

## عنوان مقاله:

راهکارهای موثر جهت کنترل علائم شایع بیماری های تنفسی با تاکید بر کووید-۱۹ از دیدگاه طب ایرانی: مطالعه مروری

## محل انتشار:

مجله طب نظامی، دوره 22، شماره 11 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

هاله تاج الدینی - گروه طب سنتی، دانشکده طب سنتی، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

محدثه کمالی - مرکز تحقیقات فیزیولوژی، موسسه نورو فارماکولوژی، گروه طب سنتی، دانشکده طب ایرانی، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

## خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: کووید-۱۹ یک بیماری تنفسی جدید ناشی از ویروس SARS-CoV-2 است. در ۸۱ درصد از بیماران علائم خفیف است و در منزل بهبود می یابند و درمان شامل مراقبت های حمایتی است. یکی از درمان های حمایتی ممکن است استفاده از توصیه های طب ایرانی باشد. روش ها: در این مطالعه مباحث ذات الریه، سعال، ضیق النفس و همچنین زکام و نزله در کتب طب ایرانی و موتورهای جستجوی گوگل اسکالر، پاب مد و وب آف ساینس مورد بررسی قرار گرفتند. یافته ها: به طور کلی در همه بیماری ها از جمله بیماری های تنفسی یکی از نکات مهم در حفظ سلامتی و درمان در طب ایرانی توجه به رژیم غذایی و رفع یبوست، رینیت آلرژیک، سینوزیت و سرماخوردگی های مکرر برای پیشگیری از عوارض آنها است و همچنین تقویت اعضای مهم بدن شامل قلب، مغز، کبد، کلیه، معده و ریه می باشد. در مراحل ابتدایی بیماری باید حجم و تعداد وعده های غذایی بیمار را کاهش داد و بیمار را در شب از خوردن گوشت های غلیظ مانند گوشت گاو و گوساله پرهیز داد. نتیجه گیری: تقویت ارگان ها با تغذیه مناسب و بهره گرفتن از خواص تقویت کنندگی گیاهان در کاهش ریسک ابتلای افراد به بیماری ها و بهبود سریع تر و کم عارضه تر آنها کمک کننده است. این دستورات سبک زندگی در کنار رعایت توصیه های موکد بهداشت فردی و اجتماعی برای پیشگیری از ابتلا به بیماری های حاد تنفسی مفید هستند.

## کلمات کلیدی:

طب سنتی، طب ایرانی، کووید-۱۹، کروناویروس، پنومونی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1735036>

