



Traditional Medicine Interventions in the Treatment of Sexual Disorders

Dr Malihe Tabarrai
dr.mtabarrai@yahoo.com



علل اختلال عملکرد جنسی از دیدگاه طب ایرانی

- کمبود مقدار منی

- ضعف بدن

- مشکلات تغذیه‌ای

- سوءمزاج دستگاه تناسلی (سوءمزاج سرد، گرم، ... ، سرد و تر)

- کمبود حدت منی

- مواد مخدر گیاهی و شیمیایی

- ضعف عملکرد اعضای ریسه و شریفه

- قلب، مغز، کبد، معده و کلیه

- مشکلات مقعدی

- امور وهمیه





درمان با اصلاح سبک زندگی (شش محور معروف طب سنتی)

• محور خوردن و آشامیدن:

- تخم مرغ
- عصاره گوشت
- نخود (افزایش غذاهای حاوی نخود: نخوداب، ترکیب گوشت و نخود و شوید، حمص، آرد نخودچی در غذاها)
- لوبیا
- کنجد (ارده شیره، نیمرو با کنجد و دارچین و ...)
- انگور
- انجیر
- گوشت بخصوص گوشت پرندگانمانند بلدرچین
- ماهی تازه
- شیرعسل
- ریحان
- کاهش سردیجات در بیماران دچار سوءمزاج سرد
- پرهیز از مصرف ترشیجات و آب یخ





درمان با اصلاح سبک زندگی (شش‌گانه معروف طب سنتی)

- محور خواب و بیداری:
 - اصلاح الگوی خواب
- محور حرکت و سکون:
 - ورزش (مانند یوگا و حرکات کگل)
 - کاهش ساعات کاری
- محور احتباس و استفراغ:
 - رفع یبوست (خاکشی و آبجوش صبح ناشتا – دمنوش گلسرخ)
 - تنظیم قاعدگی
 - اصلاح وزن



درمان با اصلاح سبک زندگی (شش‌گانه معروف طب سنتی)

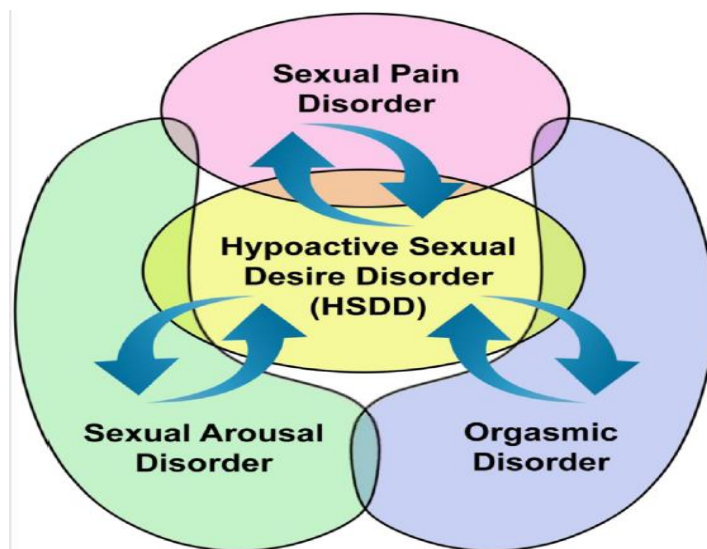
- محور اعراض نفسانی: (روحیه و حالات روحی روانی)
 - افزایش ارتباط و صمیمیت زوجین (Intimacy)
 - افزایش توجه و مطالعه‌ی بیمار (مغز مهمترین اندام جنسی)
 - مصرف گلاب و بیدمشک و زعفران
 - عصرانه فالوده سیب





برخی نکات مهم درمان

- لزوم توجه به تفاوت‌های فردی در پاسخگویی به داروها
- توجه به نقش ویژه داروهای مفرح و مقوی قلب در بهبود *Desire* و *Arousal*
- لزوم توجه به عملکرد متقابل دامین‌های اختلال عملکرد جنسی





برخی دمنوشهای موثر در تقویت عملکرد جنسی زنان



• زنجبیل

• دارچین

• سورنجان

• خارخسک

• گل سرخ



برخی گیاهان موثر بر عملکرد جنسی در مطالعات بالینی

نام گیاه	نوع مطالعه	روش تجویز	یافته‌ها
خارخسک <i>Tribulus terrestris</i>	RCT	۷.۵ میل یگرم عصاره گیاه، روزانه تا ۴ هفته	تفاوت معنی دار در میل، تهییج، رضایت، لغزندگی واژن و درد جنسی با گروه دارونما
بادرنجبویه <i>Melissa officinalis</i>	RCT	۵۰۰ میل یگرم عصاره آبی گیاه، دوبار در روز تا ۴ هفته	تفاوت معنی دار در میل، ارگاسم، رضایت، تهییج و لغزندگی واژن با گروه دارونما
رازیانه <i>Foeniculum vulgare</i>	RCT	کرم رازیانه ۵٪ برای ۸ هفته	تفاوت معنی دار در دیسپارونی و رضایت جنسی با گروه دارونما



Melissa officinalis (بادرنجبویه)

- **موارد مصرف:** ضد افسردگی، ضد اضطراب، اختلال میل جنسی زنان
- **اجزای فرآورده:** برگ بادرنبویه و شکر سرخ (کپسول نجابل)
- **نحوه و مقدار مصرف فرآورده:** هر ۱۲ ساعت یک عدد
- **احتیاط مصرف:** در صورت کم کاری شدید تیروئید از مصرف دارو خودداری شود.
- **مطالعات حیوانی و بالینی انجام شده:**
کاهش افسردگی پس از جراحی، بهبود هایپرلیپیدمی، بهبود عملکرد جنسی زنان، بی‌خوابی و اضطراب



شیلاجیت

- **اجزاء فراوردہ:** شیلاجیت (نوعی مومیایی است) (سلاجیت)
- **موارد مصرف:** دفع سموم، مقوی تمام بدن، مقوی میل جنسی
- **ملاحظات و احتیاطات مصرف:** بارداری، شیردهی، هموکروماتوز، هموسیدروز، تالاسمی و بیماری سیکل سل، بیماران مستعد سنگ اسید اوریکی یا اسید اوریک بالای خون دارو باید دور از دسترس کودکان نگه داشته شود. خودداری از خوردن شیلاجیت به صورت مخلوط با الکل یا آب کلردار (لوله کشی)
- **دستور مصرف:** یک قرص صبح ناشتا با آب جوش میل شود. توصیه می شود دارو به صورت دوره ای مصرف شود.



Effects of oral Shilajit tablets on sexual function and sexual quality of life among reproductive-aged women: a triple-blind randomized clinical trial

Sadiqa Mosavi¹, Malihe Tabarrai², Mojgan Tansaz^{3,4}, Hamid Salehinia⁵, Susanne Grylka-Baeschlin⁶, Azam Rahmani^{7*}, Shadab Shahali^{1*}

¹Department of Reproductive Health and Midwifery, Faculty of Medical Sciences, Tarbiat Modares University, Tehran 14115-111, Iran. ²Department of Traditional Medicine, School of Persian Medicine, Tehran University of Medical Sciences (TUMS), Tehran 1114733311, Iran. ³Traditional Medicine and Materia Medica Research Center, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran 1516745811, Iran. ⁴Department of Traditional Medicine, School of Traditional Medicine, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran 1516745811, Iran. ⁵Social Determinants of Health Research Center, Birjand University of Medical Sciences, Birjand 9717853577, Iran. ⁶Research Institute of Midwifery and Reproductive Health, Zurich University of Applied Sciences, Winterthur CH-8400, Switzerland. ⁷Nursing and Midwifery Care Research Center, School of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences, Tehran 1419733171, Iran.

Corresponding to: Azam Rahmani, Nursing and Midwifery Care Research Center, School of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences, Mirkhani St, Towhid Sq, Tehran 1419733171, Iran. E-mail: azamrahmani7@gmail.com. Shadab Shahali, Department of Reproductive Health and Midwifery, Faculty of Medical Sciences, Tarbiat Modares University, Jalal AleAhmad, Nasr, Tehran 14115-111, Iran. E-mail: shadab.shahali@modares.ac.ir.

Author contributions

Abstract

Background: Shilajit is mentioned in the “Hama Sute” as a potent enhancer of sexual



گل سرخ (*Rosa damascena*)

- **اجزاء فراوردہ:** گل سرخ / کپسول نرم گل محمدی رزاتیدین
- **موارد مصرف:** افزایش دهنده میل جنسی، ضد افسردگی
- **نحوه و مقدار مصرف فرآوردہ:**
 - قطره: روزانه دوبار، ہر بار ۱۵ قطرہ ہمراہ با مقداری مایعات
 - کپسول: یک عدد صبح و شب



European Journal of Integrative Medicine 45 (2021) 101357



ELSEVIER

Contents lists available at [ScienceDirect](#)

European Journal of Integrative Medicine

journal homepage: www.elsevier.com/locate/eujim



Clinical trial

The effect of soft oral capsule of rose oil on sexual dysfunction in women of reproductive age: A randomised clinical trial



Mohadese Motaharinezhad^a, Seyede Nargess Sadati Lamardi^b, Seyedeh Tahereh Mirmolaei^{c,*}, Anoshirvan Kazemnejad^d, Leila Mohammadtaghizadeh Kashani^e, Malihe Tabarraei^f, Behjat Khorsandi^a

^a Midwifery Department of Midwifery and Reproductive Health, Faculty of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran



گل گاوزبان، اسطوخودوس، سنبل الطیب

- **اجزای فرآورده:** گل گاوزبان، اسطوخودوس، سنبل الطیب (کپسول طیب)
- **موارد مصرف:** تقویت قلب، خواب آور و آرام بخش
- **نحوه مصرف:** یک تا دو عدد دو ساعت قبل از خواب



خارخاسک، جینسنگ، گیاه شاخ بز و.. (فرآورده طبیعی تقویت کننده میل جنسی و انرژی جسمانی)

- **اجزای فرآورده:** خارخاسک، جینسنگ، گیاه شاخ بز، ریشه مویرا، بسفایج، ال-آرژنین (مکمل انرژی) (مکمل انرژی)
- **موارد مصرف:**
- افزایش میل جنسی و بهبود عملکرد جنسی در مردان و زنان
- افزایش انرژی و بهبود استقامت بدنی
- کمک به بهبود اختلال نعوظ
- کمک به بهبود اختلال عملکرد جنسی مرتبط با داروهای ضد افسردگی
- **نحوه مصرف:** روزانه دو عدد

با تشکر از توجه شما