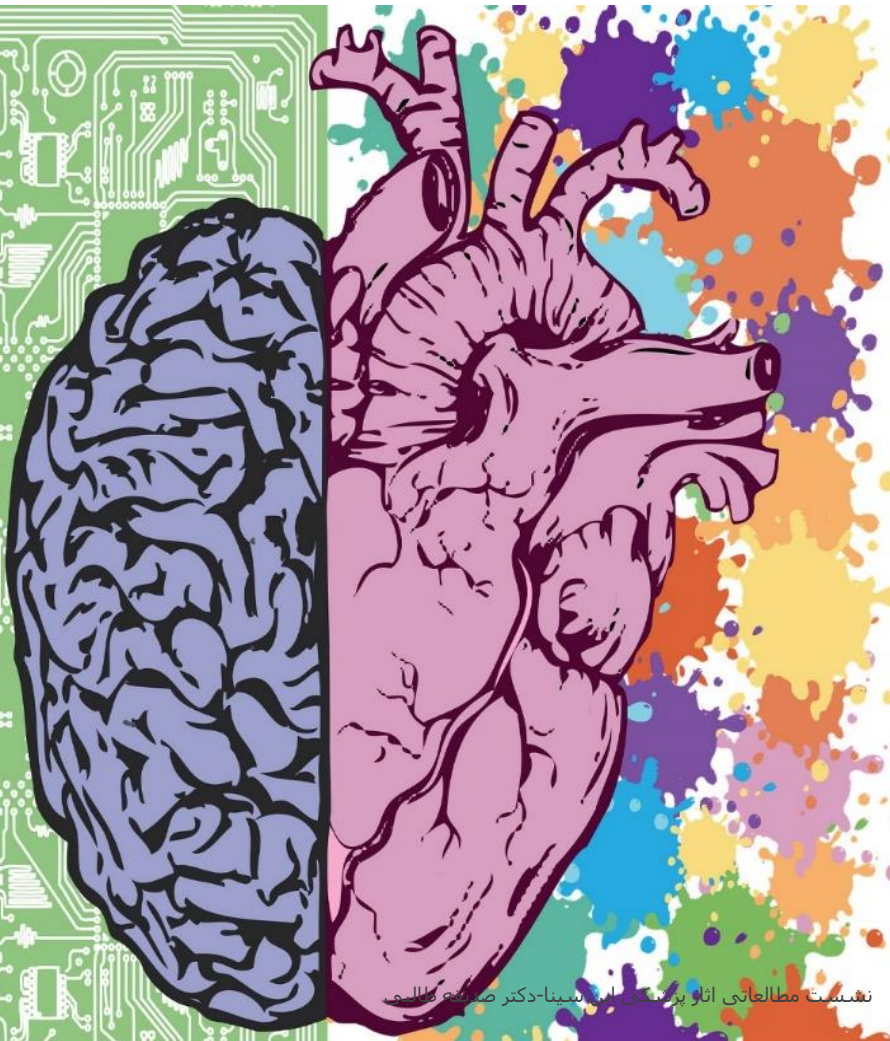
و قوة البدن،

و ضعفه،

و الأوهام.

القانون في الطب (طبع بيروت) ؛ ج ٣ ؛ ص ٥٠

قلب و افسردگی؟



نشست مطالعاتی اتا و پزشکی ابن سینا-دکتر صمیمه طالبی



و اعلم أنه ليس كل امتلاء و كل سوء مزاج
يعالج بالضد من الاستفراغ و المقابلة، بل كثيراً
ما يكفي **حسن التدبير المهم** في الامتلاء و سوء
المزاج^٩

نشست مطالعاتی آثار پزشکی ابن سینا-دکتر صدیقه طالبی

القانون فی الطب (طبع بیروت) ؛ ج ١ ؛ ص ٢٤٧

12/27/2023



شش اصل ضروری زندگی سالم از دیدگاه طب ایرانی

۱۲





ما كان معظم تدبير حفظ الصحة هو أن **يرتاض**،
ثم **تدبير الغذاء**، ثم **تدبير النوم**

القانون في الطب (طبع بيروت)؛ ج ١؛ ص ٢٠٧



و لنقتصر من الغذاء على الخبز النقي من الشوائب الرديّة
كالشيلم^١ و اللحم الحولى^٢ من الضأن و العجول و الأجدية و
الدجاج و القبج^٣ و الطيهوج، و الحلو الملائم، و من الفاكهة التين
و العنب و الرطب في البلاد المعتاد فيها أكله.^٣



12/27/2023

هوا با تعديل مزاج قلب، روح حیوانی را تعديل می کند.

الهواء غذاء للروح. {قانون ابن سینا ج ۲ ص ۴۹۶}

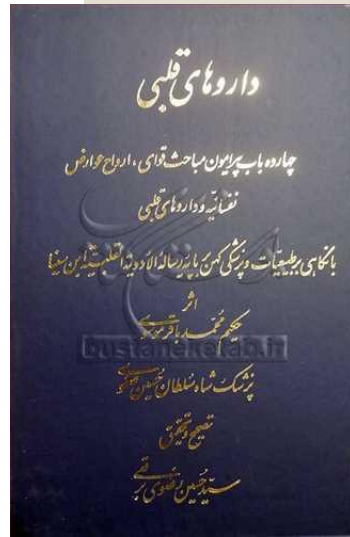
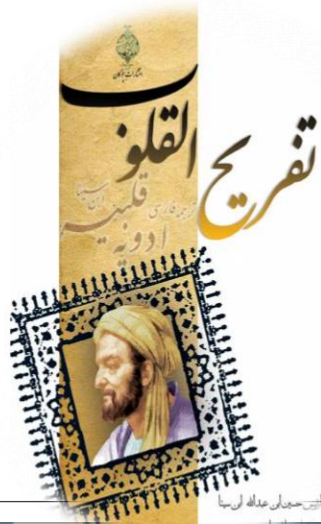
12/27/2023



و من المعالجات الجيدة المشتركة لأكثر الأمراض: الفرح، و لقاء من يسر به، و ملازمة من يستحي منه، و يستأنس بحضرتة، حتى ربما يرى المدنف من العشاق بزوره معشوقه بعد الجفاء دفعة، و كذلك الأرايح اللذيذة، و الأسماع الطيبة.



12/27/2023



12/27/2023

**در کتاب ادویه قلبیه ابن سینا دسته بندی مواد خوراکی بر اساس اثر آن ها بر
روی روح نیز بوده است و
مواد غذایی که از بروز غم پیشگیری کنند و میزان فرح را افزایش دهند
ضروری است تا روح حیوانی را متخلخل کرده و از غلظت و یارقت آن
جلوگیری نمایند.**



تواتر فرح آماده می سازد روح را از برای فرح و همچنین تواتر غم آماده و مهیا می سازد روح را از برای غم و خوف و الم و خجل و امثال اینها از آنچه محلل قوای حیاتی و روح است به افراط و هرچه مضعف دل است.



پیشگیری از ضعف قوه
طبیعی

سته ضروریه

پیشگیری از تکاثف
روح

پیشگیری از بروز غم

راه کارهای پیشگیری از
افسردگی

تقویت قوه طبیعی

سته ضروریه

کمک به ایجاد فرح

کمک به تخلخل روح

از توجہ شما سپاسگزارم.