

## نگاهی به طب سنتی جنوب مکران در دوران معاصر

نویسندگان: امان الله تمنده رو<sup>۱</sup>، ابوالقاسم صدیقی فر<sup>۲</sup>

طب ایرانی یکی از مکاتب طبی دنیا با تاریخچه ده هزارساله است که برخلاف برچسب سنتی که پسوند نامش شده، همانند سایر علوم کاملاً منطبق با مبانی علمی و تجربی است. بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت طب سنتی نسبت به طب مدرن کم عارضه، در دسترس تر و هزینه آن ارزان تر است، با وجود اقدامات بسیاری که برای تعریف جایگاه طب سنتی در نظام سلامت کشور انجام شده، هنوز جای کار بسیاری در این زمینه وجود دارد. همچنین براساس تعریف سازمان جهانی بهداشت، طب سنتی مجموعه‌ای از دانش‌ها، مهارت‌ها، باورها و تجارب بومی در فرهنگ‌های مختلف است. در مناطق جغرافیایی متفاوت، روش‌های درمان سنتی متفاوتی وجود دارد؛ که در نظریه‌ها و در حیطه درمانی مانند نوع گیاهان دارویی بومی تفاوت دارند. در واقع طب سنتی هر کشوری مختص خود آن است و هر چیزی که ما در حوزه درمان از گذشتگان خود داریم، در قالب طب سنتی ایران تعریف می‌شود. با توجه به سابقه درخشان علمی طب سنتی، تنوع و گستردگی پوشش گیاهان دارویی بستر بسیار خوب و توانمندی برای احیای طب سنتی و طبیعی وجود دارد. طب سنتی مجموعه‌ای از دانسته‌ها و مهارت‌هایی است که مردم بومی با توجه به اقلیم خود و امکاناتی که در دسترس داشته‌اند برای مداوای انواع بیماری‌ها بکار می‌بردند. در این پژوهش در نظر داریم که به معرفی و شناخت گیاهان دارویی و طریقه استفاده آن در طب سنتی جنوب مکران در دوران معاصر بپردازیم اطلاعات بدست آمده در این پژوهش به صورت میدانی و مطالعه اسنادی جمع‌آوری شده است.

نتایج بدست آمده از تحقیق مشخص می‌کند طب سنتی معاصر به دلیل ارتباط با سایر نقاط به مرور زمان و بهره‌گیری از دانش‌های مختلف شاهد تغییراتی بوده است حتی با وجود گسترش علم پزشکی روز همچنان مورد استفاده‌ی قوم بلوچ قرار می‌گیرد.

<sup>۱</sup> امان الله تمنده رو (استادیار گروه تاریخ و مردم‌شناسی دانشگاه ولایت ایرانشهر) amanirani@gmail.com  
<sup>۲</sup> ابوالقاسم صدیقی فر (دانشجوی رشته مردم‌شناسی دانشگاه ولایت ایرانشهر) Abolqasemseddqiqifar@gmail.com

## واژگان کلیدی: ایران، مکران، طب سنتی، گیاهان دارویی

### ۱-مقدمه

طب سنتی مبتنی بر طبیعت است زیرا نباتات، مواد معدنی و حیوانی طبیعی را به عنوان دارو مورد استفاده قرار میدهد و این طب یک مکتب اصیل پزشکی مستند به یک سلسله اصول و نظرات علمی و متکی به مشاهدات و تجربیات دقیق چند هزار ساله است که همواره طی سده ها و اعصار، مورد تأیید عموم پزشکان قدیم ایران و دیگر ملل باستانی بوده و مجموعه باورهای مزبور در کلیه متون طبّی قدیم مانند «کتاب قانون ابن سینا» ثبت و ضبط شده است.

از روزی که بشر پا به عرصه حیات گذاشت اختلالات سلامت هم همراه وی بوده است. انسان می بایست برای اصلاح این اختلالات سلامتی فکری میکرد این بود که درمان بیماری هم بلافاصله در فرهنگ رفتاری انسانها ظهور کرد. با این بیان، روشهای درمانی، تنوعی به گستره ابناء بشر و پیشینه ای به درازای تاریخ زندگی انسان دارد.

مکران نامی است که در طول تاریخ به منطقه بلوچستان که در امتداد ساحل بلوچستان به طول ۶۰۰ مایل (حدوداً ۱۰۰۰ کیلومتر) از راس الکوّه در غرب جاسک در ایران تا شرق لس بیلّه و نزدیکی بندر کراچی در پاکستان گسترده است. در مورد مکران مطابق نقشه می توان گفت تقریباً شامل تمام شهرستانهای بلوچستان ایران از جمله ایرانشهر، سراوان، سرباز، فنوج، نیکشهر، کنارک و چابهار در ایران و بخش ایالت بلوچستان پاکستان است در زمان ساسانیان آن را کوسون می گفتند. مکران از غرب به کرمان می رسد. بخش جنوبی بلوچستان واقع در خاک پاکستان «کیچ مکران» و قسمت واقع در خاک ایران صرفاً «مکران» شناخته می شود. جنوب مکران شامل قسمت های ساحلی و شهرستان های نزدیک به آن است. جنوب مکران شامل جاسک، زرآباد، کنارک، چابهار، بریس، نیکشهر، راسک، سرباز، جیونی، گوادر، پسنی، پیشوکان، تربت، کراچی و... می باشد. در جنوب مکران به دلیل کمبود امکانات بهداشتی و پزشکی باعث شده که طب سنتی اهمیت زیادی داشته باشد. این امر باعث شده جایگاه اجتماعی حکیمان این دانش بالا رود به طوریکه حتی امروزه

با وجود علم پزشکی روز مردم محلی این مناطق قبل از مراجعه به پزشک نزد حکیمان خود رفته و از آنها مشاوره بگیرند. جنوب مکران از نظر ناهمواری نیز به سه بخش دشت، نیمه کوهستانی و کوهستانی تقسیم می‌شود. این اختلاف ارتفاع باعث شده است که گیاهان زیادی در این منطقه رشد کنند؛ بیشتر این گیاهان خاصیت دارویی و درمانی دارند.

#### پیشینه تحقیق

۱- ملازهی، محمد عمر، (۱۴۰۰)، ارمغان طب سنتی ترجمه سوغات برادران، نیاز بازگشت به طب سنتی و شناخت منابع ارزشمند این دانش و استفاده از تجارب گذشتگان در تامین سلامت انسان‌ها، اهمیت بیشتری پیدا کرده است. کتاب سوغات برادران یکی از نوشته های ارزشمند علامه مولانا محمد عمر سربازی و از آثار گران بها در طب سنتی است که به درمان انواع بیماری‌ها و رهنمودها اشاره میکند. اطلاعات موجود در این کتاب از طریق جمع آوری از تجارب حکیمان سرتاسر بلوچستان بدست آمده است.

۲- گمشادزهی، ابوسعید عبدالناصر، (۱۳۹۶)، شفاء گیاهی، اطلاعات این کتاب بر اساس بازمینی و تصحیح کتاب‌های طب سنتی مناطق مختلف بلوچستان جمع آوری شده است و شامل روش‌های درمانی بومی بلوچستان می‌باشد.

۳- سلیمی، دادالرحمن، (۲۰۰۶)، تهلگانی همپان، این کتاب به زبان بلوچی در پاکستان به چاپ رسیده است که شامل بسیاری از علوم طب سنتی بلوچستان ایران و بلوچستان پاکستان می‌باشد. اطلاعات این کتاب از طریق مصاحبه و تجارب حکیمان حاذق بدست آمده است.

#### روش پژوهش :

این بررسی در زمره تحقیقات قوم \_ پزشکی قرار می‌گیرد که یک روش توصیفی برای بررسی عقاید، باورها و رفتارهای جوامع انسانی در مقوله برخورد با بیماری‌هاست. همچنین روش تحقیق میدانی با بهره‌گیری از مصاحبه‌های ساختار یافته و نیمه ساختار یافته صورت گرفته است. در این پژوهش همچنین از روش مطالعه کتابخانه‌ای نیز استفاده شده است.

- اهداف تحقیق

هدف اصلی - شناخت طب سنتی در جنوب مکران

اهداف فرعی

۱- شناخت گیاهان دارویی جنوب مکران

۲- شناخت جایگاه طب سنتی در جنوب مکران

۳- شناخت روش‌های گوناگون سنتی برای درمان بیماری‌ها

- سوال اصلی

طب سنتی در جنوب مکران چگونه است؟

- فرضیه

مردم محلی جنوب مکران در هنگام مواجه شدن با بیماری‌ها از دانش بومی و گیاهان دارویی مناطق خود بهره می‌جستند.

۲- طب سنتی

اگر بخواهیم علم درمان بیماری‌ها را بر حسب گذاره‌ای که داشته تقسیم بندی کنیم اولین چیزی که به ذهن می‌رسد تقسیم آن به دوزیر مجموعه پزشکی مدرن و پزشکی سنتی است. دقت در درمان‌های سنتی هم دو تقسیم بندی را به ذهن می‌آورد اول درمانهایی که بصورت سیستماتیک و مدون وجود داشته و توسط شخصی که عالم

به این علم بوده به بیماران ارائه می شده است. این علم مانند همه علوم امروزی آموختنی بوده و برای فراگیری آن میبایستی شخص حکیم یا طبیب دروه ای را می گذراند. طب ایرانی و یا طب چینی مثالی از این نوع از علم سیستماتیک سنتی برای درمان بیماری‌ها میباشد (مجله‌ی طب سنتی اسلام و ایران، شماره اول، بهار ۱۳۹۲).

طب سنتی مجموعه ای از همه دانسته‌های نظری یا عملی است که در تشخیص پیشگیری و درمان بیماری‌های جسمی، ذهنی و یا ناهنجاری‌های اجتماعی به کار گرفته میشوند و به صورت گفتاری یا نوشتاری از نسلی به نسل دیگر که این نسل در این کار ماهر و یا موروثی واجد شرایط شده اند منتقل شده است (همان).

### ۳- گیاه درمانی :

دانش استفاده از گیاهان در بین خانواده‌های سنتی وجود دارد و بعنوان "داروی خانگی" در بیماریهای معمولی مورد استفاده قرار میگیرد اما زمانی که فرد دچار بیماری صعب‌العلاج می‌شود معمولاً به درمانگران گیاهی مراجعه می‌کند چرا که دانش گیاهی این افراد بیشتر به نوعی تخصصی بوده و از مخلوط گیاهان برای درمان استفاده می‌کند. نحوه مصرف گیاهان متنوع بود و به صورت‌های ذیل مورد استفاده قرار می‌گرفت.

### ۳-۱ جوشانده:

مقداری از قسمت مصرفی گیاه را در آب ریخته، می‌جوشانند تا به غلظت مورد نظر برسد.

### ۳-۲ دم کرده:

مقداری از اندام مورد مصرف گیاه را در آب جوش ریخته، برای مدتی میگذارند تا عصاره گیاه وارد آب جوش شده، ترکیب شده و بعد مصرف می‌کنند.

### ۳-۳ کشیدن عصاره گیاه:

اندام مورد نظر گیاه را در آب سرد یا جوش به مدت یک شب قرار میدهند و روز بعد مخلوط را در یک پارچه ریخته و با چلانیدن عصاره گیاه را خارج می‌کنند .

### ۳-۴ عرق گیری:

اندامهای مورد مصرف گیاه را در آب خیسانده و بخار ایجاد شده را با دستگاهی که به آن گلاب گیر یا عرق گیر می گویند سرد کرده و در یک ظرف جمع نموده و مصرف می کنند (مجله طب سنتی اسلام و ایران، سال چهارم، شماره اول، بهار ۱۳۹۲).

### ۴- گیاهان دارویی

جنوب مکران به دلیل ناهمواری محل رویش انواع گیاهان به خصوص گیاهانی با خاصیت درمانی است. خاصیت دارویی از این گیاهان و نحوه استفاده آنان دست به فراموشی سپرده شده است. که برخی از گیاهان دارویی به اختصار معرفی شود.

### معرفی گیاهان

ردیف	فارسی	بلوچی	عربی
۱	زردچوبه	الکدار	عرق السفر
۲	شیرین بیان	مدح	رب السوس
۳	رازیانه	زروش	سونف
۴	خارشتر	شز	حاجو غرقاقول
۵	نی قلم	کاش	کاش
۶	بادآورد	سگ دنتان	شوکه البیضاء
۷	زاج	پتکی	زاج ایض
۸	مازو	مازگ	عفض
۹	سیماب	پار	زیبق
۱۰	قارچ	اگالینچ	کماه
۱۱	تخم اسفند قرمز	سهرین اسپنتان	حب الرشاد
۱۲	نازبو	ریگان	ریحان

۱۳	تمر هندی	چیچک	حبارا
۱۴	هندوانه ابوجهل	گنج	حنظل
۱۵	گشنیز	آچار	کزبره
۱۶	سیر	سیرک	ثوم
۱۷	جغرابه	شوز	طحلب
۱۸	بید انجیر	مرفد	خروع
۱۹	شاه تره	شاترگ	شاهترج
۲۰	تاتوره	دهتوره	جوزمائل
۲۱	زنیان	ازبوتک	*****
۲۲	ایشورک	ایشرک	حشیشه السعال
۲۳	جوز هندی	جوز	جوز هندی

#### ۵- روش درمانی طب سنتی جنوب مکران

۱-۵ سردرد (گرم)

علائم: تلخی دهان، خشکی بینی، تشنگی، بی خوابی

روش درمان:

اگر سردرد ناشی از گرمی است سر را با آب سرد بشوید تخم گشنیز را نرم کوبیده و با کافور ترکیب کرده و بر شقیقه بمالند (ملازهی، ۱۴۰۰، ۳۵).

حنا یا تخم خشخاش را در آب حل کرده بر پیشانی و بر هر دو شقیقه بمالند (ابابکری، ۱۴۰۲).

مقداری گشنیز و مقداری شکر را با هم نرم ساییده و ترکیب را به اندازه یک قاشق چای خوری با یک لیوان شربت گلاب صبح و عصر به بیمار بدهند (تهلگانی همپان، سلیمی، ۱۴۰۰، ۱۷).

در جایی که بیمار است اسفند دود میکنند (جانب‌الهی، ۱۴۰۰، ۱۳۱).

### ۲-۵ سردرد (سرد)

علائم: گرانی سر، کندی حواس، پریشانی، افزایش خواب، سردی بدن

### روش درمان:

اگر سردرد ناشی از سردی است در جای گرم بخوابد و یک قاشق غذاخوری ریشه بیدانجیر و نصف قاشق مرباخوری زنجبیل را در آب حل کرده بر پیشانی بمالند (ملازهی، ۱۴۰۰، ۳۶).

دارچین را نرم کوبیده و روی پیشانی و شقیقه بمالند (گمشادزهی، ۱۳۹۶، ۷۴).

شب سر را با شیر گرم بشوید و با پارچه خشک ببندد و شیر تازه بنوشد (همان، ۷۵).

### ۳-۵ فلج عصب صورت:

بیمار در اتاقی استراحت کند که در آنجا هوا معتدل و روشنایی زیادی نداشته باشد؛ بیمار را گرم نگه دارند اما دود اسفند ندهند، تا ۳ الی ۷ روز بیمار را غذا ندهند. فقط آب عسل (مقداری عسل را با آب به صورتی که غلیظ نباشد ترکیب میکنند) و آب گوشت کبوتر دهند.

مقداری پوست پنبه دانه را ساییده با عسل مخلوط کنند و هنگام شب بیمار میل کند.

زقوم، قرچک، تاتوره (شیره این گیاه) و آویشن از هر کدام به مقدار لازم ساییده و در پارچه‌ای آنها را فشار دهند تا آب همه گیاهان بدست بیاید. مقداری روغن کنجد نیز اضافه کرده و این ترکیب را بجوشانند تا سیاه گردد. این درمان را روزانه ۲ بار به قسمت فلج شده بمالند و بالای آن پنبه گرم کرده ببندد (ملازهی، ۱۴۰۰، ۴۹).

#### ۵-۴ فلج شدن جسم به دلیل سکتته (فیزیوتراپی بلوچی)

##### روش درمان :

زمین را یک متر حفر کرده و داخل آن چند عدد تنه درختانی که ذغال خوبی دارند می‌گزارند و آن را شعله ور می‌کنند. و زمانی که خاکستر بالای ذغال نشست به اندازه یک بند انگشت روی آن خاک می‌ریزند؛ و از گیاهان دارویی مانند برگ گیاه استبرق، آویشن، ریحان، ایشورک (ایشورک)، میخک، برگ درختان لیمو، انبه، زیتون، جم (جمبو) و انواع گیاهان را روی خاک می‌گذارند و بر روی آن یک حصیر و یک عدد پتو می‌گذارند بیمار بر روی آن قرار داده و هر ده دقیقه بدن بیمار را جابه‌جا کرده تا نسوزد این کار را چندین مرتبه انجام دهند. این کار باعث میشود بدن بیمار زیاد عرق کرده و رگ‌های بسته شده خون باز شوند (صدیقی فر، ۱۴۰۲).

#### ۵-۵ بی‌خوابی

چند عدد مغز بادام، نصف قاشق مرباخوری تخم خشخاش اضافه کرده و بجوشانند سپس با نبات شیرین نموده میل گردد (سلیمی، ۲۰۰۶، ۳۸).

یک قاشق مرباخوی تخم خشخاش، یک قاشق مرباخوی تخم شاهدانه را با آب یا شیر جوشانده و برکف دست و پا بمالند (گمشادزهی، ۱۳۹۶، ۸۵).

گیاه رازیانه و شاه دانه را به مقدار مساوی ساییده و در شیر گوسفند حل نمایند و بر پاشنه هر دو پا بمالند (ملازهی، ۱۴۰۰، ۵۷).

#### ۵-۶ تقویت حافظه

مقداری هل سبز را بکوبد و با شیر گاو مخلوط کند و روزانه آن را مصرف کند.

کنجد سیاه ، آویشن را به یک اندازه مخلوط نموده و نرم ساییده شوند؛ سپس هم اندازه ون آن‌ها عسل مخلوط کنند در ظرف چینی یا شیشه نگهداری گردند طریقه مصرف هر صبح نصف قاشق مربا خوری میل کند .

یک لیوان شیر گاو و مقداری دارچین را مخلوط کند و هر صبح میل کند .

دارچین ، هلیله کابلی ، نبات سفید را به یک اندازه را نرم ساییده و هر صبح و هر شب نصف قاشق مربا خوری با آب حل کرده و میل کند (ملازهی، ۱۴۰۰، ۵۹).

#### ۷-۵ چشم

#### -تقویت چشم

آب انار شیرین را گرفته و در ظرف شیشه‌ای زیر نور آفتاب بگذارد تا وقتی که غلیظ گردد و در هنگام خواب با میل در چشم بکشد (سلیمی، ۲۰۰۶، ۴۲).

#### -ورم چشم

یک قاشق کره را با آب گلاب مخلوط کرده و داخل یک پارچه گذاشته و آن را روی قسمت ورم کرده چشم بگذارد (ملازهی، ۱۴۰۰، ۶۸).

بذر دانیچک که علف خودرویی است با خمیر و شیر مخلوط کرده و روی چشم می‌بندند. این ترکیب درد و ورم چشم را درمان می‌کند (جانبالهی، ۱۴۰۰، ۱۳۱).

#### -خارش چشم

گل سرخ ، هل و مقداری فلفل سیاه را با هم نرم ساییده و با میل در چشم بکشد (همان).

#### -دانه زیر چشم

مازو را نرم ساییده با میل به موضع بمالد (همان).

## -درد چشم

آب برگ گشنیز را گرفته و هر شب با قطره چکان ۲ قطره در چشم بچکاند (بابکری، ۱۴۰۲).

آب پیاز و عسل را به مقدار مساوی با یکدیگر ترکیب کرده و مواقع درد ۱ تا ۳ قطره در داخل چشم بریزد. (همان).

برگ انار را کوفته سپس گرم کرده در پشت چشم ببندد (صدیقی فر، ۱۴۰۲).

## ۵-۸ بینی

### -خونریزی بینی

برگ سبز گشنیز را کوفته و بر پیشانی بگذارد. نیز می تواند مقداری کافور را در آب گشنیز حل کرده و استنشاق کند خون فوراً بند می آید. برگ ایشورک را نرم ساییده مقداری بر پیشانی و مقداری بر روی بینی بمالد. سرمه با روغن گاو مخلوط نموده و در سوراخ بینی بمالد (ملازهی، ۱۴۰۰، ۷۷).

### -گوشت زائد در بینی

اسفند سیاه و پودر سنگ مرداب را با هم مخلوط کرده و سپس نرم بکوبند؛ و هنگام صبح و شب استنشاق کند (سلیمی، ۲۰۰۶، ۶۴).

## -دانه های داخل بینی

کره گاو را روزی سه الی چهار بار بر دانه ها بمالد (همان).

## ۵-۹ گوش

### -درد گوش

آب برگ کدو ، گلاب و روغن زرد را مخلوط کرده و هر شب دو الی سه قطره داخل گوش بریزد (رخش، ۱۴۰۲).  
کنجد ، سیر ، فلفل سیاه ، روغن زیتون را با هم ترکیب کرده و آن را بجوشانید تا اندازه‌ای که کف سفید رنگ آن  
مشخص شود و به میزانی که گوش را نسوزاند سرد کرده و داخل گوش دو الی سه قطره بچکانید.  
اگر هوای سرد باعث درد گوش شده است مقداری سیر را داخل روغن زیتون را جوشانده و در داخل گوش یک  
قطره بچکانید (ملازهی، ۱۴۰۰، ۸۲).

برگ کلپوره را با دست نرم می‌کنند و در گوش می‌ریزند (جانب‌الهی، ۱۴۰۰، ۱۳۱).

#### - عفونت گوش

آب پیاز ، عرق گلاب و سرکه را به اندازه مساوی مخلوط کرده و سپس دو قطره در گوش بچکانند (رخش،  
۱۴۰۲).

#### - بند کردن وزوز صدای گوش

نمک دریایی را داخل عسل مخلوط کرده و داخل گوش چند قطره بچکاند.  
آب ریحان به همراه روغن تلخ با هم ترکیب کرده و داخل گوش چند قطره بچکاند .  
کیسه صفرا (زهره) روباه یا گرگ را با روغن بادام مخلوط کرده در گوش بچکاند (گمشادزهی، ۱۳۹۶، ۱۳۴).

#### ۱۰-۵ دندان

#### - درد دندان

سیاه دانه ، تخم پیاز از هر کدام به اندازه مساوری و لازم را نرم کوبیده سپس با هم مخلوط می‌کنند سپس این  
مخلوط را در بالای دندانی که درد میکند می‌گذارند.

انجیر را آرام کوبیده و سپس داخل شیر حل کنید و در هنگام درد بیمار میل کند .

مقداری برگ ایشورک را در سایه خشک کرده و سپس بسوزانید از خاکستر آن هر صبح بر دندان و لثه ها را ماساژ دهید البته در زمان خونریزی دندانها این ترکیب نیز تاثیر گزار است (گمشادزهی، ۱۴۳، ۱۳۹۶).

ریشه کل کشتک را می تراشند و به دندان می مالند. برگ تازه آن یا اگر خشک شده است را خیس کرده در محل درد می بندند (جانب الهی، ۱۴۰۰، ۱۳۱).

#### -درد دندان در آوردن کودکان

آب مغز خرگوش را به خورد کودک بدهند .

آب مغز بز را به همراه عسل ترکیب کرده و بر روی لثه کودکان بمالند .

عسل و روغن محلی را مخلوط کرده و به لثه های کودکان بمالند (ملازهی، ۱۴۰۰ ، ۹۰).

#### ۱۱-۵ کم خونی

#### -علائم کم خونی

کاهش، رشد ضعف ایمنی بدن ناتوانی در انجام وظایف تغییر شکل ناخنها تمایل به خاک خواری، عدم تمرکز ضعف عضلانی، کاهش تنفس غش کردن، یرقان، رنگ پریدگی، خستگی زودرس، سوء هضم، رشد غیر عادی استخوانها.

گیاهانی که برای کم خونی مفید هستند اسفناج، انگور، خرما، سیب، زردآلو، عدس، توت نخود سبز، گوجه خام (گمشادزهی، ۱۳۹۶، ۱۷۶).

#### -روش درمان

شیره انگور، شیره خرما، شیره توت از هر یکی یک قاشق مخلوط کرده مصرف گردد. از قرص آهن قوی تر است (سلیمی، ۲۰۰۶، ۱۶۵).

یک کیلو جگر بز یا بره را با چاقو ریزه ریزه کرده، سپس یک قاشق غذا خوری نمک را ساییده بر آن بپاشد و ۲۵۰ گرم سرکه به آن اضافه کرده تا ۲ ساعت گذاشته شود، سپس یک لیتر آب اضافه کند و خوب بهم زند تا مخلوط بگردد آنگاه صاف کرده در دیگی جوشانده شود تا آب خشک گردد، پس از خشک شدن نرم ساییده شود. طریقه مصرف روزانه نصف تا یک قاشق مرباخوری از آن را با آب انار تا چند روز به بیمار بدهند (ملازهی، ۱۴۰۰، ۱۱۳).

#### ۱۲-۵ معده

#### -روش درمان

یک لیتر آب انار ترش و یک لیتر آب نارنج ترش را با هم ترکیب کرده و داخل دیگ ریخته و بعد روی ذغال های روشن بگذاریم تا ترکیب کاملا یکدست شوند؛ هنگام شروع درد معده بیمار یک لیوان به مریض بدهند (صدیقی فر، ۱۴۰۲).

شنبلیله را به مقدار لازم بعد آن را کوبیده

بعد به آن سرکه اضافه کنید و هنگام صبح ناشتا و هنگام شب قبل خواب یک قاشق میل کند (سلیمی، ۲۰۰۶، ۱۰۰).

روغن محلی و عسل محلی را به یک اندازه مخلوط می کنیم تا کاملا یکدست شود بعد و هنگام صبح ناشتا و هنگام شب قبل خواب یک قاشق میل کند.

گل سرخ را به آرامی بکوبید بعد به آن عسل اضافه کنید و درون یک ظرف شیشه ای قرار دهید و آن را به مدت ۱۰ روز جلوی نور خورشید قرار دهید تا کاملا ترکیب یکدست شود؛ هنگام درد یک قاشق به بیمار بدهید (رخش، ۱۴۰۲).

## ۱۳-۵ سرطان

تخم خشخاش سفید، مغز تخم کدو و مغز تخم خربزه هر یکی ۱۰ گرم و نشاسته هر یکی ۸ گرم، شیره شیرین بیان و ریشه آن هریکی ۶ گرم، صمغ عربی، شکر و گل سرخ هر یکی ۵ گرم، صندل سرخ و سفید و زرد هر یکی ۳ گرم، تخم کاهو ۱۰۰ گرم، کافور یک گرم و خرچنگ سوخته پانزده گرم همه را نرم کوبیده تا یک دست شود. به اندازه‌ی یک قاشق در استکان عرق گل‌گاوزبان ترکیب کرده و تا یک ماه بیمار میل گردد. ضمناً این نسخه برای سل و سرفه مفید است (ملازهی، ۱۴۰۰، ۲۱۱).

برگ کرکاوگ زمانی که گل داده است، در سایه خشک کرده سپس نرم بکوبد آنگاه در فصل تابستان با عسل مخلوط کرده روزانه یک قاشق چای خوری مصرف کند و در فصل زمستان در آب جوشانده نیم گرم بخورد. (ابابکری، ۱۴۰۲).

برگ گشنیز سبز را در هاون سربی بکوبد سپس به مقدار مساوی آن روغن گل اضافه نماید و با دسته هاون سربی خوب مخلوط کرده بر موضع سرطان تا یک ماه پانسمان کند (ملازهی، ۱۴۰۰، ۲۱۱).

## ۱۴-۵ گاز گرفتگی

### -گاز گرفتن سگ

محل گزش سگ را با چاقو زخمی کرده خون را بکشد، سپس نمک و پیاز خام را کوبیده مکرراً ببندد. یا سیر با سرکه نرم کوبیده بر محل گزش بمالد.

### -گاز گرفتن سگ‌ها

فلفل قرمز را نرم کوبیده با روغن بر محل گزیدگی ضماد کنند. برگ‌های سبز مولی را کوبیده بر روی زخم ببندند.

### -گاز گرفتن گربه

پودینه خشک را نرم کوبیده با آب پودینه خیس کند سپس بر محل گزش ضماد نماید.

## -گزش مار

بالتر از محلی که مارگزیده محکم بسته شود و از دور و بر محل گزیدگی خون بکشد یا داغ بدهد(ملازهی، ۱۴۰۰، ۲۱۲).

عصاره ریوند ۱۵ گرم، رتیان دو عدد، نوشادر ۳ گرم پوست فندق هندی ۳۰ گرم. به جز از عصاره ریوند بقیه داروها را کوبیده سپس حبه درست نماید، بر روی حبه‌ها رشته ابریشم پیچیده بر روی ذغال بگذارید. تا ابریشم بسوزند (دوانسوزد) سپس خارج کرده با ریوند حل کرده به صورت قرص و به اندازه قند درست کنند. طریقه مصرف بعد از هر یک ساعت یک عدد بدهند(همان، ۲۱۳).

فندق هندی، عصاره ریوند از هر یکی مقدار مساوی نرم کوبیده در ظرفی نگهداری کند موقع نیاز به مقدار یک نخود با روغن مصرف گردد روزی سه عدد کافی است.(همان).

بر موضع مارگزیدگی تیغ زند تا خون آید سپس تخم تمره‌ندی را از هم جدا کرده روی سنگی آب زده و تخم تمره‌ندی را بر سنگ مالیده بر روی زخم بچسپاند تا خود از روی زخم بیفتد، مجدد از آن روی زخم بچسپاند، هرگاه که می افتاد و نمی چسپید معلوم میگردد که زهر تمام شده است(همان).

مغز هسته انبه را با فلفل سیاه کوبیده بیمار بخورد.(صدیقی فر، ۱۴۰۲).

بر موضع مارگزیدگی تیغ زند تا خون آید سپس یک عدد سیر را بسوزانید و آن را روی زخم ببندید(سلیمی، تهلگانی همپان، ۱۶۲).

موضع مارگزیدگی را با چاقوی تمیز برش داده و پوست یک حیوان حلال گوشت را بر موضع زخم ببندید باعث میشود که تمام زهر را بکشد(رخش، ۱۴۰۲).

## -عقرب گزیدگی

اول با یک چاقوی تمیز پوست را زخمی کرده که خون از آن بیاید و بعد عقرب و نیش عقرب را گرفته و به همراه ایشورک با هم کوبیده و این ترکیب را بر روی زخم بسته و بالای زخم را با پوست یک حیوان حلال گوشت ببندید تا زهر را بکشد (صدیقی فر، ۱۴۰۲).

ماهی خشک شده و به همراه یک عدد سیر پخته شده را ترکیب کرده و با روغن زیتون بالای زخم بمالند (بابکری، ۱۴۰۲).

موضع گزش را با سرکه بمالد یا گوگرد سرهای کبریت را جمع کرده در آب حل نموده ضماد کند یا شیره کرک را ضماد نمایند (ملازهی، ۱۴۰۰، ۲۱۵).

مقداری گشنیز بخورد و همچنین مقداری از آن را بر زخم ضماد کند. مغز هسته انبه را کوبیده بر محل گزش عقرب بگذارند درد برطرف خواهد شد (گمشادزهی، ۱۳۹۶، ۳۲۶).

## ۵-۱۵ داغ درمانی

در این شیوه بسته به سن بیمار و نوع بیماری از ابزارهای متفاوتی برای داغ کردن بهره گرفته می شود شیوه کار به اینصورت است که ابزار مورد نظر را کاملاً داغ کرده و بر روی نقطه ای از بدن که درمانگر تشخیص میدهد گذاشته و برداشته میشود بطوریکه سوختگی واضحی ایجاد نکرده و به اصطلاح درمانگران فقط پوست ترسانده میشود از داغ درمانی برای نزله سر، دردهای کمر و پادرد بزرگسالان استفاده میشود (مجله ی طب سنتی اسلام و ایران، سال چهارم، شماره اول، بهار ۱۳۹۲).

## ۵-۱۶ حجامت

هم برای درمان و هم برای پیشگیری از بیماری از این شیوه استفاد می شود در این روش محل های خاصی از بدن را برش کم عمق زده و با وسیله ای نظیر پوار ساکشن می کنند (در قدیم از شاخ گاو و گاومیش استفاده میشد). در برخی نقاط و برای ایجاد خلا و در نتیجه کشش خون به بیرون از بدن از یک لیوان استوانه ای استفاده

میشود ابتدا یک تکه خمیر بر روی محل گذاشته میشود و بعد یک پنبه را آتش زده و بر روی خمیر میگذارند و سپس لیوان را وارونه بر روی آن قرار میدهند با خاموش شدن آتش و اتمام اکسیژن موجود خلا ایجاد شده و خون به داخل لیوان وارد میشود معمولا حجامت در روزهای خاصی از ماه و هفته انجام میشود و در بعضی روزها ممنوعیت دارد (مجله‌ی طب سنتی اسلام و ایران، سال چهارم، شماره اول، بهار ۱۳۹۲).

## ۶- نتیجه گیری

نتایج نشان میدهد که محرومیت‌ها و جبر تاریخی مسلط حوزه تحقیق باعث نشده تا این گروه قومی نتواند فرهنگی غنی در رابطه با درمان بیماری‌ها نداشته باشد و هر منطقه برای درمان هر بیماری روشی متفاوت داشته باشد بلکه این امر باعث شده که مردم محلی این مناطق ارتباط بیشتری با محیط طبیعی خود داشته باشند. مناطقی که به خاطر آب و هوای متفاوت باعث رویش گیاهان دارویی شده است.

چنانچه از نتایج مشخص می‌شود حکیمان برای درمان بیماری‌ها از همه‌ی منابع بهره می‌گرفتند تا شاید خاصیت این مواد را دریابند و در نسخه‌های خود به کار برند. حکیمان این منطقه کشفیات پزشکان و داروسازان بیگانه را به دست آورده و آنها را هم مورد امتحان قرار می‌دادند تا بتوانند راهی موثرتر برای درمان بیماری‌ها پیدا کنند. این بهره‌گیری از طبیعت باعث شده که علم طب سنتی بخشی از فرهنگ بومی این منطقه باشد و تنوع طریقه استفاده از گیاهان در هر مکانی متفاوت باشد اکثر گیاهان دارویی مورد مصرف ساکنین دارای اسامی محلی و خاصی هستند که فقط در حوزه فرهنگی تحقیقی بلوچستان بکار برده می‌شود.

همچنان که یافته‌ها نشان داد روش‌های فراوانی برای مقابله با بیماری در حوزه تحقیق بکار گرفته می‌شود. امروزه به دلیل سهولت ارتباطات و تعاملات در مناطق مختلف جنوب مکران باعث شده که طب سنتی به مرور زمان شکلی متفاوت با نسل‌های قبلی بگیرد و در همه‌ی این مناطق شکلی یکسان بگیرد. بیشترین مشکلی که امروزه طب سنتی با آن درگیر است این است که گاهی آن را با خرافات هم سو میدانند این امر باعث شده تعدادی زیادی از افراد از اعتماد مردم سوءاستفاده کنند و با تجویز دارو و دادن تعویض کسب درآمد کنند. ناگفته نماند که طب سنتی در دکان‌های عطاری تشکیل نمیشود و هر عوام فریبی و یا هر غیر پزشکی نباید خود به ساختن دارو اقدام کند و یا طبابت نماید خدای نخواستہ بیماران ممکن است از طب سنتی بیزار شوند. مشکل دیگر برای طب سنتی این است که برخی از حکیمان اطلاعات خود را به شکل مکتوب ارائه نمی‌دادند این امر باعث شده

که بسیاری از اطلاعات طب سنتی جنوب مکران به فراموشی سپرده شود. درست است که پاره ای از موارد تشکیل دهنده، داروها امروز به علت بی توجهی و نبودن خواهان نایاب شده اند و یا فراموش گشته اند و یا نام‌های بیشتر آنها نامانوس گشته اند، با این حال جای امیدواری هست که اهل فن به ویژه دانشکده داروسازی در این راه نقش اساسی خود را بازی کرده و در این راه گام‌های بیشتری بردارد و از داروهای طب سنتی استفاده کنند.

#### ۷- منابع

- ۱- جانب‌الهی، محمد سعید، (۱۴۰۰)، مقالاتی در زمینه قوم‌شناسی بلوچ، ج ۱، چاپ ۱، ۱۴۰۰ پردیس دانش .
- ۲- سلیمی، دادالرحمن، (۲۰۰۶)، تهلگانی همپان، ج ۱، چاپ ۱، ۲۰۰۶ پیشکان.
- ۳- گمشادزهی، ابوسعید عبدالناصر، (۱۳۹۶)، شفاء گیاهی، ج ۱، چاپ ۲، ۱۳۹۶ سراوان.
- ۴- رستمی، محمد مهدی، (۱۳۹۶)، هزار و یک درمان با عرقیات و روغن گیاهی، بازنگری علی رستمی چافی، ج ۱، چاپ ۲، ۱۳۹۶ گوهر ماندگار.
- ۵- ملازهی، محمد عمر، (۱۴۰۰)، ارمغان طب سنتی سوغات برادران، ترجمه عبدالناصر گمشادزهی، ج ۱، چاپ جدید، ۱۴۰۰ سراوان.
- ۶- ناصری نیا-ناظریان- ناصری نیا، محمدرضا-نورمحمد-ایمان، (۱۳۹۲)، بررسی انواع درمان‌های سنتی رایج در سیستان و بلوچستان، مجله‌ی طب سنتی اسلام و ایران دانشگاه سیستان و بلوچستان-مرکز تحقیقات ارتقای سلامت دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، دانشگاه پیام نور، سال چهارم، شماره‌ی دوم، ۱۳۹۲.
- ۷- ابابکری، سید بی بی، (۱۴۰۲)، طب سنتی، ابوالقاسم صدیقی فر، ۲۰ تیر.

۸- رخش ، عمران، (۱۴۰۲)، طب سنتی، ابوالقاسم صدیقی فر، ۱۵ تیر.

۹- صدیقی فر، سید محمد، (۱۴۰۲)، طب سنتی، ابوالقاسم صدیقی فر، ۱۱ شهریور.