

## بطاقة تسجيل الأبحاث الفردية والمشاركة المقدمة للفحص العلمي

للسيد الدكتور/ تامر مجدي عيسى فهميم

المدرس بقسم الإرشاد السياحي كلية السياحة والفنادق بالأقصر، جامعة الفيوم  
والمقدم إلى اللجنة العلمية الدائمة للسياحة والفنادق لترقية الأساتذة المساعدين

رقم البحث في القائمة "7"	
الكلية	السياحة والفنادق (جامعة الفيوم)
القسم	الإرشاد السياحي
نوعية البحث	مشترك
أسماء الباحثين	د. تامر فهميم
شر أو قبل للنشر	مقبول للنشر
مكان النشر	كلية السياحة والفنادق، جامعة المنيا، ديسمبر 2017
تاريخ النشر	سبتمبر 2017
عنوان البحث	الطعام داء ودواء عند المصريين القدماء <b>Food is as Disease and Medication for Ancient Egyptians</b>
ملخص البحث باللغة العربية	<p>عب الطعام دوراً هاماً في حياة المصري القديم كما توضحه نصوص بعض البرديات الطبية وكذلك المناظر المرسومة أو المنحوتة التي وجدت على جدران المقابر والمعابد والتي سجلت مراحل إعداد الطعام وتجهيزه. ويعد الطعام <math>\theta \rho \omega</math> مصدراً هاماً لحصول الإنسان على المغذيات الكبرى مثل البروتينات والدهون والكاربوهيدرات وكذلك المغذيات الصغرى مثل الفيتامينات والأملاح المعدنية وغيرها من العناصر الهامة للجسم، ولما أدرك المصري القديم ذلك حرص على تنوع الأطعمة دون التركيز على نوع محدد مثل اللحوم، بل عرف أن من فوائد التنوع عدم تراكم الدهون وتقليل استخدامها يؤدي إلى الحصول على جسم ممشوق وهو ما عرف "بالحمية الغذائية" والتي تعني حصول الجسم على كميات متوازنة من الطعام تفيد تكوينه وبنية دون الإخلال بوظائفه الأساسية. وقدمت العديد من البرديات الطبية منها بردية إبيرس وإدوين سميث وهاريس دليل على معرفة المصري القديم لأهمية الغذاء في علاج بعض الأمراض سواء الناجمة عن سوء التغذية أو أمراض أخرى. وأدرك أن الطعام مصدراً لكثير من الأمراض وخاصة أمراض المعدة والسمنة. تكمن مشكلة الدراسة في محدودية المصادر التي يعتمد عليها الباحث في دراسة تأثيرات الطعام على حياة قدماء المصريين. بيد أن الأبحاث والدراسات الحديثة التي تعتمد على التقنيات يمكن أن تقدم ذلك بسهولة، فالمصدر الوحيد للتعرف على تأثيرات الطعام في حياة المصريين القدماء هي نصوص بعض البرديات الطبية وبعض المناظر و يتطلب ذلك تحليل للنصوص والمناظر المتاحة واستخلاص الدلالات وتوظيفها للوصول إلى دور الطعام في حياة المصريين القدماء مع إيضاح التأثير الضار الخاص بالطعام قديماً وكيفية العلاج بالعقاقير النباتية الحيوانية. وتهدف الدراسة إلى تحليل ومقارنة نصوص مجموعة من البرديات الطبية مثل بردية إبيرس وبردية أدوين سميث وبرلين ولندن في محاولة لمعرفة الأسماء القديمة للعقاقير النباتية والحيوانية التي استخدمت في مصر القديمة لعلاج أمراض المعدة والجهاز الهضمي ومقارنتها بمثيلاتها المستخدمة، كما يحاول البحث من خلال ترجمة بعض النصوص الأدبية ونصوص بعض البرديات الطبية الوصول إلى التعرف على الأمراض الخاصة بالجهاز الهضمي وما يقابلها حديثاً وكيف تم علاجها. خلصت الدراسة إلى أن المصري القديم عرف أهمية الطعام في حياته وبعد مماته، وأدرك أن الغذاء الصحي هو مصدر صحة الجسم وتنتج من تنوع مصادر الغذاء، وأوضحت المعلومات المتوافرة بالبرديات الطبية في أن العديد من الأمراض التي تخص المعدة والجهاز الهضمي بسبب الإفراط في الأطعمة الغنية بمحتواها من الدهون مع عدم تناول كميات كافية من الفاكهة والخضروات، وأوضحت بعض النصوص كيفية اعتماد المصريين</p>

<p>القدماء على العقاقير النباتية والحيوانية، وكان لهما أشد الأثر في تحسن الصحة الغذائية للمصريين القدماء وتغيير طرق تناولهم للأطعمة</p>	
<p>Thousands of years ago, ancient Egyptians left evidence of their love for food. Well-preserved wall paintings and carvings have been discovered on tombs and temples, depicting large feasts and a variety of foods. It had played a vital role in ancient Egyptian life and afterlife; this importance can be traced through the medical papyrus, such as; Ebers, Edwin Smith, Harris and Kahun or the scenes of tombs and temples. The scenes of tombs introduce the different staged of food's preparation. The ancient Egyptian society fully aware with the dietary this modern conception which has become frequently appear in all modern societies; the had afraid from obesity and diseases accompanying to excessive eating, The ancient Egyptian's list of eating included much healthy food such as vegetables which become essential nutrition resource beside other meals like the fruits which played a vital role in dietary nutrition system in ancient Egypt; the scenes of tombs and temples still a good witness to Egyptian nutrition system. The ancient Egyptians put a perfect nutrition system help the body to absorb which it needs from Vitamins, starches and carbohydrates, so the authors consider that dietary conception in ancient Egypt was as life style which helped them much more in live for long time in healthy manner and in production and building their great civilization. The paper discusses the food in ancient Egyptian life as disease and cure in same time. The paper aims to prove the importance of food in healing many diseases, especially digestive diseases for ancient Egyptians; the paper shed light the danger of over-eating and awareness of Egyptians to limit their eating; This paper is developed using analytical and comparative approaches based on texts and scenes of tombs analyses. It can be concluded that Egyptian from ancient times realized the importance of food in building their body and in the same time they were aware with dietary, and they had followed many methods to limits or decrease their eating. As happens in modern science; the texts of some medical papyrus had played a witness for using the food as a treatment for diseases.</p>	<p>ملخص البحث باللغة الإنجليزية</p>
<p><b>فكرة البحث:</b> أ.د. محمود هويدي <b>المنهجية والصياغة العلمية:</b> - أ.د محمود هويدي - د.تامر فهيم <b>إعداد النتائج:</b> - د.تامر فهيم <b>كتابه البحث وعرض النتائج:</b> - أ.د محمود هويدي - د.تامر فهيم</p>	<p>بيان بالمشاركة</p>