

هدف کلی درس: شناخت راهکارهای علمی و شیوه‌های پیشگیری از بیماری‌ها، حفظ سلامت و ارتقاء آن به تناسب شرایط فردی و محیطی بر اساس طب سنتی ایران به منظور انتخاب مناسب‌ترین شیوه‌های ارتقاء سلامت با توجه به شرایط علمی روز.

رئوس مطالب: (۳۴ ساعت نظری)

- سته ضروریه
- مفهوم سلامت و مشخصه‌های آن
- تغذیه و اختیار غذا بر حسب کیفیت مزاج، تعدیل، انتقال به مزاج افضل، آداب تغذیه، ناسازگاری‌ها، طبخ و تهیه و نگهداری غذا
- ترویج و آداب آشامیدن آب و تدابیر مربوطه
- حرکت و سکون بدن، ریاضات مختلف، ریاضات خاص هر عضو، دلک، غمز و کبس و ربط
- تدبیر حرکات تفسانیه
- تدبیر استحمام
- تدبیر نوم و یقظه (انواع رؤیا)
- تدبیر احتباس و استفراغ
- تدبیر جامع
- تدبیر بر حسب فصول، طبایع مساکن
- فساد هوا و تدبیر آن
- تدبیر زنان باردار، شیرده و اطفال و تدبیر امراض لاحقه
- تدبیر اطفال و تعدیل اخلاق انسان
- تدبیر رضاع و شرایط مرضعه و تربیت طفل بعد از رضاع
- احوال و امراض ویژه اطفال و تدبیر آنها
- تدبیر جوانان و میان‌سالان و سالمندان
- تدبیر مسافرین
- بهداشت عمومی از دیدگاه پزشکی نیاکان

منابع اصلی درس:

۱. قانون جلد ۱



۲. خلاصه الحکمه
۳. ذخیره خوارزمشاهی
۴. منافع الاغذیه و دفع مضارها
۵. حفظ الصحة ناصری
۶. مروری بر کلیات طب سنتی، دکتر ناصری و همکاران
۷. قانونچه چغمینی، ترجمه دکتر میر
۸. حفظ صحت - ناصر الحکماء

شیوه ارزشیابی دانشجو:

۱. آزمون کتبی
۲. ارائه کنفرانسهای علمی در طی دوره
۳. نظم در حضور
۴. ارائه مقاله در مورد یکی از موضوعاتی که توسط اساتید درس ارائه می شود.
۵. پرسش و پاسخ در ضمن تدریس در طول ترم
۶. نحوه مشارکت دانشجو در کلاس

