

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دردهای مفاصل

از دیدگاه طب ایرانی

دکتر محمد رضا مروتی

متخصص طب ایرانی

آذر ۱۴۰۰

ترمینولوژی

اوجاع مفاصل

در طب ایرانی دردها مفاصل تحت عنوان اوجاع مفاصل شناخته میشود.
در عربی اوجاع جمع وجع میباشد و کلمه وجع به معنی درد است، بنابراین اوجاع مفاصل به معنی درد های مفاصل است

تعریف

اصطلاح اطبا چنان اجرا یافته که آنچه در مفصل دست و پای افتد آن را «وجع مفاصل» گویند.

و آنچه در مفصل ورك یعنی سرین باشد آن را «وجع الورك» خوانند. و آنچه از مفصل ورك خیزد و به جانب پای نازل شود آن را «عرق النسا» نامند. و آنچه در مفصل كعب یعنی شتالنگ یا در مفصل انگشتان پای خاصه نر انگشت پدید آید، آن را به «نقرس» مسمی سازند.
(طب اکبری)

تعریف: وجع مفاصل عبارت است از دردی که در پیوند های اعضا
حادث شود پس اگر این درد مختص به عضو خاصی نباشد و در پیوند
های دست و پا بود آن را علی الطلاق وجع مفاصل گویند

اگر مخصوص مفصل

ورك (سرین)	←	وجع الورك
كعب	←	عرق النساء
اصبع (انگشتان پا)	←	نقرس
زانو	←	وجع الركبه

گرم

خشک

سرد

ذی قوام

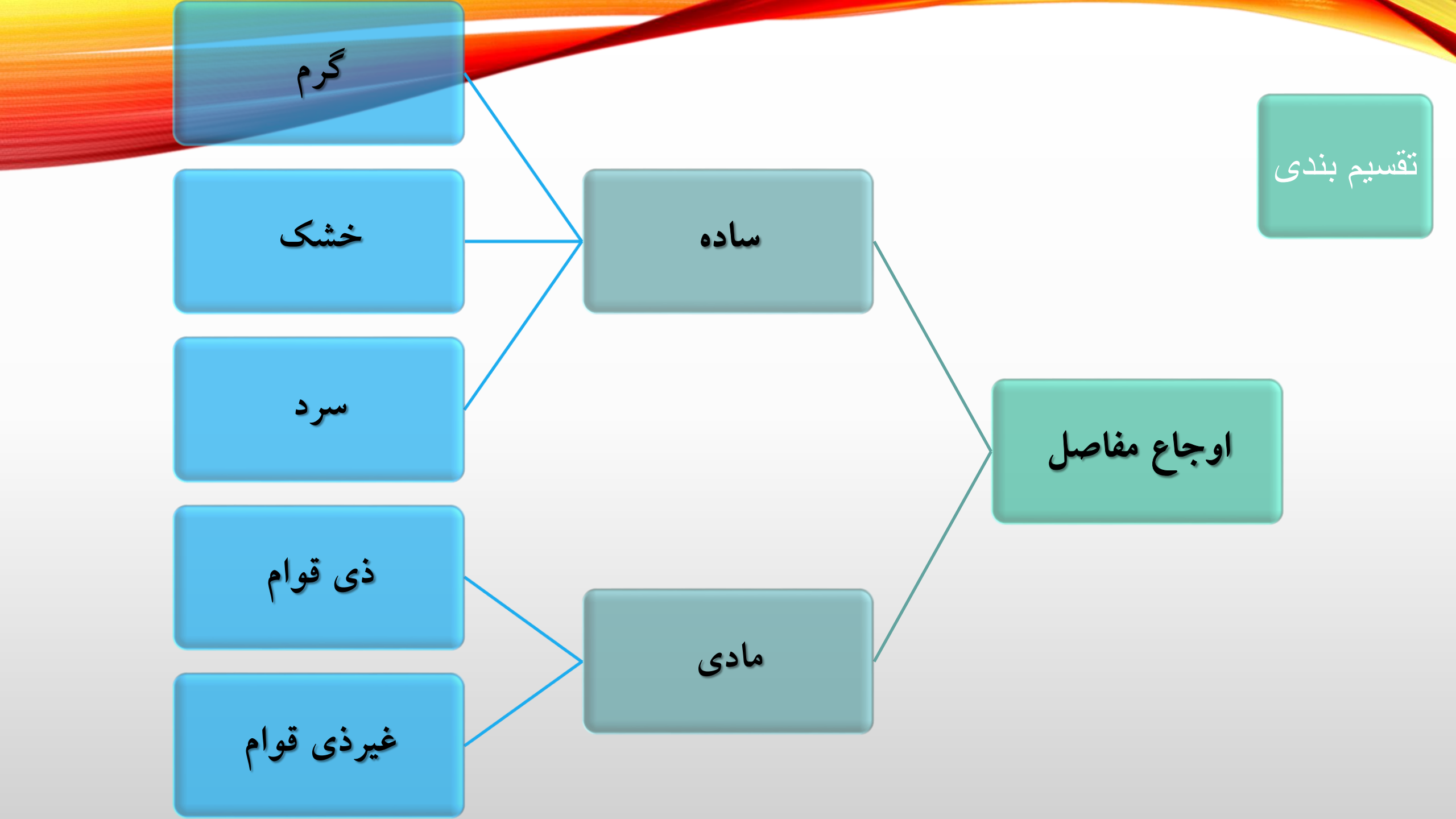
غیر ذی قوام

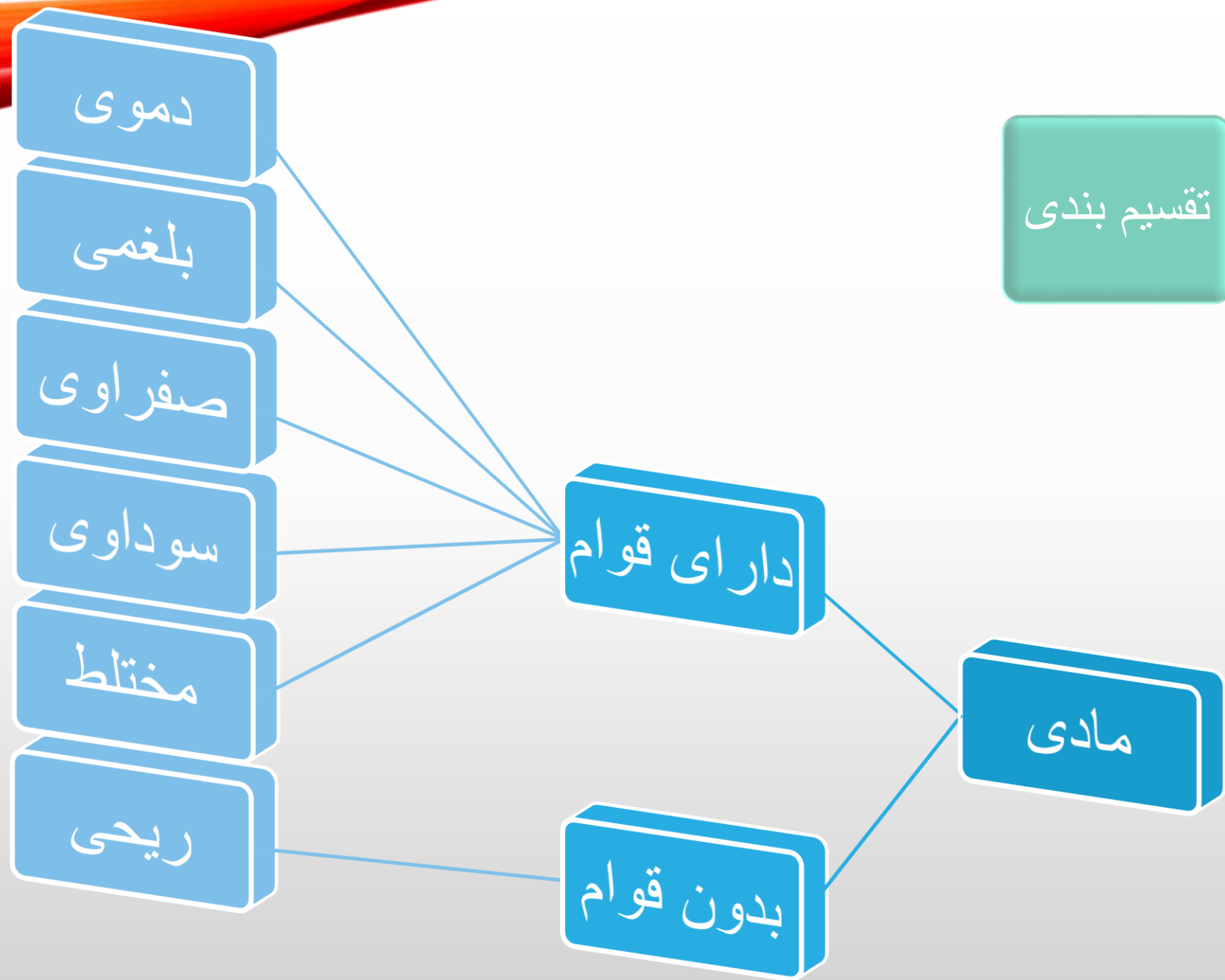
ساده

مادی

اوجاع مفاصل

تقسیم بندی





عوامل مستعد کننده بروز اوجاع مفاصل مادی

ضعف مفصل

افزایش ماده بیماری زا وریش آن در مفصل

وضعیت
قرار گیری
مفصل

خستگی
وتعب زیاد
یامداوم به
مفصل
ضربه

ضعف
مفصل در
خلقت

سوء مزاج
مستحکم

حرکات
بدنیه
و نفسانیه

ترک
استفراغات
معتاد

کثرت نزله
وزکام

استحمام بر
شکم سیر

ورزش
و جماع بعد
از طعام
و قبل از
هضم

ضعف
معدده

سوء تدبیر در خوردن و آشامیدن

ترک
ریاضت
معتاد

دعت
وسکون

نوشیدن آب به
ناشتا و در حمام
و وسط خواب

شرب شراب به
افراط

تواتر تخمه

خوردن غذاهای
نا موافق به غیر
ترتیب

تناول اغذیه
غلیظ

تداخل طعام

قویترین اسباب

بالجمله آرام و سکون و ریاضت بعد امتلا و کثرت جماع بر امتلا قویترین اسباب این بیماری می باشد.

اوجاع مفاصل از جمله امراض متوارثه است

شیوع اوجاع مفاصل مادی ناشی از یک خلط

بلغم < خون < ریح < صفرا < سودا

و این مرض از بلغم اکثر افتد و از خون، کثیر و از ریح، اقل و از صفرا، قلیل و از سودا، نادر.
(طب اکبری)

بلغم و صفرا < سودا و صفرا سایر انواع

اکثر از ماده مرکب از بلغم و صفرا و یا از سودا و صفرا و یا از بلغم خام می‌باشد و از خون صرف و خون صفراوی و خون بلغمی و خون سوداوی نیز حادث شود و از صفرای صرف و ریح بسیار کم می‌باشد و از سودا نادر افتد.
(اکسیر)

فصل

و أولین فصول که در آن اوجاع مفاصل و نقرس حادث شود فصل ربیع است به سبب حرکت خون و اخلاط دیگر اندر آن و فصل خریف نیز بواسطه ردائت اخلاط در آن.

شایعترین فصل، اوجاع مفاصل بهار و بعداز آن پاییز میباشد

و قال أبقرط: أيضاً في فصل آخر «علل النقرس تتحرك في الربيع و الخريف على الأمر الأكثر». و قال جالينوس: في تفسير ذلك «إن حدوث هذه العلة في الربيع يكون لما يستعمله الإنسان في الشتاء كثيراً من الأغذية الرديئة فتجتمع منها في البدن فضول فإذا جاء الربيع ذابت تلك الاخلاط فتأذت بها الأعضاء التي فيها تلك الفضول و دفعتها إلى المواضع الضعيفة، فمن كانت مفاصله ضعيفة مستعدة لقبول الفضل إنصببت إليها و أحدثت هذه العلة».

و أما في الخريف فتجتمع أيضاً في أبدان الناس فضول كثيرة لكثرة استعمالهم الفواكه في الصيف فإذا جاء الخريف و تكامل الفضل و تأذت به الأعضاء دفعتة إلى المواضع الضعيفة» و إذا اتفق أن تكون الأسباب التي بها يتم انصباب المواد المستعدة و هي الاسباب التي ذكرناها فيما تقدم

اوجاع مفاصل در دو
فصل بیشتر است

پاییز به واسطه ردائت
اخلاط

بهار بعلت حرکت
خون و اخلاط دیگر

علامات اوجاع مفاصل ساده

اگر جای درد بلا انتفاخ و ورم و بی‌تغییر رنگ محسوس شود و مریض گوید که مرض اندك اندك عارض شده و درد بلا ثقل است باید دانست که سببش سوء مزاج ساذج است

علائم کلی

درد بدون ورم

بدون رنگ

بدون احساس سنگینی

شروع تدریجی

الف-نوع گرم: اگر ملمس گرم معلوم شود و سرعت نبض و رنگینی قاروره و سن و مزاج و فصل و تدبیر متقدم و غیره آثار حرارت دریافت گردد بدانند که سببش حرارت ساده است.

ب-نوع سرد: اگر ملمس سرد بود و دیگر علامات برودت مزاج مدرک گردد سببش برودت ساده باشد.

ج- نوع خشک: اگر یبوست موضع و دیگر آثار خشکی معلوم شود سببش یبوست باشد.

توجه: سوء مزاج رطب، باعث وجع و الم نمی‌تواند شد

علائم دردهای مفاصل مادی

اگر موضع درد منتفخ و متورم و با تغییر رنگ باشد و بیمار عروض مرض دفعه و درد با ثقل گوید باید دانست که سببش ماده خلطی است پس می‌باید که نوع خلط دریافت کنند به این طور که ملمس و رنگ موضع و ورم و انتفاخ آن ملاحظه کنند و شدت و خفت وجع بپرسند و بمزاج و سن مریض و فصل نظر کنند

علائم کلی دردهای مفاصل مادی

موضع درد متورم

احساس سنگینی محل درد

شروع ناگهانی درد

تغییر رنگ محل درد

علائم دردهای مفاصل مادی

الف) دموی:



ملمس گرم ،سخت سوزان نباشد،رنگ
سرخ باشد،تورم همراه با ضربان
وتمدد و مزاج بیمار هم دموی،فصل
ربیع و عمر شباب و بدن لحیم و تقدم
تناول اغذیه و اشربه مولده خون همگی
نشانگر دموی بودن علت است

علائم دردهای مفاصل مادی

ب) صفراوی:

ملمس سخت گرم و سوزان تر، سرخی اندک وزردی رنگ، گرانی و ضربان کمتر و درد شدید تر و خنده تر و مایل تر به ظاهر و انتفاخ بدان بزرگی نباشد و از ادویه بارد تسکین بسیاریابد، با عطش، سرعت نبض و ناریت بول و اکثرا تب و مزاج بیمار هم صفراوی و در فصل گرم و خوردن غذاهای تولید کننده صفرا

علائم دردهای مفاصل مادی

(ج) بلغمی:

اگر ملمس گرم نباشد رنگ ورم هم رنگ بدن باشد یا به رصاصیت متمایل باشد و ورم اندک و نرم و منبسط بود، به چیزهای گرم منتفع شود بدن شحیم باشد و بیاض و دیگر علایم مزاج بلغمی را داشته باشد علت بلغمی می باشد و سابقه استفاده از غذاهای تولیدکننده بلغم را داشته باشد



علائم دردهای مفاصل مادی

د-نوع سوداوی

سردی و سفتی بدون انعطاف در لمس محل درد وجود دارد
رنگ محل درد متمایل به کبودی، سبزی یا سیاهی و کدر می باشد
درد و کشیدگی اندک در محل درد
ورم کم و سفت

درمان کمتر موثر است و با گرمیجات علائم کاهش میابد
نبض صلب، بطئی و مختلف
اختلال طحال و کثرت اشتها

و باید به سایر علائم مزاج سوداوی ، فصل (پاییز)، سن، محل زندگی و خوردن و آشامیدن غذاهای مولد سودا توجه کرد

علائم دردهای مفاصل مادی

ی-نوع ریچی

انتقال درد از محلی به محل دیگر

تمدد و کشیدگی شدید در محل درد

تشدید علائم با خوردن غذاها و میوه های تولید کننده ریح

علائم دردهای مفاصل مادی

ر-نوع مدی

در لمس موضعی، حرارت شدید دارد چون ماده آن ریم(چرک) است.
بیمار احساس درد، خارش و سوزش در موضع دارد.
گرمیجات و حتی تماس لباس با محل درد تشدید کننده علائم است
با هوای سرد و ادویه سرد و قابض علائم کاهش میابد

ه-نوع مرکب

گاهی از سردی و گاهی از گرمی سود میبرد و اگر در معالجه فقط از گرمیجات و یا سردیجات صرف استفاده کنیم نتیجه درمان ضعیفتر خواهد بود

معمولا در افراد با مزاج صفراوی ایجاد میشود که در خوردن غذاهای سرد و تر، تولید کننده بلغم خام افراط کرده اند

ممکن است در کسی دیده میشود که سابقه ای از فعالیت‌های شدید بر امتلا داشته است با ماساژ ملایم و مکرر و مروخات با حرارت معتدل در حالت سکون و استراحت علائم کاهش می یابد

سفیدی متمایل به زردی همراه با ورم نشانه ماده مرکب از نوع بلغم و صفرا است.

سفیدی متمایل به سیاهی نشانه ماده مرکب از نوع بلغم و سودا است.





درمان گام به گام
اصلاح سبک زندگی (سته ضروریه)
دارو درمانی
ابتدا داروهای مفرد و سپس مرکب
توجه به منضجات و مسهلات جهت پاکسازی بدن
اعمال یدای

قدم اول درمان تعدیل مزاج (ایجاد اعتدال در کیفیت تغییر یافته) است

سو مزاج گرم ساده باشد

برای جلوگیری از ریزش ماده به مفصل درگیر (درد جاذب است) احتیاج به دفع اندکی خون به طریق فصد و دفع صفرا با مسهل هست

سو مزاج سرد

جهت تبدیل مزاج و اصلاح کیفیت مفصل، مبردات مانند شربت لیمو و سکنجبین رمانی

سو مزاج خشک این کم تر افتد

ترطیب و مالیدن روغن بادام و کدو و گل و قیروطی پیه مرغ و مرغابی و مغز ساق پای گاو اغذیه مرطبه چون شیر گاو مفید است

استفاده از ادویه گرم و تدابیر گرم کننده و در صورت لزوم اندکی بلغم با داروی مسهل یا حقنه خارج گردد



اصول کلی درمان اوجاع مفصل

علاج کلی اوجاع مفاصل

سورنجان

گیاهی است که در دردهای مفاصل سرد و گرم بسیار کاربرد دارد و به شکل ضماد و مسهل میتوان از آن استفاده کرد. سورنجان و پوست خشخاش و تخم خشخاش، بسیار نافع است.

استخوان سوخته

جرجانی گوید که این دوا به وقت ضرورت و درد صعب باید داد و منفعت وی آن است که ماده را غلیظ کند و از سیلان و نزول در مفاصل باز دارد. خجندی میگوید: استخوان سوخته بز یک مثقال بهمراه سورنجان به صورت روزانه مفید است. در همه انواع، جهت تسکین وجع، ضماد عدس مقشّر و استخوان سوخته

رازی میگوید: استخوان سوخته را تایید میکند اما مجرب اوترکیب سورنجان و شکر طبرزد است

همچنین رازی معتقد است که **قی** در همه انواع دردهای مفاصل سودمند است

در شخص معتاد به الکل یا افیون نباید این مواد را قطع کرد ولی باید از مصلحات آنها استفاده کرد

عرقیات مفرح

مانند، گاوزبان، بادرنجبویه، عنبر و همچنین صندل و ابریشم مفید است

و اغتسال محلّ وجع به آبی که در آن، **مَرَزَنجُوش و بِرَنجاسف و بابونه و اکلیل المَلِك و پودنه و صعتر**، همگی و یا بعضی از اینها جوشانیده باشند.

و هم چنین اغتسال به آبی که **علف اسفند** در آن جوشانیده باشند.

طبق نظر حکیمان طب سنتی اولین اقدام فصد است که بر حسب موضع درد مفاصل محل فصد متفاوت است

عقیلی خراسانی

اگر آن ماده خون باشد

علاج آن: در ابتدا، فصد باسلیق از جانب مخالف و اگر وجع در دست باشد. و اگر در پا باشد، از جانب وجع و اگر احتیاج به تکرار فصد شود، فصد باسلیق دیگر ننمایند؛ بلکه فصد صافین از جانب وجع کنند.

حکیم ارزانی

علاج: فصد کنند از دست راست اگر علّت به جانب چپ بود و از چپ اگر به جانب راست بود و از هر دو دست اگر هر دو طرف باشد. و آنجا که مرض در دست بود، رگ اکحل باید زد و آنجا که در پای بود، رگ باسلیق باید گشود و خون به حسب طاقت آدمی به یکبار یا به دفعات برون آرند آن قدر که خواهند. و اگر از فصد مانعی بود، جهت اخراج خون، فروتر از موضع درد حجامت نمایند تا هم استفراغ خون شود و هم اماله او به جانب مخالف.

از سخنان طبیبان طب سنتی چنین بر می آید اگر چنانچه درد مفاصل در اندام فوقانی بود چنانچه در دست چپ باشد باید فصد اکحل (کوبیتال وین) دست راست را انجام داد و بالعکس

و چنانچه در اندام تحتانی مانند پا باشد ابتدا باید فصد باسلیق (بازیلیک وین) همان طرف درد را انجام داد و بعد از چند روز فصد همان پا را انجام داد؛ به عنوان مثال اگر درد در پای چپ باشد ابتدا باید فصد باسلیق دست چپ و در صورت نیاز بعد از چند روز فصد پای چپ را انجام داد و بالعکس

و اگر درد در هر دو طرف باشد هر دو سمت را با (رعایت فاصله زمانی) فصد کرد.

اگر منعی برای فصد وجود داشته باشد، میتوان پایین تر از محل درد را حجامت کرد.

علاج اوجاع مفاصل دموی

پرهیزات

تقریباً از مقادیر مساوی میوه جات یا سبزیجات و گوشت استفاده کنند. غذاهای دریایی برای ایشان سودمند است.

پرهیز از گوشت گاو و بز و همچنین از حلوا و عسل و دوشاب خرما؛ اما گوشت پرندگان کوچک بلامانع است

غذا

بهترین غذا در اینجا آش سماق است و غوره و نخوداب و ماش مقشر است

اعمال یداوی

فصد: اولین اقدام است اما قبل وبعد از فصد اگر حرارت و التهاب شدید بود، آش جو با آب انارین و روغن بادام نفع دارد و آب تمر هندی و آلوی بخارا و سکنجبین ساده و بزوری سودمند است
(از حجامت وزالو هم میتوان استفاده کرد)

قی: بعد از فصد و حجامت چون دو روز یا سه روز بگذرد قیء فرمایند سکنجبین و آب گرم.

و قی نفع تمام دارد، خاصه آنجا که مرض در پای بود.

علاج اوجاع مفاصل دموی

منضج ومسهل : جوشانده بنفشه و عناب و سیستان و عنب الثعلب و برگ گاوزبان و تخم خطمی با قند یا ترنجبین شیرین کرده تا سه روز می‌دهیم و پس از آن جوشانده سورنجان و شاه‌تره و تمر هندی و آلو و مویز و هلیله و فلوس خیارشیر استفاده می‌کنیم.

رادعات

و بعد از فصد تا که مرض در **ابتدا و تزاید** باشد، جهت ردع ماده، طلای گل سرخ و آب کاسنی و گشنیز تر و سرکه بر محل درد ضماد بزرقطونا و سرکه عدس و پوست خشخاش به آب گشنیز سبز تازه و یا آب برگ کاهو و آب گل همیشه بهار.

پرهیز از رادعات

وقتی ماده کثیر المقدار و قوی الحركت باشد (آسیب به اعضای رئیسه)

محللات

هرگاه ماده قریب به انتها رسد، ادویه قوی التحلیل چون بنفشه و خطمی و مانند آن استعمال نمایند.
هرگاه به انتها رسد [و] ماده بالکل از حرکت باز ماند، چیزهای قوی التحلیل چون بابونه و اکلیل الملك و مانند آن به کار برند ضمادا و نطولا.
بعد از تسکین وجع و ورم، ضماد اکلیل الملك و تخم خطمی و بزرکتان و آرد جو و یا آرد جو با آب گشنیز تازه؛ تا آن که بالکلیه وجع زائل گردد

درمان اوجاع مفاصل بلغمی

آب سرد، پر خوری، گوشت گاو، ماهی، آش رشته، اسفناج و ماست
خیار، کدو، چغندر، کاهو، اسفناج، گشنیز، گوجه فرنگی دوغ، شیر، ماست، پنیر، کشک، جو
هندوانه، توت فرنگی، کیوی، مرکبات

توصیه ها

تقلیل غذا، نخودآب با آبگوشت مرغ، دمنوشهای گرم و لطیف مانند بابونه دارچین و زنجبیل
ورزش

درمان بیماریهای زمینه ای مانند نزله و...

اقدام اول، قی است

داروی قی آور مانند ترکیبی از جوشانده شوید، ریشه شیرین بیان و عسل، همراه با آب گرم

یا شیره تخم ترب و یا آب ترب با نمک و عسل- بسیار نافع است و بساست که از تکرار آن، احتیاج به مسهل نمی شود.

منضج بلغم: در صورتی که پاکسازی با داروی قی آور کافی نباشد از منضج بلغم استفاده می کنیم که شامل ترکیبی از گلقتد عسلی، گلاب، عرق رازیانه (یا جوشانده آن)، گل سرخ و ریشه شیرین بیان است که به مدت چهار روز به بیمار می دهیم
همچنین می توان از نخودآب هم به عنوان منضج بلغم در این مدت استفاده کرد.

بعد از چهار روز اگر اثرات نضج در ادرار ظاهر نشود به مدت سه روز دیگر از ترکیب ماء الاصول و روغن بید انجیر استفاده می کنیم البته در روز چهارم باید ماء الاصول را به تنهایی داد

درمان اوجاع مفاصل بلغمی

داروی مسهل: ترکیب یک مثقال ایارج و یک مثقال تربد که با عسل سرشته شده استفاده می کنیم.

اگر علائم نضج کاملاً ظاهر شود جهت تنقیه کامل بدن از حبّ سورنجان یا حبّ شیطرج و یا حبّ منتن می توان استفاده کرد

نکته: جهت نضج و خروج بلغم نباید از داروهای قوی و سریع استفاده کرد چون ممکن است میزان بلغم در بدن زیاد باشد و خروج سریع آن باعث ضعف بدن شود بنابراین باید داروهای مسهل و منضج را با فاصله به بیمار داد تا کم کم ماده از بدن خارج شود

مدرات: هرگاه ماده قلیل مانده باشد در رگها، مدرات مسخنه چون بادیان و تخم خربزه و سکنجبین بزوری

محلّ و ملین: ضماد بابونه و شبت و خطمی و لعاب حلبه و تخم کتان

روغن های گرم چون روغن بیدانجیر و قسط و بادام

سورنجان خوردن و طلا کردن، انواع وجع مفاصل را سود دارد؛ خاصه در بلغمی

علاج اوجاع مفاصل صفراوی

پرهیزات: غذاهای چرب، شیرینی جات و ادویه های با درجه گرمی بالا

تبرید و تسکین باید بیشتر از دُموی

سبزیجات و میوه جات تازه مناسب مزاج مثل کاهو و اسفناج ، آلو ، انار، تمر هندی استفاده کنند

مالشعیرطبی، سکنجبین

فصد: از جانب موافق کافی است. و سایر تدابیر این مانند دُموی است

(ماده اوجاع مفاصل از صفرای صرف کم می باشد؛ بلکه از خون مخلوط به صفراست)

قی: اما اگر از صفرای صرف باشد قی بر فصد ارجح است و اگر به خوبی صورت گیرد نیازی به فصد نیست

داروی منضج: پوست کدو و کاهو و کافور با سرکه و آب گشنیز سبز سرشته ضماد کنند و در اینجا احتیاج ادویه محله نمی باشد

ضماد: اسپغول و کوکنار و روغن گل سرخ

طلا: اسپغول منتفخ در آب و روغن گل سرخ

مسهل صفرا: طبیح هلیله

مدر: باید سرد باشد مانند کاسنی و تخم خیارین و سکنجبین

و مدرات گرم چون بادیان و کرفس ممنوع

ادویه مسکن وجع: عدس مقشر، استخوان سوخته، سورنجان، خشخاش سپید و بلوط در سرکه آغشته [و] تخم کاهو [و] گشنیز خشک

ریختن آب سرد بسیار بر مفاصل

علاج اوجاع مفاصل سوداوی

پرهیزات: گوشت گاو، بادمجان، عدس، کلم، قارچ، غذاهای نیمه آماده، کنسرو، خیارشورو فست فود

توصیه ها: آب سیب و هویج، تخم مرغ عسلی، عسل، خامه و کره مایعات بیشتر، تنفس طبی، حمام مرطب

فصد: در جمیع امراض سوداوی، فصد وسیع باید کرد و رگ بزرگ باید گشود چون باسلیق و هفت اندام، هر کدام که مناسب حال بود. و بدانند که رگ تنگ گشادن، نفع ندارد خاصّه در امراض سوداویّه.

نکته: اگر خون سرخ و صاف و متعدل القوام بود، باید دانست که ماده سودا به غایت غلیظ است و برنمی آید در این صورت واجب است که همان ساعت خون بربندند و برآمدن ندهند که موجب ازدیاد تحجر خواهد شد.

منضج و مسهل

پس از نضج تامّ، مسهل سوداء دهند چون مطبوخ اف تیمون و مانند آن. و جهت تنقیه باقی سوداء، معجون اف تیمون و جوارش کمون سودمند است

محلل و ملین: باید که بابونه و آرد حله و تخم کتان و مقل و زیت و روغن گاو آمیخته ضماد سازند. و روغن های گرم و تر مالیدن و به طبیح بابونه و مرزنجوش و پودینه و حاشا و زوفا و حله نطول ساختن و آبزین نمودن نفع دارد اصلاح طحال کوشند و از ترطیب بدن غافل نباشند و در تحلیل، زنهار افراط نکنند

علاج اوجاع مفاصل ریخی

علامت آن جابجایی درد و تمدد و کشیدگی در مفاصل است
پرهیزات: سیر، پیاز خام، شاهی، ترپچه و حبوبات مولد ریح و غذاهای دیر هضم و سرد
درمان: گلقلند، گلاب، عرق بادیان و شربت بزوری مفید است
روغن گل سرخ و بابونه
تنقیه بلغم
حمام گرم و خشک

علاج اوجاع مفاصل مرکب

علاج: نظر کنند که ترکیب از چند خلط است پس به حسب او دوا نیز مرکب سازند از اجزای مختلفه که برای هر خلطی مخصوص است.

و درین ترکیب، غلبه هر خلط ملحوظ دارند تا هرکدام که غالب بود دوائی که مخصوص آن است نیز بر دیگر اجزا غالب باشد.

و تا نضج تام پدید نیاید، به فصد و مسهل نپردازند. و این همه تصرفات در ترکیب اجزا موقوف بر رأی طبیب است حاجت به نوشتن ندارد.

درد مفاصل را که از بلغم و صفرا بود سود دارد: صبر، يك درم؛ سورنجان، چهار دانگ؛ هلیله زرد، چهار دانگ؛ گل سرخ و مصطکی، هر واحد يك دانگ، جمله يك شربت است کوفته و بیخته به آب یا گلاب حب سازند و فرو برند. و اگر به جای صبر ایارج فیکرا آمیزند بهتر بود



•ابن سینا:

•چه کثرا هه میروند مردمان امروز که می پندارند
پزشکان دیروز چیزی نمی دانستند