

اطلس مردم‌نگاری استان تهران پزشکی مردمی در دو شهرستان شمیرانات و دماوند

مجری

مهرداد عربستانی^۱

پژوهشگران

فریبا صدیقی^۲ و زهره کرانی^۳، محمد زرهانی^۴

فروردین ۱۴۰۰

^۱ دانشیار گروه انسان‌شناسی، دانشگاه تهران

^۲ دکتری انسان‌شناسی

^۳ دانشجوی دکتری

^۴ دانشجوی دکتری

فهرست مطالب

۲	فهرست مطالب
۶	فهرست تصاویر
۹	فهرست نقشه ها
۱۰	فهرست جداول
۱۰	بیان مسأله پژوهش
۱۳	ضرورت انجام پژوهش
۱۵	اهداف پژوهش
۱۶	فرضیه‌ها یا سوال‌های اساسی پژوهش
۱۷	دانسته‌ها و رویکرد نظری
۱۷	پیشینه پژوهش
۲۲	چارچوب مفهومی
۲۹	روش انجام پژوهش
۲۹	رویکرد روشی و مراحل
۳۰	میدان پژوهش
۳۵	شهرستان شمیرانات
۳۸	شهرستان دماوند
۴۱	اوین
۴۱	مشخصات

٤١	مطلع يا مطلعين محلي
٤١	گفت و گوی اول
٤٩	گفت و گوی دوم
٦١	مشاهدات
٦٤	بیماریها، تشخیص و درمان
٧٧	ناران (نارون)
٧٧	مشخصات روستا
٧٧	مطلع يا مطلعين محلي
٧٧	درمانگران محلي
٧٧	گفت و گو
٩٩	بیماریها، تشخیص و درمان
١٠٥	جابان (جابون)
١٠٥	مشخصات روستا
١٠٥	مطلع يا مطلعين محلي
١٠٥	درمانگران محلي سابق
١٠٥	گفت و گو
١٢٧	بیماریها، تشخیص و درمان
١٢٨	دماوند
١٣٠	عطاری

- ۱۳۰.....مشخصات محلی
- ۱۳۰.....مطلع یا مطلعین محلی
- ۱۳۰.....درمانگران محلی و متخصص طب سنتی
- ۱۳۰.....گفت و گو
- ۱۳۹.....در مطب پزشک
- ۱۳۹.....مشخصات
- ۱۳۹.....مطلع یا مطلعین محلی
- ۱۳۹.....درمانگران محلی
- ۱۳۹.....گفت و گو
- ۱۴۷.....لالان (لالون)
- ۱۴۷.....مشخصات روستا
- ۱۴۷.....مطلع یا مطلعین محلی
- ۱۴۷.....درمانگران محلی
- ۱۴۷.....مصاحبه
- ۱۵۶.....بیماری‌ها و درمان
- ۱۶۲.....فشم
- ۱۶۲.....مشخصات
- ۱۶۲.....مطلع یا مطلعین محلی
- ۱۶۲.....درمانگران محلی
- ۱۶۲.....مصاحبه

۱۶۶-----بیماری‌ها و درمان

۱۶۸-----منابع و مأخذ

فهرست تصاویر

- تصویر ۱: عطاری اوین. ۴۲
- تصویر ۲: پنیرک یا ختمی خبازی. ۴۳
- تصویر ۳: رازیانه یا گیاه زنان. ۴۴
- تصویر ۴: آویشن برگ پهن. ۴۵
- تصویر ۵: بابونه به صورت گل و پودر. ۴۶
- تصویر ۶: میوه عناب خشک شده. ۴۷
- تصویر ۷: ریواس خشک شده. ۴۸
- تصویر ۸: گیاه والک خشک شده. ۴۹
- تصویر ۹: چای کوهی. ۵۱
- تصویر ۱۰: پونه کوهی. ۵۲
- تصویر ۱۱: گزنه. ۵۳
- تصویر ۱۲: گیاه اسطوخودوس. ۵۴
- تصویر ۱۳: روغن اسطوخودوس. ۵۵
- تصویر ۱۴: گیاه گل ساعتی خشک شده. ۵۷
- تصویر ۱۵: یکی از مراجعین عطاری اوین. ۶۲

- تصویر ۱۶ عکسی از نسخه یکی از مراجعه‌کنندگان به عطاری ۶۳
- تصویر ۱۷: برگ گیاه گزنه ۸۵
- تصویر ۱۸: آقای ساکی در حال نشان دادن گزنه خشک که توسط خودشان جمع آوری و مورد استفاده قرار می‌گیرد. ۸۶
- تصویر ۱۹: بوته گیاه پونه کوهی ۸۸
- تصویر ۲۰: بوته گیاه کتیرا ۹۳
- تصویر ۲۱: گرفتن صمغ از ریشه گیاه کتیرا ۹۴
- تصویر ۲۲: بوته گیاه زرشک ۹۶
- تصویر ۲۳: بوته گیاه پنیرک ۹۸
- تصویر ۲۴: رضایت‌نامه بیماران ۱۰۶
- تصویر ۲۵: رضایت‌نامه بیماران ۱۰۶
- تصویر ۲۶: رضایت‌نامه بیماران ۱۰۷
- تصویر ۲۷: طاقچه خانه سبزعلی غفاری به همراه عکسی از او، پدر و پدربزرگش ۱۰۸
- تصویر ۲۸: رضایت‌نامه احمدعلی سراج، اولین بیمار سبزعلی غفاری در سال ۱۳۹۴ ۱۰۹
- تصویر ۲۹: گواهی طبابت سبزعلی غفاری ۱۱۱
- تصویر ۳۰ عرق‌النسا ۱۱۲
- تصویر ۳۱: عرق‌النسا ۱۱۲

- تصویر ۳۲ مورد سبزرنگ و تخم‌مرغ‌ها ۱۱۳
- تصویر ۳۳: استفاده از کارتن برای آتل‌بندی (آرشیو آقای سبزعلی غفاری) ۱۱۴
- تصویر ۳۴: بیماران در اطاق آقای غفاری (آرشیو آقای غفاری) ۱۱۵
- تصویر ۳۵: آتل‌بندی (آرشیو آقای غفاری) ۱۱۵
- تصویر ۳۶: لیوان‌های مورد استفاده برای بادکش ۱۱۹
- تصویر ۳۷ سقز خام ۱۲۱
- تصویر ۳۸: لیوان مخصوص بادکشی حاوی پنبه آغشته به الکل ۱۲۲
- تصویر ۳۹: دستگاه پوز ۱۲۴

فهرست نقشه ها

- نقشه ۱: نقشه تقسیمات کشوری استان تهران..... ۳۵
- نقشه ۲: شهرستان شمیرانات (بخش لواسانات و رودبار قصران)..... ۳۶
- نقشه ۳: نقشه شمیرانات (بخش مرکزی = منطقه ۱ تهران)..... ۳۷

فهرست جداول

- جدول ۱: خلاصه نتایج به دست آمده در خصوص محله تجریش ۶۴
- جدول ۲: خلاصه نتایج به دست آمده در خصوص روستای ناران ۹۹
- جدول ۳: خلاصه نتایج به دست آمده در خصوص روستای جابان ۱۲۷
- جدول ۴: خلاصه نتایج به دست آمده در روستای لالان ۱۵۶
- جدول ۵: خلاصه اطلاعات بدست آمده در فشم ۱۶۶

بیان مسأله پژوهش

درمان‌های سنتی شامل پزشکی سنتی، پزشکی جایگزین، پزشکی مردمی در برابر پزشکی مدرن و غربی قرار دارند، این درمان‌ها را می‌توان در نظام‌های بومی با سابقه طولانی در کشورهای در حال توسعه یا در میان جماعت بومی کشورهای پیشرفته یافت (احمدنیا، ۱۳۸۷). طبق تعریف سازمان جهانی بهداشت، درمان‌های طیف گسترده‌ای از درمان‌های سنتی تا درمان‌های گیاهی و بومی را در بر می‌گیرد.

درمان‌های سنتی، شامل مجموعه علوم نظری و عملی که در تشخیص طبی، پیشگیری و درمان بیماری‌های جسمی، ذهنی یا ناهنجاری‌های اجتماعی به کار می‌رود و به صورت گفتاری یا نوشتاری از نسلی به نسل دیگر انتقال یافته است، می‌شود. این درمان‌ها هم به سیستم‌های طب سنتی مانند طب سنتی چین، آیورودای هند، هم طب یونانی-عربی و هم به اشکال مختلف طب بومی اطلاق می‌گردد. درمان‌های طب سنتی شامل دارو درمانی استفاده از گیاهان دارویی، اجزاء

حیوانی و معدنی و روش‌های غیر دارویی مانند طب سوزنی، ماساژ و درمان‌های روحی و روانی

می‌باشد (رضایی زاده، ۱۳۸۴: ۶۲).

همین طور بر اساس تعریف سازمان بهداشت جهانی طب سنتی^۱ (۲۰۱۹) عبارت است از: "مجموعه‌ای از دانسته‌ها، مهارت‌ها و کاربردها بر پایه نظریات، باورها و تجربیاتی که بومی فرهنگ‌های مختلف است. خواه قابل شرح باشد و یا نباشد و برای بهداشت، پیشگیری، تشخیص، بهبود و مداوای بیماری‌های جسمی و ذهنی مورد استفاده قرار می‌گیرد". این درمان‌های سنتی و بومی ابتدایی‌ترین و ساده‌ترین راه‌ها و روش‌های تشخیص و درمان بیماری را در بستر گسترده فرهنگ جادویی، دینی، اعتقادی، و تجربی می‌آزماید (بلوکباشی، ۱۳۷۹: ۵۵). بنابراین مفاهیم سلامت و بیماری بیش از آن که ماهیتی طبیعی داشته باشند در بستر فرهنگ شکل می‌گیرند. تأثیر فرهنگ در شکل‌گیری مفاهیم سلامت و بیماری به حدی مهم است که بیماری را امری محدود و محصور در فرهنگ در نظر می‌گیرند (پیلچ^۲، ۱۹۹۵: ۳۱۵). نگاه فرهنگی به بیماری، سلامت و درمان سبب می‌شود که با وجود شباهت میان شیوه‌های درمان سنتی شامل درمان با گیاهان دارویی و یا شفاجویی‌های ماوراء طبیعی - همچون شفا از طریق مددجویی از ارواح همراه با مناسک وجد آمیز، یا شفا جویی از طریق دعا و استغاثه - در فرهنگ‌های گوناگون، این مفاهیم از دریچه فرهنگ‌های گوناگون، صور متفاوتی پیدا کند. به عنوان مثال مورمن^۳ در پژوهش میدانی خود با محوریت شفا و درمان‌های شفابخش در جزیره هلنای کارولینای جنوبی اینگونه عنوان می‌کند که در این جزیره درمان بر محوریت گیاهان بود و مردمان با مصرف گیاهان سعی داشتند به تعادل در طعم برسند. بدین معنی که برخی بیماری‌ها نتیجه مصرف روز افزون

¹ Traditional Medicine

² Pilch

³ Moerman

طعم‌های شیرین بود بنابراین برای رسیدن به تعادل گیاهان تلخ مصرف می‌کردند در حالی که برخی بیماری‌ها نتیجه مصرف بیش از اندازه طعم‌های تلخ بود و برای دستیابی به تعادل مصرف گیاهان شیرین توصیه می‌شد. مورمن در این مطالعه متوجه می‌شود؛ این نظام درمانی ریشه در مفاهیم سرد/گرم دارد که در سراسر آمریکای لاتین رواج دارد اما پیشبرد مطالعه نشان می‌دهد که مفاهیم نمادین استعاری، بدن، ذهن و درمان را بیش از خاصیت درمانی گیاهان تحت تأثیر قرار می‌دهد (مورمن، ۱۹۷۹: ۶۰). به عبارتی نظام مفهومی ای که بیماری و درمان را توضیح می‌دهد و مفاهیمی استعاری هستند، به خاطر خاصیت تلفینی از علل واقعی بیماری و فرآیند درمان، تاثیرات بیشتری بر فرآیند درمان دارند تا اثرات شیمیائی خود این گیاهان دارویی.

نگاه نمادین به مفاهیم سلامت، بیماری، درمان که ریشه در فرهنگ دارد بستر را برای تفاوت در شیوه‌های درمانی به وجود می‌آورد. در برخی از فرهنگ‌ها بیماری و سلامت امری است که در چهارچوب ارتباط با موجودات ماوراء طبیعه صورت بندی می‌شود و مثلاً بیماری به عنوان مداخلات ماورایی برای تنبیه یا مجازات به خاطر انجامی عملی ممنوعه قلمداد می‌شود، و لذا فرآیند درمان ایجاب می‌کند که این رابطه ترمیم شده و آثار مخرب مداخلات ماورایی رفع شده یا تسکین یابد. در برخی نظامات نمادین دیگر با نگاهی کل نگر بیماری همچون به هم خورد توازن مزاج‌ها نگرسته می‌شود که اقتضای درمان بازگرداندن تعادل به بدن است.

همچنین لازم است که تمایزی، هر چند غیر صریح، بین آنچه "طب سنتی" نامیده می‌شود با پزشکی مردمی یا طب عامیانه را هم در نظر داشت. عملاً پزشکی مردمی یا عامیانه، بیشتر متکی به دانش سینه به سینه و کمتر متکی به تجربه گری است. در حالی که طب سنتی، مثل طب سنتی ایرانی، بر پایه یک مبانی نظری برگرفته از نوعی از طبیعات و متکی بر تعریف ویژه ای از بیماری، سلامت و شیوه درمان است. به این ترتیب پزشکی مردمی، را می‌توان رفتارها

و درمان هایی دانست که معمولاً بر اساس دانش مردمی و سینه به سینه منتقل شده و توسط مردم به کار گرفته می شود.

ایران کشوری با تنوع و وسعت جغرافیایی، اقلیم های متفاوت آب و هوایی و فرهنگی بستر مناسبی را برای پیدایش درمان های بومی فراهم می آورد. اقلیم های آب و هوایی متفاوت زمینه را برای پیدایش گیاهان متفاوت فراهم آورد به طوری که گونه های گیاهی موجود در ایران را پنج برابر تمامی گونه های گیاهی در اروپا دانستند (فرهادی، ۱۳۸۵: ۴۳). با توجه به این گوناگونی زیستی و فرهنگی پژوهش حاضر می خواهد به مطالعه درمان های پزشکی مردمی رایج در دو شهرستان دماوند و شمیرانات پردازد. با وجود مجاورت دو شهرستان، هر کدام اقلیم های کمابیش متفاوتی هستند. شهرستان شمیرانات دارای شش اقلیم آب و هوایی، اقلیم نیمه خشک سرد، مدیترانه ای سرد، نیمه مرطوب سرد، کوهستانی و مرطوب، کوهستانی بسیار مرطوب، فراسرد کوهستانی بسیار مرطوب است (فرمانداری شهرستان شمیرانات، ۱۳۹۳). همین تنوع آب و هوایی بستر فیزیکی مناسب را برای رشد انواع گیاهان فراهم می آورد، که فرض بر این است که پاره ای از آنها برای درمان های محلی به کار گرفته شوند. از دیگر سو، نزدیکی این دو شهرستان به پایتخت، باعث ورود مهاجرانی از دیگر مناطق کشور به این مناطق شده است که ایشان نیز به نوبه خود اشاعه دهنده شیوه های درمانی و پزشکی مردمی دیگر نقاط به این دو شهرستان هستند. با توجه به موقعیت جغرافیایی و فرهنگی سوال اصلی پژوهش حاضر این است که شیوه های درمان پزشکی مردمی در این دو منطقه چه خصایصی دارد و امروزه چگونه به کار گرفته می شود؟

ضرورت انجام پژوهش

ضرورت پژوهش حاضر از پنج جنبه کلی بودن، جزئی بودن، کاربردی بودن، توصیفی و تحلیلی بودن حائز اهمیت است. نگاه کل گرایانه به جامعه مورد مطالعه و شیوه های درمان بومی از نقاط عطف پژوهش حاضر است. این نگاه

کل گرایانه شیوه‌های درمان را در بستر موقعیت جغرافیایی منطقه شامل محیط زیست رشد گیاهان دارویی، راه‌های ارتباطی با دیگر شهرها، پیشینه تاریخی-مذهبی شهرستان‌ها مورد بررسی قرار می‌دهد. همچنین با توجه به تغییرات اجتماعی رخ داده در منطقه، مثل تبدیل شدن بسیاری از این مناطق به سکونتگاه‌های ویلایی و به اصطلاح اعیان نشین، نیز امر دیگری است که بر اشتغال و رواج پزشکی مردمی در منطقه تاثیر گذاشته است.

از دیگر سو این پژوهش با تمرکز بر دو شهرستان شمیرانات و دماوند و مطالعه شیوه‌های پزشکی مردمی آن نگاه نزدیک و عمیق مطالعه فرهنگ، باعث ثبت و ضبط اعمال مرتبط و حفظ آنها خواهد شد. توجه به ویژگی‌های جزئی مناطق مورد مطالعه راه را برای فهم شیوه‌های رفتار مردمان در جریان عادی زندگی روزمره میسر می‌سازد و این امر با هدف انسان‌شناسی که مطالعه مردم در زندگی روزمره است سازگاری دارد.

توصیفی-تحلیلی بودن دیگر مزیت پژوهش حاضر است. این پژوهش با تمرکز بر توصیف دقیق و جامع شرایط دو شهرستان نگاه دقیقی از دماوند و شمیرانات به دست می‌دهد اما این امر به معنای نبود نگاه تحلیلی نیست بلکه این پژوهش با توجه به سه رویکرد بوم‌شناسی فرهنگی^۱، تفسیری و انتقادی به شیوه‌های درمانی نگاه می‌کند و در نتیجه فرصت تحلیل به همراه توصیف به دست می‌آید. توسعه "طب سنتی" در دانشگاه‌ها و فرآیند تبدیل شدن آن به نوعی طب آکادمیک و تلاش برای ترکیب نگاه تجربی علمی با داشته‌های سنتی مرتبط با دارو و درمان، نکته مهمی است که می‌تواند بر شیوه و توسعه پزشکی مردمی تاثیر بگذارد، و لازم است که این تغییرات اخیر در تحلیل کاربرد پزشکی مردمی در منطقه مورد توجه قرار بگیرد.

^۱ بوم‌شناسی فرهنگی معتقد است فرهنگ و محیط در تعامل دو سویه و مرتبط با یکدیگر هستند.

از بعد کاربردی می‌توان این پژوهش را در زمره انسان‌شناسی کاربردی قرار داد. انسان‌شناسی کاربردی به معنای عام آن هرگونه استفاده از دانش انسان‌شناسی برای شناخت، ارزیابی و حل مسائل معاصر است. با توجه به این که جوامع و گروه‌های قومی متفاوت، بیماری‌ها، علت‌ها و عوارض متفاوتی را تشخیص می‌دهند و متناسب با آن نظام‌های مراقبتی بهداشتی و درمان‌های گوناگونی را تحول بخشیده‌اند در این جا انسان‌شناسان می‌توانند نقش تفسیرگر فرهنگی را ایفا کنند و به پیشبرد برنامه‌هایی کمک کنند که با فرهنگ محلی سازگار است و از سوی مردم محلی پذیرفته می‌شود (کتاک، ۱۳۸۶: ۳۶). البته باید توجه داشت که همه آنچه می‌تواند از نظر مطالعات انسان‌شناختی و فرهنگی ذیل مقوله "پزشکی مردمی"، الزاماً و بدون تایید مراجع علمی قابل استفاده مستقیم برای درمان نیست و با توجه به حساسیت مسأله بیماری و درمان که با جان و سلامت مردم ارتباط دارد، لازم است که این دانش قومی^۱ قبل از کاربرد از صافی مطالعات علمی بگذرد.

اهداف پژوهش

هدف کلی پژوهش حاضر عبارت است از:

- گردآوری، تدوین و تنسيق داده‌های مردم‌نگاری با موضوع پزشکی مردمی در شهرستان‌های شمیرانات و دماوند در زمینه اجتماعی و فرهنگی

اهداف جزئی پژوهش حاضر عبارت است از:

- گردآوری، تنسيق و تحليل اطلاعات در خصوص مفاهيم بیماری، دارو و درمان در مناطق مورد مطالعه

- گردآوری، تنسيق و تحليل اطلاعات در خصوص ابزارها و وسايل مورد در استفاده در حوزه پزشکی مردمی
- شناسایی و تنسيق مشخصات درمان گران بومی
- گردآوری و شناسایی انواع گیاهان و داروهای بومی و شیوه تهیه، عرضه و مصرف آنها
- شناسایی و تنسيق انواع مناسک، مراسم و نهادهای مرتبط با پزشکی مردمی

فرضیه‌ها یا سوال‌های اساسی پژوهش

- سوال اصلی پژوهش حاضر این است که درمان‌های پزشکی مردمی در مناطق شیمرانات و دماوند چیست و همچنین این پژوهش قصد دارد در قالب رویکرد کیفی و با روش مردم‌نگاری به سوالات زیر پاسخ دهد:
- مفاهیم بیماری، سلامت و درمان در این مناطق چگونه معنا می‌شود؟
 - چه گیاهان و داروهای بومی در این مناطق برای درمان بیماری مورد استفاده قرار می‌گیرند؟
 - داروهای بومی چگونه تولید، توزیع و مصرف می‌شوند؟
 - چه ابزار و وسایلی در حوزه پزشکی بومی مورد استفاده قرار می‌گیرند؟
 - چه مناسک و مراسمی برای درمان بیماری اجرا می‌شود؟ مراحل درمان بیماری به چه صورت است؟
 - درمان گران محلی چه کسانی هستند؟ چگونه می‌توان آنها را طبقه‌بندی کرد؟ جایگاه و نقش اجتماعی و فرهنگی آنان چگونه است؟
 - روایت مراجعین به درمان گران بومی و مصرف کنندگان پزشکی مردمی از تجربه درمان چیست؟
 - رابطه درمانگر و بیمار در مناطق مورد بررسی چگونه است؟

دانسته‌ها و رویکرد نظری

پیشینه پژوهش

استفاده از چارچوب مفهومی و مطالعات پیشین از مباحث بحث‌برانگیز در روش‌های کیفی و میدانی بوده است. گاهی این ایده مطرح می‌شود که در طرح تحقیق کیفی نیازی به مرور آثار و نوشته‌های پیشین نیست یا حتی باید در ابتدای کار از چنین عملی اجتناب کرد. این امر ناشی از رابطه نزدیک تحقیق کیفی با ایده کشف حوزه‌های جدید و جستجو در قلمروهایی نو در تحقیق و جهان علم است. با وجود این، خیال خامی است که تصور کنیم در قرن بیست و یکم و پس از یکصد سال تحقیق اجتماعی هنوز قلمروهای پژوهشی جدید وجود دارند که تاکنون چیزی درباره‌شان منتشر نشده است (فلیک، ۱۳۹۱: ۶۴). بنابراین نمی‌توان منکر اهمیت ادبیات پیشین در انجام تحقیقات کیفی به طور عام و مردم‌نگاری به طور خاص شد. همان‌طور که استرواس و گلنزر عنوان می‌کنند میان یک ذهن باز و یک کله خالی فرق است. برای تحلیل داده‌ها ما باید دانش موجود را مورد استفاده قرار دهیم نه آن‌که از آن دست بشویم. مسئله بر سر استفاده یا عدم استفاده از دانش موجود نیست، مسئله چگونگی استفاده از آن است (دی، ۱۹۹۳: ۶۳). از دیگر سو، آشنایی با پیشینه تحقیق و رویکردهای نظری اتخاذ شده برای مطالعه موضوع، این امکان را به پژوهشگر می‌دهد که از نگاه سطحی عبور کرده و سؤال‌های پژوهش را با نگاهی عمیق‌تر دنبال کند. با توجه به اهمیت مطالعات پیشین، در ادامه پژوهش‌هایی که به درمان‌های بومی پرداختند بررسی می‌شود. در بررسی پیشینه پژوهش حاضر مشخص گردید که مطالعات انجام شده در حوزه طب عامه را می‌توان به پنج گروه «مطالعات فلسفه طب سنتی و درمان‌های سنتی»، «مطالعات موسیقی درمانی»، «مطالعات گیاه درمانی»، «مطالعات مرتبط با درمان‌های بومی در نقاط مختلف ایران»، «مطالعات مرتبط با انگیزه مراجعان به طب سنتی» تقسیم نمود.

گروه اول، مطالعات تاریخی هستند که به فلسفه طب سنتی و درمان‌های سنتی در طول تاریخ آن اشاره دارند. مطالعه طب در دوره صفویه (۱۳۵۷) نوشته الگود سیریل، بدن اسطرب (۱۳۹۵) نوشته پیمان متین، آیین‌های شفا (۱۳۸۷) نوشته علیرضا ملک‌راه، تاریخ طب و طبابت در ایران پس از اسلام (۱۳۵۳)، تاریخ طب در ایران (۱۳۷۱) نوشته محمود نجم‌آبادی از این دست مطالعات هستند.

گروه دوم، مطالعاتی هستند که به درمان از راه موسیقی توجه داشتند، مطالعات مقصودی (۱۳۹۱، ۱۳۹۲) درباره شیوه‌های درمانی ترکمن‌ها و شیوه درمانی زار در جنوب ایران، مطالعه زاویه و اصل مرز (۱۳۹۲) درباره ریشه‌های فرهنگی زار، مطالعه بلوکباشی (۱۳۸۳) درباره پری‌خوانی، مطالعه فاضلی و دیگران (۱۳۹۸) در زمره این مطالعات هستند. این مطالعات نشان داده‌اند که مردمان در درمان بیماری‌های روحی و جسمی به نواختن موسیقی از طریق ساز و دهل، آواز، حرکات بدنی توجه داشتند تا با توسل به نیروهای ماورالطبیعه درمان ممکن شود، به عبارتی جنبه‌های روان‌شناختی، و نه صرفاً بدنی، درمانگری‌های مردمی در این مطالعات مورد توجه قرار گرفته است و اینکه چطور، بدون قضاوت در مورد صحت و سقم هستی‌شناختی این روش‌ها، این فنون روان‌شناختی بر احساس بهبودی و شفا تاثیر می‌گذارند. این امر به خصوص در مورد بیماری‌های عصبی-روانی حائز اهمیت است. همچنین مطالعه مقصودی (۱۳۹۲) و مطالعه زاویه و اصل مرز (۱۳۹۲) نشان داد که شیوه‌های درمانی پرخوانی و ایشانی متأثر از دو فرهنگ شامانی و اسلامی و شیوه درمانی زار متأثر از فرهنگ‌های آفریقایی است که با آمدن سیاه‌پوستان آفریقایی به جزیره خارک گسترش یافت. بنابراین مردمان فرهنگ‌های مختلف از آموزه‌های یکدیگر در امر درمان تأثیر می‌پذیرند. به عبارت دیگر، هستی‌شناختی و نظام‌های عقیدتی که زیربنای اعمال این روش‌ها هستند در این مطالعات مورد توجه قرار می‌گیرند. اهمیت این هستی‌شناسی و نظام عقیدتی، توجیه و اقناعی است که بر اثربخشی درمان روی درمان شونده تاثیر به سزایی دارد. مطالعه فاضلی و دیگران (۱۳۹۸) نشان داد با کم‌رنگ شدن حضور موسیقی درمانی در فضای کلینیک‌ها

و پزشکی ایران راه برای ورود موسیقی درمانی در فضای مجازی فراهم شده است. این شیوه درمان در عرصه فضای مجازی موفق شده است پزشکی مدرن را به چالش بکشد اما همزمان طب مکمل دچار تغییراتی گردید.

گروه سوم، مطالعاتی هستند که به گیاه درمانی اختصاص دارند. با توجه به تنوع زیستی-گیاهی موجود در ایران که پنج برابر تمام گونه‌های گیاهی در قاره اروپا است (فرهادی، ۱۳۸۵: ۴۳)^۱، مطالعات بسیاری به کاربرد گیاهان در امر درمان و گیاه قوم‌شناسی اختصاص دارد. مطالعات مرتبط با گیاه قوم‌شناسی، ضمن مطالعه و شناسایی گیاهان منطقه مورد مطالعه به خواص درمانی گیاهان پی بردند و در پژوهش خود به آن اشاره داشته‌اند. مطالعات گیاه قوم‌شناسی به دو گروه تقسیم می‌شود. گروه اول مطالعات گیاه قوم‌شناسی تمام گیاهان منطقه را مورد بررسی قرار داده‌اند (مقصودی و پارسا پژوه، ۱۳۹۰؛ خالقی و دیگران، ۱۳۹۴؛ رضوی، ۱۳۹۴؛ میردیلیمی و دیگران، ۱۳۹۳؛ دیف‌رخش و دیگران، ۱۳۹۳؛ مقصودی و صالحی، ۱۳۹۳؛ فرهادی، ۱۳۸۵؛ رحیم‌فروزه، ۱۳۹۳). گروه دوم مطالعات گیاه قوم‌شناسی به مطالعه یک گیاه اختصاص داشته‌اند (کریمیان و دیگران، ۱۳۹۵؛ بازگیر و دیگران، ۱۳۹۴). مطالعات مرتبط با کاربرد گیاهان در امر درمان که از ابتدای پژوهش به دنبال شناخت خواص درمانی گیاهان منطقه مورد مطالعه بودند (سلیمی - مؤید، ۱۳۹۰؛ قوام و دیگران، ۱۳۹۵؛ دور و قوام، ۱۳۹۵؛ علی‌میرزایی و دیگران، ۱۳۹۷؛ میرمیران و دیگران، ۱۳۹۴؛ سلامی، ۱۳۸۲).

گروه چهارم، مطالعاتی هستند که به مجموع روش‌های درمانی در نقاط مختلف ایران یا در میان اقلیت‌ها اشاره داشته‌اند. این روش‌های درمانی طیف گسترده‌ای از روش‌های عملی، جادو درمانی، دعادرمانی، درمان از طریق توسل، دود درمانی را شامل می‌شود. مطالعات پزشکی سنتی مردم ایران: شامل طب سنتی، گیاهان دارویی و آب‌های معدنی

^۱ البته اثبات چنین ادعایی نیاز به مستندات زیادی دارد. ولی به هر حال نمی‌توان انکار کرد که گونه‌های گیاهان دارویی به طور گسترده در کشور شناخته و از گذشته مورد استفاده قرار می‌گرفته‌اند.

استان‌های آذربایجان شرقی و غربی، اصفهان، بوشهر، تهران (۱۳۷۰) نوشته ایرج افشار، گیاهان دارویی و کاربرد سنتی آن در کردستان. کرمانشاه (۱۳۷۴) نوشته امیر امینی، طب سنتی ایران: بخش پنجم از آبدانان تا سر پل ذهاب (۱۳۹۵) نوشته یوسف بیگ باباپور، طب سنتی در ترکمن صحرا (۱۳۷۰) نوشته حمیدی، طب سنتی در میان کردان (۱۳۶۱) صدیق صفی‌زاده، پژوهشی در مبانی عقاید سنتی پزشکی مردم ایران (۱۳۶۴) ابوتراب نفیسی مطالعات قدیمی دربارهٔ درمان‌های بومی هستند. اما امروزه مطالعاتی دربارهٔ درمان‌های بومی انجام شده است. مطالعهٔ ایلنت و رحیمی (۱۳۹۸) در روستای کمرچه علیا به مجموعه‌ای از شیوه‌های درمانی مثل دوددرمانی برای درمان عفونت‌های جلدی، احتباس ادرار، کرم‌خوردگی دندان، درمان‌هایی که ریشه در باورهای خرافی دارد (مثل چل‌بری، تخم‌مرغ شکستن)، دعدارمانی برای درمان‌های روحی و روانی اشاره داشت. شمس‌الدینی و رفیع‌فر (۱۳۹۸) با مطالعه شیوه‌های درمانی یهودیان یزد به باورهای آنان دربارهٔ بهداشت فردی، اهمیت خوردنی‌ها، درمان بیماری‌های زنان در دوران بارداری و نوزدان با توسل به باورهای جاودیی و ختنه پرداختند. مقصودی و صدیقی (۱۳۹۹) در مطالعه درمان‌های بومی، سنتی و جایگاه آن دنیای در مدرن: مطالعه موردی مانتره‌درمانی در میان زرتشتیان با تمرکز بر روش اسنادی-میدانی به مطالعه درمان‌های رایج در میان زرتشتیان شهر یزد می‌پردازند. آنان در این مطالعه نشان می‌دهند امروزه، مانتره‌درمانی رایج‌ترین شیوهٔ درمانی در میان زرتشتیان برای درمان بیماری‌های روحی است و موبدانی که به متون مقدس و خوانش صحیح آن آگاهی دارند در مقام مانتره‌درمانگران هستند. پهلوان‌شریف و رحیمی (۱۳۹۸) در بررسی بیماری یرقان (زردی) به مجموعه‌ای از روش‌های درمانی از قبیل گیاهان دارویی، تیغ زدن، استفاده از مهرهٔ زردرنگ، خوراندن ماهی زنده، استفاده از آب‌های معدنی اشاره کردند. مکاری (۱۳۹۸) شیوه درمانی فصد (رگ‌زنی) را در گناباد مطالعه کرده است. این شیوه امروزه برای درمان بیماری‌های جسمی و روحی کاربرد دارد. حسن‌زاده و دیگران (۱۳۹۸) به آیین پیرپتر به عنوان یک شیوه درمانی (شفا) موسیقایی، معنوی که با سماع و سلسله‌مراتب معنوی همراه است، اشاره

کرده‌اند. قادری و دیگران (۱۳۹۴) به مطالعه مجموع روش‌های درمان ناباروری و جایگاه امروزی آن در شهرستان اردستان پرداختند. آنان نشان داده‌اند که رواج طب بومی در دنیای امروز به ویژگی طب بومی بازمی‌گردد. مهم‌ترین ویژگی طب بومی این است که این طب معطوف به دیگری نیست به همین دلیل خود را در برابر هر آنچه که طب بومی نیست قرار نمی‌دهد. به همین دلیل در رابطه با طب مدرن این امکان برای طب بومی فراهم می‌شود که با طب مدرن گفتمان داشته باشد. طب بومی در دوره مدرن بازتعریف می‌شود و فهم آن جز با درک فهم طب عامه میسر نیست به همین دلیل و با توجه به بازتعریف طب بومی نویسندگان از اصطلاح «طب بومی مدرن» استفاده کرده‌اند. میرزایی (۱۳۹۷) با روش‌های مردم‌شناختی شامل مشاهده، مصاحبه و یادداشت‌های شخصی به مطالعه شیوه‌های درمان سنتی و پیشگیرانه در میان مهاجرین افغانستانی شهرک قائم پرداخته است. صدقه، سفره انداختن و نذر و دعا راهی برای پیشگیری از بیماری در نظر مهاجرین و دعانویسی، درمان با گیاهان دارویی، شکسته‌بندی، رگ‌گیری و حجامت پنج شیوه درمانی سنتی در میان مهاجرین هستند. ادبیات پژوهشی مرتبط با طب سنتی در حال بازتولید است در این زمینه می‌توان به مطالعات دیگری از قبیل؛ خوراکی‌ها، (موسوی و همکاران ۱۳۹۶) ابزارهای بهداشتی، (قنادی و داودی ۱۳۹۰) سبک زندگی، (اعرج خدایی و همکاران ۱۳۹۶) درمان (شهپر و همکاران ۱۳۹۴) و حتی مفاهیم (توکلی کاخکی و همکاران ۱۳۹۶) اشاره داشت. همچنین نمونه‌های متعددی از مرور و بررسی ادبیات مرتبط با طب سنتی را می‌توان برشمرد که بر بخش خاصی از بدن یا بیماری ویژه‌ای متمرکز است. مرورهایی در ادبیات طب سنتی با محوریت بهداشت دهان و دندان (فانی و صالحی ۱۳۹۲) چشم (خوش زبان و همکاران ۱۳۹۵) مراقبت‌های دوران بارداری (هاشم دباغیان و همکاران ۱۳۹۱) فشار خون (قدس و همکاران ۱۳۹۱) و غیره انجام شده است.

گروه پنجم، مطالعات اندکی را در بر می‌گیرد. این گروه از مطالعات به پژوهش‌هایی اشاره دارد که به انگیزه افراد مراجعه‌کننده به طب سنتی اشاره دارد. فارسانی و همکاران (۱۳۹۱) در یک مطالعه آماری به بررسی مقایسه‌ای ویژگی‌های بیماران گیرنده خدمات طب سنتی با بیماران طب رایج در شهر تهران پرداخته‌اند و به عواملی چون انگیزه بیمار در مراجعه و دیدگاهشان در رابطه با مزایا و معایب روش درمانی توجه نشان داده‌اند. طبق یافته‌های این پژوهش گرایش تازه‌ای به طب سنتی ایجاد شده و رضایتمندی بیماران از این روش درمانی بالاتر از طب رایج است. مقصودی و توکلیان (۱۳۹۴) نیز به بررسی عوامل موثر بر رضایتمندی بیماران از طب سنتی در شهر کرمان پرداخته و با تکیه بر نتایج بدست آمده رضایت را بالا توصیف کرده در بین عوامل گوناگون، عملکرد پرسنل را موثرترین عامل در این رضایت عنوان کرده‌اند. مجموعاً ناظر به بررسی پیشینه پژوهش بنظر می‌رسد که در رابطه با مخاطبان گفتمان طب سنتی و یا اسلامی، پژوهش مستقلی با تکیه بر روش‌های کیفی صورت نپذیرفته است مگر پژوهش شهرزاد و همکاران (۱۴۰۰) که با روایت پژوهی دیدگاه‌های مخاطبان طب مکمل یا جایگزین را از منظر جامعه‌شناختی بازتاب داده‌اند.

چهارچوب مفهومی

شناسایی مرز مفاهیم طب عامه، طب سنتی، درمان‌های بومی

تداخل معانی مفاهیم "طب عامه"، "طب سنتی"، "درمان‌های بومی" پژوهشگران این حوزه را با چالش روبه‌رو نموده است. بنابراین در ابتدا به حد و مرز این مفاهیم پرداخته می‌شود. مطابق با تعریف سازمان جهانی بهداشت در سال ۱۹۷۸ میلادی، درمان‌های بومی شامل تمامی علوم نظری و عملی که در تشخیص طبی، پیشگیری و درمان بیماری‌های جسمی، ذهنی یا ناهنجاری‌های اجتماعی به کار می‌رود و به صورت گفتاری یا نوشتاری از نسلی به نسل

دیگر انتقال یافته است، می شود (رضایی زاده، ۱۳۸۴: ۶۲). تعریف دیگری از درمان بومی، آن را نظام های بهداشتی و درمانی میان قومیت ها می داند که کاملاً به فرهنگ آن ها متکی است. با آن که این نظام های طبی بیشتر سنتی هستند و بر پایه دانش های کهن و رفتارهای باستانی شکل گرفته اند اما در سده های اخیر نشانه های پویایی برای انطباق با تغییرات جدید نشان داده اند. انتقال دانش در آن ها به طور شفاهی، آموزش سینه به سینه و براساس مشاهده است (متین، ۱۳۸۹: ۷۵). طب عامه را شیوه درمانی در جوامع کهن و نانویسا تعریف کرده اند که انتقال دانش درمانی به صورت شفاهی از نسلی به نسل دیگر است (همان، ۶۷) با توجه به این تعریف طب عامه در ذیل درمان های بومی قرار می گیرد.

در سال ۲۰۰۲ میلادی سازمان بهداشت جهانی طب سنتی را واژه ای کلی دانست که به سیستم های طب سنتی مانند طب سنتی چین، آیورودای هند، طب یونانی-عربی و به اشکال مختلف طب بومی اطلاق می گردد (رضایی-زاده، ۱۳۸۴: ۶۲). این تعریف از طب سنتی، درمان های بومی را در ذیل مفهوم طب سنتی قرار داد. مطابق با آن درمان های موجود به دو گروه دارو درمانی و غیر دارویی تقسیم گردید. دارو درمانی شامل استفاده از گیاهان دارویی، اجزاء حیوانی و معدنی و روش های غیر دارویی مانند طب سوزنی، ماساژ و درمان های روحی و روانی است (همان). در تقسیم بندی دیگری با توجه به ماهیت و شکل کاربردی درمان، روش های درمانی به درمان های عملی (شکسته-بندی، دندان کشی، ختنه کردن، نیشترزدن، داغ کردن)، گیاه درمانی، جادو درمانی، دعا درمانی، درمان از طریق توسل-جویی و نذر، موسیقی درمانی، آب درمانی تقسیم گردید (بلوکباشی، بی تا). تعاریف فوق نشان داد که مفاهیم طب سنتی، درمان بومی، طب عامه با یکدیگر اشتراکاتی دارند از این رو برای جلوگیری از آشفتگی در متن حاضر از واژه پزشکی مردمی استفاده شد.

پزشکی مبتنی بر شواهد با تکیه بر روش شناسی برخاسته از جهان مدرن و بر اساس یافته ها، تحقیقات و مهارت های بالینی پزشکی می باشد. اگرچه درباره حدود تعریف پزشکی مبتنی بر شواهد و کاربرد های مختلف آن همچنان اتفاق نظر میان پژوهشگران وجود ندارد. اما هستی شناسی، انسان شناسی و روش شناسی آن دارای تمایزی بنیادین با جهان بطلمیوسی، جالینوسی و بقراطی است. با وجود این تفکیک باید اشاره داشت که پزشکی مبتنی بر شواهد و سایر اشکال پزشکی دو قطب سراسر متضاد و یا دو جهان غیر مرتبط نیستند بلکه از یکدیگر تاثیر و تأثر پذیرفته اند. برای مثال گیاهان دارویی به بخش مهمی از برنامه های تجویز پزشکی مدرن تبدیل شده اند و از سوی دیگر بسیاری از اصطلاحات و واژگان پزشکی مدرن به اشکال مختلف گفتمان طب سنتی راه یافته اند.

مفاهیم نظری

از روزهای آغازین فعالیت رشته انسان شناسی، درمان های بومی در دیگر مناطق از مهم ترین موضوعات مورد نظر انسان شناسان بود. بنابراین انسان شناسان در مطالعه شیوه های درمانی دیگری غیر غربی به نوع نگرش و درک افراد آن جامعه از معضلات بهداشتی و چگونگی دسته بندی آن ها، روش های مورد استفاده برای پیشگیری از بیماری ها؛ روش های تشخیصی؛ روش های درمانی از قبیل اعمال جادویی، مذهبی، آیینی، علمی و نقش درمانگرها توجه داشتند (متین، ۱۳۸۹: ۴۸-۴۷). به عبارتی مطابق با نظر فاستر و اندرسون، هر جامعه نظام های نظری بیماری دارد که برای تشخیص، دسته بندی، و تبیین ناخوشی شناخت آن ضروری است. به نظر آنان، سه نظریه شخص گرایانه، طبیعت گرایانه و عاطفه گرایانه درباره علت های ناخوشی مطرح است. نظریه های شخصی گرایانه، ناخوشی را به عاملان غالباً خبیثی چون جادوگران، ارواح نیاکانی نسبت می دهند. نظریه های طبیعت گرایانه ناخوشی را تبیین غیر شخصی می کنند. از نمونه های این نوع نظریه می توان به پزشکی غربی یا پزشکی مبتنی بر علوم طبیعی، که ناخوشی را به مواد سمی، میکروب، ویروس نسبت می دهد و قوم-پزشکی که کمبود سلامتی را نتیجه عدم تعادل مایعات بدن می داند، دانست.

در نهایت نظریه‌های عاطفه‌گرایانه، معتقدند تجارب عاطفی منجر به ناخوشی می‌شود و معتقدند اضطراب با وحشت علت ناخوشی است (کتاک، ۱۳۸۶: ۸۵۵). ممکن است در مطالعه یک مورد خاص، مخلوطی از این دسته بندی تحلیلی علت ناخوشی مشاهده شود، به خصوص پزشکی مردمی با خصیصه عموماً غیر مکتوب و سیالی که دارد، مستعد پذیرش ایده‌های جدید و وارد کردن آن در تشخیص و درمان هستند. در مطالعه نظام‌های نظری بیماری، تلاش انسان‌شناسان بر این است در چارچوب رویکردهای نظری انسان‌شناسی مفاهیم علت ناخوشی، شیوه‌های درمان، روش‌های تشخیص بیماری را درک نمایند. تقسیم‌بندی رویکردهای نظری انسان‌شناسی در زمینه پزشکی و درمان‌های بومی گسترده است اما به طور کلی می‌توان از سه رویکرد بوم‌شناسی، رویکرد تفسیری و انتقادی نام برد.

کانون توجه رویکرد بوم‌شناسی، مفهوم «اکوسیستم»، به عنوان مجموعه‌ای از روابط میان ارگانیسم‌ها درون یک محیط مشخص که فرصت و محدودیت ایجاد می‌کند، است. محیط ترکیبی از شرایط زیستی، جغرافیایی، اجتماعی و فرهنگی است و عوامل بیماری‌زا نیز در گستره‌ای از انگل‌ها تا مقوله‌هایی همچون خشونت فیزیکی، تنش‌های روانی، آلودگی‌هایی که از خلال فعالیت انسان‌ها تولید می‌شود، است (ویس^۱، ۲۰۱۸: ۱۴۵). اما تنگناهای موجود در رویکرد بوم‌شناختی از جمله چشم‌پوشی از برساخت‌های فرهنگی انسان از دنیای پیرامون خویش، زمینه را برای توجه به رویکرد تفسیری مهیا ساخت. در این دیدگاه، بیماری نه به مثابه بخشی از طبیعت و جدا انسان بلکه الگوی تبیینی به شمار می‌آید. در این رویکرد، نظام سلامت به عنوان نظامی از معناها در نظر گرفته می‌شود که با روش‌های برساخت‌گرایانه

¹ Weiss

واقعیت‌های بیماری را در شبکه‌های معنایی و بازنمایی بیماری را در چارچوب روایت بررسی می‌کند (پول^۱ و گیسلر^۲، ۲۰۰۵:۳۵ به نقل از میرزایی، ۱۳۹۷:۴۵).

بنابراین برای فهم کامل رواج شیوه‌های درمانی بومی باید به دیگر متغیرها مثل محیط اجتماعی و معاشناختی زندگی افراد، سلول‌های بدنی افراد توجه شود به عنوان مثال تجربه فردی از فقدان و درد و رنج با نمادهای اصلی گروه در مسیحیت (درد و رنج مسیح) ارتباط می‌یابد این امر یک دستور زبان عمیق فرهنگی را نشان می‌دهد (پلیچ، ۱۹۹۵:۳۲۸).

در مطالعات درمان‌های بومی ضروری است به جایگاه انسان توجه شود که آیا انسان به مثابه موجودی جسمانی در نظر گرفته شود یا این که انسان به مثابه بخشی از جامعه دانسته می‌شود (متین، ۱۳۸۹: ۴۸-۴۷). در نظر گرفتن انسان به مثابه بخشی از جامعه نگاه به بیماری را تحت تأثیر قرار می‌دهد. با توجه به این که بیماری بدن فرد را از حالت معمول خارج می‌سازد و از آنجا که در نگاه داگلاس، بدن و مرزهای آن نمادی از مرزهای اجتماع است بنابراین بیماری همچون ناپاکی مختل‌کننده ارزش‌ها، هنجارهای اساسی و نظم موجود جامعه است (پلیچ، ۱۹۹۵:۳۲۳). پس باید به نحوی مرزهای بدن را بازسازی و ناهنجاری را رفع نمود. در این زمینه مطابق با نظر داگلاس، مناسک یا منسکی کردن ناهنجاری یکی از واکنش‌ها برای دوری امر نابهنجار است. در حقیقت، مناسک در پاسخ به بحران‌های فردی یا اجتماعی ایجاد می‌شود (ترنر، ۱۹۷۷:۱۸۳). ترنر در طبقه‌بندی مناسک، به دو گانه مناسک مربوط به بحران (خشکسالی، جنگ، بیماری، نازایی) در برابر مناسک مربوط به مراحل زندگی (تولد، ازدواج، مرگ) توجه دارد

¹ Pool

² Geissler

(ریویر، ۱۳۹۷: ۱۸۱). درمان‌های بومی، مناسکی در مواقع بحرانی هستند که در این شیوه درمان، شفا محور اصلی است. شفا در خلأ صورت نمی‌گیرد بلکه بخشی از طرح کلی نظام اجتماعی-فرهنگی است بنابراین می‌توان گفت شفا با میانجی‌گری فرهنگ صورت می‌گیرد. برای فهم بهتر شفا لازم است به چهار مرحله در مطالعه درمان با محوریت شفا توجه شود. مرحله اول، ارتباط نمادین است. هر سیستم درمانی بومی مبتنی بر الگویی از جهان اسطوره‌ای است. جهان اسطوره‌ای نمادهایی را در برمی‌گیرد. گرچه ممکن است مطابق با تجارب زیسته افراد درست باشد ولی لزوماً بدین معنی نیست که درستی آن با روش‌های تجربی ثابت شده است. در واقع مرحله دوم، بررسی ارتباط افراد با وساطت نمادها با جهان اسطوره‌ای و کیهانی است. بدین معنی که درمانگر (شفادهنده) فرد بیمار را ترغیب می‌کند که بیماری را با بخشی از جهان اسطوره‌ای مرتبط بداند. بعد از آن، درمانگر نمادها را به عنوان بخشی از نظام فرهنگی کلی جامعه در نظر می‌گیرد که منجر به تغییراتی در شخص بیمار می‌شود و فرد بیمار این تغییرات را در درون خود می‌پذیرد. در مرحله آخر، درمانگر بهبود بیمار را تایید می‌کند. در فرآیند شفا وقتی مردم تحت درمان بهبود خود را تایید کنند می‌توان اظهار کرد که شفا رخ داده است (پلیچ، ۱۹۹۵: ۳۲۹-۳۲۳).

سومین رویکرد در مطالعات انسان‌شناسی پزشکی، رویکرد انتقادی است. این رویکرد به دلیل بررسی ساختارهای خرد به دو رویکرد پیشین ایراد می‌گیرد و بر ساختارهای اقتصادی و سیاسی کلان تأکید دارد. اصطلاح انسان‌شناسی پزشکی انتقادی برای اولین بار از سوی بئر و سینگر در مقاله‌ای در سال ۱۹۸۲ باب شد. در این رویکرد، موضوعات بهداشتی از منظر فشارهای اقتصادی و سیاسی نگاه می‌شود. در این باور فشارهای سیاسی و اقتصادی شکل‌دهنده روابط انسان‌ها، رفتارهای اجتماعی و تجارب جمعی هستند و در سطح کلان روندی مثل سرمایه‌داری جهانی اهرم فشار و نیروی غالب در شکل‌دهی رفتارهای بهداشتی، چگونگی توزیع بیماری‌ها و ناخوشی‌هاست. به عبارتی بازشناخت

محوریت ابعاد سیاسی-اقتصادی در تاثیرگذاری بر مریضی و درمان و نیز روابط نابرابر اجتماعی بین بیمار و درمانگر مشخصه رویکرد انتقادی است (متین، ۱۳۸۳: ۲۱۵).

پژوهش حاضر برای بررسی و شناخت شیوه‌های درمان پزشکی مردمی در مناطق شمیرانات و دماوند از مجموعه‌ای از عوامل تاثیرگذار برای درمان الهام می‌گیرد این عوامل شامل محیط جغرافیایی و زیست، محیط اجتماعی-فرهنگی و معاشناختی که افراد در آن زندگی می‌کنند چارچوب مفهومی اصلی پژوهش حاضر را تشکیل می‌دهند.

روش انجام پژوهش

رویکرد روشی و مراحل

این پژوهش با استفاده از رویکرد مردم‌شناختی و با کار میدانی مردم‌نگارانه انجام خواهد گرفت. روش مردم‌نگاری به امور عادی زندگی روزمره، کسب یافته‌های مورد نیاز از طریق مشاهده و تجربه دست اول توجه دارد (فلیک، ۱۳۹۱: ۷۳). محقق به منظور فهم زندگی روزمره به مشاهده وقایع، گوش سپردن به مردمان، مصاحبه رسمی و غیررسمی، جمع‌آوری اسناد و مصنوعات توجه دارد (همرسلی و اتکینسون^۱، ۲۰۰۷: ۳). از همین رو برای موضوع پزشکی مردمی که در بستر زندگی روزمره مردم وجود دارد روشی مناسب است. پژوهش حاضر به مراحل زیر تقسیم می‌شود.

مرحله اول: شامل مطالعات کتابخانه‌ای و اسنادی، انجام مطالعات اکتشافی میدانی اولیه برای شناسایی مناطق مناسب برای تحقیق عمیق و گردآوری اطلاعات گسترده و شناسایی مطلعین محلی در میدان مطالعه است.

مرحله دوم: تعداد ۱۲ روستا از شهرستان دماوند و تعداد ۶ روستا از شهرستان شمیرانات از طرف مجری انتخاب و اعلام می‌گردد و در صورت تایید ناظر، پژوهش میدانی در روستاهای مشخص شده شروع می‌گردد. در این مرحله از مشاهده، مصاحبه و پرسشنامه استاندارد، چک لیست، عکاسی، فیلم برداری و صدابرداری برای جمع‌آوری اطلاعات درباره شناسنامه روستا، بیماری، نام محلی آن، نشانه‌های بیماری، شیوه درمان بیماری، مقدار و نحوه مصرف داروها، ممنوعیت مصرف، اعتقادات و باورهای رایج درباره شیوه‌های درمان، ابزارهای پزشکی مردمی، درمان‌گران (نام درمان‌گران، جنسیت، مکان درمان، نوع بیماری که درمان می‌کنند)، گیاهان دارویی مورد استفاده در امر درمان (نام محلی گیاه، نام علمی گیاه، محل رویش، شیوه مصرف و ممنوعیت آن، بخش‌های قابل مصرف گیاه) استفاده می‌شود.

¹ Hammersly & Atkinson

مرحله سوم: در مرحله سوم، تمام مصاحبه‌ها پیاده می‌شوند و با مطالعه مصاحبه و مشاهده‌ها و اسناد در فایل‌های جداگانه ذخیره می‌شوند. این فایل‌ها متناسب با محل جغرافیایی و با دسته‌بندی یکسان سازماندهی می‌شوند، و مورد تحلیل قرار می‌گیرند.

مرحله چهارم: بارگذاری اطلاعات و عکس‌های تهیه شده را در در قسمت مشخص شده در نرم‌افزار اطلس مردم‌نگاری.

مرحله پنجم: فایل‌های عکس‌های روی لوح فشرده (به تفکیک هر میدان‌های تحقیق) و گزارش جامع پژوهش در سه نسخه به اداره کل میراث فرهنگی استان تهران تحویل داده می‌شود.

میدان پژوهش

برای انتخاب مکان‌هایی که باید برای پژوهش برگزیده شوند، ابتدا مطالعات ابتدایی از تقسیمات کشوری و روستاهای موجود صورت گرفت. بدو از هر بخش شهرستان روستاهایی برای مطالعه در نظر گرفته شدند. مطالعات اکتشافی پژوهشگران نشان داد که در هیچکدام از شهرستان‌ها، غیر از یک مورد در روستای جابان از توابع دماوند، کسانی که اشتغال به پزشکی مردمی شناخته شوند و محل مراجعه مردم باشند یافت نمی‌شوند. در واقع دو شهرستان دماوند و شمیرانات به ترتیب تحت پوشش شبکه بهداشت و درمان دماوند و شبکه بهداشت و درمان شمیرانات هستند؛ و همه روستاهای این دو شهرستان خانه بهداشت هستند. خانه‌های بهداشت معمولاً دارای یک بهورز آقا و یک بهورز خانم هستند، و پزشک عمومی هم به صورت ده‌گردشی (یک روز در هفته) در خانه بهداشت برای ارائه خدمات حضور دارد. تمام خدمات پایه بهداشتی، غربالگری‌های سلامتی مثل اندازه‌گیری فشار خون و قند خون، و نمونه‌گیری غربالگری سرطان روده، واکسیناسیون و بهداشت مادر و کودک شامل پایش رشد کودک، را انجام می‌دهند.

سابق بر این در غالب برنامه تنظیم خانواده، و امروزه در غالب برنامه باروری سالم، مشورت های لازم در خصوص باروری به اهالی ارائه می شود. بهورزها همچنین ۱۶ قلم دارو، عموماً داروهای مسکن و مرتبط با درمان های علامتی، را هم می توانند تجویز کنند. تمامی این خدمات خانه های بهداشت به صورت رایگان به تمام اهالی روستا ارائه می شود. تمام خدمات خانه بهداشت در به طور دیجیتال ثبت شده و در شبکه سراسری سامانه خدمات بهداشتی ثبت می شود. تمامی مردم منطقه، به ویژه در روستاها، با مراکز بهداشت و خدمات آن کاملاً آشنا هستند. بهورزها، همه گوی افراد بومی روستای محل خدمت شان هستند و علاوه بر نسبت فامیلی، همه اهالی روستا و پیشینه سلامتی و بیماری ایشان را نیز به خوبی می شناسند. خانه های بهداشت تا ساعت اداری خدمات روزمره را انجام می دهند، و به خاطر ساکن بودن بهورزها، در موارد اورژانس هم در ساعات غیر اداری در دسترس هستند. به علاوه تمام روستاهای این دو شهرستان، دارای راه های ارتباطی مناسب هستند و در صورت نیاز به خدمات پزشکی در سطوح بالاتر مشکلی برای دسترسی به شهرستان و درمانگاه های تخصصی ندارند. اهالی روستا در صورت نیاز به خدمات درمانی در سطوح بالاتر، از طریق نظام ارجاع با استفاده از سیستم کامپیوتری سامانه سراسری خدمات بهداشتی، به درمانگاه های شهری و در صورت نیاز به بیمارستان ارجاع می شوند.

نزدیکی به تهران و آب و هوای مساعد دو شهرستانی دماوند و شمیرانات، باعث ساخت و سازهای ویلایی گسترده در تمامی روستاهای این شهرستان ها شده است. بخش هایی از این شهرستان ها، مانند لواسان کوچک و رودبار قصران در شمیرانات، و تا حدودی بخش مرکزی دماوند، تبدیل به مناطق اعیان نشین شده اند. علاوه بر این روستاهای دیگر منطقه، حتی روستاهای نسبتاً دور افتاده ای همچون لالان، همه گوی تبدی به اقامتگاه های ویلایی برای مردم شهرنشین و به ویژه مردم تهران شده است. بر اساس گفته مطلعین محلی، افزایش قیمت زمین در این روستاها باعث شده که تعداد زیادی از روستائیان زمین های شان که در بافت روستا بوده را به متقاضیان ویلا سازی بفروشند و سروسامانی به

وضعیت اقتصادی شان بدهند. به هر حال توسعه ساخت و ساز در این دو شهرستان باعث شده که راه های ارتباطی نیز متناسباً توسعه یافته و دسترسی روستاها به مراکز شهری، و تبعاً خدمات تخصصی پزشکی، را تسهیل کند.

تمام این شرایط باعث شده که اشتغال به پزشکی مردمی از رونق بیافتد، کما اینکه آن طور که مطالعات اکتشافی میدان ما نیز نشان داد، غیر از خاطره های از افرادی در گذشته، امروزه کسی به عنوان حکیم یا طبیب سنتی در منطقه شناخته نمی شود. بازمانده های این حکمای قدیمی، همچون.....

از طرفی در دهه های اخیر توجه به طب سنتی که توسط حکما/ اطبای سنتی به کار گرفته می شده است، به عنوان شیوه ای بومی و جایگزین برای درمان مورد توجه قرار گرفته است. آمیختگی این طب با متون اسلامی و حکمای مسلمان، باعث شده که این شیوه درمان همچین صبغه ای دینی بیابد. از سال ۱۳۹۵ نیز وزارت بهداشت و درمان نیز در معاونت درمان بخشی برای "طب سنتی ایرانی-اسلامی" را افتتاح کرد و "دروازه ورود به عرصه قانونمند آموزش، پژوهش و ارائه خدمات طب سنتی را به روی پرورش یافتگان و دانش آموختگان گشود تا ضمن احیاء، در جهت حفظ و تأمین سلامت جامعه از این میراث کهن در کنار طب رایج بهره برداری شود."^۱ به این ترتیب آموزش طب سنتی در دانشکده های پزشکی که پیش از این شروع شده بود به صورت نظام مند تری به کار خود ادامه داد و با دستورالعمل ها، آئین نامه ها و مدارک دانشگاهی به نظم و نسق کشیده شد. حضور این دوره دیدگان طب سنتی در جامعه و علاقه ای که برخی از اطباء به فعالیت در این حوزه نشان دادند، باعث شده است که طب ایران (طب سنتی) به شیوه ای همشکل با محتوای واحد و زیربنای نظری یکسان به بیماری و درمان، و نیز یکسان سازی داروها و شیوه های درمان، گسترش یابد. اعتبار تحصیل و مدرک دانشگاهی، باعث شده است که حکما و درمانگران قدیمی تر کم

^۱ صفحه اداره طب ایران در وبگاه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
<https://treatment.sbmu.ac.ir/index.jsp?pageid=59329&p=1>

کم عرصه را به این دانش آموختگان دانشگاهی بسپارند. به این ترتیب شیوه های اختصاصاً بومی و محلی کم کم جای خود را با نظام همسان و یکدست طب سنتی دادند و امروزه در غالب موارد، این پزشکان طب سنتی به عنوان مرجع طب سنتی-ایرانی در هر محلی شناخته می شوند. از طرفی دیگر بخش هایی از آنچه می توان پزشکی مردمی نامید، به طور سینه به سینه در خانواده ها منتقل شده به دلیل شفاهی بودن و عدم وجود مرجعی برای این دانش مردمی، با دقت کم و در حد کلیات (مثلاً اینکه آویشن برای ریه خوبه) باقی مانده است، و مشغولین و مطلعین که مشخصاً از طرف مردم به عنوان مرجع طب سنتی شناخته شوند قابل شناسایی نیستند.

امروزه در منطقه مورد بررسی، یعنی شهرستان های دماوند و شمیران و به ویژه در مناطق روستایی این دو شهرستان، که مناطقی توسعه یافته با دسترسی آسان به خدمات بهداشتی هستند، تنها معدودی پزشکان طب سنتی دیده وجود دارند که غالباً هم بومی محل نیستند و همان طب سنتی یک شکل شده را به کار می گیرند. در عوض پزشکی مردمی، به نوعی روایات شفاهی و اطلاعات کلی، و گاه غیر همسان، از برخی داروهای گیاهی تقلیل یافته است و کسی به عنوان مشغول این شیوه از درمانگری شناخته نمی شود.

از طرفی، لزوم داشتن مجوز از مراجع بهداشتی، نیز گاهی باعث می شود که کسانی که بدون این مجوزها به درمانگری با شیوه طب سنتی می پردازند بسیار محتاطانه عمل کنند و تا از مواجهه با مراجع بهداشتی بپرهیزند. در منطقه لواسان پس از پرس و جوهای بسیار از مردم محلی و عطاری ها، شخصی را معرفی کردند که به طب سنتی اشتغال دارد. البته این مشغول به طب سنتی بومی محل نبوده و جزو مهاجرین سال های اخیر به منطقه لواسان بوده است، و ظاهراً از شیوه های همسان طب ایرانی-اسلامی (طب سنتی) برای درمان استفاده می کرده است. علی رغم این موضوع پس از مراجعه به منزل ایشان، و آگاهی از اینکه درخواست داریم که در خصوص تحقیقی در مورد پزشکی

مردمی به ما کمک کنند، از همکاری استتکاف کردند. ظاهراً تصور این بود که پژوهشگران با دانشگاه های علوم پزشکی مرتبط هستند و این امر ممکن است برای ادامه فعالیت ایشان ایجاد اشکال کند.

از طرف دیگر، عمده دوران پژوهش میدانی در ایام همه گیری کرونا صورت گرفت، که لزوم رعایت شرایط فاصله فیزیکی و دیگر ملاحظات بهداشتی، سفر به منطقه و ارتباط با افراد را تحت تاثیر قرار داده است. برای سفرها ناچار بودیم که عمدتاً از وسایل شخصی، به جای وسایل عمومی، استفاده کنیم و قرارهای ملاقات را با رعایت شرایط بهداشتی ترتیب دهیم.

با توجه به نبود مشتغلین پزشکی مردمی، و شباهت دانش قومی و افواهی مردم در امر درمان های سنتی در تمامی این مناطق، پنج مکان، در پنج بخش متفاوت از شهرستان های شمیرانات و دماوند به عنوان مکان های تحقیق میدانی (Field sites) انتخاب شدند، تا حداکثر پوشش جغرافیایی را شامل شود. نتایج حاصله نشان از اطلاعاتی کمابیش یکسان را نشان می داد، همچنین بسیاری از اطلاعات بدون صراحت در خصوص نوع بیماری و درمان، به نشانگانی کلی از بیماری و مداوایی با انعطاف از حیث میزان و شیوه مصرف داروها اشاره داشتند. نمونه آقای سبزعلی غفاری، در روستای جابان از توابع دماوند، با مطلعین دیگر تفاوت داشت، چه اینکه ایشان تنها مشتغل پزشکی مردمی بود که در کل منطقه یافتیم. ایشان همچنین اختصاصاً به شکسته بندی می پردازند و در زمینه های دیگر پزشکی مردمی فعالیت نمی کنند. لذا این مورد به عنوان تنها مشتغل شکسته بندی، به عنوان بخشی از پزشکی مردمی، در میان مطلعین پژوهش قرار گرفتند.

مکان های پژوهش میدانی در دو شهرستان دماوند و شمیرانات، از توابع استان تهران، قرار داشته اند. در ادامه به توصیف و توضیح مکان های مختلف هر یک از این شهرستان ها پرداخته خواهد شد.



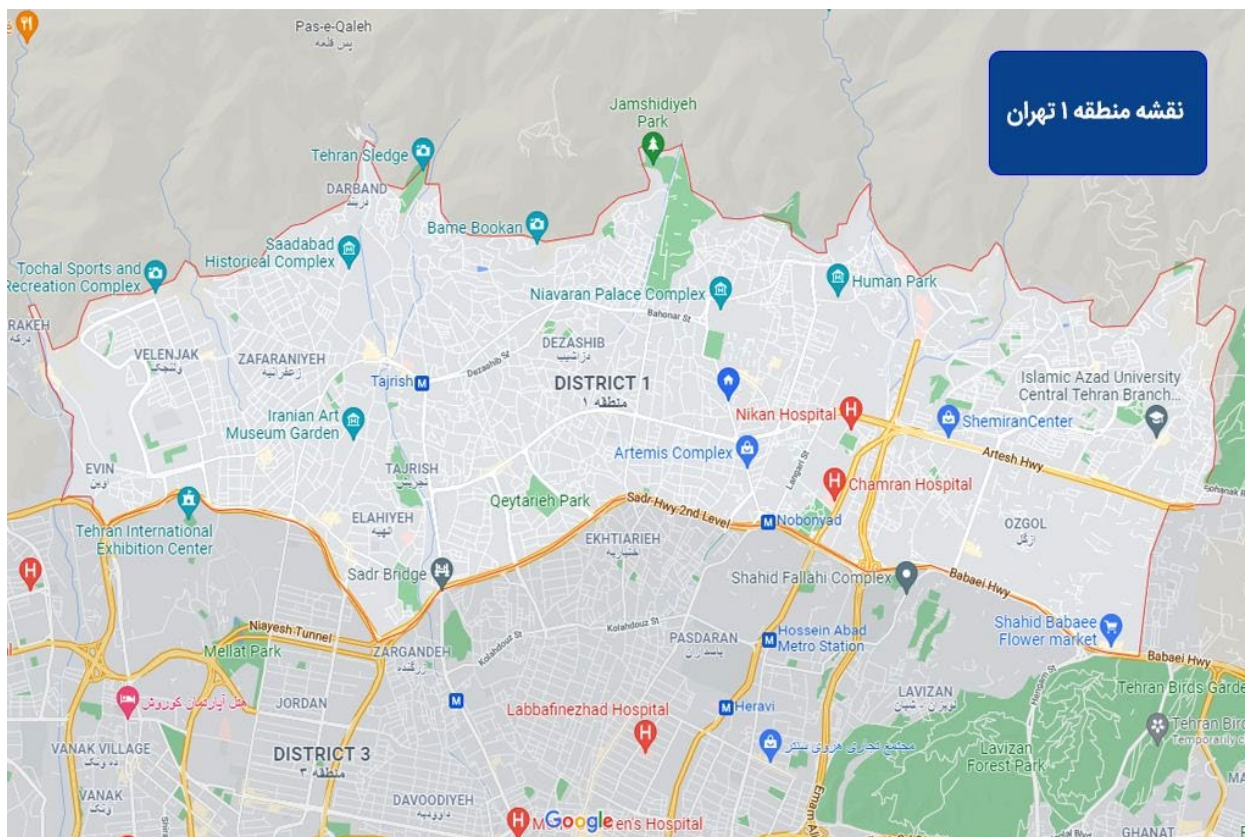
نقشه ۱: نقشه تقسیمات کشوری استان تهران

شهرستان شمیرانات

شهرستان شمیرانات در نقطه شمالی استان تهران قرار گرفته است و از شمال به استان مازندران، از جنوب به شهرستان تهران، از شرق به شهرستان‌های دماوند و پردیس و از غرب به استان البرز محدود می‌شود (فرمانداری شمیرانات، ۱۳۹۳). شهرستان شمیرانات از سه بخش مرکزی، رودبار قصران و لواسانات (لواسان کوچک و بزرگ) تشکیل شده که مرکز بخش مرکزی تجریش، مرکز بخش رودبار قصران اوشان، فشم، میگون و مرکز بخش لواسانات، لواسان است (در گاه ملی آمار ایران، ۱۳۹۵). بخش مرکزی با مرکزیت تجریش، در واقع شامل تمام منطقه ۱ شهرداری تهران است و امروزه به عنوان بخشی از تهران بزرگ قلمداد می‌گردد. این سه بخش علاوه بر آنکه تنوع آب و هوایی را تجربه می‌کنند از لحاظ فرهنگی و آیت‌هایی نظیر زبان نیز متفاوتند. با در نظر گرفتن معیارهایی نظیر جمعیت، تنوع فرهنگی، فاصله متناسب این مناطق از یکدیگر، و مهم تر از همه وجود مشغولین و مطلعین نسبت پزشکی مردمی، میدان های پژوهش انتخاب شده اند. از یکدیگر و همچنین دسترسی مطلوب به میدان پژوهش شش روستای زیر برای انجام پژوهش انتخاب شده اند.



نقشه ۲: شهرستان شمیرانات (بخش لواسانات و رودبار قصران)



نقشه ۳: نقشه شمیرانات (بخش مرکزی = منطقه ۱ تهران)

۱- روستای لالان - لالان یا لالون از روستاهای دهستان رودبار قصران است. این روستا، در فاصله ۴۵ کیلومتری شمال تهران و ۱۱ کیلومتری شمال فشم قرار دارد. جمعیت روستا بر اساس آخرین سرشماری نفوس و مسکن در سال ۱۳۹۵، ۱۱۳۵ نفر بوده (درگاه ملی آمار ایران، ۱۳۹۵) و مردم آن به زبان مازندرانی و گویش شمیرانی صحبت می کنند (دیهم، ۱۳۸۴).

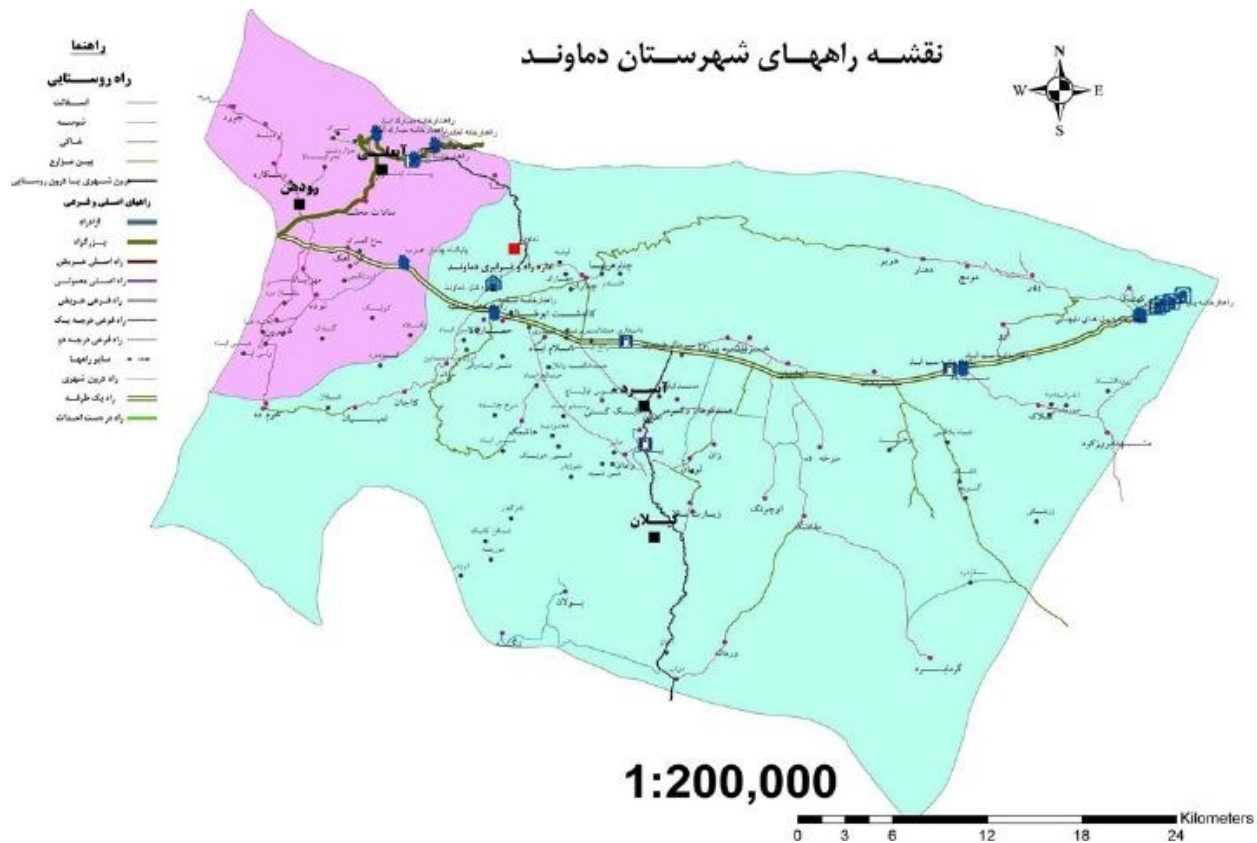
۲- اوین (سابقاً روستایی)، بخش مرکزی شمیرانات - مرکز شهرستان شمیرانات شهر تجریش می باشد که شامل سرتاسر منطقه ۱ شهرداری تهران می گردد و اکنون دیگر با کلانشهر تهران در هم آمیخته است و جمعیت آن به دلیل متصل بودن تجریش به شهر تهران به همراه آن ذکر می شود. اوین یکی از محله های بخش مرکزی بوده که مانند بقیه این بخش جنبه روستایی داشته و اکنون به منطقه ای شهری تبدیل شده است.

اگرچه به خاطر محصور بودن منطقه توسط بزرگراه ها و نیز کوهستان، همچنان هویت مستقل خود را حفظ کرده و علی رغم ساخت و سازهای جدید، ساختار همسایگی بومی تا حدودی حفظ شده است.

۳- روستای ناران، منطقه لواسانات (لواسان کوچک): این روستا به دلیل قرار گرفتن در خیابان اصلی لواسان کوچک (خیابان امام خمینی) و در جوار در حال شهری شدن است

شهرستان دماوند

شهرستان دماوند در گذشته محل پیوستن مرزهای سه منطقه پر اهمیت کشور (ری، قومس، طبرستان) و اکنون (تهران، مازندران و سمنان) است. این شهرستان بر اساس تقسیمات کشوری جز استان تهران است و از شمال به استان مازندران، از شرق به فیروزکوه، از جنوب به گرمسار و ورامین و از غرب به لواسانات شمیران محدود می شود (دماوندنامه، بی تا). مردم شهر دماوند و آبادی های شرقی و جنوبی شهرستان دماوند به گویش دماوندی صحبت می کنند و در محلات شمالی شهر دماوند تا سه کیلومتری مرکز شهر همچون دشتبان، دشتک، دشتزار، چشمه علا، مشاء، احمدآباد و اوره به زبان مازندرانی صحبت می شود. همچنین روستاهایی که در مسیر گردنه های گدوک و امامزاده هاشم و اطراف آنها واقع شده اند نیز همگی به زبان مازندرانی صحبت می کنند (علمداری، ۱۳۸۴). بر اساس آخرین سرشماری جمعیت این شهرستان ۱۲۵۴۸۰ نفر اعلام شده است (درگاه ملی آمار ایران، ۱۳۹۵). شهرستان دماوند مشتمل از دو بخش مرکز و رودهن است که در مجموع پنج دهستان ابرشویه، جمع آبرود، تاررود، آبعلی و مهرآباد را در برمی گیرند (درگاه ملی آمار ایران، ۱۳۹۵).



شکل - تقسیمات شهر دماوند (منبع: وبسایت شهرنگار، ۱۳۹۸)

در این شهرستان نیز با در نظر گرفتن اقلیم و نیز وجود مشغله‌ها به پزشکی مردمی، کار میدانی در دو منطقه صورت گرفت. یکی روستای جابان که تنها مشغول طب سنتی در منطقه (شکسته بند) را در آنجا شناسایی کردیم، و دیگری گف و گو با مطلعینی در آبسرد و به خصوص دماوند. تنها کسی که در آبسرد سابقاً به عنوان حکیم اشتغال داشته، امروزه بازنشسته شده بود و با توجه به کهولت سن و همه گیری کرونا از ملاقات با افراد اجتناب می کرد. پسر ایشان هم کار و کسب عطاری داشتند که به نوعی به طور عمده گیاهان دارویی و کالاهای دیگر را توزیع می کردند. با این حال طبابت مردمی در این خانواده دیگر رواج ندارد و برای امور مرتبط با طب سنتی به پزشکان سنتی (با تحصیلات

دانشگاهی) که در دماوند ساکن هستند ارجاع می دهند. لذا عملاً در شهرستان دماوند، یکی از مکان های تحقیق میدانی به مشغولین طب سنتی در دماوند تخصیص داده شد.

۱- روستای جابان (جابون): روستایی در بخش مرکزی شهرستان دماوند، واقع در رشته کوه های البرز، در ضلع جنوبی زرین کوه. به طور غیر رسمی برآورد می شود که حدود ۷۰۰۰ نفر جمعیت دارد. یکی از روستاهایی است که ویلا سازی در آن شروع شده و علاوه بر مردم محلی جمعیتی از افغانستانی های مهاجر هم در آنجا سکونت دارند.

۲- شهر دماوند: مرکز شهرستان.

۳-

اوین

مشخصات

- محله اوین (سابقاً روستا)، منطقه یک شهرداری تهران، بخش تجریش
- به علت متصل بودن تجریش به شهر تهران و قرارگرفتن در محدوده تهران بزرگ، جمعیت آن همواره همراه با جمعیت تهران ذکر می‌شود.

مطلع یا مطلعین محلی

- خانم صدیقه میرشریفی: دوره دیده طب سنتی، صاحب مغازه عطاری
- داماد خانم میرشریفی: دوره دیده طب سنتی، عطار

گفت و گوی اول

- مصاحبه‌شونده: صدیقه میرشریفی
- مکان: عطاری اوین (تصویر ۱)
- زمان: پنجشنبه ۱۴۰۰/۴/۱۷

(سؤال‌های مصاحبه‌کننده به صورت بولد و پاسخ‌ها با فونت معمولی است. همچنین حالات پاسخ‌دهنده درون

براکت آورده شده است).



تصویر ۱: عطاری اوین.^۱

در خصوص گیاهان دارویی موجود و خواص آن‌ها لطفاً توضیحاتی را ارائه فرمایید.

این پنیرک است (تصویر ۲) که نام دیگر آن ختمی خبازی است. پنیرک اگر قبل شام خورده شود به مواد داخل معده فشار وارد آورده و همین مسئله باعث خوب کار کردن مزاج می‌شود. هم از برگ و هم از گل آن برای درمان بیماری‌ها استفاده می‌شود. یکی دیگر از خواص آن کمک به درمان زخم است و از دم‌نوش آن نیز می‌توان برای نرمی و لطافت پوست استفاده نمود. از پنیرک برای تولید شیر بیشتر در مادران شیرده نیز استفاده می‌شود. عرق پنیرک هم ادرار آور است و می‌تواند به درمان درد مثانه و یا دفع سنگ کلیه کمک می‌کند. علاوه بر عرق از روغن آن هم استفاده می‌شود. طبع این گیاه سرد و تر است.

^۱ این عطاری در تهران، خیابان اوین، خیابان کجویی، پلاک ۹۴ واقع شده است. این عطاری از سال ۱۳۸۰ کار خود را در این منطقه آغاز کرده و عرضه‌کننده انواع گیاهان دارویی (حتی گیاهان کمیاب)، انواع پودرها، دانه‌ها، صمغ‌ها، شیره‌ها، روغن‌های سنتی، ادویه‌جات ارگانیک، عرقیات صددرصد گیاهی، معجون‌های سلامتی و همچنین عسل‌های طبیعی است.



تصویر ۲: پنیرک یا ختمی خبازی

این یکی رازیانه است (تصویر ۳) که به نام گیاه زنان نیز نام گذاری شده است. رازیانه دارویی گیاهی برای تنظیم هورمون‌ها است. همین‌طور برای تنظیم غدد، پرئود منظم و زیبایی نیز به کار می‌آید. برای استفاده از رازیانه جهت زیبایی و طراوت پوست باید ابتدا آن را به صورت پوره درآورد سپس آن را خمیر کرد و بر روی صورت گذاشته شود. اما باید به این نکته نیز توجه کرد که اگر فرد در معرض بیماری‌هایی مانند کیست تخمدان یا وجود توده در سینه باشد، باید با احتیاط مصرف شود. رازیانه طبع گرم و خشکی دارد به همین دلیل به آن گیاه ضد بلغم یا صفرا هم گفته می‌شود. این گیاه برای کسانی که قصد لاغری دارند بسیار مفید است و موجب کاهش چربی‌های بدن می‌شود. رازیانه کلسیم بسیار زیادی دارد و به همین دلیل خیلی از افرادی که پوکی استخوان دارند نیز می‌توانند از آن استفاده نمایند. رازیانه فیبر زیادی هم دارد و به همین دلیل یک گیاه مسهل به حساب می‌رود. این گیاه برای مردان هم فواید بسیار

زیادی دارد و موجب تقویت اسپرم و قدرت باروری می‌گردد. البته به دلیل اینکه هورمون‌های زنانه زیادی در آن وجود دارد، آقایان باید در مصرف این داروی گیاهی احتیاط کنند.



تصویر ۳: رازیانه یا گیاه زنان

این یکی را احتمالاً به خوبی می‌شناسید. آویشن است (تصویر ۴). آویشن‌هایی که از اطراف دماوند به دست می‌آیند تا آخر تابستان در آن مناطق وجود دارد و بسیار خوب هستند و کیفیت بالایی دارند. اگرچه بین عطاری‌ها این مسئله دیگر کاملاً مرسوم است که آویشن‌های شیراز آویشن‌های بهتری هستند. آویشن‌ها از خانواده نعنا هستند و کمی به پونه کوهی شباهت دارند. آویشن خواص بسیار زیادی دارد. می‌تواند برای فشارخون استفاده شود، سطح کلسترول را پایین آورد، در درمان سرطان مفید است، روغن آن خاصیت ضدالتهابی دارد و مثلاً برای دردهای نقرس استفاده می‌شود، دستگاه گوارش را تقویت می‌کند، آرامش‌بخش است، در سرماخوردگی و مشکلات ریوی و تنفسی به کار

می آید، مشکلات پرپود را کم می کند، برای چشم خوب است، سردرد را تسکین می دهد، موجب نرمی پوست می شود و جای سوختگی پوستی را خوب می کند و موها را هم به شدت لطیف می کند. آن قدر خواص دارد که مطمئنم چندتایی را جا انداخته ام.



تصویر ۴: آویشن برگ پهن

این یکی بابونه است (تصویر ۵). در میان بابونه هایی که در کشور می روید بابونه های شیراز و دزفول معروف تر و بهتر هستند. این یکی هم مانند آویشن خواص بسیاری دارد و هم به صورت خوراکی و هم به صورت موضعی مصرف می شود. مثلاً برای مشکلات گوارشی مانند زخم معده و ورم معده خیلی خوب است، به بی اشتهاهی کمک می کند، مشکلات سیستم عصبی را بهبود می بخشد و یک جورهایی آرام بخش محسوب می شود، اگر آن را با روغن بادام

مخلوط کنیم ناراحتی‌های پوستی مانند اگزما و کهیر و خارش را درمان می‌کند، دمنوش آن برای تسکین درد عالی است و به دلیل ادرارآور بودن به دفع سنگ کلیه کمک می‌کند. البته خواص دیگری هم دارد، مثل درمان بواسیر، درمان کم‌خونی و رفع زردی. البته بعضی‌ها نسبت به بابونه آلرژی دارند و به همین دلیل باید با احتیاط مصرف شود.



تصویر ۵ بابونه به صورت گل و پودر

[ما را به سمت دیگر مغازه می‌برد] این عناب است (تصویر ۶). عناب یکی دیگر از گیاهانی است که تصفیه‌کننده خون و خون‌ساز است. بهترین زمان مصرف عناب هم قبل از غذا و به خصوص قبل از صبحانه یا نهار است. به عناب خرما چینی هم گفته می‌شود. عناب هم برای کبد، بهبود سیستم ایمنی، مشکلات خواب و یبوست بسیار خوب است.



تصویر ۶ میوه عناب خشک شده

[مشتی از یک گیاه خشک را روی میز می‌ریزد] این یکی ریواس است (تصویر ۷). احتمالاً شما بیشتر ریواس را به صورت تازه دیده‌اید. این ریواس در اطراف شمیرانات و به صورت خودرو می‌روید. جوشانده آب آن برای مستحکم کردن ریشه مو بسیار خوب است. همچنین تصفیه‌کننده و رقیق‌کننده خون است. کبد را شفاف می‌کند و شربتی مفرح برای تابستان است. البته هر کس می‌شنود باور نمی‌کند که می‌توان ریواس را به شربت نیز تبدیل نمود. به دلیل طعم ترشی که دارد بسیاری آن را برای مصرف در غذاها استفاده می‌کنند. ریواس به پیشگیری از آلزایمر کمک می‌کند و برای دستگاه گوارش هم فواید بسیار زیادی دارد. البته باید به این مسئله توجه کرد که مصرف زیاد آن موجب مشکلاتی مثل سنگ کلیه می‌شود.



تصویر ۷: ریواس خشک شده

این یکی والک است (تصویر ۸) که به آن سیر وحشی یا سیر کوهی هم گفته می شود. والک در اطراف کوه‌های البرز رشد می کند. خاصیت آن هم بازکنندگی عروق قلب است. پیاز والک در اواخر اسفند رشد می کند و فروردین و اردیبهشت بهترین زمان برداشت آن است و معمولاً تا پیش از تابستان تمام می شود. والک موجب قلیایی شدن بدن می شود و در نتیجه از سرطان پیشگیری می کند. طبع آن بسیار خنک است. کسانی که می خواهند چاق شوند و اشتهای کمی دارند می توانند از والک به صورت دم‌نوش استفاده نمایند. والک صفرا را پاک می کند و درد معده را هم تسکین می دهد. اگر به صورت دائم مصرف شود می تواند موجب ریزش موهای سفید و درآمدن مجدد موهای سیاه به جای آن شود. دلیل آن هم وجود مقدار بالای منگنز درون آن است. البته والک خاصیت کاهش فشارخون را هم دارد.



تصویر ۸ گیاه والک خشک شده

از میان درمانگران موجود در این منطقه آیا فرد یا افرادی را می‌شناسید که به ما معرفی کنید؟

قبلاً فردی به نام حاج غلامحسین بود که شغل اصلی‌اش قصابی بود و از طریق دنبه گوسفند کارهای شکسته‌بندی را انجام می‌داد؛ ولی واقعیت اینجاست که الان دیگر کسی این‌گونه طبابت‌ها را انجام نمی‌دهد و مردم هم علاقه چندانی به درمان سنتی ندارند.

گفت و گوی دوم

- مصاحبه‌شونده: داماد خانم صدیقه میرشریف
- مکان: عطاری اوین
- زمان: دوشنبه ۱۴۰۰/۴/۲۸

(سؤال‌های مصاحبه‌کننده به صورت بولد و پاسخ‌ها با فونت معمولی است. همچنین حالات پاسخ‌دهندگان درون

براکت آورده شده است).

لطفاً برای ما توضیح دهید که در این منطقه بیشتر چه گیاهان دارویی‌ای می‌رویند و چه

ویژگی‌هایی دارند؟

گیاهان دارویی را باید بر اساس آب‌وهوا تقسیم‌بندی کرد. اینجا همیشه سرد و خشک بوده و به همین دلیل گیاهانی

مثل گل‌گاوزبان، آویشن و گزنه به خوبی در این منطقه رشد می‌کنند. البته آویشن انواع مختلفی دارد که یکی از انواع

آویشن که آویشن درجه یکی هم محسوب می‌شود در این منطقه پیدا نمی‌شود و حوالی شیراز رشد می‌کند که هوایش

گرم‌تر و خشک‌تر است. این آویشن برگ‌های پهنی دارد و با کیفیت‌تر است. گیاهان دیگری هم وجود دارند که در

جاهای دیگری نزدیک به تهران یافت می‌شوند. مثل سماق، چای کوهی (تصویر ۹)، پونه، نعناع، خاکشیر که یک

گیاه وحشی و خودرو است. این گیاهان اطراف کرج هم پیدا می‌شوند. البته آن‌هایی که نزدیک کرج یافت می‌شوند،

ارزش بالایی ندارند.



تصویر ۹ چای کوهی

فرایند چیدن و تهیه گیاهان دارویی به چه صورت است؟

گیاهان دارویی را باید شناخت. منظورم این است که باید دانست در چه وقتی از سال می‌رویند و کجا پیدا می‌شوند. علاوه بر این، باید نحوه چیدن آن را هم دانست، چون برخی از آن‌ها هنگام چیدن به دستکش نیاز دارند و اگر با دست چیده شوند ممکن است آسیبی به دست وارد کنند. وقتی این گیاهان چیده می‌شوند، تمیز می‌شوند و برگ و شاخه‌هایشان جدا می‌شود. برخی از آن‌ها به صورت تازه و برخی دیگر به صورت خشک مصرف می‌شوند. بعد از این کارها با توجه به محصول نهایی قیمت آن‌ها تعیین می‌شود. البته چیزی که در قیمت‌گذاری داروهای گیاهی اهمیت دارد محل رویش گیاهان است.

کمی از خواص گیاهان دارویی موجود در عطاری برای ما بگویید.

این پونه کوهی است (تصویر ۱۰). پونه خاصیت ضد عفونی کننده دارد. یک گیاه گرم است و برای اسهال غیر عفونی خیلی خوب است. پونه کوهی موادی دارد که برای سیستم ایمنی بدن بسیار ضروری هستند. این گیاه بهترین جایگزین برای آنتی بیوتیک هاست و عفونت ها و قارچ ها را از بین می برد. خیلی از خانم ها از این دارو برای عفونت های زنانه استفاده می کنند. پونه فیبر زیادی دارد و به همین دلیل برای دستگاه گوارش و مشکلات معده هم بسیار مفید است. کبد را هم پاک سازی می کند و اختلالات آن را از بین می برد. قند خون را کاهش می دهد و ترشح انسولین را کنترل می کند. چون امگا ۳ فراوانی دارد می تواند اسید چرب کلسترول خون را کم کند و فشار را تنظیم نماید. از روغن آن ها برای شادابی پوست و مو استفاده می شود.



تصویر ۱۰ پونه کوهی

این یکی گزنه است (تصویر ۱۱). گزنه گیاهی است که بهتر است به صورت تازه مصرف شود. البته خشک شده آن هم فواید بسیاری دارد. گزنه برای درمان دردهای مفصلی و آرتروز شبیه یک معجزه عمل می کند. ما به کسانی

که دردهای مفصلی شدید دارند توصیه می‌کنیم تا برهنه روی بوته‌های گزنه غلت بزنند. این گزنه‌هایی که ما در این عطاری داریم از جاهایی مانند دشت هویج به دست می‌آیند که در شرق تهران است. در منطقه ایگل یا همان امامزاده ایگل هم دشت گزنه وجود دارد. در نزدیکی‌های تنگ واشی که احتمالاً بلد هستید هم دشت‌های گزنه وجود دارد و ما به افراد می‌گوییم که به این جاها بروند و لای بوته‌های گزنه غلت بزنند. از گیاه خشک گزنه آش هم درست می‌کنند که برای پروستات، سنگ کلیه، قند و فشارخون بسیار مفید است.



تصویر ۱۱ گزنه

این یکی آویشن است (تصویر ۴). آویشن یک گیاه همه‌کاره است. آویشن صدها مدل درمان دارد و برای هر دردی یک فرمول خاصی دارد؛ بنابراین نمی‌توانیم بگوییم که این گیاه، یا حتی باقی گیاهان دارویی باید در قالب خاصی قرار بگیرند. مثلاً دم‌کرده آویشن برای ریه خوب است و ضماد آن را برای ازبین‌بردن لک‌های صورت استفاده می‌کنند.

این هم اسطوخودوس است (تصویر ۱۲) که برای مغز فوق‌العاده است. اسطوخودوس را در دستمال نخی می‌گذارند و بعد به دستمال آب می‌پاشند و بعد آن را می‌بویند. این کار بلافاصله بر حس بویایی تأثیر می‌گذارد و تمام مجاری تنفسی را باز می‌کند. اسطوخودوس آرامش‌بخش است و باعث می‌شود تا فرد خواب بهتری داشته باشد. به همین دلیل خیلی‌ها از آن برای افسردگی و درمان آن استفاده می‌کنند. خواص دیگری هم دارد مثل کاهش حالت تهوع و از بین بردن بی‌اشتهایی. طبع اسطوخودوس گرم و خشک است.

این هم روغن اسطوخودوس است (تصویر ۱۳). اگر آن را به صورت موضعی مصرف کنید موجب برطرف کردن سردرد می‌شود. اگر روزی دو قطره از این روغن را بر روی زخم‌های دهانی بچکانید هم به سرعت آن‌ها را خوب می‌کند. خیلی‌ها هم از این روغن برای درمان ریزش موی سکه‌ای استفاده می‌کنند و جواب می‌گیرند.



تصویر ۱۲ گیاه اسطوخودوس



تصویر ۱۳ روغن اسطوخودوس

سماق (تصویر ۱۴) علاوه بر مصرف خوراکی مصرف دارویی هم دارد. برای تری گلیسرید، کلسترول و نقرس مناسب است و دلیلی که آن را بر روی کباب می‌پاشند این است که مسهل کباب است و از یبوست جلوگیری می‌کند. سماق خاصیت ضد میکروبی هم دارد. برای کبد چرب بسیار خوب است. برای لاغری استفاده می‌شود. برای دیابت کاربرد دارد. کلسترول را کاهش می‌دهد و آب آن یک تسکین‌دهنده بسیار قوی است. خیلی از ورزشکارها هم برای درد و اسپاسم از سماق استفاده می‌کنند و رضایت بسیاری دارند.



تصویر ۱۴ - سماق

گیاه گل ساعتی (تصویر ۱۵) برای درمان بی‌خوابی و خواب عمیق بسیار خوب است. برای زبری و لطافت موها هم بسیار کاربرد دارد. گل ختمی را آب جوشانده و آن را به موها می‌زنند. برای همورید هم از آب آن استفاده می‌کنند. طبع گیاه گل ساعتی گرم است و می‌تواند موجب بهبود خواب هم شود. خیلی‌ها می‌گویند که گیاه گل ساعتی یک گیاه ضدسرطان است و سرطان‌هایی مانند کبد، روده بزرگ، سرطان سینه، سرطان تخمدان و پروستات را درمان می‌کند. این گیاه فشارخون و قند خون را کاهش می‌دهد. برای یائسگی کاربرد دارد و استرس را هم کم می‌کند و موجب می‌شود تا فرد خواب عمیق و راحتی داشته باشد. البته این گیاه برای کودکان منع مصرف دارد و خانم‌های شیرده هم نباید مقدار زیادی از آن را استفاده بکنند.



تصویر ۴ گیاه گل ساعتی خشک شده

آیا درست است که از گیاهان دارویی در هر میزان دلخواه استفاده شود؟ آیا مصرف آنها محدودیت خاصی ندارد؟

در استفاده از گیاهان دارویی باید مواظب میزان و نحوه مصرف بود. گیاهان دارویی هم درست به مانند داروهای شیمیایی عوارضی دارند و مصرف بی اندازه آنها می تواند منجر به سقط جنین و یا حتی مرگ شود.

درمان در گذشته چگونه بوده است؟

در گذشته چیزی به نام درمان نداشتیم. بلکه آشپزان و مادران در خانه که تحلیل خوبی از خواص گیاهان داشتند تلاش می کردند تا بسیاری از بیماری ها را درمان کنند. در گذشته افراد شناخت بسیار بیشتری راجع به طبع داشتند، مانند امروز نبود که این چیزها را بدون پایه و اساس بخوانند. به همین دلیل با زحمت و دقت بسیار زیادی غذاها را درست می کردند و برای هر کس با توجه به طبع او غذا آماده می نمودند. الان این چیزها را احماقانه می دانند یا می گویند

که دلیلی که در گذشته غذای متفاوتی به مردان و زنان داده می شده است به دلیل مردسالاری بوده است. من نمی گویم در آن زمان این چیزها نبوده است؛ اما بخش عمده‌ای از غذای متفاوت افراد به دلیل طبعشان بوده است. مثلاً اگر به پیرمرد ۶۰ساله غذای مقوی می دادند و به پسر ۱۷-۱۸ ساله آب دوغ خیار می دادند به این دلیل نبوده است که در زمان گذشته بین پدر و پسر فرق می گذاشتند؛ بلکه به این دلیل بوده است که بدن هر کس تحمل متفاوتی نسبت به غذاها دارد و غذای متفاوتی نیاز دارد.

در گذشته افراد آشپز درک داشتند که زمستان‌ها هوا چطور است و تابستان‌ها چگونه است و با توجه به فصولی که در آن بودند و تفکیک آن‌ها از هم غذا درست می کردند. مثلاً روغن حیوانی را در زمستان مصرف می کردند. گوجه و خیار را در تابستان مصرف می کردند. آجیل نیز برای زمستان بوده است. یا مثلاً اگر برای نهار مواد غذایی سرد یا گرم مصرف می کردند این آگاهی را داشتند که بعد از آن مواد غذایی ای مصرف کنند که مصلح آن باشد تا اثر سوء دیگر مواد را خنثی کند. ولی الان به چه صورت است؟ الان این جوری است که در یک مهمانی یا مراسم رسمی همه جور مواد غذایی ای وجود دارد. مثل دوغ، ماست، سالاد، برنج، ماهی، زرشک پلو، مرغ و گوشت. این نوع غذا خوردن بدون آگاهی باعث سکنه می شود. به عنوان مثال در شب‌های زمستان، بدن سردتر است و خوردن این مواد غذایی مضر است. در هنگام درمان و غذا دادن به بیمار باید به فصل مواد غذایی هم توجه کنیم. مثلاً بهتر است که در زمستان رب مصرف شود، لواشک هم برای فصل زمستان بسیار خوب است.

اگر کسی به طب سنتی علاقه داشته باشد، آیا راه یا امکانی وجود دارد که آن را به درستی فراگیرد؟

افرادی که می خواهند طب سنتی را یاد بگیرند باید بدانند که مهم ترین چیز در یادگیری طب سنتی تجربه است. این افراد سال‌ها باید در محضر اساتید این رشته کار کنند و تجربه کسب کنند. از دیگر سو طب سنتی مسئله‌ای است

که بسیار با حس لامسه و لمس کردن مرتبط است. مثلاً شدت نبض خیلی اهمیت دارد. فاکتورهای دیگری هم اهمیت دارند مثل رطوبت بدن، نوسان صدای بیمار، نوع نگاه کردن و نحوه ایستادن او.

در گذشته بیشتر چه بیماری‌هایی از طریق طب سنتی درمان می‌شده است؟

شاید باور نکنید؛ اما طب سنتی حتی می‌توانسته تومور مغزی را هم درمان کند. برای اینکه یک بیماری به‌وسیله طب سنتی درمان شود در ابتدا باید نشانه‌ها بررسی شود. مثلاً عوارض ابتدایی‌ای مثل جوش و کهیر نشان‌دهنده اختلال‌هایی در بدن است که پزشک سنتی متوجه این اختلالات می‌شود و آن‌ها را کشف و درمان می‌کند. یا اندام سرد بستر بسیاری از مشکلات بدن تلقی می‌شود. مثلاً در خانم‌ها سردی رحم که زیرمجموعه معده سرد، مشکلات مربوط به یبوست و رفلاکس معده است منجر به فیبروم، کیست و سرطان دهانه رحم می‌شود.

از بیماری‌های دیگری که به‌وسیله طب سنتی به‌راحتی درمان می‌شود یبوست است که بسیاری آن را ام‌الامراض می‌دانند. برای درمان این مشکل در اولین قدم باید به منابع غذایی فرد بیمار رجوع کنیم. ما باید به بدن خود آگاه باشیم و محصولات متناسب با بدن خود را پیدا کنیم و مضرات آن را بدانیم. به‌عنوان مثال فردی که آستانه تحمل پایین‌تری دارد نباید دارچین و زنجبیل بخورد. پس برای درمان باید به سبک زندگی افراد توجه کرد. مثلاً فردی که در شمال شالی کاری می‌کند با فرد کارمندی که مدام پشت میز نشسته است غذاهای متفاوتی نیاز دارد.

امروز در طب سنتی دیگر رسم این شده است که مردم از شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام استفاده می‌کنند. ولی این موضوع درست نیست. نمی‌توان برای همه یک‌جور تجویز کرد. در طب سنتی یک دارو برای همه افراد مناسب نیست و مهم‌ترین تفاوت آن با طب مدرن هم در همین است. هر آدمی در جایگاه و متناسب با بدن و خلقیات خود باید درمان شود. در اثر اشتباه غذا خوردن، انسان‌ها دوقطبی می‌شوند. بله، دوقطبی روانی داریم؛ اما منظور من آن

نیست. منظورم دوقطبی جسمی است. دوقطبی جسمی این جوری است که مثلاً سر فرد گرم است؛ اما در دست و پا سردی وجود دارد. برای همین در درمان حتماً باید به سردی و گرمی در طبع غذاها توجه داشته باشیم. مهم ترین مشکل امروز این است که ما به مواد غذایی ای که می خوریم توجهی نمی کنیم و بیشتر این مواد به طبیعت ارتباطی ندارند. مثلاً وقتی گوجه و خیار در زمستان وجود نداشته است این بدان معنی است که نباید در زمستان آن‌ها را مصرف کنیم. اگر در تهران اردیبهشت ماه هندوانه وجود نداشته است؛ یعنی نباید در این ماه هندوانه خورده شود. پس باید تابع طبیعت باشیم. طبیعت همه چیز را در اختیار ما قرار داده است.

این مسئله در گذشته در منطقه اوین به چه صورت بوده است؟

در گذشته در منطقه اوین هم با رعایت همین مسائلی که گفتم سلامت خود را حفظ می کردند. مادران می دانستند که چه چیزی را باید با چه چیزهایی بپزند و بچه‌ها را از خوردن چه مواد غذایی ای منع کنند.

میزان مراجعه کنندگان شما چقدر است؟ مردم چقدر به گیاهان دارویی و طب سنتی علاقه نشان

می دهند؟

در گذشته تعداد مراجعه کننده‌ها کم بودند؛ چون پیشگیری صورت می گرفت، مردم خورد و خوراک خود را رعایت می کردند و دیگر نیازی به درمان نبود. به عبارتی در مناطق بومی و سنتی متخصص عجیب و غریبی وجود نداشت. مثل امروز نبود که برای هر قسمت از بدن متخصص و پزشک مخصوصی وجود داشته باشد. در گذشته چون ریشه بیماری‌ها را در تغذیه می دانستند، مادران همان متخصصین بودند که در مطبخ به آشپزی می پرداختند. در گذشته خانم‌ها سعی می کردند منابع غذایی افراد منزل را با توجه به طبع هر فرد تأمین کنند. اما الان اوضاع فرق کرده است. زن و مرد هر دو سرکار می روند و همین که به خانه می آیند چهارتا مواد غذایی مختلف و بی ارتباط را در زودپز و

مایکروویو قرار می دهند. غذا سریع آماده می شود، آن ها هم سریع می خورند و باز می روند دنبال کارهایشان. امروزه هر کس تند غذا بخورد برنده است. باور کنید که همین تند غذا خوردن کلیدواژه بسیاری از بیماری ها است، چون هشتاد درصد مواد از زیر زبان جذب می شود.

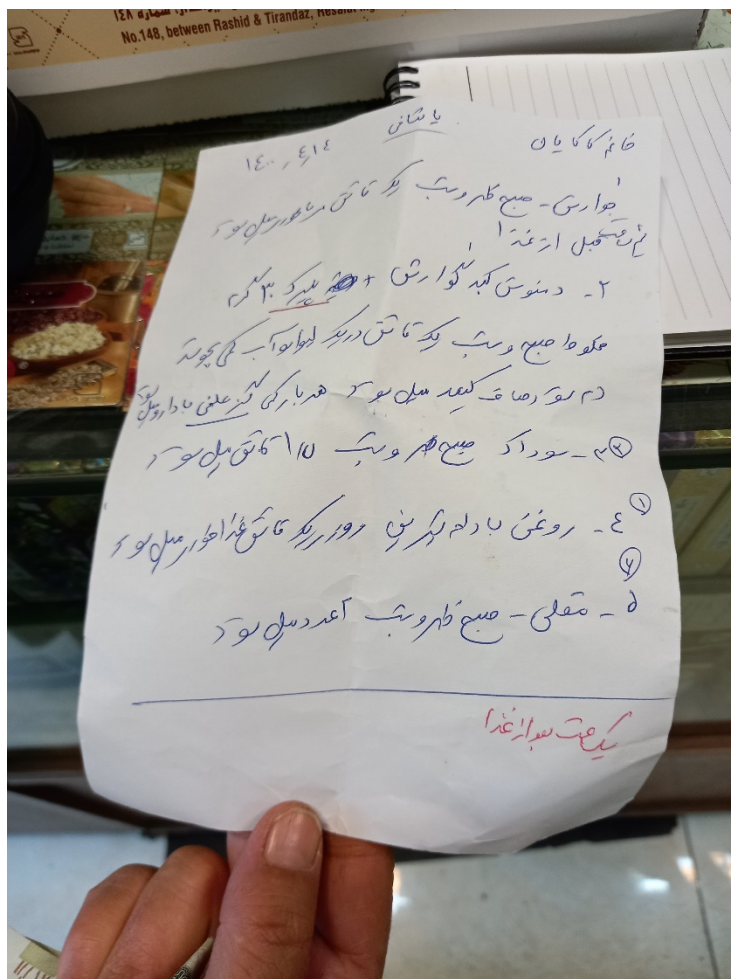
مشاهدات

در مدتی که در مغازه حضور داشتم مراجعه کنندگانی آمدند و گیاهان دارویی مختلفی تهیه کردند. یکی از افراد پنیرک (ختمی خبازی) تهیه کرد (تصویر ۱۶). روشی که فروشنده به او توضیح داد، این گونه بود که باید در ابتدا آن را به همراه آب درون کوزه بریزد و پس از مدتی آن را مصرف نماید. این کار باعث می شود تا حرارت و گرگرفتگی بدن آرام شود.



تصویر ۱۵ یکی از مراجعین عطاری اوین

فرد دیگری نیز برای تهیه دم‌نوش آرامش آمده بود که فروشنده گیاهان آویشن، پونه و چهارگل (زوفا، ختمی، پنیرک و بنفشه) را با هم مخلوط کرده و به او داد. او بیان کرد که این دم‌نوش برای تخلیه عفونت‌های بدن بسیار خوب است. یکی از افراد نیز که از پیش نسخه‌ای در دست داشت برای تهیه نسخه خود به عطاری آمد (تصویر ۱۷) که من پس از کسب اجازه از وی از نسخه او عکسی تهیه نمودم.



تصویر ۱۶ عکسی از نسخه یکی از مراجعه کنندگان به عطاری

در این مدت، فرد دیگری برای خرید جوش شیرین آمد و خریداران متفرقه نیز برای تهیه ارزن و ادویه های مختلف

به این عطاری مراجعه کردند.

بیماری‌ها، تشخیص و درمان

جدول ۱: خلاصه نتایج به دست آمده در خصوص محله تجریش

نام بیماری	مشخصات و علائم	درمان	توضیحات
مشکلات گوارشی	کار نکردن معده و روده	پنیرک یا ختمی خبازی (گیاهی سرد و تر)	برگ یا گل آن را دم کرده و به بیمار می‌دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می‌شود.
	کار نکردن روده	رازیانہ (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
	یبوست	عنا ب یا خرما ی چینی (گیاهی سرد و تر)	قبل از غذا به صورت خوراکی و یا دم کرده مصرف می‌شود.
	یبوست	سماق (گیاهی سرد و خشک)	به صورت خوراکی مصرف می‌شود.
	دردهای شکمی	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
	مشکلات معده	پونه کوهی (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.

دم کرده آن را به بیمار می دهند.	والک، سیر وحشی یا سیر کوهی (گیاهی گرم و خشک)	درد معده	
دم کرده آن را به بیمار می دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می شود.	ریواس (گیاهی سرد و خشک) مصرف بیش از اندازه آن موجب سنگ کلیه می شود	دردهای شکمی	
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	بابونه (گیاهی گرم و خشک)	زخم معده و ورم معده	
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	اسطوخودوس (گیاهی گرم و خشک)	حالت تهوع	
برگ یا گل آن را دم کرده و به بیمار می دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می شود.	پنیرک یا ختمی خبازی (گیاهی سرد و تر)	پدید آمدن زخم در بدن	درمان زخم
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	زیاد شدن کلسترول بدن	کلسترول بالا
به صورت خوراکی مصرف می شود.	سماق (گیاهی سرد و خشک)	زیاد شدن کلسترول بدن	

دم کرده آن را به بیمار می دهند.	پونه کوهی (گیاهی گرم و خشک)	زیاد شدن کلسترول بدن و کمبود امگا ۳	
برگ یا گل آن را دم کرده و به بیمار می دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می شود.	پنیرک یا ختمی خبازی (گیاهی سرد و تر)	خشکی و حساسیت پوستی	مشکلات پوستی
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	پونه کوهی (گیاهی گرم و خشک)	خشکی و حساسیت پوستی	
به صورت ضماد بر روی پوست مصرف می شود.	رازیانہ (گیاهی گرم و خشک)	کدر شدن پوست	
ترکیب بابونه با روغن بادام و مالیدن آن بر روی پوست.	بابونه (گیاهی گرم و خشک)	اگزما، کهیر و خارش	
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	سوختگی	
به صورت ضماد مصرف می شود.	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	لک های پوستی	

مشکلات عصبی	بی‌قراری و تپش قلب	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
	بی‌قراری و تپش قلب	بابونه (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
	بی‌قراری و تپش قلب	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
	افسردگی	اسطوخودوس (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
سرماخوردگی	بی‌حالی، بدن‌درد، گلودرد، آبریزش بینی	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
سرطان	پدید آمدن غدد سرطانی در بدن	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
	اسیدی شدن بدن	والک، سیر وحشی یا سیر کوهی (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
	سرطان کبد	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.

	باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.		
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.	سرطان روده بزرگ	
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.	سرطان پروستات	
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.	سرطان سینه	
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.	سرطان تخمدان	

مشکلات تنفسی	تنگی تنفس، تنفس سخت و سرگیجه	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می دهند.
	عفونت ریه ها	پونه کوهی (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می دهند.
	گرفتگی مجاری تنفسی	اسطوخودوس (گیاهی گرم و خشک)	آن را درون دستمال ریخته و استنشاق می کنند.
مشکلات شیردهی	کم شدن شیر مادر	پنیرک یا ختمی خبازی (گیاهی سرد و تر)	برگ یا گل آن را دم کرده و به بیمار می دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می شود.
نقرس	زخم انگشتان پا	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	روغن آن را بر روی زخم می مالند.
	زخم انگشتان پا و بالا رفتن چربی بدن	سماق (گیاهی سرد و خشک)	به صورت خوراکی مصرف می شود.
سردرد	درد در شقیقه ها	اسطوخودوس (گیاهی گرم و خشک)	روغن آن به صورت موضعی مصرف می شود.
مشکلات مو	زبر و وز شدن موها	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می دهند.

آن را جوشانده و به موها می‌زنند.	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.	زبر و وز شدن موها	
دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.	والک، سیر وحشی یا سیر کوهی (گیاهی گرم و خشک)	سفید شدن موها	
دم کرده آن را به بیمار می‌دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می‌شود.	ریواس (گیاهی سرد و خشک) مصرف بیش از اندازه آن موجب سنگ کلیه می‌شود	ضعیف شدن ریشه مو	
روغن آن به صورت موضعی مصرف می‌شود.	اسطوخودوس (گیاهی گرم و خشک)	ریزش موی سکه‌ای	
عرق این گیاه را به بیمار می‌دهند.	پنیرک یا ختمی خبازی (گیاهی سرد و تر)	مشکل و یا سوزش در دفع ادرار	ادرار آور
دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.	بابونه (گیاهی گرم و خشک)	مشکل و یا سوزش در دفع ادرار	
دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.	والک، سیر وحشی یا سیر کوهی (گیاهی گرم و خشک)	درد در قفسه سینه	گرفتگی عروق

درد مثانه	درد در قسمت مثانه	پنیرک یا ختمی خبازی (گیاهی سرد و تر)	برگ یا گل آن را دم کرده و به بیمار می‌دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می‌شود.
سنگ کلیه	درد در پهلو سوزش در دفع ادرار	پنیرک یا ختمی خبازی (گیاهی سرد و تر)	برگ یا گل آن را دم کرده و به بیمار می‌دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می‌شود.
	درد در پهلو سوزش در دفع ادرار	گزنه (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
بی‌اشتهایی	مشکل در دفع ادرار	بابونه (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
	کاهش اشتها	بابونه (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
	کاهش اشتها	والک، سیر وحشی یا سیر کوهی (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
	کاهش اشتها	اسطوخودوس (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.

کاهش اشتها	ریواس (گیاهی سرد و خشک) مصرف بیش از اندازه آن موجب سنگ کلیه می شود	دم کرده آن را به بیمار می دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می شود.
آلزایمر	ریواس (گیاهی سرد و خشک) مصرف بیش از اندازه آن موجب سنگ کلیه می شود	دم کرده آن را به بیمار می دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می شود.
مشکلات هورمونی	رازیانه (گیاهی گرم و خشک) شدن نامنظم قاعدگی	دم کرده آن را به بیمار می دهند.
عفونت در بدن	پونه کوهی (گیاهی گرم و خشک) عفونت بخش هایی از بدن	دم کرده آن را به بیمار می دهند.
چاقی	رازیانه (گیاهی گرم و خشک) افزایش وزن بدن	دم کرده آن را به بیمار می دهند.
افزایش وزن بدن	سماق (گیاهی سرد و خشک) افزایش وزن بدن	به صورت خوراکی مصرف می شود.
کبد چرب	عنب یا خرمای چینی (گیاهی سرد و تر) خستگی و بی حالی، کاهش ناگهانی وزن	قبل از غذا به صورت خوراکی و یا دم کرده مصرف می شود.

دم کرده آن را به بیمار می دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می شود.	ریواس (گیاهی سرد و خشک) مصرف بیش از اندازه آن موجب سنگ کلیه می شود.	خستگی و بی حالی، کاهش ناگهانی وزن	
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	پونه کوهی (گیاهی گرم و خشک)	مشکلات کبدی	
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	والک، سیر وحشی یا سیر کوهی (گیاهی گرم و خشک)	دردهای شکمی، حالت تهوع، احساس پری	مشکلات صفرا
به صورت خوراکی مصرف می شود.	سماق (گیاهی سرد و خشک)	گرفتگی عضلات در اثر ورزش	اسپاسم عضلانی
قبل از غذا به صورت خوراکی و یا دم کرده مصرف می شود.	عناّب یا خرماي چيني (گیاهی سرد و تر)	مقاومت کم بدن در مقابل بیماری ها	ضعف سیستم ایمنی
برهنه روی بوته های گزنه غلت بزنند.	گزنه (گیاهی گرم و خشک)	درد مفاصل مختلف بدن	دردهای مفصلی
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	رازیانه (گیاهی گرم و خشک)	شکننده شدن استخوان ها و یا درد مفاصل	پوکی استخوان

مشکلات خونی	قند خون	پونه کوهی (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می دهند.
	قند خون	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.	دم کرده آن را به بیمار می دهند.
	کم خونی	بابونه (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می دهند.
	غلظت خون	عناّب یا خرماي چيني (گیاهی سرد و تر)	قبل از غذا به صورت خوراکی و یا دم کرده مصرف می شود.
	غلظت خون	ریواس (گیاهی سرد و خشک) مصرف بیش از اندازه آن موجب سنگ کلیه می شود	دم کرده آن را به بیمار می دهند. گاهی نیز به صورت شربت مصرف می شود.
	فشار خون	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می دهند.
	فشار خون	والک، سیر وحشی یا سیر کوهی (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می دهند.

دم کرده آن را به بیمار می دهند.	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.	فشار خون	
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	گزنه (گیاهی گرم و خشک)	فشار خون	
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	رازیانه (گیاهی گرم و خشک) - مصرف بیش از حد آن برای آقایان مجاز نیست.	مشکل در باروری	تقویت اسپرم
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.	گر گرفتگی، تعریق، شبانه، خشکی پوست، دردناک شدن سینه ها	مشکلات یائسگی
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	بابونه (گیاهی گرم و خشک)	خونریزی و خارش در ناحیه مقعد	بواسیر
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	گزنه (گیاهی گرم و خشک)	درد در ناحیه غده پروستات	مشکلات پروستات

زردی	زرد شدن پوست و سفیدی چشم‌ها	بابونه (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
بی‌خوابی	سخت به خواب رفتن در شب	عناب یا خرمای چینی (گیاهی سرد و تر)	قبل از غذا به صورت خوراکی و یا دم کرده مصرف می‌شود.
مشکل در خواب عمیق	مشکل در خواب عمیق	گل ساعتی (گیاهی گرم و خشک) برای کودکان و زنان باردار و شیرده محدودیت مصرف دارد.	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
زخم‌های دهانی	زخم‌های دهانی مانند آفت یا تبخال	اسطوخودوس (گیاهی گرم و خشک)	روغن آن به صورت موضعی مصرف می‌شود.

ناران (نارون)

مشخصات روستا

- روستای ناران، منطقه لواسانات، ناحیه باغ دره
- از آنجایی که این روستا به عنوان محله‌ای از لواسان محسوب می‌شود، جمعیت آن به صورت مجزا در هیچ منبعی ذکر نشده بود).

مطلع یا مطلعین محلی

- آقای محمد ساکی – بازنشسته سیستم بهداشت
- آقای ابوالفضل ساکی – بهورز

درمانگران محلی

- برادران علی پناهی برای امور شکسته‌بندی، حجامت، ختنه، فست و درمان‌های گیاهی.
- اسم نامعلوم، روستای انباج لواسان، شکسته‌بند. (عروسشان نیز تا حدی این روش را فراگرفته و خانم‌ها برای امور شکسته‌بندی به ایشان مراجعه می‌کنند).

گفت و گو

- مصاحب: محمد ساکی (با حضور ابوالفضل ساکی، پس آقای محمد ساکی)
- مکان: منطقه لواسانات، ناحیه نارون، باغ دره
- زمان: چهارشنبه ۱۴۰۰/۳/۲۶

(سؤال‌های مصاحبه‌کننده به صورت بولد و پاسخ‌ها با فونت معمولی است)

ظاهراً درمانگران محلی دیگه کسی اینجا شناخته شده نیست؛ ولی در گذشته مثلاً افرادی بودند از جمله برادران علی پناهی که کارهای شکسته‌بندی و کارهایی مثل ختنه و فست و حجامت و اینارو انجام می‌دادن تا کارهای گیاهی.

تو امباج [انباچ] یکی بود که چند سال پیش به رحمت خدا رفت، یه آقایی بود پیرمرد بود، سید ... اسمش چی بود؟ اسمشو فراموش کردم، این بدترین شکسته‌بندو [اصلاح می‌کند] بدترین شکستگی رو خوب می‌کرد، یعنی خورد شده بود استخون ولی اون خوبش می‌کرد.

تو همین امباج؟

تو همین امباج آره، چند سال پیش هم به رحمت خدا رفت. قبل از اینکه فوت کنه به چند نفری آموزش داد. مثلاً پسرش یاد گرفت، خانومش هم یاد گرفت. ولی خودش یه چیز دیگه بود، اعجوبه‌ای بود. مثلاً ماشین زده بود تمام بدن این خورد شده بود، بیمارستان نمی‌تونستن درمانش کنن، ماه‌ها تو بیمارستان بستری بود، بعد می‌آوردن اینجا ظرف بیست و دو سه روز این خوبش می‌کرد. تمام استخونارو، استخونایی که شکسته بودن رو با انگشت، جا می‌نداخت. استخونایی که جابه‌جا شده بود، می‌نداخت سر جاش، بعد با یه برگه بهش می‌گن مورت اونا رو می‌بست. این مورت تو صحرا زیاد هست. خیلی‌ها جمع می‌کنن. سبز رنگه با زرده تخم‌مرغ اینو به هم می‌زنن و یه چیزی مثل ضماد درست می‌کنن. این آقا ضمادو درست می‌کرد بعد با پارچه می‌بستش [اول جا می‌نداختن؟] آره، اول جا می‌نداخت، دونه به دونه استخونارو جا می‌نداخت، دقیق می‌دونست این استخون مال کجاست، یک اعجوبه‌ای بود، بعد یک قرون هم پول نمی‌گرفت از مردم، هر وقتی هم می‌رفتی در خدمت مردم بود. بعد می‌دونست این استخون مال کجاست شکسته، از کجا شکسته. فقط هم با همین نوک انگشت شست. بعد دردم می‌مومدا، اون مریض اون شب غش می‌کرد این قدر درد داشت؛ ولی اون دونه دونه استخونارو جا می‌نداخت بعد با اون ضماده، می‌ریخت رو یه پارچه و قشنگ اونو می‌بست.

الان هم فرزندانشون می‌کنن این کارو؟

خانمش هم که مرد و به رحمت خدا رفت. یه پسر داشت. اون هم خیلی تو کارش وارد بود که چند سال پیش سخته کرد، بعد از پدرش سخته کرد. الان نمی‌دونم کیا باشن، شاید بچه‌هاشون باشن، ولی خودش یه چیز دیگه بود.

پسرش هم در حد خودش وارد بود؟

نه، خودش اعجوبه بود. انگار دستش شفا بود، می‌دونست کدوم استخون از کجا شکسته و کجا باید جا بیفته. ظرف بیست و دو سه روز طرف خوب می‌شد. البته خب بستگی به سنش هم داشت یا مثلاً بستگی به ماهی هم که توش زندگی می‌کردیم. بهاراً زودتر خوب می‌شد، زمستونا این شکستگیه دیرتر خوب می‌شد، پاییز هم دیرتر خوب می‌شد، تابستون [مکث می‌کند] از بهار کمتر ... فصل رویش زودتر خوب می‌شد. تابستون هم خوب بود. ولی بهار زودتر خوب می‌شد طرف. هر کی می‌خواست باشه.

الان که دیگه همه می‌رن دکتر؟ درسته؟

الان همه میرن دکتر، الان نمی‌دونم از بچه‌هاش باشن یا نباشن، اونو نمی‌دونم. شاید بلد باشن کم‌وزیاد. آها عرووش هم هست، عرووش هم می‌گن یه کم بلده [پسرش تأیید می‌کند]. البته اون استخون مردارو جا نمی‌ندازه فقط خانومارو درست می‌کنه، هم قدرت توانایی دستش رو نداره، هم به‌خاطر محرم و نامحرمی.

میرن مردم گاهی پیششون؟ همین خانما؟

شکسته‌بندی رو خوب می‌رن، زیاد می‌رن. یکی هم یه آقای بود به اسم آقای کرمانشاهی تو تهران [اون مال لواسون نبود؟] نه اونا کُردن. اونا مال کرمانشاه بودن. وقتی می‌گم اینا تو شکسته‌بندی نابغه بودن. یعنی واقعاً نابغه بودن. اینا گوسفند داشتن، گوسفندشون پاشون می‌شکست، از سنگ می‌فتادن پایین، فلان اینا، اینا از قدیما

از پدرانشون یاد گرفته بودن این استخونا رو جا می نداشتن، رو اصول همه چی رو یاد گرفته بودن، بعد یواش یواش رو انسانا و رو آدما هم چیز می کردن، درمان می کردن.

بعد یه سری چیزا فرمودین اینجا رایجه؟ مثلاً بعضی از درمانا مثل قند و اگزما؟

این اگزما رو من یادم نره [بله اگزما رو بفرمایید] اگزما خودش یه بیماریه، خود داداش من، این اگزما گرفته بود، خیلی دکترو بردیمش، کف دست این پوسته پوسته می شد، سفیدک سفیدک، بعد قاچ قاچ می شد. خون میومد. هرچی هم پماد می زدیم خوب نمی شد. نمی دونم چند تا پزشک و دکترو بردیم، شهر بردیم، حتی بیمارستان رازی هم آوردیم، تو تهران، اصلاً تأثیری نداشت. یه آقایی کشاورزه، سواد هم نداره، کارگره، کارگر ساختمونه، به برادرم گفتش که من اینو خوبش می کنم، نیم کیلو کره به من بدین، کره محلی، به عنوان دستمزد. ما هم گفتیم نیم کیلو چیه بیا یه من کره بهت می دیم. این، یه عادت بدی داشت، نشون نمی داد به مریض که مثلاً چه دارویی رو باید مخلوط کنی؛ ولی من باهاش رفته بودم، دیدم. بچه بودم. این برگ بیدو، همین درخت بید، یه کم از ریشه اش که نازک هست و توی آبه، می داشت تو آب ریشه بکنه، مال درختای بید کنار رودخونه، اینا ریشه های نازکی دارن، [بید مجنون دیگه؟] بله شبیه بید مجنون، ولی بیده، بهش می گن بید. بید مجنون نیست، با اون فرق داره. یه نوع دیگه از بیده. همین بید معمولی هست. همه جا هست. جایی که آب هست این هم هست، [همین بغل چشمه اینجا هست] آفرین. جاهایی که آب هست می رویه. من دیدم، برگشو آورد خوننه. خشکش کرده بود. اینو سوزوندش، گذاشت رو یه کاسه با حرارت اینو سوزند، با روغن یا همون کره محلی مخلوطش کرد، یه پماد درست کرد، فقط یه بار از این استفاده کرد، بچه دستش خوب خوب شد. [یعنی برگ خشک شده بید رو خشک کرد] آره، برگ سبز رو آورد خشک کرد، گذاشت تو یه کاسه سوزوند، با یه روغنی، کره محلی، کره حیوانی [همین؟] آره، یه پماد درست کرد. این پماده رو یه بار استفاده کرد، تمام اون قاچ قاچا و اون سفیدکا و اون خونریزی و همه از بین رفت. ظرف ۲۴ ساعت خوب خوب شد. [اگه این درخته بود بعداً یه عکس

هم ازش بگیریم] آره. آره. همین درخت بیده، درخت بید معمولی، همه جا هم هست، بغل رودخونه‌ها بیشتر هست. از برگش استفاده کرد، از ریشه‌اش هم استفاده کرد [یعنی خاکو می‌کنند ریشه شو درمیاورد یا نه توی جوب بود؟] تو همین جوب بود که آب ازش رد می‌شه، این قدر هم ریشه برداشت [با دست مقداری را نشان می‌دهد] حالا اونو شاید واسه جای دیگه استفاده کرد، نمی‌دونم. [ولی برگو دیدین که استفاده کرد؟] آره، برگو که چید از درخت، آورد خونه، اینو خشکش که کرد گذاشت تو کاسه جلو آفتاب، تابستون هم بود فوراً خشک شد. ظهر گذاشت، عصری جمعش کرد، بعد گذاشت تو کاسه اینو، اون موقع منقل بود، گذاشت رو منقل، این که سوخت، سوختشو با کره ریخت روش، با کره هم زد، یه پماد درست شد، این پماده رو مالید رو دستش یک‌بار [اهل کجا بود؟] نهاوند. [توی این منطقه نبود؟ رفتین اونجا انجام دادین؟] بله، این مال نهاوند بود. اون موقع دکتر نبود، از اینجا باید می‌رفتیم [مکت] ماشین سوار می‌شدیم. صبح سوار ماشین شدیم ظهر رسیدیم به اون منطقه [کسی اینجا دیدین این کارو انجام بده؟] نه، اینجا نه. اون بلد بود. اون هم نشون نمی‌داد به کسی، می‌گفت یاد می‌گیرن.

اینجا چطور؟ می‌شناسین کسیو؟

اینجا؟ بذار یه چیز دیگه هم تا یادم نرفته، از چشم، بیماری چشمی بگم. تو نهاوند دیدم. اون موقع که خاک بود، دکتر هم نبود، بعد بچه‌ها چشماشون باد می‌کرد آب میومد، بعد این قی می‌کرد و مژه‌ها به هم می‌چسبید، چشم پف می‌کرد. وقتی که باز می‌کردن چشمشونو زیر پلک بالا و پایین یه رگ آبی پیدا می‌شد. قی هم می‌کرد چشم. بعد به ما می‌گفتن که برید مورچه اسبی بیارین. مورچه اسبی هم منظورم از این مورچه بزرگاست. می‌رفتیم صحرا لونه اونارو پیدا می‌کردیم، پنج شیش تا از اونارو می‌داشتیم تو قوطی کبریت میاوردیم. بعد چشمای اینو باز می‌کردن، بچه‌هه رو که چشماش باد کرده بود، این مورچه اسبی رو می‌زدن به اون رگه که آبی بود. این مورچه رگو گاز می‌گرفت. چند تا مورچه می‌نداختن هی گاز می‌گرفتن، یه خون سیاهی خارج می‌شد. این خونه

که خارج می‌شد چشم خوب می‌شد. چشمشو می‌بستن مثلاً یکی دو روز [اینو مردم معمولی انجام می‌دادن؟] آره، انجام می‌دادن. یا مثلاً تخم مورچه‌ها رو می‌رفتن از تو لونه‌هاشون می‌کندن می‌آوردن، می‌کوبیدن می‌ریختن تو چشمشون. این هم عفونتای چشم رو از بین می‌برد [اثر هم داشت واقعاً؟] آره، خیلی. معجزه می‌کرد [تأکید می‌کند] من خودم الان می‌گم، اون موقع نمی‌دونستم که چیه. این عفونتا تو رگا جمع می‌شد، با گاز گرفتن مورچه این رگه خون میومد، پاره می‌شد اون رگه، خون میومد، خون سیاه، خارج می‌شد و بیماری از بین می‌رفت [جالبه] آره، اینو من با چشم خودم دیدم. خودمو فرستادن رفتم مورچه آوردم [خودتون این جوری شده بودین؟] من نه، داداشم شده بود. مادرم از یه خانومی که این گیاهای دارویی و این چیزا رو خیلی وارد بود و بیماری‌های خونگی رو درمان می‌کرد، اون بهش گفته بود. گفته بود مورچه اسبی بیارین، بردیم براش، خانومه این کارو کرد. بعد دیگه مادرم یاد گرفته بود، هر وقت کسی این جوری می‌شد، می‌گفت برین مورچه اسبی بیارین. مادرم هم از اون یاد گرفته بود.

خب در مورد دیابت می‌فرمودین؟

دیابت؟ مردم واسه دیابت از گزنه استفاده می‌کردن. [گفتین اصلاً دیابت رو بیماری نمی‌دونستن؟] نه، کسی که زیاد می‌رفت دستشویی، می‌گفتن عه، بهش گزنه بدین، واسش خوبه. یا نفرس، نفرس هم همین گزنه رو بهش می‌دادن [گزنه رو واسه دیابت چه جوری مصرف می‌کردن؟] دم می‌کردن مثل چایی. [چقدر باید بخورن؟] یه لیوان. [هر روز یه لیوان؟] مثلاً روزی دو بار، سه بار یه لیوان می‌خوردن، خیلی مقررات خاصی نداشت. هر کسی یه مقداری می‌خورد، اتفاقاً خیلی هم تأثیر داشت. [پسرش: پدرم هم نفرسش رو با همین راه درمان کرد] آره من خودم هم نفرسمو با همین چیز کردم، خوب کردم. [نفرس علائمش چیه؟] پا ورم می‌کنه، مچ پا ورم می‌کنه. [مچ پایش را نشان می‌دهد] الان هنوز علائمش هست، این قدر ورم می‌کنه [با دست مقدار ورم را نشان می‌دهد]. بین باد هم می‌کنه، اینو با گزنه خوب می‌کردن. [شما که استفاده کردین خوب

شد؟] آره [پسرش: رعایت نمی کنه ولی اصلاً نه، بذار داستانشو بهت بگم. ما یه نذری داریم تاسوعا، یه گوسفندو می نداختیم توی دیگ، این می پخت، بعد می ریختیم تو حلیم می دادیم مردم بخورن. ما گوسفندو پختیم و تا عصر که کار زیاد بود هیچی نخوردیم، بعد یهو گشمنون بود، یهو این قدر ریختیم تو پیاله [اندازه ای را نشان می دهد] از آب اون گوسفنده ریختیم و خوردیم، دو ساعت بعدش مهمون واسمون اومد. بعد اومدم بیرون تو همین بالکن، دیدم انگار فلج شدم، اصلاً نمی تونم پامو بلند کنم. داد زدم به بچه هامون و اون مهمون مون که بیاین به من کمک کنید. من چرا این جور شدم؟ زیر بغلمو گرفتن، رفتیم خونه. پارو زدیم بالا، دیدیم پا این هوا شده [با دست نشان می دهد مجدداً] خلاصه چی کار کنیم، چی کار نکنیم. این تجربه ای بود که همین داداشم که دستش این جور شد و اگزا گرفت هم داشت. اینو ما بیمارستان خیلی بردیمش، هی می گفت تپش قلب دارم، نگو این هم نقرس داشته. اسیداوریکش رفته بود بالا، ما هم نمی دونستیم، بیمارستان مدرس، توی چیزه [فکر می کند] زیر اوینه، اول بردیمش شهدا، اونا فرستادنمون اونجا، رفتیم اونجا یه شب هم اونجا خوابید، تست ورزش داد و تمام کارا رو کرد، خوب نشد که نشد. مرخصش کردن ولی دردش خوب نشد. آوردیم خونه، بچه دوباره حالش خراب شد. بچه چیه، مرد بود اون موقع، زن داشت، نه زن نداشت، مجرد بود، تازه می خواست ازدواج کنه. نه، زن داشت، آره زن داشت، بچه هم داشت. گفت مادر قلبم داره می گیره و ناراحتم و تپش قلب پیدا کردم. مادرم اومد، این گزنه رو دم کرده بود. ما هم ترسیدیم گفتیم نکنه قلبشه، ماشین سریع گرفتیم، تو همین راه لیوان گزنه رو مادرم داد بهش و گفت اینو بخور و برو. یه کم رفتیم، اونجا خوب شد. یه روستا یه تلفن خونه بود، اون موقع خونه ها تلفن نداشتن. زنگ زد که مادر من خوب شدم. البته ما داشتیم تلفن. تک توکی از خونه ها تلفن داشتن. داداشم به مادرم گفت اونو که بهم دادی، به نظرم از اون بود. مادرم گفت دیگه بیمارستان نرو، بیا. بیمارستان نبردیم و خلاصه دور زدیم، اومدیم خونه و تا غروب همین جور مادرم دو سه تا لیوان از همون دم نوش بهش داد. تموم شد. ولی تست ورزش رفتیم، نمی دونم دکترا هی جمع شدن با دانشجوها، هر کدوم یه چیزی می گفت. اون یکی

می گفت نوار قلب، آزمایش، خلاصه همه چی. [این در مورد برادرتون بود؟] بله، این در مورد برادرم بود. با همون گزنه خوب شد، ناخودآگاه هم بهش دادیم. وگرنه نمی‌دونستیم که این درمان اینه. با همین خوب خوب شد. آها این داداشم خونه پدر زنش اینا کله‌پاچه خیلی زیاد می‌خورد، اونا گاو سر می‌بریدن واسه نذری و اینا [اون هم فکر می‌کنید نفرس بوده؟] بله، اون هم نفرس بود. اون هم مچ پاش درد می‌کرد. به‌خاطر این اون هم رفته بود دکتر، دکتر بهش گفته بود نفرسه، داداشمو می‌گم. دکتر گفته بود گوشت قرمز نخور، فلان نخور، از این چیزا. من وقتی پام درد گرفت، دیدم تو خونه گزنه داریم، دم کردیم و غروب بود، دیگه امان از من بریده بود. گزنه که خوردم، یه مقدار دردم تسکین پیدا کرد، ولی ورم سر جاش بود. خلاصه تا آخر شب دو سه بار از اون دم‌نوشه خوردیم و دیگه درده افتاد. ولی هنوز آثار اون بیماری تو جون من هست. [نفرس هر کی داره، ممکنه دوباره برگرده یا کامل درمان می‌شه] باید رعایت کرد دیگه. گوشت قرمز بخورم دوباره عود می‌کنه. یه پیاله، فقط یه پیاله. [اون هم اینجاها فقط رایجه انگار، گزنه هم تو منطقه زیاده؟] اینجا پر از گزنه است. [شما خودتون دارین تو باغ؟] آره، الان یه بوته‌اش اینجاست [بعداً ازش عکس می‌گیرم] (تصویر ۱).



تصویر ۱۷: برگ گیاه گزنه

من چون دیابت دارم، گهگاهی ازش می‌برم تا درمون کنم خودمو. [پسرش: قبل از اینکه این باغ بغلی ساخته بشه، اینجا پر از گزنه بود، فقط نمی‌دونم چرا بعدش کم شده این قدر] [چون اذیت می‌کنه مردموانگار] آره، یه باغی تو افجه پر گزنه است. اگه خواستی با هم دیگه میریم. دور تا دورش حصاره. این باغو گزنه‌شو می‌چینن ولی وقتی می‌زنه به دستت بدجوری تاول می‌زنه، بعد که آب بهش می‌خوره دیگه واویلا. [این منطقه نارون می‌شد، فکر می‌کنم گزنه همه‌جای لواسون پیدا می‌شه؟ درسته؟] هر جا آب باشه، تو باغایی که مرطوبه، گزنه هم پیدا می‌شه. مثلاً شمال گزنه خیلی زیاده. [گزنه‌های مختلف فرق می‌کنه؟] آره. گزنه‌های اینجا از شمال بهتره، اثرش بیشتره. مثلاً گزنه لواسون اثرش بیشتر از گزنه داروخونه است (تصویر ۲).



تصویر ۱۸: آقای ساکی در حال نشان دادن گزنه خشک که توسط خودشان جمع آوری و مورد استفاده قرار می گیرد.

دیگه چی؟ کدوم گیاهای اینجا خاصیت درمانی دارن؟

برگ به. برگ درخت به. این عجیب واسه بیماری‌های قلبی خوبه. قلبی و عروقی. رگایی که توشون چربی جمع می‌شه و رسوب می‌کنه. عجیب واسه اونا خوبه. [برگ اون هم دم می‌کنن؟] آره. مثل یه شربت خوش‌رنگ و خوش طعم به‌جای چایی استفاده می‌کنن. [الان هم رایجه؟ مردم می‌خورن؟] همه کسی نمی‌دونه اینو. اینو من از یه دکتری که متخصص قلب و عروق بود، شنیدم. جاده رو بسته بودن، ما پیاده‌روی می‌رفتیم، بعد اون اومد پیش من، اومد تو این کوچه و به من گفت اینجاها برگ به نیست؟ گفتم نه [اصلاح می‌کند] گفتم چرا، می‌خوای چی کار کنی؟ گفتم من دکتر قلب و عروقم، یکی دیگه هم همراهش بود، گفت من هم دکتر مغز و اعصابم. جراح مغز و اعصابم. اینا واسه این بیماری‌ها به درد می‌خوره. اتفاقاً من خودم هم تپش

قلب داشتم. سیگار می کشم. اون هم موقع هم می کشیدم. بعد هر چند ماه به دفعه این قلبم شروع می کرد به زدن. به قدری می زد که صدایش میومد تو گوشم. [صدای قلب در می آورد]. ایشون گفتن این واسه بیماری های رگ و چربی های توی رگ خوبه و از بین می بره اونارو. ایشون رفتن. بعد به روز من دوباره این حالت تپش قلب و اینا بهم دست داد. تپ تپ می زد و تو گوشم صدا می داد. اینجا به درخت به داشتم که کرم زد و از بین بردش و خشک شد. فوراً اوادم برگ این درخته رو دم کردم و انگار آبی باشه که بریزه رو آتیش. یکی دو بار دم کردیم و خیلی هم خوش طعمه، رفت تا پنج شیش ماه دیگه، دیگه این صدای ضربان تو گوش ما نیومد. هر وقت این جواری می شدیم فوراً وسط زمستون این برگو خشک می کردم. [پس به رو مردم اینجا نمی شناسن؟ تجربه خودتون بوده؟] آره. اون آقا بهم یاد داد. [می خوام بدونم مردم لواسون دیگه چی استفاده می کنن؟] پونه، برای بیماری روده، عفونت روده و معده و اینا از پونه استفاده می کنن (تصویر ۳). این هم دم می کنن.



تصویر ۱۹: بوته گیاه پونه کوهی

واسه چربی خون، چون یادم می ره، این هم بنویس، شوید، واسه چربی خون. [چه جوری می فهمن که چربی خون داره؟] چربی خون سر گیجه میاره، سر گیجه می گیرن و بعدش می گن چربی خون دارن. دم می کنن شویدو، تو برنج می ریزن. خدمت شما عرض کنم به هر طریقی اینا استفاده می کنن از شوید. واسه رودل هم خاکشیر استفاده می کنن. [خب این که همه جا رایجه. رودل رو چه جوری تشخیص می دن؟] قدیما واسه ریزش موی سر از گِلکک استفاده می کردن. یه نوع گله [رودل رو چه جوری تشخیص می دن؟] مثلاً شکمشون کار می کنه. حالت تهوع دارن، بی اشتها، تو بچه ها اینجوریه که استفراغ بهشون دست می ده. [اون گل چی بود؟] گِلکک بهش می گن. [روی کاغذ می نویسد.] پشت سرهم. [این از کجا به دست میاد؟] معدن. [همین اطرافه؟] آره. لواسون بزرگ که تشریف داشتین، یه کیلومتر جلو ترش یه معدن خیلی بزرگه که باهاش

چینی درست می‌کنن. عطاری‌ها هم دارن. ما ولی می‌ریم از اونجا می‌اریم. هر کی موهای سیاه و زمخت و لخت و مشکی و بلند می‌خواست، قدیم از این گل استفاده می‌کرد. صابون نبود. واسه شستن سر از این گل استفاده می‌کردن. **[این گل همون گلیه که تو عطاریا هست؟]** این یه گل سفیدیه. گلکک لواسون هست، پشت کاخ شاه. اون موقع صابون نبود، اگر هم بود از این برگ‌دونا بود، اینو با چربی بز قاطی می‌کردن، این می‌شد صابون. صابون پیچ هم بهش می‌گفتن. اگه بود هم از اونا بعد بیشتر واسه همین با گلکک چیز می‌کردن. **[خب گل سرشور تو تهران هم بود. واسه بیماری خاصی این گل استفاده می‌شد؟]** واسه شستن استفاده می‌کردن ولی اونایی که از این گلکک استفاده می‌کردن همشون موهاشون پرپشت، ضخیم و بلند بود. دخترا موهاشون تا کمر بود تا زیر کمر. مثل فیلم‌های هندی. واسه گوش‌درد از گنجشک استفاده می‌کردن **[اینجا؟]** نه اون هم نهاوند **[ما داریم دنبال چیزهای خاص این منطقه می‌گردیم. ولی حالا اون هم بگین]** گنجشکو می‌گرفتن، زنده‌زنده، مقعد گنجشک رو می‌داشتن در گوش بچه. گوش‌ی که عفونت داشت و تورم داشت. این قدر نگه می‌داشتن تا این گنجشکه می‌مرد، این مقعدش همین جوری می‌زد، مثل صدای قلب، تا بی‌حال می‌شد و می‌مرد، بعد یکی دیگه، تا زمانی که این گوش‌دردش بیفته این کارو ادامه می‌دادن. بعد که دردش افتاد و اون گنجشک هم نمرد می‌فهمیدن خوب شده **[خب گنجشک که به راحتی نمی‌میره، بخوای نگهش داری باید یه روز در گوش نگهش داری]** نه، یه چند دقیقه بیشتر دووم نداره. **[پسرش: شاید به خاطر اکسیژنی که نمی‌رسیده بهش]** احتمال هم داره همون عفونت باعثش باشه **[باید بریم نهاوند تحقیق]** **[صدای خنده]** **[پسرش: همه اینا مرسوم بود. یعنی یه چیزی نهاوند بوده، اینجا هم بوده. این جوری نبوده که این مخصوص نهاوند باشه. چون چیزایی که بعداً دیدیم، هم اینجا بودن هم اون‌جا]** من خیلی چیزا از یادم رفته. اصن داروهایی که بهم می‌دن رو می‌خونم روشو یه دیقه دیگه فراموش می‌کنم. ولی قدیمی‌ها رو یادم نرفته. **[آره، من هم بهم بگن دیروز چیکار کردی باید فکر کنم. ولی بگن فلان سال چیکار کردی یادمه]** شما ماشالا جوونی.

[نه، همه همین طورین، طبیعیه، نگران نباشین.] من خیلی نگران این مسئله [پسرش: بعد بابا کتاب هم خیلی می‌خونه] مخصوصاً جوون تر که بودم خیلی کتاب می‌خوندم، سرگرمیم همین کتاب بود. تو همون خانه بهداشت، زمستونا، بخاری روشن میکردم، برف هم میبارید. شروع میکردم به کتاب خوندن. تاریخ بیشتر می‌خوندم. تاریخ، جغرافیا، فلان، هرچی می‌رسید دم دستم می‌خوندم. من خیلی کتاب داشتم، خیلی زیاد، جوون بودم همه رو انداختم دور. [چرا؟] جوون بودم، دوست نداشتم.

اون موقع که اومدین اینجا، سال ۴۷ گفتین، متأهل بودین اون سال؟

بچه بودم، [با پدر مادر اومدین؟] من جلوتر از اونا اومدم. خواهرم اینجا ازدواج کرده بود. من اومدم با دامادمون به مقدار کار کردم. [پس همین جا ازدواج کردین؟ خانومتون واسه همین جاست؟] اصلش لواسونیه ولی بزرگ شده اینجاست.

مردم اینجا چه جورین؟ چون اون موقع هم بومی محسوب نمی‌شدین و اینجا هم کوچیک تر بود بالاخره، مردم اینجا خوب بودن؟

وایسا، به چیز دیگه هم یادم اومد. ببخشید تو حرفت پریدم، واسه شب کوری، یادت باشه این هم واسه بگم [خب بگو همین الان] شب کوری کمبود ویتامین آ است. شب می‌رن بیرون دیگه هیچ جا رو نمی‌بینن. گم می‌شن. می‌رن تو بیابونا. میفتن تو چاله و نمی‌بینن، ولی تو روز می‌بینن، فقط شباً نمی‌بینن. اون موقع می‌گفتن شب کورن، اما الان می‌گن کمبود ویتامین آ است. برای این، درمانشو می‌رفتن جگر سفیدو می‌آوردن، می‌پختن، کف ازش خارج می‌شد بعد اونو می‌مالیدن به چشم‌شون. چندین بار اون کفو می‌مالیدن به چشم‌شون، بعد چشم‌شون خوب می‌شد. [این هم واسه نهاننده؟] تو نهانند بود، اینجا هم زیاد هست. [این هم چیزی بود که مردم خودشون می‌گفتن خوبه انجام بدیم؟] آره، انجام می‌دادن [حالا اینکه واقعاً چقدر اثر داره آدم نمی‌دونه، اون موقع هیچی نبوده، به‌ناچار استفاده می‌کردن]. حالا به چیز عجیب‌تر، واسه

سرطان، اونا میومدن لاک پشتو می رفتن پیدا می کردن، الان ما می گیم سرطان، ولی اون موقع هر کی به اسمی بهش می گفت. یکی می گفت قرقاشه، اسمای محلی بود، یکی می گفت فلانه، ولی الان ما می گیم سرطانه. مثلاً یکی پاش ورم می کرد زخم می شد و خوب نمی شد. اینا میومدن چیکار می کردن؟ لاک پشت رو می شکافتن، لاک پشتارو تو صحرا پیدا می کردن، بعد همون جوری زنده زنده می شکافتنش و بعد داغ داغ می داشتن رو همون قسمتی که سالها بود عفونت کرده بود و دمل بود و زخم بود و خوب نمی شد و بعد می بستنش. بعد دوباره فردا به لاک پشت دیگه گیر میاوردن و دو سه بار این کارو می کردن تا به مرور خوب می شد طرف. فوراً خوب نمی شد، شاید یکی دو ماهی طول می کشید؛ ولی آخرش خوب می شد. خیلی ببخشید، من حتی دیدم قورباغه رو شکمشو پاره می کردن، زخمایی که شبیه جوش و این چیزا بود، یا عفونی بود، اینو داغ داغ، یعنی همونجوری که زنده بود هنوز می داشتن رو اون زخم عفونی و تأثیر عجیبی داشت. **[الان هم این کارو می کنن؟]** الان نه دیگه، الان خیلی وقته که دیگه بهداشت اومده. از سالی که رفتیم تو بهداری دیگه به اصطلاح به ما می گفتن دکتر [لحن صدایش تغییر می کند] دیگه این چیزا مرسوم نیست. یا اگر هم این کارو می کردن، جرئت نمی کردن پیش ما بگن [قسم می خورد] فقط اسپندو واسه سرماخوردگی و این جور چیزا رو ما می دیدیم. [پسرش: اینجا اسپندو واسه نفخ هم می خورن، می ریزن تو آب، اونایی که بهشون می گن سودایی، اونایی که کبد چرب داشتن، تجویز دکترای سنتی این بود، اسپندو به قاشق می ریزن تو آب، شب بعد می خورن].

شما که با مردم سروکار دارید این چیزارو دیدید دیگه؟

پسرش: آره، یکیش همین اسپنده، برای نفخ معده [برای ترک سیگار هم از اسپند استفاده می کردن] **چیکار می کردن؟** [می جویدن اسپندو. یا می خوردن یا می جویدن. تلخه، بدمزه است، واسه همین اسپندو با آبغوره قاطی می کردن. [پسرش: آبلیموعه] ترشیجات باید می بود خلاصه، شاید هم سرکه بود. **[مردم همین جا؟]** آره. [پسرش: اینجا سرکه سبب هم خیلی مرسومه] اینجا خیلی واسه چربی خون سرکه سیب استفاده می شه [پسرش

هم تأیید می کند [سیب هم تو منطقه خیلی زیاده [پسرش: الان کم شده، یه زمانی زیاد بود] سرکه سیب برای چربی خون و کبد چرب خیلی خوبه. [چه جوری تشخیص می دن که این چربی خون هست؟] از خواب آلودگی و بی حالی و کرختی طرف می فهمن کبدش چربه [پسرش: حالا اونایی که واردترن از سفیدی چشم هم می فهمن. آگه سفیدی چشمش زرد شده بود می فهمیدن چربیش بالاست]. ماهی هم واسه زردی یرقان استفاده می کردن. [ماهی ریزارو قبلاً هم من اینجا دیدم، همین ماهیایی که تو رودخونه است] سیاهه، اینقدره [اندازش را با دست نشان می دهد] [اینارو همین جوری می خورن؟] آره، زنده باید بخورن. این هم یادم اومد الان، واسه خونریزی لته، زاغ می خوردن. یه چیزیه مثل صمغه، زرده. [از چی گرفته می شه؟] اونو نمی دونم، عطاریا دارن. بیشتر واسه کارای رنگرزی به کار می ره. یه هفته یا دو هفته که بخوری خوب می شی. کمبود ویتامین ث احتمالاً باعثشه، این هم ترشه. هم کلاسی من این جوری بود، از اون خورد خوب شد. [پسرش: آویشن هم خیلی اینجا مرسومه] آره، برای عفونت های ریوی، گلودرد، تنگی نفس، بخورشو می دن، یا مثلاً واسه سینوزیت. [دم می کنن؟] آره، به صورت خشک هم تو غذا می ریزن. واسه عفونت های روده و معده و اینا هم استفاده می شه. [پسرش: ولی کسایی که تیروئید دارن نباید بخورن. منع مصرفش تیروئیده] زنان باردار هم تا سه ماهگی باید یه خورده ملاحظه کنن. [پسرش: اونی که پشت خونمون درمیاد... آها، اینجا کتیراش هم خیلی معروفه] آره، کتیرا واسه مو. [پسرش: تقویت موی سر، ریشه مو] صورت و پوست. کتیرا از گون به وجود میاد، اینجا پره (تصویر ۴).



تصویر ۲۰: بوته گیاه کتیرا

یه تیغ می زنی مثل صمغ درمیاد. گرفتنش هم فرق داره، پای درختو باید بکنی، بعد اینو تیغ می زنی، خودش،

همون صمغه می زنه بیرون (تصویر ۵).



تصویر ۲۱: گرفتن صمغ از ریشه گیاه کتیرا

[پسرش: این بنفشه که اینجا خیلی زیاده، گلای صورتی داره ...] [اسمش را فراموش کرده است] چای کوهی هم اینجا خیلی فراوانه. واسه دل‌درد و اینا استفاده می‌کنن. **[اینارو باید عکساشو بگیریم]** الان دیگه چایی کوهی از ده رفته. خشکش هست اگه بخواین عکس بگیرین. **[یه چیز دیگه هم گفتین قبلش]** [پسرش: بابونه برای آرامشه، واسه ریلکس کردن] واسه پوست سر هم استفاده می‌کنن، واسه اعصاب و این چیزا هم استفاده می‌کنن **[بابونه رو پودر می‌کنن؟ چه جوری استفاده می‌کنن؟]** اره، پودر می‌کنن، خشک که می‌شه پودرش می‌کنن [دست‌هایش را به هم می‌مالد] پودرش می‌کنن و می‌مالن به سرشون با آب ولرم. یه مقدار هم باید بمونه. وقتی موند بعد آب می‌کشن. واسه پوست، زنا بیشتر استفاده می‌کنن، پوست لطیف می‌شه، نرم می‌شه. الان یه چیزی گفتم، یکی گل سرخ یادت نره، یکی کم‌خونی یادت نره. اینارو بنویس، چون میاد تو ذهنم بعد یهو فرار می‌کنه. **[اینجا گل سرخ هست؟]** آره اینا همش گل سرخه، اگه ده روز جلوتر تشریف می‌آوردین، اینجا همش گل سرخ بود. بوی عطرش همه‌جارو گرفته بود. گل سرخ رو بیشتر واسه یبوست استفاده می‌کنن.

واسه تب هم استفاده می‌کنن. [باز این هم دم می‌کنن؟] آره، دم می‌کنن. اونایی که بیوست دارن، رودل دارن، می‌خورن، فوراً باید برن دستشویی. یعنی روده و همه رو می‌شوره و می‌بره. [یعنی ملینه؟] ملین خیلی قویه. [پسرش: مخصوصاً وقتی بتونی به صورت مر با درش بیاری، بجوشونی، شکر هم توش بریزی، مرباهای بیرون خیلی حرفه‌ای نیست. اگه خودتون بتونین درست کنین خیلی خوبه] دم کردن گل سرخ خیلی مهمه. [کم خونی چی؟] کم خونی کسایی که سرگیجه دارن، بلند میشن یهو چشماشون تار می‌ره و بی‌حالتن. برای اینا از داروهای خونگی مثل عدس و شاتوت و اینا استفاده می‌کنن. [پسرش: آلبالو هم استفاده می‌کنن] آلبالو هم هست، آره. حالا یادم نره، یه چیزی اومد تو ذهنم، آها، زرشک، یادت باشه زرشک هم بگم. زرشک کسایی که کبد چرب دارن، بیماری‌های کبدی دارن [پسرش: برای چربی خون هم هست] [علائمش چیه؟] همون علائمی که قبلاً عرض کردم خدمتتون. اینا بدنشون جوش می‌زنه. جوش زیاد می‌زنه [پسرش: مخصوصاً توی کمر و پشت کمر] بعد صورتشون هم کدر می‌شه. اینا میان زرشک می‌خورن. پوست صورتشون سیاه می‌شه. نگاه می‌کنی دیگه زیبا نیست، سیاهه. [زرشک رو چطوری مصرف می‌کنن؟] مثل آب، آب زرشکو می‌خورن. زرشک رو می‌جوشونن، بعد صافش می‌کنن و آبشو می‌خورن. [پسرش: این منطقه هم خیلی زرشک داره] (تصویر ۶).



تصویر ۲۲: بوته گیاه زرشک

اینجا از اصلاحاتی مثل اینکه می گن فلانی صفرایبی شده، سودایی شده یا این غذا گرمه، این غذا سرده، و از این قبیل چیزها هست؟

آره، هست. کسایی که طبعشون گرمه، طبعشون سرده، چه غذاهایی می خورن، چه غذاهایی نباید بخورن، همه

اینا هست.

بعد اینها تأثیری نداره توی دارو دادن؟ مثلاً بگن گل سرخ به این ندین؟

چرا دیگه، مثلاً بعضی چیزا رو نمی دارن استفاده کنن. [پسرش: به سردا گرما رو می دن، به گرما سردارو می دن]

[الان گل سرخ طبعش چیه؟ گرمه؟] طبعش سرده. به گرمیا می دن. اینایی که کبدشون ناراحته می گن دنبه

نخوره، پی نخوره، غذای سرخ کرده نخوره. [پسرش: زردآلو یه کاربرد دی داشت؟ یه صمغی می گرفتن ازش؟] آره، صمغ درخت [فکر می کند] یادم رفته. [پسرش: اینجا زردآلو زیاده، بعد یه سریا می گفتن این صمغ درخت زردآلو خوبه، یادم نیست واسه چه مریضی ای بود. ما چند تا درخت زردآلو داشتیم که بریدیمشون وقتی سنشون زیاد شد. یادمه مادرا میومدن دنبال این. آها، واسه مسواک زدن دندونا، نمک رو با ذغال می کوبیدن و بعد با دست آروم می مالیدن به دندونا وقتی می خواستن بخوابن. این مسواکشون بود. **این زردآلو رو اگه یادتون بیاد واسه چیه ...**] می خواین از خانومم پرسیم؟ **نه حالا، ولی بیشتر می خوایم بدونیم این چیزایی که تو منطقه هست مردم واسش چه خواصی پیدا می کنن**] [پسرش: اینجا ریواسش هم خیلی معروفه، البته خاصیت درمانی شو نمی دونم] خوراکیه بیشتر [پسرش: چون ترشه واسه چربی سوزی اینا خیلی خوبه] دُم آلبالو واسه بیماری کلیوی، سنگ کلیه داشتن، ورم کلیه داشتن، اینایی که پهلوشون درد می کنه می گن می خوایم بلند شیم کمرمون داره می شکنه، اینو از دُم آلبالو استفاده می کنن. دم کرده شو میخورن. [پسرش: آها، اون سفیدی انجیر بود، روی زگیل می زدن] آره، زگیل، شیره انجیر، برگش، دمش، این شیره مثل اسیده، بزنی به زگیل دو روزه، سه روزه از بین می بره زگیل رو. قاچ قاچ می شه، می دونی چی می گم؟ خون میاد و بعد چند روز از بین می ره، صاف صاف می شه [پسرش: یه بوته ای بود، الان نیست، قبلاً خیلی زیاد بود. زرد مانند بود، می شکستیش بعد یه هم چین چیز سفیدی ازش میومد، اون هم برای آکنه و جوش استفاده می شد] قند شکرو میگی؟ [پسرش: عطاریا میومدن قطره های اونو جمع می کردن، برای جوشای چرب و سفت استفاده می شد. از اون موقع یادمه. الان دیگه اینجا بیشتر شده ساختمون. ما بهش میگیم قند شکرو، یه گلیه، بعد تیغه برگاش، این شیره شو واسه بچه هایی که ... **من دیده بودم اونو، یه وقتی می کوبیدیم و اون مغزش که نرم بود رو می خوردیم**] آفرین، همونه. این قدر چیز بلد بودم الان یادم رفته. [پسرش: آخه قدیم اینجا همش باغ بود، درخت بود، فرق داشت. آها، چیز، کنگر، یکی از چیزای خیلی زیاد اینجا کنگره، واسه دستگاه گوارش خاصیت داره، هم سیستم ایمنی بدن

رو تقویت می‌کنه، هم برای پاک‌سازی گوارش خوبه، این چیزایی که دارم می‌گم، چون اینجا خیلی زیاده، واسه همین بهتون می‌گم. کنگرای تجریش رو دیدین که؟ همه رو از اینجا میان می‌برن. چون کوه‌های اینجا شنیه. مثلاً کوه‌های سمت فشم سنگیه، هرچی کوه شنی‌تر باشه کنگر رشدش بیشتره، یا همون ریواس [قدیم بچه‌ها گوششون که درد می‌کرد از پارچه استفاده می‌کردن] **پارچه رو چیکار می‌کردن؟** [پارچه خشک رو، پارچه آب‌نندیده رو فتیله می‌کردن می‌داشتن تو گوش بچه که عفونت داره. این عفونتشو می‌کشید بیرون. اونایی که آسم و تنگی نفس دارن هم از پنیرک استفاده می‌کنن (تصویر ۷)] **پنیرک گیاهه دیگه؟** [آره] **از چیش استفاده می‌کنن؟** [از برگش، از گلش. [پسرش: برای سرماخوردگی هم خیلی خوبه].



تصویر ۲۳: بوته گیاه پنیرک

بیماری‌ها، تشخیص و درمان

جدول ۲: خلاصه نتایج به دست آمده در خصوص روستای ناران

نام بیماری	مشخصات و علائم	درمان	توضیحات
عفونت چشم	ورم چشم، قی چشم	مورچه اسبی (محل زندگی: درون صحرا)	مورچه را روی چشم عفونت کرده قرار می‌دادند، مورچه اسبی یک رگ آبی رنگ را گاز می‌گرفت که خون سیاهی از آن خارج می‌گشت و همین مسئله موجب خارج شدن عفونت می‌شد.
دیابت	تکرر ادرار	گزنه	دم کرده آن را به بیمار می‌دادند.
نقرس	ورم کردن پا، تپش قلب، اسیداوریک بالا	گزنه	دم کرده آن را به بیمار می‌دادند.
بیماری‌های قلبی و عروقی	تپش قلب	برگ درخت به	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
بیماری‌های روده و معده	دل‌درد، حالت تهوع	پونه کوهی	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.

دم کرده آن را به بیمار می دهند. آن را داخل برنج دم می کنند.	شوید	سرگیجه، خستگی و بی حالی	چربی خون کبد چرب
آن را به صورت شربت می نوشند.	خاکشیر	حالت تهوع، بی اشتها، استفراغ	رودل
با آن سر را می شستند.	گلکک	ریختن مو	ریزش موی سر
جگر سفید را پخته و کفی که از آن خارج می شود را بر روی چشم می مالند.	جگر سفید	ندیدن در هنگام شب	شب کوری
آن را درون آب می ریزند و می خورند و یا آن را می جویند. گاهی نیز ترشیجات به آن اضافه می کنند.	اسپند	آبریزش بینی، بی حالی و خستگی	سرماخوردگی
آن را درون آب می ریزند و می خورند و یا آن را می جویند. گاهی نیز ترشیجات به آن اضافه می کنند.	اسپند	سودایی شدن بدن	نفخ معده
آن را درون آب می ریزند و می خورند و یا آن را می جویند.	اسپند	خستگی و بی حالی، کاهش ناگهانی وزن	کبد چرب

گاهی نیز ترشیجات به آن اضافه می‌کنند.			
آن را درون آب می‌ریزند و می‌خورند و یا آن را می‌جویند. گاهی نیز ترشیجات به آن اضافه می‌کنند.	اسپند	-	ترک سیگار
مصرف به صورت خوراکی و یا اضافه نمودن به سالاد و غذا	سرکه سیب	خواب‌آلودگی، کرختی، بی‌حالی، زرد شدن سفیدی چشم	چربی خون کبد چرب
آن را به صورت زنده می‌خورند.	ماهی‌های زنده و سیاه ریز درون رودخانه	زرد شدن پوست و سفیدی چشم	زردی یرقان
دم کرده آن را به بیمار می‌دهند. به صورت خشک درون غذا می‌ریزند.	آویشن (کسانی که تیروئید دارند نباید بخورند، ملاحظه در خوردن در سه ماه اول بارداری)	درد ریه، اکسیژن پایین، بی‌حالی و تنفس سخت	عفونت‌های ریوی، گلودرد، تنگی نفس
دم کرده آن را به بیمار می‌دهند. به صورت خشک درون غذا می‌ریزند.	آویشن (کسانی که تیروئید دارند نباید بخورند، ملاحظه در خوردن در سه ماه اول بارداری)		عفونت‌های روده و معده

	خوردن در سه ماه اول (بارداری)		
با تیغ زدن به گون کتیرا صمغ آن را خارج می کنند و آن را می خورند.	کتیرا	ریزش مو	تقویت موی سر و ریشه آن
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	چای کوهی	دل درد	دردهای گوارشی
دم کرده آن را به بیمار می دهند.	بابونه	بی قراری و استرس	آرامش اعصاب
آن را ابتدا خشک کرده و سپس پودر می کنند و با آب ولرم به پوست سر یا صورت می مالند.	بابونه	خشکی و کدر شدن پوست	پوست سر لطافت پوست
دم کرده آن را به بیمار می دهند. آن را جوشانده، شکر زده و به مربا تبدیل می کنند.	گل سرخ (طبع سرد)	سختی در دفع مدفوع	یبوست
دم کرده آن را به بیمار می دهند. آن را جوشانده، شکر زده و به مربا تبدیل می کنند.	گل سرخ (طبع سرد)	بالا رفتن حرارت بدن	تب

کم خونی	سرگیجه	عدس، شاتوت، آلبالو	مصرف به صورت خوراکی و یا در غذا
کبد چرب چربی خون	جوش زیاد روی بدن، به خصوص در نواحی پشت و کمر کدر شدن پوست	زرشک	زرشک را جوشانده، صاف کرده و آب آن را می‌خورند.
تمیزی دندان	زرد شدن دندان‌ها	زغال و نمک	زغال را پودر کرده، با نمک مخلوط می‌کنند و دندان‌ها را با آن مسواک می‌کنند.
چربی سوزی	چاقی بدن	ریواس	مصرف به صورت خوراکی.
سنگ کلیه و بیماری‌های کلیوی	درد پهلو	دُم آلبالو	دم کرده آن را به بیمار می‌دهند.
زگیل	زگیل روی پوست	شیره انجیر	شیره میوه و برگ آن را بر روی زگیل می‌مالند.
آکنه و جوش‌های چرکی	پدید آمدن جوش‌های چرکی بر روی پوست	قندشکرو	استفاده از صمغ گیاه به صورت مالیدن بر روی جوش

پاکسازی دستگاه گوارش، تقویت سیستم ایمنی	مشکلات گوارشی، ضعیف شدن بدن و عدم مقاومت در مقابل بیماری‌ها	کنگر	مصرف به صورت خوراکی
عفونت گوش	گوش درد	پارچه داغ	پارچه را فتیله کرده و آن را درون گوش بیمار قرار می‌دهند.
آسم و تنگی نفس سرماخوردگی	علائم بالینی سرماخوردگی، تنفس سخت	پنیرک	استفاده از برگ و گل آن به صورت دم کرده.

جابان (جابون)

مشخصات روستا

- روستای جابان، شهرستان آبسرد، شهر دماوند
- جمعیت ۲۵۰۰ نفر

مطلع یا مطلعین محلی

- آقای سبزی غفاری، ۶۰ساله، کشاورز و شکسته‌بند

درمانگران محلی سابق

- حاج مسلم اسکندری، شکسته‌بند
- حاج مسیب اسکندری، شکسته‌بند
- حاج میرزاده غفاری
- سبزی غفاری

گفت و گو

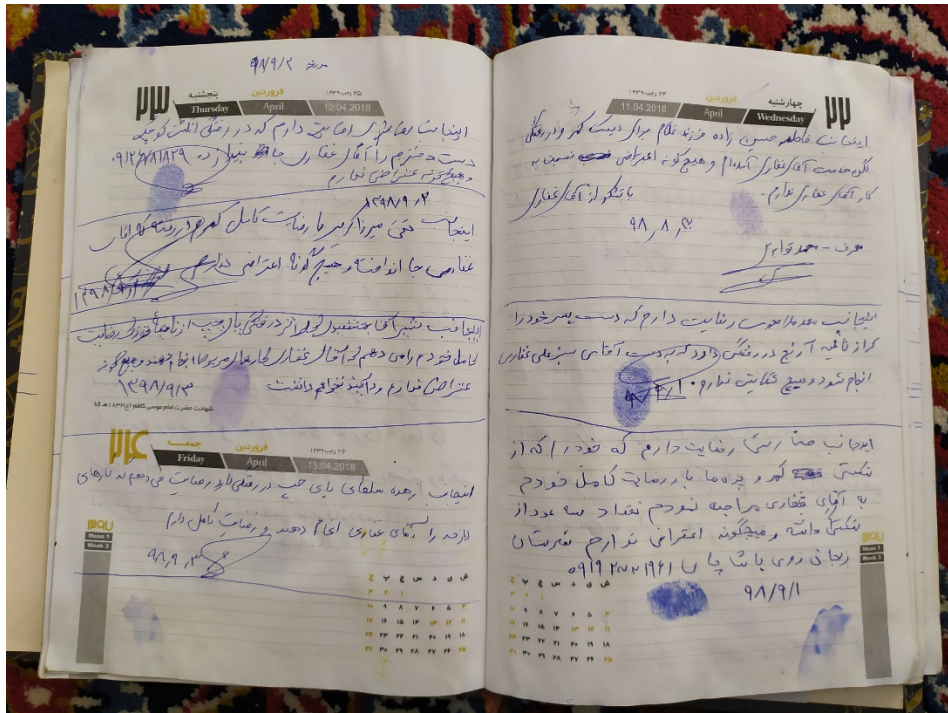
- مصاحبه‌شونده: سبزی غفاری
- مکان: منطقه آبسرد، روستای جابان
- زمان: پنج‌شنبه، ۱۴۰۰/۷/۸

(سؤال‌های مصاحبه‌کنندگان به صورت بولد و پاسخ‌ها با فونت معمولی است. همچنین حالات پاسخ‌دهندگان

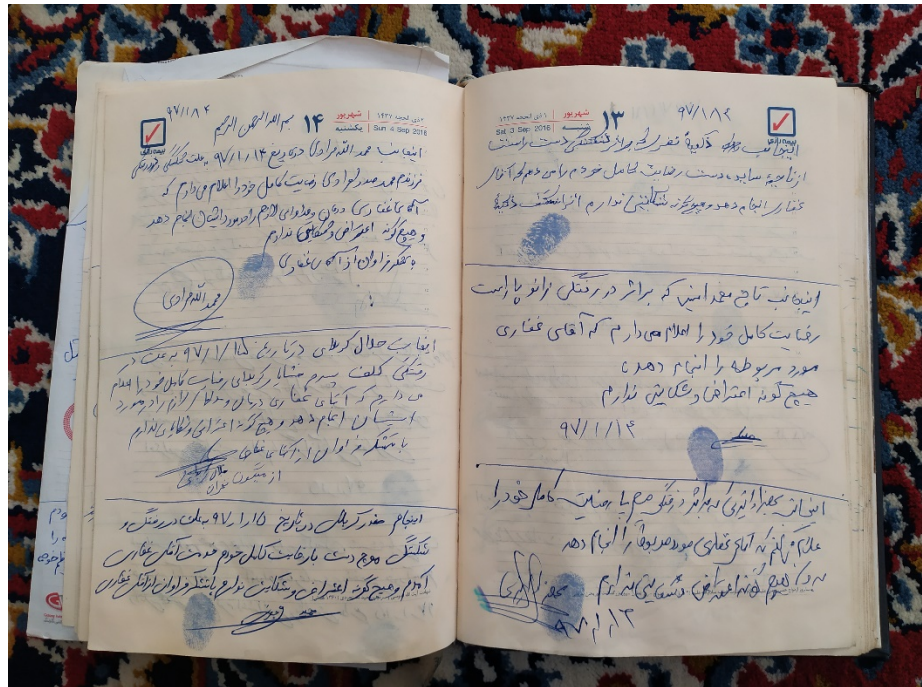
و صحبت‌های باقی افراد درون براکت آورده شده است).

[در بدو ورود و پس از پذیرایی با سیب‌های دماوند، آقای غفاری دفاتری را به ما نشان می‌دهد که در آنها

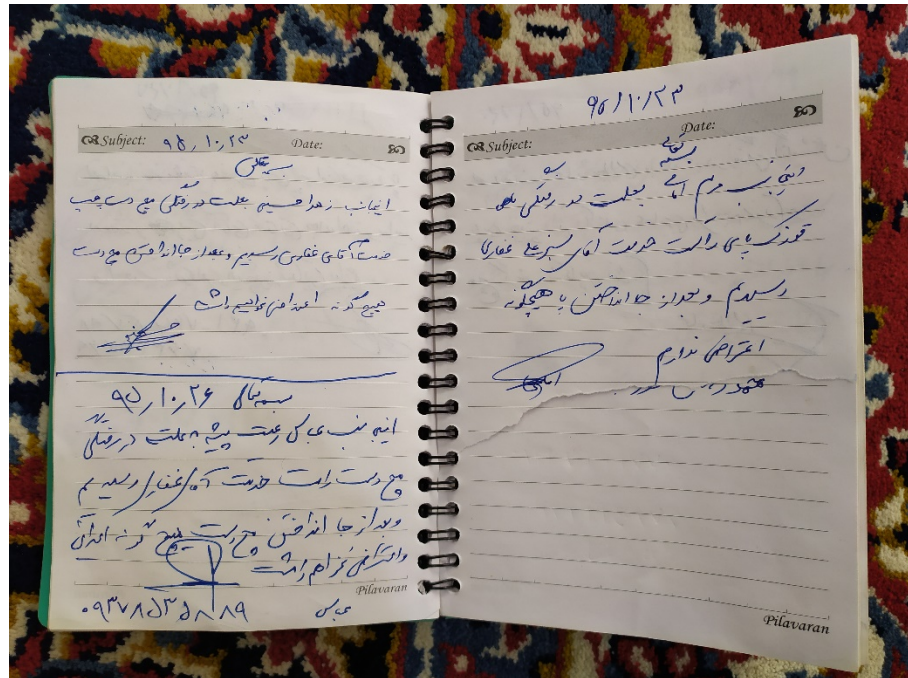
رضایت‌نامه‌ها و شماره بیماران موجود است (تصاویر ۱، ۲، ۳).]



تصویر ۲۴: رضایت‌نامه بیماران



تصویر ۲۵: رضایت‌نامه بیماران



تصویر ۲۶: رضایت‌نامه بیمارارن

آقای غفاری اول کمی از خودتان بگویید و اینکه چطور این کار را شروع کردید؟

من نجف هم بوده‌ام. پاسپورتم هم هست. خودشون ما رو بردند و آوردند [چه سالی؟] شیش هفت سال پیش. [دنبال پاسپورتش می‌گردد] [با کجا رفته بودین؟] خودشون ما رو بردند، از طریق سپاه. [چقدر کار خوبی کردید که رضایت‌نامه بیمارها رو گرفتید] اصلاً دیگه نمی‌شه، مردم بد شدند. من پدرم و پدر بزرگم هم تو همین کار بودند. گفتیم حالا که مردم بد شدند ما هم یه چیز جدید داشته باشیم. [این رضایت‌نامه‌ها رو خودتون آماده کردین؟ قبلاً که این جوری نبود؟] نه اصلاً. هیچ خبری نبود. [از چه سالی این برنامه بود؟] [به دنبال تاریخ می‌گردد و سعی می‌کند برای همه حرف‌هایش مدرک نشان دهد].

در منطقه دماوند چند نفر هستند که شما می‌شناسید و به این کار هنوز اشتغال دارند؟ یعنی درمان می‌کنند؟

هیچکی نیست. [یه آقای بود، اگه اشتباه نکنم توی آبسرد بودن ولی سنشون زیاد بود و فکر می‌کنم دیگه بازنشسته شدنند، می‌شناختید ایشونو؟] الان دیگه از همه‌جا اومدن. [آقای غفاری، اون آقای که تو آبسرد بودن؟] من تو آبسرد کسی رو نمی‌شناسم. تو منطقه ما ایشون که می‌بینید حاج مسلم اسکندری بود که پهلوی می‌خواست بهش مدال بده و برتش اونجا، گفت بیا جا بهت می‌دم، مکان و کار بهت می‌دم، فقط بیا، دوم اینه پدرمه، سوم اینه مسیب اسکندری. اول پدر بزرگمه حاج مسلم اسکندری، استاد اول این بوده. بعد این آقا بوده [عکس‌ها را نشان می‌دهد] حاج مسیب اسکندری، بعد هم این آقا بوده و ایشون حاج میرزاده غفاری که پدرم بودند (تصویر (۴).

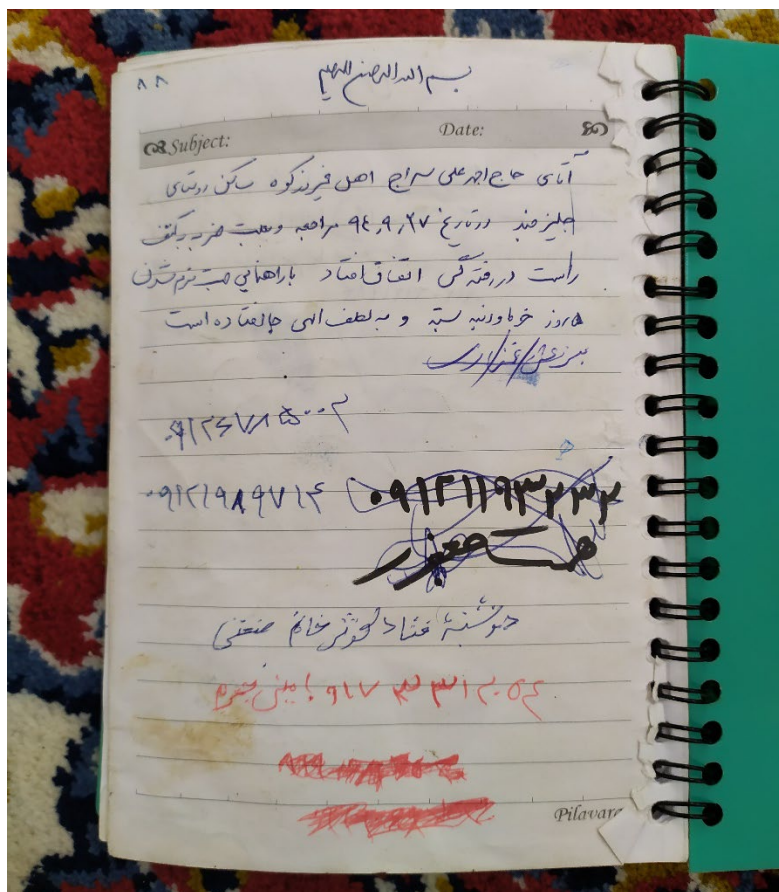


تصویر ۲۷: طاقچه خانه سبزعلی غفاری به همراه عکسی از او، پدر و پدر بزرگش

شما نسبتی هم داشتید با حاج مسلم و حاج مسیب؟

من نوه ایشونم. [پس فامیلیشون چرا فرق داره؟] [تلفنش زنگ می‌خورد و راهنمایی‌هایی به یکی از بیمارانش ارائه می‌دهد] ایشون پدر بزرگ سمت مادریه. اسکندریه، این پدر این آقااست. ما نسل چهارمیم. همه از پدر یاد گرفتیم. یه تیره مون بختیاریه یه تیره مون هم مال کاشونه. [زمان حاج مسلم و حاج مسیب شما کجا

بودین؟ [ما ده بودیم. تو همین دماوند. منتها یه روستا هست اینجا به نام سرحدان. سرحدان اولیا و سرحدان سفلی. سرحدان اولیا بودند ایشون. من از سن تقریباً شش سالگی آمدم جابان. اینجا بزرگ شدم و این کار هم کماکان دوران سربازیم انجام می‌دادم. تو جنگ و جبهه بودم هم انجام می‌دادم، تا دیدم دیگه پدرم پیرمرد شدن و سنشون بالا رفته، دیگه مجبور شدم و هی مردم خواستن که من هم بیام تو این کار. به قول معروف گفتیم دیگه حالا علمو ما باید دست بگیریم. الان هم چندساله مرتب این کارو انجام می‌دم. حدود ... به آمار این دفتره فکر کنم یک میلیون و هشتصد، یا حتی دو میلیون نفر اسم این تو هست. **[در طی چند سال؟]** تاریخ دقیقش ... اولین مریضی که درست کردم حاج احمد سراج بوده که می‌خواست بشه نماینده فیروزکوه و دماوند، این پدرشون بوده. اینجا تاریخش واسه ۹۴/۹/۲۷ [رضایت‌نامه او را نشان می‌دهد] (تصویر ۵).



تصویر ۲۸: رضایت‌نامه احمدعلی سراج، اولین بیمار سبزی غفاری در سال ۱۳۹۴

از سال ۹۴ رسماً دیگه شما این کارو شروع کردین؟ درسته؟

بله، تاریخ داریم. [آقای غفاری شما شغل دیگه‌ای هم داشتین؟] من کشاورزم. صبح به خانم کرانی هم که گفتم ما رعیتا صبح زود بیدار می‌شیم. [باغداری می‌کنید یا کشاورزی؟] نه، کشاورزم، گندم می‌کارم. نخودکاری و زمینام همین اطرافه. تو همین جاده فیروزکوهه، تو همون روستایی که پدرم و پدربزرگم بودند. اونجا هنوز زمین هست و کار می‌کنم و این کار طب سنتی هم انجام می‌دم. [طب سنتی هم درآمدی داره براتون؟] این اصلاً چیزی نیست. ما اصلاً به پول این فکر نمی‌کنیم. [بالاخره میان به هزینه‌ای میدن دیگه] آره. دروغ نمی‌گیم. ولی می‌گیم هرچقدر خودت دوست داری بده. [قیمتی هم می‌ذارید؟] نه. زیاد تو این کار پافشاری نمی‌کنیم. [غیر از کار شکسته‌بندی و اینا با گیاهان دارویی هم کار می‌کنید؟ حجامت و این جور کارها هم انجام می‌دین؟] کم‌وبیش بلدم. استاد خیراندیش استاد منه، آقای دکتر تاج‌بخش هم هستن. صحبت می‌کردن چی برای چی خوبه، ولی آقای استاد حسین خیراندیش از صفر تا صد گیاهان دارویی رو می‌شناسه و بلده. [کجا هستند استاد خیراندیش؟] استاد خیراندیش، مسجد المهدی، جنت‌آباد شمالی. [آها، داخل تهران؟] بله. [ایشون روحانین؟] نخیر. ایشون طبابت می‌کنن. نامه من رو هم ایشون امضا کردن. (تصویر ۶).



تصویر ۲۹: گواهی طبابت سبزعلی غفاری

[همین نامه‌ای که دادند برای حجامت؟! بله. [اونجا مطب دارند؟! بله. طبقه دوم همون مسجد مطبشونه. کارآموزای زیادی دارند. خدمت شما عرض شود آقای دکتر خیراندیش اونجاست [دکتر هستن؟! بله دکتره، خارج از کشور می‌ره و میاد. [خودشون اهل کجا هستن؟ دماوندین؟! نه. [کلپیی که این آقای دکتر در تلویزیون در مورد خواص گل نرگس صحبت می‌کند را از درون موبایلش برای ما پلی می‌کند] پشت تلویزیون صحبت می‌کند. ایشون استاد کل ایرانه. از کشورهای خارج میان پیشش. [فوتوفن شکسته‌بندی خیلی مهارت می‌خواد] ما همه کارمون رو حس می‌کنیم [یعنی لمس می‌کنید؟! آره و بعد که متوجه شدیم شکستگی داره یا دررفتگی داره ... [باز هم نوشته‌های مردم که از کار ایشان تعریف کرده‌اند را به ما نشان می‌دهد].

از دارویی هم برای بی حس کردن استفاده می‌کنید؟

نه. [پس چه دارویی استفاده می کنید؟] ما فقط روغن می زنیم. روغن سیاه دانه. [خاصیتش چیه؟] عرضم حضور شما که عرق النسا، الان دارم اینجا [عرق النسا چیه؟] چهار رقم روغن که با هم آغشته می شه و قاطی می شه (تصویر ۷ و ۸).



تصویر ۳۰ عرق النسا



تصویر ۳۱: عرق النسا

[بعد خاصیت بی حس کنندگی داره؟] به کم بی حس می کنه. [عرق النسا از چی ساخته می شه؟] کدوم روغنا؟ [به دنبال عرق النسا می گردد.] این مورد سبزه، مورد آسیاب شده [پودر سبزرنگی را به ما نشان

می دهد]. زرده تخم مرغ و با این برای دررفتگی و شکستگی ساده از این استفاده می کنیم [می شه توضیح بدید؟]
 تخم مرغ رو می زنیم توی مورد بعد خمیر می شه بعد می کشیم رو پارچه آتل درست می کنیم به اندازه های مختلف
 (تصویر ۹).



تصویر ۳۲ مورد سبزرنگ و تخم مرغ ها

[آتل ها رو با چوب درست می کنید؟] با چوب درست می کردیم. قبلاً همه کار ما با چوب بود، چوب و
 تخته. اما الان دیگه پلاستیک اومد میدونو گرفت. الان مجبور شدیم از این کارتن های سفت و مخصوص استفاده
 کنیم (تصویر ۱۰). گچ هم که می گیرن ما گچا رو باز می کنیم. [با چی؟ با همین اره و اینا؟] آره. گچا رو
 برمی داریم خودمون، همون کاری که انجام می دیم برای همه، برای همه مریضامون انجام می دیم.



تصویر ۳۳: استفاده از کارتن برای آتل‌بندی (آرشیو آقای سبزی غفاری)

[عرق‌النسارو برای چی استفاده می‌کنید؟] مفصلو نرم می‌کنه [اول با اون می‌مالید؟] آره. [چقدر باید بمونه؟] یه سه چهار دقیقه می‌مونه و بعد کارو شروع می‌کنیم. [اونوقت این مورد و تخم مرغ رو که می‌ذارید رو پارچه و می‌بندید برای اینه که مثل گچ نگه داره؟] الان اصلاً حضوری انجام می‌دم که ببینید. این هم عکس مریضامه [گوشی را به ما می‌دهد تا عکس‌ها را نگاه کنیم.] (تصویر ۱۱ و ۱۲). نمی‌گرفتم. خب؟ نمی‌گرفتم. ولی چون یه سری از طرف آقای دکتر تاج‌بخش می‌ومدن اینجا و کارآموزم بودن گفتم عکس بگیرن.



تصویر ۳۴: بیماران در اطاق آقای غفاری (آرشیو آقای غفاری)



تصویر ۳۵: آتل بندی (آرشیو آقای غفاری)

[گفتین عرق‌النسا ترکیبش چیه؟] چهار تا چیز گیاهی. اصلاً تو عطاری‌ها هست. از عطاری آقای دکتر تاج‌بخش می‌گیرم. از عطاری دکتر حسینی تو گیلاوند می‌گیرم. اکثر جاها دارن. [آقای حسینی تو گیلاوند؟] برادرش مریضمه. عکسش اینجا هست. پاشو جا انداختم.

اون موقع که کارآموزی می‌کردید پیش پدرتون، وامیستادید کمکشون و می‌دیدین که چیکار می‌کنن؟ ایشون توضیح هم می‌دادن؟

چرا، همه چیزو می‌گفت برام. ولی کار خیلی سخته. [از عکس و اینا هم استفاده می‌کنید؟ عکس رادیوگرافی؟] نه. اون موقع عکسی نبود. الان چندساله عکس دراومده کلاً. اون موقع عکسی وجود نداشت. الان که هست، بعضی موقع‌ها که چیزی خوب برای ما مفهوم نشه می‌گیم آقا برو یه عکس بنداز بیار، ولی بیشتر مریضام که عکساشون هم اونجا هست اسماشون هم موجوده، همه رو با لمس درست می‌کنیم. منتظر نمی‌مونیم مریض بره عکس بندازه و زیر اشعه بره و اون کارهای سخت و اینا. تازه اینا پی بردن که یکبار زیر اشعه برن چقدر واسه اعصاب و کلیه و قلب و نمی‌دونم چی و چی مشکل سازه.

با کدوم قسمت بدن کار کردن و جانداختن سخت‌تره؟

لگن سخته. آرنج سه تا قلف داره، اگه سه تاش به هم بخوره سخته. اگه یکی باشه راحت، دو تا باشه راحت، سه تا باشه سخته. ترقوه سخته. زانو، مچ پا یه چیز پیچیده است. [بعضی وقتا شکستگی‌ها یه جوریه که چندجاش می‌شکنه] آره دارم اینجا [به گوشی اشاره می‌کند] [اون هم همه رو با دست حس می‌کنید؟] آره. چیدمانشو درست می‌کنیم. وقتی که دیگه خاطر جمع شدیم این همه‌ش درسته، قالب درست می‌کنیم و فیکس می‌کنیم و می‌بندیم. سه‌شنبه‌ها مطب دکتر کتابی اونجا مریض می‌دیدم یه مدت این کرونا شد دیگه نرفتیم.

این فوت‌وفن‌ها رو پدرتون بهتون یاد داده؟

چهل سال پیش که سرباز بودم، تو آبادان و خرمشهر بودم از اون موقع این کارو دارم انجام می‌دم.

پیش اومده کسی بیاد اینجا و شما بگید این کار من نیست؟

آره. آره. زخم داشته باشند، زخم شدید داشته باشند ما نمی‌بندیم. برای اینکه اون چیزی که می‌ذاریم روش، اون زیر بمونه عفونت می‌کنه. [فقط اگر زخم باشه؟] زخم سطحی باشه می‌بندیم. ولی زخم هم باز می‌ذاریم که هوا بخوره، بتونن بتادینی چیزی بززن، مداوا کنن، اونو باز می‌ذاریم ولی زخم عمیق داشته باشند، نه، نمی‌بندیم، می‌گیم آقا کار ما نیست. [اگه درد داشته باشند بعدش چی؟ مسکنی چیزی دارید؟] مسکن می‌تونن بخورن منتها مسکن اونایی که معدشون نمی‌سازه، یه بار خوردن دیدن ناسازگاره بهتر اینه که نخورن. استفاده نکنن. دردو تحمل کنن بهتر از اون مسکنه.

قدرت بدنی هم زیاد نیاز داره این کار؟

بله. [یعنی یه جاهایی باید زور بزنید؟] بله، خیلی جاهارو باید زور بزنیم. رو اعصاب هم تأثیر داره. من الان صدام که می‌لرزه، همین پدر و پدربزرگم هم یادم میاد دستشون لقوه گرفته بود، بی‌اختیار دستشون می‌لرزید [به خاطر فشاریه که این کار میاره؟] آره، عصبه دیگه. مریض آدمه، زجر می‌کشه، آدم هم احساس داره دیگه. گرچه آدم عادت می‌کنه دیگه چیزی نیست؛ ولی باز هم آدم ناراحت می‌شه. [باز هم نوشته‌های درون دفتر را نشان می‌دهد که حکایت از رضایت بیمارانش دارد.] من ننوشتم. سواد خیلی زیادی ندارم. تا سوم چهارم ابتدایی خوندم [خوندن که راحت‌ه واستون؟] آره. خوندن راحت‌ه. خیلی راحت‌ه. قران هم می‌خونم. همون سواد قدیم. [اونو کجا یاد گرفتید؟] اون هم همین جا یاد گرفتم. تو جلسات مختلف بودیم. هیئت داریم. تو هیئت، زیارت عاشورا و قران و دعای توسل و اینا، کم کم یاد گرفتیم.

کسایی که تو کار طب سنتی و اسلامی هستند، جنبه مذهبی دارند، فکر می‌کنید مهمه؟ یا هستند کسایی هم که این کارو می‌کنن ولی معتقد نیستند؟

خیلی مهمه. من برای اولین بار که خواستم این کارو انجام بدم رفتم همین مشهد. خدمت آقا امام رضا اونجا پشت پنجره فولاد که رسیدم. سرمو گذاشتم رو همین پنجره فولاد گفتم یا امام رضا ما یه کار خیلی قشنگی رو سه چهار نسله داریم خوب می‌چرخونیم. به من خوب و قشنگ یاد بده که از اینجا رفتم بتونم کارهای مردمو انجام بدم. به همین زبان و اومدم برای اولین مریضم که انجام دادم خوب یادمه. برف زیادی اومده بود از بچه‌های فیروزکوه بودن اومد اینجا، مچ خانومش در رفته بود. اسمش هم حسین بود. یادم مونده. گفتم حسین آقا مچ خانومت در رفته یا باید بذاری پدرم بیاد یا می‌بندم و می‌ری، بعد اگه مشکلی بود بذار ایشون برطرف کنه. مچشو بستم و رفت. دیگه از اونجا گفتم خیلی خب، یا علی دیگه. دیگه یاد گرفتیم. **هستن کسایی هم که خیلی**

مذهبی نباشن و فقط فوتوفن کار رو بدونن؟ [من یه نفر تو اصفهان، اطلاع ندارم دیگه هستش یا فوت شده ... از بچه‌های ارامنه بودند. ارمنی بود. اون هم این کارو بلد بود. انجام می‌داد. اعتقادات خوبه. اونا هم اعتقادات خودشونو داشتن. انسان بود. **اون هم مذهبی بود؟**] و من هم بهشون احترام می‌ذارم. الان بچه‌های آشنا تو بومهن هستن همین بچه‌های ارامنه. پیش من هم اومدن به‌خاطر همین کار شکسته‌بندی ولی ما بهشون احترام می‌ذاریم. تو تهران داشتم از ارمنی‌ها، هم از آقایون هم از خانوما. **[تو این منطقه اقلیت مذهبی هم داریم؟]** بله. همین دماوند هست. اصلاً اون مرشدی‌ها مال مشا دماوند بودن. اینا هنوز هم هستن. **[چه دینی دارن؟]** بهایی هستن. **[محلله یهودی‌نشین، ارمنی‌نشین، تو دماوند و این اطراف نبوده؟]** چرا دیگه، خود دماوند بوده. ارمنی بودن، از این چیزا بودن، یه سریشون هم تو شه‌میرزاد و سنگسر و اونجا **[اونا که بهاییین؟]** آره، اونا بهاییین. بهایی هم من باهاشون سروکار داشتم **[اینو من واسه این پرسیدم چون یهودی‌ها قدیم خلیاشون کار طبابت می‌کردن، می‌خواستیم ببینم اینجا هم بوده؟]** نه. یهودی نبوده.

غیر از شکسته‌بندی دیگه چه چیزو درمان می‌کنید؟

من بیشتر کارام رگ سیاتیک و به قول معروف شکسته‌بندی و تشخیص دیکس [دیسک] کمر و مهره‌های کمر و اینا تخصص دارم، اونجا مدرکش هم موجوده [به طاقچه اشاره می‌کند] **اینایی که درد سیاتیک دارن، اونو چطور درمان می‌کنید؟** اونو رگ‌گیری می‌کنیم. **با دست؟** آره با دست اون ناحیه رو پیدا می‌کنیم. مرکزش تو لگنه، تو باسنه از تو بغل پا میاد پایین میاد پایین و اینجا زیر قوزک پا رگ‌گیری می‌کنیم **رگ‌گیری یعنی چی؟ فشار می‌دین؟** آره، روغن می‌زنیم اول، ملایم، ملایم بعد که مطمئن شدیم، فشار می‌دیم جریان خون راه میفته و راحت می‌شن. **قدیم هم سیاتیک رو می‌شناختن همین پدر و پدربزرگتون؟ یا اسم دیگه ای می‌گفتن؟** قدیم چیز دیگه ای می‌گفتن. قدیم مثلاً می‌گفتن تو گرمش یه دردی پیدا شده، گرم یعنی لگن. بادکش می‌کردن **بادکش هم دارین؟** آره، لیوان‌های مختلف هست اینجا، کوچیک و بزرگ و بزرگ‌تر **اون لیوان آهنی‌ها برای همین استفاده می‌شه؟ برای بادکش؟** بله، برای بادکش (تصویر ۱۳).



تصویر ۳۶: لیوان‌های مورد استفاده برای بادکش

همشون برای بادکشن، بستگی به وزنش داره. **[حجامت هم می کنید؟]** نه، من اصلاً وقت حجامت رو ندارم. بعضی وقتا شام و ناهارم هم گم می شه. آقای دکتر نکویی، داماد دکتر خیراندیش گفت بیا رسانه ایش کنیم یا بیا تو دانشگاه ملی یه روز یا بیا بیمارستان، گفتم من هیچ جا نیام. پدرم هم خواستن نرفت، اول انقلاب سپاه خواستش نرفت، پدر بزرگم هم آریامهر خواستش نرفت **[چرا؟]** ما نمیریم زیاد با اون داستان و معرکه ها چیز نمی شیم. گفتم ما همینجوریش هم وقت نداریم.

خیلی مراجعه کننده دارین تو روز؟

بله، روز هست شیش تا مریض، هفت تا مریض هم دارم. پیش میاد، روز هست یکی، روز هست هیچ خبری نیست. امروز بعد از ظهر چون ساعتی که فرمودن خانم کرانی سه و چهار، من دو سه تا مریض دارم. **[خوبه، اون هم اگه اجازه بدین و مریض ها مشکلی نداشته باشن ما باشیم]** چرا که نه. من به خاطر همین گفتم که حالا که تشریف میارین مریض هم باشه و ببینید.

[تعارف هایی در خصوص میوه و غذا ردوبدل می شود]

این پارچه هایی که استفاده می کنید همین پارچه است؟

آره، همین پارچه است. مقال آب ندیده. **[جنسش چیه؟]** مقاله. **[از پنبه هم استفاده می شه؟]** بله. بین این باندا برای اینه که یه موقع پاشون دستشون چیز هست بیچیم، با چسب و اینا می زنیم. اینا که می بیند برای شست و شوعه. اگه زخمی بود شستشو می دیم، بتادین می زنیم. **[پس از این جور چیزا هم استفاده می شه؟]** بله، بله. **[اون سیاهه چیه آقای غفاری؟]** سقزه. **[سقز رو برای چی استفاده می کنید؟]** این برای دیکس کمره. یه وقتایی دنده ها فرو میره و می شکنه. ما می کشیم روی پارچه با همون کاردکی که می بینید بعد که اون اومد بالا، بادکش کردیم فیکس شد، مشخص شد که دیگه جا افتاده و سرجاشه اینو می داریم و می پیچونیم روش.

دیگه می گیره و ول نمی کنه. چسبه دیگه، مثل گچ گرفتن [سقر خام را می آورد] این خامشه، اینو می پزیم (تصویر ۱۴).



تصویر ۳۷ سقر خام

[از درختای منطقه می گیرید؟ یا از بازار می خرید؟] نه، از بازار می خریم. [همین سقر جویدنیه؟] همینه. همین سقر جویدنیه. بعد این پنبه رو درست می کنیم. کم کم باریکش می کنیم درمیاریم و اینجا مثلاً رو میچ، اول تخم مرغ رو با این [اشاره به مورد] درست می کنیم می ذاریم روی پارچه بعد اینو می بندیم. بعد این کارتنا که می بیند سفته و محکمه و مثل چوب می مونه، این هم به شکلای مختلف درمیاریم [اون مورد مگه نباید با پوست تماس داشته باشه؟] چرا، می ذاریم رو پارچه. اول اونو می ذاریم. به شکلای مختلف کوتاه و بلند درست می کنیم و می ذاریم روی دست مریض، مریضا که او مدن نشونتون می دم.

این سیب زمینی ها چی هستن؟

اونا پنبه‌ن. اونو می‌ذارم، بعضی موقع‌ها خمیر درست می‌کنیم. [پنبه رو آغشته به الکل صنعتی می‌کند] هر ناحیه از قفسه سینه که دنده‌ش فرو بره، اینارو می‌ذاریم و می‌کشیم بالا وقتی که میزون شد به این شکل [به صورت عملی این روش را نشان می‌دهد] اتفاقاً امروز یه مریض کمر دارم از تهران (تصویر ۱۵).



تصویر ۳۸: لیوان مخصوص بادکشی حاوی پنبه آغشته به الکل

[زنگ در می‌خورد و یکی از بیماران وارد می‌شود]. این پنج بار اومده [به پسری اشاره می‌کند که با عصا وارد می‌شود] باز خودشو با موتور زده زمین. [از گلاب برای ضد عفونی کردن دست‌ها استفاده می‌کند] داشتم می‌گفتم. [ادامه کارش را انجام می‌دهد.] [مریض از اهالی کیلان است که به علت زخمی که داشته کار جانداختن استخوانش کمی طول کشیده است.] [پنبه را آتش می‌زند، لیوان را روی پنبه می‌گذارد] این برای بادکشه، وقتی دنده‌ها جابه‌جا می‌شن. وقتی حس کردیم کارش تمومه از همون سقزه گرم می‌کنیم می‌ذاریم روی پارچه و گرم می‌کنیم [به سراغ مریض می‌رود] [با اجازه مریض از روند درمان فیلم گرفته می‌شود] [آقای غفاری لگن آب گرم را می‌آورد].

[پدر مریض در خصوص پدر بزرگ آقای غفاری توضیحاتی داده و اینکه چگونه کتف و کمرش را جا انداخته و مهره‌ها را سر جایشان آورده است را برای ما شرح می‌دهد. این مسئله را می‌گوید که اگر قرار بود همین عمل را در تهران انجام دهد در چند سال پیش باید حداقل شش میلیون هزینه می‌کرده است و کسانی که همین عمل را در بیمارستان انجام داده‌اند هنوز مشکل دارند و از عصا استفاده می‌کنند.]

[آقای غفاری پای مریض را درون آب گرم می‌گذارد تا گرم شود] [ضمن کار مرتب ذکر می‌گوید] [پنبه را لای انگشتان بیمار می‌گذارد تا ضمن کار به سایر انگشتانش فشار وارد نشود]

پای ایشون چه مشکلی داره؟

پای ایشون در رفته. هم در رفته، هم شکستگی داره. ایشون اومد، اون موقع که من دیدمش زخمش عمیق بود. [چند روز پیش؟] یک ماه. [الان جوش نخورده شکستگی؟] چرا، دنبه خرما بسته قبل از اینکه بیاد. اینا بلدن. دستشو درست کردم. باشو درست کردم. این چندمین باره که دارم تعمیرش می‌کنم [خنده جمع] این دفعه چندمه، بار اول و دومش که نیست. مریضای این جوری زیاد داشتم. [الان باید اون قسمتی که جوش خورده جدا بشه؟] نه، دنبه خرما گذاشتیم نرم شده، الان جا می‌ندازم براش. دنبه خام گوسفند با خرما [اون قسمت که شکسته بود الان جوش خورده چی می‌شه؟] اون قسمت هم چون این موادو گذاشته روش نرم شده، یعنی می‌کشیم و به خواست خدا جاش می‌ندازیم، در پناه خدا. من مریضای این جوری زیاد داشتم. تو فیلم‌های گوشیم هست. [آره بعداً نگاه می‌کنیم بادقت] من هم نمی‌گرفتم قبلاً. دیگه آقای خیراندیش و آقای تاج‌بخش و بقیه گفتن که بگیر، یکی بعد از ما دید بگه خدا بیامرزتش، آدم خوبی بود [خب قدیم امکانش نبوده. این جوری فیلم و عکس می‌مونه] [مریض‌ها سؤالاتی در خصوص کار ما می‌پرسند و آن‌ها هم بر این مسئله تأکید می‌کنند که در این منطقه شخص دیگری به جز ایشان را نمی‌شناسند که به این حرفه مشغول باشند] [از پرسه جانداختن انگشت پا فیلم گرفته شد] [بعد از جانداختن انگشت پای بیمار] این ۱۲ روز روش باشه و باهاش راه نرو. اگه

سخت شد می تونی از پاشنه استفاده کنی. [دستمال دیگری روی پای بیمار می بندد] [کتف بیمار را گویا چند وقت پیش جا انداخته است و دوباره آن را معاینه می کند] دور این کتف یه واشر سراسریه، تاندون داره، مینیسک داره، رباط داره، اینا همه خودشونو باید فیکس کنن. بعد دوباره باهاش کار کن. اینو چرب نکن. اگه چرب کنی نرم می شه و اذیت می شی. [پدر بیمار: آرنجش درد می کرد] ببینید، دست سالم هم یه مدت طولانی این جوری نگه داری، بعد ۲۴ ساعت هی دوست داری دستتونو باز کنی. اون دردش هم واسه این بوده که بسته است و جریان خون رد نمی شه. [تعارف هایی در خصوص پرداخت هزینه بین بیماران و سبزعلی ردوبدل می شود و در نهایت بیمار ۴۰۰ هزار تومان کارت می کشد] (تصویر ۱۶).



تصویر ۳۹: دستگاه پوز

[مریض دوم وارد می شود، از تهران آمده اند.]

[دو خواهر که هر دو دیسک کمر دارند، یکی از ناحیه پای چپ دچار درد است و دیگری از ناحیه پای راست. بیماری که پای راستش دچار مشکل است مشکل دنبالچه و گردن هم دارد. رگ سیاتیک هر دو معاینه می شود. آقای غفاری از روی معاینه تشخیص می دهد که مشکل قدیمی است و گویا به درستی هم تشخیص می دهد. به

آن‌ها می‌گویند که باید به منزلشان بروند برای درمان اصلی و پس از درمان نیاز دارند که ۱۲ روز استراحت کنند. با استفاده از روغن سیاه‌دانه رگ‌گیری می‌کند و هر دو بیمار درد بسیار زیادی را متحمل می‌شوند. به مریض‌ها گفته می‌شود که ۲۴ ساعت قبل از رسیدن ایشان با دنبه و خرما ناحیه کمر بسته شود و در جواب سؤال من که **چه خاصیتی دارد؟** می‌گویند خاصیت گرم‌کنندگی دارد و موجب می‌شود نرم گردد. در ادامه صحبت‌هایی در خصوص مریض‌های آقای غفاری در نقاط مختلف ایران و مخالفت‌های او با سیستم موجود می‌شود. هر بیمار ۱۲۰ هزار تومان پرداخت می‌کنند و می‌روند].

شما متولد کی هستید آقای غفاری؟ ببخشید می‌پرسم.

من متولد ۳۷ ام ولی شناسنامه‌ام ۴۰ عه. اول جنگ تو آبادان و خرمشهر بودم. **[سرباز بودید یا داوطلب بودید؟]** سرباز بودم.

آقای غفاری با داروهای گیاهی منطقه هم شما آشنایی داری؟

بله، **[چیا داره این ورا؟]** آویشن، پونه، نعنا، چایی کوهی **[اینا خب معمولاً همه جا هست. چیزی هست که خاص منطقه باشه؟]** اگر بهار میومدین. می‌رفتیم یکی‌یکی به شما نشون می‌دادم. اینجا بومادرانش هم خیلی خوبه. **[بومادران برای چه چیزی خوبه؟]** دم‌نوش درست کنی بخوری خیلی خوبه. برای اعصاب و آرامش و عفونت. پونه با گل محمدی دم کنی. هر یه لیوان پونه به اندازه چهارتا چرک خشک کن که شما بخوری خوبه. تازه اون عوارض داره. پونه هیچ عوارضی نداره. **[چه جوری مصرف کنی؟]** دم‌نوش درست کنی. یذره هم گل محمدی بریزی توش **[یعنی مثل آنتی‌بیوتیک؟]** آره. این بهتره. بعد دیگه آویشن خوبه. آویشن هم برای دستگاہ گوارشی خوبه. برای تنفس خوبه. یکی پونه بود، یکی نعنا بود، یکی بابونه بود **[بابونه برای چی خوبه؟]** گزنه، گزنه هم خیلی خوبه. **[گزنه برای چی خوبه؟]** گزنه برای سینوزیت و برای عفونت

سر و اینا خوبه. همه رو تخلیه می کنه. [چه جوری مصرف می شه؟] باید اینارو بذاری تو یه قابلمه ای دیگی چیزی بجوشونی بعد که جوشید باید یه چادری چیزی بکشی رو سرت. چشمارو ببندی که به چشم اصابت نکنه. از راه دهن و از راه بینی نفس بکشی هرچی که شد بکشی، من خودم داشتم همه این مریضیارو. چون زیاد موتور و تراکتور سر زمین سوار شده بودم چشمم ۵۰ متر، ۱۰۰ متر بیشتر نمی دید. عفونت تو سرم زیاد بود. یه چهار پنج بار که اینو استفاده کردم تمام عفونت سرم خالی شد. راحت شدم [بقیه مردم هم استفاده می کنن از این چیزا؟] آره. چرا که نه. اونایی که بلدن و می دونن استفاده می کنن. اونایی که نمی شناسن هم بنده خداها میرن پیش دکتر.

جابون چقدر تغییر کرده؟

جابون یک روستای کوچیک بود. الان ۲۰۰ برابر شده. [تخمه جابانی هم واسه همین جاست؟] دیگه به جاش سیب و هلو و اینا اومده. هندونه نیست. کشاورزی مدرن اومد جاشو گرفت. [اکثرا مهاجرن؟] ۵۰۰۰ نفر جمعیت داره. [همه بومین؟] همه بومی نیستن ولی بومی هم زیاده. مهاجر هم زیاد داره. این خونه ویلایی ها بعضیاشون محلین بعضیاشون هم مهاجرن. تهرانی ها هستن، اصفهانی هستن، اینایی که ما می شناسیم. شیرازی هستن، شمالی هستن [مردم محلی راضین که مردم از جای دیگه میان؟] مردم خوب و بااصالت و باسازشی داره جابون ولی اونایی که از بیرون میان همیشه سازوکار ده رو به هم می زنن. مثل این آقا [به ویلای فوق العاده بزرگ و کاخ مانند در نزدیکی خانه اش اشاره می کند]. قیمت زمینا خیلی بالا رفته. الان قیمت زمین شده متری بین ۱۲ تا ۱۵ میلیون.

[در ادامه توضیحاتی در خصوص معماری خانه ها و امکانات روستا می دهد].

بیماری ها، تشخیص و درمان

جدول ۳: خلاصه نتایج به دست آمده در خصوص روستای جابان

نام بیماری	مشخصات و علائم	درمان	توضیحات
شکستگی استخوان	ترک خوردگی و یا شکستگی استخوانها	مورت (یک پودر سبز رنگ)	ابتدا استخوان را جا می انداختند. سپس مورت را خشک کرده، آن را پودر می کنند، سپس با زرده تخم مرغ مخلوط می کنند و به صورت ضماد با استفاده از پارچه روی محل شکستگی می بندند.
گرفتگی سیاتیک	درد کمر	بادکش کردن	رگ گیری با استفاده از دست.
عفونت گوش	درد گلو و گوش	پونه کوهی	دم کرده آن را روزی چهار لیوان به بیمار می دهند.
مشکلات عصبی	بی قراری و استرس	بابونه	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
مشکلات تنفسی	سختی در تنفس	آویشن	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.

دماوند

همان طور که قبلاً ذکر شد، انتخاب دماوند برای پیگیری به کارگیری پزشکی مردمی، به خاطر ارجاع مکرر مطلعین محلی به پزشکان سنتی (با تخصص دانشگاهی) مستقر در دماوند بود. در حقیقت این پزشکان متخصص به مرجع اصلی طبابت سنتی در منطقه تبدیل شده اند و پژوهشگران نتوانستند، غیر از شکسته بند مستقر در جابان، حکیم مشغول دیگری را در منطقه بیابند.

اگرچه زایش مفاهیم انسان شناختی غالباً از خلال مشاهده و حضور مستقیم در میدان آغاز می شود، اما گاهی ناخواسته تلاش انسان شناسان برای جست و جو و کاوش در میدان با موانع نظری مواجه می شود. انسان شناسان با ابزارهای مفهومی خود پا به میدان پژوهش می گذارند و این اتکا بر پشتوانه نظری برای کسب شناخت مقدماتی در میدان مفید و از جهت ایجاد امکان مقایسه موقعیت های مختلف ضروری است. اما به میزانی که سطح تماس با میدان بیشتر و امکان درک مناسبات انسانی گسترده تر می شود، در می یابند که برخی از ابزارهای مفهومی آنگونه که از آغاز پژوهش مورد انتظار بوده است توضیح دهنده مشاهدات میدانی نیستند.

از جمله مواجهاتی که در میدان تحقیق در شهر دماوند مفاهیم پژوهش ما را به چالش کشید شانه خالی کردن مطلعین و افراد مرتبط با دانش طبی از پاسخ به برخی از سوالات بود. محمد که عطاری پر رفت و آمدی دارد در حالیکه ادویه خورش را برای یکی از مشتریانش بسته بندی می کند می گوید: "همه این داروها با توصیه دکتره. ما اینجا از خودمون چیزی نمیگیم. منم از دکتر شنیدم این گیاه برای سردرد خوبه، این برای دل درد." محمد چهره و لباس امروزی دارد و از صفحه اینستاگرام برای بازاریابی و معرفی عطاری اش استفاده می کند. پاسخش در خلال گفت و گو با مشتری چند تکه می شود. "بیشتر مشتریای ما افغانی اند. خیلی به خودشون میرسند. ریزن ولی بین چه قوی ان. برای سلامتی شون خیلی بیشتر از ما ارزش قائلن". پاسخ های محمد اگرچه با محوریت گرمی و سردی ادویه و خوراکی هاست اما با تاکید بر مصرف خوراکی های گرم پایان می یابد. دکتر مورد نظر

محمد مطبش یک کوچه پایین تر از عطاری است. با منشی-پرستار او صحبت می کنم و موضوع پژوهش را توضیح می دهم. از گفته های مختصرش متوجه می شوم که دکتر تحصیلات آکادمیک طب سنتی دارد. همچنین خودش ساکن تهران است اما برای کار به دماوند می آید. در همین لحظات تا حدودی در یافته ام که آنچه که به عنوان طب مردمی در جست و جویش بوده ام عملاً با دو واسطه به آکادمی پیوند خورده است.

دکتر از من به عنوان یک پژوهشگر در مطبش استقبال می کند. هرچند در گفت و گویمان سعی می کند از چارچوب یک مصاحبه رسمی فراتر نرود. "ما برای مداوا و درمان از موثرترین روش درمان استفاده می کنیم. گاهی با طب سوزنی، بادکش و حجامت یا توصیه های خوراکی علائم برطرف میشه. اما اگر بیماری شدت داشته باشه به متخصص ارجاع میدیم." در حین گفت و گو اشاره می کند که به فراخور حال بیمار از طب رایج یا طب سنتی استفاده می کند. یکی دوبار نام طب اسلامی و مردمی را در سوالات جای می دهم. اما او از بکارگیری این دو نام در پاسخ هایش پرهیز می کند. مشابهت های عمومی بین گفته های محمد و دکتر وجود دارد. با اینحال به دشواری می توان این دانش را بومی منطقه دماوند ارزیابی کرد.

عطاری مسعود هم از قاعده فوق مستثنا نیست. فروش داروهای بسته بندی و استاندارد گیاهی را به گیاهان دارویی ترجیح می دهد. "عموما داروی بسته بندی می خرن. شرکت کار ما رو ساده کردن" داروهایی یک شکل بر اساس پایه گیاهی در دو عطاری دیگر هم قابل مشاهده است. کانون توجه عطاری ها و مطلعان محلی شرکت های داروسازی گیاهی و پزشکان سنتی است که مطب رسمی دارند. حلقه های اطلاعات دیگر نیز مفهوم طب مردمی را با چالش مواجه می سازند. آنچه که در آغاز پژوهش طب مردمی به نظر می آمد در ادامه با عنوان طب سنتی متأثر از آکادمی و شبکه های اجتماعی شناخته می شود.

در ادامه گفت و گو با محمد (عطاری مسعود) و دکتر تفضلی (پزشک متخصص طب سنتی) خواهد آمد.

عطاری

مشخصات محلی

- شهر دماوند
- جمعیت ۴۸ هزار و ۳۸۰ نفر

مطلع یا مطلعین محلی

- محمد (عطار)

درمانگران محلی و متخصص طب سنتی

- دکتر تفضلی (متخصص طب سنتی)

گفت و گو

- مصاحبه‌شونده: محمد (صاحب عطاری)
- مکان: منطقه دماوند، شهرستان دماوند
- زمان:

(سؤال‌های مصاحبه‌کننده به صورت بولد و پاسخ‌ها با فونت معمولی است. همچنین حالات پاسخ‌دهنده درون

براکت آورده شده است).

نحوه چیدن گیاهان به چه صورت است؟

هر گیاهی روش خودش رو داره. مثلاً برخی از گیاهها رو نباید از ریشه درآورد، مثل آویشن. همین قضیه بارها موجب درگیری بین افغانی‌ها و بومی‌های این جا شده. آویشن رو نباید از ریشه درآورد. فقط باید برگ و ساقه‌اش رو چید. [فقط آویشن؟ یا بقیه گیاهان هم به همین صورت است؟] اینجا بیشتر این مسئله رو با آویشن داریم. آخه بیشتر آویشن کنده می‌شه. چیزی که تو این منطقه افغانیا و کردا خیلی می‌رن دنبالش آویشنه. قبلاً خاکشیر هم بود که حالا کمتر شده. دیگه زیاد پیدا نمی‌شه، به خاطر بارش کمی که بوده. هم قیمتش رفته بالاتر این گیاه و هم کمتر شده.

پس عمده گیاهانی که اینجا دارید غالباً خودرو هستند و کشت نمی شوند؟ درسته؟

آره، غالباً خودرو هستن. اصلاً یک سری گیاه رو ما از دست می خریم. مثلاً آویشن شیراز هم داریم؛ ولی آویشنی که اینجا داریم و برای این منطقه است رو ما از افرادی که اونا رو چیدن می خریم، بیشتر افغانی هستن [آویشنی را به من نشان می دهد] این آویشن واسه همین جاست. اینو کردا جمع کردن. گیاهایی که فروش بیشتری دارن، خودرو هستن و واسه همینجان. خاکشیر دارم صد تومن، خاکشیر دارم ۱۸۰ تومن. اون صدیه واسه همین جاست [ارزون تره واسه اینجاست پس؟] آره. چون دستیه یه مقدار آت و آشغال هم داره دیگه ولی خب اون یکی با ماشین پاک شده و قیمتش هم بیشتره واسه همینه. آماده خوردنه. حتی شستن هم نمی خواد. صنعتیه دیگه.

اگر بخوایم شیوه های درمانی رو از هم جدا کنیم، یکیش جوشونده است؟

جوشونده داریم، دم نوش داریم. این دو تا با هم دیگه فرق دارن. اینو باید بدونیم. [چه فرقی دارن؟] فرق داره دیگه. شما وقتی یک گیاه رو می جوشونی یه سری دیگه از عصاره های اون گیاه خارج می شه تا اینکه بخوای دمش بکنی. هر گیاهی رو نباید جوشوند، هر گیاهی رو هم دم کنی حالا به اون خاصیتی که می خوای نمی رسه. بستگی به مشکل داره دیگه. مثلاً آقا طرف معدش مشکل داره، باید ریشه شیرین بیان بیره و اونو بجوشونه. اگه اونو دم کنه، اون خواصی که می خواد آزاد نمی شه. متوجهین؟ [بله] یک سری از گیاهها باید جوشونده بشن، یک سری از گیاهها باید دم بشن. اینا با هم فرق می کنه.

غیر از این دو تا دیگه چه راه هایی هست؟

غیر از این دو تا دیگه داروهای آماده هستن که توسط شرکتای داروسازی گیاهی درست می شن، مثل نیاک، مثل دینه، هلثا، شرکت زردبند، یا همین قرص و داروهایی که وجود دارن. [یک مراجعه کننده به عطاری می آید و به دنبال زنیان می گردد].

غیر از دارو، ابزار و وسایل درمانی هم هست یا نه؟

ما که نداریم؛ ولی کسایی که پروانه این کارو دارن، یعنی مجازن به این کارا دارن. مثلاً دکتر تفضلی حجامت می‌کنه، بادکش می‌کنه. زالو می‌ندازه. ولی ما نه، ما فقط یه فروشنده‌ایم و سر مشکلا و بیماریای حاد و حساس هم به‌هیچ‌وجه چیزی پیشنهاد نمی‌دیم. مثلاً یکی میاد می‌گه می‌خوام سقط کنم، ما می‌گیم هیچی نداریم، درحالی که شاید بیست مدل دارو داشته باشیم. مگر اینکه خودش بیاد بگه آقا فلان چیزو بده. ما دیگه اصلاً کاری نداریم که اون دارو رو واسه چی می‌خواد.

تو این روش‌های درمانی، آداب و شیوه خاصی هم هست که مخصوص به این منطقه باشه؟

چیزی که مربوط به این منطقه باشه؟ [فکر می‌کند] خب یکی اینکه آویشن خیلی مصرف می‌کنن. یعنی حتی تو چاییشون هم آویشن می‌ریزن مردم. یه چیز دیگه‌ای هم که هست اینه که آدمای قدیمی اینجا، نمی‌دونم البته شاید جاهای دیگه هم باشه، ولی وقتی میان دنبال روغن کرچک، می‌گن روغن چراغ بهم بده، می‌خوام بمالم به شکم بچه که سردیشو بگیره. چون این روغن گرمیه، وقتی می‌مالی به شکم بچه، سردیشو می‌گیره و بچه یه مقدار آروم‌تر می‌شه. بیشتر آدمای قدیمی یا خانمایی که سن دارن این چیزا رو می‌گن، ولی خب آداب خاصی نداریم که مربوط به این منطقه باشه دقیقاً.

حالا به جز این منطقه، کلاً آداب خاصی وجود داره که توی شیوه درمان موضوعیت داشته

باشه؟

نمی‌دونم منظورت چیه [مثلاً اینکه بگن فلان دارو باید حتماً صبح مصرف بشه] ببین، بایدی نیست. شاید یکی اومده پنج سال پیش گفته. الان دیگه پیشرفت کرده همه چی دیگه. یه نفر شاید طبعش اینجوریه. آگه صبح فلان چیزو ناشتا بخوره دچار یبوست می‌شه یا اسهال می‌گیره. الان دیگه همه این موضوعا مطرح می‌شه. ولی ما اصلاً کاری به این موضوع نداریم که آقا شما اینو باید این ساعت بخوری. ما فقط می‌فروشیم.

رویکرد مردم نسبت به داروهای سنتی چه جوریه؟

اینجا خیلی بهتره نسبت به داروی شیمیایی. یعنی اکثر کسانی که خرید می‌کنن خودشون حس خوب دارن، می‌گن آقا این خیلی بهتره. چون داروهای شیمیایی دارو نیست. [یعنی چی؟ یعنی عوارض داره؟] نه، داروی خوب داروئه. حتی همین چیزایی که الان وجود داره تو ایران چیزاییه که به هر حال چندین سال روشون مطالعه شده، تحقیق شده، آزمایش شده، الکی نیست، نمی‌شه بگیم همه‌شون عوارض داره. ولی خب داروهای ما اون چیزی که باید باشن، نیستن. کیفیت ندارن. به نظر من البته. حالا شاید هم داشته باشن. ولی خب اینجوریه واقعاً. شما یه قرص خارجی مصرف کنی، بعد یه قرص ایرانی مصرف کنی، فرقشو واقعاً متوجه می‌شی.

روایت خاصی از برخورد با مراجعه کننده دارین؟ که خاص باشه و تو ذهنتون موندده باشه؟ مثلاً فلانی اومده باشه گفته باشه که به من گفتن برای فلان درمان این خوبه؟

آویشن. آویشن خب خیلی چیزه دیگه. خیلی کاربرد داره. دیگه همه هم می‌شناسنش. یا اینکه اسفند دود کنن. آویشن دم کنن. عنبرالنسا دود کنن. اینا هست. پونه و آویشن هست همیشه که خودشون میان می‌گن واسه فلان مشکل خوبه دیگه؟ ما هم می‌گیم خوبه. واقعاً هم خوبه آخه.

اینجا مثلاً برای یه مشکلی مثل سردرد چه داروهای توصیه می‌شه؟

ما که توصیه نمی‌کنیم [تأکید می‌کند] ولی بر اساس مطالعات خودمون، بر اساس تجربیات خودمون، اسطوخودوس خیلی خوبه. بادرنجبویه خیلی خوبه. دیگه یه قطره آماده داریم. یه مدل عرق داریم. اینا چیزایی هستن که ما داریم. خیلی گیاهها و داروهای گیاهی هستن که می‌تونن تأثیر بذارن ولی گیاهی که مردم بشناسن خیلی بهتر از گیاهیه که حالا بیان بگن ما بگیم. آدم می‌ترسه چیزیه که نمی‌شناسه مصرف کنه. واسه همین ما هم اگه بخوایم توصیه کنیم، چیزی رو می‌گیم که آدم بشناسنش. اینجوریه دیگه، آدم جون دوستن.

برای دل درد و معده درد چی؟

برای این دو تا هم باید بدونیم که آقا شما مشکل معده داری، نداری، بلغمی هستی، نیستی، خب همه اینا پرسیده می شه دیگه.

می پرسید یا خودتون هم می تونید تشخیص بدید؟

اول باید پرسید. شما دکتر هم که می رید اول ازتون می پرسه چه علائمی دارید؟ شاید یه سری علائم داخل بدنته. معلوم نیست. [مثلاً بر اساس تجربه نمی تونید چیزی بگید؟] می شه. بعد بعضی وقتا نیاز به لمس هست که خب ما نمی تونیم همه رو لمس کنیم. ولی خب بیشتر پرسش می شه تا اینکه بخواد تشخیص داده بشه. مثلاً ازشون می پرسیم که شما غذا می خوری، پشت بندش میوه می خوری؟ خب ما یه سری از آداب غذاایشون رو هم اصلاح می کنیم. درحالی که شما نباید پشت غذا میوه بخوری. یعنی غذا تو خوردی نباید بلافاصله میوه بخوری چون میوه می مونه پشت پروتئین و فلان و اینا. بعد پروتئین طول می کشه حذف بشه. متوجهین؟ درحالی که میوه سریع هضم می شه؛ بنابراین اون پروتئینی که باید چهار ساعت بمونه تا هضم بشه، می مونه تو معده، می گنده و طرف ترش می کنه و حالش بد می شه. پس نباید این کارارو بکنه. ما این آدابو بهش می گیم که از این به بعد رعایت کنه. یا مثلاً آب چایی نیست، چایی هم آب نیست. [مراجعه کننده دیگری می آید و به دنبال عرق شاطره و عرق بومادران می گردد، فروشنده به او نشان می دهد]. اصلاً هشتاد درصد آدمایی که مراجعه می کنن، نه آداب غذایی درستی دارن، نه اصلاً خیلی چیزارو می دونن و رعایت می کنن. ما حتی بهشون می گیم که اگر می خوای اینو ببری باید رعایت کنی. باز هم فایده نداره، می برن و کار خودشون رو می کنن. روزی بیست تا لیوان چای سیاه می خورن، دیگه آب نمی خورن، چون چایی سیاه عطش رو می گیره و دیگه نیازی به آب پیدا نمی کنن [چی می شه؟ **یبوست میاره؟**] تو درازمدت هزار تا مشکل داره. اون پیرمرد پیرزنی که چهل ساله داره چایی سیاه می خوره خب معلومه به مشکل می خوره. چای سیاه بد نیست؛ ولی خب هر چیزی زیادش هم خوب نیست. [مراجعه کننده دیگری به دنبال عرق بید به مغازه می آید]. در اصل، ما که به دنبال پولش نیستیم، یعنی هستیم، ولی

خب دوست داریم در کنار این پوله یه حس رضایتی هم در مشتری ایجاد کنیم. [مشتری سؤالاتی در خصوص نحوه خوراندن عرق بید به بچه دوساله می پرسد و فروشنده به اون نکاتی گوشزد می کند. در ابتدا به او می گوید که ما چیزی تجویز نمی کنیم؛ اما پس از سؤالات مکرر خریدار به او می گوید که اگر کودک را هنوز از شیر نگرفته اید روزی یک قاشق از این عرق را به او بدهید.]. [مراجعه کننده دیگری به مغازه می آید و می گوید اگر گیاه بومادران خواست می تواند برای او بیاورد، فروشنده نیز به او می گوید که اگر از ساقه چیده شده و خشک و مرتب است بیاورد تا با قیمت روز بازار از او خریداری کند].

تو این گیاهایی که شما دارید آیا مورد خاصی هست که اسم محلی خاصی داشته باشه و با بقیه متفاوت باشه؟

آره، مثلاً اینجاها به چایی کوهی می گن پنبوک. [بعد چایی کوهی به چه دردی می خوره؟] چایی کوهی کلی خواص داره دیگه، از معده و گوارش و اعصاب بگیر، تا گرم بودنش و ضد نفخ بودنش و ضد عفونت بودنش و سردرد و سرگیجه و واسه همه اینا خوبه. یا مثلاً به سنجد جیلاردی ها می گن پُستونک. اینا اسماییه که محلیا می گن بهش. آویشن هم یه اسمی داشت که الان یادم نیست. جالب اینجاست که افغانیا اصطلاحای جداگونه خودشون رو دارن، دماوندیا هم اصطلاحای جدای خودشون رو دارن. [تلفیق شدن این اصطلاحا با هم یا نه؟] نه. تلفیق نشدن. جدائن. افغانی زبون خودش رو حرف می زنه. حالا ما هم به مرور یاد گرفتیم دیگه. افغانیه دیگه، ایرانی که نیست. زبون خودش رو داره. البته این هم بگم که افغانیا خیلی ادویه و گیاه مصرف می کنن. افغانیا خیلی بیشتر از ایرانیاه به خودشون می رسن. [چه جالب] یعنی خرجی که افغانیا واسه خودشون می کنن، خیلی بیشتر از یه ایرانیه. ادویه های خیلی گرم هم معمولاً مصرف می کنن، واسه همین هم هست که خیلی سخت مریض می شن. یکی از دلایله که واقعاً وجود داره، به شدت به بدنشون اهمیت می دن. به موهاشون خیلی اهمیت می دن. روغنای خوب و گرون می زرن به موهاشون. ایرانیه مثلاً میاد یه روغن پونزده تومنی می خره ولی افغانیه میاد

می‌گه آقا خوبشو بده. [با زبان افغانی‌ها دوباره این جمله را ادا می‌کند]. [مراجعه‌کننده دیگری می‌آید و به دنبال صابون تریاک است که محمد به او می‌گوید که تمام کرده است و دوشنبه برایش می‌آید].

چیزی که من دیدم در این مدت این بود که بیشتر مراجعین نسخه پزشک ندارند و صرفاً اسم چیزی که می‌خوان رو می‌گن. درسته؟

نسخه پزشک نه. چند مورد بود که دکتر تفضلی می‌فرستاد که اون هم چون به عطاری تو پاساژ باز شد، دیگه پیش ما نمیان. آخه کسی که می‌خواد طبابت سنتی بکنه، دیگه خودش به عطاری هم پایین مطبش داره و کسی نمی‌ره سراغ عطاری‌های دیگه. مثلاً آقای علی اکبری خودش ویزیت می‌کنه. البته به واقعیتی هست اینه که ایشون اصلاً دکتر نیست. حالا شاید به سری چیزارو تجربی بدونن. واسه همین هم خلیلا قبولش دارن و خلیلا هم قبولش ندارن. [خب ببین، برای ما هم همون تجربه‌هه موضوعیت داره] ببین، تجربه همه‌جا جوابه.

خب، من بیشتر چیزایی که می‌خواستم رو پرسیدم، فقط اگر غیر از چیزایی که گفتم اصطلاح خاص دیگه‌ای هست، بهم بگو.

اصطلاح خاص دیگه‌ای؟ [فکر می‌کند]. ببین اکثراً که همون اسمای اصلی رو می‌گن. ولی خب مثلاً خلیلا اسفند رو می‌گن اسپند. البته خب اسپند درست‌تره دیگه. اصلش همون اسپنده. [مراجعه‌کننده دیگری به درون مغازه می‌آید و پس از سلام و احوالپرسی گرم عرق نعنا خوب و تخم بارهنگ می‌خواهد] و نکته دیگه‌ای که هم این وسط هست، بالارفتن آگاهی مردم، که بیشتر از چیه؟ از رسانه است. رسانه چیه؟ اینستاگرام. تو اینستاگرام چند وقت پیش به پسره به توضیحی راجع به عرق زنیان داد. آقا ما تو دو روز سه تا باک عرق زنیان فروختیم. متوجهی؟ بالارفتن آگاهی مردم هم این وسط خیلی مهمه. [اسم پیچش چیه؟] نمی‌دونم. یادم نیست. ولی زیاده این جور آدم‌ها و پیجا. الان همین آقای که اومد عرق نعنا و بارهنگ برد. اینو البته می‌شناسم، فکر کنم خودمون بهش گفتیم. این ترکیب واسه زخم معده، واسه ورم معده، کلاً واسه مشکلات معده، ترکیب فوق‌العاده‌ایه. ایشون

دیگه از من نپرسید. دیدی که. خودش گرفت و برد. چون می‌دونست نحوه مصرفش رو. این بالا رفتن آگایه هم خیلی تاثیر گذاره.

به عنوان آخرین سؤال و آخرین بخش گفتگومون؛ تو بیماری‌ها اسم بیماری محلی ای هست؟

نشنیدم، یادم نیست. هرچی هست قدیمیا می‌گن. مثلاً می‌گن نوزادمون رودل کرده. خیلی زیاد هم می‌گن. که هم معادل برون رویه، هم بیوست. رودله، زردیه. همیناست. چیز خاصی نشنیدم که محلی بیاد بگه.

از این بیست گیاهی که به من معرفی کردین. من جوشونده باید مصرف کنم؟

این دم‌نوشه. هرچی بیشتر مصرف کنی، بهتره. [مراجعه کننده دیگری می‌آید و می‌پرسد دارویی که چند روز پیش خریداری کرده است برای سرماخوردگی را باید قبل از مصرف بشوید یا خیر؟ محمد به او می‌گوید که اگر حساس است بشوید؛ ولی در غیر این صورت نیازی نیست]. این همین بیست گیاهو برده بود که به شما دادم. واسه سرماخوردگی خوبه. [حالا یه توضیحی هم راجع به همین می‌دی؟] این یه داروی قدیمیه که حتی قدیمی‌های ساکن اینجا هم به‌خوبی می‌شناسن. بهش می‌گفتن چهارگل. این هم می‌تونن اسمشو بنویسی، چهارگل. این هم از قدیم بوده. مثلاً بچه که سرما می‌خورده یا تب می‌کرده از این بهش می‌دادن. چهارگل همین بیست گیاه خودمونه. کرونا که اومد خیلی از شرکتایی که داشتن داروهای دیگه تولید می‌کردن، فوکوسشونو گذاشتن رو داروهای کرونا. مثلاً اومدن عرق هشت گیاه تولید کردن. فوق‌العاده است. [کدومه؟] سبزه، اون پایین. بغل بنفشه. [شیشه‌ای را نشان می‌دهد] این عرق واسه همه چی خوبه، سرماخوردگی، ورم معده، نفخ معده، عفونت معده، واسه همه چی خوبه. اکثراً شرکتا اومدن فوکوسشونو گذاشتن رو داروهای که به درد مردم می‌خوره تو این ایام. همه شرکتا البته، نه فقط حوزه کاری ما. حالا این بیست گیاه در واقع کامل شده همونه. چیزایی که می‌تونست واقعاً مفید باشه. حالا از چیزایی که همه می‌شناسن مثل پونه و آویشن بگیر تا نیلوفر و تاج خروس و ... همه اینا می‌تونه به مردم کمک کنه حالشون بهتر بشه. [تلفنش زنگ می‌خورد و به کسی که پشت خط است

می گوید دارد در حوزه مردم شناسی و این جور چیزها با کسی مصاحبه می کند] [مراجعه کننده ای می آید و به اندازه یک قاشق جوهر لیمو می خواهد که فروشنده می گوید نمی فروشد] [مراجعه کننده دیگری جوز سفید و اسطوخودوس می خواهد] [حالا برای کرونا که گفتین، پس شد چهار گل و همین بیست گیاه که کار خودتونه؟ درسته؟] [ببین، ما نمی گیم چی خوبه چی خوب نیست] [نه، منظورم اینه که اون چیزایی که گفتین تسکین می دن کدومان؟] [ببین بستگی به آدمش داره. اصلاً نمی شه این جوری گفت؛ ولی خب اکثر آدمایی که اینو بردن و استفاده کردن، حتی خودمون، راضی بودیم. ما مقداری سینه مون خش برمی داره. اینو که می خوریم خدا رو شکر خوب خوب می شیم و چیزیه که واقعاً جواب می ده. نه که بگم این ترکیب واسه ماست، شاید کس دیگه ای هم درست کنه عین همین ترکیبو، ولی خب اینو ما خودمون درست می کنیم، میکس می کنیم. آشغال گیاه واردش نمی شه. متوجهی؟ اون چهار گل بازاری ته بار رو قاطی می کنن. با بیل می ریزن رو زمین و با هم قاطی می کنن. ما اونو نمی گیریم. ما حتی چهار تخم هامون هم خودمون درست می کنیم و اینکه یه نکته دیگه، دلیلی که من به اون خانوم یه قاشق جوهر لیمو نفروختم این بود که اینو معتادا می گیرن می زنن قاطی هروئین تزریقیشون می کنن و این کار باعث می شه گرفتنش بره بالا، واسه همین ما اینو مقدار کم نمی فروشیم.

در مطب پزشک

مشخصات

- شهر دماوند
- جمعیت ۴۸ هزار و ۳۸۰ نفر

مطلع یا مطلعین محلی

- امیرمحمود تفضلی

درمانگران محلی

- دکتر تفضلی (متخصص طب سنتی)

گفت و گو

- مصاحبه‌شونده: امیرمحمود تفضلی
- مکان: منطقه دماوند، شهرستان دماوند، گیلوند
- زمان:

(سؤال‌های مصاحبه‌کننده به صورت بولد و پاسخ‌ها با فونت معمولی است. همچنین حالات پاسخ‌دهنده درون

براکت آورده شده است).

**آقای دکتر از اونجایی که توی مبحث طب سنتی ما برامون مسئله قومیت موضوعیت داره،
خواستیم بدونیم که شما اصالتاً برای دماوند هستید یا مهاجر هستید؟**

من مهاجر هستم. اهل استان تهران و خود شهر تهران.

شما پزشک عمومی با تخصص طب سنتی هستید؟

بنده پزشک عمومی هستم که دوره‌های تخصصی طب سنتی و طب سوزنی و لیزر تراپی مفاصل رو هم

گذروندم.

آقای دکتر این دانشی که شما در حوزه طب سنتی به کار می‌گیرید حاصل تجربه است یا

حاصل تحقیقات و تحصیلاتتون؟

ترکیبیه. هم بر اساس تجربه و علاقه خودم هست که منابع مختلف رو روشن کار کردم هم از اساتید این حوزه استفاده کردم که بتونم ارائه خدمات بیشتری بدم.

تو چه موارد و چه درمان‌هایی بیشتر تجربی هست؟

بینید، بیس طب سنتی و طب سوزنی یک بیس آکادمیکه. منتها توی این بیست سالی که من دارم در این حوزه کار می‌کنم خب باید بگم که با هر مریضی یک تجربه بر تجربیاتم اضافه شده. تجربه‌هایی که ممکنه اصلاً در اون مبانی آکادمیک نبوده باشه. چیزی که به مرور خودم بهش پی بردم و به معلوماتم اضافه شده. بیماری‌های زیادی هم بوده که ما در طی این سال‌ها باهاش برخورد کردیم و تونستیم بر اساس تجربه راهکار درمانی براش ارائه بدیم.

باتوجه به اینکه شما در این منطقه فعالیت می‌کنید، اینجا بیشتر چه بیماری‌هایی هست و خودش رو به صورت متمایزتری از بقیه بیماری‌ها نشون می‌ده؟

تو این منطقه و منطقه دماوند غلظت خون خیلی شایع هست. کلسترول، تری گلیسیرید و فشارخون از بیماری‌های شایع این منطقه است و مسائلی مثل اختلالات خواب، مشکلات عصبی و افسردگی هم زیاد هست. بیماری‌های مفاصل و استخوان هم خیلی قابل توجهه، به خصوص دیسک کمر و آرتروز. منطقه گیلاوند یک منطقه مهاجرپذیره و از اقصی نقاط ایران اقشار ضعیف‌تر برای کار به این منطقه میان. اینجا هم کارهای یدی و سنگین انجام می‌دن و به دنبال این کارا هم مشکلات گردن و کمر پیدا می‌کنن و یا آرتروز شانه و زانو. خیلی از مراجعان ما در این طیف از بیماری‌ها قرار دارن که تعدادشون زیاده. ما هم با کمک طب سنتی و کارهایی مثل زالو اندازی به لطف خدا تونستیم خدماتی به این عزیزان ارائه بدیم.

این طب سنتی فقط برای درمان مفاصل کاربرد دارد یا برای مشکلات دیگه مثل افسردگی

هم هست؟

طب سنتی مثل حجامت و زالو و بادکش می‌تونه طیف وسیعی از بیماری‌ها رو هم پیشگیری کنه و هم درمان کنه ولی باتوجه به قشری که اینجا زندگی می‌کنه و گفتم بیشتر مهاجرینی هستن که کارهای یدی می‌کنن ما بیشتر مراجعینمون از این دسته است و ما علی‌الخصوص تونستیم رو این‌ها طیف وسیعی از خدمات رو ارائه بدیم ولی بیماران دیگه‌ای هم از سراسر ایران داریم مثل انواع سردردها، میگرن، اختلالات شنوایی، اختلالات بینایی، مشکلات اعصاب، مشکلات روان، افسردگی‌ها، مشکلات دیابت، مشکلات زنان، اختلالات پرئود، ناباروری خانم‌ها، ناباروری آقایون، واریس‌ها، آگزماهای پوستی، انواع عفونت‌ها، انواع آبسه‌ها که می‌تونه در نواحی مختلف بدن آقایون و خانم‌ها باشه، رو همه این‌ها ما کار کردیم و نتایج خوبی هم تونستیم کسب بکنیم.

باتوجه به اینکه شما در هر دو طب سررشته دارید، چه زمانی از روش درمانی طب سنتی

استفاده می‌کنید و در چه زمانی از روش درمانی طب مدرن؟

یه وقتی شما یه بیماری حاد عفونی داری، اگر بخوای این بیماری رو در حیطه طب سنتی درمان کنی خوب زمان‌بره و ممکنه به بیمار آسیب بزنه، این موارد رو باید با آنتی‌بیوتیک‌های رایج بیمار رو تحت درمان قرار بدیم ولی در کنارش هم می‌تونیم از پروتکل‌های طب سنتی استفاده کنیم که کیفیت درمانت بهتر می‌شه. یه وقتی هست که شما مشکلاتی داری که نیاز به جراحی داره و با درمان‌های سنتی و داخلی قابل‌درمان نیست. باید اون عضو یا قطع بشه یا اصلاح بشه. اینجا هم مجبوریم از طریق طب کلاسیک ارجاع بدیم به جراحای منطقه و اونا مداخله بکنن. ولی اگر مثلاً موردی مربوط به قطع عضو باشه، چون مواردی هم بوده که جراحا به ما ارجاع دادن مریض رو، تو این موارد که مثلاً به خاطر عفونت یا زخم‌های دیابتی بوده که غیرقابل‌کنترل بوده و آنتی‌بیوتیک جواب نداده و باید قطع عضو بشه، اینجا جراحا یه شانس به بیمار می‌دن و اونو به ما ارجاع میدن، ما اینجا با توانمندی‌ای که در طب سنتی داریم، باتوجه به خواص گیاه‌ها و آداب موجود در این طب و در کنارش هم زالو اندازی‌های

متعدد این فرصت رو به بیمار می‌دیم که عضو قطع نشه و در این راستا الحمدلله موفقیت‌های خیلی خوبی هم داشتیم.

پس با توجه به بیماری، اگر بیماری مزمن باشه از طریق طب سنتی درمان می‌کنید و اگر بیماری خیلی حاد باشه از طریق طب مدرن، درسته؟

نه. اگر بیماری حاد و تهدیدکننده شرایط بیمار باشه. یه وقت مثلاً شما یه سردرد حاد داری. خب ایراد نداره. می‌تونیم مداخله طب سنتی و سوزنی رو داشته باشیم؛ ولی اگر این شرایط حاد برای بیمار خطرناک باشه، مثلاً بیمار فشار خونش بیسته. خب اینجا ما ترجیح می‌دیم که مداخله طب مدرن را داشته باشیم و در کنارش آداب طب سنتی رو هم انجام می‌دیم. مثلاً چند وقت یه بیماری به ما مراجعه کرد فشار خونش هیجده رو دوازده بود. خب اگه من فقط بخوام با طب مدرن کار بکنم، تا یه حد می‌تونم موفق باشم و اگه صرفاً با طب سنتی کار کنم تا یه حد. واسه همین ما اومدیم تلفیقی بیمار رو تحت درمان قرار دادیم. آمپول‌های مربوط به کاهش فشار رو بهش زدیم در کنارش هم حجامت انجام دادیم، حجامت سر انگشتارو انجام دادیم، دستورات طب سنتی برای کاهش فشار رو انجام دادیم و با این پروتکل تونستیم خیلی سریع فشار رو از روی هجده بیاریم روی دوازده. یعنی اگر این شرایط حاد تهدیدکننده سلامت بیمار باشه که ما فرصتی برای مداخله طب سنتی یا سوزنی نداشته باشیم ارجاع می‌دیم به طب کلاسیک یا مدرن ولی اگر این فرصت رو داشته باشیم، دوست داریم که از هر دو روش استفاده کنیم.

آقای دکتر تا اونجایی که من می‌دونم طب سنتی ریشه چینی داره. سؤالم اینه که روش درمان طب سوزنی و روش درمان طب سنتی چقدر انطباق و شباهت دارن؟

طب سنتی دربرگیرنده طب سوزنی هم هست. وقتی می‌گیم سنت، یعنی سنت یک جامعه. این سنت در طب ایرانی یک قدمت چند هزارساله داره و در طب چینی هم همین‌طور. ما هم حساسیتی نداریم که الاوبلا باید فقط روش طب سنتی ایرانی رو استفاده کنیم. حتی طب اسلامی هم به همین ترتیب. مهم اینه که یک روشی، روش

طبیعی باشد، بدون استفاده از ترکیبات شیمیایی که بدن آسیبی نزنه و بتونه مشکلات بیمار رو حل بکنه. حالا مهم نیست این طب مال کدوم کشوره، می تونه مال آلمان باشه مثلاً هومیوپاتی باشه. می خواد طب چین باشه، می خواد طب هند باشه، می خواد طب مصر باشه. مهم اینه که متخصص تسلط داشته باشه و از هر نوع روشی که از ترکیبات شیمیایی استفاده نمی کنه برای درمان بیمار بهره بیره. [یعنی پرهیز از مواد و ترکیبات شیمیایی مبنای این نوع درمانه؟] پرهیز از آسیب رساندن به بیمار. چون طب کلاسیک و مدرن اینجوریه که میاد یک مشکل رو در بیمار حل می کنه ولی ده تا مشکل دیگه واسش ایجاد می کنه. ما می خوایم این فراینده به وجود نیاد، حالا با هر راهکاری. تجربه شخصی خودم، تجربه ایران باستان، تجربه مصر باستان، تجربه هند باستان، تجربه چین باستان یا حتی تجربیات کشورهای اروپایی مثل هومیوپاتی که الان در انگلستان و آلمان بسیار کاربرد داره و اثرات چشمگیری هم بر درمان انواع بیماری ها گذاشته. نباید تعصب داشته باشیم. ما می خوایم بیمار رو خوب کنیم، بدون آسیب وارد کردن به اون، بدون عارضه. حتی ممکنه شما فقط با گفتاردرمانی مشکل بیمار رو حل بکنی. اینجا دیگه نه نیاز به داروی شیمیایی هست نه نیاز به ترکیبات گیاهی، فقط با بیمار گفتگو انجام می شه و همین مسئله تنش بیمارو کم می کنه و کم شدن تنش هم خودش خیلی از بیماری ها رو از درون کنترل می کنه.

موردی به صورت خاص هست که بتونیم روش طب سنتی دماوند نام بگذاریم؟

در منطقه دماوند شما می تونید گیاهان خاصی رو یافت بکنید و در طبیعتش پیدا بکنید. این گیاهان هم می تونه روی خیلی از بیماری ها مؤثر باشه. منتها اینکه بگیم اختصاصی طب دماونده، نه. طب ایرانیه، اما محل رویش اون گیاه می تونه توی منطقه دماوند در نظر گرفته می شه. مثل آویشن های کوهی، مثل پونه کوهی، مثل یک گیاهی به اسم والک که برای گرفتگی عروق خونی قابل استفاده هست. انواع و اقسام نعناها هم در این منطقه قابل شناسایی هستن. این گیاهارو خیلی از جاهای دیگه ایران هم می شه پیدا کرد.

شیوه مصرف این‌ها به چه صورت هست؟ جوشونده است فقط یا روش‌های دیگه‌ای هم هست؟

اصولاً آگه شما بخواید یک بیماری رو سریع‌تر درمان کنید، بهتره از عرقیات استفاده کنید. اما اگر بخواید طول مدت اثربخشی رو افزایش بدی از دم‌کرده‌ها استفاده می‌کنی. من خودم برای بیمارام آگه هم حالت حاد داشته باشه و هم حالت مزمن، یعنی بیماری‌ای بوده که مزمن بوده و الان حاد شده از هر دو استفاده می‌کنم. یعنی میگم دم‌نوش رو درست کن و بعدش یک مقدار از عرقیات هم داخلش بریز که هم سریع اثر بذاره و هم طولانی [تلفن دکتر زنگ می‌خورد].

رویکرد مردم نسبت به طب سنتی چطور هست و مراجعین شما چه تلقی‌ای دارند؟

مراجعین از هر شیوه‌ای که آلامشون رو کاهش بده و دردشون رو کم بکنه استقبال می‌کنن. اما نکته‌ای که خیلی در این منطقه غلبه داره اینه که خوشبختانه در این منطقه ... [تلفن دکتر مجدداً زنگ می‌خورد] مردم قائل به این هستنند که داروهای شیمیایی استفاده نکنند. استدلالشون هم اینه که داروی شیمیایی عوارض داره. گاهی انقدر در این کار افراط می‌کنن که حتی خودشون رو به خطر می‌اندازن. بیمارای قلبی، عروقی، بیماری‌های مربوط به مغز و اعصاب، بیماری‌های کبد و کلیوی و خیلی از بیمارای دیگه گاهی اونقدر تعصب به خرج میدن که حاضره خودش رو به مهلکه بندازه ولی داروی شیمیایی مصرف نکنه که ما با این موارد مقابله می‌کنیم. [تلفن دکتر مجدداً زنگ می‌خورد] و بهشون می‌گیم که الان مهم اینه که شما دردتون کاهش پیدا کنه حتی اگر شده با داروی شیمیایی، البته اگر عوارضش قابل کنترل باشه. پس این تعصب خاص رو ما تو این منطقه داریم. البته خود من شیوه درمانم به این صورته که با کمترین عارضه و با بیشترین تأثیر. حالا این می‌تونه مداخله جراحی باشه. یعنی من سریع خودم بیمار رو ارجاع می‌دم به جراح. یعنی تعصب ندارم که حتماً باید با روش‌های سنتی روش کار بکنم، آگه نتیجه نگرفتم بعد ارجاعش بدم. مثلاً بیماری میاد که مشکلات درد کمر داره، من در معاینه و تصاویر پزشکی می‌بینم که نخاعش تحت فشار زیادیه یا اینکه دیسکش پاره شده. اینجا من می‌تونم دو تا رویکرد داشته باشم. ببندمش به انواع داروها و قرص‌ها و طب سوزنی که این درد کم بشه یا اینکه بگم مریض من الان خطر آسیب نخاعی داره و آگه بخوام تعلق بکنم آسیب جدی‌ای بهش وارد می‌شه. اینو من سریع ارجاع می‌دم برای مداخله جراحی ولو اینکه بیمار زیر بار نره. یعنی این قدر باهاش صحبت می‌کنم تا قانعش کنم. برعکسش هم هست. مثلاً

مریض میاد یه درد کمر ساده داره، بررسی می کنیم، معاینه می کنیم و آزمایش می بینیم و اینا و می فهمیم که نیاز به عمل جراحی نداره، اینجا مریضو قانع می کنیم که از طب سنتی یا سوزنی استفاده بکنه.

آقای دکتر، به صورت تجربی، شیوه درمان سنتی رو در مورد چه بیماری هایی کارآمدتر یافتید؟

طیف وسیعی از بیماری هاست. بین انواع بیماری های داخلی، مشکلات کبد، کلیه، مشکلات دستگاه گوارش، مشکلات هورمونی، مشکلات عصبی، مشکلات روحی و روانی، مشکلات استخوان و مفاصل، ترک اعتیاد، جوان سازی پوست، زیبایی پوست، ریزش مو، انواع اختلالات پوستی، مشکلات دستگاه شنوایی، دستگاه بینایی و خیلی چیزای دیگه؛ بنابراین می بینید که طب سنتی با انسان گره خورده و یا به تعبیر ساده تر، خداوند درمان بیماری ها رو در طبیعت قرار داده. مهم اینه که ما بلد باشیم که کجا دنبال چه نوع درمانی بگردیم؛ لذا من وقتی که مرور می کنم می بینم که هر نوع عارضه ای رو ما می تونیم مداخله طب سنتی داشته باشیم. فقط باز تأکید می کنم که این مداخله باید به نفع بیمار تموم بشه. یعنی اگه تشخیص دادم که تو این مرحله حتماً باید ارجاع انجام بشه، نباید تعلل کنم. فرقی نداره، می خواد ارجاع جراحی باشه یا طب کلاسیک. حتی در بیماری هایی که با طب مدرن و کلاسیک هم قابل درمان نیست مثل ام اس، شما می تونید با طب سنتی و یا طب سوزنی به بیمار خدمت بدید و شدت بیماری رو کم کنی. یا یه سری از بیماری ها هست که به علت سرد شدن طبیعت و مزاج فرد به وجود میاد. بیمار مراجعه می کنه و می گه انواع و اقسام دردهای مفاصل و استخوان داره، هر جاشو دست می ذاری درد داره، پاها سرد، دستها سرد، از دهنش هی مرتب آب میاد، تو خواب تشنج می گیره، مشکلات رفتاری، مشکلات کرداری، در طب کلاسیک اینو نمی شه جمع کرد. یعنی تا وقتی آمپول و قرص می خوره خوبه، همین که قطع می کنه باز برمی گرده. ولی در طب سنتی وقتی که مسلط به انواع مزاجها باشی میگی خب این مزاج بیمار الان از تعادل خارج شده، مزاجش سودایی شده، سرد و خشک شده، یا مزاج بلغمی شده، سرد و تر شده. این رو باید تنظیم کنی به سمت گرم شدن. وقتی بدن آرام آرام گرم بشه، در عین ناباوری یدفعه می بینی که کلی از این

بیماری‌ها خودبه‌خود درمان می‌شود و مشکلی حل می‌شود. از اون‌ور هم داریم. مثلاً مریض میاد پرخاشگره. طب کلاسیک می‌فهمد فقط بهش داروهای آرام‌بخش می‌ده. تا وقتی قرصاشو می‌خوره، استرسش کم می‌شه ولی تا قطع می‌کنه مجدداً پرخاشگر می‌شه. در طب سنتی می‌گی الان مریضت صفرایی شده. صفراش رفته بالا، این صفرای بالا چیکار می‌کنه؟ مریض رو تحریک‌پذیر می‌کنه. اینجا میای مریض رو غذاهای سرد بهش می‌دی تا به تعادل برسه بعد می‌بینی که کل رفتارش عوض شد و پرخاشگریش کنترل شد. این‌جوری هم خود مریض به آرامش می‌رسه و هم اطرافیانش به آرامش می‌رسن.

به عنوان آخرین سوال، در دوره کرونا به صورت تجربی دیدید که گیاه خاصی یا داروی خاصی کمک بکنه به بیمار؟

من از آویشن خیلی خاصیت دیدم. از پونه کوهی، از بابونه [پونه کوهی در این منطقه هست؟] هستش، بله. دیگه بابونه، گل بنفشه، اینا ترکیباتی بوده که مؤثر بوده و مریضا استفاده کردن و علائمشون کاهش پیدا کرده. جوش شیرین رو هم به صورت تجربی دیدم که توی بعضی از مریضا جواب داده [به چه شیوه‌ای باید مصرف بشه؟] بخور جوش شیرین رو دیدیم که می‌تونه مؤثر باشه. بادکش مؤثره. انواع روغن‌مالی‌ها مؤثره و قبل از ابتلای به کرونا حجامت. البته بعد از ابتلا به کرونا دیگه حجامت رو توصیه نمی‌کنیم. فست‌رو من به هیچ‌عنوان انجام نمی‌دم، توصیه هم نمی‌کنم که کسی انجام بده. چون فست یه مقدار سیستم ایمنی رو تحلیل می‌بره، ضعیف می‌کنه و شانس ابتلا به کرونا رو در فرد بیشتر می‌کنه.

گیاه‌های دارویی منطقه کشت می‌شن و یا خودرو هستن و جمع‌آوری می‌شن؟

اینجا بیشتر جمع‌آوری می‌شن.

جمع‌آوری داروهای گیاهی به چه صورت هست؟ صنعتی یا سنتی؟

خودم مردم می‌رن جمع می‌کنن. یعنی این‌قدر بهش اعتقاد دارن که خودشون، خانوادگی یا گروهی یا حتی انفرادی می‌رن و جمع می‌کنن. اگه دقت کنید تو خیلی از دامنه‌ها آدم‌ها رو می‌بینید که کیسه دستشونه و دارن گیاهارو جمع می‌کنن. اصلاً جز فرهنگشونه، اینکه فصل بهار همه‌شون می‌رن تو دامنه‌ها و ازشون می‌پرسی چیکار می‌کنی؟ می‌گه اومدم آویشن بچینم، اومدم والک بچینم.

لالان (لالون)

مشخصات روستا

- روستای لالان (لالون)
- جمعیت: ۱۱۳۵ نفر

مطلع یا مطلعین محلی

فرهاد ممی، ۵۰ ساله، ایشان قبلاً راننده مرکز بهداشت بوده‌اند.

درمانگران محلی

مادربزرگ آقای فرهاد ممی، کشور خانم

خانم عزت کربلایی

مصاحبه

- مصاحبه‌شونده: فرهاد ممی
- مکان: روستای لالون، فضای باز
- زمان: اردیبهشت ۱۴۰۱

(سؤال‌های مصاحبه‌کننده به‌صورت بولد و پاسخ‌ها با فونت معمولی است. همچنین حالات پاسخ‌دهنده

درون براکت آورده شده است).

تو لالون خانه بهداشت که هست، مدرسه هم باید باشه، مدرسه لالون تا چه کلاسی داره؟

اینجا امکانات رفاهی و مدرسه مناسب برای بچه‌ها نداره. دختر و پسر قاطین تا پنجم و شورا حقوقشون رو

می‌ده. آموزش پرورش هم یک معلم می‌ده برای پنج کلاس.

لالون چقدر جمعیت داره؟

تابستون بومی‌ها حدود سه هزار و خرده‌ای می‌شن. زمستون کم هستن، نهایت ۱۰۰۰ تا ۱۲۰۰ نفر. غیربومی

زیاده ولی.

گیاهان دارویی چی دارید؟

از نظر علف دارویی، یکی والک است که خاصیت بی‌نهایت برای اعصاب و آرامش داره و همین‌طور برای قوای جنسی خوبه. خیلی‌ها می‌چینن و خشک می‌کنن و زمستون هم درست می‌کنن. بیشتر کردها و افغانی‌ها می‌چینن و می‌برن بازار تهران می‌فروشن. قرار شد از امسال دیگه مردم غریبه نروند در کوه. مردم محلی خیلی کم می‌رن. برای خوراکی خودشون فقط. دیگه تلفه (طلفه) داریم یا پیاز کوهی هم داریم، سیر کوهی. اونم برای گوارش و اعصاب خوبه. اون رو با ماش و پلو دمی درست می‌کنن. تو آش و سوپ می‌ریزن. برای عفونت معده خیلی خوبه. خیلی هم نفاخه. دیگه قارچ کوهی داریم که بیشتر مردم اینجا با تلفه (طلفه) می‌خورن، سرخ می‌کنن یا با تخم‌مرغ. امسال کیلویی صد و پنجاه هزار تومن شده. الان هنوز نیست، بعد از بارون زدن وقتی آفتاب می‌زنه در میاد. آویشن زیاد داریم. خاصیت آویشن اینجا نسبت به دشت لار خیلی بهتره. آویشن شیرازی خیلی خوبه، معجزه است برای سردی و دل‌درد. سرماخوردگی و بیرون‌روی، با نبات سوخته درست می‌کنن. نبات رو ذوب می‌کنن قهوه‌ای که شد آب می‌ریزن روش و با آویشن دم می‌کنن. چایی کوهی هم هست که دم می‌کنن، برای عفونت گوارشی و سرماخوردگی خوبه. پونه و کاکوتی، و سوسن عنبر و نعنا وحشی هم هست که برای عفونت گوارشی و سرماخوردگی خوبن. مثلاً بیرون‌روی، و با، آب آلوده و اینا... این بنده خدا (این خانم که طب مردمی انجام می‌ده) همه این گیاه‌ها رو می‌چینه، عرق همه رو هم می‌گیره. خودش هم می‌چینه، هم درست می‌کنه.

درست کردن عرق‌های گیاهی قبلاً هم اینجا رایج بوده؟

نه. اولین باره تو این منطقه. اینها رو این خانم شروع کرده. فقط خود این خانم این کار رو کرده. هر چی بخوای

داره.

بعد خودش تجویز می‌کنه داروها رو؟

آره، خیلی حالیشه. چون زالو می‌ندازه تمام خون را نگاه می‌کنه می‌گه که مشکلک چیه. مثلاً خون من رو دید

گفت تو اووره داری. گفتم بابا من گوشت نمی‌خورم، این همه هم به کوه می‌رم و اینا... نگو چون من

هیدروکلرتیازید می‌خورم برای فشارخون، اون اویره رو می‌بره بالا، گفتم حباب‌هایی توی خونت هست که مال اویره است. گفتم بابا من همش کوه می‌رم، دوچرخه ثابت دارم تو خونه. یک‌دفعه انگشت شستم ورم کرد با سوزش و درد و اینا. زنگ زد به دکترم که همین جا جراح قلبه و ویلا داره اینجا، گفتم دکتر اردکانی من شستم درد می‌کنه، گفتم نفرسه دیگه و به‌خاطر اویره است. گفتم اون هیدروکلرتیازید رو قطع کن، چون گوشت قرمز زیاد نمی‌خوری که. دارو رو قطع کردم شب دردم زیاد شد. من سماق زیاد دارم، سماق وحشی اینجا داره، من می‌چینم. یعنی از جای دیگه آوردم اینجا کاشتم. سماق رو سریع دم کردم و خوردم، درجا ورم خوابید و درد خوب شد. سماق برای کلسترول و اویره خوبه، باید دم کنی، دم کرده‌اش معرکس. قند رو می‌اندازه، اگر کسی قندش بالا نباشه باید خیلی مواظب باشه.

چرا فکر می‌کنید فشارخون اینجا زیاده؟ علتش چیه؟

اینجا نود درصد مردم فشارخون دارن. شوهر عمه من سی‌سال تو بهداشت فشم بود. بهم گفتم فرهاد نود درصد مردم فشارخون دارن و شصت درصد کلسترول. به‌خاطر اینکه اکسیژن کمه و باعث می‌شه خون سفت بشه. فشار هوا، اینجا ارتفاع حدود سه هزار متره. گوسفندا هم هستن، چربی هم می‌خورن که دیگه بدتر می‌شه، کره حیوانی و اینها. من الان فشار دارم؛ ولی الان دو تا داروها رو قطع کردم. فقط سینومیکس رو نصف کردم. فقط به‌خاطر درمان گیاهی. الان زیره سبز می‌خورم، الان فشارم از بیست و دو اومده رو چهارده، دو‌ساله روی چهارده است.

می‌تونن بدون داروها با همین چیزهای گیاهی خودت رو درمان کنی؟

بله، با تخم کتان با زیره سبز، می‌کوبم. زیره سبز هم فشار رو میاره پائین و هم چربی رو آب می‌کنه. اینها رو خالی می‌خورم، روش آب می‌خورم. دم کردشون قندمو می‌اندازه.

این دستورالعمل‌ها رو از کجا پیدا کردی؟

یه دکتر گیاهی بود میومد اینجا. یه گیاهی داریم بهش می‌گیم «بی‌یک» [نامفهوم]، اون به من گفتش که شما سنت از چهل رد شده، باید معده‌ات رو گرم کنی، معده است که سرده، معده سرد مال جوونه، مثل بهار و تابستون، از چهل که سن رفت بالا، می‌شه پائیز و زمستون و اگر معده رو گرم نکنی هزار تا مرض می‌گیری. من سالی دوازده ماه زرشک می‌خوردم. زرشک وحشی می‌گرفتم و آب زرشک می‌خوردم، صفراب بود، خون رو هم تمیز می‌کرد. گفت این زرشک رو قطع کن، این زرشک سردیه، ترشیجات نخور. یک‌بار هم دیدم دکتر مخصوص احمدی‌نژاد تو تلویزیون این رو گفت، گفت من دکتر مخصوص خودشم. البته طب سنتی، نه این عطاری مطاری‌ها. گفت معده رو گرم کن، و باید یک وعده غذایی رو هم قطع کنی. این بهم گفت وعده غذایی رو قطع نکن، فقط معده‌ات رو گرم کن. فشارم از بیست یا هیجده و نوزده یهو اومد روی دوازده. من می‌دیدم هرچی ورزش می‌کنم، هر کاری می‌کنم، فایده نداره و فشار پائین نمیاد. این دکتره اینجا بود براش ویلا گرفتم، جراحی بود که چند سال آمریکا بوده، دکتر گنجوی. گفت برات آزمایش می‌نویسم. ویلاش رو من گرفته بودم، هوام رو داشت. نتیجه رو دید، گفت مشکلی نداری و نمی‌دونم چرا فشارت پائین نمیاد. گفت به این نتیجه رسیدم که رگ‌های قلبت از حالت عادی گشادتره، مثل شیر سماوره که آب رو بندازی تو لوله پلیکا، این خونت برگشت نداره، وگرنه چربی و کلسترول نداری. اون که گفت معده رو باید گرم کنی، گفت باید پنجاه، شصت روز مداوم بخوری تا اثر کنه، مثل آسپرین نیست که بخوری زود اثر کنه. می‌گن چله‌نشینی، باید داروی گیاهی رو چهل روز بخوری تا اثر کنه. باور کن سر پنجاه روز می‌خورد سردرد گرفتم، فشارم رو گرفتم دیدم فشارم اومده روی ۹، گفت فشار عصبیه و همیشه بالا نیست. گفت معده رو گرم کن، غذای سردی نخور، گرمی جات بخور. چون فکر می‌کردم چربی و فشارم بالاست، هی ترشی می‌خوردم و این بدتر بود. این دکتر سنتیه گاهی تابستونا میاد اینجا و بعد می‌ره، براش ویلا می‌گیرم.

مردم اگر مشکل داشته باشن معمولاً به کجا مراجعه می‌کنن.

می‌رن خانه بهداشت، مثلاً پسرعه خود من خیلی تلاش داره و آدم لاغریه، می‌گه فرهاد من همش سیاهم، میگم چرا سیاهی تو، گفت مادرم وارفارین می‌خورد مشکل پی‌تی خون داشت، من دکتر می‌بردم. باید هفته‌ای یک‌بار ازش آزمایش پی‌تی می‌گرفتم. همیشه پلکش باد داره، دکتر گفت خونس سفت بشه پی‌تیش می‌ره بالا، شما اینجا مشکل هوا دارید، اکسیژن کمه، همه غلظت خون دارید. به پسرعه‌ام گفتم تو خونت سفته، گفت من سیگاری نیستم، گفتم بابام هم همین‌طور بود و مرتب ورزش می‌کرد. اما تو شصت سالگی سخته کرد و مرد. گفت چکار کنم؟ گفتم این زیره رو بخور، اومد گفت فرهاد خدا پدرت رو بیمارزه، تمام مشکل معده‌ام رفت، رنگم بهتر شد. گفتم این منطقه ما سردسیره باید معده رو گرم کنیم. ما اینجا سرما داریم، دو ماه ما هوای متعادل تو تابستون داریم. ما هنوز بخاری تو خونه‌مون هست. برج سه جمع می‌کنیم، از اون طرف هم برج هفت بخاری می‌ذاریم. خون ما همیشه سفته. بابای من اصلاً به‌خاطر همین مرد. سه روز سرمای لالون زیر بیست درجه بود، صبح زود زد بیرون، خونس سفت شد مرد. دکتر گفت فقط خونس سفت شده و سخته کرده و مرده، چون عمل قلب باز کرده بود.

گاز لوله‌کشی داره لالون؟

دو سه ساله اومده [در سال ۱۴۰۰ دو سال بوده که گاز به این روستا آمده بوده است]، قبلش مردم با نفت خونه رو گرم می‌کردن. تا اول دهه شصت، از اول دهه شصت به قبل با زغال‌سنگ گرم می‌کردیم. اینجا مرکز زغال‌سنگ منطقه است. صد تا معدن زمان رضاشاه داشته. بعد از اون بخاری و علاءالدین می‌داشتیم. تا اول سال هفتاد فقط کرسی و علاءالدین داشتن، بعد از اون بخاری بزرگا اومد.

الان از بخاری گازی استفاده می‌کنید یا شوفاژ گازی؟

اکثراً محلی‌ها بخاری گازی دارن، ولی ویلادارها همه پکیج و شوفاژ دارن.

داشتم به این فکر می کردم چون مردم بیشتر وقت تو خونه هستند و بخاری گازی باعث می شه که اکسیژن تو خونه مصرف بشه و خونه اکسیژن کمتری برای تنفس داشته باشه شاید روی سلامت اثر بذاره.

الان بخاری گازی که اومده ما سرماخوردگی بیشتر داریم، نسبت به اون موقع که نبود و نفت بود. اصلاً گاز خشک می کنه سینه ها رو. هوای خونه رو خشک می کنه. همه سرفه ای هستند. اون موقع که نفت بود بو گند بود؛ ولی مرضی هم کمتر بود. زمانای قدیم که خودم یادمه تا اولای دهه شصت، کرسی که داشتند، مردم برف میومد درها رو باز می کردن و زیر کرسی می نشستند، یعنی این کلاه و جوراب پشمی زیر کرسی بود. برق اینجا سال پنجاه و هشت اومد. اون موقع می خواستن شام بخورن شام رو غروب تو روشن تاریکی می خوردن، در رو باز می کردن و روی کرسی می خوردن و جمع می کردن، چون روشنایی نبود. اونیه که خیلی لارج بود فانوس داشت که شب می نشستند خونه اون شاهنامه خونی. خود من دیدم، من متولد پنجاه و یک هستم. یا مثلاً اونیه که خیلی وضعش خوب بود، بیرون از قوطی آهنی روغن ترمز رو، توش فیتله می داشتن و روغن سوخته می ریختن، برای دستشویی رفتن و طویله رفتن. دستشویی تو حیاط بود دیگه. تو خونه اونا که خیلی وضعشون خوب بود یک فانوس یا لامپ داشتن از این لوله بلندا. همه کس نداشت. تاریکی مطلق بود. شوهر خاله ام می گفت ما یک ده لیتری نفت می گرفتیم، درش رو گچ می گرفتیم، از تهران می آوردیم تا بهار داشتیم، یک ده لیتری، فقط برای همون چراغه.

عجیبه با اینکه نزدیک تهران هستید.

ولی کسی دیسک کمر و اینها نداشت، با اون کارهای سنگین. الان همه آماده خور شدن، یارو کار می کرد ماهیچه های کمرش آماده بود. الان طرف پنجاه ساله می شه سیاتیک گرفته. چون ضعیف شدن، کسی کار نمی کنه.

مرگ ومیر چطور بود آقای ممی؟

کم بود، بچه زیادت‌تر می‌مرد، ولی بزرگ‌ترها کمتر می‌مردند، یکی می‌مرد (مثل فیلم نقی) دو سال مشکی می‌پوشیدن. الان مردن زیاد شده، جوون مردن زیاد شده، سکت‌ها زیاد شده. همه‌اش مال غذاهای مصنوعیه دیگه. اینجا الان همه بچه‌هاشون دیگه پنیر گوسفندی نمی‌خورن، روغن دنبه نمی‌خورن، می‌گن بو می‌ده، می‌خوان مرغ بخورن، گوشت کیلو خدا تو من می‌خوان. اینجا کار نیست، زمستون اصلاً کار نیست. به قول بابام خدایا مرز می‌گفت «شرشر آب لالون، شرشر آب قحطی نون»، نون پیدا نمی‌شد.

اون موقع‌ها کسی از این حکیم‌ها و طبیب‌های محلی هم بودند؟

اون موقع چند تا پیرزن بود، مثل مادر بزرگ من، کشور، اونها خودشون حکیم بودن، واقعاً حکیم بودن، به همه چی آگاه بودن. شوهر خاله من که حالش بد بود، رفت بالای سرش و شوهر خاله‌ام یک کاسه سوپ هم خورد، به خاله من گفت پشتش رو سبک کن داره جون می‌ده. گفت کی داره جون می‌ده صحیح و سالم یک کاسه سوپ، یعنی آش گورس [ارزن] هم خورد. گفت زیر سرش رو سبک کن. بالشتش رو برداشتن، یه نفس کشید، مرد. هر کی مرضی داشت یا وضعیتش خراب بود می‌گفتن کشور بیاد بالاسرش. چند تا پیرزن این شکلی بود، اکثر آرن بودند. یه همسایه ما داشتیم، مش رمزون، این حالش خیلی بد بود، یک ماه بود دکتر دوا می‌کرد، فشم می‌بردند و می‌آوردندش، مداوا نمی‌شد. مادر بزرگم رفت بالاسرش، اون سنش از مادر بزرگم بیشتر بود، مادر بزرگم گفت گل ختمی، که اینجا زیاد درمیاد، گفت گل ختمی رو صاف کنید و تنقیه کنید، این یبوست گرفته، معده‌اش بیس است. این روش نمی‌شد بگه من یک هفته است دستشویی نمی‌رم. مش رمزون گفت برید گمشید بیرون، یه مش زن می‌خوان منو درمان کنن؟ یه قیف بود مثل شیردوش‌ها. گفتن بخواب درمانت اینه. گل ختمی رو تنقیه کردند، خوب شد. گفتن داره می‌میره. گوسفند آورده بودند، اونقدر حالش بد شده بود. تمام زندگی در معده است دیگه، مغز هم کار نمی‌کنه وقتی معده مشکل داره، الان از هر کسی بپرسی می‌گن مادر بزرگم چه استادی بوده. مثلاً عمه‌ام دستش چنگک شد، هرچی دکتر دوا بردن خوب نمی‌شد، دکتر اعصاب چقدر بردن، بهار همین فصل، اگر

طرف قبرستان بری یه علفی در میاد به نام علف هفت‌بند، یونجه وحشی است. گفت گندمو خوردم، یهو دیدم دستم خوب شده. به مادرم گفتم، گفت درمانت این بوده، علف رو آوردند و جوشوندن، دادن خورد و خوب شد.

مادربزرگ شما از کسی اینها را یاد گرفته بود؟

نه همین طوری سینه‌به‌سینه، از طریق مادر و مادر بزرگش. چون بچه هم زیاد داشت، مجبور بود یاد بگیره. تقریباً بعد از سال ۱۳۷۲ یا ۷۳ به این طرف دیگه این چیزا بی‌رنگ شده.

این خانم عزت کربلایی چطور شروع کرد؟

اینو اولش مسخره‌اش می‌کردن، جاریش اینا می‌رفتن براش تو اداره شمیرانات و بخشداری می‌گفتن - زیاد حرف می‌زنه، بدتر از من - می‌گفتن که زیاد عقل حسابی نداره. ولی خانم مافی که فرماندار منطقه شد، نمی‌دونم چون زن بود باهاش ارتباط برقرار کرد، خانم مافی دیده بود که این سر درمیاره، مثلاً گفته بود نوه من اینطوریه و اون بهش گفته بود اینطوری کن [دستوراتی داده بود]، و گفته بود یه جایی به این بدین، ولی شورا هنوز هماهنگی نکرده که جا بهش بدن. الان زالو درمانی خیلی می‌کنه تو لالون و برای قند و اینا و عرقیاتش رو هم می‌فروشه. خودش میاد می‌ذاره تو ده پیش یکی که بیان بگیرن.

چقدر پول می‌گیره؟

پولی هم به اون صورت نمی‌گیره. نرخ نمی‌ده، هرچی بدن. مثلاً عرق یونجه و اینها آورد گفت برای گردش خون خوبه، آورد داد. مال من رو مثلاً پول نگرفت، همه رو پنجاه تومن می‌گرفت. عرق نعنا می‌گیره دو آتیشه، نعنا وحشی هم عرق می‌گیره، ما می‌گیم پونه. مثلاً برای دندون درد، پسر دندون شیریش خیلی درد می‌کرد و دکتر هم نمی‌کشید، زنگ زد، پوست انار خشک کرده بهم داد. گفت بجوشون و صاف کن بده بچها ت فرقه کنه،

اصلاً مثل اینکه مورفین خوردی. خیلی حالیشه. مثلاً من دندون پسرعمویم درد می‌کرد، سنش زیاده، پوست سبز گردو رو، ما می‌گیم کول، گفت اونو بگیر بذار روش با یه دستمال فشار بده. خیلی تلخه، زبون و داخل لپ رو زخم می‌کنه، گفت دو سه بار این کار رو بکن هم ساکت می‌کنه هم عصب‌کشی می‌کنه. اصلاً عصب‌کشی شد و دردش هم افتاد، بعداً رفت پر کرد. واقعاً وارده.

بیماری‌ها و درمان

جدول ۴: خلاصه نتایج به دست آمده در روستای لالان.

نام بیماری	مشخصات و علائم	درمان	توضیحات
مشکلات عصبی	بی‌قراری و استرس	والک (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم‌کرده به بیمار می‌دهند.
	بی‌قراری و استرس	سیر کوهی (گیاهی گرم و خشک)	درون ماش پلو دم می‌کنند و یا آن را درون آتش و سوپ می‌ریزند. گیاهی نفاخ است.
قوای جنسی	کم شدن قوای جنسی	والک (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم‌کرده به بیمار می‌دهند.
افزایش کلسترول	بالارفتن چربی خون	سماق (گیاهی سرد و خشک)	به صورت خوراکی مصرف می‌شود. به دلیل پایین آوردن قند خون باید با احتیاط مصرف شود.
نقرس	زخم انگشتان پا	سماق (گیاهی سرد و خشک)	به صورت خوراکی مصرف می‌شود. به دلیل پایین آوردن قند خون باید با احتیاط مصرف شود.

عفونت	مشکلات عفونت در قسمت‌های مختلف بدن	پیاز کوهی به زبان محلی تلفه (طلفه)	به صورت دم‌کرده به بیمار می‌دهند.
مشکلات گوارشی	دل‌درد	سیر کوهی (گیاهی گرم و خشک)	درون ماش پلو دم می‌کنند و یا آن را درون آش و سوپ می‌ریزند. گیاهی نفاخ است.
	دل‌درد	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	ابتدا نبات را ذوب می‌کنند تا به رنگ قهوه‌ای درآید، سپس بر روی آن آب ریخته و با آویشن دم می‌کنند.
	عفونت معده	سیر کوهی (گیاهی گرم و خشک)	درون ماش پلو دم می‌کنند و یا آن را درون آش و سوپ می‌ریزند. گیاهی نفاخ است.
	سردی	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	ابتدا نبات را ذوب می‌کنند تا به رنگ قهوه‌ای درآید، سپس بر روی آن آب ریخته و با آویشن دم می‌کنند.
	یبوست	گل ختمی (گیاهی سرد و تر)	آن را جوشانده و تنقیه می‌کنند.

بیرون روی	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	ابتدا نبات را ذوب می کنند تا به رنگ قهوه ای درآید، سپس بر روی آن آب ریخته و با آویشن دم می کنند.
بیرون روی	پونه کوهی (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
بیرون روی	کاکوتی (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
بیرون روی	سوسن عنبر (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
بیرون روی	نعنا وحشی (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
عفونت گوارشی	چای کوهی (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
عفونت گوارشی	پونه کوهی (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.

به صورت دم کرده به بیمار می دهند.	کاکوتی (گیاهی گرم و خشک)	عفونت گوارشی	
به صورت دم کرده به بیمار می دهند.	سوسن عنبر (گیاهی گرم و خشک)	عفونت گوارشی	
به صورت دم کرده به بیمار می دهند.	نعنا وحشی (گیاهی گرم و خشک)	عفونت گوارشی	
آن را سرخ می کنند و یا درون تخم مرغ می ریزند.	قارچ کوهی (گیاهی سرد و تر)	کم خونی	مشکلات خون
به صورت خوراکی مصرف می شود.	عرق یونجه	گردش خون	
آن را سرخ می کنند و یا درون تخم مرغ می ریزند.	قارچ کوهی (گیاهی سرد و تر)	فشارخون	
به صورت خوراکی مصرف می شود.	تخم کتان (گیاهی گرم و خشک)	فشارخون	
به صورت دم کرده و یا خوراکی مصرف می شود.	زیره سبز (گیاهی گرم و خشک)	فشارخون	

سرماخوردگی	آبریزش بینی، گلودرد و بی حالی	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	ابتدا نبات را ذوب می کنند تا به رنگ قهوه ای درآید، سپس بر روی آن آب ریخته و با آویشن دم می کنند.
	آبریزش بینی، گلودرد و بی حالی	چای کوهی (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
	آبریزش بینی، گلودرد و بی حالی	پونه کوهی (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
	آبریزش بینی، گلودرد و بی حالی	کاکوتی (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
	آبریزش بینی، گلودرد و بی حالی	سوسن عنبر (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
	آبریزش بینی، گلودرد و بی حالی	نعنا وحشی (گیاهی گرم و خشک)	به صورت دم کرده به بیمار می دهند.
دندان درد	درد دندانها	پوست انار	آن را دم کرده و قرقره می کنند.
	درد دندانها	پوست سبز گردو که محلی ها به آن کول می گویند.	پوست سبز را بر روی دندان قرار می دهند.

فشم

مشخصات

- شهر فشم
- جمعیت: ۶۹۴۵ نفر

مطلع یا مطلعین محلی

- خانم علی عسگری، کارشناس مرکز بهداشت فشم، تحصیل کرده دانشگاهی و از مردم بومی فشم.

درمانگران محلی

- یک خانم که در گذشته در سمت اوشان شکسته‌بندی می‌کرده است.
- یک مامای محلی در روستای امامه

مصاحبه

- مصاحبه‌شونده: خانم علی عسگری، کارشناس مرکز بهداشت فشم
- مکان: مرکز بهداشت فشم
- زمان: اردیبهشت ۱۴۰۱

(سؤال‌های مصاحبه‌کننده به صورت بولد و پاسخ‌ها با فونت معمولی است. همچنین حالات پاسخ‌دهنده درون

پراکت آورده شده است).

می‌شه مثال‌هایی از درمان‌های محلی و مردم در این نواحی را ذکر کنید؟

مثلاً کوکوی آویشن رو مادرم درست می‌کرد و من به یاد دارم که یک تخم‌مرغ رو با یک قاشق چایخوری یا کمی بیشتر پودر آویشن مخلوط می‌کرد. اگه مایع رو روی یک ظرف که روغنی باشه بریزند سریع پف می‌کنه.

مثل خاگینه است دیگه...

بله ... برای عفونت‌های گوارشی، حتی دیسمنوره [اناراحتی‌های دوره قاعدگی زنان] استفاده می‌کردن.

به عنوان غذا مصرف نمی شد؟

شاید هم بخورن، ضرر نداره، ولی بیشتر جنبه درمانی داشت. مثل اینکه در دوره اسهال می گن که کته شوید به بیمار بدین، کوکوی آویشن هم این جنبه رو داره و حالت ضد عفونی داره. برای زمان اسهال هم استفاده می کردن. یا همین طور عرق آویشن. حالا من خودم یک بار خریدم عرق آویشن رو که مزه اش تلخ و تند بود و فکر کنم با نبات باید مخلوط بکنن و مصرف کنن. حتی در درمانگاه خودمون هم فلاسک گذاشتیم و آویشن دم کردیم. البته کمی رقیقه، تا همکارها به عنوان دم نوش بخورن. به هر حال خاصیت داره و مفیده.

آویشن این طرف ها زیاد پیدا می شه، همین طور گیاهایی مثل کتیرا؟

آویشن فراوانه. کتیرا هم هست. به بوته های گون تیغ می زنن و کتیرا رو به دست میارن البته شاید تیغ هم نزنن چون شیرهاش خودش میاد بیرون.

کسی می ره دنبالش؟

خیلی کم دیدم، شاید به عنوان ژل سر یا شستشوی سر ممکنه استفاده کنن.

چه گیاهانی رو اینجا مردم از کوه های اطراف جمع می کنن؟

یکی آویشن یکی سبزی والک که برای سبزی پلو استفاده می کنن، خیلی خاصیت داره، غذای شمیرانیه. همین طور قارچ های محلی. چیزهای دارویی دیگه ای که جمع می کنن گزنه هست که برای بیماری قند استفاده می کنن. مادرم گاهی خشک اون رو روی ماست و بورانی اضافه می کنه. یک چیز دیگه هم هست که شکل آویشنه. پنیرک هم هست، البته اینا رو به طور روزمره استفاده نمی کنیم؛ ولی از قدیم بوده و ما شنیدیم.

این طب سنتی که رایج شده و دوره هایی برای آموزش آن وجود داره، چگونه است در این منطقه؟ برخی از این افراد طبیب هم هستند و بعضی ها هم طبیب نیستند. از این دسته در این منطقه هست؟

نه اینجا نداریم، همچنین چیزی ندیدم.

توی این منطقه کسی درمانگری می کنه به طور سنتی؟

خیلی کم شده، ما بچه بودیم یکی بود که اهل اوشان بود، می دونید ما خودمون اهل فشم هستیم، یک خانمی که کار شکسته‌بندی انجام می‌داد. این هم مال خیلی قبل است، چیز مبهمی در خاطرمان مانده. دیگه کسی به این صورت در منطقه نیست. من رو یادم میاد که کتفم رو جا انداخت. البته مامای محلی یکی داریم در روستای امامه، یک خانم مسن ولی خیلی سرپا بود، یک مدرک هم داشت که مربوط به دوران شاه بود، یه چیزی مثل مدرک قابله محلی و اینا. الان هست؛ ولی دیگه کار اصلاً انجام نمی‌ده، سن و سال داره و گاهی برای اندازه‌گیری فشارخون و اینا خودش به درمانگاه ما مراجعه می‌کرد.

به خاطر گسترش شبکه بهداشت کم شده؟

بله دیگه الان درمانگاه‌های بهداشتی زیاد شده و تشویق میشن که برای زایمان به درمانگاه و سیستم بهداشتی مراجعه کنن. یک ماما هم در منطقه داریم که البته مامای آکادمیک و دانشگاه رفته است. ولی قابله‌های قدیمی دیگه نیستن و کار نمی‌کنن. یک چیز دیگه که استفاده می‌کنن، شیره درخت گیلاس. مثل صمغ گون، بیرون میاد از تنه درخت. تابستونا. این رو البته مادر همسرم بهم یاد داد. دخترم خیلی سرفه می‌کرد و مادر همسرم گفت شیره درخت گیلاس رو حل کن در آب و بده بخوره، منم فکر کردم ضرری نداره و این کار رو کردم و دادم بهش، حالا بهبود کامل پیدا نکرد.

کدوم این درمان‌ها بیشتر رواج داره؟

بسته به عادت و آشنایی شون هست. من خودم نسبت به آویشن ارادت دارم [با لبخند].

بله ... البته حتی در آشپزخونه‌ها الان برخی به عنوان ادویه و گیاه معطر ازش استفاده می‌کنند.

بله، مردم می‌ریزن توی غذا یا روی پیتزاشون، البته ما اینجا دم‌نوشش رو هم درست می‌کنیم، کوکوش رو هم می‌خوریم [با خنده]. یه بوته‌ای هم هست که یادم نمیاد، یک سال هم رفتیم با همسرم کردیم؛ ولی خیلی بدمزه بود و من اصلاً استفاده نکردم. این دو سال که کرونا شد، مردم خیلی به سمت طبیعت رفتن، چون ممنوعیت تردد شد و کمتر خونه هم می‌رفتن، خیلی‌ها به اینجا اومدن. این فصل‌ها ما همیشه برنامه کوه و کندن سبزی‌های محلی رو داریم (در بهار) ولی الان مردم هم خیلی زیاد میان. اینجا قارچ کوهی هم داریم که حالت گوشتی داره، فرق داره با قارچ‌های بازار، بافت سفیدی داره و گوشتی است و الان حدود سیصد و پنجاه هزار تومن می‌فروشن. پرورش قارچ هم داشتیم، صدفی و دکمه‌ای، ولی اینها جمع شد، الان نیست.

بافت این منطقه نسبت به سال‌های گذشته تغییر کرده. الان بیشتر کسانی که وارد منطقه شده‌اند آیا محلی‌ها و آشناهاشون هستند، یا اصولاً غریبه هستند؟

هر دو هستن. شاید پول‌دارها بیشتر میان. زمین‌های اینجا ارزش پیدا کرد و خانواده‌هایی که زمین داشتند یک‌تکه رو فروختن و دستشون باز شد. برخی خودشان ویلاسازی کردن، ولی ویلاهای غریبه هم خیلی زیاد شده، خیلی زیاد شده.

آیا جوانان مایل‌اند که اینجا بمونند؟

نمی‌تونم بگم صددرصد. بعضی‌ها هم حال و حوصله ندارند که تا تهران بروند سرکار. پنجشنبه جمعه‌ها اینجا از نظر ترافیک مصیبت است و راه‌ها بسته می‌شه. اینه که خیلی‌ها ترجیح می‌دن که برن تهران زندگی کنن. زیاد تمایل به موندن تو اینجا ندارن.

بیماری‌ها و درمان

جدول ۵: خلاصه اطلاعات بدست آمده در فشم

نام بیماری	مشخصات و علائم	درمان	توضیحات
بیماری‌های گوارشی	اسهال	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	عرق آن را با نبات می‌خورند.
	اسهال	شوید (گیاهی گرم و خشک)	آن را درون کته می‌ریزند و می‌خورند.
	عفونت گوارشی	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	آن را با تخم‌مرغ هم زده و به صورت کوکو درست می‌کنند.
	مشکلات گوارشی	والک (گیاهی گرم و خشک)	با آن سبزی پلو درست می‌کنند.
دیسمنوره	دردهای زمان قاعدگی	آویشن (گیاهی گرم و خشک)	آن را با تخم‌مرغ هم زده و به صورت کوکو درست می‌کنند.
مشکلات موی سر	ریزش مو و زبری آن	کتیرا	به بوته گون تیغ زده و صمغ آن را برمی‌دارند و به موی سر می‌زنند.

قند خون	بالارفتن قند خون	گزنه (گیاهی گرم و خشک)	دم کرده آن را به بیمار می دهند. آن را به صورت خشک روی ماست می ریزند.
مشکلات تنفسی	سرفه کردن فراوان	شیره درخت گیلاس	صمغ آن را از تنه درخت گیلاس می گیرند و توی آب حل کرده و می خورند.

منابع و مأخذ

- احمدنیا، شیرین (۱۳۸۷). طب مردمی و جامعه شناسی پزشکی. <https://anthropology.ir/article/1011.html>
- افشار سیستانی، ایرج. (۱۳۷۰). پزشکی سنتی مردم ایران: شامل طب سنتی، گیاهان دارویی و آب‌های معدنی استان‌های آذربایجان شرقی و غربی، اصفهان، بوشهر، تهران. نشر تهران.
- الگود، سیریل. (۱۳۵۷). طب در دوره صفویه. ترجمه محسن جاویدان. تهران: نشر دانشگاه تهران.
- امینی، امیر. (۱۳۷۴). گیاهان دارویی و کاربرد سنتی آن در کردستان. کرمانشاه: نشر طاق بستان
- اووه، فلیک. (۱۳۹۱). درآمدی بر تحقیق کیفی. ترجمه هادی جلیلی. تهران: نشر نی.
- ایلنت، علی. رحیمی، بهمن. (۱۳۹۸)، «مردم‌شناسی درمان و پزشکی سنتی در روستای کمرچه علیای تربت- جام»، دوماهنامه طب جنوب، سال ۲۲، ویژه‌نامه میراث پزشکی ایران، ۱۲-۲۰.
- بارت. استنلی. (۱۳۸۷). نظریه و روش در انسان‌شناسی برای دانشجویان. ترجمه شاهده سعیدی. تهران: دفتر پژوهش‌های فرهنگی
- بازگیر، احمد. میرانیان، منوچهر. عاطفی‌همت، محمد. (۱۳۹۴)، «گیاه مردم‌نگاری برودار در منطقه کاکاشرف شهرستان خرم‌آباد»، دوفصلنامه دانش‌های بومی ایران، سال دوم، شماره ۳: ۱۷۹-۲۲۱.
- بلوکباشی، علی. (۱۳۷۹). نگاهی به ترجمه انگلیسی کتاب طب نبوی. تهران: نشر دانش. سال ۱۷. شماره ۴.
- بلوکباشی، علی. (۱۳۸۳). "پری‌خوانی"، در دایره‌المعارف بزرگ اسلامی، جلد سیزدهم، ۶۲۳-۶۲۲، تهران: مرکز دایره‌المعارف اسلامی.
- بیگ باباپور، یوسف. (۱۳۹۵). طب سنتی ایران: بخش پنجم از آبدانان تا سرپل ذهاب. تهران: منشور سمیر.
- پهلوان شرف، مریم. عباسی، مریم. (۱۳۹۸)، «بررسی تطبیقی درمان یرقان در پزشکی سنتی ایران در مناطقی از شمال و جنوب»، دوماهنامه طب جنوب، سال ۲۲، ویژه‌نامه میراث پزشکی ایران، ۲۲-۲۷.
- پایگاه خبری تارود دماوند (۱۳۹۲). سریندان، مرکز دهستان ابرشیوه دماوند در آئینه تاریخ.

<https://tarood.ir/%d8%b3%d8%b1%d8%a8%d9%86%d8%af%d8%a7%d9%86/>

- جدیدی، حسن (۱۳۹۹). دماوندنامه. وادان.

<http://damavandnameh.ir/showT.aspx?Lang=F&ID=735F5D40515E49735D58>

- حسن‌زاده، علیرضا. برهان‌زهی، شهین. کریمی، سمیه. (۱۳۹۸)، «تحلیل انسان‌شناختی «پیربتر»: شفا به مثابه حضور در اجتماع فراساختاری و بازیوست هویتی بیمار». دوماهنامه طب جنوب. سال ۲۲. ویژه‌نامه میراث پزشکی ایران. ۴۸-۳۶.

- حمیدی، بی‌نا. (۱۳۷۰). طب سنتی در ترکمن صحرا. تهران: دانشگاه میراث فرهنگی.

- خالقی، باقر. عوافی همت، محمد. شامخی، تقی. شیروانی، انوشیروان. (۱۳۹۴)، «دانش اکولوژیک سنتی مردم محلی از خواص دارویی گیاهان علفی و بوته‌ای در حوزه‌ی ایلگنه‌چای ارسباران»، دوفصلنامه دانش‌های بومی، سال دوم، شماره ۴: ۲۰۱-۲۳۴.

- درگاه ملی آمار (۱۳۹۵). نقشه دهستان‌ها.

<https://www.amar.org.ir/%D9%86%D9%82%D8%B4%D9%87-%D8%AF%D9%87%D8%B3%D8%AA%D8%A7%D9%86%D9%87%D8%A7%D8%B3%D8%A7%D9%84-%DB%B1%DB%B3%DB%B9%DB%B5%D8%AA%D9%87%D8%B1%D8%A7%D9%86>

- درگاه ملی آمار (۱۳۹۵). جمعیت به تفکیک تقسیمات کشوری سال ۱۳۹۵. تهران.

<https://www.amar.org.ir/%D8%B3%D8%B1%D8%B4%D9%85%D8%A7%D8%B1%DB%8C-%D8%B9%D9%85%D9%88%D9%85%DB%8C-%D9%86%D9%81%D9%88%D8%B3-%D9%88-%D9%85%D8%B3%DA%A9%D9%86%D9%86%D8%AA%D8%A7%DB%8C%D8%AC-%D8%B3%D8%B1%D8%B4%D9%85%D8%A7%D8%B1%DB%8C%D8%AC%D9%85%D8%B9%DB%8C%D8%AA-%D8%A8%D9%87-%D8%AA%D9%81%DA%A9%DB%8C%DA%A9-%D8%AA%D9%82%D8%B3%DB%8C%D9%85%D8%A7%D8%AA-%DA%A9%D8%B4%D9%88%D8%B1%DB%8C-%D8%B3%D8%A7%D9%84-1395>

- دماوندنامه (بی‌تا). دماوند در یک نگاه.

<http://damavandnameh.ir/showT.aspx?Lang=F&ID=735F5D40515E49735F5F>

- دیهیم، گیتی (۱۳۸۴). بررسی خرده‌گوشه‌های منطقه قصران به انضمام واژه‌نامه قصرانی. تهران: فرهنگستان زبان و ادب فارسی.

- دور، سمیه. قوام، منصوره. (۱۳۹۵)، «بررسی دانش بومی کاربردهای درمانی مومناپی: مطالعه موردی شهرستان بهبان»، دوفصلنامه دانش‌های بومی ایران، سال سوم، شماره ۵: ۱۵۳-۱۷۱.

- دیف‌رخش، سیده معصومه. بارانی، حسین. پوررضایی، جواد. (۱۳۹۳)، «قوم گیاه‌شناسی گیاهان غیرعلوفه‌ای منطقه دلی کما (دره‌ای کوهستانی در زاگرس مرکزی)»، فصلنامه علوم اجتماعی، شماره ۶۷: ۱۵۳-۲۰۷.
- رحیم‌فروزه، محمد. حشمتی، غلامعلی. بارانی، حسین. (۱۳۹۳)، «گیاه مردم‌نگاری گونه‌های خوراکی و دارویی مرتع دیلگان، استان کهگیلویه و بویراحمد»، پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران، دوره ۴، شماره ۱: ۱۰۹-۱۲۹.
- رزم آرا، حسینعلی. (۱۳۲۸). فرهنگ جغرافیایی ایران، جلد اول. تهران: دایره جغرافیایی ستاد ارتش.
- رضایی‌زاده، حسین. (۱۳۸۴). استراتژی طب سنتی سازمان جهانی بهداشت (۲۰۰۵-۲۰۰۲)، گروه تحقیقات طب سنتی ایران. تهران: انتشارات دانشگاه علوم پزشکی ایران.
- رضوی، منصوره. (۱۳۹۴)، «دانش بومی استفاده از گیاهان خودرو در شمال شرق خوزستان: مطالعه موردی شهرستان ایده»، دوفصلنامه دانش‌های بومی ایران، سال دوم، شماره ۳: ۱۰۲-۱۴۰.
- ریویر، کلود. (۱۳۹۷)، جامعه-انسان‌شناسی ادیان، ترجمه: علیرضا خدابی، تهران: نشر نی، چاپ اول.
- زاویه، سعید. اصل‌مرز، مهدی. (۱۳۹۲)، «مطالعه ریشه‌های فرهنگی و روان‌شناختی آیین زار»، پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران، دوره ۳، شماره ۱: ۱۲۷-۱۴۶.
- سالزمن، فیلیپ. (۱۳۹۴). فهم فرهنگ: مقدمه‌ای بر نظریه انسان‌شناختی. ترجمه محمدامین کنعانی. تهران: علمی-فرهنگی
- سلیمی‌مؤید، سلیم. (۱۳۹۰)، «نقش گیاهان در درمان بیماری‌های انسانی بین کرمانج‌های خراسان»، فصلنامه تاریخ پزشکی، سال سوم، شماره ۶: ۱۶۲-۱۹۲.
- شمس‌الدینی، پیام. رفیع‌فر، جلال‌الدین. (۱۳۹۸)، «فرهنگ پزشکی مردمی کلیمیان یزد. دوماهنامه طب جنوب»، سال ۲۲، ویژه‌نامه میراث پزشکی ایران، ۵۰-۵۶.
- شهرداری لواسان (۱۳۹۱). روستای افجه.
- <http://www.lavasan.ir/fa-IR/douranportal/4677/page/%D8%B1%D9%88%D8%B3%D8%AA%D8%A7%DB%8C-%D8%A7%D9%81%D8%AC%D9%87>
- شهرنگار (۱۳۹۸). نقشه جی‌آی‌اس تقسیمات سیاسی شهرستان دماوند.
- <https://www.shahnegar.com/product/taghsimat-damavand>
- صفی‌زاده، صدیق. (۱۳۶۱). طب سنتی در میان کردان. تهران: انتشارات عطایی.

- علمداری، مهدی. (۱۳۸۴). گویش دماوندی. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
- علی میرزایی، فهمیه. بهمنش، بهاره. محمدی استادکلایه، امین. شهرکی، محمدرضا. (۱۳۹۷)، «دانش بومی گیاهان دارویی از دیدگاه بهره‌برداران عشایری در مرتع چهل کمان استان خراسان رضوی»، دوفصلنامه دانش‌های بومی ایران، سال چهارم، شماره ۷: ۱۵۷-۲۰۱.
- غلامی، محسن (۱۳۸۷). دماوندنامه. زبان و فرهنگ مازندرانی در کوهپایه‌های دماوند.
<http://damavandnameh.ir/showT.aspx?Lang=F&ID=735F5D40515E4970595E>
- فاضلی، نعمت‌الله. آقایی، عاطفه. شفعتی، معصومه. (۱۳۹۸)، «فضای مجازی و پست مدرن شدن عرصه پزشکی: مطالعه موردی موسیقی درمانی»، رسانه و فرهنگ، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، دوفصلنامه علمی (مقاله علمی-پژوهشی)، سال نهم، شماره اول: ۲۲۷-۲۵۴.
- فرهادی، مرتضی. (۱۳۸۵). گیاه مردم‌نگاری با نمونه‌های از گیاه مردم‌نگاری گیاهان خودروی کمره. فصلنامه علوم اجتماعی. شماره ۶۳
- فرمانداری شمیرانات (۱۳۹۳). معرفی شهرستان شمیرانات.
<https://shemiran.ostan-th.ir/Page/3/%D9%85%D8%B9%D8%B1%D9%81%DB%8C-%D8%B4%D9%87%D8%B1%D8%B3%D8%AA%D8%A7%D9%86-%D8%B4%D9%85%DB%8C%D8%B1%D8%A7%D9%86%D8%A7%D8%AA.html>
- قادری، طاهره. جعفریان، علی‌اکبر. رحیمی‌نیا، نفیسه. (۱۳۹۴)، «چگونگی بازتعریف طب بومی در دوره‌ی مدرن: مطالعه موردی عقاید و باورهای مربوط به باروری و ناباروری در شهرستان اردستان»، دوفصلنامه دانش‌های بومی ایران، سال دوم، شماره ۳: ۱۴۱-۱۷۸.
- قوام، منصوره. حیجونی‌نایینی، حدیثه. کیانی سلمی، صدیقه. (۱۳۹۵)، «دانش سنتی بومی کاربرد گیاهان دارویی در شهرستان ناین»، دوفصلنامه دانش‌های بومی ایران، سال دوم، شماره ۴: ۱۷۷-۲۰۱.
- کتاک، کنراد فیلیپ. (۱۳۸۶). انسان‌شناسی: کشف تفاوت‌های انسانی. ترجمه محسن ثلاثی. تهران: علمی.
- کریمیان، وحید. سپهری، عادل. بارانی، حسین. (۱۳۹۶)، «واکاوای دانش بومی پیرامون گیاه گنبو (آنگوزه) در مراتع زاگرسی (مطالعه موردی: تنگ سرخ، استان کهگیلویه و بویراحمد)»، دوفصلنامه دانش‌های بومی ایران، سال چهارم، شماره ۶: ۱-۵۲.

- گل بستان، الهه. (۱۳۹۶). نظام صرف فعلی در گویش آهاری. ویژه نامه فرهنگستان (زبان ها و گویش های ایرانی). اسفند (۸).
- متین، پیمان. (۱۳۸۹)، انسان‌شناسی در پزشکی: آشنایی با انسان‌شناسی پزشکی، تهران: سفیر اردهال، چاپ اول.
- متین، پیمان. (۱۳۹۵). بدن اسطربابی: درآمدی بر فلسفه طب عامه. تهران: فرهامه.
- مقصودی، منیژه. پارسا پژوه، سپیده. (۱۳۹۰)، «گیاه قوم‌شناسی منطقه پس قلعه در شمال تهران»، پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران، سال ۱، شماره ۲: ۱۳۷-۱۶۱.
- مقصودی، منیژه. صالحی، پروین. (۱۳۹۳)، «گیاه قوم‌شناسی منطقه اوان»، فصلنامه علوم اجتماعی، شماره ۶۷: ۲۴۴-۲۷۲.
- مقصودی، منیژه. (۱۳۹۱)، «بادهای کافر و دهل سه سر در خلیج فارس، مراسم آیینی درمانی زار»، پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران، دوره ۲، شماره ۲: ۱۱۷-۱۴۰.
- مقصودی، منیژه. (۱۳۹۲)، «فرایند تحول آیین‌های درمانگری ترکمن‌های ایران»، پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران، دوره ۳، شماره ۲: ۸۵-۱۰۱.
- مقصودی، منیژه. صدیقی، فریبا. (۱۳۹۹). «درمان‌های بومی، سنتی و جایگاه آن دنیای در مدرن: مطالعه موردی مانتره‌درمانی در میان زرتشتیان». دوفصلنامه دانش‌های بومی ایران. دوره ۷، شماره ۱۳. ۱۶۳-۱۱۹.
- مکاری، محمد. (۱۳۹۸)، «فصد (رگ‌زنی) در پزشکی سنتی ایران: مطالعه موردی گناباد»، دو ماهنامه طب جنوب. سال ۲۲، ویژه‌نامه میراث پزشکی ایران، ۲۹-۳۴.
- ملک‌راه، علیرضا. (۱۳۸۷)، آیین‌های شفا. تهران: پژوهشکده مردم‌شناسی با همکاری نشر افکار، چاپ اول.
- میردیلمی، زهره. حشمتی، غلامعلی. بارانی، حسین. (۱۳۹۳)، «مطالعه اتنوبوتانی و اتنواکولوژی گونه‌های دارویی کچیک: مطالعه موردی مراتع کچیک در شمال شرق استان گلستان»، دو فصلنامه دانش‌های بومی، شماره ۲: ۱۵۴-۱۲۹.

- میرمیران، سیدمجتبی. مسعودی، مژگان (۱۳۹۴)، «انسان‌شناسی پزشکی و طب عامه: مطالعه موردی بر درمان درد در گیلان با تکیه بر تالش»، همایش ملی تالش‌شناسی، رشت. اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری گیلان.
- میرزایی، حسین. (۱۳۹۷)، «انسان‌شناسی پزشکی: پیشگیری و درمان سنتی در بین مهاجران افغانستانی». دو فصلنامه دانش‌های بومی، شماره ۱۰: ۳۳-۱۰۳.
- نجم‌آبادی، محمود. (۱۳۵۳). تاریخ طب در ایران پس از اسلام. تهران: نشر دانشگاه تهران.
- نجم‌آبادی، محمود. (۱۳۷۱). تاریخ طب در ایران. تهران: نشر دانشگاه تهران.
- نفیسی، ابوتراب. (۱۳۶۴). پژوهشی در مبانی عقاید سنتی پزشکی مردم ایران. اصفهان: نشر مشعل.
- نیکدل، منیژه (۱۳۸۹). بررسی تفاوت بین نسلی در کاربرد واژه‌های کردی کرمانشاهی در روستای گرمابگرد دماوند. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه پیام نور استان تهران. دانشکده علوم انسانی.

- Dey, I. (1993). *Qualitative data analysis: A User-friendly Guide for Social Scientists*. Thousand Oaks, CA: Sage
- Hammersley, Martyn, and Paul Atkinson. (2007). *Ethnography: Principles in practice*. New York: Routledge.
- Moerman, E. Daniel. (1979). "Anthropology of Symbolic Healing". *Current Anthropology*. 20(1). 59-80.
- Pool, R, and Geissler, W. (2005). *Medical Anthropology*. McGraw-Hill Education (UK).
- Pilch, J. John. (1995). "Insights and Models from Medical Anthropology for understanding the healing activity of the Historical Jesus". *HTC*. 51(2).314-337.
- Turner, Victor. (1977). "Symbols in African Ritual". In *Symbolic Anthropology: A reader in the Study of Symbols and Meaning*, ed. J. L. D. S. Kemnitzer, and D. M. Schneider, 183-194. New York: Columbia University Press.
- Weisse, M G. (2018). "Chapter 13: Explanatory models in Psychiatry". In *Text book of Cultural Psychiatry*. Edited by Dinesh Bhugra and Kamaldeep Bhui. 2nd ed. 143-157. Cambridge: Cambridge University Press.
- WHO. 2019. *Global Report on Traditional and Complementary Medicine*. Geneva: World Health Organization.