



عنوان طرح تحقیقاتی: بررسی راهکارهای کنترل بی اختیاری ادراری از دیدگاه ابن سینا

تاریخ خاتمه طرح : 1405/03/09

مجری یا محقق اصلی و همکاران با ذکر وابستگی هر فرد:

فرشته قراط: دانشگاه علوم پزشکی سبزوار

عنوان پیام پژوهشی:

نقش طب ایرانی در کنترل مشکلات بی اختیاری ادراری

پیام کلیدی:

تدابیر طب ایرانی می تواند برای کنترل مشکلات بی اختیاری ادراری به عنوان درمان مکمل کمک کند.

متن پیام پژوهشی:

• اهمیت موضوع

بی اختیاری ادرار، مشکلی شایع در بین زنان است که کیفیت زندگی آنان را به شدت تحت تأثیر قرار می دهد. این مشکل نه تنها ناراحت کننده است، بلکه هزینه های درمانی زیادی نیز در پی دارد. اگرچه روش های مختلفی برای کنترل آن وجود دارد، اما هنوز یک راه حل قطعی برای آن پیدا نشده است. محققین در این مطالعه به بررسی نظرات ابن سینا در زمینه کنترل بی اختیاری ادراری پرداخته اند.

• مهمترین نتایج طرح به زبان غیر تخصصی

نتایج این پژوهش نشان می دهد که طب سنتی ایران یک سیستم کامل و منسجم برای مدیریت بی اختیاری ادرار از طریق اصلاح سبک زندگی ارائه می دهد. این راهکارها که ریشه در تجربیات صدساله پزشکی دارد، همسو با جهتگیری طب مدرن امروز است و می تواند به عنوان یک مکمل یا راهکار جایگزین مورد توجه قرار گیرد.

محققان در این مطالعه، به سراغ کتاب های پزشکی بزرگان طب سنتی ایران، مانند ابن سینا، رفته اند تا راهکارهای آنان را برای مدیریت بی اختیاری ادرار بررسی کنند. نکته جالب اینجاست که تمرکز طب مدرن امروز نیز به سمت مدیریت سبک زندگی (مانند تغذیه و عادات روزمره) برای درمان این مشکل حرکت کرده است. این دقیقاً همان چیزی است که ابن سینا و دیگر پزشکان قدیم ایران، centuries پیش بر آن تأکید داشتند. شش اصل طلایی در طب سنتی برای سلامت در طب ایرانی، یک مفهوم کلیدی به نام "سته ضروریه" یا "شش اصل ضروری برای سلامت" وجود دارد. این اصول که پایه پیشگیری و درمان بسیاری از بیماری ها محسوب می شوند، عبارتند از:



- آب و هوا: توجه به محیط زندگی و هوای تنفسی.
- خوردنی و آشامیدنی: نوع، مقدار و زمان مصرف غذا و نوشیدنی‌ها.
- خواب و بیداری: تنظیم ساعت و کیفیت خواب.
- حرکت و سکون: میزان فعالیت بدنی و استراحت.
- احتباس و استفراغ: دفع و حفظ مواد در بدن (مانند ادرار و مدفوع).
- حالات روانی: تأثیر افکار، احساسات و عواطف بر سلامت جسم.

تأثیرات و کاربردها:

بر اساس این نگاه، برای درمان هر بیماری از جمله بی‌اختیاری ادرار، باید این شش اصل در زندگی فرد به دستی بررسی و تنظیم شوند. برنامه تنظیم این اصول برای هر شخص، با توجه به ویژگی‌های منحصر به فرد بدن و مزاج او متفاوت است.

محدودیت‌های شواهد چه بودند؟

مورد خاصی مشاهده نشد

مخاطبان طرح پژوهشی:

عموم مردم

آیا این خبر می‌تواند از نظر اجتماعی، سیاسی، فرهنگی، بهداشتی، ارزش‌های دینی و قوانین سازمان غذا و دارو، تبعاتی داشته باشد؟

خیر

در صورتی که این طرح منتج به مقاله شده است لینک مقاله درج شود:

<https://publish.kne-publishing.com/index.php/tim/article/view/11496>

ایمیل ارتباطی و تلفن مجری اصلی طرح:

drghorat@gmail.com

05144018417

منابع و مراجع: حداکثر چهار مرجع اصلی استفاده شده در طرح تحقیقاتی مورد نظر را ذکر نمایید



1. Cameron AP, Haraway AM. The treatment of female stress urinary incontinence: an evidenced-based review. Open Access J Urol 2011;3:109-120.
2. Kissler K, Yount SM, Rendeiro M, Zeidenstein L. Primary prevention of urinary incontinence: a case study of prenatal and Intrapartum interventions. J Midwifery Womens Health 2016;61:507-511.
3. Yip SK, Cardozo L. Psychological morbidity and female urinary incontinence. Best Pract Res Clin Obstet Gynecol 2007;21:321-329.
4. Jonathan S. Berek. Berek & Novak's Gynecology. Lippincott Williams & Wilkins,