

## فشارخون

فشارخون در طب سنتی ناشی از امتلا خون است که می تواند هم از بلغم باشد و هم از دم. وقتی صفرا در تن کاهش پیدا میکند خونرسانی در بدن دچار اشکال میشود پس جهت پیشگیری از بیماری فشار خون باید همواره صفرا در تن به اندازه باشد.

درمان :

الف) سرکه انگبین (دو لیوان عسل + دولیوان عرق نعنا + یک لیوان سرکه انگور طبیعی) شبی ۳/۱ لیوان از شربت ریخته الباقی را آب ریخته یکساعت بعد از شام میل شود.

ب) دوسین (سه واحد عسل + یک واحد سیاه دانه نیم کوب + نیم واحد سرکه انگور طبیعی) از این ترکیب روزی دو قاشق مرباخوری صبح ناشتا و شب موقع خواب میل شود.

ج) ۵ قطره روغن سیاه دانه زیر زبان صبحها

د) حجامت عام ماهی یکبار ۲ الی ۳ مرتبه

\* توجه : طول درمان ۱۲۰ روز می باشد.

\* توجه : ضمنا در دمویها ترک ناهار بسیار موثر است و شتاب درمان را بیشتر می کند. ولی بلغمی ها باید گرمیها را بیشتر و سردیها را کمتر مصرف کنند.

## درمانهای اورژانسی :

الف) بین انگشت شصت و سبابه را ۳ الی ۴ دقیقه فشار دهید.

ب) نوک انگشتان را سوزن می زنید تا چند قطره خون بیاید.

ج) ۱۲ الی ۲۰ عدد سیاه دانه را با دندان بجویید تا فشار سریع کاهش یابد.

د) ترشیها هم مثل سرکه - آبلیمو - آبغوره - آب نارنج و ... در مواقع اورژانسی کمک کننده هستند.

\* توجه : یکی از درمانهای اورژانسی را انجام دهید و اگر به نتیجه نرسیدید راه بعدی را امتحان نمایید.