



روش‌های معمول طب سنتی در افغانستان و چالش‌های مرتبط به آن

پوهنمل رابعه ایوبی

دپارتمنت فارماکونوزی، پوهنځی فارمسی، پوهنتون کابل، کابل، افغانستان

ایمیل: rabia.ayoubi1995@ku.edu.af

چکیده

طب سنتی افغانستان هنوز هم از طرفداران زیادی برخوردار بوده و بیشتر افراد کشور جهت کنترل و تداوی مشکلات صحتی خویش به آن متکی اند؛ اما با این حال معلومات کافی و منسجم در مورد روش‌های معمول طب سنتی کشور در دسترس نیست. بنابراین، در این مقاله مروری روایتی روش‌های معمول طب سنتی افغانستان و برخی از چالش‌های مرتبط با آن مورد مطالعه قرار گرفته است. یافته‌های این تحقیق روش‌های معمول طب سنتی در کشور را به معرفی گرفته و می‌تواند گامی در راستای توسعه و معیاری شدن آن‌ها باشد. شکسته‌بندی، ناف‌گیری، گیاه‌درمانی، رگ‌زدن، حجامت، آب‌درمانی، زالودرمانی، داغ‌گذشتن، ماساژدرمانی، طب سوزنی و روش‌های عقیدتی روش‌های معمول در طب سنتی افغانستان اند. با آن‌که مؤثریت و کارایی بیشتر این روش‌ها توسط مطالعات علمی-تجربی به اثبات رسیده است؛ اما با این حال، نبود طرزالعمل واحد و استاندارد ملی طب سنتی باعث گردیده است تا طب سنتی افغانستان فقط در محدوده‌ی کشور مورد استفاده قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: اماله؛ حجامت؛ روش‌های عقیدتی؛ زالو درمانی؛ شکسته‌بندی؛ طب سنتی افغانستان؛ گیاه‌درمانی

The Common Practices of Traditional Medicine in Afghanistan and the Related Challenges

Rabia Ayoubi

Department of Pharmacognosy, Faculty of Pharmacy, Kabul University, Kabul-Afghanistan

Email: rabia.ayoubi1995@ku.edu.af

Abstract

Traditional Afghan Medicine (TAM) remains widely practiced, with many people relying on it for managing and treating health conditions. However, there is insufficient and inconsistent information available about its common practices. This article presents a narrative review of the prevalent methods of TAM and some of the challenges associated with them. The findings of this study outline the common methods of traditional medicine in the country and may pave the way for their advancement and standardization. Fractional therapy, phytotherapy, fasd, cupping, hirudotherapy, enema, hydrotherapy, cauterization, massage therapy, acupuncture and spiritual and religious therapy are the common practices in TAM. Although the effectiveness and efficiency of these practices have been proven by scientific-experimental studies, still, the lack of a distinct procedure and national standard of traditional medicine has caused TAM to be used only within the country.

Keywords: Cupping; Enema; Fractional Therapy; Phytotherapy; Spiritual and Religious Therapy; Hirudotherapy; Traditional Afghan Medicine

ارجاع: ایوبی، ر. (۱۴۰۳). روش‌های معمول طب سنتی در افغانستان و چالش‌های مرتبط به آن. مجله علمی-تحقیقی

علوم طبیعی پوهنتون کابل، ۷(۴)، ۱۲۷-۱۵۳. <https://doi.org/10.62810/jns.v7i4.386>

مقدمه

طب سنتی عبارت از مجموعه دانش، مهارت‌ها و روش‌های مبتنی بر نظریه‌ها، عقاید و تجربیات بومی فرهنگ‌های مختلف است که برای حفظ صحت و وقایه، تشخیص، بهبود و تداوی امراض جسمی و روانی استفاده می‌شود. اساسات این مکتب طبی به صورت کتبی، شفاهی، عادات و رسوم از یک نسل به نسل دیگر انتقال می‌نماید (بابری، ۱۳۹۱؛ Fokunang et al., 2011). طب‌های سنتی مدنیت‌های مختلف از غنای علمی و تجربی زیادی برخوردار بوده و از گذشته تا به حال مورد توجه علوم مختلفی است. طب سنتی دارند (WHO, 2023). علاوه بر این، برخی از این طب‌های سنتی در پایه‌گذاری و انکشاف طب سنتی سایر کشورها نقش مهم و برجسته داشته و اساس تیوریکی این طب‌ها را تشکیل می‌دهند. از آن جمله می‌توان به طب سنتی افغانستان اشاره نمود.

طب سنتی افغانستان که اغلب به نام طب یونانی نیز یاد می‌گردد، بر اساس اصول و تیوری‌های قدیمی تداوی امراض تشکل نموده و در روشنایی مآخذ گرفته شده از طب‌های مشهور سنتی یونانی، هندی، فارسی و عربی فعالیت می‌نماید (بابری، ۱۳۹۱). چنانچه موجودیت تعداد زیاد محصولات گیاهی هندی در بازار دوائی و توصیه آن توسط اطباء سنتی کشور، تداوی مشکلات مختلف صحی با محوریت اخلاط چهارگانه عضویت، حضور پررنگ افراد مذهبی و مراجعه مریضان جهت دریافت تداوی‌های عقیدتی و غیره مصداق این ادعا است. موقعیت استراتژیک و غنای تاریخی افغانستان، نفوذ اجانب در ادوار مختلف تاریخ به کشور، پرتوافکنی دین مقدس اسلام در زمان حکومت‌های اسلامی و باورهای فرهنگی مشابه افغانستان با کشورهای همسایه در شکل‌گیری طب سنتی این کشور ارزش به‌سزایی داشته است.

با آن‌که بنابر دلایل مختلف چون عدم توجه نهادهای حاکم طی ادوار مختلف و نهادهای علمی کشور جهت مطالعه و معرفی طب سنتی کشور و ویژه‌گی‌های آن، نبود امکانات لازمه برای رشد و تعمیم تجارب بین اطباء "یونانی"، مورثی بودن طب سنتی در اکثر اطباء سنتی بدون فراگیری پروگرام‌های آموزشی لازم، عدم موجودیت طرز العمل واحد و استاندارد ملی جهت تنظیم و انسجام امور طب سنتی، توريد سيل آسای محصولات دوائی سنتی از کشورهای همسایه، عدم توانایی در کنترل کیفی محصولات دوائی سنتی، تفوق طب‌های سنتی کشورهای همسایه و غیره طب سنتی کشور نتوانسته است هنوز هم جایگاه آن‌چنانی خویش را در سطح ملی، منطقه‌یی و بین‌المللی تثبیت و حفظ نماید؛

اما با این حال هنوز هم تعداد کثیری باشندگان کشور، خاصاً اهالی مناطق روستایی و دورافتاده، جهت تداوی و بهبود مشکلات مختلف صحی خود به طب سنتی متکی اند. عوامل متعددی چون ارزش‌های فرهنگی، فقر، سطح پایین سواد، عدم دسترسی به خدمات استاندارد اولیه صحی، کمبود ادویه الوپاتیک، نبود امکانات لازم ترانسپورتی، عدم حصول نتایج قناعت بخش از تداوی مدرن و غیره در گرایش روزافزون افراد به طب سنتی کشور نقش دارند. با وجود اهمیت طب سنتی به‌عنوان یک پایه اساسی سیستم صحت عامه کشور و ارزش آن به‌گونه‌ی میراث علمی-فرهنگی نخبه‌گان گذشته متأسفانه در مورد آن تحقیقات وسیع صورت نگرفته و آثار مستند و منسجم اندک در دسترس قرار دارد. بنابراین، هدف از تحریر این مقاله که با استفاده از مقالات و آثار معتبر علمی تهیه گردیده است، معرفی روش‌های معمول طب سنتی در کشور تشکیل داده و نیز کوشش گردیده است تا چالش‌های موجود مرتبط با سیستم طب سنتی کشور مورد بحث و ارزیابی قرار گیرد. یافته‌های این تحقیق می‌تواند به‌عنوان گامی در جهت توسعه، معیاری‌سازی و دریافت راه‌حل‌های ممکن برای چالش‌های موجود فراراه طب سنتی کشور تلقی گردد.

روش تحقیق

این تحقیق یک تحقیق مروری روایتی بوده که محتویات آن از کتب، مجلات، پایگاه‌های اطلاعاتی (گوگل‌سکالر، پاب‌مد، ساینس‌دایرکت، اس‌آی‌دی، و ماگ‌ایران)، وب‌سایت‌ها و سایر منابع معتبر علمی جمع‌آوری و یافته‌های آن به‌شکل مقاله ترتیب گردیده است. به‌منظور جستجوی مطالب مورد نظر و دسترسی به حد اکثر منابع مستند؛ ترکیبی از کلمات کلیدی چون شکسته‌بندی، ناف‌گیری، گیاه‌درمانی، رگ‌زدن، حجامت، آب‌درمانی، زالودرمانی، داغ‌گذاشتن، ماساژدرمانی، طب سوزنی، روش‌های عقیدتی با طب سنتی، طب مدرن، چالش‌ها و افغانستان مورد استفاده قرار گرفت. بنابر نبود اطلاعات کافی در مورد طب سنتی افغانستان و چالش‌های مربوطه، در حین جستجوی مقالات در پایگاه‌های اطلاعاتی فلتر خاصی چون سال نشر مقاله، لسان نگارش، نوع مقاله و غیره اعمال نگردید.

یافته‌ها

استفاده از روش‌های سنتی جهت بهبود و تداوی امراض در افغانستان دارای پیشینه‌ی کهن می‌باشد. اکثر باشندگان کشور، به‌طور اخص اهالی روستانشین و مناطق دور افتاده که به خدمات اولیه صحی دسترسی ندارند و یا این‌که نمی‌توانند از این امکانات استفاده‌ی مزید نمایند برای حل مشکلات صحی شان به اطباء سنتی و سایر افراد با تجربه و ماهر شاغل در این حرفه مراجعه می‌کنند (طلوع نیوز، ۱۴۰۰؛ آسیه، ۱۴۰۰). با این‌که بنابر عدم مطالعه‌ی کافی در مورد طب سنتی کشور متکی بودن به این روش‌ها

می‌تواند تا حد باعث بروز مشکلات گردد؛ اما با این حال، نمی‌توان از مؤثریت کاربرد روش‌های متذکره در اکثر موارد چشم‌پوشی نمود. هر زمانی که از طب سنتی کشور نام برده می‌شود اغلب فکر می‌کنند هدف استفاده از گیاهان طبی جهت وقایه و تداوی امراض بوده و طب سنتی فقط به گیاه‌درمانی خلاصه می‌گردد. در حالی که این‌طور نبوده و طب سنتی کشور دربرگیرنده‌ی روش‌های متنوع و متعدد است که به‌منظور التیام آلام مختلف به‌کار گرفته می‌شود. بر اساس منابع موجود و مشاهدات عینی روش‌های معمول طب سنتی کشور را با توجه به چگونگی مشابهت آن با شیوه‌های سنتی مروج در سایر طب‌های سنتی می‌توان به دو بخش تقسیم نمود؛ روش‌های متداول و روش‌های مختص به طب سنتی کشور. قابل‌یادآوری است که بیشتر روش‌های مروج در طب سنتی افغانستان شامل دسته‌ی اول بوده و با وجود ویژه‌گی‌های آن دارای مشابهت‌های زیادی با شیوه‌های سایر طب‌های سنتی می‌باشد. مهم‌ترین روش‌های طب سنتی جهت تداوی امراض در افغانستان شامل شکسته‌بندی، ناف‌گیری، گیاه‌درمانی، حجامت، رگ زدن، زالودرمانی؛ اماله کردن، آب‌درمانی، طب سوزنی و تداوی‌های عقیدتی می‌باشد (شرکت تحقیقاتی پارسی طب، ۱۳۹۷).

شکسته‌بندی

یکی از رایج‌ترین روش‌های طب سنتی در کشور شکسته‌بندی است. کاربرد این روش در افغانستان دارای قدامت بیشتر از صد سال بوده و توسط افراد ماهر و با تجربه، شکسته‌بندها، اجراء می‌گردد. از شکسته‌بندها به‌عنوان طیبیان بدون مدرک؛ اما پردرآمد یاد شده و تصور می‌گردد که شکسته‌بندها در بین سایر طیبیان سنتی بیشترین تعداد مراجعین را به‌خود جلب می‌نمایند (هنریار، ۱۳۹۵). استفاده از این روش نه تنها بین اهالی روستایی بلکه نزد مردم شهرنشین نیز از شهرت خاصی برخوردار است. افرادی که از شکستگی دست، پا و سایر قسمت‌های بدن و بیجا شدن مفاصل شاکی اند، ترجیح می‌دهند قبل از داکتر اورتوپیدی و یا فزیوتراپیست به شکسته‌بند مراجعه نمایند. مشاهدات عینی نشان می‌دهد که در اکثر موارد، واقعات غیر اختلاطی که ایجاب مداخله جراحی را نمی‌کند، شکسته‌بندی مؤثر بوده و مشکلات صحی مراجعین را تقریباً به‌طور کامل برطرف می‌کند. شکسته‌بندها بنابر مهارت‌های خاصی که دارند، استخوان‌ها را بجا نموده و زردی تخم مرغ، زردچوبه و دنبه گوسفند را با هم مخلوط کرده و به‌صورت ضماد بالای قسمت ماوف قرار داده و با استفاده از پارچه‌های نخی و تخته‌های چوبی مخصوص قسمت شکستگی را محکم بسته نموده و به این ترتیب استخوان‌ها دوباره باهم پیوست گردیده و جوش می‌خورند. برعلاوه، برای مریض توصیه می‌گردد تا برای مدتی در بستر

باقی مانده و حرکت نکند و از غذاهایی که به قول معروف کولاژن‌ساز و چسپناک هستند و در بازسازی نسج غضروف و استخوان کمک می‌کنند، استفاده نمایند. دلایل متعددی را می‌توان در وصف شهرت روش شکسته‌بندی نزد عوام قلمداد نمود. از آن جمله به کورس تداوی کوتاه‌مدت، هزینه پایین تداوی، چانس کمتر جراحی، مؤثریت بهتر تداوی و برطرف نمودن کامل ناراحتی مریض اشاره کرد (علمداری، ۱۴۰۱). درین مورد می‌توان از بعضی شکسته‌بندهای مشهور کشور؛ مانند حاجی رفیق سکونت‌گزین بازار صیاد بالا و شکسته‌بند معرف کابل قدیم مرحوم کریم مارگیر نام برد. باید اظهار نمود که کارکردها، خلایق‌ها و تجربیات حاجی رفیق صیادی واقعاً قابل قدر بوده و مورد احترام خاص و عام نه تنها به سطح ولایات پروان، کاپیسا و کابل است؛ بلکه به سطح افغانستان از شهرت برخوردار می‌باشد.

ناف‌گیری

اصطلاح در رفتگی ناف و یا ناف‌رفتگی (چره ناف) مریضی معمول و مشهوری نزد عوام بوده که در برخی از متون تحت عنوان حرکت و یا سقوط ناف از آن تذکر به عمل آمده است. این حالت در اثر حرکت و بیجا شدن عضلات، روده‌ها و یا لایه‌های بطن ایجاد می‌گردد. در حالت نارمل، پرده نازکی اطراف ناف را پوشانیده است. پاره شدن این پرده بنابر عوامل مختلف چون بلند نمودن وزن‌های سنگین، پریدن از ارتفاعات بلند، ترس بیش از حد، سرفه‌های مداوم، ولادت‌های پیهم، قبضیت، چاقی و غیره باعث ایجاد این حالت می‌گردد. از علایم عمده‌ی ناف‌رفتگی می‌توان به گرفتگی و شخی عضلات، کش شدن بدن و بسته شدن و یا تضییق یکی از رگ‌های دور ناف توام با درد در نواحی پایین بطن و کمر، سستی، بی‌حالی زیاد، سردرد شدید، دلبدی و استفراغ اشاره نمود (سریتا، ۱۴۰۳؛ پاشایی، ۱۴۰۳). به نقل از متون طب سنتی ناف‌رفتگی می‌تواند دوباره عود نموده؛ لذا مریض باید در رعایت رژیم غذایی و شدت فعالیت‌های فیزیکی خود محتاط باشد (دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد، ۲۰۱۴). افرادی که دچار این ناراحتی می‌گردند، نزد افراد ماهر و با تجربه که در ناف‌گیری مهارت دارند، مراجعه می‌کنند. این افراد ماهر به روش‌های خاص از جمله گذاشتن اشیای گرم، پیاله و بوتل بالای ناف و دم کردن به تداوی مراجعین می‌پردازند. پروسه تداوی طوری صورت می‌گیرد که بالای ناف پارچه‌ی را شعله‌ور نموده و به سرعت یک پیاله خالی را به صورت معکوس بالای ناف قرار می‌دهند. این کار باعث تولید خلا در داخل پیاله شده و ناف را به سمت بالا می‌کشاند. در برخی حالات، بعد از حصول اطمینان از وجود ناف‌رفتگی نزد شخص، تفاوت میان فاصله‌ی ثدیها با ناف و یا متمایل شدن ناف به یک طرف، مریض به پشت خوابانیده شده و پای چپ یا راست او بلند گردیده و با یک دست محکم

گرفته شده و با دست دیگر توسط چکش چوبی و یا رابری در کُری پای مریض کوبیده می‌شود تا موجب جابه‌جایی ناف گردد.

علاوه بر این، ناف‌گیری در برخی موارد می‌تواند مفهوم متفاوتی داشته و به منظور حصول هدف کاملاً مجزا اجرا گردد. چنانچه در بعضی مناطق کشور خانم‌هایی که از بی‌اولادی رنج می‌برند و یا این‌که فرزند پسر ندارند نزد دایه‌های با تجربه برای گرفتن ناف شان مراجعه می‌کنند. آن‌ها عقیده دارند که تغییر وضعیت ناف شان می‌تواند آن‌ها را در حل مشکلات شان یاری رساند. ناکفته نباید گذاشت که در همچو حالت مریض دچار ناف‌رفتگی نبوده و نارمل می‌باشد.

۳

گیاه‌درمانی

در کنار سایر روش‌های مرسوم در طب سنتی کشور یکی هم گیاه‌درمانی است. در این روش از گیاهان طبی برای وقایه و تداوی امراض مختلف استفاده می‌گردد (Falzon & Balabanova, 2017). دلایل مختلف در ترویج گیاه‌درمانی در کشور حایز اهمیت است که از آن جمله می‌توان به فلور غنی گیاهی کشور، قابل دسترس بودن این منابع، باور مردم به بی‌ضرر بودن گیاهان طبی و محصولات گیاهی، عدم باور عوام به سیستم صحی الوپاتیک، هزینه‌ی کم تداوی، ارزش‌های فرهنگی، آشنایی کامل ساکنان مناطق با پیداوار گیاهی آن ناحیه، توصیه به استفاده منابع طبیعی توسط افراد با رسوخ و با تجربه و غیره اشاره نمود. با توجه به شرایط متنوع اقلیمی کشور کشت و برداشت گیاهان، اعم از منابع کشت شده و وحشی، در طول سال میسر بوده و این موضوع باعث گردیده است تا خانواده‌های روستائین به جمع‌آوری و پروسس ابتدایی گیاهان طبی مختلف موجود در محیط و ماحول زیست خود پرداخته و آن‌ها را برای استفاده‌ی بعدی ذخیره نمایند. این موضوع در مورد اهالی شهرنشین صادق نبوده و آن‌ها ترجیح می‌دهند گیاهان طبی و محصولات گیاهی را از عطاری‌ها و دواخانه‌های طب سنتی موجود در سطح شهر بدست بیاورند. از جمله معروف‌ترین گیاهان طبی که در اکثر مناطق افغانستان مردم با آن‌ها آشنایی داشته و از آن‌ها استفاده می‌کنند؛ می‌توان از بوربو، اسپند، بادیان، جوانی، گل‌گاوزبان، نعنای و پودینه، چوکری، مارچوبه، فلوس، دارچینی، میخک، نرکچور، زردچوبه، زنجبیل، هلبله و غیره (جدول ۱) نام برد. اکثر گیاهان طبی مورد استفاده در طب سنتی کشور از منابع گیاهی وحشی و یا کشت شده‌ی خود کشور به‌دست آمده و در برخی موارد از سایر کشورهای همجوار؛ چون هند، پاکستان، ایران، چین و غیره وارد می‌گردند. بررسی‌ها نشان داده است که از جمله‌ی تقریباً ۵۰۰۰ نوع گیاه‌گلداز

در افغانستان، بیش از ۲۰۰ نوع آن گیاهان شناخته شده‌ی طبی بوده و در اکثر مناطق کشور به منظور تداوی مورد استفاده قرار می‌گیرند (Freitag, et al., 2010). این در حالیست که تقریباً ۲۶ فیصد (۶۲ قلم) اقلام دوائی گیاهی مستعمله در طب سنتی کشور را اقلام وارداتی تشکیل می‌دهد (بابری، ۱۳۹۱). به باور عوام، گیاهان طبی مختلف دارای مزاج متفاوت بوده و باید حین استفاده از آن‌ها در مورد طبع و مزاج مریض، نوع مرض، رژیم غذایی مورد استفاده، مدت زمان مریضی، وجود امراض زمینه‌یی و متمم توجه نمود. دواهای رایج در طب سنتی به دو دسته، دواهای مفرد و دواهای مرکب (قربادین) تصنیف می‌گردد. دواهای مفرد شامل ادویه‌ی گیاهی، حیوانی و معدنی بوده که به تنهایی یا همراه با آب، عسل، روغن، بوره، سکنجبین و غیره مورد استفاده قرار می‌گیرد. دواهای مرکب را از مخلوط نمودن دو یا چند دوا باهم و یا با مواد مختلف دیگر تهیه می‌نمایند. در فرهنگ طب سنتی از اتریف‌ها، انگشت پیچ‌ها (لعوق‌ها)، ایارج‌ها، تریاق‌ها، جلاب‌ها، حب‌ها و غیره به‌عنوان دواهای مرکب یاد گردیده است که هر کدام دارای ترکیب و شیوه‌ی تهیه خاص بوده و برای تداوی امراض مختلف توصیه می‌گردند.

علاوه بر استفاده از گیاهان و محصولات گیاهی، برخی از طبیبان سنتی از زهر مار و گژدم (عقرب) نیز برای تداوی بعضی از امراض استفاده می‌نمایند. این طبیبان ابتدا زهر مار و یا عقرب را تصفیه نموده و بعد آن‌را با بعضی از گیاهان طبی خاص مخلوط می‌نمایند. اکثراً امراض جلدی چون پیس، خضداری و جذام با این روش تداوی می‌گردند (خبرگزاری تحلیلی ایران، ۱۳۸۹).

جدول ۱: لست گیاهان طبی مستعمله در طب سنتی افغانستان (Younos, et al., 1987)

شماره	نام لاتین	نام محلی	قسمت قابل استفاده	موارد عمده‌ی استطباب
1	<i>Adiantum capillus-veneris</i> L.	پریساوشان، پاتوچنه، بی بی ایخته، بی بی چالوا	برگ‌ها	نرم‌کننده، ضد اسهال، ضد نفس‌تنگی
2	<i>Teucrium polium</i> L.	کلپوره، سپیرکی	دانه‌ها	ضد التهاب معده
3	<i>Amaranthus caudatus</i> L.	تاج خراس	ریشه و دانه‌ها	ضد سفلیس
4	<i>Pestacia cabulica</i> Stocks	مستک کابلی، گنده پسته، مستکی	ریزین	آرام‌بخش
5	<i>Nerium odorum</i> Soland.	خره زهره، دفلی، گندیری	برگ‌ها	ضد انفلونزا
6	<i>Acorus calamus</i> L.	وج	رایزوم	ضد التهاب معده
7	<i>Berberis intergerima</i> Bunge	زرک، انبر باریس، انبر بیریس، چتره، زرغل، ایمران، راز، زرشک	برگ‌ها و ریشه	آرام‌بخش

ضد درد	دانه‌ها	فندق	<i>Corylus avellana</i> L.	8
نرم‌کننده	میوه‌ها	سپستان	<i>Cordia myxa</i> L.	9
نرم‌کننده، آرام‌بخش، ضد تب	علف گیاه	گاو‌زبان، گل گاو‌زبان	<i>Echium amoerum</i>	10
ضد درد، گزدم‌گزیدگی	علف گیاه و دانه‌ها	اژدم بته، گزدم بته	<i>Heliotropium ellipticum</i> Ledib.	۱۱
خواب آور	ریزین	چرس، بنگ‌دانه، شاه‌دانه، کنب، گانچه، بنگ بته، بته فقیر	<i>Cannabis sativa</i> L.	۱۲
مدرر، ضد کرم	میوه‌ها و ریشه	کور، کور گیاه، کپر، اورمه	<i>Capparis spinosa</i> L.	13
مسهل	میوه‌ها	هلیله	<i>Terminalia chebula</i> Retz.	۱۴
ضد تب، ضد التهاب معده	علف گیاه	ترک دورنه، ترخ درونه، زول، بوی مادران، بوی ماران، گل سپرغک، پان لغک	<i>Achillea santolina</i> L.	15
مشکلات هضمی، ضد نفخ	برگ‌ها و علف گیاه	افسانتین، افسنتین، مروه، مندو	<i>Artemisia absinthium</i> L.	16
ضد کرم	غنچه‌های گلی	ترخ، ترخه، کرم بته، کرمک بته	<i>Artemisia cina</i> Berg.	17
مقوی، منبه عصبی	ریشه	بهمن سفید	<i>Centaurea behen</i> L.	18
مشکلات کبدی، ضد تب	ریشه	کاسنی، کاشنی	<i>Cichorium intybus</i> L.	۱۹
ضد درد دندان، مشکلات هضمی	غنچه‌های گلی	بابونه، گل بابونه	<i>Matricaria chamomilla</i> L.	20
نرم‌کننده	رایزوم	تخم شلغم، شلغم، تیپر	<i>Raphanus napus</i> L.	۲۱
مسهل برای اطفال	دانه‌ها	خاکشیر، تودری، قدومه	<i>Sisymbrium Sophia</i> L.	۲۲
مسهل شدید	پولپ میوه‌های پخته شده گیاه	تربوز ابوجهل، حنظل، مرغونی، منه غونی	<i>Citrullus colocynthis</i> Schrad.	۲۳
سقط آور	میوه‌ها	ابهل، باررچه	<i>Juniperus Sabina</i> L.	۲۴
منبه قوای شهوانی	ریشه (توبر)	سعد، سعد کوفی، موته	<i>Cyperus pertenuis</i> Roxb.	۲۵
ضد نفس‌تنگی	علف گیاه	مادرق	<i>Ephedra ciliata</i> Fisch. Mey.	۲۶
ضد نفس‌تنگی	علف گیاه	مدرق، مادرق	<i>Ephedra gerardiana</i> Wall. Stapf.	27
امراض تنفسی	علف گیاه	بندک	<i>Ephedra intermedia</i> Schrenk et C. A. Mey. var. <i>tibetica</i> Stapf.	28

منبه عصبی	علف گیاه	جرکنه	<i>Ephedra intermedia</i> Schrenk et C. A. Mey. var. <i>intermedia</i>	29
ضد نفس تنگی، منبه عصبی	علف گیاه	هوم	<i>Ephedra pachyclada</i> Boiss.	۳۰
منبه عصبی	علف گیاه	یامه، نمه	<i>Ephedra procera</i> Fish. Mey.	31
ضد نفس تنگی، منبه عصبی	علف گیاه	هوم	<i>Ephedra sarcocarpa</i> Aitch. Hemsl.	۳۲
اشتها آور	میوه‌ها	آمله، مانو	<i>Emblica officinalis</i> Gaertn.	۳۳
مسهل	دانه‌ها	بید انجیر، کرچک، خروع، آزند، ورهنده، ارهنده	<i>Ricinus communis</i> L.	۳۴
ضد اسهال، منبه قوای شهوانی	قشر درختان و یا شاخچه‌های جوان	بلوط، مازو، سیبری، سپیرکی سیبری، غور سیبری، سره سیبری	<i>Quercus baloot</i> Griff.	۳۵
ضد حساسیت	علف گیاه	شاهتره، پاپره	<i>Fumaria parviflora</i> Lam.	36
برای اتانات گلو	ساقه‌ها	تابشیر قلمی، بانگس	<i>Bambosa arundinaceae</i> (Retz.) Willd.	37
منبه عصبی، مقوی، ماده رنگ‌دهنده، مصاله	استگمات‌ها	زعفران، زعفران	<i>Crocus sativus</i> L.	38
مشکلات هضمی	غنچه‌های گلی	اوسطوخودوس	<i>Lavandula dentata</i> L.	39
مشکلات هضمی	برگ‌ها	بادرنجوبیه	<i>Melissa officinalis</i> L.	40
مشکلات هضمی، ضد التهاب معده، ضد استفراغ	علف گیاه	پودینه، پودنه، پودینه ویلنی	<i>Mentha longifolia</i> (L.) Huds.	۴۱
ضد اسپزم، ضد التهاب معده، ضد استفراغ	برگ‌ها	نعناع، نانا، باغی ویلنی	<i>Mentha x piperita</i> L.	۴۲
مقوی حافظه	علف گیاه	مرزنجوش، مرزنگوش، ازول، اوسکه	<i>Origanum glaucum</i> Rech. f.	۴۳
نرم‌کننده، ضد سرفه	علف گیاه و دانه‌ها	کنوچه	<i>Salvia macrosyphon</i> Boiss.	44
مقشع، ضد سرفه، نرم‌کننده	علف گیاه	ملنگان، بالنگان، گنده بغل	<i>Salvia rhytidea</i> Benth.	۴۵
ضد نفخ، تنظیم‌کننده عادت ماهوار	علف گیاه	زرافشان، پادوله، پرالا، بوترنغو	<i>Stachys lavandulifolia</i> Vahl.	46
برای مشکلات هضمی، مصاله	علف گیاه	کاکوتی، پودینه کوهی، نعناع کوهی، مروزی	<i>Ziziphora afghanica</i> Rech. F.	۴۷

منبه قلبی	اعضای چوبی شده و برگ‌ها	کافور	<i>Cinnamomum camphora</i> (L.) J. Presl.	48
ضد نفخ، مصاله	قشر خشک شده گیاه	دال چینی، دار چینی، قره فه، تج	<i>Cinnamomum zeylanicum</i> Blume.	49
مسهل	علف گیاه	ترنجبین، شترخار، شیرخار، ظالم خار، زوز	<i>Alhagi sparsifolia</i> Shap.	50
مسهل	برگ و میوه گیاه	سنا، سنامکی	<i>Cassia angustifolia</i> Vahl.	۵۱
مسهل	میوه	فلوس، نیچه‌ی فلوس	<i>Cassia fistula</i> L.	52
منبه قوای شهوانی، مقوی، منبه عصبی	دانه‌ها و قشر ساقه	قرص کمر	<i>Entada scandens</i> Benth.	۵۳
مقشح، ضد سرفه، ضد قرحه معده	اعضای زیر زمینی گیاه	شیرین بویه، اصل سوس، مُخ، بیخ مهک، شیرین بیان، سوس، رب سوس	<i>Glycyrrhiza glabra</i> L.	54
مسهل	میوه‌ها، برگ و قشر	تمر هندی، جلپ	<i>Tamarindus indica</i> L.	55
منبه عصبی، ماده انابولیک، ضد التهاب معده	دانه‌ها	حلبه، شنبیله، ملحوزی	<i>Trigonella foenum-graecum</i> L.	۵۶
منبه قلبی	اعضای زیر زمینی (پیاز)	اصقیل، اسقیل	<i>Allium circonflerum wendelbo</i>	57
ضد روماتیزم	پیاز گیاه	سورنجان	<i>Colchicum luteum</i> Baker	۵۸
نرم‌کننده، مسهل	برگ‌ها	شرش کاهی، سرش کاهی	<i>Eremurus persicus</i> Boiss.	59
نرم‌کننده، مسهل	پیاز گیاه	سرش، شرش، سیچ، شری، سینزی	<i>Eremurus stenophyllus</i> Aitch.	۶۰
امراض انتانی طرق تنفسی	دانه‌ها	زغر، کتان	<i>L. Linum usitatissimum</i>	۶۱
منبه قوای شهوانی، سم برای سگ‌ها	دانه‌ها	کچله	<i>Strychnos nux-vomica</i> L.	62
انتی‌سپتیک، ماده رنگ‌دهنده	برگ‌ها	حنا، خینه	<i>Lawsonia inermis</i> Roxb.	۶۳
مقشح، ضد سرفه، نرم‌کننده	گل‌ها	خطمی، خطمی سفید، گل خيرو	<i>Althaea rosea</i> cav.	64
مقشح	علف گیاه	پنیرک، پای مرغک، نان کلاغ، نون کلاغ	<i>Malva rotundifolia</i> L.	۶۵
ضد بواسیر، ضد استفراغ، منبه عصبی	میوه‌ها، برگ و ریشه	انجیر	<i>Ficus carica</i> L.	66

منبه عصبی	میوه‌ها	بارنگ کابل، بارنگ، برنج کابل، بابرنگ	<i>Embelia ribes</i> Burn.	۶۷
ضد درد دندان، مصاله	گل‌های نا شگفته	میخک، قرنفل، لونگ	<i>Eugenia caryophyllata</i> Willd.	68
منبه قوای شهوانی، منبه عصبی	ریشه	سالپ مصری، ثعلب، شیرک الاف	<i>Orchis latifolia</i> L.	۶۹
اشتها آور، منبه قوای شهوانی	دانه گیاه	سویاری، فوفل، پوپل	<i>Areca catechu</i> L.	70
ضد سرفه، آرام بخش، خواب آور	شیره‌ی خشک شده و کپسول	کونکار، تریاک، خشخاش، ایپون، افیون، خاشخاش	<i>Papaver omniferum</i> L. var. <i>album</i> . L.	۷۱
منبه قوای شهوانی	میوه‌ها	مرچ، فلفل دراز، غنی	<i>Piper longum</i> L.	72
منبه قوای شهوانی، مصاله	میوه‌ها	مرچ سیاه، فلفل گرد	<i>Piper nigrum</i> L.	۷۳
ضد سرفه، نرم کننده	برگ‌ها	بارتنگ	<i>Plantago lanceolata</i> L.	74
نرم کننده، ضد سرفه، منبه عصبی	برگ و علف تازه	زوف، کیان	<i>Plantago major</i> L.	۷۵
نرم کننده، مسهل	برگ‌ها، غنچه گلی و دانه‌ها	اسفرزه، ست اسفرزه، اسپغول، اسپغول	<i>Plantago ovata</i> forsk.	76
ضد التهاب معده، مسهل	رایزوم و ریشه گیاه قشر ریشه،	ریوند، ریوند چینی، ریوند اسفه	<i>Rheum officinale</i> L.	۷۷
منبه عصبی، انتی سپتیک، ضد اسهال	ساقه و شاخچه‌ها گیاه	انار، رمان، انار پوست، نافه انار	<i>Punica granatum</i> L.	78
منبه قوای شهوانی، انتی دوت سموم	ریشه (توبر)	جدوار، زدوار، نرسی	<i>Aconitum indicum</i> Nees	۷۹
کاهش دهنده فشار خون، تصفیه کننده	میوه‌ها	عناب، جیلان، مرخانی	<i>Zizyphus vulgaris</i> Lamk.	80
التیام زخم	گل‌ها و میوه	زعرور، دولانه، شینزه، غوجه	<i>Crathaegus oxyacantha</i> L.	۸۱
منبه عصبی	گلبرگ‌ها و برگ‌ها	گلاب، گلاب اصل، گل سرخ	<i>Rosa centifolia</i> L.	82
ضد سرفه‌های چرکدار	؟	گوش خرک، دمب گاوک، زبان بره	<i>Verbascum celsioides</i> Benth.	۸۳
اشتها آور، مصاله	میوه‌ها	مرچ سرخ، مرچ شاخ بز، سره مرچ	<i>Capsicum annuum</i> L.	84

ضد اسپیزم، ضد نفس تنگی، منبه قوای شهوانی، سمی	برگ‌ها	تخم داتوره، داتوره، قاتله، کچله	<i>Datura stramonium</i> L.	۸۵
ضد درد دندان، منبه عصبی، روان پریشی، سمی	برگ‌ها	بذرالبنج، بنگک دیوانه، بنگک دیوانه، ککره خار	<i>Hyoscyamus reticulatus</i> L.	86
ضد اسپیزم	برگ‌ها	تنباکوی کوهی	<i>Hyoscyamus muticus</i> L.	۸۷
ضد تب، مدرر، تصفیه‌کننده	میوه‌ها و همه قسمت‌های گیاه	انب و سهلب، عنب و ثعلب، اجغم، سنگ انگورک، انگور توره	<i>Solanum nigrum</i> L.	88
تولید پنیر	میوه‌ها	پنیر بند	<i>Withania coagulans</i> Dunal.	۸۹
ضد اسپیزم	ریشه	بوزیدان، کاکنج هندی، کوتیلال	<i>Withania somnifera</i> Dunal.	90
انتانات جلدی، التیام‌دهنده	برگ‌ها	گل گگز، غز،	<i>Tamarix gallica</i> L.	۹۱
انتانات جلدی، التیام‌دهنده	برگ‌ها	گزمازو، طرفه، گز، گل گز، غز	<i>Tamarix articulata</i> Vahl. Symb.	92
تازه‌کننده، مشکلات کبدی، مغذی	؟	گُرگُر	<i>Edgeworthia buxifolia</i> Falk.	۹۳
کاهش دهنده فشار خون، ضد التهاب معده	میوه و علف	شبت، شوید	<i>Anethum graveolens</i> L.	94
ضد اسپیزم	میوه‌ها	اجمود، کنفس	<i>Apium graveolens</i> L.	۹۵
مشکلات هضمی	میوه‌ها	قرومانا، برسم، کروییا، قروییا، قرنباذ	<i>Carum carvi</i> L.	96
مشکلات هضمی، مسهل، ضد استفراغ	میوه‌ها	جوانی، نانخواه، جوانین، جنجیره	<i>Carum copticum</i> Benth.	۹۷
سمی	برگ‌ها	ماریگک زنون، شوگران	<i>Conium maculatum</i> L.	98
ماده جوگیری از بارداری، تقویت‌کننده حافظه، مصاله	میوه‌ها	گشنیز، گشنیج، دنیا	<i>Coriandrum sativum</i> L.	۹۹
ضد درد	میوه‌ها	زیره، زیره اصل	<i>Cuminum cyminum</i> L.	۱۰۰
انتی سپتیک زخم‌ها	ترشحات ساقه (گوم ریزین)	گنده فیروزه، گندلی، گند گندلی	<i>Dorema ammoniacum</i> Don.	101
ضد اسپیزم، ضد کرم	ترشحات ریشه	انجدان، هنگ، ملیت، انگوزه، انغوزه، چمپیر، انگدان، هنجه	<i>Ferula foetida</i> (Bunge.) Regel.	۱۰۲

(اولیوگوم ریزین)				
ضد اسپرم، ضد التهاب معه، ضد استفراغ	میوه‌ها	بادیان، رازیانه، سووه	<i>Foeniculum vulgare</i> Gaertn.	103
ضد التهاب معده	ریشه	کرفس، کاشن رومی، انجدان رومی	<i>Levisticum officinale</i> Koch.	۱۰۴
ضد اسپرم، ضد استفراغ	میوه‌ها	انیسون، بادیان سبز	<i>Pimpinella anisum</i> L.	105
آرام‌بخش	رایزوم و ریشه	سنبل الطیب، سنبل هندی	<i>Valeriana wallichii</i> DC.	۱۰۶
نرم‌کننده، ضد سرفه	علف گیاه	ایرسا، بنفشه، سوسن بیخ، گل بنفشه	<i>Viola odorata</i> L.	107
برای مشکلات کبدی، مصاله	رایزوم	زردچوبه، زرچوب، کورکمن	<i>Curuma longa</i> L.	۱۰۸
ضد اسپرم، مشکلات هضمی	رایزوم	زرمباد، نرکچور	<i>Curcuma zedoaria</i> Rose.	109
مصاله	دانه‌ها	قاقله کبار، هیل کلان	<i>Elettaria</i> <i>cardamomum</i> (Roxb.) <i>Maton var. major</i>	۱۱۰
ضد اسپرم، مشکلات هضمی	رایزوم	زنجبیل، زنجفیل، ادرك، پاتسه، سوند	<i>Zingiber officinale</i> Rose.	111

۴

رگ زدن

رگ زدن یا فصد یکی دیگر از روش‌های معمول طب سنتی در افغانستان بوده که از دیر زمانی توسط اطباء سنتی به‌منظور وقایه و تداوی امراض مختلف چون سوءهاضمه، نیم‌سری و مشکلات عصبی، چربی بلند خون، غلظت خون، درد مفاصل، روماتیسم و امراض جلدی مورد استفاده قرار می‌گیرد. این روش که به نام فیلوبوتومی سنتی نیز یاد می‌گردد، به‌وسیله‌ی رگ زدن و خون‌گیری از مریض اجرا می‌گردد (غفرانی و کدخدایی، ۱۳۹۳۱; Sadeghi, 2024). اطباء سنتی ابتداء با نوک تیغ جراحی قسمت مورد نظر را به ابعاد ۳-۵ میلی‌متر به‌صورت طولانی رگ زده و بعد با شاخ کشیدن (شاخ حیوانات چون آهو، بز و یا گاو) فصد می‌کنند. عقیده بر این است که عمل رگ زدن سبب دفع زهریات از بدن می‌شود. در طب فارسی فصد به‌منظور مدیریت امراضی چون سردردی، مشکلات-رحمی، عضلی-اسکلتی، عصبی، کبدی و غیره اجرا می‌گردد. در طب مدرن می‌رضانی که دچار افزایش غلظت خون (Polycythemia) و سویه بالای آهن شده‌اند، مورد عمل فصد قرار می‌گیرند (Ahmad Mir, et al.,

دچار خون‌ریزی جهنده نگردیده و ابزار مورد استفاده معقم باشند. (2024: Kim & Oh, 2016; Assi & Baz, 2014). در حین اجرای فصد باید متوجه بود که مریض

حجامت

حجامت یکی از روش‌های قدیمی تداوی بوده که توسط پیشگامان طب سنتی چین و مردمان آسیای غربی ابداع گردیده است. با این وجود، این روش به‌عنوان یک شیوه‌ی معمول در طب‌های سنتی سایر کشورها از جمله افغانستان معمول بوده و جایگاه خاصی را به‌خود اختصاص داده است. حجامت مانند رگ‌زدن بوده و در حقیقت یک روش خون‌گیری است که برای وقایه و تداوی امراض مختلف از جمله التهاب مفاصل، درد پشت، کمر، گردن، زانو و شانه، نفس‌تنگی و مشکلات سیستم تنفسی، سندروم کارپال تونل، مشکلات هضمی، سردردی میگرنی، فشار بلند خون، چربی خون، افزایش غلظت خون، اعتیاد به مواد مخدر، امراض جلدی و غیره استفاده می‌گردد. محل خون‌گیری، نوع اثر و میزان تصفیه در حجامت نسبت به رگ‌زدن متفاوت بوده و گفته می‌شود که در حجامت خون رقیق از موی‌رگ‌ها خارج شده، اثر آن موضعی بوده و بیشتر پوست و بخش‌های نزدیک به پوست را تصفیه می‌کند. حجامت برای افراد قوی و تومند زیاد مؤثر نبوده و آن‌ها بهتر است فصد کنند. در حجامت نوع مرض موقعیت نشتر زدن جهت خون‌گیری را مشخص می‌سازد. چنانچه خون‌گیری از پشت گردن برای بوی بد دهن، چرک کنار چشم و گرمی چشم؛ خون‌گیری از قسمت بالایی میان کتف برای گلو؛ خون‌گیری از یکی از دو رگ پشت گردن برای از بین بردن لرزه سر، مشکلات دندان‌ها، گوش، چشم و گلو و خون‌گیری از ناحیه کمر برای نقرس، بواسیر، امراض مثانه و رحم مفید می‌باشد. مؤثریت حجامت در قالب تیوری‌های مختلفی چون کاهش درد و ایجاد تغییرات در خواص بایومیخانیکی جلد، استرخای عضلی و تغییرات در جریان خون، تأثیر بر روی سیستم معافیت و هورمونی، حذف مواد زائد و فلزات ثقیله می‌تواند توضیح گردد (فارسان، ۱۳۹۱).

حجامت به شیوه‌های مختلف اجرا می‌گردد. در بعضی متون تعداد این شیوه‌ها را بیشتر (حجامت ضعیف/سبک، متوسط، قوی، متحرک، سوزنی، خالی/فلاش، پر/خونی، گیاهی و آبی) ذکر کرده‌اند (Mehta & Dhapte, 2015)، در حالی که در برخی از متون برای حجامت پنج نوع (حجامت خشک، مرطوب [خون‌گیری]، گرم، فلاش و چرب) ثبت گردیده است (Al-Bedah, et al., 2016). در حجامت

خشک که به نام بادکش درمانی یا بادگیری نیز شهرت دارد، نشتر زدن و خون‌گیری صورت نگرفته و آن را برای بهبود انواع اسپزم و دردهای بدن توصیه می‌کنند. در این روش مریض را به پشت و یا رو می‌خوابانند و با دست یا با استفاده از وسایل خاص بادکشی از محل درد به طرف بالا (فرق سر) و یا پایین (نوک پا) می‌کشند تا درد از بین برود. این کار را بعضاً با استفاده از تیل‌های مخصوص انجام می‌دهند تا مؤثریت آن افزایش یابد. کاربرد این روش نیاز به افراد ماهر و با تجربه داشته و تشبث افراد غیر مسلکی باعث ایجاد مشکلات می‌گردد. بادکش درمانی روی بدن افراد فلج‌شده ناشی از سکته مغزی می‌تواند مؤثر باشد (خبرگزاری ایمن‌ا، 2010؛1403؛ Kim & Han, 2021; Lee, et al., 2010).

۶

زالودرمانی

زالو درمانی نیز یکی از روش‌های معمول طب سنتی در افغانستان به‌شمار می‌رود. در این روش تعدادی زالوی طبی، بر روی ناحیه مورد نظر گذاشته شده و بعد از مکش میزان خون مورد نظر، زالو به‌صورت خود به خود و یا با استفاده از مواد خاص جدا و از بین برده می‌شوند. در فرهنگ سنتی افغانستان به زالو، جوک نیز می‌گویند. زالودرمانی در طب سنتی کشور بیشتر برای تداوی امراض جلدی مورد استفاده قرار می‌گیرد. به‌منظور حصول نتایج بهتر تداوی انتخاب نوع زالو بسیار مهم می‌باشد. چنانچه به قول ابن‌سینای بلخی "از استفاده زالوهای که کرک ریز و نرم دارند یا لاجوردی رنگ اند، باید پرهیز شود؛ زیرا باعث ایجاد مشکلات مختلف مانند غش، خون‌ریزی، تب، سستی و قرحات خبیث می‌گردد. به همین‌گونه زالوی که در آب گل آلود سیاه رشد کرده است، نباید به‌کار برده شود. از زالویی باید استفاده کرد که در آب‌های خزه‌دار رشد کرده است" (خلیلی و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۴۲). در گذشته از زالوها به‌منظور تداوی زخم‌ها و صدمات ناشی از جنگ استفاده می‌گردید. در حال حاضر، علاوه بر کاربرد در طب سنتی زالوها جهت تداوی آبسه‌ها، التهاب مفاصل، آب مروارید، میاستینیا گرویس و ترومبوز مورد استفاده قرار می‌گیرند. زالوهای طبی جایگاه خاصی را در جراحی پلاستیک و امراض سیستم دورانی به‌خود اختصاص داده‌اند. بعد از چسپیدن به قسمت مورد نظر، از غدوات لعابیه زالو مخلوطی از ترکیبات کیمیاوی (در حدود ۱۰۰ مرکب مختلف) در ساحه مکش خون افزاز گردیده و وارد دوران خون می‌گردد. اکثر این ترکیبات از لحاظ بیولوژیکی و فارماکولوژیکی فعال بوده و باعث ایجاد تأثیرات خوب تداوی می‌گردند. یکی از مرکبات مهم موجود در این ترکیب هیرودین است که دارای فعالیت نهی‌کننده انعقاد خون می‌باشد. به همین ترتیب، افزازات غدوات لعابیه زالو

¶Hirudotherapy/Leech therapy

∇Hirudo medicinalis

دارای مرکبات با تأثیر ضد التهاب، ضد درد و باکتریوستاتیک بوده که حین افزایش از ناراحتی ناشی از گزش زالو کاسته و بعد از ورود به جریان خون فعالیت تداوی خود را انجام می‌دهند. استفاده زالودرمانی ساده بوده و در مجموع باعث بهبود تغذیه و خون‌رسانی به انساج مأوف ناحیه مورد نظر گردیده و مشکلات دورانی موجود را کاهش می‌دهد (Sig, et al., 2017; خلیلی و همکاران، ۱۳۹۳).

۸

اماله کردن

اماله کردن که به آن حقنه نیز می‌گویند، یکی از روش‌های معمول تداوی در طب سنتی افغانستان به‌شمار می‌رود. اماله عبارت از فرستادن آب و یا مایعات به بدن از طریق مقعد و یا مهبل است که به‌منظور دفع مواد زائد از عضویت صورت می‌گیرد. ابداع این روش را در سرزمین‌های مصر و یونان به ثبت رسانیده اند. استفاده از حقنه قدامت چند هزار ساله داشته و به دوره‌ی بقراط و جالینوس بر می‌گردد. بر علاوه، حقنه یکی از پنج روش مهم رایج در طب ایورویدا و شیوه‌ی پرکاربرد در طب سنتی چین محسوب می‌گردد. اهمیت اماله کردن به‌عنوان یک روش مؤثر تداوی از احادیث نبوی به خوبی واضح می‌گردد. چنانچه از حضرت محمد (ص) روایت شده است که فرمودند: "به درستی که بهترین تدبیر و چیزی که تداوی می‌نماید شمایان را حقنه است و حقنه بزرگ می‌گرداند بطن را و تنقیه جوف می‌نماید و بدن را قوت می‌بخشد" (تن‌ساز و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۴۸). عوارض جانبی کمتر و میزان موفقیت بالای حقنه آن را به یک گزینه معمول و رایج جهت تشخیص و تداوی امراض مختلف تبدیل نموده است. از اماله بیشتر برای تخلیه محتویات امعاء بزرگ و رفع قبضیت استفاده می‌گردد. ولی با این وجود، این روش در طب سنتی جهت تداوی امراض مختلف موضعی و سیستمیک چون امراض سیستم تنفسی، سیستم تناسلی، سیستم عضلی-اسکلتی، سردردی، سرگیچی، سگته، صرع، دردهای کلیه و مثانه، درد مفاصل، سیاتیک، زخم‌های امعاء، تب، مسمومیت و غیره به کار برده می‌شود (تن‌ساز و همکاران ۱۳۹۳). اماله‌های گیاهی در طب سنتی افریقا جهت تداوی درد معده، دردهای بطنی، عقامت نزد خانم‌ها و تسهیل پروسه ولادت مورد استفاده قرار می‌گیرد (van Andel, et al., 2015). در طب عصری حقنه به‌عنوان یک روش تشخیصی کاربرد دارد. ناگفته نباید گذاشت که استفاده مکرر از اماله می‌تواند باعث ایجاد سمیت مستقیم (ناشی از ترکیبات اماله)، آسیب‌های میخانیکی و انتانات گردد.

تداوی با آب

یکی از روش‌های تداوی سنتی در افغانستان تداوی با آب بوده که استفاده آن از دیر زمان به این سو مخصوصاً در مناطق روستایی کشور برای رفع مشکلات مختلف صحی؛ جل‌زدگی، آفتاب‌زدگی، تب و غیره، مروج می‌باشد. آب‌درمانی از جمله شیوه‌های تداوی ناتروپاتی بوده که در مدنیت‌های کهنی چون هند، مصر و چین به صورت وسیع مورد استفاده قرار می‌گرفته است. حکمای ایرانی معتقد بودند که حمام به‌عنوان یک نوع تداوی با آب، به‌منظور وقایه و تداوی حالات مختلف صحی چون انواع تب، امراض نسایی، مشکلات چشم، تداوی سکنه و نیز تعادل مزاج توصیه می‌گردیده است (حسین‌هاشمی و همکاران، 1398). آب‌درمانی عبارت از استفاده آب به‌صورت داخلی و یا خارجی به هر یک از اشکال آن (آب، یخ، بخار) تحت شرایط خاص درجه حرارت، فشار، مدت زمان و ساحه مورد نظر جهت بهبود وضعیت صحی و یا تداوی امراض مختلف می‌باشد (Mooventhan & Nivethitha, 2014). در این روش به مریض توصیه می‌گردد تا به‌طور منظم آب بنوشد یا این‌که یک قسمت و یا تمام بدن خود را برای مدت معین در آب فرو کند و یا بشوید. با توجه به اهمیت مسایل عقیدتی در کشور، اگر آب مورد نظر از چشمه‌های خاصی که به آن‌ها چشمه‌های شفا دهنده می‌گویند بدست بیاید مؤثریت بیشتری خواهد داشت. این چشمه‌ها در مناطق مختلف افغانستان موفیعت داشته و بیشتر در نواحی روستایی قابل دریافت اند. از آن جمله چشمه شفا در حومه شهر پلخمری ولایت بغلان، چشمه‌های معدنی در ولسوالی چشت شریف ولایت هرات، چشمه شفا در بند امیر و دره اژدر ولایت بامیان، چشمه شفا در ولایت غزنی و غیره قابل یادآوری اند. علاوه براین، در بعضی روستاهای کشور چشمه‌های آب گرم و شور وجود دارد که معمولاً از آب آن‌ها برای تداوی امراض جلدی و ریزش مو استفاده می‌نمایند. مثال این چشمه‌ها را می‌توان در حیرتان ولایت بلخ (چشمه آب‌گنده)، ولسوالی شیبور ولایت بامیان (چشمه آب جوش) و غیره سراغ نمود. آب‌درمانی می‌تواند با به‌کارگیری سه تأثیر حرارتی، میخانیکی و کیمیاوی در بهبود و اعاده وضعیت صحی مریض مؤثر واقع گردد (Yoshioka et al., 2019 ; Mooventhan & Nivethitha, 2014).

داغ گذاشتن

داغ گذاشتن و یا داغ کردن اعضای بدن که در لسان عربی به آن «کی» می‌گویند، یکی از تجربیات طبی باستان است که جهت تداوی امراض مختلف در جوامع بشری من‌جمله افغانستان مرسوم بوده

^۴Hydrotherapy

^۱Cauterization

است. برای این روش نمی‌توان زمان و مکان پیدایش دقیق را تعیین نمود؛ زیرا داغ گذاشتن نه تنها در جوامع متمدن بشری بلکه در بین اطباء مسلمان نیز مروج بوده است و از آن در احادیث، روایات دینی و ادبیات ملت‌های مسلمان، اعم از عربی و فارسی، یادآوری گردیده است. ابن سینا معتقد بود که داغ کردن برای جلوگیری از انتشار فساد در بدن و تقویت اعضا و تحلیل مواد فاسد بدن و جلوگیری از خون‌ریزی مناسب می‌باشد (Tesfai, et al., 2020). اطباء برای داغ گذاشتن فواید زیادی را برشمرده‌اند و انجام آن را در صورت غلبه رطوبت خبیث بر اعضای بدن که دواهای خشک‌کننده و سوزاننده در تداوی آن‌ها مؤثر نیست، توصیه می‌کنند. داغ گذاشتن به روش‌های مختلف انجام می‌گردد و از آن جمله دو شیوه‌ی آن بیشتر مورد استفاده قرار می‌گیرد؛ داغ گذاشتن با استفاده از دواهای سوزاننده یا داغ‌گذار و داغ گذاشتن با فلز گذاخته در آتش. در روش اولی، ماده داغ‌کننده به صورت مستقیم در محل زخم و یا عضو مأوف گذاشته و یا ریخته می‌شود. ابزار مورد استفاده برای داغ گذاشتن را فلزاتی چون آهن، مس، نقره و طلا تشکیل می‌دهد که نوع آن با در نظرداشتن حالت عضو مأوف، توانایی طبیب، وضعیت مالی مریض، نوع مرض و عضو مورد نظر انتخاب می‌گردد؛ اما در مجموع ترجیح داده می‌شود تا از طلا برای این منظور استفاده گردد. اطباء سنتی افغانستان برای داغ گذاشتن، از ساقه‌ی خشک گیاه به نام محلی "اوله" استفاده می‌کنند (غفرانی و تنهایی، ۱۳۹۲). طوری که بعد از تراشیدن ساقه گیاه آن‌را لوله نموده و بعد از قرار دادن در یک پارچه کرباس آب نارسیده، در نهایت آن مواد چسپناک را می‌چسبانند. بعد از دریافت محلی که باید داغ گذاشته شود، نهایت بالایی لوله آتش زده شده و تا آخر لوله آن‌را می‌سوزانند. به این ترتیب بعد از رسیدن به سطح پوست، لوله سوخته و خاموش می‌گردد و پوست را می‌سوزاند. سوختن ترکیبات گیاه اولیه درد را تسکین داده و پروسه به پایان می‌رسد. اطباء سنتی فصل بهار را بهترین موعد برای داغ گذاشتن می‌دانند. محلی که داغ می‌شود، معمولاً در سطح بدن بوده و یا داخل یک عضو بدن؛ مانند سوراخ بینی، دهن و مقعد می‌باشد. داغ گذاشتن برای تداوی اکثر امراض شدید، توقف خون‌ریزی، امراض جلدی، امراض عصبی، مشکلات اجواف (چشم، بینی)، ناراحتی معده، التهاب کبد، نقرص، درد مفاصل، از بین بردن انساج و عضلات مرده و فاسد شده و غیره تجویز می‌شود. در بعضی حالات این روش را برای وقایه از ابتلا به کیفوزس در نزد اطفال، افزایش فتق‌های بطنی و غیره توصیه می‌کنند. برعلاوه فواید بی‌شمار، داغ گذاشتن می‌تواند زیان‌هایی را نیز به همراه داشته باشد. چنانچه عدم تجربه و مهارت کافی طبیب، عدم دقت لازم در حین اجرای عملیه، نامناسب بودن ابزار مورد استفاده، ضعف جسمانی مریض و غیره می‌تواند باعث ایجاد مشکلاتی؛ چون آسیب به رشته‌های عصبی، شرایین، خون‌ریزی شدید، زخم‌های عمیق و حتی

مرگ مریض گردد (غفرانی و تنهایی، ۱۳۹۲). استفاده از روش داغ گذاشتن در حال حاضر متروک گردیده است؛ اما با این وجود در برخی از کشورها به شمول افغانستان و ایران، هنوز هم رایج است.

ماساژ درمانی

ماساژدرمانی یکی از روش‌های معمول طب سنتی در کشور است که در میان مردم علاقمندان زیادی دارد. ماساژدرمانی عبارت از دست‌کاری انساج رخوه بدن؛ عضلات، انساج ارتباطی و مفاصل، بوده که به منظور تأمین صحت، رفع و یا کاهش ناراحتی‌های فزیک‌ناشی از استرس شغلی روزانه، استفاده‌ی بیش از حد از عضلات، دردهای مزمن و بهبود کیفیت خواب به‌کار گرفته می‌شود (Vickers, 2001). حدوداً ۳۵ نوع ماساژدرمانی در نقاط مختلف دنیا معرفی و به‌کار برده می‌شود که از آن جمله می‌توان از ماساژ سوئدی، ورزشی، شیاتسو، کوبه‌یی، رفلکسولوژی، تایلندی، اروماتراپی، سنگ داغ، کرانیوساکرال، ایرانی، ریلکسی، میوفاشیال، پرینه، روسی، بارداری و غیره نام برد (iRest, 1402). در افغانستان مردم این روش را به شیوه‌های سنتی و ابتدایی به‌کار گرفته و در حین اجرای آن ترجیح می‌دهند از دواهای مالشی با تأثیرات مختلف در محل گرم (حمام‌های سنتی) استفاده نمایند. لگد کردن دست و پا و گاهی پشت که در اصطلاح عام به آن چایی کردن نیز گفته می‌شود؛ از مثال‌های عمده‌ی کاربرد ماساژدرمانی در کشور است. این روش معمولاً برای تداوی امراض عضلی-اسکلیتی، سردردی‌ها، رفع استرس و افسردگی‌ها، بهبود جریان خون و افزایش آکسیجن‌رسانی به انساج و غیره کاربرد دارد. با وجود مزایای بی‌شمار، ماساژدرمانی نزد افرادی که دچار سوختگی، ترومبوز اطراف سفلی، سرطان و احتشا میوکارد شده اند توصیه نمی‌گردد (Vickers & Zollman, 1999; Ernst, 2003).

طب سوزنی

طب سوزنی یا سوزن‌درمانی از جمله روش‌های طب سنتی بوده که در این اواخر در افغانستان مروج شده است. سوزن‌درمانی در اصلاً یک روش تداوی سنتی چین است که اساس کار آن را تعادل انرژی عضویت با تحریک نقاط خاص از بدن با استفاده از سوزن‌های بسیار نازک تشکیل می‌دهد. در طب سوزنی اعتقاد بر این است که یک انرژی حیاتی به‌نام "جی" وجود داشته و این انرژی در طول خطوط انرژی تحت نام "میریدین" در بدن جریان دارد. استفاده از طب سوزنی جهت تداوی طیف وسیعی از

^۱Massage therapy

^۱Acupuncture

امراض توصیه شده و مؤثریت آن در کاهش درد، کنترل استرس و اضطراب، افسردگی و اختلالات خواب، سکتة مغزی، فلج، آرتروز، عقامت، تقویت عملکرد سیستم معافیت، مدیریت برخی از امراض مزمن چون میگرن، التهاب مفاصل، مشکلات سیستم‌های قلبی-وعایی، تنفسی، هضمی، اختلالات بولی-تناسلی و غیره به اثبات رسیده است (پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، ۱۴۰۲؛ رستمیان، ۱۳۹۳). هرچند در افغانستان استفاده از طب سوزنی به پیمانهای بسیار زیاد نبوده و تعداد افراد ماهر و با تجربه در این راستا محدود اند؛ اما با این حال وجود مطب‌های سوزن‌درمانی در برخی از نقاط شهر به ترویج این روش در کشور اشاره دارد (شهزاد، ۱۴۰۱). مشکلات عمده استفاده از طب سوزنی در افغانستان عدم توجه جدی به شرایط تداوی، از جمله تشخیص دقیق امراض، استفاده از سوزن‌های معقم و با کیفیت، موجودیت افراد ماهر و مسلکی می‌باشد.

تداوی روحی و عقیدتی

تداوی‌های روحی-عقیدتی همانند سایر روش‌های معمول طب سنتی در افغانستان طرفداران زیادی دارد. با وجود پیشرفت‌های چشم‌گیر در عرصه طب مدرن و موجودیت مراکز صحتی در کشور، خاصاً در شهرها، هنوز هم مردم به افراد با رسوخ و متقی که به آن‌ها ملا و یا تعویذنویس می‌گویند، مراجعه می‌نمایند. به عقیده‌ی بعضی از افراد، اکثر مریضانی که امراض با منشأ روحی-روانی دارند و به وسیله دوا (گیاهی و یا سنتتیک) به صورت مؤثر تداوی نمی‌شوند، ضرورت دارند تا تداوی روحی-عقیدتی دریافت نمایند (Rajaei, 2010). در سنت مردم افغانستان معمولاً برای افرادی که از مشکلات روانی رنج می‌برند، اصطلاحی به نام جن‌زدگی به کار برده می‌شود. این مریضان اکثراً نزد ملاها مراجعه نموده و از نزد آن‌ها تعویذ دریافت می‌کنند. در بعضی از موارد ملاها بالای این مریضان بعضی دعا‌های برگرفته شده از قرآن، احادیث و سایر منابع معتبر را قرائت (قصیده‌خوانی) نموده که این کار باعث بهبودی حالت مریض می‌گردد. به این روش دادرمانی نیز گفته می‌شود (Qureshi, Khalil & Alsanad, 2020). تجویز بعضی از دواها همراه با اجرای مناسک خاص، نوشیدن آب زمزم، رفتن به زیارت، چله‌خانه و غیره از جمله مواردی اند که باشندگان مناطق مختلف کشور به آن عقیده داشته و انجام آن‌ها را در شفا یافتن از امراض مختلف مفید می‌دانند. علاوه براین، خانم‌هایی که از بی‌اولادی رنج می‌برند و یا بنابر مشکلات نسایی طفل شان سقط می‌گردد، نزد ملاها مراجعه می‌نمایند (Benor, 1996). ملاها در کنار سایر اقدامات برای این خانم‌ها قفل دم نموده و توصیه می‌دارند که آن‌را به اطراف کمر خود بسته نمایند. به باور آن‌ها این کار مانع سقط جنین می‌گردد. رعایت رژیم خاص

غذایی، پرهیز از خوردن برخی غذاها، نرفتن به فاتحه‌خانه، قبرستان و زچه‌خانه از جمله سایر توصیه‌هایی است که در بیشتر موارد این خانم‌ها باید پابند آن باشند (Thipanyane et al., 2022). با توجه به پیشرفت‌های اخیر در عرصه طب سنتی و عصری روش‌های مدرنی چون یوگا، مدیتیشن، هیپنوتیزم و غیره برای بهبود امراض مختلف مروج گردیده است. کشور ما افغانستان نیز از این مسیر عقب نمانده و در بعضی از شهرها مطب‌هایی که این چنین خدمات را ارائه می‌دهند، جواز فعالیت گرفته اند. اساس کار اکثر این روش‌ها را تقویت بعد روحی و اعاده آرامش روانی مریض تشکیل داده که با استفاده از طریقه‌های مختلف ایجاد و حفظ می‌گردد.

چالش‌های عمده استفاده از طب سنتی در افغانستان

افغانستان یکی از کشورهای روبه‌انکشاف است که هنوز هم فیصدی زیاد مردم آن به خدمات صحی معیاری دسترسی ندارند. از طرف دیگر وجود امراض مختلف با منشأ میکروبی و متابولیک باعث گردیده است تا سالانه تعداد زیاد از افراد کشور جان خود را از دست دهند. یکی از راه‌حل‌های ممکن، قابل دسترس و مؤثر رجوع به طبیبان سنتی بوده تا بدین وسیله تا حدی از آمار مرگ و میر و معیوبیت‌ها کاسته شود (امین زاده، ۲۰۱۴؛ یوسفی، ۱۳۹۸). با این حال، استفاده از روش‌های طب سنتی نیز خالی از خطر نبوده و در بعضی موارد باعث ایجاد و یا تشدید اعراض و یا خود مرض می‌گردد. چالش‌های عدیده را می‌توان در خصوص مشکلات ناشی از طب سنتی کشور قلمداد نمود که در ذیل به بعضی از آن‌ها اشاره شده است:

مورثی بودن طب سنتی

طب سنتی در کشور بیشتر به شکل میراثی در میان خانواده‌ها باقی مانده و از یک نسل به نسل دیگر انتقال می‌نماید. اکثر طبیبان سنتی این حرفه را از اجداد خود به ارث برده و آن‌را به شکل تجربی به مراجعین ارائه می‌دهند. موجودیت رقابت‌های مسلکی نیز در این امر دخیل بوده و اکثر اطباء تلاش می‌ورزند تا حرفه‌ی خود را به صورت خانواده‌گی حفظ نمایند. بررسی‌ها در بعضی از ولایات کشور نشان می‌دهد که یک‌تعداد محدود طبیبان یونانی که به طب اشتغال دارند، کورس‌ها و پروگرام‌های کوتاه‌مدتی را در هند، ایران و یا پاکستان فراگرفته اند. تعدادی هم از طریق کورس‌هایی که توسط "د بوتو سهامی شرکت" وقت تدویر یافته بود، در مورد تعدادی از گیاهان طبی معلومات کسب نموده اند. این امر بیان‌گر عدم دانش مسلکی کافی طبیبان سنتی بوده و باعث می‌گردد تا بر معقولیت کار آن‌ها شک نمود (بابری، ۱۳۹۱؛ Sifuna, 2022).

عدم تشخیص دقیق امراض

اکثراً تشخیص امراض توسط طبیبان سنتی به صورت تجربی صورت گرفته و نزد آن‌ها ریکارد تشخیص امراض و نتایج تداوی موجود نمی‌باشد. این موضوع باعث می‌گردد تا در صورت موجودیت، امراض زمینه‌یی از دید پنهان مانده و مریض تداوی مناسب را دریافت ننماید (Sifuna, 2022).

عدم ستندرد بودن روش‌های تداوی سنتی

عدم توجه لازم دولت مردان و نهادهای ذیربط باعث گردیده است تا روش‌های مختلف طب سنتی در کشور به همان شکل ابتدایی و بدوی آن باقی مانده و در مناطق مختلف ویژه‌گی‌های خود را داشته باشد. نبود پالیسی ملی طب گیاهی، طرزالعمل واحد عملیاتی برای طب سنتی و استندردهای لازم برای ارزیابی مؤثریت و مصئونیت این روش‌ها باعث گردیده است تا اعراض و مشکلات ایجادشده ناشی از به‌کارگیری طب سنتی پنهان باقی مانده و صحت عمومی را به خطر بیندازد (Sifuna, 2022; Mirzaeian et al., 2019).

عدم موجودیت اطلاعات کافی در مورد طب سنتی کشور

عدم علاقمندی نهادهای علمی و دولتی باعث گردیده است تا طب سنتی کشور به صورت همه‌جانبه مطالعه نشده و قدامت و ویژه‌گی‌های آن از انظار ملی و بین المللی پوشیده باقی بماند. این موضوع زمینه را برای رونق‌یابی طب سنتی کشورهای همسایه در کشور مساعد ساخته و موجب توريد سيل آسای محصولات آن‌ها به کشور گردیده است. این امر نه تنها از منظر فرهنگی قابل اهمیت بوده بلکه به اقتصاد و خودکفایی کشور نیز صدمه می‌زند (Sifuna, 2022).

نبود امکانات لازم جهت کنترل کیفی محصولات طب سنتی

اکثر محصولات طب سنتی، اعم از گیاهی و حیوانی، به صورت مخلوط‌های مغلق آماده شده و در برگزیده‌ی اجزای متعدد است. در اکثر موارد ترکیب دقیق این محصولات واضح نبوده و ایجاب کاربرد روش‌های تحلیلی پیشرفته و جامع را می‌نماید. علاوه براین، در دسترس نبودن پروسیجرهای کمی و کیفی لازم، معیارات تشخیصی حساس، عدم توانایی کافی در تحلیل آثار انگشت کیمیاوی این محصولات، احتمال عمل متقابل بین اجزاء یک فورمولیشن سنتی و غیره از جمله دلایلی اند که محصولات چندترکیبی سنتی از شهرت خاصی برخوردار نبوده و کنترل کیفی آن‌ها را مشکل می‌سازد (Zhang, 2012 ; Sifuna, 2022).

عدم موجودیت هماهنگی میان طب سنتی و طب الوپاتیک

در بیشتر موارد، روش‌های معمول در طب سنتی توسط متخصصان طب الوپاتیک مردود شمرده شده و استفاده از آن‌ها را توصیه نمی‌نمایند. این موضوع بنابر نبود اطلاعات و شناخت کافی از طب سنتی کشور، استناد طب سنتی بر مسایل فلسفی-اعتقادی، عدم توانایی در تشخیص دقیق امراض، ترکیب مغلق دواهای سنتی، عدم حصول اثرات آنی تداوی و غیره می‌باشد (Abdullahi, Sifuna, 2022; 2011).

نتیجه‌گیری

استفاده از طب سنتی در افغانستان از قدامت چند هزار ساله برخوردار بوده و هنوز هم در میان مردم طرفداران زیادی دارد. طبیبان سنتی کوشش می‌نمایند تا با ارائه خدمات خوب تداوی به تعداد مراجعین خود افزوده و به این ترتیب کسب درآمد نمایند. علاوه بر ارزش مادی، ارائه خدمات برای مریضان یک وجیه انسانی بوده و به کاهش آلام آن‌ها کمک می‌نماید. سنتی بودن جامعه افغانستان، بیداد فقر در اکثر مناطق کشور، نبود امکانات و تسهیلات مناسب صحی اولیه، عدم مؤثریت تداوی الوپاتیک در برخی موارد و غیره از جمله دلایل توجه و دل‌چسپی افراد به طب سنتی می‌باشد. بررسی آثار موجود نشان می‌دهد که روش‌های معمول طب سنتی در کشور در اکثر موارد با شیوه‌های متداول طب‌های سنتی سایر کشورها مشابه بوده؛ اما در برخی موارد ویژه‌گی‌های خود را به نمایش می‌گذارد. از جمله روش‌های معمول طب سنتی در کشور می‌توان به شکسته‌بندی، ناف‌گیری، گیاه‌درمانی، رگ‌زدن، حجامت، زالودرمانی، آب‌درمانی، داغ‌گذاشتن، ماساژدرمانی، طب سوزنی و تداوی روحی-عقیدتی اشاره نمود. از جمله چالش‌های عمده مرتبط با به‌کارگیری طب سنتی در افغانستان می‌توان به مورثی بودن طب سنتی، عدم تشخیص دقیق امراض، عدم ستندرد بودن روش‌های تداوی سنتی، عدم موجودیت اطلاعات کافی در مورد طب سنتی کشور، نبود امکانات لازم جهت کنترل کیفی محصولات طب سنتی و عدم موجودیت هماهنگی میان طب سنتی و طب الوپاتیک اشاره نمود. راه‌حل‌های ممکن زاینده‌ی مشکلات موجود بوده و نیاز به توجه جدی مسئولین دولتی، نهادهای علمی-مسلمکی و کمیته‌های نظارتی دارد. با توجه به چالش‌های موجود، تدویر برنامه‌های آموزشی کوتاه و طولانی مدت برای طبیبان سنتی، الزامی بودن موجودیت ریکارد تشخیصی مناسب امراض نزد طبیبان سنتی و استناد به آن در تداوی مریضان، مطالعه روش‌های مختلف طب سنتی و ویژه‌گی‌های آن در نقاط مختلف کشور از طریق تدویر ورکشاپ‌ها و سمینارها، طرح پالیسی‌های منظم به‌منظور

کنترول تولید محصولات طب سنتی، بیدارسازی اذهان عوام در مورد چگونگی و زمان مناسب استفاده از خدمات ارائه شده توسط ماهرین طب سنتی، تغییر باورهای متخصصان الوپاتیک در مورد کارایی و مؤثریت استفاده از طب سنتی در کنترول و تداوی امراض مختلف با معقول سازی این روش ها و غیره می توانند به عنوان راه حل های احتمالی در جهت رفع مشکلات فرا راه طب سنتی در کشور باشد.

منابع

- آسیه. (1400). کاهش توان اقتصادی مردم افغانستان و رونق دوباره طب سنتی. کابل: پارس تودی. بازیابی شده 1403، از [لینک](#)
- امین‌زاده، ص. (۱۳۸۸). *طبییان یونانی و گیاهان دارویی، افزایش روش سنتی دارو و درمان*. کابل: اخبار بی بی سی فارسی. بازیابی شده 1403، از [لینک](#)
- بازی، م. ع. (1391). *گیاهان طبی مستعمله در امراض قلبی و عایی*. کابل: افغانستان تایمز.
- پاشایی، ف. (1403). *در رفتگی ناف و روش‌های درمان آن*. بلاگ دکوتوریتو. بازیابی شده از [لینک](#)
- پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی. (1402). همه چیز در خصوص طب سوزنی (0 تا 100 طب سوزنی). بلاگ پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی. بازیابی شده 1403، از [لینک](#)
- تن ساز، م.، بهمین، م.، نبی‌مبیدی، ر. (1393). بررسی حقه، تاریخچه، روش و اندیکاسیون‌های آن و مقایسه کاربردهای آن از دیدگاه طب سنتی و طب جدید. *فصلنامه علمی پژوهشی تاریخ پزشکی (ویژه نامه طب سنتی)*، 6(19)، 45-71. [doi:https://doi.org/10.22037/mhj.v6i19.7547](https://doi.org/10.22037/mhj.v6i19.7547)
- حسین‌هاشمی، ز.، کشیری، م.، منتظرالقائم، ا.، و زرگران، آ. (1398). رویکرد پیشگیرانه و درمانی حمام در طب ایرانی. *تاریخ علم*، 17(1)، 135-155. بازیابی شده از [لینک](#)
- خبرگزاری ایمننا. (1403). 8 روش درمانی در طب سنتی ایران؛ بادکش درمانی؛ روشی برای بهبود بیماران سکنه مغزی و قلبی/ با ماساژ درمانی بیماری‌های عضلانی را مداوا کنید. خبرگزاری ایمننا. بازیابی شده از [لینک](#)
- خبرگزاری تحلیلی ایران. (1389). *استفاده از زهر مار و عقرب در درمان بیماری‌های پوستی*. خبرگزاری تحلیلی ایران. بازیابی شده از [لینک](#)
- خلیلی، م.، محجل شجا، م.، قایللی، ک.، خدا دوست، ک.، و اسماعیلی پراپری، ش. (1393). زالو درمانی در طب سنتی ایران. *مجله طب سنتی اسلام و ایران*، 5(1). بازیابی شده از [لینک](#)
- دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد. (2014). *جا اندازی ناف*. سلامتکده طب ایرانی اکسیر. بازیابی شده از [لینک](#)
- رستمیان، س. (1393). *تا چه اندازه می‌توان از طب سوزنی بهره برد؟* اخبار بی بی سی فارسی. بازیابی شده از [لینک](#)
- شرکت تحقیقاتی پارسی طب. (1397). *انواع روشهای درمانی طب سنتی در افغانستان*. پارسی طب. بازیابی شده از [لینک](#)
- شهزاد، ر. (۱۴۰۱). *یک مرکز بهداشتی رایگان در غرب کابل افتتاح شد*. کابل: خبرگزاری دید. بازیابی شده از [لینک](#)
- طب سنتی دکتر سربتا. (1403). *جا انداختن افتادگی ناف یا در رفتگی ناف*. دکتر سربتا. بازیابی شده از [لینک](#)
- طلوع نیوز. (۱۴۰۰). *کاروبار طبابت یونانی در این اواخر رونق یافته است*. طلوع نیوز. بازیابی شده از [لینک](#)
- علمداری، ا. (1401). *آیا درمان شکسته بندی موثر است؟* شکسته‌بند. بازیابی شده از [لینک](#)

غفرانی، ع.، تنهایی، س. (1392). شیوهی درمانی داغ کردن و جایگاه و اهمیت آن در تاریخ پزشکی مسلمانان. *فصلنامه علمی- پژوهشی تاریخ اسلام و ایران دانشگاه الزهراء (س)*، 23(18)، 37-49.

doi:https://doi.org/10.22051/hii.2014.769

غفرانی، ع.، کدخدایی کلات، ن. (1393). فصد در پزشکی مسلمانان. *تاریخ و تمدن اسلامی*، 10(19)، 31-58.

doi:https://sid.ir/paper/157184/fa

فارسانی، م. (1391). فصد و حجامت در طب فارسی. *تاریخ پزشکی*، 4(13)، 55-84. بازیابی شده از [لینک](#)

ناشناس. (۱۴۰۲). *معرفی انواع ماساژ درمانی: چند نوع ماساژ داریم؟*. آی رست. بازیابی شده از [لینک](#)

هنریار، ا. (1395). *شکسته بندهای افغانستان؛ طیبیان بی مدرک و پر درآمد*. اخبار بی بی سی فارسی. بازیابی شده از [لینک](#)

یوسفی، ر. (1398). *طب یونانی، درمان محبوب در افغانستان*. روزنامه صبح کابل. بازیابی شده از [لینک](#)

Abdullahi, A. (2011). Trends and Challenges of Traditional Medicine in Africa. *African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines*, 8(5), 115-123. doi:10.4314/ajtcam.v8i5S.5

Ahmad Mir , R., Ahmad Shah, N., Zehra , F., Nayab , M., & Ansari , A. N. (2025). Venesection (Fasd): Historical Insights and Modern Implications: A comprehensive review. *J. Drug Delivery Ther.*, 14(9), 175-82. doi:https://jddtonline.info/index.php/jddt/article/view/6782

Al-Bedah, A. M., Aboushanab, T., Alqaed, M. S., Qureshi, N. A., Sohaibani, I., Ibrahim, G., & Khali, M. (2016). Classification of Cupping Therapy: A Tool for Modernization and Standardization. *Journal of Complementary and Alternative Medical Research*, 1(1), 1-10. doi:10.9734/JOCAMR/2016/27222

Assi, T. B., & Baz, E. (2014). Current applications of therapeutic phlebotomy. *Blood Transfus*, 12(Suppl 1), s75–s83. doi:10.2450/2013.0299-12

Benor, D. J. (1996). Spiritual healing for infertility, pregnancy, labour, and delivery. *Complementary Therapies in Nursing and Midwifery*, 2(4), 106-109. doi:https://doi.org/10.1016/S1353-6117(96)80086-2

Ernst, E. (2003). The safety of massage therapy. *Rheumatology (Oxford)*, 42(9), 1101-6. doi:10.1093/rheumatology/keg306.

Falzon , C. C., & Balabanova, A. (2017). Phytotherapy: An Introduction to Herbal Medicine. *Prim Care*, 44(2), 217-227. doi:10.1016/j.pop.2017.02.001.

Fokunang, C. N., Ndikum, V., Tabi, O. Y., Jiofack, R. B., Ngameni, B., Guedje, N. M., . . . et al. (2011). Traditional Medicine: Past, present and future research and development prospects and integration in the National Health System of Cameroon. *African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines*, 8(3), 284-295. doi:10.4314/ajtcam.v8i3.65276

Freitag, H., Hedge, I., Rafiqpoor, M. D., & Breckle, S. W. (2010). Flora and vegetation of Afghanistan. In S. W. Breckle, & M. D. Rafiqpoor (Eds.), *Field Guide Afghanistan –Flora and Vegetation* (pp. 79-115). Scientia Bonnensis. Retrieved from

- https://www.researchgate.net/publication/262031904_Flora_and_vegetation_of_Afghanistan
- Kim, K. H., & Oh, K. Y. (2016). Clinical applications of therapeutic phlebotomy. *Journal of Blood Medicine*, 7, 139—144. doi:<https://doi.org/10.2147/JBM.S108479>
- Kim, M., & Han, C.-h. (2021). The effectiveness and safety of cupping therapy for stroke survivors: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *The Journal of Korean Medicine*, 42(4), 75-101. doi:<https://doi.org/10.13048/jkm.21039>
- Lee, M. S., Choi, T.-Y., Shin, B.-C., Han, C.-h., & Ernst, E. (2010). Cupping for stroke rehabilitation: A systematic review. *Journal of the Neurological Sciences*, 294(1), 70 - 73. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jns.2010.03.033>
- Mehta , P., & Dhapte, V. (2016). Cupping therapy: A prudent remedy for a plethora of medical ailments. *J Tradit Complement Med*, 5(3), 127-34. doi:[10.1016/j.jtcme.2014.11.036](https://doi.org/10.1016/j.jtcme.2014.11.036)
- Mirzaeian, R., Sadoughi, F., Tahmasebian, S., & Mojahedi, M. (2019). Progresses and challenges in the traditional medicine information system: A systematic review. *J Pharm Pharmacogn Res*, 7(4), 246-259. doi:https://doi.org/10.56499/jppres19.662_7.4.246
- Mooventhan, A., & Nivethitha, L. (2014). Scientific Evidence-Based Effects of Hydrotherapy on Various Systems of the Body. *N Am J Med Sci*, 6(5), 199–209. doi:[10.4103/1947-2714.132935](https://doi.org/10.4103/1947-2714.132935)
- Qureshi, N. A., Khalil, A. A., & Alsanad , S. M. (2020). Spiritual and Religious Healing Practices: Some Reflections from Saudi National Center for Complementary and Alternative Medicine, Riyadh. *Journal of Religion and Health*, 59, 845–869. doi:<https://doi.org/10.1007/s10943-018-0677-0>
- Rajaei, A. R. (2010). Religious Cognitive–Emotional Therapy: A New Form of Psychotherapy. *Iran J Psychiatry*, 5(3), 81–87. Retrieved from <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3430504/>
- Sadeghi, S. (2024). A Case Report of Prolonged Hemorrhage Following Traditional Phlebotomy (Fasd). *J Pharmacopuncture*, 27(1), 47-52. doi:[10.3831/KPI.2024.27.1.47](https://doi.org/10.3831/KPI.2024.27.1.47)
- Sifuna, N. (2022). African Traditional Medicine: Its Potential, Limitations and Challenges. *Journal of Healthcare*, 5(1), 141-150. doi:[10.36959/569/475](https://doi.org/10.36959/569/475)
- Sig, A. K., Guney, M., Guclu, A. U., & Ozmen, E. (2017). Medicinal leech therapy-an overall perspective. *Integr Med Res*, 6(4), 337-343. doi:[10.1016/j.imr.2017.08.001](https://doi.org/10.1016/j.imr.2017.08.001)
- Tesfai , B., Debesai , A., Mekonnen , S., Girmay , F., Kibreab, F., Hussien, L., & Russom, M. (2020). Knowledge, attitude, practice and prevalence of traditional cauterization among patients in Massawa Hospital, Eritrea: a cross-sectional study. *Pan Afr Med J*, 36, 230. doi:[10.11604/pamj.2020.36.230.21349](https://doi.org/10.11604/pamj.2020.36.230.21349)
- Thipanyane, M. P., Nomatshila, S. C., Musarurwa, H. T., & Oladimeji, O. (2022). The Roles and Challenges of Traditional Health Practitioners in Maternal Health Services in Rural

- Communities of Mthatha, South Africa. *Int J Environ Res Public Health*, 19(20), 13597. doi:10.3390/ijerph192013597
- van Andel, T., van Onselen, S., Myren, B., Towns, A., & Quiroz, D. (2015). "The medicine from behind": The frequent use of enemas in western African traditional medicine. *J Ethnopharmacol*, 174, 637-43. doi:10.1016/j.jep.2015.06.040
- Vickers, A., & Zollman, C. (1999). Massage therapies. *BMJ*, 319(7219), 1254-1257. doi:https://doi.org/10.1136/bmj.319.7219.1254
- Vickers, A., Zollman, C., & Reinish, J. T. (2001). Massage therapies. *West J Med*, 175(3), 202–204. Retrieved from <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC1071543/>
- WHO. (2023, August 10). *Traditional medicine has a long history of contributing to conventional medicine and continues to hold promise*. Retrieved from World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/traditional-medicine-has-a-long-history-of-contributing-to-conventional-medicine-and-continues-to-hold-promise>
- Yoshioka, A., Bando, H., Nishikiori, Y., & Nakanishi, A. (2019). Recent status of hydrotherapy and balneotherapy. *International Journal of Complementary & Alternative Medicine*, 12(6), 217–219. Retrieved from <https://medcraveonline.com/IJCAM/IJCAM-12-00476.pdf>
- Younos, C., Fleurentin, J., Notter, D., Mazars, G., Mortier, F., & Pelt, J.-M. (1987). Repertory of drugs and medicinal plants used in traditional medicine of Afghanistan. *Journal of Ethnopharmacology*, 20(3), 245-290. doi:https://doi.org/10.1016/0378-8741(87)90052-3
- Zhang, J., Wider, B., Shang, H., Li, X., & Ernst, E. (2012). Quality of herbal medicines: challenges and solutions. *Complement Ther Med*, 20(1-2), 100-6. doi:10.1016/j.ctim.2011.09.004