مقاله رویداد

گزارش نشست تخصصی مداخلات تغذیه‌ای مبتنی بر شواهد طب ایرانی در پیشگیری و درمان بیماری‌ها

سمیرا ابراهیم‌اف[الف]، سجاد صادقی[ب]، کوثر صفرپور[ج]، محمد انصاری‌پور[د]، مرضیه قرائتی[ب]، ابراهیم خادم[ه]، علیرضا رحمانی[و]، محسن ناصری[ز]، مجید حاجی‌فرجی[ح]، مرتضی مجاهدی[ج،ط،ی]*

[الف]گروه تحقیقات تغذیه، انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور، دانشکدهٔ علوم تغذیه و صنایع غذایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران

[ب]گروه طب سنتی، دانشکدهٔ طب سنتی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران

[ج]گروه تاریخ علوم پزشکی، دانشکدهٔ طب سنتی، دانشگاه علوم پزشکی بابل، بابل، ایران

[د]گروه طب ایرانی، دانشکدهٔ پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

[ه]گروه طب سنتی، دانشکدهٔ طب سنتی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

[و]گروه تغذیه، دانشکدهٔ بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

[ز]مرکز تحقیقات کارآزمایی بالینی طب سنتی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران

[ح]عضو پیوسته فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران، تهران، ایران

[ط]مرکز تحقیقات طب سنتی و تاریخ علوم پزشکی، پژوهشکدهٔ سلامت، دانشگاه علوم پزشکی بابل، بابل، ایران

[ی]مؤسسهٔ پژوهشی سلامت‌محور مزاج، تهران، ایران

تاریخ دریافت: بهمن ۱۴۰۳
تاریخ پذیرش: بهمن ۱۴۰۳

این مقاله گزارشی از چهارمین نشست علمی میان‌رشته‌ای طب ایرانی با عنوان «پنل مدیریت و درمان بیماری‌ها با تدابیر تغذیه در طب ایرانی مستند به شواهد بالینی» است که توسط گروه حکمت، طب سنتی و طب دوران تمدن اسلام و ایران فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران و با همکاری دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، در تاریخ ۱۷ اسفند ۱۴۰۲ در محل فرهنگستان علوم پزشکی به صورت حضوری و برخط برگزار شد. در این نشست اعضای هیئت علمی رشته‌های طب ایرانی، علوم تغذیه، صنایع غذایی، بیماری‌های کبد و گوارش، بیماری‌های زنان و نازایی و بیماری‌های مغز و اعصاب در پنج نشست مستقل سخنرانی داشتند. مخاطبان این رویداد علمی، دانش‌آموختگان و متخصصان رشته‌های علوم تغذیه، مامایی، طب ایرانی، گوارش و کبد، مغز و اعصاب، زنان و نازایی، داخلی و پزشکان عمومی بودند. در این برنامه ۸۰ نفر به صورت حضوری و ۱۰۰ نفر به صورت مجازی از طریق بسترهای اسکای‌روم و گوگل‌میت حضور داشتند.

Ebrahimof S, Sadeghi S, Safarpour K, Ansaripour M, Qaraati M, Khadem E, *et al*. Report of the first expert panel on nutrition interventions based on Traditional Persian Medicine in the prevention and management of diseases. Journal of Islamic and Iranian Traditional Medicine. 2024;15(3):229-234. doi:10.22034/15.3.7.

Copyright © :Journal of Islamic and Iranian Traditional Medicine. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0 International License.

* فرد مسئول مکاتبات: Mortazamojahedy@mubabol.ac.ir

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-01]

[DOI: 10.22034/15.3.7]

طراحی کلی برنامه با توجه به دو رویداد مرتبط قبلی برگزارشده در همان سال توسط فرهنگستان دربارهٔ مدیریت بیماری‌های گوارش و بیماری‌های زنان در طب ایرانی مستند بر شواهد بالینی، انجام شد. بنابر نظر متخصصان و با توجه به بررسی شواهد علمی منتشرشده با موضوع مطالعات تغذیـــه‌ای طب ایرانی در پیشگیری و درمان بیماری‌ها، پنج نشست تخصصی تعیین شد و موضوعات نشست‌ها براساس بیشترین شواهد موجود انتخاب شد. برای جست‌وجوی شواهد علمی با موضوع مداخلات طب ایرانی در پیشگیری و درمان بیماری‌های مرتبط با تغذیه، پایگاه‌های داده‌های الکترونیکی برخط شامل PubMed, Web of Science, Scopus وSID و همچنین موتور جست‌وجوی Google Scholar با استفاده از کلیدواژه‌های فارسی و انگلیسی مرتبط شامل طب ایرانی، طب سنتی ایران، طب سنتی، تغذیه، غذا، رژیم غذایی، رژیم‌درمانی Iranian Traditional Medicine, Persian Medicine, Traditional Iranian Medicine, Food, Diet, Nutrition, Diet Therapy تا دی ماه ۱۴۰۲ جست‌وجو شدند.

بر همین اساس پنج موضوع تدبیر کمیّت و کیفیت غذا، یافته‌های علمی دربارهٔ مصرف روغن حیوانی، بیماری‌های گوارشی، بیماری‌های زنان و زایمان و بیماری‌های مغز و اعصاب به‌عنوان نشست‌های تخصصی تعیین شدند و در هر نشست یکی از متخصصان طب ایرانی و عضو هیئت علمی دانشگاه که مطالعات بیشتری در موضوع موردنظر داشتند، به‌عنوان دبیر علمی نشست انتخاب شدند. ارائه مطالب در این نشست‌ها به شیوهٔ سخنرانی تعاملی و بحث در گروه‌های کوچک و با استفاده از ابزار آموزشی پاورپوینت انجام شد. همچنین محتوای هر ۵ نشست تخصصی برای استفادهٔ آتی فیلم‌برداری و ضبط شد.

برنامه در سه قسمت به‌ترتیب زیر برگزار شد:

۱) سخنرانی افتتاحیه

در ابتدا سخنرانان نشست‌ها و حاضران در سالن مرکزی برگزاری برنامه (کتابخانهٔ مرکزی فرهنگستان) گرد هم آمدند و برنامه با سخنرانی آقای دکتر محسن ناصری، عضو پیوستهٔ فرهنگستان، آقای دکتر مجید حاجی‌فرجی رئیس پیشین انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور و عضو پیوستهٔ فرهنگستان و آقای دکتر مرتضی مجاهدی عضو هیئت علمی طب ایرانی دانشگاه علوم پزشکی بابل و دبیر علمی نشست آغاز شد. سخنرانان حدود یک ساعت در مورد اهمیت و کاربرد طب ایرانی در پیشگیری و درمان بیماری‌های مرتبط با تغذیه، دستاوردهای کلی، چالش‌های مرتبط و اهداف نشست صحبت کردند.

۲) نشست‌های تخصصی

پس از اتمام سخنرانی افتتاحیه، شرکت‌کنندگان براساس فهرست ثبت‌نام اولیه و براساس انتخاب خود در یکی از پنج نشست برنامه شرکت کردند. هر یک از نشست‌های تخصصی در سالنی جداگانه و به مدت تقریبی یک ساعت و نیم برگزار شد. در هر نشست ابتدا متخصصان تغذیه در مورد کلیات دستاوردهای نوین علم تغذیه در پیشگیری و درمان بیماری موردنظر صحبت کردند و در ادامه منتخب کارآزمایی‌های بالینی تغذیه‌ای با رویکرد طب ایرانی توسط متخصصان طب ایرانی ارائه شد. در حین برگزاری هر نشست، فرصت کافی برای بیان نظرات و انتقادات فراهم بود و شرکت‌کنندگان به‌صورت حضوری و برخط می‌توانستند تجربه‌های خود را در مورد احتیاط‌های لازم دربارهٔ کاربردهای طب ایرانی و عوارض مداخلات طب ایرانی با بقیه به اشتراک بگذارند. اسامی سخنرانان نشست‌ها در جدول شماره ۱ آمده است.

نشست تخصصی بیماری‌های گوارشی

این نشست به مدیریت آقای دکتر ابراهیم خادم، متخصص طب ایرانی و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران، برگزار شد. در این نشست به بررسی نقش مداخلات تغذیه‌ای بر اساس طب ایرانی در پیشگیری و درمان بیماری‌های گوارشی بر اساس کارآزمایی‌های بالینی منتشرشده پرداخته شد. بحث‌های ارائه‌شده شامل رویکردهای تغذیه‌ای مبتنی بر اصول طب ایرانی به‌ویژه تعدیل رژیم غذایی در بهبود علائم بیماری ریفلاکس معده، سوءهاضمهٔ عملکردی، یبوست و بیماری‌های کبدی

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-01]

[DOI: 10.22034/15.3.7]

مخصوصاً کبد چرب غیرالکلی بود. تأکید بر پروتئومیکس و نقش آن در شناسایی تغییرات مولکولی همچنین تغییرات بیان ژن ناشی از مداخلات غذایی نیز بخش دیگری از این نشست بود. در پایان، بر ضرروت انجام پژوهش‌های بین‌رشته‌ای بیشتر جهت معرفی ظرفیت‌های مرتبط با تدابیر تغذیه طب ایرانی در پیشگیری و درمان بیماری‌های گوارش تأکید شد.

نشست تخصصی بیماری‌های زنان

در این نشست که به مدیریت خانم دکتر قرائتی متخصص طب ایرانی برگزار شد، به مبحث مداخلات تغذیه‌ای و مکمل‌یاری در بیماری‌های زنان و دوران بارداری پرداخته شد. در این نشست بر مصرف غذاهای کم‌نمک، کم‌قند و کم‌چربی، دریافت فیبر کافی، دریافت آنتی‌اکسیدان‌ها از میوه و ماهی‌ها، مصرف اسیدهای چرب سالم از غذاهای دریایی، مصرف پروتئین کافی، دریافت کافی ویتامین‌های گروه ب، محدودکردن مصرف الکل، سیگار و کافئین، کاهش وزن و پیروی از رژیم‌های ضدالتهاب مانند رژیم دش و مدیترانه‌ای برای بهبود اختلالات مربوط به باروری تأکید شد.

نشست تخصصی بیماری‌های مغز و اعصاب

در این نشست که به مدیریت آقای دکتر محمد انصاری‌پور متخصص طب ایرانی برگزار شد، کلیات برخورد با بیماری‌های مغز و اعصاب در طب ایرانی، رابطهٔ سردرد و مشکلات گوارشی، نقش تغذیه در صرع، رابطهٔ تغذیه با سردرد و رابطهٔ غذاهای فراسودمند با حافظه مورد بحث و تبادل نظر قرار گرفت. برخی از علل سردرد در طب ایرانی مزاج فرد و غذاهای مصرفی، مشکلات گوارشی، محرک‌های خارجی مانند بو، نور، صدا، ضعف و خستگی بیان شد و نقش مشکلات گوارشی و نوع غذای مصرفی در ایجاد و درمان سردرد و اهمیت اصلاح سبک زندگی یا ستهٔ ضروریه با تأکید بر اصلاح تغذیه با جزئیات بیشتر مورد تبادل نظر قرار گرفت. در تغذیهٔ نوین برای درمان سردرد بر اصلاح فلور طبیعی روده، درمان بیماری‌های گوارشی، مصرف کافی فیبر و استفاده از رژیم‌های غذایی ضدالتهاب مانند رژیم مدیترانه‌ای تأکید شد. با توجه به دیدگاه‌ها و شواهد علمی مشترک بین دو رشته در مورد ارتباط سلامت دستگاه گوارش با بیماری‌های مغز و اعصاب، مطالعات مشترک در این زمینه پیشنهاد شد.

نشست تخصصی روغن حیوانی

این نشست با مدیریت آقای دکتر مرتضی مجاهدی متخصص طب ایرانی و دکتر علیرضا رحمانی متخصص علوم تغذیه و با حضور متخصصین علوم تغذیه و علوم صنایع غذایی برگزار و به‌روزترین مستندات علمی تغذیهٔ نوین در مورد ترکیب روغن حیوانی در آن ارائه شد. مقالات علمی جدید در مورد مصرف روغن‌های حیوانی به مسأله میزان مصرف و پروفایل اسیدهای چرب این روغن‌ها تأکید دارند. مطالعات نشان داده‌اند که اثر مثبت مصرف روغن‌های حیوانی فقط زمانی مشاهده می‌شود که این روغن‌ها حداکثر ۱۰ درصد کل انرژی روزانهٔ هر فرد را تأمین کنند. از طرف دیگر پروفایل اسیدهای چرب برخی منابع روغن‌های حیوانی مانند روغن‌های به‌دست‌آمده از شیر و یا کرهٔ گاو با وجود غیراشباع‌بودن حاوی درصد بالایی از اسیدهای چرب اشباع محافظت‌کننده مانند اسیدهای چرب ۱۵ و ۱۷ کربنه هستند که اثر حفاظتی در برابر بیماری‌های قلبی و عروقی دارند. مطالعات نشان داده‌اند که مصرف این روغن‌ها موجب افزایش هم‌زمان LDL و HDL، کاهش تری‌گلیسیرید و کاهش نسبت APOb به Apoa و کاهش نرخ سکتهٔ قلبی و مرگ‌ومیر در افراد مصرف‌کننده می‌شود. در بخش پایانی بر انجام تحقیقات بیشتر درخصوص مصرف روغن‌های حیوانی در جوامع ایرانی تأکید شد.

نشست تخصصی تدبیر کمیّت و کیفیت غذا

این نشست به مدیریت آقای دکتر حسین رضایی‌زاده متخصص طب ایرانی برگزار شد. در ابتدا آقای دکتر محمدرضا وفا متخصص علوم تغذیه و رئیس دانشکدهٔ بهداشت دانشگاه علوم پزشکی ایران به توضیح دیدگاه‌های مبتنی بر شواهد علمی تغذیهٔ نوین دربارهٔ رژیم‌های غذایی با محدودیت خوراک و ناشتایی متناوب پرداختند و تأثیر کاهش کالری بر بهبود ترکیب بدن، کاهش بافت چربی و

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-01]

[DOI: 10.22034/15.3.7]

حفظ بافت عضلانی با پیروی از الگوهای رژیمی روزه‌داری و ناشتایی متناوب موردبحث قرار گرفت. در ادامه آقای دکتر حسین رضایی‌زاده بر اهمیت غذا در حفظ سلامتی از دیدگاه طب ایرانی تأکید فرمودند و دستورات حکمای طب ایرانی در مورد انتخاب غذا، میزان غذا، نوع غذا، آداب و

زمان غذاخوردن مورد تبادل نظر قرار گرفت. در پایان بر اهمیت برگزاری نشست‌های مشترک بین متخصصان طب ایرانی و علوم تغذیه برای ایجاد راهنماهای غذاخوردن در دوره‌های مختلف زندگی و ایام خاص مانند ماه مبارک رمضان براساس مستندات علمی دو رشته تأکید شد.

۳) جمع‌بندی نهایی

پس از پایان نشست‌های تخصصی، حاضران و سخنرانان مجدداً در سالن مرکزی گرد هم آمدند و نمایندگان هر یک از نشست‌ها مطالب و دیدگاه‌های مطرح‌شده و همچنین زمینه‌های پژوهشی برای مطالعات آینده را ارائه دادند. در نهایت جمع‌بندی نظرات متخصصان شرکت‌کننده در این برنامه به عنوان بیانیه پایانی و شامل موارد زیر ارائه شد:

الف) شواهد علمی قابل‌توجهی در مورد اثر بخشی برخی مداخلات طب سنتی ایران در مدیریت بیماری‌ها وجود دارد. طراحی و اجرای کارآزمایی‌های بالینی بیشتر به صورت مشترک بین متخصصان طب ایرانی و تغذیهٔ نوین می‌تواند راهکارهای درمانی و پیشگیرانهٔ بهتری را به جامعه معرفی کند.

ب) با توجه به اینکه نقطهٔ مشترک طب ایرانی و طب رایج در پیشگیری و درمان بسیاری از بیماری‌ها، اصلاح سبک زندگی مخصوصاً اصلاح نوع و مقدار مواد غذایی مصرفی است، ایجاد کارگروه‌هایی برای ارائهٔ توصیه‌های غذایی مشترک بر مبنای یافته‌های طب ایرانی و تغذیهٔ نوین برای افراد و شرایط مختلف مانند روزه‌داری، رشد کودکان، بارداری و ... پیشنهاد شد.

در این برنامه همچنین از کتابی مصور و رنگی با عنوان منتخب کارآزمایی‌های بالینی مداخلات تغذیه‌ای طب ایرانی در پیشگیری و درمان بیماری‌ها رونمایی شد که به ارائهٔ مشخصات و خلاصهٔ ٤٥ مقاله از میان مقالات ایرانی منتشرشده در مورد اثربخشی مداخلات تغذیه‌ای طب ایرانی در بیماری‌های زنان، گوارش، مغز و اعصاب و روان، سرطان، چاقی و سایر بیماری‌ها پرداخته است که تعدادی از آنها به سخنرانان اهدا شد و به‌عنوان یکی از مستندات و آثار برنامه در اختیار متخصصان قرار گرفت.

تأکید شد که پژوهشگران علاقه‌مند به مطالعات در حیطه‌های مرتبط با تغذیه و طب ایرانی حتماً در پژوهش‌های خود از یک متخصص تغذیه و یک متخصص طب ایرانی عضو هیئت علمی دانشگاه جهت بهینه‌سازی پژوهش خود استفاده کنند.

تضاد منافع

نویسندگان این مقاله هیچ‌گونه تضاد منافعی با انتشار این مقاله ندارند.

تشکر و قدردانی

این رویداد توسط گروه حکمت، طب سنتی و طب دوران تمدن اسلام و ایران فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران با همکاری دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت، سازماندهی و برگزار شد. از سرکار خانم دکتر نفیسه حسینی‌یکتا مدیر کل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و جناب آقای دکتر محمدعلی محققی معاون علمی فرهنگستان علوم پزشکی بابت برگزاری این رویداد سپاسگزاری می‌کنیم.

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-01]

[DOI: 10.22034/15.3.7]

جدول۱. سخنرانان نشست‌های تخصصی برنامه

عنوان نشست تخصصی	نام و نام خانوادگی سخنران	تخصص سخنران
نشست تخصصی بیماری‌های گوارش	دکتر ابراهیم خادم	متخصص طب ایرانی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران
	دکتر فاطمه عمادی	متخصص فارماکوگنوزی، عضو هیئت علمی دانشگاه شاهد
	دکتر شهرام آگاه	فوق‌تخصص بیماری‌های گوارش و کبد، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران
	دکتر آزیتا حکمت‌دوست	متخصص علوم تغذیه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
	دکتر سمیرا ربیعی	متخصص علوم تغذیه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
نشست تخصصی بیماری‌های زنان	دکتر مرضیه قرائتی	متخصص طب ایرانی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
	دکتر آمنه عبیری	متخصص زنان و زایمان، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران
	دکتر سمانه کاشی	متخصص زنان و زایمان
	دکتر لادن گیاهی	متخصص علوم تغذیه، عضو هیئت علمی جهاد دانشگاهی
	دکتر غزاله اسلامیان	متخصص علوم تغذیه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
نشست تخصصی بیماری‌های مغز و اعصاب	دکتر محمد انصاری‌پور	متخصص طب ایرانی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان
	دکتر عباس تفاخری	متخصص بیماری‌های مغز و اعصاب، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران
	دکتر منصوره تقاء	متخصص بیماری‌های مغز و اعصاب، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران
	دکتر سوده رازقی	متخصص علوم تغذیه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
	دکتر شیما جزایری	متخصص علوم تغذیه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران
	دکتر آتوسا سعیدپور	متخصص علوم تغذیه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
نشست تخصصی روغن حیوانی	دکتر مرتضی مجاهدی	متخصص طب ایرانی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی بابل
	دکتر سجاد صادقی	متخصص طب ایرانی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
	علیرضا رحمانی	متخصص علوم تغذیه
	دکتر فرزاد شیدفر	متخصص علوم تغذیه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران
	دکتر کوشان نایب‌زاده	متخصص علوم صنایع غذایی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
نشست تخصصی تدبیر کمیّت و کیفیت غذا	دکتر حسین رضایی‌زاده	متخصص طب ایرانی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران
	دکتر مجید حاجی‌فرجی	متخصص علوم تغذیه، عضو گروه علوم بهداشتی و تغذیه فرهنگستان علوم پزشکی
	دکتر محمدرضا وفا	متخصص علوم تغذیه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران
	دکتر سمیرا ابراهیم‌اف	متخصص علوم تغذیه، گروه تحقیقات تغذیه، انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-01]

[DOI: 10.22034/15.3.7]