ملخص درس

ملخص الدرس

الطب النبوي والتداوي بالأعشاب

المهارات الأسرية | الثالث المتوسط | الفصل الدراسي الأول

المادة	المهارات الأسرية
الصف	الثالث المتوسط
الفصل الدراسي	الفصل الدراسي الأول
اسم الطالب/ة	.....

شرح الدرس واختباره
امسح لمشاهدة الشرح والاختبار

ورقة العمل
تدرّب على الدرس

■ معنى الطب النبوي

• ما ورد في السنة من إرشادات صحية ووقائية وعلاجية.

• يجمع الوقاية والتداوي والأخذ بالأسباب.

■ الوقاية

• النظافة والوضوء.

• الاعتدال في الطعام.

• الحركة والنوم المنتظم.

■ أطعمة وإرشادات

• العسل والحبة السوداء والتمر وماء زمزم.

• الحجامة عند المختص المرخّص فقط.

■ الأعشاب الشائعة

• النعناع للانتفاخ والبابونج للتهدئة.

• الزنجبيل للغثيان والكمون واليانسون للغازات.

• الحلبة لها أثر في السكر فيحذر منها المريض.

■ ضوابط الاستعمال

• لا تغني عن الطبيب ولا توقف الدواء.

• جرعة ومدة، والانتباه للتداخل مع الأدوية.

• الحامل والطفل والمريض المزمن يستشيرون الطبيب.

• مصدر مرخّص والحذر من الخلطات المجهولة.

■ تذكّر

• كلمة طبيعي لا تعني آمن، وأسأل أهل الاختصاص.