

بهداشت دهان و دندان در اسلام

نظر مسلمین صدر اسلام آنچه بیشتر اهمیت داشت اجرا و بکار بستن دستورات پیامبر اکرم در مورد بهداشت بود. مسلمانان در طول چندین قرن از این راهنمایی‌ها پیروی کرده و در حقیقت بسیاری از عادات بهداشتی آنها از تعالیم فوق سرچشمه گرفته است.

نکته اساسی در این تعالیم همانگونه که ذکر گردید، تقدم پیشگیری بر درمان می‌باشد. طب اسلامی و علوم وابسته نظیر داروشناسی، تغذیه و غیره با در نظر گرفتن همه نکات فوق و با بهره‌برداری از منابع و تجارب طبی سایر ملل، بتدریج پایه‌ریزی گردید و کم‌کم خود تبدیل به قطبی بزرگ در این زمینه شد و در تاریخ بشر نقش ارزنده‌ای را ایفا کرد.

معرفی مواد مورد استفاده و جایگاه آنها در علوم جدید

دکتر علیرضا قنادی

دانشگاه علوم پزشکی اصفهان دانشکده داروسازی و علوم دارویی
گروه فارماکونوزی

۳- اهمیت بهداشت دهان و دندان و مسواک زدن در اسلام:

احادیث و روایات زیادی راجع به بهداشت دهان و دندان و مسواک زدن از پیامبر اکرم و ائمه هدی ذکر گردیده که در بسیاری از آنها این امر را از سنتها و عادات پیامبران دانسته و فوایدی نظیر شفاء و بهبودی از برخی بیماریها را برای این عمل برشمرده است. در تعدادی از این روایات، مسواک زدن با چوب درخت سواک (چوب درخت مسواک، چوب، چوب اراک) توصیه شده است. از قطعات ریشه و ساقه‌های درخت فوق بدین منظور استفاده می‌شود.

مهمترین این روایات عبارتند از:

قال الصادق (ع):

۱- السواک من سنن المرسلین

مسواک کردن از سنت‌های پیامبران

است. وسائل ج ۱- ص ۳۴۶

شگفت‌ترین و نخبه‌ترین فرهنگهای جهان گردد.

۲- بهداشت در متون اسلامی:

در دین اسلام به تمام مسائل حیاتی انسان و از جمله مسئله بهداشت تن و روان عنایت شده است. بخش عمده‌ای از سخنان پیشوایان دین نیز به امر بهداشت اختصاص داده شده که نکته جالب در متون مذکور، توجه به جنبه‌های کلی و جزئی بهداشت می‌باشد.

در طب اسلامی و بخصوص دستورات پیامبر اکرم و اوصیای او، به امر بهداشت و سالم‌سازی و بهسازی محیط توجه بیشتری شده است تا مداوای بیمار و تشخیص بیماریها، در

۱- مقدمه:

دین اسلام و فرهنگ غنی اسلامی در هیچ زمان از امور معاش و معاد انسانی فروگذاری ننموده و در هر زمینه تجویزها و پرهیزهای کافی، به‌قسمی که سعادت دنیا و آخرت بشر را تأمین نماید، ارائه داشته است. تمدن اسلام نسبت به تمدن همه ملل دنیای قدیم و جدید، در نوع خود بی‌نظیر می‌باشد، زیرا هیچ تمدنی مانند اسلام نتوانست در مدتی کمتر از یک قرن بر فرهنگ ملت‌هایی بزرگ مانند یونان، روم، مصر و ایران غلبه نماید و بعلاوه در مدت زمانی کوتاه، خود تبدیل به یکی از

شبشان و یکبار پیش از خروج برای نماز صبح، و آن حضرت با چوب "اراک" مسواک می کردند و بدین کار جبرئیل به ایشان امر کرده بود. بحارج ۷۶-ص ۱۳۵ در چند حدیث دیگر نیز فوائد زیر برای مسواک کردن ذکر شده است:

خوشبو کردن دهان، سفید شدن دندان، محکم شدن لثه، افزودن اشتها، زیاد کردن حافظه، ازدیاد حسنت و افزودن درجات بهشت، خشمگینی شیطان، برطرف کردن وسوسه اندیشه و ناپایداری فکر، رضا و خوشنودی پروردگار.

دعائی نیز از پیامبر اکرم در هنگام مسواک کردن در مفاتیح الجنان ذکر شده است که در فراهائی از این دعا آمده است که: خدایا، شیرینی نعمت را نصیب من گردان و لذت راحت را به من بچشان و زبان مرا به راز و نیاز با خودت بگشای و مرا به خود نزدیک فرمای و مرا در بین شایستگان بلند آوازه نما، خدایا مرا در عافیت زنده بدار و در عافیت بمیران.

پیامبر اسلام حتی در دقایقی پیش از ارتحال، دندانهایشان را بدقت مسواک می کردند.

۴- تاریخچه مختصر دندانپزشکی:

تاریخچه دندانپزشکی به زمان انسانهای اولیه می رسد. قدیمترین مدارکی که در این زمینه در دسترس می باشد مربوطه به ۲۵۵۰ سال قبل از میلاد مسیح است. در آن زمان بابلیان به منظور تسکین درد، مخلوطی از دانه خشیش و صمغ ماستیک را بروی حفره دندانی که کشیده شده بود قرار می دادند. کتیبه ای با خط میخی هم در

نهج الفصاحه-ص ۶۴۴ ح ۳۱۹۹
قال الباقر(ع):
۱- رکعتان بالسواک افضل من سبعین رکعه بغیر سواک
دو رکعت نماز با دهان مسواک زده بهتر از هفتاد رکعت نماز مسواک نزده است. وسائل ج ۱-ص ۳۵۵
۲- شکایت کرد کعبه به خداوند از آنچه که از بوی بد نفسهای مشرکین به او می رسید. آنگاه خداوند وحی فرستاد که آرام باش ای کعبه همانا عوض می کنم اینها را به قومی که به شاخه های درخت خلال می کنند. پس وقتی محمد(ص) را به پیغمبری مبعوث کرد مسواک کردن و خلال نمودن دندانها را بوسیله جبرئیل به او وحی کرد. وسائل ج ۱-ص ۳۴۸ بحارج ۷۶-۱۳۰

قال

رسول... (ص):
۱- اذا استکتم فاستاکوا عرضا
هنگام مسواک کردنتان به عرض دندانها مسواک بزنید.

نهج الفصاحه-ص ۳۴ ح ۱۷۸

۲- استاکوا عرضا ولا تستاکوا طولا
مسواک کنید از عرض (دندانهایتان) نه از طول (دندانهایتان).
بحارج ۷۶-ص ۱۳۹
۳- پیامبر(ص) اینگونه بودند که وقتی مسواک می کردند بطور عرضی مسواک می نمودند و هر شب سه بار مسواک می زدند. یکبار قبل از خوابشان و یکبار وقتی که از خوابشان برمی خواستند برای ذکر و دعا و نماز

از بررسی حاضر می توان نتیجه گیری کرد که دیانت مقدس اسلام درباره موضوع بهداشت دارای دستورات خاصی است که رعایت و عمل به مفاهیم و مضامین آنها باعث سلامت تن و روان گشته و در نتیجه سلامت جامعه اسلامی تا مبین خواهد شد.

۲- من اخلاق الانبیاء السواک
مسواک کردن از عادات پیغمبران است. وسائل ج ۱-ص ۳۴۶ و ۳۵۱
قال رسول... (ص)
۱- اوصانی جبرئیل بالسواک حتی خفت علی اسنانی
جبرئیل (آنقدر) مرا به مسواک کردن سفارش کرد که برای دندانهایم ترسیدم. وسائل ج ۱-ص ۳۴۸ و ۳۵۱
۲- ان افواهمک طرق للقرآن فطیبوها بالسواک
دهن های شما راههایی است برای قرآن بنابراین دهن هایتان را با مسواک پاکیزه و خوشبو کنید.
نهج الفصاحه-ص ۱۲۰ ح ۶۰۲
۳- یا علی علیک بالسواک، و ان استطعت ان لاتقل منه فافعل،

فان کل صلاه

تصلیها بالسواک
تفضل علی التی
تصلیها بغیر
السواک اربعین
یوما.
در وصیت پیامبر(ص) به حضرت علی (ع):
ای علی از مسواک

کردن غفلت مکن و هر چه در توان داری از آن کم مگذار زیرا که هر نمازی که با دهان مسواک کرده بجا آوری برتری دارد بر نمازهایی که چهل روز بدون مسواک خوانده ای.

بحارج ۷۶-ص ۱۳۷
۴- الوضوء شطر الایمان و السواک شطر الوضوء
وضو نصف ایمان است و مسواک کردن نصف وضو است.

موزه بریتانیا نگهداری می شود که مربوط به دوره آشوری ها بوده و در آن عامل درد و پوسیدگی دندان را نوعی کرم دانسته اند و برای رفع آن جادو و طلسم هائی ارائه کرده اند. روشها و مواد متفاوت دیگری هم در این زمینه توسط سایر ملل معرفی گشت تا بتدریج طب اسلامی پایه گرفت.

در زمینه دندانپزشکی و در بین پزشکان مسلمان نمی توان نام ابوالقاسم الزهراوی را نادیده گرفت. وی طراح تئوری ها و اعمال جراحی بر روی

دندان بود و با جمع آوری مطالبی از دانشمندان قدیم، دائرة المعارف طب و جراحی خود را که مطالب دندانپزشکی را نیز شامل می گردید نوشت. بغیر از کتب الزهراوی، در قانون ابن سینا، فردوس الحکمه تألیف علی بن سهل ابن ربن الطبری، در جلد ۳ الحاوی محمد بن زکریای رازی و صیدنه بیرونی نیز مطالبی راجع به دندانپزشکی و داروهای مربوطه ذکر شده است. ابوریحان بیرونی در کتاب صیدنه، توضیحات کاملی راجع به گیاهشناسی و خواص داروئی چوب اراک داده است.

۵- خصوصیات گیاهشناسی درخت "مسواک (اراک)":

اراک یا *Salvadora persica* درختی کوچک شبیه به درخت انار و به ارتفاع ۲-۶ متر از خانواده *Salvadoraceae*، راسته *Celastrales* زیر رده *Rosidae*،

رده دو لپه ای ها و شاخه نهاندانگان می باشد. این درختچه که بدون خار، تیغ و کرمک بوده و دارای برگهای سبز چندانساله است در مناطق افریقای شمالی و مرکزی و آسیای جنوب غربی انتشار دارد. برگهای این درخت، کامل، متقابل، کمی غضروفی و بیضی سرنیزه ای و گلهای آن کوچک و به رنگ زرد روشن هستند.

میوه ای شفت گوشتی و آبدار، کروی، کوچک و به رنگ قرمز مایل به سفید دارد. از برگ، میوه و دانه درخت، بعنوان اشتها آور مسهل ملایم، مدر، ضدکرم

و ضد خارش نیز استفاده می شود. گونه دیگری از این درختچه با نام *Salvadora oleoides dcne* نیز موجود است که گاه بجای گونه اصلی از ریشه آن جهت مسواک کردن استفاده می شود. ریشه تازه درخت اراک به رنگ قهوه ای روشن بوده و تا حدودی نرم و شکننده است و طعم نسبتاً تند و بوئی شبیه تره تیزک دارد. درخت اراک در ایران بطور طبیعی در مناطق بندرعباس، میناب، چاه بهار، نای بند ولار می روید.

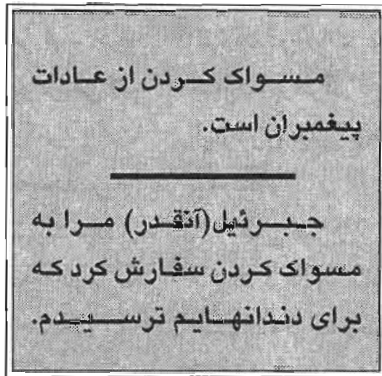
۶- مواد مؤثره شیمیایی موجود در چوب اراک:

پیش از یکهزار سال از مصرف چوب اراک بعنوان مسواک جهت تمیز نمودن و سفید کردن دندانها می گذرد. وقوع کمتر پوسیدگی دندان در مصرف کنندگان چوب اراک، سبب گردید که گروهی از محققین تصمیم به

شناسائی مواد مؤثره این گیاه بگیرند. با بررسی هائی که بر روی عصاره الکلی، اتری و مائی ریشه اراک شده است مشخص گردیده که این چوب حاوی تری متیل آمین و آلکالوئیدی بنام سالوادورین می باشد. اثر تحریکی ملایمی که پس از مصرف چوب تازه اراک بر روی لثه ها ایجاد می شود بخاطر وجود این ترکیبات می باشد. همچنین مقادیر زیادی از کلرورها بخصوص کلرورسدیم، فلوتور، سیلیکا، گوگرد، رزین، ویتامین ث و مقادیر کمتری تانن، ساپونین، فلاونوئید و بتاسیتوسترون نیز در این چوب وجود دارد که هر کدام از آنها نقش مؤثری در جلوگیری از پوسیدگی دندان دارند. تری متیل آمین توانائی تغییر کشش سطحی را نیز دارد که این امر به عدم تجمع ذرات مواد غذایی بین دندانها کمک می نماید. کلرورها نقش ضد عفونی کننده ملایم داشته و موقعیت فلوتور نیز واضح می باشد. سیلیکا در سفیدتر کردن دندانها رل اساسی دارد و سولفور نیز ضد میکروب است. ویتامین ث هم بطور وسیعی در عفونت های دهان و خونریزی مصرف دارد. سایر ترکیبات مؤثره گیاهی نیز دارای آثار ضدالتیهایی و ضد میکروبی اند.

۷- جایگاه فعلی چوب اراک در دندانپزشکی:

بر طبق مطالعات انجام شده در برخی از کشورها، آثار ضد پلاک پودر چوب اراک با بهترین فرم خمیر دندانهای تجارتي یکسان بوده است. چوب اراک همچنین آثار ضد میکروبی بارزی بر علیه برخی از قارچها و باکتری ها نظیر



اسلامی در زمینه مورد بحث می توان گفت که بسیاری از محققین توانسته اند در برخی از موارد به بعضی از رازهای نهانی مربوطه پی ببرند.

امید است که جمع آوری مطالب فوق، گام اولیه ای برای پژوهش عظیم در جهت جمع آوری دستورات و راهنمایی پیشوایان دین از سایر منابع باشد.

انشاء... .

Peelu Hamdard ساخته اند.

۸- نتیجه گیری:

از بررسی حاضر می توان نتیجه گیری کرد که دیانت مقدس اسلام درباره موضوع بهداشت دارای دستورات خاصی است که رعایت و عمل به مفاهیم و مضامین آنها باعث سلامت تن و روان گشته و در نتیجه سلامت جامعه اسلامی تأمین خواهد شد. با تطبیق علوم جدید و قدیم طب

آسپرژیلوس فلاوس، آسپرژیلوس نیجر و استافیلوکوکوس اورئوس نشان می دهد.

در سالهای اخیر با توجه به مواد مؤثره و آثار چوب اراک، تعدادی از کارخانجات داروسازی اقدام به تهیه خمیر دندانهایی که حاوی عصاره ریشه و ساقه های چوب اراک است نموده اند. کارخانه Beckenham انگلستان خمیر دندان با نام Sarakan و لابراتوار همدرد پاکستان خمیردندانی تحت نام

منابع:

- ۱- بحارالانوار، جلد ۷۶
- ۲- وسائل الشیعه، جلد اول
- ۳- نهج الفصاحه، مجموعه کلمات قصار حضرت رسول اکرم (ص)
- ۴- مفاتیح الجنان
- ۵- صیدنه ابوریحان بیرونی
- ۶- پاک نژاد، س. ر: اولین دانشگاه و آخرین پیامبر، بهداشت بدن (جلد ۱۲). انتشارات یاسر تهران (۱۳۶۴).
- ۷- آیت اللهی، م. ت: تغذیه از دیدگاه اسلام. انتشارات دانشگاه علوم پزشکی شیراز. (۱۳۶۷)
- ۸- جمعی از نویسندگان: محمد، خاتم پیامبران. انتشارات حسینیه ارشاد تهران (۱۳۶۳).
- ۹- هادیان، د.، هایزاده، ر. : بهداشت دهان و دندان از دیدگاه معصومین (ع). انتشارات دانشگاه اصفهان (۱۳۶۴).
- ۱۰- نفیسی، ا. ت: مختصر تاریخ علوم پزشکی تا ابتدای قرن معاصر. انتشارات دانشگاه اصفهان (۱۳۵۶)
- ۱۱- Browne, E.G. : Arabian Medicine. The university press, cambridge. (1921).
- ۱۲- Lewis, W. H.; Elvin - Lewis, M.P.F.: Medical Botany. john wiley and sons, NewYork (1977).
- ۱۳- Ghahreman, A.: Flore de L'IRAN. vol 8, Tehran (1987).
- 14- Jones, S. B.; Luchsinger, A.E. : plant systematics. Mc Graw- Hill (1979).
- 15- Farooqi, M. I.H.; Srivastava, J.G. : Tbooth- brush tree (Salvadora persica). Quart. J. Crud. Drug. Res/ 1968,8 (4), 1297-9.
- 16- Saeed, A.: Siwak, Its position and Heritage in Islamic Dentistry. Hamdard medicus. 1988,31(1),75-91.
- 17- Haque, E. : Islamic contribution to Dentistry. Hamdard medicus. 1988,31(2),63-72.
- 18- Ezmirly, S.T.; Cheng, J.C.; Wilson , S.R.; Saudi Arabian Medicinal plants: Salvadora persica. Planta Med. 1979,35(2),191-2.