

20. Khouri NA, El-Akawi Z. Antiandrogenic activity of *Ruta graveolens* L. in male Albino rats with emphasis on sexual and aggressive behavior. *Neuro Endocrinol lett* 2005;26(6): 823-9.
21. Ahmadi A, Nasirizadeh F, Parivar K. Effect of aqueous extract of the aerial part of the *Ruta graveolens* on the spermatogenesis of immature balb/c mice. *Razi J Med Sci (J Iran Univ Med Sci)* 2007; 14(56): 13-20. [Farsi]
22. Sailani MR, Moeini H. Effect of *Ruta graveolens* and *Cannabis sativa* alcoholic extract on spermatogenesis in the adult wistar male rats. *Indian J Urol* 2007; 23(3): 257-60.

بررسی اثر انجیر بر قوای قلبی-دماغی در کتب روایی و طب سنتی ایران

فاطمه نوجوان^{الف}، مژده پورحسینی^{ب*}

^{الف} استادیار، دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران
^{ب*} دانشجوی دکتری تخصصی طب سنتی، دانشکده طب سنتی، دانشگاه علوم پزشکی قم، ایران

چکیده

سابقه و هدف: یکی از میوه‌هایی که در قرآن کریم بدان قسم یاد شده انجیر است و این دلیل برتری خاصی است که در این میوه نهفته است. در این مقاله قصد بررسی اثرات دوائی انجیر در بیماری‌های دماغی و تغییرات قوای قلبی و نفسانی را داریم. درباره آثار درمانی انجیر آنچه بسیار شنیده شده است اثراتی چون گرمابخشی، چاق‌کنندگی، لینت‌بخشی و ضد التهاب مجاری تنفسی است. اما آنچه کمتر درباره آن شنیده ایم اثر درمانی ویژه‌ای است که انجیر بر قوای قلبی-دماغی دارد.

مواد و روش‌ها: در متون معتبر طب سنتی و کتب روایی و سایتهای معتبر علمی، جستجوی مرتبط با اثرات انجیر بر سیستم عصبی و قلبی انجام شد. مطالب جمع‌آوری شده بعد از مقابله دقیق اطلاعات با یکدیگر، دسته‌بندی، بازنویسی و در قالب این مقاله مروری نوشته شد.

یافته‌ها: رسول خدا (ص) می‌فرماید که مصرف طولانی انجیر عامل رقت قلب است. در کتب طب سنتی انجیر بعنوان کاهش دهنده استعداد بروز خشم و خنک‌کننده دل، و همچنین عامل زیاد کردن عقل و جوهر دماغ معرفی شده است و برای صرع و جنون و وسواس مصرف انجیر مفید است. در تحقیقات جدید با غنی‌سازی رژیم غذایی با انجیر در بیماری‌های الزایمر به اصلاح و تعدیل اکسیداتیو استرس پرداختند و افزایش یادگیری و ارتقاء سطح حافظه را به میزان چشم‌گیری نتیجه گرفتند. همچنین اصلاح فعالیت Na K ATPase و استیل کولین استراز در مغز در درمان با انجیر حاصل شد.

یافته‌ها: مصرف انجیر در تصفیه و پاکسازی روح و قوای دماغی- قلبی نقش دارد. در بیماریهایی چون جنون، وسواس، صرع میتواند موثر باشد. اثرات کاهش غضب و ایجاد احساس فرح در قلب محتمل است. احتمال افزایش جوهر دماغ و توانایی عقلی مطرح است.

کلیدواژه‌ها: انجیر، طب سنتی ایران، قلب، عقل، دماغ.

تاریخ دریافت: فروردین ۹۵

تاریخ پذیرش: آذر ۹۵

مقدمه:

تاکید قرار گرفته است و به عبارتی علاوه بر خواص دارویی که در این میوه - همچون سایر میوه‌ها - وجود دارد، از خواص غذایی آن نیز در تغذیه بدن و بدل ما يتحلل می‌توان بهره برد.

پس دو دریچه مجزا به سوی تحقیقات درباره انجیر گشوده میشود یکی بررسی خواص غذایی انجیر و دیگری مطالعه و تحقیق درباره آثار درمانی آن.

منظور از این مقاله، تعیین اثرات دوائی انجیر و تغییرات قوای قلبی و نفسانی است که هم در روایات اسلامی بدان اشاره شده است و هم به تفصیل در کتب دارویی و مفردات طب سنتی ایران مورد بحث و بررسی قرار گرفته است.

یکی از میوه‌هایی که در قرآن کریم بدان قسم یاد شده است انجیر است (۱) و این نشان افتخار و دلیل برتری خاصی است که در این میوه نهفته است.

بی‌شک دلایلی برای گزینش این میوه در میان انبوهی از گیاهان از جانب وحی وجود داشته است که ما را به مطالعه و تحقیق بیشتر پیرامون آن ترغیب می‌کند. خصوصاً که در کلام حضرت امام رضا (ع) انجیر بعنوان شبیه‌ترین اشیاء به میوه‌های بهشتی معرفی می‌گردد. (۲)

انجیر از معدود میوه‌هایی است که بسیار شبیه غذاست و این مهم هم در منابع روایی (۳) و هم کتب طب سنتی (۴) مورد

مواد و روش‌ها:

مطالعه حاضر یک مطالعه مروری- توصیفی است که در آن ابتدا متون معتبر طب سنتی مانند: مخزن الادویه، الشامل فی الصناعاته الطبییه، تحفه المومنین و قانون فی الطب و کتب روایی: بحارالانوار، وافی، طب النبوی، موسوعه طب الائمه و دانشنامه احادیث پزشکی مورد مطالعه قرار گرفتند.

و در سایتهای معتبر علمی چون: scopus، pubmed، googlescholar جستجوی مقالات مرتبط با اثرات انجیر بر سیستم عصبی انجام شد. پس از جمع آوری اطلاعات مورد نیاز و مقابله دقیق این مطالب با یکدیگر نتایج زیر حاصل آمد.

یافته‌ها:

معرفی انجیر در منابع علمی

انجیر با نام علمی *ficus carica L.* یک نهنج گوشتی و توخالی می‌باشد که درون آن گل‌های ریز متعددی قرار دارد که هیچگاه در معرض نور خورشید قرار نمی‌گیرند. با این وجود کاملاً نمو کرده و دانه تولید می‌کنند.

هنگام رسیدن انجیر نهنج متورم شده و میوه‌های تک دانه که درون آن قرار دارند به بلوغ می‌رسند و همه در کنار هم شکل یک میوه واحد قهوه‌ای - بنفش بنام انجیر را نمایش می‌دهند.

انجیر حاوی ترکیبات فورانوکومارین شامل پسورالن و برگاپتن و حاوی مونوساکاریدها و الیگوساکاریدهاست که ۵۰٪ این میوه را تشکیل می‌دهند.

همچنین انجیر دارای موسیلاژ، پکتین و اسیدهای میوه شامل اسید سیتریک و اسید مالیک می‌باشد (۵).

مواد غذایی موجود در صد گرم انجیر رسیده و تازه در جدول زیر آمده است:

در ۱۰۰ گرم انجیر رسیده و تازه مواد زیر موجود است:

انرژی	۸۰ کالری
مواد قندی	۴ گرم
پروتئین	۱/۵ گرم

چربی	۰/۵ گرم
کلسیم	۲۰ گرم
فسفر	۵۵ میلی گرم
سدیم	۳۵ میلی گرم
پتاسیم	۶۵ میلی گرم
ویتامین A	۸۰ واحد
ویتامین ب ۱	۰/۲ میلی گرم
ویتامین ب ۳	۰/۷ میلی گرم
ویتامین ث	۲ میلی گرم
ویتامین ث	۲۵ میلی گرم

اثرات درمانی انجیر در کتب روایی و طب سنتی

درباره آثار درمانی انجیر آنچه بسیار شنیده شده است اثراتی چون حرارت زایی، چاق‌کنندگی، لینت بخشی، ضد التهاب مجاری تنفسی، تقویت هاضمه، افزایش نیروی جنسی، تقویت کبد، استحکام استخوانی، ضد درد، تقویت رویش مو، خوشبویی دهان، ضد نقرص و ضد بواسیر است. این‌ها آثار سلامتی بخشی است که در مقالات متعددی مورد مطالعه قرار گرفته‌اند.

اما آنچه کمتر درباره آن شنیده ایم اثر درمانی ویژه ای است که انجیر بر قوای قلبی - دماغی دارد.

انجیر و قوای قلبی - دماغی در روایات اسلامی

در روایات طبی درباره انجیر یک روایت از رسول خدا (ص) وجود دارد که مصرف طولانی انجیر را عامل رقت قلب معرفی می‌نماید.

"من أراد أن یرق قلبه فلیدمن من أكل البلس و هو التین." (۶)

در اصطلاح قرآنی به روح لطیف انسانی، که با تعلق به قلب جسمانی، سلطه خود را در بدن انسان اجراء می‌کند، قلب گویند؛ که از آن به نفس ناطقه نیز تعبیر می‌گردد. پس چون این قسمت از بدن انسان مرکز تحولات مختلف روحی است، آن را «قلب» نامیده‌اند. (۷)

و حیوانی می‌آمیزند. وسلامت ارواح و قوای دماغی و قلبی بیشتر حفظ می‌شود و جوهر روح نفسانی و حیوانی چون صاف و پاک باقی ماند به طبع آن ذهن سالم می‌ماند و تمام بیماریهایی که بر شمردیم - جنون و وسواس و مالیخولیا - از این پاکی روح و ذهن منتفع می‌گردند.

حتی بعید نیست که انجیر را نوعی از ادویه و اغذیه مفرح بنامیم زیرا با تصفیه روح حیوانی در قلب ارتباط نزدیک دارد و به همین دلیل است که در بین اطبا مشهور گشته است که انجیر غضب را فرو می‌نشانند و تسکین می‌دهد.

همچنین درباره بیماری صرع نیز باید گفت که ماده ایجاد کننده آن (ریاح تحریک کننده اعصاب) اند و این ریاح نیز از ابنخیره دخانه حادث میشوند و هرگاه این بخارات موذی بیشتر دفع گردند و نفوذشان به دماغ کاهش یابد تولد ریاح در راس کمتر می‌شود و بخاطر این کاهش ماده مرض، وقوع آن نیز کاهش می‌یابد.

اثر انجیر بر قوای دماغی در تحقیقات جدید

در سال ۲۰۱۴-۲۰۱۵ مصطفی محمد اسما و همکاران در تحقیقی اثرات انار و انجیر و خرما را بر کاهش التهاب اعصاب neuroinflammation مورد بررسی قرار دادند و به این نتیجه رسیدند که با تغییر رژیم غذایی و افزایش انجیر و انار و خرما در مواد مصرفی، شاهد کاهش سطح سیتوکین های التهابی IL10 - IL9 - IL6 - IL5 - IL4 - IL3 - IL2 - IL1β و TNF-α و همچنین فعالیت eotaxin خواهیم بود.

علاوه بر این احتمال تاخیر در تشکیل پلاک های وابسته به سن در مغز پیران با مصرف انار و انجیر و خرما وجود دارد (۱۵). در مقاله دیگری در سال ۲۰۱۴ سلواراجو سوباش با غنی سازی چهار درصدی رژیم غذایی با انجیر در بیماری الزایمر به اصلاح و تعدیل اکسیداتیو استرس پرداختند.

در این تحقیق که در مدل حیوانی انجام شده است موشهای آلزایمری شده را تحت تغذیه چهار درصدی انجیر در طی ۱۵ ماه قرار دادند و افزایش یادگیری و ارتقا سطح حافظه را به میزان چشمگیری نتیجه گرفتند.

رقت قلب را شفقت و ملایمت و نرمی و نیکوئی و محبت و غمخواری معنا کرده اند. (۸)

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : رقت قلب، رحمت است. (۹)

«رحمت» در لغت از ماده «رحم» می‌باشد و به معنای رقت قلب و عذوفت و مغفرت است. (۱۰)

به نظر می‌رسد رقت قلب در طب سنتی معادل افزایش توانایی روح نفسانی برای برقراری ارتباط با عالم علوی از طریق نفس ناطقه باشد.

در طب سنتی محل بروز بسیاری از انفعالات نفسانی در قلب است (۱۱) و این بدلیل رابطه بسیار نزدیک و تنگاتنگی است که میان روح حیوانی (قلبی) و روح نفسانی (دماغی) وجود دارد و گاه افتراق میان اعمال و افعال این دو قوه بسیار مشکل است. (۱۲)

اثر درمانی انجیر بر قوای قلبی - دماغی در کتب طب سنتی

در کتاب مخزن الادویه (۴) و تحفه حکیم مومن (۱۳) انجیر بعنوان کاسر قوه غضب و مبرد دل یعنی کاهش دهنده استعداد بروز خشم و خنک کننده دل، و همچنین عامل زیاد کردن عقل و جوهر دماغ معرفی شده است.

در کتب طب سنتی، در گروه بیماریهای دماغی برای صرع و جنون و وسواس مصرف انجیر مفید و نافع شمرده شده است.

شرح کامل مکانیسم اثر انجیر بر قوای قلبی - دماغی در کتاب وزین الشامل فی الصناعاته الطبیه (۱۴) مشاهده میشود:

انجیر خصوصا انجیر خشک - به سبب آنکه مائیت و ابنخیره کمتری دارد - ذهن را سالم می‌کند و روح نفسانی و حیوانی - قوای قلبی و دماغی - را تصفیه می‌نماید و اخلاق را نیکو می‌سازد و برای وسواس و جنون و مالیخولیا نافع است و اینها به خاطر قدرت بسیاری است که انجیر در باز گشایی عروق دارد و همچنین توانایی انجیر در گشودن مسام و منافذ سطح بدن که منجر به تحلیل و خروج آسانتر و بیشتر ابنخیره دخانه از بدن می‌شود. و به همین دلیل این بخارات بیماری زا به ناحیه سر و سینه کمتر نفوذ می‌کنند و کمتر با روح نفسانی

رفع گرفتگیها در مسیرهای خروج زوائد و فضولات به تخلیه بهنگام آنها و ابخره و ادخنه آنها کمک شایانی میکند و از آن جمله منافذ سطح بدن یا مسامات است. گشودگی این منافذ بهترین کمک به خروج ابخره مذکور و ممانعت از وصول حجم بیماریزایی از این بخارات به مغز و قلب است.

جالب آنجاست که با وجود مزاج گرم انجیر در درجه ۲ (۴) و (۱۳)، این میوه بعنوان خنک کننده قلب و کاهنده قوه غضب معرفی شده است. - قوه غضب یکی از قوای نفسانی با مرکزیت دماغ است و نزدیکی عملکرد قلب و دماغ بار دیگر در اینجا مشخص میگردد.

علت خنک کنندگی قلب و کاهش یک فعل حرارتی بنام غضب به علت سردی مزاج انجیر نیست بلکه علت این پدیده جالب که یک خوراکی گرم مزاج اثرات کاهنده حرارت از خود نشان می دهد آنست که نقش انجیر در صفای روح حیوانی و نفسانی بواسطه جلوگیری از تجمع ابخره دخانیه حاره و موذی در روح می باشد و بالعرض منجر به خنکی قلب و کاهش استعداد خشمگینی میگردد.

بدون شک روحی که در حالت تصفیه و سلامت قرار دارد از بروز افعال خارج از اعتدال چون غضب افراطی و آزارنده یا غم و افسردگی جلوگیری می نماید تا جایی که در عمل از انجیر دارویی مفرح می سازد.

پس به نظر می رسد که اثر تقویتی انجیر بر قوای قلبی - دماغی با قدرت قابل توجه آن در جلوگیری از آمیختن ابخره دخانیه با روح نفسانی و روح حیوانی ارتباط دارد و عامل اصلی معرفی انجیر بعنوان دوی نافع در بیماریهای دماغی چون صرع و جنون و مالیخولیا و سواس می باشد.

اثر انجیر بر روح حیوانی - نفسانی و ایجاد رقت قلب که در روایت نبوی مستقیما به آن اشاره شده است نیز با پاکسازی عوامل مکثف روح و آلاینده های دخانی از فضولات ردیه و بیماریزای محتبس شده در بدن قابل توجیه است.

اثر انجیر بر افزایش عقل که در کتب طب سنتی آمده است با توجه به معنای عقل در طب سنتی به منع تصاعد ابخره برمی گردد. تعقل و ادراک کلیات در طب سنتی بواسطه ارتباط قوه متفکره در بطن میانی دماغ با نفس ناطقه رخ میدهد (۲۰) و از

مشخصا اثر انجیر به عنوان یک آنتی اکسیدانت در مقابل عامل آسیب رسان اکسیداتیو به عنوان ایجاد کننده آلازایمر در گروه مورد مطالعه به اثبات رسید.

رژیم انجیر توانست آسیبهای اکسیداتیو وارد شده را با کاهش لیپید پراکسیداز و پروتئین کربونیل و ذخیره سازی عوامل آنتی اکسیدان ترمیم کند.

همچنین اصلاح فعالیت Na K ATPase و استیل کولین استراز در مغز در درمان با انجیر یافته دیگر این تحقیق بود. (۱۶)

بحث:

انجیر در دیدگاه روایات اسلامی یک میوه بسیار ویژه و استثنایی است تا جایی که آنرا میوه ای از بهشت معرفی می کند و در متن قرآن کریم صریحا بدان قسم یاد می شود و این خصوصیات منحصر بفرد انجیر را قابل تأمل و تدبر می کند.

در طب سنتی (روح طبی) به سه بخش تقسیم می شود: روح حیوانی روح نفسانی و روح طبیعی

هرکدام از این ارواح قوای مخصوص به خود را دارند پس در بدن انسان قوای نفسانی و قوای حیوانی و قوای طبیعی مدیریت اعمال و افعال را بر عهده دارند و به تناسب آنکه روح حیوانی در قلب و روح نفسانی در دماغ و روح طبیعی در کبد متولد می شود این ارواح و قوای آنها را با نامهای ارواح و قوای قلبی و دماغی و کبدی نیز می شناسند. (۱۷)

روح و قوای قلبی با روح و قوای دماغی رابطه ای بسیار تنگاتنگ دارند و بسیاری از افعال و وظایف خود را با استفاده از ابزار یکدیگر انجام می دهند. (۱۲)

در دیدگاه طب سنتی بسیاری از بیماریهای (راس) و (صدر) یعنی مراکز قوای دماغی و قلبی به واسطه تصاعد ابخره و ادخنه موذی رخ می دهد که حاصل سوخت و ساز مواد نامناسب و بیماریزا در سایر اعضاست و علاوه بر لزوم پاکسازی این مواد جلوگیری از نفوذ آن بخارات و ادخنه به دل و دماغ نیز از واجبات است. (۱۸)

انجیر به عنوان عامل رفع کننده گرفتگیها و سدد در طب سنتی و اسلامی مشهور است. (۱۹)

نتیجه‌گیری:

- ✓ انجیر در تصفیه و پاکسازی روح نفسانی و قوای دماغی و همچنین در صفا و سلامت روح و قوای قلبی نقش دارد.
- ✓ از اثرات منطقی تصفیه روح و قوای نفسانی و دماغی از دیدگاه طب سنتی ایرانی، بهبود بیماری‌هایی چون جنون، وسواس، صرع و مالیخولیا می‌باشد.
- ✓ از اثر انجیر بر پاکسازی روح قلبی - دماغی ناگزیر اثرات کاهش غضب و ایجاد احساس خوشایند فرح در قلب حاصل می‌شود.
- ✓ به واسطه اثر انجیر بر صفای ذهن شاهد افزایش توانایی های عقلی در انسان خواهیم بود.
- ✓ انجیر می‌تواند در سیستم مغزی اثرات ضد التهاب و آنتی اکسیداتیوی ایجاد کند که منجر به بازیابی توانایی‌های از دست رفته آن چون آسیب بافتی و نقصان حافظه ای گردد. اما به طور قطع نمی‌توان نتیجه گرفت که مکانیسم ازدیاد جوهر دماغ منطبق بر این اثرات ترمیمی باشد و پیشنهاد میشود با بررسی دقیق تر اثرات غذایی انجیر - با توجه به آنکه در روایات اسلامی انجیر شبیه ترین میوه ها به غذاست - درباره نحوه بازسازی بافت مغزی توسط آن تحقیقات بیشتری صورت گیرد.

آنجایی که قوه متفکره بخشی از ذهن محسوب می‌شود و انجیر بر صفای ذهن و سلامت آن اثر تعریف شده ای دارد می‌توان از مصرف انجیر افزایش عقل را نتیجه گرفت.

و اما اثر (ازدیاد جوهر دماغ) که در منابع طب سنتی به انجیر نسبت داده شده است ارتباطی با کنترل تصاعد ابخره و صفای ذهن یا روح ندارد و به نظر میرسد برای اثبات این بخش از اثرات انجیر نمی‌توان از مسیر رفع سدد و گشایش مسام به نتیجه رسید.

در بررسی فارماکوکیتیک انجیر و سنجش اثر اجزای دوائی - غذایی آن بر عملکرد سیستم دماغی در تحقیقات جدید وجود اثرات خاص آن بر ترمیم بافتهای آسیب دیده ناشی از اکسیداسیون در مغز اثبات شده است شاید بتوان این اثر را با ازدیاد جوهر دماغ که در متون طب سنتی آمده است معادل دانست. (۱۵) و (۱۶)

در هر صورت ازدیاد بافت مغز یا جوهر دماغ بیشتر با اثرات غذایی انجیر ارتباط دارد زیرا اینجا صحبت از ساخته شدن اجزای یک اندام و بدل ما يتحلل است و این البته یک فعل غذایی است نه دوائی.

References:

- ۱ . قرآن کریم سوره تین آیه ۱
- ۲ . برقی، احمد بن محمد، المحاسن، جلد، دار الکتب الإسلامية - قم، چاپ: دوم، ۱۳۷۱ ه.ق. حدیث ۹۰۳
- ۳ . ابن قیم جوزی، محمد، الطب النبوی (ابن قیم)، جلد، دار و مكتبة الهلال - بیروت، چاپ: اول، ۱۹۸۳ م. ص ۲۱۹
- ۴ . عقیلی علوی شیرازی، سید محمد حسین بن محمد هادی، مخزن الأدوية (فرهنگنامه داروهای پزشکی سنتی)، جلد - کلکته - هندوستان، چاپ: سوم، ۱۲۶۰ ه.ق. ص ۲۸۲
- ۵ . امامی احمد ، PDR کتاب مرجع گیاهان دارویی، ۲ جلد، انتشارات اندیشه آور، تهران، چاپ اول ۱۳۸۹ ج ۱ ص ۵۴۹
- ۶ . محمدی ری شهری، محمد، دانشنامه احادیث پزشکی (ری شهری)، ۲ جلد، مؤسسه علمی، فرهنگی دار الحدیث - قم، چاپ: ششم، ۱۳۸۵ ه.ش. ج ۲ ص ۲۶۰
- ۷ . مصطفوی، حسن؛ تفسیر روشن، تهران، مرکز نشر کتاب، ۱۳۸۰ ش، چاپ اول، ج ۱، ص ۳۶۹.
- ۸ . نفیسی، میرزا علی اکبر، فرهنگ نفیسی، جلد، خیام - تهران، چاپ: اول، -.
- ۹ . مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی، بحار الأنوار، ۱۰ جلد، دار إحياء التراث العربي - بیروت، چاپ: دوم، ۱۴۰۳ ه.ق. ج ۹۳ ص ۳۱۳ ح ۱۷
- ۱۰ . لغتنامه لسان العرب، ج ۱۲ ص ۲۳۱
- ۱۱ . عقیلی علوی شیرازی، سید محمد حسین بن محمد هادی، خلاصة الحكمة (عقیلی)، ۳ جلد، اسماعیلیان - قم، چاپ: اول، ۱۳۸۵ ه.ش. ج ۱ ص ۵۲۷
- ۱۲ . عقیلی علوی شیرازی، سید محمد حسین بن محمد هادی، خلاصة الحكمة (عقیلی)، ۳ جلد، اسماعیلیان - قم، چاپ: اول، ۱۳۸۵ ه.ش. ج ۱ ص ۱۱۴
- ۱۳ . حکیم مؤمن، سید محمد مؤمن بن محمد زمان، تحفة المؤمنین، ۲ جلد، نور وحی - قم، چاپ: اول، ۱۳۹۰ ه.ش. ج ۱ ص ۲۴۶
- ۱۴ . ابن نفیس قرشی، علی بن ابی حزم، الشامل في الصناعة الطبية، ۳۰ جلد، دانشگاه علوم پزشکی ایران - تهران، چاپ: اول، ۱۳۸۷ ه.ش. ج ۷ ص ۸۸۷
15. , Essa , Musthafa Mohamed , Long-Term Dietary Supplementation of Pomegranates, Figs and Dates Alleviate Neuroinflammation in a Transgenic Mouse Model of Alzheimer’s Disease, PLoS ONE 10:(۳) e0120964. doi:10.1371/journal.pone.0120964, March 25, 2015
16. Selvaraju , Subash , Chronic Dietary Supplementation of 4% Figs on the Modification of Oxidative Stress in Alzheimer’s Disease Transgenic Mouse Model . Hindawi Publishing Corporation BioMed Research International ,Volume 2014, Article ID 546357, 8 pages
- ۱۷ . عقیلی علوی شیرازی، سید محمد حسین بن محمد هادی، خلاصة الحكمة (عقیلی)، ۳ جلد، اسماعیلیان - قم، چاپ: اول، ۱۳۸۵ ه.ش. ج ۱ ص ۱۱۷-۸۲
- ۱۸ . ناظم جهان، محمد اعظم، اکسیر اعظم، ۴ جلد، دانشگاه علوم پزشکی ایران - مؤسسه مطالعات تاریخ پزشکی، طب اسلامی و مکمل - تهران - تهران، چاپ: دوم، ۱۳۸۷ ه.ش. ج ۱ ص ۵۱ و ۲۱۹
- ۱۹ . محمدی ری شهری، محمد، دانشنامه احادیث پزشکی (ری شهری)، ۲ جلد، مؤسسه علمی، فرهنگی دار الحدیث - قم، چاپ: ششم، ۱۳۸۵ ه.ش. ج ۱ ص ۲۳۶
- ۲۰ . عقیلی علوی شیرازی، سید محمد حسین بن محمد هادی، خلاصة الحكمة (عقیلی)، ۳ جلد، اسماعیلیان - قم، چاپ: اول، ۱۳۸۵ ه.ش. ج ۱ ص ۱۱۳-۱۰۹