

Review Article

Explain "Weakness" in Traditional Iranian Medicine

Fatemeh Nojavan¹, Mojdeh Pourhosseini², Akram Ashouri^{3*}

1. Assistant Professor, Faculty of Traditional Medicine, Qom University of Medical Sciences, Qom, Iran.

2. Faculty of Traditional Medicine, Qom University of Medical Sciences, Qom, Iran.

3. Faculty of Traditional Medicine, Qom University of Medical Sciences, Qom, Iran. (Corresponding Author)

Email: kabiri55@yahoo.com

Received: 5 May 2020 Accepted: 26 Jul 2020

Abstract

Background and Aim: The initial concept that is extracted from the term "weakness" is unpleasant condition with a reduction or lack of physical and mental powers that impede the normal and desired outcomes. Weakness in this concept is a common phenomenon and has serious effects on the quality of individual and social life. Today, the field of health is faced with many challenges in identifying and determining the causes of weakness. The study of traditional medicine with the support of ancient knowledge opens new horizons to us for weakness. The aim of this study is to investigate the types of weakness and its causes in the ancient texts of traditional medicine.

Materials and Methods: This study was conducted in the main texts of traditional medicine using the "Noor" software by weak and weakness keywords. The search engines Up to date, SID, Magiran, PubMed, Scholar and Scopus were reviewed with weakness and fatigue keywords.

Conclusion: In terms of definition and symptoms fatigue and organ failure agree with general body weakness and functional weakness of organs. Considering the causes of weakness in traditional medicine, we can present new solutions in general and special (functional) weakness.

Keywords: Fatigue; General Weakness; Inherent Weakness; Organ Weakness; Traditional Iranian Medicine

Please cite this article as: Nojavan F, Pourhosseini M, Ashouri A. Explain "Weakness" in Traditional Iranian Medicine. *Med Hist J* 2020; 12(43): 99-109.

تبیین «ضعف» در طب سنتی ایران

فاطمه نوجوان^۱، مژده پورحسینی^۲، اکرم عاشوری^{۳*}

۱. استادیار، دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران.

۲. متخصص طب سنتی، دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران.

۳. دستیار طب سنتی، دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران. (نویسنده مسؤول) Email: kabiri55@yahoo.com

دریافت: ۱۳۹۹/۲/۱۶ پذیرش: ۱۳۹۹/۵/۵

چکیده

زمینه و هدف: مفهوم اولیه‌ای که از واژه ضعف برداشت می‌شود، حالت ناخوشایندی همراه با کاهش یا فقدان توان فیزیکی و ذهنی است که مانع فعالیت‌های معمول و مطلوب می‌گردد. ضعف با این مفهوم، پدیده شایعی است و اثرات جدی روی کیفیت زندگی فردی و اجتماعی دارد. امروزه حوزه سلامت، در زمینه تشخیص و تعیین علل ضعف با چالش‌های بسیاری رو به رو است. بررسی رویکرد طب سنتی با پشتوانه دانشی کهن، باب تازه‌ای را در تدبیر ضعف، به روی ما می‌گشاید. مقدمه این امر بررسی انواع ضعف و علل و اسباب آن در متون کهن طب سنتی می‌باشد.

مواد و روش‌ها: مطالعه حاضر به صورت مروری در متون اصلی طب سنتی با استفاده از نرم‌افزار جامع نور با واژه کلیدی ضعف و ضعیف انجام گردید. جهت بررسی نظرات پژوهشگران عصر حاضر، موتورهای جستجو SID، PubMed، Magiran، Up to Date، Google Scholar Scopus و نوپا با واژگان کلیدی Weakness و Fatigue بررسی شدند.

نتیجه‌گیری: ضعف در متون طب سنتی دو قسم می‌شود: ۱- ضعف عمومی بدن؛ ۲- ضعف عملکردی عضوی واحد. هر کدام از این دو قسم می‌تواند به طریق سرشتی، در فرد ایجاد یا به شکل اکتسابی، کسب شده باشد. انواع اکتسابی ضعف عمومی بدن، دارای اسباب و عللی هستند که در برخی موارد با اسباب ضعف در تک‌تک اعضا هم‌پوشانی دارند. Fatigue از نظر تعریف و علائم با ضعف عمومی بدن و Organ Failure با ضعف عملکردی اعضا در طب سنتی مطابقت دارد. با در نظر گرفتن اسباب و درمان‌های ضعف در طب سنتی می‌توان در مدیریت ضعف عام (عمومی) و خاص (عملکردی اعضا)، راه کارهای جدیدی ارائه داد.

واژگان کلیدی: ضعف؛ ضعف عمومی؛ ضعف سرشتی؛ ضعف عضو؛ طب سنتی ایرانی

مقدمه

«ضعف» یک علامت شایع و غیر اختصاصی با طیف گسترده‌ای از علل است. ضعف، فقدان توان فیزیکی و انرژی ذهنی است که توسط شخص، درک و مانع فعالیت‌های مطلوب می‌گردد (۱). واژه‌های «Weakness» و «Asthenia» در گذشته و اصطلاح «Fatigue» امروزه در متون پزشکی به منظور توصیف ضعف عمومی، به کار رفته است. Fatigue مفهوم و درک ذهنی از ضعف است و جهت توصیف دشواری یا ناتوانی در شروع فعالیت و یا ظرفیت کاهش یافته برای ادامه فعالیت (خستگی‌پذیری آسان) و یا اشکال در تمرکز، حافظه و ثبات عاطفی (ضعف و خستگی ذهنی) به کار می‌رود. ۲۱ تا ۳۳ درصد بیمارانی که به مراکز درمانی مراجعه می‌کنند، Fatigue را به عنوان شکایت اصلی و یا یک علامت مهم در کنار شکایت اصلی‌شان توصیف می‌کنند. در واقع Fatigue ضعف عمومی همراه با عدم توانایی در احضار انرژی کافی برای انجام فعالیت‌های روزمره است (۲).

این حالت ناخوشایند، پدیده شایعی است که تمام بدن را درگیر می‌کند و از خستگی تا فرسودگی را شامل می‌شود (۴-۳) و اثرات جدی روی کار و سلامتی و کیفیت زندگی فرد دارد، چراکه صرف نظر از مواردی که می‌تواند علامت طبیعی ناشی از خستگی باشد و بعد از ۲۴ ساعت برطرف گردد، گاه به شکل بیمارگونه درآمد و حتی ملاحظه می‌شود که فرد، مدت‌ها به طور مزمن با این پدیده دست به گریبان است. همین امر، تشخیص حالت‌های طبیعی و غیر طبیعی آن را با مشکلاتی رو به رو ساخته است (۵). ضعف در لیست علائم بیماری‌های مهمی چون نئوپلاسم‌ها، بیماری‌های متابولیک و آندوکراین، بیماری‌های عفونی، کاردیوپولمونری، روماتولوژیک و سایکولوژیک قرار می‌گیرد (۴). ضعف، شایع‌ترین علامت در کانسره‌های پیشرفته و امراض جدی و تهدیدکننده حیات از جمله نارسایی شدید قلب و بیماری‌های مزمن انسدادی ریه است. در رویکرد به ضعف، به دلیل ماهیت مولتی فاکتوریال بودن و همچنین پاتوفیزیولوژی پیچیده و بعضاً ناشناخته (۵) آن در سطح مولکولی و سلولی، به نظر می‌رسد در کنار درمان‌های دارویی و غیر دارویی، استفاده از طب‌های مکمل به

ویژه در مراقبت‌های طب تسکینی، مفید خواهد بود. در این میان، مکتب طب سنتی ایرانی با پشتوانه هزاران ساله و با مبانی بنیادی، تشخیصی و درمانی مخصوص به خود که کارآمدی و اثربخشی آن به طور فزاینده در تحقیقات و مطالعات علمی روز، به اثبات رسیده است، از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است.

هدف از نگارش این مقاله استخراج، دسته‌بندی و ارائه مطالبی است که به طور مبسوط در متون طب سنتی ایران درباره «ضعف» بیان گشته است، زیرا بهره‌مندی از ظرفیت مکتب طب سنتی ایران در رویکرد و مدیریت بالینی به ضعف، پیش از هر چیز نیازمند تبیین ضعف در این مکتب می‌باشد.

مواد و روش‌ها

ابتدا واژه ضعف، ضعیف و عجز، در کتب مرجع^۱ طب سنتی از جمله قانون، الموجز، بحرالجمهر، خلاصه الحکمه، اکسیر اعظم و طب اکبری به لحاظ اعتبار علمی آن‌ها و همچنین نرم‌افزار جامع طب، مورد جستجو قرار گرفت و سپس تمام مباحث مرتبط با تعریف، انواع، اسباب و علل و علائم ضعف جمع‌آوری گردید و نهایتاً یافته‌های به دست‌آمده مورد دسته‌بندی قرار گرفت و در قالب یک مقاله مروری به رشته تحریر درآمد. در متون طب مدرن ابتدا واژه ضعف از نرم‌افزار ترجمه زبان تحلیلگران^۲ مورد جستجو قرار گرفت و معادل انگلیسی Fatigue که با مفهوم ضعف تطبیق داشت، انتخاب گردید و این واژه در پایگاه‌های اطلاع‌رسانی SID، Google Scholar، Up to Date، Magiran، PubMed، Scopus مورد جستجو قرار گرفت و یافته‌های مربوطه استخراج گردید.

۱. کتب طب مرجعی که در این مقاله به آن‌ها استناد شده است، به ترتیب قرن‌ی شامل: جالینوس الی علوقن (۱۳۰ م)، فردوس الحکمه (قرن ۳ ق)، التصریف لمن عجز عن التصریف (قرن ۳ و ۴ ق)، الحاوی فی الطب (قرن ۳ و ۴ ق)، کامل الصناعه (قرن ۴ ق)، قانون فی الطب (قرن ۴ و ۵ ق)، الموجز فی الطب (قرن ۹ ق)، شش رساله کهن پزشکی، بحرالجمهر (قرن ۹ و ۱۰ ق)، اکسیر اعظم (قرن ۱۳ ق).

یافته‌ها

در متون کهن طب سنتی ایران، استفاده گسترده‌ای از لفظ ضعف شده است. به طور کلی دو برداشت اصلی از این واژه می‌توان داشت: ۱- ضعف عمومی بدن؛ ۲- ضعف عملکردی یکی از اعضای بدن. این دو قسم می‌توانند به طریق سرشتی یا به شکل اکتسابی ایجاد گردند.

۱- ضعف عمومی بدن

این واژه در مقابل قوت عمومی بدن قرار می‌گیرد (۶)، یعنی فرد دچار سستی و بی‌حالی و ناتوانی عمومی بدن می‌گردد. در تعریفی که قطب‌الدین شیرازی در شرح قانون آورده است، قوت در عرف عام، آن چیزی است که مصدر صدور افعال شاقه در حیوان است، به طوری که حصول افعال شاقه، نشانه کمال قوت است و قوت، در مقابل عجز قرار می‌گیرد (۷). ضعف عمومی بدن به دو شکل حاد و مزمن بروز می‌نماید. در نوع حاد، ضعف با رفع سبب برطرف می‌گردد، وضعی که به علت مصرف بیش از حد مسهلات دارویی، عارض می‌گردد، از این نوع است. این نوع ضعف با علائم دیگری چون دوار (سرگیجه) و کرب (بی‌قراری) و قلق (اضطراب) و خواب آلودگی همراه است و با قطع دارو و همچنین دادن مقویات، علائم برطرف می‌گردد. نوع مزمن ضعف آن است که تا مدت‌ها بیمار را رنج می‌دارد و گاه سبب مشخصی برای آن یافت نمی‌گردد.

۱-۱- علائم ضعف عمومی بدن: تعریق از علائم سقوط قوه است، زیرا فضول درجسم به علت ضعف هضم افزایش می‌یابد (۸-۹) و طبیعت از امساک رطوبات عاجز می‌شود (۱۰). عرق سرد از علائم ضعف حرارت غریزی^۱ در بدن است (۱۱). دیگر علائم، عظم نفس (نفس عمیق و بلند) (۱۲)، دوار و کرب و قلق به ویژه در مصرف بیش از حد مسهلات دارویی، تنگی نفس (۹) و عسر ولادت (زایمان سخت) (۱۳) می‌باشند.

۱-۲- اسباب ضعف عمومی بدن: از جمله عللی که در متون طب سنتی برای ضعف عمومی بدن بیان گردیده است، شامل:

۱-۲-۱- ضعف قلب و قوه حیوانی: قواهای بدن و بالتبع ارواح بدن از قوه حیوانی و روح^۲ حیوانی که مبدأ آن قلب است، سرچشمه می‌گیرند. از این رو مهم‌ترین علت ضعف عمومی، ضعف قوه حیوانی است (۱۴).

۱-۲-۲- فساد هوا، آب و خوراکی‌ها: در اثر فساد هوا و فساد آب و خوردنی‌ها، مزاج طبیعی بدن مختل شده و در اثر سوءمزاج بدن ضعف ایجاد می‌شود (۷). به همین دلیل ساکنین بلاد بسیار گرم جنوب، تحلیل ارواح و ضعف قوا دارند (۱۵).

در فضایی که بوی بد (نتن) باشد یا قوای سمی در هوا منتشر شود ضعف بروز می‌کند (۱۶).

۱-۲-۳- استفرافات بدن: استفراف به معنی خروج اخلاط و مواد دفعی از بدن است. اگر خروج ماده به شکل کثیر یا دفعتهاً (ناگهانی) باشد، ضعف بیشتری عارض می‌گردد. انواع استفرافات شامل:

- خروج خون از بدن: خونریزی موجب ضعف قلب می‌شود، از جمله این موارد، سیلان خون در بواسیر یا حجامت و یا حیض و یا خونریزی متعاقب تروما می‌باشد (۷، ۱۶).

- اسهال: به معنی خروج مواد و اخلاط زائد بدن، از طریق داروی مسهل می‌باشد (۷). داروی مسهل از سه طریق موجب ضعف می‌گردد، یکی تقابل ذاتی دارو با طبیعت^۳ بدن می‌باشد که به علت گرفتن مواد زائد از اعضا، منافی طبع می‌گردد. دیگری خروج روح، به همراه خروج اخلاط رقیق بدن می‌باشد (۱۷) و در آخر از طریق ضعف قوه نفسیه که به ویژه، در زمان انتهای عملکرد دارو (انتهای استفراف) حادث می‌گردد (۱۸).

- خروج ناگهانی مایعات غیر طبیعی محصورشده در باطن بدن: کشیدن مایع استسقاء (آسیت) به مقدار زیاد و دفعتهاً و نیز خروج یا انفجار خود به خودی تاول بزرگ و یا آبسه (۷) از دلایل دیگر ضعف عمومی هستند. مطابق کتاب الحاوی، در صورتی که چرک محصورشده در قفسه سینه منفجر شود و در محوطه صدري بریزد، ضعف شدید ایجاد می‌شود.

۲. روح: ماده لطیفی است که از دم صالح متین منشأ می‌گیرد و سه نوع حیوانی و نفسانی و طبیعی دارد (۱۹).

۳. طبیعت: همان قوایی است که تدبیر امور بدن را به عهده دارد.

۱. حرارت غریزی: حرارتی است که همراه نفس بر بدن افافه می‌شود و با مفارقت نفس از بدن خارج می‌گردد (از جنس حرارت آتش نیست که حدت و احراق داشته باشد و همچنین دچار عفونت و فساد نمی‌شود) (۶).

- تعریق بسیار: چه به شکل سرشتی و چه در اثر بیماری و چه به دنبال استفاده از ماده خاصی باشد (۷).

- ریاضت (ورزش) و فعالیت مفرط: در صورتی که تحلیل را بالا ببرد (۷).

۴-۲-۱- جماع: به ویژه جماع مفرط و همچنین جماع در فردی که به علت سوءمزاج، مستعد ضعف می‌باشد (۲۰).

۵-۲-۱- ضعف نفس: از دیگر اسباب ضعف، ضعف نفس^۱ می‌باشد. انفعال و تأثیرپذیری بدن از نفس ظاهر است، به طوری که ملاحظه می‌گردد، کسی که مرض حاد و جدی داشته و بر او ضعف غلبه کرده است، زمانی که معشوق او بر بالینش حاضر می‌گردد، دفعه‌ای از مرض فارغ شده و قوت می‌گیرد. همچنین اثر نفس روی جسم، در تلقین و چشم زخم آشکار است (۷). با توجه به این که نفس، مجرد از ماده است، می‌تواند برخلاف طبیعت مدبره بدن عمل کند. این مسأله به قوت و ضعف نفس (یا ناقص و کامل بودن آن) وابسته می‌باشد (۲۱). به طور مثال کودکی که در اثر خواندن مکرر حکایات ترسناک، دچار ضعف نفس شده و تمام عمر زبون و ترسو می‌گردد و چنانچه برداشتن قدم‌های سطر در مردان، نشانه نفس قوی و قدم‌های لطیف و کوچک در زنان را نشانه ضعف نفس آن‌ها دانسته‌اند (۲۲).

۶-۲-۱- اوجاع (دردها): درد از طریق تحلیل روح ایجاد ضعف می‌نماید. در همراهی سوءمزاج با درد و نزدیکی محل درد به قلب از جمله درد فم (دهانه) معده، وقوع تحلیل روح و ایجاد ضعف بیشتر خواهد بود (۷).

۷-۲-۱- تحلیل جسم به همراه تحلیل روح: اسبابی که باعث لاغری جسم بدن به همراه تحلیل روح می‌شوند، فرد را ضعیف می‌کنند (۷)، از جمله این اسباب حمیات (تب‌ها) درمان ناقص یا بیش از حد تبدیل مزاج، گرسنگی شدید، وسعت مسام (منافذ بدن و جلد) می‌باشد. حمام کردن بسیار از

طریق بازکردن منافذ و سیلان اخلاط و رطوبات به سمت سطح بدن و تحلیل آن‌ها، فرد را لاغر و ضعیف می‌کند (۱۸).

۸-۲-۱- ضعف یکی از اعضای بدن: چه بسا ضعف عمومی بدن به دنبال ضعف یکی از اعضای بدن یا جزئی از عضو بدن ایجاد شود (۷). به طور مثال به دنبال ضعف فم معده و اذیت شدن آن، قوه جمیع بدن تحلیل می‌رود (۷). ضعف اعضای ریسه بدن باعث ضعف بدن می‌شود، به خصوص ضعف قلب که از طریق ضعف قوه حیوانی، جمیع قوت‌ها را دچار ضعف می‌کند، زیرا همه قوه‌ها از قوه حیوانی نشأت می‌گیرد و جمیع اعضای بدن، برای قبول سایر قوا به قوه حیوانی نیاز دارند. در ضعف کبدی، هضم غذا به نیکی انجام نمی‌پذیرد و همین عامل، نفوذ غذا به اعضا را مختل و در نهایت فرد دچار ضعف حرارت غریزی می‌شود (۷) و همچنین تولید دم (خون) و روح حیوانی و طبیعی کاهش می‌یابد که خود عامل ضعف عمومی بدن است (۲۴).

۹-۲-۱- امراض: در طولانی شدن مرض و نیز دردوران نقاهت بیماری یا از بسیاری مرض (مرض حاد و شدید) قوت‌ها کاهش می‌یابد و ایجاد ضعف می‌کند (۹).

۱۰-۲-۱- شیخوخت: مشایخ (سنین بالای ۶۰ سال) بالطبع، یک ضعف عمومی دارند، زیرا به علت ضعف هضم و کاهش حرارت غریزی در آن‌ها، برودت (سردی) غلبه می‌یابد و هنگام غلبه سردی، قواها ضعیف می‌شوند (۸).

۱۱-۲-۱- اعراض نفسانی: اعراض نفسانی از طرق مختلف موجب ضعف عمومی بدن می‌شوند: با ایجاد اختلال در هضم غذا به ویژه در غضب و هم شدید، از طریق کثرت تحلیل روح، به سبب ایجاد نقصان قوه محرکه ناشی از انقباض روح نفسانی، به هنگام اعراض نفسانی و با تغییر جهت حرکت روح و خون از سطح بدن به سمت باطن و در نتیجه، چیرگی برودت و کاهش قوه حیوانی (۲۵-۱۵).

۱۲-۲-۱- اختلاف در حرکت و سکون: به طور مثال اگر فردی چند روز اصلاً حرکتی نداشته باشد و یک روز حرکت و فعالیت بسیار داشته باشد، سبب ضعف و حدوث امراض در او خواهد شد (۱۷).

۱. نفس: جوهری است که خود، محرک خود است و متعلق و متمم جسم دارای حیات است. نفس مجرد از ماده است (۲۳)، اما برای انجام کار خود به ابزار مادی، یعنی بدن محتاج است. از طریق این ارتباط هم در موجودات عالم طبیعت، تأثیر می‌کند و هم خود از آن تأثیر می‌پذیرد (۲۱).

۱۳-۲-۱- خواب ناکافی: خواب کم‌تر از مقدار طبیعی باعث ضعف نفس، ضعف طبیعت، کاهش هضم و ایجاد خشکی در بدن می‌گردد (۲۶).

۱۴-۲-۱- تغییر عادت به طور دفعی و ناگهانی: تغییر عادت به طور دفعی و ناگهانی موجب ضعف می‌گردد. توصیه به تغییر تدریجی عادات، از این بابت است (۱۱).

۱۵-۲-۱- کمبود ریح در بدن: در طب سنتی، ریح (باد) لازمه دفع مدفوع و ایجاد باه می‌باشد. از علائم نقص ریح، ضعف بدن، قلت کلام و انکسار و انقطاع صوت است (۱۱).

۲- ضعف عملکردی عضو

هنگامی که عملکرد عضو مختل شود و در اصطلاح طب سنتی، فعل^۱ عضو دچار نقصان گردد، عضو دچار ضعف شده است.

اسبابی که برای ضعف عضو شمرده شده است، عبارتند از: ۱- اسبابی که بر جرم عضو وارد می‌شود؛ ۲- اسبابی که بر روح حامل قوه متصرف در عضو وارد شده است؛ ۳- اسبابی که بر نفس قوه (سوار بر روح) عضو وارد شده است.

۱-۲- اسبابی که از طریق درگیری جرم عضو، موجب

ضعف عملکردی عضو می‌شوند: این اسباب شامل:

۱-۲-۱- استقرار سوءمزاج در عضو (۷): در طب سنتی بیان می‌شود که هر عضو، مزاجی مخصوص دارد که در آن مزاج، می‌تواند بهترین عملکرد را داشته باشد، اگر در عضو، مزاجی غیر از مزاج شایسته خود مستقر گردد و این سوءمزاج استحکام یابد، دیگر آن عضو نمی‌تواند فعل شایسته خود را انجام دهد، در این صورت گفته می‌شود عملکرد عضو دچار ضعف شده است. شایع‌ترین سوءمزاجی که باعث ضعف عضو می‌گردد، سوءمزاج مستحکم بارد (سرد) می‌باشد، زیرا حرارت، لازمه حرکت و انجام فعل است، برخلاف سرما که با حیات منافات دارد. همچنین سرما ایجاد خدر (بی‌حسی) در عضو می‌کند. بدین‌صورت که حرکت روح نفسانی را کاهش می‌دهد و از طرفی با تکثیف (به هم فشردگی) عضو، مانع رسیدن روح

نفسانی (قوه حسی و حرکتی) به عضو می‌گردد. بسیاری از ضعف‌های حرکتی، ناشی از سوءمزاج باردی است که موجب ضعف اندام حرکت شده است. تبرید مزاج عضو، می‌تواند در اثر عدم تحرک عضو (ترک ریاضت)، تجمع خلط سرد و لزج و همچنین سده به وجود آید (۱۵). تجمع ماده رطوبی سرد، یکی از انواع امتلائی عضو در طب سنتی محسوب می‌گردد. در متون، مواردی راجع به ضعف ناشی از امتلا بیان شده است، چنانچه به دنبال امتلائی رأس، ضعف بصر پدید می‌آید. امتلا مانع حرکت روح می‌گردد، چراکه وجود خلط لزج در اعصاب، سده ایجاد می‌کند و همچنین مزاج و قوام روح را تغییر می‌دهد (۱۵).

سوءمزاج حار (گرم) نیز می‌تواند ضعف عضو ایجاد کند که این مسأله، در اثر فساد مزاج روح عضو، اتفاق می‌افتد (روح که حامل قوه است، باید مزاج شایسته خود را داشته باشد). یکی از اسباب ضعف در حالت غشی یا ماندگاری طولانی در حمام گرم، همین سوءمزاج گرم و فساد مزاج روح می‌باشد. سبب ضعف عضو در سوءمزاج یابس (خشک)، عدم نفوذ قوا در عضو می‌باشد، زیرا عضو دچار تکثیف و به هم فشردگی شده است. در سوءمزاج رطب (تر)، عضو دچار رخوت و سستی می‌گردد. به دنبال رطوبت زیاد و سستی عضو، در مسیر حرکت روح و قوه انسداد به وجود می‌آید و عملکرد عضو مختل می‌گردد.

۲-۲-۱- به هم‌ریختگی هیأت و ترکیب عضو (۷): دومین دلیلی که باعث ضعف جرم عضو می‌گردد، تغییرات در هیأت و شکل و ترکیب عضو می‌باشد. در این زمینه مهم‌ترین مثالی که مطرح گردیده است، تهلهل نسج می‌باشد. در این مشکل، الیاف نسج عضو همچون الیاف پارچه کهنه مستعمل از هم گسسته و سست گردیده و قوام و عملکرد خود را از دست می‌دهند و حال آنکه لازمه افعال طبیعی (غیر ارادی) و ارادی عضو، عملکرد صحیح الیاف آن می‌باشد، از جمله این افعال می‌توان به امساک جید (نیکو) اشاره کرد، چه بسا در فردی که به تهلهل نسج دچار شده است، هیچ درد و اذیتی هم نداشته باشد، اما فعل عضو دچار نقصان شده است. در متون طب سنتی به ضعف ناشی از تهلهل نسج عضو، ضعف حقیقی اطلاق می‌گردد. کوچک‌شدن عضو از دیگر علل ضعف عضو

۱. فعل: به معنای کنش می‌باشد. آخرین جزء طبیعیات بوده و حاصل یک یا چند قوه است (۱۹).

همین مسأله باعث ضعف عضو یعنی اختلال عملکرد عضو می‌شود (۷).

۳-۲- اسبابی که از طریق درگیری قوه، موجب ضعف می‌شوند: کثرت افعال و تکرار آن در عضو باعث ضعف قوه عضو می‌شود (۷). استفاده بیش از حد از داروهای ادرارآور که منجر به ضعف کلیه می‌شود، از همین نوع است.

۳- مفهوم خاص و شرکی ضعف

ضعف اعضا گاه ناشی از امراض موجود در خود آن عضو است که ضعف خاص نامیده می‌شود و گاه ناشی از مشارکت عضو با سایر اعضا (شراکت در فعل یا اتصالات یا مجاورت یا محاذات) می‌باشد که ضعف شرکی نامیده می‌شود. به طور مثال ضعف کلیه و آتروفی لحم (بافت) کلیه می‌تواند ضعف بصر (بینایی) داده و حتی با ایجاد بخارات ردیئه در رأس منجر به ضعف دماغ گردد (۱۶).

۳-۱- ضعف سرشتی: وضعی که در اصل خلقت و سرشت عضو یا کل بدن ایجاد شده است.

۳-۱-۱- ضعف سرشتی عضو: در متون طب سنتی آمده است که برخی از اعضا در سرشت خود از سایر اعضا ضعیف‌تر خلق شده‌اند، همانند جلد (پوست) که گفته می‌شود بالطبع ضعیف است و استعداد قبول آنچه از اعضای باطنی مجاور دفع می‌شود را داراست یا لحم غددی که در ناحیه کشاله ران و زیر بغل و پشت گوش وجود دارند، بالطبع ضعیف هستند و به ترتیب محل انصباب فضولات اعضای ریسه کبد، قلب و مغز می‌گردند (۲۰-۱۶). در کتاب «التصریف لمن عجز عن التألیف» بیشترین و قوی‌ترین اسباب در ضعف اعضا را کثرت حرارت و ضعف حس آن‌ها می‌داند که می‌تواند بالطبع یا عرضی باشد (۲۸).

برخی اعضا مانند ریه و دماغ، به علت ساختار رخو و سست خود، رطوباتی که به آن‌ها می‌رسند را سریع می‌پذیرند، یعنی استعداد سریع جذب مواد را دارند، برای همین است که دماغ (مغز) در رأس بدن در بالاترین ارتفاع آفریده شده است تا از آسیب دفعیات اعضا دیگر در امان باشد (۲۰).

در برخی از اعضا مانند رحم که اسفل (پایین‌تر) اعضای دیگرند و در معرض ریختن دفعیات اعضای بالاترند، اگر تدبیر

است. وقتی جرم عضو کاهش می‌یابد، بالتبع عملکرد آن هم کاسته و فعل عضو ضعیف می‌گردد. آتروفی (کوچک‌شدن) عضو می‌تواند به شکل سرشتی و مادرزادی و یا این‌که به دنبال آسیب‌ها و مشکلات بعد از تولد، به طور اکتسابی حاصل شده باشد. تغییر شکل در قفسه سینه به شکل کوچکی و تنگی آن از علل اختلال عملکرد ریه می‌تواند باشد و تنفس را مشکل می‌سازد. یکی از علل ضعف دماغ، کاهش جرم دماغ می‌باشد.

انسداد و تنگی در مجاری عضو که در طب سنتی به نام سده مصطلح گردیده است، جزء بیماری‌های هیأت اعضا محسوب می‌شود و عملکرد عضو را کاهش داده و موجب ضعف می‌گردد (۷).

این نکته قابل ذکر است که ضعف عملکردی عضو به تدریج می‌تواند جرم را دچار نقصان کند و از طرفی گفتیم که کوچکی (صغر) عضو، خودش عامل ضعف عملکردی آن است. به طور مثال صغر (کوچکی) کبد در اثر ضعف عملکردی هضم کبدی به وجود می‌آید (۲۴).

آشکار است که در اعضای که از موضع طبیعی خود خارج شده‌اند، به طور مثال در فتق امعاء، دررفتگی مفاصل یا انخلاع (دررفتگی) مثانه، عضو مربوطه پس از مدت‌ها، می‌تواند دچار ضعف عملکردی گردد (۲۷).

۲-۲- اسبابی که از طریق درگیری روح حامل قوه متصرف در عضو، موجب ضعف می‌شوند: این اسباب شامل:

۲-۲-۱- سوءمزاج روح: وقتی ایجاد می‌شود که مزاج روح از حالت شایسته خود خارج شود. روحی که در شرائین (روح حیوانی) و در وریدها (روح طبیعی) و در اعصاب (روح نفسانی) جاری می‌شود، باید مزاج و قوامی متناسب داشته باشد تا عضوی هم که روح را دریافت می‌کند، بتواند در فعل خود از آن بهره ببرد.

۲-۲-۲- استفراغ و تحلیل روح: این حالت، خاصه، در فرح پیش می‌آید.

۲-۲-۳- استفراغات دیگر رطوبات: به همراه خروج دیگر رطوبات، روح هم می‌تواند از بدن خارج شود، مثلاً به دنبال فصد یا جماع و خروج منی، روح آن عضو هم خارج شود و

لازم در مورد آن‌ها انجام نشود، دچار ضعف می‌شوند. کسی که قلب او بالطبع، ضعیف و مریض باشد، هنگام غضب، حزن و فرح شدید هلاک می‌گردد (۲۹). همچنین مفاصل از جمله اعضای ضعیف بدن و مستعد امراض به حساب می‌آیند (۳۰).

۳-۱- ضعف سرشتی عمومی: صبیان (کودکان) نسبت به سایر سنین، به علت عدم تکامل در اعضای خود، دچار ضعف هستند و در نتیجه مستعد برخی بیماری‌ها می‌باشند (۳۱). شیوخ، به علت ضعف حرارت غریزی، بالطبع ضعیف‌اند (۱۶). برخی اعضا در شیوخ به علت یبوست (خشکی) و صلابت، دچار سوءمزاج و یا تغییر در هیأت و ترکیب می‌شوند. به طور مثال در اثر یبوست و خشکی قرنیه دچار ضعف بصر (چشم) می‌شوند (۱۲).

در طب سنتی، افرادی که به صورت سرشتی ضعیف‌المزاج هستند را مسقام می‌نامند، این افراد به ادنی (کوچک‌ترین) سبب دچار مرض می‌شوند (۳۱)، به طوری که در بحث سن شباب (جوان)، در متون ملاحظه می‌گردد، اگر جوان، بالفطرت ضعیف و علیل نباشد و حرارت غریزه و همچنین کمال مزاج شایسته و قوی از سابق داشته باشد، نهایت سن شباب ۳۰ سال است (۱۶). از این متن چنین برداشت می‌شود که برخی، بالفطرت ضعیف خلق می‌شوند. همچنین بیان شده که اگر در اصل خلقت، بر بدن، آفات کثیری عارض شود، از جمله شکل عضو یا تغییر طبع، اگر در طول حیاتش با کوچک‌ترین آفتی رو به رو گردد، فعل آن اعضا دچار نقصان شده و وی مریض می‌گردد (۷).

نتیجه‌گیری

Fatigue با توجه به یافته‌های مقالاتی که امروزه وجود دارد، می‌تواند با ضعف عمومی در طب سنتی مطابقت داشته باشد. Fatigue یک حالت خود تشخیصی ذهنی است که علائم آن بی‌حالی و فقدان توان فیزیکی و انرژی ذهنی می‌باشد و مانع فعالیت‌های مطلوب می‌گردد، همانند معنای ضعف در مکتب طب سنتی، که ضعف را مقابل قوت دانسته‌اند و قوت را مصدر صدور افعال خوانده‌اند. ضعف عمومی و البته ضعف مخصوص به هر یک از اعضا که در طب جدید از

اصطلاح Fatigue برای آن استفاده می‌گردد، چه در طب جدید و چه در طب سنتی به طور حاد و مزمن اتفاق می‌افتد و باز در هر دو مکتب طب، علت در نوع حاد، اغلب قابل شناسایی است و رفع علت و سبب زمینه‌ای باعث رفع ضعف می‌گردد. آنچه در طب جدید محل چالش است، ضعف همراه با بیماری‌های جدی و ناتوان‌کننده و یا ضعف مزمنی است که علت آن علی‌رغم پاتوفیزیولوژی مفصلی که برای ضعف توضیح داده شده است، ناشناخته می‌باشد. امروزه یکی از راه‌کارهای کنترل ضعف، خصوصاً نوع ایدیوپاتیک و مزمن آن را تقویت سیستم ایمنی می‌دانند. مواردی که برای این منظور پیشنهاد شده است، شامل استفاده از مکمل‌های پروبیوتیک، ویتامین‌هایی چون A، E، D و C و همچنین آنتی‌اکسیدانت‌هایی چون امگا ۳ و روغن ماهی می‌باشد. همچنین در پژوهش‌های اخیر استفاده از ضد افسردگی‌ها و روش‌های شناختی - رفتاری، توصیه می‌گردد (۲). با مطرح شدن اختلالات سیستم ایمنی، به عنوان اتیولوژی Fatigue، تحقیقاتی راجع به تجویز ایمونوگلوبین‌ها، آنتی‌بادی‌های منوکلونال و داروهای آنتی‌ویرال، در جهت کنترل ضعف انجام شده است، اما پروگنوز ضعیف بوده و بهبودی ضعف بیمار، نسبی است (۳۲). در برخورد با ضعف در هر دو مکتب طب، گرفتن شرح حال و انجام معاینات کامل و دقیق، ضروری می‌باشد. بررسی‌های آزمایشگاهی تعریف‌شده‌ای در رویکرد به ضعف در طب جدید وجود دارد. در کنار همه این بررسی‌ها، استفاده از رویکرد طب سنتی به ضعف، می‌تواند باب تازه‌ای در این موضوع، چه از منظر پژوهشی و چه از منظر بالینی بگشاید.

بر اساس طب سنتی ایران، ضعف مقابل قوت است. قوت منشأ صدور افعال است. منشأ قوت، قلب است. قوت بر روح، سوار است و در عضو پذیرنده قوت، فعل می‌کند. اگر روح از لحاظ کمی و کیفی و عضو از لحاظ مزاجی و شکل و قوام از اعتدال صحی مخصوص به خود خارج شوند و یا عضو صادرکننده قوت، یعنی قلب به دلیل وجود آفت در خودش و یا اعضای مجاورش از جمله فم معده و ریه، مؤوف گردد، انواع ضعف با شدت‌های مختلف به طور حاد یا مزمن عارض می‌گردد. پرداختن به نفس و اثرات متقابل آن بر بدن و اعراض نفسانی

در ایجاد ضعف از نکات قابل توجه در مکتب طب سنتی ایران است. از نکات برجسته در این مکتب بحث ریح است که معین افعال در بدن می‌باشد و کمبود آن می‌تواند ضعف با علائم مخصوص به خود ایجاد نماید. کارآمدی و اثربخشی طب سنتی با پرداختن همه‌جانبه به اموری که احوال بدن را تغییر می‌دهد و سته ضروریه نام دارد، در تشخیص و درمان امراض و اعراض از جمله ضعف، بیشتر می‌گردد. از آن جمله اثراتی است که آب و هوا، خوراکی‌ها، فعالیت‌های فیزیکی و نفسانی، خواب و از دست‌دادن خون و مایعات بدن، بر روی ضعف و قوت بدن می‌گذارند و بعضاً در مطالعات جدید بررسی شده‌اند (۳۳).

به نظر می‌رسد رویکرد تلفیقی به مقوله ضعف در زمینه تشخیص، شناسایی اسباب موجب و ارائه راه‌کارهای درمانی و تسکینی در ارتقای کیفیت سلامت بشر گامی مؤثر خواهد بود.

References

1. Najafighezelchah T, Salehzadeh H, Rafiei F. Effectse of massage on fatigue of haurt failures pations. *Orumiyeh Univ Nur and Mid J* 2016; 6(14): 516-525. [Persian]
2. Approach to the adult patient with fatigue. Up-to-Date Web Site. Available at: <https://www.lib.utdo.ir/contents/approach-to-the-adult-patient-with-fatigue>. Updated Apr 10, 2019.
3. Ghanbari A, Shirmohamadi N, Paryad E, Kazemnejad Leile E. Predictors of fatigue in COPD pations. *Shahrood Univ Med Sci J, Knowledge and Helth Q* 2016; 3(11): 25-31. [Persian]
4. Ahmadi Z. Effectse of exercise on fatigue of kemical wounded in action with lunge disease. *WID Med J* 2016; 3(8): 127-133. [Persian]
5. Chunhong LX, Xichuan W, Wuwen F, Haozhou H, Haiyan L, Runchun X, et all. Natural medicines for the treatment of fatigue. *Pharmacological J* 2019; 148: 104409. Doi: 10.1016/j.phrs.2019.104409.
6. Heravi MY. Bahr ol-Javaher. Qom: Jalaloaldin, Instute of Revival of Natural Medicine; 2008. p.134, 248.
7. Ibn-e Sina H. Al-Qanun fi al-Tebb (canun of medicine). Edited by Masoudi A. Tehran: Almaei Library; 2013. Vol.1 p.278, 328, 445, 839 fn.149.
8. Razi Z. Al-Havi. Edited by Taeimi H. Beirut: Dar al-Ehyae al-Torase al-Arabi; 2001. Vol.2 p.193, 293.
9. Razi Z. Al-Havi. Edited by Taeimi H. Beirut: Dar al-Ehyae al-Torase al-Arabi; 2001. Vol.4 p.43, 85.
10. Ibn-e Sina H. Al-Qanun fe al-Tebb (canun of medicine). Edited by Masoudi A. Tehran: Almaei Library; 2013. Vol.2 p.901.
11. Tabari A. In: Ferdous al-Hekmat fi tebb. Edited by Seddighi MZ. Beirut: Dar al-Kotobe al-Elmieh; 2002. ch.22, ch.3 (in Hefz ol-Sehat), ch.7 (in Akhlat).
12. Razi Z. Al-Havi. Edited by Taeimi H. Beirut: Dar al-Ehyae al-Torase al-Arabi; 2001. Vol.3 p.523.
13. Razi Z. Al-Havi. Edited by Taeimi H. Beirut: Dar al-Ehyae al-Torase al-Arabi; 2001. Vol.9 p.189.
14. Ibn-e Sina H. Al-Qanun fi al-Tebb (canun of medicine). Edited by Masoudi A. Tehran: Almaei Library; 2013. Vol.2 p.328 fn.247.
15. Nazem Jahan MA. Exir Azam. Tehran: Iran University of Medical Sciences-Institute of History of Medicine-Islamic and Complementary Medicine; 2008. Vol.1 p.331, 511.
16. Majousi AA. Kamel al-Senaat-e al-Tebbiah. Edited by Mohaghegh M. Qom: Jalaloaldin Instute of Revival of Natural Medicine; 2008. Vol.2 p.28, 314, 367, 439.
17. Aflatoun A, Jalinous C, Afzaloaldin-e Kermani A. Six medical ancient treates. Edited by Beigbabapour Y. Qom: Association of Islamic Resources; 2011. p.132.
18. Razi Z. Al-Havi. Edited by Taeimi H. Beirut: Dar al-Ehyae al-Torase al-Arabi; 2001. Vol.14 p.282.
19. Qarshi AAH. Al-Moujaz fi al-Tebb. Beirut: Dar al-Mahjat; 2002. p.47.
20. Razi Z. Al-Havi. Edited by Taeimi H. Beirut: Dar al-Ehyae al-Torase al-Arabi; 2001. Vol.10 p.239, 395.
21. Nazem E. Medicin and Phylosophy of Natural Sciences. Tehran: Iranian University of Medical Sciences; 2008. p.70.
22. Yaqouti H, Amoli M, Shahribaf J, Ravandi M, Tousi M. Abstract Medical Books. Edited by Nezami M, Rahimi S. No Place. No Name; 2017. Vol.5 p.279.
23. Ibn-e Qarchaghaykhan A. Rivival of Wisdom. Tehran: Ehya-e Ketab, Publication Office of Miras-e Maktoub; 1828. p.4.
24. Razi Z. Al-Havi. Edited by Taeimi H. Beirut: Dar al-Ehyae al-Torase al-Arabi; 2001. Vol.7 p.552.
25. Aqili Khorasani M. Kholasat-o al-Hekmat. Edited by Nazem E. Qom: Esmaelian Publications; 2006. p.216.
26. Majousi AA. Kamel al-Senaat-e al-Tebbiah. Edited by Mohaghegh M. Qom: Jalaloaldin Instute of Revival of Natural Medicine; 2008. Vol.1 p.314.
27. Ibn-e Sina H. Qanoun fi al-Tebb. Beirut: Alaalami Library; 2005. Vol.3 p.383.
28. Zahravi KH. Al-Tasrif Le-man Ajaz-a an al-Taalif. Koveit: Institute of al-Koveit al-Motaghaddam al-Elmi, Office of Seghafat Elmiyeh; 2004. p.948.
29. Galenus C. Galinous Ela Aloughen. Edited by Honain ebn Eshagh. Tehran: Institute of Medical Hystory Studies, Iran University of Medical Sciences; 2008. ch.1, ch.2.
30. Nazem Jahan MA. Exir Azam. Tehran: Iran University of Medical Sciences-Institute of History of Medicine-Islamic and Complementary Medicine; 2008. Vol.2 p.658.
31. Majousi AA. Kamel al-Senaat-e al-Tebbiah. Edited by Mohaghegh M. Qom: Jalaloaldin Instute of Revival of Natural Medicine; 2008. Vol.3 p.56, 73.
32. Treatment of myalgic encephalomyelitis/Chronic fatigue syndrome. Up-to-Date Web Site. Available at:

<https://www.lib.utdo.ir/contents/treatment-of-myalgice-ncephalomyelitis/Chronic-fatigue-syndrome>. Updated June 20, 2019.

33. Stanton BR, Barnes F, Silber E. Sleep and Fattigue in Multiple Sclerosis. *MSJ* 2006; 12(4): 481-486.