بسم الله الرحمن الرحیم

بحث بیماری های کلیه را داشتیم

عوارض داروهای شیمیایی که مرتبط با کلیه هست

باید عوارض داروها را بررسی کرد، شاید شکایت یک بیمار مربوط به عوارض داروها باشد نه وجود یک بیماری خاص.

برای آرامبخش و درمان حساسیت

**پرومتازین**

بسیاری از داروهای ضد حساسیت، یکی از عوارضش خواب آوری اش هست که برای درمان از آن دارو استفاده می کنند. و به افرادیکه اضطراب دارند و خواب خوبی ندارند، استفاده می شود.

در درمان انزال زودرس هم از این دارو استفاده می شود و آن بخاطر عارضه جانبی آن است.

هر دارویی در کنار درمانش، عارضه جانبی هم دارد.

روانپزشکان به خیلی از بیماران اینچنینی، از این داروهای آرامبخش استفاده می کنند تا از عوارض جانبی اش استفاده کنند.

برای تب یونجه، کهیر، سرگیجه، حالت تهوع، اختلالات گوش میانی استفاده می شود.

**از عوارض اولیه این دارو، دفع سخت ادرار است.**

وقتی به بیمار کلیه و مجاری ادرار مراجعه می کند، اگر از داروهای شیمیایی اش سوال نپرسد، نمی فهمد که علت این مشکل دفع ادرار بخاطر خوردن داروی پرومتازین است.

پس بیمار ممکن است بخاطر خارش بدن، پرومتازین بخورد ولی مشکل دفع ادرار پیدا می کند.

دکتری که مهارت نداشته باشد، ممکن است مشکوک به پروستات یا دیگر بیماری های کلیه و مجاری ادرار شود.

**دیازِپام**

عضلات بدن را شل کرده و باعث ایجاد آرامش و خواب در شخص می شود.

یکی از دلائل بروز بی خوابی، تشنجات عصبی است. فشارهای روحی و روانی اثرش اینست که بدنش منقبض می شود. مثل اینکه شخص عصبانی می شود، دندان هایش را بهم فشار می دهد. بعضا در طول شب تا صبح در حالت خواب به اینصورت هست و صبح که بیدار می شود، فک او درد می گیرد.

اینکه می گویند مایعات گرم یا دوش آب گرم یا داروهای آرامبخش اعصاب بخور بخاطر اینست که منجر به شل شدن اعضاء می شود.

در تسکین اضطراب، اختلالات خواب (که انواع و اقسام دارد. مثلا در ابتدا به راحتی خوابش نمی برد. گاهی در ابتدا خواب می رود ولی دو ساعت بعدش بیدار می شود ودیگر نمی تواند بخوابد. دیگر اینکه موج سینوسی پیدا می کند. یعنی هر یکی دو ساعت بیدار می شود، دوباره می خوابد و همینطور. یک نوع دیگر اختلال خواب اینست که به راحتی در ابتدا می خوابد ولی در آخر نمی تواند بیدار شود و همینطور می خواهد بخواهد. یک نوع دیگرش اینست که در ابتدا می خوابد، سپس بعد از دو ساعت بیدار می شود و دیگر نمی تواند بخوابد ولی در طول روز خوابش می برد. یک نوع دیگرش بطور کل شب نمی تواند بخوابد و در طول روز می خوابد. بحث انقباضات عضلانی در اختلالات خواب موثر است.

اختلالات هراس : دچار ترس موردی می شود. مثلا رفتن روی بالکن، ارتفاع، ترس از خفه شدن، رفتن در آسانسور، هواپیما، نمی تواند در جمع صحبت کند، در کلاس و موارد دیگر

اثر ضد تشنجی ملایم و شل کننده عضلات هم دارد. مثلا شخص با کمردرد مراجعه می کند، پزشک تشخصی می دهد که گرفتگی عضلات دارد، لذا با تجویز این دارو بهتر می شود.

**از عوارض این دارو، احتباس ادرار است.**

واکنش های عصبی منجر می شود که این اتفاق بیافتد.

وقتی این حالت پیش می آید یعنی این دارو به این شخص ناسازگاری دارد و نباید تجویز کرد.

**هم در داروی گیاهی و هم شیمیایی وقتی بدن واکنش نشان دارد، نباید دیگر تجویز کرد.**

**بدن هوشمند است و با انسان حرف می زند. وقتی بدن در هر دارویی واکنش نشان داد و یا حساسیت آلرژی نشان داد، باید دارو را عوض کرد.**

نقاطی در کف دست و پاها وجود دارد که با تحریک یا ماساژ یا تدهین موجب فرمان دادن به مغز می شود که فلان عضو مشکل دارد و خود بدن شروع می کند به درمان

قوه مدبّره همین است که خودش شروع می کند به ترمیم. مساله مهم اینست که ما موادی که بدن لازم دارد را در اختیار بدن بگذاریم. در اینصورت قوه مدبره خودش، شروع می کند به ترمیم.

در قطع اعضاء مطلب مهمی است: که حتی بدن می تواند خودش، عضو قطع شده اش را ترمیم کند.

از دیدن حیوانات به این نتیجه رسیدند. که بسیاری از حیوانات عضوی از بدنشان قطع شده، و بعد از چند سال می دیدند که دوباره آن عضو سالم شده است.

**داروی مِپِریدین**

داروی ضد درد و کمک به بیهوشی

**مجموعه داروهای بیهوشی عوارض احتباس ادرار و سختی دفع ادرار را دارند**

افرادیکه عمل جراحی انجام می دهند، معمولا مشکل دفع ادرار را دارند.

از جهت طب سنتی، این داروها، عضو را سرد کرده است و موجب احتباس ادرار می شود.

باید چند روز تحمل کنند

در طب جدید اگر خیلی شدید باشد و آزار دهنده باشد، سون می زنند تا تخلیه ادرار شود.

حجامت موجب سردی بیشتر و بدتر می شود. ولی با بادکش می شود عضو را گرم کرد.

یا با تدهین روغن های طبع گرم، مشکل برطرف می شود. و بهترینش روغن زنجبیل و مصرف سیاهدانه هست که موجب گرم شدن آن قسمت شده و مشکل احتباس ادرار برطرف می شود.

**ترکیبات متادون**

برای ترک وابستگی به مواد مخدر خصوصا تریاک و مشتقاتش استفاده می شود.

اُپیونی ها، مشتقات تریاک هستند که متادون برای درمان آنها هم استفاده می شود.

عصاره تریاک با دوز مشخصی از ماده آرامبخش در آن است. از مکانیسم کاهش تدریجی مواد مخدر استفاده می کنند. چون تریاکی که شخص استفاده می کند، چون خالص نیز و مواد افزودنی به آن اضافه می شود لذا اندازه اصلی این ماده مشخص نیست.

بعضی از افراد این تریاک را می خورند که فاجعه پیش می آید.

از متادون در درد زایمان طبیعی هم بعضا استفاده می کنند. بصورت تزریقی

**از شایع ترین عارضه های ادراری این دارو، سخت ادرار کردن هست. قطره قطره آمدن**

**استازولامید**

طب جدید می گوید برای کاهش فشار چشم باید از این دارو استفاده کرد.

در درمان آب سیاه ثانویه، درمان و کنترل حملات صرع کوچک و بعضا صرع بزرگ،

**عوارضش: ایجاد سنگ های کلیه و احتباس ادرار**

**کاربامازِپین**

در روانپزشکی در درمان بیماری های صرع استفاده می شود.

درد عصب سه قولو و پیشگیری از بروز حملات نوعی از جنون به همراه افسردگی استفاده می شود.

رازی قویترین شخصی است که در طب سنتی، کارهای بالینی انجام داده است. هیچ حکیم دیگری به اندازه ی ایشان، کارهای بالینی انجام نداده است. مرحوم شیخ الرئیس کارهای پایه ای و مبنایی خوبی انجام داده است و کمتر حکیمی کارهای علمی و فلسفی در طب را مثل بوعلی انجام داده است.

**عوارضش: تکرر ادرار است.**

سختی در ادرار هم ممکن است پیش بیاید.

**توپیرامات**

برای حملات تشنجی که در کل بدن می تواند رخ دهد.

در سندروم های صرعی و انواع حملات تشنجی بخصوص در کودکان، حملات اکسیزوفرمی، افسردگی و در اختلالات خوردن استفاده می شود.

**عوارض دارویی اش، ایجاد سنگ های کلیوی و عوارض ادراری به شکل عدم کنترل ادرار و دفع ادرار مکرر و در مواقعی ایجاد احتباس ادراری**

**لِئودوپا**

داروی اختصاصی پارکینسون

**عوارض ادراری می دهد و ادرار را کدر می کند**

**کووان فرینکو**

مصرفش محدود است و در موارد خاصی استفاده می شود. آنتی بیوتیک بسیار قوی و سمی هست. با طیف گسترده از انواع عفونت های مخاطره آمیز مواجهه می کند. در عفونت های آنفلونزا هم استفاده می شود. البته الان در طب جدید کمتر استفاده و تجویز می شود.

در تب تیفوئید از این دارو استفاده می شود. در بعضی از بیماری های آمیزشی استفاده می شود . به دلیل سمیت زیاد این دارو، مصرفش بسیار محدود است. حتی در کتب جدید تاکید کرده اند که خیلی استفاده نشود.

**یکی از عوارضش احتباس ادرار و وجود خون در ادرار است.**

**سولفاسالازین**

از دسته داروهای گوارشی است و برای پیشگیری و درمان التهاب روده استفاده می شود.

ایجاد سندروم نفروتیک می کند که بسیار خطرناک است. در طب جدید درمانش بسیار دشوار است و معمولا ترکیبات کورتون می دهند که خیلی هم موفق نیست. کلیه ها از کار می افتد. مجبور می شوند که پیوند کلیه بدهند.

**عوارض ادراری مثل احتباس و مشکل در دفع ادرار ایجاد می کند.**

**وانکومایسین**

عمدتا در التهاب و عفونت عضله قلب به کار برده می شود. همچنین عفونت های بسیار جدی ناشی از باکتری های گرم مثبت باشند. که مقاوم به پلی سلین باشند و پلیسلین نتواند آن را از بین ببرد، از این دارو استفاده می شود.

از عوارضش نارسایی کلیه و نفریت (ورم و التهاب) کلیه

کلا مصرف آنتی بیوتیک ها، عوارض کلیوی و کبدی می دهند.

لذا توصیه می شود که با آب زیاد مصرف شوند. تا در کلیه نماند و آسیب به نفروم کلیه نزند.

**کلومیپرامین**

برای درمان افسردگی و وسواس استفاده می شود.

**از عوارض کلیوی آن، سختی دفع ادرار است.**

**ایمی پرامین**

شایع ترین داروی درمان ضد افسردگی است.

**که می تواند احتباس ادراری ایجاد کند**

**کلسیوم کلراید**

برای قلب است. برای کارکرد درست و صحیح عضله قلب نیاز به سدیم، پتاسیم، فسفر، کلسیوم و املاح اینچنینی داریم. برای وضعیت قلب معمولا این موارد را اندازه می گیرند تا بتوانند بیماری قلب را بهتر تشخیص دهند.

در کاهش شدید کلسیوم از این دارو استفاده می شود. و در مسمومیت با منیزیوم. منیزیوم یک فلز سنگین است که ایجاد مسمومیت می کند.

**عوارضش: ایجاد سنگ های کلیوی است.**

**دیفِن هیدرامین**

برای تسکین سرفه و رفع علائم احتقانی در بینی، گلو و ریه استفاده می شود.

انقباضات نایژه ها در دستگاه تنفسی که از عوارض هیستامین باشد، را برطرف می کند.

**عوارضش: اختلال در عملکرد کلیه**

**کلرپرومازین**

یکی از داروهای روانپزشکی است که در بیماری های جنون، رفع هیجانات شدید، اختلالات روانی حرکتی، سکسکه شدید،

**عوارضش: اشکال در دفع ادرار است.**

بطور کل موارد گفته شده در تعدادی از بیماران این اختلالات ایجاد می شود. ولی لزوما در تمام بیماران، این داروها، این عوارض را ندارند. پس برای افرادیکه با این شکایت ها مراجعه می کنند باید از داروی شیمیایی آن ها پرسید که اگر از عوارض دارو هست، دارو را عوض کرد.

**فِلوفنازین**

از دسته داروهای روانپزشکی است.

در درمان اسکیزوفرنی، درمان کوتاه مدت هیجانات شدید، اضطرابات شدید، رفتارهای ناگهانی خیلی شدید

**عوارض: احتباس ادراری**

**پِرفنازین**

داروی پرمصرف در روانشناسی است

مانیا، [اسکیزوفرنی](https://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D8%B3%DA%A9%DB%8C%D8%B2%D9%88%D9%81%D8%B1%D9%86%DB%8C)، تحریکات روانی حرکتی، هیجانات و تحریکات رفتاری، استفراغ و تهوع خیلی شدید از این دارو استفاده می شود.

**عوارضش: احتباس ادرار است.**

**سیس پلاتین**

در سرطان مثانه، تخمدان، بیضه، سرطان فوق کلیه، سرطان پستان، سرطان رحم، سرطان های گوارشی، ریه، پروستات و بعضی از انواع سرطان های توده ای و توموری استفاده می شود.

در آنکلوژی بسیار پر مصرف است.

داروی شیمی درمانی است.

داروهای شیمی درمانی ، سم هستند که وارد بدن می کنند تا توده را از بین ببرد. لذا سلول های سالم را هم از بین می برد. این سم از طریق کلیه و کبد باید دفع شود. لذا به شدت در کلیه و کبد مسمومیت ایجاد می کند.

**عوارضش: مسمومیت کلیه است.**

لذا با سمی شدن کلیه، درمان سرطان سخت تر می شود.

خیلی از موارد، شخص در اثر مصرف داروهای شیمی درمانی از بین می رود نه در اثر سرطان.

شخص دیگر تحمل داروهای شیمی درمانی را ندارد.

وقتی کل بدن مسموم شد و در حال تخریب بود، اولین تخریب در سلول های خونی است. به شدت میزان گلبول های قرمز کاهش پیدا می کند. گلبول سفید به شدت افت پیدا می کند. شخص با یک سرماخوردگی ساده از بین می رود. پلاکت ها به شدت کاهش پیدا می کند. با یک خراش کوچک ممکن است در اثر شدت خونریزی از بین می رود.

هیچ نوع اعمال یداوی برای این بیمار نباید استفاده کرد.

باید جلوی تخریب گلبول سفید و قرمز گرفته شود که به داد بیمار برسیم.

درمان سرطان را رها کنید، عوارض شیمی درمانی بیمار را می کشد.

باید چه کار کرد که شیمی درمانی، گلبول های سفید و قرمز را از بین نبرد و چه کنیم که تعداد اینها افزایش پیدا کند.

این سیس پلاتین که یک داروی شیمی درمانی برای انواع سرطان ها استفاده می شود، ایجاد سمیت کبدی و کلیوی می کند. و موجب از بین رفتن کارکرد کلیه ها به مرور می شود.

**اثر دیگرش اینست که اسید اوریکش به شدت بالا می رود.**

علتش مصرف سیسپلاتین است. خود دردهای اسید اوریکی اش یک ماجرا هست. انگشت شصت پایش آنقدر درد دارد که حتی جریان هوا وقتی به آن اصابت می کند درد دارد.

**پرازوسین**

یک داروی فشار خونی است.

**اولین عارضه اش: تکرر ادرار و سپس بی اختیاری ادرار است.**

در مجموعه داروهای کاهش دهنده فشار خون، ناتوانی جنسی وجود دارد.

**دِگزامتازون**

در نارسایی کارکرد غده فوق کلیه استفاده می شود.

درمان علامتی اختلالات التهابی است. هر جای بدن که دچار التهاب شده باشد، برای واکنش های آلرژیک از این دارو استفاده می کنند. وقتی شخص دچار یک سرماخوردگی شدید می شود، واکنشات آلرژیک و التهابی را کم می کند. دگزامتازون، بتامتازون تماما از دسته داروهای کورتونی هستند.

طیف وسیعی دارد

در اِدم مغزی، شوک بیماری های روماتیسمی، سرکوب کردن دستگاه ایمنی بدن،

در بعضی از موارد مثل پیوندها. مثلا اگر پیوند کلیه انجام داده، اولین کاری که می کنند اینست که دستگاه ایمنی بدن را ضعیف می کنند تا کلیه جدید را عامل بیماری و خارجی نشناسد و به آن حمله نکند.

یا در بعضی بیماری ها (بیماری های دستگاه ایمنی بدن) خودش به بعضی از اعضاء بدن حمله می کند. در اینجا این دستگاه را ضعیف می کنند تا نتواند حمله کند.

سیستم بدنی انسان هوشمند است. چطور می شود که زکاوتش را از دست می دهد و دیوانه می شود. عضو خود بدن را به عنوان دشمن می شناسد و حمله می کند تا از بین برود. مثلا تمام ستون فقرات را تخریب می کند و از بین می برد. لذا چون ما نمی توانیم به او بفهمانیم، تیر و تفنگ را از او می گیریم و او را ضعیف می کنیم و او را سرد می کنیم تا یک گوشه ای بیافتد و دیگر حمله نکند.

**عوارضش: پر ادراری و تکرر ادرار**

گاهی موقع افراد با بیماری دیابت اشتباه می گیرند.

**بطور کل مصرف داروهای از دسته کورتون، عوارض ادراری می دهد.**

**بیماری سندروم نفروتیک**

در ادرار یک شخص سالم،

پروتئین در ادرار نباید باشد، اگر وجود داشت یعنی کلیه کار خودش را به خوبی نمی تواند انجام دهد. می گویند که کلیه دفع پروتئین دارد که خیلی خطرناک است.

اندازه ملکول های پروتئین درشت هست لذا نباید وارد مراحل ادرار شود ، لذا در مراحل تصفیه باید دوباره برگردد به خون و سلول ها تغذیه برساند.

گلو... توان تصفیه ندارد. یک فیلتری که باید باشد و مثلا سم ها در مجرای ادرار برود و مواد لازم خون دوباره برگردد به خون انجام نمی شود. سوراخ ها و فیلترها گشاد می شود و همه مواد از جمله پروتئین را رد می کند. اعضاء مختلف بدن دچار آسیب می شوند چون مواد تغذیه ای به آن ها نمی رسد.

گرفتگی عروق کرونری هم اینست که وقت قلب کار می کند، نیاز به اکسیژن و قند و جریان خون دارد که سلول های قلب را تغذیه کنند. لذا یک قسمتی از بافت قلب از بین می رود. این رگی که می خواسته تغذیه کند، تنگ شده است. در گرفتگی عروق قلبی لزوما می تواند رسوب چربی هم در رگ نباشد ولی بازهم این اتفاق بیافتد. در آنژیوگرافی هم گرفتگی نمی بینند و چربی هم ندارد ولی علائم گرفتگی را هم دارد.

پروتئین وقتی از طریق کلیه و مجاری ادرار دفع شد، یعنی کلیه آسیب جدی دیده که کارایی خودش را از دست داده است.

 کار کلیه این بود که تصفیه کند و مواد سالم را به خون برگرداند.

اگر کارکرد کلیه به مشکل بربخورد، اولین علامتش، احتباس آب بدن است.

هر وقت دیدید که احتباس آب در بدن اتفاق افتد، اولین عضوی که شک کنید، کلیه می باشد.

در طب جدید ترکیبات دیورتین می دهند که دفع ادرار را زیاد کند و آب از بدن شخص تخلیه شود.

در طب سنتی هم ما سیاهدانه می دهیم. داروهای مدر می دهیم که حجم ادرار افزایش پیدا می کند و آب تجمع یافته کاهش پیدا می کند.

سندروم نفروتیک: زمانیکه کلیه ها توان برگرداندن پروتئین به خون را از دست بدهند.

علتش: شایعترینش بیماری گلونفروتیک است

عواملش: دیابت

خود دیابت مشکلی ندارد. بیمار دیابتی تا زمانیکه آزمایش ندهد، خودش نمی فهمد.

یکی از عوارض دیابت، آسیب به کلیه ها می باشد.

مشکلات عروقی ایجاد می کند و خونریزی در کلیه و شبکیه می دهد. عدم خونرسانی خوب به قلب و کلیه ها اتفاق می افتد و دچار بیماری جدی در عروق بدن می کند. خونرسانی را مختل می کند. مشکل در کبد ایجاد می کند. یکی از چیزهایی که می تواند آسیب جدی به کلیه بزند، بیماری دیابت است.

و عفونت هایی در اعضاء دیگر بدن. مثل هپاتیت بی. این بیماری از دسته بیماری های عفونی ویروسی است.

گاهی اوقات تجمع غیرطبیعی پروتئین در بعضی اعضاء بدن اتفاق می افتد که به آن «آمیلوایلوز» می گویند. که می تواند ایجاد سندروم نفروتیک کند.

داروهای متعدد شیمیایی هم می تواند موجب این بیماری شود.

مصرف بعضی داروهای شیمی درمانی نیز می تواند اینچنین کند.

و بعضی بیماری های دستگاه ایمنی بدن که حمله می کند به قسمت های مختلف بدن از جمله کلیه.

ما در طب سنتی هم باید علائم درمانی نکنیم. مثلا درد مفصل زانو دارد، باید عامل بیماری را درمان کرد نه فقط روغن مالی. اصالت طب سنتی به درمان ریشه ای هست نه علامتی

در طب سنتی نمی خواهیم تغییر دستی ایجاد کنیم، بلکه باید تشخیص دهیم که چه عواملی موجب شده و مواد مورد نیاز را در اختیار بدن قرار دهیم، خون بدن، خودش را ترمیم می کند.

داروهایی داریم که دستگاه ایمنی را قوی یا ضعیف کند. ولی ما این کار را نمی کنیم.

دستگاه ایمنی هوشمندی خودش را از دست داده، و ما باید این هوشمندی را برگردانیم.

در بیماری های اوتیمیون (دستگاه ایمنی)، حجامت یکی از درمان های خوب است که این هوشمندی را تقویت می کند. البته باید تشخیص داد که در کدام مرحله بادکش و کدام مرحله حجامت باشد.

ما مواردی داشتیم که بدن کمبودی نداشت و نیازی به چیزی نداشت، با یک بادکش ملایم و سه نوبت حجامت ملایم، دستگاه ایمنی اش خوب شد. و خود بدن شروع می کند به بازسازی همان عضوی که تخریب کرده بود.

علائم سندروم نفروتیک:

وجود پروتئین در ادرار (که در آزمایش ادرار ساده نشان می دهد)

ادرارش بسیار کف آلود است.

حجم ادرارش کم می شود.

پف آلود شدن صورت و ورم دور چشم که در اثر تجمع آب است.

تنگی نفس

از دست دادن اشتهاء به غذا

کاهش وزن

متورم شدن ناحیه شکم

این علائم مشترک بین سندروم نفروتیک و بعضی بیماری های دیگر در کلیه و کبد هست که تشخیص افتراقی می خواهد.

اگر هر کسی یک یا چند مورد از موارد بالا را داشته باشد، لزوما این سندروم را ندارد و نیاز به بررسی و راه های تشخیصی دارد.

که در طب سنتی بسیار قدرتمند است.

در آزمایش ادرار هیچ باکتری ای نباید در آن باشد، چون ادرار استریل است. اگر باشد، یعنی عفونت وارد شده است.

کار کلیه فقط دفع سموم بدن است نه مایحتاج بدن.

لذا اگر در کلیه پروتئین بود یعنی کارکرد کلیه دچار مشکل شده است.

مواد غذایی وارد شهر می شود ولی به دریا ریخته می شود و لذا مردم گرسنه می مانند. (پروتئین و مواد غذایی وارد بدن می شود ولی از طریق دریای ادرار دفع می شود و به اندام ها غذایی نمی رسد)

**درمان سندروم نفروتیک**

**ـ گزنه**

در طبیعت داروهای گیاهی داریم. بعضی افراد داروی مفرد استفاده می کنند. خداوند کار یکبار مصرف نکرده و نمی کند. حکمت الهی این اقتضاء را ندارد. پس یک گیاه را آفریده ولی خواص متعدد و درمان بیماری های متعدد در آن قرار داده است.

از گزنه غافل نشوید.

گزنه در درمان کاهش قند، بیماری سندروم نفروتیک (به همراه عسل خوب)، در کم خونی (بشرطیکه دم کرده و با شیره انگور بخورند)، درمان انواع عفونت ها در دستگاه ادراری و گوارش، در رفع هیلیکوباکتری (عامل زخم اثناعشر)، مفید است.

با همین گزنه بسیاری از بیماری ها را می توان درمان کرد.

**درمان کم خونی**

**1 . یک قاشق غذاخوری گزنه با یک لیوان آب جوش یک ربع مثل چایی دم کرده و با شیره انگور روزی دو الی سه بار انجام دهد. تا 14 روز**

**2 . سه تا 5 عدد خرما با یک لیوان آب جوش**

**3 . یک لیوان آب سیب هم هر روز بخورد.**

حجم و قطر گلبول قرمز در تفسیر آزمایش معنا پیدا می کنند. بعد می فهمند که آیا کم خونی فقر آهن یا فولیک اسید یا داسی شکل یا بیماری های دیگر خونی است. بر آن اساس داروهایش فرق می کند. ولی در مجموعه تمام این موارد، گزنه مفید است.

**یک درمان کلیدی و پایه ای در مجموعه عفونت های بدن و هم اختصاصی کلیه و مجاری ادرار داریم:**

**شربت آبلیمو عسل**

**سیر**

**سیاهدانه عسل**