



Letter to Editor

Historical Attitudes to Women's Menstruation in Ancient Civilizations

Marzieh Yazdani¹, Seyyed Amir Hossein Latifi^{2*} , Seyyed Abdollah Mahmoudi³

1. Master's student in History of Medical Sciences, Traditional and Complementary Medicine Research Center, Department of History of Medicine, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran
2. Associate Professor of Traditional Medicine, Traditional and Complementary Medicine Research Center, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran
3. Assistant Professor of History of Medical Sciences, Traditional and Complementary Medicine Research Center, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran

* **Corresponding author:** Seyyed Amir Hossein Latifi, Traditional and Complementary Medicine Research Center, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran. Email: seiedalatifi@yahoo.com

DOI: [10.22034/cmja.15.3.170](https://doi.org/10.22034/cmja.15.3.170)

How to Cite this Article:

Yazdani M, Latifi SAH, Seyyed Abdollah Mahmoudi. Historical Attitudes to Women's Menstruation in Ancient Civilizations. *Complement Medj*. 2025;15(3): 170-172 DOI: [10.22034/cmja.15.3.170](https://doi.org/10.22034/cmja.15.3.170)

Received: 16 September 2025

Accepted: 22 November 2025

Keywords:

Menstruation
Ancient Civilization
Ayurveda
Traditional Chinese Medicine
Ancient Iran
Hippocrates

© 2025 Arak University of Medical Sciences

Abstract

Menstruation, as one of the most important physiological cycles in women, was regarded in ancient civilizations not only as a biological process but also from spiritual, social, and medical perspectives. In ancient Mesopotamia, menstrual blood symbolized life and fertility and was sometimes associated with supernatural forces, with treatments for related disorders, including herbal remedies and religious rituals. In ancient India, Ayurvedic texts considered menstruation (Artava) sacred and an indicator of women's health, describing its characteristics in terms of the balance of the three doshas (Vata, Pitta, Kapha), and prescribing treatments, such as dietary regulation, medicinal plants, and oil-based or thermal therapies. Traditional Chinese Medicine viewed menstruation as a reflection of energy balance and Qi flow, with its disturbances attributed to Yin-Yang imbalance; treatments included herbal medicine, acupuncture, and lifestyle modifications. In ancient Iran, Pahlavi, and Zoroastrian texts, such as the Bundahin, divided the menstrual cycle into three stages Pē-ābest, Ābest, and Datān addressing fertility periods, the influence of gamete sequence on fetal sex, and menstrual restrictions. These studies indicate that ancient civilizations' perspectives on menstruation combined physiological understanding, traditional therapeutic practices, and cultural-spiritual dimensions, and that ancient Iranian knowledge of reproductive physiology demonstrated notable accuracy and systematic insight.



نگرش‌های تاریخی به قاعدگی زنان در تمدن‌های باستان

مرضیه یزدانی^۱، سیدامیرحسین لطیفی^{۲*} ID، سیدعبداله محمودی^۳

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد تاریخ علوم پزشکی، مرکز تحقیقات طب سنتی و مکمل، گروه تاریخ پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران.

۲. دانشیار طب سنتی، مرکز تحقیقات طب سنتی و مکمل، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران.

۳. استادیار تاریخ علوم پزشکی، مرکز تحقیقات طب سنتی و مکمل، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران.

* نویسنده مسئول: سیدامیرحسین لطیفی، مرکز تحقیقات طب سنتی و مکمل، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران.

ایمیل: seiedalatifi@yahoo.com

چکیده

قاعدگی، به‌عنوان یکی از مهم‌ترین چرخه‌های فیزیولوژیک زنان، در تمدن‌های باستانی نه‌فقط به‌عنوان فرایندی زیستی، بلکه با ابعاد معنوی، اجتماعی، و پزشکی مورد توجه قرار گرفته است. در میان‌رودان باستان، خون قاعدگی نمادی از زندگی و باروری و گاهی مرتبط با نیروهای ماورایی بوده و برای درمان اختلالات از داروهای گیاهی و مناسک مذهبی به کار می‌رفت. در هند باستان، متون آیورودایی قاعدگی (آرتاوا) را مقدس و شاخص سلامت زنان می‌دانستند و ویژگی‌های آن براساس تعادل سه دوشا (واتا، پیتا، کافا) تشریح می‌شد و درمان‌ها شامل رژیم غذایی، گیاهان دارویی، و روش‌های روغنی و حرارتی بود. طب سنتی چین، قاعدگی را نشانگر تعادل انرژی و جریان کی (Qi) می‌دانست و اختلالات آن ناشی از عدم تعادل بین (Yin) و یانگ (Yang) تلقی می‌شد؛ درمان‌ها شامل گیاهان دارویی، طب سوزنی، و اصلاح سبک زندگی بود. در ایران باستان، متون پهلوی و زرتشتی مانند بندهشن چرخه قاعدگی را به سه مرحله پیش‌آبست، آبست، و دشتان تقسیم کرده‌اند و به زمان باروری، تأثیر ترتیب نطفه‌ها بر جنسیت جنین، و پرهیزهای دوران قاعدگی اشاره دارند. این مطالعات نشان می‌دهد نگرش تمدن‌های باستانی به قاعدگی، ترکیبی از درک فیزیولوژیک، درمان‌های سنتی، و ابعاد فرهنگی و معنوی بوده است و دانش ایرانیان باستان در زمینه فیزیولوژی تولیدمثل از دقت و نظام‌مندی قابل توجهی برخوردار بوده است.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۶/۲۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۹/۰۱

واژگان کلیدی:

قاعدگی

تمدن باستان

آیورودا

طب سنتی چین

ایران باستان

بقراط

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی اراک محفوظ است.

در چین باستان نیز طب سنتی بر مبنای تعادل کی (Qi) و نیروهای یین (Yin) و یانگ (Yang) شکل گرفته بود. قاعدگی بازتابی از تعادل درونی بدن محسوب می‌شد و خون و انرژی دو عنصر کلیدی سلامت بودند. هرگونه بی‌نظمی در چرخه ماهانه، نشانه اختلال در جریان انرژی دانسته می‌شد و درمان با گیاهان دارویی، طب سوزنی، و تنظیم سبک زندگی انجام می‌گرفت. نگرش چینی‌ها بیش از هر تمدن دیگری بر پیوستگی میان بدن، ذهن، و طبیعت تأکید داشت.

در ایران باستان، متون پهلوی و زرتشتی همچون بندهشن چرخه قاعدگی را به سه مرحله پیش‌آبست، آبست، و دشتان تقسیم می‌کردند. این متون ضمن اشاره به باروری، ترتیب نطفه‌ها و تعیین جنسیت جنین، بر پرهیزهای آیینی دوران قاعدگی تأکید داشتند. در وندیداد، زنان در این دوره، از شرکت در آیین‌های دینی و تماس با عناصر مقدس مانند آتش و آب منع می‌شدند. نگاه ایرانیان باستان پدیده‌ای طبیعی با بار اخلاقی و آیینی بود.

در همه تمدن‌ها، قاعدگی مفهومی دوگانه داشت: از یک سو، نشانه حیات، باروری، و پاکی و از سوی دیگر، عامل محدودیت، تابو، و ناپاکی. شدت این نگرش‌ها در جوامع مختلف متفاوت بود؛ رومیان و ایرانیان باستان بر جنبه‌های آیینی و منع تأکید داشتند، درحالی‌که در هند و چین جنبه درمانی و تعادلی برجسته‌تر بود. این دیدگاه‌ها نشان می‌دهد درک انسان از قاعدگی در طول تاریخ همواره فراتر از زیست‌شناسی صرف بوده و تلفیقی از علم، فرهنگ، و معنویت را در بر می‌گرفته است. مطالعه این نگرش‌ها، ریشه‌های تاریخی بسیاری از باورهای امروزی درباره بدن زن و سلامت تولیدمثل را آشکار می‌سازد.

ملاحظات اخلاقی

در تدوین این پژوهش، اصل امانت‌داری و صداقت استناد به متون استفاده‌شده، اصالت منابع، و پرهیز از جانب‌داری در مراجعه به متون یا تحلیل‌ها رعایت شده است. شایان ذکر است که این مقاله برگرفته از پایان‌نامه خانم مرضیه یزدانی با کد اخلاق مصوب ۱۴۰۳/۲۹۶ IR.ARAKMU.REC است.

تعارض منافع

در این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافی برای نویسندگان وجود ندارد.

قاعدگی از نخستین نشانه‌های زیستی و فرهنگی زنانگی در تاریخ بشر است. در تمدن‌های باستان، این پدیده نه تنها از دیدگاه فیزیولوژیک، بلکه با مفاهیم معنوی، اجتماعی، و آیینی درآمیخته بود. بررسی منابع تاریخی نشان می‌دهد که قاعدگی در جوامع کهن نشانه‌ای از سلامت، باروری، و ارتباط زن با نیروهای طبیعی و الهی تلقی می‌شده است.

در میان‌رودان باستان، متون پزشکی و مذهبی نشان می‌دهد که خون قاعدگی نمادی از حیات و درعین‌حال آغشته به نیروهای ماورایی بود. زنان در دوران قاعدگی گاه ناپاک شمرده می‌شدند و از آیین‌های مذهبی کنار گذاشته می‌شدند، اما همین خون نشانه‌ای از توان باروری و سلامتی رحم نیز بود. درمانگران بابلی با داروهای گیاهی، وردهای جادویی، و آیین‌های مذهبی اختلالات زنانه را درمان می‌کردند. قاعدگی میان قلمرو جسم و روح قرار داشت و هم‌زمان با مفاهیم حیات، پاکی، و خطر آلودگی پیوند داشت (۱).

در مصر باستان و سنت بقراطی، قاعدگی دارای دو چهره متناقض بود: ازسویی، فرایندی طبیعی برای دفع مواد اضافی و حفظ تعادل بدن و ازسوی دیگر نشانه‌ای از ناپاکی و محدودیت اجتماعی بود. بقراطیان قاعدگی را بخشی از نظام اخلاقی می‌دانستند و خون ماهانه را برای سلامت زن ضروری می‌شمردند. در روم باستان نیز باوجود پیشرفت پزشکی، باورهای خرافی درباره اثرات زبان‌آور خون قاعدگی بر طبیعت، فلزات، و کشاورزی رواج داشت. «حضور زن قاعده می‌تواند فلزات را زنگ‌زده و آینه‌ها را کدر کند» (۲).

در هند باستان، متون آیورودایی قاعدگی را پدیده‌ای مقدس و تنظیم‌کننده سلامت عمومی زن می‌دانستند. جریان منظم خون نشانه تعادل سه نیروی حیاتی (واتا، پیتا، کافا) بود و هرگونه اختلال در آن به برهم‌خوردن این تعادل نسبت داده می‌شد. آیورودا علاوه بر جنبه جسمی، به ابعاد روانی و روحی قاعدگی نیز توجه داشت و توصیه‌هایی درباره تغذیه، استراحت، و پرهیزهای رفتاری ارائه می‌داد. در این مکتب، قاعدگی فرایندی پاک‌کننده و هماهنگ با چرخه طبیعت تلقی می‌شد (۳).

References

1. Scurlock J.A., Andersen B.R. Diagnoses in Assyrian and Babylonian Medicine. University of Chicago Press; 2005.
2. Pliny the Elder. Natural History. Book VII, Ch. 15. London: Taylor & Francis; 1855.
3. Charaka Samhita, Sushruta Samhita. Translation by Sharma P.V. Ancient Indian Medicine. Chaukhambha Orientalia; 2000.