

## آشنایی با درمانگاه طب سنتی ایران

من دکتر سمیه فتعلی، متخصص طب ایرانی در درمانگاه طب سنتی روزهای شنبه، دوشنبه، سه شنبه عصر و پنج شنبه صبح در خدمت شما عزیزان هستم. در ادامه به طور خلاصه روند مواجهه با بیمار و درمان تخصصی طب سنتی را برای شما توضیح می دهم.

بر اساس مبانی طب ایرانی، توجه به سبک زندگی اهمیت زیادی دارد. سبک زندگی سالم در طب ایرانی به شش دسته کلی تقسیم می شود که همه ابعاد زندگی روزمره را در خود جای می دهد. این شش اصل عبارتند از:

- ✓ تغذیه
- ✓ خواب و بیداری
- ✓ فعالیت بدنی
- ✓ بهداشت روان (حالات روحی)
- ✓ تدابیر فصول و اقلیم و ...
- ✓ پاکسازی

به همین دلیل، در ابتدای ورود شرح حال کاملی از چگونگی سبک زندگی مراجعه کنندگان اخذ می شود و نکات اشتباه یا جا مانده از ابعاد مختلف سبک زندگی فرد با وی در میان گذاشته شده و اصلاح می شود.

سپس با توجه به مزاج فرد و شرایط و بیماری فعلی، دستورات خاص تغذیه ای و دارویی به بیمار داده می شود. این داروها ممکن است به شکل گیاه خشک یا فراورده های گیاهی موجود در بازار باشد.

همچنین در صورت لزوم از درمان های غیر دارویی مانند روغن مالی، ماساژ، بادکش، حجامت یا زالودرمانی نیز برای تکمیل درمان استفاده می شود.

درمان های طب سنتی در افراد مختلف با هم متفاوت بوده و هر نسخه صرفاً برای همان فرد قابل اجراست. همچنین پاسخدهی درمان نیز در افراد متفاوت بوده و ممکن است یک نفر در مدت کوتاه و فرد دیگر در مدت طولانی تری درمان شود. بنابراین رعایت هر چه کامل تر توصیه ها و داشتن کمی صبر اثرات درمانی بهتری را به همراه دارد. اما نگران نباشید، تا حد امکان سعی می کنیم درمان مطابق با شرایط شما و قابل انجام توسط شما باشد.

با آرزوی سلامتی و شادی برای همه شما عزیزان