

## شدت عفونت بینی بستری بیماری جذام و زکام امان از جذام

❖ شدت عفونت سینوزیت و استمرار و کهنه شدن عفونت می تواند زمینه ساز بیماری خطرناک و پست **جذام** (خوره = آکله) بشود (اعاذنا الله منه).

❖ در تعالیم مکتب وحی (بر خلاف باور عمومی) **زکام** با **سرماخوردگی** متفاوت بوده و زکام عارضه مفیدی می باشد، چه اینکه زکام یک واکنش طبیعی حفاظتی بدن (به هدایت و تکوین الهی) است، که برای رفع بحران عفونت این ناحیه می باشد، در زکام می بینیم علیرغم گرفتگی بینی؛ ولی یکباره آنچنان ترشحات رقیق سرازیر شده و جریان می یابد؛ که در نظر ابتدائی خودش عارضه و مشکلی محسوب می شود؛ ولی در واقع این امر اقدام اضطراری خودکار بدن است؛ که به وسیله آن مانع احتباس ترشحات و عفونتها در سینوسها شده؛ و مانع از فراهم شدن جذام می گردد.

❖ در کلام خازنان وحی علیهم السلام احادیث متعددی در این باره رسیده است که از جمله آنهاست:

◀ از حضرت جعفر بن محمد علیه السلام، از پدرشان (حضرت باقر علیه السلام)، از پدرانشان (حضرت سجاد از حضرت حسین علیه السلام) از حضرت علی علیه السلام که گفت: حضرت رسول الله صلی الله علیه و آله فرمود:

**لا تکرهوا أربعة؛ فإنها لأربعة: لا تکرهوا الزکام فانه أمان من الجذام.**

(ترجمه) از چهار چیز اکراه نداشته باشید؛ که همانا آنها بخاطر چهار چیز (مفید) است: زکام شدن را اکراه نداشته باشید؛ که همانا ابتلائی به زکام سبب **آمان** از جذام است.

❖ البته این فایده و توصیه برای اصل رخداد زکام است؛ نه استمرار طولانی آن؛ و زکام بیش از دو سه روز را معالجه می کنند، البته از راه های صحیح و سالم نه خشکاندن ترشحات؛ که در طب رایج تجاری متداول است.

❖ در تعلیمات مکتب وحی توصیه هایی برای علاج زکام شده، و در طب کهن و اسلامی به تفصیل راه های متنوع و آسانی برای آن تعریف شده است.

❖ **تذکر:** معرفی نسخه های طبی در کلام خازنان وحی علیهم السلام به معنی منحصر بودن روش درمان عارضه مربوطه به آن نسخه نمی باشد، بلکه گاهی اگر سیاق حدیث جنبه عمومی نداشته و به شخص خاصی توصیه شده باشد؛ برای بکار بستن باید بررسی شود که: آیا شرایط خاصی برای کاربرد آن نسخه وجود دارد؟ یا برای همه موارد مربوط به آن عارض کاربرد دارد؟ نسخه هایی که در این مباحث مطرح می کنیم قابل استفاده اکثر افراد می باشد.



◀ از حضرت امام رضا علیه السلام  
روایت شده که:

من أراد دفع الزکام فی الشتاء أجمع،  
فلیأکل کل یوم ثلاث لُقْم شَهْد.

ترجمه: هر که بخواهد زکام را در  
سرتاسر زمستان از خود دفع کند  
پس مواظبت کند بر اینکه هر  
روز سه لقمه شهد (عسل با موم)  
ببخورد.



◀ از سفارشات طبي حضرت إمام رضا عليه السلام به مامون عباسي:

ولا تؤخر شمّ النرجس فإنه يمنع الزكام مدة أيام الشتاء وكذلك حبة السوداء.

ترجمه: و تأخير میانداز بويیدن گل نرجس (نرگس) را، که بويیدن آن مانع از زكام در طول ایام زمستان مي شود، و همینطور است سیاه دانه.

◀ عبید الله بن بریدة از حضرت نبي اکرم صلی الله علیه و آله روایت نموده است که فرمود: إنّ هذه الحبة السوداء فيها شفاء. (قیل: وما الحبة السوداء؟ قال: الشونيز) قال: وكيف أصنع بها؟ قال: تأخذ إحدى وعشرين حبة فتصرها في خرقة ثم تضعها في ماء؛ ليلة، فإذا أصبحت قطرت في المنخر الأيمن واحدة، وفي الأيسر اثنتين، فإذا كان من الغد قطرت في المنخر الأيمن اثنتين؛ وفي الأيسر واحدة، فإذا كان اليوم الثالث قطرت في الأيمن واحدة وفي الأيسر اثنتين).



ترجمه: این سیاه دانه در آن شفاء هست، گفته شد: و منظور از سیاهدانه چیست؟ فرمود: شونیز، راوي عرض کرد: چطور آنرا بکار ببرم؟ فرمود: بیست و یک دانه سیاهدانه را می گیری و

مي گذاري در پارچه ای؛ سپس آنرا یکشب در آب مي گذاري، صبح که شد یکقطره در سوراخ راست بيني و دو قطره در سوراخ چپ بيني مي چکاني، چونکه فردا صبح شد دو قطره در سوراخ راست بيني و يك قطره در سوراخ چپ بيني مي چکاني، روز سوم که شد یکقطره در سوراخ راست بيني و دو قطره در سوراخ چپ بيني مي چکاني.

◀ ابراهيم بن ابي يحيى، از حضرت ابي عبدالله امام صادق عليه السلام روايت کرده؛ مي گويد: به حضرتش از زكام (که مبتلا بودم) شكايت نمودم. پس فرمود

صنع من صنع الله، وجد من جنود الله، بعثه الله إلى علة في بدنك ليقلعها، فإذا



قلعها فعليك بوزن: دانق شونيز، ونصف دانق كُنْدُس، يدق، وينفخ في الأنف، فإنه يذهب بالزكام. وإن أمكنك أن لاتعالجه بشيء فافعل، فإن فيه منافع كثيرة.

ترجمه: (زكام) ساخته و تدبيري

است از تدبير الهي؛ و سربازي از لشكريان الهي؛ خداوند آنرا برانگيخته بسوي بيماري که در بدن تو است تا اينکه آنرا ريشه کن نمايد، پس وقتي آنرا ريشه کن نمود؛ پس بر تو باد که به وزن يك دانق (۰/۷۰۷ گرم) شونيز (سياهدانه) و نيم دانق (۰/۳۷۸ گرم) كُنْدُس (کندش)، آنها را بکوبي و بسايي؛ سپس آنرا به روش دميدن در بيني بکاربيري، پس اين عمل زكام را مي برد، و اگر تورا ميسر بود که (زكام) را به چيزي علاج نکني؛ پس همينطور کن که در آن (زكام) منافع بسياري است.

❖ **احتیاط لازم:** بجهت سمی بودن ریشه گیاه (کندس) و خطیر بودن ورود آن برای چشم؛ فلذا کاربرد این نسخه بسیار حرفه ای می باشد، و نیاز به رعایت تدابیر خاص از تشخیص گیاه و اندازه دقیق و نحوه کاربرد آن دارد، ازین رو حتما زیر نظر حکیم مجرب انجام شود.

◀ از حضرت امام صادق (علیه السلام) در علاج زکام نقل شده است:

تأخذ دهن بنفسح في قطنه فاحتمله في سفلتك عند منامك؛ فإنه نافع للزکام إن شاء الله تعالى. ترجمه: می گیری روغن بنفشه را در پنبه ای؛ و آنرا در نشمینگاه (مخرج) خود بر می گیری در وقت خوابیدن، پس همانا این علاج نافع است برای زکام ان شاء الله تعالى.

**توضیح:** بهتر است برای تهیه روغن بنفشه (Sweet Violet Wild Viola)؛ از روش طبیعی استفاده نمود، گل تازه بنفشه را خشک کرده، با هاون سنگی آنرا سائید و داخل روغن بادام شیرین در شیشه ای درسته ریخته، و با گذاشتن شیشه در معرض آفتاب (تا حدی که روغن رنگ بگیرد) روغن بنفشه بدست آورد. روغن بنفشه هایی که در بازار است با استفاده از بنفشه خشکیده (بیش از شش ماهه) و مانده در معرض آفتاب و هوا؛ و با روشهای صنعتی آسیاب و با حرارت بنفشه در روغن بدست می آید؛ فلذا تاثیر مطلوب را ندارد.

◀ این سینا در باره علاج زکام گفته است: وينفع (الشونین) من الزکام خصوصا مقلیا مجعولا في صرة من کتان. ترجمه: و فایده دارد سیاهدانه برای زکام خصوصا اگر در کیسه کوچکی از کتان گذارده و جوشانده شده باشد. مقدار مصرف سیاهدانه شونیز حداکثر دو گرم دانه آن یا پنج قطره روغن آن می باشد.

## فائده نادره در شناخت سیاهدانه

❖ از حضرت رسول الله ﷺ روایت شده که فرموده اند: **في الحبة السوداء شفاء من كل داء إلا السام**. قال ابن شهاب: والسام الموت والحبة السوداء الشونيز. (ترجمه) در دانه سیاه شفاء از هر دردی بجز مرگ است. ابن شهاب گفته: و مقصود از سام مرگ است، و مقصود از دانه سیاه شونیز است.

❖ با توجه به اینکه گفته می شود که ۱۲۰ نوع دانه سیاه در میان گیاهان وجود دارد؛ این سؤال مطرح است که مقصود از دانه سیاه در نسخه های زکام و این حدیث (که شفاء از همه امراض بجز مرگ است) چیست؟

❖ در نسخه های سابق الذکر برای درمان زکام اگرچه سخن از سیاهدانه به میان آمده بود، ولی در آنها نیز صریحاً **شونیز** (Nigeria Sativa) معین شده بود، فلذا در باب نسخه زکام واضح است که مقصود سیاهدانه معروف (شونیز) مقصود است.

❖ اما درباره آن حدیث (که حبة سوداء را شفای همه دردها بجز مرگ است) جای بررسی وجود دارد که مشخص شود: آیا مقصود همان شونیز است؟ یا دانه سیاه دیگری مقصود است؟ در این جا چند نظریه مطرح است:

**نظریه اول:** از آنجا که در نقل و روایتهای دیگر همین مضمون (شفای همه دردها) با لفظ شونیز رسیده، لذا خود اینها دلیل کافی برای شونیز بودن حبه سوداء است، و از طرفی همین که در باب نسخه زکام و موارد دیگر که تصریح به شونیز بودن سیاهدانه شده؛ فلذا این امر حجت کافی است بر اینکه بقیه موارد معین نشده را بر همان شونیز حمل نموده و به همان تفسیر کنیم.

**نظریه دوم:** اینکه هر جا برحسب مضمون حدیث ممکن است مقصود از حبة سوداء مختلف باشد؛ ولذا وجوه دیگر نیز باید بررسی شود.

❖ از آنجا که نظریه اول نتیجه اش مشخص بوده؛ فلذا به تحقیق درباره نظریه دوم پرداخته و ادامه بررسی را برای تعیین نتیجه در بقیه موارد (غیر زکام) بخصوص حدیث "درمان همه دردها" می پردازیم، و می گوئیم که: در بیان مقصود از "حبة سوداء" اقوالی میان مفسران و محدثان مطرح است:

**الف:** مشهور همان سیاهدانه معروف است که نام دیگرش شونیز است، اما برخی گفته اند این توضیح و تعبیر به "شونیز" از روایت متأخر است، نه اصل حدیث، و آنها بر اساس آنچه نزد خودشان متداول بوده گفته اند. ولی این اشکال مردود است، و قبلا در روایات متعدد دیدیم که مستقلا با لفظ شونیز همان مضمون حدیث و نیز سایر نسخه های درمانی نقل شده بود؛ که حمل همه آنها بر تصرف و برداشت و تعبیر روایت خلاف ظاهر صریح آنهاست.

**ب:** در نفسیری (أبو عبید هروی در کتاب "الغریبین") آنرا میوه درخت بطم (بنه) دانسته اند، با این توجیه که گاهی در زبان عربی سبز را سیاه و بالعکس هم تعبیر می کنند. این قول در تفسیر حبة سوداء مردود است، چه اینکه بر عکس؛ دانه بنه به حبة خضراء معروف است، و شیره این درخت که سقز است نیز از قدیم میان عامه مردم به عنوان دارو مطرح بوده است، و هیچگاه دانه این درخت به عنوان دانه سیاه تعبیر نمی شده است.

**ج:** در روایتی (الحربی در کتاب غریب الحدیث) از حسن بصری دارد که مقصود از "الحبة السوداء" در حدیث درمان همه دردها "خردل سیاه" (Brasica nigra) است، برخی از محدثین و مفسرین این قول را به دلایلی ترجیح داده اند:



۱- به لحاظ راوي روايت فوق (حسن بصري) که مقصود از خردل را مشخص نموده است، و اینکه توضیح او (که اهل زمان نزول وحی را دیده) بر تفسیر روات متاخر ترجیح دارد.

۲- اینکه خردل در قرآن کریم

به عنوان "حبه" ضرب المثل واقع شده است: ﴿وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا وَإِنْ كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ خَرْدَلٍ أَتَيْنَا بِهَا وَكَفَىٰ بِنَا حَاسِبِينَ﴾ و در حدیث فضیلت حبه سوداء؛ این کلمه (حبه) با الف و لام تعریف آمده، و این اشاره است که این دانه سیاه قبلا معرفی شده ولذا کلام حضرت رسول الله ﷺ به آن ناظر است، که جهت تبیین مفاد حدیث نبی اکرم ﷺ (که لاینطق عن الهوی بل هو الا وحی یوحی) مرجع تشخیص آن؛ کلام وحی بوده، و بر همه منابع دیگر مقدم است، و "الحبه السوداء" یعنی "همان حبه" که در کلام وحی معرفی شده، و آن چیزی جز خردل نیست، و قید "السوداء" می رساند که خردل انواعی دارد و نوع سیاه آن مقصود است.

۳- سیاهدانه شونیز اگرچه خواص و فوایدی دارد؛ ولی به حدی نیست که متناسب با حدیث نبوی ﷺ (حبه سوداء داروی هر دردی بجز مرگ است) باشد، در حالیکه خاصیت خردل سیاه پالایش و حرارت و هیجان و حرکت خون است؛ که علامت حیات بشر است و همه بیماریها ناشی از خلاف آنست.

۴- کشفیات دانش جدید در تساوی تعداد ژنهای دانه خردل با ژنهای انسان؛ و امکان جایگزین کردن ژنهای معیوب انسانی که سبب بیماریهای لاعلاج شده با ژنهای معادل آن در خردل؛ و برطرف کردن این عوارض از انسان؛ سبب توجه بیشتر اذهان به تناسب این دانه با تکوین انسانی (و اینکه چه بسا راز درمان دردهای لاعلاج بشری باشد) گردیده است، این کشفیات را اصحاب نظریه دوم شاهدی بر ارتباط معنای حبه سوداء (در حدیث درمان همه دردها) با دانه خردل گرفته اند.

### بررسی نظریه: حبه سوداء = خردل سیاه

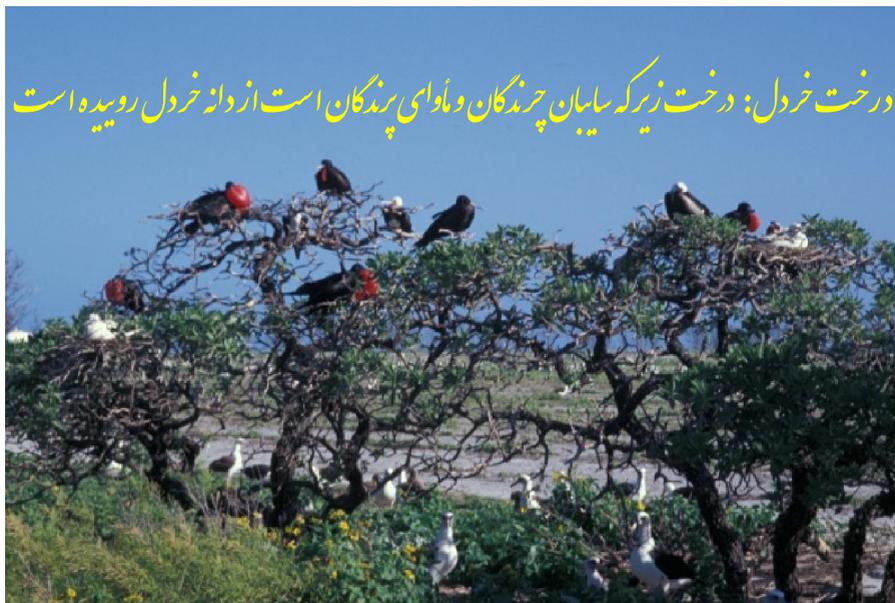
۱- در روایات متعدد دیدیم که همان مضمون حدیث و نیز سایر نسخه های درمانی؛ مستقلا با لفظ شونیز نقل شده بود، که حمل همه آنها بر تصرف و برداشت شخصی؛ و تعبیر روات؛ خلاف ظاهر صریح آنهاست.

۲- شکی در ضرب المثل بودن خردل در قرآن کریم نیست، اما رنگ معروف خردل زرد است، و حتی آن نوعی که پوسته اش زرشکی مایل به سیاه است، داخلش زرد رنگ است، فلذا رنگ سیاه برای نوعی از خردل يك مشخصه شایع و معروفی نیست؛ که بر فرض ارتباط "حبه در حدیث" با "حبه در قرآن" فورا به خردل سیاه تعبیر شود، و بر اساس آن؛ حبه سوداء در حدیث را؛ به خردل سیاه تفسیر کنیم. و از طرفی کاربرد "حبه" در کلام وحی منحصر به خردل نیست؛ و نسبت به غلات هم بکار برده شده است (کمثل حبه أنبتت سبع سنابل) فلذا ارجاع تفسیر حبه به کلام وحی لازمه اش تعبیر به خردل نمی باشد.

۳- البته کشفیات دانش جدید در تساوی تعداد ژنهای خردل سیاه با ژنهای انسان؛ و خواص مفید خردل عموما؛ از جمله نوع سیاه آن؛ می تواند اهمیت این

آفریده الهی را برساند و غفلت بشری را در انصراف از داروهای الهی به صنعتی بزداید. و موضوع امکان جایگزین کردن ژنهای معیوب انسانی با ژنهای معادل آن در خردل؛ در صورت تحقق عینی خارجی و واقعی آن (بشرط نداشتن این جایگزینی عوارض بدتر از بیماریهای فعلی) می تواند بعداً به عنوان حکمتی برای تناسب ضرب المثل واقع شدن دانه خردل جهت نمایش اعمال انسان مطرح شود.

۴- راز ضرب المثل واقع شدن دانه خردل در کلام وحی (قرآن کریم) و نیز کلمات انبیاء علیهم السلام؛ به مناسبت میزان عمل انسانی؛ اندازه کوچک دانه آن؛ و امکان رشد آن به صورت درختی بزرگ است، و در کلام حضرت مسیح علیه السلام برای مقدار ایمان این توصیف شده است. که دانه خردل بسیار کوچک است ولی می تواند بقدری رشد کند که سایبان چرندگان و مأوای پرندگان باشد.



## روشهای طب جامع در درمان سینوزیت

۱- اصلاح برنامه غذایی: رعایت پرهیزهای سابق الذکر (عدم افراط در مصرف لحومات، عدم مصرف سرخ کردنیها، پرهیز از لبنیات، چربیها، شکر سفید صنعتی، شیرینیها، مولد اخلاط غلیظه، تخم مرغ، فراورده های غذایی صنعتی، غذاهایی که ساده نبوده و طعم و ذائقه را زیاد بکار می گیرند) و بجای آن انجام برنامه هایی مانند روزه ۳ روزه سیب، استفاده از غذای رقیق یا سبک، و افزودن سیر و پیاز و گشنیز و شلغم به غذا، مصرف آب سیب و هویج و مرکبات تازه، عرق آویشن و کاسنی، نوشیدنی کومبوچا؛ لازمه علاج آسان سینوزیت است.

۲- گرم نگهداشتن سینوسها: بوسیله حوله گرم، یا گرم نمودن مهر (تربت) روی بخاری یا شوفاژ و بکار بردن آن روی مواضع سینوسها.



۳- بخوردادن: که روش معروف و متداولی است؛ محتوای بخور از مطبوخ شلغم و گشنیز گرفته؛ تا جوشانده تخم گشنیز، برگ یا عصاره اوکالیبتوس می تواند باشد.

در صورت بخور در حالت جوشیدن محلول؛ باید عینک مخصوص محافظت چشمها از بخار داغ و حرارت را حتما بکار ببرید.

۴- **ضماد نمودن:** به اندازه يك قاشق غذاخوري دارچين را سائیده با كمی آب خمير نموده، سپس آنرا روي سينوسها (بالاي ابروها و روي گونه ها) ضما د كنيد.



همچنين روغنهای لطيفي (مايع فاقد الكل) كه حاوي روغن كافور و اوکالیبتوس و گرانول مانتول (نعنا) مي باشد مانند ابوفاس (نشان تبر) كه از مكه مي آورند؛ براي بهبود سينوزيت و انواع دردها مفيد است، مشابه ابوفاس پماد ويكس است، با اين تفاوت كه ابوفاس فاقد الكل و چربي جامد بوده و مانع وضونمي باشد.



۵- **قطره بيني:** يك قاشق مرباخوري دانه خردل را در يك ليوان آب ريخته، آنرا بجوشانيد تا نيم ليوان شود، صبر كنيد تا گرمای آن ملایم شود؛ سپس با استفاده از قطره چكان سه قطره در هر مجرای بيني چكانيد.

**۶- دم نوشهای گیاهی:** این نوع داروها برای عموم آشنا هستند، و انواع بسیاری دارد، ولی از میان همه آنها توصیه می‌کنیم که دو نسخه را فراموش نکنند:



**الف: دم نوش زنجبیل تازه:** که برای درمان سرماخوردگی و آبریزش بینی و علاج استمرار زکام و نیز سینوزیت و ناراحتیهای ریوی فوائد بسیاری داشته و تأثیرش فوری و قاطع است.

**ب: دم نوش بادیان چینی:** که برای درمان آنفلونزا بسیار نافع است، تأثیر آن بحدی است که در اپیدمی جهانی شیوع آنفلونزای خونی و مرغی سالهای قبل؛ که همه کشورها را نگران نموده بود، کشور چین موفق به تولید واکسن و داروی انواع آنفلونزا از جمله خونی و مرغی گردید، این واکسن از بادیان چینی



استحصال و فراوری و عرضه شد، بادیان چینی داروی این نوع عوارض در طب کهن چینی از گذشته های دور بوده است، این گیاه در عطاریهای داخلی هم به آسانی در دسترس است.

۷- **مکمل درمانی:** داروهای صنعتی همسو با طب جامع، مانند **ویتامین ث**، و **ویتامین آ**، **بروملاین** (Bromelain) یا مکملهای ساخته شده از آنزیم میوه بویژه آناناس.



۸- **هومئوپاتی:** یا مشابه درمانی، داروهای طبیعی برای آرامش سینوسها و تسکین علائم سینوزیت از جمله احتقان سینوس، التهاب و درد، و باز شدن مسیر بینی دارد، که قابل استفاده برای تمام سنین، همچنین در دوران بارداری می باشد، از جمله این داروها (Sinus Soothe™) است.

۹- **طب سوزنی:** علائم سینوزیت را از طریق استفاده از سوزن بر روی پوست که باعث تحریک نقاطی برای از بین بردن نشانه های سطحی و ریشه و علت سینوزیت به تنهایی را تسکین می دهد. نقاط سوزنی به طور عمده بر روی صورت، بازو و پایین ساق پاها؛ به تحریک سیستم های بدن و اندام هایی از جمله ریه، غدد آدرنال، سیستم ایمنی و عصبی، و آنچه برای گردش خون و رسیدن به حفره های سینوسی دخالت دارد.

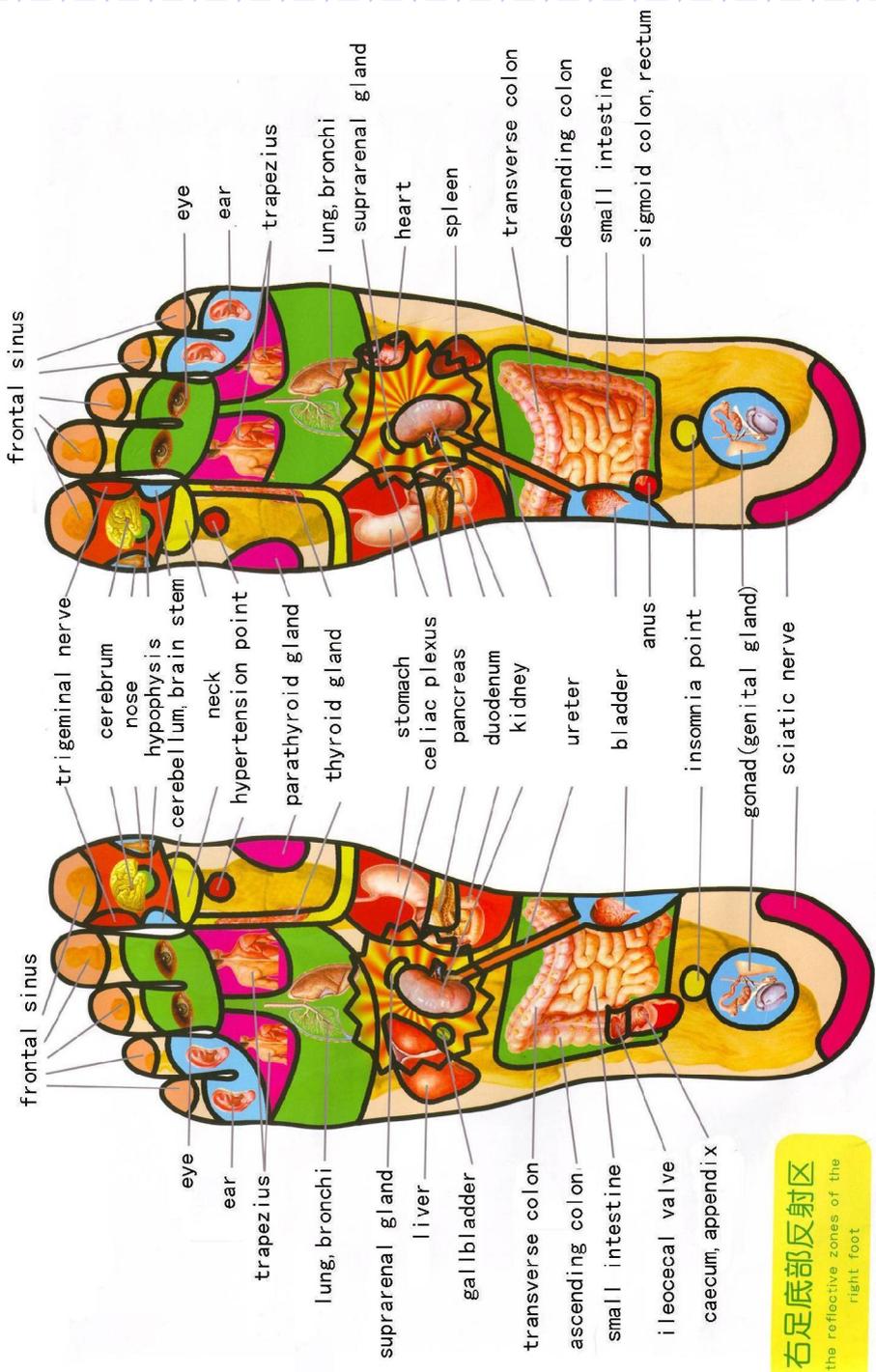


۱۰- **طب انعكاسي:** در این روش درمانی کف پا مرکز سلامتی انسان است، هر نقطه ای به عضوی از بدن مرتبط است، در صورت اختلال در هر عضو؛ نقاط مربوط به هر عضو را در کف پا ماساژ می دهند.

در زندگیهای قبل از دوران صنعتی شدن و مدرنیسم؛ که مردم زندگی ساده ای داشتند و محیط زیست نیز تمیز بود، بخشی از روز را با پای برهنه با راه رفتن و فعالیت و حرکت را روی خاک و سنگریزه می گذراندند. همین ارتباط سبب تحریک نقاط مربوط به اعضای مختلف بدن در کف پا شده و سبب نشاط و سلامتی بدن و تقویت اعضا و رفع کاستیهای اعضا می گشت.

امروزه به اهمیت این دانش پی برده و با ایجاد وسایلی برای کاربرد آن در منزل بلکه در پارکها زمینه راه رفتن روی خاک و سنگریزه را فراهم کرده اند تا جزو برنامه های نرمشی و ورزشی روزانه وسیله نشاط بدن و سلامتی اعضا آنها تأمین کرده باشند. در موارد خاص نیز که اختلالی در کارکرد یکی از اعضای بدن پیش بیاید؛ با ماساژ نقاط مربوطه به بازیابی سلامتی آن عضو کمک می کنند. نقاط مرتبط با سینوسها در کف پا؛ سرانگشتان دهگانه پا هستند.





**右足底部反射区**  
 the reflective zones of the  
 right foot

frontal sinus

trigeminal nerve

cerebrum

nose

hypophysis

cerebellum, brain stem

neck

hypertension point

parathyroid gland

thyroid gland

stomach

celiac plexus

pancreas

duodenum

kidney

ureter

bladder

insomnia point

gonad (genital gland)

sciatic nerve

eye

ear

trapezius

lung, bronchi

suprarenal gland

heart

spleen

transverse colon

descending colon

small intestine

sigmoid colon, rectum

frontal sinus

trigeminal nerve

cerebrum

nose

hypophysis

cerebellum, brain stem

neck

hypertension point

parathyroid gland

thyroid gland

stomach

celiac plexus

pancreas

duodenum

kidney

ureter

bladder

insomnia point

gonad (genital gland)

sciatic nerve

eye

ear

trapezius

lung, bronchi

suprarenal gland

liver

gallbladder

transverse colon

ascending colon

small intestine

ileoceleal valve

caecum, appendix

gonad (genital gland)

sciatic nerve

## خلاصه مباحث گذشته در باره سلامت و بیماری مجرای بینی

همه عوامل و علل و اسباب و مراحل گرفتگی و احتقان بینی و سینوزیت را می توان در چند نکته خلاصه نمود:

۱- افزایش بلغم

۲- غلیظ شدن اخلاط و ترشحات بینی

۳- گرفتگی و احتقان سینوسها و مجاری بینی

۴- تخلیه ناقص و تجمع و تعفن ترشحات غلیظ در سینوسها

بازنگهداشتن مجاری داخلی بینی و تخلیه طبیعی و کامل سینوسها همراه با ضد عفونی آنها طی فرایند شستشوی مستمر، کارآترین؛ سریع ترین؛ آسانترین و ساده ترین روشی است که: می توان بوسیله آن خود را از همه آن عوارض حفاظت نموده، و همه آن نتایج و فواید سلامتی را ببار آورد. (بإذن الله تعالی)  
این روش بهداشت و درمان مبتنی بر سه رکن است:

۱- پرهیز از اسراف در خوردن و نوشیدن که معیاش (کلوا واشربوا ولا تسرفوا) و نتیجه اش حفظ تعادل مزاج است.

۲- مواظبت بر نظافت و طهارت.

۳- کاربرد برخی مکملها و کمی های آفریده الهی در صورت نیاز.

این درمان از پرتو تعالیم مکتب وحی به ما رسیده است، آن تعالیمی که عبودیت و بندگی اهل ایمان را برای رسیدن به زندگی برتر و حیات اعلی؛ بوسیله نورانیت و روشنایی جان و روان آدمی؛ مبتنی بر مسیر طهارت و پاکیزگی فرد و محیط؛ برنامه ریزی نموده است.